



การใช้หลักทฤษฎี 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

นายณัฐวุฒิ ก่อแก้ว

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรทศวรรษการศึกษาบัณฑิต

สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

พุทธศักราช 2564





การใช้หลักทฤษฎี 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร



นายณัฐวุฒิ กลิ่นกระปี่

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

พุทธศักราช 2564

การใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร



ณัฐวุฒิ กลิ่นกระปี่

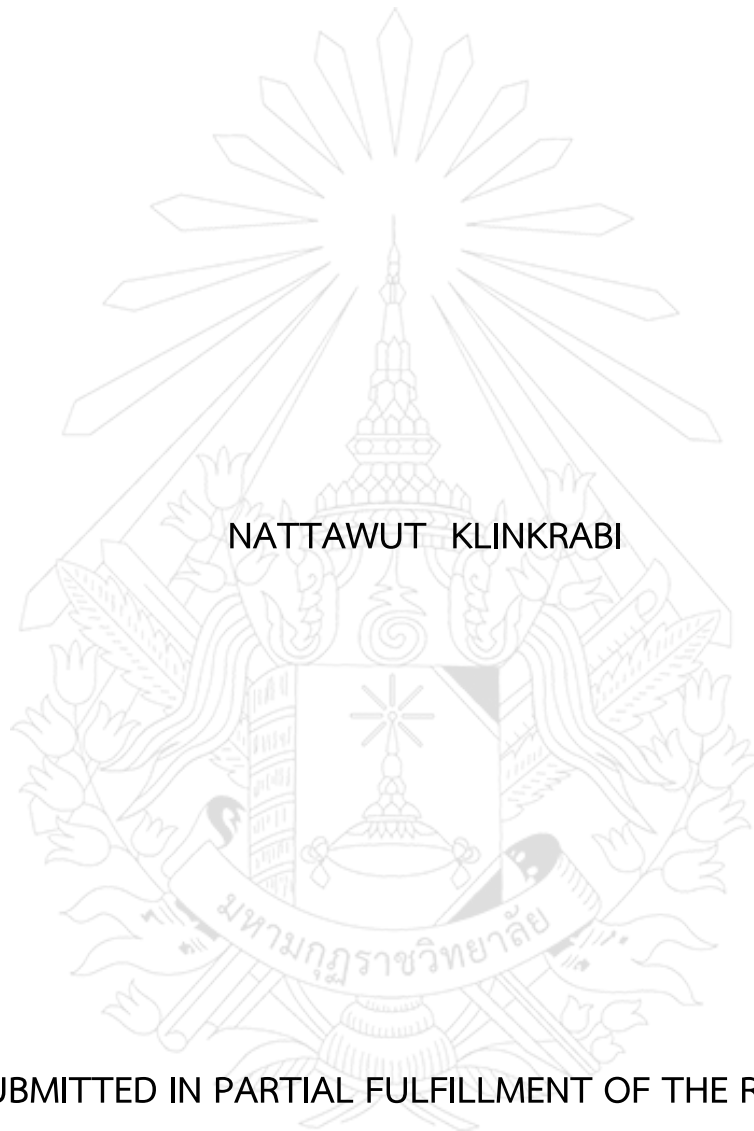
วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรศาสนศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

พุทธศักราช 2564

AN APPLICATION OF 4 PRINCIPLES OF BHÀVANÀ OF  
PEOPLE IN NONG KHAEM DISTRICT BANGKOK



NATTAWUT KLINKRABI

A THESIS SUBMITTED IN PARTIAL FULFILLMENT OF THE REQUIREMENTS  
FOR THE MASTER DEGREE OF ARTS  
PROGRAM IN BUDDHIST STUDIES  
GRADUATE SCHOOL  
MAHAMAKUT BUDDHIST UNIVERSITY

2021

หัวข้อวิทยานิพนธ์ : การส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม  
กรุงเทพมหานคร  
ชื่อนักศึกษา : ณัฐวุฒิ กลิ่นกระบี่  
ชื่อปริญญา : ศาสตราจารย์มหาบัณฑิต  
สาขาวิชา : พุทธศาสนศึกษา  
ปีพุทธศักราช : 2565  
อาจารย์ที่ปรึกษา : พระครูวินัยธร บุญศรี ญาณวุฑฺโฒ, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย อนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่ง  
ของการศึกษาตามหลักสูตรศาสตราจารย์มหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(พระศรีวินยาภรณ์, ดร.)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ :

ประธานกรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สมบูรณ์ วัฒนนะ)

กรรมการ (อาจารย์ที่ปรึกษา)

(พระครูวินัยธร บุญศรี ญาณวุฑฺโฒ, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.)

กรรมการ

(ดร. สุมานพ ศิวรัตน์)

กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร. สุวิญ ริกสัตย์)

กรรมการ

(พระมหาวิโรจน์ คุตตวิโร, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.)

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย



Thesis Title : An Application of 4 Principles of Bhàvanà of People in Nong  
Khaem District Bangkok  
Student's Name : Nattawut Klinkrabi  
Degree Sought : Master of Arts  
Program : Buddhist Studies  
Anno Domini : 2022  
Advisor : Phramaha Boonsri Nānavuddho, Asst. Prof. Dr.

---

Accepted by the Graduate School, Mahamakut Buddhist University in Partial  
Fulfillment of the Requirements for the Master Degree of Arts (Buddhist Studies)

Dean of Graduate School *P. Srivinyaphon*  
.....  
(Phra Srivinyaphon, Dr.)

Thesis Committee :  
Chairman *Somboon Watana*  
.....  
(Asst. Prof. Dr. Somboon Watana)

Member (Advisor) *Phrakhravinaithon Boonsri Nānavuddho*  
.....  
(Phrakhravinaithon Boonsri Nānavuddho, Asst. Prof. Dr.)

Member *S. Sumanop Siwarat*  
.....  
(Dr. Sumanop Siwarat)

Member *Suvin Ruksat*  
.....  
(Assoc. Prof. Dr. Suvin Ruksat)

Member *V. Guttavairo*  
.....  
(Phramaha Viroj Guttavairo, Asst. Prof. Dr.)

## บทคัดย่อ

หัวข้อวิทยานิพนธ์	: การใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร
ชื่อนักศึกษา	: ณัฐวุฒิ กลิ่นกระบี่
ชื่อปริญญา	: ศาสตรศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชา	: พุทธศาสนศึกษา
ปีพุทธศักราช	: 2565
อาจารย์ที่ปรึกษา	: พระมหาบุญศรี ญาณวฑฺฒโน, ผศ. ดร.

วิทยานิพนธ์นี้มีวัตถุประสงค์ ดังนี้ 1) เพื่อศึกษาสภาพการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร 2) เพื่อเปรียบเทียบการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีเพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้ต่างกัน 3) เพื่อเสนอแนะแนวทางการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่าง คือ ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จำนวน 376 คน ซึ่งกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตารางเครซีและมอร์แกน (Krejcie and Morgan) ใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยวิธีการจับฉลาก เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือแบบสอบถาม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลมี 2 ประเภท ได้แก่ สถิติเชิงพรรณนา คือ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ สถิติเชิงอนุมาน คือ การทดสอบค่าที (t-test) และการทดสอบความแปรปรวนแบบทางเดียว (F-test or One-Way ANOVA) โดยใช้การวิเคราะห์ข้อมูลและประมวลผลด้วยคอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ ส่วนข้อเสนอแนะใช้ในการวิเคราะห์เนื้อหา

### ผลการวิจัยพบว่า

- 1) ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานครมีการใช้หลักภาวนา 4 โดยรวมทั้ง 4 ด้านอยู่ในระดับมาก เมื่อแยกออกเป็นรายด้านพบว่า อยู่ในระดับมากทุกด้าน โดยเรียงจากมากไปหาน้อย ดังนี้ 1) ด้านศีลภาวนา 2) ด้านกายภาวนา 3) ด้านจิตตภาวนา และ 4) ด้านปัญญาภาวนา ตามลำดับ
- 2) ผลการเปรียบเทียบ พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีเพศ อาชีพ ต่างกัน มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ไม่แตกต่างกัน แต่ที่มีอายุ รายได้ต่อเดือน และระดับการศึกษาต่างกัน มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
- 3) ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ได้ให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร มีข้อเสนอแนะดังนี้

- 1) ด้านกายภาวนา อยู่ร่วมกับสิ่งแวดล้อมอย่างรู้จักคุณค่า ปรับตนเองกับสิ่งแวดล้อมอย่างสมดุล ดูแลรักษาสุขภาพของตนให้ดี
  - 2) ด้านศีลภาวนา ฝึกฝนตนเองและปฏิบัติตามระเบียบวินัย รักษากาย วาจา ให้เรียบร้อยเพื่อการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข ไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน
  - 3) ด้านจิตตภาวนา ฝึกฝนให้ตนมีจิตใจที่อิสระเบิกบานผ่องใส รู้จักการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความเมตตา กรุณา และ
  - 4) ด้านปัญญาภาวนา ใช้เหตุและผลในการพิจารณาแก้ไขปัญหา สามารถเข้าใจ สิ่งทั้งหลายได้อย่างถูกต้อง และแก้ไขได้ด้วยสติปัญญา มองเห็นสิ่งทั้งหลายเกิดขึ้นตามความเป็นจริง
- คำสำคัญ :** หลักภาวนา 4, ประชาชน,เขตหนองแขม





## ABSTRACT

Thesis Title : An Application of 4 Principles of Bhāvanā of People in Nong Khaem District Bangkok  
Student's Name : Nattawut Klinkrabi  
Degree Sought : Master of Arts  
Program : Buddhist Studies  
Anno Domini : 2022  
Advisor : Phramaha Boonsri Nāṇavuddho, Asst. Prof. Dr.

---

The objectives of this research were: 1) to study the state of using the four Bhāvanā principles of people in Nong Khaem District of Bangkok, 2) to compare the use of the four Bhāvanā principles of people in Nong Khaem District of Bangkok with different sex, age, education level, occupation and monthly income, and 3) to analyze suggestions for promoting the use of the four Bhāvanā principles of people in Nong Khaem District of Bangkok. 376 samples were drawn randomly from people in Nong Khaem District. The sample size ( $n = 380$ ) was determined by using Krejcie and Morgan's (1970) table of sample sizes, specifying a 5% margin of error. The experimental data were collected by questionnaire and summarized with descriptive statistics; frequency, percentage, mean and standard deviation, and then compared groups by using independent-sample t-tests, F-tests and one-way analysis of variance (ANOVA). The data were analyzed by statistics software.

**The results of the study were found that:**

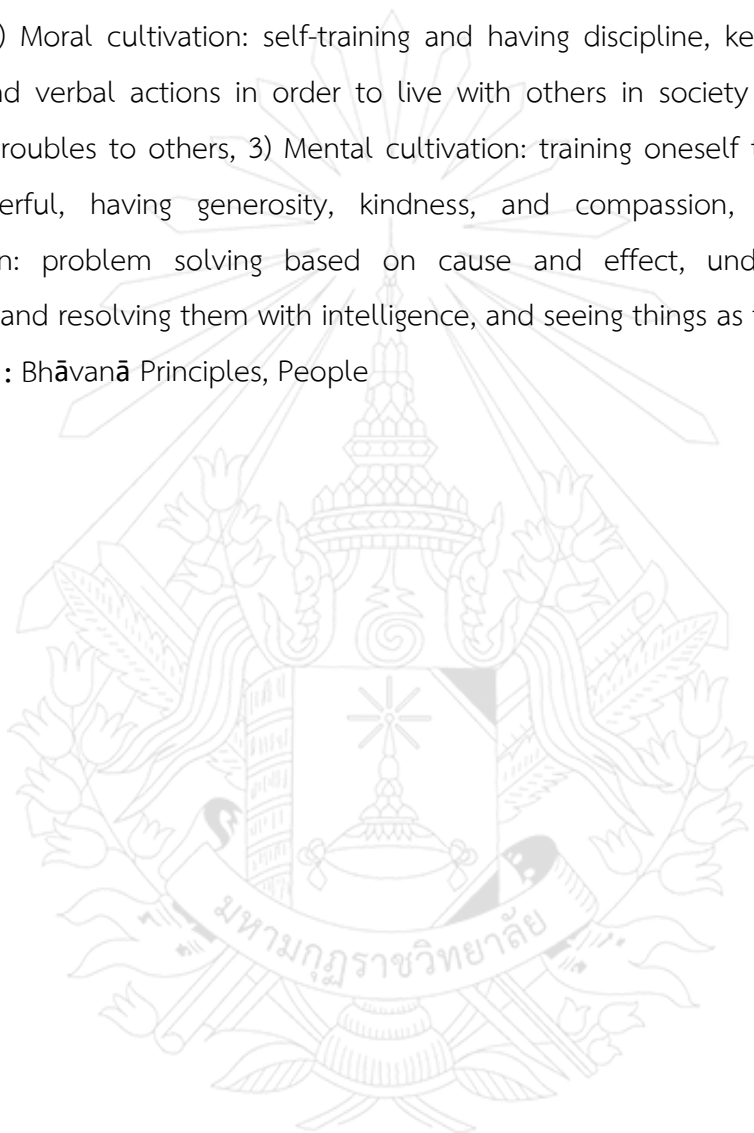
1) The state of using the four Bhāvanā principles of people in Nong Khaem District of Bangkok was at a high level overall. When considering in aspects by descending mean, the maximum was on Moral cultivation, followed by Physical cultivation, Mental cultivation and Wisdom cultivation respectively.

2) In comparison, the people in Nong Khaem District with different gender and occupation had no statistically significant difference in using the four principles of Bhāvanā, but those with different age, monthly income and education levels

showed the statistically significant difference in using the four principles of Bhāvanā at the .05 level.

3) The suggestions in promoting the use of Bhāvanā principles were as follows: 1) Physical cultivation: coexisting with environment, knowing the values of environment, balancing oneself and environment, and taking good care of one's health, 2) Moral cultivation: self-training and having discipline, keeping appropriate bodily and verbal actions in order to live with others in society happily, and not creating troubles to others, 3) Mental cultivation: training oneself to be pleasurable and cheerful, having generosity, kindness, and compassion, and 4) Wisdom cultivation: problem solving based on cause and effect, understanding things correctly and resolving them with intelligence, and seeing things as they really are.

**Keyword :** Bhāvanā Principles, People





## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จได้เนื่องจากบุคคลหลายฝ่ายที่ได้ช่วยเหลือในครั้งนี้ ผู้วิจัยใคร่ขอขอบคุณมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ซึ่งเป็นสถาบันที่ประสิทธิ์ประสาทความรู้การศึกษา ด้านพุทธศาสนศึกษา ระดับปริญญาโท

ขอกราบขอบพระคุณอธิการบดี รองอธิการบดีและคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย ที่ได้อำนวยความสะดวกในการศึกษาตลอดหลักสูตร ขอขอบคุณคณาจารย์ทุกท่านที่ได้อบรมสั่งสอนให้ความรู้ระดับมหาบัณฑิตสาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา ขอขอบคุณคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ทุกท่านที่ได้ให้คำแนะนำเกี่ยวกับความถูกต้องของเนื้อหาในเล่มวิทยานิพนธ์ด้วยดี ขอกราบขอบพระคุณ พระมหาบุญศรี ญาณวุฑฺโฒ, ผศ.ดร. ที่ให้ความอนุเคราะห์รับเป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ได้ให้คำปรึกษาตลอดจนตรวจสอบข้อบกพร่องต่างๆ พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงแก้ไขเนื้อหาของวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ จนสำเร็จลุล่วงได้เป็นอย่างดี ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่บัณฑิตวิทยาลัย และเจ้าหน้าที่ห้องสมุดทุกท่านที่ได้ให้ความสะดวกด้วยดี ตลอดจนเพื่อนนักศึกษาระดับปริญญาโททุกท่านที่คอยเป็นกำลังใจแก่ผู้วิจัยเสมอมา ขอขอบคุณภรรยาที่มีส่วนสำคัญอย่างยิ่งกับการศึกษาในครั้งนี้ ที่ห่วงใยสุขภาพให้การสนับสนุนและเป็นกำลังใจตั้งแต่เริ่มเรียนจนถึงการจบการศึกษา

คุณงามความดีและประโยชน์อันเกิดจากวิทยานิพนธ์เล่มนี้ ผู้วิจัยขอใช้เป็นเครื่องสักการบูชาคุณพระรัตนตรัย พระคุณของมารดา บิดา ครูอาจารย์ที่ประสิทธิ์ประสาทความรู้ที่มีคุณค่า ยิ่ง และขอแผ่คุณความดีนี้ให้แก่เพื่อนมนุษย์และสรรพสัตว์ทุกรูปทุกนาม พร้อมทั้งเจ้ากรรมนายเวรในทุกข์ทุกชาติด้วยเทอญ

นายณัฐวุฒิ กลิ่นกระปี่

## สารบัญคําย่อ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาจากคัมภีร์ คือ พระไตรปิฎกภาษาไทย และอรรถกถา ฉบับมหาหมกุฎราชวิทยาลัย พิมพ์เนื่องในวโรกาส ครบ 200 ปี แห่งราชวงศ์จักรี กรุงเทพมหานคร พุทธศักราช 2525 พิมพ์ครั้งที่ 3/2552 ซึ่งมีคําย่อและคําเต็มของคําศัพท์เรียงตามลำดับ ดังนี้

คําย่อ	คําเต็ม
<b>พระสุตตันตปิฎก</b>	
ม.ม.	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปณฺณาสกปาไล
อง.ติก.	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ติกนิปาตปาไล
<b>อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก</b>	
สํ.ช.อ.	สารัตถปกาสินี ชั้นธวารวรรคอรรถกถา
ช.ชา.อ.	นิบาตชาดกอรรถกถา
<b>อรรถกถาพระอภิธรรมปิฎก</b>	
อภิ.สง.อ.	ฉัम्मสังคณี อัญฺฐสาลินีอรรถกถา

สำหรับการอ้างอิงตัวหมายเลขหลังคําย่อ 2 แบบ

- 1) การอ้างอิงแบบ 3 ตอน ใช้กับการอ้างอิงพระไตรปิฎก โดยระบุหมายเลข เล่ม/ข้อ/หน้า. หลังคําย่อ เช่น วิ.มหา.1/3/8. หมายถึง วินยปิฎก มหาวิภงฺคปาไล เล่ม 1 ข้อ 3 หน้า 8 เป็นต้น
- 2) แบบ 2 ตอน ใช้กับการอ้างอิงอรรถกถาโดยระบุหมายเลข เล่ม/หน้า. หลังคําย่อ เช่น อภิ.สง.อ.76/5. หมายถึง ธรรมสังคณี อัญฺฐสาลินีอรรถกถา เล่ม 1 หน้า 8 เป็นต้น



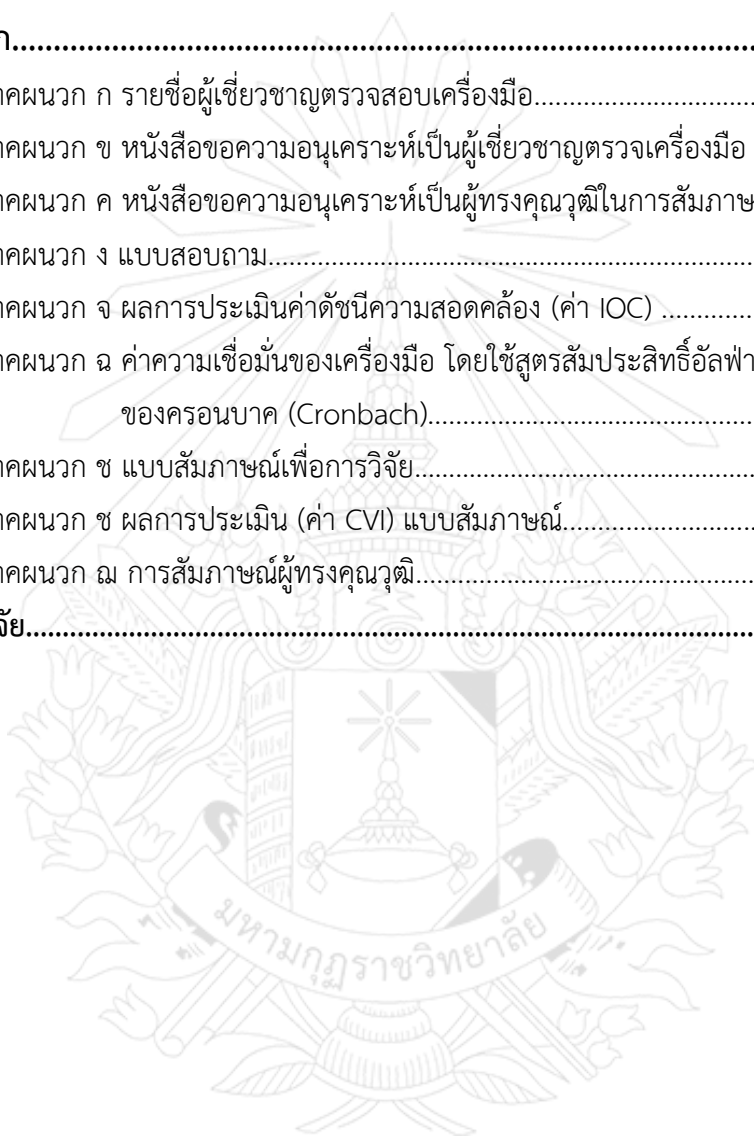
## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	จ
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ช
กิตติกรรมประกาศ.....	ฌ
สารบัญคำย่อ.....	ญ
สารบัญ.....	ฎ
สารบัญตาราง.....	ฒ
สารบัญภาพ.....	ธ
<b>บทที่ 1 บทนำ.....</b>	<b>1</b>
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
1.2 ปัญหาของการวิจัย.....	2
1.3 วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	2
1.4.สมมติฐานการวิจัย.....	3
1.5.ขอบเขตการวิจัย.....	3
1.6 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	4
1.7 นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย.....	4
<b>บทที่ 2 เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....</b>	<b>6</b>
2.1 แนวคิดเกี่ยวกับการส่งเสริม.....	6
2.2 หลักภาวนา 4.....	9
2.3 แนวคิดที่ว่าด้วยการดำเนินชีวิต.....	23
2.4 สภาพพื้นที่.....	26
2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	29
2.6 สรุปกรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย.....	36
<b>บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....</b>	<b>37</b>
3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	37
3.2 เทคนิควิธีการสุ่มตัวอย่าง.....	38

	๘
3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	38
3.4 การสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	39
3.5 การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	41
3.6 การวัดค่าตัวแปร.....	41
3.7 การวิเคราะห์ข้อมูล.....	42
3.8 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	43
<b>บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....</b>	<b>45</b>
4.1 สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	45
4.2 ขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูล.....	45
4.3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	46
ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถามของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีเพศอายุ อาชีพ รายได้ต่อเดือน และระดับการศึกษา.....	46
ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร.....	48
ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ อายุ อาชีพ รายได้ต่อเดือน และระดับการศึกษาต่างกัน.....	52
ตอนที่ 4 ผลการเปรียบเทียบการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มี เพศ อายุ อาชีพ รายได้ต่อเดือน และระดับการศึกษาแตกต่างกัน.....	59
4.4 ข้อเสนอแนะ และการสัมภาษณ์เกี่ยวกับการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร.....	80
ตอนที่ 5 ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร.....	93
ตอนที่ 6 บทสัมภาษณ์ของผู้ทรงคุณวุฒิในเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร.....	95
4.5 บทสรุป.....	98
<b>บทที่ 5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....</b>	<b>100</b>
5.1 สรุปผลการวิจัย.....	101
5.2 อภิปรายผลการวิจัย.....	104



5.3 ข้อเสนอและ.....	112
5.3.1 ข้อเสนอและเชิงนโยบาย.....	112
5.3.2 ข้อเสนอเพื่อการวิจัย.....	113
<b>บรรณานุกรม.....</b>	<b>114</b>
<b>ภาคผนวก.....</b>	<b>118</b>
ภาคผนวก ก รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ.....	119
ภาคผนวก ข หนังสือขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ (IOC).....	121
ภาคผนวก ค หนังสือขอความอนุเคราะห์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการสัมภาษณ์.....	127
ภาคผนวก ง แบบสอบถาม.....	133
ภาคผนวก จ ผลการประเมินค่าดัชนีความสอดคล้อง (ค่า IOC) .....	139
ภาคผนวก ฉ ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟา ของครอนบาค (Cronbach).....	143
ภาคผนวก ช แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย.....	145
ภาคผนวก ซ ผลการประเมิน (ค่า CVI) แบบสัมภาษณ์.....	148
ภาคผนวก ฌ การสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ.....	150
<b>ประวัติผู้วิจัย.....</b>	<b>154</b>



## สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
4.1	แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ..... 46
4.2	แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอายุ..... 47
4.3	แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอาชีพ..... 47
4.4	แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามรายได้ต่อเดือน..... 48
4.5	แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับการศึกษา..... 48
4.6	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นที่มีการส่งเสริมการใช้หลัก ภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม..... 49
4.7	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นที่มีการส่งเสริมการใช้หลัก ภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา..... 49
4.8	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นที่มีการส่งเสริมการใช้หลัก ภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา..... 50
4.9	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นที่มีการส่งเสริมการใช้หลัก ภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา..... 51
4.10	แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นที่มีการส่งเสริมการใช้หลัก ภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา..... 52
4.11	แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของ ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานครโดยรวม จำแนกตามเพศ..... 53
4.12	แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของ ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม จำแนกตามอายุ..... 54
4.13	แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของ ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม จำแนกตามอาชีพ..... 55
4.14	แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของ ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม จำแนกตามรายได้ต่อ เดือน..... 57
4.15	แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของ ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม จำแนกตามระดับ การศึกษา..... 58













4.70	แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบรายคู่ (Post Hoc) ที่มีต่อการใช้หลักภavana 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภavana จำแนกตามระดับการศึกษา.....	93
4.71	แสดงข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการส่งเสริมการใช้หลักภavana 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภavana.....	94
4.72	แสดงข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการส่งเสริมการใช้หลักภavana 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภavana.....	94
4.73	แสดงข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการส่งเสริมการใช้หลักภavana 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตภavana.....	95
4.74	แสดงข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการส่งเสริมการใช้หลักภavana 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภavana.....	95



## สารบัญแนภาพ

	หน้า
2.1 แสดงสรูปกรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย.....	36



# บทที่ 1

## บทนำ

### 1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

คนเราทุกคนย่อมมีความประสงค์ที่จะประสบความสำเร็จด้วยกันทั้งนั้น แต่ปัญหาที่เกิดขึ้นในสังคมทุกวันนี้มากมาย เพราะขาดความเข้าใจ ขาดความรู้ ขาดหลักธรรมคำสอน เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตในทางที่ถูกต้อง ขาดการเข้าใจชีวิต ความเพียงพอ การบริหารตนเองก่อนที่จะบริหารคนอื่น การสร้างความสัมพันธ์ต่อบุคคลรอบข้าง การทำความดีแบบเสมอต้นเสมอปลาย และอื่น ๆ ทำให้เกิดความสูญเสียทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม และผลกระทบต่อส่วนรวม เนื่องจากประชาชนขาดหลักธรรมในการดำเนินชีวิตซึ่งเป็นปัญหาสำคัญ เช่น ปัญหายาเสพติด ซึ่งปัจจุบันปัญหายาเสพติดมีความรุนแรงเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ มีวิธีการใหม่ ๆ ในการจำหน่าย มีขบวนการที่ใหญ่ขึ้น และซับซ้อน จึงทำให้การปราบปรามได้ยากขึ้น เป็นเหตุให้นำความเสียหายมาสู่สังคมส่วนรวม ปัญหาความยากจน ทำให้เกิดความเลื่อมล้ำทางสังคม ควรต้องมีการปรับโครงสร้างรายได้ และเศรษฐกิจให้สอดคล้องกัน เพื่อลดปัญหาความเลื่อมล้ำ และความเป็นอยู่ของประชาชน ซึ่งจะสามารถลดปัญหาอาชญากรรมได้ด้วย ปัญหาคอร์รัปชัน ซึ่งปัญหาคอร์รัปชัน เป็นการกระทำทุจริตโดยใช้ตำแหน่งหน้าที่ทางการทำงานเพื่อผลประโยชน์ของตน โดยไม่นึกถึงประโยชน์ส่วนรวมเป็นที่ตั้ง นำมาซึ่งความเสียหายโดยส่วนรวม ทั้งในระยะสั้น และระยะยาว

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก (เจริญ สุวฑฺฒโน) ได้พระนิพนธ์หลักคำสอน “เมื่อใดมีความคิดว่าเราทำดีไม่ได้ดี หรือเขาทำดีไม่ได้ดี ก็ให้พึงรู้ว่าเมื่อนั้นกำลังหลงคิดผิดจากความจริง กำลังเข้าใจผิดจากความจริง ทำดีต้องได้ดีเสมอ ไม่มียกเว้นด้วยเหตุผลใดทั้งสิ้น”<sup>1</sup>

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต) กล่าวว่า “ภาวนามัย บุญที่สำเร็จด้วยการเจริญภาวนา ความดีที่ทำด้วยการฝึกรบม จิตใจให้สุขสงบมีคุณธรรม เช่น เมตตา กรุณา(จิตตภาวนา) และฝึกรบมเจริญปัญญาให้รู้เท่าทันเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง(ปัญญาภาวนา)”<sup>2</sup>

<sup>1</sup>สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก (เจริญ สุวฑฺฒโน), *ชีวิตนี้สั้นนัก*, (กรุงเทพมหานคร : อู่การพิมพ์, 2553), หน้า 8.

<sup>2</sup>สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์*, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ผลิธัมม์ ในเครือ บริษัท สำนักพิมพ์เพ็ทแอนด์โฮม จำกัด, 2561), หน้า 314.



เพื่อที่จะมีการดำเนินชีวิตที่ดีขึ้นควรมีสิ่งยึดเหนี่ยว เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตให้มีคุณค่า และมีหลักการที่ดี โดยเฉพาะหลักธรรม หลักภavana 4 ซึ่งประกอบด้วย “1) กายภavana การพัฒนาเบญจทวารกาย อันเป็นด้านผัสสทวาร คืออินทรีย์ 5 ให้รับรู้ดูฟังเป็นต้นอย่างมีสติได้ปัญญา ให้ติดต่อกับสัมพันธ์กับโลกคือสิ่งแวดล้อมอย่างเกื้อกูลและก่อกุศล 2) สีลภavana การพัฒนาด้านกรรมทวาร คือการใช้กายวาจาในการอยู่ร่วมโลก ร่วมสังคม โดยประพฤติปฏิบัติมีพฤติกรรมกระทำการอันไม่เบียดเบียน แต่สร้างสรรค์เกื้อกูล 3) จิตตภavana การพัฒนาจิตใจให้งอกงามด้วยคุณธรรม มีความเข้มแข็งมั่นคง เบิกบาน ผ่องใส สงบสุข พร้อมด้วยความเพียร สติ และสมาธิ 4) ปัญญาภavana การพัฒนาปัญญา ให้รู้เข้าใจมองเห็นสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง เท้าทันสภาวะและเหตุปัจจัย รู้จักคิด รู้จักใช้ปัญญาแก้ไขปัญหา จัดทำดำเนินการทั้งหลายให้เกิดผลดี โดยข้างในมีจิตใจเป็นอิสระเสรี พ้นจากอำนาจของกิเลสและความทุกข์”<sup>3</sup>

ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยได้มองเห็นสาเหตุสำคัญ เนื่องจากในปัจจุบัน สังคมมีปัญหามากมายในการดำเนินชีวิต เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง ผู้วิจัยจึงได้นำหลักภavana 4 นี้มาเพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีและเป็นแนวทาง ซึ่งเป็นหลักธรรมที่ควรใช้เป็นหลักธรรมในการดำเนินชีวิตเพื่อพัฒนาตนเอง และสังคมต่อไป

## 1.2 ปัญหาการวิจัย

1.2.1. หลักภavana 4 เป็นอย่างไร

1.2.2. การใช้หลักภavana 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร เป็นอย่างไร

1.2.3. ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการใช้หลักภavana 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร เป็นอย่างไร

## 1.3 วัตถุประสงค์การวิจัย

1.3.1. เพื่อศึกษาสภาพการใช้หลักภavana 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

1.3.2. เพื่อเปรียบเทียบการใช้หลักภavana 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีเพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้ต่างกัน

1.3.3. เพื่อเสนอแนะแนวทางการส่งเสริมการใช้หลักภavana 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

<sup>3</sup>เรื่องเดียวกัน, หน้า 313.

## 1.4 สมมุติฐานของการวิจัย

1.4.1. ประชาชนที่มีเพศต่างกัน มีการใช้หลักภavana 4 ในการดำเนินชีวิตของประชาชน เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร แตกต่างกัน

1.4.2. ประชาชนที่มีอายุต่างกัน มีการใช้หลักภavana 4 ในการดำเนินชีวิตของประชาชน เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร แตกต่างกัน

1.4.3. ประชาชนที่มีอาชีพต่างกัน มีการใช้หลักภavana 4 ในการดำเนินชีวิตของประชาชน เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร แตกต่างกัน

1.4.4. ประชาชนมีรายได้ต่างกัน มีการใช้หลักภavana 4 ในการดำเนินชีวิตของประชาชน เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร แตกต่างกัน

## 1.5 ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มุ่งเน้นศึกษาเรื่อง การใช้หลักภavana 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตการศึกษาไว้ดังนี้

1.5.1 ขอบเขตด้านประชากร ได้แก่ ประชาชนในเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร “จำนวน 156,203 คน”<sup>4</sup>

1.5.2 ขอบเขตด้านเนื้อหา ได้แก่ การนำหลักภavana 4 มาปรับใช้ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ประกอบด้วย 4 ด้าน ดังนี้

- 1) กายภavana
- 2) สीलภavana
- 3) จิตภavana
- 4) ปัญญาภavana

1.5.3 ขอบเขตด้านพื้นที่ ได้แก่ เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

---

<sup>4</sup>รายงานสถิติจำนวนประชากรและบ้าน ประจำปี พ.ศ.2563, ค้นเมื่อวันที่ 17 พ.ค. 2564, จาก [th.m.wikipedia.org](http://th.m.wikipedia.org).

## 1.6 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับการวิจัย

1.6.1 ทำให้ทราบการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

1.6.2 ทำให้ทราบการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

1.6.3 ทำให้ทราบข้อเสนอแนะแนวทางการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร เพื่อใช้เป็นแนวทางแก้ปัญหา เป็นประโยชน์ต่อตนเอง ครอบครัว และสังคมส่วนรวมต่อไป

## 1.7 นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

**การส่งเสริม** หมายถึง การนำมาเป็นแนวทางเพื่อการพัฒนาเพื่อให้มีคุณภาพชีวิตที่ดียิ่งขึ้น โดยการนำหลักภาวนา 4 มาใช้ในชีวิตประจำวัน ให้เกิดประโยชน์ในด้านต่าง ๆ เช่น การพัฒนาด้านกาย ไม่เสพของมีเงินเมาหรือยาเสพติด ทำร่างกายให้แข็งแรงอยู่เสมอ การพัฒนาด้านศีล เช่น ปฏิบัติตนตามศีล 5 ไม่เห็นแต่ประโยชน์ส่วนตน เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวมต่อสังคม ประพฤติปฏิบัติตนเป็นคนดี ด้านจิตภาวนา มีการฝึกสมาธิเป็นประจำ มีความขยันมุ่งมั่นในการประกอบอาชีพการงาน อย่างเต็มกำลังความสามารถ ด้านปัญญาภาวนา ด้วยการใฝ่หาความรู้เพิ่มเติม และนำความรู้ไปแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างถูกต้อง และเหมาะสม

**หลักภาวนา 4** หมายถึง หลักธรรมหรือข้อปฏิบัติ เพื่อนำไปประพฤติปฏิบัติ และพัฒนาบุคคลให้เป็นคนดี และเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต ประกอบด้วย

1. กายภาวนา (การเจริญกาย, พัฒนากาย, การฝึกอบรมกาย ให้รู้จักติดต่อกี่ยวข้องกับสิ่งทั้งหลายภายนอกทางอินทรีย์ทั้งห้าด้วยดี และปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ มิให้เกิดโทษ ให้กุศลธรรมงอกงาม ให้อกุศลธรรมเสื่อมสูญ, การพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ

2. ศีลภาวนา (การเจริญศีล, พัฒนาความประพฤติ, การฝึกอบรมศีล ให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดี เกื้อกูลแก่กัน

3. จิตภาวนา (การเจริญจิต, พัฒนาจิต, การฝึกอบรมจิตใจ ให้เข้มแข็งมั่นคงเจริญงอกงามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีเมตตากรุณา ขยันหมั่นเพียร อดทนมีสมาธิ และสดชื่น เบิกบาน เป็นสุข ผ่องใส เป็นต้น

4. ปัญญาภาวนา (การเจริญปัญญา, พัฒนาปัญญา, การฝึกอบรมปัญญา ให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นโลกและชีวิตตามสภาวะ สามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ ทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลสและปลดพ้นจากความทุกข์ แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญา

**ประชาชน** หมายถึง ประชาชนที่อยู่ในเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

**เพศ** หมายถึง เพศของผู้ตอบแบบสอบถามสำหรับวิทยานิพนธ์นี้ แบ่งเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่

1) เพศชาย และ 2) เพศหญิง

**อายุ** หมายถึง อายุของผู้ตอบแบบสอบถาม สำหรับวิทยานิพนธ์ ฉบับนี้ แบ่งเป็น 4 ระดับ

ดังนี้ 1) อายุ 18-30 ปี, 2) อายุ 31-45 ปี, 3) อายุ 46-60 ปี และ 4) อายุ 61 ปีขึ้นไป

**อาชีพ** หมายถึง อาชีพของผู้ตอบแบบสอบถามสำหรับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ แบ่งเป็น 4 กลุ่ม

ดังนี้ 1) รับจ้าง/เกษตรกร, 2) ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว, 3) รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ, 4) อื่น ๆ โปรดระบุ

**รายได้ต่อเดือน** หมายถึง รายได้ต่อเดือนของผู้ตอบแบบสอบถามวิทยานิพนธ์ฉบับนี้

แบ่งเป็น 4 ช่วงดังนี้ 1) 8,001-15,000 บาท, 2) 15,001-30,000 บาท, 3) 30,001-50,000 บาท และ 4) 50,000 บาทขึ้นไป

**ระดับการศึกษา** หมายถึง ระดับชั้นการศึกษาของผู้ตอบแบบสอบถามวิทยานิพนธ์ฉบับนี้

แบ่งเป็น 4 ระดับคือ 1) ประถมศึกษา, 2) มัธยมศึกษา, 3) ปริญญาตรี และ 4) สูงกว่าปริญญาตรี





## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาวิจัยเรื่อง “การส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร” ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อกำหนดเป็นกรอบในการดำเนินวิจัย ดังต่อไปนี้

- 2.1 แนวคิดเกี่ยวกับการส่งเสริม
- 2.2 หลักภาวนา 4
  - 2.2.1 ภาวนา 4 ความหมายที่ปรากฏในพระไตรปิฎก
  - 2.2.2 ภาวนา 4 ความหมายในพจนานุกรม
  - 2.2.3 ภาวนา 4 ความหมายในวรรณคดีนักปราชญ์ทางพระพุทธศาสนา
- 2.3 แนวคิดว่าด้วย การดำเนินชีวิต
- 2.4 สภาพพื้นที่
- 2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
- 2.6 สรุปกรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย

#### 2.1 แนวคิดเกี่ยวกับการส่งเสริม

**การส่งเสริม** ผู้วิจัยได้ให้คำจำกัดความว่า “เป็นการพัฒนา” เพื่อให้มีคุณภาพชีวิตที่ดียิ่งขึ้น โดยการนำหลักภาวนา 4 มาใช้ในชีวิตประจำวัน ให้เกิดประโยชน์ในด้านต่าง ๆ เช่น การพัฒนาด้านกาย ไม่เสพของมีเงินเมาหรือยาเสพติด ทำร่างกายให้แข็งแรงอยู่เสมอ การพัฒนาด้านศีล เช่น ปฏิบัติตนตามศีล 5 ไม่เห็นแต่ประโยชน์ส่วนตน เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวมต่อสังคม ประพฤติปฏิบัติตนเป็นคนดี ด้านจิตภาวนา มีการฝึกสมาธิเป็นประจำ มีความขยันมุ่งมั่นในการประกอบอาชีพการงาน อย่างเต็มกำลังความสามารถ ด้านปัญญาภาวนา ด้วยการเฝ้าหาความรู้เพิ่มเติม และนำความรู้ไปแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างถูกต้อง ในชีวิตประจำวัน และเหมาะสม

**การส่งเสริม** หมายถึง “เป็นการขยายและถ่ายทอดความรู้ตามระบบวิทยาแผนใหม่ ซึ่งก่อประโยชน์ทางการศึกษาและมีคุณค่าทางการปฏิบัติ แก่บุคคลผู้พึงได้รับในการเรียนรู้ หรือผู้รับการส่งเสริมให้สามารถพัฒนาตนเอง โดยการเรียนรู้ที่สามารถนำความรู้ไปปรับใช้ในการประกอบอาชีพ เพื่อความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น”<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup>หลักการส่งเสริมการเกษตร, ค้นเมื่อวันที่ 5 กรกฎาคม 2564, จาก <https://agecon-extens.agri.cmu.ac.th>.

**ติน ปรัชญพฤทธิ** กล่าวว่า “การพัฒนาสังคม หมายถึง การปรับปรุงคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้น เพื่อให้ปลอดจากความยากจน ความไม่รู้ ความเจ็บไข้ได้ป่วยและความหวโหย ตลอดจนมุ่งที่จะให้ประชาชนตระหนักถึงศักยภาพ ศักดิ์ศรี ความใฝ่ฝัน และความพึงพอใจในชีวิตของตนเองด้วย หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งได้ว่า การพัฒนาสังคม ได้แก่การปรับปรุงคุณภาพชีวิตของประชาชนให้ดีขึ้น เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ ยกย่องตนเองและเป็นอิสระจากการตกเป็นทาสของพันธนาการทั้งปวง”<sup>2</sup>

ในพระพุทธศาสนา มีการใช้คำว่า “ภาวนา”<sup>3</sup> ซึ่งเป็นคำบาลี เป็นกิริยาศัพท์ ที่มาจากคำว่า “ภาเวติ”<sup>4</sup> ซึ่งตรงกับคำว่า “วชฺเฒติ”<sup>5</sup> หรือคำว่า วัฒนา เป็นความหมายที่ใช้เรียก คำว่า ภาวนา คำว่าภาวนา แปลว่า “การเจริญ”<sup>6</sup> หมายถึง การทำให้มีขึ้น, เป็นขึ้น, การฝึกอบรมทำสิ่งที่ยังไม่มีให้มีขึ้น การบำเพ็ญ ต่อมานิยมใช้คำว่า “พัฒนา” ซึ่งเป็นศัพท์ใหม่ในภาษาไทย แต่เดิมใช้คำว่า เจริญ

**จ่านงค์ อติวัฒนสิทธิ์** อธิบายว่า “ตามทฤษฎีของพระพุทธศาสนา การพัฒนาตรงกับคำว่า ภาวนา ซึ่งหมายถึง การทำให้เจริญงอกงาม หากพิจารณาจากรากศัพท์ คำว่า พัฒนามาจากภาษาบาลีว่า วัฒนะ หรือ วัฒนา คำนี้หมายถึงความเจริญก้าวหน้า หรือภาวะยืนยาวนาน เช่น คำว่า อายุวัฒนะ หมายถึงทำให้อายุยืนนาน อันหมายรวมถึง ความเป็นผู้มีสุขภาพแข็งแรงดี ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บมาเบียดเบียน และนอกจากนี้ คำว่า วัฒนะ หมายถึงรกรุงรัง ไม่มีระเบียบเลยก็ได้ เช่น คำว่า โลกวัดโน หมายถึง เป็นคนรกรก เป็นสิ่ง/เป็นคนที่โลกไม่ต้องการ อย่างไรก็ตาม คำว่า การพัฒนาในที่นี้เป็นคำที่กำหนดให้มีคุณค่า และตามหลักการของพระพุทธศาสนา การพัฒนาจะต้องดำเนินไปพร้อม ๆ กัน 4 ทาง คือ การพัฒนาทางด้านกายภาพ การพัฒนาศีลธรรม และ/หรือ การพัฒนาสังคม การพัฒนาทางด้านจิตใจและการพัฒนาทางด้านปัญญา นอกจากนี้พระพุทธศาสนาพิจารณาว่าการพัฒนาเป็นกระบวนการพยายามที่จะดำเนินการเปลี่ยนแปลง ปรับปรุง รักษา สิ่งที่ดีให้คงอยู่ ซึ่งสามารถนำมาใช้ประโยชน์ในการเปลี่ยนแปลงฟื้นฟูและปรับปรุงทั้งตนเอง และสังคมรอบข้างให้ดีขึ้น และมีความหมายยิ่งขึ้น แต่ความสำเร็จหรือความล้มเหลวในกระบวนการพัฒนาขึ้นอยู่กับบุคคลเป็นส่วนสำคัญ”<sup>7</sup>

<sup>2</sup>ติน ปรัชญพฤทธิ, *การบริหารการพัฒนา*, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2545), หน้า 12.

<sup>3</sup>ประยูร หลงสมบุญ, *พจนานุกรม มคอ-ไทย*, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท ธรรมสาร จำกัด, 2546), หน้า 541.

<sup>4</sup>เรื่องเดียวกัน, หน้า 204.

<sup>5</sup>เรื่องเดียวกัน, หน้า 237.

<sup>6</sup>พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), *พัฒนาตน*, พิมพ์ครั้งที่ 12, (กรุงเทพมหานคร : สหธรรมิก, 2544), หน้า 9.

<sup>7</sup>จ่านงค์ อติวัฒนสิทธิ์, *สังคมวิทยาตามแนวพุทธศาสตร์*, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2548), หน้า 117-118.

**พระเทพสาครมุนี** (แก้ว สุวณฺณโชโต) กล่าวสรุปได้ว่า “การพัฒนา เป็นการกระทำที่เจริญกระทำให้ก้าวหน้ายิ่ง ๆ ขึ้นไป มีศิลปะในการกระทำอะไรลงไป ต้องมีสิ่งที่ดีสอดดงามตามระเบียบมีเหตุมีผลอยู่ในนั้น ทำให้มันก้าวหน้ายิ่ง ๆ ขึ้นไป พยายามทำให้มันก้าวหน้า พยายามทำให้มันเจริญอันนี้เรียกว่า มีศิลปะในการพัฒนา”<sup>8</sup>

**สนิท สมัครการ** ให้ความหมาย “พัฒนาสังคม พอสรุปได้ว่า การพัฒนาสังคมเป็นการเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตของบุคคลภายในสังคม การพัฒนาสังคมเป็นการเปลี่ยนแปลงความสัมพันธ์ทางสังคมที่มีต่อกันภายในสังคม ไม่ว่าจะเป็นความสัมพันธ์ในแง่ผลประโยชน์ทางเศรษฐกิจ การเมือง หรือผลประโยชน์ส่วนตัว ถ้ามองในแง่การพัฒนาสังคมก็เท่ากับการพัฒนาประเทศ การพัฒนาสังคมก็มุ่งที่การพัฒนาทางการศึกษาและด้านอื่น ๆ นอกเหนือเศรษฐกิจและการเมือง”<sup>9</sup>

**สุริย์ ธีระปรกรณ์กุล** กล่าวว่า “การพัฒนาสังคม หมายถึง การกระทำเพื่อมุ่งปรับปรุงส่งเสริมให้คนที่อยู่ร่วมกัน มีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี ทั้งในด้านวัตถุและจิตใจอันจะทำให้การดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันนั้นมีความเจริญรุ่งเรืองและสงบสุข แต่การที่บุคคลจะดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุขจะต้องอาศัยปัจจัยหลายอย่างประกอบกัน อย่างน้อยที่สุดจะต้องมีปัจจัยขั้นพื้นฐานที่ดีพอสมควรกล่าวคือ มีที่อยู่อาศัย มีอาหารเพียงพอแก่การเลี้ยงชีพ มีเสื้อผ้า เครื่องนุ่งห่มสมควรแก่สภาพและฐานะ เวลาเจ็บป่วยควรจะได้รับการรักษาพยาบาล มีอาชีพมั่นคง มีรายได้เพียงพอแก่ค่าใช้จ่ายในการครองชีพ มีความรักใคร่สมานสามัคคีกันของสมาชิกในสังคมและปราศจากภัยคุกคามจากโจรผู้ร้าย สิ่งเหล่านี้จะเกิดขึ้นได้ ต้องอาศัยความร่วมมือจากหลายฝ่าย โดยอาศัยวิธีการทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีเข้าช่วย เพื่อให้เกิดความเจริญก้าวหน้าและอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข การพัฒนาสังคมมีขอบเขตกว้างขวาง เพราะปัญหาสังคมมีมากและสลับซับซ้อนการแก้ปัญหาสังคมจึงต้องทำอย่างรอบคอบ และต้องอาศัยความร่วมมือกันของบุคคลจากหลาย ๆ ฝ่าย และโดยเฉพาะอย่างยิ่งประชาชนในสังคมนั้น ๆ จะต้องรับรู้ พร้อมทั้งจะให้ข้อมูลที่ถูกต้องและเข้ามามีส่วนร่วมเสมอ การพัฒนาสังคมจึงต้องเป็นทั้งกระบวนการ วิธีการ กระบวนการเปลี่ยนแปลง และ แผนการดำเนินงาน

1) เป็นกระบวนการ (Process) เพราะการแก้ปัญหาสังคมต้องกระทำต่อเนื่องกันอยู่ระบบ เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงจากลักษณะหนึ่งไปสู่อีกลักษณะหนึ่ง ซึ่งจะต้องเป็นลักษณะที่ดีกว่าเดิม

<sup>8</sup>พระเทพสาครมุนี (แก้ว สุวณฺณโชโต), อดีตเจ้าคณะจังหวัดสมุทรสาครและเจ้าอาวาสวัดสุทธิวาตวราราม (วัดช่องลม), *อนุสรณ์ในงานเคลื่อนศพสุวิหารหลังใหม่*, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม, 2529), หน้า 155.

<sup>9</sup>สนิท สมัครการ, *วัฒนธรรมกับการพัฒนาสังคม*, (กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, 2522), หน้า 419-422.

2) เป็นวิธีการ (Method) คือต้องกำหนดวิธีการในการดำเนินงาน โดยเฉพาะเน้นความร่วมมือของประชาชนในสังคมนั้นกับเจ้าหน้าที่ของรัฐที่จะทำงานร่วมกัน และวิธีการนี้ต้องเป็นที่ยอมรับว่าสามารถนำการเปลี่ยนแปลงมาสู่สังคมได้อย่างถาวรและมีประโยชน์ต่อสังคม

3) เป็นกรรมวิธีเปลี่ยนแปลง (Movement) การพัฒนาสังคมจะต้องทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงให้ได้และจำต้องเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น โดยเฉพาะเน้นการเปลี่ยนแปลงทัศนคติของตน เพื่อให้เกิดสำนึกในการมีส่วนร่วมรับผิดชอบต่อผลประโยชน์ของส่วนรวม และรักความเจริญก้าวหน้าอันจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทางวัตถุ

4) เป็นแผนการดำเนินงาน (Planning) การพัฒนาสังคมจะต้องทำอย่างมีแผนมีขั้นตอนสามารถตรวจสอบและประเมินผลได้ แผนงานนี้จะต้องมีทุกระดับ นับตั้งแต่ระดับชาติ คือ แผนการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ลงมาจนถึงระดับปฏิบัติ แผนงานมีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งในการพัฒนาสังคม การพัฒนาด้านสังคมไทยสังคมมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา การเปลี่ยนแปลงส่วนใหญ่่มุ่งที่จะให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่พัฒนา เพราะการพัฒนาเป็นการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีโดยอาศัยความพยายาม ความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยีต่าง ๆ เป็นองค์ประกอบ ดังนั้นทุกสังคมจึงมีการเปลี่ยนแปลงอยู่เป็นนิจ และมุ่งที่จะปรับปรุงให้เกิดความก้าวหน้าอย่างไม่หยุดยั้ง”<sup>10</sup>

**สรุป** แนวคิดเรื่องการส่งเสริม เป็นการพัฒนาให้บุคคลให้มีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี โดยมีหลักธรรม เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจและเป็นเครื่องนำทาง ไปในทางที่ดีและนำไปพัฒนาสังคมให้ดำเนินไปในทางที่ถูกที่ควร และนำพาสังคมเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

## 2.2 หลักภavana 4

เพื่อให้การศึกษาว่าด้วย หลักภavana 4 มีความหมายที่สามารถนำไปสู่องค์ความรู้ที่เข้าใจ จึงต้องศึกษาจากแหล่งข้อมูลดังนี้

### 2.2.1 ภavana 4 ความหมายที่ปรากฏในพระไตรปิฎก

ภavana 4 ความหมายที่ปรากฏในพระสูตรต้นตปิฎก ดังนี้

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภยในอนาคต 5 ประการนี้ ยังไม่บังเกิดในปัจจุบัน แต่จะบังเกิดในกาลต่อไป ภยเหล่านั้น เธอทั้งหลายพึงรู้ไว้เฉพาะ ครั้นแล้ว พึงพยายามเพื่อละภยเหล่านั้น ภยในอนาคต 5 ประการเป็นไฉน คือ

<sup>10</sup>สุริย์ ธีระปรกรณ์กุล, “รูปแบบการพัฒนาสังคมเชิงพุทธบูรณาการ สำหรับเยาวชนในกรุงเทพมหานคร”, วิทยานิพนธ์สาขาวิชาการพัฒนาสังคม, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2537), หน้า 18-19.



ในอนาคต ภิกษุทั้งหลายจักไม่อบรมกาย ไม่อบรมศีล ไม่อบรมจิต ไม่อบรมปัญญา เมื่อไม่  
 อบรมกาย ไม่อบรมศีล ไม่อบรมจิต ไม่อบรมปัญญา จักให้อุปสมบทกุลบุตรเหล่าอื่น จักไม่  
 สามารถแนะนำแม่กุลบุตรเหล่านั้นในอธิศีล อธิจิต อธิปัญญา แม่กุลบุตรเหล่านั้น ก็จักไม่อบรม  
 กาย ไม่อบรมศีล ไม่อบรมจิต ไม่อบรมปัญญา เมื่อไม่อบรมกาย ไม่อบรมศีล ไม่อบรมจิต ไม่อบรม  
 ปัญญา ก็จักให้อุปสมบทกุลบุตรเหล่าอื่น จักไม่สามารถแนะนำแม่กุลบุตรเหล่านั้นในอธิศีล อธิจิต  
 อธิปัญญา แม่กุลบุตรเหล่านั้นก็จักไม่อบรมกาย ไม่อบรมศีล ไม่อบรมจิต ไม่อบรมปัญญา เพราะ  
 เหตุดังนี้แล การลบล้างวินัยย่อมมีเพราะการลบล้างธรรม การลบล้างธรรมย่อมมีเพราะการลบ  
 ล้างวินัย ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภัยในอนาคต ข้อที่ 1 นี้ ซึ่งยังไม่บังเกิดในบัดนี้ แต่จักบังเกิดในกาล  
 ต่อไป ภัยข้อนี้อันเธอทั้งหลายพึงรู้ไว้เฉพาะ ครั้นแล้วพึงพยายามเพื่อละภัยนั้น

อีกประการหนึ่ง ในอนาคต ภิกษุทั้งหลาย จักไม่อบรมกาย ไม่อบรมศีล ไม่อบรมจิต ไม่  
 อบรมปัญญา เมื่อไม่อบรมกาย ไม่อบรมศีล ไม่อบรมจิต ไม่อบรมปัญญา จักให้นิสัยแก่กุลบุตร  
 เหล่าอื่น จักไม่สามารถแนะนำแม่กุลบุตรเหล่านั้นในอธิศีล อธิจิต อธิปัญญา แม่กุลบุตรเหล่านั้นก็  
 จักไม่อบรมกาย ไม่อบรมศีล ไม่อบรมจิต ไม่อบรมปัญญา เมื่อไม่อบรมกาย ไม่อบรมศีล ไม่อบรม  
 จิต ไม่อบรมปัญญา ก็จักให้นิสัยแก่กุลบุตรเหล่าอื่น จักไม่สามารถแนะนำแม่กุลบุตรเหล่านั้นใน  
 อธิศีล อธิจิต อธิปัญญา แม่กุลบุตรเหล่านั้นก็จักไม่อบรมกาย ไม่อบรมศีล ไม่อบรมจิต ไม่อบรม  
 ปัญญา เพราะเหตุดังนี้แล การลบล้างวินัยย่อมมีเพราะการลบล้างธรรม การลบล้างธรรมย่อมมี  
 เพราะการลบล้างวินัย ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภัยในอนาคตข้อที่ 2 นี้ ซึ่งยังไม่บังเกิดในบัดนี้ แต่จัก  
 บังเกิดในกาลต่อไป ภัยข้อนี้อันเธอทั้งหลายพึงรู้ไว้เฉพาะ ครั้นแล้วพึงพยายามเพื่อละภัยนั้น

อีกประการหนึ่ง ในอนาคต ภิกษุทั้งหลายจักไม่อบรมกาย ไม่อบรมศีล ไม่อบรมจิต ไม่  
 อบรมปัญญา เมื่อไม่อบรมกาย ไม่อบรมศีล ไม่อบรมจิต ไม่อบรมปัญญา เมื่อแสดงอภิธรรมกถา  
 เวทีลลกถา หยั่งลงสู่ธรรมที่ผิด ก็จักไม่รู้สึกรู้สีก เพราะเหตุดังนี้แล การลบล้างวินัยย่อมมีเพราะการลบ  
 ล้างธรรม การลบล้างธรรมย่อมมีเพราะการลบล้างวินัย ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภัยในอนาคตข้อที่ 3  
 นี้ ซึ่งยังไม่บังเกิดในบัดนี้ แต่จักบังเกิดในกาลต่อไป ภัยข้อนี้อันเธอทั้งหลายพึงรู้ไว้เฉพาะ ครั้น  
 แล้วพึงพยายามเพื่อละภัยนั้น

อีกประการหนึ่ง ในอนาคต ภิกษุทั้งหลายจักไม่อบรมกาย ไม่อบรมศีล ไม่อบรมจิต ไม่  
 อบรมปัญญา เมื่อไม่อบรมกาย ไม่อบรมศีล ไม่อบรมจิต ไม่อบรมปัญญา พระสูตรต่าง ๆ ที่  
 ตถาคตได้ภาซิตไว้ เป็นสูตรลึกซึ้ง มีอรรถลึกซึ้งเป็นโลกุตระ ประกอบด้วยสุญญตาธรรม เมื่อพระ  
 สูตรเหล่านั้น อันบุคคลแสดงอยู่ก็จักไม่ฟังด้วยดี จักไม่เงี้ยวโศตลงสดับ จักไม่ตั้งจิตเพื่อรู้ จักไม่ใฝ่ใจ  
 ในธรรมเหล่านั้นว่าควรศึกษาเล่าเรียน แต่ว่าสูตรต่าง ๆ ที่นักกวีแต่งไว้ ประพันธ์เป็นบทกวี มี  
 อักษรสละสลวย มีพยัญชนะสละสลวย เป็นพาหิรกถา เป็นสาวกภาซิต เมื่อพระสูตรเหล่านั้น อัน

บุคคลแสดงอยู่ ก็จักฟังด้วยดี จักเงี้ยวโสตลงสดับ จักตั้งจิตเพื่อบรรลุ จักฝึกฝใจในธรรมเหล่านั้นว่าควรศึกษาเล่าเรียน เพราะเหตุดังนี้แล การลบล้างวินัยย่อมมีเพราะการลบล้างธรรม การลบล้างธรรมย่อมมีเพราะการลบล้างวินัย ตุก่อนภิกษุทั้งหลาย ภัยในอนาคตข้อที่ 4 นี้ ซึ่งยังไม่บังเกิดในบัดนี้ แต่จักบังเกิดในกาลต่อไป ภัยข้อนี้เธอทั้งหลายพึงรู้ไว้เฉพาะ ครั้นแล้ว พึงพยายามเพื่อละภัยนั้น

อีกประการหนึ่ง ในอนาคต ภิกษุทั้งหลายจักไม่อบรมกาย ไม่อบรมศีล ไม่อบรมจิต ไม่อบรมปัญญา เมื่อไม่อบรมกาย ไม่อบรมศีล ไม่อบรมจิต ไม่อบรมปัญญา ภิกษุผู้เถระก็จักเป็นผู้มีมาก มีความประพฤติย่อหย่อน เป็นหัวหน้าในความลวงละเมิด ทอดธุระในความสัจ จักไม่ปรารถนาความเพียร เพื่อถึงธรรมที่ยังไม่ถึง เพื่อบรรลุธรรมที่ยังไม่ได้บรรลุ เพื่อทำให้แจ้งธรรมที่ยังไม่ได้ทำให้แจ้ง ประชุมชนรุ่นหลังก็จักถือเอาภิกษุเหล่านั้นเป็นตัวอย่าง แม้ประชุมชนนั้นก็จักเป็นผู้มีมาก มีความประพฤติย่อหย่อน เป็นหัวหน้าในความลวงละเมิด ทอดธุระในความสัจ จักไม่ปรารถนาความเพียร เพื่อถึงธรรมที่ยังไม่ถึง เพื่อบรรลุธรรมที่ยังไม่ได้บรรลุ เพื่อทำให้แจ้งธรรมที่ยังไม่ได้ทำให้แจ้ง เพราะเหตุดังนี้แล การลบล้างวินัยย่อมมีเพราะการลบล้างธรรม การลบล้างธรรมย่อมมี เพราะการลบล้างวินัย ตุก่อนภิกษุทั้งหลาย ภัยในอนาคตข้อที่ 5 นี้ ซึ่งยังไม่บังเกิดในบัดนี้ แต่จักบังเกิดในกาลต่อไป ภัยข้อนี้เธอทั้งหลายพึงรู้ไว้เฉพาะ ครั้นแล้วพึงพยายามเพื่อละภัยนั้น

ตุก่อนภิกษุทั้งหลาย ภัยในอนาคต 5 ประการนี้แล ซึ่งยังไม่บังเกิดในบัดนี้ แต่จะบังเกิดในกาลต่อไป ภัยเหล่านั้นอันเธอทั้งหลายพึงรู้ไว้เฉพาะ ครั้นแล้วพึงพยายามเพื่อละภัยเหล่านั้น”<sup>11</sup>

### 2.2.2 ภาวนา 4 ความหมายในพจนานุกรม

ภาวนา 4 (การเจริญ, การทำให้เป็นให้มีขึ้น, การฝึกอบรม, การพัฒนา - Bhàvanà: growth; cultivation; training; development)

1. กายภาวนา (การเจริญกาย, พัฒนากาย, การฝึกอบรมกาย ให้รู้จักติดต่อกี่ยวข้องกับสิ่งทั้งหลายภายนอกทางอินทรีย์ทั้งห้าด้วยดี และปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ มิให้เกิดโทษให้กุศลธรรมงอกงาม ให้กุศลธรรมเสื่อมสูญ, การพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ - Kàya-bhàvanà: physical development)

2. สีลภาวนา (การเจริญศีล, พัฒนาคำประพฤติ, การฝึกอบรมศีล ให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัยไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดี เกื้อกูลแก่กัน - Sàlabhàvanà: moral development)

<sup>11</sup>อง.ปญจก.36/79/193-196.

3. จิตตภาวนา (การเจริญจิต, พัฒนาจิต, การฝึกอบรมจิตใจ ให้เข้มแข็งมั่นคง เจริญงอกงามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีเมตตากรุณา มีฉันทะ ขยันหมั่นเพียร อดทน มีสมาธิ และสดชื่นเบิกบาน เป็นสุขผ่องใส เป็นต้น - Citta-bhàvanà: cultivation of the heart; emotional development)

4. ปัญญาภาวนา (การเจริญปัญญา, พัฒนาปัญญา, การฝึกอบรมปัญญา ให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นแจ้งโลกและชีวิตตามสภาวะ สามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ ทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลสและปลดปล่อยจากความทุกข์ แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญา - Paññabhàvanà: cultivation of wisdom; intellectual development; wisdom development)

ในบาลีที่มา ท่านแสดงภาวนา 4 นี้ ในรูปที่เป็นคุณบทของบุคคล จึงเป็น ภาวิต 4 คือ ภาวิตกายภาวิตศีล ภาวิตจิต ภาวิตปัญญา (ผู้ได้เจริญกาย ศีล จิต และปัญญาแล้ว) บุคคลที่มีคุณสมบัติชุดนี้ครบถ้วนย่อมเป็นพระอรหันต์<sup>12</sup>

### 2.2.3 ภาวนา 4 ความหมายในทรรศนะนักปราชญ์ทางพระพุทธศาสนา

เพื่อให้ความหมายของ ภาวนา 4 มีความเข้าใจยิ่งขึ้น จึงเสนอความหมายในทรรศนะนักปราชญ์ทางพระพุทธศาสนา ดังนี้

**สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต)** ท่านได้อธิบายไว้ว่า “ถึงตอนนี้ ก็จึงต้องรู้ว่า ภาวนา 4 นั้นคืออะไร ขอแสดงความหมายไว้สั้น ๆ ดังนี้

1. กายภาวนา การเจริญกาย หรือพัฒนากาย คือ พัฒนาการความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางวัตถุหรือทางกายภาพ (รวมทั้งเทคโนโลยี) โดยเฉพาะรับรู้สิ่งทั้งหลายทางอินทรีย์ 5 (ตา หู จมูก ลิ้น กาย) ด้วยดี โดยปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ มิให้เกิดโทษ ให้กุศลธรรมงอกงาม ให้กุศลธรรมเสื่อมสูญ

2. ศีลภาวนา การเจริญศีล หรือพัฒนาศีล คือ พัฒนาการประพฤติ พัฒนาการสัมพันธ์ทางสังคมโดยตั้งอยู่ในระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดี เกื้อกูลกัน

3. จิตตภาวนา การเจริญจิต หรือพัฒนาจิต คือ ฝึกอบรมพัฒนาจิตใจ ให้เข้มแข็งมั่นคง เจริญงอกงามด้วยคุณธรรม เช่น มีเมตตากรุณา มีฉันทะ ขยันหมั่นเพียร อดทน มีสมาธิ และสดชื่นเบิกบาน เป็นสุข ผ่องใส เป็นต้น

4. ปัญญาภาวนา การเจริญปัญญา หรือพัฒนาปัญญา คือ ฝึกอบรมพัฒนาปัญญา ให้เจริญงอกงามจนเกิดความรู้แจ้งชัดตามเป็นจริง โดยรู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามที่มันเป็น รู้เท่าทัน เห็นแจ้งโลก

<sup>12</sup>สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), *พจนานุกรมพุทธศาสนา ฉบับประมวลธรรม*, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ผลิธัมม์ ในเครือ บริษัท สำนักพิมพ์เพ็ทแอนดีโฮม จำกัด, 2561), หน้า 70.

และชีวิตตามสภาวะสามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ ทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลสและปลดพ้นจากความทุกข์ มีชีวิตเป็นอยู่ แก้ไขปัญหาและทำการทั้งหลายด้วยปัญญาที่รู้ถึงเหตุปัจจัย

เมื่อรู้ความหมายของหลักธรรม คือ “ภาวนา” ที่เป็นเนื้อตัวของการปฏิบัติทั้ง 4 แล้ว ก็เข้าใจ “ภาวนา” ที่เป็นคุณสมบัติของท่านผู้จบการปฏิบัติ ผู้มีธรรมทั้ง 4 ข้อนั้นแล้ว ดังนี้

1. ภาวนิตกาย ผู้ได้เจริญกาย หรือมีกายที่พัฒนาแล้ว คือ ได้ฝึกอบรมพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางวัตถุหรือทางกายภาพ โดยรู้จักอยู่ดีมีสุขอย่างเกื้อกูลกันกับสิ่งสรรพและธรรมชาติ โดยเฉพาะให้การรับรู้ทางอินทรีย์ 5 เช่น ตู ฟัง เป็นไปด้วยสติและเพื่อปัญญา และให้การใช้สอยเสพบริโภคต่าง ๆ เป็นไปอย่างพอดีที่จะได้คุณค่าแท้ที่เป็นประโยชน์จริง ไม่หลงไหลเพลิดเพลินไปตามอิทธิพลของความชอบใจหรือไม่ชอบใจ ไม่ลุ่มหลงมัวเมา มิให้เกิดโทษ แต่ให้เป็นคุณ มิให้ถูกบาปอกุศลครอบงำ แต่หนุนให้กุศลธรรมงอกงาม

2. ภาวนิตศีล ผู้ได้เจริญศีล หรือมีศีลที่พัฒนาแล้ว คือ ได้พัฒนาความประพฤติ มีพฤติกรรมดีงามในความสัมพันธ์ทางสังคม โดยตั้งอยู่ในระเบียบวินัย อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดี ไม่ใช่กายวาจาและอาชีพในทางที่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหายแก่ใคร ๆ แต่ใช้เป็นเครื่องพัฒนาชีวิตของตน และช่วยเหลือเกื้อกูลกันสร้างสรรค์สังคม

3. ภาวนิตจิต ผู้ได้เจริญจิต หรือมีจิตใจที่พัฒนาแล้ว คือ ได้ฝึกอบรมพัฒนาจิตใจ ให้สดใสเบิกบาน ร่าเริง ผ่องใส โปร่งโล่ง เป็นสุข เจริญงอกงามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีน้ำใจเมตตา กรุณา ศรัทธา กตัญญูกตเวทิตา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ขยันหมั่นเพียร เข้มแข็ง อดทน สงบ มั่นคง มีสติ มีสมาธิ เป็นต้น

4. ภาวนิตปัญญา ผู้ได้เจริญปัญญา หรือมีปัญญาที่พัฒนาแล้ว คือ ได้ฝึกอบรมพัฒนาปัญญา ให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นแจ้งโลกและชีวิตตามสภาวะ ใช้ปัญญาแก้ไขปัญหาคับทุกขได้ปลดปล่อยตนให้บริสุทธิ์ปลดพ้นจากกิเลส มีชีวิตเป็นอยู่ด้วยปัญญา โดยมีจิตใจเป็นอิสระ สุขเกษมไร้ทุกข์

ข้อที่น่าสังเกตอย่างยิ่งในพุทธพจน์นั้น อยู่ตรงที่ตรัสว่า เหล่าภิกษุ ผู้มีใช้ภาวนิตกาย ภาวนิตศีล ภาวนิตจิต ภาวนิตปัญญา (มิได้พัฒนากาย-ศีล-จิต-ปัญญา) จะเป็นอุปัชฌาย์อาจารย์ฝึกสอนผู้อื่น และจักไม่สามารถแนะนำภิกษุทั้งหลายที่เป็นศิษย์ ในอริศีล อริจิต อริปัญญา (ศีล สมาธิ ปัญญา)

ที่น่าสังเกตก็คือ เวลาตรัสถึงคุณสมบัติของผู้สอน ทรงใช้คำในชุด ภาวนิต 4 ทางกาย ศีล จิต และปัญญา แต่เวลาตรัสถึงสิ่งที่จะสอน คือหลักธรรม หรือตัวข้อปฏิบัติ ทรงใช้คำในชุด สิกขา 3 ที่เราเรียกกันให้สะดวกว่า ศีล สมาธิ ปัญญา (เรียกเต็มว่า อริศีลสิกขา อริจิตสิกขา อริปัญญาสิกขา)<sup>13</sup>

<sup>13</sup>สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), *พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย*, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ผลิธัมม์ ในเครือ บริษัท สำนักพิมพ์เพ็ทแอนด์โฮม จำกัด, 2559), หน้า 348-349



ที่นี้ ก็มาถึงข้อสงสัยลำดับต่อไปที่ว่า พระพุทธเจ้า เมื่อทรงแสดงหลักการศึกษาศาสตร์หรือหลักธรรมที่เป็นตัวระบบการศึกษา โดยใช้หลัก “สิกขา 3” แล้ว เหตุใดเมื่อจะแสดงคุณสมบัติของผู้สอน จึงทรงเปลี่ยนไปใช้หลัก “ภาวิต 4” ข้อสงสัยนี้ก็ตอบง่าย ๆ อย่างที่บอกแล้วว่า มีวัตถุประสงค์หรือความมุ่งหมายในการตรัสแสดงต่างออกไปเป็นคนละอย่าง หลักสิกขา 3 นั้น สำหรับนำไปใช้ในการปฏิบัติ คือใช้กับชีวิตจริง ก็ให้เป็นไปตามระบบของธรรมชาติอย่างที่ว่าแล้ว ส่วนคุณสมบัติของผู้สอน เป็นเรื่องของคนที่จะมาดูหรือตรวจสอบกันเอง ตอนนี่ไม่ต้องไปห่วงเรื่องการทำงานของธรรมชาติแล้ว เอาที่ความประสงค์ของเราว่าดูหรือตรวจสอบตรงไหนอย่างไร จึงจะเห็นได้ชัดเจนดี และถ้าจับจุดถูก ก็จะถึงกันกับหลักความจริงของธรรมชาติ ไม่เห็นห่างไปไหน

ที่จริง ก็ดูไม่ยาก ขอให้ดูในสิกขาข้อแรก คือ “ศีล” ที่ว่าเป็นการสื่อกับโลก ติดต่อกับโลก ทั้งรับจากโลกและกระทำต่อโลก ตรงนี้แหละ เห็นได้ชัดทันที

ในสิกขาข้อศีลนั้น บอกแล้วว่า เราสื่อกับโลกทางประตูหรือช่องทาง (ทวาร) 2 ชุด ได้แก่ชุดแรก คือผัสสทวาร ที่นิยมเรียกว่าอินทรี ซึ่งเราสื่อด้วยการรับรู้เข้ามา ทางตา หู จมูก ลิ้น และกาย และชุดที่ 2 คือกรรมทวาร ซึ่งเราสื่อด้วยการกระทำต่อและต่อกันกับโลก (ต่อเพื่อนมนุษย์ ต่อสังคม และต่อสิ่งแวดล้อมอื่น ๆ) ด้วยการแสดงออกทางกาย และทางวาจา

จุดสังเกตและความต่างอยู่ตรงนี้เอง คือ ในแดนของการสื่อกับโลกนั้น ในขณะที่ขณะหนึ่ง (แยกละเอียดเป็นขณะจิตหนึ่ง ๆ) เราสื่อกับโลกทางทวารใดทวารหนึ่งเท่านั้น และจึงใช้ทวารชุดใดชุดหนึ่งใน 2 ชุดนั้น

เพราะฉะนั้น ตามหลักสิกขา 3 เมื่อศีล สมาธิ ปัญญา ทำงานในระบบองค์รวม สิกขาข้อศีล จึงเป็นการติดต่อหรือสื่อกับโลกด้วยทวารใดทวารหนึ่ง เป็นหนึ่งข้อ แล้วก็ สมาธิ และปัญญา เป็นข้อ 2 และ 3 ด้วยเหตุนี้การสื่อกับโลกทางทวารทั้ง 2 ชุด จึงต้องรวมอยู่ด้วยกันในข้อศีล (สำหรับให้เลือกเอาอย่างใดอย่างหนึ่ง) ระบบสิกขาจึงต้องเป็น 3 หรือได้แก่ 3

ที่นี้ พอถึงชุดคุณสมบัติของผู้สอน ตอนนี่ไม่ต้องคำนึงถึงการทำงานร่วมกันของสิกขา ๓ นั้นแล้ว คราวนี้จะแยกดูหรือตรวจสอบที่ตัวคน แยกต่างหากออกมาดูทีละอย่าง และจุดต่างก็อยู่ในข้อศีลนี้แหละ คือตรงที่แยกการสื่อสารสัมพันธ์กับโลกด้วยทวารต่างกันเป็น 2 ชุด คือ

ก) ผัสสทวาร (ทางรับรู้, นิยมเรียกว่า “อินทรี”) คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย (รวมทั้งชุมทางคือ ใจ เป็น 6) เป็นการ เห็น/ดู ได้ยิน/ฟัง ได้/ดมกลิ่น รู้/ลิ้มรส ถูกแตะต้องกาย (จับที่ใจว่า รู้ธรรมารมณ์)

ข) กรรมทวาร (ทางทำกรรม) คือ กาย วาจา (รวมชุมทางคือ ใจ ด้วยเป็น 3) เป็นการทำการพูด (ตั้งจุดเริ่มที่ใจ คือคิด)

จะเห็นว่า พระพุทธเจ้าทรงแยก 2 แดนย่อยในข้อศีลนี้เอง เป็น 2 ข้อแรกในชุดภาวิต 4 และทรงตั้งชื่อภาวิตข้อแรก ที่แยกการสื่อกับโลกทางผัสสทวารหรืออินทรีย์ ออกมาจากศีล เรียกเป็น “ภาวิตกาย” (ภายในที่นี้ คือ ปัญจทวาริกกาย) แสดงว่า พระพุทธเจ้าทรงเน้นความสำคัญของการสื่อกับโลกเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะการสื่อด้านการรับรู้ทางตา หู ฯลฯ ในข้อแรกนี้ คนมักจะมองข้าม แต่ในพระพุทธศาสนาถือเป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่งในระบบการพัฒนามนุษย์ เฉพาะอย่างยิ่งในการวัดผลของการพัฒนาคน ซึ่งควรจะเอาใจใส่กันให้มากขึ้น

ยิ่งเวลานี้ มาบรรจบกับยุคสมัยที่โลกถึงกับถูกเรียกว่า เข้าสู่ยุคข่าวสารข้อมูล แล้วก็ยุคไอที การพัฒนามนุษย์ในแดนนี้ ซึ่งเป็นจุดแยกสู่การพัฒนาปัญญาโดยตรง กับการจมลงในโมหะ ควรจะได้หลักภาวิตกายนี้เป็นปายัสัญญาณเตือนไม่ให้มนุษย์หลงทาง และให้เร่งใช้ไอทีนั้นพัฒนาอารยธรรมให้ถูกทาง อย่างไรก็ตาม ในที่นี้เพียงกล่าวถึงหลักนี้ไว้ แต่ยังไม่ลงสู่รายละเอียด

ส่วนแดนที่ 2 ซึ่งจับเอาการสื่อทางกรรมทวาร ขึ้นมาตั้งเป็นคุณสมบัติสำหรับตรวจสอบหรือวัดผลของการพัฒนาคน เรียกว่าภาวิตศีล กับแดนที่ 3 และ 4 คือ ภาวิตจิต และภาวิตปัญญา ก็ตรงกับสิกขาข้อ 1 (ตอนที่สอง) และข้อ 2 และ 3 จึงขอผ่านไป

ขอเพิ่มเกร็ดความรู้สักย่อยอีกเล็กน้อยว่า ภาวิตกาย คือผู้มีกายที่ได้พัฒนาแล้ว (หรือผู้มีกายภาวนา)นี้ ที่ได้อธิบายว่า ได้พัฒนากายด้านการสื่อกับโลกทางอินทรีย์ 5 หรือด้านการรับรู้ทางตา หู ฯลฯ นั้น บางทีอธิบายได้อีกนัยหนึ่ง โดยขยายความหมายของภายในข้อนี้ออกไป หมายถึงการสื่อสารสัมพันธ์กับโลกด้านกายภาพหรือด้านวัตถุทั้งหมด

ถ้าขยายความหมายของภาวิตกายออกไปอย่างนี้ ก็ปรับความหมายของภาวิตข้อที่ 2 คือ ภาวิตศีล ให้เข้าคู่กันเป็นว่า ภาวิตศีล คือ ผู้มีศีลที่พัฒนาแล้ว (หรือผู้มีศีลภาวนา) หมายความว่า ได้พัฒนาการสื่อสารสัมพันธ์กับเพื่อนมนุษย์ หรือการติดต่อเกี่ยวข้องแสดงออกทางสังคม ให้อยู่ร่วมกันด้วยดี ร่วมมือ สามัคคี และเกื้อกูลกัน

การให้ความหมายภาวิตกาย และภาวิตศีลอย่างนี้ โยงไปถึงหลักการจำแนกศีลเป็น 4 หมวด หรือ 4 ประเภท ที่เรียกว่า ปาวิสุทธิศีล (ความประพฤติบริสุทธิ์ที่จัดเป็นศีล) 4 คือ

1. ปาติโมกขสังวรศีล ศีลคือการสำรวมระวังตั้งอยู่ในปาติโมกข์ อันเป็นวินัยแม่บทของสงฆ์
2. อินทรียสังวรศีล ศีลคือความสำรวมอินทรีย์ รับรู้ เช่น ดู ฟัง อย่างมีสติ ให้ได้ปัญญา ให้ได้ประโยชน์ ไม่ถูกอกุศลครอบงำ
3. อาชีวาปาวิสุทธิศีล ศีลคือความบริสุทธิ์แห่งอาชีพะ เลี้ยงชีวิตโดยสุจริตชอบธรรม
4. ปัจจัยปฏิเสวนศีล (หรือปัจจัยสันนิสิตศีล) คือการเสพใช้สอยปัจจัยสี่ด้วยปัญญาที่รู้ความมุ่งหมายให้ได้ประโยชน์ตามความหมายและคุณค่าที่แท้ของสิ่งนั้น รู้จักประมาณ บริโภคแต่พอดี ไม่บริโภคด้วยตัณหา

ส่วนที่เป็นความสัมพันธ์ทางกายภาพ หรือกับวัตถุ กับธรรมชาติ ก็อยู่ในภาวิตกาย ส่วนที่เป็นความสัมพันธ์ทางสังคม ก็อยู่ในภาวิตศีล ทั้งนี้ เพื่อไม่ให้เย็นเยื่อ ขอบุติถึงแต่ย่นย่อเพียงเท่านี้

เมื่อได้ทำความเข้าใจกันไว้เป็นพื้นอย่างนี้แล้ว ก็จะสรุปคุณลักษณะของท่านผู้เข้าถึงนิพพาน หรือพระอรหันต์ตามแนวแห่งหลัก ภาวิต 4 ประการ คือ ภาวิตกาย ภาวิตศีล ภาวิตจิต และภาวิตปัญญา ดังได้กล่าวมา

ทั้งนี้ มีข้อพึงตระหนักว่า คุณลักษณะและคุณสมบัติต่อไปนี้ แม้จะจัดแยกไว้ต่างหากกันเป็นด้านนั้นด้านนี้ แต่แท้จริงแล้ว มิใช่แยกขาดจากกัน เพียงแต่จัดแยกออกไปตามด้านที่ปรากฏเด่น เพื่อประโยชน์ในการศึกษา ส่วนในการพัฒนา คุณเหล่านี้เนื่องกัน พัฒนามาด้วยกัน โดยเฉพาะไม่ขาดอิสรภาพของปัญญา”<sup>14</sup>

### 1. ภาวิตกาย : มีกายที่ได้พัฒนาแล้ว

ดังได้กล่าวแล้วว่า ถึงแม้ในพระไตรปิฎกจะมีพุทธพจน์ที่ตรัสถึงภาวิตกาย เป็นต้น หลายแห่ง แต่ไม่มีคำอธิบาย เหมือนว่าผู้ฟังรู้เข้าใจอยู่แล้ว แต่บางครั้ง มีคนภายนอก โดยเฉพาะพวกเดียรถีย์นิครนถ์ยกเรื่องนี้ขึ้นมาพูดตามความเข้าใจของเขา จึงเป็นเหตุให้พระพุทธเจ้าตรัสอธิบาย

ในพระสูตรชื่อว่ามหาสัจจกสูตร มีเรื่องที่เป็นเหตุปรารภทำนองนี้ จึงขอยกมาเล่าเป็นตัวอย่าง และในพระสูตรนี้ มีเฉพาะภาวิตกาย มากับภาวิตจิต (เพราะฝ่ายที่ยกเรื่องขึ้นมา พูดเฉพาะ 2 ภาวิตนี้)

เรื่องมีว่า เช้าวันหนึ่ง สัจจกะ นิครนถบุตร ผู้มีชื่อเสียงเด่นดังมาก (เป็นอาจารย์สอนบุตรหลานของเจ้าลิจฉวี แห่งแคว้นวัชชี อรรถกถาภิยมเรียกว่าสัจจกนิครนถ์) เดินมาที่พระพุทเจ้าประทับอยู่ ได้พบและสนทนากับพระพุทเจ้า เขาเริ่มต้นโดยยกเอาเรื่องกายภาวนา (การพัฒนากาย) และจิตตภาวนา (การพัฒนาจิต) ขึ้นมาพูด และกราบทูลพระพุทเจ้าว่า ตามความคิดเห็นของเขา เหล่าสาวกของพระองค์เอาแต่ขะมักเขม้นประกอบจิตตภาวนา แต่ไม่ประกอบกายภาวนา (เอาแต่พัฒนาจิต ไม่พัฒนากาย)

การที่สัจจกนิครนถ์แสดงที่ศนะขึ้นมาอย่างนี้ อรรถกถาบอกภูมิหลังว่า เพราะเขาเห็นพระภิกษุพากันหลีกเร้นอยู่ในที่สงบ ไม่มีการทรมานร่างกาย เมื่อเขาแสดงความเห็นออกมาอย่างนี้ พระพุทเจ้าก็ตรัสถามว่าแล้วตามที่เขาเรียนรู้อมา กายภาวนา (การพัฒนากาย) คืออย่างไร สัจจกนิครนถ์ก็ยกตัวอย่างการบำเพ็ญตบะถือพรตต่าง ๆ ในการทรมานร่างกาย (อัสติกสมถานุโยค) ว่านั่นแหละคือ กายภาวนา

<sup>14</sup>เรื่องเดียวกัน, หน้า 353-354.

พระพุทธเจ้าตรัสถามต่อไปว่า แล้วจิตตภาวนาล่ะ เขาเรียนรู้มาว่าเป็นอย่างไร ตรงนี้ สัจจนิกรณณ์ไม่สามารถอธิบายได้ พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า แม้แต่กายภาวนาที่เขาบอกมาก่อนนั้น ก็ไม่ใช่กายภาวนาหรือการพัฒนาภายในแบบแผนของอารยชน (อริยวินัย) นี้แม้แต่กายภาวนาเขายังไม่รู้ แล้วเขาจะรู้จักจิตตภาวนาได้จากที่ไหน จากนั้น จึงตรัสบอกให้สัจจนิกรณณ์ฟังคำที่จะทรงอธิบายว่า อย่างไรไม่เป็นภาวิตกาย ไม่เป็นภาวิตจิต และอย่างไรจึงจะเป็นภาวิตกาย อย่างไรจึงจะเป็นภาวิตจิต ดังจะยกความตอนที่เป็นสาระสำคัญมาดู<sup>15</sup> ความว่า

“อัคริเวสสนะ ก็อย่างไรเล่า ชื่อว่าเป็นผู้มีกายอันเจริญแล้วด้วย ชื่อว่าเป็นผู้มีจิตอันเจริญแล้วด้วย อัคริเวสสนะ เมื่ออริยสาวก ผู้ได้สดับแล้วในธรรมวินัยนี้ สุขเวทนาเกิดขึ้น, เธอถูกสุขเวทนาถูกต้อง มิได้เป็นผู้มีความกำหนดสุขเวทนา มิได้ถึงความเป็นผู้มีความกำหนดสุขเวทนา สุขเวทนาของเธอขึ้นดับไป, เพราะสุขเวทนาดับไป ทุกขเวทนาย่อมเกิดขึ้น เธอถูกทุกขเวทนาถูกต้อง ไม่เศร้าใจ ไม่ลำบาก ไม่รำไร ไม่คร่ำครวญท้ออก ไม่ถึงความหลงไหลไป. อัคริเวสสนะ สุขเวทนานั้น แม้เกิดขึ้นแล้ว แก่เธอ ก็ไม่ครอบงำจิตตั้งอยู่ได้เพราะความที่กายเป็นของที่ได้เจริญไว้, ทุกขเวทนา แม้เกิดขึ้นแล้ว ก็ไม่ครอบงำจิตตั้งอยู่ได้ เพราะความที่จิตเป็นของที่ได้เจริญไว้. อัคริเวสสนะ สุขเวทนาแม้เกิดขึ้นแล้ว เป็นสองฝ่ายแก่ใคร ๆ อย่างนี้ ก็ไม่ครอบงำจิตตั้งอยู่ได้ เพราะความที่กายเป็นของที่ได้เจริญไว้. ทุกขเวทนาแม้เกิดขึ้นแล้ว ก็ไม่ครอบงำตั้งอยู่ได้ เพราะความที่จิตเป็นของที่ได้เจริญไว้. อัคริเวสสนะ อย่างนี้แล ชื่อว่าเป็นผู้มีกายอันเจริญแล้วด้วย ชื่อว่าเป็นผู้มีจิตอันเจริญแล้วด้วย”<sup>16</sup>

## 2. ภาวิตศีล : มีศีลที่ได้พัฒนาแล้ว

ในด้านความประพฤติทั่วไป ที่เรียกว่า “ศีล” มีคำกล่าวแสดงลักษณะของผู้บรรลุนิพพานแล้ว ไม่สู้บ่อยครั้งนัก ทั้งนี้ เพราะตามหลัก ศีลเป็นสิกขา หรือการศึกษาขั้นต้น พระอริยบุคคลย่อมเป็นผู้มีศีลสมบูรณ์แล้วตั้งแต่ชั้นโสดาบัน และเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ ที่ผู้เข้าถึงนิพพานบรรลู่ ก็เป็นภาวะที่ทำให้ความทุกข์หรือความประพฤติเสียหาย ไม่มีเหลือต่อไป

โดยนัยดังกล่าวมา ข้อที่ควรพิจารณา ณ ที่นี้ จึงเหลือจำกัดเพียงข้อที่ว่า พระอรหันต์ดำเนินชีวิตอย่างไรทำกิจกรรมหรือประกอบกิจการงานอะไร ในรูปลักษณะอย่างไร

ประการแรก พระอรหันต์เป็นผู้ดับกรรม หรือสิ้นกรรม การกระทำของท่านไม่เป็นกรรมอีกต่อไปในคัมภีร์ฝ่ายอภิธรรม มีคำเรียกการกระทำของท่านว่าเป็น “กิริยา”

ที่ว่า “ดับกรรม” นั้น หมายถึงไม่กระทำการต่างๆ โดยมีวิชา ตัณหา อุปาทาน ครอบงำหรือชักจูงใจแต่ทำด้วยจิตใจที่เป็นอิสระ มีปัญญาารู้แจ้งชัดตามเหตุผล เลิกทำการอย่างปุถุชนเปลี่ยนเป็นทำอย่างอริยชน คือ

<sup>15</sup>เรื่องเดียวกัน, หน้า 355.

<sup>16</sup>ม.ม.19/409/111-112.



ไม่ทำการด้วยความยึดมั่นในความดีความชั่วที่เกี่ยวกับตัวฉันของฉัน ผลประโยชน์ของฉัน ที่จะให้ฉันได้เป็นอย่งนั้นอย่างนี้ ไม่มีความปรารถนาเพื่อตัวตนเคลือบแฝงอยู่ ไม่ว่าในรูปที่หยาบหรือละเอียด แม้แต่ความภูมิใจอยู่ภายในว่านั่นเป็นความดีของฉัน หรือว่าฉันได้ทำความดี เป็นต้น ทำไปตามวัตถุประสงค์ของกิจนั้น ๆ ตามเหตุผลของเรื่องนั้น ๆ ตามที่มันควรจะเป็นของมันล้วน ๆ จึงเป็นการกระทำขั้นที่ลอยพ้นเหนือกรรมดีขึ้นไปอีกส่วนกรรมชั่วเป็นอันไม่ต้องพูดถึง เพราะหมดโลภะ โทสะ โมหะ ที่จะเป็นเหตุปัจจัยให้ทำความชั่วเสียแล้ว

อย่างไรก็ดี บางคราวมีผู้ตั้งข้อสงสัยว่า ตามปกติ คนเราจะทำอะไรได้ จะต้องมีแรงจูงใจในการกระทำและแก่นสำคัญของแรงจูงใจทั้งหลายก็คือ ความปรารถนา ความต้องการ ซึ่งควรจะรวมอยู่ในคำว่า “ตัณหา” เมื่อผู้บรรลุนิพพานละตัณหาเสียแล้ว ก็หมดแรงจูงใจ จะทำการต่าง ๆ ได้อย่างไร คงจะกลายเป็นคนอยู่เฉย ไม่ทำอะไรเลย แม้จะไม่ทำความชั่วก็จริง แต่ก็ไม่ทำความดีอะไรด้วย ก็คงไม่มีประโยชน์อะไร

ในที่นี้ คำตอบขั้นต้นอย่างง่าย ๆ มีว่า มิใช่แต่ความอยากความปรารถนาเท่านั้นที่เป็นแรงจูงใจ แม้ความคำนึงเหตุผลก็เป็นแรงจูงใจได้เช่นกัน ดังจะเห็นได้ในปุถุชน เมื่อจะทำการบางอย่าง บางคราวมีการต่อสู้กันภายในจิตใจระหว่างพลังสองฝ่าย คือ ระหว่างความปรารถนาผลประโยชน์ส่วนตัว กับความรู้เหตุผลรู้ชั่วบ้างคราวเขาก็ทำตามความอยากได้ บางคราวเขาก็ทำตามเหตุผล

พิจารณาถึงลงไปอีกชั้นหนึ่ง ชีวิตเป็นอยู่ได้ด้วยอาศัยพลังที่ทำให้มันมีชีวิต คือ มีความเคลื่อนไหวขยับขยายตัว ถ้าไม่มีองค์ประกอบอย่างอื่นเข้ามาเกี่ยวข้อง ชีวิตจะเคลื่อนไหวไปตามทางที่ความรู้บอกให้ แต่เพราะขาดความรู้ หรือความรู้ไม่เพียงพอ ตัณหาจะได้โอกาสเข้ามาบิดเบือนหรือบงการความเคลื่อนไหวของชีวิตไม่เฉพาะบงการให้ทำเท่านั้น บางครั้งเมื่อความรู้บอกให้แล้วว่า ควรกระทำ แต่ตัณหาในรูปของความเกียจคร้านเป็นต้น เข้าครอบงำเสีย กลับเหนียวรั้งไว้ไม่ให้กระทำก็มีในภาวะเช่นนี้ จึงกล่าวได้ว่า ตัณหาหรือความอยาก ไม่เป็นแต่เพียงแรงจูงใจให้กระทำเท่านั้น แต่เป็นแรงจูงใจไม่ให้กระทำด้วย แต่ถ้าจะพูดให้ถูกทีเดียว การไม่กระทำในกรณีนี้ ก็เป็นการกระทำอย่างหนึ่งเหมือนกัน คือ กระทำการไม่กระทำ เพราะมีกิจกรรมที่เรียกว่าการไม่กระทำนี้เกิดขึ้นในรูปของการหน่วงรั้งไว้ ดังนั้น หน้าทีของตัณหาในที่นี้ คือ เป็นแรงจูงใจ ทั้งในการกระทำการกระทำและในการกระทำการไม่กระทำ

เป็นอันว่า เพราะมีตัณหาคอยขัดขวาง บีบ และบงการ จึงทำให้การเคลื่อนไหวโดยพลังของชีวิต ไม่เป็นอิสระตามทางที่ความรู้บอกให้ เมื่อใด พ้นจากอำนาจครอบงำหรือแรงเร้าแฝงกระชิบของตัณหา เมื่อนั้น ก็จะมีการเคลื่อนไหวที่เป็นอิสระตามทางของปัญญา นี่คือภาวะที่ชีวิตเป็นอยู่และดำเนินไปด้วยปัญญา

อย่างไรก็ดี ถ้ามองลึกกลงไปอีก โดยแยกแยะวิเคราะห์ให้ละเอียด จะเห็นซ้อนขึ้นมาอีกว่า เมื่อปัญญาารู้เข้าใจมองเห็นว่าควรจะทำหรือไม่ควรทำอะไรตามเหตุผลที่ควรจะเป็นนั้น พอปัญญาบอกขึ้นมาอย่างนั้น ก็จะมีแรงขึ้นมาอย่างหนึ่งในจิตใจ ที่ช่วยขับเคลื่อนพาไปสู่การกระทำหรือไม่กระทำนั้น อันเรียกได้ว่าเป็นความอยากอีกแบบหนึ่ง หรือเรียกได้ว่าเป็นแรงจูงใจซึ่งเกิดจากปัญญา ดังที่จะพูดต่อไปควรย้ำไว้อีกว่า เมื่อมีการไม่กระทำสิ่งที่ควรทำ เช่น นักเรียนไม่สนใจบทเรียน หรือคนไม่ช่วยเหลือกัน เป็นต้น ไม่เพียงคำนึงถึงแต่เพียงการขาดแรงจูงใจที่จะให้กระทำเท่านั้น แต่ควรพิจารณาถึงแรงจูงใจให้ไม่กระทำด้วย คือพิจารณาถึงต้นเหตุที่มาในรูปของความเกียจคร้าน ความไม่ชอบใจ ความเพลิดเพลีนกับอารมณ์อื่น เป็นต้น ซึ่งมีกำลังมากกว่า จุดดิ่งไว้ การใช้แรงจูงใจแบบต้นเหตุ จึงมักเป็นการเพิ่มหรือเร่งร้าวพลังแข่งขันต้านทานระหว่างแรงจูงใจให้กระทำ กับแรงจูงใจให้ไม่กระทำ ฝ่ายไหนแรงกว่าก็ชนะไป ข้อนี้เป็นลักษณะอย่างหนึ่งที่แตกต่างจากกรณีมีแรงจูงใจซึ่งเกิดจากปัญญา

ตรงนี้ มีเรื่องที่ชอบทำความเข้าใจแทรกไว้หน่อยหนึ่ง คือ เมื่อก็นี้ได้พูดถึง “แรงจูงใจแบบต้นเหตุ” แล้วก็พูดถึง “แรงจูงใจซึ่งเกิดจากปัญญา” ตามที่พูดนั้น จะเห็นทำนองว่า สองอย่างนั้นเป็นแรงจูงใจที่ตรงข้ามกัน เรื่องนี้ ที่จริง จะอธิบายเป็นหัวข้อใหญ่อย่างหนึ่งข้างหน้า แต่ตรงนี้ มีเรื่องเกี่ยวข้องเข้ามา ก็ควรทำความเข้าใจเป็นพื้นไว้เล็กน้อย

ถ้าพูดอย่างง่าย ๆ ในที่นี้ เรามีแรงจูงใจ 2 อย่าง คือ แรงจูงใจแบบต้นเหตุ ซึ่งเป็นแรงจูงใจที่เกิดจากความรู้สึก ได้แก่ ความอยาก ความปรารถนา ความต้องการ ที่เป็นไปตามความรู้สึก เช่น รู้สึกชอบใจ ก็อยากได้รู้สึกว่าร่อย ก็อยากลิ้มรส เป็นความอยากหรือความต้องการโดยไม่ต้องมีความรู้ว่าจะถูกต้องไหม มีคุณหรือมีโทษ เป็นประโยชน์หรือไม่ นี่เป็นแรงจูงใจอย่างที่ 1

ส่วนแรงจูงใจอย่างที่ 2 ที่ว่าแรงจูงใจซึ่งเกิดจากปัญญา พูดง่าย ๆ ก็คือ แรงจูงใจที่เกิดจากความรู้อันได้แก่ ความอยาก ความปรารถนา ความต้องการ ที่เป็นไปตามความรู้เข้าใจเหตุผลและความถูกต้องเป็นจริง เช่น เห็นพื้นถนนขยักเขยิบ สกปรก รก มีสิ่งกีดขวางเกะกะหรือจะทำให้ลื่นไถล เราารู้เข้าใจว่า ถนนเป็นทางสัญจรซึ่งที่ถูกต้องตรงตามเหตุผลและความจริงนั้น พึงสะอาดเรียบร้อยปลอดภัย เมื่อเห็นถนนเสียหายอย่างนั้น ก็อยากทำให้สะอาดเรียบโล่งคล่องไร้อุปสรรค ความอยากหรือความต้องการอย่างนี้ เป็นแรงจูงใจอย่างที่ 2 มีชื่อเรียกให้เป็นคู่ตรงข้ามกับอย่างแรกคือแรงจูงใจแบบต้นเหตุ นั้นว่า เป็น “แรงจูงใจแบบฉันทะ”

“ฉันทะ” คือ ความอยาก ความปรารถนา ความต้องการที่ตรงไปตรงมาตามสภาวะ คืออยากให้สิ่งนั้นๆ ดี งาม สมบูรณ์ ตรงหรือเต็มตามสภาวะที่จะพึงเป็นไปของมัน ซึ่งไม่เกี่ยวกับความชอบใจ หรือไม่ชอบใจ และการที่จะได้จะเอาหรือจะให้สลายไป เพื่อสนองความรู้สึกแห่งตัวตนของเรา แต่ความอยากความปรารถนาความต้องการที่เป็นแรงจูงใจแบบฉันทะนั้น พัฒนาขึ้นไปตามพัฒนาการของปัญญา

ที่นี้ ฉันทะ ที่ปรารถนา ที่ต้องการให้สิ่งทั้งหลาย ดี งาม สมบูรณ์ ตรงหรือเต็มตามสภาวะที่จะพึงเป็นไปของมันนั้น เมื่อมาเกี่ยวข้องกับคน ก็แสดงออกเป็นความอยากความต้องการให้บุคคลนั้นๆ ดีงาม สมบูรณ์แข็งแรง สดใส น่าชื่นชม มีความสุข ตลอดจนอยากให้เขาดำรงอยู่ในภาวะแห่งความถูกต้อง สมควร เป็นธรรมไม่มีความบกพร่องผิดพลาด<sup>17</sup>

### 3. ภาวิตจิต : มีจิตที่ได้พัฒนาแล้ว

ภาวะทางจิตที่สำคัญเป็นพื้นฐาน คือ ความเป็นอิสระ หรือเรียกตามคำพระว่าความหลุดพ้น ภาวะนี้เป็นผลสืบเนื่องจากปัญญา คือ เมื่อเห็นตามเป็นจริง รู้เท่าทันสังขารแล้ว จิตจึงพ้นจากอำนาจครอบงำของกิเลส ท่านมักกล่าวบรรยายการเข้าถึงภาวะนี้ว่า

“จิตที่ปัญญาบ่มงอมแล้ว ย่อมหลุดพ้น จากอาสวะทั้งหลาย” หรือ

“เมื่อเธอรู้อย่างนี้ เห็นอย่างนี้ จิตย่อมหลุดพ้น แม้จากกามาสวะ จิตย่อมหลุดพ้น แม้จากภวาสวะ จิตย่อมหลุดพ้น แม้จากอวิชาสวะ”

ลักษณะด้านหนึ่งของความเป็นอิสระ ในเมื่อไม่ถูกกิเลสครอบงำ ก็คือ การไม่ตกเป็นทาสของอารมณ์ที่เฝ้าหวงหรือเฝ้าหวง อย่างที่ท่านเรียกว่า อารมณ์เป็นที่ตั้งของราคะหรือโลภะ โทสะ และโมหะ เพราะจิตปราศจากราคะ โทสะ โมหะแล้ว

ยิ่งกว่านั้น ยังมีผลสืบเนื่องจากความปราศจากราคะ โทสะ โมหะต่อไปอีก คือ ทำให้ไม่มีความหวาดเสียว สะดุ้ง สะท้าน หวั่นไหว

นอกจากไม่มีเหตุที่จะให้ทำความชั่วเสียหายที่ร้ายแรงแล้ว ยังมีหลักประกันความสุจริตใจในการทำงานด้วย สามารถเป็นนายของอารมณ์ ถึงขั้นที่เรียกว่า เป็นผู้อบรมเจริญอินทรีย์แล้ว (มีอินทรีย์ภาวณา) คือ เมื่อรับรู้อารมณ์ เช่น รูป เสียง กลิ่น รส เป็นต้น เกิดความรู้ตามปกติขึ้นมาว่า ของน่าชอบใจ ไม่น่าชอบใจ หรือเป็นกลาง ๆ ก็ตาม ก็สามารถบังคับสัญญาของตนได้ ให้เห็นของปฏิกุศล เป็นไม่ปฏิกุศล เห็นของไม่ปฏิกุศล เป็นปฏิกุศล เป็นต้น ตลอดจนจะสลัดทั้งปฏิกุศลและไม่ปฏิกุศล วางใจเฉยเป็นกลาง อยู่อย่างมีสติสัมปชัญญะ ก็ทำได้ตามต้องการ ดังที่กล่าวแล้วในหลักเกี่ยวกับภาวิตินทรีย์ ในด้านของภาวิตกาย เป็นผู้มีความสติควบคุมตนได้ เรียกว่าเป็นคนที่ฝึกแล้ว หรือผู้ชนะตนเอง ซึ่งเป็นยอดของผู้ชนะสงคราม

พร้อมกันนั้นก็ยังมีจิตหนักแน่น มั่นคง ไม่หวั่นไหวโยกคลอนไปตามอิฏฐารมณ์อนิฏฐารมณ์เหมือนภูเขาหินใหญ่ ไม่หวั่นไหวด้วยแรงลม หรือเหมือนผืนแผ่นดินเป็นต้น ที่รองรับทุกสิ่ง ไม่ขัดเคืองผูกใจเจ็บต่อใครไม่ว่าจะทั้งของดีของเสียของสะอาดไม่สะอาดหรือไม่ว่าอะไรลงไป อีกด้านหนึ่งของความหลุดพ้นเป็นอิสระ คือ ความไม่ติดในสิ่งต่างๆ ซึ่งท่านมักเปรียบกับใบบัวที่ไม่ติดไม่เปียกน้ำ และ

<sup>17</sup>เรื่องเดียวกัน, หน้า362-364.

ดอกบัวที่เกิดในเปือกกม แต่สะอาดงามบริสุทธิ์ ไม่เปื้อนโคลน เริ่มต้นแต่ไม่ติดในกาม ไม่ติดในบุญ บาบ ไม่ติดในอารมณ์ต่างๆ อันจะเป็นเหตุให้ต้องรำพึงหลังหวังอนาคต ดังบาลีว่า “ผู้ถึงธรรม ไม่เศร้า โศกถึงสิ่งที่ล่วงแล้ว ไม่ฝืนเพื่อถึงสิ่งที่ยังไม่มาถึง ดำรงอยู่ด้วยสิ่งที่เป็นปัจจุบัน ฉะนั้น ฌีพรของ ท่านจึงผ่องใส; ส่วนเหล่าชนผู้อ่อนปัญญา ฝืนฝืนเพื่อถึงสิ่งที่ยังไม่มาถึง และหวนละห้อยถึง ความหลังอันล่วงแล้ว จึงชูปชิตหม่นหมอง เสมือนต้นอ้อสด ที่เขาถอนทิ้งขึ้นทิ้งไว้ที่ในกลางแดด”<sup>18</sup>

#### 4. ภาวิตปัญญา : มีปัญญาที่ได้พัฒนาแล้ว

ลักษณะสำคัญที่เป็นพื้นฐานทางปัญญาของผู้บรรลุนิพพาน คือ การมองสิ่งทั้งหลายตามที่มันเป็นหรือเห็นตามเป็นจริง เริ่มต้นตั้งแต่การรับรู้อารมณ์ทางอายตนะ ด้วยจิตใจที่มีท่าที่เป็นกลาง และมีสติไม่หวั่นไหว ไม่ถูกชักจูงไปตามความชอบใจ ไม่ชอบใจ สามารถตามดูรู้เห็นอารมณ์นั้นๆ ไปตามสภาวะของมัน ตั้งแต่ต้นจนตลอดสาย ไม่ถูกความคิดพิน ความข้องขัดขุ่นมัว หรือความกระทบ กระแทกที่เนื่องจากอารมณ์นั้นฉุครั้งหรือสะดุดเอาไว้ให้เขวออกไปเสียก่อน

ทั้งนี้ ต่างจากปุถุชนที่ เมื่อรับรู้อารมณ์ใด ก็มักไปสะดุดอยู่ตรงจุดหรือแง่ที่กระทบความชอบใจไม่ชอบใจแล้วเกาะเกี่ยวพัวพันอยู่ตรงนั้น สร้างความตรึงตรึงคิดปรุงแต่งผันพิสดารขึ้นตรงนั้น แล้ว ไกลหรือเขวออกไปจากทางแห่งความเป็นจริง เกิดความรู้ ความเข้าใจที่คลาดเคลื่อน คือรู้เห็นไปตาม อำนาคกิเลสที่ปรุงแต่ง ไม่รู้เห็นตามความเป็นไปของสิ่งนั้นๆ เรื่องนั้นๆ เช่น เรื่องราวมีสาระอย่าง เดียวกัน คนหนึ่งมาพูดโดยเสริมคำยืนยันของผู้ฟังประกอบเข้าด้วย ผู้ฟังนั้นเห็นคล้อยไปตาม แต่อีกคน หนึ่งมาพูดโดยไม่เสริมแต่งเลย ผู้ฟังเดียวกันนั้นก็กลับไม่เห็นชอบด้วย หรือข้อความอย่างเดียวกัน คนที่ ผู้ฟังรักใคร่ชอบใจนำมาพูด ผู้ฟังชมว่าถูกต้องเห็นดีเห็นงามไปตาม แต่คนที่ผู้ฟังเกลียดชังนำมาพูด ผู้ฟังเห็นเป็นสิ่งที่ผิดพลาดเสียหาย ไม่อาจยอมรับได้ ดังนี้ เป็นต้น

ลึกซึ้งลงไปอีก คือปัญญาที่รู้เท่าทันสังขาร รู้สามัญลักษณะที่เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา รู้เท่าทันสมมติบัญญัติ ไม่ถูกหลอกให้หลงไปตามรูปลักษณ์ภายนอกของสิ่งทั้งหลาย และยอมรับความจริงทุกด้าน มิใช่ติดอยู่เพียงแง่ใดแง่หนึ่ง

ความรู้เห็นตามที่มันเป็น หรือรู้เห็นตามความเป็นจริงขั้นนี้ จะช่วยแก้ความเข้าใจผิดที่ว่า พระพุทธศาสนาเป็นลัทธิมองแง่ร้ายได้โดยสิ้นเชิง เช่น ผู้เข้าถึงพุทธธรรมรู้ว่าชั้น 5 มิใช่เป็นทุกข์หรือ เป็นสุขเพียงอย่างเดียวอย่างหนึ่ง โดยส่วนเดียว รู้ว่า

“ความอยากย่อมนใจที่เกิดจากความนึกคิดของคน (ต่างหาก) เป็นกาม, อารมณ์อันวิจิตร ทั้งหลายในโลก หาชื่อว่ากามไม่... อารมณ์อันวิจิตรทั้งหลายในโลก ย่อมตั้งอยู่ตามสภาพของมันอย่าง นั้นเอง ดังนั้น ธีรชนทั้งหลายจึงเปลื้องออกไป (เพียง) ความติดใคร่ในอารมณ์เหล่านั้น”

<sup>18</sup>เรื่องเดียวกัน, หน้า 371-372.



ผู้ที่จะตรัสรู้ได้ ต้องเข้าใจทั้งส่วนดีหรือส่วนที่น่าชื่นชม (อัสสาทะ) ส่วนเสียหรือส่วนที่เป็นโทษ (อาทีนพ) และทางปลอดพ้น (นิสสรณะ) ของกาม ของโลก ของชั้น 5 มองเห็นส่วนดีว่าเป็นส่วนดี มองเห็นส่วนเสียว่าเป็นส่วนเสีย มองเห็นทางปลอดพ้นว่าเป็นทางปลอดพ้น แต่ที่ละกาม หายติดใจในโลก เลิกยึดชั้น 5 เสีย ก็เพราะมองเห็นทางปลอดพ้นเป็นอิสระ (นิสสรณะ) ซึ่งจะช่วยให้อยู่ดีมีสุขได้โดยไม่ต้องขึ้นต่อส่วนดีและส่วนเสียเหล่านั้นอีกทั้งเป็นการอยู่ดีมีสุขที่ประเสริฐกว่า ประณีตกว่า อีกด้วยความรู้เท่าทันสมมติบัญญัตินั้น รวมไปถึงการรู้เข้าใจวิถีทางแห่งภาษา ที่เรียกว่าโวหารโลก รู้จักใช้ภาษาเป็นเครื่องสื่อความหมาย โดยไม่ยึดติดในสมมติของภาษา ดังพุทธพจน์ว่า

“ภิกษุผู้มีจิตหลุดพ้นแล้ว ย่อมไม่กล่าวเข้าข้างกับใคร ไม่กล่าวทู่เมียงกับใคร, อันใดเขาพูดกันในโลก ก็กล่าวไปตามนั้น ไม่ยึดถือ”

“ภิกษุผู้เป็นอรหันตชีนาสพ...จะฟังกล่าวว่า ฉันพูด ดั่งนี้ก็ดี เขาพูดกับฉัน ดั่งนี้ก็ดี เธอเป็นผู้ฉลาด รู้ถ้อยคำที่เขาพูดกันในโลก ก็ฟังกล่าวไปตามโวหารเท่านั้น”

“ภิกษุทั้งหลาย เราไม่ขัดแย้งกับโลกดอก โลกต่างหากขัดแย้งกับเรา; ธรรมวาที (ผู้กล่าวธรรม, ผู้พูดตามธรรม) ย่อมไม่ขัดแย้งกับใครในโลก, สิ่งใดบัณฑิตในโลกสมมติกันว่ามี เราก็กล่าวสิ่งนั้นว่าไม่มี, สิ่งใดบัณฑิตในโลกสมมติกันว่ามี เราก็กล่าวสิ่งนั้นว่ามี”

“เหล่านี้เป็นโลกสมัญญา เป็นโลกนิรุตติ เป็นโลกโวหาร เป็นโลกบัญญัติ ซึ่งตถาคตใช้พูดจาแต่ไม่ยึดถือ”

เมื่อเกิดปัญญาเห็นสิ่งทั้งหลายตามที่มันเป็น เห็นอาการที่มันเกิดจากเหตุปัจจัยอาศัยกัน และกันจึงมีขึ้นก็เข้าใจโลกและชีวิตตามเป็นจริง เรียกว่าเกิดมีโลกทัศน์และชีวิตทัศน์ที่ถูกต้อง ความยึดถือ ทิฏฐิ ทฤษฏีทั้งหลายในทางอภิปรายหา รวมทั้งความสงสัยในปัญหาต่าง ๆ ที่เรียกว่าอภัยกตปัญหา (ปัญหาที่พระพุทธเจ้าไม่ทรงพยากรณ์) เช่นว่า โลกเที่ยง หรือไม่เที่ยง เป็นต้น ก็พลอยหายหมดไปด้วยพร้อมกันอย่างเป็นไปเอง ดังบาลีว่า

“ภิกษุทั้งหลาย เพราะอวิชชาจางหายดับไปไม่เหลือ ความเห็นขัดแย้งกันไปต่างๆ การถือถือติง ความเห็นที่พาลันสับสน อย่างหนึ่งอย่างใดก็ตามว่า สังขารเป็นไฉน สังขารเหล่านี้ของใคร, สังขารก็อย่างหนึ่ง เจ้าของสังขารก็อย่างหนึ่ง, ตัวชีวะกับสรีระเป็นอันเดียวกัน ตัวชีวะก็อย่างหนึ่ง สรีระก็อีกอย่างหนึ่ง, ความเห็นเหล่านั้นทั้งปวง ย่อมถูกละหมดไป...”

และเมื่อภิกษุรูปหนึ่งทูลถามว่า “อะไรเป็นเหตุเป็นปัจจัย ให้อริยสาวกผู้ได้เรียนสดับแล้ว ไม่เกิดความสงสัยในเรื่องที่พระองค์ไม่ทรงพยากรณ์?” พระพุทธเจ้าตรัสตอบว่า

“เพราะทิฏฐิดับไป อริยสาวกผู้ได้เรียนสดับแล้ว จึงไม่เกิดความสงสัย ในเรื่องที่เราไม่พยากรณ์... ปุถุชนผู้มีได้เรียนสดับ ย่อมไม่รู้ชัดซึ่งทิฏฐิ ไม่รู้ชัดเหตุเกิดแห่งทิฏฐิ ไม่รู้ชัดการดับทิฏฐิ ไม่

รู้ชัดปฏิบัติที่ดำเนินไปสู่ความดับแห่งทิฏฐิ ทิฏฐินั้นจึงพอกพูนแก่เขา เขาย่อมไม่พ้นจากชาติ ชรามรณะ โสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส อุปายาส”<sup>19</sup>

สรุปได้ว่า หลักภาวนา 4 เป็นหลักธรรมที่ กล่าวถึงการปฏิบัติตนให้ถึงพร้อมของผู้ที่ดำเนินชีวิตของตนเอง และเพื่อเป็นกำลังในการส่งเสริมพัฒนาคนอื่น และชุมชน หรือกล่าวได้ว่าเป็นหลักธรรมอันผู้ที่เจริญแล้ว(ผู้เข้าถึงนิพพาน) ได้ดำเนินชีวิตตนเอง ดังคำบาลีที่มา ท่านแสดงภาวนา 4 ในรูปที่เป็นคุณบทยบุคคล จึงเป็น ภาวิต 4 คือ ภาวิตกาย ภาวิตศีล ภาวิตจิต ภาวิตปัญญา เป็นต้น

## 2.3 แนวคิดว่าด้วย การดำเนินชีวิต

แนวคิดว่าด้วย“การดำเนินชีวิต” ในความหมายต่าง ๆ ดังนี้

**สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต)** กล่าวว่า “คนเรานี้ จะมีความสุขอย่างแท้จริง ก็ต้องดำเนินชีวิตให้ถูกต้อง คือจะต้องปฏิบัติถูกต้องต่อชีวิตของตนเอง และต่อสภาพแวดล้อม ทั้งทางสังคม ทางธรรมชาติ และทางวัตถุโดยทั่วไป รวมทั้งเทคโนโลยี คนที่รู้จักดำเนินชีวิตได้ถูกต้อง ย่อมมีชีวิตที่ดีงาม และมีความสุขที่แท้จริง ซึ่งหมายถึงการมีความสุขที่เอื้อต่อการเกิดมีความสุขของผู้อื่นด้วย

อย่างไรก็ตาม การดำเนินชีวิตอย่างถูกต้อง หรือการปฏิบัติถูกต้องต่อสิ่งทั้งหลาย อย่างที่กล่าวมานี้ เป็นการพูดแบบรวมความ ซึ่งถ้าจะให้มองเห็นชัดเจน จะต้องแบ่งขอยออกไปเป็นการปฏิบัติถูกต้องในกิจกรรมส่วนย่อยต่างๆ ของการดำเนินชีวิตนั้นมากมาย หลายแง่หลายด้าน

ดังนั้น เพื่อเสริมความเข้าใจในเรื่องนี้ จึงควรกล่าวถึงการปฏิบัติถูกต้องในแง่ด้านทั้งหลาย ซึ่งเป็นส่วนย่อยที่ประกอบกันขึ้นเป็นการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องนั้น หรือกระจายความหมายของการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องนั้นออกไป ให้เห็นการปฏิบัติถูกต้องแต่ละแง่แต่ละด้าน ที่เป็นส่วนย่อยของการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องนั้น

การดำเนินชีวิตนั้น มองในแง่หนึ่งก็คือ การดิ้นรนต่อสู้เพื่อให้อยู่รอด หรือการนำชีวิตไปให้ล่องพ้นสิ่งบีบคั้นติดขัดคับข้อง เพื่อให้เป็นอยู่ได้ด้วยดี การดำเนินชีวิตที่มองในแง่นี้ พูดอย่างสั้นๆ ก็คือการแก้ปัญหา หรือการดับทุกข์ ผู้ที่แก้ปัญหาได้ถูกต้อง ล่องพ้นปัญหาไปได้ด้วยดี ก็ย่อมเป็นผู้ประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิตเป็นอย่างดีไร้ทุกข์ โดยนัยนี้ การดำเนินชีวิตอย่างถูกต้องได้ผลดี ก็คือการรู้จักแก้ปัญหา หรือเรียกง่าย ๆ ว่าแก้ปัญหาเป็น

มองอีกแง่หนึ่ง การดำเนินชีวิตของคนเรา ก็คือ การประกอบกิจกรรมหรือทำการต่างๆ โดยเคลื่อนไหวแสดงออก เป็นพฤติกรรมทางกายบ้าง ทางวาจาบ้าง ถ้าไม่แสดงออกมาภายนอก ก็ทำอยู่

<sup>19</sup>เรื่องเดียวกัน, หน้า 377-378.

ภายใน เป็นพฤติกรรมของจิตใจ พุทรวมง่าย ๆ ว่า ทำ พุท คิด หรือใช้คำศัพท์ว่า กายกรรม วาจากรรม และมโนกรรม ที่มีชื่อรวมเรียกว่ากรรมทางไตรทวาร

ในแง่นี้ การดำเนินชีวิต ก็คือ การทำกรรมทั้ง 3 ประการ ผู้ที่ทำกรรม 3 อย่างนี้ได้ อย่างถูกต้อง ก็ย่อมดำเนินชีวิตไปได้ด้วยดี ดังนั้น การดำเนินชีวิตที่ถูกต้องได้ผลดี ก็คือ การรู้จักทำ รู้จักพูด รู้จักคิด เรียกว่า ง่าย ๆ ว่าคิดเป็น พูดเป็น (หรือสื่อสารเป็น) และทำเป็น (รวมทั้งผลดีเป็น)

ในแง่ต่อไป การดำเนินชีวิตของคนเรา ถ้าวิเคราะห์ห่อออกไป จะเห็นว่า เต็มไปด้วยเรื่องของการรับรู้ และเสวยรสของสิ่งรู้หรือสิ่งเร้าต่าง ๆ ที่เรียกรวม ๆ ว่าอารมณ์ทั้งหลาย ซึ่งผ่านเข้ามา หรือปรากฏทางอายตนะทั้ง 6 คือตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เรียกว่า เห็น ได้ยิน ได้กลิ่น รู้รส รู้สิ่งต้องกาย และรู้อารมณ์ในใจ หรือ ดู ฟัง ดม ชิม/ลิ้มถูกต้อง/สัมผัส และคิดหมาย

ท่าทีและปฏิกริยาของบุคคลในการรับรู้อารมณ์เหล่านี้ มีผลสำคัญอย่างยิ่งต่อชีวิตจิตใจและวิถีชีวิตหรือชะตากรรมของเขา ถ้าเขารับรู้ด้วยท่าทีของความยินดียินร้าย หรือชอบชัง วงจรของปัญหา ก็จะตั้งต้น แต่ถ้าเขารับรู้ด้วยท่าทีแบบบันทึกข้อมูล และเห็นตามเป็นจริง หรือมองตามเหตุปัจจัย ก็จะนำไปสู่ปัญญาและการแก้ปัญหา

นอกจากท่าทีและปฏิกริยาในการรับรู้แล้ว สิ่งที่สำคัญไม่น้อยกว่านั้น ก็คือ การเลือกรับรู้ อารมณ์ หรือเลือกอารมณ์ที่จะรับรู้ เช่น เลือกดูเลือกฟังสิ่งที่สนองความอยาก หรือเลือกดูเลือกฟังสิ่งที่สนองปัญญาส่งเสริมคุณภาพชีวิต

เมื่อมองในแง่นี้ การดำเนินชีวิตที่ถูกต้องได้ผลดี จึงหมายถึงการรู้จักรับรู้ หรือรับรู้เป็น ได้แก่ รู้จัก (เลือก) ดู รู้จัก (เลือก) ฟัง รู้จัก (เลือก) ดม รู้จัก (เลือก) ลิ้ม รู้จัก (เลือก) สัมผัส รู้จัก (เลือก) คิด เรียกว่า ง่าย ๆ ว่า ดูเป็นฟังเป็น ดมเป็น ชิมเป็น สัมผัสเป็น และ คิดเป็น

ยังมีแง่ที่จะมองได้ต่อไปอีก การดำเนินชีวิตของมนุษย์นั้น ในความหมายอย่างหนึ่ง ก็คือ การเข้าไปเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับสิ่งทั้งหลาย เพื่อถือเอาประโยชน์จากสิ่งเหล่านั้น

จะเห็นชัดว่า สำหรับคนทั่วไปส่วนใหญ่ การดำเนินชีวิตจะมีความหมายเด่นในแง่นี้ คือ การที่จะได้เสพหรือบริโภค คนทั่วไปส่วนมาก เมื่อจะเข้าไปเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมทางสังคมก็ตาม ทางวัตถุก็ตาม ก็มุ่งที่จะได้จะเอาประโยชน์อย่างใดอย่างหนึ่งจากบุคคลหรือสิ่งเหล่านั้น เพื่อสนองความประสงค์หรือความปรารถนาของตน พุทอีกอย่างหนึ่งว่า เมื่อต้องการสนองความประสงค์หรือความปรารถนาของตน จึงเข้าไปเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับบุคคลหรือสิ่งทั้งหลายอย่างนั้น ๆ

แม้แต่การดำเนินชีวิตในความหมายของการรับรู้ในข้อก่อนนี้ ว่าที่จริงก็แบ่งเป็น 2 ด้าน คือ ด้านรับรู้เช่น เห็น ได้ยิน เป็นต้น กับด้านเสพ เช่น ดู ฟัง เป็นต้น ความหมายด้านที่สอง คือการเสพที่ให้คุณเป็น ฟังเป็น เป็นต้น ก็มีนัยที่รวมอยู่ในความหมายข้อนี้ด้วย

การปฏิบัติที่ถูกต้องในการเสพหรือบริโภคนี้ เป็นปัจจัยสำคัญยิ่งที่จะกำหนดหรือปรุงแต่งวิถีชีวิตและทุกข์สุขของมนุษย์ ดังนั้น การดำเนินชีวิตที่ถูกต้องได้ผลดี ก็คือ การรู้จักเสพ รู้จักบริโภค ถ้าเป็นความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมทางสังคม ก็หมายถึงการรู้จักคบหา รู้จักเสวนา ถ้าเป็นความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมทางวัตถุ ก็หมายถึง การรู้จักกิน รู้จักใช้ เรียกว่า กิน เป็น ใช้เป็น บริโภคเป็น เสวนาเป็น คบคนเป็น

จะเห็นว่า การดำเนินชีวิตที่ถูกต้องได้ผลดีนั้น ครอบคลุมถึงการปฏิบัติถูกต้องที่เป็นส่วนย่อยของการดำเนินชีวิตนั้น มากมายหลายแง่หลายด้านด้วยกัน กล่าวโดยสรุป คือ

- ก) ในแง่ของการล่วงพ้นปัญหา ได้แก่ แก้ปัญหาเป็น
- ข) ในแง่ของการทำกรรม ได้แก่ คิดเป็น พูดเป็น/สื่อสารเป็น ทำเป็น
- ค) ในแง่ของการรับรู้ ได้แก่ ดูเป็น ฟังเป็น ดมเป็น ลิ้มเป็น สัมผัสเป็น คิดเป็น
- ง) ในแง่ของการเสพหรือบริโภค ได้แก่ กินเป็น ใช้เป็น บริโภคเป็น เสวนา-คบหาเป็น

การปฏิบัติถูกต้องในแง่ต่าง ๆ ที่เป็นส่วนย่อยของการดำเนินชีวิตอย่างที่กล่าวมานี้ รวมเรียกว่า การดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง หรือการรู้จักดำเนินชีวิต พูดให้สอดคล้องกับถ้อยคำที่ใช้ข้างต้นว่า ดำเนินชีวิตเป็น และชีวิตที่ดำเนินอย่างนี้ ได้ชื่อว่าเป็นชีวิตที่ดั่งงามตามนัยแห่งพุทธธรรม<sup>20</sup>

**ลลิตา ธนาวุฒิ** กล่าวถึง “การดำเนินชีวิต หมายถึง การใช้ชีวิตของมนุษย์ที่ได้เกิดมาแล้วนั้น ในแง่ของความประพฤติทางกาย วาจา ใจ ที่มีต่อตนเอง ผู้อื่น สิ่งอื่นที่ตนได้เข้าไปเกี่ยวข้อง ด้วย เป็นไปอย่างไร สุจริต หรือทุจริต แต่ทางพระพุทธศาสนาการใช้ชีวิตนั้น ต้องมีจุดมุ่งหมายของชีวิต โดยมีแนวทางเดินตามหลักแห่งพระพุทธศาสนา ที่พระองค์ได้ทรงเดินแล้ว และได้ทรงตรัสสอนแก่เหล่าพุทธบริษัท ของพระองค์ให้เดินตาม เพราะว่าเป็นทางที่พิสูจน์แล้วว่าไม่มีภัย”<sup>21</sup>

**วศิน อินทสระ** กล่าวว่า “การดำเนินชีวิต หมายถึง การใช้ชีวิตตามแนวทางพุทธจริยศาสตร์ ซึ่งเป็นหลักเกณฑ์ทางจริยธรรม ซึ่งท่านผู้รู้มีพระพุทธเจ้าเป็นต้นได้ทรงวางไว้ เพื่อเป็นมาตรฐานความประพฤติของมนุษย์ ตั้งแต่พื้นฐานเบื้องต้น ปานกลาง และระดับสูง เพื่อให้มนุษย์ได้ดำเนินชีวิตอันดั่งงาม ตามอุดมคติเท่าที่มนุษย์จะขึ้นให้ถึงได้ ให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ มีสติปัญญา มีความสุขอันสมบูรณ์ที่สุด”<sup>22</sup>

<sup>20</sup>เรื่องเดียวกัน, หน้า 607-609.

<sup>21</sup>ลลิตา ธนาวุฒิ, “การดำเนินชีวิตตามหลักเบญจธรรมของผู้สูงอายุเทศบาลเมืองทุ่งสง อำเภอทุ่งสง จังหวัดนครศรีธรรมราช”, สารนิพนธ์ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, 2556), หน้า 7.

<sup>22</sup>วศิน อินทสระ, *พุทธจริยศาสตร์*, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เม็ดยุทธ, 2549), หน้า 134.



สรุปได้ว่า การดำเนินชีวิตในแต่ละวันนั้นเป็นสิ่งที่สำคัญ เพราะการดำเนินชีวิตที่ดีมีสุขนั้น สิ่งสำคัญคือการปฏิบัติตน ทั้ง การกระทำ คำพูด ความคิด หรือกล่าวได้ว่า ต้องรู้จักแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้องดีงาม ต้องใช้คำพูดวาจาที่ดีงามและสื่อสารอย่างเข้าใจ หรือกล่าวอีกอย่าง ต้องรู้จักฟัง ฟังเป็นคุณเป็น คิดเป็น คิดอย่างมีระบบ เสวนาเป็น เลือกรับเป็น สิ่งที่สำคัญคือ ต้องมีสติ ในการควบคุม ในการดำเนินชีวิตควบคู่ไปกับการใช้หลักภวนา 4

## 2.4 สภาพพื้นที่

“เขตหนองแขมมีพื้นที่ทั้งหมด 35.825 ตารางกิโลเมตร ประกอบด้วยพื้นที่การปกครอง 2 แขวง และหมู่บ้าน 26 หมู่บ้าน ดังนี้

1. แขวงหนองค้างพลู	พื้นที่ 18.789 ตร.กม. มีหมู่บ้าน 14 หมู่บ้าน
2. แขวงหนองแขม	พื้นที่ 17.036 ตร.กม. มีหมู่บ้าน 12 หมู่บ้าน
ทิศเหนือ	ติดเขตทวีวัฒนามีคลองบางไผ่เป็นเส้นแบ่งเขต
ทิศตะวันออก	ติดเขตบางแค มีคลองทวีวัฒนาเป็นเส้นแบ่งเขต
ทิศใต้	ติดเขตบางบอนมีคลองหนามแดงเป็นเส้นแบ่งเขต
ทิศตะวันตก	ติดกับ อ.กระทุ่มแบน จ.สมุทรสาคร มีคลองสี่วาเป็นเส้นแบ่งเขตและติดกับ อ.สามพราน จ.นครปฐม มีคลองศรีสำราญเป็นเส้นแบ่งเขต

สภาพพื้นที่และที่มาของชื่อ “หนองแขม” ชื่อเขต “หนองแขม” สันนิษฐานว่ามาจากสภาพพื้นที่ในบริเวณที่ตั้งอำเภอหนองแขมในอดีต ซึ่งเป็นที่ราบลุ่มน้ำท่วมขังตลอดทั้งปี และมีหนองน้ำที่มีต้นแขมขึ้นอยู่เป็นจำนวนมากโดยในปี พ.ศ.2413 พระวินัยธร (คำ) เจ้าอาวาสวัดเชิงเลน ต.บางช้าง อ.สามพราน จ.นครปฐม ได้มาสร้างวัดขึ้นที่ริมหนองน้ำแห่งนี้และตั้งชื่อวัดว่า “วัดหนองแขม” ตามลักษณะของหนองน้ำ นอกจากนี้ชาวบ้านยังได้ขุดบ่อไว้ริมหนองน้ำแห่งนี้เพื่อกักเก็บน้ำจืดไว้ใช้ เรียกกันว่า “บ่อหนองแขม” จนกระทั่งเป็น “เขตหนองแขม” ในที่สุด นอกจากนี้ยังมีหนองน้ำสำคัญอีกแห่งคือ “หนองค้างพลู” ซึ่งปัจจุบันเป็นชื่อแขวงหนึ่งของเขตหนองแขม โดยหนองค้างพลูนั้นอยู่บนเส้นทางลำเลียงพลูในสมัยก่อนซึ่งชาวบ้านจะเดินทางหาบพลูจากแถบนครไชยศรีซึ่งเป็นแหล่งปลูกพลูแหล่งใหญ่ไปขายแถบบางกอกน้อยและเป็นจุดแวะพักหรือค้างคืน จึงเป็นที่มาของชื่อ “หนองค้างพลู” (จากคำบอกเล่าของนายเสงี่ยม นาควัชร อายุ 94 ปี อดีตกำนันตำบลหลักสอง)

ต้นไม้ประจำเขตคือ ต้นแขม แขม หรือ แถม (ชื่อทางวิทยาศาสตร์ *saccharum arumdinaceum* Retz, วงศ์ Gramineae, ประเภท หญ้า) ลักษณะเป็นไม้ล้มลุกจำพวกหญ้า สกูดเดียวกับอ้อ มักขึ้นเป็นกอขนาดใหญ่ตามที่ลุ่มต่ำ มีน้ำท่วมขัง ลำต้นสูงประมาณ 3 เมตร เป็นปล้องคล้ายต้นอ้อย ข้างในกลวงใบยาวปลายเรียวขอบใบหยาบเส้นกลางใบสีขาว ผิวกาบเรียบเกลี้ยง สีน้

ขอบเป็นเยื่อตัน ๆ ขอบเป็นขนแข็งเกลี้ยงคล้ายเส้นไหม ช่อดอกย่อย (spike) มีขนยาวสีขาวเป็นมัน ปกคลุม เกสรตัวผู้มี 3 อัน รังไข่เกลี้ยงก้านเกสรตัวเมียมี 2 เส้น โยดอกเกสรตัวเมียมีลักษณะคล้ายขนนก โพล์ด้านล่างมีสีม่วงแดง

ต้นแขมเป็นพืชที่ชอบน้ำสะอาด ในอดีตตามริมคลองภาษีเจริญในเขตหนองแขมจะมีต้นแขมขึ้นอยู่ทั่วไป แต่ปัจจุบันเหลืออยู่น้อยเนื่องจากสภาวะน้ำเสีย

ประโยชน์ ส่วนรากของต้นแขมสามารถนำมาต้มน้ำดื่มเป็นยาเย็นแก้ไข้ขับปัสสาวะแก้โรคผิวหนังบางชนิด ส่วนลำต้นนำมาต้มน้ำดื่มแก้ผื่นอง ไบแขมนิยมใช้ห่อข้าวต้มมัดได้ ซึ่งมีความยาวกว่าข้าวต้มมัดทั่วไป และใช้ห่อข้าวต้มลูกโยน”<sup>23</sup>

“ข้อมูลประชากรและครัวเรือน (ข้อมูลรายงานสถิติจำนวนประชากรและครัวเรือน ปี 2563)

แขวงหนองแขม	จำนวนประชากร	80,478 คน
แขวงหนองค้างพลู	จำนวนประชากร	75,725 คน
รวมเขตหนองแขม	จำนวนประชากร	156,203 คน
จำนวนบ้าน	ครัวเรือน	61,882 ครัวเรือน” <sup>24</sup>

### ประวัติความเป็นมา

“เป็น 1 ใน 50 เขตการปกครองของกรุงเทพมหานคร อยู่ในกลุ่มเขตกรุงธนใต้ สภาพพื้นที่โดยทั่วไปเป็นที่ราบลุ่ม สภาพเศรษฐกิจดั้งเดิมขึ้นอยู่กับการเกษตรกรรม แต่ปัจจุบันสภาพพื้นที่เปลี่ยนแปลงไป เนื่องจากชุมชนเมืองขยายตัวจากพื้นที่ชั้นใน มีผู้ย้ายถิ่นเข้ามาอยู่อาศัยและประกอบอาชีพมากขึ้น พื้นที่การเกษตรจึงเริ่มถูกเปลี่ยนแปลงเป็นโรงงานอุตสาหกรรม อาคารพาณิชย์ และหมู่บ้านจัดสรร ตั้งอยู่บนฝั่งธนบุรี

บริเวณแขวงหนองแขมในอดีตมีสภาพเป็นที่ราบลุ่ม บางแห่งมีน้ำท่วมขังตลอด (หนองน้ำ) และมีต้นแขม (หญ้าขนาดสูงชนิดหนึ่ง) ขึ้นอยู่หนาแน่นเป็นพง ก่อนหน้านั้นเคยมีชื่อเรียกว่า "หนองน้ำแดง" แต่ถูกสืมนิยามแล้วจนกระทั่งในปี พ.ศ. 2413 พระวินัยธร (คำ) เจ้าอาวาสวัดเชิงเลน ตำบลบางช้าง อำเภอสามพราน เมืองนครปฐม ได้สร้างวัดขึ้นที่ริมหนองน้ำแห่งนี้และตั้งชื่อวัดว่า "วัดหนองแขม"

ตามลักษณะของพื้นที่ ส่วนชาวบ้านก็ได้ขุดบ่อไว้ริมหนองเพื่ออาศัยใช้น้ำจืดและเรียกว่า "บ่อหนองแขม"

<sup>23</sup>ข้อมูลทั่วไปของเขต-สำนักงานเขตหนองแขม-กรุงเทพมหานคร, ค้นเมื่อ 18 เมษายน 2564, <https://www.bangkok.go.th>.

<sup>24</sup>เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร, วิกีพีเดีย สารานุกรมเสรี, ค้นเมื่อ 31 พฤษภาคม 2564, [th.wikipedia.org/wiki/เขตหนองแขม](http://th.wikipedia.org/wiki/เขตหนองแขม).

ต่อมาบริเวณหนองแขมซึ่งมีคลองภาษีเจริญตัดผ่าน มีความเจริญและมีผู้คนเพิ่มขึ้น ในปี พ.ศ. 2445 พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวโปรดเกล้าฯ ให้จัดตั้ง อำเภอหนองแขม ขึ้นตรงต่อกระทรวงนครบาล เนื่องจากทรงเล็งเห็นว่า พื้นที่บริเวณดังกล่าวน่าจะเป็นศูนย์กลางการพัฒนาในย่านฝั่งตะวันตกของพระนครได้ โดยอำเภอหนองแขมสมัยนั้นแบ่งเขตการปกครองออกเป็น 4 ตำบล ได้แก่ ตำบลหนองแขม ตำบลหนองค้างพลู ตำบลหลักหนึ่ง และตำบลหลักสอง และตั้งที่ว่าการอยู่หน้าโรงจับกัง (บ้านพักคนงาน) ของโรงสีเหลียงเฮงฮวดในปัจจุบัน จนถึงปี พ.ศ. 2452 จึงย้ายไปตั้งริมคลองภาษีเจริญฝั่งเหนือ บริเวณปากคลองมหาศร หมู่ที่ 5 ตำบลหนองแขม

ครั้นในปี พ.ศ. 2472 ทางกรมได้ลดฐานะอำเภอหนองแขมลงเป็น กิ่งอำเภอหนองแขม ขึ้นกับอำเภอภาษีเจริญ จังหวัดธนบุรี กระทรวงมหาดไทยได้ยกฐานะท้องที่ริมคลองภาษีเจริญ (บางส่วน) ของตำบลหนองแขมขึ้นเป็นสุขาภิบาลหนองแขมในปี พ.ศ. 2499 จนถึงปี พ.ศ. 2501 เมื่อสภาพท้องที่มีความเจริญมากขึ้น จึงมีพระราชกฤษฎีกาให้จัดตั้ง อำเภอหนองแขม ขึ้นอีกครั้ง มีเขตการปกครอง 3 ตำบล เนื่องจากตำบลหลักหนึ่งซึ่งภายหลังเปลี่ยนชื่อเป็นตำบลบางแค่นั้น ยังคงอยู่ในการปกครองของอำเภอภาษีเจริญ

จนกระทั่งมีประกาศคณะปฏิวัติให้รวมจังหวัดธนบุรีกับจังหวัดพระนครเข้าด้วยกันเป็นนครหลวงกรุงเทพธนบุรีในปี พ.ศ. 2514 และเปลี่ยนรูปแบบเป็นกรุงเทพมหานครในปี พ.ศ. 2515 โดยยุบเลิกการปกครองท้องถิ่นแบบสุขาภิบาล รวมทั้งเปลี่ยนคำเรียกเขตการปกครองใหม่ อำเภอหนองแขม จึงได้รับการเปลี่ยนแปลงฐานะเป็น เขตหนองแขม และในปี พ.ศ. 2521 ได้ย้ายที่ว่าการเขตจากปากคลองมหาศร มาตั้งที่หมู่ที่ 7 แขวงหนองค้างพลู ซึ่งเป็นที่ตั้งสำนักงานเขตปัจจุบัน

ต่อมาในปี พ.ศ. 2541 กระทรวงมหาดไทยได้แยกแขวงหลักสอง (เฉพาะทางฟากตะวันออกของซอยเพชรเกษม 69 และถนนบางบอน 3) ไปจัดตั้งเป็นเขตบางแค ส่วนพื้นที่แขวงหลักสองเดิม (ที่อยู่ทางฟากตะวันตก) ถูกรวมเป็นส่วนหนึ่งของแขวงหนองค้างพลูและแขวงหนองแขม<sup>25</sup>

### สถานที่สำคัญ

วัดหนองแขม

วัดไผ่เลี้ยง

วัดศรีนวลธรรมวิมล

วัดทองเนียม

วัดหลักสาม

วัดอุดมรังสี

วัดวงษ์ลาภาราม

สวนพุทธรักษ์

อุเรื่อจิว อนันต์ชัย

<sup>25</sup>ประวัติความเป็นมา-สำนักงานเขตหนองแขม-กรุงเทพมหานคร, ค้นเมื่อ 18 เมษายน 2564, <http://www.bangkok.go.th>.

## 2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องนี้ ผู้วิจัยได้ค้นคว้าแหล่งที่มาของงานวิจัย ดังต่อไปนี้

**กมลาส ภูวนาธิพงษ์** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “กระบวนการปลูกฝังค่านิยมการบริโภคด้วยพุทธิปัญญาสำหรับวัยรุ่น” (เอกสารนำเสนอผลงานในการประชุมวิชาการระดับชาติ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เมื่อวันที่ 23 กรกฎาคม 2557) ใช้กระบวนการปลูกฝังค่านิยมการบริโภคด้วยพุทธิปัญญา มี 5 ขั้นตอน คือ 1)การสร้างศรัทธา 2)การสร้างกระบวนการคิด 3)ขั้นวัดและประเมินผล 4)ขั้นวางแผนปฏิบัติ 5)ขั้นปฏิบัติโครงการ ผลการอบรมค่าย ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษามีเหตุผลในการคิดต่อการบริโภค และค่านิยมการบริโภคด้วยพุทธิปัญญาสูงขึ้นกว่าก่อนการฝึกอบรม มีการพัฒนาพฤติกรรม ตามหลักภาวะ 4 (กายภาวะ ศีลภาวะ จิตภาวะ และปัญญาภาวะ) อยู่ในระดับมาก และผลจากการทำโครงการ 1 เดือนพบว่า นักศึกษามีค่านิยมและมีพฤติกรรมการบริโภคด้วยพุทธิปัญญาสูงกว่าก่อนการฝึกอบรม โดยเฉพาะอย่างยิ่งเยาวชนมีการเปลี่ยนแปลงค่านิยมในด้านการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์มากที่สุด<sup>26</sup>

**พัชรินทร์ แจ่มอ้อม** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตการทำงานของข้าราชการครูตามหลักภาวะ 4 ในเขตอำเภอท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์” ผลการวิจัยพบว่าข้าราชการครู มีความคิดเห็นต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตการทำงานของข้าราชการครู ตามหลักภาวะ 4 ในเขตอำเภอท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์ ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายละเอียดในแต่ละด้านพบว่าอยู่ในระดับมากทุกด้าน เมื่อเปรียบเทียบความคิดเห็นของข้าราชการครู ต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตการทำงาน ของข้าราชการครูตามหลักภาวะ 4 ในเขตอำเภอท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์ จำแนกตาม เพศ อายุ ระดับการศึกษา อายุราชการ และขนาดโรงเรียน ก็พบว่า โดยภาพรวมไม่แตกต่างกันตามนัยสำคัญทางสถิติ ที่ .05 และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน ก็พบว่าไม่แตกต่างกัน จึงปฏิเสธสมมติฐานการวิจัย ด้านกายภาวะ ขนาดโรงเรียน พบว่า แตกต่างกันตามนัย สำคัญทางสถิติที่ .01 จึงยอมรับสมมติฐาน แนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตการทำงานของข้าราชการครู ตามหลักภาวะ 4 ด้านกาย คือ มีกายสุขภาพแข็งแรง พร้อมที่จะปฏิบัติภารกิจได้อย่างต่อเนื่อง ด้านศีล คือการปฏิบัติงานอย่างถูกต้อง โดยยึดกฎระเบียบวินัยอย่างเคร่งครัด ด้านจิตตะ คือ มีจิตใจที่แน่วแน่ในการปฏิบัติงาน และด้านปัญญา คือ มีไหวพริบปฏิภาณในการทำงาน การแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า ด้วยความรอบคอบ ไตร่ตรองอย่างถี่ถ้วน และเมื่อมีกระบวนการ มีการปฏิบัติงานที่ดีแล้ว ผลการ

<sup>26</sup>กมลาส ภูวนาธิพงษ์, “กระบวนการปลูกฝังค่านิยมการบริโภคด้วยพุทธิปัญญาสำหรับวัยรุ่น”, สารนิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2557), หน้า 155.



ปฏิบัติงานก็จะออกมาดีเช่นกัน สุดท้ายตัวสถานศึกษาเอง ก็ได้รับประโยชน์จากผลพวงของการปฏิบัติงาน ของข้าราชการครู ในสถานศึกษาในที่สุด<sup>27</sup>

**พลอาสาสมัคร อนุกุล บุญรักษา** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักภาวนา 4 ของกองบัญชาการมณฑลทหารบกที่ 31” พบว่า การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักภาวนา 4 ทั้ง 4 ด้าน คือด้าน กายภาวนา ด้านสติภาวนา ด้านจิตตภาวนา และด้านปัญญาภาวนา โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก และเมื่อจำแนกรายด้านเรียงลำดับจากมากไปหาน้อย พบว่า ด้านสติภาวนาอยู่ในระดับมากที่สุด ด้านจิตตภาวนา และกายภาวนา อยู่ในระดับปานกลาง และด้านปัญญาภาวนา อยู่ในระดับน้อยสุด การเปรียบเทียบการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักภาวนา 4 จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล 5 ด้าน คือ เพศ อายุ ระดับการศึกษา ชั้นยศ และอายุราชการ แตกต่างกัน มีระดับความเห็นต่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักภาวนา 4 ของกองบัญชาการมณฑลทหารบกที่ 31 ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ .01 แนวทางการประยุกต์ใช้การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักภาวนา 4 รวมทุกด้าน โดยรวมอยู่ในระดับความคิดเห็นมาก ซึ่งแสดงให้เห็นว่า การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักภาวนา 4 ของกองบัญชาการมณฑลทหารบกที่ 31 มีการพัฒนาอยู่ในระดับดี มีประสิทธิภาพ ทำให้เกิดการพัฒนาคุศลกร<sup>28</sup>

**ศักดา ภาคจันทิก** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักไตรสิกขา ของพระสังฆาธิการอำเภอลำปลายมาศ จังหวัดบุรีรัมย์” ซึ่งสรุปได้ว่า การสนับสนุนพระสงฆ์ให้หมั่นศึกษาในการท่องพระปาติโมกข์และศึกษาความหมายให้มากขึ้น ให้พระสงฆ์ช่วยเป็นหูเป็นตาแทนพระวินยาธิการและจัดอบรมความรู้เกี่ยวกับโทษของการฉันอาหารที่เป็นเนื้อดิบ ให้พระสงฆ์มีความเคร่งครัดในกฎระเบียบของวัด สนับสนุนให้มีการสวดปาติโมกข์ทุกกึ่งเดือน รู้จักใช้ธรรมหรือปรัชญานำมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตสามารถแก้ไขปัญหาคือเป็นขั้นตอนและรอบคอบรู้จักใช้ธรรมหรือปรัชญานำมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต สามารถแก้ไขปัญหในการปฏิบัติหน้าที่ได้<sup>29</sup>

<sup>27</sup>พัชรินทร์ แจ่มอิม, “การพัฒนาคุณภาพชีวิตการทำงานของข้าราชการครู ตรีหลักภาวนา 4 ในเขตอำเภอท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, 2556), หน้า 189.

<sup>28</sup>พลอาสาสมัคร อนุกุล บุญรักษา, “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักภาวนา 4 ของกองบัญชาการมณฑลทหารบกที่ 31”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, 2554), หน้า 145.

<sup>29</sup>ศักดา ภาคจันทิก, “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักไตรสิกขาของพระสังฆาธิการอำเภอลำปลายมาศ จังหวัดบุรีรัมย์”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, 2558), หน้า 130.

**พระพุทธานันท์ บุญเรือง** ได้วิจัยเรื่อง “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์แบบยั่งยืนตามหลักพระพุทธศาสนา” ผลการศึกษาพบว่า มีหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามากมายที่สามารถนำมาปรับใช้กับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในปัจจุบันได้ เช่น หลักทิวฐธัมมิกัตสังวัตตนิกัธธรรม สัมปรายิกัตถสังวัตตนิกัธธรรม อิทธิบาท มรรค สังโยชน์ หรือรวมเรียกว่า ไตรสิกขา การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ได้เหมาะสมและเกิดประสิทธิผล ซึ่งมีเป้าหมายในการพัฒนาหลัก ๆ อยู่เพียง 4 อย่างคือ การพัฒนากาย การพัฒนาศีล การพัฒนาจิต และการพัฒนาปัญญา<sup>30</sup>

**ธิดารัตน์ ศิละวรรณโณ** ได้วิจัยเรื่อง “ความคิดเห็นของพนักงานส่วนตำบลต่อการบริหารงานขององค์การบริหารส่วนตำบลตามหลักสังคหัตถ์ 4 กรณีศึกษาอำเภอแม่สะเรียง จังหวัดแม่ฮ่องสอน” ผลการศึกษาพบว่า พนักงานส่วนตำบลที่มีความคิดเห็นว่าการบริหารงานตามหลัก สังคหัตถ์ 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบล อำเภอแม่สะเรียง จังหวัดแม่ฮ่องสอนโดยรวมอยู่ในระดับมาก ซึ่งน่าจะสอดคล้องกับความเป็นจริง ทั้งนี้ เนื่องจากการบริหารงานขององค์การบริหารส่วนตำบลในปัจจุบันมีผลการบริหารงานที่ดี รวมทั้งองค์การบริหารส่วนตำบลในเขตอำเภอแม่สะเรียงมีขนาดเล็ก พนักงานในแต่ละแห่งมีจำนวนไม่มากนัก ผู้บริหารสามารถดูแลผู้ใต้บังคับบัญชาอย่างทั่วถึง มีการบริหารงานอย่างเป็นระบบแบบครอบครัว แบบพี่ดูแลน้อง พ่อดูแลลูก พนักงานชั้นผู้น้อยสามารถพูดคุย ซักถามกับผู้บริหารระดับสูงได้ และมีพนักงานบางส่วนที่ได้ให้แนวทางการพัฒนาการบริหารงานองค์การบริหารส่วนตำบลตามหลักสังคหัตถ์ 4 เพื่อการพัฒนาองค์กรให้ดียิ่งขึ้น<sup>31</sup>

**นพรัตน์ พัฒนธัญญา** ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์การพัฒนาบุคคลเพื่อความเป็นผู้นำตามหลักพระพุทธศาสนา” ผลการวิจัยพบว่า การพัฒนาบุคคลเพื่อความเป็นผู้นำต้องประกอบไปด้วยปัญญาในการสร้างเสริมชีวิตให้บรรลุผลสำเร็จอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลที่มีองค์ความรู้ทุกภาคส่วนของสังคมรวมทั้งการพัฒนาความรู้การฝึกอบรมอย่างต่อเนื่องและเท่าทันสถานการณ์โลกกับกระบวนการเรียนรู้ร่วมกันอย่างเหมาะสมของผู้นำและผู้รับการพัฒนาด้านต่าง ๆ ของสังคม<sup>32</sup>

<sup>30</sup>พระพุทธานันท์ บุญเรือง, “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์แบบยั่งยืนตามหลักพระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2551), บทคัดย่อ.

<sup>31</sup>ธิดารัตน์ ศิละวรรณโณ, “ความคิดเห็นของพนักงานส่วนตำบลต่อการบริหารงานขององค์การบริหารส่วนตำบลตามหลักสังคหัตถ์ 4 กรณีศึกษาอำเภอแม่สะเรียง จังหวัดแม่ฮ่องสอน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2553), หน้า 124.

<sup>32</sup>นพรัตน์ พัฒนธัญญา, “การศึกษาวิเคราะห์การพัฒนาบุคคลเพื่อความเป็นผู้นำตามหลักพระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย, 2553), บทคัดย่อ.

**พระมหาพรสวรรค์ กิตติวโร (จันโปรด)** ได้ทำการศึกษาเรื่อง “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักกุศลกรรมบถ 10 ประการ” ผลการศึกษาพบว่า เป็นการพัฒนาที่มองมนุษย์ในฐานะเป็นทรัพยากร คือเป็นทุนเป็นปัจจัยในการที่จะนำมาพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม เป็นการพัฒนาเพื่อการพัฒนาเพิ่มพูนประสิทธิภาพในการทำงานให้เกิดความเจริญก้าวหน้าของบุคคลากรด้วยการพัฒนาความรู้ความสามารถ ทักษะ ทักษะ ทักษะ และเตรียมบุคคลากรเพื่อความก้าวหน้าไปสู่ระดับสูงขึ้นให้เป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าสูงสุด ที่เรียกว่า ทุนมนุษย์ เป็นกระบวนการที่ผู้บริหารมุ่งเน้นเกี่ยวกับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ภายในองค์กรอย่างเต็มความสามารถ โดยใช้ทั้งกลยุทธ์และทักษะเพื่อพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ที่มีอยู่ได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีการวางแผนอย่างเป็นระบบต่อเนื่อง เพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายที่จะได้รับจากการพัฒนา คือ เพื่อพัฒนาขีดความสามารถในการปฏิบัติงานของพนักงานและประสิทธิภาพในการดำเนินขององค์กร โดยใช้วิธีพัฒนาด้วยการให้การศึกษา การฝึกอบรม และการพัฒนาตามลำดับ จากการศึกษาการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักกุศลกรรมบถ 10 ประการ อันเป็นการพัฒนาด้วยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา พบว่า การพัฒนามนุษย์ในทางพระพุทธศาสนานั้น มองมนุษย์ในฐานะที่มนุษย์มีความเป็นมนุษย์ของเขาเอง ชีวิตมนุษย์นั้น มีจุดหมายของชีวิต คือ ความสุข ความอิสรภาพ ความดีงามของชีวิต ซึ่งเป็นเรื่องเฉพาะตัวบุคคล และการพัฒนาตามหลักกุศลกรรมบถ 10 ประการ นั้น เป็นการพัฒนามนุษย์ได้ครบทั้ง กาย วาจา และใจ และถือได้ว่าเป็นหลักสำคัญของพระพุทธศาสนา เพราะการพัฒนาทรัพยากรที่ดีจะต้องมีธรรมะเป็นพื้นฐาน อำนวยให้เกิดคุณค่าในทางมนุษยธรรม มีเป้าหมายเพื่อเป็นการแก้ปัญหาของมนุษย์ โดยมีรูปแบบการปฏิบัติรวมลงในไตรสิกขา เป็นกระบวนการพัฒนาทางร่างกาย วาจา จิต และปัญญา ที่สามารถพัฒนามนุษย์ได้ทุกระดับชั้นระดับสังคม เพื่อพัฒนามนุษย์ให้ได้บรรลุจุดมุ่งหมายของชีวิตและประโยชน์ต่าง ๆ สำหรับแนวทางการประยุกต์ใช้หลักกุศลกรรมบถ 10 ประการ ในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในสังคมปัจจุบัน พบว่าเป็นการนำเอาหลักกุศลกรรมบถ 10 ประการ พร้อมทั้งหลักธรรมที่เหมาะสมมาพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในสังคมปัจจุบัน ใน 4 ระดับชั้นด้วยกัน ได้แก่ 1)ระดับปัจเจกบุคคล 2)ระดับครอบครัว 3)ระดับองค์กร และ 4)ระดับสังคม เพื่อเป็นการช่วยแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจากมนุษย์ เพราะเนื่องจากมนุษย์ทุกคนมีพื้นฐานของการกระทำที่ออกมาทางกาย วาจา และใจ ที่ยังประกอบไปด้วยความโลภ ความโกรธ และความหลง ในการพัฒนาตามหลักการทั่วไปนั้นไม่ได้พัฒนาไปในด้านของพื้นฐานของชีวิต ดังนั้นในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ จำเป็นต้องนำหลักกุศลกรรมบถ 10 ประการ และหลักธรรมที่เหมาะสมไปประยุกต์ใช้ เพื่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ในด้านพื้นฐานให้มีประสิทธิภาพ ประสิทธิผล และประโยชน์สูงสุด<sup>33</sup>

<sup>33</sup>พระมหาพรสวรรค์ กิตติวโร (จันโปรด), “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักกุศลกรรมบถ 10 ประการ”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2554), บทคัดย่อ.

**จำลอง โท้อครันนท์ เจริญกิจจารัตน์** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักภาวะนา 4 ของกองพันทหารช่างที่ 4 จังหวัดนครสวรรค์” ผลการศึกษาพบว่า 1.ข้าราชการของกองพันทหารช่างที่ 4 จังหวัดนครสวรรค์ มีความคิดเห็นในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักภาวะนา 4 ของกองพันทหารช่างที่ 4 จังหวัดนครสวรรค์ ในภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณารายละเอียดในแต่ละด้าน พบว่า ข้าราชการของกองพันทหารช่างที่ 4 จังหวัดนครสวรรค์ มีความคิดเห็นต่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักภาวะนา 4 ของกองพันทหารช่างที่ 4 จังหวัดนครสวรรค์ อยู่ในระดับ มากที่สุดทุกด้าน 2.เปรียบเทียบความคิดเห็นของข้าราชการกองพันทหารช่างที่ 4 จังหวัดนครสวรรค์ มีความคิดเห็นในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักภาวะนา 4 ของกองพันทหารช่างที่ 4 จังหวัดนครสวรรค์ โดยจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ อายุ การศึกษา อายุราชการ ชั้นยศ และรายได้ต่อเดือน โดยภาพรวม พบว่า ไม่แตกต่างกันทุกตัวแปร จึงปฏิเสธสมมติฐานการวิจัย 3.ปัญหาอุปสรรคและข้อเสนอแนะในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักภาวะนา 4 ของกองพันทหารช่างที่ 4 จังหวัดนครสวรรค์ 1)ผู้บังคับบัญชาระดับสูงต้องเป็นแบบอย่างที่ดี ทั้งในการปฏิบัติงานและการดำเนินชีวิต เนื่องจากการพัฒนาคนที่ดีที่สุด ต้องใช้กระบวนการอบรมกล่อมเกลางานสังคม หรือที่เรียกว่า “วัฒนธรรมองค์กร” จะเป็นเป้าหมายที่ดีที่สุดยิ่งกว่าสิ่งอื่นใด 2)ผู้บังคับบัญชาควรทำแผนพัฒนาบุคลากรของตนเองให้สอดคล้องกับนโยบายและยุทธศาสตร์ ขององค์กร และต้องดำเนินการให้ครอบคลุมทุกตำแหน่ง ทุกสายงาน ทุกระดับอย่างทั่วถึง โดยใช้กระบวนการสำรวจความจำเป็นในการพัฒนาและฝึกอบรมอย่างถูกต้องเพื่อให้ได้ข้อมูลในการจัดทำแผนพัฒนาทรัพยากรที่ตรงตามความต้องการ และจำเป็นต้ององค์กรอย่างแท้จริงซึ่งจะทำให้บุคลากร ที่อยู่ในองค์กรมีประสิทธิภาพ 3)ควรมีการศึกษาในประเด็นเกี่ยวกับการนำหลักพุทธธรรมมาปรับประยุกต์ใช้จริงในการปฏิบัติงาน หรือการพัฒนาศักยภาพของบุคลากร เพื่อนำผลที่ได้มาปรับปรุงประสิทธิภาพของบุคลากรในทุกระดับต่อไป 4)ควรศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ บุคลากรในระดับต่าง ๆ ของกองพันทหารช่างที่ 4 จังหวัดนครสวรรค์ 5)ควรศึกษาปัจจัยในการรักษาคนดีไว้ในองค์กร 6)ควรศึกษาปัจจัยที่ส่งผลสำเร็จต่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในยุคการจัดการเปลี่ยนแปลง (Change Management) <sup>34</sup>

**ศิริพร บุญชัยเสถียร** ได้ทำวิจัยเรื่อง “การฝึกจิตเพื่อควบคุมและพัฒนาตนตามหลักพระพุทธศาสนา” พบว่า การพัฒนาตนโดยรวม คือ การทำให้บุคคลมีการปรับปรุง เปลี่ยนแปลงและพัฒนาดีขึ้น ตามหลักภาวะนา 4 คือ การพัฒนากาย การพัฒนาศีล การพัฒนาจิต และการพัฒนา

<sup>34</sup>จำลอง โท้อครันนท์ เจริญกิจจารัตน์, “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักภาวะนา 4 ของกองพันทหารช่างที่ 4 จังหวัดนครสวรรค์”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2556), บทคัดย่อ.



ปัญญา เป็นกระบวนการฝึกอบรมตนให้มีความเจริญยิ่ง ๆ ขึ้น เป็นบันไดแห่งการพัฒนาตนไปสู่ขั้นสูงสุด คือ ความเป็นผู้มีอิสรภาพหลุดพ้นจากกิเลสตัณหาทั้งหลาย ผู้ที่ได้รับการฝึกฝน อบรม พัฒนาตน คือ ผู้ที่ควรค่าแก่การยกย่องบูชา เพราะบุคคลเหล่านี้อาศัยปัจจัยสี่แต่พอดำรงชีวิตอยู่ได้เท่านั้น บริโภคเท่าที่จำเป็น มีความประพฤติที่ดีงามเกื้อกูลต่อเพื่อนมนุษย์ มีจิตที่สงบ และมีปัญญารู้เท่าทันสังขาร มองสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง<sup>35</sup>

**จิรัฐติกาลป์ แสงสุข** ได้ทำวิจัยเรื่อง ศึกษาวิเคราะห์อานิสงส์ของอุโบสถศีลในพระพุทธศาสนาเถรวาท พบว่า “ศีล คือ สิ่งที่ทำให้เกิดความเป็นปกติ เป็นข้อกำหนดสิ่งดีและสิ่งชั่ว เพื่อให้กาย วาจา และใจ พ้นจากการกระทำที่เป็นการเบียดเบียนตนเองและผู้อื่น เป็นข้อปฏิบัติสำหรับควบคุมความประพฤติทางกาย ทางวาจา และทางใจ ให้ตั้งอยู่ในความดีงาม ให้มีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น สังคมและสิ่งแวดล้อม ศีล จึงเป็นความเคยชินในทางที่ดี ทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ เป็นปกติสำหรับการดำเนินชีวิตประจำวันที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กันกับสังคมและสิ่งแวดล้อม เป็นการปิดโอกาสแห่งอกุศลกรรมไม่ให้เจริญงอกงาม เป็นระบบควบคุมชีวิตที่เกี่ยวกับการแสดงออก ทางกาย ทางวาจา และทางใจ ให้อยู่ร่วมกันกับผู้อื่นได้ดี เป็นตัวเชื่อมโยงความสัมพันธ์ใกล้ชิดที่สุดกับวินัยในสังคม วินัยเป็นกิจกรรมที่เป็นไปในสังคม เป็นการจัดระเบียบชีวิตของตนเอง และการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นในสังคม วินัยทำให้เกิดศีล ถ้าบุคคลรักษาระเบียบวินัยก็เป็นผู้มีศีลนั่นเอง”<sup>36</sup>

**อนุกุล บุญรักษา** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักภาวานา 4 ของกองบัญชาการมณฑลทหารบกที่ 31” ผลการวิจัยพบว่า ด้านกายภาวานา บางครั้งจะยากต่อการควบคุมดูแล และขาดความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคล จึงควรมีกฎระเบียบที่เคร่งครัด คอยควบคุมดูแล ตลอดจนสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างกันและกัน ด้านศีลภาวานา บุคคลใดก็ตามถ้ามีการปฏิบัติตน การฝึกฝนพัฒนาด้านพฤติกรรม หรือการฝึกอบรมทางกาย วาจา ซึ่งเป็นคุณประโยชน์ทั้งตนเองและผู้อื่น ด้านจิตตภาวานา บุคลากรที่มีการฝึกฝนพัฒนาด้านจิตใจ หรือการอบรมจิตใจ มีความสำคัญอย่างยิ่งเพราะจิตใจเป็นฐานของพฤติกรรม ปัญญาภาวานา การพัฒนาปัญญาเป็นตัวนำทางและควบคุมพฤติกรรมทั้งหมด คนเราจะมีพฤติกรรมอะไร อย่างไรและแค่นั้นก็อยู่ที่ว่าจะมีปัญหาขึ้นมาหรือบอกทางให้เท่าใด<sup>37</sup>

<sup>35</sup>ศิริพร บุญชัยเสถียร, “การฝึกจิตเพื่อควบคุมและพัฒนาตนตามหลักพระพุทธศาสนา”, บทความวิจัย, นักศึกษาหลักสูตรดุสิตบัณฑิต, สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, 2557), หน้า 15.

<sup>36</sup>จิรัฐติกาลป์ แสงสุข, “ศึกษาวิเคราะห์อานิสงส์ของอุโบสถศีลในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, 2555), หน้า 18-19.

<sup>37</sup>อนุกุล บุญรักษา, “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักภาวานา 4 ของกองบัญชาการมณฑลทหารบกที่ 31”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2554), หน้า 75-76.

**พระชัยณรงค์ วิทิต (ร้องมะรุต)** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การประยุกต์หลักศีล 5 เพื่อพัฒนาพฤติกรรมของบุคคลในสังคม” ผลการวิจัยพบว่า ศีล 5 เป็นหลักมนุษยธรรม เป็นข้อปฏิบัติให้ถึงความ เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ คือ การไม่ฆ่าสัตว์ การไม่ลักทรัพย์ การไม่ประพฤติผิดในกาม การไม่พูดเท็จ และ การไม่ดื่มสุราเมรัย ศีล เป็นที่ตั้งแห่งกุศลธรรมเป็นลักษณะ ที่ความปกติทางกาย วาจาเป็นที่ตั้งสันติ สุขในการดำเนินชีวิต หลักศีล 5 ประยุกต์ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่ดี คือ การนำหลักศีลไปประพฤติ ปฏิบัติพัฒนาพฤติกรรมของบุคคลในสังคมที่ประพฤติผิดในศีล ให้ประพฤติชอบ ทางกาย วาจา และ ใจ โดยอาศัยองค์ธรรมในศีล 5 ประการ เป็นเครื่องจงดเว้นพฤติกรรมที่ไม่ดี ที่เกิดขึ้นมาทางกาย วาจา และใจ เพื่อให้ลด ละ เลิก เว้น พฤติกรรมที่ไม่ดี เป็นพื้นฐานให้เกิดคุณธรรมต่าง ๆ คือ ความมีเมตตา กรุณา มีหิริ โอตตปปะ ความซื่อสัตย์สุจริตให้ดำเนินชีวิตให้ถูกต้อง ตามแนวทางพระพุทธศาสนา<sup>38</sup>

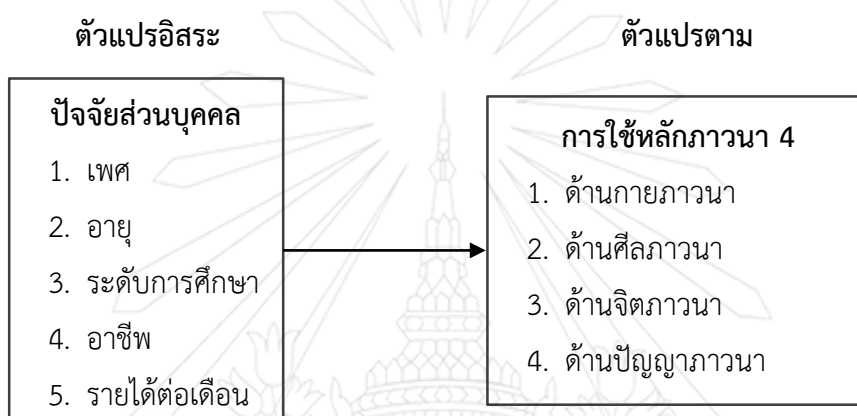
**พระเกื้อพงศ์ ปิยะมโ (พิมพ์พร)** ได้ทำวิจัยเรื่อง “การศึกษาเชิงวิเคราะห์ประโยชน์ของ หลักพหุการธรรม 4 ในฐานะเป็นหลักการพัฒนาคุณภาพชีวิต” พบว่า หลักการที่ทำให้ชีวิตดีขึ้นมี ความสุข มีความสมบูรณ์ทั้งด้านสุขภาพกาย คือ มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี ด้านสังคม คือ วัฒนธรรม ขนบธรรมเนียม ประเพณี และด้านเศรษฐกิจ โดยสามารถประกอบอาชีพเลี้ยงตนเองและ ครอบครัวได้ ดำรงตนให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม หลักการปฏิบัติตนเพื่อการพัฒนาคุณภาพ ชีวิต คือ ภาวนา 4 หมายถึง การเจริญ การทำให้เป็น ให้มีขึ้น การฝึกอบรม การพัฒนา มี 4 ประการ คือ 1)กายภาวนา การเจริญกาย ให้รู้จักติดต่อเกี่ยวข้องกับสิ่งทั้งหลายภายนอกทางอินทรีย์ทั้ง 5 ด้วยดี และปฏิบัติต่อสิ่งนั้นในทางที่เป็นคุณ มิให้เกิดโทษ 2)ศีลภาวนา การเจริญศีล พัฒนาความ ประพฤติ การฝึกอบรมศีล ให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัยไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย อยู่ ร่วมกันกับผู้อื่นได้ด้วยดี เกื้อกูลกัน 3)จิตภาวนา การเจริญจิต พัฒนาจิต การฝึกอบรมจิตให้เข้มแข็ง มั่นคง เจริญงอกงามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย 4)ปัญญาภาวนา การเจริญปัญญา พัฒนาปัญญา ให้รู้ เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นแจ้งโลกและชีวิตตามสภาวะ สามารถทำจิตใจให้เป็น อิสระ ทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลสและปลดปล่อยจากความทุกข์ แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญา<sup>39</sup>

<sup>38</sup>พระชัยณรงค์ วิทิต (ร้องมะรุต), “การประยุกต์หลักศีล 5 เพื่อพัฒนาพฤติกรรมของบุคคลในสังคม, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2555), หน้า 115.

<sup>39</sup>พระเกื้อพงศ์ ปิยะมโ (พิมพ์พร), “การศึกษาเชิงวิเคราะห์ประโยชน์ของหลักพหุการธรรม 4 ในฐานะ เป็นหลักการพัฒนาคุณภาพชีวิต”, วิทยานิพนธ์ศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2551), บทคัดย่อ.

## 2.6 สรุปรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย

กรอบในการวิจัยเรื่อง การส่งเสริม การใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยได้ยึดหลัก 4 ประเภทใหญ่ ๆ ได้แก่ 1) ภาวิตกาย มีกายที่ได้พัฒนาแล้ว 2) ภาวิตศีล มีศีลที่ได้พัฒนาแล้ว 3) ภาวิตจิต มีจิตที่ได้พัฒนาแล้ว 4) ภาวิตปัญญา มีปัญญาที่ได้พัฒนาแล้ว ตามแนวคิด สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตโต)<sup>40</sup> ซึ่งนำหลักธรรมภาวนา 4 มาเป็นแนวทางในการพัฒนาชีวิต และนำมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต เพื่อพัฒนาตนเอง และสังคม ให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข โดยสรุปรอบแนวคิดดังนี้



<sup>40</sup>สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตโต), *พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย*, อ่างแล้ว, หน้า 355.

## บทที่ 3

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา การใช้หลักทฤษฎี 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร เพื่อให้การวิจัยเป็นไปตามวัตถุประสงค์ ผู้วิจัยดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนดังนี้

- 3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
- 3.2 เทคนิควิธีการสุ่มตัวอย่าง
- 3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
- 3.4 การสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ
- 3.5 การเก็บรวบรวมข้อมูล
- 3.6 การวัดค่าตัวแปร
- 3.7 การวิเคราะห์ข้อมูล
- 3.8 สถิติที่ใช้ในการวิจัย

#### 3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

- 3.1.1 ประชากร ได้แก่ ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จำนวน 156,023 คน
- 3.1.2 กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จำนวน 376 คน คิดเป็น 0.22%
- 3.1.3 ประชากรที่สัมภาษณ์ ได้แก่ ผู้นำชุมชน จำนวน 5 ท่าน

จึงทำให้ได้กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย ดังรายละเอียดตารางที่ 3.1

ตารางที่ 3.1 แสดงจำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ

เพศ	ประชากร ( $N_i$ )	กลุ่มตัวอย่าง ( $N_1$ )
ชาย		
หญิง		
รวม	156,023 (N)	376 (n)

เมื่อได้ขนาดกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 376 คน ดังกล่าวแล้ว จึงใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) โดยวิธีจับสลากในการเก็บรวบรวมข้อมูลมีวิธีการดังต่อไปนี้

- 1) จัดทำกรอบการสุ่มตัวอย่าง (Sampling Frame)



2) จัดทำสลากระบุหมายเลขประชากร Sampling Frame โดยให้สลากมีลักษณะเหมือนกัน แล้วใส่ในภาชนะคลุกเคล้าให้ทั่วกัน

3) จับสลากครั้งละหน่วยจนครบตามขนาดของตัวอย่าง ทั้งนี้จับสลากโดยไม่มีการแทนที่หมายสลากรที่จับได้จะไม่ใส่ลงในภาชนะอีก

### 3.2 เทคนิควิธีการสุ่มตัวอย่าง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตารางสำเร็จรูปของเครจซี่และมอร์แกน (Krejcie and Morgan)<sup>1</sup> จากประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จำนวน 376 คน แล้วนำมาหาอัตราส่วนของประชากร (Proportional Size) เพื่อหากกลุ่มตัวอย่างโดยการสุ่มอย่างมีระบบดังตามสูตรดังนี้<sup>2</sup>

$$N_1 = \frac{N_i}{N} \times n$$

$N_1$	=	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
$N_i$	=	จำนวนประชากร
$n$	=	จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด
$N$	=	จำนวนประชากรทั้งหมด

### 3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

#### - แบบสอบถาม

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถาม 1 ชุด โดยแบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 4 ข้อ คือ เพศ อายุ ระดับการศึกษา และ รายได้ ลักษณะของคำถามเป็นแบบสำรวจรายการ (Check List)

ตอนที่ 2 การส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ประกอบไปด้วย 4 ด้านคือ

- 1) ด้านกายภาวนา (การเจริญกาย, พัฒนากาย, การฝึกอบรมกาย)

<sup>1</sup>บุญชม ศรีสะอาด, *วิธีการทางสถิติสำหรับการวิจัย เล่ม 2*, (กรุงเทพมหานคร : เจริญผล, 2538), หน้า 161.

<sup>2</sup>กัลยา วานิชย์บัญชา, *สถิติสำหรับงานวิจัย*, (กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2548), หน้า 19.

2) สีสถาวนา (การเจริญศิลป์, พัฒนาความประพฤติ, การฝึกอบรมศิลป์ ให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัย)

3) จิตถาวนา (การเจริญจิต, พัฒนาจิต, การฝึกอบรมจิตใจ ให้เข้มแข็งมั่นคงเจริญงอกงามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย)

4) ปัญญาถาวนา (การเจริญปัญญา, พัฒนาปัญญา, การฝึกอบรมปัญญา ให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง)

โดยลักษณะของแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามแนวคิดลิเคิร์ท (Likert) โดยกำหนดค่าต่าง ๆ แบ่งออกเป็น 5 ระดับ ดังนี้

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

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการส่งเสริมการใช้หลักถาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบปลายเปิด

#### - แบบสัมภาษณ์

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสัมภาษณ์ 1 ชุด โดยแบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ศึกษาย่ส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์ ด้วยการกรอกข้อความลงในช่องว่างตามความเป็นจริงเท่าที่สามารถเปิดเผยได้

ตอนที่ 2 การส่งเสริมการใช้หลักถาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะอื่น ๆ

### 3.4 การสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

การสร้างเครื่องมือ และ การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม (Questionnaire) ได้ดำเนินการตามลำดับขั้นตอนดังนี้

1. การศึกษาค้นคว้าเอกสาร บทความ ตำรา และผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมการใช้หลักถาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร เพื่อรวบรวมเนื้อหาสาระจากการศึกษาค้นคว้าที่ได้มาดังกล่าวนำมากำหนดเป็นเป็นกรอบให้ตรงกับตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยข้อมูล ในการสร้างแบบสอบถาม แล้วร่างแบบสอบถามที่ใช้ในการศึกษาวิจัย

2. สร้างแบบสอบถามให้ครอบคลุมขอบเขตการศึกษาวิจัย โดยใช้คำถาม 2 ประเภท คือ แบบปลายปิด (Close - ended Question) และแบบปลายเปิด (Open-ended Question)

ประกอบกัน ซึ่งเป็นการดัดแปลงเครื่องมือจากแบบสอบถามที่ได้เคยผ่านการตรวจสอบหาค่าความเที่ยงตรง (Validity) และความเชื่อมั่น (Reliability)

3. นำเครื่องมือที่สร้างเสร็จเรียบร้อยแล้ว เสนออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์แก้ไขปรับปรุง ให้ถูกต้องและชัดเจน เหมาะสม ทั้งเนื้อหาสาระ และการใช้ถ้อยคำสำนวนภาษา แล้วนำมาจัดทำเป็นแบบสอบถาม

4. นำเครื่องมือที่สร้างเสร็จ ความถูกต้องสมบูรณ์ของเนื้อหาเพื่อให้ได้แบบสอบถามที่มีความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) และเหมาะสมของข้อความนำเครื่องมือที่สร้างเสร็จเรียบร้อยแล้ว เสนอผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน ดังนี้

1) ร.ศ.(พิเศษ) ดร.สุกิจ ชัยมุสิก

อาจารย์ประจำหลักสูตรรัฐศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการปกครอง มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

2) รศ.ดร.สุวิญ รักสัตย์

อาจารย์ประจำหลักสูตร สาขาพุทธศาสนศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

3) พระมหาวิโรจน์ คุตตวิโร,ผศ.ดร.

อาจารย์ประจำบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

4) ดร.สุมานพ ศิวรัตน์

อาจารย์ประจำหลักสูตร สาขาพุทธศาสนศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

5) ดร.กฤตสุขชิน พลเสน

อาจารย์ประจำหลักสูตร สาขาพุทธศาสนาและปรัชญา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

5. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามหาค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อความกับวัตถุประสงค์หรือเนื้อหา (Index of Item – Objective Congruence : (IOC) ตามสูตรดังนี้

$$\text{สูตร} \quad \text{IOC} = \frac{\sum x}{N}$$

เมื่อ IOC แทนดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อความกับวัตถุประสงค์  
 $\sum x$  แทนผลรวมของคะแนนความคิดเห็นจากผู้เชี่ยวชาญ  
 N แทนจำนวนผู้เชี่ยวชาญ

ให้คะแนน	+1	ถ้าแน่ใจว่าข้อความวัดได้ตรงวัตถุประสงค์
ให้คะแนน	0	ถ้าไม่แน่ใจว่าข้อความวัดได้ตรงวัตถุประสงค์
ให้คะแนน	- 1	ถ้าแน่ใจว่าข้อความวัดได้ไม่ตรงตามวัตถุประสงค์

โดยเลือกข้อความที่มีค่าตั้งแต่ ..... ขึ้นไป จากข้อความทั้งหมดจำนวน .... ข้อ ใช้ได้จำนวน ..... ข้อ ซึ่งข้อความที่ใช้ได้มีค่า IOC อยู่ช่วง .....

6. เมื่อผู้เชี่ยวชาญได้ตรวจสอบความถูกต้องเสร็จแล้ว จึงนำไปทดลองใช้ กับผู้ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง แต่มีคุณลักษณะคล้ายกันกับกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยนี้ คือ ประชาชนในเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีใช้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน แล้วนำผลการตอบแบบสอบถามไปหาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Coefficient Alpha) ของครอนบาค (Cronbach)<sup>3</sup> ดังนี้

$$\begin{aligned} \text{สูตร } r_{tt} &= \frac{k}{K-1} \left[ \frac{1-s_1^2}{s_x^2} \right] \\ \text{เมื่อ } k &= \text{จำนวนข้อสอบทั้งหมด} \\ s_1^2 &= \text{ผลรวมของค่าความแปรปรวนของคะแนนแต่ละข้อ} \\ s_x^2 &= \text{ความแปรปรวนของคะแนนรวม} \end{aligned}$$

ผลจากการทดสอบ ได้ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือเท่ากับ .....

7. นำเครื่องมือที่สมบูรณ์แล้วไปใช้เก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยต่อไป

### 3.5 การเก็บรวบรวมข้อมูล

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลได้ดำเนินการตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

3.5.1 ส่งแบบสอบถามให้กลุ่มตัวอย่างตอบตามจำนวนที่กำหนดไว้

3.5.2 ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลคืนด้วยตนเอง

3.5.3 เมื่อได้แบบสอบถามกลับคืนมาแล้ว จำนวน 376 ชุด คิดเป็นร้อยละ 100 จึง

ตรวจสอบความสมบูรณ์และจัดลำดับข้อมูล

3.5.4 นำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์และประมวลผลต่อไป

3.5.5 นำข้อมูลจากการสัมภาษณ์มาวิเคราะห์เชิงเนื้อหา

### 3.6 การวัดค่าตัวแปร

การวิจัยครั้งนี้ได้กำหนดการวัดค่าตัวแปรการส่งเสริมการใช้หลักภavana 4 ของประชาชน เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ซึ่งเป็นการแปลความหมายค่าเฉลี่ยจากแบบสอบถามที่สร้างขึ้น โดยใช้เกณฑ์ ดังนี้<sup>4</sup>

<sup>3</sup>กัลยา วานิชย์บัญชา, สถิติสำหรับงานวิจัย, อ่างแล้ว, หน้า 26.

<sup>4</sup>รศ.ดร.สรชัย พิศาลบุตร, เร็ยรู้สถิติและการวิจัยด้านกรณี, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทจูนพับลิชชิ่ง จำกัด, 2548), หน้า 43.



	$\frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนระดับ}} = \frac{5-1}{5} = \frac{4}{5} = 0.80$
4.21 - 5.00	หมายถึง ระดับการส่งเสริมการใช้หลักภวณา 4 มากที่สุด
3.41 - 4.20	หมายถึง ระดับการส่งเสริมการใช้หลักภวณา 4 มาก
2.61 - 3.40	หมายถึง ระดับการส่งเสริมการใช้หลักภวณา 4 ปานกลาง
1.81 - 2.60	หมายถึง ระดับการส่งเสริมการใช้หลักภวณา 4 น้อย
1.00 - 1.80	หมายถึง ระดับการส่งเสริมการใช้หลักภวณา 4 น้อยที่สุด

### 3.7 การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ได้ดำเนินการโดยนำข้อมูลมาวิเคราะห์ด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสังคมศาสตร์ มีลำดับขั้นตอน ดังนี้

3.7.1 การวิเคราะห์ปัจจัยส่วนบุคคล โดยหาค่าสถิติพื้นฐาน คือ ค่าความถี่ (Frequency) และ ค่าร้อยละ (Percentage) ใช้สำหรับอธิบายลักษณะสภาพของการส่งเสริมการใช้หลักภวณา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

3.7.2 วิเคราะห์การประยุกต์ใช้หลักการส่งเสริมการใช้หลักภวณา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยใช้วิธีการหาค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D)

3.7.3 ทดสอบสมมติฐานของการวิจัย โดยการวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระดับการส่งเสริมการใช้หลักภวณา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ในด้านต่าง ๆ กับปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างด้าน เพศ โดยใช้การทดสอบค่าที (t-test) ส่วนด้านอายุ การศึกษา และรายได้ต่อเดือน ใช้การทดสอบความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-Way ANOVA) ถ้าพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

3.7.4 วิเคราะห์ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปัญหาและแนวทางการส่งเสริมการใช้หลักภวณา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยการแจกแจงความถี่ (Frequency) และนำเสนอในรูปตารางประกอบคำบรรยาย

### 3.8 สถิติที่ใช้ในการวิจัย

สำหรับการวิจัยเรื่องนี้ มีสถิติที่ใช้ในการวิจัย ดังนี้

#### 1) การหาค่าร้อยละ (Percentage)<sup>5</sup>

$$P = \frac{X \times 100}{N}$$

P = ค่าร้อยละ  
X = จำนวนผู้ตอบแบบสอบถาม  
N = จำนวนประชากร

#### 2) การหาค่าเฉลี่ย (Mean) หรือมัชฌิมเลขคณิต<sup>6</sup>

$$\bar{x} = \frac{\sum x}{N}$$

$\bar{x}$  = ค่าเฉลี่ย  
 $\sum x$  = ผลรวมของผู้ตอบแบบสอบถาม  
N = จำนวนประชากร

#### 3) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)<sup>7</sup>

$$S = \sqrt{\frac{N \sum fx^2 - (\sum fx)^2}{N(N-1)}}$$

S = ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)  
 $\sum fx$  = ผลรวมของผู้ตอบแบบสอบถามแต่ละระดับ  
N = จำนวนประชากร

#### 4) การทดสอบสมมติฐาน (t-test)<sup>8</sup>

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2}}}$$

เมื่อ t = การทดสอบค่า (t-test Independent)

โดยที่ df =  $n_1 + n_2 - 2$

$\bar{x}_1, \bar{x}_2$  = ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ตามลำดับ

$S_1^2, S_2^2$  = ความแปรปรวนของคะแนนกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ตามลำดับ

$n_1 + n_2$  = จำนวนคะแนนของกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ตามลำดับ

<sup>5</sup>นิภา เมธาวิชัย, *วิทยาการวิจัย*, (กรุงเทพมหานคร : สถาบันราชภัฏธนบุรี, 2543), หน้า 128.

<sup>6</sup>สงศรี ชมภูวงศ์, *การวิจัย*, (นครศรีธรรมราช : มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช, 2547), หน้า 55.

<sup>7</sup>ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ, *เทคนิคการวิจัยทางการศึกษา*, (กรุงเทพมหานคร : สุวีริยาสาส์น, 2540), หน้า 53.

<sup>8</sup>พวงรัตน์ ทวีรัตน์, *วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์ (ฉบับปรับปรุงใหม่ล่าสุด)*, (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, 2543), หน้า 183.

5) การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One Way ANOVA) หรือ (F-test)<sup>9</sup>

$$F = \frac{MS_b}{MS_w}$$

F = อัตราส่วนของความแปรปรวน

MS<sub>b</sub> = ค่าความแปรปรวนระหว่างกลุ่ม

MS<sub>w</sub> = ค่าความแปรปรวนภายในกลุ่ม



---

<sup>9</sup>นิภา เมธธาวิชัย, *วิทยาการวิจัย*, อ่างแล้ว, หน้า 110.

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง การใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยมีวัตถุประสงค์ 1. เพื่อศึกษาการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร 2. เพื่อศึกษาการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร 3. เพื่อศึกษาข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

ซึ่งผู้วิจัยได้ใช้เครื่องมือ คือ แบบสอบถาม ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 376 คน แล้วนำแบบสอบถามมาดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล และประมวลผลด้วยคอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อคำนวณหาค่าสถิติสำหรับตอบรับวัตถุประสงค์และสมมติฐานการวิจัย พร้อมทั้งนำเสนอผลการวิเคราะห์เป็นรูปแบบตาราง ผู้วิจัยได้จำแนกผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับ ดังนี้

4.1 สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

4.2 ขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูล

4.3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

4.4 การสัมภาษณ์ สังเกตการณ์และข้อเสนอแนะ เกี่ยวกับการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

4.5 บทสรุป

#### 4.1 สัญลักษณ์ที่ใช้ในการการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยใช้สัญลักษณ์ทางสถิติดังต่อไปนี้คือ

n แทน จำนวนกลุ่มตัวอย่าง

$\bar{X}$  แทน ค่าเฉลี่ย (Mean)

S.D. แทน ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

t แทน ค่าสถิติที (t-test) ทดสอบกลุ่มตัวอย่างสองกลุ่ม

F แทน ค่าสถิติเอฟ (F-test) ทดสอบกลุ่มตัวอย่างมากกว่าสองกลุ่ม

Sig แทน ค่าระดับความมีนัยสำคัญทางสถิติ

\* แทน ค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

#### 4.2 ขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลและแปลผล โดยแบ่งเป็น 5 ตอน ดังนี้



**ตอนที่ 1** ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถามของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีเพศ อายุ อาชีพ รายได้ต่อเดือน และระดับการศึกษา

**ตอนที่ 2** ผลการวิเคราะห์การใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

**ตอนที่ 3** ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ อายุ อาชีพ รายได้ต่อเดือน และระดับการศึกษาต่างกัน

**ตอนที่ 4** ผลการเปรียบเทียบการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ตามความคิดเห็นของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีเพศ อายุ อาชีพ รายได้ต่อเดือน และระดับการศึกษาต่างกัน

**ตอนที่ 5** ผลการรวบรวมข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

**ตอนที่ 6** บทสัมภาษณ์

### 4.3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

**ตอนที่ 1** ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม การวิเคราะห์ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ประกอบด้วย เพศ อายุ อาชีพ รายได้ต่อเดือน และระดับการศึกษาของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ใช้การวิเคราะห์หาค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) นำเสนอในรูปแบบตารางประกอบการบรรยายปรากฏดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 4.1 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ

เพศ	จำนวน	ร้อยละ
ชาย	212	56.40
หญิง	164	43.60
<b>รวม</b>	<b>376</b>	<b>100.00</b>

จากตารางที่ 4.1 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถาม การใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร เป็นเพศชาย จำนวน 212 คน คิดเป็นร้อยละ 56.40 และเป็นเพศหญิง จำนวน 164 คน คิดเป็นร้อยละ 43.60

ตารางที่ 4.2 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอายุ

อายุ	จำนวน	ร้อยละ
18 - 30 ปี	96	25.50
31 - 45 ปี	181	48.10
46 - 60 ปี	69	18.40
60 ปีขึ้นไป	30	8.00
<b>รวม</b>	<b>376</b>	<b>100.00</b>

จากตารางที่ 4.2 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถาม การใช้หลักภานา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร อายุระหว่าง 31 - 45 ปี จำนวน 181 คน คิดเป็นร้อยละ 48.10 อายุระหว่าง 18 - 30 ปี จำนวน 96 คน คิดเป็นร้อยละ 25.50 อายุระหว่าง 46 - 60 ปี จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 18.40 และอายุ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 8.00

ตารางที่ 4.3 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอาชีพ

อาชีพ	จำนวน	ร้อยละ
รับจ้าง/เกษตรกร	170	45.20
ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว	107	28.50
รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ	78	20.70
อื่น ๆ	21	5.60
<b>รวม</b>	<b>376</b>	<b>100.00</b>

จากตารางที่ 4.3 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถาม ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพ รับจ้าง/เกษตรกร จำนวน 170 คน คิดเป็นร้อยละ 45.20 อาชีพค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว จำนวน 107 คน คิดเป็นร้อยละ 28.50 อาชีพรับราชการ/รัฐวิสาหกิจ จำนวน 78 คน คิดเป็นร้อยละ 20.70 และอาชีพอื่น ๆ จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 5.60

ตารางที่ 4.4 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามรายได้ต่อเดือน

รายได้	จำนวน	ร้อยละ
8,001 - 15,000 บาท	77	20.50
15,001 - 30,000 บาท	131	34.80
30,001 - 50,000 บาท	157	41.80
50,000 บาทขึ้นไป	11	2.90
<b>รวม</b>	<b>376</b>	<b>100.00</b>

จากตารางที่ 4.4 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถาม ส่วนใหญ่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 30,001 - 50,000 บาท จำนวน 157 คน คิดเป็นร้อยละ 41.80 รายได้ต่อเดือนระหว่าง 15,001 - 30,000 บาท จำนวน 131 คน คิดเป็นร้อยละ 34.80 รายได้ต่อเดือนระหว่าง 8,001 - 15,000 บาท จำนวน 77 คน คิดเป็นร้อยละ 20.50 และรายได้ต่อเดือน 50,000 บาทขึ้นไป จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 2.90

ตารางที่ 4.5 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	จำนวน	ร้อยละ
ประถมศึกษา	49	13.00
มัธยมศึกษา	117	31.10
ปริญญาตรี	190	50.50
สูงกว่าปริญญาตรี	20	5.30
<b>รวม</b>	<b>376</b>	<b>100.00</b>

จากตารางที่ 4.5 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถาม ส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน 190 คน คิดเป็นร้อยละ 50.50 ระดับมัธยมศึกษา จำนวน 117 คน คิดเป็นร้อยละ 31.10 ระดับประถมศึกษา จำนวน 49 คน คิดเป็นร้อยละ 13.00 และระดับสูงกว่าปริญญาตรี จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 5.30

#### ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับการใช้หลักกาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

การวิเคราะห์การใช้หลักกาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ใช้การวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบการบรรยายดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 4.6 แสดงค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และระดับความคิดเห็นที่มี  
การใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม

การใช้หลักภาวะนา 4	ระดับความคิดเห็น		
	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
ด้านกายภาวะนา	3.98	0.80	มาก
ด้านศีลภาวะนา	4.29	0.64	มากที่สุด
ด้านจิตตภาวะนา	3.96	0.80	มาก
ด้านปัญญาภาวะนา	3.73	1.03	มาก
<b>รวม</b>	<b>3.99</b>	<b>0.82</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 4.6 พบว่า กลุ่มตัวอย่าง จะมีการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวมทั้ง 4 ด้าน อยู่ในระดับมาก

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านโดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย พบว่า ด้านด้านศีลภาวะนา มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ ด้านกายภาวะนา ด้านจิตตภาวะนา ด้านปัญญาภาวะนา มีค่าเฉลี่ยน้อยสุด ตามลำดับ

ตารางที่ 4.7 แสดงค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และระดับความคิดเห็นที่มี  
การใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร  
ด้านกายภาวะนา

การใช้หลักภาวะนา 4 ด้านกายภาวะนา	ระดับความคิดเห็น		
	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1. การอยู่ร่วมกับสิ่งแวดล้อมอย่างรู้จักคุณค่า	3.53	0.67	มาก
2. การปรับตนเองกับสิ่งแวดล้อมให้สมดุล	3.94	0.86	มาก
3. การฝึกฝนอบรมตนให้มีความพร้อมทั้งด้านร่างกาย และจิตใจ	4.09	0.81	มาก
4. การดูแลรักษาสุขภาพของตนให้ดี	4.23	0.79	มากที่สุด
5. การดูแลปัจจัยสี่ให้พร้อม	4.09	0.86	มาก
<b>รวม</b>	<b>3.98</b>	<b>0.80</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 4.7 พบว่า กลุ่มตัวอย่าง จะมีการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวะนา โดยรวมอยู่ในระดับมาก

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านโดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย พบว่า ประเด็นการดูแลรักษาสุขภาพของตนให้ดี มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ ประเด็นการดูแลปัจจัยสี่ให้พร้อม ส่วนประเด็นการอยู่ร่วมกับสิ่งแวดล้อมอย่างรู้จักคุณค่า มีค่าเฉลี่ยน้อยสุด ตามลำดับ



ตารางที่ 4.8 แสดงค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และระดับความคิดเห็นที่มี  
การใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร  
ด้านศีลภาวะนา

การใช้หลักภาวะนา 4 ด้านศีลภาวะนา	ระดับความคิดเห็น		
	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
6. การฝึกฝนตนเอง และปฏิบัติตามระเบียบวินัย เพื่อให้เกิดความสุจริตทางกาย ทางวาจา และทางใจ	3.79	0.72	มาก
7. การรักษากาย วาจา ให้เรียบร้อยเพื่อการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข	4.25	0.64	มากที่สุด
8. การไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น มุ่งสร้างสรรค์เกื้อกูลกันในสังคม	4.47	0.57	มากที่สุด
9. การฝึกให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัย	4.25	0.74	มากที่สุด
10. ไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน	4.69	0.55	มากที่สุด
<b>รวม</b>	<b>4.29</b>	<b>0.64</b>	<b>มากที่สุด</b>

จากตารางที่ 4.8 พบว่า กลุ่มตัวอย่าง จะมีการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวะนา โดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านโดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย พบว่า ประเด็นไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ ประเด็นการไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น มุ่งสร้างสรรค์เกื้อกูลกันในสังคม ส่วนประเด็นการฝึกฝนตนเอง และปฏิบัติตามระเบียบวินัย เพื่อให้เกิดความสุจริตทางกาย ทางวาจา และทางใจ มีค่าเฉลี่ยน้อยสุด ตามลำดับ

ตารางที่ 4.9 แสดงค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และระดับความคิดเห็นที่มี การใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา

การใช้หลักภาวะนา 4 ด้านจิตตภาวนา	ระดับความคิดเห็น		
	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
11. การพัฒนาจิตใจให้งอกงามด้วยคุณธรรม	3.73	0.87	มาก
12. การพัฒนาให้เกิดความเข้มแข็ง ด้วยคุณธรรม มีความเมตตา กรุณา	3.91	0.92	มาก
13. การฝึกฝนให้ตนมีจิตใจที่อิสระเบิกบานผ่องใส สงบสุขได้อย่างสมบูรณ์	4.08	0.86	มาก
14. การฝึกฝนอบรมให้รู้จักการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่	4.34	0.64	มากที่สุด
15. การมีจิตใจเป็นอิสระไม่ถูกครอบงำด้วยกิเลสและความทุกข์	3.75	0.70	มาก
<b>รวม</b>	<b>3.96</b>	<b>0.80</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 4.9 พบว่า กลุ่มตัวอย่าง จะมีการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา โดยรวมอยู่ในระดับมาก

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านโดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย พบว่า ประเด็นการฝึกฝนอบรมให้รู้จักการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ ประเด็นการฝึกฝนให้ตนมีจิตใจที่อิสระเบิกบานผ่องใส สงบสุขได้อย่างสมบูรณ์ ส่วนประเด็นการพัฒนาจิตใจให้งอกงามด้วยคุณธรรม มีค่าเฉลี่ยน้อยสุด ตามลำดับ

ตารางที่ 4.10 แสดงค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และระดับความคิดเห็นที่มี การใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวะนา

การใช้หลักภาวะนา 4 ด้านปัญญาภาวะนา	ระดับความคิดเห็น		
	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
16. รู้และเข้าใจ สามารถมองเห็นสิ่งทั้งหลายเกิดขึ้นตามความเป็นจริง	3.62	0.92	มาก
17. ใช้เหตุและผลในการพิจารณาแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น	3.91	0.97	มาก
18. หมั่นแสวงหาและการพัฒนาความรู้อย่างสม่ำเสมอ	3.53	1.19	มาก
19. การฝึกฝนทำงานเพื่อให้เกิดความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน	3.78	1.04	มาก
20. การฝึกฝนปัญญา ให้สามารถเข้าใจสิ่งทั้งหลายได้อย่างถูกต้อง และแก้ไขได้ด้วยสติปัญญา	3.82	1.02	มาก
<b>รวม</b>	<b>3.73</b>	<b>1.03</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 4.10 พบว่า กลุ่มตัวอย่าง จะมีการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวะนา โดยรวมอยู่ในระดับมาก

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านโดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย พบว่า ประเด็นใช้เหตุและผลในการพิจารณาแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ ประเด็นการฝึกฝนปัญญา ให้สามารถเข้าใจสิ่งทั้งหลายได้อย่างถูกต้อง และแก้ไขได้ด้วยสติปัญญา ส่วนประเด็นหมั่นแสวงหาและการพัฒนาความรู้อย่างสม่ำเสมอ มีค่าเฉลี่ยน้อยสุด ตามลำดับ

**ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ อายุ อาชีพ รายได้ต่อเดือน และระดับการศึกษาต่างกัน**

ในการศึกษาเพศมีความแตกต่างกับการส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร รายละเอียดในตารางดังต่อไปนี้

ตารางที่ 4.11 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการใช้หลักภาวนา 4 ของ  
ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานครโดยรวม จำแนกตามเพศ

ระดับการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4	ระดับการใช้อิทธิบาท 4					
	ชาย			หญิง		
	$\bar{x}$	S.D.	แปลผล	$\bar{x}$	S.D.	แปลผล
ด้านกายภาวนา	3.97	.701	มาก	3.98	.731	มาก
ด้านศีลภาวนา	4.25	.541	มากที่สุด	4.35	.472	มากที่สุด
ด้านจิตตภาวนา	3.92	.702	มาก	4.02	.702	มาก
ด้านปัญญาภาวนา	3.65	.996	มาก	3.84	.892	มาก
<b>รวม</b>	<b>3.95</b>	<b>.735</b>	<b>มาก</b>	<b>4.05</b>	<b>0.705</b>	<b>มาก</b>

จากตาราง ที่ 4.11 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จะมีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม ทั้ง 4 ด้าน อยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกตามเพศ เพศชายและเพศหญิง อยู่ในระดับมาก

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน โดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย

เพศชาย พบว่า ด้านศีลภาวนา มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ ด้านกายภาวนา ด้านจิตตภาวนา ส่วน ด้านปัญญาภาวนา มีค่าเฉลี่ยน้อยสุด

เพศหญิง พบว่า ด้านศีลภาวนา มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ ด้านจิตตภาวนา ด้านกายภาวนา ส่วน ด้านปัญญาภาวนา มีค่าเฉลี่ยน้อยสุด



ตารางที่ 4.12 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการใช้หลักภานา 4 ของ  
ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม จำแนก ตามอายุ

ระดับการใช้หลักภานา 4	อายุ	n	$\bar{X}$	S.D	แปลผล
ด้านกายภานารวม	18 - 30 ปี	96	3.6	.68	มาก
	31 - 45 ปี	181	4.27	.635	มากที่สุด
	46 - 60 ปี	69	3.7	.596	มาก
	มากกว่า 60 ปี	30	3.97	.729	มาก
<b>รวม</b>		<b>376</b>	<b>3.97</b>	<b>.713</b>	<b>มาก</b>
ด้านศีลภานารวม	18 - 30 ปี	96	3.94	.541	มาก
	31 - 45 ปี	181	4.48	.484	มากที่สุด
	46 - 60 ปี	69	4.25	.383	มากที่สุด
	มากกว่า 60 ปี	30	4.4	.139	มากที่สุด
<b>รวม</b>		<b>376</b>	<b>4.29</b>	<b>.514</b>	<b>มากที่สุด</b>
ด้านจิตตภานารวม	18 - 30 ปี	96	3.68	.752	มาก
	31 - 45 ปี	181	4.26	.649	มากที่สุด
	46 - 60 ปี	69	3.67	.53	มาก
	มากกว่า 60 ปี	30	3.73	.602	มาก
<b>รวม</b>		<b>376</b>	<b>3.96</b>	<b>.712</b>	<b>มาก</b>
ด้านปัญญาภานารวม	18 - 30 ปี	96	3.26	.963	มาก
	31 - 45 ปี	181	4.13	.974	มาก
	46 - 60 ปี	69	3.53	.616	มาก
	มากกว่า 60 ปี	30	3.29	.101	มาก
<b>รวม</b>		<b>376</b>	<b>3.73</b>	<b>.957</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 4.12 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จะมีการใช้หลักภานา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม ทั้ง 4 ด้าน อยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกตามอายุ พบว่า อายุ 31 - 45 ปี อยู่ในระดับมากที่สุด

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านโดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย

อายุ 18 - 30 ปี พบว่า ด้านศีลภานา มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ ด้านจิตตภานา ด้านกายภานา ส่วน ด้านปัญญาภานา มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด ตามลำดับ

อายุ 31 - 45 ปี พบว่า ด้านศีลภานา มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ ด้านกายภานา ด้านจิตตภานา ส่วน ด้านปัญญาภานา มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด ตามลำดับ

อายุ 46 – 60 ปี พบว่า ด้านศีลภาวนา มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ ด้านกายภาวนา ด้านจิตตภาวนา ส่วน ด้านปัญญาภาวนารวม มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด ตามลำดับ

อายุ มากกว่า 60 ปี พบว่า ด้านศีลภาวนา มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ ด้านกายภาวนา ด้านจิตตภาวนา ส่วน ด้านปัญญาภาวนา มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด ตามลำดับ

**ตารางที่ 4.13 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม จำแนกตามอาชีพ**

การใช้หลักภาวนา 4	อาชีพ	จำนวน	( $\bar{x}$ )	S.D.	แปลผล
ด้านกายภาวนารวม	รับจ้าง/เกษตรกร	170	4.08	.754	มาก
	ค้าขาย/ ธุรกิจส่วนตัว	107	3.75	.578	มาก
	รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ	78	3.89	.735	มาก
	อื่นๆ	21	4.6	.29	มากที่สุด
<b>รวม</b>		<b>376</b>	<b>3.97</b>	<b>.713</b>	<b>มาก</b>
ด้านศีลภาวนารวม	รับจ้าง/เกษตรกร	170	4.36	.552	มากที่สุด
	ค้าขาย/ ธุรกิจส่วนตัว	107	4.14	.449	มาก
	รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ	78	4.26	.45	มากที่สุด
	อื่นๆ	21	4.67	.483	มากที่สุด
<b>รวม</b>		<b>376</b>	<b>4.29</b>	<b>.514</b>	<b>มากที่สุด</b>
ด้านจิตตภาวนารวม	รับจ้าง/เกษตรกร	170	4.11	.69	มาก
	ค้าขาย/ ธุรกิจส่วนตัว	107	3.69	.528	มาก
	รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ	78	3.73	.736	มาก
	อื่นๆ	21	5.00	.000	มากที่สุด
<b>รวม</b>		<b>376</b>	<b>3.96</b>	<b>.712</b>	<b>มาก</b>

ตารางที่ 4.13 (ต่อ)

การใช้หลักภาวะนา 4	อาชีพ	จำนวน	( $\bar{X}$ )	S.D.	แปลผล
ด้านปัญญาภาวะนารวม	รับจ้าง/เกษตรกร	170	3.9	.972	มาก
	ค้าขาย/ ธุรกิจส่วนตัว	107	3.31	.786	มาก
	รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ	78	3.61	.881	มาก
	อื่นๆ	21	5	.000	มากที่สุด
<b>รวม</b>		<b>376</b>	<b>3.73</b>	<b>.957</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 4.13 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จะมีการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม ทั้ง 4 ด้าน อยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกตามอาชีพ พบว่า อาชีพอื่นๆ อยู่ในระดับมากที่สุด

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านโดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย

อาชีพ รับจ้าง/ เกษตรกร พบว่า ด้านศีลภาวะนา มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ ด้านกายภาวะนา ด้านจิตตภาวะนา ส่วน ด้านปัญญาภาวะนา มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด ตามลำดับ

อาชีพ ค้าขาย/ ธุรกิจส่วนตัว พบว่า ด้านศีลภาวะนา มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ ด้านกายภาวะนา ด้านจิตตภาวะนา ส่วน ด้านปัญญาภาวะนา มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด ตามลำดับ

อาชีพ รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ พบว่า ด้านศีลภาวะนา มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ ด้านกายภาวะนา ด้านจิตตภาวะนา ส่วน ด้านปัญญาภาวะนา มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด ตามลำดับ

อาชีพ อื่นๆ พบว่า ด้านจิตตภาวะนา และด้านปัญญาภาวะนา มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ ด้านศีลภาวะนา ส่วน ด้านกายภาวะนา มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด ตามลำดับ

ตารางที่ 4.14 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการใช้หลักภานา 4 ของ  
ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม จำแนกตามรายได้ต่อเดือน

การใช้หลักภานา 4	รายได้ต่อเดือน	จำนวน	( $\bar{X}$ )	S.D.	แปลผล
ด้านกายภานารวม	8,001-15,000	77	3.51	.518	มาก
	15,001-30,000	131	3.69	.589	มาก
	30,001-50,000	157	4.49	.568	มากที่สุด
	50,000 ขึ้นไป	11	3.27	.101	มาก
<b>รวม</b>		<b>376</b>	<b>3.97</b>	<b>.713</b>	<b>มาก</b>
ด้านศีลภานารวม	8,001-15,000	77	3.96	.392	มาก
	15,001-30,000	131	4.11	.522	มาก
	30,001-50,000	157	4.61	.386	มากที่สุด
	50,000 ขึ้นไป	11	4.2	.000	มาก
<b>รวม</b>		<b>376</b>	<b>4.29</b>	<b>.514</b>	<b>มากที่สุด</b>
ด้านจิตตภานารวม	8,001-15,000	77	3.64	.535	มาก
	15,001-30,000	131	3.7	.709	มาก
	30,001-50,000	157	4.39	.571	มาก
	50,000 ขึ้นไป	11	3.20	.000	มากที่สุด
<b>รวม</b>		<b>376</b>	<b>3.96</b>	<b>.712</b>	<b>มาก</b>
ด้านปัญญาภานารวม	8,001-15,000	77	3.02	.458	มาก
	15,001-30,000	131	3.31	.864	มาก
	30,001-50,000	157	4.45	.748	มากที่สุด
	50,000 ขึ้นไป	11	3.6	.000	มาก
<b>รวม</b>		<b>376</b>	<b>3.73</b>	<b>.957</b>	<b>มาก</b>



จากตารางที่ 4.14 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จะมีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม ทั้ง 4 ด้าน อยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกตามรายได้ต่อเดือน พบว่า รายได้ต่อเดือน 30,001-50,000 บาท อยู่ในระดับมาก

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านโดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย

รายได้ต่อเดือน 8,001-15,000 บาท พบว่า ด้านศีลภาวนา มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ ด้านจิตตภาวนา ด้านกายภาวนา ส่วน ด้านปัญญาภาวนา มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด ตามลำดับ

รายได้ต่อเดือน 15,001-30,000 บาท พบว่า ด้านศีลภาวนา มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ ด้านจิตตภาวนา ด้านกายภาวนา ส่วน ด้านปัญญาภาวนา มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด ตามลำดับ

รายได้ต่อเดือน 30,001-50,000 บาท พบว่า ด้านศีลภาวนา มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ ด้านกายภาวนา ด้านปัญญาภาวนา ส่วน ด้านจิตตภาวนา มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด ตามลำดับ

รายได้ต่อเดือน 50,000 บาทขึ้นไป พบว่า ด้านศีลภาวนา มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ ด้านปัญญาภาวนา ด้านกายภาวนา ส่วน ด้านจิตตภาวนา มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด ตามลำดับ

ตารางที่ 4.15 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม จำแนกตามระดับการศึกษา

การใช้หลักภาวนา 4	ระดับการศึกษา	จำนวน	( $\bar{x}$ )	S.D.	แปลผล
ด้านกายภาวนารวม	ประถมศึกษา	49	3.37	.365	มาก
	มัธยมศึกษา	117	3.48	.419	มาก
	ปริญญาตรี	190	4.39	.622	มากที่สุด
	สูงกว่าปริญญาตรี	20	4.33	.659	มากที่สุด
<b>รวม</b>		<b>376</b>	<b>3.97</b>	<b>.713</b>	<b>มาก</b>
ด้านศีลภาวนารวม	ประถมศึกษา	49	3.94	.3	มาก
	มัธยมศึกษา	117	3.94	.444	มาก
	ปริญญาตรี	190	4.56	.429	มากที่สุด
	สูงกว่าปริญญาตรี	20	4.61	.229	มากที่สุด
<b>รวม</b>		<b>376</b>	<b>4.29</b>	<b>.514</b>	<b>มากที่สุด</b>

ตารางที่ 4.15 (ต่อ)

การใช้หลักภาวนา 4	ระดับการศึกษา	จำนวน	( $\bar{X}$ )	S.D.	แปลผล
ด้านจิตตภาวนารวม	ประถมศึกษา	49	3.63	.464	มาก
	มัธยมศึกษา	117	3.55	.409	มาก
	ปริญญาตรี	190	4.28	.754	มากที่สุด
	สูงกว่าปริญญาตรี	20	4.20	.629	มาก
<b>รวม</b>		<b>376</b>	<b>3.96</b>	<b>.712</b>	<b>มาก</b>
ด้านปัญญาภาวนารวม	ประถมศึกษา	49	3	.495	มาก
	มัธยมศึกษา	117	3.21	.612	มาก
	ปริญญาตรี	190	4.21	.967	มากที่สุด
	สูงกว่าปริญญาตรี	20	4.07	.681	มาก
<b>รวม</b>		<b>376</b>	<b>3.73</b>	<b>.957</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 4.15 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จะมีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม ทั้ง 4 ด้าน อยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า ระดับการศึกษา ปริญญาตรี อยู่ในระดับมากที่สุด

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านโดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย

ระดับการศึกษา ประถมศึกษา พบว่า ด้านศีลภาวนา มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ ด้านจิตตภาวนา ด้านกายภาวนา ส่วน ด้านปัญญาภาวนา มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด ตามลำดับ

ระดับการศึกษา มัธยมศึกษา พบว่า ด้านศีลภาวนา มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ ด้านจิตตภาวนา ด้านกายภาวนา ส่วน ด้านปัญญาภาวนา มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด ตามลำดับ

ระดับการศึกษา ปริญญาตรี พบว่า ด้านศีลภาวนา มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ ด้านกายภาวนา ด้านจิตตภาวนา ส่วน ด้านปัญญาภาวนา มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด ตามลำดับ

ระดับการศึกษา สูงกว่าปริญญาตรี พบว่า ด้านศีลภาวนา มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ ด้านกายภาวนา ด้านจิตตภาวนา ส่วน ด้านปัญญาภาวนา มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด ตามลำดับ

ตอนที่ 4 ผลการเปรียบเทียบการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มี เพศ อายุ อาชีพ รายได้ต่อเดือน และระดับการศึกษาแตกต่างกัน

ตารางที่ 4.16 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม จำแนกตามเพศ

เพศ	n	$\bar{x}$	S.D.	แปลผล
ชาย	212	3.95	.682	มาก
หญิง	164	4.05	.66	มาก
รวม	376	3.99	.673	มาก

จากตาราง 4.16 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จะมีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวมทั้ง 4 ด้าน อยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกตามเพศ เพศชายและเพศหญิง อยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 4.17 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างเพศกับการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม จำแนกตามเพศ

การใช้หลักภาวนา4	เพศ	n	$\bar{x}$	S.D.	t	Sig
ด้านกายภาวนา	ชาย	212	3.97	.701	.005	.945
	หญิง	164	3.98	.731		
ด้านศีลภาวนา	ชาย	212	4.25	.541	3.655	.057
	หญิง	164	4.35	.472		
ด้านจิตตภาวนา	ชาย	212	3.92	.702	1.843	.175
	หญิง	164	4.02	.722		
ด้านปัญญาภาวนา	ชาย	212	3.65	.996	3.585	.059
	หญิง	164	3.84	.896		

\*Sig.<.05

จากตาราง ที่ 4.17 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานครที่มีเพศแตกต่างกัน จะมีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวมทั้ง 4 ด้าน ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ด้านกายภาวนา ด้านศีลภาวนา ด้านจิตตภาวนา และด้านปัญญาภาวนา

ตารางที่ 4.18 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา จำแนกตามเพศ

การใช้หลักภาวนา4	เพศ	n	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
ด้านกายภาวนา	ชาย	212	3.97	.701	มาก
	หญิง	164	3.98	.731	มาก
รวม		376	3.97	.713	มาก

จากตารางที่ 4 18 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จะมีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา อยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกตามเพศ เพศชายและเพศหญิง อยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 4.19 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างเพศกับการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา จำแนกตามเพศ

การใช้หลักภาวนา4	เพศ	n	$\bar{X}$	S.D.	t	Sig
ด้านกายภาวนา	ชาย	212	3.97	.701	.005	.945
	หญิง	164	3.98	.731		

\*Sig.<.05

จากตาราง 4.19 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีเพศแตกต่างกัน จะมีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ.05

ตารางที่ 4.20 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการใช้หลักภาวนา 4 ของ  
ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา จำแนกตามเพศ

การใช้หลักภาวนา4	เพศ	n	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
ด้านศีลภาวนา	ชาย	212	4.25	.541	มากที่สุด
	หญิง	164	4.35	.472	มากที่สุด
รวม		376	3.97	.514	มาก

จากตารางที่ 4 16 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จะมีการใช้หลักภาวนา4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา อยู่ในระดับมากที่สุดเมื่อจำแนกตามเพศ เพศชายและเพศหญิง อยู่ในระดับมากที่สุด

ตารางที่ 4.21 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างเพศกับการใช้หลักภาวนา4 ของ  
ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา จำแนกตามเพศ

การใช้หลักภาวนา4	เพศ	n	$\bar{X}$	S.D.	t	Sig
ด้านศีลภาวนา	ชาย	212	4.25	.541	3.655	.057
	หญิง	164	4.35	.472		

\*Sig.<.05

จากตารางที่ 4.21 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานครที่มีเพศแตกต่างกัน จะมีการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ.05



ตารางที่ 4.22 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา จำแนกตามเพศ

การใช้หลักภาวนา4	เพศ	n	$\bar{x}$	S.D.	แปลผล
ด้านจิตตภาวนา	ชาย	212	3.92	.702	มาก
	หญิง	164	4.02	.722	มาก
รวม		376	3.96	.712	มาก

จากตารางที่ 4.22 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จะมีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา อยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกตามเพศ เพศชายและเพศหญิง อยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 4.23 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างเพศกับการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา จำแนกตามเพศ

การใช้หลักภาวนา4	เพศ	N	$\bar{x}$	S.D.	t	Sig
ด้านจิตตภาวนา	ชาย	212	3.92	.702	1.843	.175
	หญิง	164	4.02	.722		

\*Sig.<.05

จากตารางที่ 4.23 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานครที่มีเพศแตกต่างกัน จะมีการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ.05

ตารางที่ 4.24 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา จำแนกตามเพศ

การใช้หลักภาวนา4	เพศ	n	$\bar{x}$	S.D.	แปลผล
ด้านปัญญาภาวนา	ชาย	212	3.65	.996	มาก
	หญิง	164	3.84	.896	มาก
รวม		376	3.73	.957	มาก

จากตารางที่ 4.24 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จะมีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา อยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกตามเพศ เพศชายและเพศหญิง อยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 4.25 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างเพศกับการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา จำแนกตามเพศ

การใช้หลักภาวนา4	เพศ	n	$\bar{x}$	S.D.	t	Sig
ด้านปัญญาภาวนา	ชาย	212	3.65	.996	3.585	.059
	หญิง	164	3.84	.896		

\*Sig.<.05

จากตารางที่ 4.25 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานครที่มีเพศแตกต่างกัน จะมีการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ.05

ตารางที่ 4.26 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม จำแนกตามอายุ

อายุ	n	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
18-30 ปี	96	3.62	.684	มาก
31-45 ปี	181	4.29	.645	มากที่สุด
46-60 ปี	69	3.79	.468	มาก
60 ปีขึ้นไป	30	3.85	.354	มาก
<b>รวม</b>	<b>376</b>	<b>3.99</b>	<b>.673</b>	<b>มาก</b>

จากตาราง 4.26 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จะมีการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวมทั้ง 4 ด้าน อยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกตามอายุ อายุ 31-45 ปี อยู่ในระดับมากที่สุด อายุ 60 ปีขึ้นไป, อายุ 46-60 ปี และอายุ 18-30 ปี อยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 4.27 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนระดับความคิดเห็นที่มีต่อการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม ที่มีอายุต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	sig
ระหว่างกลุ่ม	32.136	3	10.712	28.901	.000
ภายในกลุ่ม	137.879	372	.371		
<b>รวม</b>	<b>170.015</b>	<b>375</b>			

\*Sig.<.05

จากตารางที่ 4.27 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานครที่มีอายุแตกต่างกัน จะมีการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ.05 จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการของ Scheffe (Post Hoc)

ตารางที่ 4.28 แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบรายคู่ (Post Hoc) ที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม จำแนกตามอายุ

อายุ	$\bar{x}$	18-30 ปี	31-45 ปี	46-60 ปี	60 ปีขึ้นไป
		3.62	4.29	3.79	3.85
18-30 ปี	3.62	-	-.663*	-0.168	-0.226
31-45 ปี	4.29		-	.495*	.437*
46-60 ปี	3.79			-	-0.058
60 ปีขึ้นไป	3.85				-

\*Sig.<.05

จากตารางที่ 4.28 เมื่อทำการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการทดสอบของ Scheffe พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 18-30 ปี มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 31-45 ปี

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 31-45 ปี มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 46-60 ปี และประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 46-60 ปี มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม ไม่แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป

ตารางที่ 4.29 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา จำแนกตามอายุ

อายุ	n	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
18-30 ปี	96	3.6	.68	มาก
31-45 ปี	181	4.27	.635	มากที่สุด
46-60 ปี	69	3.7	.596	มาก
60 ปีขึ้นไป	30	3.97	.729	มาก
<b>รวม</b>	<b>376</b>	<b>3.97</b>	<b>.713</b>	<b>มาก</b>

จากตาราง 4.29 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จะมีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา อยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกตามอายุ อายุ 31-45 ปี อยู่ในระดับมากที่สุด อายุ 60 ปีขึ้นไป, อายุ 46-60 ปี และอายุ 18-30 ปี อยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 4.30 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนระดับความคิดเห็นที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา ที่มีอายุต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	sig
ระหว่างกลุ่ม	34.59	3	11.53	27.495	.000
ภายในกลุ่ม	155.995	372	.419		
<b>รวม</b>	<b>190.585</b>	<b>375</b>			

จากตารางที่ 4.30 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานครที่มีอายุแตกต่างกัน จะมีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการของ Scheffe (Post Hoc)



ตารางที่ 4.31 แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบรายคู่ (Post Hoc) ที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา จำแนกตามอายุ

อายุ	$\bar{x}$	18-30 ปี	31-45 ปี	46-60 ปี	60 ปีขึ้นไป
		3.6	4.27	3.7	3.97
18-30 ปี	3.6	-	-.672*	-.102	-.371
31-45 ปี	4.27		-	.570*	0.301
46-60 ปี	3.7			-	-.269
60 ปีขึ้นไป	3.97				-

\*Sig.<.05

จากตารางที่ 4.31 เมื่อทำการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการทดสอบของ Scheffe พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 18-30 ปี มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 31-45 ปี

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 31-45 ปี มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 46-60 ปี

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 46-60 ปี มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา ไม่แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป

ตารางที่ 4.32 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา จำแนกตามอายุ

อายุ	n	$\bar{x}$	S.D.	แปลผล
18-30 ปี	96	3.94	.541	มาก
31-45 ปี	181	4.48	.484	มากที่สุด
46-60 ปี	69	4.25	.383	มากที่สุด
60 ปีขึ้นไป	30	4.4	.139	มากที่สุด
รวม	376	4.29	.514	มากที่สุด

จากตาราง 4.32 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จะมีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อจำแนกตามอายุ อายุ 31-45 ปี, อายุ 60 ปีขึ้นไป และอายุ 46-60 ปี อยู่ในระดับมากที่สุด ส่วน อายุ 18-30 ปี อยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 4.33 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนระดับความคิดเห็นที่มีต่อการส่งเสริมการใช้หลัก  
 ภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา  
 ที่มีอายุต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	sig
ระหว่างกลุ่ม	18.691	3	6.230	28.796	.000
ภายในกลุ่ม	80.488	372	.216		
รวม	99.179	375			

จากตารางที่ 4.33 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุแตกต่างกัน จะมีการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนาแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ด้วยวิธีการของ Scheffe (Post Hoc)

ตารางที่ 4.34 แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบรายคู่ (Post Hoc) ที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4  
 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา จำแนกตามอายุ

อายุ	$\bar{x}$	18-30 ปี	31-45 ปี	46-60 ปี	60 ปีขึ้นไป
		3.94	4.48	4.25	4.4
18-30 ปี	3.94	-	-.539*	-.310*	-.460*
31-45 ปี	4.48		-	.229*	0.078
46-60 ปี	4.25			-	-0.151
60 ปีขึ้นไป	4.4				-

\*Sig.<.05

จากตารางที่ 4.34 เมื่อทำการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการทดสอบของ Scheffe พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 18-30 ปี มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 31-45 ปี, ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 46-60 ปี และประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 31-45 ปี มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 46-60 ปี ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 46-60 ปี มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา ไม่แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป

ตารางที่ 4.35 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการใช้หลักภาวนา 4 ของ  
ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา จำแนกตามอายุ

อายุ	n	$\bar{x}$	S.D.	แปลผล
18-30 ปี	96	3.68	.752	มาก
31-45 ปี	181	4.26	.649	มากที่สุด
46-60 ปี	69	3.67	.53	มาก
60 ปีขึ้นไป	30	3.73	.602	มาก
<b>รวม</b>	<b>376</b>	<b>3.96</b>	<b>.712</b>	<b>มาก</b>

จากตาราง 4.35 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จะมีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา อยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกตามอายุ อายุ 31-45 ปี อยู่ในระดับมากที่สุด อายุ 60 ปีขึ้นไป, อายุ 46-60 ปี และอายุ 18-30 ปี อยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 4.36 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนระดับความคิดเห็นที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4  
ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา  
ที่มีอายุต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	sig
ระหว่างกลุ่ม	30.820	3	10.273	24.019	.000
ภายในกลุ่ม	159.109	372	.428		
<b>รวม</b>	<b>189.929</b>	<b>375</b>			

จากตารางที่ 4.36 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานครที่มีอายุแตกต่างกัน จะมีการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการของ Scheffe (Post Hoc)

ตารางที่ 4.37 แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบรายคู่ (Post Hoc) ที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา จำแนกตามอายุ

อายุ	$\bar{x}$	18-30 ปี	31-45 ปี	46-60 ปี	60 ปีขึ้นไป
		3.68	4.26	4.36	3.73
18-30 ปี	3.68	-	-.575*	0.011	-0.043
31-45 ปี	4.26		-	.586*	.532*
46-60 ปี	3.67			-	-0.054
60 ปีขึ้นไป	3.73				-

\*Sig.<.05

จากตารางที่ 4.37 เมื่อทำการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการทดสอบของ Scheffe พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 18-30 ปี มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 31-45 ปี

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 31-45 ปี มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 46-60 ปี และประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 46-60 ปี มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา ไม่แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป

ตารางที่ 4.38 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา จำแนกตามอายุ

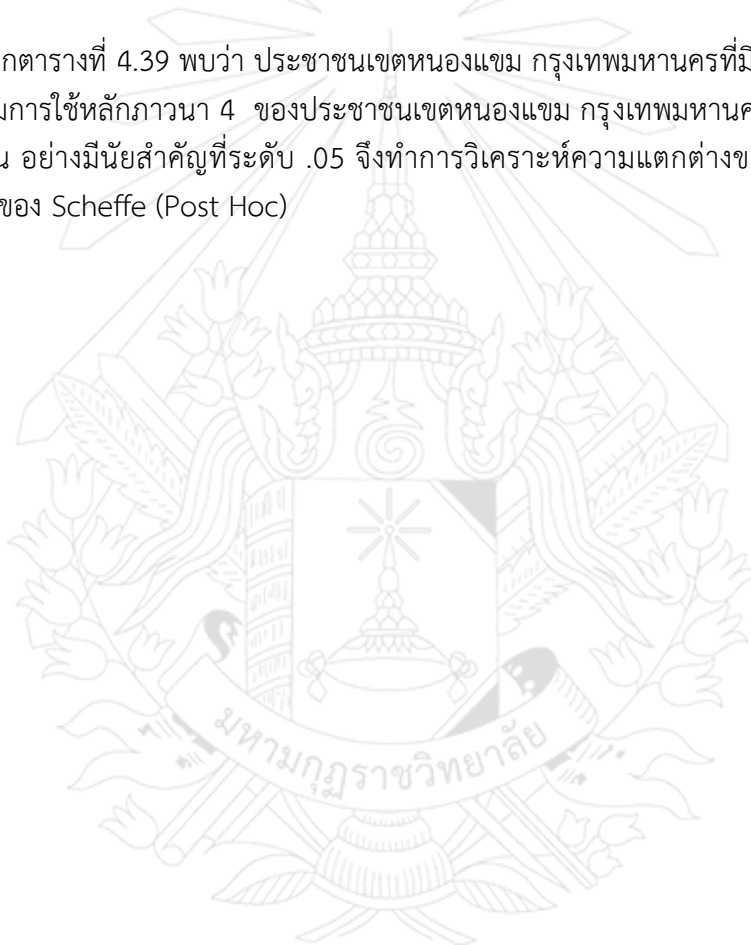
อายุ	n	$\bar{x}$	S.D.	แปลผล
18-30 ปี	96	3.26	.963	มาก
31-45 ปี	181	4.13	.974	มาก
46-60 ปี	69	3.53	.616	มาก
60 ปีขึ้นไป	30	3.29	.101	มาก
รวม	376	3.73	.957	มาก

จากตาราง 4.38 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จะมีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา อยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกตามอายุ อายุ 31-45 ปี, อายุ 60 ปีขึ้นไป, อายุ 46-60 ปี และอายุ 18-30 ปี อยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 4.39 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนระดับความคิดเห็นที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา ที่มีอายุต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	sig
ระหว่างกลุ่ม	58.225	3	19.408	25.312	.000
ภายในกลุ่ม	285.232	372	.767		
รวม	343.457	375			

จากตารางที่ 4.39 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานครที่มีอายุแตกต่างกัน จะมีการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการของ Scheffe (Post Hoc)





ตารางที่ 4.40 แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบรายคู่ (Post Hoc) ที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา จำแนกตามอายุ

อายุ	$\bar{x}$	18-30 ปี	31-45 ปี	46-60 ปี	60 ปีขึ้นไป
		3.26	4.13	3.53	3.29
18-30 ปี	3.26	-	-.867*	-0.271	-0.031
31-45 ปี	4.13		-	.596*	.836*
46-60 ปี	3.53			-	0.24
60 ปีขึ้นไป	3.29				-

\*Sig.<.05

จากตารางที่ 4.40 เมื่อทำการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการทดสอบของ Scheffe พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 18-30 ปี มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 31-45 ปี

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 31-45 ปี มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 46-60 ปี และประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 46-60 ปี มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา ไม่แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป

ตารางที่ 4.41 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม จำแนกตามรายได้ต่อเดือน

รายได้ต่อเดือน	n	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
8,001-15,000 บาท	77	3.53	.405	มาก
15,001-30,000 บาท	131	3.7	.586	มาก
30,001-50,000 บาท	157	4.48	.54	มากที่สุด
50,000 บาทขึ้นไป	11	3.57	.025	มาก
<b>รวม</b>	<b>376</b>	<b>3.99</b>	<b>.673</b>	<b>มาก</b>

จากตาราง 4.41 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จะมีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวมทั้ง 4 ด้าน อยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกตามรายได้ต่อเดือน รายได้ต่อเดือน 30,001-50,000 บาท อยู่ในระดับมากที่สุด รายได้ต่อเดือน 15,001-30,000 บาท, รายได้ต่อเดือน 50,000 บาทขึ้นไป และรายได้ต่อเดือน 8,001-15,000 บาท อยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 4.42 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนระดับความคิดเห็นที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม ที่มีรายได้ต่อเดือนต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	sig
ระหว่างกลุ่ม	67.419	3	22.473	81.484	.000
ภายในกลุ่ม	102.596	372	.276		
<b>รวม</b>	<b>170.015</b>	<b>375</b>			

จากตารางที่ 4.42 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานครที่มีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกัน จะมีการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการของ Scheffe (Post Hoc)

ตารางที่ 4.43 แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบรายคู่ (Post Hoc) ที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม จำแนกตามรายได้ต่อเดือน

รายได้ต่อเดือน	$\bar{x}$	8,001-15,000	15,001-30,000	30,001-50,000	50,000 บาท
		บาท	บาท	บาท	ขึ้นไป
		3.53	3.7	4.48	3.57
8,001-15,000 บาท	3.53	-	-0.17	-0.953*	-0.036
15,001-30,000 บาท	3.7		-	-0.783*	0.134
30,001-50,000 บาท	4.48			-	.917*
50,000 บาทขึ้นไป	3.57				-

\*Sig.<.05

จากตารางที่ 4.43 เมื่อทำการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการทดสอบของ Scheffe พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 8,001-15,000 บาท มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 30,001-50,000 บาท

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 15,001-30,000 บาท มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 30,001-50,000 บาท

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 30,001-50,000 บาท มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือน 50,000 บาทขึ้นไป

ตารางที่ 4.44 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา จำแนกตามรายได้ต่อเดือน

รายได้ต่อเดือน	n	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
8,001-15,000 บาท	77	3.51	.518	มาก
15,001-30,000 บาท	131	3.69	.589	มาก
30,001-50,000 บาท	157	4.49	.568	มากที่สุด
50,000 บาทขึ้นไป	11	3.27	.101	มาก
<b>รวม</b>	<b>376</b>	<b>3.97</b>	<b>.713</b>	<b>มาก</b>

จากตาราง 4.44 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จะมีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา อยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกตามรายได้ต่อเดือน รายได้ต่อเดือน 30,001-50,000 บาท อยู่ในระดับมากที่สุด รายได้ต่อเดือน 15,001-30,000 บาท, รายได้ต่อเดือน 8,001-15,000 บาท และรายได้ต่อเดือน 50,000 บาทขึ้นไป อยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 4.45 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนระดับความคิดเห็นที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา ที่มีรายได้ต่อเดือนต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	sig
ระหว่างกลุ่ม	74.716	3	24.905	79.959	.000
ภายในกลุ่ม	115.869	372	.311		
<b>รวม</b>	<b>190.585</b>	<b>375</b>			

จากตารางที่ 4.45 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานครที่มีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกัน จะมีการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการของ Scheffe (Post Hoc)

ตารางที่ 4.46 แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบรายคู่ (Post Hoc) ที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา จำแนกตามรายได้ ต่อเดือน

รายได้ต่อเดือน	$\bar{x}$	8,001-15,000	15,001-30,000	30,001-50,000	50,000 บาท
		บาท	บาท	บาท	ขึ้นไป
		3.51	3.69	4.49	3.27
8,001-15,000 บาท	3.51	-	-0.178	-.981*	0.236
15,001-30,000 บาท	3.69		-	-.803*	0.414
30,001-50,000 บาท	4.49			-	1.218*
50,000 บาทขึ้นไป	3.27				-

\*Sig.<.05

จากตารางที่ 4.46 เมื่อทำการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการทดสอบของ Scheffe พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 8,001-15,000 บาท มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 30,001-50,000 บาท

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 15,001-30,000 บาท มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 30,001-50,000 บาท

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 30,001-50,000 บาท มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือน 50,000 บาทขึ้นไป



ตารางที่ 4.47 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา จำแนกตามรายได้ต่อเดือน

รายได้ต่อเดือน	n	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
8,001-15,000 บาท	77	3.96	.392	มาก
15,001-30,000 บาท	131	4.11	.522	มาก
30,001-50,000 บาท	157	4.61	.386	มากที่สุด
50,000 บาทขึ้นไป	11	4.2	0	มาก
<b>รวม</b>	<b>376</b>	<b>4.29</b>	<b>.514</b>	<b>มากที่สุด</b>

จากตาราง 4.47 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จะมีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อจำแนกตามรายได้ต่อเดือน รายได้ต่อเดือน 30,001-50,000 บาท อยู่ในระดับมากที่สุด รายได้ต่อเดือน 15,001-30,000 บาท, รายได้ต่อเดือน 50,000 บาทขึ้นไป และรายได้ต่อเดือน 8,001-15,000 บาท อยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 4.48 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนระดับความคิดเห็นที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา ที่มีรายได้ต่อเดือนต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	sig
ระหว่างกลุ่ม	28.889	3	9.63	50.964	.000
ภายในกลุ่ม	70.29	372	.189		
<b>รวม</b>	<b>99.179</b>	<b>375</b>			

จากตารางที่ 4.48 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกัน จะมีการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการของ Scheffe (Post Hoc)

ตารางที่ 4.49 แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบรายคู่ (Post Hoc) ที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา จำแนกตามรายได้ ต่อเดือน

รายได้ต่อเดือน	$\bar{x}$	8,001-15,000	15,001-30,000	30,001-50,000	50,000 บาท
		บาท	บาท	บาท	ขึ้นไป
		3.96	4.11	4.61	4.2
8,001-15,000 บาท	3.96	-	-0.146	-.649*	-0.236
15,001-30,000 บาท	4.11		-	-.503*	-0.09
30,001-50,000 บาท	4.61			-	.413*
50,000 บาทขึ้นไป	4.2				-

\*Sig.<.05

จากตารางที่ 4.49 เมื่อทำการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการทดสอบของ Scheffe พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 8,001-15,000 บาท มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 30,001-50,000 บาท

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 15,001-30,000 บาท มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 30,001-50,000 บาท

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 30,001-50,000 บาท มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือน 50,000 บาทขึ้นไป

ตารางที่ 4.50 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา จำแนกตามรายได้ต่อเดือน

รายได้ต่อเดือน	n	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
8,001-15,000 บาท	77	3.64	.535	มากที่สุด
15,001-30,000 บาท	131	3.7	.709	มาก
30,001-50,000 บาท	157	4.39	.571	มากที่สุด
50,000 บาทขึ้นไป	11	3.2	0	มาก
<b>รวม</b>	<b>376</b>	<b>3.96</b>	<b>.712</b>	<b>มาก</b>

จากตาราง 4.50 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จะมีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา อยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกตามรายได้ต่อเดือน รายได้ต่อเดือน 8,001-15,000 บาท และรายได้ต่อเดือน 30,001-50,000 บาท อยู่ในระดับมากที่สุด รายได้ต่อเดือน 15,001-30,000 บาท และรายได้ต่อเดือน 50,000 บาทขึ้นไป อยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 4.51 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนระดับความคิดเห็นที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา ที่มีรายได้ต่อเดือนต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	sig
ระหว่างกลุ่ม	52.019	3	17.34	46.772	.000
ภายในกลุ่ม	137.91	372	.371		
<b>รวม</b>	<b>189.929</b>	<b>375</b>			

จากตารางที่ 4.51 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกัน จะมีการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการของ Scheffe (Post Hoc)

ตารางที่ 4.52 แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบรายคู่ (Post Hoc) ที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา จำแนกตามรายได้ต่อเดือน

รายได้ต่อเดือน	$\bar{x}$	8,001-15,000	15,001-30,000	30,001-50,000	50,000 บาท
		บาท	บาท	บาท	ขึ้นไป
		3.64	3.7	4.39	3.2
8,001-15,000 บาท	3.64	-	-0.067	-0.753*	0.436
15,001-30,000 บาท	3.7		-	-0.686*	0.504
30,001-50,000 บาท	4.39			-	1.190*
50,000 บาทขึ้นไป	3.2				-

\*Sig.<.05

จากตารางที่ 4.52 เมื่อทำการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการทดสอบของ Scheffe พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 8,001-15,000 บาท มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 30,001-50,000 บาท

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 15,001-30,000 บาท มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 30,001-50,000 บาท

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 30,001-50,000 บาท มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือน 50,000 บาทขึ้นไป

ตารางที่ 4.53 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา จำแนกตามรายได้ต่อเดือน

รายได้ต่อเดือน	n	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
8,001-15,000 บาท	77	3.02	.458	มาก
15,001-30,000 บาท	131	3.31	.864	มาก
30,001-50,000 บาท	157	4.45	.748	มากที่สุด
50,000 บาทขึ้นไป	11	3.6	0	มาก
<b>รวม</b>	<b>376</b>	<b>3.73</b>	<b>.957</b>	<b>มาก</b>

จากตาราง 4.53 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จะมีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา อยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกตามรายได้ต่อเดือน รายได้ต่อเดือน 30,001-50,000 บาท อยู่ในระดับมากที่สุด รายได้ต่อเดือน 50,000 บาทขึ้นไป, รายได้ต่อเดือน 15,001-30,000 บาท และรายได้ต่อเดือน 8,001-15,000 บาท อยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 4.54 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนระดับความคิดเห็นที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา ที่มีรายได้ต่อเดือนต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	sig
ระหว่างกลุ่ม	143.109	3	47.703	88.573	0.000
ภายในกลุ่ม	200.348	372	.539		
<b>รวม</b>	<b>343.457</b>	<b>375</b>			

จากตารางที่ 4.54 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกัน จะมีการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการของ Scheffe (Post Hoc)



ตารางที่ 4.55 แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบรายคู่ (Post Hoc) ที่มีต่อการใช้หลักภavana 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภavana จำแนกตามรายได้ต่อเดือน

รายได้ต่อเดือน	$\bar{x}$	8,001-15,000	15,001-30,000	30,001-50,000	50,000 บาท
		บาท	บาท	บาท	ขึ้นไป
		3.02	3.31	4.45	3.6
8,001-15,000 บาท	3.02	-	-0.289	-1.428*	-0.582
15,001-30,000 บาท	3.31		-	-1.139*	-0.293
30,001-50,000 บาท	4.45			-	.846*
50,000 บาทขึ้นไป	3.6				-

\*Sig.<.05

จากตารางที่ 4.55 เมื่อทำการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการทดสอบของ Scheffe พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 8,001-15,000 บาท มีการใช้หลักภavana 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภavana แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 30,001-50,000 บาท

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 15,001-30,000 บาท มีการใช้หลักภavana 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภavana แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 30,001-50,000 บาท

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 30,001-50,000 บาท มีการใช้หลักภavana 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภavana แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือน 50,000 บาทขึ้นไป

ตารางที่ 4.56 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม จำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	n	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
ประถมศึกษา	49	3.49	.371	มาก
มัธยมศึกษา	117	3.55	.35	มาก
ปริญญาตรี	190	4.36	.652	มากที่สุด
สูงกว่าปริญญาตรี	20	4.3	.529	มากที่สุด
<b>รวม</b>	<b>376</b>	<b>3.99</b>	<b>.673</b>	<b>มาก</b>

จากตาราง 4.56 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จะมีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวมทั้ง 4 ด้าน อยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา ระดับการศึกษาปริญญาตรี และระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี อยู่ในระดับมากที่สุด ระดับศึกษามัธยมศึกษา และระดับการศึกษาประถมศึกษา อยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 4.57 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนระดับความคิดเห็นที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม ที่มีระดับการศึกษาต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	sig
ระหว่างกลุ่ม	63.467	3	21.156	73.862	.000
ภายในกลุ่ม	106.548	372	.286		
<b>รวม</b>	<b>170.015</b>	<b>375</b>			

จากตารางที่ 4.57 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน จะมีการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการของ Scheffe (Post Hoc)

ตารางที่ 4.58 แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบรายคู่ (Post Hoc) ที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม จำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	$\bar{x}$				
		ประถมศึกษา	มัธยมศึกษา	ปริญญาตรี	สูงกว่าปริญญาตรี
		3.49	3.55	4.36	4.3
ประถมศึกษา	3.49	-	-0.061	-.875*	-.817*
มัธยมศึกษา	3.55		-	-.814*	-.756*
ปริญญาตรี	4.36			-	0.058
สูงกว่าปริญญาตรี	4.3				-

\*Sig.<.05

จากตารางที่ 4.58 เมื่อทำการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการทดสอบของ Scheffe พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาประถมศึกษา มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี และประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษา มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี และประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวม ไม่แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี

ตารางที่ 4.59 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา จำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	n	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
ประถมศึกษา	49	3.37	.365	มาก
มัธยมศึกษา	117	3.48	.419	มาก
ปริญญาตรี	190	4.39	.622	มากที่สุด
สูงกว่าปริญญาตรี	20	4.33	.659	มากที่สุด
<b>รวม</b>	<b>376</b>	<b>3.97</b>	<b>.713</b>	<b>มาก</b>

จากตาราง 4.59 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จะมีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา อยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา ระดับการศึกษาปริญญาตรี และระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี อยู่ในระดับมากที่สุด ระดับศึกษามัธยมศึกษา และระดับการศึกษาประถมศึกษา อยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 4.60 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนระดับความคิดเห็นที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา ที่มีระดับการศึกษาต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	sig
ระหว่างกลุ่ม	82.276	3	27.425	94.195	.000
ภายในกลุ่ม	108.309	372	.291		
<b>รวม</b>	<b>190.585</b>	<b>375</b>			

จากตารางที่ 4.60 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน จะมีการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการของ Scheffe (Post Hoc)

ตารางที่ 4.61 แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบรายคู่ (Post Hoc) ที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา จำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	$\bar{x}$				
		ประถมศึกษา	มัธยมศึกษา	ปริญญาตรี	สูงกว่าปริญญาตรี
		3.37	3.48	4.39	4.33
ประถมศึกษา	3.37	-	-0.111	-1.023*	-.959*
มัธยมศึกษา	3.48		-	-.913*	-.848*
ปริญญาตรี	4.39			-	0.065
สูงกว่าปริญญาตรี	4.33				-

\*Sig.<.05

จากตารางที่ 4.61 เมื่อทำการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการทดสอบของ Scheffe พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาประถมศึกษา มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี และประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับศึกษามัธยมศึกษา มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี และประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา ไม่แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี



ตารางที่ 4.62 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา จำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	n	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
ประถมศึกษา	49	3.94	.3	มาก
มัธยมศึกษา	117	3.94	.444	มาก
ปริญญาตรี	190	4.56	.429	มากที่สุด
สูงกว่าปริญญาตรี	20	4.61	.229	มากที่สุด
<b>รวม</b>	<b>376</b>	<b>4.29</b>	<b>.514</b>	<b>มากที่สุด</b>

จากตาราง 4.62 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จะมีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา ระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี และระดับการศึกษาปริญญาตรี อยู่ในระดับมากที่สุด ระดับศึกษามัธยมศึกษา และระดับการศึกษาประถมศึกษา อยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 4.63 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนระดับความคิดเห็นที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา ที่มีระดับการศึกษาต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	sig
ระหว่างกลุ่ม	36.277	3	12.092	71.513	.000
ภายในกลุ่ม	62.902	372	.169		
<b>รวม</b>	<b>99.179</b>	<b>375</b>			

จากตารางที่ 4.63 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน จะมีการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการของ Scheffe (Post Hoc)

ตารางที่ 4.64 แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบรายคู่ (Post Hoc) ที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา จำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	$\bar{x}$				
		ประถมศึกษา	มัธยมศึกษา	ปริญญาตรี	สูงกว่าปริญญาตรี
		3.94	3.94	4.56	4.61
ประถมศึกษา	3.94	-	-0.001	-.621*	-.667*
มัธยมศึกษา	3.94		-	-.621*	-.666*
ปริญญาตรี	4.56			-	-0.046
สูงกว่าปริญญาตรี	4.61				-

\*Sig.<.05

จากตารางที่ 4.64 เมื่อทำการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการทดสอบของ Scheffe พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาประถมศึกษา มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี และประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับศึกษามัธยมศึกษา มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี และประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา ไม่แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี

ตารางที่ 4.65 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา จำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	n	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
ประถมศึกษา	49	3.63	.464	มาก
มัธยมศึกษา	117	3.55	.409	มาก
ปริญญาตรี	190	4.28	.754	มากที่สุด
สูงกว่าปริญญาตรี	20	4.2	.629	มาก
<b>รวม</b>	<b>376</b>	<b>3.96</b>	<b>.712</b>	<b>มาก</b>

จากตาราง 4.65 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จะมีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา อยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา ระดับการศึกษาตรี อยู่ในระดับมากที่สุด ระดับการศึกษาปริญญาตรี, ระดับการศึกษาประถมศึกษา และระดับศึกษามัธยมศึกษา อยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 4.66 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนระดับความคิดเห็นที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา ที่มีระดับการศึกษาต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	sig
ระหว่างกลุ่ม	45.398	3	15.133	38.949	.000
ภายในกลุ่ม	144.53	372	.389		
<b>รวม</b>	<b>189.929</b>	<b>375</b>			

จากตารางที่ 4.66 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน จะมีการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการของ Scheffe (Post Hoc)

ตารางที่ 4.67 แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบรายคู่ (Post Hoc) ที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา จำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	$\bar{x}$				
		ประถมศึกษา	มัธยมศึกษา	ปริญญาตรี	สูงกว่าปริญญาตรี
		3.63	3.55	4.28	4.2
ประถมศึกษา	3.63	-	0.08	-.648*	-.571*
มัธยมศึกษา	3.55		-	-.728*	-.651*
ปริญญาตรี	4.28			-	0.077
สูงกว่าปริญญาตรี	4.2				-

\*Sig.<.05

จากตารางที่ 4.67 เมื่อทำการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการทดสอบของ Scheffe พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาประถมศึกษา มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี และประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับศึกษามัธยมศึกษา มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี และประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา ไม่แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี

ตารางที่ 4.68 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา จำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	n	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
ประถมศึกษา	49	3	.495	มาก
มัธยมศึกษา	117	3.21	.612	มาก
ปริญญาตรี	190	4.21	.967	มากที่สุด
สูงกว่าปริญญาตรี	20	4.07	.681	มาก
<b>รวม</b>	<b>376</b>	<b>3.73</b>	<b>.957</b>	<b>มาก</b>

จากตาราง 4.68 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จะมีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา อยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา ระดับการศึกษาตรี อยู่ในระดับมากที่สุด ระดับการศึกษาปริญญาตรี, ระดับการศึกษามัธยมศึกษา และระดับการศึกษาประถมศึกษา อยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 4.69 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนระดับความคิดเห็นที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา ที่มีระดับการศึกษาต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	sig
ระหว่างกลุ่ม	102.737	3	34.246	52.922	0.000
ภายในกลุ่ม	240.72	372	.647		
<b>รวม</b>	<b>343.457</b>	<b>375</b>			

จากตารางที่ 4.69 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน จะมีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการของ Scheffe (Post Hoc)



ตารางที่ 4.70 แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบรายคู่ (Post Hoc) ที่มีต่อการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา จำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	$\bar{x}$	ประถมศึกษา	มัธยมศึกษา	ปริญญาตรี	สูงกว่าปริญญาตรี
		3	3.21	4.21	4.07
ประถมศึกษา	3	-	-0.212	-1.205*	-1.070*
มัธยมศึกษา	3.21		-	-.993*	-.858*
ปริญญาตรี	4.21			-	0.135
สูงกว่าปริญญาตรี	4.07				-

\*Sig.<.05

จากตารางที่ 4.70 เมื่อทำการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการทดสอบของ Scheffe พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาประถมศึกษา มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี และประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับศึกษามัธยมศึกษา มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี และประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี

ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา ไม่แตกต่างกับประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี

#### ตอนที่ 5 การวิเคราะห์ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

ผู้วิจัยได้ตั้งคำถามปลายเปิดสำหรับผู้ตอบแบบสอบถามข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ทั้ง 4 ด้าน ประกอบด้วย ด้านกายภาวนา ด้านศีลภาวนา ด้านจิตตภาวนา และด้านปัญญาภาวนา ใช้การวิเคราะห์หาค่าความถี่ และนำไบเสนอในรูปแบบของตารางประกอบการบรรยาย ดังในตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 4.71 แสดงข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา

ข้อเสนอแนะ	ความถี่
1) อยู่ร่วมกับสิ่งแวดล้อมอย่างรู้จักคุณค่า	47
2) ปรับตนเองกับสิ่งแวดล้อมอย่างสมดุล	39
3) ดูแลรักษาสุขภาพของตนให้ดี	38
<b>รวม</b>	<b>124</b>

จากตาราง 4.56 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร มีข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านกายภาวนา พบลักษณะคล้ายกันโดยเรียงลำดับความถี่จากมากไปหาน้อย ดังนี้ ความถี่มากที่สุด คือ อยู่ร่วมกับสิ่งแวดล้อมอย่างรู้จักคุณค่า รองลงมา คือ ปรับตนเองกับสิ่งแวดล้อมอย่างสมดุล และน้อยที่สุด คือ ดูแลรักษาสุขภาพของตนให้ดี ตามลำดับ

ตารางที่ 4.72 แสดงข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา

ข้อเสนอแนะ	ความถี่
1) ฝึกฝนตนเองและปฏิบัติตามระเบียบวินัย	47
2) รักษากาย วาจา ให้เรียบร้อยเพื่อการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข	39
3) ไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน	38
<b>รวม</b>	<b>124</b>

จากตาราง 4.57 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร มีข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านศีลภาวนา พบลักษณะคล้ายกันโดยเรียงลำดับความถี่จากมากไปหาน้อย ดังนี้ ความถี่มากที่สุด คือ ฝึกฝนตนเองและปฏิบัติตามระเบียบวินัย รองลงมา คือ รักษากาย วาจา ให้เรียบร้อยเพื่อการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข และน้อยที่สุด คือ ไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน ตามลำดับ

ตารางที่ 4.73 แสดงข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา

ข้อเสนอแนะ	ความถี่
1) ฝึกฝนให้ตนมีจิตใจที่อิสระเบิกบานผ่องใส	47
2) รู้จักการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่	39
3) มีความเมตตา กรุณา	38
รวม	124

จากตาราง 4.58 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร มีข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านจิตตภาวนา พบลักษณะคล้ายกันโดยเรียงลำดับความถี่จากมากไปหาน้อย ดังนี้ ความถี่มากที่สุด คือ ฝึกฝนให้ตนมีจิตใจที่อิสระเบิกบานผ่องใส รองลงมา คือ รู้จักการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และน้อยที่สุด คือ มีความเมตตา กรุณา ตามลำดับ

ตารางที่ 4.74 แสดงข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา

ข้อเสนอแนะ	ความถี่
1) ใช้เหตุและผลในการพิจารณาแก้ไขปัญหา	47
2) สามารถเข้าใจสิ่งทั้งหลายได้อย่างถูกต้อง และแก้ไขได้ด้วยสติปัญญา	39
3) มองเห็นสิ่งทั้งหลายเกิดขึ้นตามความเป็นจริง	38
รวม	124

จากตาราง 4.59 พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร มีข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ด้านปัญญาภาวนา พบลักษณะคล้ายกันโดยเรียงลำดับความถี่จากมากไปหาน้อย ดังนี้ ความถี่มากที่สุด คือ ใช้เหตุและผลในการพิจารณาแก้ไขปัญหา รองลงมา คือ สามารถเข้าใจสิ่งทั้งหลายได้อย่างถูกต้อง และแก้ไขได้ด้วยสติปัญญา และน้อยที่สุด คือ มองเห็นสิ่งทั้งหลายเกิดขึ้นตามความเป็นจริง ตามลำดับ

## ตอนที่ 6 บทสัมภาษณ์ของผู้ทรงคุณวุฒิในเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

### 6.1 บทสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิในเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จำนวน 5 ท่าน ตามวัตถุประสงค์การวิจัยที่เป็นไปตามกรอบแนวคิดการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร เพื่อให้ได้องค์ความรู้ตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้ที่ถูกต้องเหมาะสมต่อไป

## 6.2 ข้อมูลเบื้องต้นของผู้ให้สัมภาษณ์

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ เพื่อความรู้และความเข้าใจในเรื่องการใช้หลักภavana 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ตามหลักภavana ซึ่ง ประกอบด้วย ด้านกายภavana ด้านศีลภavana ด้านจิตตภavana และด้านปัญญาภavana จึงได้สัมภาษณ์ ผู้ทรงคุณวุฒิในเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร และเป็นผู้มีความรู้ความสามารถ ในด้านองค์ความรู้ และทั้งในด้านวิชาการเป็นอย่างดี โดยมีผู้ทรงคุณวุฒิในเขตหนองแขม กรุงเทพมหานครให้สัมภาษณ์ดังนี้

**ท่านที่ 1** นางสาวเสาวนีย์ วันบุรี เจ้าหน้าที่สำนักอนามัย ศูนย์สาธารณสุขที่ 48 ได้ให้สัมภาษณ์ความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้หลักภavana 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ไว้ว่า

1) **ด้านกายภavana** ปฏิบัติอยู่ด้วยความไม่ประมาท รู้จักสำรวจระมัดระวังในการประพฤติปฏิบัติทางกาย โดยไม่ไปเบียดเบียนใคร ไม่ทำร้ายใคร รู้จักช่วยเหลือเกื้อกูลกัน มีเมตตาต่อกัน ช่วยในสิ่งที่ควรช่วย ทำในสิ่งที่ควรทำ ไม่นิ่งเฉย

2) **ด้านศีลภavana** รักษากาย วาจา ของเราให้เป็นปกติ ด้วยวิธีปฏิบัติตามศีล 5 ทำให้เราก็มีร่างกายแข็งแรง จิตใจสดใส สมอ่งโล่งปลอดโปร่ง เราก็อยู่ร่วมกับเพื่อนร่วมงานได้อย่างมีความสุข มีความเมตตาต่อกัน ไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน

3) **ด้านจิตตภavana** ทาจิตใจเข้มแข็ง ปฏิบัติงานที่ได้รับมอบหมายอย่างเต็มที่ ให้มีประสิทธิภาพสูงสุด อย่างมุ่งมั่น ทำให้เกิดสมาธิในการทำงาน ทำทุกอย่างอย่างมีสติ

4) **ด้านปัญญาภavana** สามารถวิเคราะห์แยกแยะ สิ่งไหนดี สิ่งไหนไม่ดี ด้วยวิธีฟังแล้วนำมาพิจารณา อ่านและคิดตาม นำความรู้ที่ได้มาปฏิบัติอยู่เป็นประจำ จนเกิดความชำนาญ ปัญญาเกิดจากการฝึกฝน อบรม<sup>1</sup>

**ท่านที่ 2** ว่าที่ ร.ต.ไชยยันต์ รัตนทองโรจน์ นักธุรกิจบ้านเช่า ได้ให้สัมภาษณ์ความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้หลักภavana 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ไว้ว่า

1) **ด้านกายภavana** ช่วยในการพัฒนางานที่รับผิดชอบ และสามารถทำให้ทั้งงานที่รับผิดชอบและงานในส่วนรวมมีความเจริญก้าวหน้า เพราะทำให้มีความกระตือรือร้นในการทำงาน ขวนขวายในภาระหน้าที่ที่รับผิดชอบ

2) **ด้านศีลภavana** ไม่ทำร้ายผู้อื่น ไม่เอาของเขาโดยไม่ได้รับการอนุญาต มีความซื่อสัตย์ สุจริต รักษาศีล 5 สำรวมกาย วาจา ไม่พูดส่อเสียดใคร ทำร้ายใคร ไม่นินทาทั้งต่อหน้าและลับหลัง

3) **ด้านจิตตภavana** ทำงานด้วยความตั้งใจ อยู่ร่วมกับสังคมได้ มีความรัก มีความเมตตาต่อเพื่อนร่วมงาน และคนที่อยู่รอบข้าง

4) **ด้านปัญญาภavana** ไม่เข้าไปยึดมั่นถือมั่นในทุกข์ทั้งปวง คือสิ่งนั้นมีอยู่ ตั้งอยู่ และดับไป ทุกสิ่งเกิดขึ้น ย่อมมีเหตุปัจจัยตามความจริง หากมีความเข้าใจและเข้าถึง ปัญหาทุกอย่างย่อมมีทางออก วิเคราะห์ถึงเหตุ (ทุกข์) ที่ทำให้เกิดปัญหาแล้วแก้ไขให้ตรงจุด<sup>2</sup>

<sup>1</sup>สัมภาษณ์นางสาวเสาวนีย์ วันบุรี เจ้าหน้าที่สำนักอนามัย ศูนย์สาธารณสุขที่ 48, 9 พ.ย. 64

**ท่านที่ 3 นายภานุ สันติสุขศักดิ์ เจ้าหน้าที่ธนาคารกสิกรไทย ศูนย์ธุรกิจต่างประเทศ ออมน้อย** ได้ให้สัมภาษณ์ความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ไว้ว่า

1) **ด้านกายภาวนา** รู้จักใช้อินทรีย์ทั้ง 6 ในทางที่ถูกที่ควร ดูโทรทัศน์ เพื่อการบันเทิง และข่าวสารความรู้ ฟังแต่สิ่งที่มีประโยชน์ สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในข้อดีที่เหมาะสม รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย ออกกำลังกายสม่ำเสมอ ทาจิตใจให้เบิกบาน พบปะเพื่อนฝูง

2) **ด้านศีลภาวนา** ประพฤติปฏิบัติตนอยู่ในศีล 5 เกื้อกูลประโยชน์ต่อผู้อื่นและต่อสังคม ฟังพาทอาศัยซึ่งกันและกับเพื่อนร่วมงาน มิตรสหาย ดูแลช่วยเหลือ ตามกำลัง ไม่เบียดเบียน ไม่กล่าววาจาว่าร้าย ประกอบสัมมาอาชีพด้วยความขยันหมั่นเพียร

3) **ด้านจิตตภาวนา** ฝึกจิตใจให้บริสุทธิ์ มีเมตตา มีความรัก มีความกรุณาช่วยเหลือผู้อื่น มีการแบ่งปันช่วยเหลือ

4) **ด้านปัญญาภาวนา** พิจารณาและพิเคราะห์งานได้ สามารถแยกออกได้ ว่างานไหนควรทำก่อนทำหลัง ทำตามเหตุปัจจัยที่เกิดขึ้น การทำงานเกิดความผิดพลาดน้อยลง สามารถทำงานได้ทันตามกำหนดเวลา ทั้งงานในหน้าที่และงานที่ได้รับมอบหมาย<sup>3</sup>

**ท่านที่ 4 นางสาวณิชชณลักษณ์ ศรีเนธินานนท์ เจ้าหน้าที่โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์** ได้ให้สัมภาษณ์ความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ไว้ว่า

1) **ด้านกายภาวนา** รับผิดชอบงานในหน้าที่มากยิ่งขึ้น มีความสนใจงานมากยิ่งขึ้น มีความรับผิดชอบต่อตนเองและต่อสังคมมากยิ่งขึ้น สร้างสัมพันธภาพในการทำงานร่วมกันได้ดียิ่งขึ้น ไม่ปล่อยงานค้างคั่ง ทำให้การพัฒนางานเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

2) **ด้านศีลภาวนา** บริการผู้ที่มาติดต่อกับงานด้วยความนอบน้อมถ่อมตน ไม่พูดจาหยาบคาย ถูกถูก เหยียดหยามผู้อื่น ไม่มีวาจาเสียสติ มีสัมมาคารวะ ให้การต้อนรับผู้มาขอรับบริการด้วยความจริงใจ สุจริต นำเสนอข้อมูลที่เข้าใจง่าย ชัดเจน

3) **ด้านจิตตภาวนา** ให้บริการกับผู้มาติดต่อด้วยความเสมอภาค ให้ความช่วยเหลือผู้ที่ได้รับความเดือดร้อน ทุกข์ยากลำบาก ทำด้วยใจบริสุทธิ์ มีความรักและความเมตตาต่อเพื่อนร่วมงานและผู้มาขอรับบริการ

4) **ด้านปัญญาภาวนา** ทำงานตามลำดับความสำคัญ ความจำเป็นเร่งด่วน วางแผนการดำเนินงาน อย่างเป็นขั้นเป็นตอน มีการควบคุมงาน การติดตามงานและประเมินผล ประสานความร่วมมือกันในการทำงาน<sup>4</sup>

<sup>2</sup> สัมภาษณ์วันที่ ร.ต.ไชยยันต์ รัตนทองโรจน์ นักธุรกิจบ้านเช่า, 9 พ.ย. 64

<sup>3</sup> สัมภาษณ์นายภานุ สันติสุขศักดิ์ เจ้าหน้าที่ธนาคารกสิกรไทย ศูนย์ธุรกิจต่างประเทศ ออมน้อย, 18 พ.ย. 64

<sup>4</sup> สัมภาษณ์นางณิชชณลักษณ์ ศรีเนธินานนท์ เจ้าหน้าที่โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์, 21 พ.ย. 64



**ท่านที่ 5 นายอนุชา มะคนมอญ ครูโรงเรียนมัธยมวัดหนองแขม** ได้ให้สัมภาษณ์ความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ไว้ว่า

1) **ด้านกายภาวนา** ใช้สติ เป็นธรรมะมีอุปการะมาก ศิลทำให้ตื่นตัวอยู่เสมอ ความสะดวกได้ ความไม่เผอเรอ คมจิตไวในกิจ ทำให้เราสามารถควบคุมอินทรีย์ทั้ง 6 ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ และการที่เราจะพัฒนาทุกด้านทั้งด้านร่างกาย สังคม จิตใจ และปัญญา ก็ใช้วิธีการเจริญวิปัสสนา ควบคู่กับการใช้สติ ไตร่ตรอง ก็จะประสบความสำเร็จ

2) **ด้านศีลภาวนา** ไม่ทำความเดือดร้อนต่อผู้อื่นและสังคม ประพฤติในสิ่งที่เป็นประโยชน์เกื้อกูลต่อผู้อื่น และต่อสังคม การมีระเบียบวินัย ประกอบอาชีพด้วยความขยันหมั่นเพียร

3) **ด้านจิตตภาวนา** ความเมตตา กรุณา รู้จักช่วยเหลือผู้อื่น มีน้ำใจอันแผ่ไพศาล มีความสดชื่น ร่าเริง เบิกบาน

4) **ด้านปัญญาภาวนา** คิดอย่างตั้งใจ มีสาระ มีเหตุและผล คิดอย่างเป็นระบบ เมื่อทำได้อย่างนี้ทำให้เกิดปัญญา อันนำไปสู่การพัฒนาตัวเราเอง<sup>5</sup>

#### สรุปประเด็นการสัมภาษณ์

พบว่า ผู้ให้สัมภาษณ์ทุกท่านได้ให้ความสำคัญและตระหนักถึงการส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร คือ 1) ด้านกายภาวนา มีการสำรวจกาย วาจาให้เป็นปกติ ด้วยวิธีปฏิบัติตามศีล 5 ไม่ทำร้ายกัน ไม่เอารัดเอาเปรียบกัน มีความซื่อสัตย์ต่อกัน มีความช่วยเหลือช่วยเกื้อกูลกัน ให้เกียรติซึ่งกันและกัน 2) ด้านศีลภาวนา ประพฤติปฏิบัติตามศีล 5 กับการดำรงชีพ มีความประพฤติตนในสิ่งที่ถูกต้อง มีจิตใจโอบอ้อมอารี มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีงาม มองโลกในแง่ดี รู้จักพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน 3) ด้านจิตตภาวนา มีจิตใจที่อ่อนโยน มีความรัก ความเมตตาต่อเพื่อนร่วมงาน มีสมาธิและมีสติในการปฏิบัติงาน ทำงานด้วยความตั้งใจ ตั้งมั่นอยู่ในความถูกต้อง ใช้สติในการคิดการตัดสินใจในการทำงาน 4) ด้านปัญญาภาวนา สามารถวิเคราะห์ได้และแยกแยะว่า สิ่งไหนดีสิ่งไหนไม่ดี ดำเนินวิถีชีวิตประจำวันได้โดยไม่ประมาท มีสติในการครองตน มีการวางแผนในการทำงาน มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ในการทำงาน ทำงานด้วยเหตุผล

#### 4.5 บทสรุป

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลโดยกลุ่มตัวอย่างจำนวนทั้งสิ้น 376 คน ซึ่งเป็นประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร พบว่า มีการส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวมทั้ง 4 ด้าน อยู่ในระดับมาก เมื่อเปรียบเทียบการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีเพศ อายุ อาชีพ รายได้ต่อเดือน และระดับการศึกษาต่างกัน พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีเพศ อายุ อาชีพ รายได้ต่อเดือน และระดับการศึกษาต่างกัน มีการส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มีข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ดังนี้ ด้านกายภาวนา อยู่ร่วมกับสิ่งแวดล้อมอย่างรู้จักคุณค่า ปรับตนเองกับสิ่งแวดล้อมอย่างสมดุล ดูแลรักษาสุขภาพของ

<sup>5</sup> สัมภาษณ์นายอนุชา มะคนมอญ ครูโรงเรียนมัธยมวัดหนองแขม, 21 พ.ย. 64

ตนให้ดี ด้านศีลภาวนา ฝึกฝนตนเองและปฏิบัติตามระเบียบวินัย รักษากาย วาจา ให้เรียบร้อยเพื่อ การอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข ไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน ด้านจิตตภาวนา ฝึกฝนให้ตนมีจิตใจที่ อิสระเบิกบานผ่องใส รู้จักการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีความเมตตา กรุณา ด้านปัญญาภาวนา ใช้เหตุและผล ในการพิจารณาแก้ไขปัญหา สามารถเข้าใจสิ่งทั้งหลายได้อย่างถูกต้อง และแก้ไขได้ด้วยสติปัญญา มองเห็นสิ่งทั้งหลายเกิดขึ้นตามความเป็นจริง และสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิส่วนใหญ่ได้แสดงความ คิดเห็นว่า ด้านกายภาวนา มีการสำรวมกาย วาจาให้เป็นปกติ ด้วยวิธีปฏิบัติตามศีล 5 ไม่ทำร้ายกัน ไม่เอาไรต์เอาเปรียบกัน มีความซื่อสัตย์ต่อกัน มีความช่วยเหลือช่วยเกื้อกูลกัน ให้เกียรติซึ่งกันและกัน ด้านศีลภาวนา ประพฤติปฏิบัติตามศีล 5 กับการดำรงชีพ มีความประพฤติตนในสิ่งที่ถูกต้อง มีจิตใจ โอบอ้อมอารี มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีงาม มองโลกในแง่ดี รู้จักพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน ด้านจิตตภาวนา มี จิตใจที่อ่อนโยน มีความรัก ความเมตตาต่อเพื่อนร่วมงาน มีสมาธิและมีสติในการปฏิบัติงาน ทำงาน ด้วยความตั้งใจ ตั้งมั่นอยู่ในความถูกต้อง ใช้สติในการคิดการตัดสินใจในการทำงาน และด้านปัญญา ภาวนา สามารถวิเคราะห์ได้และแยกแยะสิ่งไหนดีสิ่งไหนไม่ดี ดำเนินวิถีชีวิตประจำวันได้โดยไม่ ประมาท มีสติในการครองตน มีการวางแผนในการทำงาน มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ในการทำงาน ทำงานด้วยเหตุผล



## บทที่ 5

### สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร เพื่อศึกษาการส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร เพื่อศึกษาข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร จำนวน 376 คน โดยวิธีการเปิดตารางกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างของเครซีและมอร์แกน (Krejcie and Morgan) ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) ตามจำนวนที่กำหนดไว้

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถาม ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างโดยทำการศึกษาจากข้อมูลปฐมภูมิ คือ พระไตรปิฎก และข้อมูลทุติยภูมิ คือ หนังสือ ตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องต่าง ๆ มากำหนดเป็นข้อคำถามในแบบสอบถาม แบ่งโครงสร้างของแบบสอบถามออกเป็น 3 ตอน ประกอบด้วย

ตอนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 5 ข้อ คือ เพศ อายุ อาชีพ ระดับการศึกษา และรายได้ต่อเดือน ลักษณะของคำถามเป็นแบบสำรวจรายการ (Check List)

ตอนที่ 2 การส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ประกอบไปด้วย 4 ด้าน คือ ด้านกายภาวะนา ด้านศีลภาวะนา ด้านจิตภาวะนา และด้านปัญญาภาวะนา ผู้วิจัยใช้ลักษณะคำถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ โดยให้ผู้ตอบเลือกตามระดับการส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ของตน โดยใช้หลักของ Rating Scale คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบปลายเปิด และใช้แบบสอบถามฉบับนี้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล จากกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 376 คน

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ การวิเคราะห์ปัจจัยส่วนบุคคล โดยหาค่าสถิติพื้นฐาน คือ ค่าความถี่ (Frequency) และ ค่าร้อยละ (Percentage) ใช้สำหรับอธิบายลักษณะสถานภาพของการส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร วิเคราะห์การส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยใช้วิธีการหาค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D) ทดสอบสมมติฐานของการวิจัย โดยการวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระดับการส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ในด้านต่าง ๆ กับปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง ด้านเพศ โดยใช้การทดสอบค่าที (t-test) ส่วนด้านอายุ อาชีพ ระดับการศึกษา และรายได้ต่อเดือน ใช้การทดสอบความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-Way ANOVA) ถ้าพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ วิเคราะห์

ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยการแจกแจงความถี่ (Frequency) และนำเสนอในรูปตารางประกอบคำบรรยาย ซึ่งสามารถสรุปผลการวิจัยตามหัวข้อค้นพบได้ดังต่อไปนี้

- 5.1 สรุปผลการวิจัย
- 5.2 อภิปรายผล
- 5.3 ข้อเสนอแนะ

## 5.1 สรุปผลการวิจัย

ผลการศึกษาวิจัยเรื่อง “การส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร” สามารถสรุปผลได้ดังนี้

### 5.1.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 212 คน คิดเป็นร้อยละ 56.40 เพศหญิง จำนวน 164 คน คิดเป็นร้อยละ 43.60 ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 31 - 45 ปี จำนวน 181 คน คิดเป็นร้อยละ 48.10 อายุระหว่าง 18 - 30 ปี จำนวน 96 คน คิดเป็นร้อยละ 25.50 อายุระหว่าง 46 - 60 ปี จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 18.40 อายุ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 8.00 ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพ รับจ้าง/เกษตรกร จำนวน 170 คน คิดเป็นร้อยละ 45.20 อาชีพค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว จำนวน 107 คน คิดเป็นร้อยละ 28.50 อาชีพรับราชการ/รัฐวิสาหกิจ จำนวน 78 คน คิดเป็นร้อยละ 20.70 อาชีพอื่น ๆ จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 5.60 มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 30,001 - 50,000 บาท จำนวน 157 คน คิดเป็นร้อยละ 41.80 รายได้ต่อเดือนระหว่าง 15,001 - 30,000 บาท จำนวน 131 คน คิดเป็นร้อยละ 34.80 รายได้ต่อเดือนระหว่าง 8,001 - 15,000 บาท จำนวน 77 คน คิดเป็นร้อยละ 20.50 รายได้ต่อเดือน 50,000 บาทขึ้นไป จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 2.90 การศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน 190 คน คิดเป็นร้อยละ 50.50 ระดับมัธยมศึกษา จำนวน 117 คน คิดเป็นร้อยละ 31.10 ระดับประถมศึกษา จำนวน 49 คน คิดเป็นร้อยละ 13.00 และระดับสูงกว่าปริญญาตรี จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 5.30

### 5.1.2 ผลการศึกษาวเคราะห์การส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

ผลการวิเคราะห์การส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร พบว่า ประชาชนที่ตอบแบบสอบถามมีการส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร รวมทั้ง 4 ด้าน อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 3.99 และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านกายภาวนา ด้านศีลภาวนา ด้านจิตตภาวนา ด้านปัญญาภาวนา มีการส่งเสริมการใช้อยู่ในระดับมากจำแนกในแต่ละด้านได้ดังต่อไปนี้

1) ด้านกายภาวนา มีการส่งเสริมการใช้อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 3.98 และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ การดูแลรักษาสุขภาพของตนให้ดี และข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ การอยู่ร่วมกับสิ่งแวดล้อมอย่างรู้จักคุณค่า



2) ด้านศีลภาวนา มีการส่งเสริมการใช้อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.29 และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ การฝึกฝนตนเอง และปฏิบัติตามระเบียบวินัย เพื่อให้เกิดความสุจริตทางกาย ทางวาจา และทางใจ

3) ด้านจิตตภาวนา มีการส่งเสริมการใช้อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 3.96 และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ การฝึกฝนอบรมให้รู้จักการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ การพัฒนาจิตใจให้งอกงามด้วยคุณธรรม

4) ด้านปัญญาภาวนา มีการส่งเสริมการใช้อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 3.73 และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ใช้เหตุและผลในการพิจารณาแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น และข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ หมั่นแสวงหาและการพัฒนาความรู้อย่างสม่ำเสมอ

### 5.1.3 ผลการวิเคราะห์การทดสอบสมมติฐานการวิจัย

ผลการวิเคราะห์การทดสอบสมมติฐานการวิจัย เปรียบเทียบการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีเพศ อายุ อาชีพ รายได้ต่อเดือน และระดับการศึกษาต่างกัน พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีเพศ และอาชีพที่แตกต่างกันมีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ที่มีอายุ รายได้ต่อเดือน และระดับการศึกษาต่างกัน มีการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการของ Scheffe (Post Hoc) พบว่า อายุระหว่าง 18-30 ปี มีการใช้หลักภาวนา 4 แตกต่างกับอายุระหว่าง 31-45 ปี อายุระหว่าง 31-45 ปี มีการใช้หลักภาวนา 4 แตกต่างกับอายุระหว่าง 46-60 ปี และอายุ 60 ปีขึ้นไป รายได้ต่อเดือนระหว่าง 8,001-15,000 บาท มีการใช้หลักภาวนา 4 แตกต่างกับรายได้ต่อเดือนระหว่าง 30,001-50,000 บาท รายได้ต่อเดือนระหว่าง 15,001-30,000 บาท มีการใช้หลักภาวนา 4 แตกต่างกับรายได้ต่อเดือนระหว่าง 30,001-50,000 บาท รายได้ต่อเดือนระหว่าง 30,001-50,000 บาท มีการใช้หลักภาวนา 4 แตกต่างกับรายได้ต่อเดือน 50,000 บาทขึ้นไป และระดับการศึกษา ประถมศึกษา และมัธยมศึกษา มีการใช้หลักภาวนา 4 แตกต่างกับระดับการศึกษาปริญญาตรี และระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เมื่อแยกทดสอบในแต่ละด้าน มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1) ด้านกายภาวนา พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีเพศ อาชีพ แตกต่างกัน มีการใช้หลักภาวนา 4 ไม่แตกต่างกัน แต่ที่มีอายุ รายได้ต่อเดือน และระดับการศึกษา ต่างกัน มีการใช้หลักภาวนา 4 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการของ Scheffe (Post Hoc) พบว่า อายุระหว่าง 18-30 ปี มีการใช้หลักภาวนา 4 แตกต่างกับ อายุระหว่าง 31-45 ปี, อายุระหว่าง 31-45 ปี มีการใช้หลักภาวนา 4 แตกต่างกับอายุระหว่าง 46-60 ปี รายได้ต่อเดือนระหว่าง 8,001-15,000 บาท, 15,001-30,000 บาท มีการใช้หลักภาวนา 4 แตกต่างกับรายได้ต่อเดือนระหว่าง 30,001-50,000 บาท รายได้ต่อเดือนระหว่าง 30,001-50,000 บาท มีการใช้หลักภาวนา 4 แตกต่างกับรายได้ต่อเดือน 50,000 บาทขึ้นไป และระดับการศึกษา ประถมศึกษา และมัธยมศึกษา มีการใช้หลักภาวนา 4





ระดับการศึกษาประถมศึกษา และมัธยมศึกษา มีการใช้หลักภาวะ 4 แตกต่างกับระดับการศึกษาปริญญาตรี และระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

#### 5.1.4 ผลการวิเคราะห์ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการส่งเสริมการใช้หลักภาวะ 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยรวมจำแนกในแต่ละด้าน

ผลการวิเคราะห์ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการส่งเสริมการใช้หลักภาวะ 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่ตอบแบบสอบถามคำถามปลายเปิด มีจำนวน 124 จาก 376 คน ได้ เสนอแนะเกี่ยวกับปัญหาและแนวทางแก้ไขเกี่ยวกับการประยุกต์ใช้หลักสันโดษแยกเป็นรายด้าน มีรายละเอียดดังนี้

##### 1) ด้านกายภาวนา เรียงลำดับ ดังนี้

- 1.1 อยู่ร่วมกับสิ่งแวดล้อมอย่างรู้จักคุณค่า
- 1.2 ปรับตนเองกับสิ่งแวดล้อมอย่างสมดุล
- 1.3 ดูแลรักษาสุขภาพของตนให้ดี

##### 2) ด้านศีลภาวนา เรียงลำดับ ดังนี้

- 2.1 ฝึกฝนตนเองและปฏิบัติตามระเบียบวินัย
- 2.2 รักษากาย วาจา ให้เรียบร้อยเพื่อการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข
- 2.3 ไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน

##### 3) ด้านจิตตภาวนา เรียงลำดับ ดังนี้

- 3.1 ฝึกฝนให้ตนมีจิตใจที่อิสระเบิกบานผ่องใส
- 3.2 รู้จักการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่
- 3.3 มีความเมตตา กรุณา

##### 4) ด้านปัญญาภาวนา เรียงลำดับ ดังนี้

- 3.1 ใช้เหตุและผลในการพิจารณาแก้ไขปัญหา
- 3.2 สามารถเข้าใจสิ่งทั้งหลายได้อย่างถูกต้อง และแก้ไขได้ด้วยสติปัญญา
- 3.3 มองเห็นสิ่งทั้งหลายเกิดขึ้นตามความเป็นจริง

## 5.2 อภิปรายผลการวิจัย

จากการสรุปผลการวิจัยสามารถนำมาอภิปรายผลได้ดังนี้

### 5.2.1 ผลการศึกษาวิเคราะห์การส่งเสริมการใช้หลักภาวะ 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

ผลการวิเคราะห์การส่งเสริมการใช้หลักภาวะ 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่ตอบแบบสอบถามมีการส่งเสริมการใช้หลักภาวะ 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร รวมทั้ง 4 ด้าน อยู่ในระดับมากที่สุดนี้อภิปรายได้ว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของหลักภาวะ 4 ทำให้ประจักษ์เห็นว่าการส่งเสริมการใช้หลักภาวะ 4 ในการพัฒนาทางกาย การพัฒนาทางศีล การพัฒนาทางจิตใจ และการพัฒนาทางสติปัญญาอย่างเป็นระบบ ทำให้เป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องกับ พิชรินทร์ แจ็งอิม ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิต

การทำงานของข้าราชการครูตามหลักภาวะนา 4 ในเขตอำเภอท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์” ผลการวิจัยพบว่าข้าราชการครู มีความคิดเห็นต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตการทำงานของข้าราชการครูตามหลักภาวะนา 4 ในเขตอำเภอท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์ ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับ **พลอาสาสมัคร อนุกุล บุญรักษา** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักภาวะนา 4 ของกองบัญชาการมณฑลทหารบกที่ 31” พบว่า การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักภาวะนา 4 ทั้ง 4 ด้าน คือด้าน ภาวะนา ด้านสติภาวะนา ด้านจิตตภาวะนา และด้านปัญญาภาวะนา โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อจำแนกรายด้านเรียงลำดับจากมากไปหาน้อย พบว่า ด้านสติภาวะนาอยู่ในระดับมากที่สุด ด้านจิตตภาวะนา และภาวะนา อยู่ในระดับปานกลาง และด้านปัญญาภาวะนา อยู่ในระดับน้อยสุด การเปรียบเทียบการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักภาวะนา 4 จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล 5 ด้าน คือ เพศ อายุ ระดับการศึกษา ชั้นยศ และอายุราชการ แตกต่างกัน มีระดับความคิดเห็นต่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักภาวะนา 4 ของกองบัญชาการมณฑลทหารบกที่ 31 ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ .01 แนวทางการประยุกต์ใช้การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักภาวะนา 4 รวมทุกด้าน โดยรวมอยู่ในระดับความคิดเห็นมาก ซึ่งแสดงให้เห็นว่า การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักภาวะนา 4 ของกองบัญชาการมณฑลทหารบกที่ 31 มีการพัฒนาอยู่ในระดับดี มีประสิทธิภาพ ทำให้เกิดการพัฒนาบุคลากร และยังสอดคล้องกับ **พระพุทธอินทร์ บุญเรือง** ได้วิจัยเรื่อง “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์แบบยั่งยืนตามหลักพระพุทธศาสนา” ผลการศึกษาพบว่า มีหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามากมายที่สามารถนำมาปรับใช้กับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในปัจจุบันได้ เช่น หลักทฤษฎีธัมมิกัตสังวัตตนิคธรรม สัมปรายิกัตถสังวัตตนิคธรรม อิทธิบาท มรรคสังโยชน์ หรือรวมเรียกว่า ไตรสิกขา การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ได้เหมาะสมและเกิดประสิทธิผล ซึ่งมีเป้าหมายในการพัฒนาหลัก ๆ อยู่เพียง 4 อย่างคือ การพัฒนากาย การพัฒนาศีล การพัฒนาจิต และการพัฒนาปัญญา

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า

1) ด้านภาวะนา พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร มีการส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 อยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อภิปรายได้ว่า ภาวะนา คือการทำให้กายเจริญ หรือการพัฒนาทางกายนั่นเอง ประกอบด้วย การทำให้ร่างกายเจริญเติบโต แข็งแรง หรือการมีสุขภาพที่ดี การพัฒนาทักษะ การฝึกฝนการใช้ร่างกาย การใช้มือ การใช้อวัยวะ ให้มีความคล่องแคล่ว ชำนาญในการที่จะประกอบกรต่าง ๆ ซึ่งมุ่งหมายไปในทางอาชีพ การพัฒนาตา หู จมูก ลิ้น และกาย ที่ใช้สัมพันธ์กับโลกภายนอกให้ได้ผลดี ทั้งในแง่การใช้งาน และมีความละเอียดคม ละเอียดอ่อน คล่องแคล่วว่องไว และในแง่การรู้จักเลือกรับเอาสิ่งที่มีคุณค่าเป็นประโยชน์เข้ามาแก่ชีวิต สอดคล้องกับ **กมลาส ภูวนาธิพงษ์** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “กระบวนการปลูกฝังค่านิยมการบริโภคด้วยพุทธปัญญาสำหรับวัยรุ่น” ใช้กระบวนการปลูกฝังค่านิยมการบริโภคด้วยพุทธปัญญา มี 5 ขั้นตอน คือ 1)การสร้างศรัทธา 2)การสร้างกระบวนการคิด 3)ขั้นวัดและประเมินผล 4)ขั้นวางแผนปฏิบัติ 5)ขั้นปฏิบัติโครงการ ผลการอบรมค่าย ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษามีเหตุผลในการคิดต่อการบริโภค และค่านิยมการบริโภคด้วยพุทธปัญญาสูงขึ้นกว่าก่อนการการฝึกอบรม มีการพัฒนาพฤติกรรม ตามหลักภาวะนา 4 (ภาวะนา ศีลภาวะนา จิตตภาวะนา และปัญญาภาวะนา) อยู่ในระดับมาก และผลจากการทำโครงการ 1 เดือน พบว่า นักศึกษามีค่านิยมและมีพฤติกรรมบริโภคด้วยพุทธปัญญาสูงวกว่าก่อนการฝึกอบรม

โดยเฉพาะอย่างยิ่งเยาวชนมีการเปลี่ยนแปลงค่านิยมในด้านการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์มากที่สุด สอดคล้องกับ พระพุทธอินทร์ บุญเรือง ได้วิจัยเรื่อง “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์แบบยั่งยืนตามหลักพระพุทธศาสนา” ผลการศึกษาพบว่า มีหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามากมายที่สามารถนำมาปรับใช้กับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในปัจจุบันได้ เช่น หลักทฤษฎีธัมมิกัตสังวัตตนิคธรรม สัมปรายิกัตถสังวัตตนิคธรรม อิทธิบาท มรรค สังโยชน์ หรือรวมเรียกว่า ไตรสิกขา การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ได้เหมาะสมและเกิดประสิทธิผล ซึ่งมีเป้าหมายในการพัฒนาหลัก ๆ อยู่เพียง 4 อย่างคือ การพัฒนากาย การพัฒนาศีล การพัฒนาจิต และการพัฒนาปัญญา และสอดคล้องกับการสัมภาษณ์ของผู้ทรงคุณวุฒิพบว่า ด้านกายภาวนา มีการสำรวมกาย วาจาให้เป็นปกติ ด้วยวิธีปฏิบัติตามศีล 5 ไม่ทำร้ายกัน ไม่เอาไร้อาเปรียบกัน มีความซื่อสัตย์ต่อกัน มีความช่วยเหลือช่วยเกื้อกูลกัน ให้เกียรติซึ่งกันและกัน

2) ด้านศีลภาวนา พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร มีการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 อยู่ในระดับมาก ทั้งนี้ก็ปรายได้ว่า ศีลภาวนา คือ การพัฒนาจิต เป็นการฝึกอบรมด้านจิตใจ การพัฒนาบุคคลให้มีจิตที่สมบูรณ์ ประกอบด้วยคุณภาพ สมรรถภาพ และสุขภาพจิตที่ดี คุณภาพจิตที่ดี ได้แก่ มีจิตศรัทธา เมตตา กรุณา เอื้ออาทร มุทิตา ความเคารพ อ่อนน้อม กตัญญูทศเวทที่เสียสละ มีหิริโอตตัปปะ สมรรถภาพจิตที่ดี ปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคม มีความรับผิดชอบต่อบทบาทหน้าที่ของตนมีความซื่อสัตย์ยึดมั่นในสิ่งที่ถูกต้อง สอดคล้องกับ ศิริพร บุญชัยเสถียร ได้ทำวิจัยเรื่อง “การฝึกจิตเพื่อควบคุมและพัฒนาตนตามหลักพระพุทธศาสนา” พบว่า การพัฒนาตนโดยรวม คือ การทำให้บุคคลมีการปรับปรุง เปลี่ยนแปลงและพัฒนาดีขึ้น ตามหลักภาวนา 4 คือ การพัฒนากาย การพัฒนาศีล การพัฒนาจิต และการพัฒนาปัญญา เป็นกระบวนการฝึกอบรมตนให้มีความเจริญยิ่ง ๆ ขึ้น เป็นบันไดแห่งการพัฒนาตนไปสู่ขั้นสูงสุด คือ ความเป็นผู้มีอิสรภาพหลุดพ้นจากกิเลสตัณหาทั้งหลาย ผู้ที่ได้รับการฝึกฝน อบรม พัฒนาตน คือ ผู้ที่ควรค่าแก่การยกย่องบูชา เพราะบุคคลเหล่านี้อาศัยปัจจัยสี่แต่พอดำรงชีวิตอยู่ได้เท่านั้น บริโภคเท่าที่จำเป็น มีความประพฤติที่ดีงาม เกื้อกูลต่อเพื่อนมนุษย์ มีจิตที่สงบ และมีปัญญารู้เท่าทันสังขาร มองสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง สอดคล้องกับ จิรัฐติกาลป์ แสงสุข ได้ทำวิจัยเรื่อง ศึกษาวิเคราะห์ห่อานิสงส์ของอุโบสถศีลในพระพุทธศาสนาเถรวาท พบว่า “ศีล คือ สิ่งที่ทำให้เกิดความเป็นปกติ เป็นข้อกำหนดสิ่งดีและสิ่งชั่ว เพื่อให้กาย วาจา และใจ พ้นจากการกระทำที่เป็นการเบียดเบียนตนเองและผู้อื่น เป็นข้อปฏิบัติสำหรับควบคุมความประพฤติทางกาย ทางวาจา และทางใจ ให้ตั้งอยู่ในความดีงาม ให้มีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น สังคมและสิ่งแวดล้อม ศีล จึงเป็นความเคยชินในทางที่ดี ทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ เป็นปกติสำหรับการดำเนินชีวิตประจำวันที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กันกับสังคมและสิ่งแวดล้อม เป็นการปิดโอกาสแห่งอกุศลกรรมไม่ให้เจริญงอกงาม เป็นระบบควบคุมชีวิตที่เกี่ยวกับการแสดงออก ทางกาย ทางวาจา และทางใจ ให้อยู่ร่วมกันกับผู้อื่นได้ดี เป็นตัวเชื่อมโยงความสัมพันธ์ใกล้ชิดที่สุดกับวินัยในสังคม วินัยเป็นกิจกรรมที่เป็นไปในสังคม เป็นการจัดระเบียบชีวิตของตนเอง และการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นในสังคม วินัยทำให้เกิดศีล ถ้าบุคคลรักษาระเบียบวินัยก็เป็นผู้มีศีลนั่นเอง และสอดคล้องกับการสัมภาษณ์ของผู้ทรงคุณวุฒิ พบว่า ด้านศีลภาวนา ประพฤติปฏิบัติตามศีล 5 กับการดำรงชีพ มีความประพฤติตนในสิ่งที่ถูกต้อง มีจิตใจโอบอ้อมอารี มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีงาม มองโลกในแง่ดี รู้จักพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน



3) ด้านจิตตภาวนา พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร มีการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 อยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อภิปรายได้ว่า จิตภาวนา เป็นการฝึกอบรมด้านจิตใจ การพัฒนาบุคคลให้มีจิตที่สมบูรณ์ ประกอบด้วยคุณภาพ สมรรถภาพ และสุขภาพจิตที่ดี คุณภาพจิตที่ดี ได้แก่ มีจิตศรัทธา เมตตา กรุณา เอื้ออารี มุทิตา ความเคารพ อ่อนน้อม กตัญญูกตเวที เสียสละ มีhiriโอดิตปะสมรรถภาพจิตที่ดี สอดคล้องกับ **พระมหาพรสวรรค์ กิตติวโร (จันโปรด)** ได้ทำการศึกษาเรื่อง “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักกุศลกรรมบถ 10 ประการ” ผลการศึกษาพบว่า เป็นการพัฒนาที่มองมนุษย์ในฐานะเป็นทรัพยากร คือเป็นทุนเป็นปัจจัยในการที่จะนำมาพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม เป็นการพัฒนาเพื่อการพัฒนาเพิ่มพูนประสิทธิภาพในการทำงานให้เกิดความเจริญก้าวหน้าของบุคคลากรด้วยการพัฒนาความรู้ความสามารถ ทักษะ ทักษะคติ และเตรียมบุคลากรเพื่อความก้าวหน้าไปสู่ระดับสูงขึ้นไปเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าสูงสุด ที่เรียกว่า ทุนมนุษย์ เป็นกระบวนการที่ผู้บริหารมุ่งเน้นเกี่ยวกับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ภายในองค์กรอย่างเต็มความสามารถ โดยใช้ทั้งกลยุทธ์และทักษะเพื่อพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ที่มีอยู่ได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีการวางแผนอย่างเป็นระบบต่อเนื่อง เพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายที่จะได้รับการพัฒนา คือ เพื่อพัฒนาขีดความสามารถในการปฏิบัติงานของพนักงานและประสิทธิภาพในการดำเนินงานขององค์กร โดยใช้วิธีพัฒนาด้วยการให้การศึกษา การฝึกอบรม และการพัฒนา ตามลำดับ จากการศึกษาการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักกุศลกรรมบถ 10 ประการ อันเป็นการพัฒนาด้วยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา พบว่า การพัฒนามนุษย์ในทางพระพุทธศาสนานั้น มองมนุษย์ในฐานะที่มนุษย์มีความเป็นมนุษย์ของเขาเอง ชีวิตมนุษย์นั้น มีจุดหมายของชีวิต คือ ความสุข ความอิสรภาพ ความดีงามของชีวิต ซึ่งเป็นเรื่องเฉพาะตัวบุคคล และการพัฒนาตามหลักกุศลกรรมบถ 10 ประการ นั้น เป็นการพัฒนามนุษย์ได้ครบทั้ง กาย วาจา และใจ และถือได้ว่าเป็นหลักสำคัญของพระพุทธศาสนา เพราะการพัฒนาที่ดีย่อมต้องมีธรรมะเป็นพื้นฐาน อำนาจให้เกิดคุณค่าในทางมนุษยธรรม มีเป้าหมายเพื่อเป็นการแก้ปัญหาของมนุษย์ โดยมีรูปแบบการปฏิบัติรวมลงในไตรสิกขา เป็นกระบวนการพัฒนาทางร่างกาย วาจา จิต และปัญญา ที่สามารถพัฒนามนุษย์ได้ทุกระดับชั้น ระดับสังคม เพื่อพัฒนามนุษย์ให้ได้บรรลุจุดมุ่งหมายของชีวิตและประโยชน์ต่าง ๆ สำหรับแนวทางการประยุกต์ใช้หลักกุศลกรรมบถ 10 ประการ ในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในสังคมปัจจุบัน พบว่า เป็นการนำเอาหลักกุศลกรรมบถ 10 ประการ พร้อมทั้งหลักธรรมที่เหมาะสมมาพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในสังคมปัจจุบัน ใน 4 ระดับขั้นด้วยกัน ได้แก่ 1) ระดับปัจเจกบุคคล 2)ระดับครอบครัว 3)ระดับองค์กร และ 4)ระดับสังคม เพื่อเป็นการช่วยแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจากมนุษย์ เพราะเนื่องจากมนุษย์ทุกคนมีพื้นฐานของการกระทำที่ออกมาทางกาย วาจา และใจ ที่ยังประกอบไปด้วย ความโลภ ความโกรธ และความหลง ในการพัฒนาตามหลักการทั่วไปนั้นไม่ได้พัฒนาไปในด้านของพื้นฐานของชีวิต ดังนั้นในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ จำเป็นต้องนำหลักกุศลกรรมบถ 10 ประการ และหลักธรรมที่เหมาะสมไปประยุกต์ใช้ เพื่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ในด้านพื้นฐานให้มีประสิทธิภาพ ประสิทธิผล และประโยชน์สูงสุด สอดคล้องกับ **อนุกุล บุญรักษา** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักภาวนา 4 ของกองบัญชาการมณฑลทหารบกที่ 31” ผลการวิจัยพบว่า ด้านกายภาวนา บางครั้งจะยากต่อการควบคุมดูแล และขาดความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคล จึงควรมีกฎระเบียบที่เคร่งครัด คอยควบคุมดูแล ตลอดจนสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างกันและกัน ด้านสติภาวนา บุคคลใดก็ตามถ้ามีการปฏิบัติตน การฝึกฝน



พัฒนาด้านพฤติกรรม หรือการฝึกอบรมทางกาย วาจา ซึ่งเป็นคุณประโยชน์ ทั้งตนเองและผู้อื่น ด้านจิตตภาวนา บุคลากรที่มีการฝึกฝนพัฒนาด้านจิตใจ หรือการอบรมจิตใจ มีความสำคัญอย่างยิ่งเพราะจิตใจเป็นฐานของพฤติกรรม ปัญญาภาวนา การพัฒนาปัญญาเป็นต้นนำทางและควบคุมพฤติกรรมทั้งหมด คนเราจะมีพฤติกรรมอะไร อย่างไรและแค่นั้นก็อยู่ที่ว่าจะมีปัญหาขึ้นมาหรือบอกทางให้เท่าใด และสอดคล้องกับการสัมภาษณ์ของผู้ทรงคุณวุฒิ พบว่า ด้านจิตตภาวนา มีจิตใจที่อ่อนโยน มีความรัก ความเมตตาต่อเพื่อนร่วมงาน มีสมาธิและมีสติในการปฏิบัติงาน ทำงานด้วยความตั้งใจ ตั้งมั่นอยู่ในความถูกต้อง ใช้สติในการคิดการตัดสินใจในการทำงาน

4) ด้านปัญญาภาวนา พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร มีการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 อยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อภิปรายได้ว่า ปัญญาภาวนา หรือการพัฒนาทางปัญญา เป็นการฝึกอบรมด้านการพัฒนาบุคคลให้รู้จักคิด พิจารณา วินิจฉัย แก้ปัญหา และดำเนินการต่าง ๆ ด้วยปัญญา เข้าใจเหตุผล มองทุกสิ่งไปตามเหตุปัจจัย ไม่มีอคติ โดยรู้เท่าทันธรรมดาของโลกและชีวิต กล่าวได้ว่า ปัญญา คือ ความรู้ทั่ว ปรีชา หยั่งรู้เหตุผล เข้าใจชัดเจน สอดคล้องกับ **พระกัณฑ์ปิยธมโม (พิมพ์พร)** ได้ทำวิจัยเรื่อง “การศึกษาเชิงวิเคราะห์ประโยชน์ของหลักพุทธการธรรม 4 ในฐานะเป็นหลักการพัฒนาคุณภาพชีวิต” พบว่า หลักการที่ทำให้ชีวิตดีขึ้นมีความสุข มีความสมบูรณ์ทั้งด้านสุขภาพกาย คือ มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี ด้านสังคม คือวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียม ประเพณี และด้านเศรษฐกิจ โดยสามารถประกอบอาชีพเลี้ยงตนเองและครอบครัวได้ ดำรงตนให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม หลักการปฏิบัติตนเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต คือ ภาวนา 4 หมายถึง การเจริญ การทำให้เป็น ให้มีขึ้น การฝึกอบรม การพัฒนา มี 4 ประการคือ 1)กายภาวนา การเจริญกาย ให้รู้จักติดต่อเกี่ยวข้องกับสิ่งทั้งหลายภายนอกทางอินทรีย์ทั้ง 5 ด้วยดี และปฏิบัติต่อสิ่งนั้นในทางที่เป็นคุณ มิให้เกิดโทษ 2)ศีลภาวนา การเจริญศีล พัฒนาความประพฤติ การฝึกอบรมศีล ให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัยไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย อยู่ร่วมกันกับผู้อื่นได้ด้วยดี เกื้อกูลกัน 3)จิตภาวนา การเจริญจิต พัฒนาจิต การฝึกอบรมจิตให้เข้มแข็งมั่นคง เจริญงอกงามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย 4)ปัญญาภาวนา การเจริญปัญญา พัฒนาปัญญา ให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นแจ้งโลกและชีวิตตามสภาวะ สามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ ทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลสและปลดพ้นจากความทุกข์ แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญา สอดคล้องกับ **อนุภูล บุญรักษา** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักภาวนา 4 ของกองบัญชาการมณฑลทหารบกที่ 31” ผลการวิจัยพบว่า ด้านกายภาวนา บางครั้งจะยากต่อการควบคุมดูแล และขาดความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคล จึงควรมีกฎระเบียบที่เคร่งครัด คอยควบคุมดูแล ตลอดจนสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างกันและกัน ด้านศีลภาวนา บุคคลใดก็ตามถ้ามีการปฏิบัติตน การฝึกฝนพัฒนาด้านพฤติกรรม หรือการฝึกอบรมทางกาย วาจา ซึ่งเป็นคุณประโยชน์ ทั้งตนเองและผู้อื่น ด้านจิตตภาวนา บุคลากรที่มีการฝึกฝนพัฒนาด้านจิตใจ หรือการอบรมจิตใจ มีความสำคัญอย่างยิ่งเพราะจิตใจเป็นฐานของพฤติกรรม ปัญญาภาวนา การพัฒนาปัญญาเป็นต้นนำทางและควบคุมพฤติกรรมทั้งหมด คนเราจะมีพฤติกรรมอะไร อย่างไรและแค่นั้นก็อยู่ที่ว่าจะมีปัญหาขึ้นมาหรือบอกทางให้เท่าใด และสอดคล้องกับการสัมภาษณ์ของผู้ทรงคุณวุฒิ พบว่า ด้านปัญญาภาวนา สามารถวิเคราะห์ได้และแยกแยะสิ่งไหนดีสิ่งไหนไม่ดี ดำเนินวิถีชีวิตประจำวันได้โดยไม่ประมาท มีสติในการครองตน มีการวางแผนในการทำงาน มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ในการทำงาน ทำงานด้วยเหตุผล

### 5.2.2 ผลการวิเคราะห์การทดสอบสมมติฐานการวิจัย

1) จากสมมติฐานของการวิจัยที่ว่า ประชาชนที่มีเพศต่างกัน มีการใช้หลักภาวะนา 4 ในการดำเนินชีวิตของประชาชน เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร แตกต่างกัน ผลการวิจัยพบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีเพศต่างกัน มีการใช้หลักภาวะนา 4 ในการดำเนินชีวิตไม่แตกต่างกัน ผลการวิจัยจึงไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อภิปรายได้ว่า ในปัจจุบันนี้ทัศนคติหรือเจตคติของทั้งเพศชายและหญิงมีความเสมอภาคเท่าเทียมกันไม่ว่าจะเป็นการศึกษา การทำงาน การรับผิดชอบ คือ สิทธิมนุษยชนของชายและหญิงมีความเท่าเทียมกันทั้งทางด้านสิทธิเสรีภาพ ความยุติธรรม และความเสมอภาค ดังนั้นปัจจัยส่วนบุคคลเรื่องเพศ จึงไม่มีส่วนสำคัญมาก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พลอาสาสมัคร อนุกุล บุญรักษา ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักภาวะนา 4 ของกองบัญชาการมณฑลทหารบกที่ 31” พบว่า การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักภาวะนา 4 ทั้ง 4 ด้าน คือด้าน กายภาวะนา ด้านสติภาวะนา ด้านจิตตภาวะนา และด้านปัญญาภาวะนา โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก และเมื่อจำแนกรายด้านเรียงลำดับจากมากไปหาน้อย พบว่า ด้านสติภาวะนา อยู่ในระดับมากที่สุด ด้านจิตตภาวะนา และกายภาวะนา อยู่ในระดับปานกลาง และด้านปัญญาภาวะนา อยู่ในระดับน้อยสุด การเปรียบเทียบการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักภาวะนา 4 จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล 5 ด้าน คือ เพศ อายุ ระดับการศึกษา ชั้นยศ และอายุราชการ แตกต่างกัน มีระดับความเห็นต่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักภาวะนา 4 ของกองบัญชาการมณฑลทหารบกที่ 31 ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ .01 แนวทางการประยุกต์ใช้การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักภาวะนา 4 รวมทุกด้าน โดยรวมอยู่ในระดับความคิดเห็นมาก ซึ่งแสดงให้เห็นว่า การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักภาวะนา 4 ของกองบัญชาการมณฑลทหารบกที่ 31 มีการพัฒนาอยู่ในระดับดี มีประสิทธิภาพ ทำให้เกิดการพัฒนากุศลกร สอดคล้องกับ พระชัยณรงค์ วิทิต (รุ่งมะรุต) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การประยุกต์หลักศีล 5 เพื่อพัฒนาพฤติกรรมของบุคคลในสังคม” ผลการวิจัยพบว่า ศีล 5 เป็นหลักมนุษยธรรม เป็นข้อปฏิบัติให้ถึงความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ คือ การไม่ฆ่าสัตว์ การไม่ลักทรัพย์ การไม่ประพฤติผิดในกาม การไม่พูดเท็จ และการไม่ดื่มสุราเมรัย ศีล 5 เป็นที่ตั้งแห่งกุศลธรรม เป็นลักษณะ ที่ความปกติทางกาย วาจาเป็นที่ตั้งสันติสุขในการดำเนินชีวิต หลักศีล 5 ประยุกต์ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่ดี คือ การนำหลักศีลไปประพฤติปฏิบัติพัฒนาพฤติกรรมของบุคคลในสังคมที่ประพฤติผิดในศีล ให้ประพฤติชอบ ทางกาย วาจา และใจ โดยอาศัยองค์ธรรมในศีล 5 ประการ เป็นเครื่องดเว้นพฤติกรรมที่ไม่ดี ที่เกิดขึ้นมาทางกาย วาจา และใจ เพื่อให้ลด ละ เลิก เว้น พฤติกรรมที่ไม่ดี เป็นพื้นฐานให้เกิดคุณธรรมต่าง ๆ คือ ความมีเมตตา กรุณา มีหิริ โอตตปัปะ ความซื่อสัตย์สุจริต ให้ดำเนินชีวิตให้ถูกต้อง ตามแนวทางพระพุทธศาสนา

2) จากสมมติฐานของการวิจัยที่ว่า ประชาชนที่มีอายุต่างกัน มีการใช้หลักภาวะนา 4 ในการดำเนินชีวิตของประชาชน เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร แตกต่างกัน ผลการวิจัยพบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานครที่มีอายุแตกต่างกัน มีการประยุกต์ใช้หลักสันโดษในชีวิตประจำวันไม่แตกต่างกัน ผลการวิจัยจึงไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อภิปรายได้ว่า ประชาชนส่วนใหญ่อยู่ในวัยทำงาน ซึ่งต่างก็ใช้เหตุผลทั้งกับเรื่องงานและการดำเนินชีวิต การรู้จักคิดอย่างมีเหตุผล ซึ่งในวัยทำงานนี้จะเริ่มมีความรับผิดชอบ และพร้อมจะรับภาระต่าง ๆ จึงสอดคล้องกับ พัชรินทร์ แจ่มอิม ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตการทำงานของข้าราชการครูตามหลักภาวะนา 4 ในเขตอำเภอ

ท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์” ผลการวิจัยพบว่าข้าราชการครู มีความคิดเห็นต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตการทำงานของข้าราชการครู ตามหลักภาวะนา 4 ในเขตอำเภอท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์ ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายละเอียดในแต่ละด้านพบว่า อยู่ในระดับมากทุกด้าน เมื่อเปรียบเทียบความคิดเห็นของข้าราชการครู ต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตการทำงาน ของข้าราชการครู ตามหลักภาวะนา 4 ในเขตอำเภอท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์ จำแนกตาม เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพราชการ และขนาดโรงเรียน ก็พบว่า โดยภาพรวมไม่แตกต่างกันตามนัยสำคัญทางสถิติ ที่ .05 และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน ก็พบว่าไม่แตกต่างกัน จึงปฏิเสธสมมติฐานการวิจัย สอดคล้องกับ **จำลีปโทอัครนันท์ เจริญกิจจารัตน์** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักภาวะนา 4 ของกองพันทหารช่างที่ 4 จังหวัดนครสวรรค์” ผลการศึกษาพบว่า 1.ข้าราชการของกองพันทหารช่างที่ 4 จังหวัดนครสวรรค์ มีความคิดเห็นในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักภาวะนา 4 ของกองพันทหารช่างที่ 4 จังหวัดนครสวรรค์ ในภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณารายละเอียดในแต่ละด้าน พบว่า ข้าราชการของกองพันทหารช่างที่ 4 จังหวัดนครสวรรค์ มีความคิดเห็นต่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักภาวะนา 4 ของกองพันทหารช่างที่ 4 จังหวัดนครสวรรค์ อยู่ในระดับ มากที่สุดทุกด้าน 2.เปรียบเทียบความคิดเห็นของข้าราชการกองพันทหารช่างที่ 4 จังหวัดนครสวรรค์ มีความคิดเห็นในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักภาวะนา 4 ของกองพันทหารช่างที่ 4 จังหวัดนครสวรรค์ โดยจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ อายุ การศึกษา อาชีพราชการ ชั้นยศ และรายได้ต่อเดือน โดยภาพรวม พบว่า ไม่แตกต่างกันทุกตัวแปร จึงปฏิเสธสมมติฐานการวิจัย

3) จากสมมติฐานของการวิจัยที่ว่า ประชาชนที่มีอาชีพต่างกัน มีการใช้หลักภาวะนา 4 ในการดำเนินชีวิตของประชาชน เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร แตกต่างกัน ผลการวิจัยพบว่า ประชาชน เขตหนองแขม กรุงเทพมหานครที่มีอาชีพแตกต่างกัน มีการใช้หลักภาวะนา 4 ในการดำเนินชีวิตไม่แตกต่างกัน ผลการวิจัยเป็นไม่ไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อภิปรายได้ว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร มีการประกอบอาชีพที่หลากหลาย แต่ด้วยการดำเนินชีวิตในสังคมเมือง ทำให้ทุกคนต้องมีเวลาในชีวิตประจำวันที่ไม่แตกต่างกัน สอดคล้องกับ **พระพุทธินันท์ บุญเรือง** ได้วิจัยเรื่อง “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์แบบยั่งยืนตามหลักพระพุทธศาสนา” ผลการศึกษาพบว่า มีหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามากมายที่สามารถนำมาปรับใช้กับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในปัจจุบันได้ เช่น หลักทฤษฎีธัมมิกัตสังวัตตนิคธรรม สัมปรายิกัตถสังวัตตนิคธรรม อิทธิบาท มรรคสังโยชน์ หรือรวมเรียกว่า ไตรสิกขา การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ได้เหมาะสมและเกิดประสิทธิผล ซึ่งมีเป้าหมายในการพัฒนาหลัก ๆ อยู่เพียง 4 อย่างคือ การพัฒนากาย การพัฒนาศีล การพัฒนาจิต และการพัฒนาปัญญา สอดคล้องกับ **พระมหาพรสวรรค์ กิตติวโร (จันโปรด)** ได้ทำการศึกษาเรื่อง “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักกุศลกรรมบถ 10 ประการ” ผลการศึกษาพบว่า เป็นการพัฒนาที่มองมนุษย์ในฐานะเป็นทรัพยากร คือเป็นทุนเป็นปัจจัยในการที่จะนำมาพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมเป็นการพัฒนาเพื่อการเพิ่มพูนประสิทธิภาพในการทำงานให้เกิดความเจริญก้าวหน้าของบุคคลากรด้วยการพัฒนาความรู้ความสามารถ ทักษะ ทักษะคนดี และเตรียมบุคคลากรเพื่อความก้าวหน้าไปสู่ระดับสูงขึ้นไปเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าสูงสุด ที่เรียกว่า ทุนมนุษย์ เป็นกระบวนการที่ผู้บริหารมุ่งเน้นเกี่ยวกับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ภายในองค์กรอย่างเต็มความสามารถ โดยใช้ทั้งกลยุทธ์และทักษะเพื่อพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ที่มีอยู่ได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีการวางแผนอย่างเป็นระบบ



ต่อเนื่อง เพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายที่จะได้รับการพัฒนา คือ เพื่อพัฒนาขีดความสามารถในการปฏิบัติงานของพนักงานและประสิทธิภาพในการดำเนินงานขององค์กร โดยใช้วิธีพัฒนาด้วยการให้การศึกษา การฝึกอบรม และการพัฒนา ตามลำดับ จากการศึกษาการพัฒนามนุษย์ตามหลักกฤษฎกรรมบถ 10 ประการ อันเป็นการพัฒนาด้วยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา พบว่า การพัฒนามนุษย์ในทางพระพุทธศาสนานั้น มองมนุษย์ในฐานะที่มนุษย์มีความเป็นมนุษย์ของตนเอง ชีวิตมนุษย์นั้น มีจุดหมายของชีวิต คือ ความสุข ความอิสรภาพ ความดีงามของชีวิต ซึ่งเป็นเรื่องเฉพาะตัวบุคคล และการพัฒนาตามหลักกฤษฎกรรมบถ 10 ประการ นั้น เป็นการพัฒนามนุษย์ได้ครบทั้ง กาย วาจา และใจ และถือได้ว่าเป็นหลักสำคัญของพระพุทธศาสนา เพราะการพัฒนามนุษย์ที่ดีจะต้องมีธรรมะเป็นพื้นฐาน อำนวยให้เกิดคุณค่าในทางมนุษยธรรม มีเป้าหมายเพื่อเป็นการแก้ปัญหาของมนุษย์ โดยมีรูปแบบการปฏิบัติรวมลงในไตรสิกขา เป็นกระบวนการพัฒนาทางร่างกาย วาจา จิต และปัญญา ที่สามารถพัฒนามนุษย์ได้ทุกระดับชั้น ระดับสังคม เพื่อพัฒนามนุษย์ให้ได้บรรลุจุดมุ่งหมายของชีวิต และประโยชน์ต่าง ๆ สำหรับแนวทางการประยุกต์ใช้หลักกฤษฎกรรมบถ 10 ประการ ในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในสังคมปัจจุบัน พบว่า เป็นการนำเอาหลักกฤษฎกรรมบถ 10 ประการ พร้อมทั้งหลักธรรมที่เหมาะสมมาพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในสังคมปัจจุบัน ใน 4 ระดับชั้นด้วยกัน ได้แก่ 1) ระดับปัจเจกบุคคล 2)ระดับครอบครัว 3)ระดับองค์กร และ 4)ระดับสังคม เพื่อเป็นการช่วยแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจากมนุษย์ เพราะเนื่องจากมนุษย์ทุกคนมีพื้นฐานของการกระทำที่ออกมาทางกาย วาจา และใจ ที่ยังประกอบไปด้วย ความโลภ ความโกรธ และความหลง ในการพัฒนาตามหลักการทั่วไปนั้นไม่ได้พัฒนาไปในด้านของพื้นฐานของชีวิต ดังนั้นในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ จำเป็นต้องนำหลักกฤษฎกรรมบถ 10 ประการ และหลักธรรมที่เหมาะสมไปประยุกต์ใช้ เพื่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ในด้านพื้นฐานให้มีประสิทธิภาพ ประสิทธิผล และประโยชน์สูงสุด

4) จากสมมติฐานของการวิจัยที่ว่า ประชาชนมีรายได้ต่างกัน มีการใช้หลักภavana 4 ในการดำเนินชีวิตของประชาชน เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร แตกต่างกัน ผลการวิจัยพบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนที่ต่างกัน การใช้หลักภavana 4 ในการดำเนินชีวิตไม่แตกต่างกัน ผลการวิจัยจึงไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อภิปรายได้ว่า การประยุกต์ตามหลักภavana 4 เป็นการปฏิบัติตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา เป็นกระบวนการนำหลักธรรมมาใช้ในการดำเนินงานและปฏิบัติในชีวิตจริง ทั้งด้านร่างกาย สังคม จิตใจ และปัญญา ซึ่งจัดได้ว่าเป็นการทำหน้าที่ของชาวพุทธที่ต้องทำตามหน้าที่เพื่อให้ได้รับความสุข และความเจริญในชีวิต สอดคล้องกับ **จำลองโทอักษรนันท์ เจริญกิจจารัตน์** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักภavana 4 ของกองพันทหารช่างที่ 4 จังหวัดนครสวรรค์” ผลการศึกษาพบว่า 1.ข้าราชการของกองพันทหารช่างที่ 4 จังหวัดนครสวรรค์ มีความคิดเห็นในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักภavana 4 ของกองพันทหารช่างที่ 4 จังหวัดนครสวรรค์ ในภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณารายละเอียดในแต่ละด้าน พบว่า ข้าราชการของกองพันทหารช่างที่ 4 จังหวัดนครสวรรค์ มีความคิดเห็นต่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักภavana 4 ของกองพันทหารช่างที่ 4 จังหวัดนครสวรรค์ อยู่ในระดับมากที่สุดทุกด้าน 2.เปรียบเทียบความคิดเห็นของข้าราชการกองพันทหารช่างที่ 4 จังหวัดนครสวรรค์ มีความคิดเห็นในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักภavana 4 ของกองพันทหารช่างที่ 4 จังหวัดนครสวรรค์ โดยจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ อายุ การศึกษา อาชีพราชการ ชั้นยศ และรายได้ต่อ

เดือน โดยภาพรวม พบว่า ไม่แตกต่างกันทุกตัวแปร จึงปฏิเสธสมมติฐานการวิจัย สอดคล้องกับ **พล อาสาสมัคร อนุกุล บุญรักษา** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักภาวะนา 4 ของ กองบัญชาการมณฑลทหารบกที่ 31” พบว่า การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักภาวะนา 4 ทั้ง 4 ด้าน คือด้าน กายภาวะนา ด้านสติภาวะนา ด้านจิตตภาวะนา และด้านปัญญาภาวะนา โดยภาพรวม อยู่ใน ระดับมาก และเมื่อจำแนกรายด้านเรียงลำดับจากมากไปหาน้อย พบว่า ด้านสติภาวะนาอยู่ในระดับ มากที่สุด ด้านจิตตภาวะนา และกายภาวะนา อยู่ในระดับปานกลาง และด้านปัญญาภาวะนา อยู่ในระดับ น้อยสุด การเปรียบเทียบการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักภาวะนา 4 จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล 5 ด้าน คือ เพศ อายุ ระดับการศึกษา ชั้นยศ และอายุราชการ แตกต่างกัน มีระดับความเห็นต่อการ พัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักภาวะนา 4 ของกองบัญชาการมณฑลทหารบกที่ 31 ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ .01

### 5.2.3 ผลการวิเคราะห์ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

ผลการวิเคราะห์ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร พบว่า ประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ตอบคำถามปลายเปิด มีจำนวน 124 คน จาก 376 คน ได้ให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยแยกเป็นรายด้าน มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

- 1) จากผลการวิเคราะห์ข้อเสนอแนะ ด้านกายภาวะนา พบว่า ข้อที่มีค่าความถี่สูงสุด คือ อยู่ร่วมกับสิ่งแวดล้อมอย่างรู้จักคุณค่า
- 2) จากผลการวิเคราะห์ข้อเสนอแนะ ด้านสติภาวะนา พบว่า ข้อที่มีค่าความถี่สูงสุด คือ ฝึกฝนตนเองและปฏิบัติตามระเบียบวินัย
- 3) จากผลการวิเคราะห์ข้อเสนอแนะ ด้านจิตตภาวะนา พบว่า ข้อที่มีค่าความถี่สูงสุด คือ ฝึกฝนให้ตนมีจิตใจที่อิสระเบิกบานผ่องใส
- 4) จากผลการวิเคราะห์ข้อเสนอแนะ ด้านปัญญาภาวะนา พบว่า ข้อที่มีค่าความถี่สูงสุด คือ ใช้เหตุและผลในการพิจารณาแก้ไขปัญหา

## 5.3 ข้อเสนอแนะ

ข้อค้นพบ (Fact Findings) จากการวิจัยและการอภิปรายผลดังกล่าวมาแล้ว สามารถสรุปผลเป็นข้อเสนอแนะ โดยแบ่งเป็น 2 ระดับ ดังนี้

### 5.3.1 ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

- 1) นโยบายของกรุงเทพมหานคร ภาครัฐและเอกชนที่เกี่ยวข้อง ควรมีโอกาสให้ความรู้ในด้านสิ่งเสพติด กฎหมายมีการบังคับใช้อย่างจริงจัง ชุมชนควรมีศูนย์ส่งเสริมสุขภาพเพื่อให้ประชาชนในชุมชนได้ใช้ประโยชน์
- 2) ภาครัฐ ควรจัดกิจกรรมส่งเสริมความรู้ในด้านกฎหมาย มีแผนการจัดกิจกรรมร่วมกันพัฒนาชุมชน เพื่อเพิ่มความสัมพันธ์ที่ดีของสมาชิกในชุมชน
- 3) ชุมชนควรมีศูนย์รวมความรู้หรือแหล่งข่าวสารต่าง ๆ เช่น ห้องสมุดชุมชน ส่งเสริมให้มีการปฏิบัติตามหลักภาวะนา ด้านปัญญาภาวะนา เพื่อให้เกิดการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน



### 5.3.2 ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย

- 1) ควรศึกษาเรื่อง การประยุกต์หลักภาวณาในการดำเนินชีวิตประจำวัน ด้านปัญญาภาวณา ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา
- 2) ควรมีการวิจัยเกี่ยวกับปัจจัยที่เอื้อต่อการประยุกต์ใช้หลักภาวณาในชีวิตประจำวัน



## บรรณานุกรม

### ข้อมูลปฐมภูมิ

มหามกุฏราชวิทยาลัยมูลนิธิ. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย พิมพ์เนื่องในวโรกาสครบ 200 ปี แห่งราชวงศ์จักรี กรุงรัตนโกสินทร์ พุทธศักราช 2525. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2552.

### ข้อมูลทุติยภูมิ

#### 1) หนังสือทั่วไป

- กัลยา วานิชย์บัญชา. สถิติสำหรับงานวิจัย. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2548.
- จำนงค์ อติวัฒน์สิทธิ์. สังคมวิทยาตามแนวพุทธศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2548.
- ติน ปรัชญพฤทธิ. การบริหารการพัฒนา. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2545.
- นิภา เมธธาวิชัย. วิทยาการวิจัย. กรุงเทพมหานคร : สถาบันราชภัฏธนบุรี, 2543.
- บุญชม ศรีสะอาด. วิธีการทางสถิติสำหรับกรวิจัย เล่ม 2. กรุงเทพมหานคร : เจริญผล, 2538.
- ประยูร หงษ์สมบูรณ์. พจนานุกรม มคอ-ไทย. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : บริษัท ธรรมสาร จำกัด, 2546.
- พระเทพสาครมุนี (แก้ว สุวณฺณโชโต), อดีตเจ้าคณะจังหวัดสมุทรสาครและเจ้าอาวาสวัดสุทธิวาตวราราม (วัดช่องลม). อนุสรณ์ในงานเคลื่อนศพผู้วิหารหลังใหม่. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม, 2529.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). พัฒนาการ. (พิมพ์ครั้งที่ 12). กรุงเทพมหานคร : สหธรรมิก, 2544.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์ (ฉบับปรับปรุงใหม่ล่าสุด). กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, 2543.
- รศ.ดร. สรชัย พิศาลบุตร. เรียนรู้สถิติและการวิจัยด้านกรณี. กรุงเทพมหานคร : บริษัทจูนพับลิชชิง จำกัด, 2548.
- ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. เทคนิคการวิจัยทางการศึกษา. กรุงเทพมหานคร : สุวีริยาสาส์น, 2540.
- วศิน อินทสระ. พุทธจริยศาสตร์. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เม็ดทราย, 2549.
- สังศรี ชมภูวงศ์. การวิจัย. นครศรีธรรมราช : มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช, 2547.
- สนิท สมัครการ. วัฒนธรรมกับการพัฒนาสังคม. กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, 2522.

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก (เจริญ สุวฑฺฒโน). *ชีวิตนี้น้อยนัก*.

กรุงเทพมหานคร : อุกาการพิมพ์, 2553.

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์*.

กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ผลิธัมม์ ในเครือ บริษัท สำนักพิมพ์เพ็ทแอนด์โฮม จำกัด, 2561.

\_\_\_\_\_. *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม*. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ผลิธัมม์ ใน

เครือ บริษัท สำนักพิมพ์เพ็ทแอนด์โฮม จำกัด, 2561.

\_\_\_\_\_. *พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย*. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ผลิธัมม์ ในเครือ บริษัท

สำนักพิมพ์เพ็ทแอนด์โฮม จำกัด, 2559.

## 2) วิทยานิพนธ์

กมลลาส ภูวนาธิพงค์. *กระบวนการปลูกฝังค่านิยมการบริโภคด้วยพุทธิปัญญาสำหรับวัยรุ่น*.

สารนิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, 2557.

จำสลิบโทอักษรนันท์ เจริญกิจจารัตน์. *การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามหลักภาวนา 4 ของกองพันทหาร*

*ช่างที่ 4 จังหวัดนครสวรรค์*. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย :

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2556.

จิรัฐติกาลป์ แสงสุข. *ศึกษาวิเคราะห์ห่อานิสงส์ของอุโบสถศีลในพระพุทธานุภาพ*. วิทยานิพนธ์

ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, 2555.

ธิดารัตน์ ศิละวรรณโณ. *ความคิดเห็นของพนักงานส่วนตำบลต่อการบริหารงานขององค์การ*

*บริหารงานส่วนตำบลตามหลักสังคหวัตถุ 4 กรณีศึกษาอำเภอแม่สะเรียง จังหวัด*

*แม่ฮ่องสอน*. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์, บัณฑิต

วิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2553.

นพรัตน์ พัฒนธัญญา. *การศึกษาวิเคราะห์การพัฒนาบุคคลเพื่อความเป็นผู้นำตามหลัก*

*พระพุทธานุภาพ*. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัย

ราชภัฏเลย, 2553.

พระเกื้อพงศ์ ปิยธมโม (พิมพ์พร). *การศึกษาเชิงวิเคราะห์ประโยชน์ของหลักพุทธธรรม 4 ในฐานะ*

*เป็นหลักการพัฒนาคุณภาพชีวิต*. วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย :

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, 2551.

พระชัยณรงค์ วิฑิต (รุ่งมะรุต). *การประยุกต์หลักศีล 5 เพื่อพัฒนาพฤติกรรมของบุคคลในสังคม*.

วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ

ราชวิทยาลัย, 2555.

- พระพุทธรูปปั้น บัญเรื่อง. *การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์แบบยั่งยืนตามหลักพระพุทธศาสนา*.  
 วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย :  
 มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2551.
- พระมหาพรสวรรค์ กิตติวิโร (จันโปรด). *การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักกุศลกรรมบถ 10  
 ประการ*. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2554.
- พลอาสาสมัคร อนุกุล บุญรักษา. *การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักภาวา 4 ของกองบัญชาการ  
 มณฑลทหารบกที่ 31*. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย :  
 มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2554.
- พัชรินทร์ แจ่มอิม. *การพัฒนาคุณภาพชีวิตการทำงานของข้าราชการครู ตมหลักภาวา 4 ในเขต  
 อำเภอนาทะโก จังหวัดนครสวรรค์*. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิต  
 วิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2556.
- ลลิตา ธนาวุฒิ. *การดำเนินชีวิตตามหลักเบญจธรรมของผู้สูงอายุเทศบาลเมืองทุ่งสง อำเภอนาทะโก  
 จังหวัดนครศรีธรรมราช*. สารนิพนธ์ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย :  
 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, 2556.
- ศักดิ์ดา ภาคจันทิก. *การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักไตรสิกขาของพระสังฆาธิการอำเภอลำปลาย  
 มาศ จังหวัดบุรีรัมย์*. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์.  
 บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2558.
- ศิริพร บุญชัยเสถียร. *การฝึกจิตเพื่อควบคุมและพัฒนาตนตามหลักพระพุทธศาสนา*. บทความวิจัย.  
 นักศึกษาหลักสูตรดุขภูบัณฑิต, สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัย  
 มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2557.
- สุรีย์ อีระปกรณกุล. *รูปแบบการพัฒนาสังคมเชิงพุทธบูรณาการ สำหรับเยาวชนในกรุงเทพมหานคร*.  
 วิทยานิพนธ์สาขาวิชาการพัฒนาสังคม, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ  
 ราชวิทยาลัย, 2537.
- อนุกุล บุญรักษา. *การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักภาวา 4 ของกองบัญชาการมณฑลทหารบก  
 ที่ 31*. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ  
 ราชวิทยาลัย, 2554.

### 3) สื่ออิเล็กทรอนิกส์

รายงานสถิติจำนวนประชากรและบ้าน ประจำปี พ.ศ.2563. ค้นเมื่อวันที่ 17 พ.ค. 2564, จาก [th.m.wikipedia.org](http://th.m.wikipedia.org).

ข้อมูลทั่วไปของเขต-สำนักงานเขตหนองแขม-กรุงเทพมหานคร. ค้นเมื่อ 18 เมษายน 2564, จาก <https://www.bangkok.go.th>.

เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร. วิกีพีเดีย สารานุกรมเสรี. ค้นเมื่อ 31 พฤษภาคม 2564, จาก [th.wikipedia.org/wiki/เขตหนองแขม](http://th.wikipedia.org/wiki/เขตหนองแขม).

ประวัติความเป็นมา-สำนักงานเขตหนองแขม-กรุงเทพมหานคร. ค้นเมื่อ 18 เมษายน 2564, จาก <http://www.bangkok.go.th>.

หลักการส่งเสริมการเกษตร. ค้นเมื่อวันที่ 5 กรกฎาคม 2564, จาก <https://agecon-extens.agri.cmu.ac.th>.

### 4) สัมภาษณ์

นางสาวเสาวนีย์ วันบุรี. เจ้าหน้าที่สำนักอนามัย ศูนย์สาธารณสุขที่ 48. สัมภาษณ์. (9 พฤศจิกายน 2564).

ว่าที่ ร.ต.ไชยยันต์ รัตนทองโรจน์. นักธุรกิจบ้านเช่า, สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 9 พฤศจิกายน 2564.

นายภานุ สันติสุขศักดิ์, เจ้าหน้าที่ธนาคารกสิกรไทย ศูนย์ธุรกิจต่างประเทศ อ้อมน้อย. สัมภาษณ์. (18 พฤศจิกายน 2564).

นางสาวณิชชฎลักขม ศรีเนธินานนท์. เจ้าหน้าที่โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์. สัมภาษณ์. (21 พฤศจิกายน 2564).

นายอนุชา มะคนมอญ. ครูโรงเรียนมัธยมวัดหนองแขม. สัมภาษณ์. (21 พฤศจิกายน 2564)





ภาคผนวก



ภาคผนวก ก

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ

## รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ

- 1) พระมหาวิโรจน์ คุตตวีโร, ผศ.ดร.  
การศึกษา Ph.D. (Ancient Indian & Asian Studies) Magadh University  
ตำแหน่งงาน อาจารย์ประจำสาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา
- 2) รองศาสตราจารย์ (พิเศษ) ดร.สุกิจ ชัยมุสิก  
การศึกษา Ph.D. (Political Science) Mahatma Gandhi Kashividypith University, India.  
ตำแหน่งงาน อาจารย์ประจำหลักสูตรรัฐศาสตรมหาบัณฑิต
- 3) รองศาสตราจารย์ ดร.สุวิญ รักสัตย์  
การศึกษา Ph.D (Buddhist Studies) University of Delhi, India.  
ตำแหน่งงาน ประธานกรรมการหลักสูตรศาสนศาสตร์ดุษฎีบัณฑิต
- 4) ดร.สุมานพ ศิวรัตน์  
การศึกษา ศน.ด.(พุทธศาสนศึกษา) ม.มหามกุฏราชวิทยาลัย  
ตำแหน่งงาน อาจารย์ประจำหลักสูตร
- 5) ดร.กฤตสุขิน พลเสน  
การศึกษา Ph.D (Philosophy) University of Pune  
ตำแหน่งงาน อาจารย์ประจำหลักสูตร





ภาคผนวก ข  
หนังสือขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ (IOC)







## บันทึกข้อความ

ส่วนงาน บัณฑิตวิทยาลัย โทร. ๑๐๕๘-๑๐๖๓

ที่ อว ๗๙๐๕/ว ๐๕๓๘

วันที่ ๙ กันยายน ๒๕๖๔


เรื่อง ขออนุมัติคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิทยานิพนธ์ IOC

เจริญพร รศ.(พิเศษ) ดร.สุกิจ ชัยมุสิก

ด้วย นายณัฐวุฒิ กลิ่นกระบี่ เลขทะเบียนนักศึกษา ๖๑๒๐๑๕๐๑๓๒๐๑๖ นักศึกษาหลักสูตรศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา (BUDDHIST STUDIES) ของ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ได้รับอนุมัติหัวข้อวิทยานิพนธ์เรื่อง “การส่งเสริมการใช้หลักภavana ๔ ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร (PROMOTION OF BHĀVANĀ PRINCIPLES TO NONG KHAEM CITIZEN, BANGKOK)” มีความประสงค์จะขอให้ท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัยในฐานะที่เป็นผู้ทรงคุณวุฒิทางการศึกษา เพื่อเก็บข้อมูลเขียนวิทยานิพนธ์

ดังนั้น บัณฑิตวิทยาลัย จึงใคร่ขออนุมัติคราะห์ให้ท่านตรวจสอบเครื่องมือวิจัย ให้นักศึกษาเพื่อเก็บข้อมูลเขียนงานวิทยานิพนธ์ต่อไป สำหรับวันและเวลาดังกล่าวจะเป็นผู้ไปติดต่อกับท่านด้วยตนเอง

จึงเจริญพรมมาเพื่อขออนุมัติคราะห์

  
 12 ๑๙. ๖๔



(พระศรีวินยาภรณ์, ดร.)  
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



## บันทึกข้อความ

ส่วนงาน บัณฑิตวิทยาลัย โทร. ๑๐๕๘-๑๐๖๓

ที่ อว ๗๙๐๕/ว ๐๕๓๘

วันที่ ๙ กันยายน ๒๕๖๔


เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิทยานิพนธ์ IOC


เจริญพร รศ.ดร.สุวิญ รักสัตย์

ด้วย นายณัฐวุฒิ กลิ่นกระบี่ เลขทะเบียนนักศึกษา ๖๑๒๐๑๕๐๑๓๒๐๑๖ นักศึกษาหลักสูตรศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา (BUDDHIST STUDIES) ของ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ได้รับอนุมัติหัวข้อวิทยานิพนธ์เรื่อง “การส่งเสริมการใช้หลักภavana ๔ ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร (PROMOTION OF BHĀVANĀ PRINCIPLES TO NONG KHAEM CITIZEN, BANGKOK)” มีความประสงค์จะขอให้ท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัยในฐานะที่เป็นผู้ทรงคุณวุฒิทางการศึกษา เพื่อเก็บข้อมูลเขียนวิทยานิพนธ์

ดังนั้น บัณฑิตวิทยาลัย จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์ให้ท่านตรวจสอบเครื่องมือวิจัย ให้นักศึกษาเพื่อเก็บข้อมูลเขียนงานวิทยานิพนธ์ต่อไป สำหรับวันและเวลานักศึกษาจะเป็นผู้ไปติดต่อกับท่านด้วยตนเอง

จึงเจริญพรมมาเพื่อขอความอนุเคราะห์

  
 ๑๐ ตุลาคม ๒๕๖๔

  
 (พระศรีวินยาภรณ์, ดร.)  
 คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



## บันทึกข้อความ

ส่วนงาน บัณฑิตวิทยาลัย โทร. ๑๕๕-๑๐๖๓

ที่ อว ๗๙๐๕/ว ๐๕๓๘

วันที่ ๙ กันยายน ๒๕๖๔

เรื่อง ขอบขออนุญาตเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิทยานิพนธ์ IOC

เจริญพร ดร.สุมานพ ศิวรัตน์

ด้วย นายณัฐวุฒิ กลิ่นกระบี่ เลขทะเบียนนักศึกษา ๖๑๒๐๑๕๐๑๓๒๐๑๖ นักศึกษาหลักสูตร  
ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา (BUDDHIST STUDIES) ของ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏ  
ราชวิทยาลัย ได้รับอนุมัติหัวข้อวิทยานิพนธ์เรื่อง “การส่งเสริมการใช้หลักภวนา ๔ ของประชาชนเขตหนองแขม  
กรุงเทพมหานคร (PROMOTION OF BHĀVANĀ PRINCIPLES TO NONG KHAEM CITIZEN, BANGKOK)” มีความประสงค์จะ  
ขอให้ท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัยในฐานะที่เป็นผู้ทรงคุณวุฒิทางการศึกษา เพื่อเก็บข้อมูลเขียน  
วิทยานิพนธ์

ดังนั้น บัณฑิตวิทยาลัย จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์ให้ท่านตรวจสอบเครื่องมือวิจัย ให้นักศึกษาเพื่อ  
เก็บข้อมูลเขียนงานวิทยานิพนธ์ต่อไป สำหรับวันและเวลานักศึกษาจะเป็นผู้ไปติดต่อกับท่านด้วยตนเอง

จึงเจริญพรมาเพื่อขอความอนุเคราะห์

(พระศรีวินยากรณ์, ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ดร.วิจิตรอมรรต

12 ต.ค. 2564





## บันทึกข้อความ

ส่วนงาน บัณฑิตวิทยาลัย โทร. ๑๐๕๘-๑๐๖๓

ที่ อว ๗๙๐๕/ว ๐๕๓๘

วันที่ ๙ กันยายน ๒๕๖๔

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิทยานิพนธ์ IOC

เจริญพร ดร.กฤตสุขิน พลเสน

ด้วย นายณัฐวุฒิ กลิ่นกระบี่ เลขทะเบียนนักศึกษา ๖๑๒๐๑๕๐๑๓๒๐๑๖ นักศึกษาหลักสูตรศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา (BUDDHIST STUDIES) ของ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ได้รับอนุมัติหัวข้อวิทยานิพนธ์เรื่อง “การส่งเสริมการใช้หลักกาวนา ๔ ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร (PROMOTION OF BHĀVANĀ PRINCIPLES TO NONG KHAEM CITIZEN, BANGKOK)” มีความประสงค์จะขอให้ท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัยในฐานะที่เป็นผู้ทรงคุณวุฒิทางการศึกษา เพื่อเก็บข้อมูลเขียนวิทยานิพนธ์

ดังนั้น บัณฑิตวิทยาลัย จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์ให้ท่านตรวจสอบเครื่องมือวิจัยให้นักศึกษาเพื่อเก็บข้อมูลเขียนงานวิทยานิพนธ์ต่อไป สำหรับวันและเวลาดังกล่าวจะเป็นผู้ไปติดต่อกับท่านด้วยตนเอง

จึงเจริญพรมาเพื่อขอความอนุเคราะห์

ดร.กฤตสุขิน พลเสน

*(Signature)*

16 ก.ย. 64

*(Signature)*

(พระศรีวินยาภรณ์, ดร.)  
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



ภาคผนวก ค

หนังสือขอความอนุเคราะห์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการสัมภาษณ์





มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย  
๒๔๘ หมู่ที่ ๑ บ้านวัดสุวรรณ ต.ศาลายา-นครชัยศรี  
ต.ศาลายา อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม ๗๓๑๗๐  
โทร. ๐๒-๔๔๔-๖๐๐๐ โทรสาร. ๐๒-๔๔๔-๖๐๖๐

ที่ อว ๗๙๐๕/ว ๐๑๔๑

๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๔

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการให้สัมภาษณ์  
เจริญพร นางสาวเสาวนีย์ วันบุรี เจ้าหน้าที่สำนักอนามัย ศูนย์สาธารณสุข ๔๘

ด้วย นายณัฐวุฒิ กลิ่นกระบี่ เลขทะเบียนนักศึกษา ๖๑๒๐๑๕๐๑๓๒๐๑๖ นักศึกษาหลักสูตร  
ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา (BUDDHIST STUDIES) ของ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏ  
ราชวิทยาลัย ได้รับอนุมัติหัวข้อวิทยานิพนธ์เรื่อง “การส่งเสริมการใช้หลักภาวนา ๔ ของประชาชนเขตหนองแขม  
กรุงเทพมหานคร (PROMOTION OF BHĀVANĀ PRINCIPLES TO NONG KHAEM CITIZEN, BANGKOK)” มีความ  
ประสงค์จะขอให้ท่านอนุเคราะห์ในการเป็นผู้ทรงคุณวุฒิให้สัมภาษณ์ฯ เพื่อเป็นข้อมูลเขียนงานวิทยานิพนธ์

ดังนั้น บัณฑิตวิทยาลัย จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์ในการขอสัมภาษณ์ดังกล่าว สำหรับวัน  
และเวลานักศึกษาจะเป็นผู้ไปติดต่อกับท่านด้วยตนเอง

จึงเจริญพรมหาเพื่อขอความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

นางสาวเสาวนีย์ วันบุรี

๑/๑๑/๖๔

(พระศรีวินยาภรณ์, ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

อาคารสมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส (B 7.1)

๒๔๘ หมู่ที่ ๑ ต.ศาลายา-นครชัยศรี ต.ศาลายา อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม ๗๓๑๗๐

โทร. ๐-๒๔๔๔-๖๐๐๐ ต่อ ๑๐๕๘ ๑๐๖๒ โทรสาร ๐-๒๔๔๔-๖๐๔๑



มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย  
๒๔๘ หมู่ที่ ๑ บ้านวัดสุวรรณ ถ.ศาลายา-นครชัยศรี  
ต.ศาลายา อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม ๗๓๑๗๐  
โทร. ๐๒-๔๔๔-๖๐๐๐ โทรสาร. ๐๒-๔๔๔-๖๐๖๐

ที่ อว ๗๙๐๕/ว ๐๑๔๑

๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๔

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการให้สัมภาษณ์  
เจริญพร นายภานุ สันติสุขศักดิ์ เจ้าหน้าที่ธนาคารกสิกรไทย ศูนย์ธุรกิจต่างประเทศอ้อมน้อย  
ด้วย นายณัฐวุฒิ กลิ่นกระบี่ เลขทะเบียนนักศึกษา ๖๑๒๐๑๕๐๑๓๒๐๑๖ นักศึกษาหลักสูตร  
ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา (BUDDHIST STUDIES) ของ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏ  
ราชวิทยาลัย ได้รับอนุมัติหัวข้อวิทยานิพนธ์เรื่อง “การส่งเสริมการใช้หลักภาวนา ๔ ของประชาชนเขตหนองแขม  
กรุงเทพมหานคร (PROMOTION OF BHĀVANĀ PRINCIPLES TO NONG KHAEM CITIZEN, BANGKOK)” มีความ  
ประสงค์จะขอให้ท่านอนุเคราะห์ในการเป็นผู้ทรงคุณวุฒิให้สัมภาษณ์ฯ เพื่อเป็นข้อมูลเขียนงานวิทยานิพนธ์  
ดังนั้น บัณฑิตวิทยาลัย จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์ในการขอสัมภาษณ์ดังกล่าว สำหรับวัน  
และเวลานักศึกษาจะเป็นผู้ไปติดต่อกับท่านด้วยตนเอง  
จึงเจริญพรมมาเพื่อขอความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

(พระศรีวินยาภรณ์, ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

๗๕ สิริวิมล. ๑/๑๑/๖๕๖๔

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

อาคารสมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส (B 7.1)

๒๔๘ หมู่ที่ ๑ ถ.ศาลายา-นครชัยศรี ต.ศาลายา อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม ๗๓๑๗๐

โทร. ๐-๒๔๔๔-๖๐๐๐ ต่อ ๑๐๕๘ ๑๐๖๒ โทรสาร ๐-๒๔๔๔-๖๐๔๑





มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

๒๔๘ หมู่ที่ ๑ บ้านวัดสุวรรณ ต.ศาลายา-นครชัยศรี

ต.ศาลายา อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม ๗๓๑๗๐

โทร. ๐๒-๔๔๔-๖๐๐๐ โทรสาร. ๐๒-๔๔๔-๖๐๖๐

ที่ อว ๗๙๐๕/ว ๐๑๔๑

๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๔

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการให้สัมภาษณ์

เจริญพร ว่าที่ ร.ต.ไชยยันต์ รัตนทองโรจน์ นักธุรกิจบ้านเช่า

ด้วย นายณัฐวุฒิ กลิ่นกระบี่ เลขทะเบียนนักศึกษา ๖๑๒๐๑๕๐๑๓๒๐๑๖ นักศึกษาหลักสูตรศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา (BUDDHIST STUDIES) ของ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ได้รับอนุมัติหัวข้อวิทยานิพนธ์เรื่อง “การส่งเสริมการใช้หลักภาวนา ๔ ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร (PROMOTION OF BHĀVANĀ PRINCIPLES TO NONG KHAEM CITIZEN, BANGKOK)” มีความประสงค์จะขอให้ท่านอนุเคราะห์ในการเป็นผู้ทรงคุณวุฒิให้สัมภาษณ์ฯ เพื่อเป็นข้อมูลเขียนงานวิทยานิพนธ์

ดังนั้น บัณฑิตวิทยาลัย จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์ในการขอสัมภาษณ์ดังกล่าว สำหรับวันและเวลานักศึกษาจะเป็นผู้ไปติดต่อกับท่านด้วยตนเอง

จึงเจริญพรมาเพื่อขอความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

(พระศรีวินยาภรณ์, ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ว่าที่ ร.ต. ไชยยันต์ รัตนทองโรจน์

18 พ.ย. 2564

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

อาคารสมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส (B 7.1)

๒๔๘ หมู่ที่ ๑ ต.ศาลายา-นครชัยศรี ต.ศาลายา อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม ๗๓๑๗๐

โทร. ๐-๒๔๔๔-๖๐๐๐ ต่อ ๑๐๕๘-๑๐๖๒ โทรสาร : ๐-๒๔๔๔-๖๐๔๑



มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย  
๒๔๘ หมู่ที่ ๑ บ้านวัดสุวรรณ ถ.ศาลายา-นครชัยศรี  
ต.ศาลายา อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม ๗๓๑๗๐  
โทร. ๐๒-๔๔๔-๖๐๐๐ โทรสาร. ๐๒-๔๔๔-๖๐๖๐

ที่ อว ๗๙๐๕/ว ๐๑๔๑

๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๔

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการให้สัมภาษณ์

เจริญพร นางสาวณิชนฤลักษณ์ ศรีเนธินานนท์ เจ้าหน้าที่ โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์

ด้วย นายณัฐวุฒิ กลิ่นกระปี่ เลขทะเบียนนักศึกษา ๖๑๒๐๑๕๐๑๓๒๐๑๖ นักศึกษาหลักสูตร  
ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา (BUDDHIST STUDIES) ของ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏ  
ราชวิทยาลัย ได้รับอนุมัติหัวข้อวิทยานิพนธ์เรื่อง “การส่งเสริมการใช้หลักภavana ๔ ของประชาชนเขตหนองแขม  
กรุงเทพมหานคร (PROMOTION OF BHAVANA PRINCIPLES TO NONG KHAEM CITIZEN, BANGKOK)” มีความ  
ประสงค์จะขอให้ท่านอนุเคราะห์ในการเป็นผู้ทรงคุณวุฒิให้สัมภาษณ์ฯ เพื่อเป็นข้อมูลเขียนงานวิทยานิพนธ์

ดังนั้น บัณฑิตวิทยาลัย จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์ในการขอสัมภาษณ์ดังกล่าว สำหรับวัน  
และเวลานักศึกษาจะเป็นผู้ไปติดต่อกับท่านด้วยตนเอง

จึงเจริญพรมมาเพื่อขอความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

ณิชนฤลักษณ์ ศรีเนธินานนท์  
21 พฤศจิกายน 2564

พระศรีวินยาภรณ์  
(พระศรีวินยาภรณ์, ดร.)  
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

อาคารสมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส (B 7.1)

๒๔๘ หมู่ที่ ๑ ถ.ศาลายา-นครชัยศรี ต.ศาลายา อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม ๗๓๑๗๐

โทร. ๐-๒๔๔๔-๖๐๐๐ ต่อ ๑๐๕๘-๑๐๖๒ โทรสาร : ๐-๒๔๔๔-๖๐๔๑





มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย  
๒๔๘ หมู่ที่ ๑ บ้านวัดสุวรรณ ถ.ศาลาया-นครชัยศรี  
ต.ศาลาया อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม ๗๓๑๗๐  
โทร. ๐๒-๔๔๔-๖๐๐๐ โทรสาร. ๐๒-๔๔๔-๖๐๖๐

ที่ อว ๗๙๐๕/ว ๐๑๔๑

๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๔

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการให้สัมภาษณ์

เจริญพร นายอนุชา มะคนมอญ อาจารย์ประจำชั้น ม.๖/๘ โรงเรียนมัธยมวัดหนองแขม

ด้วย นายณัฐวุฒิ กลิ่นกระบี่ เลขทะเบียนนักศึกษา ๖๑๒๐๑๕๐๑๓๒๐๑๖ นักศึกษาหลักสูตรศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา (BUDDHIST STUDIES) ของ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ได้รับอนุมัติหัวข้อวิทยานิพนธ์เรื่อง “การส่งเสริมการใช้หลักภavana ๔ ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร (PROMOTION OF BHĀVANĀ PRINCIPLES TO NONG KHAEM CITIZEN, BANGKOK)” มีความประสงค์จะขอให้ท่านอนุเคราะห์ในการเป็นผู้ทรงคุณวุฒิให้สัมภาษณ์ฯ เพื่อเป็นข้อมูลเขียนงานวิทยานิพนธ์

ดังนั้น บัณฑิตวิทยาลัย จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์ในการขอสัมภาษณ์ดังกล่าว สำหรับวันและเวลานักศึกษาจะเป็นผู้ไปติดต่อกับท่านด้วยตนเอง

จึงเจริญพรมมาเพื่อขอความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

21/11/2564

(พระศรีวินยาภรณ์, ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

อาคารสมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส (B 7.1)

๒๔๘ หมู่ที่ ๑ ถ.ศาลาया-นครชัยศรี ต.ศาลาया อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม ๗๓๑๗๐

โทร. ๐-๒๔๔๔-๖๐๐๐ ต่อ ๑๐๕๘-๑๐๖๒ โทรสาร : ๐-๒๔๔๔-๖๐๔๑





ภาคผนวก ง  
แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

## แบบสอบถาม

### เรื่อง “การใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขมกรุงเทพมหานคร”

.....

เนื่องด้วย ผู้วิจัยเป็นนักศึกษาระดับปริญญาโท สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ได้จัดทำแบบสอบถามฉบับนี้ขึ้น เพื่อประกอบการทำวิทยานิพนธ์ หัวข้อเรื่อง “การส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร”

แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 สอบถามข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 สอบถามเกี่ยวกับการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

ตอนที่ 3 สอบถามข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

ข้อมูลทั้งหมดนี้จะใช้ในการวิจัยครั้งนี้เท่านั้น และคำตอบของท่านจะถูกเก็บไว้เป็นความลับ โดยไม่มีผลกระทบต่อท่านใด จึงขอความอนุเคราะห์ที่ท่านช่วยตอบแบบสอบถามทุกข้อ ตามความรู้ ความเข้าใจของท่านมากที่สุด เพราะข้อมูลที่ถูกต้องสมบูรณ์ จะทำให้งานวิจัยมีผลสรุปน่าเชื่อถือ เพื่อนำผลการวิจัยไปใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด

การวิจัยครั้งนี้สำเร็จได้เพราะได้รับความอนุเคราะห์จากท่าน และขอขอบคุณในความร่วมมือของท่านมา ณ โอกาสนี้

ณัฐวุฒิ กลิ่นกระปี่

นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

## ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับ ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบ

### แบบสอบถาม

คำชี้แจง : โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน  หน้าข้อความที่เป็นความจริงของตัวท่านมากที่สุด

1. เพศ
  - 1. ชาย
  - 2. หญิง
2. อายุ
  - 1. 18- 30 ปี
  - 2. 31-45 ปี
  - 3. 46-60 ปี
  - 4. 60 ปี ขึ้นไป
3. อาชีพ
  - 1.รับจ้าง/บริษัทเอกชน
  - 2.ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว
  - 3.รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ
  - 4.อื่น ๆ โปรดระบุ .....
4. รายได้ต่อเดือน
  - 1. 8,001-15,000 บาท
  - 2. 15,001-30,000 บาท
  - 3. 30,001-50,000 บาท
  - 4. 50,000 บาทขึ้นไป
5. ระดับการศึกษา
  - 1.ประถมศึกษา
  - 2.มัธยมศึกษา
  - 3.ปริญญาตรี
  - 4.สูงกว่าปริญญาตรี

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการใช้หลักภavana 4 ของประชาชนเขตหนองแขม  
กรุงเทพมหานคร

คำชี้แจง: โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุด

ข้อที่	ข้อความ	ระดับการใช้หลักภavana 4				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
<b>1. ด้านกายภavana (ข้อ 1-5)</b>						
1	การอยู่ร่วมกับสิ่งแวดล้อมอย่างรู้จักคุณค่า					
2	การปรับตนเองกับสิ่งแวดล้อมให้สมดุล					
3	การฝึกฝนอบรมตนให้มีความพร้อมทั้งด้านร่างกายและจิตใจ					
4	การดูแลรักษาสุขภาพของตนให้ดี					
5	การดูแลปัจจัยสี่ให้พร้อม					
<b>2. ด้านศีลภavana (ข้อ 6-10)</b>						
6	การฝึกฝนตนเองและปฏิบัติตามระเบียบวินัย เพื่อให้เกิดความสุจริตทางกาย ทางวาจา และทางใจ					
7	การรักษากาย วาจา ให้เรียบร้อยเพื่อการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข					
8	การไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น มุ่งสร้างสรรค์เกื้อกูลกันในสังคม					
9	การฝึกให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัย					
10	ไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน					

ข้อที่	ข้อความ	ระดับการใช้หลักภาวะนา 4				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
<b>3.ด้านจิตตภาวนา (ข้อ 11-15)</b>						
11	การพัฒนาจิตใจให้สงบด้วยคุณธรรม					
12	การพัฒนาให้เกิดความเข้มแข็ง ด้วยคุณธรรมมีเมตตา กรุณา					
13	การฝึกฝนให้ตนมีจิตใจที่อิสระเบิกบานผ่องใส สงบสุข ได้อย่างสมบูรณ์					
14	การฝึกฝนอบรมให้รู้จักการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่					
15	การมีจิตใจเป็นอิสระไม่ถูกครอบงำด้วยกิเลสและความทุกข์					
<b>4. ด้านปัญญาภาวนา (ข้อ16-20)</b>						
16	รู้และเข้าใจ สามารถมองเห็นสิ่งทั้งหลายเกิดขึ้นตามความเป็นจริง					
17	ใช้เหตุและผลในการพิจารณาแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น					
18	หมั่นแสวงหาและการพัฒนาความรู้อย่างสม่ำเสมอ					
19	การฝึกฝนทำงานเพื่อให้เกิดความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน					
20	การฝึกฝนปัญญา ให้สามารถเข้าใจสิ่งทั้งหลายได้อย่างถูกต้อง และแก้ไขได้ด้วยสติปัญญา					



**ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อเสนอแนะการใช้หลักภavana 4 ของประชาชนเขต  
หนองแขม กรุงเทพมหานคร**

**คำชี้แจง :** ขอความอนุเคราะห์ในการให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปัญหาและแนวทางแก้ไขปัญหา  
ความเห็นของท่านมากที่สุด

**1.ด้านกายภavana**

ปัญหา.....

.....

แนวทางแก้ไข.....

.....

**2.ด้านศีลภavana**

ปัญหา.....

.....

แนวทางแก้ไข.....

.....

**3.ด้านจิตตภavana**

ปัญหา.....

.....

แนวทางแก้ไข.....

.....

**4.ด้านปัญญาภavana**

ปัญหา.....

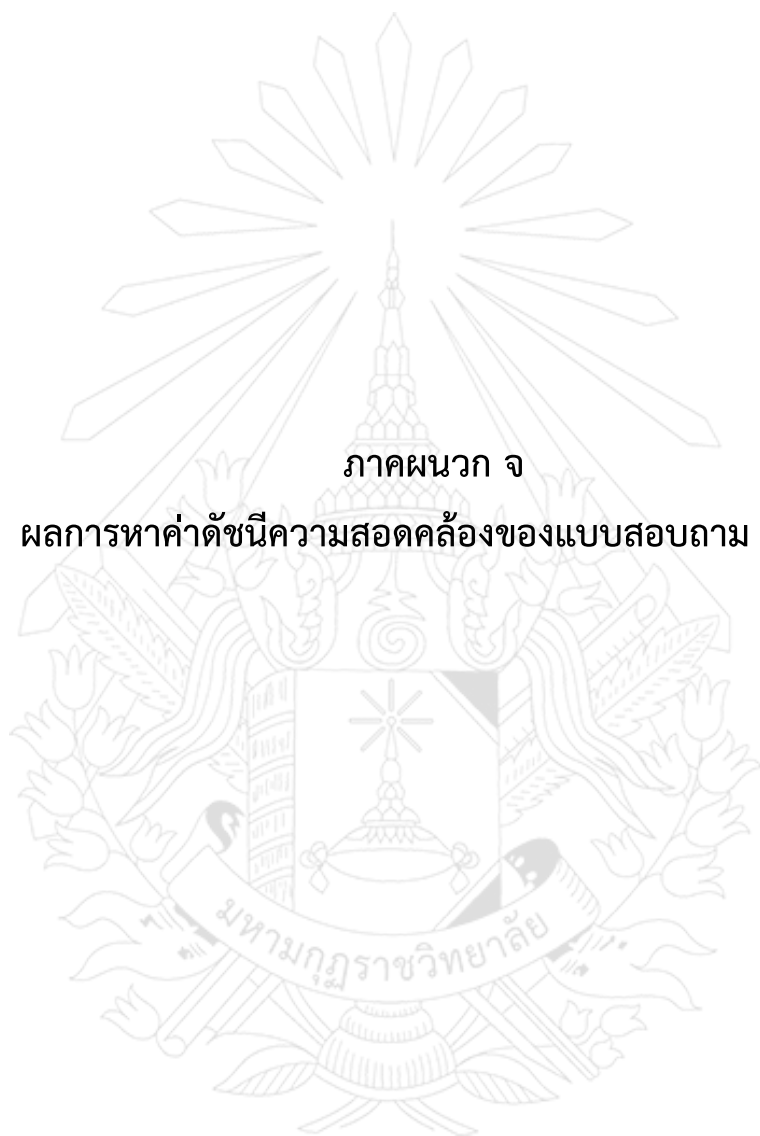
.....

แนวทางแก้ไข.....

.....

.....





ภาคผนวก จ

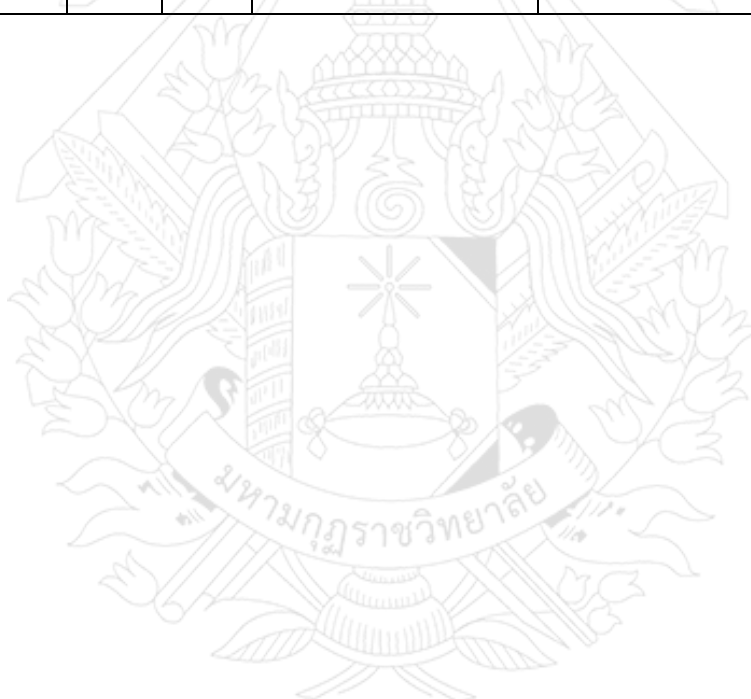
ผลการหาค่าดัชนีความสอดคล้องของแบบสอบถาม (IOC)

**ผลการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสอบถาม**  
**เรื่อง การส่งเสริมการใช้หลักภาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร**

.....

**ตอนที่ 1** คำถามเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อ	ผู้เชี่ยวชาญ					ผลรวมของคะแนน ( $\sum R$ )	$IOC = \frac{\sum R}{N}$	หมายเหตุ
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5			
1	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	นำไปใช้ได้
2	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	นำไปใช้ได้
3	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	นำไปใช้ได้
4	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	นำไปใช้ได้
5	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	นำไปใช้ได้



**ผลการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสอบถาม**  
**เรื่อง การส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร**

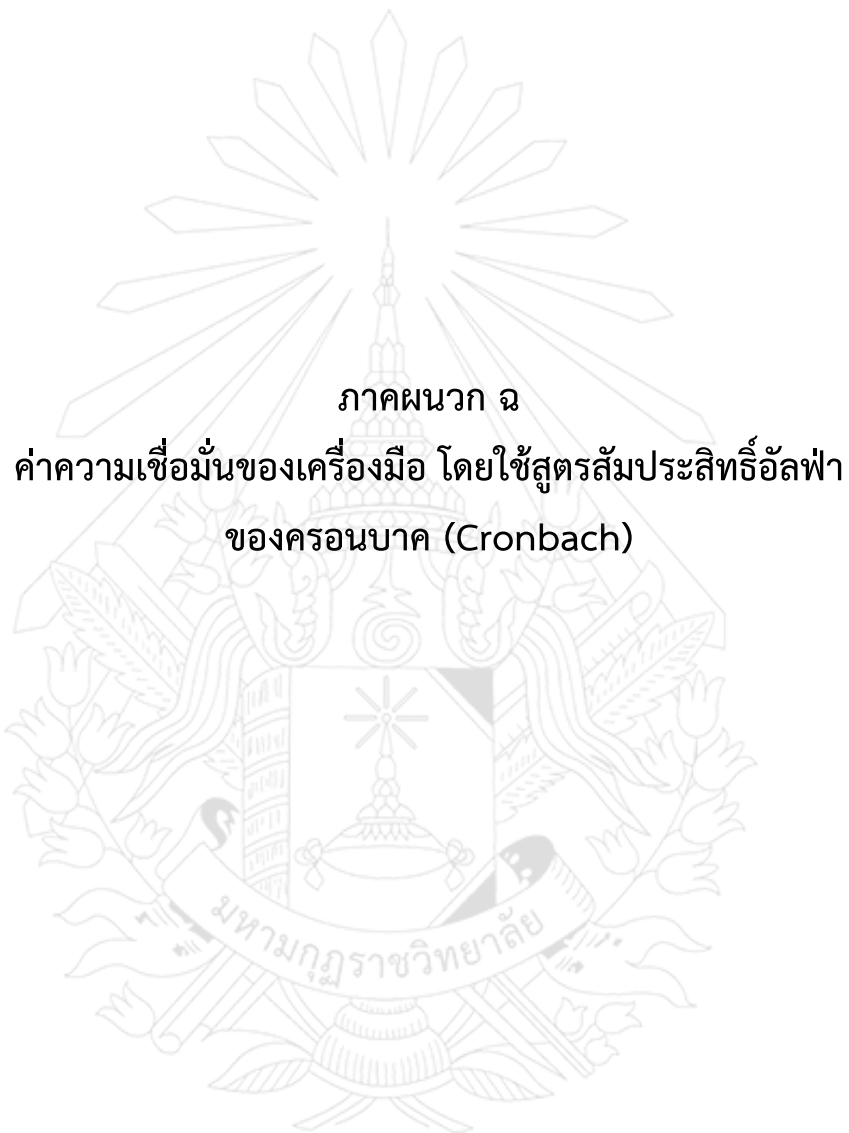
.....  
**ตอนที่ 2** คำถามเกี่ยวกับการส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม  
 กรุงเทพมหานคร

ข้อ	ผู้เชี่ยวชาญ					ผลรวมของคะแนน ( $\sum R$ )	$IOC = \frac{\sum R}{N}$	หมายเหตุ
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5			
<b>ด้านกายภาวนา</b>								
1	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	นำไปใช้ได้
2	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	นำไปใช้ได้
3	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	นำไปใช้ได้
4	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	นำไปใช้ได้
5	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	นำไปใช้ได้
<b>ด้านศีลภาวนา</b>								
6	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	นำไปใช้ได้
7	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	นำไปใช้ได้
8	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	นำไปใช้ได้
9	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	นำไปใช้ได้
10	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	นำไปใช้ได้
<b>ด้านจิตตภาวนา</b>								
11	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	นำไปใช้ได้
12	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	นำไปใช้ได้
13	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	นำไปใช้ได้
14	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	นำไปใช้ได้
15	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	นำไปใช้ได้

ข้อ	ผู้เชี่ยวชาญ					ผลรวมของคะแนน ( $\sum R$ )	$IOC = \frac{\sum R}{N}$	หมายเหตุ
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5			
ด้านปัญญาภานา								
1	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	นำไปใช้ได้
2	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	นำไปใช้ได้
3	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	นำไปใช้ได้
4	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	นำไปใช้ได้
5	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00	นำไปใช้ได้







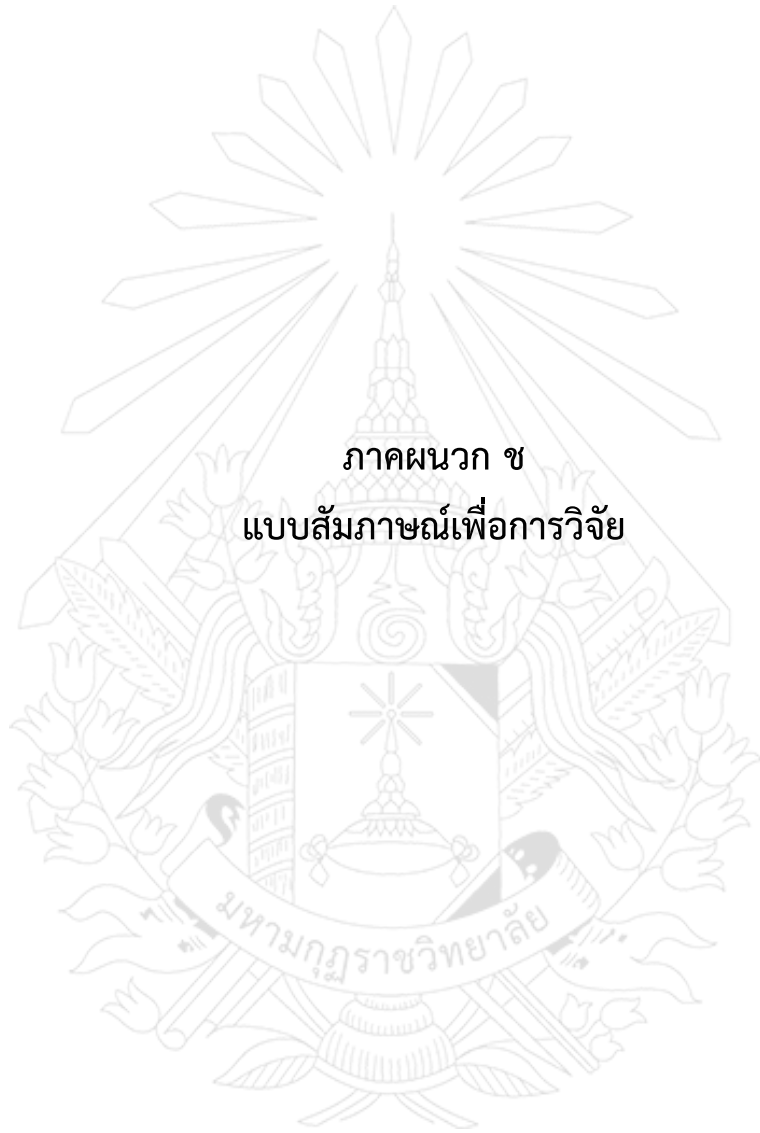
ภาคผนวก ฉ  
ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟา  
ของครอนบาค (Cronbach)

No	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1.1	84.20	70.786	.455	.928
X1.2	84.10	70.369	.607	.924
X1.3	84.30	69.734	.533	.926
X1.4	84.17	66.764	.697	.923
X1.5	84.17	70.420	.562	.925
X2.1	84.00	70.069	.628	.924
X2.2	84.10	68.300	.690	.923
X2.3	84.00	68.759	.600	.925
X2.4	84.13	68.671	.663	.923
X2.5	83.77	72.875	.522	.926
X3.1	84.10	72.231	.423	.928
X3.2	83.97	73.275	.356	.929
X3.3	84.07	68.478	.725	.922
X3.4	83.83	72.006	.596	.925
X3.5	84.17	65.868	.767	.921
X4.1	84.07	69.444	.695	.923
X4.2	84.00	70.000	.635	.924
X4.3	84.27	67.789	.683	.923
X4.4	84.13	72.671	.433	.927
X4.5	83.97	68.171	.820	.920

N of Case = 30

N of Itemp = 20

Alpha = .928



ภาคผนวก ข  
แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย

## แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย

### เรื่อง

“การส่งเสริมการใช้หลักกาวนา 4 ของประชาชน เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร”

### คำชี้แจง

ขอความกรุณาตอบแบบสัมภาษณ์นี้ตามเป็นจริง หรือตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด ข้อมูลที่ได้ทั้งหมดจะปกปิดเป็นความลับ แต่จะนำไปวิเคราะห์ เพื่อนำผลการวิจัยไปแก้ไขปรับปรุงในส่วนที่เกี่ยวกับส่งเสริมการใช้หลักกาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขมกรุงเทพมหานคร ในวิทยานิพนธ์เล่มนี้ให้ดียิ่งขึ้นต่อไป

แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

**ตอนที่ 1** ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์ ด้วยการกรอกข้อความลงในช่องว่างตามความเป็นจริงเท่าที่สามารถเปิดเผยได้

**ตอนที่ 2** การส่งเสริมการใช้หลักกาวนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขมกรุงเทพมหานคร

**ตอนที่ 3.** ข้อเสนอแนะอื่นๆ

โปรดตอบแบบสอบถามตามสภาพที่เป็นจริง คำตอบของท่านมีคุณค่ายิ่งต่อการวิจัย เพราะจะทำให้ทราบข้อเท็จจริงอันจะนำไปสู่ การส่งเสริมการใช้หลักกาวนา 4 ของประชาชน เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ข้อมูลที่ท่านตอบจะไม่มีผลกระทบต่อท่านแต่อย่างใด หากท่านรู้สึกไม่สบายใจ สามารถไม่ตอบคำถามได้ ผู้วิจัยขอรับรองว่าข้อมูลที่ได้รับจากการสัมภาษณ์ครั้งนี้ จะเป็นข้อมูลในภาพรวมเท่านั้นและจะดำเนินการให้สอดคล้องภายใต้เงื่อนไขจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ทุกประการ ผู้วิจัยขอขอบพระคุณสำหรับความร่วมมือในการให้สัมภาษณ์ของท่านไว้ ณ โอกาสนี้

นายณัฐวุฒิ กลิ่นกระปี่

นักศึกษาปริญญาโท หลักสูตรศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต  
สาขาพุทธศาสนศึกษา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

### ตอนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์

ชื่อ.....นามสกุล.....  
 ที่อยู่ปัจจุบัน บ้านเลขที่.....หมู่ที่.....ถนน.....  
 ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....  
 วันและเวลาที่สัมภาษณ์ วันที่.....เดือน.....พ.ศ. ....  
 เวลา.....น. สถานที่ทำงาน.....  
 ตำแหน่ง.....

### ตอนที่ 2 การส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขมกรุงเทพมหานคร

1. ท่านคิดว่า ในเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร มีการส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ด้านกายภาวะนา  
 อย่างไร

.....  
 .....

2. ท่านคิดว่า ในเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร มีการส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ด้านศีลภาวะนา  
 อย่างไร

.....  
 .....

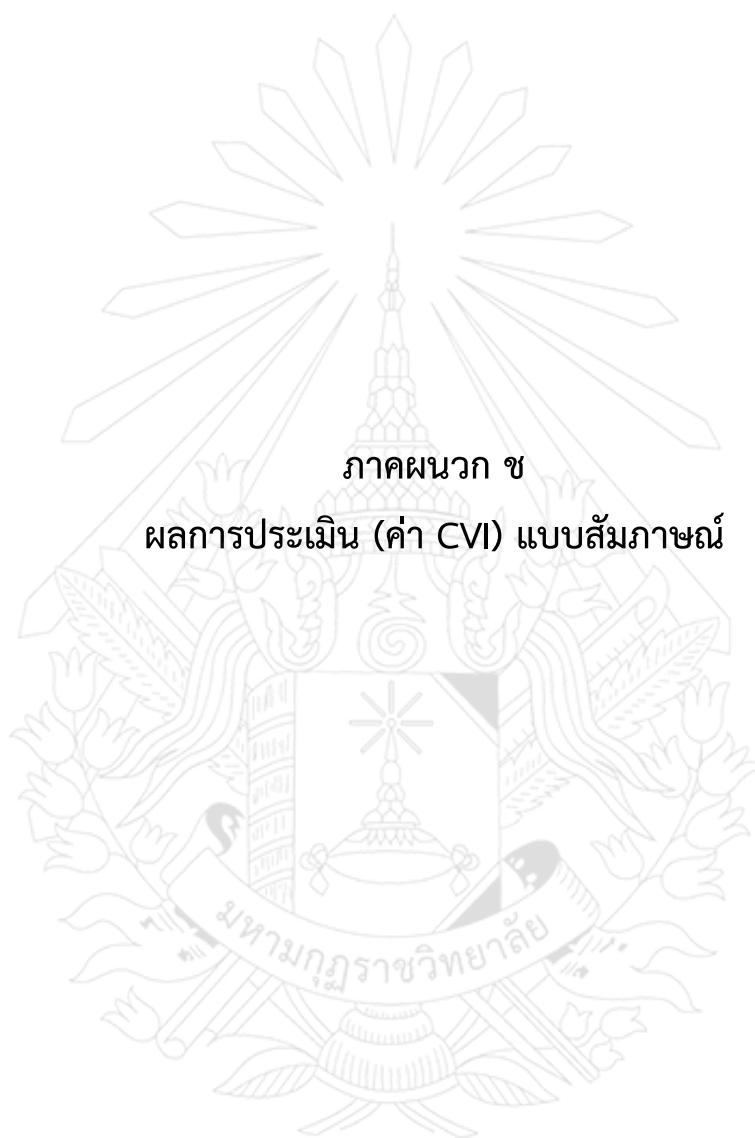
3. ท่านคิดว่า ในเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร มีการส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ด้านจิตภาวะนา  
 อย่างไร

.....  
 .....

4. ท่านคิดว่า ในเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร มีการส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ด้านปัญญา  
 ภาวะนาอย่างไร

.....  
 .....





ภาคผนวก ช  
ผลการประเมิน (ค่า CVI) แบบสัมภาษณ์

### ผลการแปลผลค่า (CVI) จากแบบสัมภาษณ์

ตอนที่ 3 การส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ของประชาชนเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

ข้อที่	คำสัมภาษณ์ สำหรับการวิจัย	ผู้เชี่ยวชาญ					รวม	CVI	แปล ผล
		1	2	3	4	5			
1.	ท่านคิดว่า ในเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร มีการส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ด้านกายภาวนาอย่างไร	4	4	4	4	4	20	4.00	ใช้ได้
2.	ท่านคิดว่า ในเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร มีการส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ด้านศีลภาวนาอย่างไร	4	4	4	4	4	20	4.00	ใช้ได้
3.	ท่านคิดว่า ในเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร มีการส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ด้านจิตภาวนาอย่างไร	4	4	4	4	4	20	4.00	ใช้ได้
4	ท่านคิดว่า ในเขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร มีการส่งเสริมการใช้หลักภาวะนา 4 ด้านปัญญาภาวนาอย่างไร	4	4	4	4	4	20	4.00	ใช้ได้



ภาคผนวก ฅ  
การสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ

การสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ



สัมภาษณ์นางสาวเสาวนีย์ วันบุรี  
เจ้าหน้าที่สำนักอนามัย ศูนย์สาธารณสุขที่ 48



สัมภาษณ์ว่าที่ ร.ต.ไชยยันต์ รัตนทองโรจน์ นักธุรกิจบ้านเช่า



สัมภาษณ์นายภานุ สันติสุขศักดิ์ เจ้าหน้าที่ธนาคารกสิกรไทย  
ศูนย์ธุรกิจต่างประเทศ อ้อมน้อย



สัมภาษณ์นางณิชชนลักษณ์ ศรีเนธินานนท์  
เจ้าหน้าที่โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์





สัมภาษณ์นายอนุชา มะคนมอญ ครูโรงเรียนมัธยมวัดหนองแขม



## ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ นามสกุล : นายณัฐวุฒิ กลิ่นกระบี่  
วัน เดือน ปีเกิด : 18 มีนาคม 2514  
สถานที่เกิด : เลขที่ 407 หมู่ 8 ตำบลไพศาล อำเภไพศาล จังหวัดนครสวรรค์  
สถานที่อยู่ปัจจุบัน : เลขที่ 9/120 ถนนเลียบบคลองภาษีเจริญฝั่งเหนือ ซอย 20/1  
แขวงหนองแขม เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร 10160

### การศึกษา

พ.ศ. 2535 : มัธยมศึกษาตอนปลาย ศูนย์การศึกษานอกโรงเรียน กรุงเทพมหานคร เขตบางกน้อย กรุงเทพมหานคร  
พ.ศ. 2539 : ประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง พณิชยการจรัสสินทวงศ์ เลขที่ 18 ซอยจรัสสินทวงศ์ 41 แขวงอรุณอมรินทร์ เขตบางกอกน้อย กรุงเทพมหานคร  
พ.ศ. 2542 : ศิลปศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการทั่วไป คณะศิลปศาสตร์ สถาบันราชภัฏธนบุรี เลขที่ 172 ถนนอิสรภาพ แขวงวัดกัลยา เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร

### ประสบการณ์ทำงาน

พ.ศ. 2537 : พนักงาน ธนาคารกสิกรไทย สาขาสานักถนนเสือป่า แขวงป้อมปราบ เขตป้อมปราบ กรุงเทพมหานคร  
พ.ศ. 2554 : ผู้ช่วยผู้จัดการ ธนาคารกสิกรไทย สาขาเซ็นทรัลพระรามที่ 2 แขวงสามตำ เขตบางขุนเทียน กรุงเทพมหานคร  
พ.ศ. 2559 : ผู้จัดการ ธนาคารกสิกรไทย สาขาวิคตอเรีย ถนนเพชรเกษม แขวงหลักสอง เขตบางแค กรุงเทพมหานคร  
พ.ศ. 2560-2561 : ผู้จัดการธนาคารกสิกรไทย สาขานนทกัลปพฤกษ์ แขวงบางบอน เขตบางบอน กรุงเทพมหานคร  
พ.ศ. 2562 : ผู้จัดการทีมพัฒนาตลาดเขต 46 ธนาคารกสิกรไทย สาขานนทพระรามที่ 2 แขวงสามตำ เขตบางขุนเทียน กรุงเทพมหานคร  
ปัจจุบัน : ผู้จัดการธนาคารกสิกรไทย สาขาบึกซี ถนนพระรามที่ 2 (ท่าข้าม) แขวงสามตำ เขตบางขุนเทียน กรุงเทพมหานคร  
โทรศัพท์ : 081-6550347