

การพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัด ในประเทศไทย Quality of Life Development on Buddhist Way in Vipassana Meditation centers, Thailand

พระสรวิชัย อภิปัญญา, ดร.

ABSTRACT

The Development quality of people's life of meditation centers, Thailand, as have project and activity to direct developing people to get happiness for lifestyle. For physical part should be strong without any affliction. For mentality part should have peace of mind, opine oneself valuable, have satisfy in lifestyle, without serious and any worry, have peaceful occur within. And for social part should have a good relationship with others, should join social activities, and then have got acceptance from social. The factors as have to develop quality of life people to get succeed as have 3 kinds namely (1) leadership of owner place (2) outlay human or human recourse (3) system and mechanism for good managements, have manage strategy to work by systematically, organizing, controlling, commanding and then director to control all activity with systematics. Meanwhile, have reporting result practices of meditation place for propagate and advertise activities across more media such as radio television, by internet such as Website Line Facebook YouTube Plate Brochure Society radio setting media for meditation such as CD disc DVD chanting book and handbook for Vipassana meditation to give persons and offices by continue and then setting seminar stage exchange experience from another meditation center place by opportunity.

Keywords: keyword; Quality of life; Vipassana meditation centers; Development

บทคัดย่อ

การพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดในประเทศไทย มีโครงการและ กิจกรรมที่มุ่งพัฒนาบุคคลให้มีความสุขในการดำเนินชีวิต ด้านร่างกาย ทำให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่มี โรคภัยไข้เจ็บเบียดเบียน ด้านจิตใจ มีความรู้สึกสบายใจ รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความพึงพอใจในชีวิต ไม่มี ความเครียดและความวิตกกังวล มีความสุขสงบที่เกิดขึ้นจากภายใน และด้านสังคม ทำให้มีสัมพันธภาพที่ดี กับบุคคลอื่น มีการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม และการได้รับการยอมรับจากสังคม ปัจจัยที่ทำให้การพัฒนา คุณภาพชีวิตประชาชนประสบผลสำเร็จมีอยู่ 3 ประการ คือ (1) ภาวะความเป็นผู้นำของเจ้าสำนัก (2) ทุน

มนุษย์หรือทรัพยากรบุคคล (3) ระบบและกลไกการบริหารจัดการที่ดี มีการจัดทำแผนยุทธศาสตร์การทำงานอย่างเป็นระบบ การจัดองค์การ การบังคับบัญชาสั่งการการอำนวยความสะดวก การควบคุมกำกับกิจกรรมต่างๆ อย่างเป็นระบบ ขณะเดียวกันยังมี การรายงานผลการปฏิบัติของสำนักปฏิบัติธรรมเผยแพร่ประชาสัมพันธ์กิจกรรมผ่านทางสื่อต่างๆ เช่น สถานีวิทยุและโทรทัศน์ ทางอินเทอร์เน็ต เช่น website ของวัด Line Facebook YouTube แผ่นป้าย แผ่นพับ วิทยุชุมชน จัดทำสื่อการปฏิบัติธรรม เช่น แผ่นซีดี ดีวีดี หนังสือ สวดมนต์ และหนังสือคู่มือการปฏิบัติพระกัมมัฏฐานมอบให้บุคคลและหน่วยงานต่างๆ อย่างต่อเนื่องและจัดเวทีการประชุมสัมมนาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดตามโอกาสต่างๆ

คำสำคัญ: คุณภาพชีวิต; สำนักปฏิบัติธรรม; การพัฒนา

บทนำ

สำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัด หมายถึง สำนักปฏิบัติธรรมที่ได้รับการจัดตั้งขึ้นตาม ระเบียบมหาเถรสมาคม ว่าด้วยการจัดตั้งสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัด พ.ศ. 2543 เป็นสำนักปฏิบัติธรรมที่ทางคณะสงฆ์โดยมหาเถรสมาคมให้การส่งเสริมสนับสนุนให้วัดทั่วประเทศจัดตั้งขึ้น เพื่อรองรับประชาชนพุทธบริษัทที่สนใจใคร่ปฏิบัติธรรมด้วยการฝึกสมาธิ-เจริญวิปัสสนา โดยมุ่งให้แต่ละคณะสงฆ์จังหวัดควรมีสถานักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดที่มีมาตรฐานเป็นที่ยอมรับในด้านการฝึกอบรมสมถกัมมัฏฐานหรือวิปัสสนากัมมัฏฐาน อย่างน้อย 1 แห่ง การจัดตั้งสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดนั้น ต้องดำเนินการตามตามความในข้อ 5 แห่งระเบียบมหาเถรสมาคม ว่าด้วยการจัดตั้งสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัด พ.ศ. 2543 ซึ่งระบุไว้ว่า “การจัดตั้งสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัด ให้เจ้าคณะจังหวัด ประธานคณะกรรมการ จัดประชุมคณะกรรมการ จัดตั้งสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัด คัดเลือกวัดที่

เหมาะสม ให้เจ้าอาวาสวัดที่จัดตั้งสำนักปฏิบัติธรรมยื่นหนังสือขอจัดตั้งตามแบบ ของสำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ เสนอคณะกรรมการจัดตั้งสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัด พิจารณาแล้วให้ประธานคณะกรรมการรายงานเสนอเจ้าคณะภาค และเจ้าคณะใหญ่พิจารณาเสนอมหาเถรสมาคมพิจารณาอนุมัติ เพื่อมีพระบัญชาการตั้งสำนักปฏิบัติธรรม ให้สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติขึ้นทะเบียนเป็นสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัด” ดังนั้น อาศัยตามความแห่งระเบียบนี้ การเสนอเรื่องขอจัดตั้งสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดเพื่อให้ที่ประชุมมหาเถรสมาคมมีมติอนุมัติ จึงเป็นการดำเนินการโดยเฉพาะของเจ้าคณะปกครองฝ่ายสงฆ์ ในนามของคณะกรรมการจัดตั้งสำนักปฏิบัติประจำจังหวัด ซึ่งประกอบด้วยเจ้าคณะจังหวัด เป็นประธานคณะกรรมการ รองเจ้าคณะจังหวัด เป็นรองประธานคณะกรรมการ เจ้าคณะอำเภอ รองเจ้าคณะอำเภอของจังหวัดนั้น เป็นกรรมการ โดยมีเจ้าคณะใหญ่เป็นประธานที่ปรึกษาเจ้าคณะภาครองเจ้าคณะภาคเป็นที่

ปรึกษาซึ่งไม่เกี่ยวข้องกับเจ้าหน้าที่ปกครองฝ่ายบ้านเมืองทั้งส่วนกลางและส่วนภูมิภาคที่จะพิจารณาให้ความเห็นชอบแต่อย่างใด

จากขั้นตอนการจัดตั้งสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดตามระเบียบมหาเถรสมาคมว่าด้วยการจัดตั้งสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัด และสถิติของศูนย์ปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดที่นับวันจะเพิ่มจำนวนศูนย์มากยิ่งขึ้น มีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องศึกษาสภาพการดำเนินการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนว่ามีประสิทธิภาพและประสิทธิผลมากน้อยเพียงใด ขณะเดียวกันรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนที่ดีของศูนย์ปฏิบัติธรรมควรเป็นเช่นใด รวมถึงต้องการศึกษาผลของการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดด้วย ซึ่งประเด็นนี้เป็นประเด็นเร่งด่วนที่มหาเถรสมาคม สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ต้องการคำตอบและต้องการรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนที่ดีโดยศูนย์ปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดและขยายผลการดำเนินการไปสู่ศูนย์ปฏิบัติธรรมทั่วประเทศ ซึ่งการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาในเชิงลึกเกี่ยวกับการดำเนินกิจกรรมของสำนักปฏิบัติธรรมเพื่อต้องการทราบว่า สำนักปฏิบัติธรรมมีรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนอย่างไร และผลการจัดกิจกรรมที่มีต่อคุณภาพชีวิตของประชาชนเป็นอย่างไรโดยการเก็บข้อมูลจากเอกสารของสำนักปฏิบัติธรรม สัมภาษณ์และสอบถามผู้เกี่ยวข้อง

การทบทวนวรรณกรรม

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แสดงให้เห็นว่า การมีคุณภาพชีวิตที่ดีนั้นต้องอาศัยการขัดเกลาทางสังคมและการส่งเสริมสนับสนุนขององค์หรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ปัจจุบันสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดนับวันจะเพิ่มจำนวนมากยิ่งขึ้น มีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องศึกษาสภาพการดำเนินการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนว่ามีประสิทธิภาพและประสิทธิผลมากน้อยเพียงใด ขณะเดียวกันรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนที่ดีของศูนย์ปฏิบัติธรรมควรเป็นเช่นใด รวมถึงต้องการศึกษาผลของการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดด้วย ซึ่งประเด็นนี้เป็นประเด็นเร่งด่วนที่มหาเถรสมาคม สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ต้องการคำตอบและต้องการรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนที่ดีโดยศูนย์ปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดและขยายผลการดำเนินการไปสู่ศูนย์ปฏิบัติธรรมทั่วประเทศ การศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาในเชิงลึกเกี่ยวกับการดำเนินกิจกรรมของสำนักปฏิบัติธรรมเพื่อต้องการทราบว่า สำนักปฏิบัติธรรมมีรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนอย่างไร และผลการจัดกิจกรรมที่มีต่อคุณภาพชีวิตของประชาชนเป็นอย่างไรโดยการเก็บข้อมูลจากเอกสารของสำนักปฏิบัติธรรม สัมภาษณ์และสอบถามผู้เกี่ยวข้องเพื่อให้ความคุ้มค่าของการดำเนินโครงการวิจัยเรื่องนี้ เมื่อดำเนินการสำเร็จจักเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนโดยองค์กรทางศาสนา โดยเฉพาะมหาเถรสมาคมที่

ได้พิจารณาและตั้งศูนย์ปฏิบัติการประจำจังหวัดทั่วประเทศจะได้ทราบถึงผลการดำเนินการของศูนย์ปฏิบัติการประจำจังหวัดและวางนโยบายยุทธศาสตร์การพัฒนาศูนย์ปฏิบัติการให้เป็นศูนย์การเรียนรู้ของชุมชนอย่างแท้จริง ขณะเดียวกันก็จะทำให้เกิดการสร้างเครือข่ายศูนย์ปฏิบัติการที่มีแนวทางบริหารจัดการและปฏิบัติที่ดีเป็นแบบอย่างให้กับศูนย์ปฏิบัติการทั้งในและต่างประเทศ ทำให้ประชาชนมีทางเลือกมากขึ้นเกี่ยวกับการเลือกสถานที่ปฏิบัติการตามความสะดวกและความพอใจของตนเองมากยิ่งขึ้น

ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ (1) ศึกษาสภาพการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนของสำนักปฏิบัติการประจำจังหวัดในประเทศไทย (2) เพื่อวิเคราะห์รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนของสำนักปฏิบัติการประจำจังหวัดในประเทศไทย และ (3) เพื่อศึกษาผลของการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนของสำนักปฏิบัติการประจำจังหวัดในประเทศไทย (วัดหลวงพอสถิตธรรมกายราม) เป็นการวิจัยแบบผสมผสานวิธี (Mixed Methods Research) เริ่มต้นจากการศึกษาสภาพการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนของสำนักปฏิบัติการประจำจังหวัดในประเทศไทย โดยการวิเคราะห์ สังเคราะห์ ประมวลและสรุปข้อมูลจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ที่เกี่ยวข้องจำนวน 10 รูป/คน เพื่อให้ทราบถึงรูปแบบของการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนของสำนักปฏิบัติการต้นแบบ ต่อจากนั้นทำการสอบถามเกี่ยวกับการ

พัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนของสำนักปฏิบัติการจากประชาชนที่เข้าร่วมกิจกรรมของสำนักปฏิบัติการ จำนวน 200 รูป/คน สถิติที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ข้อมูลส่วนบุคคลของประชาชน ใช้การแจกแจงความถี่ (n) และ ค่าร้อยละ (%) รูปแบบและผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนฯ ใช้สถิติพรรณนา ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) วิเคราะห์

ผลการวิจัย

1. การพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนของสำนักปฏิบัติการประจำจังหวัดในประเทศไทย มีโครงการและกิจกรรมที่มุ่งพัฒนาบุคคลให้มีความสุขในการดำเนินชีวิต ด้านร่างกาย ทำให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ เบียดเบียน ด้านจิตใจ มีความรู้สึกสบายใจ รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความพึงพอใจในชีวิต ไม่มีความเครียดและความวิตกกังวล มีความสุขสงบที่เกิดขึ้นจากภายใน และด้านสังคม ทำให้มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น มีการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม และการได้รับการยอมรับจากสังคม ปัจจัยที่ทำให้การพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนประสบผลสำเร็จมีอยู่ 3 ประการ คือ 1) ภาวะความเป็นผู้นำของเจ้าสำนัก 2) ทุนมณุษย์หรือทรัพยากรบุคคล 3) ระบบและกลไกการบริหารจัดการที่ดี มีการจัดทำแผนยุทธศาสตร์การทำงานอย่างเป็นระบบ การจัดองค์การ การบังคับบัญชาสั่งการการอำนวยความสะดวก การควบคุมกำกับกิจกรรมต่าง ๆ อย่างเป็นระบบ ขณะเดียวกันยังมี การรายงานผลการปฏิบัติของสำนักปฏิบัติการเผยแพร่

ประชาสัมพันธ์กิจกรรมผ่านทางสื่อต่างๆ เช่น สถานีวิทยุและโทรทัศน์ ทางอินเทอร์เน็ต เช่น website ของวัด Line Facebook YouTube แผ่นป้าย แผ่นพับ วิทยุชุมชน จัดทำสื่อการปฏิบัติธรรม เช่น แผ่นซีดี ดีวีดี หนังสือสวดมนต์ และหนังสือคู่มือการปฏิบัติพระกัมมัฏฐานมอบให้บุคคลและหน่วยงานต่างๆ อย่างต่อเนื่องและจัดเวทีการประชุมสัมมนา แลกเปลี่ยนเรียนรู้ของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดตามโอกาสต่างๆ

2. รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดในประเทศไทยเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่เกิดขึ้นจากปัจจัยภายใน คือ การที่ทำให้กาย วาจา ใจเจริญขึ้น รุ่งเรืองขึ้น เป็นการพัฒนาจิตใจ ซึ่งถือว่าความสุขเป็นแก่นของจริยธรรม หากบุคคลมีความสุขที่เกิดจากภายในจิตใจแล้วก็จะไม่ก่อปัญหาให้แก่ตนเองและสังคม การพัฒนาจิตใจจึงเป็นการทำสภาวะจิตของบุคคลนั้นให้มีคุณภาพ คือ มีความเมตตา กรุณา มีขันติและหิริโอตตตัปปะ ,วิธีการหรือกระบวนการในการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะการอยู่ร่วมกันในสังคม ได้แก่ การไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน ไม่ขู่ อาฆาตทำร้ายผู้อื่นเพื่อผลประโยชน์ของตน และวิธีการหรือกระบวนการที่เป็นการพัฒนาปัญญาความรู้ โดยเป็นการพัฒนาบุคคลแบบองค์ โดยการจัดการสอนการปฏิบัติกรรมฐานตามหลักมหาสติปัฏฐานสูตรตามที่กำหนดไว้ 5 สายปฏิบัติ ซึ่งประกอบด้วย 1. สายบริการมพุทธ-โธ 2. สายบริการมยุพหนอ-พองหนอ 3. สายบริการมสัมมา-อรหัง 4. สายอานาปานสติ (กำหนดลมหายใจ)และ 4. สายพิจารณารูป-นาม

ขณะเดียวกันเพื่อพิจารณาผลการวิเคราะห์รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตข้อมูลเชิงปริมาณ พบว่า ด้านการทำบุญ (ทาน) ด้านการรักษาศีลฟังธรรม เทศนา (ศีล) และด้านการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน (ภาวนา) ผู้เข้าร่วมกิจกรรม มีระดับความพึงพอใจเกี่ยวกับรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.99$, S.D. = 0.638), ($\bar{x} = 3.98$, S.D. = 0.600) และ ($\bar{x} = 3.89$, S.D. = 0.719) ตามลำดับ

3. ผลของการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดในประเทศไทยพบว่า คุณภาพชีวิตของประชาชนด้านร่างกาย ด้านจิตใจและด้านสังคม อยู่ในระดับมากทุกด้าน ($\bar{x} = 3.72$, S.D. = 0.791), ($\bar{x} = 3.59$, S.D. = 0.872), และ ($\bar{x} = 3.69$, S.D. = 0.844) ตามลำดับ จากผลการศึกษาดังนี้ คณะผู้วิจัยเห็นว่าสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดในประเทศไทยควรมีการสร้างเครือข่ายเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนต้นแบบของสำนักปฏิบัติธรรมเพื่อให้เกิดประโยชน์อย่างกว้างขวางและมีการกำหนดเป็นนโยบายสำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนทุกช่วงวัยโดยการสนับสนุนของหน่วยงานภาครัฐและเอกชนอย่างต่อเนื่อง

อภิปรายผลการวิจัย

1. การพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดในประเทศไทย มีโครงการและกิจกรรมที่มุ่งพัฒนาบุคคลให้มีความสุขในการดำเนินชีวิต ด้านร่างกาย ทำให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ

เบียดเบียน ด้านจิตใจ มีความรู้สึกสบายใจ รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความพึงพอใจในชีวิต ไม่มีความเครียดและความวิตกกังวล มีความสุขสงบที่เกิดขึ้นจากภายใน และด้านสังคม ทำให้มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น มีการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม และการได้รับการยอมรับจากสังคม ปัจจัยที่ทำให้การพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนประสบผลสำเร็จมีอยู่ 3 ประการ คือ 1) ภาวะความเป็นผู้นำของเจ้าสำนัก 2) ทูมมนุษย์หรือทรัพยากรบุคคล 3) ระบบและกลไกการบริหารจัดการที่ดี มีการจัดทำแผนยุทธศาสตร์การทำงานอย่างเป็นระบบ การจัดองค์การ การบังคับบัญชาสั่งการ การอำนวยความสะดวก การควบคุมกำกับกิจกรรมต่างๆ อย่างเป็นระบบ ขณะเดียวกันยังมี การรายงานผลการปฏิบัติ ของ สำนัก ปฏิบัติ ธรรม เผยแพร่ ประชาสัมพันธ์กิจกรรมผ่านทางสื่อต่างๆ เช่น สถานีวิทยุและโทรทัศน์ ทางอินเทอร์เน็ต เช่น websiteของวัด Line Facebook YouTube แผ่นป้าย แผ่นพับ วิทยุชุมชน จัดทำสื่อการปฏิบัติธรรม เช่น แผ่นซีดี ดีวีดี หนังสือสวดมนต์ และหนังสือคู่มือการปฏิบัติพระกัมมัฏฐานมอบให้บุคคลและหน่วยงานต่างๆ อย่างต่อเนื่องและจัดเวทีการประชุมสัมมนา แลกเปลี่ยนเรียนรู้ของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดตามโอกาสต่างๆ ซึ่งผลจากการเก็บข้อมูลเชิงปริมาณ พบว่า ประชาชนที่เข้าร่วมกิจกรรมของสำนักปฏิบัติธรรมมีความพึงพอใจด้านการทำบุญ (ทาน) พบว่า มีระดับความพึงพอใจในระดับมาก และหากพิจารณารายข้อพบว่า ท่านไปทำบุญในวันสำคัญทางพุทธศาสนา ที่วัดนี้มีสิ่งอำนวยความสะดวกในการทำบุญ ท่านเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อสร้าง

บุญให้กับตนเอง ท่านรักษาศีล 5 อย่างเคร่งครัด กิจกรรมที่จัดขึ้นในวัดเหมาะสมสำหรับคนแก่ ท่านร่วมตักบาตรเป็นประจำ ท่านร่วมปฏิบัติธรรมและท่านร่วมสวดมนต์ทำวัตรเย็น ตามลำดับ ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ พิรลิตี คำนวน ศิลป์ และคณะ ได้ศึกษาความทันสมัยภาพพจน์เกี่ยวกับตนเองและปัญหาบางประการของคนชรา จำนวน 825 คน อายุระหว่าง 60-80 ปี ในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล พบว่า การปฏิบัติกิจทางศาสนาเป็นกิจกรรมที่ช่วยให้ผู้สูงอายุได้ผ่อนคลายความตึงเครียด ลดความวิตกกังวล ศาสนามีอิทธิพลต่อความเชื่อ ทศนคติและค่านิยมตลอดจนแรงจูงใจและบุคลิกภาพบางประการ ผู้สูงอายุจำนวนไม่น้อยอาศัยกิจกรรมทางศาสนาช่วยแก้ปัญหาชีวิต กิจกรรมทางศาสนาที่ผู้สูงอายุเข้าร่วมด้วยมาก อาทิ การฟังบรรยายธรรม การทำบุญตักบาตร การทอดผ้าป่า การฝึกปฏิบัติสมาธิ เป็นต้น ด้านการรักษาศีลฟังธรรมเทศนา(ศีล) ผู้เข้าร่วมกิจกรรม มี ระดับความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก และหากพิจารณารายข้อพบว่า การสมาทานศีลทำให้มีความตั้งมั่นในความ ประยุกต์ใช้ธรรมะในชีวิตประจำวัน การฟังเทศน์ทำให้เกิดปัญญา การรักษาศีลทำให้เกิดความสุขทั้งกายและใจ สอดคล้องกับผลการศึกษาของ ดวงเดือน พันธุมนาวิน ได้ทำการวิจัยคนไทยทั้งเด็กและผู้ใหญ่อายุตั้งแต่ 7 ถึง 60 ปี จำนวนกว่าครึ่งหมื่นในการวิจัยหลายสิบเรื่องจนถึงปัจจุบัน พบว่า คนไทยที่มีการกระทำที่จัดว่าเป็นพฤติกรรมของคนดีหรือพฤติกรรมของคนแก่นั้น มีลักษณะทางจิตใจที่สำคัญ 8 ประการในปริมาณที่แตกต่างจากคนที่ดี

น้อยหรือเก่งน้อย 1) เป็นคนที่มีคุณธรรมต่าง ๆ สูง คือ เป็นผู้ที่เห็นประโยชน์ของคนดีต่าง ๆ ในทางวิชาการเรียกว่า เป็นผู้ที่มีทัศนคติที่ดีต่อคุณธรรม 2) เป็นผู้ที่ไม่เห็นแก่ตัวน้อย แต่เห็นแก่ผู้อื่น เห็นแก่ส่วนรวม และเห็นแก่หลักการหรืออุดมคติมากกว่า 3) เป็นผู้ที่ไม่เห็นความสำคัญของอนาคต มีการวางแผนระยะสั้นและระยะยาว รู้จักบังคับตนให้อดได้รอได้ 4) มุมานะบากบั่นฝ่าฟันอุปสรรคเพื่อทำความดี และทำงานอย่างขยันขันแข็งตามเป้าหมายที่วางไว้ 5) เชื่อว่า ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว เชื่อว่าผลดีและผลเสียที่เกิดกับตนนั้นส่วนใหญ่มีสาเหตุจากการกระทำของตนเองทั้งในปัจจุบันและในอดีต 6) เป็นผู้ที่มีความฉลาดคิดได้หลายแง่มุม และคิดได้ในเชิงรูปธรรมและนามธรรมอย่างลึกซึ้ง 7) รัฐธรรมนูญของมนุษย์และสังคมอย่างถูกต้องกว้างไกล รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา และ 8) มีอารมณ์ผ่อนคลาย วิตกกังวลน้อย หรือเหมาะสมกับเหตุการณ์ รู้เท่าทันเหตุการณ์ต่าง ๆ (สุขภาพจิตดี) และด้านการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน (ภาวนา) พบว่า ระดับความพึงพอใจอยู่ในระดับมากทุกด้าน และหากพิจารณารายชื่อพบว่า การปฏิบัติวิปัสสนาฯ ทำให้เกิดปัญญา การปฏิบัติวิปัสสนาฯ เป็นสิ่งที่ทำได้ง่าย เมื่อท่านมีความทุกข์ท่านจะหาเวลาปฏิบัติและผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความตระหนักรู้ว่าการปฏิบัติวิปัสสนาฯ เป็นการพิจารณาสภาพธรรมของตนเอง

2. รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดในประเทศไทยเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่เกิดขึ้นจากปัจจัยภายใน คือ การที่ทำให้กาย วาจา ใจเจริญขึ้น

รุ่งเรืองขึ้น เป็นการพัฒนาจิตใจ ซึ่งถือว่าความสุขเป็นแก่นของจริยธรรม หากบุคคลมีความสุขที่เกิดจากภายในจิตใจแล้วก็จะไม่ก่อปัญหาให้แก่ตนเองและสังคม การพัฒนาจิตใจจึงเป็นการทำสมาธิจิตของบุคคลนั้นให้มีคุณภาพ คือ มีความเมตตา กรุณา มีขันติและหิริโอตตปปะ ,วิธีการหรือกระบวนการในการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะการอยู่ร่วมกันในสังคม ได้แก่ การไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน ไม่ขู่ อาฆาตทำร้ายผู้อื่นเพื่อผลประโยชน์ของตน และวิธีการหรือกระบวนการที่เป็นการพัฒนาปัญญาความรู้ โดยเป็นการพัฒนาบุคคลแบบองค์โดยการจัดการสอนการปฏิบัติกรรมฐานตามหลักมหาสติปัฏฐานสูตรตามที่กำหนดไว้ 5 สายปฏิบัติ ซึ่งประกอบด้วย 1. สายบริกรรมพุท-โธ 2. สายบริกรรมยุบหนอ-พองหนอ 3. สายบริกรรมสัมมา-อรหัง 4. สายอานาปานสติ (กำหนดลมหายใจ)และ4. สายพิจารณารูป-นาม ซึ่ง จากการวิเคราะห์เอกสารที่เกี่ยวข้องและสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ที่เกี่ยวข้อง พบว่า การบริหารจัดการสำนักปฏิบัติธรรมวัดหลวงพอสถธรรมกายารามได้ดำเนินการตามระเบียบมหาเถรสมาคม ว่าด้วยการจัดตั้งสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัด พ.ศ. 2543 และปรับปรุงปี พ.ศ. 2558 และประกาศระเบียบปฏิบัติของศูนย์ประสานงานสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแห่งประเทศไทย พ.ศ. 2551 มีการแต่งตั้งคณะกรรมการบริหารสำนักปฏิบัติธรรมเจ้าสำนักมีวิสัยทัศน์ มีความรู้ความสามารถด้านการบริหารจัดการ การทำงานอยู่บนพื้นฐานของการมีส่วนร่วมทุกภาคส่วนและใช้การศึกษาวิจัยเป็นฐานในการบริหารจัดการโดยเฉพาะสำนักปฏิบัติ

ธรรมแห่งนี้ได้รับความเชื่อมั่นจากสำนักปฏิบัติธรรมทั่วประเทศให้เป็นศูนย์ประสานงานศูนย์ปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแห่งประเทศไทยทำให้การพัฒนาสำนักปฏิบัติธรรมมีคุณภาพและมาตรฐานสามารถเป็นแบบอย่างให้กับสำนักปฏิบัติธรรมแห่งอื่นๆ ได้ด้วยคุณสมบัติของเจ้าสำนักที่เป็นผู้มุ่งมั่นและมีความเชี่ยวชาญด้านการบริหารและการวิจัยจึงทำให้การทำงานเป็นระบบ เช่น มีการกำหนดวัตถุประสงค์ของการทำงาน มีแนวคิดและวิธีการริเริ่มโครงการที่เป็นแก่นสารประโยชน์ รู้จักวางแผนโครงการเพื่อปฏิบัติงาน จัดที่พัก อาคารปฏิบัติธรรมที่มีความสะดวกสบายเหมาะแก่การปฏิบัติธรรม มีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถและเชี่ยวชาญเฉพาะด้าน มีการแบ่งภาระหน้าที่และมอบหมายงานอย่างชัดเจน ผู้นำมีทักษะการสร้างมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีความความสามัคคีและประสานประโยชน์ร่วมกัน รู้จักปกครองบังคับบัญชา รู้จักติดตามและประเมินผลงาน พัฒนาบุคลิกภาพของตนเอง และบุคลากรให้มีความรู้ความสามารถเป็นผู้นำ โดยเฉพาะการจัดการศึกษาทั้งด้านปริยัติควบคู่กับการปฏิบัติ หมั่นประชุมกันเนื่องนิത്യ ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ เอ็ดมุนท์ คิง เพ็ชร ได้ทำวิจัยเรื่อง “ปัจจัยของการเข้าร่วมในกิจกรรมทางพุทธศาสนาของชาวพุทธ: ศึกษาเฉพาะกรณีวัดอัมพวัน ต. พรหมบุรี จ.สิงห์บุรี” จากการศึกษาพบว่า สิ่งที่มีผลต่อการตัดสินใจเข้าร่วมในกิจกรรมทางพุทธศาสนา ณ วัดอัมพวัน คือ บทบาทของพระสงฆ์เจ้าอาวาสที่เป็นผู้นำทางด้านจิตใจของประชาชน เป็นผู้ให้ความอนุเคราะห์ช่วยเหลือประชาชนในยามมีทุกข์ที่เดือดร้อนลำบากใจ และที่สำคัญที่สุดคือ

พระสงฆ์เจ้าอาวาสเป็นผู้มีสติปัญญารอบรู้ปัญหาต่างๆ สามารถเป็นที่ปรึกษาแนะนำ แก้ไขปัญหาต่างๆ ได้ดี สิ่งเหล่านี้ก่อให้เกิดอำนาจทางใจที่ทำให้เกิดศรัทธา เชื่อถือด้วยความจริงใจและสามารถชักจูงโน้มน้าวจิตใจผู้อื่นให้คล้อยตามไปในทางที่ถูกที่ควร โดยไม่จำเป็นต้องใช้อำนาจบังคับ ทำให้พระสงฆ์เจ้าอาวาสเป็นผู้นำที่มีธรรมานุภาพหรืออำนาจแห่งธรรมซึ่ง Max Weber เรียกผู้นำชนิดนี้ว่า Charismatic Leader และปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อการเข้าร่วมในกิจกรรมทางพุทธศาสนา ณ วัดอัมพวัน คือ ปัจจัยด้านพฤติกรรมและบุคลิกภาพในตัวพระสงฆ์เจ้าอาวาส ปัจจัยด้านความเป็นผู้นำและปัจจัยด้านกายภาพและสิ่งแวดล้อม ส่วนด้านการบริหารจัดการภายในสำนัก มีการจัดทำบัญชีรายรับ - จ่ายให้เป็นระบบ โปร่งใส มีการจัดทำสถิติผู้เข้ารับการปฏิบัติธรรม รวมถึงการตั้งทุนเพื่อการเผยแผ่ของสำนักปฏิบัติธรรม สิ่งที่สำคัญนักปฏิบัติธรรมแห่งนี้ทำได้ดีมากที่สุดก็คือ การประชาสัมพันธ์กิจกรรมและสื่อการปฏิบัติธรรม ผ่านช่องทางสื่อสารมวลชนรูปแบบต่างๆ ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ พระมหากังวาล ธีระมโฆ (ศรชัย) ได้ศึกษา การพัฒนาประสิทธิภาพการบริหารจัดการสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัด ผลการวิจัย พบว่ารูปแบบการบริหารจัดการสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัด ในเขตการปกครอง คณะสงฆ์ ภาค 15 ที่เป็นมาตรฐาน คือ 1) เจ้าสำนักมีวิสัยทัศน์ มีการชวนชวนศึกษาดูงานของสำนักที่มีมาตรฐานนำมาปรับปรุงสำนักตนเอง เจ้าสำนักรู้จักกำหนดวัตถุประสงค์ รู้จักริเริ่มโครงการที่เป็นแก่นสารประโยชน์ รู้จักวางแผนโครงการเพื่อปฏิบัติงาน

จัดที่พัก อาคารปฏิบัติธรรม ให้มีความสะอาดพร้อมใช้งานได้ 2) ด้านบุคลากร รู้จักแบ่งงานและการมอบหมายอำนาจหน้าที่การงาน รู้จักประสานความสามัคคีและประสานประโยชน์ร่วมกัน รู้จักปกครองบังคับบัญชา รู้จักติดตามและประเมินผลงาน พัฒนาบุคลิกภาพของตนเองและบุคลากรให้มีภาวะความเป็นผู้นำ จัดการศึกษาทั้งด้านปริยัติควบคู่กับการปฏิบัติ หมั่นประชุมกันเนื่องนิത്യ 3) ด้านการบริหารจัดการภายในสำนัก จัดทำบัญชีรายรับ - จ่าย ให้เป็นระบบ โปร่งใส ชัดเจน ตรวจสอบได้ บัญชีการเงินของสำนักปฏิบัติธรรมควรแยกจากบัญชีวัด จัดทำสถิติผู้เข้ารับการปฏิบัติธรรม มีการตั้งทุนเพื่อการเผยแผ่ของสำนักปฏิบัติธรรม ประชาสัมพันธ์กิจกรรมผ่านทางสื่อ เช่น แผ่นป้าย แผ่นพับ วิทยุชุมชน ทางอินเทอร์เน็ต เช่น Line และ Facebook เป็นต้น จัดทำสื่อการปฏิบัติธรรม เช่น แผ่นซีดี ดีวีดี หนังสือสวดมนต์ และหนังสือคู่มือการปฏิบัติพระกัมมัฏฐาน

3. ผลของการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดในประเทศไทยพบว่า คุณภาพชีวิตของประชาชนด้านร่างกาย ด้านจิตใจและด้านสังคม อยู่ในระดับมากทุกด้าน อาจจะเป็นเพราะว่า สำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดในประเทศไทยควรมีการสร้างเครือข่ายเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนต้นแบบของสำนักปฏิบัติธรรมเพื่อให้เกิดประโยชน์อย่างกว้างขวางและมีการกำหนดเป็นนโยบายสำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนทุกช่วงวัยโดยการสนับสนุนของหน่วยงานภาครัฐและเอกชนอย่างต่อเนื่อง เมื่อพิจารณาข้อมูลเชิงคุณภาพทำให้เห็นว่า จากการพัฒนา

คุณภาพชีวิตประชาชนของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดวัดหลวงพ่อดธรรมกายาราม ด้านร่างกายผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความพึงพอใจต่อสุขภาพของตนเองอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ท่านพอใจกับสุขภาพของท่านในตอนนี ท่านสามารถเดินทางไปหาเพื่ออนบ้านได้เอง และสามารถทำงานบ้านเล็กๆ น้อยๆ ได้ ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ สาวิตรี ลิ้มชัยอรุณเรือง ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการรับรู้กระบวนการสูงอายุและคุณภาพชีวิต ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่เกี่ยวข้องและมีผลต่อการรับรู้กระบวนการสูงอายุโดยตรง ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคม การดูแลตนเอง การทำกิจกรรม ส่วนปัจจัยที่เกี่ยวข้องและมีผลโดยอ้อม ได้แก่ อายุ เพศ สถานภาพสมรส การศึกษาและรายได้ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องและมีผลต่อการรับรู้คุณภาพชีวิตโดยตรง ได้แก่ กระบวนการสูงอายุ การสนับสนุนทางสังคม การดูแลตนเอง การทำกิจกรรม ส่วนปัจจัยที่ส่งผลโดยอ้อม ได้แก่ อายุ เพศ สถานภาพสมรส การศึกษาและรายได้

จากการวิเคราะห์เอกสารที่เกี่ยวข้องและสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ที่เกี่ยวข้อง พบว่า ปัญหาและอุปสรรคเกี่ยวกับการดำเนินงานของสำนักปฏิบัติธรรมวัดหลวงพ่อดธรรมกายารามโดยภาพรวมไม่ค่อยพบ เนื่องจากวสำนักปฏิบัติธรรมมีผู้นำที่มีความรู้ความสามารถและประสบการณ์สูงด้านการบริหารจัดการและวิชาการ โดยเฉพาะเป็นผู้ที่มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับกระบวนการวิจัยและการประยุกต์ใช้ผลการวิจัยกับการปฏิบัติงาน ขณะเดียวกันยังมีผู้ช่วยเจ้าอาวาสมีคุณภาพและประสิทธิภาพทั้งความรู้ทางธรรมและทางโลก

(สามัญ) เป็นจำนวนมากและเปิดโอกาสให้บุคคลกรภายในวัดได้พัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องเพื่อรองรับการทำงานจากรุ่นปัจจุบันต่อไป สำหรับองค์ความรู้ที่โดดเด่นของวัดหลวงพ่อดุสิตธรรมกายาราม คือ มีวิชาธรรมกายเป็นวิธีปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน 4 ซึ่งถูกค้นพบโดยพระเดชพระคุณ พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) หลวงพ่อวัดปากน้ำ มีวิธีปฏิบัติอย่างเป็นขั้นตอนชัดเจน ให้ถึงธรรมกาย ให้เกิดอภิญญา และวิชา คือความรู้ความสามารถพิเศษ ได้แก่ วิชา 3 วิชา 8 (รวมอภิญญา 6) ชื่อว่า "วิชาธรรมกาย" ให้เข้าถึงและรู้เห็นภายในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต และธรรมในธรรม สามารถให้ทั้งเห็นและทั้งรู้สภาวะธรรมทั้งสังขารและวิสังขารคือพระนิพพาน และเป็นทั้งสมณะและวิปัสสนากัมมัฏฐานคู่กัน เป็นพื้นฐานสำคัญแก่การเจริญวิปัสสนาปัญญาถึงโลกุตตรปัญญา ได้อย่างดี จึงเป็นวิธีปฏิบัติที่มีประสิทธิภาพมากที่สุดวิธีหนึ่ง แต่ถึงแม้ว่าการปฏิบัติทางของสำนักปฏิบัติธรรมแห่งนี้จะเป็นไปด้วยความเรียบร้อยก็ยังคงพบว่า ด้านการบริหารจัดการการจัดทำฐานข้อมูลสถิติและข้อมูลการปฏิบัติธรรมยังมีการประชาสัมพันธ์น้อยและไม่ต่อเนื่อง ด้านวิทยากรยังมีน้อยไม่เพียงพอต่อการนำปฏิบัติหรือขยายงานออกไปสู่หน่วยงานหรือสถานศึกษา ขณะเดียวกันด้านสถานที่ทางสำนักปฏิบัติธรรมกำลังสร้างเจดีย์เพื่อรองรับผู้ปฏิบัติธรรมมากขึ้นหากสร้างสำเร็จจะสามารถรองรับผู้ปฏิบัติธรรมได้มากยิ่งขึ้น เพื่อให้การดำเนินการของสำนักปฏิบัติธรรมวัดหลวงพ่อดุสิตธรรมกายารามมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องและขยายแนวปฏิบัติที่ดีสู่สำนักปฏิบัติธรรมแห่งอื่นๆ ให้กว้างขวางมากขึ้น

ควรจัดทำระบบและกลไกการทำงานที่ดีและมีประสิทธิภาพเพื่อให้สำนักปฏิบัติธรรมอื่นๆ ได้เรียนรู้และนำไปประยุกต์ใช้ตามบริบทของแต่ละแห่งโดยเฉพาะการใช้กระบวนการวิจัยมาเป็นฐานของการพัฒนากิจกรรมเช่น การให้คำปรึกษาการแนะแนวการดำเนินชีวิตที่ดึงตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ซึ่งจากผลการศึกษาของ สิทธิอาภรณ์ ชวนปี ได้ทำการศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ ตำบลบางเมือง อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ จำนวน 100 คน พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ในชมรมฯ มีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง และผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตดีขึ้นภายหลัง การเข้าร่วมโครงการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยใช้การแนะแนวกลุ่มอย่างมีนัย สำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และจากการศึกษาของ พระสุนันท์ สุมงคลโธ,(2558) ได้ศึกษาการพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต ผู้เข้าปฏิบัติธรรมในสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดพิษณุโลก แห่งที่ 4 การวิจัย พบว่า ผู้เข้าฝึกอบรมมีความพึงพอใจต่อสภาพการณ์ตามหลักสัปปายะ 7 โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก (=4.45, S.D.=0.41) ทั้งด้านบรรยากาศและสถานที่ในการฝึกปฏิบัติ การใช้ภาษาที่เหมาะสม การมีเจ้าหน้าที่ ๆ ที่เป็นกัลยาณมิตร สถานที่ตั้งเดินทางสะดวก การบริการด้านอาหารเครื่องดื่ม และการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมในการปฏิบัติ ส่วนรูปแบบการฝึกอบรมโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก (=4.37, S.D.=0.44) แนวทางในการพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมพบว่า ควรรักษาสภาพการณ์ตามหลักสัปปายะ 7 ให้คงเดิม วิธีการฝึกอบรมยึดหลักสติปัฏฐาน 4 ตามแบบ

ของพระพุทธเจ้า การฝึกอบรมไม่มีรูปแบบที่ตายตัว สอนตามสภาวะผู้เข้าปฏิบัติธรรม การบริหารจัดการ ควรมีการมอบหมายงาน และมีการปรับหลักสูตรให้เข้มข้นขึ้นเพื่อเหมาะสำหรับผู้ที่ผ่านการปฏิบัติมาแล้ว วิทยากรควรมีการฝึกอบรมเพิ่มเติม เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจทั้งทางด้านปริยัติ

ปฏิบัติ ปฏิเวธ ในการเป็นผู้นำทางด้านจิตวิญญาณ ที่จะพาผู้เข้าปฏิบัติธรรมให้มีคุณภาพชีวิตที่ดียิ่งขึ้น หากนำวิธีการคุณภาพชีวิตของประชาชนได้อย่าง ต่อเนื่องและยั่งยืน

เอกสารอ้างอิง

- ดวงเดือน พันธุมนาวิน และคณะ. (2540). *ความเชื่อและการปฏิบัติทางพุทธศาสนาของคนไทย: การปลูกฝังอบรมและคุณภาพชีวิต*. คณะพัฒนาสังคม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- พระมหาวิชัย ยติชโย (ฤทธิวิรุฬห์). (2551). *การศึกษาการพัฒนาวิถีดนาคเป็นสำนักปฏิบัติธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนา (2551)*. พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต (วิปัสณาภาวนา) มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุต.โต). (2554). *พุทธธรรม* (พิมพ์ครั้งที่ 9). กรุงเทพฯ:มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. หน้า 924.
- พระประเสริฐศักดิ์ รตนญาโณ (ตันติชูฟ้า). (2554). *ศึกษาการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดขอนแก่น แห่งที่ 1*. พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา) มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พีรสิทธิ์ คำนวนศิลป์และคณะ. (2523). *ความทันสมัยภาพพจน์เกี่ยวกับตนเองและปัญหาบางประการของคนชรา*. กรุงเทพมหานคร: สำนักวิจัยสถาบันบัณฑิตบริหารศาสตร์.
- สิทธิอาภรณ์ ชนวนปี. (2543). *การศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ ตำบลบางเมือง อำเภอมือง จังหวัดสมุทรปราการ*. สารนิพนธ์ กศ.ม (จิตวิทยาการแนะแนว), มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ภัทรพร สิริกาญจน. (2555). *ศึกษาพุทธศาสนากับการปฏิบัติธรรมของชนชั้นกลางในประเทศไทย*, รายงานการวิจัย. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์พุทธศาสน์ศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.