



บรรณานุกรม

หนังสือ

- การศาสนา, กรม. พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย เล่ม 29, 38, 42. พระนคร : โรงพิมพ์
กรมการศาสนา, 2500.
- คณะกรรมการจัดทำแผนพัฒนาจิตใจ, สภาสังคมสงเคราะห์แห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์,
มิติใหม่ของการพัฒนาจิตใจ. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ประเทืองวิทย, 2528.
- คณะกรรมการชมรมพุทธศาสตร์. สู่แสงสว่าง. กรุงเทพมหานคร : เทพรัตน์การพิมพ์ 2526.
- คณะกรรมการชมรมพุทธศาสตร์. ธรรมทายาท เล่ม 1. กรุงเทพมหานคร : นิวไวด์เด็ก, 2526.
- คณะกรรมการชมรมพุทธศาสตร์. ธรรมทายาทความหวังใหม่ของคนไทยทั้งชาติ. กรุงเทพมหานคร :
นิวไวด์เด็ก, 2529.
- คณะกรรมการชมรมพุทธศาสตร์. ธรรมทายาท เล่ม 2. กรุงเทพมหานคร : นิวไวด์เด็ก, 2530.
- คณะกรรมการชมรมพุทธศาสตร์. ธรรมทายาท เล่ม 3. กรุงเทพมหานคร : นิวไวด์เด็ก, 2530.
- จำนงค์ อติวัฒน์สิทธิ์. ประวัติแนวความคิดทางสังคม, ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2523.
- จิตยา สุวรรณะชญ. สังคมวิทยา. กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, 2527.
- จิตยา สุวรรณะชญ. มานุษยวิทยา จิตวิทยาสังคม สังคมวิทยา พัฒนาการ แนวคิดและ
ทฤษฎี. กรุงเทพมหานคร : สมาคมสังคมศาสตร์แห่งประเทศไทย, 2524.
- ทองค้อ กล้วยไม้ ณ อยุธยา. พุทธศาสนากับการเปลี่ยนแปลงสังคมไทย. อนุสรณ์งานพระราช
ทานเพลิงศพ ศาสตราจารย์ มาลัย ทูวานันท์ ตุลาคม 2522.
- ทศศิวิ ภิภูษ. เดินทางไปสู่ความสุข. กรุงเทพมหานคร : เทพรัตน์การพิมพ์, 2520.
- บุญลือ วันทายนต์. สังคมวิทยาศาสนา. มหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2526.
- พระมหาประยุทธ์ ปยุตโต. พุทธศาสนากับสังคมไทยปัจจุบัน. กรุงเทพมหานคร : สยามสมาคม,
2513.
- มรรยาท กิจสุวรรณ. ทฤษฎีศาสนาของนักสังคมศาสตร์ : การศึกษาเชิงวิเคราะห์ แผนกวิชา
ปรัชญา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2522.

- พุทธ ศักดิ์เดชยนต์. ประวัติทฤษฎีทางสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา. กรุงเทพมหานคร : เอกสารประกอบคำบรรยายแผนกคำสอน มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, (ม.ป.ป.).
- วิชาการ, กรม. ศีลธรรมประโยชน์มัธยมศึกษาตอนปลาย. พระนคร : องค์การค้ำชูสภา, 2500.
- ส.ศิวรักษ์. พุทธทาสกับคนรุ่นใหม่ : เมื่อคนหนุ่มสาวถามถึงรากของความเป็นไทย. กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิโกมลคีมทอง, 2526.
- สมบัติ จันทรวงศ์และชัยอนันต์ สมุทวณิช. ความคิดเห็นทางการเมืองและสังคมไทย. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์บรรณกิจ, 2523.
- สมบูรณ์ สุขสำราญ. พระพุทธศาสนา : พระสงฆ์ 2 วิถีชีวิตสังคมไทย. กรุงเทพมหานคร : สำนักงานเสริมสร้างเอกลักษณ์ของชาติ สำนักงานเลขาธิการ สำนักนายกรัฐมนตรี, 2527.
- สมบูรณ์ สุขสำราญ. ความเชื่อทางศาสนาและพิธีกรรมของชุมชนชาวจีน. (ม.ป.ท. : ม.ป.พ.), 2529.
- แสง จันทรงาม. พุทธศาสนาวิทยา. กรุงเทพมหานคร : บรรณาการ, 2521.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 5 (2525 - 2529). กรุงเทพมหานคร : สำนักงานคณะกรรมการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2530.

วารสารและหนังสือพิมพ์

- พระศรีวิสุทธิโมลี. "ศาสนาจำเป็นสำหรับหนุ่มสาว" วารสารสังคมศาสตร์ปริทัศน์. 8 (กันยายน - พฤศจิกายน 2513).
- วิศิษฐ์ วัจวิญญู. "ขบวนการเปลี่ยนแปลงทางสังคมของพุทธศาสนิกชน" อาจารย์สาร. 6 (ธันวาคม 2524).
- เศกสม บัณฑิตกุล. "บัณฑิตไทยกับความรับผิดชอบต่อสังคม" มติชน. 7 (กุมภาพันธ์ 2523).
- สมพร เทพสิทธิ์า. "ความเสื่อมของเยาวชนวันนี้" มติชน. 21 (ตุลาคม 2525).
- สุนัย เศรษฐบุญสร้าง. "พุทธศาสนาในสังคมไทยปัจจุบัน" จุลสารไทยคดีศึกษา. 3 (สิงหาคม 2528).

- สุลักษณ์ ศิวรักษ์. "วัดกับสังคมเมือง" อาจารย์สาร. 8(เมษายน - พฤษภาคม 2524).
 อมรา พงศาพิชญ์. "พุทธศาสนาชาวบ้าน" สังคมศาสตร์. 13(กรกฎาคม 2519).
 อ้าย นกแล. "ชาวบ้านกับวัด" สู่นาคศ. 17(เมษายน 2528).

วิทยานิพนธ์และเอกสารอื่น ๆ

- กรรณิการ์ รักษ์แก้ว. "ผลการฝึกสมาธิ การเจริญภาวนาตามแนววิชาธรรมกายที่มีต่อเวลาปฏิบัติศาสนกิจแบบง่ายและเชิงซ้อน" วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2524.
- ธีรศักดิ์ กำปรรณารักษ์. "ทัศนคติของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ที่มีต่อความเชื่อทางศาสนา" วิทยานิพนธ์ปริญาตรี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2515.
- ญาณชัย สันติพิฤกษ์. "การใช้เวลาว่างของนักศึกษาคณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล" วิทยานิพนธ์ปริญาตรี คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2512.
- ดวงเดือน พันธุอาวิน และเพ็ญแข ประจันปัจจนิก. "จริยธรรมเยาวชนไทย" สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2520.
- บัวผืน ศักรภาณี. "การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้น ม.6 แผนกบัญชี วิทยาลัยพาณิชยการพระนคร" วิทยานิพนธ์ปริญาตรี คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2516.
- พระมหาณรงค์ จิตตโสภโณ. "ขบวนการพระพุทธศาสนาใหม่ ๆ ในประเทศไทย" เอกสารประกอบการสัมมนาพุทธศาสตร์บัณฑิต. 25 กุมภาพันธ์ 2530. (อัครสำเนา)
- สลิลลา วรรณัจฉริยา. "การศึกษาทัศนคติของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยที่มีต่อศาสนา" วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต แผนกจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2512.
- สุทาวดี คุณวัฒน์. "ทัศนคติของนักศึกษาระบบสองปีต่อพุทธศาสนาและพระสงฆ์" วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต แผนกวิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2521.
- วรรณิ สุวรรณสว่าง. "การใช้เวลาว่างของนักเรียน ม.ต้น โรงเรียนสมถวิล ราชบุรี" วิทยานิพนธ์ปริญาตรี คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2517.
- อมรา พงศาพิชญ์. "คำบรรยายประกอบวิชาทฤษฎีสังคมวิทยา" ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา คณะรัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2528.

Books

- Hsman, Aron H. Psychology of Adolescence. New York : International University Press, 1975.
- Aron, Raymond. Main Currents in Sociology Thought 2. Great Britain : Penguin Books, 1967.
- Durkheim, Emile. The Elementary Forms of the Religious Life. Translated by Joseph Ward, Swain. Illinois : The Free Press, 1925.
- Basabe, Fernando M. Japanese Youth Confront Religion. London : Charles E. Tuttle Co., Inc., 1967.
- Giddens, Anthony. Capitalism and Modern Social Theory an Analysis of the Writings of Marx, Durkheim, and Max Weber. London : Cambridge University Press, 1971.
- Malinowski, Bronislaw. Argonauts of the Western Pacific. New York : E.P. Deutton Co., Inc., 1942.
- O'Dea, Thomas F. The Sociology of Religion. New York : Prentice Hall, 1966.
- Parsons, T. The Structure of Social Action. Vol. I, II. New York : A Free Press Paperback, 1968.
- Thompson, Kenneth. Emile Durkheim London : Tavistock, 1982.

Journal

- Larry Allan Gardner Ph.D. "Certain Religious Attitudes and Beliefs of Students in a Lutheran College with Reference to their Value Structure and Personal Variables" Journal of Genetic Psychology Vol. 30, 1960.
- Nelson G.K. "The membership of a cult : The Spiritual national Union" Review of Religious Research. Vol. 13, 1972.

ภาคผนวก

การฝึกสมาธิตามแนววิชาธรรมกาย (กรณีการ รักษุมแก้ว 2524 : 97 - 103)

ความสุขอันเกิดจากจิตสงบนั้น อาจกล่าวได้ว่า เป็นความสุขที่ยิ่งใหญ่ที่สุดในชีวิตมนุษย์ จิตเป็นสิ่งที่ประเสริฐที่สุดของร่างกาย จิตเป็นผู้นำ ส่วนร่างกายเป็นผู้ปฏิบัติตามคำสั่งของจิต ความสุขอันเกิดจากจิตสงบเป็นความสุขที่ซื้อหามาด้วยราคาถูกที่สุด แต่กลับมีคุณค่ามหาศาลยิ่งกว่าทรัพย์สินสมบัติสถานใดทั้งสิ้น ความสุขของจิตที่แท้จริงจะเกิดขึ้นกับบุคคลที่หมั่นอบรมฝึกฝนจิต อยู่เสมอ การฝึกจิตหรือสมาธิในทางพุทธเรียกอีกอย่างว่า กัมมัฏฐาน ซึ่งแบ่งออกเป็นวิธีปฏิบัติ 2 อย่าง ค้ำยันกันคือ

สมถกัมมัฏฐาน คือ การทำจิตให้สงบ หรือทำสมาธิตามอุบายที่กำหนดให้

วิปัสสนากัมมัฏฐาน คือ ฝึกจิตให้รู้แจ้งเห็นจริงในขั้นสูงขึ้น หรือทำปัญญาให้เกิดรู้แจ้งเห็นจริง เห็นสภาพตามความเป็นจริง

หลักการเรียนสมถะตามแนววิชาธรรมกาย

หลักใหญ่ในการเรียนฝึกจิตขั้นสมถะนั้น มีอยู่ 4 ประการคือ

1. ให้รู้จักจิตหรือใจของคน
2. ให้รู้จักที่ตั้งจิตหรือใจ ซึ่งเรียกเป็นภาษาบาลีว่า กรรมฐาน
3. ให้รู้จักการประคองจิตหรือใจ
4. เมื่อจิตสงบเป็นสมาธิแล้ว รู้ได้อย่างไร

จิตหรือใจนั้น คือ สภาพของการเห็น การจำ การคิด การรู้ เมื่อเราคิดถึงใครนึกถึงเขาคณนั้นขึ้นมา เรานึกเห็นหน้าเขา (เห็นตามสภาพของใจไม่เห็นเหมือนตาเห็น) นี่เป็นการเห็นเสื่อหรือของใช้อื่นใดของเรา รูปร่างอย่างไร สีอย่างไร แม้จะห่างกันเป็นปี เมื่อเห็นอีกเราก็จำของเหล่านั้นได้ว่าเป็นของของเรานี้เป็นการจำเรื่องราวซับซ้อนต่าง ๆ เช่น



ไม้กระดาน เรารู้ความกว้างยาว ความหนา สามารถคิดคำนวณได้ว่า จะเป็นไม้กี่แผ่น ต่อ 1 เหลี่ยมมกบาศก์เมตร อย่างนี้เราทำได้นี่เป็นการคิด เรียนวิชาใด ๆ ทรงจำวิชานั้นไว้ได้ ไครมาถามก็ตอบได้ถูกต้อง อย่างนี้เป็นกรความรู้การเห็น การจำ การคิด การใช้สี่ประการ ดังกล่าวนี คือ สภาพจิตของเรา

ที่ตั้งจิต หรือกรรมฐานนั้น ตามหลักทางพุทธศาสนามีอยู่แห่งเดียว คือ ภายในตัวเหนือ สะดือสองนิ้ว การฝึกจิตจะต้องเอาจิตของเราไปตั้งตรงนั้นให้ได้ จึงจะเรียกว่าตั้งจิตถูก ถ้า ไปตั้งที่อื่นผิดจากภายในตัวที่อยู่เหนือสะดือสองนิ้วแล้วนับว่าตั้งจิตผิด การทำเช่นนั้นไม่มีหวังทำได้ ไม่ว่าทำอะไร การทำถูกนั้นแหละมีหวังทำได้ช้าหรือเร็วเท่านั้น เรื่องนี้ขอให้ตระหนักให้จงดี เราจะต้องสอบให้แน่ชัดว่า เราตั้งจิตถูกที่หรือไม่ โดยหายใจเข้า ลมหายใจจะปะทะลำคอ ค้านหลัง เราจงเอาจิตตามลมหายใจเข้าไป เมื่อลมตกถึงท้อง ผนังท้องของเราจะพองขึ้น เมื่อหายใจออกผนังท้องจะยุบลง เราจงตั้งใจตรงกลางลำตัวเหนือสะดือสองนิ้วนั้น ตั้งไว้ตรง กลางไม่ค่อนไปทาง ข้าย ขวา หน้าหลัง นี่คือ ที่ตั้งจิตหรือกรรมฐาน ซึ่งเป็นที่ตั้งการงาน ของจิต

การประคองจิต จิตของเรานั้นมีสภาพคั่นร่น พระพุทธเจ้า ทรงตรัสเปรียบว่า "เหมือนโยนปลาขึ้นไปบนบก หยุตหนึ่งได้ยาก" เราฝึกจิต เพื่อประสงค์ให้จิตนี้ เมื่อจิตมี สภาพอย่างนี้ เราก็ต้องหาเครื่องช่วยเข้าประคับประคองหรือจะ เรียกว่าอุปกรณ์การฝึกนั้น ได้แก่ นิमित กับบริกรรม

นิमित แปลว่า เครื่องหมาย คือ เครื่องหมายให้กำหนดรู้ว่า จิตจะต้องตั้ง ณ ที่นี้ เพราะ ตัวจิตเรายังไม่เห็น เหมือนจะซุกหลุมปลุกเรื้อน ตรงที่จะซุกฝังเสาะเราจะต้องปักไม้หรือซุดดิน เป็นเครื่องหมายให้รู้ตำแหน่งไว้ฉนั้น โบราณท่านเพ่งนิमितที่เรียกว่า กลสิณ กำหนดเอาสิ่งใด สิ่งหนึ่งขึ้นเป็นนิमित เอาดินมาปั้นให้กลมแบนแล้วเอามาเพ่งที่เรียกว่า ปฐวิกสิณ เอาน้ำมาเพ่ง เรียกว่า อาโปกลสิณ เป็นต้น นิमितนอกจากจะเป็นเครื่องหมายแล้ว นิमितยังเป็นเครื่องจูงใจด้วย คือ นำจิตให้เข้าไปเกาะด้วยความเชื่อมั่น เหมือนการเดินทางไปที่ใด เราอาศัยเอาต้นไม้ หรือ ดึงเป็นเครื่องกำหนดหมาย ก่อนจะไปถึงที่นั่นฉนั้น

บริกรรมหรือภาวนา แปลว่า "กระทำไว้โดยรอบ" คือ ให้มีสติรู้ผู้ตลยคเพื่อเป็นคำที่ นึกให้เกิดขึ้น เพื่อประคองจิตไม่ให้หันเหไปในอารมณ์อื่น เพราะจิตนั้นปกติคั่นร่นสลับสายคั่นกร

จึงใช้บริการครอบคลุมไว้ให้ติดอยู่กับค่าบริการเสีย (บริการภวานาก็เรียก) เปรียบเสมือนเด็กที่ชุกขนหาของเล่น เด็กก็จะเพลินอยู่กับของเล่น ไม่เที่ยวชมไปฉันนั้น ทางสำนักวัดปากน้ำใช้ค่าบริการว่า "สัมมาอรหัง" นี่คือการประคองจิต

จิตสงบเป็นสมาธิรู้ได้อย่างไร เราได้ทำมาแล้วตามลำดับ คือ ได้เพ่งนิมิตอันเป็นเครื่องหมายกำหนดแล้วหลับตา นำนิมิตไปตั้งที่คตินหรือกรรมฐาน ประคองจิตไว้ด้วยบริการภวานาจิตเจริญขึ้นตามลำดับขององค์ญาณ มีวิตก (การตรึงนิมิต) วิจารณ์ (การควบคุมนิมิตด้วยบริการภวะ) ปิติ (ความอิ่มใจ มีตัวเบา ขนลุก ฯลฯ) สุข (ความเพลินไม่มีเบื่อหน่าย) เอกัคคตา (จิตมีอารมณ์ตั้งเป็นหนึ่งเหมือนเครื่องจักรหมุนตลอดวันได้รอบ ไม่มีการสะเทือน) นี่เป็นลำดับขององค์ญาณ และมีนิมิตเกิดขึ้นใสสะอาดบริสุทธิ์ยิ่งนัก แล้วนึกให้นิมิตใหญ่ นิมิตก็ใหญ่ได้ นึกให้นิมิตเล็ก นิมิตก็เล็กได้ ทำอย่างนี้ นับได้ว่าทำจิตให้เป็นสมาธิได้ หรือเรียกว่าทำสมณะกรรมฐานได้ เป็นจิตที่ควรแก่การงานฝึกจิตได้แล้ว จิตเป็นสมาธิเรารู้ได้อย่างไร

อธิบายมาเพียงเท่านี้ คงจะพอเข้าใจประโยชน์ของการฝึกจิตและวิธีการฝึกพอสมควร จะขอแนะนำขั้นต่อไป ก่อนการฝึกสมาธิผู้ฝึกควรจัดสถานที่ให้สะอาดเรียบร้อย เป็นที่เจริญหูเจริญใจ ควรจะอาบน้ำชำระร่างกายให้สะอาดหมดจด เครื่องนุ่งห่มไม่ควรคับคั่งเกินไป ควรผ่อนคลายให้สบายจิตของเรา จะได้ไม่เกาะเกี่ยวเครื่องนุ่งห่มนั้น ๆ

วิธีสมณะกรรมฐาน

การไหว้พระก่อนทำกรรมฐาน

ก่อนจะลงมือฝึก เราควรไหว้พระและบูชาพระเสียก่อน เป็นการระลึกถึงคุณพระรัตนตรัยผู้มีพระคุณแก่เรา เมื่อจุดธูปเทียนแล้ว กล่าวคำบูชาว่า

ยะมะหัง สัมมาสัมพุทธัง, ภาคะวันตัง สาระณะคะโต (ชาย) คคะตา (หญิง)

อิมินาสักกาเรนะ, ตัง ภาคะวันตัง อะภิปูชะยามิ,

(แปล) ข้าพเจ้าบูชาบัดนี้, ซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้า, ผู้ตรัสรู้เองโดยชอบ, ซึ่งข้าพเจ้าว่าเป็นที่พึ่ง, ถ้าจิตทุกข์ได้จริง, ด้วยสักการะนี้,

ยะมะหังสวากขาตัง, ณะคะวะตา ธัมมัง สระระณังคะโต (ชาย) คะตา (หญิง)

อิมินาสักกาเรนะ, ตัง ธัมมัง อะภิปุชชะยามิ,

(แปล) ข้าพเจ้าบูชาบัดนี้, ซึ่งพระธรรม, อันพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสดีแล้ว, ซึ่งข้าพเจ้า
ถือว่าเป็นที่พึ่ง, ก่าจัดภัยได้จริง, ด้วยสักการะนี้,

ยะมะหังสุปะฏิปันนัง สังขังสระระนัง คะโต (ชาย) คะตา (หญิง)

อิมินาสักกาเรนะ, ตัง สังขัง อะภิปุชชะยามะ,

(แปล) ข้าพเจ้าบูชาบัดนี้, ซึ่งพระสงฆ์ ผู้ปฏิบัติ, ซึ่งข้าพเจ้าถือว่าเป็นที่พึ่ง, ก่าจัดโรค
ได้จริง, ด้วยสักการะนี้

ต่อไปเป็นการกราบพระว่าดังนี้

อะระหังสัมมาสัมพุทธโธ ณะคะวา, พุทธัง ณะคะวันตัง อะภิวาเทมิ (กราบ)

สวากขาโต ณะคะวาตา ธัมโม, ธัมมังนะมัสสามิ, (กราบ)

สุปะฏิปันโน ณะคะวะโต สวาระกะสังโฆ สังขัง นะมามิ (กราบ)

กล่าวคำขอขมาโทษ ว่าดังนี้ ตั้งนโม 3 จบ

อุกาสะ อัจจะโยโน ภันเต, อัจจิกขะมา, ยะถาพาเล ยะถามุหเต, ยะถาอะกุสะเล,
เยมะยัง ะระมทา, เอวัง ภันเต มะยัง, อัจจะโยโน, ปะฏิกัณหะถะ, อายะติง สังวเรนะมะ,

(แปล) ข้าพุทธเจ้าขอวโรกาส, ได้พลังหลายด้วยกาย วาจา ใจ, ในพระพุทธ
พระธรรม พระสงฆ์ เทียงไร แต่ข้าพเจ้าเป็นคนพาลคนหลง, อุกุศลเข้าสิงจิต, ได้กระทำความ
ผิด, ต่อพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ขอพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์, จงงดความผิดทั้งหลาย
เหล่านั้น, แก่ข้าพเจ้า, จ้าเดิมแต่บัดนี้เป็นต้นไป, ข้าพเจ้าจะขอสำรวมระวังซึ่งกาย วาจา ใจ,
สืบต่อไปในเบื้องหน้า

กล่าวคำอาราธนา ดังนี้

อุกาสะ, ข้าพุทธเจ้าขออาราธนา, สมเด็จพระพุทธเจ้า, ที่ได้ตรัสรู้แล้วมากกว่า
เมื่อกหลายในทะเลมหาสมุทรทั้งสี่ และสมเด็จพระพุทธเจ้า อันจะได้ตรัสรู้ในอนาคตกาลข้างหน้า
และสมเด็จพระพุทธเจ้าในปัจจุบันนี้, ของงมาบังเกิด, ในจักขุทวาร, โสททวาร, ฆานะทวาร,
ชีวาทวาร, กายทวาร, มโนทวาร, แห่งข้าพุทธเจ้า ๗ กาลบัดเดี๋ยวนี้เกิด

อุกาสะ, ข้าพุทธเจ้าขออาราธนา, พระอริยะสงฆ์และสมมติสงฆ์ ในอดีตกาลล่วงลับ
ไปแล้ว, อันจะนับประมาณมิได้ และพระอริยะสงฆ์และสมมติสงฆ์ในอนาคตกาลภายภาคเบื้องหน้า
และพระอริยะสงฆ์และสมมติสงฆ์, ในปัจจุบันนี้ของงมาบังเกิด, ในจักขุทวาร, โสททวาร, ฆานะ
ทวาร, ชิวาทวาร, กายทวาร, มโนทวาร, แห่งข้าพุทธเจ้า ๗ กาลบัดเดี๋ยวนี้เกิด

กล่าวคำอธิษฐาน ว่าดังนี้

ขอเดชคุณพระพุทธเจ้า, คุณพระธรรมเจ้า, คุณพระสงฆ์เจ้า, คุณครูอุปัชฌาจารย์,
(หญิงว่าครูบาอาจารย์) คุณบิดามารดา, คุณทานบารมี, ศีลบารมี, เนกขัมม์บารมี, ปัญญาบารมี,
วิริยบารมี, ขันติบารมี, สัจจบารมี, อธิษฐานบารมี, เมตตาบารมี, อุเบกขาบารมี, ที่ข้าพเจ้าได้
บำเพ็ญมา, ตั้งแต่เล็ก, แด่น้อย, แตร้อยชาติพันชาติ, หมื่นชาติแสนชาติ, ที่ระลึกไต่กิติ มีระลึก
ไต่กิติ, ขอบารมีทั้งหลายเหล่านี้, จงมาช่วยประคับประคองข้าพเจ้า, ขอให้ข้าพเจ้าสำเร็จมรรคผล,
๗ กาลบัดเดี๋ยวนี้เกิด, นิพพานปิยโยโหตุ

(คำบูชา อาราธนาและอธิษฐานนี้ยาวมาก ถ้าเราทำวันหนึ่ง ๆ เกินกว่าหนึ่งหนควรว่า
เต็มตามนี้หนเดียว หนอื่นในวันนั้นตัดคำอาราธนาออกเสียก็ได้ คงใช้แต่คำบูชากับคำอธิษฐาน
เท่านั้นก็ได้)

วิธีนั่งฝึกจิต

ก่อนจะลงมือฝึกจิต ควรจะหาณิมิตมาตั้งแห่งดูเสียก่อน นิมนั้นจะใช้อะไรก็ได้ตามแต่
จะหามาได้ ควรเป็นของสีขาวเป็นดีที่สุด เป็นลูกแก้วกลมสีขาว หรือพระพุทธรูปแก้วขาวก็ได้
เมื่อได้นิมิตแล้วจงนำมาตั้งระดับตา ในทำนองห่างประมาณสี่ศอก เมื่อตั้งนิมิตแล้วก็เริ่มนั่งตามคำรา
ว่า ให้นั่งขัดสมาธิเท้าขวาทับเท้าซ้าย นิ้วชี้ขวาจรดหัวแม่มือซ้าย ทุกนิ้วติดกัน แต่จะนั่งท่าไหน

ก็ได้ เพราะอาจารย์กรรมฐานทุกท่านแต่อดีต ได้กล่าวไว้เป็นแนวเดียวกันว่า ให้ทำการฝึก
 ได้ทุกอิริยาบถ คือ นั่ง นอน ยืน เดิน เป็นเกณฑ์อยู่ดังนี้ นั่งท่าไหนถนัดที่สุด นั่งได้นานที่สุด
 ควรใช้นั่งเท่านั้น ไม่ควรนั่งหันหน้าย้อนแสง เพราะแสงจะย้อนตา เช่น นั่งหันหน้าไปทาง
 หน้าต่างที่เปิดรับแสงอยู่ เป็นต้น ควรหันเข้าข้างฝาที่ทึบแสงแหละเป็นดี ตัวตั้งตรง คอตรง
 พังคูนิมิตประมาณหนึ่งหรือสองนาทีก แล้วหลับตาพอเปลือกตาสนิท นึกให้เห็นนิมิตที่ได้ดูแล้ว
 (เห็นคล้ายใจ) นึกเห็นนิมิตแล้วนึกให้นิมิตที่เห็นนั้นมาจ่อที่ช่องจมูก หนีงช่องจมูกซ้าย ขายช่อง
 จมูกขวา นึกให้นิมิตตามลมหายใจเข้าไปตั้งไว้กลางตัว คือ เป็นเส้นคิ่งจากลำคอกลงไปเหนือ
 สะคือสองนิ้ว ไม่ค่อนไปทางซ้าย ขวา หน้า หลัง ถ้าเราจะสร้างกากบาทขึ้นตรงเหนือสะคือ
 นั้น นิมิตที่นำมาเข้าไปนั้นให้ตั้งอยู่กลางกากบาทพอดี

ถ้านึกนิมิตไม่เห็น ให้เอาจิตของเรานั้นแหละ ตามลมหายใจเข้าไปแล้วจรดจิตไว้ที่
 กลางตัวดังกล่าวมาแล้ว ให้แนใจที่เดียวว่า ตั้งจิตถูกต้อง หรือถูกกรรมฐาน ถ้าไม่แนใจให้
 สอบสวนดู โดยหายใจเข้าแรง ๆ ลมหายใจจะปะทะลำคอด้านหลัง เอาใจตามลมหายใจ
 เข้าไป เมื่อแนใจว่าตั้งจิตถูกกรรมฐานแล้ว ก็ประคองจิตไว้ ได้แก่ มีสติคุมจิตไว้ไม่ให้จิต
 ออกมาตัว พร้อมกับบริกรรมหรือภาวนาว่า สัมมารหัง สัมมารหัง กำกับจิตไว้จนจิตเป็น
 สมาธิ

การเอาจิตไปตั้งที่กรรมฐาน คือกลางตัวนั้น บางท่านก็ตั้งได้ง่าย บางท่านก็ตั้งได้
 ยากเหลือเกิน ผู้สอนการฝึกจิตต้องหาวิธีต่าง ๆ เพื่อให้ผู้ฝึกเอาจิตไปตั้งให้ได้ ผู้เขียนได้ค้น
 วิธีเอาจิตเข้าไปตั้งได้อีกวิธีหนึ่งให้ทำดังนี้ คือ เมื่อคูนิมิตและหลับตาแล้ว หายใจเข้าเอาจิต
 ตามลมหายใจเข้าไป พังจิตตรงตำแหน่งเบื้องตรงข้ามกับสะคือ สูงกว่าสะคือสองนิ้ว ให้
 เห็นกระดูกสันหลังของตัวเองพร้อมกันนี้ให้บริกรรมคำว่า สัมมารหังไปด้วยจนกว่าจะเห็นกระดูก
 สันหลัง อันมีสภาพสีขาวเป็นข้อ ๆ เมื่อส่งจิตเข้าไปครั้งแรก บางท่านจะเห็นภายในลำตัว
 มีตคือ บางท่านเห็นสลัว ๆ จะมีคหรือสว่างก็ช่างเถิดอย่าวิตกกังวล พังจิตให้เห็นกระดูกให้ได้
 พังจิตอยู่อย่างนี้ แล้วความนิ่งของจิตดีขึ้น จะเห็นสภาพภายในลำตัวสว่างขึ้น ๆ แล้ว จะเห็น
 กระดูกสันหลังของตัวเอง เมื่อเห็นกระดูกสันหลังแล้ว เลื่อนจิตทางสะคือสองนิ้วให้เหนือสะคือ
 จิตจะถูกกรรมฐานพังต่อไป นิมิตก็จะเกิดขึ้นง่าย เพราะเราได้เตรียมจิตกับกระดูกสันหลัง
 ก่อนแล้ว นี่เป็นการตั้งจิตอีกวิธีหนึ่ง ผู้ที่ทำไม่ได้มักจะต้องตั้งจิตไม่ตรงกับกรรมฐาน คือ จิตไม่เข้า
 ภายในตัว จิตอยู่ภายนอกหรือจิตอยู่ที่หน้าของตนเป็นส่วนมาก

เมื่อเพ่งนิมิตภายนอกแล้ว น้อมนิมิตเข้าภายในกลางตัว ตามที่ได้อธิบายไว้ นั้น นิมิตนี้เป็นนิมิตเทียบเคียงจะไม่ตั้งอยู่นาน เพราะไม่ใช่ นิมิตที่จิตสงบ เป็นนิมิตที่เห็นได้ด้วยสัญญา คือ การจำได้หมายรู้เท่านั้น เมื่อเอาเข้าไปตั้งไว้แล้วประเดี๋ยวเดียวจะหายไป เมื่อนิมิตที่เป็นสัญญาหายไป ก็เหลือแต่จิต จึงคุมจิตให้อยู่ในที่ตั้งนั้นต่อไปโดยตลอดจนกว่าจิตจะสงบ คือนิมิตเกิดขึ้นมา รับรองความสงบของจิต สัมมาอรหังหรือบริกรรมนั้น ได้กล่าวแล้วว่าเป็นเครื่องคุมจิต ถ้าหากว่าจิตตั้งดีไม่สับสนไม่คิดนึกเรื่องอื่น หยุตบริกรรมเสียบ้างก็ได้ เพ่งจิตอยู่กลางตัว ถ้าจิตเกิดกวักแกว่งขึ้น ให้กลับบริกรรมใหม่ บริกรรมช้าหรือเร็วตามลักษณะของจิต ผู้ฝึกควรสังเกตปริยาจิตของตนเองพิจารณาเลือกใช้ให้เหมาะสม

เมื่อนิมิตเกิดขึ้นให้หยุตบริกรรมเพ่งเฉย ๆ อย่างตื่นเต้นดีใจ ถ้าจิตใจนิมิตจะหายไปทันที ทั้งนี้จากการเปลี่ยนแปลงจากจิตเดิมั่นเอง เมื่อนิมิตหายไปแล้วว่าจะเห็นอีกนานทีเดียว เพราะการเห็นได้ครั้งหนึ่งแล้วการฝึกต่อไปก็อยากให้เห็นอีก จึงเป็นอุปกิเลสในข้อที่ว่า "เพ่งจิตเกินไป" ด้วยความอยากให้เห็นอีก

นิมิตนั้นมีสองอย่างคือ เป็นดวงกลมใสเหมือนกระจกเหมือนดวงดาว เหมือนดวงจันทร์ ดวงอาทิตย์ตอนเช้าอย่างหนึ่ง เป็นรูปพระพุทธรูปแก้วใส เกศดอกบัวตูมอย่างหนึ่ง นิมิตนั้นเห็นครั้งแรกอาจไม่ใสก็ใสมีว ๆ ชุ่ม ๆ ก็เป็นได้เมื่อนิมิตเป็นอย่างนี้ จงพอใจไว้เท่านี้ก่อน อย่าคิดขยับขยายเพื่อทำให้นิมิตใสยิ่งขึ้น หรือว่าความยังไม่บอกให้ผู้ฝึกสอนว่า ทำนิมิตได้แล้วจะรอให้เห็นนิมิตในเสียก่อน จึงจะบอก ซึ่งไม่ควรคิดอย่างนี้เป็นอันขาด มีตัวอย่างมาแล้ว ทำนิมิตได้แล้วยังไม่บอกครูผู้ฝึกต่อมา นิมิตหายทำเท่าใดก็ไม่เห็น ทำอย่างนี้ถือว่าเป็นผู้ตั้งอยู่ในความประมาท เป็นผู้ไม่สิ้นโคข คือ ไม่พอใจตามฐานะของตน เหมือนคนขาดแคลนผ้ามีผู้ให้ผ้าเก่าไม่ยอมรับ ฉะนั้นควรพอใจตามฐานะก่อน เพราะว่าขณะนี้เรายังเป็นผู้ใหม่ต่อญาณ ความแก่กล้ายังไม่มี เริ่มเขียนหนังสือวันแรกจะเขียนตัวสวยเท่าครูจะเป็นไปได้หรือควรพอใจเท่าที่ได้ไว้ก่อนต่อเมื่อฝึกต่อไปมีความเคยชินจนชำนาญนิมิตหรือสมาบัติจะดีขึ้น นี่ก็เป็นเรื่องธรรมดาของการงานทั่วไป

เมื่อนิมิตเกิดขึ้นและทรงอยู่ได้ จะนึกขยายให้นิมิตใหญ่ นิมิตก็ขยายใหญ่ได้ นึกขยายให้นิมิตเล็ก นิมิตก็ได้อย่างนี้เป็นอันนับได้ว่า ทำจิตให้เป็นขึ้น หรือทำสมาธิสมณะกรรมฐานได้แล้วเป็นจิตควรแก่การงาน เรียกตามบาลีว่า "สมณะยานิก" ซึ่งแปลว่า "ผู้มีญาณอันเกิดจากความสงบ" หรือ "ผู้มีพาหนะพร้อมที่จะเที่ยวไปกับความสงบ"

แบบสอบถาม

เรื่อง "ชมรมพุทธศาสตร์ กับการส่งเสริมพุทธศาสนา"

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาถึงกิจกรรมของชมรมพุทธศาสตร์ที่จัดให้มีขึ้น โดยจะศึกษาจากนิสิต นักศึกษา ที่นับถือพุทธศาสนา และเป็นสมาชิกของชมรมพุทธศาสตร์

2. คำตอบและข้อมูลที่ได้จะนำไปใช้ในการศึกษาวิจัย จึงใคร่ขอความกรุณาจากท่าน

โปรดตอบแบบสอบถามให้ตรงกับสภาพความเป็นจริง คำตอบของท่านจะช่วยให้งานวิจัยครั้งนี้สมบูรณ์และ เป็นที่น่าเชื่อถือยิ่งขึ้น

ข้าพเจ้าหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความกรุณาจากท่านเป็นอย่างดี ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

นางสาวรุ่งทิพย์ ศิริปิ่น

นิสิตบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัว

คำแนะนำ ขอให้ท่านใส่เครื่องหมาย ลงหน้าคำตอบที่ท่านต้องการตามความเป็นจริง

1. เพศ
 - ก. ชาย
 - ข. หญิง
2. บิดา มารดา หรือผู้อุปการะท่านในการเรียน มีภูมิลำเนาอยู่ที่
 - ก. กรุงเทพฯ
 - ข. ภาคกลาง
 - ค. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
 - ง. ภาคเหนือ
 - จ. ภาคใต้
3. อาชีพหลักของบิดา
 - ก. รับราชการ
 - ข. พนักงานรัฐวิสาหกิจ
 - ค. พนักงานหรือลูกจ้างเอกชน
 - ง. เกษตรกร ชาวประมง
 - จ. เจ้าของหรือผู้ประกอบการธุรกิจส่วนตัว
 - ฉ. รับจ้าง
 - ช. ไม่ประกอบอาชีพ
 - ซ. อื่น ๆ (โปรดระบุ)
4. อาชีพหลักของมารดา
 - ก. รับราชการ
 - ข. พนักงานรัฐวิสาหกิจ
 - ค. พนักงานหรือลูกจ้างเอกชน
 - ง. เกษตรกร ชาวประมง
 - จ. เจ้าของหรือผู้ประกอบการธุรกิจส่วนตัว

- ง. รับจ้าง
- ข. ไม่ประกอบอาชีพ
- ข. อื่น ๆ (โปรดระบุ)
5. รายได้ของครอบครัวเป็นบาท/เดือน (รายได้ของบิดา มารดา)
- ก. 4,000 บาท หรือน้อยกว่า
- ข. 4,001 บาท ถึง 8,000 บาท
- ค. 8,001 บาท ถึง 12,000 บาท
- ง. 12,001 บาท ถึง 16,000 บาท
- จ. 16,001 บาท ขึ้นไป
6. ในครอบครัวของท่านบิดา มารดาหรือผู้ปกครองของท่าน พูดภาษาจีนได้หรือไม่
- ก. ได้
- ข. ไม่ได้
7. ปัจจุบันท่านอาศัยอยู่กับ
- ก. บิดา มารดา
- ข. ญาติ
- ค. หอพักของมหาวิทยาลัย
- ง. หอพักของเอกชน
- จ. ห้างเช่า
- ง. อื่น ๆ (โปรดระบุ)
8. การใช้เวลาว่างของท่าน
- ก. คุยกับเพื่อน เรื่องที่คุยส่วนใหญ่เป็นเรื่อง
- ข. อ่านหนังสือ ซึ่งเป็นหนังสือที่เกี่ยวกับ
- ค. ฟังเพลง ดูทีวี รายการที่ชอบได้แก่
- ง. บำเพ็ญประโยชน์ กิจกรรมที่บำเพ็ญประโยชน์ได้แก่.....
-
- จ. ไปช้อปปิ้ง
- ง. ไปวัด เพื่อ
-

9. ท่านได้รับความรู้เกี่ยวกับพุทธศาสนาจากใครมากที่สุด
- ก. จากการสั่งสอนของพระ
 - ข. จากการสั่งสอนของครู
 - ค. จากการสั่งสอนของบิดา มารดา
 - ง. เรียนรู้ด้วยตนเอง
10. ท่านเคยฟังธรรมจากสถานที่ต่าง ๆ หรือไม่
- ก. เคย (ท่านไปฟัง ณ ที่ใด
 - ข. ไม่เคย
11. การไปวัดของท่าน เช่น ไปฟังเทศน์ หรือไปร่วมพิธีทางศาสนา ประมาณ
- ก. ทุกอาทิตย์
 - ข. ทุกเดือน
 - ค. นาน ๆ ครั้ง
 - ง. อื่น ๆ (โปรดระบุ)
12. ท่านทำบุญตักบาตร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
- ก. ทุกวัน
 - ข. ทุกวันพระ
 - ค. ในวันสำคัญทางพุทธศาสนา
 - ง. ในโอกาสพิเศษ เช่น วันเกิด วันขึ้นปีใหม่
 - จ. นาน ๆ ครั้ง
 - ฉ. ไม่เคยเลย
13. ท่านสวดมนต์ก่อนนอนจนเป็นกิจวัตรประจำวัน
- ก. ใช่
 - ข. ไม่ใช่
 - ค. อื่น ๆ (โปรดระบุ)
14. ในครอบครัวของท่าน มีใครบวชแล้วบ้าง
- ก. ตัวท่านเอง
 - ข. บิดา
 - ค. พี่ชาย

- ง. น้องชาย
- จ. ไม่มีใครเคยบวชเลย
- ฉ. อื่น ๆ (โปรดระบุ)
15. ท่านเคยเข้ารับการฝึกอบรมธรรมทายาท หรือออกธุดงค์ ณ วัดพระธรรมกาย หรือไม่
- ก. เคย
- ข. ไม่เคย
- ถ้าไม่เคยท่านคิดว่าจะเข้าร่วมหรือไม่
- ก. คิด เพราะ
- ข. ไม่คิด เพราะ
- ค. อื่น ๆ (โปรดระบุ)
16. ท่านเข้าร่วมทำกิจกรรมกับทางชมรมพุทธศาสตร์เมื่อกำลังศึกษาอยู่ปีไหน
- ก. ปี 1
- ข. ปี 2
- ค. ปี 3
- ง. ปี 4
17. ท่านเข้ามาเป็นสมาชิกของชมรมพุทธศาสตร์เป็นเวลา ปี
18. ตำแหน่งที่ท่านดำรงอยู่ในชมรมพุทธศาสตร์
19. การเข้าร่วมทำกิจกรรมกับชมรมพุทธศาสตร์
- ก. กระทำสม่ำเสมอ
- ข. ไม่ค่อยเข้าร่วม เพราะ.....
- ค. ขึ้นอยู่กับอารมณ์และโอกาส
- ง. อื่น ๆ (โปรดระบุ)
20. ใครเป็นผู้แนะนำหรือชักชวนท่านให้มาเข้าร่วมทำกิจกรรมกับทางชมรมฯ
- ก. เพื่อนนิสิตด้วยกันเอง
- ข. สมาชิกของชมรมฯ
- ค. อื่น ๆ (โปรดระบุ)

21. การเข้าร่วมทำกิจกรรมกับทางชมรมฯ นั้น เหตุผลที่สำคัญที่สุดของท่านคืออะไร
- ก. เพื่อทำงานส่งเสริมพุทธศาสนา
- ข. เพื่อศึกษาและปฏิบัติธรรม
- ค. เพื่อความสงบสุขในจิตใจของตนเอง
- ง. ทั้ง ก, ข และ ค
22. บิดามารดาหรือคนในครอบครัว ที่รู้จักหรือใกล้ชิดกับพระ มีบ้างไหม
- ก. มี
- ข. ไม่มี
23. ในครอบครัวของท่านมี บิดา มารดา หรือญาติพี่น้องอื่น ๆ ไปทำบุญหรือเข้าร่วมพิธีกรรมที่จัดที่วัดเป็นประจำหรือบ่อย ๆ บ้างหรือไม่
- ก. มี
- ข. ไม่มี
24. ท่านเคยฟังเทศน์หรือฟังการบรรยายธรรมบ่อยไหม
- ก. เป็นประจำ
- ข. บ่อย ๆ
- ค. นาน ๆ ครั้ง
- ง. ไม่ฟังเลย
25. ท่านเคยเข้าร่วมฟังธรรมหรือปฏิบัติธรรม ณ วัดพระธรรมกาย บ้างไหม
- ก. เคย เพราะ
- ข. ไม่เคย เพราะ
26. ใครเป็นผู้แนะนำ หรือ ชักชวนท่านให้มาเข้าร่วมฟังธรรม หรือ ปฏิบัติธรรม ณ วัดพระธรรมกาย (ตอบข้อเดียว)
- ก. มีเพื่อนแนะนำ
- ข. มาเอง เพราะความเลื่อมใส
- ค. รู้ข่าวจากสื่อสารต่าง ๆ
- ง. ญาติที่ใกล้ชิดแนะนำ
- จ. อื่น ๆ (โปรดระบุ)

27. ท่านมีความประทับใจอะไรบ้างเกี่ยวกับ วัดพระธรรมกาย (โปรดเรียงตามลำดับความสำคัญ)
- ก. ปฏิปทา (บุคลิก) ของพระสงฆ์ผู้นำ เช่น ท่านเจ้าอาวาส
- ข. หลักธรรม ข้อ.....
- ค. วิธีสอน เช่น
- ง. ความเป็นระเบียบภายในวัด
- จ. ความพร้อมเพรียงและความศรัทธาของผู้ที่เข้าร่วมปฏิบัติธรรม
- ฉ. อื่น ๆ (โปรดระบุ)
28. ท่านคิดว่าการเผยแพร่เกี่ยวกับหลักธรรมต่าง ๆ ของ วัดพระธรรมกาย มีประโยชน์ต่อสังคม มากน้อยเพียงใด
- ก. มาก
- ข. ปานกลาง
- ค. น้อย
- ง. ไม่มี

ตอนที่ 2 กิจกรรมที่ทางชมรมพุทธศาสตร์จัดขึ้น

คำแนะนำในการตอบ

ข้อความข้างล่างนี้เป็นกิจกรรมที่ทางชมรมพุทธศาสตร์ จัดขึ้น อยากทราบว่า

- ก. ท่านมีส่วนทำงานให้ชมรมหรือร่วมกันทำกิจกรรมของชมรมฯ เหล่านี้มากน้อยแค่ไหน ขอให้ท่านใส่เครื่องหมาย ในช่องแต่ละข้อ ตามความเห็นของท่านมากที่สุด

ข้อที่	การมีส่วนร่วมในกิจกรรมของชมรมพุทธศาสตร์	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่มี
1	สวดมนต์ทำวัตรเช้า - เย็น				
2	มีการปฏิบัติธรรมโดยเฉพาะในเรื่องของการทำสมาธิ				
3	ร่วมตักบาตรเป็นประจำ				
4	ไปศึกษาธรรมทั้งภาคปริยัติและปฏิบัติในวันอาทิตย์ ณ วัดพระธรรมกาย				

ข้อที่	การมีส่วนร่วมในกิจกรรมของชมรมพุทธศาสตร์	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่มี
5	จัดทำบอร์ดเผยแพร่ธรรมะในรูปของหนังสือ แผ่นป้ายฯ				
6	การจัดนิทรรศการที่เป็นประโยชน์ต่อพระพุทธศาสนา และประชาชนขึ้นภายในมหาวิทยาลัย เช่น นิทรรศการทางก้าวหน้า				
7	จัดหาหนังสือธรรมะและอัครเทพธรรมบรรยายมาบริการ ให้สมาชิกและผู้สนใจยืมไปอ่านและฟังที่บ้าน				
8	คอยสอดส่อง ดูแลและควบคุมความประพฤติของ สมาชิกให้อยู่ในศีลธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณี และวัฒนธรรมอันดีงามของไทย				
9	การรักษาศีล 5 อย่างเคร่งครัด				
10	ไปบำเพ็ญกุศลในวันสำคัญทางพุทธศาสนา เช่น วันมาฆบูชา วันวิสาขบูชา วันเข้าพรรษา ฯลฯ				

ข. ท่านเห็นด้วยหรือไม่กับกิจกรรมในหัวข้อข้างล่างนี้

ขอให้ท่านใส่เครื่องหมาย ในช่องแต่ละข้อตามความเห็นของท่านมากที่สุด

ข้อที่	กิจกรรมของชมรมพุทธศาสตร์	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1	จัดทำหนังสือสวดมนต์ เป็นคู่มือแก่ผู้ มาสวดไว้ประจำสถานที่สวดมนต์					
2	จัดให้มีการบรรพชาและอุปสมบทหมู่ ทุกปี อย่างประหยัดและเรียบง่าย แก่เยาวชนและประชาชนผู้สนใจ					
3	จัดให้มีการฝึกอบรมกัมมัฐานแก่นิสิต นักศึกษา โดยให้เข้าใจถึงหลักการ ขั้นตอนและวิธีการปฏิบัติตามหลัก คำสอนของพุทธศาสนา					

ข้อที่	กิจกรรมของชมรมพุทธศาสตร์	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
4	จัดให้มีนิทรรศการที่จะเป็นประโยชน์ ต่อพระพุทธศาสนาและประชาชนชั้น เช่น จัดแสดงบอร์ดทางวิชาการ เกี่ยวกับมงคลชีวิต จัดให้มีการฉาย ภาพยนตร์ สไลด์ วิดีโอเทปเกี่ยว กับพระพุทธศาสนา มีการแสดง ปาฐกถาธรรมและบริการหนังสือธรรมะ					
5	จัดให้มีการเผยแพร่ธรรมะในรูปของ สิ่งตีพิมพ์หรือเขียนเป็นลายลักษณ์อักษร เช่น หนังสือ แผ่นป้าย ใบปลิว ฯลฯ					
6	จัดให้มีการอบรมสั่งสอน สอดส่องดูแล และควบคุมความประพฤติของสมาชิก ให้อยู่ในศีลธรรมขนบธรรมเนียม ประเพณี และวัฒนธรรมอันดีงาม ของไทย					
7	จัดให้มีการสวดมนต์ทำวัตรเช้า - เย็น					
8	จัดให้มีการศึกษาระรม นอกสถานที่ ด้วยการจัดพาธไปศึกษาธรรมทั้ง ภาคปริยัติและปฏิบัติในวันอาทิตย์ ณ วัดพระธรรมกาย					
9	จัดให้มีการตักบาตรเป็นประจำ					
10	พานิสิต นักศึกษาไปบำเพ็ญกุศลในวัน สำคัญทางพุทธศาสนา เช่น วันมาฆบูชา วันวิสาขบูชา วัน เข้าพรรษา ฯลฯ					

ข้อที่	กิจกรรมของชมรมพุทธศาสตร์	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
11	จัดระเบียบให้สมาชิกทุกคน ได้มีการ รักษาศีล 5 เพื่อจะได้สามารถนำไป ปรับใช้ ในชีวิตประจำวันของตนเอง ได้					
12	จัดให้มีการปฏิบัติธรรม โดยเน้นใน เรื่องของการทำสมาธิในทางพุทธศาสนา อย่างถูกต้อง					



ประวัติผู้วิจัย

นางสาว รุ่งทิพย์ ศิริปิ่น เกิดเมื่อวันที่ 11 มิถุนายน พ.ศ. 2505 ที่อำเภอเมือง
จังหวัดปราจีนบุรี สำเร็จการศึกษาปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต จากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปี
การศึกษา 2528