

ศึกษาความพึงพอใจของชาวจีนต่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 วัดรำเปิง
ตำบลสุเทพ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

STUDY OF SATISFACTION IN MEDITATION PRACTICE THE 4 RITES OF WAT RONGPO
(WATTAPOTARAM) OF THE CHINESE PRACTITIONERS

HANDING MA

นิสิตพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

บัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่

พระบุญทรง ปุณฺณโร. ดร.; ผศ.ดร.เทพประวิณ จันทรแรง. พระอานาจ พุทฺธวิโส

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่

mei73huang@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงสำรวจในเรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจของชาวจีนต่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 วัดรำเปิง ตำบลสุเทพ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่” มีวัตถุประสงค์ดังนี้ 1) เพื่อศึกษาปัญหาและข้อเสนอแนะในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 2) เพื่อศึกษารูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน และ 3) เพื่อศึกษาความพึงพอใจของประชาชนจีนต่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน มีผลการศึกษาค้นคว้า ดังนี้ ปัญหาและข้อเสนอแนะในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐานวัดรำเปิง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ผู้ปฏิบัติธรรมชาวจีนบางส่วนมีปัญหาและความสงสัยในวิธีการปฏิบัติหรือผลลัพธ์ของการปฏิบัติ มีการสอบถามถึงการปฏิบัติธรรมในแนวทางอื่นๆ บ้าง กลุ่มตัวอย่างชาวจีนที่เข้ารับการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 ส่วนใหญ่สาเหตุของการมาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน คิดเป็นร้อยละ 41.1 รองลงมาคือมีปัญหาด้านครอบครัว คิดเป็นร้อยละ 18.2 และมีปัญหาการทำงาน คิดเป็นร้อยละ 16.8 ความพึงพอใจของประชาชนจีนต่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน กลุ่มตัวอย่างชาวจีนที่เข้ารับการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 พบว่าส่วนใหญ่เป็นเพศชาย มีร้อยละ 60.0 ส่วนเพศหญิงมีร้อยละ 40.0 มีความพึงพอใจระดับมากทุกรายการ คือ ด้านเอกสาร รองลงมาคือด้านบุคลากร (พระวิปัสสนาจารย์) และด้านประชาสัมพันธ์ และได้รับผลการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 โดยภาพรวมในระดับมากทุกรายการ คือ ด้านสุขภาพกาย รองลงมาคือด้านสุขภาพเวทนา และด้านสุขภาพจิต

คำสำคัญ : ความพึงพอใจ, ชาวจีน, การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน, สติปัฏฐาน 4.

ABSTRACT

This research is a survey research in the topic of "Study of Chinese people's satisfaction with meditation practice in accordance with the 4 temples of RamPoeng Subdistrict. Suthep Sub-district. Mueang District. Chiang Mai Province". Problems and suggestions in the practice of meditation meditation according to the Narathiwat Temple. Wat RamPoeng 2) To study the pattern of practice Meditation and Meditation Wat RamPoeng. and 3) to study the satisfaction of Chinese people towards the practice of meditation practice in accordance with the Wat RamPoeng district. Research results are as follows

Problems and suggestions in the practice of meditation practice in accordance with the Wat RamPoeng Temple. Muang District. Chiang Mai Province. Some Chinese practitioners have problems and doubts in the practice. Or the result of the practice. There are some questions about meditation in other ways. The sample of Chinese people who have been practicing meditation along the 4 temples. Most of the reasons for coming to practice meditation. representing 41.1 percent. followed by family problems. representing 18.2 percent and having work problems. representing 16 percent. The sample group of Chinese people who had practiced Vipassana meditation according to the 4 temples of RamPoeng Subdistrict. Suthep Subdistrict. Muang District. Chiang Mai Province. found that most of them were males 60.0 percent and females 40.0 percent. There was a very high level of satisfaction in every item. namely. documents. followed by personnel (Buddha Vipassana). and public relations. and received the result of meditation practice according to the four attitudes of mindfulness in all aspects. namely physical health. followed by health. compassion and mental health.

บทนำ

เทวดา มาร และพรหมทั้งหลาย พระพุทธรูปองค์ทรงเป็นครูสอนองค์แรก และเป็นกัลยาณมิตร องค์แรก อยากที่จะหาสิ่งใดมาเปรียบเทียบกับคุณค่าของหลักธรรมอันมหาศาลสำหรับบุคคลในโลกนี้สิ่ง นั้นคือ “วิปัสสนากัมมัฏฐาน” ฐานอันเป็นที่ตั้งแห่งสติ สัมปชัญญะ หิริและโอตตปปะ เป็นแนวที่เป็นไป เพื่อความบริสุทธิ์ หมดจด วิเศษ โดยส่วนเดียว เรียกว่า “วิสุทธิมรรค” คือหนทางแห่งความบริสุทธิ์ ผุด ฝ่อง มีทางเดียวที่เป็นทางสายเอก ดังนั้นบุคคลใดได้เจริญสติภาวนาในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน

ตามแนวสติปัฏฐาน 4 ให้ถึงที่สุดแล้วย่อมได้แผนที่ที่สมบูรณ์ที่จะนำทางของบุคคลผู้นั้นเข้าสู่จุดหมายปลายทาง คือ “พระนิพพาน” อันเป็นหนทางแห่งการสิ้นอาสวะกิเลสและพ้นจากกองทุกข์ทั้งปวง ตามพุทธประสงค์ที่ต้องการให้สรรพสัตว์ทั้งหลายได้เข้าถึง หรือได้เห็นพระสัทธรรมที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบในพระพุทธศาสนา

โครงการปฏิบัติธรรมในเคอะมิตเติ้ลเวย์ภาคภาษาจีน ปัจจุบันชาวจีนจากทั่วโลกได้รวมตัวกันจัดอย่างต่อเนื่องมาแล้วเป็น 12 ปี โดยอาศัยช่วงเวลาพิเศษคือวันหยุดยาวประจำปีของชาวจีน เพื่อมาเติมพลังให้ชีวิตด้วยการนั่งสมาธิร่วมกัน ในโครงการปฏิบัติธรรมนี้ได้แบ่งคนเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มผู้ใหญ่ กลุ่มวัยรุ่น และกลุ่มเด็ก เพื่อให้ทุกท่านได้ศึกษาเรียนรู้ธรรมะและได้รับการดูแลอย่างเหมาะสมตามอายุ ทำให้ทุกคนในครอบครัวสามารถปฏิบัติธรรมได้อย่างสบายใจและศึกษาธรรมะได้เต็มที่ และฟังธรรมะจากพระอาจารย์ทุกคนก็มีความซาบซึ้งใจ ร้องรับผู้มีบุญที่มาปฏิบัติธรรมได้ถึง 500 คน (โครงการปฏิบัติธรรมออนไลน์) วัดไร่เปิง (ตโปทาราม) เป็นวัดวิปัสสนากรรมฐานทางภาคเหนือ เป็นสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดเชียงใหม่ แห่งที่ 2 ตั้งอยู่ที่ ตำบลสุเทพ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ได้รับการริเริ่มพัฒนาวัด เพื่อเป็นสำนักวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน 4 โดยพระธรรมมังคลาจารย์ (หลวงปู่ทอง สิริมฺงคโล) เมื่อปี 2518 ปัจจุบันวัดอยู่ภายใต้การดูแลของพระครูภาวนาวิรัช (พระปลัดสุพันธ์ อาจิณฺณสโร) เจ้าอาวาสองค์ปัจจุบัน (ประวัติดิฉันไร่เปิง (ตโปทาราม) ในจังหวัดเชียงใหม่ก็เช่นเดียวกันที่มีผู้มาปฏิบัติธรรมเป็นชาวจีนเข้ามาปฏิบัติธรรม ณ วัดไร่เปิง (ตโปทาราม) เป็นจำนวนมาก มีสถิติผู้เข้าปฏิบัติธรรม ปี 2561 ที่ผ่านมามีจำนวน 40 คน เป็นเรื่องที่น่าสนใจอย่างยิ่ง ผู้วิจัยเห็นถึงความสำคัญในการศึกษาหาความรู้และความเข้าใจหลักการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 ของผู้ปฏิบัติธรรมชาวจีน ซึ่งเป็นกลุ่มผู้ปฏิบัติธรรมที่กำลังขยายตัวเพิ่มขึ้นในเวลาอันรวดเร็ว และจะเป็นพลังอันสำคัญในการช่วยสร้างรากฐานและเผยแพร่การปฏิบัติธรรมตามแนวทางพระพุทธศาสนาให้เติบโตอย่างแข็งแรง ดังนั้นผู้วิจัยมุ่งประเด็นความพึงพอใจของประชาชนจีนต่อการเข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน ในด้านสถานที่ ด้านรูปแบบการอบรม ด้านเนื้อหาสาระ และด้านวิทยากร เป็นต้น เพื่อก่อให้เกิดผลและประโยชน์ที่แท้จริงของการปฏิบัติและเกิดความสำเร็จในการเผยแพร่พุทธศาสนาให้มากยิ่งขึ้น รวมถึงการรักษาสืบทอดพระพุทธศาสนาต่อไป

วัตถุประสงค์ของงานวิจัย

1. เพื่อศึกษาปัญหาและข้อเสนอแนะในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนว สติปัฏฐาน วัดไร่เปิง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่
2. เพื่อศึกษารูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน วัดไร่เปิง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

3. เพื่อศึกษาความพึงพอใจของประชาชนจีนต่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน วัดรำเปิง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

ขอบเขตการวิจัย

ขอบเขตด้านเนื้อหา

การศึกษาความพึงพอใจของประชาชนจีนต่อการเข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน วัดรำเปิง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ในด้านสถานที่ ด้านรูปแบบการอบรม ด้านเนื้อหาสาระ และด้านวิทยากร

ขอบเขตด้านตัวแปร

1. ตัวแปรต้น ได้แก่ ข้อมูลสถานภาพส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ อาชีพ และวุฒิการศึกษา
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ความพึงพอใจของชาวจีนต่อการเข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน วัดรำเปิง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ในด้านสถานที่ ด้านรูปแบบการอบรม ด้านเนื้อหาสาระ และด้านวิทยากร

ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร ได้แก่ ประชาชนชาวจีนผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน วัดรำเปิง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ระหว่าง 1 กันยายน 2561 ถึง 31 กรกฎาคม 2562 เป็นเวลาอย่างน้อย 10 วัน จำนวน 20 คน
2. กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ประชาชนจีนผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน วัดรำเปิง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่จำนวนทั้งสิ้น 20 คน โดยใช้วิธีการสุ่มแบบอย่างง่าย (Simple Random Sampling)

ขอบเขตด้านสถานที่

สำนักปฏิบัติธรรมวัดรำเปิง (ตโปทาราม) ตำบลสุเทพ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

ขอบเขตด้านระยะเวลา

ดำเนินการวิจัยตั้งแต่ 1 กันยายน พ.ศ. 2561 ถึง 31 กรกฎาคม พ.ศ. 2562 รวมเป็นระยะเวลา 12 เดือน

ผลการวิจัย

ปัญหาและข้อเสนอแนะในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน

วัดรำเปิง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ผู้ปฏิบัติธรรมชาวจีนบางส่วนมีปัญหาและความสงสัยในวิธีการปฏิบัติ หรือผลลัพธ์ของการปฏิบัติ เช่น ต้องยกเท้าอย่างไรถึงจะเดินจงกรมได้โดยไม่

ปวดหลัง การนั่งสมาธิสามารถนั่งบนเก้าอี้ได้หรือไม่ มีการสอบถามถึงการปฏิบัติธรรมในแนวทางอื่นๆ บ้าง เช่น สามารถทำสมาธิด้วยการนับลูกประคำได้หรือไม่ ข้อเสนอแนะในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ความตั้งใจในการปฏิบัติธรรม ผู้ปฏิบัติธรรมชาวจีนส่วนมากมีความตั้งใจในการปฏิบัติธรรม ไม่มีการพูดคุยกันในระหว่างช่วงเวลาปฏิบัติ ลักษณะการปฏิบัติ ผู้ปฏิบัติธรรมชาวจีนทั้งหมดปฏิบัติในรูปแบบที่ถูกต้อง ทั้งการกราบ การเดินจงกรม และการนั่งสมาธิ การสอบถามผล การปฏิบัติและสอบถามข้อสงสัยในการปฏิบัติโดยไม่ได้พูดคุยถึงเรื่องอื่นที่ไม่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติ การปฏิบัติตนอยู่ในกฎระเบียบ ผู้ปฏิบัติธรรมชาวจีนไม่มีละเมิดกฎระเบียบ มีความเข้าใจในการถือศีล 8 ระหว่างการปฏิบัติธรรม กลุ่มตัวอย่างชาวจีนที่เข้ารับการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 วัดไร่เปิง ตำบลสุเทพ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ส่วนใหญ่สาเหตุของการมาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน จำนวน 115 คน คิดเป็นร้อยละ 41.1 รองลงมา คือ มีปัญหาด้านครอบครัวจำนวน 51 คน คิดเป็นร้อยละ 18.2 และมีปัญหาการทำงาน จำนวน 47 คน คิดเป็นร้อยละ 16.8 ตามลำดับ

รูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน วัดไร่เปิง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 คือ มีสติในกาย มีสติในเวทนา มีสติในจิต มีสติในธรรม สอนตั้งแต่กฎระเบียบในการอยู่วัด จนถึงหลักการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานและหลักการนำไปปฏิบัติในกิจวัตรประจำวัน วิธีการสอนการปฏิบัติโดยการ กราบสติปัฏฐาน ยืน เดินจงกรม ขวาย่างหนอ ซ้ายย่างหนอ นั่งสมาธิ พองหนอ ยุบหนอ มีคำว่า “หนอ” ลงท้ายทุกคำกำหนด เพื่อให้มีสติ สมาธิ และเกิดปัญญาครบวงจร และปฏิบัติให้สอดคล้องกับการกำหนดอิริยาบถใหญ่ และอิริยาบถย่อย รับผิดชอบตั้งแต่คอร์สเล็ก 3 วันขึ้นไปเป็นพื้นฐาน จนถึงคอร์สใหญ่ 26 วัน เดินตั้งแต่ 1 ระยะ ถึง 6 ระยะ นั่งสมาธิกำหนดจุดวนขึ้นรอบลำตัว 28 จุด และมีพระวิทยากร และแม่ชี เป็นพี่เลี้ยงให้ความเมตตาสอนในแต่ละรอบการปฏิบัติ และมีพระวิปัสสนาจารย์คอยสอบถามให้กำลังใจ และแนะนำ เพื่อให้การปฏิบัติเจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้นจนถึงการเข้าอธิฐาน เพื่อพัฒนาจิตให้สูงขึ้นในชีวิตประจำวัน จนถึงความพ้นทุกข์ทั้งปวง การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 เป็นหลักการปฏิบัติที่สำคัญที่ประกอบด้วยหัวข้อธรรม และปัจจัยต่างๆ ปฏิบัติเพื่อนำมาสอดคล้อง เชื่อมโยง เพื่อส่งผลการสนับสนุนให้การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 สมบูรณ์มากยิ่งขึ้น เช่น สติ สัมปชัญญะ หิริ โอตตัปปะ ศีล สมาธิ ความไม่ประมาท โพธิปักขิยธรรม 37 ปัจจัย 4 ความมีกัลยาณมิตร อริยทรัพย์ภายใน อริยทรัพย์ภายนอกตลอดถึง วิธีการสื่อสารบุคคล สื่อมวลชน และการสื่อสารทางออนไลน์ ปฏิบัติเพื่อให้เห็นถึงสภาพของธรรมชาติในกฎพระไตรลักษณ์ เพื่อความสงบ สว่างแห่งจิตเพื่อความเป็นผู้นิ่งอยู่ จนถึงสันติสุข ความดับทุกข์ คือ “พระนิพพาน”

ความพึงพอใจของประชาชนจีนต่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน วัดร่ำเปิง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

กลุ่มตัวอย่างชาวจีนที่เข้ารับการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 วัดร่ำเปิง ตำบลสุเทพ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย มีจำนวนเพียง 168 คน หรือ ร้อยละ 60.0 ส่วนเพศหญิง มีจำนวน 112 คน คิดเป็นร้อยละ 40.0 มีความพึงพอใจระดับมากทุกรายการ คือ ด้านเอกสาร ($\bar{X} = 4.10$) รองลงมา คือ ด้านบุคลากร (พระวิปัสสนาจารย์) ($\bar{X} = 4.09$) และด้านประชาสัมพันธ์ ($\bar{X} = 4.08$) และได้รับผลการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐานสี่ โดยภาพรวมในระดับมากทุกรายการ คือ ด้านสุขภาพกาย ($\bar{X} = 4.07$) รองลงมา คือ ด้านสุขภาพเวทนา ($\bar{X} = 4.03$) และด้านสุขภาพจิต ($\bar{X} = 4.03$)

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

ควรนำการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 ระหว่างชาวไทย และชาวต่างชาติ ไปเผยแพร่พระพุทธศาสนาและพัฒนาวิธีการสอน ฝึกอบรมปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 ในแนวพองหนอ ยุบหนออย่างกว้างขวาง มีประสิทธิภาพ

ข้อเสนอแนะทางเลือกหัวข้อวิจัย

จากการศึกษางานการวิจัยนี้ผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะทางเลือกเพื่อเป็นประโยชน์สำหรับผู้ที่จะทำวิทยานิพนธ์ในการวิจัยครั้งต่อไป ดังนี้

1. ศึกษาการเปรียบเทียบการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 ระหว่างชาวไทย และชาวต่างชาติ วัดร่ำเปิง (ตโปทาราม) ตำบลสุเทพ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่
2. ศึกษาเทคนิคการเผยแพร่วิปัสสนากัมมัฏฐาน ตามแนวสติปัฏฐาน 4 ของพระครูภาวนาวิริช วัดร่ำเปิง (ตโปทาราม) ตำบลสุเทพ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

ผู้วิจัยหวังว่าข้อเสนอหัวข้องานวิจัยทั้ง 2 ข้อนี้จะเป็นประโยชน์ต่อผู้สนใจนำไปศึกษาวิจัยเพิ่มเติม และหวังว่าความรู้ข้อมูลในการวิเคราะห์ ของผู้วิจัยนี้ จะสามารถนำไปใช้ประโยชน์ เป็นพื้นฐานเพื่อการต่อยอดในการทำวิทยานิพนธ์ ในครั้งต่อไป

References

- กรมการศาสนา กระทรวงวัฒนธรรม. พระไตรปิฎก ฉบับสำหรับประชาชน ตอน ว่าด้วยพระสูตร.
กรมการศาสนา กระทรวงวัฒนธรรม. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์ (ร.ส.พ.). 2548.

- กองงานเลขานุการ วัดร่ำเปิง (ตโปทาราม). **สำนักวิปัสสนากรรมฐานประจำจังหวัดเชียงใหม่แห่งที่ 2 วัดร่ำเปิง (ตโปทาราม)**. พิมพ์ครั้งที่ 6. เชียงใหม่. 2556.
- เกียรติสุดา ศรีสุข. “การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัย”. **Journal of Measurement and Research in Education**. Volume 21 Number 1 (May 2006) : 19 – 23.
- กลุ่มงานสารสนเทศฯ ศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศกลาง. **สถิติคดีอาญา**. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: http://statistic.police.go.th/dn_main.htm [21 มี.ค. 2556].
- คณะลูกศิษย์. **ทางสายเอก**. เชียงใหม่: หจก. โรงพิมพ์ช้างเผือก. 2555.
- คณะศึกษานิเทศน์วัดร่ำเปิง (ตโปทาราม). **สรรพธรรม 2**. พิมพ์ครั้งที่ 1. เชียงใหม่: สมศักดิ์การพิมพ์. 2556.
- _____. **สรรพธรรม 3**. พิมพ์ครั้งที่ 1. เชียงใหม่ : สมศักดิ์การพิมพ์. 2556.
- แซมเย สยาดอ พระชนกาภิวงศ์ อัครมหาภิกษุฐานาจารย์. **วิปัสสนาญาณก้าวหน้าอย่างไร**. แปลโดย มณฑาทิพย์ คุณวัฒนา. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บุญศิริการพิมพ์. 2549.
- ธนิต อยู่โพธิ์. **วิปัสสนาภาวนา ว่าด้วย วิธีปฏิบัติวิปัสสนาทดสอบรู้ผลด้วยตนเอง**. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2538.
- _____. **วิปัสสนานิยม ว่าด้วยทฤษฎีและการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน จบสมบุรณ์**. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2540.
- _____. **อานิสงส์วิปัสสนากัมมัฏฐาน**. พิมพ์ครั้งที่ 6 . กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539.
- แนบ มหานิรานนท์. **การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเล่ม 1-2**. 2538.
- พระกฤษณะภิกษุ. **การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน (พองหนอ...ยุบหนอ) ธรรมบรรยายภาคปฏิบัติ**. แปลโดย พระคันธสารภิกษุ. กรุงเทพมหานคร: จัดพิมพ์เผยแพร่เป็นธรรมทานโดยกองทุนเผยแพร่ธรรมะ “สุทธจิตโต ภิกขุ” . 2548.
- พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี). **วิปัสสนาภูมิ**. วัดมเหยงคณ์ จ. พระนครศรีอยุธยา. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร: บริษัท บุญศิริการพิมพ์ จำกัด. 2545.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539.
- _____. **คัมภีร์อรรถกถา ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539.