

การประยุกต์หลักสติปัฏฐานเพื่อพัฒนาเยาวชนในโรงเรียนวิถิปุทธ
ในจังหวัดนครราชสีมา

AN APPLICATION OF MAHĀSITIPATTHANĀ TO DEVELOP
YOUTH IN INTEGRATED BUDDHIST SCHOOL IN
NAKHONRATCHASIMA PROVINCE

¹พระสมศักดิ์ มนิสโร (ดีเสมอ) ²พระมหาสุพร รกขิตธมโม
และ ³พระยุทธนา อธิจิตโต

¹Phra Momsak Manisalo (Deesamer), ²Phamaha Suporn Rakkhitadhammo,
and ³Phra yuthana Adhicitto,

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ประเทศไทย
Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

¹ea_somsak@hotmail.com

Received : May 1, 2022; Revised : May 28, 2022; Accepted : June 30, 2022

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) ศึกษาหลักสติปัฏฐานเพื่อพัฒนาเยาวชนตามหลักพระพุทธานุศาสนานา 2) ศึกษาสภาพปัญหาหลักสติปัฏฐานพัฒนาเยาวชนในโรงเรียนวิถิปุทธในจังหวัดนครราชสีมา 3) การประยุกต์หลักสติปัฏฐานเพื่อพัฒนาเยาวชนในโรงเรียนวิถิปุทธในจังหวัดนครราชสีมา ผลการวิจัยพบว่า 1) การหลักสติปัฏฐานเพื่อพัฒนาเยาวชนตามหลักพระพุทธานุศาสนา จนเกิดปัญญาสามารถแยกแยะดี-ชั่วได้ด้วยตนเองรู้ว่าสิ่งใดควรทำสิ่งใดไม่ควรทำหากเยาวชนที่เป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อที่จะย่างเข้าสู่วัยรุ่นมีสติคอยระคับระคอง ไม่ว่าจะพัฒนาความดีด้านอื่นๆ ได้แก่ การเอื้อเฟื้อเกื้อกูล การไม่เบียดเบียนผู้อื่น และการควบคุมจิตใจให้สงบก็จะสามารถพัฒนาได้ง่าย 2) สภาพปัญหาเยาวชนในโรงเรียนวิถิปุทธในจังหวัดนครราชสีมา สภาพปัญหาหลักสติปัฏฐานการพัฒนาเยาวชนโรงเรียนวิถิปุทธนั้นมาจาก

¹ นิสิต หลักสูตรพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครราชสีมา

² ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครราชสีมา

³ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครราชสีมา

สาเหตุสถาบันครอบครัว ซึ่งครอบครัวไทยแต่ก่อนเป็นครอบครัวขยาย แต่ปัจจุบันกลายเป็นครอบครัวเดี่ยว และไม่ได้สอนให้เขามีสติในการดูแลตนเองในการใช้ชีวิตประจำวันให้กับเยาวชน 3) การประยุกต์หลักสติปัญญาเพื่อพัฒนาเยาวชนในโรงเรียนวิถิปุทธในจังหวัดนครราชสีมา การพัฒนาจิตใจของตนเองในด้านสติ ด้วยการศึกษารื่องสติและฝึกเจริญสติเป็นประจำ จะทำให้เยาวชนมีสติตั้งมั่น มีความตั้งใจแน่วแน่ ทำให้มีการคิด พิจารณาทำความเข้าใจ เป็นเหตุให้ผลของการศึกษาดีขึ้น พร้อมทั้งมีสติในการใช้ข้อมูลดังกล่าวในการดำเนินชีวิต และเสริมสร้างจิตสำนึกของเยาวชนในโรงเรียนวิถิปุทธในจังหวัดนครราชสีมา เพื่อให้ทุกคนมีความรู้ความสามารถมีทักษะเพื่อประโยชน์แห่งตนในการประกอบอาชีพตามศักยภาพ ประกอบกับหลักพุทธธรรมจึงเป็นเครื่องมือในการสร้างความสมดุลของชีวิต กิจกรรมการเรียนรู้จึงต้องนำหลักธรรมในทางพระพุทธศาสนามาบูรณาการ เป็นแนวทางในการจัดการเรียนรู้และการพัฒนา เช่น หลักศีล 5 หลักสังคหวัตถุ 4 หลักพรหมวิหาร 4 เป็นต้น

คำสำคัญ : การประยุกต์, หลักสติปัญญา, เยาวชน,โรงเรียนวิถิปุทธ,จังหวัดนครราชสีมา

Abstract

This article has the objectives are 1) Study about principle of Mahasatipatthana to develop youth according to Buddhism principles 2) study about problematic condition of Mahasatipatthana to develop youth in integrated Buddhist School in Nakhon Ratchasima Province 3) Application of Mahasatipatthana to develop youth in integrated Buddhist School in Nakhon Ratchasima Province. The result is found that 1) Principle of Mahasatipatthana to develop youth according to Buddhism principles; until the wisdom to be able to distinguish between good and evil by oneself and know what to do and what not to do. Youth is a transitional period that enters adolescence. The attentiveness is required in life and self-development in other areas as well such as generosity, not harassing others and calming the mind 2) Problematic condition of Mahasatipatthana to develop youth in integrated Buddhist School in Nakhon Ratchasima Province; caused from family. In the past, Thai families were extended families but at present, it has become a single family and everyday life, the youth living unconscious and lack of self-care 3) Application of Mahasatipatthana to develop youth in integrated Buddhist School in Nakhon Ratchasima Province; for self-development should

be study about attentiveness and practicing regularly. It will make the youth have a strong determination that leads to thinking, consideration, and understanding, which is the reason for better learning outcomes. The youth in Buddhist School in Nakhon Ratchasima Province have to keep attentiveness and enhance consciousness to develop their skills for the benefit of their own careers according to their potential. Using the Buddhist principles as the tools for balancing their life. The principles of Buddhism must be integrated as a guideline for learning management and development such as 5 Precepts, 4 Objects of sympathy, 4 Divine States etc.

Keywords : application, Mahasatipatthana, youth, integrated Buddhist School, Nakhon Ratchasima Province

บทนำ

สังคมไทยในชนบททุกภาคส่วนของประเทศไทย และวิถีชีวิตความเป็นอยู่ของประชาชนคงจะไม่ผิดแผกแตกต่างกันนักในด้านประเพณีวัฒนธรรม ผู้คนในสังคมจะอยู่กันอย่างสันติสุขและรู้จักสนิทคุ้นเคย ในอดีตที่ผ่านมา แต่ปัจจุบัน เมื่อประเทศไทย เข้าสู่ยุคทุนนิยม และเทคโนโลยี สภาพสังคม และวิถีชีวิตประชาชนก็เปลี่ยนไปจากเดิม พฤติกรรมของเยาวชนมีการเปลี่ยนแปลงไปสภาพของสังคม สู้ภาวะเสื่อมถอย จากหลายสาเหตุหลายประการที่เป็นปัจจัยให้เยาวชนอยู่ในสถานการณ์ จนน่าวิตก สังคมในยุคโลกาภิวัตน์นั้น เป็นสังคมที่มีความซับซ้อนสูงขึ้น นอกจากนั้นยังเป็นสังคมที่หลากหลายไปด้วยค่านิยม ทศนคติ ภาษา ศาสนา ความต้องการผลประโยชน์ เยาวชนส่วนใหญ่ยังไม่มาสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ขาดสติในการยั้งคิด และมีอคติต่อผู้เพื่อนด้วยกัน (ชลธิชา ศาลิคุปต์ม, 2549 :58) ทั้งนี้ในทางพระพุทธศาสนามีเครื่องมือจัดการความทุกข์ที่สามารถป้องกันและดับพิษอารมณ์ได้ด้วยการปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน โดยใช้สติปัญญามากกว่าการใช้อารมณ์ จึงมีประโยชน์อย่างมากกับเยาวชนปัจจุบัน การปฏิบัติงานและการดำเนินชีวิตอย่างเป็นรูปธรรมผ่านกระบวนการทางวัฒนธรรม เป็นกระบวนการที่ทำให้เยาวชนพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเอง ทำให้เป็นผู้รู้จักคิด รู้จักทำ รู้จักแก้ไขปัญหา และมีส่วนในการกำหนดทิศทางการสังคม (วันชัย ดนัยตโมนุท, 2542 :1) การพัฒนาชีวิตตนเองให้ดีขึ้น โดยนำหลักสติปัญญา มาปฏิบัติในชีวิตความเป็นอยู่ของเยาวชนเพื่อนำไปใช้ในการแก้ปัญหาชีวิตและพัฒนากาย วาจา และจิตใจ ตลอดจนสติปัญญาของตนเองให้สูงขึ้น อีกทั้งยังเป็นการสร้างบุญกุศลให้แก่ตนเองและบุคคลในครอบครัว ด้านทศนคติที่มีต่อการเจริญสติเป็นหลักธรรมที่สำคัญอย่างหนึ่งใน

พระพุทธศาสนาถือเป็นยอดแห่งธรรม สติมีบทบาทอย่างมากในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ การมีชีวิตอยู่อย่างไม่ขาดสติหรือการใช้สติอยู่เสมอในการครองชีวิต สติเป็นตัวการทำให้ระมัดระวังตัว (ขุ.ม.(ไทย) 29/3/13.) ป้องกันไม่ให้พลาดตกไปในทางชั่วหรือเสื่อม การใช้สติจึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง ทั้งนี้เพื่อที่จะก่อให้เกิดการแสดงออกทางสติปัญญาเป็นไปในทิศทางที่ถูกต้อง ซึ่งจะเป็นการปูพื้นฐานทางด้านค่านิยมทางสังคม รวมไปถึงพื้นฐานทางจริยธรรมในทางที่ถูกต้องดีงาม สติปัญญาตามแนวพระพุทธศาสนาเป็นหลักการเจริญสติเป็นสิ่งสำคัญ คือ มีสติเป็นใหญ่ มีสติเป็นประธาน สติ แปลว่า ระลึกได้ ก่อนพูด ก่อนทำ ก่อนคิด สติมีความระลึกได้เนื่องๆ ในอารมณ์เป็นลักษณะเป็นเครื่องหมายของสติ มีความไม่หลงลืม เป็นหน้าที่ มีการรักษาอารมณ์เป็นผลปรากฏและมีความมุ่งหน้าเฉพาะต่ออารมณ์ เป็นผลปรากฏ และสตินั้นมีความจำได้มั่นคง จำได้แม่นยำ เป็นเหตุใกล้ซัดที่ที่จะทำให้สติเกิดขึ้น แต่เมื่อว่าโดยส่วนภาคปฏิบัติแล้ว เหตุใกล้ซัดนั้นที่จะทำให้สติเกิดขึ้นแล้ว ได้แก่ สติปัญญา ในหมวดกายานุปัสสนาสติปัญญา (ขุ.ป. (ไทย) 31/34/592.) จะมุ่งเน้นไปให้มีสติในหมวดกาย เช่น อานาปานสติ คือ ดูลมหายใจเข้า และออก หมวดการเจริญสติปัญญาแบบอิริยาบถ คือ เมื่อยืน เดิน นั่ง นอนและหมวดสัมปชัญญะ คือระลึก,รู้ตัวอยู่เสมอ (ขุ.ป.(ไทย) 31/34/594) เพื่อช่วยสร้างแบบแผนเชิงโครงสร้างทางสังคมอันจะเป็นรากฐานทางวัฒนธรรม ซึ่งจะช่วยพัฒนาปัจเจกชนและสังคมให้รู้จักการปฏิบัติต่อกันในทิศทางที่สร้างสรรค์และเป็นตัวขับเคลื่อนสังคมทั้งหมดให้ดำเนินไปสู่จุดหมายและสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนให้เป็นผู้ดำรงสติ และมีความสุข มองโลกได้อย่างเข้าใจสามารถใช้สติในการแก้ปัญหาชีวิตได้และพัฒนาตนเองทางด้านจิตใจ เช่น การพัฒนาการพัฒนาสติปัญญา การพัฒนาชนบท การพัฒนาสังคมประเทศเป็นต้นพระเทพวิสุทธิกวี (พิจิตร ฐิตินฺทฺ โณ ป.ศ.9,2542 :52)

การประยุกต์หลักสติปัญญาเพื่อพัฒนาของเยาวชนในโรงเรียนวิถีพุทธในปัจจุบันทางด้านกายให้เยาวชนพิจารณาหลักกายานุปัสสนาสติปัญญา การมีสติพิจารณาทางกาย โดยการฝึกให้มีสติให้อยู่กับอิริยาบถใหญ่กับอิริยาบถย่อย เมื่อมีสติทำให้รู้จักตนเอง ตรวจสอบตนเอง ควบคุมตนเอง ไม่กระทำผิดต่อศีลธรรม และกฎหมายบ้านเมือง ทางด้านวาจาให้เยาวชนให้หลักกายานุปัสสนาสติปัญญา การพิจารณาตามหลักสติอยู่เสมอทางวาจาว่าเราจะพูดด้วยถ้อยคำสุภาพ และเป็นมงคลต่อตัวเองเสมอ ไม่พูดโกหก ไม่พูดคำหยาบ ไม่พูดเพื่อจ้อ การสร้างสัมปชัญญะในการกระทำทุกอย่าง และความเคลื่อนไหว ให้มีสติการรู้สึกตัวอยู่เสมอไม่หลงลืมสติ มีสติระลึกชอบ พิจารณาแยกแยะสิ่งใดที่เป็นกุศลธรรม สิ่งใดเป็นอกุศลธรรม (วสิน อินทสระ,2549 :96) ใช้สติในการควบคุมอารมณ์ของตนเองเพื่อขจัดความฟุ้งซ่านและอารมณ์โกรธให้ออกจากจิตใจ ก็จะทำให้เราเป็นคนใจเย็น อยู่ในสังคมอย่างสงบสุข

วัตถุประสงค์การวิจัย

- เพื่อศึกษาหลักสูตรปริญญาฐานเพื่อพัฒนาเยาวชนตามหลักพระพุทธศาสนา
- เพื่อศึกษาสภาพปัญหาหลักสูตรปริญญาฐานพัฒนาเยาวชนในโรงเรียนวิถิปุทธในจังหวัดนครราชสีมา
- เพื่อประยุกต์หลักสูตรปริญญาฐานเพื่อพัฒนาเยาวชนในโรงเรียนวิถิปุทธในจังหวัดนครราชสีมา

วิธีดำเนินการวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยคุณภาพ (Qualitative Research) และงานวิจัยภาคสนาม (Field Research) กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) และการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) วิธีการเก็บข้อมูล 2 แบบ คือ การศึกษาจากเอกสาร (Documentary Research) และการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) แล้วนำข้อมูลการสัมภาษณ์เพื่อนำมาวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา (Descriptive Analysis) เพื่อประมวลองค์ความรู้ ศึกษาแนวคิดและทฤษฎีต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับโดยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างเพื่อพัฒนาเยาวชนในโรงเรียนวิถิปุทธในจังหวัดนครราชสีมา โดยศึกษาจากคัมภีร์ เอกสารที่เกี่ยวข้อง ตลอดทั้งงานวิจัยที่มีผู้รู้ได้ศึกษาไว้รวมถึงการเก็บรวบรวมข้อมูล การสัมภาษณ์ และการสนทนากลุ่ม โดยได้โดยการสัมภาษณ์กลุ่มเป้าหมาย พระสงฆ์ และนักวิชาการทางพระพุทธศาสนา ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การสำรวจเอกสาร (Documentary Research) ค้นคว้าจากเอกสารทั้งที่เป็นปฐมภูมิ (Primary Sources) คือ พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ.2539 และจากเอกสารทุติยภูมิ (Secondary Sources) ได้แก่ งานวิจัย ตำราวิชาการ และเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการประยุกต์หลักสูตรปริญญาฐานเพื่อพัฒนาเยาวชนในโรงเรียนวิถิปุทธในจังหวัดนครราชสีมา

ขั้นตอนที่ 2 การสำรวจข้อมูลบริบทพื้นที่ เข้าสังเกต สัมภาษณ์ ใช้สื่อสังคมออนไลน์ของเยาวชนในโรงเรียนวิถิปุทธ และข้อมูลจากเว็บไซต์ หนังสือพิมพ์ งานวิจัย ตำราวิชาการ และเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการใช้สื่อสังคมออนไลน์ของเยาวชนในโรงเรียนวิถิปุทธ

ขั้นตอนที่ 3 การจัดทำเครื่องมือแบบสอบถาม นำหลักการ แนวคิด ทฤษฎี ปรับให้สอดคล้องเหมาะสมกับการประยุกต์หลักสูตรปริญญาฐานเพื่อพัฒนาเยาวชนในโรงเรียนวิถิปุทธในจังหวัดนครราชสีมา จัดทำเป็นเครื่องมือแบบคำถามสัมภาษณ์เชิงลึกเป็นคำถามแบบเจาะจง

ทั้งนี้การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ เพื่อหาค่าความเที่ยงตรงของคำถามที่ใช้โดยให้ ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน

ขั้นตอนที่ 4 การสำรวจข้อมูลภาคสนาม (Field Research) ผู้ศึกษาวิจัยใช้การ สัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth Interview) จำนวน 46 รูป/คน เพื่อศึกษาบริบท สภาพปัญหา และอุปสรรค กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นการเลือกแบบ เฉพาะเจาะจงคัดเลือกกลุ่มเป้าหมายผู้วิจัยได้ดำเนินการทำแบบสอบถาม และรวบรวมข้อมูล ที่ใช้ในการศึกษาวิจัย โดยวิธีการดังนี้

- 1) ผู้วิจัยดำเนินการสัมภาษณ์เชิงลึกพระสงฆ์ ได้แก่ ผู้ที่บวชบวชทางการศึกษา นักวิชาการทางพระพุทธศาสนา จำนวน 9 รูป
- 2) ผู้บริหารโรงเรียนวิถียุทธ 2 คน
- 3) ครูที่สอนในโรงเรียนวิถียุทธ 5 คน
- 4) เยาวชนในโรงเรียนวิถียุทธ 30 คน

ขั้นตอนที่ 5 การสังเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยทำการจัดหมวดหมู่ แบ่งประเภท เปรียบเทียบ วิเคราะห์ สังเคราะห์ อธิบาย ตีความ นำข้อมูลที่ได้แล้วมากำหนดเป็นกรอบ ออกแบบยกร่าง การประยุกต์หลักสติปัญญาเพื่อพัฒนาเยาวชนในโรงเรียนวิถียุทธในจังหวัด นครราชสีมาหลักการ รูปแบบ องค์ประกอบและวิธีการขั้นตอน โดยบูรณาการหลักการ แนวคิดทางพระพุทธศาสนา

ขั้นตอนที่ 6 ปรับปรุงพัฒนาและนำเสนอผลการวิจัย หลังจากได้สัมภาษณ์จาก ข้อมูลทั้งหมด ผู้วิจัยได้นำมาปรับปรุงและนำเสนอเป็นผลการวิจัย การประยุกต์หลักสติปัญญา เพื่อพัฒนาเยาวชนในโรงเรียนวิถียุทธในจังหวัดนครราชสีมาและข้อเสนอแนะต่างๆ เพื่อ การวิจัยในครั้งต่อไป

ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ประยุกต์หลักสติปัญญาเพื่อพัฒนาเยาวชนในโรงเรียนวิถียุทธใน จังหวัดนครราชสีมา สรุปผลการวิจัย ได้ดังนี้

1. หลักสติปัญญาเพื่อพัฒนาเยาวชนตามหลักพระพุทธศาสนา คือ ความระลึกได้ ตามหลักของกายานุปัสสนาสติปัญญา ในหมวดอานาปานสติ เป็นการดูลมหายใจเข้า ออก หมวดอิริยาบถ คือ ยืน เดิน นั่ง นอน และหมวดสัมปชัญญะ การทำความรู้สึกตัวเสมอ ต่อเนื่อง ตามหลักพระพุทธศาสนาจะพัฒนาสภาพจิตที่ติงามหลังจากรับรู้สิ่งใดแล้วและ แสดงออกด้วยพฤติกรรมที่เกื้อกูลและสร้างสรรค์ความคิด และแสดงออกถึงอารมณ์ได้อย่าง ถูกต้อง สามารถสร้างอารมณ์ที่เอื้อต่อการคิด สามารถเข้าใจอารมณ์และมีความรู้ทางอารมณ์

ตลอดจนสามารถควบคุมอารมณ์เพื่อส่งเสริมการเติบโตทางอารมณ์และสติปัญญาของเยาวชนความสามารถตระหนักรู้อารมณ์ของตนเองได้

สติกับเยาวชนการรู้จักใช้สติในการแก้ไขปัญหาทางอารมณ์เป็นสิ่งธรรมดาที่เกิดขึ้นกับคนเราไม่มีหลีกเลี่ยงได้ ตามปกติเมื่อเราพบเจอกับปัญหาและอุปสรรค เรามักหาทางออกให้ตนเองด้วยวิธีการต่างๆ ซึ่งการแก้ไขปัญหาเหล่านั้นควรคิดแก้ไขด้วยวิธีที่เหมาะสมเมื่อควรหากิจกรรมอื่นทำทดแทนโดยการเล่นกีฬาหรือเล่นดนตรีทำกิจกรรมนันทนาการ ถ้ามีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนควรปรึกษาพ่อแม่ ไม่โลภอยากได้ของเขา ไม่พยายามปองร้ายเขาและเห็นชอบตามคลองธรรม เข้าใจอารมณ์ของตนเอง สามารถแยกแยะวิเคราะห์อารมณ์ของตนเอง เพื่อดำเนินการจัดการกับอารมณ์ของตนเองแล้วก็แสดงออกทางการกระทำได้อย่างเหมาะสม รวมถึงสามารถที่จะทำความเข้าใจและรับรู้อารมณ์ของผู้อื่น พร้อมทั้งมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นได้ ความสามารถของบุคคลที่จะใช้ปัญญาในการรักษาและพัฒนาสภาพจิตที่ดิ่งงามหลังจากรับรู้สิ่งใดแล้วและแสดงออกด้วยพฤติกรรมของเด็กเยาวชนเพื่อที่เกื้อกูลและสร้างสรรค์การคิดพิจารณาให้เข้าใจความจริงและคุณค่าที่จะใช้ให้เป็นประโยชน์ด้วยการคิดตามหลักสติปัญญา ซึ่งมีลักษณะสำคัญดังนี้คือ ให้เด็กเยาวชนได้คิดฉลาด คิดถูกทาง คิดอย่างมีเหตุมีผลและการคิดเร้ากุศล สภาวะที่เกิดขึ้นในจิตใจ โดยทำให้จิตมีสุขภาพดี สะอาดประกอบด้วยปัญญาและมีความสุข ความสามารถของบุคคลในการมีปัญญา มีสติ ตระหนักรู้อารมณ์ ความรู้สึกนึกคิดภายในตนที่สามารถจัดการ ควบคุมอารมณ์ตนเองและผู้อื่น อีกทั้ง การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นของตนเองได้อย่างเหมาะสม ถูกกาลเทศะสามารถให้กำลังใจตนเองในการที่จะเผชิญกับความขัดแย้งได้ อีกทั้งสามารถจัดความเครียดและมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์สิ่งดีงาม มองโลกในแง่ดี สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ประสบความสำเร็จในการทำงานของตน ตลอดจนประสบ ความสำเร็จในชีวิต

การพัฒนาอารมณ์ด้วยสติการพิจารณาในหมวดกาย การฝึกให้มีสติ เมื่อมีสติทำให้รู้จักตนเอง ตรวจสอบตนเอง ควบคุมตนเอง แล้วก็สามารถที่จะพัฒนาคุณสมบัติของจิตที่เป็นฝ่ายกุศลออกมาปฏิบัติการได้อย่างเหมาะสมในสถานการณ์ต่างๆ เมื่อมีสติทำให้เกิดความรู้ในการจัดการกับตัวเองคือปัญญาสามารถเลือกตัดสินใจเลือกปฏิบัติการได้อย่างเหมาะสม สติและปัญญาจะเป็นตัวกำกับควบคุมสิ่งที่เรียกว่าอารมณ์ทั้งฝ่ายดีและฝ่ายไม่ดี ทั้งฝ่ายกุศลและอกุศลให้อยู่ในภาวะที่พอดี เพื่อให้เยาวชนสร้างสติให้ตนเองเกิดขึ้นบ่อยๆตามหลักคำสอนของพุทธศาสนาสอนให้ใช้ปัญญาเพื่อพัฒนาสภาพจิตให้ดิ่งงามหลังจากรับรู้สิ่งใดแล้วและแสดงออกด้วยการพฤติกรรม เช่น การแสดงออกทางกาย วาจา และใจ ที่เกื้อกูลและสร้างสรรค์สติปัญญาเป็นการฝึกให้มีสติ เมื่อมีสติทำให้รู้จักตนเอง ตรวจสอบตนเอง ควบคุมตนเอง แล้วก็สามารถที่จะพัฒนาคุณสมบัติของจิตที่เป็นฝ่ายกุศลออกมาปฏิบัติการได้อย่างเหมาะสมในสถานการณ์ต่างๆ

2. สภาพปัญหาหลักสติปัญญานการพัฒนาเยาวชนโรงเรียนวิถิพุทธ นั้นมาจากสาเหตุสถาบันครอบครัว ซึ่งครอบครัวไทยแต่ก่อนเป็นครอบครัวขยาย แต่ปัจจุบันกลายเป็นครอบครัวเดี่ยว จึงมีแต่พ่อแม่ลูกๆ อยู่ด้วยกันเท่านั้น ไม่มีปู่ย่า ตายาย ลุงป้า น้าอา มาอยู่ด้วย เมื่อพ่อแม่ไม่มีเวลาเลี้ยงดูและดูแลลูก เพราะต้องออกไปทำงานแต่เช้า กลับมาก็ค่ำมืด พ่อแม่จำเป็นจ้งคนมาเลี้ยงดูเด็กๆ ความใกล้ชิดและความอบอุ่นระหว่างพ่อแม่กับลูกก็ขาดหายไปและการสอนให้เขามีสติในการดูแลตนเองในการใช้ชีวิตประจำวันให้กับเยาวชน ดังตัวอย่างที่ได้จากการสัมภาษณ์ ผู้บริหาร คณะครู และเยาวชนที่เกิดปัญหาและอุปสรรค ทางกาย วาจา และใจ มีดังนี้

- 1) การขาดการฝึกทักษะของสติมาจากครอบครัว พ่อแม่ ผู้ปกครองจะเลี้ยงตามใจลูกหลาน
- 2) การขาดสติในการใช้เงินเลี้ยงลูก จะซื้อหาสิ่งของตามทีลูกหลานต้องการ
- 3) เยาวชนส่วนใหญ่จะใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่กับมือถือ ขาดสติในการพิจารณาในการดูสื่อ
- 4) พ่อแม่ไม่มีเวลาสอนให้เยาวชนให้มีสติในการคบหาเพื่อน
- 5) ขาดสติในการใช้เหตุผลกับสิ่งทีจะจำเป็นทีต้องใช้ในชีวิต

เยาวชนไทยถูกล่อลอมให้ยึดติดกับบริโภคนิยม มีพฤติกรรมการกินการอยู่ฟุ้งเฟ้อ มีการใช้จ่ายอย่างฟุ่มเฟือย ใช้ชีวิตแสดงถึงความทันสมัย

3. การประยุกต์หลักสติปัญญานเพื่อพัฒนาเยาวชนในโรงเรียนวิถิพุทธในจังหวัดนครราชสีมา ทางด้านกาย นักวิชาการได้มีการเสริมแรกบวักด้วยวิธีการพัฒนาสร้างแรงจูงใจให้เกิดการเรียนรู้ และการรับรู้ คือ การให้ข้อคิดหลักการของสติปัญญานเพื่อนำไปปรับใช้กับเยาวชนในโรงเรียนวิถิพุทธ เป็นข้อปฏิบัติเพือรู้แจ้ง คือเข้าใจตามเป็นจริงของสิ่งทั้งปวงโดยไม่ถูกกิเลสครอบงำ สติปัญญาน อย่าง คือ กายานุปัสสนา โดยให้เข้าใจวิธีการตามหลักสติปัญญาน ต้องลงมือปฏิบัติตามแนวทางอย่างจริงจังจึงจะเห็นผล ซึ่งผลทีจะเกิดขึ้นจากแนวทางในการนำหลักสติปัญญานมาใช้ เพือให้พิจารณาสิ่งทีรู้ และ สิ่งทีเห็น เพือให้มีสติเตือนตนเอง ให้มีความละอายต่อบาป ไม่ทำผิดกฎหมาย ผิดศีลธรรม ผิดประเพณีต่อสังคม โดยฝึกทักษะด้านสติการแสดงออกทางกายของเยาวชน เช่น

- 1) ให้มีสติสำรวมกาย วาจา และใจ
- 2) ให้ประพฤติตามวิธีการของสติปัญญานในหมวดกายานุปัสสนา คือการรู้สึกตัวอยู่เสมอไม่หลงลืมสติ ให้มากเท่าไร เราก็จะเป็นผู้รู้เท่าทันต่อเหตุการณ์มากเท่านั้น เพือไม่ให้พลอสติในการประพฤติผิดต่อกฎหมายบ้านเมือง
- 3) การทำกิจกรรมเข้าอบรมคุณธรรมจริยธรรมวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาตามสติปัญญานในหมวดกาย

4) ฝึกทักษะใช้สติในการพิจารณาในการเสพสื่อทางเว็บไซต์ทางอินเทอร์เน็ต แสดงออกทางกายอย่างเหมาะสม

5) การฝึกให้มีสติสัมปชัญญะรู้สึกตัวในกายของตนเองอยู่เสมอในปัจจุบันในการกระทำทุกอย่างอิริยาบถใหญ่ อิริยาบถย่อย ในการเคลื่อนไหว

6) ฝึกกำหนดอิริยาบถ การยืน เดิน นั่ง นอน หรือ ร่างกายอยู่ในอาการอย่างไรก็ รู้ชัด

หลักการของสติปัญญาฐานเพื่อนำไปปรับใช้กับเยาวชนในโรงเรียนวิถิพุทธ เป็นข้อปฏิบัติเพื่อรู้แจ้ง คือเข้าใจตามเป็นจริงของสิ่งทั้งปวงโดยไม่ถูกอารมณ์ที่ผิดครอบงำ สติปัญญาฐานในหมวด กายานุปัสสนาสติปัญญา โดยให้เข้าใจวิธีการตามหลักสติปัญญา ต้องลงมือปฏิบัติตามแนวทางอย่างจริงจังจึงจะเห็นผล ซึ่งผลที่จะเกิดขึ้นจากแนวทางในการนำไปประยุกต์หลักสติปัญญามาใช้ เพื่อให้พิจารณาสิ่งที่รู้ และสิ่งที่เห็น เพื่อให้มีสติเตือนตนเองให้มีความละเอียดต่อบาป ไม่ทำผิดกฎหมาย ผิดศีลธรรม ผิดประเพณีต่อสังคม เช่น ให้เยาวชนประพฤติตามวิธีการของสติปัญญา ในหมวดกายานุปัสสนาในหมวดสัมปชัญญะ คือ การรู้สึกตัวอยู่เสมอไม่หลงลืมสติ ให้มากเท่าไร เยาวชนเหล่านั้นก็จะรู้เท่าทันต่อเหตุการณ์มากเท่านั้น เพื่อไม่ให้ผลอสติในการประพฤติผิดต่อกฎหมายบ้านเมืองหรือการมีสติอยู่ในกาย ในหมวดอานปานสติปัญญา เพื่อให้เยาวชนคุณลมเข้าจนเกิดความสงบก่อนที่จะเรียนหนังสือ เป็นต้น ผลที่จะเกิดขึ้นจากแนวทางการประยุกต์หลักสติปัญญามาใช้ด้านกาย เช่น โดยการทำกิจกรรมเข้าอบรมคุณธรรม จริยธรรม ในการรู้สึกตัวอยู่เสมอไม่หลงลืมสติ ให้พิจารณาสิ่งที่รู้ และสิ่งที่เห็นทางกาย เพื่อให้เยาวชนเกิดความสงบและความละเอียดต่อบาป

ดังนั้น ผลที่จะเกิดขึ้นจากแนวทางการประยุกต์หลักสติปัญญามาใช้ด้านกาย การฝึกพัฒนาจิตใจของตนเองในด้านสติ ด้วยการศึกษารื่องสติและฝึกเจริญสติเป็นประจำ จะทำให้เยาวชนมีสติตั้งมั่น มีความตั้งใจแน่วแน่ ไม่ผลอสติ ไม่คิดฟุ้งซ่าน ไม่คิดและทำกิจอื่นที่ไม่เกี่ยวข้องกับการศึกษา จึงทำให้มีการคิด พิจารณา ทำความเข้าใจ จดจำ และบันทึกเนื้อหาที่สำคัญของคำบรรยายไว้ได้เป็นอย่างดี เป็นเหตุให้ผลของการศึกษาดีขึ้น การพัฒนาจิตโดยการเพิ่มพูนข้อมูลด้านสติปัญญาทางธรรม และมีคุณค่าไว้ในความจำ พร้อมทั้งมีสติในการใช้ข้อมูลดังกล่าวในการดำเนินชีวิต จะทำให้เขามีสติในการรู้ดีรู้ชั่ว รู้ถูกรู้ผิด รู้ว่าอะไรควรคิดและควรทำ รู้ว่าอะไรไม่ควรคิดและไม่ควรทำ มุ่งแต่การคิดดีและทำแต่ความดีเช่น โดยการทำกิจกรรมเข้าอบรมคุณธรรม จริยธรรม ตามหลักสติปัญญา ฝึกให้มีสัมปชัญญะ คือ การสร้างสัมปชัญญะในการกระทำทุกอย่างและความเคลื่อนไหว ให้มีสติการรู้สึกตัวอยู่เสมอไม่หลงลืมสติ ให้พิจารณาสิ่งที่รู้และสิ่งที่เห็นทางกาย เพื่อให้เยาวชนเกิดความสงบและความละเอียดต่อบาป

อภิปรายผล

การวิจัยเรื่อง ประยุกต์หลักสติปัฏฐานเพื่อพัฒนาเยาวชนในโรงเรียนวิถิปุทธในจังหวัดนครราชสีมา มีประเด็นที่สามารถนำมาอภิปรายผล ดังนี้

การประยุกต์หลักสติปัฏฐานเพื่อพัฒนาเยาวชนในโรงเรียนวิถิปุทธในจังหวัดนครราชสีมา ได้ใช้หลักสติปัฏฐานเป็นหลักธรรมในพระพุทธศาสนาเป็นหลักการที่มนุษย์ทุกคนมีศักยภาพในการพัฒนาตนเองสิ่งจำเป็นที่เป็นพื้นฐานของการศึกษาและการพัฒนาในพระพุทธศาสนาเป็นกระบวนการหนึ่งของการพัฒนาพฤติกรรมโดยใช้สติปัฏฐานด้านกาย ซึ่งสามารถปรับเปลี่ยนการแสดงออกของเยาวชนในโรงเรียนวิถิปุทธได้มีองค์ความรู้จากวิธีการและการหลักสติปัฏฐานมาพัฒนาเยาวชน โดยใช้วิธีที่เกี่ยวกับหลักสติปัฏฐานมาพัฒนาทั้ง 3 ด้าน ได้แก่

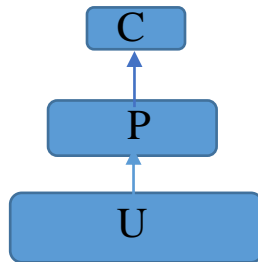
1. ด้านกาย คือ การมีสติพิจารณาทางกายถึงความเคลื่อนไหวในหมวดกาย โดยใช้หลักสติในหมวดอิริยาบถกับเยาวชน เช่น การ ยืน เดิน นั่งและนอนอย่างมีสติ โดยการฝึกให้มีสติ เมื่อมีสติทำให้รู้จักตนเอง ตรวจสอบตนเอง ควบคุมตนเอง ไม่กระทำผิดต่อศีลธรรมและกฎหมายบ้านเมือง

2. ด้านวาจา คือ การมีสติพิจารณาทางกาย พิจารณาตามหลักสัมปชัญญะคือมีสติรู้สึกตัวอยู่เสมอในอิริยาบถย่อย เช่น การพูด เป็นต้น เพื่อนำไปพัฒนาในด้านวาจาให้เหมาะสมกับเยาวชนทางวาจา ว่าจะจะพูดด้วยถ้อยคำสุภาพ และเป็นมงคลต่อตัวเองเสมอ ไม่พูดโกหก ไม่พูดคำหยาบ ไม่พูดเพ้อเจ้อ การสร้างสัมปชัญญะในการพูดทุกอย่างและความเคลื่อนไหวต่อการพูด เพื่อไม่ให้พูดเบียดเบียนผู้อื่น

3. ด้านจิตใจ คือ การฝึกอบรมพัฒนาจิตโดยการฝึกกำหนดสติตั้งมั่น แน่วแน่ด้วยสมาธิ ตามหลักกายานุปัสสนาสติปัฏฐานในหมวดของ อานาปานสติ คือ การควบคุมหายใจเข้าออก เพื่อให้จิตให้นุ่มไปสู่กุศลจิต ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติสมบูรณ์ด้วยคุณภาพจิต กล่าวคือ เป็นจิตที่ประกอบด้วยคุณธรรม จริยธรรม ความดีงาม กุศลธรรมที่จะเจริญงอกงามภายในจิตใจของผู้ที่ฝึกจิตสม่ำเสมอ เพื่อขจัดความฟุ้งซ่าน และอารมณ์โกรธให้ออกจากจิตใจ ก็จะทำให้เยาวชนใจเย็นขึ้นและมีสติสำรวจมระวังในการรู้ การเห็นเพื่อสามารถตัดสินใจได้อย่างต้อง

องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษา

องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษา การประยุกต์หลักสติปัญญาเพื่อพัฒนาเยาวชนในโรงเรียนวิสุทธิพุทธในจังหวัดนครราชสีมา ได้สร้างเป็นแผนผัง ดังนี้



แผนผัง : แสดงองค์ความรู้ที่ได้รับจากการวิจัย

โมเดลนี้ มีองค์ประกอบและคำบรรยายว่า UPC-Model ใช้สติเพื่อสนับสนุนการปฏิบัติตามหลักธรรมให้เกิดขึ้นกับเยาวชน

U = Using mindfulness to support the practice of dharmic principles ฝึกสติเพื่อสร้างกำลังแก่สติให้กับเยาวชน

P = Practicing mindfulness for its empowerment เจริญสติเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของเยาวชน

C = Cultivating mindfulness for the quality of life development

เอกสารอ้างอิง

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, (2539), *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณวิทยาลัย*, กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

ชลธิชา ศาลีคุปต์, (2549), *สังคมและการเมือง*, กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ ว. เซอร์วิส.

พระเทพวิสุทธิกวี (พิจิตร ฐิตวิณฺโณ ป.ธ.9), (2542), *การพัฒนาจิต, พิมพ์ครั้งที่ 6*, กรุงเทพฯ : มหามกุฏราชวิทยาลัย.

วันชัย ดนัยตโมนุท, (2542), *สถานะการศึกษาไทยกับนานาชาติ*, กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ การศาสนา.

วศิน อินทสระ, (2549), *พุทธจริยศาสตร์*, กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ธรรมดา.

