



พระพุทธเจ้า: ต้นแบบการโค้ชระดับสูงสุด The Buddha: A Role Model for Mastery in Coaching

พระวูท สุเมธ (ทองมัน) Phra Woot Sumedho (Tongmun)
บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
Graduate School, Mahachulalongkornrajavidyalaya University
Corresponding author, e-mail: sumedho.writer@gmail.com

Received February 16, 2024; Revised September 25, 2024; Accepted: September 30, 2024



บทคัดย่อ

บทความชิ้นนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อแสดงให้เห็นถึงการโค้ชที่มีในพระไตรปิฎก ด้วยเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผลการศึกษาพบว่า ความหมาย ปรัชญา ลักษณะ คุณสมบัติ และตัวอย่างการโค้ชปรากฏมีอยู่แล้วในพระพุทธศาสนา แม้ว่าในยุคปัจจุบันคำนิยามการโค้ชจะมีความคลุมเครือสับสน จนสหพันธ์การโค้ชนานาชาติในฐานะองค์กรเฉพาะทางด้านการโค้ชที่มีสมาชิกมากที่สุดในโลกได้กำหนดคำนิยามขึ้น หากพิจารณาหลักการดูแลและการยกระดับจิตใจจากตะวันตกและพระพุทธศาสนาอาจมีความเหมือนกันบ้าง แต่สิ่งสำคัญที่งานชิ้นนี้ต้องการนำเสนอคือตัวอย่างที่ปรากฏขึ้นจริงให้ผลจริง ซึ่งได้รับการบันทึกไว้อย่างเป็นระบบ โดยมีความมุ่งเน้นไปที่โค้ชซี (ผู้รับบริการ) ให้พ้นจากความทุกข์ พบสุขที่แท้จริง โดยอาศัยโค้ช (ผู้ให้บริการ) ประกอบด้วยความเป็นกัลยาณมิตรผู้มีภูมิรู้ ภูมิธรรม ภูมิฐาน เป็นผู้เอื้อกระบวนการ จนเกิดผลลัพธ์ที่เหนือไปกว่าประโยชน์ระดับตาเห็น สิ่งที่เกิดขึ้นเป็นประโยชน์สูงสุดเท่าที่จะเป็นไปได้ตามศักยภาพของบุคคลนั้น ไม่เพียงเท่านั้นบุคคลดังกล่าวยังสามารถพัฒนาตนเป็นพระสาวก ขยายความร่มเย็นเป็นสุขไปสู่บุคคลรอบข้างในฐานะผู้นำการเปลี่ยนแปลงได้อีกด้วย พระพุทธเจ้าท่านเป็นต้นแบบเชิงประจักษ์ของการโค้ชระดับสูงสุดที่เกิดขึ้น นอกจากจะทำประโยชน์ตนอย่างบริบูรณ์แล้วยังสามารถทำให้เกิดประโยชน์แก่ผู้ที่เข้ารับบริการ และบุคคลนั้นก็สามารถไปช่วยเหลือผู้อื่นต่อเกิดเป็นสังคมแห่งสันติสุข จึงสามารถกล่าวได้ว่าทรงเป็นต้นแบบระดับสูงสุดให้กับโค้ชมืออาชีพสมัยใหม่ทั้งในบริบทพระพุทธศาสนาและการโค้ชสากลได้

คำสำคัญ: การโค้ช; ต้นแบบ; พระพุทธเจ้า

Abstract

This article aims to present the concept of coaching as it appears in the Buddhist scriptures, using relevant literature and research. The findings reveal that the definitions, philosophies, characteristics, qualities, and examples of coaching are already embedded within Buddhism. Despite the current ambiguity and confusion

surrounding the definition of coaching-which has led the International Coaching Federation (ICF), recognized as the largest professional coaching organization in the world; to propose a standardized definition, this study highlights the parallels between Western approaches to mental and emotional care and those found in Buddhism. However, this article focuses on the concrete examples that have been systematically documented, emphasizing on the goal of helping the Coachee (the person receiving coaching) transcend suffering and achieve true happiness. This process relies on the Coach (service provider), who embodies wisdom, purity, and compassion, facilitating the Coachee's growth and leading to outcomes that extend beyond visible benefits into intangible advantages. Such individuals are not only able to reach their full potential but can also transform into disciples of the Buddha, spreading peace and happiness to those around them as agents of change. As a result, The Buddha is portrayed as the perfect model of Mastery, the highest level of coaching), providing both personal fulfillment and the capacity to benefit others, who in turn support and uplift their communities, creating a peaceful and harmonious society. In light of this, the Buddha can be seen as the ultimate role model for modern professional coaches, both within the context of Buddhism and in the broader global coaching practice.

Keywords: Coaching; Role Model; Buddha

บทนำ

ในปัจจุบันนี้ การโค้ช (Coaching) ได้รับความสนใจอย่างกว้างขวางในสังคมไทย ทั้งในวงการธุรกิจ และวงการการศึกษา ตลอดจนเป็นเครื่องมือในการพัฒนาและยกระดับจิตใจและสติปัญญาเพื่อนมนุษย์ อย่างไรก็ตาม ยังมีข้อจำกัดที่ชี้ให้เห็นถึงความขาดแคลนในความรู้ความเข้าใจต่อศาสตร์การโค้ชที่ถูกนำไปใช้ในเชิงการค้า การตลาด ตลอดจนชี้ให้เห็นถึงการสร้างแรงบันดาลใจ ปลุกเร้าพลังปรับเปลี่ยนการคิดและการปฏิบัติ ซึ่งเป็นผลมาจากความเข้าใจต่อคำนิยามที่แตกต่างกัน (เทอดทูน ไทศรีวิชัย และวรภัทร์ ภูเจริญ, 2565)

พระพุทธเจ้า ได้รับสมัญญานามดังที่ปรากฏในพระไตรปิฎกว่า “ทรงเป็นบรมครูของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 14 ข้อ 396 หน้าที่ 223-224 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ซึ่งการเป็นบรมครูนั้น ได้ทรงมีวิธีการเอื้อเพื่อเกื้อกูลมนุษย์อยู่หลายวิธี ดังนี้ 1) สากัจฉาหรือสนทนา 2) บรรยาย 3) ตอบปัญหา 4) วางกฎข้อบังคับ (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2562) แต่ละวิธีการที่ทรงใช้ขึ้นอยู่กับความเหมาะสมกับบุคคลตรงหน้า ไม่ว่าจะเป็น อาชีพ ความเชี่ยวชาญ ความสนใจ หรือสถานะที่เขากำลังเผชิญอยู่ จนเขาสามารถพ้นจากทุกข์และพบสุขอันแท้จริงตามลำดับที่ควรแก่ศักยภาพ

ในขณะที่ศาสตร์การโค้ชตะวันตก อาจนับได้ว่าแนวคิดวิชาวิธี (Socrates Method) เป็นจุดเริ่มต้นที่สำคัญ เชื่อมโยงกับลักษณะของรഥม้าที่รับ-ส่งผู้คนจากจุดหนึ่งไปยังอีกจุดหนึ่ง ต่อยอดเป็น



ลักษณะของการสอน การอบรม การตีความในภายหลัง (Online Etymology Dictionary, 2024) ส่งต่อผ่านแนวคิดจิตวิทยามนุษยนิยม (Humanism) พฤติกรรมนิยม (Behaviorism) ตลอดจนการจิตวิทยาการปรึกษา (Counseling) และแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวก (Positive Psychology)

การโค้ชและหลักการทางพระพุทธศาสนาสามารถเชื่อมโยงและประยุกต์ใช้ในการแก้ปัญหาในหลายมิติ เช่น การเมือง เศรษฐกิจ สังคม และการศึกษา ตัวอย่างเช่น ในมิติการเมือง การโค้ชเชิงพุทธเน้นการปลูกฝังความเมตตาและปัญญาเพื่อแก้ไขความขัดแย้งด้วยการสนทนา (Dialogue) และการเข้าใจความต้องการของทุกฝ่าย ซึ่งคล้ายกับหลักการสันติวิธี (Non-violent communication) ที่ใช้ในวงการการเมือง ในมิติด้านเศรษฐกิจ หลักความสุจริตโปร่งใส สอดคล้องกับการโค้ชเพื่อพัฒนาผู้นำและองค์กร โดยส่งเสริมการประกอบอาชีพที่สุจริตและสร้างสรรค์คุณค่าเพื่อสังคมอย่างยั่งยืน ในมิติสังคม การโค้ชสามารถสร้างความเข้าใจในบทบาทของตนเองในชุมชน ซึ่งสอดคล้องกับหลักการพัฒนาจิตใจในพระพุทธศาสนาที่เน้นการอยู่ร่วมกันอย่างสมานฉันท์และลดความขัดแย้งทางสังคม สุดท้ายในมิติการศึกษา การโค้ชเชิงพุทธสามารถส่งเสริมการตื่นรู้และการเรียนรู้ที่มีความหมาย ทำให้นักเรียนพัฒนาความคิดและการเรียนรู้ด้วยตนเอง ต่อยอดการเรียนรู้ตลอดชีวิตและการศึกษาไร้รอยต่อ ซึ่งเป็นความสนใจสำคัญในยุคปัจจุบัน

ท่ามกลางความพยายามดั่งศาสตร์ต่างๆ ออกจากศาสนาแยกออกเป็นเอกเทศ จนทำให้ผู้คนไม่รับรู้ และเข้าใจถึงความรู้อันยิ่งใหญ่ที่ซ่อนตัวอยู่ในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา เมื่อได้ศึกษากลับพบว่า พระพุทธศาสนานอกจากในฐานะของศาสนา ปรัชญา และจิตวิทยา บทความนี้มุ่งนำเสนอว่า พระไตรปิฎกยังเป็นแหล่งทรัพยากรที่มีคุณค่าในเชิงปรัชญาและการโค้ช ในการดูแลและยกระดับจิตใจเพื่อนมนุษย์ด้วยความเป็นกัลยาณมิตรอย่างสูงสุดของพระพุทธเจ้า พระอัครสาวก พระสาวก บทความนี้ จึงนำเสนอความเข้าใจผ่านประเด็นย่อย ได้แก่ ความหมายของการโค้ช ปรัชญาการโค้ชในพระพุทธศาสนา ปรัชญาการโค้ชตะวันตก ลักษณะการโค้ชในพระพุทธศาสนา คุณสมบัติของพระพุทธเจ้าในฐานะโค้ช และตัวอย่างการโค้ชในพระพุทธศาสนา

ความหมายของการโค้ช

การโค้ช ใช้ในความหมายหลากหลายทำให้เกิดความสับสน อย่างไรก็ตาม มีความพยายามให้คำนิยามซึ่งแสดงถึงความหมายที่น่าสนใจ ดังนี้

การโค้ช คือการดึงศักยภาพให้นำออกมาใช้สร้างการเปลี่ยนแปลงด้วยตัวเอง โดยการใช้คำถามเปิด เชิงบวก กระตุ้นให้คิด เพื่อเลือกวิธีการไปสู่เป้าหมายที่สอดคล้องและเหมาะสมกับสถานการณ์ของตน (ปกรณ วังศรีตันพิบูลย์, 2560)

การโค้ช คือการดึงศักยภาพทางจิตวิญญาณอย่างหนึ่ง ทำให้ผู้ที่ได้รับการโค้ชนั้นเกิดความคิดหรือทางออกหรือพบทางแก้ไขด้วยปัญญาตนเอง ไม่มีการสั่งสอน ไม่มีการชี้แนะ ไม่มีการลงลึกถึงที่มาหรือปมทางความคิด (ราช งามัญญ, 2560)

การโค้ช คือการเป็นพันธมิตรกับผู้รับการโค้ช ในกระบวนการกระตุ้นความคิดอย่างสร้างสรรค์ โดยเป็นแรงบันดาลใจให้เขาใช้ศักยภาพทั้งส่วนตัวและการทำงานได้อย่างสูงสุด (International Coaching Federation, 2024)

การโค้ช คือ กระบวนการชวนคิด ชวนทำ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายตามแนวทางสัมมาทิฐิ ด้วยความเป็นกัลยาณมิตรของอีกฝ่ายหนึ่ง โดยเชื่อมั่นในศักยภาพของบุคคลอีกฝ่ายหนึ่งตรงหน้า โดยฝ่ายเอื้อเพื่อกระบวนการดังกล่าวเรียกว่าโค้ช และอีกฝ่ายหนึ่งที่มาเข้ารับบริการเรียกว่าโค้ชชี่ (พระวุธ สุเมธ (ทองมัน), 2564)

การโค้ชไม่ใช่การฝึกอบรม (Training) การสอน (Teaching) การเป็นพี่เลี้ยงสอนงาน (Mentoring) การแนะนำ (Advising) การจัดการ (Managing) การเป็นที่ปรึกษา (Consulting) หรือการให้คำปรึกษา (Counseling) เนื่องจากการโค้ชมุ่งไปที่ลักษณะของการตั้งคำถามไปที่ทางออก (Solution-oriented) (เทอดทูน ไทศรีวิชัย และวรภัทร์ ภูเจริญ, 2565)

ในขณะที่ศัพท์ทางพระพุทธศาสนา มีภาษาธรรมที่ใกล้เคียงหลายประการ เช่น สากัจฉา (การสนทนาธรรม) มนทนา (การปรึกษาหารือ) ปรึกษา (การเห็นโดยรอบ) เทเสติ (เทศนา) กเถติ (แนะนำ) ทสเสติ (บอกกล่าว) อุปนิสินนถา (การพูดให้กำลังใจ) ถถิ สมุญฐานเปสฺสุ (การรับฟังปัญหา) ธมมวิจโย (การวิจัยธรรม) ตลอดจนจนถึงแสดงความเป็นผู้มีสถานะบทบาทหน้าที่ดังกล่าว เช่น สตถา (ครูผู้สอน เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย) นาถ (ผู้ทรงเป็นที่พึ่งของชาวโลก) อังคิรส (ผู้มีพระรัศมีแผ่ชานออกจากกาย) สพฺพโลกติกิจฉโก (นายแพทย์ผู้เยียวยาซึ่งสัตว์โลกทั้งปวง) วินายก (ผู้นำทาง) มคฺคฺทฺเทศก (คนนำทาง) อนุสาสก อุปเทศก อุปเทศทายก เทศก วินายก วินนฺตุ ปญญาปก (ผู้แนะนำ) นายก ปริณายก ปริณายก อีสสร ปติ ปฏ ปุพฺพคม บุโรคามิ ปาโมกฺข ปุรกฺขต ปุโรตกต เนตติก วาห (ผู้นำ) (พระมหาโพธิวงศาจารย์ (ทองดี สุรเตโช), 2559)

สรุปได้ว่า การโค้ชมีความแตกต่างจากการชี้แนะ สั่งสอน สอนงาน หรือการบอกให้ทำ การโค้ชเป็นการชวนคิดชวนทำเพื่อให้บรรลุเป้าหมายด้วยความเป็นกัลยาณมิตรที่ลักษณะการใช้อำนาจร่วม ผ่านกระบวนการสนทนาระหว่างบุคคลสองฝ่าย ฝ่ายหนึ่งเรียกว่าโค้ช (Coach) อีกฝ่ายหนึ่งที่มาใช้บริการเรียกว่าโค้ชชี่ (Coachee)

ปรัชญาการโค้ชในพระพุทธศาสนา

ปรัชญาเป็นการตั้งคำถาม และนำเสนอมุมมองต่อการดำเนินชีวิตว่าถูกต้องเหมาะสมหรือไม่ อะไรเป็นสิ่งสำคัญ สิ่งที่ดีงาม ตัวอย่างหนึ่งคือศาสนายังจำแนกกับมนุษย์หรือไม่ เป็นคำถามที่มักเกิดขึ้นอยู่เสมอ หากมองด้วยสายตาของนักคิดบางกลุ่ม เช่น โลภวิสัย (Secularism) เน้นการแยกศาสนาออกจากการเมือง รวมถึงการแยกประเด็นทางปรัชญาและเทววิทยาออกจากกันในบริบทของสมัยใหม่ (modernity) ซึ่งทำให้ศาสนาไม่มีบทบาทในพื้นที่สาธารณะ อย่างไรก็ตาม จากปรากฏการณ์ และประวัติศาสตร์ที่เกิดขึ้นของพระพุทธศาสนา อาจกล่าวได้ว่าไม่สามารถแยกออกจากการเมืองได้ โดยเฉพาะในประเทศไทย แม้ศาสนาจะเป็นเรื่องของความเชื่อ แต่มักเกิดขึ้นจากการเชื่อด้วยประสบการณ์ว่าให้ประโยชน์ เป็นที่พึ่ง บำบัดความทุกข์กาย ทุกข์ใจ ทั้งในมิติความทุกข์ตามธรรมชาติ เช่น ความเจ็บป่วย ความอดอยาก และความทุกข์ในสังคม เช่น สงคราม เพื่อนำไปสู่สังคมสงบสุขสันติได้ (พระมหาขวัญชัย กิตติเมธี, 2560)

หลักพระพุทธศาสนาถือว่า ในการดำรงชีวิตของมนุษย์มีความขัดข้องปรวนแปร ความเดือดร้อนลำบาก ความเจ็บปวด ความสูญเสีย ความพลัดพราก และปัญหาต่างๆ เป็นสิ่งที่มีอยู่ ทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า ความทุกข์ มนุษย์จะต้องเข้าไปเกี่ยวข้องกับสัมพันธอย่างชัดเจน ไม่ว่าพร้อม



ยอมรับ มองเห็น เข้าใจหรือไม่ ดังนั้นหากต้องการมีชีวิตและใช้ชีวิตเป็นอยู่อย่างดีที่สุด จะต้องเข้าใจ และยอมรับความจริงพื้นฐานข้อดังกล่าว และเรียนรู้จัดการในการแก้ไขให้เกิดผลดีที่สุด ชีวิตที่เป็นอยู่ อย่างดีและมีความสุขที่สุด คือ ชีวิตที่พร้อมที่จะเผชิญกับสิ่งที่เกิดขึ้นอย่างตรงไปตรงมา ถ้ารับรู้ต่อ ความไม่สบายกาย ความไม่สบายใจ ตลอดจนถึงความคับข้องใจอันเกิดจากปัญหาทุกอย่าง วาง สติปัญญาด้วยท่าทีที่ถูกต้องต่อปัญหาเหล่านั้น และจัดการแก้ไขด้วยวิธีที่ถูกต้อง การหลีกเลี่ยงที่จะ รับรู้ หรือปรับเปลี่ยนมุมมองที่คลาดเคลื่อนไปจากความเป็นจริง อันเป็นการหลอกตนเอง นึกให้เป็นตัง ภาพที่ตนต้องการ ไม่ช่วยให้พ้นจากความทุกข์อย่างบริบูรณ์ ไม่ช่วยแก้ปัญหอย่างสมบูรณ์ และไม่ทำ ให้พบกับความสุขอย่างแท้จริง ซึ่งเป็นการฝืนเอาความกลัว ความไม่รู้ ซึ่งเป็นเชื้อแห่งความทุกข์เอาไว้ ในจิตใจอย่างลึกซึ้ง ความทุกข์ ความเดือดร้อน และปัญหาชีวิตนานัปการเกิดจากตัณหา คือ ความอยาก ความต้องการ ความเห็นแก่ตัว

พระไตรปิฎกตอนหนึ่งระบุว่า “ภิกษุทั้งหลาย ธรรมเหล่านี้ที่เราแสดงแล้วด้วยปัญญาอันยิ่ง ธรรมเหล่านั้น พวกเธอเรียนแล้วพึงสอเสพ พึงให้เจริญ พึงกระทำให้มากด้วยดี โดยประการที่ พรหมจรรย์นี้ จะพึงยั่งยืน ดำรงอยู่ได้นาน เพื่อประโยชน์ของชนเป็นอันมาก เพื่อความสุขของชนเป็น อันมาก เพื่ออนุเคราะห์โลกเพื่อประโยชน์ เพื่อเกื้อกูล เพื่อความสุขของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ก็ ธรรมที่เราแสดงแล้ว ด้วยปัญญาอันยิ่ง.. เหล่านั้นเป็นไฉน คือ สติปัฏฐาน 4 สัมมัปปธาน 4 อินทรีย์ 5 พละ 5 โพชฌงค์ 7 มรรคมีองค์ 8” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 10 ข้อที่ 107 หน้าที่ 119 มหา จูฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

หากปราศจากความเข้าใจดังกล่าวทำให้มนุษย์มีทัศนคติที่คลาดเคลื่อนต่อความเป็นจริงของ โลกและชีวิตทำให้เกิดความไม่ลงรอยขึ้นในตนเองและระหว่างตนกับบุคคลอื่น ตลอดจน สภาพแวดล้อม ตัณหาเกิดจากความไม่รู้ ไม่เข้าใจ มองไม่เห็น สิ่งทั้งหลายตามที่เป็น มีทัศนคติต่อสิ่ง ทั้งหลายไม่ถูกต้อง เรียกว่า อวิชชา เป็นเหตุให้ไม่สามารถจัดการกับสิ่งต่างๆ ตามที่ควรจะเป็น วิธีการ จัดการแก้ไขปัญหาหรือบริหารความทุกข์จึงต้องกำจัดอวิชชาสร้างวิชาให้เกิดขึ้น (สมเด็จพระพุทธ โฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2562)

ความมุ่งหมายแห่งธรรมของพระพุทธองค์ ที่มุ่งให้เกิดประโยชน์ สุข การอนุเคราะห์ เกื้อกูลเมื่อพิจารณาตามพุทธประสงค์จะพบความมุ่งหมายในเชิงกว้าง คือการใดๆ อันเป็นการ สนับสนุนช่วยเหลือทั้งทางกาย วาจา ใจ สติปัญญา ความสามารถ ก่อให้เกิดทั้งทางกาย วาจา ใจ สติปัญญา ความสามารถ ก่อให้เกิดประโยชน์ สุข ทั้งระดับบุคคล ระดับชุมชน ระดับสังคม และระดับ ส่วนรวม อันไม่ส่งผลร้ายต่อชนรุ่นหลัง หรือเป็นแบบอย่างให้กับชนรุ่นหลัง ทั้งนี้เป็นไปโดยความมี จิตสำนึกร่วมทางสังคมที่ดี ส่วนความมุ่งหมายในเชิงตรงนั้น มุ่งเน้นที่การช่วยเหลือให้เกิดสติปัญญาให้ สามารถแก้ไขปัญหาวิตตามแนวอริยสัจ 4 ได้ การเป็นแบบอย่าง หรือเป็นที่พึ่งแก่สังคมสงฆ์ และ สังคมทั่วไปได้ (วุฒินันท์ กันทะเตียน, 2562)

ลักษณะของจิตใจอันสมบูรณ์ อาจเรียกว่า การเป็นหนึ่งเดียวกับจักรวาล การปราศจากมายา การเป็นผู้มีชีวิตเต็ม การเป็นมนุษย์ที่แท้ มนุษย์ผู้มีประสิทธิภาพ หรือจิตขั้นลึกซึ้งและละเอียดอ่อน ชัดเจนที่สุด คือ ระดับจิตที่เรียกว่าอรหัตต์ ซึ่งเป็นจิตที่ได้รับการชักฟอกให้ใสสะอาด ปราศจากความ ไม่จริงทั้งปวง แสดงพฤติกรรมในทางสงบ สร้างสรรค์ และเป็นประโยชน์ ประจักษ์ถึงสภาพอันเป็น สามัญลักษณะ (ไตรลักษณ์) เกื้อกูลกันของสรรพสิ่ง (ปฏิจจสมุปบาท) ผลกระทบต่อกันและกัน

(กรรม) การมีจิตใจอันอ้อมเต็มย่อมนำไปสู่ความเกื้อกูล การร่วมมือกัน และการไม่เห็นแก่ตนเอง จนนำไปสู่ความเข้าใจ เข้าถึง ทำให้สามารถดำรงชีวิตได้อย่างกลมกลืนจนเกิดสันติภาพในทุกระดับ (โสริช โพธิแก้ว, 2553)

สรุปได้ว่า ปรัชญาการโค้ชในพระพุทธศาสนาเน้นการปลูกฝังสติปัญญาและความเข้าใจในความทุกข์ของมนุษย์ โดยใช้หลักอริยสัจ 4 เพื่อช่วยให้บุคคลตระหนักรู้และยอมรับความจริงของชีวิต ซึ่งประกอบด้วยความทุกข์ การวิเคราะห์สาเหตุ และวิธีการแก้ไข การโค้ชเน้นการจัดอวิชชา (ความไม่รู้) และพัฒนาปัญญาให้สามารถจัดการกับปัญหาชีวิตได้อย่างเหมาะสม ด้วยความกรุณาและเมตตาต่อผู้อื่น การโค้ชนี้มุ่งสร้างสันติภายในบุคคลและขยายไปสู่สังคม ทำให้เกิดสันติภาพและความร่วมมือในทุกระดับของชีวิต

ปรัชญาการโค้ชตะวันตก

ปรัชญาการโค้ช เป็นรากฐานกรอบแนวทางในการทำงานกับผู้รับบริการ ซึ่งรวมคุณค่าหลัก ความเชื่อ และความมุ่งมั่นตั้งใจที่จะสร้างพื้นที่ปลอดภัยและบรรยากาศที่เอื้อต่อการโค้ชสำหรับผู้รับบริการ เน้นที่การฟัง (Active Listening) การไม่ให้คำแนะนำ (Non-advisory Approaches) และการมีความเปิดกว้างอย่างไม่ตัดสินและไม่มีเงื่อนไข (Unconditional Positive Regard) เพื่อเอื้ออำนวยให้ผู้เข้ามารับบริการได้สำรวจตนเองมากกว่าที่จะมอบทางออกให้ (Kelly Miller, 2020)

สหพันธ์การโค้ชนานาชาติ (International Coaching Federation: ICF) ซึ่งเป็นองค์กรไม่แสวงหาผลกำไรที่มีสมาชิกมากเป็นอันดับหนึ่งของโลก ก่อตั้งขึ้นในปี พ.ศ. 2538 (ค.ศ. 1995) ได้มีการออกปรัชญาว่า การโค้ชมีการเชิญผู้เข้ารับบริการในความเชี่ยวชาญชีวิตและการทำงานของตน และเชื่อว่าผู้เข้ารับบริการมีความสร้างสรรค์ และเป็นแหล่งทรัพยากรในตัวเอง โค้ชมีความรับผิดชอบที่จะร่วมค้นหา กระตุ้น ทำให้เกิดความชัดเจนในสิ่งที่ผู้รับบริการต้องการ ร่วมทำให้เกิดผลลัพธ์เป็นทางออกและกลยุทธ์ ยึดหยัดในความรับผิดชอบทั้งในมิติที่ทำให้เกิดผลสำเร็จ (Responsibility) และด้านความรับผิดชอบต่อผลลัพธ์ที่เกิดจากงานที่สำเร็จนั้น (Accountability) โดยสอดคล้องกับคุณค่าหลัก 4 ประการ คือ ความเป็นมืออาชีพ (Professionalism) ความร่วมมือ (Collaboration) ความเป็นมนุษย์ (Humanity) และความเท่าเทียม (Equity) เพื่อนำไปสู่การฝึกฝนเรียนรู้อย่างต่อเนื่องให้มีความมั่นคงชัดเจนในความมุ่งมั่นที่จะประพฤติตนสอดคล้องกับคุณค่าและจริยธรรมในการสร้างความสัมพันธ์ในการโค้ชที่มีความหมาย

โดยสหพันธ์การโค้ชนานาชาติ มีการแบ่งระดับความเชี่ยวชาญออกเป็น 3 ประเภท ได้แก่ ACC (Associate Certified Coach-โค้ชมืออาชีพสากลขั้นต้น) PCC (Professional Certified Coach-โค้ชมืออาชีพสากลชั้นกลาง) และ MCC (Master Certified Coach-โค้ชมืออาชีพสากลขั้นสูง) ซึ่งแต่ละระดับมีข้อกำหนดที่แตกต่างกันไป สำหรับ ACC ผู้ที่ต้องการได้รับการรับรองในระดับนี้จำเป็นต้องมีการศึกษาไม่น้อยกว่า 60 ชั่วโมง และต้องมีประสบการณ์การฝึกจริงอย่างน้อย 100 ชั่วโมง โดยมุ่งเน้นที่การสร้างเชื่อมั่นและความปลอดภัยในกระบวนการโค้ช ซึ่งถือเป็นพื้นฐานสำคัญสำหรับการเริ่มต้น ในขณะที่ PCC นั้นต้องมีการศึกษาอย่างน้อย 125 ชั่วโมง และมีประสบการณ์การฝึกจริง 500 ชั่วโมง โดยโฟกัสที่การมีส่วนร่วมและการสร้างความลึกซึ้งในการโค้ช ที่ต้องการทักษะที่ซับซ้อนยิ่งขึ้น เพื่อให้สามารถสนับสนุนโค้ชได้อย่างมีประสิทธิภาพ สุดท้าย MCC



เป็นระดับสูงสุดที่ต้องการการศึกษาอย่างน้อย 200 ชั่วโมง และมีประสบการณ์การฝึกจริง 2,500 ชั่วโมง โดยมุ่งเน้นที่ทักษะขั้นสูงในการโค้ช ซึ่งผู้ที่มีคุณสมบัตินี้จะต้องสามารถแสดงถึงความคล่องแคล่วและมีศิลปะในการโค้ช ทั้งยังต้องสามารถช่วยให้โค้ชที่สำรวจความเข้าใจในตนเองได้อย่างลึกซึ้ง

สรุปได้ว่า กล่าวอย่างง่ายปรัชญาการโค้ช คือ การฟัง (The Basic Philosophy of Coaching is We Listen) (ICF Philadelphia, 2024) โดยโค้ชจะทำหน้าที่ในการดำรงอยู่และสนับสนุนช่วยเหลือผู้เข้ารับบริการ ให้สืบค้น สำรวจสิ่งที่ต้องการ มีลักษณะคล้ายการให้คำปรึกษา แต่มีจุดมุ่งเน้นไปที่การนำทักษะใหม่ๆ การเปลี่ยนแปลง และเป้าหมายไปสู่การใช้งานเพื่อให้มั่นใจได้ว่าผลลัพธ์จะเกิดขึ้น

ลักษณะการโค้ชในพระพุทธศาสนา

คำว่าโค้ชในพระพุทธศาสนาอาจอ้างอิงกับหลักการของครูและความเป็นกัลยาณมิตร โดยพบได้ในคุณธรรมของผู้เป็นครูและกัลยาณมิตร ดังที่ปรากฏในพระไตรปิฎกว่า “เมื่อมีกัลยาณมิตร จึงอาจละ ความเป็นผู้ไม่มีศรัทธา ความเป็นผู้ไม่มีใจเอื้อเฟื้อ และความเกียจคร้านได้ เมื่อปรารถนาความเพียร จึงอาจละความฟุ้งซ่าน ความไม่สำรวม และความเป็นผู้ทุศีลได้ เมื่อมีศีล จึงอาจละความเป็นผู้ไม่ต้องการจะเห็นพระอริยะ ความเป็นผู้ไม่ต้องการจะฟังธรรมของพระอริยะ และความเป็นผู้มีจิตคิดแข่งดีได้ เมื่อมีจิตไม่คิดแข่งดี จึงอาจละความหลงลืมสติ ความไม่มีสัมปชัญญะ ความฟุ้งซ่านแห่งจิตได้ เมื่อมีจิตไม่ฟุ้งซ่าน จึงอาจละการมโนสิการโดยไม่แยบคาย การเดินทางผิด และความหดหู่แห่งจิตได้ เมื่อมีจิตไม่หดหู่ จึงอาจละสัkkายทิฏฐิ วิจิกิจฉา และสีลัพพตปรามาสได้ เมื่อไม่มีวิจิกิจฉา จึงอาจละราคะ โทสะ และโมหะได้ ครั้นละราคะ โทสะ และโมหะได้แล้ว จึงอาจละชาติ ชรา และมรณะได้” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 24 ข้อที่ 76 หน้าที่ 175 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) อันแสดงให้เห็นถึงลำดับเหตุปัจจัยของภาวะที่เกี่ยวข้องกันทั้งในระดับเบื้องต้น ขึ้นกลาง และขึ้นปลาย อันสามารถช่วยแก้ปัญหาบุคคลทั้งในระดับเฉพาะหน้า ขึ้นเลยตาเห็น และขั้นปรมาตมอันเป็นที่สุด หรืออธิบายผ่านหลักกัลยาณมิตรธรรม ๗ ซึ่งเป็นองค์คุณของกัลยาณมิตร มิตรที่ดีหรือมิตรแท้ เข้าใกล้แล้วเป็นเหตุให้เกิดความดีงามและความเจริญ คือ 1) ปิโย น่ารัก สร้างความเป็นมิตร 2) ครุ น่าเคารพ ให้ความรู้สึกปลอดภัย 3) ภาวนีโย น่าเจริญใจ ทรงคุณความรู้ภูมิธรรม 4) วตฺตา จ รู้จักพูดให้ข้อคิดให้ได้ผล 5) วจนฺทฺขโม อดทนต่อถ้อยคำ พร้อมรับฟัง ไม่มีอารมณ์ขึ้นลง 6) คมฺภีรฺยจ กถิ กตฺตา แกล้งเรื่องล้าลึกได้ เรียงกระบวนคำนำกระบวนความให้เป็นกระบวนธรรมที่ลึกซึ้งไปตามลำดับแห่งกระบวนทัศน์ และ 7) โน จญฺฐาเน นิโยชนะ ไม่ชักนำในอวิชชา ไม่ชักนำไปในทางเสื่อมเสียเหลวไหล ทั้งยังให้สติ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2546) แม้จะทรงบรรลुकุณธรรมอันประกอบด้วยปัญญาอันยิ่ง รู้แจ้งแทงตลอด แต่ก็ไม่ทรงบังคับขู่เคี่ยว แต่แสดงตนเป็นเพียงผู้แสดงทาง บอกทาง ให้ข้อคิดข้อธรรม ดังที่ปรากฏในพระไตรปิฎกว่า “ตถาคตเป็นเพียงผู้ชี้บอกเท่านั้น ผู้บำเพ็ญภาวนา ดำเนินตามทางนี้แล้ว เพ่งพินิจอยู่ จักพ้นจากเครื่องผูกแห่งมารได้” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 25 ข้อที่ 276 หน้าที่ 117 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

พระพุทธเจ้าทรงเชื่อมั่นในศักยภาพของมนุษย์ ไม่ว่าจะเป็นบุคคลที่อยู่ในตำแหน่ง บทบาท สถานะใด ไม่ว่าจะเป็นบรรพชิตหรือคฤหัสถ์ กษัตริย์ พ่อค้า ประชาชนพลเมือง ไม่ว่าจะเป็นเพศ

หลากหลายเพียงใด พระพุทธเจ้ามองว่า ปัญญาเป็นสิ่งที่ปรากฏขึ้นในตัวของผู้คนนั้นเอง บุคคลอื่นผู้เป็นกัลยาณมิตร ทำหน้าที่เพียงผู้มีส่วนร่วม ชี้นำ เชิญชวน เอื้ออำนวย ให้บุคคลนั้นเกิดปัญญา หรืออาจจัดสรรสภาพแวดล้อม อุบาย กลวิธี ตลอดจนอุปกรณ์เครื่องมือที่จะช่วยให้เข้าถึงปัญญาอย่างได้ผลดีที่สุด ซึ่งวิธีการ อุบาย กลวิธี ตลอดจนอุปกรณ์เครื่องมือ เป็นเพียงเครื่องช่วยสนับสนุนในกระบวนการจุดมุ่งเน้นสำคัญคือตัวการสร้างปัญญา ซึ่งต้องอาศัยความมีอิสรภาพในการใช้ความคิด (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2562) มุ่งหมายมอง 2 มิติ 1) ระดับส่วนบุคคล ทำให้เกิดการปฏิบัติได้จริง แก้ไขปัญหาได้จริง ตลอดจนนำพาให้พ้นทุกข์ และ 2) ระดับสังคมและความสัมพันธ์ของมนุษย์มองที่ความเท่าเทียมในสังคม ความหลากหลาย ความมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี การปฏิบัติตามหน้าที่ต่อบุคคลต่างๆ ตลอดจนเป้าหมายให้เกิดความมั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน ทั้งในมิติการเมืองการปกครองที่ดี ในด้านสันติภาพและความรุนแรง ในด้านเศรษฐกิจ ตลอดจนด้านโลกและสิ่งแวดล้อม (พระพรหมบัณฑิต, 2561) ทั้งนี้ เราจึงอาจกล่าวถึงลักษณะการโค้ชในพระพุทธศาสนาออกเป็น 2 ประเด็น คือ

1. การโค้ชประเด็นส่วนบุคคล ปัญหาของมนุษย์โดยทั่วไป ไม่ว่าจะเป็นปัญหาด้านการเงิน ปัญหาด้านการเรียน ปัญหาด้านเศรษฐกิจ ปัญหาด้านความรัก ปัญหาด้านการทำงาน ปัญหาด้านครอบครัว ปัญหาด้านสุขภาพ เป็นต้น ล้วนเกิดสิ่งเสียแบงใจ อาจเรียกว่า โรค คือเสียแบงหรือทำให้เจ็บปวด อาจเรียกอย่างย่อได้ว่า โรคทางกายและโรคทางจิต หรืออาจขยายเพิ่มได้เป็นโรคทางกาย (Physical) หมายถึงความเจ็บป่วยเดือดร้อนด้วยโรคภัยไข้เจ็บ โรคทางใจ (Mental) หมายถึงความเจ็บป่วยด้านระบบเคมี ระบบประสาท ที่ส่งผลต่อสภาพอารมณ์และความคิด และโรคทางวิญญาณ (Spiritual) หมายถึงกิเลส โลภะ โทสะ โมหะ ที่ทำให้เจ็บปวด โดยพระพุทธศาสนามุ่งเน้นไปที่กิเลส แม้ว่าร่างกายไม่ได้เจ็บป่วย ร่างกายดี อนามัยดี แต่ก็มีปัญหาเรื่องความโลภ ความโกรธ ความหลง กันนั้นว่าเป็นมีจิตอันมีรากมาจากอวิชชาเป็นโรคที่พระพุทธศาสนาให้ความสนใจ (พุทธทาสภิกขุ, 2561)

2. การโค้ชประเด็นสังคม ประเด็นที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ การอยู่ร่วมกัน ความขัดแย้ง การจัดสรรทรัพยากร การจัดระเบียบทางสังคม เช่น กรณีที่พระพุทธเจ้าทรงจัดการความขัดแย้งของพระญาติริมแม่น้ำโรหิณี กรณีของการจัดการคณะสงฆ์ให้เกิดความผาสุกสงบเรียบร้อย ณ อารามแห่งหนึ่งในเมืองโกสัมพี เป็นต้น อย่างไรก็ตาม ทศนะจากพระพุทธศาสนาจะช่วยให้เห็นถึงลักษณะที่อยู่ในความควบคุมของเหตุปัจจัย แม้จะเป็นประเด็นทางสังคมก็เกี่ยวข้องกับปัจจัยที่เกี่ยวข้องด้วยตัวเรา ดังปรากฏในพระไตรปิฎกว่า “ความทะเลาะ ความวิวาท ความรำพัน ความโศก ความตระหนี่ ความถือตัว ความดูหมิ่น และความพูดส่อเสียด มีมาแต่สิ่งที่รัก ความทะเลาะ ความวิวาท ประกอบในความตระหนี่ และเมื่อความวิวาทกันเกิดแล้ว ความพูดส่อเสียดก็มี” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 29 ข้อที่ 446 หน้า 301 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) เมื่อเข้าใจถึงสิ่งที่รักอันมุ่งหมายถึงบุคคลอันเป็นที่รัก เช่น มารดา บิดา พี่ชายน้องชาย พี่สาวน้องสาว บุตร ธิดา ญาติ มิตร หรือผู้ร่วมสายโลหิต เป็นต้น รวมถึงสังขารอันเป็นที่รัก เช่น รูป เสียง กลิ่น รส โสภณวัตถุที่นำพาใจ เมื่อระแวงว่าจะเสื่อมไป ผันแปรไป หายไป ถูกแย่งชิงไป ย่อมก่อให้เกิดการทะเลาะ กลายเป็นปัญหาทางสังคม

สรุปได้ว่า ลักษณะการโค้ชในพระพุทธศาสนามีสองประเด็นหลัก คือการโค้ชส่วนบุคคลและการโค้ชด้านสังคม ในระดับส่วนบุคคล การโค้ชมุ่งเน้นการแก้ปัญหาทางกาย ใจ และวิญญาณ โดยเน้นการละกิเลสและพัฒนาปัญญาเพื่อนำพาสู่ความพ้นทุกข์ ในด้านสังคม การโค้ชมุ่งเน้นการแก้ไข



ความขัดแย้งและส่งเสริมความสัมพันธ์ที่ดีผ่านการจัดการทรัพยากรและความขัดแย้งในชุมชน ด้วยการใช้หลักการของเหตุปัจจัยและความเข้าใจในสิ่งที่รัก

คุณสมบัติของพระพุทธเจ้าในฐานะโค้ช

พระพุทธเจ้าในฐานะโค้ชทรงเป็นต้นแบบของการโค้ชที่มีคุณสมบัติครบถ้วนทั้งด้านปัญญา ความบริสุทธิ์ และกรุณา ความว่าพระปัญญาคุณ ทรงมีความหยั่งรู้แจ่มแจ้งในธรรมชาติของสิ่งทั้งหลาย ทรงรู้ทั้งเหตุกับผล รวมถึงวิธีการนำผู้คนสู่การหลุดพ้น พระบริสุทธิ์คุณ ทรงบริสุทธิ์ปราศจากกิเลส มีจิตใจสงบและมั่นคง ทำให้ทรงเป็นผู้แนะแนวสอนผู้อื่นได้อย่างถูกต้องไม่เอนเอียง พระมหากรุณาธิคุณ ทรงเมตตากรุณาต่อสัตว์โลกโดยไม่เลือกชั้นวรรณะ พระองค์ทรงเป็นโค้ชที่มุ่งประโยชน์สุขของมนุษย์และเทวดา ด้วยการแสดงธรรมและแนะแนวทางสู่ความหลุดพ้นจากทุกข์ (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2562)

ดังที่ปรากฏในพระไตรปิฎกตอนหนึ่งว่า “คุณลักษณะของบุคคลผู้เป็นพรหมณ์ มี 5 ประการ คือ..เป็นอุกโตสุชาติ..เป็นผู้เล่าเรียน ทรงจำนงค์ รู้จบไตรเพท..เป็นผู้มีรูปงาม น่าดูน่าเลื่อมใส..เป็นผู้มีศีล..เป็นบัณฑิต มีปัญญา” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 9 ข้อที่ 311 หน้าที่ 118 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) และ “ปัญญาย่อมมีแก่ผู้มีศีล ศีลย่อมมีแก่ผู้มีปัญญา นักปราชญ์ยกย่องศีลและปัญญากว่าเป็นสิ่งล้ำเลิศในโลก..” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 9 ข้อที่ 317 หน้าที่ 122 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) หรืออาจกล่าวถึงคุณสมบัติได้ ดังนี้

1. ภูมิรู้ มีความรู้ความสามารถด้านวิชาการ มีสติปัญญา เฉลียวฉลาด เชื่อมั่นในตนเอง มีความคิดสร้างสรรค์ รู้จักแสวงหาความรู้ใหม่ๆ ที่สำคัญอีกประการหนึ่ง คือ สามารถทำเรื่องยากให้ง่าย รวบรวมชัดเจน หรืออาจกล่าวได้ว่า

2. ภูมิธรรม มีความประพฤติดี กระทำแต่สิ่งที่สุจริต มีจรรยาบรรณ มีความซื่อสัตย์สุจริต มีเมตตา ยุติธรรม และมีความอดทนมานะ

3. ภูมิฐาน มีบุคลิกภาพดี แต่งกายสะอาดเรียบร้อย พุดจาสุภาพไพเราะ มีน้ำเสียงชัดเจน มีลักษณะของความเป็นผู้นำ อ่อนน้อม มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี (คณาจารย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2559)

สรุปได้ว่า จากข้อมูลเบื้องต้นอาจสามารถตีความเชื่อมโยงกับลักษณะของพระพุทธเจ้า ที่ประกอบด้วยพระปัญญาธิคุณ พระบริสุทธิ์คุณ และพระมหากรุณาธิคุณ ในที่นี้จึงขอใช้คำว่าภูมิรู้ ภูมิธรรม ภูมิฐานโดยอนุโลม

ตัวอย่างการโค้ชในพระพุทธศาสนา

การโค้ชในพระพุทธศาสนาสามารถแสดงให้เห็นได้อย่างชัดเจนจากแนวทางการสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ที่เน้นการแก้ปัญหาชีวิตผ่านการเข้าใจธรรมชาติของจิตใจ เนื้อหาที่ปรากฏในพระไตรปิฎกทั้งสามภค ได้แก่ ภคของพระราहुล พระจูฬปันถก และมีฎกคุณทลี ล้วนสะท้อนถึงการใช้การโค้ชเป็นเครื่องมือเพื่อพัฒนาสติปัญญาและการตระหนักรู้ตนเอง พระพุทธเจ้าทรงใช้วิธีการตั้งคำถามและเปรียบเทียบกับสิ่งรอบตัวเพื่อกระตุ้นให้ผู้รับการโค้ชได้นำไปไตร่ตรองและปรับใช้ในชีวิตจริง เช่น การให้พระราहुลเรียนรู้คุณค่าของความสัตย์และการพัฒนาตนเองผ่านการใคร่ครวญ

ก่อนพูดหรือกระทำ นอกจากนี้ การชี้แนะแนวทางในการพิจารณาตนเองของพระจุฬป็นถก และการทำให้มีกฎเกณฑ์ที่ตระหนักถึงความเป็นจริงของชีวิต ยังสะท้อนถึงการปฏิบัติสัมพันธ์อย่างลึกซึ้งซึ่งเพื่อนำไปสู่การตัดสินใจและการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น ดังแสดงกรณียกตัวอย่างได้ดังนี้

1. กรณีพระราชหุส ซึ่งเป็นพระราชโอรสของพระพุทธเจ้า เมื่อครั้งออกบรรพชาเป็นสามเณรประทับที่ปราสาทชื่ออัมพลัญญิกา พระพุทธองค์เสด็จไปเยือน หลังจากชำระล้างพระบาท ทรงเหลือน้ำไว้ในภาชนะหนึ่งแล้วตรัส ดังที่ปรากฏในพระไตรปิฎก ใจความว่า “เธอเห็นน้ำที่เหลือนในภาชนะนี้ไหม”

พระราชหุสกราบทูลว่า “เห็น พระเจ้าข้า”

ตรัสตอบว่า “สมณธรรมของบุคคลผู้ไม่มีความละอายในการกล่าวมุสาทั้งที่รู้อยู่ ก็มีน้อยเช่นนี้” จากนั้นทรงเทน้ำออก แล้วตรัสตอบว่า “เธอเห็นน้ำที่เราเทออกไหม”

พระราชหุสกราบทูลว่า “เห็น พระเจ้าข้า”

ตรัสตอบในทางเดียวกันว่า “สมณธรรม.. ก็เป็นของที่ทิ้งไป”

จากนั้นทรงคว่ำภาชนะนั้น แล้วตรัสตอบว่า “เธอเห็นภาชนะที่คว่ำนี้ไหม”

พระราชหุสกราบทูลว่า “เห็น พระเจ้าข้า”

ตรัสตอบในทางเดียวกันว่า “สมณธรรม.. ก็เป็นของที่เขาคว่าเสียแล้วเหมือนกัน”

จากนั้นทรงหงายภาชนะขึ้น แล้วตรัสว่า “เธอเห็นภาชนะอันว่างเปล่านี้ไหม”

พระราชหุสกราบทูลว่า “เห็น พระเจ้าข้า”

ตรัสตอบในทางเดียวกันว่า “สมณธรรม.. ก็เป็นของว่างเปล่าเช่นนี้เหมือนกัน”

จากนั้นทรงตรัสถึงข้างต้นที่ดี เป็นพาหนะที่ดี เวลาผ่านเข้าสู่สงคราม แม้จะใช้เท้า ภาย ศีรษะ หู งาม หาง แต่รักษาไว้เสมอ ความรู้ข้างจึงมีความคิดว่า ข้างต้นนี้มิ้งงาม เป็นพาหนะที่ดี ทรงเปรียบเทียบกับผู้ไม่มีความละอายในการกล่าวมุสาส่งผลต่อถึงการที่จะไม่ทำบาปกรรมอื่นได้ยาก เพราะฉะนั้น จึงตรัสต่อไปว่า “เธอพึงศึกษาว่า เราจักไม่กล่าวมุสา แม้เพราะหิวเรากินเล่น” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 13 ข้อที่ 108 หน้าที่ 117-118 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

พระพุทธเจ้าตรัสเปรียบเทียบกับอีกประการหนึ่ง ใจความว่า “กระจก มีประโยชน์อย่างไร”

พระราชหุสกราบทูลว่า “มีประโยชน์สำหรับสองดู”

ตรัสต่อไปว่า “ฉนั้นเหมือนกัน บุคคลควรพิจารณา ก่อน แล้วจึงทำด้วยกาย วาจา ใจ” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 13 ข้อที่ 109 หน้าที่ 119 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

2. กรณีพระจุฬป็นถก ซึ่งได้ออกอุปสมบท ศึกษา และปฏิบัติธรรม มาเป็นระยะเวลานาน แต่ไม่สามารถทรงจำธรรมแม้บทหนึ่ง มีสติปัญญาไม่แคล่วคล่องว่องไว จึงได้ถูกพระมหาป็นถก ผู้เป็นพระอรหันต์พี่ชายดูหมิ่นและขับไล่ให้ลาสิกขา แม้ถูกขับไล่แต่ก็ยังมิเยื่อใยในพระศาสนา ด้วยความเสียใจ จึงได้ไปยืนใกล้ซุ้มประตูอาราม พระพุทธเจ้าได้เสด็จจงกรมอยู่ ทอดพระเนตรเห็น ทรงพระดำเนนมาตรัส

พระพุทธเจ้า “จุฬป็นถก จะไปไหนแต่เช้าตรู่” พระจุฬป็นถกกราบทูลว่า “พระมหาป็นถกได้ขับไล่ออกจากอาราม จะไปลาสิกขา พระเจ้าข้า”

พระพุทธเจ้าตรัส “เธอไม่ได้บวชเพื่อพี่ชาย เธอบวชเพื่อตถาคต การกลับไปอยู่ครองเรือนจะมีประโยชน์อันใด อยู่กับตถาคตประเสริฐกว่า”



พระพุทธเจ้าได้ประทานผ้า แล้วแนะนำให้พิจารณาพร้อมกับใช้มือลูบคลำ เริ่มปฏิบัติ ไม่นานนักจากผ้าสะอาดบริสุทธิ์ เกิดความเศร้าหมอง มีใจความดังที่ได้ปรากฏในพระไตรปิฎก ตอนหนึ่งว่า “เสด็จมา ณ ที่นั้น ทรงลูบศิระชะเรา จับเขาเรา พาเข้าไปสู่สังฆาราม ได้ทรงประทานผ้าเช็ดพระบาท รับสั่งว่า เธอจงอธิษฐานผ้าที่สะอาดนี้ให้มันคง ณ ที่สมควร” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 26 ข้อที่ 559-560 หน้าที่ 437 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) จากนั้นจึงได้บรรลุพระอรหัตผลพร้อมด้วยปฏิสัมภิทาญาณ เชี่ยวชาญในมโนมยิทธิ

3. กรณีมีภุมมกษัตริย์มาพบ เด็กหนุ่มผู้มีตมฺหุทองเกลี้ยง ลูกเศรษฐีผู้มีความตระหนี่ไม่เคยให้อะไรใคร เมื่ออายุ 16 ปี ป่วยเป็นโรคผอมเหลือง ฝ่ายพ่อเกรงจะเสียเงินมากเลยสอบถามและไปจัดตัวยามาเอง จนมีอาการทรุดตัว เกรงว่าเมื่อมีผู้มาเยี่ยมลูกจะเห็นสมบัติ จึงห้ามลูกออกมานอนที่ระเบียง วันหนึ่งพระพุทธเจ้าเสด็จมาโปรด แม้ภุมมกษัตริย์เห็นหลังให้ ทรงเปล่งพระรัศมีวาบหนึ่ง เกิดความสงสัยจึงได้หันมาสบพระพักตร์ คิดในใจความว่า เพราะเหตุแห่งพ่อที่มีความตระหนี่ จึงไม่ได้เข้าเฝ้าพระพุทธเจ้า ไม่ได้ถวายทานหรือฟังธรรม แม้บัดนี้มีภิกษุยกยอไม่ไหว จะทำสิ่งใดได้ จึงได้ทำจิตให้เลื่อมใสในพระพุทธเจ้าแล้วได้สนใจ ได้เสวยกุศลวิบากจัดเป็นเทพบุตร เมื่อเล็งเห็นบิดาร้องไห้คร่ำครวญที่ป่าช้าอยู่ จึงจำแลงกายไปพบ ทำที่ร้องไห้คร่ำครวญอย่างหนัก

เศรษฐี “ท่านเป็นทุกข์อะไรหรือ”

เทพบุตรตอบกลับ “เพราะเหตุว่าเรือนรกร้างด้วยทองเกิดขึ้น แต่ไม่มีล้อ ข้าพเจ้าจะยอมตาย”

เศรษฐี “บอกมาเถิด จะเป็นล้อที่ทำด้วยทอง แก้ว เงิน หรือโลหะ มันใจเกิดข้าจักทำให้”

เทพบุตรตรัสว่า “เมื่อก่อนนี้ ยารักษาก็ไม่ยอมให้เรา บัดนี้ มาเห็นรูปร่างคล้ายบุตรร้องไห้อยู่ จะยอมสละทรัพย์ของตนให้ จึงกล่าวต่อไปว่า “จะทำล้อให้ใหญ่โตเพียงใด”

เศรษฐีตอบกลับ “ท่านต้องการโตเท่าไร”

เทพบุตรจึงกล่าวว่า “ข้าต้องการพระจันทร์และพระอาทิตย์ โปรดให้ข้าเถิด ทั้งสองดวงนี้ส่องแสงคู่กัน รดข้าทำด้วยทองคำย่อมงามสมกับลือนั่น”

เศรษฐีตอบกลับ “ท่านเป็นคนเขลาแท้ ๆ ประารณาของที่ไม่ควรปรารณา จักตายเสียเปล่า ไม่ได้ของ”

เทพบุตรจึงกล่าวว่า “บุคคลผู้ร้องไห้ต้องการสิ่งที่ปรากฏอยู่ หรือบุคคลผู้ร้องไห้ต้องการสิ่งที่ไม่ปรากฏอยู่ จึงควรเรียกว่าเป็นคนเขลา”

เศรษฐีตระหนักได้ว่าเทพบุตรได้ให้สติ จึงกล่าวว่า “ข้าเองเขลากว่า อยากได้บุตรที่เสียชีวิตแล้วกลับมา เป็นเหมือนทารกร้องอยากได้พระจันทร์” จึงหายเศร้าโศก เมื่อได้สอบถามถึงที่มาที่ไปของการเป็นเทพบุตร ทำยนั้นแสดงถึงเศรษฐีได้ถือพระไตรสรณคมน์ เป็นผู้มีศีล และชวนภรรยาถวายภัตตาหารพระพุทธเจ้าและฟังธรรม มีใจความดังที่ปรากฏในพระไตรปิฎกว่า “ข้านี้แหละโง่กว่า ที่มาปรารณาคนที่ตายไปแล้วเหมือนทารกร้องไห้อยากได้ดวงจันทร์ เจ้าช่วยระงับข้าผู้เร้าร้อนให้สงบ ด้วยความกระวนกระวายทั้งหมดได้ เหมือนคนใช้น้ำรดดับไฟ..ช่วยถอนลูกศรคือความโศกซึ่งเสียบที่หัวใจของข้า..ข้า..เย็นสงบแล้ว จะไม่เศร้าโศก ไม่ร้องไห้ เพราะได้ฟังคำของเจ้า” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 26 ข้อที่ 1213-1216 หน้าที่ 152-153 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

สรุปได้ว่า การโค้ชในพระพุทธศาสนาเน้นการพัฒนาสติปัญญาและการตระหนักรู้ตนเองผ่านกระบวนการตั้งคำถาม การเปรียบเทียบ การยกตัวอย่างที่ใกล้ตัว พระพุทธเจ้าใช้วิธีสอนที่กระตุ้นให้

ผู้รับการศึกษาได้นำไปพิจารณาและแก้ไขปัญหาชีวิตด้วยตนเอง ตัวอย่างเช่น พระราहुลได้รับการสอนเรื่องความสัตย์และการไตร่ตรองก่อนพูด พระจูฬปันถกได้รับแนวทางในการพิจารณาตนเองเพื่อบรรลุนิพพาน และมีภิกษุทั้งหลายได้ตระหนักถึงความเป็นจริงของชีวิต ทั้งหมดนี้สะท้อนถึงการโค้ชที่มุ่งสร้างการเปลี่ยนแปลงเชิงบวกผ่านการพัฒนาความคิดและจิตใจ

วิเคราะห์การโค้ชในพระพุทธศาสนา

เมื่อพิจารณา 3 กรณีศึกษาข้างต้น ได้แสดงให้เห็นถึงการโค้ชในพระพุทธศาสนา ดังนี้

1. มุ่งเน้นบุคคลตรงหน้าเป็นสำคัญ ดังจะเห็นได้จากกรณีศึกษาไม่ว่าจะเป็นสามเณร พระภิกษุ หรือผู้เจ็บไข้ได้ป่วย จนแม้เป็นผู้เจ็บไข้ระยะสุดท้ายของชีวิต พระพุทธเจ้าก็ทรงให้ความสำคัญอย่างสุดกำลัง โดยไม่ได้เน้นเพียงเฉพาะจุดเท่านั้นแต่สนใจทั้งบุคคลนั้น (As a whole person) ไม่มีการเคลื่อนย้ายความสนใจออกมาที่ประเด็นของตนเอง (Ego centric) แต่ให้ความสนใจทั้งหมดไปที่บุคคลตรงหน้า นอกจากนี้ในกรณีศึกษาอันแสดงถึงความแตกต่างหลากหลายด้านวัย ฐานะ เพศ สุขภาพ ตลอดจนอัตลักษณ์ต่างๆ ที่ไม่ได้เป็นขีดจำกัดต่อความเอาใจใส่ของพระพุทธเจ้า

เมื่อเทียบเคียงกับการโค้ชตามแนวสหพันธ์การโค้ชนานาชาติ โค้ชมีอาชีพพึงดำเนินการร่วมกันสร้างเป้าหมาย ประเด็น ตลอดจนเครื่องมือวัดความสำเร็จ และดำรงอยู่อย่างสอดคล้องกับโค้ช ซึ่งให้วาระโค้ชซึ่งเป็นสำคัญ ทั้งนี้จะต้องมีความชัดเจนและความยืดหยุ่นตามบทสนทนา สามารถเปลี่ยนแปลงเป้าหมายได้ขึ้นอยู่กับโค้ช

จากประเด็นดังกล่าวพบว่า เป้าหมายในการโค้ชทั่วไปอาจเป็นเรื่องพื้นฐาน หรือเรียกว่า ประโยชน์ในระดับตาเห็น (ทิวฐธัมมิกัตถะ) แตกต่างจากการทำงานของพระพุทธเจ้า มุ่งเน้นประโยชน์อย่างยิ่ง (ปรมาตถะ) จึงไม่ปรากฏการเปลี่ยนแปลงเป้าหมายของบุคคลตรงหน้า อย่างไรก็ดี นอกจากกรณีตัวอย่าง อาจพบการเปลี่ยนแปลงเป้าหมายปรากฏ เช่น กรณีของพระนันทะ ซึ่งต้องการลาสิกขา เพราะเหตุนี้ถึงนางชนบทกัลยาณี พระพุทธเจ้าพาไปพบนางอัปสรจึงได้เปลี่ยนแปลงความต้องการ ซึ่งภายหลังได้ปฏิบัติหลักเรือนจนถึงวิมุตติสันนิทสน์สวระ เป็นผู้เลิศด้านสารวมอินทริย์ (พระไตรปิฎก ภาษาไทย เล่มที่ 25 ข้อที่ 13-14 หน้าที่ 28 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ซึ่งเป็นการยกระดับเป้าหมายให้สูงหรือลึกซึ้งยิ่งขึ้น

2. สร้างความรู้สึกลดภัยและความไว้วางใจ วิธีการอาจมีหลากหลาย เช่น การปฏิสนธิ การหยิบบินวัตถุด้วยใจกรุณา การชื่นชมให้กำลังใจ ดังที่พบในกรณีของพระจูฬปันถก การตอบรับการต้อนรับทางกาย ทางวาจาด้วยใจอันเป็นมิตร ดังที่พบในกรณีของพระราहुล การปรากฏพระวรกายฉายพระรัศมีเพียงชั่วขณะก็ทำให้ภิกษุทั้งหลายได้เกิดความปีติใจ สามารถนำมาปรับใช้ได้กรณีฝึกตนเป็นผู้มีความมั่นคง ไม่หวั่นไหว มีสติ รู้ทั่วตัวพร้อม ก่อให้เกิดพลังงานแห่งความสุข ความสงบ ความเบิกบาน (ไพฑูรย์ สงค์แก้ว, 2563) สามารถเหนี่ยวนำความรู้สึกที่เป็นความสุข ความสงบ ความเบิกบาน ด้วยความเป็นกัลยาณมิตรให้กับบุคคลที่อยู่ตรงหน้าได้

เมื่อเทียบเคียงกับการโค้ชสากลตามแนวสหพันธ์การโค้ชนานาชาติ โค้ชมีอาชีพ พึงวางบทบาทในความเท่าเทียมเสมอภาค สามารถเปิดเผย สร้างพื้นที่ปลอดภัยในการเปิดรับการสื่อสาร ดำเนินการโดยวางอยู่บนพื้นฐานทางจริยธรรม (Code of Ethics) หากเพิกเฉยหรือละเมิดอาจถูกเพิกถอนการรับรองวุฒิได้



จากประเด็นดังกล่าวพบว่า แม้พระพุทธเจ้าจะทรงประกอบด้วยวิชา 3 อภิญญา 6 ปฏิสัมภิทา 4 ตลอดจนคุณธรรมทั้งปวง แต่มิได้ทรงวางพระองค์เหนือกว่าเพื่อนมนุษย์ หากแต่ทรงพิจารณาช่วยพระญาติ ทรงพระดำเนนเข้าไปหา ทรงปล่อยโยนผู้ที่กำลังได้รับความทุกข์หรือสิ้นหวัง อันมีลักษณะของการใช้อำนาจร่วม (Power sharing) ซึ่งสะท้อนถึงภาวะแห่งความเป็นพันธมิตรร่วมกัน มิได้ใช้อำนาจเหนือในการชี้สั่ง (กิตติชัย งามชัยพิสิฐ, 2566)

3. การเป็นปัจจุบันและการฟังอย่างลึกซึ้ง คุณสมบัติข้อนี้นับว่าเป็นที่ประจักษ์เนื่องจากการถามที่ดี หรือการสะท้อนให้ไปถึงตัวตนของบุคคลตรงหน้าจะเกิดจากการฟังอย่างลึกซึ้ง แม้ในกรณีศึกษาอาจไม่ได้มีตัวอย่างที่พระพุทธเจ้าแสดงถึงการเชื่อเชิญให้บุคคลตรงหน้า บอกเล่าเหตุการณ์หรือสภาวะที่เกิดขึ้นแต่ด้วยพระอัจฉริยภาพและพระสัพพัญญุตญาณจึงทำให้ทรงเข้าถึงอย่างชัดเจน การฟังนั้นอาจเป็นระดับถ้อยคำภาษา (Verbal) ที่มีความจำกัด หรือเป็นระดับสิ่งที่ไม่ได้พูด เช่น น้ำเสียง (Vocal) และท่าทีท่าทาง (Visual) ซึ่งอย่างหลังนี้ได้ปรากฏชัดในกรณีของมัลลิกุลทล

เมื่อเทียบเคียงกับการโค้ชสากลตามแนวสหพันธ์การโค้ชนานาชาติ โค้ชมืออาชีพ ฟังวางตนในปัจจุบันขณะ ดำเนินบทสนทนาด้วยวาระที่เท่าเทียม รับฟังทั้งตรรกะและอารมณ์ความรู้สึกที่ปรากฏเด่นชัด มีความสนใจใคร่รู้อย่างเป็นธรรมชาติและจริงแท้ เชื่อมโยงแง่มุมต่าง ๆ เข้ากับมุมมองและวิธีคิดด้วยสายตาของโค้ช

จากประเด็นดังกล่าวพบว่า แม้ในถ้อยคำที่ถูกบันทึกอย่างมุ่งมั่นไปที่พระพุทธเจ้ามากกว่า แต่วางอยู่บนหลักการสื่อสารโดยมุ่งเน้นคนตรงหน้าอย่างแท้จริง การฟังเข้าไปถึงภายในความต้องการ ความปรารถนา ความกลัว ความสั่นไหว ตลอดจนความสร้างสรรค์ ในกรณีอื่นๆ นอกจากตัวอย่างในกรณีศึกษา เช่น กรณีของยสกุลบุตร ที่เปล่งวาจา “ที่นี่ขุนนายหนอ ที่นี่ขับข้องหนอ” พระพุทธเจ้าทรงตอบรับอย่างเป็นปัจจุบันและเข้าไปถึงความปรารถนาที่ลึกที่สุดจนทำให้เกิดการบรรลุธรรม และเข้าถึงฐานะความเป็นพระอรหันต์ในการพิจารณาธรรมครั้งถัดมา (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 4 ข้อที่ 26 หน้าที่ 32 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

4. การกระตุ้นความตระหนักรู้ จากกรณีศึกษาของพระราहुล ทรงใช้คำถาม ทรงใช้การเปรียบเทียบ จากกรณีของพระจูฬปันถก ทรงใช้อุปกรณ์เครื่องมือ จากกรณีของมัลลิกุลทลทรงใช้กระแสแห่งความเมตตาการุณย์

เมื่อเทียบเคียงกับการโค้ชสากลตามแนวสหพันธ์การโค้ชนานาชาติ โค้ชมืออาชีพ จะมีความเชี่ยวชาญในการใช้คำถามกระตุ้นให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ซึ่งส่งผลให้โค้ชมีการสะท้อนคิดอย่างลึกซึ้ง ในการสำรวจที่ละเอียดละประเด็น ทั้งมิติความคิด การเรียนรู้ และการสร้างสรรค์สิ่งต่าง ๆ โค้ชพร้อมที่จะดำรงอยู่ด้วยไม่รู้ เปิดโอกาสให้ร่วมกันสำรวจด้วยความอยากรู้อยากเห็น อนุญาตให้มีความนิ่งวางอย่างมีสติปรากฏขึ้น

จากประเด็นดังกล่าวพบว่า พระพุทธเจ้าทรงมีความสามารถใช้หลายวิธี ไม่ว่าจะเป็นการใช้คำถามทรงพลัง การเปรียบเทียบ การบอกเล่า ตลอดจนการใช้เครื่องมือ นอกจากนี้ยังทรงใช้การยกอุทาหรณ์และนิทานชาดก การทำเป็นตัวอย่าง การเล่นภาษาในความหมายใหม่ การรู้จักจังหวะและโอกาส มีความยืดหยุ่นในการใช้วิธีการ การลงโทษและการให้รางวัล การมีกลวิธีแก้ปัญหาเฉพาะหน้า (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2562)

5. การเอื้ออำนวยให้เกิดการเติบโต จากกรณีของพระราชูปถัมภ์ว่าแม้จะยังไม่มีพฤติกรรมกรกล่าวมูสา หากแต่ทรงหิวยกอุปมาภาษาชนะและแวนเพื่อสะท้อนกลับเข้ามาสู่การดำเนินชีวิตในชั้นต่อไป ที่มีความละเอียดลึกซึ้งทั้งทางกาย วาจา และใจ ให้สอดคล้องกับบุคคลผู้เป็นสมณะพึงมีสมณธรรม กรณีของพระเจ้าปเสนโกศล ทรงให้ทางเลือกและทางปฏิบัติที่เริ่มต้นจากสิ่งเล็กๆ เหมาะสมกับบุคคล สามารถลงมือทำได้ทันที กรณีของมัญญูทูลสืบทอดนอกจากจะให้ประโยชน์อันใหญ่ในสุคติโลกสวรรค์ ยิ่งก่อให้เกิดการเติบโตในการเป็นผู้ไปเกื้อกูลผู้อื่นต่อ จะเห็นได้จากในบทสนทนาระหว่างพราหมณ์ เศรษฐีผู้เป็นบิดาที่ได้รับบทสนทนาที่เอื้อให้เกิดการตระหนักรู้จนหลุดพ้นจากความทุกข์

เมื่อเทียบเคียงกับการโค้ชสากลตามแนวสหพันธ์การโค้ชนานาชาติ โค้ชมีอาชีพ จะให้ความร่วมมือในการค้นหาการเรียนรู้ ความก้าวหน้า การสะท้อนคิดในการสำรวจของโค้ช หมั่นตรวจสอบความก้าวหน้า การเรียนรู้ ข้อค้นพบอย่างเป็นธรรมชาติตลอดบทสนทนา เชื่อเชิญให้โค้ชหมั่นมองหาการสร้างบรรยากาศและระบบสนับสนุนให้เกิดผลลัพธ์และการเรียนรู้

จากประเด็นดังกล่าวพบว่า นอกจากพระพุทธเจ้าจะทรงเอื้อเพื่อให้เกิดผลลัพธ์อย่างยั่งยืนสำหรับบุคคลตรงหน้า แต่ยังมีหลายกรณี เช่น มัญญูทูลสืบทอด และยังมีอีกหลายกรณีที่ทรงยกระดับจิตใจและสติปัญญาของสาวกจนเกิดกลุ่มต้นแบบออกไปเผยแผ่ให้เกิดความเข้าใจโลกและชีวิตอันเรียกว่าสัมมาทิฐิ จนสามารถกลายเป็นผู้นำการเปลี่ยนแปลง (วันชัย วัฒนศัพท์ และภัทรวุฒิ วัฒนศัพท์, 2561) นอกจากทำให้ตนเติบโต ยังทำให้ผู้อื่นเติบโตเต็มศักยภาพของเขาเหล่านั้นอีกด้วย

สรุปได้ว่า บทบาทของพระพุทธเจ้าในการโค้ชในพระพุทธศาสนาแสดงให้เห็นถึงการมุ่งเน้นบุคคลตรงหน้าเป็นสำคัญ โดยไม่เลือกปฏิบัติตามฐานะ เพศ วัย หรือสุขภาพ ทรงสร้างพื้นที่ปลอดภัยและความไว้วางใจให้เกิดขึ้นผ่านการปฏิบัติที่กรุณาและอ่อนโยน อีกทั้งยังทรงเป็นผู้ฟังอย่างลึกซึ้งและมีสติในปัจจุบันขณะ การโค้ชของพระองค์มีเป้าหมายสูงสุดที่การพัฒนาอารมณ์ จิตใจ และปัญญาของบุคคลให้บรรลุธรรม รวมถึงทรงใช้วิธีการหลากหลาย เช่น คำถามทรงพลัง การเปรียบเทียบ และการสร้างการตระหนักรู้ ส่งผลให้ผู้คนเติบโตเต็มศักยภาพทั้งในด้านสติปัญญาและจิตวิญญาณ

บทสรุป

ภูมิปัญญาอันล้ำลึกของพระพุทธศาสนาที่ปรากฏในพระไตรปิฎกสามารถสะท้อนภาพของการโค้ชระดับสูงสุดที่พระพุทธเจ้าได้ทรงเป็นแบบอย่างชัดเจนในการประพฤติปฏิบัติเพื่อการพัฒนามนุษย์ ในการสร้างพระสาวกผู้ปฏิบัติตามจนเห็นผลและเผยแผ่ไปสู่เพื่อนมนุษย์ พระพุทธเจ้าทรงใช้วิธีการที่ละเอียดอ่อนและเมตตาในการสร้างพื้นที่ปลอดภัยและความไว้วางใจให้แก่ผู้ที่มาขอคำปรึกษา ทรงเป็นผู้ฟังที่ลึกซึ้งและทรงใช้คำถามที่มีพลังเพื่อกระตุ้นความตระหนักรู้และการคิดพิจารณาในตัวผู้รับการโค้ช แนวทางการโค้ชของพระองค์ไม่เพียงแต่ช่วยพัฒนาอารมณ์และจิตใจของผู้คนเท่านั้น แต่ยังส่งเสริมให้พวกเขาเติบโตทางปัญญาและจิตวิญญาณผ่านกระบวนการการตั้งคำถามและการไตร่ตรองตามหลักธรรมชาติ พระองค์ทรงให้ความสำคัญกับการเรียนรู้และการเปลี่ยนแปลงที่เกิดจากภายในของผู้เข้ารับคำสอนเอง ซึ่งสามารถนำไปใช้ประยุกต์ในบริบทสังคมปัจจุบันได้ทั้งในมิติส่วนบุคคลและมิติสังคม ด้วยแนวทางการโค้ชที่เชื่อมโยงกับอริยสัจ 4 ทำให้การโค้ชเชิงพุทธสามารถเป็นเครื่องมือที่ทรงพลังในการนำทางชีวิตให้พ้นจากทุกข์ และนำไปสู่สันติสุขที่ยั่งยืนทั้งในระดับบุคคลและสังคม



เอกสารอ้างอิง

- กิตติชัย งามชัยพิสิฐ. (2566). *ฟ้าสามัญ: คู่มือกระบวนการกลุ่มเพื่อขับเคลื่อนสู่ความเป็นธรรม*. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิความร่วมมือสันติภาพ.
- คณาจารย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2559). *พุทธวิธีการสอน*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). พระนครศรีอยุธยา: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- เทอดทูน ไทศรีวิชัย และวรภัทร์ ภูเจริญ. (2565). *หัวใจแห่งการโค้ช*. กรุงเทพมหานคร: อินเทอร์เน็ตเนชั่นแนล โค้ชชิง มาสเตอร์.
- ปกรณ วังศรีตันพิบูลย์. (2560). *โลกของการโค้ช*. กรุงเทพมหานคร: เอ็ดดูเคชั่น ไมนด์ โลว์ มัลติมีเดีย.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). (2546). *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์*. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระพรหมบัณฑิต. (2561). *พระไตรปิฎกฉบับสากล: วิถีธรรมจากพุทธปัญญา*. พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระมหาวิญชัย กิตติเมธี. (2560). มนุษย์ต้องการศาสนา หรือ ศาสนาต้องการมนุษย์ บทวิเคราะห์ว่าด้วยศรัทธา และปัญหาในพระพุทธศาสนาเถรวาท. *วารสารวันมูอองแสงระพุทธศาสตร์ปริทรรศน์*, 4(1): 99-105.
- พระมหาโพธิวงศาจารย์ (ทองดี สุรเตโช). (2559). *พจนานุกรม ไทย-บาลี*. กรุงเทพมหานคร: วัดราชโอรสารามราชวรวิหาร.
- พระวุฑฒ์ สุนะโร (ทองม้วน). (2566). รูปแบบการโค้ชเพื่อสันติภาพสำหรับพระนักเผยแผ่ในสังคมไทย. *คณาจารย์พุทธศาสตร์ดุสิตบัณฑิต*. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ไพฑูริย์ สงค์แก้ว. (2563). *ประโยชน์ของสมาธิที่วิทยาศาสตร์ได้วิจัยแล้ว*. นนทบุรี: เบญจนิภามูลนิธิ.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ราช รัมย์. (2560). *โค้ชวิถีพุทธ*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ปราชญ์.
- วันชัย วัฒนศัพท์ และภัทรุฒิ วัฒนศัพท์. (2561). *ผู้นำการเปลี่ยนแปลง: คู่มือและเครื่องมือการพัฒนาด้วย กระบวนการสุนทรียทัศน์และการสื่อสารอย่างสร้างสรรค์สู่สันติธรรม*. ขอนแก่น: โรงพิมพ์คลังน่านวิทยา.
- วุฒินันท์ กันทะเตียน. (2562). *แก่นสารธรรมสงเคราะห์ในคัมภีร์พุทธ*. นนทบุรี: นิติธรรมการพิมพ์.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต). (2562). *พุทธวิธีในการสอน*. (พิมพ์ครั้งที่ 25). กรุงเทพมหานคร: บริษัท โอ.เอส. พรินติ้ง เฮาส์ จำกัด.
- โสรัจ โปธิแก้ว. (2553). *จากจิตวิทยาสู่พุทธธรรม*. นครปฐม: ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ICF Philadelphia. (2024). *What Is Coaching*. Retrieved [14 February 2024] from <https://icfphiladelphia.wildapricot.org/What-is-Coaching>.



International Coaching Federation. (2024). *Code of Ethics*. Retrieved [14 February 2024] from <https://coachingfederation.org/ethics/code-of-ethics>.

International Coaching Federation. (2024). *Leading the Advancement of Coaching*. Retrieved [14 February 2024] from <https://coachingfederation.org/about>.

Kelly Miller. (2020). *Coaching Philosophy: What It Is and How to Develop Your Own*. Retrieved [14 February 2024] from <https://positivepsychology.com/coaching-philosophy>.

Online Etymology Dictionary. (2024). *Coach*. Retrieved [14 February 2024] from <https://www.etymonline.com/word/coach>.

