



วารสาร พุทธพัฒนาศาสตร์ศึกษา (Online) DHAMMADHARA JOURNAL OF BUDDHIST IDEOLOGY FOR DEVELOPMENT

ปีที่ 2 ฉบับที่ 2(5) พฤษภาคม-สิงหาคม 2567
ISSN 2985-007X (Online)

ศูนย์พุทธศาสตร์ศึกษา DCI

ลิขสิทธิ์: มูลนิธิสถาบันธรรมชัย

วารสารพุทธพัฒนศาสตร์ศึกษา (Online)
Dhammadhara Journal of
Buddhist Ideology for Development



ปีที่ 2 ฉบับที่ 2(5) พฤษภาคม-สิงหาคม 2567

ศูนย์พุทธศาสตร์ศึกษา DCI

ISSN 2985-007X (Online)

วารสารพุทธพัฒนศาสตร์ศึกษา (Online)

Dhammadhara Journal of Buddhist Ideology for Development

ลิขสิทธิ์ มูลนิธิสถาบันธรรมชัย

จัดทำโดย ศูนย์พุทธศาสน์ศึกษา DCI

วัตถุประสงค์

เพื่อส่งเสริม สนับสนุน และเป็นแหล่งเผยแพร่ผลงานวิชาการให้กับคณาจารย์ นิสิต นักศึกษา นักวิชาการ นักวิจัย และผู้สนใจ รวมทั้งเป็นเวทีในการแลกเปลี่ยนความรู้ในหลากหลายสาขา ช่วยยกระดับผลงานให้ได้มาตรฐานเป็นที่ยอมรับในแวดวงวิชาการ วารสารเปิดรับบทความในสาขาที่เกี่ยวข้องด้านพระพุทธศาสนา ปรัชญา ประวัติศาสตร์ การบริหารการศึกษา การบริหารจัดการเชิงพุทธ พุทธจิตวิทยา รัฐประศาสนศาสตร์ รวมทั้งสหวิทยาการเชิงประยุกต์ด้านมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์

ประเภทบทความที่รับพิจารณาการตีพิมพ์

บทความวิจัย บทความวิชาการ บทความแปลภาษาต่างประเทศ

กำหนดการออกเผยแพร่ ปีละ 3 ฉบับ

ฉบับที่ 1 มกราคม–เมษายน

ฉบับที่ 2 พฤษภาคม–สิงหาคม

ฉบับที่ 3 กันยายน–ธันวาคม



ดูรายละเอียดเพิ่มเติม

<https://so12.tci-thaijo.org/index.php/djbid>

กรรมการที่ปรึกษา

พระครูปลัดสุวัฒนโพธิคุณ (สมชาย ฐานวุฑฺโฒ), พ.บ., ดร. ศูนย์พุทธศาสน์ศึกษา DCI	
พระปัญญาวัชรบัณฑิต (สมบุรณ์ วุฑฺฒิกโร), รศ. ดร. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย	
ศาสตราจารย์ ดร.อุทิศ ศิริวรรณ	Charisma University, TC
รองศาสตราจารย์(พิเศษ) ดร.อำนาจ บัวศิริ	นักวิชาการอิสระ
รองศาสตราจารย์ ดร.สมศักดิ์ บุญปู	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บรรณาธิการวารสาร

ดร.ภทิตา แรงทน	หัวหน้าศูนย์วิจัยพุทธศาสตร์ DCI
----------------	---------------------------------

ผู้ช่วยบรรณาธิการวารสาร

พระมหาธัญสันต์ กิตติสาโร	ศูนย์พุทธศาสน์ศึกษา DCI
--------------------------	-------------------------

กองบรรณาธิการ

พระมหาวุฒิชัย วุฑฺฒิชโย, ดร.	ศูนย์พุทธศาสน์ศึกษา DCI
รองศาสตราจารย์ ดร.สำเนียง เลื่อมใส	มหาวิทยาลัยศิลปากร
รองศาสตราจารย์ ดร.สิน งามประโคน	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
รองศาสตราจารย์ ดร.ประเสริฐ รุณรา	มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
รองศาสตราจารย์ ดร.ฉลองเดช คุณานูมาต	มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
รองศาสตราจารย์ ดร.สุวิญ รักสัตย์	มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
รองศาสตราจารย์ ดร.อำพล บุคดาสาร	มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.บารมี อริยะเลิศเมตตา	มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

คณะผู้ทรงคุณวุฒิประเมินบทความ (Reviewer)

พระมหาดวงเด่น จิตถาโณ (ตุนิน), ผศ. ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระมหาอภิชาติ มาณสุโก, ดร.	ศูนย์พุทธศาสน์ศึกษา DCI
พระมหาพงศ์ศักดิ์ จานิโย, ดร.	อาจารย์ทรงคุณวุฒิ มหาวิทยาลัยวิริโคช ประเทศญี่ปุ่น
รองศาสตราจารย์(พิเศษ) ดร.อำนาจ บัวศิริ	นักวิชาการอิสระ
รองศาสตราจารย์ ดร.ประพันธ์ สุภาษ	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
รองศาสตราจารย์ ดร.सानุ มัทธนาคุณ	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
รองศาสตราจารย์ ดร.อำพล บุคดาสาร	มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร
รองศาสตราจารย์ ดร.ฉลองเดช คุณานูมาต	มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มนตรี สิริโรจนานันท์	มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชาติเมธี หงษา
 ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อุทัย สติมัน
 ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิสิษฐ์ คิดคำส่วน
 ดร.สมเกียรติ แก้วเกาะสะบ้า
 ดร.กฤษฎา นันทเพ็ชร
 ดร.ชรินทร์ จิตตุสโก
 ดร.สมศักดิ์ อัมพรวิสิทธิ์โสภา
 พญ. ดร.เจนจิรา แวงวรรณ

มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร
 มหาวิทยาลัยสวนดุสิต
 มหวิทยาลัยนครพนม
 มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
 มหาวิทยาลัยบูรพา
 โรงเรียนวัดยางซ้าย
 โรงเรียนวัดไพร่ฟ้า
 ศูนย์พุทธศาสตร์ศึกษา DCI

คำแนะนำสำหรับผู้เขียน

ผู้เขียนต้องปรับรูปแบบ และการอ้างอิงตามที่วารสารกำหนดก่อนส่งเข้าระบบ Submission ทั้งนี้วารสารกำหนดหลักเกณฑ์การอ้างอิงโดยอาศัย Chicago เวอร์ชัน 17 และอ้างอิงแบบเชิงอรรถ (Footnote)

- ชื่อบทความเป็นภาษาไทยและภาษาอังกฤษ
- บทความมีความยาวรวมทั้งหมดไม่เกิน 15 หน้า กระดาษ A4
- บทความย่อ ความยาวไม่เกิน 300 คำ (18 บรรทัด)
- พิมพ์ภาษาไทยและภาษาอังกฤษ ใช้อักษร TH Sarabun ขนาด 16 และกั้นขอบด้านละ 2.54 ซม.
- ตัวเลข ใช้เลขอารบิก ตลอดทั้งบทความ
- รูปแบบการอ้างอิง ใช้รูปแบบการอ้างอิงตามเกณฑ์ที่วารสารกำหนด รายละเอียดดูที่ภาคผนวกของวารสารพุทธพัฒนาศาสตร์ศึกษาเล่มล่าสุด <https://so12.tci-thaijo.org/index.php/djbid/issue/archive>
- พิมพ์ประวัติการศึกษาของผู้เขียน สังกัด ทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ พร้อมอีเมลล์และเบอร์ติดต่อ ท้ายบทความ
- ส่งบทความในระบบออนไลน์ Submission โดยลงทะเบียนได้ที่ <https://so12.tci-thaijo.org/index.php/djbid>

การตรวจสอบคุณภาพของบทความ

- บทความทุกบทความ ต้องผ่านการตรวจและประเมินจากกองบรรณาธิการ
- บทความทุกบทความ ได้รับการตรวจและประเมินจากผู้ทรงคุณวุฒิอย่างน้อย 2 ท่าน
- บทความทุกบทความ ได้รับการตรวจและประเมินแบบปกปิดรายชื่อ (Double Blinded)
- บทความต้องไม่เคยลงตีพิมพ์ในวารสารอื่นหรือกำลังอยู่ในระหว่างการประเมินจากผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อพิจารณาตีพิมพ์ในวารสารอื่น ยกเว้นบทความแปลภาษาต่างประเทศที่ผู้เขียนและสำนักพิมพ์ยินยอมให้แปลเป็นภาษาไทย
- บทความต้องไม่มีการคัดลอกมาจากผลงานของบุคคลอื่น

ฝ่ายศิลปกรรมและระบบออนไลน์

พระมหาธัญสัมพันธ์ กิตติสาโร

พระมหายศพล ธมมธโร

ฝ่ายพิสูจน์อักษร

ดร.ฉัฐมาพร โตการณยศเรษฐ์

อ.สุภาพร ปรงนิยม

ฝ่ายประชาสัมพันธ์และเผยแพร่

ศูนย์พุทธศาสตร์ศึกษา DCI

สถานที่ติดต่อ

ศูนย์พุทธศาสตร์ศึกษา DCI

แผนกศูนย์วิจัยพุทธศาสตร์ ฝ่ายงานวารสารวิชาการ DJBID

เลขที่ 75 หมู่ที่ 1 ตำบลไทรน้อย อำเภอบางบาล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา 13250

โทรศัพท์ 08-2487-1795, 09-5665-5355

อีเมลล์ djb主id.adm@gmail.com

บทบรรณาธิการ

วารสารพุทธพัฒนาศาสตร์ศึกษา (Online) ปีที่ 2 ฉบับที่ 2(5) นี้ นำเสนอบทความวิจัย เรื่อง “แนวทางการพัฒนาความเป็นเอกภาพด้านการจัดการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรมตามหลักสารานียธรรมของพระสงฆ์จังหวัดพระนครศรีอยุธยา” โดย พระมหาจตุรงค์ จิรฐจิต ได้สรุปว่า คณะสงฆ์ยังขาดความเป็นเอกภาพด้านงบประมาณ ครูพระขาดประสบการณ์ในการสอน โดยภาพรวมหลักสูตรยังสามารถดำเนินการต่อไป แต่ควรเพิ่มระยะเวลาการศึกษาให้มากกว่า 3 ปี อาจใช้แนวทางการเรียนแบบพระบาลีที่ใช้เวลา 9 ปี ทั้งยังช่วยรักษา ศาสนทายาทให้อยู่นิยยามมากขึ้นด้วย

บทความเรื่อง “แนวทางสร้างความสุขคนวัยทำงานด้วยหลักพุทธจิตวิทยา” โดย นางสาวปัทมิตา วิเศษบุปผากุล และคณะ ได้เสนอผลการศึกษาที่แสดงให้เห็นว่า การให้ความหวังและกำลังใจ จนสามารถสร้างความสุขให้กับคนวัยทำงานได้ด้วยตนเอง มีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไปได้นั้น จำเป็นต้องสร้างความเข้าใจและเน้นการปฏิบัติอย่างต่อเนื่องในชีวิตประจำวันด้วยองค์ประกอบ 3 ประการ คือ รู้สึกพึงพอใจกับชีวิต รู้และเข้าใจตนเอง ใส่ใจในสิ่งที่ทำและให้ความสำคัญต่อมิตรภาพอันดีงาม อันเป็นแนวทางสร้างสุขด้วยหลักพุทธจิตวิทยา

บทความเรื่อง “การจัดการศึกษาตามหลักสารานียธรรมของโรงเรียนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์” โดย พระมหาศุภชัย ปิยธมฺมขโย (ติวป) และทีม นำเสนอการประยุกต์ใช้ร่วมกันระหว่างองค์ประกอบการจัดการศึกษาของโรงเรียนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ทั้ง 5 ด้านกับหลักสารานียธรรม 6 ด้วยการมุ่งเน้นพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ อันเป็นตัวขับเคลื่อนความสำเร็จขององค์กร ให้บุคลากรทุกภาคส่วนร่วมมือกันในการนำหลักสารานียธรรมไปใช้ในการบริหารจัดการงาน ตนเอง และการปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดี จะนำพาองค์กรไปสู่เป้าหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพ

บทความเรื่อง “การบูรณาการการให้คำปรึกษาเพื่อคลายทุกข์ทางจิตใจด้วยวิถีพุทธจิตวิทยา” โดย นายสายนต์ ชันธนิม และทีม ได้นำเสนอผลการศึกษาว่า พุทธจิตวิทยาการให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการให้คำปรึกษาที่บูรณาการระหว่างจิตวิทยาการให้คำปรึกษากับคำสอนในพระพุทธศาสนา (หลักอริยสัจ 4) เป็นการบูรณาการ

หลักธรรม รูปแบบ วิธีการ เทคนิค และกระบวนการของจิตวิทยาการให้คำปรึกษา และพุทธวิธีการให้คำปรึกษา เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาที่มีทุกข์ คลายความทุกข์ มีความเศร้าโศก คลายความเศร้าโศก หรือมีปัญหาทางด้านจิตใจ ให้พ้นจากความทุกข์ ใจตามหลักธรรมในทรรศนะทางพระพุทธศาสนา

ท้ายนี้ กองบรรณาธิการวารสารพุทธพัฒนาศาสตร์ศึกษา ขอขอบพระคุณคณะ ผู้ทรงคุณวุฒิ ขอขอบคุณผู้เขียน และผู้อ่านทุกท่านที่ติดตามกันมาโดยตลอด หากท่านมีคำแนะนำในการช่วยพัฒนาปรับปรุงวารสารให้เกิดความสมบูรณ์มากขึ้น ทางกองบรรณาธิการก็ขอน้อมรับไว้ด้วยความยินดีและขอขอบพระคุณยิ่ง



(ดร.ภัทติดา แรงทน)

บรรณาธิการ

30 สิงหาคม 2567

สารบัญ

บทความวิจัย

แนวทางการพัฒนาความเป็นเอกภาพด้านการจัดการศึกษาพระปริยัติธรรม แผนกธรรมตามหลักสาราณียธรรมของพระสงฆ์จังหวัดพระนครศรีอยุธยา พระมหาจตุรงค์ จิรภูจิตโต	1
--	---

บทความวิชาการ

แนวทางสร้างสุขคนวัยทำงานด้วยหลักพุทธจิตวิทยา ปัทมดา วิเศษบุปผากุล, รศ. ดร.สิริวัฒน์ ศรีเครือดง, ผศ. ดร.สุวัฒน์ รักขันโท	24
การจัดการศึกษาตามหลักสาราณียธรรมของโรงเรียนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ พระมหาศุภชัย ปิยธมฺมชโย, ผศ. ดร.ระวีง เรืองสังข์, รศ. ดร.สมศักดิ์ บุญปู	40
การบูรณาการการให้คำปรึกษาเพื่อคลายทุกข์ทางจิตใจด้วยวิถีพุทธจิตวิทยา สายันต์ ชันธนิยม, รศ. ดร.สิริวัฒน์ ศรีเครือดง, ผศ. ดร.วิชชุดา จิตติโชติรัตนนา	56

ภาคผนวก

หลักเกณฑ์การอ้างอิง วารสารพุทธพัฒนาศาสตร์ศึกษา (DJBID)	75
ดัชนีบทความ วารสารพุทธพัฒนาศาสตร์ศึกษา (DJBID)	104

แนวทางการพัฒนาความเป็นเอกภาพด้านการจัดการศึกษา
พระปริยัติธรรมแผนกธรรมตามหลักสาราณียธรรม
ของพระสงฆ์จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

A Guideline for the Development of Unity in
Phrapariyattidhamma Educational Management,
Dhamma Section, According to Sārāṇiyadhamma for
the Sangha in Phranakorn Si Ayuttaya Province



พระมหาจตุรงค์ จิรฐจิตโต
Phramaha Jaturong Ciratthito

กองพระไตรปิฎก ศูนย์พุทธศาสตร์ศึกษา DCI
Dhammachai Tipiṭaka Project, DCI Center for Buddhist Studies
Email: jira072@gmail.com

ตอบรับบทความ (Received) : 27 พฤษภาคม 2567
เริ่มแก้ไขบทความ (Revised) : 26 มิถุนายน 2567
รับบทความตีพิมพ์ (Accepted) : 8 กรกฎาคม 2567
เผยแพร่ออนไลน์ (Available Online) : 30 สิงหาคม 2567

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์นำเสนอ คือ 1) ศึกษาสภาพหลักความเป็นเอกภาพ ด้านการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรมของพระสงฆ์จังหวัดพระนครศรีอยุธยา 2) ศึกษาวิธีการพัฒนาความเป็นเอกภาพด้านการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรมตามหลักสาราณียธรรมของพระสงฆ์ 3) เสนอแนวทางพัฒนาความเป็นเอกภาพด้านการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรมตามหลักสาราณียธรรมของพระสงฆ์ในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา มีระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสานระหว่างเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม โดยแจกแบบสอบถามพระภิกษุสงฆ์ในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา จำนวน 225 รูป และ แบบสัมภาษณ์ โดยสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 รูป/คน วิเคราะห์โดยหาค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการศึกษาพบว่า

1) สภาพหลักความเป็นเอกภาพด้านการศึกษาพระปริยัติธรรม แผนกธรรมของพระสงฆ์จังหวัดพระนครศรีอยุธยา โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายด้านจากมากไปหาน้อยพบว่า หลักสูตร ครูผู้สอน การจัดการเรียนการสอน การใช้สื่ออุปกรณ์และการประสานงาน ค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ การวัดผลและการประเมินผล ตามลำดับ

2) วิธีการพัฒนาความเป็นเอกภาพด้านการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรมตามหลักสาราณียธรรมของพระสงฆ์ในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา พบว่า สื่อและครูผู้สอนอยู่ในระดับดีมาก แต่ควรศึกษาเรื่องการทำสื่อช่วยสอนและเพิ่มการประชาสัมพันธ์ในด้านต่าง ๆ สร้างรูปแบบที่หลากหลาย เพิ่มครูให้มีจำนวนเพียงพอ นำครุมารวมสอนในอำเภอเดียวกันเพื่อแก้ปัญหาการขาดครูสอน

3) แนวทางพัฒนาความเป็นเอกภาพด้านการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรมตามหลักสาราณียธรรมของพระสงฆ์ในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา ด้านการวัดผลและประเมินผล งบประมาณที่ได้รับไม่เพียงพอต่อการดำเนินงาน เช่น ค่าใช้จ่ายในการเดินทาง ควรมีการทบทวนงบประมาณด้านการส่งเสริมการศึกษาของพระภิกษุสงฆ์อย่างจริงจังและเร่งด่วนเพื่อให้เพียงพอในการดำรงอยู่ในเพศบรรพชิตและช่วยเหลือสังคมยุคปัจจุบันได้อย่างมีประสิทธิภาพ

คำสำคัญ: เอกภาพ การจัดการศึกษา โรงเรียนปริยัติธรรม สาราณียธรรม พระนครศรีอยุธยา

Abstract

This article research has the following objectives: 1) Study the state of unity in phrapariyattidhamma educational management, dhamma section, of the sangha in Phranakorn Si Ayuttaya province; 2) Study methods for development of unity in phrapariyattidhamma educational management, dhamma section, according to Sārāṇīyadhamma for the sangha in Phranakorn Si Ayuttaya province; and 3) Propose guidelines for development of unity in phrapariyattidhamma educational management, dhamma section, according to Sārāṇīyadhamma for the sangha in Phranakorn Si Ayuttaya province. The mixed research methods were used in the study. The quantitative data were collected by online questionnaires from 225 monks in Phranakorn Si Ayuttaya province and analyzed by mean and standard deviation. The qualitative data were collected by in-depth interview-forms with 5 key-informants and then analyzed by content analysis. The results of the study found that:

1) The state of unity in phrapariyattidhamma educational management, dhamma section, of the sangha in Phranakorn Si Ayuttaya province is generally at a high level. When examining various aspects from most to least, it is found that the curriculum, teachers, teaching management, use of media and equipment, and coordination are rated highly, with the lowest average score being in assessment and evaluation, in that order.

2) The methods for development of unity in phrapariyattidhamma educational management, dhamma section, according to Sārāṇīyadhamma for the sangha in Phranakorn Si Ayuttaya province reveal that the media and teachers are at a very good level. However, there should be further study on creating teaching aids and increasing publicity in various areas.

Developing diverse formats, increasing the number of teachers to sufficient levels, and consolidating teachers to teach within the same district to address the problem of teacher shortages are also recommended.

3) The guidelines for development of unity in phrapariyattidhamma educational management, dhamma section, according to Sārāṇiyadhamma for the sangha in Phranakorn Si Ayuttaya province, specifically regarding assessment and evaluation: The current budget is insufficient for operations, such as travel expenses. There should be a serious and urgent review of the budget allocated for promoting the education of monks to ensure. It is adequate for sustaining their monastic life and effectively supporting society in the present era.

Keyword: Unity, Educational Management, Phrapariyattidhamma School, Sārāṇiyadhamma, Phranakorn Si Ayuttaya

1. บทนำ

การศึกษาพระปริยัติธรรม แผนกธรรม เป็นการส่งเสริมพระภิกษุสงฆ์สามเณร ทางด้านหลักธรรมที่ทำให้ประชาชนทั่วไป หรือ ตัวพระภิกษุสามเณรเอง เข้าใจใน ชีวิตและดำเนินชีวิตไปในเส้นทางอันถูกต้องดีงาม การสนับสนุนการขับเคลื่อนกิจการ พระพุทธศาสนาตามแผนยุทธศาสตร์การปฏิรูปกิจการพระพุทธศาสนาให้สำเร็จตามที่ วางไว้ตามกรอบภารกิจงานของคณะสงฆ์ 6 ด้านของมหาเถรสมาคมนั้น พระภิกษุสงฆ์ ควรดำเนินการสวดส้อง ดูแล สนับสนุน ส่งเสริม แนะนำ การศึกษาพระปริยัติธรรม ให้สอดคล้องกับพระธรรมวินัยและวัตรปฏิบัติของพระภิกษุสามเณร ให้เกิดความความ เรียบร้อยสงบสุขแก่ทุกฝ่าย ในคู่มือพระสังฆาธิการ ในมาตราที่ 6 กล่าวถึงการจัดการ ศึกษาพระปริยัติ แผนกธรรม เพื่อให้เกิดเอกภาพเป็นหนึ่งเดียวของคณะสงฆ์ที่มีความ พยายามมายาวนาน การบริหารกิจการคณะสงฆ์หรือการปกครองคณะสงฆ์โดยหลัก คือ การปกครองตามธรรมวินัยและให้กฎหมายหรืออำนาจรัฐเป็นฝ่ายสนับสนุน เมื่อ กล่าวถึงประเทศไทยในปัจจุบันได้ตราพระราชบัญญัติคณะสงฆ์ พ.ศ. 2505 และต่อมา ในปี พ.ศ. 2535 ได้ตราพระราชบัญญัติคณะสงฆ์ (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2535 ซึ่งเป็นการ แก้ไขเพิ่มเติมฉบับที่ใช้อยู่ให้เหมาะสมยิ่งขึ้น พระราชบัญญัติคณะสงฆ์ทั้งสองฉบับนี้ เป็นฉบับที่ใช้อยู่ในปัจจุบันที่ถือว่าเป็นรูปแบบการปกครองคณะสงฆ์และเป็นหลักใน การจัดระเบียบการปกครองคณะสงฆ์ให้เกิดความเป็นหนึ่งเดียวกัน¹

พระสงฆ์กับงานการศึกษาเป็นเรื่องที่มีมาตั้งแต่สมัยพุทธกาล ดังพระพุทธพจน์ ว่า “จรถ ภิกขเว จาริกิ พุทฺชนหิตาย พุทฺชนสุขาย โลกานุกมปาย”² แปลว่า “ภิกษุ ทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงเที่ยวจาริกไปเพื่อประโยชน์ เพื่อความสุขแก่คนเป็นอันมาก เพื่ออนุเคราะห์แก่ชาวโลก” ในสถานการณ์ปัจจุบัน ความขัดแย้งย่อมเกิดขึ้นได้ เพราะความเห็นที่แตกต่างกัน ความเป็นเอกภาพทางการศึกษาถือเป็นการร่วมกัน ที่ก่อให้เกิดการศึกษาอย่างมีเอกภาพ มีทิศทางขับเคลื่อน การส่งเสริมสนับสนุน

1. พระอธิการแพร สมุญโคโล (บุตรสองคอน), “การบริหารกิจการคณะสงฆ์ไทย”, มนุษยศาสตร์และ สังคมศาสตร์ มจร. วิทยาลัยอัสสัณ, ปีที่ 1 ฉบับที่ 2 (พฤษภาคม–สิงหาคม 2563), 75.

2. ตูรายละเอียดยใน วิ.มหา. 4/32/39 (บาลี.สยามรัฐ)

และมีกิจกรรมร่วมกันอย่างมีขั้นตอน เป็นระบบ สามารถไปสู่การบรรลุเป้าหมาย ได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล ความเป็นเอกภาพทางการศึกษาพระปริยัติธรรม แผนกธรรม เป็นการส่งเสริม และทำงานร่วมกันในการจัดการศึกษาทางด้าน พระธรรมวินัยแก่พระภิกษุสามเณร เอกภาพของคณะสงฆ์ คือความเป็นหนึ่งเดียวใน การประสานงานร่วมกันเพื่อนำไปสู่ความสำเร็จทางการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนก ธรรม ซึ่งการจัดการศึกษาพระปริยัติธรรม แผนกธรรม แบ่งออกเป็น 3 ชั้นเรียน คือ นักธรรมตรี นักธรรมโท และนักธรรมเอก แต่ละวัดจะมีครูพระสอนภายใต้การกำกับ ดูแลของเจ้าอาวาสแต่ละวัด ส่วนเจ้าอาวาสก็อยู่ในความดูแลของเจ้าคณะผู้ปกครอง อีกทีหนึ่ง อนึ่งผู้วิจัยจึงสนใจว่า การบริหารจัดการศึกษาพระปริยัติธรรม แผนกธรรม ของผู้บริหารจึงจะนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาบูรณาการร่วมกันด้วย

การบริหารแบบมีส่วนร่วมสำหรับผู้บริหารวัด เป็นการบริหารให้ผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง กับการศึกษาแผนกธรรมได้รับประโยชน์ทั้งทางตรงและทางอ้อมจากการจัดการศึกษา โดยใช้หลักการของ POSDCoRB³ ทั้ง 5 คือ 1) หลักสูตร 2) การจัดการเรียนรู้ 3) ครู ผู้สอน 4) สื่อ อุปกรณ์และการประสานงาน 5) การวัดผลและการประเมินผล มา บูรณาการเข้ากับหลักธรรมสาราณียธรรม 6 ประการ⁴ ประกอบไปด้วย 1) เมตตา กายกรรม ตั้งเมตตากายกรรมในเพื่อนพรหมจรรย์ 2) เมตตาวาจกรรม ตั้งเมตตาวาจ กรรมในเพื่อนพรหมจรรย์ 3) เมตตามโนกรรม ตั้งเมตตามโนกรรมในเพื่อนพรหมจรรย์ 4) สาธารณโภคี ได้สิ่งของใดมาก็แบ่งปัน 5) สีสสามัญญตา มีศีลบริสุทธิ์เสมอกันกับ เพื่อนพรหมจรรย์ 6) ทิฐีสามัญญตา มีทิฐิดีงามเสมอกันกับเพื่อนพรหมจรรย์ทั้ง หลาย โดยเปิดโอกาสให้พระภิกษุสงฆ์เข้ามามีส่วนร่วม เพื่อให้การศึกษามีคุณภาพ ตามมาตรฐานที่กำหนด ลดความขัดแย้งภายในองค์กร และพัฒนางานที่ปฏิบัติให้มี คุณภาพสูงสุด สำหรับการศึกษาพระปริยัติธรรม แผนกธรรมปัจจุบัน มีสมเด็จพระ มหาวีรวงศ์ (สุชิน อคฺคชิโน) เป็นแม่กองธรรมสนามหลวง ส่งเสริมการพัฒนาศาสน ายาหาให้มีคุณภาพ สามารถดำรงพระศาสนาไว้ ด้วยถือว่าเป็นกิจคณะสงฆ์ส่วนหนึ่ง

3. สุนทร โคตรบรรเทา, การบริหาร การศึกษา หลักการและทฤษฎี (ฉบับปรับปรุง), (กรุงเทพฯ: ปัญญาชน, 2560), 74-75.

4. ดุราลละเอียดใน ปี.ปา. 11/317/257 (ไทย.มจร)

ที่สำคัญยิ่งในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา การบูรณาการหลักธรรมเพื่อส่งเสริมการบริหารทั้งการวางแผน การจัดการ การขึ้นนำ และการควบคุมทรัพยากรในสำนักเรียน ซึ่งสนับสนุนหลักสภาราณียธรรม 6

จากสภาพการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรมที่ขาดความเป็นเอกภาพของคณะสงฆ์จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ที่ทำให้เกิดความไม่พร้อมทั้งทางด้านหลักสูตร การจัดการเรียนรู้ ครูผู้สอน สื่อ อุปกรณ์ทางการศึกษา การวัดผล ประเมินผลที่ยังไม่ได้มีความชัดเจน ผู้วิจัยมีแนวคิดในการพัฒนาเอกภาพทางการจัดการศึกษาพระปริยัติธรรม แผนกธรรม ของคณะสงฆ์จังหวัดพระนครศรีอยุธยา โดยนำหลักสภาราณียธรรมมาใช้สนับสนุนการพัฒนาเอกภาพ มีแนวทางทำได้อย่างไร ผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จในการจัดการการศึกษา ศึกษาสภาพทั่วไป และปัญหาอุปสรรคการจัดการศึกษาพระปริยัติธรรม แผนกธรรมของคณะสงฆ์จังหวัดอยุธยา พร้อมทั้งศึกษาหลักพุทธธรรม แนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาพระปริยัติธรรม แผนกธรรม ซึ่งองค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้ ผู้บริหารหรือบุคคลที่เกี่ยวข้องสามารถนำไปใช้ประโยชน์เพื่อเป็นฐานข้อมูลสารสนเทศในการส่งเสริมการพัฒนาการจัดการการศึกษาพระปริยัติธรรม แผนกธรรม ให้มีประสิทธิภาพและเจริญรุ่งเรืองมากยิ่งขึ้น และเกิดการพัฒนาความเป็นเอกภาพให้เกิดขึ้นในวงการของคณะสงฆ์สืบไป

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

2.1 เพื่อศึกษาสภาพหลักความเป็นเอกภาพด้านการจัดการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรม ของพระสงฆ์ในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา

2.2 เพื่อศึกษาวิธีการพัฒนาความเป็นเอกภาพด้านการจัดการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรม ตามหลักสภาราณียธรรมของพระสงฆ์ในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา

2.3 เพื่อเสนอแนวทางพัฒนาความเป็นเอกภาพด้านการจัดการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรม ตามหลักสภาราณียธรรมของพระสงฆ์ในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา

3. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมวิธี (Mixed Research) ระหว่างการวิจัยเชิงปริมาณและการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยวิธีเก็บรวบรวมแบบสอบถามและการสัมภาษณ์ ส่วนการวิเคราะห์ข้อมูล ใช้การวิเคราะห์แบบเอกสาร (Content Analysis)

3.1 ศึกษาข้อมูลจากเอกสารปฐมภูมิ คือ คัมภีร์พระไตรปิฎก หนังสือ วารสาร บทความ วิทยานิพนธ์ เว็บไซต์และงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยกำหนดขอบเขตการศึกษาเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับพระภิกษุสงฆ์ในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา

3.2 กำหนดกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงพระภิกษุทั้งหมด 225 รูป จากจำนวน 541 รูป ซึ่งประกอบไปด้วยพระภิกษุสงฆ์ในพื้นที่ที่ใช้การวิจัย จำนวน 17 วัด คือ 1. วัดพนัญเชิงวรวิหาร 2. วัดกษัตริยาธิราชวรวิหาร 3. วัดใหญ่ชัยมงคล 4. วัดช้างใหญ่ 5. วัดตาลเอน 6. ที่พักสงฆ์ศูนย์อบรมเยาวชนบางปะหัน 7. วัดโคกช้าง 8. วัดตะโก 9. วัดพะยอม 10. วัดวิเวกาวาส 11. วัดคลองพุทรา 12. วัดบ้านอ้อ 13. วัดลาดบัวหลวง 14. วัดเจ้าเจ็ดใน 15. ศูนย์พุทธศาสน์ศึกษา DCI จังหวัดพระนครศรีอยุธยา 16. วัดสีสุก 17. วัดโคกหิรัญ

3.3 สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิผู้ให้ข้อมูลสำคัญเพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีความแม่นยำและเที่ยงตรงมากขึ้น

3.4 วิเคราะห์ข้อมูลจากการศึกษาเอกสาร และผลจากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ เมื่อผู้วิจัยได้จัดเก็บรวบรวมและตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลในแต่ละประเด็นอย่างครบถ้วนสมบูรณ์แล้วก็จะนำข้อมูลมาจัดระบบเป็นหมวดหมู่ เรียงลำดับตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ต่อจากนั้นจึงดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลแบบพรรณนาวิเคราะห์ โดยได้จัดระบบหมวดหมู่ของการวิเคราะห์เรียงตามลำดับวัตถุประสงค์ของการวิจัย

3.5 นำเสนอแนวทางการสร้างความเป็นเอกภาพด้วยหลักการจัดการของ POSDCoRB บูรณาการเข้ากับหลักสาราณียธรรม

4. ผลการวิจัย

4.1 สภาพทางการพัฒนาความเป็นเอกภาพด้านการจัดการศึกษาพระปริยัติธรรม แผนกธรรม ตามองค์ประกอบหลัก 5 ด้าน ดังนี้

ตารางผลการศึกษาเกี่ยวกับสภาพทางการพัฒนาความเป็นเอกภาพด้านการจัดการศึกษาพระปริยัติธรรม แผนกธรรม ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ตามหลักการ POSDCoRB โดยภาพรวม ดังนี้

ตารางที่ 1 แสดงผลภาพรวมสภาพการพัฒนาความจำเป็นเอกภาพด้านการจัดการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรมตามหลัก POSDCoRB

สภาพทางการพัฒนาความเป็นเอกภาพ ด้านการจัดการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนก ธรรมตามหลักสภาราณียธรรมของพระ ภิกษุจังหวัดพระนครศรีอยุธยาตามหลัก การ POSDCoRB โดยภาพรวม	อันดับ	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1. หลักสูตร	1	4.02	0.88	มาก
2. การจัดการเรียนรู้	3	3.77	1.09	มาก
3. ครูผู้สอน	2	3.80	1.01	มาก
4. สื่อ อุปกรณ์และการประสานงาน	4	3.55	1.12	มาก
5. การวัดผลและการประเมินผล	5	3.19	1.29	ปานกลาง
ภาพรวม		3.67	1.08	มาก

จากตาราง พระภิกษุในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา มีความเห็นโดยภาพรวมทั้ง 5 ข้อ พระภิกษุมีความเห็นด้วยมาก มีค่าเฉลี่ย 3.67 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.08

รายด้านทุกด้าน พระภิกษุมิระดับความเห็นด้วยมาก เรียงจากมากไปหาน้อย ได้แก่ พระภิกษุคิดว่า **หลักสูตร** มีค่าเฉลี่ย 4.02 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.88 **ครูผู้สอน** มีค่าเฉลี่ย 3.80 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.01 **การจัดการเรียนรู้** มีค่าเฉลี่ย 3.77 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.09 **สื่อ อุปกรณ์และการประสานงาน** มีค่า

เฉลี่ย 3.55 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.12 การวัดผลและการประเมินผล มีค่าเฉลี่ย 3.19 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.29

โดยสรุปจากตารางได้ข้อสรุปเรียงตามค่าน้อยไปหามาก คือ 1. การวัดผลและการประเมินผล ซึ่งได้ค่าปานกลาง มีตัวชี้วัดไปในเรื่องของงบประมาณและรางวัล 2. สื่อ อุปกรณ์และการประสานงาน มีตัวชี้วัดไปที่ การสนับสนุนสื่อและอุปกรณ์ยังไม่เพียงพอ 3. การจัดการเรียนรู้ ไม่ค่อยได้มีส่วนในด้านการจัดการเรียนรู้และไม่ค่อยได้รับการสนับสนุนในเรื่องการจัดการเรียนการสอน 4. ครูผู้สอน ยังขาดงบประมาณและขาดคุณภาพ 5. หลักสูตร จัดเรียนเพิ่มหลังเรียนจบ

4.2 วิธีการพัฒนาความเป็นเอกภาพด้านการศึกษาพระปริยัติธรรม แผนกธรรม ตามองค์ประกอบหลัก 5 ด้าน ดังนี้

ผลการวิจัยเพื่อหาวิธีการพัฒนาความเป็นเอกภาพด้านการศึกษาพระปริยัติธรรม แผนกธรรมตามหลักสาราณียธรรมของพระสงฆ์ จังหวัดพระนครศรีอยุธยาที่ได้จากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ ได้แก่ ผู้บริหารการคณะสงฆ์ จังหวัดพระนครศรีอยุธยาและเจ้าหน้าที่สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ โดยผู้ศึกษานำผลจากแบบสอบถามความเห็นพระภิกษุสงฆ์ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา มาสรุปตามหลักการของ POSDCoRB ซึ่งมีผลการศึกษาที่ต้องพัฒนาวิธีเป็นอันดับแรก มีสภาพปานกลาง ถือว่าเป็นระดับต่ำตามด้วยสื่อกับอุปกรณ์และการจัดการเรียนรู้ตามลำดับผู้วิจัยเลือกมาเป็นประเด็นสัมภาษณ์ มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. การวัดผลและประเมินผล (Reporting and Budgeting) พบว่า

1) เครือข่ายการศึกษาพระปริยัติธรรม มีการบูรณาการเข้ากับสาธารณโภคีในการนำทรัพยากรเข้าส่วนกลางเพื่อช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

2) เรื่องการมอบรางวัล จะมีมอบให้ครบแต่เป็นในวัดเป็นกำลังใจให้หลังสอบได้ทุกปี มองว่าจะเป็นกำลังใจจึงให้พิเศษ

3) มีการจัดผ้าป่าเพื่อการศึกษา หางบช่วยเหลือเพิ่มเติมจากที่ได้จากส่วนกลาง เงินผ้าป่าส่วนใหญ่ใช้จ่ายเป็นค่ารถและค่าครู การระดมทุนจะใช้วิธีการลงขันระดมกันในคณะสงฆ์ โดยส่วนใหญ่จะเป็นค่ารถจะบอกบุญช่วงงานกฐิน ที่เหลือรอรจากรัฐบาลในปีถัด ๆ ไป

4) ทางสำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติมีมุมมองว่า เรื่องรางวัลเป็นงานของคณะสงฆ์ หน้าที่หลักของสำนักงานพุทธฯ ในส่วนกลางคือ การจัดสรรงบประมาณสงฆ์ ประสานงานกับแผนกธรรมที่อยู่ตรงวัดบวรนิเวศวิหาร การมอบรางวัลยังไม่มี เพราะไม่เกี่ยวข้อง

2. สื่อ อุปกรณ์ (Directing) และการประสานงาน (Co-ordinating) พบว่า

1) การศึกษานักธรรมในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา อุปกรณ์การเรียนการสอนมีเพียงพอ มีการสนับสนุนจากส่วนกลางจะใช้หนังสือเป็นหลัก เนื่องจากนักเรียนส่วนใหญ่เป็นผู้มีอายุเกิน 40 ที่ถนัดการใช้หนังสือ แต่ถ้าเป็นเด็กจะใช้โปรเจคเตอร์หรือสื่ออื่นๆ ช่วย

2) มีคุณภาพพอใช้ต่อการจัดการศึกษา มีการพัฒนาสื่อหรืออุปกรณ์การเรียนจะดูจากนักเรียนอื่น ๆ นำมาประยุกต์การสอนให้ดีขึ้น

3) มีการประสานงานด้านการจัดการศึกษาร่วมกันในแต่ละอำเภอ ให้มารวมในที่เดียวกัน

4) ทางสำนักพุทธฯ มีมุมมองว่า เรื่องของอุปกรณ์เกี่ยวกับการศึกษาทั้งหมดทางคณะสงฆ์ต้องหาเอง

3. การจัดการเรียนรู้ (Organizing) พบว่า

1) จัดการเรียนการสอนทุกปี มีปัญหาที่ผู้เรียนมีความรู้พื้นฐานไม่เท่ากันทำให้เกิดความเหลื่อมล้ำ เรียนช้าหรือเร็วไม่เท่ากัน เมื่อนำพระทั้งอำเภอมาเรียนร่วมกันทำให้ต้องรอคนที่ยังตามไม่ทันเพราะพื้นฐานไม่เท่ากัน จัดมีการติวก่อนสอบรวมกันทั้งอำเภอ 15 วัน

2) วัดยังมีการสร้างกระแสการเรียนไม่เพียงพอเนื่องจากบางครั้งท่านขอมาหาหนังสือที่ใช้เรียนจากเจ้าหน้าที่สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ

4. ครูผู้สอน (Staffing) พบว่า

1) การจัดการเรียนการสอนพระปริยัติธรรมแผนกธรรมในจังหวัดอยุธยา มีอยู่อย่างเพียงพอ ด้วยการนำพระทั้งอำเภอมาเรียนร่วมกัน ทำให้ครูมารวมที่เดียว จึงไม่ขาดแคลนครู

2) ครูผู้สอนมีถึงระดับจบปริญญาเอก, พระอาจารย์มีการไปเรียนเสริมเพิ่มพูนความรู้และหางานให้ทำเพื่อไม่ให้ว่างเกินไปแล้วเกิดอาการเบื่อหน่าย ลาสิกขาไป

3) มีระบบเหมือนพี่สอนน้อง

4) มีปัญหา คือ งบประมาณสำหรับครูผู้สอน ระหว่างแผนกธรรมและแผนกบาลี ไม่ได้แยกออกจากกันอย่างชัดเจน ทำให้เกิดปัญหาสอนทั้งบาลีนักธรรมแต่ได้เงินจากการสอนอย่างใดอย่างหนึ่งเพราะเป็นบัก่อนเดียวกันที่มีทั้งนักธรรมบาลีรวมอยู่ด้วยกัน ควรได้รับเงินจากสอนบาลีอย่างหนึ่ง นักธรรมก็อีกอันหนึ่งแยกกันในกรณีที่คน ๆ เดียวกันสอน 2 วิชา

5. หลักสูตร (Planning) พบว่า

ผู้ทรงคุณวุฒิทุกคนและผู้ตอบแบบสอบถามโดยส่วนใหญ่มองว่า หลักสูตรกลางที่ให้เรียนเหมาะสมแล้ว ไม่จำเป็นต้องแก้ไขเพียงแต่ต้องการเสนอแนวทางให้เพิ่มเติมบางอย่างเกี่ยวกับหลักสูตรการเรียนเพิ่มเติมหลังจากการเรียนจบไปแล้ว

4.3 แนวทางการพัฒนาความเป็นเอกภาพด้านการศึกษาพระปริยัติธรรม แผนกธรรม ตามองค์ประกอบหลัก 5 ด้าน ดังนี้

1. การวัดผลและประเมินผล (Reporting and Budgeting)

1) ควรมีการสร้างแนวทางการให้รางวัลที่เกี่ยวข้องกับการบริหารจัดการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรมจากเครือข่ายการศึกษาพระปริยัติธรรมเพิ่มเติมซึ่งบูรณาการเข้ากับสาธารณโภคีในการนำทรัพย์สินเข้าส่วนกลางเพื่อช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

2) มีการมอบรางวัลในวัดเป็นกำลังใจให้หลังสอบทุกปี มีการจัดผ้าป่าเพื่อการศึกษา หางบช่วยเหลือเพิ่มเติมจากที่ได้จากส่วนกลางให้ได้ทุกอำเภอและจัดทอดผ้าป่าส่วนใหญ่ใช้ไปกับเงินค่ารถและค่าครู มีการระดมทุนลงขันในแต่ละอำเภอจัดกิจกรรมช่วงงานกฐินและวาระต่าง ๆ

2. ด้าน สื่อ อุปกรณ์ (Directing) และการประสานงาน (Co-ordinating)

1) การศึกษานักธรรมในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา อุปกรณ์การเรียนการสอนมีให้เบิกได้จากศูนย์การเรียนในทีนั้น ๆ มีการสนับสนุนจากส่วนกลางจะใช้หนังสือเป็นหลัก เนื่องจากนักเรียนส่วนใหญ่เป็นผู้มีอายุเกิน 40 ปี ที่ถนัดการใช้หนังสือควรจัด

หนังสือเพิ่มแนวทางการศึกษาให้มีมากขึ้น แต่ถ้าเป็นเด็กจะใช้โปรเจกเตอร์หรือสื่ออื่น ๆ ช่วย ซึ่งมีอยู่ และอุปกรณ์มีคุณภาพพอใช้ต่อการจัดการศึกษา

2) ควรจัดให้มีการศึกษาดูงานจากสำนักเรียนอื่นด้วย เพื่อนำมาประยุกต์การจัดการเรียนการสอนให้ดีขึ้น

3. ด้านครูผู้สอน (Staffing)

1) แนวทางการจัดการเรียนการสอนพระปริยัติธรรมแผนกธรรมในจังหวัดพระนครศรีอยุธยามีอยู่อย่างเพียงพอ ด้วยการนำพระทั้งอำเภอมาเรียนร่วมกัน ทำให้ครูมารวมที่เดียว จึงไม่ขาดแคลนครู

2) ควรเพิ่มระดับการศึกษาครูผู้สอนให้ศักยภาพเพิ่มขึ้นด้วยการส่งเรียน พระอาจารย์ที่ไปเรียนเสริม จบมาแล้ว มีงานให้ทำ

3) ควรเสนอแนวทางแก่ราชการให้ได้รับเงินจากสอนบาลีอย่างหนึ่ง นักธรรมก็อีกอันหนึ่งแยกกันในกรณีที่ดิน ๆ เดียวกันสอน 2 วิชา

4. ด้านการจัดการเรียนรู้ (Organizing)

1) มีปัญหาที่ผู้เรียนมีความรู้พื้นฐานไม่เท่ากันทำให้เกิดความเหลื่อมล้ำ เรียนช้าหรือเร็วไม่เท่ากัน เมื่อนำพระทั้งอำเภอมาเรียนร่วมกัน ทำให้ต้องรอคนที่ยังตามไม่ทันเพราะพื้นฐานไม่เท่ากัน ควรมีการติวก่อนสอบรวมกันทั้งอำเภอ 15 วัน เพิ่มพื้นฐานกับคนใหม่หรือคนที่ยังไม่เข้าใจในหลักการบางอย่าง

2) คณะสงฆ์ควรมีการจัดอบรมให้เห็นไปในแนวทางเดียวกัน ต้องทำให้พระมีส่วนร่วมในการจัดการศึกษาเกี่ยวกับพระปริยัติธรรมแผนกธรรมอยู่เป็นประจำมากยิ่งขึ้น

3) ควรมีอัตลักษณ์ของตัวเอง สร้างโรงเรียนที่เป็นโมเดลของทางจังหวัดพระนครศรีอยุธยา ยกตัวอย่างในกรุงเทพฯ ก็มีของวัดพระธรรมกาย

5. ด้านหลักสูตร (Planning)

1) แนวทางของนักศึกษาสู่ในอนาคต ควรเป็นการเรียนตลอดชีวิต เพิ่มความชำนาญในทักษะการสอน พอเรียนจบนักธรรมเอกควรมีการศึกษาต่อในส่วนของพระไตรปิฎกที่ให้ความรู้มากกว่าเดิม ระยะทางที่สั้นไปเพียงแค่ 3 ปีต้องคิดว่าจะต้องมีอะไรต่อไป

2) ควรส่งเสริมงานหลักที่รับผิดชอบชัดเจน คือ ให้งานให้พระที่จบแล้วทำ จิตใจจะได้ไม่ฟุ้งซ่าน รวมหากิจกรรมให้ทำเพื่อเพิ่มความผูกพันในพระศาสนา ซึ่งสิ่งเหล่านี้ต้องทำให้เป็นระบบ

3) คณะสงฆ์ควรมีการจัดอบรมให้เห็นไปในแนวทางเดียวกัน

4) วัดต้องสร้างกระแสด้านความรู้ในการเรียน

5) ควรมีบริการด้านหนังสือเรียน บางวัดควรมีอัตลักษณ์ของตัวเองเพื่อสร้างความโดดเด่นและน่าสนใจทางการศึกษา

6) สร้างโรงเรียนที่เป็นโมเดลของทางพระนครศรีอยุธยา ยกตัวอย่างในกรุงเทพฯ ก็มีของวัดพระธรรมกาย

กล่าวโดยสรุป แนวทางพัฒนาความเป็นเอกภาพด้านการศึกษาพระปริยัติธรรม แผนกธรรม ตามองค์ประกอบหลัก 5 ด้านของ POSDCoRB คือ

1. **การวัดผลและประเมินผล (Reporting and Budgeting)** ควรมีการขอประมาณเพิ่มจากรัฐบาลหรือหาแนวทางที่ช่วยในการหางบค่ารถและรางวัล

2. **สื่อ อุปกรณ์ (Directing)** และการประสานงาน (Co-ordinating) ควรมีการประสานงาน ให้มีการทำสื่อเกี่ยวกับหนังสือที่พระมีความถนัดในการใช้ให้มากขึ้น เพื่อเพิ่มแนวทางการสอนให้มีความหลากหลายเข้าใจได้ง่ายกว่าเดิม

3. **การจัดการเรียนรู้ (Organizing)** ปรับปรุงพื้นฐานการศึกษาของแต่ละชั้นให้เท่าเทียมกันโดยจัดให้มีการติวในแต่ละอำเภอเพื่อความพร้อมในการเรียน

4. **ครูผู้สอน (Staffing)** เสริมความรู้ในด้านที่เกี่ยวข้องกับการศึกษานักธรรม หรือมีการส่งเสริมเพื่อเพิ่มพูนความรู้หรือหากิจกรรมเกี่ยวกับการศึกษาให้ทำเพิ่ม ไม่ให้มีเวลาว่างมากเกินไป

5. **หลักสูตร (Planning)** ควรมีการเพิ่มแนวทางทางการศึกษาที่มากกว่า 3 ปี อาจเป็นแนวทางเดียวกับการศึกษาพระบาลี ที่ใช้ระยะเวลา 9 ปี

5. ความรู้ใหม่ที่ได้จากงานวิจัย

แนวทางพัฒนาความเป็นเอกภาพด้านการศึกษาพระปริยัติธรรม แผนกธรรม ตามหลักสาราณียธรรมของพระสงฆ์ในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา ตามหลักการ POSDCoRB

ทั้ง 5 ข้อ คือ 1. หลักสูตร (Planning) 2.การจัดการเรียนรู้ (Organizing) 3. ครูผู้สอน (Staffing) 4. สื่อ อุปกรณ์ (Directing) และการประสานงาน (Co-ordinating) 5. การวัดผลและประเมินผล (Reporting and Budgeting ใน 5 คำดังกล่าว มีการวิเคราะห์ผลวิจัยแล้วได้ความรู้ใหม่ 3 ข้อ คือ 1. การวัดผลและประเมินผล (Reporting and Budgeting) 2. สื่อ อุปกรณ์ (Directing) และการประสานงาน (Co-ordinating) และ 3. ครูผู้สอน (Staffing) ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 ความรู้ใหม่ที่ได้จากงานวิจัย

6. อภิปรายผล

การวิจัยเรื่อง แนวทางการพัฒนาความเป็นเอกภาพด้านการจัดการศึกษาพระปริยัติธรรม แผนกธรรมตามหลักสาราณียธรรมของพระสงฆ์ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ผู้วิจัยได้นำประเด็นมาอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ต่อไปนี้

1. จากการศึกษาสภาพทางการพัฒนาความเป็นเอกภาพด้านการจัดการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรมตามหลักสภาราษฎรธรรมของพระสงฆ์ ในจังหวัดพระนครศรีอยุธยาตามหลักการ POSDCoRB พบว่า

1.1 การวัดผลและประเมินผล (Reporting and Budgeting) มีค่าระดับใกล้เคียงกัน คือ ปานกลาง พระภิกษุคิดว่า การจัดสรรงบประมาณที่ได้รับการศึกษาเกี่ยวกับพระปริยัติธรรมแผนกธรรมยังไม่เพียงพอต่อการบริหารจัดการศึกษา ทางวัดได้รับงบประมาณสนับสนุนทางด้านการจัดการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรมไม่เพียงพอจะต้องมีการบอกบุญกันอยู่ สอดคล้องกับพระมหามานิต มานิต (สกลหล้า) ได้ทำการวิจัยเรื่อง สภาพ ปัญหา และแนวทางพัฒนาการจัดการศึกษาของโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกธรรมในจังหวัดชลบุรี ผลการวิจัยพบว่า สภาพปัญหาในการจัดการศึกษาของโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกธรรมในจังหวัดชลบุรี อยู่ในระดับปานกลางทั้ง ด้านงบประมาณ ด้านงานบุคคล ด้านประสิทธิภาพของผู้จัดการ ด้านงานวิชาการและด้านงานบริหารทั่วไป⁵

1.2 สื่อ อุปกรณ์ (Directing) และการประสานงาน (Co-ordinating) มีค่าระดับใกล้เคียงกัน คือ มาก โดยเฉพาะพระภิกษุต้องการให้มีการสนับสนุนเรื่องสื่อกับการประสาน เพื่ออำนวยความสะดวกในการไปเรียนและสอนมากยิ่งขึ้น ต้องการให้ผู้บริหารมอบหน้าที่ให้ผู้ประสานงานเกี่ยวกับการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรมในจังหวัดพระนครศรีอยุธยาเพื่อเอื้ออำนวยการเรียนการสอน ช่วยประสานงานด้านการจัดการศึกษานับสนุนสื่อและอุปกรณ์ให้เพียงพอ สอดคล้องกับ บัญชายุทธ นาคมูจลิน ได้วิจัยเรื่อง “รูปแบบการพัฒนาศาสนาทายาทที่พึงประสงค์ในพระพุทธศาสนา” ผลการวิจัยพบว่า การจัดการศึกษาของสถานศึกษาดำเนินไปตามนโยบายรัฐและมหาเถรสมาคม มีสำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติและกระทรวงศึกษาธิการคอยกำกับดูแลด้านหลักสูตร ด้านการวัดผลประเมินผลและการจัดสรรงบประมาณ

5. พระมหามานิต มานิต (สกลหล้า), “สภาพ ปัญหา และแนวทางพัฒนาการจัดการศึกษาของโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกธรรมในจังหวัดชลบุรี”, วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยบูรพา, 2551), 140.

ส่วนการบริหารจัดการให้เป็นหน้าที่ของเจ้าอาวาสในการพัฒนาศาสนทายาทให้มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์⁶

1.3 การจัดการเรียนรู้ ความเห็น มีค่าระดับใกล้เคียงกัน คือ มาก แต่มีความเห็นบางส่วนในข้อแรกว่า ไม่ค่อยได้เกี่ยวข้องกับระบบปริยัติธรรมมากนัก จึงปรากฏค่าเป็นปานกลาง พระภิกษุคิดว่า ภายในวัดของท่านทุกคนสนับสนุนการจัดการศึกษาเกี่ยวกับพระปริยัติธรรมแผนกธรรมเป็นอย่างดี ภายในวัดปฏิบัติตามนโยบายแม่กองธรรมทุกประการ ทุกคนได้รับการศึกษานักธรรม มีส่วนร่วมในการจัดการศึกษาเกี่ยวกับพระปริยัติธรรมแผนกธรรมยังน้อยอยู่ สอดคล้องกับพระมหาสุทัศน์ อุตฺตโร (จันอากาศ) ได้ทำการวิจัยเรื่องการศึกษารูปแบบการจัดการเรียนรู้พระปริยัติธรรมแผนกธรรม สรุปได้ว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากทุกด้าน ($\bar{X} = 4.05$, $S.D. = 0.56$) ได้แก่ 1) หลักสูตร 2) การจัดการเรียนการสอน 3) สื่อการเรียนการสอน 4) การวัดและประเมินผล 5) ความสัมพันธ์กับชุมชน⁷

1.4 ครูผู้สอน ความเห็น มีค่าระดับใกล้เคียงกัน คือ มาก พระภิกษุสงฆ์มองเรื่องงบประมาณอยู่ในระดับปานกลาง พระภิกษุคิดว่า ครูพระผู้สอนพระปริยัติธรรมแผนกธรรมในจังหวัดอยุธยาล้วนเป็นผู้มีจิตเมตตาอนุเคราะห์เอื้อเฟื้อเสมอ มีการจัดการเรียนการสอนให้ทันสมัยเหมาะสมกับสถานการณ์ ครูมีเพียงพอรวมเรียนอยู่กันอยู่ในแต่ละอำเภอเดียวกัน งบประมาณเกี่ยวกับครูสอนยังคงไม่เพียงพอ สอดคล้องกับที่ พระครูศรีกิตติวรากร (บุญประสิทธิ์) ได้ทำการวิจัยเรื่องการจัดการศึกษาพระปริยัติธรรม แผนกธรรม ฝ่ายธรรมศึกษาสำนักเรียนคณะจังหวัดนนทบุรี ภาค 1 กล่าวว่า การอบรมเยาวชนในการเรียนการสอนโดยครูวิทยากร และพระภิกษุเพื่ออบรมบ่มนิสัยเด็กและเยาวชนให้เป็นคนดีมีนิสัยและความประพฤติที่พึงประสงค์ พร้อมกับพัฒนา

6. บัญชายุทธ นาคมุจลิน, “รูปแบบการพัฒนาศาสนทายาทที่พึงประสงค์ในพระพุทธศาสนา”, *ดุสิตนิพนธ์พุทธศาสนดุสิตบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2556), บทคัดย่อ.

7. พระมหาสุทัศน์ อุตฺตโร (จันอากาศ), “การศึกษารูปแบบการจัดการเรียนรู้พระปริยัติธรรมแผนกธรรม ของสำนักศาสนศึกษาในเขตอำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น”, *วารสารสถาบันวิจัยพัฒนธรรม*, ปีที่ 10 ฉบับที่ 3 (กันยายน-ธันวาคม พ.ศ. 2566), 23.

จิตเด็กและเยาวชนด้วยหลักธรรมที่หลากหลายร่วมกันในการแก้ปัญหาซึ่งการอบรมเด็กและเยาวชนด้วยการอบรมผ่านการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรม⁸

1.5 หลักสูตร โดยค่าเฉลี่ยความเห็นในหลักสูตร มีค่าระดับใกล้เคียงกัน คือมาก เพราะหลักสูตรของพระปริยัติธรรมเป็นหลักสูตรเดียวกันทั่วประเทศ ทำให้ทุกคนมีความเห็นเป็นไปในแนวทางเดียวกันตามหลักสูตรแม่กองธรรมกำหนด สนับสนุนให้พระภิกษุเกิดการช่วยเหลือแบ่งปันกันอย่างชัดเจน สอดคล้องกับงานวิจัยของพระมหาสมบัติ อาภากร (ระสารักษ์) ที่ทำการศึกษาเรื่องการจัดการโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกธรรม อำเภอท่าเรือ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ผลการวิจัยพบว่า ระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับการจัดการการศึกษาโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกธรรม อำเภอท่าเรือ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ในภาพรวมอยู่ในระดับมากโดยมีค่าเฉลี่ย 4.12 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านแล้วพบว่า ด้านการบริหารหลักสูตร โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากทุกด้าน มีค่าเฉลี่ย 4.23 ด้านการจัดการเรียนการสอน โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 4.07 ด้านการวัดผลประเมินผลภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ย 4.00⁹

2. ผลการศึกษาวិธีการพัฒนาความเป็นเอกภาพด้านการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรมตามหลักสาราณียธรรมของพระสงฆ์ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

ผลการศึกษาวิธีการพัฒนาความเป็นเอกภาพด้านการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรมตามหลักสาราณียธรรมของพระสงฆ์ จังหวัดพระนครศรีอยุธยาที่ได้จากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ ได้แก่ ผู้บริหารการคณะสงฆ์ จังหวัดพระนครศรีอยุธยาและและเจ้าหน้าที่สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ โดยผู้ศึกษานำผลจากแบบสอบถามความเห็นพระภิกษุสงฆ์ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา มาสรุปตามหลักการของ POSDCoRB ดังรายละเอียดต่อไปนี้

-
8. พระครูศรีกิตติวารการ (บุญประสิทธิ์), “การจัดการศึกษาพระปริยัติธรรม แผนกธรรม ฝ่ายธรรมศึกษาสำนักเรียนคณะจังหวัดนนทบุรี ภาค 1”, *วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2551), 2.
 9. พระมหาสมบัติ อาภากร (ระสารักษ์), “การจัดการโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกธรรม อำเภอท่าเรือ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (คณะสังคมศาสตร์: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2555), 104.

2.1 การวัดผลและประเมินผล (Reporting and Budgeting) พบว่า ประเด็นเห็นเด่นชัดในเรื่องการมอบรางวัล จะมีมอบให้เป็นกำลังใจให้กับผู้สอบเป็นประจำทุกปี เพราะพระท่านมองว่าจะเป็นกำลังใจให้พิเศษ ด้วยการจัดผ้าป่าเพื่อการศึกษา ทางบวชช่วยเหลือเพิ่มเติมจากที่ได้จากส่วนกลาง เงินผ้าป่าส่วนใหญ่นำไปกับเงินค่ารถและค่าครู ใช้ระดมทุนจะใช้วิธีการลงขันเวลาที่จะระดมกันในในคณะสงฆ์ โดยส่วนใหญ่จะเป็นค่ารถ เวลาบอกบุญจะบอกบุญช่วงงานกฐิน ในวันวิสาขบูชาหรือวันอาสาฬหบูชา แจกข้าวให้โยมได้ทราบแล้วเขามาร่วมกันสนับสนุนเพื่อคงความเป็นเอกภาพ งบประมาณนี้จะยังไม่ได้เพิ่มจากรัฐบาล

2.2 สื่อ อุปกรณ์ (Directing) และการประสานงาน (Co-ordinating) พบว่า การศึกษานักธรรมในจังหวัดอยุธยา อุปกรณ์การเรียนการสอนมีเพียงพอ มีการสนับสนุนจากส่วนกลาง การศึกษาจะใช้หนังสือเป็นหลัก เนื่องจากพระอาจารย์และนักเรียนนัดการใช้หนังสือมากกว่าการใช้สื่อสมัยใหม่ เป็นบางครั้งก็จะใช้โปรเจคเตอร์หรือสื่ออื่น ๆ ช่วย บางที่อาจแชร์ความรู้จากที่อื่นนำมาประยุกต์การสอนให้ดีขึ้น สำนักพุทธฯมองว่า เรื่องของอุปกรณ์เกี่ยวกับการจัดการศึกษาทั้งหมดทางคณะสงฆ์ต้องหาเอง ยังไม่มีงบจากรัฐบาล

2.3 ครูผู้สอน (Staffing) พบว่า

2.3.1 การนำพระทั้งห้ามาเรียนร่วมกัน ทำให้ครูมารวมที่เดียว จึงไม่ขาดแคลนครู

2.3.2 บางที่ใช้ระบบพี่สอนน้อง พระอาจารย์ให้มีการไปเรียนเสริม

2.3.3 งบประมาณสามารถเบิกได้จากทางราชการ แต่มีปัญหาคือครูผู้สอนงบประมาณแผนกธรรมกับไม่ได้แยกออกจากบาลีทำให้เกิดปัญหา สอนทั้งบาลีนักธรรมแต่ได้เงินจากการสอนอย่างใดอย่างหนึ่งเพราะเป็นงบก้อนเดียวกันที่มีทั้งนักธรรมบาลีรวมอยู่ด้วยกัน ควรได้รับเงินจากสอนบาลีอย่างหนึ่ง นักธรรมก็อีกอันหนึ่งแยกกันในกรณีที่คน ๆ เดียวกันสอน 2 วิชา

2.4 การจัดการเรียนรู้ (Organizing) พบว่า

2.4.1 ได้จัดการเรียนการสอนมาทุกปี มีปัญหาที่ผู้เรียนมีความรู้พื้นฐานไม่เท่ากันทำให้เกิดความเหลื่อมล้ำ เรียนช้าหรือเร็วไม่เท่ากัน เมื่อนำพระทั้งอำเภอมารเรียน

ร่วมกัน ทำให้ต้องรอคนที่ยังตามไม่ทันเพราะพื้นฐานไม่เท่ากัน บางพื้นที่มีการติวก่อนสอบรวมกันทั้งอำเภอ 15 วัน การเรียนการสอนจะมานั่งเรียนรวมกันในแต่ละอำเภอ

2.4.2 รูปแบบพื้นที่ที่เหมือนห้องเรียนทั่วไป

2.5 **หลักสูตร (Planning)** พบว่า ผู้ทรงคุณวุฒิทุกคนและผู้ตอบแบบสอบถามโดยส่วนใหญ่มองว่าหลักสูตรกลางที่ให้เรียนเหมาะสมแล้ว ไม่จำเป็นต้องแก้ไขเพียงแต่ต้องการเสนอแนวทางให้เพิ่มเติมบางอย่าง

3. ผลการศึกษาแนวทางพัฒนาความเป็นเอกภาพด้านการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรมตามหลักสภาราษฎรธรรมของพระสงฆ์ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

3.1 วัดผลและประเมินผล (Reporting and Budgeting) มีแนวทางว่า

ควรมีการสร้างแนวทางการให้รางวัลที่เกี่ยวข้องกับการบริหารจัดการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรมจากเครือข่ายการศึกษาพระปริยัติธรรมเพิ่มเติมซึ่งบูรณาการเข้ากับสาธารณโภคีในการนำทรัพย์สินเข้าส่วนกลางเพื่อช่วยเหลือซึ่งกันและกัน มีการมอบรางวัลเป็นกำลังใจให้หลังสอบทุกปี มีการระดมทุนลงขันในแต่ละอำเภอจัดกิจกรรมช่วงงานกฐินและวาระต่าง ๆ

3.2 **สื่อ อุปกรณ์ (Directing) และการประสานงาน (Co-ordinating)** มีแนวทางว่า

3.2.1 การศึกษานักธรรมในจังหวัดอยุธยา อุปกรณ์การเรียนการสอนมีให้เบิกได้จากศูนย์การเรียนในที่นั้น ๆ มีการสนับสนุนจากส่วนกลางจะใช้หนังสือเป็นหลัก เนื่องจากนักเรียนส่วนใหญ่เป็นผู้มีอายุเกิน 40 ที่นัดการใช้หนังสือ ควรจัดหนังสือเพิ่มให้หลากหลายมากขึ้น แต่ถ้าเป็นเด็กจะใช้โปรเจกเตอร์หรือสื่ออื่น ๆ ช่วย

3.2.2 อุปกรณ์มีคุณภาพพอใช้ต่อการจัดการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรมในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา ในเรื่องของสื่อหรืออุปกรณ์การเรียนควรจะดูจากสำนักอื่น ๆ ด้วย

3.2.3 ถ้ามีเอกสารตามหลักสูตรและจากตามครูบาอาจารย์แต่ละสำนักว่าสำนักไหนที่เราเห็นว่าสำนักนั้นน่าจะเก่งและประเมินสถานการณ์ในการเรียนแล้วนำมาประยุกต์การสอนให้ดีขึ้น

3.2.4 มีการสนับสนุนช่วยประสานงานด้านการจัดการศึกษาร่วมกันในแต่ละอำเภอ ให้มารวมในที่เดียวกัน

3.2.5 เรื่องของอุปกรณ์เกี่ยวกับการจัดการศึกษาทั้งหมด ทางคณะสงฆ์ต้องหาเอง ไม่ควรหวังพึ่งจากทางราชการอย่างเดียว

3.3 ครูผู้สอน (Staffing) มีแนวทางว่า

3.3.1 แนวทางการจัดการเรียนการสอนพระปริยัติธรรมแผนกธรรมในจังหวัดอยุธยาอยู่อย่างเพียงพอ ด้วยการนำพระทั้งอำเภอมาเรียนร่วมกัน ทำให้ครูมารวมที่เดียว จึงไม่ขาดแคลนครู

3.3.2 ควรเพิ่มระดับการศึกษาครูผู้สอนให้ศักยภาพเพิ่มขึ้นด้วยการส่งเรียน พระอาจารย์ที่ไปเรียนเสริม จบมาแล้ว มีงานให้ทำ

3.3.3 แนวทางงบประมาณสามารถเบิกได้จากทางราชการ แต่มีปัญหาคือ ครูผู้สอนงบประมาณแผนกธรรมกับไม่ได้แยกออกจากบาลทำให้เกิดปัญหา ควรได้รับเงินจากสอนบาลอย่างหนึ่ง นักธรรมก็อีกอันหนึ่งแยกกันในกรณีทีคน ๆ เดียวกันสอน 2 วิชา

3.3.4 การทำให้พระมีอารมณ์อยากเรียนหนังสือ คือ 1. บิโย ให้ความรัก 2. ให้ความสุขอยากเรียน 3. ครุณารัก เด็กอยากเรียน อยากจะเข้าไปถาม 4. ครูสอนสนุกสามารถบูรณาการเข้ากับหลักเมตตาทายกรรม วชิกรรมและมโนกรรม 5. ต้องมีระเบียบวินัย (มีศีลสามัญญตาและทิวฐิสามัญญตา)

3.4 การจัดการเรียนรู้ (Organizing) มีแนวทางว่า

3.4.1 ปัญหาที่ผู้เรียนมีความรู้พื้นฐานไม่เท่ากันทำให้เกิดความเหลื่อมล้ำเรียนช้าหรือเร็วไม่เท่ากัน เพื่อให้มีพื้นฐานใกล้เคียง ๆ กัน ควรมีการติวก่อนสอบรวมกันทั้งอำเภอ 15 วัน

3.4.2 ต้องทำให้พระมีส่วนร่วมในการจัดการศึกษาเกี่ยวกับพระปริยัติธรรมแผนกธรรมมากยิ่งขึ้น

3.4.3 วัดควรมีบริการด้านหนังสือเรียนและควรมีอัตตลักษณ์ของตัวเองสร้างโรงเรียนที่เป็นโมเดลของทางพระนครศรีอยุธยา ยกตัวอย่างในกรุงเทพฯ ก็มีของวัดพระธรรมกาย

3.5 หลักสูตร (Planning) มีแนวทางว่า

3.5.1 ควรมีแนวทางของนักศึกษาสูในอนาคต ควรเป็นการเรียนตลอดชีวิต

3.5.2 เพิ่มความชำนาญในทักษะการสอน พอเรียนจบนักธรรมเอกควรมีการศึกษาต่อในส่วนของพระไตรปิฎกที่ให้ความรู้มากกว่าเดิม ระยะทางที่สั้นไปเพียงแค่ 3 ปีต้องคิดว่าจะต้องมีอะไรต่อไป และควรส่งเสริม คือ หางานให้พระที่จบแล้วทำ จิตใจจะได้ไม่ฟุ้งซ่าน รวมหากิจกรรมให้ทำเพื่อเพิ่มความผูกพันในพระศาสนา

กล่าวโดยสรุปคณะสงฆ์ยังขาดความเป็นเอกภาพด้านงบประมาณ ครูพระยังขาดประสบการณ์ในการสอน โดยภาพรวมจากการเก็บข้อมูลพระภิกษุสงฆ์ไม่กังวลเรื่องหลักสูตรเพราะมองว่า หลักสูตรที่มาศึกษามีคุณภาพมากพอเพียงแต่ระยะเวลาทางการศึกษานั้นสั้นไป ต้องการให้ยืดระยะเวลาการศึกษาเพิ่มขึ้น ส่วนหนึ่งก็เพื่อรักษาศาสนทายาทให้อยู่ยืนยาวมากขึ้น

รายการอ้างอิง

- บัญชายุทธ์ นาคมุจลิน. “รูปแบบการพัฒนาศาสนาทายาทที่พึงประสงค์ในพระพุทธศาสนา”. *คุศณินิพนธ์พุทธศาสนคดียุทธศาสตร์บัณฑิต*. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2556.
- พระครูศรีกิตติวรการ. “เรื่องการจัดการศึกษาพระปริยัติธรรม แผนกธรรม ฝ่ายธรรมศึกษาสำนักเรียนคณะจังหวัดนนทบุรี ภาค 1”. *วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต*. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต, 2551.
- พระมหามานิต มานิต (สกุลหล้า). “สภาพ ปัญหา และแนวทางพัฒนาการจัดการศึกษาของโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกธรรมในจังหวัดชลบุรี”. *วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต*. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยบูรพา, 2551.
- พระมหาสมบัติ อาภาโร (ระสารักษ์). “การจัดการโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกธรรม อำเภอกำแพง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา”. *วิทยานิพนธ์พุทธศาสนคดียุทธศาสตร์บัณฑิต*. คณะสังคมศาสตร์: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2555.
- พระมหาสุทัศน์ อุดตโร (จันอากาศ). “การศึกษารูปแบบการจัดการเรียนรู้พระปริยัติธรรมแผนกธรรม ของสำนักศาสนศึกษาในเขตอำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น”. *วารสารสถาบันวิจัยพินิตธรรม*. ปีที่ 10 ฉบับที่ 3 (กันยายน-ธันวาคม พ.ศ. 2566). 23-37.
- พระอธิการแพร สมงค์โล (บุตรสองคอน). “การบริหารกิจการคณะสงฆ์ไทย”. *มนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มจร*. วิทยาเขตอีสาน. ปีที่ 1 ฉบับที่ 2 (พฤษภาคม-สิงหาคม 2563). 75-81.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.
- มหามกุฏราชวิทยาลัย. *พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับสยามมรณฐเตปิฎก* 2552. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ: มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2552.
- สุนทร โคตรบรรเทา. *การบริหารการศึกษา หลักการและทฤษฎี* (ฉบับปรับปรุง). กรุงเทพฯ: ปัญญาชน, 2560.

แนวทางสร้างความสุขคนวัยทำงานด้วยหลักพุทธจิตวิทยา

Guidelines for Creating Happiness for Working-Age People with Principles of Buddhist Psychology



ปติตดา วิเศษบุปผากุล

Patidta Wisetbuphakul

บริษัท บ้านสายสวรรค์ จำกัด, นครราชสีมา

Baansaisawan Company Limited, Nakhon Ratchasima

Email: wisetbupha@gmail.com

รศ. ดร.สิริวัฒน์ ศรีเครือดง

Assoc. Prof. Dr.Siriwat Srikhruedong

ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Department of Psychology, Faculty of Humanities, Mahachulalongkornrajavidyal University

Email: siriwat@mcu.ac.th

ผศ. ดร.สุวัฒน์ รักขันโท

Asst. Prof. Dr.Suwatsan Ragkhanto

ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Department of Psychology, Faculty of Humanities, Mahachulalongkornrajavidyal University

Email: noonswat1@gmail.com

ตอบรับบทความ (Received) : 24 เมษายน 2567

เริ่มแก้ไขบทความ (Revised) : 26 มิถุนายน 2567

รับบทความตีพิมพ์ (Accepted) : 8 กรกฎาคม 2567

เผยแพร่ออนไลน์ (Available Online) : 30 สิงหาคม 2567

บทคัดย่อ

ประชากรวัยทำงานเป็นประชาชนกลุ่มใหญ่ของประเทศ มีบทบาทสำคัญในการขับเคลื่อนเศรษฐกิจของประเทศ เป็นผู้นำครอบครัว เป็นผู้ดูแลประชากรกลุ่มวัยต่าง ๆ ภายในครอบครัว แต่เนื่องจากภาวะการแข่งขันที่สูง วิถีชีวิตเร่งรีบ ทำให้ขาดการดูแลสุขภาพของตนเอง ประกอบกับความกดดันจากสภาพภายในตน และสภาพแวดล้อมรอบตัว ก่อให้เกิดความเครียดและมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม ดังนั้นการส่งเสริมสุขภาพประชากรกลุ่มวัยทำงานจึงเป็นสิ่งสำคัญ โดยเฉพาะการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุตั้งแต่เนิ่น ๆ เพื่อการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างมีคุณภาพ และสุขภาพแข็งแรง ดังนั้นบทความนี้จึงมุ่งเสนอแนวทางการสร้างความสุขสำหรับคนวัยทำงานด้วยหลักพุทธจิตวิทยา

ผลการศึกษาพบว่า แนวทางสร้างความสุขคนวัยทำงานด้วยหลักพุทธจิตวิทยา เริ่มต้นจากการทำความเข้าใจความรู้ทางจิตวิทยา ความสุขของคฤหัสถ์ และหลักธรรมอริยสัจ 4 แนวทางนำไปประพฤติดิปฏิบัติ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค เพื่อเป็นแนวทางสร้างความสุข จะเกิดขึ้นได้อย่างแท้จริงและมั่นคงยั่งยืนนั้นจะต้องประกอบด้วยความสุขทางปัญญาเป็นพื้นฐาน เนื่องจากความสุขทางปัญญา ทำให้สามารถดำรงชีวิตได้อย่างปกติสุข เมื่อคนวัยทำงานยึดหลักธรรมอริยสัจ 4 ในการทำงาน การมีทัศนคติต่อตนเองเชิงบวก รับรู้ และยอมรับทั้งด้านดีและด้านไม่ดีของตนเอง รวมทั้งพึงพอใจชีวิตที่ผ่านมา ประเมินตนเองตามมาตรฐานที่ตนเองตั้งไว้ ความสามารถในการจัดการกับสถานการณ์ต่าง ๆ เนื่องจากการมีวุฒิภาวะ การดำเนินชีวิตอย่างมีจุดหมาย มีความต้องการพัฒนาตนเองให้มีศักยภาพมากยิ่งขึ้นอย่างต่อเนื่อง เมื่อเกิดความสุขย่อมทำให้เกิดพลังสร้างสรรค์ ก้าวผ่านได้ทุกปัญหาด้วยปัญญา เมื่อทำความเข้าใจวิเคราะห์ต้นเหตุ ย่อมนำไปพบความสุข บุคคลสามารถเสริมสร้างความสุขได้โดยการให้ความสำคัญกับองค์ประกอบทั้ง 3 ประการ คือ รู้สึกพึงพอใจกับชีวิตให้มากขึ้น รู้และเข้าใจตนเอง ใส่ใจในสิ่งที่ทำและให้ความสำคัญกับสัมพันธภาพและมิตรภาพ รวมทั้งการทำให้ชีวิตมีคุณค่า และมีความหมายมากขึ้นจนถึงผลลัพธ์ในชีวิตทั้งความสุขที่เกิดจากการปฏิบัติงาน และแนวทางหลักพุทธจิตวิทยาสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน ทำให้สามารถจัดการความเครียด สลายความวิตกกังวล สร้างความสุขคนวัยทำงานได้

คำสำคัญ: สร้างความสุข คนวัยทำงาน หลักพุทธจิตวิทยา

Abstract

The working-age population is a major demographic group in the country, playing a crucial role in driving the national economy, leading families, and taking care of people of various age groups within the family. However, due to high levels of competition and fast-paced lifestyles, there is often neglect of personal health. Additionally, stress from internal pressures and environmental factors leads to unhealthy behaviors. Therefore, promoting health among the working-age population is essential, especially in preparing for the transition into old age early on to ensure a quality and healthy aging process. Hence, this article aims to propose guidelines for creating happiness for working-age individuals through the principles of Buddhist psychology.

The results of the study found that Guidelines for creating happiness for working people using the principles of Buddhist begins with understanding psychological knowledge, the happiness of laypeople, and the Four Noble Truths, which are Suffering, Samudaya, Nirodha, and the Path, as guidelines for creating happiness. True and lasting happiness must be based on intellectual happiness, as it allows individuals to live a normal and content life. When working-age individuals adhere to the principles of the Four Noble Truths in their work, maintain a positive self-attitude, recognize and accept both their strengths and weaknesses, and are satisfied with their past life, they can assess themselves against their own standards. Their ability to manage various situations stems from maturity, living with purpose, and continuously striving to enhance their potential. When happiness arises, it generates creative energy, enabling individuals to overcome any problem with wisdom. Understanding and analyzing the

root causes of issues leads to happiness. Individuals can enhance their happiness by focusing on three main components: feeling more satisfied with life, understanding oneself, and paying attention to what they do while valuing relationships and friendships. Additionally, making life more meaningful and valuable leads to a positive outcome in life, including the happiness derived from work. The principles of Buddhist psychology can be applied in daily life to manage stress, reduce anxiety, and create happiness for working-age individuals.

Keywords: Creating Happiness, Working-Age People, Buddhist Psychology

1. บทนำ

ข้อมูลสายด่วนสุขภาพจิต 1323 เมื่อเดือนมกราคม 2566 พบวัยแรงงานอายุ 20–59 ปี ขอเข้ารับบริการเรื่อง ความเครียด วิตกกังวล ไม่มีความสุขในการทำงาน สูงเป็นอันดับที่ 1 กว่า 5,989 สาย จากทั้งหมด 8,009 สาย สะท้อนความต้องการบริหารจัดการกับปัญหาสุขภาพจิต กลุ่มแรงงานหรือคนวัยทำงาน จึงต้องได้รับการดูแลสุขภาพะทุกมิติอย่างจริงจัง¹ ปัจจุบันประเทศไทยมีประชากรวัยแรงงาน 38.66 ล้านคน หรือร้อยละ 58.41 ของประชากรทั้งหมด² ถือได้ว่ายังอยู่ในช่วงของการได้เปรียบทางประชากร คือ มีวัยแรงงานซึ่งเป็นวัยที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาสังคมและการขับเคลื่อนเศรษฐกิจของประเทศชาติในสัดส่วนที่สูงกว่าช่วงวัยอื่น ๆ วัยทำงานจะเป็นวัยที่มีต้นทุนความพร้อมทางด้านร่างกายอันเป็นปัจจัยส่วนบุคคลมากกว่ากลุ่มเด็กและผู้สูงอายุ แต่ก็มีความเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาสุขภาพมากกว่าช่วงวัยอื่น เช่น ความเสี่ยงจากการทำงาน การมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม ตลอดจนความบีบคั้นทางเศรษฐกิจในการเป็นเสาหลักของครอบครัว และแม้ว่าปัจจุบันสัดส่วนของคนวัยทำงานสูงกว่าวัยอื่น ๆ แต่ในอีกไม่กี่ปีข้างหน้าคนวัยทำงานจะค่อย ๆ ลดลงจากอัตราการเกิดที่ลดลง ขณะที่ประชากรผู้สูงอายุมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นทุกปี โดยในปี พ.ศ. 2565 ประเทศไทยกลายเป็นสังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์ และจากการคาดการณ์ในปี พ.ศ. 2576 ประเทศไทยจะก้าวสู่สังคมสูงอายุในระดับสุดยอด คือ การที่มีผู้สูงอายุมากกว่าร้อยละ 28 ของประชากรทั้งหมด หรือ ประชากรผู้สูงอายุที่มีอายุ 65 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 20

ดังนั้นจึงมีความจำเป็นต้องสร้างความเข้าใจ และเน้นการปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง ทำให้มีจิตที่ปล่อยวาง ความเข้าใจเข้าใจ นำไปสู่การปฏิบัติต่อกันและกันด้วยความถ้อยทีถ้อยอาศัย ลดความเครียดโดยเน้นการพัฒนาจากระดับบุคคลเพื่อช่วยเสริม

1. พงษ์ศักดิ์ ธงรัตน์, ข้อมูลกรมสุขภาพจิตพบวัยแรงงานมีความเครียดสูง, ออนไลน์, <https://www.hfocus.org/content/2023/04/27584>. [3 มีนาคม 2567].

2. สำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม, จำนวนประชากรจำแนก ตามสถานภาพแรงงานและเพศ เป็นรายจังหวัด พ.ศ. 2565, ออนไลน์, <http://statbbi.nso.go.th/staticreport/page/sector/th/02.aspx>. [3 มีนาคม 2567].

สร้างความสุขให้แก่คนวัยทำงาน สำหรับคนวัยทำงานได้มีแนวทางสร้างความสุขด้วยหลักพุทธจิตวิทยาจะเกิดประโยชน์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ อันส่งผลต่อความสุขในการดำเนินชีวิต และเกิดผลเชิงบวกที่ตามมา คือ การทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ มีคุณภาพมากขึ้น นอกจากนี้การส่งเสริมหลักธรรมความรู้ความเข้าใจจนนำไปสู่การปฏิบัติ ด้วยเนื้อหาสาระที่สอดคล้อง อันได้แก่ สถานการณ์คนวัยทำงาน ความสุขของคฤหัสถ์ หลักอริยสัจ 4 เพื่อการเสาะแสวงหาหนทางแห่งการดับทุกข์จนนำไปสู่ความสุขตามระดับของกลุ่มคนวัยทำงาน โดยนำมาเทียบเคียงปรับใช้กับปัญหาด้านต่าง ๆ เช่น ปัญหาด้านการเงิน ปัญหาด้านการงาน ปัญหาด้านสุขภาพ ปัญหาด้านความรัก ตลอดจนทุกปัญหาเรียนรู้และแก้ไขได้ ทำให้คนวัยทำงานมีความหวังและกำลังใจ จนสามารถสร้างความสุขได้ด้วยตนเอง มีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป

2. คนวัยทำงาน

กลุ่มวัยทำงานเป็นกลุ่มประชากรที่อยู่ในช่วงวัย 15–60 ปี จากผลการสำรวจของกระทรวงสาธารณสุขพบว่า โครงสร้างของประชากรไทยมีการเปลี่ยนแปลงทำให้ประชากรวัยทำงานที่มีอายุ 15 ปีขึ้นไป มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง กลุ่มคนวัยทำงานนับได้ว่าเป็นกลุ่มประชากรที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาประเทศ คือ เป็นกำลังสำคัญในการหารายได้เพื่อเลี้ยงตนเองและครอบครัว และเป็นคนสำคัญในการขับเคลื่อนองค์กร ทำให้เกิดการพัฒนาประเทศ ดังนั้นการมีสุขภาพที่ดีในวัยทำงานจึงเป็นสิ่งสำคัญ³

ความหมายของวัยทำงาน การให้คำนิยามของกลุ่มประชากรวัยแรงงานมีได้หลายแบบขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของการนำข้อมูลไปใช้ และสถานการณ์ต่าง ๆ ในขณะนั้น ตัวอย่างเช่น เคยมีการกำหนดให้กลุ่มประชากรวัยแรงงานในช่วงอายุตั้งแต่ 13–59 ปี ต่อมาหลังจากพระราชบัญญัติแรงงานฉบับปี พ.ศ. 2541 ได้มีการกำหนดช่วงอายุขั้นต่ำของแรงงานเด็กใหม่ ทำให้การกำหนดช่วงอายุของประชากรวัยแรงงานเป็นช่วงอายุ 15–59 ปี เป็นต้น ปัจจุบันมีการให้ความหมายของวัยทำงาน ดังนี้ วัย

3. วุชิตา คงดี, สถานการณ์ ‘โรคปัจจุบัน’ ของกลุ่มคนวัยทำงานใน ‘โลกปัจจุบัน’, ออนไลน์, <https://www.ohswa.or.th/17675458/health-promotion-for-jorpor-series-ep2>. [5 มีนาคม 2567].

ทำงาน คือ ประชากรอายุระหว่าง 15–60 ปี ซึ่งในปี พ.ศ. 2565 พบว่า มีสัดส่วนร้อยละ 58.41 เมื่อเทียบกับประชากรทั้งหมดของประเทศไทย⁴

วัยทำงาน คือ ประชากรที่อยู่ในช่วงอายุ 15–59 ปี ซึ่งประชากรวัยทำงานสามารถแบ่งออกเป็น 3 ช่วง คือ วัยทำงานตอนต้น อายุ 15–29 ปี วัยทำงานตอนกลางอายุ 30–44 ปี และวัยทำงานตอนปลายอายุ 45–59 ปี⁵ จากคำนิยามจะเห็นได้ว่า วัยทำงานเป็นวัยที่มีช่วงอายุที่กว้างที่สุด เป็นระยะที่บุคคลมีการเจริญเติบโตทางร่างกายสมบูรณ์ที่สุด มีร่างกายแข็งแรง อวัยวะต่าง ๆ ทำงานอย่างเต็มที่ ควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้น มั่นใจในตนเอง เป็นวัยของการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นอย่างลึกซึ้งและยาวนาน สนใจเพศตรงข้ามและมองหาคู่ชีวิต สิ่งที่สำคัญที่คนในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นจำเป็นต้องหาแนวทางในชีวิตก็คือ อาชีพ การทำงาน การเลือกคู่ครอง การปรับตัวในชีวิตสมรส การมีบทบาทเป็นบิดามารดา หรือถ้าโสดก็ต้องมีการปรับตัวต่อการดำรงชีวิต และวัยผู้ใหญ่ตอนกลางซึ่งมีอายุ 40–60 ปี เป็นช่วงที่ร่างกายเริ่มเสื่อมถอยลงหรือที่เรียกว่า วัยทอง โดยเพศหญิงมักจะอยู่ในช่วง 40 ปี ขึ้นไป ในขณะที่เพศชายจะช้ากว่า อาจเริ่มต้นเมื่ออายุ 50 ปี วัยทำงานเป็นวัยที่มีบทบาทสำคัญต่อการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมของประเทศ เป็นกลไกขับเคลื่อนผลผลิตของเศรษฐกิจ อีกทั้งยังเป็นที่พักของคนในครอบครัว แม้ว่าวัยทำงานจะมีทุนความพร้อมทางด้านร่างกายอันเป็นปัจจัยส่วนบุคคลมากกว่ากลุ่มเด็กและผู้สูงอายุ แต่คนกลุ่มนี้มีความเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาสุขภาพจากปัจจัยภายนอกที่เข้ามากระทบมากกว่าวัยอื่น

สุขภาพจิตเป็นประเด็นปัญหาที่พบมากขึ้นในวัยทำงาน ถือเป็นสาเหตุการเจ็บป่วยและสูญเสียอันดับต้น ๆ ทั้งในประเทศไทยและในระดับโลก ปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการเกิดปัญหาสุขภาพจิตในวัยทำงาน ได้แก่ ความเครียดจากงาน สภาพแวดล้อมที่ไม่เหมาะสม การไม่มีสมดุลงานและชีวิต (Work-life Balance) และความไม่ลงตัว

4. สำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม, จำนวนประชากรจำแนก ตามสถานภาพแรงงานและเพศ เป็นรายจังหวัด พ.ศ. 2565, ออนไลน์, <http://statbbi.nso.go.th/staticreport/page/sector/th/02.aspx>. [3 มีนาคม 2567].

5. กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ, ระบุสุขภาพวัยทำงาน, ออนไลน์, https://dopah.anamai.moph.go.th/webupload/8x6b2a6a0c1fbe85a9c274e6419fdd6071/m_magazine/24466/970/file_download/c39_3c23642965ded6ad582c3ea599a8a.pdf. [3 มีนาคม 2567].

ระหว่างความคาดหวังในงานและอำนาจการควบคุมงาน แบ่งปัญหาสุขภาพจิตจากงานส่งผลต่อสุขภาพโดยรวมได้ 2 แบบ คือ 1) แบบฉับพลัน เช่น ความเครียด ความวิตกกังวล ความรู้สึกเศร้า ความอยากอาหารลดลง การเผาผลาญในร่างกายผิดปกติ 2) แบบเรื้อรัง เช่น ภาวะหมดไฟ (Burnout) ระดับภูมิคุ้มกันลดลง ความต้องการทางเพศลดลง ความดันโลหิตสูง ตลอดจนความผิดปกติทางจิต

การจัดการดูแลสุขภาพจิตในที่ทำงานที่ดีส่งผลต่อสุขภาพที่ดีส่วนบุคคล เพิ่มประสิทธิภาพการทำงาน และประหยัดค่าใช้จ่ายขององค์กรในระยะยาว โดยต้องอาศัยความร่วมมือจากนายจ้าง พนักงาน และบุคลากรการแพทย์ เช่น ลดปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียด, ปรับปรุงการสื่อสารในที่ทำงาน พัฒนาการทำงานเป็นทีม, จัดสถานที่ทำงานและสิ่งแวดล้อมให้เหมาะสม, ส่งเสริมให้ผู้บริหารสนับสนุนความเป็นอยู่ที่ดีของพนักงาน, ให้ความรู้พนักงานเกี่ยวกับประเด็นสุขภาพจิต, ให้การสนับสนุนกิจกรรมต่าง ๆ เช่น การออกกำลังกาย การทำสมาธิ และดูแลใส่ใจพนักงานที่ประสบปัญหาสุขภาพจิตอย่างเหมาะสม⁶

กล่าวสรุปได้ว่า คนวัยทำงานมีความต้องการมุ่งมั่นเอาใจจริงเอาใจกับการทำงานเป็นสิ่งดี แต่ถ้าทำให้ถึงกับเครียดจนเกินไปก็ไม่ใช่ว่าสมควร เพราะเมื่อเกิดความเครียดขึ้นแล้ว นอกจากจะทำให้ไม่ได้นานด้อย่างที่ตั้งใจไว้ ยังส่งผลเสียด้านอื่น ๆ ด้วย ดังนั้น การรู้จักผ่อนคลายความเครียดจึงเป็นเรื่องสำคัญ เพราะนอกจากจะช่วยคลายเครียดและเสริมสร้างสุขภาพจิตที่ดีแล้ว ยังช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน ช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นเกิดบรรยากาศที่ดีในการทำงาน ทำให้มีความสุขในชีวิตมากขึ้นด้วย

3. ความสุขของคฤหัสถ์ (ผู้ครองเรือน)

สุขของคฤหัสถ์ หรือ คิทธิสุข หรือ กามโกคิสุข 4 สุขของชาวบ้าน สุขที่ชาวบ้านควรพยายามเข้าถึงให้ได้สม่าเสมอ สุขอันชอบธรรมที่ผู้ครองเรือนควรมี (House life happiness; deserved bliss of a layman) พระพุทธองค์ได้ทรงแสดงความสุขอันชอบธรรมที่ประชาชนชาวบ้านควรมีไว้ 4 ประการ คือ 1) สุขเกิดแต่การมีทรัพย์ 2) สุขเกิดแต่การจ่ายทรัพย์บริโภค 3) สุขเกิดแต่การไม่ต้องเป็นหนี้ และ 4) สุขเกิดแต่การ

6. เจตน์ รัตนจิณะ, สุขภาพจิตวัยทำงาน, ออนไลน์, <https://chulalongkornhospital.go.th/kcmh/line/working-age-mental-health/>. [5 มีนาคม 2567].

ประกอบภารงานที่ปราศจากโทษ ความสุขตามพระพุทธรูปทั้ง 4 ประการนี้ เรียกว่า สุขของคฤหัสถ์ หมายถึง ความสบายกาย สบายใจของชาวบ้าน ความสุขที่ชาวบ้าน ควรพยายามเข้าถึงให้ได้สม่ำเสมอ หรือความสุขอันชอบธรรมที่ผู้ครองเรือนพึงมี ซึ่งชีวิตของคฤหัสถ์จะสมบูรณ์ได้ก็เพราะสุข 4 อย่างนี้ ดังในพระไตรปิฎกที่กล่าวไว้ว่า

ครั้งนั้นแล ท่านอนาถบิณฑิกคฤหบดีเข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคเจ้าถึงที่ประทับ ถวายบังคมแล้วนั่ง ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่ง ครั้นแล้วพระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสว่า “ดูก่อนคฤหบดี สุข 4 ประการนี้ อันคฤหัสถ์ผู้บริโศกคามพึงได้รับตามกาล ตามสมัย สุข 4 ประการ คืออะไรบ้าง คือ (1) อตฺถิสุข สุขเกิดแต่การมีทรัพย์ (2) โภคสุข สุขเกิดแต่การจ่ายทรัพย์บริโศก (3) อนนฺนสุข สุขเกิดแต่การไม่เป็นหนี้ (4) อนวัชชสุข สุขเกิดแต่การเป็นผู้ปราศจากโทษ...”⁷ อธิบายเนื้อความได้ว่า กามโภคีสุข 4 (สุขของคฤหัสถ์ 4) คือ คนครองเรือนควรจะมีมีความสุข 4 ประการ ซึ่งคนครองเรือนควรพยายามให้เข้าถึงให้ได้สม่ำเสมอ

หลักต่อไปนี้เรียกโดยทั่วไปว่า ความสุขของคฤหัสถ์ 4 ประการ ประกอบด้วย

1. **อตฺถิสุข** (สุขเกิดแต่การมีทรัพย์) คือ กุลบุตรมีโภคะอันหาได้ด้วย ความขยันหมั่นเพียร เก็บรวบรวมขึ้นด้วยกำลังแขนอย่างอาบเหงื่อต่างน้ำ เป็นของชอบธรรม ได้มาโดยธรรม, เธอย่อมได้ความสุข ได้ความโสมนัสว่า เรามีโภคะที่หาได้ด้วย ความขยันหมั่นเพียร เก็บรวบรวมขึ้นด้วยกำลังแขน อย่างอาบเหงื่อต่างน้ำ เป็นของชอบธรรม ได้มาโดยธรรม, นี้เรียกว่า “อตฺถิสุข”

2. **โภคสุข** (สุขเกิดแต่การจ่ายทรัพย์บริโศก) เป็นกุลบุตรกินใช้ และทำสิ่งดีงาม อันเป็นบุญทั้งหลาย ด้วยโภคะที่หาได้ด้วย ความขยันหมั่นเพียร อันเก็บรวบรวมขึ้น ด้วยกำลังแขนอย่างอาบเหงื่อต่างน้ำ ซึ่งเป็นของชอบธรรมได้มาโดยธรรม, เธอย่อมได้ความสุข ได้ความโสมนัสว่า ด้วยทรัพย์ที่หาได้ด้วย ความขยันหมั่นเพียร ได้มาโดยธรรม เราได้กินใช้และได้ทำสิ่งงามอันเป็นบุญทั้งหลาย, นี้เรียกว่า “โภคสุข”

3. **อนนฺนสุข** (สุขเกิดแต่การไม่เป็นหนี้) คือ กุลบุตรไม่ติดหนี้สินของใคร ๆ ไม่ว่า น้อยหรือมาก เธอย่อมได้ความสุข ได้ความโสมนัสว่า เราไม่ติดสินของใครเลย ไม่ว่า น้อยหรือมาก, นี้เรียกว่า “อนนฺนสุข”

7. อจ.จตุกก. 21/62/90 (ไทย.หลวง)

4. **อนวัชชสุข** (สุขเกิดแต่การเป็นผู้ปราศจากโทษ) คือ อริยสาวกเป็นผู้ประกอบด้วยกายกรรมดีงามไร้โทษ ประกอบด้วยวจีกรรมดีงามไร้โทษ ประกอบด้วยมโนกรรมดีงามไร้มีโทษ เธอย่อมได้ความสุข ได้ความโสมนัสว่า เราเป็นผู้ประกอบด้วยกรรมดีงามไร้โทษ ประกอบด้วยวจีกรรมดีงามไร้โทษ ประกอบด้วยมโนกรรมดีงามไร้โทษ, นี้เรียกว่า “อนวัชชสุข”⁸

การแสวงหาความสุขจากการใช้สิ่งของหรือเครื่องอำนวยความสะดวกสบายในชีวิต เช่น รถยนต์ เสื้อผ้าราคาแพง การใช้ของฟุ่มเฟือย ไม่สมดุลกับรายได้ที่ได้มา แม้จะเป็นวัตถุสิ่งของที่ดี แต่ก็นำมาซึ่งความทุกข์ใจที่จะต้องแสวงหาสิ่งมาสนองอารมณ์ที่ปรารถนา จนเปรียบเสมือนตกเป็นทาสในวัตถุนั้น ๆ และเมื่อวนเวียนอยู่ในวงจรแห่งความปรารถนานี้ ย่อมทำให้เกิดความไม่รู้เป้าหมายชีวิตที่แท้จริงของตนเอง กลายเป็นบุคคลผู้มีเป้าหมายสูงสุดเพียงแค่การได้มาหรือได้เสพในสิ่งที่ต้องการ หรือบางกรณีมีบุคคลที่รู้จักแสวงหาทรัพย์ มีความสุขจากการได้ทรัพย์มา แต่ติดยึดในสิ่งของเครื่องใช้ หรืออุปกรณ์อำนวยความสะดวก จนกลายเป็นบุคคลติดในทรัพย์ มีความหวงแหนและภาคภูมิใจ ซึ่งความสุขที่ได้ก็เป็นเพียงความสุขชั่วคราวที่ไม่เที่ยงแท้ถาวร ไม่รู้จักใช้ทรัพย์อย่างฉลาดที่จะนำมาซึ่งความสุขทางกายและทางใจ โดยเฉพาะการใช้ทรัพย์ที่มีเพื่อยกระดับจิตวิญญาณของตน ด้วยการเสียสละ บริจาค เช่น การทำทาน เป็นต้น เปรียบเสมือนสรวงน้ำอันอุดมสมบูรณ์ แต่ถ้าหากอยู่กลางป่าห่างไกล ลีลับจากหมู่บ้าน ก็ไม่เกิดประโยชน์แก่ผู้คนที่หลาย

ความสุขของคฤหัสถ์ สรุปได้ดังนี้ ความจำเป็นในการเข้าใจในวิถีชีวิต คนวัยทำงานหรือคฤหัสถ์ยังคงต้องทำมาหากิน ยังต้องแสวงหา ตลอดจนยังมีการต่อสู้แข่งขันเพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่จะทำให้เกิดความสุข หากยังไม่ได้มาซึ่งสิ่งเหล่านี้ ก็อาจจะทำให้บุคคลทั้งหลาย มีความกังวล ยังอยู่ในวงจรชีวิตของการแสวงหา และยังอยู่ในความไม่รู้ว่าสิ่งที่ตนกำลังแสวงหานั้นมีวัตถุประสงค์เพื่ออะไร ถ้าหากบุคคลใดมีพร้อมใน 4 ประการข้างต้น ก็ได้ชื่อว่าเป็นผู้มีความสุขในชีวิตของการครองเรือน แต่ถ้ายังขาดหรือยังไม่สมบูรณ์ในสิ่งใด ก็สามารถแนะนำให้บุคคลเหล่านั้น มีการพัฒนาตนเองเพื่อให้ได้

8. สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต), *พุทธธรรม ฉบับประชาชน*, พิมพ์ครั้งที่ 56, (กรุงเทพฯ: สหธรรมิก, 2564), 777.

มาซึ่งสิ่งเหล่านี้โดยยึดหลักธรรมในพระพุทธศาสนาเป็นแนวทางปฏิบัติ ในพระพุทธศาสนาได้จำแนกความสุขไว้ 2 ประการ คือ ความสุขที่อิงอามิส และความสุขที่ไม่อิงอามิส กล่าวคือ มีทั้งความสุขที่อาศัยวัตถุ และความสุขที่ไม่ต้องอาศัยวัตถุ

ดังนั้น แม้จำเป็นที่จะต้องแสวงหาความสุขที่ต้องอาศัยวัตถุ แต่ก็ควรจะมุ่งแสวงหาความสุขที่ไม่อาศัยวัตถุจะได้ไม่ต้องมาเสียเวลาแสวงหา หรือต้องดิ้นรนต่อสู้มากเกินไป บางทีอาจจะได้มาด้วยการแก่งแย่ง แข่งขัน หรือบางทีอาจจะนำไปสู่ความขัดแย้งผลประโยชน์ ทำให้การแสวงหาเหล่านั้น ยึดเยื้อยาวนาน เกิดเป็นกระบวนการแทรกซ้อน และถ่วงเวลาให้ต้องห่างไกลจากความสุขที่แท้จริงไป

4. พุทธจิตวิทยาสร้างความสุขคนวัยทำงาน

พุทธจิตวิทยา หรือ จิตวิทยาแนวพุทธ คือ การนำศาสตร์ที่ศึกษาถึงจิตใจ กระบวนการทางจิตใจ พฤติกรรมของมนุษย์ มาอธิบายปรากฏการณ์เกี่ยวกับกระบวนการเกิดทุกข์ และการปฏิบัติเพื่อพ้นทุกข์ อันเป็นสาระสำคัญขององค์ธรรมทางพระพุทธศาสนา หลักธรรมในพระพุทธศาสนามุ่งสร้างความเข้าใจชีวิตที่ถูกต้องเป็นจริง เป็นเครื่องมือนำทางชีวิตให้สลายความทุกข์ ค้นพบความสุขด้วยตนเอง

หลักธรรมอริยสัจ 4⁹ หรือ จตุราริยสัจ หรืออริยสัจ 4 ข้อปฏิบัติอันเป็นกลางที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้ด้วยปัญญาอันยิ่งย้อมเป็นไปเพื่อเข้าไปสงบระงับ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความรู้ดี เพื่อความดับ และเพื่อนิพพาน เป็นหลักคำสอนหนึ่งของพระพุทธเจ้า แปลว่า ความจริงอันประเสริฐ ความจริงของพระอริยบุคคล หรือความจริงที่ทำให้ผู้เข้าถึงกลายเป็นอริยะ มีอยู่ 4 ประการ คือ

1. **ทุกข์** ความทุกข์ สภาพที่ทนได้ยาก สภาพที่บีบคั้น ขัดแย้ง บกพร่อง ขาดแก่นสารและความเที่ยงแท้ ไม่ให้ความพึงพอใจแท้จริง ได้แก่ ขาดิ ขรา มรณะ การประจวบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก การพลัดพรากจากสิ่งที่รัก ความปรารถนาไม่สมหวัง โดยย่อว่า อุปาทานชั้น 5 เป็นทุกข์

2. **ทุกข์สมุทัย** เหตุเกิดแห่งทุกข์ สาเหตุให้ทุกข์เกิด ได้แก่ ตัณหา 3 คือ กามตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหา

9. วิ.ม. 4/14/18 (ไทย.หลวง)

3. **ทุกข์นิโรธ** ความดับทุกข์ ได้แก่ ภาวะที่ตัดขาดสิ้นไป ภาวะที่เข้าถึงเมื่อกำจัดอวิชชา สำรอกตัณหาสิ้นแล้ว ไม่ถูกต้อง ไม่ติดข้อง หลุดพ้น สงบ ปลอดภัย เป็นอิสระ คือ นิพพาน

4. **ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา** ปฏิปทาที่นำไปสู่ความดับแห่งทุกข์ ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ได้แก่ อริยอัฏฐังคิกมรรค หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า มัชฌิมาปฏิปทา แปลว่า ทางสายกลาง มรรคมองค์ 8 นี้ สรุปลงในไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา

4.1 วิธีสร้างความสุขจากหลักอริยสัจ 4

1. **สุขด้านการเงิน** เมื่อเกิดความทุกข์ทางใจด้านการเงิน นำหลักอริยสัจ 4 ไปใช้เพื่อคลายเครียด สำเร็จอย่างมีความสุข

ทุกข์: ขาดแคลนเงินเก็บ มีความเครียด ความกังวล กลัวไม่มีเงินจ่ายตามกำหนด

สมุทัย: หมดเงินไปกับของต้องมี เงินไม่เพียงพอกับรายจ่าย มีเหตุฉุกเฉินขาดเงินสำรอง

นิโรธ: การเงินคล่องตัว มีเงินเก็บมีเงินสำรอง มีเพียงพอกับการจ่ายทุกสิ่งที่จำเป็น

มรรค: วางแผนการเงินใหม่สร้างโอกาสหารายได้เพิ่ม เพิ่มศักยภาพหาเงินเก่ง และเงินหาง่าย

2. **สุขด้านการงาน** เมื่อเกิดความทุกข์ทางใจด้านการงาน นำหลักอริยสัจ 4 ไปใช้เพื่อคลายเครียด สำเร็จอย่างมีความสุข

ทุกข์: เครียด รู้สึกกดดันกลัวทำตามเป้าหมายไม่ได้ กังวลใจกลัวงานไม่ดีหัวหน้าตำหนิเพื่อนนินทา

สมุทัย: งานหนักหรือภาระงานที่เพิ่มขึ้น เป้าหมายที่ท้าทาย ขีดศักยภาพที่ผู้อื่นเป็นผู้กำหนด

นิโรธ: มีความสุขกับการทำงาน ทุกอย่างผ่านสบาย ราบรื่น เรียบร้อย อย่างรวดเร็ว

มรรค: บริหารจัดการวางแผนระเบียบงานใหม่ และเรียงลำดับความสำคัญความจำเป็น เน้นทำงานอย่างมีความสุขสบายใจ ปล่อยวางบ้างยืดหยุ่นบ้าง ทำทุกอย่างเต็มที่ และยอมรับผลลัพธ์อย่างเต็มที่

3. **สุขด้านสุขภาพ** เมื่อเกิดความทุกข์ทางใจด้านสุขภาพ นำหลักอริยสัจ 4 ไปใช้เพื่อคลายเครียด สำเร็จอย่างมีความสุข

ทุกข์: ความกังวลเกี่ยวกับสุขภาพ รู้สึกเหนื่อยล้าร่างกายไม่สดชื่น กลัวป่วย ป่วย แล้วทุกข์ ทุกข์เพราะกลัวตาย หดหู่ใจ ขาดพลังในการขยับร่างกาย

สมุทัย: การขาดการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ด้านอาหาร ด้านออกกำลังกาย ด้านอากาศ ด้านสุขภาพจิต

นิโรธ: มีสุขภาพดีแข็งแรง สดชื่น แจ่มใส มีพลัง เข้าใจศักยภาพร่างกายตนเอง อย่างชัดเจน

มรรค: บริหารจัดการชีวิตใหม่ให้มีความสำคัญกับร่างกายและจิตใจ ออกกำลังกาย ทานผักผลไม้ ลดของหวาน ลดของเค็ม เสริมวิตามิน ทำร่างกายแข็งแรง และดูแลจิตใจ ให้มีความสุขอยู่กับปัจจุบัน คิดพูดทำเฉพาะเป้าหมายที่ต้องการให้เกิดขึ้น ขอบคุณ ร่างกาย ขอบคุณตัวเอง ขอบคุณจิตใจ เปลี่ยนบรรยากาศดี ๆ ให้สุขภาพดีด้วยตนเอง

4. สุขด้านความรักความสัมพันธ์ เมื่อเกิดความทุกข์ทางใจด้านความรักและความสัมพันธ์นำหลักอริยสัจ 4 ไปใช้เพื่อคลายเครียด สำเร็จอย่างมีความสุข

ทุกข์: ผิดหวังในความรัก อยากได้ความรักจากคนรัก จากพี่น้อง จากลูกหลาน จากเพื่อนร่วมงาน

สมุทัย: เขาปฏิบัติไม่ถูกใจ ไม่แสดงการยอมรับอย่างที่ต้องการ น้อยใจผิดหวัง รู้สึกไม่มีคุณค่า

นิโรธ: รักตัวเองเป็น 100% เป็นที่รักของทุกคน สมหวังในความรัก ยินดีในรัก ที่ได้รับ

มรรค: มีความรักให้ตัวเองเต็มที่ ปรับบทบาทจากผู้รอรักเป็นผู้ให้ความรัก และไม่ว่าผลลัพธ์จะเป็นแบบไหน ยินดีในผลลัพธ์นั้นอย่างมีความสุข ลดความคาดหวังจากการยอมรับจากคนอื่น ยอมรับตัวเองให้มากขึ้น นับถือตัวเอง ให้เกียรติตัวเอง เคารพตัวเอง มีความสุขได้ด้วยตัวเอง เป็นอิสระจากการเกาะเกี่ยวกับบุคคลอื่น ๆ ค้นพบความรักและความสุขแบบใหม่ ๆ ให้ตัวเองได้ทุกวัน

4.2 แนวทางการเพิ่มพูนความสามารถในการพัฒนาความสุข

1. สุขทางกาย เช่น การออกกำลังกายเป็นประจำ ครั้งละ 30-45 นาที ทุกวัน การฝึกพูดดี ๆ กับตัวเองทุกวัน เป็นการกระตุ้นจิตสำนึกของเราให้เป็นบวกมากขึ้น จะรักตัวเองและภูมิใจในตัวเองมากขึ้น เกิดความมั่นใจใจตัวเอง อย่างเชื่อคำ

วิจารณ์ หรือคำตำหนิจากคนอื่น การบริหารจัดการในเรื่องการทำงานและหาเงินใช้ให้เพียงพอ และรู้จักคำว่าพอดี นอกจากนี้การพักผ่อนให้เพียงพอ นอนให้อิ่มคือนอนหลับยาว 8 ชั่วโมงต่อวัน หายใจลึก ๆ ช้า ๆ ประมาณ 10 ครั้งต่อนาที ทำให้ร่างกายสดชื่น เรียนรู้การกล้าเป็นตัวของตัวเอง และยอมรับความแตกต่างของเพื่อนมนุษย์

2. ความสุขทางใจ เช่น ขึ้นชมสิ่งเล็ก ๆ ที่ดีในแต่ละวัน และขอบคุณชีวิตที่ทำให้พบสิ่งที่ดี ๆ

การตั้งใจและเลือกที่จะมีชีวิตอยู่อย่างมีความสุข การมีความสุขสนุก เปิดรับความรักและมิตรภาพจากมนุษย์และธรรมชาติ รู้จักการช่วยเหลือและทำดีกับผู้อื่น ฝึกการลดความวิตกกังวล อย่าปรุงแต่งความคิดและอารมณ์ หมั่นแสดงท่าที่เป็นสุข มีรอยยิ้มอยู่เสมอ หัวเราะกับชีวิตวันละ 15 นาที อยู่ใกล้คนที่มีความสุข อ่อนน้อม ถ่อมตน เป็นการลดความเป็นตัวตนของตนเองลง ไม่หยิ่งโส มีความยืดหยุ่น มีความอดทน (จากภายใน) อดทนจากจิตใจ ไม่ทำในสิ่งที่อยากทำ เพราะเป็นสิ่งที่ไม่ดี มีความอดกลั้น (จากภายนอก) ทนต่อสิ่งที่มาช่วย ให้ร้าย หรือทำให้เราโกรธ ใช้ชีวิตที่เรียบง่าย (Simplicity) และยืดหยุ่นได้ (Flexibility) เมื่อฝึกให้มาก ใจจะคลี่คลายจากการแสวงหาความสุขภายนอก เพราะความสุขทางใจเริ่มที่ตัวเราได้เอง

3. ความสุขทางจิตวิญญาณ ความสุขระดับลึกพัฒนาจิตวิญญาณได้จากการทำความดี ทาน ศีล ภาวนา การฝึกสติ ฝึกสมาธิ เป็นผู้ให้ แบ่งปัน แผ่เมตตาให้ผู้อื่นเป็นสุข อยู่อย่างจิตว่าง รู้จักปล่อยวาง ไม่โลภ โกรธ หลง หรือ มกิเลส ตัณหา อุปทาน มีความเป็นอิสระ ทั้งทางกาย ใจ และจิตวิญญาณ ทางกาย คือ พ้นจากการผูกมัด ผูกพันจากความต้องการทางกายจากตัวเองและบุคคลรอบข้าง ทางใจ คือ ยุติการเปรียบเทียบตนเองกับคนอื่น ทางจิตวิญญาณ คือ การปล่อยวางจากสิ่งที่เข้ามากระทบชีวิต

พุทธจิตวิทยาสร้างความสุขคนวัยทำงานสรุปได้ดังนี้ การนำหลักพุทธจิตวิทยา การศึกษาเรียนรู้พฤติกรรมมนุษย์ทางจิตวิทยา ผสมผสานหลักธรรมอริยสัจ 4 กับ การแก้ไขปัญหาในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ คนวัยทำงานที่กำลังทุกข์ใจ เครียดท้อแท้ หรือรู้สึกหมดหนทาง เมื่อได้นำหลักทางพุทธจิตวิทยาและหลักธรรมนี้มาใช้สามารถเป็นตัวช่วยคลายทุกข์ และสร้างความสุขแบบมีหลักการฝึกฝนจิตใจจนให้

เข้มแข็งมีพลัง จนเกิดความสำเร็จในการสร้างความสุขได้ด้วยตนเอง แนวทางเพิ่มพูนความสุข ทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านจิตวิญญาณ จะทำให้ฝ่าฟันอุปสรรคของชีวิตให้ผ่านพ้นไปได้ด้วยดี เพราะมีหลักยึดแนวทางที่เป็นจริง เชื่อถือได้ ปฏิบัติแล้วเห็นผลลัพธ์แตกต่างให้ชีวิตก้าวหน้าทางด้านดี

5. บทสรุป

แนวทางสร้างความสุขของคนวัยทำงานด้วยหลักพุทธจิตวิทยาเป็นการประยุกต์ใช้จิตวิทยาและหลักพระพุทธศาสนาในการศึกษาแนวทางและปฏิบัติให้สัมฤทธิ์ผลได้ เข้าใจคนวัยทำงาน เข้าใจความสุขของคฤหัสถ์ การสลายทุกข์นำไปสู่ความสุขด้วยหลักพุทธจิตวิทยา องค์ธรรมอริยสัจ 4 อันได้แก่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค เมื่อถึงขั้นนั้นเป็นหน้าที่ในการดำเนินการปฏิบัติจนถึงผลลัพธ์ที่ปรารถนา คือ ความสุข ในมรรคมงคล 8 เรียกว่า “มัชฌิมาปฏิปทา” หรือ ทางสายกลาง วิธีสร้างความสุขจากหลักอริยสัจ 4 นำแนวทางไปใช้แล้วทำให้เกิดความสุขทั้งด้านการเงิน ด้านการทำงาน ด้านความรัก ด้านสุขภาพ มีอีกหลายมิติ การฝึกหมั่นค้นพบความสุขได้ด้วยตัวเอง เพิ่มพูนสร้างความสุขให้เกิดขึ้นความสุขทางกาย ความสุขทางจิตใจ และความสุขทางจิตวิญญาณ สะสมเพิ่มพูนคุณค่าของความเป็นมนุษย์ในชีวิตประจำวันของเราโดยยึดความสุขเป็นสิ่งสำคัญสูงสุดของชีวิต ความสุขจึงเป็นตัวกำหนดการกระทำของคนเรา เมื่อคนวัยทำงานได้มีการเรียนรู้ที่จะอยู่อย่างมีความสุข การเรียนรู้ที่จะเลือกเป็นการใช้ศิลปะของการเลือกเพื่อสร้างความสุขในชีวิต การเรียนรู้ที่จะพัฒนา การเรียนรู้การใช้ชีวิตอย่างมีความหมาย บุคคลมองเห็นความหมายในชีวิตของตนเอง ทำให้เกิดความต้องการการพัฒนามุมมองของชีวิต และการมองเห็นคุณค่าของตน เมื่อได้ศึกษาปฏิบัติคนวัยทำงานได้มีสติรู้เท่าทัน เข้าใจธรรมชาติทุกข์ ทำให้เกิดความสุข พัฒนาก้าวหน้าสุขภาพกาย และจิตใจที่ดี ย่อมพร้อมใช้ชีวิตอย่างมีคุณภาพต่อไป

รายการอ้างอิง

- กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ. รอบรู้สุขภาพวัยทำงาน. ออนไลน์. https://dopah.anamai.moph.go.th/webupload/8x6b2a6a0c1fbe85a9c274e6419fdd6071/m_magazine/24466/970/file_download/c393c23642965ded6ad582c3ea599a8a.pdf. [3 มีนาคม 2567].
- เจตน์ รัตนจินะ. สุขภาพจิตวัยทำงาน. ออนไลน์. <https://chulalongkornhospital.go.th/kcmh/line/working-age-mental-health/>. [5 มีนาคม 2567].
- พงษ์ศักดิ์ ธงรัตนะ. ข้อมูลกรมสุขภาพจิตพบวัยแรงงานมีความเครียดสูง. ออนไลน์. <https://www.hfocus.org/content/2023/04/27584>. [3 มีนาคม 2567].
- วุชิตา คงดี. สถานการณ์ “โรคปัจจุบัน” ของกลุ่มคนวัยทำงานใน “โลกปัจจุบัน”. ออนไลน์. <https://www.ohswa.or.th/17675458/health-promotion-for-jorpor-series-ep2>. [5 มีนาคม 2567].
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต). พุทธธรรม ฉบับประชาชน. พิมพ์ครั้งที่ 56. กรุงเทพฯ: สหธรรมิก, 2564.
- สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในการจัดงานฉลองสิริราชสมบัติครบ 60 ปี พุทธศักราช 2549. กรุงเทพฯ: มหาเถรสมาคม, 2549.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม. จำนวนประชากรจำแนก ตามสถานภาพแรงงานและเพศ เป็นรายจังหวัด พ.ศ. 2565. ออนไลน์. <http://statbbi.nso.go.th/staticreport/page/sector/th/02.aspx>. [3 มีนาคม 2567].

การจัดการศึกษาตามหลักสาราณียธรรมของโรงเรียน พระพุทธศาสนาวันอาทิตย์

Educational Management based on the Principles of Sāraṇīyadhamma in Sunday Dhamma School



พระมหาศุภชัย ปิยธมฺมชโย (ติวแป้)

Phramaha Suphachai Piyadhammajayo (Tivapee)

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, Mahachulalongkornrajavidyalaya University.

Email: suphachaitivapee@gmail.com

ผศ. ดร.ระวิง เรืองสังข์

Asst. Prof. Dr.Rawing Ruansangsanka

ภาควิชาบริหารการศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Department of Educational Administration, Mahachulalongkornrajavidyalaya University.

Email: billionwings@gmail.com

รศ. ดร.สมศักดิ์ บุญปู

Assoc. Prof. Dr.Somsak Boonpoo

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, Mahachulalongkornrajavidyalaya University.

Email: boonpoo999@hotmail.com

ตอบรับบทความ (Received) : 5 พฤษภาคม 2567

เริ่มแก้ไขบทความ (Revised) : 26 มิถุนายน 2567

รับบทความตีพิมพ์ (Accepted) : 5 กรกฎาคม 2567

เผยแพร่ออนไลน์ (Available Online) : 30 สิงหาคม 2567

บทคัดย่อ

บทความนี้มุ่งนำเสนอการจัดการศึกษาตามหลักสารานียธรรมของโรงเรียนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ เป็นแนวทางจัดการศึกษาให้เกิดผลสัมฤทธิ์ต่อผู้เรียน และการบริหารจัดการให้บุคลากรทุกฝ่ายมีส่วนร่วมและช่วยกันผลักดันองค์กรไปสู่เป้าหมายได้สำเร็จด้วยความเต็มใจ

ผลการศึกษาพบว่า การประยุกต์ใช้หลักสารานียธรรม 6 ได้แก่ 1) เมตตา 2) เมตตาจริกรรม 3) เมตตาโมกกรรม 4) สาธารณโมคิ 5) ศีลสามัญญตา และ 6) ทิฐิสามัญญตา กับองค์ประกอบการจัดการศึกษาของโรงเรียนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ 5 ด้าน ได้แก่ นโยบาย การบริหาร บุคลากร วิชาการ และการเงิน โดยมุ่งเน้นการพัฒนาบุคลากรเป็นด้านหลัก คือ ผู้บริหาร ครู เจ้าหน้าที่ นักเรียน และผู้ปกครอง มีส่วนร่วมในการนำหลัก สารานียธรรม 6 ในการบริหารจัดการงาน ตนเอง และการประพฤติปฏิบัติตน เป็นแบบอย่างที่ดี มีวาจาสุภาพ มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีความรับผิดชอบ มีความคิดสร้างสรรค์ รับฟังความเห็นของผู้อื่น เสียสละ แบ่งปัน ทำงานเป็นทีม ปฏิบัติตามระเบียบกติกาขององค์กร มีเป้าหมาย และร่วมกันปฏิบัติงานจนบรรลุเป้าหมายขององค์กรได้อย่างราบรื่น

คำสำคัญ: การจัดการศึกษา สารานียธรรม โรงเรียนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์

Abstract

This article aims to present educational management based on the principles of Sāraṇīyadhamma in Sunday Dhamma School, as a guideline for effective educational management benefiting students, and ensuring participatory management across all personnel to successfully propel the organization towards its goals.

The study found that the application of the 6 Sāraṇīyadhamma principles, namely 1) Mettākāyakamma (loving-kindness), 2) Mettāvācikkamma (compassion), 3) Mettāmanokamma (sympathetic joy), 4) Sādhāraṇabhogitā (sharing), 5) Sīlasāmaññatā (ethical conduct), and 6) Diṭṭhisamanyatā (stability), aligns with the educational management components of Sunday Dhamma School in five aspects: policy, personnel management, academic affairs, and finances. Emphasis is placed on personnel development as a core aspect, involving administrators, teachers, staff, students, and parents participating in applying the 6 Sāraṇīyadhamma principles in managing their own work and conduct. This serves as a good model characterized by polite speech, good interpersonal relationships, responsibility, creativity, openness to others' opinions, sacrifice, sharing, teamwork, adherence to organizational rules, goal-setting, and collaborative work towards achieving organizational objectives.

Keywords: Educational Management, Sāraṇīyadhamma, Sunday Dhamma School

1. บทนำ

พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 และที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 4) พ.ศ. 2562 ได้บัญญัติให้วัดมีสิทธิและหน้าที่ในการจัดการศึกษา รัฐบาลควรจัดให้วัดเป็นศูนย์กลางการเรียนรู้ของชุมชน เพราะในกระบวนการเรียนรู้ การเรียนรู้ทางศาสนา ถือเป็นกระบวนการสำคัญที่จะนำไปสู่การพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ และวัดเป็นสถาบันทางสังคมมีบทบาทในการจัดการศึกษาให้กับประชาชนตลอดมา ทำให้ประชาชนเกิดความรู้คู่คุณธรรมตลอดชีวิต โรงเรียนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์เป็นองค์กรเผยแผ่ทางพระพุทธศาสนาองค์กรหนึ่งที่พระสงฆ์จัดตั้งขึ้น เพื่อเป็นแหล่งอบรมสั่งสอนเยาวชนให้มีความประพฤติดีงาม มีจิตสำนึกที่ดีมีความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม เป็นแหล่งให้ความรู้ความเข้าใจตามหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนา สามารถนำหลักธรรมคำสอนไปใช้เป็นแนวทางการประพฤติในชีวิตประจำวันได้ ปัจจุบันโรงเรียนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เป็นหน่วยงานสังกัดสำนักส่งเสริมพระพุทธศาสนาและบริการสังคม ปฏิบัติหน้าที่ภาระกิจตอบสนองพันธกิจมหาวิทยาลัย โดยจัดการเรียนการสอนในทุกวันอาทิตย์ ภาคเช้าเปิดการเรียนการสอนวิชาการพระพุทธศาสนา ส่วนในภาคบ่ายเปิดการเรียนการสอนด้านศิลปวัฒนธรรม¹

ในปัจจุบันปัญหาของโรงเรียนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ ที่มีมาตลอดสำหรับผู้บริหาร คือ ขาดทุนทรัพย์ในด้านการจัดการศึกษา ที่สามารถจะจัดการศึกษาให้ดำเนินไปได้โดยตลอดอาศัยกำลังศรัทธาของชาวบ้าน และครูผู้สอนจากโรงเรียนภายนอกเข้ามาช่วยสอน ผู้เข้ามาสอนขาดความเข้าใจในการเรียนการสอน จะเห็นได้ว่าในระยะแรกของการเปิดเรียน จะมีเด็กมาสมัครเรียนจำนวนมาก แต่เรียนไป 3-4 อาทิตย์ เด็กจะเริ่มทยอยห่างออกมา เพราะเกิดการเบื่อ เรียนแล้วไม่เข้าใจ จำนวนของนักเรียนก็จะลดลงไปเรื่อย ๆ หลักสูตรยาก การเรียนการสอนยากตาม เด็กไม่สามารถเข้าใจได้ เพราะวุฒิภาวะไม่ถึงขั้นที่จะรู้ได้ ทำให้เด็กเบื่อหน่าย ปัญหาอีกเรื่องคือ งบประมาณในการ

1. ราชกิจจานุเบกษา, พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545 (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2553 และ (ฉบับที่ 4) พ.ศ. 2562, เล่ม 136 ตอนที่ 57ก., 1 พฤษภาคม 2562.

เรียนการสอนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ โดยงานวิจัยโรงเรียนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ปี พ.ศ. 2548 ระบุว่า วัดที่จัดการเรียนการสอนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์นั้นได้รับเงินอุดหนุนเพียง 5 บาทต่อเด็ก 1 คน²

การจัดการศึกษานอกจากผลสัมฤทธิ์ของตัวนักเรียนเองแล้ว การบริหารจัดการมีส่วนสำคัญต่อการบรรลุเป้าหมาย โดยเฉพาะบุคลากรที่เป็นกำลังขับเคลื่อนความสำเร็จ การทำงานร่วมกันระหว่างผู้บริหารโรงเรียน ครู บุคลากรทางการศึกษา นักเรียนและผู้ปกครองเป็นสิ่งสำคัญอย่างมาก การที่จะหล่อหลอมพัฒนาบุคลากรที่เกี่ยวข้องทั้งหมดอย่างเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันได้อย่างยั่งยืน จึงจำเป็นต้องนำหลักทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ร่วมกันทั้งการบริหารจัดการศึกษาและการประพฤติปฏิบัติตน บทความนี้จึงมุ่งศึกษาและนำเสนอการจัดการศึกษาตามหลักสาราณียธรรมของโรงเรียนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ เพื่อเป็นแนวทางการพัฒนาส่งเสริมบุคลากรและการจัดการศึกษา ในการสร้างนักเรียนที่มีจิตใจดีงาม มีความคิดที่เป็นมิตร ประพฤติตนในกรอบแห่งศีลธรรม ดำรงชีวิตอย่างมีความสุข พร้อมช่วยสร้างสังคมที่ดี และเติบโตเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณค่าของสังคม

2. ความหมายและความสำคัญของการจัดการศึกษา

นักวิชาการหลายท่านได้ให้ความหมายและความสำคัญของการจัดการศึกษาไว้ตามแนวคิดของแต่ละท่าน ดังนี้

วิชัย ตันศิริ กล่าวถึงความหมายของการศึกษาว่า เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงเกิดจากการจัดการศึกษาทุกด้านจากที่เป็นอยู่เพื่อให้นำไปสู่ผลผลิตคุณภาพหรือเป้าหมายของการศึกษาได้ตามที่ประสงค์ การดำเนินเช่นนี้จึงไม่ใช่การเปลี่ยนแปลงธรรมดา แต่ต้องเปลี่ยนแปลงทุกด้านอย่างรวดเร็ว มีแผนดำเนินการ และมีการผลักดันอย่างจริงจัง ความสำคัญของการจัดการศึกษาเป็นกระบวนการที่ทำให้มนุษย์สามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคล ให้สามารถดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างมีสันติสุข และ

2. ธมมจรถ, ศูนย์ศึกษาพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ อีกหนึ่งความหวังของเด็กไทย, ออนไลน์, <https://mgronline.com/dhamma/detail/9510000002343>. [8 มกราคม 2551].

สามารถพัฒนาประเทศได้อย่างเหมาะสม และสอดคล้องกับความเปลี่ยนแปลงในทุก ๆ ด้านของชาติ³

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กล่าวว่า การจัดการศึกษา หมายถึง กระบวนการเรียนรู้ เพื่อความเจริญงอกงามของบุคคลโดยการถ่ายทอดความรู้จากการฝึกการอบรม การสืบสานทางวัฒนธรรม การสร้างสรรค์ ความก้าวหน้าทางวิชาการ การสร้างองค์ความรู้อันเกิดจากการจัดสภาพแวดล้อม การเรียนรู้ และปัจจัยเกื้อหนุน ให้บุคคลเรียนรู้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต ในด้านความสำคัญของการจัดการศึกษานั้นเป็นไปเพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ความสามารถตามมาตรฐานการเรียนรู้ ตามสมรรถนะสำคัญ และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามที่กำหนดไว้ในหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน โดยยึดหลักว่าผู้เรียนมีความสำคัญที่สุด ยังเชื่อว่าทุกคนสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้ ยึดประโยชน์ที่เกิดขึ้นกับผู้เรียน กระบวนการจัดการเรียนรู้ต้องส่งเสริมให้ผู้เรียน สามารถพัฒนาตามธรรมชาติและเต็มตามศักยภาพ คำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลและพัฒนาการทางสมอง⁴

ปรัชญา เวสารัชช์ ได้ให้ความหมายของการจัดการศึกษาว่า เป็นกระบวนการอย่างเป็นระบบโดยมีเป้าหมายชัดเจนในการพัฒนาคุณภาพมนุษย์ทุกด้าน ไม่ว่าจะเป็นด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญาคุณธรรม ค่านิยม ความคิด การประพฤติปฏิบัติ ฯลฯ โดยคาดหวังว่า คนมีคุณภาพจะทำให้สังคมมีความมั่นคง สงบสุข เจริญก้าวหน้าทันโลกได้และแข่งขันกับสังคมอื่นระหว่างประเทศได้ คนมีความสุข มีความสามารถ ประกอบอาชีพการงานอย่างมีประสิทธิภาพ และจะอยู่ร่วมกันได้อย่างสมานฉันท์ และการจัดการศึกษาช่วยปรับเปลี่ยนเปลี่ยนแปลงและพัฒนาคนให้เป็นคนดี เป็นคนมีความรู้และมีทักษะตรงตามมาตรฐานของหลักสูตรและมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี⁵

3. วิชัย ต้นศิริ, *อุดมการณ์ทางการศึกษา ทฤษฎีและภาคปฏิบัติ*, (กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2549), 215.

4. สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, *คำอธิบายและระดับการพัฒนาคุณภาพการศึกษา มาตรฐานการศึกษาขั้นพื้นฐาน*, (กรุงเทพฯ: กระทรวงศึกษาธิการ, 2549), 1.

5. ปรัชญา เวสารัชช์, *ชุดฝึกอบรมผู้บริหาร: ประมวลสาระ*, (กรุงเทพฯ: ม.ป.พ., 2550), 3.

สรุปได้ว่า การจัดการศึกษาเป็นกระบวนการดำเนินการอย่างเป็นระบบในการพัฒนาอย่างต่อเนื่องโดยมีบุคคลและหน่วยงานที่รับผิดชอบเข้าร่วมดำเนินการ มีแบบแผน วิธีการ ขั้นตอน โดยมีกระบวนการและบุคลากร มีทรัพยากรต่าง ๆ และมีกระบวนการประเมินผลการจัดการเพียงตรงและเชื่อถือได้ด้วย เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ สามารถพัฒนาตนเองได้อย่างมีคุณภาพ และถือว่าผู้เรียนมีความสำคัญที่สุด และการจัดการศึกษามีความสำคัญในการพัฒนามนุษย์ให้สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรม ให้เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นและสามารถดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างสันติสุข มีความสามารถในการประกอบอาชีพ รู้จักพึ่งตนเอง ใฝ่รู้และเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างต่อเนื่อง

3. ลักษณะและองค์ประกอบของการจัดการศึกษาของโรงเรียน

พระพุทธศาสนาวันอาทิตย์

ลักษณะและองค์ประกอบของการจัดการศึกษาได้มีนักวิชาการต่าง ๆ ได้กล่าวไว้อย่างหลากหลาย แต่ในบทความนี้มุ่งเน้นไปที่การจัดการศึกษาของโรงเรียนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ ดังนี้

สัจจนตินิท หนูชู ได้ศึกษาองค์ประกอบการบริหารจัดการศึกษาของศูนย์ศึกษาพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ และประสิทธิผลของศูนย์ศึกษาพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ พบว่า องค์ประกอบการบริหารจัดการศึกษาที่มีอิทธิพลต่อประสิทธิผลของศูนย์ศึกษาพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ ประกอบด้วย 8 องค์ประกอบ คือ 1) ความคาดหวังต่อผู้เรียน 2) การพัฒนาบุคลากร 3) ความสามัคคีของบุคลากร 4) การมีส่วนร่วมของผู้ปกครองและชุมชน 5) การจัดหลักสูตรและการเรียนการสอน 6) ภาวะผู้นำของผู้อำนวยการศูนย์ 7) การจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ภายในศูนย์ และ 8) การประเมินผลความก้าวหน้าของผู้เรียน และการจัดหลักสูตรและการเรียนการสอน มี 5 ตัวบ่งชี้ คือ มีการประเมินผลการเรียนการสอนสอดคล้องกับสภาพการเรียนรู้ที่เป็นจริง หลักสูตรกำหนดเนื้อหาวิชาบังคับ วิชาเลือกและกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนอย่างเหมาะสม ทันสมัย การจัดเนื้อหาสาระการเรียนรู้ เหมาะสมกับระยะเวลาในการสอนตามหลักสูตร และหลักสูตรมีความเหมาะสมในการกำหนดให้ผู้เรียนมีระยะเวลาการ

เรียนการสอนตามหลักสูตรอย่างน้อย 80%⁶

การบริหารจัดการศูนย์ศึกษาพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ซึ่งเป็นองค์กรหนึ่งที่มีการบริหารจัดการองค์กรโดยมีจุดมุ่งหมายขององค์กร คือ การเป็นศูนย์การเรียนรู้ทางพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์และปลูกฝังศีลธรรมของชุมชน กลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ เด็ก เยาวชน และประชาชน ได้เข้าถึงหลักธรรมและวิถีปฏิบัติตามหลักธรรมที่ถูกต้องและการเป็นศูนย์กลางของชุมชนในการจัดกิจกรรมทางพระพุทธศาสนามีบทบาทต่อการจัดกิจกรรม อนุรักษ์ สืบสานวัฒนธรรมไทย ตลอดจนศาสนพิธีของชาวพุทธ การบริหารจัดการศูนย์พระพุทธศาสนาวันอาทิตย์อย่างเป็นระบบ โดยอาศัยกระบวนการบริหารจัดการที่มีความเกี่ยวเนื่องกันเพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายขององค์กร ได้แก่ การวางแผน โดยผู้มีส่วนเกี่ยวข้องภายในองค์กร การจัดการองค์กร การกำหนดงานและความสำคัญของอำนาจหน้าที่ ที่มีการกำหนดออกมาเป็นแผนและมีการมอบอำนาจหน้าที่ตามความเหมาะสมของลักษณะงานและความสามารถของบุคลากรภายในองค์กร การนำหรือการสั่งการ โดยผู้บริหารองค์กร ที่มีความรู้ความชำนาญ ประสบการณ์และความสามารถ ที่จะจูงใจให้บุคลากรภายในองค์กรปฏิบัติงานไปตามเป้าหมายที่กำหนดไว้และการควบคุมการใช้ทรัพยากรต่าง ๆ ภายในองค์กรอย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด ซึ่งสังเกตได้ว่า กระบวนการบริหารจัดการดังกล่าวมีความจำเป็นที่จะต้องใช้อยู่ภายในองค์กร โดยเฉพาะศูนย์พระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ ซึ่งเป็นองค์กรที่มุ่งปลูกฝังศีลธรรมให้เยาวชน จึงต้องอาศัยกระบวนการบริหารจัดการที่มีประสิทธิภาพ ผู้ศึกษาจึงได้นำเอากรอบแนวคิดในการบริหารจัดการองค์กรมาเป็นแนวทางในการศึกษาการจัดการศึกษาโรงเรียนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย โดยศึกษาจากสภาพและปัญหาการบริหารจัดการศึกษาที่เป็นอยู่ใน 5 ด้าน ได้แก่ นโยบาย การบริหาร บุคลากร วิชาการ และการเงิน

การศึกษาองค์ประกอบของการจัดการศึกษาโรงเรียนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์จากนักวิชาการทั้งหลายประกอบด้วยองค์ประกอบ 5 ด้าน ได้แก่ นโยบาย การบริหาร บุคลากร วิชาการ และการเงิน โดยมีรายละเอียดดังนี้

6. สุจินตนิท หนูชูสีห์สกุล, “รูปแบบการบริหารจัดการศึกษาของศูนย์ศึกษาพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ที่มีประสิทธิผล สุจินตนิท หนูชู”, *สุทธิปริทัศน์*, ปีที่ 28 ฉบับที่ 86 (เมษายน-มิถุนายน 2557), 234-255.

1. **นโยบาย** หมายถึง การจัดทำแผนงานสอดคล้องกับความต้องการ โดยบุคลากรมีส่วนร่วมในการจัดทำแผนงาน กำหนดกิจกรรม มีการกำกับติดตามการดำเนินกิจกรรมมีการประเมินผลการปฏิบัติงานสม่ำเสมอ มีการคัดเลือกตัวแทนจากภาคส่วนต่าง ๆ เป็นคณะกรรมการ ใช้หลักธรรมาภิบาลในการดำเนินงาน มีการวางแผนการจัดการเรียนการสอนร่วมกัน การจัดปรับโครงสร้างแต่ละศูนย์เป็นลายลักษณ์อักษรและชัดเจน โดยมีคณะกรรมการฝ่ายส่งเสริมและขยายผลมีส่วนร่วมในการปรับเปลี่ยนระบบการบริหาร ซึ่งแจ้งทำความเข้าใจให้บุคลากรเข้าใจในบทบาทหน้าที่ของตนภายในศูนย์ฯ

2. **การบริหาร** หมายถึง ศูนย์สนับสนุนเทคนิคการสอนใหม่ ๆ เพื่อเพิ่มพูนประสิทธิภาพการสอนและการจัดกิจกรรม ส่งเสริมให้มีการจัดทำแผนการจัดการเรียนการสอนรายชั่วโมงและภาคการศึกษา สำนวจความต้องการการฝึกอบรมของบุคลากร คุณภาพเรื่องการจัดกิจกรรมการสอน งบประมาณด้านการจัดทำหลักสูตรการจัดการเรียนการสอนรายวิชาให้เป็นมาตรฐานเดียวกัน ติดตามและประเมินผลหลักสูตร อีกทั้งยังปรับปรุงและพัฒนาหลักสูตรตามความเหมาะสม

3. **บุคลากร** หมายถึง ผู้ที่ปฏิบัติหน้าที่ในโรงเรียนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ ผู้ที่มีความรู้ความเข้าใจในการบริหารจัดการ มีทักษะและประสบการณ์ในการบริหารจัดการ มีการมอบหมายงานแก่คณะทำงาน ติดตามและประเมินผลการทำงาน และเป็นผู้มีความเข้าใจในบทบาทและหน้าที่ทุ่มเทในการบริหารจัดการเกี่ยวกับเทคนิคและวิธีการสอนมาก่อนที่จะปฏิบัติงาน

4. **วิชาการ** หมายถึง การจัดหลักสูตรมีความเหมาะสมกับวัยของผู้เรียน การจัดทำแผนการสอนที่มีความยืดหยุ่นและความคล่องตัว เทคนิควิธีการสอนสื่ออุปกรณ์ ประกอบการเรียนการสอนเครื่องมือวัดผลประเมินผลติดตามประเมินผลการเรียนที่ทันสมัย มีการจัดห้องสมุด มุมหนังสือให้นักเรียนอย่างเหมาะสม

5. **การเงิน** หมายถึง การจัดสรรงบประมาณอย่างเพียงพอต่อการดำเนินงาน การจัดทำทะเบียนและสถิติต่าง ๆ อย่างเป็นระบบ จัดทำทะเบียนและสถิติต่าง ๆ เป็นปัจจุบัน จัดหาวัสดุครุภัณฑ์ เครื่องอำนวยความสะดวกในการปฏิบัติงานตรงกับความ ต้องการ มีการจัดหาทรัพยากรทางการศึกษาจากแหล่งอื่นมาสนับสนุนการดำเนินงาน

4. ความหมายของสารณียธรรม 6

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้กล่าวว่า หลักสารณียธรรม หมายความว่า ถึงสภาวะการแสดงไมตรีและความหวังดีต่อเพื่อนมนุษย์ แสดงอาการกิริยาสุภาพ เคารพนับถือกัน ด้วยบอกแจ้งสิ่งที่ประโยชน์ สั่งสอนหรือแนะนำตักเตือนกัน ด้วยความหวังดี กล่าววาจาสุภาพ แสดงความเคารพนับถือกัน การตั้งจิตปรารถนาดี คิดทำสิ่งที่ประโยชน์แก่กัน มองกันในแง่ดี มีหน้าตายิ้มแย้มแจ่มใสต่อกัน การแบ่งปันลาภที่ได้โดยชอบธรรม แม้เป็นของเล็กน้อยก็แจกจ่ายให้ได้มีส่วนร่วมใช้สอย บริโภคทั่วกัน การมีความประพฤติสุจริตตั้งามรักษาระเบียบวินัยของสวนรวม ไม่ทำตนให้เป็นที่น่ารังเกียจหรือเสื่อมเสียแก่หมู่คณะ การเคารพรับฟังความคิดเห็นกัน มีความเห็นชอบร่วมกัน ตกลงกันได้ในหลักการสำคัญ

พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย 2539 กล่าวถึง หลักสารณียธรรม 6 ไว้ว่า สารณียธรรม 6 ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งความให้ระลึกถึง ธรรมเป็นเหตุที่ระลึกถึงกัน หลักการอยู่ร่วมกัน สารณียธรรม 6 คือ

1. **เมตตาการุณยธรรม** ตั้งเมตตาการุณยธรรมในเพื่อนพรหมจรรย์ทั้งต่อหน้าและลับหลัง คือ ช่วยเหลือกิจธุระของผู้ร่วมคณะด้วยความเต็มใจ แสดงกิริยาอาการสุภาพ เคารพนับถือกันทั้งต่อหน้าและลับหลัง

2. **เมตตาวัจจกรรม** ตั้งเมตตาวัจจกรรมในเพื่อนพรหมจรรย์ทั้งต่อหน้าและลับหลัง คือช่วยบอกแจ้งสิ่งที่ประโยชน์ สั่งสอน แนะนำตักเตือนด้วยความหวังดี กล่าววาจาสุภาพแสดงความเคารพนับถือกันทั้งต่อหน้าและลับหลัง

3. **เมตตาเมตตามโนกรรม** ตั้งเมตตาเมตตามโนกรรมในเพื่อนพรหมจรรย์ทั้งต่อหน้าและลับหลังคือ ตั้งจิตปรารถนาดี คิดทำสิ่งที่ประโยชน์แก่กัน มองกันในแง่ดี มีหน้าตายิ้มแย้ม แจ่มใสต่อกัน

4. **สาธารณโภคิ** ได้ของสิ่งใดมาก็แบ่งปันกัน คือ เมื่อได้สิ่งใดมาโดยชอบธรรม แม้เป็นของเล็กน้อยก็ไม่หวงไว้ผู้เดียว นำมาแบ่งปันเฉลี่ยแจกจ่าย ให้ได้มีส่วนร่วมใช้สอยบริโภคทั่วกัน ขอนี้ใช้ข้อบัญญัติโภคิก็ได้

5. **ศีลสามัญญตา** มีศีลบริสุทธิเสมอกันกับเพื่อนพรหมจรรย์ทั้งต่อหน้าและลับหลัง คือ มีความประพฤติสุจริตตั้งาม ถูกต้องตามระเบียบวินัย ไม่ทำตนให้เป็นผู้น่ารังเกียจของหมู่คณะ

6. **ทวิญญูสามัญญตา** มีทวิญญูงามเสมอกันกับเพื่อนพรหมจรรย์ทั้งต่อหน้าและลับหลัง คือ มีความเห็นชอบร่วมกัน ในข้อที่เป็นหลักการสำคัญที่จะนำไปสู่ความหลุดพ้น สิ้นทุกข์หรือขจัดปัญหาธรรม 6 ประการนี้มีคุณ คือ เป็นสารณียะ ทำให้เป็นที่ระลึกถึง เป็นอุปกรณ์ทำให้เป็นที่รักเป็นครุกรรมทำให้เป็นที่ระลึกเคารพ เป็นไปเพื่อความ สงเคราะห์ความกลมกลืนเข้าหากัน เพื่อความไม่วิวาท เพื่อความสามัคคีและเอกภาพ ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน⁷

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม” สารณียธรรม 6 แปลว่า ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งความระลึกถึง, ธรรม เป็นเหตุที่ระลึกถึงกัน, หลักการอยู่ร่วมกัน ได้แก่

1. **เมตตากายกรรม** ตั้งเมตตากายกรรมในเพื่อนพรหมจรรย์ทั้งต่อหน้าและลับหลัง คือ ช่วยเหลือกิจธุระของผู้ร่วมคณะด้วยความเต็มใจ แสดงกิริยาอาการสุภาพ เคารพนับถือกันทั้งต่อหน้าและลับหลัง

2. **เมตตาวจีกรรม** ตั้งเมตตาวจีกรรมในเพื่อนพรหมจรรย์ทั้งต่อหน้าและลับหลัง คือ ช่วยบอกแจ้งสิ่งที่ เป็นประโยชน์ สั่งสอน แนะนำตักเตือนด้วยความหวังดี กล่าว วาจาสุภาพ แสดงความเคารพนับถือกันทั้งต่อหน้าและลับหลัง

3. **เมตตามโนกรรม** ตั้งเมตตามโนกรรมในเพื่อนพรหมจรรย์ทั้งต่อหน้าและลับหลัง คือ ตั้งจิตปรารถนาดี คิดทำสิ่งที่ เป็นประโยชน์แก่กัน มองกันในแง่ดี มีหน้า ตายิ้มแย้มแจ่มใส ต่อกัน

4. **สาธารณโภคิ** ได้ของสิ่งใดมาก็แบ่งปันกัน คือ เมื่อได้สิ่งใดมาโดยชอบธรรม แม้เป็นของเล็กน้อย ก็ไม่หวงไว้ผู้เดียว นำมาแบ่งปันเฉลี่ยแจกจ่าย ให้ได้มีส่วนร่วม ใช้สอยบริโภคทั่วกัน ข้อนี้ใช้อุปปฏิวัตตโภคิก็ได้

5. **สีลสามัญญตา** มีศีลบริสุทธิ์เสมอกันกับเพื่อนพรหมจรรย์ทั้งหลายทั้งต่อหน้าและลับหลัง คือ มีความประพฤติสุจริตดีงาม ถูกต้องตามระเบียบวินัย ไม่ทำตน ให้เป็นที่น่ารังเกียจของหมู่คณะ

7. ที.ปา. 11/317/257 (ไทย.สยามรัฐ), อง.ฉก. 22/282-283/321-323 (ไทย.สยามรัฐ)

6. **ทิวฐิสามัญญตา** มีทิวฐิตังงามเสมอกันเพื่อนพรหมจรรย์ทั้งหลายทั้งต่อหน้าและลับหลัง คือ มีความเห็นชอบร่วมกันในข้อที่เป็นหลักการสำคัญที่จะนำไปสู่ความหลุดพ้น สิ้นทุกข์หรือขจัดปัญหา⁸

ทองหล่อ วงษ์ธรรมา ได้กล่าวไว้ในหนังสือปรัชญา 201 พุทธศาสตร์ สารานียธรรม แปลว่า ธรรมเป็นเหตุให้ระลึกถึงกัน หมายถึง คุณธรรมที่ทำให้คนเราไม่เห็นแก่ตัว เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แก่ผู้อื่น เข้าใจคนอื่นมากขึ้น สารานียธรรม มี 6 คือ

1. **เมตตากายกรรม** คือ ทำต่อกันด้วยเมตตา หมายถึง ทำสิ่งใดก็ทำด้วยความปรารถนาดีต่อกัน เช่น แสดงไมตรีและหวังดีต่อเพื่อนร่วมงานร่วมกิจการร่วมชุมชน โดยช่วยเหลือธุระต่าง ๆ ด้วยความเต็มใจ แสดงอาภักิริยาสุภาพ เคารพนับถือทั้งต่อหน้าและลับหลัง

2. **เมตตาวจีกรรม** คือ พุดกันด้วยเมตตา หมายถึง จะพุดอะไรก็พุดด้วยความปรารถนาดีต่อกัน เช่น แนะนำ สั่งสอนตักเตือนกันด้วยความหวังดี กล่าววาจาสุภาพ พุดจริงไม่พุดเพื่อผลประโยชน์จะเกิดขึ้นแก่ตนเองฝ่ายเดียว

3. **เมตตามโนกรรม** คือ คิดต่อกันด้วยเมตตา หมายถึงจะคิดอะไรก็คิดด้วยความปรารถนาดีต่อกัน เช่น ตั้งจิตปรารถนาดี คิดทำสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่กัน มองกันในแง่ดี

4. **สาธารณโภคิ** คือ แบ่งปันสิ่งที่ได้มาโดยชอบธรรม หมายถึง แบ่งปันลาภที่ร่วมกันหาร่วมกันทำโดยยุติธรรม แม้สิ่งของที่ได้มาจะน้อยแต่ก็แจกจ่ายให้ได้มีส่วนร่วมใช้สอยบริโภคทั่วถึงกัน นั่นคือการร่วมสุข ร่วมทุกข์กัน

5. **สีลสามัญญตา** คือ มีความประพฤติเสมอภาคกัน หมายถึง ประพฤติสุจริตดีงามเหมือน ๆ กัน มีระเบียบวินัยเป็นแบบเดียวกัน ไม่ประพฤติให้เป็นที่ยังเกียจ หรือเสื่อมเสียแก่หมู่คณะ

6. **ทิวฐิสามัญญตา** คือ มีความเสมอภาคกันทางความคิด หมายถึง ปรึบความคิดความเห็นให้มีเหตุมีผลถูกต้องเหมือน ๆ กัน นั่นคือ การเคารพเหตุผล ยึดหลักความดีงามเป็นอุดมคติอย่างเดียวกัน⁹

8. พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม*, พิมพ์ครั้งที่ 12, (กรุงเทพฯ: มหาวจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2547), 200.

9. ทองหล่อ วงษ์ธรรมา, *ปรัชญา 201 พุทธศาสตร์*, (กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์, 2538), 36.

สรุปได้ว่า หลักสาราณียธรรม 6 เป็นหลักธรรมในพระพุทธศาสนาที่มีการกล่าวถึงการช่วยเหลือกิจธุระของผู้ร่วมคณะด้วยความเต็มใจ แสดงกิริยาอาการสุภาพ เคารพนับถือกัน ช่วยบอกแจ้งสิ่งที่เป็นประโยชน์สั่งสอน แนะนำตักเตือนด้วยความหวังดี กล่าววาจาสุภาพ แสดงความเคารพนับถือกันทั้งต่อหน้าและลับหลัง และเป็นคุณธรรมที่ทำให้รู้จักการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่กันและกัน ทำให้เข้าใจคนอื่นมากขึ้น ซึ่งเป็นแนวทางที่ดีในการอยู่ร่วมกันด้วยความสามัคคี สถานศึกษาควรนำมาปฏิบัติเพื่อทำให้เกิดผลดีแก่เพื่อนร่วมงานและการบริหารงานในสถานศึกษาต่อไป

5. การประยุกต์ใช้หลักสาราณียธรรม 6 กับการจัดการศึกษาโรงเรียนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์

1) **เมตตาการุณกรรม** โดยคณะกรรมการฝ่ายสงฆ์และฝ่ายฆราวาสร่วมกันส่งเสริมพัฒนาและปรับปรุงการระบอบการบริหารจัดการ บุคลากรของทุกฝ่ายมีการช่วยเหลือเกื้อกูล มีความสุภาพ ให้เกียรติ เคารพนับถือกันทั้งต่อหน้าและลับหลัง จะช่วยสร้างความสามัคคีกลมเกลียว มีความกระตือรือร้น ส่งเสริมการทำงานเป็นทีม บุคลากรทั้งฝ่ายบริหาร ฝ่ายปฏิบัติงาน เจ้าหน้าที่ และนักเรียน ต่างรักใคร่กลมเกลียว มีพฤติกรรมไปในทางสร้างสรรค์ ส่งผลให้การบริหารจัดการมีประสิทธิภาพ และประสิทธิผลยิ่งขึ้น

2) **เมตตาวิจิตรกรรม** โดยบุคลากรทุกฝ่ายงาน ทุกระดับชั้น รวมทั้งนักเรียน ทั้งฝ่ายพระภิกษุสงฆ์และฝ่ายฆราวาสต่างเข้าใจกัน อดทนต่อการกระทบกระทั่ง โดยเฉพาะการแสดงความคิดเห็นที่มีความเห็นต่าง คำนึงถึงคำพูดที่รักษาน้ำใจซึ่งกันและกัน ไม่ทะเลาะ ฉุนเฉียว แนะนำตักเตือนด้วยจิตเมตตา ตลอดจนสายงานการบริหารงานวิชาการ งบประมาณ หรือการติดตามงาน การพูดให้กำลังใจ สร้างแรงบันดาลใจ เสริมสร้างความคิดสร้างสรรค์และคำพูดในเชิงบวกมากขึ้น การจัดการเรียนการสอนเน้นกิจกรรมที่เสริมสร้างการพูด การตักเตือนในทางสร้างสรรค์ ไม่บูลลี่ทางตรงหรือทางอ้อม ดังเช่นในสังคมออนไลน์

3) **เมตตาโมกขกรรม** บุคลากรของโรงเรียนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ ทุกฝ่ายงาน ดำรงยึดมั่นในการตั้งจิตเมตตาปรารถนาดีต่อกันทั้งต่อหน้าและลับหลัง มีความซื่อสัตย์ มีสัจจะ คิดทำแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อกัน ก่อให้เกิดความไว้วางใจกัน เมื่อ

เป็นเช่นนี้ การบริหารจัดการศึกษาจะเป็นไปด้วยความราบรื่นเรียบร้อย เกิดเป็นพลังบวก กล้าคิด กล้าทำ มีความคิดสร้างสรรค์ มีพลังใจ เกิดความตื่นตัวที่จะสนองงาน และดำเนินงานอย่างกระตือรือร้น

4) **สาธารณโภคี** บุคลากรของโรงเรียนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ทุกฝ่ายงาน ตระหนักในความเสียสละ ทั้งสิ่งของ ความรู้ความสามารถและเวลาส่วนตนเพื่อประโยชน์ส่วนรวม รวมถึงความดีความชอบ ผู้บริหารมีความเป็นกลาง ให้รางวัลตามผลงานความดี ไม่มีการลำเอียง จะเสริมสร้างความสามัคคี เป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน เนื่องจากรับรู้ถึงความยุติธรรมในองค์กร สร้างกิจกรรมสาธารณะประโยชน์ การรักษ์โลก การออมทรัพย์ การบริจาค เป็นต้น

5) **ศีลสามัญญตา** โดยบุคลากรทุกฝ่ายงาน ทุกระดับชั้น รวมทั้งนักเรียน ทั้งฝ่ายพระภิกษุสงฆ์และฝ่ายฆราวาส โดยเฉพาะผู้บริหารต้องประพฤติตนเป็นต้นแบบที่ดี เป็นตัวอย่างที่ดี มีความเสมอต้นเสมอปลาย เป็นบุคคลที่น่าเชื่อถือ เมื่อพูดแล้วทุกฝ่ายจะน้อมนำไปปฏิบัติตามด้วยความเต็มใจ ส่งเสริมให้เกิดการปฏิบัติตามระเบียบกติกา ธรรมเนียมปฏิบัติ วัฒนธรรมองค์กรอย่างเต็มที่ การบริหารจัดการศึกษาเป็นไปได้อย่างรวดเร็ว เรียบร้อย ไม่เกิดปัญหาหมกหมม ร่วมกันทำร่วมกันแก้ไข พัฒนาปรับปรุงงาน การงานมั่นคง การเงินโปร่งใส

6) **ทวิฐีสัมมัญญา** โดยคณะกรรมการฝ่ายสงฆ์และฝ่ายฆราวาสช่วยกันส่งเสริมให้บุคลากรทุกระดับมีส่วนร่วม มีการสื่อสารภายในองค์กรที่ดี ข้อมูลข่าวสารให้รับรู้กันอย่างทั่วถึง รวมถึงการสร้างบรรยากาศในเชิงบวก ยกย่องคนทำดี คนที่มีความรับผิดชอบ จะช่วยกระตุ้นให้ทุกคนมีความคิดไปในทางเดียวกัน ร่วมแรงร่วมใจสนองนโยบายขององค์กรไปในทิศทางเดียวกัน แม้จะมีความเห็นต่าง แต่ก็เคารพในความเห็น ข้อตกลงของคนหมู่ใหญ่เป็นหลัก มุ่งเน้นการทำงานเป็นทีม ทั้งผู้บริหาร ครู เจ้าหน้าที่ นักเรียน และผู้ปกครอง จะช่วยให้การบริหารจัดการองค์กรเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ เกิดประสิทธิผล อย่างยั่งยืน

กล่าวสรุปได้ว่า การจัดการศึกษาโรงเรียนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ หากนำเอาหลักสารานีธรรมมาประยุกต์ใช้ร่วมกัน จะเสริมสร้างและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคลากรไปในทางที่ดี มีความรู้ตัว รู้คิด ยึดมั่นในคุณธรรม ศีลธรรมเป็นหลักนำ จะ

ช่วยส่งเสริมให้การจัดการศึกษาทั้งด้านนโยบาย บริหาร บุคลากร วิชาการ และการเงิน เป็นไปด้วยความเรียบร้อย รวดเร็ว สร้างสรรค์ กลมเกลียว โปร่งใส มีประสิทธิภาพ เกิดประสิทธิผล บรรลุเป้าหมายขององค์กร

6. สรุป

การจัดการศึกษาตามหลักสารานียธรรม 6 ของโรงเรียนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ เป็นการประยุกต์ใช้ร่วมกันระหว่างองค์ประกอบการจัดการศึกษาของโรงเรียนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ 5 ด้าน ได้แก่ นโยบาย การบริหาร บุคลากร วิชาการ และการเงิน หลักสารานียธรรม 6 ได้แก่ 1) เมตตาทายกรรม 2) เมตตาวจีกรรม 3) เมตตา มโนกรรม 4) สาธารณโภคี 5) ศีลสามัญญตา และ 6) ทิฏฐิสามัญญตา โดยมีแนวทางการจัดการศึกษามุ่งเน้นด้านพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ซึ่งเป็นตัวขับเคลื่อนความสำเร็จขององค์กร มุ่งให้บุคลากร ทั้งผู้บริหาร ครู เจ้าหน้าที่ นักเรียน และผู้ปกครอง มีส่วนร่วมในการนำหลักสารานียธรรม 6 เป็นแนวทางในการบริหารจัดการงาน ตนเอง และการประพฤติปฏิบัติตน เป็นต้นแบบที่ดี มีวาจาที่ไพเราะ เป็นบุคคลที่น่าเชื่อถือ น่านับถือ น่าไว้วางใจ กระตือรือร้น มีความรับผิดชอบ มีความคิดสร้างสรรค์ รับฟังความเห็นของผู้อื่น มีความเสียสละ แบ่งปัน ทำงานเป็นทีม และมีเป้าหมายร่วมกัน ในการที่จะช่วยกันผลักดันนโยบายให้สามารถนำไปปฏิบัติจนบรรลุเป้าหมายขององค์กรได้อย่างราบรื่น

รายการอ้างอิง

- ทองหล่อ วงษ์ธรรมมา. *ปรัชญา 201 พุทธศาสน์*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์, 2538.
- ธมมจรรณ. *ศูนย์ศึกษาพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ อีกหนึ่งความหวังของเด็กไทย*.
ออนไลน์. <https://mgronline.com/dhamma/detail/9510000002343>.
[8 มกราคม 2551].
- ปรีชญา เวสารัชช์. *ชุดฝึกอบรมผู้บริหาร: ประมวลสาระ*. กรุงเทพฯ: ม.ป.พ., 2550.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม*. พิมพ์ครั้งที่ 12. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2547.
- มหามกุฏราชวิทยาลัย. *พระไตรปิฎกฉบับสยามรัฐ (แปล) เล่ม 1-45*. นครปฐม: มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2552.
- ราชกิจจานุเบกษา. *พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545 (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2553 และ (ฉบับที่ 4) พ.ศ. 2562*. เล่ม 136 ตอนที่ 57ก. 1 พฤษภาคม 2562.
- วิชัย ตันศิริ. *อุดมการณ์ทางการศึกษา ทฤษฎีและภาคปฏิบัติ*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2549.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. *คำอธิบายและระดับการพัฒนาคุณภาพการศึกษามาตรฐานการศึกษาขั้นพื้นฐาน*. กรุงเทพฯ: กระทรวงศึกษาธิการ, 2549.
- สุจินตนิท หนูชู. “รูปแบบการบริหารจัดการศึกษาของศูนย์ศึกษาพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ที่มีประสิทธิผล”. *สุทธิปริทัศน์*. ปีที่ 28 ฉบับที่ 86 (เมษายน-มิถุนายน 2557). 234-255.

การบูรณาการการให้คำปรึกษาเพื่อคลายทุกข์ทางจิตใจ ด้วยวิถีพุทธจิตวิทยา

Integrating Counseling to Relieve Mental Distress through Buddhist Psychology



สายนต์ ชันธนิยม

Sayun Khuntaniyom

หลักสูตรพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
Doctor of Philosophy, Buddhist Psychology, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Email: sunsayun@gmail.com

รศ. ดร.สิริวัฒน์ ศรีเครือดง

Assoc. Prof. Dr. Siriwat Srikruadong

สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
Buddhist Psychology, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Email: siriwat@mcu.ac.th

ผศ. ดร.วิชชุดา ฐิติโชติรัตนนา

Asst. Prof. Dr. Wichuda Thitichotrattana

สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
Buddhist Psychology, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Email: witchuda.mcu@gmail.com

ตอบรับบทความ (Received) : 1 กรกฎาคม 2567

เริ่มแก้ไขบทความ (Revised) : 8 กรกฎาคม 2567

รับบทความตีพิมพ์ (Accepted) : 1 สิงหาคม 2567

เผยแพร่ออนไลน์ (Available Online) : 30 สิงหาคม 2567

บทคัดย่อ

บทความนี้นำเสนอแนวทางการบูรณาการการให้คำปรึกษาเพื่อคลายทุกข์ทางจิตใจด้วยวิถีพุทธจิตวิทยา เป็นการช่วยเหลือที่เกิดจากสัมพันธภาพของบุคคลอย่างน้อย 2 คน คือ ผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษา เพื่อช่วยให้ผู้รับการปรึกษาสามารถตัดสินใจและแก้ปัญหาได้ด้วยตนเองอย่างเหมาะสม การให้คำปรึกษาที่มีประสิทธิภาพในทางพระพุทธศาสนามีเป้าหมายเพื่อช่วยเหลือให้ผู้รับการปรึกษาเข้าใจ สามารถตัดสินใจ และยอมรับตนเองในด้านต่าง ๆ จนเกิดความตระหนักถึงความต้องการของตนเองเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านสุขภาพจิต ด้านอารมณ์ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา

การบูรณาการการให้คำปรึกษาเพื่อคลายทุกข์ทางจิตใจด้วยวิถีพุทธจิตวิทยา เป็นการบูรณาการระหว่างจิตวิทยาการให้คำปรึกษากับคำสอนทางพระพุทธศาสนา ให้ผู้รับการปรึกษาได้รู้จักความทุกข์ที่เกิดขึ้นกับตนเอง และสามารถดำรงชีวิตอยู่อย่างรู้เท่าทันความทุกข์นั้น การประยุกต์ศาสตร์แห่งการให้คำปรึกษาเชิงพุทธนี้ คือ การนำองค์ความรู้ 6 ขั้นตอนสำคัญ ได้แก่ ขั้นตอนที่ 1 การปฏิสังขารด้วยจิตเมตตา ขั้นตอนที่ 2 การสนทนาอย่างเป็นกัลยาณมิตร ขั้นตอนที่ 3 การพินิจรู้ทุกข์ ขั้นตอนที่ 4 การชี้ชวนให้เห็นและเข้าใจเหตุแห่งทุกข์ ขั้นตอนที่ 5 การนำพาให้บังเกิดสุขภายใน และ ขั้นตอนที่ 6 การให้แนวทางดำเนินชีวิตด้วยมรรควิธี นำมาบูรณาการร่วมกับหลักอริยสัจ 4 คือ การรู้ทุกข์ การรับรู้ปัญหาตนเอง สาเหตุปัญหาของความทุกข์ การรู้เป้าหมายในการแก้ไข และหลักไตรสิกขา ประกอบด้วย ศีล สมาธิ และปัญญา เรียกอีกอย่างว่า อริยมรรคมีองค์ 8 ประกอบด้วย 1) สัมมาทิฐิ ปัญญาอันเห็นชอบ 2) สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ 3) สัมมาวาจา การเจรจาชอบ 4) สัมมากัมมันตะ การงานชอบ 5) สัมมาอาชีวะ การเลี้ยงชีพชอบ 6) สัมมาวายามะ ความเพียรชอบ 7) สัมมาสติ ความระลึกชอบ และ 8) สัมมาสมาธิ ความตั้งใจมั่นชอบ มาเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเองและเสริมสร้างวิถีในการดำเนินชีวิต

คำสำคัญ: พุทธจิตวิทยา การให้คำปรึกษา พระพุทธศาสนา การบูรณาการ

Abstract

This article presents the integration of counseling to relieve mental distress through Buddhist Psychology. It focuses on the therapeutic relationship between at least two individuals: the counselor and the counselee. The aim is to enable the counselee to make informed decisions and resolve problems independently. Effective counseling within the context of Buddhism seeks to help the counselee gain understanding, make decisions, and accept themselves in various aspects of life. This process fosters self-awareness of personal needs, promoting change in mental health, emotional well-being, social interactions, and intellectual growth.

The integration of counseling to relieve mental distress through Buddhist Psychology involves combining psychological counseling techniques with Buddhist teachings. This approach helps counselees to recognize and understand their suffering, allowing them to live mindfully amidst their struggles. The Buddhist counseling methodology employs 6 key steps which are 1) Establishing an atmosphere with kindness and empathy, 2) Facilitating conversations as a true friend who provides support and wisdom, 3) Helping the counselee become aware of their suffering, 4) Guiding the counselee to identify and comprehend the roots of their distress, 5) Leading the counselee towards inner peace and contentment, and 6) Offering practical guidance for life based on the Noble Eightfold Path. These steps are integrated with the core Buddhist principles of the Four Noble Truths: 1) Understanding Suffering (Dukkha), 2) Identifying the Causes of Suffering (Samudaya), 3) Envisioning the Resolution of Suffering (Nirodha), and 4) Practicing the Path to End Suffering (Magga) and aligns with the Threefold Training or Tri-Sikkha: Morality (Sila), Concentration

(Samadhi), and Wisdom (Panna). These components, also known as the Noble Eightfold Path, consist of Right View (Samma Ditthi), Right Intention (Samma Sankappa), Right Speech (Samma Vaca), Right Action (Samma Kammanta), Right Livelihood (Samma Ajiva), Right Effort (Samma Vayama), Right Mindfulness (Samma Sati), and Right Concentration (Samma Samadhi), aims to support self-development and enhance insightful way of life.

Keyword: Buddhist Psychology, Counseling, Buddhism, Integration

1. บทนำ

การให้คำแนะนำคำสั่งสอนตามหลักธรรมต่าง ๆ ที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแนะนำต่อ เทวดา พรหม มนุษย์ และสรรพสัตว์ทั้งหลายในพุทธกาลและที่มีต่อมนุษย นานกว่า 2,500 ปี หลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนาที่พระพุทธองค์ทรงแนะนำทางมนุษยผู้เต็มไปด้วยความทุกข์ให้ค้นพบสภาพความเป็นจริงของชีวิตและยอมรับที่จะพัฒนาตนเองให้พ้นจากทุกข์และก้าวข้ามผ่านพ้นจากทุกข์ที่เกิดขึ้น

หลักการและวิธีการทางพระพุทธศาสนาในการช่วยแก้ปัญหาความทุกข์ของมนุษย์ โดยให้ผู้มีความทุกข์ลงมือประพฤติปฏิบัติด้วยตนเองเพื่อให้เกิดปัญหาในการตระหนักรู้ถึงต้นตอปัญหาของตนเอง ปัญญามีบทบาทและความสำคัญยิ่งในการทำลายทุกข์ ทำลายต้นเหตุของความทุกข์ คือ อวิชชา ตัณหา และอุปาทาน ซึ่งเป็นมูลรากแห่งทุกข์ คำสอนในพระพุทธศาสนาเป็นศิลปะในการลดทุกข์ได้จริง¹ ปลดทุกข์ หรือกำจัดทุกข์ให้สิ้นไปแบบถอนรากโคน ปัญญาจึงเป็นคุณธรรมที่ประเสริฐอย่างหนึ่งของชีวิตมนุษย์²สามารถแก้ไขปัญหาหรือเยียวยาความทุกข์ตามแนวทางของพระพุทธศาสนา

ดังเรื่องราวของ นางกัศปาคโคตมิ ผู้ถือกำเนิดในสกุลคนยากจนในกรุงสาวัตถี นางมีบุตรอยู่คนเดียวกำลังอยู่ในวัยที่เดินได้และน่ารัก ต่อมาบุตรของนางเสียชีวิตลง นางจึงมีความเสียใจจนถึงสติวิปลาส เพราะความรักอาลัยในบุตร นางอุ้มเอาศพของบุตรเที่ยวเดินแสวงหายาไปตามหมู่บ้านต่าง ๆ เพื่อไปหาหมอมารักษาบุตรของนางให้ฟื้น สร้างความสมเพชเวทนาแก่ผู้ที่ได้พบเห็นเป็นอย่างมาก เวลาผ่านไปหลายวันจนกระทั่งศพบุตรของนางเริ่มเน่า มีกลิ่นเหม็น แต่นางก็ยังคงอุ้มต่อไป วันหนึ่งนางได้พบกับอุบาสกผู้มีปัญญาคนหนึ่ง ที่เห็นกิริยาอาการของนาง และมีได้รังเกียจ จึงแนะนำให้นางไปทูลขอยากับพระพุทธองค์ นางจึงรีบไปที่วัดพระเชตะวันเพื่อเข้าเฝ้าพระผู้มีพระภาคเจ้าทันที เมื่อได้พบกับพระองค์แล้ว นางค่อย ๆ วางศพลูกแล้วกราบบังคมและทูลถามยาสำหรับรักษาลูกของนาง พระผู้มีพระภาคก็ตรัสว่า “ได้สิน้องหญิง”

นางจึงทูลถามพระพุทธองค์ว่า ยานี้ประกอบด้วยอะไรบ้าง พระผู้มีพระภาคตรัสว่า ประกอบด้วยเมล็ดผักกาด ทำให้นางดีใจยิ่งขึ้นเพราะโดยปกติเมล็ดพันธุ์ผัก

1. พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), จากจิตวิทยาสู่จิตภาวนา, (กรุงเทพฯ: สหธรรมิก, 2535), 12.

2. ขุ.อป. 33/73/465 (ไทย.มจร)

กาดหาได้ง่าย พระผู้มีพระภาคตรัสอีกว่า ต้องเป็นเมล็ดพันธุ์ฝักกาดจากบ้านของผู้ที่ยังไม่เคยมีคนตายจึงจะใช้ประกอบยาได้ นางกิสาคโคมิเทียวยอกขอเมล็ดพันธุ์ฝักกาดตามบ้านต่าง ๆ นางออกเดินจนเหนื่อยอ่อนก็หาไม่ได้ เพราะทุกบ้านล้วนแต่เคยมีคนตายมาก่อนแล้วทั้งสิ้น ในที่สุดนางเกิดอุกคิซึนในใจว่า “ความตายนั่นเป็นอย่างไร และคนที่ตายไม่ใช่เฉพาะลูกของนางเท่านั้น ทุกคนเกิดมาก็ต้องตายเหมือนกันหมด”³

เหตุการณ์เฉพาะหน้าอย่างนี้ทำให้นางได้สติ และเกิดปัญญาขึ้นมา นางจึงวางลูกน้อยไว้ในป่า แล้วจึงกลับมาเฝ้าพระพุทธเจ้า ทรงได้แสดงธรรมโปรดเป็นธรรมกาว่า “เธอจงทำความเศร้าโศกในกาลก่อนให้เหือดแห้ง เธออย่ามีความกังวลใจในภายหลัง ถ้าเธอจักไม่ยึดถือในท่ามกลาง ก็จักเป็นผู้สงบเที่ยวไปดังนี้”⁴ นางกิสาคโคมิได้ฟังธรรมจากพระพุทธองค์จึงได้สติ มองเห็นกฎธรรมดาของชีวิตว่ามีการเกิด การตาย ไม่มีใครหยุดยั้งได้ นางได้บรรลุโสดาบัน เกิดความเลื่อมใสในพระพุทธศาสนา จึงขอบวชเป็นภิกษุณี และต่อมาได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์

จากเรื่องดังกล่าว การให้คำปรึกษาชี้แนะแนวทางให้ผู้ประสบความทุกข์หรือช่วยให้มิตรที่มีทุกข์ มีปัญหา สามารถดับทุกข์และแก้ปัญหาได้ พระพุทธองค์ได้ทรงเยี่ยวยาจิตใจช่วยเหลือผู้ที่มีปัญหาหรือมีความทุกข์ ให้สามารถคลี่คลายปัญหาหรือมีแนวทางในการพ้นทุกข์ได้ด้วยความเข้าใจทุกข์ของตนเอง อีกทั้งสามารถตัดสินใจเลือกแนวทางการดำเนินชีวิตด้วยตนเอง การแสดงธรรมตามหลักการของพระพุทธองค์ทรงเน้นการให้ผู้ที่ประสงค์จะแสดงธรรมนั้นเข้าใจ ด้วยวิธีการที่ผู้มีความทุกข์ได้รู้จักความทุกข์ที่เกิดขึ้นกับตนเอง และมีชีวิตอยู่อย่างรู้เท่าทันความทุกข์ รู้เหตุเกิดของความทุกข์ที่มาจากต้นเหตุ และอุปาทาน รู้การดับทุกข์ และรู้หนทางที่ดำเนินสู่การดับความทุกข์ คือ การปฏิบัติตามทางสายกลางเพื่อที่จะเข้าถึงการดับความทุกข์ เรียกว่าหลักอริยสัจ 4⁵ ได้แก่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรค

ผู้เขียนจึงประสงค์ศึกษาและนำเสนอแนวคิด หลักการการให้คำปรึกษา

3. พระครูถิลาณสิทธิวิวัฒน์, *เอตทัตตะในพุทธศาสนา*, (กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2547), 315.

4. ขุ.อป. 33/78-85/466 (ไทย.มจร)

5. วิ.ม. 4/13-16/13-15 (ไทย.มจร)

บูรณาการเพื่อคลายทุกข์ทางจิตใจด้วยวิธีทางพุทธจิตวิทยา อันจะเป็นแนวทางการแก้ไขต้นตอของปัญหาที่ก่อให้เกิดความทุกข์ของมนุษย์และปลดปล่อยออกอย่างถูกวิธี และค้นพบหนทางแห่งความสุขที่แท้จริง

2. การให้คำปรึกษาทางจิตวิทยา

การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการสร้างสัมพันธภาพในการให้ความช่วยเหลือที่เต็มไปด้วยความอบอุ่น การยอมรับ และความเข้าใจระหว่างผู้ให้การปรึกษาซึ่งเป็นผู้รับปรึกษาที่ต้องการความช่วยเหลือ และผู้รับการปรึกษาเพื่อให้ผู้รับการปรึกษาได้เข้าใจตนเอง และเข้าใจสิ่งแวดล้อมเพิ่มขึ้น ได้เรียนรู้พฤติกรรมใหม่ ๆ มีทัศนคติใหม่เกิดขึ้นสำหรับนำไปประกอบการตัดสินใจ แก้ปัญหา หรือวางโครงการศึกษา และประกอบอาชีพ ตลอดจนเพื่อพัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ⁶ ดังนั้น ในการให้คำปรึกษาจึงจำเป็นต้องมีหลักการที่สำคัญ ดังนี้

- 1) การให้คำปรึกษาดังอยู่บนพื้นฐานที่ว่า ผู้รับคำปรึกษาต้องการที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตน
- 2) ผู้ให้คำปรึกษาต้องได้รับการฝึกฝน เพื่อให้เกิดความชำนาญมากก่อน
- 3) การให้คำปรึกษาเป็นการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถพิจารณาตนเองได้ดีขึ้น เดียวกับความสามารถในการพิจารณาสิ่งแวดล้อมของตนจนเกิดการตัดสินใจได้ในที่สุด
- 4) การให้คำปรึกษายึดหลักความแตกต่างระหว่างบุคคล
- 5) การให้คำปรึกษาเป็นทั้งศาสตร์ (Science) และศิลปะ (Art) เป็นทั้งงานวิชาการและวิชาชีพที่ต้องอาศัยการฝึกฝนจนชำนาญมากกว่าการใช้สามัญสำนึก
- 6) การให้คำปรึกษาเป็นความร่วมมืออันดีสำหรับผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา ในอันที่จะช่วยกันค้นหาปัญหาหรือทางออกที่เหมาะสมแท้จริง ทั้งนี้โดยที่ต่างฝ่ายอาจจะไม่เข้าใจมาก่อนว่า “แท้ที่จริงแล้วความยากลำบากหรือปัญหาของสิ่งนั้นคืออะไร ซึ่งแตกต่างไปจากการสอนที่ผู้สอนรู้ข้อเท็จจริงมาก่อนหน้านี้แล้ว”

6. วชิร ทรัพย์มี, *ทฤษฎีให้บริการปรึกษา*, พิมพ์ครั้งที่ 7, (กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2556), 4.

7) การให้คำปรึกษาเน้นถึงจรรยาบรรณและบรรยากาศที่ปกปิด หรือความเป็นส่วนตัว เพื่อสนับสนุนการได้มาซึ่งข้อเท็จจริงสำหรับช่วยเหลือ และรักษาผลประโยชน์ของผู้รับคำปรึกษาเป็นสำคัญ

8) การให้คำปรึกษาจะเกิดขึ้นต่อเมื่อสัมพันธ์ระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา มีระดับสูงมากพอที่ผู้รับคำปรึกษาเต็มใจที่จะเปิดเผยความรู้สึกที่แท้จริงของตนโดยไม่ปกปิดหรือซ่อนเร้น

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นกระบวนการที่มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้ให้การปรึกษากับผู้รับการปรึกษา โดยผู้ให้การปรึกษาให้ความช่วยเหลือปัญหาทางด้านจิตใจของผู้รับการปรึกษา โดยประยุกต์ใช้หลักการ/แนวคิดทฤษฎีทางจิตวิทยามาใช้อำนวยให้ผู้รับการปรึกษาได้ตระหนักในประสบการณ์ของตน ผ่านการสนทนาระหว่างผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษา โดยให้ผู้รับการปรึกษาได้สำรวจตนเองให้รอบด้านเพื่อให้รู้จัก เข้าใจ และยอมรับตนเองในสิ่งที่ปัญหาตามความเป็นจริงได้มากขึ้น และสามารถแสวงหาแนวทางและตัดสินใจเลือกวิธีการแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง จนสามารถผ่านพ้นอุปสรรคช่วงวิกฤตของชีวิตไปได้⁷ ขั้นตอนการให้คำปรึกษาทางจิตวิทยาประกอบด้วย 5 ขั้นตอน ดังนี้

1) **ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา** เป็นขั้นตอนที่สำคัญมาก เพราะเป็นจุดเริ่มต้นของการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา การสร้างความสัมพันธ์ในขั้นเริ่มต้นจะมีผลต่อขั้นต่อ ๆ ไป ดังนั้นผู้ให้คำปรึกษาจึงจำเป็นต้องเรียนรู้ทักษะที่จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความรู้สึกสบายใจอบอุ่นใจ อันจะนำมาซึ่งการยอมรับและความไว้วางใจ

2) **ขั้นสำรวจปัญหา** เป็นขั้นตอนต่อเนื่องจากการที่ผู้รับคำปรึกษาเกิดความรู้สึกอึดอัดใจ และพร้อมที่จะเปิดเผยตัวเองเพื่อให้ผู้ให้คำปรึกษาได้เรียนรู้โลกส่วนตัว ความคับข้องใจ ความคาดหวัง ความต้องการ และประสบการณ์ส่วนตัวของผู้รับคำปรึกษา เพื่อจะได้สำรวจว่าอะไรคือปัญหาที่สำคัญที่ผู้รับคำปรึกษากำลังเผชิญอยู่ในระดับที่ลึกซึ้ง

7. จิน แบรี่, การให้การปรึกษา *Counseling*, (กรุงเทพฯ: เจริญวิทยการพิมพ์, 2549), 3.

3) **ขั้นทำความเข้าใจปัญหา** เป็นขั้นตอนที่ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องใช้ทักษะหลายด้านเพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจและตระหนักว่าตนเองมีส่วนอย่างไรในการทำให้เกิดปัญหา หรือมีอะไรที่ทำให้ปัญหายังคงอยู่และพร้อมที่จะหาแนวทางในการแก้ไขปัญหานั้น

4) **ขั้นตอนการแก้ปัญหา** ขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถตั้งเป้าหมายในการแก้ไขปัญหา ร่วมกันพิจารณาทางเลือกที่เหมาะสม และวางแผนการปฏิบัติตนเพื่อแก้ปัญหา ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาจะทำหน้าที่ส่งเสริมและให้กำลังใจ เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถแก้ไขปัญหาได้สำเร็จตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

5) **ขั้นยุติการให้คำปรึกษา** เป็นขั้นที่มีความสำคัญมากไม่ยิ่งหย่อนไปกว่าขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษาเพราะเป็นขั้นยุติความสัมพันธ์ ผู้ให้คำปรึกษาจึงควรมีบทบาทที่จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจกระบวนการและสามารถนำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการให้คำปรึกษาไปพัฒนาตนเองได้ตามลำพัง

จากที่กล่าวมาพอสรุปได้ว่า กระบวนการให้คำปรึกษาโดยทั่วไปจะมีองค์ประกอบสำคัญที่เกี่ยวข้องกันอยู่ 3 ส่วน คือ 1) ผู้ให้คำปรึกษา (Counselor) 2) ผู้รับคำปรึกษา (Counselee) 3) ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา การให้คำปรึกษานั้นมีหลายประเภท ขึ้นอยู่กับลักษณะของปัญหา สถานการณ์และความเหมาะสมต่อผู้รับการปรึกษาที่แตกต่างกันไป สามารถแบ่งได้ดังนี้ คือ 1) Informative Counseling คือ การปรึกษาโดยการให้ความรู้รวมถึงวิธีปฏิบัติ 2) Directive Counseling คือ การปรึกษาโดยการชี้แนะแนวทาง 3) Supportive Counseling คือ การประคับประคองทางจิตใจจนสงบเพียงพอจะแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง และ 4) Advocacy Counseling คือ การปรึกษาโดยการให้ข้อมูลเพียงพอที่จะเลือกทางแก้ปัญหาที่มีหลายแบบ

3. การบูรณาการให้คำปรึกษาทางพุทธจิตวิทยา

การปรึกษาเชิงบูรณาการถือกำเนิดจากมุมมองของนักบำบัดที่มองว่า การยึดเพียงทฤษฎีใดทฤษฎีหนึ่งนั้นไม่สามารถทำความเข้าใจและช่วยเหลือในบริบทของผู้รับการปรึกษาได้ทั้งหมดเพราะมนุษย์มีความซับซ้อนทั้งด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม การค้นหาทางออกด้วยการตีกรอบเพียงหลักการเดียวอาจทำให้ผู้รับการ

ปฏิกษาขาดโอกาสหลาย ๆ ด้าน จากเหตุผลดังกล่าวจึงกำเนิดเป็นรูปแบบการปฏิกษาเชิงบูรณาการทางทฤษฎีและเทคนิค เป็นการบูรณาการแบบมีทฤษฎีหลักพัฒนาโดย Messer ซึ่งเป็นรูปแบบการปฏิกษาที่ประกอบด้วยหนึ่งทฤษฎีหลักแล้วบูรณาการเข้าด้วยกันกับเทคนิคที่โดดเด่น มีงานวิจัยรองรับว่ามีประสิทธิภาพ เป็นการผสมผสานทางทฤษฎีแบบมีทฤษฎีหลัก (Assimilative Integration)⁸

แนวคิดเรื่องการปฏิกษาแนวพุทธจิตวิทยา เป็นแนวคิดที่ได้รับความสนใจจากนักจิตวิทยาการปฏิกษาทั้งทางตะวันตกและทางตะวันออกเป็นจำนวนมาก จากการค้นคว้างานวิจัยที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับการปฏิกษาแนวพุทธจิตวิทยา วิชชดา ฐิติโชติรัตนนาให้ความหมายการปฏิกษาแนวพุทธจิตวิทยาว่า เป็นกระบวนการที่ผู้ให้การปฏิกษามีการเจริญปัญญาและมีภาวะแห่งความเป็นกัลยาณมิตร นำหลักธรรมและองค์ธรรมอริยสัจ 4 มาช่วยเหลือแก้ไขปัญหของบุคคลที่มีทุกข์ภายในใจ ทำให้สามารถคลี่คลายทุกข์ได้ด้วยตนเอง โดยตระหนักถึงความจริงของธรรมชาติของชีวิตตามแนวพุทธธรรม ด้วยวิธีการสนทนาสื่อสารปฏิสัมพันธ์ ระหว่างผู้ให้การปฏิกษาและผู้มาปฏิกษด้วยความเป็นกัลยาณมิตร เพื่อเอื้อให้ผู้มาปฏิกษสามารถเข้าใจทุกข์ที่เกิดขึ้นกับตนเองและใช้ปัญญาไตร่ตรองจนเข้าใจสาเหตุของทุกข์ ตลอดจนสามารถพัฒนาตนให้ถึงพร้อมในไตรสิกขาทั้งด้านความคิด พฤติกรรม และอารมณ์ความรู้สึกสามารถคุ้มครองชีวิตตนเองไปสู่หนทางที่ติงามและเป็นประโยชน์⁹ โสริช โพธิแก้ว ได้ศึกษาถึงการประยุกต์อริยสัจ 4 ของพระพุทศาสนากับการปฏิกษาเชิงจิตวิทยาและจิตรึกษา ผลการศึกษาพบว่า การปฏิกษาแนวพุทธจิตวิทยาเป็นการบูรณาการอริยสัจ 4 ของพระพุทศาสนาผสานเข้าสู่กระบวนการปฏิกษาเชิงจิตวิทยา และนักจิตวิทยาการปฏิกษาแนวพุทธต้องผ่านกระบวนการฝึกฝนใน 3 ด้าน คือ ความเข้าใจโลกและชีวิต คุณภาพของจิตใจ และความสามารถในการทำงาน การปฏิกษาเชิงจิตวิทยาภาย

8. นันทชัตสันธ์ สกลพงศ์, “การบูรณาการการให้คำปรึกษาและจิตบำบัด”, *วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย*, ปีที่ 22 ฉบับที่ 2 (พฤศจิกายน 2557), 103–114.

9. วิชชดา ฐิติโชติรัตนนา, “การพัฒนารูปแบบการปฏิกษาแนวพุทธจิตวิทยาบูรณาการของพระสงฆ์ ที่มีบทบาทให้การปฏิกษา”, *คุษฎีนิพนธ์พุทศาสนาสดรคุษฎีบัณฑิต*, (บัณฑิตศึกษา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2559), บทคัดย่อ.

ได้โครงสร้างความคิดของอริยสัจ 4 การฝึกฝนของนักจิตวิทยาการศึกษาแนวพุทธจะเป็นไปอย่างต่อเนื่อง¹⁰

ขั้นตอนการให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการช่วยเหลือโดยผู้ให้คำปรึกษาให้กับบุคคล ได้สำรวจตนเองจนเกิดความเข้าใจตนเอง และการลงมือปฏิบัติอย่างเหมาะสมเพื่อการแก้ปัญหา การปรับตัว การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ การบริหารจัดการชีวิตที่เหมาะสมจนนำไปสู่การพัฒนาตนเองให้เป็นผู้ที่มีความเจริญงอกงามจากการศึกษางานวิจัยของ วิชชุดา จิตฺโตชิตร์ธนา พบว่า การปรึกษาแนวพุทธจิตวิทยาประกอบด้วย 6 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การปฏิสนธิด้วยจิตเมตตา ผู้ให้การปรึกษาเริ่มมีปฏิสัมพันธ์กับผู้รับคำปรึกษา ทักทายปราศรัยด้วยจิตใจที่เป็นกุศล มีความเมตตา กรุณา และการแสดงออกด้วยท่าทีที่อ่อนโยน วาจาสุภาพ

ขั้นตอนที่ 2 การสนทนาอย่างเป็นกัลยาณมิตร ผู้ให้การปรึกษาสื่อสารกับผู้รับคำปรึกษาอย่างมีสัมมาวาจา และด้วยจิตที่เป็นกุศล

ขั้นตอนที่ 3 การพินิจรู้ทุกข์ ผู้ให้การปรึกษาเอื้อให้ผู้รับการปรึกษาได้พิจารณาปัญหา หรือภาวะทุกข์ทางใจที่เกิดขึ้นกับตนเองด้วยใจที่สงบ มีสติ และพร้อมที่จะเผชิญหน้ากับความทุกข์ สามารถเรียบเรียงเรื่องราวที่สับสนให้ชัดเจนเป็นเรื่อง ๆ ได้มากขึ้น

ขั้นตอนที่ 4 การชี้ชวนให้เห็นและเข้าใจเหตุแห่งทุกข์ ผู้ให้การปรึกษาเอื้อให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดกระบวนการคิดแบบโยนิโสมนสิการ ซึ่งเป็นการคิดพิจารณาโดยแยกคาย อย่างถูกวิธี มีระเบียบ มีเหตุมีผล จนเห็นความยึดมั่นถือมั่นในความปรารถนาของตนที่ไม่สอดคล้องกับความเป็นจริง ตามเหตุปัจจัยในธรรมชาติของชีวิต เห็นเหตุแห่งทุกข์อย่างชัดเจนและทะลุปรุโปร่ง

ขั้นตอนที่ 5 การนำพาให้บังเกิดสุขภายใน ผู้ให้การปรึกษาจะเอื้อให้ผู้รับคำปรึกษาได้สัมผัสใจตนเองที่มีความปลอดโปร่ง โล่ง สบาย อ่อนโยน และปล่อยวางจากความเข้าใจเหตุแห่งทุกข์ตามที่เกิดขึ้นจริง ทุกข์ที่เกิดได้รับการคลี่คลาย เอื้อให้จิตเป็นกุศลเพิ่มขึ้น มีสติ มีสมาธิ และเป็นอิสระ มีการหยั่งรู้ด้วยตนเอง

10. โสรัช โพธิ์แก้ว, “การประยุกต์อริยสัจ 4 ของพระพุทธศาสนา กับการศึกษาเชิงจิตวิทยาและจิตวิทยา”, รายงานการวิจัย, (คณะจิตวิทยา: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2553), 5.

ขั้นตอนที่ 6 การให้แนวทางดำเนินชีวิตด้วยมรรควิธี ผู้ให้การปรึกษาเอื้อให้ผู้รับคำปรึกษามีแนวทางการดำเนินชีวิตที่ดีงาม มีความเห็นที่ถูกต้อง ความคิดที่ถูกต้องเกิดปัญญาด้วยตนเอง ทำให้มีผลต่อการประพฤติทางกาย วาจา ใจ ได้อย่างถูกต้อง เหมาะสมเป็นประโยชน์กับตนเองและผู้อื่น เป็นผู้มีศีล สมาธิและปัญญาในระดับโลกีย์ธรรม¹¹

พุทธจิตวิทยาการให้คำปรึกษาจึงเป็นกระบวนการให้คำปรึกษาที่บูรณาการระหว่างจิตวิทยาการให้คำปรึกษากับคำสอนในพระพุทธศาสนา เป็นการบูรณาการหลักธรรม รูปแบบ วิธีการ เทคนิค และกระบวนการของจิตวิทยาการให้คำปรึกษา และพุทธวิธีการให้คำปรึกษา เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาที่มีทุกข์ คลายความทุกข์ มีความเศร้าโศก คลายความเศร้าโศก หรือมีปัญหาทางด้านจิตใจ ให้พ้นจากความทุกข์ ใจตามหลักธรรมในทรรศนะทางพระพุทธศาสนา

4. หลักการคลายทุกข์ทางจิตใจตามแนวพุทธ

ความทุกข์เกิดจากใจที่มีความยึดมั่นว่า เรา ของเรา มีชอบและไม่ชอบ ทำให้ไม่สามารถใช้ชีวิตได้กลมกลืนกับเหตุการณ์ หรือสิ่งที่ปรากฏอยู่ตรงหน้า เนื่องจากจิตใจถูกจองจำในกรงแคบ ๆ ของกรอบความคิดความเชื่อนั้น ๆ เมื่อมีความยึดมั่น ย่อมต้องมีความปรารถนาที่จะรักษาความยึดมั่นในระบบความเชื่อ และตอบสนองความต้องการต่าง ๆ ของตน สิ่งไหนตอบสนองไม่ได้ก็นำไปสู่ความต้องการทำลาย อยากให้สูญหาย จิตใจจึงถูกทับถมด้วยตนและความยึดมั่นแห่งตนกลายเป็นกรงขังที่ทับถมจิตใจ จนทำให้มองไม่เห็นความจริงแท้ของชีวิต¹² ตราบใดที่มนุษย์ยังคงมีความยึดมั่นถือมั่น ก็จะต้องประสบพบเจอกับความปรารถนาที่ไม่สมหวัง การพลัดพรากจากสิ่งที่รักที่พอใจและการประสบกับสิ่งที่ไม่พึงปรารถนา¹³ สิ่งเหล่านี้ย่อมนำมาซึ่ง

11. วิชชุดา ฐิติโชติรัตน, “การพัฒนาแบบการปรึกษาแนวพุทธจิตวิทยาบูรณาการของพระสงฆ์ ที่มีบทบาทให้การปรึกษา”, 150.

12. โสริช โพธิแก้ว, *Personal Growth and Counseling Group: A Buddhist Perspective*, (กรุงเทพฯ: คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2547).

13. พุทธทาส อินทปัญโญ, *อริยสัจจากพระโอษฐ์ภาคต้น*, พิมพ์ครั้งที่ 8, (กรุงเทพฯ: ธรรมทานมูลนิธิ, 2554), 150-153.

ใจที่บีบคั้น ปั่นป่วนวุ่นวาย สับสน เศร้าหมอง หวาดกลัว หงุดหงิด ท้อแท้ วิตกกังวล เบื่อหน่าย ผิดหวัง ซึ่งก็คือใจที่เป็นทุกข์ เพราะใจไม่สามารถทนอยู่ในภาวะที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงอันไม่พึงประสงค์นี้ได้

ทุกข์ หมายถึง สภาพปัญหา ความคับข้อง ติดขัด กัดดัน บีบคั้น บกพร่อง ที่เกิดมีแก่ชีวิตหรือที่บุคคลได้ประสบ ซึ่งว่าอย่างกว้างที่สุดก็คือภาวะที่สังขารหรือนามรูป หรือขั้น 5 หรือโลกและชีวิตตกอยู่ใต้อำนาจกฎธรรมดา คือ เป็นของไม่เที่ยงแท้คงที่ เพราะถูกเหตุปัจจัยต่าง ๆ กัดดันบีบคั้น จึงขึ้นต่อเหตุปัจจัยและไม่มีตัวตนที่อยู่ใต้อำนาจครอบครองบังคับได้จริง ลักษณะเช่นนี้จึงขัดแย้งกับความอยาก ความยึดถือ บีบคั้นใจที่ไม่ได้ตามปรารถนา¹⁴ ทุกข์จึงเป็นสภาวะด้านหนึ่งของชีวิต หรืออาจกล่าวได้ว่า ชีวิตนี้มีทุกข์เป็นสภาวะด้านหนึ่งของมัน หมายความว่า เป็นธรรมชาติธรรมชาติของชีวิตนั่นเองที่เป็นสังขาร ซึ่งเกิดมีเป็นไปโดยขึ้นต่อเหตุปัจจัยหลากหลาย ไม่เที่ยง ไม่คงที่ ไม่คงทน แปรปรวนไปเรื่อย ไม่มี ไม่เป็นตัวตนของมันเองอย่างแท้จริง พูดสั้น ๆ ก็คือ ชีวิตนี้เป็นทุกข์¹⁵ ทุกข์ในความหมายนี้ รวมอยู่ในสมมติบัญญัติที่เรียกว่า ทุกขเวทนาซึ่งอาการเหล่านี้เป็นธรรมชาติอย่างหนึ่งของจิตที่คอยรับรู้อารมณ์ “ทุกข์” ปรากฏในหมวดธรรมสำคัญ 3 หมวด ได้แก่

(1) ในเวทนา (เวทนา 3 คือ ทุกข์ สุข อทุกขมสุข หรืออุเบกขา, เวทนา 5 คือ ทุกข์ สุข โทมนัส โสมนัส และอุเบกขา) เรียกเต็มว่า ทุกขเวทนา

(2) ในไตรลักษณ์ (อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา) เรียกเต็มว่า ทุกขลักษณะ

(3) ในอริยสัจ 4 (ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค) เรียกเต็มว่า ทุกขอริยสัจ

ทุกข์ในหมวดธรรมทั้งสามนั้น มีความหมายเกี่ยวโยงเนื่องอยู่ด้วยกัน แต่มีขอบเขตกว้าง แคบกว่ากันเป็นบางแง่บางส่วน หรือเป็นผลสืบต่อกันเป็นลำดับไป ทุกข์เกิดได้เพราะมีขั้น 5 เป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่นในขณะที่เห็น ในขณะที่ได้ยิน ในขณะที่ลิ้มรส ในขณะที่กระทบสัมผัส ในขณะที่คิด ทุกข์จึงเกิดขึ้น บุคคลจะไม่สามารถละหรือคลายจากความยึดมั่นได้ ทุกข์จึงเป็นสภาวะที่จะต้องกำหนดรู้เพียงอย่างเดียว

14. พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรมฉบับปรับปรุงขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ 11, (กรุงเทพฯ: สหธรรมิก, 2549), 635.

15. เรื่องเดียวกัน, 325.

ว่า นี่คือการทุกข์ หรือปัญหา และต้องยอมรับความเป็นจริงว่า เป็นธรรมดาของสัตว์โลกต้องปล่อยวางจึงจะทำให้ทุกข์เบาบางลงได้

ดังที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่า สภาพแวดล้อมรอบ ๆ ตัวเราส่งผลต่อสภาพของจิตใจโดยตรง โดยการสัมผัสทางหู ตา จมูก ลิ้น และกายสัมผัส เป็นการรับรู้จากสิ่งเร้าต่าง ๆ เข้ามากระทบซึ่งเกิดขึ้นตามธรรมชาติ และเป็นสาเหตุให้เกิดความทุกข์ ความสุข และปัญหาต่าง ๆ การทำความเข้าใจในสภาพแวดล้อมที่ดี จะช่วยส่งเสริมให้เกิดกระบวนการผ่อนคลายโดยการปรับสภาพจิตใจที่ตั้งเครียดจากเหตุการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตให้รู้สึกดีขึ้น

บุคคลควรพิจารณาทำความเข้าใจเพื่อตระหนักรู้ลักษณะของทุกข์ที่เกิดขึ้น ควรกำหนดรู้เท่านั้น หมายความว่า ให้บุคคลพิจารณารับรู้สภาพธรรมที่เกิดขึ้นจริงในชีวิตประจำวัน ซึ่งแยกพิจารณาได้ 3 มิติ คือ

(1) ทุกข์ตามธรรมดา คือ ความทุกข์ทุกชนิดที่มีในชีวิต เช่น การเกิด แก่ เจ็บ ตาย การอยู่ร่วมกับบุคคลหรือสิ่งที่ไม่น่าพอใจ การพลัดพรากจากบุคคลหรือสิ่งที่พึงพอใจ การไม่สมหวังในสิ่งที่ปรารถนา ความเศร้าโศกคร่ำครวญ ความคับแค้นใจ ความทุกข์ทรมานทุกรูปแบบทั้งทางร่างกายและจิตใจ

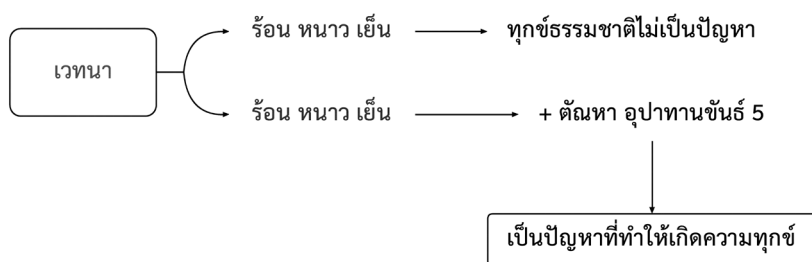
(2) ทุกข์อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลง คือ ความรู้สึกและสภาพอันเป็นสุขในชีวิตที่ล้วนแปรเปลี่ยนไปในไม่ช้า เมื่อเกิดการแปรเปลี่ยนย่อมเป็นทุกข์ไร้ความสุข สภาพที่แปรปรวนรวมอยู่ในคำว่าทุกข์อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลง

(3) ทุกข์เพราะเกิดจากสภาวะปรุงแต่ง คือ การรับรู้อารมณ์ที่เป็นทุกข์ของจิต¹⁶ ทุกข์ทั้ง 3 มิตินี้เกิดขึ้นภายใต้เงื่อนไขของหลักไตรลักษณ์ บุคคลต้องรู้และเข้าใจสภาวะทั้ง 3 ด้านของไตรลักษณ์ เพื่อนำความรู้มาเป็นเครื่องมือนำไปดับทุกข์ตามหลักอริยสัจ โดยเฉพาะความสัมพันธ์ของทุกข์ทั้ง 3 ประเภท ล้วนตกอยู่ภายใต้เงื่อนไขของหลักอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เพราะไม่รู้ความจริงว่าสิ่งต่าง ๆ อาศัยเหตุปัจจัยเกิดขึ้นและดับสลาย เป็นไปตามเงื่อนไขเช่นนั้นแล้วบุคคลไปหลงยึดมั่นในความรู้สึกที่เกิดขึ้น โดยอยากให้ความรู้สึกเหล่านั้นเป็นไปดังใจเพราะคิดว่าเป็น นิจจัง สุขขัง อตตตา จึงทำให้เกิดทุกข์ในอริยสัจขึ้น¹⁷ ดังนั้น เมื่อความสุขและความทุกข์เป็นสิ่งที่อาศัยเหตุปัจจัย

16. พระอัครมหาบัณฑิต ศ. ดร.วัลโปละ ศรีราหุละ, พระพุทธองค์ทรงสอนอะไร, แปลโดย ดร.สุนทร พลามินทร์, พิมพ์ครั้งที่ 3, (กรุงเทพฯ: จันทรเพ็ญ, 2553), 27–28.

17. สุรพล ไกรสรารุณ, อริยสัจสำหรับทุกคน, (กรุงเทพฯ: ธรรมสถานจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2555), 9.

จากการกระทบสัมผัสทำให้เกิดความรู้สึก ความรู้สึกนึกคิดจึงมีส่วนสำคัญมาก เพราะคนเราต้องการความสุขและเกลียดความทุกข์ในเรื่องความรู้สึก พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) กล่าวไว้ว่า เมื่อมีการรับรู้แต่ละครั้ง เวทนาจะเป็นข้อต่อและทางแยกที่ชี้แนะหรือส่งแรงผลักดันแก่องค์ธรรมอื่น ๆ ว่าจะดำเนินไปในทิศทางใด อย่างไร¹⁸ อธิบายได้ว่า บุคคลต้องทำความเข้าใจและยอมรับ เพื่อเกิดความตระหนัก และจะได้จัดการให้ถูกต้องเกี่ยวกับจิตใจของตนเองไม่ว่าสุขหรือทุกข์ คือ ต้องเข้าใจเมื่อมีความรู้สึกเกิดขึ้นทั้งความคิดภายในและสิ่งที่รับรู้ทางอายตนะภายนอก รวมแล้วคือ ต้องรู้ความคิดหรือจิตที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันแต่ละขณะ ซึ่งลักษณะของทุกข์ที่เกิดขึ้นที่บุคคลพึงรู้ไว้พิจารณา ขยายความอธิบายภาพดังนี้



แผนภาพที่ 1 แสดงสาเหตุปัญหาที่ทำให้เกิดความทุกข์ในพระพุทธศาสนา

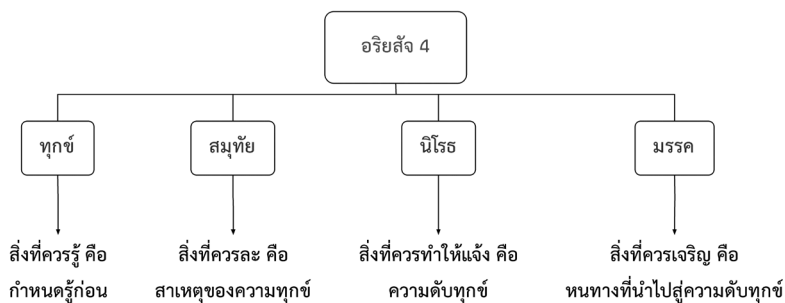
ทุกข์ที่ต้องกำหนดรู้ หมายถึง ความมีสติระลึกรู้เท่าทันความทุกข์ที่เกิดขึ้นทั้งกายและใจ พิจารณาให้รู้และเข้าใจ หรือเห็นในสภาวะธรรมของทุกข์อย่างถูกต้องตามความเป็นจริงแห่งธรรม คือ ต้องเป็นการเห็นสภาวะทุกข์ดังกล่าว เพราะถ้าไม่รู้ไม่เข้าใจโดยธรรมแล้วจะต้องประสบกับทุกข์แบบนี้ มีพุทธพจน์ที่เกี่ยวข้องแสดงไว้ความว่า เพราะผัสสะเป็นปัจจัย เวทนาจึงมี เพราะเวทนาเป็นปัจจัย ตัณหาจึงมี เพราะตัณหาเป็นปัจจัย อุปาทานจึงมี¹⁹ จากกระบวนการของปฏิจจนสมุปบาทที่แสดงวงจรการเกิดของทุกข์ว่ามีขึ้นเพราะเวทนา คือ ความรู้สึกเมื่อรับรู้ในสิ่งที่มากระทบ คือ ผัสสะ การรับรู้

18. พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรมฉบับปรับปรุงขยายความ, 17.

19. ส.น. 16/12/19 (ไทย.มจร)

อารมณ์ที่ไม่สบายเป็นทุกข์นี้เรียกว่า ความทุกข์ใจซึ่งเป็นทุกข์โดยธรรม คือ ธรรมชาติที่ต้องมีอยู่คู่กับชีวิต เช่น ร้อน หนาว เย็น เป็นต้น เมื่อบุคคลไม่รู้ด้วยอวิชชาจึงเกิดความพยายามในลักษณะที่ต้องการจะดับทุกข์ขอรียสัจหรือทุกข์เวทนา ซึ่งเป็นความเข้าใจผิดเพราะไม่ตรงตามสภาวะที่เป็นจริงของชีวิตตามธรรมชาติ

โสรัช โพธิอัมม ได้กล่าวว่า แม้การพัฒนาตนเองสู่ความเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาในอนาคตจะมีวิชาเรียนหลากหลายมากมาย แต่ที่เป็นหลักโครงสร้างพื้นฐานก็คือ หลักอริยสัจ 4 การอาศัยหลักอริยสัจ 4 มาเป็นฐานในการพัฒนานักจิตวิทยาการปรึกษานั้น สิ่ง que ทุกคนได้ประโยชน์ไปพร้อม ๆ กัน คือ การยกระดับจิตของตนเองไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ที่ถูกความทุกข์รบกวนน้อยลง²⁰ อริยสัจ คือหลักที่โยงความจริงในธรรมชาติดามสู่การใช้ประโยชน์ เพราะกฎธรรมชาตินั้นเกิดมีอยู่เป็นธรรมดา ถ้าบุคคลไม่รู้วิธีปฏิบัติหรือไม่รู้จักที่จะเริ่มต้นไม่รู้ลำดับก็จะสับสน²¹ ทุกข์อริยสัจครอบคลุมถึงสภาพธรรมที่เป็นทุกข์ทุกข์ และทุกข์เวทนาที่เกิดทางกายและจิตใจด้วย วิธีการดับทุกข์ด้วยอริยสัจ มีขั้นตอนปฏิบัติอธิบายดังนี้



แผนภาพที่ 2 แสดงวิธีการดับทุกข์ด้วยอริยสัจ 4²²

20. โสรัช โพธิอัมม, “การประยุกต์อริยสัจ 4 ของพระพุทธศาสนา กับการศึกษาเชิงจิตวิทยาและจิตรักษา”, 41.
21. พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), *ถ้ารู้จักพระพุทธศาสนาความสุขต้องมาทันที*, พิมพ์ครั้งที่ 2, (ม.ป.ท.: ม.ป.พ., 2551), 13. http://www.watnyanaves.net/th/book_list.
22. โสรัช โพธิอัมม, “การประยุกต์อริยสัจ 4 ของพระพุทธศาสนา กับการศึกษาเชิงจิตวิทยาและจิตรักษา”, 41–43.

อริยสัจเป็นเส้นทางสายเดียวอันประเสริฐที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบด้วยการปฏิบัติ แล้วนำมาเปิดเผย เพื่อแก้ไขปัญหาความทุกข์ที่มวลมนุษย์กำลังประสบอยู่ในการดำรงชีวิตได้อย่างแท้จริง ดังที่พระองค์ตรัสว่า เพราะไม่รู้แจ้งแทงตลอดอริยสัจ 4 ประการ เราและเธอทั้งหลายจึงเที่ยวเร่ร่อนไปตลอดกาลยาวนานอย่างนี้ อริยสัจ 4 ประการ ได้แก่ 1. เพราะไม่รู้แจ้งแทงตลอดทุกขอริยสัจ เราและเธอทั้งหลายจึงเที่ยวเร่ร่อนไปตลอดกาลยาวนานอย่างนี้ 2. เพราะไม่รู้แจ้งแทงตลอดทุกขสมุทัยอริยสัจ เราและเธอทั้งหลายจึงเที่ยวเร่ร่อนไปตลอดกาลยาวนานอย่างนี้ 3. เพราะไม่รู้แจ้งแทงตลอดทุกขนิโรธอริยสัจ เราและเธอทั้งหลายจึงเที่ยวเร่ร่อนไปตลอดกาลยาวนานอย่างนี้ 4. เพราะไม่รู้แจ้งแทงตลอดทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ เราและเธอทั้งหลายจึงเที่ยวเร่ร่อนไปตลอดกาลยาวนานอย่างนี้ ภิกษุทั้งหลาย เราและเธอทั้งหลายได้รู้แจ้งแทงตลอดทุกขอริยสัจ... เราและเธอทั้งหลายได้รู้แจ้งแทงตลอดทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ เราและเธอทั้งหลายถอนภวตัณหาได้แล้วภวนตติ²³ สิ้นไปแล้วบัดนี้ภพใหม่ไม่มีอีก...²⁴ ตามปกติปุถุชนนั้น อวิชชา ตัณหา อุปาทานย่อมคอยครอบงำเคลือบแฝงจิตใจกำบังปัญญาและเป็นตัวชักนำเอากิเลสต่าง ๆ ไปขัดและให้เหินผิดไปจากความจริง พร้อมทั้งเหนี่ยวรั้งติดข้องอยู่กับเครื่องผูกต่าง ๆ เมื่ออวิชชาตัณหาอุปาทาน ดับหายไปแล้ว ก็เกิดปัญญาเป็นวิชาสว่างแจ้งขึ้น มองเห็นสิ่งทั้งหลายคือโลกและชีวิตถูกต้องชัดเจนตามที่เป็นจริง

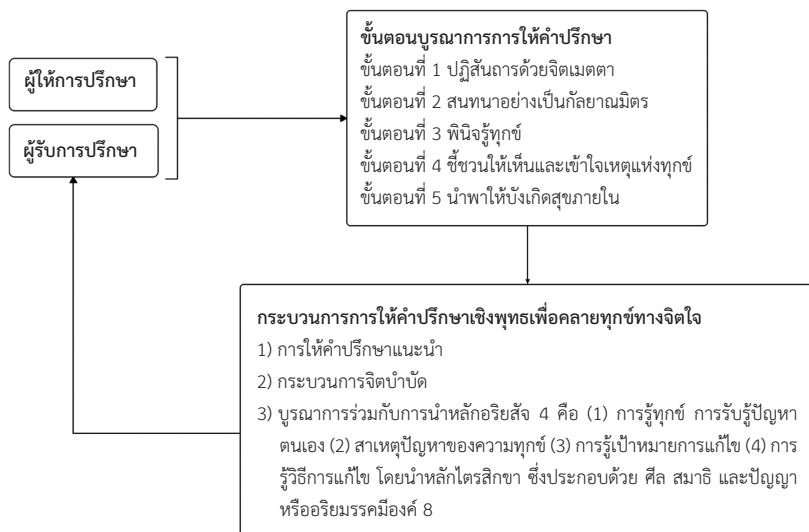
5. แนวทางการบูรณาการการให้คำปรึกษาเพื่อคลายทุกข์ทางจิตใจด้วยวิถีพุทธจิตวิทยา

กระบวนการที่ช่วยเหลือผู้มาขอรับการปรึกษาให้สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาได้ด้วยวิธีการบูรณาการและพัฒนาตนเองตามหลักพุทธจิตวิทยา เป็นการนำหลักพุทธจิตวิทยามารบูรณาการร่วมกันกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ซึ่งหลักพุทธจิตวิทยา

23. ภวนตติ หมายถึง ตัณหานำไปสู่ภพ ตัณหาประจุเชิงอกซึ่งสามารถนำสัตว์ออกจากภพไปสู่ภพ (ที.ม.อ. 2/155/144 (ไทย.มจร), อจ.จตุกก.อ. 2/1/279 (ไทย.มจร))

24. ที.ม. 10/155/99 (ไทย.มจร), ดูเทียบ วิ.ม. 5/287/103-104 (ไทย.มจร), ส.ม. 19/1091/605 (ไทย.มจร)

เชิงบูรณาการ ประกอบด้วย 1) การให้คำปรึกษาแนะนำ 2) กระบวนการจิตบำบัด และ 3) บูรณาการร่วมกับการนำหลักอริยสัจ 4 คือ การรู้ปัญหาตนเอง การรู้สาเหตุปัญหา การรู้เป้าหมายการแก้ไข และการรู้วิธีการแก้ไข การนำหลักปฏิบัติโดยการทำให้มากที่สุดให้บรรลุเป้าหมาย และการนำหลักไตรสิกขา อันประกอบด้วย ศีล สมาธิ และ ปัญญา หรืออริยมรรคมีองค์ 8 มาเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง ประกอบด้วย 1) สัมมาทิฐิ ปัญญาอันเห็นชอบ 2) สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ 3) สัมมาวาจา การเจรจาชอบ 4) สัมมากัมมันตะ การงานชอบ 5) สัมมาอาชีวะ การเลี้ยงชีพชอบ 6) สัมมาวายามะ ความเพียรชอบ 7) สัมมาสติ ความระลึกชอบ และ 8) สัมมาสมาธิ ความตั้งใจมั่นชอบ



แผนภาพที่ 3 แสดงแนวทางการบูรณาการให้คำปรึกษาเพื่อคลายทุกข์ทางจิตใจด้วยวิถีพุทธจิตวิทยา

สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุภาพร ประดับสมุทร²⁵ เรื่อง “การเกิดปัญญาในกระบวนการปรึกษาแนวพุทธจิตวิทยา” การศึกษาพบผลการวิจัยใน 3 ส่วน คือ

25. สุภาพร ประดับสมุทร, “การเกิดปัญญาในกระบวนการปรึกษาแนวพุทธจิตวิทยา”, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต, (คณะจิตวิทยา: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2552).

ส่วนที่ 1 การเกิดขึ้นของปัญหาในกระบวนการปรึกษาแนวพุทธจิตวิทยามีลักษณะเป็นขั้นตอนต่อเนื่องตามลำดับ โดยอาศัยการทำงานร่วมกันระหว่างผู้รับการปรึกษาและนักจิตวิทยาการปรึกษา แบ่งออกเป็น 2 ช่วง ได้แก่ ช่วงที่ 1 ฝ่ายทุกข์ ประกอบด้วยการกำหนดรู้ทุกข์ คือ การรู้ทุกข์ การรู้โทษของทุกข์ และการอยากกำจัดทุกข์ การกำหนดรู้สาเหตุของทุกข์ ด้วยการตระหนักรู้ในระดับเหตุผล ช่วงที่ 2 ฝ่ายพ้นทุกข์ ประกอบด้วย 1) จุดเริ่มต้นของปัญหา ซึ่งมีใน 2 ลักษณะคือ เกิดขึ้นมาเอง และเกิดการตระหนักรู้สาเหตุแห่งทุกข์ในระดับปัญญา 2) ปัญหา ซึ่งมีใน 2 ลักษณะคือ ปัญญาแบบฉับพลันและแบบค่อย ๆ มาเป็นผลให้สามารถละต้นเหตุของทุกข์ คลายทุกข์ และอยู่อย่างกลมกลืนกับความเป็นจริง **ส่วนที่ 2** ลักษณะการแสดงออกของปัญหาที่เกิดขึ้นจากการปรึกษาแนวพุทธจิตวิทยามี 3 ลักษณะ ได้แก่ 1) ปัญหาในการรู้เท่าทันความทุกข์และเหตุของทุกข์ 2) ปัญหาในการละสาเหตุของทุกข์และการอยู่กับความจริงได้อย่างกลมกลืน และ 3) การมีภาวะใจที่เป็นอิสระจากความบีบคั้น และ**ส่วนที่ 3** แสดงถึงปัจจัยที่เอื้อต่อการเกิดปัญหาในกระบวนการปรึกษาแนวพุทธจิตวิทยาประกอบด้วยปัจจัยภายนอก และปัจจัยภายใน

6. บทสรุป

จากที่กล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า การบูรณาการให้คำปรึกษาเพื่อคลายทุกข์ทางจิตใจด้วยวิถีพุทธจิตวิทยา เป็นความช่วยเหลือที่เกิดจากสัมพันธภาพของบุคคลอย่างน้อย 2 คน คือ ผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษาเป็นลักษณะส่วนบุคคลที่เอื้อต่อการให้คำปรึกษา การปรึกษาเป็นการสื่อสารสนทนาอย่างมีกระบวนการปรึกษาที่เป็นไปตามขั้นตอนตามลำดับ และมีความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกันในทุกขั้นตอน ระหว่างผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษา โดยมุ่งให้ผู้รับการปรึกษาสามารถแก้ไขปัญหาก็หรือคลี่คลายความทุกข์ใจได้ด้วยตนเอง โดยมีผู้ให้การปรึกษาเป็นผู้ช่วยเหลือเอื้ออำนวย และผู้ให้การปรึกษาต้องเป็นผู้ผ่านการเรียนรู้ได้รับการฝึกฝนและมีประสบการณ์ในการให้การปรึกษา โดยมีอริยสัจสี่ นำพาผู้คนออกจากความทุกข์ และสามารถดำเนินชีวิตตามวิถีมรรค ผู้ให้คำปรึกษามีความรู้และทักษะนำหลักธรรมโดยเฉพาะอริยสัจสี่ มาช่วยเหลือบุคคลที่มีทุกข์ใจให้เข้าใจความจริงของธรรมชาติของชีวิต

ตามแนวพุทธธรรม โดยใช้การสนทนาด้วยความเป็นกัลยาณมิตร เอื้อให้ผู้มาปรึกษาเข้าใจทุกข์ที่เกิดขึ้น และผู้รับการปรึกษาใช้ปัญญาไตร่ตรองให้คลี่คลายทุกข์ได้ด้วยตนเอง และพัฒนาตนให้ถึงพร้อมในไตรสิกขา เพื่อให้เกิดการเข้าใจตนเอง เข้าใจสิ่งแวดล้อม มีทักษะในการตัดสินใจและทักษะการแก้ปัญหาเพื่อหาทางออกในการลดหรือขจัดความทุกข์ ความยุ่งยากใจด้วยตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

รายการอ้างอิง

- จิน แบรี่. *การให้การปรึกษา Counseling*. กรุงเทพฯ: เจริญวิทย์การพิมพ์, 2549.
- นันท์ชัตสันท์ สกุลพงศ์. “การบูรณาการการให้คำปรึกษาและจิตบำบัด”. *วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย*. ปีที่ 22 ฉบับที่ 2 (เมษายน-มิถุนายน 2557). 103-114.
- พระครูถิยานสีธิวัฒน์. *เอตทัคคะในพุทธศาสนา*. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2547.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). *พุทธธรรมฉบับปรับปรุงขยายความ*. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพฯ: สหธรรมิก, 2549.
- _____. *จากจิตวิทยาสู่จิตภาวนา*. กรุงเทพฯ: สหธรรมิก, 2535.
- _____. *ถ้ารู้จักพระพุทธศาสนาความสุขต้องมาทันที*. พิมพ์ครั้งที่ 2. ม.ป.ท.: ม.ป.พ., 2551. http://www.watnyanaves.net/th/book_list.
- พระอัครมหาบัณฑิต ศ. ดร.วัลโปละ ศรีราหุละ. *พระพุทธองค์ทรงสอนอะไร*. แปลโดย ดร.สุนทร พลามินทร์. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: จันทรเพ็ญ, 2553.
- พุทธทาส อินทปัญโญ. *อริยสัจจากพระโอษฐ์ภาคต้น*. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพฯ: ธรรมทานมูลนิธิ, 2554.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.
- วัชร ทรัพย์มี. *ทฤษฎีให้บริการปรึกษา*. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2556.
- วิชชุดา ฐิติโชติรัตน. “การพัฒนารูปแบบการปรึกษาแนวพุทธจิตวิทยาบูรณาการของพระสงฆ์ที่มีบทบาทให้การปรึกษา”. *คุชณีนพนธ์พุทธศาสตร์คุชณีนบัณฑิต*. คณะมนุษยศาสตร์: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2559.
- สุภาพร ประดับสมุทร. “การเกิดปัญญาในกระบวนการปรึกษาแนวพุทธจิตวิทยา”. *คุชณีนพนธ์ศิลปศาสตรคุชณีนบัณฑิต*. คณะจิตวิทยา: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2552.

สุรพล ไกรสรารูณิ. อริยสัจสำหรับทุกคน. กรุงเทพฯ: ธรรมสถานจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2555.

โสรัช โปธิแก้ว. “การประยุกต์อริยสัจ 4 ของพระพุทธศาสนา กับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาและจิตรักษา”. รายงานการวิจัย. คณะจิตวิทยา: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2553.

_____. *Personal Growth and Counseling Group: A Buddhist Perspective*. กรุงเทพฯ: คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2547.

ภาคผนวก

หลักเกณฑ์การอ้างอิง วารสารพุทธพัฒนาศาสตร์ศึกษา (DJBID)

1. อักษรย่อและหลักเกณฑ์การอ้างอิงคัมภีร์พระพุทธศาสนา

1.1 อักษรย่อกัมภีร์

- อักษรย่อตัวโรมัน ยึดตามพจนานุกรม Critical Pāli Dictionary¹
- อักษรย่อตัวไทย ยึดตามที่ระบุในพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณ

ราชวิทยาลัย พ.ศ. 2539²

1.2 อักษรย่ออื่นๆ

สยามรัฐ คัมภีร์บาลีอักษรไทย ฉบับสยามรัฐ

หลวง พระไตรปิฎกแปลฉบับหลวง

ภูมิพล คัมภีร์ฉบับภูมิพล

มมร คัมภีร์ฉบับมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

มจร คัมภีร์ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ฉန္ธูสังคีติ คัมภีร์บาลีอักษรพม่า ฉบับฉန္ธูสังคีติ (Burmese edition)

พุทธชยันตี คัมภีร์บาลีอักษรสิงหล ฉบับพุทธชยันตี หรือฉบับ Simon Hewavitarne Bequest Series (Ceylon edition)

Apte The Practical Sanskrit-English Dictionary (Revised and enlarged edition). 1986. Vaman Shivaram Apte. Kyoto: Rinzen Book.

BHS *Buddhist Hybrid Sanskrit Vol. I: Grammar*. 1953–85. Franklin Edgerton, Yale University Press: New Haven.

BHSD *Buddhist Hybrid Sanskrit Vol. II: Dictionary*. 1953–85. Franklin Edgerton, Yale University Press: New Haven.

1. ดูรายละเอียดได้ที่ https://cpd.uni-koeln.de/intro/vol1_epileg_abbrev_texts

2. ดูรายละเอียดได้ที่ http://gds.mcu.ac.th/site/office/images/b7_acronym.html

- HOS *Harvard Oriental Series*
- IAKBh I *Index to the Abhidharmakośabhāṣya* (P. Pradhan Edition) Part I Sanskrit-Tibetan-Chinese. 2001. Hirakawa Akira 平川彰. Tokyo: Daizōshuppan 大蔵出版.
- IAKBh II *Index to the Abhidharmakośabhāṣya* (P. Pradhan Edition) Part II Sanskrit-Tibetan-Chinese. 2001. Hirakawa Akira 平川彰. Tokyo: Daizōshuppan 大蔵出版.
- KBD *A Buddhist Chinese-Sanskrit Dictionary*. Bukkyō KanBon Daijiten 佛教漢梵大辭典. 1997. Hirakawa Akira 平川彰. Tokyo.
- MW *A Sanskrit-English Dictionary*. 1986. Monier Williams, Tokyo: Meicho-fukyukai. (first printed.1899. Oxford: Clarendon Press)
- NPED *A Dictionary of Pāli, Part II*. 2010. Margaret Cone, Pali Text Society.
- PED *The Pali Text Society's Pali-English Dictionary*. 1921–1925. T.W. Rhys Davids and William Stede. London: PTS.
- PTS คัมภีร์บาลีอักษรโรมัน ฉบับสมาคมบาลีปกรณ์ (Pali Text Society)
- PW *Sanskrit-Wörterbuch*. 7 vols. 1855–75. Otto Böhtlingk and Rudolph Roth. St.Petersburg.

1.3 รูปแบบการอ้างอิงหลักฐานคัมภีร์ในเชิงอรรถ

- สามารถระบุการอ้างอิงได้ 2 แบบ คือ

1) ระบุชื่อคัมภีร์ และเลขกำกับ มี 2 แบบ

1.1) ระบุ เล่ม-หน้า เช่น DN.II 105

1.2) ระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า เช่น ขุ.อิติ. 25/195/237 (บาลี.มมร)

2) ระบุตัวเลข “วรรค” “พระสูตร” “คาถา”

ซึ่งต้องเรียงตามลำดับที่ได้กำหนดไว้แล้วใช้เครื่องหมายทวิภาค (Full stop) “.”

คั่นระหว่างกัน

- ควรใช้รูปแบบเดียวทั้งเอกสาร

- ให้เขียนเป็นตัวเลขอารบิก

- กรณีต้องการอ้างอิงข้อมูลระดับบรรทัด สามารถใส่เลขระบุบรรทัดเป็นตัวห้อย

เช่น DN.II 105₃₅₋₃₇ หรือ ขุ.อิติ. 25/195/237₁₉ (บาลี.มมร)

- กรณีคัมภีร์เดียวกัน แต่มีการอ้างอิงหลายหน้า ใช้ “,” คั่นแบ่งหน้า

ตัวอย่างที่ 1 - DN.III 218, 227, 421

ตัวอย่างที่ 2 - ที.มหา. 10/191/158, 10/253/203 (บาลี.มมร)

- กรณีเปรียบเทียบคัมภีร์เดียวกัน ต่างจารีต ใช้ “,” คั่นแบ่งหน้า

ตัวอย่างที่ 1 - AN.II 120 (บาลี.PTS), 19/100/210 (บาลี.พุทธชยันตี),

21/86/112 (บาลี.สยามรัฐ), 15/86/77 (บาลี.ฉันทะสังคีติ)

- กรณีหลายคัมภีร์หรือหลายจารีต ใช้ “,” คั่นแบ่งคัมภีร์ เช่น

ตัวอย่างที่ 1 - DN.III 218, MN.I 72, Nidd.I 82

ตัวอย่างที่ 2 - AN.I 41 (บาลี.PTS), ที.มหา. 10/191/158 (บาลี.สยามรัฐ)

ตัวอย่างที่ 3 - ที.มหา. 10/191/158 (บาลี.มมร), ที.ปา. 11/108/10 (บาลี.มมร)

1.4 ตารางสรุปรูปแบบการอ้างอิงคัมภีร์

คัมภีร์	ฉบับ	ตัวอย่างการอ้างอิง
คัมภีร์บาลี ³ • พระไตรปิฎก	PTS ฯลฯ ที่ไม่มีการแบ่งข้อ สยามรัฐ, ญาณสังคายนา, พุทธชนันตี ฯลฯ ที่มีการแบ่งข้อ	Vin.IV 104 (บาลี.PTS), Vin.IV 104 ₁₂ (บาลี.PTS) ขุ.อป. 32/502/250 (บาลี.มมร) ขุ.อิติ. 25/195/237 (บาลี.มจร)
• อรรถกถา • ฎีกา • อนุฎีกา	PTS มมร. มจร. * อ้างเป็น เล่ม/หน้า, เล่ม/ข้อ/หน้า	MN.III 19 (บาลี.PTS) ส.มหา.อ. 19/592 (บาลี.มมร) ม.มุ.อ. 2/452/254 (บาลี.มจร) ขุ.ธ.อ. 6/138 (บาลี.มจร)
ทิเบต	Peking Edition Derge Edition * ควรใช้รูปแบบเดียวทั้งเอกสาร	รูปแบบที่ 1 ระบุเล่ม แถว หน้า P118.269a3–270a5 D96.269a3–270a5 รูปแบบที่ 2 หมายเลขกำกับพระสูตร P Thu 128b5–129b7 D Ña 103b9
จีน	ฉบับไทโชชินชูไดโซเคียว (Taisho Shinshu Daizokyo) * ควรใช้รูปแบบเดียวทั้งเอกสาร	รูปแบบที่ 1 ระบุเล่ม แถว หน้า T32.101a7–101b19 (no.1648) T32.101a7–101b19 รูปแบบที่ 2 หมายเลขกำกับพระสูตร T 1648

- รูปแบบการอ้างอิงคัมภีร์บาลี ให้ผู้เขียนยึดโครงสร้างการอ้างอิงแบบทั่วไป ได้แก่ ฉบับยุโรป ฯลฯ ที่ไม่มีการแบ่งข้อใช้ อักษรย่อคัมภีร์.เล่ม หน้า (ภาษา.ชื่อฉบับ)
ฉบับไทย ญาณสังคายนา พุทธชนันตี ฯลฯ ที่มีการแบ่งข้อใช้ อักษรย่อคัมภีร์. เล่ม/ข้อ/หน้า (ภาษา.ชื่อฉบับ)

1.5 การลงรายการอ้างอิง

ให้ลงตามประเภทเอกสารนั้นๆ โดยใส่ชื่อฉบับแทนชื่อผู้แต่ง แล้วจึงระบุชื่อ คัมภีร์ สามารถระบุแบบรวมเล่มหรือแยกเล่มก็ได้

• รายการอ้างอิง

ชื่อฉบับ. ชื่อคัมภีร์. สถานที่พิมพ์: สำนักพิมพ์, ปีที่พิมพ์.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. ขุทฺทกนิกาย ชาตกปาฬียา สัณณนาภุตา
ชาตกกุฎฐกา สดตโม ภาคโ วิสติ-จตุตถาสนิปาตวณณนา. กรุงเทพฯ:
วิญญาน, 2535.

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกและอรรถกถาแปล. นครปฐม:
มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2552.

2. หลักเกณฑ์การอ้างอิงอื่นๆ

หลักการ : ยึดตามระบบ Chicago เวอร์ชัน 17

ลักษณะอ้างอิง : เชิงอรรถท้ายกระดาษ (Footnote)

2.1 คำแนะนำเบื้องต้น

• **ชื่อผู้แต่ง** ให้ลง “ชื่อ นามสกุล” ทั้งเชิงอรรถและบรรณานุกรม เช่น ปัญญาดิ
ศิริวัฒน์ชัย, Lisa Kelly กรณีที่ไม่ใช่ภาษาอังกฤษ ให้ใช้ “คำอ่านโรมัน (ภาษาต้นฉบับ
ถ้ามี)”

• **ชื่อหนังสือ/ชื่อวารสาร** ทั้งภาษาไทย และต่างประเทศ ใช้ ตัวเอียง กรณีที่
ไม่ใช่ภาษาอังกฤษ ให้ใช้ “ภาษาต้นฉบับ (คำอ่านโรมัน: คำแปลไทยหรืออังกฤษ).”

ตัวอย่าง

สมภาร พรหมทา. เก็บเพชรจากพระไตรปิฎก. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2542.

Steven Leitt, and Stephen J. Dubner. *Freakonomics: A Rogue Economist Explores the Hidden Side of Everything*. New York: William Morrow, 2005.

Masahiro Shimoda (下田正弘). 涅槃經の研究: 大乘經典の研究試論 (Nhangyō no kenkyū: Daijō kyōten no kenkyū hōhō shiron: การศึกษาวิจัยมหาปริณิพพานสูตร: วิธีการศึกษาวิจัยคัมภีร์พระพุทธศาสนา มหายาน). Tokyo: Shunjūsha, 1997.

• **สถานที่พิมพ์** ใช้ชื่อเมือง ถ้าไม่ปรากฏสถานที่พิมพ์ใช้ “ม.ป.ท.” (ไม่ปรากฏสถานที่พิมพ์) ต่างประเทศใช้ “n.p.” (no place)

• **สำนักพิมพ์** ใส่เฉพาะชื่อสำนักพิมพ์ ตัดคำที่ระบุประเภทของกิจการออก เช่น โรงพิมพ์, สำนักพิมพ์, บริษัท, ห้างหุ้นส่วน จำกัด, Publishers, Co., Inc., Limited, Books, Press ฯลฯ ถ้าไม่ปรากฏชื่อสำนักพิมพ์ใช้ “ม.ป.พ.” (ไม่ปรากฏสำนักพิมพ์) ต่างประเทศใช้ “n.p.” (no publisher)

• **ปีตีพิมพ์** ใช้เลขปี ค.ศ. หรือ ปี พ.ศ. ตามที่ปรากฏในงานเขียน กรณีพิมพ์ซ้ำ ให้ใช้ปีของเล่มที่ใช้อ้างอิง ถ้าไม่ปรากฏปีตีพิมพ์ใช้ “ม.ป.ป.” (ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์) ต่างประเทศใช้ “n.d.” (no date)

เอกสารที่ไม่ทราบรายละเอียดการจัดพิมพ์ใช้ (ม.ป.ท.: ม.ป.พ., ม.ป.ป.)

2.2 การอ้างอิงเชิงอรรถ (Footnote)

1) บรรทัดแรกของข้อมูลหรือสิ่งอ้างอิงให้ย่อหน้า 1 ครั้ง แล้วจึงพิมพ์หมายเลขอ้างอิงเป็นตัวยก และเว้นวรรค 1 เคาะ แล้วจึงพิมพ์แหล่งอ้างอิงตามระบบ Chicago เวอร์ชัน 17

2) กรณีผู้แต่ง 2–3 คน ให้ระบุชื่อผู้แต่งทุกคน ใส่คำว่า “และ” หรือ “and” หน้าชื่อคนสุดท้าย, กรณีผู้แต่ง 4 คนหรือมากกว่า ให้ใส่ชื่อผู้แต่งคนที่ 1 แล้วพิมพ์คำว่า “และคณะ” หรือ “et al.”

3) กรณีไม่ปรากฏชื่อผู้แต่ง แต่มีชื่อผู้ดำเนินการ ให้ละชื่อผู้แต่ง เช่น พระพุทธศาสนา ม.1, บรรณาธิการโดย สุระ ดามาพงษ์ และบุญรัตน์ รอดตา (กรุงเทพฯ: วัฒนาพานิช, 2551), 12.

4) การอ้างเอกสารเรื่องเดียวกันซ้ำโดยไม่มีเอกสารอื่นมาคั่น ภาษาไทยใช้คำว่า “เรื่องเดียวกัน” ภาษาต่างประเทศใช้ “Ibid.” แล้วจึงระบุหน้า เช่น เรื่องเดียวกัน, 14. หรือ Ibid., 601.

5) การอ้างอิงเอกสารเรื่องเดียวกันและหน้าเดียวกันโดยไม่มีเอกสารอื่นมาคั่น ภาษาไทยใช้คำว่า “ที่เดียวกัน” ภาษาต่างประเทศใช้ “Id.”

6) การอ้างเอกสารเรื่องเดียวกันซ้ำ โดยมีเอกสารอื่นมาคั่น ให้ใช้การอ้างอิงแบบย่อ (Shortened-form) ยกมาเพียงชื่อผู้แต่ง, ชื่อหนังสือ/ชื่อบทความ/ชื่อวิทยานิพนธ์, เลขหน้า.

2.3 การลงรายการอ้างอิง (Reference)

1) พิมพ์ข้อมูลอ้างอิงชิดขอบกระดาษ เมื่อขึ้นบรรทัดต่อไปต้องย่อหน้า 1 ครั้ง

2) ให้เรียงลำดับเอกสารตามตัวอักษร ก-ฮ ตามด้วย A-Z ตามด้วยปีที่พิมพ์

3) กรณีชื่อซ้ำให้ขีดล่างยาวเท่ากับย่อหน้าแล้วปิดด้วยจุดมหัพภาค “_____.”

4) กรณีผู้แต่งหลายคน

(ก) ให้ยึดตัวอักษรของผู้เขียนคนแรกเป็นสำคัญ

(ข) ให้เรียงลำดับผู้แต่งที่ปรากฏในเอกสารอ้างอิงนั้น ๆ

• ตัวอย่างการลงเชิงอรรถ

¹ โกศล วงศ์สวรรค์ และคณะ, *ปัญหาสังคม (Social Problem)*, (กรุงเทพฯ: อมรินทร์, 2549), 74–76.

² สุภัค มหาวรรกร, “พระจันทร์: การสื่อแนวคิดเรื่องปัญญาในอรรถกถาชาดก”, *วารสารสถาบันวัฒนธรรมและศิลปะ*, ปีที่ 13 ฉบับที่ 2 (26) (มกราคม–มิถุนายน 2555), 67.

³ ส.มท. 19/1081/592 (ไทย.มจร)

⁴ พระไพศาล วิสาโล, *ศาสนาประจำใจ*, (กรุงเทพฯ: โพสต์บุ๊กส์, 2552), 77.

⁵ ที่เดียวกัน.

⁶ พระไพศาล วิสาโล, *สุขเหนือใจ*, (กรุงเทพฯ: เนชั่น-บุ๊กส์, 2552), 25.

⁷ กฤติกาวัลย์ หิรัญสี, *โกณฑัญญะบรมครูโทรเอกของโลก*, (กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), 83.

⁸ เรื่องเดียวกัน, 90.

⁹ Svetlana Cicmil et al., *Exploring the Complexity of Projects: Implications of Complexity Theory for Project Management Practice*, (New Jersey: Project Management Institute, 2009), 54–55.

¹⁰ Margaret Lock, “Comprehending the Body in the Era of the Epigenome”. *Current Anthropology*, Vol. 56 No. 2 (April 2015), 162.

¹¹ Ibid., 165.

¹² Colin Redrew, Michael J. Boyd, and Iain Morley, *Death Rituals, Social Order and the Ancient World - Death Shall Have No Dominion* (New York: America, 2016)

¹³ กฤติกาวัลย์ หิรัญสี, *โกณฑัญญะบรมครูโทรเอกของโลก*, 89.

¹⁴ สุภัค มหาวรรกร, “พระจันทร์: การสื่อแนวคิดเรื่องปัญญาในอรรถกถาชาดก”, 69.

• ตัวอย่างการลงรายการอ้างอิง

กฤติกาวัลย์ หิรัญสี. *โกณฑัญญะบรมครูโอรสเอกของโลก*. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2553.

โกศล วงศ์สวรรค์ และคณะ. *ปัญหาสังคม (Social Problem)*. กรุงเทพฯ: อมรินทร์, 2549.

พระไพศาล วิสาโล. *ศาสนาประจำใจ*. กรุงเทพฯ: โพสท์บุ๊กส์, 2552.

_____. *สุขเหนือสุข*. กรุงเทพฯ: เนชั่นบุ๊กส์, 2552.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.

สุภัคม ทวารากร. “พระจันทร์: การสื่อแนวคิดเรื่องปัญญาในอรรถกถาชาดก”. *วารสารสถาบันวัฒนธรรมและศิลปะ*. ปีที่ 13 ฉบับที่ 2 (26) (มกราคม-มิถุนายน 2555). 60–77.

Colin Redrew, Michael J. Boyd, and Iain Morley, *Death Rituals, Social Order and the Ancient World - Death Shall Have No Dominion* (New York: America, 2016)

Svetlana Cicmil, Terry Cooke-Davis, et al. *Exploring the Complexity of Projects: Implications of Complexity Theory for Project Management Practice*. New Jersey: Project Management Institute, 2009.

Margaret Lock. “Comprehending the Body in the Era of the Epigenome”. *Current Anthropology*. Vol. 56 No. 2 (April 2015). 162–200.

Svetlana Cicmil et al., *Exploring the Complexity of Projects: Implications of Complexity Theory for Project Management Practice*. New Jersey: Project Management Institute, 2009.

3. ตัวอย่างในกรณีต่าง ๆ

3.1 หนังสือ

3.1.1 ผู้แต่ง 1 คน, 2–3 คน และ 4 คนขึ้นไป

• เชิงอรรถ

เลขอ้างอิง ชื่อผู้แต่ง, ชื่อหนังสือ, (สถานที่พิมพ์: สำนักพิมพ์, ปีที่พิมพ์), เลขหน้า.

URL (ถ้ามี).

¹ อภิชัย โพธิ์ประสิทธิ์ศาสตร์, พระพุทธศาสนาหายาน, (กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2551), 225.

² David Shields, *How Literature Saved My Life*, (New York: Alfred A. Knopf, 2013), 33.

³ ปรีชา ช่างขวัญยืน และสมภาร พรหมทา, มนุษย์กับการใช้เหตุผล, (กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา, 2549), 46–47, <http://csbp.mcu.ac.th/มนุษย์กับการใช้เหตุผล.pdf>.

⁴ Mark Evan Bonds, *Absolute Music: The History of an Idea*, (New York: Oxford University Press, 2014), 3, <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199343638.003.0004>.

• รายการอ้างอิง

ชื่อผู้แต่ง. ชื่อหนังสือ. สถานที่พิมพ์: สำนักพิมพ์, ปีที่พิมพ์. URL (ถ้ามี).

อภิชัย โพธิ์ประสิทธิ์ศาสตร์. พระพุทธศาสนามหายาน. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2551.

David Shields. *How Literature Saved My Life*. New York: Alfred A. Knopf, 2013.

ปรีชา ช้างขวัญยืน และสมภาร พรมทา. มนุษย์กับการใช้เหตุผล. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา, 2549. <http://csbp.mcu.ac.th/มนุษย์กับการใช้เหตุผล.pdf>.

Mark Evan Bonds. *Absolute Music: The History of an Idea*. New York: Oxford University Press, 2014. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199343638.003.0004>.

URL ถ้านำหนังสือมาจากเว็บไซต์ ให้ระบุ URL ด้วย

ชื่อผู้แต่ง

(1) กรณีผู้แต่ง 2 คน ให้ระบุชื่อผู้แต่งทุกคนโดยไม่ต้องมีเครื่องหมาย “,” คั่น เช่น “ปรีชา ช้างขวัญยืน และสมภาร พรมทา” “David Shields and Mark Evan”

(2) กรณีผู้แต่ง 3 คน ให้ระบุชื่อผู้แต่งทุกคน โดยมีเครื่องหมาย “,” คั่น เช่น “ปรีชา ช้างขวัญยืน, อภิชัย โพธิ์ประสิทธิ์ศาสตร์, และสมภาร พรมทา” “David Shields, Margaret Lock, and Mark Evan”

(3) กรณีผู้แต่ง 4 คนหรือมากกว่า ให้ใส่ชื่อผู้แต่งคนที่ 1 แล้วพิมพ์คำว่า “และคณะ” หรือ “et al.” เช่น “ปรีชา ช้างขวัญยืน และคณะ” “David Shields et al.”

3.1.2 หนังสือภาษาต่างประเทศอื่น ๆ นอกเหนือจากอักษรโรมัน

• เจริญธรรม

เลขอ้างอิง ชื่อผู้แต่ง คำอ่านโรมัน (ชื่อต้นฉบับ), ชื่อหนังสือต้นฉบับ (คำอ่านโรมัน: คำแปลภาษาไทยหรืออังกฤษ), สถานที่พิมพ์: สำนักพิมพ์, ปีที่พิมพ์, เลขหน้า.

¹ Masahiro Shimoda (下田正弘), 涅槃經の研究: 大乘經典の研究手法試論 (Nehangyō no kenkyū: Daijō kyōtenno kenkyū hōhō shiron: การศึกษาวิจัยมหาปริณิพพานสูตร: วิธีการศึกษาวิจัยคัมภีร์พระพุทศานามหายาน), (Tokyo: Shunjūsha, 1997), 55.

• รายการอ้างอิง

ชื่อผู้แต่ง คำอ่านโรมัน (ชื่อต้นฉบับ). ชื่อหนังสือต้นฉบับ (คำอ่านโรมัน: คำแปลภาษาไทยหรืออังกฤษ). สถานที่พิมพ์: สำนักพิมพ์, ปีที่พิมพ์.

Shimoda Masahiro (下田正弘). 涅槃經の研究: 大乘經典の研究手法試論 (Nehangyō no kenkyū: Daijō kyōtenno kenkyū hōhō shiron: การศึกษาวิจัยมหาปริณิพพานสูตร: วิธีการศึกษาวิจัยคัมภีร์พระพุทศานามหายาน). Tokyo: Shunjūsha, 1997.

3.1.3 หนังสือที่มีผู้ดำเนินการต่าง ๆ

• เชิงอรรถ

เลขอ้างอิง ชื่อผู้แต่ง, ชื่อหนังสือ, ลักษณะดำเนินการ ชื่อผู้ดำเนินการ (สถานที่พิมพ์: สำนักพิมพ์, ปีที่พิมพ์), เลขหน้า.

¹ Joad, ปรัชญา, แปลโดย วิทย์ วิศทเวทย์, (กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, 2521), 77.

² Yves Bonnefoy, *New and Selected Poems*, ed. John Naughton and Anthony Rudolf, (Chicago: University of Chicago Press, 1995), 99.

• รายการอ้างอิง

ชื่อผู้แต่ง. ชื่อหนังสือ. ลักษณะดำเนินการ ชื่อผู้ดำเนินการ. สถานที่พิมพ์: สำนักพิมพ์, ปีที่พิมพ์.

Joad. ปรัชญา. แปลโดย วิทย์ วิศทเวทย์. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, 2521.

Bonnefoy, Yves. *New and Selected Poems*. Editor by John Naughton and Anthony Rudolf. Chicago: University of Chicago Press, 1995.

หนังสือแปล ให้ใส่ “แปลโดย” หรือ “trans.”

หนังสือที่มีบรรณาธิการดูแล ให้ใส่ “บรรณาธิการโดย” หรือ “ed.”

หนังสือที่มีผู้รวบรวม ให้ใส่ “รวบรวมโดย” หรือ “comp.” เมื่อเขียนในบรรณานุกรม ต้องเขียนเป็นคำเต็มคือ Translated by., Editor by., Compiled by.

3.2 พจนานุกรม สารานุกรม

• เจริญอรธ

เลขอ้างอิง ชื่อผู้แต่ง, ชื่อเรื่อง, ครั้งที่พิมพ์. อ้างคำว่า “คำที่อ้างอิง”.

¹ ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554, พิมพ์ครั้งที่ 5, อ้างคำว่า “โลกาภิวัตน์”.

² Francis S. Drake, *Dictionary of American Biography* (1937), s.v. “Wadsworth, Jeremiah”.

• รายการอ้างอิง

ชื่อผู้แต่ง. ชื่อหนังสือ. สถานที่พิมพ์: สำนักพิมพ์, ปีที่พิมพ์.

ราชบัณฑิตยสถาน. พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554. กรุงเทพฯ: ราชบัณฑิตยสถาน, 2556.

Drake, Francis S. *Dictionary of American Biography* (1937). Boston: Houghton, Osgood & Company, 1879.

หมายเหตุ: การลงคำศัพท์หรือเรื่องที่อ้างอิง ให้พิมพ์คำว่า “อ้างคำว่า” ในงานเขียนภาษาไทย ส่วนในงานเขียนภาษาต่างประเทศให้ใช้ตัวอักษรย่อว่า s.v. (อ้างคำเดียว) หรือ s.v.v. (อ้างมากกว่า 1 คำ)

3.3 บทความ

3.3.1 วารสาร นิตยสาร

• เชิงอรรถ

เลขอ้างอิง ชื่อผู้เขียนบทความ, “ชื่อบทความ”, ชื่อวารสาร, ปีที่ ฉบับที่ (ช่วงเวลาที่ดีพิมพ์), เลขหน้า.

¹ ชมาวดี เจริญศรีเศรษฐ์, “ปีก่อตั้งกนิษศักดิ์ราช”, *วารสารธรรมธารา*, ปีที่ 1 ฉบับที่ 1 (มกราคม–ธันวาคม 2558), 100.

² Sharon R. Wesoky, “Bringing the Jia Back into Guojia: Engendering Chinese Intellectual Politics”, *Signs*, Vol. 40 No. 3 (Spring 2015), 651.

• รายการอ้างอิง

ชื่อผู้เขียนบทความ. “ชื่อบทความ”. ชื่อวารสาร, ปีที่ ฉบับที่ (ช่วงเวลาที่ดีพิมพ์). เลขหน้าของบทความตั้งแต่ต้นจนถึงท้ายบทความ.

ชมาวดี เจริญศรีเศรษฐ์. “ปีก่อตั้งกนิษศักดิ์ราช”. *วารสารธรรมธารา*. ปีที่ 1 ฉบับที่ 1 (มกราคม–ธันวาคม 2558). 97–115.

Wesoky, Sharon R. “Bringing the Jia Back into Guojia: Engendering Chinese Intellectual Politics”. *Signs*. Vol. 40 No. 3 (Spring 2015). 647–666.

3.3.2 หนังสือรวมบทความ

• เชิงอรรถ

เลขอ้างอิง ชื่อผู้เขียนบทความ, “ชื่อบทความ”, ชื่อหนังสือ, (สถานที่พิมพ์: สำนักพิมพ์, ปีที่พิมพ์), เลขหน้า. URL (ถ้ามี).

¹ สุมาลี มหณรงค์ชัย, “‘มหายาน’ จากอินเดียสู่จีน”, พุทธศาสนมหายานในเอเชียตะวันออกเฉียง, (กรุงเทพฯ: ชวนอ่าน, 2561), 14.

² George Cardona, “Sanskrit”, *The Indo-Aryan Languages*, (Routledge: New York, 2003), 116.

• รายการอ้างอิง

ชื่อผู้เขียนบทความ. “ชื่อบทความ”. ชื่อหนังสือ. สถานที่พิมพ์: สำนักพิมพ์, ปีที่พิมพ์. URL (ถ้ามี).

สุมาลี มหณรงค์ชัย. “‘มหายาน’ จากอินเดียสู่จีน”. พุทธศาสนมหายานในเอเชียตะวันออกเฉียง. กรุงเทพฯ: ชวนอ่าน, 2561.

Cardona, George. “Sanskrit”. *The Indo-Aryan Languages*. Routledge: New York, 2003.

URL ถ้านำหนังสือมาจากเว็บไซต์ ให้ระบุ URL ต่อท้ายด้วย

3.4 วิทยานิพนธ์

• เชิงอรรถ

เลขอ้างอิง ชื่อผู้แต่ง, “ชื่อวิทยานิพนธ์”, ระดับวิทยานิพนธ์ สาขาวิชา, (คณะ: มหาวิทยาลัย, ปีพิมพ์), เลขหน้า.

¹ กมลรัตน์ ขวนสบาย, “แนวคิดและคติการสร้างเจตีย์บรรจู้ฐิของบุคคลใน สมัยรัตนโกสินทร์”, วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาประวัติศาสตร์ ศิลปะ, (คณะโบราณคดี: มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2556), 50.

² Mihwa Choi, “Contesting Imaginaires in Death Rituals during the Northern Song Dynasty”, *PhD diss.*, (University of Chicago, 2008), 59.

• รายการอ้างอิง

ชื่อผู้แต่ง. “ชื่อวิทยานิพนธ์”. ระดับวิทยานิพนธ์, ชื่อมหาวิทยาลัย, ปีพิมพ์.

กมลรัตน์ ขวนสบาย. “แนวคิดและคติการสร้างเจตีย์บรรจู้ฐิของบุคคลใน สมัยรัตนโกสินทร์”. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรบัณฑิต สาขาวิชา ประวัติศาสตร์ศิลปะ. คณะโบราณคดี: มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2556.

Choi, Mihwa. “Contesting Imaginaires in Death Rituals during the Northern Song Dynasty”. *PhD diss.* University of Chicago, 2008.

วิทยานิพนธ์ปริญญาโท ใช้คำว่า “วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต”, “Master’s thesis”

วิทยานิพนธ์ปริญญาเอก ใช้คำว่า “ดุษฎีนิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต”, “PhD diss.”

3.5 รายงานวิจัย รายงานที่ประชุมทางวิชาการ

3.5.1 รายงานวิจัย

• เชิงอรรถ

เลขอ้างอิง ชื่อผู้วิจัย หรือคณะผู้วิจัย, “ชื่อโครงการ”, ประเภทเอกสาร, (ชื่อหน่วยงานวิจัย, ปีที่จัดทำ), เลขหน้า.

¹ ประไพรัตน์ ไวทยกุล และคณะ, “ปัจจัยส่วนบุคคลและทัศนคติของบุคลากรที่เป็นคณะกรรมการบริหารความเสี่ยงของคณะ หน่วยงานที่มีผลต่อกระบวนการจัดทำบริหารความเสี่ยงของมหาวิทยาลัยนเรศวร”, รายงานวิจัย, (กองทุนวิจัยมหาวิทยาลัยนเรศวร, 2556), 20–21.

• รายการอ้างอิง

ชื่อผู้วิจัย หรือคณะผู้วิจัย. “ชื่อโครงการ”. ประเภทเอกสาร, ชื่อหน่วยงานวิจัย, ปีที่จัดทำ.

ประไพรัตน์ ไวทยกุล, ลัดดา กิจนพศรี, ธนวรรณ ยอดบุรี, จักรกฤษณ์สนอ่อง, ปราการ นทีประสิทธิ์พร, อธิชัย อ่อนน้อม, สุภารัตน์ สิงห์เดช, ณัฐเอก แก้ววรรณคดี และปรางทิพย์ แก้วประสิทธิ์. “ปัจจัยส่วนบุคคลและทัศนคติของบุคลากร ที่เป็นคณะกรรมการบริหารความเสี่ยงของคณะ หน่วยงานที่มีผลต่อกระบวนการจัดทำบริหารความเสี่ยงของ มหาวิทยาลัยนเรศวร”. รายงานวิจัย. กองทุนวิจัยมหาวิทยาลัยนเรศวร, 2556.

3.5.2 รายงานที่ประชุมทางวิชาการ (Proceeding)

• เชิงอรรถ

เลขอ้างอิง ชื่อผู้เขียน, “ชื่อเรื่อง”, ชื่องานประชุมวิชาการ, (สถานที่พิมพ์: สำนักพิมพ์, ปีที่พิมพ์), เลขหน้า.

¹ พระครูปลัดสุวัฒนโพธิคุณ (สมชาย ฐานวุฑโฒ), “ถิ่นกำเนิดภาษาบาลี”, งานสัมมนาวิชาการนานาชาติ ครั้งที่ 1 คัมภีร์จารจารึกพระพุทธรศาสนา, (กรุงเทพฯ: พีเอสก๊อปปี, 2559), 27.

² Félix Balado, “On the Shannon Capacity of DNA Data Embedding”, *Proceedings of 2010 IEEE International Conference on Acoustics*, (Dallas: IEEE, 2010), 22.

• รายการอ้างอิง

ชื่อผู้เขียน. “ชื่อเรื่อง”. ชื่องานประชุมวิชาการ. สถานที่พิมพ์: สำนักพิมพ์, ปีที่พิมพ์.

พระครูปลัดสุวัฒนโพธิคุณ (สมชาย ฐานวุฑโฒ). “ถิ่นกำเนิดภาษาบาลี”. งานสัมมนาวิชาการนานาชาติ ครั้งที่ 1 คัมภีร์จารจารึก พระพุทธรศาสนา. กรุงเทพฯ: พีเอสก๊อปปี, 2559.

Balado, Félix. “On the Shannon Capacity of DNA Data Embedding”. *Proceedings of 2010 IEEE International Conference on Acoustics*. Dallas: IEEE, 2010.

3.6 ข้อมูลจากเว็บไซต์

• เจริญรณ

เลขอ้างอิง ผู้แต่งหรือชื่อเว็บไซต์, ชื่อเรื่อง, ออนไลน์, URL. [วันที่สืบค้น].

¹ ศรัณยู นกแก้ว, ที่สุดมรดกศิลป์แห่งสยามที่ซ่อนไว้ใน 12 ห้องใหม่ ‘พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ พระนคร’, ออนไลน์, <https://thestandard.co/bangkok-national-museum-2/>. [7 เมษายน 2562].

² ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร (องค์การมหาชน), อุเทสิกเจดีย์, อุเทสิกเจดีย์, ออนไลน์, <http://www.sac.or.th/databases/archaeology/terminology>. [30 กรกฎาคม 2559]

² Keith Schneider, *Salt Lake City is Finding a Payoff in Conservation*, Online, <http://www.nytimes.com/2007/11/07/07cities.htm>. [7 November 2007].

• รายการอ้างอิง

ผู้แต่งหรือชื่อเว็บไซต์. ชื่อเรื่อง. ออนไลน์. URL. [วันที่สืบค้น].

ศรัณยู นกแก้ว, ที่สุดมรดกศิลป์แห่งสยามที่ซ่อนไว้ใน 12 ห้องใหม่ ‘พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติพระนคร’. ออนไลน์. <https://thestandard.co/bangkok-national-museum-2/>. [7 เมษายน 2562].

ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร (องค์การมหาชน). อุเทสิกเจดีย์ อุเทสิกเจดีย์. ออนไลน์. <http://www.sac.or.th/databases/archaeology/terminology>. [30 กรกฎาคม 2559].

Schneider, Keith. *Salt Lake City is Finding a Payoff in Conservation*. ออนไลน์. <http://www.nytimes.com/2007/11/07/07cities.htm>. [7 November 2007].

3.7 สื่อออนไลน์ (วิดีโอและเสียง)

• เชิงอรรถ

เลขอ้างอิง ชื่อผู้บรรยายหรือชื่อองค์กรที่เผยแพร่, ชื่อของสื่อ, ออนไลน์, รูปแบบสื่อ, ช่วงเวลาที่อ้างอิง, URL. [วันที่สืบค้น].

¹ นครินทร์ วนกิจไพบูลย์, บทเรียนเรื่องธุรกิจและวิธิตัดในการทำงานของหนุ่มเมืองจันท์, ออนไลน์, สื่อเสียง, 7:20, <https://thestandard.co/podcast/thesecondsauce62/>. [27 พฤศจิกายน 2561].

² Jamila Lyiscott, *3 Ways to Speak English*, Online, Video, 4:29, https://www.ted.com/talks/3_ways_to_speak_english. [24 February 2014].

• รายการอ้างอิง

ชื่อผู้บรรยายหรือชื่อองค์กรที่เผยแพร่. ชื่อของสื่อ. ออนไลน์. รูปแบบสื่อ. URL. [วันที่สืบค้น].

นครินทร์ วนกิจไพบูลย์. บทเรียนเรื่องธุรกิจและวิธิตัดในการทำงานของหนุ่มเมืองจันท์. ออนไลน์. สื่อเสียง. <https://thestandard.co/podcast/thesecondsauce62/>. [27 พฤศจิกายน 2561].

Lyiscott, Jamila. *3 Ways to Speak English*. ออนไลน์. Video. https://www.ted.com/talks/3_ways_to_speak_english. [24 February 2014].

3.8 รัฐธรรมนูญ พระราชบัญญัติ กฎหมาย ประกาศ

• เชิงอรรถ

เลขอ้างอิง ชื่อรัฐธรรมนูญ/พระราชบัญญัติ/กฎหมาย/ประกาศ, มาตรา/ข้อ, วัน เดือนปีที่ประกาศ, เลขหน้า.

¹ ประมวลกฎหมายอาญา, มาตรา 334, 13 พฤศจิกายน 2499, 90.

² ประกาศ ก.บ.ศป. เรื่อง มาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Coronavirus Diseases 2019: COVID-19), ข้อ 8, 29 กุมภาพันธ์ 2563, 8.

³ พระราชบัญญัติคณะสงฆ์ (ฉบับที่ 4) พ.ศ. 2561, มาตรา 8, 17 กรกฎาคม 2561, 2.

• รายการอ้างอิง

ชื่อรัฐธรรมนูญ/พระราชบัญญัติ/กฎหมาย/ประกาศ. วันเดือนปีที่ประกาศ. URL (ถ้ามี).

ประมวลกฎหมายอาญา. 13 พฤศจิกายน 2499.

ประกาศ ก.บ.ศป. เรื่อง มาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของโรค ติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Coronavirus Diseases 2019: COVID-19). 29 กุมภาพันธ์ 2563.

พระราชบัญญัติคณะสงฆ์ (ฉบับที่ 4) พ.ศ. 2561. 17 กรกฎาคม 2561.

URL ให้ระบุ URL เพียงบรรณานุกรมเท่านั้น

3.9 การลงตารางและแผนภาพ

3.9.1 ตาราง

ให้จัดเรียง (1) ชื่อตาราง (2) ตาราง ตามลำดับ โดยจัดไว้กึ่งกลางหน้ากระดาษ

- ชื่อตาราง ให้พิมพ์คำว่า “ตารางที่ X” ด้วยอักษรตัวหนา แล้วตามด้วยชื่อตารางด้วยอักษรปกติ ในกรณีตารางยาวเกินหน้ากระดาษ เมื่อขึ้นหน้าใหม่ให้ใส่หัวตารางใหม่ทุกครั้ง

- ข้อความหัวตาราง ให้จัดข้อความไว้กึ่งกลางช่อง ใช้อักษรตัวหนา แล้วคาดสี่เทา
- เส้นตาราง ให้ใช้สีดำ ความหนาที่ $\frac{1}{2}$ และปิดกรอบทุกด้าน
- กรณีมีการอ้างอิงที่มาของตาราง ให้ใช้วิธีการเดียวกับเชิงอรรถ

3.9.2 แผนภาพ

หมายถึง รูปภาพ ภาพถ่าย แผนภูมิ แผนที่ เป็นต้น ให้จัดเรียง (1) ภาพ (2) ชื่อภาพ (3) ที่มาของภาพ ตามลำดับ โดยจัดไว้กึ่งกลางหน้ากระดาษ ใช้อักษรขนาด 13 point

- แผนภาพ ให้จัดวางกึ่งกลางหน้ากระดาษ
- ชื่อแผนภาพ ให้พิมพ์คำว่า “ภาพที่ X” ด้วยอักษรตัวหนา ตามด้วยชื่อแผนภาพด้วยอักษรปกติ โดยจัดข้อความไว้กึ่งกลาง
- ที่มาของแผนภาพ ให้พิมพ์คำว่า “ที่มา:” ตามด้วยที่มาของภาพ จัดข้อความไว้กึ่งกลาง

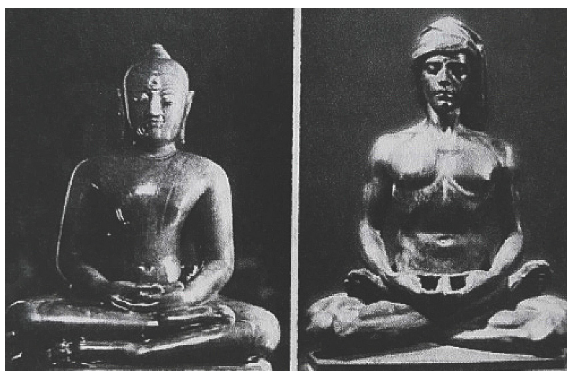
ตารางและแผนภาพต้องลงแหล่งอ้างอิงในรายการอ้างอิงด้วย

ตัวอย่างการลงตารางและแผนภาพ

• เชิงอรรถ

ตารางที่ 1 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างแหล่งที่มาของความรู้ตามปรัชญานายะกับข้อควรระวังในการเชื่อตามหลักกาลามสูตร¹

ความรู้ตามแนวคิดของ ปรัชญานายะ	กาลามสูตร
อนุमान (Comparison) ความรู้เกิดจากการหาเหตุผล	ข้อ 5 มา ตกฺกเหตุ - อย่าปลงใจเชื่อ เพราะตรรกะ (การคิดเอาเอง)



ภาพที่ 1 พระแก้วมรกต (ซ้าย) พระพุทธรูปที่เจ้าฝรั่งทำส่งมาถวายในหลวงรัชกาลที่ 5 (ขวา) ที่มา: สมภารพรมทา, แก่นเดิมของพุทธปรัชญา เล่มที่หนึ่ง: มนุษย์, (กรุงเทพฯ: บีทีเค พรินติ้ง, 2560), 108.

¹ อรพรรณ สุชาติกุลวิทย์, “ตรรกศาสตร์เชิงพุทธ”, วารสารธรรมธารา, ปีที่ 4 ฉบับที่ 1 (6) (มกราคม-มิถุนายน 2561), 67.

• รายการอ้างอิง

สมภาร พรหมทา. แก่นเดิมของพุทธปรัชญา เล่มที่หนึ่ง: มนุษย์. กรุงเทพฯ: พีเค พรินติ้ง, 2560.

อรพรรณ สุชาติกุลวิทย์. “ตรรกศาสตร์เชิงพุทธ”. *วารสารธรรมธारा*, ปีที่ 4, ฉบับที่ 1 (6) (มกราคม-มิถุนายน 2561). 67–110.

กรณีที่น่าสนใจจากหลักเกณฑ์นี้ สามารถศึกษารายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่

The University of Chicago. Notes and Bibliography. *The Chicago Manual of Style 17th edition text*. Accessed April 14, 2019. <https://www.chicagomanualofstyle.org/book/ed17/part3/ch14/toc.html>

* หลักเกณฑ์การอ้างอิงของวารสารพุทธพัฒนาศาสตร์ศึกษา (DJBID) ได้ปรับปรุงมาจากหลักเกณฑ์การอ้างอิงของวารสารธรรมธารา (ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 2)

ดัชนีบทความ

วารสารพุทธพัฒนาศาสตร์ศึกษา (DJBID)

ปีที่ 1 ฉบับที่ 1 มกราคม-เมษายน 2566

1. คำว่า “สญฺ” และ “เจติย” ในอารยธรรมอินเดียโบราณ: พระเวท พระไตรปิฎก และอรรถกถา (พงษ์ศิริ ยอดสา)
2. ปัจจัยทางพุทธจิตวิทยาที่สัมพันธ์กับความพึงพอใจในการปฏิบัติงานพนักงานตรวจรับบัตรโดยสารของบริษัทการบิน (บุญญาพร นราปัญญากุล, รศ. ดร.สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, รศ. ดร.กมลาส ภูวนาธิพวงศ์)
3. ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเองกับความสำเร็จในอาชีพของพนักงานบริการผู้โดยสารภาคพื้นบริษัทการบินโดยมีจิตตะเป็นตัวแปรกำกับ (เรวดี สุนบุญนาถ, รศ. ดร.สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, รศ. ดร.เมธาวี อุดมธรรมานุภาพ)
4. การประยุกต์ใช้หลักกุศลกรรมบถในพระพุทธศาสนาเพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตมนุษย์ในสังคมดิจิทัล (ผศ. ดร.สว่างบุญ วงศ์ฟ้าเลื่อน)
5. การวิเคราะห์เชิงเปรียบเทียบคัมภีร์พระบาลี: กรณีศึกษาธัมมจักกัปปวัตตนสูตร (พระมหาธัญสัณห์ กิตติสาโร, พระมหาทวี มหาบุญโย, ผศ. ดร., ป.ธ. ๙, ผศ. ดร.สมคิด เศษวงษ์)

ปีที่ 1 ฉบับที่ 2 พฤษภาคม-สิงหาคม 2566

1. วิเคราะห์หลักบัญญัติพระวินัย 10 ประการ: กรณีศึกษา การตัดสินใจปัญหาพระวินัยช่วงสังคายนาครั้งที่ 1 ของพระมหาภัสสยะ และการพิจารณาปัญหาคณะสงฆ์ในยุคปัจจุบัน (พระมหาธัญสัณห์ กิตติสาโร)
2. การบูรณาการพรหมวิหารธรรมในการพัฒนาระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนในสถานศึกษา (ธนากร จันทพันธ์)
3. การพัฒนานวัตกรรมการศึกษาเพื่อการจัดการเรียนรู้ในระบบการศึกษาไทย (พระมหาวิริวิชญ์ สัตตารัมย์, ดร.เผด็จ จงสกุลศิริ)
4. แนวทางการจัดกิจกรรมส่งเสริมจิตสาธารณะตามหลักพุทธธรรม (วิริยทว วงษ์เขียว)

ปีที่ 1 ฉบับที่ 3 กันยายน-ธันวาคม 2566

1. วิเคราะห์แนวคิดการสร้างพระพุทธรูปของวัดพระธรรมกายกับการสร้างพระพุทธรูปศิลปะคันธาระและศิลปะทวารวดีในประเทศไทย (พระมหาธรรมาธิคุณ ฐิตะมณฺเฑียร, พระมหาศุภพล ธรรมธโร)
2. การศึกษาคำต่างในพระไตรปิฎกบาลีประกอบการค้นคว้าอรรถกถา กรณีศึกษาคำว่า อติธิปาต ในอรรถกถาสุตตและ อุตฺตรนิมฺมิตฺตสมมํ ในอุตฺตรนิมฺมิตฺตสมมํ อังคุตตรนิกาย ฉักกนิบาต อรหัตตวรรค (พระมหาอธิปุตฺร ธรรมปญฺคโว)
3. การบริหารสถานศึกษาสู่ความเป็นเลิศ (ขวัญชนก คงพิบูลย์, ดร.เผด็จ จงสกุลศิริ)
4. การบริหารสถานศึกษาตามหลักอริยบท 4 (ว่าที่ ร.ต.สุวัชชัย มงคลธง, ดร.เผด็จ จงสกุลศิริ)
5. การบริหารสถานศึกษาให้เป็นเลิศทางวิชาการตามหลักอริยบท 4 ในศตวรรษที่ 21 (ฉัตรนภัส แพทย์สิทธิ์)

ปีที่ 2 ฉบับที่ 1(4) มกราคม-เมษายน 2567

1. วิวัฒนาการพระพุทธศาสนาจากอินเดียสู่วัดในประเทศไทย (พระปลัดเกื้อกุล สุภณฺโนโท, รศ. ดร.สิน งามประโคน, พระสุรัชย์ สุรชโย, ดร.)
2. แนวทางการบริหารจัดการนิติบุคคลอาคารชุดตามหลักพุทธธรรมเพื่อสร้างความพึงพอใจให้กับผู้พักอาศัยในเขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร (ก่อวิท พรหมจักร)
3. การส่งเสริมสมรรถนะการให้การศึกษาของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษาตามแนวพุทธจิตวิทยา (มนัสนันท์ ประภัสสรพิทยา, รศ. ดร.กมลลาศ ภูวนาธิพงศ์, ผศ. ดร.วิชุดา ฐิติโชติรัตนนา)
4. การประยุกต์ใช้หลักปาปนิกรรมกับการบริหารองค์กรสมรรถนะสูงในโลกยุคใหม่ (ภัทรวดี เข้มแข็ง)
5. การพัฒนาทักษะภาวะผู้นำทางการศึกษาในยุคประเทศไทย 4.0 (พระครูปลัดรัตน์ ฐิตคุโณ, ผศ. ดร.บุญเชิด ขำนิศาสตร์, รศ. ดร.สุทธิพงษ์ ศรีวิชัย)
6. การบริหารสถานศึกษาสมรรถนะสูงของผู้บริหารโรงเรียนสังกัดเมืองพัทยา จังหวัดชลบุรี (ภัทรวดี เข้มแข็ง, ผศ. ดร.ระวีง เรืองสังข์, ดร.ลำพอง กลมกุล)



อ่านบทความทั้งหมด

<https://so12.tci-thaijo.org/index.php/djbid/issue/archive>

