การศึกษาวิเคราะห์เทคนิคการให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธีสำหรับนักเรียน

AN ANALYTICAL STUDY OF THE COUNSELING PROGRAM
IN SCHOOLS APPLYING BUDDHIST TEACHING

นางสมใจ ตันติวัฒน์

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๔

การศึกษาวิเคราะห์เทคนิคการให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธีสำหรับนักเรียน

นางสมใจ ตันติวัฒน์

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๓

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)

An Analytical Study of The Counseling Program in Schools Applying Buddhist Teaching

Mrs. Somjai Tantiwat

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
The Requirement for The Degree of
Master of Arts
(Buddhist Studies)
Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
Bangkok, Thailand
C.E. 2011

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

....

(พระสุธีธรรมานุวัตร)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์ .... ประธานกรรมการ

(พระมหาสุทิตย์ อาภากโร,ดร.)

.... กรรมการ

(พระเทพปริยัติเมธี,ผศ. ดร.)

.... กรรมการ

(ศ.ดร.กาญจนา เงารังษี)

.... กรรมการ

(ผศ.ดร.วรกฤต เถื่อนช้าง)

.... กรรมการ

(ดร.ทีปพิพัฒน์ สันตะวัน)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์	พระเทพปริยัติเมธี,ผศ. ดร.	ประธานกรรมการ
	ศ.ดร.กาญจนา เงารังษี	กรรมการ
	ผศ.ดร.วรกฤต เถื่อนช้าง	กรรมการ

ชื่อวิทยานิพนธ์	:	**การศึกษาวิเคราะห์เทคนิคการให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธีสำหรับนักเรียน**
ผู้วิจัย	:	นางสมใจ ตันติวัฒน์
ปริญญา	:	พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (สาขาวิชาพระพุทธศาสนา)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

:	พระเทพปริยัติเมธี,ผศ.ดร.	ป.ธ.๙,กศ.ม.,พธ.ด.(พุทธศาสนา)
:	ศ.ดร. กาญจนา เงารังษี	อ.บ., M.A., Ph.D.
:	ผศ.ดร.วรกฤต เถื่อนช้าง	ป.ธ. ๙, ศษ.บ., ศศ.ม.ปร.ด.

วันที่สำเร็จการศึกษา : ๒๐ มีนาคม ๒๕๕๔

บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่องการศึกษาวิเคราะห์เทคนิคการให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธีสำหรับนักเรียน มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ๓ ประการ คือ (๑) พุทธวิธีการให้คำปรึกษาที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท (๒) เทคนิคการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนในสังคมไทยปัจจุบัน และ (๓) วิเคราะห์เทคนิคการให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธีมาใช้กับนักเรียน การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาในเชิงเอกสาร โดยศึกษาข้อมูลจากพระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา หนังสือและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และนำมาวิเคราะห์สรุปข้อมูลในเชิงพรรณนา ผลการวิจัยพบว่า

๑. พุทธวิธีการให้คำปรึกษาที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท มีวิธีการให้คำปรึกษาที่หลากหลาย และที่สำคัญมี ๒ วิธี ได้แก่ (๑) ตามหลักสมถกรรมฐาน คือมุ่งเน้นให้ผู้รับคำปรึกษาฝึกจิตให้มีความสงบ มีความเข้มแข็ง มีสมาธิในการเผชิญกับปัญหา ความทุกข์ที่ตนได้ประสบอยู่ด้วยปัญญา และ (๒) ตามหลักวิปัสสนากรรมฐาน คือมุ่งให้ผู้รับคำปรึกษาได้พิจารณาตามความเป็นจริง ฝึกฝนให้เกิดสติปัญญา และรู้เท่าทันความคิดของตัวเองตามหลักสัมมาทิฏฐิ ไม่ถูกครอบงำด้วยอำนาจกิเลส

จะเห็นว่า การให้คำปรึกษาทั้ง ๒ วิธี มีจุดมุ่งหมายเดียวกันของการพัฒนามนุษย์แบบองค์รวม ไม่แยกส่วนประกอบระหว่างกายกับใจ และเป็นไปตามลักษณะนิสัยความแตกต่างระหว่างบุคคล โดยพระพุทธองค์ทรงใช้ให้คำปรึกษาตามจริต ๖ เป็นองค์ประกอบสำคัญ

๒. เทคนิคการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนในสังคมไทยปัจจุบัน พบว่า หลักธรรมสำหรับนำมาใช้เพื่อพัฒนาปัญญาของนักเรียนให้เป็นไปในทิศทางที่ถูกต้องของการดำเนินชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะมีจิตสำนึกในหลักศีลธรรม อันเป็นบรรทัดฐานความดีงามของชาวพุทธซึ่งมีคำสอนทางพระพุทธศาสนาเป็นทิศทางสำหรับควบคุมความประพฤติทางกาย วาจา ใจ โดยมีหลักอริยสัจจ์ ซึ่งเป็นทฤษฎีการให้คำปรึกษาที่สำคัญเพื่อนำมาประยุกต์ใช้กับการแก้ปัญหาของมวลมนุษย์เกี่ยวข้องด้วยปัจจัย ๔ สำหรับยังอัตภาพร่างกายให้ดำรงอยู่ได้ และต้องพัฒนาแบบองค์รวมระหว่างทางกายกับทางใจตามหลักภาวนา ๔ เป็นองค์ประกอบสำคัญเพื่อนำไปสู่ผล คือ ความสุขของ มวลมนุษยชาติ

๓. วิเคราะห์เทคนิคการให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธีมาใช้กับนักเรียน พบว่า ผู้ให้คำปรึกษานักเรียนประกอบด้วย พระสงฆ์ พ่อแม่ผู้ปกครอง และครูอาจารย์ จะต้องปฏิบัติตนถูกต้องตามหลักปฏิสัมพันธ์ในครอบครัวและสังคม โดยเฉพาะต้องปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่นักเรียนตามหลัก**ทิศ ๖** เพื่อจะได้น้อมนำไปใช้ในการดำเนินชีวิต ซึ่งเกี่ยวข้องกับการศึกษา การประกอบอาชีพ และการคบหาสมาคมกับเพื่อน ก็ต้องไม่ผิดหลักศีลธรรม อันเป็นจริยธรรมขั้นพื้นฐานของความเป็นมนุษย์ และเป็นตัวชี้วัดความเจริญงอกงามทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ผ่านการพัฒนาตามหลัก**ไตรสิกขา** เพื่อแก้ไขปัญหาของชีวิต และเพื่อเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ คือ มุ่งหวังประโยชน์ตน ประโยชน์ผู้อื่น ประโยชน์ร่วมกันทั้งสองฝ่ายก็ช่วยให้ก้าวหน้าไป และบรรลุประโยชน์ทั้งสามในที่สุด

Thesis Title	:	An analytical Study of The counseling program in Schools applying Buddhist teaching	
Researcher	:	Mrs. Somjai Tantiwat	
Degree	:	Master of Arts (Buddhist Studies)	
Thesis Supervisory Committee			
	:	Phra Theppariyatimathi, Asst. Prof, Ph.D.	Pali IX., B.A., M.A., Ph.D.
	:	Prof. Dr. Kanchana Ngourungsi	B.A., M.A., Ph.D.
	:	Asst. Prof. Dr.Worrakrit Thuenchang	Pali IX., B.A., M.A.,Ph.D.
Date of Graduation	:	20 March 2011	

ABSTRACT

This study on "An Analytical Study of the Counseling Program in Schools applying Buddhist Teaching" had 3 objectives: 1) Buddhist teaching of counseling appeared in the Theravada Buddhist Text; 2) techniques of counseling the juvenile by applying Buddhist teaching in Thai society now and 3) analyze the techniques of counseling for students applying Buddhist teaching. This study was a documentary research which had been gathered the data from the Buddhist scripture of the Three Baskets, commentaries, sub-commentaries and textbooks, including from other related documents and researches. The collected data were studied and analyzed in order to submit its conclusion in description and the results of this study revealed as follows:

1. The Buddhist teaching of counseling appeared in the Theravada Buddhist Text, it showed that there were many approaches of counseling, but the two most important were: 1) The principle of Samatha-kammatthana (tranquility development) emphasized on the counseled person to practice his mind to be calm, strong and had concentration to face any problems or suffering by using his wisdom and 2) The principle of Vipassana-kammatthana (insight development) emphasized on the counseled person to consider things according to the truth, practicing to create wisdom and awareness to know and realize of his own thinking as mentioned in the principle of Sammaditthi (Right Understanding) without the cover of the power of impurities.

We could see that the two ways of counseling above had the same objective on human development as a holistic pattern without the separation of the components between the body and the mind and such development had to be done according to individual characteristic and individual difference, thus, Lord Buddha used Carita (the six types of characteristic behavior) to be the most important component of the counseling.

2. Techniques of counseling the juvenile by applying Buddhist teaching in Thai society now, it found that they aimed to develop the juvenile's wisdom and awareness to the right direction of daily-living, especially, to have the right state of consciousness in morality which had been the best norm for Buddhist people, the Buddhist teaching was the right direction to control the behavior of the body, the words and the mind by using the principle of Ariyasacca (the Four Nobles Truths) be the most important key theory of counseling applying to solve the problems of all human beings related to the 4 factors which could sustain the body to its existence and to develop as a holistic pattern between the body and the mind as the principle of Bhavana 4 (development) to meet the goal which was the happiness of all mankind.

3. Analyzed the techniques of counseling for students applying Buddhist teaching, it revealed that the counselors consisting of the monks, the parents, the guardians and the teachers needed to behave themselves correctly as the principle of good relationship within both the family and the society, especially, be good patterns for their students according to the principle of 6 directions that pointed out on the right way of daily-living concerning their education, careers, and association with good friends without doing the wrong things or out of morality which was the basis norm of ethics for human beings. Developing to identify the growth of human's body, mind, emotion, society, wisdom and awareness could be done by using the principle of the Sikkhattaya (the Threefold Learning: morality, concentration and wisdom) to solve the problems of our lives and be the highest aim for human beings which were for our own benefits, the others' and benefits for both sides helping us to step forward and to achieve those three benefits finally.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยดี เพราะความช่วยเหลือของบุคคลหลายฝ่ายซึ่งผู้วิจัยขอระบุนามเพื่อเป็นการแสดงความขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ (๑) กราบนมัสการ กราบขอบพระคุณพระเดชพระคุณท่านเจ้าคุณ**พระเทพปริยัติเมธี**,(สฤษฎิ์ สิริธโร) ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์นครสวรรค์ เจ้าคณะจังหวัดนครสวรรค์ (๒) ศาสตราจารย์พิเศษ ดร.กาญจา เงารังษี และ (๓) ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรกฤต เถื่อนช้าง อาจารย์ที่ปรึกษา ซึ่งได้ช่วยเหลือให้คำแนะนำ และตรวจแก้ไขวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ด้วยความเมตตาเป็นอย่างสูง

กราบนมัสการขอบพระคุณท่าน พระสุวรรณฐา อินฺทฺริยสํวโร ซึ่งได้ให้ความช่วยเหลือให้คำแนะนำด้านการตรวจรูปแบบการพิมพ์ภาษาไทยและภาษาอังกฤษ จนทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ได้รูปแบบที่ถูกต้องและสวยงาม

ขอขอบพระคุณเจ้าหน้าที่ประจำห้องสมุด ศูนย์บัณฑิตวิทยาลัย และบุคลากรของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์นครสวรรค์ รวมถึงท่านผู้เป็นเจ้าของผลงานได้รจนาผลวิชาการอันทรงคุณค่าทุกท่านที่ผู้วิจัยได้นำมาศึกษาประกอบงานวิจัยฉบับนี้

คุณความดีและประโยชน์อันจะพึงมีจากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอให้เป็นเครื่องสักการะน้อมบูชา แด่พระรัตนตรัย และอุทิศเป็นเครื่องบูชาบิดา มารดา ผู้ให้กำเนิด ครู อุปัชฌาย์ อาจารย์ทั้งหลาย ผู้ประสิทธิ์ประสาธน์สรรพวิชาแก่ผู้วิจัย ขออำนาจบารมีหลวงพ่อพุทธศรีสวรรค์จงปกปักรักษาคุ้มครองให้บิดามารดาและผู้มีพระคุณทุกท่านที่มีส่วนในการทำงานครั้งนี้ทั้งที่เอ่ยนามและไม่ได้เอ่ยนาม ขอให้มีแต่ความสุข ความเจริญตลอดไปด้วยเทอญ

นางสมใจ ตันติวัฒน์

ธันวาคม ๒๕๕๓

สารบัญ

เรื่อง **หน้า**

บทคัดย่อภาษาไทย (ก)
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ (ค)
กิตติกรรมประกาศ (จ)
สารบัญ (ฉ)
สารบัญแผนภูมิ (ฌ)
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ (ญ)

บทที่ ๑ บทนำ ๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา ๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย ๔
๑.๓ ขอบเขตของการวิจัย ๔
๑.๔ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย ๔
๑.๕ ทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง ๕
๑.๖ วิธีดำเนินการวิจัย ๖
๑.๗ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ ๗

บทที่ ๒ พุทธวิธีการให้คำปรึกษาที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ๘
๒.๑ แนวคิดเกี่ยวกับการให้คำปรึกษา ๘
๒.๑.๑ ความหมายการให้คำปรึกษา ๘
๒.๑.๒ องค์ประกอบของการให้คำปรึกษา ๑๑
๒.๑.๓ ประเภทของการให้คำปรึกษา ๑๕
๒.๑.๔ ประโยชน์ของการให้คำปรึกษา ๑๙
๒.๒ พุทธวิธีการให้คำปรึกษาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ๒๒
๒.๒.๑ เทคนิคการให้คำปรึกษาของพระพุทธเจ้า ๒๓
๒.๒.๒ วิธีการให้คำปรึกษาตามหลักสมถและวิปัสสนากรรมฐาน ๒๕
๒.๒.๓ บุคคลที่พระพุทธเจ้าทรงให้คำปรึกษา ๔๑
๒.๒.๔ การให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธีการสอน ๕๔

สารบัญ (ต่อ)

บทที่ ๓ เทคนิคการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนในสังคมไทยปัจจุบัน ๖๑
๓.๑ แนวคิดสำคัญเกี่ยวกับนักเรียน ๖๑
๓.๑.๑ ความหมายของนักเรียน ๖๒
๓.๑.๒ ความต้องการของนักเรียน ๖๕
๓.๑.๓ ปัญหาของนักเรียน ๗๑
๓.๒ การให้คำปรึกษานักเรียนด้วยพุทธวิธี ๗๘
๓.๒.๑ แนวคิดเรื่องการแก้ปัญหา ๗๙
๓.๒.๒ การให้คำปรึกษาตามหลักอริยสัจจ์ ๘๒
๓.๓ กระบวนการและเทคนิคการให้คำปรึกษานักเรียนด้วยพุทธวิธี ๘๕
๓.๓.๑ การให้คำปรึกษาตามหลักกายภาวนา ๘๖
๓.๓.๒ การให้คำปรึกษาตามหลักศีลภาวนา ๘๘
๓.๓.๓ การให้คำปรึกษาตามหลักจิตภาวนา ๙๑
๓.๓.๔ การให้คำปรึกษาตามหลักปัญญาภาวนา ๙๕
๓.๔ สรุปวิเคราะห์การให้คำปรึกษาแก่นักเรียนด้วยพุทธวิธี ๙๗

บทที่ ๔ วิเคราะห์เทคนิคการให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธีมาใช้กับนักเรียน ๑๐๑
๔.๑ ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา ๑๐๑
๔.๑.๑ พระภิกษุสงฆ์กับการให้คำปรึกษานักเรียน ๑๐๑
๔.๑.๒ หลักปฏิสัมพันธ์ในครอบครัวและสังคม ๑๐๙
๔.๑.๓ ผู้รับผิดชอบด้านการจัดการศึกษา ๑๑๕
๔.๒ เนื้อหาสำหรับการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนจากพุทธวิธี ๑๑๘
๔.๒.๑ การให้คำปรึกษาตามหลักสีลสิกขา ๑๑๘
๔.๒.๒ การให้คำปรึกษาตามหลักจิตตสิกขา ๑๒๐
๔.๒.๓ การให้คำปรึกษาตามหลักปัญญาสิกขา ๑๒๒
๔.๓ เป้าหมายการให้คำปรึกษานักเรียนจากพุทธวิธี ๑๒๖
๔.๓.๑ เป้าหมายการพัฒนาชีวิตปัจจุบัน ๑๒๖
๔.๓.๒ เป้าหมายการพัฒนาชีวิตเบื้องหน้า ๑๒๘

สารบัญ (ต่อ)

๔.๓.๓ เป้าหมายการพัฒนาชีวิตสูงสุด ๑๒๙

๔.๔ สรุปวิเคราะห์เทคนิคการให้คำปรึกษานักเรียนจากพุทธวิธี ๑๓๑

บทที่ ๕ สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ ๑๓๕

๕.๑ สรุปผลการวิจัย ๑๓๘

๕.๒ ข้อเสนอแนะ ๑๓๘

๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะทั่วไป ๑๓๙

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป ๑๓๙

บรรณานุกรม ๑๔๑

ภาคผนวก ๑๕๐

ประวัติผู้วิจัย ๑๖๑

สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิที่ **หน้า**

๓.๑ แสดงกระบวนการแก้ปัญหาเพื่อความดับทุกข์ ๘๑
๓.๒ แสดงกระบวนการแก้ปัญหานักเรียนจากพุทธวิธี ๙๙
๔.๑ แสดงจุดเริ่มและการบวนการศึกษา ๑๒๕
๔.๒ แสดงเทคนิคการให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธีสำหรับนักเรียน ๑๓๔

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

อักษรย่อชื่อคัมภีร์ในวิทยานิพนธ์นี้ ใช้อ้างอิงจากคัมภีร์พระไตรปิฎกทั้งภาษาบาลี และฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ฯ พระบรมราชินีนาถ พุทธศักราช ๒๕๓๙ ดังต่อไปนี้

พระวินัยปิฎก

วิ.ม.	(บาลี)	=	วินัยปิฎก	มหาวคฺคปาลิ		(ภาษาบาลี)
วิ.ม.	(ไทย)	=	วินัยปิฎก	มหาวรรค		(ภาษาไทย)
วิ.มหา.	(ไทย)	=	วินัยปิฎก	มหาวิภังค์		(ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

ที.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฎิกวรรค	(ภาษาไทย)
ที.สี.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	สีลขันธวรรค	(ภาษาไทย)
ม.มู.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มูลปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มชฺฌิมนิกาย	มัชฌิมปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.อุ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มชฺฌิมนิกาย	อุปริปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
สํ.ส.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
สํ.สฬา	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังสฬายตนวรรค		(ภาษาไทย)
สํ.นิ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	นิทานวรรคปาลิ	(ภาษาไทย)
สํ.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
องฺ.ติก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ติกนิบาต	(ภาษาไทย)
องฺ.จตุกฺก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
องฺ.ปญฺจก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ปัญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
องฺ.ปฏฺฐก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	อัฏฐกนิบาต	(ภาษาไทย)
องฺ.ฉกฺก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ฉักกนิบาต	(ภาษาไทย)
องฺ.ทสก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ทสกนิบาต	(ภาษาไทย)

องฺ.สตฺตก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	สัตตกนิบาต	(ภาษาไทย)
องฺ.เอกก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	เอกกนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธรรมบท	(ภาษาไทย)
ขุ.ขุ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ขุททกปาฐะ	(ภาษาไทย)
ขุ.จู.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	จูฬนิเทส	(ภาษาไทย)
ขุ.ป.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฏิสัมภิทามรรค	(ภาษาไทย)
ขุ.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	มหานิเทศ	(ภาษาไทย)
ขุ.อิติ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อิติวุตตกะ	(ภาษาไทย)
ขุ.เถร.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	เถรคาถา	(ภาษาไทย)

พระอภิธรรมปิฎก

อภิ.วิ.	(ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	วิภังค์	(ภาษาไทย)
อภิ.สงฺ	(ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	ธรรมสังคณี	(ภาษาไทย)

อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

ที.สี.อ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย	สีลขันธวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
องฺ.ทุก.อ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย	มโนรถปูรณี ทุกนิบาอรรถ	(ภาษาไทย)
องฺ.เอกก.อ	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย	มโนรถปูรณี เอกกนิบาตอรรถกถา	(ภาษาไทย)

การใช้หมายเลขย่อ

การอ้างอิงพระไตรปิฎกฉบับภาษาบาลี ใช้ระบุชื่อคัมภีร์และระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า ตามลำดับ เช่น วิ.มหา. (บาลี) ๑/๑/๑ หมายถึง การอ้างอิงนั้นระบุถึงคัมภีร์ พระวินัยปิฎก ฉบับภาษาบาลี เล่มที่ ๑ ข้อที่ ๑ หน้าที่ ๑

การอ้างอิงพระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ใช้ระบุคัมภีร์และระบุถึง เล่ม/ข้อ/หน้า ตามลำดับ เช่น ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๒/๓๓๕. หมายถึง การอ้างอิงนั้นระบุถึงคัมภีร์ พระสุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค เล่มที่ ๑๐ ข้อที่ ๔๐๒ หน้าที่ ๓๓๕

ส่วนการอ้างอิงอรรถกถา จะแจ้งชื่อ คัมภีร์/ข้อ/หน้า ตามลำดับ เช่น ที.สี.อ. (ไทย), ๔/๗๐/๑ หมายถึง ทีฆนิกาย สีลขันธวรรคอรรถกถา ภาษาไทย

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

อักษรย่อชื่อคัมภีร์ในวิทยานิพนธ์นี้ ใช้อ้างอิงจากคัมภีร์พระไตรปิฎกทั้งภาษาบาลี และฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ฯ พระบรมราชินีนาถ พุทธศักราช ๒๕๓๙ ดังต่อไปนี้

พระวินัยปิฎก

วิ.ม.	(บาลี)	=	วินัยปิฎก	มหาวคฺคปาลิ		(ภาษาบาลี)
วิ.ม.	(ไทย)	=	วินัยปิฎก	มหาวรรค		(ภาษาไทย)
วิ.มหา.	(ไทย)	=	วินัยปิฎก	มหาวิภังค์		(ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

ที.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฏิกวรรค	(ภาษาไทย)
ที.สี.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	สีลขันธวรรค	(ภาษาไทย)
ม.มู.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มูลปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มชฺฌิมนิกาย	มัชฌิมปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.อุ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มชฺฌิมนิกาย	อุปริปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
สํ.ส.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
สํ.สฬา	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังสฬายตนวรรค		(ภาษาไทย)
สํ.นิ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	นิทานวรรคปาลิ	(ภาษาไทย)
สํ.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
องฺ.ติก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ติกนิบาต	(ภาษาไทย)
องฺ.จตุกฺก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
องฺ.ปญฺจก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ปัญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
องฺ.ปฏฺฐก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	อัฏฐกนิบาต	(ภาษาไทย)
องฺ.ฉกฺก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ฉักกนิบาต	(ภาษาไทย)
องฺ.ทสก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ทสกนิบาต	(ภาษาไทย)
องฺ.สตฺตก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	สัตตกนิบาต	(ภาษาไทย)

องฺ.เอกก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	เอกกนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธรรมบท	(ภาษาไทย)
ขุ.ขุ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ขุททกปาฐะ	(ภาษาไทย)
ขุ.จู.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	จูฬนิเทส	(ภาษาไทย)
ขุ.ป.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฏิสัมภิทามรรค	(ภาษาไทย)
ขุ.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	มหานิเทศ	(ภาษาไทย)
ขุ.อิติ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อิติวุตตกะ	(ภาษาไทย)
ขุ.เถร.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	เถรคาถา	(ภาษาไทย)

พระอภิธรรมปิฎก

อภิ.วิ.	(ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	วิภังค์	(ภาษาไทย)
อภิ.สงฺ	(ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	ธรรมสังคณี	(ภาษาไทย)

อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

ที.สี.อ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สีลขันธวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
องฺ.ทุก.อ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย มโนรถปูรณี ทุกนิบาอรรถ	(ภาษาไทย)
องฺ.เอกก.อ	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย มโนรถปูรณี เอกกนิบาตอรรถกถา	(ภาษาไทย)

การใช้หมายเลขย่อ

การอ้างอิงพระไตรปิฎกฉบับภาษาบาลี ใช้ระบุชื่อคัมภีร์และระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า ตามลำดับ เช่น วิ.มหา. (บาลี) ๑/๑/๑ หมายถึง การอ้างอิงนั้นระบุถึงคัมภีร์ พระวินัยปิฎก ฉบับภาษาบาลี เล่มที่ ๑ ข้อที่ ๑ หน้าที่ ๑

การอ้างอิงพระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ใช้ระบุคัมภีร์และระบุถึง เล่ม/ข้อ/หน้า ตามลำดับ เช่น ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๒/๓๓๕. หมายถึง การอ้างอิงนั้นระบุถึงคัมภีร์ พระสุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค เล่มที่ ๑๐ ข้อที่ ๔๐๒ หน้าที่ ๓๓๕

ส่วนการอ้างอิงอรรถกถา จะแจ้งชื่อ คัมภีร์/ข้อ/หน้า ตามลำดับ เช่น ที.สี.อ. (ไทย), ๔/๗๐/๑ หมายถึง ทีฆนิกาย สีลขันธวรรคอรรถกถา ภาษาไทย

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

"ในน้ำมีปลา ในนามีข้าว" และ "สยามเมืองยิ้ม" เป็นคำกล่าวขวัญที่เป็นสัญลักษณ์ของสังคมไทยในอดีตที่แสดงถึงความอุดมสมบูรณ์ด้วยสิ่งแวดล้อม และสภาพจิตใจของคนในสังคม ถ้าจะกล่าวถึงสภาพสังคมปัจจุบันคงมีผู้ที่ไม่เห็นด้วยเป็นจำนวนมาก เพราะสภาพของสังคมไทยขณะนี้ได้เปลี่ยนแปลงไปมากจนน่าเป็นห่วงถึงเยาวชนไทยที่จะเป็นกำลังของชาติในอนาคต ว่าจะเป็นในลักษณะอย่างไร ท่ามกลางสภาวะของปัญหา ซึ่งรองเลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานได้กล่าวถึงสภาพของสังคม และปัญหาคุณธรรมของเด็กเยาวชนไทยไว้ว่า

"ถ้ามองจากที่สังคมสะท้อนให้เห็นเด็กและเยาวชนจะเป็นเรื่องของพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ปัญหาเด็กติดยาเสพติด ปัญหาโรคเอดส์ การมีพฤติกรรมทางเพศไม่เหมาะสม และการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ปัญหาการใช้ความรุนแรง เช่น ปัญหาเด็กยกพวกตีกัน ส่วนเรื่องอื่นอาจจะยังไม่ชัดเจน เด็กที่อยู่ในเมืองอาจมีปัญหาความฟุ่มเฟือยไม่ประหยัด ซึ่งสังคมอาจมองว่าปัญหาคุณธรรม จริยธรรมเสื่อมลง และเป็นปัญหาสังคมโดยรวมซึ่งเกี่ยวพันไปถึงเด็กด้วย"[๑]

สอดคล้องกับสภาวะของปัญหา และความเปลี่ยนแปลงของเยาวชนที่ปรากฏชัดในหน้าสื่อสิ่งพิมพ์ต่างๆ ของสังคมไทยปัจจุบัน ได้ส่งอิทธิพลรุนแรงอย่างต่อเนื่องแก่เยาวชน โดยเฉพาะความนิยมชมชอบวัตถุนิยมมีพฤติกรรมเลียนแบบที่ไม่พึงประสงค์ขัดต่อระบบศีลธรรมและจริยธรรมความเป็นชาวพุทธที่ควรยึดถือปฏิบัติให้บังเกิดมีขึ้น ซึ่งเรื่องนี้นักวิชาการทางด้านจิตวิทยา ได้สะท้อนให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ เกิดลักษณะความอยากรู้ อยากเห็น อยากพิสูจน์ ชอบความตื่นเต้น ความสนุกสนานท้าทาย ต้องการเด่นดัง เป็นที่ยอมรับของเพื่อนๆ และผู้ใหญ่ ทำให้วัยรุ่นมีการแสดงออกขาดการยับยั้งชั่งใจ ขาดการไตร่ตรองอย่างรอบคอบและขาดทักษะการแสดงออกที่ถูกกาลเทศะ และมีแนวโน้มที่จะเกิดปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงได้ง่าย ทั้งนี้เพื่อชดเชยหรือตอบสนองความต้องการทางอารมณ์บางอย่างที่ขาดอยู่ พฤติกรรมเสี่ยงอาจทำให้

---

[๑]มัณฑนา สังขะกฤษณ์, **คุณธรรมนำความรู้สู่สถานศึกษา**, (วารสารวิชาการ: ปีที่ ๑๐ ฉบับที่ ๓ กรกฎาคม - กันยายน, ๒๕๕๐), หน้า ๒-๓.

ปัญหาด้านอารมณ์หายไปชั่วคราว วัยรุ่นจึงมีพฤติกรรมเสี่ยงเกิดขึ้นได้ซ้ำๆ เมื่อทำแล้วเกิดความรู้สึกพอใจก็จะทำต่อเนื่องจนติดเป็นนิสัย[๒] ดังนั้น การจะหาข้อยุติปัญหา พฤติกรรมเยาวชนอันเป็นอนาคตของชาติได้ จะต้องมีกลุ่มบุคคลและองค์กรต่างๆ เข้ามาเป็นเจ้าภาพมีส่วนร่วมของการสร้างความสันติสุขให้เกิดขึ้นแก่สังคม ปราศจากการทะเลาะวิวาท ยกพวกทำลายร่างกายกันจนถึงแก่ชีวิตที่ได้เกิดขึ้นในสถาบันการศึกษาต่างๆ และจะต้องเร่งรีบให้ความช่วยเหลือแก่เยาวชนที่มีปัญหาเหล่านั้น จำเป็นต้องมีผู้ใกล้ชิดให้ความช่วยเหลือมีความเมตตารักใคร่มุ่งหวังดีต่อวัยรุ่นอย่างแท้จริงก็ต้องอาศัยสถาบันครอบครัว และสถาบันการศึกษา ซึ่งเป็นสถาบันมีความเกี่ยวข้องและใกล้ชิดที่สุดกับเยาวชนโดยตรงของการปลูกฝังชี้แนะแนวทางที่ถูกที่ควรเหมาะสมแก่วัยรุ่นได้

แต่ตรงกันข้ามในสภาพปัจจุบันสถาบันครอบครัวไม่อาจเป็นที่พึ่งให้กับเยาวชนได้ เพราะกระแสวัฒนธรรมตะวันตกที่หลั่งไหลเข้ามาโดยขาดการคัดสรรและการควบคุมที่ดี ทำให้สังคมไทยกลายเป็นสังคมวัตถุนิยม หรือสังคมบริโภคนิยมที่ขาดความคิดสร้างสรรค์ ขาดการพึ่งตนเอง เป็นผลให้โครงสร้างของสังคมเปลี่ยนแปลงไป สถาบันหลักในสังคมไทย เช่น ชุมชนชนบท สถาบันครอบครัวล่มสลาย เกิดปัญหาสังคมขึ้นมากมาย โดยสถาบันหลัก ๓ สถาบัน คือ **บ้าน วัด โรงเรียน** ที่เคยทำหน้าที่ให้การศึกษาอบรมเยาวชนมาแต่เดิมคงเหลือเพียงสถาบันโรงเรียนที่ยังทำหน้าที่หลักนี้อยู่ จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่บุคลากรในสถาบันการศึกษาก็คือ “ครู” ต้องเป็นบุคคลที่มีคุณภาพในทุกด้าน ทั้งด้านวิชาการ และด้านคุณธรรม จริยธรรม “ครู” จึงเป็นบุคลากรสำคัญในชีวิตของคน เพราะทุกคนต้องมีครู แต่ทั้งนี้ครูไม่ใช่เป็นเพียงผู้สอนหรือผู้บอกวิชาเพื่อหาเลี้ยงชีพเท่านั้น ครูที่แท้จริงต้องทำหน้าที่ชี้ถูกชี้ผิด อบรมสั่งสอนคุณธรรม สำหรับยกระดับจิตวิญญาณของมนุษย์ให้สูงยิ่งกว่าสัตว์เดรัจฉานด้วย เพื่อให้เยาวชนเติบโตโดยสมบูรณ์[๓]

การช่วยเหลือวัยรุ่นที่มีปัญหา ต้องใช้ความมั่นคงทางจิตใจ ให้เกียรติต่อความคิดเห็นและความรู้สึกของวัยรุ่น มีเจตคติที่ดีว่าเขาจะเปลี่ยนแปลงได้ พยายามช่วยเหลืออย่างจริงใจ สิ่งที่สำคัญต้องรักษาปัญหาของเขาไว้เป็นความลับ หากไม่ได้รับอนุญาตให้เปิดเผย แต่หากปัญหานั้นเป็นเรื่องร้ายแรงควรพูดคุยให้วัยรุ่นรับรู้ถึงความจำเป็น ที่จะต้องบอกให้บุคคลอื่นที่สามารถ

---

[๒]สำนักพัฒนาสุขภาพจิตเด็กและสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์, **ความรู้สุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นสำหรับผู้ปฏิบัติงานเครือข่ายสุขภาพจิต**, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด, ๒๕๔๗), หน้า ๑๘.

[๓]กระทรวงศึกษาธิการ, **คุณธรรมและจิตสำนึกของข้าราชการครู**, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, ๒๕๔๔), หน้า ๑๒.

ช่วยเหลือและทราบถึงปัญหานั้น[๔] การช่วยเหลือเยาวชนในระบบโรงเรียน ปราชญ์ บุญยวงศ์วิโรจน์ อธิบดีกรมสุขภาพจิต ได้กล่าวถึงความสำคัญของการดูแลช่วยเหลือนักเรียนว่า ระบบการดูแลช่วยเหลือเพื่อพัฒนาให้นักเรียนมีคุณภาพทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา มีคุณธรรม จริยธรรม และมีวิถีชีวิตที่เป็นสุขตามที่สังคมมุ่งหวังต้องผ่าน **กระบวนการศึกษา**[๕]

กระบวนการศึกษาที่ว่านี้ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) กล่าวถึงความจำเป็นของการแนะแนวตามหลักพระพุทธศาสนาไว้ว่า หน้าที่ของการแนะแนว คือ การช่วยให้คนพึ่งตนเองได้ และสอดคล้องกับหลักการสำคัญทางพระพุทธศาสนา คือ **อตฺตาหิ อตฺตโน นาโถ** (ตนต้องเป็นที่พึ่งของตน) [๖] ซึ่งโดยทั่วไปคนทั้งหลายยังช่วยเหลือตนเองได้ไม่เต็มที่หรือมีระดับแห่งการพึ่งตนเองยังไม่สมบูรณ์ จึงต้องการผู้มาช่วยแนะแนวบอกทาง เพื่อให้สามารถช่วยเหลือตนเองได้ในระดับที่สูงยิ่งขึ้นไป โดยใช้ภาษา วิธีการ และกิจกรรมต่างๆ เข้ามาช่วยเหลือ ซึ่งเป็นหน้าที่ของผู้แนะแนวและบุคคลผู้ที่จะให้ความช่วยเหลือผู้เรียนด้วยวิธีการทางจิตวิทยาแนะแนวนี้ ปัจจุบันมีหลายกลุ่ม เช่น จิตแพทย์ ครู พระสงฆ์ และผู้มีอาชีพการให้คำปรึกษาโดยตรง ได้แก่ นักจิตวิทยาการให้การปรึกษา โดยใช้วิธีการเรียกว่า การปรึกษาเชิงจิตวิทยา (Counseling) กับผู้มาขอรับความช่วยเหลือ (Client) เพื่อช่วยให้ผู้มีปัญหาสามารถเข้าใจปัญหาของตนอย่างชัดเจน ปรับปรุงทักษะการตัดสินใจและการแก้ปัญหา จนสามารถปรับปรุงพัฒนาตนเองดีขึ้นได้[๗]

ฉะนั้นในฐานะที่ผู้วิจัยเป็นครูแนะแนวมีหน้าที่หลักดูแลช่วยเหลือต่อนักเรียน จึงมีความสนใจใคร่ศึกษา **เทคนิคการให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธีสำหรับนักเรียน** ซึ่งเป็นวิธีการช่วยเหลือและแก้ไขปัญหาของนักเรียนโดยตรงในการที่จะนำไปประยุกต์ใช้ เพื่อพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมของนักเรียนให้สอดคล้องกับแนวนโยบายพัฒนาผู้เรียนให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ และเป็นผู้มีคุณธรรมนำความรู้ เป็นคนดีของสังคมต่อไป

---

[๔]มัณฑนา สังขะกฤษณ์, **คุณธรรมนำความรู้สู่สถานศึกษา**, หน้า ๒๓.

[๕]สำนักพิมพ์สุขภาพจิตและสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์, **ความรู้สุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นสำหรับผู้ปฏิบัติงานเครือข่ายสุขภาพจิต**, หน้า ค.

[๖]พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), **พุทธศาสน์กับการแนะแนว**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, ๒๕๔๔), หน้า ๖-๗.

[๗]รศ.วัชรี ทรัพย์มี, **ทฤษฎีและกระบวนการให้คำปรึกษา**, (กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๒๕), หน้า ๕.

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาพุทธวิธีการให้คำปรึกษาที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๒.๒ เพื่อศึกษาเทคนิคการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนในสังคมไทยปัจจุบัน

๑.๒.๓ เพื่อศึกษาวิเคราะห์เทคนิคการให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธีมาใช้กับนักเรียน

๑.๓ ขอบเขตการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Documentary Research) กำหนดขอบเขตของศึกษาถึงแหล่งข้อมูลดังนี้

๑.๓.๑ ศึกษาจากคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา ซึ่งเกี่ยวข้องกับกระบวนการหรือพุทธวิธีที่พระพุทธองค์ทรงให้คำปรึกษาแก่ พุทธบริษัท ทั้งด้านปริยัติ และปฏิบัติเพื่อช่วยเหลือบุคคลเหล่านั้นสามารถค้นพบหนทางแห่งความดับทุกข์ได้

๑.๓.๒ ศึกษาจากเอกสารงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องถึงกระบวนการให้คำปรึกษาเยาวชน เพื่อให้เยาวชนนั้นสามารถค้นพบทักษะชีวิตของตนเองได้ และ

๑.๓.๓ เมื่อได้ศึกษาวิเคราะห์แหล่งข้อมูลทั้งสองส่วนแล้ว นำมาสังเคราะห์ถึงเทคนิคกระบวนการที่เป็นพุทธวิธีการให้คำปรึกษา และนำมาประยุกต์ใช้ให้สอดคล้องกับวุฒิภาวะ และเพื่อพัฒนาแนวคิดจิตสำนึกของนักเรียนให้มีคุณธรรม จริยธรรม ของการดำเนินชีวิตในสังคม

๑.๔ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

๑.๔.๑ **เทคนิค** หมายถึง กระบวนการดำเนินงาน และเป็นทักษะความสามารถเฉพาะตัวของผู้ดำเนินงานในการให้คำปรึกษา

๑.๔.๒ **การให้คำปรึกษา** หมายถึง กระบวนการให้ความช่วยเหลือนักเรียนให้สามารถฝึกหัดปฏิบัติด้านคุณธรรม จริยธรรม ของตนเองโดยผ่านกระบวนการต่างๆ เช่น การสอน การทำกิจกรรม และเลือกเอาวิธีการที่ได้รับการให้คำปรึกษาไปแก้ไขปัญหาของตนเองได้

๑.๔.๓ **พุทธวิธี** หมายถึง วิธีการให้คำปรึกษาตามรอยวิธีที่ในการช่วยเหลือผู้ที่มาขอรับคำปรึกษาโดยผ่านกระบวนวิธีการสอน

๑.๔.๔ **พุทธวิธีการสอน** หมายถึง วิธีการให้คำปรึกษาตามรอยวิธีที่ในการช่วยเหลือผู้ที่มาขอรับคำปรึกษาโดยผ่านการฟังพระธรรมเทศนา จนได้ค้นพบหนทางพ้นทุกข์ด้วยตนเองซึ่งมีลักษณะเป็นกัลยาณมิตร

๑.๔.๕ **ผู้ให้คำปรึกษา** หมายถึง ผู้มีหน้าที่ให้คำปรึกษาแก่นักเรียน คือผู้ที่มีความใกล้ชิดกับนักเรียน เช่น พ่อแม่ ครู อาจารย์ และพระสงฆ์ เพื่อแนะนำอบรมสั่งสอนให้นักเรียนดำเนินชีวิตถูกต้องไม่ผิดต่อหลักศีลธรรม

๑.๔.๖ **นักเรียน** หมายถึง นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนบรรพตพิสัยพิทยาคม อำเภอบรรพตพิสัยจังหวัดนครสวรรค์

๑.๕ ทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๕.๑ พระมหากิจการ โชติปญฺโญ (ยุติพันธ์) ได้ศึกษาวิจัยการศึกษาพุทธวิธีการให้การศึกษาที่ปรากฎในพระสุตตันติปิฎกพบว่า พุทธวิธีการให้การปรึกษาและกรณีตัวอย่างสามารถนำมาเป็นแบบอย่างประยุกต์ใช้ในการป้องกัน และแก้ไขปัญหาในด้านการศึกษาระหว่างผู้สอนกับผู้เรียน และการจัดการเรียนการสอนด้านของการปกครองระหว่างผู้ทำหน้าที่ปกครองกับผู้อยู่ใต้การปกครอง และด้านเศรษฐศาสตร์ ระหว่างผู้ทำหน้าที่ผลิตกับผู้บริโภค ควรมีหลักธรรมในการปฏิบัติต่อกัน เพื่อช่วยแก้ไขและป้องกันปัญหาอันจะเกิดขึ้นได้ในอนาคต และทำให้สังคมมีความเป็นอยู่ที่ดีอยู่ร่วมกันด้วยความสงบสุข[๘]

๑.๕.๒ พระมหาปรีชาพล ติยานนท์ ได้ศึกษาวิจัยการศึกษาวิเคราะห์บทบาทของพระสงฆ์ในการใช้หลักพุทธธรรมให้คำปรึกษาเพื่อแก้ปัญหาชีวิตแก่ศาสนิกชน สรุปว่า ในอดีตหลักพุทธธรรมที่พระพุทธเจ้าและพระสงฆ์สาวกทั้งหลายใช้ในการแก้ปัญหาภาวะวิกฤตที่เกิดเฉพาะหน้าปัญหาการปรับตัวของบุคคล การป้องกันปัญหาและการส่งเสริมคุณภาพชีวิตด้วยคุณธรรมโดยเน้นไปพัฒนาสติปัญญา สำหรับปัจจุบัน พบว่าพระสงฆ์ได้นำหลักการประยุกต์หลักของโหราศาสตร์และไสยศาสตร์เข้ามาประกอบกันเพื่อปลดเปลื้องทุกข์ได้ในที่สุด[๙]

๑.๕.๓ วัชรา ทองมอญ ได้ศึกษาวิจัยการนำหลักพุทธธรรมมาประยุกต์ใช้ในการให้การปรึกษาเพื่อลดความเครียดของผู้ติดเชื้อเอชไอวี ในโครงการของโรงพยาบาล บำราศนราดูร สรุปว่า การฝึกอบรมการประยุกต์พุทธธรรมในการให้การปรึกษา เพื่อลดความเครียดได้ คือการมีสติโดยใช้ หลักสติปัฏฐาน ๔ คิดเป็นแบบโยนิโสมนสิการและคิดถูกโดยใช้อิทัปปัจจยตา อริยสัจ ๔

---

[๘]พระมหากิจการ โชติปญฺโญ (ยุติพันธ์), “การศึกษาพุทธวิธีในการปรึกษาที่ปรากฏในพระสุตตปิฎก”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย), ๒๕๕๐.

[๙]พระมหาปรีชาพล ติยานนท์, “การศึกษาวิเคราะห์บทบาทของพระสงฆ์ในการใช้หลักธรรมให้คำปรึกษาเพื่อแก้ปัญหาชีวิตแก่ศาสนิกชน”, **วิทยาลัยนิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล), ๒๕๓๕.

และไตรสิกขา จึงพบว่าการทดลอง และทฤษฎีสามารถนำผู้ติดเชื้อเอชไอวี ไปสู่ความสุข เห็นคุณค่าของตนเองสูง และลดความเครียดได้จริงด้วยกัลยาณมิตร[๑๐]

๑.๕.๔ นิคม สังห์สูตร ได้ศึกษาวิจัยการพัฒนาเครื่องมือและวิธีการวัดตัวบ่งชี้คุณธรรมจริยธรรมของผู้เรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ความเมตตากรุณา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และเสียสละเพื่อส่วนรวม พบว่าข้อมูลที่ได้จากการวิเคราะห์ทั้งสองวิธีมีความสอดคล้องกัน จากการสกัดองค์ประกอบที่สำคัญองค์ประกอบเดียว คือ ความเมตตากรุณา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เสียสละเพื่อส่วนร่วม และจากการวิเคราะห์ลักษณะหลากหลายวิธี ให้ค่าสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์ที่มีค่าความตรงเชิงคล้อยตามค่อนข้างต่ำ และค่าความตรงจำแนกไม่เป็นไปตามหลักการวิเคราะห์ลักษณะหลายวิธีเนื่องจากคุณสมบัติของสิ่งที่วัดทั้ง ๓ ด้าน มีความเกี่ยวข้องซึ่งกันและกันสูงในการนำไปใช้จึงสามารถเลือกวัดตัวบ่งชี้ใดตัวบ่งชี้หนึ่งก็ได้[๑๑]

๑.๕.๕ สนอง เครือมาก ได้ศึกษาวิจัยการพัฒนารูปแบบการเรียนรู้ตามหลักพุทธธรรม เพื่อพัฒนาเอกลักษณ์แห่งตนของนิสิตนักศึกษา พบว่ารูปแบบการเรียนรู้ตามหลักพุทธธรรมสามารถพัฒนาเอกลักษณ์แห่งตนทั้ง ๗ องค์ ประกอบตามทฤษฎีของชิกเกอริง และไรเซอร์หรือต้นความดี กับด้านความสุข ของนักศึกษากลุ่มทดลองได้สูงกว่ากลุ่มควบคุมสูงกว่าเกณฑ์ปกติและมีเอกลักษณ์แห่งตนอยู่ในระดับมากที่สุด[๑๒]

๑.๖ วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาเชิงเอกสาร โดยผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยศึกษาข้อมูลจากแหล่งวิชาการต่างๆ ดังนี้

๑.๖.๑ ศึกษาเอกสารปฐมภูมิ จากพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช พร้อมทั้งอรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา และปกรณ์วิเสสที่เกี่ยวข้อง

---

[๑๐]วัชรา ทองมอญ, “การศึกษานำหลักพุทธธรรมมาประยุกต์ใช้ในการให้การปรึกษาเพื่อลดความเครียดของผู้ติดเชื้อเอชไอวีในโครงการของโรงพยาบาลบำราศนราดูร”, **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล), ๒๕๔๑.

[๑๑] นิคม สิงห์สูตร, “การพัฒนาเครื่องมือและวิธีการวัดตัวบ่งชี้คุณธรรมจริยธรรมของผู้เรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน : ความเมตตากรุณา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และเสียสละเพื่อส่วนร่วม”, **วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยนเรศวร), ๒๕๔๖.

[๑๒]สนอง เครือมาก, “**คู่มือการฝึกอบรมและบทความวิจัย : การพัฒนารูปแบบการเรียนรู้ตามหลักพุทธธรรม ฉบับปรับปรุง**, (นครสวรรค์ : สำนักพิมพ์วิสุทธิ์การพิมพ์, ๒๕๔๐) , หน้า ๒๕.

๑.๖.๒ ศึกษาเอกสารทุติยภูมิ จากเอกสารวิชาการ และงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการหรือเทคนิคการให้คำปรึกษา

๑.๖.๓ เมื่อศึกษาวิเคราะห์แหล่งข้อมูลทั้งสองส่วนแล้ว นำมาสังเคราะห์ถึงเทคนิคกระบวนการที่เป็นพุทธวิธีการให้คำปรึกษา นำมาประยุกต์ใช้ให้สอดคล้องกับวุฒิภาวะและความพร้อมด้านร่างกาย และพัฒนาแนวคิดจิตสำนึกมีคุณธรรม จริยธรรม ในการดำเนินชีวิต

๑.๖.๔ สรุปผลของการศึกษา และนำเสนอข้อมูลที่ได้รับจากการศึกษามาเป็นแบบอย่างสำหรับประยุกต์ใช้จัดการเรียนการสอนให้มีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะยึดหลักศีลธรรมในการดำเนินชีวิต

๑.๗ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๗.๑ ทำให้ทราบถึงเทคนิคการให้การปรึกษาที่ปรากฏอยู่ในคัมภีร์พระพุทธศาสนา

๑.๗.๒ ทำให้เกิดองค์ความรู้ใหม่ ในการบูรณาการหลักการทางพระพุทธศาสนามาใช้เป็นแนวทางของการให้คำปรึกษาเรียกว่า พุทธวิธีการให้คำปรึกษา

๑.๗.๓ ทำให้เกิดประโยชน์โดยตรงแก่นักเรียน ผู้มารับคำปรึกษา และเป็นเยาวชนแบบอย่างที่ดีของสังคม ทางด้านวินัย มีคุณธรรม จริยธรรม และดำเนินชีวิตมุ่งประโยชน์ส่วนรวม

บทที่ ๒

พุทธวิธีการให้คำปรึกษาที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

การศึกษาเทคนิคการให้คำปรึกษาที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ในบทนี้ ผู้วิจัยได้แบ่งกรอบของการศึกษาไว้ ๓ หัวข้อใหญ่ๆ คือ (๑) แนวคิดเกี่ยวกับการให้คำปรึกษา (๒) พุทธวิธีการให้คำปรึกษาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท และ (๓) การให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธีการสอน ซึ่งการที่ผู้วิจัยได้แบ่งหัวข้อการศึกษาดังกล่าวก็เพื่อแสดงให้เห็นถึงภาพรวมของการศึกษาแต่ละประเด็นมีรายละเอียดดังนี้

๒.๑ แนวคิดเกี่ยวกับการให้คำปรึกษา

การศึกษาแนวคิดการให้คำปรึกษาเป็นปัจจัยสำคัญ และเป็นบ่อเกิดของทฤษฎีทางจิตวิทยาการให้คำปรึกษาได้นำมาใช้เพื่อพัฒนากลุ่มคนและองค์กรต่างๆ ในทุกสังคม ซึ่งในที่นี้ ผู้จัยขอเสนอแนวคิดที่เป็นประโยชน์ต่อการวิจัยดังนี้

๒.๑.๑ ความหมายการให้คำปรึกษา

การให้คำปรึกษา ถือเป็นกระบวนการในเชิงจิตวิทยา เพราะการให้คำปรึกษานั้นมักใช้กันทั่วไปในสังคมในแง่ของความเข้าใจที่ว่าใครๆ ก็สามารถให้คำปรึกษาได้ ซึ่งแท้จริงแล้วมีความต่างกันระหว่างการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยา กับการให้คำปรึกษาคนทั่วๆ ไปที่ใช้กันอยู่ เพื่อให้มีความกระจ่างชัดของรากศัพท์ การให้คำปรึกษา หรือ (Counseling) ความหมายในภาษาอังกฤษ ซึ่งคำนี้มาจากศัพท์ภาษาลาตินว่า Consilium หมายถึง “กับ” “ด้วยกัน” ตามรูปศัพท์ การให้คำปรึกษา มีความหมายในตัวเองตามนัยของนักจิตวิทยาการให้คำปรึกษา และมีผู้รู้ทั้งหลายได้ให้คำนิยามไว้ดังนี้

Carter V. Good ได้ให้คำจำกัดความว่า การให้คำปรึกษา หมายถึงการช่วยเหลือบุคคลเป็นการส่วนตัวเกี่ยวกับปัญหาต่างๆ[๑] ส่วนความในปทานุกรมการศึกษา ได้จำกัดความว่า การให้คำปรึกษา หมายถึง กระบวนการให้ความช่วยเหลือต่อผู้ที่รับการปรึกษา ในปัญหาด้านการศึกษา การอาชีพ และปัญหาส่วนตัว และมีกระบวนการเก็บวิเคราะห์ข้อมูล การแสวงหาลู่ทาง

---

[๑] อุษณีษ์ เย็นสบาย, **จิตวิทยาแนะแนว**, (กรุงเทพมหานคร : โอ.เอส.พริ้นติ้ง เฮาส์, ๒๕๓๓), หน้า ๕๗.

ในการแก้ปัญหา ซึ่งผู้ที่จะทำหน้าที่ในการให้คำปรึกษานั้น จะต้องเป็นผู้ที่มีความเชี่ยวชาญทางการให้ความช่วยเหลือ และมีความพยายามช่วยให้ผู้มีปัญหาสามารถตัดสินใจด้วยตนเองได้[๒]

Burke & Steffire ได้ให้คำจำกัดความของการให้การปรึกษาว่า การให้การปรึกษาเป็นสัมพันธภาพทางวิชาชีพ ระหว่างผู้ให้การปรึกษาที่ผ่านการฝึกอบรมกับผู้รับการปรึกษา สัมพันธภาพนี้ปกติเป็นสัมพันธภาพสองต่อสอง ระหว่างผู้ให้การปรึกษากับผู้รับการปรึกษา แต่อาจมีคนมากในกรณีของการให้คำปรึกษากลุ่ม ซึ่งมีจุดมุ่งหมายเพื่อช่วยให้ผู้รับการปรึกษาเข้าใจตนเอง และสิ่งแวดล้อม สามารถแก้ปัญหาต่างๆ ได้ด้วยตนเอง[๓]

พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต) ได้ให้ทัศนะไว้ว่า การให้การปรึกษาเป็นการแนะแนวที่จะให้บุคคลสามารถช่วยเหลือตนเองได้ โดยทั่วไปคนทั้งหลายยังพึ่งตนเองได้ไม่เต็มที่หรือมีระดับการพึ่งตนเองที่ยังไม่สมบูรณ์ จึงต้องการผู้มาชี้แนะให้การปรึกษา เมื่อช่วยตัวเองไม่ได้ก็ต้องมีผู้ช่วยให้พึ่งตนเองได้โดยใช้ภาษา และกิจกรรมเข้ามาช่วย เป็นต้น การช่วยคนให้ช่วยตนเองได้เป็นหน้าที่ของการแนะแนวการให้การปรึกษา[๔]

Pietrofisa ได้ให้คำนิยามว่า การให้การปรึกษา เป็นกระบวนการของสัมพันธภาพในการให้ความช่วยเหลือ ซึ่งเต็มไปด้วยความอบอุ่น การยอมรับ และเข้าใจระหว่างผู้ให้การปรึกษาซึ่งเป็นนักวิชาชีพที่ได้รับการฝึกอบรมในการให้การช่วยเหลือผู้รับการปรึกษาที่ต้องการความช่วยเหลือ เพื่อให้ผู้ได้รับการปรึกษาเข้าใจตนเอง และสิ่งแวดล้อมเพิ่มขึ้น ตลอดถึงเรียนรู้พฤติกรรมใหม่ๆ มีทัศนคติใหม่ๆ เกิดขึ้นสำหรับนำไปประกอบการตัดสินใจแก้ปัญหา หรือพัฒนาตนเองในด้านต่างๆ[๕] เช่น ความสนใจ ความถนัด ความสามารถ ตลอดจนให้ตระหนักถึงความต้องการของตนเอง และช่วยให้ผู้รับการปรึกษาได้ดำเนินการตามจุดมุ่งหมายที่วางไว้ และสามารถพัฒนาตนเองจนถึงที่สุด[๖]

---

[๒]Good, C.V., **Dictionary of Education**, (New York: McGraw - Hill Book Company, 1985), p. 195.

[๓]Burke, H.M. Jr., & Stefflre, B., **Theories of Counseling**, 3rd ed., (ZNew York: McGraw - Hill Book Company, 1979), P. 182.

[๔]พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), **พุทธศาสตร์กับการแนะแนว**, (กรุงเทพมหานคร: กองทุนวุฒิธรรมเพื่อการศึกษา และปฏิบัติธรรม, ๒๕๓๔), หน้า ๘.

[๕]Pietrofesa, John L., **Counseling: Research and Practice**, (Chicago: Kand Mcnally College publishing Coun, 1975), P. 193.

[๖]Patterson, C.H., **Theories of Counseling and Psychotherapy**, 2nd ed., (New York: Row, Publisher, 1973), p.187.

Wren ได้ให้ความหมายของการให้คำปรึกษาว่า การให้คำปรึกษาเป็นความสัมพันธ์ระหว่างคนสองคนซึ่งมีวัตถุประสงค์และมีความเคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ กระบวนการของความสัมพันธ์จะเปลี่ยนแปลงอยู่เรื่อยๆ ตามธรรมชาติหรือลักษณะความต้องการของนักเรียน กระบวนการนี้จะมีความหมายร่วมมือของผู้ให้และผู้รับอยู่เสมอและมีจุดสนใจตนเอง และตัดสินใจอย่างแน่วแน่หรือการกำหนดแนวทางของตนโดยตัวนักเรียนเอง[๗]

Rogers กล่าวไว้ว่า การให้การปรึกษา เป็นกระบวนการที่โครงสร้างของอัตตา ได้รับการผ่อนคลายในสภาพที่ปลอดภัยภายใต้บรรยากาศ และสัมพันธภาพในการปรึกษา ทำให้ประสบการณ์เดิมที่ผู้รับการปรึกษาไม่สามารถเผชิญหรือยอมรับได้ และถูกนำมารับรู้ไปผสมผสานกันเป็นการรู้จักตนเองในแนวทางใหม่ที่ถูกต้อง[๘]

อาภา จันทรสกุล ให้ความหมายไว้ว่า การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการให้ความช่วยเหลือผู้ที่มารับคำปรึกษาได้พบปะกันภายใต้สัมพันธภาพที่ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง สภาพแวดล้อม และปัญหาที่กำลังเผชิญหน้าอยู่ได้ดีขึ้น ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคและวิธีการทางจิตวิทยาช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีโอกาสสำรวจความรู้สึก ค่านิยม ตลอดจนข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับตนเอง เพื่อนำไปสู่ทักษะในการแก้ปัญหาและตัดสินใจเลือกวิธีการในการแก้ปัญหาและเป้าหมายในการดำเนินชีวิตของตนเองได้อย่างเหมาะสม[๙]

Ivey ได้ให้คำนิยามของการให้การปรึกษาไว้ว่า การให้การปรึกษาเป็นกระบวนการให้ความช่วยเหลือบุคคลปรกติให้สามารถบรรลุถึงวัตถุประสงค์ หรือสามารถปฏิบัติตนต่อสิ่งต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ[๑๐]

จากการนิยามความหมายของผู้รู้ทั้งหลาย **พอสรุปความว่า** การให้คำปรึกษา (**Counseling**) หมายถึง กระบวนการช่วยเหลือผู้ที่มาขอรับคำปรึกษา เพื่อที่จะบรรลุเป้าหมายหรือความประสงค์ที่คาดหวังไว้ พร้อมทั้งสามารถตัดสินใจแก้ปัญหาด้วยตนเองได้ โดยมีขั้นตอนปฏิบัติ

---

[๗]อ้างใน อุษณีษ์ เย็นสบาย, **จิตวิทยาแนะแนว**, หน้า ๕๗.

[๘]Rogers, Carl R, Client - Centered therapy: Its Current Practice; Implications and Theapy, (Boston: Houghton Miffin Company, 1951). อ้างใน รศ.วัชรี ทรัพย์มี, **ทฤษฎีและกระบวนการให้บริการปรึกษา**, (กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๓), หน้า ๓.

[๙]อาภา จันทรสกุล, **ทฤษฎีและวิธีการให้คำปรึกษา**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษา และแนะแนว มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๓๕), หน้า ๒.

[๑๐]Levy, Allen E, and Dawning, Lynn Synek, Counseling and Psychotherapy: Skills, (Theories and practices, 1980), p.86.

อย่างชัดเจน นอกจากนั้นแล้วผู้ที่อยู่ในฐานะให้คำปรึกษา จะต้องได้ผ่านกระบวนการฝึกฝนอบรมมาอย่างดี เพื่อที่จะอำนวยความสะดวกในการตัดสินใจอย่างใดอย่างหนึ่งท่ามกลางบรรยากาศที่อบอุ่นเป็นกันเอง และมีความเข้าใจกับผู้มาขอรับคำปรึกษาอย่างถูกต้องได้

นอกจากจะทราบนิยามศัพท์ต่างๆ ของกระบวนการให้คำปรึกษาดังกล่าวแล้ว ก็ยังมีความจำเป็นที่จะต้องรู้องค์ประกอบของการให้คำปรึกษาด้วย เพราะการให้คำปรึกษาได้ชี้ประเด็นตรงไปที่ตัวบุคคล นั่นก็คือ มนุษย์ เนื่องจากมนุษย์นั้นถือว่าเป็นสัตว์ที่อ่อนแอที่สุด และไม่สามารถเลี้ยงตัวเองได้ในระยะเริ่มแรกของการคลอดได้เจริญการเติบโตต่อมาก จะต้องได้รับการ อบรมดูแลอย่างดีจึงสามารถมีชีวิตรอดได้ แม้ว่าจะเป็นสัตว์ประเสริฐก็ตาม ซึ่งก็มีความแตกต่างจากสัตว์เดรัจฉานทั้งหลายที่สามารถเลี้ยงตัวเองได้เมื่อได้เกิดออกมาแล้ว ฉะนั้นองค์ประกอบของความช่วยเหลือหรือการให้คำปรึกษาจึงเป็นการพัฒนาคำว่า มนุษย์

๒.๑.๒ องค์ประกอบของการให้คำปรึกษา

การให้คำปรึกษา ถือได้ว่าเป็นสิ่งที่สำคัญและมีความจำเป็นในทุกองค์กร และทุกสถาบันของสังคมโดยเฉพาะสถาบันครอบครัว จัดเป็นสถาบันแรกที่ได้ให้คำปรึกษาอบรมบ่มเพาะฝึกฝนพัฒนากุลบุตรกุลธิดาให้เจริญเติบโตทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และสติปัญญา ซึ่งองค์ประกอบสำคัญของการให้คำปรึกษานั้น ก็คือตัวบุคคลที่ยังต้องพัฒนาในด้านพฤติกรรมต่างๆ ที่แสดงออกมาผ่านสื่อสิ่งพิมพ์ทุกแขนงทั้งในเชิงที่สร้างสรรค์ และเป็นผลในเชิงลบต่อสังคมโดยเหตุความนิยมชมชอบค่านิยมแบบใหม่ที่หลั่งไหลเข้ามาทำให้เยาวชนขาดการไตร่ตรองพิจารณาอย่างมีเหตุผลและเลือกเอามาปฏิบัติโดยเลียนแบบที่ผิดๆ ขัดต่อขนบธรรมเนียมความเป็นไทย

ดังนั้น การที่จะช่วยเหลือเยียวยารักษาความเป็นเอกลักษณ์ของชาติที่บรรพชนได้สร้างสรรค์ไว้ในกาลก่อนให้ดำรงคงอยู่คู่กับวัฒนธรรมอันล้ำค่าของชาตินั้น ก็ต้องเร่งรีบปลูกฝังจิตสำนึกของเยาวชนให้มีความหวงแหนจริยธรรมความเป็นชาติเอาไว้ ซึ่งเยาวชนก็จะต้องได้รับการฝึกฝนพัฒนาในทางที่ถูกที่ควรด้วย เนื่องจากมนุษย์นั้นเป็นสัตว์สังคมที่พิเศษแตกต่างจากสัตว์อื่นๆ เพราะในเมื่อมนุษย์ได้ฝึกฝนพัฒนาดีแล้วย่อมได้ชื่อว่า “เป็นสัตว์ที่ประเสริฐ” รู้จักดำเนินชีวิตที่ดีงามด้วยตนเอง และช่วยให้สังคมดำรงอยู่อย่างสันติสุข โดยเฉพาะเยาวชนผู้เป็นสมาชิกใหม่ของมนุษยชาตินั้นต้องรับการศึกษา (สิกขา) เพื่อพัฒนาตนสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์[๑๑]

---

[๑๑]พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **ธรรมนูญชีวิต**, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์การศาสนา กรมการศาสนา, ๒๕๔๐), หน้า ๑.

จากความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ดังกล่าวนั้น ก็ให้รู้ต่อไปอีกว่ามีวิธีการอย่างไรที่จะสามารถพัฒนาความเป็นคนสู่สภาพความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ได้ ก็ต้องอาศัยการให้คำปรึกษาหารือแนะแนวเพื่อหาลู่ทางช่วยเหลือเป็นองค์ประกอบสำคัญ เพื่อให้การพัฒนาจากความเป็นคนสู่เป้าหมายความเป็นมนุษย์ที่พัฒนาแล้ว โดยเรื่องของการพัฒนานี้ จัดได้ว่าเป็นองค์ประกอบหนึ่งของการให้คำปรึกษา ดังเช่นทัศนะของพระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต) ได้กล่าวถึง การพัฒนาชีวิตมนุษย์ ที่เป็นองค์ประกอบสำคัญยิ่งในลักษณะองค์รวมประสานกัน ๔ ด้าน มีรายละเอียดดังนี้[๑๒]

๑. **พัฒนากาย** คือ การพัฒนาร่างกายให้แข็งแรง มีสุขภาพดี และพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพอย่างถูกต้องดีงามในทางที่เป็นคุณประโยชน์ เช่น การมีปัจจัย ๔ พอที่จะดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างผาสุก และใช้ปัจจัย ๔ อย่างถูกต้องเพื่อคุณค่าแท้รวมถึงสิ่งแวดล้อมทางวัตถุที่เสริมความเป็นอยู่ว่าควรใช้อย่างไรให้เกิดคุณประโยชน์ที่แท้จริงตลอดจนรู้จักถือเอาประโยชน์จากธรรมชาติในลักษณะที่ถูกต้อง การปฏิบัติโดยทำให้ถูกต้องให้ดีขึ้นเหล่านี้ จัดเป็นเรื่องการพัฒนากาย เรียกว่า กายภาวนา ถ้าเป็นคนก็เรียกว่า ภาวิตกาย แปลว่า เป็นคนที่พัฒนากายแล้ว

๒. **พัฒนาศีล** คือ การพัฒนาการอยู่ร่วมในสังคมด้วยดี อย่างเกื้อกูลเป็นประโยชน์ และมีอาชีพที่ถูกต้องโดยประกอบสัมมาอาชีพ เรียกว่า ศีลภาวนา ถ้าเป็นคนได้พัฒนาศีล เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ภาวิตศีล ซึ่งการพัฒนาศีลจะเป็นพื้นฐานไปสู่การพัฒนาจิตต่อไป

๓. **พัฒนาจิต** คือ การพัฒนาคุณสมบัติของจิต ฝึกอบรมเสริมสร้างจิตให้พรั่งพร้อมสมบูรณ์ ๓ ด้าน คือ ด้านคุณธรรม (คุณภาพจิต) เช่น ความมีเมตตากรุณา ความรักเป็นมิตรปรารถนาประโยชน์สุขแก่ผู้อื่น ด้านความสามารถของจิต (สมรรถภาพจิต) เช่นความมีสติดี วิริยะ อดทน เข็มแข็งมั่นคง เพียรพยายาม และด้านสุขภาพที่ดีของจิต (สุขภาพจิต) เช่น จิตใจที่เป็นสุข สดชื่น สงบ ผ่องใส พร้อมที่จะยิ้มแย้มแช่มชื่น การพัฒนาจิต เรียกว่า จิตภาวนา ถ้าเป็นบุคคลที่ฝึกอบรม พัฒนาจิตแล้ว ก็เรียกว่า ภาวิตจิต

๔. **พัฒนาปัญญา** คือ การพัฒนาความรู้ความเข้าใจเริ่มตั้งแต่ปัญญาเป็นความรู้ความเข้าใจในศิลปวิทยาการ ความรู้ทางวิชาการ ต่อจากนั้นก็ลึกซึ้งลงไปอีก คือการรับรู้เรียนรู้อย่างถูกต้องตามความเป็นจริง ไม่บิดเบือนหรือเอนเอียงด้วยอคติ และเหนือขึ้นไป ก็คือการวินิจฉัยซึ่งหมายถึงการคิดวินิจฉัยด้วยการใช้ปัญญาโดยบริสุทธิ์ใจ ไม่ถูกครอบงำบัญชาโดยกิเลสและตัณหา ซึ่งจะทำให้เกิดปัญญาในระดับสูงขึ้นไปอีก คือปัญญาที่รู้จักเข้าใจโลกและชีวิตตามเป็นจริง

---

[๑๒]พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), **การศึกษา : เครื่องมือพัฒนาที่ยังต้องพัฒนา**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (ปัตตานี: มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี, ๒๕๓๖), หน้า ๙๕-๑๐๕.

รู้ทางเสื่อมทางเจริญ เหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้อง รู้วิธีแก้ไขปัญหา และสร้างสรรค์ความสำเร็จพัฒนาตน พัฒนาชีวิตและสังคมให้เจริญดีงามยิ่งขึ้นไป และปัญญาในขั้นสุดท้าย คือปัญญาที่รู้เท่าทันธรรมดาของสังขาร คือโลกและชีวิตถึงขั้นที่ทำให้จิตใจเป็นอิสระหลุดพ้นจากความทุกข์โดยสมบูรณ์ (วิมุตติ)[๑๓] การพัฒนาปัญญานี้เรียกว่า ปัญญาภาวนา ถ้าเป็นคนเรียกว่า ภาวิตปัญญา คือคนที่ได้ฝึกอบรมพัฒนาปัญญาแล้ว

ดังนั้น องค์ประกอบการให้คำปรึกษาเพื่อพัฒนามนุษย์ให้สมบูรณ์ข้างต้น มีลักษณะความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกัน ซึ่งเมื่อได้พัฒนาให้เกิดความสมดุลครอบคลุมครบบริบูรณ์แล้วการดำเนินไปของชีวิตที่ประกอบด้วยปัญญา ก็ทำให้ชีวิตสามารถพัฒนาไปสู่ศักยภาพสูงสุด นั่นคือ ชีวิตประสบแต่ความสุข และแบ่งปันความสุขให้บังเกิดขึ้นแก่สังคมประเทศชาติ ซึ่งเป็นผลสืบเนื่องจากการพัฒนาตรงเป้าหมายหรือตรงจุด กล่าวคือ คนเป็นศูนย์กลางของการพัฒนา โดยคนเป็นตัวตั้งของการพัฒนาทั้งหลาย เมื่อคนได้รับการพัฒนาดีแล้ว ก็จะบรรลุภาวะเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ เมื่อคนชนิดนี้ไปอยู่ที่จุดไหนของสังคม เขาก็จะมีส่วนผลักดันให้จุดนั้นพัฒนาไปด้วย ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม การเมือง ศาสนาและวัฒนธรรม โดยผ่านกระบวนการทางการศึกษา หรือเรียกว่า "การศึกษาตลอดชีวิต[๑๔] (Life-long Education)" ดังที่ยูเนสโกได้แนะแนวเอาไว้[๑๕]

ทีนี้องค์ประกอบของการให้คำปรึกษามีเป้าหมายอันเดียวกัน ก็คือเพื่อพัฒนาคนสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ผ่านกระบวนการทางการศึกษา ไม่ว่าการศึกษานั้นจะอยู่ลักษณะการสอนแบบใดก็ตาม แม้พระพุทธเจ้าก็ทรงให้ปรึกษาเพื่อที่จะช่วยเหลือผู้ได้รับความทุกข์ มีปัญหาชีวิตต่างๆ ผ่านกระบวนการที่เรียกว่า "เทศนา" โดยเป้าหมายหลักของการเทศนาคือการอบรมสั่ง

---

[๑๓]**วิมุตติ** หมายถึง ความหลุดพ้นจากกิเลส ๕ อย่าง คือ *(๑) ตทังควิมุตติ* คือ พ้นด้วยธรรมคู่ปรับหรือพ้นชั่วคราว *(๒) วิกขัมภนวิมุตติ* คือ พ้นด้วยข่มหรือสะกดไว (๓) *สมุจเฉทวิมุตติ* คือ พ้นด้วยตัดขาด *(๔) ปฏิปัสสัทธิวิมุตติ* คือพ้นด้วยสงบ และ *(๕) นิสสรณวิมุตติ* คือ พ้นด้วยออกไป *วิมุตติทั้ง ๕ อย่างนี้ ๒ อย่างแรกเป็นโลกิยวิมุตติ ๓ อย่างหลังเป็น โลกุตตรวิมุตติ* อ้างใน พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอส. อาร์ต พริ้นติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด , ๒๕๕๐), หน้า ๒๓๔.

[๑๔]**การศึกษาตลอดชีวิต** หมายถึง การศึกษาที่เกิดจากการผสมผสานระหว่างการศึกษาในระบบ การศึกษานอกระบบ และการศึกษาตามอัธยาศัย เพื่อให้สามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตได้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต

[๑๕]พระเทพโสภณ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), **ทิศทางการศึกษาไทย**, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖), หน้า ๑๘-๑๙.

สอนเกี่ยวกับหลักพระพุทธศาสนา โดยเรื่องของการอบรมนี้ มั่นเกียรติ โกศลนิรัฒน์วงษ์ ได้จำแนกการเทศนา หรือการแสดงธรรมไว้ ๒ ประการคือ[๑๖]

๑. **บุคลาธิษฐานเทศนา** หมายถึง การเทศนามีบุคคลเป็นที่ตั้ง เทศนาอ้างธรรมโดยยกคนขึ้นอ้างแก่คนเป็นหลักฐานในการอธิบาย

๒. **ธรรมาธิษฐานเทศนา** หมายถึง การเทศนามีธรรมเป็นที่ตั้ง เทศนาอ้างธรรมแสดงโดยยกหลักตัวสภาวะขึ้นอ้าง

จากนัยของการอบรมสั่งสอนหรือการเทศนา ๒ ประการข้างต้น ถือเป็นการชี้แจงแสดงความอธิบาย โดยยกตัวอย่างคน หรือยกหัวข้อธรรมะมาอธิบายให้ฟัง เข้าใจ และได้พิจารณาให้เห็นตามสภาพความเป็นจริงเกี่ยวกับเหตุที่ก่อให้เกิดความทุกข์ ไม่สบายกาย ไม่สบายใจ จนกระทั่งผู้ที่มีความทุกข์นั้น สามารถระงับความทุกข์ได้ด้วยตนเอง พร้อมทั้งยังนำหัวข้อธรรมที่ได้รับน้อมนำไปพฤติปฏิบัติเป็นแนวทางของการดำเนินชีวิตได้ ซึ่งเป็นผลเกิดจากการรับคำชี้แนะบอกทางสว่างที่พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ ฉะนั้น การเทศน์ จึงหมายถึง การชี้แจงให้คำแนะนำ หรือการเสนอแนวทางให้ และมีความสอดคล้องกับการช่วยเหลือทางพุทธธรรม ซึ่งพระพุทธองค์ทรงตรัสชี้ทางกับโมคคัลลานพราหมณ์ ซึ่งได้กล่าวถึงพระพุทธองค์ตอนหนึ่งว่า...

ท่านพระโคดม พระภาษิตของพระองค์ชัดเจนไพเราะยิ่งนัก พระองค์ทรงประกาศธรรมแจ่มแจ้ง โดยประการต่างๆ เปรียบเหมือนบุคคลหงายของที่คว่ำเปิดของที่ปิด บอกทางแก่ผู้หลงทางหรือตามประทีปในที่มืดด้วยตั้งใจว่า คนมีตาดีจะเห็นรูปได้ ข้าพระองค์นี้ขอถึงท่านพระโคดมพร้อมทั้งพระธรรม และพระสงฆ์ว่าเป็นสรณะของท่านพระโคดมโปรดทรงจำข้าพระองค์ ว่าเป็นอุบาสกผู้ถึงสรณะตั้งแต่วันนี้เป็นต้นไปจนตลอดชีวิต[๑๗]

จากพระพุทธพจน์แสดงให้เห็นว่า การแสดงธรรมของพระพุทธองค์ถือเป็นวิธีที่มีความเรียบง่ายไม่มีพิธีรีตองแต่อย่างไร แท้จริงแล้วการแสดงธรรม ก็คือการสนทนากับคนๆ หนึ่ง หรือหมู่หนึ่ง โดยพระพุทธองค์ทรงอธิบายความย้อนถามเมื่อควรย้อนถาม ยอมให้ค้านเมื่อสงสัย ทรงชี้แจงพร้อมด้วยตัวอย่างมาเปรียบเทียบ ทำให้บุคคลมีสติเห็นแนวทางดับทุกข์ และปฏิบัติเพื่อการดับทุกข์ได้อย่างสิ้นเชิง การแสดงธรรมของพระพุทธองค์ ไพเราะในเบื้องต้น ท่ามกลาง และที่สุด[๑๘]

---

[๑๖]มั่นเกียรติ โกศลนิรัติวงษ์, **พุทธธรรม ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษา**, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ สุวีริยาศาสน์, ๒๕๔๑), หน้า ๑๖๐.

[๑๗]ม. อุ. (ไทย) ๑๔/๗๘/๘๔.

[๑๘]พุทธทาสภิกขุ, **ตามรอยพระอรหันต์**, (ราชบุรี : ธรรมดานิยม, ๒๕๓๐), หน้า ๑๑๑-๑๑๒.

ด้วยเหตุนี้ การแสดงธรรม จึงมีคุณลักษณะตรงกับการให้การปรึกษาดังกล่าวมาแล้วข้างต้น เนื่องจากการแสดงธรรมนั้น ถือเป็นกระบวนการชี้ทางเพื่อช่วยเหลือมนุษยชาติทั้งหลายให้มีดวงตาเห็นธรรม เห็นทุกข์ และแนวทางในการดับทุกข์ แก้ปัญหาบรรลุสู่ความสงบ และสว่างแห่งชีวิต ดังพุทธดำรัสที่ว่า “**จรถ ภิกฺขเว จาริกํ พหุชน หิตาย พหุชนสุขาย โลกานุกมฺปาย อตฺถาย หิตาย สุขาย เทวมนุสฺสานํ**.”[๑๙] หมายความว่า เธอทั้งหลายจงเที่ยวจาริกไปเพื่อประโยชน์เกื้อกูลแก่คนหมู่มาก เพื่อความสุขแก่คนหมู่มาก เพื่ออนุเคราะห์โลก เพื่อประโยชน์ เพื่อเกื้อกูล เพื่อความสุขแก่เทวดา และมนุษย์ทั้งหลาย ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงแสดงธรรม งามในเบื้องต้น งามในท่ามกลาง และงามในที่สุด จงประกาศพรหมจรรย์พร้อมทั้งอรรถ พร้อมทั้งพยัญชนะบริสุทธิ์บริบูรณ์สิ้นเชิงสัตว์ทั้งหลายผู้มีธุลีในจักษุเป็นปรกติมีอยู่ เพราะไม่ได้ฟังธรรมย่อมเสื่อมรอบผู้รู้ทั่วถึงซึ่งธรรมจักมี[๒๐]

จากพุทธพจน์นี้ แสดงให้เห็นว่า แม้แต่พระองค์ก็ทรงแนะนำให้คำปรึกษาเหล่าสาวกทั้งหลายในการออกไปเผยแผ่พระธรรมคำสอนของพระองค์ เพื่อช่วยเหลือพุทธบริษัททั้งหลายให้มีความรู้ความเข้าใจศาสนธรรมอย่างทองแท้ มีใจศรัทธาในคำสอน นั้นคือเป้าหมายและทางพ้นจากความทุกข์ ด้วยวิธีการต่างๆ โดยเฉพาะพระองค์ทรงสอนให้เข้าใจ เหตุแห่งความทุกข์ ย่อมรับความทุกข์ ด้วยกระบวนการทางปัญญา และหาวิธีการจัดการกับความทุกข์นั้นให้สิ้นเชิงได้

ฉะนั้น **สรุปว่า** องค์ประกอบการให้คำปรึกษา คือได้เน้นที่ตัวบุคคลเป็นหลัก และเป็นองค์ประกอบสำคัญ พร้อมกันนี้ได้ยกหัวข้อธรรมะมาแสดงไว้ บอกทางสว่างให้เพื่อที่จะได้ช่วยเหลือผู้มีปัญหาและมีความทุกข์นั้น สามารถที่หาทางดับจากความทุกข์ได้ ซึ่งมีพระองค์ทรงเป็นกัลยาณมิตร จึงเรียกว่าเป็นพุทธวิธีให้คำปรึกษา

๒.๑.๓ ประเภทของการให้คำปรึกษา

ประเภทของการให้คำปรึกษา ถือเป็นศาสตร์สำคัญที่ศึกษาเกี่ยวข้องกับใจของมนุษย์ เพราะมนุษย์นั้นต่างมีระบบความคิด ระบบการมองโลกแตกต่างกันอย่างสิ้นเชิง แม้จะเป็นพี่น้องอยู่ในครอบครัวเดียวกัน ต่างคนต่างมีแนวความคิดที่แตกต่างกันออกไป ด้วยเหตุนี้ หากเราสามารถอ่านใจของคนออกแล้ว สามารถคาดคะเนพฤติกรรมของคนนั้นได้ ซึ่งเรื่องนี้ตามหลักพระพุทธศาสนา เรียกความแตกต่างกันนี้จัดอยู่ในลักษณะของ**จริต ๖** คือ (๑) ราคะจริต (๒)

---

[๑๙] วิ.ม. (บาลี) ๔/๓๒/๒๗.

[๒๐] วิ.มหา. (ไทย) ๔/๓๒/๔๐.

โทสะจริต (๓) โมหะจริต (๔) วิตกจริต (๕) ศรัทธาจริต และ (๖) พุทธจริต[๒๑] เรื่องของจริตถือเป็นส่วนสำคัญของประเภทการให้คำปรึกษา เนื่องจากเป็นกระบวนศึกษาเกี่ยวกับตัวคนโดยตรง ส่วนรายละเอียดของจริตทั้ง ๖ อย่างจะได้กล่าวพรรณนาในข้อ (บุคคลที่พระพุทธเจ้าทรงให้คำปรึกษา)

การศึกษาเรื่องของจริตทั้ง ๖ ประการ ดังกล่าวนั้น มีความสอดคล้องกับการศึกษาของนักจิตวิทยาที่สนใจศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมของมนุษย์ คือ **จิตวิทยาพัฒนาการ** (Development psychology) ถือเป็นแขนงวิชาที่มุ่งศึกษาพฤติกรรมของคนวัยต่างๆ กัน เพื่อให้รู้ว่าบุคคลพัฒนาการมาอย่างไร ในแต่ละวัยมีสิ่งใดเกิดขึ้นบ้าง และสาเหตุของการเกิดขึ้นนั้นๆ เป็นอย่างไร เพื่ออธิบายพัฒนาการอันจะนำไปสู่การเข้าใจการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับมนุษย์อย่างแท้จริง ตั้งแต่แรกของชีวิตจนกระทั่งตายไป นอกจากนี้แล้ว วัตถุประสงค์สำคัญของจิตวิทยาพัฒนาการ คือพยายามที่จะเข้าใจบุคคลทั้งที่เป็นส่วนบุคคล การอยู่รวมกันเป็นกลุ่ม และการเข้าใจถึงระดับสติปัญญา ลักษณะของอารมณ์ เพื่อจะช่วยให้บุคคลทำงานร่วมกันได้อย่างราบรื่นได้ การทำงานก็ต้องเกี่ยวข้องกับคนหมู่มาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งแพทย์ พยาบาล ครู บิดามารดา นักบริหาร และนักสังคมสงเคราะห์ ตลอดทั้งนักจิตวิทยาก็ใช้ประโยชน์จากจิตวิทยาแขนงนี้ด้วย[๒๒]

การที่นักจิตวิทยาพยายามศึกษาทำความเข้าใจเกี่ยวกับ **อารมณ์** (Emotions) ถือเป็นลักษณะเฉพาะของแต่ละบุคคล คือ มีสภาพความเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจ ซึ่งเป็นผลสืบเนื่องมาจากการปฏิสัมพันธ์ระหว่างสิ่งเร้าและอินทรีย์ และการแสดงโต้ตอบนั้นเป็นไปตามสถานการณ์[๒๓] การมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างสิ่งเร้ากับอินทรีย์ที่ว่านี้ ก็ได้เชื่อมโยงเข้ากับสภาวะสังคมปัจจุบันที่เยาวชนของชาตินั้น รู้เท่าไม่ถึงการณ์ เสพวัฒนธรรมวัตถุนิยมแบบฝรั่ง ลืมรากเหง้าวัฒนธรรมอันดีงามของตนที่บรรพชนได้สร้างสรรค์เอาไว้ นั่นคือได้ล่วงละเมิดศีลธรรม กระทำผิดในทรัพย์สิน ในคู่ครองลูกเมียของผู้อื่น เป็นไปตามตัณหาตนปรุงแต่งขึ้น (มีสิ่งเร้า+ล่วงละเมิด)

---

[๒๑] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๓, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอส. อาร์ พริ้นติ้ง แมส โปรกดักส์ จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๑๘๙-๑๙๐.

[๒๒] สุชา จันทน์เอม, **จิตวิทยาพัฒนาการ**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทโรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, ๒๕๔๐) หน้า ๑.

[๒๓] พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์, **ทฤษฎีจิตวิทยาพัฒนาการ**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท แอคทิฟ พริ้นติ้ง จำกัด, ๒๕๔๗), หน้า ๗๑.

โดยขาดความละอายเกรงกลัวต่อบาปกรรม ซึ่งเรื่องนี้พระพุทธองค์ทรงสั่งสอนให้พุทธบริษัทมีความสำรวมระวังใน**อินทรีย์** หรือเรียกว่า **อายตนะ**[๒๔]

อย่างไรก็ตาม การที่จะสอนคนให้เข้าใจเรื่องของอายตนะ ถือเป็นสิ่งอยู่ใกล้ตัวเราที่สุด คือ อวัยวะร่างกายทั้งหลาย แม้มนุษย์รู้จัก หรือไม่รู้จักก็ตาม แต่มันทำหน้าที่ของมันอยู่ โดยมนุษย์ผู้เป็นเจ้าของไม่รู้และไม่ได้ใส่ใจที่จะรู้ จนบางคราวมันเกิดความวิปริตหรือทำหน้าที่บกพร่องขึ้น มนุษย์จึงหันมาสนใจศึกษา เพราะเป็นแดนรับรู้และเสพเสวยโลก แล้วมีความเกี่ยวข้องกับ **ขันธ์ ๕** อันเป็นองค์ประกอบสำคัญของชีวิต ซึ่งสามารถแบ่งความสัมพันธ์กันออกเป็น ๒ ภาค แต่ละภาคนั้น มีระบบทำงานอาศัยช่องทางที่ชีวิตจะติดต่อเกี่ยวข้องกับโลกได้ เรียกว่า **ทวาร** หมายถึง ประตู หรือ ช่องทาง แต่นิยมใช้คือคำว่า **อายตนะ** มีดังนี้

๑. ***ภาครับรู้และเสพเสวยโลก*** อาศัย **ทวาร ๖** คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ สำหรับรับรู้และเสวยโลก ซึ่งปรากฏแก่มนุษย์โดยลักษณะและอาการต่างๆ ที่เรียกว่า **อารมณ์ ๖** คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และธรรมารมณ์

๒. ***ภาคแสดงออกหรือภาคกระทำต่อโลก*** อาศัย ทวาร ๓ คือ กาย วาจา ใจ (กายทวาร วาจาทวาร มโนทวาร) สำหรับกระทำต่อโลก โดยแสดงออกมาเป็นการทำ การพูด และการคิด (กายกรรม วจีกรรม มโนกรรม)[๒๕]

จากความสัมพันธ์กันทั้ง ๒ อย่าง ทำให้ผู้วิจัย ได้เข้าใจถึงลักษณะความแตกต่างกันของแต่ละบุคคลต่อไปอีก อันเกี่ยวข้องกับการแสดงออกถึงอารมณ์[๒๖] หรือความหลากหลายด้านพฤติกรรมที่แสดงออกมาทั้ง ทางกาย ทางวาจา และทางใจ ทั้งที่เป็นกุศลกรรม และอกุศลกรรม ขึ้นอยู่กับตัวบุคคลเป็นสำคัญ ไม่ขึ้นต่ออำนาจใดสั่งการ กระทำในเรื่องนั้นๆ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้ให้ทัศนะ**ความแตกต่างระหว่างบุคคล ๒ อย่าง** ซึ่งทางภาษาพระเรียกว่า

---

[๒๔]**อินทรีย์** หรือเรียกว่า **อายตนะ** แบ่งออกเป็น ๒ ส่วน คือ *(๑) อายตนะภายใน ๖* ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ และ *(๒) อายตนะภายนอก ๖* คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสทางกาย และอารมณ์ที่เกิดกับใจ. อ้างใน พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม**,หน้า ๒๐๒-๒๐๓.

[๒๕]พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม (ฉบับเดิม)**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๔, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๔), หน้า ๒๖-๒๗.

[๒๖]**อารมณ์พื้นฐานแบ่งออก ๘ ชนิด หรือ ๔ คู่ ตรงข้างกัน** ได้แก่ (๑) การยอมรับ (Acceptance) กับการรังเกียจ (Disgust) (๒) ความกลัว (Fear) กับความโกรธ (Anger) (๓) ความประหลาดใจ (Surprise) กับความคาดหวัง (Anticipation) และ (๔) ความเศร้า (Sadness) กับความสนุกสนาน (Joy) อ้างใน สุวรี ศิวะแพทย์, **จิตวิทยาทั่วไป**, (กรุงเทพมหานคร : โอ.เอส. พริ้นติ้ง เฮ้าส์, ๒๕๔๙), หน้า ๑๔๙.

ความยิ่งและหย่อน คือ ความแตกต่างระหว่างบุคคลเราต้องมี "**บุคคลัญญุตา**" คือการรู้จักบุคคลตามความแตกต่าง ๒ ด้าน คือ

ด้านที่ ๑ ความแตกต่างแนวตั้ง เรียกว่า ความแตกต่างด้านอินทรีย์ เป็นความแตกต่างโดยระดับการพัฒนา ว่าเด็กพัฒนาไปได้แค่ไหน เช่น มีปัญญาแค่ไหน มีสติ มีสมาธิ แค่ไหน

ด้านที่ ๒ ความแตกต่างแนวนอน เรียกว่า ความแตกต่างด้านอธิมุตติ หมายถึงความโน้มเอียง ความสนใจ ความถนัด อัธยาศัย พื้นนิสัยที่ต่างๆ กัน

รวมความว่า ด้านความถนัดอัธยาศัยนี้ ท่านยกให้หรือส่งเสริมตามที่เหมาะสม แต่ต้องแยกจากการพัฒนาด้านอินทรีย์ เพราะด้านอินทรีย์นั้น เราจะต้องให้เด็กพัฒนาโดยอาศัยด้านที่ถนัดนั่นมาหนุนการพัฒนาด้านอินทรีย์ด้วย อย่าให้สุดโต่ง ไม่ใช่จะยอมจนกระทั่งเด็กต้องสูญเสียหรือพลาดโอกาส แม้แต่การพัฒนาด้านอินทรีย์ ก็มิใช่ท่านให้ฝืน แต่ท่านให้สร้างปัจจัยภายในตัวใหม่ขึ้นมา แล้วปัจจัยภายในตัวนี้ก็มาทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงท่าทีและสภาพจิตหรืออารมณ์ความรู้สึก เช่น ทำให้การฝืนกลายเป็นการฝึก การเสียกลายเป็นการได้ ตลอดจนทำให้ทุกข์กลายเป็นสุขได้ เหมือนกันกับการที่**พระพุทธเจ้าทรงตั้งพระอรหันต์เป็นเอตทัคคะในด้านต่างๆ กัน องค์นี้เป็นนักอยู่ป่า องค์นี้เป็นนักเทศน์สอนประชาชน องค์นี้ถนัดด้านสังคม องค์นี้ถนัดด้านเงียบ ๆ**[๒๗]

จะเห็นว่า การที่พระพุทธองค์ทรงแต่งตั้งความสามารถหรือความถนัดของแต่ละท่านที่เรียกว่า **เอตทัคคะ** ด้านต่างๆ นั้น เป็นการจำแนกประเภทของการให้คำปรึกษาอย่างชัดเจนเพื่อที่จะให้มีความเหมาะสมกับภูมิธรรมที่เหล่าสาวกทั้งหลายได้ตรัสรู้นั่นเอง ฉะนั้น จึงสรุปหลักของการให้คำปรึกษาไว้เป็น ๒ ประเภท กล่าวคือ

๑. **การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล** (Individual Counseling) การให้คำปรึกษาประเภทนี้ เป็นแบบที่ได้รับความนิยม และถูกนำมาใช้ในหน่วยงานต่างๆ เพื่อให้สมาชิกในองค์กรเพิ่มประสิทธิภาพการปฏิบัติงานให้สูงขึ้น ทำให้คนในองค์กรได้ตระหนักถึงความรู้สึกเกี่ยวกับปฏิกิริยาและการแสดงออกของอารมณ์ของตนและผู้อื่น เข้าใจความสำคัญของทัศนคติ ความเชื่อค่านิยม แรงจูงใจ พฤติกรรมต่างๆ ของบุคคล เข้าใจความสำคัญของการเสริมแรงและการต่อต้านการเปลี่ยนแปลง คนสามารถกำหนดเป้าหมายและการประพฤติปฏิบัติของตนเองได้

---

[๒๗]อ้างใน ธรรมนิพนธ์ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), (CD-ROM ฉบับเรียนพระไตรปิฎก), **พัฒนาการแบบองค์รวมของเด็กไทย**, หน้า ๓๓.

๒. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม (Group Counseling) การให้คำปรึกษาประเภทนี้ เป็นการให้คำปรึกษาเชิงกระบวนการ คือบุคคลมีความต้องการแก้ไขปัญหาใดปัญหาหนึ่งร่วมกัน เป็นกลุ่มเพื่อปรึกษาหารือซึ่งกันและกัน โดยมีผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้ช่วยเหลือสมาชิกในกลุ่ม เพื่อที่จะได้พิจารณากำหนดปัญหา แสดงออกเกี่ยวกับความรู้สึกและความคิดเห็นของแต่ละคน กล้าที่จะเผชิญปัญหา หรือปรับปรุงตนเอง และได้ตระหนักว่าผู้อื่นก็มีความขัดแย้งหรือความคิดเห็นเช่นเดียวกับตน ไม่ใช่เขาคนเดียวที่มีปัญหาและอย่างน้อยยังมีอีกคนหนึ่ง คือผู้ให้คำปรึกษาที่ยอมรับและเข้าใจเขา เช่น การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแก่คนงาน ที่มีปัญหาเกี่ยวกับนโยบายใหม่ หรือมีความต้องการที่จะปรับปรุงวิธีการทำงาน เป็นต้น[๒๘]

จากประเภทของการให้คำปรึกษา ๒ กรณี ดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยจึงสรุปลงในลักษณะที่เป็นเป้าหมายสำคัญของประเภทการให้คำปรึกษา หรือการแนะแนวไว้ ๓ ลักษณะ ดังนี้

๑. การแนะแนวการศึกษา เป็นการชี้แนะให้นักเรียน หรือผู้รับบริการรู้จักเลือกเรียนได้เหมาะสมกับความสามารถ และความถนัด รู้จักตัดสินใจเลือกเรียนต่อได้

๒. การแนะแนวอาชีพ เป็นการชี้แนะให้นักเรียน หรือผู้รับบริการ ปรึกษารู้จักเลือกอาชีพที่เหมาะสมกับความสามารถ ความถนัดของตนเอง และรู้จักปรับตัวในการประกอบอาชีพนั้นๆ

๓. การแนะแนวส่วนตัวและสังคม เป็นการชี้แนะให้ผู้รับบริการปรึกษาแก้ปัญหาด้วยตัวเองในเรื่องปัญหาการเรียน สังคม และส่วนตัว[๒๙] และต่อไปประโยชน์ของการให้คำปรึกษา

๒.๑.๔ ประโยชน์ของการให้คำปรึกษา

จากที่ผู้วิจัยได้ศึกษามาทั้งหมดซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับ การนิยามความหมาย องค์ประกอบ ประเภท และท้ายสุดก็มาถึงประโยชน์ของการให้คำปรึกษา ที่กำลังกล่าวถึงอยู่นี้ถือเป็นกระบวนการศึกษาเกี่ยวข้องกับตัวมนุษย์ เนื่องจากมนุษย์นั้น จะต้องได้รับการฝึกฝนอบรมบ่มเพาะในทุกๆ ด้านของร่างกาย ตั้งแต่วัยเยาว์จนกระทั่งเข้าศึกษาในระดับต่างๆ และประสบผลสำเร็จได้นั่น ก็เกิดจากการมีกัลยานิมิตที่ดี เช่น บิดามารดา ครูบาอาจารย์ และสภาพแวดล้อมในที่นั้นๆ เอื้ออำนวยต่อการศึกษาแนะแนว หรือการให้คำปรึกษามีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด จึงจะสามารถพัฒนาเด็กเป็นไปในทางที่มุ่งหวังได้

---

[๒๘]http://portal.in.th/psy-may/pages/1565/,เข้าถึงข้อมูลเมื่อ (7/6/2010)

[๒๙]ม.ร.ว. สมพร สุทัศนีย์, **การทดสอบทางจิตวิทยา**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๔), หน้า ๒๔๙.

การที่จะพัฒนาเด็กให้บรรลุเป้าหมาย หรือความมุ่งหวังของประเทศชาตินั้น คือ เด็กดีมีจริยธรรม ดำเนินชีวิตอยู่ในกรอบของความดี ไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน ซึ่งเรื่องของการพัฒนาเด็กหรือเยาวชนที่ว่านี้ **พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต)** ได้เสนอแนะแนวทางของการพัฒนาเด็กหรือเยาวชนตามหลักพระพุทธศาสนา คือจะต้องพัฒนาตามหลัก **ภาวนา ๔**[๓๐] ด้าน ให้มีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกัน ดังนี้

๑. การพัฒนาด้านความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางวัตถุ เรียกว่า "กายภาวนา" ซึ่งแปลเป็นภาษาอังกฤษว่า Physical development เหมือนของฝรั่ง แต่ความหมายไม่เหมือนกัน ในภาษาอังกฤษ หมายถึง การพัฒนาร่างกายให้แข็งแรงเจริญเติบโตมีสุขภาพดี แต่ในภาษาพระ หมายถึง การพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางด้านกายภาพ เช่น กินอาหาร ใช้เสื้อผ้า เครื่องนุ่งห่ม เทคโนโลยี ฟังวิทยุ ดูทีวี สิ่งบริโภค สิ่งที่พบเห็นได้ยินได้ฟัง คือ ประสบการณ์ต่างๆ ให้เกิดผลดี ทั้งหมดนี้เรียกว่า **กายภาวนา**

๒. การพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางสังคมกับเพื่อนมนุษย์ คือ การอยู่ร่วมตั้งแต่ในครอบครัว เป็นต้นไป ให้เป็นความสัมพันธ์ที่ดี ช่วยเหลือเกื้อกูล ไม่เบียดเบียนกัน เรียกว่า **ศีลภาวนา** ตรงกับ Social development

๓. การพัฒนาด้านจิตใจ คือ เรื่องของคุณธรรม ความดี เรื่องของสมรรถภาพจิตใจ ความเข้มแข็ง หมั่นเพียร อดทน ความมีสติ สมาธิฯลฯ และด้านความสุข ความสดชื่นเบิกบานทุกอย่างที่อยู่ในจิตใจ กว้างกว่าคำว่า Emotion คือคลุม Emotion ด้วย เรียกว่า **จิตภาวนา**

๔. การพัฒนาด้านความรู้ ความเข้าใจ คือ ความหมายเกยๆ กันกับของฝรั่ง แต่ไม่ตรงกันทีเดียว เพราะฝรั่งเน้นด้านการคิดเหตุผล ที่เขาเรียกว่า Mental development ก็คือ Intellectual development แต่ของเราเน้นการรู้ตรงตามความเป็นจริงเรียกว่า **ปัญญาภาวนา**[๓๑]

จากเป้าหมายหรือประโยชน์หลักของการให้คำปรึกษาทั้ง ๔ ด้าน ดังกล่าว ถือเป็นกระบวนการของการให้คำปรึกษาที่มุ่งพัฒนาเด็กให้บรรลุวัตถุประสงค์ตามที่คาดหวังไว้ซึ่งสามารถแบ่งออกเป็น ๔ ลักษณะ ของการศึกษาแนะแนวตามที่ **ม.ร.ว.สมพร สุทัศนีย์** ได้เสนอไว้ดังนี้[๓๒]

---

[๓๐] **ภาวนา** หมายถึง การทำให้มีขึ้น, ทำให้เกิดขึ้น, การเจริญ, การบำเพ็ญ. ดูรายละเอียดใน พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอส. อาร์. พริ้นติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๑๗๒.

[๓๑] อ้างใน ธรรมนิพนธ์ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), (CD-ROM ฉบับเรียนพระไตรปิฎก), **พัฒนาการแบบองค์รวมของเด็กไทย**, หน้า ๑๖-๑๗.

[๓๒] ม.ร.ว. สมพร สุทัศนีย์, **การทดสอบทางจิตวิทยา**, หน้า ๒๔๘.

๑. **งานแนะแนว** จัดขึ้นเพื่อให้ผู้รับบริการปรึกษาทุกคนรู้จักตนเองในด้านต่างๆ

๒. **เข้าใจพฤติกรรม** เพื่อให้ครู ผู้บริหารและบุคลากรในโรงเรียนเข้าใจพฤติกรรมของนักเรียน นักศึกษา ทั้งพฤติกรรมที่เหมาะสมและไม่เหมาะสมเพื่อหาแนวทางในการแก้ไขปรับปรุงพฤติกรรมดังกล่าว

๓. **เป็นแนวทางในการแก้ไข** เพื่อปรับปรุงหลักสูตรการเรียน การสอนให้เหมาะสมเพื่อให้นักเรียน นักศึกษามีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้น และ

๔. **เป็นการลดปัญหาตกซ้ำชั้น** คือ การไม่มีที่เรียน ไม่มีงานทำ และปัญหาอื่นๆ ได้

นอกจากนี้แล้ว **จุดมุ่งหมายของชีวิต** มีวัตถุประสงค์และความต้องการดังนี้ (๑) เพื่อจะได้มีแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ดีงาม (๒) เพื่อใช้สำรวจตนด้วยตนเอง และเพื่อจะได้มีความมั่นใจในตนเอง ในการที่จะพัฒนาให้ยิ่งขึ้นไป ในทางพระพุทธศาสนาสอนไว้ว่า ชีวิตที่ดีงามจะต้องดำเนินให้บรรลุถึงจุดหมาย ๓ ชั้น คือ

๑. **ประโยชน์ปัจจุบัน** หรือจุดหมายที่มองเห็นของชีวิตนี้ คือประโยชน์ทางด้านสุขภาพ เศรษฐกิจ สังคม การเมือง เช่น มีทรัพย์สินที่จะพึ่งตนเองได้ในทางเศรษฐกิจ ทางสังคมก็มีเพื่อนฝูงรักใคร่ มีบริวาร มีสถานะเป็นที่ยอมรับของคนทั้งหลายเหล่านี้ เรียกว่า ประโยชน์เบื้องต้น

๒. **ประโยชน์เบื้องหน้า** คือมีชีวิตที่ดีงาม มีคุณค่า มีคุณธรรมความดี เป็นประโยชน์ทำให้มีความมั่นใจในคุณค่าของชีวิตของตน เริ่มตั้งแต่เป็นผู้มีความพฤติดีงาม มีปัญญารู้เข้าใจโลก และชีวิตพอสมควร ได้ทำความดีงามบำเพ็ญประโยชน์ไว้ เป็นความมั่นใจในคุณค่าของชีวิตของตนเอง ซึ่งเชื่อมโยงไปถึงโลกหน้าด้วย คือทำให้มีความมั่นใจในชีวิตเบื้องหน้า ไม่ต้องกลัวปรโลก จึงเป็นประโยชน์ระยะยาว ต่างจากข้อแรกที่เป็นประโยชน์เฉพาะหน้าระยะสั้น

๓. **ประโยชน์สูงสุด** คือการมีจิตใจเป็นอิสระ ด้วยปัญญาที่รู้เท่าทันความจริงของโลกและชีวิต หลุดพ้นจากความครอบงำของกิเลสและความทุกข์ สามารถทำจิตให้ปลอดโปร่งผ่องใสได้ทุกเวลา แม้จะมีอารมณ์เข้ามากระทบก็ไม่หวั่นไหว ไม่ขุ่นมัว ไม่เศร้าหมอง แต่โปร่งโล่งปราศจากความทุกข์ เป็นประโยชน์สูงสุด เรียกว่า **ปรมัตถะ**

รวมความว่า ประโยชน์ หรือ จุดมุ่งหมายหลัก ๓ ขั้น นั่นคือ (๑)ทิฏฐธัมมิกัตถะ ประโยชน์ปัจจุบัน ต่อหน้า ตาเห็นได้ (๒) สัมปรายิกัตถะ ประโยชน์เบื้องหน้า ลึกล้ำ ระยะยาว และ (๓) ปรมัตถะ ประโยชน์สูงสุด หลุดพ้น เหนือกาล แต่ถ้าแบ่งตามแนวราบ ประโยชน์นั้น จะแยกออกเป็น ๓ ประเภท คือ

๑. อัตตัตถะ หมายถึง ประโยชน์ตน

๒. ปรัตถะ หมายถึง ประโยชน์ผู้อื่น

๓. อุภยัตถะ หมายถึง ประโยชน์ร่วมกันทั้งสองฝ่าย

เพราะฉะนั้น ประโยชน์ตนเองก็ตามทำให้ได้ ๓ ขั้น ทั้งปัจจุบัน เบื้องหน้า และสูงสุด ส่วนประโยชน์ผู้อื่นก็ต้องช่วยให้เขาบรรลุทั้ง ๓ ขั้นนั้น และประโยชน์ส่วนร่วมกันทั้งสองฝ่าย ก็ต้องส่งเสริมสนับสนุนการมีส่วนรวม ทั้งรูปธรรม และนามธรรม ซึ่งจะช่วยให้ทั้งตนและผู้อื่นก้าวหน้าไปในการบรรลุประโยชน์ทั้งสามข้างต้น[๓๓]

โดยสรุป เป้าหมายของการให้คำปรึกษาตามแนวพุทธธรรม คือเป็นการพัฒนาปัญญาของแต่ละบุคคล ช่วยให้คนมีสติสัมปชัญญะ อย่างสมบูรณ์ บริสุทธิ์ ไม่หลงติดตามกระแสแห่งโลก สามารถกำหนดและคัดสรรพิจารณาสิ่งทั้งหลายทั้งปวงว่า เป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง เป็นความทุกข์ และไม่มีความเป็นตัวเป็นตน เมื่อเรามีกระบวนการคิดอย่างนี้ ก่อให้เกิดปัญญาชาญฉลาด ทำให้กิเลสค่อยๆ เบาบางลงหมดสิ้นไป และยอมรับความจริงของธรรมชาติและชีวิตได้

๒.๒ พุทธวิธีการให้คำปรึกษาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

ก่อนที่จะพูดถึงหลักการหรือเทคนิคการให้คำปรึกษานั้น ก็ควรที่กล่าวถึงสภาพความเป็นอยู่ของมนุษย์ในการดำเนินชีวิตประจำวัน ว่ามีสภาพความเปลี่ยนแปลงขัดข้องแปรปรวน ความเดือดร้อน ความเจ็บป่วยไม่สบายกายไม่สบายใจ ความสูญเสียเป็นต้น ปัญหาชีวิตต่างๆ เหล่านี้ ทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า ความทุกข์[๓๔]

ซึ่งเรื่องความทุกข์นี้ เป็นสิ่งที่มีอยู่ มนุษย์จะต้องเข้าไปเกี่ยวข้องและได้ประสบแน่นอน ไม่ว่าต้องการหรือไม่ก็ตาม มนุษย์จะต้องยอมรับความเป็นจริงนี้[๓๕] ฉะนั้น กระบวนแก่ปัญหาเพื่อให้หมดจากความทุกข์ต่างๆ ที่พระพุทธองค์ทรงได้ศึกษาค้นพบ พร้อมทั้งสั่งสอนเหล่าพุทธบริษัทให้ประพฤติปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระองค์ ด้วยเทคนิคมีวิธีการอย่างชัดเจน นั่นคือ การให้คำสอนปรึกษา เพื่อหาทางแก้ไขให้พ้นจากความทุกข์นั้น เรียกว่า กระบวนการให้คำปรึกษา ซึ่งแต่ละครั้งของการให้คำปรึกษา ก็ทรงใช้หลักการและวิธีการให้คำปรึกษา ดังผู้วิจัยจะได้นำเสนอในรายละเอียด ดังนี้

---

[๓๓]อ้างใน ธรรมนิพนธ์ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), (CD-ROM ฉบับเรียนพระไตรปิฎก), **พุทธศาสน์กับการแนะแนว**, หน้า ๕๐-๕๑.

[๓๔]พระพหรมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, หน้า ๑๓๓.

[๓๕]พระราชวรมุนี (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), **เทคนิคการสอนของพระพุทธเจ้า**, (กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์ พริ้นติ้ง กรุ๊ฟ จำกัด, ๒๕๓๐), หน้า ๔.

๒.๒.๑ เทคนิคการให้คำปรึกษาของพระพุทธเจ้า

เทคนิคการให้คำปรึกษาของพระพุทธเจ้าทุกครั้ง พระองค์ทรงวางหลักการหรือเป้าหมายอย่างชัดเจน เพื่อที่จะช่วยเหลือบุคคล ให้ศึกษาค้นพบสภาพความเป็นจริงของชีวิต เข้าใจและยอมรับที่จะพัฒนาตนเอง นี้เป็นการแสดงออกถึงความเอื้ออาทร ความเอาใจใส่ ความเมตตาปราณีการช่วยเหลือเกื้อกูลอย่างบริสุทธิ์ใจ ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงกระทำเพื่อช่วยเหลือเหล่าสัตว์ทั้งหลายด้วย พระมหากรุณาธิคุณของพระองค์

พระมหากรุณาธิคุณของพระองค์ แสดงให้เห็นว่า พระองค์มีวัตถุประสงค์หลัก คือการช่วยเหลือมนุษย์ให้สามารถช่วยตนเอง และเป็นที่พึ่งของตนเองได้ รวมตลอดถึงการเป็นที่พึ่งทั้งทางด้านการงาน และด้านจิตใจด้วย ทั้งหมดนี้มีความสมบูรณ์อยู่ในศิลปะการให้คำปรึกษา หรือเป็นกระบวนการให้คำปรึกษา ซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับสิ่งสำคัญ ๓ ประการ[๓๖] ดังนี้

๑. บุคคลที่มีความยุ่งยากลำบากใจ ได้แก่ ผู้รับการปรึกษา

๒. บุคคลที่คอยให้ความช่วยเหลือแก่ผู้ที่มีความยุ่งยากใจ ได้แก่ ผู้ให้การปรึกษา

๓. ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้ให้การปรึกษา กับผู้รับคำปรึกษา มีผลก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงบางสิ่งบางอย่างในตัวผู้รับการปรึกษา

กระบวนการทั้ง ๓ ประการนี้ สามารถทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของตัวผู้รับคำปรึกษาได้มากหรือน้อยนั้น ขึ้นอยู่กับผู้ให้คำปรึกษาว่า จะมีทักษะ เทคนิค หรือวิธีการที่มีต่อการปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้มาขอรับคำปรึกษา และเป็นสิ่งที่มีความสำคัญต่อกระบวนการให้คำปรึกษาอย่างมาก โดยในเรื่องเทคนิคนี้นั้น พระพุทธองค์ได้ทรงใช้แล้วกับพุทธบริษัททั้งสี่ เรียกว่า **เทคนิคการสอน** หรือ **ลีลาการสอน** ซึ่งสามารถนำมาเป็นแบบอย่างและเป็นหลักของการให้คำปรึกษาได้ โดยรายละเอียดเกี่ยวกับเทคนิคการสอนหรือลีลาการสอนจะเห็นในหัวข้อ (การให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธีการสอน) แต่ที่นี้จะกล่าวโดยภาพรวมถึงกระบวนการสำคัญที่พระพุทธองค์ทรงใช้ในการให้คำปรึกษา

หลักการสำคัญที่พระพุทธเจ้าทรงใช้ในการให้คำปรึกษา ที่เรียกว่า เทคนิคและลีลาการสอน ดังกล่าวแล้วนั้นมีอยู่ ๔ ประการ ด้วยกันคือ[๓๗]

---

[๓๖]พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา, **ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษา**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: พัฒนาศึกษา, ๒๕๔๓), หน้า ๔.

[๓๗]พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, (กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรราชวิทยาลัย, ๒๕๓๒), หน้า ๑๕๘.

๑. **สันทัสสนา** คือ การชี้แจงให้ชัดเจน เป็นขั้นตอนของการแจกแจงเรื่องที่สอน แสดงเหตุ และผลให้ชัดเจน ผู้ฟังเข้าใจอย่างแจ่มแจ้ง

๒. **สมาทปนา** คือ การโน้มน้าวจิตใจให้ผู้ฟังอยากปฏิบัติตาม เป็นการบรรยายชี้ให้ผู้ฟังเห็นความสำคัญของเรื่องที่สอน จนเกิดความอยากที่จะฝึกฝนเพื่อให้เกิดความชำนาญ

๓. **สมุตเตชนา** คือ การเร้าใจให้อาจหาญ แกล้วกล้าเป็นเทคนิคในการกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดความกระตือรือร้น มีกำลังใจที่จะเรียนรู้ กระทำให้สำเร็จ สู้งาน ไม่ย่อท้อ ไม่กลัวลำบาก

๔. **สัมปหังสนา** คือ การปลุกให้ผู้เรียนสดชื่นร่าเริง เป็นเทคนิคให้ผู้เรียนเกิดความสนุกสนาน โดยชี้ให้เห็นผลดี หรือประโยชน์ที่จะได้รับ และแนวทางที่จะนำไปสู่ความสำเร็จสูงขึ้นไป

หลักการสำคัญทั้ง ๔ ประการนี้ ถือเป็นสิ่งสำคัญของเทคนิคการให้คำปรึกษาที่พระพุทธองค์ทรงใช้ โดยเริ่มต้นด้วยการชี้แจงในเรื่องที่ทรงให้คำปรึกษา พร้อมกับโน้มน้าวจิตใจให้เห็นตามยินดีปฏิบัติด้วยความกระตือรือร้น มีเทคนิคต่างๆ ทำให้ผู้มารับคำปรึกษาเกิดความสดชื่นความร่าเริงใจมองเห็นเป้าหมายของการรับคำปรึกษา และสุดท้ายสามารถแก้ไขปัญหาความทุกข์ของตนเองได้เมื่อพิจารณาส่วนต่างๆ แล้ว ก็มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันกับวัตถุประสงค์การสอน ๖ ประการ[๓๘] คือ

๑. ทรงสอนสิ่งที่จริง และเป็นประโยชน์แก่ผู้ฟัง
๒. ทรงเข้าใจสิ่งที่สอนอย่างท่องแท้สมบูรณ์
๓. ทรงสอนด้วยเมตตามุ่งประโยชน์แก่ผู้เข้ารับคำสอนเป็นที่ตั้ง ไม่หวังผลตอบแทน
๔. ทรงทำได้จริงอย่างที่สอน อันเป็นตัวอย่างที่ดี
๕. ทรงมีบุคลิกภาพโน้มน้าวจิตใจให้ใกล้ชิดสนิทสนม และพึงพอใจได้ความสุข
๖. ทรงมีหลักการและวิธีการสอนที่ยอดเยี่ยม

โดยสรุป เทคนิคการให้คำปรึกษาดังกล่าว พระพุทธเจ้าทรงวางเป้าหมายหลักของกระบวนการให้คำปรึกษาแต่ละครั้งนั้น มีความประสงค์ช่วยเหลือให้ผู้ที่มาขอรับคำปรึกษาสามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเอง พร้อมทั้งเข้าใจและยอมรับตนเองในด้านต่างๆ ตลอดจนตระหนักถึงความต้องการของตนเอง และดำเนินตามจุดมุ่งหมายที่วางไว้ และมีทัศนคติใหม่ๆ ที่ดีเกิดขึ้นรู้จักการพัฒนาพึ่งตนเองได้โดยสมบูรณ์ และท้ายสุดสามารถจัดการกับปัญหาความทุกข์นั้นได้

---

[๓๘]พระเทพเวที (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธวิธีในการสอน**, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๒), หน้า ๓๑-๓๒.

ซึ่งวิธีการแก้ปัญหาและขจัดจากความทุกข์ หรือต้องการให้พ้นจากความทุกข์ที่ว่านี้ พระพุทธองค์ทรงเคยใช้และปฏิบัติมาแล้ว จนกระทั่งบรรลุถึงจุดหมายสูงสุด นั้นคือ พระนิพพาน อันเป็นประโยชน์สูงสุดในทางพระพุทธศาสนา ด้วยการปฏิบัติตามหลักกรรมฐาน หรือเรียกว่า **ภาวนา ๒** มีสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน[๓๙] ที่กำลังจะกล่าวถึงวิธีการให้คำปรึกษาของพระพุทธเจ้าตามลำดับ

๒.๒.๒ วิธีการให้คำปรึกษาตามหลักสมถะและวิปัสสนากรรมฐาน

วิธีการให้คำปรึกษาของพระพุทธเจ้านั้น พระพุทธองค์ทรงใช้ธรรมโอสถสำหรับฝึกฝนพุทธบริษัทให้เป็นบุคคลที่เป็นปรกติสุข ทั้งด้านร่างกาย วาจา และจิตใจ ด้วยการพัฒนาหรือเจริญสติปัญญาให้ถึงเป้าหมายสูงสุด เห็นได้จากจากพระพุทธพจน์ว่า "**ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุญาณธรรม เพื่อทำให้แจ้งนิพพาน**"[๔๐].ฉะนั้น การยกระดับจิตใจของตนให้ข้ามพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง ผ่านวิธีการปฏิบัติมีอยู่ ๒ อย่าง คือ สมถภาวนา และวิปัสสนาภาวนา[๔๑] และวิธีการให้คำปรึกษาทั้งสองสาย มีดังต่อไปนี้

(๑) วิธีการให้คำปรึกษาตามหลักสมถกรรมฐาน

วิธีการให้การปรึกษาตามหลักสมถกรรมฐาน ถือเป็นวิธีการฝึกหัดจิตของแต่บุคคลขั้นพื้นฐานที่เรียกว่า ขณิกสมาธิ[๔๒] ซึ่งเป็นสมาธิที่ติดตัวมาตั้งแต่เกิด เป็นสมาธิชั่วคราว สำหรับใช้ในการศึกษาเล่าเรียน ทำงานให้ประสบผลดี และเป็นพื้นฐานสำหรับฝึกฝนจิตให้มีความแน่วแน่ในอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งจนกระทั่งเกิดสมาธิจิต มีพลังความมุ่งมั่นแน่วแน่ ในการดำเนินชีวิตและแก้ไขปัญหาต่างๆ ได้ถูกต้อง ที่นี้มาทำความเข้าใจเกี่ยวกับความหมาย อารมณ์ และการปฏิบัติตามวิธีการให้คำปรึกษา ดังนี้

---

[๓๙]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, หน้า ๗๐.

[๔๐]ที. ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

[๔๑]ที. ปา. (ไทย) ๑๑/๓๗๙/๒๙๐.

[๔๒]พระอธิการสมศักดิ์ โสรโท, **เทคนิคการเจริญวิปัสสนา ตามนัยสติปัฏฐาน**, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอส. เอ็ม เค พริ้นติ้ง จำกัด, ๒๕๕๑) ,หน้า ๘๑.

๑. ความหมายสมถกรรมฐาน

สมถกรรมฐาน หมายถึง ธรรมเป็นเครื่องสงบระงับของจิต ธรรมยังจิตให้สงบจากนิวรณูปกิเลส การฝึกจิตสงบเป็นสมาธิ[๔๓] เป็นอุบายวิธีสำหรับฝึกจิตให้สงบ ความตั้งอยู่แห่งจิต ความดำรงอยู่ ความตั้งมั่น ความไม่ซัดส่าย ความไม่ฟุ้งซ่าน ความที่จิตไม่ซัดส่าย[๔๔] ด้วยอาศัยวิธีการท่องถ้อยคำบางอย่างซ้ำๆ กัน และบังคับตนเองในลักษณะ การสร้างแนวคิด เกี่ยวกับคำนั้นสิ่งที่เราสร้างขึ้นไม่ว่าจะเป็นแนวความคิด หรือภาพพจน์ของคำๆ นั้น ล้วนเป็นองค์ประกอบของความสงบที่เรียกว่า สมถะ[๔๕] กล่าวคือ เป็นการทำจิตให้สงบ การวางจิตให้พอดี[๔๖] จากนิวรณ์ ๕ ด้วยความตั้งมั่นที่จะละจากนิวรณ์ ๕[๔๗]

คำว่า **นิวรณ์** ซึ่งหมายถึง เครื่องกีดกั้น ขัดขวาง กีดกันจิตไม่ให้ถึงความดี เช่น ไม่ให้เกิดการรู้แจ้งเห็นจริงตามกฎของธรรมชาติบ้าง เป็นอุปกิเลสของจิตบ้าง เป็นต้น ดังได้ปรากฏอยู่ในพระสูตร เช่น **อาวรณานีวรสูตร**[๔๘] และ**อุปกิเลสสูตร**[๔๙] ซึ่งแปลความหมายได้ว่า เป็นสิ่งที่กีดกั้นขัดขวางการทำงานของจิต ความดีงามของจิต ที่ทอนกำลังปัญญาทำให้จิตเศร้าหมอง ไม่ให้ก้าวหน้าในกุศลธรรม และไม่เป็นไปเพื่อพระนิพพาน

ฉะนั้น วิธีการให้คำปรึกษา ด้วยการปฏิบัติบำเพ็ญเพียรตามหลักสมถกรรมฐาน คือ มีเป้าหมายหลักอยู่ที่การชำระจิตให้สงบ จิตใจตั้งมั่นเป็นสมาธิ อยู่ในอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งโดยอาศัยการบริกรรม เช่น การกำหนดรู้ลมหายใจเข้าออกเป็นอารมณ์ ก็จะทำให้จิตใจไม่ยึดติดถึงเรื่องอื่นๆ มีความตั้งมั่นในสมาธิ และสามารถกำจัดนิวรณ์ให้หมดไปได้ในที่สุด

---

[๔๓]พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, ((กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอส. อาร์. พริ้นติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด, ๒๕๔๖) ,หน้า ๒๕๑.

[๔๔]อภิ. สงฺ. (ไทย) ๓๔/๔๕/๓๐.

[๔๕]ชิน วินายะ, **โยคีกับวิปัสสนา**, (มปท, มปป.) หน้า ๒.

[๔๖]หลวงพ่อชา สุภัทโท, **ชีวิต ผลงาน หลักธรรม**, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๓๗), หน้า ๑๘๗–๑๘๙.

[๔๗]**นิวรณ์มี ๕ อย่างได้แก่** (๑) **กามฉันทะ** ความพอใจในรูป เสียง กลิ่น รสและสัมผัส อันเป็นวิสัยของกามารมณ์ (๒) **พยาบาท** ความผูกโกรธ จองล้างจองผลาญ (๓) **ถีนมิทธะ** ความง่วงเหงาหาวนอน (๔) **อุทธัจจกุกกุจจะ** ความคิดฟุ้งซ่าน และรำคาญหงุดหงิดใจ (๕) **วิจิกิจฉา** ความลังเลสงสัยในผลของการปฏิบัติไม่แน่ใจว่าจะมีผลจริงตามที่คิดไว้หรือไม่เพียงใด. อ้างใน พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, หน้า ๑๖๗.

[๔๘]สํ. ม. (ไทย) ๑๙/๔๙๐/๑๓๓.

[๔๙]องฺ. ปญฺจก. (ไทย) ๒๒/๒๓/๑๗.

๒. วิธีการปฏิบัติสมถกรรมฐาน

หลักแห่งการปฏิบัติกรรมฐาน ทั้งสมถะและวิปัสสนา ขั้นแรกก็ต้องสำรวมอินทรีย์ ถึงพร้อมด้วยศีล มีความปกติทางกาย ทางวาจา ซึ่งก็มีศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ เป็นพื้นฐานที่มั่นคงก่อนแล้ว จึงเจริญสมถกรรมฐานอบรมจิตให้พร้อมควรแก่การงาน คือ จิตที่เป็นสมาธิ หมายถึง ภาวะที่จิตแน่วแน่ต่อสิ่งที่กำหนดหรือภาวะที่จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง เป็นจิตที่มีความแน่วแน่อยู่ในอารมณ์เดียว ที่กำหนดหรือบริกรรมอยู่ จิตที่เป็นสมาธิแบ่งได้ ๓ ระดับ ได้แก่

๑) **ขณิกสมาธิ** คือ สมาธิชั่วขณะ หรือเรียกได้อีกว่า "มูลสมาธิ"[๕๐] เป็นขั้นแรก ที่คนทั่วไปสามารถใช้ในการทำหน้าที่การงาน ในชีวิตประจำวันได้ผลดี และใช้เป็นฐาน ในการเจริญวิปัสสนาได้ ในการเจริญสมถะและวิปัสสนา

๒) **อุปจารสมาธิ** คือ สมาธิเฉียดๆ จวนจะแน่วแน่ อยู่ในขั้นระงับนิวรณ์ได้เป็นส่วนเบื้องต้นแห่งอัปปนาสมาธิ

๓) **อัปปนาสมาธิ** คือ สมาธิแน่วแน่ เป็นสมาธิระดับสูงสุด มีในฌานทั้งหลายถือเป็นผลที่ต้องการแห่งการเจริญสมาธิ[๕๑]

การเจริญกรรมฐานทั้ง ๓ ระดับนี้ จะปรากฏความชัดเจนว่า อุปจารสมาธิ และ อัปปนาสมาธิ คือ อุปจารสมาธิ เป็นสมาธิ เมื่อจิตตั้งมั่นโดยละนิวรณ์ ๕ ได้ ถ้ามองในแง่การกำหนดอารมณ์กรรมฐาน ก็เป็นช่วงที่เกิดปฏิภาคนิมิต คือ ภาพที่มองเห็นในใจของสิ่งที่ใช้เป็นอารมณ์กรรมฐานซึ่งประณีตลึกซึ้งเลยจากขั้นที่เป็นภาพติดตาไปอีกขั้นหนึ่ง เป็นของเกิดจากสัญญาบริสุทธิ์ปราศจากมลทิน สามารถนึกขยายหรือย่อส่วนได้ตามปรารถนา และเป็นสมาธิจวนเจียนจะแน่วแน่ โดยสมบูรณ์ ใกล้จะถึงฌาน เมื่อฝึกปรือไปจนมีความชำนาญดีแล้ว ก็จะกลายเป็นอัปปนาสมาธิ เป็นองค์แห่งฌาน คือ ฌาน ๔ ในขั้นตอนแห่งจิตที่เป็นสมาธินั้น คือ "จิตเกิดมีความปราโมทย์ มีความปลาบปลื้มบันเทิง แต่นั้นก็จะเกิดความอิ่มใจ ร่างกายผ่อนคลายสงบ จิตใจสบาย มีความสุข แล้วสมาธิก็เกิดขึ้น"[๕๒]

แต่อย่างไรก็ตาม แม้ในทางพระพุทธศาสนา จะมีวิธีปฏิบัติกรรมฐานทั้งสมถะและวิปัสสนา ซึ่งหลักสองอย่างนี้มีวิธีการปฏิบัติที่แตกต่างกันและมีผลต่างกันมาก คือ สมถกรรมฐานมุ่งเอาความสงบที่เป็นโลกียะ คือความสงบในโลก โดยมุ่งเอาฌาน เพื่อให้ได้โลกียอภิญญา อันมี

---

[๕๐] องฺ. อฏฺฐก. (ไทย) ๒๓/๑๖๐/๓๐๘-๓๑๑.

[๕๑] ที. ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๔/๒๗๓.

[๕๒] ที. ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๒/๒๕๔-๒๕๕.

พรหมภูมิเป็นที่สุด แต่วิปัสสนากรรมฐาน มุ่งเอาความสงบที่เป็นโลกุตตระ คือ ความสงบพ้นจากโลกอันมีพระนิพพานเป็นที่สุด[๕๓]

ฉะนั้น วิธีปฏิบัติตามหลักสมถกรรมฐาน ดังกล่าวมาแบ่งออกเป็น ๒ แบบ มีรายละเอียดต่อไปนี้

๑) **แบบบริกรรม** กำหนดวัตถุอันเป็นอารมณ์กรรมฐาน คือการกำหนดเอาวัตถุอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น พุทธานุสติ คือการน้อมจิตระลึกถึงพระพุทธเจ้า ธัมมานุสติ คือการน้อมจิตระลึกถึงพระธรรม และสังฆานุสติ คือการน้อมจิตระลึกถึงพระสงฆ์[๕๔] โดยบริกรรมว่า พุทโธ ๆ ๆ ๆ เรื่อยไป, ธัมโม ๆ ๆ ๆ เรื่อยไป, สังโฆ ๆ ๆ ๆ เรื่องไป ตามลำดับ

๒) **แบบพิจารณา** การพิจารณานั้นแบ่งออกเป็น ๒ ประเภท คือ พิจารณาถึงคุณของสิ่งที่มีคุณ และพิจารณาถึงโทษหรือสิ่งที่มีโทษหรือสิ่งไม่ดีไม่งามทั้งหลาย มีดังนี้

(ก) **พิจารณาคุณ** กำหนดคุณของวัตถุอันเป็นอารมณ์กรรมฐาน คือการนำเอาคุณของสิ่งที่นำกำหนดอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น กำหนด**พุทธานุสติ** คือ การน้อมจิตระลึกถึงพระพุทธเจ้า **ธัมมานุสติ** คือการน้อมจิตระลึกถึงพระธรรม และ **สังฆานุสติ** คือการน้อมจิตระลึกถึงพระสงฆ์

(ข) **พิจารณาโทษ** กำหนดโทษของวัตถุอันเป็นอารมณ์ของกรรมฐาน คือการนำโทษ หรือ ความไม่ดีไม่งามของสิ่งที่กำหนดอย่างใดอย่างหนึ่งมาเป็นอารมณ์ เช่น การพิจารณาความไม่งามของซากศพที่เน่าพองขึ้นอืด มีสีเขียวคล้ำคละด้วยสีต่างๆ และมีน้ำเหลืองไหลเยิ้มอยู่ตามที่แตกปริออก[๕๕] เป็นต้น เมื่อผู้ปฏิบัติได้พิจารณาสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงแล้ว ก็จะนำไปสู่การกำหนดอารมณ์ของกรรมฐานที่เป็นของไม่น่าสินดี ไม่ควรยึดติด และเห็นความจริงร่างกายของเราอย่างชัดเจนว่าเป็นสิ่งปฏิกูล

ฉะนั้น เมื่อผู้ปฏิบัติพิจารณาจิต อบรมจิต ได้ผ่านการฝึกอบรมมาดีเป็นสมาธิมีคุณภาพ มีสมรรถภาพ มีคุณภาพสูง มีความสามารถดีที่สุด มีลักษณะ ๔ ประการ ได้แก่[๕๖]

---

[๕๓]พระราชพรหมาจารย์, (ทอง สิริมงฺคโล), **คู่มือปฏิบัติในแนวสติปัฏฐาน ๔**, (กรุงเทพมหานคร : ม.ป.ท., ม.ป.พ.), หน้า ๔๘.

[๕๔]พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, (กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๒), หน้า ๒๔๖.

[๕๕]พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, หน้า ๒๔๘.

[๕๖]พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับขยายความ**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๘๓๐.

๑) มีความแข็งแรง มีพลังมาก เปรียบเหมือนกระแสน้ำที่ถูกควบคุมให้ไหลพุ่งไปในทิศทางเดียว ย่อมมีกำลังและความแรงกว่าน้ำที่ถูกปล่อยให้ไหลแตกกระจายออกไป

๒) มีความราบเรียบ สงบนิ่ง เหมือนสระ หรือบึงน้ำใหญ่ ที่มีน้ำนิ่ง ไม่มีลมพัดมาถูกต้อง ไม่มีสิ่งรบกวนทำให้กระเพื่อมหวั่นไหวเลย

๓) มีความใสกระจ่าง มองเห็นอะไรๆ ได้ชัดเจน เหมือนน้ำที่สงบนิ่ง ไม่เป็นลูกคลื่นและไม่มีฝุ่นละออง เพราะฝุ่นละอองที่มีได้ตกตะกอนนอนก้นหมดแล้ว

๔) มีความนุ่มนวล ควรแก่งาน หรือเหมาะสมแก่การใช้งาน เพราะไม่เครียด ไม่กระด้าง ไม่วุ่น ไม่ขุ่นมัว ไม่สับสน ไม่เร่าร้อน ไม่กระวนกระวาย

ส่วนจิตที่เป็นสมาธิขั้นสมบูรณ์ คือจิตที่เป็นสมาธิถึงขั้นฌาน และพัฒนาต่อไปถึงขั้นเป็นปัญญา ซึ่งประกอบด้วยองค์ ๘ ประการ คือ (๑) สมาหิตะ ตั้งมั่น (๒) ปริสุทธะ บริสุทธิ์ (๓) ปริโยทาตะ ผ่องใส (๔) อนังคณะ โปร่งโล่งเกลี้ยงเกลา (๕) วิคตูปกิเลส ปราศจากสิ่งมัวหมอง (๖) มุทุภูตะ นุ่มนวล (๗) กัมมนียะ ควรแก่การงาน (๘) ฐิตะ อาเนญชัปปัตตะ ดำรงอยู่ตัวไม่วอกแวกไม่หวั่นไหว[๕๗]

จิตที่ประกอบด้วยองค์ ๘ ประการนี้ เหมาะแก่การนำเอาไปใช้ในการงานทางปัญญาได้ดีที่สุดคือใช้ในการพิจารณาให้เกิดความรู้เข้าใจถูกต้อง แจ้งชัดและใช้ในทางบำเพ็ญปัญญาระดับอภิญญาอย่างใดอย่างหนึ่งก็ได้ เช่น วิชชา ๘[๕๘] คือ วิปัสสนาญาณ มโนมยิทธิญาณอิทธิวิธญาณ ทิพยโสตญาณ เจโตปริยญาณ ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ จุตูปปาตญาณ ทั้ง ๗ ข้อเหล่านี้เป็นปัญญาระดับโลกิยะ ส่วนข้อที่ ๘ คือ อาสวักขยญาณ เป็นปัญญาระดับโลกุตตระ

การปฏิบัติวิปัสสนานั้น ถ้าเจริญสมถะจนได้สมาธิขั้นฌานถึง ๘ ขั้นแล้ว ก็ให้ออกจากสมาธิในแต่ละขั้นนั้นๆ ก่อนแล้วจึงเจริญวิปัสสนาต่อไป เพราะในขณะที่อยู่ในสมาธิขั้นฌานสมาบัตินั้น ไม่สามารถพิจารณาอารมณ์ที่มากระทบได้ แต่ถ้าเจริญสมาธิได้ถึง ๘ ขั้นดังกล่าวแล้วเจริญวิปัสสนาต่อไป ก็จะช่วยให้จิตมีกำลัง สามารถพิจารณาอารมณ์หรือธรรมต่างๆ ที่มากระทบในขณะนั้นๆ ได้ดีและทันต่ออารมณ์ต่างๆ นั้นด้วย หรือกล่าวได้ว่า จิตที่เป็นสมาธิ มีอารมณ์เป็นหนึ่ง (เอกัคคตา) ที่มีจุดปลายจุดเดียว ย่อมเป็นจิตที่มีลักษณะแหลมพุ่งรวดเร็วสามารถแทงทะลุสิ่งต่างๆ ไปได้ง่าย จึงเป็นการเตรียมจิตให้พร้อมในการทำงานด้านวิปัสสนาภาวนาสืบต่อไป

---

[๕๗] ที. สี. (ไทย) ๙/๑๓๑/๑๐๑-๑๑๒., องฺ.ติก. (ไทย) ๒๐/๔๙๘/๒๑๐.

[๕๘] พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**, หน้า ๒๒๘.

๓. อารมณ์สมถกรรมฐาน

อารมณ์กรรมฐาน หมายถึง เป็นเครื่องยึดหน่วงของจิต สิ่งที่จิตหน่วง สิ่งที่ถูกรู้หรือถูกรับรู้ ได้แก่ สิ่งที่จิตไปเกาะเกี่ยวอยู่แล้วยึดจิตเอาไว้มี ๖ อย่าง คือ รูปารมณ์ สัททารมณ์ คันธารมณ์ รสารมณ์ โผฏฐัพพารมณ์ และธรรมารมณ์ ตามลำดับ “เราจะผูกท่านไว้ที่อารมณ์กรรมฐานด้วยกำลังภาวนาเหมือนนายควาญช้างเชือกที่เหนียวผูกช้างไว้ที่เสา จิตที่เราคุ้มครองดี อบรมดีแล้ว สติจะเป็นจิตอันตัณหาในภพทั้งปวงอาศัยไม่ได้”[๕๙]

ส่วนที่มาของ อารมณ์ นั่นก็คือ อาศัยอายตนะภายในและภายนอก ๑๒ ซึ่งใน พระสูตร อรรถกถา ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรคอธิบายว่า ชื่อว่า อายตนะ เพราะสืบต่อแห่งการมาการนำไป การสืบต่อจิตและเจตสิกในบรรดาจักขุและรูป เป็นต้น เป็นทวารและอารมณ์นั้นๆ ย่อมตั้งขึ้นพยายามโดยกิจของตนๆ มีการเสวยอารมณ์[๖๐]

เพราะเหตุนั้น การเสวยอารมณ์ของผู้ปฏิบัตินี้ ก็จะให้ผลสำเร็จต่างกันทั้งในด้านสมถะ และวิปัสสนา กล่าวคือ ผู้ที่ปฏิบัติจะมุ่งผลเพียงสมถะ ก็จะให้สัมฤทธิ์ผลถึงขั้นสูงสุด คือ ฌาน[๖๑] หากจะมุ่งผลไปถึงวิปัสสนา ก็ใช้สมาธินี้เป็นฐานแล้วปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน ก็จะทำให้บรรลุผลได้ในที่สุด[๖๒] ซึ่งในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้แสดงอารมณ์ของกรรมฐาน หรืออุบายที่ทำให้จิตสงบมีสี่สิบประการโดยแบ่งเป็น ๗ หมวด ดังนี้

๑) กสิณกัมมัฏฐาน ๑๐

๒) อสุภกัมมัฏฐาน ๑๐

๓) อนุสสติกัมมัฏฐาน ๑๐

๔) พรหมวิหารกัมมัฏฐาน ๔

๕) อรุปปกัมมัฏฐาน ๔

๖) อาหาเรปฏิกูลสัญญา ได้แก่ การพิจารณาอาหารที่บริโภคให้เห็นเป็นของไม่สะอาดปฏิกูล

---

[๕๙] ขุ. เถร. (ไทย) ๒๖/๑๔๔/๕๒๖.

[๖๐] คณาจารย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **ธรรมะภาคปฏิบัติ ๑**, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๕๑), หน้า ๘๓

[๖๑] ม. มู. (ไทย) ๑๒/๕๖๐/๖๐๔.

[๖๒] สํ. ม. (ไทย) ๑๙/๑๓๒๙-๑๓๔๕/๔๐๑-๔๐๔.

๗) จตุธาตูววัตฐาน ได้แก่การพิจารณาแยกส่วนประกอบต่างๆ ของร่างกายเช่น ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง น้ำมูตร เป็นต้น ให้เห็นว่าเป็นเพียงธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ มาประชุมกันไม่มีอะไรเป็นแก่นสาร[๖๓]

โดยสรุป สำหรับผู้ปฏิบัติที่ได้ดำเนินการตามขั้นตอนนี้ ก็จะทำให้การปฏิบัติสมาธิได้ประสบผลสำเร็จ ได้บรรลุถึงขั้นอัปปนาฌาน ซึ่งถือว่าเป็นจุดมุ่งหมายของการเจริญสมถะภาวนาที่มุ่งเน้นการฝึกจิตให้มีความเข้มแข็ง มีสมาธิในการเผชิญกับปัญหา คือความทุกข์ที่ตนประสบอยู่ ทำจิตให้ปราศจากนิวรณ์ทั้ง ๕ ยกจิตของตนขึ้นสู่ฌาน และอภิญญา เตรียมจิตเพื่อขึ้นสู่วิปัสสนา นับเป็นกระบวนการให้คำปรึกษาเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของแต่บุคคลที่สำคัญ

ต่อไปก็ได้จะกล่าวถึงรูปแบบวิธีการให้คำปรึกษาตามวิธีการปฏิบัติที่เรียกว่า วิปัสสนากรรมฐาน ซึ่งเป็นหลักปฏิบัติสืบเนื่องจากการที่ได้ฝึกอบรมจิตให้มีสมาธิขั้นสมถกรรมฐาน เพื่อพัฒนาจิตเข้าวิปัสสนาปัญญา ซึ่งพระพุทธองค์ทรงปฏิบัติจนได้บรรลุความเป็นพุทธะ และทรงได้ใช้เป็นแนวทางในการสั่งสอนพุทธบริษัทสืบมา

(๒) วิธีการให้คำปรึกษาตามหลักวิปัสสนากรรมฐาน

การให้คำปรึกษาตามหลักวิปัสสนากรรมฐาน ก็ไม่แตกต่างจากการให้คำปรึกษาตามหลักสมถะ เพราะกระบวนการทั้งสองอย่างนี้ มีเป้าหมายอันเดียวกันคือ พยายามที่ศึกษาเกี่ยวกับจิตใจของมนุษย์ทุกๆ คน ให้เข้าใจสภาพจิตใจของตัวเองทุกพฤติกรรมที่แสดงออกมา ฉะนั้น การฝึกฝนบุคคลให้เกิดสติปัญญารู้เท่าทันความคิดของตัวเองนี้ พระพุทธองค์ทรงฝึกในเรื่องของปัญญามีสัมมาทิฏฐิเห็นชอบ[๖๔] ถูกต้องตามความเป็นจริง ในทางพระพุทธศาสนา เรียกว่า พระไตรลักษณ์[๖๕] คือ สภาวะที่มีความเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ ไม่สามารถที่จะบังคับได้ ถูกปรุงแต่งขึ้นจากเหตุปัจจัยทั้งที่เป็นวัตถุ และมิใช่วัตถุ (จิตใจ) ล้วนแล้วเกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วดับไป เมื่อได้เห็นถูกต้องตามความเป็นแล้วก็สามารถปรับใจ รู้เท่าทันใจที่คิดนั่นคือหลักวิปัสสนา

---

[๖๓]พระพุทธโฆสเถระ, **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**, แปลโดย สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทเพรส จำกัด, ๒๕๕๑), หน้า ๑๘๒-๑๘๖.

[๖๔]**เห็นชอบตามองค์ธรรม ๔ ประการ** ได้แก่ (๑) ปัญญาที่รู้ทุกข์ (๒) ปัญญาที่รู้ทุกข์สมุทัย (๓) ปัญญาที่รู้ทุกข์นิโรธ และ (๔) ปัญญาที่รู้มรรคสัจ. อ้างใน จำลอง ดิษยวณิช, **จิตวิทยาของความดับทุกข์**, (เชียงใหม่ : บริษัท กลางเวียงการพิมพ์ จำกัด เชียงใหม่, ๒๕๔๔), หน้า ๓๘.

[๖๕]สุวัฒน์ จันทรจำนง, **แก่นพุทธธรรม ฉบับอังกฤษ-ไทย**, (กรุงเทพมหานคร : ฝ่ายโรงพิมพ์ บริษัท ตถาตาพับลิเคชั่น จำกัด, ๒๕๔๗), หน้า ๑๓๑.

๑. ความหมายของวิปัสสนากรรมฐาน

วิปัสสนากรรมฐาน มาจาก ๒ คำศัพท์ กล่าวคือ วิปัสสนา + กรรมฐาน คำว่า **วิปัสสนา** คือ **วิ** แปลว่า วิเศษ แจ้ง ต่าง ปัสสนา มาจาก **ปัสสธาตุ** แปลว่า การเห็น คือการเห็นวิเศษ การเห็นแจ้ง การเห็นต่าง มีดวงตาเห็นธรรม เกิดจักษุปัญญา วิชชา แสงสว่าง เห็นแจ้ง

ดังได้ปรากฏในธรรมจักรกัปปวัฒนสูตร คือว่าพระพุทธองค์ได้ทรงแสดงถึงเรื่องมัชฌิมปฏิปทา คือทางสายกลาง ได้แก่ มรรค ๘ ย่อให้สั้นได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา ธรรมทั้ง ๓ อย่างนี้ จะสมบูรณ์ได้ก็โดยการปฏิบัติวิปัสสนา กำหนดรู้รูปนามเป็นอารมณ์ การกำหนดรูปนามนั้น ต้องพร้อมด้วยองค์ ๓ อย่าง คือ (๑) อาตาปี มีความเพียร (๒) สติมา มีสติ (๓) สัมปชาโน มีสัมปชัญญะ คือ รู้ทุกขณะ เมื่อกำหนดถูกหลักอย่างนี้แล้ว ชื่อว่า ได้ปัจจุบันธรรม เมื่อได้ปัจจุบันธรรมแล้วจึงจะเห็นรูปนาม เมื่อเห็นรูปนามแล้วจึงจะเห็นพระไตรลักษณ์ เมื่อเห็นพระไตรลักษณ์แล้วจึงจะได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน จึงจะได้รู้แจ้งแท่งตลอดอริยสัจ ๔ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค หลักฐานที่แสดงมานี้ชี้ให้เห็นได้ว่า **พระพุทธองค์ทรงพร่ำสอนวิปัสสนาตั้งแต่วันแรกที่ทรงประกาศพระศาสนาที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน**[๖๖]

ส่วนคำว่า **กัมมฐาน** คือ การเจริญสมาธิ **ฐาน** แปลว่า ที่ตั้ง **กัมม** คือ การงาน การกระทำ นั้นคือ การทำงานของใจ กัมมฐานที่เคยได้ยิน มีสมถกรรมฐาน กับ วิปัสสนากรรมฐาน[๖๗]

ดังนั้น **วิปัสสนากรรมฐาน** จึงหมายถึง เห็นตรงต่อความเป็นจริงของภาวะธรรมทั้งหลาย ปัญญาที่เห็นไตรลักษณ์ อันที่จะถอนความหลงผิดรู้ผิดในสังขารเสียได้[๖๘] เป็นการนำตัวให้เข้าไปถึงแก่นของพระพุทธศาสนา คือการชำระจิตให้บริสุทธิ์ผ่องแผ้ว ทำให้รู้แจ้งถึงความจริงของชีวิต[๖๙] โดยการเข้าไปกำหนดกิริยาอาการที่รู้ชัด การวิจัยธรรม การเลือกสรร ฉลาดรู้ละเอียด

---

[๖๖]วิ. มหา. (ไทย) ๑/๑๓-๑๗/๒๐-๒๕.

[๖๗]พระ ดร.พี.วชิรญาณมหาเถระ, **สมาธิในพระพุทธศาสนา**, แปลโดย ชูศักดิ์ ทิพย์เกษร. (กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔), หน้า ๓๔.

[๖๘]พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอส. อาร์. พริ้นติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด, ๒๕๔๖),หน้า ๒๓๑-๒๓๒.

[๖๙]เสวตร เปี่ยมพงศ์สานต์.**พุทธวิปัสสนา**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑), หน้า ๓๑.

คิดค้นใคร่ครวญ มีปัญญาเหมือนแผ่นดิน ทำลายกิเลส มีความเห็นแจ้งไม่หลงงมงาย เลือกเฟ้นธรรม เป็นสัมมาทิฏฐิ[๗๐] เป็นอุบายแห่งปัญญา ที่กำจัดอวิชชาของกิเลสทั้งปวงลงได้ในที่สุด[๗๑]

๒. วิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

วิธีการปฏิบัตินี้ ปรากฏในพระสูตรซึ่งพระองค์ทรงแสดงเอาไว้คือ **อากังเขยยสูตร** ว่า การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เป็นองค์ประกอบหนึ่งที่ทำให้เกิดความหวัง และความต้องการสมบูรณ์ ต้องการให้ตนเป็นที่รักใคร่ของเพื่อนพรหมจารี หรือแม้แต่ต้องการให้ตนบริบูรณ์ด้วยปัจจัย ๔ ถ้าหากประสงค์จะให้สมหวังในความต้องการนั้น ก็ต้องรักษาศีลให้บริบูรณ์ หมั่นปฏิบัติธรรมที่ทำจิตให้สงบหมั่นเจริญฌานและวิปัสสนา ดังพระพุทธพจน์ว่า

> "ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย หากภิกษุหวังอยู่ว่า เราพึงเป็นที่รักใคร่ ที่ชอบใจ ที่เคารพ ที่ยกย่องของเพื่อนพรหมจรรย์ด้วยกันแล้ว เธอพึงทำให้บริบูรณ์ในศีล พึงเจริญสมถะและวิปัสสนาอยู่เนื่องนิตย์ เป็นผู้ไม่เหินห่างจากฌาน พอกพูนแต่ในสุญญาคารอยู่เถิด"[๗๒]

จากพระพุทธพจน์นี้ แสดงให้เห็นว่า พระพุทธองค์ทรงใช้วิธีการสอนแนะแนว หรือให้คำปรึกษาในเชิงที่กว้างมิได้จำเพาะเจาะจงอยู่ที่พุทธสาวกเท่านั้น แต่ทรงสั่งสอนเป็นนัยสำคัญให้ทุกคนที่มีความต้องการเจริญบริบูรณ์ด้วยปัจจัย ๔ นั้น จะต้องชำระจิตให้เป็นกุศล เพื่อเกื้อหนุนจิตใจที่ประกอบด้วยปัญญา มีสติคิดรอบคอบอย่างมีเหตุผล โดยเฉพาะพระสูตรที่กล่าวมาข้างต้นจึงมีความเหมาะสมอย่างยิ่งที่ควรนำมาปรับใช้กับการเรียนการสอน และปรับใช้กับสถาบันการเมืองการปกครองของประเทศด้วย เช่น เรื่องของการแก้ปัญหาเศรษฐกิจปัจจุบัน ที่หลายฝ่ายกำลังเรียกร้องเพื่อความกินดีอยู่ดี นั่นหมายถึง ต้องการในปัจจัย ๔ ซึ่งตรงนี้นั้น พระพุทธศาสนาสอนให้ดำเนินตามหลักสัมมาอาชีวะ (การเลี้ยงชีพชอบ) ถือเป็นสิ่งสำคัญในหมู่มนุษย์ และหมู่สัตว์ทั้งหลาย เพราะปราศจากการเลี้ยงชีพเสียแล้ว ชีวิตย่อมดำรงอยู่ไม่ได้[๗๓]

ทีนี้มาพูดถึงหลักการปฏิบัติธรรมเบื้องต้น ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินโครงการปฏิบัติธรรม ณ **ลานปฏิบัติธรรมประจำโรงเรียนบรรพตพิสัยพิทยาคม** จังหวัดนครสวรรค์ (ลานที่ปฏิบัติธรรม

---

[๗๐] อภิ. สงฺ. (ไทย) ๓๔/๕๕/๓๐.

[๗๑] คูน โทขันธ์, **การพัฒนาจิต**,(กรุงเทพมหานคร: โอ. เอส. พริ้นติ้ง เฮ้าส์,๒๕๔๘), หน้า ๑๖.

[๗๒] ม. มู. (ไทย) ๑๒/๖๔-๖๙/๕๖-๕๙.

[๗๓] วศิน อินทสระ, **หลักคำสอนสำคัญในพระพุทธศาสนา**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔), หน้า ๑๘๕.

ที่ว่านี้ จะเห็นได้ภาพในภาคผนวก) ซึ่งวิธีการปฏิบัติทั่วๆ ไปนั้น มีลักษณะเช่นเดียวกันกับการปฏิบัติสมถกรรมฐานที่ได้กล่าวไว้แล้วข้างต้น โดยเริ่มปฏิบัติตามลำดับ ดังนี้[๗๔]

๑) **การเดินจงกรม** ให้ภาวนาในขณะเดินว่า “**ขวาย่างหนอ ซ้ายย่างหนอ**” ประมาณ ๓๐ นาที ให้สติจับอยู่ที่ส้นเท้า ทอดตาไปข้างหน้าประมาณ ๔ ศอก และให้พร้อมด้วยองค์ ๓ เสมอเวลาเดินคือ **อาตาปี** มีความตั้งใจทำจริงๆ **สติมา** มีสิติคือนึกอยู่ที่ส้นเท้า **สัมปชาโน** มีสติสัมปชัญญะ คือรู้อยู่ทุกขณะปัจจุบัน ที่เท้าเราเคลื่อนที่ไป เมื่อเดินไปได้พอสมควรก็เปลี่ยนอิริยาบถอย่างอื่นแทนมาเป็นการนั่งสมาธิ

๒) **การนั่งขัดสมาธิ** เอาขาขวาทับขาซ้าย เอามือขวาทับมือซ้าย แล้วหลับตาภาวนาว่า “**ยุบหนอ พองหนอ**” ให้สติจับอยู่ที่อาการพองขึ้น และยุบลงของท้อง สังเกตดูให้ดีว่าพองกับยุบอันไหนจะมามาก หรืออันไหนจะน้อยกว่ากัน อันไหนสั้น อันไหนยาว อันไหนปรากฏชัด อันไหนไม่ปรากฏชัด เป็นต้น และต้องทำให้พร้อมด้วยองค์ ๓ อย่าง ในข้อแรก

๓) **ระหว่างที่กำลังนั่งอยู่** ถ้ามีเวทนาเกิดขึ้น เช่น อาการที่เจ็บ ปวด เมื่อย คัน เป็นต้น ให้ใช้สติกำหนดที่อาการนั้นๆ โดยภาวนาเวทนาว่า เจ็บหนอๆ เมื่อเวทนาหายแล้วให้ไปกำหนดท้องพองยุบต่อไปอีก

๔) **ระหว่างที่กำลังนั่งอยู่** ถ้าจิตใจนึกคิด ก็ให้กำหนดว่า “**คิดหนอ คิดหนอ**” เมื่อหยุดคิดแล้วให้กลับไปกำหนดที่การท้องพองยุบเช่นเดิม และเมื่อนั่งครบกำหนดแล้วก็ให้เปลี่ยนอิริยาบถอื่นแทน

๕) **เวลานอน** ให้กำหนดที่ท้องโดยภาวนาว่า “**พองหนอ ยุบหนอ**” จนหลับไปด้วยกัน ให้สังเกตดูว่าจะหลับไปตอนพอง หรือตอนยุบ

สำหรับวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่กล่าวมาทั้ง ๕ ขั้นต้อนนั้น เป็นวิธีการที่ผู้วิจัยในฐานะเป็นครูแนะแนว ได้ใช้สำหรับฝึกอบรมบ่มนิสัยใจคอของนักเรียน เพื่อให้เกิดสมาธิในการศึกษาเล่าเรียนทุกกลุ่มสาระวิชา และก็เป็นการปรับพฤติกรรมของนักเรียนโดยตรงด้วย ซึ่งมีข้อสังเกตว่า หลังจากที่นักเรียนได้เข้ามาฝึกปฏิบัติเป็นประจำตลอดมา นักเรียนที่มีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ มีกิริยามารยาทก้าวร้าวทั้งหลาย ที่เคยปฏิบัติต่อครู และเพื่อนๆ ก็เปลี่ยนพฤติกรรมรู้จักให้ความเคารพ มีน้ำใจเอื้ออารีต่อกัน นี้เป็นเป้าหมายหลักที่ผู้วิจัยได้นำมาศึกษาต่อยอดโครงการที่

---

[๗๔]จากประสบการณ์ของผู้วิจัยเคยปฏิบัติมา และยึดตามแนวทางการปฏิบัติของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ วิทยาลัยสงฆ์นครสวรรค์ ได้แนะนำวิธีการปฏิบัติในช่วงเข้ากรรมฐาน ๓๐ วันต่อเนื่อง แล้วมีแนวความคิดนำมาดำเนินการต่อที่สถานศึกษาที่ผู้วิจัยสอนอยู่ประจำ.

ได้ดำเนินการไปแล้วนั้น เพื่อเป็นแบบอย่างของสถานศึกษาอื่นๆ ที่จะนำไปประยุกต์ใช้ตามความเหมาะสม ส่วนรายละเอียดเกี่ยวกับอิริยาบถ และวิธีการปฏิบัติตามขั้นตอนต่างๆ นั้น สามารถศึกษารายละเอียดได้ในหนังสือ **ธรรมะภาคปฏิบัติ ๑**[๗๕] ของคณาจารย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หรือที่ห้องสมุดวิทยาลัยสงฆ์นครสวรรค์

สำหรับวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ซึ่งทางมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยได้กำหนดขึ้นมานั้น ให้ปฏิบัติตามแนวทางแห่ง **สติปัฏฐาน ๔** อันเป็นหนทางเอกที่จะนำไปสู่การรู้แจ้งสัจธรรม หมดกิเลส เป็นจุดหมายสูงสุดทางพระพุทธศาสนา ถือเป็นมรรคที่นำไปสู่ภาวะที่ไม่ถูกปัจจัยปรุงแต่ง ซึ่งความสำคัญของสติปัฏฐาน เห็นได้จากพระพุทธพจน์ในมหาสติปัฏฐานสูตรว่า

> “ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุญายธรรม เพื่อทำให้แจ้งนิพพาน ทางนี้คือ สติปัฏฐานสูตร”[๗๖]

จากพระพุทธพจน์ แสดงว่า พระพุทธองค์นั้นทรงสั่งสอนแนะแนวให้คำปรึกษา เพื่อบอกทางสว่าง ทางเอกอันจะนำไปสู่การพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง ด้วยการประพฤติปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน เป็นเอกมรรค ด้วยการตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นเท่าทันตามความเป็นจริงตามสภาวะของมันไม่ถูกครอบงำด้วยความยินดียินร้ายของอำนาจกิเลส โดยการกำหนดพิจารณาองค์ธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งสติ ๔ อย่าง มีดังนี้

๑) **กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน** คือ การตั้งสติกำหนดพิจารณากาย[๗๗] การมีสติกำกับดูรู้เท่าทันกาย และเรื่องทางกาย

๒) **เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน** คือ การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา[๗๘] การมีสติกำกับดูรู้เท่าทันเวทนา

---

[๗๕]**หลักการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน** ดูรายละเอียดใน คณาจารย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **ธรรมะภาคปฏิบัติ ๑**, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๕๑), หน้า ๖๒-๗๖.

[๗๖]ที. ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

[๗๗]**กาย** หมายถึง การดึงสติตามระลึกรู้สภาวธรรมทางกาย ในขณะที่ปฏิบัติรู้ทั่วไปในอิริยาบถหลัก คือ ยืน เดิน นั่ง นอน และอิริยาบถย่อย ก้ม เงย คู้ เหยียด เป็นต้น.

[๗๘]**เวทนา** หมายถึง ความรู้สึกหรือความเสวยอารมณ์ที่ปรากฏในขณะปฏิบัติทางกายและจิตใจ เช่นความรู้สึกสุขสบายหรือความรู้สึกทุกข์ไม่สบายที่ปรากฏขึ้นในร่างกาย.

๓) **จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน** คือ การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต[๗๙] การมีสติกำหนดรู้เท่าทันจิตหรือสภาพ และอาการของจิต

๔) **ธัมมานุสสนาสติปัฏฐาน** คือ การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม[๘๐] การมีสติกำหนดรู้เท่าทันธรรม[๘๑]

โดยสรุป การปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐานสูตร หมายถึง การน้อมจิตใจไปพิจารณากำหนดรู้เท่าทันองค์ธรรมทั้งสี่ประการ คือ กาย เวทนา จิต และธรรม ตามสภาพจริงของจิตที่รู้อารมณ์แต่ละขณะนั้น ต้องหมั่นเฝ้าดูอย่างมีสติบ่อยๆ ถึงแม้จะทันบ้างไม่ทันบ้างก็ตาม ถือว่าเราได้ทำหน้าที่ของผู้ปฏิบัติเพื่อสร้างเหตุปัจจัย และเตรียมความพร้อมอันจะนำไปสู่ความหลุดพ้นจากบ่วงแห่งมารทั้งหลายได้ด้วยปัญญา

ความรู้แจ้งด้วยปัญญาที่ว่ามานี้ สอดคล้องกับพระพุทธพจน์ ซึ่งได้ยืนยันว่า “**ฌานไม่มีแก่ผู้ไม่มีปัญญา ปัญญาไม่มี แก่ผู้ไม่มีฌาน ฌานและปัญญามีอยู่ในผู้ใด ผู้นั้นแลอยู่ในที่ใกล้นิพพาน**”[๑๑๘] ฉะนั้น การเพ่งพิจารณาธรรม ที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้าอย่างใดอย่างหนึ่งให้รู้เท่าทันอารมณ์กำลังเกิดขึ้น เปลี่ยนแปลงไป ดับไป ในขณะนั้นๆ ตามหลักแห่งไตรลักษณ์ คือความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา จนเป็นปัญญาเกิดจากการเจริญวิปัสสนาภาวนานั้น จะต้องมีสมาธิเป็นกำลังช่วยหนุนควบคู่กันไปด้วย และขณะปฏิบัติสมถวิปัสสนานั้น ผู้ปฏิบัติก็เท่ากับได้ปฏิบัติตามมรรคประกอบด้วยองค์ ๘ ครบทั้งหมดด้วย และเท่ากับได้ “กำหนดรู้ธรรม คือ อุปาทานขันธ์ ๕ ที่ควรกำหนดรู้ ได้ละธรรม คืออวิชชากับภวตัณหาที่ควรละ ได้เจริญธรรม คือ สมถะกับวิปัสสนาที่ควรเจริญ และทำให้แจ้งธรรม คือ วิชชากับวิมุตติที่ควรทำให้แจ้งด้วยปัญญาอันยิ่ง”[๑๑๙]

---

[๗๙]**จิต** หมายถึง ธรรมชาติหรือสภาวธรรมอย่างหนึ่งที่ทำหน้าที่คิดและรับรู้อารมณ์ ผู้ปฏิบัติควรกำหนดรู้ตามสภาพที่เป็นจริง โดยการตามกำหนดรู้จิต ที่คิดน้อมไปหาหรือรับอารมณ์ในที่ใกล้หรือไกล ผู้ปฏิบัติควรเอาใจใส่เป็นพิเศษ เพราะการกำหนดรู้จิตนั้นเป็นของละเอียดอ่อนมาก ถ้ากำหนดไม่ถูกวิธีบางครั้งทำให้สับสนและฟุ้งซ่าน ทำให้เกิดความเครียด มึนตึงของศีรษะได้.

[๘๐]**ธรรม** หรือ**ธรรมารมณ์** หมายถึง สิ่งที่จิตรู้หรือสิ่งที่มาประกอบกับจิต ปรุงแต่งจิต คือ สภาวธรรมที่จะต้องกำหนดรู้อยู่ทุกขณะ เช่น ขณะเห็น ขณะได้ยิน ขณะได้กลิ่น ขณะรู้รส และขณะถูกสัมผัส.

[๘๑]ที. ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๖/๒๗๖., องฺ. จตุกฺก. (ไทย) ๒๑/๒๗๔/๓๘๙-๓๙๐.

[๑๑๘]ขุ. ธ. (ไทย) ๒๕/๓๕/๖๕.

[๑๑๙]ม. อุ. (ไทย) ๑๔/๘๒๙/๕๒๔.

๓. อารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน

อารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน คือการพิจารณาถึงอารมณ์ที่เป็นปัจจุบันเท่านั้นหรือเป็นอุปกรณ์แห่งวิปัสสนาภาวนา หรือเครื่องมือในการบำเพ็ญวิปัสสนานั้น ไม่มีมากมายถึง ๔๐ อย่าง เหมือนกับสมถภาวนา แต่มีอยู่อย่างเดียวเท่านั้นคือ **ขันธ์ ๕** เช่นคำว่า "**ธรรมชาติใด ย่อมเห็นแจ้งในขันธ์ ๕** หรือ รูปนาม โดยประการต่างๆ คือโดยอาการที่เป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ธรรมชาตินั้น เรียกชื่อว่า **วิปัสสนา**"[๔๒] มี ๕ ประการ ได้แก่

๑) รูปขันธ์

๒) เวทนาขันธ์

๓) สัญญาขันธ์

๔) สังขารขันธ์

๕) วิญญาณขันธ์

ขันธ์ทั้ง ๕ ประการนี้ เมื่อย่นลงให้สั้นเข้ามาอีก เพื่อจะให้จำกันง่ายๆ ก็มีอยู่เพียง ๒ ประการ คือ (๑) **รูป** ได้แก่ รูปขันธ์ (๒) **นาม** ได้แก่ เวทนาขันธ์ สัญญาขันธ์ สังขารขันธ์ และวิญญาณขันธ์ การที่จัดไว้ดังนี้ เพราะมีเหตุผลว่า รูปขันธ์ ได้แก่กองแห่งรูปนั้น มีรูปร่างปรากฏเห็นได้เป็นส่วนมาก เช่น รูปที่ปรากฏเห็นๆ กันอยู่ทั่วไป ฉะนั้น จึงจัดเป็น "รูป" ส่วนขันธ์ต่อมาคือ เวทนาขันธ์ – สัญญาขันธ์ – สังขารขันธ์ – วิญญาณขันธ์ ขันธ์เหล่านี้ไม่มีความปราฏเป็นรูปร่าง มีแต่เพียงชื่อสมมติเรียกเท่านั้น ฉะนั้นจึงเป็น "นาม"

ดังนั้น จึงเป็นอันว่า "ขันธ์ ๕" หรือ "รูปนาม" เป็นอารมณ์ คือเป็นเครื่องมือ หรือเป็นหลักในการบำเพ็ญวิปัสสนาภาวานา ผู้บำเพ็ญวิปัสสนาจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องถือเอาอารมณ์ที่ว่าเป็นหลักปฏิบัติ จึงเป็นการบำเพ็ญวิปัสสนาถูกต้อง ถ้าไม่ใช้อารมณ์ที่ว่านี้แล้ว ก็หาใช่เป็นการบำเพ็ญวิปัสสนาภาวนาที่ทางพระพุทธศาสนาสั่งสอนไว้ไม่[๔๓]

(๓) ผลของการปฏิบัติสมถะและวิปัสสนากรรมฐาน

การปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนานั้น ย่อมมีผลแห่งการกระทำ นั่นคือ **กรรม** มีทั้งฝ่ายดีและทั้งฝ่ายเสีย หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า สิ่งที่เป็น**กุศลกรรม** กับ **อกุศลกรรม** โดยกรรมที่

---

[๔๒]พระพรหมโมลี (วิลาศ ญาณวโร ป.ธ.๙), **ภาวนาทีปนี**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท ธรรมสาร จำกัด, ๒๕๔๕), หน้า ๑๓๗.

[๔๓]พระพรหมโมลี (วิลาศ ญาณวโร ป.ธ.๙), **ภาวนาทีปนี**, หน้า ๑๓๙-๑๔๐.

กล่าวนี้เป็นเรื่องของธรรมะ มี ๒ อย่าง คือ ธรรมที่ดี เรียกว่า "ธรรมะ" ที่ไม่ดีเรียกว่า (อธรรม) คือ เป็นสิ่งไม่ดี ไม่งาม ไม่ถูกต้อง ฉะนั้น เรื่องของการปฏิบัติ ก็จะต้องพิจารณาเป็นขั้นตอน ต้องปฏิบัติด้วยตนเอง แล้วก็ประจักษ์ผลด้วยตนเอง[๘๔]

ผลของการปฏิบัติธรรมดังกล่าว มีการนิยามคำศัพท์หลายๆ อย่าง เช่น อานิสงค์บ้าง ประโยชน์บ้าง หรือคุณลักษณะบ้าง และเป้าหมายบ้าง ที่นี้ผู้วิจัยก็จะใช้ผลของการปฏิบัติธรรมทั้งหมดว่าเป็น **ประโยชน์** อันสืบเนื่องจากคำสอนทางพระพุทธศาสนา ได้ฝึกฝนอบรมบ่มเพาะและมุ่งประโยชน์ไว้สามอย่าง คือ ประโยชน์ในปัจจุบัน ประโยชน์ในอนาคต และประโยชน์สูงสุด คือ หมดทุกข์ทั้งปวง สำหรับประโยชน์อันจะเกิดจากการให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธี พอสรุป ได้ดังนี้

๑. **ประโยชน์ของการเจริญสมถกรรมฐาน** มี ๕ ประการ คือ

๑) ทำให้เข้าสมาบัติได้ เพื่อเป็นสุขในภพปัจจุบัน

๒) ทำให้เป็นบาทของวิปัสสนา

๓) ทำให้เกิดโลกียอภิญญา ๕ ประการ

๔) ทำให้เกิดเป็นพรหม

๕) ทำให้เข้านิโรธสมาบัติได้[๘๕]

โดยปัจจุบันนั้น มีหลักฐานทางวิทยาศาสตร์จำนวนมากที่แสดงว่า การฝึกสมาธิ หรือ การนั่งสมาธิ เป็นผลดีในด้านการเสริมสร้างสุขภาพทั้งร่างกาย จิตใจ และจิตวิญญาณ เพื่อนำมาประยุกต์ใช้ในการบำบัดโรคภัยไข้เจ็บบางอย่างได้ นักจิตวิทยา นักสรีรวิทยา แพทย์ จิตแพทย์ นักวิทยาศาสตร์ และอื่นๆ หันมาศึกษาวิจัยเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระว่างสมาธิกับการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยา **เบ็นสันและวอเลย์** (Benson and Wallace) พบว่าระหว่างการฝึกสมาธิจะมีการผ่อนคลายของกล้ามเนื้อทั่วร่างกาย อัตราของชีพจรและการหายใจลดลง และสิ่งที่น่าสนใจคือ มีการหลั่งของสารประเภทฝิ่นออกมาในสมอง สารนี้เรียกว่า เอ็นดอร์ฟิน (Endorphin) เมื่อออกจากสมาธิแล้วผู้ฝึกสมาธิจะมีความรู้สึกสดชื่น ตื่นตัวและสุขสบาย มีประสิทธิภาพในการทำงานมากกว่าก่อนมีสุขลักษณะนิสัยที่ดี[๘๖]

---

[๘๔]สมเด็จพระพุฒาจารย์ (เกี่ยว อุปเสโณ), **สมาธิหลักของใจ**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท ประชุมช่าง จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๖๓-๖๔.

[๘๕]คณาจารย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **ธรรมะภาคปฏิบัติ ๒**, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๕๑), หน้า ๘๖.

[๘๖]จำลอง ดายวณิช, **จิตวิทยาของความดับทุกข์**, หน้า ๑๗๗-๑๗๘.

นอกจากประโยชน์ของสมถะทั้ง ๕ ประการดังกล่าว **สมาธิ** นั้นยังมีผลต่อการทำหน้าที่ของสมอง ตามปกติสำหรับผู้ที่ถนัดมือขวา ความเด่นของสมอง (Cerebral dominance) จะอยู่ทางซีกซ้าย หน้าที่ของสมองซีกขวา และซีกซ้ายจะแตกต่างกัน ดังตารางต่อไปนี้[๘๗]

หน้าที่ของสมองซีกซ้ายเกี่ยวกับ	หน้าที่ของสมองซีกขวาเกี่ยวกับ
- กิจกรรมที่ไม่ต้องอาศัยคำพูด	- การพูด
- การแสดงออกทางอารมณ์	- ภาษา
- ศิลปะ และดนตรี	- คณิตศาสตร์
- การสร้างสรรค์	- วิทยาศาสตร์
- ความหยั่งเห็น (Insight)	- สัญลักษณ์
- การรู้เองหรืออัชฌัตติกญาณ (Intuition)	- ตรรกศาสตร์
- ความคิดวิเคราะห์ (Synthesis)	- การอนุมาน
	- การวิเคราะห์
	- ความคิดแบบแยกองค์ประกอบต่างๆ ออกจากกัน (Non-integrated thought)

๒. **ประโยชน์ของการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน**

๑) ทำให้ผู้ปฏิบัติมีจิตใจผ่องใส

๒) ทำให้ผู้ปฏิบัติมีจิตใจที่มั่งคง หนักแน่น มากขึ้นกว่าเดิม

๓) ทำให้ผู้ปฏิบัติเกิดปัญญา เกิดความเฉลียวฉลาดมากขึ้น

๔) ทำให้ผู้ปฏิบัติหายจากโรคประจำตัวซึ่งไม่สามารถรักษาได้

๕) ทำให้ผู้ปฏิบัติสามารถบรรลุถึงความพันทุกข์ คือ มรรค ผล นิพพาน อันเป็นจุดประสงค์สูงสุดในพระพุทธศาสนาได้[๘๘]

นอกจากนี้ การเจริญวิปัสสนาโดยเฉพาะ **การเจริญสติปัฏฐาน ๔** สามารถทำให้เป็นพระอรหัตผลและพระอนาคามี ซึ่งได้แสดงอานิสงส์การปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ คือถ้าบุคคลใดได้เจริญสติปัฏฐานทั้ง ๔ ประการ ตลอด ๗ ปีเป็นอย่างช้า หรือตลอด ๗ วันเป็นอย่างเร็ว บุคคลนั้นพึง

---

[๘๗] จำลอง ดายวณิช, **เรื่องเดียวกัน**, หน้า ๑๗๙.

[๘๘] คณาจารย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **ธรรมะภาคปฏิบัติ ๒**, หน้า ๘๘.

ได้ผล ๒ ประการ อย่างใดอย่างหนึ่ง คือ บรรลุเป็นพระอรหัตผลในปัจจุบัน เมื่อยังมีกิเลสเหลืออยู่ก็เป็นพระอนาคามี และยังมีอานิสงส์แห่งการเจริญสติปัฏฐาน ได้ปรากฏหลักฐานดังนี้

๑) **การเจริญสติปัฏฐาน ๔** ทำให้พระสัทธรรมตั้งอยู่ได้นาน และไม่เสื่อมสูญ ปรากฏในพระสูตรชื่อ ฐิติสูตร ปริหานสูตร และ พราหมณสูตร ได้แสดงประโยชน์ของการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ไว้ คือ “พระสัทธรรมอันเป็นคำสั่งสอนของพระตถาคตเจ้า ตั้งอยู่ได้ไม่นานและเสื่อมสูญ เพราะบุคคลไม่เจริญ ซึ่งสติปัฏฐาน ๔ หลังจากที่พระตถาคตเจ้าปรินิพพานแล้ว แต่พระสัทธรรมอคำสั่งสอนของพระตถาคตเจ้า ตั้งอยู่ได้นานและไม่เสื่อมสูญ เพราะบุคคลเจริญสติปัฏฐาน ๔”[๘๙]

๒) **การเจริญสติปัฏฐาน ๔** ทำให้บรรลุเป็นพระเสขะ และพระอเสขะ ในปเทสสูตรและสมัตตสูตรเป็นต้น ได้แสดงว่า บุคคลจะชื่อว่าเป็นพระเสขะและพระอเสขะ เพราะเจริญสติปัฏฐาน ๔ ได้เป็นส่วนๆ และเพราะเจริญสติปัฏฐาน ๔ ได้บริบูรณ์ ดังเนื้อความว่า “ดูก่อนผู้มีอายุ บุคคลที่จะชื่อว่า เป็นพระเสขะ เพราะเจริญสติปัฏฐาน ๔ ได้เป็นส่วนๆ ”และว่า “ ดูก่อนท่านผู้มีอายุ บุคคลที่จะชื่อว่าเป็นพระอเสขะ เพราะเจริญสติปัฏฐาน ๔ ได้บริบูรณ์”[๙๐]

๓) **การเจริญสติปัฏฐาน ๔** ทำให้ละสังโยชน์เบื้องสูง ๕ ได้ในคังคาทิเปยยาลแห่งสติปัฏฐาน สังยุตที่ ๖ ได้แสดงการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ทำให้ละสังโยชน์อันเป็นส่วนเบื้องสูง ๕ อย่างได้ คือ **รูปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทธัจจะ อวิชชา** ว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายพึงเจริญสติปัฏฐาน ๔ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อกำหนดรู้ เพื่อความสิ้นไป เพื่อละสังโยชน์อันเป็นส่วนเบื้องสูง ๕ เหล่านี้”[๙๑]

โดยสรุป **พุทธวิธีการให้คำปรึกษาของพระพุทธเจ้า** มีสมถะและวิปัสสนากรรมฐาน ยึดถือเป็นหลักสำคัญของการพัฒนาจิตฝ่ายกุศลได้แล้ว ก็สามารถช่วยเหลือบุคคลอื่นผู้มีปัญหาความทุกข์ได้เป็นอย่างดี หากได้ลงมือปฏิบัติได้ถูกต้อง จิตใจก็เกิดความสงบเป็นสมาธิ รู้เท่าทันอารมณ์ ความรู้สึกของตน พร้อมทั้งสามารถยกระดับจิตให้หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวงได้แล้วนี้ถือเป็นเป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนาคือ **จิตใจก็เข้าถึงกระแสแห่งพระนิพพาน**

ต่อไปก็จะได้กล่าวถึงกรณีบุคคลที่พระพุทธเจ้าทรงให้คำปรึกษา หรือเรียกว่าเป็นการจำแนกบุคคลผู้มีความสามารถสืบเนื่องจากที่บุคคลนั้นๆ ฝึกอบรมจิตได้ละเอียดประณีตสุขุมก็จะเข้าถึงกระแสแห่งมรรค ผล พระนิพพาน ตามลำดับดังนี้

---

[๘๙] สํ. ม. (ไทย) ๑๙/๗๗๑–๒๗๕/๒๒๙–๒๓๑ , ๗๗๙/๒๓๒.

[๙๐] สํ. ม. (ไทย) ๑๙/๗๘๑-๗๘๔/๒๓๓-๒๓๔ , ๘๔๒/๒๕๔–๒๕๕.

[๙๑] สํ. ม. (ไทย) ๑๙/๘๔๒/๒๕๔-๒๕๕.

๒.๒.๓ บุคคลที่พระพุทธเจ้าทรงให้คำปรึกษา

บุคคลที่พระพุทธองค์ทรงให้คำปรึกษามีจำนวนมาก แต่ในที่นี้ผู้วิจัยใคร่ขอศึกษาเฉพาะที่ได้รับการให้คำปรึกษาครั้งแรกเริ่มของการตรัสรู้ใหม่ๆ และบุคคลที่กล่าวถึงนี้ก็เคยเป็นผู้คอยรับใช้อุปัฏฐากพระองค์เมื่อครั้งก่อน พร้อมทั้งได้สดับรับฟังพระธรรมเทศนา จนกระทั่งบรรลุธรรม มีดวงตาเห็นธรรมตามลำดับ โดยจำแนกบุคคลออกเป็น ๔ ประเภท เรียกว่า **พุทธบริษัท ๔** กล่าวคือ (๑) พระภิกษุ (๒) พระภิกษุณี (๓) อุบาสก และ (๔) อุบาสิกา มีดังต่อไปนี้

(๑) กรณีพระอัญญาโกณฑัญญะ

พระอัญญาโกณฑัญญะ ถือเป็นองค์หนึ่งในจำนวนพระปัญจวัคคีย์ทั้ง ๕ ท่าน[๙๒] คือ พระวัปปะ พระภัททิยะ พระมหานามะ และอัสสชิ ซึ่งทั้ง ๕ ท่าน ได้ออกบวชตามพระพุทธองค์ และเป็นผู้อยู่อุปัฏฐากในครั้งทรงบำเพ็ญทุกรกิริย โดยมีความหวังว่าหากพระพุทธองค์ได้ตรัสรู้แล้วพวกตนก็จะได้รับผลจากการตรัสรู้อันนั้นด้วย ต่อมาเมื่อพระพุทธองค์ทรงเลิกบำเพ็ญทุกรกิริยา ท่านเหล่านั้นได้ ละทิ้งพระองค์แล้วพากันไปอยู่ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน แขวงเมืองพาราณสี

หลังจากพระพุทธองค์ทรงได้ตรัสรู้ความเป็นพุทธะ และทรงเสวยวิมุติสุขอยู่นั้น พระพุทธเจ้าทรงมีพระดำริที่จะแสดงธรรมซึ่งได้ตรัสรู้มา ก็ทรงระลึกถึงท่านอาจารย์ทั้ง ๒ ท่าน คือ อาฬารดาบสกาลามโคตร และอุทกดาบสรามบุตร แต่ทราบด้วยทิพยจักษุญาณว่า ท่านทั้งสองได้สิ้นชีพไปแล้ว พระพุทธองค์ก็ทรงระลึกถึงปัญจวัคคีย์ทั้ง ๕ ผู้ซึ่งเคยมีอุปการคุณแก่พระองค์เมื่อสมัยทรงบำเพ็ญทุกรกิริยา ด้วยเห็นว่าท่านทั้ง ๕ นั้นเป็นผู้มีสติปัญญามาก มีกิเลสเบาบางควรแก่การตรัสรู้ และทรงทราบด้วยพระปัญญาญาณว่าขณะนี้ท่านทั้ง ๕ อยู่ที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน ใกล้กรุงพาราณสี พระพุทธองค์จึงตกลงพระทัยเสด็จไปแสดงปฐมเทนา เพื่อโปรดปัญจวัคคีย์ในวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๘ โดยพระพุทธองค์ทรงเสด็จไปในวันนั้นตั้งแต่เช้า ส่วนปัญจวัคคีย์เมื่อทำกิจประจำวันแล้วก็นั่งสนทนากันว่า "**ขณะนี้ พระมหาบุรุษตั้งแต่พวกเราจากมา และพระองค์เสด็จไป ณ ที่ใด ประทับอยู่ที่ไหน ระลึกพวกเราบ้างหรือไม่ ประการใด**" เป็นต้น

ลำดับนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าเสด็จใกล้ถึงป่าอิสิปตนมฤคทายวัน ปัญจวัคคีย์ทั้ง ๕ ได้เห็นพระองค์เสด็จมาแต่ไกล ต่างก็จำได้จึงนัดหมายกันว่า..."พระสมณโคดม นี้มีความมักมาก คลายความเพียรแล้วเวียนมาเมื่อความเป็นคนมักมาก ดังนั้น พวกเราไม่พึงไหว้ ไม่พึงลุกขึ้นต้อนรับ ไม่พึงรับบาตรจีวรของเธอ เพียงแต่จัดอาสนะไว้ เมื่อเธอปรารถนาจะนั่งก็จงนั่งเถิด" เมื่อ

---

[๙๒] วิ.มหา (ไทย) ๔/๑๒-๒๔/๑๓-๒๔.

พระพุทธองค์เสด็จมาถึงที่ ต่างก็พากันลืมสัญญาที่ให้แก่กันไว้ กลับทำการต้อนรับเป็นอย่างดีดุจที่เคยทำมา แต่ยังใช้คำว่า “อาวุโส” และเรียกพระนามว่ “โคตมะ” อันเป็นถ้อยคำแสดงถึงอาการไม่เคารพ พระพุทธองค์ทรงห้าม แล้วทรงตรัสว่า...

> “อย่าเลย พวกเธออย่ากล่าวเช่นนั้น บัดนี้ตถาคตได้บรรลุอมฤตธรรมเองโดยชอบแล้ว เธอทั้งหลายคอยตั้งใจฟังเถิด เมื่อเธอปฏิบัติตามไม่นานก็จะได้บรรลุอมฤตธรรมนั้น”[๙๓]

ส่วนปัญจวัคคีย์กล่าวว่า “อาวุโสโคตม แม้ท่านบำเพ็ญเพียรเห็นปานนั้น ท่านยังมิได้บรรลุพิเศษ บัดนี้ท่านหันมาปฏิบัติเพื่อความเป็นคนมักมาก แล้วจะบรรลุธรรมพิเศษได้อย่างไร ?”

พระพุทธองค์ทรงตรัสเตือนปัญจวัคคีย์ให้ระลึกถึงความหลังว่า...“**ท่านทั้งหลายจำได้หรือไม่ว่า พระวาจาเช่นนี้เราเคยพูดกับท่านบ้างหรือไม่**” ปัญจวัคคย์นึกขึ้นได้ว่า พระวาจาเช่นนี้ มิเคยได้ยินมาก่อนเลย จึงยินยอมที่จะรับฟังพระธรรมเทศนา ในเมื่อปัญจวัคคีย์พร้อมใจกันที่จะสดับรับฟังพระธรรมเทศนาแล้วรุ่งขึ้นอันเป็นวันอาสาฬหบูชา วันเพ็ญเดือน ๘ พระองค์ตรัสเรียกปัญจวัคคีย์มาพร้อมกันแล้ว ทรงประกาศพระสัพพัญญุตญาณ โดยการยังวงล้อแห่งพระธรรมให้เป็นไปแก่ชาวโลก กล่าวคือ **ธัมมจักกัปวัตตนสูตร** อันเป็น**พระปฐมเทศนา** ครั้งแรกในโลก ซึ่งเนื้อความในพระธรรมเทศนานั้น พระองค์ทรงได้ตำหนิทางอันสุดโต่ง ๒ อย่าง คือ[๙๔]

๑) **กามสุขัลลิกานุโยค** คือ การประกอบตนให้พัวพันหมกมุ่นอยู่ในกามสุขเป็นที่สุดอย่างหนึ่ง

๒) **อัตตกิลมถานุโยค** คือ การประกอบตนให้ลำบากเปล่า ความพยายามเพื่อบรรลุที่ทรมานตนเอง เช่น การบำเพ็ญตบะต่างๆ ที่นิยมกันในหมู่นักบวชชาวอินเดียจำนวนมาก

ซึ่งทางทั้ง ๒ อย่างนี้ อันบรรพชิตไม่ควรเสพ ในบรรดาที่สุดทั้งสองอย่างนี้ หมายถึงกามสุขัลลิกานุโยค ๑ และ อัตตกิลมถานุโยค ๑ อันเป็นทางที่ย่อหย่อนเกินไปแสวงแต่ความสุขและทางตึงเกินไปปฏิบัติให้ลำบากเปล่า

---

[๙๓]**บรรลุอมฤตธรรม** หมายถึง ธรรทที่ทำให้ไม่ตาย ธรรมซึ่งเปรียบด้วยน้ำอมฤตอันทำให้ผู้ดื่มไม่ตาย คือมี พระนิพพาน. อ้างใน พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ๓๘๒.

[๙๔]พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, หน้า ๑๓.

ฉะนั้น เมื่อพระพุทธองค์ทรงสอนให้เลิกละการปฏิบัติทั้ง ๒ อย่าง ที่เคยปฏิบัติมาช้านาน จนยึดถือเป็นประเพณีสืบต่อกันมาแล้วนั้น พระองค์ทรงชี้แนะหลักการปฏิบัติแบบ "**มัชฌิมปฏิปทา**" คือเป็นวิธีการปฏิบัติกลางๆ ไม่ย่อหย่อนจนเกินไป และไม่ตึงจนเกินไป ทรงให้ดำเนินตามทางสายกลาง เรียกว่า **มรรคมีองค์ ๘**[๙๕] แล้วจากนั้นก็ทรงตรัสถึง อริยสัจ ๔ ซึ่งเป็นหลักธรรมที่ทรงทำให้พระพุทธองค์ได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า

เมื่อพระพุทธองค์แสดงธัมมจักกัปปวัตนสูตรจบลง ธรรมจักษุ คือ ดวงตาเห็นธรรม อันปราศจากธุลีมลทินได้เกิดแก่ โกณฑัญญดาบส หัวหน้าปัญจวัคคีย์ว่า "**สิ่งใดสิ่งหนึ่ง มีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดา สิ่งนั้นทั้งหมดก็ย่อมมีความดับไปเป็นธรรมดา**" พระองค์ทรงทราบว่า **โกณฑัญญะ** ได้ดวงตาเห็นธรรม เป็นโสดาบันบุคคลในพระพุทธศาสนาแล้ว จึงเปล่งพุทธอุทานดำรัสว่า..."**อญฺญาสิ วต โภ โกณฺฑญฺโญ อญฺญาสิ วต โภ โกณฺฑญฺโญ** โกณฑัญญะ ได้รู้แล้วหนอ โกณฑัญญะ ได้แล้วรู้แล้วหนอ" ลำดับนั้น โกณฑัญญะ ได้บรรลุแล้ว โลกุตตรธรรม[๙๖] แล้วหมดความสงสัยในพระรัตนตรัย จึงกราบขอบรรพชาอุปสมบทเป็นพระภิกษุในพระพุทธศาสนา โดยทรงประทานการบรรพชาอุปสบบทด้วยวิธี **เอหิภิกขุอุปสัมปทา**[๙๗] ถือเป็นพระสงฆ์รูปแรกในทางพระพุธศาสนา และก็ทรงเป็นปฐมสาวกของพระบรมศาสดา จึงทำให้ครบองค์พระรัตนตรัย คือ พระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ เกิดขึ้นครบบริบูรณ์ในโลกแต่บัดนั้นมา ซึ่งตรงกับวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เพ็ญเดือน ๘[๙๘]

พระพุทธองค์ เมื่อประทานบรรพชาอุปสมบทให้แก่ พระอัญญาโกณฑัญญะแล้ว เสด็จทรงประทับจำพรรษ ณ ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน พร้อมทั้งประกาศโอวาทสั่งสอนบรรพชิตที่เหลืออีก ๔ ท่าน ให้ได้บรรลุธรรม และประทานบรรพชาอุปสมบทให้ตามลำดับ โดยพระองค์ทรงพิจารณเห็นว่า พระปัญจวัคคีย์ดำรงอยู่ในฐานะพระสาวกมีอินทรีย์แก่กล้าสมควรสดับพระธรรมเทศนา เพื่อความหลุดพ้นเบื้องสูงขึ้นไป พระองค์จึงเรียกภิกษุทั้งห้ามาประชุมพร้อมกัน แล้วตรัสพระธรรมเทศนาชื่อว่า **อนัตตลักขณสูตร** ซึ่งได้พรรณนาถึง เบญจขันธ์ ว่าเป็นสภาพที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา

---

[๙๕]สํ.ม. (ไทย) ๑๙/๓/๒.

[๙๖]พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, หน้า ๒๖๑.

[๙๗]พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **เรื่องเดียวกัน**, หน้า ๔๓๘.

[๙๘]พระครูกัลยาณสิทธิวัฒน์ (สมาน กลฺยาณธมฺโม), **พุทธประวัติตามแนวปฐมสมโพธิ**, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๑๑๖.

พระพุทธองค์ทรงตรัสถามภิกษุปัจญวัคคีย์ว่า

“ภิกษุทั้งหลายเบญจขันธ์นี้ เที่ยงหรือไม่เที่ยว?”

“ไม่เที่ยง พระเจ้าข้า”

“สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์ หรือเป็นสุขเล่า?”

“เป็นทุกข์ พระเจ้าข้า”

“สิ่งใดไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีความปปรปรวนเป็นธรรมดา ควรจะถือว่าสิ่งนั้นเป็นของเรา มันเป็นเรา นั้นตนเองของเราหรือ?”

“ไม่ควร พระเจ้าข้า”

ภิกษุทั้งหลาย เมื่อไม่ควร ก็พึงพิจารณาด้วยปัญญาอันชอบว่า ขันธ์ ๕ ทั้งที่เป็นอดีต ปัจจุบัน และอนาคต ทั้งที่เป็นของตน และของผู้อื่นทั้งหลาย ละเอียด เลว และประณีต เป็นต้น ล้วนเป็นแต่เพียงสักแต่ว่า รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ เท่านั้นไม่ใช่เรา ไม่เป็นของเรา ไม่ใช่ตัวตนของเรา เมื่อได้พิจารณาเห็นอย่างนี้แล้ว ก็จะเกิดความเบื่อหน่ายในเบญจขันธ์ เมื่อเบื่อหน่ายแล้วย่อมปราศจากความกำหนัด ในเมื่อจิตปราศจากความกำหนัด จิตย่อมหลุดพ้นจากความยึดมั่นถือมั่น ด้วยประการกล่าวแล้ว พระปัญจวัคคีย์ทั้ง ๕ ขณะทรงสดับพระธรรมเทศนานั้น ส่งจิตพิจารณาตามกระแสพระธรรมเทศนาโดยลำดับ จิตก็หลุดพ้นจากกิเลสอาสวะทั้งปวง ไม่ยึดมั่นถือมั่นด้วยอุปทาน ได้บรรลุเป็นพระอรหันต์พร้อมกันทั้ง ๕ พระองค์[๙๙]

สรุปความว่า บุคคลซึ่งพระองค์ทรงให้คำปรึกษานั้น มีความเกี่ยวข้องกันทั้งในฐานะผู้อุปัฏฐากรับใช้ และพระองค์ก็ทรงอยู่ในฐานะผู้ให้คำแนะนำปรึกษามาตลอด เมื่อทรงเห็นว่าการปฏิบัติของบุคคลผู้อยู่ใกล้ชิดนั้นไม่ถูกต้อง ไม่เหมาะสมและเป็นปัญหาก่อให้เกิดความทุกข์

(๒) พระภิกษุณีรูปแรก

สมัยเมื่อพระพุทธเจ้าประทับอยู่ที่นิโครธารามใกล้กรุงกบิลพัสดุ์แคว้นสักกะ พระนางมหาปชาบดีโคตรมี เข้าไปเฝ้าถวายอภิวาทพระผู้มีพระภาค กราบทูลขอบรรพชาเป็นอนาคาริยะ (ผู้ไม่ครองเรือน) ในพระธรรมวินัย พระองค์ได้ตรัสห้ามไว้ว่า อย่าเลยท่านเป็นมาตุคาม อย่าพอใจบรรพชาเป็นอนาคาริยะในพระธรรมวินัยที่ตถาคตประกาศแล้วเลย แม้ครั้งที่สอง ครั้งที่สาม

---

[๙๙] พระมหากิจการ โชติปญฺโญ, “การศึกษาพุทธวิธีการให้คำปรึกษาที่ปรากฏในพระสุตตันตปิฎก", **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖), หน้า ๑๐๒-๑๐๔.

พระนางมหาปชาบดีโคตมี กราบทูลขอบรรพชา พระผู้มีพระภาคเจ้าก็ตรัสห้ามอย่างนั้น[๑๐๐] พระองค์ทรงเป็นห่วงมาตุคามเพราะมีธรรมชาติอ่อนแอและอาจได้รับอันตรายจากการอยู่ในที่เปลี่ยวได้มากกว่าบุรุษ แต่พระองค์ก็ไม่ได้ทรงห้ามให้สตรีปฏิบัติธรรม เพราะบุรุษและสตรีมีศักยภาพในการตรัสรู้เช่นเดียวกัน หากได้รับการขัดเกลาที่เหมาะสมและถูกวิธี

ต่อมาพระผู้มีพระภาคตรัสว่า “ดูก่อนอานนท์ ถ้าพระนางมหาปชาบดีโคตรมีจะทรงรับครุธรรม ๘ ประการ ได้นั้น ก็จงเป็นอุปสัมปทาของพระนางเถิด เป็นการประทานอนุญาตให้ภิกษุณีอุปสมบทโดยมีเงื่อนไข คือ

๑. นางภิกษุณีแม้บวชแล้ว ๑๐๐ ปี ต้องทำอภิวาท การลุกขึ้นต้อนรับ อัญชลีกรรม และสามีจิกรรม แก่ภิกษุผู้บวชในวันนั้น นี้เป็นธรรมที่นางภิกษุณีพึงสักการะ เคารพ นับถือ บูชาไม่ก้าวล่วงจนตลอดชีวิต

๒. นางภิกษุณีจำพรรษาในอาวาสที่ไม่มีภิกษุนี้เป็นธรรมที่นางภิกษุณีพึงสักการะ เคารพ นับถือ บูชา ไม่ก้าวล่วงจนตลอดชีวิต

๓. นางภิกษุณีพึงหวังธรรม ๒ อย่างจากภิกษุสงฆ์ทุกกึ่งเดือน คือการถามวันอุโบสถ กับการเข้าไปหาเพื่อรับโอวาท นี้เป็นธรรมที่นางภิกษุณีพึงสักการะ เคารพ นับถือ บูชา ไม่ก้าวล่วงจนตลอดชีวิต

๔. นางภิกษุณีจำพรรษาแล้ว พึงปวารณาในสงฆ์ ๒ ฝ่าย ด้วยฐานะ ๓ คือ ด้วยได้เห็นหรือ ด้วยได้ฟัง หรือ ด้วยนึกรังเกียจ นี้เป็นธรรมที่นางภิกษุณีพึงสักการะ เคารพ นับถือ บูชาไม่ก้าวล่วงจนตลอดชีวิต

๕. นางภิกษุณีที่ต้องครุธรรม (ต้องอาบัติสังฆาทิเสส) พึงประพฤติมานัตตลอดปักษ์ในสงฆ์

๖. ฝ่าย นี้เป็นธรรมที่นางภิกษุณีพึงสักการะ เคารพ นับถือ บูชา ไม่ก้าวล่วงจนตลอดชีวิต

๗. นางสิกขมานา ต้องศึกษาสิกขมานาในอนุธรรม ๖ ประการตลอด ๒ ปีแล้ว จึงควรแสวงหาอุปสมบทในสงฆ์ ๒ ฝ่าย (คือก่อนจะบวชเป็นนางภิกษุณี จะต้องเป็นนางสิกขมานา ๒ ปี ระหว่าง ๒ ปี ต้องรักษาศีล ๖ ข้อ ขาดไม่ได้ ศีล ๖ ข้อ คือ ศีล ๕ และเพิ่มข้อที่ ๖ อันได้แก่ การเว้นบริโภคอาหารในเวลาวิกาล) เป็นธรรมที่นางภิกษุณีพึงสักการะเคารพบูชาไม่ก้าวล่วงตลอดชีวิต

๘. นางภิกษุณี ไม่พึงด่า ไม่พึงบริภาษภิกษุด้วยปริยายใด ๆ นี้เป็นธรรมที่นางภิกษุณีพึงสักการะ เคารพ นับถือ บูชา ไม่ก้าวล่วงจนตลอดชีวิต จำเดิมแต่วันนี้ไป ห้ามนางภิกษุณีว่า

---

[๑๐๐] พระศรีปริยัติโมลี (สมชัย กุสลจิตฺโต) และคณะ, **สตรีในพระพุทธศาสนา**, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์สุขภาพใจ, ๒๕๔๔), หน้า ๖๕-๖๖.

กล่าวสั่งสอนภิกษุ ไม่ห้ามภิกษุกล่าวสั่งสอนนางภิกษุณี นี้เป็นธรรมที่นางภิกษุณีพึงสักการะเคารพนับถือบูชา ไม่ก้าวล่วงจนตลอดชีวิต[๑๐๑]

การที่ทรงบัญญัติครุธรรมทั้ง ๘ นั้น ก็เพราะว่าสมัยพุทธกาล สตรีอยู่ในฐานะด้อยกว่าบุรุษ คือ บุรุษได้รับอภิสิทธิ์ ได้รับการยกย่อง และได้รับการยอมรับมากกว่าสตรี ดังที่ปรากฏในที่หลายแห่ง วรรณคดีเกี่ยวกับสังคมอินเดีย การฟังธรรมและการประกอบพิธีกรรมทางศาสนา เป็นเอกสิทธิ์เฉพาะบุรุษ สตรีจะไม่ได้รับโอกาสให้เข้าร่วมพิธีกรรมดังกล่าว แต่พระพุทธเจ้าทรงปฏิวัติความเชื่อข้อนี้ของสังคมในยุคนั้นทรงอนุญาตให้สตรีเข้ามาอุปสมบทเป็นภิกษุณีได้ ดังที่ทรงอุปสมบทให้พระนางมหา- ปชาบดีโคตรมี ซึ่งถือว่าเป็นพระภิกษุณีรูปแรกในพุทธศาสนา แต่ก็มีกฎข้อบังคับสำหรับพระภิกษุณีเคร่งครัดเพิ่มมากกว่าพระภิกษุ กฎข้อบังคับสำหรับภิกษุณีเรียกว่าครุธรรม คือ ธรรมที่ภิกษุณีควรเคารพนับถือและปฏิบัติอย่างเคร่งครัด[๑๐๒]

(๓) อุบาสก

ครั้งพุทธกาลมีอุบาสก ซึ่งทำหน้าที่ผู้อุปัฏฐากพระสงฆ์ที่พระพุทธเจ้าได้ยกย่องไว้ในตำแหน่งผู้เลิศกว่าอุบาสกในการทำหน้าที่ผู้อุปัฏฐากพระสงฆ์ คือ อุคคตคหบดี ประวัติของท่านมีกล่าวไว้ในคัมภีร์พระไตรปิฎก สรุปได้ดังนี้

อุคคตะ เกิดในตระกูลเศรษฐี หมู่บ้านหัตถิคาม บรรดาญาติได้ขนานนามว่า อุคคตกุมาร เมื่อเจริญวัยขึ้นได้รับการศึกษาตามฐานะ อยู่ครองชีวิตในเพศฆราวาสจนได้รับตำแหน่งเศรษฐีเมื่อบิดาล่วงลับไป เมื่อดำรงตำแหน่งเศรษฐีมีทรัพย์มาก จึงเกิดความคิดว่า บิดาและบรรพบุรุษของเรา หาทรัพย์มาเก็บสะสมไว้ ตายแล้วก็เอาไปไม่ได้ เมื่อยามมีชีวิตอยู่ก็ไม่ใช้ให้เกิดประโยชน์กับตน การมีสมบัติมากมายอย่างนี้จะมีประโยชน์อะไร เราควรแสวงหาความสุขสนุกสำราญด้วยการใช้จ่ายทรัพย์เหล่านี้ดีกว่า เมื่อคิดดังนี้แล้ว ท่านก็ให้คนจัดหาสุรารสเลิศและหญิงสาวมาฟ้อนรำขับร้อง ห้อมล้อมตนอยู่ตลอดวันและคืน โดยไม่ทำกิจการงานอื่นใด ขณะนั้นพระพุทธเจ้าพร้อมด้วยพระสงฆ์ ได้เสด็จมาถึงบ้านหัตถิคามแล้วเข้าไปประทับ ณ อุทยานชื่อ นาคราวนะ เมื่ออุคคตเศรษฐี มีหญิงฟ้อนรำขับร้องบำเรออยู่ตลอดเวลา แสวงหาความสำราญไปตามสถานที่ต่างๆ ด้วยอาการมึนเมาเพราะสุรา เข้าไปในอุทยานนาคราวนะนั้น ครั้นได้เห็นพระพุทธเจ้า

---

[๑๐๑]สุชีพ ปุญญานุภาพ, **พระไตรปิฎก ฉบับสำหรับประชาชน**, (กรุงเทพมหานคร : มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙),หน้า ๗๗.

[๑๐๒]จำนงค์ อดิวัฒนสิทธิ์, **สังคมวิทยาตามแนวพุทธศาสตร์**, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕), หน้า ๑๒๓.

ก็เกิดหิริโอตตัปปะ ความมึนเมาสร่างซาหายไปในฉับพลัน รวบรวมสติให้มั่นแล้วเข้าไปเฝ้าพระพุทธเจ้า กราบถวายบังคมแล้ว นั่ง ณ ที่สมควร

พระพุทธเจ้าได้ทอดพระเนตรอุคคตเศรษฐี มีพระทัยประกอบด้วยพระมหากรุณาธิคุณ ทรงทราบว่าท่านเศรษฐีมีอุปนิสัยแห่งอรยมมรรคอยู่ จึงแสดงพระธรรมเทศนาโปรด เมื่อจบแล้ว เศรษฐีดำรงอยู่ในอริยภูมิสำเร็จเป็นพระอนาคามี ตั้งแต่นั้นมา ท่านเศรษฐีมีจิตตั้งมั่นอยู่ในการรักษาศีล ถวายทานแก่พระสงฆ์ โดยไม่กำหนดประมาณ ท่านเป็นผู้ขวนขวายในการถวายทานแก่พระสงฆ์ด้วยจิตประกอบด้วยศรัทธา สม่ำเสมอ โดยไม่หวั่นไหว แม้บางครั้งได้รับข่าวที่ไม่ดีกับพระสงฆ์ เช่น ครั้งหนึ่งในยามราตรีได้มี เทวดาองค์หนึ่งมาแจ้งเศรษฐีว่า “ท่านเศรษฐี ภิกษุรูปโน้นมีวิชชา ๓ ภิกษุรูปโน้นมีอภิญญา ๖ ภิกษุรูปนั้นมีศีล ภิกษุรูปนั้นทุศีล” ท่านก็ไม่หวั่นไหวสามารถแยกแยะ และทำหน้าที่ของอุบาสกที่ดีใน พระพุทธศาสนา ซึ่งเป็นบุคคลอีกท่านหนึ่งที่น่าศึกษาชีวประวัติแล้วนำมาเป็นแบบอย่างในสังคมปัจจุบัน

ฉะนั้น การที่ท่านเศรษฐีมีคุณธรรมประจำจิตดังกล่าว พระพุทธเจ้าขณะที่ประทับอยู่ ณ เชตวันมหาวิหาร ได้ทรงสถาปนาท่านอุคคตเศรษฐีไว้ในตำแหน่งเอตทัคคะ คือเป็นผู้เลิศกว่าอุบาสกทั้งปวงในฝ่ายผู้อุปัฏฐากพระสงฆ์ ซึ่งตามหลักอุบาสกธรรม และวิธีการทำหน้าที่ผู้อุปัฏฐากของอุคคตเศรษฐีจนได้รับยกย่องจากพระพุทธเจ้าไว้ในตำแหน่งเอตทัคคะนั้น จะต้องมีลักษณะผู้เป็นอุปัฏฐากที่ดี คือ **ก่อนให้ก็มีใจยินดี ๑ กำลังให้ก็ทำใจให้เลื่อมใส ๑ ครั้นให้แล้วก็มีใจเบิกบาน ๑**[๑๐๓]

โดยสรุป **อุบาสก** คือเป็นส่วนหนึ่งของพุทธบริษัท ๔ ที่นับถือพระรัตนตรัยเป็นสรณะที่เป็นคฤหัสถ์ฝ่ายชาย เป็นผู้ครองเรือน แต่ไม่ว่าจะเป็นคฤหัสถ์และบรรพชิตต่างก็เป็นส่วนสำคัญของพระพุทธศาสนาด้วยกันทั้งนั้น หากบรรพชิตไม่ได้รับการอุปถัมภ์บำรุงจากคฤหัสถ์ ชีวิตที่ทุ่มเทให้กับการศึกษาปฏิบัติและการเผยแผ่พระพุทธศาสนาก็ไม่อาจดำเนินไปได้ และขณะเดียวกันคฤหัสถ์เองก็ต้องพึ่งพาอาศัยบรรพชิตชี้นำหลักธรรมในการนำไปดำเนินชีวิตประจำวันได้ และก็ชื่อว่าแบบอย่างของการทำหน้าที่ผู้อุปัฏฐากต่อพระศาสนาที่ดีและสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในสังคมปัจจุบันได้

---

[๑๐๓] องฺ.ฉกฺก. (ไทย) ๒๓/๓๗/๔๘๖.

(๔) อุบาสิกา

คำว่า **อุบาสิกา** เป็นภาษาบาลี ในภาษาพูด ภิกษุเรียกกคฤหัสถ์สตรีว่า สีกา ซึ่งมาจากคำว่า อุบาสิกา คำตรงข้ามคือ ประสก ที่ภิกษุใช้เรียกคฤหัสถ์ชาย ซึ่งมาจำกัดคำว่า อุบาสก[๑๐๔]

ด้วยเหตุที่ว่า อุบาสิกา ก็คือสตรีผู้นั่งใกล้พระรัตนตรัย ดำรงชีวิตอยู่ในคุณสมบัติของผู้ใกล้ชิด พระรัตนตรัย เป็นผู้ถึงสรณะ ๓ ได้แก่ **พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์** และอุบาสิกาก็เป็นส่วนสำคัญในการเข้าไปทำหน้าที่ผู้อุปัฏฐากพระสงฆ์เป็นการส่งเสริมพระพุทธศาสนาให้เจริญรุ่งเรืองอย่างมาก ดังจะเห็นได้จากการเข้าไปทำหน้าที่ผู้อุปัฏฐากพระสงฆ์ของอุบาสิกาในด้านต่างๆ เช่น การถวายปัจจัย ๔ การช่วยเหลือในการจัดเตรียมการถวายทาน ในการช่วยชำระอธิกรณ์ เป็นการเอื้อให้เกิดความมั่นคงในพระพุทธศาสนา เพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีในสังคมปัจจุบัน จึงได้กล่าวถึงการทำหน้าที่ผู้อุปัฏฐากของอุบาสิกา มีดังนี้

๑. การถวายปัจจัย ๔

อุบาสิกาเป็นผู้มีส่วนสำคัญในการทำหน้าที่ผู้อุปัฏฐากพระสงฆ์ด้วยการเข้าไปอุปถัมภ์ด้วยปัจจัย ๔ ซึ่งเป็นการช่วยให้พระสงฆ์สามารถยังชีพอยู่ได้โดยไม่ต้องกังวล และสามารถปฏิบัติธรรม ได้โดยสะดวก สำหรับการทำหน้าที่ผู้อุปัฏฐากในพระพุทธศาสนาประกอบไปด้วยการถวายภัตตาหาร การถวายเครื่องนุ่งห่ม การสร้างเสนาสนะ การถวายยารักษาโรค และการถวายทานอื่นๆ มีดังต่อไปนี้

ก. **การถวายภัตตาหาร** การถวายภัตตาหารถือว่าเป็นสิ่งจำเป็นต่อการดำรงชีพของพระสงฆ์ เพราะพระสงฆ์ได้ภัตตาหารจากผู้มีศรัทธา จึงจะสามารถดำเนินชีวิตอยู่ได้ ดังนั้นอุบาสิกาทั้งหลายไม่ว่าสมัยพุทธกาลหรือแม้แต่ปัจจุบันจึงได้เข้าไปทำหน้าที่ผู้อุปัฏฐากพระสงฆ์ในส่วนนี้ เช่น **กรณีของนางวิสาขา** ผู้เลิศในการถวายทานจะนิมนต์พระสงฆ์จำนวน ๕๐๐ รูป มาที่เรือนของนางเพื่อถวายภัตตาหารและของบริวารเป็นประจำทุกวัน ซึ่งบางครั้งพระพุทธเจ้าจะเสด็จมาเป็นประธานด้วยพระองค์เอง นางจะเอาใจใส่พระสงฆ์ด้วยดีไปวัดแต่ละครั้งก็จะเดินสอบถามความเป็นอยู่ของพระสงฆ์ เป็นการทำหน้าที่ผู้อุปัฏฐากพระสงฆ์ด้วยการถวายภัตตาหารได้อย่างสม่ำเสมอ ถวายพระสงฆ์ ล้วนเป็นอาหารที่จัดเตรียมอย่างดี สะอาด และประณีตอย่างยิ่ง จนกระทั่งพระพุทธเจ้าทรงยกย่องว่าเป็นผู้เลิศกว่าอุบาสิกาทั้งหลายในการถวายของมีรสอันประณีต[๑๐๕]

---

[๑๐๔]ราชบัณฑิตยถาน, **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน ๒๕๒๕**, (กรุงเทพมหานคร : อักษรเจริญทัศน์, ๒๕๓๙), หน้า ๘๔๑.

[๑๐๕] องฺ.เอกก.(ไทย) ๒๐/๒๖๓/๓๓.

ข. **การถวายเครื่องนุ่งห่ม** การถวายเครื่องนุ่งห่มอุบาสิกาก็ได้เข้าไปทำหน้าที่ผู้อุปัฏฐากพระสงฆ์เหมือนกันกับอุบาสก ในคัมภีร์พระไตรปิฎกได้กล่าวว่า **นางมหาปชาบดีโคตมี** ได้นำคู่ผ้าใหม่ที่ทรงกรอด้ายเองทอเองไปถวายพระพุทธเจ้า ขอให้ทรงรับเพื่อเป็นการอนุเคราะห์ พระพุทธเจ้าทรงแนะนำให้ถวายสงฆ์ ซึ่งจะได้ชื่อว่าบูชาทั้งพระองค์และพระสงฆ์ จากกรณีนี้ แสดงให้เห็นว่า การถวายผ้าแก่พระสงฆ์เป็นแนวทางหนึ่งที่อุบาสิกาได้มีส่วนเข้าไปให้การอุปถัมภ์ เพื่ออำนวยความสะดวกต่อพระสงฆ์จะได้ไม่กังวลในการแสวงหาผ้า มีเวลาในการศึกษาปฏิบัติธรรมและเผยแผ่พระธรรมคำสอนต่อไป

ค. **การถวายเสนาสนะ** การสร้างเสนาสนะถวาย จะเห็นว่ามีอุบาสิกาที่ได้สร้างเสนาสนะเหมือนกับอุบาสก เช่นกรณี นางวิสาขามหาอุบาสิกา นางมีจิตศรัทธาได้ขายเครื่องประดับชื่อ มหาลดาปสาสน์ ราคา ๒๗ โกฏิ เพื่อซื้อที่ดินสร้างวัดบุพพารามในเมืองสาวัตถี ๙ โกฏิ สร้างวิหาร ๙ โกฏิ และฉลองวิหารอีก ๙ โกฏิ เป็นต้น

ง. **การถวายยาเป็นเครื่องรักษาโรค** ยาเป็นเครื่องรักษาโรคที่อุบาสิกานิยมนำไป ถวายพระสงฆ์ เช่น **นางสุปปิยา** ได้รับยกย่องจากพระพุทธเจ้าว่า เป็นผู้เลิศทำหน้าที่ผู้อุปัฏฐากภิกษุไข้ นางยอมทนความเจ็บปวดเพื่อให้ได้รักษาภิกษุที่อาพาธ กล่าวคือ วันหนึ่ง นางไปวัดเพื่อฟังธรรม เมื่อฟังเสร็จแล้ว ก่อนกลับบ้านได้เดินเยี่ยมภิกษุภายในวัดนั้น พบภิกษุอาพาธรูปหนึ่ง ได้ถามอาการของท่าน เมื่อทราบว่า ภิกษุรูปนั้นต้องการอาหารที่มีรสเนื้อ นางกลับบ้านแล้วได้ให้นางทาสีไปหาซื้อเนื้อที่ตลาด แต่ไม่มีเนื้อ ด้วยความที่นางได้ปวารณาว่าจะนำอาหารที่ปรุงด้วยเนื้อมาถวายจึงเฉือนเนื้อตัวเองปรุงเป็นอาหารให้นางทางสีนำไปถวายภิกษุรูปนั้น

ฉะนั้น การทำหน้าที่ผู้อุปัฏฐาก ด้วยการถวายยารักษาโรคสามารถบรรเทาโรคให้ภิกษุที่อาพาธให้หายนั้นเป็นเรื่องอุบาสิกาให้ความสำคัญเป็นอย่างมาก กล่าวคือการถวายเภสัชแก่ภิกษุนั้นเป็นสิ่งที่มีความเชื่อว่าจะได้อานิสงค์มากเหมือนกับที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า ผู้ที่ทำหน้าที่ผู้อุปัฏฐากภิกษุที่อาพาธ เหมือนกับการทำหน้าที่ผู้อุปัฏฐากพระพุทธเจ้า

๒. การช่วยสืบต่อพระพุทธศาสนา

การสืบต่อพระพุทธศาสนาเป็นหน้าที่ของพุทธบริษัท ๔ กล่าวคือ พระพุทธศาสนาจะดำรงอยู่ได้นานหรือไม่นานขึ้นอยู่กับพุทธบริษัท ๔ ซึ่งทรงตรัสว่า เมื่อตถาคตปรินิพพานไปแล้ว หากภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา อยู่กันไม่ขาดความเคารพยำเกรงพระศาสดา พระธรรม และ

พระสงฆ์ และเอาใจใส่ในการศึกษาในการเจริญสมาธิ อยู่กันอย่างไม่ประมาท เอาใจใส่ในการปฏิสันถาร เหล่านี้จะเป็นเหตุปัจจัยให้พระสัทธรรมดำรงอยู่นาน[๑๐๖]

จากพุทธปณิธานนี้ แสดงให้เห็นว่า การปกป้องพระพุทธศาสนาให้ดำรงอยู่ได้นานนั้น ถ้าพุทธบริษัท ๔ ไม่ได้ทำหน้าที่ดังกล่าวมา ก็จะทำให้พระพุทธศาสนาเสื่อมลงได้ เพราะเหตุนั้น **การสืบต่ออายุของพระพุทธศาสนาเป็นสิ่งที่ชาวพุทธทุกคนจะต้องช่วยกัน และมีความสำคัญเท่ากัน** อย่างปล่อยให้เป็นเรื่องของพระสงฆ์ฝ่ายเดียว หรือเป็นอุบาสก อุบาสิกาฝ่ายเดียว จะต้องอิงอาศัยกันจึงได้ชื่อว่า พุทธบริษัท ซึ่งกรณีของอุบาสิกานั้น ได้แก่ **นางขุชชุตตรา** เพื่อนางได้ฟังธรรมจากพระพุทธเจ้าแล้วบรรลุโสดาปัตติผล นางได้นำธรรมที่ได้ฟังมาจากพระพุทธเจ้ามาแสดงให้นางสามาวดีและสตรีที่เป็นบริวารฟัง นางได้สนใจใคร่ฟังธรรม จนได้รับการยกย่องจากพระพุทธเจ้าว่าเป็นผู้เลิศกว่าอุบาสิกาสาวิกาทั้งหลายในทางพหูสูต[๑๐๗]

จากข้อความนี้ทำให้ทราบว่า อุบาสิกา ได้ทำหน้าที่ผู้อุปัฏฐากอุปถัมภ์บำรุงด้วยปัจจัย ๔ แก่พระสงฆ์ ได้เสียสละทรัพย์ในการช่วยเหลือเพื่อจัดภัตตาหาร เครื่องนุ่งห่ม เครื่องอุปโภคและบริโภค เพราะต้องการให้พระสงฆ์ได้รับความสะดวกในการครองชีพ ได้ปฏิบัติศาสนกิจ และอุบาสิกาเป็นผู้มีส่วนสำคัญได้เข้าศึกษาพระธรรมคำสั่งสอนโดยการฟังธรรม สนทนาธรรม พร้อมทั้งนำปฏิบัติทำให้พระพุทธศาสนาเจริญรุ่งเรืองมาจนถึงปัจจุบัน และต่อไปก็จะได้กล่าวถึงคุณสมบัติของอุบาสก อุบาสิก ซึ่งทำหน้าที่ผู้อุปัฏฐากต่อพระภิกษุสงฆ์ดังต่อไปนี้

๓. คุณสมบัติของอุบาสก อุบาสิกา

คุณสมบัติของอุบาสก อุบาสิกา ทำหน้าที่ผู้อุปัฏฐากพระสงฆ์ด้วยปัจจัย ๔ ดังกล่าวแล้วข้างต้น ได้ปรากฏในพระพุทธพจน์ความว่า...“ภิกษุทั้งหลาย พราหมณ์ คฤหบดีที่ทำหน้าที่ผู้อุปัฏฐากท่าน ทั้งหลายด้วยจีวรบิณฑบาต ที่อยู่อาศัย และยากับเครื่องใช้รักษาโรคนับว่ามีอุปการมาก”[๑๐๘] และทรงตรัสสั่งต่อไปอีกว่า “**ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา เป็นผู้ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ปฏิบัติชอบปฏิบัติตามธรรมอยู่ ผู้นั้นชื่อว่า สักการะ เคารพ นับถือ บูชานอบน้อม ด้วยการบูชาอย่างยอดเยี่ยม ฉะนั้น อานนท์ เธอทั้งหลายพึงสำเหนียกอย่างนี้ว่า เราจะเป็นผู้ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมปฏิบัติชอบปฏิบัติตามธรรมอยู่**”[๑๐๙]

---

[๑๐๖]สํ.นิ. (ไทย) ๑๖/๑๕๖/๒๖๒-๒๖๓.

[๑๐๗]องฺ.เอกก.อ.(ไทย) ๒๐/๒๕๘/๑๒๒-๑๒๓.

[๑๐๘]ขุ.อิติ.(ไทย) ๒๕/๑๐๗/๓๑๔.

[๑๐๙]ที.ม.(ไทย) ๑๐/๑๙๙/๑๔๘.

เพราะฉะนั้น การทำหน้าที่ผู้อุปัฏฐากเกื้อกูลต่อพระสงฆ์ ซึ่งเป็นหน้าที่ของพุทธศาสนิกชนที่ควรปฏบัติ เพราะเหตุที่ว่าชีวิตของพระสงฆ์จะดำรงอยู่ได้ ก็ต้องอาศัยอุบาสกอุบาสิกา คอยปรนนิบัติรับใช้ด้วยการอุปถัมภ์บำรุงในด้านต่างๆ ซึ่งเป็นการทำความดี ซึ่งหลักการทำความดีในทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า **บุญกิริยาวัตถุ ๑๐** ประการ คือ

๑. ทำบุญด้วยการให้เป็นทรัพย์สิ่งอง เรียกว่า ทานมัย
๒. ทำบุญด้วยการรักษาศีล หรือประพฤติดีปฏิบัติชอบ เรียกว่า สีลมัย
๓. ทำบุญด้วยการเจริญภาวนา คือฝึกอบรมจิใจให้เจริญด้วยสมาธิและปัญญา เรียกว่า ภาวนามัย
๔. ทำบุญด้วยการประพฤติสุภาพอ่อนน้อม เรียกว่า อปจายนมัย
๕. ทำบุญด้วยการขวนขวายรับใช้ ช่วยบำเพ็ญประโยชน์ เรียกว่า ไวยาวัจมัย
๖. ทำบุญด้วยการให้ผู้อื่นมีส่วนร่วมในการทำความดี เรียกว่า ปัตติทานมัย
๗. ทำบุญด้วยการพลอยยินดีในการทำความดีของผู้อื่น เรียกว่า ปัตตานุโมทนามัย
๘. ทำบุญด้วยการฟังธรรม ศึกษาหาความรู้ที่ปราศจากโทษ เรียกว่า ธัมมัสสวนามัย
๙. ทำบุญด้วยการสั่งสอนธรรมให้ความรู้ที่เป็นประโยชน์ เรียกว่า ธัมเทสนามัย
๑๐. ทำบุญด้วยการทำความเห็นให้ถูกต้อง รู้จักมองสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงให้เป็นสัมมาทิฏฐิ เรียกว่า ทิฏฐุชุกัมม์[๑๑๐]

ฉะนั้น การทำบุญทั้ง ๑๐ ประการ ถือเป็นหน้าที่ผู้อุปัฏฐากพระสงฆ์ที่ดีตามหลักปฏิบัติของชาวพุทธ และได้สร้างความดำรงมั่นและความเจริญให้กับพระพุทธศาสนา ซึ่งก็หมายความว่า **การกระทำตามหน้าที่ดังกล่าว จัดว่าเป็นผู้ใกล้ชิดพระศาสนา** ซึ่งนอกจากจะทำตามหน้าที่ที่ว่านี้แล้วยังมีหลักธรรมเพื่อเกื้อหนุนให้เกิดความมั่นคงของผู้อุปัฏฐากสำคัญอีก ๕ ประการ ได้แก่

๑. มีศรัทธา
๒. มีศีล
๓. ไม่ถือมงคลตื่นข่าว เชื่อกรรม ไม่เชื่อมงคล
๔. ไม่แสวงหาทักขิไณยบุคคลนอกหลักคำสอนนี้
๕. ให้การสนับสนุนอุปถัมภ์พระพุทธศาสนา[๑๑๑]

---

[๑๑๐]พระธรรมปิฎก, (ป.อ.ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, หน้า ๑๑๓.

[๑๑๑]องฺ.ปญฺจก.(ไทย) ๒๒/๑๗๕/๒๙๓.

ฉะนั้น กรณีบุคคลทั้ง ๔ ประเภท ดังกล่าวมาทั้งหมด พระพุทธองค์ทรงให้คำปรึกษาก็จะต้องเลือกให้ตรงกับ**จริต** หรือ **จริยา** ซึ่งผู้วิจัยได้กล่าวมาแล้วในข้อ (ประเภทการให้คำปรึกษา) โดยเหตุผลว่า ถ้ารู้จักจริตของแต่ละคนแล้ว ก็จะสามารถแก้อารมณ์ทั้งในแง่ของนักจิตวิทยา หรือตามหลักของสมถะและวิปัสสนากรรมฐาน ซึ่งได้กล่าวแล้วข้างต้น โดยเรื่องของจริตนี้เป็นพฤติกรรมที่หนักไปทางใดทางหนึ่งเป็นปกติประจำในสันดานหรือพื้นเพของจิต[๑๑๒] ด้วยเหตุนี้การจะรู้จักจริตของคนนั้นต้องอาศัยหลักการสังเกต ๕ อย่าง คือ

๑. **สังเกตกิริยา** หมายถึง กิริยามารยาท

๒. **สังเกตกิจ** หมายถึง ธุระการงานที่ทำ

๓. **สังเกตโภชนะ** หมายถึง รสอาหารที่ชอบ

๔. **สังเกตทัสสนะ** หมายถึง ความคิดเห็น

๕. **สังเกตธรรมปวัตติ** หมายถึง ความประพฤติเป็นไปในธรรม[๑๑๓]

ส่วน **จริตทั้ง ๖ ประการ** มีดังนี้

๑. **ราคะจริต** คือ สภาวะจิตที่หลงติดในรูป รส กลิ่น เสียง และสัมผัสจนเป็นอารมณ์

๒. **โทสะจริต** คือ สภาวะจิตที่โกรธง่าย ฉุนเฉียวง่าย พูดผิดสักคำ ได้เห็นดีกัน

๓. **โมหะจริต** คือ จิตที่มักอยู่ในสภาพง่วงเหงาหาวนอน หรือซึมเศร้าเป็นอาจิณ

๔. **วิตกจริต** คือ สภาวะจิตที่กังวล สับสนและวุ่นวาย ฟุ้งซ่านแทบทุกลมหายใจ

๕. **ศรัทธาจริต** คือ สภาวะจิตที่มีปรัชญาหรือหลักการของตัวเอง และพยายามผลักดันให้ตัวเอง และผู้อื่นบรรลุถึงจุดหมายนั้น

๖. **พุทธิจริต** คือ สภาวะจิตที่เน้นการใช้ปัญญาในการไตร่ตรอง คิดหาเหตุหาเหตุผลมาแก้ปัญหาต่างๆ ในชีวิต ทั้งชีวิตส่วนตัว ชีวิตการทำงาน รวมทั้งมีความสนใจเรื่องการยกระดับและพัฒนาจิตวิญญาณ[๑๑๔]

---

[๑๑๒]พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๒๒๑.

[๑๑๓]พระภาวนาภิรามเถร (สุข ปวโร), **คู่มือวิปัสสนากรรมฐาน**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : พระนคร, ๒๔๙๙), หน้า ๘๖-๘๗.

[๑๑๔]อนุสร จันทพันธ์ และบุญชัย โกศลธนากุล, **จริต ๖ ศาสตร์ในการอ่านใจคน**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๗, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน), ๒๕๔๙), หน้า ๘-๙.

ฉะนั้น เมื่อบุคคลใดมีลักษณะจริตอย่างไร พระพุทธเจ้าก็ทรงประทานกรรมฐานทั้ง ๔๐ อย่าง เพื่อให้เหมาะสมนิสัยของคนๆ นั้น เพื่อจะอบรมจิตทำความเพียรให้เกิดสมาธิ มีความสงบทางจิตแล้วยกขึ้นสู่วิปัสสนาดังกล่าวแล้ว[๑๑๕] และสิ่งสำคัญเป็นพื้นฐานของการปฏิบัตินอกจากลักษณะจริตทั้ง ๖ แล้ว ยังมีองค์ประกอบดังนี้

๑. **ศรัทธา** เป็นใหญ่ในหน้าที่น้อมใจดิ่งหรือมุ่งไปเด็ดเดี่ยวกำจัดอกุศล คือ ความไม่เชื่อถือ และเชื่อว่าการปฏิบัติสามารถยกระดับจิตให้สูงขึ้นได้

๒. **วิริยะ** เป็นใหญ่ในหน้าที่ประคองคอยยกจิตไว้กำจัดอกุศล คือ ความเกียจคร้าน การมีความเพียรไม่ว่าจะทำอะไรก็สามารถบรรลุผลได้ การปฏิบัติธรรมก็เช่นเดียวกัน

๓. **สติ** เป็นใหญ่ในหน้าที่คอยคุมหรือดูแลจิต กำจัดอกุศล คือ ความประมาท

๔. **สมาธิ** เป็นใหญ่ในหน้าที่ทำจิตไม่ให้ซัดส่าย กำจัดอกุศล คือ อุทธัจจะ

๕. **ปัญญา** เป็นใหญ่ในหน้าที่ดูเห็นตามสภาวะ กำจัดอกุศล คือ อวิชชา[๑๑๖]

สรุปความว่า วิธีการเลือกบุคคลที่ทรงให้คำปรึกษามีความสอดคล้องกัน คือทรงคำนึงความแตกต่างของบุคคลตามจริต ๖ เพื่อเป็นการง่ายต่อการให้คำปรึกษา มีการปรับเปลี่ยนวิธีการตลอด เพื่อให้มีความเหมาะสมกับผู้มาขอรับคำปรึกษาพร้อมทั้งสำรวจความพร้อมของผู้มาขอรับคำปรึกษาตลอดเวลาที่ทรงให้คำปรึกษาทรงเน้นให้ลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง เพราะคำพูดอย่างเดียวไม่สามารถทำให้เข้าใจได้ จึงส่งเสริมให้มีความเป็นอิสระทางความคิด เพราะแต่ละบุคคลที่พระองค์ทรงช่วยนั้น ให้เขาได้ใช้ศักยภาพมีอยู่อย่างเต็มที่ของการแก้ปัญหา คือ ความทุกข์ของตนเองได้ด้วยด้วยตนเอง สำหรับเรื่องของการอุปัฏฐากนั้น พระพุทธเจ้าทรงวาหลักให้พระสงฆ์ปฏิบัติชอบต่อกัน เช่นกับทำหน้าที่ของผู้อุปัฏฐากที่อุบาสก อุบาสิกา ได้นำมาประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์และมีความสอดคล้องกับสภาพสังคมปัจจุบัน ก็จะช่วยให้ลดช่องว่างระหว่างพระผู้น้อยกับพระผู้ใหญ่ หรือการวางตัวอย่างถูกต้องเหมาะสมระหว่างพระสงฆ์กับอุบาสกอุบาสิกาอันจะนำมาซึ่งความห่วงใยและหวังดีต่อกันเคารพให้เกียรติยกย่องกันอันจะส่งผลดีต่อภาพรวมของพระพุทธศาสนา ต่อไปก็จะได้กล่าวถึง การให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธีการสอนตามลำดับ

---

[๑๑๕] พระภาวนาภิรามเถร (สุข ปวโร), **คู่มือวิปัสสนากรรมฐาน**, หน้า ๘๗-๘๘.

[๑๑๖] พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **สัมมาสมาธิและสมาธิแบบพุทธ**, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมบันลือธรรม, ๒๕๔๗), หน้า ๑๑๖.

๒.๒.๓ การให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธีการสอน

การให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธีการสอน หมายถึง เป็นวิธีการที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนพุทธบริษัทมี พระภิกษุ พระภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา พร้อมทั้งเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ซึ่งทรงได้รับยกย่องพระนามว่า “สตฺถา เทวมนุสฺสานํ” ทรงเป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย โดยจำแนกพุทธวิธีการสอนไว้ ๔ ประการ คือ (๑) หลักการสอน (๒) ลีลาการสอน (๓) วิธีการสอน และ (๔) เทคนิคการสอน ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

(๑) หลักการสอนของพระพุทธเจ้า

หลักการสอนของพระพุทธเจ้า การสอนแต่ละครั้งนั้น พระองค์ทรงคำนึงถึงหลักการ ๓ ประการ ได้แก่ ๑) เกี่ยวข้องกับเนื้อหาที่สอน ๒) เกี่ยวข้องกับตัวผู้เรียน และ ๓) เกี่ยวข้องกับตัวการสอน โดยผู้วิจัยสรุปสาระสำคัญ ดังนี้

๑) **เกี่ยวข้องกับเนื้อหาที่สอน** หมายความว่า เนื้อหาที่จะสอนนั้นมีความจำเป็นจะต้องเลือกให้ตรงกับลักษณะนิสัย หรือความพร้อมของผู้เรียนเป็นหลัก และสอนตรงประเด็นและเข้าใจปัญหาของเด็กพร้อมทั้งหาวิธีการแก้ไขปัญหานั้น และมุ่งเป็นประโยชน์ต่อเด็กโดยตรง ซึ่งเรื่องของเนื้อหาที่สอนนี้พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ ๖ หลัก คือ

๑. สอนจากสิ่งที่รู้เห็นเข้าใจง่าย ไปหาสิ่งที่เห็นเข้าใจได้ยาก
๒. สอนเนื้อเรื่องที่ค่อยลุ่มลึกยากลงไปตามลำดับชั้น และมีความต่อเนื่องกัน
๓. ถ้าสิ่งที่สอนเป็นสิ่งที่แสดงได้ ก็สอนให้ผู้เรียนได้ดู ได้เห็น ได้ฟังเอง
๔. สอนให้ตรงเนื้อหา ไม่ออกนอกเรื่องที่ไม่เกี่ยวข้องกับเนื้อหา
๕. สอนอย่างมีเหตุผล ตามความเป็นจริงได้ และ
๖. สอนเท่าที่จำเป็นพอดีสำหรับให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ[๑๑๗]

๒) **เกี่ยวข้องกับตัวผู้เรียน** หมายความว่า การสอนเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับผู้สอนก็คือ ต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล หรือความแตกต่างในเรื่องของจริต ๖ ซึ่งได้กล่าวมาแล้วข้างต้น แต่ที่นี้สำหรับผู้เรียนพระพุทธองค์ทรงจำแนกบุคคลไว้ ๔ ประเภท คือ

๑. บุคคลผู้รู้เข้าใจได้ฉับพลัน พอยกหัวขึ้นเท่านั้น เรียกว่า **อุคฆฏิตัญญู** เทียบกับบัวพ้นน้ำ พอรับสัมผัสกับรัศมีก็จะบาน ณ วันนั้น

---

[๑๑๗]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธวิธีในการสอน**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๙), หน้า ๓๒.

๒. บุคคลผู้สามารถเข้าใจได้ ต่อเมื่อท่านได้อธิบายความออกไป เรียกว่า **วิปจิตัญญู** เทียบกับบัวปริ่มน้ำ จะบานต่อวันรุ่งขึ้น

๓. บุคคลผู้พอจะหาทางค่อยชี้แจงแนะนำใช้วิธีการยักเยื้องให้เข้าใจได้ต่อๆ ไป เรียกว่า **ไนยยะ** เทียบกับบัวงามใต้พื้นน้ำ จักบานในวันต่อๆ ไป

๔. บุคคลผู้อับปัญญา มีดวงตามืดมิด ยังไม่อาจให้บรรลุคุณวิเศษได้ในชาตินี้ เรียกว่า **ปทปรมะ** เทียบกับบัวจมใต้น้ำ น่าจักเป็นภักษาแห่งปลาและเต่า[๑๑๘]

๓) **เกี่ยวข้องกับตัวการสอน** หมายความว่า การสอนมีจุดเริ่มต้นด้วยการโน้มน้าวจิตใจให้ผู้เรียนอยากติดตาม อยากรู้อยากเห็น ที่เรียกว่า การนำเข้าสู่บทเรียน โดยกาสร้างสภาพแวดล้อมให้มีความปลอดโปร่ง และมีความเป็นกันเอง ดังพระพุทธพจน์ที่ว่า

> "ภิกษุทั้งหลาย ถ้าแม้ตถาคตจะแสดงธรรมแก่ภิกษุทั้งหลาย ตถาคตย่อมแสดงโดยความเคารพ ไม่แสดงโดยไม่เคารพ ถ้าแม้จะแสดงแก่ภิกษุณี แก่อุบาสก อุบาสิกา แก่ปุถุชนทั้งหลาย โดยที่สุดแม้แก่คนขอทานพรานนก ก็ย่อมแสดงโดยความเคารพ หาแสดงโดยขาดความเคารพไม่"[๑๑๙]

จากพุทธพจน์แสดงให้เห็นว่า ผู้สอนหรือผู้ให้คำปรึกษานั้น จะต้องทำตัวให้เป็นกัลยาณมิตรอย่างดีกับผู้ที่มารับคำปรึกษา เพราะถือว่าเป็นการให้เกียรติซึ่งกันและกัน และเป็นการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันด้วย กล่าวคือ พระองค์ทรงประสงค์มุ่งหวังความรักใคร่สามัคคีกัน

(๒) ลีลาการสอนของพระพุทธเจ้า

ลีลาการสอนการสอนของพระพุทธเจ้าแต่ละครั้ง แม้ที่เป็นเพียงการสนทนาทั่วไปซึ่งมิใช่มีความมุ่งหมายเฉพาะกรณีพิเศษก็จะดำเนินไปอย่างสำเร็จผลดี โดยมีองค์ประกอบที่เป็นคุณลักษณะ ๔ ประการ ได้แก่

๑) **สันทัสสนา** ชี้แจงให้เห็นชัด คือ จะสอนอะไร ก็ชี้แจงจำแนกแยกแยะอธิบายและแสดงเหตุผลให้ชัดเจน จนผู้ฟังเข้าใจแจ่มแจ้ง เห็นจริงเห็นจัง ดังจูงมือไปดูเห็นกับตา

๒) **สมาทปนา** ชวนใจให้อยากรับเอาไปปฏิบัติ คือ สิ่งใดควรปฏิบัติ หรือหัดทำก็แนะนำหรือบรรยายให้ซาบซึ้งในคุณค่า มองเห็นความสำคัญที่จะต้องฝึกฝนบำเพ็ญจนใจยอมรับอยากลงมือทำหรือนำไปปฏิบัติ

---

[๑๑๘] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธวิธีในการสอน**, หน้า ๓๖-๓๗.

[๑๑๙] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **เรื่องเดียวกัน**, หน้า ๔๓-๔๔.

๓) **สมุตเตชนา** เร้าใจให้อาจหาญแกล้วกล้า คือ ปลุกเร้าใจให้กระตือรือร้น เกิดความอุตสาหะ มีกำลังใจแข็งขัน มั่นใจที่จะทำให้สำเร็จจงได้ สู้งาน ไม่กลัวเหนื่อยไม่กลัวยาก

๔) **สัมปหังสนา** ปลอบชโลมใจให้สดชื่นร่าเริง คือ บำรุงจิตให้แช่มชื่นเบิกบาน โดยชี้ให้เห็นผลดีหรือคุณประโยชน์ที่จะได้รับและทางที่จะก้าวหน้าบรรลุผลสำเร็จยิ่งขึ้นไป ทำให้ผู้ฟังมีความหวังและร่าเริงเบิกบานใจ[๑๒๐]

(๓) วิธีการสอนของพระพุทธเจ้า

วิธีการสอนของพระพุทธเจ่านั้น มีหลายประการและมีความเหมาะสมกับผู้ฟังหรือผู้สนทนาด้วย เมื่อจบการสอนหรือการสนทนามักจะได้รับผลสมความมุ่งหมาย หมายความว่า ผู้ฟังได้บรรลุมรรคผลบ้าง จนแสดงตนถึงพระรัตนตรัยเป็นพุทธมามกะบ้าง สุดแล้วแต่บุญบารมีหรืออินทรีย์ของแต่ละคนซึ่งแก่อ่อนไม่เท่ากัน[๑๒๑] ซึ่งเรื่องของบารมีนี้ พระพุทธองค์กระทำเป็นประจำที่เรียกว่า พุทธจริยา หรือ พุทธกิจประจำวันโดยทรงปฏิบัติทุกๆ วันมีอยู่ ๕ ประการ ได้แก่

๑) เวลาเช้าเสด็จบิณฑบาต

๒) เวลาเย็นทรงแสดงธรรม

๓) เวลาค่ำประทานโอวาทแก่เหล่าภิกษุ

๔) เที่ยงคืนทรงตอบปัญหาเทวดา

๕) ใกล้สว่างทรงตรวจพิจารณาเวไนยสัตว์ที่พระองค์ควรเสด็จไปโปรดรือไม่ มีอะไรเป็นเหตุปัจจัย และสามารถเข้าถึงธรรมที่พระองค์แสดงได้หรือไม่[๑๒๒]

โดยพุทธกิจทั้ง ๕ ประการดังกล่าวมา จัดเป็นการเผยแผ่พุทธธรรมหรือวิธีการสอนของพระองค์นั่นเอง และเมื่อจำแนกแล้วสามารถแบ่งออกเป็น ๔ วิธีด้วยกัน ดังนี้

๑. **วิธีการยอมรับคำสอนของนักปราชญ์อื่น** คือ พระองค์ยอมรับคำสอนของนักปราชญ์ต่างๆ ที่พระองค์เห็นว่าดีอยู่แล้วที่มีมาก่อนหน้านี้หรือร่วมสมัยกับพระองค์ที่จะสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับคำสอนของพระองค์ได้ และคำสอนนั้นจะต้องเป็นเรื่องจริงมีประโยชน์ เช่น พระองค์ทรงนำเอาฌาน สมบัติ เกี่ยงกับการทำจิตให้เป็นสมาธิเป็นการพำเพ็ญฌานของนักพรตจำพวกฤาษี และครั้งที่พระองค์ทรงผนวชใหม่ๆ และหลังจากพระองค์ตรัสรู้แล้ว ได้นำวิธีการนั้นมาปฏิบัติและเผยแพร่สืบต่อมา

---

[๑๒๐] **เรื่องเดียวกัน**, หน้า ๔๕.

[๑๒๑] วศิน อินทสระ, **พุทธวิธีในการสอน**, (กรุงเทพมหานคร : มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๒๔), หน้า ๑.

[๑๒๒] ที.สี.อ. (ไทย) ๔/๗๐/๑.

๒. **วิธีการปฏิบัติ** คือ พระองค์ทรงเปลี่ยนแปลงคำสอนลัทธิอื่นทั้งหมดที่สอนกันมาผิดๆ ทำให้คนหลงงมงายไร้สาระ ไม่มีประโยชน์ไม่เป็นสิ่งที่จะนำคนให้พ้นไปจากทุกข์ได้ เช่น บางลัทธิสอนให้คนหมกมุนอยู่ในกามคุณที่เรียกว่า "กามสุขัลลิกานุโยค" ถือว่าการแสวงหาความสุขจากกามคุณเป็นหนทางแห่งความสุข พระองค์ตรัสชี้แจงตรงกันข้ามว่า "การหลีกออกจากกามเสียได้เป็นสุขอย่างยิ่งๆ

บางลัทธิสอนให้ทรมานตนที่เรียกว่า "อัตตกิลมถานุโยค" ซึ่งถือว่าเป็นการประพฤติตบะอย่างแรงกล้า เมื่อตายแล้วย่อมเข้าถึงปรมาตมัน เข้าถึงพรหมโลก แต่พระองค์ทรงตรัสปฏิเสธว่า เป็นการทรมานตนให้ลำบากเปล่า ไม่ใช่หนทางแห่งการตรัสรู้ ไม่ใช่การบำเพ็ญเพื่อตบะ เพราะสิ่งเหล่านี้พระองค์เคยทดลองทำอย่างยิ่งยวดมาก่อนแล้วและตรัสว่า "ขันติเท่านั้นเป็นตบะอย่างยิ่ง" เช่น พุทธพจน์ที่ว่า "**นิพฺพานํ ปรมํ สุขํ** นิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง การบรรลุพระนิพพานเท่านั้นเป็นบรมธรรม และพระนิพพานเป็นแก่นแท้เป็นหลักธรรมอันสูงสุดในพระพุทธศาสนา" [๑๒๓]

๓. **วิธีการปฏิรูป** คือ การนำเอาความเชื่อเดิมของประชาชนที่ดีอยู่แล้ว แต่ยังมีจุดบกพร่องอยู่บ้างมาปรับปรุงแก้ไขใหม่ให้ผลในทางปฏิบัติสมบูรณ์ ข้อนี้พระองค์ได้ทรงปรับปรุงแก้ไขหลักการเดิมของเหล่านักบวชที่มีอยู่ก่อนแล้ว ทรงนำมาประยุกต์แก้ไขเพิ่มเติมอีกครั้ง เช่น เรื่องการจำพรรษา และวันอุโบสถ เป็นต้น ซึ่งเป็นวันที่ประชาชนยึดถือปฏิบัติกันมาก่อนเมื่อพระองค์ทรงเห็นว่าเป็นสิ่งที่ดี จึงได้นำมาปรับปรุงใช้ใหม่โดยใช้คำเรียกนักบวชในพระพุทธศาสนาว่า ภิกษุบ้าง สมณะบ้าง บรรพชิตบ้าง เพราะการเผยแผ่พระศาสนาจำต้องอาศัยถ้อยคำที่เขาใช้พูดกันในสมัยนั้น

๔. **วิธีการบัญญัติหลักการขึ้นใหม่** คือ วิธีการนี้ยังไม่มีใครๆ ได้นำมาสั่งสอนกันในสมัยนั้น เช่น หลักอริยสัจ ๔ ปฏิจจสมุปบาท อนัตตา และนิพพาน ซึ่งความจริงแล้วเป็นพุทธวิธีในการสอนหรือลักษณะลีลาการสอนนั้นเอง

นอกจากลักษณะทั้ง ๔ ประการข้างต้น พระองค์ทรงพิจารณาจากบุคคลที่กำลังรับฟัง ถ้าบุคคลมีระดับสติปัญญาน้อยก็จะทรงสอนธรรมะอีกรูปแบบหนึ่ง ผู้มีปัญญามากก็จะใช้อีกรูปแบบหนึ่ง แต่ถึงจะมีวิธีการสอนที่หลากหลายเมื่อจัดเข้าอยู่ในประเภทแล้ว สามารถจำแนกวิธีการสอนได้ ๔ ประเภท คือ

๑. **แบบสากัจฉาหรือสนทนา** เป็นการสอนโดยใช้วิธีการถามคู่สนทนา เพื่อทำให้เกิดความเข้าใจธรรมะและความเลื่อมใสศรัทธา วิธีการสอนแบบนี้จะเห็นได้จากการที่พระองค์ใช้

---

[๑๒๓] ขุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๒๕/๔๒.

โปรดบุคคลในกลุ่มที่มีจำนวนจำกัดที่สามารถพูดตอบโต้กันได้ การสอนแบบนี้จะมีปรากฏในพระไตรปิฎกหลายๆที่ เช่น กรณีของปริพพาชกชื่อว่า "วัจฉโคตร ที่เข้าไปทูลถามเรื่องความเห็นสุดโต่ง ๑๐ ประการกับพระองค์ และก็ได้มีการสนทนาแบบถาม – ตอบ ในเรื่องดังกล่าวระหว่างปริพพาชกกับพระพุทธองค์"[๑๒๔] การสอนแบบสากัจฉาหรือสนทนา จะมีการถามในรายละเอียดได้มากกว่าการสอนแบบทั่วไป เพราะเป็นการให้ข้อมูลต่อกลุ่มชนที่มีจำนวนจำกัด ซึ่งเมื่อพระพุทธองค์แสดงธรรมจบ ผู้ฟังมักจะได้รับคุณวิเศษจากการฟังธรรมโดยวิธีนี้อยู่เสมอ

๒. **แบบบรรยาย** พระพุทธเจ้าจะทรงใช้ในที่ประชุมใหญ่ ในการแสดงธรรมประจำวัน ซึ่งมีประชาชนและพระสาวกเป็นจำนวนมากมารับฟัง ถือว่าเป็นวิธีการที่พระพุทธองค์ใช้มากที่สุดในการแสดงธรรม มีทั้งการแสดงธรรมที่มีใจความยาว และที่มีใจความแบบสั้นๆ ตามแต่สถานการณ์ที่เห็นว่าเหมาะสม เช่น ในพรหมชาลสูตร พระองค์ก็ได้บรรยายเกี่ยวกับเนื้อหาของศีล ซึ่งแบ่งออกเป็น ๓ ระดับ คือ ๑) ศีลระดับต้นที่เรียกว่าจุลศีล ๒) ศีลระดับกลางที่เรียกว่ามัชฌิมศีล ๓) ศีลระดับสูงที่เรียกว่ามหาศีล เป็นต้น[๑๒๕]

๓. **แบบตอบปัญหา** การสอนแบบตอบปัญหาของพระพุทธเจ้า จะทรงสอนให้พิจารณาดูลักษณะของปัญหาและใช้วิธีตอบให้เหมาะสมกัน ซึ่งในการตอบปัญหาของพระองค์นั้นจะทรงพิจารณาจากความเหมาะสมตามลำดับแห่งภูมิรู้ของผู้ถามเป็นสำคัญ เช่น ในเทวตาสังยุตที่มีเทวดาไปทูลถามพระพุทธเจ้าว่า "บุคคลให้อะไรชื่อว่าให้กำลัง ชื่อว่าให้วรรณะ ชื่อว่าให้ความสุข ชื่อว่าให้จักษุ ชื่อว่าให้ทุกสิ่งทุกอย่าง" พระพุทธเจ้าก็ตรัสตอบว่า "บุคคลที่ให้ข้าว ชื่อว่าให้กำลัง ให้ผ้าชื่อว่าให้วรรณะ ให้ยานพาหนะชื่อว่าให้ความสุข ให้ประทีปชื่อว่าให้จักษุ และผู้ให้ที่พักชื่อว่าให้ทุกสิ่งทุกอย่าง ส่วนผู้พร่ำสอนธรรมชื่อว่าให้อมตะ"[๑๒๖] เนื้อหาดังกล่าว แสดงให้เห็นถึงลักษณะการสอนแบบตอบปัญหา การให้ความหมาย และการตีความคำถามในขณะเดียวกันด้วย

๔. **แบบวางกฎข้อบังคับ** เสอนโดยใช้วิธีการกำหนดหลักเกณฑ์ กฎข้อบังคับให้พระสาวกได้ปฏิบัติตาม เมื่อพระภิกษุได้กระทำผิดอย่างใดอย่างหนึ่ง แล้วทรงรับทราบจนกระทั่งบัญญัติสิกขาบท[๑๒๗] เพื่อความสงบสุขแห่งหมู่คณะ ดังจะเห็นได้จากทรงบัญญัติพระวินัยต่างๆ ให้

---

[๑๒๔] ม.ม. (ไทย) ๑๓/๒๔๐-๓/๒๓๖-๒๓๙.

[๑๒๕] ที.สี. (ไทย) ๙/๑-๙๑/๑-๖๐.

[๑๒๖] สํ.ส. (ไทย) ๑๕/๑๓๘/๔๔.

[๑๒๗] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธวิธีในการสอน**,หน้า ๔๙-๕๐.

พระภิกษุได้ปฏิบัติตาม ดังพุทธดำรัสในวันที่จะเสด็จปรินิพพานว่า “ธรรมและวินัยที่เราแสดงแล้ว บัญญัติแล้วแก่เธอทั้งหลาย หลังจากเราล่วงลับไปก็จะเป็นศาสดาของเธอทั้งหลาย”[๑๒๘]

ด้วยพุทธวิธีการสอนที่ชาญฉลาด และมีประโยชน์แก่ผู้ฟังนี่เอง พระพุทธเจ้าจึงทรงสามารถตั้งพุทธจักร ศาสนจักรขึ้นท่ามกลางศาสดาเจ้าลัทธิทั้งหลายในสมัยนั้น ซึ่งล้วนต่อต้านและเป็นปฏิปักษ์ต่อคำสอนของพระองค์เสมือนดอกบัวโผล่ขึ้นท่ามกลางหนามและโคลนตม แต่ก็ทรงสามารถหมุนธรรมจักรอันประเสริฐสู่ดวงใจของมนุษย์ให้ได้รับรสพระธรรมเป็นที่ยอมรับกันทั่วหน้าว่า คำสอนของพระพุทธองค์เป็นสิ่งอำนวยสุขให้จริงตั้งแต่บัดนั้นจนกระทั่งบัดนี้[๑๒๙]

(๔) กลวิธีและอุบายประกอบการสอน

กลวิธีและอุบายประการสอนของพระพุทธเจ้ามีเป็นจำนวนมาก ผู้วิจัยจึงสรุป ดังนี้

๑) **การยกอุทาหรณ์ และการเล่านิทานประกอบ** การสอนแบบนี้ จะช่วยให้เข้าใจความหมายได้ง่ายขึ้น และเกิดความเพลิดเพลินในการเรียน

๒) **การเปรียบเทียบด้วยข้ออุปมา** การสอนแบบนี้ จะใช้อธิบายสิ่งที่เป็นนามธรรมเปรียบให้เห็นชัดด้วยสิ่งที่เป็นรูปธรรม เช่น ตัวอย่างบุคคลที่มีจิตโหดร้ายฆ่าคน ก็จะเห็นได้จากพฤติกรรม หรือการกระทำของบุคคลนั้น ที่เป็นผลออกมาในเชิงรูปธรรม คือ ติดคุก

๓) **การใช้อุปกรณ์การสอน** การสอนแบบนี้ แม้ครั้งพุทธกาลจะไม่มีสื่อการสอนที่หลากหลายอย่างปัจจุบัน แต่พระองค์ทรงนำเอาสิ่งที่อยู่ใกล้ตัว คือ ธรรมชาติมาเป็นสื่อในการสอนจนทำให้พุทธสาวกบรรลุมรรคผลนิพพานได้

๔) **การทำเป็นตัวอย่าง** เป็นวิธีสอนที่ดีที่สุดในทางจริยธรรม เช่น พระพุทธเจ้าทรงบำเพ็ญพุทธกิจเป็นประจำวัน ถือว่าเป็นพระจริยาวัตรอันดีงาม[๑๓๐] ซึ่งเรื่องนี้ผู้วิจัยเห็นว่า ปัจจุบันไม่ว่าจะเป็นผู้สอน พ่อแม่ผู้ปกครอง แม้กระทั่งนักการเมือง ถ้าทำตัวดีแล้วก็จะเกิดประโยชน์ทั้งแก่ผู้กระทำ เป็นแบบอย่างแก่คนอื่น และก็เป็นประโยชน์แก่ชาติด้วย ไม่ทะเลาะกันอย่างที่เห็นอยู่

สรุปว่า พุทธวิธีในการสอนของพระพุทธเจ้ามีเป็นอเนกปริยาย ฉะนั้น การที่จะนำหลักการทางพระพุทธศาสนามาบูรณาการเข้ากับศาสตนร์อื่นๆ เพื่อช่วยให้สังคมมีความเป็นสุข โดยเฉพาะปัญหาของเยาวชน ณ ปัจจุบัน นับวันก็ยิ่งทวีคูณรุนแรงมากขึ้นมีอยู่หลายรูปแบบ

---

[๑๒๘]ที.ม. ๑๐/๑๔๓/๑๘๐.

[๑๒๙]วศิน อินทสระ, **พุทธวิธีในการสอน**, หน้า ๓.

[๑๓๐] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธวิธีในการสอน**,หน้า ๕๑-๕๔.

ฉะนั้น การที่เราศึกษาพุทธวิธีการสอน พุทธวิธีการให้คำปรึกษา หรือ พุทธวิธีในการแก้ปัญหา ก็จะสามารถนำมาประยุกต์ใช้เป็นแบบอย่างที่ดีได้ แต่สิ่งจำเป็นของการนำมาใช้ก็ต้องมีความสุขุมรอบคอบ พิจารณาอย่างละเอียดโดยยึดหลักโยนิโสมนสิการ จึงจะสามารถก่อให้เกิดความเจริญก้าวหน้า และก็สามารถทำให้ผู้คนหันมานับถือปฏิบัติตามหลักการของพระพุทธศาสนาได้ และนอกจากนี้ ผู้สอนหรือผู้ให้คำปรึกษาก็ต้องมีความรอบรู้ทั้งทางโลกทางธรรมด้วย และกระทำตนประพฤติดีปฏิบัติชอบอันเป็นคุณสมบัติภายในของแต่ละบุคคล ซึ่งถือเป็นสื่อที่ดีและเห็นได้ง่าย เพราะคำพูดอย่างเดียวไม่สามารถทำให้เข้าใจได้ จึงจำเป็นต้องส่งเสริมความเป็นอิสระทางความคิด ให้โอกาสเขาได้แสดงถึงศักยภาพภายในที่มีอยู่ออกมาอย่างเต็มที่ เพื่อมุ่งหวังประโยชน์สูงสุด คือสามารถช่วยแก้ปัญหาความทุกข์ของตนเองได้ด้วยของเขาเอง

ต่อไปก็จะได้กล่าวถึงเทคนิคการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนในสังคมไทยปัจจุบัน ซึ่งเป็นกระบวนการที่ผู้วิจัยพยามแสวงหาคำตอบ เพื่อเสนอแนะวิธีการในการช่วยเหลือเพื่อลดอุณหภูมิความรุนแรงที่มีอยู่ และความไร้คุณธรรม จริยธรรม ของนักเรียน นักศึกษา ที่ได้ปรากฏตามหน้าสิ่งตีพิมพ์ต่างๆ เช่น การทะเลาะยิงทำรายกัน ปัญหายาเสพติด ปัญหาอาชญากรรม และปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร แล้วสิ่งตามมาคือการทำแท้ง อันเป็นปัญหาของสังคมที่จะต้องได้รับการแก้ไขปัญหาอย่างเร่งด่วน ซึ่งมีรายละเอียดในบทต่อไป

บทที่ ๓

เทคนิคการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนในสังคมไทยปัจจุบัน

การศึกษาเทคนิคการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนด้วยพุทธวิธี ในบทนี้ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนไว้ ๓ ประเด็น ได้แก่ (๑) แนวคิดสำคัญเกี่ยวกับนักเรียน (๒) การให้คำปรึกษานักเรียนด้วยพุทธวิธี และ (๓) กระบวนการและเทคนิคการให้คำปรึกษานักเรียนด้วยพุทธวิธี มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

๓.๑ แนวคิดสำคัญเกี่ยวกับนักเรียน

แนวคิดสำคัญเกี่ยวกับนักเรียน (เยาวชน) นับตั้งแต่ต้นศตวรรษที่ ๒๐ เป็นต้นมามีนักวิชาการหลายสาขาวิชา ได้สนใจศึกษาจิตใจของเด็กวัยรุ่นอย่างเป็นวิทยาศาสตร์ในหลายแง่มุม โดยมุ่งมั่นศึกษาถึงสภาพธรรมชาติตามวัย เพื่อนำความรู้มาช่วยเด็กวัยรุ่นให้เข้าใจตัวเขาเอง และสามารถปรับตัวทันต่อวิวัฒนาการทางสังคม เศรษฐกิจ และวัฒนธรรม อีกทั้งฝ่ายบุคคลมีหน้าที่ทำงานด้านการเสริมสร้างพัฒนาการวัยรุ่นก็จะได้เข้าใจ และได้ช่วยเหลือได้ถูกต้อง[๑] ฉะนั้น แนวคิดเกี่ยวกับวัยรุ่นนี้สังคมไทยได้สืบเนื่องจากคำประกาศขององค์การสหประชาชาติได้กำหนดให้ ปีพุทธศักราช ๒๕๒๘ เป็นปีเยาวชนสากล ซึ่งทางคณะรัฐมนตรี ได้มีมติให้วันที่ ๒๐ กันยายน ของทุกๆ ปีเป็น "**วันเยาวชนแห่งชาติ**" โดยถือว่าเป็นวันที่เป็นสิริมงคลอย่างหนึ่ง เนื่องจากเป็นวันคล้ายวันพระราชสมภพของพระมหากษัตริย์แห่งจักรีวงศ์ถึงสองพระองค์ ทรงเสด็จขึ้นครองราชสมบัติขณะยังทรงพระเยาว์ กล่าวคือ (๑) พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ทรงพระราชสมภพเมื่อวันที่ ๒๐ กันยายน พ.ศ. ๒๓๙๖ และ (๒) พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวอานันทมหิดล ทรงพระราชสมภพเมื่อวันที่ ๒๐ กันยายน พ.ศ. ๒๔๖๘[๒]

ฉะนั้น สภาพสังคมไทยสมัยก่อนการประกาศการย่างเข้าสู่วัยรุ่นของเด็กหญิง-ชาย จะต้องผ่านพิธีกรรมการโกนจุก หรือ ตามพิธีกรรมต่างๆ ที่คนสมัยนั้นได้จัดทำกันขึ้นให้แก่เด็กหญิงชายที่ย่างเข้าสู่ความเป็นวัยรุ่น ซึ่งเรื่องเหล่านี้มีผลทางจิตวิทยาอย่างลึกซึ้งในแง่ของการปรับตัว การดำเนินชีวิต การเตรียมตัวเพื่อเป็นผู้ใหญ่ที่มั่นคงของวัยรุ่น การยอมรับความเป็นวัยรุ่นทั้งของ

---

[๑]ศรีเรือน แก้วกังวาล, **จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย เล่ม ๒**, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๕), หน้า ๓๓๐.

[๒]http://guru.sanook.com/pedia/topic เข้าถึงข้อมูลเมื่อ [๑๔ ตุลาคม ๒๕๓]

เด็กและผู้ใหญ่ที่มีความสัมพันธ์กับเด็ก[๓] ด้วยเหตุนี้ ความสัมพันธ์กันระหว่างเด็กกับผู้ใหญ่ หรือผู้เกี่ยวข้องกับนักเรียนนั้น จะได้กล่าวในบทที่ ๔ ซึ่งมีลักษณะเป็นการวิเคราะห์ความสัมพันธ์กันการการนำพุทธวิธีการให้คำปรึกษามาใช้กับนักเรียน เพื่อเป็นการชี้แนะแนวทางวิถีดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง และมีความเหมาะสมแก่วัย และก็เป็นแบบอย่างที่ดีของนักเรียนในสังคมอีกด้วย

สำหรับแนวคิดสำคัญเกี่ยวข้องกับนักเรียนนี้ ผู้วิจัยแบ่งหัวข้อในการศึกษาไว้ ๓ ประเด็นหลัก กล่าวคือ (๑) ความหมายของนักเรียน (๒) ความต้องการของนักเรียน และ (๓) ปัญหาของนักเรียน ซึ่งจะได้อธิบายตามลำดับดังนี้

๓.๑.๑ ความหมายของนักเรียน

คำว่า "**นักเรียน**" หรือนิยมเรียกกันคือ "**วัยรุ่น**" ตรงกับภาษาอังกฤษ (Adolescence) ซึ่งมีรากศัพท์มาจาก คำว่า (Adolescere) ในภาษาลาติน โดยความหมายตามรากศัพท์ "**วัยรุ่น**" หมายถึง ความเจริญวัย หรือการเจริญที่ย่างเข้าสู่วุฒิภาวะ[๔] คือ เป็นวัยย่างเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่ โดยถือเอาความพร้อมทางร่างกายเป็นเครื่องตัดสิน[๕] ซึ่งลักษณะสำคัญของวัยนี้ ต้องการความเป็นอิสระ การคิดมีลักษณะเป็นเหตุผลมากขึ้นเข้าใจสิ่งที่เป็นนามธรรมและแนวคิดต่างๆ ได้ พร้อมทั้งให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อนมากกว่าครอบครัว[๖]

การที่วัยรุ่นให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อนดังกล่าว สืบเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและจิตใจที่เป็นช่วงต่อชีวิตระหว่างเด็กกับผู้ใหญ่ เห็นได้ชัดของรูปร่างที่โตใหญ่ขึ้นและทรวดทรงที่แสดงออกให้เห็นการเป็นเพศหญิงหรือชาย ซึ่งแตกต่างออกไปมากจากวัยเด็กเล็ก นอกจากนี้ จิตใจของวัยรุ่นยังมีลักษณะเฉพาะ มีอารมณ์ค่อนข้างไวและรุนแรงกว่าวัยอื่นๆ เช่น มีความกังวล ความเศร้า ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะรุนแรงขึ้นถ้ามีความกดดันจากสิ่งแวดล้อม[๗] ฉะนั้น ระหว่างคาบเกี่ยวความเป็นเด็กต่อเนื่องความเป็นผู้ใหญ่ นับเป็นเวลาหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิตถ้าเด็ก

---

[๓]ศรีเรือน แก้วกังวาล, **จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย เล่ม ๒**, หน้า ๓๓๐.

[๔]ฝนทิพย์ จักรทอง, "ความคิดเห็นต่อปัญหาการใช้ยาเสพติดในวัยรุ่นของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ โรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองลำพูน" **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๓) หน้า ๕.

[๕]สุชา จันทน์เอม, **จิตวิทยาพัฒนาการ**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทโรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, ๒๕๔๐), หน้า ๑๓๖.

[๖]สุวรี ศิวะแพทย์, **จิตวิทยาทั่วไป**, (กรุงเทพมหานคร : โอ.เอส. พริ้นติ้ง เฮ้าส์, ๒๕๔๙),หน้า ๒๙.

[๗]สุชา จันทน์เอม, **จิตวิทยาเด็ก**, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทโรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, ๒๕๔๑), หน้า ๑๑๔.

วัยรุ่นผู้ใดได้ดำเนินชีวิตในช่วงเวลานี้ผ่านพ้นไปอย่างราบรื่น มีปัญหาไม่ซับซ้อนมากนัก เด็กวัยรุ่นผู้นั้นย่อมเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่ด้วยดี และมักจัดการกับชีวิตในวัยผู้ใหญ่ได้อย่างราบรื่น แต่ถ้าเป็นไปในทางตรงกันข้าม วัยนี้จะเป็นวัยที่ประสบความยุ่งยากมาก จนทำให้นักวิชาการในหลายทศวรรษที่ผ่านมาเรียกว่าเป็น "วัยวิกฤต" เช่น แอริคสัน (Erikson) ได้แสดงทัศนะไว้ว่า **วัยรุ่นเป็นระยะเวลาที่มนุษย์มีความสับสนทางจิตใจมากที่สุดยิ่งกว่าวัยอื่นๆ**[๕]

ด้วยเหตุนี้ การช่วยให้เด็กสามารถข้ามพ้นวัยแห่งวิกฤตนี้ได้ พ่อแม่ผู้ปกครอง ครูอาจารย์ ผู้ใกล้ชิดและองค์กรต่างๆ ทุกภาคส่วนของสังคมต้องให้ความใส่ใจอย่างจริงจังในการช่วยเหลือให้เขาเป็นเด็กดีมีจรรยาประพฤติตนอย่างเหมาะสม แต่อย่างไรก็ตามท่ามกลางกระแสความเปลี่ยนแปลงของบริบทสังคมปัจจุบัน ซึ่งผู้ที่มีความใกล้ชิดกับเด็ก คือ พ่อแม่มิได้อบรมสั่งสอนลูกเท่าที่ควร เพราะสังคมบังคับเร่งรีบทำมาหากินจนกลายเป็นการเลี้ยงเด็กได้แต่ตัวหรือเลี้ยงด้วยอำนาจของเงินตราผิดแผกจากสมัยก่อนอย่างสิ้นเชิง ได้ทำให้เด็กมีพฤติกรรมก้าวร้าว มีการยกพวกตีกันหรือก่อคดีอาญาอื่นๆ อีกเป็นจำนวนมาก ซึ่งปัญหาเหล่านี้กำลังรอรับการแก้ไขจากทุกภาคส่วน แต่ที่ผ่านๆ มาเมื่อมีเด็กทะเลาะยกพวกตีกันระหว่างสถาบันการศึกษา ก็ไปลงโทษที่ผู้บริหาร หรือลงโทษที่ครูผู้สอน ซึ่งตราบใดที่ยังมอบภาระหน้าที่อันนี้ให้แก่ครูอาจารย์ฝ่ายเดียวในการสั่งสอนอบรมพฤติกรรมของเด็กดังกล่าว ปัญหาต่างๆ ก็ไม่สามารถจบสิ้นจากสังคมไทยได้

อย่างไรก็ตามพฤติกรรมดังกล่าว **นักพฤติกรรมนิยม** เช่น **วัดสัน** (John Watson) ได้อธิบายจิตใจมนุษย์โดยเน้นที่การกระทำเป็นหลัก กล่าวคือ พฤติกรรมของมนุษย์ และสัตว์เกิดขึ้นแปรเปลี่ยนไปตามสภาวะแวดล้อมหรือสิ่งเร้าต่างๆ ที่ถูกจัดสร้างขึ้น หรือเป็นไปตามสภาพธรรมชาติจะช่วยให้สามารถควบคุมและทำนายพฤติกรรมต่างๆ ของบุคคลได้ผ่านระบบประสาทสัมผัสและอวัยวะส่วนต่างๆ ของร่างกาย ก็จะเกิดการเรียนรู้และตอบสนองตามสิ่งเร้าเหล่านั้นถือว่าเป็นการเรียนรู้ตามประสบการณ์ภายในร่างกายของบุคคลนั้นเอง[๖]

การศึกษาทำความเข้าใจพฤติกรรมของมนุษย์ ถือเป็นส่วนหนึ่งที่ช่วยให้บุคคลสามารถตัดสินใจเลือกแนวทางในการดำเนินชีวิตร่วมกับปัจจัยอื่นๆ และก่อให้เกิดประโยชน์แก่มวลมนุษย์ ๓ ประการ คือ

---

[๕]ศรีเรือน แก้วกังวาล, **จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย เล่ม ๒**, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๕), หน้า ๓๒๙.

[๖]อ้างใน ไพบูลย์ เทวรักษณ์, **จิตวิทยาการเรียนรู้**, (กรุงเทพมหานคร : เอส ดี เพรส การพิมพ์, ๒๕๔๐), หน้า ๒๕.

๑) **เข้าใจพฤติกรรม** หมายถึง การเข้าใจสาเหตุของพฤติกรรมว่า เหตุใดบุคคลจึงแสดงพฤติกรรมเช่นนั้น

๒) **ทำนายพฤติกรรมได้** หมายถึง การคาดคะเนว่าพฤติกรรมนั้น จะเกิดขึ้นอีกหรือไม่ พฤติกรรมอะไรจะเกิดขึ้นต่อไป

๓) **ควบคุมพฤติกรรมได้** หมายถึง ความสามารถที่จะทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งก็ได้ตามใจปรารถนา[๑๐]

ฉะนั้น กระบวนการทำความเข้าใจพฤติกรรมทั้ง ๓ อย่างนี้ ในทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า **การเข้าใจจริตของคน หรือ จริยาของแต่ละบุคคล** ซึ่งผู้วิจัยได้อธิบายแล้วในบทที่ ๒ ทีนี้การศึกษาทำความเข้าใจประเภทของบุคคล ก็จะนำไปสู่การเข้าใจพฤติกรรมแต่ละบุคคลว่ามีลักษณะอย่างไร แล้วจะแก้ไปด้วยวิธีการอย่างไร โดยหลักการนี้ พระพุทธองค์ทรงใช้วิธีการทั้งทางสมถะและวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อเลือกให้ถูกตามลักษณะนิสัย ตามจริตของบุคคล หรือที่เรียกว่า การให้คำปรึกษาตามวิธีพุทธนั่นเอง

สำหรับความหมายนักเรียน ดังได้กล่าวข้างต้น ผู้วิจัยจึงสรุปว่า เป็นวัยที่มีความเปลี่ยนแปลงทางด้านความคิด เป็นวัยอยากรู้อยากเห็น ทั้งจากภายในตัวของเด็กเอง และจากสภาพแวดล้อมที่เกื้อกูลต่อการเรียนรู้ ซึ่งมีลักษณะทำผิดทำถูกซ้ำๆ จนเกิดเป็นประสบการณ์แล้วก่อให้เกิดองค์ความรู้ใหม่ตามมา

ส่วนประเภทของวัยรุ่นนั้นสามารถแบ่งออกเป็น ๓ วัย คือ

๑) **วัยรุ่นตอนต้น** (Early Adolescence) ระหว่างอายุ ๑๑–๑๔ ปี เป็นระยะที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากทั้งร่างกาย ทางสรีระวิทยา (Physiology) และทางปัญญา

๒) **วัยรุ่นตอนกลาง** (Middle Adolescence) ระหว่างอายุ ๑๔–๑๕ ปี เป็นระยะที่มีการปรับตัวให้เข้ากับความเปลี่ยนแปลงใหม่

๓) **วัยรุ่นตอนปลาย** (Late Adolescence) ระหว่างอายุ ๑๘–๒๑ ปี เป็นระยะที่มีการเปลี่ยนจากการเป็นเด็กสู่การเป็นผู้ใหญ่[๑๑]

---

[๑๐] ม.ร.ว.สมพร สุทัศนีย์, **การทดสอบทางจิตวิทยา**, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๔), หน้า ๒.

[๑๑] เพ็ญพิไล ฤทธาคณานนท์, **พัฒนาการมนุษย์**, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท ธรรมดาเพรส จำกัด, ๒๕๔๙), หน้า ๑๘๑.

จะเห็นว่า การที่นักวิชาการทั้งหลายได้จำแนกวัยรุ่นออกเป็นสามวัยดังกล่าวนั้น ก็น่าจะเป็นการกำหนดพฤติกรรม หรือ การเรียนรู้พฤติกรรมของแต่ละช่วงวัย เพื่อนำไปสู่การศึกษาถึงสาเหตุของพฤติกรรม โดยเฉพาะเห็นได้จากพฤติกรรมความต้องการต่างๆ ที่ผู้ศึกษากำลังกล่าวถึง และการที่เด็กเยาวชนกระทำลงไปอาจเป็นการรู้เท่าไม่ถึงการณ์ หรือมาจากอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมที่กระตุ้นให้เกิดการกระอย่างใดอย่างหนึ่งลงไป

๓.๑.๒ ความต้องการของนักเรียน

ความต้องการนี้มิได้เกิดขึ้นเฉพาะในกลุ่มของนักเรียนเท่านั้น แต่ความต้องการเกิดขึ้นกับทุกๆ คน ที่ยังมีชีวิตอยู่ ด้วยเหตุผลว่ามนุษย์ทุกคนต่างก็จำเป็นต้องอาศัยปัจจัยต่างๆ เพื่ออำนวยความสะดวกและความเป็นอยู่ของชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะความต้องการนี้ ในทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า “**ปัจจัย ๔**” ประกอบด้วย เป็นเครื่องอุดหนุน เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของชีวิต ต้องการอาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรคชนิดใดชนิดหนึ่งเมื่อเกิดเจ็บไข้ได้ป่วย[๑๒] เพื่อนำมาใช้เท่าที่จำเป็นของการดำรงชีวิต

แต่ความต้องการปัจจัยสี่ดังกล่าว จากกระแสความเปลี่ยนแปลงของบริบทสังคมปัจจุบัน และสภาพแวดล้อมต่างๆ เป็นแรงกระตุ้นให้เด็กเยาวชนนั้นเกิดความต้องการที่สุรุ่ยสุร่ายฟุ่มเฟือย ไม่รู้จักประหยัด และกลายเป็นพฤติกรรมบริโภคนิยม ซึ่งได้คาบเกี่ยวกับการตัดสินใจในการซื้อสินค้า และการบริการต่างๆ เพื่ออำนวยต่อการบริโภคส่วนบุคคล แต่ไม่ใช่เพื่อการผลิต หรือการนำไปขาย[๑๓] ทำให้ปัจจัยเหล่านี้มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของผู้บริโภคโดยตรง ซึ่งสามารถแบ่งออกเป็น ๒ ประเภท คือ[๑๔]

๑) **ปัจจัยสิ่งแวดล้อมด้านสังคมวัฒนธรรม** (ตัวแปรภายนอก) ได้แก่

๑. กลุ่มอ้างอิง (Reference Groups) กล่าวคือ กลุ่มบุคคลที่มีอิทธิพลอย่างมากต่อพฤติกรรมของบุคคลอื่น

---

[๑๒]วิศิน อินทสระ, **หลักธรรมอันเป็นหัวใจพระพุทธศาสนา**, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เม็ดทราย, ๒๕๔๘), หน้า ๘๓.

[๑๓]ภราดร ปรีดาศักดิ์. **พจนานุกรมเศรษฐศาสตร์**. (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาธรรมศาสตร์, ๒๕๔๙), หน้า ๗๐.

[๑๔]พระธีรภัทรภพ พวงมาลา ”พระพุทธศาสนากับลัทธิบริโภค : ศึกษากรณีเฉพาะวัดในกรุงเทพมหานคร”, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล), ๒๕๔๔.

๒. ครอบครัว (Family) เป็นสื่อกลางในการกลั่นกรองบรรทัดฐานต่างๆ เพราะบุคคลในครอบครัวจะรับเอาวัฒนธรรมทางสังคมและกลุ่มอ้างอิงเก็บไว้เป็นประสบการณ์

๓. ชนชั้นทางสังคม (Social Class) เป็นการแบ่งกลุ่มภายในสังคมเป็นระดับชั้นโดยใช้ลักษณะที่คล้ายคลึงกันเป็นตัวกำหนด ซึ่งได้แก่ ฐานะ รายได้ ตระกูล หรือชาติกำเนิด ตำแหน่งหน้าที่การงาน เป็นต้น โดยทั่วไป ชนชั้นทางสังคมแบ่งเป็น ๓ ระดับ คือ ระดับสูง ระดับกลาง และระดับต่ำ

๔. วัฒนธรรม (Culture) มีความหมายครอบคลุมถึงทุกอย่างอันเป็นแบบแผนในความคิดและการกระทำที่แสดงออกถึงวิถีชีวิตของมนุษย์ในสังคมใดสังคมหนึ่ง

๕. วัฒนธรรมย่อย (Subculture) กล่าวคือ คนที่อยู่ในวัฒนธรรมเดียวกันยังแบ่งเป็นกลุ่มย่อย หรือวัฒนธรรมย่อยที่มีลักษณะเฉพาะ สมาชิกของวัฒนธรรมกลุ่มย่อยแต่ละกลุ่มจะยึดมั่นในความเชื่อถือ ค่านิยม และประเพณีที่แตกต่างกันกับวัฒนธรรมกลุ่มย่อยในสังคมเดียวกัน

๖. กลุ่มอิทธิพลอื่น (Other Influences) เช่น อิทธิพลของสถานการณ์ (Situational Influence) จะส่งผลถึงพฤติกรรมของผู้บริโภคที่เกิดขึ้นในสถานการณ์หนึ่งๆ

๒) **ปัจจัยด้านจิตวิทยา** (Psychological Factor) ได้แก่

๑. ความต้องการและแรงจูงใจ (Need and Motivation) ความต้องการมักจะแบ่งเป็นความต้องการที่จำเป็นและความต้องการฟุ่มเฟือย ส่วนแรงจูงใจคือ การที่บุคคลถูกชี้นำให้ก่อปฏิกิริยาไปในทิศทางใดทิศทางหนึ่ง

๒. บุคลิกภาพและแนวคิดส่วนตัว (Personality and Self Concept) กล่าวคือ บุคคลที่มีลักษณะท่าทางเหมือนกันมักจะมีลักษณะพฤติกรรมการซื้อที่เหมือนกัน ส่วนแนวคิดส่วนตัวจะส่งผลให้แต่ละบุคคลมีแนวโน้มซื้อผลิตภัณฑ์หรือใช้บริการร้านค้าที่มีภาพลักษณ์หรือบุคลิกภาพที่สอดคล้องกับภาพลักษณ์ส่วนตัว

๓. การรับรู้ (Perception) คือ กระบวนการที่บุคคลตีความ และรับรู้ข้อมูลซึ่งกระบวนการรับรู้นี้จะเกิดขึ้นได้ต้องมีองค์ประกอบที่สำคัญ ๓ ประการคือ การรับตัวกระตุ้นเข้ามาในจิตใจ การประมวลความรู้สึก และการเข้าใจสิ่งที่เกิดขึ้นจากสิ่งที่รับรู้

๔. การเรียนรู้ (Learning) เป็นปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ของบุคคลและเป็นผลของการผสมกันระหว่างการจูงใจ ประสบการณ์ และแนวโน้มของพฤติกรรมที่เกิดขึ้นซ้ำๆ กันในการตอบสนองต่อสิ่งเร้าหรือสถานการณ์อย่างหนึ่ง

๕. ทัศนคติ (Attitudes) คือ ความเชื่อและความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อสิ่งเร้าต่างๆ

โดยสรุป อิทธิพลของพฤติกรรมการบริโภคของคนทั้ง ๒ ประเภท ข้างต้นถือเป็นปัจจัยแวดล้อมด้านวัฒนธรรมทางสังคม เช่น วัฒนธรรม ครอบครัว ชนชั้นทางสังคม เป็นต้น และปัจจัยทางด้านจิตวิทยา เช่น การรับรู้ การเรียนรู้ และทัศนคติ เป็นต้น ซึ่งปัจจัยทั้งสองส่วนนี้ ส่งผลให้เกิดความต้องการของมนุษย์ โดยเฉพาะวัยรุ่นมักจะขึ้นอยู่กับค่านิยมที่แต่ละคนยึดถือ และส่วนใหญ่ก็มักจะยึดถือค่านิยมในกลุ่มที่ตนเข้าร่วมด้วย

ฉะนั้น ความต้องการของวัยรุ่นก็คล้ายกับความต้องการของมนุษย์ทั่วๆ ไปในสังคม คือต้องการความมั่นคง ต้องการการยอมรับ ต้องการประสบการณ์ใหม่ๆ โดยความต้องการของวัยรุ่นที่กล่าวมา **สุพัตรา สุภาพ** ได้จำแนกความต้องการเป็นข้อๆ ได้ ดังนี้

๑) **ต้องการความรัก** ความรักในที่นี้มีหลายแบบ คือ รักพ่อแม่ญาติพี่น้อง รักเพื่อน รักพวกพ้อง ในขณะเดียวกันอยากให้เพื่อนรัก รักตัวเอง อยากดี อยากมีความสำเร็จ รักเพื่อนต่างเพศ ซึ่งเป็นความรักแบบหนุ่มสาว

๒) **ต้องการความสนุกสนานเพลิดเพลิน** ส่วนมากมักจะออกในรูปแบบกิจกรรมกีฬาหรือการบันเทิง

๓) **ต้องการความเป็นอิสระ** ความต้องการนี้จะรุนแรงมากในวัยนี้ เพราะเป็นวัยที่อยู่ระหว่างเด็กกับผู้ใหญ่ จึงอยากแสดงออกซึ่งความเป็นตัวของตนเอง จึงไม่ชอบให้ผู้ใหญ่มา ก้าวก่ายในชีวิตของตน ไม่ชอบให้ใครสอน คอยช่วยเหลือ บางคนจึงทำอะไรโดยผู้ใหญ่ไม่รู้ไม่เห็น

๔) **ต้องการให้ได้รับการยกย่อง** ต้องการมีชื่อเสียง วัยนี้เป็นวัยที่อยากให้สังคมยอมรับหรือชมเชยหรืออยากเด่น อยากดัง เช่น อยากเป็นนักกีฬาเก่ง เป็นต้น

๕) **มีอุดมคติสูง** วัยรุ่นยังอยู่ในวัยที่เรียนรู้ทางทฤษฎี และยังไม่เคยออกไปประสบกับสภาพความเป็นจริง จึงละเลยมองข้ามความเป็นจริงไปบ้าง คือ เป็นพวกอุดมคตินิยม (Idealism) มากกว่ามุ่งไปในทางปฏิบัติได้จริงๆ (Pragmatist) ซึ่งบางครั้งก็ตกเป็นเครื่องมือของผู้มีอำนาจ มีอิทธิพล มีบารมี แสวงหาประโยชน์ได้ เพราะวัยรุ่นมักจะเป็นพวกที่มีอุดมคติแรงกล้ามีความกล้าเสี่ยง และมีพลังผลักดันสูง เชื่อคนง่าย โดยไม่คิดว่ามนุษย์ในโลกอาจมีวิธีการลึกซึ้งมีลักษณะไปในทางไม่สุจริตและอาจแสวงหาผลประโยชน์ส่วนตัวได้

๖) **มีความสนใจในเรื่องเพศและเพื่อนต่างเพศ** เป็นวัยที่ต้องการความรู้ ความเข้าใจทางเพศอย่างถูกต้อง ถ้าถูกกีดกันจะแสดงออกทางอ้อมโดยการปิดบัง และพูดคุยเฉพาะในกลุ่มเพศเดียวกัน หาความรู้จากการได้ยินได้ฟังคนอื่นพูด ซึ่งอาจจะถูกบ้างผิดบ้าง หรือไม่ก็อ่านจากหนังสือเรื่องเพศ

๗) **ต้องการร่วมกลุ่ม** เพื่อนมีความสำคัญมาก เป็นวัยที่อยากให้เพื่อนยอมรับ ฉะนั้น จึงพยายามทำตามเพื่อน แม้บ้างครั้งจะขัดกับความรู้สึกส่วนตัวก็ตาม เช่น เพื่อนชวนเดินขบวนแม้ไม่อยากเดินก็เดินด้วย เพราะกลัวเพื่อนจะไม่รักหรือว่าไม่มีสปิริต หรือไม่ก็ไม่กล้าขัดใจเพื่อน เป็นต้น

๘) **ต้องการยอมรับจากผู้ใหญ่** คืออยากให้ผู้ใหญ่ยอมรับบ้างว่ามีความสามารถหรือมีประโยชน์ต่อสังคม ฉะนั้น ผู้ใหญ่ไม่ควรจะเพิกเฉย ควรให้วัยรุ่นช่วยรับผิดชอบในกิจกรรมบางอย่าง จะช่วยให้วัยรุ่นรู้จักความรับผิดชอบ เป็นตัวของตัวเองหรือช่วยตัวเองได้มากขึ้น

๙) **ต้องการแบบอย่างที่ดี** วัยรุ่นในปัจจุบันแม้จะชอบความอิสระ ก็ยังอยากได้คำแนะนำจากผู้ใหญ่ที่ดี ผู้ใหญ่จะต้องเป็นปูชนียบุคคลที่ดี วัยรุ่นถึงจะมีแน้วโน้มที่ดีได้ ผู้ใหญ่จะต้องคอยนำทาง คอยตักเตือนเมื่อทำผิดและให้รางวัลเมื่อทำดี

๑๐) **ต้องการความปลอดภัยและความมั่นคง** คือ อยากได้หลักประกันว่าถ้าหากทำในสิ่งที่ดีแล้วจะไม่ถูกลงโทษหรือเป็นที่พอใจของผู้ใหญ่ เพราะในสายตาของผู้ใหญ่สิ่งที่วัยรุ่นคิดว่าดีแล้วอาจจะไม่ดีในทัศนะของผู้ใหญ่ก็ได้ แต่โดยทั่วไปแม้วัยรุ่นจะทำพลาดพลั้งไปบ้างสังคมมักจะให้อภัยเพราะสังคมถือว่ายังเป็นวัยที่อยู่ในวัยเรียน

๑๑) **ต้องการประสบการณ์ใหม่ ๆ** ความต้องการนี้อาจรุนแรง ผู้ใหญ่บางคนก็มักจะกีดกันห้ามไม่ให้หนุ่มสาวสนุกสนาน เช่น อยากแต่งกายแปลกๆ ตามสมัยนิยม อยากมีเพื่อนต่างเพศ

๑๒) **ความรู้สึกรุนแรง** เช่น ถ้าเกิดความสมหวังชื่นชอบซาบซึ้ง ตื่นเต้น ถ้าผิดหวังจะแค้นใจ น้อยใจในตัวเอง บางคนผิดหวังจนกระทั่งฆ่าตัวเองผิดหวังในบางเรื่อง เช่น ความรักการสอบตก หรือถูกพ่อแม่ดุด่าว่ากล่าว

๑๓) **ต้องการมีอนาคตและความสำเร็จ** เป็นวัยที่อยากรับผิดชอบ อยากพึ่งตนเองฝันถึงจุดหมายในอนาคต เช่น อยากเป็นหมอ เป็นวิศวกร เป็นอาจารย์ เป็นต้น[๑๕]

นอกจากความต้องการทั้ง ๑๓ ประการ ในเชิงของปัญหาทางสังคมแล้ว มีนักจิตวิทยาพัฒนาการ ได้ให้ทัศนะความต้องการเด่นๆ ประจำวัย เช่น วัยเด็กตอนต้นและตอนกลางต้องการเล่นสนุก วัยผู้ใหญ่ตอนกลางต้องการความสำเร็จในอาชีพ เป็นต้น เรื่องนี้ **ศรีเรือน แก้วกังวาล** ได้สรุปความต้องการของวัยรุ่น ดังนี้

---

[๑๕]สุพัตรา สุภาพ, **ปัญหาสังคม**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๗, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทโรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, ๒๕๔๓), หน้า ๑๗-๑๘.

๑) **ต้องการความเป็นอิสระ** เป็นตัวของตัวเอง ไม่ต้องอยู่ใต้คำสั่ง คำบังคับของผู้ใด โดยเฉพาะบุคคลผู้มีอำนาจหรือผู้สูงวัยกว่า รวมทั้งพ่อแม่ผู้ปกครอง เพราะเด็กวัยรุ่นเชื่อว่าลักษณะที่เป็นเครื่องงหมายของความเป็นผู้ใหญ่คือ ความเป็นอิสระจากผู้ที่มีอำนาจเหนือตน

๒) **ต้องการมีตำแหน่ง** (Status) รวมทั้งต้องการความสนับสนุน (Approval) ทั้งจากผู้ใหญ่และเพื่อนร่วมรุ่น

๓) **ต้องการแสวงหาประสบการณ์แปลก ๆ ใหม่** บางครั้งรวมทั้งความท้าทาย ตื่นเต้น เกลียดความจำเจซ้ำซาก ชอบทดลอง ยิ่งถูกห้ามยิ่งอยากลอง ฉะนั้น ระยะนี้เด็กวัยรุ่นไม่ว่าที่ไหน สมัยใด มักชอบฝ่าฝืนกฎเกณฑ์ระเบียบต่างๆ บางคนอาจชอบลองสิ่งที่ผิดๆ เช่น ยาเสพติด ประพฤติผิดทางเพศ ต่อต้านกฎเกณฑ์ของสังคมและสถาบัน เพื่อจะดูว่าผลที่ตามมาจะเป็นอย่างไร หรือบางคนอยากลองเพื่อประชดชีวิต

๔) **ความต้องการรวมพวกพ้อง** มีกลุ่มก้อน เป็นความต้องการค่อนข้างสูง เพราะการรวมพวกพ้องเป็นวิถีทางให้เด็กได้รับสนองความต้องการหลายประการ เช่น ความรู้สึกอบอุ่นใจ การได้รับการยกย่อง ความรู้สึกว่ามีผู้ที่เข้าใจตน ร่วมทุกข์ร่วมสุขกับตน

๕) **ความต้องการความรู้สึกมั่นคง** อุ่นใจและปลอดภัย เพราะเด็กมีอารมณ์หวั่นไหวเปลี่ยนแปลงง่าย สับสนและลังเลง่าย เด็กจึงมีความต้องการเช่นนี้ค่อนข้างสูง

๖) **ความต้องการความถูกต้อง** ความยุติธรรม เด็กถือว่าความยุติธรรมเป็นลักษณะหนึ่งของความเป็นผู้ใหญ่ เด็กจึงให้ความสำคัญอย่างจริงจังต่อความถูกต้องยุติธรรมตามทัศนะของตนเป็นอย่างยิ่ง และอยากทำอะไรหลายๆ อย่างเพื่อเรียกร้องความยุติธรรมทั้งในแง่ส่วนบุคคลและสังคม

๗) **ความต้องการความงดงามทางร่างกาย** ไม่ว่าวัยรุ่นชายหรือหญิงต้องการให้คนรู้สึกชื่นชมเกี่ยวกับรูปลักษณะของตนสมตามเพศของตนทั้งสิ้น เพราะคิดว่าความงามทางกายเป็นแรงจูงใจให้เข้ากลุ่มได้ง่าย เป็นที่ยอมรับของสังคม และดึงดูดใจเพศตรงข้าม จึงให้ความใส่ใจต่อการออกกำลังกาย ลักษณะอาหารที่รับประทาน ทรงผม เสื้อผ้า เครื่องประดับ สุขภาพอนามัย ความงดงามทางกายนับเป็นส่วนหนึ่งของความภูมิใจและมั่นใจตัวเองของวัยรุ่นด้วย

๘) **ความต้องการประพฤติตนสมตามบทบาททางเพศของตน** เป้าประสงค์เหล่านี้ลึกซึ้งมากในระยะนี้ ผู้ที่มีความรู้สึกว่าตนเอง “ไม่สมเป็นชายชาตรี” หรือ “ไม่สมเป็นหญิงสาว” จึงรู้สึกไม่แน่ใจและไม่สบายใจเกี่ยวกับตนเอง ความสำนึกเช่นนี้ถ้าบังเกิดกับคนใดแล้ว ผู้นั้นย่อมพยายามแก้ไขทุกวิถีทาง โดยทั่วไปทั้งหญิงและชายวัยรุ่นพยายามจะประพฤติตนเพื่อให้ “ดูงดงามสมเป็นสุภาพสตรี” หรือ “ดูแข็งแรงบึกบึนสมเป็นชายชาตรี” ตามแบบที่ตนนิยม ส่วนผู้ที่

รู้ตัวดีว่ามีบทบาททางเพศแบบลักเพศก็มักรวมกลุ่มกับผู้ที่มีลักษณะคล้ายกัน ยิ่งสังคมปัจจุบันยอมรับสิ่งเหล่านี้อย่างเปิดเผย การรวมกลุ่มของพวกนี้ในสังคมเพศของตัวก็ยิ่งเกาะกลุ่มกันแน่นแฟ้นและเปิดเผยยิ่งขึ้น

๙) **ความต้องการเลือกอาชีพ** เด็กวัยรุ่นโตพอที่จะมองเห็นความสำคัญของอาชีพและเข้าใจว่าอาชีพนำมาซึ่งสถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม อาชีพเป็นเครื่องชี้ให้เห็นถึงสภาวะความเป็นผู้ใหญ่การที่คนใดจะมีอาชีพอย่างไรนั้น จะต้องมีความรู้เป็นฐาน เด็กบางคนซึ่งไม่เคยสนใจและเตรียมตัวเพื่อเลือกอาชีพจะเริ่มมีความต้องการนี้ในระยะนี้ ทั้งจากความประสงค์ภายในตนเองหรือจากอิทธิพลของเพื่อนร่วมวัย พ่อแม่ผู้ปกครอง และสังคม[๑๖]

จากทัศนะข้อคิดเห็นความต้องการของวัยรุ่นดังกล่าว **ผู้วิจัยจึงสรุปได้ ๓ ประเด็น** คือ ๑) ต้องการเปลี่ยน ๒) ต้องการเรียนรู้ และ ๓) ต้องการสู่ชีวิต

๑) **ต้องการเปลี่ยน** หมายถึง ต้องการความเป็นตัวของตัวเอง ไม่อยากให้ผู้อื่นมาแนะนำสั่งสอน เพราะเขาถือว่าตัวของเขาเองเป็นผู้ใหญ่แล้ว สังเกตเห็นได้ชัดปัจจุบันเด็กโตเร็วมาจากสารอาหารบางประเภทส่งผลให้เด็กนั้นมีรูปร่างใหญ่โต แต่ความคิดอ่าน และการตัดสินใจในการบริโภคสื่อต่างๆ ว่าดีหรือไม่ดีและก็ยังเป็นปัญหาอยู่ ซึ่งสืบเนื่องจากขาดการอบรมสั่งสอนที่ดีจากผู้ปกครองที่ชอบเลี้ยงเด็กด้วยอำนาจของเงินมากกว่าจิตใจและความรับผิดชอบ

๒) **ต้องการเรียนรู้** หมายถึง ต้องการเรียนรู้นี้ ถือเป็นการดีสำหรับเด็กใฝ่เรียนใฝ่รู้ในทางที่ถูกที่ควรตามกฎระเบียบของสังคม และปฏิบัติตนเหมาะสมตามขนบธรรมเนียมประเพณีจนการศึกษานั้นเจริญงอกงามได้ด้วยดี แต่การเรียนรู้ของเด็กนักเรียนปัจจุบันมีความเสื่อมโทรมผิดจารีตเลียนแบบผิดๆ[๑๗] ตามกระแสของวัฒนธรรมตะวันตก โดยเฉพาะการบริโภคสื่อเสรีทั้งหลายที่

---

[๑๖]ศรีเรือน แก้วกังวาล, **จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย เล่ม ๒**, หน้า ๓๖๐-๓๖๑.

[๑๗]**เรื่องการเลียนแบบนี้** พระเทพเวที (ประยุทธิ์ ปยุตฺโต) ได้เสนอวิธีการปฏิบัติ ๓ ประการ ได้แก่

๑) ถ้าจะเอาอย่างเขา ก็ต้องจับเอาสิ่งที่ดีที่สุดของเขามา เอาสิ่งที่เขาเองก็ภูมิใจของเขา แต่ต้องดูด้วยว่า เป็นสิ่งที่ดี และเหมาะสมกับเรา

๒) เมื่อเอาอย่างเขา หรือเลียนแบบเขาก็ตาม จะต้องมีอะไรดีพิเศษที่เราเพิ่มเข้าไปในสิ่งที่เอาอย่างหรือเลียนแบบนั้น ที่ดีกว่าหรือเหนือกว่าของเดิมของเขาอย่างน้อยก็ในแงใดแง่หนึ่ง

๓) เมื่อเลือกรับเอาเข้ามาแล้ว ก็เอาสิ่งนั้นมาพัฒนาเสริมตัวเราให้เจริญงอกงามสมบูรณ์ยิ่งขึ้น แล้วก็พัฒนาสิ่งที่รับเข้ามานั้นให้เจริญก้าวหน้าดีงามยิ่งขึ้นด้วย อ้างใน พระเทพเวที (ประยุทธิ์ ปยุตฺโต), **สถานการณ์พระพุทธศาสนาพลิกหายนะเป็นพัฒนา**, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๓๖), หน้า ๘๓.

ไม่คำนึงถึงผลกระทบต่อสังคมที่จะตามมาทั้งในปัจจุบันและอนาคต แต่กลับไปมุ่งเน้นด้านหากำไรทางเดียว แล้วสิ่งที่ตามมาคือปัญหาของจริยธรรม

๓) **ต้องการสู้ชีวิต** หมายถึง ความต้องการสู้ชีวิตข้อนี้ ก็จะประสบผลสำเร็จจากทั้ง ๒ ข้อข้างต้น ถ้าได้ปฏิบัติถูกต้อง พร้อมทั้งต่อสู้ชีวิตมีความสำนึกรับผิดชอบชั่วดี มีใจเห็นประโยชน์ส่วนรวมเพื่อสังคมร่มเย็นเป็นสุข แต่ตรงกันข้าม ถ้าเด็กมิได้อบรมสั่งสอนถูกต้อง ปัญหาตามมาก็เป็นภาระของประเทศชาติในการที่จะเข้าไปแก้ไขปัญหา เช่น ปัญหาความรุนแรง ปัญหาอาชญากรรม เป็นต้น ซึ่งปัญหาเหล่านี้จะเป็นผลทำให้ประเทศชาติด้อยพัฒนาตามด้วย

๓.๑.๓ ปัญหาของนักเรียน

ก่อนจะกล่าวถึงปัญหาของนักเรียนนั้น ผู้วิจัยใคร่ต้องการทราบคำว่า "**ปัญหา**" ซึ่งคำว่าปัญหานี้มีอยู่ ๓ ความหมาย ได้แก่ (๑) **ข้อสงสัย** เช่น ทำได้โดยไม่มีปัญหา (๒) **คำถาม** เช่น การตอบปัญหา และ (๓) **ข้อที่ต้องพิจารณาแก้ไข** เช่น ปัญหาเฉพาะหน้า ปัญหาสังคม ปัญหาทางการเมือง[๑๘] และปัญหายังมีความหมายอีก ก็คือ สภาพเหตุการณ์ที่จะเกิดในอนาคตมีแนวโน้มที่จะไม่ตรงกับความต้องการ[๑๙]

จากความหมายข้างต้น ได้สะทอน(Reflect) ว่าสภาวะปัจจุบันของสังคมในทุกระดับต่างก็กำลังประสบกับวิกฤตการณ์ในทุกๆ ด้าน ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม การเมืองการปกครอง ทรัพยากรธรรมชาติ และปัญหาสิ่งแวดล้อม ซึ่งบางวิกฤติการณ์ได้เกิดขึ้นแล้วในอดีต และยังนับวันจะทวีความรุนแรงมากยิ่งขึ้น ในขณะที่บางวิกฤตการณ์ เพิ่งจะก่อตัวและมีแนวโน้มรุนแรงสลับซับซ้อนมากยิ่งขึ้นเช่นเดียวกัน

ด้วยเหตุผลความคาดหวังหรือความปรารถนาต้องการที่จะให้ประชากรทุกระดับนั้นมีคุณภาพชีวิตที่ดีได้ จึงนับว่าเป็นเรื่องที่ค่อนข้างจะยุ่งยากลำบากอยู่ไม่น้อย ทั้งนี้เนื่องจากอัตราจำนวนประชากรปัจจุบันเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว จนเป็นผลให้ทรัพยากรธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อมที่ประชากรนำมาสนองตอบความต้องการในการดำเนินชีวิตนับวันเสื่อมโทรมลงทุกวัน อันเกิดจากความเห็นแก่ตัวของคนในสังคมที่เอาเปรียบสภาพแวดล้อม ทำลายสิ่งแวดล้อม และอีกเหตุผล

---

[๑๘]พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๒๕, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท อักษรเจริญทัศน์ อจท.จำกัด, ๒๕๓๙), หน้า ๕๒๘.

[๑๙]วีรพล สุวรรณนันต์, **กระบวนการแก้ปัญหา**, พิมพ์ครั้งที่๕, (กรุงเทพมหานคร : พิมพ์ที่ บริษัท ประยูรวงศ์ จำกัด ๒๕๓๓), หน้า ๑.

ประการหนึ่งที่ไม่ยิ่งหย่อนไปกว่ากัน คือปัญหาการขาดความรับผิดชอบ และความเห็นแก่ตัวของประชากรในสังคมอีกจำนวนไม่น้อยที่มีส่วนทำลายมากกว่าการพัฒนานั่นเอง[๒๐]

สำหรับปัญหาวัยรุ่นนั้น ปัจจุบันถือเป็นวิกฤตทางด้านจริยธรรม เพราะมีความประพฤติที่ไม่เหมาะสม ดำเนินชีวิตไม่มีจุดมุ่งหมาย ซึ่งมีนักเรียนเป็นจำนวนไม่น้อยในสังคมไทย ที่ได้กระทำการต่างๆ ลงไปทั้งที่เป็นเกิดผลเสียแก่ตัวเอง และผลเสียต่อผู้อื่นที่อยู่ร่วมสังคมด้วย เมื่อสรุปภาพรวมที่เป็นสาเหตุปัญหาของวัยรุ่นแล้ว อาจเกิดจากเหตุ ๓ ประการ คือ

๑) **ตัวเด็กเอง**

เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจ อารมณ์ของเด็ก จึงเปลี่ยนไปด้วยมีความกังวลในใจ รู้สึกไม่สบายใจ ผู้ใหญ่ไม่เข้าใจและแสดงความเห็นอกเห็นใจ ก็อาจจะกลายเป็นเด็กเก็บตัวและไม่สามารถปรับตัวเข้าสู่สภาพปกติได้ เด็กอาจเติบโตในลักษณะที่ไม่มีความสุข ไม่พอใจในชีวิตของตน เข้ากับคนอื่นไม่ได้ ในรายที่ได้รับความกระทบกระเทือนอย่างรุนแรง อาจทำให้เกิดโรคประสาท อาจกลายเป็นโรคจิตได้

๒) **สิ่งแวดล้อม** สามารถแบ่งออกเป็น ๓ ประการ คือ

๑. **บ้าน** เป็นสิ่งแวดล้อมที่สำคัญต่อจิตใจเด็ก เพราะเป็นสถาบันแห่งแรกที่ได้ฝึกอบรมเด็ก โดยทั่วไปอุปนิสัย ทัศนคติ และความประพฤติของเด็กมักเป็นผลที่บ้านถ่ายทอดให้ โดยเฉพาะสภาพความเป็นอยู่ของบ้านมีผลต่อเด็กอย่างมาก ถ้าพ่อแม่ยากจน ตระหนี่ หรือมีเงินแต่ไม่ใช้จ่ายเพื่อความสุขตามควร เด็กก็อาจจะอยากมีความสุข ความสะดวกสบายเหมือนกับบ้านอื่น เมื่อได้ไม่ดังใจปรารถนา เด็กอาจจะเกิดปมด้อย บางครั้งก็ลบปมด้อยในทางที่ผิด เช่น เห็นเขามีเงินเราก็อยากมี เมื่อมีในทางดีไม่ได้ ก็มีในทางที่ชั่วเสียเลย ส่วนบ้านที่จ่ายฟุ่มเฟือยไม่สอนให้เด็กรู้จักค่าของเงิน เด็กอาจจะติดเป็นนิสัย กลายเป็นคนสุรุ่ยสุร่าย หยิบหย่งจมไม่ลง บางคนเลยกลายเป็นพวกเพลย์บอย เป็นต้น

๒. **ครู** ส่วนมากครูจะมีอิทธิพลต่อชีวิตเด็กมาก เพราะวัยรุ่นบางคนไม่กลัวเกรงพ่อแม่ แต่เกรงใจครู อยากให้ครูรัก อยากให้ครูชม ส่วนมากจึงพยายามเอาใจครู ถ้าครูเรียนรู้จิตวิทยาของเด็กบ้างจะช่วยแก้ปัญหาวัยรุ่นได้มาก ซึ่งบางครั้งได้ผลมากกว่าพ่อแม่ผู้ปกครองด้วย

---

[๒๐] ศิริ ฮามสุโพธิ์, **ประชากรกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต**, (กรุงเทพมหานคร : โอ.เอส. พริ้นติ้งเฮ้าส์, ๒๕๔๓), หน้า ๑-๒.

๓. **เพื่อน** การคบเพื่อน ถ้าเพื่อนดี วัยรุ่นก็จะได้ประพฤติในทางที่ดี แต่ถ้าเพื่อนไม่ดีประกอบกับสิ่งแวดล้อมอื่นไม่ดี วัยรุ่นก็มีทางไปสู่ความเสื่อมมากกว่าทางดี เพราะเพื่อนมีอิทธิพลไม่น้อยกว่ากรณีอื่นๆ[๒๑]

๓) แรงกดดันจากสื่อมวลชน

ภาพยนตร์ โทรทัศน์ วิดีโอ นิตยสาร วารสาร หนังสือ ซึ่งได้มีบทบาทต่อความคิดและทัศนคติของเด็ก เช่น ภาพความรุนแรง ความสัมพันธ์ทางเพศ มีอิทธิพลต่อสิ่งที่เด็กเชื่อถือ ยึดเอาเป็นแบบอย่าง เด็กได้เห็นภาพหวาดเสียวในขณะที่เด็กอาจจะยังอยู่ในวัยที่รับเรื่องเหล่านั้นไม่ได้หรือยังไม่สามารถแยกแยะตรึกตรองได้ว่าสิ่งที่เห็นหรือได้ยินมีข้อดีข้อเสียอย่างไร[๒๒]

จากสภาพของปัญหาดังกล่าว ทำให้อารมณ์ของวัยรุ่นบางคน มีความอ่อนไหวได้ง่าย เต็มไปด้วยความเพ้อฝัน มีอุดมคติสูงส่ง มักจะมองสิ่งต่างๆ ในแง่ดี ฉะนั้น หากเจอกับสิ่งที่ทำให้ผิดหวัง ไม่ได้ดังที่ตนมุ่งหมายไว้ก็จะเสียใจมาก บางคนถึงกับต้องพึ่งสิ่งเสพติดเพื่อแก้ปัญหาซึ่งจุดสำคัญของวัยรุ่นประการหนึ่ง ก็คือ ถ้ามีความเชื่อแล้วมักจะเชื่ออย่างจริงจัง แต่ในขณะเดียวกันก็มีความระแวงไม่ยอมเชื่ออะไรง่ายๆ นอกจากจะมีหลักฐานมาอ้างอิงให้เชื่อถือ และถ้าเชื่อแล้วเกิดไม่เป็นจริง จะเปลี่ยนความเชื่อถืออย่างรวดเร็ว เป็นวัยที่ชอบวีรบุรุษ คือ เชิดชูทั้งคนกล้าจริงและกล้าไม่จริง[๒๓] เนื่องจากอารมณ์วัยรุ่นมักจะรุนแรงกว่าวัยเด็ก ทำอะไรมักจะใจร้อน อยากได้อะไรดังใจ และตัดสินใจง่าย ไม่มีสติยับยั้งชั่งใจ มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ สงสัยในกฎเกณฑ์และระเบียบแบบแผนทางสังคมอยากลองดี[๒๔]

ด้วยเหตุดังกล่าวมานี้ ปัญหาวัยรุ่นจึงมีมาก เช่น **ปัญหาการทำร้ายร่างกาย ปัญหายาเสพติด ปัญหาเอดส์ ปัญหาการทำแท้ง ปัญหาอาชญากรรม ปัญหาการหลั่งไหลเข้ามาของวัฒนธรรมตะวันตก ปัญหาความเสื่อมโทรมทางด้านศีลธรรม** เป็นต้น ซึ่งปัญหาที่เกิดขึ้นล้วนแล้วส่งผลกระทบกระเทือนต่อคนกลุ่มใหญ่ในสังคม หรือสภาวการณ์ที่คนในสังคมส่วนใหญ่เห็นว่า เป็นปัญหา และสมาชิกเหล่านั้นของสังคมเห็นพ้องต้องกันว่า ควรจะมีการดำเนินการแก้ไขสภาวการณ์นั้นในรูปของการกระทำร่วมกันเพื่อแก้ไขปัญหานั้นให้หมดไปหรือบรรเทาลง และ

---

[๒๑]สุพัตรา สุภาพ, **ปัญหาสังคม**, หน้า ๒๑-๒๒.

[๒๒]ศรีเรือน แก้วกังวาล, **จิตวิทยาพัฒนาการ ชีวิตทุกช่วงวัย เล่ม ๒**, หน้า ๓๖๖.

[๒๓]สุพัตรา สุภาพ, **ปัญหาสังคม**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๖, (กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิชย์, ๒๕๔๒), หน้า ๑๘.

[๒๔]เดโช สวนานนท์, **จิตวิทยาสำหรับครู**, (พระนคร : มงคลการพิมพ์, ๒๕๐๗), หน้า ๗๓–๙๓.

ปัญหาสังคมจะเปลี่ยนแปลงไป ตามความเห็นของกลุ่มคนในแต่ละช่วงเวลา[๒๕] เช่น กับทัศนะ ณรงค์ เส็งประชา กล่าวว่า “**ปัญหาสังคมเป็นสภาวการณ์ที่ผู้คนจำนวนมากในสังคมกำหนดให้เป็นปัญหา เพราะเห็นว่า ไม่สอดคล้องกับแบบฉบับที่เป็นไปตามบรรทัดฐานของสังคม และเห็นว่าจะต้องมีการแก้ไขสภาวการณ์นั้นให้หมดไปหรือบรรเทาลง ไม่ปล่อยทิ้งไว้เฉยๆ**”[๒๖]

อย่างไรก็ตาม ปัญหาของวัยรุ่น ถือเป็นปัญหาใหญ่ของสังคมที่จะต้องช่วยกันแก้ไข ปัญหาที่เกิดขึ้นนั้น ให้หมดจากสังคมถือเป็นเรื่องยาก หากไม่ให้การศึกษาแก่พวกเขาอย่างจริงจัง และพัฒนาการศึกษาให้ถูกวิธีหรือมองข้างเรื่องใดเรื่องหนึ่ง โดยเฉพาะด้านศีลธรรม ซึ่งเรื่องนี้ต้องพัฒนาทั้งระบบตั้งแต่ผู้ปกครองทางการเมือง ตลอดจนครู พ่อแม่ และองค์กรอื่นๆ จะต้องปฏิบัติเป็นแบบอย่างให้แก่นักเรียนได้ปฏิบัติตาม จึงสามารถบรรเทาหรือแก้ปัญหาลงได้

โดยสรุป ปัญหาของนักเรียน (วัยรุ่น) ที่เป็นอยู่ ณ ปัจจุบัน ผู้วิจัยขอนำเสนอปัญหาไว้ ๓ ปัญหา คือ (๑) ปัญหาอาชญากรรม (๒) ปัญหายาเสพติดให้โทษ และ (๓) ปัญหาโสเภณี ถือเป็นปัญหาหลักของสังคม เป็นผลกระทบต่อการพัฒนาประเทศชาติโดยตรง มีดังนี้

๑) ปัญหาอาชญากรรม

ปัญหาอาชญากรรม คือ การกระทำผิดทางอาญา และผู้ที่กระทำจะต้องได้รับโทษตามกฎหมาย[๒๗] การกระทำผิดกฎหมายอาญา อาจผิดเพราะกระทำ หรืองดเว้นไม่กระทำก็ได้ เช่น คดีฆ่าคนตาย ลักทรัพย์ ไม่เสียภาษี ไม่ยอมเข้ารับการเกณฑ์ทหาร เป็นต้น ซึ่งโทษที่จะได้รับจะมีกฎหมายกำหนดไว้ชัดเจนว่าเป็นโทษสถานใด เช่น ลักทรัพย์ ปล้นทรัพย์ ข่มขืนแล้วฆ่า ยักยอกทรัพย์ ปลอมหนังสือ เป็นต้น การกระทำผิดทางอาญา เป็นการกระทำผิดต่อสังคม เจ้าหน้าที่ซึ่งรับภาระหน้าที่ดำเนินคดีแก่ผู้กระทำความผิด ถือว่าเป็นตัวแทนของสังคม เพราะถือว่าคนที่เสียหายไม่ใช่เฉพาะผู้ที่ถูกทำร้ายเท่านั้น สังคมส่วนรวมได้รับความเสียหายด้วย

---

[๒๕]เอกสารการสอนชุดวิชา, **มนุษย์กับสังคม หน่วยที่ ๘–๑๕**, มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, ๒๕๔๑), หน้า ๔๘๖.

[๒๖]ณรงค์ เส็งประชา, **มนุษย์กับสังคม**, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร : โอ.เอส.พริ้นติ้ง เฮ้าส์, ๒๕๓๘), หน้า ๒๒๒.

[๒๗]สุพัตรา สุภาพ, **ปัญหาสังคม**, หน้า ๔๒.

การก่อคดีอาชญากรรม **ปุรชัย เปี่ยมสมบูรณ์ และคณะ**[๒๘] ได้จำแนกประเภทอาชญากรรมไว้ ๕ ประเภท คือ

๑. **อาชญากรรมปราศจากผู้เสียหาย** หมายถึง อาชญากรรมซึ่งเกี่ยวข้องกับการละเมิดศีลธรรมจรรยาของบุคคล และการที่เรียกว่าอาชญากรรมปราศจากผู้เสียหายก็เพราะผู้กระทำความผิดและผู้เสียหายก็คือบุคคลเดียวกัน เช่น ความผิดเกี่ยวกับการพนัน การค้าประเวณี การทำแท้ง การมีและการใช้สื่อลามกอนาจาร เป็นต้น

๒. **อาชญากรรมพื้นฐาน** หมายถึง อาชญากรรมที่เกี่ยวกับการประทุษร้ายต่อทรัพย์สิน ร่างกาย หรือชีวิตของผู้อื่น เช่น ลักทรัพย์ ปล้นทรัพย์ ทำร้ายร่างกาย ฆ่าผู้อื่น เป็นต้น

๓. **อาชญากรรมองค์การ** หมายถึง อาชญากรรมซึ่งอาชญากรได้รวมตัวกันตามสายงานการบังคับบัญชาในรูปองค์การ โดยจัดการวางแผนและดำเนินงานเพื่อประกอบธุรกิจผิดกฎหมายประเภทต่างๆ บ่อยครั้งที่อาชญากรองค์การจะอาศัยอำนาจทางเศรษฐกิจและการเมืองเพื่อผูกขาดการดำเนินธุรกิจผิดกฎหมายนั้นๆ เช่น การเป็นเจ้ามือสลากกินรวบ การค้าหญิงโดยบังคับค้าประเวณี การค้ายาเสพติดให้โทษ การค้าสินค้าหนีภาษี การค้าแร่เถื่อน ไม้เถื่อน เป็นต้น

๔. **อาชญากรรมปกขาว** หมายถึง อาชญากรรมซึ่งผู้กระทำความผิดเป็นบุคคลที่อยู่ในตำแหน่งหน้าที่การงาน ทั้งในภาคราชการ รัฐวิสาหกิจ หรือเอกชน และได้ใช้ตำแหน่งหน้าที่ดังกล่าวในช่องทางไม่ชอบ เพื่อการแสวงหาประโยชน์ส่วนตน เช่น การยักยอกเงิน การรับเงินคอมมิชชั่นในการประมูลก่อสร้างสถานที่ราชการ การรับเงินจากผู้สมัครสอบคัดเลือกซึ่งอยู่ในลักษณะการทุจริตคอรัปชั่น เป็นต้น

๕. **อาชญากรรมพิเศษ** หมายถึง อาชญากรรมซึ่งมีลักษณะแตกต่างไปจากอาชญากรรม ๔ ประเภทแรก ที่กล่าวมา แต่ปัญหาอาชญากรรมเหล่านี้มีความสำคัญและจำเป็นจะต้องได้รับความสนใจเป็นกรณีพิเศษ เช่น อาชญากรรมทางเศรษฐกิจและพาณิชย์ อาชญากรรมก่อการร้าย และอาชญากรรมทางคอมพิวเตอร์ เป็นต้น

๒) ปัญหายาเสพติดให้โทษ

ปัญหายาเสพติดให้โทษ เป็นปัญหาใหญ่และสำคัญมาก เพราะเป็นปัญหาที่แพร่ระบาดไปอย่างกว้างขวางทุกภูมิภาคของสังคมไทย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มนักเรียน นักเรียน

---

[๒๘] เอกสารการสอนชุดวิชา, **มนุษย์กับสังคม หน่วยที่ ๘–๑๕**, มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, พิมพ์ครั้งที่ ๔, กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, ๒๕๔๑), หน้า ๕๒๑.

นักศึกษา หรือในกลุ่มคนที่ทำงานหนัก ทำงานกลางคืน แม้กระทั่งคนทั่วๆ ไป มีการแพร่ระบาดของยาเสพติดเหมือนกันทั้งในชุมชนเมืองและชนบท

นอกจานี้แล้ว องค์การอนามัยโลกได้ให้คำนิยามยาเสพติดให้โทษว่า เมื่อเสพแล้วผู้เสพจะเกิดความต้องการทั้งทางร่างกายและจิตใจในการที่จะเสพต่อไปโดยไม่สามารถหยุดเสพได้ จำนวนการเสพก็จะเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ จนทำให้เกิดอันตรายต่อร่างกายและจิตใจในภายหลัง ลักษณะของยาเสพติด จะมาในรูปแบบ ดังนี้

๑. มีความต้องการที่รุนแรง พยายามทุกวิถีทางที่จะให้ได้มา
๒. มีแนวโน้มจะเสพเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ทั้งการกิน การฉีด หรือการดูด
๓. ทำให้จิตใจและร่างกายต้องพึ่งยาเสพติด[๒๙]

ฉะนั้น เมื่อคนในชาติตกเป็นทาสยาเสพติดไม่ว่าจะชนิดไหนก็ตาม ย่อมจะเป็นปัญหาแก่สังคมไทย ก่อนที่จะได้ยาเสพติดมาเสพก็ต้องหาเงินมาซื้อ ซึ่งมักจะได้ยินได้ฟังได้เห็นข่าวจากวิทยุ โทรทัศน์ หรือหนังสือพิมพ์อยู่เสมอว่า “**พิษภัยของยาเสพติดสามารถทำให้คนฆ่ากันได้ ลูกฆ่าพ่อแม่บังเกิดเกล้าตัวเอง เพราะขอเงินไปซื้อยามาเสพไม่ได้**” และมีวิธีหาเงินที่ผิดกฎหมาย กฎระเบียบสังคม เพื่อจะนำมาซื้อยาเสพเท่านั้น พอเสพเต็มที่แล้วก็สร้างปัญหา เกิดอาการคุ้มคลั่งสร้างความเสียหายแก่สังคมอย่างมาก ซึ่งที่ผู้ติดยานี้มิได้สร้างความเจริญให้เกิดแก่ตน สังคม และทำให้ชื่อเสียงของวงศ์ตระกูลเท่านั้น แต่ยาเสพติดยังมีผลเสียทั้งต่อร่างกาย จิตใจของผู้เสพแล้ว ยังเป็นสำคัญของชาติด้วย ซึ่งเมื่อคนในชาติติดยาเสพแล้ว ก็เป็นการยากที่จะทำให้สังคมอยู่เย็นเป็นสุข และได้รับการพัฒนาให้เจริญรุ่งเรืองเท่าที่ควรจะเป็น และมีแต่ปัญหาเท่านั้นที่ทวีคูณเพิ่มขึ้น และก็เป็นภัยที่สังคมจะต้องตระหนักในการแก้ไข เพราะเป็นผลกระทบอยู่รอบด้านในการดำนเนินชีวิตประจำวัน

๓) ปัญหาโสเภณี

โสเภณี หมายถึง การค้าประเวณี กล่าวคือ ไม่ว่าจะหญิงหรือชาย ผู้กระทำเพื่อสำเร็จความใคร่ของผู้อื่น จะเป็นไปทางร่วมประเวณี ด้วยการปรนปรือแบบอื่นใด อันเป็นการสำส่อนเพื่อสินจ้างรางวัลเป็นเงินทอง หรือสิ่งของอย่างอื่น ทั้งนี้ไม่ว่าการกระทำนั้นจะได้กระทำต่อเพศเดียวกันหรือต่างเพศ ไม่ว่าการกระทำนั้นจะเป็นครั้งคราวหรือเป็นอาชีพ การค้าประเวณี จึงเป็นอาชีพทั้ง

---

[๒๙] สุพัตรา สุภาพ, **ปัญหาสังคม**, หน้า ๕๘.

หญิงและชาย หญิงนิยมเรียกว่า “โสเภณี” ชายเรียกว่า “ผู้ชายขายบริการ” แต่ส่วนมากหญิงจะค้าประเวณีมากกว่าชาย[๓๐]

อย่างไรก็ตาม ปัญหาของสังคมไทยที่เกิดจากโสเภณี จะประกอบด้วย

๑. ปัญหาในการแพร่เชื้อโรค เช่น กามโรค โรคเอดส์

๒. ปัญหาความเสื่อมโทรมด้านศีลธรรม และเสื่อมเสียชื่อเสียงของประเทศชาติ

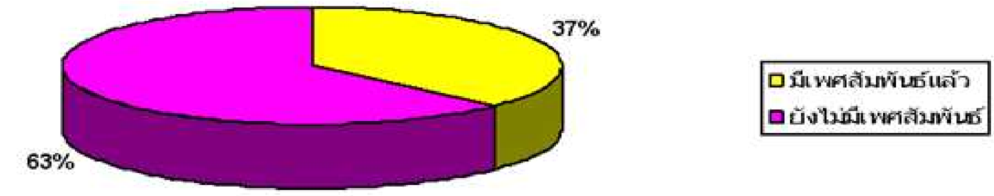
๓. ปัญหาการหลอกลวงสตรี บังคับให้เป็นโสเภณี การล่วงละเมิดและทารุณทางเพศ

๔. ปัญหาอาชญากรรม เพราะแหล่งการค้าประเวณีมักจะเป็นแหล่งมั่วสุมของผู้ติดยาเสพติด นักพนัน นักเลงอันธพาล เป็นต้น

๕. ปัญหาการค้าขายโสเภณีข้ามชาติ

๖. ปัญหาการทำแท้ง เช่น **กรณีข่าวการลักลอบทำแท้งโดยเก็บซากทารกที่เกิดจากการทำ แท้งกว่า ๒,๐๐๐ ศพ ในโกดังเก็บศพภายในวัดไผ่เงิน สร้างความตื่นตระหนกและก่อให้เกิดความสลดแก่สังคมไทยเป็นอย่างยิ่ง**[๓๑]

นอกจากลักษณะของปัญหาทั้ง ๖ ประการ ข้างต้น ยังปรากฏว่าสถิติวิกฤตเด็กไทยปัจจุบันโดยการสำรวจพฤติกรรมนักเรียนและเก็บข้อมูลทุติยภูมิที่เป็นตัวบ่งชี้สภาวการณ์ด้านต่างๆ ของเด็กและนักเรียน ในรอบปี ๒๕๕๑-๒๕๕๒ โดยศึกษาจากกลุ่มตัวอย่าง ๑๕๐,๐๐๐ คน ครอบคลุมทั้ง ๕ ช่วงวัย คือ ประถมศึกษา มัธยมศึกษาตอนต้น มัธยมศึกษาตอนปลาย อาชีวศึกษา และ อุดมศึกษา การสำรวจพฤติกรรมทางเพศของเด็กและนักเรียนพบว่ามีแนวโน้มน่าวิตกมากโดยในเด็กอาชีวศึกษาและอุดมศึกษายอมรับว่าเคยมีเพศสัมพันธ์แล้วเฉลี่ยร้อยละ ๓๗ ดังเห็นในรูป



ที่มา : http://www.thaihealth.or.th/node/18154 เข้าถึงข้อมูลเมื่อ (10/12/2010)

และยอมรับการอยู่ก่อนแต่งร้อยละ ๕๐ และยังพบวัยรุ่นหญิงอายุต่ำกว่า ๑๙ ปีมาทำคลอด ๖๙๓๘๗, รายหรือเฉลี่ยวันละ ๑๙๐ รายนอกจากนั้นยังพบเด็กมัธยมศึกษาถึงอุดมศึกษา

[๓๐]สุพัตรา สุภาพ, **ปัญหาสังคม**, หน้า ๗๔.

[๓๑]http://www.ryt9.com/s/nnd/1034453 เข้าถึงข้อมูลเมื่อ (10/12/2010)

มีความสับสนทางเพศเฉลี่ยร้อยละ ๔๕ โดยเด็ก ๑ คน จะมีเพื่อนเป็นผู้รักเพศเดียวกันเฉลี่ย ๓ คน ซึ่งเป็นแนวโน้มที่เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง

นอกจากนี้ ยังพบว่าเด็กถูกละเมิดทางเพศเพิ่มขึ้นจาก ๕,๘๘๕ ราย เป็น ๖,๔๓๘ ราย รายเฉลี่ยวันละ ๑๗ ราย ส่วนคดีอาชญากรรมมีแนวโน้มลดลงโดยมีเด็กอายุต่ำกว่า ๑๘ ปี ต้องคดีและถูกส่งเข้าสถานพินิจรวม ๔๒,๐๔๗ ราย ลดลงจากเดิม ๔๒,๑๐๒ ราย[๓๒]

จากจำนวนเพิ่มขึ้นของปัญหาประเวณีในนักเรียน แสดงให้เป็นว่าปัญหาต่างๆ เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วผ่านทางสื่อเทคโนโลยีสมัยใหม่ที่อำนวยความสะดวกต่อเด็กและนักเรียน โดยขาดการดูแลอย่างจริงจังจากสถาบันทางสังคม กล่างคือ ระบบทางการเมืองมีความอ่อนแอ้ ล้วนแล้วส่งผลกระทบโดยตรงต่อสถาบันอื่นๆ ของสังคมโดยตรงด้วย โดยเฉพาะระบบการศึกษาที่จัดการศึกษาไร้ทิศทางของการพัฒนานักเรียน คือ ไปเน้นที่กระบวนการเรียนรู้เสียมากกว่า แต่ยังละเลยต่อระบบศีลธรรม ซึ่งระบบศีลธรรมนี้ ก็คือการดำเนินชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนา แต่เท่าที่เป็นอยู่ปัจจุบันนักการเมืองมิได้ให้ความสำคัญต่อสถาบันพระพุทธศาสนาอย่างจริงจังและจริงใจ จนก็ให้เกิดวิกฤติทางด้านศีลธรรมทุกภาคส่วนของสังคมแล้วก็ไร้ทิศทางที่จะแก้ไขได้ ถ้าหากมองข้ามองค์กรทางพระพุทธศาสนา

โดยสรุป ปัญหาโสเภณี ถึงจะไม่ทำให้สังคมไทยล่มจมได้ แต่ก็ทำให้เสื่อมเสียชื่อเสียงเป็นที่ดูถูกดูหมิ่นและเหยียดหยามสตรีไทยในสายตาของคนต่างชาติบางกลุ่ม ที่มาเที่ยวเมืองไทยเพื่อจะหาความสนุกสนานรื่นรมย์จากโสเภณี แล้วนำไปตีแผ่ประกาศในรูปแบบต่างๆ ก่อให้เกิดความเสื่อมเสียชื่อเสียงแก่สังคมไทย ทั้งยังเป็นการเปิดโอกาสให้คนบางกลุ่มอาศัยโสเภณีหาผลประโยชน์เอารัดเอาเปรียบสร้างความเดือดร้อนให้แก่คนกลุ่มหนึ่งในสังคม ดังนั้น ปัญหาโสเภณีจึงจำเป็นที่จะต้องได้รับการแก้ไขและป้องกันอย่างจริงจังเพราะปัญหาสังคมก็คือปัญหาในส่วนรวม หรือในส่วนที่ทุกชีวิตต้องรับผิดชอบร่วมกัน

๓.๒ การให้คำปรึกษานักเรียนด้วยพุทธวิธี

การให้คำปรึกษานักเรียนด้วยพุทธวิธีนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษารายละเอียดในบทที่ ๒ ซึ่งมีอยู่สองวิธี คือ การให้คำปรึกษาตามหลักสมถะและวิปัสสนกรรมฐาน โดยใจความสำคัญของการให้คำปรึกษาทั้งสองอย่างคือ**เป็นการแก้ปัญหาและการพัฒนา** ดังนั้น หัวข้อนี้ผู้วิจัยจึงขอนำเสนอ

[๓๒] http://www.thaihealth.or.th/node/18154 เข้าถึงข้อมูลเมื่อ (10/12/2010)

หลักการแก้ปัญหา(การให้คำปรึกษา)ไว้ ๒ ประการ คือ (๑) แนวคิดเรื่องการแก้ปัญหา และ (๒) การแก้ปัญหาตามแนวอริยสัจจ์ มีคำอธิบายดังต่อไปนี้

๓.๒.๑ แนวคิดเรื่องการแก้ปัญหา

แนวคิดเรื่องการแก้ปัญหานี้ สืบเนื่องจากปัญหาต่างๆ ของนักเรียน(วัยรุ่น) ดังได้กล่าวมาแล้วข้างต้น ถือเป็นปัญหาส่วนบุคคล แล้วปัญหาส่วนบุคคลเหล่านี้ได้ขยายวงกว้างสู่ปัญหาของสังคมที่จะต้องแก้ไขอย่างถูกวิธี ซึ่งการแก้ปัญหานี้**พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต)** ได้เสนอแนวทางว่า การจะแก้ปัญหาต้องดูลึกลงไปในการคิดเป็นว่า เขาคิดเป็นหรือไม่นั้น เขารู้จักแก้ปัญหาตามแนวทางของเหตุผล หรือตามแนวทางของกฎแห่งเหตุปัจจัยหรือไม่ เรียกตามศัพท์ทางพระพุทธศาสนาว่า “**การแก้ปัญหาตามแนวอริยสัจจ์**” คือรู้ความเป็นเหตุ รู้ความเป็นผล และแก้ตามเหตุและผลของปัญหานั้น อันนี้เป็นขั้นตอนที่สำคัญในการนำเอาสิ่งที่ได้รู้เรียนรู้ทั้งหมดมาใช้ประโยชน์ว่า จะแก้ไขปัญหาได้หรือไม่ ซึ่งการแก้ปัญหา ตามกระบวนการแห่งเหตุและผล หรือตามวิธีการแห่งความเข้าใจกฎแห่งเหตุปัจจัยนี้ เป็นขั้นตอนของการใช้ปัญญาเป็นตัวนำชีวิต ไม่ใช่เอาตัณหา (วัตถุ) คือ ความอยากเป็นตัวนำชีวิต[๓๓]

จะเห็นว่า แนวคิดเรื่องการแก้ปัญหานี้จะต้องใช้ปัญญาเป็นตัวนำของชีวิต โดยการไม่เอาตัวตัณหาความอยากมาเป็นตัวนำของชีวิต ก็คือ การไม่อาศัยวัตถุมาเป็นตัวนำของชีวิต เช่น การบริโภคใช้จ่ายสิ่งของแฟชั่นทั้งหลายอย่างมีสิตพิจารณาอย่างรอบคอบ แล้วการบริโภคนั้น ก็ไม่ก่อปัญหาแก่ตัวเอง แต่เท่าที่เป็นอยู่ปัจจุบันปัญหาการบริโภคนิยมชมชอบไปตามความเปลี่ยนแปลงของสังคม ทำให้นักเรียนนั้นหลงไปตามกระแสของสื่อโฆษณาชวนเชื่อต่างๆ ส่งผลกระทบโดยตรงต่อจิตใจในการอยากได้มาบำเรอกิเลสเกินกำลังทรัพย์ที่จะหาได้ แล้วก็แลกด้วยการบริการผ่านเนื้อหนังมังสาของตัวเอง เพื่อจะได้สิ่งนั้นมาสมใจอยาก แต่ปัญหาที่ตามมากได้ส่งผลกระทบต่อครอบครัว สังคม และจนเกิดการฆ่าตัวตายก็มีให้เห็น

ด้วยเหตุนี้ กระบวนการแก้ไขปัญหาของสังคม ก็ต้องใช้ปัญญาเพื่อแก้ไขปัญหาในระยะยาว คือ ต้องพัฒนาปัญญาของเราในการที่จะแก้ไขปัญหานั้น โดยการมองเห็นสาเหตุของปัญหา ในเมื่อเรามาอยู่กลางตัวปัญหา ก็ต้องไม่แบ่งแยกหรือแยกแยะ แต่มุ่งสร้างภาวะจิตใจแห่งความมีเมตตากรุณาด้วยปัญญามองเห็นเหตุผลแห่งการมีชีวิต และรักชีวิตรักสุข เกลียดทุกข์เสมอ

---

[๓๓]พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธศาสน์กับแนะแนว**, หน้า ๔๔.

กันของสรรพสัตว์ที่จะเป็นฐานของการอยู่ร่วมกันในโลกอย่างมีสันติสุข[๓๔] โดยหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาได้เสนอวิธีการแก้ปัญหาไว้ ๒ ด้าน คือ (๑) ด้านวัตถุ และ (๒) ด้านจิตใจ แต่การแก้ปัญาทั้ง ๒ ด้านนี้ ต้องแก้ไขไปพร้อมๆ กัน และต้องให้ตรงจุด เพราะว่าปัญหาทั้งมวลของมนุษย์ทั้งภายในมีจิตใจเป็นแก่นกลาง และภายนอกมีสภาพแวดล้อมที่อยู่รอบตัวเราล้วนแล้วมีส่วนเกี่ยวข้องซึ่งกันและกันด้วยเหตุนี้ การแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจจ์จึงเสนอวิธีแก้ปัญหาไว้ ๔ ประเด็นหลัก คือ

๑. **ปัญหาทุกปัญหาแก้ได้** หมายความว่า พระพุทธศาสนาสอนให้มนุษย์เข้าใจถึงสภาพตามความจริงของชีวิต ที่เต็มไปด้วยปัญหา เช่น การมาเกิดมาเป็นมนุษย์ได้ก็เป็นเรื่องยาก เมื่อเกิดเป็นมนุษย์แล้วการจะดำรงชีพอยู่ได้ในสังคมก็มากไปด้วยปัญหา แต่ว่าทุกปัญหาย่อมจะมีทางออกมีวิธีทางที่จะแก้ไขอย่างแน่นอน ด้วยกระบวนการทางปัญญาคือเข้าใจปัญหา

๒. **แก้ปัญหาที่สาเหตุ** การแก้ปัญหาเราจะต้องรู้ให้ชัดเจนหรือมองให้ออกว่าปัญหาอยู่ตรงไหน และอะไรคือสาเหตุ เพราะบางคนอาจจะไม่เข้าใจกับตัวปัญหา แล้วก็พยายามดับตัวปัญหา แต่ไม่รู้ว่าสาเหตุของปัญหานั้นอยู่ตรงไหน จึงทำให้ไม่อาจดับหรือแก้ปัญหานั้นให้หมดสิ้นไปได้อย่างแท้จริง ดังนั้น หลักพระพุทธศาสนาสอนให้เรารู้ว่า การแก้ปัญหาต้องแก้ที่สาเหตุเรียกว่าสมุทัย[๓๕]

๓. **แก้ปัญหาของมนุษย์ด้วยตนเอง** ประเด็นนี้ หลักอริยสัจจ์ชี้ให้เห็นว่าปัญหาทั้งปวงของมนุษย์นั้น มนุษย์ต้องแก้ด้วยตนเองผู้อื่นอาจช่วยได้เพียงช่วยแนะนำให้ความรู้เท่านั้นทุกคนต้องลงมือกระทำด้วยตนเอง ดังพุทธภาษิตที่ว่า “วิริเยน ทุกฺขมจฺเจติ” แปลว่า บุคคลล่วงทุกข์ได้ด้วยความเพียร[๓๖] ซึ่งความเพียรนี้ หมายถึง การสร้างปัญญาหรือการสร้างคนให้เป็นทั้งคนดีและคนเก่งเพื่อแก้ปัญหาที่ร้ายแรงของโลก นี่เป็นภารกิจหลักของการศึกษาที่เราพึงต้องจัดให้ได้เพื่อโลกจะได้มีอารยธรรมอันแท้ที่มนุษย์เข้าถึง ”**ชีวิตดีงาม ธรรมชาติรื่นรมย์ สังคมมีสันติสุข**“[๓๗]

๔. **แก้ปัญหาให้ตรงประเด็น** คือ เป็นหลักสำคัญของการแก้ปัญหาทั้งปวง แต่ต้องแก้ให้ตรงจุดที่เป็นต้นต่อของปัญหา อย่าไปแก้ที่อื่นหรือจุดอื่นที่นอกเหนือจากนี้ ซึ่งหลัก

---

[๓๔]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **สยามสามไตรสู่อนาคตที่สดใสด้วยการศึกษาไทยวิถีพุทธ**, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท พิมพ์สวย จำกัด, ๒๕๕๒) หน้า ๑๗๐-๑๗๑.

[๓๕]พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธศาสน์กับแนะแนว**, หน้า ๔๖.

[๓๖]สํ.ส. (ไทย) ๑๕/๘๔๓/๓๑๕., ขุ.ขุ. (ไทย) ๒๕/๓๑๑/๓๖๑.

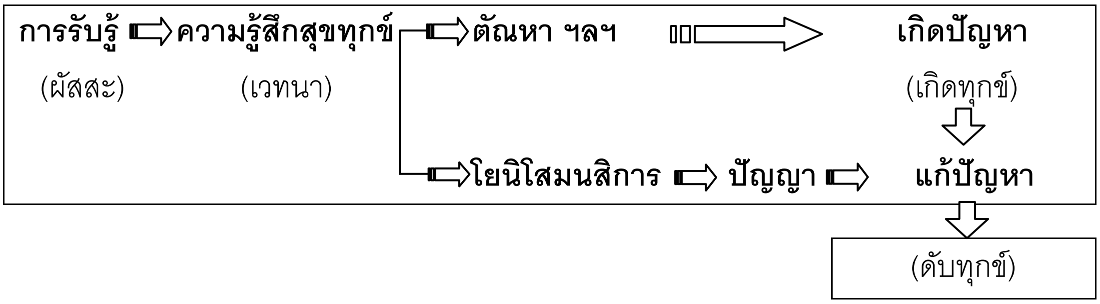
[๓๗]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต),**สยามสามไตรสู่อนาคตที่สดใสด้วยการศึกษาไทยวิถีพุทธ**, หน้า ๑๖๙.

พระพุทธศาสนานั้นได้บอกว่า การแก้ปัญหาต้องเข้าใจว่า ปัญหานั่นคืออะไร แล้วจะแก้อย่างไร เช่น ปัญหาสุขภาพจิต ก็ต้องไปดูเบื้องหลังของปัญหาว่า มาจากสภาพแวดล้อมอย่างไร เมื่อทราบแล้วก็จะได้แก้ไขถูกวิธี เรียกว่า ขั้นรู้จักปัญหาที่เป็นตัวทุกข์ และต้องดับทุกข์ให้สิ้นไป มีพระพุทธพจน์ได้รองรับว่า “**ทั้งในกาลก่อนและในบัดนี้เราสอนแต่เรื่องทุกข์และความดับทุกข์เท่านั้น**”[๓๘]

จากพระพุทธจน์นี้ แสดงให้เห็นว่า ตัวทุกข์ คือ ปัญหาของมวลมนุษย์ ซึ่งเกิดจากปัจจัยภายใน คือ จิตใจ และเกิดจากปัจจัยภายนอก คือ สภาพแวดล้อมของสังคม ดังนั้นกระบวนการแก้ปัญหาให้ตรงจุด ต้องแก้ปัญหาและสร้างสรรค์ให้ตรงเหตุปัจจัย ในระบบความสัมพันธ์ของสิ่งทั้งหลาย ที่โยงถึงกันเป็นอันหนึ่งอันเดียว จึงจะสามารถกู้อารยธรรมมนุษย์ที่กำลังกร่อนโทรมด้วยสารพันปัญหา ให้กลับฟื้นคืนมาสู่ความมีคุณค่าที่รุ่งเรืองอำไพ[๓๙]

โดยสรุป กระบวนการแก้ปัญหาให้ตรงจุดเพื่อความดับทุกข์นี้ สามารถเขียนเป็นกระบวนการของความคิดดังแผนภูมิ ดังนี้

แผนภูมิที่ ๓.๑ แสดงกระบวนการแก้ปัญหาเพื่อความดับทุกข์



ที่มา : พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **วิธีคิดตามหลักพุทธธรรม**, หน้า ๒๒.

จากแผนภูมิ สามารถสรุปความได้ ๒ อย่าง คือ (๑) **เหตุการเกิดปัญหา** เมื่อดูตามแผนภูมิก็จะเห็นว่า ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นล้วนแล้วเกิดจากการรับรู้(ผัสสะ) โดยการรับรู้นี้ถ้านำมาพิจารณาในบริบทของสังคมไทยปัจจุบันปรากฏชัดว่า ปัญหาของนักเรียนมีหลายรูปแบบจากสภาพแวดล้อมที่ไม่ดี และก่อให้เกิดการเสพ(บริโภค)ไม่ได้พิจารณาถึงคุณโทษ เป็นประโยชน์หรือไม่เป็นประโยชน์ และไม่ได้ไตร่ตรองอย่างรอบคอบ(ปัญญา)ในการบริโภคความนิยมชมชอบตามกระแสและการเลียนแบบทำให้ปัญหาเกิดแล้วทุกข์จึงมี และ (๒) **การดับทุกข์** การดับทุกข์นี้ต้องใช้ปัญญาอย่างรอบคออบ คือต้องพิจารณาถึงคุณโทษ เป็นประโยชน์ และไม่เป็นประโยชน์

---

[๓๘] ม.มู. (ไทย) ๑๒/๒๖๘/๒๗๘.

[๓๙] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **เรื่องเดียวกัน**, หน้า ๒๕๐.

กล่าวคือ เมื่อต้องการเสพบริโภคต้องคำนึงถึงสิ่งที่เป็นโยชน์ต่อตัวเอง และไม่สร้างโทษแก่ผู้อื่นด้วย อันนี้เป็นการสร้างสรรค์ปัญญา รู้ถึงเหตุแห่งทุกข์ และรู้วิธีการดับทุกข์ ดังจะเห็นในการปัญหาตามหลักอริยสัจจ์ตามลำดับ

๓.๒.๒ การให้คำปรึกษาตามหลักอริยสัจจ์

การให้คำปรึกษาตามหลักอริยสัจจ์ หมายถึง หลักการแก้ปัญหา โดยการแก้ปัญหานี้ต้องดำเนินไปอย่างมีขั้นตอน เพื่อแสวงหาหนทางที่จะดับทุกข์ เพราะทุกข์นี้ เป็นปัญหาส่วนใหญ่ของทุกคน และแพร่ขยายสู่สังคมโลกเป็นวงกว้างที่กำลังเผชิญอยู่ในปัจจุบัน คือ ปัญหาจริยธรรมของคน ปัญหาสังคม และปัญหาโลก (ธรรมชาติถูกทำลาย) ซึ่งล้วนเกิดจากตัวมนุษย์เป็นผู้กระทำ

ฉะนั้น เมื่อเกิดปัญหาแล้วต้องแก้ไขให้ตรงจุด ตรงประเด็นที่เป็นปัญหา โดยเรื่องนี้พระพุทธศาสนาได้เสนอหลักการแก้ปัญหา ที่เรียกว่า **อริยสัจจ์** หรือ **วิธีแห่งความดับทุกข์**[๔๐] ซึ่งเป็นวิธีการที่เหมาะสมสำหรับนำมาประยุกต์ใช้เพื่อแก้ปัญหา แบ่งได้เป็น ๓ ขั้นตอน คือ

๑. **ขั้นเตรียมการ** เป็นขั้นแสวงหาความรู้เกี่ยวกับสิ่งที่เป็นปัญหา หรือสิ่งที่ต้องการแก้ไขให้ชัดเจนครบถ้วน ประกอบด้วย ๔ ขั้นตอน คือ

๑) **ขั้นรู้ปัญหา** การแก้ปัญหาอันดับแรกต้องรู้จักปัญหาแต่ละปัญหาเสียก่อนว่าปัญหามีอยู่จริงและสร้างความเดือดร้อนวุ่นวายให้แก่สังคมจริง ต่อจากนั้นก็ต้องรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับปัญหา คือ จะต้องรู้เหตุที่เป็นปัญหาอย่างถูกต้องถี่ถ้วนทุกแง่มุมว่า อะไรที่เป็นปัญหาอยู่ ณ ปัจจุบันนี้ ปัญหาอยู่ที่ไหน ขอบเขตปัญหาเป็นอย่างไร ปัญหาที่เกิดจากฝีมือมนุษย์กระทำ หรือปัญหาที่เกิดจากภัยธรรมชาติ เช่น **กรณีปัญหานักเรียนยกพวกทะเลาะกันระหว่างสถาบัน**

๒) **ขั้นหาสาเหตุ** ผู้มีภาระหน้าที่แก้ปัญหาต้องรู้สาเหตุหรือปมของปัญหาอย่างถูกต้องว่า ปัญหานั้นๆ เกิดจากสาเหตุคืออะไร เมื่อรู้สาเหตุของปัญหาแล้ว ในขั้นนี้พระพุทธเจ้าทรงสอนว่า ให้ละหรือกำจัดที่เป็นเหตุของปัญหา ก็ต้องอาศัยการพัฒนาปัญญาที่ถูกต้อง

๓) **ขั้นกำหนดเป้าหมาย** การแก้ปัญหาแต่ละอย่างจะต้องมีการกำหนดเป้าหมายในการแก้ปัญหาว่า มีเป้าหมายหรือจุดหมายในการแก้ปัญหาระดับไหนโดยมีขั้นตอนดังนี้ คือ **ขั้นแรก**ต้องรู้ว่าเป้าหมายของการแก้ปัญหาสามารถแก้ไขได้ และ**ขั้นสุดท้าย**ต้องมีการตรวจสอบดูว่า การแก้ปัญหานั้นๆ ถูกต้องชัดเจนหรือยัง เพื่อการยับยั้ง ป้องกัน และการบรรเทาจนปัญหานั้นหมดไป

---

[๔๐]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **วิธีคิดตามหลักพุทธธรรม**, หน้า ๕๒.

๔) **ขั้นรู้หรือกำหนดวิธีการแก้ไข** คือ เป็นขั้นสรุปความคิดทั้งหมดจากการรู้ขั้นตอนทั้ง ๓ ประการ ดังกล่าวข้างต้น จนสามารถกำหนดวิธีปฏิบัติหรือแนวทางการดำเนินการเพื่อให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ของการแก้ปัญหาได้ถูกต้อง และหาแนวทางในการป้องกันไม่ให้ปัญหานั้นเกิดขึ้นมาอีก โดยหลักการสำคัญคือ ต้องมีการตรวจสอบดูผลของการปฏิบัติว่าแผนงานหรือวิธีดำเนินการเพื่อแก้ปัญหาที่นำเสนอไปนั้น สามารถนำไปปฏิบัติได้จริงหรือไม่ปฏิบัติได้ถูกต้องครบถ้วนหรือยัง เมื่อปฏิบัติตามวิธีที่ได้นำเสนอนั้นแล้วได้รับผลเป็นอย่างไร

๒. **ขั้นปฏิบัติการ** คือ ดำเนินการแก้ไขปัญหาตามวิธีการที่พระพุทธเจ้าได้ทรงค้นพบว่า และสามารถแก้ปัญหาของชีวิตได้อย่างครบถ้วนสมบูรณ์เรียกว่า "มัชฌิมาปฏิปทา"[๙๑] คือ ต้องดำเนินตามหลักสายกลาง เมื่อรวมกันแล้วก็ต้องดำเนินตามหลักการ ๓ ประการได้แก่

๑) **หลักศีลสิกขา** คือ ต้องรู้พฤติกรรม หมายถึง สิ่งที่จะต้องแก้ไขควบคู่กันไปกับการแก้ไขด้านความรู้และความคิด ก็คือการแก้ไขเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรม หรือความประพฤติของกลุ่มเป้าหมาย ซึ่งอาจทำได้โดยออกกฎหมาย กติกา กฎเกณฑ์ต่างๆ เพื่อความเป็นระเบียบเรียบร้อยในสังคม เป็นการควบคุมพฤติกรรมคนที่ไม่ดีไม่ให้มีโอกาสที่จะสร้างความชั่ว ความเสียหาย ความเดือดร้อน ทั้งยังเป็นการส่งเสริมให้คนดีได้มีโอกาสสร้างสรรค์ความเจริญให้แก่สังคม และมีชีวิตอยู่ในสังคมที่ร่มเย็นเป็นสุข

ฉะนั้น การควบคุมพฤติกรรมนี้ เป็นเรื่องสำคัญ เพราะว่าถ้าจะให้ทุกๆ คนทำอะไรตามชอบใจตนเองโดยไม่มีการควบคุมเลย ต่างคนก็จะแสวงหาความสุขหาประโยชน์ใส่ตนเองและพวกพ้องอย่างไม่มีขอบเขต แม้การกระทำนั้น จะเป็นการสร้างความทุกข์เดือดร้อนแก่ผู้อื่นก็ตามซึ่งนอกจากการควบคุมพฤติกรรมแล้ว ผู้ที่ต้องหาวิธีเยียวยาแก้ไขให้โอกาสเขาได้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เคยเป็นคนไม่ดีกลายมาเป็นคนดี และต้องมีกิจกรรมหรืองานให้ทำเพื่อจะเป็นวิธีพัฒนาไม่ให้เขากลับไปมีพฤติกรรมด้านเสียหายอีก ก็ต้องมีการดำเนินการ ๓ ด้าน คือ (๑) การควบคุม (๒) การแก้ไขและ และ (๓) การพัฒนา

๒) **หลักจิตตสิกขา** คือ การเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ หรือด้านพฤติกรรมทางจิต ซึ่งเรื่องนี้นั้น จะบรรลุผลตามเป้าหมายได้ก็ต่อเมื่อจิตใจต้องมีความพร้อมที่จะรับการแก้ไขด้วย เพราะจิตนั้น เป็นรากฐานที่สำคัญในทุกด้านของชีวิต ดังพระพุทธดำรัสว่า "**ธรรมทั้งหลาย มีใจ**

---

[๙๑]พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, หน้า ๑๙๓. ดูรายละเอียดใน พระอุปติสสเถระ, **วิมุตติมรรค**, แปลโดย พระเมธีธรรมาภรณ์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) และคณะ, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ศยาม, ๒๕๓๘), หน้า ๕-๖.

เป็นหัวหน้า มีใจเป็นใหญ่ สำเร็จด้วยใจ หากมีใจดีผ่องใสแล้ว พูดหรือกระทำก็ผ่องใส หากมีใจชั่วจะพูดหรือทำก็ชั่วทั้งนั้น”[๘๙]

จากพุทธดำรัสนี้ เป็นการชี้ให้เห็นชัดว่า การศึกษาเรื่องจิต หรือจิตสิกขานี้เป็นเรื่องสำคัญ กล่าวคือ หมู่มนุษย์ที่ฝึกฝนอบรมพัฒนาจิตใจได้แล้วเป็นผู้ประเสริฐที่สุด[๙๐] ในการคิดก็ดี การพูดก็ดี การกระทำก็ดี ทุกอย่างล้วนมีพื้นฐานมาจากจิตใจ ดังนั้น การพัฒนาจิตใจ จึงเป็นเรื่องใหญ่และจำเป็นอย่างมากในภาวะวิกฤตที่ปรากฏในสังคมไทยปัจจุบัน ซึ่งการพัฒนาจิตเป็นพื้นฐานของการแก้ปัญหาทั้งปวง **ซึ่งผู้วิจัยจะได้กล่าวรายละเอียดในบทที่ ๔**

๓) **หลักปัญญาสิกขา** คือ จะต้องมีความรู้เกี่ยวกับปัญหาที่จะเข้าไปแก้ไข และทุกกลุ่มเป้าหมายที่ต้องการแก้ไขซึ่งปัญญาสิกขา หรือการให้ความรู้ จะต้องครอบคลุมเป้าหมาย ๔ด้าน ได้แก่ (๑) รู้ปัญหา (๒) รู้ความจริง (๓) รู้วิธีแก้ไข และ (๔) รู้วิธีป้องกัน

ฉะนั้น กระบวนการสร้างปัญญาทั้ง ๔ ประการ ข้างต้น เป็นเรื่องที่ทุกภาคส่วนของสังคมจะต้องช่วยกัน และเป็นภารกิจที่ต้องกระทำ โดยเฉพาะกรณี ปัญหาจริยธรรมของนักเรียน แต่เรื่อนนี้ ผู้วิจัยยังมองเห็นอีกด้านหนึ่ง คือ ต้องแก้ที่ตัวผู้ปกครอบ ตลอดจนนักการเมืองก็จำเป็นอย่างยิงต้องทำเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่นักเรียน เพื่อจะได้นำมาเป็นแบบอย่างในการดำเนินประจำวันด้วย จงอย่ามัวแต่แย้งอำนาจทางการเมืองเท่าที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน

๓. **ขั้นตรวจสอบ** ขั้นตอนสุดท้าย คือ ต้องมีการตรวจสอบประเมินผลงานที่ทำไปแล้ว ว่าได้รับผลเป็นอย่างไรบ้าง สมบูรณ์หรือไม่ เป็นที่น่าพอใจหรือไม่ ในการแก้ปัญหาก็เช่นเดียวกัน ต้องมีการตรวจสอบประเมินผลของการดำเนินการว่า ได้รับความสำเร็จหรือล้มเหลวอย่างไร เพราะเหตุไร ซึ่งขั้นตอนการตรวจสอบตามหลักอริยสัจจ์กล่าวคือ ต้องตรวจสอบตามหลัก **ญาณ ๓**[๙๒] ประการ ได้แก่

๑) **ตรวจสอบความถูกต้อง** ของขั้นเตรียมการที่ดำเนินไปแล้วว่า ถูกต้องหรือไม่อย่างไร (สัจจญาณ) คือ ตรวจสอบปัญหา สาเหตุของปัญหา เป้าหมายในการแก้ปัญหาและวิธีการที่จะใช้แก้ปัญหาว่า ถูกต้องชัดเจนหรือไม่

---

[๘๙] ขุ.ขุ. (ไทย) ๒๒/๑๑/๑๕.

[๙๐] ขุ.ขุ.(ไทย) ๒๕/๓๓/๕๗. ขุ.มหา. (ไทย) ๒๙/๔๑๓/๒๙๑., ขุ.จูฬ. (ไทย) ๓๐/๑๔๘/๗๔.

[๙๒] **ญาณ** หมายถึง ความรู้ ปรีชากำหนดรู้ หมายความว่า รู้ปัญหาในอดีต รู้ปัญหาปัจจุบัน และรู้ผลกระทบที่จะเกิดในอนาคต ดูรายละเอียดใน พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, หน้า ๔๙.

๒) **ตรวจสอบความครบถ้วน** ของขั้นปฏิบัติการว่า ครบถ้วนหรือบกพร่องอย่างไรหรือไม่ ต้องแก้ไขหรือเพิ่มเติมอะไรอีกหรือไม่ (กิจจญาณ) คือ ตรวจสอบการให้ความรู้การควบคุมพฤติกรรม และการพัฒนาจิตใจว่า ได้ดำเนินไปอย่างถูกต้องครบถ้วนหรือไม่

๓) **ตรวจสอบความสมบูรณ์** ของผลการแก้ปัญหาทุกขั้นตอนและทุกด้านว่าสมบูรณ์แบบหรือไม่ (กตญาณ) คือตรวจสอบความรู้ที่ได้รับไปนั้นสมบูรณ์หรือยัง สามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่ดีขึ้นหรือไม่ สภาพจิตใจหลังจากที่ได้รับการแก้ไขโดยการให้ความรู้ การอบรม ฝึกฝน พัฒนาแล้วมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นหรือไม่เพราะเหตุไหน

โดยสรุป กระบวนการแก้ไขปัญหาตามหลักอริยสัจจ์ ที่ได้กล่าวมาทั้งหมดสำหรับนำไปเป็นแนวทางการแก้ปัญหาของนักเรียน ซึ่งเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการแสดงออกทางกาย วาจา และทางใจ ล้วนแล้วมีความสัมพันธ์กันไม่สามารถที่แยกปัญหาออกจากกันได้ กล่าวคือ ปัญหานั้นอยู่จิตใจ ว่าได้รับอบรมบ่มเพาะในทางดีเพียงพอสมบูรณ์หรือยัง ซึ่งการที่จะพัฒนาฝึกฝนให้นักเรียนได้รับการอบรมที่ดีทางด้านจิตใจ ก็ต้องผ่านกระบวนการตาม**หลักไตรสิกขา** กล่าวคือ ต้องดำเนินการและพัฒนาแบบองค์รวมเพื่อให้เกิดความสมดุลระหว่างทั้ง ทางกาย ทางวาจา และทางใจ คือ ไม่ควรที่จะแยกแยะแก้ไขไปแต่ละด้าน แต่ต้องอบรมทั้งสามเท่าๆ กัน ซึ่งประกอบด้วย ศีล สมาธิ และปัญญา อันเป็นที่มาของหลักอริยสัจจ์ หรืออริยมรรค แล้วพัฒนาคุณสมบัติที่ดีของความเป็นมนุษย์ให้มีความสมบูรณ์ตามหลักแห่ง**สัปปุสธรรม**[๔๓] ต่อไปก็จะได้กล่าวถึงกระบวนการพัฒนานักเรียน หลังจากที่วิจัยได้กล่าวมาแล้วข้างต้น คือ **รู้สาเหตุของปัญหา วิธีการแก้ไขปัญหา และการพัฒนา**เป็นลำดับสุดท้ายของกระบวนการศึกษาในบทนี้

๓.๓ กระบวนการและเทคนิคการให้คำปรึกษานักเรียนด้วยพุทธวิธี

กระบวนการและเทคนิคการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนด้วยพุทธวิธี มีเป้าหมายหลักคือการพัฒนาชีวิตเพื่อความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ โดยมุ่งหวังความสุขทั้งทางกาย วาจา และใจ จึงจำเป็นต้องได้รับการฝึกอบรม หรือได้รับการพัฒนาตามแนวทางที่ถูกต้อง เพื่อให้ชีวิตมีคุณภาพและเป็นชีวิตที่ประกอบด้วยการเห็นคุณค่า และดำเนินชีวิตที่ดีงามตามหลักจริยธรรม โดยเรื่องของการพัฒนาชีวิตที่สมบูรณ์ตามหลักพระพุทธศาสนา เรียกว่า “**หลักภาวนา**”[๔๔] ซึ่งประกอบด้วย

---

[๔๓]**หลักสัปปุสธรรม ๗** คือ (๑) รู้จักเหตุ (๒) รู้จักผล (๓) รู้จักตน (๔) รู้จักประมาณ (๕) รู้จักกาล (๖) รู้จักชุมชน และ (๗) รู้จักบุคคล ดูรายละเอียดใน พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธศาสน์กับการแนะแนว**,หน้า ๕๑-๕๔.

[๔๔]ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๒๘/๒๐๐., องฺ.ปญฺจก.(ไทย) ๒๒/๗๙/๑๐๔

กายภาวนา ศีลภาวนา จิตภาวนา และปัญญาภาวนา ฉะนั้น คำว่า **ภาวนา** หมายถึง การเจริญ หรือ การพัฒนา[๙๕] โดยรายละเอียดของหลักภาวนา ผู้วิจัยจะใช้คำว่า “**การให้คำปรึกษา**” มีดังนี้

๓.๓.๑ การให้คำปรึกษาตามหลักกายภาวนา

คำว่า **กายภาวนา** หมายถึง การเจริญกาย การพัฒนากาย กาฝึกอบรมกาย ให้รู้จักคิดติดต่อเกี่ยวข้องกับสิ่งทั้งหลายภายนอกทางอินทรีย์ทั้งห้าด้วยดี และปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ มิให้เกิดโทษ ให้กุศลธรรมงอกงาม ให้อกุศลธรรมเสื่อมสูญ การพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ[๙๖]

จากความหมายนี้ แสดงให้เห็นว่า การพัฒนากาย คือมุ่งหวังให้มนุษย์ทุกคนสามารถพัฒนาทางกาย เพื่อการอยู่รวมกันกับทุกสิ่งอย่างเกื้อกูลต่อกัน โดยเฉพาะในภาวะปัจจุบันที่กำลังเป็นอยู่ คือ ต้องการให้มนุษย์นั้นพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมอย่างถูกต้อง โดยการไม่ทำลายธรรมชาติแวดล้อมมิให้เสื่อมโทรม และหาวิธีการป้องกันมิให้ธรรมชาติที่เราอาศัยอยู่นี้หมดไปโดยการขาดการฟื้นฟูให้มีความสมดุลกัน และต้องพัฒนากายให้เห็นคุณประโยชน์ของธรรมชาติเพราะไม่เพียงหมายถึงสิ่งแวดล้อมทางสังคม แต่ยังหมายถึงสิ่งอื่นๆ ที่มีความสำคัญและจำเป็นต่อชีวิตของมวลมนุษย์ เช่น รู้จักบริโภคปัจจัย ๔ ได้แก่ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค[๙๗]

ดังนั้น การบริโภคปัจจัย ๔ ถือเป็นปัจจัยพื้นฐานในการดำเนินชีวิตให้ดำรงอยู่ได้ การบริโภคตามหลักพระพุทธศาสนาจะเรียกว่า การพิจารณาในกาบริโภค[๙๘] ซึ่งประกอบด้วย

๑. **อาหาร** โดยมีจุดมุ่งหมายในการบริโภคอาหารก็คือ
  ๑) เพื่อให้กายดำรงอยู่ได้
  ๒) เพื่อกำจัดความหิวอาหาร
  ๓) เพื่อจะอนุเคราะห์การปฏิบัติธรรม

---

[๙๕]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๓, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอส. อาร์พริ้นติ้งแมสโปรดักส์ จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๗๐.

[๙๖]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต),**พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม**, หน้า ๓๖.

[๙๗]พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), **พุทธธรรมกับการพัฒนาชีวิต**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๔๐), หน้า ๙.

[๙๘]สมเด็จพระสังฆราช (ปุสฺสเทว), **หนังสือสวดมนต์ฉบับหลวง**, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์บำรุงนุกูลกิจ, ๒๔๗๒), หน้า ๑๑๔–๑๑๕.

๒. เครื่องนุ่งห่ม

๑) เพื่อบรรเทาความหนาว

๒) เพื่อบรรเทาความร้อน

๓) เพื่อป้องกันพวกแมลงสัตว์ร้ายมารบกวนเช่นยุงเป็นต้น

๔) เพื่อปกปิดอวัยวะที่ทำให้เกิดความละอาย

๓. ที่อยู่อาศัย

๑) เพื่อบรรเทาความหนาว

๒) เพื่อบรรเทาความร้อน

๓) เพื่อป้องกันสัตว์ร้ายรวมทั้งคนร้ายด้วย

๔) เพื่อป้องกันอันตรายจากฤดูกาลต่างๆ เช่น พายุ ฝน เป็นต้น

๔. ยารักษาโรค

๑) เพื่อบรรเทาเวทนา และระงับโรคต่างๆ ให้เบาบางลงหรือให้หายไปในที่สุด

๒) เพื่อความเป็นผู้ไม่มีอาพาธหรือโรคต่างๆ

นอกจากนี้ การบริโภคปัจจัย ๔ จะต้องไม่ใช่เพื่อวัตถุประสงค์ ดังนี้

๑) เพื่อเล่น

๒) เพื่อมัวเมา

๓) เพื่อประดับ

๔) เพื่อตบแต่งประเทืองผิว

โดยสรุป การให้คำปรึกษาตามหลักกายภาวนา คือเป็นการส่งเสริมคุณภาพชีวิตให้ดำรงอยู่ได้ และต้องมีความสัมพันธ์กับปัจจัย ๔ อย่างถูกต้องโดยเห็นคุณค่าแท้ของประโยชน์อันเกิดจากการบริโภค เพื่อให้ร่างกายมีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง ซึ่งการบริโภคนี้ตามหลักพระพุทธศาสนาบอกว่า **เพื่อหล่อเลี้ยงร่างกาย เพื่อใช้ทำกิจกรรมให้เกิดความผาสุก มิใช่เพื่อสนุกสนานมัวเมา**[๔๙] โดยเฉพาะกาบริโภค หรือการใช้เทคโนโลยีต่างๆ ต้องพิจารณาถึงความถูกต้อง ไม่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนแก่ตนเองและผู้อื่น และต้องสร้างความสัมพันธ์กับธรรมชาติให้เป็นไปในแนวทางที่เกื้อกูลต่อกันมากกว่าที่จะเป็นการทำลายเพื่อประโยชน์ฝ่ายเดียว เพราะในที่สุดแล้วโทษที่เกิดจากการทำลายสิ่งต่างๆ จะย้อนกลับมาทำลายเสียหายให้แก่มนุษย์เองด้วย

---

[๔๙] ม.ม.(ไทย) ๑๓/๒๙/๒๔.

๓.๓.๒ การให้คำปรึกษาตามหลักศีลภาวนา

คำว่า **ศีลภาวนา** หมายถึง การเจริญศีล พัฒนาความประพฤติ การฝึกอบรมศีลให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย โดยอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดีเกื้อกูลแก่กัน[๕๐] ดังนั้น การให้คำปรึกษาตามหลักสีลภาวนา ถือเป็นเรื่องสำคัญของการพัฒนาจริยธรรมทางสังคม ที่ทุกคนจะต้องปฏิบัติให้ถูกต้องดีงาม เพื่อสร้างสังคมให้มีความเกื้อกูลต่อกันโดยเฉพาะการเห็นประโยชน์สุขของสังคม ด้วยเหตุนี้ พลเมืองที่อยู่ในสังคมก็ต้องเคารพต่อระเบียบวินัย และประกอบอาชีพสุจริต ถือเป็นการฝึกหัดตนให้อยู่ในสังคมด้วยดีและเป็นประโยชน์[๕๑]

ฉะนั้น การให้คำปรึกษา ในการประกอบอาชีพที่สุจริตนี้ ทางพระพุทธศาสนาได้สอนให้พุทธศาสนิชนปฏิบัติถูกต้องตามหลัก**เบญจศีล** หรือที่เรียกว่า **ศีล ๕** อันเป็นวิจัยของชาวพุทธที่จะต้องตระหนักรู้ และให้ความสำคัญ โดยเฉพาะต้องปฏิบัติให้ถูกต้องดีงาม ไม่เบียดเบียนทั้งตัวและผู้อื่นด้วย โดยหลักปฏิบัติตามองค์ ๕ ประการของศีล มีดังนี้

๑) งดเว้นจากการฆ่าสัตว์ แต่ควรมีเมตตา กรุณาต่อสรรพสัตว์ทั้งปวง

๒) งดเว้นจากการลักทรัพย์ หรือแสวงหาทรัพย์ในทางมิชอบแต่ควรประกอบสัมมาอาชีพที่สุจริตถูกต้องตามทำนองคลองธรรม

๓) งดเว้นจากการประพฤติผิดในกาม แต่ควรมีความสันโดษในคู่ครองของตน

๔) งดเว้นจากการพูดเท็จ แต่ควรพูดแต่ความจริง

๕) งดเว้นจากการเสพของมึนเมาอันเป็นเหตุให้ขาดสติสัมปชัญญะ ดำเนินชีวิตด้วยความประมาท แต่ควรเจริญสติสัมปชัญญะให้บริบูรณ์[๕๒]

นอกจากจะปฏิบัติตามหลักเบญจศีลแล้ว ก็ยังมีความสัมพันธ์ระหว่างอริยมรรคกับศีลภาวนาด้วย กล่าวคือ อริมรรคมีองค์ ๘ ประการ คือ (๑) สัมมาทิฏฐิ(ความเห็นชอบ) (๒) สัมมาสังกัปปะ(ความดำริชอบ) (๓) สัมมาวาจา (การพูดชอบ) (๔) สัมมากัมมันตะ (การกระทำชอบ) (๕) สัมมาอาชีวะ(การเลี้ยงชีพชอบ) (๖) สัมมาวายามะ(ความพยายามชอบ) (๗) สัมมาสติ(ความระลึกชอบ) และ (๘) สัมมาสมาธิ (ความมีจิตตั้งมั่นชอบ)[๕๓]

---

[๕๐]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต),**พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม**, หน้า ๗๐.

[๕๑]พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), **พุทธธรรมกับการพัฒนาชีวิต**, หน้า ๑๐.

[๕๒]สํ.สฬา. (ไทย)๑๘/๔๘๓/๒๘๐.

[๕๓]วิ.มหา. (ไทย) ๔/๑๓/๑๖.

ด้วยเหตุนี้ การพัฒนาตามศีลภาวนาในมรรคมีองค์ ๘ ซึ่งเป็นหลักฝึกฝนอบรมควบคุมกายและวาจา เพื่อสร้างความมีระเบียบวินัยให้กับตัวเอง และความดีงามของสังคม จะต้องดำเนินตามอริยมรรค ดังนี้

๑) **สัมมาวาจา** หมายถึง วาจาชอบ คือการไม่กล่าววาจาประกอบด้วยคำเท็จ ไม่กล่าววาจาส่อเสียดทำให้แตกสามัคคี ไม่กล่าววาจามุ่งการชนะอันทำให้เกิดการแข่งดี แต่กล่าววาจาที่อาศัยปัญญา และเหมาะสมตามกาลสมัย[๕๔] ดังปรากฏบทความใน**อภัยราชกุมารสูตร** ได้แสดงถึงวาจาที่ควรพูดและไม่ควรพูด โดยมีหลักเกณฑ์เกี่ยวกับการพูด ๕ ประการ จัดเป็นวาจาที่ควรพูด ๒ ประการ และไม่ควรพูด ๓ ประการ คือ

๑. วาจาใด ไม่จริงไม่แท้ ประกอบด้วยประโยชน์ และไม่เป็นที่รักไม่เป็นที่พอใจของคนอื่นวาจานั้นไม่ควรพูด

๒. วาจาใด จริงแท้ ไม่ประกอบด้วยประโยชน์ และไม่เป็นที่รักไม่เป็นที่พอใจของคนอื่นวาจานั้นไม่ควรพูด

๓. วาจาใด จริงแท้ ประกอบด้วยประโยชน์ และไม่เป็นที่รักเป็นที่พอใจของคนอื่นวาจานั้นต้องรู้กาลเวลาเสียก่อนแล้วจึงกล่าววาจานั้น

๔. วาจาใด ไม่จริงไม่แท้ ไม่ประกอบด้วยประโยชน์ และไม่เป็นที่รักไม่เป็นที่พอใจของคนอื่นวาจานั้นไม่ควรพูด

๕. วาจาใด จริงแท้ ประกอบด้วยประโยชน์ และเป็นที่รักเป็นที่พอใจของคนอื่นวาจานั้นต้องรู้กาลเวลาเสียก่อนแล้วจึงกล่าว[๕๕]

ฉะนั้น สัมมาวาจาตามนัยของพระสูตร ซึ่งได้พูดถึงการเจรจาชอบ โดยการเว้นวจีทุจริต ๔ แต่ให้พูดด้วยปัญญารู้ว่าเจรจาอย่างไรเป็นโทษ เจรจาอย่างไรเป็นคุณ แล้วงดเว้นคำพูดที่เป็นโทษมาพูดคำที่เป็นคุณฉะนั้น องค์ประกอบของวจีทุจริต ๔ ประกอบด้วย

๑. **คำเท็จ** คือ การกล่าวให้คลาดเคลื่อนจากความเป็นจริง ทั้งที่รู้ความจริงนั้นอยู่ คือพูดไม่ตรงตามที่ตนได้เห็นได้ยินได้ทราบได้รู้มามุสาวาทมีองค์ประกอบ ๔ อย่าง ได้แก่

๑) เรื่องไม่จริง

๒) ตนรู้อยู่ว่าเป็นเรื่องไม่จริงและคิดจะกล่าวให้คลาดเคลื่อน

๓) มีความพยายามในการกล่าวให้คลาดเคลื่อน

---

[๕๔] ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๘๓/๙๖, ๘๔/๙๖.

[๕๕] ม.ม.(ไทย) ๑๓/๙๔/๗๒-๗๓.

๔) ผู้ฟังรู้เรื่องและเข้าใจตามที่บุคคลผู้นั้นพูด

๒. **คำส่อเสียด** คือ คำพูดยุยง โดยการนำความข้างนี้ไปบอกข้างโน้น นำเอาความข้างโน้นไปบอกข้างนี้ เพื่อให้เขาแตกกัน หรือด้วยความหวังว่าตนจักเป็นที่รักของผู้นั้นด้วยอาการอย่างนี้ คำส่อเสียดประกอบด้วยองค์ ๔ คือ

๑) คนอื่นที่พึ่งทำให้แตกกันได้

๒) มีเจตนาที่ทำให้เขาแตกกัน

๓) ความพยายามอันเนื่องมาจากเจตนานั้น

๔) ผู้อื่นรู้ความนั้น

๓. **คำหยาบ** มีหลายลักษณะ ดังนี้

๑) คำด่าคือกดให้เขาต่ำกว่าที่เป็นจริง

๒) คำประชดคือยกให้เขาสูงกว่าที่เป็นจริง

๓) คำกระแทกแดกดันคือเสียดสี

๔) คำกระทบคือพูดถึงสิ่งหนึ่งเพื่อกระทบบุคคลหนึ่ง

๔. **คำเพ้อเจ้อ** คือ คำพูดไร้สาระ พูดเล่น เฮฮา เหลวไหล มีองค์ประกอบ ๒ อย่าง

๑) ความต้องการพูดเรื่องที่หาประโยชน์มิได้

๒) การได้พูดเรื่องอย่างนั้นออกมา[๕๖]

๒) **สัมมากัมมันตะ** หมายถึง การงานชอบ หรือ การกระทำชอบ พระพุทธองค์ทรงตรัสว่า ”ภิกษุทั้งหลาย สัมมากัมมันตะเป็นไฉน ภิกษุทั้งหลาย การละเว้นจากปาณาติบาต การละเว้นจากอทินนาทาน การละเว้นจากกาเมสุมิจฉาจาร เรียกว่าสัมมากัมมันตะ“[๕๗]

สรุปความว่า สัมมากัมมันตะ คือ การกระทำที่สุจริตเป็นไปในทางสร้างสรรค์ ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ไม่เบียดเบียนไม่ทำร้ายกัน สร้างความสัมพันธ์ที่ดีงามทำให้อยู่ร่วมกันด้วยดี ทำให้สังคมร่มเย็นเป็นสุข ไม่เป็นไปเพื่อการทำลายชีวิต ร่างกาย ทรัพย์สินของผู้อื่น การไม่ล่วงละเมิดสิทธิ์ในคู่ครองของรักหวงแหนของผู้อื่น

๓) **สัมมาอาชีวะ** หมายถึง การเลี้ยงชีพชอบ โดยตั้งอยู่บนพื้นฐานความถูกต้องเท่านั้นคือ เว้นจากมิฉาชีพทุกรูปแบบ[๕๘] ดังปรากฏในพุทธพจน์ว่า...**ภิกษุทั้งหลาย สัมมาอาชีวะ**

---

[๕๖]ที.ส. (ไทย) ๙/๔/๔, องฺ.ทสก.(ไทย) ๒๔/๑๖๕/๒๗๑–๒๗๓, ม.มู.(ไทย) ๑๒/๔๕๕/๓๔๔.

[๕๗]ที.มหา. (ไทย) ๑๐/๒๙๙/๒๗๕.

เป็นไฉน ภิกษุทั้งหลาย อริยสาวกในศาสนานี้เว้นมิจฉาอาชีวะแล้ว เลี้ยงชีพด้วยสัมมาอาชีวะ นี้เรียกว่าสัมมาอาชีวะ[๕๙]

จะเห็นว่า การดำเนินชีวิตที่ถูกต้องตามหลักพระพุทธศาสนา ได้ให้ความสำคัญในเรื่องของปัจจัย ๔[๖๐] เป็นหลัก เพราะเป็นปัจจัยพื้นฐานของชีวิตที่จะอยู่ได้ เช่น ใน**เทวทหสูตร** ยังกล่าวถึงลักษณะการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องไว้ ๓ ประการ คือ (๑) ไม่เอาทุกข์มาทับถมตน (๒) ไม่ละทิ้งความสุขที่ชอบธรรม (๓) ไม่หมกมุ่นสยบติดอยู่กับความสุขนั้น[๖๑] และนอกจานี้ ยังไม่สนับสนุนการประกอบอาชีพที่เป็นโทษ ๕ ประการ คือ (๑) ค้าขายอาวุธ (๒) ค้าขายมนุษย์ (๓) ค้าขายสัตว์ที่มีชีวิตสำหรับฆ่าเป็นอาหาร (๔) ค้าขายน้ำเมา และ (๕) ค้าขายยาพิษ[๖๒]

โดยสรุป การให้คำปรึกษาตามหลักศีลสิกขา เป็นการฝึกพัฒนาวิถีชีวิตที่ชอบ และเป็นเรื่องสำคัญไม่เฉพาะแต่ในกลุ่มนักเรียนเท่านั้น ผู้ใหญ่เองก็ควรดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงาม แก่เด็กและเยาชนด้วย เพื่อว่านักเรียนจะได้นำมาเป็นแบบอย่างในอนคตอันใกล้ เมื่อเด็กนักเรียนได้เจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ ก็มีแบบอย่างที่ดีสำหรับนำไปปฏิบัติในหน้าที่การงาน และสร้างสรรค์สังคมให้เจริญรุ่งเรืองตามด้วย อันนี้คือเป้าหมายหลักของการศึกษา และการพัฒนาประเทศ

๓.๓.๓ การให้คำปรึกษาตามหลักจิตตภาวนา

คำว่า **จิตตภาวนา** หมายถึง การเจริญจิต การพัฒนาจิต การฝึกอบรมจิตใจให้เข้มแข็งมั่นคง ให้เจริญงอกงามด้วยคุณธรรม เช่น มีเมตตากรุณา มันฉันทะ ขยันหมั่นเพียร อดทน มีสมาธิ และสดชื่นเบิกบาน เป็นสุขผ่องใส[๖๓] จากความหมายของการพัฒนาจิต แสดงให้เห็นว่า พระพุทธศาสนา ได้กล่าวถถึงการฝึกอบรมให้จิตมีคุณสมบัติครบ ๓ ด้าน คือ

๑) **สมรรถภาพจิต** คือ ความพร้อมใช้งาน เขาให้เราทำอะไร ที่ไหน เมื่องไร เราทำหได้หรือไม่ ไม่ว่าจะเป็นงานวิชาการหรืองานบริการ เราทำได้อย่างดีเพราะเรามีความพร้อมที่เรียกว่า สมรรถภาพ

---

[๕๘]วศิน อินทสระ, **หลักธรรมอันเป็นหัวใจพระพุทธศาสนา**, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เม็ดทราย, ๒๕๔๘), หน้า ๓๐.

[๕๙]ดูรายละเอียดใน ที.มหา.(ไทย) ๑๐/๒๙๙/๒๗๕. , ม.มู. (ไทย) ๑๒/๑๔๙/๘๖.

[๖๐]วิ.มหา.)ไทย) ๔/๘๗/๘๐.

[๖๑]ม.อุ (ไทย) ๑๔/๑๒/๑๒.

[๖๒]องฺ.ปญฺจก. (ไทย) ๒๒/๑๗๗/๒๑๑.

[๖๓]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต),**พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม**, หน้า ๗๐.

๒) **คุณภาพจิต** คือ ทำงานอย่างมีคุณภาพเพิ่มขึ้นอีกได้หรือไม่ สถาบันการศึกษาต้องสร้างสมรรถภาพหรือความเก่งให้กับบัณฑิต คุณธรรมที่นำความเก่งมาให้ก็คือปัญญา ขาดปัญญาก็ไม่เก่ง แต่บาคนเก่งแต่เห็นแก่ตัวแสดงว่าขาดคุณภาพ เวลาที่เราพูดถึงการประกันคุณภาพในสถานศึกษา เราไม่ได้หมายถึงความพร้อมในการทำหน้าที่ของแต่ละฝ่ายเท่านั้น เรายังหมายถึงความเต็มใจในการปฏิบัติหน้าที่อีกด้วย บางคนมีความพร้อมแต่ไม่เต็มใจทำหน้าที่ให้บริบูรณ์ คุณภาพก็ไม่เกิด

๓) **สุขภาพจิต** คือ เราจะทำงานอย่างมีสุขภาพที่ดีอย่างไร บางคนทั้งแก่ทั้งดีมีน้ำใจแต่เครียดเหลือเกิน หรือบางคนทั้งเก่งและดี แต่ไม่มีความสุข บอพร่องทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิต พอเข้าห้องสอนมองไปทางไหนผู้เรียนหลบตากันวูบวาบ รังสีอำมหิตฉายออกไป ไม่รู้ว่าอารมณ์ค้างมาจากไหน[๖๔]

จะเห็นว่า การให้คำปรึกษาเรื่องการพัฒนาจิต ถือเป็นเรื่องสำคัญเพื่อให้เกิดความพร้อมที่จะทำหน้าที่ในด้านต่างๆ อย่างสมบูรณ์แบบ โดยไม่บกพร่องทั้งทางกายและทางใจ ก็จะสามารถทำคุณงามความดีให้เกิดประโยชน์ทั้งต่อตัวเองและสังคมส่วนรวม โดยอาศัยปัญญาเป็นตัวนำของการเสริมสร้างคุณธรรม จริยธรรมในการแสดงออกทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ เมื่อสร้างคุณธรรมอย่างนี้ได้แล้วก็สามารถทำคุณประโยชน์ให้เกิดขึ้นแก่สังคมประเทศชาติได้

ส่วนการให้คำปรึกษาเพื่อพัฒนาจิตที่สัมพันธ์กับหลักอริยมรรค คือ

๑) **สัมมาวายามะ** หมายถึง ความเพียรชอบทุกรูปแบบ[๖๕] และยังมีคำที่กล่าวถึงความเพียรที่ปรากฏในพระไตรปิฎกคือ ความเพียร ๔ ประการ ได้แก่

๑. **สังวรปธาน** เพียรระวังประคองจิตไว้เพื่อไม่ให้อกุศลธรรมเกิดขึ้น
๒. **ปหานปธาน** เพียรประคองจิตไว้เพื่อละอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว
๓. **ภาวนาปธาน** เพียรประคองจิตไว้เพื่อให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิด
๔. **อนุรักขณาปธาน** เพียรประคองจิตไว้เพื่อความตั้งมั่นเจริญยิ่งแห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว[๖๖]

---

[๖๔]พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), **ปัญหาต้องคู่กับกรุณาจึงจะพาชีวิตรอด**, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร : เชนพริ้นติ้ง, ๒๕๕๓), หน้า ๑๔-๑๖.

[๖๕]วศิน อินทสระ, **หลักธรรมอันเป็นหัวใจพระพุทธศาสนา**,หน้า ๓๐.

[๖๖]ขุ.ปาฏิ. (ไทย) ๓๑/๘๕/๓๘., สํ.มหา.(ไทย)๑๙/๑๐๙๐–๙๑/๒๖๓.

โดสสรุป **สัมมาวายามะ** ที่กล่าวถึงความพยายามชอบตามหลักสัมมัปปธาน ๔ เป็นความเพียรที่เป็นคุณธรรม และมีสำคัญยิ่งในพระพุทธศาสนา และเป็นหลักปฏิบัติธรรมเพื่อความก้าวหน้าในชีวิตทางธรรม และเป็นประโยชน์เกื้อกูลแก่ชีวิตชาวโลกอย่างมากด้วย ผู้หวังความเจริญและความสุข ทั้งทางโลกและทางธรรม จะต้องมีความเพียรทั้ง ๔ ประการ ข้างต้น และนอกจากนี้ ยังมีพระพุทธพจน์สอดรับกับความเพียรว่า...**ความเพียรเป็นหน้าที่ของท่านทั้งหลายต้องทำเอง ตถาคตเป็นแต่ผู้บอกทางให้**[๖๗]

๒) **สัมมาสติ** หมายถึง ความระลึกชอบ[๖๘] เช่น มีสติกำกับตนควบคุมจิตใจเอาไว้และให้อยู่กับสิ่งที่กำลังกระทำหรือที่เกี่ยวข้องในเวลานั้นๆ โดยเฉพาะสติที่กำกับตนให้รู้ทันต่อพฤติกรรมของร่างกาย มีความรู้สึกนึกคิดของตน ไม่ปล่อยไปตามอารมณ์ที่คิด และเป็นเรื่องเกี่ยวกับการปฏิบัติกรรมฐาน

ด้วยเหตุนี้ การให้คำปรึกษาตามหลักจิตตภาวนา คือ การพัฒนาจิตให้เจริญขึ้น ซึ่งมีพระพุทธพจน์ได้ยืนยันว่า...ดูกรภิกษุทั้งหลาย หนทางสายนี้เป็นทางสายเอก เพื่อความบริสุทธิ์แห่งสัตว์ทั้งหลาย เพื่อล่วงความโศกและปริเทวนาการ เพื่อความดับสูญแห่งทุกข์และโทมนัสเพื่อบรรลุธรรมที่ถูกต้อง เพื่อทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน หนทางสายนี้คือ สติปัฏฐาน ๔ ประการได้แก่

๑. **กายานุปัสสนา** ใช้สติตามดูโดยมีปัญญารู้เท่าทันสภาพร่างกาย

๒. **เวทนานุปัสสนา** ใช้สติตามดูโดยมีปัญญารู้เท่าทันความรู้สึกสุข ทุกข์ หรือ ไม่สุข ไม่ทุกข์ที่เกิดขึ้น

๓. **จิตตานุปัสสนา** ใช้สติตามดูโดยมีปัญญารู้เท่าทันสภาพจิตใจ

๔. **ธัมมานุปัสสนา** ใช้สติตามดูโดยมีปัญญารู้เท่าทันเรื่องราวทั้งหลายที่รู้ ที่คิด ที่เกิดขึ้นในใจ[๖๙]

อย่างไรก็ตาม การพัฒนาจิตเป็นสิ่งสำคัญ คือต้องพิจารณาให้เห็นธรรมตามความเป็นจริงที่เกิดขึ้นกับตนทั้งส่วนที่เป็นกุศลและอกุศล โดยใช้สติกำหนดพิจารณาดูธรรมที่เป็นปัจจุบันจนจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิเกิดปัญญาชัดว่า ธรรมนี้สักว่าธรรม มิใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา บรรเทาความยึดมั่นในธรรมให้สิ้นไปเสียได้ อนึ่ง **ความหมายของสติปัฏฐานมี ๑ คือ การตั้งสติ**

---

[๖๗] ขุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๓๐/๔๓–๔๔.

[๖๘] วศิน อินทสระ, **เรื่องเดียวกัน**, หน้า ๓๑.

[๖๙] ที.มหา. (ไทย) ๑๐/๒๗๓/๒๕๗.

ส่วนกาย เวทนา จิตและธรรมนั้น เป็นอารมณ์ของสติ คือ เป็นสิ่งที่ควรเอาสติเข้าไปพิจารณา หรือเอาสติไปตั้งไว้ เหมือนโต๊ะตัวหนึ่งมี ๔ ขา ฉะนั้น[๗๐]

๓) **สัมมาสมาธิ** คือ ความตั้งใจมั่นชอบได้แก่การฝึกฝนอบรมจิตในขั้นที่ลึกซึ้งเพื่อให้จิตมีความสงบตั้งมั่นแน่วแน่ต่ออารมณ์ที่กำลังกำหนดพิจารณาจิตที่มีสมาธิย่อมเป็นจิตที่มีคุณภาพและสมรรถภาพสูงประโยชน์สูงสุดของสมาธิคือการปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายได้แก่การรู้เห็นตามความเป็นจริง

ดังนั้น **สมาธิ** หมายถึง จิตแน่วแน่ตั้งมั่นในอารมณ์ไม่ฟุ้งซ่านไม่ซัดส่ายไปมา[๗๑] สามารถแบ่งได้เป็น ๓ ระดับ ได้แก่

๑. **ขณิกสมาธิ** หมายถึง สมาธิชั่วขณะเป็นสมาธิขั้นต้น

๒. **อุปจารสมาธิ** หมายถึง สมาธิเฉียดๆเป็นสมาธิขั้นระงับนิวรณ์๕[๗๒]

๓. **อัปปนาสมาธิ** หมายถึง สมาธิแน่วแน่เป็นสมาธิระดับสูงสุดจัดเป็นสมาธิในฌาน

จะเห็นว่า**สมาธิ**เป็นเรื่องสำคัญมีประโยชน์มาก และเป็นธรรมที่มีอุปการะมากในการทำงาน ทั้งในแง่ของการประกอบกิจทางโลกและการประพฤติปฏิบัติทางธรรม เมื่ออบรมจิตดีแล้วก็ก่อให้มีสมาธิและมีปัญญา ความเข้าใจให้ถูกต้องสมบูรณ์ และเป็นประโยชน์สุขทั้งโลกนี้และโลหน้า กล่าวคือ ประโยชน์ของสมาธินั้น สามารถสรุปลงในประเด็นสำคัญ ๔ ประการ คือ (๑) สมาธิที่เจริญแล้วทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อการอยู่เป็นสุขในปัจจุบัน (๒) สมาธิที่เจริญแล้วทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อให้ได้ญาณทัสสนะ(๓) สมาธิที่เจริญแล้วทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อสติสัมปชัญญะและ (๔) สมาธิที่เจริญแล้วทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อความสิ้นไปแห่งอาสวะทั้งหลาย[๗๓]

โดยสรุป การให้คำปรึกษาตามหลักจิตตภาวนา ถือเป็นสิ่งสำคัญสำหรับฝึกจิตให้มีความมั่นคง ไม่ให้ฟุ้งซ่านไปตามความคิดของตัวเอง หรือเกิดจากสภาพแวดล้อมที่อยู่รอบตัวเรา โดยเฉพาะการให้คำปรึกษานักเรียนในเรื่องของการพัฒนาจิตนี้ เป็นเรื่องจำเป็นเพราะเมื่อนักเรียน

---

[๗๐]วศิน อินทสระ, **เรื่องเดีวกัน**, หน้า ๓๑.

[๗๑]**เรื่องเดียวกัน**, หน้า ๓๒.

[๗๒]**นิวรณ์** คือ สิ่งปิดกั้นไม่ให้จิตมีสมาธิ มี ๕ ประการ ดังนี้ (๑) **กามฉันท์** ความรักใคร่ในทางกาม (๒) **พยาบาท** ความปองร้ายความอาฆาต (๓) **ถีนมิทธะ** ความท้อแท้และความง่วงซึม (๔) **อุทธัจจกุกกุจจะ** ความฟุ้งซ่านและความรำคาญ และ (๕) **วิจิกิจฉา** ความสงสัยลังเลใจไม่อาจตัดสินใจได้. ดูรายละเอียดใน สํ. มหา. (ไทย) ๑๙/๔๙๙–๕๐๑/๑๒๕–๑๒๕.

[๗๓]องฺ.จตุก.(ไทย) ๒๑/๔๑/๕๒, ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๓๓/๒๐๕.

ได้ฝึกพัฒนาจิตเป็นไปในแนวทางที่ถูกต้องแล้ว ก็จะเป็นการควบคุมการกระทำทั้งปวงอันเป็นที่มาของปัญหาสังคมให้ลดดลงหรือสามารถบรรเทาความรุนแรงของนักเรียนได้

๓.๓.๔ การให้คำปรึกษาตามหลักปัญญาภาวนา

คำว่า **ปัญญา** หมายถึง การเจริญปัญญา การพัฒนาปัญญา การฝึกอบรมปัญญา ให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง รู้เท่าทันให้เห็นแจ้งโลกและชีวิตตามสภาวะที่เกิดขึ้น และสามารถทำจิตให้เป็นอิสระ บริสุทธิ์จากกิเลส และพ้นจากความทุกข์ แก้ไขปัญหาด้วยปัญญา[๗๔]

ดังนั้น หลักปฏิบัติเรื่องของปัญญาภาวนา อันดับแรกจะต้องมีความรู้ความเข้าใจในศิลปวิทยาการวิชาชีพ ต่อมาต้องพัฒนาปัญญาให้มีการรับรู้ เรียนรู้อย่างถูกต้องของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง หรือตามเหตุปัจจัย และรู้จักทางแก้ไขปัญหา สร้างสรรค์ความสำเร็จให้ตนเองและพัฒนายิ่งขึ้นๆ ไปการรู้เท่าทันโลกและชีวิต ทำให้จิตเป็นอิสระหลุดพ้นจากความทุกข์สมบูรณ์

ส่วน**ปัญญาภาวนาในอริยมรรค** คือการดำเนินชีวิตพอดี เรียกว่า**มัชฌิมาปฏิปทา** ซึ่งมีความหมายเป็นอันเดียวกับการดำเนินชีวิตที่ดีงามตามมรรคาอันประเสริฐปราศจากโทษและนำไปสู่ความสุขที่สมบูรณ์ ประกอบด้วยหลักการ ๒ อย่าง คือ

๑) **สัมมาทิฏฐิ** หมายถึง ความเห็นถูกต้องตามทำนองคลองธรรม เช่น เห็นว่าทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว บุญมี บาปมี ชาติหน้ามี ชาติก่อนมี[๗๕] ในเมื่อเรามีความศรัทธา มีความเชื่อในคำสอนของพระพุทธเจ้าว่า บาปมี บุญมี เป็นตามกฎแห่งกรรมแล้วก็ไม่ควรกระทำกรรมอันเกิดจากช่องทาง ๓ ประการ ได้แก่ ทางกาย ทางวาจา และทางใจ นอกจากนี้ คำสอนเรื่องสัมมาทิฏฐิ ได้มีพระพุทธพจน์ที่แสดงถึงความสำคัญของสัมมาทิฏฐิมีใจความว่า..."ภิกษุทั้งหลาย เมื่อพระอาทิตย์จะขึ้น สิ่งที่ขึ้นก่อน สิ่งที่เป็นนิมิตมาก่อนคือ แสงเงินแสงทอง ฉันใด สิ่งที่เป็นเบื้องต้น เป็นนิมิตมาก่อนแห่งการตรัสรู้อริยสัจ ๔ ตามความเป็นจริง คือ สัมมาทิฏฐิ ฉะนั้นเหมือนกันอันภิกษุผู้มีความเห็นชอบพึงหวังข้อนี้ว่าจักรู้ตามความเป็นจริงว่า นี้ทุกข์นี้ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา"[๗๖]

ดังนั้น บรรดามรรคมีองค์ ๘ ประการ คือ มีสัมมาทิฏฐิย่อมเป็นประธานก็สัมมาทิฏฐิย่อมเป็นประธานอย่างไร คือ ภิกษุรู้จักมิจฉาทิฏฐิว่า เป็นมิจฉาทิฏฐิ รู้จักสัมมาทิฏฐิว่าเป็น

---

[๗๔]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต),**พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม**, หน้า ๗๐.

[๗๕]วศิน อินทสระ, **หลักธรรมอันเป็นหัวใจพระพุทธศาสนา**,หน้า ๒๙.

[๗๖]สํ.มหา. (ไทย) ๑๙/๑๗๒๐/๔๓๗.

สัมมาทิฏฐิ ความรู้ของเธอนั้นเป็นสัมมาทิฏฐิ[๗๗] และปัจจัยที่ทำให้เกิดสัมมาทิฏฐิมีข้อความที่แสดงไว้ในพระไตรปิฎกคือ **ปรโตโฆสะ** และ **โยนิโสมนสิการ**[๗๘] ซึ่มีสาระสำคัญ ดังนี้

๑. **ปรโตโฆสะ** เป็นองค์ประกอบภายนอก ได้แก่เสียงจากผู้อื่น การกระตุ้นหรือชักจูงจากภายนอกเช่น การสั่งสอน แนะนำ การถ่ายทอดการโฆษณา คำบอกเล่า ข่าวสาร คำชี้แจงข้อเขียน การเรียนรู้จากผู้อื่นอย่างถูกต้องอย่างเป็นกัลยาณมิตร

๒. **โยนิโสมนสิการ** เป็นองค์ประกอบภายในได้แก่การทำในใจโดยแยบคายการใช้ความคิดถูกวิธีความรู้จักคิดคิดเป็นมีระเบียบโดยรู้จักพิจารณาสิ่งทั้งหลายตามที่สิ่งนั้นๆมันเป็นและหาวิธีสืบค้นถึงเค้าสืบสาวให้ตลอดสายแยกแยะปัญหานั้นๆออกให้เห็นตามสภาวะและตามความสัมพันธ์สืบทอดแห่งเหตุปัจจัยโดยไม่เอาความรู้สึกด้วยตัณหาอุปาทานของตนเข้าจับ[๗๙]

๒) **สัมมาสังกัปปะ** หมายถึง ความดำริชอบประกอบด้วยลักษณะ ๓ ประการ[๘๐] คือ

๑. **เนกขัมมสังกัปปะ** คือ ความคิดที่จะออกไปจากกามทั้งที่เป็นวัตถุกามและกิเลสกาม**วัตถุกาม**คือวัตถุหรือสิ่งที่น่าใคร่น่าพอใจอันได้แก่รูปเสียงกลิ่นรสโผฏฐัพพะอันน่าใคร่น่าพอใจเรียกว่ากามคุณ ๕ ส่วน **กิเลสกาม** คือ กิเลสเหตุใคร่ มีราคะโทสะ โมหะ เป็นต้น ฉะนั้น การหมกมุ่นแสวงหาพัวพันอยู่กับกามทั้งสองนี้ เป็นที่ตั้งแห่งความทุกข์

๒. **อพยาปาทสังกัปปะ** คือ ความคิดในทางไม่พยาบาท ไม่มีความชิงชังเป็นเหตุให้ตัดรอนหรือทำร้ายคนอื่นหรือสัตว์อื่นให้ต้องเดือดร้อนแต่เป็นความคิดที่เกิดจากความเมตตามีความปรารถนาดีมุ่งประโยชน์สุขต่อคนอื่นและสัตว์อื่นๆ

๓. **อวิหิงสาสังกัปปะ** คือ ความคิดไม่เบียดเบียนไม่กระทบกระทั่งไม่แสวงหาความสนุกสนานให้แก่ตนโดยไม่คำนึงถึงความลำบากของคนอื่นและสัตว์อื่น แต่มุ่งช่วยเหลือคนอื่นให้พ้นจากความทุกข์ด้วยอำนาจของความมีเมตตากรุณา

โดยสรุป การให้คำปรึกษาตามหลักภาวนาทั้ง ๔ ด้าน ซึ่งกล่าวมาทั้งหมด แสดงให้เห็นถึงหลักคำสอนในพระพุทธศาสนาที่มุ่งศึกษาเกี่ยวของกับมนุษย์และเพื่อมนุษย์เป็นการเฉพาะ ดังนั้น กระบวนและเทคนิคการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนด้วยพุทธวิธี เป็นการพัฒนาแบบองค์รวม

---

[๗๗]ม.อุ. (ไทย) ๑๔/๒๕๔/๑๕๘.

[๗๘]องฺ.ทุก. (ไทย) ๒๐/๓๗๑/๙๘.

[๗๙]พระธรรมปิฎก (ป.อ. ประยุตฺโต), **พุทธธรรมฉบับปรับปรุงและขยายความ**, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๖๒๑.

[๘๐]วศิน อินทสระ, **หลักธรรมอันเป็นหัวใจพระพุทธศาสนา**,หน้า ๒๙.

คือ ทางด้านร่างกาย ทางวาจา และทางจิตใจ เพื่อมุ่งสู่กระบวนการสร้างปัญญาให้บริบูรณ์ โดยการเห็นสภาวะทุกอย่างที่อยู่รอบตัวเราตามความเป็นจริง และในลักษณะที่สัมพันธ์กันระหว่างการใช้จ่ายการเลือกพิจารณาในการใช้สอยสิ่งแวดล้อมให้มีความสมดุลเพื่อความสุขแห่งชีวิตอย่างถูกต้องระหว่างปัจจัยภายนอก**ปรโตโฆสะ**ร่วมกับปัจจัยภายในคือ**โยนิโสมนสิการ** ได้แก่ การคิดเป็นรู้จักคิดอย่างแยบคาย ใช้จ่ายอย่างถูกวิธี มีทัศนะที่ดีถูกต้องโดยมี**สัมมาทิฏฐิ**เป็นฐานแห่งความคิดทั้งปวง ซึ่งเป็นผลเกิดจากการพัฒนากาย ศีล จิต และปัญญา ที่บริบูรณ์สมบูรณ์มีทั้ง**คุณภาพ สมรรถภาพ** และ**สุขภาพ** ยอมพัฒนาตัวเองไปสู่ความสุข คือ ประโยชน์สุขทั้งในปัจจุบัน อนาคต และประโยชน์สูงสุด

๓.๔ สรุปวิเคราะห์การให้คำปรึกษาแก่นักเรียนด้วยพุทธวิธี

ก่อนที่จะกล่าวถึงการคำปรึกษาหรือการแก้ปัญหาของนักเรียนนั้น ผู้วิจัยขอนำเสนอผลของศึกษาได้ค้นพบว่า ปัญหาของนักเรียนในสังคมไทยปัจจุบัน มีวิถีชีวิตผิดจากสังคมไทยสมัยก่อน กล่าวคือปัจจุบันนักเรียน(เยาวชน) ไม่อยู่ในโอวาทของพ่อแม่ และญาติผู้ใหญ่อย่างสมัยก่อน ด้วยเหตุผลที่ว่า นักเรียนในวันนี้ถือเป็นกำลังสำคัญของการพัฒนาประเทศให้เจริญในอนาคต แต่วิธีการดำเนินชีวิตของนักเรียนปัจจุบันได้ยึดติดกับกระแสของวัฒนธรรมแบบใหม่มีวิธีการบริโภคแนวคิด หรือยึดติดกับอุดมการณ์แฟชั่นของดาราทั้งหลายทั้งในและก็นอกประเทศ ทำให้นักเรียนนั้นพยายามดิ้นรน(Struggle) แสวงหาความเป็นอิสระความเป็นตัวของตัวเอง

อนึ่ง การแสวงหาความเป็นอิสระของนักเรียน เป็นเหตุผลหนึ่งที่ทำให้นักเรียนไม่เชื่อฟังคำสั่นสอนของพ่อแม่ พร้อมทั้งไม่พอใจกับสิ่งของที่พ่อแม่มอบให้โดยเฉพาะครับครัวที่ยากจน เช่น ให้เงินใช้สอยน้อยไม่พอกับต้องการที่จะหาซื้อสิ่งของใหม่ๆ เพื่อนำมาบำเรอความต้องการของตัวเอง คือไม่มีจิตสำนึกรู้จักพอประมาณในการเสพบริโภค หรือความสามารถของตัวเองที่จะหาทรัพย์สินมาได้ และในเมื่อมิได้สิ่งของดังที่ตัวเองปรารถนาแล้ว จึงก่อให้เกิดกระทำความผิดในรูปแบบแตกต่างกัน ดังนี้

๑. **นักเรียนชาย** (เยาวชน) จะมีพฤติกรรมลักขโมยทรัพย์สินของผู้อื่น ตามที่ปรากฏให้เห็นตามหน้าสื่อสิ่งพิมพ์ในปัจจุบัน เพื่อนำทรัพย์ที่ได้มาโดยไม่สุจริตนั้นเพื่อวัตถุประสงค์บางประการ เช่น **การเสพยา เล่นการพนัน และเล่นเกมส์** เป็นต้น ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้ถือเป็นปัญหาใหญ่ของสังคมที่จะต้องได้รับการแก้ไขเป็นการเร่งด่วน เช่น กรณี **นายกำพล พารา** อายุ

๒๓ ปี **ฆ่าสมภารวัด** คือ (**พระครูวิริยากร หรือ พระอาจารย์แคล้ว ปิริยุโต, อายุ ๗๘ ปี) เจ้าอาวาสวัดหนองประทุน อ.บ้านโป่ง จ.ราชบุรี**[๖๑]

จากเหตุการณ์นี้ แสดงว่าเยาวชนมีพฤติกรรมที่ไม่เกรงกลัวต่อปาบกรรม แม้พระสงฆ์ผู้ซึ่งเป็นที่เคารพศรัทธาของพุทธศาสนานิกชน **ก็สามารถลงมือทำจึงถึงแก่ชีวิต** เพื่อจะได้มาคือเงินทองที่จะนำไปใช้จ่ายอย่างที่ตัวเองต้องการ **จากกรณีการฆ่าสมภารวัด** ได้บ่งบอกเรื่องบางอย่างที่เกิดขึ้นในสังคมพุทธ ที่ประชาชนส่วนใหญ่ของประเทศให้ความเคารพศรัทธา โดยเฉพาะประเด็นนี้ ผู้นำประเทศควรใส่ใจอย่างจริงจัง ในการเข้ามาแก้ปัญหาความรุนแรงของเยาวชนที่กระทำต่อสาธารณะชน จึงเกิดความไม่ปลอดภัยในชีวิต และทรัพย์สิน โดยเฉพาะสถาบันพระพุทธศาสนานั้นมีความสำคัญอย่างมากในการแก้ไขปัญหาดังกล่าว แต่ที่ผ่านๆ มาและแม้แต่ปัจจุบันผู้นำประเทศ และองค์กรต่างๆ ในประเทศไม่ให้ความสำคัญอย่างจริงจัง หรือไม่เปิดเวทีให้พระสงฆ์เข้าไปมีส่วนรวมในการแก้ปัญหา เพื่อ**พัฒนาความเป็นมนุษย์ให้สมบูรณ์** หรือเป็นเพราะเหตุว่า...ผู้นำประเทศเองก็มิได้ปฏิบัติตามหลักวินัยของชาวพุทธ

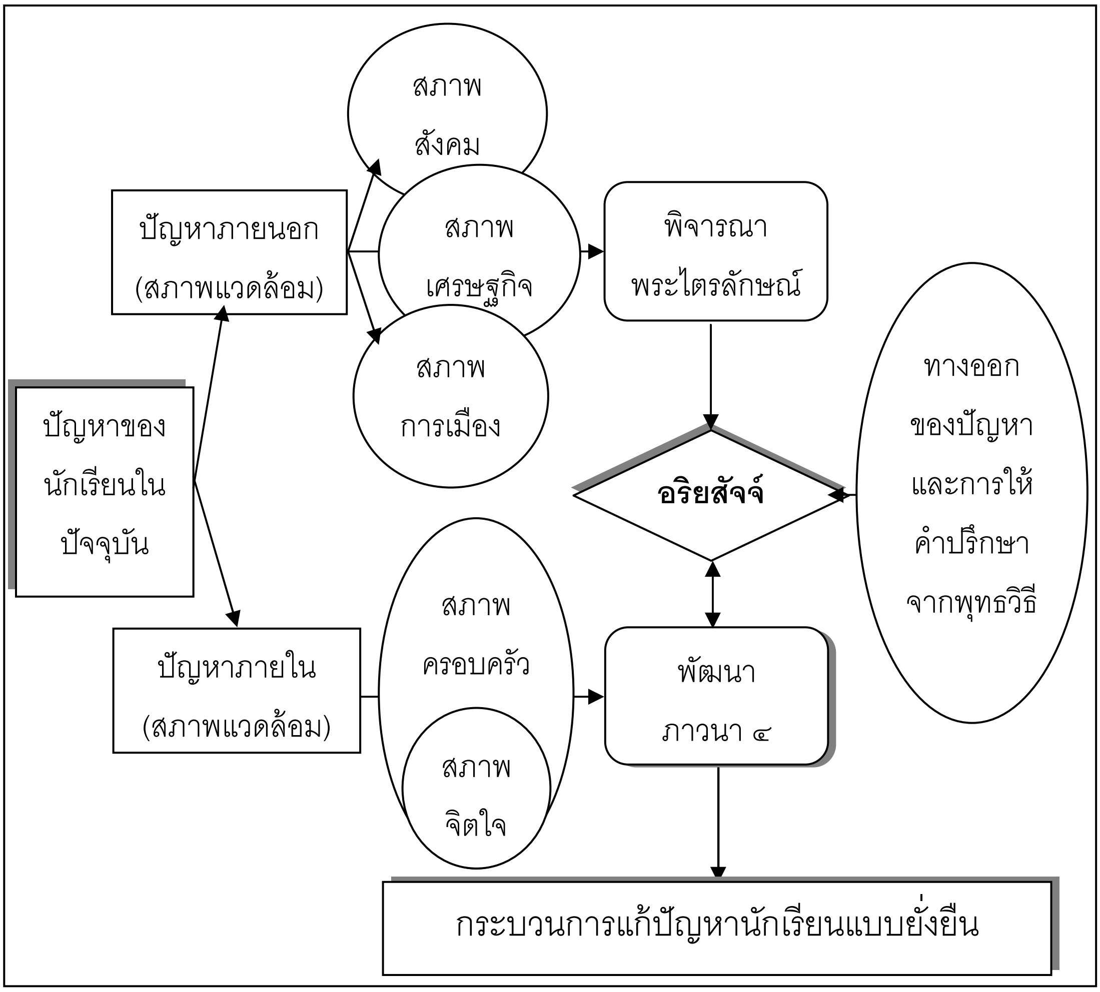
๒. **นักเรียนหญิง** สำหรับนักเรียนหญิงก็ไม่มีความแตกต่างกันระว่างการกระทำความผิด หรือความต้องการปัจจัยต่างๆ มาปรนเปรอความต้องการของตัวเอง โดยเฉพาะความหลงไหลในวัตถุนิยมจนเกินความจำเป็น แล้วความต้องการเหล่านี้ สิ่งที่จะทำได้ คือ **การบริการเนื้อหนังมังสา** เช่น เห็นในสังคมไทยปัจจุบันมี **นักเรียน นักศึกษา และนักเที่ยว ชอบบริการเงินด่วน ทันใจ** เพื่อนำเงินตรามาใช้ซื้อสิ่งของแพงๆ ที่ตัวเองต้องการเพื่อความโอ้อวด ทันสมัย

อนึ่ง **การที่นักเรียน นักศึกษา** ชอบบริการเงินด่วน ทันใจ ใช้เร็ว สิ่งที่ตามกับความต้องการนี้ ได้เป็นปัญหาสังคมยากต่อการแก้ไข และเป็นปัญหาของชาติที่จะต้องเสียค่าใช้จ่ายเป็นจำนวนมากในแต่ละปี ทั้งในแง่ของการรักษาพยาบาล และการดูแลเด็กทารกที่เกิดโดยไม่มีความรับผิดชอบของผู้ที่กระทำให้เกิด โดยเฉพาะประเด็นดังแห่งปี คือ **กรณีเด็ก ๒,๐๐๐ ศพ** ซึ่งได้เกิดขึ้นในสังคมที่เป็นเมืองพุทธ โดยการการทำแท้ง ในกลุ่มของนักเรียน นักศึกษา และสาวโรงงาน

ฉะนั้น จากกรณีดังกล่าวนี้ ผู้วิจัยจึงสรุปประเด็นปัญหา และวิธีการแก้ปัญหาตามหลักพระพุทธศาสนาที่เรียนกว่า **เทคนิคการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนในสังคมไทยปัจจุบัน**ผ่านกระบวนการแก้ปัญหาหรือเทคนิคการให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธี โดยแสดงเป็นแผนภูมิ ดังต่อไปนี้

---

[๖๑]ดูรายละเอียดใน **ขาวสด**, วันจันทร์ที่ ๑๗ มกราคม พ.ศ. ๒๕๕๔ ปีที่ ๒๐ ฉบับที่ ๗,๒๔๓ : ๑๔.



แผนภูมิที่ ๓.๒ แสดงกระบวนการแก้ปัญหานักเรียนด้วยพุทธวิธี

จากแผนภูมิอธิบายได้ว่า ปัญหาของนักเรียนในสังคมไทยปัจจุบัน เกิดจากเหตุ ๒ ประการ คือ (๑) **เกิดจากภายนอก** ประกอบด้วยภาพปัญหาทางสังคม เศรษฐกิจ และการเมือง โดยเฉพาะปัญหาทางเศรษฐกิจถือเป็นปัญหาใหญ่ของสังคม และเป็นผลกระทบต่อนักเรียนโดยตรง และมีความเกี่ยวข้องกับฐานะของครอบครัวที่จะต้องจัดการ คือต้องสั่งสอนลูกๆ ให้รู้จักเรื่องที่เกิด และเมื่อเกิดแล้วต้องเปลี่ยนแปลงไปตามกฎพระไตรลักษณ์ เช่นเรื่อง เศรษฐกิจภายในครอบครัวย่อมจะดีขึ้นและแย้ลงเป็นเรื่องปกติ แต่สิ่งสำคัญต้องอยู่กับความเปลี่ยนแปลงนั้นให้ได้

(๒) **เกิดจากภายใน** คือ นักเรียนมีปัญหาภายในใจตัวเอง ซึ่งเกิดจากความไม่พอใจในเรื่องบางประการ เป็นต้นว่า เรื่องการเรียน การคบเพื่อน และปัญหาความรุนแรงในครอบครัว โดยปัญหาเหล่านี้ มีส่วนสำคัญทำให้นักเรียนออกจากบ้าน และได้เจอภัยปัญหาหลายรูปแบบจนทำให้นักเรียนอาจเสียอนาคต เป็นเด็กเร่ร่อน ติดยาเสพติด มัวอบายมุขต่างๆ ดังกล่าวมา

จากปัญหาทั้ง ๒ อย่างข้างต้น ทำให้กระบวนการและเทคนิคการให้คำปรึกษาเพื่อแก้ปัญหาและหาทางออกของปัญหาตามหลักพระพุทธศาสนาได้สอนว่า ต้องเริ่มต้นที่การศึกษาเรื่อง**หลักอริยสัจจ์** เพราะถือเป็นทฤษฎีการสืบสาวสาเหตุปัญหาอย่างมีขั้นตอน โดยเริ่มต้นจากศึกษาสาเหตุ และนำไปสู่ผล คือว่า เมื่อรู้เหตุแห่งปัญหา(ความทุกข์ที่เกิดจากภายนอก และภายใน) แล้วนำไปฝึกฝนพัฒนาแบบบูรณาการเป็นองค์รวม เรียกว่า **ภาวนา ๔**

สรุปความว่า กระบวนการและเทคนิคการให้คำปรึกษา หรือการแก้ปัญหาตามหลักพระพุทธศาสนา ไม่เฉพาะแต่การแก้ปัญหาของนักเรียนเท่านั้น เราสามารถนำขั้นตอนการแก้ปัญหานี้ไปประยุกต์ใช้กับการแก้ปัญหาทางด้านอื่นๆ อีกเป็นจำนวนมากที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน เช่น ปัญหาทางการเมืองต้องเริ่มต้นที่การพัฒนาคนให้เป็นเป็นผู้นำที่มีพัฒนาการทางด้าน**ร่างกาย** คือมีสุขภาพสมบูรณ์ **ด้านศีล** คือประพฤติตนอยู่กรอบของศีลธรรม จริยธรรม เป็นตัวอย่างแก่คนในสังคมจะได้ปฏิบัติตาม **ด้านจิตใจ** คือมีจิตใจตระหนักรู้ประโยชน์ส่วนรวม และ**ด้านปัญญา** คือต้องรู้รอบ มองลึก ใจกว้าง อยู่บนหลักยุติธรรม ดังนั้น เมื่อทุกคนในสังคมได้ศึกษาและพัฒนาตัวเองได้ดังกล่าวมานี้ ก็สามารถทำให้ทุกส่วนของสังคมที่ตนเข้าไปเกี่ยวข้องสร้างสรรค์ให้มีความเจริญก้าวหน้าตามด้วย นี้คือเป็นเป้าหมายการพัฒนาแบบยั่งยืนด้วยพุทธวิธี

บทที่ ๔

วิเคราะห์เทคนิคการให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธีมาใช้กับนักเรียน

สาระสำคัญการนำเทคนิคการให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธีมาใช้กับนักเรียน ผู้วิจัยได้สงเคราะห์หลักการสำคัญทางพระพุทธศาสนาจาก(บทที่ ๒ – ๓) และในบทนี้ เป็นการนำหลักการที่ได้ศึกษานำมาประยุกต์ใช้กับนักเรียน โดยแบ่งประเด็นออก ๔ ประการ ได้แก่ (๑) ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา (๒) เนื้อหาสำหรับการให้คำปรึกษานักเรียนจากพุทธวิธี (๓) เป้าหมายการให้คำปรึกษานักเรียนจากพุทธวิธี และ(๔) สรุปวิเคราะห์การให้คำปรึกษานักเรียนจากพุทธวิธี

ดังนั้นการนำเทคนิคการให้คำปรึกษามาใช้กับนักเรียนทั้ง ๔ ประการ ถือเป็นเรื่องสำคัญที่เกี่ยวข้องการอบรมบ่มเพาะนิสัยให้นักเรียนได้เห็นคุณค่าชีวิตของตัวเอง และผู้ที่อยู่รอบข้างตัวเราโดยการไม่เบียบเบียนซึ่งกันและกัน และปฏิบัติตนเหมาะสมตามมารยาทของชาวพุทธ

๔.๑ ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา

ผู้ให้คำปรึกษา คือ ผู้ที่นำพุทธวิธีการให้คำปรึกษามาใช้กับผู้รับคำปรึกษา คือ นักเรียน ดังนั้น การให้คำปรึกษาศึกษา ผู้วิจัยได้กำหนดเจาะจงไปที่บุคคลอยู่ ๓ กลุ่ม คือ (๑) พระภิกษุสงฆ์กับการให้คำปรึกษานักเรียน (๒) หลักปฏิสัมพันธ์ในครอบครัวและสังคม และ (๓) ผู้รับผิดชอบด้านการศึกษา เหตุผลที่ผู้วิจัยเลือกบุคคลทั้งสามกลุ่มมามีบทบาทในการให้คำปรึกษานักเรียนเพราะว่ามีความใกล้ชิดกับนักเรียนเป็นประจำ และเป็นผู้มีอิทธิพลในการอบรมสั่งสอนวิถีการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง ให้มีความรับผิดชอบชั่วดี โดยเฉพาะบาทบาทของพระสงฆ์ได้ทำหน้าที่เป็นศาสนทายตามระยะโครงการพระสอนศีลธรรมในโรงเรียน ซึ่งพระคุณเจ้าท่านได้เข้าไปสอนในโรงเรียน และก็เป็นเรื่องดีที่จะสอนให้นักเรียนมีความเข้าใจปฏิบัติตนถูกต้องกับพระสงฆ์ พร้อมทั้งเห็นคุณค่าของพระรัตนตรัย และการประพฤติตนตามแบบอย่างมารยาทชาวพุทธ สาระสำคัญเนื้อหาที่นำมาใช้ให้คำปรึกษากับนักเรียน มีดังนี้

๔.๑.๑ พระภิกษุสงฆ์กับการให้คำปรึกษานักเรียน

สำหรับพระสงฆ์กับการให้คำปรึกษานักเรียนนี้ ถือเป็นบทบาทหน้าที่ของพระสงฆ์โดยตรงในการสั่งสอนพุทธบริษัท ให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับหลักปฏิบัติสำหรับชาวพุทธซึ่งผู้วิจัยเห็นว่า หลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ทรงตรัสรู้มานั้น ก็เพื่อให้พระสงฆ์ผู้เป็นพุทธสาวก

ได้นำไปประกาศเผยแผ่แด่พุทธศาสนิกชนให้ปฏิบัติตาม ถึงแม้ว่าพระธรรมคำสอนนั้นจะมีเป็นจำนวนมากที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ ณ ที่ต่างๆ แต่สำหรับหลักธรรมหรือข้อปฏิบัติที่พระสงฆ์ควรนำมาใช้ให้คำปรึกษาแก่นักเรียนเพื่อให้เหมาะสมกับสภาวะการณ์ปัจจุบัน ผู้วิจัยจึงเห็นควรให้สอนเรื่อง**ความกตัญญู**

เหตุผลที่ผู้วิจัยใคร่เลือกหัวข้อธรรมะดังกล่าว โดยเน้นให้พระสงฆ์ช่วยสอนเรื่องนี้ให้นักเรียนมีความเข้าใจปฏิบัติได้จริงๆ และก็เป็นเรื่องที่สังคมมีความต้องการด้วย เพราะนับวันเมื่อสภาพสังคมเปลี่ยนแปลงไปตามกระแสโลกาภิวัตน์ ลูกหลานได้ละเลยหน้าที่ของตัวเอง คือการเลี้ยงดูแลพ่อแม่ผู้ให้กำเนิด และให้ทุกอย่างแก่ชีวิต แต่ตรงกันข้ามข่าวคราวดังได้ปรากฏตามหน้าสิ่งพิมพ์ต่างๆ คือ **ผู้สูงอายุถูกทอดทิ้ง**[๑] นี้ก็เป็นปัญหาสังคมอย่างหนึ่งที่ไม่ควรเพิกเฉย ฉะนั้น การปลูกฝังความกตัญญูรู้คุณนี้ ต้องเริ่มปลูกฝังในวัยเด็กๆ ที่เป็นวัยแห่งการเรียนและจดจำสิ่งต่างๆ ที่ได้ประสบพบเจอตลอดชีวิต ถ้าถูกปลูกฝังในทางที่ถูกต้องได้ ซึ่งเรื่องของความกตัญญูนี้พระสงฆ์มีความรู้ดีเป็นแบบอย่างสร้างความเคารพศรัทธาให้แก่พุทธบริษัทได้

๑. เนื้อหาสำหรับการให้คำปรึกษา

สาระสำคัญของความกตัญญู ถือเป็นหลักปฏิบัติสำหรับทุกคน ที่จะต้องปฏิบัติต่อกันทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ โดยเฉพาะการปฏิบัติกันนั้นเน้นไปที่การกระทำที่สุจริต มีกุศลจิตเป็นที่ตั้ง และอยู่บนหลักความถูกต้องโดยไม่กระทบกระเทือนทั้งต่อตนเอง และมวลมนุษยชาติผู้มาอาศัยโลกใบนี้เป็นเพียงชั่วคราว แล้วก็จากไป ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

---

[๑] **ศ.ศศิพัฒน์ ยอดเพชร** อาจารย์คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ระบุว่า ผู้หญิงมีบุตรเฉลี่ยลดลง จาก ๕.๔ คน ในปี ๒๕๐๓ เหลือเพียง ๑.๘๕ คน ในปี ๒๕๕๓ ขณะที่อายุเฉลี่ยของคนไทยเพิ่มขึ้นจาก ๗๑.๗ ปี ในปัจจุบัน เป็น ๗๖.๔ ปี ในอีก ๒๐ ปีข้างหน้า การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างนี้ทำให้สัดส่วนประชากรผู้สูงอายุต่อสัดส่วนประชากรทั้งประเทศ เพิ่มจากร้อยละ ๗ เป็นร้อยละ ๑๑ และจะเพิ่มเป็นร้อยละ ๒๕ ในปี ๒๕๗๓ หมายความว่าคนไทย ๔ คน จะมีคนสูงอายุ ๑ คน **จากการสำรวจยังพบว่า** ปัจจุบันผู้สูงอายุอยู่ตามลำพังมากขึ้น จากร้อยละ ๓.๖ ในปี ๒๕๓๗ เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ ๗.๖ ในปี ๒๕๕๐ ผู้สูงอายุที่อยู่กับคู่สมรสลำพังมีร้อยละ ๑๑.๖ ในปี ๒๕๓๗ เพิ่มเป็นร้อยละ ๑๖.๓ ในปี ๒๕๕๐ ขณะที่แนวโน้มที่น่ากังวลคือสัดส่วนของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับลูกลดลงตามลำดับจากร้อยละ ๗๓.๖ ในปี ๒๕๓๗ เหลือร้อยละ ๖๕.๗ ในปี ๒๕๔๕ และร้อยละ ๖๐.๒ ในปี ๒๕๕๐ แสดงว่าผู้สูงอายุที่อยู่กันลำพังมีมากขึ้น อยู่ห่างครอบครัว ห่างลูกทำให้การแสดงความรัก ความห่วงใยลดลง โอกาสใกล้ชิดกับคนในครอบครัวลดลง การแสดงความรักต้องพึ่งพาเทคโนโลยีการสื่อสาร เช่น โทรศัพท์มือถือ เหล่านี้ล้วนส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่ขาดผู้ดูแลเอาใจใส่. อ้างใน http://www.thaihealth.or.th/node/๑๖๕๒๗ เข้าถึงมูลเมื่อ <17/11/2010>

๒. ความหมายกตัญญู

ความกตัญญู หมายถึง เป็นคุณธรรมพื้นฐานของมนุษย์ที่ต้องปฏิบัติต่อกัน ซึ่งการได้รับการอุปการะเลี้ยงดูจากบุคคลต่างๆ มีบิดามารดา ครูอาจารย์ ญาติพี่น้อง โดยเฉพาะจะต้องอาศัยปัจจัย ๔ เป็นเครื่องเลี้ยงชีวิต ซึ่งความกตัญญูนี้ มิใช่หลักปฏิบัติต่อมนุษย์ด้วยกันเท่านั้น แม้กระทั่งต่อสัตว์และพืชทั้งหลายก็ต้องกระทำเช่นเดียวกัน[๒]

ตามหลักพระพุทธศาสนา พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ว่า **เป็นบุคคลที่หาได้ยากมีอยู่ ๒ จำพวก** กล่าวคือ[๓] (๑) **บุพพการี** หมายถึง ผู้ทำอุปการะก่อน และ (๒) **กตัญญูกตเวที** หมายถึง ผู้รู้อุปการะที่เขาทำแล้วและตอบแทน

ฉะนั้น ทั้งบุพการีบุคคล และกตัญญูกตเวทีบุคคล ก็จะต้องเป็นบุคคลที่มาคู่กันเสมอ เพราะเมื่อมีผู้ทำอุปการะก่อน แล้วจึงมีผู้รู้อุปการะที่ท่านทำแล้วและตอบแทน[๔] ซึ่งก็หมายความว่า บุคคลที่หาได้ยากสองอย่างนี้ ก็เพราะหมู่สัตว์ส่วนใหญ่ถูกอวิชชาครอบงำ ยากที่จะมองเห็นคุณค่าของบุคคลอื่นได้ และการที่เรามองเห็นคุณค่าหรือรู้บุญคุณท่านนั้น แล้วกระทำตอบให้ปรากฏขึ้นนี้ เป็นธรรมประคองโลกให้เป็นอยู่ได้ และอยู่ได้ด้วยความสงบสุข[๕]

สรุปความว่า **ความกตัญญูกตเวที** เป็นคำที่มาคู่กันเมื่อกล่าวถึงความกตัญญูแล้ว จำเป็นต้องกล่าวถึงกตเวทีไปโดยปริยาย เพราะในทางปฏิบัติแล้วคุณธรรม ๒ ข้อนี้ไม่สามารถแยกจากกันได้ เหมือนอย่างพ่อแม่ และลูกหลานก็ไม่สามารถที่จะแยกออกจากกันได้ก็ฉันนั้น

๓. ความสำคัญของความกตัญญู

ความกตัญญูนั้น มีความจำเป็นและสำคัญทั้งในลักษณะเป็นปัจเจกบุคคล และมวลมนุษยชาติทั้งหลายที่ต้องปฏิบัติต่อกันโดยมีกุศลจิตเป็นที่ตั้งสำหรับประสานงานกันในด้านต่างๆ อันเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตส่วนตน และการเห็นประโยชน์ต่อประเทศชาติเพื่อก่อให้เกิดความเจริญรุ่งเรืองได้

---

[๒]พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), **คนไทยกับป่า**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๓๗), หน้า ๒๑.

[๓]องฺ.ติก. (ไทย) ๒๐/๑๒๐/๑๑๔.

[๔]พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓),หน้า ๑๓๙.

[๕]พุทธทาสภิกขุ, **กตัญญูกตเวทีเป็นร่มโพธิ์ร่มไทรของโลก**, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๓๖), หน้า ๒.

อนึ่ง เรื่องความสำคัญของความกตัญญูนี้ **หล่วงพ่อปัญญานันทภิกขุ** กล่าวถึงปรัชญาเมธี ก็คือ**ลัทธิขงจื้อ** ได้เขียนหลักปฏิบัติที่สำคัญเกี่ยวกับความกตัญญูไว้ สำหรับให้ลูกปฏิบัติต่อ พ่อแม่ ปู่ ย่า ตา ยาย โดยสอนให้รู้จักเคารพนับถือผู้มีพระคุณตามประเพณีของจีน เช่น ตื่นเช้าต้องจุดธูป ๓ ดอก ยืนหน้าบ้าน เพื่อไหว้ฟ้าดิน รำลึกถึงบุญคุณของแผ่นดินและฟ้า[๖] แนวคิดสำคัญลัทธิขงจื้อที่ว่า...ต้องไหว้ฟ้าดิน เพื่อระลึกถึงบุญคุณของแผ่นดินและฟ้านั้น มีความสอดคล้องกับทัศนะ**พระเมธีธรรมาภรณ์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)** ซึ่งได้กล่าวถึง ความกตัญญูไว้ว่า

> ความกตัญญูนั้นไม่มีเฉพาะมนุษย์เท่านั้น ความรู้คุณของวัตถุสิ่งของก็เป็นกตัญญู ไม่ว่าจะเป็นถนนหนทาง บ้านที่พักอาศัย ธรรมชาติแวดล้อมที่เราอยู่ทุกสิ่งล้วนมีบุญคุณ ดังสุภาษิตว่า **นิมิตฺตํ สาธุรูปานํ กตญฺญูกตเวทิตา** กล่าวคือ ความรู้คุณ และประกาศตอบแทนคุณนั้นให้ปรากฏเป็นเครื่องหมายของคนดี[๗]

จากทัศนะดังกล่าวนี้ ย่อมแสดงให้เห็นอิทธิพล หรือ พฤติกรรมบ้างอย่างของมวลมนุษย์ทั้งในเรื่องการ**ละทิ้งพ่อแม่ให้อยู่อย่างโดดเดียวไร้ที่พึ่ง** และแม้กระทั่งการใช้ทรัพยากรธรรมชาติ อันมีอยู่อย่างจำกัดนี้ไปในแนวทางที่ขาดความรับผิดชอบ ไม่มีจิตสำนึกรู้คุณค่าของธรรมชาติและสภาพแวดล้อมต่างๆ ที่อำนวยความสะดวกแก่กิเลสของตน เพื่อปรนเปรอความต้องการที่ไม่รู้จักจบสิ้น แล้วผลตามมาจากการไม่มีความรับผิดชอบต่อการใช้สภาพแวดล้อมนี้ ธรรมชาติลงโทษมนุษย์ผู้เบียดเบียนธรรมชาติโดยประการต่างๆ อาทิ **น้ำท่วม** เป็นต้น เห็นได้ชัดประเทศไทยปัจจุบันได้ประสบกับปัญหานี้อย่างหนัก ก็เพราะคนไม่กตัญญูต่อแผ่นดินเกิดนั้นเอง

๔. ประเภทของความกตัญญู

ประเด็นเกี่ยวข้องกับความกตัญญูดังได้กล่าวมาแล้วทั้งความหมาย และความสำคัญ ส่วนประเภทของความกตัญญู โดยทั่วไปมีการจำแนกความกตัญญูออกเป็น ๔ ประเภท[๘] คือ

๑) ความกตัญญูต่อบุคคล ได้แก่ พระพุทธเจ้า พระสงฆ์ บิดามารดา ครูอาจารย์

---

[๖]พระเทพวิสุทธิเมธี (ปัญญานันทภิกขุ), **กตัญญูกตเวที เป็นเครื่องหมายของคนดี**, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๓๖), หน้า ๖-๗.

[๗]พระเมธีธรรมาภรณ์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), **ธรรมะและการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม**, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๓๘), หน้า ๑๒.

[๘]สมเด็จพระมหาวีรวงศ์ (พิมพ์ ธมฺมธโร), **มงคลยอดชีวิต ฉบับสมบูรณ์**, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๒๘), หน้า ๔๕๐.

๒) ความกตัญญูต่อสถาบัน ได้แก่ สถาบันชาติ ศาสนา และพระมหากษัตริย์

๓) ความกตัญญูต่อสัตว์ทั้งหลาย เช่น ช้าง วัว ควาย เป็นต้น

๔) ความกตัญญูต่อธรรมชาติสิ่งแวดล้อม

ฉะนั้น ประเภทของความกตัญญูนี้ ผู้วิจัยใคร่นำเสนอคือ **กตัญญูต่อ ๓ สถาบันหลักของชาติ** ซึ่งสืบเนื่องจากสามสถาบันหลักนี้ มีความเกี่ยวโยงกันทั้งในแง่ของรูปธรรม และนามธรรม และเห็นได้จากการที่ประชาชนพุทธบริษัทเคารพศรัทธาปฏิบัติสืบต่อกันเป็นเวลามายาวนานอันเกี่ยวข้องกับวันสำคัญต่างๆ เช่น วันสำคัญทางพระพุทธศาสนา หรือ วันเฉลิมพระชนมพรรษา เป็นต้น ที่ถือเป็นเอกลักษณ์สำคัญของชาติไทยสืบมา

๑) ความกตัญญูต่อประเทศชาติ

คำว่า **ชาติ** หมายถึง ประเทศ, ประชาชนที่เป็นพลเมืองของประเทศ, กลุ่มชนที่มีความรู้สึกในเรื่องเชื้อชาติ ศาสนา ภาษา ประวัติศาสตร์ ความเป็นมาของขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรม อย่างเดียวกันหรืออยู่ในปกครองรัฐบาลเดียวกัน[๙] การปลูกจิตสำนึกคนในชาติให้เห็นคุณค่าของแผ่นดินที่ตนเองได้อาศัยอยู่ จะต้องมีหน้าที่รับผิดชอบต่อบุญคุณของแผ่นดินให้มากที่สุดเท่าที่จะกระทำได้ แต่ตรงกันข้ามสภาวะสังคมปัจจุบันคนที่อยู่ในตำแหน่งหน้าที่ต่างๆ เอารัดเอาเปรียบประชาชนที่ไม่มีอันจะกิน เช่น มีการยึดครองที่ดินทรัพยากรธรรมชาติที่มีอยู่อย่างจำกัดนี้ ไปสร้างประโยชน์บางอย่างให้เกิดผลต่อตนเองเป็นการส่วนตัว หรือพวกพ้องข้องเกี่ยวกันกับผลประโยชน์ ก็ได้ทำลายทรัพยากรธรรมชาติไป โดยไม่มีจิตสำนึกหรือรับผิดชอบการกระทำของตัวเอง แล้วผลตามมาจากการทำลายทรัพยากรธรรมชาติดังกล่าว ก่อให้เกิดอุทกภัย วาตภัยต่างๆ นานา ผลเสียตามมาก็คือความยากจนของประชาชน และประเทศชาติตกต่ำเช่นอย่างที่เป็นอยู่เพราะขาดจริยธรรมที่ถูกต้อง

ฉะนั้น ความจำเป็นต้องเป็นคนมีความกตัญญูกตเวทีต่อชาติ และถือเป็นกำลังสำคัญส่วนหนึ่งที่จะช่วยให้ประเทศชาติเจริญก้าวหน้า เจริญรุ่งเรืองและมั่นคง คนในชาติจะต้องมีความพร้อมเพรียงร่วมมือร่วมใจรักใคร่กลมเกลียวเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน และเป็นการแสดงออกซึ่งความกตัญญูกตเวทีต่อประเทศชาติที่พึงกระทำต่อประเทศชาติ ด้วยเหตุนี้ หน้าที่ความรับผิดชอบของทุกๆ คน ที่ต้องกระทำต่อชาตินั้น มีผู้กล่าวถึง**หลักการปฏิบัติต่อชาติ** พอสรุปดังนี้

---

[๙] ราชบัณฑิตยสถาน, **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : อักษรเจริญทัศน์, ๒๕๓๑), หน้า ๒๖๖.

๑. ต้องจงรักภักดีและรักษาไว้ซึ่งสถาบันชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ ซึ่งเป็นสถาบันสูงสุดของชาติ เป็นที่เคารพสักการะบูชาของประชาชนชาวไทยทุกคน

๒. ต้องรักษาระบอบประชาธิปไตย คือการปกครองโดยระบอบประชาธิปไตย ซึ่งมีพระมหากษัตริย์เป็นประมุข และมีรัฐธรรมนูญเป็นกฎหมายสูงสุดของประเทศ ประชาชนทุกคนจึงมีหน้าที่รักษาไว้ซึ่งการปกครองระบอบประชาธิปไตย และรัฐธรรมนูญของชาติที่ได้กำหนดไว้

๓. ปกป้องและรักษาผลประโยชน์ของชาติ ประเทศชาติเป็นของประชาชนชาวไทยทุกคน ดังนั้นในฐานะที่เป็นประชาชนส่วนหนึ่งของประเทศ จึงต้องมีหน้าที่ปกป้องและรักษาซึ่งความเป็นเอกราชความมั่นคง และผลประโยชน์ของชาติ

๔. ส่งเสริมและรักษาเกียรติของชาติ ภาคภูมิใจในความเป็นไทย ดังเช่น พระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวที่ว่า “ขอให้ทุกคนระลึกถึงว่า ทุกคนมีหน้าที่ทั้งนั้นที่จะรักษาความเป็นไทยนี้ไว้ทั้งในใจ ทั้งในหมู่คณะทั้งชาติ”

๕. สร้างเสริมความสามัคคีของคนในชาติ มีความเมตตากรุณาต่อกัน ซึ่งเป็นคุณธรรมก่อให้เกิดความสามัคคีและความมั่นคงของชาติ

๖. เสียสละประโยชน์สุขส่วนตัว และแม้แต่ชีวิตก็เพื่อประเทศชาติ

๗. ปฏิบัติหน้าที่ของพลเมืองดี โดยการรับราชการทหารประกอบอาชีพสุจริต และเสียสละภาษีอากรเพื่อพัฒนาประเทศ

๘. ยกย่องให้เกียรติผู้ที่ทำหน้าที่ป้องกันและเสียสละเพื่อประเทศชาติ[๑๐]

๒) ความกตัญญูต่อพระศาสนา

ความกตัญญูต่อพระพุทธเจ้า ในฐานะผู้ทรงก่อตั้งพระพุทธศาสนา ทรงบำเพ็ญบารมีมาเป็นเวลาอันยาวนาน เพื่อขนเหล่าสรรพสัตว์ออกจากสังสารวัฏ เมื่อครั้งที่พระองค์ทรงได้ตรัสรู้พระอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณใหม่ๆ ทรงมีพระทัยโน้มไปเพื่อความเป็นผู้ขวนขวายน้อย แต่เพราะทรงอาศัยความเอ็นดูในเหล่าสรรพสัตว์ พระองค์จึงทรงเริ่มประกาศพระศาสนา มุ่งประโยชน์สุขแก่โลก จะได้พ้นจากทุกข์ ดังที่พระองค์ได้ทรงบำเพ็ญพุทธกิจตลอดเวลา ๔๕ พรรษา[๑๑]

ฉะนั้นการพัฒนาจิตสู่ความกตัญญูดังกล่าวข้างต้น หมายถึง กตัญญูต่อพระพุทธองค์ซึ่งทรงเป็นผู้มีอุปการคุณ ทรงเป็นปูชนียบุคคลของพุทธบริษัทไว้ ๓ ฐานะ ได้แก่

---

[๑๐]วีระชัย มีชอบธรรม, **สร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ๖**, (กรุงเทพมหานคร : หจก. อักษรบัณฑิต, ๒๕๒๗), หน้า ๒๐–๒๑.

[๑๑]พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, หน้า ๑๙๐.

๑. ในฐานะทรงพระปัญญาคุณ

๒. ในฐานะพระบริสุทธิคุณ และ

๓. ในฐานะพระมหากรุณาคุณ[๑๒]

ด้วยพระคุณทั้ง ๓ ประการนี้ พระพุทธองค์ทรงเป็นพระบรมครู[๑๓] ทรงชี้แนะบอกทางสว่างให้เวไนยสัตว์ทั้งปวง ได้ประพฤติปฏิบัติหลักคำสั่งสอนของพระองค์ที่เรียกว่า **พระธรรมวินัย** ซึ่งเป็นหลักปฏิบัติสำหรับพุทธบริษัท กระทำให้แจ้งหมดจากกิเลสเข้าสู่บรมสุขตามบารมีของแต่ละบุคคล ดังนั้น พระพุทธองค์จึงเป็นผู้มีอุปการคุณมาก พุทธบริษัทก็ต้องเคารพศรัทธาในพุทธคุณ ๙ ประการ[๑๔]

แน่นอนว่า แม้พระพุทธองค์จะปรินิพพานไปนานแล้วก็ตาม พุทธศาสนิกชนก็ยังรักษาสืบทอดปฏิบัติตามพระธรรมวินัย เป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง ซึ่งทรงมีพระดำรัสว่า “**ผู้ใดปฏิบัติตามคำสอนของพระองค์ ผู้นั้นชื่อว่าได้บูชาพระองค์**”[๑๕] จากพระพุทธดำรัสนี้ ย่อมแสดงว่า พระพุทธองค์ทรงให้ความเคารพพระธรรมเป็นสิ่งสำคัญ ก็คือคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทั้งใน หลักความจริง และหลักความประพฤติ[๑๖] ให้ถือเป็นเหมือนตัวแทนพระพุทธเจ้านั่นเอง และให้พุทธบริษัททั้งหมดอยู่กันตามหลักการของพระธรรมวินัยในพระไตรปิฎก ถือเอาพระไตรปิฎกเป็นที่พักพิง และเป็นมาตรฐานสุดท้ายในการตัดสินความ[๑๗] โดยการตั้งใจศึกษาศาสนาให้ซาบซึ้งว่า ส่วนนี้

---

[๑๒]พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **เรื่องเดียวกัน**, หน้า ๑๙๑.

[๑๓]พระมหาสังเวย ธมฺมเนตฺติโก, **ความอัศจรรย์ในพระธรรมวินัย**, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ประดิพัทธ์, ๒๕๓๖), หน้า ๔๕.

[๑๔]**คุณของพระพุทธเจ้ามี ๙ ประการ** คือ (๑) เป็นพระอรหันต์ (๒) เป็นผู้ตรัสรู้ด้วยพระองค์เองโดยชอบ (๓) เป็นผู้เพียบพร้อมด้วยวิชชาและจรณะ (๔) เป็นผู้เสด็จไปดี (๕) เป็นผู้รู้แจ้งโลก (๖) เป็นสารถีฝึกผู้ที่ควรฝึกได้อย่างยอดเยี่ยม (๗) เป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย (๘) เป็นพระพุทธเจ้า (๙) เป็นพระผู้มีพระภาค. ดูรายละเอียดใน ม.มู. (ไทย) ๑๒/๗๔/๖๕–๖๖.

[๑๕]ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๙๙/๑๔๘.

[๑๖]พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตน์ ฉบับประมวลศัพท์**, หน้า ๑๘๓.

[๑๗]พระศรีปริยัติโมลี (สมชัย กุสลจิตฺโต), “พระธรรมวินัย กฎหมาย ทิฏฐิ และผลประโยชน์ กรณีความเห็นขัดแย้งกันในเรื่อง พ.ร.บ. สงฆ์ ฉบับใหม่”, ใน **สารนิพนธ์พุทธศาสตรบัณฑิต รุ่นที่ ๔๗**, รวบรวมและจัดพิมพ์โดย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๑๔๙.

เป็นข้อห้าม ส่วนนี้เป็นข้ออนุญาต ส่วนนี้ควรเว้น ส่วนนี้ควรปฏิบัติ ซึ่งการปฏิบัติตามพุทธโอวาทในศาสนา นี่ชื่อว่า มีความกตัญญูต่อพระศาสนา[๑๘]

ด้วยเหตุนี้ พุทธศาสนิกชนผู้เป็นศาสนทายาทต้องระลึกพระคุณ โดยการไม่ลบหลู่ต่อพระพุทธศาสนา อุปถัมภ์พระพุทธศาสนาตามสมควรแก่กรณีบูชาด้วย อามิสบูชา และปฏิบัติบูชา ดำรงรักษาสืบทอดอายุพระพุทธศาสนา ได้ชื่อว่า ผู้มีความกตัญญูกตเวทีพระสัมมาสัมพุทธเจ้า[๑๙] ดังนั้น การปฏิบัติของชาวพุทธ เมื่อถึงคราวถึงวาระมาบรรจบแต่ละปี ทุกวัด และทุกหน่วยงานของรัฐ ก็ได้จัดเตรียมเพื่อบูชารำลึกถึงพระคุณของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เมื่อมาประจวบพอดีกันของเหตุการณ์ ๓ ประการ ของวันวิสาขบูชา โดยมีความสำคัญและความน่าอัศจรรย์ ทำให้เราเกิดความภาคภูมิใจ และความเลื่อมใสศรัทธา แล้วกระทำอามิสบูชาต่อพระรัตนตรัย แต่ความหมายอันลึกซึ้งที่ประสานกันของเหตุการณ์ทั้งสามนั้น คือ เป็นอนุสติเตือนใจให้เราระลึกถึงหลักธรรมแล้วกระทำปฏิบัติบูชา[๒๐]

นอกจากการศึกษาทำความเข้าใจหลักธรรมแล้ว พุทธศาสนิกชน และสถาบันต่างๆ ในสังคม ควรจัดกิจกรรมเพื่อถวายเป็นพุทธบูชาด้วย โดยการกระทำตน พอสรุปดังนี้

๑. **ให้ทาน** ถวายภัตตาหารแด่พระภิกษุสามเณรในช่วงเช้าหรือเพล บริจาคทรัพย์ช่วยเหลือเกื้อกูลผู้ยากไร้ และบำเพ็ญสาธารณประโยชน์

๒. **รักษาศีล** สำรวมระวังกาย วาจา ด้วยการรักษาศีล ๕ หรือ ศีล ๘ พร้อมทั้งบำเพ็ญเบญจธรรมสนับสนุนด้วย

๓. **เจริญภาวนา** บำเพ็ญจิตภาวนาด้วยไหว้พระ สวดมนต์ และปฏิบัติสมาธิและวิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔

๔. **เวียนเทียน** การเวียนเทียน เป็นการบูชาพระรัตนตรัยด้วยอามิสบูชา และปฏิบัติบูชา

การปฏิบัติบูชาทั้ง ๔ ประการนี้ พุทธศาสนิกชนทุกคนควรแต่งกายให้สุภาพมีความเหมาะสม โดยเฉพาะสังคมไทยปัจจุบันหน่วยงานของรัฐ และผู้ปกครองทุกองค์กร จะต้องปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างแก่เยาวชนเพื่อน้อมนำไปปฏิบัติตาม เนื่องจากกระแสวัฒนธรรมตะวันตกกำลังแพร่หลายเข้าสู่จิตวิญญาณของเยาวชน โดยการเสพหรือการปฏิบัติตามที่ผิดๆ รู้เท่าไม่ถึงการณ์

---

[๑๘] สมเด็จพระมหาวีรวงศ์ (พิมพ์ ธมฺมธโร), **มงคลยอดชีวิต ฉบับสมบูรณ์**, หน้า ๔๕๓.

[๑๙] สมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ สุวฑฺฒโน), **พระธรรมเทศนาในพระราชสำนัก**, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อักษรไทย, ๒๕๔๑), หน้า ๑๘๕.

[๒๐] พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **มองวันวิสาขบูชาหยั่งถึงอารยธรรมโลก**, หน้า ๖.

จนคล้ายเป็นวัฒนธรรมเข้าไปทุกที ดังจะเห็นในสื่อสิ่งพิมพ์ต่างๆ ณ เวลานี้ ซึ่งเป็นปัญหาของชาติยากที่จะแก้ไขได้หากไม่เริ่มกันตอนนี้ กล่าวคือ ปัญหาศีลธรรมจะไวรัสของประเทศ

๓) ความกตัญญูต่อพระมหากษัตริย์

สถาบันพระมหากษัตริย์ ถือเป็นสถาบันสูงยิ่งในความรู้สึกของประชาชนชาวไทย และประชาชนต่างชาติต่างภาษา ด้วยพระปรีชาญาณของพระองค์ เพราะทรงเป็นผู้นำในทุกๆ ด้าน เพื่อให้อาณาประชาราษฎร์ได้รับความสุขทั่วหน้า ซึ่งทรงทำหน้าที่เป็นทั้งพ่อ และผู้ปกครองลูก คือไพร่ฟ้าประชาราษฎร์ คนไทยจึงรักใคร่และเทิดทูนกษัตริย์ฝังแน่นลงไปในสายเลือด โดยถือว่าพระองค์ได้ประกอบคุณงามความดี สิ่งใดเป็นของพระมหากษัตริย์คนไทยก็เคารพบูชาถือว่าเป็นของสูงในจิตสำนึกแด่พระมหากรุณาธิคุณนี้

ฉะนั้น การปลูกจิตสำนึกในองค์พระมหากษัตริย์ ผู้ทรงมีพระคุณต่อประชาราษฎร์ ส่วนประชาราษฎร์ก็ต้องตอบแทนคุณของพระองค์ โดยปฏิบัติตามพระบรมราโชวาท และปฏิบัติตามกฎหมาย ดำรงตนอยู่ในศีลธรรม เป็นพลเมืองดีมีความจงรักภักดี ซื่อสัตย์สุจริตต่อหน้าที่การงาน เพื่อนำพาประเทศให้เจริญก้าวหน้าอย่างนานาอารียประเทศ มีอิสรภาพในการดำเนินชีวิต ยึดหลักสัมมาอาชีพ และต้องกระทำตนเป็นประโยชน์แก่ สังคม ประเทศชาติ และบวรพระพุทธศาสนา เมื่อปฏิบัติได้อย่างนี้ได้ชื่อว่า **เป็นผู้มีความกตัญญูในพระมหากษัตริย์**

๔.๑.๒ หลักปฏิสัมพันธ์ในครอบครัวและสังคม

สำหรับหลักปฏิสัมพันธ์ในครอบครัวและสังคม ผู้วิจัยเห็นว่าหลักธรรมที่เหมาะสมที่สุดสำหรับปฏิบัติต่อกันระหว่างพ่อแม่ลูกและสังคม ในทางพระพุทธศาสนาได้บอกวิธีปฏิบัติต่อกันอย่างชัดเจน คือ **หลักทิศ ๖** ซึ่งเป็นหลักปฏิบัติหรือเป็นกติการวมกันที่ได้กำหนดขึ้นมาโดยต่างคนก็ต้องปฏิบัติต่อกันอย่างเหมาะสมกับสถานะ และหน้าที่ที่ได้รับผิดชอบ เมื่อได้ทำถูกต้องแล้วก็จะเกิดความเจริญก้าวหน้าในหน้าที่การงาน และองค์กรก็เจริญตามมาด้วย

ฉะนั้น **สาระสำคัญของทิศ ๖** ซึ่งเป็นหลักปฏิบัติสัมพันธ์กันทางสังคมในฐานะที่แตกต่างกันเปรียบดังทิศทั้ง ๖ ที่อยู่รอบตัวเรา ด้วยเหตุที่บุคคลเกี่ยวเนื่องกันทางสังคม จึงเป็นหน้าที่ของแต่ละคนต้องปฏิบัติต่อกันอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ลักษณะเช่นนี้จึงเท่ากับเป็นการบูชาเคารพบุคคลทั้ง ๖ ประเภท และเป็นการให้เกียรติซึ่งกันและกัน ดังนั้น ผู้ปกครองกับการให้คำปรึกษาแก่นักเรียน(ลูก)นี้ ผู้ปกครองก็ต้องปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่ลูกด้วย จึงจะสามารถปลูกจิตสำนึกความกตัญญูดังกล่าวแล้วข้างต้น สำหรับหลักปฏิบัติของทิศ ๖ มีดังต่อไปนี้

๑. **ทิศเบื้องหน้า** คือ ทิศตะวันออก (ปุรัตถิมทิศ) ได้แก่บิดามารดา เพราะเป็นผู้มาก่อน คือ บิดามารดาเกิดมาก่อน เป็นผู้ให้กำเนิดบุตร เป็นผู้ให้ชีวิต และเป็นผู้ทำอุปการคุณแก่บุตรก่อน จึงเกี่ยวข้องกับบุตรใน ๒ ลักษณะ คือ

๑) บิดามารดาเป็นผู้ให้กำเนิด มีความเกี่ยวข้องกับบุตรทางชีววิทยาหรือทางพันธุกรรม

๒) บิดามารดาเป็นผู้รับผิดชอบต่อบุตร บุตรอยู่ในความรับผิดชอบของบิดามารดาทางสังคม จึงมีความเกี่ยวข้องกับบุตร[๒๑]

ดังนั้น เมื่อบิดามารดาผู้มีอุปการคุณต่อบุตร ผู้เป็นบุตรจะต้องบูชาบุญคุณของท่านด้วยการปฏิบัติสงเคราะห์ต่อท่าน ดังนี้

(๑) บุตรพึงบำรุงบิดามารดาผู้เป็นทิศเบื้องหน้าโดยหน้าที่ ๕ ประการ คือ

๑) ท่านเลี้ยงเรามา เราจักเลี้ยงท่านตอบ

๒) จักทำกิจของท่าน

๓) จักดำรงวงศ์ตระกูล

๔) จักประพฤติตนให้เหมาะสมที่จะเป็นทายาท

๕) เมื่อท่านล่วงลับไปแล้ว ทำบุญอุทิศให้ท่าน

(๒) บิดามารดาผู้เป็นทิศเบื้องหน้า ย่อมอนุเคราะห์บุตรโดยหน้าที่ ๕ ประการ คือ

๑) ห้ามไม่ให้ทำความชั่ว

๒) ให้ตั้งอยู่ในความดี

๓) ให้ศึกษาศิลปวิทยา

๔) หาภรรยา (สามี) ที่สมควรให้

๕) มอบทรัพย์สมบัติให้ในเวลาอันสมควร[๒๒]

สรุปความว่า การมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันระหว่างพ่อแม่ลูกใน**ทิศเบื้องหน้า**นี้ ผู้ปกครองมีความสำคัญอย่างมากในการนำพาครอบครัวให้มีความสุขปราศจากความขัดแย้งกันภายใสครอบครัว โดยพ่อแม่นั้นต้องตั้งกติกาหน้าที่ให้ลูกทุกคนมีหน้าที่รับผิดชอบต่อกิจกรรมประจำวันที่

---

[๒๑]พระมหาหมวด สุกฺกธมฺโม, “การศึกษาเชิงวิเคราะห์แนวความคิดเรื่องความเคารพในพระพุทธศาสนา” **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๔๖, หน้า ๒๙.

[๒๒]ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๖๗/๒๑๒–๒๑๓.

บ้านบางอย่างให้เขาได้ทำ คือเป็นการมอบหมายงานให้เข้าได้ฝึกการรับผิดต่องาน เช่น การทำความสะอาดบ้าน หรือ รดน้ำต้นไม้ เป็นต้น ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้เป็นการปลูกจิตสำนึก สร้างเสริมความรักสามัคคีกันและการมีประชาธิปไตยในครอบครัว

๒. **ทิศเบื้องขวา** คือ ทิศใต้ (ทักษิณทิศ) ได้แก่ครูอาจารย์เพราะเป็นผู้ที่ควรแก่การบูชาคุณ (ทักขิไณยบุคคล) ครูอาจารย์เป็นผู้สั่งสอนศิลปวิทยาให้กับศิษย์เมื่อศิษย์ได้รับอุปการคุณก่อน จึงควรปฏิบัติต่อท่านดังนี้

(๑) ศิษย์พึงบำรุงครูอาจารย์ผู้เป็นทิศเบื้องขวาโดยหน้าที่ ๕ ประการ คือ

๑) ลุกขึ้นยืนรับ

๒) เข้าไปคอยรับใช้

๓) เชื่อฟัง

๔) ดูแลปรนนิบัติ

๕) เรียนศิลปวิทยาโดยเคารพ

(๒) ครูอาจารย์ย่อมอนุเคราะห์ศิษย์โดยหน้าที่ ๕ ประการ คือ

๑) แนะนำให้เป็นคนดี

๒) ให้เรียนดี

๓) บอกความรู้ในศิลปวิทยาทุกอย่างด้วยดี

๔) ยกย่องให้ปรากฏในมิตรสหาย

๕) ทำความป้องกันในทิศทั้งหลาย[๒๓]

๓. **ทิศเบื้องหลัง** คือ ทิศตะวันตก (ปัจฉิมทิศ) หมายถึง คนที่มาทีหลัง ได้แก่บุตรภรรยา เมื่อเราเกิดมายังไม่มีสามีภรรยาและบุตร ต่อมาเมื่อได้ใช้ชีวิตอยู่ด้วยกันในฐานะสามีภรรยา จึงมีบุตร บุคคลผู้มาทีหลังก็คือสามีภรรยา ซึ่งคอยเป็นกำลังสนับสนุนอยู่ข้างหลังเป็นที่พึ่งข้างหลัง คือมีหน้าที่ช่วยสนับสนุนให้อีกฝ่ายก้าวไปข้างหน้า เช่น ภรรยาเป็นกำลังใจให้สามีในการทำงาน กำลังใจจึงเป็นที่พึ่งอย่างดีให้แก่สามี จึงควรทำการบูชาคุณความดีและสงเคราะห์ซึ่งกันและกันตามหลักธรรม ดังนี้

(๑) สามีพึงบำรุงภรรยา ผู้เป็นทิศเบื้องหลังโดยหน้าที่ ๕ ประการ คือ

๑) ให้เกียรติยกย่อง

๒) ไม่ดูหมิ่น

---

[๒๓]ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๖๘/๒๑๓.

๓) ไม่ประพฤตินอกใจ

๔) มอบความเป็นใหญ่ให้

๕) ให้เครื่องแต่งตัว

(๒) ภรรยาย่อมอนุเคราะห์สามีโดยหน้าที่ ๕ ประการ คือ

๑) จัดงานดี

๒) สงเคราะห์คนข้างเคียงดี

๓) ไม่ประพฤตินอกใจ

๔) รักษาทรัพย์ที่สามีหามาได้

๕) ขยันไม่เกียจคร้านในกิจทั้งปวง[๒๔]

๔. ทิศเบื้องซ้าย คือ ทิศเหนือ (อุตตรทิศ) ได้แก่มิตรสหาย คนใกล้ชิด และผู้ร่วมงาน ซึ่งเป็นผู้อยู่เคียงข้าง เป็นผู้คอยส่งเสริมสนับสนุนในหน้าที่การงาน ทำให้ข้ามพ้นปัญหาอุปสรรคภัยอันตราย ได้คอยเป็นกำลังใจให้บรรลุความสำเร็จในหน้าที่การงาน ซึ่งมีหลักธรรมที่สงเคราะห์ระหว่างมิตรกับมิตร ดังนี้

(๑) บุคคลพึงบำรุงมิตรสหาย ผู้เป็นทิศเบื้องซ้ายโดยหน้าที่ ๕ ประการ คือ

๑) การให้ (การแบ่งปันสิ่งของให้)

๒) กล่าววาจาเป็นที่รัก

๓) ประพฤติตนให้เป็นประโยชน์

๔) วางตนสม่ำเสมอ

๕) ไม่พูดจาหลอกลวงกัน

(๒) มิตรสหายย่อมอนุเคราะห์ตอบโดยหน้าที่ ๕ ประการ คือ

๑) ป้องกันมิตรผู้ประมาทแล้ว

๒) ป้องกันทรัพย์ของมิตรผู้ประมาทแล้ว

๓) เมื่อมีภัยก็เป็นที่พึ่งพำนักได้

๔) ไม่ละทิ้งในยามอันตราย

๕) นับถือตลอดถึงวงศ์ตระกูลของมิตร[๒๕]

---

[๒๔]ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๖๙/๒๑๔

[๒๕]ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๗๐/๒๑๔–๒๑๕.

๕. ทิศเบื้องล่าง (เหฏฐิมทิศ) ได้แก่ลูกน้อง ผู้ใต้บังคับบัญชา คนรับใช้และคนงาน เพราะบุคคลดังกล่าวเป็นผู้ที่ช่วยทำการงานต่างๆ จึงเป็นเหมือนฐานกำลังให้แก่เรา มีหลักปฏิบัติต่อกันดังนี้

(๑) นายพึงบำรุงคนรับใช้และคนงาน ผู้เป็นทิศเบื้องล่างโดยหน้าที่ ๕ ประการ คือ

๑) จัดการงานให้ทำตามสมควรแก่กำลัง

๒) ให้อาหารและค่าจ้าง

๓) ดูแลรักษายามเจ็บป่วย

๔) ให้อาหารมีรสแปลก

๕) ให้หยุดงานตามโอกาส

(๒) คนรับใช้และคนงานย่อมอนุเคราะห์นายโดยหน้าที่ ๕ ประการ คือ

๑) ตื่นขึ้นทำงานก่อนนาย

๒) เลิกงานเข้านอนทีหลังนาย

๓) ถือเอาแต่ของที่นายให้

๔) ทำงานให้ดีขึ้น

๕) นำคุณของนายไปสรรเสริญ[๒๖]

๖. ทิศเบื้องบน (อุปริมทิศ) ได้แก่นักบวชหรือสมณพราหมณ์ในศาสนาต่างๆ เช่น บรรพชิตในพระพุทธศาสนา มีหน้าที่ศึกษาปฏิบัติธรรม เผยแผ่คำสอนสืบต่อพระพุทธศาสนามีคุณธรรมและหลักความประพฤติที่ต้องปฏิบัติมากมาย บรรพชิตเป็นผู้สูงด้วยคุณธรรมและเป็นผู้นำทางจิตใจ ดังนั้น จึงควรปฏิบัติดังนี้

(๑) คฤหัสถ์ย่อมบำรุงสมณพราหมณ์ผู้เป็นทิศเบื้องบนโดยหน้าที่ ๕ ประการ คือ

๑) จะทำสิ่งใด ก็ทำด้วยเมตตา

๒) จะพูดสิ่งใด ก็พูดด้วยเมตตา

๓ จะคิดสิ่งใด ก็คิดด้วยเมตตา

๔) เปิดประตูต้อนรับ

๕) ถวายปัจจัยเครื่องยังชีพ

(๒) สมณพราหมณ์ย่อมอนุเคราะห์คฤหัสถ์โดยหน้าที่ ๕ ประการ คือ

๑) ห้ามไม่ให้ทำความชั่ว

---

[๒๖]ที.ปา, (ไทย) ๑๑/๒๗๑/๒๑๕.

๒) ให้ตั้งอยู่ในความดี

๓) อนุเคราะห์ด้วยน้ำใจอันดีงาม

๔) ให้ได้ฟังสิ่งที่ยังไม่เคยฟัง

๕) อธิบายสิ่งที่เคยฟังแล้วให้เข้าใจแจ่มแจ้ง

๖) บอกทางสวรรค์ให้[๒๗]

จากการกล่าวมา เรื่องการปฏิสัมพันธ์ต่อกัน**ตามหลักทิศ ๖** ถือเป็นจริยธรรมขั้นพื้นฐานที่บุคคลในสถานะต่างๆ พึงปฏิบัติต่อกันด้วยความเมตตารักใคร่ มุ่งความสงบสุขของทุกคนเป็นที่ตั้ง โดยเฉพาะในสถาบันครอบครัวทามกลางสภาวะสังคมปัจจุบัน มีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องปลูกฝังสร้างจิตสำนึกของคนในครอบครัวให้ตระหนักถึงหลักธรรมดีงามนี้ไว้เป็นประการแรกในการสั่งสอนลูกหลานให้เป็นเด็กดีมีศีลธรรม มีจริยธรรมในการดำเนินชีวิต โดยการฝึกนิสัยทวนกระแสวัฒนธรรมตะวันตกที่กำลังแพร่ระบาดอยู่ในทุกส่วนของสังคมไทยปัจจุบัน ซึ่งประเด็นปัญหานี้ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้กล่าวว่า... “**การกราบไหว้ในทิศ ๖ ชาวพุทธทุกคนควรให้ความสำคัญ และนำมาปฏิบัติกันอย่างจริงจังสมกับที่เรียกว่า เป็นวินัยของคฤหัสถ์ เป็นมาตรฐานชีวิตของชาวพุทธ หรือเกณฑ์วัดความเป็นชาวพุทธ**”[๒๘]

อาศัยเหตุผลดังกล่าวมานี้ ผู้ปกครองกับการให้คำปรึกษาแก่นักเรียน ซึ่งถือเป็นหน้าที่รับผิดของความเป็นพ่อเป็นแม่ ก็ควรใส่ใจศึกษาและปฏิบัติตนอย่างสม่ำเสมอในเรื่องของทิศ ๖ และนอกจากนี้ ยังมีหลักธรรมที่จะต้องปฏิบัติกันของผู้ใหญ่อันก่อให้เกิดความสุขในครอบครัวก็คือ **พรหมวิหารธรรม** อันเป็นหลักธรรมประจำตัวของผู้ใหญ่ หรือผู้ปกครอง ผู้บริหารราชการ และเป็นหลักธรรมสำหรับผู้อยู่อย่างประเสริฐ ผู้มีจิตใจสูง และใช้เป็นหลักในการควบคุมมารยาทให้เกิดความเอื้อเฟื้อต่อมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายโดยชอบ เพื่อการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข มีหลักปฏิบัติต่อกัน ๔ ประการ ดังนี้

๑. **เมตตา** คือ ความปรารถนาดี ต้องการช่วยเหลือผู้อื่นให้มีความสุข หรืออยากให้ผู้ที่อยู่ภายใต้การปกครองมีความสุข และ คิดทำประโยชน์แก่ผู้ที่อยู่ใต้ปกครองทั่วหน้า

๒. **กรุณา** คือ ความสงสาร อยากช่วยเหลือให้พ้นจากความทุกข์ ใฝ่ใจในอันจะปลดเปลื้องบำบัดความทุกข์ยากของผู้ใต้ปกครองที่ได้รับความเดือดร้อน

---

[๒๗]ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๗๒/๒๑๖.

[๒๘]พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **สอนนาคสอนฑิต ชีวิตพระ ชีวิตชาวพุทธ**, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทธรรมสารจำกัด), หน้า ๕๕.

๓. **มุทิตา** คือ ความพลอยยินดี ในเมื่อเห็นผู้ใต้ปกครองมีความสุข ประสบกับความสำเร็จ เจริญยิ่งๆ ขึ้นไป

๔. **อุเบกขา** คือ ความวางใจเป็นกลาง ไม่ยินดียินร้าย ปฏิบัติด้วยความเที่ยงธรรม[๒๙]

โดยสรุป หลักธรรมทั้ง ๔ ประการ ถือเป็นคุณสมบัติของผู้ใหญ่ที่มีความรักใคร่เมตตาต่อผู้น้อย หรือข้าราชการชั้นผู้ใหญ่พึงอนุเคราะห์ต่อราชการผู้น้อย ที่อยู่ใต้บังคับบัญชา และควรนำมาปรับใช้ในชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะมีความรักใคร่ในบุตร-ธิดา ส่งเสริมเลี้ยงดูด้วยใจ จงอย่าใช้เงินตราเลี้ยงแทนตัว ครอบครัวก็มีความสุขแน่นอน

๔.๑.๓ ผู้รับผิดชอบด้านการจัดการศึกษา

ผู้มีหน้าที่รับผิดชอบด้านการจัดการศึกษา ถือเป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างมากในการให้คำปรึกษาแก่นักเรียน เพราะถือว่าเป็นหน้าที่ของบุคลากรทางการศึกษาโดยตรง ที่จะต้องปลูกฝังให้ผู้เรียนมีความรู้ดี มีคุณธรรม และดำรงตนเป็นประโยชน์แก่ประเทศชาติ ฉะนั้น นักเรียนจะดีมีปัญญารอบรู้ มีวินัยในการปฏิบัติตน ก็จำเป็นต้องอาศัยความรู้ความสามารถของครูผู้สอนที่ปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีแก่นักเรียน โดยการสร้างค่านิยมที่ถูกต้องคือ เป็นแม่แบบในการปฏิบัติตาม หรือที่เรียกว่า **คุณธรรมสำหรับครู** ด้วยเหตุนี้ หลักการทางพระพุทธศาสนาได้กำหนดคุณสมบัติของผู้ที่ทำหน้าที่สอนให้ปัญญา คือ ครู อาจารย์ พึงปฏิบัติในหลัก**กัลยาณมิตรธรรม** ดังพุทธดำรัสที่ว่า

> “ดูกรภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้ประกอบด้วยธรรม ๗ ประการ ควรเสพควรคบเป็นมิตร ควรเข้าไปนั่งใกล้ แม้ถูกขับไล่ ธรรม ๗ ประการเป็นไฉน คือ ภิกษุเป็นที่รักใคร่พอใจ ๑ เป็นที่เคารพ ๑ เป็นผู้ควรสรรเสริญ ๑ เป็นผู้ฉลาดพูด ๑ เป็นผู้อดทนต่อถ้อยคำ ๑ พูดถ้อยคำลึกซึ้ง ๑ ไม่ชักนำในทางที่ไม่ดี ๑ ดูกรภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้ประกอบด้วยธรรม ๗ ประการนี้แล ควรเสพ ควรคบเป็นมิตร ควรเข้าไปนั่งใกล้ แม้ถูกขับไล่”[๓๐]

จากเนื้อความแห่งพุทธดำรัสข้างต้น ได้กล่าวย้ำถึงคุณสมบัติของผู้สอนที่ดีว่าจะต้องประกอบด้วย “ธรรม ๗ ประการ” ที่เรียกว่า “**กัลยาณมิตรธรรม ๗ ประการ**” ได้แก่

---

[๒๙] สํ.ม. (ไทย) ๓๐/๕๗๓/๓๐๙.

[๓๐] องฺ.สตฺตก. (ไทย) ๒๓/๓๔/๓๓.

๑. ปิโย **น่ารัก** คือ มีเมตตากรุณา ใส่ใจคนและประโยชน์สุขของเขา เข้าถึงจิตใจ สร้างความรู้สึกสนิทสนมเป็นกันเอง ชวนใจผู้เรียนให้อยากเข้าไปปรึกษาไต่ถาม

๒. ครุ **น่าเคารพ** คือ เป็นผู้หนักแน่น ถือหลักการเป็นสำคัญ และมีความประพฤติสมควรแก่ฐานะ ทำให้เกิดความรู้สึกอบอุ่นใจ เป็นที่พึ่งได้และปลอดภัย

๓. ภาวนีโย **น่าเจริญใจ** คือ มีความรู้จริง ทรงภูมิปัญญาแท้จริง และเป็นผู้ฝึกฝนปรับปรุงตนอยู่เสมอ เป็นที่น่ายกย่องควรเอาอย่าง ทำให้ศิษย์เอ่ยอ้างและรำลึกถึงด้วยความซาบซึ้ง มั่นใจ และภาคภูมิใจ

๔. วตฺตา **รู้จักพูดให้ได้ผล** คือ รู้จักชี้แจงให้เข้าใจ รู้ว่าเมื่อไรควรพูดอะไร อย่างไร คอยให้คำแนะนำว่ากล่าวตักเตือน เป็นที่ปรึกษาที่ดี

๕. วจนกฺขโม **อดทนต่อถ้อยคำ** คือ พร้อมที่จะรับฟังคำปรึกษาซักถามแม้จุกจิกตลอดจนคำล่วงเกินและคำตักเตือนวิพากษ์วิจารณ์ต่างๆ อดทน ฟังได้ ไม่เบื่อหน่าย ไม่เสียอารมณ์

๖. คมฺภีรญฺจ กถํ กตฺตา **แถลงเรื่องล้ำลึกได้** คือ กล่าวชี้แจงเรื่องต่างๆ ที่ยุ่งยากลึกซึ้งให้เข้าใจได้ และสอนศิษย์ให้ได้เรียนรู้เรื่องราวที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้น

๗. โน จฏฺฐาเน นิโยชเย **ไม่ชักนำในอฐาน** คือ ไม่ชักจูงไปในทางที่เสื่อมเสีย หรือเรื่องเหลวไหลไม่สมควร[๓๑]

นอกจากหลักกัลยาณมิตรธรรมแล้ว ครูผู้สอนต้องให้คำปรึกษาแนะแนวอย่างจริงจังแก่นักเรียน โดยเฉพาะ**ตั้งใจประสิทธิ์ความรู้** โดยตั้งตนอยู่ในธรรมของผู้แสดงธรรม (ผู้ให้ความรู้) ที่เรียกว่า **ธรรมเทศกธรรม ๕** ประการ ได้แก่

๑. อนุบุพพิกถา **สอนให้มีขั้นตอนถูกลำดับ** คือ แสดงหลักธรรม หรือเนื้อหาตามลำดับความง่ายยากลุ่มลึก มีเหตุผลสัมพันธ์ต่อเนื่องกันไปโดยลำดับ

๒. ปริยายทัสสาวี **จับจุดสำคัญมาขยายให้เข้าใจเหตุผล** คือ ชี้แจง ยกเหตุผลมาแสดง ให้เข้าใจชัดเจนในแต่ละแง่แต่ละประเด็น อธิบายยักเยื้องไปต่างๆ ให้มองเห็นกระจ่างตามแนวเหตุผล

๓. อนุทยตา **ตั้งจิตเมตตาสอนด้วยความปรารถนาดี** คือ สอนเขาด้วยจิตเมตตามุ่งจะให้เป็นประโยชน์แก้ผู้รับคำสอน

๔. อนามิสันดร **ไม่มีจิตเพ่งเล็งเห็นแก่อามิส** คือ สอนเขามิใช่มุ่งที่ตนจะได้ลาภสินจ้าง หรือผลประโยชน์ตอบแทน

---

[๓๑]องฺ.สตฺตก. (ไทย) ๒๓/๓๔/๓๓.

๕. อนุปหัจจ์ **วางจิตตรงไม่กระทบตนและผู้อื่น** คือ สอนตามหลักตามเนื้อหา มุ่งแสดงอรรถ แสดงธรรม ไม่ยกตน ไม่เสียดสีข่มขี่ผู้อื่น[๓๒]

ด้วยเหตุนี้ หลักการทั้ง ๕ ประการ แสดงว่าพระพุทธเจ้าทรงไม่สอนโดยเห็นแก่**อามิส** ซึ่งเป็นตัวอย่างที่ประเสริฐ ซึ่งพระพุทธองค์ทรงสั่งสอนพุทธบริษัทให้ศึกษาปฏิบัติตามโดยเน้นย้ำความปรารถนาดีไม่กระทบต่อผู้อื่นด้วย ฉะนั้น ในฐานะครูสอน ก็ควรสอนให้ครบทั้ง ๔ ประการ หรือที่เรียกว่า **ลีลาการสอน** (ซึ่งได้กล่าวแล้วในบทที่ ๒) แต่ที่นี้ ผู้วิจัยต้องการนำเสนอให้เห็นประเด็นชัดที่ครูทั้งหลายต้องมี โดยคำนึงถึงหลักการสอน ๔ ประการ ดังนี้

๑. สันทัสสนา **ชี้ให้ชัด** จะสอนอะไร ก็ชี้แจงแสดงเหตุผล แยกแยะอธิบายให้ผู้ฟังเข้าใจแจ่มแจ้ง ดังจูงมือไปดูเห็นกับตา

๒. สมาทปนา **ชวนให้ปฏิบัติ** คือ สิ่งใดควรทำ ก็บรรยายให้มองเห็นความสำคัญและซาบซึ้งในคุณค่า เห็นสมจริง จนผู้ฟังยอมรับ อยากลงมือทำ หรือนำไปปฏิบัติ

๓. สมุตเตชนา **เร้าให้กล้า** คือ ปลุกใจให้คึกคัก เกิดความกระตือรือร้น มีกำลังใจแข็งขัน มั่นใจจะทำให้สำเร็จ ไม่กลัวเหน็ดเหนื่อยหรือยากลำบาก

๔. สัมปหังสนา **ปลุกให้ร่าเริง** คือ ทำบรรยากาศให้สนุกสดชื่น แจ่มใส เบิกบานใจ ให้ผู้ฟังแช่มชื่น มีความหวัง มองเห็นผลดีและทางสำเร็จ จำง่ายๆ ว่าสอนให้ **แจ่มแจ้ง จูงใจ แกล้วกล้า ร่าเริง**[๓๓]

ฉะนั้น กระบวนการสอนทั้ง ๔ ประการ ผู้สอนจะต้องปฏิบัติให้ได้ผลมากที่สุดเท่ากำลังความสามารถ และต้องมีกระบวนการประเมินตนเองเพื่อ**ตรวจสอบ**เรื่องที่ได้สอนไป เมื่อพูดอย่างรวบรัด คือ ครูอาจตรวจสอบตนเอง ด้วยลักษณะการสอนของ**พระบรมครู ๓** ประการ ได้แก่

๑. **สอนด้วยความรู้จริง** ทำได้จริง จึงสอนเขา

๒. **สอนอย่างมีเหตุผล** ให้เขาพิจารณาเข้าใจแจ้งด้วยปัญญาของเขาเอง

๓. **สอนให้ได้ผลจริง** สำเร็จความมุ่งหมายของเรื่องที่สอนนั้นๆ เช่น ให้เข้าใจได้จริง เห็นความจริง ทำได้จริง นำไปปฏิบัติได้ผลจริง เป็นต้น[๓๔]

โดยสรุป บทบาทของผู้สอนกับการให้คำปรึกษาแก่นักเรียน ที่กล่าวทั้งหมดมีความจำเป็น และมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม และการดำเนินชีวิตที่ดีงามของ

---

[๓๒]องฺ.ปญฺจก. (ไทย) ๒๒/๑๕๙/๒๐๕.

[๓๓]ที.สี. (ไทย) ๙/๑๙๘/๑๖๑.

[๓๔]องฺ.ติก. (ไทย) ๒๐/๕๖๕/๓๕๖.

นักเรียน โดยเฉพาะผู้สอน (เป็นแม่พิมพ์ของชาติ) ต้องปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ศิษย์ ดังกล่าวมาแล้ว**ในทิศ ๖** คือ แนะนำฝึกอบรมให้เป็นคนดี สอนให้เข้าใจแจ่มแจ้ง สอนศิลปวิทยาให้สิ้นเชิง ส่งเสริมยกย่องความดีงามความสามารถให้ปรากฏ สร้างเครื่องคุ้มภัยในสารทิศ คือ สอนฝึกศิษย์ให้ใช้วิชาเลี้ยงชีพได้จริงและรู้จักดำรงตนด้วยดี ที่จะเป็นประกันให้ดำเนินชีวิตดีงามโดยสวัสดีมีความสุขความเจริญ[๓๕]

๔.๒ เนื้อหาสำหรับการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนจากพุทธวิธี

สำหรับเนื้อหาการให้คำปรึกษาแก่นักเรียน ผู้วิจัยจึงนำเอาหลักธรรมที่จำเป็นในการฝึกหัด พัฒนาคนแบบองค์รวม เพื่อให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์นั้น ตามหลักพระพุทธศาสนา ได้แก่ **ไตรสิกขา** ซึ่งเป็นหลักธรรมสำหรับพัฒนาชีวิตให้มีความเจริญก้าวหน้าทั้งทางร่างกาย วาจา และจิตใจ และมีองค์ประกอบ ๓ อย่าง ได้แก่ อธิสีลสิกขา อธิจิตตสิกขา และอธิปัญญาสิกขา[๓๖] เรียกสั้นๆ ว่า **ศีล สมาธิ ปัญญา**[๓๗] ดังนั้น เนื้อหาสำหรับให้คำปรึกษานักเรียนจากพุทธวิธี มีดังต่อไปนี้

๔.๒.๑ การให้คำปรึกษาตามหลักสีลสิกขา

คำว่า "**ศีล**" หรือ "**อธิสีลสิกขา**" หมายถึง ความประพฤติการปฏิบัติตน ทางกายก็ดี ทางวาจาก็ดี ให้เรียบร้อย ไม่มีโทษ คือไม่ให้เป็นการเบียดเบียนตนเองและผู้อื่น[๓๘] จากความหมายจะเห็นว่าการศึกษาเรื่องศีล มีความจำเป็นและสำคัญอย่างยิ่งในการพัฒนาจิตใจของคน เพื่อให้อยู่ในกรอบกฎข้อบังคับต่างๆ เพื่อความเรียบร้อยดีงามของสังคม และการอยู่ร่วมกันอย่างมีสุข

อนึ่ง คำว่า **ศีล** ตรงกับภาษาบาลีว่า **สีล** แปลว่า **ปกติ** หมายความว่า คนมีจิตเป็นปกติโดยไม่ถูกโลภะ โทสะ โมหะ ครอบงำในการทำความผิด ดังนั้น เมื่อมีจิตใจเป็นปกติ จะทำอะไรทางกายด้วยจิตที่เป็นปกติ ก็ไม่ทำกายทุจริต เมื่อจะพูดอะไรทางวาจา ก็ไม่พูดวจีทุจริต เมื่อคิดเรื่องราวอะไรทางใจ ก็ไม่คิดเป็นมโนทุจริต เมื่อได้ทำอย่างนี้แล้ว ใจจึงเป็นศีล กายก็เป็นศีล

---

[๓๕] ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๐๐/๒๐๓.

[๓๖] องฺ.ติก. (ไทย) ๒๐/๕๒๑/๒๙๔.

[๓๗] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **สยามสามไตรสู่อนาคตที่สดใสด้วยการศึกษาไทยวิถีพุทธ**, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท พิมพ์สวย จำกัด, ๒๕๕๒, หน้า ๗๗.

[๓๘] พระราชญาณวิสิฐ และคณะ, **คู่มือการศึกษาสัมมาปฏิบัติไตรสิกขา**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท เพชรเกษม พริ้นติ้ง กรุ๊ป จำกัด นครปฐม, ๒๕๕๒), หน้า ๓.

วาจาก็เป็นศีล[๓๙] รวมความว่า ศีล เป็นข้อบังคับสำหรับควบคุมความประพฤติทางกายและทางวาจา ให้อยู่ในความดีงาม สำหรับคฤหัสถ์ (นักเรียนทั้งหญิงชาย) ได้แก่ ศีล ๕ และศีล ๘ สำหรับสามเณร ได้แก่ ศีล ๑๐ สำหรับพระภิกษุในพระปาฏิโมกข์มี ๒๒๗ สิกขาบท ชื่อว่า "**วินัย**"[๔๐] ส่วนสาระสำคัญเรื่องของศีลนี้ ของผู้วิจัยจะกล่าวเฉพาะ ศีล ๕ และ ศีล ๘ ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

๑. **เบญจศีล** หมายถึง เป็นการศึกษาถึงหลักของระเบียบข้อบังคับต่างๆ เพื่อให้เกิดความเข้าใจแล้วปฏิบัติถูกของมวลมนุษย์ ศีล ๕ มีองค์ประกอบ ๕ ประการ ดังนี้

๑) ปาณาติปาตา เวรมณี เว้นจากการฆ่าสัตว์ที่มีชีวิตอยู่ให้ตาย มีมนุษย์ เป็นต้น

๒) อทินนาทานา เวรมณี เว้นจากการถือเอาทรัพย์ที่มีเจ้าของหวงแหนอยู่

๓) กาเมสุมิจฉาจารา เวรมณี เว้นจากการประพฤติผิดในกาม

๔) มุสาวาทา เวรมณี เว้นจากการกล่าวคำเท็จ

๕) สุราเมรยมัชชปมาทัฏฐานา เวรมณี เว้นจากการดื่มสุราจนขาดสติ[๔๑]

ดังนั้น การปฏิบัติตามหลักศีล ๕ ประการนี้ ถือเป็นจริยธรรมขั้นพื้นฐานที่มนุษย์จะต้องมีประจำใจแล้วเคารพปฏิบัติให้ถูกต้อง ทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ ฉะนั้น การพัฒนานักเรียนตามหลักของ ศีล ๕ นี้ ถือเป็นสิ่งจำเป็นที่จะต้องปลูกฝังให้เกิดเป็นกิจลักษณะนิสัย ในการดำเนินกิจกรรมประจำวัน ในช่วงเวลาเรียน โดยเฉพาะเน้นความซื่อสัตย์สุจริตต่อทรัพย์สินของเพื่อนๆ ในห้องเรียน เช่น ดินสอ ปากกา เป็นต้น เมื่อได้ปลูกฝังให้นักเรียนเคารพในทรัพย์สมบัติของเพื่อนๆ ได้แล้วในอนาคตเมื่อเป็นผู้ใหญ่ก็จะทำงานอย่างสุจริต เห็นประโยชน์ส่วนรวมเป็นที่ตั้ง และ ศีล ๕ นี้ ก็เป็นกฎระเบียบและข้อบังคับของสังคมด้วยที่ชาวพุทธควรใส่ใจอย่างจริงจัง

๓. **อุโบสถศีล** เป็นการศึกษากฎระเบียบสำหรับผู้ที่มีความใกล้ชิดกับพระศาสนามากขึ้น เป็นข้อปฏิบัติเพิ่มจากเดิมที่มีอยู่ ๕ ข้อ แล้วเพิ่มเข้ามาอีก ๓ ข้อจึงเป็น ๘ ข้อ เรียกว่า **อุโบสถศีล** หรือ ศีล ๘ นั่นเอง มีองค์ประกอบดังต่อไปนี้

๑) ปาณาติปาตา เวรมณี เว้นจากการฆ่าสัตว์ที่มีชีวิตอยู่ให้ตาย มีมนุษย์ เป็นต้น

๒) อทินนาทานา เวรมณี เว้นจากการถือเอาทรัพย์ที่มีเจ้าของหวงแหนอยู่

---

[๓๙] สมเด็จพระสังฆราชเจ้า กรมหลวงวชิรญาณวงศ์, **ธรรมานุกรม**, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๑๕), หน้า ๔๑๑.

[๔๐] พระราชญาณวิสิฐ และคณะ, **คู่มือการศึกษาสัมมาปฏิบัติไตรสิกขา**, หน้า ๔.

[๔๑] กองศาสนศึกษา กรมการศาสนา กระทรวงศึกษาธิการ, **คู่มือการศึกษาธรรมศึกษาชั้นตรี**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๔๑), หน้า ๙๒.

๓) อพรัหมจริยา เวรมณี เว้นจากการผิดจากพรหมจรรย์ คือ การร่วมประเวณี

๔) มุสาวาทา เวรมณี เว้นจากการกล่าวคำเท็จ

๕) สุราเมรยมัชชปมาทัฏฐานา เวรมณี เว้นจากการดื่มสุราจนขาดสติ

๖) วิกาลโภชนา เวรมณี เว้นจากการรับประทานอาหารตั้งแต่เที่ยงถึงเช้า

๗) นัจจคีตวาทิตวิสูกทัสสนมาลาคันธวิเลปนธารณมัณฑนวิภูสนัฏฐานา เวรมณี เว้นจากการฟ้อนรำ ขับร้อง บรรเลงดนตรีดูการละเล่นต่างๆ และการตกแต่งประดับประดาร่างกายด้วยเครื่องประดับต่างๆ

๘) อุจจาสยนมหาสยนา เวรมณี เว้นจากการนอนที่นอนสูงใหญ่เหมือนบุคคลทั่วไป[๔๒]

การรักษาศีลอุโบสถ หรือ ศีล ๘ นั่นถือเป็นหลักปฏิบัติของชาวพุทธที่เรียกว่า **อุบาสก อุบาสิกา** คือ ผู้ที่นุ่งผ้าขาวห่มขาว และก็เป็นผู้เข้าใกล้พระศาสนามาอีกระดับหนึ่งแต่งยังไม่ใช่บรรพชิตหรือยังไม่ได้อุปสมบท การเข้ามารักษาศีลอุโบสถหรือศีล ๘ นั้นมีวัน ๘ ค่ำ ๑๔ ค่ำหรือ ๑๕ ค่ำ ทั้งข้างขึ้นและข้างแรม เป็นการสมาทานด้วยวาจาต่อหน้าพระรัตนตรัยที่ว่า **จะรักษาอุโบสถศีล ๘ ประการนี้ ให้บริสุทธิ์ภายใน ๑ วันและ ๑ คืน** เมื่อครบกำหนดแล้วจึงสมาทานรักษาศีล ๕ เพื่อดำเนินชีวิตเหมือนคฤหัสถ์ทั่วไป ส่วนศีล ๘ ที่ได้นำมาพัฒนานักเรียนส่วนใหญ่ก็จะอยู่ในช่วงเข้าค่ายพุทธบุตรประจำปีที่ทางโรงเรียนจัดขึ้น เพื่อพัฒนานักเรียนทางกายใจให้สูงขึ้นกว่าการปฏิบัติในศีล ๕ ข้อ ดังกล่าวไว้แล้วในข้อแรก

ฉะนั้น การให้คำปรึกษานักเรียนตามหลักอธิสีลสิกขา เป็นการมุ่งหวังให้นักเรียนได้ปฏิบัติตนถูกต้องตามวินัยของชาวพุทธ โดยเฉพาะต้องเคารพต่อกฎระเบียบในการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสงบสุข โดยความสุขนี้ ปัจจุบันได้เน้นไปที่คุณธรรม จริยธรรมในการดำเนินชีวิต คือ มุ่งพัฒนานักเรียนให้มีคุณธรรมคู่กันกับความรู้ ที่สังคมกำลังต้องการ แต่อย่างไรก็ตามผู้วิจัยยังเห็นว่า การจะปลูกฝังคุณธรรมแก่นักเรียนนี้ ผู้ที่เป็นครู อาจารย์ แม้กระทั่งพ่อแม่ผู้อยู่ใกล้ชิดในชุมชน ก็ควรปลูกฝังคุณธรรมความดีให้เกิดขึ้นกับตัวเอง เพื่อเป็นแนวทางให้นักเรียนได้ยึดเป็นแบบอย่างในการนำไปประพฤติปฏิบัติตามด้วย จึงจะประสบผลสำเร็จในเรื่องนี้

๔.๒.๒ การให้คำปรึกษาตามหลักจิตตสิกขา

คำว่า “**จิต**” หรือ “**อธิจิตตสิกขา**” หมายถึง การศึกษาวิธีการอบรมจิตให้มีความสงบหยุดนิ่ง เป็นสมาธิ ได้แก่ **สมถกัมมัฏฐาน** หรือ **สมถภาวนา** เพราะมีความหมายอย่างเดียวกัน[๔๓]

---

[๔๒] องฺ.อฏฺฐก. (ไทย) ๒๓/๑๓๑/๒๕๓.

[๔๓] พระราชญาณวิสิฐ และคณะ, **คู่มือการศึกษาสัมมาปฏิบัติไตรสิกขา**,หน้า ๘๑.

(ซึ่งวิจัยได้กล่าวมาแล้วในบทที่ ๒) ฉะนั้น การเรียนรู้หรือการให้คำปรึกษาตามหลักจิตตสิกขา คือ การพัฒนานักเรียนให้ประพฤติปฏิบัติตนในทางที่ถูกต้อง ซึ่งเป็นหลักอปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมจิต ให้เกิดคุณธรรม คือ การทำสมาธิให้เกิดขึ้นภายในจิตใจ[๔๔]

เหตุผลที่บอกว่าเป็นหลักปฏิบัติ เนื่องจากการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนจากพุทธวิธีนั้น มีวัตถุประสงค์ คือ การพัฒนานักเรียนให้รู้เท่าทันความคิดของตัวเอง ไม่ว่าจะเป็นการคิดที่เป็น กุศล หรือ อกุศล ก็ต้องตระหนักรู้เสมอว่า ผลเกิดจากการคิดของตัวเองนั้น ย่อมมีทั้งประโชน์ เป็นคุณกับตัวเอง หรือ มีโทษแก่สังคม โดยประเด็นนี้ เป็นเรื่องสำคัญในการพัฒนานักเรียน เพราะว่า นักเรียนบางคนมีสมาธิสั้นในการรับรู้เรื่องราวต่างๆ ที่ครูได้สอนไปในรายวิชานั้นๆ จึงเป็นเหตุทำให้ นักเรียนอาจจะเรียนรู้ไม่ทันเพื่อนในห้อง

ด้วยเหตุดังกล่าว การพัฒนาสมาธิแก่นักเรียนดังกรณีที่กล่าวมา คือการมีสมาธิสั้น ครูผู้สอนก็จำเป็นต้องจัดกิจกรรมโดยเฉพาะฝึกเรียนดังกล่าวให้นั่งสมาธิบ่อยๆ เพื่อพัฒนาจิตให้นิ่ง เช่น เปิดธรรมะบรรยายให้นักเรียนได้ฟังประมาณ ๑๐ นาที แล้วให้นักเรียนดังกล่าวสามารถสรุป ใจความของธรรมะนั้นๆ พอเข้าใจ โดยฝึกให้ทำบ่อยๆ ก็สามารถพัฒนานักเรียนให้มีสมาธิดีขึ้น นอกจากนี้ การฝึกจิตเป็นเรื่องสำคัญไม่เฉพาะสำหรับพระสงฆ์เท่านั้น แต่ทุกคนจะต้องฝึกจิตให้ สงบมีความดีเป็นที่ตั้ง เพราะจิตเป็นสิ่งทำให้เกิดการกระทำการต่างๆ ทั้งทางดี และไม่ดี[๔๕]

สำหรับการพัฒนาจิตโดยมีสมาธิเป็นแก่นกลาง หรือ เป็นศูนย์กลาง เรียกว่า “**สมาธิ**” สามารถพัฒนาคุณสมบัติของจิตในด้านต่างๆ ตามทัศนะ**พระมหาบรรจง จนฺทคุตฺโต** (แม่นทอง) ได้กล่าวสรุปไว้ ๓ ด้าน[๔๖] คือ

๑. **พัฒนาคุณธรรม** หมายถึง คุณภาพของจิต คือ คุณสมบัติที่เสริมสร้างจิตใจให้ดีงาม ให้เป็นจิตที่สูง ประณีต และประเสริฐ เช่น เรื่องของ อิทธิบาท ๔ คือมี จาคะ คือ ความมีน้ำใจ เสียสละเอื้อเฝื้อเผื้อแผ่ กตัญญูกตเวทิตา หิริ คือ ความละอายต่อบาป ละอายต่อการทำความชั่ว

---

[๔๔]ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๒๘/๒๓๑.

[๔๕]พระมหาสุชาติ สุชาโต(สนิทสนม), “การประพฤติพรหมจรรย์ตามหลักคำสอนพระพุทธศาสนา”, **วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕), หน้า ๖๑.

[๔๖]พระมหาบรรจง จนฺทคุตฺโต (แม่นทอง), “คุณภาพการจัดการศึกษาแก่เด็กและเยาวชนตามหลักไตรสิกขา : กรณีศึกษา ศูนย์ศึกษาพุทธศาสนาวันอาทิตย์วัดสวนดอก จังหวัดเชียงใหม่” **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐), หน้า ๒๒-๒๓.

โอตตัปปะ คือ ความกลัวบาป เกรงกลัวชั่วทุจริต คารวะ คือ ความเคารพ ความใส่ใจรู้จักให้ความสำคัญแก่สิ่งนั้นๆ อย่างถูกต้องเหมาะสม มัทวะ ความอ่อนโยน สุภาพ นุ่มนวล ไม่กระด้าง

๒. **พัฒนาสมรรถภาพและประสิทธิภาพของใจ** โดยการเสริมสร้างคุณสมบัติที่ทำให้จิตใจมีความเข้มแข็ง หนักแน่น หมั่นคง แกล้วกล้าสามารถ ทำกิจการหน้าที่ในการเรียนได้ผลดี เช่น ฉันทะ คือ ความใฝ่รู้ใฝ่สร้างสรรค์ วิริยะอุตสาหะ จิตตะ คือ ความมีใจจดจ่อ หรือสิ่งที่ทำ คือ ความตั้งใจ อธิษฐาน คือ ความตั้งใจเด็ดเดียว ตบะ คือ พลังเผากิเลส สติ คือ ความระลึกนึกได้ สมาธิ คือ ภาวะจิตที่ตั้งมั่นแน่วแน่

๓. **พัฒนาความสุขและภาวะที่เกื้อหนุนสุขภาพของจิตใจ** คุณสมบัติที่ควรเสริมสร้างขึ้นให้มีอยู่ประจำในจิตใจ เพื่อความมีสุขภาพจิตที่ดี พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้หลายอย่างโดยเฉพาะ เช่น เรื่องของความปราโมทย์ คือ ความร่าเริง สดชื่นปีติ คือ ความอิ่มใจ ปัสสัทธิ คือ ความสงบเย็น สุข คือ ความคล่องใจ สันติ คือ ความสงบ เกษม คือ ความปลอดโปร่ง สีติภาพ คือ ความเย็นสบาย เสรีภาพ คือ ความมีใจเสรีเป็นอิสระ ประโยทาตตา คือ ความผ่องใส วิมริยาทิกัตตา คือ ความมีใจไร้พรมแดน

สรุปความว่า การให้คำปรึกษานักเรียนตามหลักจิตตสิกขา มีประโยชน์อย่างมากต่อการพัฒนาความรู้คู่คุณธรรมของนักเรียน โดยสามารถนำไปประยุกต์ใช้เพื่อวัตถุประสงค์ได้หลายอย่าง เช่น เรื่องของพลังจิต การหาความสุขทางใจ คุณค่าแท้จริงของการฝึกฝนทางอธิจิตตสิกขา คือ เป็นรากฐานที่เกื้อหนุนต่อการพัฒนาปัญญาที่ถูกต้องเป็นสัมมาทิฐิ (Right views) และเป็นสิ่งสำคัญในทางพระพุทธศาสนา ที่ชาวพุทธควรศึกษาทำความเข้าใจ และปฏิบัติให้เกิดมีขึ้นในการประกอบกิจการงานใดๆ ก็จะประสบผลสำเร็จอย่างสมบูรณ์ ต่อไปก็จะได้กล่าวถึงการให้คำปรึกษาเพื่อพัฒนาปัญญา

๔.๒.๓ การให้คำปรึกษาตามหลักปัญญาสิกขา

คำว่า "**ปัญญา**" หรือ "**อธิปัญญาสิกขา**" หมายถึง ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมปัญญาเพื่อให้เกิดความรู้แจ้งอย่างสูง มองเห็นสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง จนจิตหลุดพ้นเป็นอิสระ ปราศจากกิเลสและความทุกข์[๔๗] หรือเป็นแนวทางปฏิบัติเพื่อให้เกิดความรู้สูงสุด (ปัญญา) เพื่อนำไปแก้ปัญหาชีวิตมนุษย์ได้ โดยมีองค์ประกอบของปัญญา ๓ ประการ ได้แก่ (๑) จินตามยปัญญา

---

[๔๗]พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, หน้า ๓๐๘.

(๒) สุตมยปัญญา และ (๓) ภาวนามยปัญญา[๔๘] ฉะนั้น การศึกษาปัญญาทั้งสามประการนี้ เป็นการศึกษาเพื่อให้มีความรอบรู้ที่ทั่วถึงในทุกด้านๆ หรือที่เรียกว่า “ฉลาดรู้รอบ” มีดังนี้

๑. **จินตามยปัญญา** หมายถึง การพิจารณาหาเหตุผลด้วยหลักการที่ใช้แนวคิดที่เป็นจิตนาการ กล่าวคือ การมีปัจจัยให้เกิดสัมมาทิฏฐิ ๒ ประการ ประกอบด้วย **ปรโตโฆสะ** และ **โยนิโสมนสิการ**[๔๙] เป็นต้น เหตุของการเกิดปัญญาและความสงบสุข ดังนี้

๑) ปรโตโฆสะ เป็นการรับฟังผู้อื่นที่ทำให้เกิดการกระตุ้น หรือ เป็นสิ่งที่ชักจูงจากภายนอก เพื่อให้เกิดความสนใจในการรับฟัง เพื่อหาความรู้ การเล่าเรียน การสนทนาซักถาม โดยเฉพาะกัลยาณมิตรและทำให้เกิดปัญญาตามมาในภายหลัง

๒) โยนิโสมนสิการ เป็นการใช้ความคิดให้ถูกวิธี ซึ่งเป็นการแยกแยะโดยการทำใจอย่างแยบคาย เป็นการพิจารณาสิ่งต่างๆ ในลักษณะสืบสาวหาเหตุผลด้วยการแยกแยะประเภทสิ่งนั้นหรือปัญหานั้น ออกให้เห็นตามสภาวะที่มีความสัมพันธ์ระหว่างเหตุและปัจจัย

๒. **สุตมยปัญญา** หมายถึง ปัญญาที่เกิดจากการได้ศึกษาเล่าเรียนตามหลักธรรมคำสั่งของพระพุทธเจ้าโดยอาศัยหลัก ปริยัติธรรม ปฏิบัติธรรมและปฏิเวธธรรม[๕๐] ซึ่งเป็นการศึกษาเพื่อให้เกิดความรู้ความสามารถทางปัญญา ที่จะต้องปฏิบัติตาม ๓ ขั้น ดังนี้

๑) ปริยัติธรรม เป็นการศึกษาหาความรู้จากตำรับตำรา หรือ การได้ยินได้ฟังมาอย่างถูกต้องและเข้าใจในการเรียนรู้หรือการได้ยินได้ฟังสิ่งเล่านั้นอย่างแม่นยำ

๒) ปฏิบัติธรรม นำไปประพฤติปฏิบัติตามที่ตนได้เล่าเรียน หรือ ได้ยินได้ฟังจากครูอาจารย์ที่ท่านสั่งสอนมาเป็นอย่างดี

๓) ปฏิเวธธรรม เป็นผลที่ได้รับจากการเล่าเรียนและนำไปประพฤติปฏิบัติ คือ ความรู้ความสามารถที่จะสามารถนำไปปรับปรุงแก้ไขปัญหาของชีวิตได้ จึงเรียกว่า ปัญญา

๓. **ภาวนามยปัญญา** เป็นการพัฒนาปัญญาเพื่อให้ถึงขั้นสูงสุด เรียกว่า “ปัญญาภาวนา”[๕๑] และ “ปัญญาวิมุตติ”[๕๒] ดังนี้

---

[๔๘]อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๘๐๔/๔๓๘.

[๔๙]องฺ.ทุก. (ไทย) ๒๐/๓๗๑/๑๑๐.

[๕๐]ดูรายละเอียดใน พุทธทาสภิกขุ, **คู่มือการศึกษาพระพุทธศาสนา**, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๔๔), หน้า ๑๓๑-๑๓๕.

[๕๑]ดูรายละเอียดใน องฺ.ปญฺจก. (ไทย) ๒๒/๗๙/๑๒๑.

[๕๒]ดูรายละเอียดใน องฺ.ทุก. (ไทย) ๒๐/๒๗๖/๗๘.

๑) ปัญญาภาวนา เป็นการพัฒนาภูมิปัญญาเพื่อให้รู้เท่าทันต่อเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในโลก ซึ่งโลกหมายถึง ตัวของมนุษย์เอง เพื่อให้รู้ตามความเป็นจริง สามารถทำให้จิตใจเป็นอิสระปราศจากความโลภ ความโกรธ และความหลง พ้นจากความทุกข์ เพราะอาศัยปัญญาเป็นตัวแก้ปัญหาชีวิตมนุษย์ให้พ้นจากทุกข์ได้

๒) ปัญญาวิมุตติ เป็นการพัฒนาปัญญาถึงขั้นสูงสุดจนกระทั่งสามารถทำให้มนุษย์หลุดพ้นจากความทุกข์ด้วยปัญญา หลุดพ้นจากการถูกครอบงำของอวิชชา สามารถพัฒนาปัญญาให้เข้าถึงพระนิพพานได้ด้วยปัญญาวิมุตติ

จากข้อสรุปข้างต้น **เนื้อหาการให้คำปรึกษานักเรียนจากพุทธวิธี** ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการตาม**หลักไตรสิกขา** โดยมุ่งหวังให้นักเรียนมีพัฒนาการทางปัญญาที่ถูกต้อง มีพัฒนาการทั้ง ทางกาย ทางวาจา และทางใจ เป็นคนดีมี**สัมมาทิฐิ** คือมีความคิดเห็นตรงตามความเป็นจริง เห็นอย่างไรก็ให้คิดอย่างนั้น เมื่อนักเรียนมีความเห็นที่เป็นจริงอย่างนี้แล้ว ถือว่าเป็นผู้มีสัจจะประจำใจ และนอกจากนี้ ความเห็นถูกต้องทำให้เกิดสัมมาทิฐิแบบอื่นๆ ตามด้วย เช่น การเห็นจริงใน**พระไตรลักษณ์** คือเห็นความเป็น อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา[๕๓] ตามความเป็นจริงก็สามารถพัฒนาความเห็นที่เป็นจริงตามที่ได้พบเห็นแล้ว ย่อมจะสามารถปฏิบัติไปได้อย่างถูกต้องตามหลักแห่ง **ศีล สมาธิ ปัญญา** และพัฒนาความรู้ความเข้าใจไปจัดสภาพแวดล้อมให้เกื้อกูลกันและคอยเสริมกระตุ้นเร้าให้เนื้อหาของการศึกษาเป็นไปตามกระบวนการ เมื่อเข้าใจอย่างนี้แล้วก็จะมองเห็นรูปร่างของกระบวนการแห่งการศึกษา ซึ่งสามารถเขียนเป็นแผนภูมิ ได้ดังนี้[๕๔]

---

[๕๓]ดูรายละเอียดใน สํ.สฬา. (ไทย) ๑๘/๑/๑.

[๕๔]พระพรหมคุณาภรณ์ (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), **วิธีคิดตามหลักพุทธธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ธรรมสาร, ๒๕๔๙), หน้า ๑๓-๑๔.

แผนภูมิที่ ๔.๑ แสดงจุดเริ่มและกระบวนการศึกษา

จุดเริ่มต้น หรือแหล่งที่มาของการศึกษา		**กระบวนการ ของการศึกษา**
๑. ปรโตโฆสะที่ดี (เสียงจากผู้อื่น อิทธิพลจากภายนอก)	**สัมมาทิฐิ**	**๑. อธิสีลสิกขา** (ความประพฤติวินัย สุจริต กายวาจาและอาชีพ)
๒. โยนิโสมนสิการ รู้คิด คิดถูกวิธี ปัจจัยภายใน)		**๒. อธิจิตตสิกขา** (คุณธรรม คุณภาพ สุขภาพ และสมรรถภาพของจิต)
		๓. อธิปัญญาสิกขา (ความเชื่อ ค่านิยม ความรู้ ความคิดที่ถูกต้องดีงามตรงตามจริง)

ที่มา : พระพรหมคุณาภรณ์ (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), **วิธีคิดตามหลักพุทธธรรม**, หน้า ๑๔.

จากกระบวนการสร้างปัญญาดังแผนภูมิ **สรุปได้ว่า** การพัฒนานักเรียนตามหลักไตรสิกขา ถือเป็นองค์ประกอบสำคัญในการพัฒนาทางด้าน ร่างกาย จิตใจ สังคม อารมณ์ และสติปัญญา โดยเฉพาะความรู้อันเกิดจากภายนอก คือ มีสภาพสิ่งแวดล้อมรอบข้างของสังคมที่เรียกว่า **ปรโตโฆสะ** แล้วส่งอิทธิต่อภายในจิตใจของเยาวชน คือ การรับรู้อย่างถูกวิธีมีความคิดเป็น**โยนิโสมนสิการ** ซึ่งได้ผ่านกระบวนทางหลักไตรสิกขา อันเป็นรากฐานของความดี คิดดี พูดดี และกระทำการต่างๆ ในทางที่ดี คือ มีสัมมาทิฐิ เป็นแก่นกลางก็จะสามารถพัฒนาองค์ความรู้ให้เจริญก้าวหน้าตามคติทางพระพุทธศาสนา โดยมีครบองค์ ๓ ประการ คือ **อธิสีลสิกขา** เป็นการเรียนรู้ข้อห้ามหรือสิ่งไม่ควรประพฤติปฏิบัติ ส่วน**อธิจิตตสิกขา** เป็นการเรียนรู้ข้อที่ควรนำมาประพฤติปฏิบัติเพื่อให้เกิดความสงบทางร่างกาย วาจาและจิตใจ และ**อธิปัญญาสิกขา** เป็นผลที่ได้รับจากการเรียนรู้ คือ ความสามารถที่จะนำไปแก้ไขปัญหาของชีวิตได้ อันเป็นเป้าหมายสูงสุดของวิถีชีวิต เรียกว่า **ปัญญา**

สำหรับกระบวนการให้คำปรึกษานักเรียนจากพุทธวิธี ซึ่งได้กล่าวมาทั้งหมดในบทก่อนๆ อันเกี่ยวข้องกับกระบวนการให้คำปรึกษา การแก้ปัญหาต่างๆ แล้วนำเข้าสู่กระบวนการของการพัฒนาปัญญา เพื่อนักเรียนได้ดำเนินวิถีชีวิตถูกต้องตามหลักพระพุทธศาสนา โดยเฉพาะการพัฒนาจิตสำนึกตระหนักรู้ในความดีทั้งหลายอันเกิดจากการกระทำทางกาย ทางวาจา และทางใจ

เป็นไปในทางที่ดีแล้ว ก็จะนำเข้าสู่**เป้าหมายการให้คำปรึกษานักเรียนจากพุทธวิธี**ซึ่งเป็นคุณธรรมที่สังคมกำลังเรียกร้องต้องการประโยชน์สุขของสังคม

๔.๓ เป้าหมายการให้คำปรึกษานักเรียนจากพุทธวิธี

สำหรับเป้าหมายการให้คำปรึกษานักเรียนจากพุทธวิธี ถือเป็นคุณธรรมที่ทุกสังคมต้องการให้มีขึ้นแก่ทุกคน เพราะในเมื่อพลเมืองในสังคมมีคุณธรรม จริยธรรมดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง โดยผ่านกระบวนการฝึกฝน อบรมบ่มเพาะนิสัย ตามหลักพระพุทธศาสนา ก็จะสามารถดำรงชีวิตอยู่อย่างสันติสุข คือ มีความพอประมาณกับการใช้จ่ายประจำวัน หรือที่เรียกว่า ดำเนินชีวิตตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง โดยเฉพาะเยาวชนหรือนักเรียนในสภาพสังคมทุนนิยมปัจจุบันที่คลั่งไคล้ไปตามกระแสของวัตถุนิยมจนก่อให้เกิดปัญหาต่างๆ นำมาสู่ครอบครัว กล่าวคือ พ่อแม่ต้องรับภาระหนักในการประคองฐานะของครอบครัวให้ดำเนินอยู่ได้ด้วยสมบูรณ์

ฉะนั้น การนำหลักธรรมมาสนับสนุนให้ครอบครัวมีเศรษฐกิจแบบพอเพียงนั้น ถือเป็นหลักพื้นฐานของการดำเนินชีวิตของมนุษย์ทุกคนจึงต้องมีหลักดำเนินชีวิต ๓ อย่าง ได้แก่ (๑) **อัตตัตถะ** (๒) **ปรัตถะ** และ(๓) **อุภยัตถะ**[๕๕] กล่าวง่ายๆคือ เป้าหมายการพัฒนาชีวิตปัจจุบัน เป้าหมายการพัฒนาชีวิตเบื้องหน้า และ เป้าหมายการพัฒนาชีวิตสูงสุด หรืออีกมิติหนึ่ง คือการสร้างประโยชน์เพื่อตนเอง เพื่อผู้อื่น และเพื่อทั้งสองฝ่ายร่วมกัน เพื่อความสมบูรณ์ของชีวิต แต่ชีวิตที่สมบูรณ์นั้นเป็นอย่างไร ซึ่งเรื่องนี้ทางพระพุทธศาสนาได้สอนว่า ชีวิตที่สมบูรณ์ต้องประกอบด้วยประโยชน์สุขในระดับต่างๆ ประโยชน์สุขนี้แหละเป็นจุดมุ่งหมายของชีวิต หมายความว่า ชีวิตของเรานี้มีจุดหมาย หรือ มีสิ่งที่ควรเป็นจุดหมายแบ่งออกเป็น ๓ ระดับ ดังนี้

๔.๓.๑ เป้าหมายการพัฒนาชีวิตปัจจุบัน

เป้าหมายการพัฒนาชีวิตปัจจุบัน หรือ ประโยชน์ในปัจจุบัน **เป็นระดับที่ ๑** คือ ประโยชน์สุขที่ตามองเห็น ซึ่งเป็นเรื่องของวัตถุหรือด้านรูปธรรม ถ้าจะสรุปประโยชน์ในระดับต้นเป็นสิ่งที่ตามองเห็น ก็จะมี

๑. มีสุขภาพดี มีร่างกายแข็งแรง ไม่เจ็บไข้ได้ป่วย เป็นอยู่สบายใช้การได้ดี

๒. มีทรัพย์สินเงินทอง มีการงานอาชีพเป็นหลักฐาน หรือพึ่งตนเองได้ในทางเศรษฐกิจ เรื่องนี้มีความสำคัญ พระพุทธเจ้าสอนไว้มากมายในเรื่องทรัพย์สินเงินทองว่าจะหามาอย่างไร จะจัดอย่างไร และจะใช้จ่ายอย่างไร

---

[๕๕] สํ.นิ. (ไทย) ๑๖/๖๗/๓๕.

๓. มีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนมนุษย์ หรือมีสถานะในสังคม เช่น ยศศักดิ์ ตำแหน่ง ฐานะ ความมีเกียรติ มีชื่อเสียง การได้รับยกย่อง หรือเป็นที่ยอมรับในสังคม รวมทั้งความมีมิตรสหายบริวาร

๔. สุดท้ายที่สำคัญสำหรับชีวิตคฤหัสถ์ก็คือ มีครอบครัวที่ดีมีความสุข

ทั้งหมดนี้ เป็นประโยชน์สุขระดับต้น ซึ่งตามมองเห็น ท่านบัญญัติศัพท์ไว้เฉพาะ เรียกว่า **ทิฏฐิธัมมิกัตถะ** แปลว่า **ประโยชน์ในปัจจุบัน** หรือประโยชน์ที่ตามองเห็น เป็นประโยชน์ที่มองเห็นเฉพาะหน้า และเป็นฐานที่มั่งคงระดับแรก ทุกคนควรทำให้เกิดขึ้นถ้าใครขาดประโยชน์ระดับนี้แล้ว จะมีชีวิตที่ลำบาก มีชีวิตอยู่ในโลกได้ยาก และจะก้าวไปสู่ความสุขหรือประโชยน์ระดับสูงขึ้นไปก็ติดขัดมาก[๕๖]

ฉะนั้น ถ้าเราอยู่ในโลกนี้ ก็ต้องพยายามสร้างประโยชน์สุขในระดับต้นให้ได้ พอมีแล้วก็สบาย คือเป็นประโยชน์ตน เรียกว่า **อัตตัตถะ**[๕๗] หมายถึง สิ่งที่เป็นคุณแก่ชีวิต และหลักธรรมที่เกื้อหนุนกับการสร้างประโยชน์ต้นให้เจริญขึ้นนั้น ก็คือ **หลักหัวใจเศรษฐี** ได้แก่ อุฏฐานสัมปทา อารักขสัมปทา กัลยาณมิตตตา และสมชีวิตา[๕๘] มีหลักปฏิบัติดังนี้

๑. **อุฏฐานสัมปทา** เป็นผู้เข้าถึงความขยันหมั่นเพียรในการปฏิบัติหน้าที่ของตนให้ประสบความสำเร็จด้วยความสุจริต พยายามฝึกฝนให้เกิดความชำนาญในงานที่ตนปฏิบัติอยู่และพยายามปฏิบัติให้ความสำเร็จถึงที่สุด เป็นต้น

๒. **อารักขสัมปทา** เป็นผู้มีความถึงพร้อมด้วยการรักษาทรัพย์ให้มั่นคง ซึ่งจะเป็นการสร้างตัวสร้างครอบครัวให้มีความเจริญงอกงาม และเป็นการเก็บรักษาทรัพย์ที่หามาได้ด้วยความสุจริต คือ สุจริตในการแสวงหา สุจริตในการได้มาจึงสามารถรักษาทรัพย์เหล่านั้นไว้ด้วยความเย็นหรือที่เรียกว่า “ทรัพย์เย็น” เป็นทรัพย์ที่ได้มาด้วยความสุจริต

๓. **กัลยาณมิตตตา** เป็นผู้ที่รู้จักคบมิตรที่ดี ซึ่งเป็นมิตรที่ให้ความอุปการะซึ่งกันและกัน เป็นมิตรที่ร่วมทุกข์ร่วมสุขได้ เป็นมิตรที่แนะนำประโยชน์มาให้และเป็นมิตรที่มีน้ำใจ[๕๙] เพราะ

---

[๕๖]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **ชีวิตที่สมบูรณ์**, อ้างใน หนังสือที่ระลึกในงานพระราชทานเพลิงศพ คุณแม่โบ้ตัว แซ่ห่าน จิตสุทธิภากร, (นครสวรรค์ : ทิศทางการพิมพ์ นครสวรรค์, ๒๕๕๓), หน้า ๗๑-๗๒.

[๕๗]ดูใน พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๓๓๘.

[๕๘]องฺ.อฏฺฐก.(ไทย) ๒๓/๑๔๔/๒๘๙.

[๕๙]ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๙๒/๒๐๑.

คำว่ามิตรนั้นมีความหมาย และความสำคัญต่อบุคคลมาก และยังสามารถเป็นตัวกำหนดในการดำเนินชีวิตอีกประการ เมื่อคบเพื่อนดี ก็เป็นสิ่งที่ดีในการคบมิตร

๔. **สมชีวิตา** เป็นผู้รู้จักการเลี้ยงชีพตามความเหมาะสมกับทรัพย์ของตนที่มีอยู่ ซึ่งเป็นการกำหนดถึงรายรับรายจ่ายของตน ที่ได้รับและมีอยู่ให้พอดีกัน รู้จักสิ่งใดควรใช้จ่ายก่อนใช้จ่ายทีหลัง เพื่อให้มีความพอดีในรายจ่ายกับรายรับ

สรุปว่า การสร้างชีวิตให้สมบูรณ์ในระดับต้นนี้ มีความสำคัญกับคนทุกระดับชั้น ซึ่งไม่เฉพาะเจาะจงไปที่ตัวผู้ปกครองของเยาวชนเท่านั้น **แม้กระทั่งนักเรียนเองก็ต้องมีและสร้างมันให้เกิดขึ้น โดยเฉพาะต้องตั้งใจเรียนให้ประสบผลสำเร็จอันเป็นที่หวังของพ่อแม่ และเป็นที่พึ่งของตัวเองในอนาคตด้วย** โดยเฉพาะการคบหาสมาคมกับเพื่อนที่ดี ก็จะนำสิ่งดีๆ ให้กับตัวเองอันนี้เป็นสิ่งสำคัญของการพัฒนานักเรียน เพื่อให้ชีวิตอยู่อย่างมีความสงบสุขทั้งทางกาย ทางวาจา และทางจิตใจ จึงมีการเสาะแสวงหาปัจจัยมาเพื่อเลี้ยงชีพอย่างบริสุทธิ์ตามหลักของ “สัมมาอาชีวะ”[๖๐]

๔.๓.๒ เป้าหมายการพัฒนาชีวิตเบื้องหน้า

สำหรับการพัฒนาชีวิตให้สมบูรณ์**ในระดับที่ ๒** ได้แก่ ประโยชน์สุขที่เป็นนามธรรม ซึ่งเป็นเรื่องของจิตใจลึกซึ้งลงไป เรียกว่า ประโยชน์ที่เลยจากตามองเห็น หรือเลยไปข้างหน้าไม่เป็นรูปธรรมต่อหน้าต่อตา เรียกว่า **สัมปรายิกัตถะ** คือ การมีชีวิตที่มีคุณค่าเป็นประโยชน์ การที่เราได้ช่วยเหลือเกื้อกูลแก่ผู้อื่นด้วยคุณธรรม และได้ทำประโยชน์แก่เพื่อนมนุษย์ เมื่อระลึกถึงขึ้นมาว่าเราได้ใช้ชีวิตนี้มีประโยชน์ เราได้ทำชีวิตให้มีคุณค่า ได้ช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ ได้เกื้อกูลแก่สังคมแล้ว พอระลึกขึ้นมาเราก็อิ่มใจสบายใจ ทำให้มีความสุขอีกแบบหนึ่ง โดยอาศัยความสุขในระดับที่หนึ่งมาช่วยเสริมเติมแต่งมีศรัทธาเป็นฐาน คือ มีความเชื่อมั่นในสิ่งที่ดีงามในคุณงามความดีที่ได้กระทำไว้ ตลอดจนมีวิถีชีวิตที่ดีงามด้วย[๖๑]

ฉะนั้น การสร้างประโยชน์ในระดับที่ ๒ นี้ เรียกอีกอย่างว่า **ปรัตถะ** หมายถึง การสร้างประโยชน์เพื่อผู้อื่น[๖๒] โดยมีศรัทธาและศีลควบคุมความประพฤติที่ดีงาม และเกื้อกูลไม่เบียดเบียนใคร ทำแต่สิ่งที่เป็นคุณประโยชน์ มีจาคะ มีความเสียสละ ได้ใช้ทรัพย์สินเงินทองที่หามาได้ทำให้เกิดคุณค่า ขยายประโยชน์สุขให้กว้างขวางออกไป แล้วก็มีปัญญา มีความรู้ความเข้าใจในความ

---

[๖๐]ดูรายละเอียดใน ม.มู. (ไทย) ๑๒/๑๔๙/๑๒๓.

[๖๑] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **ชีวิตที่สมบูรณ์**, หน้า ๗๖-๗๘.

[๖๒]ดูใน พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, หน้า ๑๒๕.

จริงของสิ่งทั้งหลาย พอที่จะปฏิบัติต่อสิ่งที่ชีวิตเกี่ยวข้อง เริ่มแต่บริโภคบริหารใช้จ่ายจัดการทรัพย์สินเงินทองนั้น ในทางที่จะเป็นคุณประโยชน์สมคุณค่าของมัน แล้วไม่เกิดเป็นปัญหา ไม่ให้เกิดทุกข์ ไม่ลุ่มหลงมัวเมา อยู่อย่างเป็นนาย มิใช่เป็นทาสของทรัพย์ ก็จะก้าวไปสู่ประโยชน์สุขในระดับที่สาม แต่ถึงจะมีเพียงพอสองขั้นนี่ก็นับว่ามีชีวิตที่ค่อนข้างจะสมบูรณ์แล้ว[๖๓]

โดยสรุป การพัฒนาชีวิต หรือสร้างเป้าหมายชีวิตในระดับที่สองนี้ มีความสำคัญเช่นกันในระดับที่หนึ่ง **แต่สำหรับนำมาพัฒนาชีวิตของนักเรียน คือ ต้องการฝึกฝนให้นักเรียนมีใจเป็นสาธารณะ สร้างความดีงามให้เกิดขึ้นเป็นส่วนรวม** เช่น การรักษาสิ่งแวดล้อมในบริเวรสถานศึกษาก็เป็นการสร้างคุณธรรมที่ดีแก่นักเรียนอีกทางหนึ่งด้วย นอกจากปลูกฝังความรู้ในวิชาอื่นๆ แล้ว ก็เป็นคุณธรรมที่สังคมต้องการในเวลานี้ และอนาคตต่อไปในการที่เข้าไปเกี่ยวข้องการสร้างสังคมให้เจริญงอกงาม เป็นสังคมแห่งสันติสุข

๔.๓.๓ เป้าหมายการพัฒนาชีวิตสูงสุด

เป้าหมายการพัฒนาชีวิตสูงสุด หรือความสมบูรณ์ของชีวิตใน**ระดับที่ ๓** ได้แก่ประโยชน์สุขที่เป็นนามธรรม ขั้นที่เป็นโลกุตตระ เป็นเรื่องของจิตใจที่เป็นอิสระอยู่เหนือกระแสโลก เนื่องจากมีปัญญาที่รู้เท่าทันความจริงของโลกและชีวิต อย่างที่ว่าอยู่ในโลกแต่ไม่ติดโลก หรือไม่เปื้อนโลก เหมือนใบบัวไม่ติดน้ำ หรือไม่เปียกน้ำ เรียกว่า **ปรมัตถะ** แปลว่า ประโยชน์สูงสุด[๖๔]

อนึ่ง ผู้ที่พัฒนาปัญญาไปถึงประโยชน์สูงสุด นอกจากอยู่ในโลกที่ว่าได้รับประโยชน์ขั้นที่หนึ่ง และขั้นที่สองสมบูรณ์แล้ว ยังไม่ถูกกระทบกระทั่ง ไม่ถูกกฏธรรมชาติเข้ามาครอบงำบีบคั้นด้วยฉะนั้น ความทุกข์ที่ในธรรมชาติก็มีไป แต่มันไม่เกิดเป็นความทุกข์ในใจเรา อนิจจัง ก็เป็นไปของมัน ใจเราไม่ผันผวนปรวนแปรไปด้วย จึงมาถึงขั้นที่เรียกว่าถูก**โลกธรรม**[๖๕] กระทบก็ไม่หวั่นไหว นอกจากนี้ การมุ่งประโยชน์สูงสุดนี้ เรียกได้อีกว่า **อุภยัตถะ** คือ การใช้ประโยชน์กันทั้งสองฝ่าย ซึ่งเป็นขั้นตอนในการใช้สอยทรัพย์ของตนที่พึงหามาได้ด้วยความสุจริต อริยสาวกที่แสวงหาทรัพย์มาได้ด้วยความอุตสาหะวิริยะและได้นำมาโดยชอบธรรมแล้ว จึงใช้ให้เกิดประโยชน์ ดังนี้

๑. ใช้สอยเลี้ยงตนเอง บิดามารดา บุตร ภรรยา และบุคคลอยู่ในความดูแลให้ได้รับความสุข

๒. บำรุงมิตรสหายที่เป็นกัลยาณมิตร และผู้ร่วมกิจการให้ได้รับความสุข

---

[๖๓]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **ชีวิตที่สมบูรณ์**, หน้า ๗๘.

[๖๔]**เรื่องเดียวกัน**, หน้า ๘๘.

[๖๕]ดูใน พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, หน้า ๒๑๗.

๓. ใช้ปกป้องรักษาความปลอดภัยของตนด้วยการนำไปใช้สอย หรือจัดสรรในเรื่องของความปลอดภัย เช่น น้ำท่วม ฝนแล้ง เป็นต้น

๔. ใช้สอยในการทำพลีกรรม หรือการใช้ประกอบพิธีกรรมต่างๆ เช่น

๑) ญาติพลี คือ สงเคราะห์ญาติผู้มีความขัดสนในปัจจัยเลี้ยงชีพ

๒) อติถิพลี คือ ใช้ต้อนรับแขกที่มาเยี่ยมเยียน มีการเลี้ยงข้าวปลาอาหาร

๓) ปุพพเปตพลี คือ ใช้ในการทำบุญอุทิศกุศลให้แก่ผู้ล่วงลับไปแล้ว

๔) ราชพลี ใช้บำรุงราชการด้วยการเสียภาษีอากรให้รัฐนำไปบริหารจัดการเพื่อนำมาเป็นสวัสดิการทางสังคมอีกทีหนึ่ง

๕) เทวตาพลี เป็นการใช้บวงสรวงเทวดาตามความเชื่อหรือใช้อุทิศในส่วนของเทวดา ดังในประเทศไทยมีการบวงสรวงพระสยามเทวาธิราช เป็นต้น

๕. อุปถัมภ์พระสงฆ์ ผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ผู้ไม่ประมาทในกองสังขาร[๖๖]

นอกจากนี้ ยังมีหลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับการสงเคราะห์ คือ **สังคหวัตถุ ๔** ได้แก่ ทาน ปิยวาจา อัตถจริยา และสมานัตตา[๖๗] เป็นหลักการสงเคราะห์ให้บุคคลอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ประกอบด้วย

๑. **ทาน** เป็นการแบ่งปันสิ่งของที่เป็นประโยชน์ให้แก่ผู้ที่ขาดแคลนปัจจัยเลี้ยงชีพ

๒. **ปิยวาจา** เป็นผู้มีคำพูดที่ไพเราะ เป็นการสร้างขวัญและกำลังใจได้ด้วยคำพูด

๓. **อัตถจริยา** เป็นบุคคลผู้ทำตัวให้เกิดประโยชน์แก่สังคม หรือการเสียสละตนเพื่อประโยชน์ของสังคม

๔. **สมานัตตตา** เป็นการวางตัวให้เสมอต้นเสมอปลาย ถ้าเป็นคนดีก็ให้เป็นคนดีตลอดไป เคยทำตัวอย่างไร ก็ควรทำอย่างนั้น[๖๘]

กล่าวโดยสรุป **จุดมุ่งหมายของชีวิต** ดังได้กล่าวมาแล้ว ในระดับที่หนึ่ง ระดับที่สอง และระดับที่สาม ก็สามารถสรุปวัตถุประสงค์ของความสมบูรณ์ของชีวิตได้ดังนี้ (๑) เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ดีงาม (เน้นที่วัตถุ) (๒) เพื่อใช้สำรวจตนด้วยตนเอง (เน้นที่นามธรรม คือ ความดี) และเพื่อจะได้มีความมั่นใจในตนเองที่จะพัฒนาให้ยิ่งขึ้นไปทางพระพุทธศาสนาสอนไว้ว่า ชีวิตที่ดีงามจะต้องดำเนินให้บรรลุถึงจุดหมาย ๓ ชั้น คือ (๑)**ประโยชน์ปัจจุบัน** คือ

---

[๖๖]องฺ.ปญฺจก. (ไทย) ๒๒/๔๑/๔๘.

[๖๗]ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๕๐/๑๖๗.

[๖๘]พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **ธรรมนูญชีวิต**, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๔๔), หน้า ๒๑.

ประโยชน์ทางด้านสุขภาพ เศรษฐกิจ สังคม การเมือง (๒) **ประโยชน์เบื้องหน้า** คือ มีชีวิตที่ดีงาม มีความมั่นใจในคุณค่าของชีวิตของตน และ (๓) **ประโยชน์สูงสุด** คือ จิตใจเป็นอิสระด้วยปัญญา รู้เท่าทันความจริงของโลกและชีวิต หลุดพ้นจากความครอบงำของกิเลสและความทุกข์ สามารถทำจิตให้ปลอดโปร่งผ่องใสได้ทุกเวลา เป็นประโยชน์สูงสุด

รวมความว่า **จุดมุ่งหมายหลัก ๓** ขั้น คือ (๑) ทิฏฐธัมมิกัตถะ ประโยชน์ปัจจุบันต่อหน้าตาเห็นได้ (๒) สัมปรายิกัตถะ ประโยชน์เบื้องหน้า ลึกล้ำ ระยะยาว และ (๓) ปรมัตถะ ประโยชน์สูงสุด หลุดพ้น เหนือกาล แต่ถ้าแบ่งตามแนวราบ ประโยชน์นั้น จะแยกออกเป็น ๓ ประเภท คือ

๑. อัตตัตถะ หมายถึง ประโยชน์ตน
๒. ปรัตถะ หมายถึง ประโยชน์ผู้อื่น
๓. อุภยัตถะ หมายถึง ประโยชน์ร่วมกันทั้งสองฝ่าย

ฉะนั้น ประโยชน์ตนเองก็ตามต้องทำให้ได้ทั้ง ๓ ขั้น คือ ปัจจุบัน เบื้องหน้า และสูงสุด ส่วนประโยชน์ของผู้อื่นก็ต้องช่วยให้เขาได้บรรลุทั้ง ๓ ขั้นนั้น และประโยชน์ส่วนร่วมกันทั้งสองฝ่ายก็ต้องส่งเสริมสนับสนุนการมีส่วนร่วม ทั้งรูปธรรม และนามธรรม ซึ่งจะช่วยให้ทั้งตนและผู้อื่นก้าวหน้าไปในการบรรลุประโยชน์ทั้งสามในที่สุด

๔.๔ สรุปวิเคราะห์เทคนิคการให้คำปรึกษานักเรียนจากพุทธวิธี

จากการศึกษาพบว่า เทคนิคการให้คำปรึกษานักเรียน มีองค์ประกอบ ๔ ประการ คือ ๑. ผู้ให้คำปรึกษา ๒. ผู้รับคำปรึกษา ๓. เนื้อหาให้คำปรึกษา และ ๔. เป้าหมายการให้คำปรึกษา มีรายละเอียดดังนี้

๑. ผู้ให้คำปรึกษา

ผลจากการวิจัยพบว่า ผู้ให้คำปรึกษานักเรียนประกอบด้วย **พระสงฆ์ พ่อแม่ ผู้ปกครอง และครูบาอาจารย์** ซึ่งเป็นผู้มีความใกล้ชิดและมีอิทธิพลต่อนักเรียนในฐานะเป็นผู้สั่งสอน อบรม ฝึกหัดนักเรียนให้อยู่กรอบวินัย และปฏิบัติตนถูกต้องตามหลักศีลธรรม จริยธรรม โดยเฉพาะต้องชี้แนะวิธีการดำเนินชีวิตดีงาม มีความถูกต้องตามหลักปฏิสัมพันธ์ในครอบครัว และสังคม ด้วยเหตุผลที่ว่า ความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของบริบทสังคม ได้ส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิตนักเรียน คือ การรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ไม่ได้ไตร่ตรองในการเลือกเสพบริโภคสิ่งใหม่ๆ อาทิ การใช้สอย

เทคโนโลยีใหม่ๆ ขาดการควบคุม (Control) ตรวจสอบจากผู้ที่เกี่ยวข้องในเรื่องนี้ และปัญหาต่างๆ ของนักเรียนก็ตามมา เช่น นักเรียนถูกกระทำชำเราในรูปแบบต่างๆ ดังที่ปรากฏในหน้าสื่อสิ่งพิมพ์

ฉะนั้น ผู้ให้คำปรึกษา นอกจากจะมีหน้าที่หลัก คือการให้คำปรึกษาแล้ว ต้องปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่นักเรียนด้วย เพื่อว่านักเรียนจะได้นำไปเป็นแบบอย่างของการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องเหมาะสม ไม่ผิดหลักศีลธรรม จริยธรรม ความเป็นชาวพุทธ คือต้องตระหนักรู้เสมอว่าการกระทำการใดๆ ลงไปต้องคำนึงถึง **คุณ - โทษ – ประโยชน์** และ**ไม่เบียดเบียนทั้งตนเองและผู้อื่น** นี้คือ เป้าหมายหลักที่พระพุทธศาสนาต้องการให้เกิดขึ้นกับพุทธบริษัท

๒. ผู้รับคำปรึกษา

ผู้รับคำปรึกษา หมายถึง นักเรียนในสังคมไทยปัจจุบัน ซึ่งเป็นบุคลากรที่สำคัญของการพัฒนาประเทศให้เจริญก้าวหน้าในภายภาคหน้า แต่ว่านักเรียนในปัจจุบันมีพฤติกรรมก้าวร้าว (Aggressive) เพิ่มมากขึ้น และเป็นปัญหาใหญ่ที่สังคมต้องการแก้ไขให้หมดไปจาสังคม แต่เป็นการยากที่จะแก้ปัญหาดังกล่าวเหล่านี้ให้หมดไป เพราะสังคมปัจจุบันมีสภาพแวดล้อมที่เต็มไปด้วยปัญหา เริ่มตั้งสถาบันครอบครัว สังคม เศรษฐกิจ และการเมืองการปกครอง คือเกิดความไม่วางใจกัน มีความขัดแย้งกัน ตั้งแต่ระดับต้นจนสูงสุด คือ ความขัดแย้งระหว่างประเทศ เช่น อย่างที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน

จากเหตุผลดังกล่าวนี้ ทำให้ปัญหาของนักเรียน(เยาวชน) เป็นเรื่องที่ทุกคนต้องช่วยกันแก้ไข ป้องกัน และพัฒนา เพื่อให้นักเรียนผู้เป็นกำลังสำคัญของการพัฒนาประเทศ และสร้างสรรค์สังคมให้เจริญงอกงามทั้งด้านนามธรรม และรูปธรรม และต้องมีความสมดุลกันระหว่างมนุษย์และสภาพแวดล้อมที่เราอาศัยอยู่ จึงจำเป็นต้องมีเนื้อหาสาระทางพระพุทธศาสนามาขัดเกลาจิตสำนึกและการตระหนักรู้ของการกระทำทั้งปวง ตามลำดับดับนี้

๓. เนื้อหาสำหรับให้คำปรึกษา

ผลจากการศึกษาพบว่า เนื้อหาสำหรับนำมาใช้เพื่อสั่งสอน อบรม พัฒนานักเรียน คือ **อริยสัจ ๔ สิกขา ๓ และ ภาวนา ๔** ซึ่งเนื้อหาที่นำมาดำเนินการให้คำปรึกษานี้มีความเกี่ยวข้องกันไม่สามารถที่จะแยกออกจากกันได้ เนื่องจากว่า หลักธรรม ที่กล่าวมาทั้งหมดล้วนแล้วมีเป้าหมายหลักเดียวกัน คือ การพัฒนามนุษย์แบบองค์รวม ไม่แยกส่วนประกอบของการให้คำปรึกษา โดยหลักการนี้พระพุทธองค์ทรงได้สั่งสอนพุทธบริษัทให้ดำเนินชีวิตตามหลักอริยมรรคเพื่อการหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง โดยเฉพาะสำหรับนักมาให้คำปรึกษานักเรียนนั้น คือต้องการพัฒนานักเรียนแบบยั่งยืนของความเป็นมนุษย์ตามหลักไตรสิกขา

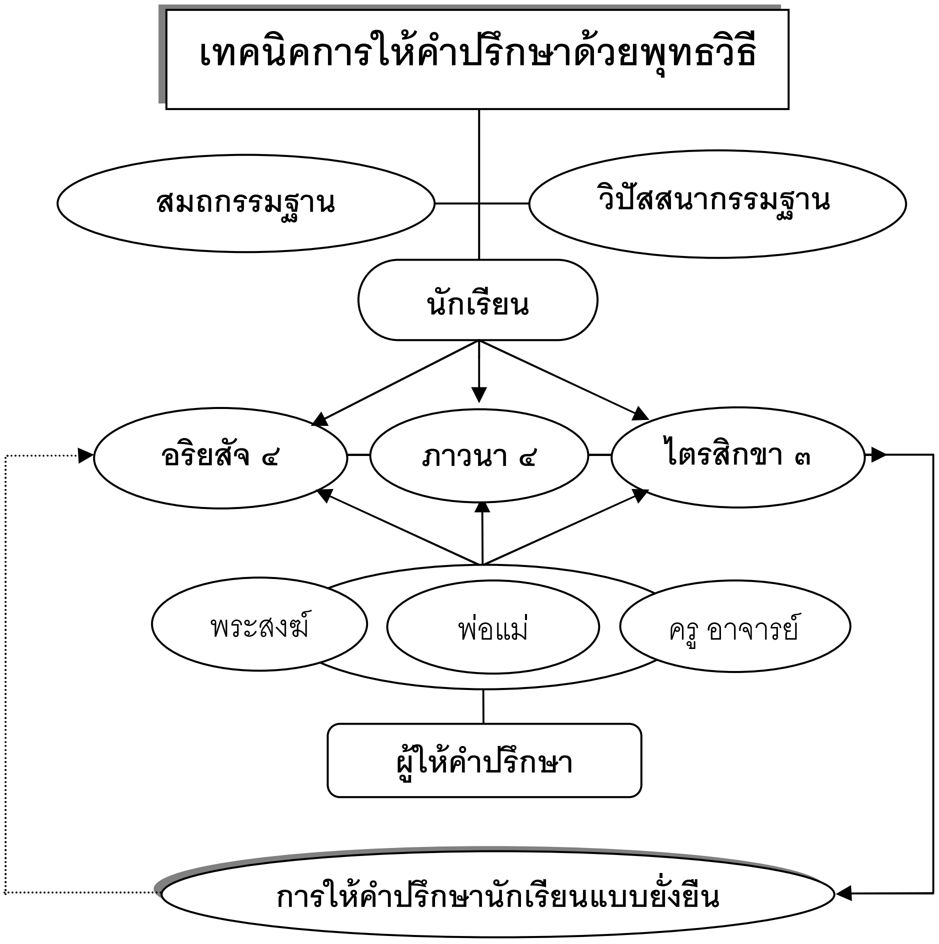
ดังนั้น เมื่อนักเรียนได้พัฒนาถูกต้องตามหลักไตรสิกขาแล้ว ก็สามารถพัฒนาตน และพัฒนาด้านอื่นๆ ของสังคมให้มีความสมดุล มีความเจริญก้าวหน้าตามด้วย โดยเฉพาะด้านสังคม เศรษฐกิจ การเมือง และมีความคิดเห็นเป็นประชาธิปไตย ไม่ถูกครอบงำด้วยอำนาจของกิเลสที่เป็นผลกระทบต่อการพัฒนาประเทศชาติ

๔. เป้าหมายการให้คำปรึกษา

ผลจากการศึกษาพบว่า ตั้งข้อที่ ๑ ถึงข้อ ๓ ถือเป็นกระบวนที่เชื่อมโยงกันระหว่างการให้คำปรึกษาและการพัฒนา เพื่อให้นักเรียนนั้นมีพฤติกรรมที่ถูกต้องดีงาม ไม่ผิดหลักศีลธรรม จริยธรรม ความเป็นชาวพุทธ ที่ถือความถูกต้องและมีอิสรภาพในการกระทำการทั้งปวงไม่เบียดเบียนทั้งตนต่อเอง และผู้ที่อยู่รวมสังคม เพราะหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาได้เน้นการทำทุกอย่างต้องเป็นเพื่อการเกื้อกูลกัน ไม่ทำรายกัน มุ่งความสุขเป็นที่ตั้ง ฉะนั้น เพื่อตอบประเด็นดังกล่าวนี้ ต้องพัฒนานักเรียนให้ถึงพร้อมด้วย **ศีล สมาธิ และปัญญา** ด้วยเหตุผลว่า การพัฒนาทั้งสามด้านเป็นเป้าหมายหลักของการให้คำปรึกษา เพราะว่าหากนักเรียนได้พัฒนาถูกต้องตามหลักไตรสิกขาแล้ว ก็จะบรรลุเป้าหมายของการดำเนินชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนา

โดยสรุป เทคนิคการให้คำปรึกษา คือการบอกแนวทางในการดำเนินวิถีชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนา(ปัญญา) และมุ่งประโยชน์ส่วนรวมเป็นเรื่องสำคัญ เพราะผู้มีปัญญา คือผู้ฉลาดเริ่มฉลาดที่การศึกษาเมื่อมีการศึกษาที่ดีแล้ว สามารถปฏิบัติงาน หรือทำงานถูกต้องตามกฎเกณฑ์ไม่เบียดเบียนทั้งตนเองและผู้อื่น ซึ่งตามหลักการทางพระพุทธศาสนาได้เสนอหลักการสำคัญ ๕ ประการ สำหรับอยู่รวมกันอย่างสันติสุข นั่นคือปฏิบัติถูกต้องตามหลักศีล ๕ ฉะนั้น เพื่อเป็นการสรุปให้เห็นประเด็นหลักของการให้คำปรึกษาที่ผู้วิจัยได้ศึกษามาทั้งในงานวิจัยเล่มนี้ ก็ขอนำเสนอเป็นแผนภูมิของการให้คำปรึกษามาทั้งหมด ดังต่อไปนี้

แผนภูมิที่ ๔.๒ แสดงเทคนิคการให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธีสำหรับนักเรียน



บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์เทคนิคการให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธีสำหรับนักเรียน” ได้กำหนดวัตถุประสงค์ของการศึกษาไว้ ๓ ประการ คือ (๑) พุทธวิธีการให้คำปรึกษาที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท (๒) เทคนิคการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนในสังคมไทยปัจจุบัน และ (๓) วิเคราะห์เทคนิคการให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธีมาใช้กับนักเรียน

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาเชิงเอกสาร (Documentary Research) โดยศึกษาข้อมูลจากพระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา หนังสือและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และนำมาวิเคราะห์สรุปข้อมูลในเชิงพรรณนา จากคัมภีร์พระพุทธศาสนา และจากเอกสารงานวิชาการทั้งหลายที่ผู้ทรงคุณวุฒิได้สร้างสรรค์เอาไว้ซึ่งเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการวิจัยครั้งนี้ โดยผลของการศึกษาแต่ละประเด็นตามวัตถุประสงค์มีข้อสรุป ดังต่อไปนี้

ผลการศึกษาตามวัตถุประสงค์ข้อที่ ๑ ได้ค้นพบประเด็นที่สำคัญสำหรับนำมาประยุกต์ใช้ในสภาวการณ์ของสังคมไทยปัจจุบันตามที่ได้ปรากฏให้เห็นตามหน้าสื่อสิ่งพิมพ์ต่างๆ ซึ่งมีความเกี่ยวกับพฤติกรรมของพลเมืองที่เป็นไปในแนวทางที่ผิดต่อหลักศีลธรรมมากขึ้น โดยเฉพาะในกลุ่มของเยาวชน เช่น การทำลายร่างกาย การกระทำความผิดตามหลักประเวณี และการก่อคดีอาชญากรรมในรูปแบบต่างๆ ด้วยเหตุนี้ การนำเทคนิคการให้คำปรึกษาที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท มาใช้ในการแก้ปัญหาดังกล่าว จึงจำเป็นต้องได้รับการฝึกฝน อบรมทางจิตใจของเยาวชนเป็นสิ่งสำคัญ โดยเรื่องนี้พระพุทธองค์ทรงใช้วิธีการให้คำปรึกษาอยู่หลายรูปแบบ แต่ที่สำคัยทรงใช้คำปรึกษา ๒ วิธี คือ (๑) **ตามหลักสมถกรรมฐาน** หมายถึง การฝึกจิตให้สงบ โดยมุ่งเน้นการฝึกจิตให้มีความเข้มแข็ง มีสมาธิในการเผชิญกับปัญหา ความทุกข์ที่ตนได้ประสบอยู่ และทำจิตให้ปราศจากนิวรณ์ แล้วยกจิตของตนขึ้นสู่ฌาน อภิญญา และเพื่อเตรียมจิตขึ้นสู่วิปัสสนา(ปัญญา) นับว่าเป็นกระบวนการให้คำปรึกษาเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของแต่บุคคลเป็นเรื่องสำคัญ และ (๒) **ตามหลักวิปัสสนากรรมฐาน** หมายถึง การฝึกฝนบุคคลให้เกิดสติปัญญารู้เท่าทันความเป็นจริง คือมีความคิดที่ประกอบด้วยหลักสัมมาทิฏฐิ ไม่ถูกครอบงำด้วยความยินดียินร้ายของอำนาจกิเลส โดยการกำหนดพิจารณาองค์ธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งสติ ๔ อย่าง

ได้แก่ กาย เวทนา จิต ธรรม ตามสภาพความจริงของจิตที่รู้อารมณ์แต่ละขณะ และ ตั้งมั่นเฝ้าดูอย่างมีสติบ่อยๆ ถึงแม้จะทันบ้างไม่ทันบ้างก็ตาม ถือว่าเราได้ทำหน้าที่ของผู้ปฏิบัติและผู้สืบทอดอายุพระพุทธศาสนา และเพื่อสร้างเหตุปัจจัยอันจะนำไปสู่ความหลุดพ้นจากบ่วงแห่งมารทั้งหลายได้ด้วยปัญญา

สรุปความว่า การให้คำปรึกษาทั้งทางสมถะและวิปัสสนากรรมฐาน มีจุดมุ่งหมายเดียวกัน คือเป็นกระบวนการพัฒนามนุษย์แบบองค์รวม (ไตรสิกขา) ไม่แยกส่วนประกอบของการให้คำปรึกษาแนะนำระหว่างกายกับใจ และต้องเป็นไปตามลักษณะนิสัย หรือความแตกต่างระหว่างบุคคล โดยพระพุทธองค์ทรงใช้ให้คำปรึกษาสั่งสอนพุทธบริษัทโดยยึดตาม**หลักจริต ๖** เป็นองค์ประกอบสำคัญทั้งในการประกาศพระศาสนา และการสร้างศรัทธาให้พุทธบริษัทได้ปฏิบัติตามตราบจนปัจจุบัน

ผลการศึกษาตามวัตถุประสงค์ข้อที่ ๒ พบว่า เทคนิคการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนในสังคมไทยปัจจุบัน ถือเป็นเรื่องสำคัญสำหรับนำมาใช้เพื่อพัฒนาปัญญาของเยาวชนให้เป็นไปในทิศทางที่ถูกต้องเหมาะสมในการดำเนินชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะการมีจิตสำนึกในหลักศีลธรรมจริยธรรม อันเป็นบรรทัดฐานความดีงามของชาวพุทธ ซึ่งมีพระธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนาเป็นทิศทาง หรือเป็นกรอบสำหรับควบคุมความประพฤติทางกาย ทางวาจา และทางใจ โดยมี**หลักอริยสัจ ๔** ซึ่งเป็นทฤษฎีการแก้ไขปัญหาที่สำคัญในทางพระพุทธศาสนา ที่แก้ไขปัญหาต่างๆ ได้ตรงจุด ซึ่งไม่เฉพาะแต่การแก้ปัญหานักเรียนเท่านั้น ส่วนการแก้ปัญหาเรื่องอื่นๆ ที่เกิดขึ้นในสังคมที่ทุกคนให้ความเห็นว่า เป็นปัญหา และปัญหานี้จะต้องได้รับการแก้ไขเป็นการเร่งด่วนเพื่อนำมาซึ่งความสงบสุขส่วนรวมของของสังคม จะต้องดำเนินการแก้ไขตามแนวทางนี้

จะเห็นว่า นอกจากการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจจ์แล้ว ยังมีหลักการพัฒนาที่สมบูรณ์อีกประการหนึ่งคือ **หลักภาวนา ๔** ซึ่งเป็นกระบวนการพัฒนาที่สมบูรณ์ในทางพระพุทธศาสนาเช่นเดียวกัน ด้วยเหตุผลว่า หากมีการแก้ปัญหา แต่ขาดการพัฒนาถือว่าการแก้ปัญหานั้น ไม่ได้บรรลุตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ และการแก้ปัญหานั้นก็ถือว่าไม่สมบูรณ์แบบของความเป็นมนุษย์ เพราะว่ามนุษย์นั้นมีองค์ที่สำคัญคือ กายกับใจ ดังนั้น การพัฒนาตามหลักภาวนานี้ เป็นสิ่งสำคัญสำหรับนักให้คำปรึกษา แม้นักจิตวิทยาก็ต้องอาศัยหลักการนี้ในการแก้ไปป้องกัน และการพัฒนาของความเป็นมนุษย์ได้ตรงจุด ซึ่งเกี่ยวเนื่องด้วยความทุกข์ ได้แก่ ความต้องการในปัจจัย ๔ สำหรับให้อัตภาพร่างกายสามารถดำรงอยู่ได้

อย่างไรก็ตาม ความต้องการปัจจัย ๔ ในหมู่ของนักเรียนเยาวชนปัจจุบัน ได้หันเหไปตามกระแสการบริโภคนิยมมากขึ้น และเกินกำลังความสามารถของตัวเองที่จะหาทรัพย์มาเพื่อปรนเปรอตัณหาความต้องการของตัวเองให้เกิดความพอดี โดยเฉพาะต้องการในสื่อเทคโนโลยีสมัยใหม่ต่างๆ ในปัจจุบัน จึงทำให้กลุ่มเยาวชนตามที่ได้ปรากฏในหน้าสื่อสิ่งพิมพ์ เช่น การล่วงละเมิดในทรัพย์สิน การกระทำความผิดในลูกเมียของผู้อื่น หรือการก่อคดีอาชญากรรมต่างๆ จนกระทั่งมีการทำลายถึงแก่ชีวิต โดยปัญหาเหล่านี้ถือเป็นปัญหาใหญ่ของประเทศที่จะต้องช่วยกันป้องกันแก้ไข และพัฒนาเป็นการเร่งด่วน

แต่การแก้ไขปัญหาทั้งมวลที่กล่าวมา ไม่ประสบผลสำเร็จ เพราะผู้นำในองค์กรต่างๆ ตลอดจนผู้นำประเทศ ก็มิได้ใส่ใจให้ความสำคัญกับพระพุทธศาสนาอย่างสุจริตใจ จึงทำให้การแก้ปัญหาไม่ประสบผลสำเร็จ เพราะไม่รู้จักปัญหา คือ แก้ไขปัญหาแบบแยกส่วนประกอบ และก็มิได้สืบสาวถึงรากเหง้าแห่งปัญหาอย่างชัดเจน อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงของระบบสังคมสมัยใหม่ โดยเรื่องนี้พระพุทธองค์ทรงวางรากฐานการแก้ปัญหาไว้อย่างชัดเจนคือ **หลักอริยสัจจ์** โดยการสืบสาวสาเหตุที่มาของปัญหา เมื่อรู้สาเหตุของปัญหาแล้ว ก็ฝึกฝนพัฒนาแบบองค์รวม **ไตรสิกขา** ระหว่างการพัฒนาทางกายกับการพัฒนาทางใจอันเป็นองค์ประกอบสำคัญของมนุมย์ ในเมื่อมนุษย์มีการพัฒนากายกับใจได้สมบูรณ์บริบูรณ์แล้ว ก็นำไปสู่ผล กล่าวคือ ความสุขทั้งมวลของมนุษยชาติ

ผลการศึกษาวิเคราะห์ตามวัตถุประสงค์ข้อที่ ๓ พบว่า **ผู้ให้คำปรึกษา**นักเรียนประกอบด้วย พระสงฆ์ พ่อแม่ผู้ปกครอง และครูบาอาจารย์ ซึ่งเป็นผู้มีความใกล้ชิดและมีอิทธิพลต่อนักเรียนในฐานะเป็นผู้สั่งสอน อบรม ฝึกหัดนักเรียนให้อยู่กรอบวินัย และปฏิบัติตนถูกต้องตามหลักศีลธรรม จริยธรรม โดยเฉพาะต้องชี้แนะวิธีการดำเนินชีวิตดีงาม มีความถูกต้องตามหลักปฏิสัมพันธ์ในครอบครัว และสังคม ฉะนั้น ผู้ให้คำปรึกษานอกจากจะมีหน้าที่หลักคือการให้คำปรึกษาแล้ว ต้องปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่นักเรียนด้วย เพื่อว่านักเรียนจะได้นำไปเป็นแบบอย่างของการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องเหมาะสม ไม่ผิดหลักศีลธรรม จริยธรรม ความเป็นชาวพุทธ คือต้องตระหนักรู้เสมอว่า การกระทำการใดๆ ลงไปต้องคำนึงถึงการไม่เบียดเบียนทั้งตนเอง และผู้อื่น อันเป้าหมายหลักที่พระพุทธศาสนาต้องการให้เกิดมีขึ้นกับพุทธบริษัท

ผู้รับคำปรึกษา หมายถึง นักเรียนในสังคมไทยปัจจุบัน ซึ่งเป็นบุคลากรที่สำคัญของการพัฒนาประเทศให้เจริญก้าวหน้าในภายภาคหน้า แต่ว่านักเรียนในปัจจุบันมีพฤติกรรมก้าวร้าวเพิ่มมากขึ้น และเป็นปัญหาใหญ่ที่สังคมต้องการแก้ไขให้หมดไปจาสังคม แต่เป็นการยากที่จะแก้ปัญหาดังกล่าวเหล่านี้ให้หมดไป เพราะสังคมปัจจุบันมีสภาพแวดล้อมที่เต็มไปด้วยปัญหาคือ

เริ่มตั้งสถาบันครอบครัว สังคม เศรษฐกิจ และการเมืองการปกครอง คือเกิดความไม่วางใจกัน มีความขัดแย้งกัน ตั้งแต่ระดับต้นจนสูงสุด คือ ความขัดแย้งระหว่างประเทศ เช่น อย่างที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน

สำหรับเนื้อหาให้คำปรึกษา สำหรับนำมาใช้เพื่อสั่งสอน อบรม พัฒนานักเรียน คือ อริยสัจ ๔ ภาวนา ๔ และ สิกขา ๓ ซึ่งเนื้อหาที่นำมาดำเนินการให้คำปรึกษานี้มีความเกี่ยวข้องกันไม่สามารถที่จะแยกออกจากกันได้ เนื่องจากว่าหลักธรรม ที่กล่าวมาทั้งหมดล้วนแล้วมีเป้าหมายเดียวกัน คือ การพัฒนามนุษย์แบบองค์รวม ไม่แยกส่วนประกอบของการให้คำปรึกษา โดยหลักการนี้พระพุทธองค์ทรงได้สั่งสอนพุทธบริษัทให้ดำเนินชีวิตตามหลักอริยมรรคเพื่อการหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง โดยเฉพาะสำหรับนักมาให้คำปรึกษานักเรียนนั้น คือต้องการพัฒนานักเรียนแบบยั่งยืนของความเป็นมนุษย์ตามหลักไตรสิกขา ให้มีความสมดุล มีความเจริญก้าวหน้าตามด้วย โดยเฉพาะด้านสังคม เศรษฐกิจ การเมือง และมีความคิดเห็นเป็นประชาธิปไตย ไม่ถูกครอบงำด้วยอำนาจของกิเลสที่เป็นผลกระทบต่อการพัฒนาประเทศชาติ

เป้าหมายการให้คำปรึกษา คือการพัฒนานักเรียนให้มีความเจริญงอกงามทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา โดยทางพระพุทธศาสนา เรียกว่า การพัฒนาตามหลักไตรสิกขา อันเป็นองค์ประกอบสำคัญในการพัฒนาคนให้เป็นมนุษย์ โดยเฉพาะการพัฒนาความรู้เกิดจากภายนอกมีสภาพสิ่งแวดล้อมรอบข้างของสังคม เรียกว่า**ปรโตโฆสะ** แล้วส่งอิทธิพลต่อภายในจิตใจของเยาวชน คือการรับรู้อย่างถูกวิธีมีความคิดเป็น**โยนิโสมนสิการ** อันเป็นรากฐานของความดี คิดดี พูดดี และกระทำการต่างๆ ในทางที่ดี มีสัมมาทิฏฐิ เป็นแก่นกลางสามารถพัฒนาองค์ความรู้ให้เจริญก้าวหน้าตามคติทางพระพุทธศาสนา เพื่อนำไปแก้ไขปัญหาของชีวิตได้ อันเป็นเป้าหมายสูงสุดของวิถีชีวิตของมนุษย์ เรียกว่า **ประโยชน์** ทั้งประโยชน์ตน ประโยชน์ผู้อื่น ประโยชน์ร่วมกันทั้งสองฝ่าย ส่งเสริมสนับสนุนการมีส่วนร่วม ทั้งรูปธรรม และนามธรรม ซึ่งจะช่วยให้ทั้งตนและผู้อื่นก้าวหน้าไปในการบรรลุประโยชน์ทั้งสามในที่สุด ซึ่งเป็นที่ต้องการและเรียกหาในสังคมไทยปัจจุบัน

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

จากการวิจัยเรื่อง "การศึกษาวิเคราะห์เทคนิคการให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธีสำหรับนักเรียน" ผู้วิจัยเห็นว่าสังคมควรที่จะนำเอากรอบแนวคิดที่ได้จากผลของการวิจัยนี้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ได้ ดังต่อไปนี้

๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะทั่วไป

ผลจากการศึกษาผู้วิจัยเห็นว่า ปัญหาของสังคมไทยปัจจุบัน ไม่ว่าจะเป็นปัญหาที่เกิดภายในสถาบันครอบครัว สังคม เศรษฐกิจ และการเมืองการปกครอง ล้วนแล้วมีปัญหาทั้งสิ้น เพราะพลเมืองในประเทศส่วนมาก ยังมองข้ามสถาบันขั้นพื้นฐานอันเป็นรากแก้วที่ยึดเหนี่ยวจิตใจของคนในสังคมให้มีจิตสำนึกรักความสงบสุขสันติภาพ ได้แก่ สถาบันครอบครัว ด้วยเหตุที่ว่าครอบครัวนั้นเป็นจุดเริ่มต้นของสังคง และประเทศชาติ ในเมื่อสถาบันครอบครัวมีความสงบสุข เกิดความรักใคร่ปรองดองกัน ด้วยอาศัยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาคอยควบคุมความประพฤติอกุศลจิตทั้งหลาย ให้จิตใจใสสะอาดปราศจากมลทิน ก็สามารถสร้างสรรค์สังคมให้มีความเจริญตามไปด้วย

แต่ตรงกันข้ามสภาวการณ์ของสังคมไทยปัจจุบัน มีปัญหาไม่รู้จบสิ้น มีความขัดแย้งกันตั้งแต่ภายในครอบครัว ตลอดจนปัญหาสังคม เศรษฐกิจ การเมืองการปกครอง ขาดความยุติธรรมภายในสังคม โดยเฉพาะสถาบันการเมืองการปกครองอันเป็นสถาบันหลักที่กำหนดทิศทางของประเทศให้เจริญขึ้น หรือก็เสื่อมลง ก็อยู่ที่ผู้นำเป็นหลัก เพราะในเมื่อผู้นำขาดความยุติธรรม ไม่สามารถชี้นำสร้างสังคมแห่งความปรองดองภายในประเทศแล้ว ปัญหาต่างๆ ก็ตามมาแล้วลามไปทั่วตั้งแต่สังคมเมือง ตลอดจนสังคมชนบท โดยเฉพาะปัญหาเรื่องปากท้องของความเป็นอยู่**ที่เป็นตัวชี้วัดถึงความปรกติสุขของสังคม** คือว่า เมื่อทุกครอบครัวมีสภาพเศรษฐกิจกินดีอยู่ดี ก็ไม่เกิดปัญหาการแตกแยกในครอบครัว เยาวชนก็ไม่มีปัญหา สังคมก็เป็นสุข ชาติก็จะเจริญ แต่หลักการทั้งหลายที่กล่าวมา จะประสบผลสำเร็จประการใดนั้น อยู่ที่ว่า ผู้นำประเทศ และองค์กรต่างๆ ของสังคม ต้องให้ความสำคัญกับสถาบันพระพุทธศาสนาเพราะเป็นสถาบันที่ช่วยให้สภาวะที่รุนแรงของโลก ธรรมชาติ และมนุษยชาติอยู่ร่วมกันอย่างสันติ

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

ผลการศึกษาวิจัยในครั้งนี้พบว่า ยังมีประเด็นที่เป็นประโยชน์น่าศึกษาค้นคว้าวิจัยต่อเพื่อพัฒนาองค์ความรู้ให้ครอบคลุมยิ่งขึ้น และเพื่อทำความเข้าใจให้ถูกต้องตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเถรวาท จึงเห็นว่าควรทำการศึกษาวิจัยเรื่องต่อไปนี้

๑. ควรมีการศึกษาพุทธวิธีสร้างความปรองดองภายในครอบครัวด้วยตัวชี้วัดเรื่องความรัก

๒. ควรมีการศึกษาวิเคราะห์เรื่องทิศ ๖ ในมิติที่ช่วยลดปัญหาความขัดแย้งในสังคมไทยทางด้านเศรษฐกิจ, สังคม, การเมืองการปกครอง

๓. ควรมีการศึกษาวิเคราะห์วิธีการแก้ปัญหาบริโภคนิยมในกลุ่มเยาชนด้วยกระบวนการทางพระพุทธศาสนาเถรวาท

๔. ควรมีการศึกษาวิเคราะห์อิทธิพลของสื่อที่มีต่อพฤติกรรมของเยาวชนในบริบทสังคมสมัยใหม่

๕. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบการให้คำปรึกษาเชิงพุทธกับการให้คำปรึกษาตามหลักจิตวิทยา

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.** กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

————. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.** กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

เล่มที่ ๑, ๔, ๙, ๑๐ , ๑๑ , ๑๒ ,๑๓, ๑๔, ๑๕, ๑๖, ๑๘, ๑๙, ๒๐, ๒๑, ๒๒, ๒๓, ๒๔, ๒๕ , ๒๖ ,๒๙, ๓๐, ๓๑, ๓๔, ๓๕.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) หนังสือไทย

กระทรวงศึกษาธิการ. **คุณธรรมและจิตสำนึกของข้าราชการครู**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, ๒๕๔๔.

กองศาสนศึกษา กรมการศาสนา กระทรวงศึกษาธิการ. **คู่มือการศึกษาธรรมศึกษาชั้นตรี.** พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๔๑.

คณาจารย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **ธรรมะภาคปฏิบัติ ๑**. กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำดัก ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๕๑.

————. **ธรรมะภาคปฏิบัติ ๒**. กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๕๑.

คูน โทขันธ์. **การพัฒนาจิต**. กรุงเทพมหานคร : โอ. เอส. พริ้นติ้ง เฮ้าส์, ๒๕๔๘.

จำนงค์ อดิวัฒนสิทธิ์. **สังคมวิทยาตามแนวพุทธศาสตร์**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕.

จำลอง ดิษยวณิช. **จิตวิทยาของความดับทุกข์**. เชียงใหม่ : บริษัท กลางเวียงการพิมพ์ จำกัด เชียงใหม่, ๒๕๔๔.

ชิน วินายะ. **โยคีกับวิปัสสนา**. มปท, มปป. .

ณรงค์ เส็งประชา. **มนุษย์กับสังคม**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร : โอ.เอส.พริ้นติ้ง เฮ้าส์, ๒๕๓๘.

เดโช สวนานนท์. **จิตวิทยาสำหรับครู**. พระนคร : มงคลการพิมพ์, ๒๕๐๗.

พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. **ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษา**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : พัฒนาศึกษา, ๒๕๔๓.

พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์. **ทฤษฎีจิตวิทยาพัฒนาการ**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : บริษัท แอคทิฟ พริ้นติ้ง จำกัด, ๒๕๔๗.

พระ ดร.พี.วชิรญาณมหาเถระ. **สมาธิในพระพุทธศาสนา**. แปลโดย ชูศักดิ์ ทิพย์เกษร. กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔.

พระครูกัลยาณสิทธิวัฒน์ (สมาน กลฺยาณธมฺโม). **พุทธประวัติตามแนวปฐมสมโพธิ**. พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๖.

พระเทพวิสุทธิเมธี (ปัญญานันทภิกขุ). **กตัญญูกตเวทีเป็นเครื่องหมายของคนดี**. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๓๖.

พระเทพเวที (ป.อ. ปยุตฺโต). **พุทธวิธีในการสอน**. พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๒.

__________. **พุทธศาสตร์กับการแนะแนว**. กรุงเทพมหานคร : กองทุนวุฒิธรรมเพื่อการศึกษาและปฏิบัติธรรม, ๒๕๓๔.

__________. **การศึกษา : เครื่องมือพัฒนาที่ยังต้องพัฒนา**.พิมพ์ครั้งที่ ๔. ปัตตานี : มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี, ๒๕๓๖.

__________. **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรราชวิทยาลัย, ๒๕๓๒.

__________. **สถานการณ์พระพุทธศาสนาพลิกหายนะเป็นพัฒนา**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๓๖.

พระเทพโสภณ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต). **ทิศทางการศึกษาไทย**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.

พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต). **ปัญญาต้องคู่กับกรุณาจึงจะพาชีวิตรอด**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร : เชนพริ้นติ้ง, ๒๕๕๓.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ประยุตฺโต). **พุทธธรรมฉบับปรับปรุงและขยายความ**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.

————. **พุทธศาสน์กับการแนะแนว**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, ๒๕๔๔.

————. **ธรรมนูญชีวิต**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์การศาสนา กรมการศาสนา, ๒๕๔๐.

————. **ธรรมนูญชีวิต**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๔๔.

————. **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๙.กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓.

————. **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ ๙. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๔๕๓

————. **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**.พิมพ์ครั้งที่ ๑๐. กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอส. อาร์. พริ้นติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด, ๒๕๔๖.

————. **พุทธธรรม (ฉบับเดิม)**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๔. กรุงเทพมหานคร : บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๔.

————. **พุทธธรรม ฉบับขยายความ**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.

————. **สัมมาสมาธิและสมาธิแบบพุทธ**. กรุงเทพมหานคร : ธรรมบันลือธรรม, ๒๕๔๗.

————. **คนไทยกับป่า**. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๓๗.

————. **พุทธธรรมกับการพัฒนาชีวิต**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๔๐.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). **พุทธวิธีในการสอน**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๙.

————. **ชีวิตที่สมบูรณ์**. อ้างใน หนังสือที่ระลึกในงานพระราชทานเพลิงศพ คุณแม่โบ้ตัว แซ่ห่าน จิตสุทธิภากร. นครสวรรค์ : ทิศทางการพิมพ์ นครสวรรค์, ๒๕๕๓.

————. **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๓. กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอส. อาร์์งพริ้นติ้งแมสโปรดักส์ จำกัด, ๒๕๔๘.

————. **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐. กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอส. อาร์ต พริ้นติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด, ๒๕๕๐.

————. **สยามสามไตรสู่อนาคตที่สดใสด้วยการศึกษาไทยวิถีพุทธ**. กรุงเทพมหานคร : บริษัท พิมพ์สวย จำกัด, ๒๕๕๒.

————. **วิธีคิดตามหลักพุทธธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๙. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ธรรมสาร, ๒๕๔๙.

พระพรหมโมลี (วิลาศ ญาณวโร, ป.ธ.๙). **ภาวนาทีปนี**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : บริษัท ธรรมสาร จำกัด, ๒๕๔๕.

พระพุทธโฆสเถระ. **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**. แปลโดย สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร). พิมพ์ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร : บริษัทเพรส จำกัด, ๒๕๕๑.

พระภาวนาภิรามเถร (สุข ปวโร). **คู่มือวิปัสสนากรรมฐาน**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : พระนคร, ๒๔๙๙.

พระมหาสังเวย ธมฺมเนตฺติโก. **ความอัศจรรย์ในพระธรรมวินัย**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ประดิพัทธ์, ๒๕๓๖.

พระเมธีธรรมาภรณ์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต). **ธรรมะและการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม**. กรุงเทพมหานคร : บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๓๘.

พระราชญาณวิสิฐ และคณะ. **คู่มือการศึกษาสัมมาปฏิบัติไตรสิกขา**. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร : บริษัท เพชรเกษม พริ้นติ้ง กรุ๊ป จำกัด นครปฐม, ๒๕๕๒

พระราชพรหมาจารย์, (ทอง สิริมงฺคโล). **คู่มือปฏิบัติในแนวสติปัฏฐาน ๔**. กรุงเทพมหานคร : ม.ป.ท., ม.ป.พ..

พระราชวรมุนี (ประยุทธ์ ปยุตฺโต). **เทคนิคการสอนของพระพุทธเจ้า**. กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์ พริ้นติ้ง กรุ๊ฟ จำกัด, ๒๕๓๐.

พระศรีปริยัติโมลี (สมชัย กุสลจิตฺโต) และคณะ. **สตรีในพระพุทธศาสนา**.พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์สุขภาพใจ, ๒๕๔๔.

พระอธิการสมศักดิ์ โสรโท. **เทคนิคการเจริญวิปัสสนา ตามนัยสติปัฏฐาน**. กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอส. เอ็ม เค พริ้นติ้ง จำกัด, ๒๕๕๑.

พระอุปติสสเถระ. **วิมุตติมรรค**. แปลโดย พระเมธีธรรมาภรณ์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) และคณะ. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ศยาม, ๒๕๓๘.

พุทธทาสภิกขุ. **คู่มือการศึกษาพระพุทธศาสนา**. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๔๔

————. **กตัญญูกตเวทีเป็นร่มโพธิ์ร่มไทรของโลก**. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๓๖.

————. **ตามรอยพระอรหันต์**. ราชบุรี : ธรรมดานิยม, ๒๕๓๐.

เพ็ญพิไล ฤทธาคณานนท์. **พัฒนาการมนุษย์**. กรุงเทพมหานคร : บริษัท ธรรมดาเพรส จำกัด, ๒๕๔๙.

ไพบูลย์ เทวรักษณ์. **จิตวิทยาการเรียนรู้**. กรุงเทพมหานคร : เอส ดี เพรส การพิมพ์, ๒๕๔๐.

ภราดร ปรีดาศักดิ์. **พจนานุกรมเศรษฐศาสตร์**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาธรรมศาสตร์, ๒๕๔๙.

ม.ร.ว. สมพร สุทัศนีย์. **การทดสอบทางจิตวิทยา**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๔.

มั่นเกียรติ โกศลนิรัติวงษ์. **พุทธธรรม ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษา**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ สุวีริยาศาสน์, ๒๕๔๑.

ราชบัณฑิตยสถาน. **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน**. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร : อักษรเจริญทัศน์, ๒๕๓๑.

————. **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.๒๕๒๕**. พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร : บริษัท อักษรเจริญทัศน์ อจท.จำกัด, ๒๕๓๙.

วศิน อินทสระ. **พุทธวิธีในการสอน**. กรุงเทพมหานคร : มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๒๔.

————. **หลักคำสอนสำคัญในพระพุทธศาสนา**. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔.

————. **หลักธรรมอันเป็นหัวใจพระพุทธศาสนา**. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เม็ดทราย, ๒๕๔๘.

วัชรี ทรัพย์มี. **ทฤษฎีและกระบวนการให้คำปรึกษา**. กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๒๕.

————. **ทฤษฎีและกระบวนการให้บริการปรึกษา**. กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๓.

วีรพล สุวรรณนันต์. **กระบวนการแก้ปัญหา**. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร : พิมพ์ที่ บริษัทประยูรวงศ์ จำกัด ๒๕๓๓.

วีระชัย มีชอบธรรม. **สร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ๖**. กรุงเทพมหานคร : หจก. อักษรบัณฑิต, ๒๕๒๗.

ศรีเรือน แก้วกังวาล. **จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย เล่ม ๒**. พิมพ์ครั้งที่ ๘. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๕.

ศิริ ฮามสุโพธิ์. **ประชากรกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต**. กรุงเทพมหานคร : โอ.เอส. พริ้นติ้ง เฮ้าส์, ๒๕๔๓.

สนอง เครือมาก. **คู่มือการฝึกอบรมและบทความวิจัย : การพัฒนารูปแบบการเรียนรู้ตามหลักพุทธธรรม ฉบับปรับปรุง**. นครสวรรค์ : สำนักพิมพ์วิสุทธิ์การพิมพ์, ๒๕๔๐.

สมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ สุวฑฺฒโน). **พระธรรมเทศนาในพระราชสำนัก**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อักษรไทย, ๒๕๔๑.

สมเด็จพระพุฒาจารย์ (เกี่ยว อุปเสโณ). **สมาธิหลักของใจ**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : บริษัท ประชุมช่าง จำกัด, ๒๕๕๐.

สมเด็จพระมหาวีรวงศ์ (พิมพ์ ธมฺมธโร). **มงคลยอดชีวิต ฉบับสมบูรณ์**. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๒๘.

สมเด็จพระสังฆราช (ปุสฺสเทว). **หนังสือสวดมนต์ฉบับหลวง**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์บำรุงนุกูลกิจ, ๒๔๗๒.

สมเด็จพระสังฆราชเจ้า กรมหลวงวชิรญาณวงศ์. **ธรรมานุกรม**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๑๕.

สำนักพัฒนาสุขภาพจิตเด็กและสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์. **ความรู้สุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นสำหรับผู้ปฏิบัติงานเครือข่ายสุขภาพจิต**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด, ๒๕๔๗.

สุชา จันทน์เอม. **จิตวิทยาเด็ก**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร : บริษัทโรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, ๒๕๔๑.

————. **จิตวิทยาพัฒนาการ**. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร : บริษัทโรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, ๒๕๔๐.

สุชีพ ปุญญานุภาพ. **พระไตรปิฎก ฉบับสำหรับประชาชน**. กรุงเทพมหานคร : มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

สุพัตรา สุภาพ. **ปัญหาสังคม**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๖. กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิชย์, ๒๕๔๒.

————. **ปัญหาสังคม**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๗. กรุงเทพมหานคร : บริษัทโรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, ๒๕๔๓.

สุวรี ศิวะแพทย์. **จิตวิทยาทั่วไป**. กรุงเทพมหานคร : โอ.เอส. พริ้นติ้ง เฮ้าส์, ๒๕๔๙.

สุวัฒน์ จันทรจำนง. **แก่นพุทธธรรม ฉบับอังกฤษ-ไทย**. กรุงเทพมหานคร : ฝ่ายโรงพิมพ์ บริษัทตถาตาพับลิเคชั่น จำกัด, ๒๕๔๗.

เสวตร เปี่ยมพงศ์สานต์. **พุทธวิปัสสนา**. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑.

หลวงพ่อชา สุภัทโท. **ชีวิต ผลงาน หลักธรรม**. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๓๗.

อนุสร จันทพันธ์ และบุญชัย โกศลธนากุล. **จริต ๖ ศาสตร์ในการอ่านใจคน**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๗. กรุงเทพมหานคร : บริษัท อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน), ๒๕๔๙.

อาภา จันทรสกุล. **ทฤษฎีและวิธีการให้คำปรึกษา**. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและแนะแนว มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๓๕.

อุษณีษ์ เย็นสบาย. **จิตวิทยาแนะแนว**. กรุงเทพมหานคร : โอ.เอส.พริ้นติ้ง เฮาส์, ๒๕๓๓.

เอกสารการสอนชุดวิชา. **มนุษย์กับสังคม หน่วยที่ ๘–๑๕**. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, ๒๕๔๑.

(๒) บทความ

มัณฑนา สังขะกฤษณ์. “**คุณธรรมนำความรู้สู่สถานศึกษา**”, วารสารวิชาการ: ปีที่ ๑๐ ฉบับที่ ๓ กรกฎาคม - กันยายน, ๒๕๕๐), หน้า ๒-๓.

(๓) วิทยานิพนธ์

นิคม สิงห์สูตร. “การพัฒนาเครื่องมือและวิธีการวัดตัวบ่งชี้คุณธรรมจริยธรรมของผู้เรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน : ความเมตตากรุณา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และเสียสละเพื่อส่วนร่วม”, **วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยนเรศวร, ๒๕๔๖.

ฝนทิพย์ จักรทอง. “ความคิดเห็นต่อปัญหาการใช้ยาเสพติดในวัยรุ่นของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ โรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองลำพูน”. **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๓.

พระธีรภัทรภพ พวงมาลา. ”พระพุทธศาสนากับลัทธิบริโภค : ศึกษากรณีเฉพาะวัดในกรุงเทพมหานคร”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๔.

พระมหากิจการ โชติปญฺโญ. “การศึกษาพุทธวิธีการให้คำปรึกษาที่ปรากฏในพระสุตตันตปิฎก", **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.

พระมหาบรรจง จนฺทคุตฺโต (แม่นทอง). “คุณภาพการจัดการศึกษาแก่เด็กและเยาวชนตามหลักไตรสิกขา : กรณีศึกษา ศูนย์ศึกษาพุทธศาสนาวันอาทิตย์วัดสวนดอก จังหวัดเชียงใหม่”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐.

พระมหาปรีชาพล ติยานนท์. “การศึกษาวิเคราะห์บทบาทของพระสงฆ์ในการใช้หลักธรรมให้คำปรึกษาเพื่อแก้ปัญหาชีวิตแก่ศาสนิกชน”. **วิทยาลัยนิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๕.

พระมหาสุชาติ สุชาโต(สนิทสนม). “การประพฤติพรหมจรรย์ตามหลักคำสอนพระพุทธศาสนา”, **วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕.

พระมหาหมวด สุกฺกธมฺโม. “การศึกษาเชิงวิเคราะห์แนวความคิดเรื่องความเคารพในพระพุทธศาสนา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.

พระศรีปริยัติโมลี (สมชัย กุสลจิตฺโต). “พระธรรมวินัย กฎหมาย ทิฏฐิ และผลประโยชน์ กรณีความเห็นขัดแย้งกันในเรื่อง พ.ร.บ. สงฆ์ ฉบับใหม่”. ใน **สารนิพนธ์พุทธศาสตรบัณฑิต รุ่นที่ ๔๗**. รวบรวมและจัดพิมพ์โดย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓.

วัชรา ทองมอญ. “การศึกษานำหลักพุทธธรรมมาประยุกต์ใช้ในการให้การปรึกษาเพื่อลดความเครียดของผู้ติดเชื้อเอชไอวีในโครงการของโรงพยาบาลบำราศนราดูร”. **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๑.

(๔) เอกสารที่ไม่ได้ตีพิมพ์เผยแพร่ :

ธรรมนิพนธ์ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), (CD-ROM ฉบับเรียนพระไตรปิฎก), **พุทธศาสน์กับการแนะแนว**, หน้า ๕๐-๕๑.

ธรรมนิพนธ์ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), (CD-ROM ฉบับเรียนพระไตรปิฎก), **พัฒนาการแบบองค์รวมของเด็กไทย**, หน้า ๓๓.

๒. ภาษาอังกฤษ

(I) Primary Sources:

Burke, H.M. Jr., & Stefflre, B.. **Theories of Counseling.** 3rd ed.. ZNew York: McGraw - Hill Book Company, 1979.

Good, C.V.. **Dictionary of Education.** New York: McGraw - Hill Book Company, 1985.

Levy, Allen E, and Dawning, Lynn Synek. **Counseling and Psychotherapy: Skills.** Theories and practices, 1980.

Patterson, C.H.. **Theories of Counseling and Psychotherapy.** 2nd ed.. New York: Row, Publisher, 1973.

Pietrofesa, John L.. **Counseling: Research and Practice.** Chicago: Kand Mcnally College publishing Coun, 1975.

(II) Internet

http://www.thaihealth.or.th/node/๑๖๕๒๗ เข้าถึงมูลเมื่อ <17/11/2010>

http://portal.in.th/psy-may/pages/1565/ เข้าถึงข้อมูลเมื่อ (7/6/2010)

http://guru.sanook.com/pedia/topic เข้าถึงข้อมูลเมื่อ (14/7/2010)

http://www.ryt9.com/s/nnd/1034453 เข้าถึงข้อมูลเมื่อ (10/12/2010)

http://www.thaihealth.or.th/node/18154 เข้าถึงข้อมูลเมื่อ (10/12/2010)

ภาคผนวก

๑. กิจกรรม การให้คำปรึกษานักเรียนผ่านกระบวนทางพระพุทธศาสนา

๑.๑ กิจกรรมสร้างลานปฏิบัติธรรมเฉลิมพระเกียรติ

๑.๒ กิจกรรม ป้ายนิเทศ ป้ายคุณธรรม

๒. กิจกรรมพัฒนาจิต พัฒนาตน ตามแนววิถีพุทธ

๒.๑ กิจกรรมไหว้พระ สวดมนต์ทำนอง สรภัญญะ ปฏิบัติธรรม

๒.๒ กิจกรรมยิ้มไหว้ ทักทายกันและเดินแถวเข้าห้องเรียนอย่างมีสติ

๒.๓ กิจกรรมรักษ์ลานธรรม (พัฒนาทำความสะอาดลานปฏิบัติธรรม)

๒.๓ กิจกรรมรักษ์ลานธรรม (พัฒนาทำความสะอาดลานปฏิบัติธรรม)

๓. ใกล้ชิดพระพุทธศาสนา

๓.๑ กิจกรรมเข้าค่ายพุทธบุตร

๓.๒ กิจกรรม สัมมนาทางพระพุทธศาสนา

๓.๓ กิจกรรมปฏิบัติธรรมในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา

๔. น้อมนำตนสู่พุทธธรรม

๔.๑ กิจกรรมสะสมคูปองความดี

๔.๒ กิจกรรมลานธรรมเสริมสร้างปัญญา

๔.๒ กิจกรรมลานธรรมรักการอ่านพัฒนาสมาธิ

๔.๓ กิจกรรมไหว้พระ สวดมนต์ นั่งสมาธิ ก่อนเรียน ๕ นาทีทุกคาบเรียน

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ	นางสมใจ ตันติวัฒน์
เกิด	วันที่ ๒๑ เมษายน ๒๕๐๑
การศึกษา	มัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนวัฒนสุขศึกษา
	ประกาศนียบัตรการศึกษา วิทยาลัยครูนครสวรรค์
	ประกาศนีบัตรการศึกษาชั้นสูง ภาษาไทย วิทยาลัยครูนครสวรรค์
	ปริญญาตรี การศึกษาบัณฑิต สาขาวิชา จิตวิทยาแนะแนว
	มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ พิษณุโลก
	ปริญญาโท การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชา จิตวิทยาแนะแนว
	มหาวิทยานเรศวร
ประสบการณ์ทำงาน	ปี ๒๕๒๑ – ปัจจุบัน รับราชการครูโรงเรียนบรรพตพิสัยพิทยาคม
	อำเภอบรรพตพิสัย จังหวัดนครสวรรค์
เข้าศึกษา	พ.ศ. ๒๕๔๙ พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา พระพุทธศาสนา
สำเร็จการศึกษา	พ.ศ. ๒๕๕๓
ที่อยู่ปัจจุบัน	๑๙๙ / ๑ หมู่ ๑ ตำบลเจริญผล อำเภอบรรพตพิสัย จังหวัดนครสวรรค์
	โทร ๐๘๓ – ๔๑๐๔๗๘๑

ชื่อวิทยานิพนธ์	:	**การศึกษาวิเคราะห์เทคนิคการให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธีสำหรับนักเรียน**
ผู้วิจัย	:	นางสมใจ ตันติวัฒน์
ปริญญา	:	พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (สาขาวิชาพระพุทธศาสนา)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

	:	พระเทพปริยัติเมธี	ป.ธ. ๙, ผศ.ดร.
	:	ศ.ดร. กาญจนา เงารังษี	อ.บ., M.A., Ph.D.
	:	ผศ.ดร.วรกฤต เถื่อนช้าง	ป.ธ. ๙, ศษ.บ., ศศ.ม. ปร.ดร.
วันที่สำเร็จการศึกษา	:	............/.........../ ๒๕๕๓.	

บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่องการศึกษาวิเคราะห์เทคนิคการให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธีสำหรับนักเรียน มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ (๑) เทคนิคการให้คำปรึกษาที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท (๒) เทคนิคการให้คำปรึกษาแก่เยาวชนด้วยพุทธวิธี และ (๓) วิเคราะห์เทคนิคการให้คำปรึกษาด้วยพุทธวิธีมาใช้กับนักเรียน การศึกษาครั้งนี้ได้รวบรวมข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎก ตลอดจนเอกสารผลงานวิจัยอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง แล้วนำมาศึกษาวิเคราะห์เนื้อหา และนำเสนอสรุปผลการวิจัยเชิงพรรณนา ได้ดังนี้

๑. การนำเทคนิคการให้คำปรึกษาที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท มาใช้ในการฝึกฝน อบรม จิตใจของเยาวชนถือเป็นสิ่งสำคัญในสังคมไทยปัจจุบัน โดยพระพุทธองค์ทรงชี้แนะของการให้คำปรึกษาอยู่ ๒ วิธี ได้แก่ (๑) ตามหลักสมถกรรมฐาน คือ มุ่งเน้นการฝึกจิตให้มีความเข้มแข็ง มีสมาธิในการเผชิญกับปัญหา ความทุกข์ที่ตนได้ประสบอยู่ด้วยปัญญา และ (๒) ตามหลักวิปัสสนากรรมฐาน คือ ฝึกฝนบุคคลให้เกิดสติปัญญารู้เท่าทันความคิดของตัวเองตามหลักสัมมาทิฏฐิ และไม่ถูกครอบงำด้วยอำนาจกิเลส

จะเห็นว่า การให้คำปรึกษาทั้ง ๒ วิธี มีจุดมุ่งหมายเดียวกันของการพัฒนามนุษย์แบบองค์รวม ไม่แยกส่วนประกอบระหว่างกายกับใจ และต้องเป็นไปตามลักษณะนิสัยความแตกต่างระหว่างบุคคล โดยพระพุทธองค์ทรงใช้ให้คำปรึกษาตามจริต ๖ เป็นองค์ประกอบสำคัญ

๒. การให้คำปรึกษาแก่เยาวชนด้วยพุทธวิธี สำหรับนำมาใช้เพื่อพัฒนาปัญญาของเยาวชนให้เป็นไปในทิศทางที่ถูกต้องของการดำเนินชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะการมีจิตสำนึกในหลักศีลธรรม อันเป็นบรรทัดฐานความดีงามของชาวพุทธ ซึ่งมีคำสอนทางพระพุทธศาสนาเป็นทิศทางสำหรับควบคุมความประพฤติทางกาย วาจา ใจ โดยมีหลักอริยสัจจ์ ซึ่งเป็นทฤษฎีการแก้ไขปัญหาที่สำคัญ และนำมาประยุกต์ใช้แก้ปัญหาของมวลมนุษย์ เกี่ยวข้องด้วยปัจจัย ๔ สำหรับยังอัตภาพร่างกายให้ดำรงอยู่ได้ และก็ต้องพัฒนาแบบองค์รวมระหว่างทางกายกับทางใจ อันเป็นองค์ประกอบสำคัญ แล้วนำไปสู่ผล คือ ความสุขของมวลมนุษยชาติ

๓. การนำพุทธวิธีการให้คำปรึกษามาใช้กับนักเรียน ได้สรุปกลุ่มบุคคลผู้มีความใกล้ชิดกับนักเรียนมากที่สุด คือ พระสงฆ์ ผู้ปกครอง และครูอาจารย์ ในการสั่งสอนให้คำแนะนำเรื่องของความกตัญญูกตเวที และต้องปฏิบัติตามหลักทิศ ๖ โดยมุ่งหวังการดำเนินวิถีชีวิตถูกต้องเกี่ยวข้องกับการศึกษาเล่าเรียน การประกอบอาชีพ และการคบหาสมาคมกับเพื่อนๆ ก็ต้องไม่ผิดหลักศีลธรรม อันเป็นจริยธรรมขั้นพื้นฐานของความเป็นมนุษย์ ที่เป็นตัวชี้วัดความเจริญงอกงามทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ด้วยการพัฒนาตามหลักไตรสิกขา เพื่อแก้ไขปัญหาของชีวิต และเป็นเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ คือ ประโยชน์ตน ประโยชน์ผู้อื่น ประโยชน์ร่วมกันทั้งสองฝ่าย ก็จะช่วยให้ก้าวหน้าไป และบรรลุประโยชน์ทั้งสามในที่สุด

Thesis Title : **An analytical Study of The counseling program in Schools applying Buddhist teaching**

Researcher : Mrs. Somjai Tantiwat

Degree : Master of Arts (Buddhist Studies)

Thesis Supervisory Committee

: Phra Thepariyatimathi, Asst. Prof, Ph.D. Pali IX., B.A., M.A., Ph.D.

: Prof. Dr. Kanchana Ngourungsi B.A., M.A., Ph.D.

: Asst. Prof. Dr.Worrakrit Thuenchang Pali IX., B.A., M.A.,Ph.D.

Date of Graduation : ………./......../ 2010

Abstract

An Analytical Study of the Counseling Program in Schools Applying Buddhist Teaching had 3 objectives as: 1) Techniques of counseling appeared in the Buddhist scripture of the Doctrine of the Elders 2) Techniques of counseling for juvenile applying Buddhist Techniques and 3) Analyze the techniques of counseling for students applying Buddhist Teaching. This study had been gathered the data from the Buddhist scripture of the Three Baskets, including from other related documents and researches. The collected data were studied and analyzed in order to submit its conclusion and the results of this study revealed as follows:

1. To bring the techniques of counseling appeared in the Buddhist scripture of the Doctrine of the Elders and using them with the juvenile to train their minds was very important thing in Thai society nowadays. Lord Buddha suggested 2 ways of counseling : 1) according to the principle of Tranquility Meditation Exercises which meant to emphasize on training the mind to be strengthen mind and could concentrate on facing any problems or adversity by using his own wisdom and 2) according to the principle of Insight Meditation Exercises which meant to practice a person to create wisdom and awareness to know and realize of his own thinking as mentioned in the principle of the Right Understanding without the cover of the power of impurities.

We could see that the 2 ways of counseling above had the same objective of human development as a holistic pattern without the separate of the components between the body and the mind and such development had to be done according to individual characteristic and individual difference, thus, Lord Buddha used the six types of characteristic behavior to be the most important component of the counseling.

2. To counsel the juvenile by applying Buddhist Teaching which aimed to develop the juvenile's wisdom and awareness to the right direction of daily-living, especially, to have the right state of consciousness in morality which had been the best norm for Buddhist people, the Buddhist Teaching was the right direction to control the behavior of the body, the words and the mind by using the principle of the Four Nobles Truths be the key theory to solve any problems and also could apply it for all human beings. The Four Noble Truths was consisting of 4 factors which could sustain the body to its existence and to develop as a holistic pattern between the body and the mind to meet the goal which was the happiness of all mankind.

3. To use the counseling program applying Buddhist Teaching for students concluded the 3 groups of people who were the closest ones: the monks, the guardians and the teachers in order to teach and advise to be realized on the matters of gratefulness or being the one who was thankful for benefits receives and reciprocated them. This could be done according to the principle of 6 directions that pointed out on the right way of daily-living concerning their education, profession and association with good friends without doing the wrong things or out of morality which was the best norm of morals for human beings. Developing to identify the growth of human's body, mind, emotion, society, wisdom and awareness could be done by using the principle of the Threefold Learning: morality, concentration and wisdom. This learning was for solving the problems of our live and be the highest aim for human beings as our own benefits, the others' and benefits for both sides helping for stepping forward and meeting success finally.