

ทศพิธราชธรรมสำหรับครูสังคมในศตวรรษที่ 21 Ten Royal virtues for Social Teachers in the 21st Century

พระครูสุนทรวิจิตรวงศ์ (จันทา) รวิวิโส พงษ์วิเศษ¹ นิเวศน์ วงศ์สุวรรณ²

สายรุ้ง บุปผาพันธ์³ พระศิริเทพ ธรรมวโร (ศิริรัตนตรัย)⁴

สาขาวิชาการสอนสังคมศึกษา คณะครุศาสตร์

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย^{1,2,3,4}

Phrakhru Sunthonwirawong (Junda) Raviwangso Phongwiset¹ Niwes Wongsuwan²

Sairoong Bubpaphan³ Phra Sirithep Thammavaro (Sirirattana-trai)⁴

Department Teaching Social Studies, Faculty of Education

Mahachulalongkornrajavidyalaya University^{1,2,3,4}

E-mail : Thammawaro9@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแนวคิด “ทศพิธราชธรรม” ตามหลักพุทธศาสนา และวิเคราะห์ความสำคัญของหลักธรรมดังกล่าวต่อบทบาทและคุณลักษณะของครูสังคมในศตวรรษที่ 21 ซึ่งเป็นยุคแห่งการเปลี่ยนแปลงทางเทคโนโลยี สังคม และวัฒนธรรมอย่างรวดเร็ว ผลการศึกษาพบว่า ทศพิธราชธรรมประกอบด้วยธรรม 10 ประการ ได้แก่ ทาน ศีล ปริจาคะ อาชวะ มัททวะ ตปะ อักโกธะ อวิหิงสา ขันติ และอวิโรธนะ ซึ่งสามารถนำมาปรับใช้เป็นหลักคุณธรรมสำหรับครูในยุคใหม่ โดยช่วยส่งเสริมให้ครูมีจิตสำนึกแห่งความเสียสละ ความเมตตา ความอดทน และความเป็นธรรมในการปฏิบัติหน้าที่ ส่งผลให้การเรียนการสอนสังคมศึกษามีความหมายมากขึ้น และสามารถปลูกฝังคุณธรรมให้แก่ผู้เรียนได้อย่างยั่งยืนและความอดทนซึ่งเป็นคุณสมบัติสำคัญในการบริหารงานท่ามกลางความซับซ้อนของปัญหาสังคมร่วมสมัย การประยุกต์ใช้หลักธรรมนี้ช่วยเสริมสร้างภาวะผู้นำที่มีจริยธรรม ลดปัญหาการทุจริตคอร์รัปชัน เพิ่มความโปร่งใสในการสอนและฟื้นฟูความไว้วางใจของนักเรียน นอกจากนี้ยังช่วยสร้างวัฒนธรรมองค์กรที่เน้นจิตสาธารณะ การมีส่วนร่วม และความยั่งยืน บทความนี้สรุปว่า ทศพิธราชธรรมไม่เพียงเป็นหลักธรรมทางศาสนา แต่เป็นเครื่องมือในการสร้างผู้นำที่สามารถตอบสนองต่อความท้าทายของโลกยุคใหม่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

คำสำคัญ: ภาวะผู้นำเชิงจริยธรรม, ทศพิธราชธรรม, ครูสอนสังคม, ศตวรรษที่ 21

Abstract

This article aims to study the Buddhist concept of the "Tenfold Royal Virtues" (Thotsaphit Ratchatham) and analyze the significance of these principles regarding the roles and characteristics of social studies teachers in the 21st century—an era of rapid technological, social, and cultural change.

The study finds that the Tenfold Royal Virtues consist of 10 principles: Dana (generosity), Sila (morality), Pariccaga (sacrifice), Ajjava (honesty), Maddava (gentleness), Tapa (self-control), Akkodha (non-anger), Avihimsa (non-violence), Khanti (patience), and Avirodhana

(righteousness). These can be adapted as ethical principles for modern teachers, helping to promote a spirit of sacrifice, kindness, patience, and fairness in performing their duties. This results in more meaningful social studies instruction and enables the sustainable cultivation of virtues in learners.

These virtues, especially patience, are essential qualities for managing work amidst the complexities of contemporary social problems. Applying these principles helps build ethical leadership, reduce corruption problems, increase transparency in teaching, and restore students' trust. Furthermore, it helps create an organizational culture focused on public service, participation, and sustainability.

This article concludes that the TenTfold Royal Virtues are not merely religious principles but are tools for creating leaders capable of responding effectively to the challenges of the modern world.

Keywords: Ethical leadership, Ten Royal Virtues, Social Studies Teacher, 21st Century

1. บทนำ

ครูในศตวรรษที่ 21 ต้องเผชิญกับความท้าทายใหม่ ๆ ทั้งในด้านเทคโนโลยี ความหลากหลายทางสังคม และการเปลี่ยนแปลงของค่านิยม ครูจึงต้องเป็นทั้ง “ผู้สอน” และ “ผู้นำทางจิตใจ” ให้แก่ผู้เรียน การมีเพียงความรู้ทางวิชาการไม่เพียงพอ แต่ต้องมีคุณธรรมและจิตวิญญาณของความเป็นครูควบคู่ไปด้วย “ทศพิธราชธรรม” ซึ่งเป็นหลักธรรมของพระพุทธศาสนาที่กำหนดไว้สำหรับผู้ปกครองและผู้นำในการปกครองประชาชนอย่างมีธรรม สามารถนำมาประยุกต์ใช้กับบทบาทของครูได้อย่างเหมาะสม เพราะครูเองก็มีบทบาทเป็น “ผู้นำทางจิตใจ” ของศิษย์ การยึดถือหลักทศพิธราชธรรมจึงช่วยให้ครูสังคมสามารถสร้างสมดุลระหว่างความรู้ คุณธรรม และความเข้าใจในความเป็นมนุษย์ได้อย่างแท้จริง “ทศพิธราชธรรม” หมายถึง ธรรมะ 10 ประการที่เป็นหลักการปกครองและดำเนินชีวิตของผู้นำตามแนวพุทธศาสนา ประกอบด้วย

1. ทาน (การให้) — การเสียสละเพื่อผู้อื่น
2. ศีล (ความประพฤติดี) — การรักษาความสุจริตและมีวินัย
3. ปริจาคะ (ความเสียสละ) — การอุทิศตนเพื่อประโยชน์ของส่วนรวม
4. อาชวระ (ความซื่อสัตย์) — การมีความตรงไปตรงมา
5. มัททวะ (ความอ่อนโยน) — การมีเมตตา อ่อนน้อมถ่อมตน
6. ตปะ (ความเพียร) — การขยันหมั่นเพียรในหน้าที่
7. อักโธระ (ความไม่โกรธ) — การควบคุมอารมณ์ ไม่ใช้อารมณ์เหนือเหตุผล
8. อวิหิงสา (ความไม่เบียดเบียน) — การมีเมตตา ไม่ทำร้ายผู้อื่น
9. ขันติ (ความอดทน) — การอดทนต่ออุปสรรคและคำวิจารณ์
10. อวิโรธนะ (ความเที่ยงธรรม) — การยึดมั่นในความถูกต้อง ไม่เอนเอียงด้วยอคติ

ตามแนวคิดของ Wilson (1887) ผู้เป็นบิดาแห่งการบริหารรัฐกิจสมัยใหม่ การบริหารรัฐกิจควรแยกออกจากการเมือง และเน้นความเป็นมืออาชีพ ประสิทธิภาพ และการบริการประชาชน อย่างไรก็ตาม ใน

ศตวรรษที่ 21 การบริหารรัฐกิจต้องเผชิญกับความซับซ้อนใหม่ๆ ที่ต้องการมากกว่าความเป็นมืออาชีพเพียงอย่างเดียว แต่ต้องการผู้นำที่มีจริยธรรม มีวิสัยทัศน์ และสามารถสร้างความไว้วางใจให้กับประชาชนได้ (Frederickson, 2010)

ในบริบทดังกล่าว นักบริหารรัฐกิจจึงจำเป็นต้องพัฒนาแนวทางการบริหารที่ไม่เพียงยึดหลักประสิทธิภาพ แต่ต้องตั้งอยู่บนฐานของคุณธรรมและจริยธรรม การศึกษาของ Cooper (2012) ชี้ให้เห็นว่า ผู้นำภาครัฐที่มีจริยธรรมสูงจะสามารถสร้างผลกระทบเชิงบวกต่อประสิทธิภาพขององค์กร ความพึงพอใจของประชาชน และความยั่งยืนของระบบการบริหาร

ทศพิธราชธรรม คือหลักธรรมของผู้ปกครองที่ปรากฏในพระไตรปิฎก ขุททกนิกาย ชาดก (เตมียชาดก) ซึ่งกล่าวถึงธรรม 10 ประการ ได้แก่ ทาน ศีล บริจาค อาชวะ มัทวะ ตปะ อักโกธะ อวิหิงสา ชันติ และอวิโรธนะ โดยพระโพธิสัตว์ทรงบำเพ็ญธรรมเหล่านี้เพื่อประโยชน์สุขของประชาชน มิใช่เพื่ออำนาจส่วนตน (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539, ข.ชา. 28/240/86) ธรรมทั้ง 10 ประการนี้ไม่เพียงเป็นหลักปฏิบัติสำหรับพระราชาในอดีตเท่านั้น หากยังสามารถนำมาใช้เป็นกรอบจริยธรรมสำหรับนักบริหารรัฐกิจในยุคปัจจุบันได้อย่างเหมาะสม

งานวิจัยของ Van Wart (2003) เกี่ยวกับภาวะผู้นำเชิงจริยธรรม พบว่า หลักคุณธรรมแบบดั้งเดิมยังคงมีความเกี่ยวข้องและสามารถประยุกต์ใช้ได้ในการบริหารสมัยใหม่ โดยเฉพาะในด้านการสร้างความไว้วางใจ การตัดสินใจที่เป็นธรรม และการรักษาผลประโยชน์สาธารณะ ในทำนองเดียวกัน การศึกษาของ Menzel (2012) ชี้ว่า การนำหลักจริยธรรมทางศาสนาไปใช้ในการบริหารภาครัฐช่วยเสริมสร้างวัฒนธรรมองค์กรที่เข้มแข็งและลดปัญหาการทุจริต

เมื่อพิจารณาหลักทศพิธราชธรรมในแง่ของการบริหารภาครัฐ พบว่าแต่ละข้อมีความสอดคล้องกับคุณสมบัติของผู้นำในโลกสมัยใหม่ ได้แก่ ทาน หมายถึง การเสียสละเพื่อประโยชน์ส่วนรวม ศีล คือความมีวินัยและยึดมั่นในความถูกต้อง อาชวะ หมายถึง ความซื่อสัตย์สุจริต ชันติ คือความอดทนต่อแรงกดดันและความเห็นต่าง ซึ่งคุณสมบัติเหล่านี้เป็นสิ่งที่ต้องการอย่างยิ่งในสภาพสังคมประชาธิปไตยที่ซับซ้อนและเปราะบาง

พระพุทธองค์ได้แสดงในจักกวัตติสูตรว่า พระราชาผู้ปกครองโดยธรรมย่อมนำมาซึ่งความสุข สันติ และความเจริญในแผ่นดิน ซึ่งเป็นผลโดยตรงจากการดำรงตนอยู่ในหลักทศพิธราชธรรม (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539, ที.ปา. 11/20/14) สิ่งนี้ชี้ให้เห็นว่า การมีคุณธรรมในผู้นำมิได้เป็นเพียงอุดมคติ แต่เป็นปัจจัยแห่งความมั่นคงและยั่งยืนของสังคม การบริหารที่ตั้งอยู่บนความยุติธรรม ความเมตตา และความไม่ลำเอียงจึงเป็นพื้นฐานสำคัญของรัฐประชาชาติที่ประชาชนมีส่วนร่วม

บทความนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อใช้ทศพิธราชธรรมในบริบทของครูในการสอนวิชาสังคมศึกษาในศตวรรษที่ 21 โดยเชื่อมโยงหลักธรรมเข้ากับภาวะครูที่มีภาวะผู้นำและหลักธรรมาภิบาล เพื่อส่งเสริมความโปร่งใส ความรับผิดชอบ และความชอบธรรม อันเป็นหัวใจของการสอนหนังสือที่ไม่ทิ้งรากเหง้าทางวัฒนธรรม แต่ก้าวไปพร้อมกับโลกสมัยใหม่อย่างมีสติและคุณธรรม

2. หลักทศพิธราชธรรม

ทศพิธราชธรรม หมายถึง ธรรมะ 10 ประการสำหรับพระราชาหรือผู้ปกครอง เป็นหลักธรรมที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาหลายแห่ง อาทิ พระไตรปิฎกและอรรถกถา โดยมีเป้าหมายเพื่อให้ผู้ปกครองยึดถือเป็นแนวทางในการปกครองบ้านเมือง ในบริบทของประเทศไทย ทศพิธราชธรรมได้รับการยกย่องและนำมา

ปฏิบัติโดยพระมหากษัตริย์ไทยตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในรัชกาลพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร (รัชกาลที่ 9) ที่ทรงเป็นแบบอย่างของการทรงงานตามหลักทศพิธราชธรรมอย่างชัดเจน (ทศพิธราชธรรม, ออนไลน์)

ทศพิธราชธรรมประกอบด้วยหลักธรรม 10 ประการ ดังนี้

1. ทาน หมายถึง การให้ทาน คือการเสียสละทรัพย์ สิ่งของ หรือผลประโยชน์ส่วนตนเพื่อประโยชน์สุขของผู้อื่น

2. ศีล หมายถึง การรักษาศีล ความประพฤติที่เรียบร้อย ไม่ละเมิดศีลธรรม ไม่เบียดเบียนผู้อื่น

3. บริจาค หมายถึง การเสียสละแม้สิ่งที่รักหรือยึดถือ เพื่อประโยชน์ส่วนรวม

4. อาชวชะ หมายถึง ความซื่อตรง ไม่คดโกง พูดและทำอย่างตรงไปตรงมา

5. มัททวะ หมายถึง ความอ่อนโยน อ่อนน้อม ถ่อมตน ไม่แข็งกร้าว

6. ตปะ หมายถึง ความเพียรในการฝึกตน ขจัดกิเลสเพื่อความเจริญของตนและส่วนรวม

7. อักโกธะ หมายถึง ไม่โกรธ ไม่ตอบโต้ด้วยอารมณ์ หมั่นระงับความโกรธด้วยปัญญา

8. อวิหิงสา หมายถึง ไม่เบียดเบียน ทั้งทางกาย วาจา ใจ มีเมตตาเป็นพื้นฐาน

9. ขันติ หมายถึง ความอดทนต่อความยากลำบาก การดูหมิ่น ความเจ็บปวด หรือวิฤตการณ์

10. อวิโรธนะ หมายถึง ความตั้งมั่นในธรรม ไม่ลำเอียง ไม่ยอมตามอำนาจหรือลาภสักการะ

ใน เตมียชาดก พระโพธิสัตว์ตรัสว่า “ราชาใดเป็นผู้ไม่ตั้งอยู่ในธรรม ย่อมปรารถนาแต่บำเรอตน ย่อมไปสู่ทุกคติในเบื้องหน้า แต่ผู้ปกครองโดยธรรม มีทศพิธราชธรรมเป็นเครื่องประดับ ย่อมถึงสุดคติทั้งในโลกนี้และโลกหน้า” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539, ชุ.ชา. 28/240/86) หลักธรรมชุดนี้มุ่งเน้นการบำเพ็ญคุณธรรมภายในเพื่อประโยชน์ของส่วนรวม มิใช่เพื่อตนเอง โดยเน้นความเสียสละ ความยุติธรรม และความเมตตา ซึ่งสอดคล้องกับหลักการปกครองในอุดมคติของพระพุทธศาสนา และสามารถปรับใช้ได้เหมาะสมในบริบทของผู้นำยุคใหม่ ไม่ว่าจะเป็นผู้นำประเทศ ข้าราชการระดับสูง หรือผู้บริหารองค์กรสาธารณะ

สรุป ทศพิธราชธรรม เป็นหลักธรรม 10 ประการสำหรับผู้นำตามคติพระพุทธศาสนา ได้แก่ ทาน ศีล บริจาค อาชวชะ มัททวะ ตปะ อักโกธะ อวิหิงสา ขันติ และอวิโรธนะ โดยมีเป้าหมายเพื่อส่งเสริมการปกครองที่ตั้งอยู่บนคุณธรรม ความเสียสละ และความยุติธรรม

ในบริบทของสังคมไทยร่วมสมัยที่ก้าวเข้าสู่ยุคดิจิทัลอย่างเต็มรูปแบบ ท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงทางสังคมอันซับซ้อนและรวดเร็ว ไม่ว่าจะเป็นความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีที่ก้าวกระโดด ข้อมูลข่าวสารที่ยากต่อการกลั่นกรอง หรือความท้าทายด้านสิ่งแวดล้อมและเศรษฐกิจระดับโลก ล้วนส่งผลต่อคุณธรรมจริยธรรมของทั้งปัจเจกบุคคลและสังคมโดยรวมอย่างมีนัยสำคัญ นอกจากนี้ ปัญหาเชิงโครงสร้างทางสังคม อาทิ เช่น การทุจริตคอร์รัปชันที่ฝังรากลึก พฤติกรรมการใช้สื่อออนไลน์ที่ขาดความรับผิดชอบ ปัญหาอาชญากรรมไซเบอร์ที่ทวีความรุนแรง และความเหลื่อมล้ำทางสังคม ล้วนสะท้อนภาพความเปราะบางของสังคม ภาวะที่การพัฒนาเชิงวัตถุและเทคโนโลยีเพียงอย่างเดียวมิได้นำมาซึ่งความเจริญที่สมบูรณ์ หากขาดซึ่งการเสริมสร้างรากฐานทางจิตใจและคุณธรรมที่เข้มแข็ง ในสภาวะการณ์เช่นนี้ "คน" จึงมิใช่เพียงทรัพยากรผู้มีความรู้และทักษะเท่านั้น หากต้องเป็น "มนุษย์ที่สมบูรณ์" เป็นผู้มีจิตใจบริสุทธิ์ มีวินัยในการควบคุมตนเอง และมีปัญญาในการแยกแยะสิ่งที่ควรหรือไม่ควร สามารถดำรงชีวิตในสังคมอย่างสร้างสรรค์และมีคุณภาพ เนื่องจากสถาบันอุดมศึกษาในฐานะแหล่งบ่มเพาะปัญญาและผลิตบัณฑิตที่มีคุณภาพสำหรับประเทศชาติ จึงมีบทบาท

สำคัญยิ่งในการตอบสนองต่อความท้าทายนี้ นอกเหนือจากการมุ่งสู่ความเป็นเลิศทางวิชาการหรือทักษะวิชาชีพ การเสริมสร้างปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมให้แก่ผู้เรียนผู้เป็นอนาคตของชาติซึ่งเป็นรากฐานสำคัญของการอยู่ร่วมกันในสังคมควบคู่ไปจัดเป็นภารกิจที่ไม่อาจละเลย พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 (แก้ไขเพิ่มเติมฉบับที่ 1) พ.ศ. 2545 และ (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2553 มาตรา 6 ได้บัญญัติไว้ชัดเจนว่า การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, 2553) ข้อกำหนดนี้ตอกย้ำถึงความจำเป็นในการบูรณาการมิติทางคุณธรรมเข้ากับการจัดการศึกษาอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง

ปรัชญาพุทธศาสนา “ไตรสิกขา” อันประกอบด้วย ศีล สมาธิ และปัญญา คือกรอบการฝึกฝนตนที่เป็นระบบครบถ้วน มุ่งสู่การพัฒนาตนอย่างรอบด้านและความหลุดพ้นจากทุกข์ ไตรสิกขาไม่ได้เป็นเพียงหลักธรรมทางศาสนาเท่านั้นยังมีมิติที่เป็นสากลร่วมสมัย สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ในชีวิตประจำวัน ตลอดจนในบริบทการเรียนรู้ในสถาบันการศึกษา หลักไตรสิกขานี้แสดงถึงความสัมพันธ์เชิงระบบของการพัฒนาและฝึกฝนตนเอง ๓ มิติดังกล่าว ได้แก่ การฝึกฝนด้านพฤติกรรม (ศีล) การฝึกฝนด้านจิตใจ (สมาธิ) และการฝึกฝนปัญญา (ปัญญา) ซึ่งหากเราทำความเข้าใจและนำมาประยุกต์ใช้ในเชิงการศึกษาสามารถนำมาเป็นกรอบแนวคิดสำคัญในการพัฒนาแบบองค์รวมในผู้เรียน และอาจจะเป็นกุญแจสำคัญในการออกแบบแนวทางการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมที่มีประสิทธิภาพและยั่งยืนในบริบทระดับอุดมศึกษาไทย นอกจากนี้แนวคิดเรื่อง “สติ” (Mindfulness) ซึ่งเป็นที่ยอมรับในระดับสากลก็มีรากฐานมาจากหลักสมาธิในพุทธศาสนา และสามารถประยุกต์ใช้ในรูปแบบที่ไม่จำกัดกับศาสนาใดศาสนาหนึ่ง แต่ใช้เป็นแนวทางการปฏิบัติเพื่อส่งเสริมสุขภาวะทางจิต การรู้เท่าทันตน และคุณธรรมในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ ขณะเดียวกันหลักคำสอนอันทรงคุณค่าอย่าง “ธรรมนาว่า วัง” ก็สามารถเป็นแนวทางเสริมที่ช่วยยกระดับการปลูกฝังจริยธรรมให้ลึกซึ้งยิ่งขึ้นในระดับอุดมศึกษา

บทความวิชาการนี้จึงมีวัตถุประสงค์หลักเพื่อวิเคราะห์และนำเสนอแนวทางการประยุกต์ใช้ “หลักไตรสิกขา” เพื่อเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรมในหมู่นักศึกษาไทยในระดับอุดมศึกษา โดยเริ่มจากการทบทวนแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง วิเคราะห์องค์ประกอบทั้งสามของไตรสิกขาอย่างลึกซึ้ง พร้อมบูรณาการแนวคิดเรื่องสติและธรรมนาว่าวัง จากนั้นสำรวจความท้าทายที่เผชิญอยู่ในสังคมร่วมสมัยที่ทำให้การพัฒนาคุณธรรมกลายเป็นภารกิจเร่งด่วนพร้อมวิเคราะห์กรณีศึกษาและแนวปฏิบัติที่ดีจากสถาบันที่ประสบความสำเร็จในการประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพุทธศาสนา สุดท้ายคือการสังเคราะห์ข้อเสนอเชิงนโยบายและแนวทางเชิงปฏิบัติที่สามารถนำไปปรับใช้จริง เพื่อเป็นประโยชน์ต่อสถาบันอุดมศึกษาในการผลิตบัณฑิตผู้มีความรู้ความสามารถทางวิชาการและมีคุณธรรมอย่างสมดุล อันเป็นรากฐานสำคัญของการพัฒนาสังคมและประเทศชาติให้เจริญก้าวหน้าอย่างยั่งยืน

3. การประยุกต์ใช้หลักไตรสิกขาเพื่อเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรม

3.1 หลักไตรสิกขาเพื่อการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรม

การศึกษาเชิงลึกในความเชื่อมโยงระหว่างองค์ประกอบสามด้านของไตรสิกขาจัดเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการนำหลักธรรมดังกล่าวมาปรับใช้ในบริบทการศึกษาอย่างมีประสิทธิภาพและครอบคลุม ไตรสิกขาแบบ

การศึกษาแบบองค์รวมในพระพุทธศาสนา ที่มุ่งเน้นการพัฒนาบุคคลให้เป็นผู้มีคุณธรรม จริยธรรม และปัญญาอย่างแท้จริง ดังนี้

(1) ไตรสิกขา: ระบบการพัฒนาบุคคลแบบองค์รวม

ไตรสิกขา ซึ่งประกอบไปด้วย ศีล สมาธิ และปัญญา คือกระบวนการการฝึกฝนตนเองที่มีลักษณะเชื่อมโยงกันอย่างเป็นเอกภาพ เพื่อพัฒนาบุคคลให้บรรลุถึงความสมบูรณ์ของการเป็นมนุษย์และการหลุดพ้นจากทุกข์ ในแต่ละองค์ประกอบของไตรสิกขามีความสำคัญและสนับสนุนเกื้อกูลซึ่งกันและกันอย่างแยกไม่ออกดังรายละเอียดต่อไปนี้

ศีล (Sila) การฝึกฝนพฤติกรรมเชิงจริยธรรม การฝึกฝนความประพฤติทางกาย วาจา และใจให้เป็นไปในทางที่สมควร โดยงดเว้นจากการกระทำที่เป็นการเบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ศีลจัดเป็นรากฐานสำคัญของการดำรงอยู่ร่วมกันอย่างสันติในสังคม และเป็นขั้นพื้นฐานที่ส่งเสริมให้จิตใจเกิดความสงบ ปราศจากความกังวลจากการกระทำผิดหรือความทุกข์ที่เกิดจากพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เพราะการรักษาศีลมิใช่เป็นเพียงการปฏิบัติตามข้อห้าม แต่เป็นการฝึกฝนพฤติกรรมให้มีลักษณะสร้างสรรค์เป็นไปในทางที่ดีงาม ก่อให้เกิดความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความรับผิดชอบ ความซื่อสัตย์สุจริต และความเคารพซึ่งกันและกัน การมีวินัยและเคารพในกฎระเบียบ ซึ่งส่วนหนึ่งของศีลนั้นจำเป็นต้องอาศัยสติและสมาธิในการควบคุมตนเองให้ดำรงอยู่ในความถูกต้อง การมีศีลที่มั่นคงยังเป็นพื้นฐานสำคัญในการลดความขัดแย้งและความรุนแรงในสังคม โดยเฉพาะในบริบทของห้องเรียนหรือสถาบันการศึกษา

สมาธิ (Samadhi) การพัฒนาความมั่นคงทางจิต การฝึกฝนจิตใจให้ตั้งมั่น สงบ มีอารมณ์เดียวหรืออารมณ์เป็นหนึ่งเป็นเอกภาพ ไม่ฟุ้งซ่านไปในอารมณ์ต่างๆ สมาธิมิได้เป็นเพียงสภาวะความสงบชั่วคราว แต่เป็นกระบวนการฝึกฝนที่พัฒนาคุณภาพของจิตให้มีความเข้มแข็ง มีพลัง และสามารถรวมศูนย์ได้อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นสภาพที่ทำให้จิตมีกำลังเพียงพอสำหรับการเจริญวิปัสสนา (การรู้แจ้งและเห็นจริง) อันเป็นเหตุให้เกิดปัญญา และยังเป็นปัจจัยที่ย้อนกลับไปเสริมให้ศีลมีความมั่นคง จิตที่มีสมาธิจะสามารถควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้น มีความเข้มแข็งในการเผชิญกับสิ่งเร้าต่างๆ โดยไม่หวั่นไหว และมีสติสัมปชัญญะ (ความรู้ตัว) ที่สมบูรณ์อันเป็นพื้นฐานสำคัญของการมีคุณธรรมจริยธรรมที่ยั่งยืน ในบริบทการศึกษาสมาธิช่วยเสริมสร้างให้นักศึกษามีสมาธิเกิดความจดจ่อในการเรียนรู้บทเรียนได้ดีขึ้น ลดความฟุ้งซ่าน และเพิ่มประสิทธิภาพในการทำ ความเข้าใจและจดจำข้อมูล

การประยุกต์สติ (Mindfulness) ในบริบทร่วมสมัย ซึ่งปัจจุบันแนวคิดเรื่อง "สติ" หรือ Mindfulness ได้รับการยอมรับอย่างกว้างขวางในฐานะเครื่องมือสำหรับการพัฒนาสุขภาพจิตและคุณธรรม สติคือการรับรู้และใส่ใจในปัจจุบันขณะอย่างไม่ตัดสิน (present-moment awareness with non-judgmental acceptance) การฝึกสติเป็นการประยุกต์ใช้หลักสมาธิในชีวิตประจำวันทำให้บุคคลสามารถรับรู้ ความคิด อารมณ์ และความรู้สึกทางกายได้อย่างชัดเจนและเป็นกลาง การมีสติสามารถช่วยให้นักศึกษาสามารถจัดการกับความเครียดจากการเรียน ควบคุมอารมณ์ในสถานการณ์กดดัน และเพิ่มขีดความสามารถในการจดจ่อกับการเรียนรู้ นอกจากนี้สติยังเป็นรากฐานสำคัญในการพัฒนาคุณธรรมเช่น ความเมตตา (โดยการรับรู้ความทุกข์ของผู้อื่น) ความอดทน (โดยการรับรู้ความไม่สบายกายใจ) และความรับผิดชอบ (โดยการรับรู้ผลของการกระทำ) การศึกษาวิจัยหลายชิ้นในประเทศไทยได้แสดงให้เห็นถึงประโยชน์ของการฝึกสติในบริบท

การศึกษา เช่น การลดความเครียดและเพิ่มคุณภาพชีวิตของนักศึกษา (พานทิพย์ แสงประเสริฐ, 2561) และ การพัฒนาคุณธรรมด้วยโปรแกรมจิตวิวัฒน์ในนักศึกษา (มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, 2554)

ปัญญา (Panna) การพัฒนาความรู้ ความรู้ความเข้าใจตามความเป็นจริง การรู้แจ้งเห็นจริงในสิ่ง ทั้งปวง ปัญญาจะเกิดขึ้นได้อย่างแท้จริงเมื่อจิตมีสมาธิเพียงพอที่จะพิจารณาไตร่ตรองสิ่งต่างๆ อย่างแยกแยะ เห็นแจ้งในเหตุและผลของสรรพสิ่ง ปัญญาที่เกิดจากสมาธิจะช่วยให้บุคคลสามารถแยกแยะผิดชอบชั่วดีได้ อย่างแท้จริง มีวิจาร์ณญาณในการตัดสินใจ และดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้องเหมาะสมในสถานการณ์ที่ซับซ้อน วุ่นวายของสังคมร่วมสมัย ปัญญาเป็นเป้าหมายสูงสุดของการฝึกฝนไตรสิกขา ซึ่งนำไปสู่การดำเนินชีวิตที่มี ความสุขและปราศจากทุกข์ (แม่ชีประครอง งามชัยภูมิ และคณะ, 2568)

โดยสรุปองค์ประกอบทั้งสามของไตรสิกขาได้แก่ ศีล สมาธิ และปัญญา มีความสัมพันธ์เชิงเกื้อกูล เป็นวงจรดังกล่าแล้ว ศีลเป็นพื้นฐานให้สมาธิเกิดขึ้นได้ง่ายและจิตสงบ สมาธิเป็นกำลังหนุนให้ศีลมั่นคงและ ปัญญาเจริญงอกงาม และปัญญาเป็นเครื่องนำทางให้การรักษาศีลและการเจริญสมาธิเป็นไปอย่างถูกต้องและมี ประสิทธิภาพ การพัฒนาตามหลักไตรสิกขาจึงเป็นการพัฒนาที่ครอบคลุมทั้งพฤติกรรม จิตใจ และความเข้าใจ อันนำไปสู่คุณธรรมจริยธรรมที่ยั่งยืนและเป็นรากฐานของการดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพ

(2) คุณธรรมจริยธรรมในบริบทสังคมไทยร่วมสมัย

คุณธรรมจริยธรรมในบริบทของสังคมไทยมีรากฐานอันแข็งแกร่งจากหลักธรรมทาง พระพุทธศาสนาและค่านิยมที่สั่งสมตามวัฒนธรรมประเพณีที่สืบทอดกันมา คุณลักษณะที่พึงประสงค์เหล่านี้ มิได้เป็นเพียงแนวคิดเชิงนามธรรม แต่เป็นคุณสมบัติที่แสดงออกผ่านพฤติกรรมและการปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ซึ่งมีความสำคัญอย่างยิ่งในการสร้างสังคมที่สงบสุขและเจริญรุ่งเรือง คุณธรรมที่มีความสำคัญในบริบทไทยร่วม สมัยได้แก่ ความซื่อสัตย์สุจริต เป็นคุณธรรมพื้นฐานที่จำเป็นในการสร้างความไว้วางใจในทุกระดับของสังคม ตั้งแต่ระดับบุคคลไปจนถึงระดับองค์กรและประเทศชาติ ในยุคข้อมูลข่าวสารที่บิดเบือนได้ง่าย (Fake News) และเกิดการทุจริตในรูปแบบต่างๆ ความซื่อสัตย์ในการรับรู้ การประมวลผล และการเผยแพร่ข้อมูลจึงเป็นสิ่ง สำคัญอย่างยิ่ง

ความรับผิดชอบ คือ การตระหนักถึงหน้าที่และผลกระทบจากการกระทำของตนเองทั้งต่อตนเอง ผู้อื่น และสังคม ในสังคมยุคใหม่ที่ปัจเจกบุคคลมีอิสระมากขึ้นเช่น การแสดงความคิดเห็นบนแพลตฟอร์ม ออนไลน์ ความรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเองจึงเป็นสิ่งจำเป็นเพื่อป้องกันปัญหาทางสังคมเช่น การกลั่น แก่ลงบนโลกโซเชียล (โซเชียลบูลลี่) หรือการสร้างความเสี่ยง ความมีวินัย การควบคุมตนเองให้ปฏิบัติตาม กฎระเบียบและข้อตกลงร่วมกัน เพื่อให้เกิดความเป็นระเบียบเรียบร้อยและประสิทธิภาพในการทำงานร่วมกัน การมีวินัยยังรวมถึงวินัยทางการเงิน วินัยในการเรียน และวินัยในการใช้ชีวิต

ความเมตตากรุณา คือ การมีจิตใจปรารถนาดีต่อผู้อื่น และความปรารถนาที่จะให้ผู้อื่นพ้นจาก ความทุกข์ คุณธรรมนี้เป็นสิ่งสำคัญในการสร้างความเห็นอกเห็นใจ ลดความขัดแย้ง และส่งเสริมการอยู่ร่วมกัน อย่างสันติสุขในสังคมที่มีความหลากหลายทางความคิดและวัฒนธรรม

การเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม คือ การคำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวมมากกว่าผลประโยชน์ ส่วนตน ซึ่งเป็นรากฐานของการสร้างสังคมที่เข้มแข็งและยั่งยืน โดยเฉพาะในประเด็นระดับชาติเช่น การรักษา สิ่งแวดล้อม การพัฒนาเศรษฐกิจอย่างยั่งยืน และการส่งเสริมประชาธิปไตย การเคารพผู้อาวุโสและกตัญญู

เป็นค่านิยมที่ฝังรากลึกในวัฒนธรรมไทย ซึ่งส่งเสริมความสามัคคี ระบบความสัมพันธ์ที่ดีในสังคม และการสืบทอดภูมิปัญญาจากรุ่นสู่รุ่น

การพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมในสถาบันการศึกษาจึงเป็นการปลูกฝังคุณลักษณะเหล่านี้ให้นักศึกษา เพื่อให้พวกเขาสามารถเป็นพลเมืองที่ดี มีคุณภาพชีวิตที่ดี และสร้างสรรค์สังคมให้เจริญก้าวหน้า งานวิจัยของรณชัย บริสุทธิ์และ จักรกฤษณ์ โปณะทอง ได้ชี้ให้เห็นว่าการพัฒนาตามศีล (พฤติกรรม) จะทำให้ผู้เรียนเกิด “คุณธรรม จริยธรรม และคุณลักษณะที่พึงประสงค์” ปฏิบัติงานโดยคำนึงถึงผลกระทบต่อผู้อื่นและไม่ให้เกิดการเบียดเบียนผู้อื่น เคารพกฎ ระเบียบวินัย และกฎหมายบ้านเมือง ทำงานตามหน้าที่ด้วยความซื่อสัตย์ ตามครรลองครองธรรมแห่งศีลธรรมความถูกต้องต่อไป

2.2 การประยุกต์ใช้หลักไตรสิกขาเพื่อเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรมของนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาไทย

การนำหลักไตรสิกขามาประยุกต์ใช้ในสถาบันอุดมศึกษาไทยมีความหลากหลายและสามารถปรับให้เข้ากับบริบทที่แตกต่างกันได้เพื่อให้เกิดผลลัพธ์ที่เป็นรูปธรรมในการเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรมของนักศึกษา การประยุกต์ใช้ควรเป็นไปอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง ครอบคลุมทั้งในและนอกห้องเรียนรวมถึงการใช้ประโยชน์จากแนวคิดและทรัพยากรที่เกี่ยวข้องในสังคมร่วมสมัย

(1) การบูรณาการไตรสิกขาในหลักสูตรการเรียนการสอน

การนำหลักไตรสิกขามาเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการเรียนรู้ไม่ได้จำกัดอยู่เพียงรายวิชาทางศาสนา แต่สามารถบูรณาการเข้ากับวิชาอื่นๆ เพื่อพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมได้อย่างเป็นธรรมชาติและมีประสิทธิภาพเช่น การพัฒนารายวิชาเฉพาะด้าน จัดให้มีรายวิชาที่เน้นการฝึกศีล เช่น การฝึกวินัย ความรับผิดชอบ การอยู่ร่วมกันในสังคม การใช้สื่อดิจิทัลอย่างมีจริยธรรม สมาธิ เช่น การฝึกสติ การจดจ่อ การบริหารจัดการอารมณ์ ความเครียดจากการเรียนและการทำงาน และปัญญา เช่น การคิดวิเคราะห์เชิงจริยธรรม การแก้ปัญหาอย่างมีเหตุผล การรู้เท่าทันข้อมูลข่าวสาร รายวิชาเหล่านี้ควรเน้นการปฏิบัติจริงและกรณีศึกษาที่เกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวันของนักศึกษาในยุคปัจจุบันเพื่อให้พวกเขาสามารถนำหลักธรรมไปปรับใช้ได้ ดังนั้นการสอดแทรกหลักไตรสิกขาในรายวิชาทั่วไป อาจารย์สามารถสอดแทรกแนวคิดและกิจกรรมที่ส่งเสริมศีล สมาธิ ปัญญา ในระหว่างการเรียนการสอนในทุกรายวิชาตัวอย่าง เช่น

ศีล ในวิชาที่เน้นการทำงานเป็นกลุ่ม สามารถกำหนดกติกาการทำงานที่ส่งเสริมความซื่อสัตย์ ความรับผิดชอบ การไม่เบียดเบียนกัน และการเคารพความคิดเห็นที่แตกต่าง ในวิชาที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยสามารถเน้นย้ำถึงจริยธรรมการวิจัย การอ้างอิงแหล่งที่มาอย่างถูกต้อง และการหลีกเลี่ยงการคัดลอกผลงานผู้อื่น

สมาธิ (รวมถึงสติ) การเริ่มต้นชั้นเรียนด้วยการนำนักศึกษานั่งสมาธิสั้นๆ 5 – 15 นาที หรือการฝึกสติ (Mindfulness) เพื่อเตรียมจิตใจให้พร้อมสำหรับการเรียนรู้ ลดความฟุ้งซ่าน และเพิ่มความจดจ่อ การมอบหมายงานที่ต้องใช้ความละเอียดรอบคอบและสมาธิในการทำจะช่วยฝึกฝนจิตใจนักศึกษาโดยอ้อม การฝึกสติดียังช่วยให้นักศึกษารับรู้และจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้ดีขึ้นซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นในสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่กดดัน

ปัญญา การกระตุ้นให้นักศึกษาใช้ปัญญาในการวิเคราะห์และถกเถียงประเด็นทางจริยธรรมที่ซับซ้อนในวิชาที่เกี่ยวข้องกับสังคม กฎหมาย วิทยาศาสตร์ หรือเทคโนโลยีเช่น การอภิปรายเกี่ยวกับจริยธรรมของปัญญาประดิษฐ์ (AI) ตลอดจนผลกระทบทางจริยธรรมของการพัฒนาเทคโนโลยีใหม่ๆ หรือการตัดสินใจเชิงจริยธรรมในสถานการณ์จำลองทางวิชาชีพ จิตที่มีสติอันเกิดจากสมาธิจะช่วยให้ นักศึกษาสามารถพิจารณาข้อมูลข่าวสารในยุคดิจิทัลได้อย่างรอบคอบ แยกแยะข้อมูลจริงเท็จ (Fake News) และไม่หลงเชื่ออะไรง่าย ๆ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการเจริญปัญญา

การใช้ไตรสิกขาเพื่อเสริมสร้างจรรยาบรรณวิชาชีพ ในหลักสูตรเฉพาะทางเช่น ครู อาจารย์ แพทย์ วิศวกรรม นิติศาสตร์ สามารถสอดแทรกการฝึกฝนตามหลักไตรสิกขาเพื่อเสริมสร้างจรรยาบรรณวิชาชีพ (ศีล) และความสามารถในการตัดสินใจอย่างมีสติและรอบคอบ (สมาธิและปัญญา) ตัวอย่างเช่น การฝึกจิตให้มีสมาธิก่อนการวินิจฉัยโรคที่ซับซ้อน หรือก่อนการตัดสินใจคดีความที่ละเอียดอ่อนเพื่อลดอคติและความผิดพลาด และการปลูกฝังความรับผิดชอบต่อชีวิตและสังคมเป็นต้น

(2) กิจกรรมเสริมหลักสูตรที่เน้นไตรสิกขา กิจกรรมนอกห้องเรียนเป็นช่องทางสำคัญที่เปิดโอกาสให้นักศึกษาได้สัมผัสและฝึกฝนหลักธรรมในสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวย ซึ่งมักจะก่อให้เกิดประสบการณ์ตรงและการเรียนรู้ที่ลึกซึ้งและยั่งยืน ค่ายปฏิบัติธรรมและค่ายคุณธรรม จัดค่ายปฏิบัติธรรมที่เน้นการฝึกศีล เช่น การอยู่ร่วมกันอย่างมีวินัย การเคารพกฎระเบียบของค่าย การฝึกความอดทน สมาธิ เช่น การนั่งสมาธิ เดินจงกรม การฝึกสติในชีวิตประจำวัน และปัญญาเช่น การสนทนาธรรม การพิจารณาตนเอง การฟังธรรมบรรยาย การตั้งคำถามเชิงปรัชญา กิจกรรมภายในค่ายควรรวมถึงการสนทนาธรรมเพื่อให้นักศึกษาได้ใช้ปัญญาไตร่ตรองและนำหลักธรรมไปปรับใช้ในชีวิตจริง พระดิเรกศักดิ์ อดตทีโป (พิมพ์บุตร) และคณะได้ชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของกิจกรรมที่ส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรม

โครงการจิตอาสาและบำเพ็ญประโยชน์ จัดโครงการจิตอาสาที่ส่งเสริมให้นักศึกษาได้ปฏิบัติตามหลักศีลเช่น การไม่เบียดเบียน การช่วยเหลือผู้อื่น การเสียสละ การทำงานเพื่อส่วนรวม *ฝึกสมาธิ*เช่น การมีสติในการทำงาน การอดทนต่อความยากลำบาก การจดจ่อกับงานที่ทำ และใช้ปัญญาเช่น การแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า การวางแผนงาน การเรียนรู้จากประสบการณ์ ตัวอย่างเช่น โครงการช่วยเหลือผู้สูงอายุที่ต้องใช้ความเมตตาและสติในการดูแล โครงการรณรงค์สิ่งแวดล้อมที่ต้องใช้ความอดทนและสมาธิในการทำงานต่อเนื่อง หรือโครงการสอนหนังสือเด็กด้อยโอกาส ชมรมพัฒนาตนตามแนวพุทธและชมรมคุณธรรม ส่งเสริมการจัดตั้งชมรมที่เน้นการฝึกฝนตามหลักไตรสิกขาในชีวิตประจำวัน เพื่อให้นักศึกษาได้รวมกลุ่มกันฝึกปฏิบัติและแลกเปลี่ยนประสบการณ์อย่างสม่ำเสมอ ชมรมสามารถจัดกิจกรรมเช่น การอ่านหนังสือธรรมะร่วมกัน การทำบุญ การสนทนาธรรมเพื่อพัฒนาปัญญา หรือการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมคุณธรรมในมหาวิทยาลัยและชุมชน สถาบันอุดมศึกษาหลายแห่งในประเทศไทยได้เริ่มจัดหลักสูตรหรือกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับ Mindfulness ซึ่งสะท้อนถึงการยอมรับในประโยชน์ของการปฏิบัติดังกล่าวเช่น มหาวิทยาลัยเชียงใหม่มีหลักสูตร "Mindfulness for Life and Work" (วิทยาลัยการศึกษาลดตลอดชีวิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2566) และจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยมีการอบรม "Mindfulness-based Coping" (จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2567)

การประยุกต์ใช้หลักธรรมนาว่า การนำหลักคำสอนที่ประกอบด้วย "หลักการชาวพุทธ" "อริยสัจภาวนา" "หลักปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์" และ "แนวทางปฏิบัติธรรมนาว่า "วัง" มาเป็นกรอบแนวคิดหรือเนื้อหาในการจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตร เช่น การจัดเสวนาธรรม การจัดกลุ่มศึกษาธรรมะ หรือการจัดโครงการปฏิบัติ

ธรรมะระยะสั้น โดยเน้นการนำหลักธรรมไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันของนักศึกษา เพื่อเสริมสร้างศีล สมาธิ และปัญญาอย่างเป็นรูปธรรม กิจกรรมที่ส่งเสริมคุณธรรมพื้นฐานผ่านไตรสิกขา การฝึกฝนไตรสิกขาช่วยให้จิตใจสงบและมีพลังในการพัฒนาคุณธรรมพื้นฐานต่างๆ ตัวอย่างเช่น การที่จิตมีสมาธิจะช่วยให้เกิดความเมตตากรุณาและเห็นอกเห็นใจผู้อื่นได้ง่ายขึ้น การมีความรับผิดชอบต่อน้ำที่ (ศีล) ก็ต้องอาศัยสติและสมาธิในการจดจ่อและทำภารกิจให้สำเร็จ (พระครูปลัดบุญเสริม สุขเมธโส และคณะ, 2567)

(3) การสร้างสภาพแวดล้อมและวัฒนธรรมองค์กรที่สนับสนุนไตรสิกขาในสังคมร่วมสมัย การพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมของนักศึกษาจะเกิดผลอย่างยั่งยืนเมื่อสถาบันสร้างสภาพแวดล้อมและวัฒนธรรมองค์กรที่สนับสนุนและเป็นแบบอย่างที่ดีอย่างต่อเนื่อง นโยบายผู้บริหารที่เน้นความรู้ควบคู่คุณธรรม ผู้บริหารควรประกาศนโยบายที่ชัดเจนและมุ่งมั่นในการสนับสนุนการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมโดยใช้หลักไตรสิกขาเป็นแกนหลัก นโยบายนี้ควรรวมถึงการจัดสรรงบประมาณและทรัพยากรที่จำเป็นอย่างเพียงพอสำหรับกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติธรรมและคุณธรรม การส่งเสริมการวิจัยด้านจริยธรรม และการให้รางวัลแก่ผู้ที่ประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดี

ต้นแบบจากคณาจารย์และบุคลากร คณาจารย์และบุคลากรของสถาบันควรเป็นแบบอย่างที่ดีในการประพฤติตนตามหลักศีล มีสมาธิในการทำงานและการแก้ปัญหา และมีปัญญาในการบริหารจัดการ การแสดงออกถึงความเมตตาและกรุณา ความซื่อสัตย์ และความรับผิดชอบในปฏิสัมพันธ์กับนักศึกษาและเพื่อนร่วมงานจะเป็นการปลูกฝังคุณธรรมที่มาจากไตรสิกขาอย่างเป็นรูปธรรม การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างอาจารย์-นักศึกษา โดยอาจารย์เป็นแบบอย่างที่ดีแก่ลูกศิษย์ในเรื่องของการใช้ชีวิตที่มีคุณธรรมและปฏิบัติตนในสังคมอย่างมีสันติจะช่วยให้นักศึกษาซึมซับและเกิดการเรียนรู้ การจัดพื้นที่สำหรับฝึกไตรสิกขา จัดให้มีพื้นที่ที่เงียบสงบและเอื้อต่อการฝึกสมาธิภายในสถาบัน เช่น ห้องปฏิบัติสมาธิ สวนธรรม หรือห้องสมุดที่มีมุมสำหรับอ่านหนังสือธรรมะและศึกษาหลักธรรม เพื่อส่งเสริมการเจริญปัญญา การเข้าถึงพื้นที่เหล่านี้ได้ง่ายจะช่วยกระตุ้นให้นักศึกษาใช้เวลาในการพัฒนาจิตใจ

การจัดการเรียนรู้ที่ส่งเสริมสติและความรับผิดชอบในยุคดิจิทัล ในยุคที่ข้อมูลข่าวสารมีการบิดเบือนและกระแสสังคมที่รวดเร็ว อาจารย์ผู้สอนสามารถใช้หลักสติและปัญญาจากไตรสิกขาเพื่อสอนให้นักศึกษาเข้าใจผลกระทบของการกระทำบนโลกออนไลน์ (ศีล) ใช้สมาธิในการกลั่นกรองข้อมูลก่อนเชื่อหรือแชร์ และใช้ปัญญาในการแสดงความคิดเห็นอย่างสร้างสรรค์และไม่เบียดเบียนผู้อื่น การส่งเสริมการคิดวิเคราะห์อย่างมีวิจารณญาณเป็นสิ่งสำคัญในการรับมือกับข้อมูลที่หลากหลาย

การสร้างวัฒนธรรมการให้และแบ่งปัน ส่งเสริมกิจกรรมที่เน้นการให้ การแบ่งปัน และการช่วยเหลือซึ่งกันและกันภายในสถาบันและชุมชน เพื่อปลูกฝังคุณธรรมด้านความเสียสละและความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่

2.3 อุปสรรคและความท้าทายในการประยุกต์ใช้หลักไตรสิกขาในบริบทสังคมไทยร่วมสมัย

การนำหลักไตรสิกขามาประยุกต์ใช้ในสถาบันอุดมศึกษาไทยในปัจจุบันแม้จะมีประโยชน์อย่างมากแต่ก็ยังคงเผชิญกับอุปสรรคและความท้าทายหลายประการที่ต้องพิจารณาและหาแนวทางพัฒนาต่อ ค่านิยมที่เน้นผลสัมฤทธิ์เชิงวัตถุและปริมาณ สังคมไทยในปัจจุบันยังคงให้ความสำคัญกับความสำเร็จทางวัตถุ การแข่งขันที่สูง และการบรรลุเป้าหมายที่วัดผลได้เชิงประจักษ์เช่น เกรดเฉลี่ยสูง การได้งานดี รายได้สูง มากกว่าการพัฒนาจิตใจและคุณธรรม สิ่งนี้อาจทำให้การจัดสรรเวลาและทรัพยากรสำหรับการฝึกฝนตาม

หลักไตรสิกขาถูกมองข้าม หรือถูกมองว่าไม่สำคัญเท่าการเรียนวิชาการหลัก นักศึกษาเองก็อาจให้ความสำคัญกับการสอบและเกรดมากกว่าการพัฒนาคุณธรรม

(1) ข้อจำกัดด้านหลักสูตรและเวลา หลักสูตรการศึกษาในระดับอุดมศึกษามักจะถูกออกแบบมาอย่างหนาแน่น โดยเน้นการครอบคลุมเนื้อหาทางวิชาการและทักษะเฉพาะทางในสาขาวิชานั้นๆ ทำให้มีข้อจำกัดในการเพิ่มเนื้อหาหรือกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับคุณธรรมจริยธรรมและการฝึกสมาธิ การจัดสรรเวลาสำหรับกิจกรรมเหล่านี้อาจทำได้ยาก เนื่องจากนักศึกษามีตารางเรียนที่เต็มและอาจารย์มีภาระงานสอนและงานวิจัยที่มาก

(2) การขาดความเข้าใจเชิงลึกในหลักไตรสิกขาที่ถูกต้อง ผู้บริหาร คณาจารย์ และนักศึกษาบางส่วนอาจยังไม่เข้าใจอย่างถ่องแท้ว่าไตรสิกขาคือกระบวนการพัฒนาตนเองที่เป็นระบบและมีประสิทธิภาพในทุกมิติ ทั้งด้านการเรียนรู้ การทำงาน และการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณธรรม บางคนอาจมองว่าเป็นเรื่องทางศาสนาที่แยกขาดจากวิชาการ เป็นเรื่องเฉพาะบุคคล หรือเป็นเรื่องที่ล้าสมัย ไม่เข้ากับยุคสมัยใหม่ การส่งเสริมความเข้าใจที่ถูกต้องจึงเป็นสิ่งจำเป็น

(3) ความแตกต่างทางความเชื่อและศาสนา แม้พุทธศาสนาจะเป็นศาสนาหลักในประเทศไทย แต่สังคมไทยมีความหลากหลายทางศาสนาและวัฒนธรรม การนำหลักธรรมทางพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ในสถาบันการศึกษาจำเป็นต้องพิจารณาถึงความอ่อนไหวและความหลากหลายทางความเชื่อของนักศึกษา เพื่อให้เกิดการยอมรับ ไม่สร้างความรู้สึกแปลกแยก และทุกคนสามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้อย่างสบายใจ การนำเสนอควรเป็นไปในลักษณะของหลักจิตวิทยาและการพัฒนาตนเองที่เป็นสากลและเป็นประโยชน์ต่อทุกคน ปัญหาความจذبและการติดเทคโนโลยีในยุคดิจิทัล นักศึกษาในปัจจุบันเติบโตมากับเทคโนโลยีและสื่อสังคมออนไลน์ซึ่งอาจทำให้เกิดปัญหาเรื่องสมาธิสั้น การจذبกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งได้ไม่นาน และการติดเสพติดการกระตุ้นจากภายนอก สิ่งเหล่านี้เป็นความท้าทายโดยตรงต่อการฝึกสมาธิซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญของไตรสิกขาและส่งผลกระทบต่อความสามารถในการเรียนรู้และพัฒนาตนเองโดยรวม

(4) การขาดแคลนบุคลากรผู้เชี่ยวชาญที่มีทักษะการสื่อสารที่เหมาะสม การสอนหลักไตรสิกขาในบริบทอุดมศึกษาต้องการบุคลากรที่มีความรู้ลึกซึ้งในหลักธรรม มีประสบการณ์ในการปฏิบัติ และที่สำคัญคือสามารถสื่อสารหลักธรรมให้เข้ากับชีวิตประจำวันของนักศึกษาได้อย่างน่าสนใจ เป็นรูปธรรม และเข้าใจง่าย ไม่ใช่แค่การสอนในเชิงทฤษฎีหรือการท่องจำ บุคลากรเหล่านี้ควรมีความสามารถในการเป็นพี่เลี้ยงและให้คำปรึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

(5) การขาดการสนับสนุนที่ยั่งยืนจากภาครัฐและเอกชน การที่โครงการหรือกิจกรรมด้านคุณธรรมจริยธรรมจะประสบความสำเร็จและยั่งยืนได้นั้น ต้องอาศัยการสนับสนุนอย่างต่อเนื่องทั้งในด้านการเงิน งบประมาณ และทรัพยากรบุคคลจากผู้บริหารระดับสูงของสถาบันรวมถึงการสนับสนุนจากภาครัฐและภาคเอกชน หากการสนับสนุนไม่ต่อเนื่องอาจทำให้โครงการหยุดชะงักและไม่สามารถพัฒนาได้อย่างเต็มศักยภาพ

ดังนั้นการวิเคราะห์เชิงแนวคิดเกี่ยวกับการประยุกต์ใช้หลักไตรสิกขาเพื่อการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมของนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาไทยแสดงให้เห็นถึงศักยภาพอันยิ่งใหญ่ของระบบการศึกษาแบบองค์รวมที่มีรากฐานมาจากภูมิปัญญาทางพุทธศาสนา ไตรสิกขา ในฐานะกรอบการพัฒนาบุคคลที่ครอบคลุมทั้งศีล สมาธิ และปัญญา สามารถตอบสนองความต้องการในการสร้างบัณฑิตที่มีคุณธรรมจริยธรรมควบคู่ไปกับ

ความรู้ความสามารถทางวิชาการในสังคมร่วมสมัยเนื่องจากการประยุกต์ใช้หลักไตรสิกขาในบริบทการศึกษาสามารถดำเนินการได้ผ่านหลากหลายช่องทางตั้งแต่การบูรณาการเข้ากับหลักสูตรการเรียนการสอน การจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตร ไปจนถึงการสร้างสภาพแวดล้อมและวัฒนธรรมองค์กรที่สนับสนุน อย่างไรก็ตาม การนำไปปฏิบัติในทางปฏิบัติยังคงเผชิญกับความท้าทายสำคัญหลายประการ โดยเฉพาะอย่างยิ่งค่านิยมที่เน้นผลสัมฤทธิ์เชิงวัตถุ ขีดจำกัดด้านหลักสูตรและเวลา และการขาดความเข้าใจที่ถูกต้องในหลักไตรสิกขา เพราะฉะนั้นการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมของนักศึกษาโดยใช้หลักไตรสิกขาจึงต้องการการวางแผนที่รอบคอบ การสร้างความเข้าใจที่ถูกต้องในหมู่ผู้เกี่ยวข้อง และการสนับสนุนอย่างต่อเนื่องจากทุกระดับ เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ยั่งยืนและมีความหมายในการพัฒนาบุคคลให้เป็นพลเมืองที่มีคุณธรรมและสามารถสร้างสรรค์สังคมให้เจริญรุ่งเรืองต่อไป

3.4 แนวปฏิบัติที่ดีและข้อเสนอแนะ

ในบริบทสังคมไทยร่วมสมัย และส่งเสริมการประยุกต์ใช้หลักไตรสิกขาอย่างมีประสิทธิภาพ สามารถเสนอแนะแนวปฏิบัติที่ดีได้ดังนี้

(1) **การพัฒนาหลักการเรียนรู้ที่เน้นไตรสิกขา** ออกแบบหลักสูตร "การพัฒนาตนเพื่อชีวิต" ที่เป็นสากล: พัฒนารายวิชาหรือโมดูลการเรียนรู้ที่เน้นการฝึกสติ สมาธิ และปัญญาในบริบทที่เข้าถึงได้สำหรับทุกคน โดยไม่จำกัดอยู่เพียงศาสนาใดศาสนาหนึ่ง ควรเน้นประโยชน์ที่จับต้องได้ในชีวิตประจำวันเช่น การลดความเครียด การเพิ่มประสิทธิภาพการเรียนรู้ และการเสริมสร้างความรับผิดชอบต่อสังคม (ศีล) หลักสูตรควรมีความยืดหยุ่นและสามารถปรับให้เข้ากับสาขาวิชาต่าง ๆ เช่น การพัฒนาจริยธรรมวิชาชีพ "ห้องเรียนแห่งสติ" และการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ส่งเสริมให้คณาจารย์นำเทคนิคการฝึกสติ (Mindfulness) และสมาธิสั้น ๆ มาปรับใช้ในการจัดการเรียนการสอนในทุกรายวิชา เช่น การฝึกหายใจก่อนเริ่มเรียน การหยุดพักเพื่อให้สติรู้ตัวระหว่างการบรรยาย หรือการส่งเสริมให้นักศึกษามีสติในการทำงานกลุ่มและการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า เน้นการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning) และการเรียนรู้จากการปฏิบัติจริง (Experiential Learning) เพื่อให้นักศึกษาได้ลงมือทำและเกิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง บูรณาการกรณีศึกษาทางจริยธรรมร่วมสมัย ใช้กรณีศึกษาที่เกี่ยวข้องกับปัญหาจริยธรรมในโลกยุคใหม่เช่น จริยธรรม AI ความรับผิดชอบบนสื่อสังคมออนไลน์ การละเมิดข้อมูลส่วนบุคคล มาให้นักศึกษาฝึกใช้ปัญญาในการวิเคราะห์และพัฒนาวินิจฉัยอย่างมีคุณธรรม

(2) **การฝึกอบรมและพัฒนาบุคลากรอย่างต่อเนื่อง** อบรม "ครูผู้สร้างคุณธรรม": จัดอบรมเชิงปฏิบัติการให้กับคณาจารย์และบุคลากรทางการศึกษาในด้านการเข้าใจและการนำหลักไตรสิกขาไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนและการใช้ชีวิตประจำวันและการอบรมควรเน้นทักษะการเป็นพี่เลี้ยง (Mentoring) และการให้คำปรึกษา (Counseling) เพื่อให้บุคลากรเป็นแบบอย่างที่ดีและสามารถเป็น "ผู้ถ่ายทอด" หลักธรรมสู่การปฏิบัติของนักศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ การสร้างเครือข่ายและชุมชนการเรียนรู้: สนับสนุนการสร้างเครือข่ายของคณาจารย์และบุคลากรที่มีความสนใจและเชี่ยวชาญด้านพระพุทธศาสนาและคุณธรรมเพื่อเป็นแหล่งเรียนรู้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ และพัฒนานวัตกรรมการสอนร่วมกัน และการส่งเสริมวิจัยประยุกต์: สนับสนุนการทำวิจัยเกี่ยวกับการประยุกต์ใช้หลักไตรสิกขาในบริบทการศึกษาไทยร่วมสมัยเพื่อสร้างองค์ความรู้ใหม่ ๆ และแนวปฏิบัติที่ดีที่สามารถนำไปเผยแพร่ได้

(3) การสร้างวัฒนธรรมองค์กรที่สนับสนุนการเจริญภาวนา ผู้บริหารเป็นผู้นำด้านคุณธรรม: ผู้บริหารระดับสูงของสถาบันควรแสดงออกถึงความมุ่งมั่นในการส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมอย่างชัดเจน และจัดให้มีนโยบายสนับสนุนอย่างจริงจังและต่อเนื่อง นโยบายควรรวมถึงการจัดตั้งศูนย์พัฒนาจิตและคุณธรรม การจัดกิจกรรมปฏิบัติธรรมอย่างต่อเนื่อง และการให้รางวัลแก่ผู้ที่ประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดี และการบูรณาการคุณธรรมเข้ากับวิสัยทัศน์และพันธกิจของสถาบัน สร้างพื้นที่ "แห่งความสงบ" จัดให้มีพื้นที่ที่เงียบสงบและเอื้อต่อการฝึกสมาธิภายในสถาบัน เช่น ห้องสมาธิ สวนธรรม หรือห้องสมุดที่มีมุมสำหรับอ่านหนังสือธรรมะ เพื่อส่งเสริมการเจริญปัญญา และสื่อสารคุณค่าของไตรสิกขาในชีวิตร่วมสมัย: สร้างสื่อประชาสัมพันธ์ และจัดกิจกรรมที่สื่อสารคุณค่าและประโยชน์ของไตรสิกขาในชีวิตประจำวันของนักศึกษาในยุคดิจิทัล เช่น การจัดเสวนาเกี่ยวกับ "การใช้สติในโลกโซเชียล" "สมาธิกับการสร้างสรรค์นวัตกรรม" หรือ "จริยธรรมในยุค AI" เป็นต้น

(4) การประเมินผลที่เน้นกระบวนการและคุณลักษณะที่พึงประสงค์ ประเมินผลเชิงคุณภาพ: พัฒนาเครื่องมือและวิธีการประเมินผลการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมที่เน้นเชิงคุณภาพและกระบวนการเช่น การใช้แฟ้มสะสมงาน (Portfolio) ที่บันทึกการเรียนรู้และประสบการณ์ การสัมภาษณ์เชิงลึก การสังเกตพฤติกรรมในสถานการณ์จริง หรือการประเมินจากเพื่อนร่วมงาน/เพื่อนร่วมชั้น (Peer Assessment) เพื่อให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงในคุณลักษณะของนักศึกษาที่เกิดจากการฝึกฝนตามหลักไตรสิกขา การประเมินตนเอง และการสะท้อนคิด: ส่งเสริมให้นักศึกษาได้ประเมินตนเอง (Self-assessment) เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงในพฤติกรรม อารมณ์ และความคิดของตนเองภายหลังการฝึกฝนและเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ และเขียนบันทึกประจำวันหรือการสนทนากลุ่มเพื่อสะท้อนคิด (Reflection) เพื่อให้เขาเรียนรู้ถึงความก้าวหน้าในการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมของตนเอง

4. บทสรุป

การประยุกต์ใช้ "หลักไตรสิกขา" เพื่อปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมในนักศึกษาในบริบทสังคมไทยร่วมสมัยนั้นจัดเป็นกุญแจสำคัญในการสร้างสรรค์บัณฑิตที่มีความพร้อมอย่างรอบด้านและเป็นพลเมืองคุณภาพ หลักไตรสิกขาอันประกอบด้วยศีล (ความประพฤติชอบ) สมาธิ (ความตั้งมั่นแห่งจิต) และปัญญา (ความรู้แจ้ง) เป็นกระบวนการพัฒนาตนเองอย่างเป็นองค์รวมที่ส่งเสริมให้บุคคลมีความประพฤติชอบ มีจิตใจที่มั่นคง และมีปัญญาในการแยกแยะสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างถูกต้องและลึกซึ้ง การปฏิบัติศีลเป็นพื้นฐานสำคัญที่นำไปสู่ความสงบทางกายและวาจา การเจริญสมาธิเป็นกำลังหนุนที่ช่วยให้จิตใจตั้งมั่นและมีพลังรวมถึงการฝึกสติในชีวิตประจำวัน และการพัฒนาปัญญาเป็นเครื่องนำทางให้เห็นแจ้งในสภาวะธรรมและสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้องเหมาะสมเพื่อเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรมอย่างยั่งยืนในโลกซับซ้อนและเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว

การบูรณาการหลักไตรสิกขาเข้ากับการจัดการศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาไม่ว่าจะผ่านการออกแบบหลักสูตรที่เน้นการปฏิบัติ การจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรที่ส่งเสริมการฝึกฝนทั้งสามด้านอย่างเป็นรูปธรรม เช่น ค่ายปฏิบัติธรรม โครงการจิตอาสา การใช้หลักธรรมนวัต การสร้างสภาพแวดล้อมและวัฒนธรรมองค์กรที่ให้ความสำคัญกับการพัฒนาจิตใจและคุณธรรม ตลอดจนการพัฒนาบุคลากรให้เป็นผู้ถ่ายทอดและเป็นแบบอย่างที่ดีล้วนเป็นแนวทางที่จำเป็นเพื่อตอบสนองต่อความท้าทายด้านคุณธรรมจริยธรรมในปัจจุบัน แม้จะต้องเผชิญกับอุปสรรคและค่านิยมที่เปลี่ยนแปลงไปในสังคมร่วมสมัยเช่น ค่านิยมวัตถุนิยม ข้อจำกัดด้านเวลา และปัญหา

ความจดจ่อในยุคดิจิทัล อย่างไรก็ตามด้วยความเข้าใจในความสำคัญของไตรสิกขาและความร่วมมือจากทุกภาคส่วนในสถาบันการศึกษา การพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมของนักศึกษาจะสามารถสร้างผลลัพธ์ที่เป็นรูปธรรมและยั่งยืนโดยบัณฑิตที่ได้รับการบ่มเพาะให้ยึดมั่นในศีล มีสมาธิ และมีสติปัญญาจะเป็นกำลังสำคัญในการแก้ไขปัญหาของสังคมด้วยความรับผิดชอบและมีคุณธรรม สร้างสรรค์นวัตกรรมด้วยความเข้าใจในผลกระทบทางจริยธรรม และเป็นพลเมืองดีที่สามารถนำพาประเทศไทยไปสู่ความเจริญอย่างยั่งยืนและมีความสุขอย่างแท้จริง ในบริบทสังคมไทยร่วมสมัยการลงทุนในการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมผ่านหลักไตรสิกขาในสถาบันอุดมศึกษาจึงเป็นการลงทุนที่คุ้มค่าและจำเป็นอย่างยิ่งต่ออนาคตของชาติ

4. เอกสารอ้างอิง

- กองการต่างประเทศ กรมประชาสัมพันธ์. (2567). "ธรรมนาวา วัง" คือ หนังสือคู่มือชีวิตพระราชทาน ที่รวบรวมกระบวนการและวิธีการในการดับทุกข์ด้วยปัญญาของตนผ่านหลักสัจจศาสตร์ศาสตร์แห่งความจริงอันประเสริฐ.
- จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (2568). กลวิธีการเผชิญปัญหาบนพื้นฐานของการมีสติ (Mindfulness-based Coping). สืบค้นเมื่อวันที่ 27 กรกฎาคม 2568. <https://www.chula.ac.th/news/171303/>
- พระใบฎีกาธีรศักดิ์ สุธีโร (น้อยอ่อน). (2560). ศึกษาการประยุกต์ใช้หลักไตรสิกขาในการส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรม ตามแนวทางพระพุทธศาสนาเถรวาท โรงเรียนกระสังพิทยาคม ตำบลกระสัง อำเภอกะสัง จังหวัดบุรีรัมย์. ปริญาพุทธศาสนมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระบุญเสริม ปภสสโร. (2564). การประยุกต์ใช้หลักธรรมในการพัฒนาการเรียนรู้ของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตสิรินธรราชวิทยาลัย. รายงานวิจัย. สถาบันวิจัยญาณสังวร มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย.
- พระดิเรกศักดิ์ อดตทีโป (พิมพ์บุตร) และคณะ. (2567). กิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมของพระสอนศีลธรรมในโรงเรียน. วารสารเสียงธรรมจากมหายาน. 10 (2) : 325 – 335.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). (2558). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม. (พิมพ์ครั้งที่ 52). กรุงเทพฯ : สหธรรมมิก.
- พานทิพย์ แสงประเสริฐ. (2561). ผลของการฝึกสติต่อพฤติกรรมสุขภาพและคุณภาพชีวิตในผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง. ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาเวชศาสตร์ชุมชนและเวชศาสตร์ครอบครัว. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถาแปล. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2560). พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

- มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. (2568). หลักสูตร *Mindfulness for Life and Work* : สติเพื่อชีวิตและการทำงาน. สืบค้นเมื่อ 27 กรกฎาคม 2568. จาก <https://www.lifelong.cmu.ac.th/old/files/curriculum/000440>.
- รณชัย บริสุทธิ์และจักรกฤษณ์ โปณะทอง. (2568). แนวทางการพัฒนาความสุขทางการเรียนตามหลักไตรสิกขาสำหรับนิสิตนักศึกษาของสถาบันอุดมศึกษาไทย. วารสารรัฐประศาสนศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา. 8 (1) : 13-35.
- วิมลมาลย์ ศรีรุ่งเรือง และคณะ. (2554). ผลของการพัฒนาคุณธรรมด้วยโปรแกรมจิตวิวัฒน์ในนักศึกษา มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. รายงานวิจัย. มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. (2553). พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542 และที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ.2545 และ (ฉบับที่ 3) พ.ศ.2553. กรุงเทพฯ : สำนักนายกรัฐมนตรี.
- แม่ชีประครอง งามชัยภูมิและคณะ. (2568). การพัฒนาศักยภาพและการเสริมสร้างทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 ของนักศึกษาตามหลักไตรสิกขา. รายงานวิจัย. คณะศึกษาศาสตร์ วิทยาลัยศาสนศาสตร์นครราชสีมา
- Bhikkhu Analayo. (2020). *The Centrality of Mindfulness-Related Meditations in Early Buddhist Discourse*. *Mindfulness*. 11 (4): 1935-1942.
- Eviatar Shulman. (2524). *Ethics, Mindfulness, and Consciousness: A Study of Their Relation in Early Buddhism*. *Mindfulness*. 15 (8): 2415-2427.
- Ruth Baer. (2015). *Ethics, values, virtues, and character strengths in mindfulness-based interventions: a psychological science perspective*. *Mindfulness*. 6 (6). 956-969.

Volume 6 No 2 (May – August 2026)
ปีที่ 6 ฉบับที่ 2 (พฤษภาคม – สิงหาคม 2569)



Wishing Journal Review.
วารสารภาวนาสารปริทัศน์

~ AA 16 ~