

การประยุกต์ใช้ภavana 4 เพื่อการพัฒนาศักยภาพนักกีฬาอาชีพ*

APPLICATION OF BHAVANA 4 FOR THE POTENTIAL DEVELOPMENT OF PROFESSIONAL ATHLETE



ณัฐพร มุลมарт

NATTHAPORN MOOLMART

นักวิชาการอิสระ

Independent Scholar

Corresponding Author E-mail: bogy.natthaporn@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความนี้เป็นการศึกษาเกี่ยวกับการประยุกต์ใช้ภavana 4 เพื่อการพัฒนาศักยภาพนักกีฬาอาชีพ พบว่า ภavana แปลว่า ทำให้เจริญ ทำให้เป็น ทำให้มีขึ้น หรือฝึกอบรม หรือการพัฒนาศักยภาพ ดังนั้น 1. นักกีฬามีกายที่พัฒนาแล้ว (ภาวิตกายโย) คือ มีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ซึ่งการพัฒนาร่างกายให้แข็งแรงจะช่วยลดโอกาสการบาดเจ็บ ทำให้เล่นกีฬาได้มีประสิทธิภาพ และเพิ่มสมรรถนะการเล่นกีฬาในระดับการแข่งขันเพื่อชัยชนะ 2. นักกีฬามีศีลที่พัฒนาแล้ว (ภาวิตศีลโย) คือ มีพฤติกรรมทางสังคมที่พัฒนาแล้ว ตั้งอยู่ในวินัยและสุจริต การเข้าสังคมทำได้ดี 3. นักกีฬามีจิตที่พัฒนาแล้ว (ภาวิตจิตโย) คือ มีจิตในที่ฝึกอบรมดีแล้วสมบูรณ์ด้วยคุณภาพจิต ประโยชน์ของการฝึกสติให้กับนักกีฬา จะสามารถช่วยนักกีฬาให้ลดความเครียดและความวิตกกังวล เพิ่มสมาธิ และทำให้อนหลับได้ดีขึ้น เพิ่มพัฒนาทักษะทางสังคม และพัฒนาทักษะการแก้ปัญหาและการตัดสินใจ 4. นักกีฬามีปัญญาที่พัฒนาแล้ว (ภาวิตปัญญาโย) คือ รู้จักคิด รู้จักพิจารณา รู้จักวินัย รู้จักแก้ปัญหา ซึ่งการออกกำลังกายเพื่อแข่งขันกีฬา สมองจะพัฒนาระบบการทางสติปัญญา กีฬาอาชีพและสมองมีความสัมพันธ์กัน นักฟุตบอลอาชีพ นักมวย นักบาสเกตบอลย่อมเป็นคนฉลาด เพราะมีโอกาสของการพัฒนาทางสมองด้วย

คำสำคัญ: ภavana 4; การพัฒนาศักยภาพ; นักกีฬาอาชีพ

Abstract

This article was a study on the application of Bhavana 4 for the potential development of professional athletes. It was found that “Bhavana” means to prosper, make it happen, or train or develop a person. Therefore, 1. Athletes have a developed body (Kaya Bhavana) that is related to the physical environment. The development of a strong body will reduce the chance of injury, play sports more effectively and increase the performance of sports at the level of competition for victory. 2. Athletes have developed precepts (Sira Bhavana) i.e., developed social behaviors in discipline and honesty with good socialization, 3. Athletes have a developed mind (Citta Bhavana), that is, having a well-trained mind, complete with mental qualities. The benefits of mindfulness training for athletes can help athletes reduce stress and anxiety, improve concentration and sleep better. Increase social skills development and develop problem-solving and decision-making skills. 4. Athletes have developed intelligence (Panya Bhavana) that means they know how to think and consider. Know how to diagnose know how to solve problems which exercise to compete in sports the brain develops cognitive processes. Professional sports and the brain are interrelated. Professional footballers, boxers, basketball players are smart people. Because there is a chance of brain development as well.

Keyword: Bhavana 4; Potential Development; Professional Athlete

บทนำ

แผนแม่บทภายใต้ยุทธศาสตร์ชาติในประเด็นศักยภาพการกีฬา ได้ให้ความสำคัญกับการส่งเสริมการใช้กิจกรรมกีฬาและนันทนาการบนฐานของวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเป็นเครื่องมือในการเสริมสร้างสุขภาวะของประชาชนอย่างครบวงจรและมีคุณภาพตามมาตรฐาน การสร้างนิสัยรักกีฬาและมีน้ำใจเป็นนักกีฬา และการใช้กีฬาและนันทนาการในการพัฒนาจิตใจ สร้างความสามัคคี โดยมีเป้าหมายระดับประเด็น คือ คนไทยมีสุขภาพดีขึ้นมีน้ำใจนักกีฬา และมีวินัยเคารพกฎกติกามากขึ้นด้วยกีฬา และเพื่อส่งเสริมให้การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาขึ้นพื้นฐานกลายเป็นวิถีชีวิตของประชาชนทุกกลุ่มวัย โดยเฉพาะกลุ่มเด็กและเยาวชน บุคคลกลุ่มพิเศษ และผู้ด้อยโอกาสทั้งในระดับชุมชน สังคม และระดับประเทศให้มีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการออกกำลังกาย การเล่นกีฬา และนันทนาการอย่างถูกต้องและเหมาะสม ตลอดจนสามารถเข้าถึงโครงสร้างพื้นฐานและอุปกรณ์การออกกำลังกาย การเล่นกีฬาได้อย่าง

ทั่วถึงและเท่าเทียม ทั้งนี้เพื่อส่งเสริมการออกกำลังกาย เล่นกีฬา และการประกอบกิจกรรม นันทนาการต่างๆ ตามความถนัดหรือความสนใจอย่างต่อเนื่องจนกลายเป็นวิถีชีวิต นำไปสู่การ พัฒนาจิตใจ สร้างความสัมพันธ์อันดี มีระเบียบวินัย รู้แพ้ รู้ชนะ รู้ภัย และการมีสุขภาวะที่ดี ของประชาชนในสังคม (สำนักงานเลขาธิการของคณะกรรมการการยุทธศาสตร์ชาติ สำนักงานสภา พัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2562)

การสร้างและพัฒนานักกีฬาของไทยสู่การแข่งขันและประสบความสำเร็จในระดับ นานาชาติ เพื่อให้การกีฬาของไทยเป็นที่ยอมรับในระดับสากลและนักกีฬาไทยสามารถต่อยอด ความเป็นเลิศสู่การประกอบอาชีพที่มั่นคงได้ ซึ่งนอกจากจะสร้างความสุขและความภาคภูมิใจ ให้กับนักกีฬาแล้ว ยังสามารถสร้างชื่อเสียงให้กับประเทศ อีกทั้งเป็นการสร้างแรงบันดาลใจและ เป็นแบบอย่างที่ดีให้กับเยาวชนให้เกิดความนิยมในการเล่นกีฬา ตลอดจน สามารถผลักดัน อุตสาหกรรมการกีฬาของไทย ในการเป็นเจ้าภาพในการจัดการแข่งขันกีฬาในระดับประเทศและ ระดับนานาชาติเพื่อพัฒนาเศรษฐกิจของประเทศให้ได้นั้นต้องอาศัยปัจจัยสำคัญ ได้แก่ การให้ ความสำคัญกับการสร้างและการสรรหานักกีฬาจากการแข่งขันทั้งในและต่างประเทศควบคู่กับ การพัฒนาและนำวิทยาศาสตร์การกีฬามาเป็นเครื่องมือหลักในการพัฒนานักกีฬา เพื่อสร้าง โอกาสในการเข้าร่วมแข่งขันระดับนานาชาติของนักกีฬาไทย และต่อยอดไปสู่การสร้างเส้นทาง อาชีพที่มั่นคง (สำนักงานเลขาธิการของคณะกรรมการการยุทธศาสตร์ชาติ สำนักงานสภาพัฒนาการ เศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2562)

สำหรับประเด็นท้าทายที่ส่งผลต่อการบรรลุเป้าหมาย ความท้าทายที่สำคัญในการทำให้ คนไทยออกกำลังกาย เล่นกีฬา และนันทนาการอย่างสม่ำเสมอ คือ การสร้างค่านิยมและ แรงจูงใจในการรักการออกกำลังกายให้กลายเป็นชีวิตประจำวันของประชาชนทุกช่วงวัย ตลอดจนการสร้างสรรค์กิจกรรมต่างๆ หรือรูปแบบการออกกำลังกาย เล่นกีฬา และนันทนาการ ที่สามารถตอบสนองและดึงดูดความสนใจของประชาชนในทุกระดับและทุกช่วงวัยให้มีความ ยั่งยืน

จากความสำคัญของปัญหาดังกล่าวทำให้สนใจศึกษาเกี่ยวกับ การประยุกต์ใช้ ภาวนา 4 เพื่อการพัฒนาศักยภาพนักกีฬาอาชีพ ว่าหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาคือหลักภาวนา 4 ประกอบด้วย กายภาวนาหรือการพัฒนากาย คือ การมีความสัมพันธ์ที่เกื้อกูลกับสิ่งแวดล้อม ทางกายภาพ ศิลภาวนาหรือการพัฒนาจิต คือ การมีความสัมพันธ์ที่เกื้อกูลกับสิ่งแวดล้อมทาง สังคม จิตภาวนาหรือการพัฒนาจิต คือ การมีจิตที่สมบูรณ์ด้วยคุณธรรม ความดีงามสมบูรณ์ด้วย สมรรถภาพ มีความเข้มแข็งมั่นคง และปัญญาภาวนาหรือการพัฒนาปัญญา คือ การเสริมสร้าง ความรู้ความคิดความเข้าใจ การหยั่งรู้ความจริง รู้เห็นเท่าทันโลกและชีวิตตามสภาวะจริง จะ สามารถนำมาพัฒนาศักยภาพนักกีฬาอาชีพได้อย่างไร ซึ่งจะทำให้เป็นผลดีต่อนักกีฬาเพื่อทำให้ เป็นนักกีฬาที่ทั้งร่างกาย จิตใจ สติ ปัญญา ที่แข็งแกร่งและเอาชนะอุปสรรคต่าง ๆ ต่อไป

ภาวนา 4

ความหมายเกี่ยวกับภาวนา 4 พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) (2540) ได้อธิบายว่า ภาวนา ก่อนที่จะแปลว่าเจริญภาวนาถ้าแปลตามตัวอักษร แปลว่า การทำให้เป็นให้มี หมายความว่าอันไหนที่ไม่เป็นก็ทำให้เป็นขึ้น อันไหนที่ไม่มีก็ทำให้มีขึ้น ซึ่งหมายความว่าเลยไปว่าการทำให้เพิ่มพูนขึ้นทำให้กล้าแข็งขึ้นอะไรพวกนี้เราจึงแปลกันอีกความหมายหนึ่งว่า ฝึกอบรม คำว่า ฝึกอบรม ก็ไปใกล้กับความหมายของคำว่าสิกขา เพราะฉะนั้น สิกขากับภาวนา จึงเป็นคำที่ใช้อย่างใกล้เคียงกัน บางทีเหมือนกัน แทนกันเลยทีเดียว นี่เป็นการโยงเข้ามาหาตัวหลักใหญ่ในการปฏิบัติทางพระพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าตรัสในคำสอนของพระพุทธองค์เองเพื่อใช้เป็นคุณสมบัติของบุคคลท่านใช้ว่า ภาวิตกาโย ภาวิตสีโล ภาวิตจิตโต ภาวิตปัญโญ คือคำว่า ภาวนา เวลาใช้เป็นคุณศัพท์เป็น ภาวิตะ ภาวิตกาโย ผู้มีกายที่เจริญแล้วหรือฝึกอบรมแล้ว ภาวิตสีโล ผู้มีศีลที่ฝึกอบรมแล้วหรือเจริญแล้ว ภาวิตจิตโต ผู้มีจิตที่เจริญแล้วหรือมีจิตที่ฝึกอบรมแล้ว ภาวิตปัญโญ ผู้มีปัญญาที่เจริญแล้วหรือปัญญาที่ฝึกอบรมแล้วถ้าเป็นคำนาม 4 อันนี้คือ

1. กายภาวนา คนเป็นภาวิตกาโย ตัวการกระทำเป็นกายภาวนา
2. ศีลภาวนา คนเป็นภาวิตสีโล ตัวการกระทำเป็นศีลภาวนา
3. จิตภาวนา คนเป็นภาวิตจิตโต ตัวการกระทำเป็นจิตภาวนา
4. ปัญญาภาวนา คนเป็นภาวิตปัญโญ ตัวการกระทำเป็นปัญญาภาวนา

ภาวนา เป็นคำในภาษาบาลี ที่มีรูปปริยาคศัพท์เป็น ภาวเตตีติ มีความหมายตรงกับคำว่า วทฺเตตีติ ซึ่งก็คือ วัฒนา หรือ การพัฒนา ที่ใช้ในภาษาไทย คำว่า ภาวนา ในคำสอนของพระพุทธศาสนา หมายถึง การทำให้มีขึ้น การทำให้เกิดขึ้น การเจริญ การบำเพ็ญ การฝึกอบรม การพัฒนาเพื่อทำสิ่งที่ยังไม่มีให้มีขึ้น (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), 2544)

ดังนั้นความหมายของภาวนา 4 คือ การเจริญ การพัฒนา ทั้งทางด้านสมณะ และวิปัสสนา เพื่อให้มีผลปรากฏ เช่น มีบุคลิกภาพ ภาพลักษณ์ภายนอก และคุณธรรมภายในตนที่ดีขึ้นซึ่งในความหมายนี้ แบ่งผลที่ปรากฏออกเป็น 4 ด้าน คือ (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), 2544)

1. กายภาวนา หรือ การพัฒนากาย คือ การมีความสัมพันธ์ที่เกื้อกูลกับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ หรือทางวัตถุ ให้รู้จัก กิน อยู่ ดู ฟัง เป็น สามารถแสวงหาสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ มีให้โทษ รู้จักควบคุมไม่ให้เกิดความต้องการที่ฟุ่มเฟือยเกินความจำเป็น
2. ศีลภาวนา หรือ การพัฒนาศีล คือ การมีความสัมพันธ์ที่เกื้อกูลกับสิ่งแวดล้อมทางสังคม คือมนุษย์ตั้งอยู่ในกฎระเบียบ เพื่อให้เกิดการตอบสนองความต้องการของตนนั้น ไม่ไปเบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหายกับผู้อื่น สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นและเกื้อกูลกันได้ดี

3. จิตภาวนา หรือ การพัฒนาจิต คือ การมีจิตที่สมบูรณ์ด้วยคุณธรรม ความดีงาม สมบูรณ์ด้วยสมรรถภาพ มีความเข้มแข็งมั่นคง และสมบูรณ์ด้วยสุขภาพ มีความเบิกบานผ่องใส สงบสุข

4. ปัญญาภาวนา หรือ การพัฒนาปัญญา คือ การเสริมสร้างความรู้ความคิดความเข้าใจ อย่างเป็นนายความคิด และการหยั่งรู้ความจริง รู้เห็นเท่าทันโลกและชีวิตตามสภาวะจริง

สรุปภาวนา 4 คือ การเจริญ การพัฒนา เพื่อให้มีบุคลิกภาพ ภาพลักษณ์ภายนอก และ คุณธรรมภายในตนที่ดีขึ้นทั้ง การพัฒนากาย การพัฒนาศีล การพัฒนาจิต และการพัฒนาปัญญา

แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาศักยภาพนักกีฬาอาชีพ

แผนแม่บทภายใต้ยุทธศาสตร์ชาติ ประเด็น (14) ศักยภาพการกีฬา ให้ความสำคัญกับการส่งเสริมการใช้กิจกรรมกีฬาและนันทนาการบนฐานของวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเป็นเครื่องมือในการเสริมสร้างสุขภาวะของประชาชนอย่างครบวงจรและมีคุณภาพตามมาตรฐานการสร้างนิสัยรักกีฬาและมีน้ำใจเป็นนักกีฬา และการใช้กีฬาและนันทนาการในการพัฒนาจิตใจ สร้างความสามัคคี โดยมีเป้าหมายระดับประเด็น คือ คนไทยมีสุขภาพดีขึ้นมีน้ำใจนักกีฬา และมีวินัย เคารพกฎกติกามากขึ้นด้วยกีฬา และเพื่อส่งเสริมให้การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาขึ้นพื้นฐานกลายเป็นวิถีชีวิตของประชาชนทุกกลุ่มวัย โดยเฉพาะกลุ่มเด็กและเยาวชน บุคคลกลุ่มพิเศษ และผู้ด้อยโอกาสทั้งในระดับชุมชน สังคม และระดับประเทศให้มีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการออกกำลังกาย การเล่นกีฬา และนันทนาการอย่างถูกต้องและเหมาะสม ตลอดจนสามารถเข้าถึงโครงสร้างพื้นฐานและอุปกรณ์การออกกำลังกาย การเล่นกีฬาได้อย่างทั่วถึงและเท่าเทียม ทั้งนี้เพื่อส่งเสริมการออกกำลังกาย เล่นกีฬา และการประกอบกิจกรรมนันทนาการต่างๆ ตามความถนัดหรือความสนใจอย่างต่อเนื่องจนกลายเป็นวิถีชีวิต นำไปสู่การพัฒนาจิตใจ สร้างความสัมพันธ์อันดี มีระเบียบวินัย รู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัยและการมีสุขภาวะที่ดีของประชาชนในสังคม โดยต้องให้ความสำคัญกับการสร้างความพร้อมและการเข้าถึงโครงสร้างพื้นฐานและสิ่งอำนวยความสะดวกในการออกกำลังกาย เล่นกีฬา และนันทนาการ รวมทั้งการสร้างแรงจูงใจในการออกกำลังกาย เล่นกีฬาและนันทนาการอย่างสม่ำเสมอผ่านการสร้างความร่วมมือของทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้อง อย่างไรก็ตามการดำเนินการเพื่อบรรลุเป้าหมายดังกล่าว ยังคงมีความท้าทายในการสร้างค่านิยมและแรงจูงใจในการออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการอย่างสม่ำเสมอของประชาชนอย่างยั่งยืน ตลอดจนการสร้างสรรคกิจกรรมและรูปแบบการออกกำลังกายที่มีความหลากหลายและเหมาะสมกับประชาชนในทุกระดับและทุกช่วงวัย (สำนักงานเลขาธิการของคณะกรรมการยุทธศาสตร์ชาติ สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2562)

แผนยุทธศาสตร์การกีฬาแห่งประเทศไทย เป็นการรวบรวมข้อมูล และวิเคราะห์สภาพปัญหาความต้องการหรือความจำเป็นทางยุทธศาสตร์ (Strategic Needs) เพื่อเป็นการกำหนดจุดยืนและทิศทางการนำแผนยุทธศาสตร์การพัฒนาไปสู่ขั้นตอนการปฏิบัติและเป็นกระบวนการวางแผนการพัฒนาที่สอดคล้องกับนโยบายของรัฐบาล แผนยุทธศาสตร์การพัฒนากีฬากระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ นโยบายและยุทธศาสตร์สำนักงานคณะกรรมการนโยบายรัฐวิสาหกิจ นโยบายของผู้บริหารของการกีฬาแห่งประเทศไทย ตลอดจนความต้องการของสมาคม สโมสรกีฬาและประชาชน แผนยุทธศาสตร์การพัฒนาลูกกีฬานี้จึงเปรียบเสมือนเครื่องมือที่สำคัญอย่างยิ่งที่จะช่วยสนับสนุนการบริหารจัดการกีฬาเพื่อความเป็นเลิศและกีฬาเพื่อการอาชีพของชาติสู่การปฏิบัติ และนำไปสู่การกำหนดเป็นแนวทางในการพัฒนา กำหนดวิสัยทัศน์ ยุทธศาสตร์ และแนวทางการดำเนินงานของหน่วยงานทุกระดับ ทั้งภายในและภายนอกการกีฬาแห่งประเทศไทย เพื่อนำไปสู่จุดมุ่งหมายอย่างเป็นระบบร่วมกัน ซึ่งจะช่วยให้การกำหนดรายการงบประมาณของการกีฬาแห่งประเทศไทยและองค์กรกีฬามีทิศทางที่สอดคล้องกัน สามารถแก้ไขปัญหาและสนองตอบความต้องการต่างๆ อย่างเหมาะสม (การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2565)

อีกทั้งยังเป็นการบริหารทรัพยากรของชาติที่มีอยู่อย่างจำกัดให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อกีฬาเป็นเลิศและกีฬาอาชีพ เมื่อพิจารณาสภาพการณ์และความจำเป็นในการจัดทำแผนยุทธศาสตร์การกีฬาแห่งประเทศไทยพบว่า มีองค์ประกอบของความจำเป็นหลายประการที่ทำให้การกีฬาแห่งประเทศไทย ต้องเร่งพัฒนาองค์กรให้มีสมรรถนะสูง และพัฒนาให้เกิดความเป็นเลิศ เพื่อรองรับกับความต้องการในการพัฒนากีฬาของประเทศ และผลักดันให้นักกีฬาตัวแทนประเทศไทยทั้งในส่วนกีฬาเพื่อความเป็นเลิศและกีฬาอาชีพสร้างผลงานให้ดีในระดับนานาชาติ เพื่อเป็นการสร้างความสุขให้กับประชาชน และสร้างมูลค่าทางเศรษฐกิจให้กับสังคมและประเทศชาติ โดยในบทบาทของการเป็นผู้กำกับดูแลการดำเนินงานตามกฎหมายที่เกี่ยวข้อง ผู้สนับสนุนและส่งเสริมการพัฒนากีฬาของประเทศเพื่อสร้างมาตรฐานทั้งในด้านมาตรฐานบุคลากรทางการกีฬา สถานที่ อุปกรณ์กีฬา และมาตรฐานการจัดการแข่งขันทั้งกีฬาเพื่อความเป็นเลิศและกีฬาอาชีพ รวมทั้งการบริหารจัดการและการบริการทางการกีฬา จึงได้วางยุทธศาสตร์ตามโครงสร้างองค์กรดังนี้

ให้ฝ่ายพัฒนากีฬาเป็นเลิศ ฝ่ายกีฬาอาชีพและกีฬามวย ฝ่ายกีฬานานาชาติและฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา เป็นหน่วยภารกิจหลักของการกีฬาแห่งประเทศไทย (Core Business) ที่ดำเนินงานในลักษณะหน่วยงานส่วนหน้าหรือ Front line ฝ่ายและสำนักอื่น ๆ ถือเป็นหน่วยงานสนับสนุน (Supporter) ที่เป็นมืออาชีพ มีมาตรฐาน ทำให้ภารกิจของการกีฬาแห่งประเทศไทย บรรลุผลตามเป้าหมาย และถือเป็นส่วนสำคัญที่ต้องสร้างความเข้มแข็งให้องค์กรพัฒนาสู่องค์กรสมรรถนะสูงเพื่อเป็นหน่วยงานที่ต้องสร้างความเข้มแข็งให้องค์กรพัฒนาไปสู่องค์กรสมรรถนะสูง การกีฬาแห่งประเทศไทยมีเข็มทิศนำทางไปสู่ การพัฒนากีฬาในอนาคตในช่วง พ.ศ. 2560-

2564 นั่นคือ วิสัยทัศน์ พัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศและกีฬาเพื่อการอาชีพ ให้สามารถสร้างความสุขและสร้างมูลค่า ทางเศรษฐกิจให้กับสังคมด้วยระบบบริหารจัดการที่ได้มาตรฐาน โดยปรับให้สอดคล้องกับต้นทุนการบริหารจัดการการเปลี่ยนแปลงของโลกาภิวัตน์และเน้นความสอดคล้องเชื่อมโยงกันทั้งองค์กรเพื่อผลักดันการกีฬาแห่งประเทศไทยให้เป็นองค์กรสมรรถนะสูง (High Performance Organization) ซึ่งได้กำหนดยุทธศาสตร์การพัฒนากีฬาไว้ 4 ยุทธศาสตร์ (การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2565) ได้แก่

1. การบริหารจัดการกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ
2. การบริหารจัดการกีฬาเพื่อการอาชีพ
3. การบริหารจัดการวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา
4. การบริหารจัดการองค์กรและการบริการทางการกีฬา

ซึ่งทั้ง 4 ยุทธศาสตร์เป็นยุทธศาสตร์ที่สนับสนุนการพัฒนากีฬาของประเทศให้บรรลุเป้าหมาย ส่วนในด้านการบริหารจัดการกีฬาเพื่อการอาชีพซึ่งในการดำเนินงานตามโครงสร้างองค์กร ได้กำหนดให้ฝ่ายกีฬาอาชีพและกีฬามวยของการกีฬาแห่งประเทศไทย เป็นหน่วยภารกิจหลักเชิงนโยบายการสนับสนุน การกำกับส่งเสริมในมิติของการพัฒนากีฬา อาชีพของประเทศ (Core Business : Major Supporter) ที่ดำเนินงานในลักษณะหน่วยงานส่วนหน้าหรือ Frontline โดยมีฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา ฝ่ายกีฬาภูมิภาคเป็นหน่วยงาน สนับสนุนหน่วยภารกิจหลัก (Core Support) และได้วางเป้าหมายในการให้บริการหน่วยงาน (Goal) ด้านกีฬาอาชีพโดยเน้นการขับเคลื่อนให้ประเทศไทย ประสบความสำเร็จในการพัฒนากีฬาอาชีพให้เป็นกิจกรรมที่สร้างความสุขและสร้างมูลค่าทางเศรษฐกิจให้กับสังคม (Professional Sports for Social Happiness and Economic Value) โดยมีกรอบการดำเนินงานของเป้าหมายการให้บริการหน่วยงานประกอบด้วย การส่งเสริมสนับสนุนและพัฒนากีฬาอาชีพให้มีระบบ บริหารจัดการที่ได้มาตรฐานสากลทัดเทียมประเทศชั้นนำของเอเชีย และการสร้างวัฒนธรรมค่านิยมในการมีส่วนร่วม ร่วมเชียร์กีฬาอาชีพเพื่อให้เป็นกิจกรรมที่สร้างความสุขแก่สังคมรวม ทั้งผู้มีส่วนได้ส่วนเสียทุกกลุ่มและการพัฒนาระบบการบริหารจัดการธุรกิจกีฬาอาชีพแบบครบวงจร สามารถสร้างมูลค่าทางเศรษฐกิจทั้งทางตรงและทางอ้อมให้กับ นักกีฬา บุคลากรทางการกีฬา ผู้จัดการแข่งขัน รวมทั้งภาคเอกชน ผู้ประกอบการภายในธุรกิจที่เกี่ยวข้องกับการจัดการแข่งขัน ท้องถิ่น หรือชุมชนที่เป็นพื้นที่จัดการแข่งขันให้มากขึ้น และสามารถยึดเป็นอาชีพได้อย่างยั่งยืน และการกำกับดูแลองค์กรกีฬานักกีฬาและบุคลากรกีฬาอาชีพให้ดำเนินการตามกฎหมายระเบียบ ข้อบังคับที่เกี่ยวข้องอย่างมีประสิทธิภาพและได้กำหนดเป้าหมายด้านการบริการวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬามีมาตรฐานทั้งในส่วนกลางและส่วนภูมิภาค เพื่อรองรับการพัฒนาขีดความสามารถของนักกีฬาทุกระดับ (Sports Science for Elite and Professional Athletes)

โดยมีกรอบการดำเนินงานของเป้าหมายการให้บริการหน่วยงาน ประกอบด้วย การมุ่งเน้นการศึกษาวิจัยองค์ความรู้ด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา เพื่อให้ได้มาซึ่งองค์

ความรู้และนวัตกรรมที่ทันสมัยเพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการพัฒนาความสามารถของนักกีฬาและบุคลากรทางการกีฬา เป็นกลไกสำคัญในความสำเร็จของกีฬาเพื่อความเป็นเลิศและกีฬาเพื่อการอาชีพ และการพัฒนาคุณภาพและมาตรฐานการบริการด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาให้ครบวงจร สามารถให้บริการแก่นักกีฬาทีมชาตินักกีฬาอาชีพบุคลากรทางการกีฬาและประชาชนได้ อย่างมีประสิทธิภาพและมีมาตรฐาน เกิดความพึงพอใจและเชื่อมั่นแก่ผู้รับบริการ ทั้งในส่วนกลางและส่วนภูมิภาคและนอกจากนั้นยังมีเป้าหมายด้านการบริการทางการกีฬาที่มีมาตรฐานรองรับการพัฒนา กีฬาของประเทศ (Sports Services Management) ที่เชื่อมโยงกับการพัฒนา กีฬาอาชีพ โดยมีกรอบการดำเนินงานของเป้าหมายการให้บริการหน่วยงาน ประกอบด้วย การพัฒนาการกีฬาแห่งประเทศไทยสู่องค์กรสมรรถนะสูงที่ทันสมัย และสามารถรองรับการบริการกีฬาเพื่อความเป็นเลิศและกีฬาเพื่อการอาชีพ ด้วยบุคลากรการกีฬาแห่งประเทศไทยที่มีสมรรถนะและความเชี่ยวชาญในการบริหารจัดการองค์กร และการบริการทางการกีฬาให้ใช้อย่างคุ้มค่า และเกิดประโยชน์สูงสุดและการยกระดับการบริการทางการกีฬาให้มีคุณภาพและมาตรฐาน เน้นการพัฒนาองค์กรที่เข้มแข็งมีศักยภาพในการบริหารจัดการสำหรับบริการกีฬาให้เป็นที่ยอมรับและเชื่อมั่นแก่ผู้รับบริการทั้งในส่วนกลางและส่วนภูมิภาค พร้อมทั้งได้กำหนดผลผลิตสำคัญด้านกีฬาเพื่อความเป็นเลิศในทุกภาคส่วนประสบความสำเร็จทั้งองค์กรกีฬา นักกีฬา และบุคลากรทางการกีฬา บนพื้นฐานหลักธรรมาภิบาลซึ่งเชื่อมโยงกับกีฬาอาชีพ โดยได้กำหนดกรอบการดำเนินงานของผลผลิตไว้ว่า ส่งเสริม สนับสนุนให้องค์กรกีฬาเป็นเลิศประสบความสำเร็จสามารถบริหารจัดการกีฬาเป็นเลิศได้มาตรฐานทั้งการบริหารจัดการองค์กร การจัดการนักกีฬาและบุคลากรทางการกีฬา การนำวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬามาใช้ในการพัฒนานักกีฬาและนักกีฬาทีมชาติไทยมีการพัฒนาผลงานที่ดีขึ้นในการเข้าร่วมการแข่งขันมหกรรมกีฬาระดับนานาชาติ ทั้งในด้านผลงานเหรียญรางวัล อันดับการแข่งขัน สถิติการแข่งขันหรือมีศักยภาพในการแข่งขันเพิ่มขึ้นและผลผลิตทางด้านกีฬาอาชีพประสบความสำเร็จตามเกณฑ์มาตรฐานการเป็นกีฬาอาชีพที่กำหนดโดยได้กำหนดกรอบการดำเนินงานของผลผลิตไว้ว่าการส่งเสริม สนับสนุน กำกับดูแลให้กีฬาอาชีพประสบความสำเร็จผ่านเกณฑ์มาตรฐานที่กำหนดและมีผลการดำเนินงานที่ขึ้นอย่างต่อเนื่องสามารถเป็นกิจกรรมที่สร้างความสุขให้กับนักกีฬา บุคลากรกีฬา ผู้จัดการแข่งขัน ในการยึดเป็นอาชีพได้อย่างมั่นคงรวมทั้งสร้างความสุขให้กับผู้ชม ผู้เชียร์กีฬา และสามารถสร้างมูลค่าทางเศรษฐกิจให้กับสังคม (การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2565)

จากรายการแข่งขันกีฬาอาชีพแต่ละชนิดกีฬาที่มีความเติบโตอย่างต่อเนื่องและมีการดำเนินงานภายใต้พระราชบัญญัติส่งเสริมกีฬาอาชีพ พ.ศ. 2556 และกฎหมายลำดับรองที่เกี่ยวข้องอย่างเป็นระบบและผลผลิตทางด้านศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬามีคุณภาพและมาตรฐานรองรับการพัฒนา กีฬาเพื่อความเป็นเลิศ กีฬาอาชีพ และบริการทางการกีฬา โดยได้กำหนดกรอบการดำเนินงานของผลผลิตไว้ว่า การพัฒนาศูนย์วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬาให้มีบริการอุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก บุคลากร และองค์ความรู้ที่ทันสมัยเป็นไปตามเกณฑ์

มาตรฐานที่การกีฬาแห่งประเทศไทยกำหนด เพื่อให้บริการกับนักกีฬาที่เก็บตัวฝึกซ้อมและแข่งขันทั้งในส่วนกลางและส่วนภูมิภาค ให้ครอบคลุมทั่วประเทศส่วนในด้านผลผลิตด้านระบบบริหารจัดการองค์กรและการบริการทางการกีฬามีมาตรฐาน โดยได้กำหนดกรอบการดำเนินงานของผลผลิตไว่ว่ามุ่งเน้นการพัฒนาศักยภาพที่ยั่งยืน มีระบบการบริหารจัดการที่มีประสิทธิภาพ เพื่อยกระดับการกีฬาแห่งประเทศไทยสู่การเป็นองค์กรสมรรถนะสูงให้สามารถรองรับการพัฒนา กีฬาเพื่อความเป็นเลิศและกีฬาเพื่อการอาชีพ ให้เป็นกิจกรรมสร้างความสุขและสร้างมูลค่าทาง เศรษฐกิจ (การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2565)

สรุป การพัฒนาศักยภาพนักกีฬาอาชีพ เพื่อให้มีสมรรถนะสูง พัฒนาให้เกิดความเป็นเลิศ เพื่อรองรับกับความต้องการในการพัฒนากีฬาของประเทศ และผลักดันให้นักกีฬาเป็นตัวแทนประเทศไทย ทั้งในส่วนกีฬาเพื่อความเป็นเลิศและกีฬาอาชีพ สร้างผลงานได้ดีในระดับนานาชาติ เพื่อเป็นการสร้างความสุขให้กับประชาชน และสร้างมูลค่าทางเศรษฐกิจให้กับสังคมและประเทศชาติ

การประยุกต์ใช้ภาวนา 4 เพื่อการพัฒนาศักยภาพนักกีฬาอาชีพ

หลักคำสอนเรื่อง ภาวนา 4 (อง.ปญจก.(ไทย), 36/79/193-194) คำว่า ภาวนา เป็นภาษาบาลี แปลว่า ทำให้เจริญ ทำให้มีขึ้น เป็นขึ้น การทำให้เกิดขึ้น การเจริญการบำเพ็ญ การพัฒนา ภาวนา 4 จึงหมายถึงการพัฒนา 4 ด้านมีความหมาย ดังนี้

1. กายภาวนา คือ การฝึกอบรมกาย ให้รู้จักติดต่อกว้างขวางกับสิ่งทั้งหลายภายนอกทางอินทรีย์ทั้งห้าด้วยดี และปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ มิให้เกิดโทษ ให้กุศลธรรมงอกงามให้อกุศลธรรมเสื่อมสูญ, การพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ

2. สีลภาวนา คือ การฝึกอบรมให้มีระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดี เกื้อกูลแก่กัน

3. จิตภาวนา คือ การฝึกอบรมจิตใจ ให้เข้มแข็งมั่นคงเจริญงอกงามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีเมตตากรุณา ขยันหมั่นเพียร อดทนมีสมาธิ และสดชื่นเบิกบาน เป็นสุขผ่องใส เป็นต้น

4. ปัญญาภาวนา คือ การฝึกอบรมปัญญา ให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริงรู้เท่าทันโลก และชีวิตตามสภาวะ สามารถทำจิตใจ ให้เป็นอิสระ ทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลส และปลอดพ้นจากความทุกข์ แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญา (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), 2546) และเมื่อนำหลักภาวนา 4 มาประยุกต์ใช้กับนักกีฬา จะได้แนวคิดเพื่อพัฒนานักกีฬาดังตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาท ดังนี้

1. ภาวีกาย มีกายที่พัฒนาแล้ว (มีกายภาวนา) คือ มีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพในทางที่เกื้อกูลและได้ผลดี เริ่มแต่รู้จักใช้อินทรีย์ เช่น ตา หู จมูก ฟังเป็นต้น อย่างมีสติ ดูเป็น ฟังเป็น ให้ได้ปัญญา บริโภคปัจจัย 4 และสิ่งของเครื่องใช้ ตลอดจนเทคโนโลยี อย่างฉลาด

ได้ผลตรงเต็มตามคุณค่า การพัฒนาร่างกายให้แข็งแรงจะช่วยลดโอกาสการบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา ทำให้นักกีฬาเล่นกีฬาได้มีประสิทธิภาพ และเพิ่มสมรรถนะการเล่นกีฬาในระดับการแข่งขันเพื่อชัยชนะ ดังนั้นการพัฒนากายเพื่อให้ร่างกายแข็งแรงจึงพื้นฐานเพื่อเตรียมความพร้อมสำหรับการเล่นกีฬา และการออกกำลังกายเป็นการเสริมในสมรรถภาพด้านที่นักกีฬาขาดไป หากนักกีฬามีปัญหาหรือการบาดเจ็บที่ขัดขวางการฝึกซ้อมเพื่อเป้าหมายก็ต้องทำการรักษาร่างกายก่อน หรือร่วมไปกับการฝึกซ้อมโดยมีแพทย์เป็นผู้ร่วมประเมินดูแลด้วย

2. ภาวจิต มีจิตที่พัฒนาแล้ว (มีจิตภาวนา) คือ มีพฤติกรรมทางสังคมที่พัฒนาแล้ว ไม่เบียดเบียนก่อความเดือดร้อน เกรงภัย ตั้งอยู่ในวินัยและมีอาชีพที่สุจริต มีความสัมพันธ์ทางสังคมในลักษณะที่เกื้อกูล สร้างสรรค์ และส่งเสริมสันติสุข ดังนั้นกีฬาช่วยให้เราสามารถระบุแง่มุมใหม่ ๆ ของสาระสำคัญของบุคคลได้เนื่องจากสร้างเงื่อนไขและเปิดโอกาสให้ทำกิจกรรมต่าง ๆ ซึ่งกระบวนการขัดเกลาทางสังคมของแต่ละบุคคลจะแผ่ขยายออกไปการถ่ายทอดคุณค่าต่าง ๆ ของวัฒนธรรมของสังคมเข้าสู่ระนาบของเนื้อหาภายในของบุคคล ในกีฬาเช่นเดียวกับในวัฒนธรรมโดยรวมกระบวนการของการเรียนรู้ค่านิยมใหม่ โดยบุคคลกำลังพัฒนาบนพื้นฐานนี้ การพัฒนาทัศนคติ การกำหนดคุณค่าและความต้องการทางสังคมเกิดขึ้น ในทางกลับกันบุคลิกภาพจะรวมอยู่ในกิจกรรมที่กระตือรือร้นของชีวิตทางสังคมของสังคม ในกีฬามีค่านิยมที่สำคัญ เช่น ความเท่าเทียมกันของโอกาสในการประสบความสำเร็จ สถานการณ์ทางสังคมหลายอย่างเกิดขึ้นในกิจกรรมกีฬาซึ่งทำให้นักกีฬาได้รับประสบการณ์ชีวิตด้วยตนเองเพื่อสร้างระบบค่านิยมและทัศนคติพิเศษ ดังนั้นบทบาทการเข้าสังคมของกีฬาจึงแสดงออกมาในความจริงที่ว่า มันมีผลกระทบอย่างลึกซึ้งและหลากหลายต่อแง่มุมที่สำคัญของบุคคลเพื่อพัฒนาเขาทั้งทางร่างกายและจิตวิญญาณ และนักกีฬาที่จะประสบความสำเร็จส่วนใหญ่ มักจะพูดถึงการมีระเบียบวินัยในตนเองเป็นกุญแจสำคัญสู่ความสำเร็จของตัวเอง ระเบียบวินัยจะเป็นพื้นฐานที่สำคัญของกีฬาทุกประเภทระเบียบวินัยยังเป็นเครื่องมือในการประสบความสำเร็จในด้านอื่น ๆ ของชีวิตอีกด้วย

3. ภาวจิต มีจิตที่พัฒนาแล้ว (มีจิตภาวนา) คือ มีจิตในที่ฝึกอบรมดีแล้วสมบูรณ์ด้วยคุณภาพจิต คือ ประกอบด้วยคุณธรรม เช่น มีเมตตา กรุณา เอื้ออาทร มีมุทิตามีความเคารพอ่อนโยน ซื่อสัตย์ กตัญญู เป็นต้นสมบูรณ์ด้วยสมรรถภาพจิต คือ มีจิตใจเข้มแข็งมั่นคงมีความเพียรพยายาม กล้าหาญ อดทน รับผิดชอบ มีสติ มีสมาธิ เป็นต้น และสมบูรณ์ด้วยสุขภาพจิต คือ มีจิตใจที่ร่าเริง เบิกบาน สดชื่น เปี๊ยะยิ้ม ผ่องใส และสงบ เป็นสุข ดังนั้นประโยชน์ของการฝึกสติให้กับนักกีฬา ได้รับการพิสูจน์แล้วว่า การฝึกสติทุกวัน วันละ 5-10 นาที จะสามารถช่วยนักกีฬาให้ลดความเครียดและความวิตกกังวล เพิ่มสมาธิ และทำให้อนหลับได้ดีขึ้น เพิ่มพัฒนาทักษะทางสังคม และพัฒนาทักษะการแก้ปัญหาและการตัดสินใจ กีฬาเป็นหนึ่งในกิจกรรมต้องใช้สมาธิมากที่สุด เมื่อเล่นกีฬาผู้เล่นจะจดจ่ออยู่ในช่วงเวลานั้น และการแข่งขันเป็นส่วนหนึ่งของการเล่นกีฬาที่ส่งเสริมนักกีฬาในแง่ดี นักกีฬาฝึกฝนอย่างหนักในการเล่นเข้าทีมกัน การฝึกฝนอย่างหนัก

แสดงให้เห็นถึงความพยายาม ความรัก และการฝึกฝนที่ถูกต้องจะช่วยดึงศักยภาพของนักกีฬาออกมาได้อย่างดีที่สุด

4. ภาวิตปัญญา มีปัญญาที่พัฒนาแล้ว (มีปัญญาภาวนา) คือรู้จักคิดรู้จักพิจารณา รู้จักวินิจฉัย รู้จักแก้ปัญหา และรู้จักจัดทำดำเนินการต่าง ๆ ด้วยปัญญาที่บริสุทธิ์ ซึ่งมองดูรู้เข้าใจเหตุปัจจัย มองเห็นสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริงหรือตามที่เป็น เป็นปราศจากอคติและแรงจูงใจแอบแฝง เป็นผู้ที่ไม่เลศรอบงำปัญหาไม่ได้ เป็นอยู่ด้วยปัญญารู้เท่าทันโลกและชีวิตเป็นอิสระไร้ทุกข์ ดังนั้นการออกกำลังกายเพื่อแข่งขันกีฬา สมองจะพัฒนากระบวนการทางสติปัญญาและความสำเร็จทางวิชาการ กีฬาอาชีพและสมองมีความสัมพันธ์กัน หลายคนสงสัยว่านักกีฬาจะได้รับคะแนนที่ต่ำกว่าหรือไม่ ถ้าเป็นไปตามตรรกะนี้นักฟุตบอลอาชีพ นักมวย นักบาสเกตบอลควรเป็นคนฉลาดเป็นความจริงแน่นอน โอกาสของการพัฒนาทางสมองย่อมดีกว่าคนที่นั่งอยู่บนโซฟาตลอดเวลา หลังจากอ่านชีวประวัติของนักกีฬาสมาชิกใหม่แล้ว จะเห็นว่าคนเหล่านี้เป็นคนเก่งที่มีพรสวรรค์โดดเด่นหลายด้าน หลายคนประสบความสำเร็จอย่างยิ่งใหญ่นอกวงการกีฬาด้วย

สรุป การนำหลักภาวนา 4 มาประยุกต์ใช้กับการพัฒนานักกีฬาดังนี้ 1. นักกีฬาที่พัฒนาร่างกายให้แข็งแรงจะช่วยลดโอกาสการบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา ทำให้นักกีฬาเล่นกีฬาได้มีประสิทธิภาพ และเพิ่มสมรรถนะการเล่นกีฬาในระดับการแข่งขันเพื่อชัยชนะ ดังนั้นการพัฒนากายเพื่อให้ร่างกายแข็งแรงจึงพื้นฐานเพื่อเตรียมความพร้อมสำหรับการเล่นกีฬา และการออกกำลังกายเป็นการเสริมในสมรรถภาพด้านที่นักกีฬาขาดไป หากนักกีฬามีปัญหาหรือการบาดเจ็บที่ขัดขวางการฝึกซ้อมเพื่อเป้าหมายก็ต้องทำการรักษาร่างกายก่อน หรือรวมไปกับการฝึกซ้อม โดยมีแพทย์เป็นผู้ร่วมประเมินดูแลด้วย 2. นักกีฬามีศีลที่พัฒนาแล้ว จะตั้งอยู่ในวินัยและมีอาชีพที่สุจริต นักกีฬาที่จะประสบความสำเร็จส่วนใหญ่ มักจะพูดถึงการมีระเบียบวินัยในตนเอง เป็นกุญแจสำคัญสู่ความสำเร็จของตัวเอง ระเบียบวินัยจะเป็นพื้นฐานที่สำคัญของกีฬาทุกประเภท ระเบียบวินัยยังเป็นเครื่องมือในการประสบความสำเร็จในด้านอื่น ๆ ของชีวิตอีกด้วย 3. นักกีฬามีจิตที่พัฒนาแล้ว จะสามารถช่วยนักกีฬาให้ลดความเครียดและความวิตกกังวล เพิ่มสมาธิ และทำให้อนหลับได้ดีขึ้น เพิ่มพัฒนาทักษะทางสังคม และพัฒนาทักษะการแก้ปัญหา และการตัดสินใจ กีฬาเป็นหนึ่งในกิจกรรมต้องใช้สมาธิมากที่สุด เมื่อเล่นกีฬาผู้เล่นจะจดจ่ออยู่ในช่วงเวลานั้น และการแข่งขันเป็นส่วนหนึ่งของการเล่นกีฬาที่ส่งเสริมนักกีฬาในแง่ดี นักกีฬาฝึกฝนอย่างหนักในการเล่นเข้าทีมกัน การฝึกฝนอย่างหนักแสดงให้เห็นถึงความพยายาม ความรัก และการฝึกฝนที่ถูกต้องจะช่วยดึงศักยภาพของนักกีฬาออกมาได้อย่างดีที่สุด 4. นักกีฬามีปัญญาที่พัฒนาแล้ว คือรู้จักคิดรู้จักพิจารณา รู้จักวินิจฉัย รู้จักแก้ปัญหา และรู้จักจัดทำดำเนินการต่าง ๆ ด้วยปัญญาที่บริสุทธิ์ ดังนั้นการออกกำลังกายเพื่อแข่งขันกีฬา สมองจะพัฒนากระบวนการทางสติปัญญาและความสำเร็จทางวิชาการ กีฬาอาชีพและสมองมีความสัมพันธ์กัน โอกาสของการพัฒนาทางสมองของนักกีฬาย่อมดีกว่าคนที่นั่งอยู่บนโซฟาตลอดเวลา

เอกสารอ้างอิง

การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2565). แผนยุทธศาสตร์การกีฬาแห่งประเทศไทย พ.ศ. 2565–2570.

(เอกสารอัดสำเนา). กรุงเทพฯ: การกีฬาแห่งประเทศไทย.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). (2540). พุทธธรรมกับการพัฒนาชีวิต. กรุงเทพฯ: ธรรมสภา.

_____. (2544). พุทธธรรม (ฉบับเดิม) (พิมพ์ครั้งที่ 11). กรุงเทพฯ: ดวงแก้ว.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2546). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์ (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพฯ: เอส. อาร์. พรินเตอร์แมส โปรดักส์.

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. (2539). พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

สำนักงานเลขาธิการของคณะกรรมการยุทธศาสตร์ชาติ สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2562). รายงานสรุปผลการดำเนินการตามยุทธศาสตร์ชาติ ประจำปี 2562. กรุงเทพฯ: สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.