

การส่งเสริมความประพฤตินักเรียนและนักศึกษาตามแนวหลักศีล 5* PUPILS' AND STUDENTS' BEHAVIOR PROMOTION ACCORDING TO THE FIVE PRECEPTS

วรินทร์ จินดาวงศ์

Warinthon Chindawong

นักวิชาการอิสระ

Independent Scholar

Corresponding Author E-mail: Warinthonlove99@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแนวคิดทฤษฎีพัฒนาการทางจริยธรรม แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา และการส่งเสริมความประพฤตินักเรียนและนักศึกษาตามแนวหลักศีล 5 ผ่านการสังเคราะห์เอกสาร ตำรา งานวิจัย

ผลการศึกษาพบว่า การศึกษาเล่าเรียน การสอบถามผู้รู้ เพื่อให้รู้ผิดชอบชั่วดี มีความรู้ในการดำเนินชีวิตตามคลองธรรม โดยทางธรรม ผ่านกิจกรรมจิตศึกษา ซึ่งเป็นกระบวนการเพื่อกิจกรรมการเรียนรู้ ผูกพัน บ่มเพาะปัญญาภายในของนักเรียนและนักศึกษาสู่การประพฤติปฏิบัติตนในการดำเนินชีวิตตามหลักศีล 5 ด้าน ประกอบด้วย 1) ความมีเมตตา กรุณา 2) การประกอบอาชีพสุจริต 3) การสำรวมในกาม 4) การมีความจริงใจ และ 5) การมีสติสัมปชัญญะ ที่ส่งผลต่อความประพฤตินักเรียนและนักศึกษาเป็นสมาชิกที่ดีของสังคม ประพฤติปฏิบัติตามจารีตได้อย่างเหมาะสมต่อไป

คำสำคัญ: พัฒนาการทางจริยธรรม; จิตศึกษา; ศีล 5

Abstract

This academic article aimed to study the concept of ethical development theory, concept of cognitive education and the promotion of student behavior according to the 5 precepts through the synthesis of documents, textbooks, and research results.

Findings were found that education inquiry to know responsibility to have the knowledge to live a sanctified life through Dharma through psycho-

*Received May 17, 2023; Revised August 8, 2023; Accepted August 16, 2023

educational activities. This is a paradigm for learning activities, training, and cultivating inner wisdom of pupils and students. to conduct one's life according to the five precepts, consisting of 5 aspects: 1) Metta – karuna, loving kindness, 2) Samma – ajiva, right speech, 3) Kama-samvara, sexual restraining, 4) Sacca, truth, and 5) Sati – sampajanna. Mindfulness and alertness, that affected the behavior of pupils and students resulting in being good members of society, continuously behave according to the traditions and customs appropriately.

Keywords: Moral Development; Psychology; Five precepts.

บทนำ

ยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ. 2561 – 2580) เป็นยุทธศาสตร์ชาติฉบับแรกของประเทศไทยตามรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย ซึ่งจะต้องนำไปสู่การปฏิบัติเพื่อให้ประเทศไทยบรรลุวิสัยทัศน์ “ประเทศไทยมีความมั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน เป็นประเทศพัฒนาแล้ว ด้วยการพัฒนาตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง” ภายในช่วงเวลาดังกล่าว เพื่อความสุขของคนไทยทุกคน การขับเคลื่อนนโยบายของรัฐบาลใช้ในด้านระบบบริหารจัดการตามกรอบยุทธศาสตร์ชาติด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ มีเป้าหมายการพัฒนาที่สำคัญเพื่อพัฒนาคนในทุกมิติและในทุกช่วงวัยให้เป็นคนดี เก่ง และมีคุณภาพ โดยคนไทยมีความพร้อมทั้งกาย ใจ สติปัญญา มีพัฒนาการที่รอบด้านและมีสุขภาพะที่ดีในทุกช่วงวัย มีจิตสาธารณะรับผิดชอบต่อสังคมและผู้อื่น มัธยัสถ์ อดออม โอบอ้อมอารี มีวินัย รักษาศีลธรรม และเป็นพลเมืองดีของชาติ มีหลักคิดที่ถูกต้อง มีทักษะที่จำเป็นในศตวรรษที่ 21 มีทักษะสื่อสารภาษาอังกฤษและภาษาที่สามและอนุรักษ์ภาษาถิ่น มีนิสัยรักการเรียนรู้และพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต สู่การเป็นคนไทยที่มีทักษะสูงเป็นนวัตกรรม นวัตกรรม ผู้ประกอบการ เกษตรยุคใหม่และอื่น ๆ โดยมีสัมมาชีพอุดมคติตามความถนัดของตนเอง (ยุทธศาสตร์ชาติ พ.ศ. 2561 – 2580, 2561)

แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 13 (พ.ศ. 2566 – 2570) ได้อาศัยหลักการหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง โดยสืบสาน รักษา ต่อยอดการพัฒนาตามหลักปรัชญาของ เศรษฐกิจพอเพียง ผ่านการกำหนดทิศทางการพัฒนาประเทศอย่างมีเหตุผล ความพอประมาณ ภูมิคุ้มกัน บนฐานของความรู้ คุณธรรม และความเพียร โดยคำนึงถึงความสอดคล้องกับสถานการณ์และเงื่อนไข ระดับประเทศและระดับโลกทั้งในปัจจุบันและอนาคตอันใกล้ และศักยภาพของทุนทางเศรษฐกิจ ทุนทางสังคม และทุนทางทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมของประเทศ ให้มีความสำคัญกับการเสริมสร้างความ

สมดุลในมิติต่าง ๆ ทั้งความสมดุลระหว่างการพัฒนาความสามารถในการแข่งขันกับต่างประเทศกับความสามารถในการพึ่งตนเองได้อย่างมั่นคง ความสมดุลของการกระจายโอกาสเพื่อลดความเหลื่อมล้ำระหว่างกลุ่มคนและพื้นที่ และความสมดุลทางธรรมชาติเพื่อให้คนอยู่ร่วมกับทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมได้อย่างยั่งยืน รวมถึงการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอกและภายในประเทศ และมุ่งมั่นผลักดันให้การพัฒนาบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ “ประเทศมีความมั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน เป็นประเทศพัฒนาแล้ว ด้วยการพัฒนาตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง” มุ่งเสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับประชาชนทุกกลุ่ม ทั้งในมิติของการมีปัจจัยที่จำเป็นสำหรับการดำรงชีวิตขั้นพื้นฐานที่เพียงพอ การมีสภาพแวดล้อมที่ดี การมีปัจจัยสนับสนุนให้มีสุขภาพที่สมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ การมีโอกาสที่จะใช้ศักยภาพของตนในการสร้างความเป็นอยู่ที่ดี และการมุ่งส่งต่อทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมที่ดีไปยังคนรุ่นต่อไป (สำนักนายกรัฐมนตรี, 2565) ครอบคลุมเป็นรากฐานที่สำคัญของสังคม แต่ด้วยความเปลี่ยนแปลงทางด้านวัฒนธรรมและสภาพสังคมในปัจจุบันที่พ่อแม่ส่วนใหญ่ไม่มีเวลาให้กับลูก อีกทั้งสภาวะเศรษฐกิจการเข้ามาเลี้ยงชีพที่เต็มไปด้วยการแข่งขัน และความเจริญก้าวหน้าอย่างรวดเร็วทางเทคโนโลยี ล้วนก่อสภาพแวดล้อมที่ไม่เอื้อต่อการสนับสนุนให้ครอบครัวเข้มแข็งมีเสถียรภาพ ก่อให้เกิดปัญหาสังคมตามมามากมาย สะท้อนออกมาด้วยข่าวร้ายในแต่ละวัน เช่น ภาพอาชญากรรม การใช้ความรุนแรง การโกหกหลอกลวง การใช้ยาเสพติดสิ่งของมีนเมา การตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร ที่ได้ระดับสูงขึ้นอย่างเห็นได้ชัดเจน ผู้คนเริ่มสูญเสียหลักการที่ถูกต้อง หันไปเชิดชูค่านิยมทางสังคมแทน แรงเชื่อวรากเชิงวัฒนธรรมขัดกันสำหรับนักเชิงศีลธรรม สำนึกแห่งความผิดชอบชั่วดี เรื่องถูกกลายเป็นผิด เรื่องผิดกลายเป็นเรื่องถูกต้องชอบธรรม บทความนี้จะนำเสนอ แนวคิดทฤษฎีพัฒนาการทางจริยธรรม แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา และการส่งเสริมความประพฤตินักเรียนและนักศึกษาตามแนวหลักศีล 5 ดังความสังเขปต่อไปนี้

แนวคิดทฤษฎีพัฒนาการทางจริยธรรม

แนวคิดทฤษฎีพัฒนาการทางจริยธรรม (Moral development) ซึ่งนับว่าเป็นประเด็นที่นักจิตวิทยาศึกษาวิจัยกันอย่างแพร่หลาย และได้อธิบายพัฒนาการทางจริยธรรมแบ่งได้เป็น 3 กลุ่มใหญ่ ๆ คือ 1) ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ 2) ทฤษฎีปัญญาสังคมของแบนดูลา และ 3) ทฤษฎีพัฒนาการทางปัญญาของเพียเจต์และโคลเบิร์กการพัฒนาจริยธรรมตามแนวคิดทฤษฎีของโคลเบิร์กได้อธิบายไว้ว่า การบรรลุวุฒิภาวะเชิงจริยธรรมของบุคคลนั้นจะแสดงออกจากการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมอย่างเด่นชัดที่สุด เหตุผลเชิงจริยธรรมนี้ไม่ขึ้นอยู่กับกฎเกณฑ์ของสังคมใดสังคมหนึ่งโดยเฉพาะ เพราะเหตุผลเชิงจริยธรรมมิใช่การ

ประเมินค่าการกระทำไปในทำนองว่า “ดี” หรือ “เลว” แต่จะเป็นการใช้เหตุผลที่ลึกซึ้งยากแก่การเข้าใจยิ่งขึ้นเป็นลำดับไป (นีออน พินประดิษฐ์, 2555)

ความหมายของจริยธรรม

คำว่า จริยธรรม (Morality) เป็นคำที่เราใช้พูดถึงเสมอเมื่อเกิดเหตุการณ์อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น ความหมายของจริยธรรม เป็นคำที่มีความหมายกว้างขวางและลึกซึ้ง การกำหนดความหมายให้เฉพาะเจาะจงทำได้ยาก และการกำหนดความหมายมักขึ้นอยู่กับสิ่งที่เป็นพื้นฐานทางจริยธรรมที่ใช้จิตวิทยาหรือสังคมวิทยาเป็นพื้นฐาน ความหมายของจริยธรรมจึงเป็นเรื่องที่เกี่ยวกับความดีงาม ซึ่งแสดงออกทั้งในด้านความคิด และการประพฤติปฏิบัติ โดยมีนักวิชาการและนักการศึกษาได้ให้ความหมายของจริยธรรมไว้ดังนี้

จริยธรรม (ethics) หมายถึง ธรรมที่เป็นข้อประพฤติปฏิบัติ ศีลธรรม กฎแห่งศีลธรรม (ราชบัณฑิตยสถาน, 2546) หลักแห่งความประพฤติ หรือแนวทางการปฏิบัติให้เป็นคนดีเพื่อประโยชน์สุขของตนและส่วนรวม (พระเมธีธรรมาภรณ์, 2534) ธรรมที่เป็นข้อประพฤติปฏิบัติ ศีลธรรม กฎศีลธรรม ถ้าจะกล่าวให้เต็มก็คือประมวลคุณธรรมอันพึงประพฤติปฏิบัติ (กิริติ บุญเจือ, 2551) ความถูกต้องดีงาม สังคมทุกสังคมจะกำหนดกฎเกณฑ์กติกา บรรทัดฐานของตนเองว่า อะไรเป็นสิ่งที่ดีงาม และอะไรคือความถูกต้อง โดยทั่วไปไม่ได้มีการเขียนเป็นกฎข้อบังคับให้สมาชิกทุกคนต้องยึดถือปฏิบัติตาม ซึ่งหากมีการละเมิดจะถูกลงโทษโดยสังคมในขณะเดียวกัน (สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์, 2542) การดำเนินชีวิต ความเป็นอยู่ การยังชีวิตให้เป็นไป การครองชีวิต การใช้ชีวิต การเคลื่อนไหวของชีวิตทุกแง่มุม ทุกด้าน ทุกระดับ ทางกายวาจาใจ ทั้งด้านส่วนตัว ด้านสังคม ด้านอารมณ์ ด้านจิตใจ ด้านปัญญา อย่างถูกต้อง ระบบการกระทำความดี ละเว้นความชั่ว รวมทั้งสาเหตุที่บุคคลจะกระทำหรือไม่กระทำ และผลของการกระทำหรือไม่กระทำนั้น ตลอดจนจนกระบวนการเกิดและการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเหล่านั้นด้วย (ดวงเดือน พันธมนาวิน, 2539) ธรรมชาติหรือหลักธรรมที่บุคคลควรประพฤติ จัดว่าเป็นคุณธรรมที่แสดงออกทางกายที่ดีงาม (บุญมี แท่นแก้ว, 2541)

สรุปได้ว่า จริยธรรม หมายถึง หลักแห่งความประพฤติที่ดีงาม ทั้งกาย วาจา ที่เกี่ยวข้องกับหลักคำสอนของศาสนา และยังรวมถึงขนบธรรมเนียมประเพณี จรรยา มารยาท ข้อบังคับ ข้อตกลง กฎหมาย และศีลธรรม ผลที่จะตามมาจากความประพฤติหรือการกระทำนั้น ๆ อย่างรอบคอบและมีการปฏิบัติตามอย่างสม่ำเสมอสามารถดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพ มีจิตใจที่ดีงาม มีคุณธรรม จริยธรรมเป็นหน้าที่ที่สมาชิกในสังคมพึงประพฤติปฏิบัติต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และต่อสังคม

นอกจากคำว่าจริยธรรมที่มีความหมายใกล้เคียงละใช้รวม ๆ กันไป ได้แก่ คำว่า ค่านิยม (Value) และคำว่าคุณธรรม (Virtue) เพื่อให้มีความชัดเจนมากขึ้น จึงได้ศึกษาและนำมาเสนอไว้ในรายละเอียดโดยมีความหมายจากทัศนะของบุคคลต่าง ๆ ดังนี้

คุณธรรม (Virtue) มีรากศัพท์มาจากภาษากรีก ที่หมายถึง “คุณความดี” เป็นเรื่องของจิตใจ เช่นเดียวกับจริยธรรม คุณธรรมกับจริยธรรมเป็นคำที่ใกล้เคียงกัน แต่ไม่ใช่เรื่องเดียวกัน จริยธรรมมีความหมายเกี่ยวกับความประพฤติ การปฏิบัติ ตลอดจนการดำเนินชีวิตที่ดีงาม หรือถูกต้องกับเกณฑ์ของสังคม ส่วนคุณธรรมเป็นเรื่องภายในจิตใจของคน “คุณธรรม” หมายถึง คุณสมบัติฝ่ายดี (ราชบัณฑิตยสถาน, 2546) คุณงามความดี คุณสมบัติที่เสริมสร้างจิตใจให้ดีงาม ให้เป็นจิตใจที่สูงส่ง ประณีต และประเสริฐ (พระธรรมปิฎก, 2540) อรรถาธิบายอันดีงามที่สั่งสมอยู่ในดวงจิต อันเกิดจากความเพียรพยายาม และความประพฤติปฏิบัติที่ติดต่อกันมาเป็นระยะเวลาที่ยาวนาน คุณธรรมมีความเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์กับหน้าที่เป็นอย่างมาก เพราะการปฏิบัติงานในหน้าที่จนเป็นนิสัย จะกลายมาเป็นอุปนิสัยอันดีงามที่สั่งสมในดวงจิตกลายเป็นบารมี (วศิน อินทสระ, 2541) ความเคยชินในการประพฤติดีอย่างใดอย่างหนึ่ง ตรงข้ามกับกิเลส เช่น ความเคยชินในการประพฤติผิดอย่างใดอย่างหนึ่ง (กิริติ บุญเจือ, 2538) คุณธรรมมีความหมาย 2 นัย นัยแรก คือ ความดี ความงามของลักษณะนิสัยที่ได้กระทำมาจนเกิดความเคยชิน และ นัยที่สอง หมายถึง คุณภาพของบุคคลที่ได้กระทำตามความคิดและตามมาตรฐานของสังคม ซึ่งเกี่ยวข้องกับ ความประพฤติและหลักของศีลธรรม (Victor, 1974)

สรุปได้ คุณธรรม หมายถึง คุณภาพของบุคคลด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยมที่กำหนดขึ้นโดยพิจารณาจากสภาพของสังคม และการเปลี่ยนแปลงของโลกยุคปัจจุบัน ซึ่งทำให้มีความจำเป็นต้องเน้นและปลูกฝังลักษณะดังกล่าวให้เกิดขึ้นในตัวผู้เรียนทุกคนเพื่อช่วยให้บุคคลเกิดการพัฒนาในองค์กรรวมทั้งด้านสติปัญญา และคุณธรรม อันจะนำไปสู่ความเจริญก้าวหน้าและความมั่นคงสงบสุขในสังคม

แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา

แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Education) เริ่มต้นขึ้นที่สหรัฐอเมริกา ในปี ค.ศ. 1974 ที่มหาวิทยาลัยนาโรปะ มลรัฐโคโลราโด สหรัฐอเมริกา ซึ่งก่อตั้งขึ้นโดยเชอเกียมตรุงปะ เป็นมหาวิทยาลัยการปฏิบัติเชิงจิตตปัญญาในการศึกษา การเรียนรู้ความหมายของคำ ว่าจิตตปัญญาศึกษานั้น เบื้องต้นควรทำความเข้าใจความหมายของคำ ว่า “จิตตปัญญา” ก่อนเป็นอันดับแรก ซึ่งองค์กรแรกที่เริ่มใช้คำว่า “contemplation” คือ The Center for Contemplative Mind in Society ในสหรัฐอเมริกาโดยเลือกใช้คำ ดังกล่าว แทนคำว่า “meditation” เพื่อสะท้อนให้เห็นถึง

กระบวนการปฏิบัติที่มากกว่าการนั่งสมาธิ และเลือกใช้คำว่า “contemplative practice” เนื่องจากครอบคลุมทั้ง meditation และ contemplation (จิรัฐกาล พงศ์ภคเธียร, 2553) การปฏิบัติจิตตปัญญา หรือ contemplative practice ไม่สามารถที่จะอธิบายได้อย่างชัดเจนในทิศทางเดียว ทั้งนี้ ในภาษาละติน คำว่า “Contemplari” หมายถึง การสังเกต การพิจารณา การเพ่งมองอย่างตั้งใจ ซึ่งเมื่อพิจารณาจากความหมายแล้ว คำที่นำมาใช้ในการอธิบาย การปฏิบัติจิตตปัญญาได้อย่างชัดเจนที่สุด คือคำว่า Mindfulness ที่แปลว่าการตระหนักรู้ในปัจจุบันขณะ (awareness) เช่นเดียวกับการปฏิบัติจิตตปัญญาคือการที่จิตจดจ่ออยู่กับการคิดและอารมณ์ นำไปสู่การตระหนักรู้ การเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง ความผาสุกในชีวิต การที่จิตสงบและลดภาวะของความตึงเครียด (Kabat, 1994)

สำหรับคำว่า “จิตตปัญญาศึกษา” ในประเทศไทยได้มีกลุ่มจิตวิวัฒน์ ซึ่งเป็นกลุ่มผู้ที่สนใจในเรื่องการขับเคลื่อนสังคมสู่จิตสำนึกใหม่ (New Consciousness) มีส่วนสำคัญในการสนับสนุนให้ผู้สนใจและมีประสบการณ์การจัดกระบวนการเชิงจิตตปัญญาในการเรียนการสอนทั้งในและนอกระบบการศึกษาได้มีการประชุมหารือร่วมกันเพื่อผลักดันเรื่องนี้ให้เกิดขึ้นในสังคมไทย ต่อมาจึงได้เกิดการรวมตัวกันของคนกลุ่มนี้เป็นเครือข่ายจิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Education Network) ในปี พ.ศ. 2549 ได้ก่อตั้งศูนย์จิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Education Center) ขึ้นที่มหาวิทยาลัยมหิดลเพื่อขับเคลื่อนการเรียนรู้แบบจิตตปัญญาศึกษา โดยมีคำอธิบายคำว่า “จิตตปัญญาศึกษา” (Contemplative Education) ดังนี้

จิตตปัญญาศึกษา หมายถึง การรู้จักตัวของตัวเองแล้วเกิดปัญญา ปัญญา หมายถึง การเข้าถึงความจริงสูงสุด หรือบางทีก็พูดว่าเข้าถึงความจริง ความดี ความงาม โดยอธิบายประกอบว่า ความจริง ความดี ความงามหมายถึง ความจริงที่มีความดี ความงาม ความดีที่มีความจริง ความงาม และความงามที่มีความดี ความจริงอย่างที่อยู่ร่วมกันและกัน เชื่อมโยงเป็นหนึ่งเดียวกัน เมื่อเข้าถึงสิ่งใดสิ่งหนึ่งก็ย่อมเข้าถึงสิ่งอื่นไปด้วยพร้อมกัน (ประเวศ วะสี, 2551) เป็นกระบวนการเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ เน้นการพัฒนาภายในอย่างแท้จริง เพื่อให้เกิดการตระหนักรู้ถึงคุณค่าของสรรพสิ่งโดยปราศจากอคติ เกิดความรักความเมตตา อ่อนน้อมต่อธรรมชาติ มีจิตสำนึกต่อส่วนรวม และสามารถเชื่อมโยงศาสตร์ต่าง ๆ มาประยุกต์ใช้ในชีวิตได้อย่างสมดุล (สุนน อมรวิวัฒน์, 2551) “การเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ” ว่าเป็นการขบคิดใคร่ครวญตั้งคำถามด้วยปัญญาจากการบ่มเพาะและให้คุณค่าพื้นที่ว่างแห่งการเรียนรู้ด้านใน การมีประสบการณ์ตรง ตลอดจนพรั่งพร้อมด้วยศีล สมาธิ อันเป็นบาทฐานของการก่อกำเนิดความรู้ที่ถึงพร้อม นั่นคือ ปัญญา ที่สามารถมองเห็นสรรพสิ่งตามที่เป็นจริง เห็นความสัมพันธ์ เชื่อมโยงเปลี่ยนแปลง เห็นคุณค่าของการมีชีวิตอยู่ในปัจจุบันขณะ เป็นการศึกษาที่อ่อนน้อมถ่อมตนผลที่ออกมาจะทำให้ผู้เรียนค้นพบ

ศักยภาพภายใน เข้าใจตนเองและโลก (วิจักขณ์ พานิช, 2550) เป็นการศึกษาที่มุ่งพัฒนาจากภายใน ให้เกิดการตระหนักรู้ และเกิดปัญญา เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่นุ่มลงสู่ใจอย่างไคร่ครวญ และสัมพันธ์กับคุณธรรมความเป็นมนุษย์ เป็นการฝึกปฏิบัติที่ไม่จำกัดเพียงแนวทางของศาสนา หากรวมถึงศาสตร์ ศิลปะ และกิจกรรมต่าง ๆ ที่สร้างสัมพันธ์ภาพและ ผู้เรียนสนใจจนสามารถเข้าถึงความจริงของธรรมชาติ เข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น เกิดความรัก ความเมตตา (จิรัฐกาล พงศ์ภคเธียร, 2553)

สรุปได้ว่า จิตศึกษา หรือ การบ่มเพาะปัญญาภายใน หรือ กิจกรรมจิตศึกษา หมายถึง กระบวนการพัฒนาบุคคลให้เกิดการเรียนรู้ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยมและ งามงามด้านความฉลาดทางอารมณ์และความฉลาดด้านจิตวิญญาณ เพื่อให้เกิดจิตใจที่สงบ และนำมาซึ่งการรับฟังได้อย่างลึกซึ้งเกิดการไคร่ครวญ สามารถรับรู้และเชื่อมโยงกับคนอื่น หรือสิ่งต่าง ๆ ผ่านกระบวนการและกิจกรรมตามกระบวนการทัศน์ของจิตศึกษาประกอบด้วย 1) การใช้จิตวิทย์หาเชิงบวก 2) การสร้างชุมชนและวิถีของชุมชน 3) การจัดกระทำผ่าน กิจกรรมและศาสตร์ที่เกี่ยวข้องของจิตศึกษา เพื่อช่วยให้บุคคลเกิดการพัฒนาด้านองค์รวมทั้ง ด้านสติปัญญา และคุณธรรม อันจะนำไปสู่ความเจริญก้าวหน้าและความมั่นคงสงบสุขใน สังคม

การส่งเสริมความประพฤตินักเรียนและนักศึกษาตามแนวหลักศีล 5

ความสำคัญของศีล 5

การที่มนุษย์เราจะอยู่ร่วมกันในสังคมด้วยความสงบสุข ร่มเย็น หรือทำงานร่วมกัน ให้บรรลุผลสำเร็จได้นั้น จะต้องมียึดเหนี่ยวให้ทุกคนคิดและกระทำในสิ่งที่ถูกต้องและทุกคนถึงพอใจร่วมกัน สิ่งนั้นเรียกว่า “ความดี” หมายถึง การคิดดี พูดดี ทำดี ซึ่งหากมีใน บุคคลใดสังคมใดแล้ว บุคคลนั้นสังคมนั้นอาจเรียกได้ว่ามี “คุณธรรมจริยธรรม” อันจะ นำมาซึ่งคุณประโยชน์ส่วนตนและสังคมส่วนรวม เพราะความเจริญก้าวหน้าของสังคมตั้งแต่ ระดับเล็กสุด คือ ครอบครัว ชุมชน จนกระทั่งระดับใหญ่สุดคือประเทศชาติ จะเกิดขึ้นได้ก็ ต่อเมื่อคนในชาติทุกระดับชั้นมีคุณธรรมจริยธรรมเป็นเครื่องหล่อหลอมให้เกิดความร่วมมือ ร่วมใจ มีแรงผลักดันในการพัฒนาประเทศ สามารถเสียสละประโยชน์ส่วนตนเพื่อส่วนรวม

การถือศีล 5 ประเภท หรือข้อวัตรปฏิบัติ รวมถึงสิ่งอื่น ๆ ทัว ๆ ไป เช่น การให้ทาน การทำสมาธิ การเจริญวิปัสสนา ฯลฯ ของคนทั่ว ๆ ไปนั้น แต่ละคนก็มีวัตถุประสงค์ หรือแรงจูงใจแตกต่างกันไปนะครับ ซึ่งบางครั้งก็ดีมาก บางครั้งก็ด้อยหน่อย หรือบางครั้ง ก็อาจจะมั่ววัตถุประสงค์ที่ไม่ดีเลยก็ได้ พระพุทธเจ้าทรงจำแนกแจกแจงวัตถุประสงค์ หรือแรงจูงใจในการทำสิ่งต่างๆ เอาไว้เป็น 5 จำพวก ซึ่งในที่นี้ทรงเน้นที่การถือธุดงค์วัตร (ดู

เรื่องถูกต้องคืออะไร) แต่ก็สามารถนำไปประยุกต์ใช้ หรือเป็นประโยชน์ในการเปรียบเทียบกับเรื่องอื่น ๆ ได้เช่นกัน

ศีล 5 นับว่าเป็นหลักปฏิบัติที่สำคัญสำหรับผู้ที่ยึดถือศาสนาพุทธ ไม่ว่าจะเป็นในบ้านเรา หรือแม้แต่ประเทศที่มีการนับถือศาสนาพุทธเป็นส่วนใหญ่ โดยที่ศีล 5 นั้นถือเป็นหลักปฏิบัติขั้นพื้นฐานที่สุด ตามมาด้วย ศีล 8 ศีล 10 ไปจนถึงศีล 227 ข้อ สำหรับผู้ที่ถือครองสมณเป็นพระก่อนที่เราจะไปอ่านรายละเอียดของศีลทั้ง 5 ข้อ เรายังมีเรื่องราวที่น่าสนใจเกี่ยวกับการกำเนิดหลักปฏิบัติดังกล่าวตั้งแต่เมื่อครั้งพุทธกาล ที่ถือว่าหลักปฏิบัตินี้มีความเชื่อมโยงกัน และครอบคลุมการดำเนินชีวิตของมนุษย์อย่างครบถ้วน ศีล 5 หรือ เบญจศีล (ความประพฤติชอบทางกายและวาจา, การรักษากายวาจาให้เรียบร้อย, การรักษาปกติตามระเบียบวินัย, ข้อปฏิบัติในการเว้นจากความชั่ว, การควบคุมตนให้ตั้งอยู่ในความไม่เบียดเบียน) ประกอบด้วย 1. ปาณาติปาตา เวรมณี (เว้นจากการปลงชีวิต, เว้นจากการฆ่า การประทุษร้ายกัน) 2. อทินนาทานา เวรมณี (เว้นจากการถือเอาของที่เขาไม่ได้ให้, เว้นจากการลัก โกง ละเมิดกรรมสิทธิ์ ทำลายทรัพย์สิน) 3. กาเมสุมิฉฉาจารา เมรมณี (เว้นจากการประพฤติดิฉินในกาม, เว้นจากการล่วงละเมิดสิ่งที่ผู้อื่นรักใคร่หวงแหน) 4. มุสาวาทา เวรมณี (เว้นจากการพูดเท็จ โกหก หลอกลวง) 5. สุราเมรยมชชพมาทานุชานา เวรมณี (เว้นจากน้ำเมาหรือสุราและเมรัยอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท, เว้นจากสิ่งเสพติดให้โทษ) (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2548)

สรุปได้ว่า ศีล 5 หรือเบญจศีล หมายถึง ข้อปฏิบัติในการรักษาปกติตามระเบียบวินัยความประพฤติชอบทางกายและวาจา, การรักษากายวาจาให้เรียบร้อย, การรักษาความเป็นปกติของความเป็นมนุษย์ หรือเพื่อรักษากฎเกณฑ์ ในการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสงบสุข ประกอบด้วย 1) ความมีเมตตากรุณา หมายถึง ความรักใคร่ปรารถนาให้มีความสุข ความเจริญและความสงสารช่วยให้พ้นทุกข์ ผู้ที่มีความเมตตาย่อมเป็นที่รักใคร่ของคนทั้งหลาย จิตใจขึ้นบาน ปลอดโปร่ง เพราะไม่คิดพยาบาทปองร้ายผู้ใดให้จิตใจเศร้าหมอง 2) การประกอบอาชีพสุจริต หมายถึง การเลี้ยงชีพในทางสุจริต 3) การสำรวจในกาม หมายถึง ความสำรวม ระวัง รู้จักยับยั้งควบคุมในทางกามรมณ์มิให้หลงใหลในรูป เสียง กลิ่น รสและสัมผัส มีความยินดีพอใจในคู่ครองของตน 4) การมีความจริงใจ หมายถึง สัจจะ ความสัตย์ ความซื่อตรง ซื่อสัตย์ จริงใจ พูดจริง ทำจริง จะทำอะไรก็ให้เป็นที่ยอมรับ ไว้วางใจได้ และ 5) การมีสติสัมปชัญญะ หมายถึง ความระลึกได้และความรู้จำกัทั่วพร้อม คือฝึกตนให้เป็นคนรู้จักยั้งคิด รู้สีกตัวเสมอว่าสิ่งใดควรทำและไม่ควรทำ ระวังมิให้คนมาเมาประมาท เมื่อบุคคลประพฤติปฏิบัติตนมีจิตใจที่ดีงาม มีคุณธรรม จริยธรรมเป็นหน้าที่ที่สมาชิกในสังคมพึงประพฤติปฏิบัติต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และต่อสังคม เพื่อให้อยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

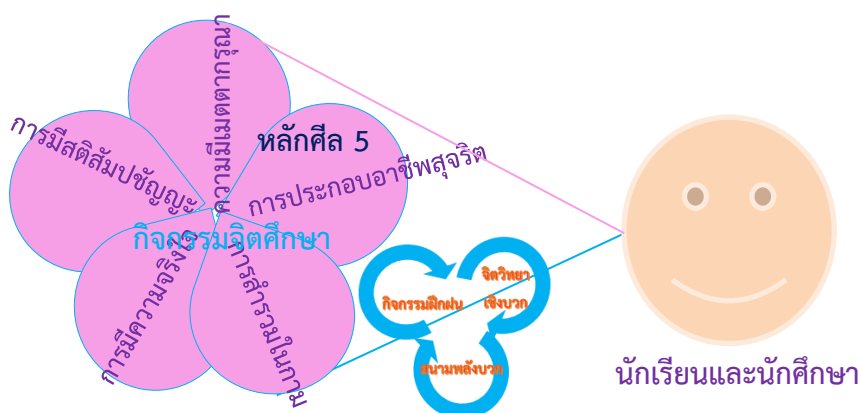
การส่งเสริมความประพฤตินักเรียนและนักศึกษาตามแนวหลักศีล 5

การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในด้านการศึกษาคือกระบวนการเรียนรู้ในตัวบุคคล เพื่อการพัฒนาการจดจำความรู้ มีความคิดสร้างสรรค์ ลงมือปฏิบัติ ผูกทักษะกระบวนการ คิดวางแผน เพิ่มทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณทำให้เกิดปัญญาภายในตัวบุคคล เสริมสร้างการเรียนรู้ตลอดชีวิต ซึ่งสามารถผลักดันให้บุคคลสร้างผลการปฏิบัติงานที่ดีมีประสิทธิภาพ มุมมองความเชื่อพื้นฐาน (Worldview) ว่า “สรรพสิ่งล้วนเชื่อมโยงถึงกันหมด มีความเป็นองค์รวม (Holism, Co-creation) การรู้ที่แท้มาจากภายในของตนเอง และทุกชีวิตมีความกรุณาเป็นพื้นฐาน” จิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Education) ความเชื่อพื้นฐานนี้ นำสู่หนทางแห่งจิตภายใน (Inner Practice) สภาวะภายใน ความรู้สึกนึกคิด แรงจูงใจ ความต้องการ การฝึกฝนเพื่อการมีสติ ตระหนักรู้ เท่าทันสภาวะต่าง ๆ การปล่อยวาง การเตรียมจิตให้พร้อมสำหรับใคร่ครวญ เปิดรับ ผ่อนคลาย วางใจ หนทางแห่งจิตภายใน นำสู่วิถีปฏิบัติ (Conduct) เช่น การรับฟังอย่างลึกซึ้ง (Deep Listening) เพื่อนรับฟัง การตั้งคำถามเพื่อสืบค้น การสื่อสารอย่างสันติ (NVC) สนทนาสนทนา (Dialogue) การมีสังฆะ การดำรงอยู่ร่วม การส่งมอบสิ่งดีงาม ความสุข จิตอาสา กิจกรรมพลังกลุ่ม จิตตศิลป์ การนำพาจิตใจสู่ความสงบ โยคะ ดนตรี ฯลฯ วิธีการปฏิบัตินำไปสู่ผลลัพธ์ (Outcome) คือ การเปลี่ยนแปลงจากภายใน (Transformation) การศึกษาที่มีหัวใจความเป็นมนุษย์ (Humanized Educare) และการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน (Transformative Learning) โดยหลักธรรมพื้นฐานสำหรับบุคคลทั่วไปได้ใช้ยึดมั่นเพื่อในการทำความดี ละเว้นความชั่ว และทำจิตใจให้บริสุทธิ์ได้ คือ หลักศีล 5 หรือ เบญจศีล และส่งเสริมการพัฒนารายบุคคล ซึ่งได้แก่ กิจกรรมจิตศึกษา หรือการบ่มเพาะปัญญาภายใน ซึ่งเป็นกิจกรรมการจัดการเรียนการสอนที่เน้นให้ผู้เรียนสามารถแสวงหาความรู้ และพัฒนาความรู้ได้ตามธรรมชาติและเต็มตามศักยภาพของตนเอง รวมทั้งสนับสนุนให้มีการฝึกและปฏิบัติในสภาพจริงของการทำงาน มีการเชื่อมโยงสิ่งที่เรียนกับสังคมและการประยุกต์ใช้ มีการจัดกิจกรรมและกระบวนการให้ผู้เรียนได้คิดวิเคราะห์ สังเคราะห์ ประเมินและสร้างสรรค์สิ่งต่าง ๆ โดยไม่เน้นไปที่การท่องจำเพียงเนื้อหา

สรุป

การพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพมนุษย์ให้เป็นมนุษย์ที่ดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยสุจริต มีศีลธรรมและความสุข จำเป็นต้องอาศัยกระบวนการทางปัญญา (Cognitive Process) เข้ามามีอิทธิพลในการเรียนรู้ ทำให้เกิดการเรียนรู้และนำความรู้นั้นไปใช้กับการสนับสนุนการพัฒนาศักยภาพของมนุษย์จากกิจกรรมในการดำเนินชีวิตในสังคมด้านการศึกษา (Education) การพัฒนา (Development) และการฝึกอบรม (Training) เพื่อยกระดับจิต

วิญญาน กระบวนการและกิจกรรมตามกระบวนการทัศน์ของจิตศึกษาประกอบด้วย 1) การใช้จิตวิทยาเชิงบวก 2) การสร้างชุมชนและวิถีของชุมชน 3) การจัดกระทำผ่านกิจกรรมและศาสตร์ที่เกี่ยวข้องของจิตศึกษา เพื่อขัดเกลาเด็กและยกระดับความฉลาดทางด้านจิตวิญญาน และความฉลาดทางด้านอารมณ์ให้เห็นคุณค่าของสรรพสิ่ง การน้อมนำสิ่งที่ดีเข้าไปสู่จิตใต้สำนึก ดังนั้นจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่บุคคลจะต้องหมั่นพัฒนาปัญญาอยู่เสมอ เรียนรู้ฝึกฝน บ่มเพาะปัญญาภายในของนักเรียนและนักศึกษา สู่การประพฤติปฏิบัติตนในการดำเนินชีวิตในสังคมตามหลักศีล 5 ด้าน ประกอบด้วย 1) ความมีเมตตา กรุณา 2) การประกอบอาชีพสุจริต 3) การสำรวจในกาม 4) การมีความจริงใจ และ 5) การมีสติสัมปชัญญะ ส่งผลต่อความประพฤตินักเรียนและนักศึกษามีจิตใจที่ดีงาม มีคุณธรรมจริยธรรม เป็นพลเมืองที่เข้มแข็งเป็นการพัฒนาปัญญาภายนอกดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 การพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพมนุษย์ให้เป็นมนุษย์มีศีลธรรมและความสุข

การทำความดี ละเว้นความชั่วในการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุขตามหลักศีล 5 ได้แก่ การสำรวจในกาย นั่นคือการไม่เบียดเบียนหรือทำร้ายบุคคลอื่น การการไม่ลักขโมย และการไม่ประพฤติผิดในกาม เมื่อบุคคลมีการรักษาศีลสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ ย่อมเป็นผู้มีความประพฤติดีตนเป็นผู้จะมีความเสียสละเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่และให้การสงเคราะห์ซึ่งกันและกัน เน้นการเสียสละด้วยความบริสุทธิ์ใจ เป็นการสงเคราะห์กัน มีความเมตตา กรุณา ซึ่งเกิดจากการฝึกฝนและทำกิจกรรมตามกระบวนการทัศน์ของจิตศึกษา ประกอบด้วย 1) การใช้จิตวิทยาเชิงบวก 2) การสร้างชุมชนและวิถีของชุมชน 3) การจัดกระทำผ่านกิจกรรมและศาสตร์ที่เกี่ยวข้องของจิตศึกษา ปรับวิถีการดำเนินชีวิตร่วมกันใน

ชุมชนมีการประกอบอาชีพสุจริต “สัมมาอาชีพะ” ส่งผลให้เจริญด้วยโภคทรัพย์ เกิดความเจริญรุ่งเรืองและมีคุณภาพชีวิตที่ดี

เอกสารอ้างอิง

- กิริติ บุญเจือ. (2538). *จริยศาสตร์สำหรับผู้เริ่มเรียน*. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- _____. (2551). *คู่มือจริยศาสตร์ตามหลักวิชาการสากล*. กรุงเทพฯ: ศูนย์ส่งเสริมและพัฒนาพลังแผ่นดินเชิงคุณธรรม.
- จิรัฐกาล พงศ์ภคเธียร. (2553). *จิตตปัญญาศึกษา: การเรียนรู้สู่จิตสำนึกใหม่*. กรุงเทพฯ: สอนเงินมีมา.
- ดวงเดือน พันธมนาวิน. (2539). *ทฤษฎีต้นไม้อจริยธรรม*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นืออน พิณประดิษฐ์. (2555). *จริยธรรม: ทฤษฎีและรูปแบบการพัฒนา*. ขอนแก่น: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- บุญมี แผ่นแก้ว. (2541). *จริยธรรมกับชีวิต* (พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพฯ: โอเอส พรินติ้งเฮาส์.
- ประกาศ เรื่อง ยุทธศาสตร์ชาติ (พ.ศ. 2561- 2580). (2561, 13 ตุลาคม). *ราชกิจจานุเบกษา*. เล่ม 135 ตอนที่ 82 ก. หน้า 1
- ประเวศ วะสี. (2551). *หนังสือรวบรวมบทความการประชุมวิชาการประจำปี 2551 เรื่อง จิตตปัญญาศึกษา การศึกษาเพื่อพัฒนาความเป็นมนุษย์*. กรุงเทพฯ: โครงการศูนย์จิตตปัญญาศึกษามหาวิทยาลัยมหิดล.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). (2540). *พระพุทธศาสนากับการพัฒนาคนและสังคม*. กรุงเทพฯ: การไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต). (2548). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม* (พิมพ์ครั้งที่ 14). กรุงเทพฯ: สำนักพัฒนานวัตกรรมการจัดการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน.
- พระเมธีวราภรณ์ (ประยูร ธมฺมจิตโต). (2534). *ความสัมพันธ์ระหว่างจริยธรรม จริยศาสตร์ และจริยศึกษา ความรู้คู่คุณธรรม*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2546). *พจนานุกรมไทยฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542*. กรุงเทพฯ: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชันส์.
- วศิน อินทสระ. (2541). *พุทธจริยศาสตร์*. กรุงเทพฯ: ทองกวาว.
- วิจักขณ์ พานิช. (2551). *เรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ: การศึกษาดังเส้นทางแสวงหาจิตวิญญาณ* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: สอนเงินมีมา.

- วิเชียร ไชยบัง. (2554). *จิตศึกษากับการบ่มเพาะปัญญาภายใน*. บุรีรัมย์: สำนักพิมพ์โรงเรียนลำปลายมาศพัฒนา.
- สำนักนายกรัฐมนตรี. (2565). *แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่สิบสาม พ.ศ. 2566 – 2570*. กรุงเทพฯ: สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.
- สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์. (2542). *จริยธรรมทางวิชาการ* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- สุนน อมรวิวัฒน์. (2551). *ชุดโครงการเพิ่มขีดความสามารถของคณะครุศาสตร์/ศึกษาศาสตร์สู่การเป็นสถาบันพัฒนาบุคลากรทางการศึกษาที่มีความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์*. กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) (อัดสำเนา).
- Victor, G.C. (1973). *Dictionary of Education*. New York: McGraw-Hill.
- Kabat Z. J. (1994). *Catalyzing movement towards a more contemplative/sacredappreciating/non-dualistic society*. The contemplative mind in society meeting group. New York: Pocantico.