

การบูรณาการการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขา*

INTEGRATING LEARNING ACCORDING TO THE THREEFOLD LEARNING

วรินทร์ จินดาวงศ์

Warinthon Chindawong

นักวิชาการอิสระ

Independent Scholar

Corresponding Author E-mail: Warinthonlove99@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา และการบูรณาการการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขา ผ่านการสังเคราะห์เอกสาร ตำรา งานวิจัย ผลการศึกษาพบว่า กิจกรรมการเรียนรู้ ฝึกฝน บ่มเพาะปัญญาภายในของนักเรียน ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันตามหลักไตรสิกขา 3 ด้าน ประกอบด้วย 1. เรียนรู้เรื่องศีล 2. เรียนรู้เรื่องสมาธิ และ 3. เรียนรู้เรื่องปัญญา และศาสตร์ที่เกี่ยวข้องของจิตศึกษาสู่การประพฤติปฏิบัติตนในการเรียนรู้ทั้ง 3 ด้าน ประกอบด้วย 1. ด้านจิตพิสัย 2. ด้านพุทธิพิสัย และ 3. ด้านทักษะพิสัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพมนุษย์ให้เป็นมนุษย์ที่ดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยสุจริต เป็นคนดีและมีความสุข

คำสำคัญ: การบูรณาการ; การเรียนรู้; ไตรสิกขา

Abstract

This academic article aimed to study the concept of learning theory. Concept of contemplative education and integration of learning according to the Tisikkha, Threefold Training through the synthesis of documents, textbooks, and research. The results of the study were found that Learning activities, training, and cultivating the inner wisdom of students to exchange knowledge together according to the Threefold Training, consisting of 1. learning about morality, 2. learning about concentration, and 3. learning about wisdom. Related sciences of psychoeducation to conduct oneself in learning in all three areas, consisting of 1. Affective Domain, 2. Cognitive Domain, and

*Received January 27, 2024; Revised March 4, 2024; Accepted April 22, 2024

3. Psychomotor Domain that affected the development and strengthened human potential as a human being who lived by honesty and was a good and happy person.

Keywords: Integrating; Learning; Threefold Training

บทนำ

การขับเคลื่อนนโยบายของรัฐบาลใช้ในด้านระบบบริหารจัดการตามกรอบยุทธศาสตร์ชาติด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ มีเป้าหมายการพัฒนาที่สำคัญเพื่อพัฒนาคนในทุกมิติและในทุกช่วงวัยให้เป็นคนดี เก่ง และมีคุณภาพ โดยคนไทยมีความพร้อมทั้งกาย ใจ สติปัญญา มีพัฒนาการที่รอบด้านและมีสุขภาวะที่ดีในทุกช่วงวัย มีจิตสำนึกรับผิดชอบต่อสังคมและผู้อื่น มัธยัสถ์ อดออม โอบอ้อมอารี มีวินัย รักษาศีลธรรม และเป็นพลเมืองดีของชาติ มีหลักคิดที่ถูกต้อง มีทักษะที่จำเป็นในศตวรรษที่ 21 มีทักษะสื่อสารภาษาอังกฤษและภาษาที่สามและอนุรักษ์ภาษาถิ่น มีนิสัยรักการเรียนรู้และพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต สู่การเป็นคนไทยที่มีทักษะสูง เป็นนวัตกรรม นวัตกรรม ผู้ประกอบการ เกษตรยุคใหม่และอื่น ๆ โดยมีสัมมาชีพตามความถนัดของตนเอง (สำนักงานเลขาธิการของคณะกรรมการยุทธศาสตร์ชาติ, สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2561)

แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 13 (พ.ศ. 2566 – 2570) ได้อาศัยหลักการหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง โดยสืบสาน รักษา ต่อยอดการพัฒนาตามหลักปรัชญาของ เศรษฐกิจพอเพียง ผ่านการกำหนดทิศทางการพัฒนาประเทศอย่างมีเหตุผล ความพอประมาณ ภูมิคุ้มกัน บนฐานของความรู้ คุณธรรม และความเพียร โดยคำนึงถึงความสอดคล้องกับสถานการณ์และเงื่อนไข ระดับประเทศและระดับโลกทั้งในปัจจุบันและอนาคตอันใกล้ รวมถึงการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอกและภายในประเทศ และมุ่งมั่นผลักดันให้การพัฒนาระบบเป้าหมายที่ตั้งไว้ “ประเทศมีความมั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน เป็นประเทศพัฒนาแล้ว ด้วยการพัฒนาตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง” มุ่งเสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับประชาชนทุกกลุ่ม ทั้งในมิติของการมีปัจจัยที่จำเป็นสำหรับการดำรงชีวิตขั้นพื้นฐานที่เพียงพอ การมีสภาพแวดล้อมที่ดี การมีปัจจัยสนับสนุนให้มีความสุขที่สมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ การมีโอกาสนี้จะใช้ศักยภาพของตนในการสร้างความเป็นอยู่ที่ดี และการมุ่งส่งต่อทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมที่ดีไปยังคนรุ่นต่อไป (สำนักนายกรัฐมนตรี, 2565)

นโยบายการศึกษาของกระทรวงศึกษาธิการ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2567 – 2568 โดยมุ่งหวังให้ผู้เรียนทุกช่วงวัย ได้รับการพัฒนาทุกมิติ ทั้งในด้านโอกาส ความเท่า

เทียม ความเสมอภาคและสมรรถนะที่จำเป็นตามบริบทของประเทศและสังคมโลก โดยเน้นให้ผู้เรียน “เรียนดี มีความสุข” ใช้หลักการมีส่วนร่วมในการจัดการศึกษาทุกภาคส่วน เพื่อส่งเสริมและพัฒนาผู้เรียนเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ คำนึงถึงชาติ ศาสนา ศิลปะ ขนบธรรมเนียม ประเพณี วัฒนธรรม กีฬา ความปลอดภัย ความมีโอกาและความเสมอภาคทางการศึกษามีสมรรถนะที่สำคัญจำเป็นสำหรับโลกยุคใหม่ (สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ, 2566) ยุทธศาสตร์ชาติว่าด้วยการป้องกันและปราบปรามการทุจริตระยะที่ 3 (พ.ศ. 2560 – 2564) ได้กำหนดประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 1 สร้างสังคมที่ไม่ทนต่อการทุจริต ประกอบด้วยกลยุทธ์ที่ 1 ปรับฐานความคิดทุกช่วงวัยตั้งแต่ปฐมวัยเป็นต้นไปให้สามารถแยกแยะหว่างผลประโยชน์ส่วนตนและผลประโยชน์ส่วนรวม กลยุทธ์ที่ 2 ส่งเสริมให้มีระบบและกระบวนการกล่อมเกลாதงสังคมเพื่อต้านทุจริต กลยุทธ์ที่ 3 ประยุกต์หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเป็นเครื่องมือต้านทุจริต และกลยุทธ์ที่ 4 เสริมพลังการมีส่วนร่วมของชุมชน และบูรณาการทุกภาคส่วนเพื่อต่อต้านการทุจริต (สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามการทุจริตแห่งชาติร่วมกับ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, 2561)

จิตศึกษา หรือ การบ่มเพาะปัญญาภายใน หรือ กิจกรรมจิตศึกษา หมายถึง กระบวนการพัฒนาบุคคลให้เกิดการเรียนรู้ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยมและองกามด้านความฉลาดทางอารมณ์และความฉลาดด้านจิตวิญญาณ เพื่อให้เกิดจิตใจที่สงบและนำมาซึ่งการรับฟังได้อย่างลึกซึ้งเกิดการใคร่ครวญ สามารถรับรู้และเชื่อมโยงกับคนอื่นหรือสิ่งต่าง ๆ ผ่านกระบวนการและกิจกรรมตามกระบวนการทัศน์ของจิตศึกษาประกอบด้วย 1) การใช้จิตวิทยาเชิงบวก 2) การสร้างชุมชนและวิถีของชุมชน 3) การจัดการทำผ่านกิจกรรมและศาสตร์ที่เกี่ยวข้องของจิตศึกษา เพื่อช่วยให้บุคคลเกิดการพัฒนาในองค์รวมทั้งด้านสติปัญญา และคุณธรรม อันจะนำไปสู่ความเจริญก้าวหน้าและความมั่นคงสงบสุขในสังคม (วรินทร์ จินตวงศ์, 2566)

การบูรณาการการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขา เป็นการบูรณาการจัดกิจกรรมการเรียนรู้จิตศึกษาเพื่อพัฒนาปัญญาภายในเพื่อให้เห็นคุณค่า เห็นข้อบกพร่อง และออกแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเอง ตลอดจนเพื่อให้เห็นถึงความจริงแท้ เชื่อมโยงหลักสูตรด้านทุจริตด้วยหลักไตรสิกขา พัฒนาผู้เรียนสามารถวิเคราะห์แยกแยะระหว่างผลประโยชน์ส่วนตนและผลประโยชน์ส่วนรวมในชุมชน ความละเอียดและความไม่ทนต่อการทุจริตในชุมชนจิตพอเพียงต่อต้านทุจริต และพลเมืองกับความรับผิดชอบต่อสังคม บทความนี้จะนำเสนอ แนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา และการบูรณาการการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขา ดังความสังเขปต่อไปนี้

แนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้

การเรียนรู้ หมายถึง กระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากเดิมไปสู่พฤติกรรมใหม่ที่ค่อนข้างถาวร และพฤติกรรมใหม่นี้เป็นผลมาจากประสบการณ์หรือการฝึกฝน มิใช่เป็นผลจากการตอบสนองตามธรรมชาติหรือสัญชาตญาณ วุฒิภาวะ หรือความบังเอิญ พฤติกรรมที่เปลี่ยนไปจะต้องเปลี่ยนไปอย่างค่อนข้างถาวร จึงจะถือว่าเป็นการเรียนรู้ขึ้น หากเป็นการเปลี่ยนแปลงชั่วคราวก็ยังไม่ถือว่าเป็นการเรียนรู้หากบุคคลเกิดการเรียนรู้จะเกิดการเปลี่ยนแปลง (Bloom, 1956) การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ซึ่งเป็นผลมาจากประสบการณ์ที่คนเราเคยมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม หรือจากการฝึกหัด รวมทั้งปริมาณการเปลี่ยนความรู้ของผู้เรียน ดังนั้น งานสำคัญของครู คือ การช่วยนักเรียนแต่ละคนเกิดการเรียนรู้หรือมีความรู้และมีทักษะตามที่หลักสูตรวางไว้ ดังนั้น กระบวนการเรียนรู้จึง เป็นรากฐานของการสอนที่มีประสิทธิภาพ (สุรางค์ โค้วตระกูล, 2541) การเรียนรู้เป็นกระบวนการในการพัฒนาความสามารถ และศักยภาพของมนุษย์ในด้านต่าง ๆ อาทิ ด้านความรู้ด้านทักษะ ด้านเจตคติ เป็นต้น แนวคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้ของมนุษย์ได้รับความสนใจจากนักปรัชญาและนักจิตวิทยามาตั้งแต่ในอดีต นักคิดเหล่านั้นต่างก็มีแนวคิดมุมมองที่หลากหลาย และได้พัฒนาไปเป็นรากฐานในการจัดการศึกษาแบบต่าง ๆ ตามแนวความเชื่อเหล่านั้น กระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากเดิมไปสู่พฤติกรรมใหม่ที่ค่อนข้างถาวร และพฤติกรรมใหม่นี้เป็นผลมาจากประสบการณ์หรือการฝึกฝน มิใช่เป็นผลจากการตอบสนองตามธรรมชาติหรือสัญชาตญาณ วุฒิภาวะ หรือความบังเอิญ พฤติกรรมที่เปลี่ยนไปจะต้องเปลี่ยนไปอย่างค่อนข้างถาวร จึงจะถือว่าเป็นการเรียนรู้ขึ้น หากเป็นการเปลี่ยนแปลงชั่วคราวก็ยังไม่ถือว่าเป็นการเรียนรู้หากบุคคลเกิดการเรียนรู้จะเกิดการเปลี่ยนแปลง ดังนี้ 1. การเปลี่ยนแปลงทางด้านความรู้ ความเข้าใจ และความคิด (Cognitive Domain) หมายถึง การเรียนรู้เกี่ยวกับเนื้อหาสาระใหม่ ก็จะทำให้ผู้เรียนเกิดความรู้ความเข้าใจสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ได้มากขึ้น เป็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในสมอง 2. การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ความรู้สึก ทศนคติค่านิยม (Affective Domain) หมายถึง เมื่อบุคคลได้เรียนรู้สิ่งใหม่ ก็ทำให้ผู้เรียนเกิดความรู้สึกทางด้านจิตใจ ความเชื่อ ความสนใจ และ 3. ความเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย (Psychomotor Domain) หมายถึง การที่บุคคลได้เกิดการเรียนรู้ทั้งในด้านความคิด ความเข้าใจ และเกิดความรู้สึกนึกคิด ค่านิยม ความสนใจด้วยแล้ว ได้นำเอาสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปปฏิบัติจึงทำให้เกิดทักษะและความชำนาญมากขึ้น เช่น การใช้มือ การใช้ร่างกาย เป็นต้น (Bloom, 1956)

ในช่วงปี 1950-1959 Bloom แบ่งการเรียนรู้ของผู้เรียนออกเป็น 3 ด้านคือ 1. ด้านพุทธิพิสัย 2. ด้านจิตพิสัยและ 3. ด้านทักษะพิสัย และจำแนกเป็นจุดมุ่งหมายทางการศึกษาเรียกว่า Taxonomy of Educational objectives และช่วงปี 1990 มี

นักจิตวิทยากลุ่มใหม่ นำโดย Lorin Anderson ซึ่งเป็นศิษย์ของ Bloom ได้ปรับปรุง Bloom's Taxonomy เพื่อให้สอดคล้องกับการเรียนในศตวรรษที่ 21 โดยนำเสนอ Bloom's Revised Taxonomy in 2001 ดังนี้

1. ด้านพุทธิพิสัย (Cognitive Domain) พฤติกรรมด้านสมองเป็นพฤติกรรมเกี่ยวกับสติปัญญา ความรู้ ความคิด ความเฉลียวฉลาด ความสามารถในการคิดเรื่องราวต่าง ๆ อย่างมีประสิทธิภาพ

2. ด้านจิตพิสัย (Affective Domain) ค่านิยม ความรู้สึก ความซาบซึ้ง ทัศนคติ ความเชื่อ ความสนใจและคุณธรรม พฤติกรรมด้านนี้อาจไม่เกิดขึ้นทันที ดังนั้น การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนโดยจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม และสอดแทรกสิ่งที่ดึงดูดใจอยู่ตลอดเวลา จะทำให้พฤติกรรมของผู้เรียนเปลี่ยนไปในแนวทางที่พึงประสงค์ได้

3. ทักษะพิสัย (Psychomotor Domain) พฤติกรรมที่บ่งถึงความสามารถในการปฏิบัติงานได้อย่างคล่องแคล่วชำนาญ ซึ่งแสดงออกมาได้โดยตรงโดยมีเวลาและคุณภาพของงานเป็นตัวชี้ระดับของทักษะ พฤติกรรมด้านทักษะพิสัย (Anderson, L. W., & Krathwohl, D. R. (2001))

สรุปได้ว่า การเรียนรู้ หมายถึง กระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากเดิมไปสู่พฤติกรรมใหม่ที่ค่อนข้างถาวร และพฤติกรรมใหม่นี้เป็นผลมาจากประสบการณ์หรือการฝึกฝน โดยบูรณาการใช้ร่วมกันทั้งในด้านหลักสูตร ความสอดคล้องของความรู้ สามารถนำเอาความรู้มาใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพสามารถนำเอาความรู้เดิมมาจัดระบบความคิดเกิดเป็นองค์ความรู้ใหม่ ทั้งในด้านแบบแผนหรือโครงสร้างของชุดความรู้ซึ่งผลของขั้นการสร้างสรรค่าจะอยู่ทั้ง ในรูปของการได้มาซึ่งชุดความรู้ใหม่ รูปแบบการวางแผนที่แตกต่างกันจากเดิม หรืออาจเป็นผลผลิตใหม่ตามธรรมชาติหรือสัจยชาติญาณ หรือคุณลักษณะ หรือพิษยาต่าง ๆ หรืออุปนิสัย หรือความบังเอิญ ตลอดจนเพื่อให้เห็นถึงความจริงแท้ในชีวิต

แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา

แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Education) เริ่มต้นขึ้นที่สหรัฐอเมริกา ในปี ค.ศ. 1974 ที่มหาวิทยาลัยนาโรปะ มลรัฐโคโลราโด สหรัฐอเมริกา ซึ่งก่อตั้งขึ้นโดยเชอเกียมตรุงปะ เป็นมหาวิทยาลัยการปฏิบัติเชิงจิตตปัญญาในการศึกษา การเรียนรู้ความหมายของคำว่าจิตตปัญญาศึกษานั้น เบื้องต้นควรทำความเข้าใจความหมายของคำว่า “จิตตปัญญา” ก่อนเป็นอันดับแรก ซึ่งองค์กรแรกที่เริ่มใช้คำว่า “Contemplation” คือ The Center for Contemplative Mind in Society ในสหรัฐอเมริกาโดยเลือกใช้คำดังกล่าวแทนคำว่า “Meditation” เพื่อสะท้อนให้เห็นถึงกระบวนการปฏิบัติที่มากกว่าการนั่งสมาธิ และเลือกใช้คำว่า “Contemplative

Practice” เนื่องจากครอบคลุมทั้ง meditation และ contemplation (จิรัฐกาล พงศ์ภคเียร, 2553) การปฏิบัติจิตตปัญญา หรือ Contemplative practice ไม่สามารถที่จะอธิบายได้อย่างชัดเจนในทิศทางเดียว ทั้งนี้ ในภาษาละติน คำว่า “Contemplari” หมายถึง การสังเกต การพิจารณา การเพ่งมองอย่างตั้งใจ ซึ่งเมื่อพิจารณาจากความหมายแล้ว คำที่นำมาใช้ในการอธิบาย การปฏิบัติจิตตปัญญาได้อย่างชัดเจนที่สุด คือคำว่า Mindfulness ที่แปลว่า การตระหนักรู้ในปัจจุบันขณะ (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 การรู้จิตของตัวเองแล้วเกิดปัญญา ปัญญา หมายถึง การเข้าถึงความจริงสูงสุด หรือบางทีก็พูดว่าเข้าถึงความจริง ความดี ความงาม โดยอธิบายประกอบว่า ความจริง ความดี ความงามหมายถึง ความจริงที่มีความดี ความงาม ความดีที่มีความจริง ความงาม และความงามที่มีความดี ความจริงอย่างที่อยู่ร่วมกันและกัน เชื่อมโยงเป็นหนึ่งเดียวกัน เมื่อเข้าถึงสิ่งใดสิ่งหนึ่งก็ย่อมเข้าถึงสิ่งอื่นไปด้วยพร้อมกัน (ประเวศ วะสี, 2551) เป็นกระบวนการเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ เน้นการพัฒนาด้านในอย่างแท้จริง เพื่อให้เกิดการตระหนักรู้ถึงคุณค่าของสรรพสิ่งโดยปราศจากอคติ เกิดความรักความเมตตา อ่อนน้อมต่อธรรมชาติ มีจิตสำนึกต่อส่วนรวม และสามารถเชื่อมโยงศาสตร์ต่าง ๆ มาประยุกต์ใช้ในชีวิตได้อย่างสมดุล (สุมน 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 การเรียนรู้จิตศึกษา หมายถึง กระบวนการพัฒนาบุคคลให้เกิดการเรียนรู้ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และองกามด้านความฉลาดทางอารมณ์และความฉลาดด้านจิตวิญญาณ เป็นการบูรณาการจัดกิจกรรมการเรียนรู้จิตศึกษาเพื่อพัฒนาปัญญาภายในด้านการคิด ด้านความรู้สึก และด้านพฤติกรรม เพื่อให้เห็นคุณค่าสิ่งที่กำลังเรียนรู้ เห็นข้อบกพร่อง และออกแบบปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเอง เป็นปัจจัยสำคัญที่จะสะท้อนความยั่งยืน เป็นผู้หมั่นเรียนรู้ตลอดชีวิต เชื่อมโยงหลักสูตรด้านพุทธศึกษากับการเรียนรู้เพื่อให้เกิดจิตใจที่สงบและนำมาซึ่งการรับฟังได้อย่างลึกซึ้งเกิดการไคร่ครวญ สามารถรับรู้และเชื่อมโยงกับคนอื่นหรือสิ่งต่าง ๆ ผู้เรียนสามารถวิเคราะห์แยกแยะระหว่างผลประโยชน์ส่วนตนและผลประโยชน์ส่วนรวมในชุมชน ความละเอียดและความไม่ทนต่อการทุจริตในชุมชนจิตพอเพียงต่อต้านทุจริต และพลเมืองกับความรับผิดชอบต่อสังคม

การบูรณาการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขา

สิกขา แปลว่า การศึกษา, การเล่าเรียน ในที่นี้หมายถึงข้อที่จะต้องศึกษา, ข้อที่จะต้องปฏิบัติ มี 3 ประการ จึงเรียกว่า ไตรสิกขา เป็นข้อที่ท่านกำหนดไว้สำหรับศึกษาเรียนรู้สำหรับปฏิบัติ คล้ายเป็นหลักสูตรเพื่อเรียนรู้พระพุทธศาสนาสำหรับบรรพชิตคือภิกษุ สามเณร และพุทธสาวกทั้งหลายเมื่อเรียนรู้และปฏิบัติตามได้แล้วย่อมได้รับอานิสงส์ได้รับความเจริญก้าวหน้าไปตามลำดับ จนถึงสามารถบรรลุถึงมรรคผลนิพพานได้

สิกขา 3 ประการ อันเป็นระดับเบื้องต้นที่สามารถเรียนรู้และปฏิบัติตามได้ทั่วไป นั้น คือ

1. ศีล คือ ความสำรวมกายวาจาให้เรียบร้อย การรักษากายวาจาให้อยู่ในสภาพปกติธรรมดา ไม่ใช้กายวาจาไปทำชั่วพูดชั่วก่อความเดือดร้อนให้แก่ตนและคนอื่น การทำกิจทำหน้าที่ประจำวันอย่างปกติธรรมดาการดำรงอยู่ในกรอบของกฎหมายและระเบียบปฏิบัติในสังคมอย่างปกติโดยการรักษากาย และวาจามั่นคงอยู่ในสุจริตธรรม เช่น รักษา และปฏิบัติตามหลักศีล 5 เป็นต้น

2. สมาธิ คือ ความรักษาใจมั่น การรักษาใจให้สงบนิ่ง ไม่ให้ฟุ้งซ่านระงับใจได้ ควบคุมใจได้บรรเทาความเครียดได้

3. ปัญญา คือ ความรอบรู้ในกองสังขาร การเข้าใจสภาวะความเป็นจริงของร่างกายว่าตกอยู่ในสามัญลักษณ์คือเป็นไปเสมอเหมือนกันหมดเป็นไปตามกฎเกณฑ์ธรรมชาติ คือ

- อนิจจัง ไม่เที่ยง ไม่แน่นอน เปลี่ยนแปลงไปตลอดเวลา
- ทุกขัง ไม่ทนอยู่ในสภาพเดิม ไม่หยุดนิ่ง ไม่คงที่
- อนัตตา ไม่ใช่ตัวตน หาตัวตนที่แท้จริงไม่ได้ไม่อาจบังคับได้

ไตรสิกขาเช่นนี้เป็นไตรสิกขาระดับต้น ระดับฐานรากอันเป็นพื้นฐานสำหรับดำเนินชีวิตไปตามปกติธรรมดา เพื่อให้เกิดความสุข ความสงบเย็นไม่เบียดเบียนทำร้ายกัน และมีความรู้สึกที่ดีต่อผู้อื่น เมื่อสามารถปฏิบัติตามหลักไตรสิกขาเบื้องต้นอย่างนี้ได้ ก็จะสุขสงบไม่ก่อเวรภัย ดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างปลอดภัย จิตใจก็จะเข้มแข็ง มีวิสัยทัศน์ มองเห็นสภาพความเป็นจริงของชีวิตได้อย่างชัดเจน

หน้าที่และความสำคัญของไตรสิกขา ไตรสิกขานี้แต่ละอย่างต่างทำหน้าที่ต่างกัน แต่สอดคล้องกันโดยตลอด คือ ศีล มีหน้าที่กำจัดกิเลสอย่างหยาบ ที่เกิดขึ้นทางกายและทางวาจา และมีหน้าที่ในการป้องกันวิติกมโทษ คือโทษที่เกิดจากการล่วงละเมิด สมาธิ มีหน้าที่กำจัดกิเลสอย่างกลางอันทำให้เกิดความกลุ้มรุมใจ และมีหน้าที่ปราบปรามวิญญาณกิเลส คือความกลุ้มรุมใจ ปัญญา มีหน้าที่กำจัดกิเลสอย่างละเอียดที่นอนเนื่องอยู่ในสันดาน และมีหน้าที่ปราบอนุสัย คือกิเลสที่ฝังอยู่ในสันดาน

พระวินัยหรือศีลทุกประเภทจัดเป็นศีลสิกขาในระดับต้น ทั้งศีลของภิกษุ 227 สิกขาบท ศีลของภิกษุณี 311 สิกขาบท ศีลของสามเณร 10 สิกขาบท และศีล 5 ศีล 8 ของอุบาสกอุบาสิกา

ด้วยเหตุที่ไตรสิกขามีความสำคัญดังกล่าวมานี้จึงเป็นสิ่งที่จำเป็นที่ภิกษุสามเณรอุบาสกอุบาสิกา จะต้องศึกษาเล่าเรียน จะต้องสำเหนียกรู้และ เข้าใจอย่างถ่องแท้เพื่อรักษาตนให้บริสุทธิ์บริบูรณ์อยู่ในศีลสิกขาเป็นพื้นฐานเพื่อให้มีจิตใจมั่นคง ไม่หวั่นไหวง่าย เพื่อมีปัญหาเห็นจริงในไตรลักษณ์หรือสามัญลักษณ์ในตน และเพื่อประกาศเผยแผ่พระพุทธศาสนาได้อย่างถูกต้องอันเป็นเหตุให้พระพุทธศาสนาดำรงมั่นคงอยู่ต่อไปตลอดกาลนาน

ไตรสิกขา อีกระดับหนึ่งซึ่งเป็นระดับสูงนั้น เป็นระดับปฏิบัติของภิกษุผู้สละเครื่องอุปาทินธะสมบัติและความสุขในเพศกฤหัสถ์แล้วออกบวชเพื่อบรรลุถึงมรรคผลนิพพาน ไตรสิกขาระดับนี้มีชื่อเรียกโดยเฉพาะว่า 1. อธิศีลสิกขา 2. อธิจิตตสิกขา 3. อธิปัญญาสิกขา ในพระไตรปิฎก มีพระสูตรหลายพระสูตรเช่น สามัญญผลสูตรสุกสูตรได้อธิบายความเรื่องไตรสิกขาไว้อย่างละเอียด เข้าใจได้ง่าย เป็นไปตามลำดับกล่าว โดยสรุปได้ว่า

1. อธิศีลสิกขา คือการปฏิบัติมั่นอยู่ในศีลขันธ์ (จุฬศีล มัชฌิมศีล มหาศีล) เป็นผู้มียินทรีย์สังวร สำรวมอินทรีย์ (ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ) เป็นผู้ประกอบพร้อมด้วยสติสัมปชัญญะและเป็นผู้สำนึตโศกในปัจจัย 4 มีจิวร เป็นต้น อันเป็นอริยะ แล้วเสพเสนาสนะอันสงัดเช่น ป่า โคนไม้ภูเขาชอกเขา เป็นต้น บำเพ็ญเพียรทางจิตต่อไป

2. อธิจิตตสิกขา คือ การบำเพ็ญเพียรทำสมาธิเพื่อให้ใจหยุดนิ่ง หลังจากปฏิบัติมั่นอยู่ในอธิศีลสิกขาแล้ว โดยนั่งคู้บัลลังก์ตั้งกายตรง ดำรงสติเฉพาะหน้า นิ่งแน่วอยู่จนกระทั่งละนิวรณ์ 5 ได้คือ

- กามฉันทะ พอใจรักใคร่ในอารมณ์ที่ชอบใจมีรูปเป็นต้น
- พยาบาท ความปองร้ายผู้อื่น
- ถีนมิทธะ ความที่จิตหุดหู่และเคลิบเคลิ้ม
- อุทธัจจกุกกุกจะ ความฟุ้งซ่านและรำคาญ
- วิจิกิจฉา ความลังเลไม่ตกลงได้

เมื่อพิจารณาเห็นนิวรณ์ 5 ที่ละได้แล้วในตน ย่อมเกิดปราโมทย์เมื่อเกิดปราโมทย์แล้วย่อมเกิดปิติเมื่อมีปิติในใจ กายย่อมสงบ เมื่อกายสงบแล้วย่อมได้เสวยสุข จิตย่อมตั้งมั่นย่อมสงัดจากกาม สงัดจากอกุศลกรรม แล้วได้บรรลุฌานสูงขึ้นไปตามลำดับ จากปฐมฌานถึงจตุตถฌาน

3. อธิปัญญาสิกขา แปลว่า การศึกษาในอธิปัญญา คือการปฏิบัติเพื่อเจริญปัญญาให้สูงขึ้นจนตัดกิเลสได้เด็ดขาด เป็นข้อหนึ่งในไตรสิกขา คืออธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา อธิปัญญาสิกขา

อธิปัญญาสิกขา คือการที่ภิกษุได้บรรลุจตุตถฌานแล้วนั่งเข้าฌานด้วยจิตอันบริสุทธิ์ผ่องแผ้ว เธอมีจิตบริสุทธิ์ผ่องแผ้ว ควรแก่การงาน ตั้งมั่นไม่หวั่นไหวอย่างนี้แล้วก็โน้มน้อมจิตไปเพื่อญาณทัสสนะ จนได้บรรลุวิชชาหรือเห็นประจักษ์ซึ่งสามัญญผลที่สูงขึ้นตียิ่งขึ้นตามลำดับ คือ วิปัสสนาญาณ มโนมยทธิญาณ อิทธิวิธิญาณ ทิพโสตธาตุญาณ เจโตปริยญาณ ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ ทิพจักขุญาณ และอัสวักขยญาณ

รู้ชัดตามความเป็นจริงว่านี่คือทุกข์ นี่คือทุกข์สมุทัย นี่คือทุกข์นิโรธ นี่คือทุกข์นิรโรคามินีปฏิบัติ นี่คืออาสวะ นี่คือเหตุให้เกิดอาสวะ นี่คือความดับอาสวะ นี่คือข้อปฏิบัติให้ถึงความดับอาสวะ ปฏิบัติดังนี้แลที่เรียกว่า อธิปัญญาสิกขา

อธิ- อุปสรรค (สันสกฤต: अधि-) เป็นคำอุปสรรคมาจากภาษาบาลีและสันสกฤต แปลว่า ยิ่ง, ใหญ่, ทับ เช่น อธิปัญญา (บาลี: อธิปัญญา) แปลว่า ปัญญา ยิ่ง (พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) ป.ธ. 9, 2548)

ไตรสิกขา หรือ สิกขา 3 หมายถึง ข้อที่จะต้องศึกษา, ข้อปฏิบัติที่เป็นหลักสำหรับศึกษา คือฝึกหัดอบรม กาย วาจา จิตใจ และปัญญา ให้ยิ่งขึ้นไปจนบรรลุจุดหมายสูงสุดคือ

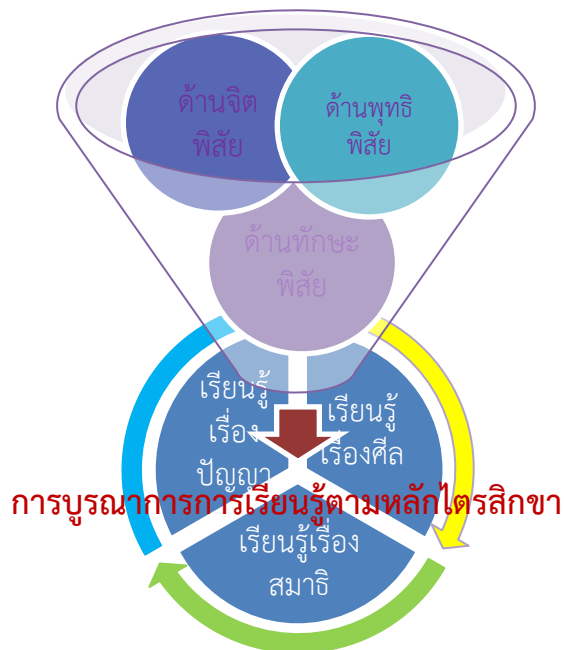
พระนิพนธ์ ประกอบด้วย 1. อธิสัสสิกขา สิกขาคือศีลอันยิ่ง หมายถึง ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมในทางความประพฤติอย่างสูง 2. อธิจิตตสิกขา สิกขาคือจิตอันยิ่ง หมายถึง ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมจิตเพื่อให้เกิดคุณธรรม เช่น สมาธิอย่างสูง และ 3. อธิปัญญาสิกขา สิกขาคือปัญญาอันยิ่ง หมายถึงข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมปัญญาเพื่อให้เกิดความรู้แจ้งอย่างสูง เรียกว่า ๓ ว่า ศีล สมาธิ ปัญญา (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), 2548)

หลักการพัฒนาศีวิตเพื่อให้ประสบความสำเร็จเป็นคนสมบูรณ์แบบตามแนวพุทธ ไตรสิกขา จึงจัดอยู่ใน มรรค (ธรรมที่ควรเจริญ) คือ ควรทำให้เกิดมีขึ้น เพื่อใช้เป็นเครื่องมือพัฒนาศีวิต ไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา เป็นกระบวนการปฏิบัติ หรือกระบวนการพัฒนา 3 ด้าน ประกอบด้วย 1. ด้านศีล เป็นหลักการพัฒนาระดับความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางสังคม 2. ด้านสมาธิ เป็นหลักการพัฒนาจิตใจให้มีสมรรถภาพและประสิทธิภาพในการคิดพิจารณาตัดสินใจกระทำหรือไม่กระทำการใด ๆ และ 3. ด้านปัญญา เป็นหลักการพัฒนาความรู้ความเข้าใจ รู้จักสิ่งทั้งหลายตามที่เป็น และสามารถแยกแยะวิเคราะห์สืบหาสาเหตุของสิ่งทั้งหลายได้ชัดเจน ไตรสิกขาจึงเป็นกระบวนการพัฒนาแบบบูรณาการเรียนรู้

สรุป

ทฤษฎีการเรียนรู้ (อังกฤษ: Learning Theory) การเรียนรู้คือกระบวนการที่ทำให้คนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ความคิด คนสามารถเรียนรู้ได้จากการได้ยินการสัมผัส การอ่าน การใช้เทคโนโลยี การเรียนรู้จะเกิดขึ้นจากประสบการณ์ที่ศึกษา ค้นคว้า แลกเปลี่ยนองค์ความรู้ โดยการปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้สอนและผู้เรียน ผู้สอนจะเป็นผู้ที่สร้างบรรยากาศทางจิตวิทยาที่เอื้ออำนวยต่อการเรียนรู้ ที่จะให้เกิดขึ้นเป็นรูปแบบใดก็ได้เช่น ความเป็นกันเอง ความเข้มงวดกวดขัน หรือความไม่มีระเบียบวินัย สิ่งเหล่านี้ผู้สอนจะเป็นผู้สร้างเงื่อนไขและสถานการณ์เรียนรู้ให้กับผู้เรียน ดังนั้น ผู้สอนจะต้องพิจารณาเลือกรูปแบบการสอนรวมทั้งการสร้างปฏิสัมพันธ์กับผู้เรียน ซึ่งการเรียนรู้ออกเป็นสามประเภท คือ ด้านพุทธิพิสัย ด้านทักษะพิสัย และด้านพิสัยรวมถึงการเรียนรู้ และการประยุกต์ใช้ความรู้ ทักษะพิสัยรวมถึงการพัฒนาเสริมทางกายและทักษะที่ต้องการใช้กล่อมเนื้อสัมพันธ์กับประสาทจิตพิสัย เกี่ยวข้องกับการได้มาซึ่งเจตคติ ความซาบซึ้งและค่านิยม การเรียนรู้ทั้ง สามประการนี้ควรได้รับการพิจารณาในการวางแผนผลที่ได้รับ จากการเรียนรู้ที่ได้จากการเรียนการสอน ใน การที่จะประสบผลสำเร็จตามจุดหมายของการศึกษา ขอบเขตการเรียนรู้ทั้งสามนี้ต้องได้รับการบูรณาการเข้าไว้ในทุกลักษณะของการเรียนการสอนและการพัฒนาหลักสูตรซึ่งจะทำให้ผู้เรียนกลายเป็นจุดโฟกัสของกระบวนการเรียนการสอนการเรียนรู้กระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากเดิมไปสู่พฤติกรรมใหม่ที่ค่อนข้างถาวร และพฤติกรรมใหม่นี้เป็น

ผลมาจากประสบการณ์หรือการฝึกฝนเพื่อยกระดับจิตวิญญาณผ่านกิจกรรมจิตศึกษาซึ่งเป็นกิจกรรมการเรียนรู้ ฝึกฝน บ่มเพาะปัญญาภายในของนักเรียนได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันตามหลักไตรสิกขา 3 ด้าน ประกอบด้วย 1) เรียนรู้เรื่องศีล 2) เรียนรู้เรื่องสมาธิ และ 3) เรียนรู้เรื่องปัญญา และศาสตร์ที่เกี่ยวข้องของจิตศึกษาสู่การประพฤติปฏิบัติตนในการเรียนรู้จำเป็นต้องอาศัยกระบวนการทางปัญญา (Cognitive Process) เข้ามามีอิทธิพลในการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพมนุษย์ให้เป็นมนุษย์ที่ดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยสุจริต มีศีลธรรมและความสุข และศาสตร์ที่เกี่ยวข้องของจิตศึกษาสู่การประพฤติปฏิบัติตนในการเรียนรู้ ทั้ง 3 ด้าน ประกอบด้วย 1) ด้านจิตพิสัย 2) ด้านพุทธิพิสัย และ 3) ด้านทักษะพิสัย ที่ส่งผลต่อการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพมนุษย์ให้เป็นมนุษย์ที่ดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยสุจริต เป็นคนดีและมีมีความสุข



เอกสารอ้างอิง

- จิรัฐกาล พงศ์ภาคเอียร. (2553). จิตตปัญญาศึกษา: การเรียนรู้สู่จิตสำนึกใหม่. กรุงเทพฯ: สอนเงินมีมา.
- ประเวศ วะสี. (2551). หนังสือรวบรวมบทความการประชุมวิชาการประจำปี 2551 เรื่อง จิตตปัญญาศึกษา การศึกษาเพื่อพัฒนาความเป็นมนุษย์. กรุงเทพฯ: โครงการศูนย์จิตตปัญญาศึกษามหาวิทยาลัยมหิดล.

- พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช). (2548). *ราชบัณฑิต พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด คำวัด*. กรุงเทพฯ: วัดราชโอรสาราม.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต). (2548). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม* (พิมพ์ครั้งที่ 14). กรุงเทพฯ : สำนักพัฒนานวัตกรรมการจัดการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- วรินทร์ จินดาวงศ์. การส่งเสริมความประพฤตินักเรียนและนักศึกษาตามแนวหลักศีล 5. *วารสารสหวิทยาการนวัตกรรมการบริหารศึ*, 6(5), 187 – 198.
- วิจักขณ์ พานิช. (2551). *เรียนรู้ด้วยใจอย่างไร้ครวญ: การศึกษาดังเส้นทางแสวงหาจิตวิญญาณ* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: สวนเงินมีมา.
- สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามการทุจริตแห่งชาติร่วมกับ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2561). *แผนการจัดการเรียนรู้ “รายวิชาเพิ่มเติม การป้องกันการทุจริต” ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4*. นนทบุรี: ชุมชมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด สาขา 4.
- สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ. (2566). *นโยบายและจุดเน้นของกระทรวงศึกษาธิการ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2567*. กรุงเทพฯ: สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์.
- สำนักงานเลขาธิการของคณะกรรมการยุทธศาสตร์ชาติ สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2561). *ยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี พ.ศ. 2561 – 2580*. กรุงเทพฯ: สำนักงานเลขาธิการของคณะกรรมการยุทธศาสตร์ชาติ.
- สำนักนายกรัฐมนตรี. (2565). *แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่สิบสาม พ.ศ. 2566 – 2570*. กรุงเทพฯ: สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.
- สุน อมรวิวัฒน์. (2551). *ชุดโครงการเพิ่มขีดความสามารถของคณะครุศาสตร์/ศึกษาศาสตร์สู่การเป็นสถาบันพัฒนาบุคลากรทางการศึกษาที่มีความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์*. สสส. (อัดสำเนา)
- สุรางค์ ไคว์ตระกูล. (2548). *จิตวิทยาการศึกษา*. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- Anderson, L. W., & Krathwohl, D. R. (2001). *A taxonomy for learning, teaching, and assessing: A revision of Bloom's taxonomy of educational objectives*. New York: Addison Wesley Longman.

- Bloom, B.S. (1956). *Taxonomy of Educational Objectives, Handbook I: The Cognitive Domain*. New York: Davic McKey Co Inc.
- Kabat, Z, J. (1994). *The catalyzing movement towards a more contemplative/sacredappreciating/non-dualistic society*. The meditative mind in the society meeting group.