

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัย เรื่องการพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรมคุณธรรมจริยธรรมด้านความเมตตา สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ผู้วิจัยได้ศึกษารวบรวมเอกสารและงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง เสนอตามลำดับต่อไปนี้

#### 1. การฝึกอบรม

- 1.1 ความหมายของการฝึกอบรม
- 1.2 ความสำคัญและความจำเป็นของการฝึกอบรม
- 1.3 จุดมุ่งหมายของการฝึกอบรม
- 1.4 ประเภทของการฝึกอบรม
- 1.5 กระบวนการฝึกอบรม
- 1.6 ข้อควรคำนึงการฝึกอบรม
- 1.7 การเลือกเทคนิคการฝึกอบรม
- 1.8 ประโยชน์ของการฝึกอบรม

#### 2. โปรแกรมฝึกอบรม

- 2.1 ความหมายของโปรแกรมฝึกอบรม
- 2.2 องค์ประกอบของโปรแกรมฝึกอบรม
- 2.3 การพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรม
- 2.4 ข้อเสนอแนะในการนำโปรแกรมฝึกอบรมไปใช้

#### 3. ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับคุณธรรมจริยธรรม

- 3.1 ความหมายของคุณธรรม
- 3.2 ความหมายของจริยธรรม
- 3.3 องค์ประกอบของคุณธรรมและจริยธรรม
- 3.4 คุณธรรมพื้นฐานที่จำเป็นสำหรับมนุษย์
- 3.5 การปลูกฝังคุณธรรมและการสร้างคุณธรรม
- 3.8 แนวทางการปลูกฝังคุณธรรมและจริยธรรม

#### 4. ความเมตตา

- 4.1 การเจริญเมตตาในชีวิตประจำวัน
  - 4.1.1 ความหมายของเมตตาและการเจริญเมตตา
  - 4.1.2 วิธีและขั้นตอนการเจริญเมตตา
  - 4.1.3 ประโยชน์ (อานิสงส์) ของการเจริญเมตตา

- 4.2 พรหมวิหาร 4
  - 4.2.1 ความหมายของพรหมวิหาร 4
  - 4.2.2 ประโยชน์ของการประพฤติตามหลักธรรมพรหมวิหาร 4
- 4.3 อารักขกัมมัฏฐาน 4
  - 4.3.1 ความหมายของอารักขกัมมัฏฐาน 4
  - 4.3.2 ประโยชน์ของการประพฤติตามหลักธรรมรักขกัมมัฏฐาน 4
- 4.4. คีล 5
  - 4.4.1 ความหมายของคีล
  - 4.4.2 ลักษณะของคีล 5
  - 4.4.3 องค์ประกอบของคีล 5
  - 4.4.4 ความสำคัญของคีล 5
- 4.5. สมณะและวิปัสสนากัมมัฏฐาน
  - 4.5.1 การทำสมาธิเบื้องต้น
  - 4.5.2 การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน
    - 4.5.2.1 ความหมายของวิปัสสนา
    - 4.5.2.2 ฐานสำหรับเจริญวิปัสสนา
    - 4.5.2.3 การเจริญวิปัสสนาในชีวิตประจำวัน
- 5. วิธีคิดแบบวิภัชชวาท
  - 5.1 ความหมายของวิภัชชวาท
  - 5.2 วิธีคิดแบบวิภัชชวาท
- 6. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
  - 6.1 ความหมายของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
  - 6.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
- 7. เจตคติ
  - 7.1 ความหมายของเจตคติ
  - 7.2 ลักษณะที่สำคัญของเจตคติ
  - 7.3 องค์ประกอบของเจตคติ
  - 7.4 การเปลี่ยนแปลงเจตคติ
  - 7.5 การวัดเจตคติ
- 8. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
  - 8.1 งานวิจัยในประเทศ
  - 8.2 งานวิจัยต่างประเทศ

## การฝึกอบรม

การฝึกอบรมที่จะพัฒนาทรัพยากรบุคคลให้มีประสิทธิภาพในการทำงาน ต้องอาศัยกระบวนการและเทคนิคต่างๆ เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีและมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น กับบุคคลนั้นโดยกระบวนการต่างๆ เช่น การฝึกอบรม การศึกษาต่อ การจัดปฐมนิเทศเป็นต้น ซึ่งกระบวนการเหล่านี้ จะก่อให้เกิดการพัฒนาคน พัฒนางาน กระบวนการที่ใช้ได้ผลและนิยมปฏิบัติกันคือ กระบวนการฝึกอบรม ซึ่งถือเป็นกระบวนการหนึ่ง ที่ก่อให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดต่อหน่วยงาน

### 1. ความหมายของการฝึกอบรม (Training)

การฝึกอบรม เป็นวิธีการ หรือกรรมวิธีอย่างหนึ่ง เพื่อปรับปรุงพัฒนาประสิทธิภาพในด้านต่างๆ ของบุคคล มีนักวิชาการทางการศึกษาหลายท่าน ได้ให้ความหมายของการฝึกอบรมไว้ ดังนี้

ณัฐพร เล็กเลิศศิริวงศ์ (2536, หน้า 12) ได้ข้อสรุปของ เบร็อง โกมุท ที่กล่าวถึงความหมายของการฝึกอบรมว่า คือ โปรแกรมการศึกษาที่ประกอบด้วยกิจกรรมการเรียนการสอนเพื่อช่วยให้ผู้เข้าฝึกอบรมได้มีประสบการณ์ทางการศึกษา เพื่อผู้ที่จะเข้าทำงานได้ปรับตัวกับงานใหม่ได้ส่วนผู้ที่ทำงานอยู่แล้ว การฝึกอบรมจะช่วยให้เกิดความรู้ มีทักษะ และเจตคติอันเป็นเป้าหมายของการอบรม ตลอดจนช่วยเพิ่มพูนความสามารถให้แก่บุคคลนั้นๆ ซึ่งการจัดฝึกอบรมนั้นได้จัดขึ้นภายในสภาวะความจำเป็นบางประการโดยจะมีรูปแบบต่างกัน และระยะเวลาในการอบรมก็จะต่างกันด้วย

กู๊ด (Good, 1973,p. 163) กล่าวว่า การฝึกอบรมคือกระบวนการที่ช่วยให้บุคคลอื่นมีทักษะความรู้ โดยจัดขึ้นภายใต้ภาวะเงื่อนไขบางประการ และไม่ถึงกับทำอะไรใหญ่โตแบบที่ผู้เรียนเรียนทักษะความรู้กันในสถาบันการศึกษาทั่วไป

บีช (Beach, 1980,p.3) ได้ให้ความหมายว่า การฝึกอบรม หมายถึง กระบวนการที่จัดให้บุคคลได้เรียนรู้และฝึกความชำนาญในด้านหนึ่งโดยเฉพาะ ตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้โดยมุ่งให้บุคคลได้เรียนรู้เรื่องใดเรื่องหนึ่ง โดยเฉพาะและเพื่อเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคลในทิศทางที่ต้องการ

จากความหมายที่กล่าวข้างต้น พอจะสรุปความหมายของการฝึกอบรมได้ว่า วิธีการหรือกระบวนการจัดกิจกรรมที่มีแบบแผนโดยมีจุดมุ่งหมายที่จะพัฒนาบุคคลให้มีความรู้ ทักษะและความชำนาญโดยเฉพาะเรื่องใดเรื่องหนึ่งตลอดจนมีเจตคติที่ดี ต่อหน่วยงาน

### 2. ความสำคัญและความจำเป็นของการฝึกอบรม

การบริหารงานในองค์การจะเจริญก้าวหน้า มีประสิทธิภาพ และบรรลุเป้าหมายได้นั้น ปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งก็คือคุณภาพของคนในองค์กร จึงเป็นสาเหตุหนึ่งของการที่จะหาแนวทางในการปรับปรุงพัฒนาบุคลากรให้มีความรู้ ความสามารถในการปฏิบัติงาน ซึ่งอาจจะ

โดยวิธีการส่งเสริมให้การศึกษาและฝึกอบรมระหว่างปฏิบัติงาน การจัดการฝึกอบรมจะเกิดการดำเนินการเมื่อมีความจำเป็นเกิดขึ้น ซึ่งหมายถึงภาวะไม่พึงปรารถนาที่มีอยู่ในหน่วยงาน อาจจะมีปัญหา มีจุดอ่อนหรือมีข้อบกพร่องเกิดขึ้นในหน่วยงาน หรือในการปฏิบัติงาน ซึ่งการแก้ไขวิธีหนึ่งคือการฝึกอบรมเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน ซึ่งการฝึกอบรม มีความสำคัญ และมีความจำเป็นดังนี้

1. เป็นกรรมวิธีที่ช่วยป้องกันปัญหาสำหรับผู้สำเร็จการศึกษาใหม่ๆ ซึ่งมีแต่ความรู้ทางด้านทฤษฎี แต่ยังไม่มีความสามารถ และทักษะในการทำงาน จึงจำเป็นต้องได้รับการปฐมนิเทศเพื่อให้การแนะนำและสามารถปรับคนให้เข้ากับบุคคลและสิ่งแวดล้อม ตลอดจนมีความเข้าใจในงานที่ตนได้รับ เพื่อความมั่นใจรวมทั้งเพื่อเพิ่มขวัญและกำลังใจ

2. เป็นกรรมวิธีช่วยแก้ไขปัญหา สำหรับบุคลากรในหน่วยงานที่ประสบกับสภาพปัญหา

3. เป็นการเสริมสร้างวิทยาการอันทันสมัยให้กับบุคลากร เนื่องจากความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาการ สารสนเทศใหม่ๆ

4. เป็นการประหยัดงบประมาณของหน่วยงาน เนื่องจากการจัดฝึกอบรมเป็นระยะเวลาสั้นๆ

5. บุคลากรในหน่วยงานได้รับความรู้ในเฉพาะเรื่องที่ต้องการ จึงเป็นการเสริมสร้างความรู้และทักษะในเรื่องนั้นๆ โดยเฉพาะ

6. เป็นการเพิ่มความสามัคคี ความปรองดองในระหว่างเพื่อนร่วมงานด้วยกัน

7. เป็นการพัฒนาความเชื่อมั่น บุคลิกภาพ ตลอดจนพัฒนาภาวะความเป็นผู้นำทำให้เกิดความพร้อมที่จะทำงาน มีความคิดสร้างสรรค์ และกล้าตัดสินใจ

8. เป็นกรรมวิธีที่เป็นการศึกษาตลอดชีพ

### 3. จุดมุ่งหมายของการฝึกอบรม

ความมุ่งหมายส่วนใหญ่ ของการฝึกอบรม ประหยัด จีรวรพงศ์ (2526, หน้า 13) ได้สรุปแนวคิดของ บิลลาห์ (Beulah) ที่สรุปไว้ดังนี้

1) เพื่อกระตุ้นให้ครูและ ผู้ที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาในระบบโรงเรียนได้มีโอกาสเสาะแสวงหาแนวทางใหม่ๆ ในด้านการศึกษา เพื่อนำมาปฏิบัติในการสอน

2) เพื่อสอนครูใหม่ให้มีความพร้อม ความคุ้นเคยกับสภาพแวดล้อมและระบบใหม่ที่จะต้องทำงานในหน้าที่ต่อไป

3) เพื่อป้องกันควบคุมปัญหาพื้นฐานในการทำงาน ที่อาจเกิดขึ้น ซึ่งเป็นการเพิ่มพูนความรู้ที่ต่อเนื่องหลังจากการศึกษาในสถาบันฝึกหัดครู

4) เพื่อให้ครูได้ตระหนักในความรับผิดชอบต่อวิชาชีพและมีทักษะในการแก้ปัญหาการเรียนการสอน

- 5) เพื่อให้ครูได้มีความรู้ความเข้าใจในความจำเป็นของการเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ ทางสังคมและวัฒนธรรมที่มีผลกระทบต่อการจัดการศึกษา
- 6) เพื่อให้ครูสามารถทำการวางแผน และปรับปรุงการเรียนการสอนได้อย่างมีประสิทธิภาพ
- 7) เพื่อให้สถาบันการผลิตครูได้ตระหนักในการวางแผนผลผลิตให้สอดคล้องกับความต้องการทั้งในด้านปริมาณ และคุณภาพ
- 8) เพื่อสนับสนุนสถาบันการฝึกหัดครูได้ปรับปรุงวิชาชีพครูให้เหมาะสมยิ่งขึ้น
- 9) เพื่อพัฒนาผู้นำสำหรับความเปลี่ยนแปลงที่ดีในโรงเรียน

#### 4. ประเภทของการฝึกอบรม

ได้มีผู้จำแนก ประเภทของการฝึกอบรม ไว้ในลักษณะที่แตกต่างกัน ดังเช่น ฌูรชพร เล็กเลิศศิริวงศ์ (2536, หน้า 13-14) ได้แบ่งประเภทการฝึกอบรมตามลักษณะของการให้การฝึกอบรมเป็น 2 ประเภทใหญ่ๆ ดังนี้

1. การฝึกอบรมก่อนปฏิบัติงาน (pre-service training) ได้แก่ การประชุมนิเทศ และการแนะนำงาน การประชุมนิเทศจัดเพื่อแนะนำเพื่อร่วมงานเพื่อให้ทราบวัตถุประสงค์ นโยบายของหน่วยงาน และเพื่อการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมในหน่วยงานนั้นๆ ส่วนใหญ่จะใช้เวลา 1-2 วัน ซึ่งแตกต่างจากการแนะนำงาน อันเป็นการฝึกกึ่งประชุมนิเทศและสอนวิธีการปฏิบัติงาน เพื่อสร้างเจตคติต่องานและต่อหน่วยงาน จะใช้ระยะเวลา 1-2 สัปดาห์

2. การฝึกอบรมระหว่างปฏิบัติงาน (in-service training) คือการฝึกอบรมบุคลากรประจำ เพราะมีความเชื่อว่าบุคลากรสามารถปรับปรุงการทำงานให้ดีขึ้น ได้มีการเปลี่ยนแปลงเทคนิค วิธีการทำงานใหม่ๆ เป็นการฝึกอบรมที่เน้นความสำคัญของการลงมือปฏิบัติงาน การฝึกอบรมในสถานการณ์ที่เป็นจริง โดยใช้ประสบการณ์มากกว่าการสอน

ส่วนข้อสรุปของ กอบกิจ ดัชนีเจริญรัตน์ (2536, หน้า 18) ได้นำเสนอแนวคิดของ โอดีออร์เน (Odine) ที่กล่าวถึงประเภทการฝึกอบรมตามความสำคัญของการฝึกอบรมดังนี้

- 1) การฝึกอบรมเบื้องต้น (regular training programme) เป็นการฝึกอบรมเพื่อสนองความต้องการเบื้องต้น เพื่อให้บุคคลมีความรู้ ความเข้าใจและสามารถปฏิบัติงานในหน้าที่ได้อย่างเหมาะสม การฝึกอบรมประเภทนี้ได้แก่ การประชุมนิเทศ การฝึกอบรมก่อนเลื่อนตำแหน่ง เป็นต้น

- 2) การฝึกอบรมเพื่อแก้ปัญหา (problem solving training programme) เป็นการฝึกอบรมเพื่อเพิ่มพูนประสิทธิภาพในการปฏิบัติงานให้สูงขึ้น การฝึกอบรมประเภทนี้ จะมุ่งเน้นการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นระหว่างการปฏิบัติงาน

- 3) การฝึกอบรมเพื่อพัฒนา (innovative training programme) เป็นการฝึกอบรมในขั้นสูง เน้นการมุ่งอนาคต เป็นการฝึกอบรมที่จะช่วยให้ผู้ปฏิบัติงานมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ สามารถพัฒนาให้ก้าวหน้าขึ้น

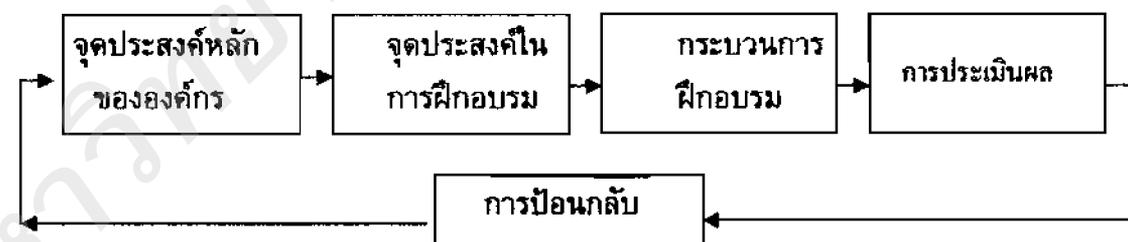
สรุป การฝึกอบรมนั้นเมื่ออยู่ด้วยกันหลายประเภท ในที่นี้จัดเป็นการฝึกอบรมเพื่อแก้ปัญหาด้านคุณธรรมจริยธรรมด้านความเมตตาให้กับนักเรียน และเพื่อเป็นการพัฒนาให้นักเรียนมีความคิดสร้างสรรค์ในด้านความเมตตาเพิ่มมากยิ่งขึ้น

### 5. กระบวนการฝึกอบรม

การฝึกอบรมเป็นกระบวนการหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับเรื่องต่างๆ คือ การเปลี่ยนแปลงความเข้าใจ และการปฏิบัติงาน ดังที่ (ธวัชชัย รัตติญญ, 2528, หน้า 30) ได้กล่าวไว้ว่า การจัดการฝึกอบรมก็เพื่อจะให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้เรียนรู้การฝึกอบรม เพื่อการปฏิบัติงานในหน้าที่ได้ผลดี ในการจัดการฝึกอบรมจะต้องมีระบบที่เหมาะสมหรือจะต้องประกอบด้วยองค์ประกอบที่สำคัญ 3 ประการคือ

- 1) ปัจจัยหรือตัวป้อน (input)
- 2) กระบวนการหรือตัวแปร (process) และ
- 3) ผลที่ได้รับหรือตัวเปลี่ยน (output)

ในการฝึกอบรมจะต้องตั้งจุดประสงค์ให้ชัดเจนเสียก่อนแล้วจึงดำเนินการด้วยระบบที่เหมาะสมและสอดคล้อง ต่อจากนั้นจึงประเมินผลการฝึกอบรมซึ่งแสดงแผนภูมิ ดังภาพ 2



ภาพ 2 กระบวนการฝึกอบรม

ที่มา : (ธวัชชัย รัตติญญ, 2528, หน้า 30)

### 6. ข้อควรคำนึงการฝึกอบรม

ในการฝึกอบรมให้ได้ผลสูงสุดตามวัตถุประสงค์นั้น ผู้จัดการฝึกอบรมจะต้องมีการเอาใจใส่ ปรับปรุงการฝึกอบรมอยู่เสมอ ซึ่งถือเป็นจุดสำคัญของการพัฒนาคุณภาพของทรัพยากรมนุษย์ของประเทศโดยรวม แต่ปัญหาที่เกิดขึ้นก็คือการจัดการฝึกอบรมโดยไม่มี การพัฒนา หรือไม่ได้รับการเอาใจใส่การปรับปรุงพัฒนาการ ฝึกอบรม ความสำเร็จ ในการฝึกอบรมนั้นควรคำนึงถึงสาระสำคัญต่างๆ ดังข้อสรุปของ ประอร สุนทรวิภาค (2526, หน้า 3) ที่กล่าวไว้ ดังนี้

1) ผู้ให้การฝึกอบรมต้องมีความรู้ในเรื่องที่จะอบรม ควรศึกษาภูมิหลังของผู้เข้ารับการอบรมเพื่อเตรียมการอย่างเหมาะสม และจัดทำประเมินผลการฝึกอบรมของตนเอง

2) สื่อที่ใช้ในการฝึกอบรม ควรมีความพร้อมและทันสมัย ซึ่งจะทำให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมไม่เบื่อหน่าย ระยะเวลา และสถานที่ควรมีความเหมาะสมกับจำนวนผู้ที่เข้ารับการฝึกอบรมให้ความสนใจ และความตั้งใจของผู้เข้ารับการอบรม งบประมาณที่ใช้ควรให้ได้สัดส่วนที่พอเหมาะมีการติดตามช่วยเหลือ ภายหลังการฝึกอบรม

### 7. การเลือกเทคนิคการฝึกอบรม

การที่จะพิจารณาเลือกเทคนิคเพื่อใช้ในการฝึกอบรม จูรี ประมวลพฤษ (2538, หน้า 148-149) ได้สรุปไว้ในสิ่งต่อไปนี้

1) วัตถุประสงค์ของการฝึกอบรมพิจารณาว่า ต้องการให้ผู้เข้าอบรมพิจารณาและเปลี่ยนแปลงในเรื่องใด เช่น ให้ปฏิบัติงานได้หลังฝึกอบรมก็ใช้เทคนิคการสาธิตหรือการปฏิบัติในงาน

2) ประเภทของการฝึกอบรม ถ้าเป็นการฝึกอบรมเพื่อเข้าสู่ตำแหน่ง เทคนิควิธีที่จะทำให้การฝึกอบรมตอบสนองได้ดี ได้แก่ การศึกษาจากพฤติกรรมที่เป็นจริง ใช้ในกรณีศึกษา และสถานการณ์จำลอง เป็นต้น

3) เนื้อหาวิชา มีความยากง่าย มากน้อยเพียงใด เช่น ถ้าจะให้ผู้เข้าฝึกอบรมเรียนรู้สิ่งที่ต้องใช้ความละเอียด รอบคอบจะบรรยายอย่างเดียวไม่ได้ ต้องใช้วิธีการสาธิตประกอบการบรรยาย

4) ผู้เข้ารับการฝึกอบรม พิจารณาอายุ เพศ ระดับความรู้ จำนวนคน ตัวอย่างในเรื่องจำนวน ถ้าเรื่องที่ต้องการใช้การปฏิบัติจริง (on the job) แต่จำนวนผู้เข้ารับการฝึกอบรมมาก ควรเปลี่ยนไปใช้การฝึกปฏิบัติจากนอกงาน (off the job)

5) ความรู้ความสามารถของวิทยากร ไม่ถนัดเขียนโปรแกรมสำเร็จรูป ก็อาจเลือกใช้เทคนิควิธีให้ศึกษาจากเอกสาร ตามแนวทางในการศึกษาที่วิทยากรเตรียมไว้ แล้วเสนอผลการศึกษา วิทยากรบางคนถนัด และมีความสามารถในการใช้เทคนิคบรรยาย แต่ไม่ถนัดบรรยายประกอบแผ่นใส หรือการใช้สไลด์ทัศนูปกรณ์ประกอบการบรรยาย จึงต้องพิจารณาเลือกเทคนิคให้เหมาะสมโดยคำนึงถึงการบรรลุวัตถุประสงค์ของการฝึกอบรม

6) สถานที่ สิ่งอำนวยความสะดวก เครื่องมือ และวัสดุอุปกรณ์ กล่าวคือ การฝึกอบรมบางครั้งวิทยากรเตรียมการบรรยายประกอบแผ่นใส ถ้าต้องการบรรยายในที่ที่ไม่มีเครื่องฉายหรืออุปกรณ์ประกอบก็ต้องเปลี่ยนไปใช้เทคนิคการแบ่งกลุ่มศึกษาเอกสาร

7) ระยะเวลาที่กำหนด ถ้ามีเวลา 3 ชั่วโมง สามารถใช้เทคนิคกระบวนการกลุ่ม ถ้ามีเวลาเพียง 1 ชั่วโมง ก็ต้องเลือกใช้เทคนิคการแบ่งกลุ่มอภิปราย

8) ค่าใช้จ่ายในการใช้เทคนิคนั้นๆ เพราะการฝึกอบรมต้องพิจารณาเรื่องการลงทุน ด้ยการฝึกอบรมบางอย่างลงทุนสูง เช่น การฝึกนักบิน ถ้าเริ่มต้นให้ฝึกจริงเลย จะเป็นการเสี่ยง ภัยและค่าใช้จ่ายสูง ก็จะเลือกใช้เทคนิคสถานการณ์จำลอง (simulation) แทน

### 8. ประโยชน์ของการฝึกอบรม

ประโยชน์ของการฝึกอบรมมีเนกประการ ดังข้อสรุปของ สมพงษ์ เกษมสิน (2521, หน้า 200) ได้กล่าวถึงประโยชน์ที่ได้รับจากการฝึกอบรมไว้หลายประการ ดังนี้

1. การฝึกอบรมช่วยทำให้ระบบวิธีการปฏิบัติงานมีสรรพภาพสูงขึ้นมีการติดต่อ ประสานดีขึ้น
2. การฝึกอบรมเป็นวิธีการหนึ่งที่ทำให้เกิดการประหยัด ลดความสิ้นเปลืองของวัตถุ ที่ใช้ในการปฏิบัติงาน
3. การฝึกอบรมช่วยลดเวลาในการเรียนงานน้อยลง
4. การฝึกอบรมเป็นการแบ่งเบาภาระ หน้าที่การงานของผู้บังคับบัญชามาทำ ได้มากขึ้น
5. กระตุ้นเตือนผู้ปฏิบัติงาน ให้ปฏิบัติเพื่อความก้าวหน้าในการทำงานของคน ส่วน ใหญ่ ญา สาร (2517, หน้า 443) ได้กล่าวถึงไว้เช่นกันว่า การฝึกอบรมเป็นกิจกรรมที่สำคัญและ จำเป็นที่สุดสำหรับองค์กรหรือหน่วยงานทุกชนิดรวมทั้งหน่วยงานต่างๆ ในวงการศึกษานี้ เพราะประโยชน์ของการฝึกอบรมที่เห็นได้ชัดเจนที่สุด มีดังนี้
  - 5.1 ประหยัดเวลาในการศึกษาเล่าเรียนได้มาก
  - 5.2 ช่วยให้ทำงานในปัจจุบันดีขึ้น
  - 5.3 เป็นการสร้างทัศนคติในการทำงาน
  - 5.4 ช่วยแก้ปัญหาการบริหารงานบุคคลในระหว่างปฏิบัติการได้มาก
  - 5.5 ช่วยแก้ปัญหาของคนทำงานได้ ให้ประโยชน์แก่บุคลากร

### โปรแกรมฝึกอบรม

#### 1. ความหมายโปรแกรมฝึกอบรม

โปรแกรมฝึกอบรม หมายถึง รายละเอียดของแนวทางการจัดประสบการณ์ ฝึกอบรม เพื่อมุ่งเน้นพัฒนาผู้เรียนโดยทั่วไปหรือผู้เรียนที่มีคุณลักษณะพิเศษ เช่น เด็กที่มีความสามารถพิเศษ เด็กพิการ เด็กที่มีผลการเรียนต่ำ ให้ผู้เรียนนั้นได้รับการพัฒนาไปตาม จุดมุ่งหมาย หรือลักษณะของโปรแกรมที่วางไว้ เช่น การพัฒนาโปรแกรมการศึกษา โปรแกรมการศึกษาสำหรับเด็กพิเศษ โปรแกรมการพัฒนาและส่งเสริมผู้มีความสามารถพิเศษ ทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ( พสวท. ) โปรแกรมการศึกษาทางอาชีพ โปรแกรมการเตรียม ความพร้อมทางอาชีพ โปรแกรมการสอนตามแนวคิดของราชส์ ฮาร์มิน และไซมอน ที่มีต่อ

ชั้นการให้เหตุผลเชิงจริยธรรม เป็นต้น ซึ่งส่วนใหญ่รายละเอียดของโปรแกรมจะประกอบไปด้วยจุดมุ่งหมาย ( เป้าหมาย ) ลักษณะของโปรแกรม การคัดเลือกนักเรียนเข้าร่วมโปรแกรม วิธีการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนและการประเมินผลโปรแกรม

## 2. องค์ประกอบของโปรแกรมฝึกอบรม

อรวรรณ ดวงสีใส (2546, หน้า 65) ได้สรุปแนวคิดของ คูเปอร์ และ วอร์ดเน (Cooper, & Worden, 1983) ได้กล่าวถึงโปรแกรมฝึกอบรมว่ามีองค์ประกอบของโปรแกรม ดังนี้

- 1) จุดประสงค์
- 2) ความต้องการของผู้เรียน ลักษณะผู้เรียน ความสามารถของนักเรียนที่สอน
- 3) กระบวนการเรียนการสอน
- 4) สื่อ วัสดุอุปกรณ์ หนังสือ เกม และสิ่งอื่นที่ต้องการใช้

## 3. การพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรม

ประภาศรี รอดสมจิตร (2542, หน้า 18 - 37) ได้สรุปแนวคิดของ แมคลาชลิน และ อีเวส (McLaughlin, & Eaves, 1976) เกี่ยวกับลำดับขั้นตอนกระบวนการพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรม ประกอบด้วย 5 ขั้นตอน ดังนี้

- 1.1 การประเมินผู้เรียน (assessment)
- 1.2 การตั้งเป้าหมายและจุดประสงค์การสอน (setting goals and instructional objectives)
- 1.3 การวิเคราะห์ผลงาน (task analysis)
- 1.4 การเลือกและใช้กลยุทธ์ในการสอน รวมทั้งวัสดุอุปกรณ์ (selection and use of instructional strategies including materials)
- 1.5 การประเมินผลโปรแกรม (program evaluation)

### กรอบแนวคิดในการพัฒนาโปรแกรม

- 1) กำหนดเป้าหมายของโปรแกรม
- 2) กำหนดลักษณะของโปรแกรม
- 3) กำหนดเกณฑ์ในการคัดเลือกนักเรียนเข้าร่วมโปรแกรม
- 4) การจัดการเรียนการสอน
- 5) การประเมินผลโปรแกรม

### ส่วนประกอบของโปรแกรม

- 1) ชื่อโปรแกรม
- 2) หลักการและเหตุผล
- 3) เป้าหมายของโปรแกรม

- 4) จุดประสงค์เชิงพฤติกรรม
- 5) เนื้อหา
- 6) วิธีสอน
- 7) สื่อการเรียนการสอน
- 8) การประเมินผลการเรียนการสอน
- 9) การประเมินผลโปรแกรม

สรุปได้ว่า โปรแกรมการฝึกอบรม หมายถึง รายละเอียดของแนวทางการจัด ประสพการณ์การฝึกอบรมที่มีการวางแผนอย่างเป็นระบบ เพื่อมุ่งเน้นพัฒนาผู้เรียน ประกอบ ไปด้วย จุดมุ่งหมายของโปรแกรม ลักษณะของโปรแกรม การคัดเลือกนักเรียนเข้าร่วม โปรแกรม วิธีการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน และการประเมินผลโปรแกรม

#### 4. ข้อเสนอแนะในการนำโปรแกรมไปใช้

จากโปรแกรมฝึกอบรมคุณธรรมจริยธรรมด้านความเมตตาตั้งกล่าว ครูสามารถนำ โปรแกรมไปใช้ในการจัดการเรียนการสอน หรือกิจกรรมการฝึกปฏิบัติ ดังนี้

- 1) ศึกษาองค์ประกอบของโปรแกรมเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจในลำดับขั้นตอน กิจกรรมและการปฏิบัติ
- 2) ศึกษาลักษณะการสอดแทรก คำถาม / กิจกรรมที่ส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรม ด้านความเมตตา
- 3) ศึกษาลักษณะการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนจากตัวอย่างโปรแกรมฝึกอบรม คุณธรรมจริยธรรมด้านความเมตตา
- 4) ฝึกวิเคราะห์กิจกรรมในแผนการเรียนรู้ เพื่อสอดแทรกกิจกรรมที่ส่งเสริม คุณธรรมจริยธรรมด้านความเมตตา
- 5) ศึกษาชีวิตและประเมินผลกิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมด้านความเมตตา ยุทธวิธีการนำโปรแกรมฝึกอบรมคุณธรรมจริยธรรมด้านความเมตตาไปใช้ มี รายละเอียดดังนี้
  - 1) ควรเตรียมพร้อมที่ครูจะนำมาใช้ได้ทันที
  - 2) ครูทั่วไปสามารถนำไปใช้ได้ ไม่เพียงพอแต่ครูผู้รับผิดชอบเท่านั้น
  - 3) การฝึกจะต้องกระทำอย่างจริงจัง ตั้งใจ และมีการถ่ายทอดตามลำดับไม่ว่าจะ เป็นผู้ฝึกไปยังครู และจากครูไปสู่นักเรียน
  - 4) ควรจะมีสิ่งเปรียบเทียบที่มีลักษณะคล้ายคลึงกัน
  - 5) ควรจะเป็นประโยชน์ทั้งต่อครูและนักเรียน
  - 6) สื่อการสอนที่ใช้ควรจะต้องดึงดูดและกระตุ้นความสนใจของนักเรียน
  - 7) ควรกำหนดวัตถุประสงค์ให้เฉพาะเจาะจงในแต่ละทักษะเกี่ยวกับคุณธรรม จริยธรรมและดำเนินไปเพื่อบรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ได้กำหนดไว้

8) ควรจะสอนทักษะเกี่ยวกับคุณธรรมจริยธรรมที่ช่วยให้ผู้เรียนนำไปใช้ใน ชีวิตประจำวันได้

9) ควรจะปรับปรุงแก้ไขทักษะทางสติปัญญาขั้นสูง ความเข้าใจในคุณธรรม จริยธรรมของผู้เรียนให้สูงขึ้น

10) ควรมีตัวอย่างของวิธีการและเทคนิคอย่างเหมาะสมที่ผู้เรียนสามารถนำไปใช้ ประโยชน์ได้อย่างแท้จริง

### ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับคุณธรรมจริยธรรม

#### 1. ความหมายของคุณธรรม มีนักการศึกษาหลายท่านได้ให้ความหมายไว้ดังนี้

สงวน สุทธิเลิศอรุณ (2525, หน้า 9) ได้ให้ความหมายไว้ว่า คุณงามความดีของ บุคคลที่กระทำไปด้วยความสำนึกในจิตใจ โดยมีเป้าหมายว่า เป็นการกระทำความดีหรือเป็น พฤติกรรมที่ดีซึ่งเป็นที่ยอมรับของสังคม เช่นความเสียสละ ความมีน้ำใจงาม ความเกรงใจ ความยุติธรรม ความรักเด็กและเพื่อนมนุษย์ และความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

พนัส หันนาคินทร์ (2526, หน้า 9) ได้ให้ความหมายไว้ว่า ความดีงามซึ่งเป็นผลมา จากการประพฤติปฏิบัติตามจริยธรรมหรือค่านิยมเพราะจริยธรรมเป็นแขนงหนึ่งของค่านิยม

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2538, หน้า 448) ได้ให้ความหมายไว้ว่า สิ่ง ที่สังคมยึดถือเป็นข้ออ้างอิง

คาร์เตอร์ วี กูด (Carter V. Good, 1967, p.411) ได้ให้ความหมายของคุณธรรมไว้ 2 ลักษณะคือ 1) คุณธรรม คือ ความดีงามของลักษณะนิสัย หรือพฤติกรรมที่ได้กระทำจนเคยชิน 2) คุณธรรมคือ คุณภาพที่บุคคลได้กระทำความดีมาครฐานของสังคม ซึ่งเกี่ยวกับ ความประพฤติและศีลธรรม

จากที่กล่าวมาผู้วิจัยสรุปได้ว่า คุณธรรมหมายถึง ข้อประพฤติปฏิบัติอันเป็น ประโยชน์และมีความถูกต้องดีงาม เช่นความซื่อสัตย์ ความอดทน ความขยันหมั่นเพียร ฯลฯ

#### 2. ความหมายของจริยธรรม มีนักการศึกษาหลายท่านได้ให้ความหมายไว้ดังนี้

พระราชวรมนี (2518, หน้า 10) กล่าวถึงจริยธรรมในความหมายทางพุทธศาสนา คือ มรรค เป็นวิถีทางจริยธรรมเป็นหลัก หรือกฎเกณฑ์ของการประพฤติปฏิบัติเพื่อเข้าถึงจุดหมาย นั้นคือทำให้หมดปัญหาเนื่องจากเราต้องอยู่ร่วมกันในสังคม จึงจำเป็นต้องมีหลักในการปฏิบัติ

ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2520, หน้า 2) ได้ให้ความหมายไว้ว่า ลักษณะทางสังคม หลายลักษณะของมนุษย์ และมีขอบเขตรวมถึงพฤติกรรมทางสังคมประเภทต่าง ๆ ด้วยลักษณะ และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับจริยธรรมจะมีคุณธรรมจะมีคุณสมบัติประเภทหนึ่งใน 2 ประการคือ 1) เป็นลักษณะที่สังคมต้องการให้อยู่ในสมาชิกของสังคมนั้น 2) เป็นพฤติกรรมที่สังคมนิยม ชมชอบ ให้การสนับสนุนและผู้กระทำส่วนมากเกิดความพอใจว่า การกระทำนั้นเป็นสิ่งที่ถูกต้อง

เหมาะสมส่วนอีกประการหนึ่งคือ ลักษณะที่สังคมไม่ต้องการให้มีอยู่ในสมาชิกของสังคมเป็นการกระทำที่สังคมลงโทษหรือพยายามกำจัด และผู้กระทำพฤติกรรมประเภทแรกมากและประเภทหลังน้อย

ศีกฤทธิ์ ปราโมช (2521, หน้า 3) กล่าวว่า "จริยธรรมเป็นเรื่องเกี่ยวกับสิ่งที่ควรประพฤติ ในการปลูกฝังจริยธรรมควรจะคำนึงว่า สิ่งที่ดีควรประพฤติในกรณีใดในสถานการณ์ใด ในโอกาสหรือเวลาใด เพื่อให้หลักจริยธรรมที่จะปลูกฝังนั้นสอดคล้องกับการพัฒนาประเทศ ส่งเสริมให้บุคคลเป็นสมาชิกของสังคมที่กำลังพัฒนา ไม่ขัดต่อการพัฒนา และส่งเสริมให้การพัฒนานั้นเป็นไปด้วยดียิ่งขึ้น"

สุลักษณ์ ศิวรักษ์ (2522, หน้า 68-69) กล่าวว่า จริยธรรมคือ หลักแห่งการดำรงชีวิตอันประเสริฐหรือหลักแห่งการประพฤติตนตามความนิยมของสังคม

กรมวิชาการ (2523, หน้า 8) กล่าวว่า จริยธรรม คือการกระทำทางกาย วาจาและใจที่พึงงามเป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่นและสังคม

สาโรช บัวศรี (2526, หน้า 18-120) ได้อธิบายความหมายของคำว่า "จริยธรรม" ไว้เป็นสองลักษณะเช่นกัน คือ ในความหมายแคบ และความหมายกว้าง ดังนี้ จริยธรรมในความหมายกว้างหมายถึง คุณธรรมและศีลธรรมและรวมเอาค่านิยมที่จำเป็นอื่นๆ เข้าไว้ด้วยซึ่งอาจจะอยู่ในระดับที่ลดหลั่นลงไปจากระดับศีลธรรม และคุณธรรม ค่านิยมที่จำเป็นดังกล่าวนี้อาจจะได้แก่ ขนบธรรมเนียมประเพณี กฎหมาย อุดมการณ์ วินัย และ มารยาท เป็นต้น ถ้ากล่าวสั้นๆ จริยธรรมก็คือ ค่านิยมในระดับต่าง ๆ ซึ่งสังคมและบุคคลจำเป็นต้องยึดมั่นและจริยธรรมนี้ย่อมจะนำสันติสุขมาให้แก่บุคคลและสังคมได้ตามควรแก่กรณี

ธีระพร อุวรรณโณ (2530, หน้า 40-43) ได้วิเคราะห์ว่ามีผู้เสนอนิยามจริยธรรมไว้มากมาย แต่สามารถจัดเป็นกลุ่มใหญ่ๆ ได้ 3 กลุ่ม คือ

- 1) จริยธรรมเป็นเรื่องของหลักการ กฎเกณฑ์ มาตรฐานและแนวทางในการประพฤติปฏิบัติต่อเพื่อนมนุษย์และสิ่งแวดล้อม
- 2) จริยธรรมเป็นเรื่องของการประพฤติการปฏิบัติและการกระทำต่อเพื่อนมนุษย์และสิ่งแวดล้อม
- 3) จริยธรรมเป็นทั้งเรื่องของหลักการ กฎเกณฑ์ มาตรฐาน แนวทางและเรื่องของการประพฤติการปฏิบัติและการกระทำต่อเพื่อนมนุษย์และสิ่งแวดล้อม

เรวัตี ชารีรัตน์ (2532, หน้า 1) กล่าวว่า จริยธรรมคือ กฎเกณฑ์ของความประพฤติที่มนุษย์ควรประพฤติให้สมกับได้ชื่อว่าเป็นมนุษย์ ธรรมชาติของมนุษย์ซึ่งเป็นสัตว์ประเสริฐหมายถึง ความเป็นผู้มีปัญญามีเหตุผล ปัญญาและเหตุผลเป็นสิ่งที่ทำให้มนุษย์เรารู้ว่าสิ่งใดควรทำและสิ่งใดไม่ควรทำ

โกศล มีคุณ (2533, หน้า 3) กล่าวว่า จริยธรรมหมายถึง ลักษณะทางสังคมหลายๆ ลักษณะของมนุษย์ และขอบเขตรวมถึงพฤติกรรมทางสังคมประเภทต่างๆ ด้วย

บราวน์ (Brown, 1965, p.411) ได้ให้ความหมายของจริยธรรมไว้ว่า จริยธรรมคือระบบของกฎเกณฑ์สำหรับแยกแยะการกระทำที่ถูกออกจากการกระทำที่ผิด คล้ายกับไวยากรณ์เป็นระบบของกฎเกณฑ์สำหรับแยกแยะประโยคที่ดีกับไม่ดีที่สร้างขึ้น

โคลเบอร์ก (Kolhberg, 1976, p.4) กล่าวในทำนองเดียวกันว่า จริยธรรมเป็นลักษณะของความรู้สึกผิดชอบชั่วดี เป็นกฎเกณฑ์และมาตรฐานของการประพฤติปฏิบัติกรรม อันเป็นเครื่องตัดสินว่า การกระทำนั้นผิดหรือถูกโดยสังคมเป็นตัวตัดสิน

เรสท์ (Rest, 1975, p.73) กล่าวว่า จริยธรรมเป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกับความยุติธรรมในสังคม จะเกิดขึ้นในขณะที่บุคคลในสังคมมีปฏิสัมพันธ์กัน แต่ไม่เกี่ยวข้องกับคุณค่าส่วนตัวของบุคคลแต่ละคน ซึ่งส่งผลไปกระทำต่อผู้อื่น

จากความหมายของจริยธรรมที่กล่าวมาทั้งหมดนี้พอจะสรุปได้ว่า จริยธรรมหมายถึงการประพฤติชอบทั้งต่อตนเองต่อผู้อื่น และต่อสังคมอันก่อให้เกิดการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขแท้จริง

### 3. องค์ประกอบของคุณธรรมและจริยธรรม

องค์ประกอบของคุณธรรมตามแนวคิดของกรมวิชาการ ให้ความหมายองค์ประกอบของคุณธรรมตามหลักจิตวิทยา ไว้ว่า

1) ความรู้เชิงจริยธรรม หมายถึง การมีความรู้เกี่ยวกับกฎเกณฑ์ทางสังคม หลักธรรมคำสอนของศาสนา และค่านิยมเพื่อที่จะยึดถือว่า การกระทำชนิดใดควรกระทำและการกระทำชนิดใดควรงดเว้น ความรู้เชิงจริยธรรมนี้ จะขึ้นอยู่กับอายุ ระดับการศึกษา และพัฒนาการทางสติปัญญาของคนด้วย

2) ทักษะเชิงจริยธรรม ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อเหตุการณ์ สถานการณ์ต่างๆ

3) เหตุผลเชิงคุณธรรม และจริยธรรม หมายถึง ความคิดเบื้องหลังในการตัดสินใจกระทำ หรือไม่กระทำอย่างใดอย่างหนึ่ง ในสถานการณ์ที่ประสบอยู่ซึ่งการที่บุคคลตัดสินใจกระทำอย่างเดียวกัน อาจมีเหตุผลในระดับที่แตกต่างกันได้

4) พฤติกรรมเชิง จริยธรรม การแสดงออกของบุคคลในสถานการณ์ต่างๆ ซึ่งจะบอกได้ชัดได้ว่าพฤติกรรมนั้นถูกต้องเหมาะสมหรือฝ่าฝืนกฎเกณฑ์ทางศีลธรรมของสังคมหรือไม่

องค์ประกอบของจริยธรรม ในการศึกษาจริยธรรมของบุคคลและสังคม กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ ได้จัดแบ่งจริยธรรม ว่าประกอบด้วยสิ่งสำคัญ 3 ประการ คือ

1) ส่วนประกอบทางด้านความรู้ (moral reasoning) คือความเข้าใจในเหตุผลของความถูกต้องซึ่งเราสามารถตัดสินแยกความถูกต้องออกจากความไม่ถูกต้องได้ด้วยความคิด

2) ส่วนประกอบทางด้านความรู้สึก (moral attitude and belief) คือ ความพึงพอใจศรัทธา เลื่อมใส เกิดความนิยมยินดีที่จะรับนำจริยธรรมมาเป็นแนวประพฤติปฏิบัติ

3) ส่วนประกอบทางด้านพฤติกรรมกรรมการแสดงออก (moral conduct) คือพฤติกรรม การกระทำที่บุคคลตัดสินใจจะกระทำถูกหรือผิด ในสถานการณ์แวดล้อมต่างๆ (กรมวิชาการ , 2523, หน้า 3)

จากลักษณะดังกล่าวข้างต้นจะเห็นได้ว่า ได้มีการจำแนกองค์ประกอบของ จริยธรรมออกมาในลักษณะที่คล้ายคลึงกัน กล่าวคือ สามารถสรุปได้ว่าจริยธรรมนั้นจำแนก ออกเป็น 3 องค์ประกอบใหญ่ๆ คือ

1) องค์ประกอบทางปัญญา (cognition) หมายถึง ส่วนที่เป็นความคิดความรู้สึก ความเข้าใจหรือความเชื่อต่างๆ ที่เกี่ยวกับพฤติกรรมทางจริยธรรม อันทำให้บุคคลสามารถ ประเมิน หรือแยกแยะได้ว่าพฤติกรรมใดดีหรือไม่ดี ถูกหรือไม่ถูก ควรหรือไม่ควร ได้ด้วย ความคิด มโนทัศน์ที่ใช้เรียกองค์ประกอบส่วนนี้ได้แก่ ความคิดทางจริยธรรม (moral thought) ค่านิยมทางจริยธรรม (moral values) ความเชื่อทางจริยธรรม (moral thought) การตัดสินใจ ทางจริยธรรม (moral reasoning) ความรู้ความเข้าใจทางจริยธรรม (moral cognition)

2) องค์ประกอบทางด้านอารมณ์ (affection) หมายถึง ความรู้สึกหรือปฏิกิริยาที่มี ต่อพฤติกรรมทางจริยธรรมว่ามีความพอใจหรือไม่พอใจ ชอบหรือไม่ชอบ มโนทัศน์ที่ใช้เรียก องค์ประกอบด้านนี้ได้แก่ ทศคติทางจริยธรรม (moral attitude) ความรู้สึกทางจริยธรรม (Moral Feeling or Moral Addection) และปฏิกิริยาทางจริยธรรม (moral reacting)

3) องค์ประกอบทางพฤติกรรม (behavior) หมายถึงพฤติกรรมที่บุคคลแสดง ออกมาในสถานการณ์แวดล้อมต่างๆ ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่สามารถตัดสินใจได้ว่าดี ถูก ควร หรือไม่ มโนทัศน์ที่ใช้เรียกองค์ประกอบส่วนนี้ได้แก่ ความประพฤติทางจริยธรรม (moral conduct) การกระทำทางจริยธรรม (moral act) บุคลิกทางจริยธรรม (moral character) และ พฤติกรรมทางจริยธรรม (moral behavior) (ประดับ นิลพังกา ,2527 หน้า 87)

#### 4. คุณธรรมพื้นฐานที่จำเป็นสำหรับมนุษย์

มีนักการศึกษาหลายท่านได้ให้ความหมายไว้ดังเช่น กิรติ บุญเจือ (2519,หน้า 82) ได้สรุปข้อของ พลาโต (Plato) ได้แบ่งคุณธรรมออกเป็น 4 หลักคือ 1) ปริชาญาณ 2) ความกล้าหาญ 3) การรู้จักประมาณ 4) ความยุติธรรม ความยุติธรรมเป็นพื้นฐานของคุณธรรมทุกอย่าง และภิญโญ สาธร (2517,หน้า 45) ได้สรุปข้อของ อริสโตเติล (Aristotle) ที่มีความคิดเห็น สอดคล้องกับพลาโตในเรื่องของความเป็นมนุษย์ โดยกล่าวว่า "man,when perfected, id the best animals, but when separated from law and justice,he is the worst of all." ส่วน สกค เทียงแท้ (2525,หน้า 135-136) ได้ข้อสรุปของเม่งจื่อ ที่ได้แบ่งคุณธรรมเป็น 4 อย่าง 1) ความรู้สึก เมตตา กรุณา หมายถึง ความมีมนุษยธรรม 2) ความรู้สึกละอาย และรังเกียจ หมายถึง ความยึดมั่นในหลักศีลธรรม 3) ความรู้สึกอ่อนน้อมต่อมตน หมายถึง การปฏิบัติตนอันเหมาะสม 4) ความรู้สึกในสิ่งที่ถูกและสิ่งที่ผิด หมายถึงปัญญา

จริยธรรมพื้นฐานที่จำเป็นสำหรับการดำเนินชีวิต ดังนี้ 1) ความซื่อสัตย์สุจริต 2) ไม่ยุ่งยงผู้อื่นให้เกิดความแตกร้าง 3) ไม่ลักทรัพย์ 4) ไม่ทำผิดเรื่องชู้สาว 5) ไม่ประพฤติตนเสมอเป็นนักเลง

คุณธรรมพื้นฐาน และข้อปฏิบัติที่สำคัญในการดำเนินชีวิต ดังนี้ 1) มีความซื่อสัตย์สุจริต 2) ไม่นอราษฏร์บังหลวง

คุณธรรมและข้อปฏิบัติสำหรับสมาชิกที่ดีของประเทศ คือ ยึดมั่นในสถาบันชาติ ศาสนา และพระมหากษัตริย์

จริยธรรมไทยที่จำเป็น ได้แก่

- 1) การใฝ่สัจจะ
- 2) การใช้ปัญญาในการแก้ปัญหา
- 3) เมตตา กรุณา
- 4) สติ-สัมปชัญญะ
- 5) ไม่ประมาท
- 6) ซื่อสัตย์สุจริต
- 7) ขยันหมั่นเพียร
- 8) หิริโอคคัปปะ

#### 5. การปลูกฝังคุณธรรมและการสร้างคุณธรรม

ได้ให้หลักพื้นฐาน 4 ประการ 1) ความรู้ 2) อาชีพ 3) หน้าที่รับผิดชอบ 4) คุณธรรม หากทั้ง 4 ข้อ ได้รับการเอาใจใส่ให้บริบูรณ์ด้วยคุณค่า ชีวิตก็จะเป็นสุขตามสมควรการปลูกฝังจริยธรรมโดยใช้กระบวนการกลุ่ม เป็นกระบวนการที่ให้นักเรียนรวมกันเป็นกลุ่มย่อย แล้วครูจัดประสบการณ์ให้นักเรียนได้มีส่วนคิดหรือทำงานสัมพันธ์กับ สมาชิกในกลุ่มประสบการณ์ที่ครูจัดขึ้นมีหลักการสำคัญ คือ พยายามดึงคุณลักษณะบางอย่างของคนที่ยังไม่ได้แสดงออกให้เปลี่ยนเป็นแสดงออกมาให้ได้

การปลูกฝังคุณธรรมและพัฒนาจริยธรรมอาจใช้วิธีการหลายประการ เช่น วิธีการกระจายค่านิยม (value clarification) วิธีการกระทำ (action learning) และวิธีการพัฒนาคุณธรรม (moral development) เป็นต้น (กรมสามัญศึกษา, 2535, หน้า 35)

แนวทางเสริมสร้างจริยธรรมไทยที่จำเป็นต่อการพัฒนามี 8 ประการคือ

1) การใฝ่สัจจะหรือใฝ่สัจธรรม เป็นค่านิยมเกี่ยวกับการยึดถือความจริงยอมรับความจริง เชื่อหรือศรัทธาในสิ่งที่มีเหตุมีผลตามแนวกาลามสูตร เชื่อหรือศรัทธาในสิ่งที่มีหลักฐานข้อมูลรองรับที่สามารถพิสูจน์ตรวจสอบได้ นิยมการแสวงหาความรู้ความจริง

2) การใช้ปัญญาในการแก้ปัญหาเป็นค่านิยมเกี่ยวกับการใช้กระบวนการค้นหาความรู้ความจริงหรือทางออกอย่างมีเหตุผลเหมาะสม เพื่อแก้ปัญหาหรือขจัดอุปสรรคข้อยุ่งยาก

ต่าง ๆ ที่เผชิญอยู่ จัดเป็นค่านิยมที่สอดคล้องกับการใช้กระบวนการตามวิธีวิทยาศาสตร์ หรือ อริยสัจสี่

3) เมตตา-กรุณา เป็นค่านิยมที่เกี่ยวกับการเสียสละสิ่งของ กำลังกาย ความคิด หรือผลประโยชน์ส่วนหนึ่งให้กับผู้อื่น นิยมการเอื้อเฟื้อช่วยเหลือผู้อื่น กล่าววาจาเหมาะสม ประพฤติ ประโยชน์และแสดงความเป็นมิตรแท้

4) สติ-สัมปชัญญะเป็นค่านิยมที่เกี่ยวกับการระลึกรู้ตัวเสมอว่าคนกำลังกระทำสิ่งใด

5) ไม่ประมาท เป็นค่านิยมเกี่ยวกับการวางแผนมีการเตรียมพร้อม มีการคาดการณ์ได้ถูกต้องถึงผลที่ตามมาของการกระทำ หรือการประพฤติปฏิบัติใดๆ ของตนเอง ทำให้เกิดความยับยั้งชั่งใจ ควบคุมตนเอง หรือควบคุมสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม

6) ซื่อสัตย์สุจริต เป็นค่านิยมที่เกี่ยวกับการประพฤติปฏิบัติตรงต่อความจริงและความถูกต้องดีงาม เช่น ตรงต่อหน้าที่ความรับผิดชอบ ตรงต่อระเบียบแบบแผนและกฎเกณฑ์ ตรงต่อคำมั่นสัญญา เป็นต้น

7) ขยันหมั่นเพียร เป็นค่านิยมที่เกี่ยวกับการมีความพอใจในหน้าที่การงานของตน มีใจจดจ่อกับงาน มีความเพียรพยายาม มีการไตร่ตรองปรับปรุงงาน สามารถควบคุมตนเองให้ปฏิบัติงานให้บรรลุผลสำเร็จครบถ้วน

8) ทิริ-โอตตปปะ เป็นค่านิยมที่เกี่ยวกับความละเอียดเกรงกลัว ไม่ประารณาต่อการประพฤติปฏิบัติชั่วหรือสิ่งที่ผิดไปจากศีลธรรม และมาตรฐานความดีงามของสังคมทุกชนิด จะประเมินจากการกระทำของตนเองเสมอ และเลือกประพฤติปฏิบัติแต่สิ่งที่ถูกต้องดีงาม

ลำดับขั้นของการพัฒนาการ การแบ่งระดับพัฒนาการทางจริยธรรมตามลักษณะ โครงสร้างของวัฒนธรรมในสังคมไทย กำหนดไว้พอเป็นสังเขปดังนี้

1) ความซื่อสัตย์ เป็นเรื่องที่สำคัญและเป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับบุคคลทุกคน ดังที่ ท่านพระราชวรมุนี (2518, หน้า 405) ได้กล่าวไว้ว่า "ความซื่อตรงเป็นหลักธรรมที่ประชาชนทั่วไปควรจะต้องปฏิบัติเพราะจะเป็นหลักประกันทางสังคมอย่างดียิ่ง และในการคบหาสมาคมในกลุ่มคน ถ้ามีคุณธรรมข้อนี้ด้วยแล้วจะทำให้เกิดความเชื่อถือ ไว้วางใจต่อกัน ไม่ต้องมีการหวาดระแวงต่อกันว่าจะเกิดการเอารัดเอาเปรียบกันขึ้น"

2) ความเสมอภาค ความยุติธรรม แม้มนุษย์จะมีความแตกต่างกันอยู่มากมาย เป็นต้นว่า ความแตกต่างด้านสติปัญญา ร่างกาย เพศ หรือเชื้อชาติ แต่ข้อแตกต่างเหล่านี้มีอาจ ถือเป็นข้ออ้างในการจำกัดความเท่าเทียมกันของมนุษย์ กล่าวคือ ในทางการเมืองจะต้องถือว่าทุกคนมีสิทธิเท่าเทียมกันภายใต้กฎหมาย ในการดำรงชีวิต ในการใช้เสรีภาพ ในการแสวงหาความสุข และในการมีส่วนร่วมทางการเมืองในทางเศรษฐกิจจะต้องกระจายความมั่งคั่งไปสู่ส่วนต่างๆ ของสังคมอย่างเสมอหน้ากัน และก่อให้เกิดโอกาสทางเศรษฐกิจที่เท่าเทียมกัน ส่วนในทางสังคมก็คือการปฏิบัติต่อทุกคนที่เท่าเทียมกันไม่มีความเลื่อมล้ำค่าสูงตามฐานะของบุคคล ไม่ว่าจะเป็นวัยวุฒิ คุณวุฒิ และชาติวุฒิ

3) ความเมตตา กรุณา ก็คือ ความรักใคร่สงสารปรารถนาจะให้ผู้อื่นเป็นสุข และคิดให้ผู้อื่นพ้นทุกข์ อันจะแสดงออกมาในรูปของการกระทำในลักษณะต่างๆ เช่น การให้ความช่วยเหลือเกื้อกูล เสียสละส่วนแบ่งของตนให้กับผู้ที่ขาดแคลนและมีความจำเป็นกว่า การไม่เบียดเบียนผู้อื่นให้ได้รับความเดือดร้อน การไม่ชมเชยหรือทำร้าย ไม่ใช้วาจาก้าวร้าวดูหมิ่นทำลาย หรือคิดเอาเปรียบ ยินดีในความสุขและความสำเร็จของผู้อื่นตลอดจนการให้อภัยไม่คิดจองเวรผู้ที่ทำร้ายตนเอง

4) การเห็นแก่ประโยชน์ส่วนร่วม ในที่นี้หมายถึงพฤติกรรมใน 3 ลักษณะใหญ่ๆ คือ การบำเพ็ญประโยชน์การรักษาสีงของหมู่คณะ และการรักษาระเบียบวินัย หากพิจารณาโดยนัยแล้ว จะเห็นได้ว่า การที่บุคคลจะเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม ประกอบขึ้นมาจากคุณลักษณะหลายประการ เช่น ความเมตตา กรุณา รู้จักการเสียประโยชน์ของตน การมีวินัยในตนเอง ตลอดจนความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวินัยของสังคม

5) พฤติกรรมสังคมด้านอื่นๆ มีดังนี้ ความกตัญญูกตเวที การคำนึงถึงความอาวุโส ความเกรงใจ จริยธรรมทางเพศ การอวดตน-ถ่อมตน

สิ่งที่มีอิทธิพลต่อการปลูกฝังคุณธรรมและจริยธรรม ในการปลูกฝังคุณธรรมและจริยธรรมให้แก่นักเรียนมีสิ่งๆ ที่เข้ามาเกี่ยวข้องมากมาย ซึ่งสังคมมักจะฝากความหวังไว้กับโรงเรียนในเรื่องการปลูกฝังจริยธรรม ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะโรงเรียนมีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถและเป็นแบบอย่างที่ดีตั้งแต่อดีตและปัจจุบันยอมรับหน้าที่ในการปลูกฝังคุณธรรมและจริยธรรมให้แก่เด็กด้วยความเข้าใจแต่ครูและโรงเรียนก็ยังไม่สามารถปลูกฝังจริยธรรมให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ได้ ทั้งนี้เป็นเพราะมีสิ่งต่างๆ เข้ามาเกี่ยวข้องและมีอิทธิพลต่อการปลูกฝังคุณธรรมและจริยธรรมอยู่หลายด้าน โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1. ด้านการเรียนการสอน สถาบันการศึกษาคือ โรงเรียนซึ่งเป็นผู้จัดการศึกษาให้แก่เยาวชนโดยตรงจะต้องพยายามอย่างยิ่ง ที่จะจัดการศึกษาให้มีประสิทธิภาพ เพื่อผลของการเสริมสร้างคุณธรรมและจริยธรรมให้แก่ผู้รักการศึกษามีประสิทธิภาพด้วยแต่เท่าที่เป็นไปในขณะนี้สถาบันศึกษายังปฏิบัติการเสริมสร้างคุณธรรมให้แก่เยาวชนได้ไม่เต็มที่เท่าที่ควร ทั้งนี้ อาจจะเป็นเพราะสาเหตุสำคัญดังต่อไปนี้

1.1 ด้านการใช้หลักสูตร ครูส่วนหนึ่งไม่ได้ศึกษาหลักสูตรอย่างละเอียด ไม่ได้วิเคราะห์หาความต้องการของหลักสูตรที่แท้จริง และไม่ได้ดำเนินการตามหลักสูตรที่วางไว้

1.2 ด้านการเรียนการสอนกระบวนการเรียนการสอนในโรงเรียน ปัจจุบันยังมุ่งให้นักเรียนเรียนรู้เพื่อรู้เป็นอันมาก แนวการเรียนการสอนยังไม่เอื้อต่อการปฏิบัติจริงการเรียนการสอนและการอบรมจึงไม่ค่อยจะมีเวลาสำหรับให้นักเรียน ปฏิบัติตามแนวประพฤติที่กำหนดสำหรับด้านการวัดผลยังมุ่งวัดด้านทฤษฎี มากกว่าการวัดพฤติกรรมของนักเรียน ยังไม่สามารถจะทำได้จริงตามอุดมคติของการวัดผล ทั้งนี้เป็นเพราะเรื่องของเวลาที่จำกัด แต่กำหนดให้ได้เรียนรู้มากๆ นั้นเอง เวลาในห้องเรียนจึงเป็นเวลาการสอนมากกว่าที่จะเป็นเวลา

ของการอบรม และสร้างสมพฤติกรรมที่เหมาะสม สอดคล้องกับผลการวิจัยที่เกี่ยวกับปัญหา การสอน จริยธรรม ศุภวรรณ รัตนภูผา (2533,ไม่ปรากฏหน้า) ได้รวบรวมการวิจัยของนิสิต นักศึกษาจากจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย และมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร จำนวน 55 เรื่อง อาจสรุปได้ว่า ปัญหาการสอนจริยธรรม มีดังต่อไปนี้

- 1) ครูส่วนใหญ่ยังใช้วิธีการสอนแบบบรรยายมากกว่าวิธีอื่น
- 2) ขาดการจัดกิจกรรมประกอบการสอนและการใช้อุปกรณ์การสอน
- 3) ขาดแหล่งค้นคว้าหาความรู้
- 4) ครูผู้สอนส่วนใหญ่ไม่ได้รับการอบรมสอนจริยศึกษา
- 5) ครูขาดความรู้เกี่ยวกับเนื้อหาโดยเฉพาะครูที่สอนวิชาพุทธศาสนาใน

ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

- 6) ครูผู้สอนสอนไม่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับนักเรียน
- 7) การวัดผลมุ่งแต่คะแนนมิได้ให้ความสนใจในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

ของนักเรียน

จากผลสรุปปัญหาการสอนจริยธรรมจะเห็นได้ว่าปัญหาอาจแบ่งได้เป็น 4 ประเภทคือ

- 1) ปัญหาเกี่ยวกับหลักการสอนวิธีสอน
- 2) ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ของครูด้านเนื้อหาของจริยธรรม
- 3) การวัดผลและประเมินผล
- 4) บุคลิกภาพของครู

2. ด้านการประพฤติปฏิบัติของครู ในระบบการศึกษาของไทย ครูอาจารย์นับว่า เป็นบุคคลที่สำคัญที่สุดในกระบวนการเรียนการสอน ทั้งยังมีอิทธิพลต่อนักเรียนสูงมาก ในส่วน ที่เกี่ยวกับการถ่ายทอดความรู้และทัศนคติรวมไปถึงสภาพความสมบูรณ์ทางจิตใจของเยาวชน ด้วย สอดคล้องกับ พันธ์ หันนาคินทร์ (2526,หน้า 120) กล่าวว่า การประพฤติปฏิบัติของครูจะมี ผลต่อการสร้างศรัทธาให้เกิดขึ้นในตัวนักเรียน จึงจะพร้อมที่จะรับการปลูกฝังจากครู แบบอย่าง ของครู คือมีบุคลิกภาพที่ดี เช่นการแต่งกาย นิสัยใจคอที่แสดงออกแก่นักเรียน การใช้กิริยา วาจาที่สุภาพ ทำตัวเป็นแบบอย่างที่ดี นักเรียนนั้นย่อมจะยึดถือผู้ใหญ่เป็นแบบอย่างอยู่เสมอ โดยเฉพาะอย่างยิ่งครู หากครูไม่สามารถปฏิบัติตัวเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ศิษย์ได้ ก็เป็นการยากที่ จะให้ศิษย์กระทำตัวที่ได้ได้เช่นกัน ความสามารถในการใช้หลักจิตวิทยา เพื่อสร้างแนวคิด และ ค่านิยมให้แก่ นักเรียนครูจะต้องเป็นนักจิตวิทยาเพื่อสร้างแนวคิด และค่านิยมให้เกิดความ คิดเห็นคล้ายค่านิยมที่ครูปรารถนาจะปลูกฝังให้แก่ นักเรียน สิ่งเป็นอุปสรรคสำคัญอีก ประการหนึ่งในการปลูกฝังค่านิยมให้แก่ นักเรียน คือว่า การที่ครูพยายามจะปลูกฝังค่านิยมทาง จริยธรรมให้แก่ นักเรียนนั้น เป็นการกดขี่บังคับจิตใจของนักเรียนไม่ให้มีเสรีภาพในการคิดและ การปฏิบัติ ควรจะต้องเตรียมตัวกับข้อกล่าวหาเช่นนี้ไว้ให้พร้อม ส่วน สอ อนันตพงษ์ (2522, หน้า 7) ได้กล่าวว่า ครูที่ดีเป็นบุคคลที่ประเทศชาติต้องการที่สุด และเป็นเรื่องที่เชื่อถือหรือ

ยอมรับโดยทั่วไปว่าประเทศชาติจะเจริญหรือเสื่อมในปัจจุบันและอนาคตนั้น ครูมีบทบาทอันสำคัญยิ่ง และยังสอดคล้องกับ นิภา เพชรสม (2528, หน้า 45) ได้เสนอบทบาทของครูไว้ดังนี้

1) บทบาทในฐานะผู้จัดสภาพแวดล้อมของสถานการณ์เพื่อให้เด็กได้เรียนรู้จากประสบการณ์และฝึกการปรับตัว

2) บทบาทในฐานะที่เป็นผู้ให้ข่าวสาร ความรู้และข้อเท็จจริงด้านจริยธรรมและวัฒนธรรม

3) บทบาทในฐานะที่เป็นแบบอย่างที่ดีให้เด็กหรือเยาวชนได้เลียนแบบ

4) บทบาทในฐานะที่เป็นผู้แก้ไขและปรับปรุงพฤติกรรมของเด็กที่มีแนวโน้มไปในทางเสื่อมและให้กลับตัวได้และประพฤติดี นอกจากนี้ยังมี ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2527, หน้า 11) ได้กล่าวถึงบทบาทของครูในการสร้างจริยธรรมให้กับนักเรียน อันมีแนวทางในการปฏิบัติโดยสรุปได้ดังนี้ ทำตนเป็นที่รักและวางใจ เลื่อมใสแก่เด็ก การลงโทษและการให้รางวัลเมื่อมีเหตุผลและไม่ใช้อารมณ์ การกระทำตนให้เป็นแบบอย่างแก่นักเรียน ลดการควบคุมนักเรียนโดยตรง

พอสรุปได้ว่า ครูที่ดีนั้นจะต้องมีจริยธรรมขั้นสูง ตระหนักถึงหน้าที่ตรงในการปลูกฝังจริยธรรมหรือคุณธรรมให้แก่เด็ก และเป็นแบบอย่างที่ดีแก่เด็ก

3. ด้านอิทธิพลของกลุ่มเพื่อนนักเรียน ปัจจุบันการเข้าสังคมรวมกลุ่มเด็กต้องการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนมากขึ้น จำเนียร ช่วงโชติ (2519, หน้า 2) กล่าวว่า ความสัมพันธ์ของกลุ่ม เพื่อนมีทั้งผลดีและผลเสีย ผลดีก็คือ กลุ่มเพื่อนเป็นกลุ่มที่สอนให้เรียนรู้ถึงการที่จะก้าวสู่การเป็นผู้ใหญ่ เพราะกลุ่มเพื่อนมีหน้าที่ประการหนึ่งที่เรียกว่า Transition Function ซึ่งจะช่วยพัฒนาบุคลิกภาพของเด็กให้ค่อยๆ เข้าสู่การเป็นผู้ใหญ่ ในทางลบกลุ่มเพื่อนอาจชักนำให้เด็กมีความประพฤติที่สังคมไม่ยอมรับเพราะบางกลุ่มนั้นผู้นำจะมีอำนาจมากและมักจะบังคับเพื่อนสมาชิกในกลุ่มเดียวกันให้ทำตามเสมอ ดังข้อสรุปของ พงษ์นรินทร์ นัมคณิสร์ (2539, หน้า 52) ที่นำเสนอแนวคิดของ กรอนลันด์ (Gronlund) ได้กล่าวว่า เมื่อเด็กเข้าโรงเรียนจนสู่วัยผู้ใหญ่ ประสบการณ์ การเข้าสังคมย่อมกว้างขวางไปตามลำดับ หากทุกสิ่งทุกอย่างได้พัฒนาไปตามปกติ กล่าวคือ เมื่อถึงวัยเข้าเรียนเด็กมีโอกาสได้มีความสัมพันธ์กับเพื่อนในวัยเดียวกันได้รับการยอมรับนับถือจากเพื่อนเด็กจะได้รับบทบาทของคนว่าควรจะปฏิบัติตนอย่างไร เมื่ออยู่กับเพื่อนเด็กจะรู้สึกอบอุ่นใจ มีความมั่นคง เกิดความเชื่อมั่น เมื่ออยู่กับกลุ่มเพื่อนฝูงอย่างดี มีความสุข ย่อมมีความปรารถนาที่จะสร้างความสัมพันธ์กับคนอื่นเพิ่มขึ้น เมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ ชีวิตในสังคมจะมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ ตรงกันข้ามถ้าในวัยเด็กถูกเพื่อนฝูงรังเกียจ ไม่มีใครแยแส เขาจะรู้สึกว่าเหว่ ขาดความอบอุ่น เกิดความสงสัยตัวเอง มองโลกในแง่ร้าย และเกิดความคับข้องใจ เมื่อโตขึ้นความรู้สึกเช่นนี้จะติดตัวไป ทำให้ไม่ยอมเข้าสังคมกับคนอื่น เมื่อมีเรื่องทุกข์ก็ขาดเพื่อนที่จะระบายทุกข์ ต้องเก็บกดเอาไว้วันเดียวทำให้อารมณ์เครียดอยู่เสมอหาความสุขไม่ได้

จากสิ่งที่กล่าวมาแล้ว พอจะสรุปได้ว่า กลุ่มเพื่อนในโรงเรียนมีอิทธิพลต่อเด็กมาก หน้าที่ในการดูแลควบคุม ตลอดจนชี้แนะแนวทางในการอยู่ร่วมกันของกลุ่มเพื่อนเพื่อให้เกิด การยอมรับและเข้าสังคมได้อย่างปกติสุข จึงเป็นหน้าที่ของครูและผู้ที่เกี่ยวข้องเช่น บิดา มารดา เป็นต้น

4. ด้านสภาพแวดล้อมทางบ้าน ครอบครัวได้แก่ บิดามารดา ปู่ย่า ตายายและ บุคคลอื่นๆ ในครอบครัวเป็นบุคคลกลุ่มแรกที่ทำให้การอบรมเลี้ยงดูเด็กในด้านต่างๆ การให้ ความรัก ความอบอุ่น การดูแลเอาใจใส่ เป็นสิ่งที่เด็กต้องการมาก การให้ความสุขทางกายและ ทางใจ ควรมีปริมาณที่เหมาะสม มีเหตุผล ไม่มากหรือน้อยเกินไป จึงจะช่วยให้เด็กมีความสุข และปรับตัวให้ดีขึ้นในสังคม สำหรับครอบครัวที่มีความแตกต่างกันในด้านสภาพแวดล้อม สถานภาพทางสังคมและเศรษฐกิจ สภาพจะเช่นนี้จะทำให้ครอบครัวทำหน้าที่เสมือนการปกครอง ที่มีการออกคำสั่งโดยธรรมชาติ ซึ่งจะมีผลต่อเด็กในการหล่อหลอมเด็กเกิดความศรัทธา ความเชื่อ ค่านิยม ทักษะคิดตลอดจนบุคลิกภาพ นิสัยใจคอและแบบพฤติกรรมที่แตกต่างกัน สอดคล้องกับ พงษ์นิรันดร์ นัมคณิตสรณ์ (2539, หน้า 33) นำเสนอแนวคิดของฮอร์ตัน และฮันต์ (Horton and Hunt) ว่า บทบาทของครอบครัวที่มีต่อการพัฒนาจริยธรรม ได้กำหนดบทบาทและ หน้าที่ของครอบครัวไว้ 7 ประการ ได้แก่

- 1) ควบคุมกิจกรรมทางเพศให้สังคมยอมรับ
- 2) การผลิตสมาชิก
- 3) การให้การศึกษาอบรมให้เป็นสมาชิกที่ดีของสังคม
- 4) การให้ความรักความอบอุ่น
- 5) การให้สถานภาพทางสังคม
- 6) การให้ความคุ้มครอง ป้องกัน
- 7) ทำหน้าที่เป็นหน่วยพื้นฐานทางเศรษฐกิจ

สุพัชรา สุภาพ และคณะ (2534, หน้า 23-24) ได้กล่าวถึงหน้าที่ของสถาบันครอบครัว โดยแบ่งไว้ 6 ประการได้แก่

- 1) สร้างสรรค์สมาชิกใหม่
- 2) เลี้ยงดูผู้เยาว์ให้เจริญเติบโตในสังคม
- 3) ให้การอบรมสั่งสอนแก่เด็กให้รู้จักระเบียบของสังคม
- 4) ให้ความรักความอบอุ่น
- 5) กำหนดสถานภาพ
- 6) บำบัดความต้องการทางเพศ

นอกจากนี้ยังมี เดโซ สวานานนท์ (2510, หน้า 67-68) กล่าวถึงการอบรมเลี้ยงดูบิดา มารดาที่มีบุตรในลักษณะต่างๆ ซึ่งมีผลกระทบต่อพัฒนาการ และบุคลิกภาพของบุตรในอนาคต ดังนี้

1) บิดามารดาละเลยไม่เอาใจใส่ต่อบุตร ย่อมทำให้บุตรมีความรู้สึกไม่ปลอดภัยในทางอารมณ์ รู้สึกว่าเหว ไม่มั่นคง และมักจะส่งผลให้มีพฤติกรรมออกมาในเชิงของการปฏิเสธ เป็นคนที่ขาดความรัก ทั้งยังให้ความรักแก่ใครไม่เป็นอีกด้วย

2) บิดามารดาที่ปกป้องคุ้มครองด้วยการบังคับออกคำสั่งอยู่ตลอดเวลาจะทำให้บุตรผู้นั้นขาดความริเริ่มขาดความเชื่อมั่นในตัวเอง มีแนวโน้มที่พึ่งพาอาศัยผู้อื่นอยู่เสมอ และเป็นผู้ที่ยอมคนอยู่ตลอดเวลา

3) บิดามารดาที่ใช้ระเบียบวินัยอย่างเคร่งครัดย่อมทำให้บุตรเป็นคนที่มีลักษณะลงโทษตัวเอง และมักจะมีพฤติกรรมรุนแรงในทางนี้เสีย

4) บิดามารดาที่ทะเลาะเบาะแว้งกันเป็นประจำหรือหย่าร้างกัน บุตรจะมีความกระวนกระวาย มีความเครียด มีความรู้สึกไม่ปลอดภัย ไม่มั่นใจในตัวเอง มองโลกในแง่ไม่รื่นรมย์ และขาดแบบฉบับในการสร้างเสริมลักษณะของตนเองด้วย

5) บิดามารดาที่ยึดมั่น เคร่งครัดในศีลธรรมจรรยาอย่างมากย่อมจะมีผลให้บุตรมีโอกาสสร้างความขัดแย้งทางใจอย่างรุนแรงขึ้นด้วย และอาจทำให้กลายเป็นคนลงโทษตัวเองไม่เห็นคุณค่าของตัวเองขึ้นได้ด้วย

6) บิดามารดาที่มีศีลธรรมหย่อนยาน บุตรจะพลอยมีศีลธรรมหย่อนยานไปด้วย มีทัศนคติที่ไม่พึงปรารถนาและอาจจะต้องเป็นผู้มีปัญหาของสังคมมากที่สุด

พอสรุปได้ว่า สถาบันทางครอบครัวมีบทบาทสำคัญสถาบันหนึ่งในการอบรมเลี้ยงดู การปลูกฝังคุณธรรมและจริยธรรมให้แก่เด็ก รวมทั้งสร้างทัศนคติ ค่านิยม ลักษณะนิสัย และความประพฤติ เพื่อให้ปรับตัวเข้ากับสังคมได้อย่างสงบสุข

5. ด้านอิทธิพลของสื่อมวลชน สื่อมวลชนทั้งหลายได้แก่ วิทยุ โทรทัศน์และหนังสือพิมพ์มีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งในการนำเสนอทั้งสิ่งที่เป็นสาระความรู้ และความบันเทิงไปสู่ประชาชนทุกเพศ ทุกวัย ทุกฐานะ ทุกโอกาส และทุกหนทุกแห่งเท่าที่ขีดความสามารถของสื่อมวลชนจะทำได้ จนกลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน เด็กจำนวนมากโดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็กในกรุงเทพมหานครที่ภาวะเศรษฐกิจบีบคั้นทำให้ผู้ปกครองไม่มีเวลาดูแลบุตรหลาน ทำให้โทรทัศน์เข้ามามีอิทธิพลเหนือจิตใจของเด็กมากกว่าสื่อชนิดอื่นๆ โดยธรรมชาติแล้วเด็กรับสิ่งต่างๆ ได้ง่าย สื่อมวลชนจะมีอิทธิพลต่อการปรับตัวและอุปนิสัยใจคอของเด็กเป็นอย่างมาก จนมีบทบาทต่อการสร้างรูปแบบของสังคม สื่อโทรทัศน์ได้ป้อนอาหารสมองให้เยาวชนควบคู่ไปกับพัฒนาการทางร่างกายและจิตใจของเด็ก ช่วยพัฒนาสมองสร้างสรรค์จริยธรรมให้เด็กได้ซึมซับมีจิตใจอ่อนโยน มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ เพื่อการเจริญเติบโตเป็นเยาวชนที่ดีของชาติ สอดคล้องกับ ประทีป สยามชัย (2526, หน้า 125-132) ได้ให้ข้อเสนอเกี่ยวกับโทรทัศน์ วิทยุ หนังสือพิมพ์ในด้านผลดีและผลเสีย ดังนี้

ผลดีของโทรทัศน์ ทำให้ผู้ชมรายการทราบข่าว และเหตุการณ์ปัจจุบันทั้งใน และนอกประเทศราวกับผู้ชมได้ไปอยู่ในเหตุการณ์นั้นจริงๆ ให้ความรู้ต่างๆ ทั่วไปแก่ผู้ชม เช่น สารคดีทางวิทยาศาสตร์ การประกอบอาชีพ การเมือง ศาสนาและด้านสุขภาพอนามัย เผยแพร่ศิลปวัฒนธรรมและขนบธรรมเนียมประเพณีต่างๆ จากทุกส่วนของประเทศไทยเป็นการสร้างความเข้าใจอันดีระหว่างกันและกันของชนในชาติ สร้างความบันเทิงและการพักผ่อนหย่อนใจให้แก่ผู้ชม ซึ่งจะหาได้ในโทรทัศน์แทบทั้งหมด เช่น ภาพยนตร์ ดนตรี ลิเก หมอลำ และกีฬา ให้การศึกษาแก่นักเรียน เช่น รายการที่ให้สาระความรู้ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ช่วยให้วัยรุ่นเข้าสู่สังคมเพื่อนได้ สิ่งที่เกิดได้เรียนรู้จากโทรทัศน์สามารถนำมาปรับปรุงตนเองในด้านการแต่งกาย กิริยาท่าทาง และการพูดจา

ผลเสียของโทรทัศน์ เด็กที่ติดรายการโทรทัศน์ มักจะไม่มีเวลาเหลือพอ ที่จะทำกิจกรรมอย่างอื่น เช่น การเล่นกีฬา การเรียน การอ่านหนังสือ หรือทำงานอดิเรก โทรทัศน์สร้างพฤติกรรมอย่างอื่น เช่น การเล่นกีฬา การเรียน การอ่านหนังสือ หรือทำงานอดิเรก โทรทัศน์สร้างพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ให้แก่เยาวชนโดยเฉพาะอย่างยิ่ง ภาพยนตร์บางเรื่องทั้งไทยและต่างประเทศจะส่งเสริมความเชื่อถือนางาย ความพยายบาท แก๊งค์กัน ความเป็นนักเลง ชี้อองทาง อาชญากรรม สร้างนิสัยก้าวร้าว ความกระวนกระวายใจ และความหวั่นไหวทางอารมณ์ โทรทัศน์มีแนวโน้มที่จะส่งเสริมให้เด็กเล่นและเด็กวัยรุ่นเลียนแบบผู้ที่มีบุคลิกลักษณะที่หุนหันพุ่มเฟิยและก้าวร้าวในอบายมุขต่างๆ ในโทรทัศน์มักมีการโฆษณาสินค้าต่างๆ โฆษณามีการแจกของแถมเพื่อชักจูงใจให้ผู้ชมซื้อสินค้าของตนเอง เป็นการส่งเสริมให้เด็กมีนิสัยเชื่อคนง่ายหรือชอบอะไรอย่างผิวเผิน ไม่มีการพิจารณาอย่างลึกซึ้ง ทำให้ขาดความเข้าใจในชีวิตจริง เพราะเด็กไม่สามารถเข้าใจเรื่องราวในภาพยนตร์ได้ทั้งหมด และไม่สามารถจะแยกออกได้ว่าอะไรเป็นจริงหรือไม่เป็นจริง

#### ผลดีของหนังสือพิมพ์

1) ทำให้ทราบข่าวและเหตุการณ์ต่างๆ ภายในและภายนอกประเทศซึ่งช่วยให้เกิดความเข้าใจและ ปรับตัวของผู้ฟังให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ทางด้านการเมืองเศรษฐกิจ และสังคม

2) ให้ความรู้ทางด้านต่างๆ เช่น ทางด้านการศึกษา อาชีพ ศิลปวัฒนธรรม ภาษาวรรณคดี สุขภาพอนามัยและความรู้รอบตัว

3) เป็นการเพิ่มประสบการณ์และทักษะในการอ่านให้สำหรับผู้ที่จบจากโรงเรียนไปแล้ว ผู้ที่จบชั้นประถมศึกษาซึ่งจากโรงเรียนอายุน้อย การอ่านหนังสือพิมพ์ช่วยป้องกันการลืมหนังสือได้เป็นอย่างดี

4) ทำให้ผู้อ่านมีความฉลาด รู้จักคิดเปรียบเทียบในการเลือกซื้อ และใช้สินค้ามีความคิดสร้างสรรค์เพราะได้รู้ใหม่ๆ อยู่เสมอ

5) เป็นสื่อ เชื่อมโยงความเข้าใจอันดีระหว่างประชาชนในประเทศเพราะผู้อ่านหนังสือพิมพ์ฉบับเดียว เรื่องเดียวกัน ย่อมมีความคิดอ่านสอดคล้องกันซึ่งเป็นรากฐานสำคัญของความมั่นคงของประเทศ

6) ให้เป็นอุปกรณ์การสอนสำหรับครูได้ เช่น วิชาสังคมศึกษาสามารถใช้หนังสือพิมพ์อ้างอิงเกี่ยวกับข่าว และเหตุการณ์ปัจจุบัน บุคคลสำคัญของประเทศต่างๆ ความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์ใหม่ๆ ซึ่งในตำราเรียนจะไม่มี

#### ผลเสียของหนังสือพิมพ์

1) หนังสือพิมพ์มักพาดหัวข่าวที่ทำให้เกิด ความตระหนกตกใจของประชาชนซึ่งบางเรื่องไม่ตรงกับความเป็นจริง

2) เสนอภาพและเรื่องราวต่างๆ ซึ่งบางเรื่องเป็นผลกระทบกระเทือนทางด้านจิตใจ และศีลธรรมของประชาชน เช่นเรื่องเกี่ยวกับอาชญากร เรื่องเกี่ยวกับเพศ เรื่องลามกอนาจาร เป็นต้น

3) เสนอข่าวบางเรื่องไม่ตรงกับความเป็นจริง หรือบางเรื่องเป็นเพียงข่าวลือไม่สามารถจะเชื่อถือได้

4) หนังสือพิมพ์บางฉบับให้ภาษาไม่เหมาะสม ใช้สำนวนแปลกๆ ซึ่งยังไม่เป็นที่ยอมรับกัน ทำให้ไม่เหมาะสมสำหรับเด็กหรือเยาวชนที่จะอ่าน

5) บางฉบับมุ่งผลประโยชน์ทางด้านการค้ามากเกินไปทำให้ขาดความรับผิดชอบต่อสังคมและประเทศชาติ

#### ผลดีของวิทยุ

1) วิทยุสามารถเสนอข่าวสาร ความรู้และสารคดีต่างๆ ได้อย่างรวดเร็วและทั่วถึง ทำให้ผู้ฟังสามารถปรับตัวเข้ากับเหตุการณ์ต่างๆ ได้ทันที

2) วิทยุสามารถทำให้ผู้ฟังเกิดความรู้สึกร่วม เร้าอารมณ์ เป็นการสร้างความร่วมมือ ความสามัคคี ปองครองและสร้างจุดยืนอันเดียวกันอย่างรวดเร็วของประชาชนในชาติ

3) วิทยุสามารถไปถึงผู้ฟังที่ห่างไกล แหล่งวิชาการ และสามารถนำเอาบุคคลอื่นๆ มาสู่ผู้ฟังได้ ทำให้ผู้ฟังมีความฉลาดรอบรู้มากขึ้น

4) คนที่มีรู้หนังสือหรือผู้ที่มีการศึกษาน้อยสามารถฟังวิทยุได้เพราะไม่ต้องใช้ทักษะที่ซับซ้อน ซึ่งเป็นการเปิดโอกาสให้เขาได้รับการศึกษาอยู่เสมอ

5) วิทยุให้ความรู้และประสบการณ์ใหม่ๆ แก่ผู้ฟังตลอดเวลา

6) วิทยุช่วยผสมกลมกลืนทางสังคมและวัฒนธรรมให้เป็นไปอย่างรวดเร็วยิ่งขึ้น ทุกคนได้รับฟังภาษา ความรู้และข่าวสารเดียวกัน ทำให้มีความเข้าใจซึ่งกันและกัน

### ผลเสียของวิทยุ

- 1) รายการต่างๆ ที่จัดอาจไม่ดีพอ เพราะเน้นในเรื่องรายการบันเทิงและโฆษณา มากกว่าความรู้
- 2) จัดรายการต่างๆ อาจไม่เหมาะสมเพราะผู้ฟังมีระดับความรู้ต่างกัน
- 3) เป็นการสื่อสารทางเดียว ผู้ฟังไม่สามารถโต้ตอบได้ทันที
- 4) รายการต่างๆ ที่ฟังไม่ทัน ไม่สามารถที่จะรับฟังใหม่ได้อีก
- 5) ผู้ฟังอาจจะเปลี่ยนสถานีวิทยุบ่อยๆ ทำให้การรับฟังไม่ได้ผล เนื้อหาสาระในสื่อมวลชนประเภทต่างๆ จึงนับว่า เป็นสิ่งสำคัญยิ่งในการเสริมสร้างการเรียนรู้และปลูกฝังทัศนคติในเด็ก หากรายการโทรทัศน์ บทความในหนังสือพิมพ์หรือวิทยุมีเนื้อหาสาระที่มีคุณค่าถึงผลกระทบต่อเด็ก รายการนั้นๆ อาจจะมีใช้รายการที่เหมาะสมกับเด็ก แต่เด็กก็มีโอกาสสัมผัสกับรายการนั้นๆ ได้ทุกโอกาสก็อาจจะเกิดผลร้ายทั้งทางด้านจิตใจและส่งผลกระทบต่อพัฒนาการทางด้านร่างกายก็ได้ ดังนั้นจึงเป็นหน้าที่ของผู้เกี่ยวข้องทุกคนที่จะต้องพยายามร่วมมือกันค้นหาแนวทางและวิธีการที่จะใช้สื่อมวลชนให้เป็นประโยชน์ในทางสร้างสรรค์ให้มากที่สุด

### 6. แนวทางการปลูกฝังคุณธรรมและจริยธรรม

เป็นกระบวนการทางการศึกษาและเกิดขึ้นได้ในครอบครัว โรงเรียน สถาบันศาสนา ตลอดจนสื่อมวลชนแบบต่างๆ เช่น วิทยุ โทรทัศน์ และหนังสือพิมพ์ สถาบันเหล่านี้ทำหน้าที่ เป็นผู้ปลูกฝังส่งเสริมหรือถ่ายทอดคุณธรรม ค่านิยม แบบแผน ความประพฤติที่พึงามให้แก่สมาชิกของสังคม แต่เท่าที่ผ่านมาการปลูกฝังและส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม ยังไม่ได้ผลตามที่ต้องการเพราะวิธีการอบรมสั่งสอนคุณธรรมจริยธรรมแก่เด็กเยาวชนนั้นยังไม่ใช่วิธีการที่เหมาะสม ดังข้อสรุป อองุ่น พลูทวี (2539, หน้า 44) ได้นำแนวคิดของ สุนทร อมรวิวัฒน์ ที่ได้นำเสนอแนวทางในการปฏิบัติเกี่ยวกับคุณธรรม จริยธรรมที่น่าสนใจไว้เป็นขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 การปลูกฝังศรัทธา ก่อให้เกิดความสนใจ และเร้าใจให้เกิดความรู้สึกที่อยากมีส่วนร่วมในการปฏิบัติการสร้างศรัทธาต่อคุณธรรม จึงเป็นสิ่งแรกที่จะต้องคำนึงถึง

ขั้นที่ 2 การให้ความรู้ความเข้าใจในหลักการ หลักการในการดำรงชีวิตของคนนั้นไม่ควรมีมากมายนัก คนๆ หนึ่งอาจมีหลักการของคนเพียงสองสามประการ แล้วทำความเข้าใจให้ต้องแจ่มจนเห็นความสำคัญ และความจำเป็นที่จะต้องนำไปปฏิบัติให้เกิดผล จะเป็นประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตอย่างมีเป้าหมายแท้จริง

ขั้นที่ 3 การจัดสภาพแวดล้อมให้เหมาะสม ถ้าสิ่งแวดล้อมนั้นไม่ช่วยให้เกิดปัญหามิระเบียบ และมีการพัฒนาที่เป็นไปในทางสายกลางแล้ว ย่อมนำไปสู่การพัฒนาคุณธรรมที่พึงประสงค์

ขั้นที่ 4 การใช้กระบวนการทางการศึกษาช่วยแก้ปัญหาทางคุณธรรมจริยธรรม เพราะกระบวนการทางการศึกษาเป็นกระบวนการที่มีจุดมุ่งหมาย มีหลักการโครงสร้างวิธีการ

และการวัดประเมินผล ดังนั้นกระบวนการทางการศึกษาจึงร่วมสร้างให้ผู้เรียนเกิดศรัทธา เกิดความรู้ความเข้าใจฝึกฝนปฏิบัติ และจัดสภาพแวดล้อมให้เกิดคุณธรรมได้การพัฒนาทัศนคติ ค่านิยม การสร้างเสริมประสบการณ์ทางจิตพิสัยที่ครูได้จัดขึ้น ในกระบวนการเรียนการสอนย่อมเป็นแนวทางคุณธรรมให้แก่ผู้เรียนทั้งในทางตรงและทางอ้อม

ขั้นที่ 5 การใช้อิทธิพลของสื่อมวลชน เป็นขั้นตอนที่ช่วยส่งเสริมขั้นที่ 4 เพราะวาทะของสื่อมวลชนมิใช่เพียงแต่ให้การศึกษาแก่ประชาชนแต่เพียงอย่างเดียว หากแต่ยังมีการให้ข่าวสารสื่อทรรณะความเห็นและให้การบันเทิงอีกด้วยบทบาททั้งสามนี้มีอิทธิพลต่อการคิด การเลือกคุณค่า การตัดสินใจของประชาชน

ขั้นที่ 6 การระดมความร่วมมือจากทุกสถาบันที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ สถาบันทางศาสนา โรงเรียน องค์กรทางสังคม ครอบครัว หน่วยราชการ และการรวมกลุ่มสนใจต่างๆ สถาบันต่างๆ เหล่านี้จะช่วยให้บุคคลในสังคมสามารถจับประเด็นหลักทางคุณธรรมได้เห็นแบบอย่างที่ดีที่ควรปฏิบัติตามได้ อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่สร้างศรัทธา ความเชื่อมั่นในการประพฤติค่านิยมที่สังคมกำหนดไว้ให้ และอรุณ พูลทวี (2539, หน้า 45) ยังนำเสนอข้อสรุปของ เกียรติ อัยยานันท์ ที่ได้เสนอแนวทางในการปลูกฝังส่งเสริมคุณธรรมตามขั้นตอนดังนี้

1) ให้ความรู้เกี่ยวกับคุณธรรมที่จะปลูกฝังส่งเสริม คือการให้ผู้ได้รับการปลูกฝังคืออะไรมีลักษณะอย่างไร และมีวิธีการอย่างไรที่จะสามารถตามคุณธรรมเหล่านี้ได้

2) สร้างเจตคติและศรัทธาต่อคุณธรรมที่จะปลูกฝังส่งเสริม คือ ผู้ที่ทำหน้าที่ปลูกฝังส่งเสริมไม่ให้ทำในสิ่งที่ได้อบรมสั่งสอน แล้วความศรัทธาเชื่อถือในเรื่องที่ปลูกฝังส่งเสริมก็จะหมดไป

3) จัดกิจกรรมเพื่อการปฏิบัติ คือ การนำกิจกรรมมาฝึกปฏิบัติและควรจะเป็นกิจกรรมง่ายๆ ที่สามารถนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้ มีความสัมพันธ์กับปัญหาที่จะช่วยแก้ปัญหาทั้งส่วนตัวและส่วนรวมได้ด้วย

4) ฝึกปฏิบัติตามคุณธรรมที่จะปลูกฝัง คือ การนำคุณธรรมนั้นๆ ไปปฏิบัติจริงๆ และควรปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอจึงจะได้ผลดี สอดคล้องกับ ชัยพร วิชชาวุธ และธีระพร อุวรรณโณ (2525, หน้า 22) ได้สรุปแนวทางในการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมด้วยการเรียนรู้ทางสังคม ดังนี้ จัดเงื่อนไขการเสริมแรงและเงื่อนไขการลงโทษ จัดอภิปรายเพื่อให้นักเรียนให้เรียนรู้จากความเห็นบุคคลต่างๆ เกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมกับผลกรรม และความน่าปรารถนาหรือไม่ปรารถนาของผลกรรมต่างๆ จัดให้นักเรียนเห็นตัวอย่างการปฏิบัติจริง สอดคล้องกัน สร้างเงื่อนไขให้มีการนิยามยกย่องผู้กระทำที่ดีและในขณะเดียวกัน ประณามผู้กระทำพฤติกรรมไม่ดี เพื่อให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง และจากตัวอย่าง การได้รับแรงเสริมและการถูกลงโทษของบุคคลต่างๆ นอกจากนี้ยังมี ชูจิตร์ แซ่มลำเจียก (2537, หน้า 45) ที่กล่าวว่า การปลูกฝังและพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมในโรงเรียนนั้น มีหลักที่ควรยึดถือ 3 ประการ คือ ต้องให้มีการปฏิบัติมากกว่าการเรียนรู้แค่เนื้อหาวิชา จริยธรรมจะต้องสอน

ทุกระดับชั้นและสอดแทรกอยู่ในทุกวิชา ครูทุกคนจะต้องเข้าใจและเป็นหน้าที่ของครูทุกคน และจริยธรรม จะเกิดขึ้นได้จะต้องมีการอบรม อย่างสม่ำเสมอการประพฤติและการปฏิบัติตัวของครู จะต้องเป็นแบบอย่างที่ดีแก่นักเรียน สอดคล้องกับสิ่งที่ต้องการปลูกฝังและพัฒนาให้นักเรียน

พอสรุปได้ว่า การปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมแก่นักเรียนนั้น ควรมีวิธีการรูปแบบส่งเสริมปลูกฝัง ดังนี้

- 1) การบอกแนะนำ
- 2) อบรมและสั่งสอน
- 3) การชี้แนะเสนอแนวทางให้ตัดสินใจ
- 4) การยกย่องชมเชยและการลงโทษ
- 5) การให้ดูตัวแบบที่ดี
- 6) การให้แสดงทัศนะอภิปรายให้เหตุผล เรียนรู้แล้วฝึกปฏิบัติจริงด้วย

## ความเมตตาในชีวิตประจำวัน

### 1. ความหมายของเมตตาและการเจริญเมตตา

เป็นที่ทราบกันอยู่แล้วว่า มนุษย์จะอยู่คนเดียวในโลกไม่ได้จำเป็นต้องพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน นับตั้งแต่เกิดจนชีวิตวสาน จะเห็นได้ว่าในขั้นแรกขณะเป็นเด็กต้องพึ่งพาอาศัยบิดามารดา ต่อมาก็ครูอาจารย์ ต่อมาก็ญาติบ้าง มิตรสหายหรือเพื่อนต่างเพศบ้าง ตลอดจนเพื่อนร่วมงาน หรือผู้เกี่ยวข้องในวงงานที่คนทำ เป็นต้น นี่แสดงให้เห็นว่าชีวิตแต่ละชีวิตต่างก็มีความสัมพันธ์กันไม่ว่าในด้านใดด้านหนึ่ง เมื่อเป็นเช่นนี้การกระทบกระทั่งกัน ก็ย่อมมีบ้างเป็นธรรมดา ผู้ไม่รู้จักวิธีแก้ไขที่ถูกต้องก็ยากที่จะหาความสุขความเจริญในการดำเนินชีวิตได้ ฉะนั้น จะเห็นว่าในการอยู่ร่วมกันในสังคม จำเป็นต้องรู้จักวิธีในการดำเนินชีวิตประจำวันที่ถูกต้องจึงจะบรรลุความสุขความเจริญได้ วิธีหนึ่งที่รับรองได้ว่าจะบังเกิดผลดีดังกล่าวได้ คือการเจริญเมตตาในชีวิตประจำวัน คำว่า "เมตตา" ก็คือความรัก ความปรารถนาให้เขามีสุข โดยการแผ่ไมตรีจิตคิดให้สัตว์ทั้งปวงเป็นสุขถ้วนหน้า "การเจริญ" ก็คือการทำจิตของตนให้ประกอบด้วยเมตตา เพราะฉะนั้น คำว่า "การเจริญเมตตา" ก็คือ การตั้งจิตปรารถนาดีขอให้มีความสุขความเจริญแก่กันและกัน การเจริญเมตตา นับว่าเป็นอุบายวิธีอย่างหนึ่งที่จะทำให้การดำเนินชีวิตประจำวันในสังคมดำเนินไปโดยเรียบร้อยและมีสันติสุขโดยส่วนเดียว

(ราชวรมณี, 2528, หน้า 54) ได้ให้ความหมายของความเมตตาไว้ว่า ความเมตตาคือความรักใคร่สงสาร ปรารถนาจะให้ผู้อื่นเป็นสุข และคิดให้ผู้อื่นพ้นทุกข์ อันจะแสดงออกมาในรูปของการกระทำในลักษณะต่างๆ เช่น การให้ความช่วยเหลือเกื้อกูล เสียสละส่วนแบ่งของตนให้กับผู้ที่ขาดแคลน และมีความจำเป็นกว่าการไม่เบียดเบียนผู้อื่นให้ได้รับความเดือดร้อน การ

ไม่ข่มเหงหรือทำร้าย ไม่ใช่ัวจากก้าวร้าวคูหมิ่น ทำลาย หรือคิดเอาเปรียบ ยินดีในความสุขและความสำเร็จของผู้อื่น ตลอดจนการให้อภัยไม่คิดจองเวรผู้ที่ทำร้ายตนเอง

(ธรรมวิภาคและคิทธิปฏิบัติ ฉบับมาตรฐาน, 2535, หน้า 43-44) ความเมตตาคือการแผ่หัวใจไมตรีจิตปรารถนาดี เพื่อความร่มเย็นเป็นสุขแก่มวลมนุษย์ และสรรพสัตว์ด้วยกัน

สรุปได้ว่า ความเมตตา คือ ความรัก ความปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุข โดยการแผ่ไมตรีจิตคิดให้สัตว์ทั้งปวงมีความสุขถ้วนหน้า

## 2. วิธีและขั้นตอนการเจริญเมตตา

เมตตามีการเจริญอย่างไร เมตตา นั้น ท่านกล่าวว่ามีอาการกระทำอารมณ์ไว้ในใจ โดยอุบายอันแนบกายเป็นเหตุให้เกิด ซึ่งเป็นการแสดงว่า เมตตาจะเกิดขึ้นได้นั้น จะต้องอาศัยการทำในใจ หรือการนึกคิดพิจารณาด้วยวิธีอันถูกต้องแนบกายทั้งนั้น เพราะก่อนที่จะเจริญเมตตาได้ก็ต้องทำให้เมตตาเกิดขึ้นในคนเสียก่อน ถ้าเมตตายังไม่เกิดขึ้นก็ไม่ทราบว่าจะเจริญกันอย่างไร การทำอย่างไรจึงเรียกได้ว่าเป็นการทำในใจโดยอุบายอันแนบกาย ข้อนี้ท่านแสดงไว้ว่า ให้ผู้ที่จะเจริญเมตตา ทำคนให้เป็นอุปมาคือ สร้างความรู้สึกให้เกิดขึ้นว่า "คนเราทุกคนที่เกิดมาในโลกมีความต้องการที่เหมือนกันประการหนึ่งคือ ความรักสุขและเกลียดชังความทุกข์ อยากรับอยู่ไม่อยากจะตาย" นี่เป็นความต้องการที่เรียกได้ว่าเป็นความต้องการอันเป็นพื้นฐานไม่ว่าจะเป็นสัตว์หรือคนก็ตามย่อมมีความต้องการเหมือนกัน ดังนั้น ท่านจึงสอนให้เรา รู้สึกขึ้นว่า เราชรักสุข และเกลียดชังทุกข์ฉันใด แม้คนอื่น สัตว์อื่น ก็ย่อมจะรักสุขและเกลียดชังทุกข์ฉันนั้น เป็นการทำความเข้าใจโดยวิธีการเอาใจเขามาใส่ใจเรานั่นเอง ดังนั้น ลำดับในการเจริญเมตตา ท่านจึงสอนไว้เป็น 4 ลำดับดังต่อไปนี้

1) ให้เจริญเมตตาไปในตนเองก่อน คือ นึกปรารถนาให้ตนมีความสุขพ้นจากทุกข์ทั้งปวง เพื่อจะให้ตนเองเป็นพยานว่า เราชรักสุขเกลียดทุกข์ฉันใด คนอื่นก็รักสุขเกลียดทุกข์ฉันนั้น การเจริญเมตตาในตัวเองนี้ทำได้ง่ายที่สุด แม้ไม่หัดคนเราก็มีความรู้สึกกันโดยปรกติแล้ว แต่ถ้าหัดเจริญเมตตาในตัวเองก็จะเป็นการก้าวไปสู่บันไดขั้นแรก เพื่อก้าวไปยังขั้นอื่นต่อไป

2) เมื่อเจริญเมตตาในตนเองจนเห็นประจักษ์แก่ใจถึงความรู้สึกรักคนของเราแล้ว ในลำดับต่อไปให้หัดเจริญเมตตาในคนที่เรารัก เช่น พ่อ แม่ บุตร ภรรยา สามี เพื่อนๆ หรือคนที่ เป็นญาติพี่น้อง ซึ่งจะง่ายเป็นลำดับสอง

การเจริญเมตตาในลักษณะทั้ง 2 ดังกล่าวนี้นี้ ท่านเรียกว่าเป็นการแผ่เมตตา โดยเจาะจงหรือโดยเลือกหน้า บาลีเรียกว่า โอทิสสภรณา

3) เมื่อเรามีจิตกล้าแข็งพอแล้ว คือ ความรู้สึกที่จะเห็นคนที่เรารักมีความสุข พ้นจากความทุกข์โดยจริงใจแล้ว ท่านสอนให้สร้างความรู้สึกอันนั้นคือ ความปรารถนาที่จะเห็นคนอื่น สัตว์อื่นมีความสุขนั้น ไปให้แก่คนที่เราไม่รักไม่ชอบ เจ็บๆ หรือเป็นคนที่เราไม่ค่อยมีความสนใจเท่าไรนัก

4) ต่อจากนั้นจึงหัดเจริญเมตตาขั้นยากที่สุด คือ เจริญเมตตาในคนที่เป็นตัวกู คือ พยายามสร้างความรู้สึกที่จะเห็นคนที่เป็นศัตรูเรามีความสุข จะเห็นได้ว่าหาใช่เป็นเรื่องง่ายไม่ เพราะตามปกติคนเรามักจะคิดแต่ให้ศัตรูพินาศย่อยยับ มีความอาฆาตพยาบาทต่อคนที่เป็นศัตรูกับคน พอใจที่จะเห็นศัตรูมีอันเป็นไปต่างๆ ดังนั้นการที่ใครก็ตามสามารถเจริญเมตตาไปใน คนที่เป็นศัตรูของคนได้ ก็ย่อมได้ชื่อว่าเขาสามารถใช้เมตตานั้น กำจัดความอาฆาตพยาบาท ออกไปได้ นับได้ว่าได้ลิ้มรสของเมตตาอย่างแท้จริง เมื่อสามารถทำได้เช่นนี้ ไม่ควรที่จะหยุด ความรู้สึกอันดีหรือเมตตาอันนั้นไว้ ให้สร้างความรู้สึกอันนั้น ให้แผ่กว้างออกไป โดยปรารถนาที่จะ เห็นคนทั้งหลาย รวมตลอดถึงสัตว์ด้วยอันเป็นเพื่อนทุกข์ร่วมเกิดแก่เจ็บตายกับคน มีความสุข ภายสบายใจเช่นเดียวกับคนและคนที่ตนรัก ดังคำแผ่เมตตาที่ว่า

“ สัพเพ สัตตา ขอสัตว์ทั้งหลายที่เป็นเพื่อนทุกข์เกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกันทั้งหมด ทั้งสิ้น จงเป็นสุขเป็นสุขเถิด อเวรา อย่าได้มีเวรแก่กันและกันเลย

สัพเพ สัตตา ขอสัตว์ทั้งหลายที่เป็นเพื่อนทุกข์เกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกันทั้งหมด ทั้งสิ้น จงเป็นสุขเป็นสุขเถิด อภัยปาชมา อย่าได้เบียดเบียนซึ่งกันและกันเลย

สัพเพ สัตตา ขอสัตว์ทั้งหลายที่เป็นเพื่อนทุกข์เกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกันทั้งหมด ทั้งสิ้น จงเป็นสุขเป็นสุขเถิด อนินา อย่าได้มีความทุกข์กายทุกข์ใจเลย

สัพเพ สัตตา ขอสัตว์ทั้งหลายที่เป็นเพื่อนทุกข์เกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกันทั้งหมด ทั้งสิ้น สุขี จงมีความสุขกายสุขใจ อัดคานัง บริหรันตุ รักษาตนให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเถิด”

การเจริญเมตตาในลักษณะทั้ง 2 อย่างดังกล่าวนี้ (ลำดับ 3, ลำดับ 4) ท่านเรียกว่า การแผ่เมตตาโดยไม่เจาะจงหรือไม่เลือกหน้า บาลีเรียกว่า อโนทิสสมรณา อนึ่งการเจริญ เมตตาอันดับที่ 4 ตามคำแผ่เมตตา นั้น นิยมกระทำกันภายหลังการทำบุญ ภายหลังสวดมนต์ ไหว้พระก่อนนอน หรือภายหลังการประชุมทางพระพุทธศาสนา ถ้าเมื่ออยู่ในที่ประชุมให้ทุกคนยื่นหันหน้าไปทางพระพุทธรูป เอามือขวาทับมือซ้าย ทอดสายตาลงต่ำแล้วตั้งใจแผ่เมตตา ความจริงแล้วการเจริญเมตตาในชีวิตประจำวันนั้น จะเจริญคอนไหนเวลาไหนไม่สำคัญขึ้นอยู่กับความพร้อม ความสะดวกแต่ต้องพยายามให้มีความพร้อม เพราะการทำความดีย่อมไม่ถูก จำกัดด้วยกาลเทศะ ใครทำเมื่อไรที่ไหน ถ้าเป็นความดีก็ย่อมจะให้ผลเป็นความดีโดยไม่ต้องสงสัย (พระโคตปิฎกสำหรับประชาชน, 2518, หน้า 162)

### 3. ประโยชน์ (อานิสงส์) ของการเจริญเมตตา

ผู้เจริญเมตตาในชีวิตประจำวันอยู่เสมอ จนจิตมั่นในเมตตา มีเมตตาเป็นคุณสมบัติ ประจำใจ ย่อมจะได้รับประโยชน์หรืออานิสงส์คือผลดี 11 ประการคือ

1) นอนหลับอย่างเป็นสุข (สบาย) เพราะไม่ต้องหวาดระแวงต่อภัยอันตรายที่จะเกิดขึ้น จากคนที่มิเวรกัน เป็นต้น

2) เวลาตื่นก็ยอมตื่นอย่างมีความสุข (สบาย) ทั้งกายและใจ เพราะได้ตื่นมาในท่ามกลางของความปลอดโปร่งใจ ไม่กังวล และหากระแวงต่อสิ่งต่างๆ อันไม่พึงประสงค์จะเกิดขึ้น

3) ในขณะที่นอนหลับอยู่ก็ไม่ฝันร้าย อันเป็นเหตุให้เกิดความหวาดกลัว เพราะจิตใจเราไม่คิดทางร้าย จึงเป็นการแน่นอนว่าจะไม่ฝันร้าย

4) เป็นที่รักของคนทั้งหลาย (มนุษย์ทั้งหลาย) ทั้งบ้านใกล้บ้านไกล เพราะคนไม่ได้สร้างเหตุให้คนอื่นเกลียด จึงไม่ทราบว่าจะใครจะเกลียดได้อย่างไร

5) เป็นที่รักของอมมนุษย์มี ภูตผี ปีศาจ มาร เปตต เป็นต้น เพราะการแผ่เมตตาโดยไม่เจาะจงนั้น เป็นการแสดงว่าเราได้สร้างความรักและหวังดีต่ออมมนุษย์ เหล่านี้ด้วย ดังนั้นเขาจึงได้รักและเมตตาต่อเราตอบ

6) เทวดาหรือเทพทั้งหลาย ย่อมให้การรักษาคุ้มครองไม่ว่าจะไปที่ไหนก็ตาม ย่อมไม่ประสมภัยพิบัติอันตรายต่างๆ

7) ไฟหรือศาสตราวุธ หรือยาพิษทั้งหลาย ไม่อาจจะทำร้ายได้ ทั้งนี้เพราะความเป็นผู้มีเมตตาของคนอันได้แผ่ไปนั่นเอง

8) จิตยอมตั้งมั่นเป็นสมาธิได้รวดเร็ว

9) สิหน้ำของผู้มีเมตตายอมจะเปล่งปลั่งผ่องใส ไม่ขุ่นมัวเพราะว่าภายในจิตไม่มีเรื่องที่ทำให้ขุ่นมัว

10) เมื่อจะตายใจก็สงบ ไม่ฟั่นเฟือนทำกาลกิริยา (ตาย)

11) หากยังไม่ได้บรรลุคุณธรรมเบื้องสูง (อริยมผล) เมื่อตายไปย่อมบังเกิดในสุคติพรหมโลก

ผลประโยชน์ 11 ประการดังกล่าวแล้วนี้ เป็นอานิสงส์แห่งการเจริญเมตตาที่พระพุทธรองค์ทรงแสดงไว้ ซึ่งเป็นการแสดงให้เห็นว่าเมตตานั้น เป็นธรรมะอันจำเป็นอย่างยิ่งในสังคมของมวลมนุษยชาติ ถ้ามนุษยชาติขาดเมตตาจิตต่อกันแล้ว ก็เป็นอันแน่นอนว่า ขณะนั้นโลกได้เข้าสู่ยุคสูญๆไปแล้ว แต่ที่เราเห็นโลกยังเป็นโลกดำรงอยู่ได้ก็เพราะอาศัยสายธารแห่งเมตตาต่อกันและกัน ดังที่นักปราชญ์ทางศาสนาได้กล่าวเอาไว้ว่า “โลโกปัตถัมภิกา เมตตา” - (ว.ว.) และมีเนื้อเพลงได้แสดงความหมายเอาไว้ว่า “เมตตาธรรม คำจุนโลก เมตตาธรรม คำจุนโลกเรา” (สุชีพ ปุณฺณานุภาพ, 2511, หน้า 73-74)

## พรหมวิหาร 4

### 1. ความหมายของพรหมวิหาร 4

พรหมวิหาร 4 ธรรมเป็นเครื่องอยู่ของพรหม คือ ธรรมประจำตัวของผู้ใหญ่โดยมุ่งสูงส่งจุดพรหม มี 4 อย่าง คือ

- 1) เมตตา ความรักใคร่ ปราศจากสันติสุขแก่ทุกชีวิต ประสานโลกให้อยู่ร่มเย็น
- 2) กรุณา ความสงสารใฝ่ใจในอันจะรับรู้ความเดือดร้อนแทนคนอื่นเหมือนทุกข์ของตน
- 3) มุทิตา ความพลอยยินดี พลอยชื่นชมยินดีต่อความสำเร็จของผู้อื่น โดยบริสุทธิ์ใจ

4) อุเบกขา ความวางใจเป็นกลาง ปลงใจวางเฉย เห็นเป็นธรรมดาของโลก ธรรม 4 อย่างนี้ ที่แผ่ไปโดยเจาะตัวก็ดี โดยไม่เจาะตัวแต่ยังกำจัดมุ่งเอาหมู่นั้นหมู่นี้ก็ดี จัดเป็นพรหมวิหาร แปลว่า ธรรมเป็นเครื่องอยู่ของพรหม โดยอธิบายว่า พรหมโดยอุบัตินี้ก็ พรหมโดยสมมติ คือผู้ใหญ่ก็ดี ย่อมอยู่ด้วยธรรมเหล่านี้

(ธรรมวิภาคและคิปปิปฏิบัติ ฉบับมาตรฐาน, 2535, หน้า 44)

### 2. ประโยชน์ของการประพฤติตามหลักธรรมพรหมวิหาร 4

- 1) กลายเป็นคนใจกว้างขวาง เยือกเย็น ไม่ก่อพิษและแพร่ภัยแก่ใคร
- 2) บุคลิกลักษณะที่น่านิยมนับถือ เป็นที่พึ่งของสังคม
- 3) มีน้ำใจประเสริฐ เปี่ยมด้วยมนุษยธรรม มองโลกในแง่ดี ซึ่งจะทำให้มีชื่อเสียงดีเด่น ชีวิตผาสุกทุกสถาน

(วิชย ธรรมเจริญ, 2545, หน้า 40)

## อารักขกัมมัฏฐาน 4

### 1. ความหมายของอารักขกัมมัฏฐาน 4

อารักขกัมมัฏฐาน 4 การเจริญธรรมเป็นเครื่องรักษาใจ คือ การฝึกให้พลังความคิดเป็นหนึ่งแน่วแน่ และสงบนิ่ง มี 4 อย่างคือ

1) พุทธานุสสติ ระลึกถึงปฏิปทา พระจริยาวัตร อัญยอดเยี่ยมของพระพุทธเจ้า เช่น ระลึกความพุทธคุณทั้ง 9 บท มี อรหํ สมมาสมพุทฺโธ เป็นต้น หรือระลึกถึงคุณที่มีในพระองค์และทรงเกื้อกูลแก่ผู้อื่น

2) เมตตา แผ่หัวใจไมตรีจิตปรารถนาดี เพื่อความร่มเย็นเป็นสุขแก่มวลมนุษย์และสรรพสัตว์ทั่วกัน

3) อสุภะ หยั่งรู้ชัดซึ่งความน่าเกลียด สิ่งสกปรกของส่วนประกอบต่างๆ ในร่างกาย โดยการพิจารณาร่างกายโดยรวมก็ดี โดยแยกพิจารณาาก็ดีให้เห็นว่าไม่สวยไม่งาม

4) มรณัสสคติ หมั่นนึกเสมอว่า ตนเองตายเช่นคนอื่น หนีไม่พ้นแน่ เพราะความ ชำรุดทรุดโทรมนั้นนั้นจะมีประจำอยู่ในร่างกาย

(ธรรมวิภาคและคิปปฎิบัติ ฉบับมาตรฐาน, 2535, หน้า 43-44)

## 2. ประโยชน์ของการประพฤติตามหลักธรรมรักษากัมมัฏฐาน 4

- 1) ใจมั่นคงในพุทธธรรม มุ่งหมายพันทุกข์ตามแนวทางพุทธบาท
- 2) ใจรักอุคตการณ พลิความสุขส่วนตัว จิตคงที่ไม่ตกเป็นทาสกิเลสจิตเหนือ กระแสโลก
- 3) เข้าใจแก่นแท้ของชีวิตรีบช่วยชวยทำประโยชน์แก่สาธารณะ (วิชัย ธรรมเจริญ, 2545, หน้า41)

## ศีล 5

### 1. ความหมายของศีล

พระธรรมโฆษาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ, 2527, หน้า 21) ได้อธิบายว่า ศีล หมายถึง ความเป็นปกติ หรือภาวะปกติธรรมดา คือการทำทุกอย่างอยู่ตามหน้าที่ ที่ควรจะทำอยู่ใ ภาวะปกติ ไม่เดือนร้อน ไม่กระวนกระวาย ไม่กระสับกระส่าย ไม่มีความสกปรกของ ความเศร้า หมองใดๆ ศีล หมายถึง ระเบียบที่ได้บัญญัติขึ้นไว้สำหรับประพฤติปฏิบัติกัน เพื่อให้เกิดภาวะ ปกติขึ้นมาที่กาย วาจา

### 2. ลักษณะของศีล 5

ตามที่ปรากฏต่อผู้ปฏิบัติในรูปแบบของการไม่เบียดเบียนผู้อื่น ความพร้อมที่จะทำ ความดีและสงบเสงี่ยมเรียบร้อย ซึ่งพระพุทโฆษาจารย์แสดงไว้ 3 ลักษณะ ดังนี้

- 1) ศีลมีสภาพที่จะพึงเห็นได้ มีกาย วาจา เรียบร้อย ไม่เบียดเบียนผู้อื่นให้เดือดร้อน จึงไม่ต้องหวาดระแวงว่าจะมีใครมาทำร้ายคน มีชีวิตอยู่อย่างสงบสุข
- 2) ศีลมีความเป็นปกติ พร้อมทั้งจะรองรับความดีอื่นๆ ได้ คือ เมื่อมีศีล มีกาย วาจา เป็นปกติ จึงพร้อมที่จะริเริ่มทำความดีอื่นๆ ต่อไปได้
- 3) ศีลทำให้มีความเป็นอยู่อย่างเรียบร้อย คือ ดำรงตนอยู่อย่างสบายกาย วาจา ไม่เดือดร้อน

### 3. องค์ประกอบของศีล 5

ศีล 5 จัดเป็นสิกขาบทสำหรับคฤหัสถ์ ใช้ในฐานะเป็นข้อฝึกหัดของชาวพุทธ หรือกฎ ความประพฤติกของอริยสาวกฝ่ายฆราวาส เรียกว่า สิกขาบท 5 ข้อ เช่นในสังคีติสูตร จัด สิกขาบทไว้ 5 อย่าง คือ

- 1) ปาณาติปาตา เวรมณี เจตนาเป็นเครื่องงดเว้นจากการฆ่าสัตว์
- 2) อทินนาทานา เวรมณี เจตนาเป็นเครื่องงดเว้นจากการลักทรัพย์

- 3) กาเมสุ มิจุณาจวรา เวรมณี เจตนาเป็นเครื่องงดเว้นจากการประพฤตินิดในกาม
  - 4) มุสาวาทา เวรมณี เจตนาเป็นเครื่องงดเว้นจากการพูดเท็จ
  - 5) สุราเมรยมชชปมาทภูฐานา เวรมณี เจตนาเป็นเครื่องงดเว้นจากการดื่มน้ำเมา
- คือ สุรา และเมรัย อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท

ศีล 5 หรือสิกขาบท 5 ข้อ นี้เป็นข้อปฏิบัติเบื้องต้นในการเว้นจากการทำความชั่วโดยการรักษากาย วาจา ให้ปกติ ด้วยการงดเว้นจากบาปกรรม 5 อย่าง พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต, 2540 หน้า 56) และตั้งข้อสรุปของ ธนิต อยู่โพธิ์ (2540, หน้า 53) ที่กล่าวว่า ผู้กระทำบาปกรรมทั้ง 5 ข้อ แม้เพียงอย่างเดียวอย่างหนึ่ง ชื่อว่าผู้ทำผิดเพราะกระทำในสิ่งที่ตรงกันข้ามกับศีล ซึ่งเรียกอีกอย่างว่า ผู้สร้างเวร คือ เป็นผู้มีเจตนาเข้ามาซึ่งภัยและเวรเป็นเหตุให้ได้รับความทุกข์ในอบายภูมิทุกคติภพและเมื่อเกิดในสุคติภพ ก็ประสบกรรม อาจอายุสั้น เป็นต้น ฉะนั้น ศีล 5 หรือ สิกขาบท 5 มุ่งหมายให้งดเว้นจากภัยและเวรทั้ง 5 โดยมุ่งเจตนา ความตั้งใจ เป็นสำคัญ

#### 4. ความสำคัญของศีล 5

เป็นธรรมของมนุษย์ เพราะคนเราจะเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์นั้น มิใช่ว่าเกิดมาเป็นมนุษย์เท่านั้นจะต้องมีธรรมสำหรับมนุษย์อีกด้วย พระพุทธเจ้าทรงพิจารณาเห็นว่า โลกนี้จะสงบร่มเย็นเมื่อคนเราเคารพสิทธิซึ่งกันและกัน ไม่เบียดเบียนกันทางกาย วาจา อันเป็นพื้นฐานมาจากใจ ตั้งข้อสรุปของ พระพุทธทาสภิกขุ (2540, หน้า 77) ว่า บุคคลในสังคมขาดศีลธรรมไม่อาจจะดำรงอยู่ได้ เพราะทนต่อพฤติกรรมที่ทุศีลของตนเองไม่ได้ ตัวเองก็ทนตัวเองไม่ได้ เมื่อตัวเองไม่มีศีลตัวเองจะทนพฤติกรรมของคนไม่ได้ คือ มีโรคทางวิญญาณ โรคบาป โรคกรรม โรคทรมานจิต ทรมานวิญญาณมากขึ้นจนตัวเองก็ทนไม่ได้เพราะไม่มีศีล สังคมก็ทนไม่ได้ สังคมรอบตัวเขาก็ทนไม่ได้ ถ้าคนไม่มีศีลจะเกิดเสนียดจัญไรของสังคมมากยิ่งขึ้น และยังสอดคล้องกับข้อสรุปของ พระราชวรมุนี (2529, หน้า 413) ว่า ศีล 5 เป็นหลักสำคัญขั้นต้นของการเป็นชาวพุทธ หากบุคคลขาดศีลก็ไม่จัดว่าเป็นชาวพุทธได้ ทั้งนี้เพราะหลักคำสอนเรื่องศีลเป็นสิ่งสะท้อนถึงเจตารมณ์ของพระพุทธศาสนาในด้านความสัมพันธ์ทางสังคมของมนุษย์ เพราะคำสอนและหลักปฏิบัติทางพระพุทธศาสนามีส่วนเกี่ยวข้องกับสังคมมากที่สุด เรื่องของศีลเป็นระบบควบคุมชีวิตด้านนอกเกี่ยวกับการแสดงออกทางกาย วาจา มีความสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อม โดยเฉพาะอย่างยิ่งมนุษย์กับมนุษย์ด้วยกัน

สรุปได้ว่า ศีลนั้นมีความสำคัญต่อตนเอง และสังคม ซึ่งเป็นบรรทัดฐานทางพฤติกรรม ไม่เบียดเบียนกันทางกาย วาจา อันมีพื้นฐานมาจากใจ พระพุทธเจ้าทรงตรัสว่า ศีลเป็นที่ตั้งเป็นบ่อเกิดแห่งคุณงามความดีทั้งหลาย และเป็นประธานแห่งคุณความดีทั้งปวง

## สมณะและวิปัสสนากัมมัฏฐาน

### 1. การทำสมาธิเบื้องต้น

พร รัตนสุวรรณ (ม.ป.ป., หน้า 3-4) กล่าวถึงการทำสมาธิไว้ดังนี้

สมาธิ แปลว่า ความสงบ ความไม่ฟุ้งซ่าน ความแน่วแน้อยู่ในอารมณ์อันเดียว คนที่อ่านหนังสือแต่ไม่รู้เรื่อง เพราะใจไม่ได้อยู่กับตัวหนังสือ คนที่ฟังเขาพูด แต่ใจลอยคือมัวไปคิดถึงเรื่องอื่น คนที่มีลักษณะเช่นนี้ ก็คือคนที่ไม่มีสมาธิ เหตุไรคนบางคนจึงใจลอยบ่อย ๆ สมาธิในการเรียน หรือในการทำงานไม่มี นี่เป็นเรื่องที่เราจะพูดในตอนต่อไป สำหรับในขั้นนี้ขอให้อ่านแต่เพียงว่า สมาธิคืออะไร และจำเป็นอย่างไร

การฝึกสมาธิ คือการฝึกหัดให้มีสติอยู่กับตัว การเจริญวิปัสสนาคือการเรียนธรรมะจาก ของจริง คำพูดสองประโยคนี้โปรดจำไว้ให้แม่น และได้แบ่งสมาธิไว้ 3 อย่าง คือ

1) ขณิกสมาธิ โดยธรรมดาคนเราได้ขณิกสมาธิอยู่เสมอ เช่น ในการอ่านหนังสือ การเขียนหนังสือ การพูดเราต้องใช้สมาธิทั้งนั้น เพราะถ้าจิตไม่เป็นสมาธิแล้ว จะฟังไม่รู้เรื่อง จะอ่านหนังสือไม่รู้เรื่อง ทำงานอะไรไม่ได้ คนที่ไม่มีสมาธิ ก็คือคนที่ไม่มีสติอยู่กับตัว เป็นคนใจลอย ปล่อยให้อารมณ์ชักจูงไป เพราะฉะนั้นจะเห็นได้ว่า สมาธิเป็นของจำเป็น สมาธิที่เราใช้กันอยู่ในชีวิตประจำวันก็คือ ขณิกสมาธิ

2) อุปจารสมาธิ คือสมาธิที่จวนจะถึงขั้นฌาน สมาธิขั้นนี้คนทั่วไปทำได้ยาก แต่ก็ไม่ใช่หมายความว่า จะยากสำหรับทุกคน บางคนฝึกภายในวันเดียวอาจจะได้อุปจารสมาธิก็ได้ ลักษณะของอุปจารสมาธิก็คือ ถ้าเรานั่งหลับตาทำใจให้สงบ แล้วนึกภาพอย่างหนึ่งขึ้นมา ถ้าภาพนั้นปรากฏชัด แล้วสามารถบังคับภาพให้เป็นไปตามใจนึกได้ ถ้าทำได้อย่างนี้ก็หมายความว่า ได้อุปจารสมาธิ หรืออีกนัยหนึ่ง ถ้าเรานึกถึงลมหายใจเข้าออก ถ้าสามารถกำหนดลมได้ทุกขณะ จิตติดต่อกันไปไม่ขาดสายได้เป็นเวลานาน ๆ ไม่น้อยกว่า 5 หรือ 10 นาที โดยที่นิเวศทั้ง 5 ไม่เกิด ซึ่งหมายความว่าตลอดเวลาที่กำหนดลมหายใจนั้น ไม่มีความอยากในสิ่งใดสิ่งหนึ่งเกิดขึ้น ไม่มีความขุ่นหรือความไม่พอใจในสิ่งใด ความขี้เกียจและความง่วงไม่มี ความฟุ้งซ่าน ความรำคาญไม่มี ความสงสัยในสิ่งต่าง ๆ ก็ไม่มี และพร้อมกันนั้นก็มียोगค์ของฌานเกิดขึ้นด้วย กล่าวคือ สามารถที่จะนึกและคิดอยู่ในอารมณ์อันเดียวได้เป็นเวลานาน ๆ โดยไม่มีความคิดอื่น ๆ แทรกขึ้นมาเลย และในใจก็รู้สึกว่ามีปิติและสุขเกิดขึ้นด้วย ผู้ใดถ้าสามารถทำใจได้แน่วแน่ได้ อย่างนี้ก็หมายความว่า ได้อุปจารสมาธิ

3) อัปปนาสมาธิ แปลว่า สมาธิที่แน่วแน่ หรืออีกนัยหนึ่งแปลว่าสมาธิที่แน่นแฟ้น กล่าวคือ สมาธิที่จับอารมณ์ไว้แน่นติดต่อกันไปทุกขณะจิตโดยไม่มีการตกภวังค์ อัปปนาสมาธิก็คือฌาน ซึ่งแบ่งออกไปได้อีกหลายชั้น อุปจารสมาธิกับอัปปนาสมาธิมีลักษณะอย่างเดียวกันทุกอย่าง ต่างกันแต่เพียงว่า อุปจารสมาธิยังมีอื่น ๆ อีก

กรรมะปฏิบัติ (2548, กรกฎาคม 3) ได้กล่าวถึง หลักทั่วไปในการทำสมาธินั้น พอจะสรุปเป็นข้อ ๆ ได้ดังนี้

1) ทหาความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการทำสมาธิให้มากที่สุดก่อนที่จะทำสมาธิ เพื่อจะได้ประหยัดเวลาไม่ต้องลองผิดลองถูก และไม่หลงทาง ป้องกันปัญหาที่อาจจะเกิดขึ้นเพราะความไม่รู้ หรือเข้าใจผิด นอกจากนี้ยังป้องกันความฟุ้งซ่านที่อาจจะเกิดขึ้นจากความลึกลับสงสัยอีกด้วย

2) เลือกวิธีที่คิดว่าเหมาะสมกับตนเองมากที่สุด แล้วลองทำไปสักกระยะหนึ่งก่อนถ้าทำแล้วสมาธิเกิดได้ยากก็ลองวิธีอื่น ๆ ดูบ้าง เพราะจิตและลักษณะนิสัยของแต่ละคนไม่เหมือนกัน วิธีที่เหมาะสมของแต่ละคนจึงต่างกันไป บางคนอาจจะเหมาะกับการตามคู่มือหายใจ ซึ่งอาจจะใช้คำบริกรรมว่าพุทท-โธ หรือ เข้า/ออก ประกอบ บางคนอาจจะเหมาะกับการแผ่เมตตา บางคนถนัดการเพ่งกลืน เช่นเพ่งวงกลมสีขาว ฯลฯ

ซึ่งวิธีการทำสมาธินั้นมีมากถึง 40 ชนิด เพื่อให้เหมาะกับคนแต่ละประเภท แต่ที่พระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญมากที่สุด ก็คืออานาปานสติ คือการตามสังเกต ตามรู้ลมหายใจเข้าออกนั่นเอง (ดูรายละเอียดได้ในเรื่องนิวรรณ์ 5 และวิธีแก้ไข ในหมวดกรรมฐาน (สมาธิ) ในหัวข้อแก้ไขนิวรรณ์ 5/อุทัจจกุกกัจจะ และในเรื่องอานาปานสติสูตร ในหมวดวิปัสสนา (ปัญญา) เพราะทำได้ในทุกที่ โดยไม่ต้องเตรียมอุปกรณ์ใด ๆ เลย ทำแล้วจิตใจเย็นสบาย ไม่เครียด

3) อยู่ใกล้ผู้รู้ หรือปรึกษาคนปรกษาทันทีที่สงสัย เพื่อไม่ให้ความสงสัยมาทำให้จิตฟุ้งซ่าน

4) พยายามตัดความกังวลทุกอย่างที่เกิดขึ้นออกไปให้มากที่สุด โดยการทำงานทุกอย่างที่ค้างค้างอยู่ให้เสร็จเรียบร้อยก่อนที่จะทำสมาธิ หรือถ้าทำสมาธิไปแล้ว เกิดความกังวลถึงการทำงานใดขึ้นมา ก็ให้บอกกับตัวเองว่าตอนนี้เป็นเวลาทำสมาธิ ยังไม่ถึงเวลาทำงานอย่างอื่น เอาไว้ทำสมาธิเสร็จแล้วถึงไปจัดการเรื่องนั้น ๆ ให้เรียบร้อยก่อนก็ได้ ถ้าคิดว่าชินนั่งต่อไปก็เสียเวลาเปล่า เมื่องานนั้นเสร็จแล้วก็รีบกลับมาทำสมาธิใหม่

5) ก่อนนั่งสมาธิถ้าอาบน้ำได้ก็ควรอาบน้ำก่อน หรืออย่างน้อยก็ควรล้างหน้าล้างมือล้างเท้าก่อนจะทำให้โล่งสบายตัว เมื่อกายสงบระงับ จิตก็จะสงบระงับได้ง่ายขึ้น

6) ควรทำสมาธิในที่ที่สงบ อากาศเย็นสบาย ไม่พลุกพล่านจอแจ

7) ก่อนนั่งสมาธิควรเดินจงกรม (เดินกลับไปกลับมาช้า ๆ โดยยึดจิตใจไว้ที่จุดใดจุดหนึ่งในเท้า ข้างที่กำลังเคลื่อนไหว เช่น ปลายเท้า หรือสันเท้า โดยควรมีคำบริกรรมประกอบเช่น ขวา/ซ้าย ฯลฯ)

8) การนั่งสมาธินั้นควรนั่งในท่าขัดสมาธิ หลังตรง (ไม่นั่งพิงเพราะจะทำให้ง่วงได้ง่าย) หรือถ้าร่างกายไม่อำนวย ก็อาจนั่งบนเก้าอี้ก็ได้ นั่งบนพื้นที่อ่อนนุ่มตามสมควรทอดตาลงต่ำ ท้ากล้ามเนื้อให้ผ่อนคลาย อย่าเกร็ง (เพราะการเกร็งจะทำให้ปวดเมื่อย และจะทำให้จิตเกร็งตามไปด้วย) นั่งให้ร่างกายอยู่ในท่าที่สมดุล มั่นคง ไม่โยกโคลงไค้่าง่าย มือทั้ง 2 ข้าง ประสานกัน

ปลายนิ้วหัวแม่มือและกันเบา ๆ วางไว้บนหน้าคัก หลังคาลงช้า ๆ หลังจากนั้นส่งจิตไปสำรวจตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ให้ทั่วทั้งตัว เพื่อดูว่ามีกล้ามเนื้อส่วนใดที่เกร็งอยู่ได้หรือไม่ ถ้าพบให้ผ่อนคลายกล้ามเนื้อส่วนนั้นให้หายเกร็ง โดยไล่จากปลายเท้าที่ละข้าง ค่อย ๆ สำรวจเลื่อนขึ้นมาเรื่อย ๆ จนถึงสะโพก แล้วย้ายไปสำรวจที่ปลายเท้าอีกข้างหนึ่ง ทำเช่นเดียวกัน จากนั้นก็สำรวจจากสะโพก ไล่ขึ้นไปจนถึงยอดอก แล้วสำรวจจากปลายนิ้วมือที่ละข้าง ไล่มาจนถึงไหล่ เมื่อทำครบสองข้างแล้ว ก็สำรวจไล่จากกายอดอกไปจนถึงปลายเส้นผม ก็จะเป็นการผ่อนคลายกล้ามเนื้อได้ทั่วร่างกาย จากนั้นหายใจเข้าออกลึก ๆ ลึก 3 รอบ โดยมีสติอยู่ที่ลมหายใจ ตรงจุดที่ลมกระทบปลายจมูก พร้อมกับทำจิตใจให้รู้สึกผ่อนคลายลงเรื่อย ๆ หลังจากนั้นจึงเริ่มทำสมาธิตามวิธีที่เลือกเอาไว้

9) อย่าตั้งใจมากเกินไป อย่าไปกำหนดกฎเกณฑ์ว่าวันนั้นวันนี้จะต้องได้ขั้นนั้นขั้นนี้ เพราะจะทำให้เคร่งเครียด จิตจะหยาบกระด้าง และจิตจะไม่อยู่กับปัจจุบัน เพราะมันแต่ไปจดจ่ออยู่กับผลสำเร็จซึ่งยังไม่เกิดขึ้น จิตจะพุ่งไปที่อนาคต เมื่อจิตไม่อยู่กับปัจจุบันสมาธิก็ไม่เกิดขึ้น

ให้ทำใจให้สบาย ๆ ผ่อนคลาย คิดว่าได้แค่นี้ก็แค่นี้ แล้วค่อย ๆ รวมจิตเข้ามาที่จุดที่ใช้ยึดจิตนั้น (เช่นลมหายใจ และคำบริกรรม) แล้วคอยสังเกตสิ่งที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้าในขณะนั้น (เช่น ความหยาบ/ละเอียด ความยาว ความลึก ความเย็น/ร้อน ของลมหายใจ) จิตก็จะอยู่ที่ปัจจุบัน แล้วสมาธิก็จะตามมาเอง ถ้าพุ่งชานไปบ้างก็คิดว่าเป็นเรื่องธรรมดาของจิต อย่ากังวลอย่าอารมณ์เสีย (จะทำให้จิตอวบขึ้น) เพราะคนอื่น ๆ ก็เป็นกันทั้งนั้น เมื่อรู้คำว่าพุ่งชานออกไปแล้ว ก็ใจเย็น ๆ กลับมาเริ่มทำสมาธิใหม่ แล้วจะดีขึ้นเรื่อย ๆ เอง

10) ใหม่ ๆ ควรนั่งแค่น้อยก่อน เช่น 5 -15 นาที แล้วจึงค่อย ๆ เพิ่มขึ้นเป็น 20,30,40, นาที ตามลำดับ เพื่อให้ร่างกายและจิตใจค่อย ๆ ปรับตัว เมื่อนั่งไปแล้วหากรู้สึกปวดขาหรือเป็นเหน็บ ก็ขอให้พยายามอดทนให้มากที่สุด ถ้าทนไม่ไหวจริง ๆ จึงจะขยับ เพราะทุกครั้งที่มีการขยับตัวจะทำให้เกิดจิตกวัดแกว่ง ทำให้สมาธิเคลื่อนได้ และโดยปกติแล้วถ้าทนไปได้ถึงจุดหนึ่งเมื่ออาการปวดท้องหรือเป็นเหน็บนั้นเกิดขึ้นเต็มที่แล้ว อาการปวดหรือเหน็บนั้นก็หายไปเอง และมักจะเกิดความรู้สึกเบาสบายขึ้นมาแทนที่ ซึ่งเป็นอาการของมิตินี้ที่เกิดจากสมาธิ

11) การทำสมาธินั้น เมื่อใช้สิ่งไหนเป็นเครื่องยึดจิต ก็ให้ทำความรู้สึกเหมือนกับว่า ตัวเราทั้งหมดไปรวมกันเป็นก้อนกลม ๆ เล็ก ๆ อยู่ที่จุดยึดจิตนั้น เช่นถ้าให้ลมหายใจ (อานาปานสติ) ก็ทำความรู้สึกว่าตัวเราทั้งหมดย่อส่วนเป็นตัวเล็ก ๆ ไปนั่งอยู่ที่จุดที่รู้สึกว่ามีลมกระทบอย่างชัดเจนที่สุด เช่น ปลายรูจมูกข้างใดข้างหนึ่ง หรือริมฝีปากบน เป็นต้น ให้ทำความรู้สึกที่จุดนั้นเพียงจุดเดียว ไม่ต้องเลื่อนคามาลมหายใจ เหมือนเวลาเสียบไม้ คาก็มองเฉพาะที่จุดที่เสียบสัมผัสกับไม้เพียงจุดเดียว ไม่ต้องมองคามใบเสียบ ก็จะได้รู้ว่าตอนนี้กำลังเสียบเข้าหรือเสียบออก เมื่อจิตอยู่ที่จุดลมกระทบเพียงจุดเดียว ก็จะรู้สึกทาง และลักษณะของลมได้เช่นกัน

12) ไม่ว่าอะไรจะเกิดขึ้นก็อย่าตกใจ อย่ากลัว อย่ากังวล เพราะทั้งหมดเป็นเพียงอาการของจิต พยายามตั้งสติเอาไว้ให้มั่นคง ครอบงำใจที่ไม่กลัว ไม่ตกใจ ไม่ขาดสติ ก็จะไม่

อันตรายใด ๆ เกิดขึ้น ทำให้ใจเป็นปกติ แล้วคอยสังเกตสิ่งเหล่านั้นเอาไว้ แล้วทุกอย่างก็จะดีขึ้นเอง ถ้าเห็นภาพที่หน้ากลัวปรากฏขึ้นมา หรือรู้สึกว่าได้สัมผัสกับสิ่งที่น่ากลัวใด ๆ ก็ตาม ให้แผ่เมตตาให้สิ่งเหล่านั้น แล้วคิดว่าอย่าได้มารบกวนการปฏิบัติของเราเลย ถ้าไม่หายกลัวก็นึกถึงสิ่งศักดิ์สิทธิ์เพื่อให้เป็นที่พึ่งทางใจ แล้วพยายามอย่าใส่ใจถึงสิ่งน่ากลัวนั้นอีก ถ้าแก้ไม่หายจริง ๆ ก็ตั้งสติเอาไว้ หายใจยาว ๆ แล้วค่อย ๆ ถอนจากสมาธิออกมา เมื่อใจเป็นปกติแล้วถึงจะทำสมาธิใหม่อีกครั้ง สำหรับคนที่ตกใจง่าย ก็อาจนั่งสมาธิหน้าพระพุทธรูป หรือนั่งโดยมีเพื่อนอยู่ด้วย ก่อนนั่งก็ควรสวดมนต์ไหว้พระก่อน แล้วอธิษฐานให้สิ่งศักดิ์สิทธิ์ช่วยคุ้มครอง

13) ถ้าจิตไม่สงบ ก็ลองแก้ไขตามวิธีที่ได้อธิบายเอาไว้ในเรื่องนิวรรณ์ 5 และ วิธีแก้ไขในหมวดสมถกรรมฐาน (สมาธิ) ซึ่งได้อธิบายเอาไว้อย่างละเอียดแล้ว

14) เมื่อจะออกจากสมาธิ ควรแผ่เมตตาให้กับสรรพสัตว์ทั้งหลายก่อน โดยการระลึกถึงความปรารถนาให้ผู้อื่น และสัตว์ทั้งหลายมีความสุขด้วยใจจริง จากนั้นก็อุทิศส่วนกุศลที่ได้จากการทำสมาธินั้น ให้กับเจ้ากรรมนายเวร ผู้มีพระคุณ และสรรพสัตว์ทั้งหลาย (ระลึกให้ด้วยใจ) แล้วหายใจออกยาว ๆ ลึก ๆ ลัก 3 รอบ พร้อมกับค่อย ๆ ถอนความรู้สึกจากสมาธิช้า ๆ เสร็จแล้วค่อย ๆ ลืมตาขึ้น ปิดเนื่อปิดตัวคลายความปวดเมื่อย แล้วจึงค่อย ๆ ลุกขึ้นยืนช้า ๆ

15) เมื่อตั้งใจจะทำสมาธิให้จริงจัง ควรงดเว้นจากการพูดคุยให้มากที่สุด เว้นแต่เพื่อให้คลายความสงสัยที่ค้างคาอยู่ในใจ เพราะการคุยนั้นจะทำให้จิตฟุ้งซ่าน คือในขณะที่คุยกันก็มีโอกาสทำให้เกิดกิเลสขึ้นมาได้ ทำให้จิตหยาบกระด้างขึ้น และเมื่อทำสมาธิก็จะเก็บมาคิดทำให้สมาธิได้ยากขึ้น โดยเฉพาะการคุยกับคนที่สมาธิน้อยกว่าเรา นอกจากนี้ ควรเว้นจากการร้องรำทำเพลง การฟังเพลง รวมถึงการดูการละเล่นทั้งหลาย เพราะสิ่งเหล่านี้จะเพิ่มกามฉันทะ ซึ่งเป็นนิวรรณ์ชนิดหนึ่ง อันเป็นอุปสรรคต่อการทำสมาธิ

ดังนั้น แนวคิดทฤษฎีต่าง ๆ ที่กล่าวมาข้างต้น การทำสมาธิเบื้องต้น คือการฝึกหัดให้มีสติอยู่กับตัวโดยการทำให้จิตเกิดความสงบ ความไม่ฟุ้งซ่าน ความแน่วแน่อยู่ในอารมณ์อันเดียว

## 2. การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน

มนุษย์ส่วนแต่ต้องการหลีกเลี่ยงจากความทุกข์ และต้องการมีชีวิตอย่างสุขสบาย แต่มนุษย์ไม่รู้ว่าทำอย่างไรจึงจะพ้นทุกข์ และมีชีวิตที่มีความสุขอย่างแท้จริง

ในสมัยพุทธกาลก็เช่นเดียวกับสมัยปัจจุบัน คือ เชื่อกันว่าวิธีปฏิบัติภาวนาต่าง ๆ ที่สืบต่อกันมาเป็นวิธีที่สามารถดับทุกข์ได้ ซึ่งในสมัยนั้นพระพุทธองค์ได้ทรงทดลองปฏิบัติตามวิธีการต่าง ๆ เหล่านั้นเช่นกัน ทรงพบว่าหาใช่เป็นหนทางดับทุกข์ได้อย่างแท้จริงไม่ จึงทรงค้นหาวิธีการที่จะดับทุกข์ได้อย่างแท้จริงไม่ จึงทรงค้นหาวิธีที่จะดับทุกข์ได้อย่างแท้จริงด้วยพระองค์เอง และได้ข้อสรุปว่าวิธีการปฏิบัติวิปัสสนานี้ เป็นวิธีการเดียวที่สามารถจัดความทุกข์ทั้งมวลออกจากชีวิตของพระองค์ได้ ไม่ว่าจะเป็ความทุกข์ที่เกิดจากการมีชีวิตอยู่หรือความทุกข์ที่เกิดจากความตาย และส่งผลให้ได้ทรงบรรลุพระสัมมาสัมโพธิญาณ มนุษย์ล้วนแต่

ต้องการหลีกเลี่ยงจากความทุกข์ และต้องการมีชีวิตอย่างสุขสบาย แต่มนุษย์ไม่รู้ว่าทำอย่างไรจึงจะพ้นทุกข์ และมีชีวิตที่มีความสุขอย่างแท้จริง

มีวิธีปฏิบัติภาวนาหลายวิธีที่ให้ผลเป็นความสงบเพียงชั่วคราวครั้งชั่วคราว โดยทำให้เกิดความรู้สึกเสมือนหนึ่งว่า ได้หลุดพ้นจากความทุกข์แล้ว แต่ความจริงนั้นหากได้หลุดพ้นจากความทุกข์อย่างแท้จริงไม่ เป็นการหันเหจิตใจจากความทุกข์เฉพาะหน้าไปสู่สิ่งอื่นเท่านั้น ในส่วนลึกของจิตเรายังคงรู้สึกถึงแรงกดดันที่มีอยู่ ยังสร้างความคิดปรุงแต่ง พร้อมจะหวั่นไหวและถูกกระตุ้นไปกับโลกะ โทสะ และโมหะ

นารายัน โกเอ็นก้า (Narayann Goenga. 2537, หน้า181) ให้ทัศนะด้านการปฏิบัติไว้ในหนังสือ The Discourse Summaris ว่า คำสอนของพระพุทธองค์นั้น คือ การเปลี่ยนจากความจริงขั้นพื้นฐานตามที่ชาวโลกเข้าใจกัน มาสู่สัจธรรม คือ ความจริงอันสูงสุด ความจริงขั้นพื้นฐานนั้นมีแต่จะทำให้เกิดสิ่งลวงตาความเข้าใจผิดและความสับสน การแยกแยะสิ่งเหล่านี้ ออกเป็นส่วน ๆ แล้วสังเกตจะทำให้เราได้พบสัจธรรม และรู้ถึงสภาวะธรรมของรูปว่าเป็นเพียงความสันสะเทือน หรือ ปกัมปิโต กับเริ่มรู้ถึงสภาวะธรรมของนามหรือจิตเช่นกัน ในขั้นต้นเราจะพบว่าจิตประกอบขึ้นจาก 4 ส่วนด้วยกัน คือ วิญญาณ สัญญา เวทนา สังขาร

ยกตัวอย่างเช่น เมื่อมีเสียงมากระทบหูก็เป็นเหมือนความสันสะเทือนมากระทบกับความสันสะเทือน แล้วความสันสะเทือนใหม่ก็เกิดขึ้น อุปมาดังการตีฆ้องลงไปเพียงครั้งเดียว แต่ความสันสะเทือนของฆ้องทำให้เกิดเสียงต่อเนื่องได้ระยะหนึ่งฉับใด เมื่อมีเสียงมากระทบหู ร่างกายทั้งร่างก็สันสะเทือนฉับนั้น เมื่อแรกเริ่มขณะเป็นเด็กอาจรู้สึกแต่เฉพาะกระแสความสันสะเทือนทางจิต ไม่มีสุข ไม่มีทุกข์ ปกติธรรมดา (อทุกข์มสุขเวทนา) แต่เมื่อเจริญวัยขึ้นถ้ามีเสียงมากระทบหู ส่วนหนึ่งของจิตที่เรียกว่า วิญญาณ จะบอกให้รู้ว่ามีสิ่งมากระทบหู หน้าที่ของวิญญาณ คือ รับรู้ วิญญาณเป็นส่วนแรกของจิตที่คอยรับรู้ว่ามีอะไรมากระทบที่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ต่อจากนั้นอีกส่วนหนึ่งของจิตก็จะทำหน้าที่ของมัน ส่วนนั้นคือสัญญา หน้าที่ของสัญญา คือ ความจำได้หมายรู้ สัญญาจะจำเสียงนั้นว่าเป็นเสียงอะไร เป็นคำพูดคำพูดชนิดไหนชมหรือตำหนิ นี่คือหน้าที่ของสัญญา ซึ่งสัญญานี้จะถูกครอบงำโดยสังขาร หรือสิ่งปรุงแต่งในอดีตของเรา ดังนั้น สัญญาจะแยกแยะเสียงนั้นออกตามความคิดปรุงแต่งแต่อดีต ในทันทีที่สัญญาแยกแยะได้ว่าเสียงนั้นเป็นเสียงคำหนิ ผู้เป็นนักปฏิบัติจะรู้สึกได้ทันทีว่าความสันสะเทือนที่ไม่สบายขึ้นมาทันที และนั่นก็คือ ทุกขเวทนา ทั้งนี้เพราะสัญญาส่งสัญญาณว่าคำพูดที่มากระทบหู นั้นเป็นคำพูดที่ไม่ดี ในทางตรงข้ามหากคำพูดนั้นดี เป็นคำชมเชย ความรู้สึกในร่างกายความสันสะเทือนในกายก็จะให้ความรู้สึกที่สบายหรือเกิดสุขเวทนา จะเห็นได้ว่าความสันสะเทือนในกายนั้นเปลี่ยนแปลงไปตามสัญญาหรือความจำได้

เมื่อวิญญาณทำหน้าที่รับรู้ว่ามีอะไรมากระทบส่วนไหนของร่างกาย สัญญาแยกแยะชนิดสิ่งที่มากระทบนั้น ส่วนที่ 3 ของจิต คือ เวทนาหรือความรู้สึกก็เกิดขึ้น เป็นความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบ ส่วนที่ 4 ของจิต คือ สังขารก็จะเริ่มทำงาน หน้าที่ของสังขาร คือ ทำปฏิกิริยาปรุง

แต่งความรู้สึกนั้น ถ้าเป็นความรู้สึกชอบก็จะมีปฏิกิริยาปรุงแต่งเป็นความต้องการ ความปรารถนา หรือเป็นราคะ โลกะ ถ้าเป็นความรู้สึกไม่ชอบก็จะมีปฏิกิริยาปรุงแต่งเป็นความไม่พอใจ คือ โทสะ ซึ่งความรู้สึกไม่พอใจทำให้เราไม่ชอบ ไม่ต้องการ ด้วยเหตุฉะนั้นราคะและโทสะ จึงเกิดขึ้นจากส่วนที่ 4 ของจิตคือ สังขาร

ขอให้เข้าใจว่าปรากฏการณ์ข้างต้นนี้เกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา ไม่ว่าจะเป็นส่วนใด ไม่ว่าจะเป็นตา หู จมูก ลิ้น กาย หรือใจ ทุก ๆ ขณะจะต้องมีสิ่งหนึ่งสิ่งใดมากระทบที่ทวารทั้ง 6 อยู่เสมอ และทุก ๆ ขณะวิญญาณก็จะรับรู้ สัญญาจะส่งความจำ เวทนาจะรู้สึก และสังขารก็จะทำปฏิกิริยาปรุงแต่ง ด้วยโลภะหรือโทสะแล้วแต่กรณี และสิ่งเหล่านี้จะเกิดขึ้นตลอดเวลาตลอดชีวิต

ด้วยวิปัสสนาเราจะเริ่มเข้าใจว่า เวทนาเป็นปัจจัยให้เกิดคันหา (เวทนาปัจจัยยาคันหา) ได้อย่างไร เมื่อมีความไม่สบายใจเกิดขึ้น ความโกรธ ความไม่พอใจก็ตามมา พฤติกรรมเช่นนี้ถ้าไม่ขจัดออกไปเสียก็จะมีแต่ความโลภ ความโกรธ หรือมีโลภะ โทสะ ตลอดเวลา โดยผิวเผินอาจจะกล่าวได้ว่าได้ปฏิบัติตามคำสอนของพระบรมศาสดาแล้ว แต่ทุกวันนี้เรามีได้ทำเช่นนั้นเลย กลับไปปฏิบัติตามคำสั่งของกิเลส คือ อวิชชาต่างหาก พระพุทธองค์ทรงสอนให้เราเข้าไปให้ถึงส่วนลึกภายในจิต ส่วนที่เป็นรากเหง้าของความทุกข์ ความทุกข์เกิดขึ้นจากการที่เรามีปฏิกิริยาปรุงแต่งตามความรู้สึกพอใจ ดันเหตุอยู่ที่นี้ จึงต้องเปลี่ยนพฤติกรรมของเรา ณ จุดนี้

การกำหนดรู้ด้วยสติสัมปชัญญะในระดับจิตสำนึก ทำให้เรารู้ถึงการทำงานของจิตใจตนเอง กล่าวคือ กลไกของความรู้สึกและกิเลสคันหา ความน่าเชื่อถือในการคิดอ้างเหตุผลของตนเอง แรงจูงใจที่แท้ แรงเสถียร เพื่อการยอมรับในจุดเด่นและจุดด้อยของตนเอง ตลอดจนบางจุดที่เราไม่เคยรู้มาก่อนว่ามีใจตัวเรา ก็รู้ได้เป็นครั้งแรก (พระญาณโพนิกเถระ, 2534, หน้า 40) บุคคลผู้มีความทุกข์จากความโกรธ จากความสับสน จากความกลัว คนที่มีความทุกข์จากความหลงตน มีความไม่บริสุทธิ์ในจิตใจทุกชนิด เมื่อได้ปฏิบัติวิปัสสนากระแสแห่งกิเลสก็จะเริ่มหลั่งไหลออกมา หลั่งไหลออกมา ไนไม่ช้ากระแสกิเลสก็จะหลั่งไหลออกสู่จิตสำนึกมาอย่างชัดเจน นี่คือผลแห่งวิปัสสนาที่จะสามารถรู้สึกได้โดยไม่จำกัดเวลา จากนั้นขบวนการชำระล้างจึงมีโอกาสเป็นไปได้

ฉะนั้น เราจึงต้องปฏิบัติให้เห็นถึงส่วนที่ทำให้เกิดเวทนา (ความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับกาย หรือ Sensation) จึงจะสามารถเปลี่ยนพฤติกรรมทางจิตได้ การปฏิบัติด้วยวิธีการกำหนดรู้เฉย ๆ นี้ เป็นทางนำเข้าไปถึงส่วนที่ลึกที่สุดของจิต ถ้าหากปฏิบัติให้เข้าถึงแต่เพียงแค่พื้นผิวของจิตก็จะเปลี่ยนได้แค่เพียงส่วนที่เป็นจิตสำนึกเท่านั้น ทำได้แค่เปลี่ยนแปลงความรู้สึกความเข้าใจของเรา แต่จะไม่ได้เข้าไปถึงรากเหง้าอันเป็นสาเหตุ รากเหง้าของจิตซึ่งอยู่ในชั้นของภวังคจิตหรือจิตไร้สำนึก และเราก็จะไม่อาจขุดค้นเอาอนุสัยกิเลสที่นอนเนื่องอยู่ในสันดานให้ออกมาได้ อนุสัยกิเลสเป็นเสมือนภูเขาไฟที่สงบอยู่ ซึ่งจะระเบิดขึ้นมาเมื่อไรก็ได้ แรงระเบิดมีพลังงานส่งให้เรา ยังคงเวียนว่ายอยู่ในสังสารวัฏอย่างไม่มีวันหลุดพ้นจากความทุกข์ แต่วิธีการทางวิปัสสนาเป็นการค้นหาถึงเชื้อเพลิงที่เคยให้พลังงานออกมา แล้วทำลายเชื้อเพลิงนั้นเสีย เมื่อไม่มีแหล่ง

เชื้อเพลิง (อนุสัยกิเลส) ชีวิตจึงหลุดพ้นจากเครื่องพันธนาการทั้งมวล และพบกับความสงบเป็นอันแท้จริง

กล่าวโดยสรุปแล้ว การเจริญกรรมฐานเป็นกิจกรรมที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา ในคัมภีร์พระไตรปิฎกกล่าวถึงกรรมฐานไว้ 2 ชนิด คือ สมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน ทั้งสมถและวิปัสสนามีสติปัญญาเป็นเหตุ ซึ่งมีโชคในในความหมายโดยทั่วไปที่เราใช้ในชีวิตประจำวัน จึงจำเป็นต้องเรียนรู้ถึงลักษณะพิเศษ และข้อจำกัดต่าง ๆ ของสติเสียก่อน เพื่อที่จะสามารถใช้สติเป็นบาทฐานแก่การเจริญสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐานได้อย่างถูกต้อง ที่กล่าวว่า ต้องมีลักษณะพิเศษเพราะสติปัญญาจะใช้เพื่อการระลึกความรู้สึกตัวที่มีความเปลี่ยนแปลงใดเกิดขึ้นในร่างกายและจิตใจตนเองบ้าง ความเปลี่ยนแปลงทางความรู้สึกนึกคิดนั้น ทำให้เกิดการตอบสนองอย่างไร และสิ้นสุดลงเพราะเหตุใด การเรียนรู้ลักษณะของสติเช่นนี้เป็นศิลปะอย่างหนึ่งใช้ในการควบคุมความคิดและพฤติกรรมให้เป็นไปอย่างเหมาะสม รู้จักผ่อนหนักผ่อนเบา ทั้งนี้มีใช้เพียงแค่ประโยชน์ในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างสงบสุขเท่านั้น แต่สามารถยอมสละชีวิตตนเองออกจากวัฏฏะอันไร้แก่นสารได้อย่างกล้าหาญเช่นกัน และสติปัญญาเกี่ยวข้องกับกระบวนการสืบค้นกิเลสตัดรอนภายในจิตใจตั้งแต่ระดับจิตสำนึกไปถึงจิตใต้สำนึก การสืบค้นกิเลส ค้นหาดังกล่าวนั้นจำเป็นต้องมีความเชื่อมั่น ปัญญา และเกิดจากความเพียรพยายามของตนเองเท่านั้น มิใช่ได้มาด้วยการพึ่งพาผู้อื่น

ฐิตวณฺโณ ภิกขุ (2544, หน้า 1) ส่วนการเจริญวิปัสสนา เป็นการพัฒนาจิตขั้นสูงสุดในพระพุทธศาสนา มีผลมากกว่าการบำเพ็ญสมถภาวนา เพราะเป็นการถอนทำลายกิเลสอย่างละเอียด อันเป็นคั่นต่อของทุกข์ทั้งมวลโดยตรง และเพราะเป็นการพัฒนาจิตเข้าสู่ขั้นความเป็นพระอริยบุคคล การฝึกอบรมจิตให้รู้เห็นสิ่งทั้งปวงตามความจริง เรียกว่า “วิปัสสนาภาวนา” หรือเรียกว่า “ปัญญาภาวนา” และวิปัสสนาภาวนานี้มีอยู่เฉพาะในพระพุทธศาสนาเท่านั้นไม่มีอยู่ คำสอนของศาสนาอื่นใดในโลก ทั้งนี้ก็เพราะว่าในศาสนาอื่น ๆ นั้นไม่มีหลักอนัตตา ซึ่งเป็นหลักธรรมที่นำไปสู่การปล่อยวาง ไม่มียึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งปวง ดังนั้นวิปัสสนาภาวนานี้จึงเป็นหลักธรรมที่เกิดจากการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าโดยเฉพาะ

จุดหมายสูงสุดของการปฏิบัติวิปัสสนานั้นก็เพื่อบรรลุพระนิพพานอันเป็นที่ดับความทุกข์ความเดือดร้อนทั้งปวง และเป็นความสุขอย่างสูงสุด (บรมสุข) ไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป แต่ในระหว่างที่ผู้ปฏิบัติยังไม่บรรลุพระนิพพานขั้นอรหัตต์นั้น ก็ย่อมจะมีความสุขทุกข์ลดน้อยลงและมีความสุขเพิ่มมากขึ้นตามขั้นของการปฏิบัติรวมทั้งมีภพชาติดีขึ้นประณีตขึ้นอีกด้วย

วิธีบำเพ็ญวิปัสสนา ฐิตวณฺโณ ภิกขุ (2544, หน้า 3-5) ได้กล่าวไว้ว่า การบำเพ็ญวิปัสสนาในพระพุทธศาสนา มีวิธีบำเพ็ญอยู่หลายระดับ และเป็นหลักธรรมขั้นสูงในพระพุทธศาสนา เพราะเป็นการศึกษาปฏิบัติเพื่อทำลายกิเลส อันเป็นต้นเหตุของความทุกข์ความเดือดร้อนโดยตรง แต่ในที่นี้จะพูดถึงวิธีบำเพ็ญวิปัสสนาโดยสังเขป สำหรับผู้เริ่มศึกษา

ปฏิบัติใหม่ โดยแบ่งการอธิบายวิธีปฏิบัติออกเป็น 2 ตอน คือ การปล่อยวาง และการเห็นพระไตรลักษณ์ โดยย้ำภาคปฏิบัติมากกว่าทฤษฎี

### 1) การปล่อยวาง

การเข้าใจวิปัสสนาปัญญานั้นก็คือการพิจารณาให้เห็นพระไตรลักษณ์ พระไตรลักษณ์ก็คือลักษณะ 3 ประการ ที่มีอยู่ของสรรพสิ่งในโลก อันได้แก่ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา คือ เห็นสิ่งทั้งปวง โดยเฉพาะสังขารทั้งปวงว่าไม่เที่ยงแท้แน่นอนอันใดเลย เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา เห็นสังขารทั้งปวงว่าเป็นทุกข์ ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้เลย เห็นธรรมทั้งปวงว่าเป็นอนัตตาไม่มีอะไรเป็นของของเราที่แท้จริงเลย และที่เห็นได้ชัดที่สุดก็เมื่อเราตายจากไป เราทิ้งทุกสิ่งไว้หมด ไม่มีอะไรเป็นของของเราเลย ถ้าเป็นเพียงเรียนรู้อย่างเดียว แต่จิตใจยังไม่เห็นชัดในพระไตรลักษณ์ทั้ง 3 อย่างนี้ วิปัสสนาปัญญายังไม่เกิด แต่เมื่อใดการเห็นซึ่งในความไม่เที่ยงในความเป็นทุกข์ในความเป็นอนัตตา เกิดขึ้นในใจผู้ปฏิบัติ เมื่อนั้นแหละวิปัสสนาปัญญาเกิดขึ้นในผู้ปฏิบัติ แม้เราจะเรียนจบพระไตรปิฎกหรืออ่านหนังสือธรรมะทบทวนแล้วทบทวนอีก ฟังอาจารย์บรรยายฟังแล้วฟังอีก ถ้ายังไม่เห็นพระไตรลักษณ์เกิดขึ้นในใจ คือยังไม่ยอมรับถึงความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ ความเป็นอนัตตาของสังขารแล้ว ตัวปัญญาคือวิปัสสนาปัญญายังไม่เกิดการไม่เที่ยงนี้ไม่ใช่ของเราคนเดียว ของทุกคนก็ไม่เที่ยงแล้วเราจะยึดมั่นถือมั่นให้มันเที่ยงได้อย่างไร เพราะมันไม่เที่ยงก็จะถอนความยึดมั่นถือมั่นสิ่งทั้งปวงลงไปได้ แม้ปล่อยวางไม่มากนักก็เบาลง หรือเมื่อมีความทุกข์ยากเกิดขึ้นในชีวิตของเรา เช่น ร่างกายต้องป่วยหนัก ร่างกายต้องทรุดโทรมเพราะทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ เพราะสังขารโดยเฉพาะขันธ์ 5 เป็นตัวทุกข์อย่างแท้จริง ร่างกายนี้คือก้อนทุกข์เคลื่อนที่ ตัวเราคือก้อนทุกข์เคลื่อนไหวอยู่ เมื่อมันเป็นก้อนทุกข์มันก็ต้องทุกข์เพราะเป็นก้อนทุกข์ เหมือนกับกองไฟมันก็ต้องร้อนเพราะเป็นกองไฟ เมื่อก้อนทุกข์มันทุกข์ เราจะให้มันสุขได้อย่างไร เพราะมันเป็นตัวทุกข์ เมื่อมันเกิดความเจ็บป่วยขึ้น เรารู้ตามความเป็นจริงว่าเราเกิดมาต้องทุกข์ จะพ้นทุกข์ไปไม่ได้ เพราะเราเกิดมาแล้ว แต่เมื่อเราไม่ยึดมั่นถือมั่นจนเกินไป ความเบากายเบาใจก็จะเกิดขึ้น เพราะรู้เห็นถึงทุกขลักษณะที่อยู่ในตัวของเราในสังขารของเรา แต่ถ้าผู้ใดรู้เฉพาะตัวหนังสือว่าเป็นตัวทุกข์ ว่าเป็นก้อนทุกข์ แต่ยังไม่ยึดมั่นในก้อนทุกข์นี้ผู้นั้นยังไม่เห็นพระไตรลักษณ์ข้อนี้

ในฝ่ายอนัตตา ให้เห็นสิ่งทั้งปวงว่าไม่ใช่ตัวไม่ใช่คน เมื่อมีใครมาค่าเรา ถ้าเรายังโกรธจัด ก็แสดงว่าเรายังยึดมั่นถือมั่นตัวเรามากอยู่ แต่ถ้าเราโกรธน้อยหรือไม่โกรธเลย โดยพิจารณาเห็นว่า แท้ที่จริงที่เขาค่านั้น เขาค่าเอาธาตุ 4 คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม หรือค่าธาตุ 6 อันรวมถึงอากาศและวิญญาณ ซึ่งมารวมสมมติกันเป็นตัวเป็นคน เมื่อแยกสิ่งเหล่านี้ออกมาแล้วก็ไม่มีอะไรที่เป็นตัวเป็นคนเลย เขามาค่าธาตุ 4 หรือ ธาตุ 6 เขาอาจจะค่าว่าถูกดินบ้าง ถูกน้ำบ้าง ถูกไฟบ้าง ถูกลมบ้าง สิ่งเหล่านี้ในที่สุดมันก็แยกออกจากกัน เห็นชัดเมื่อเราตาย แม้เรายังไม่ตาย ธาตุเหล่านี้ก็แยกอยู่ตลอดเวลา

เพราะฉะนั้น ถ้าใครอื่นมาตำ มาดูหมิ่น หรือทำเราให้เจ็บใจ คนที่เขาถึงพรไตรลักษณ์ข้อนี้จะไม่โกรธหรือโกรธน้อย เพราะเห็นตามความเป็นจริงว่า มันไม่ใช่ตัวตนอะไรเลย ที่ควรจะไปยึดมั่นถือมั่น จะเบาบายใจ

รวมความว่า คนที่จะเห็นพระไตรลักษณ์นั้นจะต้องถอนความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งปวงลง คือถอนอุปาทานนั่นเอง ฉะนั้น พระพุทธองค์จึงตรัสว่า สัพเพ ธมมา นาลํ อภินเวสยา ซึ่งแปลว่า สิ่งทั้งปวงไม่ควรเข้าไปยึดมั่นถือมั่น

## 2) วิธีปฏิบัติวิปัสสนา

การเจริญวิปัสสนามีแต่ในพระพุทธศาสนาเท่านั้น ไม่มีศาสนาอื่นใดของโลกเลย ทั้งนี้ก็เพราะว่า ในศาสนาใดไม่ยอมรับองค์ประกอบด้วยองค์ 8 คือ ไม่มีศีล สมาธิ และ ปัญญา ในศาสนานั้นไม่มีพระอรหันต์คloyอยู่เลย ไม่ว่าในระดับใด แม้จะมีศีลกับสมาธิบริบูรณ์เช่นในศาสนาฮินดูหรือในศาสนาเซน ก็ไม่อาจจะมีพระอรหันต์คloyได้ เพราะขาดวิปัสสนา เนื่องจากยังยึดอัตตาตัวตนอยู่

การเจริญวิปัสสนา แบ่งเป็น 2 ประเภท (ฐิตวณฺโณ ภิกขุ 2544, หน้า 100-101)

1) สมถยานิกะ ผู้เจริญสมถะก่อน

2) วิปัสสนายานิกะ ผู้เจริญวิปัสสนาล้วน

สมถยานิกะ คือ ผู้ที่ฝึกสมาธิมาก่อนจนใจสงบถึงขั้นได้ฌาน แล้วมาเจริญวิปัสสนาผู้เจริญวิปัสสนาแบบนี้ บางท่านก็จะได้อ่านาจจิต มีพลังจิตสูง คือบรรลุอภิญา เช่น ตาทิพย์ หรือได้เจโตปริยญาณ รู้ใจคนอื่น เป็นต้น ถ้าบรรลุพระอรหันต์ ท่านเรียกพระอรหันต์ประเภทนี้ว่า เจโตวิมุตติ คือหลุดพ้นหรือบรรลุด้วยอำนาจใจ

วิปัสสนายานิกะ คือ ผู้เจริญวิปัสสนาล้วน โดยใช้เพียงขณิกสมาธิเป็นพื้นฐานแล้วเจริญวิปัสสนา เช่น ภาวนากรรมฐานบทใดบทหนึ่ง พอใจสงบแล้วก็เจริญพรไตรลักษณ์ หรือแม้แต่พบเห็นอะไรแล้วนำมาพิจารณาโดยความเป็นไตรลักษณ์ บางท่านที่ทำเช่นนี้ ได้พบกับความสงบและความอึดใจอย่างยิ่ง นั่งเสวยความสุข เต็มไปด้วยความเบิกบาน และสุขใจอย่างยิ่ง เป็นเวลานานแทบจะไม่อยากออกจากสมาธิ โดยนั่งอยู่ได้เป็นเวลานานเป็นชั่วโมงหรือหลายชั่วโมง หรือบางท่านนั่งอยู่ได้เป็นวันโดยไม่ต้องลุกขึ้นก็มี ผู้เจริญวิปัสสนาแบบนี้ ถ้าได้บรรลุพระอรหันต์ ท่านเรียกในทางวิชาการว่า สุขวิปัสสก คือ ผู้เจริญวิปัสสนาแห่งแล้ว ไม่ได้อ่านาจจิตพิเศษ หรือได้บรรลุอภิญาอันใด แต่ก็หมดกิเลสเป็นพระอรหันต์ ถึงความสิ้นทุกข์เช่นกัน เรียกพระอรหันต์ประเภทนี้ว่า "ปัญญาวิมุตติ หลุดพ้นด้วยอำนาจปัญญา"

### 2.1 ความหมายของวิปัสสนา

วิปัสสนาคือ การเอาสติเข้าไปตามดูตามสังเกต เข้าไปจจจจ เข้าไปใส่ใจ ต่อสภาวะลักษณะที่ปรากฏในขณะนั้น และต่อความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงและความเป็นไปต่าง ๆ ทั้งการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ เสื่อมไป คับไปของรูปของนาม หรือของร่างกายของจิตใจ หรือของรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ สะสมข้อมูลที่สังเกตได้นั้นมากขึ้นเรื่อย ๆ และนำข้อมูลที่ได้จากการ



3) ในชีวิตประจำวันก็ขอให้คอยสังเกตความรู้สึกที่เกิดขึ้นในขณะนั้น ๆ ให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ถ้าเผอเรอไปก็ไม่เป็นไร พยายามสังเกตให้ได้มากที่สุด จนเคยชินเป็นนิสัย มีสติรู้ทันความรู้สึกตลอดเวลา

ที่สำคัญคือ การสังเกตนั้นเพื่อศึกษาธรรมชาติของร่างกายของจิตใจของเราเองว่า มีสุขมีทุกข์มากน้อยเพียงใด แปรปรวนไปได้อย่างไรบ้าง บังคับได้หรือไม่ได้อยู่ในอำนาจหรือไม่ ไม่ใช่สังเกตเพื่อจะบังคับหรือเพื่อจะข่ม หรือจะลองบังคับมันดูก็ได้ แล้วก็รู้เองว่ามันอยู่ในอำนาจหรือเปล่า

หรืออีกนัยหนึ่งก็คือพยายามหา "เรา" ให้เจอ (คือหาว่าสิ่งที่ท่านรู้สึกว่าเป็นเรานั้นอยู่ตรงไหน หรือคืออะไร เช่น อาจจะรู้สึกว่า สมอง หรือ หัวใจ กระดูก ร่างกายทั้งหมด จิต ความรู้สึก ความคิด ความจำ ฯลฯ คือเรา หรือ เป็นเรา) เมื่อเจอ "เรา" แล้ว ก็คอยดู คอยสังเกต "เรา" นั้นไปเรื่อย ๆ ทั้งเวลาที่ทำการกรรมฐาน และเวลาที่ใช้ชีวิตประจำวันตามปกติ ตั้งแต่ตื่นนอน จนถึงเข้านอน จนกระทั่งหลับไปในที่สุด คือรู้ตัวเมื่อไหร่ก็สังเกตเมื่อนั้น แล้วสิ่งที่ท่านคิดว่าเป็น "เรา" นั้น ก็จะแสดงธรรมชาติที่แท้จริงให้เห็นมากขึ้นเรื่อย ๆ

แล้วท่านก็จะรู้ได้ด้วยตนเองว่าสิ่งนั้นสมควรจะถูกเรียกว่า "เรา" หรือ "ของ ๆ เรา" หรือ "ตัวตนของเรา" หรือไม่ สิ่งนั้นควรค่าแก่การยึดมั่นถือมั่นหรือไม่ เมื่อสังเกตมากขึ้นเรื่อย ๆ แล้ว บางครั้ง "เรา" ก็อาจจะย้ายจุดไปอยู่ที่อื่น (เช่น เดิมรู้สึกว่าจิตคือเรา ต่อมากลับรู้สึกว่าความจำต่างหากที่เป็นเรา ต่อมาก็อาจย้ายไปที่จุดอื่นอีก ฯลฯ) ถ้าความรู้สึกเป็น "เรา" ย้ายไปอยู่ที่จุดอื่น ก็ย้ายจุดในการดู ในการสังเกต ตาม "เรา" นั้นไปเรื่อย ๆ จนกว่าจะหา "เรา" ไม่เจอ ในที่สุด ลองคิดดูให้ดีเถิดว่า สิ่งที่ไม่เที่ยง แปรปรวนไปตลอดเวลา นำทุกข์มาให้สารพัดอย่างไม่อยู่ในอำนาจ ไม่เป็นไปตามที่ใจปรารถนา เอาแน่เอานอนอะไรไม่ได้ คาดหวังอะไรไม่ได้เลย ฯลฯ นั้นสมควรหรือที่เรียกว่าเป็น "เรา" หรือ "ของ ๆ เรา" หรือ "ตัวตนของเรา" ถ้าจะถือว่ามีสิ่งใดสิ่งหนึ่งเป็น "เรา" แล้ว อย่างน้อยสิ่งนั้นก็ควรจะอยู่ในอำนาจ และเป็นไปตามที่ใจปรารถนาได้ตลอดเวลาไม่ใช่หรือ ไม่ใช่แค่บางครั้งก็บังเอิญได้เหตุปัจจัยที่เหมาะสมก็เป็นอย่างที่ต้องการ แต่ถ้ามองอย่างนั้นก็กลับกลายเป็นอย่างอื่น เช่น เมื่อ มีเหตุให้สุขก็สุข มีเหตุให้ทุกข์ก็ทุกข์ มีเหตุให้โกรธก็โกรธ มีเหตุให้ใจก็ใจ มีเหตุให้เสียใจก็เสียใจ มีเหตุให้ป่วยก็ป่วย ฯลฯ ทั้งที่ไม่ได้อยากจะให้ทุกข์ ให้โกรธ ให้เสียใจ ให้เจ็บป่วย ฯลฯ เลยสักนิดเดียว

4) ในเวลาทำการกรรมฐาน ขณะทำสมาธิก็คอยสังเกตจิต หรือสังเกต "เรา" เป็นระยะ ๆ ซึ่งจะเป็นการเจริญสมณะควบคู่กับวิปัสสนา และเมื่อคิดว่าทำสมาธิมากพอแล้ว ก็เปลี่ยนจุดยืนของจิตจากจุดที่ยึดไว้ในขณะทำสมาธิ มาเป็นการเพ่งจิตไปสำรวจตามจุดต่าง ๆ ของร่างกาย แล้วพิจารณาจุดนั้นให้ละเอียด ว่าจุดนั้น ๆ นำความสุขอะไรมาให้เราบ้าง และจุดเดียวกันนั้นนำความทุกข์อะไรมาให้เราบ้าง ไม่ว่าจะเป็นในขณะปัจจุบันหรือในอดีต ใหม่ ๆ ก็แบ่งเป็นรูปกับนามและพิจารณาในปัจจุบันก่อน จากนั้นจึงพิจารณาละเอียดขึ้นเป็นรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ แล้วพิจารณาในปัจจุบันก่อน จากนั้นจึงพิจารณาถึงอดีตต่อไป ว่าอวัยวะนั้น ๆ เคยนำ

ทุกข์อะไรมาให้บ้าง ยึดมั่นสิ่งใดมากก็พิจารณาสิ่งนั้นก่อน พิจารณาอดีตบ้าง ปัจจุบันบ้างจนเห็นแจ้งทั้งในอดีตและปัจจุบัน ลองพิจารณาให้เกิดว่ารูปนี้ นามนี้ อวัยวะเหล่านี้มีสิ่งใดที่ไม่นำทุกข์มาให้เราบ้าง มีสิ่งใดอยู่ในอำนาจบ้าง มีสิ่งใดที่คงทนถาวร ไม่แปรปรวนไปตามเหตุตามปัจจัยบ้าง มีสิ่งใดที่ควรค่าแก่การยึดมั่นถือมั่นบ้าง สิ่งเหล่านี้ควรหรือที่คิดว่าเป็นเรา เป็นของเรา เป็นตัวตนของเรา

5) เมื่อเห็นทุกข์เห็นโทษของสิ่งใดแล้ว ความยินดีรักใคร่ ความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งนั้น ๆ ก็จะลดลงไปเอง นั่นคือกามฉันทะก็จะมารบกวนเราน้อยลงไปเรื่อย ๆ

5.1) เมื่อเห็นว่าสิ่งทั้งปวงไม่อยู่ในอำนาจของใคร ทั้งหมดล้วนเป็นไปตามเหตุปัจจัย หรือเมื่อความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งเหล่านั้นลดลงไปแล้ว ความขัดเคืองใจเพราะสิ่งนั้น ๆ และความยินดีรักใคร่สิ่งนั้น ๆ ก็จะลดลงไปเอง นั่นคือ ปฏิฆะ และกามฉันทะ ก็จะมารบกวนเราน้อยลงไปเรื่อย ๆ

5.2) เมื่อเห็นสิ่งต่าง ๆ ด้วยความรู้แจ้งของเราเองอย่างแท้จริงแล้ว ความเคลือบแคลงลังเลสงสัยในพระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์ ก็ย่อมจะหมดไป นั่นคือวิจิณฺณาจะน้อยลงไปเรื่อย ๆ ถ้ามีความเพียรทำตามวิธีการเหล่านี้เรื่อยไปไม่ทอดยถาแล้ว ไม่ช้าก็จะเข้าถึงแก่นของศาสนาได้เอง และจะได้พบกับความสุขที่ไม่อาจหาได้จากทางโลก ไม่อาจหาได้จากสมาธิ ไม่สามารถซื้อได้ด้วยเงิน เป็นความสุขที่เกิดจากที่จิตคลายความยึดมั่นในสิ่งทั้งปวงลงได้ เป็นความสุขที่ไม่มีทุกข์เจือปน ไม่ต้องอาศัยเครื่องล่อใจ ๆ ทั้งสิ้น เป็นความสุขที่เกิดจากการที่จิตไม่หวั่นไหวไปตามอารมณ์ต่าง ๆ ที่มากระทบ สามารถสงบได้แม้ท่ามกลางพายุร้าย

กล่าวโดยสรุปก็คือให้มองให้เห็นชัดเจนด้วยตัวเองว่า ความสุขที่ได้รับมาจากเหตุการณ์นั้น ๆ กับความทุกข์ที่ต้องเผชิญมันคุ้มกันหรือไม่ การกระทำของเราในขณะนั้นเป็นไปตามความปรารถนาของเราอย่างแท้จริง หรือว่าเราควบคุมมันไม่ได้ ความสุขความทุกข์นั้นอยู่กับเราได้นานเพียงใด

การพิจารณานั้นในช่วงแรกก็พิจารณากว้าง ๆ โดยแบ่งช่วงพิจารณาเป็นวัยเด็ก ชีวิตการเรียน การทำงาน ความรัก การมีครอบครัว การมีลูก การทำสมาธิ ฯลฯ (โดยเฉพาะความรัก และการมีครอบครัวนั้น ให้พิจารณาให้ลึกซึ้งทั้งในเบื้องต้น ท่ามกลาง ที่สุดเพราะพระพุทธเจ้าเปรียบเทียบความสุขทางโลกว่า เหมือนการกินอ้อยจากโคนไปหาปลาย คือ เริ่มต้นจะหอมหวาน แต่ยิ่งนานวันก็ยิ่งจืดจืด ดังนั้น ถ้าพิจารณาเฉพาะตอนที่หอมหวาน ก็ย่อมจะไม่ได้ข้อมูลที่ถูกต้องแท้จริง)

เมื่อพิจารณากว้าง ๆ แล้ว ก็ค่อย ๆ พิจารณารายละเอียดในแต่ละเหตุการณ์ต่อไป โดยพิจารณาเหตุการณ์ที่ประทับใจมาก ๆ ก่อน เมื่อพิจารณาได้มากพอสมควรแล้ว ก็จะได้ด้วยความรู้สึกของเราอย่างแท้จริง ว่าชีวิตนี้เป็นสุขหรือทุกข์กันแน่ มีสาระมากน้อยเพียงไหน นำปรารถนา นำรัก นำใคร่เพียงใด

ที่สำคัญคือต้องทำใจให้เป็นกลาง อย่าตัดสินไว้ล่วงหน้าว่าจะต้องเป็นสุขหรือทุกข์ หรือเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ และต้องมองให้ลึกซึ่งทุกแง่ทุกมุม เช่น ความสำเร็จความภาคภูมิใจในอดีต ถ้าภายหลังทำไม่ได้ หรือมีใครมาพูดให้กระทบกระเทือนถึงความภาคภูมิใจอันนั้น ทำให้ต้องสูญเสียความภาคภูมิใจนั้นไป ก็อาจทำให้เราเป็นทุกข์อย่างมากมายก็ได้ อย่ามองแง่เดียว เพราะสิ่งที่มีคุณอนันต์ก็มักจะมีโทษมหันต์เช่นกัน

จากทฤษฎีที่กล่าวถึงการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานพอจะสรุปสาระสำคัญได้ว่า การปฏิบัติตน หรือการเอาสติเข้าไปตามดูตามสังเกต เข้าไปจดจ่อ เข้าไปใส่ใจ ต่อสภาวะลักษณะที่ปรากฏในขณะนั้น และต่อความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงและความเป็นไปต่าง ๆ ทั้งการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ เสื่อมไป ดับไปของรูปของนาม หรือของร่างกายของจิตใจ หรือของรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เพื่อให้หลุดพ้นจากความทุกข์

## วิภังขวาท

### 1. ความหมายของวิภังขวาท

คำว่า วิภังขวาท นี้ เป็นชื่อเรียกอย่างหนึ่งของพระพุทธศาสนา เป็นคำสำคัญคำหนึ่งที่ใช้แสดงระบบความคิดที่เป็นแบบของพระพุทธศาสนา และวิธีคิดแบบวิภังขวาทก็มีความหมายคลุมถึงวิธีคิดแบบต่าง ๆ ที่กล่าวมาแล้วได้หลายอย่าง การกล่าวถึงวิธีคิดแบบวิภังขวาท นอกจากทำให้รู้จักวิธีคิดแง่อื่น ๆ เพิ่มขึ้นแล้วยังจะช่วยให้เข้าใจวิธีคิดบางอย่างชัดเจนขึ้นอีกด้วย

วิภังขวาท เป็นชื่อเรียกอย่างหนึ่งของพระพุทธศาสนา หรือเป็นคำหนึ่งที่แสดงระบบความคิดของพระพุทธศาสนา หรือพระพุทธเจ้าทรงเรียกพระองค์เองว่าเป็น วิภังขวาท หรือวิภังขวาทิ และคำว่า วิภังขวาท หรือวิภังขวาทิ นั้น ก็ได้เป็นคำเรียกพระพุทธศาสนา หรือคำเรียกพระนามของพระพุทธเจ้า ซึ่งได้ใช้อ้างกันมาในประวัติการณ์แห่งพระพุทธศาสนา เช่น ในคราวสังคายนาครั้งที่ ๓ พระเจ้าอโศกมหาราชครีตคามพระโมคคัลลีบุตรติสสเถระ ประธานสงฆ์ในการสังคายนาว่า พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงมีวาทีว่าอย่างไร พระเถระทูลตอบว่า มหาบพิตร พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเป็นวิภังขวาทิ

วิภังขวาท มาจาก วิภังข + วาท วิภังข แปลว่า แยกแยะ แบ่งออก จำแนก หรือแจกแจง ใกล้เคียงกับคำที่ใช้ในปัจจุบันว่าวิเคราะห์ วาท แปลว่า การกล่าว การพูด การแสดงคำสอน วิภังขวาท จึงแปลว่า การพูด แยกแยะ พูดจำแนก หรือพูดแจกแจง หรือแสดงคำสอนแบบวิเคราะห์

ลักษณะสำคัญของความคิดและการพูดแบบนี้คือ การมองและแสดงความจริง โดยแยกแยะออกให้เห็นแต่ละแง่ละด้านครบทุกแง่ทุกด้านไม่ใช่จับเอาแง่หนึ่งแง่เดียว หรือบางแง่ขึ้นมาวินิจฉัยตีคลุมลงไปอย่างนั้นทั้งหมด หรือประเมินคุณค่าความดีความชั่วเป็นต้น โดยถือเอาส่วนเดียวหรือบางส่วนเท่านั้น แล้วตัดสินพรวดลงไป (พระธรรมปิฎก, 2546, หน้า 101)

สรุป วิภัชชวาท หมายถึง การมองและแสดงความจริง โดยแยกแยะออกให้เห็นแต่ละแง่ละด้านครบทุกแง่ทุกด้านไม่ใช่จับเอาแง่หนึ่งแง่เดียว หรือบางแง่ขึ้นมาวินิจฉัยตีคลุมลงไปอย่างนั้นทั้งหมด

## 2. วิธีคิดแบบวิภัชชวาท

วาทะที่ตรงข้ามกับวิภัชชวาท เรียกว่า เอกังสวาท แปลว่า พูดย่อเดียว คือจับได้เพียงแง่หนึ่ง ด้านหนึ่ง หรือส่วนที่วินิจฉัยตีคลุมลงไปอย่างเดียวกันทั้งหมด หรือพูดตายตัวอย่างเดียว เพื่อให้เข้าใจความหมายของวิภัชชวาทชัดเจนยิ่งขึ้น อาจจำแนกแนววิธีคิดของวิภัชชวาทนั้นออกให้เห็นในลักษณะต่างๆ ดังนี้

### 2.1 จำแนกโดยแง่ด้านของความจริง แบ่งย่อยได้เป็น 2 อย่างคือ

2.1.1 จำแนกตามแง่ด้านต่างๆ ตามที่เป็นอยู่จริงของสิ่งนั้นๆ คือมองหรือแสดงความจริงให้ตรงตามที่เป็นอยู่ในแง่ด้านนั้น ไม่ใช่จับเอาความจริงแง่หนึ่งด้านหนึ่ง หรือแง่อื่นด้านอื่นมาตีคลุมเป็นเช่นนั้นไปหมด เช่น เมื่อกล่าวถึงบุคคลผู้หนึ่งว่าเขาดีหรือไม่ดี ก็ชี้ความจริงตามแง่ด้านที่เป็นอย่างนั้นว่า แง่นั้น ด้านนั้น กรณีนั้น เขาดีอย่างไร หรือไม่ดีอย่างไร เป็นต้น ไม่ใช่เหมารวมฝ่ายๆ ทั้งหมด ถ้าจะประเมินคุณค่าก็ตกลงหรือกำหนดลงว่าจะเอาแง่ใดด้านใดบ้าง แล้วพิจารณาทีละแง่ประมวลลงตามอัตราส่วน ต้องอย่างวิภัชชวาทในแง่นี้ เช่น คำสอนเกี่ยวกับ กามโกติ หรือชาวบ้าน 10 ประเภท

2.1.2 จำแนกโดยมองหรือแสดงความจริงของสิ่งนั้นๆ ให้ครบทุกแง่ทุกด้าน คือเมื่อมองหรือพิจารณาสิ่งใดก็ไม่มองแคบๆ ไม่ติดอยู่กับส่วนเดียวแง่เดียวของสิ่งนั้น หรือวินิจฉัยสิ่งนั้นด้วยส่วนเดียวแง่เดียวของมัน แต่มองหลายแง่หลายด้าน เช่น จะว่าดีหรือไม่ดีก็ว่า ดีในแง่หนึ่ง ด้านหนึ่ง กรณีหนึ่ง ไม่ดีในแง่หนึ่ง ด้านหนึ่ง กรณีหนึ่ง สิ่งนี้ไม่ดีในแง่หนึ่ง แต่ดีในแง่หนึ่ง สิ่งนี้ดีในแง่หนึ่ง แต่ไม่ดีในแง่หนึ่ง เป็นต้น การคิดจำแนกแนวนี้ มองดูคล้ายกับข้อแรก แต่เป็นคนละอย่าง และเป็นส่วนเสริมกันกับข้อแรกให้ได้ผลสมบูรณ์ ตัวอย่างเช่น คำสอนเกี่ยวกับกามโกติ คือชาวบ้าน ๑๐ ประเภทนั้น และเรื่องพระบ้านพระป่าที่ควรยกย่องหรือติเตียน เป็นต้น การคิดแนวนี้ มีผลรวมไปถึงการเข้าใจโดยครบถ้วน จึงเกิดเป็นสิ่งนั้นๆ และการมองสิ่งหนึ่งๆ โดยเห็นกว้างออกไปถึงลักษณะด้านต่างๆ และองค์ประกอบต่างๆ ของมัน

2.2 จำแนกโดยส่วนประกอบ คือ วิเคราะห์แยกแยะออกไปให้รู้เท่าทันภาวะที่สิ่งนั้นๆ เกิดขึ้นจากองค์ประกอบย่อยๆ ต่างๆ มาประชุมกันเข้า ไม่ติดตันภายนอกหรือถูกลวงโดยภาพรวมของสิ่งนั้นๆ เช่น แยกแยะสัตว์บุคคลออกเป็นนามและรูป เป็นขันธ ๕ และแบ่งย่อยแต่ละอย่างๆ ออกไปจนเห็นภาวะที่ไม่เป็นอัตตา เป็นทางรู้เท่าทันความจริง ของ สังขารธรรมทั้งหลาย วิภัชชวาท แง่นี้ตรงกับวิธีคิดอย่างี่ 2 (วิธีคิดแยกแยะส่วนประกอบ) ที่กล่าวแล้วข้างต้น จึงไม่จำเป็นต้องบรรยายอีก เดิมทีเพียงคำว่าวิภัชชวาท ท่านไม่ได้มุ่งใช้ในความหมายแง่นี้ แต่ในคัมภีร์รุ่นหลังท่านใช้ศัพท์คลุมถึงด้วย จึงนำมากล่าวรวมไว้

2.3 จำแนกโดยลำดับขณะ คือ แยกแยะวิเคราะห์ปรากฏการณ์ตามลำดับความสืบทอดแห่งเหตุปัจจัย ขยายออกไปเป็นแต่ละขณะ ๆ ให้มองเห็นตัวเหตุปัจจัยที่แท้จริง ไม่ถูกหลงให้จับเหตุปัจจัยสับสน การคิดแบบนี้เป็นด้านหนึ่งของการคิดจำแนกโดยส่วนประกอบและการคิดจำแนกตามความคิดสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย แต่มีลักษณะและการใช้งานพิเศษ จึงแยกออกมาแสดงเป็นอย่างหนึ่ง เป็นวิธีที่ใช้มากในฝ่ายอภิธรรม ตัวอย่างเช่น เมื่อโจรขึ้นปล้นบ้านและฆ่าเจ้าทรัพย์ตาย คนทั่วไปอาจพูดว่า โจรฆ่าคนตายเพราะความโลภ คือ อยากได้ทรัพย์เป็นเหตุให้ฆ่าเจ้าทรัพย์ คำพูดนี้ใช้ได้เพียงในฐานะเป็นส่วนเหตุผลให้เข้าใจกันง่าย ๆ แต่เมื่อวิเคราะห์ทางด้านกระบวนการที่เป็นไปภายในจิตอย่างแท้จริง หาเช่นนั้นไม่ ความโลภเป็นเหตุของการฆ่าไม่ได้ โทสะจึงจะเป็นเหตุของการฆ่าได้ เมื่อวิเคราะห์โดยลำดับขณะแล้วก็จะเห็นว่า โจรโลภอยากได้ทรัพย์ แต่เจ้าทรัพย์เป็นอุปสรรคต่อการได้ทรัพย์นั้น ความโลภทรัพย์จึงเป็นเหตุให้โจรมีโทสะต่อเจ้าทรัพย์ โจรจึงฆ่าเจ้าทรัพย์ด้วยโทสะนั้น โจรโลภอยากได้ทรัพย์ หาได้โลภอยากได้เจ้าทรัพย์อย่างใดไม่ตัวเหตุที่แท้ของการฆ่าคือโทสะ หาใช่โลภะไม่ โลภะเป็นเพียงให้ลักทรัพย์เท่านั้น แต่เป็นปัจจัยให้โทสะเกิดขึ้นต่อสิ่งอื่นซึ่งขัดขวางไม่ให้เกื้อกูลต่อความมุ่งหมายของมัน อย่างไรก็ตาม ในภาษาสามัญพูดว่า โจรฆ่าคนเพราะความโลภก็ได้ แต่ให้รู้เข้าใจเท่าทันความจริงในกระบวนการที่เป็นไปตามลำดับขณะดังที่กล่าวมาแล้วว่าความโลภเป็นการเริ่มต้นเรื่องเท่านั้น การแยกแยะหรือวิเคราะห์โดยขณะเช่นนี้ทำให้ในสมัยต่อมา มีคำเรียกพระพุทธศาสนาว่าเป็น ขณิกวาท

2.4 จำแนกโดยสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย คือสืบสาวสาเหตุปัจจัยต่างๆ ที่สัมพันธ์สืบทอดกันมาของสิ่งหรือปรากฏการณ์ต่างๆ ทำให้มองเห็นความจริงที่สิ่งทั้งหลายไม่ได้ตั้งอยู่ลอยๆ ไม่ได้เกิดขึ้นลอยๆ ไม่ได้ดำรงอยู่อย่างเป็นสิ่งอิสระจากสิ่งอื่นๆ และไม่ได้ดำรงอยู่โดยตัวของมันเองแต่เกิดขึ้นโดยอาศัยเหตุปัจจัย จะดับไปและสามารถดับได้ด้วยการดับที่เหตุปัจจัย การจำแนกในแง่นี้เป็นวิธีคิดข้อสำคัญมากอย่างหนึ่ง ตรงกับวิธีคิดแบบที่ 1 แล้วที่กล่าวแล้วข้างต้น คือ วิธีคิดแบบสืบสาวหาเหตุปัจจัย หรือ วิธีคิดแบบอิทัปปัจจยตา ซึ่งนอกจากจะได้บรรยายในวิธีคิดแบบที่ 1 แล้ว ยังอธิบายไว้อย่างยืดหยุ่นในบทว่าด้วยปฏิจจนสมุปบาท ความคิดที่ขาดความตระหนักในความสัมพันธ์ ทำให้คนโน้มเอียงไปในทางที่จะยึดความเห็นสุดทางข้างใดข้างหนึ่ง เช่น ยึดถือลัทธิสควาทมองเห็นว่ามีอัตตาที่ตั้งอยู่ที่เที่ยงแท้ที่วันตรหรือยึดถืออุจเฉทวาท มองเห็นอัตตาคือดับสิ้นขาดสูญไป ทั้งนี้ทั้งเมื่อผลลึกลับมองความสัมพันธ์ตามเหตุปัจจัย ก็มองเห็นสิ่งนั้นตั้งอยู่ขาดลอยโดดๆ และความเห็นเอียงสุดอย่างใดอย่างหนึ่งจึงเกิดขึ้นและภาวะที่เป็นจริงของสิ่งทั้งหลายไม่ขาดลอยอย่างที่คนคัดค้านมองเอาอย่างนั้น สิ่งทั้งหลายสัมพันธ์กันขึ้นต่อกัน และ สืบทอดกัน เนื่องด้วยปัจจัยย่อยต่างๆ ความมีหรือไม่มีไม่ใช่เด็ดขาดลอยตัวภาวะที่เป็นจริงเหมือนอยู่กลางระหว่าง ความเห็นเอียงสุดสองอย่างนั้น ความคิดแบบจำแนกโดยความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัยให้มองเห็นความจริงนั้น และตามแนวคิดนี้ พระพุทธเจ้าจึงทรงแสดงธรรมอย่างที่เราเรียกว่าเป็นกลางๆ คือไม่กล่าวว่ามี หรือว่า สิ่งนี้ไม่มี แต่กล่าวว่า เพราะ

สิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี เพราะสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้จึงไม่มี หรือว่า นี่มีในเมื่อนั้นมี นี่ไม่มีในเมื่อนั้นไม่มี การแสดงความจริงอย่างนี้ นอกจากเรียกว่า อิทัปปัจจยตา หรือ ปฏิจจสมุปบาท แล้วยังเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า มัชฌิมนธรรมเทศนา จึงอาจเรียกวิธีคิดแบบนี้ก็อีกอย่างหนึ่งว่า วิธีคิดแบบมัชฌิมนธรรมเทศนา หรือเรียกสั้นๆว่า วิธีคิดแบบมัชฌิมนธรรม

การจำแนกโดยความสัมพันธ์แห่งปัจจัยนั้น นอกจากช่วยไม่ให้เผลอมองสิ่งต่างๆ หรือ ปัญหาต่างๆ อย่างโดดเดี่ยวขาดลอย และช่วยให้ความคิดเดินได้เป็นสายไม่ติดตันแล้ว ยังครอบคลุมไปถึงการที่จะให้รู้จักจับเหตุปัจจัยที่ตรงกับผลของมัน หรือให้ได้เหตุปัจจัยที่ลงตัวพอดีกับผลที่ปรากฏด้วย ความที่ว่านี้เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ ที่มักเกิดขึ้นแก่คนทั่วไป 3 อย่าง คือ

2.4.1) การนำเอาเรื่องราวอื่นๆ นอกกรณีมาปะปนสับสนกับเหตุปัจจัยเฉพาะกรณี เช่น เมื่อบุคคลที่ไม่รู้จักคนหนึ่ง ได้รับผลอย่างหนึ่งที่คนทั่วไปเห็นว่าเป็นผลดี มีคนอื่นบางคนพูดว่า นาย ก. หรือ นาย ข. ซึ่ง เป็นคนดีมาก มีความดี หลายอย่าง อย่างนั้นอย่างนี้ ทำไมจึงไม่ได้รับผลดีนี้ บางทีความจริงเป็นว่าความดีของนาย ก หรือนาย ข ที่มีหลายๆอย่างนั้นไม่ใช่ความดีสำหรับจะให้ได้รับขาดลอยโดดๆ และความเห็นเอียงสุดอย่างใดอย่างหนึ่งก็จึงเกิดขึ้น แต่ภาวะที่เป็นจริงของสิ่งทั้งหลายไม่ได้ขาดลอยตัดตอนเฉพาะอันนั้น วิธีคิดแบบนี้ช่วยให้แยกเอาเรื่องราวหรือปัจจัยอื่นๆ ที่ไม่เกี่ยวข้องออกไปจากเหตุปัจจัยที่แท้จริงของกรณีนั้นได้ ความหมายข้อนี้ รวมถึงการจับผลให้ตรงกับเหตุด้วย คือเหตุปัจจัยใด เป็นไปเพื่อผลใด หรือผลใดพึงเกิดจากปัจจัยใด ก็มองเห็นตรงตามนั้นไม่ไขว่เขวสับสน

2.4.2) ความไม่ตระหนักถึงภาวะที่ปรากฏการณ์หรือผลที่คล้ายกันอาจเกิดจากเหตุปัจจัยที่ต่างกัน และ เหตุปัจจัยอย่างเดียวกันอาจไม่นำไปสู่ผลอย่างเดียวกัน เช่น ภิกษุอยู่ป่า พระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญก็มี ไม่สรรเสริญก็มี โดยพิจารณาสุดแต่เหตุคือ เจตนาอีกตัวอย่างหนึ่ง การได้ทรัพย์มา อาจเกิดจากการขยันทำการงาน จากการทำให้อื่นให้ทรัพย์พอใจ หรือจากการลักขโมยก็ได้ คนได้รับการยกย่องสรรเสริญ อาจเกิดจากการทำความดีในสังคมที่นิยมความดี หรืออาจเกิดจากทำอะไรบางอย่างแม้ไม่ดีแต่เป็นประโยชน์ หรือเป็นที่ชอบใจของผู้ยกย่องสรรเสริญ นั้นก็ได้ ในกรณีเหล่านี้จะต้องตระหนักด้วยว่า เหตุปัจจัยต่างกันที่ให้เห็นผลเหมือนกันนั้น ยังมีผลต่างกันอย่างอื่นๆ ที่ไม่ได้พิจารณาในกรณีเหล่านี้ด้วย ในทำนองเดียวกันคนต่างคนทำความดีอย่างเดียวกัน คนหนึ่งทำแล้วได้รับการยกย่องสรรเสริญ เพราะทำในที่ที่เขานิยมทำความดีนั้น หรือทำเหมาะกับกาลเวลาที่ความดีนั้นก่อประโยชน์แก่คนที่ยกย่องอีกคนทำแล้วกลับไม่เป็นที่ชื่นชม เพราะทำในที่ที่เขาไม่นิยมความดีนั้น หรือทำแล้วเป็นการทำลายประโยชน์ของคนที่ไม่พอใจ หรือมีความบกพร่องในตนเอง อย่างอื่นของผู้กระทำความดีนั้น ดังนี้ เป็นต้น ในกรณีเหล่านี้จะต้องตระหนักด้วยว่าเหตุปัจจัยอย่างเดียวกันที่ยกขึ้นพิจารณานั้น ไม่ใช่เป็นเหตุปัจจัยทั้งหมดที่จะให้ได้รับผลอย่างนั้น ความจริงสภาพแวดล้อมและเรื่องราวอื่นๆ ก็เป็นปัจจัยร่วมด้วยที่จะให้เกิดผลอย่างนั้น

2.4.3) การไม่ตระหนักถึงเหตุปัจจัยส่วนพิเศษนอกเหนือจากเหตุปัจจัยที่เหมือนกัน ข้อนี้เกี่ยวเนื่องกับความต่อเนื่องของข้อ 2 กล่าวคือคนมักมองเฉพาะแต่เหตุปัจจัยบางอย่างที่คนนั้นหมายว่าจะให้เกิดผล อย่างนั้นๆ ครั้นต่างบุคคลทำเหตุปัจจัยอย่างเดียวกันแล้ว คนหนึ่งได้รับผลที่ต้องการ อีกคนหนึ่งไม่ได้รับผลนั้น ก็ เห็นไปว่าเหตุปัจจัยนั้นไม่ให้ผลจริงเป็นต้น เช่น คนสองคนทำงานดีเท่ากันมีกรณีที่จะได้รับการคัดเลือก อย่างหนึ่ง เป็นธรรมดาที่คนหนึ่งจะได้รับเลือก อีกคนหนึ่งไม่ได้รับเลือก ถ้าไม่ใช่วิธีเสี่ยงทายจับสลากก็จะมีปัจจัยอื่นเข้ามาเกี่ยวข้อง เช่น คนหนึ่งสุขภาพดีกว่า หรือ รูปร่างดีกว่า และ ระดับแห่งคุณธรรมหรือความสามารถในทางปัญญาของผู้คัดเลือก เป็นต้น ซึ่งล้วนเป็นปัจจัยได้ทั้งสิ้น ตัวอย่างที่ยกมาในที่นี้ เกี่ยวกับหลักการทั้งนั้น แม้ตัวอย่างที่เป็นไปตามกฎอย่างอื่น ก็พึงเข้าใจในทำนองเดียวกัน

2.5 จำแนกโดยเงื่อนไข คือ มองหรือแสดงความจริงโดยพิจารณาเงื่อนไขประกอบด้วย ข้อนี้เป็นวิภาษวาทแบบที่พบบ่อยมากอย่างหนึ่งยกตัวอย่างเช่น ถ้าถูกถามว่าบุคคลนี้ควรคบหรือไม่ ถิ่นสถานี่ควรเข้าเกี่ยวข้องหรือไม่ ถ้าพระภิกษุเป็นผู้ตอบก็อาจกล่าวตามบาลีว่าถ้าคบหรือเกี่ยวข้องแล้ว อกุศลธรรมเจริญ กุศลธรรมเสื่อม ไม่ควรคบไม่ควรเข้าเกี่ยวข้อง แต่ถ้าคบหรือเข้าเกี่ยวข้องแล้ว อกุศลธรรมเสื่อม กุศลธรรมเจริญควรคบ ควรเกี่ยวข้อง หรือถ้าถามว่าภิกษุควรถือชุดงค์หรือไม่ ท่านก็จะตอบว่า ภิกษุใดถือชุดงค์แล้วกรรมฐานดีขึ้น ภิกษุนั้นควรถือ ภิกษุใดถือแล้ว กรรมฐานเสื่อม ภิกษุนั้นไม่ควรถือ ภิกษุใดจะถือชุดงค์ก็ตาม ไม่ถือก็ตาม กรรมฐานก็เจริญทั้งนั้น ไม่เสื่อม ภิกษุนั้นเมื่อจะอนุเคราะห์ชนรุ่นหลังควรถือ ส่วนภิกษุใดจะถือชุดงค์ก็ตาม ไม่ถือก็ตาม กรรมฐานย่อมไม่เจริญ ภิกษุนั้นก็ควรถือ เพื่อเป็นพื้นอุปนิสัยไว้ หรือถ้ามีผู้กล่าวว่าพระพุทธเจ้าเป็นอุจเฉทวาทหรือไม่ ถ้าตอบตามพระองค์ ก็ว่า ถ้าใช้คำนั้นในความหมายอย่างนี้ๆ ก็ใช่ ถ้าใช้ในความหมายอย่างนั้นๆ ก็ไม่ใช่หรือถ้าถามว่า ภิกษุที่ขอบอยู่ผู้เดียวจาริกไปรูปเดียว ชื่อว่าปฏิบัติถูกต้องตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าใช่หรือไม่ก็ต้องตอบอย่างมีเงื่อนไขเช่นเดียวกัน ยกตัวอย่างทางวิชาการสมัยใหม่ เช่น อาจพิจารณาปัญหาทางการศึกษาว่า ควรปล่อยให้เด็กพบสิ่งต่างๆ ในสังคม เช่น เรื่องราวและการแสดงต่างๆ ทางสื่อมวลชน เป็นต้น อย่างอิสระเสรีหรือไม่ หรือแค่ไหนเพียงไร ถ้าตอบตามแนววิภาษวาท ก็จะไม่กล่าวโพล่งลงไปอย่างเดียว แต่จะวินิจฉัยได้โดยพิจารณาเงื่อนไขต่างๆ คือ

2.5.1) ความโน้มเอียง ความพร้อม นิสัย ความเคยชินต่างๆ ซึ่งเด็กได้สั่งสมไว้ โดยการอบรมเลี้ยงดู และอิทธิพลทางวัฒนธรรม เป็นต้น เท่าที่มีอยู่ในขณะนั้น (พูดด้วยภาษาทางธรรมว่าสังขารที่เป็นกุศลและอกุศล คือแนวความคิดปรุงแต่งที่ได้สั่งสมเสพคุ้นเอาไว้) อาจเรียกง่ายๆ ว่า พื้นของเด็กที่จะแล่นไป

2.5.2) โยนิโสมนสิการ คือ การรู้จักใช้โยนิโสมนสิการอยู่โดยปกติหรือไม่ และแค่ไหนเพียงไร

2.5.3) กัลยาณมิตร คือบุคคลหรืออุปกรณ์ที่จะช่วยชี้แนะแนวทางความคิดความเข้าใจอย่างถูกต้องต่อสิ่งที่พบเห็น หรือที่จะชักนำให้เกิดเกิดโยนิโสมนสิการอย่างได้ผลอยู่หรือไม่ ไม่ว่าจะเป็นกัลยาณมิตรในครอบครัว ในสื่อมวลชนนั้นๆ หรือทั่วๆ ไปในสังคมก็ตาม

2.5.4) ประสบการณ์คือสิ่งปล่อยให้แพร่ หรือให้เด็กพบเห็นนั้นมีลักษณะหรือคุณสมบัติที่เร้าหรือยั่ว เป็นต้น รุนแรงมากน้อยถึงระดับใด ทั้ง ๔ ข้อนี้ เป็นตัวแปรได้ทั้งนั้น แต่ในกรณีนี้ ยกเอาข้อ 4 ขึ้นตั้งเป็นตัวยืน คำตอบจะเป็นไปโดยสัดส่วนซึ่งตอบได้เอง เช่น ถ้าเด็กมีโยนิโสมนสิการจริงจังๆ กำกับอยู่ หรือพื้นฐานแนวความคิดปรุงแต่งที่เป็นกุศล ซึ่งได้สั่งสมอบรมกันไว้โดยครอบครัวหรือวัฒนธรรมมีมากและเข้มแข็งจริงๆ แม้ว่าสิ่งที่แพร่หรือปล่อยให้เด็กพบเห็นจะล่อเร้ายั่วมาก ก็ยากที่จะเป็นปัญหาและอาจหวังไว้ว่าจะเกิดผลดีด้วยซ้ำไป แต่ถ้าพื้นฐานความโน้มเอียงทางความคิดที่เป็นกุศลก็ไม่ได้สั่งสมอบรมกันไว้โยนิโสมนสิการก็ไม่เคยฝึกกันไว้ แล้วยังไม่ได้จัดเตรียมให้มีกัลยาณมิตรไว้ด้วย การปล่อยนั้นก็มีความหมายเท่ากับเป็นการสร้างเสริมสนับสนุนปัญหา เหมือนตั้งว่าจะตั้งใจทำลายเด็กโดยวิชาพิษเบือเสียนั่นเอง

2.6. จำแนกโดยทางเลือกหรือความเป็นไปได้เป็นอย่างอื่น ในการปฏิบัติเพื่อบรรลุผลสำเร็จ หรือเข้าถึงเป้าหมายอย่างใดอย่างหนึ่งก็ดี ในการพิจารณาหาความเข้าใจเกี่ยวกับการเกิดขึ้น และความเป็นไปของสิ่งสภาพหรือปรากฏการณ์อย่างใดอย่างหนึ่งก็ดี ผู้ที่คิดค้นพิจารณาพึงตระหนักว่า

2.6.1) หนทาง วิธีการ หรือความเป็นไปได้ อาจมีหลายอย่าง

2.6.2) ในบรรดาหนทาง วิธีการ หรือความเป็นไปได้หลายอย่างนั้นบางอย่างอาจดีกว่า ได้ผลกว่า หรือตรงแท้กว่าอย่างอื่น

2.6.3) ในบรรดาทางเลือกหลายอย่างนั้น บางอย่างหรือ อย่างหนึ่งอาจเหมาะสม หรือได้ผลดีสำหรับคนหรือสำหรับกรณีนั้น มากกว่าอย่างอื่น

2.6.4) ทางเลือกหรือความเป็นไปได้ อาจมีเพียงอย่างเดียวหรือหลายอย่าง แต่เป็นอย่างอื่น คือไม่ใช่ทางเลือกหรือความเป็นไปได้อย่างที่คนกำลังปฏิบัติ หรือกำลังเข้าใจอยู่ในขณะนั้น

ความตระหนักเช่นนี้มีผลดีหลายประการ เช่น ทำให้ไม่ติดตันวนเวียนอยู่อย่างหาทางออกไม่ได้ ในวิธีปฏิบัติหรือความคิดที่ไม่สำเร็จผลไม่ถูกต้อง หรือไม่เหมาะสมกับตน ทำให้ไม่ท้อแท้ ถดถอย หรืออับจนแล้วหยุดเลิกความเพียรเสียในเมื่อคิดอย่างหนึ่ง หรือแม้หลายอย่างแล้วไม่สำเร็จ และข้อที่สำคัญที่สุดก็คือ ทำให้สามารถคิดหาและค้นพบหนทาง วิธีการ หรือความเป็นไปได้ที่ถูกต้อง เหมาะสม ตรงแท้เป็นจริงหรือได้ผลดีที่สุด

วิธีคิดแบบนี้จะเห็นตัวอย่างจากพุทธประวัติ เมื่อพระพุทธทรงทดลองบำเพ็ญทุกรกิริยาอย่างสุดกำลัง และสุดหนทางที่จะมีบุคคลผู้ใดปฏิบัติได้แล้ว ไม่สำเร็จผล ทรงเห็นว่าไม่ใช่ทางที่ถูกต้องที่จะบรรลุจุดมุ่งหมาย ทรงมีพุทธดำริว่า เราจะบรรลุญาณทัศนะอันพิเศษที่ทำให้

เป็นอริยะ ซึ่งเหนือกว่ากรรมของมนุษย์แล้ว ด้วยทุกกริยาอันแผ่ร่อนนี้หาได้ไม่ หนทางตรัสรู้ คงจะเป็นอย่างอื่น

เมื่อมีพุทธดำริดังนี้แล้ว จึงทรงคิดพิจารณาและค้นพบทางสายกลางแล้วทรงปฏิบัติจนบรรลุ โพธิญาณในที่สุด

2.7. วิภังชวาทในฐานะวิธีตอบปัญหาอย่างหนึ่ง วิภังชวาท ปรากฏบ่อยๆ ในรูปของการตอบปัญหา และท่านจัดเป็นวิธีการตอบปัญหาอย่างหนึ่งในบรรดาวิธีการตอบปัญหา 4 อย่าง มีชื่อเฉพาะเรียกว่า วิภังชพยากรณ์ ซึ่งก็คือการนำเอาวิภังชวาทไปใช้ในการตอบปัญหา หรือตอบปัญหาแบบวิภังชวาท

เพื่อความเข้าใจชัดเจนในเรื่องนี้พึงทราบวิธีตอบปัญหา (ปัญหาพยากรณ์) 4 อย่าง คือ

- 2.7.1) เอกังสพยากรณ์ การตอบแง่เดียว คือตอบอย่างเดียวเด็ดขาด
- 2.7.2) วิภังชพยากรณ์ การแยกแยะตอบ
- 2.7.3) ปฏิปุจฉาพยากรณ์ การตอบโดยย้อนถาม
- 2.7.4) รูปนะ การยั้งหรือหยุด พับปัญหาเสียไม่ตอบ

วิธีตอบ 4 อย่างนี้แบ่งตามลักษณะของปัญหา ดังนั้น ปัญหาจึงแบ่งได้เป็น 4 ประเภทตรงกับวิธีตอบเหล่านั้นจะยกตัวอย่างตามที่แสดงไว้ในคัมภีร์รุ่นหลังมาแสดงประกอบความเข้าใจดังนี้

1) เอกังสพยากรณ์ปัญหา ปัญหาที่ควรตอบอย่างเดียวโดยเด็ดขาด เช่น ถามว่า จักขุไม่เที่ยงใช่ไหม พึงตอบได้ทีเดียวแน่นอนลงไปว่าใช่

2) วิภังชพยากรณ์ปัญหา ปัญหาที่ควรแยกแยะหรือจำแนกตอบ เช่น สิ่งที่ไม่เที่ยงได้แก่ จักขุ ใช่ไหม พึงแยกแยะตอบว่าไม่เฉพาะจักขุเท่านั้น แม้โสตะ ฉานะ เป็นต้นก็ไม่เที่ยง

3) ปฏิปุจฉาพยากรณ์ปัญหา ปัญหาที่ควรตอบโดยย้อนถาม เช่น จักขุฉันใด โสตะก็ฉันนั้น โสตะฉันใด จักขุก็ฉันนั้นใช่ไหม ถึงย้อนถามว่า มุ่งความหมายแง่ใด ถ้าถามโดยหมายถึงแง่ใช่ดูหรือเห็น ก็ไม่ใช่ แต่ถ้ามุ่งหมายแง่ไม่เที่ยง ก็ใช่

4) รูปนียปัญหา ปัญหาที่พึงยับยั้ง หรือพับเสีย ไม่ควรตอบ เช่น ถามว่า ชีวะ กับสรีระ คือสิ่งเดียวกันใช่ไหม พึงยับยั้งเสียไม่ต้องตอบ นี่เป็นเพียงตัวอย่างสั้นๆ ง่าย ๆ เพื่อความเข้าใจเบื้องต้นเมื่อว่าโดยใจความ (พระธรรมปิฎก, 2546, หน้า 104)

## ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

### 1. ความหมายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง คุณลักษณะและความสามารถของบุคคลอันเกิดจากการเรียนการสอน เป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและตรวจสอบความสามารถหรือวัดผลสัมฤทธิ์ของบุคคลว่าเรียนรู้แจ้งเท่าไรซึ่งสามารถวัดได้ 2 แบบ ตามจุดมุ่งหมายลักษณะวิชาที่สอนคือ

1) ด้านการปฏิบัติเป็นการตรวจสอบระดับความสามารถในการปฏิบัติหรือทักษะของผู้เรียนโดยมุ่งเน้นให้ผู้เรียนได้แสดงความสามารถดังกล่าวในรูปของการกระทำจริงให้ออกเป็นผลงาน เช่น วิชาศิลปศึกษา การช่าง เป็นต้น

2) การการวัดเนื้อหา เป็นการตรวจสอบระดับความสามารถเกี่ยวกับเนื้อหาวิชาอันเป็นประสบการณ์ของผู้เรียนรวมถึงพฤติกรรมความสามารถในด้านต่างๆ สามารถวัดโดยใช้ข้อสอบวัดผลสัมฤทธิ์ (ไพศาล หวังพานิช, 2523, หน้า 137)

สรุปว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนคือ คุณลักษณะความสามารถของบุคคลอันเกิดจากการเรียนการสอน เป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและตรวจสอบความสามารถหรือผลสัมฤทธิ์ของบุคคล (สุชาติ ดันอารีย์, 2549, หน้า 38)

### 2. เครื่องมือที่ใช้ในการวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

เครื่องมือที่ใช้วัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน คือ แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ซึ่งแบ่งได้ 2 พวก คือ

1) แบบทดสอบของครู (teacher made test) หมายถึงชุดคำของคำถามที่เกี่ยวกับความรู้ที่นักเรียนในห้องเรียนว่านักเรียนมีความรู้มากแค่ไหน บทพระองค์ตรงไหนจะได้สอนซ่อมเสริมหรือเป็นการวัดคู่ความพร้อมที่จะเรียนบทเรียนใหม่ ซึ่งขึ้นอยู่กับความต้องการของครู

2) แบบทดสอบมาตรฐาน (standardized test) แบบทดสอบนี้สร้างขึ้นจากผู้เชี่ยวชาญในแต่ละวิชาหรือจากครูที่สอนวิชานั้นแต่ผ่านการทดลองคุณภาพหลายครั้งจนกระทั่งมีคุณภาพดีพอจึงสร้างเกณฑ์ปกติของแบบทดสอบนั้น สามารถใช้เป็นหลักเปรียบเทียบผลเพื่อประเมินค่าของการเรียนการสอนในเรื่องใดๆ ก็ได้ แบบทดสอบมาตรฐานจะมีคู่มือดำเนินการสอบ วิธีสอบ และยังมีมาตรฐานในด้านการแปลคะแนนด้วย

อำนาจ รุ่งรัศมี (2525, หน้า 10-11) กล่าวว่าไว้ว่าการวัดผลประเมินผลการเรียนจะต้องให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมที่ครูกำหนด จะต้องพิจารณาถึงพฤติกรรม 3 ด้าน คือ

1) ด้านความรู้ ความคิด (cognitive domain) พฤติกรรมด้านนี้เกี่ยวกับกระบวนการต่างๆ ทางด้านสติปัญญาและสมอง

2) ด้านความรู้สึกรู้สึก (affective domain) พฤติกรรมด้านนี้เกี่ยวข้องกับ การเจริญเติบโตและพัฒนาการในด้านความสนใจ คุณค่า ความซาบซึ้งและทัศนคติ หรือเจตคติ ต่างๆ ของนักเรียน

3) ด้านการปฏิบัติ (psycho motor domain) พฤติกรรมด้านนี้เกี่ยวข้องกับการพัฒนาทักษะในการปฏิบัติและการดำเนินการ เช่น การทดลอง

อารมณีย์ เพ็ชรชื่น (2527, หน้า 3-4) วิเคราะห์คุณลักษณะของนักเรียน ประถมศึกษาที่พึงปรารถนาตามจุดมุ่งหมายของหลักสูตรประถมศึกษาพุทธศักราช 2521 ได้ จำแนกออกเป็น 3 ประเภท คือ

1. ด้านความคิด (cognitive domain) เกี่ยวกับสภาพสมองมี 6 ด้าน คือ

1.1) ด้านความรู้ ความจำ หมายถึงสามารถระลึกถึงเรื่องราวที่ผ่านมา

1.2) ด้านความเข้าใจ หมายถึง ความสามารถในการจับใจความสำคัญของ เรื่องย่อใจความสำคัญ แปลความหมาย ตีความหมาย และขยายความหมายของเรื่องได้

1.3) การนำไปใช้ หมายถึง ความสามารถในการนำความรู้หรือหลักวิชาที่ เรียนมาแล้วในการสร้างสถานการณ์จริงๆ หรือสถานการณ์ที่คล้ายคลึงกันได้

1.4) การวิเคราะห์ หมายถึง ความสามารถในการแยกแยะเรื่องราวต่างๆ หรือวัตถุสิ่งของเพื่อต้องการหาสาเหตุเบื้องต้น หาความสัมพันธ์ระหว่างใจความส่วนรวม ระหว่างตอนตลอดจนหาหลักการที่แฝงอยู่ในเรื่อง

1.5) การสังเคราะห์ หมายถึง ความสามารถนำเอาความรู้มาจัดระบบใหม่ เป็นเรื่องใหม่ที่ไม่เหมือนเดิม มีความหมายและประสิทธิภาพสูงกว่าเดิม

1.6) การประเมินค่า หมายถึงการวินิจฉัยบุคคล เรื่องราว วัตถุสิ่งของอย่างมี หลักเกณฑ์

2. ด้านจิตใจ (affective domain) เป็นคุณลักษณะด้านจิตใจ ความรู้สึก เจตคติ และค่านิยม

3. ด้านปฏิบัติ (psycho motor domain) เป็นคุณลักษณะเกี่ยวกับกล้ามเนื้อและ ประสาท

ตามแนวคิดของของบลูม (Bloom) จุดประสงค์ของการสอนแบ่งเป็น 3 หลัก ได้แก่ ด้านความรู้ ความคิด (cognitive domain) ด้านความรู้สึกรู้สึก (affective domain) ด้านการ ปฏิบัติ (psycho motor domain) ซึ่งจุดประสงค์ด้านความรู้ความคิดเป็นจุดประสงค์ที่เกี่ยวกับการ ระลึกถึงสิ่งที่เรียนไปแล้วและพัฒนาความสามารถทางเชาว์ปัญญาและทักษะต่างๆ

ดังนั้น จึงสรุปได้ว่าเครื่องมือที่ใช้ในการวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนคุณธรรมจริยธรรมด้านความเมตตา ซึ่งการวัดผลและ การประเมินผลจะต้องให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมที่กำหนด โดยพิจารณาถึง พฤติกรรม 3 ด้าน คือ ด้านความรู้ ความคิด ด้านความรู้สึกรู้สึก และด้านการปฏิบัติ

## เจตคติ

### 1. ความหมายของเจตคติ

คำว่า “เจตคติ” เป็นคำศัพท์ที่มีความหมาย เช่นเดียวกับคำว่า ทักษะคติ ตรงกับภาษาอังกฤษว่า “Attitude” ซึ่งมีนักจิตวิทยาและนักการศึกษาทั้งชาวไทยและต่างประเทศได้ให้ความหมายของเจตคติ ไว้ดังนี้

กัญญา ทองสิงห์ (2540, หน้า 36) ให้ความหมายของเจตคติว่าเป็นความรู้สึกนึกคิดของบุคคลที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งตามสภาพการณ์ เมื่อบุคคลนั้นได้รับความรู้ ประสบการณ์ ก็จะแสดงออกให้รู้ถึงความคิดของตน เจตคติสามารถสร้างขึ้นได้และเปลี่ยนแปลงได้

สุวรงค์ โค้วตระกูล (2541, หน้า 46) ได้ใช้คำว่า ทักษะคติ โดยกล่าวว่าทักษะคติเป็นอักษณาสัย (Disposition) หรือแนวโน้มที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสนองตอบต่อสิ่งแวดล้อมหรือสิ่งเร้า ซึ่งอาจจะเป็นไปได้ทั้งคน วัตถุ สิ่งของ หรือความคิด (Ideas) ทักษะคติอาจจะเป็นบวกหรือลบ ถ้าบุคคลมีทักษะคติบวกต่อสิ่งใด ก็จะมีพฤติกรรมที่จะเผชิญกับสิ่งนั้น ถ้ามีทักษะคติดลบก็จะหลีกเลี่ยง ทักษะคติ เป็นสิ่งที่เรียนรู้และเป็นการแสดงออกของค่านิยมและความเชื่อของบุคคล

ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ (2543, หน้า 54) กล่าวว่าเจตคติเป็นความรู้สึกเชื่อ ศรัทธาต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด จนเกิดความพร้อมที่จะแสดงพฤติกรรมออกมา ซึ่งอาจเป็นไปในทางที่ดีหรือไม่ดีก็ได้ เจตคดียังไม่เป็นพฤติกรรมแต่เป็นตัวการที่ทำให้เกิดพฤติกรรม

พิชิต ฤทธิจรรยา (2544, หน้า 255) กล่าวว่า เจตคติ หมายถึงความโน้มเอียงของจิตใจหรือความรู้สึกในทางที่ชอบ เห็นด้วย หรือไม่ชอบ ไม่เห็นด้วย ไม่สนับสนุน ต่อการกระทำหรือต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

พรรณี ชูทัย (2545, หน้า 76) กล่าวว่า เจตคติเป็นเรื่องของความรู้สึกทั้งที่พอใจและไม่พอใจ ที่บุคคลมีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ซึ่งมีอิทธิพลทำให้แต่ละคนตอบสนองต่อสิ่งเร้าแตกต่างกันไป

วิภาวี แป้นเรือง (2546, หน้า 37) กล่าวว่า เจตคติ หมายถึงความรู้สึกนึกคิด ความคิดเห็นและความพร้อมที่จะกระทำต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ซึ่งอาจเป็นความรู้สึกในทางชอบหรือไม่ชอบ เป็นการบอกแนวโน้มทางจิตใจของบุคคลเมื่อปะทะสัมพันธ์กับสิ่งของ บุคคล ประเพณีหรือสถานการณ์ใด ๆ ซึ่งมีผลให้บุคคลแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ออกมา เจตคติที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งสามารถสร้างขึ้นและเปลี่ยนแปลงได้

กูด (Good, 1973, p.59) ให้ความหมายของเจตคติว่า หมายถึง ความเอนเอียงหรือความชอบของบุคคลที่แสดงผลเฉพาะไปสู่วัตถุสิ่งของ สถานการณ์หรือคุณค่า ตามปกติจะประกอบไปด้วยความรู้สึกและอารมณ์

ฮิลการ์ด (Hilgard, 1975, p.105) กล่าวว่า เจตคติ หมายถึง พฤติกรรมหรือความรู้สึกครั้งแรกที่มีต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด หรือต่อสถานการณ์ใดๆ ในทางเข้าหาหรือหนีออกจาก

และเป็นความพร้อมที่จะตอบสนองไปในทางเอนเอียงที่จะไปในลักษณะเดิม เมื่อพบกับสิ่งดังกล่าวนี้

ธอร์นไคค์ (Thomdike, 1977, p.70) กล่าวถึง เจตคติว่าเป็นลักษณะหนึ่งของบุคลิกภาพที่แสดงให้เห็นถึงความรู้สึกและความนึกคิดในทางที่ชอบและไม่ชอบต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

ไอเคน (Aiken, 1985, p.290) กล่าวได้ว่า เจตคติหมายถึงความโน้มเอียงที่เกิดจากการเรียนรู้ในการตอบสนองเชิงบวกหรือเชิงลบต่อวัตถุ สถานการณ์ สถาบันหรือบุคคลอื่น ๆ

อนาสตาซี (Anastasi, 1986, p.541) กล่าวว่าเจตคติหมายถึงความโน้มเอียงที่จะแสดงออกว่าชอบหรือไม่ชอบต่อสิ่งนั้น ๆ เช่น ขนบธรรมเนียมประเพณี เชื้อชาติและสถาบันต่าง ๆ

จากความหมายของเจตคติที่กล่าวมาแต่นั้น สรุปได้ว่า เจตคติ หมายถึง ความรู้สึกนึกคิด ความเชื่อ ความคิดเห็น หรือความศรัทธาต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด รวมทั้งความรู้สึกที่ประเมินค่าออกมาทั้งในทางบวกและทางลบ

## 2. ลักษณะที่สำคัญของเจตคติ

จิรวรรณ ชำนาญช่าง ( 2544, หน้า 12 ) ได้รวบรวมลักษณะของเจตคติไว้ดังนี้

- 1) เป็นผลหรือขึ้นอยู่กับบุคคล ประเมินผลสิ่งเร้าแล้วเปลี่ยนมาเป็นความรู้สึกภายในที่ก่อให้เกิดแรงจูงใจในการแสดงพฤติกรรม
- 2) เจตคติแปรค่าได้ทั้งความเข้มข้นและทิศทาง
- 3) เจตคติเกิดจากการเรียนรู้มากกว่าเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นเอง
- 4) เจตคติขึ้นอยู่กับเป้าเจตคติหรือสิ่งเร้าเฉพาะอย่างทางสังคม
- 5) เจตคติของบุคคลที่มีต่อสิ่งเร้าที่เป็นกลุ่มเดียวกันอาจสัมพันธ์กัน
- 6) เจตคติเป็นการเตรียมความพร้อมภายในของจิตในการตอบสนองสิ่งเร้าในทางที่ชอบหรือไม่ชอบต่อสิ่งเร้านั้นๆ
- 7) สภาพความพร้อมจะตอบสนองในลักษณะซับซ้อนที่บุคคลจะยอมรับหรือไม่ยอมรับ ชอบหรือไม่ชอบต่อสิ่งต่างๆ และจะเกี่ยวข้องกับอารมณ์
- 8) เจตคติไม่ใช่พฤติกรรมแต่ละสภาวะทางจิตใจที่มีอิทธิพลต่อความรู้สึกนึกคิดและเป็นตัวกำหนดแนวทางในการแสดงออกของพฤติกรรม
- 9) เจตคติไม่สามารถวัดได้โดยตรง แต่สามารถสร้างเครื่องมือวัดพฤติกรรมที่แสดงออกมาเพื่อเป็นแนวทางในการทำนายหรืออธิบายเจตคติได้
- 10) เจตคติเกิดจากการเรียนรู้และประสบการณ์ บุคคลจะมีเจตคติในเรื่องเดียวกันแตกต่างกันได้ด้วยสาเหตุหลายประการ ทั้งสภาพแวดล้อมทางเศรษฐกิจและสังคม ระยะเวลา และเชาว์ปัญญา
- 11) เจตคติมีความคงที่และแน่นอนพอสมควร แต่อาจเปลี่ยนแปลงได้เมื่อประสบกับสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมที่แตกต่างไปจากเดิม

สรุปได้ว่า เจตคติเป็นสิ่งที่เกิดจากการที่บุคคลได้ผ่านการเรียนรู้และ ประสบการณ์มานาน มีอิทธิพลต่อความรู้สึกนึกคิดและการกระทำของบุคคลที่จะยอมรับหรือปฏิเสธต่อสิ่งต่าง ๆ เจตคติสามารถสร้างขึ้นและเปลี่ยนแปลงได้ เนื่องจากอิทธิพลของสังคมและสภาพแวดล้อมที่ต่างจากเดิม

### 3. องค์ประกอบของเจตคติ

กรวีร์ เมฆหมอก (2542, หน้า 27) ได้รวบรวมองค์ประกอบของเจตคติไว้ดังนี้

1) องค์ประกอบด้านความรู้ (cognitive component) หมายถึง การรับรู้ของบุคคลที่เกี่ยวกับวัสดุหรือเหตุการณ์ต่างๆ รวมทั้งความเชื่อของบุคคลที่มีต่อสิ่งเหล่านั้นด้วย

2) องค์ประกอบด้านความรู้สึก (affective component) หมายถึง ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อสิ่งที่ได้รับรู้ อาจเป็นไปในทางที่ดีหรือไม่ดี ถ้าบุคคลมีความรู้สึกที่ดีต่อสิ่งใดก็จะชอบสิ่งนั้น ถ้ามีความรู้สึกที่ไม่ดีต่อสิ่งใด ก็จะไม่ชอบสิ่งนั้น

3) องค์ประกอบทางด้านแนวโน้มที่จะกระทำ (behavioral component) หมายถึงความโน้มเอียงของบุคคลที่จะแสดงพฤติกรรมให้สอดคล้องกับความรู้สึกของตน คือ การที่จะยอมรับหรือไม่ยอมรับ ยอมปฏิบัติหรือไม่ยอมปฏิบัติ

สรุปได้ว่า องค์ประกอบของเจตคติมี 3 ประการ คือ องค์ประกอบทางด้านความรู้ ทางด้านความรู้สึก และทางด้านแนวโน้มที่จะกระทำ ซึ่งองค์ประกอบทั้งสามนี้มีความสัมพันธ์ต่อกัน จะเห็นได้ว่า องค์ประกอบทางด้านความรู้สึกเป็นผลเนื่องมาจากการรับรู้ของบุคคลและจะส่งผลไปถึงพฤติกรรมการกระทำของบุคคลและสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงได้ตามสถานการณ์ต่างๆ

### 4. การเปลี่ยนแปลงเจตคติ

กัญจนา ทองสิงห์ (2540, หน้า 39) กล่าวถึงวิธีการเปลี่ยนแปลงเจตคติอย่างเป็นทางการว่าเป็นวิธีที่อาศัยพื้นฐานมาจากทฤษฎีการเรียนรู้และเชื่อว่ามนุษย์เป็นบุคคลที่มีเหตุผล สามารถคิดสามารถถูกกระตุ้นเพื่อให้เกิดภาวะรับการชักจูงให้สนใจข่าวสารต่าง ๆ สามารถเรียนรู้เนื้อหาของข่าวสารและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมหรือการปฏิบัติได้ ดังนั้นเครื่องมือที่ใช้ในการเปลี่ยนแปลงเจตคติจะเป็นแบบวิธีการที่เป็นทางการ มีการสื่อความหมายที่เป็นทางการและมีรูปแบบมีการวางแผนอย่างรอบคอบ

นอกจากนี้ กัญจนา ทองสิงห์ ยังได้รวบรวมทฤษฎีการเปลี่ยนแปลงเจตคติไว้ดังนี้

1) ทฤษฎีการเปลี่ยนแปลงเจตคติเพื่อการปรับตัวให้เข้ากับสังคม (the social judgment theory of attitude change) เจ้าของทฤษฎี คือ มูซาเฟอร์ เซอริฟ และคาร์ล ไอ โฮฟแลนด์ (Muzaffer Sherif and Carl L. Hoveland) หลักการของทฤษฎีนี้มีว่า การเปลี่ยนแปลงเจตคติของบุคคลนั้นจะเกิดขึ้นภายหลังจากที่บุคคลได้เลือกตัดสินใจที่จะปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม เพราะโดยปกติบุคคลจะใช้สติปัญญาในการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม บางครั้งบุคคลจะปรับตัวเองเข้ากับสิ่งแวดล้อม และบางครั้งจะปรับปรุงสิ่งแวดล้อมให้เข้า

กับตนเอง ในกรณีที่จะต้องปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อม โดยที่เจตคติของบุคคลนั้นยังไม่สอดคล้องกับสภาพสิ่งแวดล้อมหรือสังคม บุคคลนั้นจะต้องเปลี่ยนแปลงเจตคติเพื่อการปรับตัวให้เข้ากับสังคมเสมอ

2) ทฤษฎีการมีส่วนร่วมในการกระทำ (active participation theory) เจ้าของทฤษฎี คือ เคอร์ท เลวิน (Kurt Lewin) หลักการของทฤษฎีนี้มีว่า การเปลี่ยนแปลงเจตคติของบุคคลให้เป็นในรูปใด จะต้องให้เขามีส่วนร่วมในกลุ่มบุคคลอย่างมีประสิทธิภาพ

3) ทฤษฎีความสอดคล้องทางความคิด (cognitive consonance theory) เจ้าของทฤษฎี คือ ฟรีทซ์ ไฮเดอร์ (Fritz Heider) หลักการของทฤษฎีนี้มีว่า ถ้าสมาชิกในสังคมหรือกลุ่มใดๆ ก็ตามมีความรู้สึกหรือท่าที่เป็นไปในแนวที่สอดคล้องกันก็จะอยู่ด้วยกันได้ แต่ถ้ามีความคิดหรือความรู้สึกแตกต่างไปจากสังคมหรือกลุ่ม ก็จะต้องเปลี่ยนแปลงเจตคติให้เหมือนกันหรือสอดคล้องกันต่อไป

4) ทฤษฎีความไม่สอดคล้องทางความคิด (cognitive dissonance theory) เจ้าของทฤษฎี คือ ลีออน เฟสติงเจอร์ (Leon Festinger) หลักการของทฤษฎีนี้มีว่า เมื่อบุคคลเกิดความขัดแย้งขึ้นเป็นสองทาง แต่ละทางไม่ลงรอยกัน ก็จะพยายามขจัดความขัดแย้งให้หมดไป ไม่ว่าจะขัดแย้งกับบุคคล วัตถุ หรือสถานการณ์ วิธีขจัดความขัดแย้งโดยปรับความรู้สึก จากชอบหรือไม่ชอบให้เป็นไปในทางตรงกันข้ามจะเปลี่ยนแปลงเจตคติได้

การเปลี่ยนแปลงเจตคติของบุคคลนั้น สิ่งแวดล้อมรอบๆ ตัวมีอิทธิพลเป็นอย่างมาก ยิ่ง วิกาวิ แป้นเรือง (2546, หน้า 39) ได้กล่าวถึงอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมที่สำคัญ มีดังนี้

1) บิดา มารดา การที่บิดามารดามีเจตคติต่อสิ่งใดในลักษณะหนึ่งลักษณะใด ย่อมมีอิทธิพลต่อบุตรให้มีเจตคติในทางเดียวกับบิดามารดา

2) วัฒนธรรมภายในสังคม คนที่มีอาชีพต่างกันหรืออยู่ในชั้นของสังคมต่างกัน หรือคนที่นับถือศาสนาต่างกัน ย่อมมีเจตคติต่างกัน

3) บุคลิกภาพของแต่ละคนย่อมมีอิทธิพลต่อการสร้างเจตคติต่อสิ่งต่าง ๆ ด้วย เช่น คนที่มีบุคลิกภาพไม่เหมือนคนอื่น อาจรู้สึกมีปมด้วย มองโลกในแง่ร้าย เป็นต้น

4) การศึกษาเล่าเรียนในโรงเรียน กิจกรรมของโรงเรียนย่อมมีอิทธิพลต่อเด็กมากกว่าสถาบันอื่น ๆ ในสังคม ฉะนั้นหากโรงเรียนมีครูดี มีตำราเรียนที่ดี และมีการปกครองที่ดี สิ่งเหล่านี้ย่อมเป็นส่วนสำคัญในการสร้างเจตคติของเด็กไปในทางที่ดีที่ควร

5) การพักผ่อนหย่อนใจ การแสวงหาความบันเทิงมีหลายด้านด้วยกัน ซึ่งแต่ละด้านล้วนมีอิทธิพลต่อการสร้างเจตคติของบุคคล

จากข้อความข้างต้น สรุปได้ว่าเจตคติของบุคคลสามารถเปลี่ยนแปลงไปตามสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ โดยสิ่งแวดล้อมรอบตัวเป็นสิ่งที่มามีอิทธิพลต่อการสร้างเจตคติของบุคคลให้เป็นไปในทิศทางเดียวกัน

### 5. การวัดเจตคติ

เจตคติเป็นเรื่องเกี่ยวกับจิตใจ ความรู้สึกและอารมณ์ จึงเป็นเรื่องยากในการวัด เพราะผู้ตอบจะต้องประเมินความรู้สึกของตนเองว่าพึงพอใจหรือมองเห็นคุณค่าต่อสิ่งนั้น ๆ มากน้อยเพียงใด ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เลือกใช้วิธีการสร้างแบบทดสอบวัดเจตคติ ตามแนวของ เรนิส ลิเคอร์ท (Renis Likert) ซึ่ง เชคคักส์ โฆวาสินซ์ (2520, หน้า 50-56) ได้อธิบายลำดับขั้นตอนการสร้างไว้ ดังนี้

มาตรการการสร้างแบบวิธีของลิเคอร์ท แบ่งการกำหนดช่วงความรู้ของคนเป็น 5 ช่วง หรือ 5 ระดับ คือ

ระดับที่ 1	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
ระดับที่ 2	เห็นด้วย
ระดับที่ 3	ไม่แน่ใจ
ระดับที่ 4	ไม่เห็นด้วย
ระดับที่ 5	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

กำหนดการให้คะแนนของการตอบของแต่ละตัวเลือกโดยทั่วไป จะกำหนดคะแนนข้อความทางบวก 5 4 3 2 1 (หรือ 4 3 2 1 0) และข้อความทางลบเป็น 1 2 3 4 5 (หรือ 0 1 2 3 4) ซึ่งการกำหนดแบบนี้ เรียกว่า arbitrary weighting method

ข้อความที่บรรจุลงในมาตรการวัดประกอบด้วยข้อความแสดงความรู้สึกทั้งทางบวกและทางลบ ข้อความอาจจะมี 18-20 ข้อ การกำหนดน้ำหนักคะแนนตอบแต่ละตัวเลือก กระทำต่อเมื่อได้รวบรวมข้อมูลมาแล้ว โดยกำหนดตามวิธีกำหนดค่าคะแนนซึ่งนิยมใช้กันมาก มีขั้นตอนดังนี้

1) พิจารณาว่าต้องการจะวัดเจตคติของใครที่มีต่อใคร และให้ความหมายของสิ่งที่จะวัดให้แน่นอน

2) เมื่อตีความหมายของสิ่งที่จะวัดแน่นอนแล้ว ก็สร้างข้อความในแต่ละหัวข้อ โดยให้คลุมเนื้อหาในหัวข้อเหล่านั้น ข้อความนี้อาจเขียนขึ้นเองหรือนำมาจากที่อื่นก็ได้ เช่น จากผู้ทรงคุณวุฒิในด้านต่างๆ เป็นต้น แต่จะต้องมีลักษณะดังนี้

2.1 ต้องเป็นข้อความที่เขียนในแง่ความรู้สึก ความเชื่อหรือความตั้งใจที่จะทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ไม่ใช่ข้อเท็จจริง

2.2 ข้อความที่บรรจุลงในสเกล จะต้องประกอบด้วยข้อความที่เป็นบวกและเป็นลบ ละครัน

2.3 ข้อความแต่ละข้อความจะต้องสั้น เข้าใจง่าย ชัดเจน ไม่กำกวม จำนวนข้อที่สร้างขึ้นในครั้งแรก ควรมีประมาณ 30 ข้อความขึ้น เพราะจะต้องเลือกข้อความให้เหลือประมาณ 20-25 ข้อความในแต่ละเรื่องที่จะวัด

3) เมื่อได้ข้อความเพียงพอแล้วก็บรรจลงในสเกล โดยให้มีตัวเลือก 5 ตัวเลือก ดังนี้ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

4) นำข้อความที่สร้างขึ้นไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิในเรื่องนั้นๆ ตรวจสอบ โดยพิจารณา ด้านคุณลักษณะและความเหมาะสมของภาษาที่ใช้ ตลอดจนการตอบกับข้อความว่าสอดคล้องกันเพียงใด

5) ทำการทดลองขั้นต้นก่อนนำไปใช้จริง โดยนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างจำนวนหนึ่ง เพื่อตรวจสอบความชัดเจนของข้อความ และภาษาที่ใช้อีกครั้ง และตรวจสอบคุณภาพด้านอื่นๆ ได้แก่ความเที่ยงตรง ค่าอำนาจจำแนก และความเชื่อมั่นของมาตราวัดเจตคติ

เนื่องจากการวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยในระดับประถมศึกษา ในช่วงชั้นที่ 2 ผู้วิจัย จึงสร้างแบบทดสอบวัดเจตคติตามแนวของ เรนีส ลีเคอร์ท แต่แบ่งมาตราส่วนประเมินค่า 3 ระดับ คือ มาก ปานกลาง น้อย

ระดับที่ 3	หมายถึง	มาก
ระดับที่ 2	หมายถึง	ปานกลาง
ระดับที่ 1	หมายถึง	น้อย

#### งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

##### งานวิจัยในประเทศ

เปรมวดี คฤหเดช (2540, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาการพัฒนาชุดฝึกอบรมเชิงประสบการณ์เพื่อพัฒนาการทำงานเป็นทีมสำหรับนักศึกษาพยาบาล โดยที่วิธีดำเนินการวิจัย แบ่งออกเป็น 4 ขั้นตอน ผลการวิจัย พบว่า การทำงานเป็นทีมของนักศึกษา ก่อนและหลังการฝึกอบรมทั้งสองครั้ง นักศึกษามีความเข้าใจในการทำงานเป็นทีม มีเจตคติต่อการทำงานเป็นทีม มีทักษะในการทำงานเป็นทีม มีกระบวนการการทำงานร่วมกันเป็นทีม มีผลการปฏิบัติร่วมกันในการแก้ปัญหาเป็นทีม และ มีความพึงพอใจกับการทำงานเป็นทีม ภายหลังจากการฝึกอบรมอย่างมีวินัย สำคัญทางสถิติที่ระดับที่ .01 ทั้งสองกลุ่ม

องอาจ พงษ์พิสุทธิบุปผา (2541, บทคัดย่อ) ได้พัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมผู้นำทางการเกษตร สำหรับนักเรียนโครงการอาชีวศึกษาเพื่อพัฒนาชนบท (อศ.กช.) ให้มีความรู้ ให้มีเจตคติที่ดี และมีทักษะพฤติกรรมผู้นำทางการเกษตร พบว่า ผู้ผ่านการฝึกอบรมมีพฤติกรรมในการแสดงความรู้ ทางทางการเกษตรและมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์เปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นจากเดิมในระดับมาก มีพฤติกรรมทางการเกษตรด้านการเผยแพร่ความรู้ทางการเกษตร และการประสานการเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นในระดับปานกลาง

สุภากร คำสิงห์นอก (2543, บทคัดย่อ) ได้พัฒนาชุดฝึกอบรมเรื่องยาเสพติดให้โทษสำหรับเยาวชนโดยวิเคราะห์ขอบข่าย เนื้อหา กำหนดเนื้อหา เขียนจุดประสงค์เชิงพฤติกรรมให้สอดคล้องกับเนื้อหาสร้างชุดฝึกอบรมให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ ปรับปรุง แก้ไข ทดลองใช้ เพื่อวิเคราะห์หาประสิทธิภาพและค่าประสิทธิภาพผลแล้วนำไปฝึกอบรมกับกลุ่มตัวอย่าง ชุดฝึกอบรมประกอบด้วยแผนการฝึกอบรมสำหรับวิทยากร สื่อประกอบการอบรม ได้แก่ วีดิทัศน์ แผ่นใส และ สไลด์ ข้อเสนอแนะสำหรับวิทยากรคือ ต้องศึกษาข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่ม ผู้เข้าอบรม แผนการอบรม เนื้อหาและชุดฝึกอบรมให้เข้าใจก่อน เตรียมสื่อ อุปกรณ์ สถานที่เหมาะสม และสวดในการฝึกอบรม ในระหว่างการอบรมให้ผู้เข้ารับการอบรม ทำแบบทดสอบก่อนการอบรม ฝึกอบรม ตามแผนและให้ทำแบบทดสอบหลังการอบรม เมื่อสิ้นสุดการอบรมชุดฝึกอบรมดังกล่าวมี ประสิทธิภาพจากการทดสอบภาคสนาม 83.15/85.25 และ ค่าดัชนีประสิทธิผล 0.58

สมพร หวานเสร็จ (2545, บทคัดย่อ) พัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมผู้ปกครองฟื้นฟูสมรรถภาพเด็กที่มีที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาระดับปฐมวัย โดยที่การศึกษาวิจัยแบ่งออกเป็น 3 ระยะ ผลการวิจัยพบว่า หลักสูตรอบรมผู้ปกครองในการฟื้นฟูสมรรถภาพเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาระดับปฐมวัย ที่เป็นหลักสูตรที่ได้รับการพัฒนาตามหลักวิชาการ พัฒนาหลักสูตร มีความเที่ยงตรงและความเชื่อมั่นที่ยอมรับได้ชุดฝึกอบรมที่มีคุณภาพ 98.43/94.50 และมีค่าดัชนีประสิทธิผล 0.853 สารสำคัญของหลักสูตรบรรจุเข้า CD-ROM ทั้งหลักสูตรและชุดฝึกอบรม ในการฝึกอบรมผู้ปกครอง ทำให้มีคะแนนผลสัมฤทธิ์ด้านความรู้ความเข้าใจ และเจตคติในการฟื้นฟูสมรรถภาพเด็กบกพร่องทางสติปัญญาระดับปฐมวัยก่อนและหลังการอบรม แตกต่างอย่างการมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีคะแนนหลังการอบรมสูงขึ้น รวมทั้งมีทักษะในการจัดกิจกรรมโดยการฟื้นฟูสมรรถภาพ กล้ามเนื้อมัดใหญ่ กล้ามเนื้อมัดเล็ก ความเข้าใจภาษาและการใช้ภาษาตลอดจนทักษะทางสังคมและการช่วยเหลือตัวเองสูงขึ้น

มนสิข ลิทธิสมบูรณ์ (2546, บทคัดย่อ) ได้พัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมการวิจัยในชั้นเรียน พบว่า ผลการประเมินประสิทธิผลของหลักสูตรฝึกอบรมการวิจัยในชั้นเรียนปรากฏว่าครูแม่ข่ายกัลยาณมิตรวิจัย จำนวน 15 คน มีความพึงพอใจในการฝึกอบรมเฉลี่ยอยู่ในระดับดีมาก และทั้งหมดสามารถผ่านเกณฑ์ของหลักสูตรที่กำหนดโดยมี คุณภาพงานวิจัยอยู่ในระดับดีมากจำนวน 13 เรื่อง อยู่ในระดับดี จำนวน 2 เรื่อง สำหรับครูลูกข่ายกัลยาณมิตรวิจัยจำนวน 30 คน สามารถผ่านเกณฑ์หลักสูตรทั้งหมด โดยมีคุณภาพงานวิจัยอยู่ในระดับดีมาก จำนวน 22 เรื่อง และอยู่ในระดับดีจำนวน 8 เรื่อง

สุทิน ศรีโมรา (2548, บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่องศึกษาสภาพปัญหาและแนวทางการส่งเสริมการจัดกาเรียนรู เพื่อพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมและค่านิยมที่พึงประสงค์สำหรับนักเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานในเขตเทศบาล สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาสุพรรณบุรี เขต 3 ผลการวิจัยพบว่า

1) สภาพการดำเนินการด้านการจัดสภาพแวดล้อมด้านการจัดการเรียนรู้ และด้านการจัดกิจกรรม มีระดับการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก ด้านการบริหารและการนิเทศ ด้านการวัดและประเมินผล มีระดับการปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนปัญหาอยู่ในระดับน้อยทุกด้าน

2) ผลการเปรียบเทียบปัญหาในการดำเนินการของโรงเรียน ในเขตเทศบาล และนอกเขตเทศบาล พบว่า ในภาพรวมทั้ง 5 ด้าน ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

3) แนวทางในการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้จะต้องเพิ่มระดับการปฏิบัติในด้านการบริหาร และการนิเทศ การวัดและการประเมินผล การนำผลการกำกับดูแลผลงาน / โครงการมาปรับปรุงแก้ไข ช้อบกพร่อง มีการนิเทศและติดตามผลอย่างต่อเนื่อง จัดสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อการส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรม ควรจัดให้มีห้องจริยศึกษา มีสื่อการเรียนรู้ที่ทันสมัยและพอเพียง มีกิจกรรม มีเทคนิคในการจัดกิจกรรม ให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรม มีวิธีการและเครื่องมือในการวัดผลประเมินผลการเรียนรู้ที่หลากหลาย

พระมหาสิริชัย เสรีไตรรัตน์ (2549, บทคัดย่อ) ได้ทำวิจัยเรื่องการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมศีลธรรมค่ายคุณธรรมจริยธรรม เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยผู้วิจัยได้ดำเนินกิจกรรมตามแผนการจัดการเรียนรู้ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนั้น ผลปรากฏว่านักเรียนมีค่าคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเกี่ยวกับหลักสูตรฝึกอบรมศีลธรรม ค่ายคุณธรรมจริยธรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียนหลังการใช้หลักสูตรสูงกว่าก่อนการใช้หลักสูตร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

พระมหาประนอม ทองไพบุลย์ (2549, บทคัดย่อ) ได้ทำวิจัยเรื่องการสร้างหลักสูตรฝึกอบรม เรื่องการลดความทุกข์ เพิ่มความสุขสำหรับอุบาสกอุบาสิกา โดยใช้หลักสูตรฝึกอบรมการลดความทุกข์ เพิ่มความสุขตามโครงสร้างของหลักสูตรที่ผู้วิจัยได้กำหนดขึ้น และได้แบ่งขั้นตอนการดำเนินการใช้หลักสูตรฝึกอบรมออกเป็น 3 ขั้นตอน คือ ขั้นตอนที่ 1 ก่อนการฝึกอบรม ขั้นตอนที่ 2 ระหว่างการฝึกอบรม ขั้นตอนที่ 3 หลังการฝึกอบรม ผลปรากฏว่าความรู้เกี่ยวกับการลดความทุกข์ เพิ่มความสุข ของอุบาสก อุบาสิกาหลังการฝึกอบรมสูงกว่าก่อนการฝึกอบรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

### งานวิจัยต่างประเทศ

เรด (Reid, 1965) ได้ทำการวิจัยเรื่องศีลธรรมและการพัฒนาจิต "สอนดีหรือไม่" ผลจากการวิจัยนี้มุ่งหมายจะสำรวจทัศนคติของครูเกี่ยวกับการสอนศีลธรรมในโรงเรียน ผู้วิจัยได้ตั้งสมมติฐานไว้ว่า ครูในโรงเรียนมัธยมศึกษามีความเห็นว่า ศีลธรรมจรรยาควรจะเน้นให้สอนในห้องเรียน จากการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้วิธีสัมภาษณ์ครูในโรงเรียนมัธยมซานดิเอโก (San Diego) ด้วยการสุ่มตัวอย่างจากครูที่สอนในหมวดวิชาต่างๆ จำนวน 105 คน เพื่อถามความคิดเห็นเกี่ยวกับการสอนศีลธรรม ผลการวิจัยพบว่า ครูมีความคิดเห็นว่าครูทุกคนควรสอนธรรมจรรยาเพื่อยกระดับจิตใจให้สูงขึ้น การสอนศีลธรรมจรรยาควรจะได้เน้นในห้องเรียนแม้ครู

ในหมวดวิชาต่างๆ ก็ควรจะแทรกการสอนศิลปะธรรมจรรยาไว้ในวิชาที่คนสอนด้วย นอกจากนี้ยังพบว่าครูที่มีประสบการณ์ในการสอนมากเห็นว่าศิลปะธรรมมีความจำเป็นที่จะต้องสอนในห้องเรียน ส่วนครูที่มีประสบการณ์น้อยไม่เห็นด้วยกับการจัดสอนศิลปะธรรมในห้องเรียน

ฟูแลน และ พอมเฟิร์ต (Fullan และ Pomfret 1977, p. 560-A) ได้ศึกษาการนำหลักสูตรใหม่ไปใช้ในโรงเรียนประถมศึกษาที่อยู่ในเมือง จำนวน 8 โรงเรียน และมีโรงเรียน ละ 11 ห้องเรียน โดยอาศัยการสังเกตพฤติกรรมของครูผู้สอนที่เปลี่ยนแปลงและสอดคล้องกับรูปแบบพฤติกรรมที่หลักสูตรใหม่ต้องการ ซึ่งมี 12 พฤติกรรม วิธีการวัดที่ใช้แบบสังเกต ซึ่งเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า แบ่งเป็น 5 ระดับ คือ จากไม่ทั้งหมดถึงสมบูรณ์ที่สุด พบว่าความพยายามในการใช้หลักสูตรอยู่ในขั้นต่ำมาก คือ ครูเพียงร้อยละ 16 ที่แสดงพฤติกรรมสอดคล้องกับพฤติกรรมที่ต้องการใช้หลักสูตรใหม่

วินเทอร์ (Wither, 2000, p. 2176) ศึกษาเรื่องพัฒนาหลักสูตรท้องถิ่นและการจัดพื้นฐานทางการศึกษามีจุดประสงค์เพื่อพิจารณาข้อมูลเพื่อการพัฒนาหลักสูตรท้องถิ่นของสถาบันการศึกษา (Yulee) ซึ่งพบว่า ทางโรงเรียนมีการวิเคราะห์ถึงพื้นฐานของหลักสูตรว่าควรปรับปรุงให้เกิดสัมผัสทุกส่วนจากตัวเด็กกับสิ่งแวดล้อมที่พวกเขาอยู่ด้วย จัดหาโอกาสให้นักเรียนได้แลกเปลี่ยนความรู้ระหว่างชุมชน ซึ่งหลักสูตรนี้ได้พัฒนาทุกระดับโดยเฉพาะ ป. 6 เน้นในเรื่องของระเบียบวินัยอย่างเคร่งครัด โดยการร่วมกันจัดระหว่างครู สมาชิกของชุมชนและนักเรียน ซึ่งผู้นำชุมชนจะจัดเนื้อหา กิจกรรมการเรียนการสอนตามมาตรฐานเป็นที่ยอมรับของโรงเรียน

สรุป จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรมคุณธรรมจริยธรรมด้านความเมตตา สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ทำให้ได้ข้อค้นพบ องค์ความรู้ ความแนวคิด หลักการทฤษฎีในการสร้างโปรแกรมการฝึกอบรมที่มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ของโปรแกรมที่กำหนดไว้ประกอบกับการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมด้านความเมตตาจำเป็นจะต้องส่งเสริมพัฒนาขึ้นในโรงเรียน เพราะเนื่องจากการประเมินมาตรฐานการศึกษาขั้นพื้นฐานมาตรฐานที่ 1 ซึ่งเกี่ยวกับผู้เรียนมีคุณธรรมจริยธรรมและค่านิยมที่พึงประสงค์อยู่ในระดับที่ต่ำกว่ามาตรฐานด้านอื่นในโรงเรียนทั่วไปและในการประเมินผลการผ่านแต่ละช่วงชั้นก็มีการกำหนดเกณฑ์ไว้ว่านักเรียนจะต้องมีคุณธรรมจริยธรรม ดังนั้นจึงได้ข้อสรุปว่าการพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรมคุณธรรมจริยธรรมด้านความเมตตาดังกล่าวผ่านกระบวนการวิจัยเชิงทดลองจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมด้านความเมตตาของนักเรียนได้