

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

## รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. พระศรีธวัชเมธี (ชนะ ธรรมโร) ผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายกิจการต่างประเทศ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยและ  
เลขานุการเจ้าคณะจังหวัดสุพรรณบุรี  
วัดราชบูรณะราชวรวิหาร
2. พระครูวุฒิชรรมโชติ วัดปากดงท่าศาล
3. ผศ.ดร.ปราโมทย์ จันทร์เรือง ประธานสาขาหลักสูตรและการสอน  
มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี
4. ดร.ทรงศรี ตุ่นทอง อาจารย์ประจำคณะครุศาสตร์  
มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี
5. ผศ.ดร.วิไล ทองแผ่ อาจารย์ประจำคณะครุศาสตร์  
มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี

ที่ ศท ๐๕๔๕.๐๒/๒๔



มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี  
ถนนนารายณ์มหาราช  
อ. เมือง จ. ลพบุรี ๑๕๐๐๐

๒๕ มกราคม ๒๕๕๕

เรื่อง ขอลความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

นมัสการ พระศรีธวัชเมธี

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. เอกสารเค้าโครงวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระมหากิตติคุณ ภูมิชวคกุล นักศึกษาปริญญาโท หลักสูตรครุศาสตร์  
มหาบัณฑิต สาขาหลักสูตรและการสอน มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยา  
วิทยานิพนธ์ เรื่อง การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมวิทยุ เรื่อง ด้นแบบชาวพุทธ สำหรับนักเรียนช่วง  
ชั้นที่ ๒ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖ ในสังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศุพรรณบุรี เขต ๓ โดยมี  
ผศ. สุนทร หิรัญวงษ์ เป็นประธานผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ และนางอุไร ประกอบกิจวิริยะ เป็น  
กรรมการผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ ปัจจุบัน อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือใช้ ในการทำการวิจัย ซึ่ง  
ผู้วิจัยได้เรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือในครั้งนี้

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี ไคร์ขอลความอนุเคราะห์ จากท่าน  
ในการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวิจัย ตามเอกสารที่แนบมาพร้อมหนังสือนี้

จึงเรียนมาเพื่อ โปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่าง  
สูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผศ.ศรินทิพย์ ภู่อาลี)

รองคณบดี รักษาการแทน

คณบดีคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี

ที่ ศธ ๐๕๔๕.๐๒/๒๔



มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี  
ถนนนารายณ์มหาราช  
อ. เมือง จ. ลพบุรี ๑๕๐๐๐

๒๕ มกราคม ๒๕๕๕

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

นมัสการ พระครูภูมิธรรมโชติ

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. เอกสารเค้าโครงวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระมหากิตติฉัตร ภิรมชวคกุล นักศึกษาปริญญาโท หลักสูตรครุศาสตร์  
มหาบัณฑิต สาขาหลักสูตรและการสอน มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยา  
วิทยานิพนธ์ เรื่อง การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมยุวพุทธ เรื่อง ต้นแบบชาวพุทธ สำหรับนักเรียนช่วง  
ชั้นที่ ๒ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖ ในสังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาสุพรรณบุรี เขต ๓ โดยมี  
ผศ. สุนทร หิรัญวงษ์ เป็นประธานผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ และนางอุไร ประกอบกิจวิระยะ เป็น  
กรรมการผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ ปัจจุบัน อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือใช้ ในการทำการวิจัย ซึ่ง  
ผู้วิจัยได้เรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือในครั้งนี้

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี ใคร่ขอความอนุเคราะห์ จากท่าน  
ในการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวิจัย ตามเอกสารที่แนบมาพร้อมหนังสือนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่าง  
สูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผศ.ศรินทร์พัช ภู่อำดี)

รองคณบดี รักษาการแทน

คณบดีคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี



## บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ คณะบดีคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี

ที่.....

๒๕ มกราคม ๒๕๕๕

เรื่อง ตอบรับการเข้าร่วมกิจกรรม โครงการรวมพลังอุทยานวิทยาศาสตร์ฯ

เรียน ผศ.ดร.ปราโมทย์ จันทร์เรือง

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. เอกสารเค้าโครงวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระมหากิตติคุณ ภูมิหวดกุล นักศึกษาปริญญาโท หลักสูตรครุศาสตร์  
มหาบัณฑิต สาขาหลักสูตรและการสอน มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยา  
วิทยานิพนธ์ เรื่อง การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมชาวพุทธ เรื่อง ต้นแบบชาวพุทธ สำหรับนักเรียนช่วง  
ชั้นที่ ๒ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖ ในสังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาสุพรรณบุรี เขต ๓ โดยมี  
ผศ. สุเมธ หิรัญวงษ์ เป็นประธานผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ และนางอุไร ประกอบกิจวิระยะ เป็น  
กรรมการผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ ปัจจุบัน อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือใช้ ในการทำการวิจัย ซึ่ง  
ผู้วิจัยได้เรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือในครั้งนี้

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี ใคร่ขอความอนุเคราะห์ จากท่าน  
ในการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวิจัย ตามเอกสารที่แนบมาพร้อมหนังสือนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่าง  
สูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผศ.ศรินทร์พี ภู่อำลึ)

รองคณบดี รักษาการแทน

คณบดีคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี



## บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ คณะบดีคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี

ที่.....

๒๕ มกราคม ๒๕๕๕

เรื่อง ตอบรับการเข้าร่วมกิจกรรม โครงการรวมพลังอุทยานวิทยาศาสตร์ฯ

เรียน ดร.ทรงศรี คู่่นทอง

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. เอกสารเค้าโครงวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระมหากิตติฉัตร ภิรมชวดกุล นักศึกษาปริญญาโท หลักสูตรครุศาสตร์  
มหาบัณฑิต สาขาหลักสูตรและการสอน มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยา  
วิทยานิพนธ์ เรื่อง การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมคุณครู เรื่อง ต้นแบบชาวพุทธ สำหรับนักเรียนช่วง  
ชั้นที่ ๒ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖ ในสังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาสุพรรณบุรี เขต ๑ โดยมี  
ผศ. สุนทร หิรัญวงษ์ เป็นประธานผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ และนางอุไร ประกอบกิจวิระยะ เป็น  
กรรมการผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ ปัจจุบัน อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือใช้ ในการทำการวิจัย ซึ่ง  
ผู้วิจัย ได้เรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือในครั้งนี้

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี ไกรขอความอนุเคราะห์ จากท่าน  
ในการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวิจัย ตามเอกสารที่แนบมาพร้อมหนังสือนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่าง  
สูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผศ.ศรินทร์ทิพย์ ภู่อำลึ)

รองคณบดี รักษาการแทน

คณบดีคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี



## บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ คณะบดีคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี

ที่.....

๒๕ มกราคม ๒๕๔๕

เรื่อง คอรับบริการเข้าร่วมกิจกรรม โครงการรวมพลังอุทยานวิทยาศาสตร์ฯ

เรียน ผศ.ดร.วิไล ทองแผ่

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. เอกสารเค้าโครงวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระมหากิตติฉัตร กิมฮวดกุล นักศึกษาปริญญาโท หลักสูตรครุศาสตร์  
มหาบัณฑิต สาขาหลักสูตรและการสอน มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยา  
วิทยานิพนธ์ เรื่อง การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมชาวพุทธ เรื่อง ต้นแบบชาวพุทธ สำหรับนักเรียนช่วง  
ชั้นที่ ๒ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖ ในสังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาสุพรรณบุรี เขต ๓ โดยมี  
ผศ. สุนทร หิรัญวงษ์ เป็นประธานผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ และนางอุไร ประกอบกิจวิระยะ เป็น  
กรรมการผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ ปัจจุบัน อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือใช้ ในการทำการวิจัย ซึ่ง  
ผู้วิจัย ได้เรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือในครั้งนี้

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี ไคร่ขอความอนุเคราะห์ จากท่าน  
ในการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวิจัย ตามเอกสารที่แนบมาพร้อมหนังสือนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่าง  
สูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผศ.ศรินทิพย์ ภู่อำดี)

รองคณะบดี รักษาการแทน

คณะบดีคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี

ภาคผนวก ข

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

**แบบสอบถามข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรม  
การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมยุวพุทธ เรื่อง ต้นแบบชาวพุทธ สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 2  
เขตพื้นที่การศึกษาสุพรรณบุรี เขต 3**

**คำชี้แจง**

แบบสอบถามฉบับนี้ เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับความต้องการพื้นฐานของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 เขตพื้นที่การศึกษาสุพรรณบุรี เขต 3 ในการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมยุวพุทธ เรื่อง ต้นแบบชาวพุทธ และรูปแบบการจัดการเรียนการสอน ที่นักเรียนต้องการในการพัฒนาหลักสูตรอบรมยุวพุทธ ผู้วิจัยจึงขอให้นักเรียนตอบแบบสอบถามตามความเป็นจริง แบบสอบถามนี้แบ่งออกเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 ความต้องการในหลักสูตรฝึกอบรมยุวพุทธ เรื่องต้นแบบชาวพุทธ

เจริญพร...ในความร่วมมือเป็นอย่างยิ่ง

พระมหากิตติคุณฐิติ กิมชวดกุล

นักศึกษาศาสตรบัณฑิต สาขาหลักสูตรและการสอน

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี

**ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม**

1. เพศ       ชาย       หญิง
2. อายุ       น้อยกว่า 9 ปี       10 ปี
- 11 ปี       12 ปี

**ตอนที่ 2 ความต้องการในหลักสูตรฝึกอบรมยุวพุทธ เรื่องต้นแบบชาวพุทธ**

1. นักเรียนต้องการเนื้อหาเกี่ยวกับเรื่องใดบ้าง ที่เกี่ยวข้องกับการฝึกอบรมยุวพุทธ เรื่องต้นแบบชาวพุทธ

| เนื้อหา                         | ต้องการ | ไม่ต้องการ |
|---------------------------------|---------|------------|
| 1. สู้ครอบครัวชาวพุทธ           |         |            |
| 2. วิถีของชาวพุทธ               |         |            |
| 3. วิถีแห่งสติและเจริญภาวนา     |         |            |
| 4. ทำวัตรสวดมนต์แผ่เมตตา        |         |            |
| 5. มารยาทชาวพุทธและศาสนพิธี     |         |            |
| 6. การเข้าถึงพระรัตนตรัย        |         |            |
| 7. พิธีสู่ความเป็นยุวพุทธ       |         |            |
| 8. ทางแห่งความสำเร็จ            |         |            |
| 9. พิธีอธิษฐานจิตเพื่อชีวิตใหม่ |         |            |

2. นักเรียนต้องการให้จัดกิจกรรมการฝึกอบรมยุวพุทธ เรื่อง ต้นแบบชาวพุทธ อย่างไร

| เนื้อหา                          | ต้องการ | ไม่ต้องการ |
|----------------------------------|---------|------------|
| 1. ฝึกปฏิบัติในสถานที่จริง (วัด) |         |            |
| 2. วีดีทัศน์                     |         |            |
| 3. คอมพิวเตอร์                   |         |            |
| 4. แสดงบทบาทสมมติ                |         |            |
| 5. อาจารย์บรรยาย                 |         |            |

3. หลังจากจัดกิจกรรมฝึกอบรมยุวพุทธ เรื่อง ด้นแบบชาวพุทธ นักเรียนต้องการให้มีการวัดและประเมินการเรียนรู้ อย่างไร

| เนื้อหา                                      | ต้องการ | ไม่ต้องการ |
|--|---------|------------|
| 1. สังเกตจากการปฏิบัติพฤติกรรมระหว่างฝึกอบรม |         |            |
| 2. การทดสอบ โดยการทำข้อสอบ                   |         |            |
| 3. การสอบถาม                                 |         |            |
| 4. การสัมภาษณ์                               |         |            |
| 5. ตรวจสอบผลงาน                              |         |            |

4. นักเรียนต้องการจำนวนผู้เข้าร่วมในการจัดกิจกรรมการฝึกอบรมยุวพุทธ เรื่อง ด้นแบบชาวพุทธ จำนวนเท่าใด

- น้อยกว่า 20 คน       20 – 40 คน  
 41- 60 คน       มากกว่า 60 คน

5. นักเรียนต้องการช่วงระยะเวลาในการฝึกอบรมครั้งนี้กี่วันกี่คืน

- 2 คืน 3 วัน       4 คืน 5 วัน  
 6 คืน 7 วัน       อื่นๆ.....ระบุ.....

### แบบวัดเจตคติที่มีหลักสูตรฝึกอบรมยุวพุทธ เรื่อง ต้นแบบชาวพุทธ

คำชี้แจง จงใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องระดับความคิดเห็นที่ตรงกับความเป็นจริง

- 5 หมายถึง เห็นด้วยมากที่สุด  
 4 หมายถึง เห็นด้วยมาก  
 3 หมายถึง เห็นด้วยปานกลาง  
 2 หมายถึง เห็นด้วยน้อย  
 1 หมายถึง เห็นด้วยน้อยที่สุด

| รายการ   | ระดับความคิดเห็น |   |   |   |   |
|--|------------------|---|---|---|---|
|  | 5                | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 1. หลักสูตรฝึกอบรมยุวพุทธเป็นหลักสูตรที่น่าเรียน                       |                  |   |   |   |   |
| 2. หลักสูตรฝึกอบรมยุวพุทธเป็นหลักสูตรที่มีประโยชน์                     |                  |   |   |   |   |
| 3. หลักสูตรฝึกอบรมยุวพุทธเป็นหลักสูตรที่มีคุณค่า                       |                  |   |   |   |   |
| 4. หลักสูตรฝึกอบรมยุวพุทธเป็นหลักสูตรที่อบรมแล้วสบายใจ                 |                  |   |   |   |   |
| 5. หลักสูตรฝึกอบรมยุวพุทธเป็นหลักสูตรที่อบรมแล้วช่วยให้เกิดความรู้ใหม่ |                  |   |   |   |   |
| 6. ชอบอบรมเมื่อถึงชั่วโมงหลักสูตรฝึกอบรมยุวพุทธ                        |                  |   |   |   |   |
| 7. ฝึกอบรมหลักสูตรยุวพุทธแล้วทำให้เกิด/ตัดสินใจรอบคอบขึ้น              |                  |   |   |   |   |
| 8. อบรมหลักสูตรฝึกอบรมยุวพุทธทำให้มีคุณธรรมมาก                         |                  |   |   |   |   |
| 9. ข้าพเจ้ามีความรู้สึกภูมิใจเมื่อทำคะแนนหลักสูตรฝึกอบรมยุวพุทธได้ดี   |                  |   |   |   |   |
| 10. ข้าพเจ้าไม่อยากจะขาดอบรมหลักสูตรฝึกอบรมยุวพุทธ                     |                  |   |   |   |   |
| 11. อบรมหลักสูตรฝึกอบรมยุวพุทธแล้วทำให้รู้จักปรับปรุงตนเอง             |                  |   |   |   |   |

| รายการ   | ระดับความคิดเห็น |   |   |   |   |
|--|------------------|---|---|---|---|
|  | 5                | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 12. หลักสูตรฝึกอบรมยุวพุทธเป็นหลักสูตรที่ไม่ยุ่งยาก                |                  |   |   |   |   |
| 13. หลักสูตรอบรมยุวพุทธเป็นหลักสูตรที่อบรมแล้วไม่่วงนอน            |                  |   |   |   |   |
| 14. ข้าพเจ้าอยากเข้าร่วมหลักสูตรฝึกอบรมยุวพุทธ                     |                  |   |   |   |   |
| 15. หลักสูตรฝึกอบรมยุวพุทธเป็นหลักสูตรที่เข้าใจง่าย                |                  |   |   |   |   |
| 16. ข้าพเจ้าเข้าร่วมฝึกอบรมหลักสูตรฝึกอบรมยุวพุทธด้วยความเต็มใจ    |                  |   |   |   |   |
| 17. เข้าร่วมหลักสูตรยุวพุทธแล้วทำให้ข้าพเจ้าคลายเครียดเพิ่มมากขึ้น |                  |   |   |   |   |
| 18. ข้าพเจ้ารู้สึกดีใจและภูมิใจเมื่อต้องอบรมหลักสูตรยุวพุทธ        |                  |   |   |   |   |
| 19. หลักสูตรฝึกอบรมยุวพุทธอบรมไปแล้วได้ประโยชน์มาก                 |                  |   |   |   |   |
| 20. ถ้ามีการจัดผลหลักสูตรฝึกอบรมยุวพุทธข้าพเจ้าจะเข้าร่วมอีก       |                  |   |   |   |   |







เกณฑ์การทำคะแนน 2 = ดี , 1 = ปานกลาง , 0 = ต้องปรับปรุงแก้ไข

(ลงชื่อ) ..... ผู้ประเมิน

วันที่ ..... เดือน ..... พ.ศ. ....

หมายเหตุ แบบประเมินนี้สามารถปรับประเมินได้ครบทุกกิจกรรมในการเรียนรู้แต่ละ

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี







เกณฑ์การทำคะแนน 2 = ดี, 1 = ปานกลาง, 0 = ต้องปรับปรุงแก้ไข

(ลงชื่อ) ..... ผู้ประเมิน

วันที่ ..... เดือน ..... พ.ศ. ....

หมายเหตุ แบบประเมินนี้สามารถปรับประเมินได้ครบทุกกิจกรรมในการเรียนรู้แต่ละ

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี







เกณฑ์การทำคะแนน 2 = ดี , 1 = ปานกลาง , 0 = ต้องปรับปรุงแก้ไข

( ลงชื่อ ) ..... ผู้ประเมิน

วันที่ ..... เดือน ..... พ.ศ. ....

หมายเหตุ แบบประเมินนี้สามารถปรับประเมินได้ครบทุกกิจกรรมในการเรียนรู้แต่ละ

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี







เกณฑ์การทำคะแนน 2 = ดี , 1 = ปานกลาง , 0 = ต้องปรับปรุงแก้ไข

(ลงชื่อ) ..... ผู้ประเมิน

วันที่ ..... เดือน ..... พ.ศ. ....

หมายเหตุ แบบประเมินนี้สามารถปรับประเมินได้ครบทุกกิจกรรมในการเรียนรู้แต่ละ

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี







เกณฑ์การทำคะแนน 2 = ดี , 1 = ปานกลาง , 0 = ต้องปรับปรุงแก้ไข

( ลงชื่อ ) ..... ผู้ประเมิน

วันที่ ..... เดือน ..... พ.ศ. ....

หมายเหตุ แบบประเมินนี้สามารถปรับประเมินได้ครบทุกกิจกรรมในการเรียนรู้แต่ละ

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี







เกณฑ์การทำคะแนน 2 = ดี , 1 = ปานกลาง , 0 = ต้องปรับปรุงแก้ไข

( ลงชื่อ ) ..... ผู้ประเมิน

วันที่ ..... เดือน ..... พ.ศ. ....

หมายเหตุ แบบประเมินนี้สามารถปรับประเมินได้ครบทุกกิจกรรมในการเรียนรู้แต่ละ

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี







เกณฑ์การทำคะแนน 2 = ดี , 1 = ปานกลาง , 0 = ต้องปรับปรุงแก้ไข

( ลงชื่อ ) ..... ผู้ประเมิน

วันที่ ..... เดือน ..... พ.ศ. ....

หมายเหตุ แบบประเมินนี้สามารถปรับประเมินได้ครบทุกกิจกรรมในการเรียนรู้แต่ละ

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี







เกณฑ์การทำคะแนน 2 = ดี , 1 = ปานกลาง , 0 = ต้องปรับปรุงแก้ไข

( ลงชื่อ ) ..... ผู้ประเมิน

วันที่ ..... เดือน ..... พ.ศ. ....

หมายเหตุ แบบประเมินนี้สามารถปรับประเมินได้ครบทุกกิจกรรมในการเรียนรู้แต่ละ

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี







เกณฑ์การทำคะแนน 2 = ดี , 1 = ปานกลาง , 0 = ต้องปรับปรุงแก้ไข

(ลงชื่อ) ..... ผู้ประเมิน

วันที่ ..... เดือน ..... พ.ศ. ....

หมายเหตุ แบบประเมินนี้สามารถปรับประเมินได้ครบทุกกิจกรรมในการเรียนรู้แต่ละ

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี

### แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้ เรื่อง ดนแบบชาวพุทธ

คำสั่ง ให้ผู้เข้ารับการอบรมกากบาท (X) ในช่องข้อ ก ข ค หรือ ง. ที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว

๑. ศาสนามีความหมายตรงกับข้อใด
  - ก. คำสอนที่สอนเราให้หลงมกมาย
  - ข. คำสอนให้เราทำความดี
  - ค. คำสอนให้เราทำความชั่ว
  - ง. คำสอนให้เรามีความทุกข์
๒. “พระองค์มีความดี มีปัญญา มีเมตตา” มีความหมายตรงกับข้อใด
  - ก. คุณของพระสาวก
  - ข. คุณของพระสงฆ์
  - ค. คุณของพระธรรม
  - ง. คุณของพระพุทธ
๓. ศาสนาใดเป็นศาสนาประจำชาติไทย
  - ก. ศาสนาพุทธ
  - ข. ศาสนาคริสต์
  - ค. ศาสนาอิสลาม
  - ง. ศาสนาพราหมณ์
๔. นักเรียนควรรักษาศีลประเภทใด
  - ก. ศีล ๕
  - ข. ศีล ๘
  - ค. ศีล ๑๐
  - ง. ศีล ๒๒๗
๕. ข้อใดไม่ใช่ระเบียบวิธีปฏิบัติของการเข้าค่ายยุวพุทธ
  - ก. ตรงต่อเวลา
  - ข. วาจาไพเราะ
  - ค. สงเคราะห์ช่วยเหลือ
  - ง. ตั้งใจทำงาน
๖. คำว่า “วัตร” หมายถึง
  - ก. สถานที่บำเพ็ญบุญ
  - ข. การประพฤติปฏิบัติเป็นประจำ
  - ค. ความเจริญ
  - ง. การเวียนว่ายตายเกิด
๗. อะไรไม่ใช่องค์ประกอบสำคัญของวัด
  - ก. โบสถ์
  - ข. ศาลาการเปรียญ
  - ค. ภิกษุสามเณร
  - ง. แม่ชี
๘. ข้อใดไม่ใช่หลักสำคัญการบำเพ็ญบุญ
  - ก. สร้างศาสนวัตถุ
  - ข. ทาน
  - ค. ศีล
  - ง. ภาวนา
๙. สถานที่ใดภายในวัดใช้ประโยชน์มากที่สุด
  - ก. โบสถ์
  - ข. ศาลาการเปรียญ
  - ค. วิหาร
  - ง. เจดีย์
๑๐. อะไรคือหัวใจของวัด
  - ก. ศึกษาธรรมะ
  - ข. สร้างวิหาร
  - ค. ทำบุญตักบาตร
  - ง. ดูดวง
๑๑. มารยาททางกายจะแสดงออกได้อย่างไร
  - ก. การไหว้
  - ข. ประนมมือ
  - ค. แสดงคารวะ
  - ง. ถูกทุกข้อ
๑๒. การไม่พูดคำหยาบคาย เป็นการแสดงมารยาททางไหน
  - ก. ทางกาย
  - ข. ทางวาจา
  - ค. ทางใจ
  - ง. ถูกทุกข้อ
๑๓. ลักษณะไหนที่แสดงออกถึงความมีมารยาททางกาย
  - ก. กิริยาวาจาสุภาพอ่อนโยน
  - ข. กิริยาที่คิดสุภาพอ่อนโยน
  - ค. กิริยาที่พูดสุภาพอ่อนโยน
  - ง. กิริยาอาการสุภาพอ่อนโยน
๑๔. การไหว้ให้ครบองค์ ๕ เรียกว่าอะไร
  - ก. อัญชลี
  - ข. เบญจางคประดิษฐ์
  - ค. วันทา
  - ง. อภิวาท
๑๕. ข้อใดตรงกับความหมายว่า “ทานที่ถวายแก่หมู่สงฆ์”
  - ก. สังฆทาน
  - ข. ปาฏิปุคคิกทาน
  - ค. ธรรมทาน
  - ง. อภัยทาน

๑๖. การเรียนเช่นไร ถึงจะเรียกว่าเรียนเก่ง  
ก. ตั้งใจเรียน ข. ขยันเรียน

ค. เคารพเชื่อฟัง ง. ถูกหมดทุกข้อ

๑๗. ข้อใดคือ ความหมายของเพื่อน

ก. สหาย ข. มิตร

ค. กัลยาณมิตร ง. ถูกหมดทุกข้อ

๑๘. ข้อใดไม่ใช่ข้อปฏิบัติ ๕ ประการสำหรับ  
ประพฤติปฏิบัติต่อเพื่อน

ก. เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แบ่งปัน

ข. มีคนเสมอ ร่วมสุขร่วมทุกข์

ค. ทำกิจแทนเพื่อน

ง. ไม่โกหก มดเท็จ ซื่อสัตย์จริงใจ

๑๙. "ควรมองปัญญาที่คอยว่ากล่าว  
ตักเตือนเสมือนผู้บอกขุมทรัพย์ให้"

ตรงกับมิตรแท้ประเภทไหน

ก. มิตรมีอุปการะ

ข. มิตรร่วมสุขร่วมทุกข์

ค. มิตรแนะนำประโยชน์

ง. มิตรที่ดีมีน้ำใจ

๒๐. พุทธสุภาษิตที่ว่า "ตะคุดตะริง อัดตะโน  
อัดตะสะโมปี โหติ" แปลว่า

ก. อยู่ร่วมกันนานกว่านั้นเหมือนตนเองคือ  
ตายแทนได้

ข. เดินทางร่วมกันเจ็ดก้าว ชื่อว่า เป็นมิตร

ค. เดินทางร่วมกันสิบสองก้าว ชื่อว่า เป็น  
สหาย

ง. อยู่ร่วมกันหนึ่งเดือน ชื่อว่าเป็นญาติ

๒๑. ข้อใดคือพุทธบริษัท ๔

ก. ภิกษุณี สามเณร อุบาสก อุบาสิกา

ข. ภิกษุ ภิกษุณี สามเณร อุบาสก

ค. ภิกษุ ภิกษุณี สามเณร อุบาสก

ง. ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา

๒๒. พุทธศาสนิกชนเกิดจากอะไร

ก. เกิดจากคนที่เกิดวันพุธ

ข. คนที่เดินเข้าวัด

ค. คนที่ไหว้พระ

ง. คนที่มีศรัทธา

๒๓. ข้อใดไม่ใช่หน้าที่ของสาวก

ก. เชื่อฟังคำสอนของพระศาสดา

ข. ปฏิบัติตามคำสอนของพระศาสดา

ค. ถือมงคลดื่นข้าว

ง. ไม่ทำความชั่ว

๒๔. ข้อใดไม่ใช่หัวใจหลักของพระพุทธศาสนา

ก. ไม่ทำบาป

ข. ให้ทาน

ค. ทำกุศลให้ถึงพร้อม

ง. ทำจิตให้บริสุทธิ์

๒๕. อาชีพที่ชาวพุทธไม่ควรทำ

ก. ขายอาวุธ ข. ขายมนุษย์

ค. ขายอาหาร ง. ข้อ ก. กับ ข้อ ข. ถูก

๒๖. ความระลึกได้ เป็นลักษณะของข้อใด

ก. สติ

ข. สมาธิ

ค. ปัญญา

ง. สัมปชัญญะ

๒๗. ความรอบรู้สิ่งที่ควรรู้เป็นลักษณะของข้อใด

ก. สติ

ข. สมาธิ

ค. ปัญญา

ง. สัมปชัญญะ

๒๘. การนั่งสมาธิขั้นต้น ควรกำหนด

ความรู้สึกไว้ที่ใด

ก. เสียงที่ได้ยิน ข. กลิ่นที่ได้ดม

ค. รูปร่างที่ตามองเห็น ง. ลมหายใจเข้าออก

๒๙. สมาธิให้เกิดผลดีอย่างไร

ก. มีความจำดี ข. มีจิตแจ่มใส

ค. มีใจอ่อนไหว ง. ข้อ ก. และ ข. ถูก

๓๐. ข้อใดคือทางแห่งความดี

ก. วิบัติ ๔

ข. กุศลกรรมบถ

ค. อบายมุข ๖

ง. อกุศลกรรมบถ

๓๑. อบายมุข แปลว่า

- ก. ทางแห่งความเสื่อม
- ข. ทางแห่งความเจริญ
- ค. ทางสายกลาง
- ง. ทาง ๘ สาย

๓๒. อบายมุข ๖ เปรียบเหมือนอะไร

- ก. นรก ๖ ชุม      ข. ผี ๖ ตัว
- ค. เปรต ๖ ตัว      ง. สัตว์ดิรัจฉาน ๖ ตัว

๓๓. พระรัตนตรัย หมายถึง

- ก. พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์
- ข. พระสัมพันธัญญ์
- ค. พระสัมมาสัมพุทธเจ้า
- ง. พระอรหันต์

๓๔. อะไรคือที่พึ่งของชาวพุทธ

- ก. พระพุทธเจ้า      ข. พระธรรม
- ค. พระสงฆ์      ง. พระรัตนตรัย

๓๕. ข้อใดคือ พุทธวิธีแก้ความกลัว

- ก. ท่องคาถา
- ข. สวดมนต์
- ค. ระลึกถึงพระรัตนตรัย
- ง. ระลึกถึงบิดามารดา

๓๖. ความห่วงใยของใครที่มีมากต่อเรา

- ก. พ่อ-แม่      ข. พี่น้อง
- ค. ครู-อาจารย์      ง. เพื่อน-มิตร

๓๗. ความสัมพันธ์ระหว่าง “สายโลหิต”

หมายความว่าอย่างไร

- ก. มิตร กับ สหาย      ข. พี่ กับ น้อง
- ค. เพื่อน กับ เพื่อน      ง. ญาติ กับ ญาติ

๓๘. มารดาอุปการะช่วยเหลือเรามาควรทำ

อย่างไร

- ก. กราบไหว้      ข. อุปการะเลี้ยงดู
- ค. สืบทอดวงศ์ตระกูล      ง. ถูกทุกข้อ

๓๙. ครูประจำบ้าน หมายถึงใคร

- ก. ครู คือ คุณพ่อคุณแม่ของเรา
- ข. ครู คือ อาจารย์ของเรา
- ค. ครู คือ อุปัชฌาย์ของเรา
- ง. ครู คือ พระศาสนา

๔๐. ถ้าพระสงฆ์อยู่กับวัด นักเรียนควรอยู่กับ

- ก. โรงละคร      ข. โรงภาพยนตร์
- ค. โรงเรียน      ง. โรงงานอุตสาหกรรม

๔๑. ถ้าหมอกำลังทำการรักษาโรค ครูควรอยู่กับ

- ก. การเดินร่ำ      ข. การทำงาน
- ค. การสอนหนังสือ      ง. การทำการบ้าน

๔๒. เยาวชน ตามพจนานุกรม

ราชบัณฑิตยสถาน คือ

- ก. บุคคลอายุ ๗-๑๒ ปี
- ข. บุคคลอายุ ๑๒-๑๕ ปี
- ค. บุคคลอายุ ๑๕-๑๘ ปี
- ง. บุคคลอายุ ๑๔-๑๘ ปี

๔๓. ข้อใดไม่ใช่หน้าที่หลักของเยาวชนต่อ

ประเทศชาติ

- ก. รักษาชาติ      ข. ไม่ทุจริต
- ค. เคารพศาสนา      ง. ขจัดอบายมุข

๔๔. คำว่า “เยาวชน” ตามความหมายของ

ท่านพุทธทาสภิกขุ

- ก. ทำหน้าที่ของตนเองให้ถูกต้อง
- ข. ไม่ติดยาเสพติด
- ค. เยาวชนทุกคนต้องมีหน้าที่ประจำตัว
- ง. ข้อ ก. และ ข้อ ค. ถูก

๔๕. “นะ อะนะริยัง กะริสสามิ” แปลว่า

- ก. ยิวพุทธ จักไม่ทำสิ่งที่ต่ำทราม
- ข. ยิวพุทธ จักช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นทุกข์
- ค. ยิวพุทธ จักกระทำแต่สิ่งดีงาม
- ง. ยิวพุทธ จักไม่คบมิตรชั่ว

๔๖. ทางแห่งความสำเร็จ คือ

- ก. พรหมวิหาร ๔                      ข. อิทธิบาท ๔  
ค. จักร ๔                                ง. อคติ ๔

๔๗. ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา ๔ ข้อนี้ เรียกว่า

- ก. อคติ                                    ข. จักร ๔  
ค. อิทธิบาท ๔                          ง. พรหมวิหาร ๔

๔๘. คำว่า จิตตะ แปลว่า

- ก. ความพอใจ                          ข. ความเพียร  
ค. เอาใจฝักใฝ่                        ง. หมั่นตรึงรอง

๔๙. คำว่า วิมังสา แปลว่า

- ก. ความพอใจ                          ข. ความเพียร  
ค. เอาใจฝักใฝ่                        ง. หมั่นตรึงรอง

๕๐. วิริเยนะ ทุกขะมัจเจติ แปลว่า คนจะล่วงทุกข์ได้เพราะ....

- ก. ความพอใจ                          ข. ความเพียร  
ค. เอาใจฝักใฝ่                        ง. หมั่นตรึงรอง

๕๑. ยวพุทธต้องเป็นหนึ่งเดียวกัน เหมือน.....ที่มีดวงเดียว ที่เว้นไว้หมายถึงดวงอะไร

- ก. ดวงตะวัน                            ข. ดวงดาว  
ค. ดวงเดือน                           ง. ดวงไฟ

๕๒. ยวพุทธ คือ บุคคลเช่นไร

- ก. ผู้นับถือศาสนา อิสลาม แต่ไหว้พระสงฆ์  
ข. ผู้นับถือศาสนาคริสต์ แต่ไหว้พระสงฆ์  
ค. ผู้ประกาศตนว่า นับถือพระพุทธ พระ

ธรรมพระสงฆ์

- ง. ถูกทุกข้อ

๕๓. การกราบท่าเทพบุตร มีลักษณะของเท้าทั้งสองอย่างไร

- ก. ฝ่าเท้าตะแคง  
ข. ฝ่าเท้าคว่ำ  
ค. ฝ่าตั้งเท้าตรง  
ง. หลังเท้าเหยียดราบกับพื้น

๕๔. การกราบแบบเทพธิดา มีลักษณะของเท้าทั้งสองอย่างไร

- ก. ฝ่าเท้าตะแคง  
ข. ฝ่าเท้าคว่ำ  
ค. ฝ่าตั้งเท้าตรง  
ง. หลังเท้าเหยียดราบกับพื้น

๕๕. การกราบพระรัตนตรัย ให้กราบกี่ครั้ง

- ก. ๑ ครั้ง                                    ข. ๒ ครั้ง  
ค. ๓ ครั้ง                                   ง. ๔ ครั้ง

๕๖. การกราบบุคคลที่ไม่ใช่ภิกษุสงฆ์ ให้กราบกี่ครั้ง

- ก. ๑ ครั้ง                                    ข. ๒ ครั้ง  
ค. ๓ ครั้ง                                   ง. ๔ ครั้ง

๕๗. การไหว้พระ เมื่อยกมือขึ้นจบบนหน้าผากหัวแม่มือจรดตรงไหน

- ก. หน้าอก                                    ข. ปลายคาง  
ค. จมูก                                        ง. ระหว่างคิ้ว

๕๘. การจุดเทียนบูชาพระรัตนตรัย จะจุดเล่มที่อยู่ทางด้านไหนของผู้จุด

- ก. ด้านซ้ายมือ                          ข. ด้านขวามือ  
ค. เล่มไหนก็ได้                        ง. ถูกทุกข้อ

๕๙. การจุดธูปบูชาพระรัตนตรัย นิยมใช้ธูปกี่ดอก

- ก. ๑ ดอก                                    ข. ๒ ดอก  
ค. ๓ ดอก                                    ง. ๔ ดอก

๖๐. ไครปฏิบัติคนใดเหมาะสมที่สุด ขณะพระอาจารย์กำลังสอนอยู่

- ก. ปิติ นิ่งหลับตา  
ข. มานีคุยกับเพื่อนเบาๆ  
ค. ชูใจทำการบ้าน  
ง. นงคันทรมีใจจดจ่อตามเนื้อความที่พระอาจารย์กำลังสอน

|      |      |      |      |      |      |      |      |      |      | เฉลย |
|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| 1 ก  | 2 ง  | 3 ก  | 4 ก  | 5 ง  | 6 ข  | 7 ง  | 8 ก  | 9 ข  | 10 ก |      |
| 11 ง | 12 ข | 13 ง | 14 ข | 15 ก | 16 ข | 17 ง | 18 ค | 19 ค | 20 ก |      |
| 21 ง | 22 ง | 23 ค | 24 ข | 25 ง | 26 ก | 27 ค | 28 ง | 29 ง | 30 ข |      |
| 31 ก | 32 ข | 33 ก | 34 ง | 35 ค | 36 ก | 37 ข | 38 ง | 39 ก | 40 ค |      |
| 41 ค | 42 ง | 43 ข | 44 ง | 45 ก | 46 ข | 47 ค | 48 ค | 49 ง | 50 ข |      |
| 51 ก | 52 ค | 53 ค | 54 ง | 55 ค | 56 ก | 57 ง | 58 ก | 59 ค | 60 ง |      |

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี

ภาคผนวก ค

หลักสูตรฝึกอบรบยุวพุทธ เรื่อง ต้นแบบชาวพุทธ  
สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงาน  
เขตพื้นที่การศึกษามุกดาหารเขต 3

## หลักสูตรฝึกอบรมยุวพุทธ เรื่อง มารยาทชาวพุทธ

ณ วัดเขาดิน ตำบลเขาดิน อำเภอเดิมบางนางบวช จังหวัดสุพรรณบุรี

### หลักการและเหตุผล

ในสถานการณ์ปัจจุบัน ภัยภายในพระพุทธศาสนา อันเกิดจากพุทธศาสนิกชน ไม่ศึกษาและปฏิบัติตามพระสัทธรรม (พุทธธรรม) (สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ พ.ศ. 2547) ทำให้ไม่สามารถนำพระพุทธรธรรมในเชิงปฏิบัติสู่กระบวนการใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้ จึงมองไม่เห็นคุณค่าของพระพุทธศาสนาแล้วยังเบียดเบียนพระพุทธศาสนาให้เสียหายทั้งโดยตั้งใจและไม่ตั้งใจ กล่าวอีกนัยหนึ่ง พุทธศาสนิกชน ยังไม่ศึกษาปฏิบัติธรรม ไม่น้อมนำหลักพุทธธรรมในส่วนที่เป็นข้อปฏิบัติมาบูรณาการเป็นกระบวนการศึกษา ไม่ปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ให้เกิดความสะอาดปราศจากโทษทางกาย วาจา ความสงบสุขเยือกเย็นทางจิต และความสว่างทางปัญญาที่รู้ เท่าสภาพความเป็นจริงของสรรพสิ่ง จึงไม่ได้รับประโยชน์สุขอันแท้จริงจากการนับถือพระพุทธศาสนา และมองไม่เห็นคุณค่าความสำคัญของพระพุทธศาสนาว่าจะมีผลต่อชีวิต ตนเอง ครอบครัว สังคม และประเทศชาติอย่างไร ก่อให้เกิดปัญหาความไม่มั่นคงแก่พระพุทธศาสนาทั้งทางตรงและทางอ้อม (อุดม เจริญ, 2547, หน้า ก)

สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ (2547, หน้า 2) เสนอแนวคิดไว้ว่า หากพุทธศาสนิกชนให้ความสนใจ เรื่องการศึกษาปฏิบัติธรรมดังกล่าวแล้วนี้ จะเกิดผลดีในด้านอื่นๆ ตามมา อาทิ การปรับตัวของคณะสงฆ์และวัดเพื่อรองรับเหล่าพุทธศาสนิกชนที่จะเข้าสู่การศึกษาและปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง การท่องเที่ยวในเชิงพุทธจะขยายตัว เพราะวัดจะเป็นสถานที่รองรับในเรื่องความเป็น “รมณียสถาน” มีความสงบเหมาะสมจะเป็นที่พักใจ เป็น “แหล่งนิคฺคหิตินทางจิตใจ” เป็นแหล่งพัฒนาจิตใจเพื่อยกระดับการพัฒนาคุณภาพชีวิตเป็นการนำคำสอนของพระพุทธศาสดาสู่เป้าหมายที่แท้จริง คือกระบวนการพัฒนาจากศีลและสมาธิไปสู่ความมีปัญญาในการแก้ไขปัญหา

ทั้งปวง ชาวพุทธจะมีทั้งศรัทธา และเดินไปสู่ปัญญาในทางปฏิบัติสังคมไทยก็จะเปลี่ยนแปลงเป็นสังคม “แผ่นดินธรรมแผ่นดินทอง” เป็นการป้องกันปัญหาสังคมโดยพื้นฐานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ปัญหาต่างๆ ที่ปรากฏชัดเจน อาทิ ปัญหายาเสพติด โรคเอดส์ การทุจริตคอร์รัปชัน โสเภณี การก่อการร้าย ฯลฯ ก็จะได้รับแก้ไขในระยะยาวอย่างครบวงจร รวมทั้งยังช่วยป้องกัน บรรเทา บำบัด พื้นฟูในระยะเฉพาะหน้าได้ด้วย สังคมไทยก็ยังคงจะเป็นสังคมที่มีความหวัง พระพุทธศาสนาจะเป็นจุดเชื่อมที่สำคัญระหว่างสถาบันชาติและสถาบันพระมหากษัตริย์ในทางปฏิบัติที่เป็นจริงความสงบเรียบร้อยในสังคมไทยก็สามารถเป็นสิ่งที่พึงหวังได้อย่างแน่นอน

วัดเป็นสถานที่อบรมจิตใจอย่างดียิ่งของมนุษย์ในสังคมไทย วัดทุกวัดจะทำอย่างไรให้วัดนั้นเกิดประโยชน์ต่อพุทธศาสนิกชนให้มากที่สุด โดยเฉพาะเยาวชนที่กำลังเติบโตในร่มเงาพระพุทธศาสนา โดยวัดจะต้องมีบทบาทที่สำคัญเหมือนอย่างอดีตที่มองเห็นวัดเป็นสถานที่ให้ความรู้ หรือจะเปรียบเหมือนโรงพยาบาลรักษาจิตใจของมนุษย์ ปัญหาวัดทุกวันนี้วัดต่างมีการแข่งขันกันในเรื่องการก่อสร้างศาสนวัตถุซึ่งผิดต่อหลักการพัฒนาที่เป็นเป้าหมายหลักของพระพุทธศาสนา มีหลายวัดที่กำลังนำวัดอันเป็นรมณีสถานอันสำคัญด้านจิตใจของมนุษย์เป็นสถานที่ก่อให้เกิดอบายมุข โดยขาดการพัฒนาตามหลักที่แท้จริงของชีวิตที่มุ่งเน้นคุณธรรมและจริยธรรมอย่างแท้จริง นอกจากนั้นวัดยังมุ่งในด้านศาสนวัตถุอย่างเดียว จนลืมการพัฒนาชีวิตในด้านบุคลากรที่เรียกว่า “ศาสนบุคคล” หรือ “พุทธบริษัท” อันจะเป็นเป้าหมายหลักที่จะนำบุคคลไปสู่เป้าหมายที่แท้จริงตามหลักธรรมหรืออันจะช่วยกันดำรงพระพุทธศาสนาให้มั่นคง

สุทธสีโล ภิกขุ (2544, หน้า 2) สรุปไว้ว่า สภาพสังคมในปัจจุบัน เยาวชนส่วนใหญ่ขาดการศึกษาเรื่องราวของชีวิต ทำให้ไม่รู้ว่า ชีวิตเกิดมาทำไม เป้าหมายชีวิตอยู่ที่ไหน สิ่งสูงสุดที่มนุษย์ควรได้คืออะไร จึงเป็นเหตุให้เยาวชนเหล่านั้นหลงเดินไปในทางผิด ก่อให้เกิดปัญหายุ่งยากวันวานายขึ้นในสังคม สร้างความหนักใจแก่พ่อแม่ ครูอาจารย์ และผู้บริหารบ้านเมืองทุกระดับชั้น

องค์การบริหารส่วนจังหวัดร่วมกับสำนักงานเขตพื้นที่สุพรรณบุรีเขต 3 มีนโยบายให้ทุกโรงเรียนในสังกัดจัดกิจกรรมโครงการเยาวชนคนดีศรีสุพรรณปลูกจิตสำนึกนิกของเยาวชนในจังหวัดสุพรรณบุรีเพื่อปลูกจิตสำนึกของเยาวชนให้เป็นคนดี และขอความร่วมมือให้วัดทุกวัดได้ช่วยเหลือสนับสนุนและส่งเสริมให้มีการฝึกอบรม

เยาวชนเพื่อพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมตามวัตถุประสงค์ของโครงการเยาวชนคนดีศรีสุพรรณ (สำนักงานเขตพื้นที่สุพรรณบุรีเขต 3, 2548, ธันวาคม 3)

ผลจากการสำรวจพบว่าปัญหาการฝึกอบรมเยาวชนยังไม่สามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นตามวัตถุประสงค์ของโครงการได้ อันเนื่องจากรูปแบบการฝึกอบรมยังไม่มีรูปแบบที่ชัดเจนและต้องพัฒนาให้มีคุณภาพ ถูกต้อง ตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาเพื่อมุ่งเน้นให้เยาวชนเป็นชาวพุทธที่แท้จริงมิใช่เป็นชาวพุทธที่ระบุไว้ในทะเบียนบ้าน

ดังนั้นผู้วิจัยจึงจัดทำหลักสูตรยุวพุทธเรื่องต้นแบบชาวพุทธและพัฒนาให้เป็นหลักสูตรฝึกอบรมอย่างเต็มรูปแบบเพื่อเป็นการนាំร่องและกระตุ้นให้โรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาสุพรรณบุรีเขต 3 นำไปใช้ฝึกอบรมให้เยาวชนได้เติบโตและดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขเป็นอนาคตที่ดีต่อประเทศชาติและสนองงานคณะสงฆ์ด้านการเผยแผ่พระพุทธศาสนาให้เกิดประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจสอดคล้องกับสภาพปัญหาและความต้องการของท้องถิ่น และสามารถนำไปทำประโยชน์ให้แก่ชุมชน
2. นักเรียนสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการเรียน ทำให้เรียนได้อย่างมีความสุข มีจิตสำนึกพร้อมที่จะปฏิบัติตนเป็นชาวพุทธที่ดี
3. เพื่อให้นักเรียนที่เข้าร่วมโครงการได้สร้างภูมิคุ้มกันด้านจิตใจ ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมในเชิงสร้างสรรค์ต่อความสงบเรียบร้อยของสังคม

### โครงสร้างหลักสูตร

หลักสูตรฝึกอบรมยุวพุทธ เรื่อง ต้นแบบชาวพุทธ เป็นหลักสูตรฝึกอบรมการปฏิบัติธรรม ที่จัดขึ้นมาเพื่อให้นักเรียน สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน โดยหลักสูตรนี้ ใช้เวลาในการฝึกอบรม 3 วัน 2 คืน โดยมีรายละเอียดดังนี้

#### 1. ด้านเนื้อหาและเวลาในการฝึกอบรม

|                              |              |      |         |
|------------------------------|--------------|------|---------|
| 1.1 สู่ครอบครัวชาวพุทธ       | ใช้เวลาจำนวน | 1.30 | ชั่วโมง |
| 1.2 วิถีของชาวพุทธ           | ใช้เวลาจำนวน | 3.00 | ชั่วโมง |
| 1.3 วิถีแห่งสติและเจริญภาวนา | ใช้เวลาจำนวน | 2.30 | ชั่วโมง |

|   |                   |         |
|---|-------------------|---------|
| 1.4 ทำวัตรสวดมนต์แผ่เมตตา                                   | ใช้เวลาจำนวน 4.30 | ชั่วโมง |
| 1.5 มารยาทชาวพุทธและศาสนพิธี                                | ใช้เวลาจำนวน 5.30 | ชั่วโมง |
| 1.6 การเข้าถึงพระรัตนตรัย                                   | ใช้เวลาจำนวน 3.30 | ชั่วโมง |
| 1.7 พิธีสู่ความเป็นยุวพุทธ                                  | ใช้เวลาจำนวน 1.30 | ชั่วโมง |
| 1.8 ทางแห่งความสำเร็จ                                       | ใช้เวลาจำนวน 3.00 | ชั่วโมง |
| 1.9 พิธีอธิษฐานจิตเพื่อชีวิตใหม่                            | ใช้เวลาจำนวน 1.30 | ชั่วโมง |
| 2. สถานที่ฝึกอบรม   |                   |         |
| ณ วัดเขาดิน ตำบลเขาดิน อำเภอเดิมบางนางบวช จังหวัดสุพรรณบุรี |                   |         |

### แนวการจัดกิจกรรมการฝึกอบรม

กิจกรรมการฝึกอบรมแต่ละหน่วยประกอบด้วย

1. ขั้นนำ เป็นการสร้างความสนใจ และชี้แนะเข้าสู่กิจกรรมการฝึกอบรม โดยบอกให้ทราบวัตถุประสงค์ของการฝึกอบรมแต่ละหน่วย หรือการสรุปบททวนความรู้เดิม เพื่อให้ผู้รับการฝึกอบรมสามารถเชื่อมโยงความรู้เดิมให้สัมพันธ์กับความรู้ใหม่
2. ขั้นการฝึกอบรม เป็นการเรียนรู้ภาคทฤษฎีควบคู่ไปกับการปฏิบัติ โดยเน้นการฝึกปฏิบัติ รวมทั้งการใช้กิจกรรมที่หลากหลายเพื่อสร้างความน่าสนใจในการเรียนรู้ เช่น การร่วมวิเคราะห์ปัญหาาร่วมกันของผู้เข้าฝึกอบรม
3. ขั้นสรุปและวัดผล เป็นการสรุปเนื้อหา การเขียนบรรยายให้พูดถึงความรู้สึกหรือสออบอารมณ์ ของผู้เข้าฝึกอบรมแต่ละคน ในการเรียนรู้เนื้อหาและวิธีการปฏิบัติในแต่ละเรื่อง และทำการวัดผลผลการฝึกอบรมเมื่อจบแต่ละหน่วย

### สื่อประกอบการฝึกอบรม

สื่อการเรียนประกอบด้วย เอกสารอ่านประกอบ แผ่นใส วีซีดี ใบบาน เพาเวอร์พอยท์

### การวัดและการประเมินผล

การวัดและการประเมินผลผลการฝึกอบรมของผู้รับการฝึกอบรมครอบคลุมทั้งด้านความรู้ ความคิด และเจตคติ โดยพิจารณาจากการสังเกตพฤติกรรมร่วมกิจกรรม การร่วมแสดงความคิดเห็น และการสัมภาษณ์ผู้รับการฝึกอบรม

### เกณฑ์การผ่านหลักสูตรฝึกอบรมยวพุทธ

ผู้เข้ารับการอบรมต้องเข้าอบรมตามเวลาที่กำหนดและมีเวลาอบรมไม่ต่ำกว่าร้อยละ 80 ของเวลาทั้งหมดและต้องได้คะแนนผ่านตามเกณฑ์ของแบบสังเกตพฤติกรรมเชิงจริยธรรมสำหรับผู้รับการฝึกอบรม เป็นแบบสังเกตแบบมีส่วนร่วม สำหรับรายละเอียดของหลักสูตร



คำแนะนำสำหรับ นักเรียน ที่เข้าฝึกอบรมหลักสูตรยุวพุทธ

นักเรียน ที่เข้าฝึกอบรมหลักสูตรยุวพุทธ ควรปฏิบัติดังนี้

1. นักเรียนไม่ควรนำสิ่งของที่มีค่าติดตัวมาเข้าร่วมกิจกรรมฝึกอบรมด้วย
2. การแต่งกายในวันแรกและวันสุดท้ายให้แต่งกายด้วยชุดนักเรียน
3. ควรเตรียมเสื้อผ้าและของใช้ส่วนตัวมาให้เพียงพอและถ้านักเรียนคนไหนมีโรคประจำตัวให้แจ้งเจ้าหน้าที่และเตรียมยาติดตัวมาด้วย
4. ตั้งใจปฏิบัติ และไม่รบกวนผู้อื่น
5. รับประทานอาหารเช้าแต่พอประมาณ ถ้าหิวหรืออึดเกินไปจะเป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติ
6. ตั้งใจรักษาศีล 5 ให้บริสุทธิ์ อย่าคิดหรือคยุ่นอกกรรมะ สำรวม กาย วาจา ใจ ให้มากเท่าที่จะทำได้
7. หากมีข้อสงสัยให้ถามอาจารย์ได้ตลอดเวลา หากไม่กล้าถาม จะเขียนเป็นคำถามส่งให้ก็ได้
8. ควรเตรียมตัวและเตรียมใจให้พร้อมเพื่อเข้าฝึกอบรมอย่างต่อเนื่อง และจริงจังตลอด 3 วัน
9. ไม่ควรใช้นาฬิกาที่มีเสียงปลุกและเครื่องมือสื่อสารติดตัวมาด้วย

### กำหนดการในการฝึกอบรมหลักสูตรยุวพุทธ

#### วันที่ 1

|                  |                                   |
|------------------|-----------------------------------|
| 08.00 – 08.30 น. | ลงทะเบียนเข้ารับการฝึกอบรม        |
| 08.30 – 09.00 น. | พิธีเปิดการฝึกอบรม และปฐมนิเทศ    |
| 09.05 – 10.30 น. | สู่ครอบครัวชาวพุทธ                |
| 10.35 – 11.55 น. | วิถีของชาวพุทธ                    |
| 12.00 – 13.00 น. | พักรับประทานอาหารเที่ยงอย่างมีสติ |
| 13.05 – 14.45 น. | วิถีของชาวพุทธ (ต่อ)              |
| 14.50 – 15.00 น. | พักผ่อนอย่างมีสติ                 |
| 15.05 – 16.30 น. | วิถีแห่งสติและเจริญภาวนา          |
| 16.35 – 18.45 น. | พักผ่อนอย่างมีสติ                 |
| 18.50 – 20.00 น. | สวดมนต์ทำวัตรเย็น                 |
| 20.00 – 21.00 น. | วิถีแห่งสติและเจริญภาวนา (ต่อ)    |

#### วันที่ 2

|                  |                                       |
|------------------|---------------------------------------|
| 04.30 – 05.30 น. | สวดมนต์ทำวัตรเช้า                     |
| 05.35 – 06.00 น. | กายบริหารประกอบสมาธิ                  |
| 06.05 – 08.00 น. | พักรับประทานอาหารและพักผ่อนอย่างมีสติ |
| 08.05 – 10.05 น. | มารยาทชาวพุทธและศาสนพิธี              |
| 10.10 – 10.20 น. | พักผ่อนอย่างมีสติ                     |
| 10.25 – 12.00 น. | มารยาทชาวพุทธและศาสนพิธี (ต่อ)        |
| 12.00 – 13.00 น. | พักรับประทานอาหารเที่ยงอย่างมีสติ     |
| 13.05 – 14.45 น. | มารยาทชาวพุทธและศาสนพิธี (ต่อ)        |
| 14.50 – 15.00 น. | พักผ่อนอย่างมีสติ                     |
| 15.05 – 16.30 น. | การเข้าถึงพระรัตนตรัย                 |
| 16.35 – 18.45 น. | รับประทานอาหารเย็น พักผ่อนอย่างมีสติ  |
| 18.50 – 20.00 น. | สวดมนต์ทำวัตรเย็น                     |
| 20.05 – 21.30 น. | พิธีสู่ความเป็นยุวพุทธ                |

## วันที่ 3

|                  |                                       |
|------------------|---------------------------------------|
| 04.30 – 05.30 น. | สวดมนต์ทำวัตรเช้า                     |
| 05.35 – 06.00 น. | กายบริหารประกอบสมาธิ                  |
| 06.05 – 08.00 น. | พักรับประทานอาหารและพักผ่อนอย่างมีสติ |
| 08.05 – 10.05 น. | การเข้าถึงพระรัตนตรัย (ต่อ)           |
| 10.10 – 10.20 น. | พักผ่อนอย่างมีสติ                     |
| 10.25 – 12.00 น. | ทางแห่งความสำเร็จ                     |
| 12.00 – 13.00 น. | พักรับประทานอาหารเที่ยงอย่างมีสติ     |
| 13.05 – 14.45 น. | ทางแห่งความสำเร็จ (ต่อ)               |
| 14.50 – 15.00 น. | พักผ่อนอย่างมีสติ                     |
| 15.05 – 16.30 น. | พิธีอธิษฐานจิตเพื่อชีวิตใหม่          |
| 16.30            | พิธีปิด                               |

เป็นมนุษย์เป็นได้เพราะใจสูง เหมือนหนึ่งยุงมีตีนที่แขวน  
 ถ้าใจต่ำเป็นได้แต่เพียงคน ย่อมเสียที่ที่ตนได้เกิดมา  
 ใจสว่างใจสะอาดใจสงบ ใครมีครบควรเรียกมनुสสา  
 เพราะทำถูกคิดถูกทุกเวลา เปรมปรีดาคืนวันสุขสันต์จริง  
 ใจสกปรกมืดมัวและร้อนร้าว ใครมีเข้าควรเรียกว่าผีสิง  
 เพราะทำผิดคิดผิดจิตประวิง แต่ในสิ่งนำตัวกลัวอบาย  
 คิดดูเถิด ถ้าใครไม่ยอมตก จงรีบยกใจตนรีบชวนชวาย  
 ให้ใจสูงเสียได้ก่อนตัวตาย ก็สมหมายที่เกิดมาอย่าเชื่อนอเอย

## โครงสร้างตารางการฝึกอบรมยุวพุทธ

ตาราง โครงสร้างการฝึกอบรมยุวพุทธ

| เนื้อหา                                  | ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง   | การวัดและ<br>ประเมินผล  | เวลา<br>(ชั่วโมง)   |      |
|--|---|---|---|------|
| <b>สู่ครอบครัวชาวพุทธ<br/>(ปฐมนิเทศ)</b> | 1. เพื่อส่ง-รับ มอบเข้ารับ<br>การอบรม อย่างเป็นพิธีการ<br>ของผู้อำนวยการ<br>สถานศึกษา และท่านเจ้า<br>อาวาสวัดเขาติน<br><br>2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการ<br>ฝึกอบรมเข้าใจ และพร้อม<br>ปฏิบัติตามระเบียบวินัย ของ<br>การเข้าร่วมกิจกรรมได้อย่าง<br>ถูกต้องเหมาะสม<br><br>3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมการ<br>ฝึกอบรมเข้าใจจุดประสงค์<br>ของการฝึกอบรมยุวพุทธ | - ปฏิบัติตนตาม<br>กฎระเบียบวินัยของ<br>ค่าย   | 1.30  |      |
| <b>วิถีของชาวพุทธ</b>                    | วัดในทางพระพุทธศาสนา<br>มีอยู่ 4 ความหมาย คือ<br>1. วัด<br>2. วัดร<br>3. วัดน<br>4. วิภุฎ   | เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรม<br>เข้าใจความหมาย<br>องค์ประกอบพื้นฐานที่สำคัญ<br>ของวัด วัฒนธรรมชาวพุทธ<br>คตินิยมปรัชญา ซึ่งนักเรียน<br>สามารถนำไปปรับปรุงแก้ไข<br>พัฒนาตนเองให้สามารถ<br>ดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้อง<br>ปลอดภัยและสงบเย็น | - ประเมินด้วยการ<br>สังเกตพฤติกรรม<br>การร่วมกิจกรรม<br>กลุ่มและการแสดง<br>ความคิดเห็นในกลุ่ม<br>และในชั้นเรียน | 3.00 |

ตาราง (ต่อ)

| เรื่อง   | ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง  | การวัดและประเมินผล   | เวลา (ชั่วโมง) |
|--|--|--|----------------|
| <b>วิถีแห่งสติและเจริญภาวนา</b><br>เน้นในเรื่อง สติ สมาธิ ปัญญา ที่จะทำให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเข้าใจธรรมชาติหรือธาตุแท้ของชีวิต และสรรพสิ่งอย่างมีเหตุผล ทำ-พูด-คิด ด้วยสติ สมาธิ และปัญญา รู้เป้าหมายและผลที่จะได้รับจากการเจริญภาวนา | เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรม มีศรัทธาเกิดความรู้ความเข้าใจ วิธีการเจริญสติปัฏฐาน ๔ โดยเห็นประโยชน์ที่จะฝึกฝนสติ และสมาธิ สามารถปฏิบัติได้อย่างถูกต้องจนเกิดผลดี พบสิ่งประเสริฐสูงสุดในชีวิตคือ ความสงบเย็น และเข้าถึงพระรัตนตรัยได้อย่างแท้จริง | - ประเมินด้วยการสังเกตพฤติกรรม การร่วมกิจกรรมกลุ่มและการแสดงความความคิดเห็นในกลุ่มและในชั้นเรียน | 2.30           |
| <b>ทำวัตรสวดมนต์แผ่เมตตา</b><br>- การทำวัตรเช้า<br>- การทำวัตรเย็น   | เพื่อให้ให้นักเรียนทำวัตรเช้าและเย็น สวดมนต์แผ่เมตตา ได้   | - ประเมินด้วยการสังเกตพฤติกรรม   | 4.30           |
| <b>มารยาทชาวพุทธและศาสนพิธี</b><br>เน้นมารยาทในการพูด การกราบ การไหว้ และศาสนพิธีต่าง ๆ ที่นักเรียนต้องปฏิบัติ และมีส่วนเกี่ยวข้องอยู่ในชีวิตประจำวัน  | เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้ ความเข้าใจใน ความสำคัญของมารยาทชาวพุทธ และศาสนพิธี สามารถปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง เหมาะสมเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับบุคคลอื่น   | - ประเมินด้วยการสังเกตพฤติกรรม การร่วมกิจกรรมกลุ่มและการแสดงความความคิดเห็นในกลุ่มและในชั้นเรียน | 5.30           |

ตาราง (ต่อ)

| เรื่อง   | ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง   | การวัดและประเมินผล  | เวลา (ชั่วโมง) |
|--|---|---|----------------|
| <p>การเข้าถึงพระรัตนตรัย</p> <p>พระรัตนตรัย มีความหมาย 3 ความหมาย คือ</p> <p>โดยรูปธรรม</p> <p>โดยบุคคลลาธิษฐาน</p> <p>โดยธรรมาธิษฐาน</p>  | <p>เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรม มีความรู้ความเข้าใจ ความหมายของพระรัตนตรัย สามารถ วิเคราะห์ได้ว่าสิ่งใดเป็นที่พึ่งอันประเสริฐทำให้เกิด ความศรัทธา ที่จะนำหลักธรรมไปใช้ให้เกิด ประโยชน์ต่อตนเอง และสังคม จนถึงขั้น ล้างพ้นความทุกข์ได้</p>  | <p>- ประเมินด้วยการ สังเกตพฤติกรรมการ ร่วมกิจกรรมกลุ่มและ การแสดงความ คิดเห็นในกลุ่มและใน ชั้นเรียน</p> | 3.30           |
| <p>พิธีสู่ความเป็นยุวพุทธ</p> <p>เน้นให้นักเรียนผู้เข้ารับการ ฝึกอบรม สำนึกในพระคุณ ของพระพุทธเจ้า ครู-อาจารย์ พ่อ-แม่ และสำนึกในการ ดำเนินชีวิตที่พึงกระทำและ ควรหลีกเลี่ยง</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการ อบรมสำนึกในพระคุณของ พระพุทธเจ้า บิดา-มารดา และครู-อาจารย์</li> <li>2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการ อบรมปฏิบัติตนเป็น พุทธบุตร</li> <li>3. เพื่อให้ผู้เข้ารับการ อบรมนำหลักธรรมคำสอน ของพระพุทธเจ้า มาใช้ ปฏิบัติในการดำเนินชีวิต</li> </ol> | <p>- ประเมินด้วยการ สังเกตพฤติกรรมการ ร่วมกิจกรรมกลุ่มและ การแสดงความ คิดเห็นในกลุ่มและใน ชั้นเรียน</p> | 1.30           |

ตาราง (ต่อ)

| เรื่อง   | ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง  | คุณลักษณะอันพึงประสงค์  | เวลา (ชั่วโมง) |
|--|--|---|----------------|
| <p><b>ทางแห่งความสำเร็จ</b></p> <p>เน้นถึง หนทางที่จะนำไปสู่ความสำเร็จ ได้แก่ การฝึกตนเองเพื่อให้เกิดความพอใจรักใคร่ ในสิ่งที่ทำ มีความขยัน มีสมาธิในการทำ มีการทบทวน ตรวจสอบสิ่งที่ได้ทำอย่างรอบคอบ</p>   | <p>เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรม เกิดความรู้ความเข้าใจ ตระหนักถึงการมีลักษณะชีวิตที่จะนำไปสู่ ความสำเร็จและ สามารถนำหลักธรรมไปใช้ ในการพัฒนาตนเองให้ ประสบผลสำเร็จในชีวิตได้ อย่างถูกต้องเหมาะสม</p> | <p>- ประเมินด้วยการ สังเกตพฤติกรรม การร่วมกิจกรรมกลุ่มและ การแสดงความ คิดเห็นในกลุ่มและใน ชั้นเรียน</p> | 3.00           |
| <p><b>พิธีอธิษฐานจิตเพื่อชีวิตใหม่</b></p> <p>การดำเนินการอย่างเป็นพิธีการ เพื่อให้นักเรียนสามารถ กำหนดแนวประพฤติ ปฏิบัติตน โดยใช้หลักการที่ นักเรียนได้รับจากการ ฝึกอบรม และนำไปใช้เป็น หลักปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ซึ่งจะส่งผลให้นักเรียนประสบ ความสุข ความดีงาม และ ความสงบร่มเย็น</p> | <p>เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมมี จิตสำนึกในพระคุณของ บิดา มารดา และครู อาจารย์ สามารถนำแนว การประพฤติ ปฏิบัติตนที่ได้จากการอยู่ ค่ายคุณธรรม/ค่ายพุทธ บุตรไปใช้ในชีวิตประจำวัน</p>                  | <p>- ประเมินด้วยการ สังเกตพฤติกรรม การร่วมกิจกรรมกลุ่มและ การแสดงความ คิดเห็นในกลุ่มและใน ชั้นเรียน</p> | 1.30           |

**แผนการจัดกิจกรรมที่ 1**  
**เรื่อง สู้ครอบครัวชาวพุทธ**  
**(เวลา 1.30 ชั่วโมง)**

**จุดประสงค์ปลายทาง**

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับระเบียบวินัยและการปฏิบัติตนในการเข้าร่วมกิจกรรมอบรมยุวพุทธ
2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมเข้าใจจุดประสงค์ของการฝึกอบรมยุวพุทธ

**จุดประสงค์นำทาง**

1. บอกขั้นตอนและวิธีการปฏิบัติตนในการฝึกอบรมยุวพุทธ
2. บอกจุดประสงค์ของการฝึกอบรมยุวพุทธ

**เนื้อหาสาระ**

1. ตารางการอบรม ระเบียบการปฏิบัติตนเมื่ออยู่ในค่ายฝึกอบรมยุวพุทธ
2. จุดประสงค์ของการฝึกอบรมยุวพุทธ
3. การดำรงตนให้น่ารัก เป็นที่ชื่นชมของผู้ที่เกี่ยวข้องและผู้ที่ได้พบเห็น

**กิจกรรมการเรียนรู้การสอน**

1. แจกตารางกำหนดการ ระเบียบการปฏิบัติตนให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ทราบ เอกสารประกอบการบรรยายที่ 1.1
2. พระอาจารย์เกริ่นนำให้นักเรียนเข้าใจในความเป็นมา เป้าหมายและจุดประสงค์ของการที่โรงเรียนนำนักเรียนเข้าค่ายยุวพุทธ
3. เตรียมตัวนักเรียนเข้าสู่พิธีการ
4. พิธีเปิดการอบรม "สู้ครอบครัวชาวพุทธ" ประธานให้โอวาทแก่นักเรียนตามเนื้อหาของเอกสารกำหนดการในการฝึกอบรมหลักสูตรยุวพุทธ ที่ 1.2

**สื่อ/แหล่งการเรียนรู้/อุปกรณ์**

1. ศาลาการเปรียญ
2. บริเวณวัด ที่พัก ที่รับประทานอาหาร
3. เอกสารประกอบการบรรยายที่เกี่ยวกับตารางกำหนดการฝึกอบรมและการประพฤติปฏิบัติตนตามใบความรู้ที่ 1.1 และ 1.2

**การวัดผลประเมินผล**

1. สังเกตการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้เข้ารับการอบรมตลอดเข้าสู่พิธีการรับนักเรียนเข้าสู่ครอบครัวชาวพุทธ
2. การตั้งคำถามให้นักเรียนตอบปากเปล่าสุ่มเป็นรายบุคคลให้นักเรียนบอกขั้นตอนและจุดประสงค์ของการอบรมยุวพุทธ



## ใบงานที่ 1.1 เรื่องระเบียบการปฏิบัติตน

การอยู่ “ค่ายยุวพุทธ” นั้น ไม่เน้นระเบียบเป็นข้อ ๆ เหมือนทั่วไป แต่อาศัยการแนะนำพร่ำสอนให้ผู้เข้ารับการอบรมมีความสำนึกว่าอะไรควรทำ และอะไรไม่ควรทำ และสามารถบังคับตนได้ โดยสอนเน้นการประพฤติทางกาย วาจา ใจ ดังต่อไปนี้

### ก. การประพฤติทางกาย

- ยืนเรียบร้อย
- เดินเรียบร้อย
- นั่งเรียบร้อย
- นอนเรียบร้อย
- รับประทานอาหารเรียบร้อย
- ไม่ถือเอาสิ่งของของผู้อื่นด้วยเจตนาลักขโมย
- ไม่ทำลายของรักของผู้อื่น
- ไม่ล่วงละเมิดสิทธิเสรีภาพของผู้อื่น
- ไม่ทำร้ายร่างกายของผู้อื่น
- ไม่เสพยาทุกชนิด
- เดินผ่านอาจารย์และครูอาจารย์ให้ยกมือไหว้ทุกครั้ง
- ไม่ออกนอกบริเวณค่าย
- ไม่ซื้ออาหารรับประทานนอกเวลา

### ข. การประพฤติทางวาจา

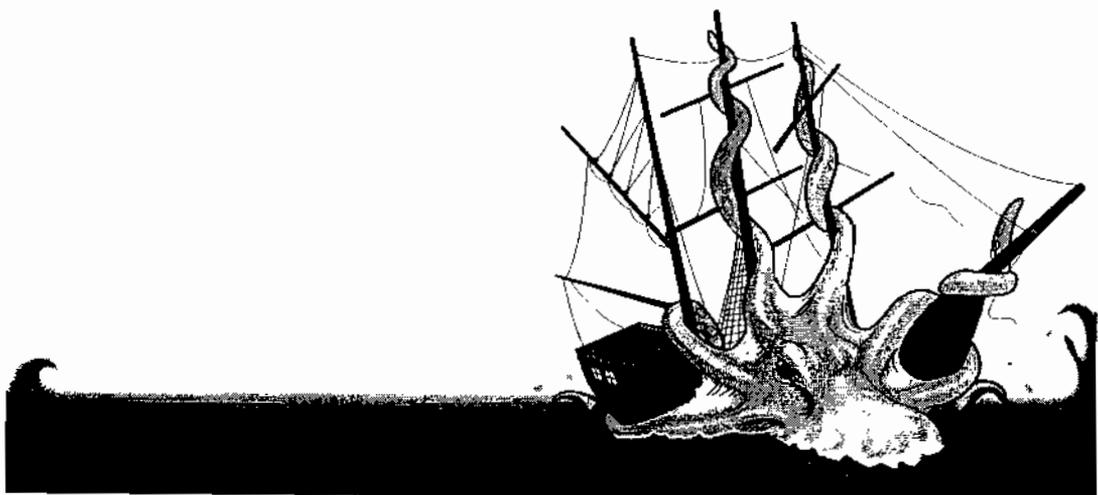
- ไม่พูดเท็จ พูดแต่คำจริง
- ไม่พูดหยาบ พูดแต่ถ้อยคำที่ไพเราะอ่อนหวาน
- ไม่พูดยุยงให้แตกกัน พูดถ้อยคำที่มีประโยชน์เป็นสุภาสิต
- พูดด้วยจิตเมตตา ปรารถนาให้ผู้อื่นได้ปัญญา มีความสุข
- พูดกับพระอาจารย์ต้องประนมมือทุกครั้ง

### ค. การประพฤติทางใจ

- มีน้ำใจเอื้อเฟื้อปรารถนาให้ผู้อื่นเป็นสุข
- เมื่อเห็นผู้อื่นเป็นทุกข์ มีน้ำใจเอ็นดูคิดช่วยเหลือให้พ้นทุกข์
- เมื่อเห็นผู้อื่นได้รับความสุข ก็พลอยยินดีด้วย ไม่ริษยาคิดทำลาย

- มีน้ำใจเสียสละ ไม่เห็นแก่ตัว โดยถือคติว่า “เมื่อคราวต้องเสียสละเราออกหน้า เมื่อมีผลประโยชน์เข้ามาเราอยู่หลัง”
- รู้จักให้อภัย ไม่ถือโทษโกรธแค้น ไม่พยายาทจองเวรผู้ใด
- ปล่อยวางใจไม่ถือมั่นด้วยกิเลส ไม่ต่อความยาวสาวความยืด

สรุปความว่า ยุวพุทธ ต้องมีกายอ่อนนุ่ม วาจาอ่อนหวาน จิตใจอ่อนโยน



**ใบความรู้ที่ 1.2**  
**กำหนดการในการฝึกอบรมหลักสูตรยุวพุทธ**

**วันที่ 1**

|                  |                                   |
|------------------|-----------------------------------|
| 08.00 – 08.30 น. | ลงทะเบียนเข้ารับการฝึกอบรม        |
| 08.30 – 09.00 น. | พิธีเปิดการฝึกอบรม และปฐมนิเทศ    |
| 09.05 – 10.30 น. | ผู้ครอบครัวยุวพุทธ                |
| 10.35 – 11.55 น. | วิถีของชาวพุทธ                    |
| 12.00 – 13.00 น. | พักรับประทานอาหารเที่ยงอย่างมีสติ |
| 13.05 – 14.45 น. | วิถีของชาวพุทธ (ต่อ)              |
| 14.50 – 15.00 น. | พักผ่อนอย่างมีสติ                 |
| 15.05 – 16.30 น. | วิถีแห่งสติและเจริญภาวนา          |
| 16.35 – 18.45 น. | พักผ่อนอย่างมีสติ                 |
| 18.50 – 20.00 น. | สวดมนต์ทำวัตรเย็น                 |
| 20.00 – 21.00 น. | วิถีแห่งสติและเจริญภาวนา (ต่อ)    |

**วันที่ 2**

|                  |                                       |
|------------------|---------------------------------------|
| 04.30 – 05.30 น. | สวดมนต์ทำวัตรเช้า                     |
| 05.35 – 06.00 น. | กายบริหารประกอบสมาธิ                  |
| 06.05 – 08.00 น. | พักรับประทานอาหารและพักผ่อนอย่างมีสติ |
| 08.05 – 10.05 น. | มารยาทชาวพุทธและศาสนพิธี              |
| 10.10 – 10.20 น. | พักผ่อนอย่างมีสติ                     |
| 10.25 – 12.00 น. | มารยาทชาวพุทธและศาสนพิธี (ต่อ)        |
| 12.00 – 13.00 น. | พักรับประทานอาหารเที่ยงอย่างมีสติ     |
| 13.05 – 14.45 น. | มารยาทชาวพุทธและศาสนพิธี (ต่อ)        |
| 14.50 – 15.00 น. | พักผ่อนอย่างมีสติ                     |
| 15.05 – 16.30 น. | การเข้าถึงพระรัตนตรัย                 |
| 16.35 – 18.45 น. | รับประทานอาหารเย็น พักผ่อนอย่างมีสติ  |
| 18.50 – 20.00 น. | สวดมนต์ทำวัตรเย็น                     |
| 20.05 – 21.30 น. | พิธีสู่ความเป็นยุวพุทธ                |

## วันที่ 3

|                  |                                       |
|------------------|---------------------------------------|
| 04.30 – 05.30 น. | สวดมนต์ทำวัตรเช้า                     |
| 05.35 – 06.00 น. | กายบริหารประกอบสมาธิ                  |
| 06.05 – 08.00 น. | พักรับประทานอาหารและพักผ่อนอย่างมีสติ |
| 08.05 – 10.05 น. | การเข้าถึงพระรัตนตรัย (ต่อ)           |
| 10.10 – 10.20 น. | พักผ่อนอย่างมีสติ                     |
| 10.25 – 12.00 น. | ทางแห่งความสำเร็จ                     |
| 12.00 – 13.00 น. | พักรับประทานอาหารเที่ยงอย่างมีสติ     |
| 13.05 – 14.45 น. | ทางแห่งความสำเร็จ (ต่อ)               |
| 14.50 – 15.00 น. | พักผ่อนอย่างมีสติ                     |
| 15.05 – 16.30 น. | พิธีอธิษฐานจิตเพื่อชีวิตใหม่          |
| 16.30            | พิธีปิด                               |

เป็นมนุษย์เป็นได้เพราะใจสูง เหมือนหนึ่งขึงมิตีที่แขวน  
 ถ้าใจต่ำเป็นได้แต่เพียงคน ย่อมเสียที่ที่ตนได้เกิดมา  
 ใจสว่างใจสะอาดใจสงบ ใครมีครบควรเรียกมनुสสา  
 เพราะทำถูกคิดถูกทุกเวลา เปรมปรีดาคืนวันสุขสันต์จริง  
 ใจสกปรกมืดมัวและร้อนร่า ใครมีเข้าควรเรียกว่าผีสิง  
 เพราะทำผิดคิดผิดจิตประวิง แต่ในสิ่งนำตัวกลัวอบาย  
 คิดดูเถิด ถ้าใครไม่ยอมตก จงรีบยกใจตนรีบชวนชวาย  
 ให้ใจสูงเสียได้ก่อนตัวตาย ก็สมหมายที่เกิดมาอย่าเชื่อนอบาย

**แผนการจัดกิจกรรมที่ 2**  
**เรื่อง วิถีชีวิตชาวพุทธ**  
**(เวลา 3 ชั่วโมง)**

**จุดประสงค์ปลายทาง**

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้ความเข้าใจความหมายของคำว่า "วัด" ตามแนวทางแห่งวัฒนธรรมชาวพุทธ
2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้เกี่ยวกับองค์ประกอบพื้นฐานที่สำคัญของวัด
3. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมได้เห็นคุณค่าของศาสนสถานภายในวัด

**จุดประสงค์นำทาง**

1. บอกความหมายคำว่า "วัด" ได้ถูกต้องตามแนวทางแห่งวัฒนธรรมชาวพุทธ
2. อธิบายองค์ประกอบพื้นฐานที่สำคัญของวัดได้
3. เห็นคุณค่าของศาสนสถานภายในวัดและร่วมทำนุบำรุงรักษา

**เนื้อหาสาระ**

วัดในทางพระพุทธศาสนามี 4 ความหมายคือ

วัด หมายถึง สถานที่บำเพ็ญบุญ ประกอบด้วยสิ่งก่อสร้างภายในวัด

วัดร หมายถึง การประพฤติปฏิบัติเป็นกิจวัตรประจำวัน, ข้อปฏิบัติของนักบวชทาง

พระพุทธศาสนา

วัดน์ หมายถึง ความเจริญ, การเข้าถึงความเจริญก้าวหน้าของมนุษย์

วิภวัญญ์ หมายถึง วงกลม หรือการเวียนว่ายตายเกิด

องค์ประกอบที่สำคัญของวัด

ศาลาการเปรียญ / โรงครัว

พระอุโบสถ / พระประธาน

หอสวดมนต์

พระวิหารหลวงพ่อดำ

เขตพุทธาวาส / เขตสังฆาวาส

มณฑป

เมรุ

หอระฆัง

## กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

### ขั้นนำสู่บทเรียน

พระอาจารย์สนทนากับนักเรียนโดยการสอบถามเกี่ยวกับความหมายและองค์ประกอบของวัดจากประสบการณ์ของนักเรียนที่รู้จักและเคยไปวัดต่าง ๆ มาแล้ว และสรุปความหมายของวัดในทางพระพุทธศาสนาว่ามีความหมายต่าง ๆ กัน (วัด, วัดร, วัดน์และวิญญ์) เอกสารประกอบคำบรรยายที่ 2.1 เรื่อง วัดในทางพระพุทธศาสนา

### ขั้นสอน

พระอาจารย์กำหนดสถานที่ต่าง ๆ ภายในวัดให้นักเรียนศึกษา โดยกำหนดกิจกรรมระหว่างเดินและเรียนรู้ แบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 5 กลุ่ม ๆ ละ 8 คน ให้นักเรียนศึกษาให้ครบ 8 ฐาน ในแต่ละฐาน ๆ ละ 20 นาที เอกสารประกอบการบรรยายที่ 2.2 ใบความรู้ เรื่อง การศึกษาสถานที่สำคัญภายในวัด

### ขั้นนำเสนอ

หลังจากศึกษาครบทุกฐานแล้ว ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มอภิปรายสรุปและนำเสนอต่อเพื่อน ๆ ในหัวข้อต่อไปนี้

- ยกตัวอย่างเปรียบเทียบสถานที่ต่าง ๆ ในวัดว่าสอดคล้องกับคติธรรมในเรื่องใด
- สถานที่ใดใช้ประโยชน์มากที่สุดอธิบายเหตุผลประกอบ
- กลุ่มของนักเรียนประทับใจส่วนใดของวัดมากที่สุด
- อะไรคือหัวใจของวัด
- ตั้งคำถามให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายว่าจากการศึกษาครั้งนี้ นักเรียนได้แนวคิดอะไรที่จะนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

จะนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

### สื่อ / แหล่งการเรียนรู้ / อุปกรณ์

1. เอกสารประกอบคำบรรยายที่ 2.1 เรื่อง วัดในทางพระพุทธศาสนา
  2. เอกสารประกอบคำบรรยายที่ 2.2 ใบความรู้ เรื่อง การศึกษาสถานที่สำคัญภายในวัด
- สถานที่จริง

### การวัดผลประเมินผล

1. แบบทดสอบความรู้ความหมาย และองค์ประกอบพื้นฐานของวัด
2. สังเกตการร่วมกิจกรรมอภิปรายและอภิปรายแสดงความคิดเห็น

ใบงานที่ 2.1  
เอกสารประกอบคำบรรยายที่ 2.1  
เรื่อง วัดในทางพระพุทธศาสนา

วัดในทางพระพุทธศาสนามีอยู่ 4 อย่าง คือ

1. วัด หมายถึง สถานที่บำเพ็ญบุญ ประกอบด้วยสิ่งก่อสร้างภายในวัด
2. วัดร หมายถึง การประพฤติปฏิบัติเป็นกิจวัตรประจำวัน, ข้อปฏิบัติของนักบวช ทางพระพุทธศาสนา
3. วัดณ์ หมายถึง ความเจริญ, การเข้าถึงความเจริญก้าวหน้าของมนุษย์
4. วัดฎ์ หมายถึง วงกลม หรือการเวียนว่ายตายเกิด



**ใบงานที่ 2**  
**เอกสารประกอบคำบรรยายที่ 2.2**  
**ใบความรู้ เรื่อง การศึกษาสถานที่สำคัญภายในวัด**

**จุดมุ่งหมาย**

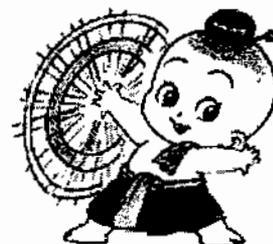
เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมรู้จักสถานที่ต่าง ๆ ภายในวัด และเข้าใจความหมายขององค์ประกอบพื้นฐานที่สำคัญของวัด วัฒนธรรมชาวพุทธ คติธรรม และปรัชญา

**คำชี้แจง**

นำนักเรียนออกไปทำความรู้จักสถานที่ต่าง ๆ ในบริเวณวัด 8 สถานที่ และต้องทำตามเงื่อนไขแต่ละสถานที่ที่กำหนดไว้ภายในเวลา 20 นาที และเดินเวียนสลับฐานตามที่พระอาจารย์กำหนด โดยแจกใบความรู้แต่ละสถานที่ให้

**ประเด็นปัญหา**

- หลักจากศึกษาครบทุกฐานแล้วให้อภิปรายสรุปความคิดเห็นจากสมาชิกในหัวข้อต่อไปนี้
- ยกตัวอย่างเปรียบเทียบสถานที่ต่าง ๆ ในวัดว่าสอดคล้องกับคติธรรมในเรื่องใด
- สถานที่ใดใช้ประโยชน์มากที่สุดอธิบายเหตุผลประกอบ
- นักเรียนประทับใจส่วนใดของวัดมากที่สุด

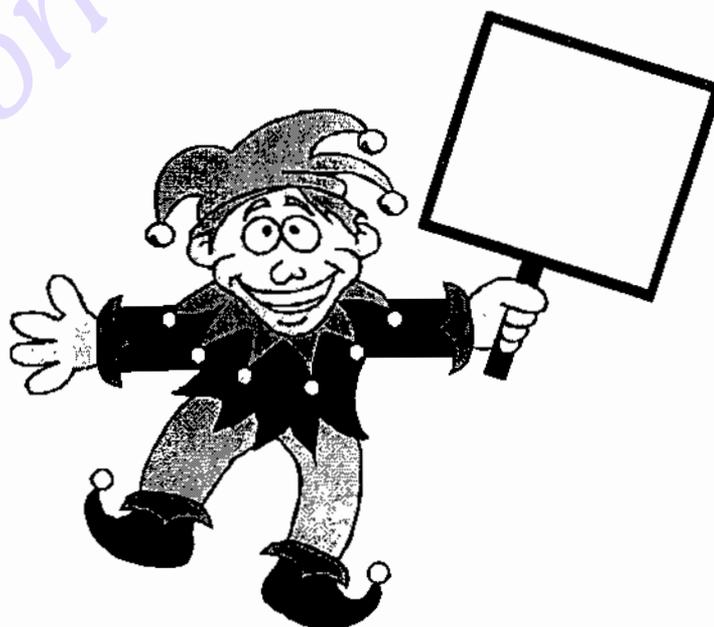


## ใบความรู้ที่ 2.2.1 เรื่อง ศาลาการเปรียญ / โรงครัว

พระพุทธเจ้าตรัสว่า ชีวมัจฉา ประมาโรคา แปลว่า ความทิวเป็นโรคอย่างยิ่ง โรคอย่างยิ่ง โรคอย่างอื่นมีอยู่ก็ไม่ใหญ่ เท่าโรคคือความทิว เพราะโรคนี้เป็นกันทุกรูปทุกนาม จึงต้องมีโรงพยาบาลประจำบ้าน ประจำวัด

การรักษาโรคทิว เน้นโดยอาศัยผู้บริโภครวมโดยถือหลักว่า โภชนะ มัตตัญญุตา รู้จักในการบริโภค โดยมีคติว่า อยู่ง่าย กินง่าย ถูกใจมนุษย์ สิ้นสุดปัญหา สร้างคุณลักษณะพิเศษเวลาบริโภค กินแก้ความทิว ไม่ใช่สนองความอยาก

ดังนั้น ศาลาการเปรียญ คือสถานที่แห่งการเรียนรู้ที่สำคัญที่หนึ่งของวัด เพื่อให้ช่วยรักษาโรคให้ถูกต้องมีความสำคัญดังที่พระพุทธองค์ได้อุปมาการบริโภคว่า ให้เหมือนกินเนื้อบุตร กางทะเลทราย ด้วยพ่อแม่ นำบุตรข้ามทะเลทรายอันหลงทาง อาหารหมด ลูกตาย ต้องเดินทางต่อ ก็ต้องกินเนื้อบุตรที่ตายแล้วเป็นอาหาร หรือกินอาหารเหมือนน้ำมันหยอดเพลากวียน การบริโภคหรือรับประทานอาหารมีกติกากว่า ไม่ดั่ง ไม่หก ไม่เหลือ



## ใบความรู้ที่ 2.2.2 เรื่อง พระอุโบสถ

พระอุโบสถ หมายถึง อุโบสถที่ทำสังฆกรรมได้ตามพระบรมพุทธานุญาต ได้รับวิสุทธคามสีมา แต่เน้นให้เกิดความสำนึกระลึกถึงพระพุทธเจ้า ที่พระพุทธองค์ประสูติกลางดิน ตรัสรู้กลางดิน แสดงธรรมกลางดิน ปรีชาญาณกลางดิน และพระพุทธองค์ทรงเคารพพระธรรม และพระอุโบสถทุกหลังต้องพุทธปฏิมา หรือพระประธานด้วย เพื่อแสดงให้เห็นว่า ในพระอุโบสถ เวลาพระสงฆ์ประกอบสังฆกรรมใด ๆ ก็ต้องมีพระพุทธเจ้าเป็นประธานในการประกอบสังฆกรรมอันแสดงถึงความสามัคคีของหมู่สงฆ์ ดังพุทธศาสนสุภาษิตที่ว่า  
สุขา สังฆัสสะ สามัคคี ความสามัคคีนั้นความสุขมาให้

**คำที่ชาวบ้านเรียกขานกันคือ “โบสถ์” นั้นเอง**

“วัด” จะต้องมี “อุโบสถ” หรือมี “โบสถ์” เสมอ หากไม่มีก็จะไม่เรียกว่าวัด ซึ่งอาจจะเรียกว่า สำนักสงฆ์

อุโบสถ หรือ โบสถ์ นับว่าเป็นสถานที่สำคัญยิ่งของทุก ๆ วัด เป็นสถานที่พระสงฆ์มาประชุมเพื่อทำสังฆกรรมอุโบสถที่ใช้ทำเป็นที่สังฆกรรมได้นั้นจะต้องได้รับพระราชทานวิสุทธคามสีมาอันได้แก่ เขตที่พระมหากษัตริย์พระราชทานแต่สงฆ์เป็นสิทธิ์ขาดเพื่อใช้เป็นี่สร้างอุโบสถ มีการสันนิษฐานว่า แต่เดิมที่นั่นสมัยโบราณเมื่อสร้างวัดขึ้นมา มีการสร้างอุโบสถขึ้นมา นั้น แรกเริ่มเดิมทีแล้วก็สร้างเป็นโบสถ์เล็ก ๆ มากกว่า ไม่มีความใหญ่โตและวิจิตรพิสดารเช่นในปัจจุบันเลย อุโบสถเล็ก ๆ เพียงพอแก่การประกอบพิธีกรรมทางพระพุทธศาสนา ก็พอ ไม่ต้องใหญ่โตอะไร เอาเฉพาะที่เฉพาะแห่ง และให้ผู้คนที่เป็นพุทธศาสนิกชนหรือผู้ที่มีศรัทธามาชุมนุมกันอยู่ภายนอกทั่วไปอันเป็นลานกว้างใหญ่ ร่วมเป็นสักขีและร่วมพิธีกรรมนั้น ๆ ก็ได้ชื่อว่าชุมนุมชาวไปด้วยบุญกุศลชาวซึ่งไปด้วยกันอย่างถ้วนทั่วแล้ว

นับว่าเป็นสิ่งที่ทุกคนต้องการและพึงประสงค์ มีการบันทึกสิ่งที่ทุกคนต้องการและประสงค์ มีการบันทึกไว้ด้วยว่าเรื่องของอุโบสถหรือโบสถ์นั้นก็ไม่ต้องทำให้กว้างขวางใหญ่โตมากนัก ไม่ได้ประกอบพิธีกรรมบ่อย ๆ ในสมัยโบราณ จะใช้ก็เฉพาะเมื่อคณะสงฆ์กระทำสังฆกรรมชั่วประเดี๋ยวปรัดตัวก็จบสิ้นหมดพิธีกรรมกันไป

อีกประการหนึ่งเมื่อกระทำพิธีกรรมนั้นก็เพื่อให้พระภิกษุสงฆ์มารวมกันประมาณสัก 10 รูปเท่านั้นเอง ไม่มากมายอะไรสำหรับการกระทำพิธีสำคัญที่เป็นอยู่ เมื่อมารวมกันก็ใช้เนื้อที่พอสมควรเท่านั้นเอง จึงไม่ยุ่งยากมากมายในการจัดหาสถานที่

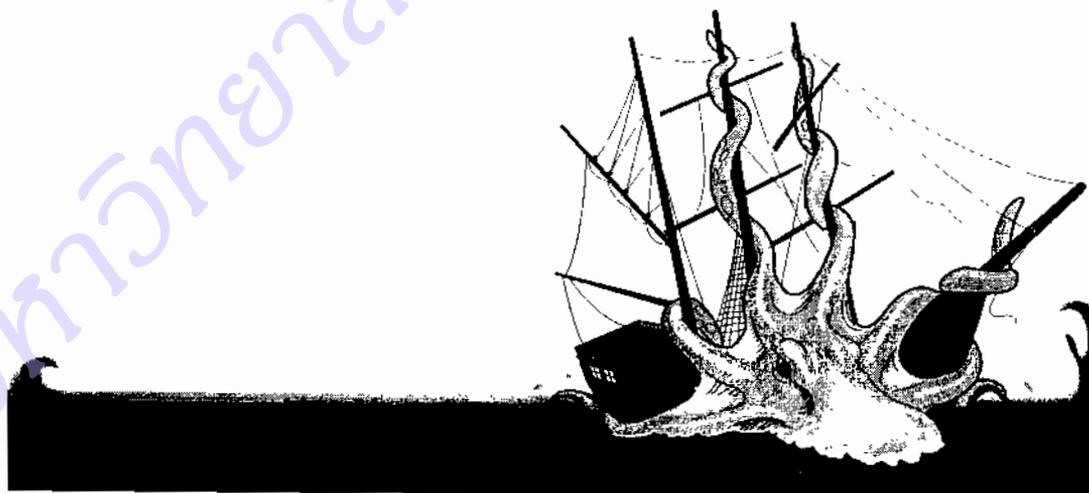
ส่วนพระวาสาหรือชาวบ้านทั้งหลายก็แยกห่างออกไปจากอาณาบริเวณที่พระภิกษุสงฆ์รวมกันอยู่เท่านั้นเอง

ในยุคสมัยโบราณนั้นน่าจะมีพระภิกษุสงฆ์จำวัดอยู่ไม่มากมายเช่นในปัจจุบัน จึงไม่ต้องใช้ความกว้างขวางของอุโบสถในปัจจุบันแน่นอน

อุโบสถในยุคสมัยสุโขทัยนั้นมักเอาศิลาแลงมาก่อสร้างขึ้นเป็นอุโบสถเสมอและก็ปรากฏว่าเป็นอุโบสถที่ไม่ใหญ่โตมากนัก สร้างเป็นรูปสี่เหลี่ยมผืนผ้า ก่อยกพื้นขึ้นมาให้สูงกว่าพื้นดินจากธรรมชาติขึ้นมาสูงประมาณ 1 เมตรเศษ หรือสูงกว่านี้ก็ได้

ทำเป็นทางเดินขึ้นเป็นบันได โดยมากก็เป็นทางขึ้นเป็นบันไดด้านหน้าของอุโบสถ แล้วก็เดินทางลงข้างหลังอุโบสถอีกทางหนึ่งส่วนด้านข้างไม่มีบันไดทางขึ้นแต่เปิดโล่งเอาไว้มองเห็นเสาเรียงรายกันอยู่ ไม่นิยมปิดทึบ แต่ตอนหลังต่อมาก็ปิดทึบเจาะหน้าต่าง

ส่วนมากอุโบสถที่ว่ำนี้นักสร้างเป็นเสาเรียงรายเป็น 2 แถว อย่างมั่นคงแข็งแรง มีหลังคา มีคานรองรับเอาไว้ มีชายคา หลังคามุงด้วยกระเบื้องดินเผา ส่วนหน้ามักทำลวดลายสวยงามอาจจะเป็นไม้เนื้อแข็งคงทน



### ใบความรู้ที่ 2.2.3 เรื่องเขตพุทธาวาส / เขตสังฆาวาส

#### เขตพุทธาวาส

- อุโบสถหรือโบสถ์ เป็นสถานที่ที่พระสงฆ์ประชุมทำสังฆกรรมต่าง ๆ เช่น การทำอุโบสถ การอุปสมบท และการกรานกฐิน การทำอุโบสถหมายถึง การที่พระสงฆ์ในวัดหนึ่ง ๆ ประชุมพร้อมกันเพื่อสวดปาฏิโมกข์ คือ สวดพระพุทธรบัญญัติว่าด้วยวินัยของสงฆ์ ๒๒๗ ข้อเป็นประจำทุก ๆ วันอุโบสถหรือวันพระ ซึ่งกำหนดทางจันทรคติเป็นวันขึ้น ๘ ค่ำ และ ๑๕ ค่ำ กับวันแรม ๘ ค่ำ และ ๑๕ ค่ำ

#### เขตสังฆาวาส

- กุฏิ เป็นที่อยู่อาศัยของภิกษุและสามเณร
- ศาลาการเปรียญ ใช้เป็นสถานที่สำหรับภิกษุและสามเณรศึกษาพระพุทธานุศาสนารวมทั้งพุทธศาสนิกชนสามารถใช้ประโยชน์ในการบำเพ็ญกุศลในวันธรรมสวนะด้วย
- หอกลองและหอรฆัง ใช้เป็นที่บอกเวลาแก่พระสงฆ์ เพื่อการทำวัตรปฏิบัติประจำวัน อาจสร้างเป็นหอเดียวรวมกัน หรือแยกเป็น 2 หอ ก็ได้ ฯลฯ



*Late Breaking News*

## ใบความรู้ที่ 2.2.4

### เรื่อง เมรุ

#### เมรุ

มีความสำคัญอีกอย่างหนึ่งสำหรับวัดทั่วไป เพราะเป็นสถานที่สำคัญในการเผาศพ นั้นเองเมรุสำหรับเผาศพนี้ปรากฏว่ามีมานานแล้วแต่โบราณ ในการเผาศพนี้มักมีพิธีกรรม แตกต่างกันไปตามสภาพท้องถิ่น ซึ่งส่วนมากในสมัยก่อนมักนิยมเผาศพกันในป่าที่ห่างไกล ออกจากบ้านผู้คน โดยการเผากันในที่โล่งแจ้งก็มี ในสภาพที่ไม่มีคนอยู่เลย บางทีก็เผา กกลางท้องนาห่าง ๆ ออกไปด้วย แล้วก็มีการเผาศพกันตามวัดอีก

การเผาศพนี้มักเอาท่อนฟืนจำนวนมากมากองซ้อนกันขึ้นมาในลักษณะโปรง ๆ เพื่อให้ เกิดการติดไฟได้ง่าย แล้วเอาศพวางลงบนกองฟืนข้างบน จึงจุดไฟเผา เผากันโล่ง ๆ อย่าง นั้นเอง

ต่อมาจึงทำเป็นที่เผาศพ ด้วยการก่ออิฐสูงขึ้นไปเป็นแท่นวางโรงศพไว้พอดี ทำให้ใส่ฟืน เอาไว้ด้วยให้เกิดความสะดวก เรียกว่า “เชิงตะกอน” บางทีก็สร้างเป็นหลังคาปกคลุมไว้เป็น โรงเรือนโปรง ๆ บางแห่งก็อาจไม่มีหลังคาก็ได้ สุดแท้จะปลูกสร้างกันไป

ต่อมาอีก เวลาผ่านไปนานเข้า การสร้างเมรุจึงมีความสวยงามมากยิ่งขึ้น แรก ๆ ก็สร้าง ด้วยไม้แกะสลักลวดลาย ตกแต่งเอาไว้แบบวิจิตรบรรจง บางแห่งทำเป็นตายตัว บางแห่งทำเป็น แบบถอดเก็บได้ เวลาจะใช้ก็เอามาติดตั้งอย่างสวยงาม ไม่ให้เกิดความหมองมัวจะใช้ครั้งหนึ่งจึง เอาออกมา สภาพจึงใหม่อยู่ตลอดเวลา

ในส่วนที่ตั้งศพนั้น เรียกว่า “จิตกาธาน” แล้วสร้างประรำขึ้นมา มี 4 เสา มีการคาดเอาไว้ ด้วยผ้าขาว ประดับดอกไม้สด เครื่องสดทั้งหลายหมด

กาลเวลาต่อมาจึงสร้างแบบถาวรด้วยการก่ออิฐฉาบปูนไว้เป็นเมรุถาวร ใช้ได้นาน ๆ แล้วจึงเป็นคอนกรีตเสริมเหล็กอย่างแข็งแรงมากยิ่งขึ้นอีกในทุกวันนี้

## ใบความรู้ที่ 2.2.5 เรื่อง หอระฆัง

### หอระฆัง

นับว่าเป็นสิ่งปลูกสร้างขึ้นมาเพื่อเอาระฆังมาแขวนไว้ที่สูง ๆ เพื่อตีระฆังบอกเวลา ที่จะ  
เป็นประโยชน์ในการปฏิบัติพิธีกรรมบางอย่างอันเกี่ยวกับสงฆ์

เดิมทีนั้น มักเอาระฆังมาแขวนเอาไว้บริเวณกุฏิของสงฆ์ บางทีก็อยู่หอสวดมนต์ หอฉัน  
แต่กาลต่อมา มีการเอาระฆังไปแขวนเอาไว้ห่างออกไป โดยการสร้างที่แขวนระฆังขึ้นมาเป็น  
“หอระฆัง” อย่างเป็นสัดส่วนเพื่อไม่ให้เกิดปะปนกันนั่นเอง ไม่รบกวนโสตประสาทผู้คนที่อยู่ใกล้  
เกินไป เอาระฆังไปแขวนไว้บนที่สูง ๆ กว้างไกลออกไปย่อมดีกว่า หอระฆังจึงเกิด  
ความสำคัญขึ้นมาอีกอย่างหนึ่ง อยู่ในสถานที่ออกแบบเอาไว้อย่างเหมาะสม มีความสูง  
พอสมควร ดีแล้วเกิดเสียงกังวานกึกก้องไปทั่วได้ดีกว่า

หอระฆังอาจจะถูกสร้างด้วยไม้ก็ได้ ก่อด้วยอิฐถือปูนก็ได้เช่นเดียวกัน มีหลังคาปกคลุม  
อยู่ ส่วนมากแล้วจะสร้างเป็นจตุรมุข เป็นแบบมณฑป บางทีก็สร้างเป็นแบบความนิยมมาจาก  
โบราณ บางแห่งก็เอาแบบอย่างมาจากยุโรป



## ใบความรู้ที่ 2.2.6 เรื่อง มณฑป

มณฑป ก็คือปูชนียสถานของพระพุทธศาสนาอีกอย่างหนึ่งโดยมากแล้วส่วนพื้นที่เป็นฐานจะเป็นรูปสี่เหลี่ยมจัตุรัส รูปทรงสูง สร้างด้วยไม้หรือก่ออิฐถือปูน มีหลังคาซ้อนกันเป็นชั้น ๆ ทรงจอมแห มณฑปนี้สร้างเอาไว้เพื่อเป็นสถานที่ประดิษฐานสิ่งที่เคารพบูชา เป็นต้นว่าสร้างเอาไว้เพื่อประดิษฐานพระพุทธรูปองค์สำคัญ ประดิษฐานพระพุทธรูปจำลอง เป็นที่ประดิษฐานพระไตรปิฎก หรือองค์พระบรมธาตุ

องค์ประกอบมณฑปมีดังต่อไปนี้ ตั้งแต่หลังคามณฑปส่วนยอดลงมาก็มี

- พุ่มข้าวบิณฑ์
- เม็ดน้ำค้าง
- ปลียอด
- ลูกแก้ว
- ปลี
- บัวกลุ่ม
- เหมบัลลังก์
- องค์ระฆัง
- บัวคอเสื้อ
- ชุ่มรังไก่อ
- ชุ่มบัวแดง
- นาคมุม
- นาคปัก
- หลังคาย่อเก็จ

สำหรับตัวมณฑป ประกอบไปด้วยบัวปลายธาตุ เรือนนาค ชุ่มประตูปแบบต่าง ๆ และฐานบัว ฐานสิงห์ หรือฐานเขียง

## ใบความรู้ที่ 2.2.7 เรื่อง หอสวดมนต์

### หอสวดมนต์

ส่วนมากมักปลูกสร้างอยู่บริเวณไม่ห่างจากกุฏิเท่าไรนัก เพื่อความสะดวกสบายในการที่จะเดินทางมาจากกุฏิที่พักของสงฆ์นั่นเอง ต้องปลูกสร้างอยู่ในสังฆาวาส มีชานวงกลางหอสวดมนต์จะอยู่ตรงกลาง มีชานเชื่อมต่อกับกุฏิ

สำหรับหอสวดมนต์ใช้เป็นสถานที่สำหรับสวดมนต์ตอนเช้าและตอนเย็น บางที่อาจจะทำเป็นสถานศึกษาเล่าเรียนของพระภิกษุสามเณรอีกด้วยในเวลาว่างจากกิจกรรมทางศาสนา

หอสวดมนต์เอาไว้ด้วยกันเป็นอาคารหลังเดียวกันเพื่อความสะดวกในการปฏิบัติ บางทีก็ใช้ชั้นล่างเป็นหอฉัน เอาชั้นบนเป็นหอสวดมนต์ก็ได้สะดวกดี

การสวดมนต์ของพระภิกษุสงฆ์ ถือว่าเป็นการสรรเสริญคุณของพระรัตนตรัย ทำให้จิตใจสงบเย็น เหมือนดังที่พระพุทธองค์ตรัสว่า

“สุขอื่นยิ่งกว่าความสงบไม่มี”



ใบความรู้ที่ 2.2.8  
ชีวประวัติ  
หลวงพ่охра่ กิตติสาโร  
“พระผู้มีวาจาสิทธิ์ ผู้ให้กำเนิดวัดเขาติน”

สถานะเดิม ห่อร่า นามสกุล เครือแก้ว  
 สูติกาล ชาตะ ปีระกา พ.ศ. 2427 เกิดที่บ้าน บางคาง ต. วังลึก อ. สามชุก  
 จ. สุพรรณบุรี  
 เป็นบุตรของ นายรอด นางซัง เครือแก้ว มีพี่น้องร่วมบิดา 3 คน  
 ดังนี้

- 1) นางฉัตร เครือแก้ว
- 2) นายหริ่ม เครือแก้ว
- 3) นายห่อร่า เครือแก้ว ( พระอธิการห่อร่า กิตติสาโร ) คู่แฝด

**บรรพชาอุปสมบท**

ณ พัทธสีมาวัดกระเสี้ยว อ. สามชุก จ. สุพรรณบุรี โดยมี .... พระครูวิ  
 ริยสุนทร ( หลวงพ่อเล็ก ) วัดวังหิน เป็นอุปัชฌาย์

**“พระผู้มีวาจาสิทธิ์”**

หลวงพ่охра่ กิตติสาโร เป็นที่เคารพศรัทธาและรักใคร่ของญาติโยมสาธุชน  
 ทั้งหลายเพราะพระเดชพระคุณหลวงพ่อกันเป็นสุปฏิปันโน พระผู้ปฏิบัติชอบอยู่ในสิ  
 ลาจารวัตร จนชาวบ้านหรือบุคคลทั่วไป ได้ขนานนามว่า “พระผู้มีวาจาสิทธิ์” มี  
 วิทยาคมทางเมตตามหานิยมทางน้ำมนต์ต่างๆ จึงมีพุทธศาสนิกชนทั่วไป ต่าง  
 หลั่งไหลมานมัสการท่านโดยมิได้ขาดสายทุกวัน วันๆหลวงพ่อกต้องมานั่งต้อนรับแขก  
 วันละหลายชั่วโมง และมีเรื่องมากมายที่เป็นไปตามวาจาสิทธิ์ที่ท่านได้พูดต่อญาติ  
 โยม โดยเฉพาะคนที่ประพฤติดีศีลธรรม ถ้าท่านหักใครคนนั้นต้องมีอันเป็นไป ตาม  
 วาจาที่ท่านพูด

วันๆ หนึ่งจะมีญาติโยมมาพูดคุยมาขอรดน้ำมนต์กับท่านทั้งวันมิได้ขาด ทำให้หลวงพ่อบ้านมีเวลาพักผ่อนน้อย ปกติหลวงพ่อบ้านชอบฉันหมากเป็นประจำและซานหมากของหลวงพ่อบ้านน้อยคนนักที่จะได้ และคนที่ได้ซานหมากไปแล้วก็ถือว่าได้วัตถุมงคลชั้นดีของหลวงพ่อบ้านไปบูชา และเมื่อได้มาพกติดตัวแล้วมักจะโชคดีและแคล้วคลาดจากอันตรายเสมอ ครั้งนั้นหลวงพ่อบ้านได้สร้างเหรียญรูปของท่านเป็นครั้งแรก เป็นเหรียญรูปดอกจิกครึ่งตัว ด้านหลังเป็นยันต์ของหลวงพ่อบ้านและได้นำมาจ่ายให้กับทุกคนที่มากราบไหว้ท่าน และอำนาจบารมีอันศักดิ์สิทธิ์เหรียญของหลวงพ่อบ้านใครได้ไปแล้วมักแคล้วคลาดจากอันตรายเสมอ และได้สอบถามผู้ที่เคยมีเหรียญพกมาแล้วต่างก็พูดกันว่าศักดิ์สิทธิ์ยิ่งนัก แม้แต่รูปถ่ายของหลวงพ่อบ้านที่มีกาน้ำ 3 ใบนั้นศักดิ์สิทธิ์มาก มีครั้งหนึ่งชาวบ้านวังลึกคนหนึ่งมีรูปถ่ายของหลวงพ่อบ้านไว้บูชาที่บ้านวันหนึ่งมีลมพายุพัดในฤดูร้อนพัดมาอย่างรุนแรงมาทั้งลมมาทั้งฝน บ้านบางหลังได้รับความเสียหาย ชาวบ้านคนที่เกรงว่าพายุจะพัดบ้านตนเองจึงหยิบรูปถ่ายของหลวงพ่อบ้านมาอาราธนาขอบารมีหลวงพ่อบ้าน เป็นที่พึงขอให้ปิดเป่าลมพายุให้หายด้วยเป็นที่อัศจรรย์ลมพายุหายไปในช่วงใจ

มีอยู่ครั้งหนึ่ง ในปี พ.ศ. 2491 ในปีนั้นทางวัดวังจิกมีงานประจำปี และในขณะนั้นจะเป็นยุคโจรผู้ร้ายชุกชุม เสือร้ายในยุคนั้นคือ เสือดำ เสือฝ้าย เสือใบ เสือชม ออกปล้นชาวบ้านอยู่เสมอจนชาวบ้านขยาดกลัว และเรียกว่า "ชุมเสือ" ในชุมเสือฝ้าย และเรียกสั้น ๆ ว่า พวกเสือ งานวัดปีนี้ก็มีพวกเสือต่าง ๆ มากุมงานแทนเจ้าหน้าที่ตำรวจ จนตำรวจไม่กล้ามาเพราะอิทธิพลเสือร้ายมีมาก เสือร้ายพวกนี้ไม่กลัวบารมีหลวงพ่อบ้าน ได้พาพวกมาปล้นวัดวังจิก เพราะได้ทราบข่าวว่า นายย่อย เศรษฐีมีเงินแห่งบ้านวังลึกได้นำทรัพย์สินไปมาฝากกับหลวงพ่อบ้าน เพราะเก็บเอาไว้เกรงว่าจะไม่ปลอดภัย พวกเสือชุมหนึ่งจึงพาพวกมาปล้นวัดหลวงพ่อบ้านได้ทรัพย์สินไปมาก และเป็นช่วงที่พระในวัดได้ฝากเสื้อผ้าขาวของที่จะลาสิกขาในวันสองวันจึงถูกเสือปล้น ขนใส่กระทะใบบัวขนาดใหญ่ที่ทางวัดมีไว้เพื่อหุงข้าวในงานวัดขนไปหมดและประกาศห้ามมิให้ชาวบ้านมองดู ถ้าใครมองดูจะยิงให้ตาย หลวงพ่อบ้านมีได้ทำอะไรปล่อยให้พวกเสือขนของไปหมดจนพระในวัดรูปหนึ่งได้พูดกับหลวงพ่อบ้านว่า หลวงพ่อบ้านเอาให้หมดเลย หลวงพ่อบ้านตอบว่า ช่างมันเอาไปไม่ได้ใช้ไม่ได้หรอก เป็นจริงดังคำที่หลวงพ่อบ้านพูดเสือที่ปล้นของไปนั้น ยังไม่พ้นเขตบ้านวังจิก ก็ถูกเสืออีกชุมหนึ่งชุมยิงจนตายหมดทั้งสองฝ่าย

มีอยู่วันหนึ่งขณะหลวงพ่อนั่งคุยกับญาติโยมบนวัด มีพวกเสือชุมหนึ่งประมาณ 10 คน เดินสะพายปืนผ่านหน้าวัดไป หลวงพ่อมองดูแล้วถามว่า “ใคร” ญาติโยมด้วยกันที่นั่งคุยด้วยกันบอกว่า พวกเสือปล้น หลวงพ่อพูดว่า มันไปไม่ถึงบ้าน มันหรอก เป็นจริงดังคำพูด พวกเสือที่ปล้น เดินพ้นเขตวัดเข้าทุ่งนา ก็ถูกอีกพวกหนึ่งยิงตายจนหมด

มีอยู่วันหนึ่งชาวบ้านวันลึกคนหนึ่งไปเกี่ยวข้าวบ้านปากดง หมู่คนที่มิเหรียญหลวงพ่อยู่เพียงเหรียญเดียวขณะเกี่ยวข้าวอยู่เหรียญหลวงพ่อหล่นหาย ต่อมาเจ้าของนาเองได้เฝ้าวังข้าวเพื่อทำนาใหม่ ปรากฏว่ามีซังข้าวกอกหนึ่งไฟไม่ไหม้ เจ้าของนาไปดูพบเหรียญหลวงพ่อรำที่คนเกี่ยวข้าวทำหายไว้เอง ต่อมาเจ้าของนาคนที่ได้เหรียญหลวงพ่อรำใส่กระเป่าเสื้อติดตัวไว้ ขณะนำฟ่อนข้าวมาใส่เครื่องรูดข้าว เหรียญหลวงพ่อล่นลงในถังเครื่องทำให้เครื่องยนต์ดับ เจ้าของนาแปลกใจจึงค้นดูในกองข้าวพบเหรียญหลวงพ่อดกอยู่

อิทธิปาฏิหาริย์หลวงพ่อรำ กิตติสารโ นั้นมีมากนัก ได้ตัดมาเฉพาะบางเรื่องเท่านั้นและขอขอบคุณท่านผู้ใหญ่ ผู้อาวุโสทุกท่านที่ได้กรุณาให้ข้อมูลนี้มาเขียนเล่าสู่กันฟัง และขอขอบคุณ คุณพ่อกรี เกิดสมบูรณ์ ที่กรุณาให้ข้อมูลมาในครั้งนี้

#### สาเหตุมรณภาพ

เมื่อครั้งอายุหลวงพ่อย่างเข้าสู่วัยชราภาพ คือเป็นไปตามอายุสังขารของมนุษย์ต้องมีโรคภัยมาเบียดเบียน หลวงพ่อได้ประสบกับโรคต่อมลูกหมากอักเสบขึ้น เมื่อคืนวันที่ 27 มกราคม พ.ศ. 2510 เวลาประมาณ 20.30 น. ท่านเกิดอาพาธหนักกะทันหัน ท่านพระครูทองหยด ปวโร พร้อมด้วยญาติโยมได้นำท่านส่งโรงพยาบาลสุพรรณบุรี สารครินทร์ เพื่อทำการรักษาแพทย์จึงได้ทำการผ่าตัดรักษาโรคที่หลวงพ่อบริเวณต่อมลูกหมาก และรักษาตัวอยู่ที่โรงพยาบาล ถึง 15 วัน ท่านจึงมรณภาพ เมื่อวันเสาร์ที่ 11 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2510 เวลา 09.30 น. ด้วยอาการสงบ รวมอายุได้ 83 ปี 46 พรรษา

### หลวงพ่อร่ำกับวัดเขาดิน

หลวงพ่อร่ำ กิตติสาโร นอกจากเป็นพระปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ เป็นที่เคารพศรัทธาเลื่อมใสของบรรดาศิษยานุศิษย์แล้ว ท่านยังเป็นพระนักพัฒนาที่ทำคุณประโยชน์แก่พระพุทธศาสนาได้สร้างวัดวาอารามให้เป็นที่พักสงฆ์นอกจากวัดที่ท่านอยู่แล้ว ท่านยังมาริเริ่มสร้างวัดอีก 2 แห่ง คือวัดลำพระยา และวัดเขาดิน ท่านเป็นผู้ที่ทำงานเห็นคุณประโยชน์ของส่วนรวมมาโดยตลอด สร้างสาธารณูปการมากมาย แม้กระทั่งวัดเขาดินก็ยังได้รับความเมตตาอนุเคราะห์จากท่าน จึงได้มีวัดเขาดินทุกวันนี้

ตามประวัติที่ท่านผู้เฒ่าผู้แก่ได้เล่าให้ฟังว่า ในสมัยนั้น บ้านเขาดินก็เป็นหมู่บ้านหนึ่งที่ตั้งอยู่ในเขตอำเภอเดิมบางนางบวช ลักษณะของหมู่บ้านที่ภูเขาดินและรกเป็นป่าธรรมชาติเขาและวัดสำนักสงฆ์ในบริเวณหมู่บ้านก็ไม่มี ทางชาวบ้านเขาดินในสมัยนั้นก็มีคณะกรรมการ คือ ผู้ใหญ่เทียบ เหมือนแก้ว นายโปร่ง สุดสงวน นายยวน โสขุมมา นายหอม รอดไม้ ครูชื่น น้ำดอกไม้ นายไล้ นายหล่อ เหมือนแก้ว นายทวี เหมือนแก้ว นายสนิท เทียนเบ็ญจะ นายสิริ ทองเครือ นายจุนสว่างศรี ทั้งหมดนี้เป็นคณะกรรมการที่ริเริ่มจะสร้างวัดเขาดิน

เมื่อเดือนตุลาคม พ.ศ. 2508 คณะกรรมการเหล่านี้ได้เดินทางกันไปทางเรือ เพราะสมัยนั้นหนทางยังไม่มีต้องใช้เส้นทางเรือ คณะกรรมการเหล่านั้นได้แจวเรือ ซึ่งมีนายบุญธรรม แจวท้ายเรือ และมีนายพะยอม มะรุ้มเมือง เป็นผู้แจวหัวเรือ แล้วคณะกรรมการได้ขึ้นไปกราบนมัสการหลวงพ่อร่ำที่กุฏิ เพื่อให้หลวงพ่อดำมาช่วยนำศรัทธาของญาติโยมมาสร้างเสนาสนะ เพื่อใช้เป็นที่พำนักสงฆ์

หลวงพ่อร่ำ กิตติสาโร ได้มาทำการสร้างพระประธานบนยอดเขา เมื่อปี พ.ศ. 2509 จนเสร็จตอนนั้นการก่อสร้างมีความยากลำบากมาก เพราะไม่มีเครื่องมือทันสมัยเหมือนอย่างปัจจุบัน

หลังจากนั้นปี พ.ศ. 2510 หลวงพ่อก็ถึงแก่กรรมมรณภาพ ถือว่าหลวงพ่อดำสร้างหัวใจสำคัญของวัดเขาดิน นั่นคือ"พุทธปฏิมา" อันศักดิ์สิทธิ์เป็นที่เคารพนับถือของชาวบ้าน หลวงพ่อดำมองการณ์ไกลของการก่อสร้างพระประธานไว้บนยอดเขา การสร้างอะไรไว้ที่สูงเสียงต่อการโดนฟ้าผ่า หลวงพ่อดำได้สลักคาถาไว้เพื่อป้องกันฟ้าผ่าที่หลังพระประธาน นั่นคือ

“ พุทโร กัญจะ กัญจะ พุทโร อากาเส อีปัง กะโรมิ ”

คาถาบทนี้ ถือว่าเป็นคาถาที่บรรณาการศิษย์ใช้ป้องกันอันตรายต่างๆทาง  
กรรมการก็ได้สืบสานเจตนาของหลวงปู่ได้ช่วยบริจาครูปปั้นบ้าง ที่ดินบ้าง เพื่อ  
สร้างเสนาสนะ กุฏิสงฆ์ เป็นต้นมา



**แผนการจัดกิจกรรมที่ 3**  
**เรื่อง เจริญภาวนา - วิธีแห่งสติ**  
**เวลา 2.30 ชั่วโมง**

**จุดประสงค์**

เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรม มีศรัทธาเกิดความรู้ความเข้าใจ วิธีการเจริญสติปัฏฐาน ๔ โดยเห็นประโยชน์ที่จะฝึกสติ และสมาธิ สามารถปฏิบัติได้อย่างถูกต้องจนเกิดผลดีพบสิ่งประเสริฐสูงสุดในชีวิตคือความสงบเย็นและเข้าถึงพระรัตนตรัยได้อย่างแท้จริง

**เนื้อหาสาระ**

1. เป้าหมาย และคุณค่าของชีวิต
2. ความหมายของสติ และการฝึกสติให้เกิดสมาธิ
3. ความสำคัญ และประโยชน์ของการบริหารจัดการ
4. วิธีการเจริญภาวนา ตามหลักสติปัฏฐาน ๔
5. อานิสงส์ของการเจริญสติปัฏฐาน ๔

**แหล่งเรียนรู้ / สื่อ / อุปกรณ์**

1. เอกสารประกอบคำบรรยายที่ 3.1 เรื่อง เป้าหมายและคุณค่าของชีวิต
2. เอกสารประกอบคำบรรยายที่ 3.2 เรื่อง ความหมายของสติ สมาธิ (การเดินทางและหายใจอย่างมีความสุข)
3. เอกสารประกอบคำบรรยายที่ 3.3 เรื่อง ความสำคัญและประโยชน์ของการบริหารจัดการ
4. เอกสารประกอบคำบรรยายที่ 3.4 เรื่อง วิธีการเจริญสติปัฏฐาน ๔
5. เอกสารประกอบคำบรรยายที่ 3.5 เรื่อง อานิสงส์ของการเจริญสติปัฏฐาน ๔
6. เอกสารประกอบคำบรรยายที่ 3.6 เรื่อง พุทธภาษิตคำกลอน อธิบายเนื้อหาภาคปฏิบัติ

### กิจกรรมการดำเนินการฝึกอบรม

#### ขั้นนำ 5 นาที

1. แนะนำวัตถุประสงค์ของเนื้อหาที่จะฝึกอบรม และแนะนำวิทยากร 5 นาที

#### ขั้นเข้าสู่บทเรียน 100 นาที

2. ในภาคเช้าเริ่มต้นด้วยการเรียนรู้เกี่ยวกับเป้าหมายและคุณค่าของชีวิต
3. แบ่งฐานการเรียนรู้ตามกิจกรรมตามใบความรู้ต่างๆ

#### ขั้นสรุป 30 นาที

4. ให้ผู้เข้าฝึกอบรมยุวพุทธอธิบาย สรุปความรู้ร่วมกันเกี่ยวกับเจริญภาวนา - วิถีแห่งสติ แล้วให้นำเสนอ ใช้เวลา 30 นาที

#### การวัดผลและประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรม การฝึกปฏิบัติ (ตั้งใจ สมาธิ)
2. สังเกตผลที่เกิด คือ ความสงบ กาย วาจา (ศีล)
3. การซักถาม พูดคุย ให้เล่าถึงผลการปฏิบัติ (ปัญญา)



*Happy  
Thanksgiving*

### ใบความรู้ที่ 3.1

#### เอกสารประกอบการบรรยายที่ 3.1

#### เรื่อง เป้าหมายและคุณค่าของชีวิต

พระพุทธองค์ตรัสว่า เกิดมาเป็นมนุษย์นั้นแสนยาก เราโชคดีมีโอกาสได้เกิดมาเราพบว่า บนโลกมนุษย์นี้науอยู่ มีสิ่งที่ดึงดูด ทรวงคุณค่าแก่การเรียนรู้อย่างยิ่ง จงดูสิ่งรอบตัวเรา ซึ่งมีแต่ผู้ให้ แสงแดดให้ความอบอุ่นและพลังงาน พื้นดินให้ที่อยู่อาศัยของสรรพสิ่งทั้งหลาย ดอกไม้ให้สีกลิ่นและความงามพร้อมกลิ่นหอม สัตว์ทั้งหลายมีเสียงร้องที่ไพเราะ บางพวกเป็นแรงงานของมนุษย์ และที่สำคัญคือเป็นอาหารเลิศรส พืชพรรณธัญญาหารล้วนเกื้อกูลสรรพสัตว์ธรรมชาติทั้งปวงหล่อหลอมอย่างสมดุล หล่อเลี้ยงชีวิตให้ดำรงอยู่ การเห็นคุณค่าก็คือการเห็นว่าสิ่งนั้นมีประโยชน์ ควรแก่การถนอมรักษา และชีวิตคือการดำรงอยู่ร่วมกันทั้งรูปและนาม ซึ่งการมีชีวิตอยู่ได้ต้องมีเครื่องวัดระดับความเป็นมนุษย์ คือ เบญจศีล และเบญจธรรม ผู้ใดมีครบก็เป็นมนุษย์ เพราะมนุษย์แปลว่าผู้มีจิตใจสูง สายน้ำ สายลม แสงแดด มีทั้งความเย็น ความร้อน รับรู้ได้ เกิดความนึกคิดมีความผินผินจินตนาการที่วิจิตรบรรจง ชีวิตจึง เป็นสิ่งมหัศจรรย์ ควรแก่การที่จะพัฒนาตนเองให้สูงยิ่งขึ้น จนเป็นผู้เกื้อกูลโลกและสรรพสิ่งให้วันรันตร์ สัตว์ทั้งหลายรักชีวิต ถ้ามนุษย์ทุกคนยึดมั่นในศีล ๕ เท่านั้น โลกจะอยู่ร่มเย็นเป็นสุข

เมื่อนักเรียนผู้อ่อนต่อโลก ฆ่าผู้อื่นและฆ่าตัวเอง เสียงเพื่อนของผู้ตายพูดตะโกนฝากไว้ด้วยน้ำตาว่า เห็นคุณค่าของชีวิตบ้างเถิด อย่าทำร้ายผู้อื่นและตัวเองเลย ขอให้เพื่อนมนุษย์ที่เกิดมาแล้วได้เลือกที่จะดำรงอยู่ และจากไปอย่างสันติเถิด อย่าต้องประหัดประหารกันเลย ทุกคนที่ได้ยินคำนี้ของเด็กคนนั้น คงมีความรู้สึกร่วมด้วยว่าอะไรคือเป้าหมายของชีวิต เกรตตก แล้วอกหัก หรือ ?

ลูกเอ๋ย จงเข้าใจเถิดว่า ชีวิตเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เหมือนทุกสรรพสิ่งไม่ละเว้นทุกคน ทั้งตนเอง พี่น้อง เพื่อนพ้อง ล้วนมีทุกข์ มีสุข กระทบกัน คนฉลาดมีดวงตาเห็นธรรมเกิดปัญญา เข้าใจสรรพสิ่งจึงจะอยู่ได้โดยไม่ทุกข์ เป้าหมายของชีวิต คือ การอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุขมิใช่หรือ เพราะมันทำให้โลกнауอยู่ ขณะนี้เรากำลังจะเรียนรู้การสร้างสุขอย่างนี้วันรันตร์ เพื่อเป้าหมายของชีวิต ลงมือปฏิบัติเถิด ด้วยการเลือกสิ่งมีค่าสูงสุดคือชีวิต และสิ่งมีค่ารองมาจะอยู่กับเราเอง เพราะของมีค่าจะอยู่ได้ด้วยกรรม

“อิตตา หิ ประมะมัง ปิโย” : ตนแลเป็นที่รักอย่างยิ่ง

“นัตถิ อิตตะสะมัง เปมัง” : ความรัก (อื่น) เสมอด้วยคนไม่มี

## ใบความรู้ที่ 3.2

### เอกสารประกอบการบรรยายที่ 3.2

#### เรื่อง เดินและหายใจอย่างมีความสุข (สติและการฝึกสติ)

อะโห สุขัง อะโห สุขัง (สุขจริงหนอ สุขจริงหนอ) จะเดินหรือหายใจก็มีความสุขจริง ๆ ไม่ต้องเสียเงิน ไม่ต้องลงทุน ไม่ต้องใช้เวลา เพราะคนเราต้องหายใจ ต้องเดินอยู่แล้ว ผู้ใดปฏิบัติได้จะพบความสุขยิ่งชนิดที่ไม่เคยสุขมาก่อน เพราะมนุษย์ทั่วไป จะเดินก็ไม่ว่าเดิน หายใจก็ไม่รู้ว่าหายใจ จิตคิดไปเรื่อย ๆ คิดถึงผู้หญิง คิดถึงผู้ชาย คิดถึงเงิน คิดถึงงานที่ยังทำไม่เสร็จ กระแสความคิดวิ่งวนอยู่ในสมองตลอดเวลา จนวิตกกังวล เครียด คิดเผื่อไปถึงอนาคตที่ยังไม่มาถึง จิตไม่อยู่กับปัจจุบัน ขอให้นักเรียนเริ่มปฏิบัติด้วยการเดินอย่างหยาบๆ คือจิตตามรู้อยู่กับอาการก้าวเดิน เท้าซ้ายรู้ว่าซ้าย เท้าขวารู้ว่าขวา ซ้าย ขวา ซ้าย...จิตเราจะอยู่ที่การก้าว และเดินให้ถูกจังหวะ ซ้าย ขวา ซ้าย เมื่อทำได้ปฏิบัติให้ละเอียดขึ้นอีก เท้าซ้ายกำลังยก ย่าง เหยียบ เท้าขวากำลังยก ย่าง เหยียบ ซ้ายกำลังยก ย่าง เหยียบ ขวากำลังยก ย่าง เหยียบ...

การที่จิตรู้อยู่กับปัจจุบัน ยก ย่าง เหยียบ เรียกว่า สติ ปฏิบัติต่อเนื่องจะเห็นผลเร็วมาก ว่าสติเกิดขึ้นจริงเพราะจิตรู้กับการ ยก ย่าง เหยียบ ที่เป็นปัจจุบัน

อาจจะมีวิธีฝึกสติด้วยวิธีอื่น เช่น การดูลมหายใจ เข้า ออก ลองปฏิบัติวิธีนี้ก็ไม่ได้ไม่ต้องใช้สถานที่มาก หายใจเข้ายาว ออกยาว นับ ๑

หายใจเข้ายาว ออกยาว นับ ๒...๓...๔...๕...แล้วกลับไปนับ ๑ ใหม่

บางที่ต้องการให้จิตนิ่งมากยิ่งขึ้น ใช้วิธีดูลมหายใจแล้วนับซ้อนเพิ่มเป็นชั้น เช่น

ชั้นที่ ๑ หายใจเข้ายาว - หายใจออกยาว นับ ๑

ชั้นที่ ๒ หายใจเข้ายาว - หายใจออกยาว นับ ๑

หายใจเข้ายาว - หายใจออกยาว นับ ๒

ชั้นที่ ๓ หายใจเข้ายาว - หายใจออกยาว นับ ๑

หายใจเข้ายาว - หายใจออกยาว นับ ๒

หายใจเข้ายาว - หายใจออกยาว นับ ๓

ชั้นที่ ๔ หายใจเข้ายาว - หายใจออกยาว นับ ๑

หายใจเข้ายาว - หายใจออกยาว นับ ๒

หายใจเข้ายาว - หายใจออกยาว นับ ๓

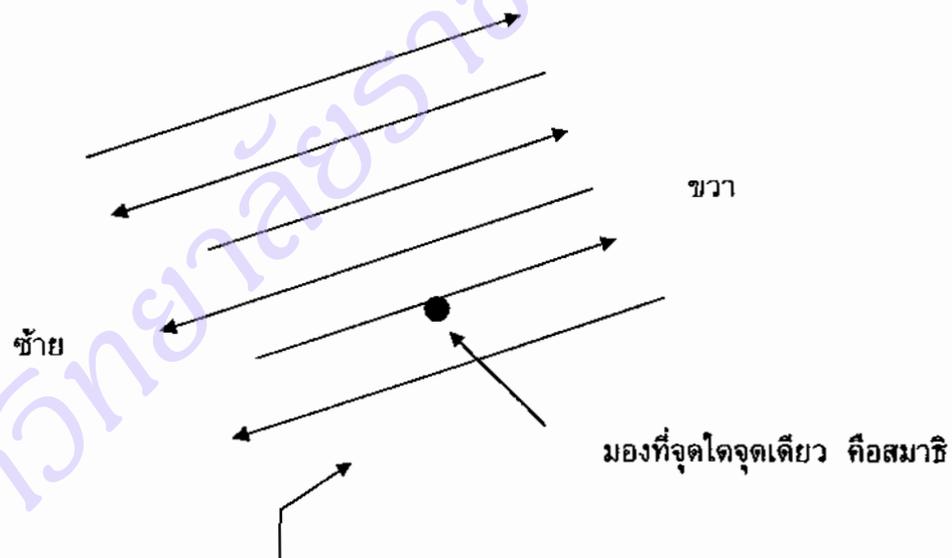
หายใจเข้ายาว - หายใจออกยาว นับ ๔

ทำดังนี้แล้วเพิ่มจนถึง ๑๐ แล้วเริ่มมาที่ ๑ ใหม่

การดูลมหายใจอาจสลับกัน คือ

- |   |   |                  |
|---|---|------------------|
| ๑. ลมหายใจยาว จากจมูกถึงสะดือ               | } | ปฏิบัติระยะหนึ่ง |
| ๒. ลมหายใจสั้น จากจมูกถึงหัวใจ              |   | ปฏิบัติระยะหนึ่ง |
| ๓. ลมหายใจจุดเดียว ดูลมที่รูจมูก อย่างเดียว |   | ปฏิบัติระยะหนึ่ง |

ท่านพุทธทาส ท่านอุปมาอุปไมยว่า เหมือนเอาเด็กลงนอนแปลแล้วไกว ขณะที่เด็กลงใหม่ ๆ เด็กยังผุดลุกผุดนั่งอยู่ อาจจะตกแปลเมื่อไรก็ได้ คนไกวจึงมองตามทุกระยะการเคลื่อนไหวของแปล เมื่อไกวไปนาน ๆ เข้าเด็กลงนอนสงบ คนไกวแน่ใจว่าเด็กไม่หล่นลงจากแปล เพียงมองที่จุดใดจุดเดียวให้รู้ว่าเด็กมันยังอยู่ในแปลก็พอไม่ต้องตามดูแปลไปทุกระยะตามที่แกว่งไปมา



สติ คือการมองตามตลอดระยะการเคลื่อนไหว

ขณะที่จิตตามลมหายใจให้รู้ตลอดนั้นเป็นการรู้อยู่กับปัจจุบัน จึงเรียกว่า สติ ขณะที่จิตเพ่งอยู่ที่จุดใดจุดเดียวนั้น เรียกว่า สมาธิ เริ่มด้วยสติ ลงท้ายเป็นสมาธิ การฝึกสตินั้นมีหลายวิธี วิธีกำหนดลมหายใจเข้าออกให้มากที่สุด เรียกว่า อานาปานสติ

### ใบงานที่ 3.3

#### เอกสารประกอบการบรรยายที่ 3.3

##### เรื่อง ความสำคัญ และประโยชน์ของการบริหารจัดการ

การเจริญอานาปานสติ ทำได้ตลอดเวลาทุกสถานที่และในอิริยาบถต่างๆ เช่น ก่อนนอน ตื่นเช้า ตอนกลางวัน ตอนรอรถเมล์ ฯลฯ และเกิดประโยชน์ต่อผู้ปฏิบัติหลายประการ ผู้หมั่นเจริญอานาปานสติไว้เสมอๆ จะมีใจสงบเย็นและสบาย

ขณะที่จิตสงบจะพบความสุขอย่างที่ทำไม่เคยพบมาก่อน เป็นสภาพที่เบาสบาย เพราะปราศจากเครื่องรบกวนใจที่เรียกว่า นิวรณ์ ๕ ได้แก่ ความพอใจในกามคุณ, ความอาฆาตพยาบาท, ความมุ่งหวังเชิงอิจฉา, ความหึงหวั่นรำคาญใจ และความสงสัยลังเลใจ

แต่ต้องระวังประเภทที่นิ่งแล้วเห็นโน้นเห็นนี่

วัตถุประสงค์ของการฝึกสมาธิคือให้จิตสงบ ถ้าเกิดเห็นอะไรบ้างก็อย่าไปตื่นเต้นหลงมกมาย เป็นเรื่องของความฝันในสมาธิ เวลาหลับแล้วฝัน เขาเรียกว่า สุบินนิมิต เวลาอยู่ในสมาธิแล้วฝัน เรียกว่า สมาธินิมิต ถ้าไปหลงนิมิตว่าเป็นจริงอาจทำให้บ้าได้

ค. นายแพทย์ประเวศ วะสี ได้เล่าไว้ใน ปาฏิหาริย์แห่งการบริหารจิตว่า หญิงชาวออสเตรเลียผู้หนึ่งพูดว่า ดีใจที่เป็นมะเร็ง เรื่องมีดังนี้

มีแพทย์คนหนึ่ง ชื่อ ดอกเตอร์เมียร์ส อยู่ที่ออสเตรเลียได้ทำการวิจัยการรักษาโรคมะเร็ง โดยการให้คนไข้ทำสมาธิ ไม่ใช่มะเร็งหลอก ๆ แต่เป็นมะเร็งที่ได้รับการตรวจโดยการพิสูจน์ทางการแพทย์แล้ว บางรายแพร่กระจายไปตับ ไปปอด และไปที่อื่น ๆ จนแพทย์บอกว่าหมดหวังแล้ว

หมอสอนให้คนไข้ทำสมาธิ ทำสมาธิอย่างเดียวโดยไม่ให้ยา

หลังจากทำสมาธิทุกวัน ๆ ปรากฏว่ามะเร็งมันยุบ บางรายหายไปเลย

เขาอธิบายว่าจิตใจที่เคยเครียดทำให้หน้าที่ของเม็ดเลือดขาวชนิดหนึ่ง ที่เรียกว่า ทีลิมโฟไซต์ เมื่อจิตเป็นสมาธิทีลิมโฟไซต์ จะรุกไล่ทำลายเซลล์ที่เป็นมะเร็งให้ยุบ หรือหายไปได้

มนุษย์สมัยโบราณอยู่ในถ้ำ ออกจากถ้ำต้องต่อสู้กับสัตว์ ต้องใช้กำลังมหาศาล เมื่อมนุษย์สมัยใหม่เผชิญกับปัญหาและไม่ต้องใช้กำลังในการต่อสู้ หรือหนี เพื่อแก้ปัญหาเหมือนมนุษย์โบราณ แต่ร่างกายก็ยังคงหลังคอร์ดิกซอลและอะดีนาลินออกมามาก เมื่อมันไม่ได้ใช้สำหรับการใช้พลังกำลังร่างกายมันก็วกเข้าทำร้ายตัวเอง ที่เรียกว่า โรคเครียด กล่าวคือ

ทำให้ใจสั้น

ความดันสูง

เป็นแผลในกระเพาะ

เป็นโรคหัวใจ

เป็นโรคมะเร็ง ดังกล่าว ทำให้มนุษย์เจ็บป่วย ล้มตายเป็นจำนวนมาก  
สังคมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว เป็นอันตรายต่อระบบประสาทของ  
มนุษย์ควรได้รับการพัฒนาให้สอดคล้องกับธรรมชาติ

ส่วนการพัฒนากายและใจนั้น มีความจำเป็นที่จะทำให้มนุษย์สามารถต่อสู้กับความ  
กดดันจากสังคม และสิ่งแวดล้อมได้ นั่นก็คือต้องได้รับการบริหารกายและการบริหารจัดการ

ถ้าท่านต้องการมีความสุขและอายุยืน ความจำดี ต้องบริหารกายและบริหารจิต  
เป็นนิตย์ ทั้งสองอย่างมีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิต โดยเฉพาะในชีวิตสมัยใหม่

การทำสมาธิ หรือ สมถกรรมฐาน นั่นคือ การทำให้จิตใจสงบ เป็นของที่มีในทุก  
ศาสนา และมีมาก่อนพุทธกาลดังที่พระพุทธเจ้าไปเรียนกับอาหารดาบสและอุทกดาบสได้ฌาน  
สมาบัติ แต่ทรงพบว่าไม่ทำให้พ้นทุกข์ คือ ขณะที่ทำสมาธินั้นไม่มีทุกข์ แต่เมื่อออกจากสมาธิ  
ยังมีทุกข์อีก

เพราะสมาธิทำให้สงบเสียบ ยังไม่เกิดปัญญา ปัญญาทำให้พ้นทุกข์ โดยสิ้นเชิง ตรงนี้  
เป็นสิ่งที่พระพุทธเจ้าค้นพบ การเจริญให้เกิดปัญญา เรียกว่า วิปัสสนากรรมฐาน

สมถกรรมฐาน คือ การเจริญสมาธิ หรือการทำให้สงบ

วิปัสสนากรรมฐาน คือ การเจริญปัญญาทำให้พ้นทุกข์

จึงสรุปได้ว่า การบริหารจัดการเกิดประโยชน์อย่างยิ่ง คือ

๑. มีสติ สมาธิ ปัญญามากขึ้น เมื่อทำถูกวิธี
๒. มีเป้าหมายในการปฏิบัติ และทำงานได้อย่างรวดเร็ว
๓. เข้าใจธาตุแท้ของชีวิตและสรรพสิ่งอย่างมีเหตุผล
๔. สามารถยกระดับจิตของคนให้สูงขึ้นด้วยตนเองและมีศักยภาพที่จะ  
แก้ปัญหาได้
๕. เกิดความศรัทธาในพระพุทธศาสนา หรือพระรัตนตรัย

**แผนการจัดกิจกรรมที่ 5**  
**เรื่องมรณาทชาวพุทธและศาสนพิธี**  
**เวลา 5.30 ชั่วโมง**

**จุดประสงค์**

เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้ ความเข้าใจในความสำคัญของมรณาทชาวพุทธและศาสนพิธี สามารถปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง เหมาะสมเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับบุคคลอื่น

**เนื้อหาสาระ**

1. ความหมายและความสำคัญของมรณาทชาวพุทธและศาสนพิธี
2. มรณาทและศาสนพิธีรูปแบบต่าง ๆ
3. วิธีการปฏิบัติมรณาทที่จำเป็นในศาสนพิธีต่าง ๆ
4. คุณค่าและประโยชน์ของการปฏิบัติมรณาทในศาสนพิธีต่าง ๆ

**แหล่งการเรียนรู้/สื่อ/อุปกรณ์**

1. เอกสารประกอบคำบรรยาย ๔ ชุด
2. แผ่นใสประกอบการบรรยาย
3. ศาสนสุภามิต บทกลอน คำคม
4. รูปภาพ การกราบ การไหว้
5. เครื่องไทยธรรม
6. นิทานเรื่อง “วัยรุ่นถวายของพระ”
7. วัด

**การวัดผลและประเมินผล**

สังเกตจากการปฏิบัติเกี่ยวกับมรณาท และความถูกต้องของศาสนพิธี

| เวลา | เนื้อหา   | วิธีการดำเนินกิจกรรม  |
|------|---|---|
|      | <p>บทนำ</p> <p>การศึกษาและการปฏิบัติตนให้ถูกต้องในเรื่องมรรยาทชาวพุทธและศาสนพิธี เป็นหน้าที่ชาวพุทธทุกคนควรฝึกปฏิบัติ เป็นประจำเพื่อให้เกิดความชำนาญ ก่อให้เกิดลักษณะที่พึงประสงค์ คือสุภาพ เรียบร้อย ชื่นชม รักใคร่ เอ็นดู แก่ผู้พบเห็น และเกิดคุณธรรมขึ้นในตัวผู้ปฏิบัติ เป็นแบบอย่างแก่ผู้อื่นได้</p> <p>สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงเน้นให้ชาวพุทธมองเห็นความสำคัญของการปฏิบัติ ซึ่งจะส่งผลให้เกิดความชำนาญจากสิ่งที่ได้ฝึกปฏิบัติอยู่เป็นประจำ แต่การปฏิบัตินั้นผู้ปฏิบัติต้องเข้าใจถ่องแท้ จึงจะปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง เหมาะสม ซึ่งจะส่งผลดีต่อบุคคลและสังคมโดยรวม</p> | <p>๑. พระอาจารย์ยกบทกลอนกล่าวนำพร้อมแสดงท่าทางประกอบคำกลอนว่า</p> <p>ก้านบัวบอกกลีบดั้น ชลธาร<br/>มรรยาทส่อสันดาน ชาติเชื้อ<br/>โอดฉลาดเพราะคำชาน ควรทราบ<br/>หย่อมหญ้าเหี่ยวแห้งเร็ว บอกร้าย<br/>แสงดิน</p> <p>๒. พระอาจารย์กล่าวถึงจุดประสงค์การเรียนรู้ชั่วโมงนี้ เรามาทำความรู้จัก มรรยาทในการพูด การกราบ การไหว้ และศาสนพิธีต่าง ๆ ที่เราต้องปฏิบัติอยู่บ่อย ๆ โดยมีวัตถุประสงค์ดังนี้</p> <p>เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้ความเข้าใจในความสำคัญของมรรยาทชาวพุทธ และศาสนพิธี สามารถปฏิบัติได้อย่างถูกต้องเหมาะสมเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับบุคคลอื่นได้</p> |
|      | <p>การฝึกปฏิบัติมรรยาทชาวพุทธ</p> <p>มรรยาทชาวพุทธ หมายถึงระเบียบแบบแผนหรือขอบเขตประจำของบุคคล พึงปฏิบัติเพื่อให้เกิดความสุขแก่ตนเองและส่วนรวม ได้แก่ มรรยาทการลุกนั่ง การแสดงความเคารพ การไหว้ การกราบ ฯลฯ</p>   | <p>๓. พระอาจารย์บรรยายตามเนื้อหาเกี่ยวกับมรรยาทชาวพุทธพอสังเขป และให้นักเรียนได้ฝึกการไหว้รูปแบบต่าง ๆ เกี่ยวกับ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- การแสดงความเคารพการไหว้</li> <li>- การกราบพระรัตนตรัย</li> <li>- การหมอบกราบ</li> </ul> <p>และรายละเอียดที่ควรทราบ (เอกสารประกอบการบรรยายที่ ๓.๑ เรื่องมรรยาทชาวพุทธ)</p>   |
|      | <p>ศาสนพิธี</p> <p>ความหมายของศาสนพิธี และประโยชน์ทางใจที่เกิดกับผู้ปฏิบัติและ</p>  | <p>๔. พระอาจารย์บรรยายความหมายของพิธีประเภทต่าง ๆ และบอกประโยชน์ที่ผู้ปฏิบัติจะได้รับและชักถามนักเรียนว่าได้</p>  |

|  |  |  |
|--|--|--|
|  | <p>เป็นการรักษาเอกลักษณ์ของชาติ ชาวพุทธจึงควรทราบพิธีประเภทต่าง ๆ คือ งานกุศลพิธี งานบุญพิธี งานทานพิธี และงานปกิณกะพิธี การปฏิบัติตนในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา</p> | <p>เข้าร่วมพิธีใดบ้าง เกิดประโยชน์อย่างไร และเล่ารายละเอียดที่เป็นประสบการณ์ที่นักเรียนควรทราบ เช่น การนิมนต์พระ, การเตรียมสถานที่ของเจ้าภาพ การประเคน (เอกสารประกอบการบรรยายที่ ๓.๒ เรื่องศาสนพิธี)</p>   |
|  | <p>การฝึกปฏิบัติ<br/>เรื่องมรรยาทการทำความเคารพ, การไหว้, การกราบ และทดสอบตามสถานการณ์</p>   | <p>๕. พระอาจารย์ฝึกให้นักเรียนได้ไหว้ ๕ ระดับ และแบ่งกลุ่มนักเรียนฝึกปฏิบัติในสถานการณ์ต่าง ๆ (เอกสารตัวอย่าง บทบาทสมมติ)</p> <p>ตัวอย่างการสอนวิธีการฝึกปฏิบัติ<br/>พระอาจารย์แสดงท่าประกอบการไหว้ ๕ ระดับ คือ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>๑. การไหว้พระ ให้ปลายนิ้วหัวแม่มืออยู่ระหว่างคิ้ว นี่คือการไหว้พระ พระท่านเป็นผู้มีศีลมากกว่าเรา เราให้ความเคารพสูงสุด</li> <li>๒. การไหว้พ่อแม่ เอาหัวแม่มือจรดปลายจมูก เพราะพ่อแม่เปรียบเหมือนลมหายใจ การทำความเคารพนั้นเราต้องให้การอ่อนน้อม วาจาสื่อหวาน จิตใจอ่อนโยน</li> <li>๓. การไหว้ครู – อาจารย์ พระอาจารย์ให้นักเรียนแสดงท่าไหว้ครู – อาจารย์ โดยกำหนดให้นิ้วหัวแม่มือจรดที่ปาก เพราะครูเป็นผู้ให้การอบรมสั่งสอน พวกเราให้อ่านออกเขียนได้</li> <li>๔. การไหว้ผู้ที่เคารพทั่ว ๆ ไป หัวแม่มือจรดปลายคาง พระอาจารย์ถามเด็กว่า ทำไมไหว้ผู้ที่เคารพทั่วไป จึงเอา นิ้วหัวแม่มืออยู่ตรงคาง เมื่อเด็กตอบแล้ว เพราะผู้ใหญ่มีประสบการณ์ชีวิตผ่านอะไร ๆ มามากกว่าเรา... พระอาจารย์ถามว่า</li> </ol> |

|  |   |  |
|--|---|--|
|  |   | <p>ยอดคนกับยอดไม้ เหมือนกันหรือต่างกันอย่างไร เมื่อนักเรียนตอบ... ครูจึงสรุปว่า เหมือนกันตรงที่มีความอ่อน ยอดไม้เวลาโดนลมจะอ่อนลู่ไปตามลม ยอดไม้ก็ไม่หัก ต้นไม้ที่แข็งทื่อเมื่อโดนลมก็จะหักโคนเสียก่อน ผู้ที่หวังความเจริญก้าวหน้าจึงต้องรู้จักอ่อนน้อมถ่อมตน จึงจะเป็นที่รักใคร่</p> <p>๕. ไหว้ผู้เสมอกัน ประนมมือไหว้ที่หน้าอก เป็นการแสดงถึงความเคารพด้วยความจริงใจต่อกัน</p> |
|  | <p>การฝึกปฏิบัติศาสนพิธีที่นำเรื่องมรรยาทชาวพุทธมาปรับใช้ เช่น การกราบ การไหว้ การลุก การนั่ง การเดินในพิธีทำบุญ ทอดผ้าป่า ถวายสังฆทาน และพิธีในวันสำคัญทางศาสนา</p>  | <p>๖. พระอาจารย์เลือกนักเรียนมาสาธิตศาสนพิธีให้เพื่อนเป็นตัวอย่าง เรื่องการถวายสังฆทานที่เกี่ยวกับการกราบ การประเคน ในกิจกรรมที่ ๖ นี้ เน้นการปฏิบัติ เกี่ยวกับมรรยาทในศาสนพิธี เพราะเนื้อหา นักเรียนได้เรียนจากโรงเรียนแล้ว โดยเลือกกิจกรรมตามที่เหมาะสมและเลือกเล่าเรื่อง บทกลอน, สุภาษิต มาประกอบกิจกรรม</p>  |
|  | <p>สรุป</p> <p>สรุปด้วยการให้นักเรียนทุกคน ทบทวนการปฏิบัติมรรยาทในการกราบ การไหว้พระอาจารย์ในท่าที่ถูกต้อง สวยงาม โดยให้ปฏิบัติพร้อมกัน</p> <p>สรุปด้วยบทกลอน</p> <p>อ่อนน้อมต่อมกาย    จิตใจสุภาพ<br/>     ชุ่มซาบใจชน        ผู้คนสรรเสริญ<br/>     กระจ่างถือดี        มิมิจำเวิญ<br/>     น่ารักเหลือเกิน    อ่อนน้อมถ่อมตน</p> <p>คนจะงาม    งามน้ำใจ    ไซ้ไบหน้า<br/>     คนจะสวย    สวยจรรยา    ไซ้ตาหวาน<br/>     คนจะแก่    แก่ความรู้    ไซ้อยู่นาน<br/>     คนจะรวย    รวยศีลทาน    ไซ้บ้านโต</p> | <p>นักเรียนและพระอาจารย์ ช่วยกันสรุปโดยการปฏิบัติจริง และสรุปโดยใช้บทกลอน สุภาษิต คำคม หรือวิธีอื่นที่เหมาะสม</p>  |

## ใบงานที่ 5.1

### เอกสารประกอบการบรรยายที่ 5.๑

#### เรื่องมรรยาทชาวพุทธ

คำว่า มรรยาท หมายถึง ระเบียบแบบแผนหรือขอบเขต หรือข้อจำกัดที่บุคคลพึงประพฤติปฏิบัติเพื่อก่อให้เกิดความสงบสุขทั้งแก่ส่วนตนเองและส่วนรวม ผู้ที่มีมรรยาทคือ ผู้ที่มีกิริยาวาจาที่เรียบร้อย

คำว่า ชาวพุทธ ในที่นี้หมายถึง ผู้ที่นับถือพระพุทธศาสนาทั่ว ๆ ไป ผู้ที่มีมรรยาทงามทั้งงามนอก คือ มีกิริยาวาจาสุภาพเรียบร้อยนุ่มนวล และงานใน คือ มีใจบริสุทธิ์สะอาดด้วย จึงสมนามว่าเป็นชาวพุทธ คือ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน

#### ความสำคัญของการมีมรรยาท

มรรยาททำให้เราอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข แสดงให้เห็นถึงความเป็นผู้มีวัฒนธรรมและคุณธรรม ทั้งยังเป็นการประกาศศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์อยู่ในตัวว่ามีการประพฤติที่ประเสริฐกว่าสัตว์เดรัจฉาน เป็นมนุษย์สมบูรณ์แบบได้ด้วยการฝึกมรรยาท เราชาวไทยสมควรอย่างยิ่งที่จะมีมรรยาทชาวพุทธ

#### มรรยาทการลุกนั่ง

การลุก การนั่ง ๕ จังหวะ

|                    |                                   |
|--------------------|-----------------------------------|
| การนั่งจังหวะที่ ๑ | ก้าวเท้าซ้ายไปข้างหลัง            |
| การนั่งจังหวะที่ ๒ | ชันเข่าขวาลง                      |
| การนั่งจังหวะที่ ๓ | นั่งคุกเข่า                       |
| การนั่งจังหวะที่ ๔ | นั่งพับเพียบ                      |
| การนั่งจังหวะที่ ๕ | มือทั้งสองประสานกันวางที่หน้าขา   |
| การลุกจังหวะที่ ๑  | นั่งคุกเข่า                       |
| การลุกจังหวะที่ ๒  | ชันเข่าซ้ายขึ้น                   |
| การลุกจังหวะที่ ๓  | ยืนตรง                            |
| การลุกจังหวะที่ ๔  | ชิดเท้า                           |
| การลุกจังหวะที่ ๕  | มือทั้งสองประสานกันคว่ำมือซ้อนกัน |

### มรรยาทการแสดงความเคารพ

1. การประนมมือ มาจากคำว่า “อัญชลี” คือ การกระพุ่มมือทั้งสองประนมขึ้นไว้ระหว่างอกให้ปลายตั้งขึ้นข้างบน โดยฝ่ามือทั้งสองชิดกัน ใช้แสดงความเคารพในการไหว้ การกราบพระรัตนตรัย การฟังพระสวด ฟังเทศน์ เป็นต้น

2. การ “ไหว้” เป็นคำไทย บาลีใช้คำว่า “นมัสการ” สันสกฤตใช้คำว่า “วันทนา” คือ การยกมือกระพุ่มที่ทรวงอก ให้ฝ่ามือทั้งสองประกบกัน นิ้วชิดกันปลายนิ้วตั้งตรงขึ้น ให้เอนข้างหน้าประมาณ ๕๐ องศา ให้ศอกทั้งสองข้างแนบลำตัว และยกมือที่ประนมขึ้นจรดใบหน้าพร้อมกับก้มศีรษะลงเล็กน้อย ส่วนปลายนิ้วหัวแม่มือนั้นจะจรดที่ไหนขึ้นอยู่กับว่าจะไหว้ผู้ใด

สำหรับชาย เวลาไหว้ยื่นสันเท้าชิด ปลายเท้าแยกออกเล็กน้อย พร้อมกับค้อมตัวลงให้มาก

สำหรับหญิง ให้ก้าวเท้าขวาไปข้างหน้าเพื่อยันพื้นกันล้ม ย่อตัวค้อมศีรษะให้มาก ยกเว้นไหว้ผู้เสมอกันไม่ต้องย่อตัว

- ไหว้พระภิกษุ หัวแม่มือจรดระหว่างคิ้ว เพราะท่านเป็นผู้มีศีล ให้สติปัญญาเรา
- ไหว้บิดามารดา หัวแม่มือจรดปลายจมูก เพราะท่านเป็นผู้ให้ชีวิตแก่เรา
- ไหว้ครู อาจารย์ หัวแม่มือจรดปาก เพราะท่านใช้ปากอบรมสั่งสอนเรา
- ไหว้ผู้ที่เคารพทั่ว ๆ ไป หัวแม่มือจรดปลายคาง เพราะเป็นผู้ผ่านโลกมาก่อนเป็นฐานให้เราพักพิง
- ไหว้ผู้เสมอกัน ประนมมือไว้ที่หน้าอก เพราะคนเราคบกันที่ใจต้องจริงใจต่อกัน

3. การรับไหว้ ยกมือประชันรับไหว้ระหว่างอก พร้อมกับก้มศีรษะลงเล็กน้อย ไม่ต้องค้อมหรือย่อตัว ใช้กรณีเมื่อผู้อ่อนอาวุโสหรืออายุน้อยกว่ามาไหว้

4. การกราบ มาจากภาษาบาลีว่า “อภิวาท” คือ การหมอบลงที่พื้นพร้อมกับกระพุ่มมือ ใช้ได้ทั้งการกราบพระ และบุคคลธรรมดาแต่รูปแบบในการปฏิบัติต่างกัน

4.1 การกราบพระรัตนตรัย ต้องกราบด้วยเบญจางคประดิษฐ์ ซึ่งประกอบด้วยองค์ ๕

ได้แก่ เช่า ๒ ฝ่ามือ ๒ หน้าผาก ๑ รวมเป็น ๕ วิธีกราบดังนี้ ทำเตรียม ขายนั่งท่าเทพบุตร คือนั่งคุกเข่าปลายเท้าตั้ง เช่าทั้งสองแยกจากกันพองามประมาณ ๑ คืบของตน คว่ามือพาดไว้ที่เหนือเข่า หญิงนั่งท่าเทพธิดา คือนั่งให้เข่าทั้งสองชิดกัน สันเท้าราบหงายฝ่าเท้าขนานกับพื้น (นั่งทับสัน) มี ๓ จังหวะ คือ

จังหวะที่ ๑ เรียกว่า “อัญชลี” คือ ประนมมือไว้ระดับอก

จังหวะที่ ๒ เรียกว่า “วันทา” หรือ “วันทา” คือ ยกมือประนมขึ้นจรดศีรษะ และก้มศีรษะลงเล็กน้อย

จังหวะที่ ๓ เรียกว่า “อภิวาท” คือ ลดมือทั้งสองลง น้อมตัวไปข้างหน้า ก้มลงกราบ พร้อมกับทอดมือทั้งสองลงกับพื้นพร้อมกัน (ไม่ใช่ลงคนละที) คว่ามือทั้งสองแบนราบ ให้นิ้วทั้ง

๕ ชิดกัน มือทั้งสองวางห่างกันประมาณ ๔-๕ นิ้ว ก้มศีรษะลงให้หน้าผากจรดพื้นในระหว่างมือทั้งสอง

ชาย ให้ข้อศอกต่อเข่าทั้งสองและจรดกับพื้น

หญิง ศอกทั้งสองค่อมเข่า

จากนั้นลุกเงยขึ้นพร้อมปฏิบัติต่อไปเช่นนี้จนครบ ๓ ครั้ง แล้วยกมือขึ้นประนม “จบ” ที่หน้าผากอีกครั้ง

การกราบพระรัตนตรัย เพื่อความพร้อมเพรียงกัน

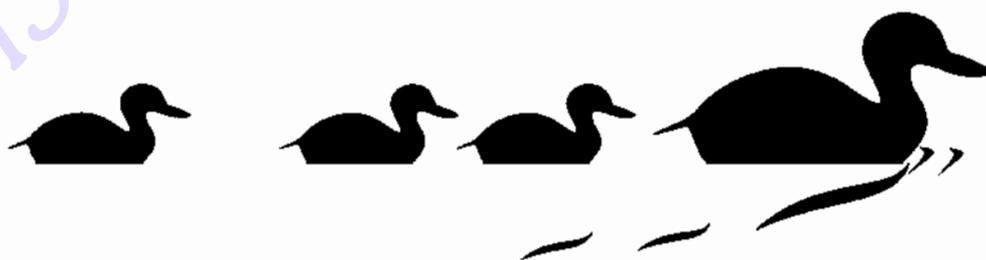
เมื่อกราบครั้งที่ ๑ ให้กล่าวคำว่า “พุทโธ เม นาโถ” แล้วลุกเงยขึ้น

เมื่อกราบครั้งที่ ๒ ให้กล่าวคำว่า “ธัมโม เม นาโถ” แล้วลุกเงยขึ้น

เมื่อกราบครั้งที่ ๓ ให้กล่าวคำว่า “สังโฆ เม นาโถ” แล้วลุกเงยขึ้น

4.2 การหมอบกราบ ใช้กราบบุคคลทั่วไป มีวิธีปฏิบัติดังนี้ นั่งพับเพียบเก็บปลายเท้าวางมือทั้งสองประสานกันไว้ปลายเข่าก่อน เวลากราบให้วางแขนทั้งสองราบกับพื้น เข่าซ้ายอยู่ระหว่างแขนทั้งสองมือประนมวางลงพร้อมกับก้มศีรษะให้หน้าผากจรดหัวแม่มือที่ประนมวางที่พื้นนั้นไม่แบมือ กราบครั้งเดียว

4.3 การกราบศพ ถ้าเป็นศพพระ กราบแบบเบญจางคประดิษฐ์ ศพบุคคลทั่วไป กราบแบบหมอบกราบ ถ้าผู้ตายเป็นเด็กไม่ต้องกราบ นั่งสงบก็พอ



**ใบความรู้ที่ 5.2**  
**เอกสารประกอบการบรรยายที่ 5.2**  
**เรื่อง ศาสนพิธี**

**ความหมายของคำว่าศาสนพิธี**

ศาสนพิธี คือ พิธีกรรมทางพระพุทธศาสนา หรือระเบียบแบบแผนอันตั้งงาม ที่พึงปฏิบัติให้เหมาะสมกับพิธีกรรมนั้น ๆ

**ประโยชน์ของการประกอบศาสนพิธี**

1. ประโยชน์ทางจิตช่วยให้เกิดคุณธรรมขึ้นในตัวผู้ปฏิบัติ ได้แก่
  - 1.1 ความมีสติ
  - 1.2 ความสามัคคี
  - 1.3 ความเป็นระเบียบประณีตงดงาม
  - 1.4 เกิดความชุ่มชื่นเบิกบานใจ
  - 1.5 เกิดความฉลาด
2. เพื่อรักษาเอกลักษณ์ของชาติ ที่ไม่มีชาติใดเหมือน แสดงถึงความเป็นไทยไม่ใช้ทาส ทั้งยังป้องกันมิให้เอกลักษณ์ของชาติถูกทำลาย
3. มีส่วนช่วยธำรงพระพุทธศาสนา ศาสนพิธีเป็นขั้นตอนชักจูงให้ผู้ปฏิบัติซาบซึ้ง เกิดศรัทธาในพระพุทธศาสนา มีใจมุ่งมั่นที่จะศึกษาแก่นแท้ของพระพุทธศาสนาในขั้นลึกต่อไป

**ศาสนพิธีแบ่งออกเป็น 4 หมวด คือ**

1. หมวดกุศลพิธี ว่าด้วย พิธีบำเพ็ญกุศล ได้แก่ พิธีแสดงตนเป็นพุทธมามกะ พิธีรักษาอุโบสถศีล พิธีเวียนเทียน เป็นต้น
2. หมวดบุญพิธี ว่าด้วย พิธีบำเพ็ญบุญเลี้ยงพระ ได้แก่ พิธีแต่งงาน พิธีขึ้นบ้านใหม่ เป็นต้น
3. หมวดทานพิธี ว่าด้วย พิธีถวายทาน ได้แก่ ทานวัตถุ ๑๐ อย่าง
4. หมวดปกิณกะ ว่าด้วย พิธีเบ็ดเตล็ด ได้แก่ พิธีแสดงความเคารพ การประเคนของการกรวดน้ำ และคำอาราธนาคำถวายทานต่าง ๆ

### 1.หมวดกุศลพิธี

พิธีเวียนเทียน ในวันสำคัญในทางพระพุทธศาสนา ซึ่งมีอยู่ 4 วัน คือ

1. วันวิสาขบูชา (วันพระพุทธ) ตรงกับวันเพ็ญเดือน ๖ เป็นวันคล้ายวันประสูติ ตรัสรู้  
ปรินิพพาน

2. วันมาฆบูชา (วันพระสงฆ์) ตรงกับวันเพ็ญเดือน ๓ เป็นวันที่มีเหตุการณ์เกิดขึ้น ๔  
ประการเรียกว่า “จาตุรงคสันนิบาต” พระพุทธองค์ทรงแสดงโอวาทปาฏิโมกข์ ท่ามกลาง  
พระสงฆ์ ๑,๒๕๐ รูป ณ เวฬุวันมหาวิหารในกรุงราชคฤห์

3. วันอาสาฬหบูชา (วันพระธรรม) ตรงกับวันเพ็ญเดือน ๘ พระพุทธเจ้าแสดงธรรมครั้งแรก  
เป็นวันพระรัตนตรัยครบองค์กล่าวคือ อัญญาโกณฑัญญะ ได้ฟังธรรมแล้วเกิดดวงตาเห็น  
ธรรม ได้ทูลขอบรรพชา อุปสมบทเป็นภิกษุองค์แรกในพระพุทธศาสนา

4. วันอัฐมีบูชา ตรงกับวันแรม ๘ ค่ำ เดือน ๖ เป็นวันคล้ายวันถวายพระเพลิงพระสรีระ  
ของพระพุทธเจ้า(ปัจจุบันไม่ได้จัดเวียนเทียนกันในวันนี้

หมายเหตุ วันสำคัญทั้ง ๔ นี้ ถ้าปีใดเป็นปีที่มีอธิกมาส (เดือน ๘ สองหน) ให้เลื่อนไปอีก  
เดือนหนึ่ง



## 2. หมวตบุญพิธี

บุญพิธี ได้แก่พิธีทำบุญ มีอยู่ 2 ประเภท คือ

1. ทำบุญในงานมงคล เช่น ขึ้นบ้านใหม่ แต่งงาน ฯลฯ
2. ทำบุญงานอวมงคล เช่น งานศพ ทำบุญอุทิศให้ผู้ตาย ฯลฯ

ผู้เกี่ยวข้องในพิธี การทำบุญทั้ง 2 ประเภทนี้มีผู้เกี่ยวข้อง 2 ฝ่าย คือ เจ้าภาพ หรือ ทายก และพระภิกษุ หรือ ปฏิคาหก โดยที่แต่ละฝ่ายมีหน้าที่ดังนี้

หน้าที่ของเจ้าภาพ หรือ ทายก กิจเบื้องต้นที่ต้องเตรียม ได้แก่

1. จัดเตรียมสถานที่ประกอบพิธี จัดโต๊ะหมู่เก้าอี้สำหรับไว้ต้อนรับแขก
2. จัดตั้งโต๊ะหมู่บูชา พร้อมเครื่องอุปกรณ์ครบชุด
3. ชั้นหรือบาตรน้ำมนต์ ที่พรมน้ำมนต์
4. สายสิญจน์ สำหรับเวียนรอบบ้านห้องพิธี
5. ปูอาสนะและเตรียมเครื่องรับรองต้อนรับพระ (น้ำร้อน น้ำชาตามสมควร บุหรี่ไม่ต้อง) กระโถน
6. เมื่อพระสงฆ์มาถึง เจ้าภาพออกไปต้อนรับ และนิมนต์เข้าสถานที่จัดพิธี
7. เมื่อพระสงฆ์นั่งเรียบร้อยแล้ว ถวายเครื่องรับรอง น้ำร้อน น้ำชา
8. เจ้าภาพจุดเทียนบูชาพระรัตนตรัย (กราบ ๓ ครั้ง)
9. กล่าวคำบูชาพระรัตนตรัย
10. อารธนาศีล
11. อารธนาพระปริตร (กรณีงานมงคล) พระสงฆ์เจริญพระพุทธมนต์
12. อารธนาธรรม (กรณีการเทศน์แสดงธรรม)
13. อารธนาธรรม (กรณีงานอวมงคล) พระสงฆ์สวดพระอภิธรรม
14. กล่าวคำถวายสังฆทาน (ในกรณีมีการถวายอาหารเช้าหรือเพล)
15. ถวายภัตตาหารและเครื่องไทยธรรม
16. พระสงฆ์อนุโมทนา เจ้าภาพกรวดน้ำรับพร
17. เสร็จพิธีส่งพระกลับวัด

### การนิมนต์พระ

งานนิมนต์พระ มักนิยมจำนวนคี่ เช่น ๕ - ๗ - ๙ รูป ปัจจุบันนิมนต์ ๙ รูป (หรือขึ้นอยู่กับจำนวนพระที่มีอยู่ในแต่ละวัด)

งานอวมงคล มักนิยมจำนวนคู่ เช่น ๔ รูป ๑๐ รูป ถ้าสวดเจมนิมนต์ ๒๐ - ๕๐ - ๑๐๐ รูป ถ้าสวดมาติกา (สวดก่อนเผา) นิมนต์เท่าอายุหรือน้อยกว่าก็ได้

### การจัดอาหารถวาย

1. เนื้อ ๑๐ อย่างที่ต้องห้ามสำหรับพระ คือ เนื้อมนุษย์ ช้าง ม้า สุนัข ู ราชสีห์ เสือโคร่ง
2. เสือเหลือง เสือดาว หมี เนื้อที่มีขายตามท้องตลาดฉันได้
3. ห้ามของดิบที่ยังมีได้ทำสุกด้วยไฟ เช่น ปลาดิบ เป็นต้น
4. ห้ามเนื้อสัตว์ที่ฆ่าโดยเจาะจง (อุทิศมังสะ) ถวายพระ แต่ถ้าพระภิกษุไม่ได้ยินเสียงร้องและไม่ได้สงสัยว่าเขาฆ่าเพื่อถวายพระเฉพาะเจาะจง ไม่ถือเป็นโทษ ฉันได้
5. ผลไม้ที่มีเมล็ดอาจนำไปเพาะขึ้นได้ เช่น มะม่วงให้ปอกเปลือกแกะเมล็ดออก
6. ห้ามอาหารที่มีสุราผสม จนมีกลิ่น สี รส ปรากฏได้ว่ามีสุราปน

การประเคนของพระก็เพื่อป้องกันการหยิบฉวยของที่เจ้าของยังไม่อนุญาต

การประเคน คือ การยกสิ่งของอันสมควรแก่สมณบริโภค ที่ไม่ผิดพุทธบัญญัติ ด้วยการน้อมถวายให้พระภิกษุผู้รับประเคนนั้นด้วยความเคารพ

### หลักปฏิบัติเกี่ยวกับการประเคน

องค์แห่งการประเคน มี 5 คือ

1. ของที่ระเคนที่ไม่ใหญ่โตและหนักเกินไป เพราะต้องยกสิ่งของนั้นให้พ้นจากพื้น
2. ผู้ประเคนต้องอยู่ในหัตถบาท (ช่วงแขนห่างจากพระประมาณ ๑ ศอก)
3. ผู้ประเคนน้อมสิ่งที่จะประเคนนั้นด้วยมือก็ได้ หรือที่เกี่ยวเนื่องด้วยกายก็ได้ เช่น ใช้ทัพพีตักถวาย
4. ผู้ประเคนน้อมสิ่งที่จะประเคนนั้นเข้ามาด้วยอาการเคารพนอบน้อม
5. สำหรับผู้ชายพระรับประเคนด้วยมือได้ แต่ผู้หญิงจะประเคนใช้ผ้าทอดรับ ใช้บาตรหรือจันรับก็ได้ในกรณีเป็นของใหญ่โต เช่น กุฎี ให้ใช้การรินน้ำถวาย หรือใช้สายสินญ์จ่มอบถวายแทน

### ข้อควรจำ

1. ถ้าพระภิกษุนั่งกับพื้นหรือเก้าอี้ ผู้ประเคนขายนั่งคุกเข่า หยึ่งนั่งท่าราบ ถ้ากรณีพระภิกษุที่นั่งสูง เช่น โต๊ะอาหาร ผู้ประเคนยืนค้อมตัวประเคนสิ่งของก็ได้
2. ประเคนเฉพาะของฉัน ส่วนของใช้บางอย่าง เช่น กระโถน จาน ช้อน ไม่ต้องประเคนให้วางไว้เท่านั้น
3. ภัตตาหารทุกชนิดที่ประเคนแล้วจับต้องอีกไม่ได้ ถ้าผลอจับต้อง ต้องประเคนใหม่
4. เมื่อประเคนเสร็จแล้วให้กราบพระ ๓ ครั้ง ถ้ายืนประเคนให้ยกมือไหว้

### การกรวดน้ำ แผ่ส่วนบุญและการอนุโมทนา

การกรวดน้ำ นิยมกระทำเพื่ออุทิศส่วนกุศลให้แก่ผู้ที่ล่วงลับไปแล้ว คือ การแผ่ส่วนบุญด้วยการหลั่งน้ำ

### วิธีปฏิบัติเกี่ยวกับการกรวดน้ำ

1. น้ำที่ใช้ควรเป็นน้ำที่สะอาด
  2. ใช้ภาชนะสำหรับการกรวดน้ำหรือแก้วแทนก็ได้
  3. กรวดน้ำเมื่อพระภิกษุผู้เป็นประธานเริ่มสวดว่า  
 ยะถา วาวิระหา... ...มะณีโชติระโส ยะถา... รินน้ำให้หมด  
 เมื่อพระรูปที่สองขึ้น ...สัพพีติโย... ให้ประนมมือรับอนุโมทนาไปจนจบ
  4. กราบเบญจางคประดิษฐ์ ๓ ครั้ง
  5. นำน้ำมันไปเทโคนต้นไม้
- การแผ่เมตตา เมื่อกรวดน้ำเสร็จแล้วจึงแผ่เมตตา อุทิศไปให้กับสรรพสัตว์ทั้งหลาย



### 3. หมวดทานพิธี

การถวายทาน คือ ถวายวัตถุที่ควรให้เป็นทานด้วยความเต็มใจเรียกว่า “ทานวัตถุ” มี ๑๐ อย่าง

๑. ภัตตาหาร
๒. น้ำรวมทั้งเครื่องดื่ม
๓. ผ้าเครื่องนุ่งห่ม
๔. ยานพาหนะ สงเคราะห์ค่าปัจจัยค่าโดยสารเข้าด้วย
๕. มาลาดอกไม้เครื่องบูชา
๖. ของหอมหมายถึง รูปเทียนบูชาพระ
๗. เครื่องลูบไล้ หมายถึง เครื่องสุขภัณฑ์สำหรับชำระล้างร่างกาย มีสบู่ เป็นต้น
๘. เครื่องที่นอน
๙. ที่อยู่อาศัยมี กุฏิ เสนาสนะ เป็นต้น
๑๐. เครื่องตามประทีป มีเทียนน้ำมัน ไม่ขีดไฟ และอุปกรณ์ไฟฟ้า

การถวายทานในพระพุทธศาสนามี ๒ อย่าง

๑. ปาฏิบุคลิกทาน หมายถึง ทานที่ถวายเจาะจงพระภิกษุ สามเณรรูปใดรูปหนึ่ง
๒. สังฆทาน หมายถึง ทานที่ถวายแก่หมู่คณะ ถวายเป็นส่วนรวมภายในวัด

ระยะเวลาที่ถวายทานมักนิยมเป็น ๒ คือ

๑. กาลทาน หมายถึง ถวายในกาลที่ควรถวายสิ่งนั้น เช่น ถวายผ้ากฐิน เป็นต้น
๒. อกาลทาน หมายถึง ถวายไม่เนื่องด้วยกาล เช่น ทอดผ้าป่า ทำบุญตักบาตร เป็นต้น

### เอกสารตัวอย่างสมมติ

มรรยาทในการไหว้

วิธีการ

เรียกนักเรียนออกมา ๓ คน เพื่อให้เด็กดูวิธีการทำความเคารพและช่วยกันตัดสินว่าทำ

ถูกต้องหรือไม่

- |           |   |
|-----------|---|
| ตอนที่ ๑  | การไหว้พระ  |
| คนที่ ๑   | สมมติให้เป็นพระ ยืนอยู่ และเดินผ่านเด็ก   |
| คนที่ ๒,๓ | สมมติให้เป็นเด็ก เดินผ่านพระ และยืนอยู่ เห็นพระเดินผ่านมาให้เพื่อน ๆ ตัดสินว่าทำถูกหรือไม่ (ถ้าไม่ถูกให้ทำใหม่) |

- ตอนที่ ๒ การไหว้พ่อแม่**  
 คนที่ ๑,๒ สมมติให้เป็นพ่อแม่  
 คนที่ ๓ สมมติให้เป็นลูกทำความเคารพพ่อแม่  
 ให้เพื่อน ๆ ตัดสินว่าทำถูกหรือไม่ (ถ้าไม่ถูกให้ทำใหม่)
- ตอนที่ ๓ การไหว้ครู**  
 คนที่ ๑ สมมติให้เป็นครู อาจารย์  
 คนที่ ๒,๓ สมมติให้เป็นนักเรียนเดินผ่านครู อาจารย์ และเห็นครู อาจารย์เดินผ่าน  
 มาให้เพื่อน ๆ ตัดสินว่าทำถูกหรือไม่ (ถ้าไม่ถูกให้ทำใหม่)
- ตอนที่ ๔ การไหว้ผู้ใหญ่**  
 คนที่ ๑ สมมติให้เป็นผู้ใหญ่  
 คนที่ ๒,๓ สมมติให้เป็นเด็ก ๆ เข้าไปหาผู้ใหญ่ และต้อนรับผู้ใหญ่ที่มาเยี่ยม  
 ให้เพื่อน ๆ ตัดสินว่าทำถูกหรือไม่ (ถ้าไม่ถูกให้ทำใหม่)
- ตอนที่ ๕ การไหว้กันเอง**  
 คนที่ ๑ สมมติให้เป็นนักธุรกิจพันล้าน  
 คนที่ ๒ สมมติให้เป็นลูกค้า  
 ให้เพื่อน ๆ ตัดสินว่าทำถูกหรือไม่ (ถ้าไม่ถูกให้ทำใหม่)
- หมายเหตุ** ไม่ต้องบอกให้เด็กทำความเคารพ แต่ให้ถามเพื่อน ๆ เขาว่าปฏิบัติถูกหรือไม่

### สี่ประกอบเรื่องมรยาทชาวพุทธ

#### เรื่องศาสนสุภาษิตและบทกลอน

เย วุฑฒปะจายันติ

นะรา ธัมมัสสะ โกวิทา

ทิวฐู ธัมเม จะ ปาสังสา

สัมปะราโย จะ สุขะติ

คนรู้จักขนบธรรมเนียม ย่อมยำเกรงผู้เฒ่า ผู้แก่ ในชาตินี้ก็มีผู้สรรเสริญ ชาติหน้าก็ไปได้

เอกลักษณ์ของไทยหายไปไหน

|                |               |               |
|----------------|---------------|---------------|
| เอกลักษณ์      | ของไทย        | หายไปไหน      |
| โยคนไทย        | ไปขี้         | ตามฝ่าหรั่ง   |
| พวกเด็กแร้พ    | พวกhip. Hop   | ไอ้อวดคั่ง    |
| ทำน้ำคั่ง      | กล้ายเปรต     | ทุเรศจริง     |
| เอกลักษณ์      | ของไทย        | คือมรรยาท     |
| งามสะอาด       | สวยสดใส       | ไปทุกสิ่ง     |
| ยามขึ้นเดิน    | นั่งเรียบร้อย | อ่อนช้อยจริง  |
| ขอลูกหญิง      | ลูกชาย        | ไม้ทำดี       |
| เอกลักษณ์      | ของไทย        | ใสสะอาด       |
| เครื่องประกาศ  | บ่งบอก        | ทรงศักดิ์ศรี  |
| กิริยา         | มรรยาท        | งดงามดี       |
| เป็นเครื่องชี้ | ประหาราษฎร์   | ชาติรุ่งเรือง |

การเป็นคนอ่อนน้อมยอมน่ารัก

ด้วยรู้จักเคารพน้อมนบไหว้

ทั้งผู้ใหญ่ผู้น้อยพลอยชื่นใจ

รักษาไว้มรรยาทของชาติเรา

เสน่ห์สะอาดตา แต่ความดีสะอาดใจ

**แผนการจัดกิจกรรมที่ 6**  
**เรื่อง การเข้าถึงพระรัตนตรัย**  
**เวลา 3.30 ชั่วโมง**

**จุดประสงค์**

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรม มีความรู้ความเข้าใจ ความหมายของพระรัตนตรัย สามารถวิเคราะห์ได้ว่าสิ่งใด
2. เป็นที่พึ่งอันประเสริฐทำให้เกิดความศรัทธา ที่จะนำหลักธรรมไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง และสังคม จนถึงขั้นล่องพ้นความทุกข์ได้

**เนื้อหา**

1. ความหมายที่พึงระดับต่าง ๆ
2. คุณค่าความสำคัญของพระรัตนตรัย
3. การเข้าถึงพระรัตนตรัย คือ การเข้าถึง
  - พระพุทธ
  - พระธรรม
  - พระสงฆ์
 ซึ่งเป็นการเข้าถึงโดย
  - รูปธรรม
  - บุคคลลาธิษฐาน
  - ธรรมาธิษฐาน
4. วิธีการปฏิบัติเพื่อให้เข้าถึงพระรัตนตรัยในชีวิตประจำวัน
5. อานิสงส์ในการเข้าถึงพระรัตนตรัย
6. ภาคผนวก พุทธสุภาษิตที่เกี่ยวกับที่พึ่ง ข้อความนำรู้ในพระไตรปิฎก ตัวอย่างต่าง ๆ

**แหล่งเรียนรู้/สื่อ**

- เอกสารประกอบคำบรรยายที่ 6.1 ความหมายที่พึงระดับต่าง ๆ
- เอกสารประกอบคำบรรยายที่ 6.2 คุณค่าความสำคัญของพระรัตนตรัย
- เอกสารประกอบคำบรรยายที่ 6.3 การเข้าถึงพระรัตนตรัย
- เอกสารประกอบคำบรรยายที่ 6.4 วิธีการปฏิบัติเพื่อให้เข้าถึงพระรัตนตรัยในชีวิตประจำวัน

### กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. พระอาจารย์สนทนากับนักเรียนโดยใช้คำถามต่อไปนี้ 1)นักเรียนมีที่ฟังแล้วหรือยังเป็นอะไร เพราะอะไรจึงเลือกที่ฟังอย่างนั้น และเกิดอะไรขึ้นบ้าง หลังจากที่เราได้เข้าไปเกี่ยวข้องกับตัว สุ่มถาม นักเรียนประมาณสัก 6 - 7 คนนักเรียนช่วยกันสรุปว่า ที่ฟังที่ประเสริฐมีอะไรบ้าง ที่ฟังที่ไม่ ประเสริฐมีอะไรบ้าง พระอาจารย์สรุปข้อความ นำรู้ในพระไตรปิฎกเรื่องที่ฟังอันประเสริฐ และที่ฟังอันไม่ประเสริฐ

2. พระอาจารย์เล่าตัวอย่าง แล้วให้นักเรียน ช่วยกันสรุปที่ฟังอันประเสริฐ และที่ฟังอันไม่ประเสริฐเป็นอย่างไร และนักเรียนพอใจที่จะได้ที่ฟังอันประเสริฐ

3. พระอาจารย์เล่าเรื่องที่ฟังระดับต่าง ๆ และที่ฟังสูงสุด (เอกสารประกอบคำบรรยาย ชุดที่ 6.1)

4. นักเรียนสวดมนต์ก่อนที่จะสวดบทที่นั้น ชี้แนะให้เห็นคุณค่าและความสำคัญของพระรัตนตรัย (เอกสารประกอบคำบรรยายที่ 6.2)

5. สังเกตพฤติกรรมความสงบของนักเรียนว่าเข้าใจคุณค่าของพระรัตนตรัยที่แท้จริงหรือไม่ เมื่อสวดมนต์เสร็จแล้วช่วยกันสรุปหาวิธีเลือกลักษณะที่ฟังที่ประเสริฐ และละเลิกลักษณะการหาที่ฟังที่ไม่ถูกต้อง

6. พระอาจารย์แสดงแผนภูมิในด้านกรอบความคิด เกี่ยวกับการเข้าถึงพระรัตนตรัย ๔ ทาง คือ รัตนะ ละ๓ ด้าน ได้แก่ ด้านรูปธรรม ของพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ด้านบุคคลาธิษฐาน ของพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ด้านธรรมาธิษฐาน ของพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ (เอกสารประกอบคำบรรยายที่ 6.3)

7. ให้ตัวอย่างเพื่อการเห็นจริง ด้วยการเล่าเรื่องประกอบการเข้าถึง พระพุทธ

- การไหว้พระพุทธรูปควรได้อะไร
- ความดีของเจ้าชายสิทธัตถะได้แก่สิ่งใด
- ความเมตตากรุณาของพระพุทธองค์คืออย่างไร
- เล่าถึงหลักของการเข้าถึงพระธรรม ยกสุภาษิต คำกลอน ข้อความนำรู้ในพระไตรปิฎกเรื่อง ตาบอดคล้ำข้าง ที่ฟังอันอุดม และที่ฟังอันไม่อุดม
- การเข้าถึงพระสงฆ์ ควรเล่าตัวอย่างจากประสบการณ์ของพระอาจารย์ และจากประวัติพุทธสาวก พุทธสาวิกา

8. พระอาจารย์กล่าวชี้แนะเพื่อให้เข้าใจว่า การเข้าถึงพระรัตนตรัย เกิดปัญญาแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้ทำให้ไม่ทุกข์

- ยกตัวอย่างต่าง ๆ จากข้อมูล ข่าวสาร
- การสวดมนต์
- การทำสมาธิ

(เอกสารประกอบคำบรรยายที่ 6.4)

- นักเรียนเล่าประสบการณ์ของนักเรียน

9. พุดนำอันสงส์จากการได้ทำดี จิตเบิกบานอย่างไร

- ให้นักเรียนเล่าประสบการณ์การมาวัด มีสภาพจิตที่ดี อิ่มเอิบจากการทำดีอย่างไร

10. นำคำแปลจากบทสวดมนต์ ทำวัตรเย็น ดอนสรุปว่า ขออุปัชฌายะ (ความชั่ว)

ทั้งหลาย จงอย่ามีแก่ข้าพเจ้าเลย ด้วยอำนาจความสำเร็จ อันเกิดจากบุญนั้น

11. ให้นักเรียนกล่าวว่า “ขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัย” (ขยายความต่อ)

### การวัดผลและประเมินผล

สังเกตจากการปฏิบัติและแบบสังเกตพฤติกรรม



## เอกสารประกอบคำบรรยาย 6.1

### เรื่อง ความหมายที่ฟังระดับต่าง ๆ และที่ฟังสูงสุด

มนุษย์ที่เกิดมาในโลกนี้ ทุกคนล้วนต้องการที่ฟังด้วยกันทั้งนั้น ที่ฟังที่ทุกคนฟังอยู่นั้น เช่น พ่อ แม่ ครูอาจารย์ ภิกษุ เพื่อน ๆ ซึ่งก็ถือว่าเป็นที่ฟังในระดับหนึ่ง แต่ท่านเหล่านี้ไม่สามารถที่จะดูแล ช่วยเหลือเราได้ตลอดเวลา หรือติดตามเราไปทุกหนทุกแห่ง จึงยังไม่ถือว่าเป็นที่ฟังที่ประเสริฐสุดอย่างแท้จริงในฐานะที่เราเป็นชาวพุทธ เรายังมีที่ฟังที่ช่วยเตือนสติให้เราคิดทำอะไรได้อย่างถูกต้อง มีประสิทธิภาพ และติดตามเราไปตลอดเวลา ที่ฟังนั้นคือ พระรัตนตรัย ซึ่งถือว่าเป็นที่ฟังที่ประเสริฐสุด และช่วยให้เราปฏิบัติดีปฏิบัติชอบและเมื่อปฏิบัติตามคำสั่งสอนแล้ว ทำให้แคล้วคลาดจากอันตรายทั้งปวงดังพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ที่พระราชทานแก่ประชาชนชาวไทยในโอกาสขึ้นปีใหม่ ในวันที่ 31 ธันวาคม ของทุกปี พระองค์จะอัญเชิญคุณพระศรีรัตนตรัย อันเป็นที่ฟังของพุทธศาสนิกชนทั้งหลายมาประทานให้พสกนิกรไทยทุกคน เพื่อเป็นขวัญกำลังใจ ดังเช่น“ขออำนาจแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย และสิ่งศักดิ์สิทธิ์อันเป็นที่เคารพเลื่อมใสของชาวไทย จงปกป้องรักษาท่านทั้งหลาย ให้แคล้วคลาดจากภัยอันตรายและเหตุชั่วร้ายทุกสิ่ง บันดาลให้แต่ละคนมีกำลังใจ กำลังใจ กำลังปัญญา และกำลังสามัคคีอันกล้าแข็งพร้อมมูล สามารถประกอบกรณียกิจน้อยใหญ่ เพื่อประโยชน์ตน ประโยชน์ชาติให้บรรลุผลเลิศได้ทุกสิ่ง ทั้งสามารถที่จะรักษาอิสรภาพอธิปไตยและความเจริญร่มเย็นของบ้านเมืองให้มั่นคงอยู่ชั่วกาลนานขอให้ทุกท่านจงประสบความสุข สิริสวัสดิ์ พิชิตนวมงคล และสิ่งอันพึงประสงค์ ตลอดศกหน้านี้นี้จงทั่วกัน”(31 ธันวาคม 2536)

นอกจากนี้ชาวพุทธยังเข้าใจดีว่าการยึดพระรัตนตรัยเป็นที่ฟังนั้น เกิดผลแก่ผู้ยึดมั่น และปฏิบัติตามได้จริงเราจึงมีการสวดมนต์ สรรเสริญคุณพระรัตนตรัยกันในทุกวันที่หน้าเสาธง ตอนเช้าก่อนเข้าเรียน เพื่อเป็นสิริมงคลแก่ตนเอง และเป็นธรรมเนียมศาสนพิธีที่ต้องปฏิบัติ ก่อนทำกิจกรรมทางศาสนา ชาวพุทธต้องกล่าวคำรับไตรสรณคมน์แม้ไปเผยแพร่ในต่างแดน พระสุเมธาจารย์ (สุเมโธภิกขุ) ได้บรรยายให้ชาวอังกฤษฟังว่า “เมื่อมีผู้มาถามว่า เป็นชาวพุทธ จะต้องทำอย่างไรบ้าง เราจะตอบว่า เราถือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นที่ฟัง แล้วเราสวดเป็นภาษาบาลีว่า

พุทฺธัง สระระณัง คัจฉามิ (ข้าพเจ้าถือเอาพระพุทธเป็นสรณะ)

ธัมมํ สระระณัง คัจฉามิ (ข้าพเจ้าถือเอาพระธรรมเป็นสรณะ)

สังฆํ สระระณัง คัจฉามิ (ข้าพเจ้าถือเอาพระสงฆ์เป็นสรณะ)

บทสวดนี้ แปลว่า ขอถึง ซึ่งพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นที่ฟัง

สระณะ หมายถึง ที่ฟัง หรือ ความระลึกถึง การเตือนสติ

คัจฉามิ หมายถึง แปลว่า ถึงซึ่งเราต้องทำความเข้าใจต่อไปว่า พระรัตนตรัยเป็นที่ฟังได้อย่างไร

## เอกสารประกอบคำบรรยาย 6.2

### เรื่อง คุณค่าและความสำคัญของพระรัตนตรัย

ดังได้กล่าวแล้วว่า พระรัตนตรัยประกอบด้วย พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์

**สรณะที่ ๑** การที่พระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่งได้ หมายถึง พระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่งในฐานะเป็นองค์คุณแห่งปัญญาคำว่า พุทธ แปลว่า ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน จึงไม่ใช่ตัวตนจริงของพระองค์ แต่คือสิ่งที่ทรงสอนให้เกิดปัญญาขึ้นในดวงจิตของเรา พุทธปัญญานั้นปกป้องคุ้มครองเราได้ เพราะเราประพฤติปฏิบัติด้วยปัญญา เราก็จะปลอดภัย

**สรณะที่ ๒** คือพระธรรม หมายถึง การน้อมนำพระธรรมใส่ตัว นำความสงบเย็นมาไว้ในจิตด้วยการศึกษาและปฏิบัติ จะเห็นผลได้ด้วยตนเอง เราจะเห็นความจริงความถูกต้องของโลกจากการมีสติ และมีเหตุผลของธรรม

**สรณะที่ ๓** คือพระสงฆ์ หมายถึง ผู้ประพฤติปฏิบัติดี ปฏิบัติตรง ปฏิบัติเป็นธรรม ปฏิบัติเพื่อออกจากทุกข์ และเป็นผู้ทำดี เป็นผู้มีเมตตา กรุณา ดังที่กล่าวมาแล้วนี้ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ จึงเป็นที่พึ่งอย่างแท้จริง แต่การเรียนรู้เราต้องเรียนรู้ตามหลักวิชาการ ดังนี้

**พระรัตนตรัย** หมายถึง แก้ว 3 ดวง เป็นสิ่งมีค่า และเคารพบูชา ในพระพุทธศาสนา 3 ประการ คือพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์

**พระพุทธ** หมายถึง พระพุทธเจ้าผู้ได้ตรัสธรรมอันประเสริฐ อริยสัจ ๔ ประการ และทรงสั่งสอนให้ผู้อื่นรู้ตาม

**พระธรรม** หมายถึง คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลักความจริง หลักความดีงาม

**พระสงฆ์** หมายถึง สาวกของพระพุทธเจ้า ผู้ประพฤติตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า

**ความสำคัญของพระรัตนตรัยว่าเป็นที่พึ่งอันประเสริฐ**

พระรัตนตรัย เป็นหลักยึดเหนี่ยวของชาวพุทธทั่วไป จึงถือเอาสรณะคัมภีร์ คือการเข้าถึงพระรัตนตรัยเป็นสรณะว่าเป็นเครื่องหมายของการเป็นพุทธศาสนิกชน และความเป็นอุบาสก อุบาสิกา ซึ่งก็มีคุณสมบัติอย่างหนึ่งว่าเป็นผู้มีศรัทธาตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวในพระรัตนตรัย อันจะเป็นศรัทธานำไปสู่การมีปัญญา ช่วยให้เกิดสัมมาทิฐิ (ความเห็นถูก)

กล่าวโดยสรุป พระรัตนตรัยเป็นสรณะ คือเมื่อระลึกถึงพระรัตนตรัย ก็เตือนให้ใช้ชีวิตที่ถูกต้องในการแก้ปัญหาสามารถดับทุกข์ตามหลักอริยสัจ ๔ อย่างน้อยก็ทำให้หยุดยั้งจากความชั่ว มั่นใจจะทำดี หายหวาดกลัว ไม่หวั่นไหว และมีจิตใจผ่องใสในเวลานั้น ๆ

### เอกสารประกอบคำบรรยาย 6.3 เรื่อง การเข้าถึงพระรัตนตรัย

การเข้าถึงพระพุทธเจ้าใน 3 ความหมาย

1. โดยรูปธรรม คือ พระพุทธรูป
2. โดยบุคคลาธิษฐาน คือ พระบรมศาสดา ในพุทธประวัติ
3. โดยธรรมาธิษฐาน คือ พระพุทธคุณ (สะอาด สว่าง สงบ)

1. **พระพุทธเจ้าโดยรูปธรรม** คือ การสร้างพระพุทธรูป แทนองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ให้คนเคารพบูชาระลึกถึงพระพุทธคุณ และเป็นเครื่องช่วยเตือนสติ ชี้ทางให้เกิดศรัทธามุ่งมั่นใน การที่จะเดินตามรอยพระบาทพระศาสดาและการเคารพพระพุทธรูป เมื่อกราบแล้วใจนั้นต้อง ระลึกถึงพระพุทธเจ้าที่เต็มไปด้วยพระเมตตา กรุณาทรงไว้ซึ่งความบริสุทธิ์

ดังนั้นในงานพิธีทำบุญต่าง ๆ หรือเวลาที่นักเรียนสวดมนต์ไหว้พระ ก็จะมีพระพุทธรูป เป็นประธานในงานนั้น ๆ ด้วย

2. **พระพุทธเจ้าโดยบุคคลาธิษฐาน** คือเน้นให้รู้ประวัติ ความเป็นมาของพระบรม ศาสดา โดยกล่าวถึงพุทธประวัติตั้งแต่เยาว์ การศึกษาเล่าเรียน การออกบวช แสดงธรรม จนถึง ปรีณิพพาน และคุณธรรมทั้งหลายอันสูงส่งที่มีอยู่ในพระองค์ตั้งแต่เด็ก เช่น มีความเมตตา ช่วยเหลือสงฆ์ที่พระเทวทัตยิงตกลงมา โดยเอามารักษา เจ้าชายเทวทัตเห็นจะเอาคืน โดยอ้าง ว่าตนเองเป็นคนยิงตก ควรจะเป็นเจ้าของ จึงไปหาคนตัดสินความ และผลการตัดสินออก มาว่า “คนที่ให้ชีวิตควรเป็นเจ้าของชีวิต คนที่ทำลายชีวิตไม่สมควรเป็นเจ้าของ”

3. **พระพุทธเจ้าโดยธรรมาธิษฐาน** เน้นถึงพุทธคุณสาม ได้แก่ พระกรุณาธิคุณ พระ ปัญญาคุณ และพระบริสุทธิ์คุณ ระลึกถึงคุณความดีของพระองค์ คือ การทำให้สะอาด สงบ สว่าง ตามหลักของไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา เกิดความระมัดระวัง ตั้งใจ ไม่ประมาท จึง เป็นการ “ถึง” พระพุทธเจ้าจริง มิได้สักแต่ว่าเปล่งวาจา ว่าถึงเท่านั้น เช่น มีการจุดธูปไหว้พระ เราจะจุดธูป 3 ดอก เพื่อเตือนให้เราระลึกถึง เกิดความสะอาดด้วยศีล

ได้แก่ ความระมัดระวัง เกิดความสงบด้วยสมาธิ ได้แก่ความตั้งใจ เกิดความ สว่างด้วยปัญญา ได้แก่ ไคร่ครวญ

การเข้าถึงพระธรรม ใน 3 ความหมาย

1. โดยรูปธรรม คือ คัมภีร์บันทึกคำสอนเรียกว่า พระไตรปิฎก
2. โดยบุคคลาธิษฐาน คือ คำสั่งสอนต่าง ๆ ๘๔,๐๐๐ ข้อ
3. โดยธรรมาธิษฐาน คือ พระธรรมคุณ (สว่าง สะอาด สงบ)

1. **พระธรรมโดยรูปธรรม** มีการสร้างคัมภีร์พระไตรปิฎกถึง ๘๔ เล่ม ให้เราได้ศึกษา และปฏิบัติตาม ถ้าไม่นำมาอ่านก็ไม่มีประโยชน์ แม้อ่านแล้วไม่ปฏิบัติก็ได้ชื่อว่า ถึงหนังสือ หา

ใช้ถึงธรรมไม่ หลักสูตรการเรียนวิชาพระพุทธศาสนากำหนดให้เรียนเรื่อง พระไตรปิฎก ข้อความนำรู้ในพระไตรปิฎกเรื่องต่าง ๆ ได้แก่ คาบอดคลำซ้าง ที่ฟังอันอุดม และที่ฟังอันไม่ อุดม ดังตัวอย่าง (ในภาคผนวก) การศึกษาพระไตรปิฎก จึงเป็นแหล่งเรียนรู้ และนำความรู้มา ปฏิบัติ

2. พระธรรมโดยบุคคลาธิฐาน หมายถึง คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า มีถึง ๘๔,๐๐๐ พระธรรมชั้นพระองศ์ได้ทรงกล่าวไว้ว่า โย ธัมมัง ปัสสเสติ โส มัง ปัสสเสติ ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นชื่อว่าเห็นเรา เช่น พระวัคกลีค้อยอยู่ใกล้พระพุทธเจ้า แต่พระองค์ทรงตกเดือนว่านั้นมิใช่ การเห็นพระองค์ คนที่เห็นธรรม แม้อยู่ไกลก็ยังชื่อว่าเห็นพระองค์ คนที่อยู่ใกล้พระองค์ แต่ไม่ เห็นธรรม ยังถือว่าอยู่ห่างไกลพระองค์

3. พระธรรมโดยธรรมาธิฐาน คือเน้นให้เข้าใจถึงหลักสัจธรรมเนื้อแท้ คือ พระ ธรรมคุณ เป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ที่ผู้ศึกษาและปฏิบัติเท่านั้นจึงจะเห็นเอง เมื่อปฏิบัติ แล้วจึงจะเกิดผลได้ทุกเวลา การเข้าถึงธรรมจึงต้องถึงที่ความถูกต้องทั้ง กาย วาจา ใจ เกิด ความสะอาดด้วยศีล ได้แก่ ความระมัดระวัง เกิดความสงบด้วยสมาธิได้แก่ความตั้งใจ เกิดความสว่างด้วยปัญญา ได้แก่ ไคร่ครวญการเข้าถึงพระสงฆ์ ใน ๓ ความหมาย

1. โดยรูปธรรม คือ พระภิกษุ

2. โดยบุคคลาธิฐาน คือ พุทธสาวก พุทธสาวิกา ผู้เป็นอริยสงฆ์

3. โดยธรรมาธิฐาน คือ พระสังฆคุณ (สะอาด สว่าง สงบ)

1. พระสงฆ์ โดยรูปธรรม คือผู้บวชในพระพุทธศาสนา เป็นที่พึ่งของเรา ในด้านการ ปฏิบัติที่ถูกต้อง ดึงตามพระธรรมวินัย มีความเป็นอยู่ที่เรียบง่าย เราจึงนิมนต์พระมาเจริญ พระพุทธมนต์ เมื่อต้องการความสุข ความมั่นคง เช่น การทำบุญขึ้นบ้านใหม่ ทำบุญอายุ และ ทำบุญในเทศกาลต่าง ๆ

2. พระสงฆ์โดยบุคคลาธิฐาน หมายถึง พระอริยสงฆ์ที่เป็นที่พึ่งของเรา เราพึ่งใน คุณธรรม ความบริสุทธิ์ในสิ่งที่ดึงตาม และในเมตตาธรรม และในด้านการเอาเป็นแบบอย่าง เพื่อ นำไปปฏิบัติให้ถูกต้องดึงตาม ควรแก่การกราบไหว้บูชา ดังตัวอย่างที่ทุกคนปรารถนาจะเข้าเฝ้า สมเด็จพระสังฆราช และพระที่ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ เป็นที่เลื่อมใสศรัทธา

3. พระสงฆ์โดยธรรมาธิฐาน คือ พระสงฆ์ผู้เข้าถึงธรรม ได้แก่ การปฏิบัติดี ปฏิบัติตรง ปฏิบัติเพื่อออกจากทุกข์ ปฏิบัติถูกต้อง ลดละกิเลส เกิดความสะอาดด้วยศีล ได้แก่ ความระมัดระวัง เกิดความสงบด้วยสมาธิ ได้แก่ความตั้งใจ เกิดความสว่างด้วย ปัญญา ได้แก่ ไคร่ครวญ

#### เอกสารประกอบคำบรรยาย 6.4

#### เรื่อง วิธีการปฏิบัติเพื่อให้เข้าถึงพระรัตนตรัยในชีวิตประจำวัน

สาเหตุใหญ่ที่คนทั้งหลายต้องการที่พึ่ง ล้วนเพราะมีความทุกข์ มีปัญหา ไม่สามารถจะช่วยเหลือตนเองได้ เพราะไม่มีปัญญา ไม่มีกัลยาณมิตร (เพื่อนที่ดีที่ใกล้ชิด) ขาดศรัทธา คนที่ทุกข์เดือดร้อน เป็นคนขาดสติทำอะไรไม่ถูกเพราะความทุกข์ทำลายศักยภาพของความมีปัญญาหมดไป เราจึงไม่ประมาทที่จะฝึกฝนตนเองให้เป็นผู้มีปัญญาสามารถแก้ทุกข์ได้ นั่นคือ การมีสติ การสวดมนต์สรรเสริญคุณพระรัตนตรัย จากการทำวัตรเช้า – เย็น เป็นวิธีหนึ่ง ที่จะเข้าใจธรรมจากบทสวดมนต์ และทำนองของการสวดมนต์ทำให้จิตสงบ การตั้งใจสวดมนต์ ทำให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิและใช้จิตที่สงบพิจารณาคำแปลทำให้เกิดปัญญา มองเห็นความเป็นจริงดังนี้

1. เมื่อกราบไหว้บูชาพระพุทธรูป (รูปธรรม) จิตจะหยุดนิ่งขณะเรากราบ จิตหยุดนิ่งครั้งหนึ่ง ก็เป็นกุศลเพราะเราละชั่ว แต่ทำดี

2. เมื่อเราอ่านพุทธประวัติ (บุคคลาธิษฐาน) เราอยากทำตาม เป็นผู้เสียสละ รักผู้อื่น มีความเมตตา กรุณา

3. ผลจากการปฏิบัติตามคำสอน (ธรรมาธิษฐาน) ทำให้เรามีความบริสุทธิ์ มีกรุณาและปัญญา ทำให้สะอาดสงบ สว่างการเข้าถึงพระรัตนตรัย ทำได้ตามที่พุทธบริษัททั้งหลายทำกัน คือปฏิบัติตามหน้าที่ชาวพุทธ ด้วยการเข้าร่วม พิธีในวันสำคัญทางศาสนา การไปวัดฟังธรรม รักษาศีล หาโอกาสศึกษาปฏิบัติธรรม เผยแผ่ธรรม และปกป้องธรรม

สรุปแล้ว ควรทราบว่า การเข้าถึงพระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์ เป็นสิ่งที่เราสามารถทำได้ด้วยการเอาหลักธรรมมาปฏิบัติ คือเมื่อไหร่ก็ตามที่เราสามารถทำให้ตัวเรามี ศีล สมาธิ ปัญญา หรือความสะอาด สว่าง สงบ หรือความระมัดระวัง ตั้งใจ ไม่ประมาท อยู่ในการดำเนินชีวิตแล้ว ก็ถือว่ามีพระรัตนตรัยนั่นเอง และเราสามารถทำได้ทุกที่ทุกเวลา อยู่บ้าน อยู่ที่โรงเรียน แม้แต่การทำงาน เราก็สามารถทำให้เกิดศีล สมาธิ ปัญญาได้ คือ ระมัดระวังตั้งใจ ไม่ประมาท

**แผนการจัดกิจกรรมที่ 7**  
**เรื่อง พิธีสู่ความเป็นพุทธ**  
**ใช้เวลาจำนวน 1.30 ชั่วโมง**

**จุดประสงค์**

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสำนึกในพระคุณของพระพุทธเจ้า บิดา-มารดา และครู-อาจารย์
2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมปฏิบัติตนเป็นพุทธบุตร
3. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมนำหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า มาใช้ปฏิบัติในการดำเนินชีวิต

**เนื้อหา**

1. พิธีสู่ความเป็นพุทธบุตร
2. ความมีดี – ความสว่าง – ความหลง
3. พระพุทธเจ้าจุดแสงธรรมให้กับโลก
  - ประทีปดวงที่ ๑ การประสูติได้ต้นสาละ
  - ประทีปดวงที่ ๒ ประสูติได้ ๗ วัน พระมารดาสิ้นพระชนม์
  - ประทีปดวงที่ ๓ พระชนมายุ ๗ พรรษา เข้าสู่การศึกษา
  - ประทีปดวงที่ ๔ พระชนมายุ ๑๖ พรรษา เข้าสู่พิธีมงคลสมรส
  - ประทีปดวงที่ ๕ พระชนมายุ ๒๙ พรรษา ออกบวชพบว่าความแก่ เจ็บ ตาย เป็นความมีดีอย่างมหันต์ของชีวิต
    - ประทีปดวงที่ ๖ การพบญาณทั้ง ๓ บรรลุโมกขธรรม
4. ความประสงค์ของครู-อาจารย์ หลังช่วยให้ลูกศิษย์พ้นจากความมีดี
5. คำกล่าวอธิษฐานจิตเพื่อความเป็นพุทธบุตร
6. คำมั่นสัญญาของพุทธบุตร

**แหล่งเรียนรู้และสื่อ**

1. เทียนเท่าจำนวนผู้ร่วมพิธี (เทียนเล่มบาท แนะนำตราแสงจันทร์ เพราะน้ำตาเทียนมีน้อย)
2. เทปเพลงเกี่ยวกับพระรัตนตรัย, พ่อแม่, ครู-อาจารย์
3. เอกสารประกอบคำบรรยาย เรื่องพิธีสู่ความเป็นพุทธบุตร – ความมีดี

### กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

ขั้นเตรียมการ (พระอาจารย์) ฝ่ายพิธีกรดำเนินการดังนี้

1. เชิญคณะครู-อาจารย์และพุทธบุตรเข้าสู่ห้องประชุมและนั่งตามแผนผังที่จัดไว้
2. แจกเทียนผู้เข้าร่วมพิธีทุกคน หลังสาธิตวิธีการถือเทียน
3. สาธิตวิธีการปักเทียน วิธีการเดินไปและเดินกลับ
4. ชี้แจงขั้นตอนของพิธีการและให้ทุกคนให้ความร่วมมือปฏิบัติตามอย่างสงบ สำรวม
5. กราบนิมิตต์พระอาจารย์ วิทยากรดำเนินการพิธี “สู่ความเป็นพุทธบุตร”
6. พิธีกรนำพุทธบุตรกราบพระอาจารย์วิทยากร

การดำเนินการในพิธีสู่ความเป็นพุทธบุตร

1. พระอาจารย์วิทยากรดำเนินการพิธี “สู่ความเป็นพุทธบุตร” โดยการบรรยายการสร้างบรรยากาศ (ปิดไฟและเปิดเพลงประกอบตามขั้นตอนต่างๆ) และให้พุทธบุตรปฏิบัติตาม โดยกล่าวถึงบทนำและพิธีสู่ความเป็นพุทธบุตร เช่น การบอกให้หลับตา นั่งสมาธิ เป็นต้น
2. พระอาจารย์วิทยากรบรรยายเรื่อง สู่ความเป็นพุทธบุตร (เอกสารประกอบคำบรรยายที่ 7.1)
3. บรรยายตามเนื้อหาข้อ ๔ ขณะเดียวกันพระในพิธีจุดเทียนที่แท่นบูชา (ฝ่ายโสดข เปิดเพลง พุทธังสระระดัง คัจฉามิช ) และพระอาจารย์ นำเทียนที่จุดแล้วมาต่อให้ครู
4. พระอาจารย์วิทยากรให้นักเรียนหยิบเทียนของตนมาประกองไว้ และนิมนต์พระอาจารย์ทุกรูป และครู ได้ต่อประทีปธรรมจากพระพุทธรูปเจ้าให้กับนักเรียน
5. พระอาจารย์วิทยากรบรรยายเกี่ยวกับบุญคุณของพ่อแม่
6. พระอาจารย์วิทยากรนำ นักเรียนกล่าวคำอธิษฐานจิตตามเนื้อหา หลังจากนั้นให้นักเรียนทุกคนเตรียมตัวลุกขึ้น (ทีละแถว) เพื่อจะได้นำเทียนไปถวายเป็นพุทธบูชา และปักบนแท่นบูชาอย่างมีระเบียบ และทุกคนตั้งใจร่วมกันสรรเสริญพระคุณของพระพุทธรูปเจ้า เพื่อเป็นสิริมงคลของชีวิตสืบไป (ฝ่ายโสดข เปิดเพลงองค์ใดพระสัมพุทธฯ) นักเรียนพนมมือ
7. พระอาจารย์วิทยากรให้ตัวแทนพุทธบุตร อ่านคำมั่นสัญญา เมื่อจบแล้วให้นักเรียน ลดมือวางลงที่ตัก ยึดตัวตรง หลับตา ระลึกถึงภาพที่เห็นบนแท่นบูชานำมาไว้ในจิตใจ ขอให้จิตใจของเราจงเบิกบานด้วยกระแสธรรม เพราะการประพฤติธรรมย่อมอยู่เป็นสุข ธรรมย่อมรักษาผู้ประพฤติธรรม ขอความสุขจงมีแก่พวกเราทุกคนตลอดไป (ฝ่ายโสดข เปิดเพลงธัมโมหะเว รักชาติ ธัมมะจaring) นักเรียนนั่งสมาธิ
8. พระอาจารย์วิทยากรให้นักเรียนออกจากสมาธิและทบทวนหลักธรรมที่จะได้นำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน แล้วให้นักเรียนทุกคนหมอบกราบครูทุกท่านอีกครั้ง ในขณะที่นักเรียนหมอบอยู่นั้นพระอาจารย์วิทยากรกล่าวนำและให้นักเรียนว่าตาม ว่า “อาจะริโย เม นาโถ ขอให้ครูอาจารย์จงมีความสุข และเป็นที่พักของพวกเราตลอดไป”

ส่วนการประเมินผลให้สังเกตจากการให้ความร่วมมือในการปฏิบัติตนสู่ความเป็นพุทธบุตร ด้วยความสำนึกของผู้เข้าร่วมพิธี หรือจากการตอบคำถาม ฯลฯ และให้นักเรียนกราบพระรัตนตรัยเป็นเสร็จพิธี

#### การวัดและประเมินผล

จากแบบสังเกตพฤติกรรม



**แผนการจัดกิจกรรมฝึกอบรมที่ 8**  
**เรื่อง ทางแห่งความสำเร็จ**  
**ใช้เวลาจำนวน 3.00 ชั่วโมง**

**จุดประสงค์**

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมเกิดความรู้ความเข้าใจ ตระหนักถึงการมีลักษณะชีวิตที่จะนำไปสู่ความสำเร็จและ
2. สามารถนำหลักธรรมไปใช้ในการพัฒนาตนเองให้ประสบผลสำเร็จในชีวิตได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

**เนื้อหา**

1. อิทธิบาท ๔ (ธรรมที่เป็นเครื่องนำไปสู่ความสำเร็จ)
  - ฉันทะ (มีใจรัก)
  - วิริยะ (พากเพียรทำ)
  - จิตตะ (จิตฝึกฝน)
  - วิมังสา (พิจารณาใคร่ครวญ)
2. ตัวอย่างความสำเร็จ
3. สรุปลักษณะที่พบความสำเร็จ

**แหล่งเรียนรู้ สื่อ อุปกรณ์**

- บัตรคำ
- แถบบันทึกเสียง
- วิทยุเทป
- กฤตภาค (กรณีตัวอย่างจากหนังสือพิมพ์)
- ห้องสมุด

**กิจกรรมการฝึกอบรม**

1. พระอาจารย์กล่าวทักทายผู้เข้ารับการอบรมและซักถามนักเรียนว่า ในชีวิตเคยพบกับความสำเร็จ ผิดหวัง เสียใจ บ้างไหมเรื่องอะไรบ้าง และนักเรียนคิดว่าเป็นเพราะสาเหตุอะไร ให้ช่วยกันอภิปราย และสรุปว่า คนเราเกิดมาไม่ได้สมหวังไปเสียทุกอย่าง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปัจจัยอะไรบ้าง(โยงเข้าสู่หลักอิทธิบาท ๔) ที่เราต้องฝึกฝนให้เกิดในตนให้ได้

2. นักเรียนร่วมกันร้องเพลงอิทธิบาท ๔
3. พระอาจารย์สุ่มตัวอย่าง ถามนักเรียน 2 - 3 คน ว่า
  - นักเรียนเกิดมาเพื่ออะไร
  - ต้องการอะไรจากชีวิตนี้
  - หรือนักเรียนเคยพบกับความสุขความทุกข์ ความขยันหมั่นเพียรกับความเกียจคร้าน ความกล้าหาญกับความซื่อสัตย์ระหว่างการประสบความสำเร็จกับการล้มเหลว นักเรียนจะเลือกด้านใด เพราะเหตุผลใด
  - ชักถามว่ามีปัจจัยอะไรบ้างที่ช่วยให้ชีวิตประสบความสำเร็จ (เอกสารประกอบคำบรรยายที่ 8.1 เรื่องทางแห่งความสำเร็จ)
4. พระอาจารย์ให้นักเรียนได้อ่านการ์ตูนและช่วยกันได้สำเร็จ เล่าว่านักเรียนเคยพอใจจะทำอะไร แล้วทำสัก 1 - 2 คน
6. พระอาจารย์เล่าเรื่องย่อๆ พอให้ได้ใจความว่า ถ้าตั้งใจจริง อะไรๆ ที่ยากก็จะสำเร็จ และสุ่มถามนักเรียน ว่าเคยทำอะไร สำเร็จในเวลาอันรวดเร็วบ้างไหม (เอกสาร ประกอบคำบรรยายที่ 6.3 เรื่อง สามเณรบัณฑิต)
7. พระอาจารย์เล่าต่อเนื่องจากสามเณรบัณฑิต และเปรียบเทียบคุณธรรม การที่ทำไม่สำเร็จเพราะขาดหลักธรรม (เอกสารประกอบคำบรรยายที่ 8.4)
8. พระอาจารย์พูดชี้หน้า สรุปคุณธรรมอิทธิบาท ๔ โดยชักถามให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการพูดและออกความเห็นหลากหลาย (เอกสารประกอบที่ 8.5)

#### การวัดและประเมินผล

วัดจากการสังเกตความร่วมมือทำกิจกรรมต่างๆ

## เอกสารประกอบคำบรรยายที่ 8.1 เรื่อง ทางแห่งความสำเร็จ “อิทธิบาท ๔”

ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา รวม ๔ ข้อนี้เรียกว่า อิทธิบาท ๔ อิทธิบาท แปลว่า คุณเครื่องให้ถึงความสำเร็จหรือคุณธรรมที่เป็นบาทฐานให้ถึงความสำเร็จ คุณธรรมที่นำไปสู่ความสำเร็จ เป็นสิ่งที่ไม่บุคคลปรารถนา และไม่เป็นของเหลือวิสัยย่อมสำเร็จได้เพราะธรรม คือ อิทธิบาท ๔ ประการนี้ ผู้ทำไม่สำเร็จ จงลองสอบสวนหาสาเหตุดู จะพบว่าเพราะขาดข้อปฏิบัติข้อใดข้อหนึ่ง หรือขาดหมดทั้ง ๔ ข้อ โดยเฉพาะข้อ ความเพียร เป็นองค์ประกอบที่จะขาดกันมาก เพราะเป็นพื้นฐานความสำเร็จที่เน้นการพึ่งตนเอง ปฏิเสธการอ้อนวอน สิ่งศักดิ์สิทธิ์ ผู้พบความสำเร็จต้องทำเองพระพุทธร่องค์จึงแสดงวิธีการว่าจะพึ่งตนเองอย่างไรจึงจะสำเร็จ นั่นคือการใช้หลักอิทธิบาท ๔

### ความสำคัญของอิทธิบาท ๔

คุณธรรมทั้ง ๔ ข้อนี้ เป็นคุณธรรมที่มีความสำคัญเป็นอย่างมากต่อการเอื้อให้เกิดความสำเร็จในการประกอบการงานทุกอย่าง ไม่ว่าบุคคลนั้นจะอยู่ในวัยเรียน หรือวัยทำงานแล้วก็ตาม ล้วนแล้วแต่ต้องมีใจรัก เราจะพบได้ว่าถ้าใครมีใจรักในวิชาใด หรือในหน้าที่การงานใดแล้ว เขาจะทำคะแนนได้ดีในวิชานั้น หรือในการงานนั้น และเขาก็จะมีความสุขเป็นอย่างมากเมื่อได้เรียน หรือเมื่อได้ทำงานนั้นๆ เมื่อบุคคลมี ฉันทะ คือความพอใจแล้ว ก็จะเกิดกระบวนการธรรมข้อที่ ๒ ตามมา นั่นคือ วิริยะ วิริยะแปลว่าความเพียร ความขยัน ได้แก่ การหมั่นกระทำบ่อยๆ อ่านหนังสือบ่อยๆ เมื่อคนเราทำอะไรบ่อยๆ เป็นประจำแล้วก็จะเกิดความรู้ความเข้าใจอย่างแจ่มแจ้ง และเกิดความชำนาญอย่างแน่นอนเรื่องของความเพียรนี้ พระอาจารย์มีพุทธพจน์มาฝากเพื่อให้เป็นข้อคิดคติธรรมว่า **วิริเยนะ ทุกขะมังเจติ**

**บุคคลจะพ้นจากความทุกข์ได้ เพราะความเพียร** การพ้นจากความทุกข์ได้ก็หมายความว่าเราพบความสุข ความสำเร็จแล้ว ยังหอรกนะ ยังไม่พอ เมื่อมีฉันทะ และวิริยะแล้วยังไม่พอหอรกนะ ต้องมีจิตตะด้วย จิตตะ แปลว่า มีจิตใจฝักใฝ่ไม่ปล่อยปละเลย เพราะลำพังแค่เพียงมีใจรัก และมีความขยันหมั่นเพียรแล้ว แต่ขาดการเอาใจใส่เราจะพบกับความสำเร็จได้อย่างไร การรู้จักเอาใจใส่เป็นเรื่องหมั่นเพียรแล้ว แต่ขาดการเอาใจใส่เราจะพบกับความสำเร็จได้อย่างไร การรู้จักเอาใจใส่เป็นเรื่องสำคัญมาก พระอาจารย์ขอบอก มันสำคัญอย่างไร ลองมาฟังดู สมมติว่า เราเลี้ยงสุนัขไว้สองตัว ใครคิดว่าสุนัขก็ต้องการการดูแลเอาใจใส่จากเจ้าของบ้าง ยกมือขึ้น.....ใช่แล้ว ใช่แล้ว....มันเป็นเช่นนั้น เราผู้เป็นเจ้าของก็ต้องเอาใจใส่สุนัข ดูแลสุนัขให้ดี ให้อาหารแก่สุนัข อานน้ำให้สุนัข และเล่นกับสุนัขด้วยเหมือนกัน สุนัขมันขาดความอบอุ่น เพราะเจ้าของไม่เอาใจใส่มันเลยหนีออกจากบ้าน มาเป็นหมาจรจัดเร่ร่อนอยู่ข้างถนน

พุทธบุตรพอมองเห็นแล้วใช้ใหม่ว่า ความเอาใจใส่เป็นเรื่องสำคัญมาก แม้แต่สุนัขก็ยังคงการดูแลเอาใจใส่อีกอย่างหนึ่ง แม้แต่เสื้อผ้าของเราที่มันขาวสะอาดอย่างนี้ เพราะผ่านการซักรีดมีการเอาใจใส่อย่างดีจนน่าสวมใส่ การศึกษาเล่าเรียนจะให้ได้ดีเราก็ต้องใส่ใจกับการเรียน จะให้เก่งหรือเป็นเลิศ ทางด้านใดด้านหนึ่ง จนได้ชื่อว่าเป็นแฟนพันธุ์แท้ในเรื่องนั้นๆ แล้วมันก็ต้องมีจิตตะ คือการเอาใจใส่ด้วยกันทั้งนั้นแหละครับ มีแล้ว คุณสมบัติเหล่านี้เพียงพอกับการที่เป็นบัณฑิตไปสู่ความสำเร็จได้แล้วหรือยัง ถ้ามองดูอย่างผิวเผินแล้ว บางคน อาจบอกว่าเป็นการเพียงพอ และบางคนอาจบอกว่ายังไม่เพียงพอ ที่ยังไม่เพียงพอเพราะยังไม่ครบตามกระบวนการแห่งหลักธรรมของอิทธิบาท ๔ ซึ่งเชื่อกันว่าตามหลักแล้วมันก็เป็นเช่นนั้นจริง ลองมาฟังดูสิว่าเป็นอย่างไร ยกตัวอย่าง เช่น เมื่อเราได้ทำงานอย่างใดอย่างหนึ่งที่เราคิดว่า มันแล้วเสร็จไปแล้วนั้น แต่เมื่อมาพิจารณาดูให้ละเอียดรอบคอบอีกครั้งหนึ่ง เราจะพบเห็นข้อผิดพลาด การพบเห็นข้อบกพร่องนั้น เป็นกุญแจดอกสำคัญที่จะนำไปสู่ความสำเร็จได้ กิจกรรมงานใดก็ตามที่ทำแล้ว ถ้าไม่มีการตรวจสอบพิจารณาใคร่ครวญให้ดีแล้ว กิจกรรมงานนั้นย่อมเสี่ยงต่อการล้มเหลวอย่างยิ่งเพราะฉะนั้นกระบวนการแห่งธรรมข้อสุดท้ายที่ต้องพูดอธิบายในวันนั้น คือ วิมังสา วิมังสาแปลว่า ความไตร่ตรองทบทวน หมั่นใช้ปัญญาพิจารณาใคร่ครวญ ตรวจสอบตราหาเหตุผล และการตรวจสอบข้อยิ่งหย่อนในสิ่งที่ได้ทำนั้นมีการวางแผน วัตถุประสงค์ คิดค้นวิธีแก้ไข ปรับปรุง เป็นต้น การทำอะไรก็ตามที่ขาดการตรวจสอบให้ละเอียดรอบคอบ ถือว่าเป็นความประมาทอย่างหนึ่ง จะนำมาซึ่งความเสียหาย และล้มเหลวได้ หรือแม้แต่เรื่องเล็กๆ น้อยๆ ก็ต้องให้ความละเอียดรอบคอบ ไม่อย่างนั้นอาจทำให้เกิดความอับอายขายหน้าได้ง่ายๆ เช่น คนรักชวนทานข้าวบ้าง ดูหนังบ้าง ฟังเพลงบ้าง ด้วยความดีใจที่จะได้ออกไปเที่ยวกับคนรักกัน ชอบกัน ชายหนุ่มก็อาบน้ำแร่ดังตัวอย่างดี (แต่ขอโทษ เขาลืมตรวจสอบความเรียบร้อย ลืมรูตชิบ) เมื่อเวลาเดินผ่านฝูงชนไป ก็จะมีสายตาดูหลายๆ คู่มองผ่านมา แต่ละคนก็จะมีรอยยิ้มน้อยๆ เขินๆ อายๆ แล้วเบือนหน้าหนีเหตุการณ์เช่นนี้สร้างความแปลกใจให้กับหญิงสาวเป็นอย่างมาก เธอจึงเริ่มสำรวจหาสิ่งผิดปกติที่เกิดขึ้น และแล้วเธอก็พบเห็นสาเหตุที่แท้จริง พอทันที จบแล้ว มันจบแล้วความรักของชายหนุ่มจบแล้ว มันจบแล้วพุทธบุตรพอมองเห็นแล้วใช้ใหม่ครับว่า การตรวจสอบพิจารณาใคร่ครวญให้ดีนั้น เป็นสิ่งจำเป็นและสำคัญมากต่อการทำงานทุกอย่าง ดังนั้น การตรวจสอบความเรียบร้อย จึงเป็นขั้นตอนสุดท้ายแห่งอิทธิบาท ๔ และท้ายที่สุดนี้ ก็ขอบอกกับพุทธบุตรทุกคนว่า ให้ลืมนอดีตในหนหลัง แล้วเอาความหวังมาเป็นพลังของชีวิต

**เอกสารประกอบคำบรรยายที่ 8.2**  
**เรื่อง สามเณรบัณฑิต ความสำเร็จในเช้าเดียว**  
**(คนทำหน้าที่ของคน บัณฑิตฝึกฝนตนเอง)**

สามเณรบัณฑิตเป็นคนมีบุญมาก แรกเกิดมาใหม่ๆ เป็นทารกก็ทำให้ผู้คนในบ้านที่เป็นง่อย เป็นเปลี้ยเสียขาปัญญาอ่อน กลับกลายเป็นคนสมบูรณ์แข็งแรง มีความเฉลียวฉลาดไปหมดเมื่ออายุ ๗ ขวบ ได้ออกบวชอยู่ในสำนักของพระสารีบุตร ตอนบวชใหม่ๆ ก็ไม่ค่อยจะเรียบร้อยเท่าไร การนั่งห่ม การเดิน การนั่ง ยังไม่ค่อยน่าเลื่อมใส พระเถระต้องคอยดูแลอย่างใกล้ชิด ในวันที่ ๘ ของการบวช พระสารีบุตรเถระ ได้พาสามเณรไปปัญหาบาศด้วยกัน ในระหว่างทางสามเณรก็ถามโน่นถามนี่ ตามนิสัยของเด็กที่เห็นอะไรเป็นต้องสงสัยไปหมด และเมื่อสงสัยแล้วก็ชอบถาม ไม่เก็บอะไรไว้ในใจ นี่เป็นลักษณะพิเศษของเด็ก ผู้ปกครองที่ฉลาดจะต้องคอยเอาใจใส่ต่อคำถามของเด็ก อย่าคิดเป็นเรื่องรำคาญ ถามไม่เข้าเรื่อง เด็กจะโง่เขลาหรือจะมีเขาวัว ก็เพราะเหตุนี้ประการหนึ่งสามเณรบัณฑิตเมื่อไปกับพระสารีบุตรผู้เป็นพระอุปัชฌาย์(ผู้บวชให้) เห็นเหมือนในระหว่างทางจึงเรียนถามว่า

“นี่อะไรครับ”

พระสารีบุตร : “เหมือง สามเณร”

สามเณร : “เขาใช้ทำอะไรครับ”

พระสารีบุตร : “เขาไขน้ำจากที่นี่เข้าสู่หา ทำข้าวกล้า”

สามเณร : “น้ำมีจิตใจไหมครับ”

พระสารีบุตร : “ไม่มีหรอก สามเณร”

สามเณร : “เมื่อน้ำไม่มีจิตใจ แล้วจะเข้าไปสู่หาได้อย่างไรครับ”

พระสารีบุตร : “ได้สิ”

สามเณรคิดว่า ถ้าคนสามารถไขน้ำที่ไม่มีจิตใจเข้าไปในนาทำข้าวได้แล้ว ทำไมคนที่มีความตั้งใจแจ่มแจ้งไม่อาจบังคับจิตใจของคนเพื่อนำเพ็ญกรรมเดินต่อไปอีกหน่อย เห็นช่างครกำลังเอาลูกศรลงไฟ แล้วเล็งด้วยหางตา ดัดให้ตรง จึงเรียนถามว่า “คนพวกนี้เป็นใครครับ”

พระสารีบุตร : “เป็นช่างคร”

สามเณร : “พวกเขาทำอะไรกันครับ”

พระสารีบุตร : “เขาเอาลูกศรลงไฟแล้วดัดให้ตรง”

สามเณร : “ลูกศรมันมีจิตใจไหมครับ”

พระสารีบุตร : “ไม่มีจิตใจหรอก สามเณร”

สามเณรคิดว่า “ถ้าคนเราสามารถดัดลูกศรซึ่งไม่มีจิตใจให้ตรงได้แล้ว ไฉนจักไม่อาจบังคับจิตใจของคนให้มั่นคง เพื่อนำเพ็ญกรรม”

ครั้นเดินต่อไปอีกนิด เห็นคนตากไม้ทำเครื่องใช้ต่างๆ อยู่ สามเณรจึงเรียนถามพระสารีบุตรว่า  
“พวกนี้ใครครับ”

พระสารีบุตร : “ช่างไม้ สามเณร”

สามเณร : “เขาทำอะไรกันครับ”

พระสารีบุตร : “เขาเอาไม้ทำล้อพาหะ”

สามเณร : “ไม่มีจิตใจไหมครับ”

พระสารีบุตร : “ไม่มีจิตใจ”

สามเณรคิดว่า “ถ้าคนเรากากไม้ที่ไม่มีจิตใจ ทำเป็นล้อ เป็นอะไรได้ เหตุไร คนมีจิตใจ  
จะไม่อาจบังคับจิตใจของคนให้มันคงต่อการปฏิบัติธรรมคิดได้ดั่งนั้น จึงกล่าวกับพระสารีบุตรว่า  
“ท่านครับ ถ้าท่านถือบาตรได้ กระผมจะขอกลับก่อนครับ”

พระสารีบุตรรับบาตรจากสามเณร ไปปิดเขบาตรแต่เพียงลำพัง ปล่อยให้สามเณรกลับ  
ก่อนตามปรารถนาสามเณรเมื่อกลับไปแล้ว ได้นั่งทำจิตใจสงบ มีอารมณ์หนึ่งเดียว ไม่ฟังชาน  
พิจารณากายของคน เพื่อให้เข้าใจ สภาพจริงของชีวิตในระหว่างนั้น พระสารีบุตรกลับจาก  
บิณฑบาตร กำลังจะเอาอาหารไปให้สามเณรฉัน แต่พระพุทธรูปองค์ทรงเห็นว่า ถ้าปล่อยให้  
พระสารีบุตรเข้าไปตอนนี้ อาจจะเป็นการรบกวนสามเณรที่กำลังเจริญสมาธิวิปัสสนาอยู่ พระองค์  
จึงไปประทับยืน อยู่ที่ซุ้มประตูแล้วถามปัญหา ๔ ข้อ ให้พระสารีบุตรตอบ เพื่อว่าเมื่อสามเณรได้  
ยินก็จะสามารถรู้ตาม จนบรรลุอรหัตตผลได้เลย

พระพุทธรูปองค์ตรัสถามพระเถระว่า “สารีบุตร เธอได้อะไรมา?”

พระสารีบุตร : “ได้อาหารมา พระเจ้าข้า”

พระพุทธรูปเจ้า : “อาหารทำให้เกิดอะไร?”

พระสารีบุตร : “เวทนา (ความรู้สึก) พระเจ้าข้า”

พระพุทธรูปเจ้า : “เวทนา (ความรู้สึก) ทำให้เกิดอะไร?”

พระสารีบุตร : “รูป พระเจ้าข้า”

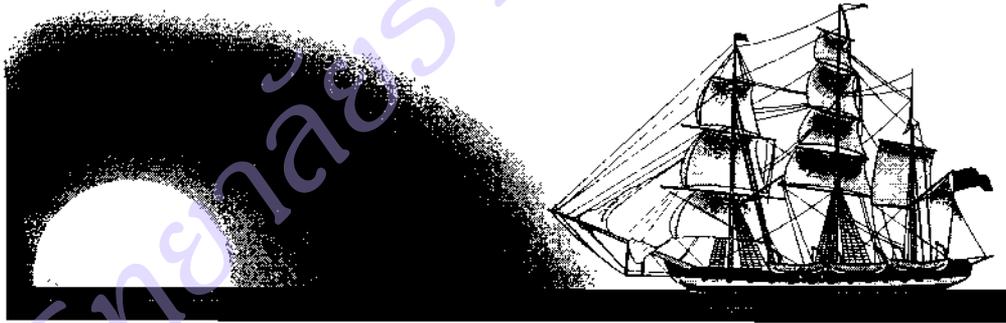
พระพุทธรูปเจ้า : “รูป ทำให้เกิดอะไร?”

พระสารีบุตร : “ผัสสะ (การกระทบ) พระเจ้าข้า”

อันอาหารนั้น เมื่อคนหิวกินเข้าไปแล้วย่อมกำจัดความหิวของเขาได้ ทำให้เขาอึดมี  
ความรู้สึกเป็นสุข (สุขเวทนา) ความรู้สึกเป็นสุขทำให้มีรูปร่างผิวพรรณผ่องใส ไม่เศร้าหมอง  
(รูป) และผู้ที่ยึดความสุขกายสุขใจนั้น จะนั่งจะนอน มันก็สบายไปหมด ไม่อึดอัดขัดข้อง  
(สุขสัมผัส)สามเณรได้ติดตามปัญหาที่พระสารีบุตรตอบ และได้รู้เห็นตามนั้นก็ได้รับบรรลุพระ  
อรหัตตผล เป็นอรหันต์ตั้งแต่ยังเป็นสามเณร พร้อมทั้งมีความแตกฉานในธรรมอีกด้วยพระพุท  
ธูปก็ได้ตรัสแก่ภิกษุทั้งหลายว่า “ภิกษุทั้งหลาย! บัณฑิตชนนั้น เมื่อเห็นคนไขน้ไปจากเหมือง  
เห็นช่างครกำลังตัดลูกศรให้ตรง เห็นช่างไม้กำลังตากไม้ เพียงแค่นี้แล้วถือเป็นเรื่องที่ต้องพิจารณา  
ให้เข้าไปถึงชีวิต ค่อยๆ ฝึกตน ย่อมเป็นพระอรหันต์ได้ไม่ยาก”

กสิกรยอมไขน้ำเข้านา  
ช่างศรยอมตัดลูกศร  
ช่างไม้ยอมถากไม้  
บัณฑิตยอมฝึกฝน

จากหนังสือ พุทธวาที ในพระไตรปิฎก  
ของไพโรจน์ อยู่มณเฑียร  
สำนักพิมพ์สุขกายใจ พ.ศ. ๒๕๓๖ กทม.



**เอกสารประกอบคำบรรยายที่ 8.3**  
**เรื่อง พระโศภทายี ใช้เวลาทั้งชีวิตยังไม่พบความสำเร็จ**  
**(ศึกษาค้นคว้าน้อยทำให้ด้อยปัญญา)**

พระโศภทายี ท่านเป็นพระที่บวชแล้วไม่ค่อยจะได้ร่ำเรียนอะไร ไม่ใส่ใจในคำสอน และเพราะเหตุนี้ จึงทำให้ท่านทำอะไรผิดๆ ถูกๆ ทุกครั้งที่ท่านไปสวดงาน ท่านจะต้องสวดผิดสวดถูกเป็นประจำ บางทีสวดๆ ไปได้หน่อยหนึ่งก็ต้องหยุดและจบแค่นั้น เพราะส่วนที่เหลือจำไม่ได้ พระสูตรต่างๆ ที่พระองค์ได้ทรงสั่งสอนเป็นประจำในโรงธรรมท่านไม่ค่อยจะสนใจ เรื่องมันถึงได้เป็นอย่างนี้และที่หนักไปกว่านั้นก็คือ ท่านมักสวดผิดงาน งานที่เป็นมงคลจะต้องใช้พระสูตรที่เกี่ยวข้องกัน แต่ท่านดันไปเอาพระสูตรในงานอวมงคลมาสวด ส่วนงานที่เป็นอวมงคล ท่านกลับไปเอาพระสูตรที่เกี่ยวกับงานมงคลมาสวด กลับตาลปัตรกันไปหมด ทำให้ญาติโยมเอือมระอาเต็มที แต่ท่านก็ไม่ปรับปรุงตัวปล่อยไปตามเรื่องวันนั้นได้มีการพูดถึงเรื่องของพระโศภทายีในโรงธรรมและในตอนท้าย พระองค์ได้ตรัสวาทีข้างต้นนั้นแล

คนสติบับฟังน้อย  
 เมื่อแกย้อมแก่เหมือนโคตึก  
 คือร่างกายเขาเจริญ  
 แต่ปัญญาหาเจริญไม่

จากหนังสือพุทธชาติ ในพระไตรปิฎก  
 ของ ไพโรจน์ อยู่มณเฑียร  
 สำนักพิมพ์สุขกายใจ พ.ศ.๒๕๓๖ กทม.

## เอกสารประกอบคำบรรยายที่ 8.4

### เรื่อง ทางแห่งความสำเร็จ

ทางแห่งความสำเร็จ ควรดำเนินชีวิตอย่างมีสติ รู้เท่าทันโลก และพยายามสร้างลักษณะชีวิตของตนเองให้มีคุณธรรมเหล่านี้

1. ความซื่อสัตย์ - ดัชนีแห่งความสำเร็จ
  2. ความยุติธรรม - หลักคุณธรรมนำความสำเร็จ
  3. รักษาคำพูด รักษาสัญญา - ความมั่นคงแห่งความสำเร็จ
  4. ชนะความไร้วินัย - พลังสำคัญสู่ความสำเร็จ
  5. ความต่อมใจ - มิตรสำคัญสู่ความสำเร็จ
  6. การเรียนรู้ตลอดชีวิต - ศักยภาพสู่ความสำเร็จ
  7. ความกล้าหาญ - หนทางพิชิตความสำเร็จ
  8. ความเอาใจจริงเอาใจ - พลังก้าวสู่ความสำเร็จ
  9. ความอดทน พากเพียร - พลังยืนหยัด ความสำเร็จ
  10. ความเสียสละ - คุณค่ายิ่งใหญ่แห่งความสำเร็จ
- นักเรียนอาจจำสั้นๆ ว่า รักงาน สู้งาน ใส่ใจงาน และทำงานด้วยปัญญา และมีวินัย

#### สี่ประกอบ เรื่อง ทางแห่งความสำเร็จ

##### อิทธิบาท ๔

อิทธิบาท ๔ เครื่องทำให้สำเร็จ

ทุกสิ่งเสร็จซึ่งมีเหลือวิสัย

ฉันทะเส้าเข้าจิตคิดพอใจ

เพียรสิ่งใดวิริยะกะสิ่งนั้น

ข้อคำนึงพึงคิดคือจิตตะ

เอาธุระทุกอย่างที่สร้างสรรค์

วิมังสาไตร่ตรองของสำคัญ

ทุกสิ่งอันจักเสร็จสำเร็จลง

## ใบความรู้ ความรู้ คือ อำนาจ

ผู้ใดก็ตาม หากมีความรู้เชี่ยวชาญในเรื่องใดเรื่องหนึ่งมากกว่าคนอื่น ย่อมกลายเป็นบุคคลที่มีอำนาจเหนือกว่าคนอื่นในที่นั้น เพราะความรู้เชี่ยวชาญ ทำให้เกิดอำนาจภายในคน ซึ่งทำให้คนอื่นเชื่อฟัง เกรงกลัว หรือเกรงใจ เรียกว่าอำนาจจากความรู้เชี่ยวชาญ

- คนไข้มองต้องเชื่อฟังหมอ
- ลูกความต้องเชื่อฟังและปฏิบัติตามคำแนะนำของทนายความ

### การสร้างนิสัย

- ต้องเป็นคนรักการอ่านและติดตามวิทยาการแผนใหม่
- กระตือรือร้นที่จะเรียนรู้ในสิ่งใหม่ๆ
- ต้องเรียนรู้ที่จะเลือกรับสิ่งที่สนับสนุนความสำเร็จในชีวิต
- เรียนรู้เพิ่มพูนปัญญาที่มีใช้เพื่อเงินทองเท่านั้น

ยอมเป็นคนโง่เสียวันนี้ ดีกว่าจะโง่ต่อไปในวันข้างหน้า

ควรตระหนักไว้เสมอว่า ความซื่อสัตย์เป็น  
บ่อเกิดแห่งความน่าเชื่อถือและความไว้วางใจ

“สัจจะนะ กิตติ บัปปิโถติ”

คนได้เปรียบ เพราะความสัตย์

เกียรติยศย่อมมาจากการกระทำที่สุจริต

สามก๊ก ฉบับบริหาร

ทุกคนสามารถได้รับความสำเร็จที่ยั่งยืนในชีวิตนี้ได้จากความซื่อสัตย์ หากดำเนินชีวิตด้วยความระมัดระวัง และฝึกตนเอง เริ่มตั้งแต่ความคิด การกระทำ และในทุกๆ การตัดสินใจ ความซื่อสัตย์ของเราในวันนี้ คือ ดัชนีชี้วัดความสำเร็จที่ยั่งยืนในวันข้างหน้าที่เป็นอนาคตของลูกหลานไทย

|                         |                  |
|-------------------------|------------------|
| เสียสละจนตัวดำ          | วงศ์หงส์         |
| เสียศักดิ์สิทธิ์ประสงค์ | สิ่งรู้          |
| เสียรู้เร่งดำรง         | ความสัตย์ ใ้หน้า |
| เสียสัตย์อย่าเสียสู้    | ชีพม้วยมรณา      |

### ใบความรู้

เพลงอิทธิบาท ๔

ฉันทะ คือ ความพอใจ

วิริยะ นั้นไซ้คือความขยัน

จิตตะ ตั้งใจไว้ให้มั่น (ซ้ำ)

วิมังสา นั้นหมั่นนึกตรึกตรอง



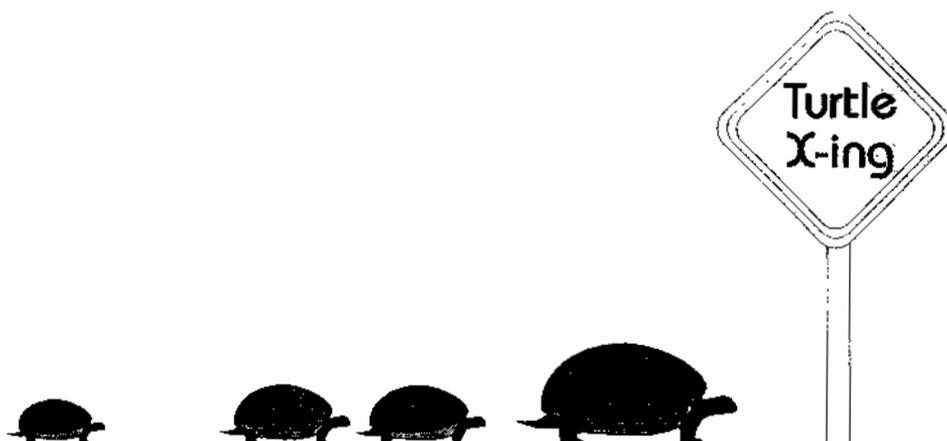
**ใบความรู้**  
**ความยุติธรรม**  
**หลักธรรมนำความสำเร็จ**

“ถ้าคนเราไม่มีความยุติธรรมในใจแล้ว สามารถที่จะปฏิบัติหน้าที่ทุกอย่างเป็นประโยชน์แก่ส่วนรวม และเป็นประโยชน์แก่ตนเอง เพราะว่าความยุติธรรมนี้ก็คือ มีความคิดที่มีเหตุผล”

พระบรมราโชวาทของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช  
พระราชทาน ณ วันที่ ๔ ธันวาคม ๒๕๑๖

นิสัยพื้นฐานที่ตรงกันข้ามกับความยุติธรรม คือ  
ความลำเอียงเข้าข้างตนเอง  
เราต้องสร้างความยุติธรรมในชีวิต  
ด้วยการสร้างความคิดที่มีเหตุผล

ความยุติธรรมนั้นเป็นรากฐานของคุณธรรมที่ดีงาม พึงจำไว้ว่าไม่มีความยุติธรรมใดเกิดขึ้นได้บนพื้นฐานอคติภายในใจเรา ไม่มีความสำเร็จที่แท้จริงหากปราศจากซึ่งคุณธรรมแห่งความยุติธรรม ซึ่งเป็นลักษณะชีวิตที่ทำให้เรา สามารถปฏิบัติหน้าที่ทุกอย่างเป็นประโยชน์แก่ส่วนรวมและตนเองได้สูงสุด ตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ที่ยกมากล่าวข้างต้น



**แผนการจัดกิจกรรมฝึกรอบที่ 9**  
**เรื่อง “อธิษฐานจิต เพื่อชีวิตใหม่”**  
**เวลา 1.30 ชั่วโมง**

**จุดประสงค์**

เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมมีจิตสำนึกในพระคุณของบิดา มารดา และครู อาจารย์ สามารถนำแนวการประพฤติปฏิบัติตนที่ได้จากการอยู่ค่ายคุณธรรม/ค่ายพุทธบุตรไปใช้ใน ชีวิตประจำวัน

**เนื้อหา**

1. การเข้าค่ายพุทธบุตร
2. ความสำนึกที่มีต่อครู
3. ความสำนึกที่มีต่อบิดา มารดา

**แหล่งเรียนรู้และสื่อ**

1. แถบบันทึกลีลาเสียงเพลง แม่, คำนำนม, อิมอุ่น, ไมโกล์ฝั่ง, แก้วตาดวงใจ, พระคุณที่สาม, เด็กเสเพล, ดวงใจแม่ เป็นต้น
2. เอกสารประกอบคำบรรยายชุดที่ 9.1 กลอน ๑ - เรื่องเล่า ๕
3. เอกสารประกอบคำบรรยายชุดที่ 9.2 กลอน ๖ - กลอน ๘
4. ใบงาน
  - ความประทับใจในการเข้าค่ายพุทธบุตร
  - ความรู้สึกที่มีต่อครู
  - ความรู้สึกที่มีต่อบิดา มารดา
5. การประเมินผล
  - 5.1 สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมพิธี
  - 5.2 แบบสอบถาม

## กิจกรรมการฝึกอบรม

### ขั้นเตรียมการก่อนเข้าสู่พิธีการ

1. นำพุทธบุตรเข้าหอประชุม
2. นำสวดมนต์ ไหว้พระ
3. แนะนำนักเรียนเขียนเรียงความ (บทความ) หัวข้อต่อไปนี้
  - การเข้าค่ายพุทธบุตร
  - ความรู้สึกที่มีต่อครู
  - ความรู้สึกที่มีต่อบิดามารดา

โดยให้นักเรียนเลือกเขียนเพียง ๑ หัวข้อเท่านั้น (เอกสารประกอบการบรรยายที่ 9.1 เรื่อง การเขียนบทความ)

4. สร้างแรงจูงใจว่าการเขียนเรียงความ (บทความ) ครั้งนี้จะเป็นประวัติศาสตร์ชีวิตของนักเรียนที่จะบันทึกไว้เป็นลายลักษณ์อักษร ขอให้นักเรียนเขียนจากความรู้สึก และด้วยความตั้งใจจริงการเขียนถือเป็นแนวการศึกษาของพระพุทธศาสนา คือ สุ จิ ปุ ลิ ซึ่งมี คุณค่ามาก

5. ตั้งคณะกรรมการเพื่อคัดเลือก (บทความ) เรียงความตามหัวข้อที่ตั้งไว้

6. จัดที่ให้นักเรียนและครูนั่ง โดยเน้นครูเป็นจุดศูนย์กลาง (ถ้าเป็นนักเรียนชาย-หญิง ควรสลับที่นั่ง และไม่จัดแถวยาวเกินไป)

7. จัดที่นั่งสำหรับพระอาจารย์ที่ทำพิธี จัดเก้าอี้ นั่งในจุดที่มองเห็นผู้เข้าร่วมพิธีได้ทั่วถึง

8. ชี้แจงก่อนเข้าสู่พิธี

- ให้ศีล ๕ และอธิบายเรื่องศีล
- ชี้แจงให้ทราบถึงพิธีที่ผู้เข้าร่วมต้องสงบ ไม่ลุกขึ้นเดินเข้าออก (ขันติบารมี) หรือ

สลับที่นั่ง

- ยินดีกับเพื่อนที่ออกมาอ่านบทความ โดยไม่ต้องปรบมือ หรือสาธุ ให้ใช้ความเงิบ

บูชาเพื่อน

- ให้ส้ารวมกาย วาจา ใจ เพื่อให้เกิดคุณค่าแห่งความตระหนักรู้ในสิ่งที่พระอาจารย์

แนะนำ

- แนะนำพระอาจารย์ผู้นำประกอบพิธี นิมนต์เข้าสู่พิธี

### ขั้นพิธีการ

1. นิมนต์พระอาจารย์ผู้นำประกอบพิธี เข้าสู่พิธี (เอกสารประกอบคำบรรยายที่ 9.2 ในพิธีอธิษฐานจิตเพื่อชีวิตใหม่)

- พระอาจารย์เดินนำครูเข้าสู่ห้องประชุม
- นักเรียนนั่งสลับฟันปลา พิธีกรให้นักเรียนกราบหมอบประมาณ ๒ นาที

2. ให้นักเรียนนั่งตัวตรง หลับตาลงเบา ๆ (เปิดเพลงบรรเลง) กล่าวถึงความเป็นคน ผู้ซึ่งต้องฝึกตนเพื่อให้เกิดคุณค่าใหม่ ในความเป็นมนุษย์ผู้มีใจสูง การใช้เวลาในการฝึกตนครั้งนี้ 2 คืน 3 วัน พิจารณานั่นให้นักเรียนมาพิจารณาตนเอง ดัดเตือนตนเอง และพัฒนากายและจิตของตนเองยิ่ง ๆ ขึ้น

3. ให้นักเรียนลืมหาดขึ้นเพ่งมองไปที่องค์พระประธาน นึกถึงองค์พระประธานไว้ในใจ เพื่อให้ จิตสงบ

4. พิจารณาถึงความคาดหวังของพ่อแม่ ครูคนหลายกลุ่มที่คาดหวังต่อตัวเราในการเดินทางมาเข้าค่ายพุทธบุตรนี้

5. พิจารณาถึงความรู้สึกต่าง ๆ ของนักเรียนที่ได้เข้ารับการอบรมจนสิ้นสุดโครงการคุณธรรมต่าง ๆ ที่ได้รับและแนวทางการดำเนินชีวิตในอนาคตต่อไป

6. เชิญตัวแทนนักเรียน ๓ คน ออกมาอ่านบทความ พิจารณาสรุปตามลำดับ พร้อมทั้งกล่าวสรุปความรู้สึกทั้งหมดในการเข้าค่ายอบรมอีกครั้งโดยมีเนื้อหาในบทความเป็นตัวชี้นำ และเชื่อมโยงไปถึงผู้จัดกิจกรรมในครั้งนี้คือครู

7. ให้นักเรียนหันหน้าเข้าสู่สถานที่ประชุมตรงกลาง (ที่นั่งครู) นักเรียนนั่งพับเพียบเตรียมกราบ

8. นิมนต์พระอาจารย์ เชิญคณะครูตั้งแถวเดินเข้าสู่ห้องประชุม นักเรียนกราบแล้วหมอบรอ (เปิดเพลงพระคุณที่สาม) ครูกราบพระแล้วนั่งหันหน้าเข้าหาหน้านักเรียน นักเรียนนั่งตัวตรงมองมายังคุณครู พิจารณาถึงความหวังโยที่ครูมีต่อศิษย์และมุมมองที่ศิษย์มีต่อครู

9. เชิญตัวแทนนักเรียนออกมาอ่านบทความเรื่องครู และเชิญตัวแทนครูออกมาพูดในหัวข้อศิษย์ที่ครูปรารถนา

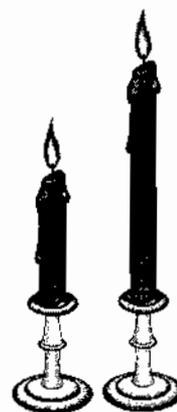
10. พิจารณาสรุปความรู้สึกทั้งสองฝ่าย และให้นักเรียนได้มีโอกาสตั้งจิตอธิษฐานโดยการนั่งตัวตรงพนมมือและหลับตา เพื่อตั้งใจมุ่งมั่นจะพัฒนาชีวิตโดยมีครูคอยประคับประคอง (เปิดเพลง ครูคือผู้ให้)

11. จบเพลง อ่านกลอนบทที่ ๔ ให้นักเรียนลืมหาดมองมาที่คุณครู พิจารณาถึงความตั้งใจจริงของนักเรียนที่ได้ตั้งจิตอธิษฐานเกิดมีขึ้นมาได้โดยการกลับไปประพฤติปฏิบัติจริงที่โรงเรียน เพื่อความเป็นศิษย์ที่ดีและมีอนาคตที่สดใส

12. นักเรียนที่อยู่ใกล้ครูเข้าไปกราบครู (กราบที่ตักครู ครูให้พร) แล้วกลับมานั่งที่เดิม พิจารณาพูดเสริมการให้พรของครูถือเป็นสิริมงคล และเพื่อเป็นสักขีพยานในการตั้งใจจริงของนักเรียนเอง

13. เปิดเพลง (อ้อมอกแม่) พิจารณาถึงการหวังโยของครู หวังโยได้ถึงเพียงนี้ รักได้ถึงเพียงนี้ แม้เป็นเพียงครู แต่ยังมีบุคคลสำคัญมากในชีวิตของเรา ที่รอการกลับไปของ นักเรียนคนที่ให้ชีวิตกับนักเรียน พูดถึงพ่อแม่ ผู้ให้ชีวิตให้โอกาสให้ทุกสิ่งทุกอย่างแก่นักเรียน อ่านกลอนที่ ๕

14. ให้ตัวแทนนักเรียนคนที่ ๑ อ่านเรียงความ (บทความ) พิธีกรรมรูปเพิ่มเติม  
 - นักเรียนคนที่ ๒ - ๓ อ่านเรียงความ พิธีกรรมรูปเพิ่มเติม เปิดเพลง (อิมฮุ่น) หรือ  
 พูดถึงความตั้งใจจริงที่จะทำให้พ่อแม่ยิ้มเอิบใจ รู้สึกปีติสุขกับการเป็นลูกที่ดีของนักเรียน พิธีกรรม  
 อ่านบทกลอนที่ ๖  
 - ให้นักเรียนนั่งตัวตรง พนมมือตั้งอธิษฐานจิต จะเป็นลูกที่ดีของพ่อแม่  
 อ่านกลอนที่ ๘ (เปิดเพลงคำน้านม)
15. พระอาจารย์ผู้เป็นประธานในพิธีกล่าวสรุปการตั้งตนเป็นลูกที่ดีของพ่อแม่ และศิษย์  
 ที่ดีของครู
16. พิธีกรกล่าวถึงภาพรวมในการเข้าค่าย และสิ่งที่จะเป็นประโยชน์แก่นักเรียนในการที่  
 จะนำคำสั่งสอนไปปฏิบัติ เพื่อให้นักเรียนมีที่พึ่ง และเป็นเพื่อนที่ดีของเพื่อน พลเมืองที่ดีของ  
 ประเทศชาติ ศาสนิกชนที่ดีของพระพุทธศาสนา
17. พระอาจารย์ในพิธีกล่าวเสริม ให้โอวาท
18. เชิญ / นิมนต์ประธานในพิธีให้โอวาท กล่าวปิดการประชุม
19. พิธีกร / พระอาจารย์ประธานในพิธีให้พรนำสวดมนต์ไหว้พระ กราบพระเพื่อเป็นศิริมงคล  
 อาจเปิดเพลงทำดีได้ดี หรือบทสวดมนต์
20. นักเรียนลุกขึ้นเดินออกจากหอประชุมด้วยอาการสำรวม



## เอกสารประกอบคำบรรยายชุดที่ 9.1 เรื่อง การเขียนบทความ

- แนะนำการเขียน/หัวข้อ/วิธีการเขียนบทความ

### หัวข้อการเขียน

1. ความประทับใจการเข้าค่ายพุทธบุตร
  2. ความประทับใจคุณครู
  3. ความประทับใจคุณพ่อ คุณแม่
- เลือกเขียน ๑ หัวข้อ (ไม่ต้องแจ้งว่าจะมีการอ่านในที่ประชุม)

### ประเด็นการเขียน

1. ความประทับใจการเข้าค่ายพุทธบุตร (ค่ายพุทธธรรม) เขียนถึง ภาพรวมของการเข้าค่ายตั้งแต่รับทราบ เดินทางมาเข้าค่าย พักค้าง กิจกรรมทั้งหมดได้ความรู้และได้ปฏิบัติธรรมข้อไหนบ้าง ข้อแนะนำเพิ่มเติมในการจัดกิจกรรมเข้าค่ายและสิ่งที่จะนำกลับไปปรับใช้ในชีวิต

2. ความประทับใจคุณครู ความรู้สึกที่มีต่อครู ตั้งแต่เริ่มมีครูในชีวิตจนถึงปัจจุบัน เคยทำสิ่งผิดพลาดหรือผลเสียจากการไม่เชื่อครู และแนวทางการที่จะแก้ไข ความรู้สึกชื่นชม ภูมิใจที่มีต่อครู และความตั้งใจที่จะปฏิบัติตนต่อการศึกษายังไง

3. ความประทับใจคุณพ่อ คุณแม่ เมื่อได้มาเข้าค่ายเราได้รับความรู้ เรื่องพระคุณของคุณแม่อย่างไรบ้าง เรามีความรู้สึกต่อพ่อแม่อะไร ข้อบกพร่องที่เรามีต่อท่าน จะตั้งใจเปลี่ยนแปลงแก้ไขอย่างไร ความรู้สึกดีที่มีต่อท่านจะเพิ่มเติมและรักษาไว้ได้อย่างไร

### วิธีการคัดเลือกบทความ

1. พิจารณาจากความตั้งใจในการเขียน (คัด)
2. พิจารณาจากเนื้อความ (กรอง)
3. พิจารณาจากเนื้อหาที่เขียนจากความรู้สึกที่จะเป็นการชี้้นำความรู้สึกที่ตระหนักรู้ในหัวข้อที่เลือก ความตั้งใจที่จะเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ดีขึ้น (กลั่น)

### วิธีคัดเลือกบทเพลง

เพลงครู คัดจากบทเพลงหลักที่มีอยู่สำหรับเปิดตอนกราบครู และบรรยายสรุป  
เพลงเกี่ยวกับพ่อ-แม่ คัดจากเนื้อหาในบทเพลงเพื่อให้สอดคล้องกับบทความที่นักเรียน

อ่าน

## ตัวอย่างเพลงประกอบพิธี “อธิษฐานจิตเพื่อชีวิตใหม่”

### แก้วตาดวงใจ

จากดวงดาวแห่งความศรัทธา กำเนิดเข้ามาด้วยความรักยิ่งใหญ่ เจ้าคือแก้วตาดวงใจ  
สายใย ลูกโซ่แห่งชีวิตผ่านลมฝน ผ่านร้อนผ่านหนาว ได้ร่มเงาบ้านเราเคยพักพิง ลูกเอ๋ย..เจ้า  
เคยพร้อมทุกสิ่ง บางสิ่งหายไปจากใจ แม่เจ้าเหมือนแก้วตาด่วนลาพ่อลาเจ้าไป ลูกรักจงอย่าได้  
หวั่นเกรง เพลงที่แม่เคยกล่อม จากนี้พ่อจะร้องเองใครจะมาข่มเหงไม่มีวัน \*หลับเกิดหนาแก้วตา  
ดวงใจ หลับให้สบายไม่นานคงพบกัน จากไกลไม่ใช่ชั่วนี้รันดร์ สักวันพ่อจะตามไป  
คุ้มครอง...(ซ้ำ \*)

### ลูกแม่

กว่าจะคลอด กว่าจะคลาน กว่าจะผ่านโตมาคิดดู ที่ฉันมีเลือดนักรู้ เพราะเคยอยู่ในท้อง  
ชานา ฉันเกิดมาจากความรัก โตมาจากน้ำใจ รักของแม่บริสุทธิ์สดใสและยิ่งใหญ่สูงส่งจน ยาม  
ฉันเจ็บแม่เจ็บกว่าฉัน แม่บอกรับแม่ทุกข์แม่ทน ยามมีไข้แม่ไถ่ถอน ก่อนจะนอนแม่สอนสวด  
มนต์ \* สอนให้มิน้ำใจให้คนทุกคน สอนให้มีความรักให้คนทุกคน แม่ห่วงลูกอยู่ทุกแห่งหน แม่  
อ่อนโยนดับความ ตี้อติง.....

พระคุณแม่มากเกินคนนับ ลูกขอกราบด้วยความซาบซึ้ง รักของแม่ยังติดตรึง เป็นคน  
ดีที่หนึ่งในดวงแด่ลูกจะทนบนทางชีวิตไม่ทำผิดไม่อ่อนแอ ทุกข์ปานใดลูกจะไม่ยอมแพ้จะเป็น  
คนดีของแม่ของสังคม (ซ้ำ \*,—) (ถึงทุกข์ใจลูกจะไม่ยอมแพ้จะเป็นคนดีของพ่อของสังคม)

### เรือมนุษย์

ชีวิตคนวุ่นวาย ตีร้ายมักปะปน คนทุกคนดิ้นรนเพื่อตนเอง ความรัก โลก โกรธ หลง ตี  
ซ้ำไม่หวั่นเกรง ตัวของเรานั้นเองทำวุ่นวาย ... ตั้งนาวาส่องลอย ลอยอยู่กลางคลื่นลม มีสิทธิ์จม  
เพราะลม หรือจมเพราะตัวเรา คลื่นลมแรงเท่าไร หมั่นใช้ความดีข่มไว้ เราก็คือแค่คนทน  
ต่อไป... ชีวิตมีที่มา ใครสร้างมาอย่างไร เวนและกรรมทำไว้ชดใช้กันเพียงลดความอยากมี ทำให้  
ดีต่อกัน เรือมนุษย์ลำนั้นไม่อับปาง

### อ้อมอุ่น

อุ่นใดๆ โลกนี้มีมีเทียบเทียม อุ่นอกอ้อมแขนอ้อมอกแม่ตะกอง รักเจ้าจึงปลุก รักลูกแม่  
ยอมห่วงใย ไม่อยากจากไปไกลแม่เพียงครึ่งวัน ให้กายเราใกล้กัน ให้ดวงตาใกล้ตา ให้ดวงใจเรา  
สองเชื่อมโยงผูกพัน... อ้อมใดๆ โลกนี้มีมีเทียบเทียม อ้อมอก อ้อมใจ ให้เจ้าเป็นเด็กดี ให้เจ้ามีพลัง  
ให้เจ้าเป็นความหวังของแม่ต่อไป ไซ้เพียงอ้อมท้องที่ลูกรำร้องเพราะต้องการโออุ่น อุ่นโอ

รัก อุ่นละมุน ขอน้ำนมอุ่นจากอกให้ลูกดื่มกิน

### ไม้ใกล้ฝั่ง

พ่อแม่ก็แก่เฒ่าจำจากเจ้าอยู่ไม่นาน  
 จะพบจะผองพาน เพียงเสี้ยววานของคืนวัน  
 ใจจริงไม่อยากจะจากก็ยังอยากเห็นลูกหลาน  
 แต่ชีพมิทนทาน ยอมร่ำวราวนสลายไป  
 ขอเถิดถ้าสงสาร อย่างกล่าวชวนให้เข้าใจ  
 คนแก่ชะแล่ววัย จิตผลอโผล่ไม่แน่นอน  
 ไม่รักก็ไม่ว่า เพียงเมตตาช่วยอาหาร  
 ให้กินและให้นอนคลายทุกข์ผ่อนพอสุขใจ  
 เมื่อยามเจ้าโกรธซึ่ง มินึกถึงเมื่อเยาว์วัย  
 ร้องไห้ยามป่วยไข้ได้ใครเล่าเฝ้าปลอบโยน  
 เฝ้าเลี้ยงจนเติบโตใหญ่ แม้เหนื่อยกายก็ยอมทน  
 หวังเพียงให้ได้ผลเติบโตจนสง่างาม  
 ขอโทษถ้าทำผิดขอให้คิดทุก ๆ ยาม  
 ใจแท้มีแต่ความหวัง ติดตามช่วยอวยชัย  
 ต้นไม้ที่ใกล้ฝั่ง มีหรือหวังอยู่นานได้  
 วันหนึ่งคงล้มไป ทั้งฝั่งให้วังเวง



คำขอขมาต่อพระอาจารย์  
สำหรับผู้เข้าฝึกอบรมในวันปิดการอบรม

อาจารย์ ปะมาเทนะ, ทะวารัตตะเยนะ กะตั้ง,  
สัพพัง อะปะราธัง ขะมะตุ โน ภันเต, อายะตัง สัจจะราเย.

ความประพฤติดีผิดล่วงเกินอันใด, ที่ข้าพเจ้าทั้งหลายได้กระทำด้วยความพลั้งเผลอ  
ประมาท, ต่อท่านเจ้าคุณอาจารย์, จะทางกายก็ตาม, ทางวาจาก็ตาม, ขอให้ท่านเจ้าคุณ  
อาจารย์, จงดลโทษนั้นแก่ข้าพเจ้าทั้งหลายผู้เป็นศิษย์, เพื่อความไม่มีโทษ, และเพื่อความ  
สำรวมระวังต่อไป.

สวคมนตรีทำวัตรเช้า

หมายเหตุ

คำบาลีในวงเล็บใช้สำหรับผู้สวดภาวนาที่เป็นสตรี

เริ่มด้วยการบูชาพระรัตนตรัยว่า

โย โส ณะคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ สวากขาโตเยนะ ณะคะวะตา รัมโม สุปะฏิ  
ป็นโน ยัสสะ ณะคะวะโต สาวะกะสังโฆ ติมมะยัง ณะคะวันตัง สะรัมมัง สะสังฆัง  
อิเมหิ สักกาเรหิ ะถาระหัง อาโรปีเตหิ อะภิปูชะยามะ สาธุ โน ภันเต ณะคะวา  
สุจิระปะริ นิพพุโตปิ ปังณิมาชะนะ ตานุกัมปะ มานะสา อิเม สักกาเร ทุกคะ  
ตะปิณณา การะภูเต ปะฎีกคัณหาคู อัมหากัง ทีมะรัตตัง หิตายะ สุชายะ

(แต่ถ้าแบบธรรมยุตพระเถระจะเริ่มจากที่นี่)

อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ณะคะวา

พุทฺธัง ณะคะวันตัง อะภิวาเทมิ (กราบ)

สวากขาโต ณะคะวะตา รัมโม

รัมมัง นะมัสสามิ (กราบ)

สุปะฏิป็นโน ณะคะวะโต สาวะกะสังโฆ

สังฆัง นะมามิ (กราบ)

(เฉพาะแบบธรรมยุต-ผู้สวดนำกล่าวผู้เดียวว่า ยะมัมหะ โข มะยัง ณะคะวันตัง สະระณัง  
 คคะตา โย โน ณะคะวา สัตถา ยัสสะ จะ มะยัง ณะคะวะโต ชัมมัง โรเจมะ อิเมหิ สักกาเรหิ  
 ตัง ณะคะวันตัง สะสัทชัมมัง สะสาวะกะสังฆัง อะภิปุชะยามะ)

### ปุปพะภาคนมการะ

(ผู้สวดนำเริ่มว่า หันทะ มะยัง พุทธัสสะ ณะคะวะโต ปุพพะภาคะนะมะการัง กะ  
 โรมะ เส)

(ว่าพร้อมกัน\*\*\*)

\*\*\*นะโม ตัสสะ ณะคะวะโต อะระหะโต สัมมา สัมพุทธัสสะ (๓ จบ)

### พุทธานิฉิตติ (การสวดสรรเสริญพระพุทธเจ้า)

(ผู้สวดนำเริ่มว่า หันทะ มะยัง พุทธานิฉิตติง กะโรมะ เส)

โย โส ตะถาคะโต อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ

วิชาจะระณะสัมปันโน สุคะโต โลกะวิทู อะนุตตะโร

ปุริสัทธัมมัสาระถิ สัตถา เทวะมะนุสสานัง

พุทโธ ณะคะวา โย อิมัง โลกัง สะเทวะกัง สมาระกัง

สะพรหมะกัง สัสสะมะณะพราหมะณัง ปะชัง สะเทวะมะนุสสัง

สะยัง อะภิญญา สัจฉิกัตถา ปะเวเทสิ โย ชัมมัง เทเสสิ อาทิกัลยาณัง

มัชฌะกัลยาณัง ปะริโยสานะ กัลยาณัง สาคถัง สะพัญญะนัง เถวะละปะ

ริปัญณัง ปะริสุทัง พรหมะจะริยัง ปะกาเสสิ ตะมะหัง ณะคะวันตัง อะภิปุชะ

ยามิ ตะมะหัง ณะคะวันตัง สิริสะ นะมามิ (กราบ)

**ชัมมาภิกขุติ**

(ผู้สวดนำเริ่มว่า หันตะ มะยัง ชัมมาภิกขุติง กะโรมะ เส)

โย โส สวากขาโต ภะคะวะตา ชัมโม

สันติภูฏิโก อะกาลิโก เอหิปัสสิโก โอปะนะยิโก

ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิ

ตะมะหัง ชัมมัง อะภิปุชะยามิ ตะมะหัง ชัมมัง สิระสา นะมามิ (กราบ)

**สังฆาภิกขุติ (การสวดสรรเสริญพระสงฆ์)**

(ผู้สวดนำเริ่มว่า หันตะ มะยัง สังฆาภิกขุติง กะโรมะ เส)

โย โส สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ

อุชุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ

ญายะปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ

สามีจิปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ

ยะทิหัง จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัญจะ ปุริสะปุคคะลา

เอสะภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ

อาหุเนยโย ปาหุเนยโย ทักขิเนยโย อัญชะลิกะระณิโย

อะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสะ

ตะมะหัง สังฆัง อะภิปุชะยามิ

ตะมะหัง สังฆัง สิระสา นะมามิ (กราบ แล้วนั่งกราบ)

**รัตนัตถ์ปโปณามคาถา (คาถานอบน้อมพระรัตนตรัย)**

(ผู้สวดนำเริ่มว่า หันตะ มะยัง ระตะนัตถะยัปปะณา มะคาถาโย เจวะ สังวะคะวัตถุ

ปะริทีปะกะปาฐัญจะ ภะณามะ เส)

พุทโธ สุตฺตโธ กะรุณามะหังคะโว

โยจันตะสุทฺธัพพะระญาณะ โลจะ โน

โลกัสสะ ปาปูปะกิเลสะฆาตะโก

วันทามิ พุทชัง อะหะมาทะเรนะ ตั้ง  
 รัมโม ปะทีโป วิยะ คัสสะ สัตถุโน  
 โย มัคคะ ปากามะตะ เกทะภินนะโก  
 โลกุตตะโร โย จะ ตะทัตตะทีปะโน  
 วันทามิ รัมมัง อะหะมาทะเรนะ ตั้ง  
 สังโฆ สุเขตภยะติ เขตตะสังญญโค  
 โย ทิฏฐะสันโต สุคะตานุโพธะโก  
 โลลัปปะทีโน อะริโย สุเมธะโส  
 วันทามิ สังฆัง อะหะมาทะเรนะ ตั้ง  
 อิจจะเวเมกัณตะภิปุระเนชยะกัง วัตถุตตะยัง  
 วันทะยะตาสังฆะยัง ปุญญัง มะยา ยัง  
 มะมะ สัพพะปัททะวา มา โหนตุ เว คัสสะ ปะภาวะสัทธา

#### สังเวคปริกิตตนาปาฐะ (คำแสดงความสังเวช)

อิระ ตะถาคะโต โลก อุปปีนโน  
 อะระหัง สัมมาสัมพุทธโธ  
 รัมโม จะ เทสีโต นิชยานิโก  
 อุปะสะมิโก ปะรินิพพานิโก สัมโพธะคามิ สุคะตัมปะเวทิตโต  
 มะขันตัง รัมมัง สุตวา เอวัง ชานามะ  
 ชาตีปี ทุกขา ชะราปี ทุกขา มะระณัมปี ทุกขัง  
 โสกะปะริทเวะทุกขะ โทมะนัสสุปายาสาปี ทุกขา  
 อัปปิเยหิ สัมปะ โยโค ทุกโข ปิเยหิ วิปปะ โยโค ทุกโข  
 ยัมปิจฉัง นะ ละภะติ คัมปี ทุกขัง  
 สัจจิตเตนะ ปิณฺฑูปาทานักขันธา ทุกขา  
 เสยยะถิทัง รูปูปาทานักขันโธ เวทะนุปาทานักขันโธ  
 สัตถุอุปาทานักขันโธ สังขารูปาทานักขันโธ

วิญญาณูปาทานักขันโท เยสังปะริญญาอะ ฐะระมาโน โส ณะคะวา  
 เอวัง พะหุลัง สาวเก วินนติ  
 เอวัง ภาคา จะ ปะนัสสะ ณะคะวะโต สาวะเกสุ  
 อะนุสาสะนี พะหุลา ปะวัตตะติ  
 รุปัง อะนิจจัง เวทะนา อะนิจจา สันญญา อะนิจจา  
 สังขารา อะนิจจา วิญญาณัง อะนิจจา  
 รุปัง อะนัตตา เวทะนา อะนัตตา สันญญา อะนัตตา  
 สังขารา อะนัตตา วิญญาณัง อะนัตตา  
 สัพเพ สังขารา อะนิจจา สัพเพ รัมมา อะนัตตาติ  
 เต (ตา) มะยัง โอตินณามหะ ชาตียา ชะรามะระณะนะ  
 โสเกหิ ปะริเทเวหิ ทุกขะหิ โทมะนัสเสหิ อุปายาเสหิ  
 ทุกโขตติณณา ทุกขะปะเรตา อัมเปวะนามิมัสสะ เกวะลัสสะ  
 ทุกข์กัณฐัสสะ อันตะกิริยา ปัญญาเขตติ  
 จิระปะรินิพพุตัมปิ ตัง ณะคะวันตัง สะระณังคะตา  
 รัมมัญจะ ภิกขุสังฆัญจะ ตัสสะ ณะคะวะโต สาสะนัง ยะถาสะติ ยะถาพะลัง  
 มะนะสิกะ โรมะ อะนุปะฏิปัชชามะ สา สา โน ปะฏิปัตติ  
 อิมัสสะ เกวะลัสสะ ทุกข์กัณฐัสสะ อันตะกิริยาอะ สังวัตตะตุ

\*จบทำวัตรเช้า แต่อาจต้องด้วยคาถากรวดน้ำตอนเช้าดังนี้ (มีข้อสังเกตว่ามีหลายสำนวนด้วยกันและจะไม่เหมือนกัน)

**สัพพปัตติทานคาถา (กรวดน้ำระลึกพระคุณ)**

(ผู้นำสวดเริ่มว่า หันทะ มะยัง สัพพะปัตติทานะคาถาโย ณะณามะ เส)  
 ปุญญัสสิทานิ กะตัสสะ ยานัญญานิ กะตานิ เม  
 เตสัญจะ ภาคิโน โหนตุ สัตตานิันทาปะปะมาณะกะ  
 เข ปิยา คุณะวันตา จะ มัยหัง มาตาปีดาทะโย  
 ทิฏฐา เม จาปะยะทิฏฐิ วา อัญญะ มัชฌัตตะเวริโน

สัตตา ตัญญันติ โลกัสมิง เต ภูมมา จะตุโยนิกา  
 ปัญจะจะตุ โวการา สัังสะรันตา ภาวภาเว  
 ญาตัง เย ปัตติทานัมเม อะนุโมทนต์ุ เต สะยัง  
 เย จิมัง นัปปะชานันติ เทวา เตสััง นิเวทะชุง  
 มะชา ทินนานะ ปุญญานัง อะนุโมทณะะ เหตุนา  
 สัพเพ สัตตา สะทา โหนตุ อะเวรา สุชะชีวิน  
 เจมัพปะทัญจะ ปโปปนตุ เตสาสา สีขมะตัง สุภา

(จบแล้วกล่าวเพิ่มว่า)

อระหัง สัมมาสัมพุทโธ ภาคะวา  
 พุทธัง ภาคะวันตัง อะภิวาเทมิ (กราบ)  
 สวากขาโต ภาคะวะตา ชัมโม ชัมมัง นะมัสสามิ (กราบ)  
 สุปะฏิปันโน ภาคะวะโต สาวะกะสังโฆ สังฆังนะมามิ (กราบ)  
 มาตาปิตุอุปัฏฐานัง อะหัง วันทาเมมิ (กราบ)  
 คะรุปีชฌายะอาจารย์ชะคุณัง อะหัง วันทาเมมิ (กราบ)

ที่มา ([www.salatham.com](http://www.salatham.com))



หลวงปู่แหวน สุจิณฺโณ  
 วัดดอยแม่ปั๋ง จ.เชียงใหม่

ชื่อ - ฉายา : หลวงปู่แหวน สุจิณฺโณ

เกิด : 16 มกราคม 2430

คติธรรม คำสอนสำคัญ :

ของเก่าปิดปิดความจริง ตัดอดีต อนาคตลงให้หมด จิตตั้งอยู่ใน  
 ปัจจุบัน รู้ในปัจจุบัน ละในปัจจุบัน ทำในปัจจุบัน แฉงอยู่ใน  
 ปัจจุบัน ไม่มีสติ ไม่มีปัญญา ไม่มีความเพียร ไม่มีความสำเร็จ

## สวดมนต์ทำวัตรเย็น

### หมายเหตุ

คำบาลีในวงเล็บใช้สำหรับผู้สวดภาวนาที่เป็นสตรี  
เริ่มด้วยการบูชาพระรัตนตรัยว่า

อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ภาวะะวา

พุทฺธัง ภาวะะวันตัง อะภิวาเทมิ (กราบ)

สวากขาโต ภาวะะวะดา รัมโม

รัมมัง นะมัสสามิ (กราบ)

สุปะฏิปันโน ภาวะะวะโต สวาจะกะสังโฆ

สังฆัง นะมามิ (กราบ)

(เฉพาะแบบธรรมยุติ-ผู้สวดนำกล่าวผู้เดียวว่า ะมะหะ โห ะยัง ภาวะะวันตัง สะระฉัง  
คะตา โย โน ภาวะะวา สัตถา ยัสสะ จะ ะยัง ภาวะะวะโต รัมมัง โรเจมะ อิเมหิ สักกาเรหิ  
ตัง ภาวะะวันตัง สะตัทธัมมัง สะสวาจะกะสังฆัง อะภิปูชะยามะ)

### ปูพพะภาคนมการ

(แบบธรรมยุตผู้สวดนำเริ่มว่า หันทะทานิ มะยันตัง ภาวะะวันตัง วาจายะ อภิกายิตุง

ปูพพะภาคะ นะมะการัญเจะ พุทธานุสสะตินะยัญจะ กะ โรมะ เส)

(แบบมหานิกายผู้สวดนำเริ่มว่า หันทะ มะยัง พุทธัสสะ ภาวะะวะโต ปูพพะภาคะนะมะกา  
รัง กะ โรมะ เส)

นะ โม ตัสสะ ภาวะะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทฺธัสสะ (ว่า ๓ จบพร้อมกันแล้ว  
กราบ 3 ครั้ง)

### พุทธานุสสติ

(ผู้สวดนำเริ่มว่า หันทะ มะยัง พุทธานุสสติดินะยัง กะโรมะ เส)  
 ตั้ง โข ปะนะ ณะคะวันตัง เอวัง ถัลยาโณ กิตติสัทโท อัททกคะโต  
 อิติปิโส ณะคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทธโธ วิชชาจะระณะสัมปันโน สุคะโต  
 โลกะวิทู อะนุตตะโร ปุริสะทัมมะสาระถิ สัตถาเทวะมะนุสสาณัง พุทธโธ ณะ  
 คะวาติ

### พุทธานุสสติ

(ผู้สวดนำเริ่มว่า หันทะ มะยัง พุทธานุสสติง กะโรมะ เส)  
 พุทธะวาระหันตะวะระคาทิกุณณิกุโต สุทธานุญาณะกะรุธาหิ สะมาคะตัตโต  
 โพเธสิ โย สุชนะตังกะมะลังวะ สุโร วันทามะหัง ตะมะระณัง สีระสา ชินนัง  
 พุทธโธ โย สัพพะปาณีนัง ตะระณัง เขมะมุตตะมัง ปะฐะมานุสสติฐาณัง วันทามิ  
 ตัง สีระนะหัง พุทธัสสาหัสสิ ทาโส (ทาสี) วะ พุทธโธ เม สามิกิสสะโร พุทธโธ  
 ทุกข์สสะ มาตา จะ วิธาดา จะ หิตัสสะ เม พุทธัสสาหัง นิยาเทมิ สะรีริญชีวิตัญ  
 จิหัง วันทันโตหัง (ตีหัง) จะริสสามิ พุทธัสสะวะ สุโพธิตัง นัตถิ เม ตะระณัง  
 อัญญัง พุทธโธ เม ตะระณัง ะรัง เอนะจะ สัจจะวัชเณะ วัชเณยัง สัตถุสา  
 สะเน พุทธัง เม วันทามาเนนะ (มานายะ) ยังปญญัง ปะสุตัง อิตะ  
 สัพเพปิ อันตะระยา เม มาहेสุง ตัสสะ เตชะสา  
 (หมอบกราบแล้วสวดดังนี้ หนึ่งครั้ง)  
 กาเยนะ วาจาเยนะ ะเจตะสา วา พุทธะ กุกัมมัง ปะกะตัง มะชายัง  
 พุทธโธ ปะฎีกคัณหะตุ อัจจะ ยันตัง กาลันตะเร สังวะริตุง ะพุทเธ

### ธัมมานุสสติ

(ผู้สวดนำเริ่มว่า หันทะ มะยัง ธัมมานุสสติดินะยัง กะโรมะ เส)  
 สวาภาโต ณะคะวะตา ธัมโม สันทิฏฐิโก อะกาลิโก เอหิปัสสิโก  
 โอปะนะยิโก ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูสีติ

### ธัมมาภิกขิตติ

(ผู้สวดนำเริ่มว่า หันทะ มะยัง ธัมมาภิกขิตติง กะโรมะ เส)

สวากขาตะคาคาทิกุณเฑโยคะวะเสณะ เสยโยโย มัคคะปาเกปะริยัตติวิโมกขะเกโท  
 ธัมโม กุโถกะปะตะนา ตะทะธาริธาริ วันทามะหัง ตะมะหะรัง ะระธัมมะเมตัง  
 ธัมโม โย สัพพะปาณีนัง สะระณัง เขมะมุตตะมัง ทุติยานุสสะติฏฐานัง วันทามิ  
 ตัง สิระนะหัง ธัมมัสสาหังสมิ ทาโส (ทาสี) ะ ธัมโม เม สามิกิสสะโร ธัมโม  
 ทุกขัสสะ ฆาตา จะ วิธาตา จะ หิตัสสะ เม ธัมมัสสาหัง นียยาเทมิ สะริรัญญีชีวัตถุ  
 จิหัง วันทันโตหัง (ดีหัง) จะริสสามิ ธัมมัสเสวะ สุธัมมะตัง นัตถิ เม สะระณัง  
 อัญญัง ธัมโม เม สะระณัง ะรัง เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ วัชเฌยยัง สัตถุ สาสะเน  
 ธัมมัง เมวันทามานะ (มานายะ) ยัง ปุญญัง ปะสุตัง อิธะ  
 สัพเพปิ อันตะรายา เม มาहेสุง ตัสสะ เตชะสา  
 (หมอบกราบแล้วสวดดังนี้ หนึ่งครั้ง)

กาเยนะ วาจาเย ะ เจตะสา वा      ธัมเม กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง  
 ธัมโม ปะภิกคัณหะตุ อัจจะยันตัง      กาลันตะเร สัจจะริตุง ะ ธัมเม

### สังฆมานุสสติ

(ผู้สวดนำเริ่มว่า หันทะ มะยัง สังฆมานุสสะตินะยัง กะโรมะ เส)

สุปะฏิปันโน ะคะวะโต สวาระกะสังโฆ  
 อุกุปะฏิปันโน ะคะวะโต สวาระกะสังโฆ  
 ญายะปะฏิปันโน ะคะวะโต สวาระกะสังโฆ  
 สามิจิปะฏิปันโน ะคะวะโต สวาระกะสังโฆ  
 ยะทิหัง จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัญฐะ ปุริสะปุคคะลา  
 เอสะ ะคะวะโต สวาระกะสังโฆ  
 อายุเนยโย ปาหุเนยโย ทักขิเนยโย อัญฐะลิกะระณีโย  
 อะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสา ติ

## สังฆาภิกษิ

(ผู้สวดนำเริ่มว่า หันทะ มะยัง สังฆาภิกษิติง กะโรมะ เท)

สัทธัมมะโช สุปะฏิปัตติคุณาทัตโต โยถฐัพพะโช อะริยะปุคคะละสังฆะเสฏฐโฐ  
 สีลาทิสัมมะปะวะราสะยะกายะจิตโต วันทามะหัง ตะมะริยานะกะณัง สุสุทฐัง  
 สังโฆ โย สัพพะปาณินัง สะระณัง เขมะมุตตะมัง ตะติยานุสตะติฐฐานัง วันทามิ  
 ตัง สิเรนหัง สังฆัสสาหสมิ ทาโส (ทาสี) วะ สังโฆ เม สามิกิสสะโร สังโฆ  
 ทุกข์สสะ มาตา จะ วิธตา จะ -หิตัสสะ เม สังฆัสสาหัง นิยยาเทมิ สะวีริญชี  
 วิตัญญิหัง วันทันโตหัง (ตีหัง) จะริสสามิ สังฆัสโสปะฏิป็นนะตัง นัตถิ เม สะ  
 ระณัง อัญญัง สังโฆ เม สะ-ระณัง ะรัง เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ วัชฌะยัง สัตถุ  
 สาสะเน สังฆัง เม วันทะมานะนะ (มานายะ) ยัง ปุญญัง ปะสุตัง อิระ  
 สัพเพปิ อันตะรายา เม มาเหตุง ตัสสะ เตชะสา  
 (หมอบกราบแล้วสวดดังนี้ หนึ่งครั้ง)

กาเยนะ วาจาเย เจตะสา วา สังฆะ กุกัมมัง ปะกะตัง มาชา ยัง

สังโฆ ปะภิกคัณหะตุ อัจจะยันตัง กาลันตะเร สังวะริตุง ะ สังฆะ

ที่มา ([www.salatham.com](http://www.salatham.com))



หลวงปู่ฝั้น อาจาโร  
 วัดป่าอรัญญิกะ ว.ส.น.บ.บ.

ชื่อ - ฉายา : หลวงปู่ฝั้น อาจาโร

เกิด : 20 สิงหาคม 2442

คติธรรม คำสอนสำคัญ :

บุญกุศลนั้นก็ไม่ใช่อื่นไกล ก็ได้แก่ทานบารมี ศีลบารมี ภาวนา  
 บารมีนี้แหละ ท่านก็รู้อยู่แล้ว คือการสละหรือการละการวาง ผู้ใด  
 ละมาก วางได้มาก ก็เป็นผลานิสงส์มาก ผู้ใดวางได้น้อย ละได้  
 น้อย ก็มีผลานิสงส์น้อย

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี

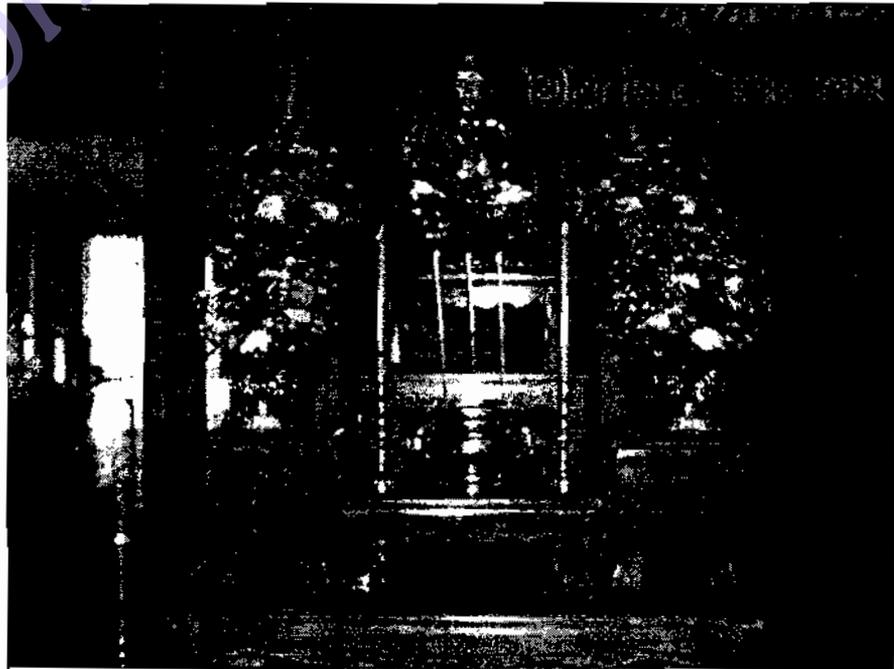
ภาคผนวก ง

ภาพกิจกรรมการฝึกอบรม

นักเรียนลงทะเบียนเข้ารับการศึกษาอบรม



นักเรียนเข้าสู่ห้องประชุม



ประธานในพิธีและแขกผู้มีเกียรติ



ประธานในพิธีและแขกผู้มีเกียรติ



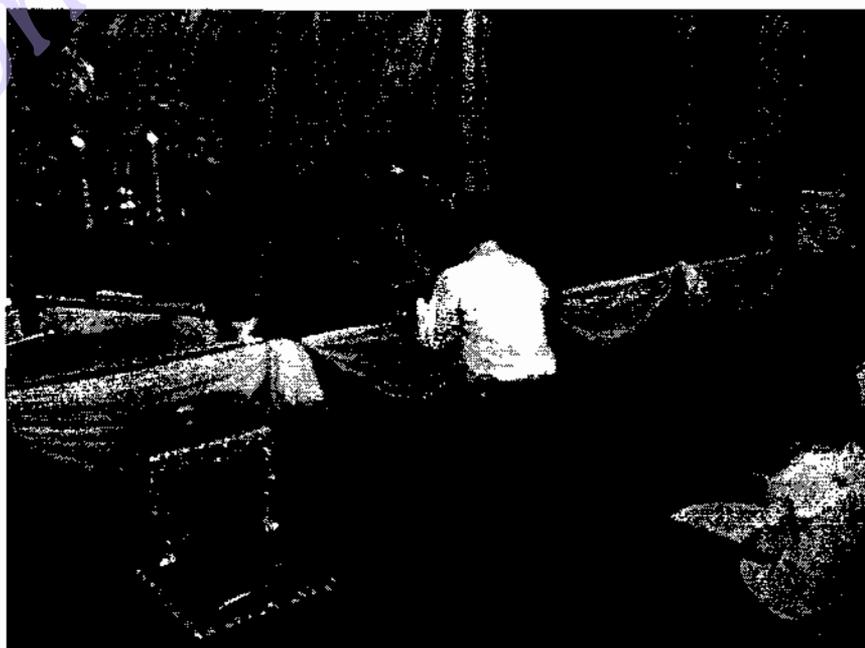
พิธีเปิดประธานจุดเทียนธูป



บรรยากาศพิธีเปิด



บรรยากาศพิธีเปิด



เจ้าคณะอำเภอให้อิวาสแก่นักเรียน



นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียน



### บรรยากาศในการเรียนรู้



### บรรยากาศในการเรียนรู้



### กิจกรรมการเรียนรู้ตามฐานการเรียนรู้



กิจกรรมการเรียนรู้ตามฐานการเรียนรู้



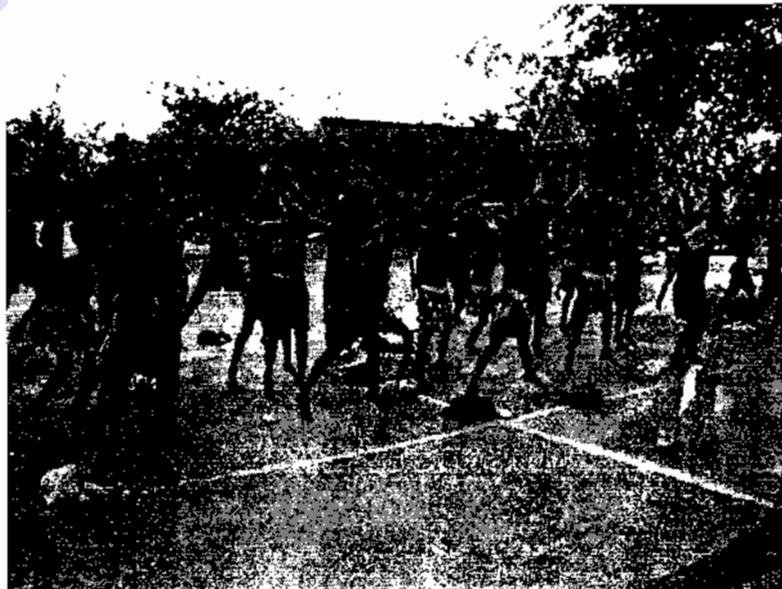
บรรยากาศในการเรียนรู้จากการชมวิดีโอ



### กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์



นักเรียนชายออกกำลังกายตอนเย็น



บรรยากาศยามเย็น



การรับประทานอาหาร



การรับประทานอาหาร



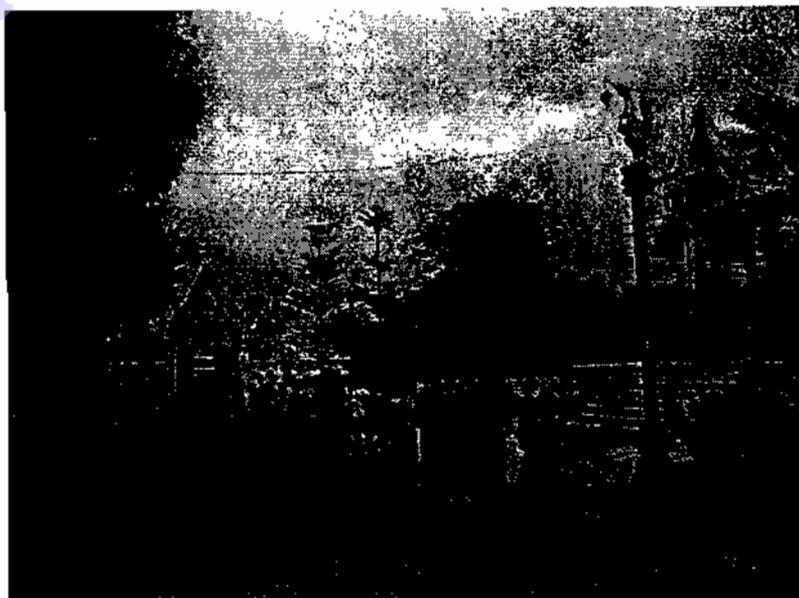
ทำวัตรสวดมนต์แม่เมตตา



กิจกรรมฝึกสมาธิ



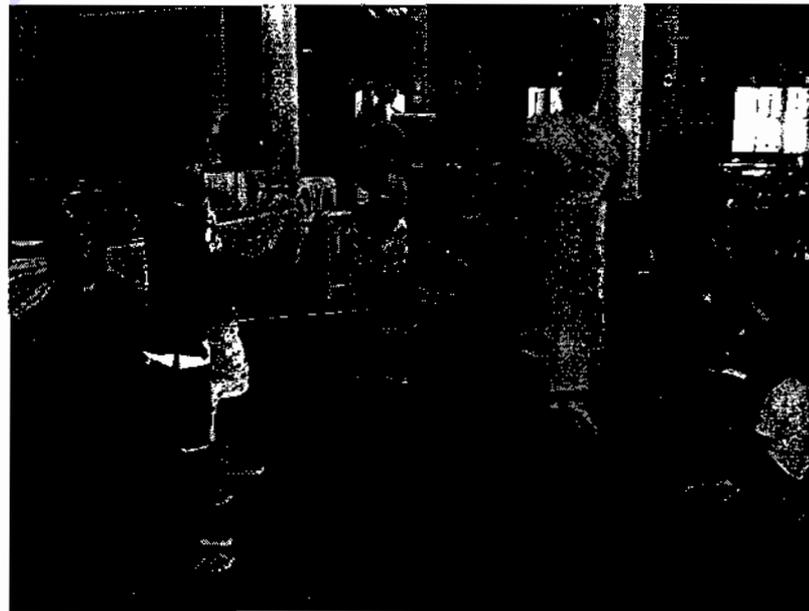
### กิจกรรมยามเช้า



ฝึกสมาธิเดินจงกรม



กิจกรรมมารยาทชาวพุทธ



กิจกรรมฝึกสมาธิเจริญสติ



กิจกรรมระลึกคุณบิดามารดาและผู้มีพระคุณ



บรรยากาศในกิจกรรมระลึกคุณบิดามารดาและผู้มีพระคุณ



บรรยากาศในกิจกรรมระลึกคุณบิดามารดาและผู้มีพระคุณ



บรรยากาศในกิจกรรมระลึกคุณบิดามารดาและผู้มีพระคุณ



กิจกรรมแสดงบทบาทสมมติ



กิจกรรมแสดงบทบาทสมมติ



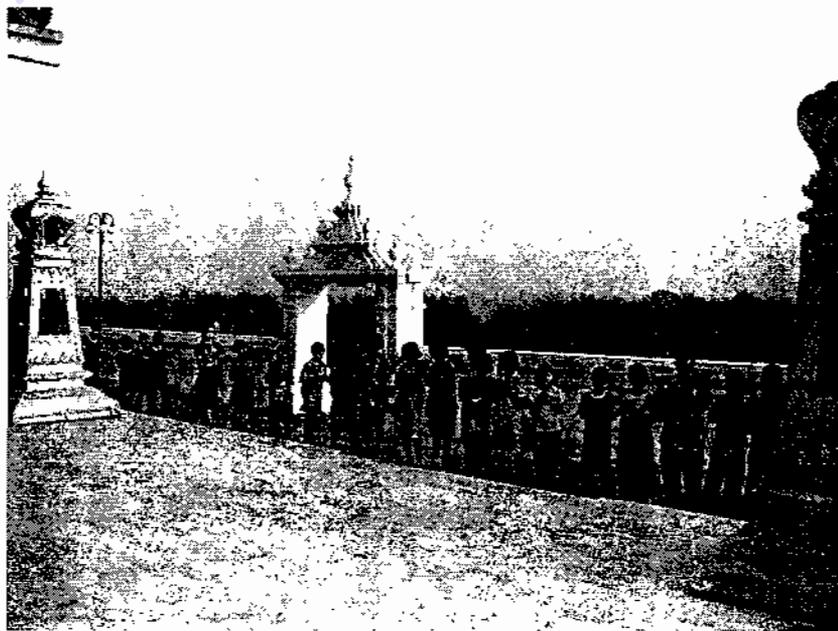
กิจกรรมตอนกลางคืน



กิจกรรมกายบริหารยามว่าง



กิจกรรมเรียนรู้หอโบสถ์



กิจกรรมเรียนรู้บนอุโบสถ



### พิธีปิดค่ายฝึกอบรมยุวพุทธ



พิธีปิดค่ายฝึกอบรมยุวพุทธ



ภาคผนวก จ

แสดงตารางการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์  
สำเร็จรูป SPSS

ตาราง แสดงค่าคะแนนเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของแบบวัดเจตคติที่มีต่อหลักสูตรฟิสิกอบรม

|                |         | VAR00001 | VAR00002 | VAR00003 | VAR00004 | VAR00005 | VAR00006 | VAR00007 | VAR00008 | VAR00009 | VAR00010 |
|----------------|---------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| N              | Valid   | 67       | 67       | 67       | 67       | 67       | 67       | 67       | 67       | 67       | 67       |
|                | Missing | 2        | 2        | 2        | 2        | 2        | 2        | 2        | 2        | 2        | 2        |
| Mean           |         | 3.4925   | 3.6716   | 4.6119   | 4.0896   | 3.8209   | 4.3284   | 4.4030   | 3.9701   | 3.9701   | 4.0000   |
| Std. Deviation |         | .95937   | .99068   | .62656   | .99592   | .85148   | .74647   | .73977   | .79716   | .95299   | .90453   |

Statistics

| VAR00011 | VAR00012 | VAR00013 | VAR00014 | VAR00015 | VAR00016 | VAR00017 | VAR00018 | VAR00019 | VAR00020 | เฉลี่ย |
|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|--------|
| 67       | 67       | 67       | 67       | 67       | 67       | 67       | 67       | 67       | 67       | 67     |
| 2        | 2        | 2        | 2        | 2        | 2        | 2        | 2        | 2        | 2        | 2      |
| 4.3731   | 4.7612   | 4.1045   | 3.5821   | 3.7313   | 4.6119   | 4.1493   | 3.8209   | 4.3284   | 3.9851   | 4.0903 |
| .84988   | .49511   | .85519   | .80055   | .88046   | .62656   | .85730   | .85148   | .74647   | 1.09396  | .42348 |

ตาราง แสดงผลการเปรียบเทียบความรู้ เรื่อง ต้นแบบชาวพุทธ สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ก่อนและหลังการฝึกอบรม

Paired Samples Statistics

|             | Mean    | N  | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|-------------|---------|----|----------------|-----------------|
| Pair 1 POST | 45.7313 | 67 | 6.97090        | .85163          |
| PRE         | 29.6716 | 67 | 5.09125        | .62200          |

Paired Samples Test

|                   | Mean    | Std. Deviation | Std. Error Mean | 95% Confidence Interval of the Difference |         | t      | df | Sig. (2-tailed) |
|-------------------|---------|----------------|-----------------|---|---------|--------|----|-----------------|
|                   |         |                |                 | Lower                                     | Upper   |        |    |                 |
| Pair 1 POST - PRE | 16.0597 | 8.64428        | 1.05607         | 13.9512                                   | 18.1682 | 15.207 | 66 | .000            |