



รายงานวิจัย

การส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมของนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจ
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

Promotion of Students' Morality at Faculty of Business Administration
Rajamangala University of Technology Srivijaya

ผู้ช่วยศาสตราจารย์เบญจลักษณ์ เข้มคุ้ม Asst. Prof. Benchalak Khemkhum

คณะบริหารธุรกิจ
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

ได้รับการสนับสนุนทุนวิจัยจากมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย
งบประมาณเงินรายได้ ประจำปี พ.ศ. 2558

บทคัดย่อ

หัวข้อวิจัย การส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมของนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย
 ชื่อผู้วิจัย เบญจลักษณ์ เข้มคุ้ม
 หน่วยงาน คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย สงขลา
 ปีงบประมาณ 2558

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาวิธีการส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรมของนักศึกษา เพื่อนำผลที่ได้จากการศึกษาไปประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรมของนักศึกษา คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย ซึ่งการวิจัยในครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ เพื่อศึกษาวิธีการและการจัดกิจกรรมการส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการศึกษาเป็นนักศึกษาสาขาการจัดการทั่วไป ชั้นปีที่ 4 คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยราชมงคลศรีวิชัย จังหวัดสงขลา จำนวน 40 คน การดำเนินการขั้นแรก ซึ่งเป็นการชี้แจงทำความเข้าใจเกี่ยวกับการดำเนินการของการวิจัยให้กลุ่มเป้าหมายเข้าใจ โดยจะมีการจัดกิจกรรมฟังธรรมะบรรยาย เรื่องการให้ทาน การรักษาศีล และการภาวนาโดยพระสงฆ์ มีการฝึกปฏิบัติภาวนาเพื่อการฝึกกายใจให้มีความสงบ และการฝึกนักศึกษาให้มีจิตอาสาโดยการบำเพ็ญประโยชน์ การทำความสะอาดสถานที่ โดยใช้สถานที่ปฏิบัติธรรม ที่พักรักษาตัว ท้าบลเกาะยอ อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษามีความเห็นว่าโครงการนี้มีประโยชน์และสามารถนำสิ่งที่ได้รับไปประยุกต์ในการดำรงชีวิต โดยนักศึกษาเข้าร่วมโครงการ สามารถสรุปสิ่งที่ได้รับและเป็นประโยชน์ได้ดังนี้

1. ได้ฝึกความอดทน, ทำให้ใจเย็น
2. ได้ความรู้, ได้ฝึกวินัยและพัฒนาศีลธรรม
3. ได้ฝึกสมาธิ, เดินจงกรม ก่อให้เกิดปัญญา
4. ได้รับความรู้ทางหลักธรรม
5. ได้รับการฝึกความมีวินัย, สามัคคีในการอยู่ร่วมกัน
6. ได้รับบุญกุศล
7. มีความตั้งใจที่จะทำความดี
8. ได้ฝึกปฏิบัติตนในการควบคุมทั้งกาย วาจา และจิตใจ
9. การทำตนให้ตนให้เป็นประโยชน์ ไม่เห็นแก่ตัว
10. ตั้งตนให้อยู่ในความไม่ประมาท มีสติ

บำเพ็ญประโยชน์เพื่อสังคม (วัดสถานที่สงบ) และได้อบรมกับพระอาจารย์เรื่องศีล 5 ข้อ, การละเว้น, การประพฤตินิยม รวมถึงการทำสมาธิทำให้จิตใจดีขึ้น มีสติ มีสมาธิ มากขึ้นคิดในสิ่งที่ดี ๆ แล้วจะทำให้มีจิตใจที่ดี ใจที่ดีจะเปล่งประกายออกสู่ข้างนอกทำให้ร่างกายเราสดชื่น ผิวพรรณดีไม่ต้องไปปรุงแต่ง การเกิดความสามัคคีในหมู่คณะทำงานร่วมกันเป็นทีม เห็นความมีน้ำใจของเพื่อนช่วง

เหลือกัน มีความเป็นหนึ่งเป็นเดียวกัน ช่วยกันคนละไม้คนละมือจนงานออกมากดี ประสบความสำเร็จ เป็นที่ภาคภูมิใจว่าเราได้มาบำเพ็ญประโยชน์ให้แก่วัดดีกว่าใช้เวลาว่างที่ใช้ไม่เกิดประโยชน์ปล่อยทิ้งไป ทั้งวันๆ และคิดได้ว่ากรที่เราบางครั้งนี้ไม่ใช่ได้กับใครแต่ได้กับตัวเราการฝึกสมาธิไปในตัว รู้จักปล่อยวางมากขึ้นคิดแต่ในสิ่งดีๆไม่ให้อารมณ์หรือจิตใจผู้อื่น

การมีศีลธรรมทำให้เป็นข้อปฏิบัติเพื่อป้องกันไม่ให้ละเมิดต่อสิ่งที่จะทำลายความดีงามแห่งคุณธรรมจริยธรรมให้เสื่อมลงทั้งกฎ ระเบียบ วินัย และจารีตประเพณีที่ดั่งงามของสังคมเมื่อเกิดศีลธรรมนั้นแล้ว ก็จะนำความสงบร่มเย็นลงใจมาสู่ตนเอง ครอบครัว สังคม และคนรอบข้าง ความรู้สึกนี้เป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นหลังกลับมาจากวัดทำให้รู้ว่ามีมนต์เช่นนี้

ในการปฏิบัติธรรมก่อนจะลงมือปฏิบัติธรรมนั้นเราต้องรู้เสียก่อนว่า เราจะทำอะไร ทำเพื่ออะไร จะทำอย่างไรและในระหว่างทำก็ต้องไม่หลงไม่เผลอไปทำในเรื่องอื่นๆ

หัวใจของการปฏิบัติธรรม“เพื่อความพ้นทุกข์” พ้นจะต้องทำความเข้าใจวิธีการปฏิบัติที่ถูกต้องและแนวทางในการปฏิบัติก็จะทำให้เสียเวลาและไปไม่ถึงจุดมุ่งหมาย ปลายทางหรือประสบความสำเร็จ



Abstract

Subject	Promotion of Students' Morality at Faculty of Business Administration Rajamangala University of Technology Srivijaya
Researcher	Assist. Professor Dr.Benchalak Khemkhum
Organization	Faculty of Business Administration, Rajamangala University of Technology Srivijaya
Year of study	2015

The objectives of this research were to study student's morality promotion methods, and to apply the research results in promoting students morality at Faculty of Business Administration Rajamangala University of Technology Srivijaya (RMUTSV). This research was an action research aimed to study methods and activities used to promote morality at RMUTSV. The samples were 40 fourth-year General Management students at FBA, RMUTSV. The research was carried out by explaining the research operation to the targeted samples. This involved listening to monks Dharma lectures on giving alms, practicing the precepts and praying. Playing practice was trained in order to achieve peaceful body and mind. The students were also trained to have public mind through voluntary work, which was cleaning Khao Kut Monastery, Koh Yor, Muang, Songkhla

The research findings were that the students agreed that the project was useful and that they were to apply what was taught in their daily lives. The participating students summarized what they learned from the project as follows :

1. Patience and calmness practice
2. Moral knowledge, discipline and development.
3. Wisdom induced by meditation practice, including walking meditation
4. Moral principles knowledge
5. Self-discipline practice and coexistence in harmony
6. Merit gain
7. Intention to practice good deeds
8. Self-control practice for body, speech and mind
9. Practice of self-sarifice for public and unselfichness
10. Practice of consciousness

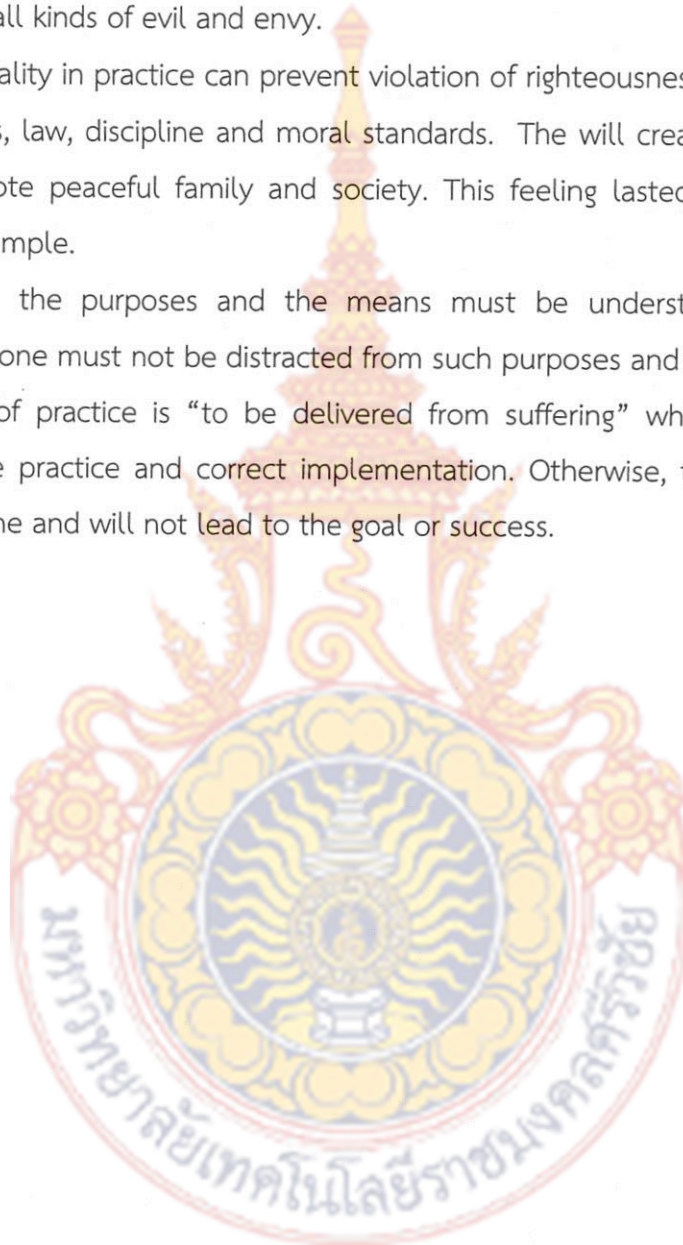
Practicing social work cat a peaceful place together with moral trainings on the five precepts (restraining from sins), and meditation on good thoughts resulted in healthy bodies within, and outward healthy skin, It also promoted unity and teamwork.

Working together and showing kindness to one another lead to success. The participants were proud of their day's work which had been well spent instead of wasting it. They also realised that they themselves benefited most from this activity. This is because they had an opportunity to meditate on good thoughts and deviated their thoughts from all kinds of evil and envy.

Having morality in practice can prevent violation of righteousness and ethics in the forms of rules, law, discipline and moral standards. This will create peace of mind and promote peaceful family and society. This feeling lasted even after returning from the temple.

In practice, the purposes and the means must be understood before starting practice and one must not be distracted from such purposes and means.

The heart of practice is "to be delivered from suffering" which requires understanding of the practice and correct implementation. Otherwise, the practice will be a waste of time and will not lead to the goal or success.



กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความอนุเคราะห์จากงบประมาณประจำปี งบประมาณ 2558 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย ขอขอบพระคุณผู้ให้การสนับสนุนทุนวิจัย คือ คณบดีคณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย สงขลา ขอขอบคุณนักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรมโครงการและให้ข้อมูลประกอบการดำเนินงานวิจัยจนสำเร็จตามวัตถุประสงค์ และขอขอบคุณสำนักส่งเสริมเชาภูมิ ตำบลเกาะยอ อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา ที่ให้ความอนุเคราะห์สถานที่ในการปฏิบัติธรรม

ขอแสดงความสำเร็จครั้งนี้เป็นกตเวทิตาแด่ บิดา มารดา ครู อาจารย์ ญาติ และผู้มีพระคุณทุกท่าน ที่เป็นแรงสนับสนุนให้ผู้วิจัยสามารถจัดทำงานวิจัยฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์

เบญจลักษณ์ เข้มคุ้ม



สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ก
บทคัดย่อภาษาไทย	ข
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ง
สารบัญ	ฉ
สารบัญตาราง	ช
บทที่ 1 บทนำ	
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	6
ขอบเขตของโครงการวิจัย	6
นิยามศัพท์	6
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	7
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับคุณธรรมและจริยธรรม	8
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	14
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	
วิธีการดำเนินการวิจัย	19
บทที่ 4 การส่งเสริมคุณธรรม	
สรุปผลจากการส่งเสริมคุณธรรม	21
บทที่ 5 สรุปผลการ อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	
สรุปผลการ	37
อภิปรายผล	41
ข้อเสนอแนะ	42
บรรณานุกรม	44
ภาคผนวก	45
ภาคผนวก ก แบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัย	46
ภาคผนวก ข ภาพกิจกรรม	48

สารบัญตาราง

ตารางที่ 1

แผนการจัดกิจกรรมการส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมนักศึกษา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย จังหวัดสงขลา

หน้า

20



บทที่ 1 บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สังคมไทยในปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงทุกด้านอย่างรวดเร็ว และจากการพัฒนาประเทศที่ผ่านมา สังคมไทยได้มุ่งความเจริญทางเศรษฐกิจและความก้าวหน้าของเทคโนโลยี โดยได้ละเลยความสำคัญของการพัฒนาทางด้านจิตใจ คุณธรรมจริยธรรม จึงก่อให้เกิดความเสียหาย เกิดปัญหาต่างๆ ที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิต และเป็นที่มาของปัญหาสังคมซึ่งนับวันจะทวีความรุนแรงยิ่งขึ้น โดยเฉพาะในกลุ่มนิสิตนักศึกษาซึ่งเป็นพลังสำคัญในอนาคตของประเทศก็สะท้อนปัญหาดังกล่าวอย่างน่าเป็นห่วงเช่นกัน ดังนั้น จึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งและเป็นหน้าที่ของคนไทยทุกคนที่ต้องร่วมกันแสวงหาแนวทางแก้ไขปัญหาเพื่อสร้างบุคลากรของประเทศที่มีพร้อมทั้งปัญญา ความรู้ และคุณธรรม อันก่อให้เกิดประโยชน์ทั้งส่วนตัว ส่วนรวมและประเทศชาติควบคู่กันไป สถาบันการศึกษาทุกแห่งจึงต้องมีการกิจกรรมในการร่วมพัฒนาศักยภาพของบุคคลให้เป็นคนเก่ง คนดี มีคุณธรรมจริยธรรมและมีความสุขในสังคมยุคโลกาภิวัตน์นี้อย่างเต็มความสามารถ ซึ่งพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชฯ ได้ทรงมีพระราชดำรัสเกี่ยวกับคุณธรรมไว้ 4 ประการ คือ

1. การรักษาความสัตย์ ความจริงใจต่อตนเอง ที่จะประพฤติปฏิบัติแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์และเป็นธรรม
2. การรู้จักข่มใจตนเอง ฝึกใจตนเองให้ประพฤติปฏิบัติ อยู่ในความสัตย์ ความดี
3. การอดทน อดกลั้น อดออม ที่จะไม่ประพฤติล่วงความสัตย์ สุจริต ไม่ว่าจะด้วยเหตุประการใด
4. การรู้จักละวางความชั่ว ความทุจริต และรู้จักเสียสละประโยชน์ ส่วนน้อยของตน เพื่อประโยชน์ส่วนใหญ่ของบ้านเมือง

ปัญหาความเสื่อมถอยในด้านคุณธรรม จริยธรรมของคน ทั้งในระดับนักการเมือง ข้าราชการ หรือ คนในแวดวงอาชีพอื่นๆ ภาพที่เห็นชัดเจนและเป็นข่าวอยู่ทุกวัน ก็คือ การทุจริตคอร์รัปชัน การก่ออาชญากรรม การเสพและการค้ายาเสพติด ซึ่งแพร่ระบาดในกลุ่มเยาวชนไทย ตั้งแต่ระดับประถมศึกษา จนถึงอุดมศึกษา รวมถึงการแต่งกายล่อแหลม ที่เป็นมูลเหตุก่อให้เกิด อาชญากรรมทางเพศของนักศึกษาหญิง การขายบริการทางเพศของนักศึกษา การที่นักศึกษาอยู่ร่วมกันฉันท์สามีภรรยา การทะเลาะวิวาทของนักศึกษาทั้งภายในสถาบันเดียวกันและต่างสถาบัน เหล่านี้เป็นต้น ปัญหาที่เกิดขึ้นในกลุ่มของเยาวชนดังกล่าว ทุกคนต่างลงความเห็นตรงกันว่าเยาวชนไทยของเราขาดการปลูกฝังในด้าน คุณธรรม จริยธรรม อย่างยั่งยืน คือ อาจจะมีอยู่บ้างแต่เป็นแบบฉาบฉวย ไม่เกิดผลที่ยั่งยืน ในขณะที่สังคมไทยต้องการเห็นภาพการพัฒนาเยาวชนไทยไปสู่การเป็นบัณฑิตที่มีคุณภาพ มีความสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ มีสติปัญญา มีความรู้และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ อย่างมีความสุข มีรายงานผลการสำรวจของ ผู้ที่ถูกให้ออกจากงาน เฉพาะในกรณีที่เกี่ยวข้องกับคุณสมบัติของตัวพนักงานเองพบว่า 17 % ถูกให้ออก

งานเพราะขาดทักษะความรู้และประสบการณ์ 83 % ถูกออกจากงานเพราะปัญหาเรื่อง ความประพฤติและบุคลิกภาพ ในขณะที่เดียวกันมีผู้ไปสำรวจความคิดเห็นของผู้ประกอบการ ในการ พิจารณารับคนเข้าทำงานในหน่วยงาน องค์กร สถาบันต่าง ๆ พบว่า ผู้ประกอบการส่วนมากต้องการ บัณฑิตที่มีคุณลักษณะดังนี้คือ มีความขยัน ประหยัด ซื่อสัตย์ อดทน เสียสละ และมีความรับผิดชอบ ซึ่งปรากฏการณ์ในสังคมดังกล่าวมานี้เป็นผลโดยตรงมาจากรื่องของการปลูกฝัง ทางด้านคุณธรรม จริยธรรมทั้งสิ้น

จริยธรรม เป็น หลักความประพฤติ หรือ แนวทางในการปฏิบัติตน ที่ ควรแก่การยึดถือ ปฏิบัติ เพื่อสามารถอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข โดยมีคุณธรรม และ ศีลธรรมเป็นองค์ประกอบ ที่สำคัญ การปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม จึงเปรียบเสมือนการพัฒนาคุณภาพจิตใจที่มีอิทธิพลต่อความ ประพฤติของคน คุณธรรม เป็นสภาวะที่อยากให้เราทำอะไรที่เป็นคุณ ศีลธรรม เป็นสภาวะที่เราห้าม จิตใจของเราไม่ให้ทำในสิ่งผิด หรือบอกไม่ให้อื่นทำ ทั้งคุณธรรมและศีลธรรม จึงเป็นตัวกำหนด ความประพฤติของเราให้ปฏิบัติในสิ่งที่ถูกที่ควร คือ เป็นตัวกำหนดจริยธรรม จริยธรรมที่เกิดขึ้น จึงเป็นผลมาจากศาสนา ที่เกี่ยวข้องกับวัฒนธรรม ประเพณี และกฎหมาย

ศาสตราจารย์ นพ.เชวง เตชะโกศยะ ให้แนวคิดในเรื่องการปลูกฝัง คุณธรรม จริยธรรม ให้กับ เยาวชน เอาไว้ว่า “คนเราถ้าไม่มีความรู้สักผูกพันต่อ พ่อ แม่ ต่องานต่อแผ่นดินและสิ่งแวดล้อมที่มี ต่อเขา จะสอนเท่าใดก็คงไม่มีประโยชน์ เพราะเขาจะเกิดความสำนึกในหน้าที่ ในคุณค่าของชีวิต คุณค่าของความเป็นมนุษย์ ย่อมเป็นไปไม่ได้ เพราะแม้ชีวิตของเขาเอง เขาก็ไม่รับผิดชอบเสียแล้ว เขาจะไปรับผิดชอบในหน้าที่ของเขาที่ต้องทำความดีและให้ความดีแก่สังคมที่ได้รับประโยชน์ได้ อย่างไร ดังนั้น คุณธรรม จริยธรรม จึงเป็นตัวผลที่จะต้องสร้างด้วยเหตุ คือ ให้ความรู้ ความเข้าใจ แก่เขาเป็นอย่างดีนั่นเอง และมีผู้ใหญ่ที่เป็นแบบอย่างที่ดีด้วยการปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม จำเป็นต้องมีครู 3 สถานะ เป็นต้นเหตุ คือ ครูที่บ้าน ครูที่โรงเรียน สถานศึกษา และครูที่เป็นคำสอน ในศาสนา เพราะบุคคล 3 จำพวกนี้หมายถึง (1) บุพการี (2) ครู และ (3) พระสงฆ์ เท่านั้น ที่อยาก เห็นบุคคลอื่นได้ดี ถ้าขาดเหตุหรือเหตุไม่ครบถ้วน ผลคือ คุณธรรม และ จริยธรรม ย่อมเกิดขึ้นไม่ได้ หรือไม่สมบูรณ์นั่นเอง เรามักจะเอาผลกลับมาเป็นเหตุ คือ นำจริยธรรมหรือศีลธรรม ไปสอนเขา โดยตรง จริยธรรม ศีลธรรม และ คุณธรรมอื่นๆ ย่อมเกิดขึ้นไม่ได้ หรือมีขึ้นได้น้อยเต็มที”

ฯพณฯ พลเอกวิจิตร กุลวณิชย์ องคมนตรี ได้แสดงแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมของเยาวชนใน สังคมปัจจุบันเอาไว้ตอนหนึ่งว่า เป็นเพราะคนไทยไม่รักแผ่นดินเกิด ท่านขอร้องให้ครู - อาจารย์ ไป สอนลูกศิษย์ว่า ตื่นนอนตอนเช้าทุกวัน ให้มองหน้าตนเองในกระจก แล้วตั้งคำถาม ถามตนเอง 3 ข้อ (ให้ตอบด้วยความจริงใจ)

1. ตั้งแต่เกิดมาจนถึงวันนี้ เราเคยทำอะไรที่เป็นคุณประโยชน์ต่อแผ่นดินเกิดบ้าง
2. ถ้ายังไม่เคยทำ ให้ถามตนเองต่อว่า แล้วจะเริ่มเมื่อไหร่ เช่น เมื่อถึงวันเกิดวันสำคัญต่าง ๆ เป็นต้น
3. ถ้าไม่เคยทำและยังไม่คิดจะทำ ดังข้อ 1 และ ข้อ 2 ให้ถามตนเองอีกว่า ช่วงชีวิตที่ผ่านมา เคยทำอะไรที่เป็นผลเสียหาย ต่อแผ่นดินเกิดบ้าง และจะเลิกเมื่อใด

คุณธรรมอันดับแรกที่ควรปลูกฝัง คือ ความกตัญญู ซึ่งควรจะได้แสดงออกทั้ง ทางกาย ทางวาจา และทางใจ เป็นวัฒนธรรมทางจิตใจ ที่แสดงออกมาด้วยความดีงาม แต่สิ่งเหล่านี้กำลัง

ถูกทำลาย ด้วยความรีบเร่งจากกระแสวัตถุนิยม และบริโภคนิยมที่ไม่ได้คำนึงถึงวัฒนธรรมทางจิตใจ หากคุณธรรมที่มีอยู่ในจิตใจไม่มั่นคง สิ่งที่แสดงออกมาจากพฤติกรรมของคน ก็ล้วนเป็นสิ่งจอมปลอมทั้งสิ้น การแสดงออกทางกาย วาจา ใจ ที่มีคุณธรรมเป็นที่ตั้งจึงมีส่วนสำคัญในการกลมเกลียวจิตใจ ให้มีความอ่อนโยน สุภาพ นอบน้อม สุขุม รอบคอบ เช่น การกราบไหว้พระแบบเบญจางคประดิษฐ์ ซึ่งเป็นการกราบที่แสดงความเคารพอย่างสูงสุดต่อบุคคลที่ควรเคารพนับถือสูงสุด การวางมือ การยกมือขึ้นเพื่อให้สติดูกับมือ พนมมือที่อกในท่าอัญชลี เป็นการสำรวมใจออกจากปัญหาที่วุ่นวาย การยกมือจรดบริเวณหว่างคิ้วในท่าวันทา เป็นการสำรวมกาย สำรวมวาจา สำรวมใจ กำหนดจิตใจให้เป็นสมาธิ มีความแน่วแน่นมั่นคงในจิตใจ การก้มกราบ ท่าอภิวาท เป็นการปล่อยใจให้ว่างลง สบายอมทั้งกาย และใจให้กับความดี เป็นการลดอัตตาความยึดมั่นถือมั่นในตัวเอง ซึ่งทำที่เหล่านี้จะเป็นส่วนหนึ่งที่ช่วยรักษาสภาพจิตใจให้ตั้งงาม การปลูกฝังให้นักศึกษารู้จักพึ่งตนเองอย่างมีศักดิ์ศรี เป็นคนดี มีวินัย คือ การปลูกฝังให้นักศึกษาได้มีความคิดเห็นที่ถูกต้องและรู้จักคุณค่าของตัวเอง ไม่มีชนชาติใดในโลกที่มีความเจริญงอกงามมั่นคงอยู่ได้ เพราะการรื้อรับความช่วยเหลือของผู้อื่นโดยไม่พึ่งตนเอง ค่าของคนอยู่ที่ผลของงานบนพื้นฐานอุดมการณ์ชีวิต งานคือชีวิต ชีวิต คืองานบันดาลสุข ทำงานให้สนุก เป็นสุขเมื่อทำงานของดีต้องมีแบบ แบบที่ดีต้องมีระเบียบ ระเบียบที่ดีต้องมีวินัย คนที่มีวินัย คือ เคารพตนเอง เคารพผู้อื่น เคารพเวลา เคารพกติกา และเคารพสถานที่ บุญ คือ การละกิเลส

คน + ความดี (คน มี ความดี) = สุข , เจริญ

คน + บุญ (คน มี บุญ) = สุข , เจริญ

คนมีความดี = คนมีบุญ (สุข , เจริญ)

ความดี = บุญ

พระสงฆ์ในพระพุทธศาสนาได้เสนอแนวทางซึ่งทำให้บุคคลนำคุณธรรมมาใช้ในการดำรงชีวิต ได้แก่ พระพรหมคุณาภรณ์ (ประยุทธ์ ปยุตโต) ได้เสนอแนวทางแห่งคุณธรรมที่จะทำให้บุคคลมีความเจริญในชีวิต 7 ประการ ดังนี้

1. รู้จักเลือกหาแหล่งความรู้และแบบอย่างที่ดี
2. มีชีวิตและอยู่ร่วมสังคมเป็นระเบียบด้วยวินัย
3. พร้อมด้วยแรงจูงใจ ใฝ่รู้ ใฝ่สร้างสรรค์
4. มุ่งมั่นพัฒนาตนเองให้เต็มศักยภาพ
5. ปรับทัศนคติและค่านิยมให้สมแนวเหตุผล
6. มีสติกระตือรือร้นตื่นตัวตลอดเวลา
7. แก้ปัญหาและพึ่งพาตนเองได้ ด้วยความรู้คิด

พระพิพิธธรรมสุนทร ได้เสนอปณิธาน 10 ข้อ ที่นำไปสู่ความสำเร็จ ประกอบด้วย

1. ยึดมั่นกตัญญู
2. ใฝ่รู้ใฝ่เรียน
3. มีความเพียรสม่ำเสมอ
4. อย่าผลอใจใฝ่ต่ำ
5. เชื่อฟังคำผู้หลักผู้ใหญ่
6. รักไทยดำรงไทย

7. ใส่ใจในโลกกว้าง
8. ยึดแบบอย่างที่ดี
9. รู้รักสามัคคีตลอดเวลา
10. ใช้ศาสนาเป็นเครื่องดำรงชีวิต

คุณธรรม เพื่อความสวัสดิ์ของชีวิตของ พระมหากษัตริย์ วชิรเมธี(ว. วชิรเมธี) กล่าวว่า สิ่งที่เราควรมี "สติปัญญา" สิ่งที่เราควรแสวงหา "กัลยาณมิตร" สิ่งที่เราควรคิด "ความดีงาม" สิ่งที่เราควรพยายาม "การศึกษา" สิ่งที่เราควรเข้าหา "นักปราชญ์" สิ่งที่เราควรฉลาด "การเข้าสังคม" สิ่งที่เราควรนิยม "ความซื่อสัตย์" สิ่งที่เราควรตัด "อกุศลมูล" สิ่งที่เราควรเพิ่มพูน "บุญกุศล" สิ่งที่เราควรอดทน "การดูหมิ่น" สิ่งที่เราควรยิน "พุทธธรรม" สิ่งที่เราควรจดจำ "ผู้มีคุณ" สิ่งที่เราควรเทิดทูน "สถาบันกษัตริย์" สิ่งที่เราควรขจัด "ความเห็นแก่ตัว" สิ่งที่เราควรเลิกเมาเมา "การพนัน" สิ่งที่เราควรสร้างสรรค์ "สัมมาชีพ" สิ่งที่เราควรเร่งรีบ "การแทนคุณบุพการี" สิ่งที่เราควรปฏิบัติทันที

ดังนั้น การปลูกฝัง คุณธรรม จริยธรรม ให้แก่เยาวชน จึงจำเป็นต้องเริ่มแต่เด็ก และควรทำอย่างต่อเนื่องผ่านทางกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งในและนอกหลักสูตร ตั้งแต่ระดับประถมศึกษา จนถึง ระดับอุดมศึกษา เติบโตเป็นผู้ใหญ่มากขึ้น การปลูกฝังทางด้านคุณธรรม จริยธรรม ยังคงต้องดำเนินต่อไป อย่างเป็นธรรมชาติ เพื่อให้นักศึกษาเป็นทั้ง คนเก่ง คนดี และมีความสุข

การวางแผนการปลูกฝัง คุณธรรม จริยธรรม ให้เกิดขึ้นในตัวผู้เรียน 5 ประการ ดังต่อไปนี้

1. การสอนโดยตรงในรายวิชา
2. การปลูกฝัง คุณธรรม จริยธรรม โดยบูรณาการไว้ในการเรียนการสอน
3. การสนับสนุนส่งเสริมงานด้านกิจการนักศึกษาอย่างเป็นรูปธรรม
4. ผู้สอนต้องประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดีแก่นักศึกษา
5. การให้รางวัลและการยกย่องชมเชยนักศึกษาที่ทำความดี กระทำตนเป็นประโยชน์แก่สังคม

แนวทางในการประเมินด้าน คุณธรรม จริยธรรม ของนักศึกษา 3 ประการ ดังต่อไปนี้ (1) ผู้สอนกับผู้เรียนร่วมกันกำหนด คุณธรรม จริยธรรม ที่พึงประสงค์ และควรได้รับการปลูกฝัง หรือแก้ไขโดยเร่งด่วน โดยอาจกำหนดเป็นบทบัญญัติ เช่น ความซื่อสัตย์ การตรงต่อเวลา การเห็นประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตน เป็นต้น (2) ควรมีการวางแผนร่วมกับผู้เรียนในการกำหนดเกณฑ์การประเมินด้านคุณธรรม จริยธรรม ที่จะพิจารณาจากสิ่งใดบ้างในการประเมิน (ตัวบ่งชี้) และให้นำหนักความสำคัญอย่างเป็นรูปธรรม และ (3) การกำหนดหรือเลือกเครื่องมือและวิธีการเพื่อใช้ในการประเมิน คุณธรรม จริยธรรม ของผู้เรียน เช่น การสังเกตพฤติกรรมของผู้เรียน แบบบันทึกผลการสังเกต การประเมินตนเองของผู้เรียน การประเมินโดยเพื่อน การประเมินโดยอาจารย์ผู้สอน หรือการใช้แฟ้มสะสมงาน ฯลฯ

ที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ เป็นตัวอย่างของการปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม ให้แก่ นักศึกษา แต่สิ่งที่จะต้องคำนึงอีกประการหนึ่ง คือ ความถี่ในการปฏิบัติ ตามหลักจิตวิทยาของมนุษย์ต้องมีการเรียนรู้ โดยการตอกย้ำหลายครั้ง อย่างไรก็ตาม ในยุคปัจจุบันปัญหาที่เกิดขึ้นกับนักศึกษามีมากมาย การปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม ให้แก่นักศึกษาจึงจำเป็นต้องดำเนินการ ควบคู่กันไปกับการพัฒนาในส่วนอื่น ๆ ครู - อาจารย์ จึงเป็นผู้ที่มีบทบาทอย่างมาก นอกเหนือจาก บิดา มารดา ญาติพี่น้องและสถานะแวดล้อมอื่นๆ ในสังคม ซึ่งในเรื่องนี้ พระพรหมคุณาภรณ์ (ประยูร ธมฺมปญฺโญ) ได้กล่าวถึง

บทบาทของครู - อาจารย์ในยุคของการเปลี่ยนแปลงทางสังคมในปัจจุบันเอาไว้ว่า ครู - อาจารย์จะต้องทำหน้าที่เป็นหลักสำคัญให้กับ นักศึกษา 2 อย่าง คือ ชี้นำชีวิตที่ติงามแก่นักศึกษา และ ปลุกความเป็นนักศึกษาให้ตื่นขึ้น ให้เป็นผู้ใฝ่รู้ ใฝ่เรียนดั่งนั้น ครู - อาจารย์ ในสถาบันอุดมศึกษา คงไม่อาจปฏิเสธภาระหน้าที่ สำคัญในด้านการปลูกฝัง คุณธรรม จริยธรรม ให้แก่นักศึกษา นอกเหนือ จากงานด้านการเรียนการสอนเชิงวิชาการ (จาก มหาวิทยาลัยศรีประทุม <http://blog.spu.ac.th> ค้นเมื่อ 10 กุมภาพันธ์ 2556)

คุณธรรมที่จำเป็นจะต้องพัฒนาให้เกิดขึ้นในกระบวนการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ นับเป็นที่สุดของผลงานด้านคุณธรรมจริยธรรมเพื่อการพัฒนาบัณฑิตนักศึกษาและพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ การศึกษาหลักของคุณธรรมจริยธรรมและการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมที่ใช้ในกระบวนการบริหารและการจัดการศึกษาเพื่อนำความรู้จากแก่นแท้ และการนำไปปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรมในกระบวนการบริหารและการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม ของนิสิตนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง ทั้งนี้ยังมีสาเหตุใหญ่ในปัจจุบัน ได้แก่ ความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาการเทคโนโลยีสมัยใหม่ที่เป็นโลกของสังคมออนไลน์ ทำให้สังคมปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วส่งผลกระทบต่อชีวิตความเป็นอยู่ ความคิดและค่านิยมของเด็กไทยซึ่งปฏิเสธไม่ได้ว่าเด็กไทยจำนวนมากอยู่ในความเสี่ยงต่อการดัดบอบาตตนเองตั้งแต่วัยเยาว์ และแน่นอนที่แนวโน้มความรุนแรงของปัญหานับทวีขึ้น ย่อมอาจดัดบอบาตสังคมไทยได้ด้วย จากการศึกษาที่เราไม่อาจดูแลคุ้มครองใหม่ของเราได้ดีพอ เด็กไทยเหล่านี้ในช่วงวัยของการแสวงหาอัตลักษณ์แห่งตน มีความปรารถนาที่จะสร้างสัมพันธภาพทางสังคมและต้องการประสบความสำเร็จในการพัฒนาตนเองอย่างแท้จริง การพัฒนาจะครบสมบูรณ์นั้น ต้องพัฒนาและให้ความสำคัญต่อจิตวิญญาณและหลักศีลธรรม เพราะการพัฒนาที่แท้จริงต้องการหลายมิติ เพราะมนุษย์มีความซับซ้อน จำต้องเจริญเติบโตทุกๆ ด้านจนกระทั่งเกิดจิตสำนึกห่วงใยต่อมนุษย์ด้วยกัน และอยากทำดีต่อผู้อื่น จึงจะสามารถทำให้มนุษย์ มีความสอดคล้องกันระหว่างความก้าวหน้าทางด้านเทคโนโลยีและศีลธรรม อันจะทำให้มนุษย์ดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างชาญฉลาดและปกติสุข การให้การอบรมด้านคุณธรรมจริยธรรมแก่นักเรียนนี้ จึงเป็นการช่วยให้นักเรียนได้รับการพัฒนาและส่งเสริมศักยภาพในด้านต่างๆ อาทิ ด้านบุคลิกภาพ สังคมจิตวิญญาณ ศาสนา และคุณธรรมหลักอื่น ๆ เพื่อเป็นแนวทางให้นักเรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง เตรียมตัวให้พร้อมในการดำรงชีวิตเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพของประเทศต่อไป

คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย เป็นสถาบันอุดมศึกษาแห่งหนึ่งที่ไม่แตกต่างจากสถาบันการศึกษาอื่น ๆ ที่ต้องเตรียมตัวรับกับปัญหาวิกฤตการณ์ดังกล่าวไม่ว่าจะเป็นด้านการแต่งกายตามแฟชั่นของนักศึกษา การไม่มีระเบียบวินัย การมีเพศสัมพันธ์ระหว่างการศึกษา และมีค่านิยมผิด ๆ ในการคบเพื่อนต่างเพศ การถ่ายคลิปปี้ การตั้งครรภ์ระหว่างเรียน และอื่น ๆ เป็นต้น มหาวิทยาลัยควรจัดให้มีโครงการหรือกิจกรรมต่าง ๆ ที่เน้นให้นักศึกษาตระหนักถึงคุณค่าในตนเอง ความสำคัญของการใช้ชีวิตอย่างถูกต้อง การประพฤติตนอยู่ในศีลธรรมอันดีงาม ทั้งนี้จะต้องได้รับความร่วมมือจากทุกฝ่ายของสถานศึกษา ตั้งแต่ต้นนโยบายของผู้บริหาร การสนับสนุนและความร่วมมือของคณาจารย์ในด้านการจัดการเรียนการสอนและการจัดกิจกรรมด้านการส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรม การดูแลเอาใจใส่เรื่องความประพฤติของนักศึกษา โดยไม่ผลักภาระให้เป็นเรื่องของอาจารย์ที่ปรึกษา หรือฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง ตลอดจนบุคลากรที่เกี่ยวข้องทุกภาคส่วน จะต้องร่วมมือร่วมใจกัน

เป็นที่ปรึกษาและให้คำแนะนำที่ถูกต้องเหมาะสมแก่นักศึกษา ทำให้นักศึกษาสามารถดำเนินชีวิตอยู่ในมหาวิทยาลัยได้อย่างมีความสุข ในการจัดกิจกรรมต้องเปิดโอกาสให้นักศึกษาได้ลงมือปฏิบัติจริงด้วยตนเอง และสามารถวิเคราะห์ พิจารณาผลที่ได้รับจากการปฏิบัติ เกิดความภาคภูมิใจและยินดีที่จะปฏิบัติกิจกรรมด้วยความเต็มใจอันจะส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่ดีขึ้นได้ อย่างไรก็ตาม ผู้วิจัยซึ่งสอนในรายวิชานักศึกษา คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย ได้จัดกิจกรรมการพัฒนาคุณธรรมให้นักศึกษาอย่างน้อยรายวิชาละ 2 ครั้ง ซึ่งขาดความต่อเนื่องในส่วนอื่น ๆ และที่สำคัญคือ ยังขาดการวัดและประเมินผลที่ชัดเจน ดังนั้น ด้วยเหตุผลความจำเป็นดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาแนวทางการส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรมนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาวิธีการส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรมของนักศึกษา คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย
2. เพื่อนำผลที่ได้จากการศึกษาไปประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรมของนักศึกษา คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ เพื่อศึกษาวิธีการและการจัดกิจกรรมการส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย กำหนดขอบเขตของการวิจัย มีดังนี้

กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการศึกษาเป็นนักศึกษาสาขาการจัดการทั่วไป ชั้นปีที่ 4 คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย จังหวัดสงขลา จำนวน 40 คน

การดำเนินการขั้นแรก ซึ่งเป็นการชี้แจงทำความเข้าใจเกี่ยวกับการดำเนินการของการวิจัยให้กลุ่มเป้าหมายเข้าใจ โดยจะมีการจัดกิจกรรมฟังธรรมะบรรยาย เรื่องการให้ทาน การรักษาศีล และการภาวนาโดยพระสงฆ์ มีการฝึกปฏิบัติภาวนาเพื่อการฝึกกายใจให้มีความสงบ และการฝึกนักศึกษาให้มีจิตอาสาโดยการบำเพ็ญประโยชน์ การทำความสะอาดสถานที่ โดยใช้สถานที่ปฏิบัติธรรม ที่พักสงฆ์เขาภูฎี ตำบลเกาะยอ อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรม หมายถึง การจัดโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ โดยให้ความรู้ทางวิชาการด้านคุณธรรมจริยธรรม ได้แก่ การให้ทาน การรักษาศีลห้า การปฏิบัติภาวนา มีการให้ความรู้ด้วยการบรรยายธรรมพร้อมทั้งการปฏิบัติภาวนา คือ การนั่งสมาธิ การยืนอย่างสงบและ

การฝึกเดินจงกรม นอกจากนี้ยังฝึกให้นักศึกษาได้บำเพ็ญประโยชน์โดยการทำความสะอาดบริเวณ ศาลา โรงครัว หอสมุดมนต์ การเก็บกวาดใบไม้ ตกแต่งต้นไม้ เป็นต้น

2. นักศึกษา หมายถึง นักศึกษาซึ่งกำลังศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 4 สาขาการจัดการ คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย สงขลาในภาคเรียนที่ 1 – 2 ปีการศึกษา 2557 เข้าร่วมโครงการจำนวน 40 คน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้แนวทางและวิธีการส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมของนักศึกษาสาขาการจัดการ คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

2. ใช้เป็นแนวทางในการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมให้กับนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย ตามวิสัยทัศน์คณะบริหารธุรกิจที่กล่าวว่า “คณะบริหารธุรกิจเป็นองค์กรการศึกษาที่ผลิตบัณฑิตด้านบริหารธุรกิจที่มีคุณภาพ คุณธรรม จริยธรรม ตอบสนองต่อการเปลี่ยนแปลงด้านธุรกิจและเศรษฐกิจ



บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยเรื่อง การส่งเสริมคุณธรรม และจริยธรรมของนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และได้นำเสนอตามหัวข้อต่อไปนี้

2.1 แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับคุณธรรมและจริยธรรม

2.1.1 ความหมายของคุณธรรมและจริยธรรม

2.1.2 ความสำคัญของคุณธรรมและจริยธรรม

2.1.3 ทฤษฎีเกี่ยวกับคุณธรรมและจริยธรรม

2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.1 แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับคุณธรรมและจริยธรรม

2.1.1 ความหมายของคุณธรรมและจริยธรรม

คนจำนวนมากมีความเข้าใจว่า “คุณธรรม จริยธรรม” มีความหมายเป็นคำ ๆ เดียวกัน หรือมีความหมายเหมือนกัน แต่ในความเป็นจริง คำว่า คุณธรรม กับคำว่า จริยธรรม เป็นคำที่แยกออกจากกันเป็น 2 คำ และมีความหมายที่แตกต่างกันออกไป ดังนั้น ควรทำความเข้าใจเกี่ยวกับความหมายของคำว่า คุณธรรม และจริยธรรม ได้ดังนี้ ความหมายของคำว่า คุณธรรม (Virtue)

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 ได้ให้ความหมายของคำว่า “คุณธรรม” หมายถึง สภาพคุณงามความดี พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์ (ชำระ-เพิ่มเติม ช่วงที่ 1/ ยุติ) ให้ความหมายของคำว่า คุณธรรม” หมายถึง ธรรมที่เป็นคุณ ความดีงาม สภาพที่เกื้อหนุน ท่านพุทธทาสภิกขุ ได้ให้อธิบายคำว่า คุณธรรม ไว้ว่า คุณ หมายถึง ค่าที่มีอยู่ในแต่ละสิ่ง ซึ่งเป็นที่ตั้งแห่งความยึดถือ เป็นไปได้ทั้งทางดีและทางร้าย คือ ไม่ว่าจะทำให้จิตใจยินดีหรือยินร้ายก็เรียกว่า “คุณ” ซึ่งเป็นไปตามธรรมชาติของมัน ส่วนคำว่า ธรรม มีความหมาย 4 อย่าง คือ

1. ธรรมะ คือ ธรรมชาติ
2. ธรรมะ คือ กฎของธรรมชาติที่เรามีหน้าที่ต้องเรียนรู้
3. ธรรมะ คือ หน้าที่ตามกฎของธรรมชาติ เรามีหน้าที่ต้องปฏิบัติ
4. ธรรมะ คือ ผลจากการปฏิบัติหน้าที่นั้น เรามีหน้าที่จะต้องมี หรือใช้มันอย่างถูกต้อง

วัฒนากร เรื่องจินดา ได้กล่าวถึงความหมายของคุณธรรม และจริยธรรมไว้ว่า เป็นคุณสมบัติที่ทำให้มนุษย์บรรลุถึงจุดมุ่งหมายเฉพาะของความเป็นมนุษย์ได้ โดยแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ คุณธรรมทางปัญญา (Intellectual Virtue) และคุณธรรมทางจริยธรรม (Ethical Virtue) โดยได้กล่าวว่า คุณธรรมทางปัญญา เกิดจากการสอนและการไตร่ตรองทางปรัชญาที่ต้องอาศัยเวลา และประสบการณ์ ส่วนคุณธรรมทางจริยธรรม เป็นผลมาจากลักษณะนิสัย เป็นสิ่งที่ไม่ได้มีอยู่ก่อน แต่เป็นผลมาจากการฝึกฝนจนเป็นนิสัย วศิน อินทสระ ได้กล่าวถึง คุณธรรม ไว้ว่าหมายถึง อุบิสัยอันดีงาม ซึ่งสั่งสมอยู่ในดวงจิต อุบิสัยนี้ได้มาจากความพยายาม และความประพฤติที่ติดต่อกันมาเป็น

เวลานาน และ ลีชิต ธีรเวคิน ได้ให้ความหมายของ “คุณธรรม” ไว้ว่าหมายถึงจิตวิญญาณของปัจเจกบุคคลศาสนาและอุดมการณ์เป็นดวงวิญญาณของปัจเจกบุคคลและสังคมด้วยปัจเจกบุคคลต้องมีวิญญาณสังคมต้องมีจิตวิญญาณคุณธรรมของปัจเจกบุคคลอยู่ที่การกลมกลืนการเรียนรู้โดยพ่อ-แม่ สถาบันการศึกษาศาสนาพรรคการเมืองและองค์กรของรัฐ

สรุปได้ว่าคุณธรรม หมายถึง สิ่งที่มีคุณค่ามีประโยชน์ เป็นลักษณะของความรู้สึกรู้สึกนึกคิดทางจิตใจ เป็นสภาพคุณงามความดีที่สั่งสมอยู่ในจิตใจของมนุษย์เป็นเวลายาวนาน เป็นตัวกระตุ้นให้มีการประพฤติปฏิบัติอยู่ในกรอบที่ตั้งงาม คุณธรรมเป็นสิ่งที่ตั้งงามทางจิตใจ เป็นคุณค่าของชีวิตในการบำเพ็ญประโยชน์ ช่วยเหลือเกื้อกูลแก่เพื่อนมนุษย์ เพื่อให้เกิดความรักความสามัคคี มีความอบอุ่นมั่นคงในชีวิต ดังนั้น คุณธรรมเป็นบ่อเกิดของจริยธรรม คุณธรรมที่สำคัญยิ่งของคนในชาติที่ได้รับการถ่ายทอดผ่านทางพระพุทธศาสนาโดยปรัชญาแนวคิดนั้นเน้นหลักธรรมที่เป็นสัจธรรมเป็นวิธีการสอนการเผยแผ่ สืบทอดหลักธรรมสู่การปฏิบัติเน้นคุณธรรมในการใช้ปัญญาพิจารณาเหตุผลหลักธรรมที่เป็นหัวใจพุทธศาสนานำมาสั่งสอนมี 3 ประการคือ 1. ให้เว้นจากความชั่วทั้งปวง 2. ให้ทำความดี และ 3. การชำระจิตใจให้บริสุทธิ์ สะอาด ขอกล่าวถึงหลักธรรมที่พระพุทธศาสนานำมาประกาศเป็น “คุณธรรม” อันมีความสอดคล้องเชื่อมโยงกันทั้งหมดคือ เมื่อปฏิบัติตามข้อธรรมข้อใดข้อหนึ่งแล้วย่อมเกี่ยวข้องกับข้อธรรมข้ออื่น ๆ ตามมาเป็นแนวคิดทางจริยศาสตร์ที่กำหนดข้อประพฤติปฏิบัติทางกายและใจเริ่มตั้งแต่ข้อปฏิบัติพื้นฐานทางกายไปสู่ขั้นสูงที่เป็นข้อปฏิบัติทางความคิด เพื่อความหลุดพ้นทางจิตใจ

ความหมายของคำว่า จริยธรรม (Ethics)

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 ได้ให้ความหมายของคำว่า “จริยธรรม” หมายถึง ธรรมที่เป็นข้อประพฤติปฏิบัติ

พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์ (ชำระ-เพิ่มเติม ช่วงที่ 1/ยุค) ได้ให้ความหมายของคำว่า “จริยธรรม” หมายถึง ธรรม คือ ความประพฤติ, การดำเนินชีวิต, ธรรมที่เป็นข้อประพฤติปฏิบัติ ศีลธรรม หรือกฎศีลธรรม ความหมายตามบัญญัติสมัยปัจจุบัน กำหนดให้ จริยธรรม เป็นคำแปลสำหรับคำภาษาอังกฤษว่า Ethics นอกจากนี้ ยังให้ความหมายว่า จริยะ หรือ จริยธรรมอันประเสริฐ เรียกว่า พรหมจริยะ แปลว่า ความประพฤติอันประเสริฐ หมายถึง มรรคมีองค์ 8 หรือ ศีลสมาธิ ปัญญา

พุทธทาสภิกขุ ได้อรรถาธิบายความหมายของคำว่า “จริยธรรม” แปลว่าเป็นสิ่งที่พึงประพฤติ จะต้องประพฤติในส่วนศีลธรรมนั้นหมายถึงสิ่งที่กำลังประพฤติอยู่หรือประพฤติแล้ว จริยธรรมหรือ Ethics อยู่ในรูปของปรัชญาคือสิ่งที่ต้องคิดต้องนึกส่วนเรื่องศีลธรรม Morality นี้ ต้องทำอยู่จริง ๆ เพราะเป็นปัญหาเฉพาะหน้า

พระพรหมคุณาภรณ์ ได้กล่าวถึง จริยธรรม ไว้ว่า เป็นเรื่องของการดำเนินชีวิตในด้านต่าง ๆ ดังนี้

- 1) พฤติกรรมทางกาย วาจา และการใช้อินทรีย์ ในการสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม
- 2) จิตใจของเรา ซึ่งมีเจตจำนง ความตั้งใจ แรงจูงใจที่จะทำให้เรามีพฤติกรรมสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมอย่างไร ตามภาวะและคุณสมบัติต่าง ๆ ของจิตใจนั้นๆ

3) ปัญญา ความรู้ ซึ่งเป็นตัวชี้ทางให้ว่าเราจะสัมพันธ์อย่างไรจึงจะได้ผล และเป็นตัวจำกัดขอบเขตว่าเราจะสัมพันธ์กับอะไร จะใช้พฤติกรรมได้แค่ไหน เรามีปัญญา มีความรู้แค่ไหน เราก็ใช้พฤติกรรมได้ในขอบเขตนั้น ถ้าเราขยายปัญญารู้ออกไป เราก็มีพฤติกรรมที่ซับซ้อนและได้ผลดียิ่งขึ้น

ทศนา แคมมณี ได้ให้ความหมายของ “จริยธรรม” หมายถึง ความประพฤติหรือการกระทำทางกาย ทางวาจา และทางใจ ที่ตั้งงามเป็นที่ยอมรับของสังคม รวมทั้งหลักเกณฑ์ มาตรฐานของความประพฤติที่เป็นแนวทางในการปฏิบัติต่อผู้อื่น ต่อสังคม เพื่อให้เกิดความสันติสุขในสังคม เพ็ญแข ประจันปัจฉินิก และคณะ ให้ความหมายของคำว่า “จริยธรรม” ว่า หมายถึง หลักการ ศีลธรรม ความรู้สึกผิดชอบชั่วดี พฤติกรรมอันดีงามที่ปลูกฝังอยู่ในตัวบุคคล สามารถใช้เป็นแนวทางให้แก่บุคคลในการประพฤติปฏิบัติที่ถูกต้อง เป็นที่ยอมรับในสังคม เป็นเกณฑ์ในการตัดสินพฤติกรรมของบุคคลว่าสิ่งใดดีหรือไม่ดี ควรจะทำหรือไม่ควรทำ

สรุปได้ว่า “จริยธรรม” หมายถึงพฤติกรรมที่แสดงออกให้เห็นถึงการปฏิบัติดี ปฏิบัติถูกต้อง อันเป็นผลมาจากความคิดที่สังคม หรือบุคคลมีความเห็นว่าเป็นการปฏิบัติที่ดี เป็นกรอบกำหนดไว้เพื่อให้สังคมเกิดความเป็นระเบียบเรียบร้อย มีความร่มเย็นเป็นสุข มีความรักความสามัคคีและมีความปลอดภัยในการดำเนินชีวิต ดังนั้น จากการศึกษาเอกสารชั้นต้นที่ได้นำเสนอแล้วนั้น สามารถประมวลคำว่า “คุณธรรม” และ “จริยธรรม” เข้าด้วยกันได้เป็น “คุณธรรมจริยธรรม” (Moral Virtues) มีความหมายว่า เป็นการประพฤติ ปฏิบัติที่เป็นสิ่งที่ดีงาม ถูกต้องตามมาตรฐานและเป็นที่ยอมรับของสังคม หรืออาจจะให้ความหมายได้ว่า “คุณธรรมตามกรอบจริยธรรม”

2.1.2 ความสำคัญของคุณธรรม และจริยธรรม

ประเทศไทยเป็นประเทศกำลังพัฒนา มีความจำเป็นที่จะต้องแก้ไขปัญหาในด้านต่าง ๆ อาทิ ปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ ปัญหาการเมือง ปัญหาทางสังคม รวมถึงปัญหาที่เกี่ยวกับคุณธรรมและจริยธรรมของประชาชน เพื่อให้ประเทศพัฒนาก้าวหน้าทันนานาประเทศ ดังพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ที่ทรงพระราชทานไว้ในพระราชพิธีบวงสรวงสมเด็จพระบูรพมหากษัตริยาธิราชเจ้า เกี่ยวกับการปลูกฝังคุณธรรม และจริยธรรมเพื่อให้เป็นสมบัติของคนไทยทั้งประเทศ มีอยู่ 4 ประการ ดังนี้

- 1) การรักษาความสัตย์ ความจริงใจต่อตัวเองที่จะประพฤติปฏิบัติแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์และเป็นธรรม
- 2) การรู้จักข่มใจตนเอง ฝึกใจตนเองให้ประพฤติปฏิบัติอยู่ในความสัจความดีนั้น
- 3) การอดทน อดกลั้นและอดออม ที่จะไม่ประพฤติล่วงความสัจสุจริต ไม่ว่าจะด้วยเหตุผลประการใด
- 4) การรู้จักละวางความชั่ว ความทุจริต และรู้สละประโยชน์ส่วนน้อยของตน เพื่อประโยชน์ส่วนใหญ่ของบ้านเมือง

คุณธรรมและจริยธรรมทั้ง 4 ประการ เป็นสิ่งที่ประชาชนคนไทยทุกคนควรนำมาประพฤติปฏิบัติ จะช่วยให้ประเทศชาติเกิดความสงบสุข ร่มเย็น และส่งผลให้ประเทศสามารถพัฒนาให้มั่นคงก้าวหน้าต่อไป ความสำคัญของคุณธรรมและจริยธรรมที่เด็กและเยาวชนซึ่งทรัพยากรบุคคลที่ทรงคุณค่าอย่างยิ่งต่อการพัฒนาประเทศ จำเป็นต้องมีการปลูกฝังคุณลักษณะที่พึงประสงค์ทั้งด้าน

ความรู้ และคุณธรรม ซึ่งจำเป็นต้องกระทำตั้งแต่วัยเด็ก จนกระทั่งเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่สร้างคุณประโยชน์ให้แก่สังคมในปัจจุบันและอนาคต

ป่วย อึ้งภากรณ์ ได้แสดงทัศนะเกี่ยวกับความสำคัญของคุณธรรม และจริยธรรมที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาไว้พอสรุปได้ว่า การศึกษาควรมุ่งจุดหมาย ต่อไปนี้

1) เพื่อที่จะอบรมนักเรียนให้เป็นมนุษย์ที่ดี มีความซื่อสัตย์สุจริต มีศีลธรรม เป็นพลเมืองดี มีความคิดชอบ ทำชอบ ประพฤติชอบ

2) ควรจะอบรมนักเรียน รวมทั้งนักศึกษามหาวิทยาลัยให้รู้จักใช้ความคิด รู้จักบำรุงสติปัญญา ให้เฉียบแหลมเพื่อนำมาใช้ประโยชน์แก่ตนและแก่ประชาชน

3) ฝึกนักเรียนให้มีความรู้สำหรับใช้ประกอบอาชีพ โดยไม่เบียดเบียนผู้อื่น

การศึกษาอบรมทั้ง 3 ประการข้างต้น ไม่ได้จำกัดอยู่แต่ในสถานศึกษาเท่านั้น โดยเฉพาะในข้อที่ 1 ควรจะได้รับการอบรมจากทางบ้าน ข้อนี้สำคัญมาก แม้จะเป็นเรื่องที่รู้ ๆ กันอยู่ แต่ด้วยสมัยปัจจุบันพ่อ-แม่ ผู้ปกครอง มักจะมอบความรับผิดชอบไปให้ครู-อาจารย์ และสถานศึกษาเป็นผู้อบรมดูแล ดังนั้น สถานศึกษามีความสำคัญมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งเกี่ยวกับวิชาการและวิชาชีพตามข้อ 2 และข้อ 3 ผู้ใดได้รับการศึกษาในระดับต่ำก็จะได้รับประโยชน์น้อย แต่ถ้าการศึกษาสูงขึ้นไปก็จะได้รับประโยชน์เพิ่มพูนขึ้น หากผู้ใดความบกพร่องในข้อ 1 คือ ปราศจากความซื่อสัตย์สุจริตและศีลธรรม คุณประโยชน์ที่จะได้รับจากข้อ 2 และข้อ 3 ย่อมกลายเป็นโทษ และในบางกรณีย่อมกลายเป็นโทษมหันต์

สรุปได้ว่า คุณธรรมและจริยธรรมมีความสำคัญต่อการพัฒนามนุษย์ เพื่อให้มีคุณภาพลักษณะอันนำมาซึ่งความเป็นพลเมืองที่ดี ความประพฤติปฏิบัติในสิ่งที่ตั้งตามคำสั่งสอนในศาสนา หรือการประพฤติตามเกณฑ์ที่ถูกต้องทั้งกาย วาจา และใจ อันก่อให้เกิดประโยชน์และความสุขทั้งต่อตนเองและสังคมส่วนรวม นำมาซึ่งความเจริญก้าวหน้าของสังคม เพราะฉะนั้น จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องสร้างคุณธรรมและจริยธรรมให้เกิดขึ้นในตัวบุคคลมากที่สุด

2.1.3 ทฤษฎีเกี่ยวกับคุณธรรมและจริยธรรม

การปลูกฝังคุณธรรม และจริยธรรมอันพึงประสงค์ให้แก่นักศึกษาในระดับอุดมศึกษาสถาบันในระดับอุดมศึกษาได้ให้ความสำคัญและใส่ใจมาโดยตลอด พร้อมกันนี้ได้มีนักวิชาการและผู้ทรงคุณวุฒิได้ให้แนวคิดเกี่ยวกับการปลูกฝังคุณธรรม และจริยธรรมไว้หลายท่าน นักวิชาการส่วนใหญ่เชื่อว่าคุณธรรม และจริยธรรมมีการพัฒนาเป็นลำดับตั้งแต่วัยเด็กจนถึงเติบโตเป็นผู้ใหญ่

ดวงเดือน พันธุมนาวิน ได้นำเสนอทฤษฎีที่เกี่ยวกับคุณธรรม และจริยธรรมไว้คือทฤษฎีต้นไม้ ได้อธิบายไว้ว่า ลักษณะพื้นฐานและองค์ประกอบทางจิตใจซึ่งจะนำไปสู่พฤติกรรมที่พึงปรารถนา เพื่อส่งเสริมให้บุคคลเป็นทั้งคนดีและคนเก่ง ได้ทำการศึกษาถึงสาเหตุพฤติกรรมของคนดีและคนเก่ง รวมถึงสาเหตุของพฤติกรรมต่าง ๆ ของคนไทยทั้งเด็กและผู้ใหญ่ อายุตั้งแต่ 6-60 ปี ว่าพฤติกรรมเหล่านั้น มีสาเหตุทางจิตใจอะไรและนำมาประยุกต์เป็นทฤษฎีต้นไม้จริยธรรมสำหรับคนไทยโดยแบ่งต้นไม้จริยธรรม ออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

1) ส่วนดอกผลแสดงถึงพฤติกรรมการทำงานดีละเว้นความชั่วและพฤติกรรมการทำงานอย่างขยันขันแข็ง ซึ่งล้วนแต่เป็นพฤติกรรมของพลเมืองดีพฤติกรรมที่เอื้อต่อการพัฒนาประเทศ

2) ส่วนลำต้นแสดงถึงพฤติกรรมการทำงานอาชีพอย่างขยันขันแข็ง ซึ่งประกอบด้วยจิตลักษณะ 5 ด้าน คือ (1) เหตุผลเชิงจริยธรรม คือ ความซื่อสัตย์สุจริต มีความรับผิดชอบ (2) มุ่งอนาคต และการควบคุมตนเองคือ การรู้จักควบคุมตนเองให้อดทน มีความภูมิใจในการทำความดี (3) ความเชื่ออำนาจในตนคือ เชื่อว่าผลที่เกิดมาจากการกระทำของตนเอง (4) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์คือ การมุ่งมั่นในการทำงานให้สำเร็จตามจุดหมายกล้าฝ่าอุปสรรคโดยไม่ย่อท้อ (5) ทักษะคติ คุณธรรมและค่านิยมคือ การมองเห็นและเข้าใจในคุณค่า ประโยชน์ และความดีของการปฏิบัติหน้าที่

3) ส่วนของราก แสดงถึงพฤติกรรมการทำงาน ประกอบอาชีพอย่างขยันขันแข็ง ประกอบด้วยจิตลักษณะ 3 ด้าน คือ (1) สติปัญญา คือ ความเฉลียวฉลาด มีความรู้ ความคิดที่เหมาะสมกับอายุ (2) ประสบการณ์ทางสังคมคือ การรู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา ได้รับประสบการณ์ทางสังคมอย่างเหมาะสมกับอายุ และ (3) สุขภาพจิต คือ การมีความสุขในการทำงาน มีอารมณ์ที่มั่นคง

ทฤษฎีคุณธรรมจริยธรรมทางพุทธศาสตร์

พระพุทธศาสนา เกิดขึ้นและดำรงอยู่มากว่า 2,600 ปี โดยมีพระสมณโคตมเป็นศาสดา ผู้ประกาศปรัชญาในแนวคิดนี้ โดยเน้นที่หลักสัจธรรมวิธีการสอน การเผยแผ่ การสืบทอดหลักธรรมสู่การปฏิบัติ เน้นคุณธรรมในการใช้ปัญญาพิจารณาหาเหตุผล ดังนั้นหลักธรรมที่เป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา มี 3 ประการ คือ

- 1) ให้ละเว้นจากความชั่วทั้งปวง
- 2) ให้ทำความดี
- 3) ให้ชำระจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์

หลักธรรมที่พระพุทธศาสนานำมาประกาศเป็นคุณธรรมที่สอดคล้องเชื่อมโยงกันทั้งหมด คือ การปฏิบัติตามหลักธรรมข้อใดข้อหนึ่ง ย่อมเกี่ยวโยงกับหลักธรรมข้ออื่น ๆ อันเป็นหลักแนวคิดทางจริยศาสตร์ ที่กำหนดข้อประพฤติปฏิบัติทางกาย และทางจิตใจ เริ่มตั้งแต่สิ่งที่เป็นข้อประพฤติปฏิบัติขั้นพื้นฐานทางการกระทำทางกาย เป็นลำดับไปสู่ข้อประพฤติปฏิบัติข้อสูงที่เป็นแนวคิดที่มุ่งสู่ความบริสุทธิ์ ความหลุดพ้นทางจิตใจ สุชีพ ปุญญาคุณภาพ ได้นำเสนอหลักจริยศาสตร์ของศาสนาพุทธ ไว้ว่าหลักจริยศาสตร์ ของศาสนาพุทธมี 3 ชั้น คือ

1) จริยศาสตร์ขั้นพื้นฐาน ประกอบด้วยศีล 5 และการมีธรรม 5 ดังนี้

(1) เว้นจากการเบียดเบียน ทำร้ายชีวิตสัตว์หรือมนุษย์ การมีความเมตตากรุณาต่อสัตว์ จัดเป็นศีล ในส่วนของการมีความเมตตาต่อมนุษย์ด้วยกัน จัดเป็นธรรม

(2) เว้นจากการลักทรัพย์ จัดเป็นศีล ในส่วนของการมีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ประกอบอาชีพที่สุจริต จัดเป็นธรรม

(3) เว้นจากการประพฤตินอกใจ จัดเป็นศีล ส่วนการสำรวมในกาม จัดเป็นธรรม

(4) เว้นจากการพูดเท็จ จัดเป็นศีล การพูดแต่สิ่งที่เป็นจริง สร้างสรรค์ จัดเป็นธรรม

(5) เว้นจากการดื่มสุรา จัดเป็นศีล การมีสติ สำรวมระวังกาย ใจ และวาจาจัดเป็นธรรม

2) จริยศาสตร์ขั้นกลาง ประกอบด้วยกุศลกรรมบถ 10 ดังนี้

(1) เว้นจากการฆ่า หรือทำร้ายเบียดเบียนชีวิตทั้งมนุษย์และสัตว์

- (2) เว้นจากการลักทรัพย์
- (3) เว้นจากการประพาศติผิดในกาม
- (4) เว้นจากการพูดเท็จ
- (5) เว้นจากการพูดยุยงให้แตกร้าง
- (6) เว้นจากการพูดคำหยาบ
- (7) เว้นจากการพูดเหลวไหล พูดเพื่อเจ้า
- (8) ไม่โลภอยากได้ของผู้อื่นเอามาเป็นของตนเอง
- (9) ไม่คิดปองร้ายผู้อื่น หรือคิดให้ผู้อื่นถึงความพินาศ
- (10) ไม่มีความเห็นผิดไปจากทำนองคลองธรรม มีความคิดเห็นที่ถูกต้อง

3) จริยศาสตร์ชั้นสูง ประกอบด้วยอริยมรรคคือ ทางอันประเสริฐมี 8 ประการ ดังนี้

- (1) ความเห็นชอบ หมายถึง มีปัญญาเห็นอริยสัจ 4 ประการ
- (2) ความดำริชอบ หมายถึง ดำริในการออกจากกาม ไม่เบียดเบียนผู้อื่น
- (3) การเจรจาชอบ หมายถึง ไม่พูดเท็จ ไม่พูดคำหยาบ ไม่พูดเพื่อเจ้า
- (4) การกระทำชอบ หมายถึง ไม่ฆ่าสัตว์หรือมนุษย์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่ประพาศติผิดในกาม
- (5) การเลี้ยงชีพชอบ หมายถึง การประกอบอาชีพโดยชอบธรรม ถูกกฎหมาย
- (6) ความเพียรชอบ หมายถึง การเพียรระวังไม่ให้อาปเกิดขึ้น เพียรสร้างความดี เพียรรักษาความดีที่เกิดขึ้นแล้วให้คงอยู่
- (7) การตั้งสติชอบ หมายถึง ตั้งสติพิจารณาร่างกาย เวทนา ความรู้สึกสุข-ทุกข์ ให้รู้เท่าทันเห็นความ เกิดดับ

- (8) การตั้งใจมั่นชอบ หมายถึง การทำจิตใจให้สงบเป็นสมาธิอย่างแน่วแน่

สรุปได้ว่า คำสอนของพระพุทธศาสนา เน้นการสอนแบบอริยสัจที่ถือว่าเป็นต้นแบบของการพัฒนาการทางจริยธรรม พระพุทธเจ้าทรงนำเอาหลักอริยสัจ มาแสดงให้เห็นแก่นุชยในข้อธรรมที่ชื่อว่า อริยสัจ 4 ในขณะที่เนื้อหาสาระสำคัญที่พระองค์ต้องการสื่อ คือ เรื่องของ อิทัปปัจจยตาปฏิบัติสมบูรณ์ และในเรื่องของนิพพาน เหตุที่พระองค์ทรงแสดงด้วยอริยสัจ 4 เพื่อให้เป็นสิ่งที่สามารถปฏิบัติได้สำหรับบุคคลทั่วไป

ดวงเดือน พันธมนาวิน กล่าวอธิบายถึงการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมของนักศึกษาในระดับอุดมศึกษา ไว้ว่าจิตลักษณะด้านคุณธรรมจริยธรรมของนิสิตนักศึกษา เป็นสิ่งสำคัญต่อพฤติกรรมของบุคคลและมีบทบาทต่อคุณภาพชีวิตของบุคคลเหล่านี้ต่อไปในอนาคตสถาบันการศึกษาจึงควรมุ่งที่จะจัดการเรียนการสอนและกิจกรรมต่าง ๆ ที่จะช่วยพัฒนาจิตลักษณะสำคัญ 10 ประการในนิสิตนักศึกษาไทย ประกอบด้วย

- 1) การมีสติปัญญาขั้นนามธรรม
- 2) สุขภาพจิตดีและการปรับตัวได้ทางจิตสังคม
- 3) การหยั่งลึกทางสังคมสูง
- 4) ค่านิยมทางการศึกษาและการใฝ่รู้สูง
- 5) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง
- 6) เหตุผลเชิงจริยธรรมขั้นกฎเกณฑ์และเหนือกฎ

7) มุ่งอนาคต ควบคุมตนเองสูง

8) เชื่ออำนาจในตนเองมากส่วนจิตลักษณะที่สำคัญต่อนิสิตนักศึกษาโดยเฉพาะมี 2 ประการ

9) ทศนคติ คุณธรรม และค่านิยมของคนเก่ง ดี มีความสุข

10) จรรยาบรรณวิชาชีพ ซึ่งหมายถึง คุณธรรม ค่านิยม และการเคารพกฎ ระเบียบมีจริยธรรม ตามที่วิชาการและวิชาชีพของตนกำหนดไว้เพื่อการเป็นคนดี คนเก่ง และมีสุขในงานอาชีพของตน

สรุปได้ว่า การที่จะส่งเสริมให้นักศึกษามีคุณธรรม และจริยธรรมนั้น สำคัญที่สุดคือ สถาบันการศึกษา ที่จะจัดระบบการเรียนการสอน รวมถึงวิชาที่เรียนให้เกื้อกูลสนับสนุนให้นักศึกษา ตระหนักถึงความสำคัญของคุณธรรม และจริยธรรม โดยจะต้องปลูกฝังให้นักศึกษามีคุณธรรมในด้าน ต่าง ๆ เช่น การมีจิตอาสา การรักษาศีล 5 การมีจิตใจที่สงบและตั้งงาม

2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ทำการศึกษา รวบรวมงานวิจัยเกี่ยวกับการปลูกฝัง ส่งเสริมด้านคุณธรรมจริยธรรมใน นักศึกษาจากแนวคิดของนักวิจัย นักวิชาการหลายท่าน เพื่อเป็นแนวทางในการนำมาประยุกต์ใช้กับ นักศึกษาคณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย ดังต่อไปนี้ นภดล เทียนเพิ่มพูน ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมสำหรับนักเรียนนายร้อยตำรวจ พบว่า คุณธรรม ที่ควรปลูกฝังอยู่ในระดับสูงสุด คือ ความเป็นผู้มีสำนึก และความจริงใจ คุณธรรมที่ควรปลูกฝังใน ระดับต่ำที่สุด คือ ความเป็นผู้มีระเบียบวินัย ในส่วนของจริยธรรมที่ควรปลูกฝังอยู่ในระดับสูงสุด คือ ตั้งใจปฏิบัติหน้าที่ คุณธรรมที่ควรปลูกฝังในระดับต่ำที่สุด คือ การให้ความช่วยเหลือผู้อื่น การมีความ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ การรู้จักเสียสละ การเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตน รูปแบบและ วิธีการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมที่อยู่ในระดับสูงสุด คือ ครูอาจารย์ควรประพฤติปฏิบัติเป็นแบบอย่าง ที่ดี และรูปแบบและวิธีการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมที่อยู่ในระดับต่ำที่สุด คือ การให้นักเรียนนาย ร้อยตำรวจท่องจำ

กัญจนคหัฐ ปิยะกาญจน ได้ทำการศึกษาวิธีการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมแก่เยาวชน พบว่า นักเรียนกลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมที่ดี อยู่ในระดับพอใช้ถึงดีมาก ส่วนของผู้ปกครองใช้วิธีการปลูกฝัง คุณธรรมจริยธรรมที่ผสมผสานกัน ดังนี้ 1) สั่งสอนอบรมโดยตรงโดยบอกให้กระทำ หรือห้ามกระทำ ใช้การให้รางวัล และลงโทษ 2) เป็นต้นแบบใน 3 ลักษณะ คือ ตัวแบบจริง ตัวแบบสัญลักษณ์ และตัว แบบคำบอกเล่า 3) สอดแทรกการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมระหว่างทำกิจกรรมร่วมกันในวันหยุด 4) ใช้หลักศาสนาด้วยการพาบุตรหลานเข้าวัดทำบุญในวันหยุด สวดมนต์ก่อนนอน ชี้แจงให้รู้บาปอันเกิด จากการทำผิดศีล 5 และชี้แจงให้เห็นผลของการกระทำ

สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับการปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรมในสถาบันการศึกษา ผลการวิจัยพบว่า คุณธรรมจริยธรรมที่ประชาชนใน 7 สถาบันของ สังคมไทย อันได้แก่ สถาบันครอบครัว สถาบันการศึกษา สถาบันศาสนา สถาบันการเมืองการ ปกครอง ชุมชนท้องถิ่น องค์กรธุรกิจเอกชน สื่อและสื่อสารมวลชน เห็นว่ามีความสำคัญต่อการอยู่ ร่วมกันด้วยดีคือ 1) ความพอเพียง 2) ความเมตตากรุณาเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ 3) ความกตัญญูกตเวที 4) ความซื่อสัตย์ซื่อตรง 5) ความเสียสละ 6) ความมีวินัย 7) ความอดทนอดกลั้น 8) ความรับผิดชอบ 9) ความขยันหมั่นเพียร และ 10) ความมีสติ

สายฤดี วรกิจโกคาทร และคณะ ได้ทำการศึกษาวิจัยคุณลักษณะและกระบวนการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมในประเทศไทย จากการวิจัยพบว่า ในการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมประกอบด้วยปัจจัยต่าง ๆ 10 ประการ ดังนี้

1. มีจิตสำนึกที่รับผิดชอบต่อครอบครัวและสังคม
2. มีวิธีการผสมผสานคุณธรรม จริยธรรม เข้ากับวิถีชีวิตโดยรวม
3. เล็งเห็นประโยชน์ และให้ความสำคัญกับการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรม
4. มีผู้นำที่ประพฤติตนเป็นแบบอย่าง ของผู้มีคุณธรรมจริยธรรม สร้างความเลื่อมใสศรัทธาจากบุคคลรอบข้าง
5. ยึดแนวทางของศาสนาเป็นวิถีนำในการดำเนินการอย่างชัดเจนและต่อเนื่อง
6. มีการยอมรับและให้เกียรติซึ่งกันและกัน มองบุคคลอื่นในด้านบวก สร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างกันและกัน
7. มีการสื่อสารที่ดีกับบุคคลทั้งในภายในและภายนอกองค์กร มีการสนับสนุนให้กำลังใจสมาชิกในองค์กรที่กระทำความดีอย่างสม่ำเสมอ
8. มีการสร้างเครือข่ายความร่วมมือกับหน่วยงานนอกองค์กร เพื่อสนับสนุนกันและกันในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ให้บรรลุเป้าหมาย
9. ยึดมั่นในความดีงามและหมั่นกระทำอย่างสม่ำเสมอ
10. มีเครือข่ายเชื่อมโยง และการมีส่วนร่วมของทุกฝ่ายทั้งฝ่ายให้และฝ่ายรับ ทำให้สามารถดำเนินงานได้ในหลายบริบท

นักวิชาการชาวต่างประเทศ DiGiacomo ได้ทำการศึกษาพบว่า วิธีการสอนจริยธรรมให้นักศึกษาวัยรุ่น ให้ประสบความสำเร็จ โดยเฉพาะในประเด็นที่เกี่ยวกับการสอนว่าอะไรถูกอะไรผิด อาจารย์ผู้สอนต้องให้ความสำคัญต่อปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาจริยธรรมใน 3 ประเด็นหลัก คือ 1) ด้านวัฒนธรรม 2) ด้านปรัชญาและความเชื่อ 3) ด้านศาสนานอกจากนี้จะต้องคำนึงถึงแรงผลักดันทางสังคมเป็นสำคัญนอกจากนี้สื่อต่าง ๆ ก็มีส่วนสำคัญในการส่งเสริมหรืออาจจะขัดแย้งต่อการปลูกฝังค่านิยม ทศนคติ คำสอนที่เกี่ยวกับจริยธรรมจากคำสอนที่มาจากครอบครัวศาสนาและสถานศึกษา

งานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริม และพัฒนาคุณธรรมและจริยธรรม

แสงนภา ภักดีศิริวงษ์ ได้ทำการศึกษาการมีส่วนร่วมของสถาบันศาสนาในการส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรมของนักเรียนโรงเรียนมัธยมศึกษาของรัฐ จังหวัดนนทบุรี พบว่า

1. ด้านการสั่งสอนอบรม พระส่วนมากให้การสั่งสอนอบรมมากกว่าสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ในส่วนที่เป็นเนื้อหาที่ใช้ในการสั่งสอนคือ ความเมตตา ความกรุณา ความกตัญญู
2. ด้านการสนับสนุนกิจกรรมทางด้านการส่งเสริมจริยธรรม พระส่วนมากมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมในวันสำคัญ ๆ ทางศาสนา อาทิ การจัดโครงการอบรมศีลธรรมนักเรียนภาคฤดูร้อน เป็นต้น
3. ด้านการให้คำแนะนำปรึกษา พระส่วนมากให้คำแนะนำปรึกษาเกี่ยวกับปัญหาทั่วไป อาทิ ปัญหาทางด้านการเรียน การเงิน สุขภาพ โดยส่วนมากให้คำแนะนำเมื่อนักเรียนไปทำกิจกรรมที่วัด

4. ด้านการเป็นสื่อกลางระหว่างโรงเรียนกับชุมชน พระจะมีส่วนในการชักชวนสมาชิกในชุมชน เข้าร่วมกิจกรรมมากที่สุด คือ การบอกกล่าวแก่สมาชิกในชุมชนเมื่อสมาชิกในชุมชนมาประกอบกิจกรรมทางศาสนา

อ้อมเดือน สดมณี และคณะ 2548. ได้ทำการศึกษาสภาพการจัดฝึกอบรมและการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมของคนไทยในเชิงลึก จากองค์กรที่ประสบความสำเร็จในการดำเนินการฝึกอบรมด้านคุณธรรมจริยธรรม จำนวน 20 แห่ง จากการศึกษาพบว่า สภาพการจัดฝึกอบรมและการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณธรรม และจริยธรรม แบ่งได้เป็น 3 รูปแบบ คือ (1) การพัฒนาคุณธรรมโดยผ่านกระบวนการเรียนรู้ โดยจะเน้นทั้งความรู้การปฏิบัติ และความตระหนักในความเป็นพุทธศาสนิกชนที่ดี ในการอบรมจะใช้สื่อต่าง ๆ เข้ามาประกอบการฝึกอบรม และใช้เทคนิคการสอนของครูมาประยุกต์ให้เหมาะสมกับพัฒนาการของเด็ก (2) การพัฒนาคุณธรรมโดยผ่านการปฏิบัติธรรม โดยใช้การปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน 4 แนวทางในการปฏิบัติมีอยู่หลายแนวทาง ทั้งที่เน้นภาคปริยัติ (ภาคทฤษฎี) และปฏิบัติควบคู่กันไป โดยจะต้องพิจารณาให้เหมาะสมกับระดับความสามารถ พื้นฐานด้านความรู้ของผู้เข้าร่วมปฏิบัติ (3) การพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมโดยผ่านกระบวนการทักษะชีวิต โดยผ่านตัวแทนทางสังคม ไม่ว่าจะเป็น พระสงฆ์ ครู-อาจารย์ พ่อ -แม่ หรือแม่กระทั่งเพื่อน เป็นต้น การพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมโดยผ่านกระบวนการทักษะชีวิต โดยผ่านองค์กรต่าง ๆ เป็นรูปแบบ ที่เป็น การผสมผสานการพัฒนาเข้ากับวิถีการดำเนินชีวิต โดยที่เน้นการใช้ธรรมะควบคู่กันไป

อ้อมเดือน สดมณี และคณะ 2548. ได้รายงานผลการวิจัยเรื่อง ประสิทธิผลในการฝึกอบรมทักษะและจิตลักษณะที่มีผลต่อพฤติกรรมประหยัดน้ำ และไฟฟ้าของนักเรียนระดับประถมศึกษา สื่อสารมวลชน และรัฐบาล ในส่วนที่สำคัญยิ่งคือ การจะปลูกฝังคุณธรรม และจริยธรรมให้ได้ผล มีประสิทธิภาพ องค์กรต่าง ๆ จะต้องประพฤติปฏิบัติตนให้เป็นแบบอย่าง มากกว่าการจะบอกกล่าวหรือลงโทษ เพราะเยาวชน หรือนักศึกษาจะเลียนแบบจากสิ่งที่พวกเขาได้รับรู้ ได้เห็น

กรรณิการ์ กาญจนดา น้ำฝน รักประยูร ศศิกานต์ คู่วัฒนา. 2553. ได้ทำการศึกษาเรื่อง กระบวนการส่งเสริมจริยธรรมในการประพฤติตนอย่างเหมาะสมของนักศึกษามหาวิทยาลัยแม่โจ้-แพร่ เฉลิมพระเกียรติ จังหวัดแพร่ ได้สรุปผลการศึกษาดังนี้ การวิจัยนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) สภาพปัญหาและสาเหตุการขาดจริยธรรมของนักศึกษา 2) กระบวนการและวิธีการส่งเสริมจริยธรรมในการประพฤติตนอย่างเหมาะสมของนักศึกษา และ 3) ผลของวิธีการส่งเสริมจริยธรรม ประชากร คือ นักศึกษามหาวิทยาลัยแม่โจ้-แพร่ เฉลิมพระเกียรติ ชั้นปีที่ 1-4 ที่ศึกษาอยู่ในปีการศึกษาที่ 2/2551 และ 1/2552 กลุ่มตัวอย่างได้มาโดยการสุ่มแบบเฉพาะเจาะจง เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถามมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .78 สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน จากการศึกษาสภาพปัญหาด้านจริยธรรมในการประพฤติตนพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่มีพฤติกรรมที่เหมาะสมในทั้ง 3 ด้านคือ คุณลักษณะทางจริยธรรม ด้านวินัยและด้านพฤติกรรมโดยทั่วไป สำหรับสาเหตุการขาดจริยธรรมของนักศึกษาที่สำคัญที่สุดเป็นผลมาจากพื้นฐานการอบรมเลี้ยงดูจากครอบครัว สภาพแวดล้อมการอยู่อาศัย และการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมจากสถานศึกษา ด้านกระบวนการส่งเสริมจริยธรรม พบว่าปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จในการดำเนินงาน ได้แก่ การประชาสัมพันธ์ ความน่าสนใจของกิจกรรม ความเหมาะสมของระยะเวลา ความเหมาะสมของสถานที่ ความเป็นประโยชน์ของกิจกรรม และการนำความรู้ที่ได้ไปใช้ สำหรับวิธีการส่งเสริมจริยธรรม ผู้ตอบ

แบบสอบถามส่วนใหญ่เห็นด้วยอย่างมากว่าทุกโครงการเป็นวิธีการส่งเสริมจริยธรรมในการประพฤติ
อย่างเหมาะสมของนักศึกษา โดยโครงการที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด 3 อันดับแรก คือ โครงการประกวด
เรียงความ โครงการอบรมธรรมะและโครงการแข่งขันการพูด ผลของวิธีการส่งเสริมจริยธรรมในการ
ประพฤติอย่างเหมาะสมของนักศึกษา จากทั้ง 6 โครงการ พบว่าโดยทั่วไปนักศึกษามีความคิดเห็นใน
ด้านต่าง ๆ ของทุกโครงการในระดับปานกลางถึงระดับมาก

บำรุง ปณญาพล (โพธิ์ศรี) 2555. ได้รายงานผลการศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อการปลูกฝัง
คุณธรรม และจริยธรรมของนักศึกษา วิทยาลัยเทคโนโลยีสยาม เขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพมหานคร.
งานวิจัยนี้ มีวัตถุประสงค์ 3 ข้อ คือ 1) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการปลูกฝังคุณธรรมและจริยธรรม
ของนักศึกษาวิทยาลัยเทคโนโลยีสยาม เขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพมหานคร 2) เพื่อเปรียบเทียบปัจจัย
ที่มีผลต่อการปลูกฝังคุณธรรม และจริยธรรมของนักศึกษาวิทยาลัยเทคโนโลยีสยาม โดยจำแนกตาม
เพศ อายุ ระดับชั้นปี ที่เรียน อาชีพของผู้ปกครอง รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของผู้ปกครอง และค่าใช้จ่าย
ต่อเดือนของนักศึกษา 3) เพื่อศึกษาแนวทางส่งเสริมปัจจัยที่มีผลต่อการพัฒนาคุณธรรม และ
จริยธรรมของนักศึกษาวิทยาลัยเทคโนโลยีสยามการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ เครื่องมือที่ใช้
ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม กลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษาวิทยาลัยเทคโนโลยีสยามที่กำลังศึกษาใน
ระดับปริญญาตรี ชั้นปี ที่ 1 - 3 จำนวน 280 คน การวิเคราะห์ข้อมูลใช้โปรแกรมสำเร็จรูป สถิติที่ใช้
ในการวิเคราะห์ ได้แก่ ค่าร้อยละ, ค่าเฉลี่ย, ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน, t-test, F-test และ One-Way
ANOVA ผลของการวิจัยพบว่า ปัจจัยภายในด้านความเมตตา นักศึกษาวิทยาลัยเทคโนโลยีสยามมี
ลักษณะเด่นในด้านการเป็นผู้มีความเห็นอกเห็นใจ มีความสงสารเมื่อเห็นเพื่อนประสบกับความทุกข์
ยาก และพร้อมที่จะให้อภัยเสมอเมื่อเพื่อน ๆ กระทำไม่ดีต่อตนด้านความซื่อสัตย์ นักศึกษามีความ
ซื่อสัตย์ต่อเพื่อนที่ตนคบหาด้วยความจริงใจ และเข้าเรียนสม่ำเสมอถือว่าเป็นความซื่อสัตย์ต่อตนเองที่
สำคัญยิ่งด้านความมีวินัย ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า นักศึกษาเป็นผู้มีระเบียบวินัยสูง ไม่ว่าจะเป็นการ
ปฏิบัติตามกฎระเบียบของวิทยาลัย การไม่คุยโทรศัพท์หรือแอบหลับในขณะที่อาจารย์กำลังสอน
ปัจจัยภายนอก นักศึกษามีความคิดเห็นดังนี้ ด้านครอบครัวของนักศึกษา พบว่า นักศึกษาให้
ความสำคัญกับครอบครัวที่มีความอบอุ่นมีคนคอยช่วยแก้ปัญหาให้ มีการอยู่พร้อมหน้ากันใน
ครอบครัวเป็นสิ่งที่สำคัญมาก ด้านสถานศึกษา นักศึกษาเห็นว่าอาจารย์ผู้สอนควรมีการลงโทษเมื่อนัก
ศึกษากระทำผิด ไม่ควรปล่อยปะละเลยด้านสภาพแวดล้อมทางสังคม นักศึกษาเห็นว่าชุมชนไม่ได้มี
ส่วนช่วยเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักศึกษาให้เป็นผู้มีคุณธรรม และจริยธรรมที่ดีขึ้น และนักศึกษา
ชอบเลียนแบบพฤติกรรมของดารา - นักร้อง ด้านสถาบันศาสนา นักศึกษาเชื่อว่าศาสนามีส่วนช่วย
ขัดเกลาจิตใจให้ตนเป็นคนดีและมีความสุข นอกจากนี้ยังนำคำสอนมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตไม่
ว่าจะในขณะที่มีความสุข หรือมีความทุกข์เมื่อทำการศึกษาเปรียบเทียบปัจจัยที่มีผลต่อการปลูกฝัง
คุณธรรม และจริยธรรม ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษามีความคิดเห็นที่ไม่แตกต่างกันแนวทางส่งเสริม
ปัจจัยที่มีผลต่อการปลูกฝังคุณธรรม และจริยธรรมแก่นักศึกษา คือ (1) สมาชิกในครอบครัวต้องรู้จัก
รักสามัคคีกัน มีการทานอาหารร่วมกันและมีการพูดคุยปรึกษาหารือกันอย่างใกล้ชิดในทุกปัญหา (2)
บิดา-มารดา หรือผู้ปกครอง ควรสร้างความสัมพันธ์ที่ดีให้เกิดขึ้นภายในครอบครัวและประพฤติปฏิบัติ
ตนให้เป็นต้นแบบที่ดีแก่บุตรหลาน (3) สถานศึกษาควรจัดให้ครู-อาจารย์ นักศึกษา รวมถึงผู้ปกครอง
ของนักศึกษาเป็นเครือข่ายคุณธรรม และมีการร่วมกันทำกิจกรรมอย่างเป็นกัลยาณมิตร (4) ครู-

อาจารย์ ควรประพฤติปฏิบัติตนให้เป็นต้นแบบที่ดีแก่นักศึกษา (5) สมาชิกในชุมชนต้องมีความรัก สามัคคีกัน และมีการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ที่ส่งเสริม คุณธรรมที่นักศึกษาสามารถเข้าไปมีส่วนร่วมได้ (6) ภาครัฐควรให้การสนับสนุนกิจกรรมและจัดโครงการเข้าค่ายส่งเสริมคุณธรรม และจริยธรรม สำหรับนักศึกษา และ (7) วัดควรจัดกิจกรรมที่น่าสนใจให้นักศึกษาเข้าไปร่วมกิจกรรมทางศาสนา รวมถึงการสร้างบรรยากาศที่เอื้อต่อการปลูกฝังคุณธรรม และจริยธรรม

สรุปได้ว่า การส่งเสริมและพัฒนาคุณธรรม และจริยธรรมของนักศึกษา มีวิธีการดำเนินงาน คือ การวางแผน การจัดองค์กร การจัดกิจกรรม การจัดงบประมาณ เพื่อประเมินคุณธรรมด้าน ความซื่อสัตย์ ความขี้ใจ ความอดทน เป็นต้น ส่วนปัจจัยเงื่อนไขในการส่งเสริมและพัฒนาคุณธรรม และ จริยธรรม ได้แก่ สถาบันทางศาสนา สถาบันครอบครัว สื่อมวลชน ชุมชน สิ่งที่พบต่อมาคือ การ ส่งเสริมและพัฒนาคุณธรรม และจริยธรรม จะต้องดำเนินการโดยการเป็นแบบอย่างที่ดี การมีสื่อที่ ส่งเสริมคุณธรรม รวมถึงการมีส่วนร่วมของเยาวชน และนักศึกษา ผู้วิจัยมีความสนใจแนวทางของ บำรุง ปญญาพโล (โพธิ์ศรี) ข้อ (6) ภาครัฐควรให้การสนับสนุนกิจกรรมและจัดโครงการเข้าค่าย ส่งเสริมคุณธรรม และจริยธรรมสำหรับนักศึกษา และ (7) วัดควรจัดกิจกรรมที่น่าสนใจให้นักศึกษา เข้าไปร่วมกิจกรรมทางศาสนา รวมถึงการสร้างบรรยากาศที่เอื้อต่อการปลูกฝังคุณธรรม และ จริยธรรม จึงได้นำมาจัดทำโครงการส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมนักศึกษาสาขาการจัดการ คณะ บริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย



บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง การส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย มีวัตถุประสงค์ (1) เพื่อศึกษาวิธีการส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรมของนักศึกษา คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย (2) เพื่อนำผลที่ได้จากการศึกษาไปประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรมของนักศึกษา คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการศึกษา เป็นตัวอย่างที่มีลักษณะเหมือนกัน (key informants) คือ นักศึกษาสาขาการจัดการชั้นปีที่ 4 คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย ปีการศึกษา 2557 จำนวน 40 คน เป็นการดำเนินการวิจัยในลักษณะของการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (action research) ซึ่งดำเนินการร่วมกับนักศึกษากลุ่มเป้าหมาย โดยมีวิธีการดำเนินการวิจัยแบ่งออกเป็น 2 ขั้นตอน คือ

ขั้นตอนที่ 1 การจัดกิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมนักศึกษา คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

ขั้นตอนที่ 2 ศึกษาผลที่ได้จากการจัดกิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมนักศึกษา คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

ขั้นตอนที่ 1 การจัดกิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมนักศึกษา คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

1.1 การเลือกสนามวิจัย คือ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย จังหวัดสงขลา

1.2 การเตรียมตัว การจัดเตรียมอุปกรณ์ต่าง ๆ เช่น กล้องถ่ายรูป เครื่องบันทึกเสียง เครื่องคอมพิวเตอร์ แผ่นซีดี สมุดบันทึกการสัมภาษณ์

1.3 การกำหนดแหล่งข้อมูล ที่มาของข้อมูล คือ (1) ข้อมูลปฐมภูมิ เป็นข้อมูลที่รวบรวมขึ้นใหม่จากแหล่งกำเนิดของข้อมูลโดยตรง เช่น ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ การสังเกต การตอบแบบสอบถาม และข้อมูลที่ได้จากการสังเกตพฤติกรรมของกลุ่มตัวอย่างในกิจกรรมการจัดการความรู้ และ (2) ข้อมูลทุติยภูมิ ได้แก่ เอกสาร ตำรา และจากอินเทอร์เน็ตรายงานการศึกษาวิจัย ข้อมูลเกี่ยวกับการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมของนักศึกษา (3) กลุ่มเป้าหมาย คือ นักศึกษาสาขาการจัดการทั่วไปชั้นปีที่ 4 คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

1.4 การดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการทำแผนกิจกรรมการส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม ดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 แผนการจัดกิจกรรมการส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมนักศึกษา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย จังหวัดสงขลา

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	ระยะเวลา/ (ช่วงเวลา)	ผู้รับผิดชอบ
เพื่อให้ นักศึกษามี ความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับการจัด โครงการ	การให้ความรู้กับนักศึกษาในกลุ่มเป้าหมาย ที่สมัครเข้าร่วมโครงการ เกี่ยวกับ กำหนดการจัดกิจกรรม แนวทางการ ปฏิบัติและการเก็บบันทึกข้อมูล	2 ชั่วโมง (ตค. 57)	
การส่งเสริมให้นักศึกษา เข้าใจถึงการมีจิต สาธารณะ	การจัดโครงการให้นักศึกษาไปบำเพ็ญ ประโยชน์ ณ สำนักปฏิบัติธรรม	1 วัน (พย. 57)	ดร.เบญจลักษณ์ ผู้ช่วยเก็บข้อมูล ช่างภาพ
นักศึกษามี ความรู้ เกี่ยวกับการให้ทาน การรักษาศีล และ วิธีการปฏิบัติภาวนา	การบรรยายธรรมะโดยพระสงฆ์ การฝึกปฏิบัติภาวนา การสัมภาษณ์รายบุคคล	2 วัน (พย. 57) (ธค. 57)	พระวิทยากร ดร.เบญจลักษณ์ ผู้ช่วยเก็บข้อมูล ช่างภาพ
รวบรวมข้อมูลโดยการ สัมภาษณ์ การถ่ายภาพ ขณะดำเนินกิจกรรม	การบันทึกภาพ การบันทึกจากการ สังเกต การสัมภาษณ์และบันทึกเพื่อนำมาวิเคราะห์ ประเมินผล สรุปผลและ จัดทำรายงานเป็นรูปเล่ม	(ม ค . - พค. 58)	ดร.เบญจลักษณ์ ผู้ช่วยเก็บข้อมูล ช่างภาพ

จากตาราง เมื่อทำแผนการจัดกิจกรรมการส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมแล้ว ได้จัดเตรียมต่าง ๆ เช่น การเขียนรายละเอียดของโครงการ การติดต่อวิทยากรภายนอกมหาวิทยาลัยฯ อุปกรณ์การบันทึกภาพ บันทึกข้อมูล และทีมดำเนินการประกอบด้วย ผู้ประสานงาน พนักงานถ่ายภาพ ฝ่ายเอกสาร ฝ่ายสถานที่ ฝ่ายอาหารและฝ่ายประเมินผลโครงการ เมื่อดำเนินการตามแผนแล้วคาดว่า นักศึกษาจะได้ประโยชน์จากการจัดกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ กิจกรรมการฟังธรรมะบรรยายและการฝึกปฏิบัติภาวนา

ขั้นตอนที่ 2 ศึกษาผลที่ได้จากการจัดกิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมนักศึกษา คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

การศึกษาผลที่ได้จากการจัดกิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมนักศึกษา คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย มีวิธีดำเนินการดังนี้

- 2.1 การนำภาพกิจกรรมมาเรียบเรียงเพื่อจัดทำรายงาน
- 2.2 การนำบันทึกผลการสังเกตมาเรียบเรียงและจัดพิมพ์รายงานการวิจัย
- 2.3 การนำบันทึกผลการสัมภาษณ์มาวิเคราะห์ สรุปและอภิปรายผล และจัดพิมพ์รายงานผลการวิจัย

บทที่ 4

การส่งเสริมคุณธรรม

1. การเข้าร่วมโครงการบำเพ็ญประโยชน์ ณ สำนักสงฆ์เขากุฎิ ตำบลเกาะยอ อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา วันที่ 12 พฤศจิกายน 2557 (ครั้งที่ 1)

ผลที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม

การเข้าค่ายคุณธรรมจริยธรรมในครั้งนี้ เป็นการฝึกอบรมพัฒนาจิต ข้าพเจ้าได้รับความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับศีล 5 ทำให้ข้าพเจ้ามีสมาธิมากขึ้น นอกจากนั้นยังได้รับเกียรติจากพระอาจารย์ในการบรรยายเกี่ยวกับศีล 5 กิริยามารยาท การปฏิบัติในสถานะต่างๆ การปฏิบัติตนให้เป็นคนดีรู้จักบาป บุญ คุณ โทษ รู้จักการมองชีวิตอย่างมีคุณค่า และที่สำคัญที่สุดข้าพเจ้าได้รับคือ การได้รู้จักความรักของบิดา มารดาที่มีต่อบุตรได้รู้จักความรักของคุณครู-อาจารย์ ที่มีต่อลูกศิษย์ นอกจากนี้พระอาจารย์ได้สอนเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างสงบสุขและเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ผู้อื่นในด้านการอดทน ขยัน ประหยัด ซื่อสัตย์ กตัญญู รู้วินัย ห่างไกลอบายมุข

นักศึกษามีความเห็นว่าโครงการนี้มีประโยชน์และสามารถนำสิ่งที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในการดำรงชีวิต โดยนักศึกษาเข้าร่วมโครงการ สามารถสรุปสิ่งที่ได้รับและเป็นประโยชน์ได้ดังนี้

1. ได้ฝึกความอดทน, ทำให้ใจเย็น
2. ได้ความรู้, ได้ฝึกวินัยและพัฒนาศีลธรรม
3. ได้ฝึกสมาธิ, เติบงกรม ก่อให้เกิดปัญญา
4. ได้รับความรู้ทางหลักธรรม
5. ได้รับการฝึกความมีวินัย, สามัคคีในการอยู่ร่วมกัน
6. ได้รับบุญกุศล
7. มีความตั้งใจที่จะทำความดี
8. ได้ฝึกปฏิบัติตนในการควบคุมทั้งกาย วาจา และจิตใจ
9. การทำตนให้ตนให้เป็นประโยชน์ ไม่เห็นแก่ตัว
10. ตั้งตนให้อยู่ในความไม่ประมาท มีสติ

บำเพ็ญประโยชน์เพื่อสังคม (วัดสถานที่สงบ) และได้อบรมกับพระอาจารย์เรื่องศีล 5 ข้อ, การละเว้น, การประพฤตินิยม รวมถึงการทำสมาธิทำให้จิตใจดีขึ้น มีสติ มีสมาธิ มากขึ้นคิดในสิ่งที่ดีๆ แล้วจะทำให้มีจิตใจที่ดี ใจที่ดีจะเปล่งประกายออกสู่ข้างนอกทำให้ร่างกายเราสดชื่น ผิวพรรณดีไม่ต้องไปปรุงแต่ง การเกิดความสามัคคีในหมู่คณะทำงานร่วมกันเป็นทีม เห็นความมีน้ำใจของเพื่อนช่วยเหลือกัน ความเป็นหนึ่งเป็นเดียวกัน ช่วยกันคนละไม้คนละมือจนงานออกมากดี ประสบความสำเร็จ เป็นที่ภาคภูมิใจว่าเราได้มาบำเพ็ญประโยชน์ให้แก่วัดดีกว่าใช้เวลาว่างที่ใช้ไม่เกิดประโยชน์ปล่อยทิ้งไป

ทั้งวันๆ และคิดได้ว่ากรที่เราบางครั้งนี้ไม่ใช่ได้กับใครแต่ได้กับตัวเราการฝึกสมาธิไปในตัว รู้จักปล่อยวางมากขึ้นคิดแต่ในสิ่งดีๆ ไม่ให้ร้ายหรืออิจฉาผู้อื่น

ที่สำคัญการเดินจงกรมก่อนกลับบ้านได้คิดหลายๆอย่างมากมายว่าเราเดินสมาธิ(เดินจงกรม) ทำให้เราไม่คิดฟุ้งซ่าน อยู่กับตัวเองมากขึ้นถึงแม้จะเมื่อยขาเจ็บเท้า แต่ถ้าเราคิดดี เราก็จะเอาชนะใจตัวเองได้ ผ่านพินมันไปได้ แต่ถ้าเราฝึกประจำทุกวันเราก็จะรู้สึกดี มีสมาธิ เกิดปัญญา แก้ปัญหาได้ เพราะเราอยู่กับตัวเอง มีสติ ปล่อยวางในสิ่งที่ไม่ดี แต่คิดในสิ่งที่ดีๆ ชีวิตเราก็จะมีความสุข ประสบความสำเร็จทุกสิ่งทุกอย่างในชีวิตหากเรารู้จักบำเพ็ญประโยชน์ ทำใจให้มีสมาธิ

หลังจากไปวัดนำไปใช้ประโยชน์ คือ การปล่อยวางทำใจให้มีสมาธิ ฝึกฝนให้เกิดความเคยชิน ในการใช้ชีวิตแต่ละวัน ไม่คิดอิจฉาว่าร้ายคนอื่น ไม่ประพตติผิดศีล รู้จักบำเพ็ญประโยชน์ช่วยเหลือสังคมใช้เวลาทำให้เกิดประโยชน์ ไม่คิดฟุ้งซ่าน คนเราจะสวยได้ต้องสวยที่ใจใช้การเสริมแต่งกายจากภายนอก แค่มีจิตใจที่ดีก็จะเปล่งออกสู่ภายนอกทำให้หน้าตาสดใสไม่ต้องแต่งแต้มให้มาก แคเราทำได้คิดได้แค่นี้ชีวิตเราก็จะประสบผลสำเร็จ

พระอาจารย์อบรมนักศึกษา และให้ข้อคิดต่างๆ ซึ่งได้แก่ ศีล 5 ว่าด้วยข้อ

- (1) ปาณาติปาตา เวรมณี ก็คือการละเว้นการฆ่าสัตว์
- (2) อทินนาทานา เวรมณี ก็คือ ไม่ลักขโมยของผู้อื่น
- (3) กาเมสุ มิจฉาจารา เวรมณี ไม่ประพตติผิดในกาม
- (4) มุสาวาทา เวรมณี ก็คือไม่พูดโกหก
- (5) สุราเมรยมัชชปมาทัฏฐานา เวรมณี ก็คือการไม่ยุ่งเกี่ยวกับของมีนเมา

ซึ่งข้อคิดจากที่พระอาจารย์ได้ให้มานั้นสามารถที่จะเอาไปใช้ในชีวิตรประจำวันได้ จะสามารถทำให้การใช้ชีวิตของเราดีขึ้น เพราะเราไม่ต้องกังวลว่าสิ่งที่ทำนั้นถูกต้องหรือไม่หากเราปฏิบัติธรรมตามศีล 5 ตามที่พระอาจารย์ได้อบรมมาก็จะทำให้เรามีความสุขกับการใช้ชีวิตประจำวันได้

หลังจากนั้นก็ถึงเวลาพักเที่ยงก็ร่วมกันรับประทานอาหารกับเพื่อนๆ ที่โรงธรรม แม่ครัวมีน้ำใจมากๆ ทำอาหารเลี้ยงนักศึกษาทุกคนจนอิ่มกันทุกคน จากนั้นก็ช่วยกันล้างจาน เก็บจานจนเป็นระเบียบ จากนั้นก็ไปพัฒนาวัด พระอาจารย์ก็ให้ไปเอาอุปกรณ์ต่างๆ เช่น มีดพริ้ว ไม้กวาด คราด เลื่อย เพื่อนๆก็สามัคคีช่วยกัน คนละไม้คนละมือคนนึงก็ถางป่า คนนึงก็ถอนหญ้า ตัดไม้ใช้เวลาประมาณ 2 ชั่วโมง ด้วยความร่วมมือร่วมแรงร่วมใจและความสามัคคีของเพื่อนๆ งานก็เสร็จเรียบร้อย จากนั้นก็รวมตัวกันที่โรงธรรมอีกครั้งพระอาจารย์ก็ให้เดินจงกรม พระอาจารย์บอกตลอดระหว่างเดินจงกรมว่าให้ละทิ้งความคิดที่เราปรุงแต่งขึ้นมาทุกอย่าง กำหนดลมหายใจ ถ้าหากจิตใจเราวอกแวกก็ให้เราดึงจิตใจกลับมาให้เป็นปัจจุบันให้อยู่กับปัจจุบัน ไม่คิดถึงอดีตที่ผ่านมา และอนาคตที่ตามมาไม่ถึง เมื่อเดินไปสักพัก เราก็สามารถทำได้ทำให้เรารู้สึกปลอดโปร่งมากๆ

จากการที่ได้ปฏิบัติกิจกรรมทั้งหมดมานี้ทำให้ได้เรียนรู้ว่าการทำวามร่วมกันถ้าสามัคคีกันงานก็เสร็จเร็ว เรียบร้อย และผ่านไปด้วยดีและเรียนรู้ศีลต่างๆที่สามารถนำไปปฏิบัติได้ในชีวิตรประจำวันและการเดินจงกรมเพื่อทำให้จิตใจปลอดโปร่ง

คนส่วนใหญ่มาวัดมาทำบุญเพื่อความสบายใจ สุขใจ บิติใจ เพื่อความทรงจำที่ดีๆ เพื่ออุทิศส่วนกุศลให้ผู้ตายบ้าง เป็นต้น คนไทยเป็นชาวพุทธตั้งแต่เกิด เกิดมาเป็นชาวพุทธ แต่คนส่วนใหญ่ยัง

กราบพระไม่เป็น สวดมนต์ไม่เป็น เข้ามาในวัดก็พูดเอะอะ ไม่สำรวม สิ่งเหล่านี้ผู้ที่เข้าวัดก็จะไม่ค่อยๆ ศึกษา ความสำรวมก็ค่อยๆเกิดขึ้น

การมาวัดก็ได้ฝึกการสำรวม เมื่อเราเริ่มสำรวมได้ จะทำให้เรามีสติจดจ่อได้ฝึกปฏิบัติธรรม ได้แก่ ฝึกสมาธิ เดินจงกรม การปฏิบัติธรรมทำให้เราได้รู้จักตนเอง เพื่อที่จะได้นำมาแก้ไขและปรับปรุง ยิ่งเรารู้จักตนเองได้มากเท่าไร จะทำให้เราคลายทุกข์ได้เท่านั้น การรู้จักตนเองก็คือการได้รู้จักบรรเทาทุกข์ให้ตนเอง วัดเป็นที่สงบ วัดไม่มีสิ่งที่เร้าที่จะตามมาให้จิตใจเรารุนวาย จึงทำให้จิตใจของเราได้สงบลง ณ เวลานั้น อย่างน้อยก็ทำให้เรามีสติ ทำให้เรามีความอดทน อดทนต่อร่างกายและจิตใจตนเอง

การเทศน์ของพระอาจารย์ ทำให้เราคิดตาม มันทำให้เรารู้ว่ามีอะไรสอดแทรก คอยสอนอยู่ ตั้งมากมายทำให้เรายึดได้ ทำให้เรามีความสุขกับสิ่งที่ทำ

จากการพัฒนาวัด ทำให้เห็นว่าทุกคนมีความพร้อมเพรียงกัน มีความกลมเกลียวเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันในที่จะร่วมแรงร่วมใจกันในการทำงาน ช่วยกันเก็บขยะ ตัดเถาวัลย์ ถอนหญ้า ภูพื้น ชัดพื้น ทำให้บริเวณกุฏิของพระอาจารย์ดูสะอาดตา น่าอยู่ยิ่งขึ้น

พระอาจารย์จะเน้นเรื่องของศีล 5

ศีลข้อที่ 1 การละเว้นจากการฆ่าสัตว์ทุกชนิด เราเป็นสัตว์ประเสริฐมีความคิดสำนึกได้มากกว่าพวกสัตว์เดียรัจฉานเพราะฉะนั้นเราไม่ควรเบียดเบียนชีวิตใครหรือสัตว์ตัวไหน

ศีลข้อที่ 2 เว้นจากการลักทรัพย์หรือทรัพย์ที่เจ้าของไม่ได้ให้ พวกที่ชอบลักขโมยจะทำมาหากินไม่เจริญไม่นานก็จะมีคนมาลักขโมยของเราเช่นกัน

ศีลข้อที่ 3 ละเว้นจากการประพฤตินอกใจในกามผิดลูกผิดเมียผู้อื่น ก็คือการมีภิกมีชู้ก็ไม่ควรยกเว้นแต่มีการแต่งงานหรือผู้ปกครองทั้งสองฝ่ายเห็นด้วย

ศีลข้อที่ 4 ละเว้นจากการพูดปด พูดเท็จ พูดจาโกหก พูดใส่ร้ายป้ายสีผู้อื่น พูดให้ร้ายสอดเสียดให้เกิดการเข้าใจผิดกัน

ศีลข้อที่ 5 ละเว้นจากการดื่มสุราเมรัยของมีนเมา เพราะจะส่งผลที่เสียกับร่างกายและทำให้ขาดสติไปชั่วขณะนั้น

ซึ่งถ้าใครที่ถือศีล 5 ข้อนี้ได้ จะทำให้ชีวิตมีแต่ความสุข มีความเจริญรุ่งเรืองในชีวิต เราสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

พระอาจารย์สอนการทำสมาธิโดยวิธีการเดินจงกรม การเดินจงกรมไม่ได้ยากอย่างที่คิดทุกอย่างอยู่ที่ใจไม่ว่าจะฟังชานเรื่องอะไรถ้าเราสามารถละทิ้งไปได้ รู้สึกตัวอยู่ตลอดเวลาอยู่กับตัวเองโดยตลอดปลอดจากเรื่องราวต่างๆ นั่นคือสมาธิแล้ว การเดินจงกรมนอกจากทำให้เกิดสมาธิแล้วยังทำให้ร่างกายของเราแข็งแรงสามารถเดินทางไกลได้สบายๆอีกด้วย

นอกจากนี้ดิฉันได้มีส่วนร่วมพัฒนาบริเวณภูมิพระอาจารย์ด้วยซึ่งรอบๆ จะมีหญ้าขึ้นมากมาย ดิฉันก็จัดการถอนหญ้าเก็บขยะบริเวณรอบภูมิและบริเวณวัดเหนือไหลท่วมตัว แต่ไม่รู้สึกเหนื่อยสักนิด กลับรู้สึกดีรู้สึกตัวเองเป็นประโยชน์ขนาดกลับบ้านก็ยังรู้สึกสบายใจหน้าสดชื่นแจ่มใส

นักศึกษาได้เข้าร่วมโครงการ ณ สำนักสงฆ์เขากุฎ เกาะยอ เป็นกิจกรรมขัดเกลาจิตใจ นักศึกษา และสร้างจิตสาธารณะให้กับนักศึกษาด้วย ช่วงเช้าได้มีการเข้าฟังพระอาจารย์พูดเกี่ยวกับ เรื่อง ศิล 5 และอริยสัจ 4 เนื่องจากหนูนับถือศาสนาอิสลาม จึงไม่ค่อยจะรู้เรื่องเท่าไร แต่จากที่ได้ ฟังคือ ศาสนาทุกศาสนาสอนให้ทุกคนเป็นคนดีเหมือนกัน อยู่ในหนทางของศาสนา ไม่เบียดเบียน และสร้างความเดือดร้อนให้แก่ผู้อื่นและอีกอย่างที่พระอาจารย์พูดบ่อยๆ คือ มีสติ จิตใจไม่ฟุ้งซ่านแล้ว เราจะมีปัญญา ที่สามารถทำให้ทุกสิ่งอย่างที่เราจะทำให้ประสบความสำเร็จได้โดยง่าย และในช่วงบ่าย ได้มีการช่วยกันพัฒนาวัดซึ่งช่วยฝึกจิตใจของนักศึกษาให้มีจิตสาธารณะ ช่วยเหลือคนอื่นมีความอดทน ต่อความยากลำบาก และทำเพื่อส่วนรวมโดยไม่หวังอะไรตอบแทน และได้ร่วมทำกิจกรรมกับเพื่อนๆ สนุกสนาน และสร้างความสามัคคีและได้นำมาปรับใช้กับชีวิตตัวเองในเรื่องจิตสาธารณะ และทำตัวให้เป็นประโยชน์ต่อส่วนรวมและทำงานร่วมกับผู้อื่นไม่เห็นแก่ตัว จะช่วยให้ประสบผลสำเร็จในการทำงาน ทุกๆ อย่าง

จากการนั่งสมาธิทำให้รู้สึกที่ตัวเองสงบและโล่งสบาย มีความสุขกับการนั่งสมาธิ การนั่งฟัง พระอาจารย์พูดในหลายเรื่องมันเป็นเรื่องที่ดีเมื่อทำแล้วชีวิตของมนุษย์เขาที่เรียกว่าสัตว์ประเสริฐ แต่พฤติกรรมกลับตรงกันข้ามคนสมัยนี้เลือกที่จะเข้าข้างตนเองมากกว่า หาประโยชน์ใส่ตนมากกว่า ไม่มีความเป็นส่วนรวม ส่วนช่วงบ่ายที่ได้ทำกิจกรรมพัฒนาพื้นที่ในสำนักสงฆ์เขากุฎทำให้ได้รู้ถึงความ สามัคคีของหมู่คณะ และได้รู้ถึงความเห็นแก่ตัวในตัวมนุษย์เราเอง ส่วนการทำงานเป็นหมู่คณะนั้น หากร่วมแรงร่วมใจกันงานก็จะสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี แต่หากต่างคนต่างเห็นแก่ตัวทุกอย่างก็ล้มเหลว กว้างานทุกอย่างจะผ่านไปทุกคนต่างก็เหนื่อยกันถ้วนหน้า และมีความสุขกับการได้ทำเสร็จจากการ พัฒนาก็เข้าปฏิบัติทำสมาธิกันต่อด้วยการเดินจงกรม การเดินจงกรมหากเดินอย่างถูกวิธี ปล่อยทุกอย่างและอยู่กับตัวเองทั้งสิ่งที่ไม่สำคัญทั้งความทุกข์ไว้ข้างหลัง แล้วเดินไปข้างหน้า ตั้งจิตให้อยู่กับ ปัจจุบันแล้วชีวิตจะเจอแต่ความสุข ความสงบในจิตใจและชีวิตของตนเอง ทำอะไรก็ควรมีความสุขเสมอ เพราะความมีสติมันทำให้ประสบความสำเร็จในชีวิต การที่ชีวิตเราจะสงบสุขและจะเจอความสุขได้นั้น เราต้องปล่อยวางทุกอย่าง การเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นเรื่องธรรมดา การที่คนเราหมดทุกข์ต้องยึดหลัก อริยสัจ 4 คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ซึ่งเป็นหนทางแห่งการดับทุกข์ การทำกิจกรรมในครั้งนี้ได้รับ อะไรหลายๆ อย่าง ทั้งความรู้ สมาธิ ความสนุกสนาน กิจกรรมในครั้งนี้สอนให้เราได้รู้ว่าในชีวิตคนเรานั้นเกิดมาเท่าไรก็ตายกลับไปเท่านั้น ความดีต่างหากที่จะอยู่ติดตัวเราไปแม้ชีวิตเราจะจากไปแล้ว ก็ตามสามารถนำมาใช้ในชีวิตประจำวันได้หลายอย่าง คือ

1. มีสติทุกครั้งก่อนทำอะไร

2. ไม่ยึดติดกับสิ่งรอบข้าง
3. ความทุกข์หรือความสุข เราจะมีได้ก็อยู่ที่ตัวเราเอง
4. การปล่อยวางจะทำให้เราสุข
5. การทำงานเป็นทีมจะต้องร่วมมือร่วมใจกัน
6. ในชีวิตคนเราไม่มีอะไรแน่นอน
7. การที่เราจะประสบความสำเร็จ เราต้องมุ่งมั่นและมีสติอยู่เสมอ

การที่ได้เข้าร่วมโครงการปฏิบัติธรรมที่วัดเขาภู ได้ทำให้เรารู้สึกสงบจิต สงบกาย และรู้ถึงบาป บุญ คุณโทษของการกระทำของตัวเอง รู้จักผิดชอบชั่วดีและการหลีกเลี่ยงการกระทำและเจตนาที่ส่งผลที่จะตามมา ทำให้เรารู้สึกกระงับอารมณ์ได้ด้วยธรรม และการตั้งสติของตัวเอง ใช้ชีวิตอย่างมีสติ รอบคอบ ก็จะทำให้ผลเสียที่จะเกิดกับเราน้อยลงหรืออาจจะไม่มีเลยการปฏิบัติธรรมนี้

จากการที่ได้ไปทำกิจกรรมที่วัดเขาภู รู้สึกมีความสุขจิตใจสงบได้อยู่กับตัวเองมากขึ้นและทำให้ได้ทบทวนสิ่งที่ผ่านมาทำอะไรไปบ้างในแต่ละวันตอนแรกก็รู้สึกไม่อยากจะไปแต่พอได้ไปแล้วตั้งแต่การนั่งสมาธิปกติจะเป็นคนที่นั่งสมาธินานๆ ไม่ได้เพราะรู้สึกปวดหัวแต่วันนี้รู้สึกว่าตัวเองทำได้ในระดับหนึ่ง แต่ก็ยังรู้สึกว่าจิตใจของตัวเองไม่สงบ เคยสงสัยอยู่ตลอดเวลาว่าคนที่นั่งสมาธิได้เป็นวันๆ เขานั่งกันได้อย่างไรในการกำหนดลมหายใจเข้าออกต้องทำอย่างไรรู้สึกว่าจะอยากทำให้ได้บ้างแต่ก็จะทำให้ได้ส่วนการช่วยพัฒนาวัดอาจจะเหนื่อยบ้าง ร้อนบ้างแต่ก็ทำให้เห็นการทำงานร่วมกันของเพื่อนๆ ช่วยกันทำอย่างละนิดอย่างละหน่อย มีความสามัคคีกันสิ่งที่ได้กลับมาทำให้เรารู้สึกหายเหนื่อยวัดก็สะอาดด้วยมือเราสุดท้ายการเดินทางครั้งนี้เป็นการฝึกกำหนดจิตของเราให้อยู่นิ่งไม่วอกแวกและให้นึกอยู่เสมอว่าเรานั้นทำอะไรกันอยู่ในตอนนี้ ซึ่งตอนแรกยังสงสัยอยู่ว่าทำไมเราต้องเดินเป็นชั่วโมงเดินแล้วได้อะไร ตอนเดินได้ 30 นาทีรู้สึกเหนื่อยอยากจะนั่งเร็วๆ ใจมันคิดอยู่ตลอดเวลาเมื่อไหร่จะหมดเวลาแต่พอได้ลองทำตามที่พระอาจารย์สอนก็รู้สึกว่าถ้าเราเดินไปแล้วไม่คิดอะไร ปล่อยให้สมองโล่ง ทำใจให้สงบแล้วเดินไปเรื่อยๆ ก็ทำให้รู้สึกว่ามันก็ไม่ได้เหนื่อยอะไรเลยยังทำให้จิตใจเราสงบอีกด้วย

จากการที่ได้ไปปฏิบัติธรรมสามารถนำมาใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันได้ไม่ว่าจะเป็นด้านการเรียนหรือการใช้ชีวิตในแต่ละวันทำให้เรามีสติคิดก่อนทำ ทำให้จิตใจรู้สึกสดชื่นอยู่ตลอดเวลา การปฏิบัติธรรมช่วยเราได้เยอะเลยในทุกๆ เรื่องสามารถฝึกให้เราอยู่กับตัวเองได้ซึ่งหลายๆ คนอาจมองข้ามสิ่งนี้ไปแต่ถ้าเราทำก็จะได้กับตัวเราเอง

สิ่งสำคัญที่สุดจากสิ่งที่ได้ในวันนี้ คือการได้ฟังการอบรมเป็นการขัดเกลาจิตใจได้เป็นอย่างมากได้รู้จักการเป็นตัวเอง การใช้ชีวิตตั้งอยู่ในศีลธรรมความสุขที่แท้จริงของชีวิต และสิ่งที่ประทับใจที่สุด คือ การอบรมเรื่องการทำงานร่วมกับผู้อื่น คนใดที่ทำงานด้วยใจ เต็มที่ มักจะเป็นที่รักของ

เพื่อนฝูง เจ้านาย คนรอบข้าง ส่วนคนใดที่รักสบาย หนักไม่เอา เบาไม่สู้ มักเป็นที่รังเกียจของสังคม ความรู้ในเรื่องนี้จึงเป็นสิ่งที่สามารถนำมาใช้ในชีวิตประจำวันได้ดีที่สุดในการทำงานในอนาคต

สิ่งที่ข้าพเจ้าและเพื่อนๆ ได้รับจากการไปปฏิบัติธรรมในครั้งนี้ คือ

1. ความสามัคคี
2. ทำงานร่วมกัน
3. ความปรองดอง
4. นั่งสมาธิ
5. การปฏิบัติธรรม
6. การเดินจงกรม
7. ไม่ฟุ้งซ่าน
8. สติ
9. รู้สึกตัว
10. สงบ
11. สร้างกุศลให้กับตัวเอง
12. ศิล 5
13. จิตใจ

พระอาจารย์ได้สอนเรื่องการรักษาศีล 5 ซึ่งประกอบไปด้วย

ศีลข้อ 1 ละเว้นการทำให้ผู้อื่นเดือดร้อนหรือถึงแก่ชีวิต

ศีลข้อ 2 ละเว้นการลักขโมยและฉ้อโกงทรัพย์สินเงินทองของผู้อื่น

ศีลข้อ 3 ละเว้นการประพฤติดิฉันในกาม นอกใจคู่ครองของตนหรือล่วงเกินคู่ครองของคนอื่น

ศีลข้อ 4 ละเว้นการพูดเท็จ พูดหยาบคาย เพ้อเจ้อ ส่อเสียด ดิฉันนินทาและยุแหยงให้เกิดการ

ทะเลาะกัน

ศีลข้อ 5 ละเว้นการดื่มสุราหรือเสพของมึนเมาทำให้ขาดสติ

ซึ่งการปฏิบัติตามศีลทั้งห้าข้อจะทำให้จิตสงบ มีสมาธิที่จะคิดก่อนทำอะไร ดังนั้นการรักษาศีล 5 จะช่วยให้ชีวิตเปลี่ยนไปในทางที่ดีไม่ใช่เท่าแต่การรักษาศีล 5 เรายังต้องมั่นทำบุญตักบาตร แผ่ส่วนบุญส่วนกุศลให้เจ้ากรรมนายเวรอันสงฆ์ผลบุญที่เราทำก็จะเพิ่มพูนมากยิ่งขึ้นตามระดับ ทำให้กายและวาจา จิตใจสงบไม่ก่อให้เกิดทุกข์โทษต่างๆ ทำให้จิตใจสะอาดบริสุทธิ์ได้และเบาบางหรือจนหมดกิเลส คือ ความโลภ โกรธและหลง อันเป็นเครื่องมือที่ทำให้เราสามารถลดความอยากได้ อยากมี ในสิ่งที่ไม่จำเป็น และพระอาจารย์ได้สอนการนั่งสมาธิโดยการทำสมาธินั้นสามารถทำได้ทุกที่ ทุกเวลา เมื่อเราไม่สบายใจ การนั่งสมาธิช่วยให้จิตใจไม่ฟุ้งซ่านคิดวิธีแก้ปัญหาออก และช่วยกำหนดลมหายใจเข้าออก โดยการสูดหายใจให้ยาวและค่อยๆ หายใจออกอย่างช้าๆ เป็นการฝึกสมาธิที่ดีที่สุดทำให้หลับสบายคลายกังวล กำจัดโรคภัยไข้เจ็บสมองปัญญาดี ระงับความขี้โมโหอารมณ์ร้อนได้ และยังเจริญวาสนาบารมีเป็นบุญกุศลและตอนบ่ายดิฉันและเพื่อนในห้องเรียนก็ช่วยกันพัฒนาวัดโดยการถางป่า

ถอนหญ้าและช่วยกันเก็บขยะรอบวัดให้สะอาด ทุกคนในห้องต่างช่วยกันทำอย่างสนุกสนานถึงแม้จะเหนื่อย แต่เราก็ช่วยเหลือกันจนงานเสร็จเร็ว และพร้อมกับความอิมมูญไปด้วย พระอาจารย์ได้สอน การเดินจงกรมการจงกรมก็เหมือนการเดินปกติ เดินแบบสบายๆ ไม่วิตกกังวลอะไรเป็นการเดินแบบ กรรมฐานที่เคลื่อนไหวโดยพระอาจารย์ให้เดินจงกรมเป็นเวลา 1 ชั่วโมง ครึ่งชั่วโมงแรกรู้สึกเหนื่อยมาก แต่หลังๆ ไปก็หายเหนื่อยเดินเพลินเลยพระอาจารย์บอกว่าการเดินจงกรมจะช่วยให้เป็นผู้อดทน ต่อการเดินทางไกล ทำให้มีร่างกายแข็งแรงคนที่ร่างกายอ่อนแอการเดินจงกรมจะทำให้สุขภาพดีขึ้น มาก และยังช่วยทนต่อการทำความเพียร คือ การทำจิตใจให้สงบ ทำลายกิเลสแต่ถ้าหากผู้ฝึกจิตนั่งสมาธิเพียงอย่างเดียวจะทำให้มีความอดทนต่อการนั่งน้อยมาก ดังนั้นควรจะนั่งพร้อมสลับกับเดิน จงกรม และช่วยให้อาหารที่เรากินเข้าไปสามารถย่อยได้ง่าย เมื่อเราทานอาหารเสร็จเมื่อร่างกายได้รับความเคลื่อนไหวจะทำให้อาหารในร่างกายย่อยง่ายขึ้นไม่ทำให้ท้องอืดท้องเฟ้อเพราะการเดินจงกรมทำให้อาหารประเภทต่างๆ ย่อยได้ง่ายขึ้น เมื่อเดินจงกรมเสร็จพระอาจารย์ก็สอนให้แผ่เมตตาให้พ่อแม่และ เจ้ากรรมนายเวรตั้งนั้นการแผ่เมตตาจึงเป็นการส่งกระแสจิตของตนไปสู่ผู้อื่นทั้งที่เป็นเทวดา มนุษย์ และสัตว์ด้วยความหวังดีที่จะให้เขามีความสุขได้รับความสมหวังในชีวิตเป็นการแสดงออกซึ่งน้ำใจที่เปี่ยมด้วยความเมตตาธรรมของผู้แผ่เมตตา

นักศึกษาที่นับถือศาสนาอิสลาม แต่ก็ได้ไปร่วมกิจกรรมกับชาวพุทธไปนั่งฟังพระอาจารย์เทศน์ให้ฟัง เรื่องการทำกรรมดี ไม่ว่าจะนับถือศาสนาไหนก็ตาม แต่ละศาสนาต้องมีคำสอนในเรื่องการทำกรรมดีกันทั้งนั้น ไม่ว่าจะเป็นอย่างใดก็ตาม ส่วนความดีในศาสนาอิสลามต้องอาศัยปัจจัย 3 ประการได้แก่

การศรัทธา

การปฏิบัติตามศาสนบัญญัติ

ความยำเกรงและบริสุทธิ์ใจต่อพระเจ้า

ศาสนาอิสลามได้มีมาตรที่วัดอย่างชัดเจน ในเรื่องของความดีและความดีทั้งปวงซึ่งครอบคลุม การงานที่ดีต่างๆ การกระทำในทางที่ดี การมีจิตใจที่บริสุทธิ์มีเจตนาที่ดี ทำดีต่อเพื่อนมนุษย์ การ พุดจาดี รักใคร่ปรองดองในสังคม เป็นต้น

เรื่องของศีล 5 และการนั่งสมาธิ การนั่งสมาธิจากที่พระอาจารย์ให้นั่งสมาธิแล้วทำให้มีจิตใจ ที่สงบไม่คิดฟุ้งซ่านทำให้จิตใจอยู่กับเนื้อกับตัวเป็นการฝึกให้เป็นคนที่มีสมาธิมีสติอยู่ตลอดเวลา และการนั่งสมาธิเป็นการช่วยให้คลายเครียด รู้สึกปลอดโปร่ง

ส่วนในช่วงบ่ายเป็นช่วงของการทำความดีโดยการพัฒนาวัดได้ไปถอนต้นหญ้าเก็บขยะ ตัด เถาวัลย์ต่างๆ

ถึงแม้ว่าเราจะนับถือศาสนาอิสลามก็ตามก็ไม่เคยรู้สึกว่าจะแบ่งแยก “เขาหรือเรา” ส่วน กิจกรรมบางอย่างที่อิสลามไม่สามารถทำได้ก็จะอยู่ในความสงบแทน

การเดินจงกรมนั่นถือว่าการออกกำลังกายอย่างหนึ่ง รวมทั้งเป็นเครื่องมือในการขจัด ความเครียดและจิตตกกังวล และประโยชน์ที่ได้คือ

1. สร้างกล้ามเนื้อให้แข็งแรงขึ้น ยังช่วยในการทำงานที่อยู่ในชีวิตประจำวันให้ดีขึ้น
2. ช่วยสร้างการทรงตัวที่สมดุล การเดินอย่างสม่ำเสมอช่วยฝึกฝนให้ร่างกายนั้นรู้จักการทรงตัวที่ดี
3. มีสมาธิมากขึ้น การมีสมาธิมากขึ้นจะเป็นตัวช่วยในเรื่องของสมาธิเป็นอย่างยิ่ง
4. ควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้น การใช้สมาธิในการเดินนั้นจะเป็นสิ่งที่ช่วยควบคุมอารมณ์ได้เป็นอย่างดีและอื่นๆ อีกมากมายประโยชน์ที่ได้รับ หลังจากการเรียนรู้การเดินจงกรมและนั่งสมาธิเสร็จก็ได้มานั่งพูดคุยเกี่ยวกับการทำกิจกรรมสำหรับวันนี้และพระอาจารย์ได้ให้พรให้ศีลแก่นักศึกษาทุกคน

2. การเข้าร่วมโครงการบำเพ็ญประโยชน์ ณ สำนักสงฆ์เขาภูฏี ตำบลเกาะยอ อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา วันที่ 19 พฤศจิกายน 2557 (ครั้งที่ 2)

ผลที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม

นักศึกษาได้เข้าร่วมพัฒนาสำนักสงฆ์โดยพร้อมเพรียงกันในการจัดโครงการครั้งนี้เพื่อให้ทุกคนได้มีความสามัคคีช่วยเหลือกันฝึกความพร้อมการทำงานเป็นทีมและกลุ่มคณะเพื่อให้การปฏิบัติงานของกลุ่มบรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ในภารกิจจะมีผู้นำคอยสั่งการคอยวางแผนแบ่งงานแบ่งหน้าที่ความรับผิดชอบออกเป็นส่วนๆ ทุกคนก็ต้องรับผิดชอบในงานของตัวเองที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จไม่เอารักเอาเปรียบหรือกินแรงคนอื่นหลังจากกิจกรรมการปฏิบัติงานเรียบร้อยก็มีการสรรเสริญโดยการให้ทุกคนรับประทานอาหารร่วมกันอย่างมีความสุขได้เห็นรอยยิ้มเห็นความรักความสามัคคี การช่วยเหลือ แบ่งปันกันนี่คือสิ่งสำคัญของการทำงานเป็นทีม

ผลที่ได้จากการเข้าร่วมโครงการ

1. ได้รู้จักการทำงานเป็นทีม การอยู่ร่วมกับคนอื่นต่อไปในสังคม
2. มีความสุขกายสุขใจและจะพัฒนาตัวเองต่อไปเรื่อยๆ
3. การช่วยเหลือผู้อื่น
4. การฝึกสมาธิของตัวเองในการเผชิญกับปัญหาในอนาคต
5. การมีวินัยในตัวเอง การรับผิดชอบในหน้าที่

จากการที่นักศึกษาได้เข้าร่วมโครงการพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม ณ สำนักสงฆ์เขาภูฏี ต.เกาะยอ นักศึกษาได้รับประโยชน์จากการเข้าร่วมโครงการในครั้งนี้มากเริ่มจากก้าวแรกที่ขึ้นไปรู้สึกได้ถึงความสะดวกสบายขึ้นโดยการเข้าร่วมโครงการนี้ คือ ได้บำเพ็ญประโยชน์โดยเริ่มจากทำความสะอาดพื้นที่ถนนทางขึ้นวัดเขาภูฏี เนื่องจากมีใบไม้หล่นเต็มพื้นที่ทำให้ดูแล้วไม่สวยงามหลังจากกวาดพื้นถนนก็ตัดต้นไม้กิ่งไม้ตามสองข้างทางที่ยื่นออกมาภายนอก รวมถึงถอนหญ้าที่ขึ้นรกข้างทางด้วย เสร็จจากภารกิจตรงนี้ก็เข้าไปนั่งสมาธิด้วยกันซึ่งการนั่งสมาธิทำให้เรามีจิตใจสงบมีสมาธิอยู่กับสิ่งทำ หลังจากการนั่งสมาธิก็เดินจงกรมโดยรวมแล้วดิฉันคิดว่าเป็นสิ่งที่ดีและเป็นโอกาสดีที่เราได้เข้ามาทำตรงนี้ได้รู้ได้เห็นอะไรหลายๆ อย่างได้ความรู้ ทัศนคติที่ดี และจากการได้เข้าร่วมโครงการสิ่งที่ได้รับคือ

1. ได้ฝึกการทำจิตใจให้สงบ ฝึกการทำสมาธิ

2. ฝึกการทำงานเป็นทีม
3. ทำให้เรามีความอดทน อดทนต่อร่างกายและจิตใจของตัวเอง
4. ทำให้เรามีความสุขกับสิ่งที่ทำ
5. ได้ความรู้ มุมมองและทัศนคติต่างๆ จากบุคคลภายนอก
6. ได้ความสามัคคีของเพื่อนๆ
7. ทำให้เรารู้จักการรอคอย
8. ทำให้เราเห็นความสุขของคนรอบๆ ข้างเห็นรอยยิ้ม

การนำความรู้ที่ได้มาใช้ให้เกิดประโยชน์ในชีวิตประจำวันเป็นสิ่งสำคัญที่สุดรู้จักปล่อยวาง รู้จักมองโลกในแง่ดีคิดบวกกับสิ่งต่างๆ รอบตัว แค่นี้ชีวิตก็มีความสุขที่สุดแล้ว

ปัจจุบันการเข้าวัดของคนเริ่มมีน้อยลงไม่ว่าจะเด็กหรือผู้ใหญ่เนื่องจากต่างคนต่างต้องทำงานกันอย่างหนักเลี้ยงดูลูกโดยเทคโนโลยีไม่ว่าจะปล่อยให้ดูทีวีเล่นเกมเป็นต้น ส่วนเด็กๆ ในปัจจุบันเด็กๆ ก็ล้มที่จะเข้าวัดทำบุญจะไม่สนใจในโลกโซเชียล ติดเกม ติดมือถือ เล่นเกมออนไลน์

จากที่ได้ไปวัดทำให้นักศึกษารู้สึกได้เป็นส่วนหนึ่งของการไปบำเพ็ญประโยชน์ในครั้งนี้รู้สึกตื่นเต้นเมื่อขึ้นไปเห็นวัดเพราะวัดที่นี้ดูน่าเลื่อมใสอยู่แล้วรู้สึกถึงความสงบร่มเย็น นอกจากนี้วัดที่นี้ยังมีทิวทัศน์ที่สวยงามบรรยากาศดีมากดิฉันได้ไปไหว้พระชมทิวทัศน์ทำให้รู้สึกสบายใจไม่วุ่นวายเหมือนอยู่ในเมืองไม่มีปัญหาให้ปวดหัว จากนั้นก็ได้รับประทานอาหารกันเป็นกลุ่มกับเพื่อนๆ เพื่อเตรียมตัวบำเพ็ญประโยชน์ ทานอาหารกันเสร็จก็เตรียมอุปกรณ์สำหรับการตัดหญ้า และทำความสะอาดข้างทางกวาดเศษใบไม้ที่อยู่ข้างทาง ดิฉันรู้สึกดีใจมากๆ ถึงแม้จะเหนื่อยแต่ก็ยังรู้สึกดีที่ได้ทำได้เห็นทุกคนทำงานเป็นทีมร่วมมือร่วมใจกันทำงาน ดิฉันตั้งใจที่ได้ทำในสิ่งที่ไม่เคยทำได้ทำในสิ่งที่ได้กรุ่นใหม่บางคนไม่ได้ทำและไม่มีเวลาทำเมื่อตัดหญ้าและทำความสะอาดเสร็จนั่งพักสักครู่ก็ได้ฟังธรรมะต่อฟังไปหัวเราะไปเป็นการฟังธรรมะที่ไม่เครียดไม่จริงจังจนเกินไปทำให้ไม่เบื่อฟังได้เรื่อยๆ จากนั้นก็เดินจงกรมการเดินจงกรมนั้นแรกๆ จะฟังชานยังคงสนใจกับสิ่งรอบข้างแต่เมื่อเดินได้สักพักก็เริ่มมีสติเริ่มอยู่กับตัวเองไม่คิดฟุ้งซ่านลืมนปัญหาต่างๆ ที่เราเผชิญลืมนทุกซ์ที่มีอยู่ได้ผ่อนคลายและมีสติอยู่ตลอดเวลาเมื่อเดินจงกรมเสร็จอาจารย์ก็ให้ถ่ายรูปร่วมกันเป็นการมาวัดที่สนุกมากเลยคะ

อยากให้เด็กกรุ่นใหม่ได้เข้าวัดกันมากๆ อยากให้ผู้ปกครองปลูกฝังลูกๆ หลานๆ ให้เข้าวัดทำบุญหรือบำเพ็ญประโยชน์กันมากขึ้นอย่ามัวลุ่มหลงกับแสงสีหรือแข่งขันกันทำงานแย่งตำแหน่งจนลืมนความเป็นเพื่อนเป็นเจ้านายลูกน้องปฏิบัติตนให้อยู่ในศีลในธรรมเพื่อโลกของเราจะไม่วุ่นวายอย่างที่เป็นอย่างนี้

ผลที่ได้รับจากการเข้าร่วมโครงการนี้ก็คือ

1. ฝึกความอดทนให้กับตัวเอง
2. ให้รู้จักมีส่วนร่วมกับองค์กร และวัด
3. ฝึกให้มีสมาธิ
4. ฝึกให้มีสติ
5. พระอาจารย์จะสอนเกี่ยวกับศีล 5 คือ จะต้องทำหรือปฏิบัติให้ได้ถ้าทำได้ชีวิตก็จะมีแต่สิ่งที่ดีดีเข้า, ศัตรูจะไม่มีชีวิตก็จะมีความสุข

6. สอนให้รู้จักปล่อยวางบ้างในสิ่งที่มันหนักเกิน

7. มีคุณธรรมและจริยธรรมก็ตรงกับวิสัยทัศน์ของมหาลัทธิที่ได้กำหนดไว้

จากการเข้าร่วมโครงการพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม ณ สำนักสงฆ์เขาภูฏี ต.เกาะยอ สิ่งที่ได้รับมีมากมายทั้งทางจิตใจ ทางกายเริ่มจากการรับประทานอาหารก่อนการบำเพ็ญประโยชน์ได้รับความอิมอร้อย หลังจากนั้นลงมือปฏิบัติการพัฒนาเส้นทางเขาสำนักสงฆ์เขาภูฏีสงบการถาง เก็บกวาดขยะดอกไม้ ใบหญ้าแห้งให้เกิดความสะอาดและความสงบทำร่วมมือกัน ช่วยกันคนละไม้คนละมือทำเพื่อส่วนร่วมได้ทั้งเหื่อเป็นการออกกำลังกายอีกรูปแบบหนึ่งทำให้เกิดประโยชน์ทางด้านร่างกาย รู้สึกอิมอ้อมอิมใจที่เป็นส่วนหนึ่งในการพัฒนา หลังจากนั้นเข้าฟังธรรมได้รับรู้เรื่องราวต่างๆ เกี่ยวกับศาสนาทำให้คิดได้มากขึ้น จิตใจไม่ฟุ้งซ่านมีสติ มีสมาธิ มีกำลังใจทำให้รู้สึกดียิ่งขึ้นสบายใจและต่อด้วยการเดินจงกรม คือ การฝึกให้จิตใจอยู่กับตัวเอง รู้สึกตัวตลอดเวลาที่กำลังทำอะไรอยู่ไม่รู้สึกเหนื่อยล้าแต่กลับกันยังได้รับความสดชื่นกลับมาจนถึงทุกวันนี้

การเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาธรรม จริยธรรมก็เป็นความสุขอย่างหนึ่งที่ได้เข้าไปพัฒนาและชมบรรยากาศภายในวัดทำจิตใจสงบฟังพระเทศน์มีหัวเราะบ้างซึ่งบ้างปะปนกันไปได้รู้จักเพื่อนใหม่ต่างสาขาแม้จะเรียนร่วมกันแต่ก็ไม่เคยพูดจาหักทลายแต่เมื่อไป ณ ที่ตรงนั้นก็ได้พูดคุยสนทนามากขึ้นทำให้บรรยากาศพาเพลินเห็นวิวทิวทัศน์สบายกายและใจการทำใจให้สงบและไม่คิดฟุ้งซ่านมีสติตลอดเวลาทำให้การทำงานสำเร็จแม้แต่การเรียนก็ยังมีผลนำหลักธรรมคำสอนที่พระอาจารย์สอนมาใช้ได้ทุกเรื่อง “สติมาปัญญาเกิด สติเตลิดจะเกิดปัญญา” และที่ได้รับคือการมีน้ำใจเพื่อแม่ช่วยเหลือเพื่อนๆ สิ่งที่มาบกลับมา คือ รอยยิ้มและเสียงหัวเราะทำให้มีความสุขไปอีกจนลืมเรื่องทุกข์ใจต่างๆ ได้รับประโยชน์จากการไปปฏิบัติธรรมคือ การได้ฝึกสมาธิในการใช้สติทำจิตใจให้อยู่กับตัวเองไม่คิดถึงเรื่องอื่นๆ ให้เราคิดถึงตัวเองมีสติกลับมาอยู่กับตัวเองไม่คิดถึงเรื่องรอบๆ ตัวเราและยังได้ทำบุญคือ การตัดต้นไม้และหลัาระหว่างทางขึ้นของวัดนั้นดูสะอาดเป็นระเบียบมากขึ้นโดยการร่วมมือร่วมใจในการทำบุญครั้งนี้และยังทำให้เราได้ประโยชน์มาจึงดีจะเอาอีกด้วยได้ฝึกให้ตัวเองเป็นคนที่มีสติมากยิ่งขึ้นคิดอะไรก่อนที่จะลงมือทำและไตร่ตรองว่าทำลงไปนั้นจะส่งผลดีหรือผลเสียตามมา ให้รู้จักช่วยเหลือผู้อื่นมากขึ้นเพราะการช่วยผู้อื่นก็เหมือนกับทำบุญอีกอย่างหนึ่งโดยที่เราสามารถช่วยได้หลายแบบวิธีทำให้เราไม่ไปคิดถึงเรื่องที่ไม่สมควรจะคิดควรคิดแต่เรื่องที่เป็นประโยชน์ต่อตัวเองและคนรอบข้างทำให้เรามีสติสมาธิมากขึ้นสามารถปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้คือ การมีสติในการทำงานต่างๆ ใช้สติในการคิดวิเคราะห์ปัญหาต่างๆ ที่เข้ามาในชีวิตเราตั้งสติก่อนที่จะลงมือทำสิ่งใดๆ มันจะเป็นผลดีมากกว่าที่เราทำไปแล้วแต่กลับมาคิดทีหลังปัญหาเรามีสติแล้วปัญญาก็จะตามมาเมื่อเรามีปัญหาเราก็ใช้สติเป็นตัวก็เหนอจิตใจให้มีสติคิดไตร่ตรองให้เสียก่อนฉะนั้นปัญญาก็จะตามมาทำให้เราได้คิดอะไรหลายๆ อย่างได้จะการมีสติของเราเอง

3. การเข้าร่วมโครงการบำเพ็ญประโยชน์ ณ สำนักสงฆ์เขาภูฏี ตำบลเกาะยอ อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา (ครั้งที่ 3)

ผลที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม

การปฏิบัติธรรมที่วัดถือว่าเป็นบุญกุศลเป็นอย่างมากแล้วรู้สึกอึ้งบุญอึ้งใจ หน้าตาสดชื่น เบิกบาน แจ่มใสเพราะได้ทำความดีปฏิบัติธรรมถือศีล 8 ได้รู้ว่าการทำความดีมันรู้สึกยังไง ทำให้เราเป็นคนขยันและมีความอดทนเพิ่มมากขึ้นจากการไปวัดรู้จักการถือศีลแปดไม่ว่าจะเป็นดังนี้

1. เว้นจากทำลายชีวิต
2. เว้นจากถือเอาของที่เขามิได้ให้
3. เว้นจากการประพฤติดีพรหมจรรย์ คือ เว้นจากร่วมประเวณี
4. เว้นจากพูดเท็จ
5. เว้นจากของเมา คือ สุราเมรัยอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท
6. เว้นจากบริโภคอาหารในเวลาวิกาล คือ เที่ยงแล้วไป
7. เว้นจากฟ้อนรำ ขับร้อง บรรเลงดนตรีดูการเล่นอันเป็นข้าศึกต่อพรหมจรรย์การตัดทรงตองไม้ของหอมและเครื่องลูบไล้ซึ่งใช้เป็นเครื่องประดับตกแต่ง

8. เว้นจากที่นอนอันสูงใหญ่ หรุหร่าฟุ่มเฟือย

จากการที่ได้ไปวัดรู้สึกว่าคุณเองเป็นผู้มีความเพียรพยายามประกอบความดีง่ายกว่าแต่ก่อน และรู้สึกว่าคุณมีความซื่อสัตย์ยุติธรรมและมีเมตตากรุณา เป็นผู้รู้สึกว่ามีสติปัญญาความรู้สึกตัวอยู่เสมอไม่ประมาท แนวทางการพัฒนาคุณธรรมและจริยธรรมที่กำหนดแสดงถึงว่าตัวเองรู้สึกว่าคุณมีคุณภาพขึ้น รู้สึกว่าคุณเองได้พัฒนาจิตใจขึ้น ได้ฟังเทศน์ ฟังธรรม รู้จักความสงบ

การที่ได้ไปวัดในครั้งนี้มีความรู้สึกว่าคุณเมื่อความรู้สึกดีเกิดเกิดขึ้นแล้วจะมีสิ่งดีๆ ตามมา และจะก่อให้เกิดความความดีที่จะเกิดขึ้นต่อไป จากผู้ที่ได้รับและผู้พบเห็น รู้สึกอึ้งอึ้งจากการทำความดีได้บุญค่ะ การไปวัดครั้งนี้ได้ทั้งคุณธรรม รู้สึกถึงความดีงามที่ปลูกฝังขึ้นในจิตใจ มีความกตัญญู ขยัน ประหยัด ซื่อสัตย์ สามัคคี มีวินัย มีน้ำใจ เป็นต้น จนเกิดจิตสำนึกที่ดี รู้สึกผิดชอบ ชั่วดี เกรงกลัวต่อการกระทำชั่วโดยประการต่างๆ เมื่อจิตเกิดคุณธรรมขึ้นแล้ว จะทำให้เป็นผู้มีจิตใจดี และคิดแต่สิ่งดี ๆ จึงได้ชื่อว่าเป็นผู้มีคุณธรรม

การมีศีลธรรมทำให้เป็นข้อปฏิบัติเพื่อป้องกันไม่ให้ละเมิดต่อสิ่งที่จะทำลายความดีงามแห่งคุณธรรมจริยธรรมให้เสื่อมลงทั้งกฎ ระเบียบ วินัย และจารีตประเพณีที่ดีงามของสังคมเมื่อเกิดศีลธรรมนั้นแล้ว ก็จะนำความสงบร่มเย็นลงใจมาสู่ตนเอง ครอบครัว สังคมและคนรอบข้าง ความรู้สึกนี้เป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นหลังกลับมาจากวัดทำให้รู้ว่ามีสติเช่นนี้เอง

ในการปฏิบัติธรรมก่อนจะลงมือปฏิบัติธรรมนั้นเราต้องรู้เสียก่อนว่า เราจะทำอะไร ทำเพื่ออะไร จะทำอย่างไรและในระหว่างทำก็ต้องไม่หลงไม่เผลอไปทำในเรื่องอื่นๆ

หัวใจของการปฏิบัติธรรม“เพื่อความพ้นทุกข์” พ้นจะต้องทำความเข้าใจวิธีการปฏิบัติที่ถูกต้องและแนวทางในการปฏิบัติก็จะทำให้เสียเวลาและไปไม่ถึงจุดมุ่งหมายปลายทางหรือประสบความสำเร็จ

การไปปฏิบัติธรรมมาได้ปฏิบัติธรรมที่วัดเขาภู อ.เมืองสงขลา จ.สงขลา บรรยากาศเงียบสงบร่มรื่นมากเพราะเป็นวัดที่มีการพัฒนา คุณธรรม จริยธรรมให้แก่บุคคลที่ชอบฟังธรรมะทางพระพุทธศาสนาในการปฏิบัติธรรมครั้งนี้ได้อะไรกลับมากมาย

ในการปฏิบัติธรรมในครั้งนี้เป็นการสร้างกุศลเป็นการชำระล้างจิตใจให้ชุ่มชื้นที่มีความเบิกบานได้รู้จักการเสียสละเวลาอันมีค่าเพื่อความต้องการรักษาศีล 8 ให้ได้ประโยชน์สูงสุดในการปฏิบัติธรรมกระผมคิดว่าน่าจะเป็น 3 อย่างนั่นคือ

- กาย
- ทางวาจา
- ทางใจ

คนส่วนใหญ่มักทำให้ดี พูดให้ดี คิดให้ดีเป็นการประพฤติปฏิบัติสามารถพัฒนาจิตใจได้ดีและการงดเว้นจากบาปเป็นวิธีที่จะได้บำเพ็ญบุญกุศลให้มากที่สุดรวมไปถึงการรักษาศีล 8 ที่ผู้คนจะปฏิบัติเป็นอย่างดีตลอดเวลาไปจนถึงการสวดมนต์และการเจริญภาวนา

ในการปฏิบัติธรรมเราต้องการมีความประพฤติ การปฏิบัติต้องระวังปฏิบัติวินัยมีความเกรงกลัวต่อบาปตลอดจนทำให้สงบลดความฟุ้งซ่าน การควบคุมจิตใจ ตั้งใจและถือเอาประโยชน์ไปใช้ในชีวิตรประจำวัน ในการปฏิบัติธรรมมีความสามารถด้วยความตั้งใจในการปฏิบัติมีสิกขาทั้ง 3 คือ

- ศील
- สมาธิ
- ปัญญา

รวมไปถึงการเดินจงกรมทำให้มีสติเดินด้วยจิตใจที่ทำให้จิตของเราได้สงบมีสติและได้มีคิดอย่างรอบคอบ การนั่งสมาธิ

ประโยชน์ของการนั่งสมาธิ ประกอบด้วย

1. ด้านสุขภาพจิต
 - ส่งเสริมให้คุณภาพของใจดีขึ้น คือ ทำจิตใจผ่องใส สะอาด บริสุทธิ์ สงบ
 - ส่งเสริมสมรรถภาพทางจิตใจ ทำอะไรคิดอะไรได้อย่างรวดเร็ว
2. ด้านพัฒนาบุคลิกภาพ
 - มีความมุ่งมั่นทางอารมณ์
 - มีมนุษยสัมพันธ์ดี รู้จักการวางตัวให้เหมาะสม
3. ด้านชีวิตประจำวัน
 - ช่วยให้คลายเครียด
 - ช่วยเสริมสร้างให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง
4. ด้านศีลธรรมจรรยาบรรณ
 - เป็นผู้มีความมักเพียง สันโดษ รักสงบและขันติเป็นเลิศ
 - ผู้มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เห็นประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตัว

การพัฒนาจิตใจนั้น จะต้องพัฒนาออกจากภายในเพราะการที่เราแสดงและปฏิบัติออกมาครั้งนี้นักจะแสดงให้เห็นว่าภายในจิตใจของเรามีความรู้สึกก็สื่อออกมาเหมือนกัน ถ้าเราคิดดี ทำดี พูดดี ประพฤติดีปฏิบัติดีชีวิตเราก็จะมีความสุข ความเจริญรุ่งเรือง ในการบวชครั้งนี้ด้วย

ในการปฏิบัติธรรมสามารถมีความเชื่อได้ดังนี้

- หน้าที่การงานจะเจริญเติบโตได้อย่างรวดเร็ว ความเจริญรุ่งเรืองได้โชคลาภ ยศ ความปรารถนา
- ตอบแทนบุญคุณบิดา มารดา ผู้มีพระคุณได้เต็มที่
- สุขภาพใจดี สุขภาพก็แข็งแรง
- จิตใจสงบ บริสุทธิ์
- ทำการค้าได้ดียิ่งขึ้น ความเจริญรุ่งเรือง
- สิ่งศักดิ์สิทธิ์คุ้มครอง อันตรายผ່อนหนักให้เป็นเบา

การที่ไปปฏิบัติธรรมในครั้งนี้ทำให้รู้สึกได้ว่าเป็นคนที่โชคดีที่เกิดมาในครอบครัวที่ประกอบบิดา มารดาที่สามารถเลี้ยงดูเรามาจนถึงปัจจุบันนี้ สามารถนำศีลธรรมและธรรมะตั้งแต่บรรพบุรุษมาใช้ในชีวิตประจำวันไม่ว่าจะเป็นที่ทำงานและสถานที่ที่เกี่ยวข้องสามารถนำไปปฏิบัติตนในทางที่ถูกต้องโดยใช้สติในการคิดอย่างรอบคอบทุกปัญหามีทางออกตามหลักพระพุทธศาสนาอีกด้วย

สุดท้ายนี้ในการปฏิบัติธรรมมีการส่งเสริมและจัดกิจกรรมสิ่งที่ดีเหล่านั้นให้กับนักเรียนนักศึกษาและบุคคลทั่วไปที่ได้รับรู้คำสั่งสอนของพระพุทธศาสนาจะนำไปใช้ในอนาคตด้วย

การที่ได้ปฏิบัติธรรม ณ ที่แห่งนี้ ซึ่งเป็นครั้งแรกที่ได้มาสัมผัสแรกที่สัมผัส คือ ความสงบเรียบง่าย จนอยากกลับมาปฏิบัติธรรมอีก สิ่งที่ได้กลับมาจากการปฏิบัติธรรม คือ สติและอานาปานสติ

สติ เป็นตัวกำหนดให้จิตเป็นไปดังที่ต้องการได้และมีความสำคัญไม่แพ้ลมหายใจถ้าเราฝึกจิตให้เป็นที่น่าปรารถนาได้ก็ไม่มีสิ่งใดที่จะทำไม่ได้อีกเลยของความเป็นคนหรือมนุษย์ที่แสนประเสริฐ จิตจะสงบลงได้เพราะมีสติหรือการกำหนดลมหายใจเมื่อจิตนิ่งแล้วปัญญาจะเกิดจิตไม่สามารถเป็นอะไรที่ต้องการได้หากขาดสติ

อานาปานสติ การสัมผัสความรู้สึกอยู่ในลมหายใจเข้าออกทำให้เกิดการควบคุมสติได้เป็นเรื่องของธรรมชาติอีกด้วย เช่น เมื่อยืนพริเซนต์หน้าห้องจะรู้สึกตื่นเต็นก็เลยสูดลมหายใจยาวๆ ซ้ำๆ ก็จะทำให้คลายความตื่นเต็นได้สามารถควบคุมได้ การฝึกลมหายใจมีผลดีทำให้สุขภาพแข็งแรงช่วยระบบไหลเวียนของเลือดดีทำให้มีความสุขคลายเครียดไม่ร้อนรมีแต่ความสงบนิ่งเบาสบายและยังทำให้มีความจำดีมีสติสัมปชัญญะหรือรู้ตัวอยู่เสมอซึ่งสิ่งเหล่านี้มีผลต่อการดำรงชีวิตต่อไปในวัดข้างหน้าดิฉันก็คิดว่าฝึกการหายใจไปเรื่อยๆ เพื่อที่จะช่วยให้ร่างกายมีภูมิคุ้มกันที่ดีขึ้นและช่วยแก้ปัญหาในชีวิตได้เมื่อยามมีปัญหาเกิดโดยที่หาทางออกไม่ได้การเจริญสติและการมีสมาธิช่วยได้เพราะทำให้เราแยกแยะปัญหาได้และชัดเจนไม่สับสน

ข้าพเจ้าได้สิ่งที่สำคัญที่สุด คือ สติเพราะสติอยู่กับเราหากเราไม่มีสติไม่ว่าจะทำสิ่งใดๆ บนโลกใบนี้หากขาดสติก็ย่อมก่อให้เกิดความผิดพลาดได้ในทุกๆ เรื่องราวในการดำเนินชีวิตเพราะฉะนั้นการดำเนินชีวิตบนโลกใบนี้สิ่งที่สำคัญที่สุดนั้น คือ การมีจิตใจที่แน่วแน่ตั้งมั่นอยู่ในสมาธิทุกขณะจิตใจที่แน่วแน่รู้เท่าทันทุกขการปล่อยวางการละทิ้งซึ่งสิ่งทีก่อให้เกิดความทุกข์ จิตใจที่ยึดติดอยู่กับสิ่งที่ไม่เที่ยงย่อมก่อให้เกิดความไม่สบายใจดังนั้นพระอาจารย์จึงสอนมาให้กลับมาที่ตัวเราก่อนกลับมาที่ใจเราก่อนซึ่งการที่มีสติทุกขณะจะก่อให้เกิดผลในด้านบวกตามมาและสิ่งที่สำคัญที่สุด คือ การให้พอได้มาใช้ชีวิตอยู่ในสำนักสงฆ์วัดเขาภูสุดท้ายท้ายสุดสิ่งที่สะท้อนทุกๆ อย่าง คือ จิตใจ หัวใจ และใจของตัว

เราการให้เรานี้ในความรู้สึก คือ การให้ทุกสิ่งทุกอย่างรอบๆ ตัวเราโดยไม่หวังมุ่งมันจัดจ่อหรืออยากได้คืนกลับมาไม่ว่าในรูปแบบใดๆ ก็ตามสิ่งสำคัญที่สุดในการดำเนินชีวิตหากขาดการปล่อยวางก็ย่อมก่อให้เกิดสมาธิการเสียสละส่วนตัวและการกลับมาหาจุดจุดเดิมของตัวเรานั้น คือ การคืนสิ่งที่แบกอยู่วางทุกสิ่งวางปัญหาจากการรับสิ่งที่มาเต็มจิตใจดำเนินสมาธิตามความคิดสติจิตใจที่ผ่องใสก่อให้เกิดจิตใจแน่วแน่ลดการอยากได้ออยากมีอยากเห็นอยากได้ยินอยากฟังอยากปรารถนาในทุกสิ่งเสียสละส่วนร่วมเพื่อสิ่งที่ยิ่งใหญ่กว่าสำคัญกว่าเพื่อสิ่งที่มีมากมายกว่าก่อให้เกิดการยอมรับแม้ในขณะที่จิตใจไม่มั่นคงว่าเราสามารถยอมรับความเป็นจริงได้ในทุกๆ ขณะเพราะไม่มีสิ่งใดคงมันเที่ยงแท้ยั่งยืน การที่มีจิตใจที่ปราศจากความต้องการด้านต่างๆ ย่อมทำให้เราสามารถมองเห็นสิ่งที่ใจเรามองหาได้ โดยการที่ใจเราปราศจากจิตใจที่มีหมองชุ่นมัวกลายเป็นชัดเกลาระดับจิตใจที่สูงยิ่งขึ้นไปในการดำเนินชีวิตให้ถูกต้องตามทำนองคลองธรรมอยู่ในหลักการปฏิบัติตนเป็นคนดีที่มีศีลธรรมเพราะใจเราเอง คือ ตัวเราเองที่รู้ไม่มีใครสามารถหยั่งรู้ได้ดีเท่าใจของเราเองถ้ามีโอกาสอยากจะไปปฏิบัติธรรมอีกครั้ง

การปฏิบัติธรรมบวชชีพรหมณที่วัดเขาภู อ.เมือง จ.สงขลา วัดอยู่ห่างจากหมู่บ้านในวัดมีบรรยากาศเงียบสงบมาก พร้อมทั้งท่านเจ้าอาวาสในวัดเขาภูและมีแม่ชีทั้งสอนวิปัสณาให้ธรรมทางใจให้เราฟังซึ่งแล้วสนุกมากได้แง่คิดที่ดีการมาปฏิบัติธรรมในครั้งนี้เป็นครั้งแรกในชีวิตก็ถือว่าเป็นการบำเพ็ญบุญสร้างสมให้ตนเองเกิดอานิสงส์มากมาย ทำให้มีเวลาได้ใช้เวลาพิจารณาไตร่ตรองถึงสิ่งต่างๆ เหตุการณ์หลายสิ่งที่ได้เข้ามาในห้วงชีวิตจากบรรยากาศที่สงบเงียบ ดิฉันรู้สึกเหมือนได้หลุดออกมาจากความวุ่นวายทั้งหลายรู้สึกสบายใจอย่างบอกไม่ถูก ข้าพเจ้าสัมผัสได้ความไม่เที่ยงของทุกสิ่ง สิ่งที่เป็นทุกข์และทำให้เกิดทุกข์ ดิฉันถือว่าได้มาเรียนรู้วิธีการเดินจงกรมหลวงพ่อบ้านสอนให้ดำเนินชีวิตอย่างมีสติ การมีสติ คือ รู้ตัว รู้ตนตลอดเวลา ทุกอิริยาบถไม่ว่าจะฟัง ยืน เดิน นอน การกินและการกระทำทุกๆ อย่าง ดิฉันรู้สึกปล่อย ปล่อย วาง ปล่อย สบายใจ สงบ ดิฉันไปวันแรกยังไม่อินเพราะต้องตื่นเช้าเพื่อไปทำกิจกรรมเดินจงกรมและนั่งสมาธิจากนั้นก็กวาดใบไม้บริเวณวัดบำเพ็ญประโยชน์ได้ทั้งบุญและการออกกำลังกายไปในตัว การปฏิบัติธรรมเจริญปัญญา คือ เดินจงกรม ฝึกจิต มีสมาธิ รู้ตัวตลอดเวลาเป็นการสร้างกุศลให้ตัวเองแล้วแผ่เมตตาอุทิศส่วนกุศลให้บรรพบุรุษ บิดา มารดา ครู อาจารย์ เทวดา เจ้ากรรมนายเวรและสรรพสัตว์ทั้งปวง เสร็จจากเดินจงกรมบางคนก็นั่งพักเปลี่ยนอิริยาบถบ้างก็บำเพ็ญประโยชน์ตัดหญ้าข้างทางขึ้นวัดเสร็จจากกิจกรรมต่างๆ ก็สวมนต์นั่งสมาธิ ดิฉันคิดว่าการมีสมาธิทำให้คนมีสติเมื่อมีสติแล้วจะเกิดปัญญารู้สิ่งใดดีไม่ดีกว่าไม่ควร ดิฉันได้เรียนรู้การบวชชีพรหมณการบวชชีพรหมณเป็นการบวชสำหรับกุลสตรีที่ต้องการสร้างบุญสร้างกุศลเป็นการชำระล้างจิตใจให้แจ่มขึ้นเบิกบานจึงจำเป็นต้องเตรียมใจตัวเองให้พร้อมเพื่อที่การสละเวลาอันมีค่าเพื่อมารักษาศีล 8 จะได้ประโยชน์สูงสุด สิ่งที่คุณค่าในการบวชชีพรหมณ ภาย วาจา ใจ ทำให้ดี พูดให้ดี คิดให้ดี เป็นการควบคุมอารมณ์ทางกายวาจาใจ ทำใจจิตใจสงบและงดเว้นอบายมุขจะทำอะไรก็ต้องมีสติในการบวชชีพรหมณเราต้องมีการควบคุมความมีวินัย มีความเกรงกลัวต่อบาป ควบคุมจิตใจ ตั้งใจคือสิ่งที่สำคัญที่สุดเพราะดิฉันว่าถ้าดิฉันตั้งใจแล้วดิฉันต้องทำให้ได้ในการบวชชีพรหมณครั้งนี้ดิฉันได้ ศีล สมาธิ ปัญญา รวมทั้งการเดินจงกรมสวดมนต์ทำให้ดิฉันรู้สึกสบายใจอยากมาอีก อานิสงส์สิ่งที่เกิดขึ้นก็คือ ความสงบสุข ความเจริญเกิดแรงบันดาลใจที่ดีมีความเปลี่ยนแปลงที่ดีภายในตัวของดิฉัน ครอบครัว เพื่อน คนรอบข้าง ด้วยความเป็นนักศึกษาที่มีโอกาสไปปฏิบัติธรรมบวชชี

พรหมณ์จึงขอฝากเพื่อนๆ ทั้งหลายว่า เราเป็นผู้ที่สามารถสร้างแรงบันดาลใจแก่คนอื่นได้ดีสองหาเวลาจัดสรรเวลาให้ตัวเองถ้ารักตัวเองรักครอบครัว อยากให้ตัวเองและครอบครัวมีความสุขต้องรักษา ศิล รักทุกคน มีใจเมตตากรุณา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่คิดดีทำดีแล้วจะรู้ว่าความสุขอยู่แค่เอื้อม

จากประสบการณ์ที่ได้ไปปฏิบัติธรรมที่วัดเขาภู ต.เกาะยอ จ.สงขลา เมื่อปลายเดือนกันยายน 2557 การเดินทางจะเป็นการเดินทางเป็นทางเนินมีความชันค่อนข้างสูงเพราะตัววัดอยู่ห่างจากหมู่บ้านบรรยากาศค่อนข้างเงียบสงบร่มรื่นเมื่อมองบรรยากาศจากด้านบนลงไปจะเห็นวิวทิวทัศน์ในตัวเมืองสงขลาและเกาะยอ ทางวัดมีท่านเจ้าอาวาสดูแลความสะอาดดูแลวัดเป็นอย่างดี ปกติฉันไม่ได้ชอบมาสถานที่เช่นนี้เพราะยังติดกับการใช้ชีวิตในเขตชุมชนแต่เมื่อมาที่นี่ บรรยากาศเหมือนมีมนต์สะกดให้น่าสนใจน่าเรียนรู้บรรยากาศความสงบดีฉันคาดหวังว่าการมาปฏิบัติธรรมที่สถานที่นี้คงทำให้ฉันได้สิ่งดีๆ กลับไปอย่างแน่นอน

การไปปฏิบัติธรรมเป็นการสร้างบุญกุศลชำระล้างจิตใจให้สงบมีสติกำหนดลมหายใจเข้าออก รู้สึกตัวโดยการปฏิบัติธรรมครั้งนี้ได้มีการถือศีล 8 สारวมกาย วาจา ใจ ทำให้เกิดสิ่งที่ดีๆ พุทธิ คดี ให้ดี ทำสิ่งดีๆ งดเว้นจากบาปทั้งปวง พัฒนาจิตใจให้สติการประพฤติปฏิบัติสามารถพัฒนาจิตใจได้และเป็นวิธีที่จะได้บำเพ็ญบุญกุศลอย่างสูงสุดรวมไปกับการรักษาศีล 8 เป็นสิ่งที่คุณคนทั่วไปน่าจะประพฤติปฏิบัติอย่างยิ่ง การมีสติรู้สึกตัวตลอดเวลา รวมไปถึงการสวดมนต์และเจริญภาวนา

ในการปฏิบัติธรรมเราควรประพฤติปฏิบัติต้องสำรวมระวังการประพฤติปฏิบัติมีวินัยในตนเอง มีความเกรงกลัวต่อบาป เว้นสิ่งที่ประพฤติแล้วทำให้การรักษาศีล 8 แตกหักทำให้สงบ ลดความฟุ้งซ่าน ควบคุมจิตใจ ตั้งใจปฏิบัติและถือเอาประโยชน์จากการปฏิบัติธรรมนี้ตั้งใจปฏิบัติธรรมด้วยการมีดังต่อไปนี้

- ศีล,สมาธิ,ปัญญา

การที่ได้เข้าไปปฏิบัติธรรมในช่วงเวลาบ่ายพระอาจารย์ได้ให้เราฝึกนั่งสมาธิสวดมนต์บำเพ็ญภาวนาและได้นั่งสมาธิและถามว่าทำไมแต่ละคนดูวิตกกังวลวิตกกังวลคิดเรื่องอะไรดิฉันจึงตอบไปว่าเครียดเรื่องการเรียนทำการบ้านไม่ทันพระอาจารย์ได้กล่าวว่าลองทิ้งปล่อยทุกอย่างที่คิดเพราะถึงคิดไปสิ่งเหล่านั้นก็ยังอยู่ไม่ได้ดีขึ้นเลยเป็นสิ่งที่ดิฉันชอบมากที่สุดดิฉันลองปล่อยละทิ้งหันมานั่งสมาธิคิดเรื่องกำหนดลมหายใจเข้าออกจนปล่อยวางทิ้งเรื่องเหล่านั้นไปทำให้ดิฉันหายปวดหัวหายขมวดคิ้วไม่ต้องทานยาพาราอีก

การทำวัตรเย็นการที่ได้นั่งสมาธิสวดมนต์เป็นการสลัดความคิดที่ฟุ้งซ่านทำให้มีสติและเดินจงกรมฝึกสมาธิในจิตใจของเราว่าทุกสิ่งทุกอย่างล้วนแต่ไม่เที่ยงอย่ายึดติดกับวัตถุควรเดินจงกรมอย่างมีสติเดินให้รู้ว่าควรเดินด้วยใจไม่ใช่เพียงแค่ก้าวเดินเฉยๆ ทุกชีวิตล้วนมี เกิด แก่ เจ็บ ตายเป็นวัฏจักร พระอาจารย์จะคอยสอนเสมอว่าให้อยู่กับตัวเองที่สุด ลดละกิเลสให้หลุดพ้นจากใจแล้วก็เพิ่มฉันทะคือ ความรักความพอใจ วิริยะ คือ ความเพียรพยายามตั้งใจอย่างเต็มที่ จิตตะ คือ เอาใจใส่ทุกอย่างจดจ่ออยู่ตลอดเวลา วิมังสา คือ ใคร่ครวญพิจารณาเพื่อให้รู้ให้เข้าใจอย่างถูกต้องเราทุกคนต้องมีสิกขา 3 คือ ศีล,สมาธิ,ปัญญา

การพัฒนาจิตใจนั้นเราต้องพัฒนาออกมาจากภายในเพราะการที่เราแสดงและปฏิบัติออกมา นั้น มักจะแสดงให้เห็นว่าภายในจิตใจของเรามีความรู้สึกนึกคิดเช่นไรมันก็สะท้อนออกมาเป็นเช่นนั้น ถ้าเราคิดดี พุทธิ ทำดีประพฤติตนในศีลชีวิตเราก็จะมีแต่ความสุขความเจริญรุ่งเรืองและการปฏิบัติธรรม

ในครั้งนี้นัดฉันคิดว่าการบวชมีอาณิสงค์แรงกล้า ยิ่งตัวเรามีการช่วยเหลือให้ความร่วมมือกับทางวัดก็เป็นกุศลยิ่งใหญ่เพราะมีคนอื่นๆ อีกมากมายที่อยากจะบวชซี/ปฏิบัติธรรมแต่ไม่มีโอกาส

จากการที่ปฏิบัติธรรมสุดทายเป็น คือ ผลดีพระพุทธานุภาพว่าอย่าเห็นแก่ตัวเราต้องมีความเชื่อมั่นว่าการปฏิบัติทำให้เย็นลง ให้เรามองถึงเรื่องราวเหตุการณ์ต่างๆ ที่ผ่านมาทั้งดีและไม่ดีให้ตัวเราได้หลุดพ้นจากบ่วงกรรมนั้นที่สะสมอยู่ในตัวเราจากอดีตจนถึงปัจจุบัน ผลแห่งการปฏิบัติธรรมนั้นเพาะบ่มในจิตใจทำให้เราเข้าใจเรื่องของการปฏิบัติธรรม การมองสีขาวกบสีคำพอได้รู้สึกเปลี่ยนตัวเองไปอีกด้าน



บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

สรุปผล

การประยุกต์ใช้แนวคิดเกี่ยวกับจริยธรรม กระบวนการอบรมขัดเกลาทางสังคม กับการเสริมสร้างจริยธรรม การอบรม ถือเป็นกระบวนการปลูกฝังบรรทัดฐานของกลุ่มให้เกิดขึ้นในตัวบุคคล เพื่อให้บุคคลนั้นสามารถอยู่ร่วมกับกลุ่มที่ตนเป็นสมาชิกได้ ทำงานร่วมกับผู้อื่นและปฏิบัติตัวได้อย่างถูกต้องในสายตาของสังคมนั้น จุดมุ่งหมายของการขัดเกลาทางสังคม คือเพื่อให้สมาชิกในสังคมได้เรียนรู้และสามารถปฏิบัติตามบรรทัดฐาน (norms) ของสังคมสามารถที่จะเลือกว่าอะไรควรปฏิบัติ และอะไรไม่ควรควร อะไรเป็นข้อห้ามของสังคม อะไรไม่ใช่นอกจากนั้นยังมีวัตถุประสงค์สร้างหรือปลูกฝังระเบียบวินัย หรือพฤติกรรมที่มีการยอมรับในสังคม รวมทั้งการปลูกฝังค่านิยม อันรวมถึงศีลธรรมและจริยธรรมด้วย ผู้ที่มีบทบาทในการขัดเกลาสังคม คือ ครอบครัว เป็นหน่วยสำคัญที่อบรมสั่งสอน ถ่ายทอดวัฒนธรรม แบบแผนทางศีลธรรม จริยธรรม ในการดำเนินชีวิตเบื้องต้นแก่เด็ก โรงเรียนมีอิทธิพลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพ และความเชื่อในด้านคุณธรรม จริยธรรม โดยฝ่ายหลักสูตร การศึกษาวิชาการต่าง ๆ และกิจกรรมโรงเรียนทั้งในและนอกหลักสูตร สุดท้าย คือ กลุ่มเพื่อนและสื่อมวลชน (จินตนาบุญงการ, 2547 หน้า 33-35)

นักศึกษามีความเห็นว่าการนี้มีประโยชน์และสามารถนำสิ่งที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในการดำรงชีวิต โดยนักศึกษาเข้าร่วมโครงการ สามารถสรุปสิ่งที่ได้รับและเป็นประโยชน์ได้ดังนี้

1. ได้ฝึกความอดทน, ทำให้ใจเย็น
2. ได้ความรู้, ได้ฝึกวินัยและพัฒนาศีลธรรม
3. ได้ฝึกสมาธิ, เติบงกรม ก่อให้เกิดปัญญา
4. ได้รับความรู้ทางหลักธรรม
5. ได้รับการฝึกความมีวินัย, สามัคคีในการอยู่ร่วมกัน
6. ได้รับบุญกุศล
7. มีความตั้งใจที่จะทำความดี
8. ได้ฝึกปฏิบัติตนในการควบคุมทั้งกาย วาจา และจิตใจ
9. การทำตนให้ตนให้เป็นประโยชน์ ไม่เห็นแก่ตัว
10. ตั้งตนให้อยู่ในความไม่ประมาท มีสติ

บำเพ็ญประโยชน์เพื่อสังคม (วัดสถานที่สงบ) และได้อบรมกับพระอาจารย์เรื่องศีล 5 ข้อ, การละเว้น, การประพฤตินิด รวมถึงการทำความดีทำให้จิตใจดีขึ้น มีสติ มีสมาธิ มากขึ้นคิดในสิ่งที่ดีๆ แล้วจะทำให้มีจิตใจที่ดี ใจที่ดีจะเปล่งประกายออกสู่ข้างนอกทำให้ร่างกายเราสดชื่น ผิวพรรณดีไม่ต้องไปปรุงแต่ง การเกิดความสามัคคีในหมู่คณะทำงานร่วมกันเป็นทีม เห็นความมีน้ำใจของเพื่อนช่วยเหลือกัน มีความเป็นหนึ่งเป็นเดียวกัน ช่วยกันคนละไม้คนละมือจนงานออกมากดี ประสบความสำเร็จเป็นที่ภาคภูมิใจว่าเราได้มาบำเพ็ญประโยชน์ให้แก่วัดดีกว่าใช้เวลาว่างที่ใช้ไม่เกิดประโยชน์ปล่อยทิ้งไปทั้งวันๆ และคิดว่าครั้งที่เรามาครั้งนี้ไม่ใช่ได้กับใครแต่ได้กับตัวเราการฝึกสมาธิไปในตัว รู้จักปล่อยวางมากขึ้นคิดแต่ในสิ่งดีๆไม่ให้อารมณ์หรืออิจฉาผู้อื่น

นักศึกษาได้รับความรู้เรื่อง ศิล 5 ว่าด้วยข้อ

- (1.) ปาณาติปาตา เวรมณี ก็คือการละเว้นการฆ่าสัตว์
- (2.) อทินนาทานา เวรมณี ก็คือ ไม่ลักขโมยของผู้อื่น
- (3.) กาเมสุ มิจฉาจารา เวรมณี ไม่ประพฤตินอกใจ
- (4.) มุสาวาทา เวรมณี ก็คือไม่พูดโกหก
- (5.) สุราเมรยมัชชปมาทัฏฐานาเวรมณี ก็คือการไม่ยุ่งเกี่ยวกับของมึนเมา

ซึ่งข้อคิดจากที่พระอาจารย์ได้ให้มานั้นสามารถที่จะเอาไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ จะสามารถทำให้การใช้ชีวิตของเราดีขึ้น เพราะเราไม่ต้องกังวลว่าสิ่งที่ทำนั้นถูกต้องหรือไม่หากเราปฏิบัติธรรมตามศิลป 5 ตามที่พระอาจารย์ได้อบรมมาก็จะทำให้เรามีความสุขกับการใช้ชีวิตประจำวันได้ การปฏิบัติธรรมที่วัดถือว่าเป็นบุญกุศลเป็นอย่างมากแล้วรู้สึกอิ่มบุญอิ่มใจ หน้าตาสดชื่น เบิกบาน แจ่มใสเพราะได้ทำความดีปฏิบัติธรรมถึงศิลป 8 ได้รู้ว่าการทำความดีมันรู้สึกยังไง ทำให้เราเป็นคนขยันและมีความอดทนเพิ่มมากขึ้นจากการไปวัดรู้จักการถือศิลแปดไม่ว่าจะเป็นดังนี้

1. เว้นจากทำลายชีวิต
2. เว้นจากถือเอาของที่เขามิได้ให้
3. เว้นจากการประพฤตินอกใจ
4. เว้นจากพูดเท็จ
5. เว้นจากของเมา คือ สุราเมรัยอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท
6. เว้นจากบริโภคอาหารในเวลาวิกาล คือ เที่ยงแล้วไป
7. เว้นจากฟ้อนรำ ขับร้อง บรรเลงดนตรีดูการเล่นอันเป็นข้าศึกต่อพรหมจรรย์การตัดทรงตองไม้ของหอมและเครื่องลูบไล้ซึ่งใช้เป็นเครื่องประดับตกแต่ง

8. เว้นจากที่นอนอันสูงใหญ่ หรุหร่าฟุ่มเฟือย

จากการที่ได้ไปวัดรู้สึกว่าคุณเองเป็นผู้มีความเพียรพยายามประกอบความดีง่ายกว่าแต่ก่อน และรู้สึกว่ามีความซื่อสัตย์ยุติธรรมและมีเมตตากรุณา เป็นผู้รู้สึกว่ามีความสติปัญญาความรู้สึกตัวอยู่เสมอไม่ประมาท แนวทางการพัฒนาคุณธรรมและจริยธรรมที่กำหนดแสดงถึงว่าตัวเองรู้สึกว่ามีความคุณภาพขึ้น รู้สึกว่าตนเองได้พัฒนาจิตใจขึ้น ได้ฟังเทศน์ ฟังธรรม รู้จักความสงบ

การที่ได้ไปวัดในครั้งนี้จะมีความรู้สึกดีว่า เมื่อความรู้สึกดีทำดีเกิดขึ้นแล้วจะมีสิ่งดีๆ ตามมา และจะก่อให้เกิดความความดีที่จะเกิดขึ้นต่อไป จากผู้ที่ได้รับและผู้ที่พบเห็น รู้สึกอิ่มเอมจากการทำความดีได้บุญค่ะ การไปวัดครั้งนี้ได้ทั้งคุณธรรม รู้สึกถึงความดีงามที่ปลูกฝังขึ้นในจิตใจ มีความกตัญญูขยัน ประหยัด ซื่อสัตย์ สามัคคี มีวินัย มีน้ำใจ เป็นต้น จนเกิดจิตสำนึกที่ดี รู้สึกผิดชอบ ชั่วดี เกรงกลัวต่อการกระทำชั่วโดยประการต่างๆ เมื่อจิตเกิดคุณธรรมขึ้นแล้ว จะทำให้เป็นผู้มีจิตใจดี และคิดแต่สิ่งดี ๆ จึงได้ชื่อว่าเป็นผู้มีคุณธรรม

การมีศีลธรรมทำให้เป็นข้อปฏิบัติเพื่อป้องกันไม่ให้ละเมิดต่อสิ่งที่จะทำลายความดีงามแห่งคุณธรรมจริยธรรมให้เสื่อมลงทั้งกฎ ระเบียบ วินัย และจารีตประเพณีที่ดีงามของสังคมเมื่อเกิดศีลธรรมนั้นแล้ว ก็จงนำความสงบร่มเย็นลงใจมาสู่ตนเอง ครอบครอง สังคมและคนรอบข้าง ความรู้สึกนี้เป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นหลังกลับมาจากวัดทำให้รู้ว่ามีสติเช่นนี้เอง

ในการปฏิบัติธรรมก่อนจะลงมือปฏิบัติธรรมนั้นเราต้องรู้เสียก่อนว่า เราจะทำอะไร ทำเพื่ออะไร จะทำอะไรและในระหว่างทำก็ต้องไม่หลงไม่เผลอไปทำในเรื่องอื่นๆ

หัวใจของการปฏิบัติธรรม“เพื่อความพ้นทุกข์” พ้นจะต้องทำความเข้าใจวิธีการปฏิบัติที่ถูกต้องและแนวทางในการปฏิบัติก็จะทำให้เสียเวลาและไปไม่ถึงจุดหมายปลายทางหรือประสบความสำเร็จ

การไปปฏิบัติธรรมมาได้ปฏิบัติธรรมที่วัดเขาภู อ.เมืองสงขลา จ.สงขลา บรรยากาศเงียบสงบร่มรื่นมากเพราะเป็นวัดที่มีการพัฒนา คุณธรรม จริยธรรมให้แก่บุคคลที่ขอบฟังธรรมะทางพระพุทธศาสนาในการปฏิบัติธรรมครั้งนี้ได้อะไรกลับมากมาย

ในการปฏิบัติธรรมในครั้งนี้เป็นการสร้างกุศลเป็นการชำระล้างจิตใจให้ชุ่มชื้นที่มีความเบิกบานได้รู้จักการเสียสละเวลาอันมีค่าเพื่อความต้องการรักษาศีล 8 ให้ได้ประโยชน์สูงสุดในการปฏิบัติธรรมกระผมคิดว่าน่าจะเป็น 3 อย่างนั่นคือ

- กาย
- ทางวาจา
- ทางใจ

คนส่วนใหญ่มักทำให้ดี พูดให้ดี คิดให้ดีเป็นการประพฤตปฏิบัติสามารถพัฒนาจิตใจได้ดีและการงดเว้นจากบาปเป็นวิธีที่จะได้บำเพ็ญบุญกุศลให้มากที่สุดรวมไปถึงการรักษาศีล 8 ที่ผู้คนจะปฏิบัติเป็นอยู่อย่างยังตลอดเวลาไปจนถึงการสวดมนต์และการเจริญภาวนา

ในการปฏิบัติธรรมเราต้องการมีความประพฤต การปฏิบัติต้องระวางปฏิบัติวินัยมีความเกรงกลัวต่อบาปตลอดจนทำให้สงบลดความฟุ้งซ่าน การควบคุมจิตใจ ตั้งใจและถือเอาประโยชน์ไปใช้ในชีวิตประจำวัน ในการปฏิบัติธรรมมีความสามารถด้วยความตั้งใจในการปฏิบัติมีสิกขาทั้ง 3 คือ

- ศีล
- สมาธิ
- ปัญญา

รวมไปถึงการเดินจงกรมทำให้มีสติเดินด้วยจิตใจที่ทำให้จิตของเราได้สงบมีสติและได้มีคิดอย่างรอบคอบ การนั่งสมาธิ

ประโยชน์ของการนั่งสมาธิ ประกอบด้วย

1. ด้านสุขภาพจิต
 - ส่งเสริมให้คุณภาพของจิตใจดีขึ้น คือ ทำจิตใจผ่องใส สะอาด บริสุทธิ์ สงบ
 - ส่งเสริมสมรรถภาพทางจิตใจ ทำอะไรคิดอะไรได้อย่างรวดเร็ว
2. ด้านพัฒนาบุคลิกภาพ
 - มีความมุ่งมั่นทางอารมณ์
 - มีมนุษยสัมพันธ์ดี รู้จักการวางตัวให้เหมาะสม
3. ด้านชีวิตประจำวัน
 - ช่วยให้คลายเครียด
 - ช่วยเสริมสร้างให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง
4. ด้านศีลธรรมจรรยาบรรณ

- เป็นผู้มีความมักเพียง สันโดษ รักสงบและขันติเป็นเลิศ
- ผู้มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เห็นประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตัว

การพัฒนาจิตใจนั้น จะต้องพัฒนาออกจากภายในเพราะการที่เราแสดงและปฏิบัติออกมาครั้ง นี้มักจะแสดงให้เห็นว่าภายในจิตใจของเรามีความรู้สึกคิดก็สื่อออกมาเหมือนกัน ถ้าเราคิดดี ทำดี พูดดี ประพฤติดีปฏิบัติดีชีวิตเราก็จะมีความสุข ความเจริญรุ่งเรือง ในการบวชครั้งนี้ด้วย

ในการปฏิบัติธรรมสามารถมีความเชื่อได้ดังนี้

- หน้าที่การงานจะเจริญเติบโตได้อย่างรวดเร็ว ความเจริญรุ่งเรืองได้โชคลาภ ยศ ความปรารถนา
- ตอบแทนบุญคุณบิดา มารดา ผู้มีพระคุณได้เต็มที่
- สุขภาพใจดี สุขภาพก็แข็งแรง
- จิตใจสงบ บริสุทธิ์
- ทำการค้าได้ดียิ่งขึ้น ความเจริญรุ่งเรือง
- สิ่งศักดิ์สิทธิ์คุ้มครอง อันตรายพ้อหนักให้เป็นเบา

การที่ได้ปฏิบัติธรรม ณ ที่แห่งนี้ ซึ่งเป็นครั้งแรกที่ได้มาสัมผัสแรกที่สัมผัส คือ ความสงบ เรียบง่าย จนอยากกลับมาปฏิบัติธรรมอีก สิ่งที่ได้กลับมาจากการปฏิบัติธรรม คือ สติและอานาปาน สติ

สติ เป็นตัวกำหนดให้จิตเป็นไปดังที่ต้องการได้และมีความสำคัญไม่แพ้มหาโยคะถ้าเราฝึกจิต ให้เป็นที่ปรารถนาได้ก็ไม่มีสิ่งใดที่จะทำไม่ได้อีกเลยของความเป็นคนหรือมนุษย์ที่แสนประเสริฐ จิตจะสงบลงได้เพราะมีสติหรือการกำหนดลมหายใจเมื่อจิตนิ่งแล้วปัญญาจะเกิดจิตไม่สามารถเป็นอะไรที่ต้องการได้หากขาดสติ

อานาปานสติ การสัมผัสความรู้สึกอยู่ในลมหายใจเข้าออกทำให้เกิดการควบคุมสติได้เป็นเรื่องของธรรมชาติอีกด้วย เช่น เมื่อยืนพรึ่เซนต์หน้าห้องจะรู้สึกตื่นเต็นก็เลยสุดลมหายใจยาวๆ ซ้ำๆ ก็จะทำให้คลายความตื่นเต็นได้สามารถควบคุมได้ การฝึกลมหายใจมีผลทำให้สุขภาพแข็งแรงช่วยระบบไหลเวียนของเลือดดีทำให้มีความสุขคลายเครียดไม่ร้อนรนมีแต่ความสงบนิ่งเบาสบายและยังทำให้มีความจำดีมีสติสัมปชัญญะหรือรู้ตัวอยู่เสมอซึ่งสิ่งเหล่านี้มีผลต่อการดำรงชีวิตต่อไปในวัดข้างหน้าดิฉันก็คิดว่าจะฝึกการหายใจไปเรื่อยๆ เพื่อที่จะช่วยให้ร่างกายมีภูมิคุ้มกันที่ดีขึ้นและช่วยแก้ปัญหาในชีวิตได้เมื่อยามมีปัญหาเกิดโดยที่หาทางออกไม่ได้การเจริญสติและการมีสมาธิช่วยได้เพราะทำให้เราแยกแยะปัญหาได้และชัดเจนไม่สับสน

นักศึกษาได้สิ่งที่สำคัญที่สุด คือ สติเพราะสติอยู่กับเราหากเราไม่มีสติไม่ว่าจะทำสิ่งใดๆ บนโลกใบนี้หากขาดสติก็ย่อมก่อให้เกิดความผิดพลาดได้ในทุกๆ เรื่องราวในการดำเนินชีวิตเพราะฉะนั้นการดำเนินชีวิตบนโลกใบนี้สิ่งที่สำคัญที่สุดนั่น คือ การมีจิตใจที่แน่วแน่ตั้งมั่นอยู่ในสมาธิทุกขณะจิตใจที่แน่วแน่รู้เท่าทันทุกซอกการปล่อยวางการละทิ้งซึ่งสิ่งทีก่อให้เกิดความทุกข์ จิตใจที่ยึดติดอยู่กับสิ่งที่ไม่เที่ยงย่อมก่อให้เกิดความไม่สบายใจดังนั้นพระอาจารย์จึงสอนมาให้กลับมาที่ตัวเราก่อนกลับมาที่ใจเราก่อนซึ่งการที่มีสติทุกขณะจะก่อให้เกิดผลในด้านบวกตามมาและสิ่งที่สำคัญที่สุด คือ การให้พอได้มาใช้ชีวิตอยู่ในสำนักสงฆ์วัดเขาภูสุททำสิ่งที่สะท้อนทุกๆ อย่าง คือ จิตใจ หัวใจ และใจของตัวเราการ

ให้ในทีนี้ในความรู้สึก คือ การให้ทุกสิ่งทุกอย่างรอบๆ ตัวเราโดยไม่หวังมุ่งมันจัดจ่อหรืออยากได้คืนกลับมาไม่ว่าในรูปแบบใดๆ ก็ตามสิ่งสำคัญที่สุดในการดำเนินชีวิตหากขาดการปล่อยวางก็ย่อมก่อให้เกิดสมาธิการเสียสละส่วนตัวและการกลับมาหาจุดจุดเดิมของตัวเรานั้น คือ การคืนสิ่งที่แบกอยู่วางทุกสิ่งวางปัญหาจากการรับสิ่งที่มาเต็มจิตใจดำเนินสมาธิตามความคิดสติจิตใจที่ผ่องใสก่อให้เกิดจิตใจแน่วแน่ลดการอยากได้อย่างอยากมีอยากเห็นอยากได้ยินอยากฟังอยากปรารถนาในทุกสิ่งเสียสละส่วนร่วมเพื่อสิ่งที่ยิ่งใหญ่กว่าสำคัญกว่าเพื่อสิ่งที่มีมากมายกว่าก่อให้เกิดการยอมรับแม้ในขณะที่จิตใจไม่มั่นคงว่าเราสามารถยอมรับความเป็นจริงได้ในทุก ๆ ขณะเพราะไม่มีสิ่งใดคงมันเที่ยงแท้ยั่งยืนการที่มีจิตใจที่ปราศจากความต้องการด้านต่างๆ ย่อมทำให้เราสามารถมองเห็นสิ่งที่ใจเรามองหาได้โดยการที่ใจเราปราศจากจิตใจที่มีหมองมัวกลายเป็นชัดเจนระดับจิตใจที่สูงยิ่งขึ้นไปในการดำเนินชีวิตให้ถูกต้องตามทำนองคลองธรรมอยู่ในหลักการปฏิบัติตนเป็นคนที่มีศีลธรรมเพราะใจเราเอง คือ ตัวเราเองที่รู้ไม่มีใครสามารถหยั่งรู้ได้ดีเท่าใจของเรา

อภิปรายผล

จากการส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมให้นักศึกษาคณะบริหารธุรกิจ โดยการให้นักศึกษาเข้าร่วมกิจกรรมปฏิบัติธรรม ณ สำนักสงฆ์เขาภู ตำบลเกาะยอ อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา เป็นการฝึกอบรมพัฒนาจิต ทำให้นักศึกษาได้รับความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับศีล 5 ทำให้มีสมาธิมากขึ้น การปฏิบัติตนให้เป็นคนดีรู้จัก บำป บัญ คุณ โทษ รู้จักการมองชีวิตอย่างมีคุณค่า และที่สำคัญที่สุดการดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างสงบสุขและเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ผู้อื่นในด้านการอดทน ขยัน ประหยัด ซื่อสัตย์ กตัญญู ใฝ่เรียน ใฝ่หา งามไกลอบายมุข ซึ่งสอดคล้องกับที่ทศนา แคมมณี. (2547). ได้ให้ความหมายของจริยธรรม ไว้ว่า หมายถึง ความประพฤติหรือการกระทำทางกาย ทางวาจา และทางใจ ที่ตั้งงามเป็นที่ยอมรับของสังคม รวมทั้งหลักเกณฑ์ มาตรฐานของความประพฤติที่เป็นแนวทางในการปฏิบัติต่อผู้อื่น ต่อสังคม เพื่อให้เกิดความสันติสุขในสังคม

การประยุกต์ใช้แนวคิดเกี่ยวกับจริยธรรม กระบวนการอบรมขัดเกลาทางสังคม กับการเสริมสร้างจริยธรรม การอบรม ถือเป็นกระบวนการปลูกฝังบรรทัดฐานของกลุ่มให้เกิดขึ้นในตัวบุคคล เพื่อให้บุคคลนั้นสามารถอยู่ร่วมกับกลุ่มที่ตนเป็นสมาชิกได้ ทำงานร่วมกับผู้อื่นและปฏิบัติตัวได้อย่างถูกต้องในสายตาของสังคมนั้น จุดมุ่งหมายของการขัดเกลาทางสังคม คือ เพื่อให้สมาชิกในสังคมได้เรียนรู้และสามารถปฏิบัติตามบรรทัดฐาน (norms) ของสังคมนั้นสามารถที่จะเลือกว่าอะไรควรปฏิบัติ และอะไรไม่ควร อะไรเป็นข้อห้ามของสังคม อะไรไม่ใช่

นอกจากนี้ยังมีวัตถุประสงค์สร้างหรือปลูกฝังระเบียบวินัย หรือพฤติกรรมที่มีการยอมรับในสังคม รวมทั้งการปลูกฝังค่านิยม อันรวมถึง ศีลธรรมและจริยธรรมด้วย ผู้ที่มีบทบาทในการขัดเกลาสังคม คือ ครอบครัว เป็นหน่วยสำคัญที่อบรมสั่งสอน ถ่ายทอดวัฒนธรรม แบบแผนทางศีลธรรมจริยธรรม ในการดำเนินชีวิตเบื้องต้นแก่เด็ก โรงเรียนมีอิทธิพลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพ และความเชื่อในด้านคุณธรรม จริยธรรม โดยฝ่ายหลักสูตรการศึกษาวิชาการต่าง ๆ และกิจกรรมโรงเรียนทั้งในและนอกหลักสูตร สุดท้าย คือ กลุ่มเพื่อนและ สื่อมวลชน (จินตนา บุญบงการ, 2547 หน้า 33-35)การที่นักศึกษาได้ปฏิบัติธรรมตามหลักศีล 5 เป็นจริยศาสตร์ขั้นพื้นฐาน ซึ่ง สุขชีพ ปุญญาภาพ, 2540

นำเสนอหลักจริยศาสตร์ของศาสนาพุทธ ไว้ว่า จริยศาสตร์ขั้นพื้นฐาน ประกอบด้วยศีล 5 และการมีธรรม 5 ดังนี้

(1) เว้นจากการเบียดเบียน ทำร้ายชีวิตสัตว์หรือมนุษย์ การมีความเมตตากรุณาต่อสัตว์ จัดเป็นศีล ในส่วนของการมีความเมตตาต่อมนุษย์ด้วยกัน จัดเป็นธรรม

(2) เว้นจากการลักทรัพย์ จัดเป็นศีล ในส่วนของการมีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ประกอบอาชีพที่สุจริต จัดเป็นธรรม

(3) เว้นจากการประพฤตินอกใจ จัดเป็นศีล ส่วนการสำรวมในกาม จัดเป็นธรรม

(4) เว้นจากการพูดเท็จ จัดเป็นศีล การพูดแต่สิ่งที่เป็นจริง สร้างสรรค์ จัดเป็นธรรม

(5) เว้นจากการดื่มสุรา จัดเป็นศีล การมีสติ สำรวมระวังกาย ใจ และวาจาจัดเป็นธรรม

นอกจากนี้ ดวงเดือน พันธุมนาวิน. (2544) ได้กล่าวอธิบายถึงการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมของนักศึกษาในระดับอุดมศึกษา ไว้ว่าจิตลักษณะด้านคุณธรรมจริยธรรมของนิสิตนักศึกษา เป็นสิ่งสำคัญต่อพฤติกรรมของบุคคลและมีบทบาทต่อคุณภาพชีวิตของบุคคลเหล่านี้ต่อไปในอนาคต สถาบันการศึกษาจึงควรมุ่งที่จะจัดการเรียนการสอนและกิจกรรมต่าง ๆ ที่จะช่วยพัฒนาจิตลักษณะสำคัญ 10 ประการในนิสิตนักศึกษาไทย ประกอบด้วย

1) การมีสติปัญญาขั้นนามธรรม

2) สุขภาพจิตดีและการปรับตัวได้ทางจิตสังคม

3) การหยั่งลึกทางสังคมสูง

4) ค่านิยมทางการศึกษาและการใฝ่รู้สูง

5) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง

6) เหตุผลเชิงจริยธรรมขั้นกฎเกณฑ์และเหนือกฎ

7) มุ่งอนาคต ควบคุมตนเองสูง

8) เชื่ออำนาจในตนเองมากส่วนจิตลักษณะที่สำคัญต่อนิสิตนักศึกษาโดยเฉพาะมี 2 ประการ

9) ทักษะคติ คุณธรรม และค่านิยมของคนเก่ง ดี มีความสุข

10) จรรยาบรรณวิชาชีพ ซึ่งหมายถึง คุณธรรม ค่านิยม และการเคารพกฎ ระเบียบมีจริยธรรมตามที่วิชาการและวิชาชีพของตนกำหนดไว้เพื่อการเป็นคนดี คนเก่ง และมีสุขในงานอาชีพของตน

สรุปได้ว่า การที่จะส่งเสริมให้นักศึกษามีคุณธรรม และจริยธรรมนั้นสำคัญที่สุดคือสถาบันการศึกษา ที่จะจัดระบบการเรียนการสอน รวมถึงวิชาที่เรียนให้เกื้อกูลสนับสนุนให้นักศึกษาตระหนักถึงความสำคัญของคุณธรรม และจริยธรรม โดยจะต้องปลูกฝังให้นักศึกษามีคุณธรรมในด้านต่าง ๆ เช่น การมีจิตอาสา การรักษาศีล 5 การมีจิตใจที่สงบและตั้งงาม

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. สาขาการจัดการได้แนวทางและวิธีการส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรมแก่นักศึกษา
2. คณะบริหารธุรกิจได้แนวทางในการปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรมให้กับนักศึกษา

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการติดตาม และประเมินผล หลังจากที่นักศึกษาได้เข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม นักศึกษาได้มีการนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน อย่างไร และส่งผลต่อการดำเนินชีวิตอย่างไร

2. ควรมีการสำรวจความต้องการของนักศึกษาว่าอยากได้รับความรู้ หรือมีความสนใจเกี่ยวกับคุณธรรมจริยธรรมในเรื่องใดบ้าง เพื่อจะได้เป็นการปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม ตามที่นักศึกษาต้องการ และสนใจ



บรรณานุกรม

- จินตนา บุญบงการ. 2547. จริยธรรมทางธุรกิจ. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จินตนา บุญบงการ. 2554. จริยธรรมทางธุรกิจ. พิมพ์ครั้งที่ 14. กรุงเทพฯ : บริษัทด้านสุทธา
การพิมพ์ จำกัด.
- ดวงเดือน พันธุมนาริน. 2543. ทฤษฎีต้นไม้อจริยธรรม : การวิจัยและพัฒนาบุคคล. พิมพ์ครั้งที่ 3,
กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ตามรอยพระยุคลบาทด้วยทศพิธราชธรรมแห่งองค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช.
กรุงเทพฯ : ธรรมสภา.
- ธานินทร์ ภัยวิเชียร. 2548. คุณธรรมและจริยธรรมของผู้บริหาร. กรุงเทพฯ : ห้างหุ้นส่วนจำกัดโรง
พิมพ์ชวนพิมพ์.
- ไพฑูริย์ สีนลารัตน์. 2544. ความรู้คู่คุณธรรม. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา. 2544. สังคมและวัฒนธรรม. คณะรัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย. พิมพ์ครั้งที่ 7 กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วศิน อินทสระ. 2538. จริยศาสตร์. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์บรรณาคาร.
- สมร ทองดี. 2543. พฤติกรรม. เอกสารการสอนชุดวิชามนุษยกับสังคม. พิมพ์ครั้งที่ 9. นนทบุรี : โรง
พิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมธิราช.
- สภาที่ปรึกษาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. นโยบายและกำหนดแนวทางการปฏิรูปการศึกษา.
[ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก [http://www.nesac.go.th/nesac/th/webbord/answer.php?](http://www.nesac.go.th/nesac/th/webbord/answer.php?วันที่สืบค้นข้อมูล:6%20สิงหาคม%202550)
วันที่สืบค้นข้อมูล : 6 สิงหาคม 2550).
- สุพัตรา สุภาพ. 2546. สังคมวิทยา. ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา คณะรัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย. พิมพ์ครั้งที่ 23. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด

ภาคผนวก



ภาคผนวก ก
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย



ID.....

แบบสัมภาษณ์เพื่อใช้ในการวิจัย
เรื่อง การส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมของนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจ
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

1. ท่านมีเป้าหมายใดบ้างในการเข้าร่วมกิจกรรมในครั้งนี้

.....

.....

.....

.....

สิ่งที่คิดวางแผนทำต่อไปหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมครั้งนี้

.....

.....

.....

.....

ผลที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งนี้

.....

.....

.....

.....

ข้อเสนอแนะอื่นๆ

.....

.....

.....

.....

ขอขอบคุณที่ให้ความร่วมมือและเสียสละเวลาในการตอบแบบสัมภาษณ์ครั้งนี้ค่ะ

ภาคผนวก ข

ภาพกิจกรรม



ภาพกิจกรรมโครงการบำเพ็ญประโยชน์ ณ สำนักสงฆ์เขาฤๅษี ตำบลเกาะยอ อำเภอเมือง
จังหวัดสงขลา วันที่ 12 พฤศจิกายน 2557 (ครั้งที่ 1)









ภาพกิจกรรมโครงการบำเพ็ญประโยชน์ ณ สำนักสงฆ์เขาภูฏี ตำบลเกาะยอ อำเภอเมือง
จังหวัดสงขลา วันที่ 19 พฤศจิกายน 2557 (ครั้งที่ 2)



