

พุทธจิตวิทยาตามแนวการสอนหลักสูตรครูสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม
(วิริยงค์ สิรินธโร) เพื่อสร้างเสริมสุขภาวะองค์รวม

Buddhist Psychology Based on The Meditation Instructor Training Course of
Somdet Phra Nyannavajirodom (Viriyang Sirintharo) For Holistic
Well-Being Creation

ณณยาน นลินขวัญ¹, เมธาวิ อุดมธรรมานุกาพ², วิชชุดา ฐิติโชติรัตน³ และ สิริวัฒน์ ศรีเครือดง⁴
Naryan Narlinkhwan¹, Maytawee Udomtamanupab², Wichuda Thitichotrattana³
and Siriwat Srikrueadong⁴

สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
Buddhist Psychology, Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand
Corresponding Author E-mail: ¹ Mindfulness599@gmail.com

Retrieved: February 8, 2023; Revised: March 19, 2024; Accepted: March 21, 2024

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาวิเคราะห์คุณลักษณะและองค์ประกอบของความเป็นรูปแบบแนวคิดพุทธจิตวิทยา 2) เพื่อสังเคราะห์องค์ประกอบหรือปัจจัยเกี่ยวกับคำว่ารูปแบบพุทธจิตวิทยา และ 3) เพื่อนำเสนอรูปแบบพุทธจิตวิทยาตามแนวการสอนหลักสูตรครูสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) เพื่อสร้างเสริมสุขภาวะองค์รวม เป็นวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ เก็บข้อมูลจาก ผู้เชี่ยวชาญด้านสมาธิจำนวน 21 รูป/คน ใช้วิธีเลือกแบบเจาะจง ตามคุณสมบัติที่กำหนด และสุ่มตัวอย่างแบบสโนว์บอลล์ โดยใช้แบบสัมภาษณ์เชิงลึกเก็บรวบรวมข้อมูล เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ มีทั้งหมด 3 รูปแบบ ดังนี้ 1. แบบสัมภาษณ์ข้อมูลเชิงลึก 2. แบบคำถามสนทนากลุ่ม 3. แบบคำถามการประชุมผู้เชี่ยวชาญพิเศษ

ผลการวิจัยพบว่า

1. คุณลักษณะและองค์ประกอบที่โดดเด่นตามแนวการสอนหลักสูตรครูสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) 5 ประการที่สำคัญ คือ สุขภาวะองค์รวม 4 ด้าน, พลังจิตตานุภาพ, สัมมาสมาธิ, สมาธิไฮเทค, แนวการสอนหลักสูตรครูสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร)

2. พบว่า สัทธรรม 3 เป็นแก่นของพระพุทธศาสนา ได้แก่ ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธแนวการสอนหลักสูตรครูสมาธิสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) เป็น “พุทธปัญญา” ความเพียร 4 หรือ ปธาน 4 คือ หลักธรรมสัมมปปธาน 4 ได้แก่ สังวรปธาน (เพียรป้องกัน) ปหานปธาน (เพียรแก้ไข) ภาวนาปธาน (เพียรพัฒนา) อนรักขนาปธาน (เพียรรักษาให้ยั่งยืน) อุปาทกมนสิการ (การคิดแบบเร้ากุศล) กล่าวถึงอุปาทกมนสิการนั้นเป็นอาหารของสติสัมปชัญญะ การที่บุคคลจะกระทำดี พุดจาติมีปิยวาจาได้นั้น ต้องเริ่มจากการที่คิดดี หรือการคิดที่เป็นบุญเป็นกุศลจิตที่ตั้งามเป็นประการแรกและเป็นประการที่สำคัญ ตามแนวการสอนหลักสูตรครูสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) เหมาะสำหรับบุคคลทุกเพศทุกวัย ทั้งสมณะและวิปัสสนา ปฏิบัติจนเกิดนิพพิทาญาณ เกิดญาณทัสสนะเห็นตามความเป็นจริง หรือเรียกว่ามีธรรมะจักขุ ในความจริงทั้ง 4 ประการ คือปรมาตถธรรม จิต เจตสิก รูป นิพพาน

3. รูปแบบพุทธจิตวิทยาตามแนวการสอนหลักสูตรครูสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) เพื่อสร้างเสริมสุขภาวะองค์รวม ได้แก่ การสร้างปัญญา 3 อย่าง คือ สุตมยปัญญา (รู้ลึก) ปัญญาที่เกิด



จากการฟังในคำสอน ในเนื้อหาหลักสูตรครูสมาธิ จินตามยปัญญา (รู้ปฏิบัติ) เป็นปัญญาที่เกิดจากการโยนิโสมนสิการ การคิดอย่างมีเหตุผล และภาวนามยปัญญา (รู้จริง) เป็นปัญญาจากการปฏิบัติสมถะและวิปัสสนา

คำสำคัญ: พุทธจิตวิทยา; แนวการสอนหลักสูตรครูสมาธิ; สมเด็จพระญาณวชิโรดม (วริยงค์ สิริธโร); สุขภาวะองค์รวม

Abstract

The objectives of this research are 1) to study and analyze the characteristics and elements of the Buddhist psychology model, 2) to synthesize the elements or factors related to the Buddhist psychology model, and 3) to present the Buddhist psychology model according to teaching principles of Meditation Teacher Course of Somdej Phra Nyan Vajirodom (Wiriyang Sirindhorn) to promote holistic health. It is a qualitative research method. The data were Collected from 21 meditation experts/persons by using Purposive Sampling according to specified characteristics and snowball sampling, using in-depth interviews to collect data. The tools used in this research consisted of 3 formats as follows: 1. In Depth Interview 2. Focus Group question 3. Connoisseurship.

The research results were found that

1. The outstanding Characteristics and elements according to the teaching method of the meditation teacher curriculum of Somdet Phra Nyanavajirodom (Wiriyang Sirindhorn) 5 important aspects are 4 aspects of overall health, willpower, Right Concentration, Hi-Tech Meditation and teaching methods for the meditation teacher curriculum of Somdet Phra Nyanavajirodom (Wiriyang Sirindhorn).

2. The 3 Dhamma principles are the core of Buddhism, namely pariyati, patibat, and pativet, teaching guidelines for the meditation teacher curriculum of Somdej Phra Nyanavajirodom (Wiriyang Sirindhorn) as “Buddha wisdom”. The principles of 4 perseverance or 4 pathana are the principles of sammapadhana: saṅghavarapadhana (perseverance in prevention), pahanapadhana (perseverance in correction), bhavānāpadhana (perseverance in development), anurakkhanapadhana (perseverance in maintaining it sustainably), Upadakamanasikāra (Thinking in merit), mentions that upādakamanasikāra is the cause of consciousness. To do good or speak well and have good words, one firstly must begin with good thoughts or meritorious thoughts according to the teaching methods of the meditation teacher course of Somdet Phra Nyan Vajirodom (Wiriyang Sirindhorn), that suitable for people of all genders and ages. One who want to study in depth need to have knowledge and understanding of both Deep samatha vipassana and meditation, those are the meditation one should practice to reach nippitañāna and intuition or insight (The actually perception of knowledge arises). it is called having Dhamma Eyes in the four truths: paramattha dhamma, mind, mental factors, form, and nirvana.

3. A model of Buddhist psychology according the teaching methods of the meditation teacher curriculum of Somdej Phra Nyanvajirodom (Wiriyang Sirindhorn) to promote overall health; to create 3 types of wisdom: Sutamayapanya (deep knowledge), wisdom that comes from listening to the teachings In the content of the meditation teacher curriculum, Jintāmayapanya (practical knowledge) is the wisdom that comes from Yonisomanasikāra. and Bhavanamayapanya (true knowledge) is wisdom from the practice of samatha and vipassana.

Keywords: Buddhist Psychology; Teaching Principles of Meditation Teacher Course; Somdej Phra Nyan Vajirodom (Wiriyang Sirindhorn); Holistic Health

บทนำ

ประเทศไทยเปิดรับกับกระแสโลก แนวโน้มของการเป็นสังคมวัตถุนิยม (Materialism) ขณะเดียวกันบนบริบทของการเปลี่ยนแปลงโดยเฉพาะ Digital Disruption (Investment Reader, 2562) เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ถูกบีบคั้นในวิถีชีวิตด้วยความเร่งรีบ ก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพตามมา กลายเป็นปัจจัยเสี่ยงที่มีผลกระทบต่อสุขภาพจิตเพิ่มมากขึ้น ดังรายงานองค์การสหประชาชาติ (UN) เผยรายงานความสุขโลก (World Happiness Report) โดยในปีนี้ คะแนนความสุขเฉลี่ยของคนไทยอยู่ที่ 5.885 คะแนน จากคะแนนเต็ม 10 อยู่ในอันดับที่ 48 ลดลงจากปี 2017 - 2019 ที่ได้ 5.999 คะแนน ในอันดับที่ 44 ซึ่งปัจจัยเสี่ยงในระดับบุคคล เช่น ความเจ็บป่วย ความกังวลของโรคระบาด Covid - 19 ถัดมาเป็นปัจจัยเสี่ยงในระดับครอบครัวและชุมชน เช่น หนี้สิน หย่าร้าง แยกกันอยู่ สังคมคนโสด รายได้ต่ำ ยากจน ขาดความมั่นคงในอาชีพ ปัญหายาเสพติด ความรู้สึกไม่ปลอดภัยในชุมชน ตลอดจนปัจจัยเสี่ยงในระดับสังคมและสิ่งแวดล้อม เช่น ปัญหาฝุ่นควัน PM 2.5 ปัญหาการจราจรติดขัดในเขตเมืองและสถานการณ์ความรุนแรงของความแตกแยกทางแนวคิดทางการเมือง เป็นต้น ด้วยปัจจัยดังกล่าวข้างต้นเองทำให้เกิดความไม่สมดุลของสุขภาพในทุกด้าน

องค์การอนามัยโลก (WHO) ได้ให้ความหมายของสุขภาพหรือสุขภาวะ (Well-Being) หมายถึงสภาวะของการดำรงชีวิตที่มีความสมบูรณ์ทั้งร่างกายจิตใจ รวมทั้งการอยู่ร่วมกันในสังคมได้ด้วยดีบนพื้นฐานของคุณธรรมและการใช้สติปัญญา การเสริมสร้างสุขภาวะในลักษณะต่าง ๆ จึงเป็นการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมอย่างสมดุลครอบคลุมร่างกายทุกระบบ (Totality) ทั้งทางด้านร่างกาย การปรับตัวด้านพฤติกรรม และการปรับตัวระดับจิตสำนึก เป็นเรื่องของดุลยภาพในท่ามกลางปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม ดังนั้นจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีการที่จะมีส่วนร่วมในการช่วยสนับสนุนเสริมสร้างสุขภาวะองค์รวมในสังคมให้ดีขึ้น (องค์การอนามัยโลก, 2560)

สวตมนต์เป็นยาทา วิปัสสนาเป็นยากิน การทำสมาธิหรือสมาธิ และวิปัสสนา เป็นอาหารใจส่งผลดีต่อร่างกายโดยตรง เนื่องจากร่างกายและจิตใจเป็นระบบความสัมพันธ์ที่เป็นปัจจัยเอื้อต่อกันและกัน Neuroscience ศาสตร์สมัยใหม่ของจอห์น คาบัท ซินน์ MBSR Mindfulness Based Stress Reduction เป็นการศึกษาสมอง ยกตัวอย่างองค์ดาโลลามะท่านส่งให้พระทิเบตมาทดสอบโดยใช้เครื่อง MRI Tab สมองซึ่ง Brainwaves เป็นตัวบ่งบอกถึงบุคคลผู้มีจิตสงบ หรือมีสมาธิ ได้อย่างชัดเจน บุคคลผู้ที่มีภาวะจิตใจฟุ้งซ่าน เครียด วิตกกังวล คลื่นสมองจะเป็น Beta ซึ่งมีประจุไฟฟ้ามาก เมื่อทำสมาธิหรือสมาธิประจุไฟฟ้าในสมองก็จะลดน้อยลง Cycle ก็จะลดน้อยลงตามไปด้วย และเปลี่ยนเป็นคลื่น Alpha คือ ภาวะที่ผ่อนคลาย ยิ่งถ้าเข้ากรรมฐาน จะเปลี่ยนเป็นคลื่น Theta เรียกได้ว่าผ่อนคลาย และสงบ เป็นจิตบำบัด Stress Reduction เพื่อลด



Cycle ของจิตให้ลดลง โดยอาศัยองค์อารมณ์กรรมฐานหรือการเจริญสตินั่นเอง (พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), 2564)

ผู้วิจัยเห็นถึงความสำคัญของปัญหาดังกล่าวข้างต้น ที่ส่งผลกระทบต่อบุคคลคน สังคม ประเทศ จึงสนใจที่จะศึกษาแนวการสอนหลักหลักสูตรครูสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) ในการสร้างเสริมสุขภาวะองค์รวมตามหลักพุทธจิตวิทยา เพื่อศึกษาวิเคราะห์ ปัจจัยและคุณลักษณะที่เกี่ยวกับการสร้างสุขภาวะองค์รวม พร้อมทั้งสังเคราะห์หลักพุทธธรรมและหลักจิตวิทยาเพื่อการพัฒนา การสร้างรูปแบบพุทธจิตวิทยาตามแนวการสอนของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) เพื่อสร้างเสริมสุขภาวะองค์รวม และนำเสนอรูปแบบดังกล่าวเพื่อให้ผู้ที่สนใจได้นำไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันอย่างมีความสุข มีคุณภาพ เรียกว่ามีคุณภาพชีวิตที่ดี สามารถสร้างสุขอย่างมีสติสัมปชัญญะ และสร้างภูมิคุ้มกันภายในใจได้ด้วยตนเอง มีจิตใจที่แข็งแกร่งแต่อ่อนโยน มีพลังใจมีจิตที่นุ่มนวลควรแก่การงาน - การปฏิบัติ ลดความทุกข์เพิ่มความสุข สุขง่ายทุกข์ยาก พบความสุขสงบ สุขสว่าง และสุขสันติ และพบอิสระทางใจอย่างแท้จริง

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาวิเคราะห์คุณลักษณะองค์ประกอบของความเป็นรูปแบบแนวคิดพุทธจิตวิทยาตามแนวการสอนหลักสูตรครูสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) เพื่อสร้างเสริมสุขภาวะองค์รวม
2. เพื่อสังเคราะห์องค์ประกอบหรือปัจจัยเกี่ยวกับคำว่ารูปแบบพุทธจิตวิทยาตามแนวการสอนหลักสูตรครูสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) เพื่อสร้างเสริมสุขภาวะองค์รวม
3. เพื่อนำเสนอรูปแบบพุทธจิตวิทยาตามแนวการสอนหลักสูตรครูสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) เพื่อสร้างเสริมสุขภาวะองค์รวม

วิธีดำเนินการวิจัย

1. รูปแบบการวิจัย การวิจัยนี้เป็นวิธีดำเนินการวิจัยเชิงคุณภาพ มีขั้นตอนการวิจัย 4 ระยะ 1) การวิจัยเอกสาร ศึกษาเอกสารทางพระพุทธศาสนาที่ปรากฏในพระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา คัมภีร์ หนังสือหลักสูตรครูสมาธิทั้ง 3 เล่ม ตำราวิชาการ บทความ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 2) การสัมภาษณ์เชิงลึก (โดยสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 21 รูป/ท่าน 3) การประเมินและพิจารณาด้วยการสนทนากลุ่ม (เพื่อตรวจสอบคุณภาพของรูปแบบ รวมผู้เชี่ยวชาญจำนวน 11 รูป/ท่าน และ 4) การยืนยันพิจารณารูปแบบ โดยดำเนินการเสวนาภูมิปัญญาผู้เชี่ยวชาญพิเศษ (CONNOISSEURSHIP) รวมผู้เชี่ยวชาญจำนวน 7 รูป/ท่าน

2. ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ แบ่งเป็น 4 กลุ่ม ได้แก่ ด้านพระพุทธศาสนา ด้านจิตวิทยา ด้านหลักสูตรครูสมาธิ และด้านสุขภาวะองค์รวม จำนวน 21 รูป/คน โดยใช้ทฤษฎีของจากของ macmillan (1971) พบว่าจำนวนผู้ให้ข้อมูลสำคัญมีขนาดตั้งแต่ 17 คนขึ้นไป อัตราการลดลงของความคลาดเคลื่อนน้อยมากที่ 0.0219 คัดเลือกแบบเจาะจง สนทนากลุ่มกับผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 12 รูป/คน และแบบคำถามการประชุมผู้เชี่ยวชาญพิเศษ (CONNOISSEURSHIP) เพื่อให้ผู้เชี่ยวชาญได้ประเมินความเที่ยงเชิงโครงสร้าง เนื้อหา ความตรง จำนวน 7 รูป/คน

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยแบบสัมภาษณ์ข้อมูลเชิงลึก (IN DEPTH INTERVIEW) แบบคำถามสนทนากลุ่ม (FOCUS GROUP) และแบบคำถามสนทนากลุ่ม (FOCUS GROUP) ผู้วิจัยทำการตรวจสอบความตรงของเครื่องมือในการวิจัย ด้านความตรง (VALIDITY) ทำ (FACE VALIDITY) โดยการพิจารณาจากอาจารย์ที่ปรึกษา ๓ ท่าน เพื่อทำการตรวจสอบด้านความถูกต้อง เหมาะสม ความชัดเจนของภาษา ความครบถ้วนเหมาะสมทางวิชาการ และนำเสนอแบบสัมภาษณ์ที่ผ่านการพิจารณาปรับปรุงแก้ไขจากอาจารย์ที่ปรึกษา พร้อมด้วย

โครงการวิจัย นำเสนอผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 รูป/ท่าน ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ โดยพิจารณาจากดัชนีความสอดคล้อง (INDEX OF ITEM OBJECTIVE CONGRUENCE: IOC) (ค่าที่เหมาะสมรายข้อ 0.05 ภาพรวมทั้งฉบับเท่ากับ 0.65)

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพในแต่ละระยะของการดำเนินวิจัย แล้วจะนำมาผ่านกระบวนการสรุปรวมเรียบเรียงตามประเด็นของวัตถุประสงค์ กรอบแนวคิด ปัญหาของงานวิจัย วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้เทคนิคของการวิเคราะห์ ข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยเทคนิคการวิเคราะห์ แต่ละวิธีการขึ้นอยู่กับสาระสำคัญของสิ่งที่ต้องการศึกษาวิเคราะห์ และสังเคราะห์ข้อมูล เพื่อเปลี่ยนข้อมูลดิบจากการดำเนินการวิจัย มาเป็นสารสนเทศการวิจัยเป็นบทสรุปของการวิจัย

5. การวิเคราะห์ข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูลด้วยเทคนิค 6'C โดยวิธีการเปลี่ยนข้อมูลดิบ เป็นสารสนเทศการวิจัย และเป็นบทสรุปของการวิจัย ให้เป็นระบบความคิดและเป็นกรอบแนวคิด จนได้ผลการวิจัยที่เกิดจากการวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ

ผลการวิจัย

ผู้วิจัยสรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ของงานวิจัย ดังนี้

1. ผลการวิเคราะห์คุณลักษณะและองค์ประกอบของความเป็นรูปแบบแนวคิดพุทธจิตวิทยาตามแนวการสอนหลักสูตรครูสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) เพื่อสร้างเสริมสุขภาวะองค์รวม พบว่า คุณลักษณะและองค์ประกอบที่โดดเด่นตามแนวการสอนหลักสูตรครูสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) มี 5 ประการที่สำคัญ คือ 1) สมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) ท่านได้บัญญัติประโยชน์ของสมาธิไว้ 12 ข้อ ได้แก่ ทำให้หลับสบายคลายกังวล กำจัดโรคภัยไข้เจ็บ บรรเทาความเครียด ทำให้ระงับความร้ายกาจ มีความสุขพิเศษ ทำให้จิตอ่อนโยน เวลาจะสิ้นลม พบทางดี เป็นกุศล ทำให้มีความรอบคอบในการทำงาน กลับใจได้ เจริญวาสนา ทำให้สมองปัญญาดี ที่ส่งผลเชิงประจักษ์อย่างชัดเจนต่อสุขภาวะองค์รวมครบทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ สุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางจิต สุขภาวะทางสังคม สุขภาวะทางปัญญา 2) คำว่าพลังจิตตานภาพของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) ในหลักสูตรครูสมาธิ เป็นการ “สะสมพลังจิต” ซึ่งตรงกับเครื่องหมายของสถาบันพลังจิตตานุภาพ คือ P 2 ตัว หมายถึง PEACE สันติสุข สันติภาพ PEOPLE ประชาชน ที่มีความสุข ความสงบร่มเย็น เพื่อสันติภาพ สันติสุขของโลกยิ่งขึ้น 3) สัมมาสมาธิ ปฏิบัติแบบทางสายกลาง เป็นสัมมาสมาธิ 4) ความเป็น “สมาธิไฮเทค” และ 5) แนวการสอนหลักสูตรครูสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) ประกอบด้วย สาระเนื้อหา คุณค่าหลักธรรม หลักปฏิบัติดีเยี่ยมครบทุกมิติ วิธีการกระบวนการครบทั้ง ปรัชญา ปฏิบัติ ปฏิเวธ สามารถนำความรู้ สู่การปฏิบัติไปในชีวิตจริง เห็นผลสัมฤทธิ์จริง และตระรู้ความเป็นเหตุเป็นผล เพราะเหตุดีจึงมีผลดี

2. ผลการสังเคราะห์องค์ประกอบหรือปัจจัยเกี่ยวกับคำว่ารูปแบบพุทธจิตวิทยาตามแนวสอนหลักสูตรครูสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) เพื่อสร้างเสริมสุขภาวะองค์รวม พบว่า สัทธิธรรม 3 ได้แก่ ปรัชญา ปฏิบัติ ปฏิเวธแนวการสอนหลักสูตรครูสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) สามารถพัฒนาตน พัฒนาจิตให้ดีขึ้น มีการกำจัดขัดเกลา ลด ละ อวิชชา ลดอัตตาตัวตน สัมมปธาน 4 ได้แก่ สังวรปธาน เพียรป้องกัน เป็นการเน้นเรื่องการเพียรป้องกันอกุศลและบาปทั้งปวง ไม่ให้เกิดขึ้นที่จิตของนักศึกษาครูสมาธิหรือผู้ที่ฝึกหัดปฏิบัติทางจิต ปหานปธาน เพียรแก้ไข เพียรกำจัด ตัดออกจากจิตทันที เปรียบดังไม่ให้เชื้อโรคแพร่กระจายขยายตัวมากขึ้น ภวนาปธาน เพียรพัฒนา เพียรภาวนาอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ ให้คงเส้นคงวา อนุรักษนาปธาน เพียรรักษาให้ยั่งยืน เพียรรักษากุศลจิตให้เจริญงอกงามยิ่งขึ้น ดุจเกลือกรักษาความเค็ม อุปาทกมนสิการ การคิดแบบเร้ากุศล ในขั้นปรัยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ ไว้ให้มั่นคง มั่งคั่ง



ยั่งยืน ดำเนินไปสู่ความเป็นอริยบุคคล ตามแนวการสอนหลักสูตรครูสมาธิสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) เหมาะสำหรับผู้คนที่ละวางสิ่งทั้งปวง ตามปรมัตถธรรม 4 คือ จิต เจตสิก รูป นิพพาน เป็นการกำจัดต้นหาวิชาให้หมดไปจากใจ

3. รูปแบบพุทธจิตวิทยาตามแนวการสอนหลักสูตรครูสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) เพื่อสร้างเสริมสุขภาวะองค์รวม เรียกว่า “ปทุมมา ภูมิปัญญา” โมเดล เกิดจากนำกระบวนการสัทธรรม 3 มาประยุกต์ใช้ได้อย่างเหมาะสม ผสานความเป็นพุทธจิตวิทยา จากจิตประภัสสร สู่ภาวะจิตวิมุตติ สภาวะจิตเจตสิก รูป นิพพาน ร่วมกับแนวการสอนในหลักสูตรครูสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) เพื่อสร้างเสริมสุขภาวะองค์รวมตามหลักการปฏิบัติของสถาบันพลังจิตตานุภาพ WILLPOWER INSTITUTE โลโก้ประกอบด้วยตัว P 2 ตัว ได้แก่ Peace สันติภาพ + People ประชาชน ที่มีความสุข สงบ สันติ ของประชาชนชาวโลก จากปุณฺณ สู่กัลยาณชน สู่อริยชน

อภิปรายผลการวิจัย

1. คุณลักษณะและองค์ประกอบที่โดดเด่นตามแนวการสอนหลักสูตรครูสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) มี 5 ประการที่สำคัญ คือ 1) สมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) ท่านได้บัญญัติประโยชน์ของสมาธิไว้ 12 ข้อ ได้แก่ ทำให้หลับสบายคลายกังวล กำจัดโรคภัยไข้เจ็บ บรรเทาความเครียด ทำให้ระงับความร้ายกาจ มีความสุขพิเศษ ทำให้จิตอ่อนโยน เวลาจะสิ้นลม พบทางดี เป็นกุศล ทำให้มีความรอบคอบในการทำงาน กลับใจได้ เจริญวิญญาณา ทำให้สมองปัญญาดี ที่ส่งผลเชิงประจักษ์อย่างชัดเจนต่อสุขภาวะองค์รวมครบทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ สุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางจิต สุขภาวะทางสังคม สุขภาวะทางปัญญา 2) คำว่าพลังจิตตานุภาพของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) ในหลักสูตรครูสมาธิ เป็นการ “สะสมพลังจิต” ซึ่งตรงกับเครื่องหมายของสถาบันพลังจิตตานุภาพ คือ P 2 ตัว หมายถึง PEACE สันติสุข สันติภาพ PEOPLE ประชาชน ที่มีความสุข ความสงบร่มเย็น เพื่อสันติภาพ สันติสุขของโลกยิ่งขึ้น 3) สัมมาสมาธิ ปฏิบัติแบบทางสายกลาง เป็นสัมมาสมาธิ 4) ความเป็น “สมาธิไฮเทค” และ 5) แนวการสอนหลักสูตรครูสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) ประกอบด้วย สารเนื้อหา คุณค่า หลักธรรม หลักปฏิบัติดีเยี่ยมครบทุกมิติ วิธีการกระบวนการครบทั้ง ปรัชญา ปฏิบัติ ปฏิเวธ สามารถนำความรู้สู่การปฏิบัติไปในชีวิตจริง เห็นผลสัมฤทธิ์จริง และตระหนักความเป็นเหตุเป็นผล เพราะเหตุดีจึงมีผลดี สอดคล้องกับงานวิจัยของ พระครูวินัยธรศิริเชษฐ์ สิริวิฑฒโน ซึ่งศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาจิตเจตสิกเจตสนุชาตญาณ 4 พบว่าการพัฒนาจิตเจตสิกเจตสนุชาตญาณ 4 หลักธรรมในทางพระพุทธศาสนา มุ่งเน้นการพัฒนาที่จิตใจเป็นสำคัญ เพราะจิตใจ คือ แก่นแท้ของความเป็นมนุษย์ จิตใจยังเป็นเครื่องควบคุมพฤติกรรมการแสดงออกต่าง ๆ ไม่ว่าจะในทางที่ดี หรือไม่ดีก็ตาม และในการควบคุมจิตใจ มีความจำเป็นอย่างยิ่งในการปฏิบัติตามแนวทางสติปัญญา 4 เพราะเป็นแก่นแท้ตามหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนา ที่สามารถนำไปพัฒนาจิตใจของผู้ปฏิบัติให้บริสุทธิ์ จนกระทั่งถึงบรรลุผลนิพพาน อันเป็นจุดหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนา ดังนั้น บุคคลที่ผ่านการฝึกจิต หรือพัฒนาจิตตามแนวทางสติปัญญา 4 ดีแล้วย่อมสามารถยกระดับบุคคลให้กลายเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ได้ ดังที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ว่า ในหมู่มนุษย์นั้น ผู้ที่ฝึกแล้วเป็นผู้ประเสริฐสุด โดยเฉพาะการฝึกจิตใจอย่างเนืองนิตย์ จนกระทั่งเป็นผู้ที่มีจิตใจที่ดี มีสติปัญญาที่สมบูรณ์ ย่อมส่งผลต่อพฤติกรรมแสดงออกหรือการกระทำที่ดีและปัญหาหรือความวุ่นวายในสังคมก็จะลดน้อยลง เนื่องจากการพัฒนาที่จุดเริ่มต้นของปัญหา คือ จิตใจของมนุษย์ (พระครูวินัยธรศิริเชษฐ์ สิริวิฑฒโน, 2564) และสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปรีศนา ไกรวิทย์ (2559) ศึกษาเรื่อง “การประยุกต์ใช้หลักสมาธิในการดำเนินชีวิตของครูสอนสมาธิ พบว่า หลักธรรมที่ช่วยในการพัฒนาคุณภาพชีวิต

และลดทุกข์ของคนในสังคมได้ดียิ่ง คือ การฝึกอบรมสมาธิในทางพระพุทธศาสนา แม้แต่แนวคิดหลักในทางพระพุทธศาสนายังได้ กล่าวไว้ในหลักไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ และปัญญา การฝึกปฏิบัติสมาธิทำให้เกิดปัญญา อันเป็นที่ตั้งแห่งสติ เป็นไปเพื่อความสงบสุข เกิดญาณทัสสนะ จนถึงการสิ้นอาสวะกิเลส อันเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนา ครูสมาธิ นอกจากจะเป็นผู้เผยแพร่ประโยชน์และหลักการทำสมาธิที่ถูกต้องแล้ว ยังได้นำประโยชน์ของการฝึกปฏิบัติสมาธิและหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาใช้ในการแก้ไขปัญหาในชีวิตประจำวันของตนเองได้อย่างยั่งยืนได้อีกด้วย

2. แนวการสอนหลักสูตรครูสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) สามารถพัฒนาตน พัฒนาจิตให้ดีขึ้น มีการกำจัดขัดเกลา ลด ละ อวิชชา ลดอัตตาตัวตน สัมมปธาน 4 ได้แก่ สังวร ปธาน เพียรป้องกัน เป็นการเน้นเรื่องการเพียรป้องกันอกุศลและบาปทั้งปวง ไม่ให้เกิดขึ้นที่จิตของนักศึกษาครูสมาธิหรือผู้ที่ฝึกหัดปฏิบัติทางจิต ปธานปธาน เพียรแก้ไข เพียรกำจัด ตัดออกจากจิตทันที เปรียบดั่งไม่ให้เชื้อโรคแพร่กระจายขยายตัวมากขึ้น ภาวนาปธาน เพียรพัฒนา เพียรภาวนาอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ ให้คงเส้นคงวา อนุรักษนาปธาน เพียรรักษาให้ยั่งยืน เพียรรักษากุศลจิตให้เจริญงอกงามยิ่งขึ้น ดุจเกลือรักษาความเค็ม อุบาทกมณสิการ การคิดแบบเร้ากุศล ในขั้นปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ ไว้ให้มั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน ดำเนินไปสู่ความเป็นอริยบุคคล ตามแนวการสอนหลักสูตรครูสมาธิสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) เหมาะสำหรับผู้บุคคลที่จะละวางสิ่งทั้งปวง ตามปรมัตถ์ธรรม 4 คือ จิต เจตสิก รูป นิพพาน เป็นการกำจัดต้นหาอวิชชาให้หมดไปจากใจ สอดคล้องกับงานวิจัยของ (พระครูพิจิตรวรเวท (มานัส มารยาท) และพระมหาสุเมธ สมานิตโต, 2565) ศึกษาเรื่อง “การประยุกต์ใช้หลักสัมมปธาน 4 เพื่อการอนุรักษ์วัฒนธรรมของชาติ พบว่า ความเพียร ความพยายามใน 4 ประการ คือ เพียรระวังหรือการป้องกันไม่ให้สูญหาย เพียรละหรือการปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสม เพียรเจริญหรือการพัฒนาให้มีความสอดคล้องกับยุคสมัย และเพียรรักษาหรือการรักษาให้คงอยู่ซึ่งเป็นแนวคิดในการอนุรักษ์วัฒนธรรมไทยโดยใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ทั้งนี้ นอกจากจะได้กรอบแนวคิดที่สอดคล้องกับบริบทของสังคมไทยแล้ว ยังจะเป็นการเผยแพร่หลักธรรมของพระพุทธเจ้าให้ดำรงอยู่สืบต่อไปด้วย

3. หลักสัทธิธรรม 3 ประการ คือ ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ เป็นความงามในเบื้องต้น งามในท่ามกลาง และงามในเบื้องปลาย ปริยัติ - รู้ได้ (รู้รอบ) ปฏิบัติ - ทำได้ (ทำได้จริง) ปฏิเวธ - รับผลได้ (ให้ผลได้จริง) ตัวอย่างเช่น การทำสติได้ การรู้สติได้ และการรับผลของสติได้ สอดคล้องกับคำกล่าวของ ผศ.ดร.อดุลย์ คนเรงดั่งแนวการสอนหลักสูตรครูสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) ที่ครอบคลุมสัทธิธรรม 3 คือ 1) ปริยัติ ศึกษาจากหนังสือครูสมาธิทั้ง 3 เล่ม เรื่อง สมาธิ ฌาน ญาณ วิปัสสนา จากเทพบรรยาย จากอาจารย์ผู้บรรยาย ทั้ง 96 หัวข้อ และคำถามคำตอบท้ายบท อีกทั้งหลักการเดินจงกรม การนั่งสมาธิ คำสัจย์ปฏิญาณ คำอธิษฐานก่อนเดินจงกรม ก่อนนั่งสมาธิ และคำแผ่เมตตาหลังเดินจงกรม และหลังนั่งสมาธิ 2) ปฏิบัติ ปฏิบัติครั้งละ 1 ชั่วโมง อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง คือ เดินจงกรม 30 นาที นั่งสมาธิ 30 นาที คำสัจย์ปฏิญาณนักศึกษาครูสมาธิ (ในห้องเรียนทุกครั้ง เพื่อย้าลงไปโน้มน้าวจิตเรื่องความเมตตา สามัคคี ให้อภัย นำไปใช้ในทางที่ถูกต้อง แผ่เมตตาจิตแก่สรรพสัตว์ทั้งหลายเพื่อความสันติสุขของโลก) คำอธิษฐานก่อนเดินจงกรม ก่อนนั่งสมาธิ และคำแผ่เมตตาหลังเดินจงกรม และหลังนั่งสมาธิ ประการสำคัญ มีการบันทึกชั่วโมงการสะสมพลังจิต (บันทึกการบ้าน) เป็นเวลา 24 สัปดาห์ หรือ 6 เดือน ทั้งภาคปกติวันจันทร์ - วันศุกร์ ภาคพิเศษ วันเสาร์ - วันอาทิตย์ และ 3) ปฏิเวธ วัดผลได้จากการกล่าวแสดงความรู้สึก (Reflective) ของนักศึกษาครูสมาธิแต่ละรูป/ท่าน ในแต่ละรุ่น หลังเรียนครบ 6 เดือน สอบปฏิบัติเดินจงกรม นั่งสมาธิ สอบข้อเขียน และจุดดั่ง ณ ดอยอินทนนท์ จึงได้รับใบประกาศนียบัตรหลักสูตรครูสมาธิ เพื่อเรียนต่อยอดในหลักสูตรสมาธิขั้นสูงหรือหลักสูตรต่าง ๆ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ กัญญาวิรัช ธัญญารัตนะ (2564) ที่ศึกษาเกี่ยวกับการฝึกสมาธิตามแนวสติ



ปฏิฐาน 4 ที่มีผลต่อการควบคุมตนเองของผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรม พบว่า การฝึกสมาธิตามแนวสติปฏิฐาน 4 นั้น ประกอบด้วยองค์ประกอบใหญ่ ๆ คือ สัทธรรม 3, ปัจจัยแวดล้อม และธรรมเกื้อกูลสติปฏิฐานและงานวิจัยของ กัลป์กร ลากเดโช และสมบุรณ์ สุขสำราญ (2565) ที่ศึกษาเรื่อง “บทบาทพระสงฆ์กับการพัฒนาสังคมไทย พบว่า แนวทางการพัฒนาบทบาทพระสงฆ์เพื่อการพัฒนาสังคมไทย คือ 1) การพัฒนาบทบาทพระสงฆ์จากภายใน คือ ตั้งมั่นอยู่ในพระสัทธรรม 3 คือ ปรีชาติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ และ 2) การพัฒนาบทบาทพระสงฆ์จากภายนอก คือ การสร้างเครือข่ายและการบูรณาการ

4. สมดุลชีวิตเป็นสมดุลในสภาวะองค์รวม คือ สภาวะทางกาย ร่างกายแข็งแรง สมบูรณ์ขึ้น ดีขึ้น พัฒนาสู่กายที่ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ ดัง “ความไม่เป็นโรคเป็นลาภอันประเสริฐ” รักษากายเพื่อให้ได้อยู่สร้างความดีต่อตนเองและผู้อื่น สภาวะทางจิต มีจิตที่เป็นกุศล คือ การรักษาจิต ทำจิตให้ประภัสสร จิตนิ่ง จิตสงบ จิตใส มีสุขภาพจิตที่ดี มีความฉลาดทางอารมณ์ สภาวะทางสังคม สามารถปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างดี มีความสุข มีกัลยาณมิตรที่เกื้อกูลกันด้วยดี และสภาวะทางปัญญา มีปัญญานำพาชีวิตให้เจริญรุ่งเรือง เห็นความจริงของชีวิต และสามารถนำพาตนพ้นทุกข์ได้ มีความพอเหมาะพอดี ไม่มากเกินไปไม่น้อยเกินไป เกิดสมดุลทั้งร่างกายและจิตใจ “ใจสบาย กายสบาย จิตเกิดอัศจรรย์” สอดคล้องกับงานวิจัยของ พระครูภาวนาสังวรวิจิ. (สุวิทย์ คำมูล) (2561) ซึ่งศึกษา เรื่อง “การพัฒนาสภาวะองค์รวมสำหรับผู้สูงวัยตามแนวพุทธจิตวิทยา” พบว่า สภาวะร่างกายและจิตใจ ของมนุษย์ มีความเชื่อมโยงกันอย่างแยกไม่ออก โดยจิตและกายเป็นตัวส่งเสริมซึ่งกันและกัน สุขภาพกายที่ดีมาจากพื้นฐานสุขภาพจิตที่ดี ซึ่งแนวทางพุทธจิตวิทยาแบบบูรณาการ มองว่าชีวิตที่ปกติสุขจำเป็นต้องอาศัยปัจจัยเกื้อกูลกันทั้งด้านร่างกายและจิตใจ นำไปสู่สภาวะองค์รวมในวิถีชีวิต และคุณภาพที่สมบูรณ์แบบ ซึ่งคุณภาพหรือความสมดุลของชีวิต มีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับสภาวะองค์รวม 4 ประการได้แก่ สภาวะกาย สภาวะศีล สภาวะจิต และสภาวะปัญญา โดยใช้หลักสันโดษ การรักษาศีล 5 การคบกัลยาณมิตร และ การดำเนินชีวิตตามหลัก สังคหะวัตถุ การเสริมสร้างสุขภาพจิตและปัญญาด้วยหลักการเจริญสมณะ และวิปัสสนากรรมฐาน ตามแนวสติปฏิฐาน 4 และทาง 4 สาย

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

รูปแบบพุทธจิตวิทยาตามแนวการสอนหลักสูตรครูสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิริธโร) เพื่อสร้างเสริมสภาวะองค์รวม เรียกว่า “ปทุมมา ภูมิปัญญา” โมเดล ดังภาพ



จากโมเดล “ปทุมมา ภูมิปัญญา” มีความหมาย ดังนี้

ดอกบัวเกิดจากโคลนตม แต่ไม่แปดเปื้อนโคลนตม เปรียบดั่งมนุษย์ที่ได้รับการพัฒนา ถึงแม้ว่าจะอยู่ในวาระที่แตกต่างกัน พราหมณ์ กษัตริย์ แพศย์ สู้ จัณฑาล เมื่อบวชก็มีความเป็นสมณะเท่ากัน หรือผู้ที่มีมลทินแปดเปื้อน แต่เมื่อได้มาชำระจิตใจให้บริสุทธิ์แล้ว ก็สามารถที่จะบรรลุธรรมได้

สถาบันพลังจิตตานุภาพก่อตั้งขึ้นมาเพื่อให้ประชาชนทั่วไปได้ทำสมาธิ ได้มีที่พึ่งพิงทางจิตใจ มีภูมิคุ้มกันทางจิตใจ จุดประสงค์การทำสมาธิเพื่อสะสมพลังจิต หรือกำลังใจ สถาบันพลังจิตตานุภาพเป็นสถาบันที่ศักดิ์สิทธิ์ สร้างพลังแห่งสมาธิ พลังแห่งสติ พลังแห่งปัญญา เพื่อขัดขจัดเกลาจิตดำในใจหรือกิเลสในใจ ให้พัฒนาขึ้นตามลำดับ ประการสำคัญเพื่อการลดอัตตาตัวตน ละตัณหาวิชชา คือ ความไม่รู้ในขั้น 5 ว่าเป็นทุกข์ จึงทำให้ต่างแสวงหาตอบสนองความสุขทางโลกของตนเองอย่างไม่มีที่สิ้นสุด

สมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิริธโร) ท่านเน้นสอนการฝึกสมาธิ Meditation เป็นบาทฐาน เมื่อสะสมพลังจิตเพียงพอจึงเข้าสู่การฝึกหัดปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน Vipassana สร้างความเป็นนครธรรม “Meditation Hitech” ส่งเสริมการพัฒนาสมาธิด้วยเทคโนโลยีสมัยใหม่ คือ มีการเรียนแบบ Online live Zoom บันทึกเทป ในประเทศรวมปัจจุบัน 309 สาขา และสาขาต่างประเทศทั่วโลก ทำให้ความสงบสุข เข้าถึงตั้งแต่ระดับ บุคคล ครอบครัว ชุมชน สังคม ประเทศ และระดับโลก ได้อย่างรวดเร็วเห็นผลชัดเจน

การพัฒนาตน พัฒนาจิตตั้งแต่ระดับ ครอบครัว ชุมชน สังคม ประเทศชาติ โลก “ทำบ้านให้เป็นวัด” สนับสนุนการมีสมาธิ ทุกคน ทุกเพศ ทุกวัย ทุกเชื้อชาติ ทุกภาษา ทุกศาสนา ด้วยกระบวนการแห่งความเพียรเป็นหลัก คือ สัมมปธาน 4 ด้วยกระบวนการสัทธรรม 3 ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ เป็นองค์ธรรมที่เป็นหัวใจในการขับเคลื่อน แนวการสอนหลักสูตรครูสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิริธโร) ให้สัมฤทธิ์ผลแก่ผู้เข้ารับการอบรม สามารถนำมาใช้ในการพัฒนาให้เกิดสุขภาวะองค์กรรวมทั้งเป็นประจักษ์แก่ บุคคล สังคม ประเทศ ถึงระดับสังคมโลก

ผ산ความเป็นพุทธจิตวิทยา จากจิตประภัสสร สู่ภาวะจิตวิมุตติ สภาวะจิต เจตสิก รูป นิพพาน เมื่อนำหลักพุทธจิตวิทยามาหล่อหลอมเข้าเป็นองค์ประกอบ เป็นปัจจัย เป็นกำลัง เป็นองค์สัมปยุตธรรม ร่วมกับแนวการสอนในหลักสูตรครูสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิริธโร) เพื่อการพัฒนาจิต จากจิตประภัสสร ปราศจากเครื่องเศร้าหมองชั่วคราว ดำเนินจิตให้บริสุทธิ์ด้วย ตทั้งคปหาน (ชั่วคราว) วิชัมปนปหาน (ข่มทับไว้) สุตท้าย สมุทเพทหาน (ละกิเลสได้โดยเด็ดขาดอย่างพระอรหันต์) ด้วยการประชุมองค์อริยมรรคมีองค์ 8 เข้าสู่ภาวะจิตวิมุตติ คือ พระนิพพาน ปหานกิเลสโดยสิ้นเชิง นอกจากนี้การนำความรู้ทางพุทธจิตวิทยา เพื่อให้เข้าสู่สภาวะธรรมตามความเป็นจริง เปลี่ยนจากการรู้ในสมมติ ยึดมั่นในอัตตาตัวตนเรา เขา มาเป็นรู้ในวิมุตติ คือ รู้ตามสภาวะปรมาตมธรรม อันประกอบด้วย จิต เจตสิก รูป นิพพาน เห็นสรรพสิ่งเป็นกระแสชีวิต ละสักกายทิฐิ เกิดขันธะวิมุตติ ก้าวข้ามสมมุติ หลุดพ้นในอุปาทานขั้น 5 จึงพัฒนามาจาก ปุถุชน คนธรรมดา ดำเนินสู่ความเป็นกัลยาณชนที่พัฒนามาพัฒนาจิตขึ้นมา สู่สุดท้ายปลายทางของการเดินทางของจิตมาสู่ความเป็นอริยชนในที่สุด ตามลำดับดังกล่าว

สถาบันพลังจิตตานุภาพ WILLPOWER INSTITUTE โลโก้ประกอบด้วยตัว P 2 ตัว ได้แก่ Peace สันติภาพ + People ประชาชน หมายถึง ความสุข สงบ สันติ ของประชาชนชาวโลก จากปุถุชน สู่กัลยาณชน สู่อริยชน สมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิริธโร) “กล่าวอยู่เสมอว่ากันว่า เรือลำนี้ชื่อ WILLPOWER มีหลวงพ่อวิริยงค์เป็นกัปตัน คนที่มาเรียนสมาธิกับหลวงพ่อก็ขึ้นเรือทุกคน มุ่งหน้าไป “นิพพาน” ขอพวกเราอย่าตกเรือไปให้ปลาฉลามกินก็แล้วกัน” ซึ่งในลำเรือจารึกไว้ว่า “เมื่ออริยมรรคมีองค์ 8 มีอยู่ตราบดี พระอรหันต์จะไม่ว่างเว้นไปจากโลก”



การพัฒนาปัญญาโดย “หลักสูตรครุสมาธิ” สร้างปัญญา 3 อย่าง คือ สุตมยปัญญา (รู้ลึก) ปัญญาที่เกิดจากการฟังในคำสอน ในเนื้อหาหลักสูตรครุสมาธิ จินตามยปัญญา (รู้ปฏิบัติ) เป็นปัญญาที่เกิดจากการโยนิโสมนสิการ การคิดอย่างมีเหตุผล และภาวนามยปัญญา (รู้จริง) เป็นปัญญาจากการปฏิบัติสมถะและวิปัสสนา พุทธปัญญา ปัญญา 3 อย่างนี้ เป็นปัญญาภายใน คือ เป็นปัจจัยตั้ง รู้ เห็น สัมผัส ได้ด้วยตนเอง พัฒนาจิต จากภายใน สู่ภายนอก คือ บุคคลอื่นเห็นได้ รับรู้ได้ เช่น รัศมี ความผ่องใส ความมีเมตตาจิต สู่การตื่นรู้ “จิตรู้ จิตตื่น จิตเบิกบาน” บุญคือความสบายใจนึกถึงเมื่อใดใจก็เป็นสุข ดังที่ว่า “จิตใสเป็นบุญ จิตชุ่มเป็นบาป” พัฒนากายให้สงบ พัฒนาปัญญาให้สว่าง สร้างสุข สังคมสันติ สร้างดุลยภาพและคุณภาพชีวิตองค์รวมที่ดี คือ สุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางจิต สุขภาวะทางสังคม และสุขภาวะทางปัญญา

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะเชิงวิชาการ

- 1) มีการเผยแพร่องค์ความรู้จากดัชนีพนธ์ ในทุกสาขาของสถาบันพลังจิตตานุภาพทั่วประเทศ
- 2) มีการขยายผลหลักสูตรครุสมาธิให้เป็นที่ประจักษ์ในวงกว้างมากยิ่งขึ้น

2. ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

1) โดยผู้วิจัยนำ “ปทุมมา ภูมิปัญญา” หลักสูตรครุสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) ไปปรับประยุกต์ใช้ ในการบรรยายสมาธิในสาขาต่าง ๆ ของสถาบันพลังจิตตานุภาพ ในชุมชน องค์กร และหน่วยงานต่าง ๆ

2) แต่ละสาขาของสถาบันพลังจิตตานุภาพ ควรได้มีการเผยแพร่หลักการสำคัญอันเป็น อนุศาสน์ ปาฏิหาริย์จากหลักสูตรครุสมาธิสู่สาธารณะสังคม

3) มีนวัตกรรมการสื่อสารผ่าน Multimedia system เพื่อการนำเสนอ “พุทธปัญญาของหลักสูตรครุสมาธิ” ซึ่งตกผลึกเป็นองค์ความรู้จากการวิจัยครั้งนี้ สู่สาธารณะสังคมทั่วไป

3. ข้อเสนอแนะการวิจัยในครั้งต่อไป

1) ในการวิจัยครั้งต่อไปควรมีการศึกษาโดยการพัฒนาสำหรับหลักสูตรสมาธิอื่น ๆ ของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร) เช่น หลักสูตรครุสมาธิ - ขั้นสูง หลักสูตรวิทันตาสสมาธิ หลักสูตรญาณาสสมาธิ และหลักสูตรอุตมสมาธิ ฯลฯ ให้เป็นที่ประจักษ์สู่สาธารณะชน สู่ระดับสากล มากยิ่งขึ้น

2) การวิจัยครั้งต่อไปเสนอแนะให้ทำสำรวจวิจัยเจาะลึกลงไปทั้งสาขาในประเทศและสาขาต่างประเทศ เพื่อการพัฒนาตน พัฒนาจิต เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดี และเสริมสร้างสุขภาวะองค์รวม นับเป็นประโยชน์โดยแท้แก่บุคคล ครอบครัว ชุมชน องค์กร สังคมนั้น ๆ

3) การศึกษาวิจัยติดตามผลลัพธ์ของความสุขจากการฝึกสมาธิจาก “ปทุมมา ภูมิปัญญา” หลักสูตรครุสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (วิริยงค์ สิรินธโร)

เอกสารอ้างอิง

- กัญญาวิรัช ธีธัญญารัตนะ. (2564). การฝึกสมาธิตามแนวสติปัฏฐาน 4 ที่มีผลต่อการควบคุมตนเองของผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรม. *วารสารพุทธจิตวิทยา*, 6(2), 97-103.
- กัลป์กร ลาภเดโช และสมบุญ สุขสำราญ. (2565). บทบาทพระสงฆ์กับการพัฒนาสังคมไทย. *วารสารมณีเชษฐาราม วัดจอมมณี*, 5(1), 1-16.

- นภัทร์ แก้วนาค. (2555). *เทคนิคการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ (Qualitative Data Analysis Technic) (QDAT Knowledge)*. เอกสารประกอบการสอนหลักสูตรดุขภูิบัณฑิต. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.
- พระพรหมบัณฑิต. (2564). *พุทธจิตวิทยากับศาสตร์สมัยใหม่พัฒนาจิตใจของมนุษย์*. เอกสารถอดเทปจากคำบรรยาย. วันไหว้ครู. เสาร์ 14 สิงหาคม.
- พระครูพิจิตรวเวท (มานัส มารยาท) และพระมหาสุเมธ สมานิต. (2565). การประยุกต์ใช้หลักสัมมปปธาน 4 เพื่อการอนุรักษ์วัฒนธรรมของชาติ. *วารสารวิจัยวิชาการ*, 5(1), 273-284.
- พระครูภาวนาสังวรกิจ วิ. (สุวิทย์ คำมูล). (2561). *การพัฒนาสุขภาวะองค์กรสำหรับผู้สูงวัยตามแนวพุทธจิตวิทยา (ดุขภูินิพนธ์พุทธศาสตร์ดุขภูิบัณฑิต)*. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระครูวินัยธรศิริเชษฐ์ สิริวิฑฒโน. (2564). การพัฒนาจิตใจมนุษย์โดยใช้หลักสติปัฏฐาน 4. *มจร. เลย ปริทัศน์*. 2(2), 136-149.
- พระครูสิริรัตนานวัตร, พระมหาไกรสร โชติปัญโญ, ประยูร สุยะใจ, อนันต์ อุปสอด, สานุ มหัทธนาดุลย์, (2559). *รูปแบบและกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะองค์กรของครอบครัวและสังคม (รายงานวิจัย)*. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ปริศนา ไกรวิทย์. (2559). การประยุกต์ใช้หลักสมาธิในการดำเนินชีวิตของครูสอนสมาธิ (ดุขภูินิพนธ์พุทธศาสตร์ดุขภูิบัณฑิต). มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- องค์การอนามัยโลก. (2560). *การส่งเสริมสุขภาพจิต: แนวคิด หลักฐาน และแนวทางปฏิบัติ*. เชียงใหม่: วนิดาการพิมพ์.
- มติคณะรัฐมนตรี. (2562). *แนวทางและมาตรการแก้ไขปัญหาฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM2.5) ในกรุงเทพมหานคร/ปริมณฑล และในพื้นที่จังหวัดต่าง ๆ*. สืบค้นเมื่อ 27 เมษายน 2564, จาก <https://www.ryt9.com/s/cabt/2950136>
- Investment Reader. (2562). *ทำความเข้าใจกับการปฏิวัติอุตสาหกรรมครั้งที่ 4: รวดเร็วและ disrupt ในวงกว้างกว่าครั้งไหน ๆ*. สืบค้นเมื่อ 27 เมษายน 2564, จาก <https://www.finnomena.com/investment-reader/4ir/>
- Peer Power Team. (2562). *Digital Disruption การเปลี่ยนแปลงและการปรับตัว*. สืบค้นเมื่อ 27 เมษายน 2564, จาก <https://www.peerpower.co.th/blog/investor/analysis/digital-disruption>
- John F. Helliwell, Haifang Huang, Shun Wang, Max Norton. (2021). *Happiness, Trust and Deaths under COVID-9 , World happiness report*. Retrieved April 2 7 , 2 0 2 1 , from <https://worldhappiness.report/ed/2021/happiness-trust-and-deaths-under-covid-19>
- Macmillan, T.T. (1971). The Delphi Technique. *Paper Presented at the annual meeting of the California Junior Colleges Associations Committee on Research and Development, Monterey, California*. (May 1971), 3-5.