



รายงานฉบับสมบูรณ์

โครงการศึกษากระบวนการพัฒนาเด็ก และเยาวชน ด้วยพุทธภาวนา
บ้านดงบัง ตำบลหนองคู อำเภอเมือง จังหวัดยโสธร

โดย

ไฉน อดกลั่น และคณะ

สนับสนุนโดย

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.)

กุมภาพันธ์ 2556

รายงานฉบับสมบูรณ์

โครงการศึกษากระบวนการพัฒนาเด็ก และเยาวชน ด้วยพุทธภาวนา
บ้านดงบัง ตำบลหนองคู อำเภอเมือง จังหวัดยโสธร

โดย

ไฉน อดกลิ่น และคณะ

สนับสนุนโดย

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.) ฝ่ายวิจัยเพื่อท้องถิ่น

บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่องการศึกษากระบวนการพัฒนาเด็ก และเยาวชน ด้วยพุทธภาวนา บ้านดงบัง ตำบลหนองคู อำเภอมือง จังหวัดยโสธร เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ เพื่อศึกษาสถานการณ์ และสภาพปัญหาเด็ก เยาวชนในบ้านดงบัง เพื่อศึกษาองค์ความรู้ และผลกระทบที่เกิดจากกระบวนการพัฒนาเด็ก ด้วยพุทธศาสนาของบ้านดงบัง เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนาเด็ก และเยาวชนด้วยพุทธภาวนาของบ้านดงบัง โดยการนำแนวคิดการมีส่วนร่วมของชุมชนมาเป็นแบบในการดำเนินการวิจัย ผู้ให้ข้อมูลหลักประกอบด้วย เด็กและเยาวชนบ้านดงบังจำนวน 50 คน และกลุ่มผู้นำชุมชน ได้แก่ ผู้ใหญ่บ้าน ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ชาวบ้าน และพระอาจารย์นรินทร์ กตธโร

ผลการวิจัย พบว่า บ้านดงบังมีบริบทที่เอื้อต่อการนำพุทธภาวนามาใช้ในชีวิตอย่างเป็นระบบ เนื่องจากความพร้อมด้านสถานที่ปฏิบัติธรรม ด้านผู้นำทางศาสนา ด้านความศรัทธาของชาวบ้านที่เป็นพื้นฐาน และด้านกระบวนการอบรมภาวนาที่เริ่มก่อร่างสร้างตัวมาได้เกือบ 3 ปี ก่อนทำการวิจัย ส่วนปัญหาของเด็ก เยาวชนบ้านดงบังไม่ได้รุนแรงนัก มีเพียงบางคนเท่านั้นที่ดื่มเหล้า เล่นการพนัน เด็กบางคนติดเล่น ติดเกมส์ ติดโทรศัพท์ ไม่ช่วยงานบ้าน นอกจากนี้ชาวบ้านยังกังวลว่าเด็กอาจจะมีความเครียด เนื่องจากเด็กส่วนใหญ่ไม่ได้อยู่กับพ่อแม่ สำหรับองค์ความรู้ในงานวิจัยครั้งนี้ มุ่งเน้นไปที่การถอดบทเรียนการใช้พุทธธรรมในการบ่มเพาะเด็ก เยาวชน ซึ่งใช้หลักสติปัฏฐาน 4 ของพระพุทธเจ้าในการฝึกชาวบ้าน เด็ก เยาวชน ให้เจริญภาวนา เป็นการฝึกเจริญสติ ตามรู้ในฐานทั้ง 4 ได้แก่ ฐานกาย ฐานเวทนา ฐานจิต หรือจิตตานุสัสสนาสติปัฏฐาน และฐานที่ 4 คือ ธัมมานุสัสสนาสติปัฏฐาน สำหรับผลของการปฏิบัติธรรม ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงแก่เด็ก เยาวชน และผู้ใหญ่ คือเด็ก มีกายอ่อนนุ่ม วาจาสบาย อ่อนหวาน จิตใจอ่อนโยน การเรียนดีขึ้น เพราะสมาธิทำให้จดจำสิ่งต่างๆ ได้ดียิ่งขึ้น และทำให้มีความกตัญญู ความประหยัด ความเมตตา ความเสียสละ และมีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ จิตใจสงบและมีความสุขขึ้น มีสมาธิตั้งใจเรียน เกรงกลัวต่อบาป ช่วยงานพ่อแม่ผู้ปกครองมากขึ้น ปรับตัวเข้ากับเพื่อนได้ดีขึ้นการทะเลาะวิวาทลดลง พุดจาเพราะขึ้น ติดเกมส์ลดลง มีจิตสำนึกสาธารณะ รู้จักช่วยงานส่วนรวม งานวัด เป็นต้น ส่วนผู้ใหญ่ พบว่าตัวเอง และครอบครัวมีความสุขขึ้น มีที่พึ่งทางใจเวลามีปัญหาหรือมีทุกข์ ใจดี ใจเย็น สบายใจ มีสติ คิดไตร่ตรอง ทำให้เกิดความรอบคอบ จิตใจสงบขึ้น ไม่เคร่งเครียด สำหรับกระบวนการพัฒนาเด็ก เยาวชนด้วยพุทธภาวนาที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ การบรรพชาสามเณร กิจกรรมปฏิบัติธรรมประจำปี กิจกรรมเข้าวัดวันเสาร์ และกิจกรรมเข้าวัดฟังธรรมในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา โดยกิจกรรมบรรพชาสามเณรเป็นกิจกรรมที่ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้นมากที่สุด

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยเรื่อง การศึกษากระบวนการพัฒนาเด็ก และเยาวชน ด้วยพุทธทาวนา บ้านดงบัง ตำบลหนองคู อำเภอเมือง จังหวัดยโสธร ฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความสามารถของ พระอาจารย์นรินทร์ กตธโร พระสงฆ์สุปฏิปันโน ที่เพียรอบรมสั่งสอน และเป็นแบบอย่างให้ ชาวบ้านดงบัง ทีมวิจัยขอกราบขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอขอบคุณชาวบ้านดงบัง ผู้นำชุมชน อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน กลุ่มเด็ก เยาวชน ที่ร่วมมือร่วมใจในงานวิจัยสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

ขอขอบคุณ คุณปัทมา ราตรี คุณวสุธิดา ไชยสำแดง อาจารย์พินิจ คาดพันโน คุณ พนมวรรณ คาดพันโน และคุณเรืองฤทธิ์ โพธิพรม ที่ให้คำปรึกษา ตลอดทั้งช่วยดูแล กระบวนการวิจัยทั้งหมดตั้งแต่ต้นจนสิ้นสุดโครงการ

และขอขอบคุณสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.) ที่สนับสนุนงบประมาณ ดำเนินการวิจัยในครั้งนี้ พร้อมทั้งขอขอบพระคุณทีมงานจาก สกว.ที่ให้คำแนะนำ ทำให้ทีมวิจัย และชาวดงบังได้เรียนรู้บทเรียนอันมีค่ายิ่ง

ทีมวิจัย

มิถุนายน 2557

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อ.....	ก
กิตติกรรมประกาศ.....	ข
สารบัญ.....	ค
บทที่ 1 บทนำ	
หลักการและเหตุผล.....	1
คำถามวิจัย.....	3
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	4
นิยามศัพท์.....	4
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	4
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	5
บทที่ 2 แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
ประวัติของวัดนาหลวง.....	6
การเผยแผ่พุทธธรรมของวัดนาหลวง.....	7
สถิติฐานสี่.....	14
ประโยชน์ของการเจริญวิปัสณากรรมฐาน.....	21
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	24
บทที่ 3 กระบวนการวิจัย	
ขอบเขตของการวิจัย.....	27
วิธีการเก็บข้อมูล.....	27
วิธีดำเนินการวิจัย.....	28
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	41
บทที่ 4 ผลการวิจัย	
บริบทของบ้านดงบัง.....	42
สถานการณ์ และสภาพปัญหาเด็ก เยาวชนในบ้านดงบัง.....	46
องค์ความรู้ และผลที่เกิดจากกระบวนการพัฒนาเด็กด้วยพุทธศาสนา ของบ้านดงบัง.....	47
กระบวนการพัฒนาเด็ก และเยาวชนด้วยพุทธภาวนาของบ้านดงบัง.....	56

บทที่ 5 สรุป อภิปราย และข้อเสนอแนะ

บริบทของบ้านดงบัง.....	62
สถานการณ์ และสภาพปัญหาเด็ก เยาวชนในบ้านดงบัง.....	63
องค์ความรู้ และผลที่เกิดจากกระบวนการพัฒนาเด็กด้วยพุทธศาสนา ของบ้านดงบัง.....	63
กระบวนการพัฒนาเด็ก และเยาวชนด้วยพุทธภาวนาของบ้านดงบัง.....	64
ข้อเสนอแนะ.....	65
บรรณานุกรม	66
ภาคผนวก	
รายชื่อที่มวิจัย.....	68

บทที่ 1

บทนำ

หลักการ และเหตุผล

บ้านดงบัง หมู่ที่ 3 และหมู่ที่ 10 ตำบลคูเมือง อำเภอเมือง จังหวัดเป็นหมู่บ้านขนาดใหญ่ ขนาด 400 หลังคาเรือน อยู่ห่างจากตัวเมืองยโสธรเพียง 13 กิโลเมตร ประชาชนส่วนใหญ่ ประกอบอาชีพทำนาเป็นหลัก ทั้งนาปี และนาปรัง (50 ครอบครัว) ทำสวนยางพารา (30 ครอบครัว) กิจการรถตุ้ (20 ครอบครัว) ทำไร่มันสำปะหลัง และรับจ้างหลังฤดูทำนา ทั้งรับจ้างก่อสร้าง เป็นลูกจ้างตามร้านค้าต่างๆในเมืองยโสธร เป็นลูกจ้างตามโรงงาน และค้าขายที่กรุงเทพฯ

บ้านดงบังเป็นหมู่บ้านใกล้ตัวเมืองยโสธร ที่มีการปรับตัวและเปลี่ยนแปลงตามสภาพสังคมภายนอก และเป็นหมู่บ้านที่มีเศรษฐกิจดีหมู่บ้านหนึ่ง “ยามนาคะเห็ดนา หลายครอบครัวกะมีนาปรัง ออกจากเห็ดนา กะไปเห็ดไฮ้ แล้วเห็ดไฮ้กะไปหารับจ้าง บ่ได้อยู่ได้เขา พ่อ แม่เห็ดนาหากินอยู่บ้าน ลูกหลานหารับจ้างส่งเงินมาให้หา คนบ้านดงบังเป็นคนดี” กระแสการพัฒนาสังคมภายนอกได้พัดพาคนในชุมชนไปทำงานหาเงินนอกชุมชนจนปัจจุบันว่าแทบจะไม่มีคนหนุ่มสาวอยู่ในหมู่บ้าน มีแต่ผู้เฒ่าเฒ่าลูกเฒ่าหลาน กับเด็ก ๆ ในวัยเรียน เพราะคนวัยแรงงานไปหาทำงานรับจ้างต่างถิ่น และเมื่อพบทวนการเปลี่ยนแปลงย้อนหลังพบว่า จากเดิมที่ชุมชนเคยอุดมสมบูรณ์หาอยู่หากินได้ หาเงินมาก็ไม่ได้ซื้อกิน กลายเป็นชุมชนที่ต้องพึ่งพาอาหารจากตลาด ซื้ออยู่ซื้อกินจากตลาดเช้า-ตลาดแลง ที่มีทุกวันในชุมชน

คนในชุมชนได้สะท้อนภาพของหมู่บ้านว่า คนบ้านดงบังชอบดื่มเหล้า ดีใจก็กินเหล้า เสียใจก็กินเหล้า กลับจากทำงานก่อสร้างก็ตั้งวงกินเหล้า เป็นบุญเป็นงานจะกินเหล้าเพิ่มมากขึ้น แตกต่างจากอดีตที่ผ่านมา แถมด้วยการตั้งวงไฟ เล่นการพนัน และมีบางส่วนที่เดินทางไปเล่นการพนันถึงชายแดนลาว เมื่อผู้ประสงค์จะเล่นมีจำนวนมากพอก็จะมีรถตู้รับส่ง บ้านดงบังจึงมีสภาพปัญหาเหมือนชุมชนชนบทใกล้เมืองทั่วไป ที่ได้รับอิทธิพลจากเมือง และกระแสการเปลี่ยนแปลงของสังคม จนกระทั่งเมื่อ 3 ปีที่พระอาจารย์นรินทร์ กตโร ได้เดินทางกลับมาบ้านเกิด และได้ปักธงธรรมจักรที่หมู่บ้านดงบังเพื่อทำงานเผยแผ่ศาสนาอย่างจริงจัง

พระอาจารย์นรินทร์ กตโร เป็นพระกรรมฐานที่ผ่านการฝึกหัดปฏิบัติธรรมอย่างเข้มข้นจากสำนักวิปัสสนาธุระ (ภูย่าอู่) ตำบลคำด้วง อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี โดยหลวงปู่ทองใบ (ท่านเจ้าคุณพระภาวนาวิสุทธิอาจารย์) เป็นวิปัสสนาจารย์ นับเวลากว่า 10 ปี และได้เดินทางกลับมาเผยแผ่ศาสนาตามแนวทางของครูบาอาจารย์ที่บ้านดงบังซึ่งเป็นบ้านเกิด ด้วยบุญญาบารมีของครูบาอาจารย์ และวัตรปฏิบัติเรียบง่าย มุ่งตรงสู่การพ้นทุกข์ อันเป็นเป้าหมายสูงสุดในพุทธศาสนาของพระอาจารย์นรินทร์ ในช่วง 3 ปีที่ผ่านมา ก่อให้เกิดศรัทธาในพุทธศาสนาแก่ชาวบ้านดงบัง เพิ่มขึ้นโดยลำดับ ในเบื้องต้นชาวบ้านได้ร่วมกันพัฒนาวัดป่าช้าเดิมให้เป็นสำนักปฏิบัติ

ธรรมป่าชุมชนบ้านดงบัง มีผู้เข้าวัดฟังธรรมเป็นประจำทุกวันพระนับร้อยคน มีผู้ปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง จริงจังกว่ 20 คน

“สามเณรน้อยตามรอยพระธรรม” เป็นอีกกิจกรรมหนึ่งที่ทางวัด และชุมชนพยายามพัฒนา เด็ก และเยาวชนด้วยพุทธภาวนา ในช่วงเวลาปิดเทอมเดือนตุลาคม และเดือนเมษายน (ภาคฤดูร้อน) จนถึงปัจจุบัน เป็นรุ่นที่ 5 มีเด็ก และเยาวชนในชุมชนเข้าร่วมโครงการกว่า 100 คน ผลของการฝึกหัดปฏิบัติดังกล่าวพบว่า เด็ก และเยาวชนมีการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะไปในทางที่ดี เช่น รู้จักธรรมชาติ มีความรับผิดชอบ มีวินัยมากขึ้น อ่อนโยน รู้จักบาปบุญคุณโทษ และรู้จักปล่อยวาง เป็นต้น “ศรัทธา เกิดจาก การฟัง การเห็น การสนทนา และโยนิโสมนสิการ การปลูกศรัทธาในเด็ก ๆ เป็นเรื่องไม่ยาก เด็กเชื่อง่าย เขาจะเห็นกรรม หรือการกระทำดีกว่าผู้ใหญ่ พระคุณเจ้าเข้าไปขอชั่วโมงเทศน์ในโรงเรียน ปูพื้นฐานธรรมะโน้มน้าวเพื่อให้เขาอยากบวช เด็กอยากบวช แต่ครอบครัวหรือแม่ไม่อนุญาต ก็ไม่ได้บวช ครอบครัวเป็นส่วนที่มีบทบาทสำคัญ แต่การปลูกฝังศรัทธาในครอบครัวก็เป็นเรื่องที่ยาก” พระอาจารย์นรินทร์สะท้อนปัญหาในการดำเนินงาน

จากการศึกษาโครงการศึกษา และพัฒนากระบวนการเรียนรู้ตามแนวทางสติปัฏฐานสี่สู่การปรับเปลี่ยนคุณค่าภายในตัวเองของเยาวชน โรงเรียนนโยธรพิทยาคม เริ่มจากข้อมูลพื้นฐานที่บ่งชี้ว่าเด็กมีความทุกข์ ความกังวลหรือความเครียดภายในตัวเอง จากนั้นจึงใช้การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน หรือสติปัฏฐานสี่ อันเป็นทางสายเอกเพื่อการดับทุกข์ โดยการทำสติระลึกรู้อยู่ในฐานทั้งสี่ คือ กาย เวทนา จิต ธรรม รายละเอียดในการปฏิบัติก็คือ การเดินจงกรม...เพื่อค้นหาสันติสุข การนั่งสมาธิ...เพื่อความสงบเยือกเย็น และการรู้ตัวทั่วพร้อม...กับทุกๆ อิริยาบถ ผลของการดำเนินงานในรอบหนึ่งปีพบว่าเด็กที่เข้าร่วมโครงการมีการเปลี่ยนแปลงคุณค่าภายในตัวเองหลายประการคือ 1) กตัญญูรู้คุณมากขึ้น 2) อดทนมากขึ้น โกรธน้อยลง 3) ความเชื่อมั่นในตนเอง และมีความสุขมากขึ้น 4) เกรงกลัวต่อการทำบาปมากขึ้น 5) สนใจศาสนามากขึ้น และ 6) นำมาใช้เพื่อให้เป็นประโยชน์กับชีวิต (จรรยา ดวงแก้ว, 2551)

เด็ก และเยาวชนในหมู่บ้านดงบังก็ต้องเผชิญปัญหา และมีความทุกข์เช่นเดียวกับเด็ก ๆ ในที่ต่างๆ โดยเฉพาะเด็กที่ส่วนใหญ่แล้วอยู่กับยาย ไม่ได้อยู่กับพ่อแม่ซึ่งไปทำงานรับจ้างที่กรุงเทพฯ

“เบียร์ กับ แบงค์” เป็นเด็กที่บวชเณรเมื่อปิดเทอมที่แล้ว (มีนา-เมษา 2554) มีความประสงค์อยากจะขอกลับมาบวชอีก เมื่อเห็นว่าโรงเรียนบ้านดงบังอนุญาตให้สามเณรธรรมนักเรียนชั้น ป.5 ไปเรียนหนังสือร่วมกับเพื่อนๆในชั้นเรียนได้ตามปกติ แม่หนูเตรียม อดกลั้น เล่าว่า “แม่ของเบียร์เป็นคนขอนแก่น มีเบียร์เป็นลูกติดมาแต่งงานกับพ่อใหม่ที่บ้านดงบัง มีน้องอีก 2 คน ส่วนแบงค์ พ่อกับ แม่ไปทำงานกรุงเทพฯ อยู่บ้านกับยาย เด็กๆที่เคยบวชจะรู้สึกอบอุ่นคุ้นเคยกับวัด กับหลวงพ่อกับหลวงพ่อ ซึ่งทำตัว เป็นทั้งพ่อ ทั้งแม่ ทั้งพี่ ทั้งเพื่อน วัดและศาสนากลายเป็นที่พึ่งของเด็กๆที่สับสน และมีความทุกข์”

จากการศึกษาเอกสารพบว่าการใช้พุทธธรรมเพื่อส่งเสริมการพัฒนาเด็ก และเยาวชน จะต้องสร้างการมีส่วนร่วมของชุมชน มีการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ให้ชุมชนเห็นความสำคัญต่อการพัฒนาเด็ก และเข้ามามีส่วนร่วม เพื่อก่อให้เกิดปัจจัยที่สำคัญต่อการพัฒนาการเด็ก 2 ประการ คือ ปัจจัยทางสังคม (ปรโตโมสะ) ที่สร้างสังคมที่ดี มีพุทธะผู้รู้ ธรรมะ ความรู้ และการเรียนรู้ และสังคมชุมชน ที่เป็นสปปายะ เป็นที่พึ่ง เหมือนการให้ไตรสรณคมณ์แก่เด็ก ตามนัยยะของการพัฒนาเด็ก และปัจจัยภายในของเด็ก (โยนิโสมนสิการ) ส่งเสริมให้เด็กมีพัฒนาการที่เหมาะสมตามนัยยะของการภาวนา (พระมหากันเทิง ปณฺหิตโต (เครือจินดา), 2550)

แม้ว่าพุทธธรรมจะมีทั้งองค์ความรู้ และกระบวนการให้การศึกษาที่ชัดเจน ตลอดจนประสบการณ์ที่ดำเนินการผ่านมาจะสะท้อนให้เห็นถึงผลที่เกิดขึ้นต่อการพัฒนาเด็ก และเยาวชน อย่างชัดเจน แต่การดำเนินการเพื่อให้เกิดผลต่อเด็กทั้งชุมชนอย่างเต็มที่ก็มีความเกี่ยวข้องกับหลายฝ่าย ต้องใช้การมีส่วนร่วมนับตั้งแต่พระสงฆ์ วัด พ่อ แม่ ผู้ปกครอง ครอบครัว ผู้นำ และชุมชน มีการประยุกต์พุทธธรรมควบคู่กับความรู้ทั่วไป และภูมิปัญญาท้องถิ่น ดังนั้น เพื่อเป็นการสนับสนุนส่งเสริมการพัฒนาเด็ก และเยาวชนด้วยทุนเดิมที่เข้มแข็งของชุมชน ที่มิจัยจึงมีความสนใจที่จะทำการศึกษากระบวนการพัฒนาเด็ก และเยาวชน ด้วยพุทธภาวนา บ้านดงบัง ตำบลหนองคู อำเภอมือง จังหวัดยโสธร เพื่อจะได้นำผลการศึกษาดังกล่าวมาใช้ประโยชน์ในการพัฒนา ลูกหลาน เยาวชน และชุมชนต่อไป

คำถามวิจัย

คำถามหลัก กระบวนการพัฒนาเด็ก และเยาวชน ด้วยพุทธภาวนา บ้านดงบัง ตำบลหนองคู อำเภอมือง จังหวัดยโสธร เป็นอย่างไร

คำถามรอง

1. สถานการณ์ และสภาพปัญหาเด็ก และเยาวชนในชุมชนเป็นอย่างไร
2. กระบวนการพัฒนาเด็กด้วยพุทธศาสนาของชาวบ้านดงบังในอดีตเป็นอย่างไร
3. กระบวนการพัฒนาเด็ก และเยาวชนด้วยพุทธศาสนาของชาวบ้านดงบังในปัจจุบันเป็นอย่างไร
4. สาเหตุการเปลี่ยนแปลง และผลกระทบที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงของกระบวนการพัฒนาเด็ก และเยาวชนด้วยพุทธศาสนา เป็นอย่างไร
5. กระบวนการขัดเกลาทางสังคมด้วยพุทธภาวนาของบ้านดงบังเป็นอย่างไร

วัตถุประสงค์

เชิงวิจัย

1. เพื่อศึกษาสถานการณ์ และสภาพปัญหาเด็ก เยาวชนในบ้านดงบัง
2. เพื่อศึกษาองค์ความรู้ และผลกระทบที่เกิดจากกระบวนการพัฒนาเด็กด้วยพุทธศาสนาของบ้านดงบัง
3. เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนาเด็ก และเยาวชนด้วยพุทธภาวนาของบ้านดงบัง

เชิงพัฒนา

1. เพื่อพัฒนาเด็ก และเยาวชนบ้านดงบังด้วยพุทธภาวนา

นิยามศัพท์

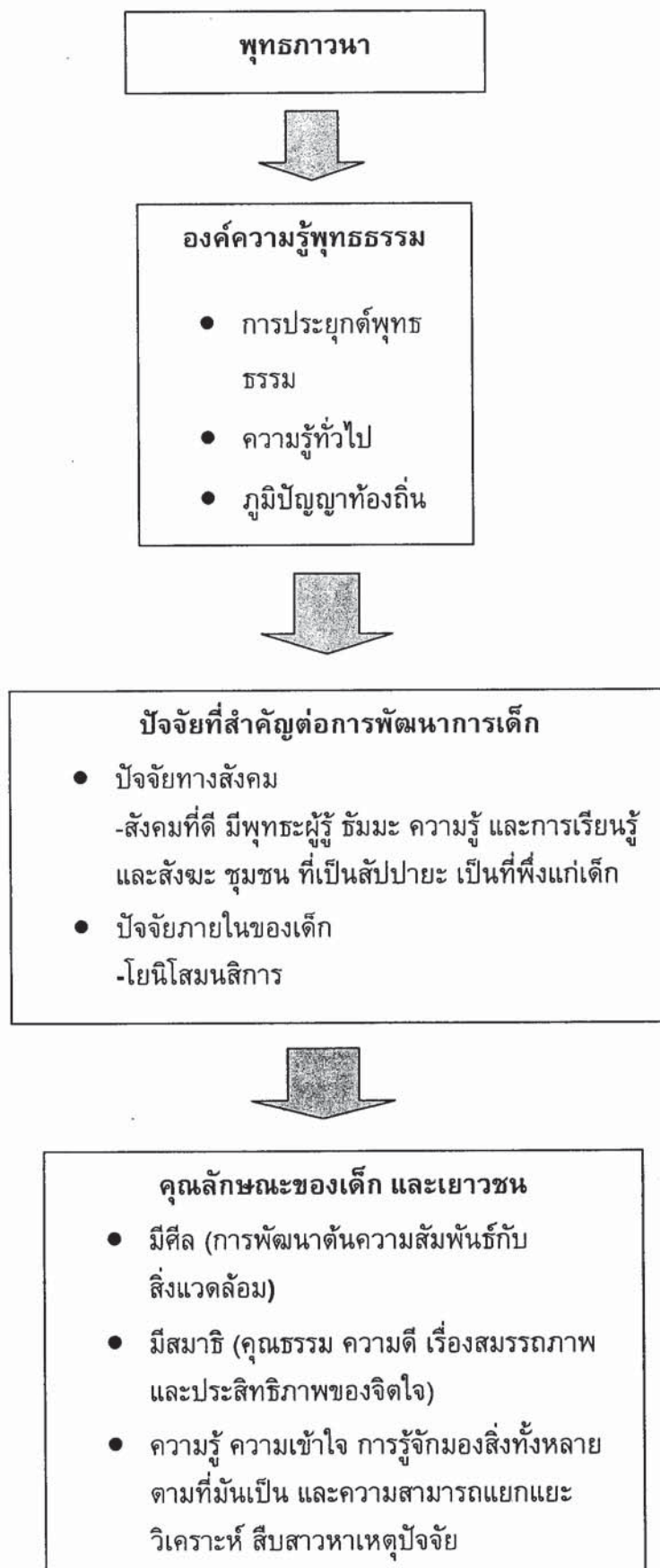
พุทธภาวนา หมายถึง กระบวนการพัฒนาเด็ก และเยาวชน ให้รู้จักเป็นอยู่ได้อย่างดี สอดคล้องกับความจริงของชีวิตที่เป็นไปตามธรรมดา 3 ด้าน คือ ด้านความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม ด้านจิตใจเจตจำนง และด้านปัญญาความรู้ความเข้าใจ โดยใช้องค์ความรู้จากหลักพุทธธรรม

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทราบสถานการณ์ปัญหาเด็ก และเยาวชนในบ้านดงบัง
2. องค์ความรู้ในเรื่องการพัฒนาเด็ก และเยาวชนด้วยพุทธศาสนาของบ้านดงบัง
3. กระบวนการการพัฒนาเด็ก และเยาวชนด้วยพุทธปัญญา
4. เด็ก และเยาวชนที่ได้รับการพัฒนา คีล สมาธิ และปัญญา

กรอบแนวคิดในการวิจัย

จากการศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในเรื่อง“ตามรอยพระธรรม” การศึกษากระบวนการขัดเกลาทางสังคม เพื่อพัฒนาเด็ก และเยาวชน ด้วยพุทธภาวนา ทำให้ได้กรอบแนวคิดในการวิจัยดังนี้



บทที่ 2

แนวคิด ทฤษฎี และเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เนื่องจากแนวปฏิบัติตามพุทธภาวนาของวัดบ้านดงบัง ใช้หลักปฏิบัติตามแนวทางของ วัดกุยอู่ หรือวัดนาหลวง ตำบลคำด้วง อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี ทีมวิจัยจึงได้ทบทวนแนว ปฏิบัติของหลวงปู่ทองใบ หรือท่านเจ้าคุณภาวนาวิสุทธาจารย์ ซึ่งเป็นวิปัสสนาจารย์หลักของที่นี่ นอกจากนั้นได้ศึกษาจากงานวิจัยที่ใช้แนวพุทธภาวนาในการพัฒนากระบวนการเรียนรู้ของเด็ก และเยาวชน สรุปตามประเด็นต่างๆ ดังนี้

1. ประวัติของวัดนาหลวง
2. การเผยแผ่พุทธธรรมของวัดนาหลวง
3. สถิติฐานสี่
4. ประโยชน์ของการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. ประวัติของวัดนาหลวง

ตามคำบอกเล่าของหลวงปู่ ทำให้รู้ว่าวัดแห่งนี้ก่อเกิดเมื่อ 9 มกราคม 2529 โดยมีความ เป็นมาตามลำดับ ดังนี้

ปี 2527 -2528 ขณะเจริญภาวนาอยู่ภูหลวง จ.เลย ได้มีเทพธิดาทั้งสี่ จากกุยอู่มา นิมนต์ ให้ไปอยู่สร้าง บารมีที่กุยอู่ 9 มกราคม 2529 หลวงปู่เดินทางมายังกุยอู่ พร้อม ศิษยานุศิษย์ประกอบ ด้วย พระภิกษุ 5 รูปสามเณร 2 รูปอุบาสก 2 อุบาสิกา 14 ครั้งแรกที่ มาถึง ได้ปักกรดบริเวณทางเดินจงกรม ในปัจจุบัน (ข้างกุฏิหลวงปู่) และได้สร้างกระต๊อบเล็กๆ ด้วยไม้ไผ่ พออยู่ไปก่อนมืด และหนาวมาก ออกบิณฑบาต ตั้งแต่ตี 4 เดินลงเขาไปด้วย ความ ยากลำบาก ไปยังไม่สว่าง ไปกลับ 16 กม ได้ซุดบ่อลึก 1.50 เมตร เพื่อต้องการน้ำดื่ม น้ำ ใส ก็มี น้ำออกมาให้ใช้จริงๆแต่ใช้ได้เพียง 15 วันน้ำก็หมด หลวงปู่เล่าต่อว่า คืนหนึ่ง ขณะที่ท่านเจริญ ภาวนาอยู่ ปรากฏเห็นเป็นเด็ก อายุประมาณ 8 ขวบ และพูดคุย เกี่ยวกับปัญหา เรื่องขาดแคลน น้ำ เพราะขณะนั้นภายในวัดปลูกพืชผัก ผลไม้ไว้กินเอง จำเป็นต้องมีน้ำไว้ใช้เด็กน้อยนั้นก็เอ่ยปาก ดกลงช่วย จากนั้นบ่อที่แห้งสนิทก็กลับมีน้ำมาให้ใช้ตลอดมา

ปี 2531 หลวงปู่ได้เดินทางออกจากกุยอู่ไปเป็นเวลา 1 ปี ในปีนี้ท่าน ได้บำเพ็ญเพียร อยู่ ที่ภูหอซึ่งท่านอาศัยอยู่ในถ้ำ จันอาหารเดือนละ 2 ครั้ง น้ำก็ไม่ได้อาบ อยู่ที่ภูกระดึง ก็อยู่ในถ้ำ เช่นกัน มีเรื่องราวแปลกๆหลายอย่าง ซึ่งหลวงปู่ยังไม่อยากเล่าตอนนี้ อีกแห่งที่หลวงปู่ไปบำเพ็ญ เพียร คือถ้ำน้ำหนาว ตลอดทั้งปีเป็นการทุ่มเทให้การปฏิบัติเพื่อเอาชนะกิเลสทั้งปวง

ปี 2532 หลวงปู่ได้กลับมายังภูย่าอู่ ปีนั้นมีภิกษุ 18 รูป สามเณร 5 รูป และเป็นปีแห่งการพัฒนาด้วยศรัทธาที่ญาติโยมมีต่อหลวงปู่ เพิ่มขึ้นเป็นลำดับ จึงทำให้การพัฒนาเป็นไปอย่างต่อเนื่อง เช่น การพัฒนาแหล่งน้ำบุงเบิกทางขึ้นใหม่ สร้างกุฏิเพิ่มขึ้นจากเดิม 10 หลัง เป็น 20 หลัง สร้างโรงครัวใหม่ เสนาสนะต่างๆต่อเนื่องมา จนถึงปี 2533 ที่ทำมาตั้งแต่ปี 2529 ไม่ว่าจะเป็น การสร้างเสนาสนะต่างๆ สถานที่ บุคคล อาจารย์ ธรรมะ ทั้งหมดนี้เปรียบเทียบได้แค่ 10 % ของสภาพปัจจุบันเท่านั้น

ปี 2538 - 2543 สร้างเสนาสนะได้ 60 หลัง มีรถ 20 กว่าคันจัดพระภิกษุ 28 ถึง 100 รูป ออกเผยแผ่ศาสนาปีละ 4 จังหวัดวัดนาหลวง (อภิญญาเทสิตธรรม) ถ้าเก็ง ภูย่าอู่ http://watnaluang.com/index.php?option=com_content&view=article&id=25:2011-12-17-11-58-50&catid=31:general&Itemid=28 (สืบค้นเมื่อ 31 ตุลาคม 2555)

2. การเผยแผ่พุทธธรรมของวัดนาหลวง

http://watnaluang.com/index.php?option=com_content&view=article&id=53:2011-11-12-14-37-48&catid=51:2011-08-27-15-39-18&Itemid=61 (สืบค้นเมื่อ 31 ตุลาคม 2555)

สำหรับเรื่องนี้ พระเดชพระคุณท่านเจ้าคุณพระราชสิทธิอาจารย์ได้เน้นย้ำ เป็นพิเศษ ซึ่งบ่งบอกถึง ปฏิปทาตลอดชีวิตของท่าน โดยกำหนดหลักสูตร การอบรมออกเป็น 2 ส่วน คือ

1. อบรมภาคหลักฐานการออกเผยแผ่สู่มวลชน (ภาคทฤษฎี) 15 วัน
2. อบรมภาคเทศนาโวหาร (ภาคปฏิบัติ) 15 วัน

รวมระยะเวลาการอบรมหลักสูตรนี้ 1 เดือนเต็ม เริ่ม 1 ถึง 30 พฤศจิกายนของทุกปี การฝึกอบรมเทศนาโวหารนี้ มีทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติซึ่งเป็นหลักสูตรพิเศษ เพื่อให้พระวัดนาหลวงมีความโดดเด่นทั้งปริยัติ ปฏิบัติ และปฏิเวธ การแสดงธรรม จึงเป็นทั้งการทบทวนความเข้าใจ ในหลักธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า การฝึกปฏิบัติที่ตนเองได้ฝึกฝน ในช่วงเข้าพรรษา เพื่อที่จะได้นำเอาพระสัทธรรมออกเผยแผ่สู่มวลชน อันเป็น วัตถุประสงค์หลักของท่านเจ้าคุณฯ ที่ได้ตั้งวัดนาหลวงขึ้น

สำหรับประชาชนทั่วไป นักเรียน นักศึกษา หน่วยงานข้าราชการและทหาร ทางวัดได้จัดหลักสูตรการอบรมปฏิบัติธรรม บวชนกขัมมะ (นุ่งขาว ถือศีล 8) ของบุคคลทั่วไป มีระยะเวลา 5 วันโดยมี กำหนดเวลากิจวัตรประจำวันของผู้เข้ารับการอบรมตามหลักสูตร 5 วัน โดยมีรายละเอียดเนื้อหากิจกรรม ดังนี้

วันที่ 1 พิธีเปิดการอบรม

เวลา	เนื้อหากิจกรรม
09.00 น	ผู้เข้าอบรมรายงานตัวที่ ศาลา (หอโภชนาการ) ฟังการปฐมนิเทศจากพระเจ้าหน้าที่ ที่วัดนาหลวง
10.00 น	รับประทานอาหาร
11.00 น	หาที่พักปักกลด เปลี่ยนเสื้อผ้าเป็นชุดขาวทุกคน (ทั้งเสื้อ-กางเกง)
12.00 น	เข้าสู่ที่ประชุม (ศาลาพุทธาวาส)เตรียมทำพิธีเปิด-พิธีกรแจ้งข้อตอนผู้เข้าร่วมอบรมและท่านผู้มีเกียรติที่มาร่วมในโครงการให้รับทราบขั้นตอนที่ถูกต้อง
13.00 น	ทำพิธีเปิด -พิธีกรนำกล่าวมาลาบูชาคุณ กล่าวบูชาพระรัตนตรัยกล่าวอาราธนาศีล 5 หรือศีล 8 แล้วแต่ความเหมาะสม -ต่อจากนั้นให้ประธานเจ้าของโครงการ ฯ กล่าวเปิดการอบรมและมอบตัวผู้เข้าอบรมให้เป็นศิษย์แก่พระสงฆ์ เพื่อทำการอบรมสืบต่อไป
14.00 น	ผู้เข้าอบรมกล่าวคำมอบตัวเป็นธรรมบุตร ตัวแทนหญิงชายนำกล่าว -ประธานสงฆ์หรือตัวแทนกล่าวให้อโวาทอบรมเบื้องต้น -แนะนำระเบียบการและขั้นตอนต่างๆ เพิ่มเติม
15.00 น	พักทำกิจส่วนตัว อาบน้ำชำระร่างกาย
16.20 น	รวมที่ศาลาปฏิบัติธรรม รับน้ำปानะ
17.00 น	ทำวัตรเย็น นั่งสมาธิ แผ่เมตตา
18.00-20.00 น	ฟังธรรมจากคณะพระวิทยากรและประธานสงฆ์
20.30 น	ปฏิบัติธรรมวันแรก ยืนสมาธิ เดินจงกรม นั่งสมาธิ แผ่เมตตา
22.00 น	พักผ่อนกับสติ

วันที่ 2 - 4 ของการเข้าอบรมปฏิบัติธรรม บวชเนกขัมมะ

เวลา	เนื้อหากิจกรรม
03.30 น	สัญญาณปลุกขึ้นทำสรีระกิจ เตรียมทำวัตรเช้า
04.00-05.00 น	ทำวัตรเช้า นั่งสมาธิ แผ่เมตตา

05.00-06.00 น	ฟังธรรม/ปฏิบัติธรรม รับอรุณ จากพระพี่เลี้ยง
06.00-07.00 น	รับอาหารว่าง (ข้าวต้ม)
07.05 น	บำเพ็ญสาธารณประโยชน์ ทำความสะอาดส่วนรวม
07.30-09.00 น	รวมที่ศาลาปฏิบัติธรรม ปฏิบัติยืน เดิน นั่งสมาธิภาคเช้า
09.05 น	ฝึกศาสนพิธี การทำพิธีต่างๆ ในทางศาสนาให้ถูกต้อง
09.30 น	เข้าแถวรับอาหารหนักที่โรงทาน หอโภชนา
10.00 น	รับประทานอาหารหนักพร้อมกันที่หอโภชนา
11.00 น	ปฏิบัติธรรมอิสระ ยืน เดิน นั่งสมาธิ ส่วนตัวในที่ปกกลดของตน
12.00 น	รวมตัวกันที่ศาลาปฏิบัติธรรม ปฏิบัติธรรมรวมกลุ่ม หรือแยกภาคบ่าย
15.00 น	พักทำกิจส่วนตัว อาบน้ำชำระร่างกาย
16.20 น	รวมที่ศาลาปฏิบัติธรรม รับประทานอาหาร
17.00 น	ทำวัตรเย็น นั่งสมาธิ แผ่เมตตา
18.00-20.00 น	ฟังธรรมจากคณะพระวิทยากร 3 รูป
19.00-20.00 น	ฟังโอวาทจากประธานสงฆ์หรือแยกย้ายปฏิบัติธรรมตามกุฏิตน
20.30 น	ปฏิบัติธรรมวันแรก ยืนสมาธิ เดินจงกรม นั่งสมาธิ แผ่เมตตา
22.00 น	พักผ่อนกับสติ

วันที่ 5 วันสุดท้ายของการเข้าอบรมปฏิบัติธรรม บวชนกขัมมะ

เวลา	เนื้อหากิจกรรม
03.30 น	สัญญาณปลุกขึ้นทำสรีระกิจ เตรียมทำวัตรเช้า
04.00-05.00 น	ทำวัตรเช้า นั่งสมาธิ แผ่เมตตา
05.00-06.00 น	ตัวแทนผู้เข้าอบรมกล่าวเปิดใจในการปฏิบัติธรรมได้ะไรบ้าง
06.00-07.00 น	รับอาหารว่าง (ข้าวต้ม)
07.05 น	เก็บสัมภาระสิ่งของ ทำความสะอาด ชักผ้าห่ม มุ้งฯลฯและเก็บ ส่งคืนทางวัดให้เรียบร้อย ทำความสะอาดส่วนรวม ห้องน้ำ ศาลา
08.00-09.00 น	รวมที่ศาลาปฏิบัติธรรม ปฏิบัติยืน เดิน นั่งสมาธิภาคเช้า
09.05 น	ฝึกศาสนาพิธี พิธีปิดการอบรม (มาลาบูชาคุณ-ขอขมา-ถวาย

	ไทยธรรม-คำอ่ำลาสรภัญญะ-คำลาพระสงฆ์กลับบ้าน ฯลฯ
09.30 น	เข้าแถวรับอาหารหนักที่โรงทาน หอโภชนา
11.00-13.00 น	ทำพิธีปิดการอบรม (มาลาบูชาคุณ ฯลฯ คำลากลับบ้าน) พิธีกร/ ตัวแทน พาทำพิธี กล่าวรายงาน ผลการอบรม -พระวิเทศการกล่าวรายงานผลการอบรม -ประธานโครงการกล่าวปิด -มอบวุฒิบัตร -ประทานสงฆ์กล่าวให้โอวาทปิดการอบรม -รับพรจากคณะสงฆ์ -ผู้เข้าอบรมกล่าวสรภัญญะอ่ำลา กล่าวอ่ำลา พระสงฆ์ กลับบ้าน -กราบพรอ้อนกันแบบเบญจางคประดิษฐ์(เสร็จพิธี)
13.30 น	คณะผู้เข้าอบรมเดินทางกลับบ้านโดยสวัสดิภาพ

สำหรับตารางเวลา กิจวัตรประจำวันของวัดนาหลวง เป็น ดังนี้

เวลา	กิจวัตรประจำวัน
03.00น	ลุกขึ้นทำสรีริก จเรญกัมมัญฐาน
06.00น	ร่วมทำความสะอาด
08.00น	ทำวัตรเช้า
09.00น	บิณฑบาต
10.00น	ฉันภัตตาหาร
11.00น	ทำกิจส่วนตัว
12.00น	ปฏิบัติธรรม
15.00น	สร่งน้ำ / ทำกิจส่วนตัว
16.00น	รับน้ำปานะ
17.00น	ทำวัตรเย็น
19.00น	ฟังธรรมโอวาท จาก ประธานสงฆ์
20.00น	ปฏิบัติธรรมตามอัธยาศัย
22.00น	พักผ่อนด้วยสติ

หลักสูตรอบรมปฏิบัติธรรมพิเศษ

http://watnaluang.com/index.php?option=com_content&view=article&id=55:2011-08-28-02-54-26&catid=47:2011-08-27-14-34-28&Itemid=64 (สืบค้นเมื่อ 31 ตุลาคม 2555)

การแสวงหาในโลก 2 อย่าง คือ การแสวงหาอามิส เพื่อส่งเสริมให้ชีวิตนี้บริบูรณ์ไพบูลย์ด้วยอามิส เรียกว่าอามิสไพบูลย์ และการแสวงหาธรรม เพื่อส่งเสริมให้ชีวิตนี้บริบูรณ์ไพบูลย์ด้วยธรรม เรียกว่า ธรรมะไพบูลย์ ย่อมมีอยู่ในหมู่บัณฑิตชนทั้งหลายเป็นปกติวิสัย ทางวัดนาหลวง (อภิญญาเทสิตธรรม) ให้ความใส่ใจกับผู้ที่มีความประสงค์ที่จะพัฒนา จิตวิญญาณของตนให้สูงขึ้นๆ ขึ้นไป จึงได้เปิดคอร์สอบรม “หลักสูตรปฏิบัติธรรมพิเศษ” สำหรับผู้สนใจ โดยเปิดอบรมเป็นคอร์ส คอร์สละ 7 วัน เดือนละ 4 คอร์ส ดังนี้

คอร์สที่ 1 ตั้งแต่วันที่ 1 ถึงวันที่ 7 ของเดือน

คอร์สที่ 2 ตั้งแต่วันที่ 8 ถึงวันที่ 14 ของเดือน

คอร์สที่ 3 ตั้งแต่วันที่ 15 ถึงวันที่ 21 ของเดือน

คอร์สที่ 4 ตั้งแต่วันที่ 22 ถึงวันที่ 28 ของเดือน

คุณสมบัติของผู้เข้ารับการอบรม

1. ผู้เข้ารับการอบรมต้องมีอายุระหว่าง 15 – 65 ปี (ผู้ที่มีอายุต่ำหรือเกินกว่าที่ระบุอาจพิจารณาอนุญาตตามความเหมาะสม)
2. มีความตั้งใจจริงและศรัทธาที่จะเข้ารับการอบรม
3. มีความพร้อมและเต็มใจที่จะรักษาและปฏิบัติตามกฎ ระเบียบ กติกา ที่กำหนดไว้
4. ไม่มีโรคประจำตัวที่เป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติธรรม
5. ไม่มีภารกิจผูกพัน มีความพร้อมที่จะอุทิศเวลาใน 7 วันนี้เพื่อการศึกษาและปฏิบัติธรรม
6. ผู้ที่เข้ารับการอบรม ต้องเดินทางมาถึงวัด ก่อนที่จะถึงคอร์สอบรมนั้นๆ ล่วงหน้าอย่างน้อย 1 วัน

สิ่งที่จะต้องเตรียมมาด้วย

1. ชุดขาว 1 – 2 ชุด
2. ผ้าสำหรับเปลี่ยนอาบน้ำ
3. ไฟฉาย
4. สบู่ แปรง ยาสีฟัน
5. ยาประจำตัว
6. ของใช้ส่วนตัวอื่นๆ ที่จำเป็น

สำหรับกฎระเบียบและข้อปฏิบัติ มีดังนี้

กฎระเบียบภายในวัด

1. ไม่สูบบุหรี่ กินหมาก ของมีเมาให้เกิดโทษทุกชนิด
2. ไม่เล่นของขลัง แร่ เหริยญ ปลุกเสก ดัดพิธีรีตรองต่างๆ
3. ไม่เมามัวในโลกธรรม 8 ดิตวัตถุ คน สัตว์ สังขาร อามิส ปัจจัย
4. มีสังวร 5 สารธรรม 5 เป็นวราภรณ์ของการใจ
5. เจริญสมณะ วิปัสสนา มีสติทุกอิริยาบถ น้อยใหญ่
6. ต้องละพยศ ลดตำแหน่ง เลิกแข่งดี ไม่มีมานะ ทิฐิ มายา
7. เว้นสุรา อิตถียา เงินตรา มิจฉาชีพ ไม่ควรแตะต้องและเข้าไปใกล้อย่างเด็ดขาดเป็นเยี่ยม
8. เสพอยู่ซึ่งศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ปฏิภาณ หิริ โอตตัปปะ
9. ไม่ชวนทะเลาะก่อวิวาท ประมาท เกียจคร้าน เห็นแก่กินนอน ใ้อวดมากแต่พูด
10. ใช้ของที่มีอยู่ภายในวัด รู้จักเก็บรักษา ทำความสะอาด ฉลาด อยู่กับหมู่คณะ สละ อารมณ์บ้าง บอจ จากจิตใจ ละพิษโลเลทางกามคุณออกเสีย
11. อยู่ด้วยวิหการธรรม 4 อย่าง สุญตา อริยา พรหม อนุภวิหาร ไม่พึงว่างจากธรรม เหล่านี้แม้แต่วินาทีเดียว
12. การพกกฎระเบียบยึดธรรมวินัย เป็นทางเดินของชีวิตประจำวันตลอดไป

กฎระเบียบ การรับพระภิกษุ-สามเณร และแม่ชี พรหมณ์ เข้ามาอยู่วัด

1. ต้องมีบริวารครบ และต้องเรียบจบธรรมตรี โท เอก
2. ไม่มีโรคน่ารังเกียจ สุขภาพร่างกายแข็งแรง เป็นผู้สุภาพอ่อนโยน
3. ต้องมาก่อนวันที่ 1 เดือนมิถุนายน หรือปลายเดือนพฤษภาคม ของทุกปี
4. เมื่ออยู่ต้องเข้ารับการอบรมครบทั้ง 3 ภาค คือ ภาคทฤษฎี (สมณะ - วิปัสสนา) ภาคปฏิบัติ (เข้ากรรมฐาน) ภาคเผยแผ่ (หลักฐานการออกสู่มวลชน)
5. สมัครใจในการออกเผยแผ่ หรือชุดงค์ หรืออยู่วัด
6. ต้องอบรมครบสมบูรณ์ก่อน จึงจะออกทำงานได้
7. ถ้ามาหลังวันที่ 1 มิถุนายน ทางวัดจะไม่รับ
8. ผู้ที่มาอยู่จะต้องจำพรรษาที่วัดนาลงอย่างน้อย 5 ปี จึงจะอนุญาตให้ไปจำพรรษาที่อื่นได้
9. ผู้ที่จะมาบวชพระหรือสามเณร จะต้องมาเข้านาค หรือเป็นชีปะขาว ก่อนอย่างน้อย 3 เดือนจึงจะอนุญาตให้บวช
10. แม่ชีที่จะมาอยู่จะต้องได้รับอนุญาตจากทางผู้บริหาร หรือประธานเสียก่อนและจะต้องอยู่ตามกฎระเบียบ อย่างเคร่งครัด

11. เมื่อลงไปทำธุระที่อื่นได้ไม่เกิด 15 วัน ถ้าเกิด ถือว่าหมดสิทธิ์ในการอยู่ร่วมกัน (ยกเว้นบางกรณี) ไม่นำญาติ หรือคนอื่นมาด้วย หากนำมาทางวัดจะให้พักอยู่ด้วยเพียง 3 วัน จากนั้นเดินทางกลับถิ่นของตน และต้องแจ้งให้เจ้าอาวาสทราบทั้งมาทั้งกลับ
12. ผู้ที่มาอยู่ปฏิบัติธรรม อยู่ได้ไม่เกิน 7 วัน แล้วกลับถิ่นเดิมของตน

กฎระเบียบ และข้อวัตรปฏิบัติ ของอุบาสก-อุบาสกา เมื่ออยู่ในวัด

1. สาธุชนชาย - หญิงควรแต่งกายด้วยเสื้อผ้าชุดขาวบริสุทธิ์ ไม่ควรแต่งให้ประเจิดประเจ้อ
2. สมาทานศีล 5 หรือศีล 8 ให้ไพบล้อยอย่างทั่วหน้า
3. ไม่เสพของมีนเมาทุกอย่าง ระหว่างเข้าวัดหรือขณะอยู่ปฏิบัติธรรม
4. พูดน้อย ไม่เสียงดังก่อความรำคาญให้แก่ผู้อื่นที่อยู่ใกล้เคียง
5. เก็บของใช้ต่างๆ ให้เป็นระเบียบเรียบร้อยภายในที่อยู่ของตน
6. รักษาความสะอาดห้องนอน ห้องน้ำ ให้สะอาดสวยงาม
7. ขณะเดินไปมา ควรระวังอย่าวิ่ง อันเป็นเหตุให้ขาดความสำรวมทางกาย
8. เปิด ปิด ประตูหน้าต่างให้เบาๆ อย่าใช้เสียงดัง
9. รับประทานอาหาร ห้ามพูดคุยกัน ควรสงบเรียบร้อย
10. ภาชนะที่ใช้ เมื่อเสร็จธุระ ควรเก็บไว้ที่เดิม
11. ถ้าอยู่เฉพาะกรด หรือที่อยู่ของตน ห้ามร้องตะโกนต่อเพื่อน
12. ควรเร่งทำธุระต่างๆ ให้เรียบร้อยก่อนออกปฏิบัติธรรมและพร้อมเพรียง กันก่อนเวลาทุกครั้ง โดยมีกติกาประจำใจว่า คอยเพื่อน ดีกว่าให้เพื่อนคอย
13. ทำตามกฎระเบียบของทางวัด เคารพธรรมเนียมวินัยไม่ควรล่วงเกิน จะเป็นสิ่งที่ดีเยี่ยม
14. ชายหญิงทุกคน จงให้ความรู้เคารพซึ่งกันและกัน ไม่ควรดูหมิ่นน้ำใจกับ ขณะมาอยู่วัด มวอบรมปฏิบัติธรรมอยู่
15. ควรเคารพบูชาเทิดทูน ครูอาจารย์ สถานที่ ธรรมะอย่างสมบูรณ์ ด้วยกาน วาจา ใจ ตลอดชีวิตนี้จะไม่ทำให้ใครหนักใจ เพราะความประพฤติของตนเอง

ระเบียบมารยาท ของผู้ที่เข้าปฏิบัติธรรม

1. จริยาศึกษา (คือ จรยยามารยาท) กายา กายอ่อนน้อม ไม่กระโดดโลดเต้น แข็งกระด้าง ควรสำสวระมัดระวังตัวให้มีความสง่างามรักทุกอิริยาบถน้อยใหญ่ วาจา การเปิด-ปิดวาจา ควรสงบเคารพสถานที่ ธรรมะ อาจารย์ ไม่ควรเอะอะโว้ยวายทั้งในที่ประชุม นอกที่ประชุม ในที่ประชุม ในที่พักและนอกที่พัก การพูดจาให้อ่อนหวาน จิตตามีใจอ่อนโยน นอบน้อม ควรเคารพเชื่อฟังพระพี่เลี้ยง พระคุณ เจ้าด้วยดี ไม่หัวดื้อ ถือตัว

ไม่มัวขัดใจ ทะเลาะเบาะแว้งกัน สามัคคีให้มันเมตตากันพร้อมอภัยเสมอ การบริโภค ควรดการ พุดจา บริโภคด้วยความสงบ สำรวม มีสติ การรักษาความสะอาด ที่พัก ห้องน้ำ บริเวณสถานที่ต่างๆ ให้เรียบร้อย สวยงาม การรักษาภาชนะ เครื่องใช้ เสื้อผ้าส่วนตัว ควรเก็บให้เป็นระเบียบ การใช้ไฟฟ้า เปิด-ปิดไฟ ให้ช่วยกันประหยัด อย่ามั่งง่ายขายตัว

2. หัตถศึกษา (การใช้มือ) ลงมือฝึกหัด ยืน เดิน นั่ง นอน ด้วยวิปัสสนา

3. พลศึกษา (การใช้กำลัง) บริหารกายให้มือนามัย บริหารใจให้มีธรรมะ เลิกละอบายมุข สิ่งมีนเมาทุกชนิด มีธรรมคุ้มครองกาย-จิต ตลอดอายุขัย

4. พุทธิศึกษา (การใช้ปัญญา) การศึกษาธรรม ควรเคารพ ไม่ควรหยิกหยอก เล่นกัน เดินไป เดินมา

3. สติปัฏฐานสี่ <http://www.kammatan.com/board/index.php?topic=352.0>

(สืบค้นเมื่อ 31 ตุลาคม 2555)

3.1 ทางสายเอก มหาสติปัฏฐาน 4

มหาสติปัฏฐาน 4 เป็นการปฏิบัติที่พระองค์ท่านตรัสว่าเป็นทางสายเอก (เอกายนมรรค) เมื่อปฏิบัติอย่างตั้งงามย่อมทำให้โพชฌงค์องค์แห่งการตรัสรู้บริบูรณ์ กล่าวคือยอมทำให้วิชาและวิมุตติบริบูรณ์ถึงที่สุด ดังที่ตรัสแสดงไว้อย่างแจ่มแจ้งในกุณฑลียสูตร ในการศึกษาการปฏิบัติทั้งหลายไม่ว่าในทางโลกหรือทางธรรมก็ตามที่ ต่างล้วนต้องเรียนรู้ให้เข้าใจจุดประสงค์เสียก่อน กล่าวคือ ต้องมีปัญหาหรือวิชาเป็นพื้นฐานบ้างเสียก่อน จึงเริ่มลงมือปฏิบัติ จึงถูกต้อง ตั้งงาม อันจักยังผลให้การปฏิบัติเป็นไปอย่างถูกต้องแนวทาง ดังนั้นจึงควรมีความเข้าใจด้วยการศึกษารวม ให้เข้าใจจุดประสงค์อย่างถูกต้องด้วย เพราะเป็นที่นิยมปฏิบัติกันโดยไม่ศึกษาให้ ตั้งงามเสียก่อน เริ่มต้นปฏิบัติก็มักเพราะเป็นทุกข์กำลังรุ่มร่า หรือด้วยความเป็นพุทธศาสนิกชนที่ได้ยินได้ฟังมาอยู่เนืองๆ ก็เริ่มปฏิบัติอานาปานสติหรือสติปัฏฐาน 4 โดยไม่มีความรู้ความเข้าใจเลย ดังนั้นแทนที่เป็นการฝึกสติ ไซ้สติชนิดสัมมาสติ กลับกลายเป็นการฝึกการใช้มิจนาสติจึงได้มิจนาสมาธิแบบผิดๆอันให้โทษจึงเกิดขึ้นและเป็นไปตามพุทธพจน์ข้างต้น จึงอุปมาเหมือนการเรียนเคมี โดยไปปฏิบัติในห้องปฏิบัติการเสียเลย ด้วยเข้าใจว่าไปเรียนไปศึกษาจากการปฏิบัติโดยตรง คงยังให้เกิดความรู้ความเข้าใจขึ้นเอง ด้วยเหตุตั้งนี้เอง จึงเกิดอุบัติเหตุการระเบิดขึ้นได้ด้วยความรู้หรืออวิชชานั้นเอง จึงสมควรอย่างยิ่งที่ต้องมีการเรียนรู้ให้เข้าใจจุดประสงค์เป็นพื้นฐานบ้างเสียก่อน จะได้ดำเนินไปอย่างถูกต้องแนวทางสมดังพุทธประสงค์ คือสัมมาสติที่เป็นไปเพื่อการดับทุกข์ อันเป็นสุขยิ่ง

สติ ปฏฐาน 4 จึงเป็นการฝึกสติไซ้สติ สมดังชื่อ ที่หมายความว่า การมีสติเป็นฐาน ธรรมที่เป็นที่ตั้งแห่งสติ ซึ่งเมื่อเกิด สัมมาสติขึ้นแล้ว ย่อมยังให้เกิดจิตตั้งมั่นอันคือสมาธิร่วมด้วย โดยธรรมหรือธรรมชาติ แล้วนำทั้งสัมมาสติและสมาธินั้นไปดำเนินการพิจารณาในธรรมคือ

เจริญ วิปัสสนา ในธรรมทั้งหลายดังที่แสดงในธัมมานุปัสสนา หรือธรรมอื่นใดก็ได้ตามจริต สติ ปัญญา มิได้จำกัดแต่เพียงในธัมมานุปัสสนาเท่านั้น

อานาปานสติ เป็นการฝึกสติใช้สติ โดยการใช้ลมหายใจเข้าออกเป็นอารมณ์ ที่หมายถึง เครื่องกำหนด กล่าวคืออยู่ในอารมณ์คือลมหายใจเข้าและออกอย่างมีสติระลึกรู้เท่าทันหรือ พิจารณาเป็นจุดประสงค์สำคัญ แต่กลับนิยมนำไปใช้เป็นอารมณ์ในการวิตกเพื่อให้จิตสงบเพื่อ การทำฌานสมาธิเสียแต่ฝ่ายเดียวเป็นส่วนใหญ่หรือทุกครั้งไปเนื่องด้วยอวิชชาด้วยความไม่รู้ จึง ไม่ได้สนใจการเจริญวิปัสสนาให้เกิดนิพพิทา ให้เกิดปัญญาเลย โดยปล่อยให้เลื่อนไหลหรือสติขาด ไปอยู่แต่ในความสงบสุขสบายอันเกิดแต่ภวังค์ของฌานหรือสมาธิระดับประณีตแต่ฝ่ายเดียวหรือ เสมอๆ เพราะฌานสมาธินั้นยังให้เกิดความสุข ความสงบ ความสบายอันเกิดขึ้นจากภวังค์ และ การระงับไปของกิเลสในนิรต 5 เป็นระยะเวลาหนึ่ง ตลอดจนนิมิตต่างๆที่เกิดขึ้นจากฌานสมาธิ ล้วนตื่นตาตื่นใจ อย่างเห็นได้ชัดและรวดเร็วเมื่อปฏิบัติได้ผลขึ้น จึงเกิดการติดเพลิน(นันทิ)โดยไม่ รู้ตัว ในที่สุดความตั้งใจที่ฝึกสมาธิอันเป็นมรรคองค์ที่ 7 จึงกลับกลายเป็นมิจฉาสติไปโดยไม่ รู้ตัว จึงได้มิจฉาสมาธิร่วมไปโดยไม่รู้ตัวอีกด้วย

หรือนิยมเข้าใจกันทั่วไปโดยนัยๆว่า ปฏิบัติสมถสมาธิ หรือปฏิบัติอานาปานสติ หรือ ปฏิบัติสติติดตามอริยาบถ ก็เพียงพอเป็นการปฏิบัติสติปัฏฐาน 4 อันดีงามแล้ว และก็ทำอยู่แต่ อย่างนั้นอย่างเดียวนั่นเอง เช่น นั่งแต่สมาธิแต่ขาดการเจริญวิปัสสนา ดังนั้นการปฏิบัติ สติปัฏฐาน 4 จึงควรดำเนินประกอบด้วยการเจริญวิปัสสนาให้เกิดปัญญาหรือความเข้าใจตาม ความเป็นจริงอย่างถูกต้อง เพราะไม่เช่นนั้นก็ย่อมดำเนินและเป็นไปดังพุทธดำรัสที่ตรัสแสดงไว้ ข้างต้น

3.2 การแบ่งหมวดในมหาสติปัฏฐาน 4

สติปัฏฐาน 4 ธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งสติ หรือข้อปฏิบัติที่ใช้สติเป็นประธานหรือหลัก ใน การกำหนดระลึกรู้หรือพิจารณาสิ่งทั้งหลาย ให้รู้เห็นตามความเป็นจริงของธรรม (ธรรมชาติ) นั้นๆ โดยไม่ถูกครอบงำด้วยความยินดียินร้าย (ตัณหา) ที่ทำให้เห็นผิดไปจากความเป็นจริงตาม อำนาจของกิเลสตัณหา หรือกล่าวได้ว่าสติปัฏฐาน 4 เป็นธรรมที่ตั้งแห่งสติ จุดประสงค์เพื่อฝึกสติ และใช้สตินั้นพิจารณาและรู้เท่าทันใน กาย เวทนา จิต และธรรม เพื่อให้เกิดนิพพิทาความ คลาย กำหนดความยึดความอยากจากการไปรู้ตามความเป็นจริงของสิ่งนั้นๆ จึงคลาย ตัณหา จึงเป็นไป เพื่อนำออกและละเสียซึ่งตัณหาและอุปาทานความยึดมั่นถือมั่น ในกิเลสด้วยความพึงพอใจหรือสุข ของตัวของตนเป็นสำคัญ ที่มีในสันดานของปุถุชนอันก่อให้เกิดความทุกข์โดยตรงด้วยเป็นสมุทัย เหตุแห่งทุกข์ พระองค์ท่านแบ่ง สติปัฏฐาน 4 ออกเป็น 4 หมวดใหญ่ด้วยกัน คือ

1) กายานุปัสสนา การมีสติในกายเป็นอารมณ์ คือมีสติกำหนดพิจารณากาย ให้เห็น กายในกาย คือเห็นตามความเป็นจริงของกาย เช่น "เป็นเพียงการประชุมกันของเหตุปัจจัยอันมี ชาติ 4 ดิน น้ำ ลม ไฟ" (อ่านรายละเอียดในไตรลักษณ์) หรือการเกิดแต่เหตุที่เป็นของสกปรก

ปฏิภูลโสโครกประกอบหรือเป็นปัจจัยกันขึ้น (ทวดตึงสาการ) หรือการพิจารณาส่วนต่างๆของร่างกายเพื่อให้เกิดนิพพิทา อันล้วนเป็นไปการระงับหรือดับตัณหาแลอุปาทานโดยตรงทั้งสิ้น

ใน ขั้นแรกนั้น เป็นการฝึกให้มีสติเสียก่อน โดยฝึกดูลมหายใจที่หายใจเข้า ที่หายใจออก อย่างมีสติ หรือการมีสติอยู่ในอิริยาบถของกาย แล้วใช้สตินั้นในการพิจารณาภายในแบบต่างๆ ตลอดจนการเกิดดับต่างๆของกาย ฯลฯ ล้วนเพื่อให้เกิดนิพพิทา เพื่อให้จิตลดละความยินดียินร้าย ในกายแห่งตนแลบุคคลอื่นเมื่อรู้เห็นตามความเป็นจริงของกายนั้นว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็น อนัตตา จิตจะได้คลายความยึดมั่นถือมั่นพึงพอใจหรือหลงใหลในกายแม้ตัวตนของตนหรือ บุคคลอื่น เป็นการตัดกำลังตัณหาแลอุปาทานโดยตรงทางหนึ่ง ซึ่งท่านแบ่งเป็น 6 แบบ

(1) **อานาปานสติ** ขอนั้นว่าจุดประสงค์อยู่ที่สติ โดยให้จิตคือสติกำหนดตามดูหรือรู้ตาม ลมหายใจเข้าออกแบบต่างๆ ตลอดจนสติสังเกตเห็นอาการของลมหายใจ มีจุดประสงค์เพื่อฝึกให้มีสติเพื่อละความดำริพละนาคือฟุ้งซ่านเป็นสำคัญหรือเป็นธรรมเอก เหตุเพราะลมหายใจนั้นก็ สามารถใช้เป็นอารมณ์หรือการวิตกใน การทำสมาธิหรือสมาธิได้ด้วย ข้อนี้จึงมักสับสนกันอยู่เนื่องๆ จนก่อโทษ จึงทำสติต้องเป็นสติ สมาธิก็เป็นสมาธิ กล่าวคือเมื่อทำสติต้องเป็นสติ จึงเป็น สัมมาสติ เมื่อตั้งใจทำสมาธิแล้วเป็นสมาธิก็เป็นสัมมาสมาธิ แต่บางครั้งคราวในการปฏิบัติอาจมี การเลื่อนไหลเพราะสติขาดเกิดขึ้นบ้าง เป็นครั้งเป็นคราว เป็นเรื่องปกติธรรมดาไม่ต้อง กังวล เนื่องจากบางครั้งฝึกสติก็จริงอยู่ แต่เกิดอาการขาดสติหรือสติอ่อนลงเป็นครั้งคราวบ้างจึง เลื่อนไหลไปเป็นฌาน หรือสมาธิแทน อย่างนี้ไม่เป็นไร (ดังแสดงจุดประสงค์ไว้อย่างชัดเจนเรื่อง อานาปานสติในกายคตาสติสูตร) การตั้งกายตรง ก็เพื่อช่วยดำรงสติไว้ไม่ให้เลื่อนไหลไปง่วง หาวนอนได้ง่ายๆขณะปฏิบัติ

(2) **อิริยาบถ** คือกำหนดสติให้ระลึกรู้ในอิริยาบถอาการต่างๆของกาย เช่น เดิน นอน ยืน นั่ง ฯลฯ คือมีสติรู้ในอิริยาบถต่างๆนั่นเอง มีจุดประสงค์เช่นเดียวกับอานาปานสติคือเพื่อละ ความดำริพละนาคือฟุ้งซ่านเป็นสำคัญหรือเป็นธรรมเอก ไม่ได้มีจุดประสงค์โดยตรงเพื่อใช้เป็น อารมณ์ในการทำสมาธิหรือฌาน (ดังแสดงจุดประสงค์ไว้อย่างชัดเจนเรื่องอิริยาบถในกายคตาสติ สูตร) ดังนั้นอานาปานสติจึงใช้ปฏิบัติเมื่อวิเวก ส่วนอิริยาบถใช้โดยทั่วไปได้เนื่องๆในการ ดำรงชีวิตประจำวัน

(3) **สัมปชัญญะ** ความรู้ตัวคือปัญญาในการให้มีสติต่อเนื่องในการกระทำหรือการ เคลื่อนไหว เช่นเดิน ดื่ม กิน ถ่าย วัง ดื่น หลับ ฯลฯ กล่าวคือมีสติอย่างรู้ตัวทั่วพร้อม สติระลึกรู้ อย่างต่อเนื่องสลับสับเปลี่ยนอิริยาบถกันได้ ตามที่สติระลึกรู้ตามความเป็นจริง มีสติระลึกรู้ไม่เพ่ง จนแน่วแน่เพื่อการเป็นสมาธิระดับสูงหรือประณีตแต่อย่างใด ใช้แค่ขณิกสมาธิเป็น เบื้องต้นเท่านั้น เพราะต้องการฝึกสติเป็นหลัก ไม่ใช่สมาธิ สมาธิเป็นผลที่เกิดรองลงมาเท่านั้น ซึ่งอาจเลื่อนไหล ไปสู่ฌานสมาธิในระดับประณีตได้โดยธรรมหรือธรรมชาติอีกด้วย แต่ต้องไม่ใช่เจตนาฝึกสติแล้ว ไหลเลื่อนเป็นฌานสมาธิเสียทุกครั้งไป ดังเช่น การใช้การจงกรมไปในการเจริญสมาธิเป็นสำคัญก็มี กล่าวคือการใช้ทำการเดินนั้นเป็นอารมณ์เพื่อนำให้เกิดความสงบจากฌานสมาธิเสียเป็นสำคัญแต่

อย่างเตียว ไม่ได้สนใจสติหรือปัญญาเลย แล้วไปเข้าใจเอาว่า ความสงบนั้นถูกต้องดีงามแล้ว มีจุดประสงค์เช่นเดียวกัน คือเพื่อละความดำริพลาณคือฟุ้งซ่านเป็นสำคัญหรือเป็นธรรมเอก (ดังแสดงจุดประสงค์ไว้อย่างชัดเจนเรื่องสัมปชัญญะในกายคตาสติสูตร) หรือการรู้ตัวทั่วพร้อมในกิจหรืองานที่กระทำนั่นเอง

(4) ปฏิกุลมณสิการ เมื่อมีสติในสิ่งดังกล่าวข้างต้น จิตย่อมไม่ดำริพลาณออก ไปปรุ้งแต่ง ฟุ้งซ่าน จึงใช้สติที่ฝึกมานั้นอันย่อมประกอบด้วยสมาธิจิตตั้งมั่นอยู่ในที่ เนื่องจากการละดำริพลาณลงไปเสีย จึงนำสติและจิตตั้งมั่นนั้นไปใช้พิจารณาส่วนต่างๆ ของร่างกายว่าล้วนเป็น สิ่งปฏิกุลมณิสระอาต โสโครก ต้องเข้าใจว่ากายตน (เห็นกายในกายภายใน) และกายของบุคคลอื่น (เห็นกายในกายภายนอก) ต่างก็เป็นเนกเช่นนี้ ล้วนเป็นไปเพื่อให้เกิดนิพพิทาเพื่อ ลดละความยึดมั่นพึงพอใจ หลงใหลในกายตนและในกายบุคคลอื่นลง เพื่อให้เห็นตามความเป็นจริงว่าล้วนแล้วแต่เป็นของปฏิกุลมณิสระอาต เพื่อคลายความหลงใหลรักใคร่ยึดมั่นมันลงไป จึงคลายกำหนด ดังมีกล่าวแสดงรายละเอียดไว้ในกายคตาสติสูตร หรือดังภาพที่แสดงในทวัตติงสการ

(5) ธาตุมนสิการ พิจารณา ให้เห็นตามความเป็นจริงของกายนี้ว่า เป็นเพียงก้อนหรือมวลหรือฉนะของธาตุทั้ง 4 อันล้วนไม่งาม ไม่สะอาด มาประชุมกันเป็นเหตุปัจจัยให้เกิดกายนี้ ชั่วขณะระยะหนึ่ง ทั้งกายตนเองและบุคคลอื่นเช่นกัน ดังที่ได้กล่าวไว้ 2 ลักษณะในการพิจารณาในไตรลักษณ์ และกายคตาสติสูตรโดยละเอียด

(6) นวสัณนิททา คือพิจารณาซากศพในสภาพต่างๆ เป็นระยะๆ 9 แบบหรือระยะ จนผู้ฟัง น่าเบื่อไปในที่สุด และต้องเข้าใจว่ากายตนและผู้อื่นต่างก็ล้วนต้องเป็นเนกเช่นนี้ ไม่เป็นอื่นไปได้ (ภาพอสุภะ)

ในทางปฏิบัติของ เห็นกายในกาย คือมีสติระลึกอยู่เนืองๆว่า สักแต่ว่ากายตามที่ได้พิจารณาเข้าใจ เพื่อให้บังเกิดนิพพิทาญาณ จึงดับตัณหา

อนึ่งพึงระลึกด้วยว่า การมีสติอยู่กับกาย เป็นเพียงการระลึกรู้เท่าทันกาย ทั้งทางด้าน ปัญญาด้วยเช่นว่าไม่งามเป็นปฏิกุลมณิสระอาตเพื่อความนิพพิทา แต่ถ้าแน่วแน่ว่าอย่างเดียวขาดสติการระลึกรู้ก็กลับกลายเป็นสมถสมาธิไปได้โดยไม่รู้ตัว (หมายความว่า มีความตั้งใจฝึกสติ แต่ไปทำสมาธิเสียโดยไม่รู้ตัว)

2) เวทนาหุปัสสนา สติปัญญาฐาน

สติกำหนดพิจารณาเวทนาหรือการเสพรสอารมณ์ที่บังเกิดขึ้นเป็นธรรมดาจากการกระทบคือผัสสะ ให้เห็นเวทนาในเวทนา คือ เห็นตามความเป็นจริงของเวทนาว่า "เวทนาเป็นสักแต่ว่าเป็นการรับรู้ การเสพรสอารมณ์ที่มากระทบสัมผัสทั้งทางใจและกายคือในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์ เป็นขบวนการธรรมชาติหรือสภาวะธรรมแท้อันยิ่งใหญ่ที่มีในมนุษย์ทุกผู้นาม เป็นเพียงขบวนการรับรู้ในขั้นแรกๆ ที่เอาข้อมูลมาจากสัญญา (ความจำ) อดีตหรืออัสวะกิเลส ยังไม่ใช้ความทุกข์จริงๆ พิจารณาให้เห็นว่าเมื่อมีการผัสสะย่อม เกิดเวทนาอันมี สุขเวทนา ทุกขเวทนาและอทุกขมสุข(ไม่สุขไม่ทุกข์)อย่างใดอย่างหนึ่งขึ้นเป็นธรรมดาทุก ครั้งไป ซึ่งเป็น

เวทนาปกติหรือเป็นไปโดยธรรมหรือธรรมชาติ หลีกเลี่ยงหลบหนีไม่ให้เกิดไม่ให้เป็นไม่ได้ เป็นหลักธรรมชาติธรรมดาๆ แต่สูงสุด จิตจะได้คลายความยึดมั่นถือมั่นในเวทนาหรือการเสพรสอารมณ์ ที่บังเกิดนั้นๆ จึงไม่เกิดตัณหาขึ้น จึงเป็นเพียงสุขเวทนาหรือทุกข์เวทนาตามธรรมหรือธรรมชาติแต่ย่อมไม่เร้าร้อนเผาลนดังเวทนาที่ประกอบด้วยอุปาทาน (เวทณูปาทาน) ดังพุทธพจน์ที่แสดงไว้ให้เข้าใจและรู้เท่าทันในเวณาดังนี้

เมื่อเป็นสุขเวทนามก็ให้รู้ว่าเป็นสุขเวทนา เมื่อไม่มีก็รู้ว่าไม่มี
 เมื่อเป็นทุกข์เวทนามก็ให้รู้ว่าเป็นทุกข์เวทนา เมื่อไม่มีก็รู้ว่าไม่มี
 เมื่อเป็นอทุกขมสุขก็ให้รู้ว่าเป็นอทุกขมสุข เมื่อไม่มีก็รู้ว่าไม่มี
 เมื่อเป็นสุข เป็นทุกข์ เป็นอทุกขมสุข ชนิดมีอามิส(เครื่องล่อใจ-เจือกิเลส)ก็รู้ว่ามี เมื่อไม่มีก็รู้ว่าไม่มี

เมื่อเป็นสุข เป็นทุกข์ เป็นอทุกขมสุข ชนิดไม่มีอามิส ก็รู้ว่ามี เมื่อไม่มีก็รู้ว่าไม่มี

เวทนา เป็นเพียงสักแต่ว่าเวทนาคือความรู้สึกที่เกิดขึ้นและจำต้องรับรู้ ที่แท้จริงก็แค่ความรู้สึกที่ต้องเกิดขึ้นจากการกระทบจึงไม่ควรไปยึด มัน เกิดขึ้นและเป็นไปตามธรรมหรือสภาวะธรรมหรือธรรมชาติจริงๆ ตามเหตุปัจจัยอันมาปรุงแต่ง หรือมาผัสสะ จึงเกิดทุกๆ ไม่เที่ยงเป็นทุกข์ เป็นอนัตตาไม่มีตัวไม่มีตนแท้จริง จึงไม่ใช่เราไม่ใช่ของเรอย่างแท้จริงอีกด้วย เห็นเวทนาทั้งในเวทนาตนเอง (เห็นเวทนาในเวทนาภายใน จึงไม่ใช่อาการของจิตส่งในแต่อย่างใดด้วยเข้าใจผิด) และผู้อื่น (เห็นเวทนาในเวทนาภายนอก จึงไม่ใช่อาการจิตส่งออกนอกไปฟุ้งซ่านหรือปรุงแต่งแต่อย่างใด)

ในทางปฏิบัติของ เห็นเวทนาในเวทนา คือมีสติรู้อยู่เนืองๆว่าเวทนาสักแต่ว่าเวทนา อันย่อมต้องเกิดความรู้สึกจากการรับรู้ในอารมณ์ที่ผัสสะกันเป็นธรรมดาโดยธรรมชาติหรือตกตา จึงไม่มียึดมั่นหมายมั่นในเวทนาเหล่านี้โดยเหล่านั้น ด้วยการอุเบกขาไม่เอนเอียงไปนึกคิดปรุงแต่งคือ ฟุ้งซ่านอันยังให้เกิดเวทนาขึ้นอีก อันจักเป็นเหตุปัจจัยให้เกิดตัณหา อันทำให้เกิดทุกข์ อันเป็นไปตามปฏิจจสมุปบาทธรรม กล่าวคือไม่ต่อล้อต่อเถียงกับจิต อันเป็นการเปิดโอกาสให้จิต หลอกล่อไปปรุงแต่งต่างๆ นานาให้เกิดเวทนาๆ ต่างๆ นานา อันอาจเป็นเหตุปัจจัยให้เกิดทุกข์อุปาทานโดยไม่รู้ตัวด้วยความไม่รู้คืออวิชชา (พระอภิธรรม แสดงความหมายของเวทนาภายใน ที่มีได้หมายถึงอาการจิตส่งใน และแสดงเวทนาภายนอก)

3) จิตตานุปัสสนา สติปัฏฐาน

คือการเห็นจิตในจิต หรือสตรัสรู้เท่าทันหรือพิจารณาจิต (จิตตสังขารหรือมโนสังขารเช่นความคิด, ความนึก คือธรรมารมณ์ต่างๆ) รวมทั้งอาการของจิตหรือภวของจิต (เจตสิก) เช่นราคะ โทสะ โมหะ ฟุ้งซ่าน ฯ ที่เกิดเศร้าหมองหรือแผ่วเป็นอารมณ์ คือ มีสติรู้จิตตสังขารตามสภาพเป็นจริงที่เป็นอยู่ในขณะนั้นๆ (เห็นจิตในจิต) เช่น จิตมีราคะ โทสะ โมหะ ก็รู้ว่าจิตมี จิตปราศจากราคะ โทสะ โมหะก็รู้ว่าปราศจากราคะ โทสะ โมหะ จิตหดหู่ก็รู้ชัดว่าหดหู่ หรือจิตฟุ้งซ่านก็รู้ชัดว่าจิตฟุ้งซ่าน ทั้งของตนเองและของบุคคลอื่น อันเพื่อเป็นเครื่องรู้

เครื่องระลึก เครื่องเตือนสติ และเห็นการเกิด ๆ ดับ ๆ ว่าเป็นไปตามธรรมคือสภาวะธรรมหรือ ธรรมชาติ ล้วนไม่เที่ยงของจิตตสังขารดังกล่าว เห็นจิตในจิต หรือ จิตเห็นจิต ถ้าเข้าใจขั้น 5 จัก เข้าใจได้ว่าหมายถึงการมีสติเห็นจิตตสังขารที่ บังเกิดขึ้น (จิตตสังขารหรือมนัสสังขารหรือความคิด ในขั้น 5 นั้นเอง ล้วนเป็นสิ่งเดียวกัน) อันมีตามที่ท่านตรัสไว้ในมหาสติปัฏฐานสูตรดังนี้ คือ มีจิตมีราคะ เป็นเจตสิก คืออาการของจิตที่ประกอบด้วยราคะ กล่าวคือกลุ่มของความคิดฟุ้งซ่าน หรือปรุงแต่ง ที่ประกอบด้วยความกำหนัดความปรารถนาในกามทั้ง 5 นั้นเอง

จิตมีโทสะ เป็นเจตสิก คืออาการของจิตที่ประกอบด้วยโทสะ กล่าวคือกลุ่มของความคิด นึกหรือฟุ้งซ่านที่ประกอบด้วยความโกรธความขุ่นเคือง นั้นเอง

จิตมีโมหะ เป็นเจตสิก คืออาการของจิตที่ประกอบด้วยโมหะความหลง หรือกลุ่มของ ความคิดนึกหรือฟุ้งซ่านที่ประกอบด้วยความไม่รู้จริง นั้นเอง

จิตหดหู่ ก็เป็นเจตสิกในข้อที่ 25 ในเจตสิก 52 เป็นกลุ่มอาการของความคิดนึกหรือ ฟุ้งซ่านปรุงแต่งที่ทำให้เกิดความหดหู่ใจ ใจหดห่อ แห้งเหี่ยวใจ

จิตฟุ้งซ่าน เป็นอาการของจิตอย่างหนึ่ง ที่เรียกอุทัจจะในข้อที่ 17 ในเจตสิก 52 เป็น อาการของจิตที่ฟุ้งซ่านหรือปรุงแต่งไปในสิ่งหรือเรื่องต่างๆ

จิตเป็นฌานหรือมรรค จิตเป็นฌาน จิตอยู่ในกำลังฌาน จิตประกอบด้วยกำลังของฌาน อยู่

จิตเป็นสมาธิ จิตมีความตั้งใจมั่นในสิ่งใดอยู่ จิตมีสิ่งอื่นยิ่งกว่า หมายถึงอาการของจิต เป็นเอกหรือเป็นใหญ่อยู่ในสิ่งหนึ่งสิ่งใดอยู่ เช่นจิตเป็นเอกอยู่กับการบำเพ็ญกรรมพุทฺธ หรือจิต เป็นเอกอยู่ในกิจหรืองานใดๆ, หรือจิตเป็นเอกในธรรมที่เป็นเครื่องอยู่เครื่องพิจารณา, หรือจิต หมกมุ่นจดใจจ่อในสิ่งใดอยู่

จิตวิมุตติหรือจิตหลุดพ้น หมายถึงอาการที่จิตหลุดพ้นจากกิเลสหรือเจตสิกต่างๆดังที่ กล่าว กล่าวคือ ล้วนมีสติระลึกรู้เท่าทัน กล่าวคือมีสติระลึกรู้ "จิตหรืออาการของจิตคือเจตสิกที่ บังเกิดขึ้น ณ ขณะจิตนั้นๆ"

อนึ่งอาการของจิตทั้งหลายหรือเจตสิก ดังเช่น ราคะ โทสะ โมหะ จิตฟุ้งซ่าน ฯลฯ นั้น มันไม่มีอาการเป็นรูปธรรมแท้จริง แต่มันอาศัยแฝงอยู่กับสังขารขั้นคือการกระทำต่างๆ นั้นเอง ดังเช่น ความคิด (มนัสสังขาร) ที่ประกอบด้วยราคะ การทำร้ายผู้อื่นทางกาย(กายสังขาร) ที่ประกอบด้วยโทสะ การคิดคำทอ ต่อว่า (วจีสังขาร) ที่ประกอบด้วยโมหะคืออาการหลงไปปรุง จนเกิดทุกข์ที่ประกอบด้วยความไม่รู้ตามความเป็นจริง เช่นคิดหรือธรรมารมณกระทบใจแล้วจะ ให้ รู้สึกเฉยๆ การเกี้ยวพาราสีทั้งด้วยคำพูดทั้งกริยาท่าทางที่ประกอบด้วยราคะ จิตคิดฟุ้งซ่านหรือ คิดวนเวียนไม่หยุดหย่อนในเรื่องไร้แก่นสาร เช่นคิดไปในอดีต อนาคต ก็คือความคิดที่ ประกอบด้วยจิตฟุ้งซ่านนั่นเอง

ใช้วิธีมีสติรู้เท่าทันเวทนาและจิต เป็นหลักปฏิบัติประจำเมื่อปฏิบัติจนชำนาญแล้ว และ เห็นเวทนาในเวทนา (เวทนานุปัสสนา) เข้าใจถึงใจ และเข้าใจปัจจัยสมุปบาทดีแล้ว จิตจักรู้สภาพ

จิตสังขารหรืออาการของจิต (เจตสิก) ที่เกิดขึ้น คือ เห็น ตัณหา ราคะ โมหะ โทสะ ชัดเจนขึ้น เมื่อจิตเห็นจิต หรือเห็นจิตในจิต เช่นนี้เรื่อย ๆ จิตจะเห็นความคิดอารมณ์ที่ เกิด ๆ ดับ ๆ อยู่ตลอดเวลาว่าเป็นสภาวะธรรมอันไม่เที่ยง ไม่มีแก่นแกนหรือแก่นสาร และก่อให้เกิดทุกข์อย่างชัดแจ้ง อันทำให้รู้เห็นตามความเป็นจริงในสภาวะธรรม จิตจึงได้คลายความยึดมั่นถือมั่นในเวทนาและจิตที่ไม่เที่ยง คงทนอยู่ไม่ได้จึงเป็นทุกข์ และอนัตตา อันก่อให้เกิดทุกข์ กล่าวคือ เห็นความคิด (จิตหรือจิตตสังขารนั่นเอง) และการเสวยอารมณ์ต่างๆ (เวทนา) ว่าเป็นไปตามไตรลักษณ์ ดังนั้นเมื่อไปอยากด้วยตัณหาจึงย่อมเกิดการยึดด้วยอุปาทานเป็นไปตามหลักปฏิจจสมุปบาทนั่นเอง ดังนั้นเมื่อไปอยากหรือไปยึดไว้ด้วยเหตุผลกลใดก็ดี เมื่อมีการแปรปรวนด้วยอนิจจังหรือดับไปด้วยทุกข์ เพราะสภาวะธรรมจึงไม่เป็นไปตามปรารถนาจึงเป็นทุกข์อุปาทานอันเร้าร้อนเผาผลาญขึ้นนั่นเอง ในทางปฏิบัติของการเห็นจิตในจิต คือสติเห็นจิตสังขาร (เช่นความคิด) ที่เกิดขึ้นว่า สักแต่ว่าจิตสังขารตามที่พิจารณาอยู่เนือง ๆ แล้วอุเบกขาไม่เอนเอียงไปแทรกแซงด้วยถ้อยคิดปรุงแต่ง หรือกริยาจิตใดๆ ดังการคิดเรื่อยเปื่อยหรือฟุ้งซ่านจึงย่อมยังให้เกิดเวทนาอื่นๆ ที่อาจเป็นปัจจัยจึงมีตัณหาเกิดขึ้น จึงทำให้เกิดทุกข์อุปาทานอันเร้าร้อน

4) ัมมมานุปัสสนา สติปัฏฐาน

สติกำหนดพิจารณาธรรม (สิ่งต่างๆ) ที่บังเกิดแก่ใจเป็นอารมณ์ทั้งที่เป็นกุศลหรืออกุศล ก็เพื่อเป็นเครื่องเตือนสติและเครื่องระลึกรู้เพื่อให้เกิดปัญญาเป็นสำคัญหรือเป็นวัตถุประสงค์ ดังที่พระพุทธองค์ทรงแสดงแนะในมหาสติปัฏฐานสูตรให้พิจารณา เป็นอาทิ เช่น

(1) นิ वर्ณ 5 เช่น ข้อพยาบาทให้พิจารณาว่า มียอยู่ ย่อมรู้ชัดว่า มียอยู่ ณ ภายในจิต ไม่มีอยู่ ย่อมรู้ชัดว่า ไม่มีอยู่ ณ ภายในจิต ที่ยังไม่เกิด จะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้น ที่เกิดขึ้นแล้ว จะละเสียได้ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้น ที่ละได้แล้ว จะไม่เกิดขึ้นต่อไป ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้น เป็นเช่นนี้ทุกข้อใน กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทัจจกุ กุจะ วิจิกิฉา

(2) อุปาทานชั้น 5

(3) อายตนะภายใน และนอก

(4) โพชฌงค์ 7

(5) อริยสัจ 4 และมรรคองค์ 8

การพิจารณาธรรมต่างๆ เหล่านี้ในจิต เป็นธัมมวิจยะ (การพิจารณาธรรม) เพื่อเป็นเครื่องรู้ ระลึกเตือนสติเป็น แนวทาง ให้เกิดปัญญาไม่ไปยึดมั่นถือมั่นเช่นกัน เพราะธรรมทั้งหลายเหล่านี้จัดเป็นสังขารในไตรลักษณ์ คือเกิดแต่เหตุปัจจัยเช่นกัน เมื่อเหตุปัจจัยของสังขารธรรมเหล่านี้แปรปรวนหรือดับ สังขารธรรมนี้ก็เช่นกัน อีกทั้งเมื่อเรารู้ระลึกธรรมทั้งหลายก็เกิดขึ้น เมื่อเราหยุดรู้ระลึกธรรมทั้งหลายก็ดับลงเช่นกัน เป็นไปตามกฎไตรลักษณ์ แม้จักเป็นจริงตามธรรมชาติเช่นนี้ตลอดกาล แต่เหตุปัจจัยได้แปรปรวนและดับเสียแล้วเช่นกัน

ในทางปฏิบัติของ เห็นธรรมในธรรม คือเห็นธรรมหรือสิ่งทั้งหลายที่บังเกิดแก่จิต หรือ มีสติเห็นธรรมว่า สักแต่ว่าธรรม เป็นเครื่องเตือนสติ และระลึกรู้เพื่อให้เกิดปัญญาญาณนั่นเอง คือ มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องทุกข์และการดับไปของทุกข์อย่างแจ่มแจ้ง

สติปัฏฐาน 4 นั้นมีจุดประสงค์อยู่ที่ฝึกสติ และ ใช้สติพิจารณาสรุปให้เข้าใจโดยถ่องแท้เพื่อให้เกิดสัมมาญาณ (ปัญญาญาณ) ว่า ธรรมทั้งหลายอันมี กาย เวทนา จิต ธรรม มีอยู่ก็เพียงสักว่าความรู้ อาศัยระลึกเตือนสติเตือนใจไม่ให้ไปยึดมั่นถือมั่นพึงพอใจ (หมายถึงอุปาทาน) ใดๆในโลก อีกทั้งมีพุทธประสงค์ให้ปฏิบัติในชีวิตประจำวันขนาดกล่าวได้ว่าแทบทุกลมหายใจ กล่าวคือเมื่อจิตหรือสทวนเวียนพิจารณาอยู่ในธรรมแล้ว จิตย่อมหยุดส่งจิตออกนอกไปนึกคิดปรุงแต่งต่างๆอันก่อให้เกิดทุกข์ ขณะจิตนั้นเองจิตย่อมเกิดกำลังแห่งจิตขึ้นเนื่องจากสภาวะปลอดทุกข์ขึ้นทีละ เล็กทีละน้อยโดยไม่รู้ตัว อันยังให้เกิดความรู้ความเข้าใจในธรรมนั้นทีละเล็กทีละน้อยสะสมขึ้นเช่นกัน จนในที่สุดจักเกิดสภาวะ ออ มั่นเป็นเช่นนั้นเอง หรือธรรมสามัคคีนั้นเอง เกิดความรู้ความเข้าใจในธรรมนั้นอย่างแท้จริง

สติ ปฏฐาน 4 มีเจตนาต้องการให้ ไม่ยึดมั่นถือมั่นในสิ่งใดๆ ไม่ใช่แต่ กาย เวทนา จิต ธรรม เท่านั้น เพียงแต่ธรรม 4 ข้อนี้เป็นหลักสำคัญในการดับหรือลดละต้นเหตุและความยึดมั่นถือมั่นในความพึงพอใจของตนหรืออุปาทาน อันก่อให้เกิด "อุปาทานขันธ 5" อันเป็นทุกข์

4. ประโยชน์ของการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน

จากพระพุทธพจน์ขององค์สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าที่ว่า “ธมฺมจารี สุขํ เสติ อสฺมึ โลเก ปรมฺหิ จ” “บุคคลผู้ประพฤติธรรมย่อมอยู่เป็นสุข ทั้งในโลกนี้ และโลกหน้า” (พระธรรมสาร ราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิเถร ป.ธ.๙), 2548) พระพุทธพจน์บทนี้ย่อมยืนยันว่าการปฏิบัติธรรมย่อมนำความสุขมาให้

นอกจากนี้จากการศึกษาธรรมบรรยายของพระกุนทลภาววงศ์ (2548) ซึ่งท่านเป็นเจ้าสำนักสังฆธรรมรังษีสิตารามเมืองย่างกุ้ง ประเทศพม่าซึ่งท่านได้มาสอนวิปัสสนากรรมฐานในประเทศไทย และได้แสดงธรรมบรรยาย และมีพระคันธสาวิวงศ์ เป็นผู้แปล ได้กล่าวถึงประโยชน์ที่ได้จากการเจริญสติปัฏฐานโดยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานแบบพอง-ยุบไว้โดยละเอียดดังนี้

1. ทำให้จิตของผู้ปฏิบัติผ่องใส ทั้งนี้เพราะ ในขณะที่ผู้ปฏิบัติมีสติตามกำหนดรู้ ปัจจุบันอารมณ์อยู่ เช่นขณะกำหนดว่า “พองหนอ...ยุบหนอ...นั่งหนอ...ถูกหนอ” หรือกำหนดว่า “ขวาย่างหนอ...ซ้ายย่างหนอ” ฯลฯ อยู่ นั่น จิตของผู้ปฏิบัติจะประกอบด้วยกุศลเพราะสติเป็นกุศล ธรรม ขณะที่สติอันเป็นกุศลธรรมเกิดขึ้นอยู่นั้นอกุศลธรรม (กิเลสธรรมต่างๆเช่น ความโลภ ความโกรธ ความหลง ความเย่อหยิ่ง ความถือตัวความทะนงตน ฯลฯ) ก็จะไม่สามารถเกิดขึ้นได้ในขณะนั้น กิเลสธรรมเหล่านี้เป็นสภาวะธรรมทางจิตที่ทำให้จิตเศร้าหมอง ในระหว่างที่ผู้ปฏิบัติมีสติตามรู้ปัจจุบันอารมณ์อยู่ กิเลสดังกล่าวจะเกิดขึ้นไม่ได้ *เปรียบได้กับ* ขณะที่มิแสงสว่างเกิดขึ้น ความมืดย่อมจะอันตรธานหายไป ในทางกลับกัน ขณะที่มีความมืดเกิดขึ้น ความสว่างก็ย่อมจะ

อันตรายหายไปเช่นกัน ขณะใดก็ตามที่ผู้ปฏิบัติมีสติตามรู้ปัจจุบันอารมณ์อยู่ ย่อมเปรียบได้กับ ขณะที่แสงสว่างเกิดขึ้น อุกุศลธรรมซึ่งทำให้จิตเศร้าหมองอันเปรียบได้กับความมืดย่อมจะเกิดขึ้น ไม่ได้ในขณะนั้น ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติจึงได้รับประโยชน์ของการเจริญวิปัสสนากรรมฐานประการแรก คือ **ทำให้จิตผ่องใส** เพราะเมื่อไม่มีอกุศลที่ทำให้จิตเศร้าหมอง จิตก็จะผ่องใสนั่นเอง หากเราเจริญ สติอย่างนี้ไปตลอด เมื่อตายลงในขณะจิตที่เป็นกุศลนั้น ก็จะไปเกิดในสุคติภูมิอย่างแน่นอนหนึ่ง จิตของคนเรานั้นสามารถรับรู้อารมณ์ได้เพียงอารมณ์เดียวในแต่ละขณะเราไม่สามารถคิดเรื่องสอง เรื่องได้ในขณะจิตเดียวกัน ขณะที่ผู้ปฏิบัติตามรู้ปัจจุบันอารมณ์อยู่ เป็นต้นว่า ขณะที่กำหนดว่า “พองหนอ...ยุบหนอ...นั่งหนอ...ถูกหนอ” อยู่ขณะนั้นจิตของผู้ปฏิบัติกำลังรับรู้อารมณ์อันได้แก่ อาการเคลื่อนไหวของท้อง-อาการตั้งตรงของร่างกายส่วนบน-อาการถูก เมื่อเป็นเช่นนั้น จิตของผู้ ปฏิบัติจัดว่าประกอบด้วยกุศลธรรม ก็เลสต่างๆ (ความโลภ ความปรารถนา ความอยากได้ ความ ต้องการในอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งที่ตนผูกพันอยู่ รวมทั้งความโกรธ ความไม่ต้องการ ความไม่ ปรารถนาอารมณ์ที่ตนเองไม่พึงพอใจอย่างใดอย่างหนึ่ง) จะไม่สามารถเกิดขึ้นได้ในขณะนั้น เพราะ ขณะนั้นจิตของผู้ปฏิบัติรับรู้สักแต่มีอาการเคลื่อนไหว-สักแต่มีอาการตั้งตรงของร่างกาย-หรือ สักแต่มีอาการถูก การที่จิตของผู้ปฏิบัติมีสติตามกำหนดรู้ปัจจุบันอารมณ์จนกระทั่งความโลภ (ความต้องการในอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง) หรือความโกรธ (ความไม่ต้องการอารมณ์อย่างใด อย่างหนึ่ง) ไม่สามารถเกิดขึ้นได้ในขณะนั้น จัดว่าเป็นการกำจัดกิเลส คือ ความโลภ ความโกรธ โดยชั่วขณะ เมื่อเป็นเช่นนั้นจะทำให้จิตของผู้ปฏิบัติเกิดความผ่องใส เกิดความสบายใจ แม้กระทั่ง หลังจากปฏิบัติไปแล้ว และไม่ได้กำลังตามรู้ปัจจุบันอารมณ์อยู่ก็ตาม ก็ยังคงสามารถรับรู้ถึง ความผ่องใสความเบิกบานใจแห่งจิตของตนได้

2. ทำให้จิตของผู้ปฏิบัติเกิดความมั่นคงหนักแน่นยิ่งกว่าเดิม หมายความว่า ก่อนจะมาปฏิบัติธรรม เราทั้งหลายอาจจะขาดสติที่ตามกำหนดรู้ปัจจุบันอารมณ์อยู่บางขณะอาจ เกิดความโลภ-ความปรารถนา-ความต้องการต่างๆครอบงำจิตใจของเราเมื่อไม่ได้มาตามที่ต้องการ ก็เกิดความไม่พึงพอใจ แต่ถ้าได้สิ่งที่ต้องการมากก็เกิดความหลงใหลพอใจเมื่อประสบกับอารมณ์ที่ ไม่น่าปรารถนาก็เกิดความโกรธ-ความไม่พึงพอใจในสิ่งนั้นบุคคลที่ถูกความโลภ-ความโกรธ ครอบงำจิตใจจัดว่าเป็นบุคคลที่มีจิตใจไม่มั่นคง เพราะในขณะนั้นจิตจะซัดส่ายหวั่นไหวอยู่กับ อารมณ์ที่น่าปรารถนาหรือไม่ปรารถนาเหล่านั้น หากเมื่อท่านทั้งหลายได้มาเจริญวิปัสสนา กรรมฐานอยู่ โดยมีสติตามกำหนดรู้เท่าทันปัจจุบันอารมณ์ความโลภ (ความปรารถนาในอารมณ์ที่ ต้องการ) หรือความโกรธ (ความไม่ปรารถนาในอารมณ์ที่ไม่ต้องการ) ก็จะไม่เกิดขึ้น เมื่อเป็น เช่นนั้นท่านสาธุชนทั้งหลายก็จัดว่าเป็นบุคคลที่มีจิตใจมั่นคงขึ้นกว่าเดิม เมื่อประสบกับอารมณ์ที่ ปรารถนาก็จะไม่เกิดความโลภ และเมื่อกระทบกระทั่งกับอารมณ์ที่ไม่ปรารถนาก็จะไม่เกิดความ โกรธ ประโยชน์ข้อที่สองนี้จึงเป็นประโยชน์ที่จะได้รับการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน คือ **ทำให้ จิตของเรามั่นคงไม่หวั่นไหวต่อโลกธรรมมากขึ้น** ผู้ปฏิบัติที่เจริญวิปัสสนากรรมฐานและบรรลุ วิปัสสนาญาณขั้นต่างๆจนถึงสังขารupekhaญาณแล้ว จะไม่หวั่นไหวต่อโลกธรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง

ไม่ว่าจะพบกับอารมณ์ที่ตนปรารถนาหรือกระทบกับอารมณ์ที่ไม่ปรารถนาก็ตาม ขณะนั้นผู้ปฏิบัติจะมีจิตใจมั่นคงไม่หวั่นไหวต่ออารมณ์เหล่านั้น คือไม่มีความปรารถนาต่ออารมณ์ที่ต้องการ และไม่มีความไม่พึงพอใจหรือความโกรธต่ออารมณ์ที่ตนไม่ต้องการ นอกจากนั้นแม้ประสบกับอารมณ์ที่น่าหวาดกลัว-น่าสะอึดกลัวอย่างใดอย่างหนึ่ง ผู้ปฏิบัติก็จะรู้เท่าทันอารมณ์นั้นตามที่เป็นจริง ไม่เกิดความกลัว ไม่เกิดความสะอึดแต่อย่างใด

3. ทำให้ผู้ปฏิบัติเกิดปัญญา เกิดความเฉลียวฉลาดมากขึ้น มีความเข้าใจในหลักธรรมมากขึ้น หมายความว่า ก่อนที่ผู้ปฏิบัติจะได้มาเจริญวิปัสสนากรรมฐาน อาจจะได้อ่านหนังสือธรรมะอย่างใดอย่างหนึ่งมาบ้างแล้ว-โดยเฉพาะหนังสือที่เกี่ยวกับการปฏิบัติธรรม แต่อาจยังไม่เข้าใจแจ่มชัด ขาดความกระจ่างในหลักวิชาการซึ่งเกี่ยวกับธรรมะในพระพุทธศาสนา หลังจากที่ได้เจริญวิปัสสนากรรมฐานประมาณ 11 วันหรือ 1 เดือน เมื่อกลับไปอ่านหนังสือธรรมะนั้นอีกก็จะพบว่าตนเองมีความเข้าใจในหลักธรรมของพระพุทธศาสนามากขึ้นกว่าเดิม และเมื่อได้อ่านธรรมะขั้นสูงเกี่ยวกับการปฏิบัติธรรมก็จะสามารถเกิดความกระจ่าง เกิดความเข้าใจมากขึ้นกว่าตอนที่ยังไม่ได้มาปฏิบัติธรรม การที่ผู้ปฏิบัติสามารถเกิดความเข้าใจ-ความกระจ่างในการอ่านหนังสือเป็นผลของการปฏิบัติธรรม คือ**มีปัญญาได้แก่ความเข้าใจมากขึ้น** จึงจัดว่าเป็นประโยชน์อีกประการหนึ่งของการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน

4. ทำให้ผู้ปฏิบัติหายจากโรคประจำตัวซึ่งไม่สามารถรักษาได้ หมายความว่า ขณะที่ได้มาเจริญวิปัสสนากรรมฐาน มีสติตามกำหนดรู้เท่าทันปัจจุบันอารมณ์ มีสมาธิมากขึ้นแล้ว สติที่ประกอบด้วยสมาธินี้จะป็นสภาวะธรรมที่ชักฟอกจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์จากกิเลส และเมื่อจิตมีความผ่องใสบริสุทธิ์จากกิเลส รูปธรรมซึ่งเกิดขึ้นพร้อมกับจิตก็จะเป็นรูปธรรมที่สะอาดผ่องใสและได้รับการชักฟอกอยู่เสมอ เมื่อเป็นเช่นนั้นโรคประจำตัวต่างๆที่เคยเกิดขึ้นมาและมาปรากฏในขณะที่เจริญวิปัสสนากรรมฐานอยู่ หากผู้ปฏิบัติได้พยายามปฏิบัติจนบรรลุถึงอุทยัพพญาณ (วิปัสสนาญาณที่๔) แล้ว โรคต่างๆเหล่านั้นมักจะหายไป ผู้ปฏิบัติบางท่านมีโรคประจำตัวคือโรคปวดต้นคอบ้าง โรคปวดที่ไหล่บ้าง โรคปวดที่หลังบ้าง โรคปวดเอวบ้าง โรคลมที่ปวดท้องบ้างอยู่เสมอๆ เมื่อผู้ปฏิบัติเหล่านั้นได้เจริญวิปัสสนากรรมฐานจนบรรลุถึงอุทยัพพญาณแล้ว โรคดังกล่าวมักจะอันตรธานหายไปด้วยอำนาจสมาธิของผู้ปฏิบัติเองนอกจากนั้น หากหมั่นทำความเพียรพยายามปฏิบัติจนบรรลุถึงสังขารูปกขาญาณ เมื่อนั้น โรคประจำตัวที่แม้กระทั่งหมอยังรักษาไม่ได้ เช่น โรคมะเร็ง ก็สามารถหายไปได้เช่นเดียวกัน เพราะขณะนั้นสมาธิของผู้ปฏิบัติสูงมาก จนสามารถทำให้โรคดังกล่าวอันตรธานไปได้ด้วยอำนาจของสมาธินั่นเอง ถ้าโรคประจำตัวดังกล่าวไม่รุนแรงมากจนเกินไป เมื่อบรรลุถึงสังขารูปกขาญาณ ผู้ปฏิบัติจะรู้สึกว่โรคประจำตัวนั้นได้แสดงอาการออกมา อาจมีอาการปวดเจ็บ-ชา จิตของผู้ปฏิบัติจะสามารถกำหนดรู้เท่าทันอาการซึ่งเกิดขึ้นได้และจะรู้สึกว่จิตได้แนบสนิทไปกับอาการปวด-เจ็บ-ชาซึ่งเกิดขึ้นตรงบริเวณที่มี

โรคประจำตัว หลังจากปฏิบัติได้สักระยะหนึ่งและมีสมาธิมากขึ้นแล้ว ผู้ปฏิบัติก็สามารถหายจากโรคประจำตัวเหล่านั้นได้

5. ทำให้ผู้ปฏิบัติสามารถบรรลุถึงความพ้นทุกข์คือ มรรค ผล นิพพานอันเป็นจุดประสงค์สูงสุดในพระพุทธศาสนาได้ เมื่อผู้ปฏิบัติบรรลุถึงสังขารเปกขาญาณ และมีบารมีแก่กล้าเพียงพอที่จะบรรลุถึงอริยมรรคอริยผลได้ ก็จะสามารถถึงอนุโลมญาณ...ถึงโคตรกญาณ...และจากนั้นก็บรรลุถึง โสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผลณะนั้นจิตใจของผู้ปฏิบัติจะรับรู้พระนิพพานอันเป็นสภาพดับสังขารธรรม (คือรูปธรรมกับนามธรรมเป็นอารมณ์) จัดว่าผู้ปฏิบัติได้สามารถบรรลุถึงพระนิพพานซึ่งเป็นประโยชน์ประการสุดท้าย อันเป็นประโยชน์ที่สำคัญที่สุดของการปฏิบัติธรรมเมื่อได้บรรลุโสดาปัตติมรรคโสดาปัตติผลเป็นพระโสดาบันในพระพุทธศาสนาแล้ว จัดว่าเป็นบุคคลผู้ปิดประตูอบายได้ หมายถึง จะไม่ตกไปในอบายภูมิทั้ง ๔ คือไม่ไปเกิดเป็นสัตว์นรก-เปรต-อสุรกาย-และสัตว์เดรัจฉานอีกต่อไป ผู้ปฏิบัติที่บรรลุธรรมเป็นพระโสดาบันย่อมปราศจากความลังเลสงสัยในเรื่องนี้ คือมีความเข้าใจอย่างถ่องแท้และรับรู้ด้วยตนเองว่า เมื่อตนได้เสียชีวิตลงแล้วจะไม่ไปเกิดในอบายภูมิอย่างแน่นอนความเข้าใจอย่างแจ่มแจ้งจะเกิดขึ้นกับพระโสดาบัน นี้ก็เป็นผลจากการเจริญวิปัสสนากรรมฐานนั่นเอง แต่สำหรับบุคคลอื่นที่ยังไม่ได้บรรลุเป็นพระโสดาบันก็อาจจะไปเกิดในอบายภูมิได้ พระโสดาบันนั้นย่อมจะทราบว่าหลังจากตนได้เสียชีวิตแล้วย่อมจะได้ไปเกิดในภพภูมิที่ดีกว่าปัจจุบัน อันหมายความว่า แม้หากไปเกิดเป็นมนุษย์อีกครั้งหนึ่งก็จะไปเกิดในตระกูลที่สูงกว่าภพปัจจุบัน ไปเกิดในตระกูลที่มีทรัพย์สมบัติมากกว่าตระกูลที่เกิดในปัจจุบัน และจะเป็นบุคคลที่มีสติปัญญาเฉลียวฉลาด มีความเชื่อมั่น มีความตั้งมั่นในพระพุทธศาสนา มากกว่าบุคคลอื่น หรือหากไปเกิดเป็นเทวดาก็จะเป็นเทพบุตรหรือเทพธิดาที่มีอานุภาพ มียศ มีบริวารมากกว่าเทพบุตรหรือเทพธิดาอื่น นี่คือการานิสงส์ของการเจริญวิปัสสนากรรมฐานสำหรับบุคคลที่บรรลุเป็นพระโสดาบันแล้วแม้ในบางขณะพระโสดาบันนั้นอาจเกิดความประมาท เกิดความลุ่มหลงมัวเมาอยู่ในภพบ้าง แต่ท่านก็จะไม่เกิดเกินกว่า 7 ชาติ เว้นเสียแต่ได้อธิฐานไว้ว่า “ขอให้เกิดมาอีกมากกว่า 7 ชาติ” อย่างนางวิสาขา เป็นต้น เพราะในขณะที่ยังท่องเที่ยวเกิดในกามภูมิพระโสดาบันมีภพชาติอีกเพียงไม่เกิน 7 ชาติเท่านั้น เมื่อท่านได้ปฏิสนธิถือกำเนิดจนครบ 7 ชาติแล้ว ก็จะบรรลุเป็นพระอรหันต์โดยไม่มีการเวียนว่ายตายเกิดอีก

5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ทิพาวดี เอมะวรรณะ (2538) โดยได้ศึกษาเรื่องการฝึกปฏิบัติวิปัสสนาผนวกกับการศึกษาเรื่องโรคเอดส์เพื่อป้องกันการติดเชื้อ HIV: ในกลุ่มนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ซึ่งเป็นการวิจัยเชิงทดลองโดยแบ่งนักศึกษาออกเป็น 2 กลุ่มคือกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ในกลุ่มทดลองแบ่งเป็นอีก 2 กลุ่มคือกลุ่มแรกจัดรูปแบบการเรียนรู้ให้กลุ่มเป้าหมายได้รับการสอนและฝึกอบรมสุขศึกษา (KAP) และกลุ่มทดลองกลุ่มที่สอง ได้รับการสอนแบบเดียวกัน และเพิ่มการ

ฝึกสติด้วยวิธีวิปัสสนากรรมฐาน หลังจากนั้น 3 ปี ทุกกลุ่มได้รับการติดตาม ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มทดลองที่ได้รับการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานด้วยมีแนวโน้มที่ดีกว่าทุกกลุ่มในเรื่อง 1) ความรู้เรื่องโรคเอดส์ ประกอบกับยังมีการติดตามหาความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ และ 2) มีทัศนคติดีต่อโรคเอดส์ โดยดูได้จากการอาสาสมัครเข้าไปทำงานที่เกี่ยวข้องกับโรคเอดส์ และกลุ่มผู้ติดเชื้อเอชไอวีมากกว่ากลุ่มอื่นๆ ส่วนในเรื่องของการปฏิบัติตนให้พ้นจากการติดเชื้อเอชไอวีพบว่า กลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่มมีความสามารถในการยับยั้งชั่งใจได้ดีกว่ากลุ่มควบคุม นอกจากนี้จากการติดตามในระยะยาว 7 ปีพบว่ากลุ่มทดลองที่ได้รับการปฏิบัติวิปัสสนามีความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติให้พ้นจากการติดเชื้อเอดส์ได้ดีกว่ากลุ่มอื่นในบางด้านด้วย

จรรยา ดวงแก้ว และคณะ (2551) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การศึกษาและพัฒนากระบวนการเรียนรู้ตามแนวทางสติปัฏฐานสี่สู่การปรับเปลี่ยนคุณค่าภายในตัวเองของเยาวชน โรงเรียนโยธินวิทยา โดยศึกษาในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 จำนวน 40 คน เป็นกลุ่มเป้าหมายหลัก และสมาชิกชมรม “เยาวชนคนธรรมะ” ซึ่งสมัครเข้าร่วมโครงการ จำนวน 146 คน เป็นเป้าหมายรอง พบว่า เด็กกลุ่มเป้าหมายหลักส่วนใหญ่มีความเครียด ไม่ผ่อนคลาย ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง บางคนเห็นแก่ตัว และเย็นชา เรียกร้องความสนใจ และมีความทุกข์จากคนใกล้ชิด เช่น พ่อแม่ เพื่อน และมีความทุกข์จากความรักในวัยเรียน ส่วนกลุ่มเป้าหมายรองพบว่า ไม่ค่อยพอใจในผลการเรียนของตัวเองนัก ไม่ค่อยมีความเบิกบาน และสงบสุข กังวลใจกับเรื่องที่มากกระทบ และหงุดหงิดง่าย ทีมวิจัยสร้างกระบวนการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนคุณค่าภายในตัวเองของเยาวชนดังนี้

1. จัดเวทีเพื่อจุดประกายความคิด ผ่านตัวแทนเยาวชนที่เคยมีประสบการณ์การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเข้มข้น มาร่วมแลกเปลี่ยน
2. ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐานสี่เพื่อเจริญสติหลักสูตรเข้มข้น
3. จัดกระบวนการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องโดยดำเนินการดังนี้
 - จัดตั้งชมรมเยาวชนคนธรรมะขึ้นในโรงเรียน
 - บูรณาการเข้าในหลักสูตรการเรียนการสอน โดยบรรจุเข้าเป็นชุมนุมและมีกิจกรรมต่อเนื่อง 1 คาบต่อสัปดาห์
 - จัดค่ายอบรมวิปัสสนากรรมฐานต่อเนื่อง และพัฒนาศักยภาพแกนนำสู่การเป็นพี่เลี้ยง
 - จัดฐานแห่งการเรียนรู้ด้านคุณธรรม จริยธรรมโดยให้เด็กคิดเอง และดำเนินการสอนเอง

ผลการปรับเปลี่ยนคุณค่าภายในตัวเองของกลุ่มเป้าหมายพบว่า เด็กที่ผ่านกระบวนการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานอย่างเข้มข้นและผ่านกระบวนการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง

ส่วนใหญ่เกิดการปรับเปลี่ยนคุณค่าภายในตนเองโดยเกิดความรู้สึกรักพ่อแม่อย่างไม่เคยเป็นมาก่อน เด็กจะรู้สึกมีความสุข ผ่อนคลาย และเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น ใจเย็นมากขึ้น โกรธน้อยลง มีความอดทนมากขึ้น และเด็กบางคนเปลี่ยนจากการเป็นคนขี้อายอย่างมาก จนเกิดปัญหาในการดำเนินชีวิต กลับมาเป็นคนที่ยึดมั่นในตนเอง และมีเป้าหมายชัดเจนในชีวิต และเด็กบางคนเปลี่ยนจากการเป็นเด็กอมทุกข์จากการกระทำของพ่อแม่ กลับมาเป็นคนที่ดีขึ้น มีชีวิตชีวา และมีความสุขในชีวิต นอกจากนี้ยังพบว่าเด็กหลายคนมีความศรัทธาในพระพุทธศาสนาเพิ่มมากขึ้น โดยการไปทำบุญที่วัดด้วยความศรัทธามากขึ้น และหลายคนพิจารณาตนเองเพื่อนับถือศีลห้าตลอดชีวิตเป็นต้น สำหรับปัจจัยเงื่อนไขที่มีผลต่อการปรับเปลี่ยนคุณค่าภายในตนเองของเด็กพบว่าปัจจัยที่สำคัญคือวิถีชีวิตภายในของเด็กซึ่งเป็นพื้นฐานและตัวตนดั้งเดิมของตัวเอง และการได้เรียนรู้ภายในตนเองผ่านการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐานสี่ รวมทั้งความต่อเนื่องของกระบวนการเรียนรู้ และครูผู้สอนที่มีทัศนคติเชิงบวก และมีวัตรปฏิบัติที่ดั่งตามแนวทางพระพุทธศาสนา

จากผลการศึกษาดังกล่าวจะพบว่าวิปัสสนากรรมฐานมีผลต่อการพัฒนา กระบวนการเรียนรู้ของผู้ปฏิบัติโดยเฉพาะในแง่มุมที่เกี่ยวกับการพัฒนาตัวตนภายใน ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติมีเมตตาต่อผู้อื่นมากขึ้น มีความสุข ผ่อนคลาย กตัญญูมากขึ้น มีความอดทนเอาชนะอุปสรรคได้ดีขึ้น มีความศรัทธาต่อพุทธศาสนามากขึ้น ดังจะเห็นได้จากงานวิจัยข้างต้น ที่กลุ่มเป้าหมายที่ผ่านการปฏิบัติวิปัสสนามีจิตอาสา จนเป็นอาสาสมัครเข้าไปทำงานที่เกี่ยวข้องกับโรคเอดส์ และกลุ่มผู้ติดเชื้อเอชไอวีมากกว่ากลุ่มอื่นๆ และเด็กๆ ที่ผ่านการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานก็มีความสุขมากขึ้น กตัญญูต่อพ่อแม่มากขึ้น บางคนเกิดความศรัทธาถือศีลเข้าวัดทำบุญมากขึ้น เป็นต้น

บทที่ 3

กระบวนการวิจัย

การศึกษากระบวนการพัฒนาเด็ก และเยาวชน ด้วยพุทธทศาวนา บ้านดงบัง ตำบลหนองคู อำเภอมือง จังหวัดยโสธร เกิดขึ้นเนื่องจากหมู่บ้านดงบัง มีสำนักปฏิบัติธรรม มีวิปัสสนาจารย์บอกสอน เผยแพร่พุทธศาสนา ตลอดจนมีการดำเนินกิจกรรมในเรื่องเหล่านี้อย่างต่อเนื่อง เสนอกระบวนการวิจัยตามลำดับดังนี้

1. ขอบเขตของการวิจัย
2. วิธีเก็บรวบรวมข้อมูล
3. วิธีดำเนินการวิจัย
4. การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ขอบเขตของการวิจัย

1.1 ขอบเขตด้านพื้นที่วิจัย ศึกษาในพื้นที่บ้านดงบัง หมู่ที่ 3 และหมู่ที่ 10 ตำบลคูเมือง อำเภอมือง จังหวัดยโสธร

1.2 ขอบเขตด้านกลุ่มเป้าหมาย ประกอบด้วย

1.2.1 กลุ่มเป้าหมายหลัก

- | | |
|---|--------------|
| 1) เด็ก และเยาวชน ทั้งใน และนอกโรงเรียน อายุ 7- 17 ปี | จำนวน 100 คน |
| 2) พ่อออก แม่ออก ผู้ปฏิบัติธรรมอย่างต่อเนื่อง | จำนวน 20 คน |
| 3) ผู้นำชุมชน | จำนวน 15 คน |
| | รวม 135 คน |

1.2.2 กลุ่มเป้าหมายรอง

- 1) ชาวบ้านดงบัง (หมู่ที่ 3 และหมู่ที่ 5) จำนวน 400 หลังคาเรือน

1.3 ขอบเขตด้านระยะเวลา ดำเนินการในช่วง 1 พฤศจิกายน 2554 – กันยายน 2555 (12 เดือน)

1.4 ขอบเขตด้านเนื้อหา ศึกษาในประเด็น พุทธทศาวนากับการพัฒนากระบวนการเรียนรู้ของเด็ก เยาวชน คนในชุมชน และทีมวิจัย

2. วิธีการเก็บข้อมูล

วิธีการเก็บข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ มีดังนี้

2.1 การสังเกตและจดบันทึก

2.2 การสัมภาษณ์ พระ ผู้เฒ่าผู้แก่ ภูมิปัญญาพื้นบ้านเกี่ยวกับประเพณี วัฒนธรรม รวมทั้งภูมิปัญญาเรื่องพุทธทศาวนาในชุมชน

2.3 การสนทนากลุ่ม ใช้ในการถอดบทเรียนหลังการทำกิจกรรม และถอดบทเรียนการเรียนรู้ในภาพรวม

2.4 ใช้ข้อมูลทุติยภูมิ เช่น ประวัติหมู่บ้าน อาณาเขต จำนวนประชากร เป็นต้น

2.5 อุปกรณ์ช่วยเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ เทปบันทึกเสียง กล้องถ่ายภาพ

3. วิธีดำเนินการวิจัย

แบ่งเป็น 3 ช่วง ได้แก่ การเตรียมการ ปฏิบัติการวิจัย และการประเมินผล รายละเอียดแต่ละประเด็นมีดังนี้

3.1 การเตรียมการ

3.1.1 พัฒนาโจทย์วิจัย

กระบวนการพัฒนาโจทย์การวิจัยการศึกษากระบวนการพัฒนาเด็ก และเยาวชน ด้วยพุทธทาวนา บ้านดงบัง เป็นการพัฒนาโจทย์จากจากชุมชนที่มีเงื่อนไข ปัจจัยที่พื้นฐานที่เอื้อต่อการสร้างการเรียนรู้ให้กับเด็กเยาวชนด้วยการปฏิบัติธรรมอยู่แล้ว และปรับประยุกต์ทุนเดิมดังกล่าวให้สอดคล้องกับกระบวนการวิจัยท้องถิ่น ซึ่งในขั้นตอนนี้มีรายละเอียดดังนี้

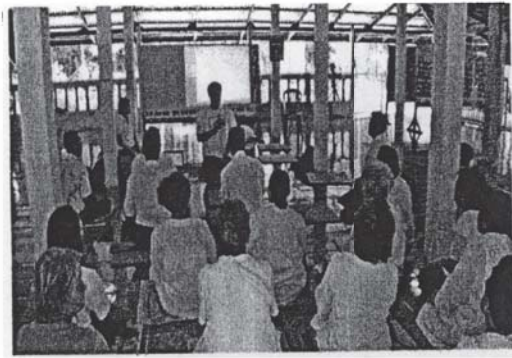
1) กิจกรรมทำความเข้าใจงานวิจัยท้องถิ่นกับแกนนำหมู่บ้าน

เริ่มต้นจากคุณหมอปานทอง ผุดผ่อง ซึ่งเคยเป็นผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหนองคู ได้ประสานงานมาทางโทรศัพท์ว่าจะมีผู้สนใจมาทำงานวิจัยในหมู่บ้านเกี่ยวกับเด็ก และเยาวชน กับการปฏิบัติธรรม กับวัด ให้เตรียมผู้นำไว้พูดคุย ปรีกษากับเจ้าหน้าที่ของหน่วยงาน

วันนั้นมีผู้นำ 4-5 คน ผู้ใหญ่บ้าน สอบถามหมาย ทายกวัด ผู้ช่วย ปรีกษาพูดคุยกับเจ้าหน้าที่ที่มา พร้อมด้วยคุณหมอปานทอง คุณหมอกอล์ฟในเรื่องการวิจัยก็ไม่เข้าใจนัก แต่เพื่อเป็นประโยชน์ของหมู่บ้าน โดยเฉพาะเรื่องวัดเรื่องวา ซึ่งชาวบ้านกำลังให้ความสำคัญ และช่วยกันพัฒนายังขาดแคลนปัจจัยต่างๆ หลายอย่างก็น่าจะเป็นเรื่องที่ดี เรื่องบวชนเณรก็ยังเป็นเรื่องที่ดีต่อลูกหลาน ประกอบกับคุณหมอกีว่าเป็นเรื่องดี เราก็เลยสนใจที่จะทำวิจัย

สรุปว่าเราจะทำวิจัยในหมู่บ้าน แม้จะไม่เข้าใจรายละเอียดแต่ก็ไม่หนักใจ เพราะบ้านเรามีศรัทธาอยู่แล้ว ถามอะไรมาก็ตอบไป ข้อมูลก็รู้อยู่แล้ว จากนั้นจึงได้พาเจ้าหน้าที่วิจัยไปเยี่ยมชมวัด สำนักสงฆ์ป่าช้าดงบัง พร้อมทั้งกราบนมัสการพระคุณเจ้าในวัด

2) กิจกรรมพัฒนาโจทย์ครั้งที่ 1 ทำความเข้าใจงานวิจัย และร่วมกันพัฒนาโจทย์กับผู้นำชุมชน และอุบาสก อุบาสิกากลุ่มผู้ปฏิบัติธรรมประจำ



ผู้เข้าร่วมประชุมในครั้งนี้ประกอบด้วย ผู้ใหญ่บ้านบ้านดงบัง หมู่ที่ 3 ผู้นำชุมชน ทีมผู้เฒ่าอุบาสก อุบาสิกา ที่มาปฏิบัติธรรม พระอาจารย์นรินทร์ กตฺโร (เจ้าอาวาสสำนักสงฆ์ป่าช้างดงบัง) ทีมพี่เลี้ยง สกว.ยโสธร และภิกษุสามเณรในสำนักสงฆ์

เป็นการประชุมที่สืบเนื่องจากครั้งที่แล้ว ซึ่งมีเพียงผู้ใหญ่บ้าน และผู้นำ 2-3 คน ที่รู้เรื่องงานวิจัยท้องถิ่น กระบวนการประชุมจึงเริ่มต้นจากการแนะนำตัว และแนะนำทีมทั้งหมด ทีม สกว. สร้างความเข้าใจเกี่ยวกับงานวิจัยเพื่อท้องถิ่น โดยการฉาย วีดีทัศน์ ขยะเมืองบัว เรื่อง การอ่าน และ 10 ปี สกว.

ทีมสกว.ทบทวนความเข้าใจเกี่ยวกับงานวิจัยเพิ่มเติม สมาชิกชุมชนดงบัง บอกเล่าเรื่องดีๆที่เกิดขึ้นในชุมชน เกี่ยวกับวัด และการปฏิบัติธรรมเริ่มตั้งแต่พระคุณเจ้าลงมาจาก ภูย่าอู่ ได้ 2 ปีกว่าแล้วชาวบ้านให้มาปฏิบัติธรรม จนชาวบ้านเกิดความเลื่อมใส และชวนกัน มาปฏิบัติธรรมเพิ่มมากขึ้น และได้จัดกิจกรรม “สามเณรน้อยตามรอยพระธรรม” ซึ่งเป็นอีก กิจกรรมหนึ่งที่ทางวัด และชุมชนพยายามพัฒนาเด็ก และเยาวชนด้วยพุทธภavana ในช่วงเวลาปิด เทอมเดือนตุลาคม และเดือนเมษายน (ภาคฤดูร้อน) จนถึงปัจจุบัน เป็นรุ่นที่ 5 มีเด็ก และเยาวชน ในชุมชนเข้าร่วมโครงการกว่า 100 คนซึ่งก็ได้ผลตอบรับดี สิ่งที่ชุมชนอยากทำคือการสร้างที่ ปฏิบัติธรรม แม่หนูอาจคิดว่าถ้าเราจะเอาเงินมาทำที่ปฏิบัติธรรมแต่คนยังไม่ได้พัฒนา สร้างขึ้นมา ก็ไม่มีคนมาดูแล เหมือนที่อื่นๆที่เราไปดูมาแต่ขึ้นกฟิราบเต็มเลย พระคุณเจ้าพูดถึงศรัทธา เกี่ยวกับระบบระเบียบระเบียบงามที่ต้องถือปฏิบัติให้คนใหม่ที่จะเข้ามาต้องปฏิบัติตามซึ่งสิ่งเหล่านี้ หลวงปู่ใหญ่ได้สั่งสอนมาเป็นแบบอย่าง

ข้อสรุปในที่ประชุมก็คือผู้เข้าร่วมประชุมสนใจงานวิจัยท้องถิ่น เรื่องที่อยากทำ เกี่ยวกับธรรมะ คิดว่าเราน่าจะทำโครงการสามเณรน้อยตามรอยธรรม ใช้ธรรมในการพัฒนาเด็ก และเยาวชนในชุมชน

3) กิจกรรมพัฒนาจิตครั้งที่ 2 ร่วมกับเจ้าหน้าที่ สกว.ส่วนกลาง

เมื่อวันที่ 23 พฤษภาคม 2554 ผู้เข้าร่วมประชุมครั้งนี้ประกอบด้วย ผู้ใหญ่บ้าน ผู้นำชุมชน อุบาสกอุบาสิกาผู้ปฏิบัติธรรมเป็นประจำ ผู้เฒ่าผู้แก่ในชุมชน ผู้สนใจงานวิจัย พี่เลี้ยง จากสกว.จังหวัดยโสธร และพี่เลี้ยงสกว.จากส่วนกลาง (คุณสุวรรณา บัวพันธ์ คุณโกมล สนั่นก้อง คุณอิษฐ์ ปักข์กันทร)



จากการประชุมพัฒนาโจทย์ครั้งที่แล้ว ที่ประชุมตกลงกันว่าจะใช้การปฏิบัติธรรม ในรูปแบบต่างๆที่ทางสำนักสงฆ์ และพระคุณเจ้าได้ทำการอบรมให้แก่ลูกหลานมาเป็นโจทย์ในการวิจัย อย่างไรก็ตามเนื่องจากทีมที่มาประชุม และจะเป็นทีมวิจัย ส่วนใหญ่เป็นผู้เฒ่าผู้แก่ ผู้แก่ ไม่ค่อยเข้าใจงานวิจัย ถ้าเข้าวัดก็มีแต่อยากทำบุญ ทำทาน ดังนั้นจึงมีการประชุมเพื่อพิจารณาเรื่องโจทย์วิจัยอีกครั้งหนึ่ง โดยมีเจ้าหน้าที่จาก สกว.ส่วนกลาง ซึ่งเป็นผู้ที่เข้าใจการปฏิบัติธรรมร่วมให้คำแนะนำ รายละเอียด

มีการพูดถึงคำว่า “กระบวนการขัดเกลาทางสังคม” ซึ่งเป็นคำที่ใส่ไว้ในชื่องานวิจัย มีคำแนะนำว่า ควรใช้คำว่า ขัดเกลาใจ –กิเลส-สังคม ด้วยศีล 5 ธรรม 5 ด้วยการอบรมลูกบ้าน ลูกหลาน ให้ผู้นำชุมชนเป็นหัวหน้าในการนำ โดยวิธีการหลายอย่าง เป็นกิจกรรม เช่น ประกาศเสียงตามสาย เข้าร่วมกิจกรรมทุกวันพระเพื่อเรียนรู้พิธีกรรม เรียนรู้ธรรม ปฏิบัติธรรม 5 วัน 4 คืน ให้กับผู้ใหญ่และเด็ก

ซึ่งมีผู้เกี่ยวข้องในกระบวนการขัดเกลาทางสังคมคือ วัด พระสงฆ์ ครู ผู้นำทุกคน โรงเรียน นักเรียน ซึ่งมีหลักการประกอบด้วย ศรัทธา มีเป้าหมายชัดเจน มีวิธีการปฏิบัติ คือกระบวนการพุทธภาวนา มีส่วนร่วม มีการเรียนรู้ มีการเปลี่ยนแปลง

มีปฏิบัติการประกอบด้วย การศึกษาข้อมูลการเรียนรู้ของเด็กและของชุมชน ฟังธรรมทุกวันพระ พาเด็กเข้าวัด บวชเณร บวชพระ ภาคฤดูร้อน เสวนาผู้นำชุมชน สังฆกรรม ลูกบ้าน สมาทานศีล 5 ภาวนาเป็นระยะ (ปฏิบัติธรรม) เรียนรู้พระธรรม/พิธีกรรมของศาสนา สรุปประเมินอย่างมีส่วนร่วม

กลุ่มเป้าหมาย ประกอบด้วย ผู้เฒ่าผู้แก่ ผู้นำชุมชน ครู ลูกบ้าน เยาวชน เด็กนักเรียน

3.1.2 ประชุมทำความเข้าใจโครงการร่วมกันกับชุมชน

เป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นหลังจากได้โจทย์วิจัยเรียบร้อยแล้ว และจะเริ่มดำเนินการวิจัย ซึ่งการชี้แจงทำความเข้าใจกับทีมวิจัยเป็นความจำเป็นในเบื้องต้น ซึ่งมีกิจกรรมต่างๆ เพื่อการชี้แจงดังต่อไปนี้

1) กิจกรรมประชุมความเข้าใจการบริหารจัดการโครงการกับทีมวิจัย

ผู้เข้าร่วมประชุมประกอบด้วยทีมวิจัยในโครงการจำนวน 13 คน โดยประชุมกันที่ศาลาวัด สำนักสงฆ์บ้านดงบัง มีพระอาจารย์นรินทร์ร่วมรับฟังด้วยเป็นครั้งคราว รายละเอียดในการประชุมกัน ประกอบด้วย

- ทำความเข้าใจเรื่องการจัดการเงินว่ามีค่าใช้จ่ายอะไรบ้าง ? ใครเป็นผู้เบิกจ่าย ใครเป็นผู้ถือเงิน หลักฐานเอกสารในการเคลียร์เงินมีรายละเอียดอย่างไร? ผู้ทำบัญชีมอบหมายให้ป้าสมยิ่ง ก้อนผา และแอ็ก (นางสาวสุพัฒน์ แสงสว่าง) ซึ่งเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ทำบัญชี เป็นผู้ดูแลรับผิดชอบ

- พูดเรื่องความเชื่อว่าการวิจัยจะช่วยให้เด็กพัฒนาขึ้น วิจัย คือการศึกษา แต่งานวิจัยท้องถิ่น เราต้องศึกษาเอง มันจะมีรายละเอียด ขั้นตอนจะเป็นข้อสรุปของทั้งหมู่บ้าน รายละเอียดของวิธีการทำพุทธภาวนา ขั้นตอน การวิจัย ต้องค้นหาสิ่งเหล่านี้ สถานการณ์ และสภาพปัญหาเด็ก และเยาวชนในชุมชน การพัฒนาเด็กด้วยพุทธศาสนาของชาวบ้านดงบัง

- มอบหมายหน้าที่ ผู้บันทึก พ่อสงวน สิบศรี เนร ภัสกร ประทิน พ่อสิน พ่อสำรวย แม่ผู้ใหญ่บ้าน และอาจารย์จินตนา เป็นผู้รวบรวมและตามงานเขียน

- ความคิดเห็น เกี่ยวกับงานวิจัย ผู้ใหญ่บ้านไฉนบอกว่า คิดไม่ยาก (ไม่ลำบากใจ) แต่ก็ยังไม่เข้าใจ ทีมวิจัย (แขก) เห็นว่าทีมต้องเข้าใจวิธีการ ต้องให้ทีมวิจัยเข้าใจก่อน แล้วค่อยชี้แจงในชุมชน โดยระยะให้พี่เลี้ยงช่วย และได้ช่วยกันแสดงความคิดเห็นว่า เราจะโน้มน้าวอย่างไรให้เด็กมาบวช (พระอาจารย์ถาม) ก็มีความเห็นหลายอย่าง เช่น จ้าง เอาร้านเกมออกชุมชนเป็นสื่อชักนำ และปัญหาคือเด็กๆ อายุสาว ๆ

2) กิจกรรมชี้แจงโครงการ

ผู้เข้าร่วมประชุมประกอบด้วยผู้ใหญ่บ้าน ผู้นำชุมชน อุบาสก อุบาสิกา เด็กเยาวชน และชาวบ้าน บ้านดงบัง พระอาจารย์นรินทร์ พระ สามเณร จำนวน 54 คน โดยถือเอาโอกาสพิเศษเนื่องในวันพระ ซึ่งเป็นวันที่มีญาติโยมมารวมกันทำบุญที่วัดมากเป็นพิเศษกว่าวันปกติ

ผู้ใหญ่บ้านไฉน ผู้เป็นหัวหน้าโครงการได้แนะนำหัวหน้าวิจัยจากจังหวัด และได้เล่าให้ผู้เข้าประชุมฟังว่าจะมีการทำวิจัยแบบท้องถิ่นที่บ้านของเรา โดยงานนี้จะเกี่ยวข้องกับการพาเด็กเข้าวัด มาปฏิบัติธรรม ซึ่งเป็นงานที่เราทำอยู่แล้วอย่างเช่น การจัดงานบวชสามเณรน้อยตามรอยธรรม ทุกภาคฤดูร้อน หรือการมาปฏิบัติธรรมในช่วงวันศีลของเด็กๆ ในบ้านที่ตามพ่อแม่ผู้ปกครองมา การมาทำบุญตักบาตร จัณฑ์ในวัด เป็นต้น

ทางหัวหน้าวิจัยจากจังหวัดอธิบายเพิ่มเติมว่า งานนี้มันสืบเป็นวิจัยท้องถิ่นได้ เพราะว่า ต้องทำให้เป็นเรื่องของคนทั้งหมู่บ้าน และก็ต้องมีการศึกษาข้อมูลประกอบ เช่น ข้อมูลสถานการณ์เด็ก และเยาวชนในหมู่บ้าน เพื่อเอาข้อมูลดังกล่าวมาประกอบว่า ทำอย่างไรเด็กๆจึง

จะเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนามากขึ้น และเมื่อร่วมกิจกรรมมากขึ้นเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างไร จึงจะเป็นงานวิจัย

ผู้เข้าร่วมประชุมส่วนใหญ่ต่างแสดงความคิดเห็นต่างๆ นาๆ เช่น เห็นว่ามันต้องใช้งบประมาณสนับสนุนกิจกรรม ทางวัดยังขาดห้องน้ำ ขาดกุฏิ ศาลาสำหรับการปฏิบัติธรรม บ้างก็เห็นว่า มีปัญหาจากการที่พ่อแม่ของเด็กๆ ไม่พาเข้าวัด พ่อแม่ไม่อยู่บ้านบ้าง แต่ก็อยาก让孩子เข้าวัด เพราะตามที่เราเห็นผลก็คือ เด็กที่เข้าวัดจะพูดง่าย ไม่กล้าทำบาป กลัวบาป และติดวัด ชอบไปเล่นที่วัดเวลาว่างๆ ตอนเย็น หรือวันหยุด

ผู้เข้าประชุมส่วนใหญ่ รวมทั้งทีมวิจัยยังไม่เข้าใจงานวิจัยท้องถิ่นนัก แต่ว่าทุกคนก็มาวัดเป็นประจำ ก็ต้องค่อยๆ ชี้แจงทำความเข้าใจกันไป

3.1.3 การแตกกรอบเพื่อเก็บข้อมูล

เป็นกิจกรรมที่เกิดขึ้นหลังจากที่หมู่บ้านได้โครงการวิจัยมานานพอสมควร มีการดำเนินกิจกรรมต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับเด็กตามกาลเวลา และจังหวะ แต่ทีมส่วนใหญ่ก็ยังไม่ค่อยเข้าใจงานวิจัย และก็ไม่ได้มีการเก็บข้อมูลอย่างชัดเจน เนื่องจากยังงงๆ อยู่ พอได้มีการประชุมที่ช่วยอธิบายให้เข้าใจในเรื่องนี้

ทีมวิจัยจำนวน 7 คนได้เข้าร่วมกิจกรรมแตกกรอบเพื่อเก็บข้อมูล โดยงานนี้ได้รับการสนับสนุนจากโครงการขับเคลื่อนจังหวัดยโสธรสู่จังหวัดน่าอยู่ที่สุด ซึ่งโครงการนี้มีการทำงานกับเครือข่ายวิจัยเพื่อท้องถิ่น และมีการทำงานร่วมกับกลไกภาคอีสานที่ทำหน้าที่สนับสนุนการทำงานวิจัยในพื้นที่ โดยมีทีมวิจัยจากประเด็นอื่นๆ เข้าร่วมด้วย เช่นนักวิจัยจากงานเกี่ยวกับสุขภาวะ เกี่ยวกับเกษตรกรรมยั่งยืน รวมทั้งงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเด็ก และเยาวชน

การอบรมครั้งนี้ได้มีวิทยากรให้ความรู้เรื่องงานวิจัยเพื่อท้องถิ่น มาบอกให้เข้าใจถึงความสำคัญของข้อมูล วิธีการเก็บข้อมูล เครื่องมือในการเก็บข้อมูล หรือการแตกกรอบนั่นเอง หลังจากนั้นจึงให้พูดคุยปรึกษาหารือในกลุ่มแต่ละโครงการ เพื่อทดลองแตกกรอบของตนเองจากความรู้ที่ได้รับในการอบรม และมีพี่เลี้ยงคอยช่วยเหลือแนะนำ

โครงการของเรามีหัวข้อที่ต้องนำมาเป็นคำถามในการศึกษาข้อมูลดังต่อไปนี้

- การศึกษาสภาพ และปัญหาของเด็ก และเยาวชนในอดีต
- การศึกษาสภาพ และปัญหาของเด็ก และเยาวชนในปัจจุบัน โดยใช้การประชุม และระดมปัญหาจากกลุ่มผู้มาประชุม
- เด็ก และเยาวชนได้รับการพัฒนาอย่างไร? (บทเรียน)
- วิธีการพัฒนาด้วยพุทธภาวนาทำอย่างไร?
- มีผลการพัฒนาอย่างไร?
- ผลของการเปลี่ยนแปลงในเด็ก และเยาวชนเป็นอย่างไร?

หลังจากพูดคุยปรึกษากันในกลุ่มหมู่บ้านตัวเองแล้ว ได้นำเสนอให้โครงการอื่นๆ พัง พร้อมทั้งรับฟังโครงการอื่นๆ ด้วยว่ามีการแตกกรอบแบบใด ซึ่งแต่ละโครงการมีหัวข้อแตกต่างกัน ทำให้ได้เรียนรู้กว้างขวางออกไปอีก

3.2 ปฏิบัติการวิจัย

3.2.1 กระบวนการศึกษาข้อมูล

ปัญหาในการศึกษาข้อมูลของทีมวิจัยบ้านดงบังก็คือว่า ดำเนินการไปเรื่อยๆ ก่อนที่ทีมจะได้มีโอกาสไปประชุมเพื่อศึกษาวิธีการแตกกรอบ การเก็บข้อมูลจึงไม่เป็นระบบระเบียบ เหมือนกับว่าเป็นเรื่องที่รู้กันอยู่แล้วในชุมชน และการประชุมส่วนใหญ่จะทำได้ไปพร้อมๆ กับการมาประชุมที่วัด หรือพิธีการทางศาสนาในวันสำคัญ เช่น วันพระ กลุ่มที่พูดคุยกันมักเป็นผู้เฒ่า ผู้แก่ มีผู้นำผสมอยู่บ้าง แต่ผู้นำก็จะมีเวลาไม่มาก หรือไม่เจี้ยนเหมือนพวกมาปฏิบัติธรรมประจำ วิธีการศึกษามีดังนี้

1) กิจกรรมศึกษาข้อมูลบริบทชุมชน

การศึกษาเรื่องของชุมชน ใช้การประชุมในวันพระ ซึ่งทีมวิจัยประเมินแล้วว่า จะมีคนมาทำบุญที่วัดจำนวนมากในตอนเช้าหลังฉันจังหันเสร็จคนที่รีบก็จะกลับ คนที่ไม่รีบก็อยู่ประชุมต่อได้พวกจำศีล ปฏิบัติธรรมก็จะอยู่ตอนนอนกลางคืน เพื่อการภาวนา การศึกษาใช้วิธีการโสเหล่พูดคุยกันในกลุ่ม ทำให้รู้ว่าข้อมูลบ้านเราเป็นอย่างไร แต่เรื่องคนส่วนใหญ่สนใจ และพูดคุยกันหลายก็คือเรื่องการทำบุญ วัดของเรา กำลังพัฒนา จะมีการปฏิบัติธรรมในเดือนกุมภาพันธ์ 2555 และก็มีพิธีที่ดินถวายวัดใหม่ ต้องถมดินในพื้นที่นั้น ละก็ปลูกต้นไม้ ความจำเป็นอีกอย่างหนึ่งก็คือการทำห้องน้ำ เพราะมันจำเป็นเวลาคนมาปฏิบัติทำมาๆ และนี่ก็ตั้งใจจะนิมนต์หลวงปู่ทองใบ จากวัดภูย่าอู่มาเปิดงานปฏิบัติธรรม

ส่วนในเรื่องข้อมูลของชุมชน หลังจากโสเหล่กันมาหลายแล้วก็มีข้อสรุปว่า จะต้องไปหาข้อมูลต่อ และได้มอบหมายความรับผิดชอบ คือ

- ผู้ใหญ่บ้าน ผู้นำไปเอาข้อมูลจากเอกสารเกี่ยวกับหมู่บ้านที่มีอยู่ ไปหาเก็บ
อบต.เพิ่ม

- ไปศึกษาข้อมูลโรงเรียนเพิ่มกับ ผอ.กับครู

- ให้พระคุณเจ้าเป็นผู้ทำรายละเอียดเกี่ยวกับความเป็นมาของสำนักสงฆ์

2) กิจกรรมศึกษาข้อมูล สถานการณ์เด็ก

ครั้งนี้ตั้งใจจะพูดคุย ประชุมเอาข้อมูลเกี่ยวกับเด็ก และเยาวชนในหมู่บ้านของเรา และยังใช้สถานที่เป็นที่วัดเหมือนเดิม ถือเอาวันพระที่คนมาทำบุญ อย่างไรก็ตามพบว่า คนส่วนใหญ่ไม่ได้ร่วมประชุมให้ข้อมูล กลุ่มที่พูดคุย หรือ ให้ข้อมูลก็คือกลุ่ม ผู้นำ กลุ่มอุบาสก อุบาสิกา ผู้ปฏิบัติธรรม รวมกับพระคุณเจ้าที่วัด ประมาณ 20 กว่าคน

วิธีการเก็บข้อมูลใช้การพูดคุยในกลุ่มย่อย ตามกันในที่ประชุมว่า “เด็กน้อยบ้านเขาเป็นจิ้งไต้” ซึ่งต่างคนต่างแสดงความคิดเห็น (รายละเอียดในบทที่ 4)

ที่ประชุมส่วนใหญ่จะแสดงความคิดเห็น ในเรื่องเกี่ยวกับการบวชเณร ซึ่งเป็นกิจกรรมใหญ่มีความสำคัญ ของวัด หมู่บ้าน และกับเด็ก และเยาวชน ดังนี้

“การบวชต้องใช้งบประมาณหลาย วัดยังขาดแคลนงบประมาณ”

“อาหารการกินก็เป็นเรื่องสำคัญ ต้องมีคนดูแลเป็นประจำ และก็ต้องใช้งบประมาณ”

“เครื่องบริขารก็ต้องใช้ บาทร จีวรต่างๆ”

“พ่อ แม่ ส่วนใหญ่ยังบ่เข้าใจ เด็กบางคนอยากบวช พ่อ แม่บ่ให้บวช มันต้องประชาสัมพันธ์ให้พ่อแม่เข้าวัด”

“ต้องขอความร่วมมือกับทางโรงเรียนช่วยประชาสัมพันธ์”

“การอบรมเณร จำนวนมากๆ ก็เป็นเรื่องยาก ต้องอาศัยพระพี่เลี้ยง ถ้าไม่มีพระช่วยก็จะบวชที่ละมากๆไม่ได้”

อย่างไรก็ตามที่ประชุมเห็นว่าเรื่องนี้ต้องมีการศึกษาข้อมูลเพิ่มเติมเรื่อยๆ ปรึกษาหารือกัน เพื่อให้กิจกรรมนี้เกิดขึ้น และเกิดประโยชน์แก่เด็กและเยาวชนในชุมชน

3.2.2 กระบวนการภาวนาเพื่อพัฒนาเด็กและเยาวชน

การทำกิจกรรมต่างๆ เกี่ยวกับการภาวนา การปฏิบัติธรรมของวัดและหมู่บ้าน ดงบัง มีการดำเนินงานเป็นปกติอยู่แล้ว ตามความเหมาะสมของช่วงเวลา บุญประเพณี ประจำเดือน แต่ว่ากระบวนการวิจัยได้ทำให้มีการพูดคุย มีการตั้งข้อสังเกต และทบทวนกิจกรรมที่มันเกิดขึ้น พร้อมทั้งมีการหารือกันตลอดว่ากิจกรรมเหล่านี้มีผลกระทบต่อกัน มีประโยชน์ต่อเขาอย่างไร ทำอย่างไร เด็ก เยาวชนจึงจะเข้าร่วมกิจกรรมมากขึ้น และเราจะช่วยเหลือพระคุณเจ้า ในการทำงานเรื่องนี้ได้อย่างไร? โดยกิจกรรมเหล่านี้ได้เกิดขึ้นไปพร้อมกับกระบวนการศึกษาข้อมูลในงานวิจัย กิจกรรมมีหลายอย่างที่พอสรุปได้ ดังนี้

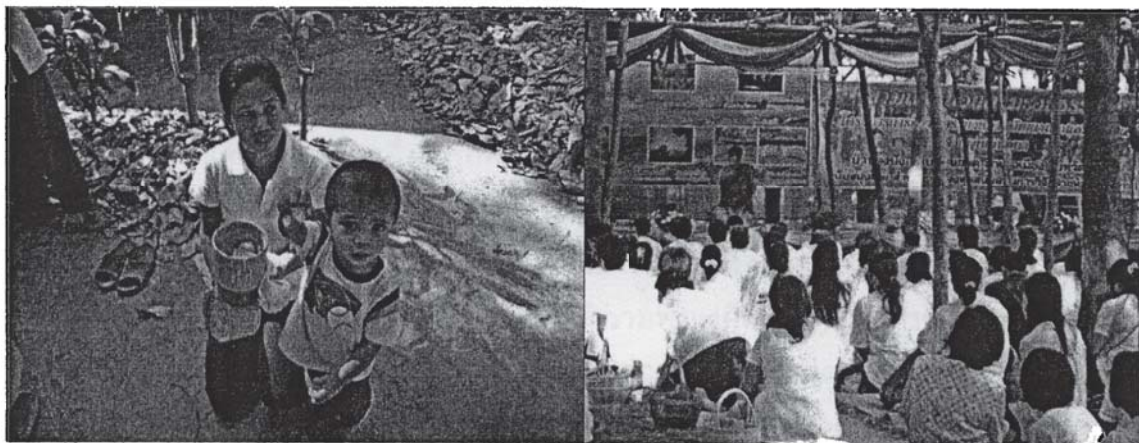
1) กิจกรรมปฏิบัติธรรมประจำปี

เป็นกิจกรรมที่ทางสำนักสงฆ์บ้านดงบังดำเนินการมา 2 ปีต่อเนื่องกัน โดยในปีนี้เป็นการจัดที่ขยายวงกว้างออกไป เพื่อประโยชน์ต่อการเผยแผ่พุทธศาสนา ทางสำนักสงฆ์ดงบังได้ติดต่อประสานงาน และขอคำปรึกษากับหลวงพ่อดองโอบ หลวงปู่ใหญ่ที่เป็นครูบา อาจารย์ วิปัสสนาจารย์ทางด้านนี้ ขอการสนับสนุนวัสดุอุปกรณ์ต่างๆ จากวัดภูย่าอยู่ ในส่วนที่ทางวัดสามารถอนุเคราะห์ได้ เช่น กลดสำหรับการพักผ่อนของผู้มาปฏิบัติ เบาะรองนั่ง ถาดหลุม สำหรับรับประทานอาหาร เป็นต้น และที่สำคัญอีกประการหนึ่งก็คือ พระสงฆ์ที่จะมาร่วม เทศนา สั่งสอน ดูแลญาติโยมที่มาปฏิบัติธรรม

ในปีนี้ทางวัด ร่วมกับผู้นำ ญาติโยมได้ประสานงานไปยังภาคส่วนต่างๆ ทั้งหน่วยงานในระดับจังหวัด ระดับอำเภอ ระดับตำบล องค์การบริหารส่วนตำบล โรงเรียน หมู่บ้าน ไกล่เคียง และพี่น้องในหมู่บ้านจังหวัดอื่นๆ จากวัดที่มีครูบาอาจารย์ในสายงานเดียวกัน

การจัดปฏิบัติธรรมในปีนี้เป็นเวลา 5 วัน คือระหว่างวันที่ 3-7 กุมภาพันธ์ 2555 มีเข้าร่วมปฏิบัติธรรมจำนวนประมาณ 200 คน โดยมาจากที่ต่างๆทั้งในหมู่บ้านดงบัง หมู่บ้านใกล้เคียงและจากภาคส่วนต่างๆ กิจกรรมดังกล่าวทำให้คนในหมู่บ้านดงบังเกิดความตื่นตัว มีความร่วมมือร่วมใจ มีโอกาสได้ทำบุญทำทาน เข้าวัด ฟังเทศน์ ปฏิบัติ รวมทั้งเด็กๆ ในชุมชน และในโรงเรียนด้วย

ในโอกาสนี้ทางโรงเรียนบ้านกุดกระหวี ตำบลสิงห์ อำเภอเมืองยโสธร ซึ่งเป็นโรงเรียนที่เคยทำวิจัยท้องถิ่นเรื่องกล้วยมาก่อน ได้นักเรียนจำนวน 20 คน เข้าร่วมการปฏิบัติธรรมเป็นเวลา 1 วัน ซึ่งพระพี่เลี้ยงก็จะจัดกระบวนการอบรมให้เป็นพิเศษ เช่น แยกกลุ่มออกจากผู้ใหญ่ มีการเล่านิทานสลับการทำสมาธิ เป็นต้น บรรยายกาดังกล่าวสร้างความตื่นตัวให้กับผู้ใหญ่ และเด็กๆ ในเรื่องการเข้าวัด ฟังธรรม เช่นเดียวกัน



ส่วนรายละเอียดในการปฏิบัติธรรม เป็นไปตามตารางดังนี้

เวลา	กิจวัตรประจำวัน
03.00น.	ตื่นขึ้นทำสรีริกิจ เจริญกัมมัฏฐาน
06.00น.	ร่วมกันทำความสะอาด
08.00น.	ทำวัตรเช้า
09.00น.	บิณฑบาตร
10.00น.	ฉันภัตตาหาร
11.00น.	ทำกิจส่วนตัว
12.00น.	ปฏิบัติธรรม

15.00น.	สร่งน้ำ-ทำกิจส่วนตัว
16.00น.	รับน้ำปานะ
17.00น.	ทำวัตรเย็น
19.00น.	ฟังธรรมโอวาท จากพระพี่เลี้ยง
20.00น.	พระพี่เลี้ยงนำปฏิบัติธรรม
22.00น.	พักผ่อนด้วยสติ

2) กิจกรรมเวียนเทียน เนื่องในวาระฉลองพุทธชยันตี

มีการดำเนินกิจกรรมนี้ในวันขึ้น 6 ค่ำ เดือน 6 วันอาสาฬหบูชา ซึ่งในทางพุทธศาสนาถือว่าเป็นสำคัญ โดยเฉพาะในปีนี้เป็นปีฉลองพุทธชยันตี 2600 ของการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า ซึ่งได้รับความสำคัญทั่วประเทศ ส่วนบ้านดงบัง คณะสงฆ์พร้อมทั้งอุบาสก อุบาสิกา ผู้นำชุมชน ผู้เฒ่าผู้แก่ ประชาชนทั่วไป รวมทั้งเด็ก และเยาวชนในชุมชนได้ร่วมกันเดินเวียนเทียนรอบหมู่บ้าน ซึ่งถือว่าเป็นโอกาสพิเศษ เพราะปกติเวลาเวียนเทียนจะทำเฉพาะในวัด

หลังเวียนเทียนรอบวัดแล้วจึงมีการสวดไชใหญ่ (ชัย) พร้อมทั้งอธิบายความสำคัญของบทสวดมนต์บทนี้ว่า เป็นการกล่าวถึงชัยชนะของพระพุทธเจ้าที่มีต่อมาร หรือกิเลส จนกระทั่งได้ตรัสรู้เป็นสัมมาสัมพุทธเจ้า กล่าวถึงปฐมเทศนาของพระพุทธเจ้า คือ ธรรมจักกัปปวัตตนสูตร ต่อมาจนถึงการเกิดขึ้นของพระรัตนตรัย คือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ พระคุณเจ้าได้พูดถึงการเผยแผ่ศาสนาของพระพุทธเจ้า จนมาถึงปัจจุบัน

ผู้เข้าร่วม โดยเฉพาะเด็ก และเยาวชนได้มีโอกาสได้ร่วมซึมซับบรรยากาศของการเวียนเทียน การสวดมนต์ การฟังพุทธประวัติ รวมทั้งแง่คิดต่างๆ เช่นกรณีพระเจ้าพิมพิสารกับพระเจ้าอชาตศัตรู ที่อธิบายความรักของพ่อ แม่ต่อลูก ความเมตตาอย่างพระพุทธเจ้าหยุดช้างตกมันที่จะทำร้ายพระองค์ ซึ่งคุณธรรมเหล่านี้ ถูกกล่าวถึงในบทสวด และพระคุณเจ้าได้กรุณาเทศนา และแปลให้ฟัง



3) กิจกรรมเข้าวัดวันเสาร์

เป็นกิจกรรมที่ทีมวิจัยได้พยายามจัดขึ้น เนื่องจากเมื่อได้ศึกษาข้อมูลสถานการณ์เด็ก และเยาวชน ศึกษาข้อมูลการเปลี่ยนแปลงของเด็ก และผู้ใหญ่จากการปฏิบัติธรรมแล้วเห็นว่า การที่เด็ก เข้าวัด ฟังธรรม กับเด็กที่ไม่ได้เข้าวัดฟังธรรมมีลักษณะแตกต่างกัน เช่น ความยิ้มแย้มแจ่มใส กล้าพูดกล้าแสดงออก เห็นได้อย่างชัดเจน โดยที่ยังไม่ได้ดูคุณลักษณะอื่นๆ

ทีมวิจัยจึงเห็นว่าควรส่งเสริมให้เด็กน้อยเข้าวัดในช่วงวันเสาร์ และได้้นำเรื่องนี้ไปหารือพระคุณเจ้า ซึ่งท่านก็ยินดี และบอกว่ามีกิจกรรมให้เด็กๆ ทำ คือปลูกต้นไม้ ทีมวิจัยมาวิเคราะห์ว่า “ทำไม เด็กบ่เข้าวัด” พบว่า เพราะพ่อ แม่ บ่พาเข้า ดังนั้นจึงใช้วิธีการให้ทีมวิจัยแต่ละคนไปบอกลูกหลานของตนเองมาวัด และให้ลูกหลานแต่ละคนไปหาพรรคพวก ชวนกันมา มีการให้รางวัลด้วย

กิจกรรมในวันเสาร์ ในครั้งแรก (21 กย. 55) มีเด็กๆ มาร่วมกิจกรรมถึง 70 คนพ่อแม่ผู้ปกครองมีการมาเพลอยู่แล้ว ประกอบกับที่วัดมีการก่อสร้างศาลากลางแจ้ง มีช่าง และชาวบ้านมาช่วยทำงาน จึงต้องมีการทำอาหารเที่ยงเลี้ยงคนทำงาน รวมทั้งแม่ครัวก็จะทำอาหารเลี้ยงเด็กๆ ที่มาร่วมกิจกรรม

พระคุณเจ้า สอนการ กราบ การไหว้ สวดมนต์ เทศนาประกอบนิทานให้ฟัง การนั่งสมาธิ ให้ดูรูปกิจกรรมต่างๆในวัดที่เด็กๆ มีส่วนร่วม เช่น การบวชเณร การปฏิบัติธรรม การปลูกต้นไม้ เป็นรูปภาพประกอบเพลงที่มีความหมายในเรื่องธรรมะ พร้อมทั้งมีหนังสือการ์ตูนธรรมะให้เด็กๆ ดูด้วย หลังจากนั้นก็พาเด็กๆ ไปปลูกต้นไม้ ถ่ายรูป เป็นที่ระลึก

ในการสรุปกิจกรรม พระคุณเจ้าเล่าให้ฟังว่า พระจากภูย่าอยู่ รวมทั้งพระคุณเจ้าเองจะมีทักษะเรื่องการอบรมธรรมะให้เด็กๆ อยู่แล้ว ทั้งเด็กเล็ก เด็กโต เพราะที่วัดเป็นสำนักวิปัสสนาธุระ ของจังหวัดอุดรธานี ที่ให้การอบรมคนทั้งปี ตลอด 7-8 ปี พระคุณเจ้าก็ฝึกฝนตัวเองด้วยการทำกิจกรรมเหล่านี้ เรื่องอื่นๆต่างๆก็ไม่ต้องห่วง หนังสือการ์ตูนที่เนื้อหาสอดคล้องกับธรรมะก็มีเยอะแยะ พระคุณเจ้ามีความพร้อมในการสอน ช่วงแรกให้เรื่องสนุกสนานก่อน แต่หัวใจใหญ่ของการภาวนาก็คือ เป้าหมายในการพ้นทุกข์ การสอนเด็ก ก็มีเจตนาแบบเดียวกัน แต่พระคุณเจ้าไม่สามารถไปเรียกร้องเชิญชวนเด็ก ๆ เข้าวัดด้วยตนเองไม่ใช่กิจของสงฆ์ ไม่สามารถทำอาหารเลี้ยงเด็กได้ ชุมชนชาวบ้านต้องช่วยกันกิจกรรมนี้จึงเกิดขึ้นได้ ผู้ปกครอง ทีมวิจัยก็รับทราบ และชื่นชมยินดีกับสิ่งที่เกิดขึ้น

ในวันเสาร์ต่อมา พบว่ามีเด็กๆ เข้ามาทำกิจกรรมในวัดน้อยลงเรื่อยๆ ซึ่งพระคุณเจ้าก็สอนเท่าที่จะมีเด็ก ทีมวิจัยสรุปว่ามีการประชาสัมพันธ์น้อย ไม่ได้ไปบอกโรงเรียน ไม่ได้บอกเด็กๆ เพราะคิดว่าเด็กจะรู้ และมาเอง ผู้ใหญ่ก็มีกิจธุระมากมาย หลงๆ ลืมๆ วันเสาร์ วันอาทิตย์

อาทิตย์ก่อนก็มีบังกะโปก (คล้ายประทัด) แดกโดนมือเด็กผู้ชายคนหนึ่ง ถึงกับมือขาด บางคนก็ว่า ถ้าให้ลูกมาวัดจะไม่เป็นแบบนี้ บ้างก็ว่า เมื่อมีเหตุการณ์แบบนี้ ผู้ปกครองก็ไม่อยาก让孩子ออกจากบ้าน ไปเล่นที่อื่น บางเสาร์ผู้ใหญ่ก็ติดธุระ เช่น มีการเดินทางไปวัดภูย่าอยู่เพื่อไปกราบนมัสการหลวงปู่ทองใบ ต้องเตรียมตัวเดินทาง ไม่สามารถจัดกิจกรรมกับเด็กๆ ได้

ตอนหลังๆ ช่วงปิดเทอม มีเด็กๆ มาบวชสามเณรกับพระคุณเจ้า หลายรูป อย่างเณรไธศวัชเรียน ไม่สึก บางองค์ก็บวชช่วงปิดเทอม การอบรมลูกหลาน เด็ก และเยาวชน จึงหันไปทางอบรม สามเณรเล็กๆ ที่บวช มากกว่าเด็กๆ ในชุมชน

3.3 การประเมินผล

3.3.1 กิจกรรมศึกษาข้อมูลองค์ความรู้ การเปลี่ยนแปลง สาเหตุการเปลี่ยน และผลกระทบที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงกระบวนการพัฒนาเด็ก

การศึกษาข้อมูลในเรื่องนี้มีอยู่สองลักษณะ ก็คือการศึกษาการเปลี่ยนแปลงในกลุ่มผู้ใหญ่ หรือผู้ปกครอง ซึ่งเป็นคนกลุ่มแรกๆ ที่นำการปฏิบัติธรรมเข้ามาอยู่ในชีวิตของตนเอง แล้วเกิดการเปลี่ยนแปลง และเป็นกลุ่มหลักที่นำการปฏิบัติ เชื่อมโยง ชักจูง การปฏิบัติธรรมไปสู่คนอื่นๆ ในชุมชน รวมทั้งเด็ก และเยาวชนด้วย รายละเอียดเป็นดังนี้

1) กิจกรรมการศึกษาการเปลี่ยนแปลงในกลุ่มผู้ปฏิบัติธรรม

ในวันนี้ก็ประชุมกันที่วัดเหมือนเดิมเพราะว่ามีการนัดหมายว่าจะถอดบทเรียนกลุ่มคนที่มาก็คือ ทีมวิจัย ผู้นำ และผู้เฒ่าผู้แก่ที่ปฏิบัติธรรมตั้งใจจะมาให้ข้อมูล รวมทั้งพระคุณเจ้า

ในเบื้องต้นพระคุณเจ้าได้เมตตาเทศนาสู่ฟัง พร้อมทั้งให้ข้อมูลต่างๆ ว่ากระบวนการปฏิบัติเป็นอย่างไร

เริ่มจากการให้รู้จักทาน ศีล เจริญพุทธมนต์ ฟังบ่อย ๆ เข้าใจมากขึ้น เจริญภาวนา โดยใช้หลักสติปัฏฐาน 4 (..... คั่นตะธุระ คือการเรียนรู้ในธรรมของพระพุทธเจ้า / วิปัสสนา ทำจิตให้แจ้ง ต้องเข้าสู่สมณะภาวนาก่อนต้องละนิวรณ์ห้าให้ได้ ไตรสิกขา เรียนรู้.....) คำสอนของพระพุทธเจ้ามี แปดหมื่นสี่พันพระธรรมขันธ์ (สองหมื่นสอง พระวินัย สองหมื่นสองพระอภิธรรม (สี่หมื่นสองพันพระธรรมขันธ์ จึงย่อมา เรียกว่า สติปัฏฐาน 4 กาย ภาวนา จิต ธรรม) ไม่ได้พูดเรื่องบุญอย่างเดียว บุญแปลว่าดีหรือตรง ตรงอกุศลออก ทำบุญทำง่าย แต่การสร้างกุศล ละอกุศลมันยาก การทำดี ไม่อวดดี ไม่อวดดี แต่จะเอาดี เพื่อสร้างกุศล คือความฉลาด ทุกคนมีบุญแต่วาสนาที่สร้างมาไม่เหมือนกัน ทำอย่างไรให้ชาวบ้านรู้จัก....ทำตามกันมาไม่ได้มุ่งศาสนาวัตถุแต่ต้องอาศัย เน้นศาสนบุคคล ศาสนามีห้าศาสตร์ มีศาสนดา มีศาสนาธรรม มีศาสนบุคคล (พระสงฆ์) มีศาสนวัตถุ (วัตถุอาาราม) ศาสนพิธี (อัญชลี วันทา อภิวาส)

บุญมี 10 อย่าง เรียกว่าบุญกิริยาวัตถุ 10

1. ทานมัย การให้ทาน (อภัยทาน ฯลฯ)
2. ศีลมัย การรักษาศีล

3. ภาวนามัย การเจริญภาวนา
4. อปฺปการมัย การทำตัวอ่อนน้อมต่อมตน
5. การชวนชวายเป็นกิจที่ชอบ
6. การให้ส่วนบุญ (ปัตติทานมัย)
7. การให้ส่วนบุญ
8. การฟังธรรม
9. การแสดงธรรม

10. วิสุทฺฐกรรม การทำความเห็นให้ตรง

กิเลสมีสามชั้น มีหยาบ คือคนทุศีล คือถือศีลไม่ได้ จะเข้าองค์ภาวนาไม่ได้ กลาง ละนิวรณ์ห้า ละเอียต อนุสัย 7 เริ่มจากการถือศีลก่อน

ปฏิบัติทำตาม หลักโพธิปักขิยธรรม 37 ข้อ คือของพุทธเจ้าคือ สอนให้ยืน เดินนั่งนอนกิน แบบอารยชน แบบมีสติ ทำอย่างไรจะเป็นคนที่มีศีล 10 ข้อ

มาสงเคราะห์ท้องถิ่น ยินดีกับพ่อแม่ ช่วยแก้ปัญหา

ญาติโยมส่วนมากยังติดอยู่ในรูปสกลิ่นเสียง (กามคุณ 5)

เณรมาบวช จะแบ่งเป็นกลุ่ม ศีล สมาธิ ปัญญา เหมือนกันทั้งสามปี แต่นิยาม ธรรมต่างไปโดยสอนผ่านนิทาน การสอน เริ่มจากสอนให้เด็กรู้จักพระรัตนตรัย ประกอบกับการ ถามตอบ พร้อมให้รางวัล สลับการปฏิบัติธรรม เนื่องจากเด็กมีสมาธิน้อย ก่อนจะมานั่งฟังธรรมข้อต่อไป เด็กที่เข้ามาเรียนรู้ได้ต่างกันเนื่องจากทำกรรมต่างกันมา นอกจากนี้ครอบครัวก็มีผลต่อเด็ก

ผลที่เกิดเมื่อเด็กเข้าวัด พ่อแม่ก็จะตามมาโดยปริยาย เด็กอ่อนน้อมต่อมตน จากพูดแข็งกระด้างมึงกู ก็ค่อยดีขึ้น การรับของเด็กเหมือนผ้าขาว การรับจำกัดรู้ เด็กกับผู้เฒ่ามี เท่ากัน แต่การรู้ละ ผู้เฒ่ามีหลายกว่าผู้น้อย อาทิ เด็กทะเลาะกัน แต่ก็สามารถเล่นด้วยกันต่อได้ แต่ผู้ใหญ่จะเจ็บจำโกรธแค้น ดังนั้นเด็กต้องเรียนรู้ ผู้ใหญ่เรียนละ เป้าหมายเดียวกันแต่ธรรมมะ คนละตัว ต้องใช้องค์ภาวนา คือ พุทฺโธ (รู้ตื่นเบิกบาน) คือสภาวะธรรมของพระพุทธเจ้า

เด็กถามหาพระ เด็กมาบวช พ่อก็มาจำศีล สุดท้ายก็มาทั้งครอบครัว

เด็กมาวัด มาเล่น มานอน เช่น ลูกแม่แต แม่เวียงชน ส่วนใหญ่เป็นเด็กประถม เด็กมัธยมไม่ค่อยมา เพราะอยากอายุ แต่จะมาเวลามีกิจกรรม มาช่วยงาน

เด็กตื่นขึ้นมาใส่บาตร โดยเฉพาะวันเสาร์ อาทิตย์

การมาวัดทำให้เด็กอ่อนน้อมต่อมตนดีขึ้น รู้จักหวัดดีผู้ใหญ่ กลางคืน ก็สวดมนต์

ชาวบ้านสมათานศีลเอง รักษาศีลเอง

กิเลส มี 10 กอง ทุกคนมีกิเลสเท่ากันทุกคนถ้าละ 3 กองแรกได้ก็สามารถจะ บรรลุเป็นพระโสดาบัน คือ สกยะทิฐิ กายเรา รูปเรา สังขารเรา วิกฤติปิจฉา ความล่งเลงสงสัยใน

พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ศิลปะปราชญ์ รูปคัมภีร์ คือการ สมาทานศีลห้าแต่ปากแต่ไม่ลงมือทำ ไม่ปฏิบัติ

คิดว่าถ้าอยากให้เด็กวัยรุ่นเข้าวัด ก็คิดว่าให้แนะนำให้มาหาพระคุณเจ้า

หลังจากพระคุณเจ้าเทศนาจบลงแล้ว ในช่วงบ่าย ญาติโยมก็เป็นผู้พูดคุยให้ข้อมูลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตัวเอง ผลของการปฏิบัติธรรม ซึ่งล้วนแล้วแต่มีผู้อยากให้อีกข้อมูล อยากเล่าว่าเมื่อก่อนเป็นอย่างไร มีความทุกข์ มีปัญหาอย่างไร เมื่อเข้าวัด เปลี่ยนแปลงอย่างไร ดีขึ้นอย่างไร ด้วยความภาคภูมิใจ มีผู้ให้ข้อมูลหลายคน เช่น แม่สำราญ ประเสริฐ แม่ดวงจันทร์ ชูรัตน์ แม่สมยิ่ง ก้อนดา แม่กาญจนา สิบสี่ พ่อสมัย พานิชสิริ ยาคานศรี พันครุ และอีกหลายๆ คน เวลาพูดคุยให้ข้อมูล คนอื่นก็ได้มีโอกาสได้รับฟังเรื่องราวของเพื่อนบ้าน พร้อมทั้งให้ข้อมูลเพิ่มเติมสนับสนุน ยืนยัน ซึ่งรายละเอียดเหล่านี้จะปรากฏในผลการศึกษาบทที่ 4

2) กิจกรรมศึกษาการเปลี่ยนแปลงในเด็ก และเยาวชน

ปกติแล้วจะมีเด็กจำนวนมากมาร่วมทำกิจกรรมในวัด มากบ้างน้อยบ้างตามแต่ละกิจกรรม เช่น ถ้าเป็นกิจกรรมในวันเสาร์ปกติ ก็จะมีประมาณ ห้า หก สิบคน ถ้าเป็นเทศกาลก็จะมาทั้งหมดบ้าน แต่ถ้าเป็นกิจกรรมที่ต่อเนื่อง เช่น การปฏิบัติธรรมในวันพระ ก็จะมีส่วนน้อย ตามแต่ความใส่ใจดูแลของผู้ปกครอง

การศึกษาข้อมูลจากเด็กครั้งนี้ มีการนัดหมาย อธิบายให้พระคุณเจ้าเข้าใจ ประกอบกับได้รับความร่วมมือกับทางโรงเรียนที่ได้นำเด็กที่จะเข้าแข่งขันการสวดมนต์ทำวัตร ของทางเขตการศึกษา เขต 1 ซึ่งได้รับการฝึกฝนจากทางวัด และพระคุณเจ้า เข้าร่วมในการถอดบทเรียนในครั้งนี้ การศึกษาครั้งนี้จึงเป็นข้อมูลจากเด็กบางส่วนจำนวน 15-16 คน ประกอบกับเด็กที่เข้าร่วมทำกิจกรรมที่วัดจำนวนหนึ่งมากพอสมควร (สิบกว่าคน) เป็นเด็กเล็กๆ ซึ่งไม่สามารถให้ข้อมูลได้ การศึกษาครั้งนี้จึงเป็นข้อมูลบางส่วนที่เข้าร่วม

เพื่อให้เด็กได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็นเต็มที่ ได้มีการแบ่งเด็กๆ เป็น 3 กลุ่มๆ ละ 5-6 คน ได้แก่ กลุ่มศีล กลุ่มสมาธิ และกลุ่มปัญญา และมีพี่เลี้ยงงานวิจัย พร้อมทั้งทีมวิจัยในโครงการกลุ่มละ 3-4 คน ร่วมสังเกตการณ์พูดคุยแลกเปลี่ยน

เริ่มกระบวนการด้วยการให้เด็กเล่าให้ฟังว่าตัวเองชอบสัตว์ชนิดใด เพื่อให้เด็กไม่เกร็งมากกับบรรยากาศนั่งพับเพียบเป็นวงกลมและพนมมือทุกครั้งทีพูดคุยกับวิทยากรผู้ซักถาม

คำถามในการถอดบทเรียนครั้งนี้เริ่มจาก สิ่งที่คุณแม่ดู ค่า คืออะไร ปัญหาของเด็กเยาวชนคืออะไร และมีอะไรเปลี่ยนแปลงไปจากเดิมบ้าง

3) กิจกรรมสรุปการเรียนรู้จากการศึกษาข้อมูลของทีมวิจัย

ทีมวิจัย ได้สรุปว่าจากการเก็บข้อมูลเด็กนักเรียนบ้านดงบัง ทำให้ได้เรียนรู้อะไรบ้าง เกี่ยวข้องกับขั้นตอนงานวิจัยอย่างไร ทีมวิจัยอธิบายว่าดังนี้

- ทำให้ รู้จักเด็กน้อย

- สังเกตเห็นความแตกต่างว่า เด็ก ผู้เข้าวัดกล้าตอบกล้าพูด ตอบแบบยิ้มแย้มแจ่มใส

- เห็นว่าเด็กเวลาอยู่วัดกับอยู่บ้านต่างกันอย่างไร นอกจากวัดไปขอเงินแม่ แม่ไม่ให้ลักเอา เพื่อเอาไปเล่นเกมสล็อตเน็ตในบ้าน แม่ดี เด็กกลับเข้ามาวัดอีก ผู้ใหญ่อบรมอีก รอบ อยากมาวัดแม่ให้เลี้ยงน้อง เวลาเลิกเรียนเด็กจะรีบทำงานบ้านช่วยพ่อแม่แล้วรีบเก็บดอกไม้ไปชวนเพื่อนออกมาวัดเพื่อทำวัตรเย็น แม่ก็จะให้เลี้ยงน้อง

การเด็กจะเข้าวัดหรือไม่ ขึ้นอยู่กับพ่อแม่ พ่อแม่ไม่อนุญาต เด็กชวนกันมาวัด เด็กชวนพี่ชายมาวัดพี่ชายกินเหล้า อยากให้พี่ชายมาฟังเทศน์

เด็กน้อยชวนกันมาวัดมาก ส่วนมาที่ชอบมา เวียนเทียน วันแม่ ข้าวสารท ข้าวประดับดิน ทางวัดประกาศเสียงตามสาย ให้ออกมาปลูกต้นไม้ เด็กน้อยมาวัดประจำช่วงมีงานเช่น มาชวนล้างถ้วย จัดปฏิบัติธรรมเด็กน้อย พระคุณเจ้าเล่านิทานธรรมะให้ฟัง เด็กเข้าวัด ตามพ่อแม่ เด็กชวนกันเอง ความแตกต่าง ต่างกันมาก กลับมาวัด เด็กเข้าวัดไม่ฆ่าไก่ให้กิน เด็กที่ไม่มาวัด ขี้รอกแข่งกัน เล่นเกมส์ ยิ่งกระปอม คนทุกบ่ค่อยไปเล่นเกมส์

ข้อสรุปที่ได้จากวงคือ เด็กที่เข้าวัดมีลักษณะนิสัยที่ดี บอกสอนง่าย รู้จักสมาธิ คารวะ กว่าเด็กที่ไม่มา การเป็นทีมวิจัยที่จะชวนเด็กเข้าวัดจะอย่างไร บอกพ่อแม่เด็ก ให้เด็กชวนเพื่อนมาวัดได้ผลดีกว่าบอกผู้ใหญ่ เราจะอย่างไร ข้อดีคือมีพระคุณเจ้าอยู่วัดพร้อมที่จะอบรมสั่งสอนอยู่แล้ว ในฐานะทีมวิจัย จะอย่างไร ข้อเสนอ நடเด็กน้อยที่เข้าวัดมาคุยกันว่าจะชวนกันเข้าวัดอย่างไร ในวันพระมีเด็กมาทำวัตรเยอะกว่าปกติ

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา (Descriptive analysis) และการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content analysis) สร้างเป็นข้อสรุปเปรียบเทียบกับวัตถุประสงค์

บทที่ 4

ผลการศึกษา

ผลการวิจัยในรายงานความก้าวหน้าฉบับนี้ เป็นผลจากการดำเนินงานในช่วงแรกของโครงการ “ศึกษากระบวนการพัฒนาเด็ก และเยาวชน ด้วยพุทธทาวนา บ้านดงบัง ตำบลหนองคู อำเภอมือง จังหวัดยโสธร” ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาสถานการณ์ และสภาพปัญหาเด็ก เยาวชนในบ้านดงบัง เพื่อศึกษาองค์ความรู้ และผลกระทบที่เกิดจากกระบวนการพัฒนาเด็ก ด้วยพุทธศาสนาของบ้านดงบัง เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนาเด็ก และเยาวชนด้วยพุทธทาวนา ของบ้านดงบัง ผลการศึกษารูปตามประเด็น ดังนี้

1. บริบทของบ้านดงบัง
2. สถานการณ์ และสภาพปัญหาเด็ก เยาวชนในบ้านดงบัง
3. องค์ความรู้ และผลที่เกิดจากกระบวนการพัฒนาเด็ก ด้วยพุทธศาสนาของบ้านดงบัง
4. กระบวนการพัฒนาเด็ก และเยาวชนด้วยพุทธทาวนาของบ้านดงบัง

1. บริบทของบ้านดงบัง

1.1 ประวัติหมู่บ้านและประชากร

บ้านดงบัง ม. 3 อยู่เขตการปกครองของตำบลตาตทอง ม. 8 อ.ยโสธร จ.อุบล และแยกออกมาเป็นบ้านดงบัง ม.3 ต.หนองคู อ.เมือง จ.ยโสธร และแยกออกเป็นบ้านดงบัง ม.5 และบ้านโนนทรายงาม ม. 4 มีจำนวนประชากร 1,065 คน จาก 198 ครัวเรือน แบ่งเป็นชาย 477 คน หญิง 493 คน อาชีพของชาวบ้านดงบัง ทำนาปี และเริ่มทำนาปรัง ทำไร่มันสำปะหลัง มีสวนยางพาราเมื่อห้าปีที่แล้ว นอกจากนี้ก็ รับจ้างก่อสร้าง ขายของในตลาดในหมู่บ้าน

1.2 อาณาเขต

ทิศเหนือ ติดกับ บ้านหนองแสง ตำบลสิงห์

ทิศใต้ ติดกับ บ้านชุมเงิน ตำบลชุมเงิน

ทิศตะวันออก ติดกับ บ้านหนองคู

ทิศตะวันตก ติดกับ บ้านโนนไทรงาม

1.3 ทรัพยากรน้ำ

หนองพงโพด อยู่บริเวณหมู่บ้านดงบัง ห้วยวังไฮอยู่หมู่สาม ลำห้วยถ่มยาว 11 กิโลเมตร จากบ้านโนนทรายงาม ถึงบ้านหนองคู

หนองเดือนห้าอยู่หมู่สี่บ้านโนนทรายงาม ใช้ประโยชน์ในการทำนาปรัง การเลี้ยงสัตว์
ปลูกผัก

1.4 ทรัพยากรดิน ลักษณะดิน

ใกล้ลำห้วยเป็นดินสีดำ เหนียว คนในสมัยก่อนมักจะนำมากิน ส่วนมากเป็นดินร่วนปนทราย มีดินเหนียวบ้างเล็กน้อย ในสมัยก่อนมีการต้มเกลือ ปัจจุบันมีการเอาเกลือและปูนขาวไปใส่ดินก็ดีขึ้น ก็เลยไม่ได้ต้มเกลือ

1.5 ทรัพยากรป่า มีป่าสาธารณะ

คือ ที่พักสงฆ์บ้านดงบังในอดีต จำนวน 41 ไร่ เคยเป็นป่าช้าเก่า ยังไม่ได้ขอวัด เพราะพระจำพรรษาไม่พอ ต้องใช้หารูป ในจำนวนห้าปี ตอนปู่ตาบ้านดงบัง จำนวน 21 ไร่ใช้ในการจัดงานบุญประเพณีบุญบั้งไฟ ศาลากลางบ้านหมู่ สาม ใช้ประโยชน์ในการประชุม ใช้เป็นสถานที่เลือกตั้ง เข้าไปหาเห็ดปลวก เห็ดโค เห็ดน้ำหมาก หาหน่อไม้ หาพินจากต้นไม้แห้ง มีสัตว์อนุรักษ์ คือ กระแต โดย ไม่ให้จับไปกิน ปรับสองพันบาทสำหรับผู้ไปจับ ห้ามขุดจีโป่ม (จิ้งโก้น) ในเขตอุทยาน ทรัพยากรอากาศ มีสามฤดู มีนาคมถึงเมษายนอากาศจะร้อนมาก ฝนไม่ตก น้ำในห้วยแห้ง ในตอนที่ประชาชนเริ่มทำนาปรัง ในอดีต น้ำในห้วยไม่แห้ง ฤดูฝน อุดมสมบูรณ์ น้ำท่วมที่นาตามลำห้วย แต่ไม่เสียหายมาก เพราะน้ำท่วมขังไม่นาน

1.6 องค์กร สถานที่ราชการ ร้านค้า

วัด 1 แห่ง คือ วัดโพธิ์ศรีดงบัง และสำนักสงฆ์ปฏิบัติธรรมป่าชุมชนบ้านดงบัง

ศูนย์เด็ก 1 แห่งขึ้นกับอบต. ตั้งอยู่ศาลากลางบ้านหมู่ห้า ข้างตลาด มีเด็กอายุ 3-5 ปี ไปเรียน เด็กจำนวน 30 คน ครูพี่เลี้ยงดูแลเด็ก จำนวน 4 คน

รพสต. บ้านหนองคู ห่างจากบ้านดงบังประมาณ 1 กิโลเมตร เจ็บป่วยใช้ธรรมดา ทำทันตกรรมเดือนละ 2 ครั้ง มีชมรมเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ถ้าเกินที่ รพ.สต.จะดูแลได้จะส่งต่อไปที่โรงพยาบาลโสธร

มีร้านอินเทอร์เน็ต 1 แห่งจำนวน 10 เครื่อง เด็กในหมู่บ้านไม่ค่อยได้ไปใช้บริการ เพราะไม่ค่อยมีเงิน

มีร้านแต่งรถ 1 แห่งในหมู่บ้าน

1.7 ทรัพยากรน้ำ

ระบบน้ำ ใช้น้ำประปาสูบจากชุดเจาะบาดาล ความลึก 40 เมตร มี 2 หอส่ง แยกกันระหว่าง ม. 3 กับ ม. 5 บ้านดงบังหมู่ 3 เสียค่าน้ำหน่วยละ 4 บาท หมู่ 5 หน่วยละ 6 บาท

1.8 กลุ่มองค์กรต่างๆ

มีกลุ่มเลี้ยงโค กระบือ ได้รับการสนับสนุนจาก ชกส. และปศุสัตว์ เหลือโครงการเลี้ยงวัวเอาลูก

กลุ่มเด็กเยาวชนในหมู่บ้าน มาจากการเลือกตั้งของกลุ่มเยาวชน เด็กในหมู่บ้านมีการรวมกลุ่มกันเล่นฟุตบอล อุปกรณ์ออกกำลังกาย ที่ได้รับการสนับสนุนจากนักการเมืองท้องถิ่น และ อบต. หนองคูสนับสนุนอุปกรณ์กีฬาทุกชนิด และจัดให้มีกีฬาต่อต้านยาเสพติด จัดในช่วงปีใหม่

และสงกรานต์ของทุกปี เด็กเยาวชน จำนวนน้อยมาชิงร่มมอเตอร์ไซค์ แข่งเสียง แข่งความเร็ว มีเด็กนักเรียนมัธยมมอหนึ่งมอสองมีการใช้ยาบ้า

กลุ่มปฏิบัติธรรม ในเดือนกุมภาพันธ์ของทุกปี จะมีการจัดกิจกรรมปฏิบัติธรรม จำนวน 4 คีน 5 วัน เริ่มทำเมื่อปีพ.ศ. 2554 ต่อก่อนมีการจัดกฐิน ผ้าป่าทุกปี ในช่วงวันพระมีปฏิบัติธรรมทุกวัน สมาชิกที่เข้าร่วมในการปฏิบัติ คือ อบต. ผู้สูงอายุ ผู้นำท้องถิ่น ผู้ใหญ่บ้าน อสม. สอบต. ถ้าไม่ติดธุระจะมานอนจำศีลที่วัดร่วมกับชาวบ้าน มีผู้เข้าร่วมจากชุมชนอื่นเข้าร่วม จากจังหวัดกาฬสินธุ์ บุรีรัมย์ โคราช ร้อยเอ็ด มาตามสายภูย่าอู่ และชาวบ้านใกล้เคียง

1.9 ตลาด

ตลาดชุมชนมีทุกเช้าและเย็นของทุกวัน คนที่ไปขายส่วนมากเป็นชาวบ้านจากหมู่ 3 และ 5 แม่คำมีจำนวนประมาณ 40 คน มีบ้านอื่นมาขายบ้าง เช่น ปลาจากลำห้วย เห็ดป่า เนื้อไก่ เนื้อหมู คนในหมู่บ้านขาย ผักจากสวน เช่น มะเขือ พริก แดง จีโป่ม กลอย มัน หน่อไม้ส้ม มันนง มันน้ำ ผักลิ้นปี เป็นของที่ปลูกเอง คนที่มาซื้อของเป็นคนในชุมชนที่ออกไปรับจ้างในเมือง และกลับมาซื้อของที่ตลาดนัดชุมชนก่อนเข้าบ้าน

1.10 อาสาสมัคร

อสม.หมู่ 3 จำนวน 17 คน หมู่ 5 มี 22 คน ในแต่ละเดือนต้องตรวจแหล่งรับผิตชอบ เดือนละ 2 ครั้ง สรรวจผู้สูงอายุ ความดัน การไ้ยาของผู้เป็นเบาหวาน ทำกายภาพบำบัดในส่วนผู้พิการ สรรวจลูกน้ำยุงลาย

อปพร. อาสาสมัครป้องกันพลเรือน หมู่ 3 จำนวน 11 คน หมู่ 5 จำนวน 12 คน ทำหน้าที่ช่วยเหลือคนป่วยฉุกเฉิน อุบัติเหตุในหมู่บ้าน ช่วงเทศกาลสงกรานต์ ปีใหม่ เข้าเวรจุดตรวจบริการประชาชน

1.11 งานบุญ ประเพณีต่างๆ

งานบุญประเพณี งานที่เด่นคือ งานบุญบั้งไฟ และปฏิบัติธรรม วัดจากคนเข้าร่วมงาน จำนวนมาก บุญเดือนสี่บุญเผวด แห่กันหลอน ดันเงินเข้าวัด บุญกุ่มข้าวในเดือนสามและบุญเข้าจีรรวมกัน โดยการนำข้าวเปลือกมารวมกัน มีการสั้วขวัญข้าว และถวายข้าวเปลือกกรวมกัน ให้พระไปขายมาบำรุงวัด บุญเดือนสี่แห่ข้าวพันก้อน ตักบาตรเทโว ในช่วงออกพรรษา บุญวันวิสาขบูชามีกิจกรรมเวียนเทียนรอบหมู่บ้านในตอนหัวค่ำถึงประมาณสามทุ่ม มีพระสงฆ์สวดรอบหมู่บ้าน เพิ่งเริ่มทำในปีพ.ศ. 2555 ในปีแรก มีคนเข้าร่วมประมาณ 120 คนใส่ชุดขาว เป็นคนในหมู่บ้าน ทั้งเด็กและผู้ใหญ่ และผู้สูงอายุ เดินรอบหมู่บ้าน แห่เข้าวัด และฟังธรรมจากพระ

มีงานศพปลอดเหล้าจัดมา 3 ปี เกิดจากการประชาคมหมู่บ้าน เพื่อลดค่าใช้จ่ายของผู้จัดงาน ให้กินน้ำอัดลมแทน และน้ำเปล่า น้ำสมุนไพร

1.12 โรงเรียนบ้านดงบัง

โรงเรียนบ้านดงบัง หมู่ที่ 3 บ้านดงบัง ตำบลหนองคู อำเภอเมือง จังหวัดยโสธร ก่อตั้งเมื่อวันที่ 1 เดือนสิงหาคม พ.ศ.2466 โดยรองอำมาตย์ตรี ขุนพันธานการ ตำแหน่งสมุหบัญชี

อำเภอยโสธร เป็นผู้จัดตั้งในนามนายอำเภอยโสธร เปิดทำการสอนครั้งแรกโดยอาศัยศาลาวัดบ้านดงบัง เป็นสถานที่เล่าเรียน ดำรงอยู่ได้ด้วยเงินการศึกษาพลี ซึ่งเก็บจากราษฎรคนละ 2 บาท โดยมีนายกุ สิบวงษ์ เป็น ครูใหญ่คนแรก

ปี พ.ศ.2494 นายอ่อนจันทร์ ศรีใสคำ ครูใหญ่ในขณะนั้นได้ย้ายโรงเรียนจากศาลาวัดบ้านดงบัง มาตั้งขึ้นใหม่ในบริเวณที่ดินทางทิศตะวันตกของหมู่บ้าน ห่างจากวัดบ้านดงบัง ประมาณ 400 เมตร พื้นที่ 7 ไร่ (ชาวบ้านเรียกว่า "สวนหลวง" ปัจจุบันที่ดินแปลงนี้ใช้เป็นทำ การเกษตรของโรงเรียน)

ผู้บริหารโรงเรียนคนปัจจุบันคือ นายสุเทศน์ สันทา รับตำแหน่งตั้งแต่วันที่ 3 เดือน พฤศจิกายน พ.ศ.2553 จนถึงปัจจุบัน

ข้อมูลบุคลากรการศึกษา ครู 11 คน นักเรียนทั้งหมด 121 คน

1.13 ที่พักสงฆ์ป่าชุมชนบ้านดงบัง

ป่าชุมชนแห่งนี้เป็นป่าช้าผีดิบมานานพร้อมกับการตั้งหมู่บ้าน (ป่าช้าผีดิบ คือ มีทั้ง ตายโหง ป่วยตาย มารวมกันอยู่ที่นี่เป็นป่าช้า ที่ทั้งศพเผาศพ) สองหมู่บ้าน คือ บ้านดงบัง และ บ้านโนนทรายงามมาช้านาน ต่อมายานโนนทรายงามมีเมรุสถานที่วัดก็ได้ย้ายไปเผาศพที่บ้านของตน ในปี พ.ศ.2520 ได้มีหลวงปู่หำ มาพักปักกลดในป่าช้าแห่งนี้เพราะท่านชอบสงบ สันโดษ เรียบง่าย ชาวบ้านเลื่อมใสศรัทธา กุฏิ และศาลาลงน้อยขึ้นเพื่อชาวบ้านได้ทำบุญ ต่อมาไม่นานหลวงปู่หำ จิตพลโล ก้ออาพาธหนักสุดท้ายก็มรณภาพลงจากนั้นก็มียหลวงตามาจำพรรษาปีละ 1 รูปต่อมาก็มีมรณะลงเพราะว่า อนิจจา สังขารทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยง

จนถึงปี พ.ศ.2552 พระนรินทร์ ดงบัง (กตสาโร) ได้ย้อนรอยถอยหลังกมาพักปักกลด อยู่ในป่าช้าแห่งนี้ เพื่อดูใจตนเอง ว่ายังมีความกลัวอยู่ไหม เคยไปรู้ดวงคัมภายที่แล้ว ตามภูเขาลูกป่าช้า ถ้าบ้าง ที่พักสงฆ์บ้างสถานที่อื่นนอกจากบ้านเกิดเรานั้นจะไม่กลัวเหมือนบ้านเกิดของเราเอง เพราะเราจะเห็นญาติพี่น้องเรามาเผาศพที่นี่ทั้งหมด ภาพทุกอย่างยังติดตาอยู่ตลอดมา ผลสรุปว่าเมื่อขาดสติประมาทความกลัวก็จะเข้ามาในใจเราทันที การทำงานเพื่อศาสนา เป้าหมายสูงสุด ก็คือ มรรค ผล นิพพาน

พระนรินทร์ ดงบัง (กตสาโร) ได้ผ่านการฝึกอบรมพระกรรมฐานมาแปดปีเต็ม ต่อสู้กับกิเลส ดัดแปลงอุปาทาน มาอยู่จุดนี้ได้เพราะว่าพ่อ แม่ ครูบาอาจารย์ จากแดนศีลถิ่นธรรม ณ วัดนาหลวง (อภิญาเทสิตรธรรม) ภูย่าอู่ หลวงปู่ใหญ่ท่านเจ้าคุณพระราชสิทธิอาจารย์ ประธานสงฆ์วัดนาหลวง ได้มีเมตตาอบรมปฏิบัติศึกษาและเผยแผ่ ให้อย่างมากมายโดยเฉพาะโทษของ กาม ทางออกจากกาม และ เรื่องศีลขันธ์ สมาธิขันธ์ ปัญญาขันธ์ ญาณทัสสนะขันธ์ วิมุตติขันธ์ แบบพอเพียงงานที่ทำในชุมชน ระหว่างมาอยู่สามปีเศษ ได้มีการจัดอบรมเด็กในโรงเรียนเรื่อง ศีลธรรมจัดโครงการสามเณรน้อยตามรอยธรรม ถวายแด่ พระเทพรัตนราชสุตาชสยามบรมราชกุมารี

โครงการปฏิบัติธรรมเพื่อ เฉลิมพระเกียรติ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ภูมิพลอดุลยเดช มหाराชา ทรงมีพระชนมายุครบรอบ 84 พรรษา และสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ และสมเด็จพระบรมโอรสาธิราชสยามมกุฎราชกุมาร

อีกหนึ่งโครงการก็คือปลูกต้นไม้ถวายแด่ในหลวง ของเราจำนวน 1,099 ต้น สภาพล เด็กและเยาวชนในหมู่บ้าน เด็กห่างวัด แข็งกระด้าง กราบพระไม่เป็น จิตใจโหดร้าย วาจาหยาบ โดยส่วนมาก 80% ของนักเรียนชายที่ได้รับการอบรมจึงคิดมาทำงานโครงการนี้เพื่อสงเคราะห์ ท้องถิ่นยินดีกับพ่อแม่ช่วยแก้ไข้ปัญหา ปลูกศรัทธาให้แก่ชุมชนที่ตนเคยอยู่สมัยเป็นเด็ก ๆ

ประเมินผลการที่เด็กเข้ามาบรรพชาสามเณรน้อยตามรอยธรรม หลังจากการลาสิกขา ออกไปตามพ่อแม่เด็ก ก็มีการอ่อนน้อมถ่อมตน วาจาอ่อนหวาน จิตใจอ่อนโยน ประมาณ 60% ของเด็กที่เข้ารับการอบรม

จึงเกิดมีคำถามว่าทำไมจึงสนใจสอนเด็กเป็นพิเศษ...

เพราะว่าตัวพระคุณเจ้าเองเป็นเด็กกำพร้ามาตั้งแต่เด็ก พ่อแม่ตายตั้งแต่พระคุณเจ้า ยังเด็กอยู่ แม่ตายตั้งแต่พระคุณเจ้าอายุได้ 5 ขวบ พ่อตาย 8 ขวบ จึงทำให้พระคุณเจ้ารู้คุณค่าของ พ่อ แม่ ในวัยเด็กพระคุณเจ้าอยากบวชเป็นเณรมากแต่ผู้ปกครองไม่ให้บวชจึงไปเรียนนักธรรมกับหลวงปู่้อยู่ที่วัดสามเดือน แต่ไม่ได้ไปสอบเพราะไม่มีค่ารถไปสอบในเมือง ฉะนั้น การเข้าวัดในวัยเด็กทำให้เข้าใจใน ภาษา ศาสนา เหตุผล ตน ประมาณ บุคคล กิเลส กรรมวิบาก ของตนและผู้อื่น

กัมมะสโกมหิ กัมมะทายาโท กัมมะโยนิ กัมมะพันธุกัมมะปฏิสัระณัง เรามีกรรม เป็นของๆตน มีกรรมเป็นผู้ให้ผล มีกรรมเป็นแดนเกิด มีกรรมเป็นผู้ติดตาม มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย เอวังกัมมีการฉนี้แล

พระอาจารย์นรินทร์ กตฺตโร เป็นพระกรรมฐานที่ผ่านการฝึกหัดปฏิบัติธรรมอย่างเข้มข้นจากสำนักวิปัสสนาธุระ (ภูย่าอู่) ตำบลคำด้วง อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี โดยหลวงปู่ทองใบ (ท่านเจ้าคุณพระภาวนาวิสุทธิาจารย์) เป็นวิปัสสนาจารย์ นับเวลากว่า 10 ปี และได้เดินทางกลับมาเผยแผ่ศาสนาตามแนวทางของครูบาอาจารย์ที่บ้านดงบังซึ่งเป็นบ้านเกิด ด้วยบุญญาบารมีของครูบาอาจารย์ และวัตรปฏิบัติเรียบง่าย มุ่งตรงสู่การพ้นทุกข์ อันเป็นเป้าหมายสูงสุดในพุทธศาสนา

2. สถานการณ์ และสภาพปัญหาเด็ก เยาวชนในบ้านดงบัง

ปัญหาของเด็ก เยาวชนบ้านดงบังไม่ได้รุนแรงนัก เท่าที่ชาวบ้านและตัวเด็กเองสะท้อนพบว่า มีเพียงบางคนเท่านั้นที่ดื่มเหล้า เล่นการพนัน เด็กบางคนติดเล่น ติดเกมส์ ติดโทรศัพท์ ไม่ช่วยงานบ้าน นอกจากนี้ชาวบ้านยังกังวลว่าเด็กอาจจะมึปัญหาทางด้านจิตใจ เนื่องจากเด็กส่วนใหญ่ไม่ได้อยู่กับพ่อแม่ เด็กอยู่กับปู่ย่าตายายเป็นหลัก ประกอบกับบ้านดงบังอยู่ใกล้เมือง สภาพแวดล้อมทางสังคมเริ่มเปลี่ยนไป มีคนส่วนหนึ่งเริ่มเล่นการพนัน บางคนเดินทางไปเล่นถึง

ชายแดนลาว ชาวบ้านมองว่าการมีวัดและพระสงฆ์ที่ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบในหมู่บ้านถือเป็นทุนทางสังคมที่จะช่วยบ่มเพาะเด็กๆ ให้เป็นคนดีและมีความสุขได้

จากการสนทนากลุ่มกับเด็ก และผู้ใหญ่/พ่อแม่/ผู้ปกครอง ในประเด็นพ่อแม่ดูว่าอะไร และปัญหาของเด็กเยาวชนบ้านดงบังมีอะไรบ้าง นี่คือนิสัยสะท้อน

-การไม่ช่วยงานพ่อแม่ บางครั้งมาวัดกับเพื่อนแล้วกลับบ้านค่ำ แม่ไม่เชื่อว่าไปวัด (กลุ่มเด็กสะท้อน)

- การไม่ช่วยเลี้ยงน้อง อยากไปเล่นเตะบอลกับเพื่อน (กลุ่มเด็กสะท้อน)
- การไปเล่นไกลบ้าน แม่ตามหายาก (กลุ่มเด็กและผู้ใหญ่สะท้อน)
- ดูโทรศัพท์นาน ไม่ช่วยทำงานบ้าน (กลุ่มเด็กและผู้ใหญ่สะท้อน)
- เล่นเกมส์จากโทรศัพท์มือถือ (กลุ่มเด็กและผู้ใหญ่สะท้อน)

จากการพูดคุยเด็กๆ ถูกแบ่งบทบาทหน้าที่ที่ได้รับผิดชอบในครอบครัว หลังเลิกเรียนคือ ช่วยนึ่งข้าว ล้างจาน เลี้ยงน้อง กรอกน้ำใส่ตู้เย็นหลังจากเสร็จภารกิจที่พ่อแม่มอบหมาย ก็จะทำบ้าน ดูทีวี เล่นโทรศัพท์มือถือ อาทิงเพลง เล่นเกมส์ และคุยกับเพื่อน พ่อแม่จะเสียค่าบริการให้ เด็ก 5 คน มีเพียงคนเดียวที่ไม่มีโทรศัพท์มือถือ คือ น้องหลิว เพราะพี่ที่เรียนอยู่ ม.ต้น ยังไม่มีจึงไม่อยากได้ ประกอบกับโรงเรียนไม่อนุญาตให้เด็กนำโทรศัพท์ไปโรงเรียน ถ้าครูพบเห็นจะยึดเครื่องไว้

“เด็กผู้ชายอย่างน้องศรธรรม และโอเบส จะชอบเล่นเกมคอมพิวเตอร์ในร้านอินเทอร์เน็ตในชุมชน” ซึ่งเป็นร้านที่อยู่ในชุมชน เปิดให้บริการเวลา 14.00 – 21.00 น. คิดค่าบริการชั่วโมงละ 15 บาท ส่วนใหญ่จะเป็นเกมส์ต่อสู้ (กลุ่มผู้ใหญ่สะท้อน)

“น้องโอเบสมีฐานะดีช่วง ป.3 จะเล่นเกมประจำและเจ้าของร้านเกมก็เป็นญาติด้วย หลังจากนั้นก็รู้สึกเบื่อ ปัจจุบันชอบฟังเพลงในโทรศัพท์มือถือมากกว่า โดยพี่เป็นคนโหลดเพลงใส่เครื่องให้ ส่วนน้องศรธรรมก็ชอบเล่นเกม จะใช้วิธีโกหกแม่ว่าขอเงินมาซื้อขนม แต่แอบมาเล่นเกมส่วนตัวผู้หญิงเล่นกับเพื่อนๆ ซึ่งเป็นการละเล่นพื้นบ้าน เช่น เกมส์ลัด (กลุ่มผู้ใหญ่สะท้อน)

“เด็กน้อยบ่ได้อยู่หน้าพ่อแม่ ส่วนหลายอยู่หน้าพ่อแม่ใหญ่แม่ใหญ่” (กลุ่มผู้ใหญ่สะท้อน)

3. องค์ความรู้ และผลที่เกิดจากกระบวนการพัฒนาเด็กด้วยพุทธศาสนาของบ้านดงบัง

3.1 องค์ความรู้

ข้อสรุปในเรื่ององค์ความรู้ กระบวนการพัฒนาด้วยพุทธภาวานานั้น เป็นข้อสรุปที่ได้จากการสังเกตกระบวนการบอกสอนถ่ายทอด และเผยแพร่พุทธศาสนาของพระคุณเจ้า พระอาจารย์นรินทร์ ซึ่งเป็นหลักในการเทศนาสั่งสอนญาติโยมในวัด เนื้อหาสาระบางส่วนมี ดังนี้

1) หลักธรรมคำสอน....แก่นแกนพุทธศาสนา

หลักธรรมที่พระอาจารย์นรินทร์ กตตโร นำมาเป็นแก่นของเนื้อหาในการถ่ายทอด พุทธศาสนาก็คือ สติปัฏฐาน 4

สติปัฏฐาน 4 เป็นข้อปฏิบัติเพื่อรู้แจ้ง คือเข้าใจตามเป็นจริงของสิ่งทั้งปวงโดยไม่ถูกกิเลสครอบงำ สติที่ตั้งมั่น, การหมั่นระลึก, การมีสัมมาสติระลึกรู้ นั้นพ้นจากการคิดโดยตั้งใจ แต่เกิดจากจิตจำสภาวะได้ แล้วระลึกโดยอัตโนมัติ โดยคำว่า สติ หมายถึงความระลึกรู้ ส่วนปัฏฐาน หมายถึง ความตั้งมั่น, ความแน่วแน่, ความมุ่งมั่น โดยรวมคือเข้าไปรู้เห็นในสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง ตามมุมมองของไตรลักษณ์หรือสามัญลักษณ์ โดยไม่มีความยึดติดด้วยอำนาจกิเลสทั้งปวง ได้แก่

1. กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน - การมีสติระลึกรู้กายเป็นฐาน ซึ่งภายในที่นี้หมายถึง ประชุม หรือรวม นั่นคือธาตุ 4 ได้แก่ ดิน น้ำ ลม ไฟมาประชุมรวมกันเป็นร่างกาย ไม่มองกายด้วยความเป็นคน สัตว์ เรา เขา แต่มองแยกเป็น รูปธรรมหนึ่ง เห็นความเกิดดับ กายล้วนไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา

2. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน - การมีสติระลึกรู้เวทนาเป็นฐาน ไม่มองเวทนาด้วยความเป็นคน สัตว์ เรา เขาคือไม่มองว่าเรากำลังทุกข์ หรือเรากำลังสุข หรือเราเฉยๆ แต่มองแยกเป็น นามธรรมอย่างหนึ่ง เห็นความเกิดดับ เวทนาล้วนไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา

3. จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน - การมีสติระลึกรู้จิตเป็นฐาน เป็นการนำจิตมาระลึก เจตสิกหรือรู้จิตก็ได้ ไม่มองจิตด้วยความเป็นคน สัตว์ เรา เขา คือไม่มองว่าเรากำลังคิด เรากำลังโกรธ หรือเรากำลังเหม่อลอย แต่มองแยกเป็น นามธรรมอย่างหนึ่ง เห็นความเกิดดับ จิตล้วนไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา

4. ธรรมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน - การมีสติระลึกรู้สภาวะธรรมเป็นฐาน ทั้ง รูปธรรม และ นามธรรมล้วนมีความเกิดดับ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา

พระอาจารย์นรินทร์ กตตโร มักจะมีคำสอนเป็นคำกลอนว่า ทำอย่างไรให้ “ยืนอย่าเพลิน เดินให้ระวัง นั่งให้สำรวม นอนให้สำรวม จะด่วนไปไหน กายใจแค่นี้ ทำความดีไม่ได้หรือ?” อันหมายถึง ความมีสติในทุกอิริยาบถ

ไตรสิกขา เริ่มต้นจากการรักษาศีล จนเกิดสมาธิ และปัญญา เป็นหลักธรรมที่พระอาจารย์นรินทร์บอกสอนญาติโยมที่มาทำบุญที่วัด ประกอบด้วย

1. ศีล (อธิศีลสิกขา) อบรมปฏิบัติให้ถูกต้องดีงาม ให้ถูกต้องตามหลักจุลศีล มัชฌิมศีล และมหาศีล ตลอดถึงปฏิบัติอยู่ในหลัก มัชฌิมศีล และมหาศีล ตลอดถึงปฏิบัติอยู่ในหลัก อินทริยสังวร สติสัมปชัญญะ และสันโดษ

2. จิต อบรมจิตให้สงบมั่นคงเป็นสมาธิ (อธิจิตตสิกขา) คือศึกษาเรื่อง ได้แก่การบำเพ็ญสมถกรรมฐานของผู้สมบูรณ์ด้วยอริยศีลชั้นจันได้บรรลุฌาน 4

3. ปัญญาอบรมตนให้เกิดปัญญาแจ่มแจ้ง (อธิปัญญาสิกขา) คือศึกษาการบำเพ็ญวิปัสสนากรรมฐาน

บุญกิริยาวัตถุ 10 ประการ คือ สิ่งอันเป็นที่ตั้งแห่งการทำบุญ หรือกล่าวอย่างง่าย ๆ ว่า การกระทำที่เกิดเป็นบุญ เป็นกุศล แก่ผู้กระทำได้ต่อไปนี้

1. บุญสำเร็จได้ด้วยการบริจาคทาน (ทานมัย) คือการเสียสละนับแต่ทรัพย์ สิ่งของ เงินทอง ตลอดจนร่างกาย สติปัญญา ความรู้ความสามารถ เพื่อให้เกิดประโยชน์แก่ผู้อื่นโดยส่วนรวม รวมถึงการละกิเลส โลภะ โทสะ โมหะ ออกจากจิตใจ จนถึงการสละชีวิตอันเป็นสิ่งมีค่าที่สุดเพื่อการปฏิบัติธรรม

2. บุญสำเร็จได้ด้วยการรักษาศีล (ศีลมัย) คือการตั้งใจรักษาศีล และการปฏิบัติตนไม่ให้ละเมิดศีล ไม่ว่าจะเป็นศีล 5 หรือศีล 8 ของอุบาสกอุบาสิกา ศีล 10 ของสามเณร หรือ 227 ข้อของพระภิกษุ เพื่อรักษากาย วาจา และใจ ให้บริสุทธิ์สะอาด พ้นจากกายทุจริต 4 ประการ คือ ละเว้นจากการฆ่าสัตว์ ละเว้นจากการลักทรัพย์ ละเว้นจากการประพฤติดีในกาม และเสพสิ่งเสพติดมีนเมา อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท วจีทุจริต 4 ประการ คือ ไม่พูดส่อเสียด ไม่พูดปิด ไม่พูดเพ้อเจ้อ และไม่พูดคำหยาบ มโนทุจริต 3 ประการ คือ ไม่หลงมกมาย ไม่พยาบาท ไม่หลงผิดจากทำนองคลองธรรม

3. บุญสำเร็จได้ด้วยการภาวนา (ภาวนามัย) คือการอบรมจิตใจในการละกิเลส ตั้งแต่วิถีหยาบไป จนถึงกิเลสอย่างละเอียด ยกระดับจิตใจให้สูงขึ้นโดยใช้สมาธิปัญญา รู้ทางเจริญและทางเสื่อม จนเข้าใจอริยสัจ 4 คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรค เป็นทางไปสู่ความพ้นทุกข์ บรรลุ มรรค ผล นิพพานได้ในที่สุด

4. บุญสำเร็จได้ด้วยการประพฤติก่อนนอนก่อนตื่นต่อผู้ใหญ่ (อปจายนมัย) คือการให้ความเคารพ ผู้ใหญ่และผู้มีพระคุณ 3 ประเภท คือ ผู้มี วัชวุฒิ ได้แก่พ่อแม่ ญาติพี่น้องและผู้สูงอายุ ผู้มี คุณวุฒิ หรือคุณสมบัติ ได้แก่ ครูบาอาจารย์ พระภิกษุสงฆ์ และผู้มี ชาติวุฒิ ได้แก่ พระมหากษัตริย์ และเชื้อพระวงศ์

5. บุญสำเร็จได้ด้วยการชวนช่วยในกิจการที่ชอบ (เวยยาวัจจมัย) คือ การกระทำความดี ที่เป็นคุณงามความดี ที่เกิดประโยชน์ต่อคนส่วนรวม โดยเฉพาะทางพระพุทธศาสนา เช่น การชักนำบุคคลให้มาประพฤติปฏิบัติธรรม มีทาน ศีล ภาวนา เป็นต้น ในฝ่ายสัมมาทิฐิ

6. บุญสำเร็จได้ด้วยการให้ส่วนบุญ (ปัตติทานมัย) คือ การอุทิศส่วนบุญกุศลที่ได้กระทำไว้ ให้แก่สรรพสัตว์ทั้งปวง การบอกให้ผู้อื่นได้ร่วมอนุโมทนาด้วย ทั้งมนุษย์และอมนุษย์ ได้ทราบข่าวการบุญการกุศลที่เราได้กระทำไป

7. บุญสำเร็จได้ด้วยการอนุโมทนา (ปัตตานุโมทนามัย) คือ การได้ร่วมอนุโมทนา เช่น กล่าววาทะ “สาธุ” เพื่อเป็นการยินดี ยอมรับความดี และขอมีส่วนร่วมในความดีของบุคคลอื่น ถึงแม้ว่าเราไม่มีโอกาสได้กระทำ ก็ขอให้เรามีโอกาสได้แสดงการรับรู้ด้วยใจปิติยินดีในบุญกุศลนั้น ผลบุญก็จะเกิดแก่บุคคลที่ได้อนุโมทนาบุญนั้นเองด้วย

8. บุญสำเร็จได้ด้วยการฟังธรรม (ธัมมัสสวนมัย) คือ การตั้งใจฟังธรรมที่ไม่เคยได้ฟังมาก่อน หรือที่เคยฟังแล้วก็รับฟังเพื่อได้รับความกระจ่างมากขึ้น บรรเทาความสงสัยและทำความเข้าใจให้ถูกต้องยิ่งขึ้น จนเกิดปัญญาหรือความรู้ก็พยายามนำเอาความรู้และธรรมะนั้นนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ สู่หนทางเจริญต่อไป

9. บุญสำเร็จด้วยการแสดงธรรม (ธัมมเทศนามัย) คือ การแสดงธรรมไม่ว่าจะเป็นรูปของการกระทำ หรือการประพฤติปฏิบัติด้วยกาย วาจา ใจ ในทางที่ชอบ ตามรอยบาทองค์พระศาสดา ให้เป็นตัวอย่างที่ดีแก่บุคคลอื่น หรือการนำธรรมไปขัดเกลากิเลสอุปนิสัยเพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ผู้อื่น ให้เกิดความเลื่อมใสศรัทธา มาประพฤติปฏิบัติธรรมต่อไป

10. บุญสำเร็จได้ด้วยการทำความเห็นให้ตรง (ทิฏฐชุกัมม) คือ ความเข้าใจในเรื่องบาป บุญ คุณ โทษ สิ่งที่เป็นแก่นสารสาระหรือไม่ใช่แก่นสารสาระ ทางเจริญทางเสื่อม สิ่งอันควรประพฤติสิ่งอันควรละเว้น ตลอดจนการทำความคิดความเห็นให้เป็นสัมมาทิฐิอยู่เสมอ

บุญกิริยาวัตถุทั้ง 10 ประการนี้ ผู้ใดได้ปฏิบัติอย่างใดอย่างหนึ่งหรือยิ่งมากจนครบ 10 ประการแล้ว ผลบุญย่อมเกิดแก่ผู้ได้กระทำมากตามบุญที่ได้กระทำ ยิ่งได้มีการเตรียมกาย วาจา ใจ ให้สะอาดบริสุทธิ์ ตั้งใจจรดเข้าสู่ศูนย์กลางกาย หยุดในหยุด เข้าไปแล้วก็ยิ่งได้รับบุญมหาศาลตามความละเอียดประณีตที่เข้าถึงยิ่งๆ ขึ้นไป

3.2 ผลที่เกิดจากกระบวนการพัฒนาเด็กด้วยพุทธศาสนาของบ้านดงบัง

การศึกษากระบวนการพัฒนาด้วยพุทธภาวนา และศึกษาผลที่เกิดขึ้นจากกระบวนการดังกล่าว พบว่า กลุ่มคนที่เข้าร่วมกระบวนการดังกล่าวและเกิดการเปลี่ยนแปลงเห็นผลชัดเจน ประกอบด้วยคนสองกลุ่ม คือ กลุ่มอุบาสก อุบาสิกา ผู้ปฏิบัติธรรม และกลุ่มเด็กเยาวชนในหมู่บ้าน ซึ่งรายละเอียดของผลที่เกิดขึ้นเป็นดังต่อไปนี้

ผลต่อเด็ก และเยาวชน

กิจกรรม “พุทธภาวนา” ที่เกิดขึ้นในชุมชนทุกกิจกรรมจะมีเด็ก และเยาวชนเข้ามามีส่วนร่วมเสมอ เพียงแต่กิจกรรมส่วนใหญ่ไม่ได้ถูกออกแบบหรือเจาะจงกลุ่มเป้าหมายที่เป็นเด็ก และเยาวชน ยกเว้นกิจกรรมบวชสามเณรภาคฤดูร้อน และกิจกรรมเข้าวัดวันเสาร์ ซึ่งผลจากการเข้าร่วมกิจกรรมดังกล่าวเป็นดังต่อไปนี้

1.1 การบวชสามเณรภาคฤดูร้อน



ในครอบครัวสามเณรที่เข้าวัดทั้ง พ่อแม่ จะเป็นครอบครัวอบอุ่น เพราะทำบุญไม่ขาด ฉลาดปกครอง รักพี่รักน้อง ส่วนครอบครัวสามเณรที่พ่อแม่ไม่เข้าวัด พ่อแม่แข็งกระด้างขาดศีลไร้ธรรม

สามเณรที่ผ่านการฝึกหัดอบรม พระกัมมัญฐาน พบว่า ก่อนเข้ามาเป็น คนแข็งกระด้าง วาจาหยาบคาย

จิตใจโหดร้าย ว่ายากสอนยาก ส่วนเด็กที่ผ่านการอบรมแล้ว มีกายอ่อนนุ่ม วาจาอ่อนหวาน จิตใจอ่อนโยน

กรณี ตัวอย่าง จากความคิดเห็นของสามเณร จักรักฤษ ชอบการ (ศรราม) การที่สามเณรบวชมาแล้วถึง 5 ครั้ง ก็เพราะว่าสามเณรคิดว่าการที่สามเณรมาบวชนั้นนอกจากจะสร้างกุศลแก่ตัวเราแล้ว ยังให้บุญแก่บิดามารดาญาติพี่น้องครูบาอาจารย์ ประเทศชาติรวมทั้งยังทำให้พระพุทธศาสนาเจริญรุ่งเรืองต่อไปอีกด้วย หลังจากที่สามเณร ศึกษา แล้ว การบวชนี้ก็ทำให้ผลการเรียนของสามเณรดีขึ้น เพราะทำให้สามเณรมีสมาธิ ทำให้จดจำสิ่งต่างๆ ได้ดียิ่งขึ้น และทำให้มีความกตัญญู ความประหยัด ความเมตตา ความเสียสละ และมีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ ซึ่งผู้ที่บวชย่อมมีความท้อแท้อยู่บ้าง แต่ในวันต่อไปก็จะชินเองสามเณรก็จะขอเชิญให้สาธุชนชาวพุทธทั้งหลาย มาร่วมต่ออายุพระพุทธศาสนาให้อยู่คงนานด้วยการมาศึกษาพระธรรม แล้วจึงนำหลักธรรมคำสอนนั้นมาใช้ในชีวิตประจำวัน

ข้อเสนอแนะของพระพี่เลี้ยง

- 1) หลังจากสามเณรลาสิกขาแล้วอยากให้ผู้ปกครองอยากให้ผู้ปกครองช่วยอบรม อริยศีล อริยธรรม สานต่อ
- 2) อยากให้ผู้ปกครองพานุตรเข้าวัด

1.2 เด็ก และเยาวชนทั่วไป

แรงจูงใจของเด็กที่เข้าวัดคือ ติดตามปู่ย่าตายายพ่อแม่ ผู้ปกครองมาวัด พ่อแม่เตรียมข้าวปลาอาหารให้มาใส่บาตรวันพระ และวัด ชุมชนมีกิจกรรมปฏิบัติธรรมอย่างต่อเนื่อง เช่น บวชภาคฤดูร้อนช่วงปิดเทอม เข้าวัดฟังธรรมในวันพระ ทำบุญตักบาตร เวียนเทียนในเทศกาลสำคัญของชุมชน และผลที่เกิดขึ้นในใจของเด็ก เช่น จิตใจสงบ มีความสุขกับการทำบุญและภาวนา



ส่วนมากเด็กเล่าให้ฟังว่าหลังเลิกเรียนเด็กจะช่วยพ่อแม่ทำงานบ้าน เช่น กรอกน้ำใส่ตู้เย็น ช่วยเลี้ยงน้อง ขยายของช่วยแม่ กวาดบ้าน ล้างจาน หลังจากทำงานช่วยพ่อแม่เสร็จแล้วจึงจะดู และทำการบ้าน ฟังเพลง เล่นเกมส์

เด็กหญิงปาริชาติหรือน้องจอย นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่หก จากโรงเรียนบ้านดงบังเธอเล่าให้ฟังว่า เธอมาวัดฟังธรรมจำศีลเกือบทุกวันพระ เธอเล่าว่าเธอชอบเล่นเกมจากโทรศัพท์มือถือ เวลาแม่ใช้ให้

ไปช่วยขายของเธอมักจะพูดว่า เดี่ยวก่อน การที่เธอจะได้เงินมาเติมโทรศัพท์มือถือในแต่ละครั้ง เธอจะต้องช่วยแม่ขายของก่อนแล้วแม่จะให้เงินมาเติมโทรศัพท์

เด็กชายภาณุวัฒน์ ก้อนผา (น้องโชค) อายุ 12 ปี เรียนอยู่ชั้นป. 6 ดิดละคร ซ่ง 7 มักจะไปเล่นเกมบ้าง เดือนละประมาณ 2 ครั้งเคยบวชมาแล้ว 4 ครั้ง ในช่วงปิดเทอมฤดูร้อน น้องโชคก็จะมาบวชที่วัด หลังสึกแล้วก็มานอนวัดเหมือนเดิม เพราะไม่ค่อยมีความสุขเมื่ออยู่บ้าน เปื่อการพูดคุยกับพ่อแม่ ชอบเก็บตัว ชอบมาวัดเพราะที่วัดมีระเบียบ ไม่ค่อยได้หยอกล้อกัน สิ่งที่ชอบมากที่สุดในการมาวัดคือ การได้เดินจงกรม ถ้าเรียนจบป. 6 น้องโชคคิดว่าจะมาบวชอยู่ที่วัดแล้วให้พระคุณเจ้าส่งเรียน อยากเรียนจนจบปริญญาตรี เพราะอยากเป็นเหมือน พระ จมบอ

เด็กชายเทพฤทธิ์ ศรีบุตรดี (แม็ค) อายุ 12 ปี น้องแม็ค เป็นเด็กที่มาจากต่างอำเภอมายู่บ้านดงบังได้ 6 เดือน เนื่องจาก พ่อ แม่ ดิดคุกไม่มีผู้ดูแล จึงมาอาศัยอยู่บ้านญาติ ตอนมาอยู่ใหม่ๆมีปัญหาเรื่องการปรับตัวเนื่องจากมาจากครอบครัวที่มีความก้าวร้าว แม็คมักจะตีเพื่อน และทะเลาะกับเพื่อนบ่อยๆ ไม่ค่อยพูดไม่สนใจเรียน เรียนไม่ทันเพื่อน แต่พอได้คบกับน้องโชคซึ่งชอบมาวัด น้องแม็คก็ได้ลองมานอนวัดกับเพื่อนและเริ่มมาทำบุญบ่อยขึ้นพูดจาไพเราะ ปรับตัวเข้ากับเพื่อนได้มากขึ้น

เด็กหญิงมณิดา อุดกลั่น (แป้ง) อายุ 12 ปี (แป้ง) อยู่กับพ่อ แม่ ปู่ ย่า โดยปกติ น้องแป้งมักจะมาวัดกับย่าทุกวันพระ และมาสวดมนต์ทำวัตรเย็น ทุกวันในช่วงเข้าพรรษา ทำให้น้องแป้งเป็นเด็กที่ร่าเริง มีสมาธิ เรียนหนังสือเก่ง และมีความมั่นใจในตัวเอง ไม่ติดเกม เพราะไม่เล่นเกมเลย เวลาว่างก็ช่วยแม่เลี้ยงน้อง แป้งบอกว่าชอบมาวัดมากกว่าไปโรงเรียนเพราะเวลามาวัดเพื่อนไม่ค่อยหยอกล้อกันทุกคนเชื่อฟังพระ เวลาอยู่โรงเรียนเพื่อนชอบหยอกกันและครูก็ตี เวลามาวัดก็ได้ทำความดี คือช่วยคนแก่ล้างถ้วย

เด็กหญิงอรนภา คมไพโรสน อายุ 10 ปี มาปฏิบัติธรรมทุกวันพระมานอนวัดเอง พ่อแม่ไม่มากี่ชวนเพื่อน ๆ มากันเอง เพราะชอบมาสวดมนต์ และอยากให้พ่อ แม่ มาวัดบ่อยๆ เพราะที่วัดมีแต่คนพูดจาดี ๆ มีระเบียบ พระก็ไม่ด่า

เด็กหญิงสุธินี สิบศรี 12 ปี น้องสุธินี เริ่มมาปฏิบัติธรรมตั้งแต่อยู่ ป. 4 ชอบชวนเพื่อน ๆ มาวัดมากกว่าอยู่โรงเรียน “พ่อแม่ไม่ค่อยมาวัดแต่หนูก็มาเอง “ เพราะได้สวดมนต์ และได้เดินจงกรม เวลาเดินจงกรม มันไม่ต้องคิดอะไร และยังได้ช่วยล้างถ้วยล้างจาน เวลาเลิกเรียนบางวันก็จะแะมาที่วัดก่อน ในช่วงเข้าพรรษาก็มาสวดมนต์ทุกวัน ชอบเวลาไปขอเก็บดอกไม้แล้วมีคนถามว่าเอาไปวัดเธอ และก็ชมว่าเป็นคนรู้ทันเหล่า สิ่งที่ยอยากให้เกิดขึ้นก็คืออยากให้มีชาย อายุ 19 ปีเลิกกินเหล้า แล้วมาปฏิบัติธรรม

ความคิดเห็นของทีมิวจัยไทบ่าน บอกเล่าว่า เด็กที่มาวัดจำศีลประจำส่วนมากเป็นเด็กที่เรียนอยู่ชั้นประถมศึกษา การที่เด็กมาวัดมีสาเหตุมาจากตามพ่อแม่มา และมีบางคนตามเพื่อนมา และที่วัดมีกิจกรรมสนุก เช่น พระครูท่านมักจะเล่านิทานให้ฟัง พาไปปลูกต้นไม้ในบริเวณวัด ส่วนเด็กมัธยมนั้นไม่ค่อยได้มาวัด เพราะว่า ครูที่โรงเรียนมักจะสั่งงานและมีการบ้านเยอะ ถ้า

อยากจะบ่มเพาะเด็กในหมู่บ้านต้องเริ่มตั้งแต่ตอนเรียนประถม เพราะชักชวนได้ง่าย มีเวลาว่าง และยังติดยาย ดิดเพื่อนมาวัดได้ ถ้าพวกเราสร้างวินัยที่ดีให้เด็กได้ในตอนเด็ก เขาก็จะมีแนวทางการเติบโตที่ดี ไม่เกเร

อุปนิสัยของเด็กๆ ที่เข้าวัดประจำจะมีศีลธรรมจริยธรรมโดยสังเกตจากการ ไม่พูดโกหก กล้ายอมรับความจริง เช่น น้องศรธรรมยอมรับว่าโกหกแม่เพื่อเอาเงินมาเล่นเกมส์ ขอลอกการบ้านเพื่อนในวิชาคณิตศาสตร์ และมีจิตใจเมตตา กล้าแสดงออก กลัวบาป อยากทำบุญ ชอบนั่งสมาธิ อย่างเช่น น้องหลิว ที่รู้สึกมีความสุขที่ได้ทำวัตรสวดมนตร์ นั่งสมาธิ และฟังธรรมะ จิตใจไม่เครียดและกังวลกับการบ้านที่ครูให้ในหลายวิชา พร้อมทั้งชวนเพื่อนรุ่นเดียวกันมาวัดด้วย

ผลต่ออุปาสก อุบาสิกา ผู้ปฏิบัติธรรม

จากการศึกษา พุทธศุข สรุปลักษณะนิสัยที่เข้าวัดปฏิบัติธรรมเป็นประจำ พบว่ามีรายละเอียดของแต่ละบุคคล และครอบครัวแตกต่างกันไป แต่โดยสรุปแล้วก็คือ ทำให้ตัวเอง และครอบครัวมีความสุขขึ้น ทีมวิจัย และญาติโยมเหล่านั้นล้วนแต่อยากบอกเล่าเรื่องราวที่เกิดขึ้นกับตน ซึ่งจะได้นำเสนอตัวอย่างในรายงานนี้

พุทธศาสนา....ที่พึ่งความทุกข์ทางใจ

กรณีแม่เตี๋ย ได้เล่าให้เพื่อนๆ ในวงวิจัยฟังว่า “แม่ชอบฟังธรรม แต่ก่อนไปรษณเลข จนติดหนี้ ธกส. เวลาไปวัด เวลาพระสัพพัตติโย ก็ไม่เข้าใจ ไม่รู้มันคืออะไรสัพพิตี พอลูกชายเป็นบ่าว 18 ปี รถชนตาย แม่ก็เลยเริ่มเข้าวัด แต่ไม่ใช่วัดนี้ ก็เข้าวัดไปทำทานถวายเพล คิดว่าลูกจะได้รับทุกข์มาก ไปไหนก็จะทำบุญ ถวายทาน คิดว่าลูกจะได้รับ เทียวไป



ดูหมอไปเรื่อย ไปทุกหมอ ขาดที่พึ่ง ยิ่งไปยิ่งทุกข์ เห็นเด็กวัยรุ่นข้างเวทีก็ร้องไห้เลย จนไม่สามารถรำหมอลำไม่ได้ ลำไม่ออก ก็เลยเลิกกลับมาอยู่บ้าน ประกอบกับที่พระคุณเจ้ามาพอดี ก็เข้ามาพบ ได้มาพูดคุย “ท่านบอกว่าเกิดมาก็ต้องตาย น้อยก็ตาย ใหญ่ก็ตาย “ แต่เรารับไม่ได้ ใจไม่รับ ก็ฟังอยู่แต่ไม่เชื่อ คิดในใจว่าพระไม่เข้าใจ”

ต่อมาก็เริ่มปฏิบัติเพราะไม่มีทางเลือกไม่รู้จะพึ่งอะไร พอพระท่านบอกว่าสติมาปัญญาเกิด ทำอะไรให้ตั้งสติ ทำอะไรก็คิด ตั้งสติ ทำให้ทำงานเหมือนพระอาริยะ ทำไปเรื่อย ๆ จะตัวเอง อยากรู้ว่าอะไรดีไหม ก็เลยลองทำตามว่าจะดีไหม ก็ลองทำดู เวลาทำอะไรก็สวดมนต์ไปด้วยจิตใจก็ดีขึ้นจริงๆ มันค่อยๆ เข้าใจ เต็มใจ

เย็นขึ้น ไปทำไร่ ถางหญ้าก็ทำได้ทั้งวันไม่ทุกข์ พอเริ่มขุดหลุมก็จะใช้วิธีการสวดเริ่มลงมือทำงานก็จะสวดมาลาดวงดอกไม้ ซึ่งเป็นบทไหวครู และสวดบททำวัตรแปลไปด้วย ทำงานไปไม่เหนื่อย ตอนนี้ไม่กลัวเลยขั้นตอนพิธีการต่างๆ แม้ก็ไม่กลัว นำเพื่อสวดเองได้หมด ฟังคนอื่นมากขึ้น

กระบวนการสอน...ช่วยความเข้าใจธรรมะ

“แต่ก่อนเวลาเข้าวัดจะทำบุญอย่างเดียว ถวายเพลแล้วก็กลับ ไม่ได้ฟังเทศน์ เลยไม่เข้าใจธรรมะ” (แม่สำราญ ประเสริฐ)

มาวัดตั้งแต่วัดตั้ง ตามแม่มา แม่มาจำศีล ตัวเองก็มาให้ทาน มาทำกับข้าว ไม่มาปฏิบัติเพราะต้องทำมาหากิน คิดว่าตัวเองยังหนุ่ม ลูกก็ถ้ากิน ผัวก็ถ้ากิน พอพระคุณเจ้ามาก็มาให้ทานเหมือนเดิม มาได้ฟังพระคุณเจ้าเทศน์ ได้ยินเรื่องบอตจุบอด ตาติจุตบอด ก็ทำให้เข้าใจ และรู้สึกศรัทธา ดิการฟังธรรมะ ไม่ได้ดิการนั่งสมาธิ เนื่องจากหลวงพ่อกำลังป่วยแล้วก็แปลด้วย ทำให้เราทำความเข้าใจ ก็เลยทำให้เข้าใจในเรื่องนั้น ว่าสัพพัตถิอะไร ทำให้เข้าใจไปเรื่อย ๆ แต่ก่อนนะโมตัสสะ แปลว่าอะไรก็ไม่รู้ เดี่ยวนี้ก็รู้ ทำให้รู้และเข้าใจมากขึ้นเรื่อย ๆ ทำให้เรา อ้อ นะโม แปลว่านอนน้อม ก็เลยเข้าใจ ใจเราก็จะอ่อนลง นอกจากนี้การกรวดน้ำแปล หยาดน้ำแปล ทำให้เรารู้และแจ้งหลาย มันทำให้รู้สึกลึกซึ้งกับบทเจริญพุทธมนต์นั้น (แม่ดวงจันทร์ ชูรัตน์)

แต่ก่อนใจร้อน วู่วาม ทำอะไรไม่คิด เป็นคนกลัวผี แต่ก่อนก็เข้าวัดไปใส่บาตรทุกวัน พระ พอแม่ตาย เราก็อยู่กับลูกที่ยังเล็ก แพนไปทำงานกรุงเทพ คุณยายคานศรี เลยชวนมาวัด เราเองก็ชอบอ่านหนังสือธรรมะ พอได้จำศีลเข้าพรรษา รู้สึกว่าดี ใจดี ใจเย็น สบายใจ เสียงธรรมของเพิ่นก้องในใจ มันมันวุ่น ก็เลยมัก ก็เลยมา มาบ่อย ๆ

มาปฏิบัติธรรมช่วงเข้าพรรษา แต่พระคุณเจ้ายังไม่มา แต่ก่อนตอนเด็กเวลาได้ฟังคำสวดรู้สึกสงสัย ธรรมะเจ ธรรมจา มันคืออะไรหนอ ได้ยินแต่ไม่รู้ เมื่อพระคุณก็สอน ทำให้เข้าใจ ท่านพาปฏิบัติ (พ่อสำรวย)

แต่ก่อนเวลาไปวัด ก็ไปแค่ไปทำบุญ ไปตามโอกาส ไม่รู้เรื่องการฟังเทศน์ ฟังธรรม เคยฟังทางวิทยุที่เทศน์ มาจากกรุงเทพ มาอยู่ที่นี่เลย พี่สาวแพนกับคุณยายคาน ชวนมาฟังธรรม มาตามเทศกาล วันพระ ช่วงหลังมาประมาณต้นปีเดือนกุมภาพันธ์ มาปฏิบัติธรรมต่อเนื่อง ประกอบกับมีปัญหาไม่เข้าใจกันกับแพน ต่างคนต่างไม่ยอมกัน พอมาวัดทำให้รู้สึกดีขึ้น คิดว่าเป็นเพราะเรามีสติ คิด ไตร่ตรอง ทำให้เกิดความรักใคร่ จิตใจสงบขึ้น ไม่เคร่งเครียด(สุประภา เจริญนิพนธ์)

แต่ก่อนเคยเข้าแต่วัดบ้าน แม่หนูก็เลยชวนมาทางวัดป่า ได้สามปีแล้ว มาจำศีล ทำแรก ๆ ก็ทำแบบงู ๆ ปลา ๆ มานั่งเพื่อดูใจตัวเองให้ใจสงบ ตั้งปฏิธานว่าจะไม่โกรธ พอพระอาจารย์มา ท่านให้อวาทธรรม ธรรมะเมตตาให้ดูเจ้ากายเป็นทุเรศ เวทนาเป็นของพิเศษ จิตเป็นของมีค่า ธรรมเป็นของมีค่า เป็นอวาทธรรมที่แม่จำขึ้นใจ ฟังแล้วรู้สึกใจไม่วุ่นวาย ให้ดูตัวเองว่าตัวเองเป็นอย่างไร ดูไปลึก ๆ ทำดีทำไม่ดีก็เป็นจิตของเรา ให้ดูตัวเองอย่าไปดูคนอื่น ให้รักษากายวาจาใจให้ได้ก่อนไปสอนคนอื่น (ย่าคานศรี พันครุ)

ลูกชายมาบวชเณร พ่อก็มาบวช ทำให้ได้มาถวายเพล ทำให้ได้ฟังเทศน์ก็รู้สึกดี มีสติ รู้จักคิดมากขึ้น แต่ก่อนใจน้อย ระวัง โกรธง่าย ทำให้เกิดศรัทธาได้ความรู้ความเข้าใจ ท่านก็จะสอนการปฏิบัติต่อพระ แต่ก่อนมาวัด ก็มาฟังพระ หยาดน้ำธรรมดา ไม่มีคำแปล ไม่ได้เข้าใจ พอได้มาฟัง รู้คำแปล ทำให้เข้าใจ (แม่ดวงใจ เสริมศรี)

สามเณรรุ่นแรกที่เคยมาบวช วันครูก็จะเอาพวงมาลัยมาไหว้ครู ไหว้พ่อแม่ แล้วก็มาไหว้พระคุณเจ้า (โป้ง)

ผู้นำ....พาเข้าวัด

ชาวบ้านหมู่สาม มาหลายเพราะผู้นำให้ข่าวสารธรรมะกับชาวบ้าน หมู่ห้า ผู้นำไม่สนใจ ไม่ช่วยกระตุ้น ไม่ให้ข่าวสารกับชาวบ้านทำให้ชาวบ้านมาไม่เยอะที่มาเพราะมีศรัทธาจริง ๆ

....คนที่เคยเข้ามาแล้วได้ฟังเทศน์ ปฏิบัติธรรม แล้วก็จะมาอีกเข้าวัดก่อนพระคุณเจ้า มา เข้าวัดเพราะอยากได้บุญ แม่คนชวนเข้ามา เราก็อยากมาด้วย เริ่มจากมาฟังธรรม ฟังครั้งแรก เห็นเทศน์เรื่องศีลเรื่องธรรม การให้ทานแผ่บุญแบบไหน เลยเข้าใจ ก็เลยอยากมาวัด ครอบครัวก็สนับสนุน (แม่บัวลอย)

แต่ก่อนไปทั้งวัดบ้าน วัดป่า ไปใส่บาตร ทำบุญเฉย ๆ ไปตามพ่อแม่พี่น้องพาไป ไปตามเทศกาล วันพระ พอเดี๋ยวนี้เรารู้สึกดี สบายใจ เกิดปิติ ศรัทธาฟังแล้วอยากนำตาไหล คิดว่ามันจะเกิดผลบุญใหญ่ แต่ก่อนเวลาโกรธก็จะคำออกไปทันที ลูกก็มาบ้างบางโอกาส เราเองก็ปลุกเรียกมา (แม่ปราณี เค้าเชอร์)

สถานที่สัปปะยะ...เอื้อเพื่อการปฏิบัติ

...มาวัดแล้วมักความสงบ จิตใจสงบ ไม่วุ่นวายในจิตใจเรา เกิดจากการปฏิบัติทั้งการนั่ง สวดมนต์ ธรรมชาติ ความร่มเย็นของต้นไม้ สถานที่เอื้อต่อความสงบ



ชีวิตเปลี่ยนแปลง...ด้วยการภาวนา

แต่ก่อนใจร้อน โลก โกรธ หลง หลาย เตี้ยวนี้ใจเย็น ไม่ค่อยโกรธ มีความสบาย ครอบครัวยุคนี้ไม่ค่อยเดือดร้อน มีสติ ปัญญาจะเกิด สภาพร่างกายจากที่เคยป่วยบ่อย ก็ดีขึ้น จากที่เร่ง ทำมาหากิน ก็อยู่กับบ้าน หาน้อยลง แต่เงินมีใช้ “มีเวลานอนอยู่สี่อ าก็สบายใจ” แต่ก่อนนอนอยู่ก็ นอนไม่หลับ อยากหาอยากมี ตอนนี้มีอะไรมากระทบกระแทกก็จะเป็นธรรมดา จะตายก็ตายไป ใช้เวลาปฏิบัติมา 3 ปี ปฏิบัติไปด้วยทำไปด้วย ที่เริ่มทำเนื่องจากอายุมากขึ้น เฒ่า ร่างกายไม่ แข็งแรงก็เลยเข้าวัด ทำบุญ ทำให้ได้ปฏิบัติธรรมก็รับรู้และเข้าใจเพิ่มมากขึ้น (แม่สำราญ ประเสริฐ)

แต่ก่อนมาบวชลูกเว้ายาก มาบวชสามเณรน้อยเก้าวัน บวชแล้วก็พูดง่ายขึ้น แต่ ปัจจุบันเริ่มติดเพื่อน (แม่กาญจนา สิบสี่)

ก็รู้สึกชีวิตดีขึ้น ใจเย็น ไม่วุ่นวายใจเวลามีคนมาพูดกระทบ ใจศรัทธา ลูกเดาก็เคยมา บวช ตัวเองอยากมาบวชด้วยซ้ำ

แต่ก่อนหากินอยู่กรุงเทพ คิดว่าจะไม่ได้กลับบ้าน ได้ขับรถชนคนตาย ลูกชายบอกให้ กลับมาอยู่บ้าน ก็คิดว่าไม่อยากจะกลับมา ตัวเองยังทำมาหากินได้อยู่ พอกลับมาอยู่บ้านไม่มีอะไรทำ ก็คิดว่าน่าจะเข้าวัด เดิมแต่ก่อนก็เคยบวชเรียน เป็นคนโมโหง่าย หงุดหงิด ก็เริ่มเข้าวัด ประกอบ กับมีพ่อคำสิน ชวน ตอนแรกก็มาจำศีล รู้สึกอึดอัด อยากราย เพราะเราเคยแต่สวดไม่เคยต้องแปล แต่พอปฏิบัติไปเรื่อย ๆ ก็เกิดศรัทธา หัดทำสมาธิ จากคนใจร้อนก็เริ่มใจเย็นขึ้น ลูกหลานก็ทักว่า ใจเย็นขึ้น ต่อมาก็ลองบวชอยู่ 33 วัน รู้สึกว่าจะได้บุญหลาย การเป็นอยู่รู้สึกว่าจะใจเย็นขึ้น ให้อภัยเวลาลูกหลานทำผิด (พ่อสมัย พานิชย์ศิริ)

แต่ก่อนทำงานราชการ ไม่ค่อยมีเวลาไปวัด งานเยอะ ทุกข์เยอะ แต่เวลาวันพระก็จะ ไปวัดใส่บาตร มีคนชวนจำศีล แต่ไม่เคยไปกับเค้า พอพระคุณเจ้ามา แม่หนูอาตาก็ชวนมากก็เข้ามา จำศีล แต่ก่อนเป็นคนเจ้าระเบียบ บ่น โกรธให้เค้า ตอนนี้ก็เข้าใจความเป็นธรรมชาติของคน ผ่อน คลายลง ไม่ค่อยจู้จู้จุกจิก เค้าก็ทำเหมือนเดิม ไม่คาดหวังสูง มาทุกวัน ส่วนหนึ่งเป็นเพราะมีเวลา มากขึ้น (แม่สมัย ก้อนถา)

ครอบครัวยุคนี้ดีขึ้น แต่ก่อนรู้สึกว่าลูกหลานเว้ายากบอพึ่งความ ตอนหลังมากก็ชวนให้ ลูกหลานมาวัด เริ่มชักชวนพี่น้องลูกหลานเข้ามาวัด กลับบ้านก็ใจเย็น สบายใจ กลับบ้านก็ไปทำที่ บ้าน สอนลูก สอนหลาน ชักชวนให้มาวัด (ย่าคานศรี พันครู)

4. กระบวนการพัฒนาเด็ก และเยาวชนด้วยพุทธภาวนาของบ้านดงบัง

4.1 หลากหลายโอกาส และกลุ่มเป้าหมายในการเผยแผ่พุทธศาสนา

การเผยแผ่ศาสนาตามหลักธรรมคำสอนของสำนักสงฆ์แห่งนี้มีหลายกิจกรรมใน โอกาสวันสำคัญทางพุทธศาสนา และวันที่จัดกิจกรรมต่างๆ และมีหลายกลุ่ม แตกต่างกันไปดังนี้

กลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ กลุ่มญาติโยม
อุบาสก อุบาสิกา เด็กเยาวชน และสามเณรน้อย
ช่วงเวลาในการเผยแพร่พุทธศาสนา ได้แก่
ช่วงฤดูเข้าพรรษา นอกพรรษา และการออกไปศึกษา
ธรรมร่วมกับวัดอื่นๆ



4.2 โครงการ บรรพชาสามเณรเฉลิมพระเกียรติพระราชสมภพสมเด็จพระเทพฯ (สามเณรน้อยตามรอยธรรม)

เป็นกิจกรรมที่ดำเนินการอย่างต่อเนื่องเป็นประจำมา 3 ปี โดยดำเนินการในช่วงปิด
เทอมภาคฤดูร้อน ในช่วงเดือน มีนาคม ถึงต้นเดือนเมษายน เป็นระยะเวลาบวชสามเณร เป็น
ระยะเวลาประมาณ 1 เดือน จำนวนสามเณร อยู่ระหว่าง 25-35 รูป มากน้อยแตกต่างกันในแต่ละปี
แล้วแต่ความพร้อมของเหตุปัจจัยหลายประการ ชุมชน โรงเรียน วัด และโดยเฉพาะพระพี่เลี้ยง
ต้องมีจำนวนมากพอที่จะช่วยอบรมดูแลสามเณร

นิยามธรรม ระบบระเบียบ ระเบียบงาม ทำตามสบาย ผ่อนคลายทุกข์ สุขกายใจ

ธรรมที่สามเณรเดินตามเรียกว่า โพธิปักขิยธรรม 37 ประการ คือ ธรรมเป็นในการ
ฝึกฝนแห่งการตรัสรู้ คือธรรมที่เกื้อกูลแก่ความตรัสรู้ นำผู้ปฏิบัติให้บรรลุมรรคผลและนิพพาน
ประกอบด้วย สติปัฏฐาน 4 อธิปัตถ 4 พละ 5 สัมมปธาน 4 อินทรีย์ 5 โพชฌงค์ 7 มรรค 8

สติปัฏฐาน 4 มี 1. กายานุปัสสนา 2. เวทนानุปัสสนา 3. จิตตานุปัสสนา 4. ธัมมา-
นุปัสสนา

อธิปัตถ 4 มี 1. ฉันทะ 2. วิริยะ 3. จิตตะ 4. วิมมังสา

พละ 5 มี 1. ศรัทธา 2. วิริยะ 3. สติ 4. สมาธิ 5. ปัญญา

สัมมปธาน 4 มี 1. สัมมปธาน 2. ปหานปธาน 3. อนุรักขปธาน 4. ภาวนาปธาน

อินทรีย์ 5 มี 1. ศรัทธา 2. วิริยะ 3. สติ 4. สมาธิ และ 5. ปัญญา

โพชฌงค์ 7 มี 1. สติ 2. ธัมมวิจยะ 3. วิริยะ 3. ปีติ 4. ปัสสัทธิ 5. สมาธิ 6. อุเบกขา

มรรค 8 มี 1. สัมมาทิฏฐิ 2. สัมมาสังกัปปะ 3. สัมมาวาจา 4. สัมมากัมมันตะ

5. สัมมาอาชีวะ 6. สัมมาวายามะ 7. สัมมาสติ 8. สัมมาสมาธิ

เสขิยวัตรและระเบียบการสำหรับสามเณร

ในการเข้าร่วมโครงการในแต่ละปีมีขั้นตอนดังนี้ คือ เขียนใบสมัคร กรอกประวัติ
ส่วนตัว เอกสารสำคัญ ปฐมนิเทศ ฝึกขานนาค และบรรพชา

กระบวนการอบรมสามเณร

จะดำเนินการโดย แบ่งสามเณรออกเป็นกลุ่ม 3 กลุ่ม คือ

กลุ่มศีล มีนियามประจำกลุ่ม คือ พุทโธ ธัมโม สังโฆ มาตาโร ปิตาโร อาจารย์โย เมกกันเต สาธุๆๆ

กลุ่มสมาธิ มีนियามประจำกลุ่ม คือ เมตตา กรุณา อุเบกขา พรหมวิหาโร ธัมโมติ

กลุ่มปัญญา มีนियามประจำกลุ่ม คือเมตตา เมตตา สัมมาอาชีโว สังวรโร สัจจา สติมันตา ปัญจธัมโมติ

นियามศีล ว่านอนสอนง่าย ไม่หน่ายการเรียน แขนเบียนการประพฤติ ยึดมั่นกตัญญู

นियาม สมาธิ ศึกษาดี มีขยัน หมั่นประกอบ ตอบแทนคุณ

นियาม ปัญญา รักตนให้เตือน รักเพื่อนให้อภัย รักผู้ใหญ่ให้ความเคารพ รักสงบให้ละความยาก

นियามศรัทธา อบรมเต็มที่ ต้องมีใจอด เลิกหมดสิ่งเมา ไม่เอาทางมั่ว เตือนตัวละวาง

นियามวิริยะ เร่งเรียนทุกเช้าค่ำ จดจำฉลาด ตัดขาดความเมา ยึดเอาธรรมะชนะอบาย

นियามสติ อดทนทำดี ไม่มีขี้เกียจ ละเอียตจดจ่อ ระวังเพียงพอ จิตสู้ไม่ท้อ

นियามสมาธิ ให้สร้างปัญญา วิชาจดจำ อดทนทำดี มุ่งหนีอบาย รักกายทั้งเมา

ตารางเวลา กิจวัตรประจำวันของสามเณร

ตารางเวลาเป็นกิจวัตรปกติของการปฏิบัติในวัด รวมทั้งอุบาสก อุบาสิกาที่เข้ามาปฏิบัติธรรมในช่วงโอกาสพิเศษ เช่น วันพระ หรือเทศกาลปฏิบัติธรรม กรณีสามเณรในช่วงของการบวชภาคฤดูร้อนก็จะต้องปฏิบัติเช่นเดียวกัน โดยพระคุณเจ้าได้วางตารางดังกล่าวให้เฝ้าต่อภาวนา และการนำไปสู่เป้าหมายสูงสุดของพุทธศาสนาคือการพ้นทุกข์

เวลา

กิจวัตรประจำวัน

03.00 น.

ตื่นขึ้นทำสรีริก / เจริญกัมมัฏฐาน

06.00 น.

ร่วมกันทำความสะอาด

08.00 น.

ทำวัตรเช้า

09.00 น.

บิณฑบาต

10.00 น.

ฉันภัตตาหาร

11.00 น.

ทำกิจส่วนตัว

12.00 น.

ปฏิบัติธรรม

15.00 น.

สรงน้ำ-ทำกิจส่วนตัว

16.00 น.

รับน้ำปานะ

17.00 น.

ทำวัตรเย็น

19.00 น.	ฟังธรรมโอวาท
20.00 น.	จากพระพี่เลี้ยงพระพี่เลี้ยงนำปฏิบัติธรรม
22.00 น.	พักผ่อนด้วยสติ

แบบทดสอบให้คะแนนความประพฤติสามเณรระหว่างบวช

ในระหว่างการบวช ครูบาอาจารย์ และพระพี่เลี้ยงจะมีกระบวนการทดสอบ และให้คะแนน เป็นการดูแลสอดส่องพฤติกรรม ซึ่งเป็นเรื่องที่สามเณรทุกรูปปรับทราบในแบบทดสอบนี้ มีรายละเอียดดังนี้

- ไม่หยอกล้อกัน
- ตั้งใจทำวัตรเช้าเย็น
- ที่พักเรียบร้อย
- การนุ่งห่มผ้า
- นั่งภาวนา
- เดินจงกรม

4.3 กิจกรรมปฏิบัติธรรมประจำปี

ก่อนทำวิจัยที่บ้านดงบังแห่งนี้ได้เคยจัดกิจกรรมปีละครั้งมา จะเข้าปีที่ 3 ในปีนี้ทางวัด ร่วมกับผู้นำ ญาติโยมได้ประสานงานไปยังภาคส่วนต่างๆ ทั้งหน่วยงานในระดับจังหวัด ระดับอำเภอ ระดับตำบล องค์การบริหารส่วนตำบล โรงเรียน หมู่บ้านใกล้เคียง และพี่น้องในหมู่บ้านจังหวัดอื่นๆ ปีนี้จัด 5 วัน คือระหว่างวันที่ 3-7 กุมภาพันธ์ 2555 มีเข้าร่วมปฏิบัติธรรมจำนวนประมาณ 200 คน โดยมาจากที่ต่างๆทั้งในหมู่บ้านดงบัง หมู่บ้านใกล้เคียงและจากภาคส่วนต่างๆ กิจกรรมดังกล่าวทำให้คนในหมู่บ้านดงบังเกิดความตื่นตัว มีความร่วมมือร่วมใจ มีโอกาสได้ทำบุญทำทาน เข้าวัด ฟังเทศน์ ปฏิบัติ รวมทั้งเด็กๆ ในชุมชน และในโรงเรียนด้วย

ส่วนรายละเอียดในการปฏิบัติธรรม เป็นไปตามตารางดังนี้

เวลา	กิจวัตรประจำวัน
03.00น.	ตื่นขึ้นทำสรีริก จเจริญกัมมัฏฐาน
06.00น.	ร่วมกันทำความสะอาด
08.00น.	ทำวัตรเช้า
09.00น.	บิณฑบาตร
10.00น.	ฉันภัตตาหาร

11.00น.	ทำกิจส่วนตัว
12.00น.	ปฏิบัติธรรม
15.00น.	สรงน้ำ-ทำกิจส่วนตัว
16.00น.	รับน้ำปานะ
17.00น.	ทำวัตรเย็น
19.00น.	ฟังธรรมโอวาท จากพระพี่เลี้ยง
20.00น.	พระพี่เลี้ยงนำปฏิบัติธรรม
22.00น.	พักผ่อนด้วยสติ

4.4 กิจกรรมเวียนเทียน เนื่องในวาระฉลองพุทธชยันตี

มีการดำเนินกิจกรรมนี้ในวันขึ้น 6 ค่ำ เดือน 6 วันอาสาฬหบูชา ซึ่งในทางพุทธศาสนาถือว่าเป็นสำคัญ โดยเฉพาะในปีนี้เป็นปีฉลองพุทธชยันตี 2600 ของการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า ซึ่งได้รับความสำคัญทั่วประเทศ ส่วนบ้านดงบัง คณะสงฆ์พร้อมทั้งอุบาสก อุบาสิกา ผู้นำชุมชน ผู้เฒ่าผู้แก่ ประชาชนทั่วไป รวมทั้งเด็ก และเยาวชนในชุมชนได้ร่วมกันเดินเวียนเทียนรอบหมู่บ้าน ซึ่งถือว่าเป็นโอกาสพิเศษ เพราะปกติเวลาเวียนเทียนจะทำเฉพาะในวัด

หลังเวียนเทียนรอบวัดแล้วจึงมีการสวดไชใหญ่ (ชัย) พร้อมทั้งอธิบายความสำคัญของบทสวดมนต์บทนี้ว่า เป็นการกล่าวถึงชัยชนะของพระพุทธเจ้าที่มีต่อมาร หรือกิเลส จนกระทั่งได้ตรัสรู้เป็นสัมมาสัมพุทธเจ้า กล่าวถึงปฐมเทศนาของพระพุทธเจ้า คือ ธรรมจักกัปปวัตตนสูตร ต่อมาจนถึงการเกิดขึ้นของพระรัตนตรัย คือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ พระคุณเจ้าได้พูดถึงการเผยแผ่ศาสนาของพระพุทธเจ้า จนมาถึงปัจจุบัน

ผู้เข้าร่วม โดยเฉพาะเด็ก และเยาวชนได้มีโอกาสได้ร่วมสัมผัสบรรยากาศของการเวียนเทียน การสวดมนต์ การฟังพุทธประวัติ รวมทั้งแง่คิดต่างๆ เช่นกรณีพระเจ้าพิมพิสาร กับพระเจ้าอชาตศัตรู ที่อธิบายความรักของพ่อ แม่ต่อลูก ความเมตตาอย่างพระพุทธเจ้าหยุดช้างตกมันที่จะทำร้ายพระองค์ ซึ่งคุณธรรมเหล่านี้ ถูกกล่าวถึงในบทสวด และพระคุณเจ้าได้กรุณาเทศนา และแปลให้ฟัง

4.5 กิจกรรมเข้าวัดวันเสาร์

เป็นกิจกรรมที่ทีมวิจัยได้พยายามจัดขึ้น เพื่อให้การปฏิบัติธรรมมีความต่อเนื่อง กิจกรรมในวันเสาร์ จะมีกระบวนการ ดังนี้ พระคุณเจ้า สอนการ กราบ การไหว้

สวดมนต์ เทศนาประกอบนิทานให้ฟัง การนั่งสมาธิ ให้ดูรูปกิจกรรมต่างๆในวัดที่เด็กๆ มีส่วนร่วม เช่น การบวชเณร การปฏิบัติธรรม การปลูกต้นไม้ เป็นรูปภาพประกอบเพลงที่มีความหมายในเรื่องธรรมะ พร้อมทั้งมีหนังสือการ์ตูนธรรมะให้เด็กๆ ดูด้วย หลังจากนั้นก็พาเด็กๆ ไปปลูกต้นไม้ ถ่ายรูป เป็นที่ระลึก

ช่วงปิดเทอม มีเด็กๆ มาบวชสามเณรกับพระคุณเจ้า หลายรูป อย่างเณรโอ๊คบวชเรียน ไม่สึก บางองค์ก็บวชช่วงปิดเทอม การอบรมลูกหลาน เด็ก และเยาวชน จึงหนักไปทางอบรม สามเณรเล็กๆที่บวช มากกว่าเด็กๆ ในชุมชน

เมื่อสรุปประเมินผล พบว่า กิจกรรมสามเณรน้อยตามรอยธรรมเป็นกิจกรรมที่ชัดเจนต่อเนื่อง ยาวนาน และเกี่ยวข้องกับชุมชน กับคนในชุมชนจำนวนมาก ส่วนกิจกรรมอื่นๆ ก็มีความเกี่ยวข้องกับการพัฒนาเด็กไม่มากนัก และไม่ได้ดำเนินการต่อเนื่องเช่นบวชสามเณร

บทที่ 5

สรุป อภิปราย และข้อเสนอแนะ

การดำเนินโครงการศึกษากระบวนการพัฒนาเด็ก และเยาวชน ด้วยพุทธภาวนา บ้านดงบัง ตำบลหนองคู อำเภอเมือง จังหวัดยโสธร มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาสถานการณ์ และสภาพปัญหาเด็ก เยาวชนในบ้านดงบัง 2) ศึกษาองค์ความรู้ และผลกระทบที่เกิดจากกระบวนการพัฒนาเด็กด้วยพุทธศาสนาของบ้านดงบัง 3) เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนาเด็ก และเยาวชนด้วยพุทธภาวนาของบ้านดงบัง

ในเบื้องต้นของการดำเนินงานได้ให้ความสำคัญกับการทำความเข้าใจกับผู้นำ และแกนนำ รวมทั้งพระสงฆ์ ผู้ซึ่งมีบทบาทต่อการทำการศึกษา ในเรื่องกระบวนการวิจัยเพื่อท้องถิ่น สร้างความเข้าใจต่อปัญหา และความต้องการที่แท้จริงของชุมชน เพื่อให้ได้โจทย์การวิจัย จากนั้นจึงขยายการทำความเข้าใจไปสู่คนอื่นๆในชุมชน มีการจัดเตรียมทีมวิจัย การชี้แจงทำความเข้าใจกับชุมชน การวางแผนการดำเนินงาน การแตกกรอบการเก็บข้อมูล และการเก็บข้อมูล ทั้งข้อมูลพื้นฐานของชุมชน ข้อมูลสถานการณ์เด็ก และเยาวชน ข้อมูลองค์ความรู้ การเปลี่ยนแปลง สาเหตุ การเปลี่ยน และผลกระทบที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงกระบวนการพัฒนาเด็ก ตลอดจนการทดลองปฏิบัติการพัฒนาเด็กและเยาวชนโดยใช้การภาวนาตามหลักสติปัญญา 4 ผลการศึกษาสรุปได้ 4 ประเด็น ดังนี้

1. บริบทของบ้านดงบัง
 2. สถานการณ์ และสภาพปัญหาเด็ก เยาวชนในบ้านดงบัง
 3. องค์ความรู้ และผลกระทบที่เกิดจากกระบวนการพัฒนาเด็กด้วยพุทธศาสนาของบ้านดงบัง
 4. กระบวนการพัฒนาเด็ก และเยาวชนด้วยพุทธภาวนาของบ้านดงบัง
 5. ข้อเสนอแนะ
- รายละเอียดในแต่ละหัวข้อเป็นดังนี้

1. บริบทของบ้านดงบัง

บ้านดงบังเป็นหมู่บ้านขนาด 198 ครัวเรือน มีประชากร 1,065 คน ประชาชนมีอาชีพทำนา ทำไร่ สวนยาง และรับจ้าง มีสำนักสงฆ์ปฏิบัติธรรมป่าชุมชนบ้านดงบัง เนื้อที่ 41 ไร่ นอกจากนี้จะมีความร่มรื่นเหมาะแก่การปลีกวิเวกปฏิบัติธรรมแล้ว ป่าแห่งนี้ยังเป็นเสมือนซูปเปอร์มาร์เก็ตที่ชาวบ้านได้อาศัยหาอาหาร เนื่องจากในฤดูฝนมีเห็ดนานาชนิด มีหน่อไม้ และสัตว์ต่างๆซึ่งชาวบ้านสงวนไว้ไม่ให้จับสัตว์ แต่สามารถใช้ประโยชน์จากป่าโดยการเก็บเห็ด หาหน่อไม้ และเก็บฟืนไปใช้ได้

ในส่วนบริบทที่เอื้อต่อการจัดกระบวนการเรียนรู้ให้เด็ก เยาวชน โดยใช้พุทธภวานานี้ เนื่องจากที่สำนักสงฆ์มีพระอาจารย์นรินทร์ กตสโร ที่ผ่านการฝึกอบรมพระกรรมฐานเข้ม 8 ปีเต็ม โดยใช้แนวปฏิบัติจากวัดนาหลวง ภูยาอู่ จังหวัดอุดรธานี พระอาจารย์นรินทร์มีวัติปฏิบัติเป็นที่เลื่อมใสศรัทธาของชาวบ้านดงบังเป็นอย่างมาก ทุกปีจะมีการอบรมกรรมฐานให้กับชาวบ้านทั้งในและนอกหมู่บ้าน ในเดือนกุมภาพันธ์ 5 วัน 4 คืน มาตั้งแต่ปี 2554

นอกจากนี้ การทำบุญปฏิบัติธรรม ฟังเทศในช่วงวันสำคัญทางพุทธศาสนา เช่น วันวิสาขบูชา จะมีคนเข้าร่วมงานเป็นจำนวนมาก มาตั้งแต่ปี 2555 และยังมีงานศพตลอดหล้ามา 3 ปีแล้ว สิ่งเหล่านี้สะท้อนถึงความศรัทธาต่อพุทธศาสนา และจิตใจของผู้คนที่มีแนวโน้มที่จะน้อมนำเอาหลักของพุทธศาสนามาใช้ในชีวิตประจำวัน

จากข้อมูลดังกล่าวจึงถือว่าบ้านดงบังมีบริบทที่เอื้อต่อการนำพุทธภวานามาใช้ในชีวิตอย่างเป็นระบบ เนื่องจากความพร้อมด้านสถานที่ปฏิบัติธรรม ด้านผู้นำทางศาสนา ด้านความศรัทธาของชาวบ้านที่เป็นพื้นฐาน และด้านกระบวนการอบรมภวานาที่เริ่มก่อร่างสร้างตัวมาได้เกือบ 3 ปี ก่อนทำการวิจัย

2. สถานการณ์ และสภาพปัญหาเด็ก เยาวชนในบ้านดงบัง

ปัญหาของเด็ก เยาวชนบ้านดงบังไม่ได้รุนแรงนัก เท่าที่ชาวบ้านและตัวเด็กเองสะท้อนพบว่า มีเพียงบางคนเท่านั้นที่ดื่มเหล้า เล่นการพนัน เด็กบางคนติดเล่น ติดเกมส์ ติดโทรศัพท์ ไม่ช่วยงานบ้าน นอกจากนี้ชาวบ้านยังกังวลว่าเด็กอาจจะมีความเสี่ยงทางด้านจิตใจ เนื่องจากเด็กส่วนใหญ่ไม่ได้อยู่กับพ่อแม่ เด็กอยู่กับปู่ย่าตายายเป็นหลัก ประกอบกับบ้านดงบังอยู่ใกล้เมือง สภาพแวดล้อมทางสังคมเริ่มเปลี่ยนไป มีคนส่วนหนึ่งเริ่มเล่นการพนัน บางคนเดินทาง去玩ถึงชายแดนลาว ชาวบ้านมองว่าการมีวัดและพระสงฆ์ที่ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบในหมู่บ้านถือเป็นทุนทางสังคมที่จะช่วยปมเพาะเด็ก ๆ ให้เป็นคนดีและมีความสุขได้

2. องค์ความรู้ และผลกระทบที่เกิดจากกระบวนการพัฒนาเด็กด้วยพุทธศาสนาของบ้านดงบัง

องค์ความรู้ในงานวิจัยครั้งนี้ มุ่งเน้นไปที่การถอดบทเรียนการใช้พุทธธรรมในการบ่มเพาะเด็ก เยาวชน ซึ่งพบว่าพระอาจารย์นรินทร์ใช้หลักปฏิบัติตามทางสายเอก คือหลักสติปัฏฐาน 4 ของพระพุทธเจ้าในการฝึกชาวบ้าน เด็ก เยาวชน ให้เจริญภวานา เป็นการฝึกเจริญสติ ตามรู้ในฐานทั้ง 4 ได้แก่ ฐานกาย ฐานเวทนา (สุข ทุกข์ พอใจ ไม่พอใจ เฉยๆ) ฐานจิต หรือจิตตานุปัสสนา สติปัฏฐาน (ความคิด ฟุ้งซ่าน เศร้าหมอง) และฐานที่ 4 คือ ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน (สภาพธรรมชาติที่เกิดขึ้นแล้วจิตเข้าไปรับรู้ได้ เช่น เย็น ร้อน อ่อน แข็ง การเกิดดับของสภาวะต่างๆ เป็นต้น) นอกจากนี้ยังใช้ ไตรสิกขา คือการรักษาศีล การทำสมาธิ และการภาวนา ในการอบรมบ่ม

นิสัยให้ห่างไกลจากกิเลสและความเศร้าหมองต่างๆ และใช้บุญกิริยาวัตถุ 10 ในการอบรมเทศนาให้ญาติโยมได้น้อมนำไปปฏิบัติ

สำหรับผลของการปฏิบัติธรรมโดยใช้หลักการข้างต้น ผ่านการอบรมปฏิบัติธรรมประจำปี (เดินจงกรม นั่งสมาธิ ฟังเทศ) การเข้าวัดฟังธรรม การทำบุญต่างๆ และการบวชสามเณรภาคฤดูร้อน ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงแก่เด็ก เยาวชน และผู้ใหญ่ ดังนี้

ผลต่อเด็ก และเยาวชน

สามเณรที่ผ่านการฝึกหัดอบรม พระกัมมัญฐาน พบว่า ก่อนเข้ามาเป็น คนแข็งกระด้าง วาจาหยาบคาย จิตใจโหดร้าย วายากสอนยาก ส่วนเด็กที่ผ่านการอบรมแล้ว มีกายอ่อนนุ่ม วาจาอ่อนหวาน จิตใจอ่อนโยน การเรียนดีขึ้น เพราะสมาธิดีทำให้จดจำสิ่งต่างๆ ได้ดียิ่งขึ้น และทำให้มีความกตัญญู ความประหยัด ความเมตตา ความเสียสละ และมีความรับผิดชอบหน้าที่ เช่น กรณี ตัวอย่าง สามเณร จักรกฤษ ชอภาร (ศรราม) ที่บวชมาแล้วถึง 5 ครั้ง และยังมีเด็ก เยาวชนคนอื่นๆ ที่เข้าวัดบ่อยขึ้น ตื่นมาดื่มน้ำ มีศรัทธาในพระพุทธศาสนา จิตใจสงบและมีความสุขขึ้น มีสมาธิตั้งใจเรียน เกรงกลัวต่อบาป ช่วยงานพ่อแม่ผู้ปกครองมากขึ้น ปรับตัวเข้ากับเพื่อนได้ดีขึ้น การทะเลาะวิวาทลดลง พุดจาเพราะขึ้น ดิตเกมส์ลดลง มีจิตสำนึกสาธารณะ รู้จักช่วยงานส่วนรวม งานวัด เป็นต้น

ผลต่ออุบาสก อุบาสิกา ผู้ปฏิบัติธรรม

ญาติโยมที่มาเข้าวัดปฏิบัติธรรมเป็นประจำ พบว่ามีรายละเอียดของแต่ละบุคคล และครอบครัวแตกต่างกันไป แต่โดยสรุปแล้วก็คือ ทำให้ตัวเอง และครอบครัวมีความสุขขึ้น เพราะพุทธศาสนาเป็นที่พึ่งทางใจเวลามีปัญหาหรือมีทุกข์ บางคนเข้าใจแก่นของพระพุทธศาสนามากขึ้น คือนอกจากทำบุญให้ทานแล้ว ยังรักษาศีลและภาวนาด้วย ฟังเทศก็ซาบซึ่งมากขึ้นเพราะเข้าใจความหมาย ผลที่เกิดตามมาคือ ใจดี ใจเย็น สบายใจ มีสติ คิด ไตร่ตรอง ทำให้เกิดความรอบคอบ จิตใจสงบขึ้น ไม่เคร่งเครียด ความเข้าใจในหลักของธรรมะทำให้บางคนกลับมาพิจารณาที่จิตใจของตัวเอง ไม่สนใจของคนอื่น (ไม่สนใจคนอื่น ดูตัวเองเป็นหลัก) ไม่โกรธง่าย รู้จักยับยั้งชั่งใจมากขึ้น ครอบครัวมีความสุขขึ้น

3. กระบวนการพัฒนาเด็ก และเยาวชนด้วยพุทธภาวนาของบ้านดงบัง

มีหลากหลายกระบวนการ ซึ่งพอจะสรุปได้ดังนี้

3.1 บรรพชาสามเณร

เป็นกิจกรรมที่ดำเนินการอย่างต่อเนื่องเป็นประจำมา 3 ปี โดยดำเนินการในช่วงปิดเทอมภาคฤดูร้อน ในช่วงเดือน มีนาคม ถึงต้นเดือนเมษายน เป็นระยะเวลาบวชสามเณร เป็นระยะเวลาประมาณ 1 เดือน จำนวนสามเณร อยู่ระหว่าง 25-35 รูป มากน้อยแตกต่างกันในแต่ละปี

แล้วแต่ความพร้อมของเหตุปัจจัยหลายประการ ชุมชน โรงเรียน วัด และโดยเฉพาะพระพี่เลี้ยง ต้องมีจำนวนมากพอที่จะช่วยอบรมดูแลสามเณร

3.2 กิจกรรมปฏิบัติธรรมประจำปี

จัดกิจกรรมปีละครั้งมา หลักสูตร 5 วัน 4 คืน กระบวนการหลักๆคือการเดินจงกรม นั่งสมาธิ สวดมนต์ทำวัตร และฟังเทศ

3.3 กิจกรรมเวียนเทียน

กิจกรรมนี้ทำวันอาสาฬหบูชา จะมีคณะสงฆ์พร้อมทั้งอุบาสก อุบาสิกา ผู้นำชุมชน ผู้เฒ่าผู้แก่ ประชาชนทั่วไป รวมทั้งเด็ก และเยาวชนในชุมชนได้ร่วมกันเดินเวียนเทียนรอบหมู่บ้าน เวียนเทียนเสร็จจะมีการสวดไชใหญ่ (ชัย) พร้อมทั้งอธิบายความสำคัญของบทสวด และแปลให้เข้าใจ ทำให้ผู้เข้าร่วมได้เข้าใจและซึมซับ

4.5 กิจกรรมเข้าวัดวันเสาร์

เป็นกิจกรรมที่ทีมวิจัยได้พยายามจัดขึ้น เพื่อให้การปฏิบัติธรรมมีความต่อเนื่อง กิจกรรมในวันเสาร์ จะมีกระบวนการ ดังนี้ พระคุณเจ้า สอนการ กราบ การไหว้ สวดมนต์ เทศนาประกอบนิทานให้ฟัง การนั่งสมาธิ ให้ดูรูปกิจกรรมต่างๆในวัดที่เด็กๆ มีส่วนร่วม เช่น การบวชเณร การปฏิบัติธรรม การปลูกต้นไม้ เป็นรูปภาพประกอบเพลงที่มีความหมายในเรื่องธรรมะ พร้อมทั้งมีหนังสือการ์ตูนธรรมะให้เด็กๆ ดูด้วย หลังจากนั้นก็พาเด็กๆ ไปปลูกต้นไม้ ถ่ายรูป เป็นที่ระลึก

เมื่อสรุปประเมินผล พบว่า กิจกรรมสามเณรน้อยตามรอยธรรมเป็นกิจกรรมที่ชัดเจน ต่อเนื่อง ยาวนาน และเกี่ยวข้องกับชุมชน กับคนในชุมชนจำนวนมาก ส่วนกิจกรรมอื่นๆ ก็มีความเกี่ยวข้องกับการพัฒนาเด็กไม่มากนัก และไม่ได้ดำเนินการต่อเนื่องเช่นบวชสามเณร นอกจากนี้ยังพบว่ากิจกรรมบวชสามเณรส่งผลต่อเด็กในทางดีมากกว่ากิจกรรมอื่น ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า กิจกรรมบวชสามเณรเป็นกิจกรรมที่ออกแบบมาเฉพาะสำหรับเด็กจึงเหมาะแก่การพัฒนาเด็กและเยาวชนมากกว่ากิจกรรมอื่น

5. ข้อเสนอแนะ

1. ควรมีการปรับปรุงหลักสูตรการปฏิบัติธรรมประจำปี และการปฏิบัติธรรมทุกวันเสาร์ หรือวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาให้มีความเหมาะสมกับเด็ก เพื่อเป็นโอกาสให้เด็กผู้หญิง และเด็กคนอื่นๆที่ไม่ได้บวชสามเณรได้มีโอกาสพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องด้วย

2. ควรมีเวทีพูดคุยถอดบทเรียนเป็นระยะเพื่อกระตุ้นการปฏิบัติธรรมที่ต่อเนื่อง

ภาคผนวก

บรรณานุกรม

- จรรยา ดวงแก้ว และคณะ. การศึกษาและพัฒนากระบวนการเรียนรู้ตามแนวทาง
สติปัญญาสู่การปรับเปลี่ยนคุณค่าภายในตัวเองของเยาวชน
โรงเรียนโยธินพิทยาคม. รายงานการวิจัย โยธิน: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย,
2551.
- ทิพาวดี เอมะวรรณะ. การฝึกวิปัสสนาผนวกกับการให้การศึกษาเรื่องโรคเอดส์เพื่อป้องกัน
การติดเชื้อ HIV: ในกลุ่มนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
โครงการพัฒนาภูมิปัญญา และการวิจัยเพื่อป้องกัน และแก้ไขปัญหาเอดส์.
ทบวงมหาวิทยาลัย.มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2539.
- พุทธกรรมฐาน. สติปัญญาสี่. <http://www.kammatan.com/board/index.php?topic=352.0>
(สืบค้นเมื่อ 31 ตุลาคม 2555)
- พระคันธสราภิวังศ์ (ผู้แปล). ธรรมบรรยายภาคปฏิบัติ การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน
(พองหนอ...ยุบหนอ) ของพระคุณทลาภิวังศ์.กองทุนเผยแผ่ธรรมะสุทธจิตโต ภิกขุ.
ชลบุรี, 2548.
- พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิเถร ป.ธ. ๙) .วิปัสสนากรรมฐานภาค 1 เล่ม 1.
สำนักพิมพ์ดวงแก้ว.โรงพิมพ์บริษัทสหธรรมมิกจำกัด.กรุงเทพฯ, 2548.
- วัดนาหลวง. การเผยแผ่พุทธธรรมของวัดนาหลวง. http://watnaluang.com/index.php?option=com_content&view=article&id=53:2011-11-12-14-37-48&catid=51:2011-08-27-15-39-18&Itemid=61 (สืบค้นเมื่อ 31 ตุลาคม 2555)
- วัดนาหลวง. ประวัติวัดนาหลวง. http://watnaluang.com/index.php?option=com_content&view=article&id=25:2011-12-17-11-58-50&catid=31:general&Itemid=28
(สืบค้นเมื่อ 31 ตุลาคม 2555)
- อุ บัณฑิตาภิวัังสะ. โพชนงค์ ยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์.
กรุงเทพฯ, 2546

รายชื่อทีมวิจัย

1. นายไฉน	อดกลั่น	หัวหน้าโครงการ
2. นายบุญเลิศ	ประเสริฐ	ทีมวิจัย
3. นางหนูเตรียม	อดกลั่น	ทีมวิจัย
4. นายผุย	ก้อนผา	ทีมวิจัย
5. นายสะอาด	สีปศรี	ทีมวิจัย
6. นายสำนวน	สีปศรี	ทีมวิจัย
7. นายนิยม	พันธ์แก้ว	ทีมวิจัย
8. นางสาวสุพัฒน์	แสงสว่าง	ทีมวิจัย
9. นายสำนวน	อดกลั่น	ทีมวิจัย
10. นายสมัย	พานิชศิริ	ทีมวิจัย
11. นายพนมศักดิ์	กุสโร	ทีมวิจัย
12. นางสาวสมยิ่ง	ก้อนผา	ทีมวิจัย
13. นายสิน	สีปศรี	ทีมวิจัย
14. นางหนูอาจ	ก้อนผา	ทีมวิจัย
15. เด็กชายเดโช	ประเสริฐ	ทีมวิจัย
16. เด็กชายภาสกร	ชอบการ	ทีมวิจัย
17. นายเดือน	สีปศรี	ทีมวิจัย

ที่ปรึกษาโครงการ

1. พระอาจารย์นรินทร์ กตธโร หัวหน้าสำนักปฏิบัติธรรมป่าชุมชนบ้านดงบัง
2. นายชมพู่ มีแก้ว นายกองค์การบริหารส่วนตำบลคูเมือง