



แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาสำหรับผู้ต้องขัง
เรือนจำจังหวัดน่าน

GUIDELINES OF THE DEVELOPMENT OF QUALITY OF LIFE ACCORDING TO
THE THREEFOLD TRAINING OF PRISONERS IN NAN PROVINCIAL PRISON

นายภฤศ โสภณนิชกุล

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๑



แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาสำหรับผู้ต้องขัง
เรือนจำจังหวัดน่าน

นายภฤศ โสภณนิชกุล

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๑

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



Guidelines of the Development of Quality of Life According to
The Threefold Training of Prisoners in Nan provincial prison

Mr. Phreut Sophonnichakul

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
The Requirements for the Degree of
Master of Arts
(Buddhist Studies)

Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
C.E. 2018

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์ เรื่อง “แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน” เป็น ส่วนหนึ่งของการศึกษา ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

(พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์.....ประธานกรรมการ

(รศ.ดร.ปรุฑม์ บุญศรีตัน)

.....กรรมการ
(พระมหาสุรศักดิ์ ปัจจนตเสโน, ดร.)

.....กรรมการ
(ผศ.ดร.ประยงค์ จันทร์แดง)

.....กรรมการ
(ผศ.ดร.สุเทพ สารบรรณ)

.....กรรมการ
(ดร.ชูชาติ สุทธิ)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

ผศ.ดร.สุเทพ สารบรรณ

ประธานกรรมการ

ดร.ชูชาติ สุทธิ

กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย

(นายภฤต โสภณนิชกุล)

ชื่อวิทยานิพนธ์	: แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขัง เรือนจำจังหวัดน่าน
ผู้วิจัย	: นายภฤศ โสภณนิชกุล
ปริญญา	: พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)
คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์	: ผศ.ดร.สุเทพ สารบรรณ, พธ.บ. (ศาสนา), กศ.ม. (หลักสูตรและการสอน), พธ.ด. (พระพุทธศาสนา) : ดร.ชูชาติ สุทธิ, ป.ธ.๕, พธ.บ. (รัฐศาสตร์), M.A. (Philosophy), พธ.ด. (พระพุทธศาสนา)
วันสำเร็จการศึกษา	: ๖ ตุลาคม ๒๕๖๑

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์เรื่องนี้ มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ (๑) เพื่อศึกษาหลักไตรสิกขาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท (๒) เพื่อศึกษาสภาพปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขัง เรือนจำจังหวัดน่าน (๓) เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน

การวิจัยนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยมีวิธีดำเนินการวิจัย คือศึกษาข้อมูลจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งการสังเกตการณ์และการสัมภาษณ์เชิงลึกเจ้าหน้าที่ และผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน จำนวน ๔๕ คน โดยใช้เทคนิควิเคราะห์และสังเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

ผลการวิจัยพบว่า หลักไตรสิกขาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทประกอบด้วย ศีล สมาธิ และปัญญา เป็นหลักการศึกษาและปฏิบัติแบบบูรณาการเพื่อฝึกกาย วาจา และยกระดับจิตใจและสติปัญญาให้สูงขึ้น ส่งผลให้เกิดคุณภาพชีวิตทั้งในระดับปัจเจกและระดับสังคม

ปัญหาและอุปสรรคการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน พบว่า ผู้ต้องขังส่วนใหญ่ ยังขาดการพัฒนาด้านพฤติกรรมโดยเฉพาะการมีวินัย ด้านจิตใจโดยเฉพาะความเครียดและวิตกกังวล และด้านปัญญาโดยเฉพาะความรู้ที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตให้เป็นสุข นอกจากนี้ยังมีอุปสรรคภายนอก เช่น ขาดแคลนอาคารสถานที่ในการใช้จัดกิจกรรมที่เหมาะสม เจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงานมีน้อยและปฏิบัติงานหลายหน้าที่ การฝึกอบรมที่ต้องรับมือกับความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว

แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาสำหรับผู้ต้องขัง เรือนจำจังหวัดน่าน พบว่ามีการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาด้านพฤติกรรมตามหลักศีล โดยจัดกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อการฝึกระเบียบวินัย การพัฒนาจิตโดยการปฏิบัติสมาธิ เช่น ปฏิบัติสมาธิตามหลักสูตรสัคคสมาธิ และด้านปัญญาเป็นการจัดหลักสูตรการศึกษาเพื่อให้เกิดความรู้ทั้งทางโลกและทางธรรม

Thesis Title : Guidelines of the Development of Quality of Life according to the Threefold Training of Prisoners in Nan Provincial Prison

Researcher : Mr. Phreut Sophonnichakul

Degree : Master of Arts (Buddhist Studies)

Dissertation Supervisory Committee

: Asst.Prof. Dr. Suthep Saraban, B.A. (Religion),
M.Ed. (Curriculum and Instruction),
Ph.D. (Buddhist Studies)

: Dr.Chuchat Sutta, Pali V, B.A. (Political Science),
M.A. (Philosophy), Ph.D. (Buddhist Studies)

Date of Graduation : October 6, 2018

Abstract

This Thesis has three objectives: 1) to study the threefold training in Theravāda Buddhism; 2) to study the problems in the development of quality of Life of prisoners in Nan Provincial prison, and 3) to study guidelines of the development of quality of life according to the Threefold training of prisoners in Nan provincial prison.

This is a qualitative research which was mainly conducted by the documentary analysis as well as observations and in-depth interviews. The key informants included the forty-five officers and prisoners in the prison.

The study revealed that Threefold Training in Theravāda Buddhism is consisted of Sīla – morality, Samādhi – concentration, and Pañyā – wisdom; it is the integrated principle for learning and practicing in order to train the bodily and verbal actions, as well as to enhance mental and intellectual capabilities. As a result, it leads to the development of quality of life both in the individual and social dimensions.

Regarding the problems in developing the quality of life of prisoners in Nan provincial prison, it was found that most prisoners had less development in their behaviors with special reference to the lack of discipline, minds with anxiety and worry, and sufficient intellects for a good livelihood. Furthermore, there are some problems regarding a suitable places for activities, less prison staffs, and necessary trainings for the staffs to cope with advances in technology in the disruptive age.

For the guidelines of the development of quality of life according to the Threefold training of prisoners in Nan provincial prison, It was founded that there are usual activities conducted in order to develop the behaviors according to Sīla through various activities for training the discipline, to develop the minds according to Samādhi through practicing meditation with focus on the Saggasā-Samādhi program, and to develop intellects through the due courses as to promote knowledge for daily living and understanding the truth.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เล่มนี้ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาสำหรับผู้ต้องขัง เรือนจำจังหวัดน่าน สำเร็จลงด้วยความเมตตาอนุเคราะห์จากหลายท่าน โดยเฉพาะอย่างยิ่งอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์คือ ผศ.ดร.สุเทพ สารบรรณ ที่ได้ให้คำปรึกษาแนะนำ และแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ นับตั้งแต่เริ่มทำการวิจัยจนแล้วเสร็จกราบขอบพระคุณพระครูวรธรรมวิฑูรย์ดร.รักษาการผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตพะเยา, พระมหาพงษ์ประภากรณ์ วิสุทธิญาณเมธี ดร, ดร.ชูชาติสุทธะ กรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่ได้ให้ความอนุเคราะห์แนะนำเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในด้านแนวคิด ทฤษฎีเพื่อเป็นข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ขอขอบพระคุณ ผศ.ดร.ประยงค์ จันทร์แดง เป็นอย่างสูงยิ่งที่ได้ อนุเคราะห์ให้คำปรึกษาและขอแนะนำ แก้ไขปรับปรุงประเด็นต่าง ๆ ในงานวิจัยจนสำเร็จสมบูรณ์ นับเป็นกุศลยิ่ง ขอขอบคุณคณาจารย์ทุกท่านในหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตพะเยา ที่ได้มีส่วนตั้งแต่ต้นจนจบ

กราบขอบพระคุณ พระชยานันทมณี ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์นครน่าน มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จังหวัดน่าน, นายสุชาติ ศิลปชัย ผู้บัญชาการเรือนจำจังหวัดน่าน ร.ศ.ดร.ปรุทธ์ บุญศรีตัน ประธานคณะกรรมการสอบ ดร.วรปรัชญ์ คำพงษ์, ดร.ชำนาญ เกิดช่อ, ที่ได้ กรุณาให้คำแนะนำและได้กรุณาตรวจสอบแก้ไขเครื่องมือสัมภาษณ์ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

ขอบพระคุณ เจ้าหน้าที่บัณฑิตวิทยาลัย เพื่อนร่วมงานทุกคนตลอดถึงผู้ต้องขังที่ได้ให้คำ สัมภาษณ์ ขอขอบคุณอย่างยิ่งสำหรับ คุณเนติวัฒน์ ธิติพัฒน์ภูริกุล หัวหน้าฝ่ายการศึกษาและพัฒนา จิตใจ ผู้เป็นกัลยาณมิตร ที่ได้แนะนำให้ข้าพเจ้าได้เข้าเรียนในครั้งนี้ ขอขอบคุณ/ขอบคุณเพื่อนนิสิต ร่วมรุ่นทุกรูป/คน ที่ได้ร่วมแรงร่วมใจให้กำลังใจและทำงานร่วมกันด้วยดีเสมอมา

หากมีความบกพร่องใดที่เกิดขึ้นในการทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ข้าพเจ้าขอน้อมรับด้วยความ จริงใจและหากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้มีคุณค่าประโยชน์ใด ๆ ขอประโยชน์นี้จงสำเร็จแก่ผู้อ่านทุกท่าน เพื่อนำไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิตเป็นประโยชน์ต่อการเผยแพร่ศาสนาและศึกษาค้นคว้าต่อไป

คุณงามความดีและคุณประโยชน์ใด ๆ ที่เกิดขึ้นจากการศึกษาครั้งนี้ ขอน้อมบูชาแด่คุณ พระศรีรัตนตรัย อานิสงส์ใดที่เกิดจากวิทยานิพนธ์เล่มนี้ขอถวายเป็นพุทธบูชา และขอมอบแด่บิดา มารดา ครูอาจารย์ ผู้มีพระคุณ ภรรยา ญาติพี่น้อง มิตรสหาย เหล่าบริวารตลอดจนสรรพสัตว์ ทั้งหลาย จงได้รับโดยทั่วหน้าเทอญ.

นายภฤศ โสภณนิชกุล

๖ ตุลาคม ๒๕๖๑

ชื่อวิทยานิพนธ์	: แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขัง เรือนจำจังหวัดน่าน
ผู้วิจัย	: นายภฤศ โสภณนิชกุล
ปริญญา	: พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)
คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์	: ผศ. ดร.สุเทพ สารบรรณ, พธ.บ. (ศาสนา), กศ.ม. (หลักสูตรและการสอน), พธ.ด. (พระพุทธศาสนา) : ดร.ชูชาติ สุทธิ, ป.ธ.๕, พธ.บ. (รัฐศาสตร์), M.A. (Philosophy), พธ.ด. (พระพุทธศาสนา)
วันสำเร็จการศึกษา	: ๖ ตุลาคม ๒๕๖๑

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์เรื่องนี้ มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ (๑) เพื่อศึกษาหลักไตรสิกขาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท (๒) เพื่อศึกษาสภาพปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขัง เรือนจำจังหวัดน่าน (๓) เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน

การวิจัยนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยมีวิธีดำเนินการวิจัย คือศึกษาข้อมูลจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งการสังเกตการณ์และการสัมภาษณ์เชิงลึกเจ้าหน้าที่ และผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน จำนวน ๔๕ คน โดยใช้เทคนิควิเคราะห์และสังเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

ผลการวิจัยพบว่า หลักไตรสิกขาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทประกอบด้วย ศีล สมาธิ และปัญญา เป็นหลักการศึกษาและปฏิบัติแบบบูรณาการเพื่อฝึกกาย วาจา และยกระดับจิตใจและสติปัญญาให้สูงขึ้น ส่งผลให้เกิดคุณภาพชีวิตทั้งในระดับปัจเจกและระดับสังคม

ปัญหาและอุปสรรคการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน พบว่า ผู้ต้องขังส่วนใหญ่ ยังขาดการพัฒนาด้านพฤติกรรมโดยเฉพาะการมีวินัย ด้านจิตใจโดยเฉพาะความเครียดและวิตกกังวล และด้านปัญญาโดยเฉพาะความรู้ที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตให้เป็นสุข นอกจากนี้ยังมีอุปสรรคภายนอก เช่น ขาดแคลนอาคารสถานที่ในการใช้จัดกิจกรรมที่เหมาะสม เจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงานมีน้อยและปฏิบัติงานหลายหน้าที่ การฝึกอบรมที่ต้องรับมือกับความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว

แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาสำหรับผู้ต้องขัง เรือนจำจังหวัดน่าน พบว่ามีการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาด้านพฤติกรรมตามหลักศีล โดยจัดกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อการฝึกระเบียบวินัย การพัฒนาจิตโดยการปฏิบัติสมาธิ เช่น ปฏิบัติสมาธิตามหลักสูตรสัคคสมาธิ และด้านปัญญาเป็นการจัดหลักสูตรการศึกษาเพื่อให้เกิดความรู้ทั้งทางโลกและทางธรรม

Thesis Title : Guidelines of the Development of Quality of Life according to the Threefold Training of Prisoners in Nan Provincial Prison

Researcher : Mr. Phreut Sophonnichakul

Degree : Master of Arts (Buddhist Studies)

Dissertation Supervisory Committee

: Asst. Prof. Dr. Suthep Saraban, B.A. (Religion),
M.Ed. (Curriculum and Instruction),
Ph.D. (Buddhist Studies)

: Dr.Chuchat Sutta, Pali V, B.A. (Political Science),
M.A. (Philosophy), Ph.D. (Buddhist Studies)

Date of Graduation : October 6, 2018

Abstract

This Thesis has three objectives: 1) to study the threefold training in Theravāda Buddhism; 2) to study the problems in the development of quality of Life of prisoners in Nan Provincial prison, and 3) to study guidelines of the development of quality of life according to the Threefold training of prisoners in Nan provincial prison.

This is a qualitative research which was mainly conducted by the documentary analysis as well as observations and in-depth interviews. The key informants included the forty-five officers and prisoners in the prison.

The study revealed that Threefold Training in Theravāda Buddhism is consisted of Sīla – morality, Samādhi – concentration, and Pañyā – wisdom; it is the integrated principle for learning and practicing in order to train the bodily and verbal actions, as well as to enhance mental and intellectual capabilities. As a result, it leads to the development of quality of life both in the individual and social dimensions.

Regarding the problems in developing the quality of life of prisoners in Nan provincial prison, it was found that most prisoners had less development in their behaviors with special reference to the lack of discipline, minds with anxiety and worry, and sufficient intellects for a good livelihood. Furthermore, there are some problems regarding a suitable places for activities, less prison staffs, and necessary trainings for the staffs to cope with advances in technology in the disruptive age.

For the guidelines of the development of quality of life according to the Threefold training of prisoners in Nan provincial prison, It was founded that there are usual activities conducted in order to develop the behaviors according to Sīla through various activities for training the discipline, to develop the minds according to Samādhi through practicing meditation with focus on the Saggasā-Samādhi program, and to develop intellects through the due courses as to promote knowledge for daily living and understanding the truth.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เล่มนี้ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาสำหรับผู้ต้องขัง เรือนจำจังหวัดน่าน สำเร็จลงด้วยความเมตตาอนุเคราะห์จากหลายท่าน โดยเฉพาะอย่างยิ่งอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์คือ ผศ.ดร.สุเทพ สารบรรณ ที่ได้ให้คำปรึกษาแนะนำ และแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ นับตั้งแต่เริ่มทำการวิจัยจนแล้วเสร็จกราบขอบพระคุณพระครูวรธรรมวิฑูรย์ดร.รักษาการผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตพะเยา, พระมหาพงษ์ประภากรณ์ วิสุทธิญาณเมธี ดร, ดร.ชูชาติสุทธะ กรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่ได้ให้ความอนุเคราะห์แนะนำเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในด้านแนวคิด ทฤษฎีเพื่อเป็นข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ขอขอบพระคุณ ผศ.ดร.ประยงค์ จันทร์แดง เป็นอย่างสูงยิ่งที่ได้ อนุเคราะห์ให้คำปรึกษาและขอแนะนำ แก้ไขปรับปรุงประเด็นต่าง ๆ ในงานวิจัยจนสำเร็จสมบูรณ์ นับเป็นกุศลยิ่ง ขอขอบคุณคณาจารย์ทุกท่านในหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตพะเยา ที่ได้มีส่วนตั้งแต่ต้นจนจบ

กราบขอบพระคุณ พระชยานันทมณี ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์นครน่าน มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จังหวัดน่าน, นายสุชาติ ศิลปชัย ผู้บัญชาการเรือนจำจังหวัดน่าน ร.ศ.ดร.ปรุตม์ บุญศรีตัน ประธานคณะกรรมการสอบ ดร.วรปรัชญ์ คำพงษ์, ดร.ชำนาญ เกิดช่อ, ที่ได้ กรุณาให้คำแนะนำและได้กรุณาตรวจสอบแก้ไขเครื่องมือสัมภาษณ์ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

ขอบพระคุณ เจ้าหน้าที่บัณฑิตวิทยาลัย เพื่อนร่วมงานทุกคนตลอดถึงผู้ต้องขังที่ได้ให้คำ สัมภาษณ์ ขอขอบคุณอย่างยิ่งสำหรับ คุณเนติวัฒน์ ธิติพัฒน์ภูริกุล หัวหน้าฝ่ายการศึกษาและพัฒนา จิตใจ ผู้เป็นกัลยาณมิตร ที่ได้แนะนำให้ข้าพเจ้าได้เข้าเรียนในครั้งนี้ ขอขอบคุณ/ขอบคุณเพื่อนนิสิต ร่วมรุ่นทุกรูป/คน ที่ได้ร่วมแรงร่วมใจให้กำลังใจและทำงานร่วมกันด้วยดีเสมอมา

หากมีความบกพร่องใดที่เกิดขึ้นในการทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ข้าพเจ้าขอน้อมรับด้วยความ จริงใจและหากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้มีคุณค่าประโยชน์ใด ๆ ขอประโยชน์นี้จงสำเร็จแก่ผู้อ่านทุกท่าน เพื่อนำไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิตเป็นประโยชน์ต่อการเผยแพร่วิทยาการและศึกษาค้นคว้าต่อไป

คุณงามความดีและคุณประโยชน์ใด ๆ ที่เกิดขึ้นจากการศึกษาครั้งนี้ ขอน้อมบูชาแด่คุณ พระศรีรัตนตรัย อานิสงส์ใดที่เกิดจากวิทยานิพนธ์เล่มนี้ขอถวายเป็นพุทธบูชา และขอมอบแด่บิดา มารดา ครูอาจารย์ ผู้มีพระคุณ ภรรยา ญาติพี่น้อง มิตรสหาย เหล่าบริวารตลอดจนสรรพสัตว์ทั้งหลาย จงได้รับโดยทั่วหน้าเทอญ.

นายภฤศ โสภณนิชกุล

๖ ตุลาคม ๒๕๖๑

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ง
สารบัญ	จ
สารบัญตาราง	ช
คำอธิบายสัญลักษณ์ย่อ	ณ
บทที่ ๑ บทนำ	
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๒
๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๓
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๓
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๓
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๔
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๑๑
๑.๘ กรอบแนวคิดการวิจัย	๑๓
๑.๙ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย	๑๓
บทที่ ๒ แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต	
๒.๑ แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงพุทธ	๑๔
๒.๒ แนวคิดเกี่ยวกับหลักไตรสิกขา	๒๐
๒.๒.๑ ศีล	๒๐
๒.๒.๒ สมาธิ	๒๓
๒.๒.๓ ปัญญา	๒๘
๒.๒.๔ จุดมุ่งหมายของการพัฒนาชีวิต	๓๑
๒.๒.๕ ผลของการพัฒนาชีวิต	๓๑
๒.๓ ตัวอย่างบุคคลที่มีการพัฒนาและผู้ที่ไม่มีการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท	๓๔
๒.๓.๑ พระองค์สิริมาล	๓๔
๒.๓.๔ พระเจ้าวิฑูทกะ	๓๖
บทที่ ๓ สภาพปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน	
๓.๑ ข้อมูลพื้นฐานเรือนจำจังหวัดน่าน	๓๙

๓.๒ ปัญหาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน	๔๒
๓.๒.๑ ด้านร่างกาย (พฤติกรรม)	๔๒
๓.๒.๒ ด้านอารมณ์ จิตใจ	๔๒
๓.๒.๓ ด้านปัญญา	๔๓
๓.๓ สภาพปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง ของกรมราชทัณฑ์	๔๓
๓.๔ สภาพปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา ของผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน	๔๕

บทที่ ๔ **แนวทางพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาสำหรับผู้ต้องขัง เรือนจำจังหวัดน่าน**

ส่วนที่ ๑ แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน	๔๗
๑.๑ แนวทางด้านศีล	๔๗
๑.๒ แนวทางด้านสมาธิ	๔๘
๑.๓ แนวทางด้านปัญญา	๔๘
ส่วนที่ ๒ ขั้นตอนการนำแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน ไปสู่การปฏิบัติ	๔๙
๒.๑ ขั้นวางแผน (Plan)	๔๙
๒.๒ ขั้นปฏิบัติ (Do)	๔๙
๒.๓ ขั้นกำกับ ติดตาม และประเมินผล (Check)	๔๙
๒.๔ ขั้นปรับปรุงการปฏิบัติ (Act)	๔๙
ส่วนที่ ๓ ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จ	๕๐
ส่วนที่ ๔ ตัวอย่างหลักสูตรการพัฒนาคุณภาพชีวิต ตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขัง เรือนจำจังหวัดน่าน	๕๐
๔.๑ หลักสูตรด้านการควบคุม	๕๐
๔.๒ หลักสูตรด้านการศึกษาสายสามัญ	๕๑
๔.๓ ระดับอุดมศึกษา (มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช)	๕๓
๔.๔ หลักสูตรด้านการศึกษาสายวิชาชีพ	๕๔
๔.๕ หลักสูตรวิชาชีพพระยะสัน	๕๕
๔.๖ หลักสูตรการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขัง	๖๐
๔.๗ ผลจากการปฏิบัติตามแนวทางไตรสิกขาของผู้ต้องขัง เรือนจำจังหวัดน่าน	๖๗

บทที่ ๕ **สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ**

๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๗๐
๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๗๒
๕.๓.๑ ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย	๗๒

	๕.๓.๒ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย	๗๓
	๕.๓.๓ ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป	๗๓
บรรณานุกรม		๗๔
ภาคผนวก		๘๐
ประวัติผู้วิจัย		๑๑๖

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
ตารางที่ ๑.๘.๑ กรอบแนวคิดการวิจัย	๑๓
ตารางที่ ๓.๑.๓ อัตรากำลังเจ้าหน้าที่เรือนจำจังหวัดน่าน	๓๙
ตารางที่ ๓.๑.๕ ข้อมูลและจำนวนผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน	๔๑
ตารางที่ ๔.๑ แสดงหลักสูตรปฐมนิเทศผู้ต้องขังเข้าใหม่	๕๐
ตารางที่ ๔.๒.๑ แสดงหลักสูตรการเรียนการสอนผู้ไม่รู้หนังสือ	๕๑
ตารางที่ ๔.๒.๒ แสดงหลักสูตรการเรียนการสอนระดับประถมศึกษา	๕๒
ตารางที่ ๔.๒.๓ แสดงหลักสูตรการเรียนการสอนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น	๕๒
ตารางที่ ๔.๒.๔ แสดงหลักสูตรการเรียนการสอนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย	๕๓
ตารางที่ ๔.๔.๑ แสดงหลักสูตรการเรียนการสอนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.)	๕๔
ตารางที่ ๔.๔.๒ แสดงหลักสูตรการเรียนการสอนประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.)	๕๔
ตารางที่ ๔.๕.๑ แสดงหลักสูตรช่างทำมุ้งลวด	๕๕
ตารางที่ ๔.๕.๒ แสดงหลักสูตรช่างประปา	๕๕
ตารางที่ ๔.๕.๓ แสดงหลักสูตรล้างเครื่องปรับอากาศ	๕๖
ตารางที่ ๔.๕.๔ แสดงหลักสูตรช่างซ่อมรองเท้า	๕๖
ตารางที่ ๔.๕.๕ แสดงหลักสูตรช่างตัดผมชาย	๕๗
ตารางที่ ๔.๕.๖ แสดงหลักสูตรช่างเสริมสวย	๕๗
ตารางที่ ๔.๕.๗ แสดงหลักสูตรช่างเดินสายไฟฟ้าในอาคาร	๕๘
ตารางที่ ๔.๕.๘ แสดงหลักสูตรช่างเชื่อมโลหะ	๕๘
ตารางที่ ๔.๖.๑ แสดงหลักสูตรการเรียนธรรมศึกษาชั้นตรี	๕๙
ตารางที่ ๔.๖.๒ แสดงหลักสูตรการเรียนธรรมศึกษาชั้นโท	๕๙
ตารางที่ ๔.๖.๓ แสดงหลักสูตรการเรียนธรรมศึกษาชั้นเอก	๕๙
ตารางที่ ๔.๖.๔ แสดงหลักสูตรหลักสูตรมัคทายก	๖๐
ตารางที่ ๔.๖.๕ แสดงหลักสูตรสักคสาสมาธิ	๖๒

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

การใช้อักษรย่อ

อักษรย่อชื่อในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ อ้างอิงจากพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ.๒๕๓๙ เป็นหลักในการอ้างอิง ซึ่งพระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย จะระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า. เช่น ขุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๓๗/๓๗. หมายความว่า ระบุถึง สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ธรรมบท ฉบับภาษาไทย พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๕ ข้อที่ ๓๗ หน้าที่ ๓๗ เป็นต้น

พระวินัยปิฎก

วิ.ม. (ไทย)	=	วินัยปิฎก	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
วิ.มหา. (ไทย)	=	วินัยปิฎก	ภิกขุวิภังค์	(ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

ขุ.ขุ. (ไทย)	=	ขุททกนิกาย	ขุททกนิกาย	ขุททกปาฐะ	(ภาษาไทย)
ขุ.จุ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	จุฬินิเทศ	(ภาษาไทย)
ขุ.ชา. เอกก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	เอกกนิบาตชาดก	(ภาษาไทย)
ขุ.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	มหานิเทศ	(ภาษาไทย)
ที.ปา. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฏิกวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.สี. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	สีลักขันธวรรค	(ภาษาไทย)
ม.มู. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มูลปณาสก	(ภาษาไทย)

พระอภิธรรมปิฎก

อภ.วิ. (ไทย)	=	อภิธัมมปิฎก	วิภังค์	(ภาษาไทย)
--------------	---	-------------	---------	-----------

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

กรมราชทัณฑ์ ในฐานะหน่วยงานสุดท้ายแห่งกระบวนการยุติธรรม มีภารกิจเกี่ยวกับการควบคุมและแก้ไขพฤติกรรมผู้ต้องขัง โดยมีมุ่งเป็นองค์กรพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ แก้ไขฟื้นฟูผู้ต้องขังให้เป็นทรัพยากรที่มีคุณภาพ เพื่อคืนคนดีสู่สังคม มีอำนาจหน้าที่ตามพระราชกฤษฎีกาแบ่งส่วนราชการกระทรวงมหาดไทย พุทธศักราช ๒๕๓๙ ดังนี้ (๑) ปฏิบัติต่อผู้กระทำความผิดให้เป็นไปตามคำพิพากษาหรือคำสั่งตามกฎหมาย โดยดำเนินการตามกฎหมายว่าด้วยการราชทัณฑ์และกฎหมายอื่นที่เกี่ยวข้อง (๒) กำหนดแนวทางปฏิบัติต่อผู้ต้องขัง ให้สอดคล้องกับกฎหมาย ระเบียบ ข้อบังคับ นโยบาย ของกระทรวง หลักาอาชญาวิทยาและหลักทัณฑ์วิทยา ตลอดจนข้อกำหนดมาตรฐานขั้นต่ำสำหรับปฏิบัติต่อผู้ต้องขัง และข้อเสนอแนะในเรื่องที่เกี่ยวข้องขององค์การสหประชาชาติ (๓) ดำเนินการเกี่ยวกับสวัสดิการและการสงเคราะห์แก่ผู้ต้องขัง (๔) ปฏิบัติการอื่นใดตามที่กฎหมายกำหนดให้เป็นอำนาจหน้าที่ของกรมราชทัณฑ์ หรือตามที่กระทรวงหรือคณะรัฐมนตรีผู้มีอำนาจมอบหมาย^๑

จากสถิติของผู้กระทำความผิด มีแนวโน้มของผู้กระทำความผิดเพิ่มจำนวนมากขึ้นทุกปี ในระยะเวลาที่ผ่านมา จากปริมาณผู้ต้องขังในเรือนจำและทัณฑสถานทั่วประเทศไทย ปี พ.ศ.๒๕๕๖ จำนวน ๒๘๓,๖๕๕ คน (ข้อมูล ณ วันที่ ๑ กันยายน ๒๕๕๖) ปัจจุบัน พ.ศ. ๒๕๖๐ เพิ่มขึ้นเป็นจำนวน ๓๐๐,๙๑๐ คน (ข้อมูล ณ วันที่ ๑ กันยายน ๒๕๖๐)^๒ นับเป็นตัวเลขที่น่าตกใจสำหรับสังคมไทยที่ต้องเร่งปฏิรูปสถาบันครอบครัว สถาบันการศึกษา และสถาบันทางสังคมอื่น ๆ อย่างจริงจัง

การกระทำความผิดของมนุษย์นั้น เป็นปัญหาที่สำคัญของสังคม และนับวันก็จะยิ่งทวีความรุนแรงขึ้นเป็นลำดับ พร้อม ๆ กับการเจริญเติบโตของประเทศเศรษฐกิจและสังคม การกระทำความผิดเกิดขึ้นจากการอยู่ร่วมกันของคนในสังคม ยิ่งสังคมมีความสลับซับซ้อนมากขึ้นเท่าใด จำนวนผู้กระทำความผิดก็จะยิ่งมีจำนวนเพิ่มมากขึ้น ตามการเปลี่ยนแปลงของสังคมอยู่เสมอ และความรุนแรงของการกระทำความผิดนั้นจะขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางสังคม ทางเศรษฐกิจ และการเมือง ในสังคมแต่ละสังคมจะมีระเบียบ กฎเกณฑ์ ข้อบังคับสำหรับควบคุมพฤติกรรมของสมาชิกในสังคมนั้น ๆ เพื่อไม่ให้เกิดปัญหาระหว่างกัน สำหรับผู้ที่ฝ่าฝืนระเบียบ กฎเกณฑ์ ข้อบังคับ จะต้องถูกลงโทษ ในอดีตการปฏิบัติต่อผู้กระทำความผิดในสังคม มักจะปฏิบัติด้วยวิธีการที่รุนแรงและทารุณ โหดร้าย ให้สาสมกับความผิดที่ได้กระทำให้ไป ทั้งนี้ เพื่อสร้างคามยุติธรรมให้แก่สมาชิกในสังคม เป็นการมุ่งลงโทษเพื่อจะให้เกิดความเจ็บปวด หลาบจำ จะได้ไม่หวนกลับไปกระทำความผิดซ้ำอีก

^๑ กรมราชทัณฑ์ กระทรวงยุติธรรม, รายงานการดำเนินงานของรัฐต่อสาธารณชนรายปี ประจำปีงบประมาณ พุทธศักราช ๒๕๕๙, โรงพิมพ์การราชทัณฑ์, ๒๕๕๙, หน้า ๔.

^๒ กรมราชทัณฑ์, สถิติผู้ต้องราชทัณฑ์ ทั่วประเทศ, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : www.correct.go.th. [๑ กันยายน ๒๕๖๐].

ปัจจุบัน การปฏิบัติหรือการจัดการต่อผู้กระทำความผิดกฎหมายของสังคมนั้น ขึ้นอยู่กับปรัชญา ความเชื่อ และทัศนคติของแต่ละสังคม ซึ่งได้เน้นในการแก้ไข พัฒนาฟื้นฟูจิตใจของผู้ต้องขังให้เป็นคนมีคุณธรรม จริยธรรม ในการอยู่ร่วมกันในสังคมมากยิ่งขึ้น ดังนั้น ศาสนาจึงเข้ามามีส่วนสำคัญในการพัฒนาคุณภาพชีวิตและพัฒนาจิตใจของผู้ต้องขัง ซึ่งเป็นรากฐานที่สำคัญและเป็นพื้นฐานของการพัฒนาในด้านอื่น ๆ เช่น การพัฒนาพฤติกรรม บุคลิกภาพ สติปัญญา การพัฒนาสังคม การพัฒนาดังกล่าวนี้จะได้ผลมากน้อยเพียงใดนั้น ขึ้นอยู่กับการพัฒนาคนให้มี คุณธรรม จริยธรรม เป็นประการสำคัญ แต่การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง ในปัจจุบัน นั้น ไม่มีกฎหมายตายตัวว่าจะต้องพัฒนาด้วยวิธีการใด เพื่อให้ผู้ต้องขังมีความรู้ความสามารถเกิดการเปลี่ยนแปลง จนสามารถกลับตัวเป็นคนดีของสังคมได้ และสามารถนำไปใช้ประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษแล้ว

แนวทางในการพัฒนาด้วยวิธีการใดเพื่อให้ผู้ต้องขังมีความรู้เกิดการเปลี่ยนแปลง ในการหาคำตอบเรื่องดังกล่าว จึงเป็นเรื่องที่มีความจำเป็นอย่างยิ่งในการทำการศึกษาค้นคว้า โดยเฉพาอย่างยิ่ง การส่งเสริม การนำเอาหลักธรรมไตรสิกขามาใช้ในการแก้ไขผู้ต้องขังให้ปฏิบัติตามกฎหมายมีความเคารพในกฎกติกา มีความรับผิดชอบต่อตนเอง สังคม และประเทศชาติ สามารถใช้ชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข ทั้งในขณะที่อยู่ในเรือนจำ และภายหลังพ้นโทษออกไปแล้ว^๓ ดังนั้น การศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังในเรือนจำจังหวัดน่าน จะทำให้เกิดความเข้าใจในตัวผู้ต้องขัง เข้าใจปัญหาอุปสรรคที่มี และแนวทางการนำหลักไตรสิกขา มาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต เพื่อให้ผู้ต้องขังได้ปฏิบัติตามหลักศีลธรรมและไม่หวนกลับไปกระทำความผิดซ้ำอีก ซึ่งจะเป็นการป้องกันสังคมให้ปลอดภัยจากอาชญากรรมได้อย่างยั่งยืน และที่สำคัญคือเป็นการให้โอกาสแก่ผู้หลงผิดได้กลับตัวกลับใจ กลับมาเป็นพลังสร้างสรรค์สังคมไทยให้เจริญต่อไป ดังพุทธภาษิตในพระสุตตันตปิฎกมัชฌิมนิกาย มหารวรรคว่า

“โย จ ปุพเพ ปมชชิตวา ปจฉา โส นปมชชติ โสมี โลภํ ปภาเสติ อพภา มุตโต ว จนทิม่า^๔

ผู้ใดประพฤติดีตพลามาก่อน ภายหลัง กลับตัวได้ ผู้นั้น ย่อมยังโลกนี้ให้สว่าง เหมือนพระจันทร์ ที่พ้นจากกลุ่มเมฆ ส่องโลกให้สว่าง ฉะนั้น”

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาหลักไตรสิกขาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๒.๒ เพื่อศึกษาสภาพปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตสำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน

๑.๒.๓ เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านศีล ด้านสมาธิ ด้านปัญญาตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน

^๓ ว่าที่พันตรี ผู้ช่วยศาสตราจารย์พิเศษ ดร.สวส์ดี จิรัฏฐิติกาล, รายงานการวิจัย เรื่องการปฏิบัติธรรมของผู้ต้องขังในเรือนจำกลางคลองเปรม, คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๕๔.

^๔ ม.ม. ๑๓/๔๘๖. (องคุลิมาลเถร).

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

- ๑.๓.๑ หลักไตรสิกขา ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท เป็นอย่างไร
- ๑.๓.๒ ปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิต ของผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน มีอย่างไร
- ๑.๓.๓ แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านศีล ด้านสมาธิ ด้านปัญญา ตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขัง เรือนจำจังหวัดน่าน อย่างไร

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน” มีการกำหนดขอบเขตไว้ดังนี้

๑.๔.๑ ด้านเนื้อหามุ่งศึกษาหลักพุทธธรรม ที่สอดคล้องกับหลักการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาจากคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา เอกสารที่ใช้ในการศึกษาประกอบด้วยพระไตรปิฎกที่เป็นหลักพุทธธรรม ตลอดถึงคัมภีร์อรรถกถา และคัมภีร์อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำหลักพุทธธรรม มาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขัง เรือนจำจังหวัดน่าน อำเภอเมือง จังหวัดน่าน

๑.๔.๒ ด้านเอกสาร

๑.๔.๒.๑ ด้านเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Sources) ได้แก่ คัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๙

๑.๔.๒.๒ ด้านเอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Sources) ได้แก่ หนังสือ เอกสาร วิชาการ รายงานวิจัย วิทยานิพนธ์ สารนิพนธ์ ที่เกี่ยวข้องกับหลักพุทธธรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตมนุษย์และผลงานวิชาการที่เกี่ยวข้องในประเด็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง

๑.๔.๓ ด้านพื้นที่และประชากร

๑.๔.๓.๑ สถานที่ศึกษาวิจัย คือเรือนจำจังหวัดน่าน อำเภอเมือง จังหวัดน่าน

๑.๔.๓.๒ ประชากรที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ จำนวน ๔๕ คน ได้แก่ ผู้บริหารเจ้าหน้าที่ เรือนจำจังหวัดน่าน ๑๕ คน และผู้ต้องขังที่ผ่านการอบรมจิตภาวนาหลักสูตรสัปดาห์สมาธิในเรือนจำจังหวัดน่าน จำนวน ๓๐ คน แยกเป็นผู้ต้องขังชั้นดี จำนวน ๑๐ คน ผู้ต้องขังชั้นดีมาก จำนวน ๑๐ คน และผู้ต้องขังชั้นเยี่ยม จำนวน ๑๐ คน

๑.๕. นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

๑.๕.๑ การพัฒนาคุณภาพชีวิต หมายถึง แนวทาง วิธีการ โครงการ กิจกรรมที่เจ้าหน้าที่เจ้าพนักงาน ตลอดจนผู้เกี่ยวข้องได้ใช้ปฏิบัติต่อผู้ต้องขัง โดยมีเป้าหมายเพื่อพัฒนาพฤติกรรม อารมณ์ จิตใจ สติปัญญาและสังคม หรือการกระทำใด ๆ ที่มีการวางแผน กำหนดทิศทาง เป้าหมายไว้อย่างชัดเจน เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่เจริญก้าวหน้า มั่นคงขึ้นไปตามลำดับ ในงานวิจัยนี้หมายถึง การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังในเรือนจำจังหวัดน่าน

๑.๕.๒ ไตรสิกขา หมายถึง หลักปฏิบัติ ๓ ประการอันเป็นวิถีทางของการดำเนินชีวิตที่งดงามตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา เพื่อให้บุคคลผู้ปฏิบัติได้พัฒนาตนเองให้สูงขึ้นตามลำดับ และเมื่อปฏิบัติได้ครบถ้วนบริบูรณ์แล้ว สามารถดับความทุกข์ในชีวิตได้จริง ได้แก่ การพัฒนาคุณภาพ

ชีวิตในด้านร่างกาย ศิล การพัฒนาจิตใจให้มั่นคง สมาธิ และการฝึกฝนอบรมพัฒนาตนเองในด้านการใช้สติ ปัญญา ไตรสิกขาในงานวิจัยนี้ ใช้คำว่า ศิล สมาธิ ปัญญา

๑.๕.๓ ผู้ต้องขัง (Prisoner) หมายถึง นักโทษเด็ดขาด คนต้องขังและคนฝาก ผู้ต้องขังชั้นกลาง ผู้ต้องขังชั้นดี ผู้ต้องขังชั้นดีมาก และผู้ต้องขังชั้นเยี่ยม ที่ถูกคุมขังอยู่ในเรือนจำจังหวัดน่าน

๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน การพัฒนาโดยใช้หลักไตรสิกขา มีดังนี้

๑.๖.๑ เอกสาร

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต) กล่าวถึงหลักไตรสิกขาว่า ไตรสิกขา : หลักสำคัญของการพัฒนามนุษย์ การฝึกฝนและพัฒนามนุษย์นั้น ทางพุทธศาสนาจัดวางเป็นหลักเรียกว่า ไตรสิกขา คือ ศิล สมาธิ ปัญญา ซึ่งถือว่าเป็นระบบการศึกษาที่ทำให้บุคคลพัฒนามีบุรณการ และให้มนุษย์เป็นองค์กรที่มีพัฒนาอย่างมีดุลยภาพ ศิล เป็นเรื่องของการฝึกในด้านพฤติกรรม โดยเฉพาะพฤติกรรมเคยชิน เครื่องมือที่ใช้ในการฝึกศิลปก็คือ วินัย กล่าวคือ วินัย เป็นจุดเริ่มต้นในกระบวนการศึกษาและการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ โดยสรุป วินัยจะมาเป็นรูปของการฝึกพฤติกรรมเคยชินที่ดีและการจัดสภาพแวดล้อมที่จะป้องกันไม่ให้มีพฤติกรรมที่ไม่ดี และเอื้อต่อการมีพฤติกรรมที่ดีที่พึงประสงค์ ในการฝึกคนให้คุ้นกับการมีพฤติกรรมที่ดี ตลอดจนการจัดระเบียบระบบทั้งหลายทั้งปวงในสังคมมนุษย์ สมาธิ เป็นเรื่องของการฝึกในด้านจิต หรือยกระดับจิตใจ ได้แก่ การพัฒนาคุณสมบัติต่าง ๆ ของจิตในด้านคุณธรรม เช่น ความเมตตากรุณา ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ในด้านความสามารถของจิต เช่น ความแข็งแรงมั่นคง ความเพียรพยายาม ความรับผิดชอบ ความแน่วแน่มั่นคง ความมีสติ สมาธิ และในด้านความสุข เช่น ความอิ่มใจ ความร่าเริงเบิกบานใจ ความสดชื่นผ่องใส ความรู้สึกพอใจ กล่าวคือพัฒนาคุณภาพสมรรถภาพและสุขภาพของจิต ปัญญา เป็นเรื่องของการฝึกหรือพัฒนาในเรื่องของการรู้ความจริง เริ่มตั้งแต่ความเชื่อ ความเห็น ความรู้ ความเข้าใจ ความหยั่งรู้เหตุผล การรู้จักวินิจฉัย ไตรตรอง ตรวจสอบ คัดการต่าง ๆ สร้างสรรค์เฉพาะอย่างยิ่งเน้นการรู้ตรงตามความเป็นจริง หรือรู้เห็นตามที่เป็นจริง ตลอดจนรู้แจ้งความจริงที่เป็นสากลของสิ่งทั้งปวง จนถึงขั้นรู้เท่าทันธรรมดาของโลกและชีวิตที่ทำให้จิตใจเป็นอิสระ ปลอดปัญหา ไร้ทุกข์ เข้าถึงอิสรภาพโดยสมบูรณ์ หลักทั้งสามประการที่กล่าวมานี้ เป็นส่วนประกอบของชีวิตที่ดีงาม^๕

นอกจากนั้นท่านยังได้กล่าวไว้ในหนังสือ “วาทะธรรมเพื่อประโยชน์สุขของพหุชน” ว่า ในทางพระพุทธศาสนา ถือว่าทุกคนต้องศึกษา ๓ ด้านที่เรียกว่า ไตรสิกขา คือพัฒนา ศิล สมาธิ ปัญญา ได้แก่ พัฒนาพฤติกรรม พัฒนาจิตใจ พัฒนาปัญญา เราจะมีชีวิตที่ประเสริฐด้วยการศึกษาทั้ง ๓ ด้านนี้ หลักศิลป เบื้องต้นคือการที่ว่าบุคคลแต่ละคนอยู่เป็นปกติร่วมกับผู้อื่น ไม่ใช้กายวาจาของตนไปทำให้เกิดความเดือดร้อนแก่ผู้อื่น สมาธิมีเป้าหมายเพื่อให้เรามีจิตตั้งมั่นแน่วแน่ ซึ่งจะเป็นจิตที่เป็นกัมมณีย์ แปลว่า ควรแก่การงาน หรือเหมาะแก่การใช้งาน ประโยชน์แท้ๆที่นี้คือเอาไปใช้ และการใช้

^๕ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), *จะพัฒนาคนกันได้อย่างไร*, (กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๕๑), หน้า ๔๖-๔๗.

ที่สำคัญก็คือใช้งาน ทางปัญญา โดยนำไปคิดพิจารณาแก้ปัญหาค้นหาความจริง ตลอดจนมองดูสภาวะธรรมให้เห็นชัดเพราะจิตที่เป็นสมาธินี้เป็นจิตที่ใส สงบ มั่นคง แน่วแน่ลงไป จะมองอะไรก็เห็นชัดเจนแจ่มแจ้ง จะคิดอะไรก็เป็นลำดับ ไม่มีอะไรมาวุ่น มารบกวน มาบัง มาขวาง มาแทรกแซง^๖

พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาส อินทปัญโญ) ได้กล่าวไว้ในหนังสือ *คู่มือมนุษย์* ว่า สิกขาขั้นแรก เรียกว่าศีล หมายถึงการประพฤติดี ประพฤติถูกต้องตามหลักทั่ว ๆ ไป ไม่ทำให้ผู้อื่นและไม่ทำให้ตนเองเดือดร้อน มีจำแนกไว้เป็นศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ หรืออื่น ๆ อีก เป็นการปฏิบัติเพื่อความสงบเรียบร้อย ปราศจากโทษขั้นต้น ๆ ทางกาย ทางวาจาของตน ที่เกี่ยวกับสังคมและส่วนรวม หรือเกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ ที่จำเป็นแก่การเป็นอยู่ ศีลสิกขา เป็นการศึกษาปฏิบัติในขั้นเตรียมเบื้องต้นเพื่อให้เรามีความเป็นอยู่ผาสุก อันจะช่วยให้จิตใจเป็นปกติ อานิสงส์ของศีลที่สำคัญที่สุดก็คือเป็นไปเพื่อให้เกิดสมาธิ พระพุทธเจ้าทรงมุ่งหมายโดยตรงถึงข้อที่ศีลเป็นที่เกิดที่เจริญของสมาธิ ศีลจะส่งเสริมให้เกิดสมาธิได้โดยง่าย สิกขาขั้นที่สองเรียกว่า สมาธิ ได้แก่ การบังคับจิตใจของตัวเองไว้ให้อยู่ในสภาพที่จะทำประโยชน์ให้มากที่สุด ตามที่ตนต้องการ สมาธิสิกขา คือการที่เราสามารถควบคุมจิตหรือใช้จิตของเรานี้ให้ทำหน้าที่ของมันให้เป็นประโยชน์ถึง ในขั้นสมาธิมีความประพฤติดีทางจิต คือไม่มีความคิดผิด ไม่เศร้าหมอง ไม่มีความฟุ้งซ่าน และอยู่ในสภาพที่สามารถจะปฏิบัติหน้าที่ของมันอย่างนี้เรียกว่าสมาธิสิกขา ขั้นที่สามเรียกว่า ปัญญา หมายถึงการฝึกฝนอบรมทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจอันถูกต้องและสมบูรณ์ ถึงที่สุดในเรื่องทั้งปวงตามที่เป็นจริง พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้เลยทีเดียวว่า เมื่อจิตเป็นสมาธิแล้วย่อมเห็นสิ่งทั้งหลายทั้งปวงตามเป็นจริง หมายถึงอาการทำจิตที่ประกอบไปด้วยสมาธิในลักษณะที่พร้อมจะปฏิบัติหน้าที่ ถ้าจิตมีลักษณะเช่นนี้แล้วก็จะเห็นสิ่งทั้งหลายตามที่เป็นจริง^๗

พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) กล่าวว่า การศึกษามาจากคำว่า สิกขาในภาษาบาลี หมายถึง การแสวงหาวิชา คำว่า วิชา หมายถึง ความรู้สภาวะแท้จริงของสิ่งทั้งหลาย ดังนั้นสิกขาหรือการศึกษา จึงหมายถึงการแสวงหาวิชา หรือความรู้แจ้ง ซึ่งก็หมายถึงปัญญา หน้าที่สำคัญของการศึกษา คือการสร้างปัญญา พระพุทธเจ้าได้ทรงเปรียบปัญญาเหมือนแสงสว่าง ไม่มีแสงสว่างใดเสมอด้วยปัญญา^๘

ทวีวัฒน์ ปุณฺทริกวิวัฒน์^๙ ได้กล่าวไว้ในหนังสือ *พุทธศาสนากับสังคมไทยในปัจจุบัน* ว่า แนวทางการพัฒนาตามหลักพุทธธรรม ซึ่งใช้มรรคมีองค์ ๘ หรือไตรสิกขา (ศีล สมาธิ ปัญญา) เป็นแนวทางในการพัฒนามี ๓ แนวทางสำคัญคือ แนวทางของการใช้ศีลนำการพัฒนา เป็นแนวทางปฏิบัติ

^๖ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), *วาทะธรรมเพื่อประโยชน์สุขของพหุชน*, (กรุงเทพมหานคร : ปาเจรา, ๒๕๔๖), หน้า ๑๐๔ – ๑๑๗.

^๗ พุทธทาสภิกขุ, *คู่มือมนุษย์*, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด, ๒๕๕๒).

^๘ พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), *ขอบฟ้าแห่งความรู้ เอกสารพัฒนากระบวนการเรียนรู้* อันดับที่ ๕ โครงการปฏิรูปกระบวนการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาคุณภาพการศึกษา, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๕๒), หน้า ๒๔.

^๙ ทวีวัฒน์ ปุณฺทริกวิวัฒน์, *พุทธศาสนากับสังคมไทยในปัจจุบัน, อ่างในพิทยา ว่องกุล (บรรณาธิการ), วิกฤตศาสนาในยุคคนาธิปไตย : พุทธวิบัติ?*, (กรุงเทพมหานคร : โครงการวิถีสัน, ๒๕๔๕), หน้า ๑๔๑-๑๔๒.

ให้แก่ผู้ถูกพัฒนา สองแนวทางการใช้ สมาธิ เป็นจุดเน้นในการพัฒนา และ สามแนวทางการใช้ปัญญา จุดเน้นในการพัฒนาแนวทางทั้งสาม จะต้องสอดคล้องกับเป้าหมาย ลักษณะความพร้อมของกลุ่มเป้าหมาย เช่น ผู้ที่ต้องการศึกษาปฏิบัติพัฒนาตนเองในแนวทางพุทธ มีเป้าหมายในการพัฒนาเพื่อหลุดพ้นจากห้วงทุกข์ มีภูมิธรรมสูง ย่อมจะต้องใช้ ปัญญา เป็นแนวทางในการพัฒนา หากผู้ศึกษาปฏิบัติ มีเป้าหมายในระดับโลกียธรรม ต้องการความก้าวหน้าในหน้าที่การงาน มีคุณธรรมศีลธรรม เป็นพลเมืองดี แนวทางการพัฒนานั้นอาจเป็นเพียงระดับ ศีล หรือระดับสมาธิก็เพียงพอ ความชัดเจนในปัจจัยสามประการนี้ จะทำให้เกิดประสิทธิผลและประสิทธิภาพการพัฒนามากยิ่งขึ้น แนวทางการพัฒนาที่กล่าวแล้ว จะใช้กำหนดหลักสูตรการพัฒนา ซึ่งประกอบด้วย การหาความจำเป็นในการฝึกอบรมขององค์กร ของงาน และของบุคคล การกำหนดวัตถุประสงค์ในการพัฒนา ทักษะความรู้ หรือทัศนคติ ค่านิยม วิสัยทัศน์ การกำหนดหลักสูตรให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ ระยะเวลาการจัด และดำเนินการฝึกอบรม และระยะเวลาในการประเมินผลการฝึกอบรม หากเป็นการพัฒนาแนวพุทธ ความจำเป็นดังกล่าวก็จะได้จาก BHRC (Buddhist Human Resource Competency) เป็นตัวตั้ง นักพัฒนาทรัพยากรมนุษย์แนวพุทธหรือวิทยากร จะมีหน้าที่ในการพัฒนาหลักสูตรเนื้อหา หลักธรรม รวมทั้งเทคนิคการสอน ทั้งของตะวันตกและของพุทธที่สอดคล้องกับระบบการรับรู้ของผู้บริหาร การกำหนดหลักสูตรจึงเป็นหน้าที่ที่สำคัญของผู้ที่จะเป็นวิทยากรทั้งที่เป็นฆราวาส หรือพระภิกษุ เมื่อกำหนดแนวทางการพัฒนาและหลักสูตรได้แล้ว เทคนิคการฝึกอบรมก็จะเป็นเครื่องมือสำคัญที่จะต้องพิจารณาต่อไป

ทิพย์พรรณ นพวงศ์ ณ อยุธยา^{๑๐} ให้ความหมายคุณภาพชีวิต หมายถึง บุคคลที่สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขตามฐานะ สามารถพึ่งพาตนเองได้โดยไม่เป็นภาระต่อผู้อื่น แต่สามารถทำประโยชน์ให้ผู้อื่นได้ เป็นบุคคลที่รู้จักตัวเองบ้างแล้วจะมีความรักไว้เผื่อแผ่คนอื่นรู้จักเมตตา กรุณา และให้อภัยผู้อื่นได้ รู้จักมองโลกในแง่ดีไม่คิดร้ายต่อผู้อื่น

อาจศึก จอพา^{๑๑} ได้สรุปว่า คุณภาพชีวิต หมายถึง การที่บุคคลสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขทั้งทางกายและทางจิตใจ ตามความรู้และความสามารถที่มีอยู่ รวมไปถึงความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน โดยได้รับการยอมรับจากสังคม

ระวีวรรณ ฉัตรทอง^{๑๒} สรุปไว้ว่า คุณภาพชีวิต หมายถึง ความรู้สึกพึงพอใจในด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อมในการทำงานและขึ้นอยู่กับมิติของการรับรู้ ของบุคคลที่สามารถ

^{๑๐} ทิพย์พรรณ นพวงศ์ ณ อยุธยา, การใช้บทเรียนโมดูล เรื่อง ค่านิยมที่ส่งเสริมสิ่งแวดล้อมอย่างยั่งยืน สำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒, **วิทยานิพนธ์ศึกษามหาบัณฑิต**, สาขาวิชาสิ่งแวดล้อมศึกษา, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๓)

^{๑๑} อาจศึก จอพา, ศึกษาคุณภาพชีวิตการทำงานของข้าราชการตำรวจ อำเภอวัฒนานคร จังหวัดสระแก้ว, **วิทยานิพนธ์ในปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต**, สาขาวิชาการบริหารการศึกษา, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยบูรพา, ๒๕๔๒)

^{๑๒} ระวีวรรณ ฉัตรทอง, ความสัมพันธ์ระหว่างคุณภาพชีวิตของการทำงานกับการทุ่มเทในการปฏิบัติงานของผู้ใช้แรงงานในโรงงานอุตสาหกรรม ในเขตพื้นที่ชายฝั่งทะเลตะวันออก, **วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต**, สาขาวิชาการบริหารการศึกษา, (บัณฑิตวิทยาลัย : วิทยาลัยมหาวิทยาลัยบูรพา, ๒๕๔๓)

ตอบสนองความต้องการ ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ ได้อย่างมีความสุข ได้รับการยอมรับและสามารถแสดงออกในสิทธิส่วนบุคคล โดยอยู่บนพื้นฐานความสมดุลระหว่างการทำงานและการดำเนินชีวิต ส่วนตัวได้รับค่าตอบแทนที่ยุติธรรมมีความปลอดภัยในการทำงาน

จากทัศนะของนักวิชาการต่าง ๆ ดังกล่าว สรุปได้ว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตนั้น หมายถึง แนวทาง วิธีการ โครงการ กิจกรรม ที่เจ้าหน้าที่ เจ้าพนักงาน ตลอดจนผู้ที่เกี่ยวข้องได้ใช้ปฏิบัติต่อผู้ต้องขัง โดยมีเป้าหมาย เพื่อพัฒนาพฤติกรรม อารมณ์ จิตใจ สติปัญญา และสังคม หรือการกระทำใด ๆ ที่มีการวางแผนกำหนดทิศทางเป้าหมายไว้อย่างชัดเจน เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่เจริญก้าวหน้า มั่นคงขึ้นไปตามลำดับ เกี่ยวข้องกับองค์ประกอบทั้งภายในและภายนอกของมนุษย์ ได้แก่ ด้านจิตใจ สติปัญญา ความรู้ ความสามารถ อารมณ์ และความรู้สึก ด้านร่างกาย คือ ความมีสุขภาพกายที่ดี สภาพความเป็นอยู่และสภาพการดำรงชีวิตที่ดีในสังคม ดังนั้น คุณภาพชีวิตที่ดี จึงเป็นชีวิตที่มีความสุขกาย สุขใจและสามารถดำรงชีวิตด้วยการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม และบริบทของสังคมได้ตามสภาวะ และกาลเวลา

๑.๖.๒ งานวิจัยและวิทยานิพนธ์

เกสร ทิพา ได้ศึกษาเรื่อง “ศึกษาการจัดการเรียนรู้วิชาพระพุทธศาสนาตามหลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนาคุณธรรมจริยธรรม ของนักเรียนโรงเรียนบ้านสร้างแป้นดอนนาแพง” พบว่า โรงเรียนได้มีการจัดกิจกรรมการเรียนรู้วิชาพระพุทธศาสนา ในแต่ละระดับทั้งหลักสูตรและรายวิชาไว้อย่างชัดเจน รวมทั้งบูรณาการทางด้านศีลธรรม คุณธรรม จริยธรรม ไว้ในวิชาพระพุทธศาสนาและวิชาอื่น ๆ ได้สัดส่วนสมดุลกัน โรงเรียนจัดการเรียนการสอนที่มีเนื้อหาและการปฏิบัติเกี่ยวกับหลักไตรสิกขาโดยบูรณาการเชื่อมโยงกับศาสตร์ต่าง ๆ เน้นการปฏิบัติ พัฒนาค่านิยม คุณธรรม จริยธรรมแก่นักเรียน สำคัญสำคัญในการเรียนรู้เน้นการพัฒนาสติปัญญามากขึ้น ให้รู้จักคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุมีผล ปลูกฝังให้มีจิตสำนึกว่าศาสนาเป็นเรื่องของการพัฒนาคุณภาพชีวิต

การจัดกิจกรรมส่งเสริมให้นักเรียนมีคุณธรรมและจริยธรรมที่ดีงาม ดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ทำตัวเป็นแบบอย่าง มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับชุมชน โรงเรียนจัดให้มีห้องส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม นักเรียนอย่างเหมาะสม ช่วยพัฒนานักเรียนให้เป็นคนที่มีคุณภาพตามเจตนารมณ์ของหลักสูตร นักเรียนมีความขยันหมั่นเพียรใฝ่เรียนรู้ สามารถพึ่งตนเองตรงต่อเวลามีความรับผิดชอบ รู้จักประหยัดอดออม ซื่อสัตย์สุจริต มีวินัยประพฤติปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบข้อบังคับของโรงเรียนและครอบครัว ดำเนินชีวิตอย่างพอเพียง พอประมาณ และมีเหตุมีผลมีจิตใจเสียสละ ประพฤติประโยชน์สาธารณะ เอื้ออาทรต่อผู้อื่น ด้วยความเต็มใจไม่หวังผลตอบแทน รู้จักให้อภัยผู้อื่น ได้เป็นอย่างดี ตลอดจนนำคุณธรรมจริยธรรมไปปรับประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม^{๑๓}

เกียรติศักดิ์ พันธวงศ์ ศึกษาเรื่อง “ศึกษาเปรียบเทียบการลงโทษผู้กระทำผิดในพุทธศาสนาเถรวาท กับประมวลกฎหมายอาญาและประมวลกฎหมายวิธีพิจารณาความอาญา” พบว่า

^{๑๓} เกสร ทิพา, “ศึกษาการจัดการเรียนรู้วิชาพระพุทธศาสนาตามหลักไตรสิกขา เพื่อพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมของนักเรียน โรงเรียนบ้านสร้างแป้นดอนนาแพง” วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), หน้า ก.

การลงโทษผู้กระทำความผิดในพุทธศาสนาเถรวาทสมัยพุทธกาลนั้น อธิกรณ์และวิธีระงับอธิกรณ์เป็นวิธีปฏิบัติเกี่ยวกับการจัดการความขัดแย้งในแง่พระวินัยและเป็นการระงับความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในสังคมสงฆ์ อธิกรณ์แบ่งออกเป็น ๔ ประเภท และวิธีระงับอธิกรณ์แบ่งออกเป็น ๗ ประเภท ส่วนการระงับความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในสังคมสงฆ์ในปัจจุบัน คือกฏนิคหกรรมของมหาเถรสมาคม ฉบับที่ ๑๑ พ.ศ. ๒๕๒๑ ว่าด้วยการลงนิคหกรรมตามพระราชบัญญัติคณะสงฆ์ พ.ศ. ๒๕๓๕ เป็นการถอดแบบมาจากประมวลกฎหมายวิธีพิจารณาความอาญาของฝ่ายอาณาจักร เป็นการจัดการความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในสังคม และเป็นการลงโทษผู้กระทำความผิดของฝ่ายอาณาจักรสำหรับใช้ควบคุมความประพฤติของคนในสังคมซึ่งพัฒนาขึ้นมาจากศีลธรรม ขนบธรรมเนียม จารีต ประเพณี ศาสนาและกฎเกณฑ์ข้อบังคับตามลำดับ โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อธำรงความสงบเรียบร้อยและศีลธรรมอันดีของสมาชิกในสังคมทำให้การอยู่ร่วมกันในสังคมนั้นเป็นไปโดยราบรื่นสนองความต้องการของภาคส่วนต่าง ๆ อย่างเหมาะสม

สำหรับรูปแบบการลงโทษผู้กระทำความผิดที่เหมาะสมและยุติธรรมกับสังคมสงฆ์และสังคมไทยพบว่า อธิกรณ์และวิธีระงับอธิกรณ์ เป็นการออกแบบที่มีเป้าหมาย เพื่อป้องกัน ป้องปราม และปราบปราม อธิกรณ์ที่จะเกิดขึ้น กำลังเกิดขึ้น และเกิดขึ้นแล้ว โดยเฉพาะอย่างยิ่งรูปแบบของการระงับอธิกรณ์แต่ละชุดวิธีนั้น มุ่งตรงไปที่เป้าหมายใหญ่ นั่นก็คือความสันติแห่งสังคมสงฆ์หรือสังฆสามัคคี ดังนั้นหลักการลงโทษผู้กระทำความผิดตามประมวลกฎหมายอาญาและประมวลกฎหมายวิธีพิจารณาความอาญา จึงสมควรอย่างยิ่งที่ต้องนำหลักการลงโทษผู้กระทำความผิดในพระพุทธศาสนาเถรวาทมาประยุกต์ใช้เป็นหลักสูตรการศึกษา จะทำให้เกิดความโปร่งใส ยุติธรรมและเกิดสันติสุขแก่สังคมโดยรวมต่อไป^{๑๔}

ทวิศักดิ์ ทองทิพย์ ศึกษาเรื่อง “การวิเคราะห์การศึกษาตามหลักไตรสิกขา” สรุปได้ดังนี้

การศึกษาตามหลักไตรสิกขาพบว่า พระพุทธเจ้าตรัสหลักไตรสิกขาไว้ในวัชชีปุตตสูตร ทุติยสิกขัตตยสูตร และตติยสิกขาสสูตร ไตรสิกขามีความหมายว่า การฝึกอบรมด้านความประพฤติ จิต และปัญญา ไตรสิกขา สามารถจัดประเภทได้ ตามหลักไตรสิกขา ตามมรรคมืองค์แปด และตามธรรมชั้นธัมม มีความสำคัญคือเป็นที่หลอมรวมสิกขาบทในพระปาฏิโมกข์ เป็นสิกขาบทเบื้องต้นแห่งพรหมจรรย์ มีอิทธิพลสำคัญต่อคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา เป็นที่หลอมรวมหลักปฏิบัติธรรมทั้งหมดในพระพุทธศาสนา มีหลักสาระสำคัญ ๓ อย่าง คือ ศีล สมาธิ ปัญญา การศึกษาตามหลักไตรสิกขา มีส่วนประกอบที่สำคัญ ๔ ประการ คือ การจัดหาหรือสร้างปัจจัยแห่งสัมมาทิฐิ ๔ ระดับ คือ การสร้างสัมมาทิฐิ การศึกษาตามหลักไตรสิกขา และการวัดและประเมินผลการศึกษาตามหลักไตรสิกขา

วิเคราะห์การศึกษาตามหลักไตรสิกขา พบว่า หลักไตรสิกขามีที่มาอยู่ในวัชชีปุตตสูตร ทุติยสิกขัตตยสูตร และตติยสิกขาสสูตร กำเนิดการศึกษาสมัยพุทธกาลเริ่มจากกลุ่มปัญจวัคคีย์ ผู้ศึกษาสมัยพุทธกาลแบ่งได้ ๒ กลุ่ม คือ กลุ่มบรรพชิตและกลุ่มคฤหัสถ์ ทั้งสองกลุ่มนี้ได้มีการกำหนดคุณสมบัติไว้แตกต่างกันด้วย ขอบเขตของการศึกษาในพระพุทธศาสนารวมอยู่ในหลักไตรสิกขา การเรียนการสอนในสมัยพุทธกาลมีลักษณะเป็นแบบมุขปาฐะ การศึกษาตามหลักไตรสิกขา มีขั้นตอนการดำเนินการที่

^{๑๔} เกียรติศักดิ์ พันธวงศ์, “ศึกษาเปรียบเทียบการลงโทษผู้กระทำความผิดในพุทธศาสนาเถรวาท กับประมวลกฎหมายอาญาและประมวลกฎหมายวิธีพิจารณาความอาญา”, *พุทธศาสนตรศุภปฏิบัติ*, (พระพุทธศาสนา), (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), หน้า ก.

สำคัญอยู่ ๔ ประการ คือ จัดหาหรือสร้างปัจจัยแห่งสัมมาทิฐิ การสร้างสัมมาทิฐิ การศึกษาตามหลักไตรสิกขา และการวัดและประเมินผลการศึกษาตามหลักไตรสิกขา^{๑๕}

พระจิรวัดน์ อุตตมเมธี (วุฒิพงศ์) ได้ศึกษาเรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์การศึกษาเพื่อพัฒนาตนตามทัศนะของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต)” ผลการศึกษาพบว่า การศึกษาเพื่อพัฒนาตนตามทัศนะของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) หมายถึงการศึกษาเพื่อพัฒนาชีวิตและสังคม ซึ่งสามารถช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ด้วยกันได้ เช่น วีรบุรุษและนักปราชญ์ทั้งหลายได้ช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ ในการดำรงชีวิตเพื่อประโยชน์ตนและประโยชน์ท่าน การใช้การศึกษาเพื่อฝึกฝนพัฒนาตน ก็เพื่อความไม่มีทุกข์และเป็นอิสรภาพทางกาย อิสรภาพทางสังคม อิสรภาพทางจิตใจ และ อิสรภาพทางปัญญา กระบวนการฝึกฝนพัฒนาตนได้แก่ หลักไตรสิกขา หรือศีลสมาธิและปัญญา ไตรสิกขาได้มีความสำคัญทั้งในฐานะเป็นหลักการเพื่อการดับกิเลส และเป็นรากฐานสำคัญของการกำหนดแบบแผนพฤติกรรม อีกทั้งเป็นวิธีการปฏิบัติ ซึ่งจะช่วยพัฒนาบุคคลไปตามลำดับจากปุถุชนไปสู่อริยบุคคล หลักภavana ๔ สำหรับตรวจสอบบุคคลผู้ได้รับการพัฒนาตนแล้วจะสะท้อนออกมาทางกาย ศีล (สังคม) จิต (อารมณ์) ปัญญา ปรากฏให้เห็นได้ในการดำเนินชีวิตของเขาเหล่านั้น การศึกษากับการพัฒนาตนจึงได้มีความสัมพันธ์ต่อกันเป็นอย่างมากโดยมีหลักการฝึกฝน คือ ไตรสิกขาและมีหลักตรวจสอบคือภavana ๔ การศึกษาช่วยให้มนุษย์ถึงจุดหมายของชีวิต ขณะเดียวกันการพัฒนาตนจำเป็นจะต้องพึ่งการศึกษา จุดมุ่งหมายของชีวิตจึงจะสัมฤทธิ์ผล ความสัมพันธ์ดังกล่าวนี้จึงไม่สามารถแยกออกจากชีวิตของมนุษย์ได้

การศึกษาตามทัศนะของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) พบว่า ท่านได้วางแนวทางในการศึกษาไว้ เพื่อให้บุคคลรู้จักชีวิต และวิธีการดำเนินชีวิตของตนอย่างถูกหลักธรรมและประเพณี แล้วพัฒนาการดำเนินชีวิตไปสู่ประโยชน์สุขตามแบบอย่างที่เขาโลกจะพึงได้รับ คือการอยู่ดีกินดี การประกอบสัมมาอาชีพ อันเป็นประโยชน์ที่พึงได้รับในปัจจุบัน และให้เข้าใจการสืบทอดของชีวิต ได้แก่ การเวียนว่ายตายเกิดแล้วพัฒนาชีวิตไปตามหลักธรรม เพื่อความมีชีวิตใหม่ในสุคติภูมิ การดำเนินชีวิตแบบนี้เป็นประโยชน์ถาวร มั่นคง และจะอำนวยผลที่ดีให้ทั้งในชาติปัจจุบัน และชาติต่อ ๆ ไปจนถึงความเป็นอิสระอันยิ่งใหญ่ คือการหลุดพ้นจากกิเลส ซึ่งความจริงอันนี้เป็นประโยชน์สูงสุด^{๑๖}

พระมหาวิเชียร ปลูกาวชิโร (จันท) ศึกษาเรื่อง “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักไตรสิกขา กรณีศึกษาโรงเรียนวิสุทธิพร ในเขตบางขุนเทียน กรุงเทพมหานคร” พบว่า ความรู้และความเข้าใจในหลักไตรสิกขาของครูและนักเรียนนั้น โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านความรู้และความเข้าใจในหลักไตรสิกขาของนักเรียนอยู่ในระดับปานกลาง การปฏิบัติตามหลักพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักไตรสิกขาของครู อยู่ในระดับมาก ส่วนการปฏิบัติตามหลักพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักไตรสิกขา ของนักเรียน โดยรวมพบว่า อยู่ในระดับปานกลาง แนวทางส่งเสริมการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักไตรสิกขา ของโรงเรียนวิสุทธิพร ในเขตบางขุนเทียน

^{๑๕} ทวีศักดิ์ ทองทิพย์, “การวิเคราะห์การศึกษาตามหลักไตรสิกขา”, สารนิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), หน้า ก.

^{๑๖} พระจิรวัดน์ อุตตมเมธี (วุฒิพงศ์), “ศึกษาวิเคราะห์การศึกษาเพื่อพัฒนาตนตามทัศนะของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต)”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), หน้า ก-ข.

กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยได้แยกไว้ ๓ ด้าน คือ ๑) การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในด้านศีล ควรมีการฝึกอบรมพัฒนาบุคลากรให้มีความรู้ความเข้าใจในสภาวะของตน ควรนิมนต์พระภิกษุมาสอนศีลธรรมในโรงเรียน รวมถึงนำบุคลากรไปร่วมกิจกรรมทางศาสนาในบางโอกาส และควรมีการกำหนดระเบียบต่าง ๆ ไว้ให้ชัดเจน ๒) การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในด้านสมาธิ ควรมีการแนะนำในเรื่องการทำสมาธิ โรงเรียนควรจัดให้มีการฝึกสมาธิเป็นประจำ ตลอดจนการแนะนำอบรมในเรื่องการทำสมาธิ และ ๓) การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ในด้านปัญญา ควรจัดให้มีการปฏิบัติธรรมสนทนาธรรมเป็นประจำ โรงเรียน ควรมีกัลยาณมิตรคอยแนะนำด้านหลักศีลธรรม มีการอบรมให้บุคลากรมีความรู้ความเข้าใจในหลักศีลธรรมทางพระพุทธศาสนา ให้มีการนิมนต์พระสงฆ์เข้ามาแสดงพระธรรมเทศนา^{๑๗}

พระมหาศุภกิจ สุภกิจโจ (ภักดีแสน) ศึกษาเรื่อง “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักไตรสิกขา กรณีศึกษาศูนย์การเรียนรู้ชุมชน อำเภอพล จังหวัดขอนแก่น” ผลการศึกษาสรุปว่าด้านศีล การฝึกฝนพัฒนาด้านพฤติกรรม นักเรียนครูอาจารย์ และเจ้าหน้าที่ มีปัญหาอุปสรรคคือส่วนใหญ่ มักจะมีเวลาในการทำงานมาก ไม่ค่อยมีเวลามาปฏิบัติธรรม พอมีเวลาหยุดงานก็กลับไปเที่ยว แทนที่จะมาทำใจให้สงบ ถือศีลกันบ้างก็น้อย ส่วนข้อเสนอแนะนักเรียนครู อาจารย์ และเจ้าหน้าที่ ควรหาเวลาว่างจากการทำงานมาปฏิบัติธรรม ไม่ทำงานหนักจนเกินไป สำหรับแนวทางการพัฒนาต้องบริหารเวลาว่างจากการทำงานมาปฏิบัติธรรม ไม่ทำงานหนักจนเกินไป ควรมาถือศีลกันให้มากขึ้น ด้านสมาธิการฝึกฝนพัฒนาในด้านจิตใจ นักเรียน ครู อาจารย์ และเจ้าหน้าที่ มีปัญหาอุปสรรคคือเป็นคนค่อนข้างใจร้อน ควบคุมอารมณ์ไม่ค่อยได้ ไม่ค่อยมีสมาธิเป็นคนสมาธิสั้น ควรหัดควบคุมอารมณ์ให้มากกว่านี้ ฝึกสมาธิเพื่อเน้นการแยกแยะด้านจิตใจให้มีความมั่นคงมากขึ้น ด้านปัญญาการพัฒนาปัญญา นักเรียน ครู อาจารย์ และเจ้าหน้าที่ ขาดบุคลากรในการพัฒนาเยาวชนในด้านการจัดกิจกรรม ควรมีบุคลากรเข้ามาช่วยพัฒนาจัดกิจกรรมเกี่ยวกับหลักปัญญาเชิงพุทธ^{๑๘}

วิชิต สงวนไกรพงษ์ ศึกษาเรื่อง “พัฒนาการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขาในพระพุทธศาสนาเถรวาท” พบว่า พระพุทธเจ้าตรัสหลักไตรสิกขาไว้ในวัชชีปุตตสูตร ทุติยสิกขัตตยสูตรและตติยสิกขาสสูตร ไตรสิกขามีความหมายว่า การฝึกอบรมด้านความประพฤติ จิต และปัญญา ไตรสิกขาสามารถจัดประเภทได้ตามหลักไตรสิกขา ตามมรรคมีองค์แปด และตามธรรมชั้นธัมม ความสำคัญของหลักไตรสิกขา คือ เป็นที่หลอมรวมสิกขาบทในปาฏิโมกข์ เป็นสิกขาบทเบื้องต้นแห่งพรหมจรรย์ มีอิทธิพลสำคัญทางคัมภีร์พระพุทธศาสนา สารสำคัญของหลักไตรสิกขามี ๓ อย่าง คือ ศีล สมาธิและปัญญา กระบวนการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขาที่มีต่อการพัฒนาบุคคลมี ๒ หลักธรรม คือ ๑) หลักไตรสิกขา ๒) หลักอริยมรรคมีองค์ ๘ การนำกระบวนการเรียนรู้ในพระพุทธศาสนาตามหลักไตรสิกขาไปพัฒนาบุคคลนั้นต้องสร้างศรัทธาและปัญญาให้เกิดขึ้นในตัวบุคคลนั้น ก่อนคือการสร้างสัมมาทิฐิให้เกิดขึ้น

^{๑๗} พระมหาวิเชียร ปญฺญาวชิโร (จันท), “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักไตรสิกขา : กรณีศึกษาโรงเรียนวิสุทธิพร ในเขตบางขุนเทียน กรุงเทพมหานคร,” **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ๑-๒.

^{๑๘} พระมหาศุภกิจ สุภกิจโจ (ภักดีแสน), “การพัฒนามนุษย์ตามหลักไตรสิกขา กรณีศึกษาศูนย์การเรียนรู้ชุมชน อำเภอพล จังหวัดขอนแก่น”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ๒.

นั่นเอง เมื่อเกิดสัมมาทิฐิแล้วจึงนำหลักธรรมต่าง ๆ เข้าสู่กระบวนการพัฒนาตามความเหมาะสม เมื่อ สิ้นสุดกระบวนการพัฒนาแล้วจะต้องทำการประเมินผลใน ๔ ด้าน คือ ด้านกาย ศีล จิต และ ปัญญา มีเป้าหมายสุดท้ายคือคุณภาพชีวิตที่มีคุณค่าต่อตนเอง ต่อสังคมและประเทศชาติ นั่นคือชีวิตที่พัฒนาแล้ว ประกอบด้วยศีล สมาธิ ปัญญาอย่างแท้จริง^{๑๙}

สืบบงศ์ พิทักษ์ธรรม ศึกษาเรื่อง “แนวทางการควบคุมและการพัฒนาพฤติกรรมผู้ต้องขังคดีความมั่นคง” พบว่า ปัญหาการควบคุมและพัฒนาพฤติกรรมผู้ต้องขังคดีความมั่นคง ได้แก่ การควบคุมไม่มีการแยกแยะระหว่างผู้กระทำความผิดคดีความมั่นคงกับคดีทั่วไป ขาดสถานที่ควบคุมที่มีความเหมาะสม ขาดอัตรากำลังเจ้าหน้าที่ ขาดวิทยากรในการแก้ไขฟื้นฟูผู้ต้องขัง การฝึกวิชาชีพในปัจจุบันไม่สอดคล้องกับความต้องการของผู้กระทำความผิด แนวทางการควบคุมและพัฒนาพฤติกรรมผู้ต้องขังคดีความมั่นคงให้มีประสิทธิภาพพบว่า การควบคุมควรแยกผู้ต้องขังคดีความมั่นคงออกจากคดีทั่วไป ควรนำเทคโนโลยีมาใช้ในการควบคุมเพื่อแก้ปัญหาการขาดอัตรากำลังเจ้าหน้าที่ ควรใช้เจ้าหน้าที่ที่มีความเข้าใจวัฒนธรรม ภาษา ศาสนาของคนในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนภาคใต้ทำหน้าที่ควบคุมผู้ต้องขังคดีความมั่นคง ควรบังคับใช้กฎหมายราชทัณฑ์ที่มีอยู่ให้เข้มแข็ง ควรให้ครอบครัวผู้ต้องขัง บุคคลใกล้ชิดและชุมชนเข้ามามีส่วนร่วม มุ่งเน้นให้การศึกษาวิชาสามัญและฝึกวิชาชีพแต่ต้องตรงตามความต้องการของผู้ต้องขัง^{๒๐}

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สรุปได้ว่า แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิต คือ วิธีการ โครงการ กิจกรรมปฏิบัติ ที่มีการวางแผน โดยกำหนดทิศทางเป้าหมายไว้อย่างชัดเจน โดยผ่านกระบวนการศึกษา คือศีล สมาธิ และปัญญา เพื่อพัฒนาบุคคลด้านพฤติกรรม อารมณ์จิตใจ สังคม และสติปัญญา ให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่เจริญก้าวหน้าขึ้นไปตามลำดับ เป็นชีวิตที่มีความสุขกาย สุขใจ สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม และบริบทของสังคมได้ตามสถานการณ์ ตลอดจนนำคุณธรรมจริยธรรมไปปรับประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม เพื่อความไม่มีทุกข์และเป็นอิสรภาพทางกาย อิสรภาพทางสังคม อิสรภาพทางจิตใจและอิสรภาพทางปัญญา

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

งานวิจัยเรื่อง แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่านนี้เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยมีการเก็บรวบรวมข้อมูลจากแหล่งข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Sources) ได้แก่ พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๙ ข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Sources) ได้แก่ หนังสือ เอกสาร ตำราวิชาการ รายงานวิจัย วิทยานิพนธ์ สารนิพนธ์และข้อมูลอิเล็กทรอนิกส์

^{๑๙} วิจิต สงวนไกรพงษ์, “พัฒนาการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขาในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, **พุทธศาสนคหปฏิบัติ**, (พระพุทธศาสนา), (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ก-ข.

^{๒๐} สืบบงศ์ พิทักษ์ธรรม, “แนวทางการควบคุมและการพัฒนาพฤติกรรมผู้ต้องขังคดีความมั่นคง”, **สารนิพนธ์รัฐประศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต** (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, ๒๕๕๔), หน้า ๓.

๑.๗.๑ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

๑.๗.๑.๑. ประชากรที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ ได้แก่ ผู้บริหาร เจ้าหน้าที่เรือนจำ จังหวัดน่าน และผู้ต้องขังที่ผ่านการอบรมจิตภาวนาหลักสูตรศรัทธาธรรม ในเรือนจำจังหวัดน่าน

๑.๗.๑.๒. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ แบ่งออกเป็น ๒ กลุ่ม คือ ๑) ผู้บริหาร เจ้าหน้าที่เรือนจำจังหวัดน่าน จำนวน ๑๕ คน ๒) ผู้ต้องขังที่ผ่านการอบรมจิตภาวนา หลักสูตรศรัทธาธรรม จำนวน ๓๐ คน

๑.๗.๒ เครื่องมือที่ใช้

เนื่องจากการวิจัยเรื่องนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) เพื่อให้ได้ข้อมูลตามประเด็นที่ต้องการ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยสำหรับการบันทึกข้อมูล ดังนี้ แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง (Structured Interview) เป็นแนวคำถามที่สร้างขึ้นตามวัตถุประสงค์ เพื่อใช้สัมภาษณ์กลุ่มผู้ต้องขังและการสังเกตการณ์

๑.๗.๒.๑ การสร้างเครื่องมือ

(๑) ศึกษาเอกสารต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยที่ทำคือ แนวคิด ทฤษฎี รายงานการวิจัยและผลงานที่เกี่ยวข้อง

(๒) ศึกษา วิธีการสร้างแบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง structured Interview จากผลงานวิจัยอื่นที่มีลักษณะคล้ายกัน

(๓) จัดทำร่างแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน ปริญญาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และปรับแก้ให้เหมาะสม

(๔) นำแบบสัมภาษณ์ที่สร้างขึ้น เสนอให้อาจารย์ที่ปรึกษา และผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างและเนื้อหา และนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษา และผู้เชี่ยวชาญ ๕ รูป/คน

(๕) นำแบบสัมภาษณ์ ที่ดำเนินการแก้ไขตามข้อเสนอแนะให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบแล้ว ส่งให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบอีกครั้ง

(๖) จัดพิมพ์เครื่องมือการวิจัยฉบับสมบูรณ์

๑.๗.๒.๒ วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยจะดำเนินการรวบรวมข้อมูลด้วยตัวเองโดยมีขั้นตอนการดำเนินงานดังนี้

(๑) ศึกษาเอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยคือ แนวคิด ทฤษฎี รายงาน และผลงานที่เกี่ยวข้องกับประเด็นของสภาพการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง และใช้วิธีสังเกตการณ์สัมภาษณ์แบบเจาะลึกจากผู้ให้ข้อมูล ในประเด็นของการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังที่มีอยู่เดิมว่ามีลักษณะอย่างไร เอื้อต่อการพัฒนาหรือไม่อย่างไร มีปัญหาอุปสรรคการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง ตามหลักไตรสิกขาเป็นอย่างไร จากแหล่งข้อมูลชั้นปฐมภูมิ ได้แก่ พระไตรปิฎกภาษาไทย และหนังสือเอกสารที่เกี่ยวข้อง และแหล่งข้อมูลชั้นทุติยภูมิ ได้แก่ บทความ เอกสารวิชาการ รายงานการวิจัย วิทยานิพนธ์ สารนิพนธ์ รวมทั้งสื่ออิเล็กทรอนิกส์ (อินเทอร์เน็ต)

(๒) ผู้วิจัยดำเนินการขอหนังสืออนุเคราะห์ตรวจสอบเครื่องมือวิจัย และขอสัมภาษณ์เก็บข้อมูล จากบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตพะเยา

(๓) ผู้วิจัยดำเนินการนำหนังสือที่ทางบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตพะเยา ส่งผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย และประชากรกลุ่มตัวอย่าง ที่จะเก็บข้อมูล

(๔) นำแบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง (Structured Interview) ฉบับแก้ไขที่สมบูรณ์แล้ว มาสัมภาษณ์กับประชากรกลุ่มตัวอย่างผู้ให้ข้อมูลเชิงลึกที่กำหนดไว้

(๕) นำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ทั้งหมด มาทำการวิเคราะห์ข้อมูลจากการสังเกตการณ์ สัมภาษณ์แบบเจาะลึก โดยนำข้อมูลมาจำแนกหมวดหมู่ตามประเด็นที่ศึกษา ตีความและสร้างข้อสรุป นำเสนอด้วยวิธีการเชิงพรรณนา

(๖) สรุป และนำเสนอผลของการศึกษาวิจัย

๑.๗.๓ การวิเคราะห์ข้อมูล

เนื่องจากแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาสำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) โดยใช้แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง (Structured Interview) ที่สร้างขึ้นตามวัตถุประสงค์ ผู้วิจัยจึงทำการวิเคราะห์โดยใช้วิธีการวิเคราะห์เชิงคุณภาพ คือ นำข้อมูลมาจำแนกหมวดหมู่ตามประเด็นที่ศึกษา ตีความ วิเคราะห์เชิงเนื้อหา และสังเคราะห์ในภาพรวมตามกรอบวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ และนำข้อคิดเห็นต่าง ๆ ของแต่ละท่านมานำเสนอเป็นรายบุคคลในรูปแบบการเขียนบรรยายเชิงพรรณนา สรุป และนำเสนอผลของการศึกษาวิจัยต่อไป

๑.๘ กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้ศึกษาวิจัยมีกรอบแนวคิดการวิจัยดังนี้

ไตรสิกขา	การพัฒนาคุณภาพชีวิต	แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา
- ศีล - สมาธิ - ปัญญา	- ร่างกาย - จิตใจ - อารมณ์ - สังคม	- พฤติกรรม - จิตใจ - ปัญญา

ตารางที่ ๘.๑ แสดงกรอบแนวคิดการวิจัย

๑.๙ ประโยชน์ที่ได้รับ

๑.๙.๑ ได้ทราบถึงหลักไตรสิกขาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๙.๒ ได้ทราบถึงสภาพปัญหา แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิต สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน

๑.๙.๓ ได้ทราบถึงแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน

บทที่ ๒

หลักไตรสิกขาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

ในบทนี้ จะได้ศึกษา แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงพุทธ แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา และบุคคลตัวอย่างที่ได้รับการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา บุคคลที่ไม่พัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท มีรายละเอียดจะนำเสนอเป็นลำดับ ดังต่อไปนี้

วัตถุประสงค์ของการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่นั่น คือ เพื่อฝึกฝนพัฒนาคนให้รู้จักวิธีปฏิบัติต่อชีวิต หรือให้รู้จักวิธีในการดำเนินชีวิตอย่างถูกต้อง มีความสงบสุข รู้จักการแก้ปัญหาของชีวิต และหาทางออกจากความทุกข์ได้ด้วยปัญญา โดยไม่ก่อให้เกิดโทษ พิษภัยแก่ ตนเอง ผู้อื่น และสังคมรู้จักแสวงหาและเสพความสุขทางวัตถุได้อย่างถูกต้อง ปราศจากโทษ และพร้อมที่จะใช้สิ่งอำนวยความสะดวกนั้น ในทางที่เกื้อกูล แก่ผู้อื่นและสังคม มีความสามารถบางอย่างในการที่จะเอื้ออำนวยสุขแก่ผู้อื่น และแผ่ขยายความสุขออกไปในสังคม อีกประการหนึ่ง ก็คือ เพื่อให้มนุษย์พึงตนเองได้โดยไม่ต้องขึ้นต่อวัตถุภายนอกมากเกินไป ในกรณีที่จำเป็นต่อสุขภาพอนามัย ความจำเป็นด้านปัจจัย ๔ มี เสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่ม อาหาร ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค ไม่ใช่แสวงหาเพื่อความมอมเมาจิตใจให้เกิดการสังสม จนไม่รู้จักเพียงพอ แต่เพื่อให้รู้ความสำคัญในการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ถูกต้อง ซึ่งจะได้แก้ปัญหาได้อย่างถูกต้องรวดเร็วเป็นระบบและทันต่อเหตุการณ์ โดยผ่านกระบวนการฝึกอบรมอย่างเป็นระบบถูกต้อง และได้ผล^๑

ในการวิจัยเรื่องการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา ผู้วิจัยได้จัดประเด็นที่จะศึกษาออกเป็น ๓ ประการ ได้แก่ แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านศีล (พฤติกรรม) ด้านสมาธิ (จิตใจ) และด้านปัญญา ผู้วิจัยจะได้อธิบายในแต่ละประเด็นไปตามลำดับ มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

๒.๑ แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงพุทธ

การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางพระพุทธศาสนา ซึ่งหากกล่าวถึงการพัฒนาคุณภาพชีวิตในพุทธศาสนานั้น จะต้องมีการพัฒนาครอบคลุมครบทั้ง ๔ ด้าน ได้แก่

๒.๑.๑ การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางกาย (กายภาวนา) หรือ การสร้างพฤติกรรมให้เจริญขึ้น คือการพัฒนาอินทรีย์ ๖ ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ซึ่งทำหน้าที่เป็นใหญ่อยู่ภายในตน เป็นสิ่งเชื่อมต่อกับอารมณ์ภายนอกทั้ง ๖ ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส อารมณ์ที่ใจรับรู้ การพัฒนาอินทรีย์ ๖ มีวัตถุประสงค์ เพื่อฝึกฝนในด้านการใช้งานของอินทรีย์ทั้ง ๖ ประการนี้ ให้มีประสิทธิภาพ คือทำให้อินทรีย์เหล่านั้น มีความเฉียบคม มีความละเอียด มีความคล่องแคล่ว มีความชัดเจนในการทำหน้าที่ฝึกฝนในด้านการเลือกสิ่งที่มีคุณค่า และมีประโยชน์มากที่สุด ขณะเดียวกันก็มีวิธีหลีกเลี่ยงจากสิ่งที่เป็นโทษภัย หรือสิ่งไม่ดี ไม่ให้ไหลทะลักเข้ามาสู่อินทรีย์ โดยมีใจเป็นตัวรับรู้และกลั่นกรองทั้งหมด

^๑ พระธรรมปิฎก, (ป.อ.ปยุตฺโต), ทศวรรษธรรมทัศน์พระธรรมปิฎก หมวตศึกษาศาสตร์, (กรุงเทพฯ : ธรรมสภา, ๒๕๔๓), หน้า ๑๓๑.

๒.๑.๒ การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านศีล (ศีลภาวนา) คือ การฝึกฝนด้านความประพฤติ ให้มีระเบียบวินัย ความสุจริตทางกายและวาจา โดยการอยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วยดี มีความเกื้อกูล พึงพาอาศัย ไม่เบียดเบียน ไม่ทำร้ายทำลายกัน เพื่อให้บุคคลสามารถอยู่ร่วมกับคนอื่นในสังคมได้อย่างปกติสุข

๒.๑.๓ การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ (จิตภาวนา) คือ การฝึกฝนด้านคุณภาพของจิต ฝึกจิตใจให้เข้มแข็งมั่นคงแน่วแน่ ควบคุมตนได้ดี มีสมาธิมีกำลังใจสูง ให้เป็นจิตที่สงบผ่องใสปราศจากสิ่งรบกวนที่ทำให้จิตเศร้าหมอง

๒.๑.๔ การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านปัญญา (ปัญญาภาวนา) คือ การฝึกปรือปัญญาให้เกิดทักษะความรู้ ความเข้าใจสรรพสิ่งทั้งปวงตามความเป็นจริง จนกระทั่งหลุดพ้น มีจิตเป็นอิสระ สดชื่น ผ่องใส เบิกบาน โดยสมบูรณ์ เมื่อปัญญาที่บริสุทธิ์รู้เห็นตามเป็นจริงนี้เกิดขึ้นแล้ว ก็จะช่วยให้จิตสงบ มั่นคง บริสุทธิ์ ผ่องใสยิ่งขึ้น โดยเฉพาะการใช้ปัญญาอย่างลึกซึ้งตรงตามความเป็นจริง

คำว่า “พัฒนา” มาจากคำว่า “วฑฺฒน”^๒ ในภาษาบาลี และในภาษาสันสกฤต “วธรณ” หมายถึง การทำให้ชีวิตเจริญขึ้น งอกงามขึ้น ก้าวหน้า

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.๒๕๔๒ ให้ความหมาย “พัฒนา” ทำให้เจริญ หมายถึง การทำให้เจริญ ทำให้เติบโต งอกงาม หรือทำให้งอกงาม และมากขึ้น^๓

สนธยา พลศรี กล่าวว่า การพัฒนา หมายถึงการเปลี่ยนแปลงสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้เกิดความเจริญความเติบโตงอกงาม และดีขึ้นจนเป็นที่พึงพอใจ ความหมายดังกล่าวนี้ เป็นที่มาของความหมายในภาษาไทยและเป็นแนวทางการกำหนดความหมายอื่น ๆ^๔

เกื้อ วงศ์บุญสิน ให้ความหมายว่า การพัฒนาเป็นกระบวนการหลายมิติ ซึ่งประกอบไปด้วย การเปลี่ยนแปลงในด้านโครงสร้างทางสังคม ท่าทีของประชาชน สถาบันต่าง ๆ ของชาติการขจัดปัญหาความยากจน นั่นคือ การเปลี่ยนแปลงต่อสังคมทั้งระบบ โดยมุ่งสู่การสนองความต้องการของบุคคลในแต่ละสังคมนั้น ให้ก้าวออกจากสภาพชีวิตที่ไม่น่าพึงพอใจ ไปสู่สภาพชีวิตที่ดีกว่า ทั้งในด้านวัตถุและความรู้สึกนึกคิด^๕

พุทธทาสภิกขุ อธิบายว่า คำว่า “พัฒนา” หรือ วัฒนา ในภาษาบาลี แปลว่า รก คือ รกอย่างหนาแน่น เช่น ฝมบนศีรษะรก เรียกว่าพัฒนา หรือวัฒนา หรือวัฒนะ เป็นความเจริญเหมือนกัน และถ้าใครมีความประพฤติไม่มีประโยชน์ ก็เรียกว่าคนทำโลกให้รก ใช้คำเดียวกับคำว่าวัฒนะ จึงมีคำห้ามไว้ว่า น สิ ยา โลกวทมน โอย่าเป็นคนรกโลก โลกวทมน แปลว่าคนทำโลกให้รก ดังนั้น ถ้าจะให้รกไปด้วยคนดี ของดี ก็ต้องพัฒนาทางจิต ซึ่งเป็นผู้นำของกาย^๖

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้ให้ความหมายการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ แบ่งออกเป็น

^๒ จานง อดิวัฒนสิทธิ์, **สังคมวิทยาตามแนวพุทธศาสตร์**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๔๘), หน้า ๑๑๗.

^๓ ราชบัณฑิตยสถาน, **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๒๕**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์อักษรเจริญทัศน์, ๒๕๓๐), หน้า ๔๓.

^๔ สนธยา พลศรี, **ทฤษฎีและหลักการพัฒนาชุมชน**, (กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์, ๒๕๔๗), หน้า ๒.

^๕ เกื้อ วงศ์บุญสิน, **ประชากรกับการพัฒนา**, (กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ๗๔.

^๖ พุทธทาสภิกขุ, **การเมืองคือธรรมะ**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพฯ : อรุณวิทยา, ๒๕๓๑), หน้า ๑๙๙.

๒ ประเภท คือ ทรัพยากรมนุษย์นั้นเป็นการมองมนุษย์ในฐานะทรัพยากร (Human resources development) คือ เป็นทุน เป็นปัจจัยในการที่จะนำมาพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม ส่วนการพัฒนา มนุษย์โดยมองคนในฐานะเป็นมนุษย์ มีความหมายว่า มนุษย์มีความเป็นมนุษย์ของตนเอง ชีวิตมนุษย์ นั้นมีจุดหมาย และจุดหมายของชีวิตคือความสุขอิสรภาพความดีความงามของชีวิต ซึ่งเป็นเรื่องเฉพาะ ตัวบุคคลเราต้องให้ความสำคัญว่า เราจะพัฒนามนุษย์ให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์อย่างไร พร้อมกับอีก ด้านหนึ่งเขาจะเป็นทรัพยากรเป็นทุนเป็นปัจจัยที่มีประสิทธิภาพในการพัฒนาเศรษฐกิจ เพราะหาก พัฒนาที่ดี ที่ถูกต้อง จะเพิ่มทั้งมูลค่าและคุณค่าไปพร้อมด้วย^๗

พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมมจิตโต) ได้อธิบายถึงการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ว่า การศึกษาอบรมในพระพุทธศาสนา ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง จะเห็นได้จากการจัดการเรียนการสอนให้ สอดคล้องกับพัฒนาการและวุฒิภาวะผู้เรียน พระพุทธเจ้าทรงเทียบความพร้อมในการศึกษาเล่าเรียน ของบุคคลเข้ากับบัวสี่เหล่า และทรงจำแนกประเภทของบุคคลที่จะเข้ารับการศึกษาศึกษาอบรมไปตามจริต ๖ และที่สำคัญคือ พระพุทธเจ้าทรงมอบความเป็นใหญ่ให้คณะสงฆ์ในการให้การอุปสมบทแก่กุลบุตร ตามแบบบัญญัติตติยตถุทธกรรม การรับคนเข้ามาอุปสมบทต้องได้รับความเห็นชอบเป็นเอกฉันท์จาก คณะสงฆ์ที่ประชุมพร้อมกันในอุโบสถที่ประกอบพิธีอุปสมบท เมื่อบวชเข้ามาในพระพุทธศาสนาแล้ว พระบวชใหม่ จะต้องได้รับการฝึกหัดอบรมและการศึกษาเล่าเรียนจากพระอุปัชฌาย์ โดยอยู่ภายใต้ การปกครองดูแลของท่านจนกว่าจะมีพรรษาครบ ๕ จึงเรียกว่า นิสิยมุตตกะ^๘

สุทธิพร บุญส่ง^๙ กล่าวว่า คุณภาพชีวิต หมายถึง ลักษณะชีวิตของมนุษย์ที่มีสภาพที่ดั่งาม สมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ อันเนื่องมาจากการได้รับการตอบสนองความต้องการของตนในด้าน เศรษฐกิจ สังคมวัฒนธรรม การเมือง การปกครอง อย่างพอเพียงและเหมาะสม รวมทั้งความสามารถ ในการพิจารณาและจัดการกับปัจจัยต่าง ๆ ที่ทำให้ชีวิตดำรงอยู่ได้อย่างมีความสุข ส่วนคุณภาพชีวิต ตามแนวพระพุทธศาสนา คือ ลักษณะชีวิตของมนุษย์ที่มีสุขภาพที่ดีและสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ มีคุณธรรมมีจริยธรรม มีการดำรงชีวิตที่พอเพียง เอื้อเพื่อเพื่อนมนุษย์เคราะห์ที่เกื้อกูลกันเหมาะสมและทำ ให้ชีวิตดำรงอยู่ได้อย่างมีความสุขที่แท้จริง

อาจศึก จอพา^{๑๐} ได้สรุปว่า คุณภาพชีวิต หมายถึง การที่บุคคลสามารถดำรงชีวิตได้อย่าง มีความสุขทั้งทางกาย และทางจิตใจ ตามความรู้และความสามารถที่มีอยู่ รวมไปถึงความปลอดภัยใน ชีวิตและทรัพย์สิน โดยได้รับการยอมรับจากสังคมรอบด้าน

^๗ พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), **ทศวรรษธรรมทัศน์พระปิฎกหมวดศึกษาศาสตร์**, (กรุงเทพฯ : ธรรมสภา, ๒๕๔๓), หน้า ๕๑.

^๘ พระธรรมโกศาจารย์(ประยูร ธมมจิตโต), **พุทธวิธีการบริหาร**, (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณ ราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ๑๒.

^๙ สุทธิพร บุญส่ง, **คุณธรรม จริยธรรมกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต**, (๒๕๔๙). กรุงเทพฯ : ทริปปี้ลเอดิ ดูเคชั่น จำกัด.

^{๑๐} อาจศึก จอพา, **ศึกษาคุณภาพชีวิตการทำงานของข้าราชการตำรวจ อำเภอวัฒนานคร จังหวัด สระแก้ว, วิทยานิพนธ์ในปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต**, สาขาวิชาการบริหารการศึกษา, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยบูรพา, ๒๕๔๒)

ระวีวรรณ ฉัตรทอง^{๑๑} สรุปไว้ว่า คุณภาพชีวิต หมายถึง ความรู้สึกพึงพอใจในด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อมในการทำงาน และขึ้นอยู่กับมิติของการรับรู้ ของบุคคลที่สามารถตอบสนองความต้องการ ทั้งทางด้านร่างกายจิตใจได้อย่างมีความสุข ได้รับการยอมรับและสามารถแสดงออกในสิทธิส่วนบุคคล โดยอยู่บนพื้นฐานความสมดุลระหว่างการทำงาน และการดำเนินชีวิตส่วนตัว ได้รับค่าตอบแทนที่ยุติธรรมและมีความปลอดภัยในการทำงาน

มนุษย์เรามีความต้องการที่จะให้ตนเองเจริญก้าวหน้า^{๑๒} ดังนั้น ทุกคนจึงต้องพยายามพัฒนาตนเองอยู่เสมอ เพื่อให้มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดียิ่งขึ้น มีการคำนึงถึงสิ่งแวดล้อม และผลภาวะที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงรูปแบบของการดำเนินชีวิต การเปลี่ยนแปลงทางด้านวัฒนธรรม ส่งผลทำให้มนุษย์มีรสนิยมสูงขึ้น ประณาส่งที่ดีขึ้นหรือดีที่สุด มีความสามารถที่จะทำตัวเองให้เข้ากับบุคคลอื่นให้ได้และเป็นที่รักใคร่ชอบพอกันทุก ๆ คน การพัฒนาตนเองเป็นทั้งการพัฒนาความรู้ ทักษะและพฤติกรรมไปสู่การพัฒนาทัศนคติแรงจูงใจและอุปนิสัย เพื่อค้นหาตนเอง เพิ่มทักษะ รวมถึงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ไปตามสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนไป การพัฒนาตนเองอาจเป็นการพัฒนาที่จิตใจของตนหรือพัฒนาไปสู่ความสำเร็จในชีวิต ทำให้มีคุณภาพชีวิต ความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นตามที่ใจปรารถนา การพัฒนาตนเองเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต จะต้องเริ่มต้นด้วยตัวเองเปิดใจยอมรับกับการพัฒนาตนเอง ต้องมีความพร้อมสำหรับการศึกษาเรียนรู้และการเปลี่ยนแปลง แล้วจะทำให้บุคคลนั้นสามารถใช้ชีวิตร่วมกันกับคนอื่น ในสังคมได้อย่างมีความสุข ซึ่งมีการพัฒนาในมิติต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

๑) การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านร่างกาย ได้แก่ การให้ความสำคัญกับสุขภาพ การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ บริโภคอาหารอย่างถูกสุขลักษณะ เป็นการพัฒนาให้ร่างกายมีความแข็งแรง สมส่วน และไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ

๒) การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านอารมณ์ ได้แก่ การสร้างเสริมสุขภาพจิตใจที่ดี รู้จักควบคุมอารมณ์ โดยการพัฒนาจิตใจด้วยการให้ทาน การทำงานอดิเรกที่ชื่นชอบ การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ การผ่อนคลายด้วยการฟังเพลง การพักผ่อน การท่องเที่ยว และการฝึกสมาธิ เป็นต้น

๓) การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านสังคม เป็นการสร้างการยอมรับ และยกย่องจากสังคม ได้แก่ การเข้าร่วมกิจกรรมกับสังคมหรือหน่วยงานต่าง ๆ ใช้เวลาว่างบำเพ็ญสาธารณประโยชน์เพื่อชุมชน ให้ความร่วมมือกับสังคมในด้านต่าง ๆ ทั้งด้านสิ่งแวดล้อม และการปฏิบัติตนโดยยึดหลักของกฎหมายและคุณธรรมจริยธรรม

๔) การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านสติปัญญา เป็นการเพิ่มทักษะทางด้านความรู้ให้กับตนเอง ได้แก่ การอ่านหนังสือ การเข้ารับการฝึกอบรม เพิ่มพูนความรู้ด้านต่าง ๆ การศึกษาข้อมูลข่าวสารสนเทศจากสื่อต่าง ๆ การสังเกตการณ์ และติดตามการเปลี่ยนแปลงของสังคมและสิ่งแวดล้อม เป็นต้น

^{๑๑} ระวีวรรณ ฉัตรทอง, ความสัมพันธ์ระหว่างคุณภาพชีวิตของการทำงานกับการทุ่มเทในการปฏิบัติงานของผู้ใช้แรงงานในโรงงานอุตสาหกรรม ในเขตพื้นที่ชายฝั่งทะเลตะวันออก, วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาการบริหารการศึกษา, (บัณฑิตวิทยาลัย : วิทยาลัยมหาวิทยาลัยบูรพา, ๒๕๔๓)

^{๑๒} รวี สัจจะ-สมณะไร้นาม, **บันทึกธรรม, ภายในกายจิตในจิต**, [ออนไลน์ 1]. แหล่งที่มา : <http://www.bp.or.th/webboard/index.php?topic=12590> [๘ ส.ค.๕๖].

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้กล่าวไว้ในหนังสือพุทธธรรม ถึงเรื่อง ชีวิตที่มีความหมายเจาะจงมาที่มนุษย์ว่า บรรดาสิ่งทั้งหลายที่รู้จักเข้าใจกันอยู่ทั่วไปนั้น มีอยู่เป็นอยู่ในรูปของส่วนประกอบที่มาประชุมกันเข้า เรียกว่า ชีวิต คือ ขันธ์ ๕ หมายถึง ชีวิต ได้แก่ สิ่งประกอบกันขึ้น ๕ ส่วน (The Five Aggregates) พุทธธรรมแยกแยะชีวิตทั้งองค์กายพหุทั้งหมดที่บัญญัติ เรียกว่า สัตว์บุคคล ฯลฯ ออก เป็นส่วนประกอบต่าง ๆ ๕ ประเภท เรียกว่า เบญจขันธ์ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ^{๑๓}

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้กล่าวถึงแนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับการพัฒนาชีวิตมนุษย์ ในทางพระพุทธศาสนาว่ามี ๔ อย่าง^{๑๔} คือ

๑) พระพุทธศาสนา มองว่าสิ่งทั้งหลายทั้งปวง เป็นธรรมชาติที่มีอยู่ และเป็นไปตามธรรมชาติ ในระบบความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย มนุษย์ก็เป็นส่วนหนึ่งในระบบความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัยของธรรมชาตินั้น เมื่อธรรมชาติเป็นระบบความสัมพันธ์ของเหตุปัจจัยมนุษย์จึงเป็นส่วนหนึ่งในระบบความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัยที่เป็นองค์รวมนี้ ทั้งโลก ทั้งจักรวาลเป็นระบบความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัยทั้งสิ้นเมื่อมนุษย์เป็นพวกหนึ่งหรือประเภทหนึ่งในระบบนี้จึงต้องอยู่ในระบบความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัยนี้ด้วย เรียกว่าเป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติไปโดยอัตโนมัติ

๒) เมื่อมนุษย์อยู่ในระบบความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัยของธรรมชาติ ชีวิตและการกระทำของมนุษย์ก็ย่อมเป็นไปตามระบบความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัยนั้น เพราะฉะนั้น หากมนุษย์ทำอะไรก็มีผลในระบบเหตุปัจจัยนี้ นั่นคือกระทบต่อสิ่งภายนอกบ้างกระทบตัวเองบ้าง ในทำนองเดียวกันสิ่งที่เกิดขึ้นภายนอกก็มีผลกระทบต่อตัวมนุษย์ด้วย คือทั้งในมุกกิริยาและปฏิกิริยา ตัวเองทำไปก็กระทบสิ่งอื่น สิ่งอื่นเป็นอย่างไรมาก็กระทบตัวเอง ข้อสำคัญคือ มองให้ครบตลอดทั่วระบบความสัมพันธ์นี้ว่า ชีวิตและกิจกรรมการกระทำของตนเอง ทั้งเป็นไปตามระบบเหตุปัจจัย แล้วก็ทำให้เกิดผลตามระบบเหตุปัจจัยนั้นด้วย

๓) มนุษย์เป็นสัตว์ที่ฝึกได้และต้องฝึก ทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า ทัมมะ คือ เป็นสัตว์ที่พัฒนาได้ เป็นความคิดรากฐานที่สำคัญที่สุดเป็นแกนสำคัญของจริยธรรมในพระพุทธศาสนาจริยธรรมจึงเกิดขึ้น เพราะความเชื่อที่ว่ามนุษย์เป็นสัตว์ที่ฝึกได้และต้องฝึก จริยธรรมจึงมีความหมายเท่ากับการศึกษาและทำให้จริยธรรมเป็นระบบที่มีความประสานกลมกลืน ทำให้จริยธรรมกับความสุขเป็นสภาพที่พัฒนาไปด้วยกันได้ หรือเป็นจริยธรรมแห่งความสุข หลักการนี้ถือว่าความประเสริฐของมนุษย์อยู่ที่การฝึกฝนพัฒนาและเมื่อพัฒนาจนประเสริฐสุดแล้วจะสามารถเข้าถึงอิสรภาพและความสุขได้จริง

๔) ความสามารถของมนุษย์ที่พัฒนาแล้วอย่างหนึ่ง คือ การทำให้ความแตกต่างกลายเป็นความประสานเสริมเติมเต็มซึ่งกันและกันทำให้เกิดความสมบูรณ์และดุลยภาพ เมื่อมนุษย์ยังไม่พัฒนาทำให้เกิดความแตกต่าง เป็นความขัดแย้ง แล้วความแตกต่างก็กลายเป็นความขัดแย้ง ศักยภาพของการพัฒนา คือการที่คนสามารถทำให้ความขัดแย้ง มีความหมายเป็นความประสานเสริมเติมเต็มซึ่งกัน

^{๑๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับขยาย**, พิมพ์ครั้งที่ ๔๒, (กรุงเทพฯ : ผลิตัมม, ๒๕๕๘), หน้า ๑๓.

^{๑๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **การพัฒนาที่ยั่งยืน**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพฯ : บริษัท สหธรรมิกจำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๑๕๑.

และกัน สามารถเข้ากันได้อย่างลงตัว จนเกิดความสมบูรณ์และเกิดดุลยภาพต่อกัน ดังนั้น เครื่องวัดการพัฒนาของมนุษย์ที่แท้จริง คือ การมีขีดความสามารถยิ่งขึ้นในการทำให้ความเป็นอยู่ร่วมกันระหว่างมนุษย์และสรรพสิ่งทั้งหลาย เกื้อกูลเอื้อประโยชน์แก่กันมากขึ้น การพัฒนามนุษย์อย่างนี้จะต้อง มาประยุกต์เข้ากับการแก้ปัญหาสภาพแวดล้อมทั้งหมด

ตามหลักการทางพระพุทธศาสนา กระบวนการเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตมนุษย์ ที่พระพุทธองค์ทรงใช้ มี ๔ ประการ คือ

- ๑) การเลือกบุคคลที่จะทรงสั่งสอน
- ๒) การวางแผนเพื่อประกาศพระศาสนา
- ๓) การจัดตั้งพุทธบริษัทเป็นศาสนทายาท
- ๔) การสร้างแรงจูงใจให้เกิดความมุ่งมั่นอาหาญที่จะศึกษาเรียนรู้^{๑๕}

บทบาทในการพัฒนาคุณภาพชีวิตมนุษย์ของพระพุทธเจ้านั้น เราสามารถพิจารณาได้จากพระคุณสมบัติของพระพุทธเจ้าทั้ง ๔ ประการดังนี้

- ๑) ทรงเป็นผู้บริสุทธิ์ห่างไกลจากกิเลส
- ๒) ทรงเป็นผู้ตรัสรู้ได้โดยชอบด้วยพระองค์เอง
- ๓) ทรงเป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาความรู้และจรณะความประพฤติ
- ๔) ทรงเป็นผู้เสด็จไปเพื่อประโยชน์ยิ่งใหญ่แห่งมหาชน
- ๕) ทรงเป็นผู้รู้ความจริงของโลกโดยแจ้งชัด
- ๖) ทรงเป็นผู้สามารถฝึกมนุษย์ได้อย่างยอดเยี่ยมไม่มีบุคคลอื่นเท่าเทียม
- ๗) ทรงเป็นศาสดาของเหล่าเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย
- ๘) ทรงเป็น ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานในธรรมที่ทรงตรัสรู้แล้ว
- ๙) ทรงเป็นผู้ฉลาดในการจำแนกธรรมออกสั่งสอนผู้ฟัง^{๑๖}

สรุปความว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิต คือ การทำให้ชีวิต เจริญงอกงามยิ่ง ๆ ขึ้นไปอย่างมีประสิทธิภาพ จนถึงจุดมุ่งหมายสูงสุดแห่งความสงบสุข และเป็นอิสระซึ่งจะต้องมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องและมีขั้นตอน ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และปัญญา ไปพร้อม ๆ กัน แนวทางดำเนินการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนานั้น ท่านเรียกว่ามรรค อันเป็นหลักปฏิบัติคู่กันกับ สิกขา หรือการศึกษาที่มีการฝึกฝน ฝึกหัด อบรม ให้ชีวิตดำเนินไปในทางที่ถูกต้องดีงาม มรรค จึงเป็นทางแห่งการดำเนินชีวิตตามหลักการที่ถูกต้องดีงาม ส่วน สิกขา หรือการศึกษานั้น เป็นการเรียนรู้ เพื่อให้เกิดการดำเนินชีวิตอย่างถูกต้อง หรือฝึกฝนอบรมให้เข้าสู่วิถีชีวิตที่ถูกต้องดีงาม ดังนั้น การพัฒนาคุณภาพชีวิต จึงหมายรวมถึงการศึกษาเรียนรู้ ฝึกฝนอบรม เพื่อให้ชีวิตดำเนินไปในวิถีทางที่ถูกต้องดีงาม จนกว่าจะถึงจุดหมายสูงสุดแห่งความเป็นอิสระ คือ ความสงบสุขสูงสุดดังกล่าว^{๑๗}

^{๑๕} ศิริศักดิ์ นันตี, การบูรณาการการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามทฤษฎีตะวันตก กับหลักการทางพระพุทธศาสนา, วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ ปีที่ ๒๓ ฉบับที่ ๔๑ มกราคม-เมษายน ๒๕๕๘, หน้า ๘๓.

^{๑๖} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๙๕/๖๗ ; อง.ฉก. (ไทย) ๒๒/๒๘๑/๓๑๗.

^{๑๗} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), ธรรมกับการพัฒนาชีวิต, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพฯ : บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๕), หน้า ๑.

๒.๒ แนวคิดเกี่ยวกับหลักไตรสิกขา

การศึกษาเรียนรู้ตามหลักการทางพระพุทธศาสนานั้น ไม่ได้เป็นไปเพื่อให้คนมีสติปัญญา เฉลียวฉลาด เก่งและกล้าเพียงด้านเดียว แต่การศึกษาเรียนรู้ ต้องเป็นไปเพื่อความเป็นคนดีมีคุณธรรม ศีลธรรมและจริยธรรมเป็นสำคัญ พระพุทธศาสนาส่งเสริมให้มนุษย์ทุกคนได้ศึกษาค้นคว้าหาความรู้ได้ด้วยตนเอง และได้จัดแบ่งบุคคลออกเป็น ๒ กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มบุคคลที่ยังต้องศึกษา เรียกว่า เสขบุคคล และกลุ่มบุคคลผู้จบการศึกษาแล้ว เรียกว่า อเสขบุคคล ส่วนเรื่องที่ต้องศึกษาเรียนรู้ นั้น ก็คือ ไตรสิกขา ได้แก่ อริสัจธรรม อริจิตตสิกขา อริปัญญสิกขา เรียกสั้น ๆ ว่า ศีล สมาธิ ปัญญา นั่นเอง^{๑๘}

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) กล่าวว่า ไตรสิกขา เป็นข้อปฏิบัติที่เป็นหลักในการศึกษา ๓ ประการ เพื่อฝึกหัดอบรมกาย วาจา จิตใจ และปัญญาให้ยิ่งขึ้นไป จนบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน^{๑๙} ด้วยพระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งการรู้แจ้ง ทั้งทางหลักธรรมและการปฏิบัติตามธรรม อันประกอบด้วย การเรียนรู้ ฝึกฝนพัฒนาตน หลักสิกขาแสดงให้เห็นว่ามนุษย์จะต้องแก้ไขพัฒนาตนเองอยู่เสมอ โดยไม่ประมาท เป็นการพัฒนาที่เน้นการสร้างเสริมคุณภาพของมนุษย์ที่จะมาเป็นส่วนร่วมในการแก้ปัญหาของยุคสมัย อีกทั้งเป็นการพัฒนามนุษย์ให้สอดคล้องกับจุดหมายระยะยาวแห่งความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) กล่าวว่า ไตรสิกขา แปลว่า สิกขา ๓ หมายถึง ข้อสำหรับศึกษา การศึกษา ข้อปฏิบัติที่พึงศึกษา การฝึกฝนอบรมตนในเรื่องที่พึงศึกษา ๓ อย่าง คือ

อริสัจธรรม คือ ศึกษาเรื่องศีล อบรมปฏิบัติตนให้ถูกต้องดีงาม ให้บริสุทธิ์ตามหลัก จุลศีล มัชฌิมศีล และมหาศีล ตลอดถึงปฏิบัติอยู่ในหลักอินทรีย์สังวร สติสัมปชัญญะ และสันโดษ

อริจิตตสิกขา คือ ศึกษาเรื่องจิต อบรมจิตให้สงบมั่นคงเป็นสมาธิ ได้แก่การบำเพ็ญ สมถกรรมฐาน ของผู้สมบูรณ์ด้วยอริยสัจ ๔ จนได้บรรลุญาณ ๔

อริปัญญสิกขา คือ ศึกษาเรื่องปัญญา อบรมตนให้เกิดปัญญาแจ่มแจ้ง ได้แก่ การบำเพ็ญวิปัสสนากรรมฐานของผู้ได้ฌานแล้ว จนได้บรรลุวิชชา ๘ คือ เป็นพระอรหันต์^{๒๐}

คำว่า ไตรสิกขา มาจากคำว่า ไตร หรือ ตรี เป็นภาษาสันสกฤต ตรงกับภาษาบาลีว่า ติ แปลว่า สาม และคำว่า สิกขา เป็นภาษาบาลี ตรงกับภาษาสันสกฤตว่า ศิกษา หมายถึง การศึกษา การปฏิบัติ และการอบรมความประพฤติให้บริสุทธิ์^{๒๑} คำว่า ไตรสิกขา จึงหมายถึง การศึกษาประกอบด้วยองค์ ๓ คือ อริสัจธรรม, อริจิตตสิกขา, อริปัญญสิกขา หรือศีล สมาธิ และปัญญาโดยมีความหมายปรากฏในพระไตรปิฎก ดังนี้

๒.๒.๑ ศีล หมายถึง ข้อปฏิบัติ สำหรับฝึกอบรมในทางความประพฤติ ให้ถูกต้อง ดีงาม ทางความประพฤติอย่างสูงปรากฏใน คุหุฏฐกสูตรนิกายคัมภีร์มหานิทเทส ว่า

^{๑๘} พ.ร.บ. (ไทย) ๓๑/๙๒/๑๖.

^{๑๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๓๑, (กรุงเทพฯ : ผลิตีมี, ๒๕๕๘), หน้า ๑๒๔.

^{๒๐} พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๙, ราชบัณฑิต), **พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์**, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพฯ : ธรรมสภาและสถาบันบันลือธรรม, ๒๕๕๑), หน้า ๒๗๔.

^{๒๑} อ.ต.ก. (ไทย) ๒๐/๙๑/๓๒๐.

“อริสติกศึกษา เป็นอย่างไร คือ ฝึกหัดในพระธรรมวินัยนี้ เป็นผู้มั่งคั่ง สำรวมด้วยความสังวรในพระปาฏิโมกข์ สมบูรณ์ด้วยอาจารย์และโคจร เห็นภัยในโทษเพียงเล็กน้อย สมาทานศึกษาในสิกขาบททั้งหลายอยู่ คือ สีสันอันเล็ก สีสันอันใหญ่ ศิลที่เป็นที่พึง เป็นเบื้องต้น เป็นความประพฤติ เป็นความสำรวม เป็นความระวัง เป็นหัวหน้า เป็นประธาน เพื่อความถึงพร้อมแห่งธรรมที่เป็นกุศลนี้ ชื่อว่าอริสติกศึกษา”^{๒๒}

การฝึกอบรมศิลป มุ่งเน้นที่การสำรวมเพื่อให้เกิดความบริสุทธิ์ในการกระทำ เป็นเกราะกั้นกิเลสที่จะก่อให้เกิดความเดือดร้อน และการเบียดเบียน ดังที่แสดงไว้ในมาติกาภาคคัมภีร์ปฏิสัมพันธ์มรรค ว่า “เนกขัมมะ ชื่อว่า สีสวิสสุติ เพราะมีความหมายว่า กั้นกามฉันทะ ความสำรวม ชื่อว่าอริสติกศึกษา อพยابาท ชื่อว่า สีสวิสสุติ เพราะมีความหมายว่า กั้นพยาบาท อรหัตตมรรค ชื่อว่า สีสวิสสุติ เพราะมีความหมายว่า กั้นกิเลสทั้งปวง”^{๒๓}

๒.๒.๑.๑ การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักศิลปศึกษา

ศิลป แปลว่า ปกติ คือความตั้งใจรักษากายและวาจาของตนให้เป็นปกติ เป็นคุณธรรมขั้นพื้นฐานที่ช่วยควบคุมพฤติกรรมทางกาย วาจาของมนุษย์ให้เรียบร้อย เป็นหลักปฏิบัติที่สร้างสันติสุขให้แก่ตนเองและผู้อื่น เป็นหลักชำระกายวาจาให้สะอาด มีหลายระดับทั้งศิลป ๕ ศิล ๘ ศิลศิลป ๑๐ ศิล ๒๒๗ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับเพศภาวะและความสามารถของผู้ปฏิบัติ^{๒๔} นั้น ๆ ศิล คือ ข้อปฏิบัติ การรักษากายและวาจาให้เรียบร้อย ควบคุมกายวาจาให้ตั้งอยู่ในความดีงาม เป็นคนที่มีจิตปกติ ไม่ถูกละ โทสะ โมหะ ครอบงำ และชักนำไปทำความชั่ว “เมื่อทำอะไรทางกายด้วยจิตที่เป็นปกติ ก็ไม่ทำกายทุจริต เมื่อจะพูดอะไรทางวาจาที่ปกติ ก็ไม่พูดวจีทุจริต เมื่อคิดเรื่องอะไรทางใจที่ปกติ ก็ไม่คิดเป็นมโนทุจริต เพราะฉะนั้น มนะหรือใจจึงเป็นศิลป ทำดีทางกาย กายก็เป็นศิลป ทำดีทางวาจา วาจาก็เป็นศิลป คิดดีทางใจ ใจก็เป็นศิลป”^{๒๕} การรักษาศิล ก็คือ การควบคุม กาย วาจา ใจ มิให้ล่วงละเมิดปกติวิสัยของตน ไม่เกิดการเบียดเบียนต่อผู้อื่น ผู้รักษาศิล ย่อมมีกริยางดงาม มีความประพฤติเรียบร้อย และสามารถควบคุมอารมณ์ของตนให้เป็นปกติวิสัยได้

ศิลป คือ ความประพฤติปกติ ความประพฤติดีทางกายและวาจา, การรักษากายและวาจาให้เรียบร้อย, ข้อปฏิบัติสำหรับควบคุมกายและวาจาให้ตั้งอยู่ในความดี, การรักษาศิลตามระเบียบวินัย, ปกติมารยาทที่ปราศจากโทษ, ข้อปฏิบัติในการฝึกหัดกายวาจาให้ดียิ่งขึ้น, ความสุจริตทางกายวาจาและอาชีพ^{๒๖} ศิล ว่าโดยประเภท มี ๒ คือ ศิลของบรรพชิต และศิลปของคฤหัสถ์ สำหรับบรรพชิตมีหลักปฏิบัติตามศิลปศึกษา ที่พิเศษกว่าคฤหัสถ์ทั่วไป เป็นคุณเครื่องทำความบริสุทธิ์แห่งกายวาจา อันเป็นเหตุให้ถึงความบริสุทธิ์หมดจด แห่งจิตและปัญญา เรียกว่า “ปาริสุทธิศิลป ๔” เป็นหลักปฏิบัติที่สนับสนุนให้เป็นผู้สะอาดบริสุทธิ์ มีผลอันส่งผลให้ได้ทั้งโลกียสุขและให้ได้บรรลุถึงทั้งโลกุตตรสุข ดังนี้

^{๒๒} ชุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑๐/๔๘.

^{๒๓} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๔๐/๖๐๖.

^{๒๔} พระเมธีวราภรณ์ (สุทัศน์ วรทสสี), เบญจศิลปเบญจธรรมอุดมชีวิตของมนุษย์, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพ : สำนักพิมพ์ ต้นบุญ, ๒๕๕๔), หน้า ๓.

^{๒๕} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพฯ : บริษัท เอส. อาร์. พรินติ้งแมสโปรดักส์ จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๒๔๕.

^{๒๖} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๓๙๔.

๑. ปาฏิโมกขสังวรศีล ได้แก่ ศีล คือความสำรวมในพระปาฏิโมกข์ เว้นข้อที่พระพุทธเจ้าทรงห้าม ทำตามข้อที่พระพุทธองค์ทรงอนุญาต ปฏิบัติเคร่งครัดในสิกขาบทบัญญัติทั้งหลาย รักษากฎเกณฑ์กติกา ในการอยู่ร่วมกันในสังคม ที่เป็นแบบแผนการดำเนินชีวิตแห่งชุมชน แบ่งออกเป็น ๒ คือ ๑) ปาฏิโมกขสังวรศีลของบรรพชิต ได้แก่การสำรวมระวังในพระปาฏิโมกข์ เว้นข้อที่พระพุทธองค์ทรงห้าม ปฏิบัติในพระวินัยคือทำตามข้อที่พระพุทธองค์ทรงอนุญาตประพฤติกฎเคร่งครัด ในสิกขาบททั้งหลาย ๒) ปาฏิโมกขสังวรศีลของคฤหัสถ์ ได้แก่ การงดเว้นจากการล่วงละเมิดตามวิริตี ๓ ได้แก่สมาทานวิริต งดเว้นการทำให้บาปอกุศล ด้วยการตั้งใจเปล่งวาจาสมาทานศีล สัมปัตตวิริตี เว้นการทำให้บาปอกุศล ในเมื่อประสบกับเหตุที่จะพึงล่วงละเมิดศีล กล่าวคือยับยั้งห้ามใจไม่ตกอยู่ในอำนาจกิเลส สมุจเฉตวิริตี เว้นการทำให้บาปอกุศลได้โดยเด็ดขาด ดำรงอยู่ในศีลของพระอริยะ วิริตี หรือการเว้นจากการทำให้บาปอกุศลทั้ง ๓ ประการนี้ ถือเป็นวิธีปฏิบัติที่ดีที่สุดสำหรับคฤหัสถ์และบรรพชิต ปาฏิโมกขสังวรศีล ข้อนี้ บัณฑิตจะพึงรักษาให้สำเร็จได้ด้วยศรัทธา คือความเชื่ออย่างมีเหตุผล

๒. อินทริยสังวรศีล ได้แก่ ศีล คือ ความสำรวมระวังอินทริย์ ๖ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่ให้บาปอกุศลและกิเลส เช่น ความชอบความชัง ติดใจใฝ่หา หรือว่าไม่ชอบใจผลักดันครอบงำ จิต เมื่อเวลารับรู้อารมณ์ ต่าง ๆ รับรู้อารมณ์อย่างมีสติสมบูรณ์ แบ่งเป็น ๒ คือ ๑) อินทริยสังวรศีลของบรรพชิตและ ๒) อินทริยสังวรศีล ของคฤหัสถ์ ในการฝึกให้มี หิริ ความละอายแก่ใจ และโอตตปปะ ความเกรงกลัวต่อบาป ๒ ประการนี้ เป็นผลให้เกิดอินทริยสังวร คือความสำรวมอินทริย์ อินทริยสังวรทำให้เกิดศีล ได้แก่ความประพฤติปกติทางกาย วาจา ศีล ทำให้เกิดสมาธิ คือความที่จิตตั้งมั่น สมาธิทำให้เกิดปัญญา คือความรู้ ผู้มีอินทริยสังวรศีลก็ย่อมบริสุทธิ์ ผู้มีศีลบริสุทธิ์ สมาธิก็เกิดได้ง่าย อินทริยสังวรศีลนี้ บัณฑิตจะพึงรักษาให้สำเร็จได้ด้วยสติ คือ การมีความระลึกทั่วทั่วพร้อมอยู่เสมอ

(๓) อาชีวนปาริสุทธิศีล ได้แก่ ศีล คือความบริสุทธิ์แห่งการแสวงหาเครื่องเลี้ยงชีพโดยทางที่ชอบ ประกอบด้วยธรรม ไม่โกหกหลอกลวงผู้อื่นเลี้ยงชีวิต แสวงหาเลี้ยงชีวิตตามครรลองครองธรรม แบ่งออกเป็น ๒ คือ ๑) อาชีวนปาริสุทธิศีลของบรรพชิต ภิกษุมีอาชีวะบริสุทธิ์ ในการแสวงหาปัจจัย ๔ ได้แก่ เครื่องนุ่งห่ม อาหารบิณฑบาต ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรคโดยชอบธรรม เทียวบิณฑบาตไปตามลำดับ ไม่กระทำการแสวงหาในทางที่ผิด เช่น แสวงหาแลกสักการะด้วยการอวดอุตริมนุชยธรรมที่ไม่มีในตน ออกปากขอกับคฤหัสถ์ที่ไม่ใช่ญาติ ไม่ใช่พวรวรณา ประจบสอพลอ หรืออ้างเลศนัยเพื่อให้เขาถวายปัจจัยบริโภค ๒) อาชีวนปาริสุทธิศีลของคฤหัสถ์ ได้แก่การดำรงอยู่ในทวิภุมมิกัตถประโยชน์ ประโยชน์ในปัจจุบัน กล่าวคือ การขยันหา, รักษาดี, มีกัลยาณมิตร, ดำรงชีวิตเหมาะสม, เป็นการแสวงหาและรักษาทรัพย์ให้มั่นคง ถูกต้องตามหลักการและเหตุผล อาชีวนปาริสุทธิศีลนี้สำเร็จได้ ด้วยวิริยะ คือ ความขยันหมั่นเพียร

(๔) ปัจจัยสันนิสสิตศีล ได้แก่ ศีล คือการพิจารณาก่อนใช้สอยปัจจัย ๔ ได้แก่ เครื่องนุ่งห่ม อาหารที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค ที่แสวงหาได้ให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของการใช้สอยที่แท้จริง เป็นคุณธรรมที่ช่วยประคับประคองชีวิตของบรรพชิตและคฤหัสถ์ให้มีความหมดจดผ่องใส และร่มเย็นเป็นสุข แบ่งเป็น ๒ คือ ๑) ปัจจัยสันนิสสิตศีลของบรรพชิต ได้แก่ บรรพชิตพึงพิจารณาใช้สอยบริโภคปัจจัย ๔ คือ จีวร เครื่องนุ่งห่ม อาหารบิณฑบาต เสนาสนะ ที่อยู่อาศัย และ ยารักษาโรค ว่าเพียงพอ บำบัดความหนาว เพื่อยังอัตภาพให้ดำเนินไปได้ เพื่ออนุเคราะห์พรหมจรรย์ ไม่บริโภคด้วยความมัวเมาในกิเลสตัณหา ๒) ปัจจัยสันนิสสิตศีลของคฤหัสถ์ คือ การพิจารณา เสื้อผ้า อาหาร ที่อยู่อาศัย

ยารักษาโรค ว่าเสื้อผ้าอาภรณ์สวมใส่ เพื่อปกปิดร่างกาย ไม่ให้เกิดความละอาย บรรเทาความร้อน ความหนาว บ้านเรือนที่อยู่อาศัย ใช้สอย เพื่อป้องกันอันตรายจากสัตว์ร้าย ใช้เพื่อหลบแดดหลบฝน และยารักษาโรค ใช้สอยเพื่อรักษา บรรเทา บำบัดความเจ็บไข้ เป็นต้น ศิลปข้อนี้สำเร็จได้ ด้วยปัญญา

จากที่กล่าวมานี้ จะเห็นได้ว่า ศิลปที่เป็นระเบียบวินัยนั้น ย่อมเป็นไปเพื่อให้สังคมอยู่ร่วมกัน อย่างปกติสุข สร้างสันติสุข สันติภาพให้แก่ชาวโลกทั้งมวลได้ เป็นสภาพเกื้อกูลต่อการดำเนินชีวิต ประกอบธุรกิจทำมาหาเลี้ยงชีพด้วยสุจริตธรรม เว้นจากการเบียดเบียนกัน เพราะศิลปคือ เครื่องมือ ควบคุมพฤติกรรมของมนุษย์ในสังคม ให้เป็นผู้มีกายวาจาเรียบร้อยดีงาม สามารถกำจัดกิเลสอย่าง ทยายที่แสดงออกมา ทางกายวาจาได้ ชัดเกล้าให้คนประพฤติกายวาจา ดีขึ้นไปสู่พื้นฐานของการ ฝึกหัดอบรมพัฒนาจิตใจให้มีคุณภาพยิ่งขึ้น ดังนั้น ศิลปศึกษา จึงกล่าวได้ว่าเป็นหลักส่งเสริมและชำระ จิตวิญญาณของมนุษย์ให้สูงส่ง ดีงามขึ้นเป็นลำดับ ๆ ไป

๒.๒.๑.๒ ประโยชน์ของการพัฒนาชีวิตตามหลักศิลปศึกษา

เมื่อคนในสังคม ประพฤติปฏิบัติตามหลักศิลป ปัญหาความวุ่นวายเดือดร้อน ต่าง ๆ ก็จะไม่เกิดขึ้น ที่เกิดขึ้นแล้วก็จะสงบระงับดับไป เพราะคนในสังคมที่ปฏิบัติศิลปจะมีความรัก ความเมตตาต่อกันเสมอ เห็นชีวิตหรือประโยชน์สุขหรือทุกข์ของคนอื่น เป็นเสมือนสุขหรือทุกข์ของ ตนเอง ที่ใดมีศิลป ที่นั้นอยู่เป็นสุข ดังนั้น พระพุทธองค์ตรัสแสดงประโยชน์ของการพัฒนาชีวิตตามหลัก ศิลปศึกษา ในมหาปริณิพพานสูตร ที่มณิกายมหารวรรค ไว้ ๕ ประการ^{๒๗} ดังนี้

- ๑) ผู้มีศิลปย่อมประสบโภคทรัพย์เป็นอันมากเพราะความไม่ประมาทเป็นเหตุ
- ๒) เกียรติศัพท์ ชื่อเสียงอันงามของผู้มีศิลปย่อมฟุ้งจรไปไกล
- ๓) ผู้มีศิลปเข้าไปสู่สมาคมใด ๆ ย่อมมองอาจกล้าหาญ ไม่เก้อเขิน
- ๔) ผู้มีศิลปย่อมไม่หลงทำกาละ คือเมื่อถึงเวลาตาย ก็ตายอย่างมีสติ ไม่หลงตาย
- ๕) ผู้มีศิลป ตายไปแล้ว ก็ย่อมไปบังเกิดในสุคติโลกสวรรค์

ประโยชน์ของ ศิลป เป็นความสุขขั้นพื้นฐานในชีวิตของมนุษย์และความสุขในการอยู่ร่วมกัน ในสังคม เป็นเสมือนน้ำที่ล้างมลทินคือความชั่วของสัตว์ทั้งหลาย ทำให้ผู้รักษาสงบระงับ ไม่ร้อนรนไป ด้วยกิเลส เป็นบันไดที่จะขึ้นสู่สวรรค์ และรวมไปถึงการก้าวไปสู่ความเป็นอริยบุคคลด้วย

๒.๒.๑.๓ โทษของการไม่พัฒนาชีวิตตามหลักศิลปศึกษา ๕ ประการ^{๒๘} ได้แก่

- ๑) ผู้ไม่มีศิลป ย่อมเสื่อมจากโภคทรัพย์อย่างใหญ่หลวง
- ๒) ผู้ไม่มีศิลป ชื่อเสียงอันชั่วช้าลามกย่อมลือกระฉ่อนไปทั่ว
- ๓) ผู้ไม่มีศิลป จะเข้าไปในสมาคมใด ๆ ย่อมไม่มองอาจ ไม่กล้าหาญ
- ๔) ผู้ไม่มีศิลป ตายอย่างคนหลงลืมไม่มีสติ
- ๕) ผู้ไม่มีศิลป ตายแล้วย่อมเกิดในอบายภูมิ คือ ทุกคติ วินิบาต นรก

๒.๒.๒ สมานี หมายถึง ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมจิตใจให้เข้มแข็ง มั่นคง สงัดจากกาม และอกุศลธรรมทั้งหลาย ดังปรากฏใน คุหุฏฐกสูตรตนิเทศ คัมภีร์มหานิทเทส ว่า

“อธิจิตสิกขา เป็นอย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ สงัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลาย

^{๒๗} วิ.ม. (ไทย) ๕/๒๘๕/๔๔, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๕๐/๔๔, อภ. ปญจก (ไทย) ๒๒/๒๑๓/๓๖๕.

^{๒๘} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๙/๑๐๒.

บรรลุปฐมฌานมีวิตก วิจารณ์ และสุขอันเกิดจากวิเวกอยู่ เพราะวิตก วิจารณ์ สงบระงับไปแล้ว บรรลุตติยฌาน มีความผ่องใสในภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ มีแต่ปิติและสุขที่เกิดจากสมาธิอยู่ เพราะปิติจางคลายไป มีอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะ เสวยสุขด้วยนามกาย บรรลุตติยฌาน ที่พระอริยะทั้งหลายสรรเสริญว่าผู้มีอุเบกขา มีสติอยู่เป็นสุข เพราะละสุขและทุกข์ได้แล้ว เพราะโสมนัสและโทมนัสดับไปก่อนแล้ว บรรลุตตตฌาน ที่ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่ นี่ชื่อว่าอภิจิตตสิกขา”^{๒๙}

สมาธิ หมายถึง ความมีใจตั้งมั่น ความตั้งมั่นแห่งจิต การทำให้จิตสงบแน่วแน่ ไม่ฟุ้งซ่าน การมีจิตกำหนดแน่วแน่อยู่อะไรสิ่งหนึ่งโดยเฉพาะ เรียกว่า จิตตสิกขา^{๓๐}

การฝึกจิตให้มีสมาธิ เป็นสิ่งจำเป็นสำหรับทุกคน ไม่จำกัดว่าจะเป็นบรรพชิตหรือคฤหัสถ์ผู้ครองเรือน ไม่จำกัดว่าจะเป็นเด็กหรือผู้ใหญ่ หรือจะประกอบอาชีพงานใด ๆ เพราะการฝึกสมาธิ ก็คือการบริหารจัดการ เพื่อให้จิตมีพลังเข้มแข็ง และเพื่อให้จิตมีสุขภาพดีอยู่เสมอ สมาธิแสดงให้เห็นถึงพลังจิตที่ใช้การได้ ซึ่งไม่โอนเอนหวั่นไหว แกว่งไกวไปมาเพราะความเร่าร้อนตามการแผดเผาของกิเลส ผลที่แท้จริงของสมาธิ คือสภาพจิตที่นิ่งปราศจากการถูกรบกวน จากสิ่งภายนอกและเป็นสภาพที่ชัดเจนซึ่งถูกแทรกซึมเข้าไปในอารมณ์ของสมาธิ เมื่อจิตบรรลุดังขั้นนี้ จิตจะตั้งอยู่อย่างไม่วุ่นวาย เพราะเหตุแห่งเครื่องเร่าร้อนภายนอก สงบระงับไป สมาธิย่อมชำระจิตให้บริสุทธิ์ โดยการขจัดกิเลสภายในจิตให้บางเบาจนหมดสิ้นไป จิตของผู้มีความสงบย่อมจดจ่ออยู่ ณ อารมณ์ใดอารมณ์หนึ่ง หรือจุดใดจุดหนึ่ง เมื่อกายและจิตสงบนิ่ง จะเกิดความสุขของกายและจิตขึ้น อันเป็นสาเหตุโดยตรงของสมาธิ^{๓๑}

การฝึกพัฒนาจิตให้เป็นสมาธิ ในพระพุทธศาสนา กุลบุตรบุคคลสามารถกระทำจิตให้เป็นสมาธิได้ด้วยกรรมฐาน ๔๐ ประการ ส่วนกัลยาณมิตรผู้ให้กรรมฐานแก่กุลบุตรนั้น ในครั้งพุทธกาลที่พระพุทธองค์ยังทรงพระชนม์อยู่ จะทรงประทานกรรมฐานด้วยพระองค์เอง จากนั้นคือพระอรหันต์สาวกชั้นผู้ใหญ่ สมัยต่อมานั้นมาเป็นพระมหาเถระผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ และต่อมาจะเป็นบัณฑิตผู้ศึกษาเล่าเรียนมาก เป็นพหูสูต กุลบุตรเมื่อได้พระอาจารย์ผู้เป็นกัลยาณมิตรแล้ว พึงเข้าไปหาฝากตัวเป็นศิษย์หรืออยู่อาศัยอยู่ปฏิบัติภาวนาไว้ สันทนธรรมและหาโอกาสเรียนกรรมฐานจากท่าน โดยเริ่มจากกิจเบื้องต้น ตามแบบแผน คือ วิธีการฝึกอบรมกรรมฐานเจริญสมาธิอย่างที่ได้ปฏิบัติ สืบ ๆ กันมา

๒.๒.๒.๑ การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักจิตตสิกขา

คัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท มีวิธีการปฏิบัติกรรมฐานโดยสังเขป ได้แก่ เบื้องต้นผู้ปฏิบัติกรรมฐาน ต้องตัดปิลิโพธ^{๓๒} คือ เหตุกังวลใจสำหรับผู้จะเจริญวิปัสสนา ๑๐ อย่างก่อน จากนั้นเข้าไปหาพระอาจารย์ผู้ให้กรรมฐาน เรียนและรับเอากรรมฐานข้อใดข้อหนึ่ง จากกรรมฐาน ๔๐ แล้วเข้าไปสู่โคนไม้ หรือเรือนว่าง อันเป็นที่สงัด เหมาะแก่การฝึกกรรมฐาน แล้วปฏิบัติตามขั้นตอนของการเจริญกรรมฐานที่รับมาแล้วนั้น

^{๒๙} ชู.ม. (ไทย) ๒๙/๑๐/๔๙.

^{๓๐} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๕๔.

^{๓๑} พระที.วชิรญาณมหาเถระ, ดร. สมาธิในพระพุทธศาสนา, แปลโดยชูศักดิ์ ทิพย์เกษร, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖), หน้า ๔๕-๔๖.

^{๓๒} ปิลิโพธ คือ ๑) ที่อยู่อาศัย ๒) ตระกูล ๓) ลากสักการะ ๔) หมูคณะ ๕) การงาน ๖) การเดินทาง ๗) ญาติพี่น้อง ๘) ความเจ็บป่วย ๙) การศึกษา ๑๐) ฤทธิ์ของปุลฺชน.

คำว่า กรรมฐาน แปลว่า ที่ตั้งแห่งการทำงานของจิต หมายถึง สิ่งที่ใช้เป็นอารมณ์ในการเจริญภาวนา อุปกรณ์ในการฝึกอบรมจิต อธิบายหรือกลวิธีเหนี่ยวนำจิตให้เป็นสมาธิ สงบ ไม่เลื่อนลอย ไม่ฟุ้งซ่านไปอย่างไร้จุดหมาย แบ่งออกเป็น ๔๐ ประการ ได้แก่ กสิณ ๑๐ อสุภะ ๑๐ อนุสสติ ๑๐ พรหมวิหาร ๔ อาหารแปดปฏิกุศลสัญญา ๑ จตุธาตววัตถาน ๑ และ อรูปฌาน ๔ มีรายละเอียดดังนี้

๑. กสิณ ๑๐ ได้แก่ การฝึกจิตโดยใช้วัตถุสำหรับเพ่ง เพื่อจูงจิตให้เป็นสมาธิ เป็นวิธีใช้วัตถุภายนอกเข้าช่วยในการฝึก โดยวิธีเพ่งเพื่อรวมจิตให้เป็นหนึ่ง^{๓๓} มี ๑๐ ประการ ได้แก่

๑.๑ ภูตกสิณ (กสิณ คือ มหาภูตรูป) ๔ คือ

๑.๑.๑ ปฐวีกสิณ เพ่งดินเป็นอารมณ์

๑.๑.๒ อาโปกสิณ เพ่งน้ำเป็นอารมณ์

๑.๑.๓ เตโชกสิณ เพ่งไฟเป็นอารมณ์

๑.๑.๔ วายุกสิณ เพ่งลมเป็นอารมณ์

๑.๒ วรรณกสิณ (กสิณ คือ สี) ๔ คือ

๑.๒.๑ นิลกสิณ เพ่งสีเขียวเป็นอารมณ์

๑.๒.๒ ปิตกสิณ เพ่งสีเหลืองเป็นอารมณ์

๑.๒.๓ โลหิตกสิณ เพ่งสีแดงเป็นอารมณ์

๑.๒.๔ โอทาทกสิณ เพ่งสีขาวเป็นอารมณ์

๑.๓ กสิณอื่น ๆ คือ

๑.๓.๑ อาโลกกสิณ เพ่งอากาศเป็นอารมณ์เรียกสั้น ๆ ว่า อากาศ (ช่องว่าง)

๑.๓.๒ ปริจฉินนาทกสิณ เพ่งแสงสว่างเป็นอารมณ์

กสิณ ๑๐ นี้ จะใช้ของที่มีอยู่ตามธรรมชาติก็ได้ หรือจะตกแต่งจัดทำขึ้นให้เหมาะกับการใช้เพ่งโดยเฉพาะก็ได้ แต่โดยมากนิยมวิธีหลัง คือ จัดทำตกแต่งขึ้น

๒. อสุภะ ๑๐ ได้แก่ การฝึกจิตโดยพิจารณาซากศพในระยะต่าง ๆ กัน รวม ๑๐ ระยะ เริ่มแต่ศพที่ขึ้นอืด ไปจนถึงศพที่เหลือแต่โครงกระดูกเป็นอารมณ์ ดังนี้^{๓๔}

๒.๑ อุทรมัตกอสุภะ ซากศพที่ขึ้นพองน้ำเกลียด

๒.๒ วินีลอสุภะ ซากศพที่ขึ้นเป็นสีเขียวน่าเกลียด

๒.๓ วิปุกพอสุภะ ซากศพที่มีหนองแตกพลัคน่าเกลียด

๒.๔ วิททิทกอสุภะ ซากศพที่ถูกตัดเป็นท่อน ๆ น่าเกลียด

๒.๕ วิกขยิตกอสุภะ ซากศพที่ถูกสัตว์กัดกระจุยกระเจายน่าเกลียด

๒.๖ วิกขิตตกอสุภะ ซากศพที่ทิ้งไว้เรื้อยรำน่าเกลียด

๒.๗ หตวิกขิตตกอสุภะ ซากศพที่ถูกสับฟันทิ้งกระจัดกระเจายน่าเกลียด

๒.๘ โลหิตกอสุภะ ซากศพที่มีโลหิตไหลออกน่าเกลียด

^{๓๓} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), **พุทธธรรม ฉบับขยายความ**, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพฯ : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑), หน้า ๖๕๑-๖๕๓.

^{๓๔} สมเด็จพระพุทธมาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถระ), **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**, ฉบับรวมเล่ม พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพฯ : บริษัทธนาเพรส จำกัด), หน้า ๑๘๓.

๒.๙ ปุพฺพกอสฺสุภะ ชากศพที่เต็มไปด้วยหนอนน่าเกลียด

๒.๑๐ อัญฺฐิกอสฺสุภะ ชากศพที่เป็นกระดูกน่าเกลียด

๓. อนุสติ ๑๐ คือการฝึกจิตโดยใช้การระลึกถึงอารมณ์ดีงามเนื่อง ๆ ได้แก่

๓.๑ พุทธานุสติ ระลึกถึงและพิจารณาคุณของพระพุทธเจ้า

๓.๒ ธัมมานุสติ ระลึกถึงและพิจารณาคุณของพระธรรม

๓.๓ สังฆานุสติ ระลึกถึงและพิจารณาคุณของพระสงฆ์

๓.๔ สีลानุสติ ระลึกถึงและพิจารณาศีลของตน

๓.๕ จาคานุสติ ระลึกถึงและพิจารณาทานที่ตนได้บริจาคแล้ว

๓.๖ เทวตานุสติ ระลึกถึงและพิจารณาคุณธรรม ที่ทำคนให้เป็นเทวดา

๓.๗ มรณัสสติ ระลึกถึงและพิจารณา ความตายอันจะมีมาถึงตนเป็นธรรมดา

เพื่อให้เกิดความไม่ประมาท

๓.๘ กายคตาสติ สติอันไปในกายระลึกถึงเกี่ยวกับร่างกาย คือ กำหนดพิจารณา กายนี้ ให้เห็นว่าประกอบด้วยส่วนต่าง ๆ คืออากาโร ๓๒ อันไม่สะอาด ไม่งาม น่าเกลียดเป็นหนทาง รู้เท่าทันสภาวะของกายนี้ มิให้หลงใหลมัวเมา

๓.๙ อานาปานสติ สติพิจารณากำหนดลมหายใจเข้าออก อัสสาส-ปัสสาสะ

๓.๑๐ อุปสมานุสติ ระลึกถึงธรรมเป็นที่สงบ คือนิพพาน และพิจารณาคุณของ นิพพาน อันเป็นที่หายร้อนดับกิเลส และไร้ทุกข์

๔. อัปปมัญญา ๔ คือ การฝึกจิตโดยใช้ธรรมที่พึงแผ่ออกไปในมนุษย์และสัตว์ทั้งหลาย อย่างมีจิตใจสม่ำเสมอทั่วกัน ไม่มีประมาณ ไม่จำกัดขอบเขต เรียกว่า พรหมวิหาร ๔ (คุณธรรมประจำใจของท่านผู้ใหญ่) ดังนี้

๔.๑ เมตตา ความรัก คือปรารถนาดีมีไมตรีอยากให้มนุษย์และสัตว์มีสุขทั่วหน้า

๔.๒ กรุณา ความสงสาร คือ อยากช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นจากความทุกข์

๔.๓ มุทิตา ความพลอยยินดี คือ พลอยมีใจแช่มชื่นเบิกบาน เมื่อผู้อื่นอยู่ดีมีสุข และเจริญงอกงามประสบความสำเร็จยิ่งขึ้นไป

๔.๔ อุเบกขา ความมีใจเป็นกลาง ไม่เอนเอียงไปด้วยชอบหรือชัง ไม่หวั่นไหวใน อภิภูตรมณและอนิภูตรมณ

๕. อรูป หรือ อารูป ๔ ได้แก่ การฝึกจิตโดยใช้การกำหนดภาวะ อรูปธรรมเป็นอารมณ์ ใช้ได้เฉพาะผู้ที่เพ่งกสิณ ๙ อย่างแรกข้อใดข้อหนึ่ง จนได้จิตตถณามาแล้ว คือ

๕.๑ อากาสาณัญญาตนะ กำหนดช่องว่างหาที่สุดมิได้ เป็นอารมณ์

๕.๒ วิญญานัญญาตนะ กำหนดวิญญาณหาที่สุดมิได้ เป็นอารมณ์

๕.๓ อากิญจัญญาตนะ กำหนดภาวะไม่มีอะไรเลย เป็นอารมณ์

๕.๔ เนวสัญญานาสัญญาตนะ เข้าถึงภาวะมีสัญญาก็ไม่ใช่ ไม่มีสัญญาก็ไม่ใช่

๖. อาหารแปฏิกุลสัณญา การฝึกจิตโดยกำหนดความเป็นปฏิกุล น่าเกลียดในอาหาร

๗. จตุธาตววัตถาน กำหนดพิจารณาธาตุ ๔ คือ พิจารณาเห็นร่างกายของตน โดยสักว่า เป็นธาตุ ๔ แต่ละอย่าง ๆ ไม่ใช่สัตว์บุคคล ตัวตนเราเขา มิให้หลงใหลมัวเมาในกายนี้

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ท่านจำแนกพื้นฐานการประพฤติเป็นปกตินิสัยของบุคคลไว้ ๖ แบบ มาใช้ในการเลือกกรรมฐานให้เหมาะสมกับบุคคลที่มีลักษณะนิสัยอย่างนั้น ๆ เรียกว่า จริต^{๓๕} ดังนี้

๑) ราคจริต พวกรักสวยรักงาม ตีใจและหมกมุ่นอยู่กับสิ่งสวยงาม มักทำอะไรเรียบร้อย ประณีต ใจเย็น กรรมฐานที่เหมาะสมคือ อสุภะ ๑๐ และกายคตาสติ

๒) โทสจริต พวกใจร้อน ชอบความเร็ว มักหงุดหงิดง่าย ถ้าถูกขัดใจ ขี้โมโห ชอบทำงานที่ต้องใช้ความเร็ว กรรมฐานที่เหมาะสมคือ เมตตา (อัปปมัญญา ๔) และกสิณ ๔

๓) โมหจริต พวกเขลาซึ่ม อืดอาด ขาดความกระตือรือร้นทำงานเฉื่อยชา ไม่ค่อยมีความคิดเป็นของตนเอง หลับในที่ทำงานเป็นประจำ กรรมฐานที่เหมาะสมคือ อานาปานสติกรรมฐาน

๔) สัทธาจริต พวกเชื่อง่าย มีข่าวคราวแปลก ๆ จะเชื่อก่อนคนอื่นมีจิตซาบซึ่งเลื่อมใสได้ง่าย ถ้าชอบใจใครจะทำงานให้อย่างเต็มที่ กรรมฐานที่เหมาะสมคือ อนุสติ มี พุธานุสติ เป็นต้น

๕) พุทธิจริต พวกใฝ่รู้ ช่างสงสัย รักการศึกษาหาความรู้ มีความต้องการรายละเอียดมากกว่าคนอื่น ถนัดงานด้านวิชาการ กรรมฐานที่เหมาะสมควรเป็นกรรมฐานที่ส่งเสริมการใช้ปัญญา คือ มรณสติ อุปमानุสติ จตุธาตววัตถาน อาหาเรปฏิกูลสัญญา

๖) วิตกจริต พวกช่างกังวลคิดวุ่นจิบจตฟุ้งซ่านไม่กล้าตัดสินใจมักปล่อยเรื่องให้ค้างคา กรรมฐานที่เหมาะสมคือกรรมฐานประเภทสะกดอารมณ์ ได้แก่ อานาปานสติ และกสิณ

การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยหลักจิตตสิกขา เป็นการฝึกให้พร้อมด้วยสมณะมาแล้ว จึงเป็นจิตควรแก่การงาน มีสมาธิ มีลักษณะดีที่สุด และจิตที่ผ่านการฝึกอบรมมาแล้ว เป็นสมาธิ มีคุณภาพ สมรรถภาพมีความสามารถจะมีลักษณะ ๔ ประการ^{๓๖} ดังนี้ มีความเข้มแข็ง มีพลัง ๑ มีความราบเรียบ สงบนิ่ง ๑ มีความกระจ่างใส มองเห็นสิ่งต่าง ๆ ได้ชัดเจนตามความเป็นจริง ๑ และ มีความนุ่มนวล ควรแก่งาน หรือเหมาะสมแก่การใช้งาน ไม่เครียด ไม่สับสน ไม่เร่าร้อน ไม่กระวนกระวาย ๑

๒.๒.๒.๒ ประโยชน์ของการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักจิตตสิกขา

การพัฒนาจิตให้มีสุขภาพจิตสมบูรณ์ สะอาด สว่าง สงบ ปลอดจากกิเลส เพื่อใช้งานได้ดี เพื่อความสงบสุข สมาธิมีความสำคัญและมีประโยชน์ทั้งโดยตรงและโดยอ้อม เป็นธรรมมีอุปการะมากในการงานทุกอย่าง ทั้งหยาบละเอียด ทั้งในการประกอบกิจทางโลกและการปฏิบัติทางธรรม เป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความเห็นที่บริสุทธิ์ เป็นมาตรฐานแห่งการปฏิบัติวิปัสสนา เพื่อบรรลุจุดหมายสูงสุด คือ ความหลุดพ้นจากกิเลสและทุกข์ทั้งปวง ประโยชน์ของการพัฒนาชีวิตมนุษย์ตามหลักจิตตสิกขา^{๓๗} ดังนี้ เป็นไปเพื่อความสงบสุขในปัจจุบัน ๑ เป็นไปเพื่อได้ญาณทัสสนะ ๑ เป็นไปเพื่อสติสัมปชัญญะ ๑ เป็นไปเพื่อสิ้นอาสวะ ๑ ประโยชน์ทั้ง ๔ ข้อนี้ จะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อได้พัฒนาจิตด้วยหลักสมาธิภาวนาอย่างสมบูรณ์

^{๓๕} สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถระ), คัมภีร์วิสุทธิมรรค, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพฯ : บริษัทธนาพรส จำกัด), หน้า ๑๖๖-๑๘๒.

^{๓๖} พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), พุทธธรรมฉบับปรับปรุงและขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒), หน้า ๘๓๐.

^{๓๗} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๓๓/๒๓๓ - ๒๓๔.

๒.๒.๒.๓ โทษของการไม่พัฒนาสมาธิตามหลักจิตตสิกขา

ผู้ขาดการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสมาธิตามหลักจิตตสิกขานั้น จะทำให้เป็นคนที่มีความเดือดร้อนอยู่เป็นนิตย์ในชีวิตประจำวัน เพราะจิตขาดความเข้มแข็ง จิตไม่มีพลัง กำลังใจถดถอย จิตฟุ้งซ่านวิตกกังวลไม่หนักแน่น ไม่นั่นคง ไม่ผ่องใสใจเศร้าหมองหวาดระแวงง่าย กระวนกระวายโดยไม่จำเป็น นอนไม่หลับ ฝันร้าย จิตเฉื่อยชา ถึงคราวแก้ปัญหาก็กไม่กล้าตัดสินใจในสถานการณ์บังคับ ตัดสินใจผิดพลาดง่าย ไม่นั่นใจในจุดหมายของชีวิต ขาดสติสัมปชัญญะ ขาดความยับยั้ง ทำงานไร้ประสิทธิภาพ สับสน ความจำเสื่อม สุขภาพร่างกายเสื่อมโทรมแก่เร็ว เกิดโรคเครียด โรคท้องผูก โรคความดันโลหิต หรือโรคทางกายและทางจิตอย่างอื่น อันเกิดจากความคิดมาก

๒.๒.๓ ปัญหา แปลว่า รู้ทั่ว รู้รอบ รู้ยิ่ง หมายถึง ความรู้ที่ถูกต้องคือธรรมที่ควรรู้ครบถ้วนตามที่ควรจะรู้ สำหรับจะแก้ปัญหาวินัยได้ หรือสามารถจะดับทุกข์ได้^{๓๘}

ปัญหา หมายถึง ความรอบรู้ในสิ่งที่ควรรู้ เรียกว่า “ญเญยธรรม” แปลว่า ธรรมที่ควรรู้^{๓๙} หมายถึง ความรู้ในอริยสัจ ๔ คือ เรื่องความทุกข์ เรื่องเหตุให้เกิดทุกข์ เรื่องความดับสนิทของทุกข์ และเรื่องการปฏิบัติให้ได้มาซึ่งความดับสนิทของทุกข์นั้น การฝึกหัดระดับนี้ ถือเป็นขั้นสูงสุดของการฝึกหัดพัฒนาตนทางพระพุทธศาสนา การพัฒนาทางปัญญามีจุดมุ่งหมายเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจ ในสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง รู้ความเป็นไปตามเหตุปัจจัย แล้วแก้ไขปัญหไปตามแนวของเหตุผล รู้เท่าทันโลกและชีวิตจนสามารถทำจิตให้บริสุทธิ์หลุดพ้นจากความยึดมั่นในสิ่งต่าง ๆ ดับเพลิงกิเลสเพลิงทุกข์ได้ในที่สุดเรียกว่า “อริปัญญา” ดังในพระไตรปิฎกคัมภีร์มหานิทเทสว่า

“อริปัญญาลิขิตา เป็นอย่างไร คือภิกษุในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้มียปัญญาประกอบด้วยปัญญาอันประเสริฐยิ่งถึงความเกิดและความดับ เพิกถอนกิเลสให้บรรลถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบเธอรู้ตามความเป็นจริงว่า “นี้ทุกข์”...“นี้สมุทัย(เหตุเกิดทุกข์)”...“นี้โรธ (ความดับทุกข์)นี้ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา (ข้อปฏิบัติเครื่องดำเนินไปสู่ความดับทุกข์)”...เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า “เหล่านี้อาสวะ” “นี้อาสวสมุทัย”...“นี้อาสวนิโรธ”...“นี้อาสวนิโรธคามินีปฏิปทา”...นี้ชื่อว่า อริปัญญาลิขิตา”

โดยการฝึกอบรมปัญญานั้น มุ่งเน้นที่การรู้และเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงเพื่อให้เกิดความเห็นที่บริสุทธิ์ จึงจะสามารถทำลายกิเลสได้ ดังแสดงในมาติกากถา คัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรคว่า “ชื่อว่าทิวฐิวิสุทธิ” เพราะมีความหมายว่าเห็นความเห็นที่บริสุทธิ์ ชื่อว่า อริปัญญาลิขิตา

การฝึกอบรมทั้ง ๓ ด้าน จึงมีวัตถุประสงค์โดยรวมเพื่อการทำลายกิเลสอันเป็นเครื่องเศร้าหมองของบุคคล ดังที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า “สำหรับบุคคลผู้ตั้งอยู่ตลอดเวลา หมั่นศึกษาไตรสิกขา ทั้งกลางวันและกลางคืน น้อมจิตเข้าหาวิปัสสนา อาสวะทั้งหลายย่อมตั้งอยู่ไม่ได้”^{๔๐}

พระสารีบุตรเถระได้แสดงอรรถาธิบายวัตถุประสงค์เพิ่มเติมไว้ในคัมภีร์มหานิทเทส^{๔๑} ว่า

๑. เพื่อไม่ประพฤติดิถีทางกาย วาจา ใจ เพราะรู้ในเหตุที่ทำให้ประพฤติดิถีนั้น
๒. เพื่อละเมถุนธรรม เพราะรู้ว่าเป็นเหตุให้เกิดความเสื่อมยศและเกียรติของสมณะ

^{๓๘} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า ๒๒.

^{๓๙} พุทธทาสภิกขุ, คู่มือพันทุกข์ ฉบับสมบูรณ์, (กรุงเทพฯ : ธรรมสภา, มปป.) หน้า ๖-๗.

^{๔๐} ชุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๒๒๖/๑๐๓.

^{๔๑} ชุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑๐/๕๐, ๒๙/๕๒/๑๘๒, ๒๙/๑๐๓/๓๑๙, ๒๙/๑๙๗/๕๔๗-๕๗๙, ๒๙/๒๐๙/

๓. เพื่อกำจัดราคะในรูป เสียง กลิ่น รส และผัสสะ

๔. เพื่อทางแห่งฌาน เพราะรู้เหตุแห่ง ความลึกลับสงสัยว่าเกิดจากสิ่งที่น่าปรารถนา และสิ่งที่ไม่น่าปรารถนา

๕. เพื่อกำจัดมลทินของตน คือ ราคะ โทสะ โมหะ มานะ ทิฏฐิ กิเลส ทุจริต มิจฉา ทิฏฐิ มิจฉาสังกับปะ มิจฉาวาจา มิจฉากัมมันตะ มิจฉาอาชีวะ มิจฉาวายามะ มิจฉาสติ มิจฉาสมาธิ มิจฉาญาณ มิจฉาวิมุตติ เพราะได้สมาทานไตรสิกขาจึงมีสมาธิ มีสติ มีปัญญาที่รักษาตน

จะเห็นได้ว่าทั้งพระพุทธรองค์และพระสาวกองค์สำคัญอย่างพระสารีบุตรเถระ ก็ได้เน้นย้ำถึงความสำคัญของหลักไตรสิกขาดังกล่าว เพื่อให้ชาวพุทธได้ตระหนักและปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา ที่เป็นหนทางเพื่อเข้าสู่พระนิพพานอันเป็นเป้าหมายสูงสุดของชีวิต

๒.๒.๓.๑ การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักปัญญาสิกขา

ปัญญา คือ ความรู้ตน รู้คน และรู้งาน เป็นสิ่งสำคัญ หมายถึง ความรู้แจ้งซึ่งอริยสัจ ๔ และไตรลักษณ์ ดังนั้น บุคคลพึงพัฒนาปัญญาอยู่เสมอ ด้วยวิธีการพัฒนาให้เกิดปัญญาตามแนวทางดังนี้^{๔๒}

๑) สุตมยปัญญา ปัญญาเกิดจากการฟัง รวมไปถึงการศึกษาเล่าเรียน การรับข้อมูลข่าวสารจากแหล่งต่าง ๆ ยอมรับฟังคนอื่น คนที่มีปัญญาประเภทนี้ ต้องเป็นคนอ่านมาก ฟังมาก

๒) จินตามยปัญญา ปัญญาที่เกิดจากการคิด พิจารณาค้นคว้า วิเคราะห์ วิจัย ใคร่ครวญหาความจริงตามเหตุผล ด้วยโยนิโสมนสิการ คือทำไว้ในใจโดยแยบคาย

๓) ภาวนามยปัญญา ความรอบรู้ที่เกิดโดยประสบการณ์จากภาคปฏิบัติ ด้วยการฝึกฝนอบรมวิปัสสนาภาวนา เป็นประสบการณ์ตรง การฝึกฝนจึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้คน เกิดความรู้ความชำนาญที่แท้จริง ปัญญาทั้ง ๓ ประเภทนี้ เป็นการพัฒนาขั้นที่ ๓ ในกระบวนการพัฒนาชีวิตตามหลักไตรสิกขา ส่วนปัจจัยเพื่อความเกิดขึ้นแห่งสัมมาทิฏฐิ หรือปัญญา มี ๒ ประการ ได้แก่

ปัจจัยภายนอก หรือ ปรโตโฆสะ คือ เสียงจากผู้อื่น หมายถึง การรับฟังผู้อื่น ปัจจัยภายนอกที่ดี ปัจจัยที่ถูกต้องดีงาม ปัจจัยภายนอกที่วุ่นวาย หากจะเป็นสิ่งทำให้เกิดสัมมาทิฏฐิได้ ก็ต้องเกิดจากแหล่งที่ดี มีความเป็นกัลยาณมิตร เป็นสิ่งทำให้ผู้พบเห็นเกิดศรัทธา เกิดความเลื่อมใส ให้ความเชื่อถือไว้วางใจ ปรโตโฆสะ ดังกล่าว นำมาจัดได้เป็น ๒ ด้านดังนี้ (๑) ด้านสภาพแวดล้อมทางกายภาพ คือธรรมชาติที่อยู่รอบตัวมนุษย์ พระพุทธศาสนาได้ให้ความสำคัญกับสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่ดี เพราะเป็นปัจจัยที่เกื้อหนุนทำให้ผู้พบเห็นศรัทธา ทั้งเป็นแหล่งจูงใจทำให้อยากเข้ามาใช้เป็นแหล่งสำหรับฝึกฝนพัฒนาให้มีความเจริญงอกงามยิ่ง ๆ ขึ้นไป (๒) ด้านสภาพแวดล้อมทางสังคม คือสังคมต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัวมนุษย์ หมายถึง คนจำนวนหนึ่งที่มีความสัมพันธ์ต่อเนื่องกันเป็นระเบียบ กฎเกณฑ์ โดยมีวัตถุประสงค์ร่วมกัน

ปัจจัยภายใน หรือ โยนิโสมนสิการ คือการทำไว้ในใจโดยแยบคาย การใช้ความคิด ความรู้ จักคิด คิดเป็นระเบียบ หมายถึง การรู้จักมองหรือพิจารณาในสิ่งทั้งหลายตามที่มีนัยเป็น การคิดหาเหตุผลแยกแยะสิ่งนั้น ๆ ออกให้เห็นตามสภาวะความสัมพันธ์ที่สืบต่อกันแห่งเหตุปัจจัย เป็นต้นข้อนี้ เป็นวิธีการแห่งปัญญา ซึ่งสามารถแบ่งออกได้เป็น ๔ ลักษณะ^{๔๓} ได้แก่

^{๔๒} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๒๘/๒๓๑.

ก) การคิดหรือพิจารณาโดยอุปาย การคิดที่อาศัยวิธีการอย่างถูกวิธีที่จะให้เข้าถึงความจริง สอดคล้องกับเรื่องที่ศึกษา อุปายมนสิการ

ข) การคิดที่ดำเนินตามขั้นตอน การคิดเป็นระเบียบตามแนวเหตุผลรวมทั้งความสามารถที่จะชักชวนนึกคิดเข้าสู่แนวทางที่ถูกต้อง ไม่มีการลัดขั้นตอนหรือด่วนสรุป ปณณสิการ

ค) การคิดตามเหตุผล หรือคิดจากเหตุโยงไปหาผล การคิดสืบค้นตามแนวความสัมพันธ์สืบทอดกันมาแห่งเหตุปัจจัย หรือแหล่งที่มาซึ่งส่งผลต่อเนื่องมาตามลำดับ การณณสิการ

ง) การคิดในแง่สร้างสรรค์ ให้เกิดผลที่พึงประสงค์คืออย่างมีเป้าหมายที่ทำให้เกิดกุศลธรรม คิดให้มีความหวังมีกำลังใจในการทำงาน อุปาทมนสิการ

ทั้งปรัโหมสะและโยนิโสมนสิการ เป็นปัจจัยทั้งภายนอกและภายในที่มีอุปการะมากในการละอกุศลธรรมและเจริญกุศลธรรมทั้งหลาย^{๔๔} สำหรับผู้ที่ยังต้องศึกษาและฝึกฝนอบรมตนทุกคน ปัจจัยทั้งสองนี้จะช่วยส่งเสริมกันและกัน เป็นเครื่องมือแสวงหาปัญญา หรือฝึกฝนให้เกิดปัญญา เมื่อบุคคลได้รับการแนะนำแล้ว จึงได้ฝึกฝนตนเอง ให้รู้จักคิดเป็นทำเป็น แสวงหาและสร้างปัญญาให้เกิดขึ้นให้มีขึ้นภายในของตนได้ดังนั้นวิปัสสนาภาวนา คือการฝึกอบรมปัญญาให้แก้กล้าพิจารณาเห็นสังขารธรรมทั้งหลายตามสภาพที่เป็นจริง ตามกฎแห่งไตรลักษณ์ การเจริญวิปัสสนาจึงเป็นการฝึกให้เกิดปัญญาเพื่อดับวิปลาสธรรม คือ ธรรมที่เห็นผิดไปจากความจริง เมื่อเกิดปัญญาแล้ว ย่อมดับอวิชชาได้ ขณะที่ปฏิบัติสมณะและวิปัสสนานั้นถือว่าการได้ปฏิบัติตามมรรคครบทั้ง ๘ อีกทั้งได้กำหนดรู้ธรรมคืออุปาทานชั้น ๕ ที่ควรกำหนดรู้ ได้ละธรรม คืออวิชชา กับตัณหาที่ควรละ ได้เจริญธรรมคือสมณะ กับวิปัสสนาที่ควรเจริญ และทำให้แจ้งธรรม คือวิชชา กับวิมุตติที่ควรทำให้แจ้งด้วยปัญญาอันยิ่ง^{๔๕}

๒.๒.๓.๒ ประโยชน์ของการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักปัญญาสิกขา

ผลจากการพัฒนาปัญญา ทำให้ได้รับประโยชน์ ทั้งที่เป็นโลกียะและโลกุตระ เช่น ผลในการกำจัดกิเลส คือตัดสังโยชน์ มีสัkkายทิฏฐิเป็นต้น ตั้งแต่ชั้นโลกียะจนถึงชั้นโลกุตระทำให้ได้เสวยอริยผล กล่าวคือทำให้ผู้ปฏิบัติได้รับความสุขทั้งในชีวิตปัจจุบันและในอนาคต สามารถกำจัดความทุกข์ในชีวิตให้เบาบางลงหรือหมดไป ดังนี้ (๑) ทำให้ได้รับและมีความสุขในปัจจุบัน (๒) เป็นไปเพื่อการเห็นแจ้ง (๓) เป็นไปเพื่อการรู้ตัว (๔) เป็นไปเพื่อความสิ้นไปแห่งอาสวะกิเลสที่หมักหมมอยู่ในสันดานทั้งหลาย (๕) ทำให้เกิดความบริสุทธิ์ถึงที่สุด (๖) ทำให้มีอิสระเหนือความทุกข์ ความเศร้าโศก (๗) ทำให้เกิดปัญญาเห็นตามเป็นจริง (๘) ทำให้ดำเนินชีวิตไปในแนวทางที่ถูกต้อง (๙) ทำให้หลุดพ้นจากทุกข์ เข้าถึงสันติสุขอย่างแท้จริงคือนิพพาน

๒.๒.๓.๓ โทษของการไม่พัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักปัญญาสิกขา

บุคคลผู้ไม่มีการพัฒนาปัญญา ย่อมพลาดจากประโยชน์ที่จะพึงได้รับ ทั้งที่เป็นประโยชน์ทางโลก (โลกียะ) และประโยชน์ทางธรรม (โลกุตระ) กล่าวคือผู้ปราศจากการพัฒนาปัญญา จะไม่ได้รับความสุขทั้งในชีวิตปัจจุบันและในอนาคต ไม่สามารถที่จะค้นหาแนวทางในการกำจัดความทุกข์ในชีวิตให้เบาบางลงหรือหมดไปได้ ดังนี้ ๑) ทำให้ไม่มีความสุขในปัจจุบัน ๒) ไม่มี

^{๔๓} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า ๖๖๙.

^{๔๔} ขุ.อิติ. (ไทย) ๒๕/๑๙๔ - ๑๙๕/๒๓๖ - ๒๓๗.

^{๔๕} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๘๒๙/๕๒๔.

ปัญญาที่เป็นไปเพื่อการเห็นแจ้ง ๓) หลงงมมายไม่รู้สถานของตัวเอง ๔) ไม่สามารถทำให้ชีวิตตนเองดำเนินไปสู่ความสิ้นไปแห่งอาสวะกิเลสที่เกิดหมักหมมอยู่ในสันดานทั้งหลายได้ ๕) ไม่สามารถทำให้ชีวิตเกิดความสุขบริสุทธิ์ถึงที่สุดได้ ๖) ชีวิตถูกครองงำและตกอยู่ภายใต้ความทุกข์ ความเศร้าโศก ๗) ไม่รู้เห็นตามเป็นจริงของสิ่งทั้งปวง ๘) ดำเนินชีวิตผิดจากครรลองคลองธรรม ไม่เนินชีวิตไปในแนวทางที่ถูกต้อง ๙) ขาดทักษะในการแก้ไขปัญหาชีวิต ตกอยู่ในห้วงแห่งความทุกข์

๒.๒.๔ จุดมุ่งหมายของการพัฒนาชีวิต

การพัฒนาคุณภาพชีวิต เป็นกระบวนการศึกษาอบรม เพื่อให้เข้าถึงจุดหมายอันสูงสุด คือความสุขหรืออิสรภาพที่แท้จริง คือพระนิพพานดังคำว่า “นิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง” เป็นสภาวะของจิตที่หมดความยึดถือยึดติด ปล่อยว้างในสิ่งทั้งปวง และดับหมดไปเหมือนไฟสิ้นเชื้อแล้ว ฉะนั้น ไม่มีเชื้อที่จะนำไปสู่กิเลส ตัณหา และอุปาทาน จุดมุ่งหมายการพัฒนาชีวิตคือความสุข ในพระพุทธศาสนามี ๒ ประเภท คือ โลกียสุข การพัฒนาคุณภาพชีวิตในระดับโลกียะ หมายถึง เกี่ยวกับโลก, เป็นไปทางโลกเนื่องในโลกเรื่องของชาวโลกยังอยู่ในภพสามยังเป็นกามาวจรรูปาวจรหรือรูปาวจร คือมีความสุขตามภูมิธรรมของมนุษย์ระดับโลกียะ^{๔๖} สำหรับความสุขของคฤหัสถ์นั้น มี ๔ ประการ คือ สุขเกิดจากความมีทรัพย์ สุขเกิดจากการจ่ายทรัพย์บริโภค สุขเกิดจากความไม่ต้องเป็นหนี้ และสุขเกิดจากการประกอบอาชีพการงานที่ปราศจากโทษ^{๔๗} โลกุตตรสุข การพัฒนาคุณภาพชีวิตในระดับโลกุตตระ คือ มีความสุขที่พ้นจากโลกอยู่เหนือโลกพ้นวิสัยของโลกไม่เนื่องในภพทั้ง ๓ เป็นความสุขของพระอริยบุคคล ผู้พ้นจากกิเลสได้อย่างสิ้นเชิง พระพุทธศาสนาถือว่าเป็นความสุขอย่างยิ่ง

๒.๒.๕ ผลของการพัฒนาชีวิตบุคคลผู้ที่ได้พัฒนาตนโดยสมบูรณ์แล้ว เรียกว่า ภาวิตตะบุคคลได้แก่พระอรหันต์^{๔๘} ซึ่งพระพุทธศาสนาได้ให้ความสำคัญกับการพัฒนาตนและเชิดชูบุคคลผู้มีลักษณะดังกล่าวว่า

๒.๒.๕.๑ เป็นบุคคลผู้มีกายพัฒนาแล้ว มีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพในทางที่เกื้อกูลและได้ผลดี เริ่มตั้งแต่รู้จักใช้อินทรีย์ เช่น ตา หู ฟัง เป็นต้น อย่างมีสติ ดูเป็น ฟังเป็น ดูฟังให้ได้ปัญญา บริโภคใช้สอยปัจจัย ๔ และสิ่งของเครื่องใช้ ตลอดจนเทคโนโลยีต่าง ๆ อย่างชาญฉลาด ได้ผลตรงเต็ม ตามคุณค่า เรียกว่า ภาวิตกายโย

๒.๒.๕.๒ เป็นบุคคลผู้มีศีลที่พัฒนาแล้ว มีพฤติกรรมทางสังคมที่พัฒนาแล้ว ไม่เบียดเบียนก่อความเดือดร้อน ตั้งอยู่ในวินัยและมีอาชีพะที่สุจริต มีความสัมพันธ์ทางสังคมในลักษณะที่เกื้อกูล สร้างสรรค์ และส่งเสริมสันติสุข เรียกว่า ภาวิตศีลโย

๒.๒.๕.๓ เป็นบุคคลผู้มีจิตที่พัฒนาแล้ว มีจิตฝึกฝนอบรมดีแล้ว ประกอบด้วยคุณธรรม มีเมตตา กรุณา เอื้ออารี มีความเคารพอ่อนโยน ซื่อสัตย์ กตัญญู สมบูรณ์ด้วยสมรรถภาพจิต คือ มีจิตใจเข้มแข็งมั่นคง มีความเพียรพยายาม กล้าหาญอดทน รับผิดชอบ มีสติ สมาธิ และสมบูรณ์ด้วยสุขภาพจิตคือ มีจิตใจที่ร่าเริงเบิกบานสดชื่นเอิบอิม่องใส สงบและอยู่เป็นสุข เรียกว่า ภาวิตจิตโต

^{๔๖} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมศัพท์พุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๒๔, (กรุงเทพฯ : ผลิตัณม์, ๒๕๕๘), หน้า ๓๕๔.

^{๔๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๕๔.

^{๔๘} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.๒๕๕๒. (กรุงเทพฯ : นานมีบุ๊คส์พับลิเคชันส์), ๒๕๕๖, หน้า ๑๗๒.

๒.๒.๕.๔ เป็นบุคคลผู้มีปัญญาที่พัฒนาแล้ว รู้จักวิเคราะห์ พินิจพิจารณา รู้จักวินิจฉัย ในวิธีการแก้ปัญหา และรู้จักจัดทำดำเนินการต่าง ๆ ด้วยปัญญาที่บริสุทธิ์ มองดูรู้เข้าใจในเหตุและปัจจัย มองเห็นสิ่งทั้งหลายตามความจริง ปราศจากอคติ เป็นผู้ที่ไม่เลศลอบงำไม่ได้ เป็นบัณฑิต คือ ผู้ดำเนินชีวิตอยู่ด้วยปัญญา รู้เท่าทันโลกและชีวิตเป็นอิสระไร้ทุกข์ เรียกว่า ภาวิตปัญญา

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้กล่าวถึงตัวอย่างลักษณะของการพัฒนาชีวิตที่ถูกต้อง ในหนังสือธรรมกับการพัฒนาชีวิตว่า

๑. เป็นไปในแนวทางที่จะทำให้พึ่งตนเองได้ ไม่กลายเป็นการทำตนเองให้ขึ้นต่อสิ่งอื่นมากขึ้นทางกายมีอิสรภาพมากขึ้น ทางศีลมีอิสรภาพมากขึ้น ทางจิตมีอิสรภาพมากขึ้น และทางปัญญาก็มีอิสรภาพมากขึ้น คือเป็นอิสระจากความครอบงำของอคติ จากการครอบงำชักจูงของโลภะ โทสะ โมหะ เป็นต้น

๒. การพัฒนาชีวิตในความเป็นจริงทางธรรม ย่อมมีลักษณะแห่งความหลากหลายในความเป็นหนึ่ง มีจุดมุ่งหมายและแนวทางอันเดียวกัน คือ เดินไปสู่อิสรภาพและมีหลักการพัฒนาอย่างเดียวกันคือ ภาวนา ๔ ประการ ซึ่งเป็นสิ่งที่เกาะกุมให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

๓. การพัฒนาคนย่อมมีปฏิบัติการต่าง ๆ มากมายที่เป็นกิจกรรมในการพัฒนา ซึ่งทั้งหมด ก็มุ่งเพื่อให้เข้าถึงจุดหมายที่เรียกว่า อิสรภาพ คือความสุขนั่นเอง เพราะอิสรภาพหรือ ความสำเร็จไร้ทุกข์ไร้ปัญหา พระพุทธศาสนาจะกล่าวไว้เสมอว่า เมื่อปฏิบัติไปถูกต้องแล้วจะเกิดภาวะจิตที่ต้งาม เกื้อกูลเป็นกุศลคือความร่าเริงเบิกบานใจความอิ่มใจแล้วก็มีภาวะแห่งความผ่อนคลายไม่เครียด หรือภาวะจิตที่สงบเย็น เมื่อมีความผ่อนคลายแล้วความสุขก็จะเกิดขึ้น มีความสุขแล้วสมาธิก็เกิด และสมาธิเกิดก็ทำให้ยิ่งมีความสุข อย่างนี้เป็นลักษณะหนึ่งของการพัฒนาชีวิตตามหลักการของพระพุทธศาสนา เป็นกระบวนการที่เจริญงอกงามก้าวหน้าไปพร้อมด้วยความเป็นสุข

๔. กิจกรรมทุกอย่างในชีวิตประจำวันของเรา ก็เป็นกิจกรรมในการพัฒนาชีวิตได้ทั้งสิ้น เช่น เมื่อบริโภคอาหาร ถ้ารู้จักพอดี พอประมาณ ตามหลักคือกินพอดีด้วยความรู้เข้าใจในคุณค่าของอาหาร เข้าใจวัตถุประสงค์ในการกินอาหาร กินเพื่อคุณค่าที่แท้ กินเพื่อให้เกิดคุณภาพชีวิต กิจกรรมนั้นก็เป็นกิจกรรมในการพัฒนาชีวิต การพัฒนาชีวิตที่แท้จริงจะเกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา เรียกว่าเป็นการปฏิบัติธรรมตลอดเวลา

๕. การพัฒนาชีวิตจะต้องเป็นการพัฒนาอย่างมีสมดุล คือความเกี่ยวข้องสัมพันธ์อย่างกลมกลืนพอดีระหว่างองค์ประกอบทั้งหลาย ที่มีส่วนร่วมอยู่ในการดำเนินชีวิตของเรา ตัวเราเองมีกายกับใจ ภายนอกมีความสัมพันธ์กับมนุษย์ด้วยกัน กับสังคม ธรรมชาติแวดล้อมที่ชีวิตของเราต้องเกี่ยวข้องพึ่งพาอาศัย สามประการนี้เราจะต้องมีความเกี่ยวข้องในการดำเนินชีวิตและการพัฒนาชีวิต สมดุลหรือดุลยภาพเป็นภาวะของความสัมพันธ์ที่ถูกต้อง ซึ่งทำให้องค์ประกอบทั้งสามอย่างนี้ดำรงอยู่ด้วยดีและเกื้อกูลกัน เริ่มแต่บริหารกายกับใจของเราให้มีความสมดุล ให้ส่วนที่เป็นความเจริญทางด้านกายของเราสอดคล้องเกื้อกูลมีผลดีต่อจิตใจด้วย และให้ส่วนที่เป็นความเจริญทางจิตใจก็เกื้อกูลมีผลดีต่อกาย สังคม ธรรมชาติด้วย^{๔๔}

^{๔๔} พระธรรมปิฎก, (ป.อ.ปยุตฺโต), **ธรรมกับการพัฒนาชีวิต**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพฯ : มุนินิพุทธธรรม), ๒๕๓๙.

การจะบรรลุถึงความสมบูรณ์ของการพัฒนาชีวิต ซึ่งหมายถึงการพึ่งตนเองได้ การมีอิสระอย่างแท้จริง จะต้องมียุทธศาสตร์ประกอบสำคัญที่จะนำเข้าสู่วิถีของการพัฒนาชีวิต เรียกเป็นคำศัพท์ว่า บุพนิมิตของวิถีชีวิตที่ดี บุพนิมิต แปลว่า เครื่องหมายที่สื่อแสดงล่วงหน้า หมายถึงเครื่องหมายที่สื่อแสดงล่วงหน้าของวิถีชีวิตที่ดีงามถูกต้อง เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า รุ่งอรุณของการศึกษา เป็นรุ่งอรุณของการพัฒนาชีวิต เป็นองค์ประกอบสำคัญที่จะนำเข้าสู่วิถีของการพัฒนาชีวิต มี ๗ ประการ” ดังนี้

๑. กัลยาณมิตตตา ความมีกัลยาณมิตร คือ รู้จักเลือกหาแหล่งความรู้และแบบอย่างที่ดี เริ่มต้นจากการเลือกคบคน การหาแบบอย่างที่ดี การคิดพิจารณาเลือกแหล่งความรู้ที่เป็นประโยชน์สามารถพิจารณาได้ว่า เรื่องใดควรปรึกษาใคร หรือค้นจากหนังสืออะไร เป็นต้น

๒. สีสัมปทา คือ ถึงพร้อมด้วยศีล มีชีวิตและอยู่ร่วมสังคมเป็นระเบียบด้วยวินัย รู้จักการจัดระเบียบชีวิต และการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมให้เป็นไปโดยเรียบร้อยด้วยดี

๓. ฉันทสัมปทา คือ ถึงพร้อมด้วยความพอใจในสิ่งที่มี พร้อมด้วยแรงจูงใจใฝ่สร้างสรรค์ การมีแรงจูงใจที่ถูกต้อง ความใฝ่รู้ใฝ่ดี หรือใฝ่ธรรม การสร้างสรรค์ผลิตสิ่งต่าง ๆ และทำให้พ้นปัญหาอันเกิดจากความไม่พอใจไม่บริโภคน

๔. อัตตสัมปทา คือ ทำตนให้ถึงพร้อม มุ่งมั่นพัฒนาตนให้เต็มศักยภาพ เชื่อมมั่นในศักยภาพของมนุษย์ที่มีอยู่ในตนและมีจิตสำนึกที่จะพัฒนาด้านอยู่เสมอ โดยมุ่งมั่นพัฒนาศักยภาพให้เต็มที่

๕. ทิณฺณสัมปทา คือ ทำความเห็นความเข้าใจให้ถึงพร้อมปรับทัศนคติ และค่านิยมให้สมแนวเหตุผล การมีทัศนคติ ค่านิยม และทำที่ถูกต้องต่อประสบการณ์ต่าง ๆ การมองสิ่งทั้งหลายตามเหตุปัจจัย จะทำให้เกิดปัญญา ความรู้จริง มีค่านิยมที่ดีงาม ซึ่งเป็นส่วนสำคัญของการศึกษาและการมีชีวิตที่ดีงาม

๖. อัปมาทสัมปทา คือ ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท มีสติระลึกรู้ทัน ตื่นตัวตลอดเวลา การมีจิตสำนึกตลอดเวลา ตามหลักคำสอนเรื่องอนิจจัง ที่ว่าความเปลี่ยนแปลง สัมพันธ์กับกาลเวลา ทำให้คนไม่ประมาทและมีความตื่นตัวต่อเหตุการณ์ อีกทั้งการตระหนักรู้ว่าความเปลี่ยนแปลงทุกอย่างเป็นไปตามเหตุปัจจัย ไม่ได้เป็นไปอย่างเลื่อนลอย ความกระตือรือร้นหรือไม่ประมาทนี้จะเร่งให้มีการศึกษาถึงเหตุปัจจัย และการกระทำให้ตรงเหตุปัจจัย และทำให้เราต้องมีการพัฒนาชีวิตตลอดเวลา

๗. โยนิโสมนสิการสัมปทา คือ ถึงพร้อมด้วยโยนิโสมนสิการ แก้ปัญหาและพึ่งพาตนได้ด้วยความรู้คิด คือ การรู้จักคิดพิจารณาตามกระบวนการแห่งเหตุปัจจัย ซึ่งเป็นหลักสำคัญในการแก้ปัญหาให้ถูกต้อง เป็นวิธีที่จะทำให้เกิดปัญญาและพัฒนาปัญญาให้่องงามยิ่งขึ้น การรู้จักคิดและคิดเป็นจึงเป็นหลักสำคัญที่ทำให้คนพึ่งตนเองได้ แก้ปัญหา และรู้จักใช้ประโยชน์จากกัลยาณมิตรได้ดีด้วย

อย่างไรก็ตาม พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้ย้่าว่ากัลยาณมิตรนั้นสามารถชี้แนะและกระตุ้นเร้าให้เกิดองค์ประกอบครบทั้ง ๗ ประการ และเป็นหน้าที่ที่กัลยาณมิตรควรจะต้องทำด้วย แต่ที่สำคัญที่สุดที่ต้องย้่าเป็นพิเศษคือ จะต้องพยายามทำให้องค์ประกอบเหล่านั้นเกิดขึ้นครบจนถึงข้อสุดท้าย คือ โยนิโสมนสิการ เพราะข้อนี้จะเป็นตัวตัดสินเป็นตัวที่นำไปสู่ปัญญาซึ่งเป็นแก่นนำของการศึกษาหรือการพัฒนาชีวิตนั่นเอง จะเห็นได้ว่าองค์ประกอบสำคัญที่จะทำให้บรรลุจุดมุ่งหมายของการพัฒนาชีวิต หรือการมีอิสรภาพอย่างแท้จริง คือ องค์ประกอบข้อสุดท้ายนี้ และอาจสรุปได้ว่า องค์ประกอบที่เป็นปัจจัยหลัก ๒ ประการ คือ กัลยาณมิตรกับโยนิโสมนสิการกล่าวคือ กัลยาณมิตร

เป็นปัจจัยภายนอก และโยนิโสมนสิการ เป็นปัจจัยภายใน เป็นปัจจัยแห่งสัมมาทิฐิ คือแนวคิดที่ถูกต้อง ซึ่งเป็นข้อแรกของมรรคหรือวิถีแห่งการมีชีวิตที่ดีงามอีกด้วย

กล่าวโดยสรุป ในพระพุทธศาสนาเถรวาท ได้วางหลักการพัฒนาคุณภาพชีวิตมนุษย์ไว้ ๓ ประการ เรียกว่า ไตรสิกขา ได้แก่ ศีล สมาธิ และปัญญา เป็นการเรียนรู้ ฝึกฝน มุ่งมั่น เพื่อพัฒนาตนเอง ให้เต็มศักยภาพ ซึ่งถือว่าเป็นระบบการศึกษาที่ทำให้บุคคลพัฒนาอย่างมีบูรณาการและทำให้มนุษย์เป็นองค์รวมที่พัฒนาอย่างมีคุณภาพ ศีล เป็นการฝึกในด้านพฤติกรรมเคยชิน โดยมีวินัยเป็นเครื่องมือร่วมในการฝึก เพราะวินัยเป็นตัวจัดเตรียมชีวิตให้อยู่ในสภาพที่เอื้อต่อการพัฒนาโดยจัดระเบียบความเป็นอยู่ การดำเนินชีวิตร่วมกันในสังคมให้เหมาะกับการพัฒนา เมื่อฝึกได้ผลจนคนมีพฤติกรรมที่เคยชินที่ดีตามวินัยนั้นแล้ว ก็เกิดเป็นศีล สมาธิ เป็นเรื่องของสมาธิในด้านจิต ได้แก่ การพัฒนาคุณสมบัติของจิตในด้านต่าง ๆ ทั้งด้านคุณธรรม เช่น ความเอื้อเฟื้อ ความเมตตา กรุณา ด้านความสามารถของจิต เช่น ความเข้มแข็งมั่นคง ความรับผิดชอบ ความมีสติ และในด้านความสุข เช่น ความร่าเริง ความสดชื่น ผ่องใส ความรู้สึกพอใจ เป็นต้น เรียกว่า พัฒนาคุณภาพ สมรรถภาพ และสุขภาพของจิต ปัญญา การฝึกหรือพัฒนาในด้านการรู้ความจริง เริ่มตั้งแต่ความเชื่อ ความเห็น ความเข้าใจ ความหยั่งรู้เหตุผล การรู้จักวินิจฉัยไตร่ตรอง การคิดอย่างสร้างสรรค์ โดยเน้นที่การรู้ตามความเป็นจริงที่เป็นสากลของสิ่งทั้งปวง จนถึงขั้นรู้เท่าทันธรรมชาติของโลกและชีวิต ที่ทำให้จิตมีอิสระ ปลอดปัญหา ไร้ทุกข์ เข้าถึงอิสรภาพโดยสมบูรณ์

๒.๓ ตัวอย่างบุคคล ที่มีการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา และผู้ไม่มีการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

ผู้วิจัยขอยกขาดก ในพระไตรปิฎกและอรรถกถา ที่มีเรื่องราวเกี่ยวกับการกระทำความผิดของบุคคลแล้ว กลับตัวกลับใจปฏิบัติดำรงตนตามหลักไตรสิกขา คือศีล สมาธิ ปัญญา ด้วยสัมมาทิฐิ สามารถนำตนให้พ้นวิญญูะสงสารได้ และผู้ที่ไม่ปฏิบัติตนตามหลักไตรสิกขา มีมีจณาทิฐิ เพลิดเพลินในกามคุณ ไหลไปตามกระแสกิเลส ความโลภ ความโกรธ ความหลง เป็นเหตุให้ชีวิตถึงความวิบัติมาเป็นกรณีศึกษา เพื่อชี้ให้เห็นเหตุและผล จากการกระทำตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ดังนี้

๒.๓.๑ พระองค์สิมมาล

พระองค์สิมมาลเถระ^{๕๐} นั้น ก่อนที่จะอุปสมบทเป็นภิกษุในพระพุทธศาสนา เดิมชื่อ อหิงสกะ (แปลว่า ผู้ไม่เบียดเบียน) เป็นบุตรของคัศพราหมณ์ บุโรหิตของพระเจ้าปเสนทิโกศล มารดาชื่อนางมันตานีพราหมณี เมื่อเจริญวัยได้ไปศึกษาเล่าเรียนศิลปศาสตร์ในสำนักอาจารย์ที่ศิปาโมกข์ เมืองตักกสิลา มีความรู้และความประพฤติดี เพื่อนศิษย์ด้วยกันริษยา ยူอาจารย์ให้กำจัดเสีย อาจารย์เชื่อคำยุแหย่ของลูกศิษย์ จึงลงด้วยอุบายให้ไปฆ่าคนให้ครบหนึ่งพัน แล้วจะมอบวิชาวิเศษอย่างหนึ่งให้ ด้วยความเคารพในอาจารย์ และต้องการจะจบการศึกษาโดยเร็ว อหิงสกะมานพ หลงเชื่อจึงกลายไปเป็นมหาโจร ผู้โหดร้ายทารุณ ฆ่าคนตัดเอานิ้วมือคนที่ตนฆ่าแล้วมาร้อยเป็นพวงมาลัย ได้นามใหม่ว่า องค์สิมมาล แปลว่า ผู้มีนิ้วมือเป็นมาลัย เป็นที่หวาดกลัวของประชาชนทั่วไป

พระพุทธองค์ทรงตรวดูสัตว์โลกด้วยพระญาณ ทราบว่าองค์สิมมาล มีวาสนาบารมีที่จะได้

^{๕๐} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๓๔๗/๔๒๑. (องค์สิมมาลเถระ).

บรรลุปะระกัณฐะ จึงเสด็จไปเพื่อที่จะแสดงธรรมโปรดก่อนที่องค์อุททมนจะเข้ามาดาตนเอง ซึ่งจะเป็นการกระทำอันนฤยธรรม มีผลทำให้ปิดทางสวรรค์และมรรคผลนิพพาน

เมื่อองค์อุททมน เห็นพระผู้มีพระภาคเจ้าเสด็จมา คิดจะปลงพระชนม์ จึงถือดาบ โล่ และธนูวิ่งติดตามพระองค์ไปเบื้องพระปฤษฎางค์ พระผู้มีพระภาคทรงบันดาลอิทธิทธิสังขาร^{๕๑} มีให้องค์อุททมนวิ่งตามทันพระองค์ โจรองค์อุททมน จึงหยุดยืนแล้วกล่าวกับพระผู้มีพระภาคว่า หยุดก่อนสมณะ หยุดก่อนสมณะ พระผู้มีพระภาค (ขณะทรงดำเนินไปตามปกติ) ตรัสว่า เราหยุดแล้วองค์อุททมน ท่านต่างหาก จงหยุด โจรองค์อุททมนสงสัยว่า พระองค์ทรงดำเนินอยู่แต่กลับตรัสว่าหยุด จึงทูลถามสาเหตุที่ตรัสเช่นนั้น พระผู้มีพระภาคตรัสว่า พระองค์ทรงวางอาชญาในสรรพสัตว์ได้แล้ว จึงชื่อว่า หยุดตลอดกาล ส่วนโจรองค์อุททมนไม่สำรวมในสัตว์ทั้งหลายจึงชื่อว่า ไม่หยุด

โจรองค์อุททมนรู้ว่า พระผู้มีพระภาคเจ้าเสด็จมาอนุเคราะห์ตน กลับได้สติสัมปชัญญะ มีหิริ โอตตัปปะ เกิดศรัทธาเลื่อมใส จึงทิ้งดาบและอาวุธแล้ว ทูลขอบรรพชา กับพระผู้มีพระภาค ได้ตามเสด็จ พระผู้มีพระภาคกลับไปกรุงสาวัตถีเพื่อบำเพ็ญสมณธรรม

วันนั้น พระเจ้าปเสนทิโกศล คิดจะปราบโจรองค์อุททมนจึงเข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาค พระผู้มีพระภาคทรงชี้ให้ดูพระองค์อุททมนซึ่งนั่งอยู่ใกล้กับพระองค์ พระเจ้าปเสนทิโกศล ทรงทราบเช่นนั้นก็ทรงมีความกลัว หวาดหวั่น มีพระโลมชาตานุชิต ทรงตรัสสรรเสริญยกย่องพระผู้มีพระภาคว่า ทรงฝึกบุคคลที่ใคร ๆ ฝึกไม่ได้โดยไม่ใช้อาชญา และไม่ใช้ศาสตราเลย

วันหนึ่งท่านพระองค์อุททมนเข้าไปบิณฑบาตในกรุงสาวัตถี ได้เห็นสตรีคนหนึ่งมีครรภ์แก่ใกล้คลอด จึงได้โปรดหญิงมีครรภ์ให้คลอดได้โดยง่าย ต่อมาท่านพระองค์อุททมน หลีกออกไปอยู่รูปเดียว ไม่ประมาท มีความเพียร อุทิศกายและใจอยู่ ไม่นานนักก็ได้บรรลุปะระกัณฐะองค์หนึ่งในพระพุทธศาสนา ต่อมาท่านได้เข้าไปบิณฑบาตในเมือง ก็เป็นที่หวาดกลัวของคนทั่วไป บางครั้งก็ถูกขว้างด้วยก้อนดินบ้าง ก้อนหินบ้าง ถูกศิโรตธเจนแตกเลือดไหล ด้วยอำนาจกรรมเก่าที่ท่านฆ่าคนเป็นจำนวนมาก ถึงแม้จะอุปสมบทแล้วเศษของวิบากกรรมนั้นก็ยังคงให้ผลอยู่ เป็นเหตุทำให้ต้องเสวยผลของเศษวิบากกรรมเหล่านั้น ท่านจึงเข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับ พระผู้มีพระภาคจึงตรัสกับพระองค์อุททมนว่า

“เธอจงอดกลั้นไว้เกิดพราหมณ์ เธอจงอดกลั้นไว้เกิดพราหมณ์เธอได้เสวยวิบากกรรมซึ่งเป็นเหตุให้เธอหมกไหม้ในนรกหลายปี หลายร้อยปี หลายพันปีในปัจจุบันนี้แล้ว”

พระองค์อุททมน ได้หลีกเร้นอยู่ในที่สงัด เสวยวิมุตติสุขแล้วได้เปล่งอุทานนี้ในเวลานั้น ว่า

“คนที่ประมาทมาก่อน ต่อมาภายหลังไม่ประมาท เขาย่อมทำโลกนี้ให้สว่างไสวได้

ประดุจดวงจันทร์ที่พ้นจากเมฆ ฉะนั้น”

ข้อสังเกตและแนวคิด

ประวัติของพระองค์อุททมน นับว่าน่าสนใจมาก เพราะเป็นแบบฉบับของผู้ดำเนินชีวิตเหมือน **ต้นไม้ที่มีต้นคด ปลายตรง** ซึ่งดีกว่า **ต้นไม้โคตรง ปลายคด** หรืออีกนัยหนึ่งเปรียบเหมือน

^{๕๑} อิทธิทธิสังขาร ในที่นี้ หมายถึงทรงบันดาลฤทธิ์โดยประการต่าง ๆ เช่น ย่อหนทางให้สั้นเพื่อทรงดำเนินได้เร็ว บันดาลให้มหาปฐพีเป็นลูกคลื่นใหญ่ขวางองค์อุททมนไม่ให้ตามพระองค์ทัน หรือบันดาลให้มีเถาวัลย์กั้นพระองค์ไว้เป็นต้น ม.ม.อ. (ไทย) ๑๓/๓๔๗/๔๒๒.

เป็นบุคคล ประเภท **มิตมา สว่างไป** ซึ่งดีกว่า **สว่างมา มิตไป** ซึ่งเรื่องของพระองค์คูมัลนี้ มีข้อที่ควรศึกษา ๒ ประการ คือ

๑. ในส่วนของพระองค์คูมัล การที่ท่านฆ่าคนเป็นจำนวนมาก แต่สามารถแล้วประพฤติพรหมจรรย์ จนสำเร็จเป็นพระอรหันต์ได้นั้น แสดงว่า อรหัตตมรรคของท่านที่ทำให้บาปกรรมหรือกรรมชั่ว เช่น การฆ่าคนได้กลายเป็นอโหสิกรรมได้จริง นอกจากเศษวิบากกรรมเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่ท่านได้รับต่อมาจากนั้นอีกตามสมควร

ถ้าหากว่า ในวันนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าไม่เสด็จไปโปรดเสียก่อน และท่านได้ฆ่ามารดาสำเร็จ ก็จะได้ชื่อว่าท่านได้ทำอนันตริยกรรม ซึ่งเป็นกรรมที่ไม่อาจจะกลายเป็นอโหสิกรรมได้อย่างแน่นอน นับเป็นพระมหากุณานิคมของพระผู้มีพระภาคเจ้าโดยแท้

๒. ในส่วนของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น การที่พระองค์ทรงปราบโจรองค์คูมัล ลงได้อย่างราบคาบโดยมิได้ทรงใช้อาวุธ หรือศาสตราวุธใด ๆ เลย นอกจากพระเมตตากุณ และพระวาจาสัตย์ของพระองค์เท่านั้น ข้อนี้ถือกันว่าเป็นชัยชนะที่ยิ่งใหญ่ครั้งสำคัญครั้งหนึ่ง ซึ่งท่านผู้รู้ได้บันทึกไว้ในคาถา พาหุ ที่ใช้เจริญพระพุทธมนต์ในพิธีมงคลทั้งหลายสืบมาจนทุกวันนี้

๒.๓.๒ พระเจ้าวิฑูทกะ^{๕๒}

เรื่องพระเจ้าวิฑูทกะ พระโอรสในพระเจ้าปเสนทิโกศล กับพระนางวาสภขัตติยาราชธิดาของพระมหานามแห่งศากยวงศ์ เป็นเรื่องเกี่ยวกับการล้างแค้นที่ฝังในพระทัย ว่าศากยวงศ์ได้ทำความเจ็บช้ำใจแก่พระองค์ เมื่อวิฑูทกะกุมารพระชนมายุได้ ๑๖ ชันษา ได้เสด็จไปกรุงกบิลพัสดุ์ เพื่อเยี่ยมเยียนพระญาติข้างฝ่ายพระมารดา ได้รับการต้อนรับจากฝ่ายศากยวงศ์อย่างเย็นชา ประทับอยู่ในกรุงกบิลพัสดุ์ ๒-๓ วัน จึงได้เสด็จกลับนครสาวัตถี พร้อมกับความสงสัยติดพระทัยไปด้วยว่า เหตุไฉนพระองค์จึงได้รับการต้อนรับจากศากยวงศ์ อย่างชาเย็นเหลือเกิน เมื่อได้ยินเรื่องที่ทหารคนหนึ่งเล่าว่าเห็นหญิงรับใช้ในเมืองกบิลพัสดุ์ กำลังเอาน้ำผสมนํ้านม ล้างแผ่นกระดานที่วิฑูทกะประทับนั่ง พร้อมกับพรวดพราดว่า นี่แผ่นกระดานที่วิฑูทกะ บุตรของนางทาสีนั่ง จึงทรงกริ้วมาก ได้อาฆาตพวกศากยะไว้ว่า เวลานี้ขอให้พวกศากยะล้างแผ่นกระดานที่เราทิ้ง ด้วยน้ำผสมนํ้านมก่อนเถอะ เมื่อใดเราได้ราชสมบัติในแคว้นโกศล เราจะกลับไปล้างแค้นเอาเลือดคอพวกศากยะล้างแผ่นกระดานนั้นให้ได้

เมื่อวิฑูทกะได้เป็นกษัตริย์แล้ว ได้กรีธาทัพจะไปย่ำยีพวกศากยะ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะทรงบำเพ็ญประโยชน์เพื่อพระญาติ จึงเสด็จไปประทับ ใต้ต้นไม้ในน้อยต้นหนึ่งทางแดนศากยะ ณ พรหมแดนระหว่างโกศลกับแคว้นศากยะ ถัดมาเขตแดนแคว้นโกศล มีต้นไทรใหญ่ใบหนาร่มครึ้มขึ้นอยู่ พระเจ้าวิฑูทกะทูลว่าเหตุไร พระพุทธองค์จึงประทับใต้ต้นไม้ไม่มีใบ ในเวลาร้อนเช่นนี้ขอโปรดประทับนั่งใต้ต้นไทรที่มีร่มเงาเย็นดีทางแดนโกศลเถิด ขอถวายพระพรมหาบพิตร! ร่มเงาของพระญาติเย็นดี พระเจ้าวิฑูทกะ ทรงทราบทันทีว่า พระศาสดาเสด็จมาป้องกันเหล่าพระประยูรญาติ จึงยกทัพกลับสู่สาวัตถี จากนั้นกรีธาทัพไปอีก ๒ ครั้ง ได้พบพระศาสดาในที่เดียวกัน และได้เสด็จกลับเหมือนครั้งก่อนครั้งที่ ๔ พระศาสดาทรงพิจารณาเห็นบุพกรรมของพวกศากยะแล้วจึงมิได้เสด็จไปพระเจ้าวิฑูทกะ กรีธาทัพเข้ากรุงกบิลพัสดุ์ จับพวกศากยะฆ่าไม่เว้นแม้แต่เด็กที่กำลังตึ๋มนม สั่งให้เอาเลือดในพระคอ

^{๕๒} ชู.ธ. (ไทย) มหามกุฏราชวิทยาลัย ธรรมปัทมฐกถาแปล ภาค ๓ (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหา มกุฏราชวิทยาลัย,) ๒๔๘๑ หน้า ๗ - ๓๙.

ของพวกศากยาล้างแผ่นกระดานที่เคยประทับนั่ง แล้วเสด็จกลับสวตถิ เมื่อมาถึงฝั่งแม่น้ำจิริวดี จึงให้ตั้งค่ายพักที่นั่นเหล่าทหารเลือกนอนได้ตามใจชอบ บางพวกนอนที่หาดทรายในแม่น้ำ บางพวกนอนบนบกริมฝั่ง เมื่อกรรมจะให้ผล ตกตึกคั่นนั้น เหล่าทหารพวกนอนบนบกถูกมดแดงกัด ต้องลงไปนอนที่ชายหาด พวกนอนที่ชายหาดก็ถูกมดแดงกัด จึงเปลี่ยนที่นอนขึ้นไปนอนบนบก พอฝนตกหนัก น้ำหลากไหลบ่ามาอย่างรวดเร็ว จึงพัดเอาพระเจ้าวิทูทกะ และบริวารบางพวกลงไปสู่มหาสมุทรตายกันหมด

การฆ่าของพระเจ้าวิทูทกะ เป็นการฆ่าที่เกิดจากความแค้นแค้นเผาใจให้รุ่มร้อนคลุกุ่นอยู่ตลอดเวลา คิดหาทางแก้แค้นอยู่ทุกขณะจิต เมื่อได้อำนาจราชสมบัติแล้ว จึงได้เสด็จไปฆ่าล้างเผ่าพันธุ์ ศากยวงศ์ เพราะที่คิดว่าเคยถูกกระทำร้าย เป็นการฆ่าที่มีเจตนาอย่างแรงกล้ามีการวางแผนไว้วางหน้าอย่างแยบยล กระทำความผิดด้วยความตั้งใจที่จะกระทำ ไม่ใช่หลงกระทำความผิดเพราะถูกชักนำหรือล่อลวงให้กระทำ หลังจากที่พระเจ้าวิทูทกะและบริวารถูกน้ำหลากพัดลงมหาสมุทรตายกันหมดแล้ว

ในวันรุ่งขึ้นภิกษุทั้งหลายสนทนากันในธรรมสภาเรื่องพระเจ้าวิทูทกะว่า เมื่อความปรารถนาของพระองค์ไม่ถึงที่สุด ก็สิ้นพระชนม์พร้อมด้วยบริวารเป็นอันมาก คือ สิ้นพระชนม์ในขณะที่ยังมีความปรารถนาอื่นอยู่อีกมาก พระศาสดาเสด็จมาสู่ธรรมสภา ตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย เมื่อมโนรถของสัตว์ทั้งหลายยังไม่ถึงที่สุดนั่นเอง มัจจุราชก็เข้ามาตัดชีวิตอันทรียแล้วให้จมลงในมหาสมุทร คือ อบาย ๔ ดุจห้วงน้ำใหญ่หลากมาท่วมชาวบ้านผู้ลี้ภัยอยู่นั้น”

กรณีของพระเจ้าวิทูทกะ เป็นกรณีที่แตกต่างกันกรณีของพระองค์สิมิลโดยสิ้นเชิง ด้วยเหตุและปัจจัยของบุคคลแต่ละคนที่ได้เคยก่อกรรมไว้ซึ่งมีผลลัพธ์ในทางที่แตกต่างกันอย่างสุดขั้ว ทั้งที่ ๒ คนนี้ได้กระทำความผิดที่ร้ายแรงในลักษณะเดียวกันทุกประการ ที่ผู้วิจัยกล่าวเช่นนี้ด้วยเหตุผลที่ว่า พระพุทธองค์เสด็จไปห้ามคนทั้ง ๒ เหมือนกัน องค์สิมิล เชื้อฟุ้งเกิดศรัทธาเลื่อมใส เลิกละการกระทำชั่วโดยทันที และยอมชดใช้กรรมจนหมดสิ้น ได้พัฒนาคุณภาพชีวิตของตนตามหลักไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา บำเพ็ญบุญกุศลอย่างอุกฤษฏ์สละชีวิตมอบไว้ในพระพุทธศาสนา จนสามารถบรรลุเป็นพระอรหันต์ แม้เป็นการพบพระพุทธเจ้าเพียงครั้งแรก ก็มีความคิดที่จะละและเลิกทำความชั่วทันที แต่กรณีของพระเจ้าวิทูทกะ แม้ว่าจะพบพระพุทธองค์ถึง ๓ ครั้ง แต่เพราะความแค้นที่รุ่มร้อนเผาเผา อยู่ในพระทัยยังคงคลุกุ่นไม่จางหาย สุดความสามารถที่พระพุทธองค์จะทรงช่วยไว้ได้ ชีวิตของพระเจ้าวิทูทกะจึงจบลงด้วยการที่ต้องไปรับกรรมชั่วที่ก่อไว้ในอบายภูมิด้วยความทุกข์ทรมานไปเป็นเวลานานหลายชั่วกัปป์

ข้อสังเกตและแนวคิด

ประวัติของพระเจ้าวิทูทกะก็นับว่าน่าสนใจมาก เพราะเป็นตัวอย่างบุคคลของผู้ดำเนินชีวิตอีกแบบหนึ่ง ถึงแม้จะเกิดมาในราชตระกูล มีสมบัติ และความเพียบพร้อมพร้อมในการสร้างบุญสร้างกุศลความดี แต่ไม่ทำตกอยู่ภายใต้อำนาจกิเลส จนกระทั่งวาระสุดท้ายแห่งชีวิต ได้ถูกมฤตยูคร่าไปเปรียบเสมือน **ต้นไม้ที่มีต้นตรง ปลายคด** ซึ่งนำไปใช้งานไม่ได้ หรืออีกนัยหนึ่งเปรียบเหมือนเป็นบุคคลประเภท **สว่างมา แล้วมืดไป** เรื่องของพระเจ้าวิทูทกะนี้ มีข้อที่ควรศึกษา ๒ ประการ คือ

๑. พระเจ้าวิทูทกะ เป็นการฆ่าที่เกิดจากความแค้นแค้นเผาใจให้รุ่มร้อนคลุกุ่นอยู่ตลอดเวลา คิดหาทางแก้แค้นอยู่ทุกขณะจิต เมื่อได้อำนาจราชสมบัติแล้ว จึงได้เสด็จไปฆ่าล้างเผ่าพันธุ์ ศากยวงศ์ เพราะที่คิดว่าเคยถูกกระทำร้าย เป็นการฆ่าที่มีเจตนาอย่างแรงกล้า มีการวางแผนไว้

ล่วงหน้าอย่างแยบยล กระทำความผิดโดยความตั้งใจที่จะกระทำ ไม่ใช่หลงกระทำความผิดเพราะถูกชักนำหรือล่อหลอกให้กระทำ

๒. พระเจ้าวิทูทกะ แม้ว่าจะพบพระพุทธองค์ถึง ๓ ครั้ง แต่ก็ไม่ได้ถูกคิด หรือเลิกล้มที่จะกลับตนกลับใจใด ๆ เพราะไฟคือความแค้นเคือง ที่รุ่มร้อนแผดเผาอยู่ในพระทัยยังคงคุกรุ่น ไม่จางหาย สุดความสามารถที่พระพุทธองค์จะทรงช่วยไว้ได้ ชีวิตของพระเจ้าวิทูทกะจึงจบลงด้วยการที่ต้องไปปรบกรรมชั่วที่ก่อไว้ในอบายภูมิด้วยความทุกข์ทรมานไปเป็นเวลานานหลายชั่วกัปกลับ

สรุปวิเคราะห์ จากเรื่องบุคคลตัวอย่างที่ได้นำมาเพื่อพิจารณานี้ ชี้ให้เห็นถึงการกระทำทั้งกุศลและอกุศลตามที่บุคคลแต่ละกลุ่มได้มีแนวความเชื่อและความตั้งใจในการกระทำความดี ตามหลักไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ และปัญญา โดยมีสาเหตุ แนวคิด จุดมุ่งหมายกระบวนการและผลการกระทำตามหลักพระพุทธศาสนา ผู้วิจัยได้วิเคราะห์สาเหตุของการกระทำผิดของกรณีตัวอย่าง ซึ่งมีผลลัพธ์ที่ต่างกันอย่างสิ้นเชิงตามหลักฐานปรากฏในพระไตรปิฎก

ผู้วิจัยได้นำเรื่องของคนทั้งสองนี้มาแสดงไว้ ก็เพื่อจะชี้ให้เห็นความแตกต่างของผลกรรมที่ได้รับอันเกิดจากเหตุของการกระทำความผิดในรูปแบบเดียวกัน แต่ที่ได้รับผลกระทบแตกต่างกันเพราะการดำเนินชีวิตตามหลักไตรสิกขาและการไม่ดำเนินชีวิตตามหลักไตรสิกขา ตลอดถึงความมีและใช้ทักษะ คือ ปัญญาในการแก้ไขปัญหานั้นนั่นเอง

บทที่ ๓

สภาพปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน

ในบทนี้ จะได้ศึกษาถึง สภาพปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง เรือนจำจังหวัดน่าน มีเนื้อหาประกอบด้วย ข้อมูลพื้นฐานของเรือนจำจังหวัดน่าน, ปัญหาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน, สภาพปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง ของกรมราชทัณฑ์, และสภาพปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน มีรายละเอียดดังนี้

๓.๑ ข้อมูลพื้นฐานเรือนจำจังหวัดน่าน

๓.๑.๑ ประวัติเรือนจำจังหวัดน่าน

เรือนจำจังหวัดน่าน ตั้งอยู่เลขที่ ๒๘ ถนนผากอง ตำบลในเวียง อำเภอเมือง จังหวัดน่าน มีพื้นที่ ๖ ไร่ ๒ งาน มีอาณาเขต ดังนี้ ทิศเหนือติดถนนสาธารณะ ทิศใต้ติดชุมชนบ้านท่าลี่-ภูมินทร์ ทิศตะวันออก ติดถนนอิตตวงศ์ ทิศตะวันตกติดถนนผากอง เรือนจำจังหวัดน่าน ก่อสร้างในสมัยพระเจ้าสุริยพงษ์ผริตเดช เจ้าผู้ครองนครน่านองค์ที่ ๖๓ (พ.ศ. ๒๔๕๖) ตรงกับรัชสมัยพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๖ แห่งกรุงรัตนโกสินทร์^๑

๓.๑.๒ อำนาจหน้าที่ และบทบาท ภารกิจ

เรือนจำจังหวัดน่าน ตั้งขึ้นตามเขตอำนาจของศาลจังหวัดน่าน มีอำนาจควบคุมผู้ต้องขังชายและหญิง ที่มีกำหนดโทษจำคุกไม่เกิน ๑๕ ปี โดยมีภารกิจเกี่ยวกับการควบคุม และพัฒนาแก้ไขพฤติกรรมผู้ต้องขัง มุ่งเน้นเป็นองค์กรแห่งความพอเพียงและพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้เป็นคนดี มีคุณค่า กลับคืนสู่สังคมได้อย่างปกติสุข

๓.๑.๓ โครงสร้างบุคลากร

ข้าราชการ		พนักงานราชการ		ลูกจ้างประจำ		หมายเหตุ
ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	
๕๖	๑๕	๖	๖	๒	-	

ตารางที่ ๓.๑ แสดงอัตรากำลังเจ้าหน้าที่เรือนจำจังหวัดน่าน

คิดเป็นอัตราส่วนเจ้าหน้าที่ ต่อผู้ต้องขัง (จำนวน ๑,๐๕๒ คน) ๑:๑๕ (ข้อมูล ณ วันที่ ๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑) แบ่งโครงสร้างการบริหารงานออกเป็น ๖ ฝ่าย คือ ฝ่ายควบคุมและรักษาการณ์, ฝ่ายบริหารทั่วไป, ฝ่ายพัฒนาปฏิบัติ, ฝ่ายพัฒนาและฝึกอบรมวิชาชีพ, ฝ่ายการศึกษาและพัฒนาจิตใจ, ฝ่ายสวัสดิการผู้ต้องขัง, เรือนจำชั่วคราวเขาน้อย, สถานกักขังและสถานที่ควบคุมตัวเพื่อรอการตรวจพิสูจน์, และเรือนจำชั่วคราวอำเภอปัว

^๑ ธนวัฒน์ จันทรปรณิก, และ ยงยุทธ ผันเผ่าเลิศ, **ตำนานคุกไทย**, (กรุงเทพฯ : สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ, ๒๕๕๒), หน้า ๑๕๗-๑๖๐.

๓.๑.๔ อาคารสถานที่และระบบความมั่นคง

เรือนจำจังหวัดน่าน^๒ มีกำแพงก่อด้วยอิฐฉาบปูน สูง ๗ เมตรทั้ง ๔ ด้าน รอบแนวกำแพงมีลวดหนามหีบเพลง ๒ ชั้น มีระบบสายไฟแรงสูงวางตลอดแนว แบ่งพื้นที่ภายในได้ดังนี้

แดนชังชาย มีเนื้อที่ ๕ ไร่ ๒ งาน มีอาคารเรือนนอนชายสองชั้น ๑ หลัง อาคารห้องสมุดพร้อมปัญญา เรือนจำจังหวัดน่าน เถลิงพระเกียรติสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ๑ หลัง โรงงานฝึกวิชาชีพ ๒ หลัง อาคารร้านส่งเคราะห์ผู้ต้องขัง ๑ หลัง อาคารพยาบาล ๑ หลัง และโรงเลี้ยงอาหาร ๑ หลัง

แดนหญิง มีพื้นที่ภายในประมาณ ๑ ไร่ ประกอบด้วย อาคารเรือนนอนชั้นเดียว จำนวน ๒ หลัง มี ๓ ห้อง และอาคารที่พักเวรยามเจ้าหน้าที่หญิง ๑ หลัง

๓.๑.๕ หน้าที่ความรับผิดชอบ

๓.๑.๕.๑ ฝ่ายควบคุมและรักษาการณ์^๓ มีหน้าที่วางแผนและดำเนินการรักษาการณ์ และตรวจค้น ควบคุมปกครองผู้ต้องขังให้อยู่ในกฎระเบียบของเรือนจำ อบรมแนะนำเกี่ยวกับระเบียบ วินัย การปฏิบัติตนในเรือนจำแก่ผู้ต้องขัง พิจารณาเสนอความดีความชอบและความเห็นเกี่ยวกับการเลื่อนชั้น – ลดชั้น การลงโทษทางวินัยผู้ต้องขัง การคัดเลือกผู้ต้องขังออกทำงานนอกเรือนจำ ควบคุมผู้ต้องขังจำนอง และผู้ต้องขังย้ายเรือนจำ

๓.๑.๕.๒ ฝ่ายบริหารทั่วไป ดำเนินการเกี่ยวกับงานสารบรรณ งานทะเบียนงานเอกสารสำคัญการเงิน การบัญชีพัสดุ อาคารสถานที่ ยานพาหนะ การประชาสัมพันธ์ งานรับเรื่องราวร้องทุกข์ งานเลขานุการ การรวบรวมสถิติข้อมูลของหน่วยงาน งานแผนงานโครงการ การติดตามประเมินผล รวมทั้งงานที่มีได้กำหนดให้เป็นหน้าที่ของฝ่ายใดโดยเฉพาะ

๓.๑.๕.๓ ฝ่ายทัณฑปฏิบัติ ดำเนินการตรวจสอบหมายศาล การจัดทำทะเบียนประวัติ ระบบข้อมูลผู้ต้องขัง การจำแนกลักษณะผู้ต้องขัง งานทัณฑปฏิบัติ เช่น การเลื่อนชั้น-ลดชั้น การลดวันต้องโทษ การขอพระราชทานอภัยโทษ การพักการลงโทษ การลา การย้ายเรือนจำ การตายของผู้ต้องขัง ประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อจัดทำข้อมูลประกอบการพิจารณาพักการลงโทษ รวมทั้งการปล่อยตัวผู้ต้องขัง

๓.๑.๕.๔ ฝ่ายพัฒนาและฝึกวิชาชีพ วางแผนและดำเนินการด้านการฝึกวิชาชีพให้สอดคล้องกับวัตถุดิบที่มีอยู่ในพื้นที่ และความต้องการของตลาด ความถนัดของผู้ต้องขัง พัฒนาทักษะ ทดสอบมาตรฐานฝีมือแรงงานผู้ต้องขัง ด้านการฝึกวิชาชีพการใช้แรงงาน เตรียมความพร้อมด้านฝึกวิชาชีพให้กับผู้ต้องขังใกล้พ้นโทษ การจัดหาวัตถุดิบ การเผยแพร่ผลิตภัณฑ์ การบริหารเงินทุนเกี่ยวกับผลประโยชน์ ควบคุมการใช้จ่ายยานพาหนะที่จัดซื้อด้วยเงินทุนฝึกวิชาชีพ ร่วมพิจารณาการคัดเลือกและควบคุมผู้ต้องขังออกทำงานสาธารณะนอกเรือนจำ

๓.๑.๕.๕ ฝ่ายการศึกษาและพัฒนาจิตใจ วางแผนและดำเนินการเกี่ยวกับการแก้ไขฟื้นฟูพัฒนาผู้ต้องขัง เช่น จัดการศึกษาสายสามัญ การศึกษาสายวิชาชีพ จัดการอบรมและ

^๒ เรือนจำจังหวัดน่าน ฝ่ายการศึกษาและพัฒนาจิตใจ, “รายงานผลการดำเนินงาน ห้องสมุดพร้อมปัญญา เรือนจำจังหวัดน่าน, ๒๕๕๘”, (เอกสารอัดสำเนา) .

^๓ เรื่องเดียวกัน หน้า ๓.

พัฒนาจิตใจ การจัดกิจกรรมเพื่อสนับสนุนส่งเสริม ปลุกฝังปรับเปลี่ยนทัศนคติ จิตสำนึก ค่านิยม และพฤติกรรมของผู้ต้องขังให้เป็นไปในแนวทางที่เหมาะสม จัดกิจกรรมเสริมการศึกษา ดำเนินการงานห้องสมุด การจัดทำโสตทัศนูปกรณ์ การศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม เป็นต้น

๓.๑.๕.๖ ฝ่ายการพยาบาล ให้การบำบัดรักษาขั้นต้นแก่ผู้ต้องขังเจ็บป่วย ดูแลและดำเนินงานอนามัย อาชีวอนามัย งานสุขาภิบาล และสิ่งแวดล้อมในเรือนจำ ให้คำแนะนำแก่ผู้บริหารในการส่งผู้ต้องขังเจ็บป่วยออกไปรักษาพยาบาลนอกเรือนจำ

๓.๑.๕.๗ ฝ่ายสวัสดิการผู้ต้องขัง ดำเนินการเกี่ยวกับสวัสดิการผู้ต้องขัง การจัดอาหารและการจัดเลี้ยงผู้ต้องขัง งานเยี่ยมญาติ งานรับฝากเงิน การจำหน่ายเครื่องอุปโภคบริโภคที่จำเป็นให้ผู้ต้องขัง การจำหน่ายสินค้าในร้านสงเคราะห์ผู้ต้องขัง สนับสนุนการนันทนาการ ด้านต่าง ๆ การช่วยเหลือให้การสงเคราะห์ผู้ต้องขังในด้านอื่น ๆ และประสานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

๓.๑.๕.๘ เรือนจำชั่วคราวเขาน้อย ควบคุมผู้ต้องขังตามหลักเกณฑ์ที่กรมราชทัณฑ์กำหนด การฝึกวิชาชีพผู้ต้องขัง เป็นการเตรียมความพร้อมก่อนพ้นโทษของผู้ต้องขัง

๓.๑.๕.๙ สถานที่กักขัง/และสถานที่เพื่อการควบคุมตัวและสถานที่เพื่อการตรวจพิสูจน์ ดำเนินการควบคุมตัวผู้ต้องโทษกักขัง ดำเนินการควบคุมตัวผู้เข้ารับการตรวจพิสูจน์ที่ได้เข้าสู่กระบวนการตามพระราชบัญญัติฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด พ.ศ.๒๕๔๕

๓.๑.๕.๑๐ เรือนจำชั่วคราวอำเภอบัว จัดตั้งขึ้นตามอำนาจการขยายโอกาสทางการยุติธรรมให้แก่ประชาชน มีอำนาจควบคุมผู้ต้องขังในอำนาจการพิจารณาและพิพากษาของศาลจังหวัดน่าน (สาขาบัว) เพื่ออำนวยความสะดวกให้แก่ประชาชนในเขตพื้นที่

๓.๑.๕ ข้อมูลผู้ต้องขัง

ประเภทความผิด	ชาย	หญิง	รวม	คิดเป็น %
ความผิด พ.ร.บ.ยาเสพติด	๖๙๐	๙๑	๗๘๑	๗๒.๖๕
ความผิดประทุษร้ายต่อชีวิต/ร่างกาย	๒๔	๕	๒๙	๘.๐๙
ความผิดประทุษร้ายต่อทรัพย์/บุกรุก	๗๑	๑๖	๘๗	๘.๐๙
ความผิดเกี่ยวกับเพศ	๓๘	๑	๓๙	๓.๖๓
ความผิด พ.ร.บ. อาวุธปืน	๔๓	-	๔๓	๔.๐๐
ความผิดปลอมแปลงเอกสาร	๘	๔	๑๒	๑.๑๒
ความผิด พ.ร.บ.ป่าไม้/ป่าสงวนฯ	๕๒	๑	๕๓	๔.๙๓
ความผิด พ.ร.บ.คนเข้าเมือง	๔	-	๔	๐.๓๗
วางเพลิง	๔	-	๔	๐.๓๗
ความผิดฐานอื่น ๆ	๑๖	๗	๒๓	๒.๑๔
รวมทั้งหมด	๙๕๐	๑๒๕	๑,๐๗๕	๑๐๐.๐๐

ตารางที่ ๓.๑.๕ แสดงข้อมูลและจำนวนผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน

๓.๒ ปัญหาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน

จากการสังเกตการณ์และสัมภาษณ์ผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน ผู้ให้สัมภาษณ์ได้ให้ข้อมูลถึงสภาพปัญหาในด้านคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน สรุปได้ดังนี้

๓.๒.๑ ด้านร่างกาย (พฤติกรรม)

๓.๒.๑.๑ ผู้ต้องขังไม่มีสถานที่ออกกำลังกาย ตลอดจนขาดแคลนอุปกรณ์กีฬา
 ๓.๒.๑.๒ สุขภาพและที่อาบน้ำไม่เพียงพอต่อความต้องการของผู้ต้องขัง สกปรก
 ๓.๒.๑.๓ มีผู้ต้องขังบางคนทำตัวเป็นผู้มีอิทธิพล กลั่นแกล้งผู้ไม่มีทางสู้ และขู่ทำร้ายร่างกายผู้ต้องขังอื่น

๓.๒.๑.๔ เรือนนอนคับแคบ ไม่สอดคล้องต่อปริมาณผู้ต้องขังที่มีจำนวนมาก
 ๓.๒.๑.๕ โรงเลี้ยงอาหารคับแคบ ไม่เพียงพอต่อผู้ต้องขัง ทำให้ดูแลการรักษาความสะอาดไม่ดีเท่าที่ควร

๓.๒.๑.๖ มีการลักขโมยของกิน ของใช้ส่วนตัวของเพื่อนผู้ต้องขังด้วยกัน
 ๓.๒.๑.๗ ผู้ต้องขังบางคน บางกลุ่มมีการลักลอบเล่นการพนัน
 ๓.๒.๑.๘ ผู้ต้องขังบางคนพูดจาไม่ให้เกียรติผู้อื่น ไม่เคารพสิทธิของผู้อื่น
 ๓.๒.๑.๙ สินค้าในร้านสงเคราะห์ผู้ต้องขังไม่สอดคล้องกับความต้องการของผู้ต้องขัง

๓.๒.๑.๑๐ น้ำสะอาดสำหรับอุปโภคบริโภคไม่สะอาด และไม่เพียงพอต่อความต้องการของผู้ต้องขัง

จากปัญหาด้านกายภาพ และด้านพฤติกรรมของผู้ต้องขังที่สรุปไว้ข้างต้นนี้ จะเห็นได้ว่าผู้ต้องขัง ยังมีพฤติกรรมที่ประพฤตินอกกรอบของกฎกติกา และระเบียบวินัยของเรือนจำ ซึ่งถ้าหากพิจารณาจากมุมมองของพระพุทธศาสนาก็คือ ปัญหาเรื่องศีลนั่นเอง โดยปัญหาหลักของผู้ต้องขังที่พบ เช่น การกลั่นแกล้ง ทะเลาะวิวาท ขกต่อยกัน เทียบกันได้กับการผิดศีลข้อที่ ๑ การลักขโมยของกิน ของใช้ผู้อื่น คือ ผิดศีลข้อที่ ๒ การแอบส่งสิ่งของ หรือส่งจดหมายแสดงอาการรัก ต่อผู้ต้องขังหญิงที่เป็นภรรยาของคนอื่น คือ ผิดศีลข้อที่ ๓ การพูดจាក้าวร้าว ไม่สุภาพ หรือโกหกหลอกลวงกัน คือ ผิดศีลข้อที่ ๔ การลักลอบเล่นการพนันก็คือการผิดหลักอบายมุข ซึ่งโดยปกติก็จัดเป็นศีลสำหรับคฤหัสถ์อีกประเภทหนึ่ง

๓.๒.๒ ด้านอารมณ์ จิตใจ

๓.๒.๒.๑ ผู้ต้องขังไม่ได้รับรู้ข่าวสารที่สำคัญจากภายนอกเรือนจำ
 ๓.๒.๒.๒ ผู้ต้องขังคิดมากกับชีวิต มีความคิดฟุ้งซ่าน มีความเบื่อหน่ายกับความเป็นอยู่ในเรือนจำ

๓.๒.๒.๓ ผู้ต้องขังมีจำนวนมาก เวลาพูดคุยกันมักส่งเสียงดัง ทำให้รู้สึกหงุดหงิด
 ๓.๒.๒.๔ กิจกรรมนันทนาการผู้ต้องขังภายในเรือนจำ มีจำนวนน้อยเกินไป
 ๓.๒.๒.๕ ผู้ต้องขังมีความเครียด คิดมาก จิตตก จิตใจยำแย่ คิดถึงบ้าน อยากกลับบ้าน กระทบกระวาย คิดถึงสังคมภายนอก

จากปัญหาด้านจิตใจข้างต้น พบว่า ผู้ต้องขังยังมีความวิตกกังวล เหม่อลอย ว้าวุ่น สิ้นหวัง หดกำลังใจ ซึ่งหากกล่าวในทางพระพุทธศาสนา ก็คือ ผู้ต้องขัง ยังขาดหลักในการทำจิตให้มีสมาธิ หรือสภาวะที่จิตใจ มั่นคงและตั้งมั่น คือการไม่ฟุ้งซ่านไปตามอารมณ์หรือสิ่งเร้าภายนอก จนทำให้ตัวเองอ่อนไหวและเกิดอาการทางอารมณ์ดังกล่าว

๓.๒.๓ ด้านปัญญา

๓.๒.๓.๑ หนังสือภายในห้องสมุดเก่ามาก มีน้อยระยะเวลาเปิดให้บริการน้อย

๓.๒.๓.๒ การฝึกอบรมวิชาชีพไม่ตอบโจทย์ที่เท่าที่ควร เมื่อพ้นโทษไปแล้วประกอบอาชีพที่ฝึกมาได้ยากมาก

๓.๒.๓.๓ การอบรมโครงการสัปดาห์ศาสนาสมาธิเป็นสิ่งที่เกิดประโยชน์ต่อผู้ต้องขัง อยากให้มีกิจกรรมแบบนี้อย่างต่อเนื่อง

๓.๒.๓.๔ สถานที่ไม่เอื้ออำนวยต่อการอบรมสมาธิ ร้อน ไม่สงบ มีเสียงดังรบกวน

๓.๒.๓.๕ หนังสือเรียน อุปกรณ์การเรียนขาดแคลน ไม่ทันสมัย

๓.๒.๓.๖ หลักสูตรระยะสั้นบางหลักสูตรไกลเกินความสามารถของผู้ต้องขัง

๓.๒.๓.๗ ห้องเรียนคับแคบ มีเสียงดังรบกวน เก้าอี้นั่งเรียนไม่เพียงพอ

จากปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านปัญญา ข้างต้น แม้จะไม่ได้กล่าวถึงปัญหาที่เกิดจากตัวผู้ต้องขังโดยตรง แต่เนื่องจากสภาพแวดล้อมหรือปัจจัยสนับสนุนก็เป็นส่วนสำคัญ ที่จะช่วยให้ผู้ต้องขังเกิดความรู้หรือปัญญา ดังนั้น จึงพบว่า มีปัญหาด้าน สถานที่ อุปกรณ์ และสื่อการเรียนรู้ ที่ยังไม่พร้อมในการส่งเสริมให้ผู้ต้องขังเกิดความรู้หรือปัญญาอยู่นั่นเอง

๓.๓ สภาพปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังของกรมราชทัณฑ์

กรมราชทัณฑ์ มีผู้ต้องขังอยู่ในความดูแลเป็นจำนวนมาก นอกจากปัญหาด้านการขาดแคลนงบประมาณ และกำลังพลในการดำเนินงานแล้ว ยังต้องประสบกับปัญหาต่าง ๆ เหล่านี้ได้แก่^๔

๓.๓.๑ ปัญหาด้านการปกครองของเรือนจำ ผู้ต้องขังมีเป็นจำนวนมาก ในขณะที่เจ้าหน้าที่มีจำนวนน้อย ส่งผลให้เกิดความยากลำบากในการปกครองของเจ้าหน้าที่ ถ้าผู้ต้องขังเกิดการประท้วงหรือรวมกลุ่มกันสร้างปัญหา จะทำให้เกิดความเสียหายในด้านการปกครองดูแลผู้ต้องขัง

๓.๓.๒ ปัญหาด้านสุขอนามัยของผู้ต้องขัง ผู้ต้องขังในเรือนจำอยู่กันอย่างแออัดยัดเยียด ในสถานที่ที่จำกัด ทำให้มีปัญหาทางด้านสุขภาพและการกระจายตัวของเชื้อโรคได้ง่าย โดยเฉพาะโรคที่ติดต่อกันทางเดินหายใจ เช่น ไข้หวัดใหญ่ วัณโรค เป็นต้น รวมทั้งสุขภาพจิตของผู้ต้องขังที่อาจจะหงุดหงิดและก่อให้เกิดการกระทบกระทั่งทะเลาะเบาะแว้งกันได้ง่าย

๓.๓.๓ ปัญหาด้านการผิดระเบียบวินัย การทะเลาะกันของผู้ต้องขัง การก่อเหตุแตกหักหลบหนี การที่สถานที่คุมขังในเรือนจำอยู่ในสภาวะแออัด ทำให้สภาพความเป็นอยู่ของผู้ต้องขังและการจัดสวัสดิการให้กับผู้ต้องขังในด้านต่าง ๆ ไม่ได้รับการดูแลอย่างทั่วถึง อาจเป็นมูลเหตุให้ผู้ต้องขังใช้เป็นข้อร้องเรียนหรือก่อการประท้วง รวมทั้งการก่อเหตุแตกหักหลบหนีดังที่เป็นข่าวอยู่บ่อย ๆ

^๔ กรมราชทัณฑ์ สำนักวิจัยและพัฒนาระบบงานราชทัณฑ์ กลุ่มงานพัฒนาพฤตินิสัย, คู่มือการปฏิบัติงานด้านการพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขัง, กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

๓.๓.๔ ปัญหาด้านการพัฒนาแก้ไขพฤติกรรมผู้ต้องขัง การที่ผู้ต้องขังมีเป็นจำนวนมาก ทำให้ไม่สามารถจะดำเนินการจำแนกแยกประเภทของผู้ต้องขังออกมาได้อย่างชัดเจน และแม้จะมีการจำแนกประเภทออกมา แต่การที่ผู้ต้องขังมีเป็นจำนวนมาก พื้นที่ไม่เพียงพอ ต้องอาศัยอยู่ในบริเวณหรือพื้นที่เดียวกัน ก็ทำให้การปรับหรือแก้ไขพฤติกรรมไม่ก่อประโยชน์ใด ๆ ขึ้นและอาจจะเกิดการถ่ายทอดความรู้การเป็นอาชญากรรมจากพฤติกรรมการเรียนรู้ได้อีก และเมื่อพ้นโทษออกไปแล้วโอกาสที่จะกระทำผิดซ้ำอีกจึงเกิดขึ้นได้ รวมทั้งอาจนำไปสู่การพัฒนาเป็นองค์กรอาชญากรรมได้

๓.๓.๕ ปัญหาการเปลี่ยนแปลงในทางลักษณะประชากรของผู้ต้องขัง จากเดิมเป็นผู้ต้องขังที่ไม่ได้กระทำผิดโดยสันดาน หรือเป็นผู้ต้องขังคดียาเสพติดในคดีเสพ แต่ปัจจุบันเรือนจำคุมขังผู้ต้องขังที่มีลักษณะเป็นผู้มีอำนาจ มีอิทธิพลและเป็นผู้ต้องขังที่กระทำผิดโดยสันดานมากขึ้น การที่เรือนจำต้องควบคุมผู้ต้องขังเหล่านี้ถือเป็นเรื่องที่ยากลำบาก เนื่องจากผู้ต้องขังเหล่านี้มีอิทธิพลและมีอำนาจเงิน สามารถที่จะชักจูงให้เจ้าหน้าที่ที่ขาดคุณธรรมของเรือนจำ ละเว้นการปฏิบัติหน้าที่หรือปฏิบัติหน้าที่โดยมิชอบได้ เช่นร่วมมือกับผู้ต้องขังผู้มีอิทธิพลนำสิ่งของต้องห้ามเข้าเรือนจำ ได้แก่ ยาเสพติดหรือเครื่องมือในการติดต่อสื่อสาร เป็นต้น

๓.๓.๖ ปัญหาการลักลอบนำสิ่งของต้องห้ามเข้าเรือนจำ เป็นปัญหาต่อเนื่องจากปัญหาข้อแรก เกิดจากผู้ต้องขังส่วนใหญ่ในปัจจุบัน เป็นผู้ต้องขังที่เป็นผู้มีอิทธิพล เป็นผู้ค้ายาเสพติดรายสำคัญ ผู้ต้องขังเหล่านี้มีศักยภาพทางการเงินสูงมาก สามารถที่จะลักลอบซื้อสิ่งของต้องห้ามเข้ามาในเรือนจำได้ เช่นการนำโทรศัพท์เข้าในเรือนจำ แม้ว่าเรือนจำจะมีการตรวจค้นและป้องกันอยู่ตลอดแต่ไม่สามารถจะจับตัวผู้กระทำผิดได้ เพราะผู้ต้องขังเป็นผู้มีอิทธิพลหรืออำนาจเงิน มักจะไม่ได้ลงมือกระทำความผิดด้วยตนเอง แต่อาศัยการจ้างวานผู้ต้องขังอื่นดำเนินการแทน ผู้ต้องขังที่ดำเนินการแทนอาจเป็นผู้ต้องขังที่มีลักษณะของการกระทำผิดโดยสันดานหรือกระทำความผิดซ้ำซากและเป็นผู้ที่เรียกได้ว่าไม่มีอนาคตจากสังคมภายนอกแล้ว เมื่อถูกจับได้ก็ไม่หวาดหวั่นหรือเกรงกลัวต่อการถูกลงโทษ และจากปัญหาการลักลอบนำโทรศัพท์เข้าเรือนจำ ทำให้เกิดการส่งยาเสพติดเข้าไปจำหน่ายในเรือนจำ หรือแม้แต่การส่งยาเสพติดภายนอกเรือนจำที่มีลักษณะการดำเนินงานเป็นองค์กรอาชญากรรม ทำให้ภาพลักษณ์ของเรือนจำต่อสังคมคือภาพของการคอร์รัปชัน ความล้มเหลวในการป้องกันปัญหาและไม่สามารถพัฒนาคนได้

๓.๓.๗ ปัญหาการขาดงบประมาณในการดำเนินการ ที่ใช้ในการดำเนินการควบคุมเฉพาะผู้ต้องขังที่มีอิทธิพล หรือผู้ต้องขังที่เป็นรายสำคัญ เนื่องจากผู้ต้องขังเหล่านี้มักจะสร้างสัมพันธภาพกับเจ้าหน้าที่และชักจูงให้เจ้าหน้าที่กระทำความผิด ดังนั้นการควบคุมผู้ต้องขังเหล่านี้จึงต้องใช้เครื่องมืออิเล็กทรอนิกส์ในการควบคุม แต่ปัจจุบันยังไม่สามารถดำเนินการได้มากนักเพราะขาดแคลนงบประมาณในการดำเนินงาน

๓.๓.๘ ปัญหาในเรื่องการร้องเรียนการละเมิดสิทธิมนุษยชน กระแสในเรื่องของสิทธิมนุษยชน องค์กรสิทธิมนุษยชนมักจะมองว่า การปฏิบัติต่อผู้ต้องขังของเรือนจำยังไม่ได้มาตรฐาน ละเมิดสิทธิมนุษยชนของผู้ต้องขัง และเปิดโอกาสให้ผู้ต้องขังได้ร้องเรียนไปยังบุคคลผู้มีอำนาจ โดยมิได้พิจารณาถึงสภาพแวดล้อมและลักษณะนิสัยของผู้ต้องขัง ผู้ต้องขังจึงมักจะมีเรื่องร้องเรียนอยู่เสมอ โดยเฉพาะการร้องเรียนต่อตัวเจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงาน ทำให้เจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงานของเรือนจำ

ขาดขวัญและกำลังใจในการปฏิบัติหน้าที่ ทำให้ไม่สามารถควบคุมผู้ต้องขังให้อยู่ในกฎระเบียบเช่นที่ควรจะเป็นได้

๓.๓.๙ ปัญหาการขาดการประสานความร่วมมือกับภาคประชาชน ในการติดตามดูแลผู้ที่พ้นโทษหรือผู้ที่กำลังอยู่ในระหว่างการคุมประพฤติ เพราะบุคคลเหล่านี้เมื่อพ้นโทษไปแล้วจะต้องกลับเข้าไปอยู่ในสังคมเช่นเดิม และจำเป็นจะต้องอาศัยชุมชนในการช่วยดูแล

๓.๓.๑๐ ปัญหาการขาดการบูรณาการการทำงานในหน่วยงานภาครัฐ ของกระบวนการยุติธรรม ทำให้การทำงานไม่สานกัน ไม่ร่วมมือกัน ผลของการทำงานจึงขาดความยั่งยืน

๓.๔ สภาพปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขัง เรือนจำจังหวัดน่าน

การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน ดังกล่าวยังมีอาจบรรลุผลเท่าที่ควร เนื่องจากประสบปัญหาและอุปสรรคบางประการ ดังนี้

๓.๔.๑ ปัญหาเกี่ยวกับผู้ต้องขัง เนื่องจากผู้ต้องขังที่เข้ามาอยู่ในเรือนจำ มาจากบุคคลหลากหลายประเภท หลากหลายอาชีพ และฐานะทางสังคม มีความแตกต่างกัน มีความคิดและมีพฤติกรรมที่ถือตนเองเป็นใหญ่ กล่าวคือ การที่จะทำหรือไม่ทำอะไรใด ๆ ก็เป็นไปตามความพอใจหรือที่ตนเองคิดไว้เท่านั้น เพื่อให้เวลาผ่านพ้นไปวัน ๆ มากกว่าการไปเข้ารับการศึกษอบรมเพิ่มเติม บ้างก็ต้องการอยู่เฉย ๆ ไม่ต้องการเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ไม่อยากเปลี่ยนแปลงตนเอง เมื่อต้องการงานที่มีความลำบากกายใจจึงไม่อดทนที่จะทำ ขาดการกระตือรือร้นที่จะเข้ารับการศึกษาศึกษาและฝึกอบรม

๓.๔.๒ ปัญหาเกี่ยวกับบุคลากร เจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบงานด้านการอบรมมีจำนวนน้อย และต้องปฏิบัติหน้าที่อื่นอีกหลายหน้าที่ ทำให้การอบรมขาดความต่อเนื่อง ผู้บริหารและเจ้าหน้าที่เรือนจำบางส่วน เห็นว่า การพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขังยังไม่มีผลสำคัญมากนัก จึงขาดการดูแลเอาใจใส่ ไม่ให้ความสนใจ เนื่องจากงานในด้านนี้เป็นงานไม่แสวงหาผลกำไร จึงทำให้ขาดการส่งเสริมและสนับสนุน ปัจจุบันการสนับสนุนงานในด้านนี้เริ่มดีขึ้นตามลำดับ

๓.๔.๓ ปัญหาเกี่ยวกับอาคารสถานที่ เนื่องจากเรือนจำจังหวัดน่าน สร้างขึ้นตั้งแต่ ปี พ.ศ. ๒๔๕๖ โครงสร้างอาคารสถานที่ต่าง ๆ ภายในจึงมีความคับแคบ ขยับขยายไม่ได้ ตลอดจนใช้โรงเลี้ยงอาหารเป็นสถานที่เรียนวิชาสายสามัญ สายอาชีพ การเรียนการสอนธรรมศึกษา และการฝึกอบรมจิตภาวนาและขณะเดียวกันก็ใช้เป็นโรงอบรมด้วยซึ่งไม่ได้เอื้ออำนวยต่อการอบรมด้านจิตภาวนาเท่าที่ควร

๓.๔.๔ ปัญหาทางด้านอุปกรณ์และสื่อการพัฒนาจิตใจ เพื่อให้การพัฒนาได้รับผลที่ดีมีประสิทธิภาพ จำเป็นต้องมีอุปกรณ์และสื่อการอบรม เช่น วีดิทัศน์ เครื่องฉาย เครื่องคอมพิวเตอร์ สื่อมัลติมีเดีย และตำราหนังสือธรรมะ เป็นต้น

๓.๔.๕ ปัญหาทางด้านงบประมาณ นับได้ว่าขาดแคลนมาโดยตลอด ในแต่ละปีกรมราชทัณฑ์ได้รับการจัดสรรงบประมาณในการพัฒนาจิตใจเพียงเล็กน้อย จึงยังไม่เพียงพอเป็นค่าใช้จ่ายในการจัดซื้อจัดหาอุปกรณ์ที่ใช้ในการอบรม หนังสือหลักสูตรคู่มืออบรมผู้ต้องขัง ตลอดจนเป็นค่าตอบแทนวิทยากรภายนอกหรือพระสงฆ์ที่เข้ามาแสดงพระธรรมเทศนา

๓.๔.๖ ปัญหาเรื่องจำนวนผู้ต้องขังในเรือนจำไม่ได้สัดส่วนกับสภาพความจุของเรือนจำเกิดสภาพปัญหาผู้ต้องขังล้นเรือนจำ ทำให้ผู้ต้องขังอยู่กันอย่างแออัด ทั้งในพื้นที่ทั่วไปของเรือนจำและบน

เรื่อนนอน ทำให้ผู้ต้องขังพักผ่อนไม่เพียงพอ เห็นได้จากการเดินลงจากเรื่อนนอนตอนเช้า ผู้ต้องขังที่อยู่ในเรื่อนนอนในที่คับแคบแออัดมาตลอดทั้งคืน อยากจะออกมาข้างนอกก็พยายามที่จะเบียดเสียดกันออกมาให้ได้ก่อนคนอื่น เป็นต้น

๓.๔.๗ การออกกำลังกายในตอนเช้า โดยปกติเรื่อนจำจะให้ผู้ต้องขังทุกคนได้ออกกำลังกายในตอนเช้าหลังจากลงมาจากเรื่อนนอนทุกวัน เพื่อให้ผู้ต้องขังได้ผ่อนคลาย หลังจากที่อยู่อย่างแออัดในเรื่อนนอนมาทั้งคืน แต่ผู้ต้องขังบางคนไม่ตั้งใจในการออกกำลังกายตามที่เรื่อนจำกำหนดทำไปพอสักแต่จะทำ ยังไม่เข้าใจวัตถุประสงค์ที่แท้จริงของการออกกำลังกาย

๓.๔.๘ วินัยในการเข้าแถวเดินไปรับประทานอาหารในโรงเลี้ยงอาหาร ถ้าหากเป็นผู้ต้องขังสูงอายุ ผู้ต้องขังพิการ หรือผู้ต้องขังกลุ่มชาติพันธุ์ ที่ฟังภาษาไทยไม่ค่อยเข้าใจ ก็อาจจะทำให้เกิดปัญหาในการปฏิบัติ ส่วนผู้ต้องขังที่เป็นวัยหนุ่ม วัยรุ่น ก็คอยที่จะกลั่นแกล้งหรือเอารัดเอาเปรียบผู้ต้องขังกลุ่มเหล่านี้ได้ ทำให้ขาดความเป็นระเบียบเรียบร้อย

๓.๔.๙ เรื่อนจำจังหวัดน่าน ได้เปิดโอกาสให้ผู้ต้องขังเข้ารับการศึกษาโดยเท่าเทียมกัน ปัญหาอุปสรรคในการเรียนรู้ของผู้ต้องขัง คือ อาคารสถานที่ที่ใช้ในการเรียนรู้คับแคบและไม่เพียงพอ อีกประการหนึ่งคือ ผู้ต้องขังที่ขาดเรียน มักจะอ้างว่า โรงงานฝึกวิชาชีพเร่งงาน ไม่อนุญาตให้มาเรียน หนังสือสื่อการเรียนรู้นี้ไม่เพียงพอ สื่อที่ใช้ในการจัดการเรียนการสอนไม่ทันสมัย สื่อบางอย่างไม่สามารถนำมาใช้ในเรื่อนจำได้สะดวก เนื่องจากถูกจำกัดด้วยพระราชบัญญัติราชทัณฑ์ พ.ศ.๒๕๖๐

๓.๔.๑๐ ปัจจุบันผู้ต้องขังในเรื่อนจำจังหวัดน่าน ส่วนมากเป็นผู้ต้องขังที่กระทำความผิดในคดีอาชญากรรม ซึ่งผู้ต้องขังเหล่านี้มักมีพฤติกรรมชอบความสะดักสบาย ควบคุมอารมณ์และจิตใจของตนเองไม่ค่อยได้ มักจะปฏิบัติหรือแสดงออกตามอารมณ์ของตนเองเป็นใหญ่ ไม่มีความรับผิดชอบในตนเองเป็นทุนเดิมอยู่แล้ว การที่จะควบคุมให้ผู้ต้องขังเหล่านี้เข้ารับการอบรมหรือฟังพระธรรมเทศนาประจำสัปดาห์นั้น การอยู่ในอาการที่สงบตั้งใจฟังพระธรรมเทศนาเพื่อให้ได้สาระและเกิดปัญญา ความคิดในทางที่ถูกที่ควร ทำให้สงบระงับยับยั้งจิตใจและการกระทำให้อยู่ในขอบเขตของกฎหมายและศีลธรรมจรรยา นั้น เจ้าหน้าที่จึงจำเป็นต้องควบคุมอย่างจริงจัง

จากสภาพปัญหาที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า สภาพปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังของเรื่อนจำจังหวัดน่าน ก็ได้มีความสอดคล้องกันกับสภาพปัญหาการพัฒนาผู้ต้องขัง ของกรมราชทัณฑ์ ทั้ง ๓ ด้าน คือ ด้านพฤติกรรม ด้านจิตใจ และด้านปัญญา เช่นเดียวกัน ได้แก่ ปัญหาด้านการปกครองของเรื่อนจำ ปัญหาด้านสุขอนามัยของผู้ต้องขัง ปัญหาด้านการผิดระเบียบวินัย ปัญหาด้านการพัฒนาแก้ไขพฤติกรรมผู้ต้องขัง ปัญหาการเปลี่ยนแปลงในทางลักษณะประชากรของผู้ต้องขัง ปัญหาการลักลอบนำสิ่งของต้องห้ามเข้าเรื่อนจำ ปัญหาการขาดงบประมาณในการดำเนินการ ที่ใช้ในการดำเนินการควบคุมเฉพาะ ปัญหาในเรื่องการร้องเรียนการละเมิดสิทธิมนุษยชน ปัญหาการขาดการประสานความร่วมมือกับภาคประชาชน ปัญหาการขาดการบูรณาการการทำงานในหน่วยงานภาครัฐ ของกระบวนการยุติธรรม และปัญหาด้านการขาดแคลนอาคารสถานที่ เป็นต้นนั่นเอง

บทที่ ๔

แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน

จากสภาพปัญหาของผู้ต้องขัง และปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังดังกล่าว ผู้วิจัยได้จัดทำร่าง แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน โดยดำเนินการ นำร่างแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน ปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และปรับแก้ให้เหมาะสม พร้อมทั้งสังเกตุการณ์และสัมภาษณ์ผู้ต้องขัง แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขในขั้นสุดท้าย จนได้แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านศีล ด้านสมาธิ และด้านปัญญา ตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน ฉบับสมบูรณ์ ผู้วิจัย ได้กำหนดแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน เป็น ๔ ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ ๑ แนวทางพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาสำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน

ส่วนที่ ๒ ขั้นตอนการนำแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน ไปสู่การปฏิบัติ

ส่วนที่ ๓ ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จ

ส่วนที่ ๔ ตัวอย่างหลักสูตรและโครงการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา

ส่วนที่ ๑ แนวทางพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน

ผู้วิจัยได้กำหนดแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง ตามหลักไตรสิกขาสำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน มีสาระครอบคลุม ในแนวทางด้านศีล ด้านสมาธิ และด้านปัญญา รวมถึงบทบาทหน้าที่ของเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

๑.๑ แนวทางด้านศีล

แนวทางด้านศีล มุ่งเน้นการควบคุมแก้ไข พัฒนาพฤติกรรมทางกาย วาจา และการอยู่ร่วมกันในสังคม ดังนั้น กรมราชทัณฑ์และเรือนจำ/ทัณฑสถาน ควรดำเนินและปฏิบัติตามแนวทาง ดังนี้

๑.๑.๑ จัดกิจกรรมส่งเสริมให้ผู้ต้องขังประพฤติตามกฎระเบียบของเรือนจำ มีน้ำใจเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ผู้ต้องขังอื่น โดยอาจจัดเป็นโครงการ “เพื่อนรักชักนำสิ่งที่ดี สู่ชีวิต”

๑.๑.๒ จัดอาหาร และสถานที่เลี้ยงอาหารให้สะอาด ถูกสุขลักษณะ มีน้ำสะอาดสำหรับอุปโภคบริโภคเพียงพอต่อความต้องการ โดยจัดโครงการสำคัญ คือ โครงการ ๕ ส.

๑.๑.๓ จัดสถานที่สำหรับผู้ต้องขัง ออกกำลังกายอย่างเพียงพอ รวมถึงกิจกรรมที่ส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้ต้องขังได้ออกกำลังกาย โดยจัดโครงการกีฬาสามัคคีผู้ต้องขัง เป็นต้น

๑.๑.๔ อำนวยความสะดวกในการรักษาพยาบาล ทั้งผู้ต้องขังที่มีโรคประจำตัวต้องรับประทานยาเป็นประจำ และผู้ต้องขังที่เจ็บป่วยใหม่ โดยมียารักษาโรคที่มีคุณภาพ เหมาะสมกับโรคในปริมาณที่เพียงพอ และมีพยาบาลวิชาชีพให้บริการอย่างเหมาะสม

๑.๑.๕ แต่งตั้งผู้ต้องขังที่มีความประพฤติดี ผ่านการอบรมตามเกณฑ์การประเมินเป็นผู้ช่วยเหลือเจ้าพนักงานหรือพี่เลี้ยง ช่วยในการแนะนำผู้ต้องขังอื่น เพื่อเป็นการแบ่งเบาภาระของเจ้าหน้าที่

และช่วยสอดส่องดูแลพฤติกรรมของผู้ต้องขังได้อย่างใกล้ชิดและทั่วถึง

๑.๑.๖ จัดให้มีวิทยากรผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความชำนาญเฉพาะด้านจากภายนอกมาให้ความรู้ เช่น แพทย์พยาบาล นักกฎหมาย ครูอาจารย์ นักวิชาการเกษตร ปราชญ์ชาวบ้านผู้ทรงคุณวุฒิ ภูมิปัญญาท้องถิ่น โดยอาจจะทำโครงการ “แสงทองส่องธรรม ชี้นำผู้ต้องราชทัณฑ์” หรือโครงการเสริมสร้างความรู้ก่อนจำแนกผู้ต้องขัง อาจใช้วิธีการจัดให้เจ้าหน้าที่เรือนจำระดับหัวหน้าฝ่ายเข้ามาสับเปลี่ยนหมุนเวียนกันให้ความรู้ผู้ต้องขังเป็นประจำทุกวัน หลังเข้าเคารพธงชาติ ใช้เวลา ๕-๑๐ นาที

๑.๒ แนวทางด้านสมาธิ

แนวทางด้านสมาธิ มุ่งเน้นการอบรมแก้ไข พัฒนาจิตใจและอารมณ์ของผู้ต้องขัง กรมราชทัณฑ์และเรือนจำ/ทัณฑสถาน ควรดำเนินและปฏิบัติ ตามแนวทาง ดังนี้

๑.๒.๑ ปรับปรุงตารางการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของผู้ต้องขัง ให้มีเวลาว่างพอสำหรับสวดมนต์ไหว้พระ นั่งสมาธิ โดยเจ้าหน้าที่และผู้ต้องขังทุกคนปฏิบัติอย่างจริงจัง

๑.๒.๒ จัดตั้งโรงเรียนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ขึ้นในเรือนจำ ให้ผู้ต้องขังได้เรียนรู้หลักธรรมในพระพุทธศาสนา จัดตั้งชมรมพุทธศาสน์สำหรับเจ้าหน้าที่ และผู้ต้องขัง โดยมีสถานที่ปฏิบัติธรรม เพื่อผลทางด้านจิตใจ พร้อมทั้งประกาศเกียรติคุณผู้ทำความดี

๑.๒.๓ นิมนต์พระสงฆ์เข้าแสดงพระธรรมเทศนา หรือผู้ทรงคุณวุฒิที่ประสบความสำเร็จเป็นแบบอย่าง รวมทั้งผู้ให้ความรู้ตามศาสนาที่ผู้ต้องขังนับถือมาให้ความรู้ คำแนะนำ แนวทาง ถ่ายทอดเทคนิค วิธีการ ในการนำหลักธรรม คุณธรรม จริยธรรม ไปใช้ในการดำรงชีวิตได้

๑.๒.๔ นำแนวทางการปฏิบัติทางจิตวิทยา ใช้เครื่องมือทางจิตวิทยา โดยมีวิทยากรที่เป็นนักจิตวิทยามาดำเนินการ และให้ความรู้แก่เจ้าหน้าที่

๑.๒.๕ จัดให้มีโครงการบำบัดฟื้นฟูชีวิตด้วยดนตรี และเสียงเพลง โดยจัดกิจกรรมดนตรีกลางลาน ในวันหยุด หรือบางช่วงเวลาที่เหมาะสม หรือ จัดเพิ่มเติมในวันหยุดนักขัตฤกษ์

๑.๓. แนวทางด้านปัญญา

แนวทางด้านปัญญา มุ่งเน้นการพัฒนาสติปัญญา การใช้ความรู้แก้ไขปัญหาอย่างเป็นระบบ และทักษะด้านการอยู่ร่วมกันในสังคม กรมราชทัณฑ์และเรือนจำ/ทัณฑสถาน ควรดำเนินและปฏิบัติตามแนวทางปฏิบัติ ดังนี้

๑.๓.๑ กรมราชทัณฑ์ควรยึดหลักปรัชญา “คุณธรรมนำการศึกษา มุ่งพัฒนาแก้ไขคน” โดยมีแนวคิดเชิงบวกและทัศนคติว่า ผู้ต้องขังสามารถแก้ไข ฟื้นฟู และพัฒนาได้ ถ้าหากผู้ต้องขัง มีความรู้ โอกาสที่จะทำผิดกฎหมาย ก็จะมีน้อยกว่าคนที่ไม่มีความรู้ โดยจัดประชุมสัมมนาเจ้าหน้าที่เรือนจำ เป็นประจำทุกเดือน หรือตามระยะเวลาที่กำหนดไว้ในแผนปฏิบัติการ

๑.๓.๒ จัดระบบการเรียนการสอนในเรือนจำ ให้มีประสิทธิภาพ ครอบคลุมถึงหลักสูตรการศึกษาทั้งสายสามัญและสายวิชาชีพ การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย หลักสูตรธรรมศึกษา เพื่อให้การประสานงาน ตลอดจนประสานการใช้งบประมาณได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

๑.๓.๓ นำอุปกรณ์ สื่อการเรียน และเทคโนโลยีที่ทันสมัย มาใช้ในการจัดการเรียนการสอนทั้งสายสามัญและสายอาชีพให้เพียงพอ และเหมาะสม เพื่อให้ผู้ต้องขังมีทักษะ และความชำนาญอย่างจริงจัง

๑.๓.๔ จัดกิจกรรมและโครงการส่งเสริม “เรียนดีมีรางวัล” เพื่อสร้างแรงกระตุ้นให้ผู้ต้องขังให้เห็นความสำคัญของการศึกษา

๑.๓.๕ จัดให้มีโครงการจัดตั้งศูนย์เกษตรอุตสาหกรรม หรือแบบอย่างเกษตรทฤษฎีใหม่ ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ตามแนวพระราชดำริ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ ๙ ณ เรือนจำชั่วคราวเขาน้อย

๑.๓.๖ จัดโครงการหรือกิจกรรมส่งเสริมการอ่าน เพื่อพัฒนาปัญญาให้ผู้ต้องขังได้ศึกษาเรียนรู้ในเรื่องที่ตนสนใจมากขึ้น โดยจัดหารางวัลจูงใจสนับสนุนด้วย

๑.๓.๗ ปรับปรุงการให้บริการห้องสมุด ทั้งช่วงเวลาให้บริการ และหนังสือให้เพียงพอ และครอบคลุมทั้งการพัฒนาด้านพฤติกรรม ศิล สมาธิ และปัญญา

๑.๓.๘ ในช่วงเวลาชมโทรทัศน์บนห้องนอน ควรสอดแทรกองค์ความรู้ที่เกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา ในลักษณะสื่อบันเทิงผ่านรายการวิทยุทัศน์ เช่น รายการที่น่าเสนอตัวอย่างบุคคลผู้ที่ประสบความสำเร็จในการศึกษาและการประกอบอาชีพ

ส่วนที่ ๒ ขั้นตอนการนำแนวทางพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน ไปสู่การปฏิบัติ

ดำเนินการตามขั้นตอนของกระบวนการพัฒนาคุณภาพ PDCA ดังต่อไปนี้

๒.๑ ขั้นวางแผน (Plan) ประกอบด้วยกิจกรรมดังต่อไปนี้

๒.๑.๑ สร้างความรู้ความเข้าใจแก่ผู้บริหาร เจ้าหน้าที่ และผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง

๒.๑.๒ ทบทวนกิจกรรม/โครงการ กระบวนการและขั้นตอนการทำงานเดิม เพิ่มเติมเสริมกิจกรรมใหม่ให้เหมาะสม

๒.๑.๓ กำหนดแผนปฏิบัติการ/โครงการ โดยนำกิจกรรมและแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาสำหรับผู้ต้องขัง เรือนจำจังหวัดน่าน บรรจุกิจกรรมไว้ในแผนปฏิบัติการ/โครงการ ประจำปีของเรือนจำ

๒.๑.๔ จัดสรรงบประมาณสนับสนุน

๒.๒ ขั้นปฏิบัติ (Do)

เป็นการนำแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน ไปสู่การปฏิบัติ ซึ่งทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องทั้งเจ้าหน้าที่ ผู้ช่วยเหลือเจ้าพนักงาน มีความเข้าใจในขั้นตอนกิจกรรม และลงมือปฏิบัติอย่างจริงจัง โดยจัดทำคู่มือการปฏิบัติงานแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาสำหรับผู้ต้องขัง เรือนจำจังหวัดน่าน

๒.๓ ขั้นกำกับ ติดตาม และประเมินผล (Check) ในขั้นตอนนี้ มีการกำกับ ติดตาม ตรวจสอบ และประเมินผล จากผู้รับผิดชอบกิจกรรม/โครงการ หรือผู้บริหาร หรือคณะทำงานที่ได้รับการแต่งตั้ง มีการเก็บข้อมูลผลการดำเนินงานและประเมินผลอย่างเป็นระบบ เพื่อสรุปรายงานผลต่อผู้บังคับบัญชาต่อไป

๒.๔ ขั้นปรับปรุงการปฏิบัติ (Act) เป็นการนำผลจากขั้นตอนที่ ๓ มาวิเคราะห์ผลที่ได้ และปรับปรุงโครงการ/กิจกรรม เพื่อปฏิบัติในปีงบประมาณต่อไปให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

ส่วนที่ ๓ ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จ

๓.๑ ปัจจัยเกี่ยวกับผู้บริหาร ต้องมีภาวะผู้นำมุ่งมั่น ปรับปรุงการทำงาน กำหนดวิธีการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังการให้ขวัญและกำลังใจเจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงาน

๓.๒ ปัจจัยเกี่ยวกับระบบงาน มีการปรับปรุงระบบงานอย่างต่อเนื่องและจริงจัง

๓.๓ ปัจจัยเกี่ยวกับงบประมาณ ผู้บริหารทุกระดับให้การสนับสนุนด้านงบประมาณให้เพียงพอ

๓.๔ ปัจจัยด้านบุคลากร จัดสรรบุคลากรให้เพียงพอและมีการพัฒนาทักษะที่จะใช้ ในการปฏิบัติงานอย่างสม่ำเสมอ สร้างองค์ความรู้ใหม่ ๆ ตลอดจนการเข้าถึงเทคโนโลยีที่ทันสมัย

ส่วนที่ ๔ ตัวอย่างหลักสูตรการพัฒนาคุณภาพชีวิต ตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน

๔.๑ หลักสูตรด้านการควบคุม

หลักสูตรปฐมนิเทศผู้ต้องขังเข้าใหม่^๑ : อบรมให้แก่ผู้ต้องขังระหว่าง (ผู้ต้องขังที่เข้ามาในเรือนจำ จะต้องได้รับการอบรมภายใน ๓๐ วัน) ระยะเวลา : ๕ วัน ผู้ต้องขังเข้าใหม่ได้รับการอบรม ในสิ่งที่ผู้ต้องขังใหม่ควรทราบเกี่ยวกับสถานที่ต่าง ๆ ภายในเรือนจำ ตามหัวข้อการอบรม ดังนี้

หมวด	เนื้อหา/กิจกรรม	จำนวนชั่วโมง	วิทยากร
หมวด ๑	๑.๑ แนะนำสถานที่ต่าง ๆ ในเรือนจำ ๑.๒ กิจวัตรประจำวันของผู้ต้องขัง ๑.๓ กฎระเบียบของเรือนจำ/ วินัยของผู้ต้องขัง ๑.๔ การเยี่ยมและการติดต่อกับบุคคลภายนอก ๑.๕ สิ่งของต้องห้าม ๑.๖ การเขียนคำร้อง ๑.๗ กิจกรรมกล่อ่งสีขาว ๑.๘ กิจกรรมละลายพฤติกรรม	๓ ชม. ภาคเช้า	ฝ่ายควบคุมและ รักษาการณ์
	๑.๙ การบริหารกาย ใจ ยึด เหยียด ๑.๑๐ การดูแลสุขภาพและการรักษาพยาบาล ๑.๑๑ การรักษานามัยและการสุขภาพภายในเรือนจำ ๑.๑๒ อันตรายจากการลักลอบสักร่างกาย	๓ ชม. ภาคบ่าย	สถานพยาบาล
หมวด ๒	๒.๑ การทำงานและการฝึกวิชาชีพของผู้ต้องขัง ๒.๒ การจ่ายเงินปันผลการฝึกวิชาชีพให้ผู้ต้องขัง	๓ ชม. ภาคเช้า	ฝ่ายพัฒนาและฝึก วิชาชีพผู้ต้องขัง
	๒.๓ การให้การศึกษาและการใช้ห้องสมุดภายในเรือนจำ ๒.๔ การเรียนธรรมศึกษาและการนั่งสมาธิ	ภาคบ่าย ๓ ชม.	ฝ่ายการศึกษา และพัฒนาจิตใจ
	๒.๕ การบรรยายธรรมในชีวิตประจำวัน/การปฏิบัติกิจทาง ศาสนา/ทำบุญตักบาตร		ผู้นำทางศาสนา อนุศาสนาจารย์
	๒.๖ ตอบคำถามจากกล่อ่งสีขาว		เจ้าหน้าที่

^๑ กรมราชทัณฑ์, สำนักพัฒนาพฤตินิสัย, คู่มือหลักสูตรการพัฒนาพฤตินิสัย, ๒๕๖๐, [ออนไลน์] แหล่งที่มา <<http://www.correct.go.th/popmaeh/TECH.htm>>, [๒๕ มกราคม ๒๕๖๑].

หมวด	เนื้อหา/กิจกรรม	จำนวนชั่วโมง	วิทยากร
หมวด ๓	๓.๑ สิทธิ/ประโยชน์ของผู้ต้องขัง ๓.๒ การพักการลงโทษ/ลดวันต้องโทษ/อภัยโทษ ๓.๔ การให้การช่วยเหลือและการสงเคราะห์	ภาคเช้า ๓ ชม.	ฝ่ายทัณฑปฏิบัติ ฝ่ายสวัสดิการ และสงเคราะห์
	๓.๕ การเลี้ยงอาหาร/การเบิกจ่ายเงินซื้อของ/การฝากเงิน	ภาคบ่าย	
หมวด ๔	๔.๑ การให้ความรู้ด้านกฎหมายและการให้คำปรึกษาด้าน คดีความ	๓ ชม. ภาคเช้า	ยุติธรรมจังหวัด/ อัยการ/ศาล ฯลฯ
	๔.๒ กิจกรรมทักษะผ่อนคลาย การฝึกการหายใจที่ถูกต้อง โดยใช้สื่อเสียงบรรเลง	๓ ชม. ภาคบ่าย	นักจิตวิทยา/ นักสังคม สงเคราะห์/ อนุศาสนาจารย์/
	๔.๓ การเข้าใจอารมณ์และความเครียด		
	๔.๔ คุยกันเบา ๆ เรื่องความสุขกับชีวิต		
	หมายเหตุ : ออกกำลังกายและฝึกระเบียบวินัยทุกวัน		

ตารางที่ ๔.๑ แสดงหลักสูตรปฐมนิเทศผู้ต้องขังเข้าใหม่

๔.๒ หลักสูตรด้านการศึกษาสายสามัญ

๔.๒.๑ หลักสูตรการเรียนการสอนผู้ไม่รู้หนังสือ : อบรมผู้ต้องขังระหว่างและนักโทษ
เด็ดขาดที่อ่านไม่ออก-เขียนไม่ได้ ระยะเวลา ๑ ปีการศึกษา (๕ วันทำการ วันละ ๕ ชั่วโมง) ตามกรอบ
เนื้อหา ดังนี้

วิชา	สาระการเรียนรู้	ชั่วโมงเรียน	ครูผู้สอน
๑. วิชาภาษาไทย	๑.๑ อักษรไทย	๑๕	จนท.ฝ่าย การศึกษาฯ /จิตอาสา
	๑.๒ สระและวรรณยุกต์	๑๕	
	๑.๓ การอ่านออกเสียงวรรณยุกต์	๑๕	
	๑.๔ อักษร ๓ หมู่	๑๕	
๒ คณิตศาสตร์	๒.๑ การอ่าน-เขียนตัวเลข	๑๕	
	๒.๒ ค่าของตัวเลขและการนับจำนวน	๑๕	
	๒.๓ เครื่องหมายทางคณิตศาสตร์	๑๕	
	๒.๔ การบวก - การลบ	๑๕	
	๒.๕ การคูณ - การหาร	๑๕	
	๒.๖ มาตรา	๑๕	
	๒.๗ การวัด การชั่ง การตวง	๑๕	
	๒.๘ การดูและการอ่านเวลา การดูปฏิทิน	๑๕	
	๒.๙ การนำคณิตศาสตร์ไปใช้ในชีวิตประจำวัน	๑๕	
	รวม	๑๙๕	

ตารางที่ ๔.๒.๑ แสดงหลักสูตรการเรียนการสอนผู้ไม่รู้หนังสือ

๔.๒.๒ ระดับประถมศึกษา : อบรมผู้ต้องขังระหว่างและนักโทษเด็ดขาด ระยะเวลา ๑ ปีการศึกษา (๕ วันทำการ วันละ ๕ ชั่วโมง) ตามกรอบเนื้อหา ดังนี้

หมวด	เนื้อหา	จำนวนหน่วยกิต	วิทยากร
๑ สารทักษะการเรียนรู้	๑.๑ ทักษะการเรียนรู้ ๒.๑ คณิตศาสตร์	๕ ๓	จนท.ฝ่าย การศึกษา / จิตอาสา
๒ สารความรู้พื้นฐาน	๒.๒ ภาษาไทย ๒.๓ วิทยาศาสตร์ ๒.๔ ภาษาอังกฤษ	๓ ๓ ๓	
๓ สารทักษะการประกอบอาชีพ	๓.๑ ช่องทางการเข้าสู่อาชีพ ๓.๒ ทักษะการประกอบอาชีพ ๓.๓ พัฒนาอาชีพ	๒ ๔ ๒	
๔ สารทักษะการดำเนินชีวิต	๔.๑ ศิลปศึกษา ๔.๒ เศรษฐกิจพอเพียง ๔.๓ สุขศึกษา พลศึกษา	๑ ๑ ๒	
๕ สารการพัฒนาสังคม	๕.๑ สังคมศึกษา ๕.๒ ศาสนาและหน้าที่พลเมือง ๕.๓ การพัฒนาตนเองชุมชนสังคม	๓ ๒ ๑	
วิชาเลือก		๑๒	
รวม		๔๘	
กิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิต		๒๐๐	

ตารางที่ ๔.๒.๒ แสดงหลักสูตรการเรียนการสอนระดับประถมศึกษา

๔.๒.๓ ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น : อบรมผู้ต้องขังระหว่างและนักโทษเด็ดขาด ที่ผ่านการศึกษาและได้วุฒิการศึกษาระดับประถมศึกษาหรือเทียบเท่ามาแล้ว ระยะเวลาเรียน ๑ ปีการศึกษา (๕ วันทำการ วันละ ๕ ชั่วโมง) ตามกรอบเนื้อหา ดังนี้

หมวด	เนื้อหา	จำนวนหน่วยกิต	วิทยากร
๑ สารทักษะการเรียนรู้	๑.๑ ทักษะการเรียนรู้ ๒.๑ คณิตศาสตร์	๕ ๔	จนท.ฝ่าย การศึกษา / จิตอาสา
๒ สารความรู้พื้นฐาน	๒.๒ ภาษาไทย ๒.๓ วิทยาศาสตร์ ๒.๔ ภาษาอังกฤษ	๔ ๔ ๔	
๓ สารทักษะการประกอบอาชีพ	๓.๒ ทักษะการประกอบอาชีพ ๓.๓ พัฒนาอาชีพ	๔ ๒	
๔ สารทักษะการดำเนินชีวิต	๔.๑ ศิลปศึกษา ๔.๒ เศรษฐกิจพอเพียง ๔.๓ สุขศึกษา พลศึกษา	๒ ๑ ๒	
๕ สารการพัฒนาสังคม	๕.๑ สังคมศึกษา ๕.๒ ศาสนาและหน้าที่พลเมือง ๕.๓ การพัฒนาตนเองชุมชนสังคม	๓ ๒ ๑	

หมวด	เนื้อหา	จำนวนหน่วยกิต	วิทยากร
วิชาเลือก		๑๖	
รวม		๕๖	
กิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิต		๒๐๐ ชม.	

ตารางที่ ๔.๒.๓ แสดงหลักสูตรการเรียนการสอนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

๔.๒.๔ ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย : อบรมผู้ต้องขังระหว่างและนักโทษเด็ดขาด ที่ผ่าน การศึกษาและได้วุฒิการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น หรือเทียบเท่ามาแล้ว ระยะเวลาเรียน ๑ ปีการศึกษา (๕ วันทำการ วันละ ๕ ชั่วโมง) ตามกรอบเนื้อหา ดังนี้

หมวดวิชา	เนื้อหา	จำนวน(หน่วยกิต)	วิทยากร
๑ สารทักษะการเรียนรู้	๑.๑ ทักษะการเรียนรู้	๕	จนท.ฝ่าย การศึกษาฯ / จิตอาสา
๒ สารความรู้พื้นฐาน	๒.๑ คณิตศาสตร์	๕	
	๒.๒ ภาษาไทย	๕	
	๒.๓ วิทยาศาสตร์	๕	
	๒.๔ ภาษาอังกฤษ	๕	
๓ สารทักษะการประกอบอาชีพ	๓.๑ ช่องทางการเข้าสู่อาชีพ	๒	
	๓.๒ ทักษะการประกอบอาชีพ	๔	
	๓.๓ พัฒนาอาชีพ	๒	
๔ สารทักษะการดำเนินชีวิต	๔.๑ ศิลปศึกษา	๒	
	๔.๒ เศรษฐกิจพอเพียง	๑	
	๔.๓ สุขศึกษา พลศึกษา	๒	
๕ สารการพัฒนาสังคม	๕.๑ สังคมศึกษา	๓	
	๕.๒ ศาสนาและหน้าที่พลเมือง	๒	
	๕.๓ การพัฒนาตนเองชุมชนสังคม	๑	
วิชาเลือก		๓๒	
รวม		๗๖	
กิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิต		๒๐๐ ชม.	

ตารางที่ ๔.๒.๔ แสดงหลักสูตรการเรียนการสอนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย

๔.๓ ระดับอุดมศึกษา (มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช)

ผู้ต้องขังระหว่างและนักโทษเด็ดขาด ที่ผ่านการศึกษาและได้วุฒิการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย หรือเทียบเท่ามาแล้ว ระยะเวลาเรียน ๑ ปีการศึกษา (๕ วันทำการ วันละ ๕ ชั่วโมง) นักโทษเด็ดขาดสามารถเลือกเรียนได้ ๙ สาขาวิชา ดังนี้

๔.๓.๑ สาขาวิชาศิลปศาสตร์	๔.๓.๒ สาขาวิชาเกษตรศาสตร์และสหกรณ์
๔.๓.๓ สาขาวิชาวิทยาการจัดการ	๔.๓.๔ สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์
๔.๓.๕ สาขาวิชานิติศาสตร์	๔.๓.๖ สาขาวิชารัฐศาสตร์
๔.๓.๗ สาขาวิชาศึกษาศาสตร์	๔.๓.๘ สาขาวิชานิติศาสตร์
๔.๓.๙ สาขาวิชาเศรษฐศาสตร์	

หมายเหตุ : (จัดการเรียนการสอนแบบพบกลุ่ม) หรือผู้เรียนศึกษาด้วยตนเองตามเอกสารการศึกษา

๔.๔ หลักสูตรด้านการศึกษาศาสนาวิชาชีพ

๔.๔.๑ ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) : อบรมผู้ต้องขังระหว่างและนักโทษเด็ดขาด ที่ผ่านการศึกษาและได้วุฒิการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น (ม.๓) หรือเทียบเท่ามาแล้ว ระยะเวลาเรียน ๑ ปีการศึกษา (๕ วันทำการ วันละ ๕ ชั่วโมง) ตามหัวข้อวิชา ดังนี้

หมวด	หมวดวิชา/เนื้อหา	จำนวน (หน่วยกิต)	วิทยากร
๑ ทักษะชีวิต	๑.๑ กลุ่มทักษะภาษาและการสื่อสาร	๙	อาจารย์ วิทยาลัย การอาชีพฯ
	๑.๒ กลุ่มทักษะการคิดและการแก้ปัญหา	๖	
	๑.๓ กลุ่มทักษะทางสังคมและการรังชีวิต	๖	
๒ หมวดวิชาทักษะวิชาชีพ	๒.๑ กลุ่มทักษะวิชาชีพพื้นฐาน	๒๒	
	๒.๒ กลุ่มทักษะวิชาชีพเฉพาะ	๒๔	
	๒.๓ กลุ่มทักษะวิชาชีพเลือก	๒๑	
	๒.๔ ฝึกประสบการณ์ทักษะชีวิต	๔	
	๒.๕ โครงการพัฒนาทักษะวิชาชีพ	๔	
๓	หมวดวิชาเลือกเสรี	๖	
๔	กิจกรรมเสริมหลักสูตร	๒	
รวมทั้งสิ้น		๑๐๒	

ตารางที่ ๔.๔.๑ แสดงหลักสูตรการเรียนการสอนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.)

๔.๔.๒ ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.) : อบรมนักโทษเด็ดขาดที่ผ่านการการศึกษาและได้วุฒิการศึกษา ระดับ ประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) หรือเทียบเท่ามาแล้ว ระยะเวลา ๑ ปีการศึกษา (๕ วันทำการ วันละ ๕ ชั่วโมง) ตามหัวข้อวิชา ดังนี้

หมวด	หมวดวิชา/เนื้อหา	จำนวน(หน่วยกิต)	วิทยากร
๑ ทักษะชีวิต	๑.๑ กลุ่มทักษะภาษาและการสื่อสาร	๙	อาจารย์ วิทยาลัย การอาชีพฯ
	๑.๒ กลุ่มทักษะการคิดและการแก้ปัญหา	๖	
	๑.๓ กลุ่มทักษะทางสังคมและการดำรงชีวิต	๖	
๒ หมวดวิชาทักษะวิชาชีพ	๒.๑ กลุ่มทักษะวิชาชีพพื้นฐาน	๑๘	
	๒.๒ กลุ่มทักษะวิชาชีพเฉพาะ	๒๑	
	๒.๓ กลุ่มทักษะวิชาชีพเลือก	๑๖	
	๒.๔ ฝึกประสบการณ์ทักษะชีวิต	๔	
	๒.๕ โครงการพัฒนาทักษะวิชาชีพ	๔	
๓	หมวดวิชาเลือกเสรี	๖	
๔	กิจกรรมเสริมหลักสูตร	๒	
รวมทั้งสิ้น		๙๐	

ตารางที่ ๔.๔.๒ แสดงหลักสูตรการเรียนการสอนประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.)

๔.๕ หลักสูตรวิชาชีพระยะสั้น หลักสูตรที่มีระยะเวลาในการฝึกอบรม ๒๕ – ๕๐ ชั่วโมง

๔.๕.๑ หลักสูตรช่างทำมุ้งลวด อบรมนักโทษเด็ดขาดชั้นกลางขึ้นไประยะเวลาอบรม ๓๐ ชั่วโมง นักโทษเด็ดขาด ได้รับการอบรมทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติดังนี้ ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับมุ้งลวด มุ้งลวดชนิดต่าง ๆ อุปกรณ์ในการทำมุ้งลวด การเตรียมการในการทำมุ้งลวด วิธีทำและซ่อมมุ้งลวด

เรื่องที่	หมวดวิชา	จำนวน(ชั่วโมง)		วิทยากร
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ	
๑	ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับมุ้งลวด	๑		วิทยากรภายนอก
๒	มุ้งลวดชนิดต่าง ๆ	๕		
๓	อุปกรณ์ในการทำมุ้งลวด	๒		
๔	การเตรียมการในการทำมุ้งลวด	๓		
๕	วิธีการทำและซ่อมมุ้งลวด		๑๙	
	รวม	๑๑	๑๙	

ตารางที่ ๔.๕.๑ แสดงหลักสูตรช่างทำมุ้งลวด

๔.๕.๒ หลักสูตรช่างประปา : อบรมนักโทษเด็ดขาด ชั้นกลางขึ้นไประยะเวลาอบรม ๓๐ ชั่วโมง นักโทษเด็ดขาดได้รับการอบรมทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ ระบบท่อสุขาภิบาลการประกอบติดตั้งระบบท่อสุขาภิบาล การติดตั้งท่อสุขาภิบาล

เรื่องที่	หมวดวิชา	จำนวน(ชั่วโมง)		วิทยากร
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ	
๑	ระบบท่อสุขาภิบาล			วิทยากรภายนอก
	๑.๑ ท่อน้ำดี, ท่อน้ำเสีย, ท่อระบายอากาศ	๔		
	๑.๒ การประมาณราคางานประปาและสุขาภิบาล			
๒	การประกอบติดตั้งระบบท่อสุขาภิบาล			
	๒.๑ การวัดตัดระบบท่อสุขาภิบาล	๑	๑๒	
	๒.๒ การตัดประกอบระบบท่อสุขาภิบาล			
๓	การติดตั้งระบบท่อสุขาภิบาล			
	๓.๑การติดตั้งระบบท่อน้ำดี	๑	๑๒	
	๓.๒การติดตั้งระบบท่อน้ำเสีย			
	๓.๓การติดตั้งท่อระบายอากาศ			
	รวม	๖	๒๔	

ตารางที่ ๔.๕.๒ แสดงหลักสูตรช่างประปา

๔.๕.๓ หลักสูตรล่างเครื่องปรับอากาศ : อบรมนักโทษเด็ดขาดชั้นกลางขึ้นไประยะเวลาอบรม ๓๐ ชั่วโมงนักโทษเด็ดขาด ได้รับการอบรมทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ เกี่ยวกับ ไฟฟ้า เบื้องต้น หลักการทำความเย็นเครื่องมือวัด การถอดประกอบเครื่องปรับอากาศแบบติดผนัง และแบบ ตั้งแขวน การล้างทำความสะอาดเครื่องปรับอากาศ และการประกอบอาชีพล้างเครื่องปรับอากาศ

เรื่องที่	หมวดวิชา	จำนวน(ชั่วโมง)		วิทยากร
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ	
๑	ไฟฟ้าเบื้องต้น	๒		วิทยากรภายนอก
	๑.๑ ความปลอดภัยในการปฏิบัติงาน			
	๑.๒ หน่วยวัดไฟฟ้า			
	๑.๓ วงจรไฟฟ้าเครื่องปรับอากาศ			
๒	หลักการทำความเย็น	๒		
	๒.๑ วัฏจักรการทำความเย็น			
	๒.๒ คอยล์เย็น, คอยล์ร้อน			
๓.	เครื่องมือวัด			
	๓.๑ แคลมป์ – ออมมิเตอร์, เกจแมนิโฟลด์	๖	๒๐	
	๓.๒ มัลติมิเตอร์, ไขควงเช็คไฟฟ้า			
	รวม	๓๐		

ตารางที่ ๔.๕.๓ แสดงหลักสูตรล่างเครื่องปรับอากาศ

๔.๕.๔ หลักสูตรช่างซ่อมรองเท้า อบรมนักโทษเด็ดขาดชั้นกลางขึ้นไประยะเวลาอบรม ๓๐ ชั่วโมงนักโทษเด็ดขาด ได้รับการอบรมทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ ในหัวข้อ การใช้เครื่องมือ วัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการซ่อมรองเท้า การจัดเก็บรักษาวัสดุอุปกรณ์ วิธีการซ่อมปรับเปลี่ยนพื้นรองเท้า การตอกตะปูติดกาว การเย็บรองเท้าด้วยเข็มขอ การเก็บรายละเอียดชิ้นงานตามหัวข้อวิชา ดังนี้

เรื่องที่	หมวดวิชา	จำนวน(ชั่วโมง)		วิทยากร
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ	
๑	การใช้เครื่องมือ วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการซ่อมรองเท้า	๑		วิทยากรภายนอก
๒	การจัดเก็บรักษา วัสดุอุปกรณ์	๑		
๓	วิธีการซ่อม เปลี่ยนซับในพื้นรองเท้า และการซ่อมหนังหน้ารองเท้า	๑	๔	
๔	วิธีการซ่อมพื้นรองเท้า/การตอกตะปู/การติดกาว/การเย็บมือด้วยเข็มขอ	๑	๘	
๕	วิธีการซ่อมสันรองเท้าสตรี/บุรุษ/การเจียสันรองเท้า/ติดกาว/ตอกตะปู	๑	๘	
๖	วิธีการซ่อมสีรองเท้า	๑	๑	
๗	วิธีการเก็บรายละเอียดและตกแต่งชิ้นงานสุดท้าย	๑	๒	
	รวม	๗	๒๓	

ตารางที่ ๔.๕.๔ แสดงหลักสูตรช่างซ่อมรองเท้า

๔.๕.๕ หลักสูตรช่างตัดผมชาย อบรมนักโทษเด็ดขาดชั้นกลางขึ้นไประยะเวลาอบรม ๕๐ ชั่วโมง นักโทษเด็ดขาด ได้รับการอบรมทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติในหัวข้อ การใช้เครื่องมือ อุปกรณ์ที่ใช้ การจัดเก็บบำรุงรักษาเครื่องมืออุปกรณ์ในงานช่างตัดผม มีความรู้ความเข้าใจ ในการฝึก ทักษะ และมีเจตคติที่ดีในการประกอบอาชีพ

เรื่องที่	หมวดวิชา	จำนวน(ชั่วโมง)		วิทยากร
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ	
๑	ช่องทางการประกอบอาชีพตัดผมชาย	๔	๔	วิทยากรภายนอก
๒	ทักษะการประกอบอาชีพธุรกิจตัดผมชาย			
	๒.๑ ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการตัดผม			
	๒.๒ การเตรียมและการใช้วัสดุอุปกรณ์การตัดผม และการบำรุงรักษา	๑๒	๒๐	
	๒.๓ การตัดผมชาย ๓ ทรงตามมาตรฐาน			
	๒.๔ การออกแบบทรงผม			
๓	การบริหารจัดการในการประกอบอาชีพตัดผมชาย			
	๓.๑ การประกอบอาชีพ	๓	๓	
	๓.๒ เทคนิควิธีการแต่งผมและการขออนุญาตเปิดร้าน			
๔	โครงการประกอบอาชีพธุรกิจตัดผมชาย	๓	๓	
	รวม	๒๐	๓๐	

ตารางที่ ๔.๕.๕ แสดงหลักสูตรช่างตัดผมชาย

๔.๕.๖ หลักสูตรช่างเสริมสวย : อบรมนักโทษเด็ดขาดชั้นกลางขึ้นไประยะเวลาอบรม ๕๐ ชั่วโมง นักโทษเด็ดขาด ได้รับการอบรมทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ ในหัวข้อ การใช้เครื่องมืออุปกรณ์ที่ใช้ การจัดเก็บบำรุงรักษาเครื่องมืออุปกรณ์ในงานช่างเสริมสวย มีความรู้ความเข้าใจ ทักษะ ในการสระ ซอย เชีท ทำสีผมตามรูปแบบต่างๆ และมีเจตคติที่ดีในการประกอบอาชีพ

เรื่องที่	หมวดวิชา	จำนวน(ชั่วโมง)		วิทยากร
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ	
๑	เข้าใจการใช้วัสดุอุปกรณ์ ในการตัดผมเสริมสวย	๓		วิทยากร ภายนอก
๒	การเลือกอุปกรณ์ เสริมสวย (ชาย/หญิง)	๓		
๓	การสระผม นวดศีรษะ เชีทผม และเป่าไดร์	๓	๑๕	
๔	การตัดผม /ซอยผม	๓	๑๕	
๕	ความรู้ความเข้าใจในการบริหารจัดการเสริมสวย	๓		
๖	การประเมินผล	๒	๓	
	รวม	๑๗	๓๓	

ตารางที่ ๔.๕.๖ แสดงหลักสูตรช่างเสริมสวย

๔.๕.๗ หลักสูตรช่างเดินสายไฟฟ้าในอาคาร : อบรมนักโทษเด็ดขาดชั้นกลางขึ้นไป ระยะเวลาอบรม ๖๐ ชั่วโมง นักโทษเด็ดขาด ได้รับการอบรมทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ เกี่ยวกับงานเดินสายไฟฟ้า ความปลอดภัยในการทำงาน การเดินสายไฟฟ้า การอ่านการเขียนแบบวงจรไฟฟ้า บริภัณฑ์ไฟฟ้า (อุปกรณ์ไฟฟ้า) การใช้เครื่องมือในการเดินสายไฟฟ้าการเดินสายไฟฟ้า การตรวจสอบวงจรไฟฟ้า การวัดและการประเมินผล

เรื่องที่	หมวดวิชา	จำนวน(ชั่วโมง)		วิทยากร
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ	
๑	ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับงานเดินสายไฟฟ้า	๔		วิทยากร ภายนอก
๒	ความปลอดภัยในการทำงานเดินสายไฟฟ้า	๒		
๓	การอ่านและการเขียนแบบวงจรไฟฟ้า	๓	๔	
๔	บริภัณฑ์ไฟฟ้า (อุปกรณ์ไฟฟ้า)	๒	๔	
๕	การใช้เครื่องมือในการเดินสายไฟฟ้า	๒	๔	
๖	การอ่านการเขียนแบบวงจรไฟฟ้า	๖	๑๘	
๗	การตรวจสอบวงจรไฟฟ้า	๒	๔	
๘	การวัดและการประเมินผล	๑	๔	
รวม		๒๒	๓๘	

ตารางที่ ๔.๕.๗ แสดงหลักสูตรช่างเดินสายไฟฟ้าในอาคาร

๔.๕.๘ หลักสูตรช่างเชื่อมโลหะ : อบรมนักโทษเด็ดขาดชั้นกลางขึ้นไป ระยะเวลา ๖๐ ชั่วโมงนักโทษเด็ดขาด ได้รับการอบรมทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ เกี่ยวกับความปลอดภัยในการทำงาน เครื่องเชื่อมอาร์กโลหะด้วยมือและอุปกรณ์ประกอบ ลวดเชื่อมหุ้มฟลักซ์ สัญลักษณ์การเชื่อมและรอยต่อในการเชื่อม การตรวจสอบและคุณภาพของงานเชื่อม การเชื่อมเดินแนว การเชื่อมขึ้นงาน การเชื่อมงานแผ่นต่อตัวที่ การวัดและการประเมินผล การเชื่อมงานแผ่นต่อมุม ดังนี้

เรื่องที่	หมวดวิชา	จำนวน(ชั่วโมง)		วิทยากร
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ	
๑	ความปลอดภัยในการทำงาน	๒		วิทยากร ภายนอก
๒	เครื่องเชื่อมอาร์กโลหะด้วยมือและอุปกรณ์ประกอบ	๒		
๓	ลวดเชื่อม หุ้มฟลักซ์	๒		
๔	การเชื่อมและรอยต่อในการเชื่อม	๓		
๕	การตรวจสอบและคุณภาพของงานเชื่อม	๓		
๖	ฝึกปฏิบัติการเชื่อมเดินแนว		๖	
๗	ฝึกปฏิบัติการเชื่อมขึ้นงานแผ่นต่อเกย ทาระดับ		๒	
๘	ฝึกปฏิบัติการเชื่อมงานแผ่นต่อตัวที่ ทาระดับ		๔	
๙	ฝึกปฏิบัติการเชื่อมงานแผ่นต่อมุม ทาระดับ		๒	
๑๐	ฝึกปฏิบัติการเชื่อมขึ้นงานแผ่นต่อเกย ทำเชื่อมขึ้น		๒	
๑๑	ฝึกปฏิบัติการเชื่อมงานแผ่นต่อตัวที่ ทำเชื่อมขึ้น		๔	
๑๒	ฝึกปฏิบัติการเชื่อมงานแผ่นต่อมุม ทำเชื่อมขึ้น		๒	
๑๓	ฝึกปฏิบัติการเชื่อมขึ้นงานแผ่นต่อเกยทำเหนือศีรษะ		๒	
๑๔	ฝึกปฏิบัติการเชื่อมงานแผ่นต่อตัวที่ ทำเหนือศีรษะ		๔	

เรื่องที่	หมวดวิชา	จำนวน(ชั่วโมง)		วิทยากร
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ	
๑๕	ฝึกปฏิบัติการเชื่อมงานแผ่นต่อมม ทำเหนื่อศีระ		๒	
๑๖	ฝึกปฏิบัติการเชื่อมชิ้นงานท่อแผ่นต่อเกยทำตั้งเชื่อมขึ้น		๑๒	
๑๗	การวัดผลและประเมินผล	๒	๔	
รวม		๑๔	๔๖	

ตารางที่ ๔.๕.๘ แสดงหลักสูตรช่างเชื่อมโลหะ

๔.๖ หลักสูตรการพัฒนาคัดใจผู้ต้องขัง

๔.๖.๑ การเรียนธรรมศึกษาชั้นตรี (หลักสูตรแม่กองธรรมสนามหลวง) : อบรมนักโทษ
เด็ดขาดระยะเวลา ๑ ปีการศึกษาตามกรอบเนื้อหาวิชาเรียนดังนี้

วิชา	หนังสือที่เรียน	วิทยากรผู้สอน
กระทัธรรม	พุทธศาสนสุภาษิต เล่ม ๑	พระสงฆ์/ อนุศาสนาจารย์
ธรรมะ	นวโกวาท เล่ม ๑ แผนกธรรมวิภาคและคิทิปฏิบัติ	
พุทธประวัติ	พุทธประวัติเล่ม ๑ ,๒ , ๓ ปฐมสมโพธิ พระนิพนธ์ สมเด็จพระสังฆราช (ปุสสเทว)	
วินัย	เบญจศีล เบญจธรรม ของสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (เจริญ ญาณวรเถร)	

ตารางที่ ๔.๖.๑ แสดงหลักสูตรการเรียนธรรมศึกษาชั้นตรี

๔.๖.๒ การเรียนธรรมศึกษาชั้นโท : อบรมนักโทษเด็ดขาดจะต้องสอบได้ธรรมศึกษาชั้น
ตรีมาแล้วเท่านั้นระยะเวลา ๑ ปีการศึกษาตามกรอบเนื้อหาวิชาเรียน ดังนี้

วิชา	หนังสือที่เรียน	วิทยากรผู้สอน
กระทัธรรม	พุทธศาสนสุภาษิตเล่ม ๒ เฉพาะบางหมวด	พระสงฆ์/ อนุศาสนาจารย์
ธรรมะ	ธรรมวิภาค ปริเฉทที่ ๒	
อนุพุทธประวัติ	อนุพุทธประวัติ เฉพาะประวัติพระสาวก ๔๐ องค์ พุทธานุพุทธประวัติ สังคีตติกา ปฐมสมโพธิ พระนิพนธ์ สมเด็จพระสังฆราช(ปุสสเทว) ศาสนพิธี เล่ม ๒ ขององค์การศึกษา	
วินัย	อุโบสถศีล ของพระศรีรัตนโมลี (ชัยวัฒน์ ปัญญาสิริ)	

ตารางที่ ๔.๖.๒ แสดงหลักสูตรการเรียนธรรมศึกษาชั้นโท

๔.๖.๓ การเรียนธรรมศึกษาชั้นเอก : อบรมนักโทษเด็ดขาดจะต้องสอบได้ธรรมศึกษา
ชั้นโทมาแล้วเท่านั้นระยะเวลา ๑ ปีการศึกษาตามกรอบเนื้อหาวิชาเรียน ดังนี้

วิชา	หนังสือที่เรียน	วิทยากรผู้สอน
กระทัธรรม	พุทธศาสนสุภาษิตเล่ม ๓ เฉพาะบางหมวด	พระสงฆ์/ อนุศาสนาจารย์
ธรรมะ	ธรรมวิจารณ์ (เฉพาะบางหัวข้อธรรม)	
พุทธานุพุทธประวัติ	พุทธประวัติ เล่ม ๑, ๒, ๓ ปฐมสมโพธิ พระนิพนธ์ สมเด็จพระสังฆราช (ปุสสเทว) พุทธานุพุทธประวัติ ปฐมสมโพธิ พระนิพนธ์ สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระปรมาภิชาธิราช	
วินัย	กรรมบท ของพระศรีรัตนโมลี (ชัยวัฒน์ ปัญญาสิริ)	

ตารางที่ ๔.๖.๓ แสดงหลักสูตรการเรียนธรรมศึกษาชั้นเอก

๔.๖.๔ หลักสูตรอบรมพัฒนาจิตใจระยะสั้น

หลักสูตรมัคนายก : อบรมนักโทษเด็ดขาด ระยะเวลาไม่น้อยกว่า ๓๐ ชั่วโมง นักโทษเด็ดขาดเข้ารับการอบรม ให้ได้รับความรู้ทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ เกี่ยวกับศาสนพิธีมัคนายก แนวทางการจัดพิธีการทางศาสนาพุทธ มารยาทไทย ในพิธีการ บทสวดมนต์ คำอาราธนาต่าง ๆ สอบได้ ประโยคนักธรรมศึกษาชั้นโทมาแล้วโดยต้องเข้ารับการเรียนเต็มชั่วโมงเรียนตามหัวข้อวิชาเรียน ดังนี้

วันที่	หัวข้อวิชาเรียน	ชั่วโมงเรียน	วิทยากรผู้สอน
วันที่ ๑	๑. ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับมัคนายก	๓ ชม.	อนุศาสนาจารย์/ วิทยากรภายนอก
๐๙.๐๐-๑๒.๐๐ น.	๑.๑ ความหมายของมัคนายก ๑.๒ คุณสมบัติของมัคนายก ๑.๓ หลักการพูดและลำดับขั้นตอนงานพิธี ๑.๔ หน้าที่และความรับผิดชอบ		วิทยากรภายนอก
๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น.	๑.๕ ความหมายของศาสนพิธี ๑.๖ ประเภทบุญพิธีและลักษณะงานบุญ ๑.๗ พิธีบุญอันเนื่องมาแต่พุทธบัญญัติ ๑.๘ บุญแบบราชาการ และชาวบ้านตาม ประเพณีท้องถิ่น	๓ ชม.	อนุศาสนาจารย์/ วิทยากรภายนอก
วันที่ ๒	๒ แนวทางการจัดพิธีการทางศาสนา	๓ ชม.	อนุศาสนาจารย์/ วิทยากรภายนอก
๐๙.๐๐-๑๒.๐๐ น.	๒.๑ การจัดโต๊ะหมู่บูชา ๒.๒ การจัดอาสน์สงฆ์ การตั้งพัทธอง การวาง สายสิญจน์ ๒.๓ การตั้งครอบหรือภาชนะขันน้ำพระ พุทธมนต์ ๒.๔ การเตรียมรูปเทียน การเตรียมและทำ เชี่ยนนวนรูปเทียน ๒.๕ การโยงสายสิญจน์ การลาดกุชาโยง		วิทยากรภายนอก
๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น.	๒.๖ การส่งและรับเทียนชนวน ๒.๗ การจัดเตรียมอาหารถวายพระสงฆ์และ การจัดเตรียมไทยธรรม ๒.๘ การประเคนภัตตาหาร – ไทยธรรม ๒.๙ แบ่งกลุ่มปฏิบัติ	๓ ชม.	อนุศาสนาจารย์/ วิทยากรภายนอก
วันที่ ๓	๓.๑ หลักการสังเกตพระสงฆ์ขณะเจริญพระ พุทธมนต์ ๓.๒ อุปกรณ์หลักที่ใช้ในงานศาสนพิธี ๓.๓ การเตรียมกำหนดการ ๓.๔ คำอาราธนาศีล อาราธนาพระปริตร อาราธนาเทศน์ ๓.๕ คำบูชาข้าวพระพุทฺธ คำถวายสังฆทาน คำกรวดน้ำย่อ – ยาว	๓ ชม.	อนุศาสนาจารย์/ วิทยากรภายนอก
๐๙.๐๐-๑๒.๐๐ น.			

วันที่	หัวข้อวิชาเรียน	ชั่วโมงเรียน	วิทยากรผู้สอน
๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น.	๓.๖ เทคนิคในการพูดในที่ประชุมชน ๓.๗ ข้อควรระวังในการเป็นพิธีกรของมัคทายก ๓.๘ แบ่งกลุ่มฝึกปฏิบัติ	๓ ชม.	อนุศาสนาจารย์/ วิทยากรภายนอก
วันที่ ๔ ๐๙.๐๐-๑๒.๐๐ น.	๔. มารยาทไทยในพิธีการ ๔.๑ การแสดงความเคารพของประธาน ๔.๒ การประนมมือ ๔.๓ การไหว้ ๓ ระดับ	๓ ชม.	อนุศาสนาจารย์/ วิทยากรภายนอก
๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น.	๔.๔ การกราบแบบเบญจางคประดิษฐ์ ๔.๕ การกราบผู้ใหญ่ ๔.๖ การแสดงความเคารพ ๔.๗ แบ่งกลุ่มฝึกปฏิบัติ	๓ ชม.	อนุศาสนาจารย์/ วิทยากรภายนอก
วันที่ ๕ ๐๙.๐๐-๑๒.๐๐ น.	๕.บทสวดมนต์ และคำอาราธนาต่าง ๆ ที่ เกี่ยวข้อง ๕.๑ คำบูชาพระรัตนตรัย ๕.๒ คำนมัสการพระรัตนตรัย ๕.๓ การอาราธนาศีล ๕ ๕.๔ แบ่งกลุ่มฝึกปฏิบัติ	๓ ชม.	อนุศาสนาจารย์/ วิทยากรภายนอก
๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น.	๕.๕ การอาราธนาพระปริตร ๕.๖ การอาราธนาธรรม ๕.๗ คำถวายสังฆทาน (เพื่อตนเองและเพื่อ อุทิศผู้ตาย) ๕.๘ คำกรวดน้ำอุทิศให้ญาติ (อย่างย่อ) ๕.๙ คำถวายข้าวพระพุทธคำข้าวพระพุทธ ๕.๑๐ แบ่งกลุ่มฝึกปฏิบัติ	๓ ชม.	อนุศาสนาจารย์/ วิทยากรภายนอก
วันที่ ๖ ๐๙.๐๐-๑๒.๐๐ น.	๖. การวัดผลภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ ๖.๑ สอบภาคทฤษฎี ๖.๑.๑ ความรู้เกี่ยวกับศาสนพิธี และพิธีกรรม ทางศาสนา ๖.๑.๒ การเขียนลำดับขั้นพิธีการ	๓ ชม.	อนุศาสนาจารย์/ วิทยากรภายนอก
๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น.	๖.๒ สอบภาคปฏิบัติ ๖.๒.๑ การกล่าวคำอาราธนาต่าง ๆ ๖.๒.๒ การดำเนินพิธีการ	๓ ชม.	อนุศาสนาจารย์/ วิทยากรภายนอก

ตารางที่ ๔.๖.๔ แสดงหลักสูตรหลักสูตรมัคทายก

๔.๖.๕ หลักสูตรสัคคสาสมาธิ^๒ อบรมให้แก่ นักโทษเด็ดขาด หลังจากผ่านหลักสูตรปฐมนิเทศ นักโทษเด็ดขาดแล้วระยะเวลาอบรม ๒๐ วัน (๑๐๐ ชั่วโมง) หลักสูตรสัคคสาสมาธินี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมได้ทราบถึงหลักการทำสมาธิแบบง่าย ๆ และได้ผลเร็ว สามารถควบคุมอารมณ์ได้ คลายความเครียด มีสติและสามารถนำสมาธิไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ มีการเรียนทั้งด้านทฤษฎีและภาคปฏิบัติ (การเดินจงกรม-นั่งสมาธิ) ผู้เข้าอบรมจะต้องมีชั่วโมงเรียนไม่ต่ำกว่า ๘๐ % จึงจะมีสิทธิ์สอบ เมื่อจบหลักสูตรแล้ว จะมีการสอบภาคทฤษฎีและปฏิบัติ ต้องทำคะแนนได้ ๕๐% ขึ้นไปจึงจะถือว่าจบหลักสูตร จบแล้วจะมอบประกาศนียบัตรให้แก่ผู้เข้ารับการอบรม:หลักสูตรนี้นักโทษเด็ดขาดสามารถเข้าอบรมได้ ในรอบ ๖ เดือน ดำเนินการอบรมในวันจันทร์ถึงวันศุกร์ สัปดาห์ละ ๕ วัน ๆ ละ ๒ ชั่วโมง วิชา มีโครงสร้างวิชาเรียนดังนี้

วันที่	เวลา	หัวข้อวิชาเรียนหลักสูตรสัคคสาสมาธิ	เทป	อาจารย์ผู้บรรยาย
วันจันทร์	๐๙.๐๐-๑๐.๓๐น.	ปฐมนิเทศสัคคสาสมาธิ		ครูสมาธิ/
	๑๐.๓๐-๑๑.๐๐น.	๑. จุดประสงค์ของการทำสมาธิ	๒๓.๒๖	สถาบันพลัง
	๑๑.๐๐-๑๑.๓๐น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ		จิตตานภาพ
		ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระ		อนุศาสนาจารย์
		รัตนตรัย ๙ จบ นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		ผู้ผ่านการอบรม
	๑๒.๓๐-๑๓.๐๐น.	๑.๑.๑ อิริยาบถ ๔		
	๑๓.๐๐-๑๓.๔๕น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ	๒๘.๔๑	
	๑๓.๔๕-๑๔.๑๕น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		
	๑๔.๑๕-๑๔.๔๕น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
วันอังคาร	๐๙.๐๐-๐๙.๓๐น.	๑.๑.๒ กิริยา อาการ		
	๐๙.๓๐-๑๐.๑๕น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ	๒๘.๔๑	
	๑๐.๑๕-๑๐.๔๕น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		
	๑๐.๔๕-๑๑.๑๕น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
	๑๒.๓๐-๑๓.๐๐น.	๑.๑.๓ สถานที่ บริเวณ		
	๑๓.๐๐-๑๓.๔๕น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ		
	๑๓.๔๕-๑๔.๑๕น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๙ จบ		
	๑๔.๑๕-๑๔.๔๕น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
วันพุธ	๐๙.๐๐-๐๙.๓๐น.	๑.๑.๔ ชุมชน - ป่าไม้ - ภูเขา		
	๐๙.๓๐-๑๐.๑๕น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ	๔๔.๓๐	
	๑๐.๑๕-๑๐.๔๕น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๙ จบ		
	๑๐.๔๕-๑๑.๑๕น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
	๑๒.๓๐-๑๓.๐๐น.	๑.๑.๕ อากาศ - หิน - ร้อน		
	๑๓.๐๐-๑๓.๔๕น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ	๓๕.๐๖	
	๑๓.๔๕-๑๔.๑๕น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		

^๒ กรมราชทัณฑ์, สำนักพัฒนาพฤตินิสัย, คู่มือหลักสูตรการพัฒนาพฤตินิสัย, ๒๕๖๐, [ออนไลน์] แหล่งที่มา <<http://www.correct.go.th/popmaeh/TECH.htm>>, [๒๕ มกราคม ๒๕๖๑].

วันที่	เวลา	หัวข้อวิชาเรียนหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิต	เทป	อาจารย์ผู้บรรยาย
วันพฤหัสบดี	๐๙.๐๐-๐๙.๓๐ น.	๑.๑.๖ เวลา		
	๐๙.๓๐-๑๐.๑๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ	๓๙.๐๗	
	๑๐.๑๕-๑๐.๔๕ น.	ยีนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๙ จบ		
	๑๐.๔๕-๑๑.๑๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
	๑๒.๓๐-๑๓.๐๐ น.	๑.๒.๑ ความตั้งใจ		
	๑๓.๐๐-๑๓.๔๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ	๓๑.๔๕	
	๑๓.๔๕-๑๔.๑๕ น.	ยีนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		
	๑๔.๑๕-๑๔.๔๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
วันศุกร์	๐๙.๐๐-๐๙.๓๐ น.	๑.๒.๒ ความวางใจ		
	๐๙.๓๐-๑๐.๑๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ	๔๔.๓๕	
	๑๐.๑๕-๑๐.๔๕ น.	ยีนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๙ จบ		
	๑๐.๔๕-๑๑.๑๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
	๑๒.๓๐-๑๓.๐๐ น.	๑.๒.๓ การบริการกรม		
	๑๓.๐๐-๑๓.๔๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ	๓๗.๑๒	
	๑๓.๔๕-๑๔.๑๕ น.	ยีนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		
	๑๔.๑๕-๑๔.๔๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
วันเสาร์	๑๘.๐๐-๑๘.๑๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ		มอบหมาย
	๑๘.๑๕-๑๘.๓๐ น.	สวดมนต์บทสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		เจ้าหน้าที่
	๑๘.๓๐-๑๙.๐๐ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		เรือนจำ
วันอาทิตย์	๑๘.๐๐-๑๘.๑๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ		มอบหมาย
	๑๘.๑๕-๑๘.๓๐ น.	สวดมนต์บทสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		เจ้าหน้าที่
	๑๘.๓๐-๑๙.๐๐ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		เรือนจำ
วันจันทร์	๐๙.๐๐-๐๙.๓๐ น.	๑.๒.๔ เริ่มต้นการกำหนด		
	๐๙.๓๐-๑๐.๑๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ	๔๓.๕๓	
	๑๐.๑๕-๑๐.๔๕ น.	ยีนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๙ จบ		
	๑๐.๔๕-๑๑.๑๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
	๑๒.๓๐-๑๓.๐๐ น.	๑.๒.๕ เกี่ยวกับลมหายใจ		
	๑๓.๐๐-๑๓.๔๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ	๔๔.๔๕	
	๑๓.๔๕-๑๔.๑๕ น.	ยีนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		
	๑๔.๑๕-๑๔.๔๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
วันอังคาร	๐๙.๐๐-๐๙.๓๐ น.	๑.๒.๖ เกี่ยวกับอุบาย		
	๐๙.๓๐-๑๐.๑๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ	๓๙.๕๙	
	๑๐.๑๕-๑๐.๔๕ น.	ยีนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๙ จบ		
	๑๐.๔๕-๑๑.๑๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
	๑๒.๓๐-๑๓.๐๐ น.	๑.๒.๗ เกี่ยวกับอารมณ์		
	๑๓.๐๐-๑๓.๔๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ	๔๑.๐๓	
	๑๓.๔๕-๑๔.๑๕ น.	ยีนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		
	๑๐.๔๕-๑๑.๑๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		

วันที่	เวลา	หัวข้อวิชาเรียนหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิต	เทป	อาจารย์ผู้บรรยาย
วันพุธ	๐๙.๐๐-๐๙.๓๐ น.	๑.๒.๘ เกี่ยวกับกระแส		
	๐๙.๓๐-๑๐.๑๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ	๔๑.๐๓	
	๑๐.๑๕-๑๐.๔๕ น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๙ จบ		
	๑๐.๔๕-๑๑.๑๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
	๑๒.๓๐-๑๓.๐๐ น.	๑.๓.๑ การบริการคือ นึก พุทโธ ฯลฯ		
	๑๓.๐๐-๑๓.๔๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ	๔๐.๒๙	
	๑๓.๔๕-๑๔.๑๕ น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		
	๑๔.๑๕-๑๔.๔๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
วันพฤหัสบดี	๐๙.๐๐-๐๙.๓๐ น.	๑.๓.๒ การบริการเป็นเพียงเบื้องต้น		
	๐๙.๓๐-๑๐.๑๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ	๔๒.๔๒	
	๑๐.๑๕-๑๐.๔๕ น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๙ จบ		
	๑๐.๔๕-๑๑.๑๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
	๑๒.๓๐-๑๓.๐๐ น.	๑.๓.๓ การบริการเป็นความจำเป็น		
	๑๓.๐๐-๑๓.๔๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ		
	๑๓.๔๕-๑๔.๑๕ น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		
	๑๔.๑๕-๑๔.๔๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
วันศุกร์	๐๙.๐๐-๐๙.๓๐ น.	๑.๓.๔ การไม่บริการกำหนดความสุข		
	๐๙.๓๐-๑๐.๑๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ	๔๓.๕๔	
	๑๐.๑๕-๑๐.๔๕ น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๙ จบ		
	๑๐.๔๕-๑๑.๑๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
	๑๒.๓๐-๑๓.๐๐ น.	๑.๓.๕ การผ่อนคลายใจในขณะกำหนดความหยุด		
	๑๓.๐๐-๑๓.๔๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ		
	๑๓.๔๕-๑๔.๑๕ น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		
	๑๔.๑๕-๑๔.๔๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
วันเสาร์	๑๘.๐๐-๑๘.๑๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ		มอบหมาย
	๑๘.๑๕-๑๘.๓๐ น.	สวดมนต์บทสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		เจ้าหน้าที่
	๑๘.๓๐-๑๙.๐๐ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		เรือนจำ
วันอาทิตย์	๑๘.๐๐-๑๘.๑๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ		มอบหมาย
	๑๘.๑๕-๑๘.๓๐ น.	สวดมนต์บทสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		เจ้าหน้าที่
	๑๘.๓๐-๑๙.๐๐ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		เรือนจำ
วันจันทร์	๐๙.๐๐-๐๙.๓๐ น.	๑.๓.๖ การบริการเปรียบด้วยเด็กอ่อน		
	๐๙.๓๐-๑๐.๑๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ	๔๒.๕๓	
	๑๐.๑๕-๑๐.๔๕ น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๙ จบ		
	๑๐.๔๕-๑๑.๑๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
	๑๒.๓๐-๑๓.๐๐ น.	๑.๓.๗ การวางจิตขณะบริการ		
	๑๓.๐๐-๑๓.๔๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ		
	๑๓.๔๕-๑๔.๑๕ น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		
	๑๔.๑๕-๑๔.๔๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		

วันที่	เวลา	หัวข้อวิชาเรียนหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิต	เทป	อาจารย์ผู้บรรยาย
วันอังคาร	๐๙.๐๐-๐๙.๓๐ น.	๑.๓.๘ การวัดผลของการบริหาร		
	๐๙.๓๐-๑๐.๑๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ	๔๓.๕๗	
	๑๐.๑๕-๑๐.๔๕ น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๙ จบ		
	๑๐.๔๕-๑๑.๑๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
	๑๒.๓๐-๑๓.๐๐ น.	๑.๔.๑ ความเจ็บปวด เมื่อย เหนื่อย ทิว		
	๑๓.๐๐-๑๓.๔๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ		
	๑๓.๔๕-๑๔.๑๕ น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		
	๑๔.๑๕-๑๔.๔๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
วันพุธ	๐๙.๐๐-๐๙.๓๐ น.	๑.๔.๒ ความปริวิตก		
	๐๙.๓๐-๑๐.๑๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ	๔๑.๐๓	
	๑๐.๑๕-๑๐.๔๕ น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๙ จบ		
	๑๐.๔๕-๑๑.๑๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
	๑๒.๓๐-๑๓.๐๐ น.	๑.๔.๓ ความกระวนกระวาย		
	๑๓.๐๐-๑๓.๔๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ		
	๑๓.๔๕-๑๔.๑๕ น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		
	๑๔.๑๕-๑๔.๔๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
วันพฤหัสบดี	๐๙.๐๐-๐๙.๓๐ น.	๑.๔.๔ ความหงุดหงิด		
	๐๙.๓๐-๑๐.๑๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ	๔๓.๕๒	
	๑๐.๑๕-๑๐.๔๕ น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๙ จบ		
	๑๐.๔๕-๑๑.๑๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
	๑๒.๓๐-๑๓.๐๐ น.	๑.๔.๕ อาการกิริยา เจ็บคัน โดยไม่มีเหตุผล		
	๑๓.๐๐-๑๓.๔๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ		
	๑๓.๔๕-๑๔.๑๕ น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		
	๑๔.๑๕-๑๔.๔๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
วันศุกร์	๐๙.๐๐-๐๙.๓๐ น.	๑.๔.๖ ความลึกลับสงสัย		
	๐๙.๓๐-๑๐.๑๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ	๔๓.๕๔	
	๑๐.๑๕-๑๐.๔๕ น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๙ จบ		
	๑๐.๔๕-๑๑.๑๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
	๑๒.๓๐-๑๓.๐๐ น.	๑.๔.๗ ความโลภอยากได้เร็ว		
	๑๓.๐๐-๑๓.๔๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ		
	๑๓.๔๕-๑๔.๑๕ น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		
	๑๔.๑๕-๑๔.๔๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
วันเสาร์	๑๘.๐๐-๑๘.๑๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ		มอบหมาย
	๑๘.๑๕-๑๘.๓๐ น.	สวดมนต์บทสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		เจ้าหน้าที่เรือนจำ
	๑๘.๓๐-๑๘.๐๐ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
วันอาทิตย์	๑๘.๐๐-๑๘.๑๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ		มอบหมาย
	๑๘.๑๕-๑๘.๓๐ น.	สวดมนต์บทสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		เจ้าหน้าที่

วันที่	เวลา	หัวข้อวิชาเรียนหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิต	เทป	อาจารย์ผู้บรรยาย
วันจันทร์	๐๙.๐๐-๐๙.๓๐ น.	๒.๑.๑ ลักษณะของสมาธิ		
	๐๙.๓๐-๑๐.๑๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ	๔๔.๒๘	
	๑๐.๑๕-๑๐.๔๕ น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๙ จบ		
	๑๐.๔๕-๑๑.๑๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
	๑๒.๓๐-๑๓.๐๐ น.	๒.๑.๒ ขั้นตอนของสมาธิ		
	๑๓.๐๐-๑๓.๔๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ		
	๑๓.๔๕-๑๔.๑๕ น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		
	๑๔.๑๕-๑๔.๔๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
วันอังคาร	๐๙.๐๐-๐๙.๓๐ น.	๒.๑.๓ คุณสมบัติของสมาธิ		
	๐๙.๓๐-๑๐.๑๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ	๔๓.๑๔	
	๑๐.๑๕-๑๐.๔๕ น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๙ จบ		
	๑๐.๔๕-๑๑.๑๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
	๑๒.๓๐-๑๓.๐๐ น.	๒.๑.๔ การวัดผลของสมาธิ		
	๑๓.๐๐-๑๓.๔๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ		
	๑๓.๔๕-๑๔.๑๕ น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		
	๑๔.๑๕-๑๔.๔๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
วันพุธ	๐๙.๐๐-๐๙.๓๐ น.	๒.๑.๕ ประโยชน์ของสมาธิ		
	๐๙.๓๐-๑๐.๑๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ	๓๓.๐๙	
	๑๐.๑๕-๑๐.๔๕ น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๙ จบ		
	๑๐.๔๕-๑๑.๑๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
	๑๒.๓๐-๑๓.๐๐ น.	๒.๑.๖ สมาธิขั้นต้น		
	๑๓.๐๐-๑๓.๔๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ		
	๑๓.๔๕-๑๔.๑๕ น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		
	๑๔.๑๕-๑๔.๔๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
วันพฤหัสบดี	๐๙.๐๐-๐๙.๓๐ น.	๒.๑.๗ สมาธิลึก		
	๐๙.๓๐-๑๐.๑๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ	๓๕.๑๗	
	๑๐.๑๕-๑๐.๔๕ น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๙ จบ		
	๑๐.๔๕-๑๑.๑๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
	๑๒.๓๐-๑๓.๐๐ น.	๒.๑.๘ อาการของสมาธิ		
	๑๓.๐๐-๑๓.๔๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ		
	๑๓.๔๕-๑๔.๑๕ น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		
	๑๔.๑๕-๑๔.๔๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
วันศุกร์	๐๙.๐๐-๐๙.๓๐ น.	๒.๑.๙ การเพิ่มของสมาธิ		
	๐๙.๓๐-๑๐.๑๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ	๔๔.๑๘	
	๑๐.๑๕-๑๐.๔๕ น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๙ จบ		
	๑๐.๔๕-๑๑.๑๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
	๑๒.๓๐-๑๓.๐๐ น.	๒.๑.๑๐ หนทางให้สมาธิเสื่อม		
	๑๓.๐๐-๑๓.๔๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ		

วันที่	เวลา	หัวข้อบรรยาย	เทป	อาจารย์ผู้บรรยาย
	๑๓.๔๕-๑๔.๑๕ น.	ยืนสมาธิ ๕ นาที/สวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		
	๑๔.๑๕-๑๔.๔๕ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		
วันเสาร์	๑๘.๐๐-๑๘.๑๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ		มอบหมาย
	๑๘.๑๕-๑๘.๓๐ น.	สวดมนต์บทสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		เจ้าหน้าที่
	๑๘.๓๐-๑๙.๐๐ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		เรือนจำ
วันอาทิตย์	๑๘.๐๐-๑๘.๑๕ น.	ฟังเสียงบรรยายพระธรรมมงคลญาณ		มอบหมาย
	๑๘.๑๕-๑๘.๓๐ น.	สวดมนต์บทสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ๓ จบ		เจ้าหน้าที่
	๑๘.๓๐-๑๙.๐๐ น.	นั่งสมาธิ ๓๐ นาที		เรือนจำ
วันจันทร์	๐๙.๐๐-๑๑.๑๕ น.	นักศึกษาแสดงความรู้สึกรัก		
	๑๓.๐๐-๑๕.๑๕ น.	สอบทางทฤษฎี		
	๐๙.๐๐-๑๑.๑๕ น.	สอบเดินปฏิบัติเดินจงกรม-นั่งสมาธิ		
	๑๓.๐๐-๑๕.๑๕ น.	พิธีปัจฉิมนิเทศ		
	๐๙.๐๐-๑๐ น.	ผู้เข้ารับการอบรมกล่าวแสดงความรู้สึก		
	๑๐.๑๐-๑๑.๔๕ น.	สอบภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติ		
	๑๓.๐๐-๑๔.๐๐ น.	พิธีปิดการอบรม		

ตารางที่ ๔.๖.๕ แสดงหลักสูตรสัปดาห์ศาสนา

๔.๗ ผลจากการปฏิบัติตามแนวทางไตรสิกขา ของผู้ต้องขังในเรือนจำจังหวัดน่าน

จากการที่ผู้วิจัยได้สังเกตการณ์และสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่ตลอดจนผู้ต้องขัง ในเรือนจำจังหวัดน่าน เกี่ยวกับการปฏิบัติตามแนวทางไตรสิกขา ได้ข้อสรุปดังต่อไปนี้

๑. ด้านศีล พบว่า กลุ่มผู้ต้องขังที่เข้าร่วมกิจกรรมโครงการอบรมผู้ต้องขังเข้าใหม่ โครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา โครงการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังเรือนจำเรือนธรรมโครงการอบรมพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังหลักสูตรสัปดาห์ศาสนา โครงการเรียนธรรมศึกษาโครงการอบรมและบรรยายธรรมโดยผู้นำทางศาสนา โครงการอบรมมัคนายก นั้น เป็นคนที่มีความประพฤติดีขึ้น มีกิริยามารยาทในการแสดงออกต่อผู้อื่น ไม่ว่าจะเป็นเจ้าหน้าที่หรือเพื่อนผู้ต้องขังด้วยกันทางกายและวาจา สงบเย็นลง^๓ มีสัมมาคารวะ อ่อนน้อมถ่อมตน เชื่อฟังเจ้าหน้าที่ มีกิริยามารยาทและนิสัยที่ก้าวร้าวลดลง มีความรับผิดชอบและใส่ใจในงานที่ได้รับมอบหมายมากขึ้น รู้จักการเอื้ออาทรเผื่อแผ่และช่วยเหลือเพื่อน ๆ ที่อ่อนแอกว่า^๔ มีความเสียสละแบ่งปันมากขึ้น สอดคล้องกับคำให้สัมภาษณ์ของเจ้าหน้าที่เรือนจำ^๕ และผู้ต้องขังให้สัมภาษณ์ ว่า ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมกิจกรรมดังกล่าวเป็นเพื่อนที่ดี ความเป็นกัลยาณมิตรมากขึ้น^๖ กิริยามารยาทเรียบร้อยการพูดจาไม่ก้าวร้าวเหมือนที่ผ่านมา มีความรับผิดชอบและมีวินัยดีขึ้น^๗

^๓ สัมภาษณ์ ผู้ต้องขังชั้นเยี่ยม, เรือนจำจังหวัดน่าน, ๑๑ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

^๔ สัมภาษณ์ ผู้ต้องขังชั้นดีมาก, เรือนจำจังหวัดน่าน, ๑๑ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

^๕ สัมภาษณ์ นายเนติวัฒน์ ธิพัฒน์ภูริกุล, ฝ่ายการศึกษาและพัฒนาจิตใจ, ๓ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

^๖ สัมภาษณ์ ผู้ต้องขังชั้นดี, เรือนจำจังหวัดน่าน, ๑๑ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

^๗ สัมภาษณ์ ผู้ต้องขังชั้นเยี่ยม, เรือนจำจังหวัดน่าน, ๑๒ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

รู้จักรับผิดชอบงานที่ได้รับมอบหมาย ปฏิบัติหน้าที่ด้วยความยินดี มีความอ่อนน้อม แจ่มใสสีหน้าและ
แววตาผ่อนคลายไม่มีความเครียด เมื่อเจ้าหน้าที่มอบหมายงานให้ มีจิตอาสาช่วยเหลืองานสังคมได้โดย
ไม่เก้อเขินเหมือนเมื่อก่อน^๙ เช่น การช่วยงานจัดสถานที่ในการอบรม การเก็บอุปกรณ์เครื่องมือต่าง ๆ
ปิดกวาดเช็ดถู ตลอดถึงการจัดเตรียมความพร้อมต่างๆ เช่นการจัดเรียงรองเท้าของเพื่อนที่วางไว้ไม่เป็น
ระเบียบให้เป็นระเบียบเรียบร้อย มีความเปลี่ยนแปลงในการแต่งกายดูดีสะอาดเรียบร้อยมากยิ่งขึ้น^{๑๐} มี
ความใจเย็นแม้จะรอเป็นเวลานานได้ ไม่แสดงกิริยาหงุดหงิดรำคาญ^{๑๑} ซึ่งแตกต่างจากกลุ่มผู้ต้องขังที่
ไม่ได้เข้ารับการอบรมและร่วมกิจกรรม ซึ่งมักจะขาดระเบียบวินัย พุดจาไม่สุภาพเรียบร้อย มักทำผิด
ระเบียบวินัยของทางเรือนจำอยู่บ่อย ๆ สร้างความวุ่นวายและถูกทำโทษทางวินัยอยู่เสมอ เป็นต้น^{๑๒}

๒. ด้านสมาธิ พบว่า กลุ่มผู้ต้องขัง ที่เข้าร่วมกิจกรรมโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตตาม
หลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขัง กิจกรรมโครงการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังเรือนจำ-เรือนธรรม โครงการอบรม
และพัฒนาจิตใจผู้ต้องขัง หลักสูตรสัจธรรมสมาธิ โครงการเรียนธรรมศึกษา โครงการอบรมและบรรยาย
ธรรมโดยผู้นำศาสนา เป็นผู้ที่มีสมาธิดีขึ้น และมีความมุ่งมั่นตั้งใจในการทำงานทำงานที่รับผิดชอบได้ผลดี
ขึ้น^{๑๓} มีสมาธิและตั้งใจในการศึกษาเล่าเรียน ทั้งวิชาสามัญ วิชาชีพและธรรมศึกษา มีความอ่อนน้อมถ่อม
ตนไม่สร้างความเดือดร้อนให้กับเพื่อน ๆ และเรือนจำ^{๑๔} รักความเป็นระเบียบเรียบร้อย รู้จักรักษาความ
สะอาดของเสื้อผ้าและร่างกาย^{๑๕} พุดจาพอประมาณไม่ส่งเสียงอันน่ารำคาญต่อผู้อื่น รู้คิดรู้ทำ^{๑๖}
สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของนายอดิศร โลวilar เจ้าหน้าที่ฝ่ายควบคุมผู้ต้องขังว่า ผู้ต้องขัง ที่เข้า
ร่วมกิจกรรมโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาสำหรับผู้ต้องขัง โครงการพัฒนาจิตใจ
ผู้ต้องขังเรือนจำ-เรือนธรรม โครงการอบรมและพัฒนาจิตใจผู้ต้องขัง หลักสูตรสัจธรรมสมาธิ โครงการ
เรียนธรรมศึกษา โครงการอบรมและบรรยายธรรมโดยผู้นำศาสนา มีความรับผิดชอบงานที่ทำดีขึ้น
ปกครองง่าย มีความตั้งใจและมีสมาธิในการทำงาน มีเหตุผลในการตัดสินใจ ไม่เป็นคนใจร้อนวู่วาม^{๑๗}
แตกต่างจากผู้ต้องขังที่ไม่เข้าร่วมกิจกรรม คือ เป็นคนสอนยาก ไม่ค่อยจะเชื่อฟัง เจ้าหน้าที่ต้องสั่ง
ลงโทษวินัยอยู่บ่อย ๆ ประพฤติตนไม่เรียบร้อย เช่น แอบสูบบุหรี่นอกเขตอนุญาต แต่งกายผิดระเบียบ
ผิดวินัย กิริยามารยาทไม่เรียบร้อย ขาดความรับผิดชอบต่องานและหน้าที่^{๑๘} แข็งกระด้าง มีพฤติกรรม
ผิดทาง ไม่ใส่ใจงานส่วนรวม^{๑๙}

^๙ สัมภาษณ์ ผู้ต้องขังชั้นดีมาก, เรือนจำจังหวัดน่าน, ๑๒ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

^{๑๐} สัมภาษณ์ ผู้ต้องขังชั้นดีมาก, เรือนจำจังหวัดน่าน, ๑๒ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

^{๑๑} สัมภาษณ์ ผู้ต้องขังชั้นเยี่ยม, เรือนจำจังหวัดน่าน, ๑๒ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

^{๑๒} สัมภาษณ์ ผู้ต้องขังชั้นดีมาก, เรือนจำจังหวัดน่าน, ๑๕ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

^{๑๓} สัมภาษณ์ ผู้ต้องขังชั้นเยี่ยม, เรือนจำจังหวัดน่าน. ๑๕ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

^{๑๔} สัมภาษณ์ ผู้ต้องขัง ชั้นเยี่ยม, เรือนจำจังหวัดน่าน. ๑๖ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

^{๑๕} สัมภาษณ์ ผู้ต้องขังชั้นดีมาก, เรือนจำจังหวัดน่าน. ๑๖ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

^{๑๖} สัมภาษณ์ ผู้ต้องขังชั้นเยี่ยม, เรือนจำจังหวัดน่าน. ๑๖ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

^{๑๗} สัมภาษณ์ นายอดิศร โลวilar, เจ้าหน้าที่ฝ่ายควบคุมและรักษาการณ์, ๑๗ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

^{๑๘} สัมภาษณ์ นายศิลภพ บุญเรือง, เจ้าหน้าที่ฝ่ายสวัสดิการผู้ต้องขัง, ๑๗ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

^{๑๙} สัมภาษณ์ นายไชย วังประชุม, เจ้าหน้าที่ฝ่ายควบคุมและรักษาการณ์, ๑๖ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

๓. ด้านปัญญา พบว่า ผู้เข้าร่วมกิจกรรม เป็นคนมีเหตุมีผลมากยิ่งขึ้นยอมรับฟังความคิดเห็นของบุคคลอื่นรอบข้าง ไม่ใจร้อน สามารถใช้ทักษะในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยสติและความรอบคอบขึ้น สอดคล้องกับคำให้สัมภาษณ์ของนายสรุฒิ อัทธานพวงศ์ ฝ่ายสวัสดิการผู้ต้องขังว่า ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมและผ่านกิจกรรมโครงการต่าง ๆ ของเรือนจำ เป็นคนที่มีเหตุมีผลในระดับหนึ่ง ในด้านการรับผิดชอบงานในหน้าที่ เช่นการรักษาความสะอาดบริเวณที่ตนได้รับมอบหมาย มีความอ่อนน้อมถ่อมตนแสดงสัมมาคารวะต่อเจ้าหน้าที่และผู้บังคับบัญชา มีความอดทนต่อการกระทบกระทั่งทั้งทางกาย วาจา ของเพื่อนผู้ต้องขังอื่น มีใบหน้าที่ยิ้มแย้มแจ่มใส สามารถเป็นแบบอย่างที่ดี มีความอยากรู้ อยากรูเห็น อยากรูเป็น อยากรูทำในกิจกรรมต่าง ๆ พยายามพัฒนาตนไปสู่การแก้ไขที่ดีขึ้น^{๑๙} มีความกระตือรือร้นในการทำงานส่วนตน และงานส่วนรวมซึ่งเป็นการช่วยฝึกฝนให้ผู้ต้องขัง ให้รู้งานรู้หน้าที่ กระตือรือร้นไม่นิ่งดูดาย เรียกว่า รู้งาน รู้หน้าที่ มีวินัย^{๒๐} สอดคล้องกับคำให้สัมภาษณ์ของนายไพบูลย์ ไซยวงศ์ เจ้าหน้าที่ควบคุมว่า ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมในกิจกรรมสามารถทำตนให้เป็นคนอบอุ่นและเป็นกลุ่มที่อบอุ่นได้ อยู่อย่างสงบ ไม่สร้างปัญหาหรือก่อความรำคาญให้แก่เพื่อนผู้ต้องขังและเจ้าหน้าที่ผู้ควบคุม หากจะมีบ้างก็น้อยไม่รุนแรง บางคนมีความสุขรอบคอบขึ้น^{๒๑} แตกต่างจากผู้ต้องขังที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งเป็นผู้ไม่น่าไว้วางใจและรับเอาความรู้มาพัฒนาตนเอง ละอายตนเองไม่ค่อยกล้าแสดงออกในชุมชน ทั้งไม่ค่อยชอบการแสวงหาความรู้ใหม่ ๆ ให้กับตนเอง ชอบตำหนิตนเอง^{๒๒}

จากผลการนำหลักไตรสิกขาเข้ามาเป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังในเรือนจำ จังหวัดน่าน สามารถสรุปได้ว่า ผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน ที่เข้าร่วมกิจกรรมโครงการอบรมผู้ต้องขังเข้าใหม่ โครงการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังเรือนจำเรือนธรรม โครงการเรียนธรรมศึกษา โครงการอบรมและบรรยายธรรมโดยผู้นำทางศาสนา โครงการอบรมมัคทายก และโครงการอบรมพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังหลักสูตรสัปดาห์ศาสนา มีผลจากการปฏิบัติ พบว่า ด้านศีล มีพฤติกรรมทางกาย วาจาดีขึ้น มีความอดทน ประพฤติตนอยู่ในระเบียบวินัย ง่ายต่อการควบคุมและปกครองผู้ต้องขังภายในเรือนจำ ด้านสมาธิ ผู้ต้องขังมีความสงบนิ่ง มีอารมณ์เย็นลง ลดการกระทบกระทั่งระหว่างผู้ต้องขังด้วยกันได้ ด้านปัญญา ผู้ต้องขังสามารถใช้ทักษะแก้ปัญหาของชีวิตได้เช่น การตัดสินใจ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ การสื่อสาร การสร้างสัมพันธภาพกับคนอื่น การเข้าใจตนเองและบุคคลอื่น การจัดการอารมณ์ การขจัดความเครียด การตระรู้คุณค่าในตนเอง โดยเป้าหมายหลักเรือนจำจังหวัดน่าน คือการส่งเสริมให้ผู้ต้องขังได้ฝึกหัดเรียนรู้การมีระเบียบวินัยจากภายในตน เพื่อสร้างพื้นฐานชีวิตให้มั่นคงแข็งแรง ซึ่งได้รับการออกแบบบูรณาการเชื่อมโยงความจริงกับความหมายของการดำเนินชีวิตภายใต้สิ่งแวดล้อมที่เป็นธรรมชาติ รวมถึงการกล่อมเกลาพฤติกรรมในกิจวัตรประจำวัน เพื่อนำพาผู้ต้องขังไปสู่การเป็นผู้รู้จักสังเกต เรียนรู้เท่าทันเหตุการณ์ เอื้ออาทรต่อผู้อื่น ต่อธรรมชาติสิ่งแวดล้อมสังคมและร่วมสร้างสรรค์วัฒนธรรมที่ดีงามให้กับสังคมไทยได้ ภายหลังจากได้รับการปล่อยตัว เป็นคนดีคุณค่า ในสังคมได้ไม่หวนกลับมากระทำผิดซ้ำอีกต่อไป

^{๑๙} สัมภาษณ์ นายสรุฒิ อัทธานพวงศ์, หัวหน้าฝ่ายสวัสดิการผู้ต้องขัง, ๑๗ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

^{๒๐} สัมภาษณ์ นายปรีชา สิงห์ธนะ, หัวหน้างานสุทกรรม, ๑๗ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

^{๒๑} สัมภาษณ์ นายไพบูลย์ ไซยวงศ์, หัวหน้าฝ่ายการศึกษาและพัฒนาจิตใจ, ๑๘ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

^{๒๒} สัมภาษณ์ นายอภิสิทธิ์ หมั่นจิณะ, เจ้าหน้าที่ฝ่ายสวัสดิการผู้ต้องขัง, ๑๘ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

บทที่ ๕

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง“แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน” มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการคือ ๑) เพื่อศึกษาหลักไตรสิกขา ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ๒) เพื่อศึกษาสภาพปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง เรือนจำจังหวัดน่าน ๓) เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขัง เรือนจำจังหวัด

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

ผลการศึกษาวิจัยสามารถสรุปได้ ดังนี้

๕.๑.๑ หลักไตรสิกขาในคัมภีร์พระพุทธานุญาต

จากการศึกษาสรุปได้ว่า ไตรสิกขา เป็นหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาที่มีความสำคัญยิ่ง เป็นที่รวมของหลักธรรมที่มีทั้งหลักการศึกษา และวิธีปฏิบัติเพื่อฝึกหัดอบรมกาย วาจา จิต และปัญญาให้เจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไป จนบรรลุเป้าหมายสูงสุดคือพระนิพพาน การศึกษานี้ จำแนกเป็น ๓ อย่าง คือ

๑) ศิล หมายถึงขั้นตอนการประพุดิเบื้องต้น ในการดำเนินชีวิตโดยมีพฤติกรรมที่ถูกต้องในการสัมพันธ์กับเพื่อนมนุษย์ และสิ่งแวดล้อม ตั้งแต่การดู การฟัง การแสวงหา การบริโภคใช้สอยปัจจัยสี่ การพิจารณา ซึ่งความหมายในที่นี้ คือ หมายถึงปาริสุทธศิลป์ ๔

๒) สมมติ หมายถึง การฝึกฝนจิตใจให้ยิ่งขึ้น ด้วยสภาพจิตที่หนักแน่น มีความสงบสุข
แน่วแน่ มั่นคงไม่สั่นไหวไปตามแรงกิเลส เรียกว่า ใจจดจ่ออยู่กับกิจ จิตจดจ่ออยู่กับงาน เป็นต้น

๓) ปัญญา หมายถึง ความรู้ความเข้าใจเหตุผล รู้ความจริงของโลกและชีวิต จนกระทั่งสามารถทำจิตให้เป็นอิสระได้ ไม่ตกอยู่ภายใต้การครอบงำของสิ่งทั้งหลาย

การศึกษาตามหลักไตรสิกขา มีจุดมุ่งหมายสำคัญ คือ ๑) เป็นไปเพื่อประโยชน์ ๓ ประการ ได้แก่ ประโยชน์ในปัจจุบัน คือการมีคุณภาพชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีงาม ประโยชน์ในอนาคต คือ การมีชีวิตที่มีคุณค่าที่ดี เจริญงอกงามในด้านคุณธรรม ด้วยการสร้างคุณงามความดีเพื่อตนเอง สังคมและประเทศชาติ และประโยชน์อย่างสูงสุด คือ การทำจิตใจให้บริสุทธิ์เบิกบานปราศจากความเศร้าหมอง และความยึดติดในสรรพสิ่งทั้งปวงเป็นไปเพื่อความสุขมเย็น ๒) เป็นไปเพื่ออิสรภาพแห่งชีวิตอันได้แก่ ความหลุดพ้นจากความยึดติดทั้งในกิเลสสามและวัฏฏกาม ประกอบด้วย อิสรภาพทางกาย คือการไม่กระทำการในสิ่งที่จะก่อให้เกิดความเดือดร้อน อิสรภาพทางสังคม คือ หลุดพ้นจากการเบียดเบียนกัน การเอารัดเอาเปรียบกันด้านต่าง ๆ ในสังคม อิสรภาพทางจิตใจ คือ ความเจริญงอกงามไพบูลย์ ในคุณธรรม ด้วยการปลูกโพธิจิตเพื่อตนเองและสังคม และอิสรภาพทางปัญญา คือ การศึกษารับรู้ และการเจริญปัญญาพ้นจากอคติทั้งปวง ๓) เป็นไปเพื่อคุณสมบัติของชีวิต ได้แก่ วิธีการศึกษาเพื่อความเจริญงอกงาม ไพบูลย์ทั้งในด้านพฤติกรรมทางกาย วาจา และจิต ด้วยหลักศีลธรรม อันมีหลักสัมพันธ์กับเพื่อนมนุษย์ สังคม และสิ่งแวดล้อม

ไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา จึงมีความสำคัญยิ่ง กล่าวคือ เป็นหลักธรรมใหญ่ เพื่อกำจัดกิเลสทั้งของภิกษุและบุคคลทั่วไป เป็นรากฐานที่สำคัญในพระวินัยและเป็นกระบวนการฝึก

ศึกษา พัฒนานุชายในการฝึกพฤติกรรมที่ดีของมนุษย์ให้ดียิ่งขึ้น เป็นหลักคำสอนที่พุทธศาสนิกชนทุกคนควรนำมาปฏิบัติเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตตนเองให้ดีขึ้น เพื่อจัดเตรียมปรับสภาพชีวิตตนเอง สังคม และสิ่งแวดล้อมให้อยู่ในภาวะที่เหมาะสม พร้อมทั้งจะเป็นอยู่เพื่อก้าวไปข้างหน้าได้ผลดีอย่างสูงสุด สู่จุดหมายแห่งชีวิตของตน องค์กร สังคม และประเทศชาติต่อไป

๕.๑.๒ สภาพปัญหาผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน

จากการสังเกตการณ์และสัมภาษณ์ผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน ตลอดจนพูดคุยกับเจ้าหน้าที่ของเรือนจำจังหวัดน่าน สามารถสรุปปัญหาผู้ต้องขัง เป็น ๓ ด้าน ดังนี้

๕.๑.๒.๑ ด้านพฤติกรรม ผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่านยังขาดวินัย ที่ใช้ในการควบคุมพฤติกรรมตนเองอยู่มาก มักทำอะไรตามใจตนเอง ไม่สามารถหักห้ามใจตนเองได้ หลีกเลียงการปฏิบัติตามระเบียบวินัย แก่งแย่งและแสวงหาผลประโยชน์ในทางที่ผิดระเบียบวินัย เฉื่อยชา ไม่ตั้งใจปฏิบัติตามระเบียบ กลั่นแกล้งเอาเปรียบเพื่อที่อ่อนแอกว่า พูดจาไม่สุภาพ ก้าวร้าว หยาบคาย มีการกระทบกระทั่งกันบ่อยครั้งจนถึงการทะเลาะวิวาทเกิดขึ้น

๕.๑.๒.๒ ด้านจิตใจ สภาพจิตใจของผู้ต้องขัง มีความคิดและพฤติกรรมทำตามความต้องการและเรียกร้องอันเป็นลักษณะของการทำตามอารมณ์ ความรู้สึก นึกคิดของตนเอง มีความรู้สึกโกรธและความไม่พอใจฝังอยู่ภายใน เมื่อมีอะไรมากระทบ ทำให้มีความโกรธหรือโทสะรุนแรง ควบคุมอารมณ์ไม่ค่อยได้ มีความกังวลใจ มีปัญหาเหนื่อยใจกับการรับสภาพพฤติกรรมที่วุ่นวายของเพื่อน ๆ มีความคิดฟุ้งซ่านจนรู้สึกเหนื่อยใจ คิดมาก หวาดระแวง ซึมเศร้า เบื่อหน่าย เก็บกด ไม่อยากเปิดใจ รู้สึกว่าตนเองสุขภาพจิตเสีย ลำบากใจที่อยู่ร่วมกับผู้คนที่มีความวุ่นวายขาดสมาธิในการเข้าร่วมกิจกรรม ทั้งการศึกษาเล่าเรียนและการฝึกอบรม

๕.๑.๒.๓ ด้านปัญญา มีความคิดผิดพลาดไปจากความเป็นจริง ไม่เข้าใจในโลกและชีวิต มีความหลงผิดในค่านิยมที่ไม่ถูกต้อง ต้องการความรู้ร่ายทางลัด คิดและเข้าใจไปเองว่า การศึกษาอบรมและการฝึกวิชาชีพต่าง ๆ ไม่สามารถนำไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้ คิดว่าการทำกิจกรรมในการศึกษาอบรมและการฝึกวิชาชีพเป็นการเสียเวลา ไม่ได้คาดหวังว่าจะได้ใช้ประโยชน์ในภายภาคหน้า ขาดความเข้าใจในสถานะของตนเองที่จะต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบ คิดว่ากฎระเบียบเป็นอุปสรรคปัญหาและเป็นภัยกับการใช้ชีวิตประจำวันของตน ไม่สนใจที่จะเข้ารับการอบรมเรียนรู้ในสิ่งใหม่ ๆ เห็นว่าชีวิตความเป็นอยู่ตามกิจวัตรประจำวันของตน ดีอยู่แล้วไม่จำเป็นต้องเข้าสู่โครงการอบรมและพัฒนาพฤติกรรมเสียของทางเรือนจำ

๕.๑.๓ แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาสำหรับผู้ต้องขัง

จากสภาพปัญหาของผู้ต้องขัง และปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน ดังกล่าว ผู้วิจัยจึงได้เสนอและจัดทำร่างแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน มีสาระครอบคลุม ด้านศีล สมาธิ และปัญญา รวมถึงบทบาทหน้าที่ ของเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องโดยมีขั้นตอนและแนวทางดังนี้

๕.๑.๓.๑ แนวทางด้านศีล มุ่งเน้นควบคุม แก้ไข พัฒนาพฤติกรรมทางกาย วาจา และการอยู่ร่วมกันในสังคม มีแนวทาง ดังนี้ จัดทำโครงการ อบรมปฐมนิเทศผู้ต้องขังเข้าใหม่, โครงการเพื่อนรักชักนำสิ่งที่ดี สู่ชีวิต ส่งเสริมให้ผู้ต้องขังประพฤติตามกฎระเบียบของเรือนจำ,

โครงการ ๕ ส, โครงการกีฬาสามสัมพันธ์ผู้ต้องขัง, แต่งตั้งผู้ต้องขังที่มีความประพฤติดี เป็นอาสาสมัครเรือนจำ ช่วยเหลือเจ้าพนักงานหรือครูพี่เลี้ยง ช่วยในการแนะนำผู้ต้องขังอื่น, โครงการแสงทองส่องธรรม ชี้นำผู้ต้องราชทัณฑ์ โดยเชิญวิทยากรผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความชำนาญเฉพาะด้านจากภายนอกมาให้ความรู้ หรือให้เจ้าหน้าที่เรือนจำระดับหัวหน้าฝ่าย สับเปลี่ยนหมุนเวียนกันให้ความรู้ผู้ต้องขังเป็นประจำทุกวันหลังเข้าแถวเคารพธงชาติ ใช้เวลาประมาณ ๕-๑๐ นาที

๕.๑.๓.๒ แนวทางด้านสมาธิ มุ่งเน้นการแก้ไข พัฒนาจิตใจและอารมณ์ มีแนวทางดังนี้ จัดทำโครงการอบรมธรรมปฏิบัติ เรือนจำ-เรือนธรรม, โครงการอบรมพัฒนาจิตใจ หลักสูตรสัปดาห์สมาธิ ตามแนวทางพระธรรมมงคลญาณ (วิริยงค์ สิริธโร), โครงการอบรมมัคทายก, ปรับปรุงตารางการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของผู้ต้องขัง ให้มีเวลาว่างพอสำหรับสวดมนต์ไหว้พระ นั่งสมาธิ, จัดตั้งโรงเรียนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ในเรือนจำ หรือชมรมพุทธศาสนาสำหรับเจ้าหน้าที่และผู้ต้องขัง โดยมีสถานที่ปฏิบัติธรรม เพื่อผลทางด้านจิตใจ พร้อมทั้งประกาศเกียรติคุณผู้ทำความดี, นิมนต์พระสงฆ์เข้าแสดงพระธรรมเทศนา, นำแนวทางการปฏิบัติทางจิตวิทยา ใช้เครื่องมือทางจิตวิทยา โดยมีวิทยากรที่เป็นนักจิตวิทยามาดำเนินการ และให้ความรู้แก่เจ้าหน้าที่, จัดโครงการบำบัดฟื้นฟูชีวิตด้วยดนตรี และเสียงเพลง โดยจัดกิจกรรมดนตรีกลางลาน ในวันหยุด หรือบางช่วงเวลาที่เหมาะสม หรือ จัดเพิ่มเติมในวันหยุดนักขัตฤกษ์

๕.๑.๓.๓ แนวทางด้านปัญญา มุ่งเน้นการพัฒนาสติปัญญาและทักษะด้านอาชีพ มีแนวทางดังนี้ จัดประชุมสัมมนาเจ้าหน้าที่เรือนจำ เป็นประจำทุกเดือน หรือตามระยะเวลาที่กำหนดไว้ในแผนปฏิบัติการ เพื่อให้เจ้าหน้าที่เรือนจำมีแนวคิดเชิงบวกและทัศนคติว่า ผู้ต้องขังสามารถแก้ไขฟื้นฟู และพัฒนาได้ และยึดหลักปรัชญา คุณธรรมนำการศึกษา มุ่งพัฒนาแก้ไขคนจากระบบการเรียนการสอนให้มีประสิทธิภาพในเรือนจำ ตลอดจนประสานการใช้งบประมาณได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น, นำอุปกรณ์ สื่อการเรียน และเทคโนโลยีที่ทันสมัย มาใช้ในการจัดการเรียนการสอนทั้งสายสามัญและสายอาชีพให้เพียงพอ และเหมาะสม, จัดโครงการเรียนดีมีรางวัล เพื่อกระตุ้นให้ผู้ต้องขังเห็นความสำคัญของการศึกษา, จัดโครงการหรือกิจกรรมส่งเสริมการอ่าน จัดหารางวัลจูงใจสนับสนุน, ปรับปรุงช่วงเวลาให้บริการของห้องสมุดและจัดหาหนังสือให้เพียงพอและครอบคลุมทั้งการพัฒนาด้านพฤติกรรม ศิล สมาธิ และปัญญา, สอดแทรกองค์ความรู้ที่เกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา ในลักษณะสื่อบันเทิงผ่านรายการวิทยุทัศน์

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้แบ่งข้อเสนอแนะออกเป็น ๓ ส่วน คือ ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย, ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย, และข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป ดังนี้

๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาเพื่อหารูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน ซึ่งมีความจำเป็นที่จะต้องอาศัยหลักการ แนวคิด ทฤษฎีและการนำหลักไตรสิกขา อันเป็นหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาสู่การปฏิบัติจริงในชีวิตประจำวันของผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน การดำเนินการจึงเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ รูปแบบการวิจัย ต้องอาศัยตัวบุคคลต้นแบบคือ เจ้าหน้าที่และผู้ต้องขังในเรือนจำจังหวัดน่าน ซึ่งเป็นผู้มี

ประสบการณ์จริงของชีวิตในเรือนจำ ระยะเวลาในการศึกษาวิจัย ผู้วิจัยได้มีประสบการณ์และคลุกคลีอยู่ในกระบวนการและกลุ่มงานพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่านมาไม่ต่ำกว่า ๑๕ ปี จึงได้ใช้หลักในการสังเกต การสัมภาษณ์และเก็บรวบรวมข้อมูล ปัญหาอุปสรรคของการดำเนินการวิจัยคือการเก็บข้อมูลและการสังเคราะห์ข้อมูลที่มีการเปลี่ยนแปลงทางสังคมของผู้ต้องขังอยู่ตลอดเวลาทั้งในขณะที่เก็บข้อมูลและหลังการเก็บข้อมูล

ผลการศึกษายี้ชี้ให้เห็นว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน นี้ เป็นเครื่องยืนยันว่าการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังแต่ละคนนั้น ต้องอาศัยรูปแบบในการดำเนินชีวิตของผู้ต้องขังแต่ละคนเป็นปัจจัยสำคัญ เช่น พฤติกรรมตามสัญญาตญาณ ความคิดพฤติกรรมที่เกิดจากอุปนิสัยประจำตัว ความคิดและพฤติกรรมที่ได้รับและเรียนรู้จากสังคมและสิ่งแวดล้อมเป็นต้น จึงจะสามารถดำเนินการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาได้ ดังนั้น การที่จะนำแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาสำหรับผู้ต้องขัง ไปประยุกต์ใช้ จะต้องมีการศึกษาบริบทและปัจจัยต่าง ๆ เพื่อให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่มีประสิทธิภาพต่อไป

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

รูปแบบแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่านนี้ สามารถนำไปสู่นโยบายเชิงปฏิบัติการของการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาสำหรับผู้ต้องขัง ภายใต้การบริหารจัดการของเรือนจำ หรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาสำหรับผู้ต้องขัง เพื่อ คำนึงถึง มีคุณค่า สู้สังคม ได้อย่างยั่งยืนต่อไป

๕.๒.๓ ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

๑. ควรมีการวิจัยเรื่องแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังที่มีโทษสูง คดียาเสพติด ในเรือนจำความมั่นคงสูง เพื่อให้ผู้ต้องขังได้ฝึกปฏิบัติ ศีล สมาธิ และปัญญา อย่างต่อเนื่องให้เกิดประสิทธิภาพต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในทางที่พึงประสงค์ต่อไป

๒. ควรมีการวิจัยเรื่องแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังในทัณฑสถานหญิง เพื่อนำผลการศึกษาไปปรับปรุง แก้ไขและพัฒนา เพื่อให้ผู้ต้องขังหญิงมีความรู้ความเข้าใจในหลักธรรมและการปฏิบัติตนตามหลักไตรสิกขาในชีวิตประจำวันมากยิ่งขึ้น

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย :

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย : กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) หนังสือ :

กรมราชทัณฑ์ สำนักวิจัยและพัฒนากระบวนการราชทัณฑ์ กลุ่มงานพัฒนาพฤตินิสัย, คู่มือการปฏิบัติงานด้านการพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขัง, กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

กรมราชทัณฑ์ สำนักวิจัยและพัฒนากระบวนการราชทัณฑ์ กลุ่มงานพัฒนาระบบงานราชทัณฑ์, รายงานการศึกษาวิจัย เรื่อง แนวโน้มงานราชทัณฑ์ ในอนาคต, กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ราชทัณฑ์ ๒๕๔๘.

กระทรวงศึกษาธิการ. แนวทางการดำเนินงานโรงเรียนวิถีพุทธ. กรุงเทพมหานคร : กระทรวงศึกษาธิการ, ๒๕๔๘.

เฉก ชนะสิริ. สมานกับคุณภาพชีวิต. กรุงเทพมหานคร : แปลน พับลิชชิ่ง, ๒๕๓๓.

ชนาธิป พรกุล,แคทส์. รูปแบบการจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๕.

ชัยวัฒน์ สุทธิรัตน์. ๘๐ นวัตกรรมจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แดเน็กซ์ อินเตอร์คอร์ปอเรชั่น, ๒๕๕๒.

ทศนา แคมมณี; และคนอื่นๆ. หลักธรรมและรูปแบบการพัฒนาเด็กปฐมวัยตามวิถีชีวิตไทย. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๖.

นันทิ จิตสว่าง, หลักทฤษฎีวิทยา หลักการวิเคราะห์ระบบงานราชทัณฑ์, กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์การราชทัณฑ์, ๒๕๔๐.

พรชัย ภาพันธ์. วิกฤตการศึกษาด้วยภูมิปัญญาไทย. วารสารวิชาการ ๕, ๒๕๔๕.

พุทธทาสภิกขุ. ความกลัว : พุทธศาสนา ศาสนาแห่งการบังคับตัวเอง. กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, ๒๕๓๐.

พระครูวินัยธรวัลลภ โกวิโล และคณะ, รายงานผลการประเมินโครงการพระสอนศีลธรรมในโรงเรียน. พิมพ์ที่ : หจก.เซนปรีดิ่ง, ๒๕๕๕.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). รู้หลักก่อนแล้วศึกษาให้ได้ผล. สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์ (ร.ส.พ.), ๒๕๔๗.

- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต).การศึกษาทั่วไปเพื่อนพามนุษย์. ศูนย์บริหารจัดการวิชาศึกษา
ทั่วไป มหาวิทยาลัยศรี นครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๒.
- พระเทพโสภณ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต). ทิศทางการศึกษาไทย. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร : มหา
จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.
- _____โรงเรียนวิถิพุทธ. พิมพ์ครั้งที่ ๒, กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗.
- _____กรอบความคิดในการจัดทำสาระการเรียนรู้ พระพุทธศาสนาในหลักสูตรใหม่. พิมพ์ครั้งที่
ที่ ๓. กรุงเทพมหานคร : กระทรวงศึกษาธิการ, ๒๕๔๖,
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). การศึกษาเพื่ออารยธรรมที่ยั่งยืน. กรุงเทพมหานคร : บริษัทสหธรรมิก
จำกัด, ๒๕๓๗.
- _____การศึกษาเพื่อสร้างบัณฑิตหรือการศึกษาเพื่อเพิ่มผลผลิต. พิมพ์ครั้งที่ ๒.
กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๒.
- _____รุ่งอรุณของการศึกษา เบิกฟ้าแห่งการพัฒนาที่ยั่งยืน. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร :
มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๖.
- _____พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๙. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓.
- _____พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๑๒. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ, ๒๕๔๖.
- _____พุทธวิธีแก้ปัญหาเพื่อศตวรรษที่ ๒๑. กรุงเทพมหานคร : บริษัทสหธรรมิก, ๒๕๓๗.
- พระราชวรมนี (ป.อ.ปยุตฺโต). พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ. กรุงเทพมหานคร : คณะ
ระดมธรรม, ๒๕๒๕.
- พระมหาจรรยา สุทธิธำณ. ธรรมทรรศน์ปฏิวัติการศึกษา. กรุงเทพมหานคร : ประชาธรรม, ๒๕๔๔.
- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. โรงเรียนวิถิพุทธ. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬ
าลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗.
- มหามกุฏราชวิทยาลัย พระธัมมปัทมฐกถาแปล ภาค ๓ (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏราช
วิทยาลัย,) ๒๔๘๑, หน้า ๗ – ๓๙.
- เมตตา ภิรมภักดี. การนำแนวทางการดำเนินงานโรงเรียนวิถิพุทธสู่การปฏิบัติจริงในสถานศึกษา.
กรุงเทพมหานคร : สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร เขต ๑, ๒๕๔๘.
- ราชบัณฑิตยสถาน. พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๒๕. พิมพ์ครั้งที่ ๒.
กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อักษรเจริญทัศน์, ๒๕๓๐.
- วารสารครุศาสตร์.ปีที่ ๑๑. ท่านพุทธทาสกับการศึกษา. กรุงเทพมหานคร : อักษรเจริญทัศน์, ๒๕๒๕.
- วิทย์ วิศทเวทย์. ปรัชญาการศึกษาไทย ๒๔๑๑-๒๔๗๕. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬ
าลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๔.
- วิทยา สุริยะวงศ์, “ยุทธศาสตร์การต่อสู้ปัญหาอาชญากรรม ศึกษากรณีการจัดทำรายงานอาชญากรรม
ระดับชาติ”, เอกสารวิจัยส่วนบุคคล, ๒๕๕๓.

สาโรช บัวศรี, สุนทร โคตรบรรเทา แปล, **ปรัชญาการศึกษาสำหรับประเทศไทย: จุดบรรจบระหว่างพุทธศาสนากับประชาธิปไตย**, กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๔๔.

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร เขต ๑. **การนำแนวทางการดำเนินงานโรงเรียนวิถีพุทธสู่การปฏิบัติจริงในสถานศึกษา**. กรุงเทพมหานคร : สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร เขต ๑, ๒๕๔๗.

สำนักพัฒนานวัตกรรมการจัดการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการ การศึกษาขั้นพื้นฐาน. **แนวทางการดำเนินงานโรงเรียนวิถีพุทธ**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์บริษัทออนป้า จำกัด, ๒๕๔๘.

สำนักงานคณะกรรมการ การศึกษาแห่งชาติ. **พุทธธรรมนำการศึกษาได้อย่างไร**. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๔.

สำนักงานทดสอบทางการศึกษา. **การกำหนดมาตรฐานการศึกษาของสถานศึกษา ตามกฎกระทรวงว่าด้วยระบบ หลักเกณฑ์ และวิธีการประกันคุณภาพการศึกษา พ.ศ. ๒๕๕๓, เล่มที่ ๒**.

สุพล วัณสินธ์. **การพัฒนาโรงเรียนทั้งระบบเพื่อปฏิรูปกระบวนการเรียนรู้**. วารสารวิชาการ ๕, ๒๕๔๕.

สุนน อมรวิวัฒน์. **การเรียนรู้ตามนัยแห่งพุทธธรรม**. กรุงเทพมหานคร:มูลนิธิสิดศรี สฤณีวงศ์, ๒๕๓๕.

สุวิทย์ มูลคำ และอรทัย มูลคำ. **๒๐ วิธีการเรียนรู้ : เพื่อพัฒนาคุณธรรม จริยธรรมค่านิยมและการเรียนการสอนแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง**. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ภาพพิมพ์, ๒๕๔๖.

อำนาจ เจริญศิลป์, **การจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม**, กรุงเทพมหานคร : โอ.เอส.พรินต์ติ้งเฮาส์, ๒๕๔๓.

(๒) วิทยานิพนธ์:

เกสร ทิศา, “ศึกษาการจัดการเรียนรู้วิชาพระพุทธศาสนาตามหลักไตรสิกขา เพื่อพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมของนักเรียน โรงเรียนบ้านสร้างแป้นดอนนาแพง” **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

เกียรติศักดิ์ พันธวงศ์, “ศึกษาเปรียบเทียบการลงโทษผู้กระทำความผิดในพุทธศาสนาเถรวาท กับประมวลกฎหมายอาญาและประมวลกฎหมายวิธีพิจารณาความอาญา” **พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต, (พระพุทธศาสนา)**, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.

ฐานสุขวรรณ วังสุภาพงษ์, “การนำหลักไตรสิกขาไปใช้ในชีวิตประจำวัน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔ – ๖ โรงเรียนเทศบาล ๑ จังหวัดนครนายก” **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.

ดลพัฒน์ ยศธร, “การนำเสนอรูปแบบการศึกษาเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืนตามแนวพุทธศาสนา” **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒.

ดุษฎี สิตลวรพงศ์, “การเปรียบเทียบวิธีสอนแบบไตรสิกขาและธรรมสากัจฉาในการสอนเบญจศีลและฆราวาสธรรมในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑”, **ปริญญาานิพนธ์กศ.ม.(การมัธยมศึกษา)**, กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๒๔.

ทวีศักดิ์ ทองทิพย์, “การวิเคราะห์การศึกษาตามหลักไตรสิกขา” **สารนิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต**, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.

บุรุษชัย จงกลณี, “การปฏิบัติตนตามหลักไตรสิกขาของผู้บริหารการศึกษา ในจังหวัดขอนแก่น” **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต**, สาขาบริหารการศึกษา มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ๒๕๒๙.

ประดิษฐ์ อินตา, “คุณลักษณะของครูผู้สอนในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอปงจังหวัดพะเยา”, **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต**, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๓.

ประหยัด จันทวัน, “ศึกษาผลการดำเนินงานของโรงเรียนในโครงการโรงเรียนวิถีพุทธในเขต อำเภอเมืองเลย จังหวัดเลย”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

พระจิรวุฒิ อุตุตมเมธิ (วุฒิพงศ์), “ศึกษาวิเคราะห์การศึกษาเพื่อพัฒนาตนตามทัศนะของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต)” **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.

พระณัฐวุฒิ วุฑฒิโก (สัพโพบ) และคณะ, “การพัฒนามนุษย์ตามหลักพระพุทธศาสนา : การนำเสนอแนวคิดจากพระสุตตันตปิฎก” **บทความวิชาการ, วารสารศึกษาศาสตร์** มหาวิทยาลัยนเรศวร ปีที่ ๑๗ ฉบับที่ ๓ กรกฎาคม – กันยายน ๒๕๕๘.

พระบุญจันทร์ จันทสโร, “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในมหาวิทยาลัยแห่งชาติลาวตามหลักไตรสิกขา” **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

พระพุทธินันท์ บุญเรือง, “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์แบบยั่งยืนตามหลักพุทธศาสนา” **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**, สาขาสังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา, มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย, ๒๕๔๙.

พระมหาบุญเพียร ปุณณวิริโย (แก้ววงศ์น้อย), “แนวคิดและวิธีการขัดเกลาทางสังคมในสถาบันครอบครัวแนวพระพุทธศาสนา” **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, วิชาพระพุทธศาสนา, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔.

พระมหาวิเชียร ปณณาวชิโร (จันท), “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักไตรสิกขา : กรณีศึกษาโรงเรียนวิถีพุทธ ในเขตบางขุนเทียน กรุงเทพมหานคร”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

พระมหาศุภกิจ สุภกิจใจ (ภักดีแสน), “การพัฒนามนุษย์ตามหลักไตรสิกขา กรณีศึกษาศูนย์การเรียนรู้ชุมชน อำเภอพล จังหวัดขอนแก่น”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

ร้อยเอกเกรียงไกร จันทะแจ่ม, “การจัดการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขาในโรงเรียนสัตยาไสย จังหวัดลพบุรี”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

พระสำรอง สณฺโธ (แสงทอง), “ศึกษารูปแบบการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขา ของโรงเรียนวิถีพุทธ : กรณีศึกษาโรงเรียนบ้านบ่อ ตำบลบ้านดง อำเภออุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่น”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

วิชิต สงวนไกรพงษ์, “พัฒนาการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขาในพระพุทธานุสาเถรราช” **พุทธศาสตร์ดุสิตบัณฑิต**, (พระพุทธานุสาเถรราช), บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

สยาม ราชวัตร, “การศึกษาเปรียบเทียบไตรสิกขา ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค กับ คัมภีร์วิมุตติมรรค”, **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต**, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๓.

สำราญ วงศ์คำพันธ์, “กระบวนการสอนตามหลักไตรสิกขา ในโรงเรียนไตรสิกขาไทย – อเมริกา” **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

๓. เอกสารอิเล็กทรอนิกส์

กรมราชทัณฑ์, “การแก้ไขฟื้นฟูผู้ต้องขัง”, <<http://www.correct.go.th/popmaeh/TECH.html>>, (พฤษภาคม ๒๕๕๑).

กรมราชทัณฑ์, “บทบาทของอาสาสมัครในการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขัง”, <<http://www.correct.go.th/popmaeh/TECH.html>>, (พฤษภาคม ๒๕๕๑).

กรมราชทัณฑ์, “สถิติผู้ต้องราชทัณฑ์”, <<http://www.correct.go.th/popmaeh/TECH.html>>, (๑ กันยายน ๒๕๖๐).

สุนนทิพย์ จิตสว่าง “อาชีวศึกษาและทัณฑศึกษา” เอกสารประกอบการบรรยาย, <<http://www.polsci.chula.ac.th/sumonthip/>> (๒๔ มกราคม ๒๕๖๑).

๔. สัมภาษณ์

สัมภาษณ์ นายกิตติ แก้วกระจ่าง หัวหน้าฝ่ายบริหารทั่วไป ๘ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นายจิรพันธ์ ผาทอง หัวหน้าฝ่ายควบคุมและรักษาการณ ๑๐ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นายไชย วังประชุม หัวหน้างานกองกลาง ๑๖ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นายนิพนธ์ สุดสม หัวหน้างานควบคุม ๘ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นายเนติวัฒน์ ธิติพัฒน์กรีกุล หัวหน้าฝ่ายการศึกษาและพัฒนาจิตใจ ๓ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นายพีระ ไวยประไพร์ เจ้าหน้าที่ฝ่ายพัฒนาผู้ต้องขัง ๘ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นายไพบุลย์ ไชยวงศ์ หัวหน้างานรักษาการณ ๑๘ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นายปรีชา สิงห์ธนะ เจ้าหน้าที่ฝ่ายสวัสดิการผู้ต้องขัง ๑๗ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นายศีลภพ บุญเรือง เจ้าหน้าที่ฝ่ายสวัสดิการผู้ต้องขัง ๑๗ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นายสุชาติ ศิลปชัย ผู้บัญชาการเรือนจำจังหวัดน่าน ๘ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นายสรวิทย์ อภัยานุพงศ์ หัวหน้าฝ่ายสวัสดิการผู้ต้องขัง ๑๗ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นายสันติพงษ์ ดีปานา เจ้าหน้าที่ฝ่ายการศึกษาและพัฒนาจิตใจ ๘ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นายอดิสร ลอวิลาร เจ้าหน้าที่ฝ่ายควบคุมและรักษาการณ์ ๑๗ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นายอภิสิทธิ์ หมีนจิณะ เจ้าหน้าที่ฝ่ายสวัสดิการ ๑๘ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นายอนุนิต แก้วเป้ง เจ้าหน้าที่ฝ่ายการศึกษาและพัฒนาจิตใจ ๑๘ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ ต้องขงชั้นเยี่ยม เรือนจำจังหวัดน่าน คนที่ ๑ ๑๕ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ ต้องขงขันเยี่ยม เรือนจำจังหวัดน่าน คนที่ ๒ ๑๕ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ ต้องงัดขึ้นเยี่ยม เรือนจำจังหวัดน่าน คนที่ ๓ ๑๕ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ ต้องขังชั้นเยี่ยม เรือนจำจังหวัดน่าน คนที่ ๔ ๑๕ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ ต้องขังชั้นเยี่ยม เรือนจำจังหวัดน่าน คนที่ ๕ ๑๖ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ ต้องขังชั้นเยี่ยม เรือนจำจังหวัดน่าน คนที่ ๖ ๑๖ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ ต้องขังชั้นเยี่ยม เรือนจำจังหวัดน่าน คนที่ ๗ ๑๖ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ ต้องขังชั้นเยี่ยม เรือนจำจังหวัดน่าน คนที่ ๘ ๑๗ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ ต้องขังขึ้นเยี่ยม เรือนจำจังหวัดน่าน คนที่ ๘ ๑๗ พฤษภาคม ๒๕๖๑

สำภาษณ์ ต้องขังขี้เย็บม ร็อบจำจ้งหวัดบ้าน คนที่ ๑๐ ๑๗ พฤษภาคม ๒๕๖๑

สัญชาตญาณ ผู้ต้องขังชั้นดีบุก เรือนจำจังหวัดยโสธร คนที่ ๑ ๑๘ พฤษภาคม ๒๕๖๑

ผู้ต้องขังชายที่ ๑๕ พงศาวดาร ๒๕๖๑

๑๔. ภาวภักดิ์ ยึดต้องทั้งซึ้งดีใจวาท รื่องเล่าลึงหวัดแวว ดนเพ็ญ ๓ ๑๕. พวงภาวนา ๒๒๖๐

และภาพลักษณ์ ผู้ต้องขังซึ่งได้วางเรียงลำดับหัวตัวว่า ด.ช. ๔ ๐๔ พงศาภาดา ๒๕๖๑

๑๗. พงษ์ภาณุ ๒๕๖๐

[illegible]

ផ្ទះបាយស្រី បង្កើនការងារស្រែកស្រែក ឲ្យបានលឿនបំផុត។ ឲ្យបានលឿនបំផុត។ ឲ្យបានលឿនបំផុត។

[illegible]

សំណុំរឿង ២៨២ ជំពូកទី ២ ក្របខណ្ឌដំបូង ក្រសួងយុត្តិធម៌ ជាតិ និងក្រសួងព្រះបរមរាជវាំង ទំព័រ ២៤៦១

[illegible]

សំណុំរឿង ២៨២ ដេញថ្លៃបង្កបង្កើនតម្លៃ ក្នុង ឈ្មោះ ឡូហ្គោ ក្នុង កំណត់ ០១ ០៨ វេលា ម៉ោង ២៤០១.

สมการเชิงเส้น มีจุดประสงค์เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต่าง ๆ ในรูปของสมการเชิงเส้น

สมรรถาธิปไตย ผู้ครองเมืองคนดี เรืองนามแจ้งทั่วแดนดิน คนที่ ๒ ๒๑ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สมภาษณ์ ผู้ต้องขังชนิด เรือนจำจังหวัดน่าน คนที่ ๓ ๒๑ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สมภาษณ์ ผู้ต้องขังชนิด เรือนจำจังหวัดน่าน คนที่ ๕ ๒๒ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สมภาษณ์ ผุดตองขงชนด เรอนจางหวदनาน คนท ๕ ๒๒ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สมภาษณ์ ผุดตองขงชนด เรอนจางหวदनาน คนท ๖ ๒๒ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ ผู้ต้องขังชนิด เรือนจำจังหวัดน่าน คนที่ ๗ ๒๒ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ ผู้ต้องขังชนิด เรือนจำจังหวัดน่าน คนที่ ๘ ๒๓ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ ผู้ต้องขังชนิด เรือนจำจังหวัดน่าน คนที่ ๙ ๒๓ พฤษภาคม ๒๕๖๑.

ภาคผนวก ก

แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย, รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ
รายนามผู้ให้สัมภาษณ์

แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย (สำหรับผู้ต้องขัง)

เรื่อง แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาสำหรับผู้ต้องขัง เรือนจำจังหวัดน่าน

แบบสัมภาษณ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการจัดทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน ของนิสิตหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตพะเยา ข้อมูลและความเห็นของท่านจะใช้เพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่มีผลกระทบของท่านแต่อย่างใด และหวังเป็นอย่างยิ่งว่า จะได้รับความร่วมมือจากท่านเป็นอย่างดีและขอขอบพระคุณท่านมา ณ โอกาสนี้

คำชี้แจง แบบสัมภาษณ์ฉบับนี้แบ่งออกเป็น ๔ ตอน ดังนี้

ตอนที่ ๑ ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ ๒ ความรู้ความเข้าใจ หลักไตรสิกขา ศีล สมาธิ และปัญญา ในเรือนจำจังหวัดน่าน

ตอนที่ ๓ การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาในเรือนจำจังหวัดน่าน

ตอนที่ ๔ ข้อเสนอแนะอื่น ๆ

ตอนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์ สำหรับผู้ต้องขัง

๑.๑ ชื่อ.....นามสกุล.....

อายุ.....ปี ที่อยู่/เลขที่..... หมู่ที่..... บ้าน.....

ตำบล.....อำเภอ จังหวัด.....

รหัสไปรษณีย์.....โทรศัพท์.....

สัมภาษณ์วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....เวลาที่สัมภาษณ์ ตั้งแต่เวลา..... น. ถึงเวลา.....น.

๑.๒ ข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์

ก. เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง

ข. อายุ ☐ ๒๕-๓๐ ปี ☐ ๓๑-๓๕ ปี ☐ ๓๖-๔๐ ปี

☐ ๔๑-๔๕ ปี ☐ ๔๖-๕๐ ปี ☐ ๕๑ ปี ขึ้นไป

ค. ระดับการศึกษาสูงสุด ก่อนต้องโทษ

☐ ต่ำกว่าประถม ☐ ประถมศึกษา ☐ มัธยมศึกษาตอนต้น

☐ มัธยมศึกษาตอนปลาย ☐ อนุปริญญา ปวส. ☐ ปริญญาตรี

☐ สูงกว่าปริญญาตรี

ง. สถานภาพการสมรสของท่านในขณะที่กระทำความผิดครั้งนี้

☐ โสด ☐ สมรส ☐ หย่าร้าง

จ. ท่านเคยต้องโทษมาก่อนหรือไม่

☐ เคย ☐ ไม่เคย

ฉ. ท่านต้องโทษในครั้งนี้อย่างไร

- ☐ ประทุษร้ายต่อชีวิตร่างกายหรือฆ่าคนตาย
☐ ประทุษร้ายต่อทรัพย์ ลักทรัพย์ วิวาห์ทรัพย์ ชิงทรัพย์ ปล้นทรัพย์
☐ ความผิดทางเพศ
☐ เสพหรือจำหน่ายยาเสพติด
☐ อื่นๆ

ช. ภูมิลำเนาที่ท่านเกิด คือ

- ☐ ภาคเหนือ ☐ ภาคกลาง ☐ ภาคใต้
☐ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ☐ ภาคตะวันออก ☐ กรุงเทพมหานคร

ซ. ก่อนถูกจับกุมท่านประกอบอาชีพ

- ☐ ไม่ได้ประกอบอาชีพ ☐ รับจ้าง ☐ ค้าขาย
☐ เกษตรกรรมทำนา ทำสวน ทำไร่ ☐ พนักงานบริษัทเอกชน ☐ รับราชการ
☐ รับราชการท้องถิ่น ☐ ประกอบอาชีพส่วนตัว

ณ. ท่านเคยบวชเป็นภิกษุ หรือสามเณร ในพระพุทธศาสนาหรือไม่

- ☐ เคย ☐ ไม่เคย

ด. ท่านเรียนและสอบไล่ได้นักธรรมหรือธรรมศึกษาชั้นใด

- ☐ นักธรรมชั้นตรี ☐ ธรรมศึกษาชั้นตรี
☐ นักธรรมชั้นโท ☐ ธรรมศึกษาชั้นโท
☐ นักธรรมชั้นเอก ☐ ธรรมศึกษาชั้นเอก

ตอนที่ ๒ ความรู้ความเข้าใจหลักไตรสิกขาในเรือนจำจังหวัดน่าน

๒.๑ ด้านศีล

๒.๑.๑ ท่านทราบความหมายของคำว่าศีลหรือไม่ ว่าหมายถึงอะไร

.....

๒.๑.๒ ท่านเคยศึกษาหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาเรื่องศีล หรือไม่ ถ้าเคยท่านศึกษาจากอะไร โดยวิธีใดบ้าง

.....

๒.๑.๓ เพื่อน ๆ ในเรือนจำ มีส่วนช่วยส่งเสริมและสนับสนุนในการเรียนรู้ และรักษาศีลหรือไม่ ถ้ามีส่งเสริมและสนับสนุนอย่างไร

.....

๒.๑.๔ ขณะอยู่ในเรือนจำ ท่านมีวิธีการรักษาศีลให้สมบูรณ์ได้อย่างไรบ้าง

.....

๒.๑.๕ ท่านทราบหรือไม่ว่าการรักษาศีล มีประโยชน์อย่างไรบ้าง

.....

๒.๒ ด้านสมาธิ

๒.๒.๑ ท่านทราบความหมายของคำว่าสมาธิหรือไม่ ว่าหมายถึงอะไร

๒.๒.๒ ท่านเคยศึกษาหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาเรื่องสมาธิ หรือไม่ ถ้าเคยท่านศึกษาจากอะไรและโดยวิธีใด

๒.๒.๓ เพื่อน ๆ ในเรือนจำ มีส่วนช่วยส่งเสริมและสนับสนุนในการเรียนรู้ และทำสมาธิหรือไม่ ถ้ามีส่งเสริมและสนับสนุนอย่างไร

๒.๒.๔ ขณะอยู่ในเรือนจำ ท่านมีการเจริญจิตภาวนาสมาธิ หรือไม่ ถ้ามีท่านทำอย่างไรบ้าง

๒.๒.๕ ท่านทราบหรือไม่ว่าการเจริญจิตภาวนาสมาธิ มีประโยชน์อย่างไรบ้าง

๓. ด้านปัญญา

๒.๓.๑ ท่านทราบความหมายของคำว่าปัญญาหรือไม่ ว่าหมายถึงอะไร

๒.๓.๒ ท่านเคยศึกษาหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาเรื่องปัญญา หรือไม่ ถ้าเคยท่านศึกษาจากอะไร และโดยวิธีใด

๒.๓.๓ เพื่อน มีส่วนช่วยส่งเสริมและสนับสนุนในการเรียนรู้ เรื่องปัญญาหรือไม่ โดยวิธีใด

๒.๓.๔ ท่านมีวิธีการแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้น โดยใช้ปัญญาอย่างไรบ้าง

๒.๓.๕ ท่านทราบหรือไม่ว่าปัญญา มีประโยชน์อย่างไรบ้าง

ตอนที่ ๓ การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังในเรือนจำจังหวัดน่าน

๓.๑ ด้านศีล

๓.๑.๑ ท่านเห็นด้วยหรือไม่หากมีการเรียนการสอนเรื่องศีล ให้แก่ผู้ต้องขังภายในเรือนจำ เพราะเหตุใด

๓.๑.๒ ท่านคิดว่าการให้ผู้ต้องขังในเรือนจำเรียนรู้เรื่องศีลเป็นผลดีหรือไม่ เพราะเหตุใด

.....

๓.๑.๓ ท่านคิดว่า กระบวนการเรียนรู้เรื่องศีล ในเรือนจำ ควรดำเนินการอย่างไร

.....

๓.๒ ด้านสมาธิ

๓.๒.๑ ท่านเห็นด้วยหรือไม่หากมีการเรียนการสอนเรื่องสมาธิ ในเรือนจำ เพราะเหตุใด

.....

๓.๒.๒ ท่านคิดว่าการให้ผู้ต้องขังเรียนรู้เรื่องสมาธิเป็นผลดีหรือไม่ เพราะเหตุใด

.....

๓.๒.๓ ท่านคิดว่ากระบวนการเรียนรู้เรื่องสมาธิ ในเรือนจำ ควรดำเนินการอย่างไร

.....

๓.๓ ด้านปัญญา

๓.๓.๑ ท่านเห็นด้วยหรือไม่ หากมีการเรียนการสอนเรื่องปัญญาเรือนจำ เพราะเหตุใด

.....

๓.๓.๒ ท่านคิดว่าการให้ผู้ต้องขังเรียนรู้เรื่องปัญญาเป็นผลดีหรือไม่ เพราะเหตุใด

.....

๓.๓.๓ ท่านคิดว่ากระบวนการเรียนรู้เรื่องปัญญา ในเรือนจำ ควรดำเนินการอย่างไร

.....

ตอนที่ ๔ ข้อเสนอแนะอื่น ๆ

.....

.....

.....

ขอขอบคุณทุกท่านที่ให้ความร่วมมือ

แนวคำถามเพื่อการวิจัย

แบบสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่ ผู้ควบคุมการฝึกอบรมและพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน
เรื่อง แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน

.....
คำแนะนำ โปรดเติมข้อความลงในช่องว่างหรือทำเครื่องหมาย / ลงใน ☐ หรือช่องที่กำหนดให้
โดยตรงกับความเป็นจริงหรือความคิดเห็นของท่าน

ส่วนที่ ๑ ข้อมูลส่วนบุคคล

๑. ปัจจุบันท่านอายุ ปี

๒. ท่านรับราชการในกรมราชทัณฑ์แล้วเป็นระยะเวลาปี

๓. ในปัจจุบันท่านมีตำแหน่งปฏิบัติงานในระดับ

- ☐ ปฏิบัติงาน ☐ ชำนาญงาน ☐ อาวุโส ☐ ปฏิบัติการ
☐ ชำนาญการ ☐ ชำนาญการพิเศษ ☐ อื่นๆ.....

๔. ปัจจุบันท่านปฏิบัติงานในตำแหน่ง.....

๕. ระดับการศึกษาสูงสุดของท่าน

- ☐ ต่ำกว่าปริญญาตรี ☐ ปริญญาตรี ☐ ปริญญาโท ☐ อื่น(ระบุ).....

๖. ท่านมีรายได้ต่อเดือนประมาณ.....บาท

๗. ท่านปฏิบัติงานในด้านการพัฒนาพฤตินิสัยหรือพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังเป็นระยะเวลาปี

๘. ท่านเคยเข้ารับการฝึกอบรม/สัมมนา เรื่องการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังที่หน่วยงานจัดขึ้นมาก่อนหรือไม่

- ☐ ไม่เคย ☐ เคย ๑-๒ ครั้ง ☐ เคย ๓-๔ ครั้ง ☐ เคย ๕-๖ ครั้ง
☐ เคย ๗ ครั้งขึ้นไป ☐ อื่นๆ (ระบุ).....

๙. ท่านเคยเข้ารับการอบรมธรรมะหรือเข้าร่วมโครงการเรือนจำเรือนธรรมสำหรับเจ้าหน้าที่ ที่กรมราชทัณฑ์หรือที่เรือนจำจังหวัดน่านจัดขึ้นมาก่อนหรือไม่

- ☐ ไม่เคย ☐ เคย ๑-๒ ครั้ง ☐ เคย ๓-๔ ครั้ง
☐ เคย ๕-๖ ครั้ง ☐ เคย ๗ ครั้งขึ้นไป ☐ อื่นๆ (ระบุ).....

๑๐. หน่วยงานต้นสังกัดของท่านเคยส่งท่าน หรือบุคลากรในหน่วยงานเข้ารับการอบรมธรรมะหรือเข้าร่วมสัมมนาในเรื่องการพัฒนาจิตใจผู้กระทำผิดหรือไม่

- ☐ ไม่เคย ☐ เคย

๑๑. ท่านทำบุญเป็นประจำหรือไม่

- ☐ เป็นประจำ ☐ เป็นบางครั้ง ☐ นานๆ ครั้ง ☐ ไม่เคย

๑๒. ท่านฟังธรรมเป็นประจำหรือไม่

- ☐ เป็นประจำ ☐ เป็นบางครั้ง ☐ นานๆ ครั้ง ☐ ไม่เคย

๑๓. ท่านเคยฟังวิทยากร (เช่น พระสงฆ์ อนุศาสนาจารย์ นักบวช ฯลฯ) เทศน์หรืออบรมศีลธรรมแก่ผู้ต้องขังในเรือนจำของท่านหรือไม่

☐ ไม่เคย ☐ เคย จำนวน (ประมาณ).....ครั้ง

ตอนที่ ๒ ความรู้ความเข้าใจในหลักไตรสิกขาในเรือนจำจังหวัดน่าน

๒.๑ ท่านปฏิบัติงานในด้านการพัฒนาพฤตินิสัยหรือพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังเป็นระยะเวลากี่ปี

.....

๒.๒ ท่านเคยเข้ารับการอบรม/สัมมนา การพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังที่หน่วยงานจัดขึ้นมาก่อนหรือไม่

.....

๒.๓ ท่านเคยเข้ารับการอบรมธรรมะหรือเข้าร่วมโครงการเรือนจำเรือนธรรมสำหรับเจ้าหน้าที่ ที่กรมราชทัณฑ์หรือที่เรือนจำจังหวัดน่านจัดขึ้นมาก่อนหรือไม่

.....

๒.๔ ทางหน่วยงานของท่านเคยส่งท่านหรือบุคลากรในหน่วยงานเข้ารับการฝึกอบรมธรรมะหรือเข้าร่วมสัมมนาในเรื่องการพัฒนาจิตใจผู้กระทำผิดหรือไม่

.....

๒.๕ ท่านทำบุญเป็นประจำหรือไม่

.....

๒.๖ ท่านเคยฟังวิทยากร (เช่น พระสงฆ์ อนุศาสนาจารย์ นักบวช ฯลฯ) เทศน์หรืออบรมศีลธรรมแก่ผู้ต้องขังในเรือนจำของท่านหรือไม่

.....

ตอนที่ ๓ : ความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะในการประยุกต์หลักไตรสิกขามาพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง เรือนจำจังหวัดน่าน

๑. ท่านคิดว่าการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่านเพื่อให้เกิดคุณภาพประสิทธิภาพในการทำงานให้แก่ผู้ต้องขังและเรือนจำ ควรจะได้รับการฝึกอบรมพัฒนาอย่างไรบ้าง?

.....

๒. ท่านเห็นว่าการอบรมตามหลักไตรสิกขา ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตสำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน ที่ผ่านมามีครบสมบูรณ์ หรือยังควรที่จะเพิ่มข้อธรรมและเทคนิคแนวทางอะไรบ้าง

.....

๓. ท่านคิดว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาสำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่านควรเป็นอย่างไรบ้าง

.....

๔. ข้อเสนอแนะ

.....

ขอขอบคุณทุกท่าน ที่อนุเคราะห์ตอบแบบสอบถามเพื่อการศึกษาวิจัย

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย

๑. **ชื่อ/นาม** **พระชยานันท์ มณี ผ.ศ.ดร.**
ตำแหน่ง ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์นครน่าน เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
สถานที่ทำงาน วิทยาลัยสงฆ์นครน่าน เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
 วัดพระธาตุแช่แห้ง อำเภอภูเพียง จังหวัดน่าน
โทรศัพท์ ๐๕๔-๖๐๑-๐๖๓
๒. **ชื่อ/นาม** **นายสุชาติ ศิลปชัย**
ตำแหน่ง ผู้บัญชาการเรือนจำจังหวัดน่าน
สถานที่ทำงาน เรือนจำจังหวัดน่าน ๒๘ ถนนผากอง ตำบลในเวียง อำเภอเมือง
 จังหวัดน่าน
โทรศัพท์ ๐๘๐-๐๓๐๒๙๕๑๑
๓. **ชื่อ/นาม** **ผศ.ดร.ประยงค์ จันทรแดง**
ตำแหน่ง ผู้ช่วยคณบดี คณะรัฐศาสตร์และสังคมศาสตร์
สถานที่ทำงาน มหาวิทยาลัยพะเยา ถนนพะเยา-ลำปาง ตำบลแม่กา อำเภอเมือง
 จังหวัดพะเยา
โทรศัพท์ ๐๘๐-๐๓๐๒๙๕๑๑
๔. **ชื่อ/นาม** **ดร.วรปรัชญ์ คำพงษ์**
ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการสำนักวิชาการ วิทยาลัยสงฆ์นครน่าน เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
สถานที่ทำงาน วิทยาลัยสงฆ์นครน่าน เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
 วัดพระธาตุแช่แห้ง อำเภอภูเพียง จังหวัดน่าน
โทรศัพท์ ๐๘๐-๐๓๐๒๙๕๑๑
๕. **ชื่อ/นาม** **ดร.ชำนาญ เกิดช่อ**
ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการสำนักวิชาการ วิทยาลัยสงฆ์นครน่าน เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
สถานที่ทำงาน วิทยาลัยสงฆ์นครน่าน เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
 วัดพระธาตุแช่แห้ง อำเภอภูเพียง จังหวัดน่าน
โทรศัพท์ ๐๙๙-๒๖๙ ๒๙๙๙

รายนามผู้ให้สัมภาษณ์
เรื่อง แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขัง
เรือนจำจังหวัดน่าน

๑. นายสุชาติ	ศิลปชัย	ผู้บัญชาการเรือนจำจังหวัดน่าน
๒. นายเนติวัฒน์	ธิตพัฒน์ภูริกุล	หัวหน้าฝ่ายการศึกษาและพัฒนาจิตใจ
๓. นายจิรพันธ์	ผาทอง	หัวหน้าฝ่ายควบคุมและรักษาการณ
๔. นายสรุทธิ	อัทธานุพงศ์	หัวหน้าฝ่ายสวัสดิการผู้ต้องขัง
๕. นายกิตติ	แก้วกระจ่าง	หัวหน้าฝ่ายบริหารทั่วไป
๖. นายไพบูลย์	ไชยวงศ์	หัวหน้างานรักษาการณ
๗. นายนิพัฒน์	สุดสม	หัวหน้างานกองกลาง
๘. นายไชย	วังประชุม	หัวหน้างานกองกลาง
๙. สันติพงษ์	ดีปนา	เจ้าหน้าที่ฝ่ายการศึกษาและพัฒนาจิตใจ
๑๐. นายอนุชิต	แก้วเป็ง	เจ้าหน้าที่ฝ่ายการศึกษาและพัฒนาจิตใจ
๑๑. นายอดิสร	ลอวilar	เจ้าหน้าที่ฝ่ายควบคุมและรักษาการณ
๑๒. นายปรีชา	สิงห์ธนะ	เจ้าหน้าที่ฝ่ายสวัสดิการผู้ต้องขัง
๑๓. นายอภิสิทธิ์	หมื่นจิณะ	เจ้าหน้าที่ฝ่ายสวัสดิการผู้ต้องขัง
๑๔. นายศีลภพ	บุญเรือง	เจ้าหน้าที่ฝ่ายสวัสดิการผู้ต้องขัง
๑๕. นายพีระ	ไวยประพีร์	เจ้าหน้าที่ฝ่ายพัฒนาผู้ต้องขัง
๑๖. ผู้ต้องขังชั้นเยี่ยม	เรือนจำจังหวัดน่าน	จำนวน ๑๐ คน
๑๗. ผู้ต้องขังชั้นดีมาก	เรือนจำจังหวัดน่าน	จำนวน ๑๐ คน
๑๘. ผู้ต้องขังชั้นดี	เรือนจำจังหวัดน่าน	จำนวน ๑๐ คน

ภาคผนวก ข

หนังสือขอความอนุเคราะห์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย
ภาพการสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่และผู้ต้องขัง
ประวัติผู้วิจัย

ที่ ศธ ๖๑๕๒/๘๔



วิทยาลัยสงฆ์นครน่าน
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระรัตนราชสุตา
สยามบรมราชกุมารี
อำเภอภูเพียง จังหวัดน่าน ๕๕๐๐๐

๑๘ เมษายน ๒๕๖๑

เรื่อง ตอบรับการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือการวิจัย
เจริญพร นายภฤศ โสภณนิชกุล

ตามที่บัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตพะเยา ได้มีบันทึกที่ ศธ ๖๑๕๑/ว.๒๑ ลงวันที่ ๒ เมษายน พ.ศ.๒๕๖๑ เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือการวิจัย เพื่อความสมบูรณ์ในการทำวิจัยดำเนินการด้วยความเรียบร้อย มีประสิทธิภาพ และบรรลุวัตถุประสงค์ตามนโยบายของมหาวิทยาลัย ความทราบแล้วนั้น

ในการนี้ จึงเจริญพรมายังท่าน เพื่อตอบรับการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือการวิจัยของนายภฤศ โสภณนิชกุล เลขประจำตัวนิสิต ๕๙๑๐๒๐๕๐๑๖ นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา บัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตพะเยา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน

จึงเจริญพรมาเพื่อดำเนินการในส่วนที่เกี่ยวข้องต่อไป

ขอเจริญพร

(พระชนยาลักษณ์, ผศ.ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์นครน่าน เฉลิมพระเกียรติฯ

วิทยาลัยสงฆ์นครน่าน โทร.๐๕๔-๖๐๑๐๖๓

ที่ ศธ ๖๑๕๑/ว



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตพะเยา ๕๖๖ หมู่ ๒ ตำบลแม่กา
อำเภอเมืองพะเยา จังหวัดพะเยา ๕๖๐๐๐

๑๗ มีนาคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขออนุมัติคราะห์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือการวิจัย

เจริญพร ผศ.ดร.ประยงค์ จันทร์แดง

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย นายภฤศ โสภณนิชกุล เลขประจำตัวนิสิต ๕๔๑๐๒๐๕๐๑๖ นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา บัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตพะเยา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน”

ในการนี้ เพื่อให้การทำวิทยานิพนธ์เป็นไปด้วยความเรียบร้อย บัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตพะเยา ได้พิจารณาเห็นว่าท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ มีองค์ความรู้เกี่ยวกับการวิจัยสามารถให้คำแนะนำได้เป็นอย่างดี จึงขออนุมัติคราะห์จากท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบและแก้ไขเครื่องมือวิจัย เพื่อความสมบูรณ์ในการทำวิจัยต่อไป

จึงเจริญพรมหาเพื่อพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

เจริญพร

(พระครูวรธรรมวิฑูรย์, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
บัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตพะเยา

วินัย
31 มี.ก. 61

บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์พะเยา

โทรศัพท์. ๐ - ๕๔๘๗ - ๐๑๔๒



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน บัณฑิตศึกษา โทร. ๐ ๕๔๘๗ ๐๑๔๒

ที่ ศธ ๖๑๕๑ /ว.๒๑

วันที่ ๒ เมษายน ๒๕๖๑

เรื่อง ขออนุมัติเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือการวิจัย

เจริญพร ดร.วรปรัชญ์ คำพงษ์

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

จำนวน ๑ ชุด

ด้วย นายภฤศ โสภณนิชกุล เลขประจำตัวนิต ๕๔๑๐๒๐๕๐๑๖ นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา บัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตพะเยา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน”

ในการนี้ เพื่อให้การทำวิทยานิพนธ์เป็นไปด้วยความเรียบร้อย บัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตพะเยา ได้พิจารณาเห็นว่าท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ มีองค์ความรู้เกี่ยวกับการวิจัยสามารถให้คำแนะนำได้เป็นอย่างดี จึงขออนุมัติเคราะหจากท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบและแก้ไขเครื่องมือวิจัย เพื่อความสมบูรณ์ในการทำวิจัยต่อไป

จึงเจริญพราเพื่อพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

เจริญพร

(พระครูวรธรรมวิฑูรย์, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต

บัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

วิทยาเขตพะเยา

อ.ภฤศ
อ.ภฤศ
ดร.อ.ภฤศ อ.ภฤศ
๒ เมษายน ๒๕๖๑



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน บัณฑิตศึกษา โทร. ๐ ๕๔๘๗ ๐๑๔๒

ที่ ศธ ๖๑๕๑ /ว.๒๑

วันที่ ๒ เมษายน ๒๕๖๑

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือการวิจัย

เจริญพร ดร.ชำนาญ เกิดช่อ

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

จำนวน ๑ ชุด

ด้วย นายภฤศ โสภณนิชกุล เลขประจำตัวนิสิต ๕๙๑๐๒๐๕๐๑๖ นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา บัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตพะเยา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน”

ในการนี้ เพื่อให้การทำวิทยานิพนธ์เป็นไปด้วยความเรียบร้อย บัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตพะเยา ได้พิจารณาเห็นว่าท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ มีองค์ความรู้เกี่ยวกับการวิจัยสามารถให้คำแนะนำได้เป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบและแก้ไขเครื่องมือวิจัย เพื่อความสมบูรณ์ในการทำวิจัยต่อไป

จึงเจริญพรมมาเพื่อพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

เจริญพร

(พระครูวรธรรมวิฑูรย์, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต

บัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

วิทยาเขตพะเยา

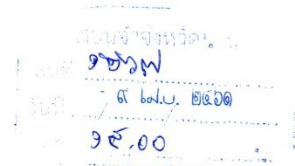
อ.ก. (อ.ร.น.)

๙ เม.ย. ๖๑

ที่ ศธ ๖๑๕๑/ว ๔๑



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตพะเยา ๕๖๖ หมู่ ๒ ตำบลแม่กา
อำเภอเมืองพะเยา จังหวัดพะเยา ๕๖๐๐๐



๑๗ มีนาคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือการวิจัย

เจริญพร นายสุชาติ ศิลปชัย ผู้บัญชาการเรือนจำ จังหวัดน่าน

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย นายภฤศ โสภณณิกกุล เลขประจำตัวนิสิต ๕๙๑๐๒๐๕๐๑๖ นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา บัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตพะเยา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน”

ในการนี้ เพื่อให้การทำวิทยานิพนธ์เป็นไปด้วยความเรียบร้อย บัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตพะเยา ได้พิจารณาเห็นว่าท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ มีองค์ความรู้เกี่ยวกับการวิจัยสามารถให้คำแนะนำได้เป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบและแก้ไขเครื่องมือวิจัย เพื่อความสมบูรณ์ในการทำวิจัยต่อไป

จึงเจริญพรมมาเพื่อพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

เรียน ผู้บัญชาการเรือนจำจังหวัดน่าน

เพื่อโปรดทราบและพิจารณา

เจริญพร

(พระครูวรธรรมวิฑูรย์, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
บัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตพะเยา

(นายกิตติ แก้วกระจ่าง)

หัวหน้าฝ่ายบริหารทั่วไป

- ๙ มิ.ย. ๒๕๖๑

(นายสุชาติ ศิลปชัย)

ผู้บัญชาการเรือนจำจังหวัดน่าน

บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์พะเยา

โทรศัพท์. ๐ - ๕๔๘๘๗ - ๐๑๔๒

แบบประเมินความเหมาะสมของเครื่องมือ

วิทยานิพนธ์ เรื่อง “กระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของผู้ต้องขังเรือนจำ
จังหวัดน่าน” มีทั้งหมด ๔ ตอน จำนวน ๓๖ ข้อ ดังนี้

ส่วนที่	เนื้อหาของแบบสัมภาษณ์	ความคิดเห็น			หมายเหตุ
		เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	
๑	๑) ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม.....	/			
	๒) ชื่อ - นามสกุล/ฉายา (ผู้ให้สัมภาษณ์).....	/			
	๓) อายุ.....	/			
	๔) บ้านเลขที่.....	/			
	๕) หมู่บ้าน.....	/			
	๖) ตำบล.....	/			
	๗) อำเภอ.....	/			
	๘) จังหวัด.....	/			
	๙) รหัสไปรษณีย์.....	/			
	๑๐) โทรศัพท์.....	/			
	๑๑) สัมภาษณ์วันที่/เดือน/พ.ศ.	/			
๒	ความรู้ความเข้าใจในหลักไตรสิกขาในเรือนจำจังหวัดน่าน.....	/			
	๒.๑ ด้านศีล.....	/			
	๒.๑.๑ ท่านมีความคิดเกี่ยวกับศีลอย่างไร ศีลมีกี่ประเภท.....	/			
	๒.๑.๒ ท่านคิดว่ากระบวนการเรียนรู้ศีลเป็นอย่างไร.....	/			
	๒.๑.๓ เพื่อน ๆ ของท่านมีส่วนช่วยส่งเสริมในการเรียนรู้ด้านศีลหรือไม่ โดยวิธีใด.....	/			
	๒.๒ ด้านสมาธิ.....	/			
	๒.๒.๑ ท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับสมาธิว่าเป็นอย่างไร และเคยฝึกสมาธิหรือไม่.....	/			
	๒.๒.๒ ท่านคิดว่ากระบวนการเรียนรู้ด้านสมาธิมีอะไรบ้าง.....	/			
	๒.๒.๓ เพื่อน ๆ ของท่านมีส่วนช่วยส่งเสริมในการเรียนรู้ด้านสมาธิหรือไม่ โดยวิธีใด.....	/			
	๒.๓ ด้านปัญญา.....	/			
	๓.๓.๑ ท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญญาอย่างไร.....	/			
	๓.๓.๒ ท่านคิดว่ากระบวนการเรียนรู้ด้านปัญญามีอะไรบ้าง.....	/			
	๓.๓.๓ เพื่อน ๆ ของท่านมีส่วนช่วยส่งเสริมในการเรียนรู้ด้านปัญญาหรือไม่ โดยวิธีใด.....	/			

แบบประเมินความเหมาะสมของเครื่องมือ

วิทยานิพนธ์ เรื่อง “กระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน” มีทั้งหมด ๔ ตอน จำนวน ๓๖ ข้อ ดังนี้

ส่วนที่	เนื้อหาของแบบสัมภาษณ์	ความคิดเห็น			หมายเหตุ
		เห็นด้วย	ไม่เห็นใจ	ไม่เห็นด้วย	
๑	๑) ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม.....	✓			
	๒) ชื่อ - นามสกุล/ฉายา (ผู้ให้สัมภาษณ์).....	✓			
	๓) อายุ.....	✓			
	๔) บ้านเลขที่.....	✓			
	๕) หมู่บ้าน.....	✓			
	๖) ตำบล.....	✓			
	๗) อำเภอ.....	✓			
	๘) จังหวัด.....	✓			
	๙) รหัสไปรษณีย์.....	✓			
	๑๐) โทรศัพท์.....	✓			
	๑๑) สัมภาษณ์วันที่/เดือน/พ.ศ.	✓			
๒	ความรู้ความเข้าใจในหลักไตรสิกขาในเรือนจำจังหวัดน่าน.....	✓			
	๒.๑ ด้านศีล.....	✓			
	๒.๑.๑ ท่านมีความคิดเกี่ยวกับศีลอย่างไร ศีลมีกี่ประเภท.....		✓		ต้องเขียนให้ละเอียดด้วย
	๒.๑.๒ ท่านคิดว่ากระบวนการเรียนรู้ศีลเป็นอย่างไร.....	✓			
	๒.๑.๓ เพื่อน ๆ ของท่านมีส่วนช่วยส่งเสริมในการเรียนรู้ด้านศีลหรือไม่ โดยวิธีใด.....	✓			
	๒.๒ ด้านสมาธิ.....				
	๒.๒.๑ ท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับสมาธิว่าเป็นอย่างไร และเคยฝึกสมาธิหรือไม่.....	✓			
	๒.๒.๒ ท่านคิดว่ากระบวนการเรียนรู้ด้านสมาธิมีอะไรบ้าง.....	✓			
	๒.๒.๓ เพื่อน ๆ ของท่านมีส่วนช่วยส่งเสริมในการเรียนรู้ด้านสมาธิหรือไม่ โดยวิธีใด.....	✓			
	๒.๓ ด้านปัญญา.....				
	๓.๓.๑ ท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญญาอย่างไร.....	✓			
	๓.๓.๒ ท่านคิดว่ากระบวนการเรียนรู้ด้านปัญญามีอะไรบ้าง.....	✓			
	๓.๓.๓ เพื่อน ๆ ของท่านมีส่วนช่วยส่งเสริมในการเรียนรู้ด้านปัญญาหรือไม่ โดยวิธีใด.....	✓			

ส่วนที่	เนื้อหาของแบบสัมภาษณ์	ความคิดเห็น			หมายเหตุ
		เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	
๒	๓.๓.๔ ท่านคิดว่าการจัดกระบวนการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขาเป็นผลดีต่อผู้ต้องขังในเรือนจำหรือไม่ เพราะเหตุใด.....	✓			
	๓.๓.๕ ท่านมีข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการจัดกระบวนการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขาในเรือนจำหรือไม่ อย่างไร.....	✓			
๓	การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาในเรือนจำ จังหวัดน่าน.....	✓			
	๓.๑ ด้านศีล.....	✓			
	๓.๓.๑ ชั้นศีล (ศีลสิกขา) คือ การควบคุมให้ผู้ต้องขังอยู่ในระเบียบวินัย ทั้งกายและ วาจา ให้อยู่ในสภาพเรียบร้อยเป็นปกติพร้อมที่จะรับการแก้ไข ฝึกอบรม.....	✓			
	๓.๒ ด้านสมาธิ.....	✓			
	๓.๒.๑ ชั้นสมาธิ (จิตตสิกขา) คือ การฝึกสมาธิ ขั้นต้นในการควบคุมสติ ให้ผู้ต้องขังรวม จิตใจ ความคิดแน่วแน่เป็นจุดเดียว ผู้ต้องขังตัดสิ่งรบกวนอื่น ๆ ออกจากความคิดและจิตใจ เป็นอย่างไร.....		✓		ดอ อภินันท์ สงวนสิทธิ์ สงวนสิทธิ์
	๓.๓ ด้านปัญญา.....	✓			
	๓.๓.๑ ชั้นปัญญา (ปัญญาสิกขา) คือ ขั้นที่ผู้ต้องขังใช้สมาธิ ความมีจิตใจแน่วแน่ ทำความเข้าใจ ในปัญหา การหาเหตุของปัญหาเพื่อการแก้ไข พิจารณาผลที่เกิดขึ้นจนเกิดความรู้แจ้ง เข้าใจ และ แก้ปัญหาได้ เกิดการเรียนรู้ เกิดปัญญาญาณขึ้นในตนเอง มีมโนทัศน์ในเรื่องนั้นได้ถูกต้องตามความเป็นจริง เป็นอย่างไร.....				
	๓.๓.๒ ท่านคิดว่ากรมราชทัณฑ์ ควรดำเนินการ จัดการพัฒนาจิตใจแก่ผู้ต้องขังใน เรือนจำ/ทัณฑสถานอย่างไรบ้าง.....	✓			
	๓.๓.๓ ท่านมีความคิดเห็นอย่างไรต่อหลักธรรม เกี่ยวกับ ไตรสิกขา ๓ (องค์ประกอบ แห่งการดำเนินชีวิต ของมนุษย์ ที่มี ๓ ด้าน คือ พฤติกรรม จิตใจ และปัญญา) และหากกรมราชทัณฑ์ ได้นำเนื้อหาของ หลักธรรมดังกล่าวนี้มามุ่งเน้นในการอบรมหรือสอน ให้แก่ผู้ต้องขังในการพัฒนาจิตใจ เพื่อให้ผู้ต้องขังเกิด ความรู้ทางโลก และมีความรู้ในการดำเนินชีวิต อีกทั้ง เป็นเกราะป้องกันตนเองไม่ให้ ออกไปกระทำผิด.....		✓		ดอ อภินันท์ สงวนสิทธิ์ สงวนสิทธิ์ สงวนสิทธิ์ สงวนสิทธิ์

ส่วนที่	เนื้อหาของแบบสัมภาษณ์	ความคิดเห็น			หมายเหตุ
		เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	
๓ (ต่อ)	กฎหมายซ้ำอีกเมื่อพ้นโทษแล้วนั้น ท่านมีความคิดเห็นอย่างไร.....				
๔	ข้อเสนอแนะทั่วไป.....	✓			ใจความข้อ ๗

ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ผู้ประเมิน

(ดร. อภิสิทธิ์ อิ่ม)

ตำแหน่ง

รศ. อภิสิทธิ์ อิ่ม

สถานที่ทำงาน

อ. อภิสิทธิ์ อิ่ม

วัน/เดือน/ปี

๑๐ เมษายน ๒๕๖๑

แบบประเมินความเหมาะสมของเครื่องมือ

วิทยานิพนธ์ เรื่อง “กระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของผู้ต้องขังเรือนจำ
จังหวัดน่าน” มีทั้งหมด ๔ ตอน จำนวน ๓๖ ข้อ ดังนี้

ส่วนที่	เนื้อหาของแบบสัมภาษณ์	ความคิดเห็น			หมายเหตุ
		เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	
๑	๑) ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม.....	✓			
	๒) ชื่อ - นามสกุล/ฉายา (ผู้ให้สัมภาษณ์).....		✓		สัมภาษณ์หัวหน้าเรือนจำ ? (ลท)
	๓) อายุ.....	✓			
	๔) บ้านเลขที่.....	✓			
	๕) หมู่บ้าน.....	✓			
	๖) ตำบล.....	✓			
	๗) อำเภอ.....	✓			
	๘) จังหวัด.....	✓			
	๙) รหัสไปรษณีย์.....	✓			
	๑๐) โทรศัพท์.....	✓			
	๑๑) สัมภาษณ์วันที่/เดือน/พ.ศ.	✓			
๒	ความรู้ความเข้าใจในหลักไตรสิกขาในเรือนจำจังหวัดน่าน.....		✓		๑๐๕๑๑ 15/๖/๒๕๖๑ เรือนจำ จ.น่าน
	๒.๑ ด้านศีล.....	✓			
	๒.๑.๑ ท่านมีความคิดเกี่ยวกับศีลอย่างไร ศีลมีกี่ประเภท.....		✓		๑๐๕๑๑ 15/๖/๒๕๖๑ เรือนจำ จ.น่าน
	๒.๑.๒ ท่านคิดว่ากระบวนการเรียนรู้ศีลเป็นอย่างไร.....	✓			
	๒.๑.๓ เพื่อน ๆ ของท่านมีส่วนช่วยส่งเสริมในการเรียนรู้ด้านศีลหรือไม่ โดยวิธีใด.....	✓			
	๒.๒ ด้านสมาธิ.....	✓			
	๒.๒.๑ ท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับสมาธิว่าเป็นอย่างไร และเคยฝึกสมาธิหรือไม่.....	✓			
	๒.๒.๒ ท่านคิดว่ากระบวนการเรียนรู้ด้านสมาธิมีอะไรบ้าง.....	✓			
	๒.๒.๓ เพื่อน ๆ ของท่านมีส่วนช่วยส่งเสริมในการเรียนรู้ด้านสมาธิหรือไม่ โดยวิธีใด.....	✓			
	๒.๓ ด้านปัญญา.....	✓			
	๓.๓.๑ ท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญญาอย่างไร.....	✓			
	๓.๓.๒ ท่านคิดว่ากระบวนการเรียนรู้ด้านปัญญามีอะไรบ้าง.....	✓			
	๓.๓.๓ เพื่อน ๆ ของท่านมีส่วนช่วยส่งเสริมในการเรียนรู้ด้านปัญญาหรือไม่ โดยวิธีใด.....	✓			

ส่วนที่	เนื้อหาของแบบสัมภาษณ์	ความคิดเห็น			หมายเหตุ
		เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	
๒	๓.๓.๔ ท่านคิดว่าการจัดกระบวนการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขาเป็นผลดีต่อผู้ต้องขังในเรือนจำหรือไม่ เพราะเหตุใด.....	✓		✓	ดอรัสลิ้ง ใช่หรือ 3.4
	๓.๓.๕ ท่านมีข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการจัดกระบวนการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขาในเรือนจำหรือไม่ อย่างไร.....	✓		✓	ดอรัสลิ้ง ใช่หรือ 3.5
๓	การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาในเรือนจำ จังหวัดน่าน.....	✓			
	๓.๑ ด้านศีล.....	✓			
	๓.๓.๑ ชั้นศีล (ศีลสิกขา) คือ การควบคุมให้ผู้ต้องขังอยู่ในระเบียบวินัย ทั้งกายและ วาจา ให้อยู่ในสภาพเรียบร้อยเป็นปกติพร้อมที่จะรับการแก้ไข มีอย่างไรบ้าง.....	✓			
	๓.๒ ด้านสมาธิ.....	✓			
	๓.๒.๑ ชั้นสมาธิ (จิตตสิกขา) คือ การฝึกสมาธิ ขั้นต้นในการควบคุมสติ ให้ผู้ต้องขังรวม จิตใจ ความคิดแน่วแน่เป็นจุดเดียว ผู้ต้องขังตัดสินใจรับทราบอื่น ๆ ออกจากความคิดและจิตใจ เป็นอย่างไร.....	✓			
	๓.๓ ด้านปัญญา.....	✓			
	๓.๓.๑ ชั้นปัญญา (ปัญญาสิกขา คือ ชั้นที่ผู้ต้องขังใช้สมาธิ ความมีจิตใจแน่วแน่ ทำความเข้าใจ ในปัญหา การหาเหตุของปัญหาเพื่อการแก้ไข พิจารณาผลที่เกิดขึ้นจนเกิดความรู้แจ้ง เข้าใจ และ แก้ปัญหาได้ เกิดการเรียนรู้ เกิดปัญญายามขึ้นในตนเอง มีมโนทัศน์ในเรื่องนั้นได้ถูกต้องตามความเป็นจริง เป็นอย่างไร.....	✓			
	๓.๓.๒ ท่านคิดว่ากรมราชทัณฑ์ ควรดำเนินการ จัดการพัฒนาจิตใจแก่ผู้ต้องขังใน เรือนจำ/ทัณฑสถานอย่างไรบ้าง.....	✓			
	๓.๓.๓ ท่านมีความคิดเห็นอย่างไรต่อหลักธรรม เกี่ยวกับ ไตรสิกขา ๓ (องค์ประกอบ แห่งการดำเนินชีวิต ของมนุษย์ ที่มี ๓ ด้าน คือ พฤติกรรม จิตใจ และปัญญา) และหากกรมราชทัณฑ์ ได้นำเนื้อหาของ หลักธรรมดังกล่าวนี้มามุ่งเน้นในการอบรมหรือสอน ให้แก่ผู้ต้องขังในการพัฒนาจิตใจ เพื่อให้ผู้ต้องขังเกิด ความรู้ทางโลก และมีความรู้ในการดำเนินชีวิต อีกทั้ง เป็นเกราะป้องกันตนเองไม่ให้ ออกไปกระทำผิด.....	✓			

ส่วนที่	เนื้อหาของแบบสัมภาษณ์	ความคิดเห็น			หมายเหตุ
		เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	
๓ (ต่อ)	กฎหมายซ้ำอีกเมื่อพ้นโทษแล้วนั้น ท่านมีความคิดเห็นอย่างไร.....	✓			
๔	ข้อเสนอแนะทั่วไป.....	✓			

ข้อเสนอแนะ

.....

ผู้ประเมิน ธิดา นก
 (จ. วิชาญ เกตุธำ)

ตำแหน่ง
 ร.ท. นอ. ส.นง. วิชาญ อ.ส. นครินทร์

สถานที่ทำงาน
 อ.ส. นครินทร์ กองพระเกียรติฯ

วัน/เดือน/ปี
 ๓๑ เมษายน ๒๕๖๑

แบบประเมินความเหมาะสมของเครื่องมือ

วิทยานิพนธ์ เรื่อง “กระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน” มีทั้งหมด ๔ ตอน จำนวน ๓๖ ข้อ ดังนี้

ส่วนที่	เนื้อหาของแบบสัมภาษณ์	ความคิดเห็น			หมายเหตุ
		เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	
๑	๑) ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม.....	✓			
	๒) ชื่อ - นามสกุล/ฉายา (ผู้ให้สัมภาษณ์).....	✓			
	๓) อายุ.....	✓			
	๔) บ้านเลขที่.....	✓			
	๕) หมู่บ้าน.....	✓			
	๖) ตำบล.....	✓			
	๗) อำเภอ.....	✓			
	๘) จังหวัด.....	✓			
	๙) รหัสไปรษณีย์.....	✓			
	๑๐) โทรศัพท์.....	✓			
	๑๑) สัมภาษณ์วันที่/เดือน/พ.ศ.	✓			
๒	ความรู้ความเข้าใจในหลักไตรสิกขาในเรือนจำจังหวัดน่าน.....	✓			
	๒.๑ ด้านศีล.....	✓			
	๒.๑.๑ ท่านมีความคิดเกี่ยวกับศีลอย่างไร ศีลมีกี่ประเภท.....	✓			
	๒.๑.๒ ท่านคิดว่ากระบวนการเรียนรู้ศีลเป็นอย่างไร.....	✓			
	๒.๑.๓ เพื่อน ๆ ของท่านมีส่วนช่วยส่งเสริมในการเรียนรู้ด้านศีลหรือไม่ โดยวิธีใด.....	✓			
	๒.๒ ด้านสมาธิ.....	✓			
	๒.๒.๑ ท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับสมาธิว่าเป็นอย่างไร และเคยฝึกสมาธิหรือไม่.....	✓			
	๒.๒.๒ ท่านคิดว่ากระบวนการเรียนรู้ด้านสมาธิมีอะไรบ้าง.....	✓			
	๒.๒.๓ เพื่อน ๆ ของท่านมีส่วนช่วยส่งเสริมในการเรียนรู้ด้านสมาธิหรือไม่ โดยวิธีใด.....	✓			
	๒.๓ ด้านปัญญา.....				
	๓.๓.๑ ท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญญาอย่างไร.....	✓			
	๓.๓.๒ ท่านคิดว่ากระบวนการเรียนรู้ด้านปัญญามีอะไรบ้าง.....	✓			
	๓.๓.๓ เพื่อน ๆ ของท่านมีส่วนช่วยส่งเสริมในการเรียนรู้ด้านปัญญาหรือไม่ โดยวิธีใด.....	✓			

ส่วนที่	เนื้อหาของแบบสัมภาษณ์	ความคิดเห็น			หมายเหตุ
		เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	
๒	๓.๓.๔ ท่านคิดว่าการจัดกระบวนการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขาเป็นผลดีต่อผู้ต้องขังในเรือนจำหรือไม่ เพราะเหตุใด.....	✓			
	๓.๓.๕ ท่านมีข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการจัดกระบวนการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขาในเรือนจำหรือไม่ อย่างไร.....	✓			
๓	การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาในเรือนจำ จังหวัดน่าน.....	✓			
	๓.๑ ด้านศีล.....				
	๓.๓.๑ ชั้นศีล (ศีลสิกขา) คือ การควบคุมให้ผู้ต้องขังอยู่ในระเบียบวินัย ทั้งกายและ วาจา ให้อยู่ในสภาพเรียบร้อยเป็นปกติพร้อมที่จะรับการแก้ไข ฝึกอบรมอย่างไรบ้าง.....	✓			
	๓.๒ ด้านสมาธิ.....	✓			
	๓.๒.๑ ชั้นสมาธิ (จิตตสิกขา) คือ การฝึกสมาธิ ขั้นต้นในการควบคุมสติ ให้ผู้ต้องขังรวม จิตใจ ความคิดแน่วแน่เป็นจุดเดียว ผู้ต้องขังต้องสังวรกับคนอื่น ๆ ออกจากความคิดและจิตใจ เป็นอย่างไร.....	✓			
	๓.๓ ด้านปัญญา.....	✓			
	๓.๓.๑ ชั้นปัญญา (ปัญญาสิกขา คือ ชั้นที่ผู้ต้องขังใช้สมาธิ ความมีจิตใจแน่วแน่ ทำความเข้าใจ ในปัญหา การหาเหตุของปัญหาเพื่อการแก้ไข พิจารณาผลที่เกิดขึ้นจนเกิดความรู้แจ้ง เข้าใจ และ แก้ปัญหาได้ เกิดการเรียนรู้ เกิดปัญญาดำเนินขึ้นในตนเอง มีมโนทัศน์ในเรื่องนั้นได้ถูกต้องตามความเป็นจริง เป็นอย่างไร.....	✓			
	๓.๓.๒ ท่านคิดว่ากรมราชทัณฑ์ ควรดำเนินการ จัดการพัฒนาจิตใจแก่ผู้ต้องขังใน เรือนจำ/ทัณฑสถานอย่างไรบ้าง.....	✓			
	๓.๓.๓ ท่านมีความคิดเห็นอย่างไรต่อหลักสูตร เกี่ยวกับ ไตรสิกขา ๓ (องค์ประกอบ แห่งการดำเนินชีวิต ของมนุษย์ ที่มี ๓ ด้าน คือ พฤติกรรม จิตใจ และปัญญา) และหากกรมราชทัณฑ์ ได้นำเนื้อหาของ หลักสูตรดังกล่าวนี้มามุ่งเน้นในการอบรมหรือสอน ให้แก่ผู้ต้องขังในการพัฒนาจิตใจ เพื่อให้ผู้ต้องขังเกิด ความรู้ทางโลก และมีความรู้ในการดำเนินชีวิต อีกทั้ง เป็นเกราะป้องกันตนเองไม่ให้ ออกไปกระทำผิด.....	✓			

ส่วนที่	เนื้อหาของแบบสัมภาษณ์	ความคิดเห็น			หมายเหตุ
		เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	
๓ (ต่อ)	กฎหมายซ้ำอีกเมื่อพ้นโทษแล้วนั้น ท่านมีความคิดเห็นอย่างไร.....	✓			
๔	ข้อเสนอแนะทั่วไป.....	✓			

ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ผู้ประเมิน ทศพร วัลย์

ตำแหน่ง ผู้วิจัย

สถานที่ทำงาน โรงเรียนวัดจันทน์

วัน/เดือน/ปี ๑ ม.ย ๖๑

แบบประเมินสภาพเครื่องมือรูปแบบ IOC

เรื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน ของผู้เชี่ยวชาญ
จำนวน ๕ ท่าน

ตอนที่	รายการประเมินเนื้อหา	ผู้เชี่ยวชาญ (คนที่)					ค่า ΣR	ค่า IOC	แปลผล	หมายเหตุ
		๑	๒	๓	๔	๕				
๑	แบบสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่เรือนจำจังหวัดน่าน									
๑	ข้อมูลส่วนบุคคล									
๑) ชื่อ - นามสกุล (ผู้ให้สัมภาษณ์)		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
๒) เพศ		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
๓) อายุ		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
๔) ตำแหน่ง		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
๕) สังกัดหน่วยงาน/ฝ่าย		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
๖) วัน เดือน ปี ที่สัมภาษณ์		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
๒ แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา										
๑) ท่านปฏิบัติงานในด้านการพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขังหรือการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังทั้งหมดเป็นระยะเวลา		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
๒) ท่านเคยเข้ารับการฝึกอบรม / สัมมนา ในเรื่องการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังที่หน่วยงานจัดขึ้นมาก่อนหรือไม่		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
๓) ท่านเคยเข้ารับการอบรมธรรมะหรือเข้าร่วมโครงการเรือนจำเรือนธรรมสำหรับเจ้าหน้าที่ที่ทางกรมราชทัณฑ์หรือที่เรือนจำจังหวัดน่านจัดขึ้นมาก่อนหรือไม่		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
๔) ทางหน่วยงานของท่านเคยส่งท่าน หรือบุคลากรในหน่วยงานเข้ารับการฝึกอบรมธรรมะหรือเข้าร่วมสัมมนาในเรื่องการพัฒนาจิตใจผู้กระทำความผิดหรือไม่		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
๕) ท่านได้มีส่วนส่งเสริม/สนับสนุน หรือร่วมในกิจกรรมการอบรมและพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน อะไรบ้าง		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
☐ ได้มีส่วนส่งเสริม/สนับสนุน		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
☐ ไม่ได้มีส่วนส่งเสริม/สนับสนุน		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
๖) เป็นผู้ร่วมดำเนินการอบรมและพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	

ตอน ที่	รายการประเมินเนื้อหา	ผู้เชี่ยวชาญ (คนที่)					ค่า ΣR	ค่า IOC	แปลผล	หมายเหตุ
		๑	๒	๓	๔	๕				
(๗)	เป็นคณะกรรมการดำเนินการอบรมและพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา ในเรือนจำจังหวัดน่าน	๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
(๘)	สนับสนุนในการควบคุมและพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน	๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
(๙)	สนับสนุนในการเป็นวิทยากรอบรมและพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน	๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
(๑๐)	สนับสนุนส่งเสริมให้ผู้ต้องขังเข้าร่วมรับการอบรมและพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน	๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
(๑๑)	ท่านปฏิบัติงานในด้านการพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขังหรือการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังทั้งหมดเป็นระยะเวลา..ปี	๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
(๑๒)	ท่านทำบุญเป็นประจำหรือไม่	๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
(๑๓)	ท่านฟังธรรมเป็นประจำหรือไม่	๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
(๑๔)	ท่านเคยฟังวิทยากร (เช่น พระสงฆ์ อนุศาสนาจารย์ นักบวช ฯลฯ) เทศน์หรืออบรมศีลธรรมแก่ผู้ต้องขังในเรือนจำของท่านหรือไม่	๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
ตอนที่ ๓ : ความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญญา อุปสรรค และข้อเสนอแนะในการประยุกต์หลักไตรสิกขามาพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง เรือนจำจังหวัดน่าน										
๑.	ท่านคิดว่าการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่านเพื่อให้เกิดคุณภาพประสิทธิภาพในการทำงานให้แก่ผู้ต้องขังและเรือนจำควรจะได้รับการฝึกอบรมพัฒนาอย่างไรบ้าง?	๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
๒.	ท่านเห็นว่าการอบรมตามหลักไตรสิกขาในการพัฒนาคุณภาพชีวิตสำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน ที่ผ่านมาครบสมบูรณ์ หรือยังควรที่จะเพิ่มข้อธรรมและเทคนิคแนวทางอะไรบ้าง	๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
๓.	ท่านคิดว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่านควรเป็นอย่างไรบ้าง	๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
๔.	ข้อเสนอแนะ	๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	

ตอนที่	รายการประเมินเนื้อหา	ผู้เชี่ยวชาญ (คนที่)					ค่า ΣR	ค่า IOC	แปลผล	หมายเหตุ					
		๑	๒	๓	๔	๕									
แบบสัมภาษณ์ สำหรับผู้ต้องขัง															
ตอนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์ สำหรับผู้ต้องขัง															
๑) ชื่อ - นามสกุล (ผู้ให้สัมภาษณ์)		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้						
๒) เพศ		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้						
๓) อายุ		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้						
๔) ระดับการศึกษาสูงสุด ก่อนต้องโทษ		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้						
๕) สถานภาพการสมรสของท่านในขณะที่กระทำความผิดครั้งนี้		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้						
๖) ท่านเคยต้องโทษมาก่อนหรือไม่		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้						
๗) ท่านต้องโทษในครั้งนี้ด้วยความผิดฐานใด		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้						
๘) ฎมีลำนาก่อนถูกดำเนินคดี คือ		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้						
๙) ก่อนถูกจับกุมท่านประกอบอาชีพ		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้						
๑๐) ท่านเคยบวชเป็นภิกษุ หรือสามเณร ในพระพุทธศาสนามาก่อนหรือไม่		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้						
๑๑) ท่านเรียนและสอบไล่ได้นักธรรมหรือธรรมศึกษาชั้นใด		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้						
ตอนที่ ๒ ความรู้ความเข้าใจหลักไตรสิกขาในเรือนจำจังหวัดน่าน															
๒.๑ ด้านศีล															
๒.๑.๑ ท่านทราบความหมายของคำว่าศีลหรือไม่ ว่าหมายถึงอะไร		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้						
๒.๑.๒ ท่านเคยศึกษาหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาเรื่องศีล หรือไม่ ถ้าเคยท่านศึกษาจากอะไร โดยวิธีใดบ้าง		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้						
๒.๑.๓ เพื่อน ๆ ในเรือนจำ มีส่วนช่วยส่งเสริมและสนับสนุนในการเรียนรู้ และรักษาศีลหรือไม่ ถ้ามีส่งเสริมและสนับสนุนอย่างไร		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้						
๒.๑.๔ ขณะอยู่ในเรือนจำ ท่านมีวิธีการรักษาศีลให้สมบูรณ์ได้อย่างไรบ้าง		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้						
๒.๑.๕ ท่านทราบหรือไม่ว่าการรักษาศีล มีประโยชน์อย่างไรบ้าง		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้						
๒.๒ ด้านสมาธิ															
๒.๒.๑ ท่านทราบความหมายของคำว่าสมาธิหรือไม่ ว่าหมายถึงอะไร		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้						
๒.๒.๒ ท่านเคยศึกษาหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาเรื่องสมาธิ หรือไม่ ถ้าเคยท่านศึกษาจากอะไรและโดยวิธีใด		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้						

ตอนที่	รายการประเมินเนื้อหา	ผู้เชี่ยวชาญ (คนที่)					ค่า ΣR	ค่า IOC	แปลผล	หมายเหตุ
		๑	๒	๓	๔	๕				
	๒.๒.๓ เพื่อน ๆ ในเรือนจำ มีส่วนช่วยส่งเสริมและสนับสนุนในการเรียนรู้ และทำสมาธิหรือไม่ ถ้ามีส่งเสริมและสนับสนุนอย่างไร	๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
	๒.๒.๔ ขณะอยู่ในเรือนจำ ท่านมีการเจริญจิตภาวนาสมาธิหรือไม่ ถ้ามีท่านทำอย่างไรบ้าง	๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
	๒.๒.๕ ท่านทราบหรือไม่ว่าการเจริญจิตภาวนาสมาธิ มีประโยชน์อย่างไรบ้าง	๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
๓. ด้านปัญญา										
	๒.๓.๑ ท่านทราบความหมายของคำว่าปัญญาหรือไม่ ว่าหมายถึงอะไร	๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
	๒.๓.๒ ท่านเคยศึกษาหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาเรื่องปัญญา หรือไม่ ถ้าเคยท่านศึกษาจากอะไร และโดยวิธีใด	๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
	๒.๓.๓ เพื่อน มีส่วนช่วยส่งเสริมและสนับสนุนในการเรียนรู้เรื่องปัญญาหรือไม่ โดยวิธีใด	๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
	๒.๓.๔ ท่านมีวิธีการแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้น โดยใช้ปัญญาอย่างไรบ้าง	๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
	๒.๓.๕ ท่านทราบหรือไม่ว่าปัญญา มีประโยชน์อย่างไรบ้าง	๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
ตอนที่ ๓ การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังในเรือนจำจังหวัดน่าน										
๓.๑ ด้านศีล										
	๓.๑.๑ ท่านเห็นด้วยหรือไม่หากมีการเรียนการสอนเรื่องศีลให้แก่ผู้ต้องขังภายในเรือนจำ เพราะเหตุใด	๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
	๓.๑.๒ ท่านคิดว่าการให้ผู้ต้องขังในเรือนจำเรียนรู้เรื่องศีลเป็นผลดีหรือไม่ เพราะเหตุใด	๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
	๓.๑.๓ ท่านคิดว่า กระบวนการเรียนรู้เรื่องศีล ในเรือนจำควรดำเนินการอย่างไร	๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
๓.๒ ด้านสมาธิ										
	๓.๒.๑ ท่านเห็นด้วยหรือไม่หากมีการเรียนการสอนเรื่องสมาธิ ในเรือนจำ เพราะเหตุใด	๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
	๓.๒.๒ ท่านคิดว่าการให้ผู้ต้องขังเรียนรู้เรื่องสมาธิเป็นผลดีหรือไม่ เพราะเหตุใด	๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
	๓.๒.๓ ท่านคิดว่ากระบวนการเรียนรู้เรื่องสมาธิ ในเรือนจำควรดำเนินการอย่างไร	๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	

ตอนที่	รายการประเมินเนื้อหา	ผู้เชี่ยวชาญ (คนที่)					ค่า ΣR	ค่า IOC	แปลผล	หมายเหตุ
		๑	๒	๓	๔	๕				
๓.๓ ด้านปัญญา		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
๓.๓.๑ ท่านเห็นด้วยหรือไม่ หากมีการเรียนการสอนเรื่องปัญญาเรือนจำ เพราะเหตุใด		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
๓.๓.๒ ท่านคิดว่าการให้ผู้ต้องขังเรียนรู้เรื่องปัญญาเป็นผลดีหรือไม่ เพราะเหตุใด		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
๓.๓.๓ ท่านคิดว่ากระบวนการเรียนรู้เรื่องปัญญา ในเรือนจำควรดำเนินการอย่างไร		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	
ตอนที่ ๔ ข้อเสนอแนะอื่น ๆ		๑	๑	๑	๑	๑	๕	๑.๐	ใช้ได้	

สรุป ผลการประเมินแบบประเมินความสอดคล้องของเครื่องมือกับวัตถุประสงค์ของการวิจัยเรื่อง แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน” มีทั้งหมดจำนวน ๕๗ ข้อ มีดังนี้ผลการประเมินฯ มีดังนี้

ผลการประเมิน	จำนวน(ข้อ)
ใช้ได้ (ผ่าน)	๕๗
ใช้ไม่ได้ (ไม่ผ่าน)	-

☒ ผ่านเกณฑ์ทั้งหมด จำนวน ๕๗ ข้อ

หมายเหตุ สูตรการหาค่า IOC = $\frac{\Sigma R}{N}$

การประเมินค่า IOC ค่าตั้งแต่ ๐ - .๔๙ ถือว่าไม่ผ่านเกณฑ์

ค่าตั้งแต่ .๕ ขึ้นไป ถือว่าผ่านเกณฑ์

ที่ ศธ ๖๑๕๑/ว.๓๗



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตพะเยา ๕๖๖ หมู่ ๒ ตำบลแม่กา
อำเภอเมืองพะเยา จังหวัดพะเยา ๕๖๐๐๐

๑๕ พฤษภาคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตสัมภาษณ์เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย

เจริญพร **นายสุชาติ ศิลปชัย**

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

จำนวน ๓ ชุด

ด้วย นายภฤศ โสภณนิชกุล เลขประจำตัวนิสิต ๕๙๑๐๒๐๕๐๑๖ นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา บัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตพะเยา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน”

ในการนี้ บัณฑิตศึกษา จึงเจริญพรมมาเพื่อขออนุญาตให้ นายภฤศ โสภณนิชกุล ได้สัมภาษณ์เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย ส่วนวัน เวลา และสถานที่ให้สัมภาษณ์ แล้วแต่ท่านและนิสิตจะกำหนด

จึงเจริญพรมมาเพื่อพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ และขออนุโมทนาขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

เรียน ผู้บัญชาการเรือนจำจังหวัดน่าน
เพื่อโปรดทราบและพิจารณา

- **ดร.สมณพัฒน์**

ขอเจริญพร

(พระครูวรธรรมวิฑูรย์,ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
บัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตพะเยา

(นายกิตติ แก้วกระช้าง)

หัวหน้าฝ่ายบริหารทั่วไป

๑๗ พ.ค. ๒๕๖๑

บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์พะเยา

โทรศัพท์ ๐ - ๕๔๔๘๗ - ๐๑๔๒

(นายสุชาติ ศิลปชัย)

ผู้บัญชาการเรือนจำจังหวัดน่าน

๒๔ พ.ค. ๒๕๖๑

- ☒ ฝ่ายควบคุมและรักษาการณ
- ☒ ฝ่ายบริหารทั่วไป
- ☐ ฝ่ายพัฒนปฏิบัติ
- ☐ ฝ่ายสวัสดิการผู้ต้องขัง
- ☐ ฝ่ายพัฒนาผู้ต้องขัง
- ☐ ฝ่ายการศึกษาและพัฒนาจิตใจ
- ☐ ฝ่ายการพยาบาล
- ☐ เรือนจำชั่วคราวเขาน้อย
- ☐ เรือนจำชั่วคราวอำเภอบัว
- ☐ สถานกักขังและตรวจพิสูจน์

นาย
พ.อ. พึ่งทองกุล
๑๕ พ.ค. ๒๕๖๑

(นายเกตุ เทพกอม)

หัวหน้าฝ่ายพัฒนาผู้ต้องขัง

กองบริหารการเรือนจำ - ๖๔.๔ - ๖๔.๕

ภาพถ่ายผู้ให้สัมภาษณ์

กลุ่มที่ ๑ กลุ่มเจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงานในเรือนจำจังหวัดน่าน



สัมภาษณ์นายสันติพงษ์ ดีปานา ฝ่ายการศึกษาและพัฒนาจิตใจ



สัมภาษณ์นายอนุชิต แก้วเป็ง ฝ่ายควบคุมและรักษาการณ



สัมภาษณ์นายสำรวม ราชาก้าว ฝ่ายพัฒนาผู้ต้องขัง

กลุ่มที่ ๑ กลุ่มเจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงานในเรือนจำจังหวัดน่าน



สัมภาษณ์นายกฤตฤกษ์ ดวงดีะ ฝ่ายควบคุมและรักษาการณ



สัมภาษณ์นายปรีชา สิงห์ธนะ ฝ่ายสวัสดิการผู้ต้องขัง



สัมภาษณ์นายประสิทธิ์ นวลจันทร์ ฝ่ายควบคุมและรักษาการณ

กลุ่มที่ ๒ กลุ่มผู้ต้องขังในเรือนจำจังหวัดน่าน



ประวัติผู้วิจัย

- ชื่อ : นายภฤศ โสภณณิชกุล
- วัน/เดือน/ปี เกิด : วันพฤหัสบดีที่ ๒๙ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๑๐
- สถานที่เกิด : ๑๐๖ หมู่ ๖ บ้านสงเปือย ตำบลสงเปือย อำเภอคำเขื่อนแก้ว จังหวัดยโสธร
- การศึกษา : ระดับประถมศึกษา โรงเรียนบ้านสงเปือย ตำบลสงเปือย อำเภอคำเขื่อนแก้ว จังหวัดยโสธร
 : พ.ศ. ๒๕๓๐ นักรธรรม ชั้นเอก สำนักเรียนคณะจังหวัดร้อยเอ็ด
 : พ.ศ. ๒๕๓๕ เปรียญธรรม ๗ ประโยค สำนักเรียนวัดคฤหบดี แขวงบางยี่ขัน เขตบางพลัด กรุงเทพมหานคร
 : พ.ศ. ๒๕๔๔ จบการศึกษาระดับปริญญาตรี รัฐประศาสนศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- ประสบการณ์การทำงาน : พ.ศ. ๒๕๔๔ – ปัจจุบัน ตำแหน่งอนุศาสนาจารย์ เรือนจำจังหวัดน่าน กรมราชทัณฑ์ กระทรวงยุติธรรม
 : พ.ศ. ๒๕๔๗ – ปัจจุบัน ปฏิบัติหน้าที่บรรณารักษ์ห้องสมุดพร้อมปัญญา เรือนจำจังหวัดน่าน เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี
 : พ.ศ. ๒๕๔๘ – ปัจจุบัน กรรมการสวดมนต์หมู่สรรเสริญพระรัตนตรัย ระดับจังหวัด และระดับภาค ๖ คณะสงฆ์
 : พ.ศ. ๒๕๕๙ – ปัจจุบัน อาจารย์สอน หลักสูตรประกาศนียบัตร พระพุทธศาสนา วิทยาลัยสงฆ์นครน่าน เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (เรือนจำจังหวัดน่าน)
- ปีที่เข้าศึกษา : ปีการศึกษา ๒๕๕๙
- ปีที่สำเร็จการศึกษา : ปีการศึกษา ๒๕๖๑
- ที่อยู่ปัจจุบัน : ๒๓/๒ ถนนผากอง ตำบลโนนเวียง อำเภอเมืองน่าน จังหวัดน่าน ๕๕๐๐๐