



การพัฒนาจิตวิญญาณของชาวพุทธ เพื่อสันติสุขของชุมชน วัดถ้ำเมืองนะ ตำบลเมืองนะ อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่

The Buddhist Spiritual Development for Community Peace of Tham Muang Na Temple, Muang Na Subdistrict, Chiang Dao District, Chiang Mai Province

อภิชัย กามู

ประเสริฐ บุปผาสุข, พระมหาทินกร วรญาโร

Apichai Kamu

Prasert Buppasuk , Phramaha Tinnakorn Warayano

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Chiang Mai Campus

Email: maetang2016@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่อง “การพัฒนาจิตวิญญาณของชาวพุทธ เพื่อสันติสุขของชุมชน วัดถ้ำเมืองนะ ตำบลเมืองนะ อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่” มีวัตถุประสงค์ 3 ประการ คือ 1. เพื่อศึกษากระบวนการและกิจกรรมการพัฒนาจิตวิญญาณ เพื่อสันติสุขของชุมชน วัดถ้ำเมืองนะ ตำบลเมืองนะ อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่ 2. เพื่อศึกษารูปแบบพัฒนาจิตวิญญาณของชาวพุทธ เพื่อสันติสุขของชุมชน วัดถ้ำเมืองนะ ตำบลเมืองนะ อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่ 3. เพื่อส่งเสริมการสื่อสารการพัฒนาจิตวิญญาณของชาวพุทธ เพื่อสันติสุขของชุมชน วัดถ้ำเมืองนะ ตำบลเมืองนะ อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่ การวิจัยนี้เป็นการวิจัยแบบเชิงคุณภาพ โดยผู้ให้ข้อมูลสำคัญด้านการสัมภาษณ์เชิงลึกคือผู้มาปฏิบัติธรรม ที่วัดถ้ำเมืองนะ ตำบลเมืองนะ อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 15 คน

ผลการวิจัยพบว่า 1) กระบวนการและกิจกรรมการพัฒนาจิตวิญญาณของวัดถ้ำเมืองนะนั้นมุ่งเน้นหลักธรรมเรื่อง บุญกิริยาวัตถุ 3 คือ กิจกรรมการเข้ามาทำบุญถวายทานและการบริจาคปัจจัยเพื่อสร้างถาวรวัตถุภายในวัด การถวายภัตตาหารแด่พระภิกษุสามเณรและผู้ที่เข้ามาร่วมปฏิบัติธรรมในสำนักปฏิบัติธรรมวัดธรรม การรักษาศีล 5 หรือศีล 8 ส่วนการภาวนานั้นกำหนดให้ผู้ปฏิบัติธรรมสวดมนต์รับพระมหาจักรพรรดิทั้งวันทั้งคืนร่วมการบริการพระผงจักรพรรดิอันถือได้ว่าเป็นวัตถุในการยึดเหนี่ยวในการทำสมาธิ นอกจากนี้ การเพ่งพระอริยสงฆ์ในระหว่างสวดมนต์นั้นถือว่าเป็นกุศโลบายอีกอย่างหนึ่งในการกำหนดจิตให้มีสมาธิ ซึ่งเป็นการปฏิบัติสมถกรรมฐานในหลัก อนุสติ 10 ข้อ และการปฏิบัติดังกล่าว เรียกว่า สังฆานุสติ คือ ละลึกถึงคุณของพระสงฆ์ ในข้อสามแห่งอนุสติ 10 ข้อดังกล่าว

2) รูปแบบพัฒนาจิตวิญญาณของชาวพุทธเพื่อสันติสุขของชุมชนวัดถ้ำเมืองนะ พบว่า ในรูปแบบของการกิน การนอน และการสวดมนต์อย่างจริงจัง ซึ่งทำให้ผู้ปฏิบัติธรรมมีเป้าหมายที่ชัดเจน และรู้สึกผ่อนคลาย และมีอารมณ์ดีตลอดเวลา รวมถึงสามารถกำหนดจิตในการสวดมนต์ และแผ่เมตตาอย่างมีสมาธิ มั่นเป็น



รูปแบบปฏิบัติที่เพิ่มพลังบุญและหนุนนำให้ชีวิตผู้ปฏิบัติเกิดการเปลี่ยนแปลง ด้วยการสวดบทพระคาถามหาจักรพรรดิอยู่เสมอ 3) การส่งเสริมการสื่อสารการพัฒนาจิตวิญญาณสามารถแบ่งออกได้ สองรูปแบบ คือ รูปแบบที่ไม่เป็นทางการซึ่งเป็นลักษณะของการสื่อสารระหว่างบุคคลโดยวิธีพูดปากต่อปากจากบุคคลใกล้ชิด และการสื่อสารแบบเป็นทางการคือการสื่อสารโดยการประชุมโดยพร้อมเพรียงกัน การสื่อสารทางเดียวที่เป็นทางการ คือ การประชาสัมพันธ์จะเป็นในลักษณะต่าง ๆ เช่นการสื่อโดยแผ่นพับ แผ่นป้ายประชาสัมพันธ์ สื่อสารทางระบบออนไลน์ผ่านช่องทางต่าง ๆ

คำสำคัญ: การพัฒนาจิตวิญญาณ, สันติสุขชุมชน

Abstract

The research entitled ‘The Buddhist Spiritual Development for Community Peace of Tham Muang Na Temple, Muang Na Subdistrict, Chiang Dao District Chiang Mai Province’ is of three objectives: 1) to examine the process and activities of spiritual development for community peace, 2) to explore the Buddhist spiritual development model for community peace and 3) to promote communication in Buddhist spiritual development for community peace. This research was conducted by the qualitative research method and all data were obtained from in-depth interviews with 15 meditation practitioners at Tham Muang Na Temple, Muang Na Sub-district, Chiang Dao District. Chiang Mai Province.

The results showed that the spiritual development processes and activities of Wat Tham Muang Na focused on the dharma principle of Punnakiriya-vatthu: three bases of meritorious action, which represent the activity of making merit and donating factors for constructing immovable objects within the temple, offering food to monks and novices and those who come to practice dharma in the temple and they observed the Five or Eight Precepts. In term of spiritual development, the instructor directs the practitioner to chant the emperor's mantra day and night together with the preliminary stage of meditation on the amulet of the emperor, regarded as the object of meditation. In addition, concentrating on the noble monks during prayer is considered another effective way to concentrate the mind. Which remains the practice of meditation in the principle of Anussati: recollection and such practice are called Sanghànussati: recollection of the Sangha, it is the third verse of Anussati 10.

Regarding the Buddhist spiritual development model for the peace of Wat Tham Muang Na community, it discovered in the form of eating, sleeping and earnestly praying. Which makes meditation practitioners have clear goals and feel relaxed and in a pleasant



mood all the time, including the ability to concentrate on prayer and radiation of loving-kindness. It is a practice that increases the merit and encourages the change in the life of the practitioner by continually chanting the Emperor Mantra. The promotion of communication for spiritual development divided into two forms viz., the informal style which remains the form of interpersonal communication by means of word of mouth from neighbouring people. The formal communication is communicated by meeting in unison. The official one-way communication is that the social relations will be in various forms, like media by brochures, publicity banners and online communication through various channels.

Keywords: Spiritual Development, Community Peace

บทนำ

การพัฒนาจิตวิญญาณด้วยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาจึงมีส่วนสำคัญอย่างยิ่งที่ทุกคนต้องถือปฏิบัติและใช้ดำเนินชีวิตประจำวัน เพราะพระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่สอนด้วยหลักการและเหตุผล ดังคำที่พระพุทธศาสดาทรงตรัสสอนเป็นโอวาทว่า “ละชั่ว ทำดี ทำจิตใจให้ผ่องใส” การพัฒนาจิตวิญญาณ เป็นการพัฒนาทั้งด้านสมองและด้านจิตใจ เพื่อนำไปสู่การรู้ถึงความรู้อย่างแท้จริง เห็นจริง ละกิเลส และพัฒนาจิตให้อยู่เหนือโลกของวัตถุ (Transcendence) การจะไปถึงจุดนั้นได้เราต้องมีความถ่อมตน ฝึกฝนตนเอง ละความเห็นแก่ตัว ยึดมั่นในหลักการพื้นฐานของความรักความเมตตา พร้อมกับอยู่ในขอบข่ายแห่งความเป็นจริง ปฏิบัติตนอยู่ในสังคมได้ดีมีศีลธรรม ในสถานการณ์ที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและต่อเนื่อง ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษา เรื่อง การพัฒนาจิตวิญญาณของชาวพุทธ เพื่อสันติสุขของชุมชน เพื่อที่จะได้นำหลักธรรมทางคำสั่งสอนต่าง ๆ ของวัดถ้ำเมืองนะ ไปประยุกต์ใช้ในสังคม เพื่อให้เกิดความสงบและสันติสุข ช่วยขัดเกลาจิตวิญญาณของคนในสังคมให้รู้ถึง บาปบุญคุณโทษ พร้อมทั้งการดำเนินชีวิตในสังคมและเป็นรูปแบบในพัฒนาสังคมอื่น ๆ ให้มีสันติสุขตลอดไป

วัดถ้ำเมืองนะ หรือ วัดพรหมปัญโญ ตำบลเมืองนะ อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่ เป็นสถานที่ปฏิบัติทางจิตวิญญาณ โดยมีหลวงตาม้าที่มีความเมตตา กรุณา ในการสอนปฏิบัติและขัดเกลาจิตวิญญาณทำให้เกิดความศรัทธาต่อประชาชนที่เข้ามาประพฤติปฏิบัติ โดยหลวงตาม้าได้นำพระคาถาจักรพรรดิมาเป็นตัวกล่อมจิตใจ และมีหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาที่มุ่งต่อการแก้ไขปัญหาดังกล่าว ของจิตวิญญาณให้กลับมาอยู่ในสังคมที่มีความสงบวัดถ้ำเมืองนะ เป็นวัดที่เน้นการสวดมนต์ภาวนา ซึ่งทางวัดจะสวดบท “พระมหาจักรพรรดิ” เป็นหลักโดยคำสอนของพระเดชพระคุณ พระวรวงศ์ วิริยธโร (หลวงตาม้า) ซึ่งท่านเดินตามปฏิปทาของ “หลวงปู่ดู่ พระพรหมปัญโญ” วัดสะแก จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ผู้เป็นบรมครูที่ท่านเคารพศรัทธายิ่ง และเป็นผู้จุดประกายความรู้ให้กับท่าน จากนั้นก็ได้ฝึกฝนเพียรปฏิบัติ แล้วนำความรู้มาถ่ายทอดเพื่อให้ลูกศิษย์หรือผู้ที่นำไปปฏิบัติได้พัฒนาจิตตนเอง เพื่อสร้างกำลังในการเวียนว่ายตายเกิด และสร้างบารมี



ในแนวทางของโพธิสัตว์ เพื่อยังประโยชน์แก่ทุกสรรพนามที่ยังเวียนว่ายตายเกิด และทำนุบำรุงพุทธศาสนาให้คนรุ่นหลังได้เรียนรู้อีกแขนงหนึ่ง นั่นคือศาสตร์ของโพธิสัตว์

โดยมีข้อปฏิบัติพื้นฐานในชีวิตประจำวัน คือ การสวดมนต์ แผ่เมตตา โมทนา อ่อนน้อมถ่อมตน โดยทรงพรหมวิหารเป็นข้อธรรมสำคัญคำสอนของหลวงตาม้าวัดถ้ำเมืองนะท่านจะสอนการเจริญเมตตา กำหนดจิตในการสวดมนต์ ตั้งคำที่ว่า ไปไหนก็สวด ไปไหนก็แผ่เมตตา ถ้าอารมณ์ไม่ดีก็รีบเปลี่ยนให้ไว ให้จิตผูกอยู่กับไตรสรณคมน์ อยู่กับบทสวดพระมหาจักรพรรดิ อยู่กับหลวงปู่ทวด หลวงปู่ดู่ โดยเฉพาะตอนนอน ให้สวดจนหลับ นอนที่ไหนก็ให้สวด ให้ทำอย่างนี้ทุกวัน จนชิน จากคำสอนดังกล่าวนำมาสอดคล้องกับการดำเนินชีวิตประจำวัน ในยุคที่สังคมเปี่ยมไป ในยุคที่การพัฒนาจิตวิญญาณเป็นสิ่งสมควรแก่การพัฒนา เพราะปัญหาสังคมในปัจจุบัน ล้วนแต่เกิดจากการขาดการใช้จิตวิญญาณเพื่อทำให้เกิดความสงบสุข

จากปัญหาที่กล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาวิจัยเรื่องการพัฒนาจิตวิญญาณของชาวพุทธ เพื่อสันติสุขของชุมชน วัดถ้ำเมืองนะ อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์

- 1 เพื่อศึกษากระบวนการและกิจกรรมการพัฒนาจิตวิญญาณ เพื่อสันติสุขของชุมชน วัดถ้ำเมืองนะ ตำบลเมืองนะ อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่
- 2 เพื่อศึกษารูปแบบพัฒนาจิตวิญญาณของชาวพุทธ เพื่อสันติสุขของชุมชน วัดถ้ำเมืองนะ ตำบลเมืองนะ อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่
- 3 เพื่อส่งเสริมการสื่อสารการพัฒนาจิตวิญญาณของชาวพุทธ เพื่อสันติสุขของชุมชน วัดถ้ำเมืองนะ ตำบลเมืองนะ อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่

การทบทวนทฤษฎีวรรณกรรม

แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนา

การพัฒนา ใช้ในภาษาอังกฤษว่า Development นำมาใช้เป็นคำเฉพาะและใช้ประกอบคำอื่นก็ได้ เช่น การพัฒนาประเทศ การพัฒนาชนบท การพัฒนาเมือง และการพัฒนาข้าราชการ เป็นต้น การพัฒนาจึงถูกนำไปใช้กันโดยทั่วไปและมีความหมายแตกต่างกันออกไปดังกล่าไปแล้ว เกี่ยวกับความหมายของการพัฒนานั้นได้มีผู้ให้ความหมายไว้หลายความหมายทั้งความหมายที่คล้ายคลึงกัน และแตกต่างกัน ซึ่งอาจจำแนกออกได้ดังนี้

พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พัฒนา หมายความว่าทำให้เจริญ คือทำให้เติบโตได้ งามงาม ทำให้งอกงามและมากขึ้น เช่น เจริญทางไมตรี (พจนานุกรม, 2538 : 238)

สนธยา พลศรี ได้ให้ความหมายการพัฒนา หมายถึงการเปลี่ยนแปลงสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้เกิดคุณภาพดีขึ้นกว่าเดิม ความหมายนี้นับว่าเป็นความหมายที่รู้จักกันโดยทั่วไป เพราะนำมาใช้มากกว่าความหมายอื่น ๆ แม้ว่าไม่เป็นที่ยอมรับของนักวิชาการก็ตาม (สนธยา พลศรี, 2547 : 2)



พระราชวรมณี (ประยูร ปยุตโต) ได้ให้ความหมายและอธิบายไว้ว่า ในทางพุทธศาสนา การพัฒนา มาจากคำภาษาบาลีว่า วัฒนฺหะ แปลว่า เจริญ แบ่งออกได้ เป็น 2 ส่วน คือ การพัฒนาคน เรียกว่า ภาวนา กับการพัฒนาสิ่งอื่น ๆ ที่ไม่ใช่คน เช่น วัตถุสิ่งแวดลอมต่าง ๆ เรียกว่าพัฒนา หรือวัฒนา เช่น การสร้างถนน บ่อน้ำ อ่างเก็บน้ำ เป็นต้น ซึ่งเป็นเรื่องของการเพิ่มพูนขยาย ทำให้มากหรือทำให้เติบโตขึ้นทางวัตถุและได้เสนอข้อคิดไว้ว่า คำว่า การพัฒนา หรือ คำว่า เจริญ นั้นไม่ได้แปลว่าทำให้มากขึ้นเพิ่มพูนขึ้นอย่างเดียวนั้น แต่มีความหมายว่า ตัดหรือทิ้งเช่น เจริญพระเกศา คือตัดผมมีความหมายว่า รก เช่น นุสเลีย โลกวิพสน์ แปลว่า อย่าเป็นคนรกโลกอีกด้วย ดังนั้นการพัฒนาจึงเป็นสิ่งที่ทำแล้วมีความเจริญจริง ๆ คือ ต้องไม่เกิดปัญหาติดตามมาหรือไม่เสื่อมลงกว่าเดิม ถ้าเกิดปัญหาหรือเสื่อมลง ไม่ใช่เป็นการพัฒนาแต่เป็นหายนะ ซึ่งตรงกันข้ามกับการพัฒนา (พระราชวรมณี (ประยูร ปยุตโต), 2530 : 16 - 18)

แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนาจิตวิญญาณ

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน (ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 ให้ความหมายของ จิตวิญญาณ โดยแยกคำอธิบายความหมายของ จิต หมายถึง ใจ เป็นสิ่งที่มีหน้าที่รู้ คิด

บุพผา ชอบใช้ (2546) กล่าวว่า วิญญาณ หมายถึง สิ่งที่เกี่ยวข้องว่าสิ่งอยู่ในตน ทำให้เป็นบุคคลขึ้นเมื่อร่างกายเปื่อยเน่าแล้วก็ยังอยู่ต่อไป นอกจากนี้แล้วยังหมายถึงจิตใจ ความรู้แจ้ง และความรู้สึกรู้ตัว

ประเวศ วะสี (2544 : 41-46) กล่าวว่าจิตวิญญาณ หมายถึง ความดี คุณค่า การมีจิตใจสูง หรือหมายถึงจิตขั้นสูง คือ จิตที่ลดความเห็นแก่ตัว จิตที่เห็นแก่ผู้อื่น จิตที่เข้าถึงสิ่งสูงสุด (พระรัตนตรัย ปัญญา พระนิพพาน) ซึ่งในบริบทของสังคมไทย คำนี้ไม่ได้เป็นคำศัพท์ใหม่ แต่เป็นคำที่ใช้กับอยู่เสมอ ได้แก่ ความดี จิตใจสูง ความเป็นมนุษย์ บุญ กุศล อริยะ หรือ อริยมรรค หรือ มรรค 8 จิตใจสูงในที่นี้ต้องเป็นกระบวนการทางปัญญา คือ มีปัญญารู้ว่าอะไรดีอะไรไม่ดี รู้ว่าธรรมชาติของสรรพสิ่งคือความไม่มีตัวตน ไม่มีตัวตนในตัวตน ไม่เห็นแก่ตัว จิตวิญญาณเป็นมิติของความเป็นมนุษย์ (มนุษย์ธรรม) เป็นมิติของชีวิตที่ทำให้มนุษย์มีความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ และมีความแตกต่างจากสัตว์ มนุษย์ขาดจากความดีไม่ได้ และเมื่อมนุษย์ขาดจิตวิญญาณอันเป็นสิ่งที่ไม่อาจขาดได้ มนุษย์จะขาดความสมบูรณ์ในตัวเอง มีสุขภาพไม่ดี กลายเป็นคนพร่อง ทำให้ต้องการอะไรมาเติม และสิ่งที่จะมาเติมมี 3 อย่างใหญ่ๆ ได้แก่ ยาเสพติด ความฟุ่มเฟือย และความรุนแรง

ทัศนีย์ ทองประทีป (2548 : 42) คำว่า (Spirituality) มีการนำมาใช้ในการพยาบาลตั้งแต่ยุคของ Miss Florence Nightingale (ค.ศ.1820-1910) ซึ่งคำนี้มีความสำคัญต่อความผาสุกและการเยียวยาของทุกคน พยาบาลในตะวันตกใช้คำว่าดูแลด้านจิตวิญญาณ (Spiritual Care) เพื่อให้พยาบาลเคารพและให้ความสำคัญแก่ผู้ป่วย

พาริดา อับราฮิม (2534 : 65-68) โครงสร้างที่ควบคุมหน้าที่การทำงานของคนให้ประสบความสำเร็จและมีความสุข คือ โครงสร้างในส่วนของจิตวิญญาณ คนที่พัฒนาการในจิตวิญญาณที่ดีจะมีมโนธรรม มีจริยธรรม จนสามารถควบคุมจิตของตนเองให้มีสมาธิ ใช้ปัญญาในการแสวงหาความรู้ เพื่อให้อาหารแก่จิตวิญญาณด้วยเหตุผล มีกรอบแนวคิดที่ชัดเจน เพราะมองสรรพสิ่งด้วยกระบวนการของการแก้ไขปัญหา มองด้วยความเข้าใจชีวิตและความทุกข์ รู้เหตุ รู้ผล รู้ประมาณ รู้กาล รู้บุคคล รู้ชุมชน ปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ด้วย



ความรู้เท่าถึงการณ์ เพราะรู้จักตนเอง รู้จักผู้อื่น และรู้จักสิ่งแวดล้อมเป็นอย่างดี โดยจะซึมซับอยู่ทุกส่วนของชีวิต ซึ่งมีอิทธิพลต่อเจตคติ ความเชื่อและสุขภาพของบุคคล

อัจฉรา ตันศรีรัตนวงศ์ (2541 : 15) กล่าวว่า จิตวิญญาณ คือ องค์ประกอบหนึ่งของบุคคลที่ไม่สามารถมองเห็น แต่เป็นส่วนที่รู้สึกสัมผัสได้และเป็นขุมพลังที่สามารถทำให้บุคคลนั้นมีความเป็นตัวของตัวเอง มีเป้าหมายชีวิตที่ชัดเจน คือ รู้ว่ามีชีวิตอยู่เพื่ออะไร หรือมีชีวิตอยู่เพื่อใคร เป็นแรงจูงใจและแรงศรัทธาของบุคคลต่อสิ่งที่มีค่าสูงสุด เช่น ความจริงแท้ของชีวิต สิ่งศักดิ์สิทธิ์ หรือศาสนาที่จะบันดาลให้บุคคลมีชีวิตอย่างผาสุก

แนวคิด เกี่ยวกับการสร้างสันติสุข

ราชบัณฑิตยสถาน สันติสุข แปลว่า ความสุขที่เกิดจากความสงบ โดยที่มาของคำว่า สันติภาพ (Peace) เดิมในภาษาลาติน มาจากคำว่า (Pax) หมายถึง อีสราภาพจากความสับสนหรือไม่เป็นระบบทางการปกครอง แต่ในภาษาอังกฤษ คำนี้ได้ถูกนำมาใช้ในการต้อนรับบุคคล ตั้งแต่ปี ค.ศ.1300 และถูกนำมาแปลเป็นภาษาอิสราเอล หรือภาษาฮีบรู (Hebrew) โดยใช้คำว่า (Shalom) แปลว่า ความสงบ และใช้เป็นคำทักทายและอ้อลาของชาวยิว และจากคำว่า (Shalom) ยังคงมีรากศัพท์ หรือแหล่งกำเนิดในภาษาอาราบิก (Arabic) เป็นคำว่า (Salaam) ซึ่งมีความหมายอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับสันติภาพและสันติสุข ได้แก่ ความยุติธรรม สุขภาพดี ปลอดภัย อยู่ดีมีสุข มั่งคั่ง รุ่งเรือง เสมอภาค โชคดี และมิตรภาพ (ราชบัณฑิตยสถาน, 2546)

องค์ประกอบของหนทางสู่สันติสุข 3 ทาง ดังนี้

1 สันติสุขที่อยู่ภายในจิตใจ (Inner Peace) หมายถึง ความสงบสุข สมานฉันท์ภายในตนเอง การมีสุขภาพดี และการปราศจากความขัดแย้งต่างๆ ภายในจิตใจ ความรู้สึกมีอิสราภาพ แจ่มชัด มีความสุขในจิตวิญญาณ และชื่นชมในความงามของศิลปะ

2. สังคมสันติสุข (Social peace) หมายถึง ความสงบสุขระหว่างบุคคล การรักษาความสัมพันธ์ที่มีไว้ในทุกระดับ การใช้ความสมานฉันท์ ประองตองในการแก้ไขปัญหา ความรัก มิตรภาพ ความเป็นเอกภาพ ความเข้าใจซึ่งกันและกัน การยอมรับ ความร่วมมือ ความเป็นพี่น้อง ความอดกลั่นในความแตกต่าง ความเป็นประชาธิปไตย การสร้างสรรค์ ความเป็นชุมชนร่วมกัน สิทธิมนุษยชน และการเป็นผู้มีคุณธรรม

3. สันติสุขกับธรรมชาติ (Peace with nature) หมายถึง การอยู่ร่วมกันกับสภาพแวดล้อมและแผ่นดินของตนเอง

สันติภาพหรือสันติสุข จะมีขึ้นไม่ได้ トラบเท่าที่คนเรายังอยากและกระหายที่จะเอาชนะ และปราบปรามเพื่อนบ้านของเราอยู่ ฉะนั้น สันติภาพที่แท้จริงจะมีขึ้นได้ก็แต่เฉพาะในบรรยากาศแห่งความเมตตา มิตรภาพ ปราศจากความกลัว ความระแวง และอันตราย (พระไพศาล วิสาโล, 2530 : 23)

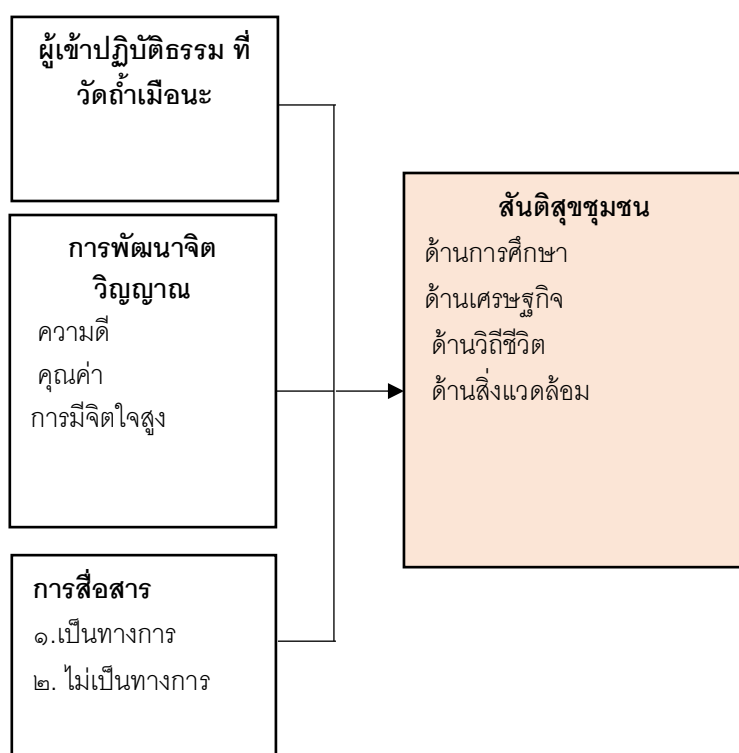
การเสริมสร้างสังคมสันติสุข หมายถึง การสร้างสังคมให้เจริญขึ้นโดยอาศัยความรู้ความสามารถของประชาชน รัฐ และองค์กรทางสังคมต่าง ๆ การเสริมสร้างจึงเป็นการพัฒนาสังคมเพื่อให้คนในชุมชนมีคุณภาพในการดำรงชีวิตอยู่ ทั้งด้านเศรษฐกิจ การเมือง การปกครอง และสังคม เมื่อเป็นเช่นนี้ สังคมโดยรวมก็จะเป็นสังคมแห่งสันติสุข คือ สังคมที่มีสันติสุขภายในและสันติภายนอก เป็นสังคมที่มีเอกภาพและความ

สอดคล้อง ประสานกลมเกลียว ความเสรีภาพ และความยุติธรรม เป็นสังคมที่สงบ ราบรื่น ผู้คนดำรงชีวิตเป็นสุข และมีสมานฉันท์ต่อกัน (โคทม อารียา, 2530 : 296-297)

มนุษย์ไม่ทำความรุนแรงต่อตนเอง ต่อเพื่อนมนุษย์ ต่อสิ่งมีชีวิต และต่อธรรมชาติแวดล้อม สันติสุขหรือสันติภาพ จึงเป็นทั้งเป้าหมาย (Goal) ตัวบ่งชี้ปัญหา (Indicator) และกระบวนการแก้ไขความขัดแย้ง (Process) (อเนก นาคะบุตร, 2536 : 6)

กรอบแนวคิดการวิจัย

งานวิจัยนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยกำหนดกรอบแนวคิดการวิจัยตามแนวคิด/ทฤษฎีของประกอบด้วย โดยมีรายละเอียดดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยแบบเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยการศึกษาค้นคว้าข้อมูล และคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างของผู้มาปฏิบัติธรรม โดยการสุ่มเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ในพื้นที่วัดถ้ำเมืองนะ ตำบลเมืองนะ อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 15 คน ลงพื้นที่ภาคสนาม เพื่อเก็บข้อมูลใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) โดยใช้แบบสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง โดยศึกษาจากความเห็นของ ผู้มาปฏิบัติธรรมที่วัดถ้ำเมืองนะ และรวบรวมข้อมูลที่ได้มาจากการศึกษาเอกสาร การสัมภาษณ์



และการสังเกตการนำมาวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพและพรรณานำผลสรุปการสัมภาษณ์และสรุปผลการจัดทำรูปเล่มวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ผู้ให้ข้อมูลสำคัญด้านการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) การวิจัยครั้งนี้โดยคัดเลือกแบบเจาะจงผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ได้แก่ ผู้มาร่วมปฏิบัติธรรม ณ วัดถ้ำเมืองนะ ตำบลเมืองนะ อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 15 คน การเก็บข้อมูลในลักษณะข้อมูล ทุติยภูมิ (secondary data) จากหนังสือและเอกสารงานวิชาการต่าง ๆ ทั้งที่เป็นหนังสือ และสื่อสิ่งพิมพ์ อิเล็กทรอนิกส์ ได้แก่ ผลงานวิจัย วิทยานิพนธ์ งานเขียนทางวิชาการ บทความทางวิชาการ ตลอดจน วารสาร หนังสือพิมพ์ สื่อสิ่งพิมพ์ประเภทต่างๆ หรือที่มีส่วนสัมพันธ์กับเนื้อหาสาระ และกรอบแนวคิดในการวิจัย และเป็นข้อมูลที่มีส่วนสัมพันธ์กับบท สัมภาษณ์

ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การพัฒนาจิตวิญญาณของชาวพุทธ เพื่อสันติสุขของชุมชน วัดถ้ำเมืองนะ ตำบลเมืองนะ อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่ สรุปตามประเด็นสำคัญดังต่อไปนี้

1. กระบวนการและกิจกรรมการพัฒนาจิตวิญญาณ เพื่อสันติสุขของชุมชน

วัดถ้ำเมืองนะ ตำบลเมืองนะ อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่

กระบวนการและกิจกรรมการพัฒนาจิตวิญญาณของวัดถ้ำเมืองนะนั้นมุ่งเน้นในเรื่องของบุญกิริยา วัตถุประสงค์ประการอันได้แก่ ทาน ศีล ภาวนา

1. ทานก็คือการให้ อันได้แก่ผู้ที่เข้ามาในสำนักปฏิบัติธรรมวัดถ้ำเมืองนะจะมีทั้งผู้ที่เข้ามาปฏิบัติธรรมและผู้ที่เข้ามาทำบุญถวายทานเช่นการถวายจตุปัจจัยเพื่อสร้างถาวรวัตถุภายในวัดการถวายภัตตาหารแด่พระภิกษุสามเณรและผู้ที่เข้มาช่วยปฏิบัติธรรมในสำนักปฏิบัติธรรมวัดถ้ำเมืองนะ

2. การรักษาศีล ได้แก่บุคคลที่เข้มาช่วยปฏิบัติธรรมในสำนักปฏิบัติธรรมวัดถ้ำเมืองนะนั้นจะต้องเป็นผู้สมาทานศีลอาจจะเป็นศีล 5 หรือศีล 8 ซึ่งจะไม่มีการระบุเรื่องของการรักษาศีล

3. ภาวนาคือการปฏิบัติธรรมตามหลักของสำนักปฏิบัติธรรมวัดถ้ำเมืองนะคือการกำหนดสวดมนต์บทพระมหาจักรพรรดิ โดยหลักของการปฏิบัติจะมีการสวดทั้งวันทั้งคืนประกอบกับการบริการพระมหาจักรพรรดิที่เป็นวัตถุในการยึดเหนี่ยวในการทำสมาธิการเพ่งภาพของพระอริยสงฆ์ในระหว่างสวดมนต์ภาวนาให้มีจิตใจอันสงบมากขึ้นการทำพระมหาจักรพรรดิ เพื่อเป็นการกำหนดให้จิตใจสงบมีสมาธินั้นถือได้ว่าเป็นอนุสติ 10 ในข้อสามคือสังฆานุสติระลึกถึงคุณของพระสงฆ์

2. รูปแบบการพัฒนาจิตวิญญาณของชาวพุทธ เพื่อสันติสุขของชุมชน วัดถ้ำเมืองนะ ตำบลเมืองนะ อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่

รูปแบบการพัฒนาจิตวิญญาณ เพื่อสันติสุขของชุมชน วัดถ้ำเมืองนะ ตำบลเมืองนะ อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่ เป็นรูปแบบในการพัฒนาจิตวิญญาณที่ไม่ตึงเครียด โดยมีรูปแบบที่เรียบง่ายคือ กิน นอน สวดมนต์ ทำให้ผู้ปฏิบัติธรรมมีเป้าหมายที่ชัดเจนและรู้สึกอารมณ์ดีตลอดเวลา สามารถกำหนดจิตแผ่เมตตาได้อย่างมีประสิทธิภาพ นำไปสู่การพบเจอความสันติสุขที่อยู่ภายใน และสามารถส่งพลังงานบุญออกไปได้ทุกครั้ง



เมื่อตั้งจิตอธิษฐาน อิริยาบถที่สบาย ๆ เป็นการบันทึกพลังงานบุญ ยิ่งได้สวดมนต์ภาวนา ประสิทธิภาพก็เพิ่มมากขึ้นเป็นทวีคูณ เมื่อเป็นเช่นนั้นแล้วผู้ปฏิบัติกรออยากภาวนาให้เยอะ โดยการบริหารเวลาให้กับตัวเองใหม่ เช่นการกินน้อย นอนน้อย ยิ่งมีความเพียรก็ยิ่งเข้าใจในการเปลี่ยนแปลง และนำไปสู่การพัฒนาจิตวิญญาณของตัวเองได้อย่างมีเหตุมีผล ซึ่งกิจกรรมดังกล่าว ถือว่าเป็นกิจกรรมหลักที่ให้ผู้ปฏิบัติได้เรียนรู้ในเรื่องของพลังงานบุญ ที่คอยหนุนนำให้ชีวิตของตนเองเกิดการเปลี่ยนแปลงได้ ด้วยการสวดบทพระคาถาหาจักรพรรดิอยู่เสมอ ๆ ซึ่งก็เป็นการพัฒนาจิตวิญญาณได้ในระดับหนึ่ง

3. การส่งเสริมการสื่อสารการพัฒนาจิตวิญญาณของชาวพุทธ เพื่อสันติสุขของชุมชน วัดถ้ำเมืองนะ ตำบลเมืองนะ อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่

การส่งเสริมการสื่อสารการพัฒนาจิตวิญญาณของชาวพุทธเพื่อสันติสุขของชุมชนวัดถ้ำเมืองนะ ตำบลเมืองนะ อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งแบ่งออกได้ คือ

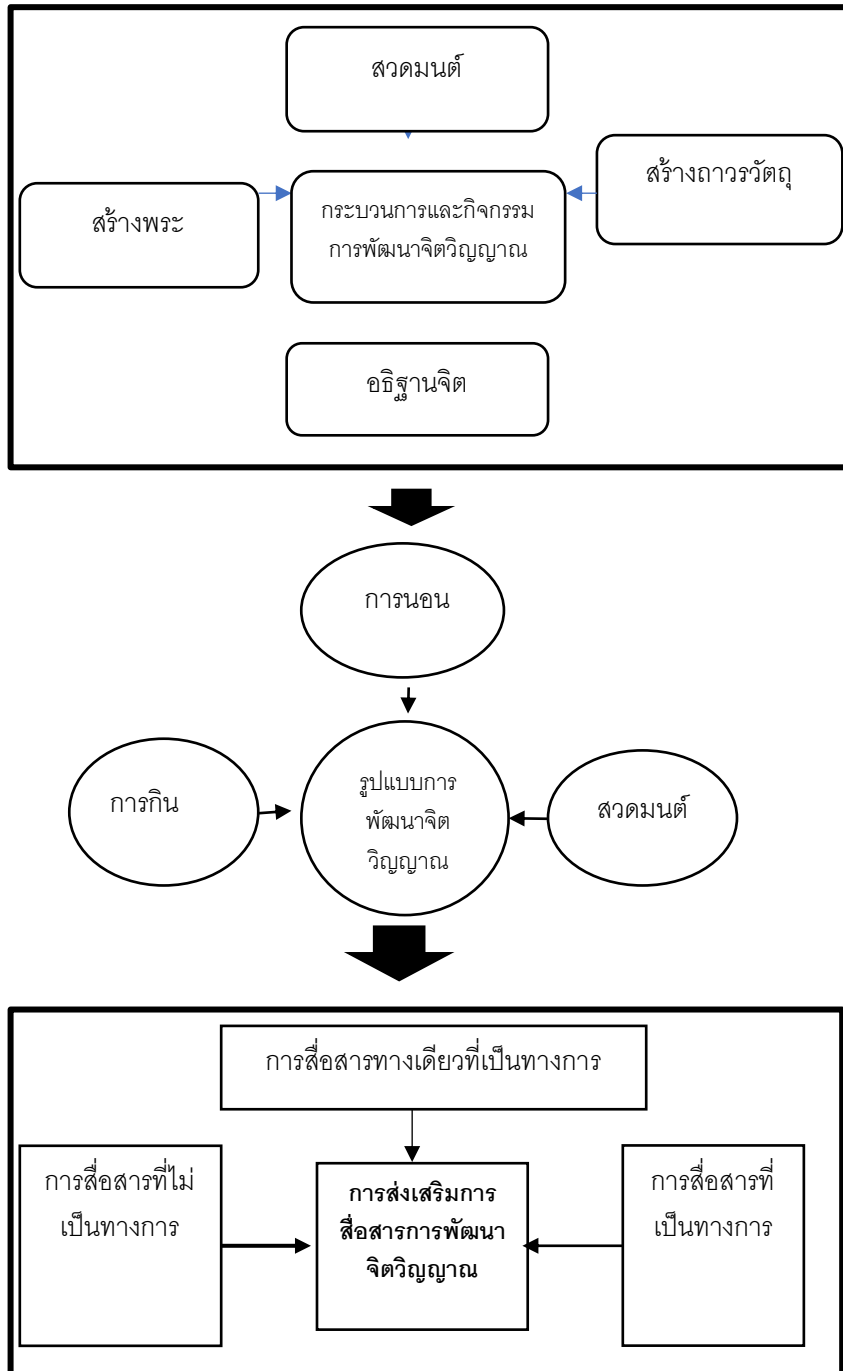
1. รูปแบบที่ไม่เป็นทางการซึ่งเป็นลักษณะของการสื่อสารระหว่างบุคคลที่ไม่มีระเบียบกฎเกณฑ์ใดใดมากำหนดเป็นการสื่อสารที่เกิดขึ้นจากความสนิทสนมคุ้นเคยและความสัมพันธ์ในทางส่วนตัวโดยมีการพบปะพูดคุยสนทนากันมีการแลกเปลี่ยนข้อมูลซึ่งกันและกันทำให้เกิดการเชิญชวนสร้างแรงจูงใจให้กับผู้ที่ได้เย็นมีความสนใจและเข้าร่วมในการ ปฏิบัติธรรม ซึ่งสามารถเกิดได้จากการคุยทางโทรศัพท์การบอกปากต่อปากหรือการปรึกษาหารือ

2. การสื่อสารแบบเป็นทางการคือการสื่อสารโดยการ ประชุมโดยพร้อมเพรียงกัน การได้รับฟังคำบรรยายโดยตรงจากพระวิทยากร หรือจะเอาวาสน

3. การสื่อสารทางเดียวที่เป็นทางการได้แก่การสื่อสารในลักษณะของการประชาสัมพันธ์จะเป็นในลักษณะต่างๆเช่นการสื่อสารระหว่างตัวบุคคลการสื่อสารระหว่างเพื่อนฝูงและญาติพี่น้องที่เคยเข้ามาท่องเที่ยว หรือมาปฏิบัติธรรม รวมไปถึงเรื่องของสื่อและลักษณะต่างๆไม่ว่าจะเป็นแผ่นพับแผ่นป้ายประชาสัมพันธ์หรือที่สำคัญก็คือการสื่อสารทางระบบออนไลน์ผ่านช่องทางต่างๆคือสถานีโทรทัศน์สถานีวิทยุสื่อทางอินเทอร์เน็ตในรูปแบบต่างๆที่มีอยู่ในปัจจุบัน



กรอบองค์ความรู้การวิจัย



อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้สามารถอภิปรายผลได้ดังต่อไปนี้ดังต่อไปนี้

5.2.1 กระบวนการและกิจกรรมการพัฒนาจิตวิญญาณ เพื่อสันติสุขของชุมชน วัดถ้ำเมืองนะ ตำบลเมืองนะ อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่ นั้นมุ่งเน้นในเรื่องของบุญกิริยาวัตถุสามประการอันได้แก่ทาน ศีลภาวนา สอดคล้องกับ **ปิยะมาศ ยินดีสุข** ได้ศึกษาเรื่อง การศึกษาเพื่อพัฒนาสุขภาพทางจิตวิญญาณของ นักเรียนโรงเรียนวิสุทธิพุทธ ได้กล่าวว่า การพัฒนาด้านคุณธรรม ศีลธรรม ผ่านการเรียนรู้ร่วมกันของโรงเรียน วัด



และชุมชน จากการประกอบกิจกรรมต่างๆในชีวิตประจำวันและกิจกรรมประเพณีวัฒนธรรมโดยการทำบุญทั้งสามทางอันได้แก่ ทาน ศีล ภาวนา ทานก็คือการให้ อันได้แก่ผู้ที่เข้ามาในสำนักปฏิบัติธรรมวัดถ้ำเมืองนะจะมีทั้งผู้ที่เข้ามาปฏิบัติธรรมและผู้ที่เข้ามาทำบุญถวายทานเช่นการถวายจตุปัจจัยเพื่อสร้างถาวรวัตถุภายในวัดการถวายภัตตาหารแด่พระภิกษุสามเณรและผู้ที่เข้ามาร่วมปฏิบัติธรรมในสำนักปฏิบัติธรรมวัดถ้ำเมืองนะ การรักษาศีล ได้แก่บุคคลที่เข้ามาร่วมปฏิบัติธรรมในสำนักปฏิบัติธรรมวัดถ้ำเมืองนะนั้นจะต้องเป็นผู้สมาทานศีล อาจจะเป็นศีล 5 หรือศีล 8 ซึ่งจะไม่มีการระบุเรื่องของการรักษาศีล ภาวนาคือการปฏิบัติธรรมตามหลักของสำนักปฏิบัติธรรมวัดถ้ำเมืองนะคือการกำหนดสวดมนต์รับพระมหากัจจกรพรรดิ โดยหลักของการปฏิบัติจะมีการสวดทั้งวันทั้งคืนประกอบกับการบริการพระผงจักรพรรดิที่เป็นวัตถุในการยึดเหนี่ยวในการทำสมาธิการเพ่งภาพของพระอริยสงฆ์ในระหว่างสวดมนต์ภาวนาให้มีจิตใจอันสงบมากขึ้นการทำพระผงจักรพรรดิ เพื่อเป็นการกำหนดให้จิตใจสงบมีสมาธินั้นถือได้ว่าเป็นอนุสติ 10 ในข้อสามคือสังขานุสติระลึกถึงคุณของพระสงฆ์

5.2.2 รูปแบบการพัฒนาจิตวิญญาณของชาวพุทธ เพื่อสันติสุขของชุมชน วัดถ้ำเมืองนะ ตำบลเมืองนะ อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่เป็นรูปแบบในการพัฒนาจิตวิญญาณที่ไม่ตั้งเครียด โดยมีรูปแบบที่เรียบง่ายคือ กิน นอน สวดมนต์ ทำให้ผู้ปฏิบัติธรรมมีเป้าหมายที่ชัดเจนและรู้สึกอารมณ์ดีตลอดเวลา สามารถกำหนดจิตแผ่เมตตาได้อย่างมีประสิทธิภาพ นำไปสู่การพบเจอความสันติสุขที่อยู่ภายใน ซึ่งสอดคล้องกับ พระมหาวิเศษ ปญญาวิโร ได้ศึกษาเรื่อง แนวทางในการพัฒนาจิตวิญญาณความเป็นมนุษย์ ของผู้ต้องขังในทัณฑสถานหญิงเชียงใหม่ ได้กล่าวว่า การพัฒนาจิตวิญญาณความเป็นมนุษย์ โดยใช้วิธีการที่ทำให้ผู้ต้องขังไม่โศกเศร้าในอดีตอันเจ็บปวดที่ผ่าน ควรสอนเน้นเห็นคุณค่าในชีวิต ส่งเสริมให้ทำงานทำประจำให้มีความสุขแล้วร้ายที่ยังฝังอยู่ในจิตใจ โดยจัดพระสงฆ์ไปอบรมธรรมะเน้นการฟังเรื่องบาปบุญ คุณ โทษให้มาก เน้นทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว แนวคิดที่จะต้องมึธรรมะเป็นพื้นฐานในการดำเนินชีวิตการเริ่มต้นใหม่คือแนวทางที่จะช่วย บรรเทาได้ สิ่งเล็กๆที่สร้างสรรค์ อ่านเรื่องที่มีประโยชน์ ประเทืองปัญญาถ้ามีความทุกข์ทางใจให้ ออกกำลังกาย ไม่ว่าจะเดิน แอโรบิค เล่นโยคะ เปลี่ยนที่นอน ร้องเพลง เล่นดนตรี รับประทานวิตามิน ดูหนังตลก ถ้ามีความทุกข์กาย ให้ทำใจยอมรับความจริงให้ได้ สิ่งเหล่านี้ต้องทำควบคู่กับการฟังเทศน์ ฟังธรรม สวดมนต์ การดำเนินชีวิตโดยตั้งสติ ในขณะที่ทำ ขณะพูด ขณะคิด ทำให้เห็นคุณค่าของชีวิตของตัวเองมากขึ้น รับฟังความคิดเห็นของครูบาอาจารย์ หรือผู้มีพระคุณ ที่มีความหวังดีต่อเรา เมื่อท่านแนะนำดี ควรนำไปปรับใช้ในชีวิตได้ และสามารถส่งพลังงานบุญออกไปได้ทุกครั้งเมื่อตั้งจิตอธิษฐาน อธิบายที่สบาย ๆ เป็นการบันทึกพลังงานบุญ ยิ่งได้สวดมนต์ภาวนา ประสิทธิภาพก็เพิ่มมากขึ้นเป็นทวีคูณ เมื่อเป็นเช่นนั้นแล้วผู้ปฏิบัติกรอยากภาวนาให้ เยอะ โดยการบริหารเวลาให้กับตัวเองใหม่เช่นการกินน้อย นอนน้อย ยังมีความเพียรก็ยิ่งเข้าใจในการเปลี่ยนแปลง และนำไปสู่การพัฒนาจิตวิญญาณของตัวเองได้อย่างมีเหตุมีผล ซึ่งสอดคล้องกับ ประเวศ วะสี ได้กล่าวว่า พัฒนาการทางด้านจิตวิญญาณ เป็นสิ่งที่ทำให้ความคิดดีงาม การพัฒนาที่ก่อให้เกิดความคิดดี พัฒนา ให้รู้ว่าอะไรดี อะไรชั่ว เป็นการฝึกฝนการกระทำความดี ละเว้นจากความชั่ว และเป็นการพัฒนาให้เกิดปัญญาที่รู้แจ้งเห็นความจริง อย่างไรก็ตาม จิตวิญญาณ มีพัฒนาการตั้งแต่วัยทารก และมีการพัฒนาทุกช่วงวัย



ซึ่งกิจกรรมดังกล่าว ถือว่าเป็นกิจกรรมหลักที่ให้ผู้ปฏิบัติได้เรียนรู้ในเรื่องของพลังงานบุญ ที่คอยหนุนนำให้ชีวิตของตนเองเกิดการเปลี่ยนแปลงได้ ด้วยการสวดบทพระคาถามหาจักรพรรดิอยู่เสมอ ๆ ซึ่งก็เป็นการพัฒนาจิตวิญญาณได้ในระดับหนึ่ง

5.2.3 การส่งเสริมการสื่อสารการพัฒนาจิตวิญญาณของชาวพุทธ เพื่อสันติสุขของชุมชน วัดถ้าเมืองนะ ตำบลเมืองนะ อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่ คือ รูปแบบที่ไม่เป็นทางการซึ่งเป็นลักษณะของการสื่อสารระหว่างบุคคลที่ไม่มีระเบียบกฎเกณฑ์ใดใดมากำหนดเป็นการสื่อสารที่เกิดขึ้นจากความสนิทสนมคุ้นเคยและความสัมพันธ์ในทางส่วนตัวโดยมีการพบปะพูดคุยสนทนากันมีการแลกเปลี่ยนข้อมูลซึ่งกันและกันทำให้เกิดการเชิญชวนสร้างแรงจูงใจให้กับผู้ที่ได้เย็นมีความสนใจ และเข้าร่วมในการ ปฏิบัติธรรม ซึ่งสามารถเกิดได้จากการคุยทางโทรศัพท์การบอกปากต่อปากหรือการปรึกษาหารือ การสื่อสารแบบเป็นทางการคือการสื่อสารโดยการ ประชุมโดยพร้อมเพรียงกัน การได้รับฟังคำบรรยายโดยตรงจากพระวิทยากร หรือจะเอาวาสน การสื่อสารทางเดียวที่เป็นทางการได้แก่การสื่อสารในลักษณะของการประชาสัมพันธ์จะเป็นในลักษณะต่างๆ เช่นการสื่อสารระหว่างตัวบุคคลการสื่อสารระหว่างเพื่อนฝูงและญาติพี่น้องที่เคยเข้ามาท่องเที่ยว หรือมาปฏิบัติธรรม รวมไปถึงเรื่องของสื่อและลักษณะต่างๆไม่ว่าจะเป็นแผ่นพับแผ่นป้ายประชาสัมพันธ์หรือที่สำคัญก็คือการสื่อสารทางระบบออนไลน์ผ่านช่องทางต่างๆคือสถานีโทรทัศน์สถานีวิทยุสื่อทางอินเทอร์เน็ตในรูปแบบต่างๆที่มีอยู่ในปัจจุบัน ซึ่งสอดคล้องกับ **ทัศนีย์ กระจ่างอินทร์** ได้กล่าวว่า การสื่อสารเป็นปัจจัยสำคัญในการดำรงชีวิต ไม่มีใครที่ดำรงชีวิตได้ โดยปราศจากการสื่อสาร โดยเฉพาะสังคมมนุษย์ที่มีการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาตลอดเวลา พัฒนาการทางสังคมจึงดำเนินไปพร้อมๆ กับพัฒนาการทางการสื่อสาร การสื่อสารช่วยอ้างสังคมให้อยู่ร่วมกันเป็นปกติสุข เนื้อหาสาระที่เกี่ยวข้องกับระเบียบประเพณี กฎเกณฑ์ทางสังคมและความรู้ต่างๆ จำเป็นต้องรับการถ่ายทอดเพื่อให้เป็นมรดกทางสังคมตกลงใช้ร่วมกันอย่างสันติ การสื่อสารเป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนาทางสังคมในด้านคุณธรรม จริยธรรม วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ฯลฯ รวมทั้งในการสื่อสาร จำเป็นต้อง พัฒนาอย่างไม่หยุดยั้งและต้องใช้การสื่อสารเป็นเครื่องมือในการพัฒนาในด้านต่างๆ เช่น การใช้สื่อ โสตฯ หรือสื่ออิเล็กทรอนิกส์ในงานสาธารณสุข เป็นต้น

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ

1. ควรมีการนำเอารูปแบบของการปฏิบัติธรรมโดยวิธีการสวดมนต์เข้าไปใช้ในสถานศึกษาเพื่อสร้างสมาธิให้กับนักเรียนเยาวชน
2. ควรมีการทำคู่มือในการปฏิบัติให้ชัดเจนและชี้แจงและวิธีการรวมถึงผลที่เกิดขึ้นเพื่อให้ประชาชนที่ไม่มีเวลามาปฏิบัติได้ศึกษาและเข้าใจด้วยตนเอง
3. ควรมีการขยายสาขาออกไปให้ทั่วประเทศโดยยึดหลักของการปฏิบัติในลักษณะเดียวกันกับสำนักปฏิบัติธรรมวัดถ้าเมืองนะ



บรรณานุกรม

โคทม อาริยา, **ข้อชวนพิจารณาเรื่องสันติภาพ**, กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530.

ทัศนีย์ ทองประทีป, **จิตวิญญาณ มิติหนึ่งของพยาบาล**, กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2548.

บุษผา ชอบใช้, **การพยาบาลในมิติจิตวิญญาณ โดยใช้กระบวนการพยาบาลเป็นหลัก**, ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2546.

ประเวศ วะสี, **สุขภาวะทางจิต สุขภาวะจิตวิญญาณ**, กรุงเทพมหานคร: หมอชาวบ้าน, 2544.

พจนานุกรม, **ฉบับราชบัณฑิตยสถาน**, พิมพ์ครั้งที่ 5, กรุงเทพมหานคร: อักษรเจริญทัศน์, 2538.

พระไพศาล วิสาโล, **สันติภาพโดยสันติภาพ อ่างใน กาญจนา แก้วเทพ สื่อสันติภาพ สันติภาพในสื่อ**, กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530.

พระราชวรมนี (ประยุทธ์ ปยุตโต), **ทางสายกลางของการศึกษาไทย**, พิมพ์ครั้งที่ 2, กรุงเทพมหานคร : คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2530.

พาริดา อับราฮิม, **การพยาบาลในมิติด้านจิตวิญญาณ**, กรุงเทพมหานคร: เรือนแก้วการพิมพ์, 2534.

ราชบัณฑิตยสถาน, **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2542**, กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชันส์, 2546

ราชบัณฑิตยสถาน, **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2556**, กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชันส์, 2546.

วิธีปฏิบัติ, **ข้อวัตรคือ กิน นอน สวดมนต์**, พิมพ์ครั้งที่ 2, [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: www.พุทธพรหมปัญญา.com [13 กรกฎาคม 2563].

สนธยา พลศรี, **ทฤษฎีและหลักการพัฒนาชุมชน**, พิมพ์ครั้งที่ 5, กรุงเทพมหานคร : โอเดียนสโตร์, 2547.

อเนก นาคะบุตร, **คนกับดิน ป่า น้ำ จุดเปลี่ยนแปลงแห่งความคิด**, กรุงเทพมหานคร: สถาบันชุมชนท้องถิ่นพัฒนา, 2536.

อัจฉรา ตันศรีรัตนวงศ์, **การเยียวยาจิตวิญญาณของผู้ติดเชื้อเอชไอวีของผู้นับถือพระพุทธศาสนา**, กรุงเทพมหานคร: คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2541.