

## การจัดการการเรียนรู้ด้วยขั้น 5 Learning Management Inserting with Five Aggregates

นางสาวธิติมา ประภากรเกียรติ  
คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

### บทคัดย่อ

การเรียนรู้เป็นบ่อเกิดของความรู้ การทำงาน ความก้าวหน้า เป็นสิ่งที่ทำให้ชีวิตสมบูรณ์ การเรียนรู้จึงเป็นการพัฒนาชีวิต สังคม และโลกให้เจริญและสันติสุข นอกจากนี้การเรียนรู้ที่สมบูรณ์เป็นบ่อเกิดแห่งปัญญา ทำให้หุดาสว่าง มองการณ์ไกล ปัญญาไม่มีเหตุมีผล มีธรรมะคือสติ ที่คอยรั้งความคิดไว้ ไม่ให้ดำเนินไปผิดทาง การจัดการเรียนรู้หรือกระบวนการเรียนการสอน ที่ทำให้ผู้เรียนดำเนินไปสู่จุดหมายปลายทางของการศึกษา นั่นก็คือ ความสุข ที่เกิดจากการได้ปัญญา เมื่อมีปัญหาแล้วก็จะสามารถใช้แก้ปัญหา ทั้งที่เป็นรูปธรรมและนามธรรมได้ มนุษย์เรานั้นมีส่วนประกอบอยู่สองประการคือ กายกับจิต หรือนายกับรูป นั่นคือ ส่วนกายที่มีองค์ประกอบด้านความรู้สึกที่เป็นด้านความรู้สึกที่เป็นนาย ส่วนจิตประกอบด้วย เวทนา ความรู้สึก สัญญารู้อำ สัจจารู้อคิด วิญญาณรู้อรอบ เมื่อทุกส่วนรวมกันเรียกว่า ขั้น 5 การจัดการเรียนรู้ด้วยขั้น 5 จะช่วยรักษาขั้นนี้ให้บริสุทธิ์เป็นอิสระจากการครอบงำของโลกะ โทสะ และโมหะ หรือความเศร้า มองประเภทอื่นๆ การให้ผู้เรียนได้หมั่นฝึกอบรมตนเองจึงถือเป็นกระบวนการต่อเนื่องมีเหตุ มีปัจจัย และมีผลที่สอดคล้องกันอย่างสมดุล นำไปสู่อิสรภาพภายในจิตใจของตนเอง จิตของผู้มีอิสรภาพ ย่อมสงบ ดับความร้อนรนและขุ่นมัว รู้ถึงสิ่งควรละเว้นและเพิ่มพูนสิ่งที่เป็นกุศลได้

คำสำคัญ : การจัดการการเรียนรู้, ขั้น 5

### Abstract

Learning is the source of knowledge, working, progress, make the life complemented. So learning is the life development, social, and the world growth and peacefulness. Moreover the complemented learning is the source of wisdom, be wide awake, high vision, reason wisdom, virtue codes of awakening that delay the thought not precede in the wrong way. Learning management or teaching process make the learner proceed to the end of education that is happiness from wisdom. The wisdom is able to solving problem both of concrete and abstract. Human being 2 components are body and mind or one of the five forms of existence in Buddhist theology. They are corporeality, feeling, perception, (mental) formations, and consciousness. These groups are a fivefold classification in which the Buddha has summed up all the physical and mental phenomena of existence, and in particular, those which appear to the ignorant man as his ego or personality. Hence birth, decay, death, etc. are also in these five groups which actually comprise the whole world. And it is impossible that anyone can explain the passing out of one existence, and the entering into a new existence, or the growth, increase and development of consciousness, independently of corporeality, perception, and mental formation. These are called mere views, a thicket of views, a puppet show of views, toil of views, and a snare of views; and ensnared in the fetter of views the ignorant world ling will not be free from rebirth, from decay, and from death, from sorrow, pain, grief and despair; he will not be freed, I say, from suffering. More than any earthly power, more than all the joys of heaven, more than rule o'er all worlds, is the entrance to the extinction and detachment.

**Keywords:** Learning Management Inserting , Five Aggregates

อ.ธิติมา ประภากรเกียรติ

อาจารย์ประจำคณะวิทยาการจัดการ

Email : [thitima\\_pra@dusit.ac.th](mailto:thitima_pra@dusit.ac.th)

## บทนำ

การที่จะอยู่ได้อย่างมีความสุขนั้นต้องมีสติในใจเป็นตัวตั้งของการพัฒนาทุกชนิด วิกฤติการณ์ทางความเสื่อมทางศีลธรรมที่ขาดหายไปจากจิตใจของเยาวชนที่เป็นนักศึกษา ที่ทำให้เกิดผลกระทบหลายๆ อย่างตามมา เพราะเยาวชนเหล่านั้นมักเอาตัวเองเป็นศูนย์กลาง ทำให้วิถีคิดของเยาวชนเองไม่เป็นไปตามวิถีของคนในแบบยุคโบราณที่เขามีวิถีคิดนำด้วยศีลธรรม สิ่งที่จะทำให้เยาวชนเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจและเป็นมนุษย์ที่มีคุณค่าต่อสังคม ต้องมีการให้วัคซีนทางจิต เพื่อไม่ให้หลงผิดไปตามยุคโลกาภิวัตน์ที่ไร้พรมแดน ดังคำที่ว่า “ถ้าสติมาปัญญาจะเกิด ถ้าสติเตลิดจะเกิดปัญหา” นั่นคือ การรู้จักใช้สติปัญญา เป็นการนำสติที่ฝึกมาทำความเข้าใจในปัญหา โดยการฝึกหาสาเหตุของปัญหา การพิจารณาผลที่จะเกิดขึ้นจากการแก้ไขปัญหานั้นแต่ละเรื่องที่เกี่ยวข้องกัน จนเกิดความรู้แจ้ง เข้าใจและสามารถแก้ปัญหาได้ เกิดเป็นการเรียนรู้ในการแก้ปัญหา เป็นการเรียนรู้ที่จะใช้สติปัญญากับสิ่งที่เกิดขึ้นภายในตนเอง เรียกว่า การรู้จักใช้สติปัญญาแก้ปัญหา ในการนำเอาชั้น 5 มาใช้ร่วมในการจัดการเรียนรู้ด้วยกระบวนการเรียนรู้ถึง สิ่งที่ต้องได้ (รูป) รับรู้คำว่า สุขกับทุกข์ (เวทนา) จดจำได้ว่าอะไรเป็นอะไร (สัญญา) มีความคิดอ่านระหว่าง กุศลกับอกุศล (สังขาร) และการได้รับรู้ภายในและภายนอก (วิญญาน) ซึ่งการให้ผู้เรียนได้ศึกษาอาจเห็นเพียงข้อใดข้อหนึ่ง แต่ถ้าศึกษาได้ครบถ้วนทุกข้อ แต่ไม่ปฏิบัติ ก็จะได้แค่แ่งคิด ไม่ต่างไปจากการอ่านหนังสือไปเรื่อยๆ ดังนั้น ความสำเร็จของการนำชั้น 5 เข้าสู่กระบวนการเรียนการสอนได้จริงต้องปฏิบัติจริง ฝึกปฏิบัติเป็นประจำ นำไปประยุกต์ใช้และนำไปใช้ในการดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่าที่ดียิ่งขึ้น

## เนื้อเรื่อง

สิ่งสำคัญข้อหนึ่งที่มนุษย์ต่างจากสัตว์ดิรัจฉานคือ มนุษย์เป็นสัตว์ที่ฝึกได้ เช่น มนุษย์ถูกสั่งให้มานั่งเรียนหนังสือ ถูกฝึกฝนทำสิ่งโน้นสิ่งนี้จนเชี่ยวชาญ แต่สัตว์ดิรัจฉานทำไม่ได้ ดังท่านอาจารย์พุทธทาส (2518) ได้กล่าวว่า ความเป็นมนุษย์ หมายถึง การมีจิตใจสูง ความดีหรือจิตวิญญาน เป็นสมบัติความเป็นมนุษย์ มนุษย์ขาดความดีหรือจิตวิญญานไม่ได้ มิฉะนั้นจะขาดความสมบูรณ์ในตัวเอง ถ้ามนุษย์ยังพร่องทางจิตวิญญานอยู่ การเติมจิตวิญญานให้เกิดความสมบูรณ์ในตัวเองจึงมีความสำคัญยิ่ง ดังนั้นจึงมีโรงเรียน มหาวิทยาลัย เป็นสถานที่ศึกษาเล่าเรียนและการพัฒนาให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ การได้รับการเรียนรู้ในสิ่งต่างๆ เพื่อที่จะสามารถนำความรู้ที่ได้ไปประกอบอาชีพ ส่วนวิชาที่สอนก็เป็นวิชาที่เกี่ยวข้องกับอาชีพนั้นๆ เช่น คณะวิศวกรรมศาสตร์ สอนเรื่องเทคโนโลยีต่างๆ คณะนิติศาสตร์ สอนวิชาว่าด้วยกฎหมาย คณะนิเทศศาสตร์ สอนวิชาว่าด้วยประชาสัมพันธ์ คณะแพทยศาสตร์ สอนเกี่ยวกับร่างกายมนุษย์ และคณะครุศาสตร์ สอนเรื่องการเรียนการสอน เป็นต้น ในบรรดาคณะที่เปิดสอนด้านวิชาชีพนั้น มีเพียงคณะแพทยศาสตร์และทันตแพทย์ที่สอนเรื่องของมนุษย์ แต่เป็นส่วนจากรูปหรือร่างกายเท่านั้น ไม่มีเรื่องของจิตใจมาเกี่ยวข้อง เพราะสิ่งนี้เป็นนามธรรมจับต้องไม่ได้

ดังนั้นนักศึกษาจะเรียนรู้เรื่องภายนอกร่างกายเป็นส่วนใหญ่ แต่หากรู้เรื่องเกี่ยวกับตนเองไม่ เปรียบเสมือนการขับรถยนต์ ผู้ขับนอกจากจะต้องรู้จุดหมายปลายทาง เส้นทางก่อนขับแล้ว ต้องรู้จักวิธีขับรถด้วยว่า ตำแหน่งอุปกรณ์ต่าง เช่น คันเร่ง เบรก และพวงมาลัย เป็นต้น อยู่ที่ใด เมื่อไรควรจะเร่ง เมื่อไรควรจะเหยียบเบรก ซึ่งต้องมีการเรียนรู้ ฝึกฝนมาอย่างดี ในทำนองเดียวกัน วิธีการสอนนักศึกษาในปัจจุบัน ก็เหมือนกับการสอนเป้าหมายที่จะไป และเส้นทางที่จะเดิน อยู่ที่ไหน แต่ไม่สอนเรื่องวิธีขับเลย ให้เรียนรู้เอง ศึกษาเอง จึงผิดบ้าง ถูกบ้าง

ตัวอย่างเช่น คนบางคนมีความเห็นว่า

§ ตายแล้วสูญ หมายความว่า เมื่อคนและสัตว์เกิดมา เมื่อตายไป ถือว่าสิ้นสุดกัน

§ การกระทำของมนุษย์จะดีหรือชั่วก็ตาม ขึ้นอยู่กับรู้เห็นของบุคคลอื่นเท่านั้น เช่น ทำการลักทรัพย์ ถ้าตำรวจจับไม่ได้ ถือว่าไม่มีความผิด หรือ การบริจาคทรัพย์สินให้แก่องค์กรกุศลโดยไม่เอ่ยนาม แสดงว่าไม่ได้ทำความดี

§ เวรกรรมไม่มีจริง ดังนั้นโลกนี้ไม่มีบุญบาป

ความเห็นดังกล่าวมีมาตั้งแต่สมัยพุทธกาลแล้วและปัจจุบันยังมีอยู่ ถือเป็นสิ่งที่อันตรายต่อสังคมเป็นอย่างยิ่ง กล่าวคือ ถ้าทำความผิด ก็หนีไปต่างจังหวัดบ้าง ต่างประเทศบ้าง ปลอมตัวโดยเปลี่ยนชื่อสกุลใหม่ จนคดีหมดอายุความ จึงกลับมาเริ่มต้นใหม่ ในขณะที่เดียวกัน ก็ไม่ทำความดี หรือทำบุญอะไรเลย เพราะถือว่าทำไปก็ไม่ได้อะไรขึ้นมา เพราะชาติหน้าไม่มีจริง ความเห็นนี้ถ้าเป็นของผู้มีความรู้หน่อย ก็จะทำความผิดเล็กน้อย เช่น จี้ ปล้น ไปวันๆ และมักจะถูกตำรวจตามจับได้ ถ้าเป็นของผู้ที่เรียนสูง มีความรู้มาก การทำความผิดจะรุนแรงและยากที่จะหาหลักฐานมาตามจับ ดูตัวอย่างข้าราชการระดับสูงที่ถูกตั้งข้อหาฉ้อราษฎร์บังหลวง หรือ ผู้ที่เรียนสูงมีคำว่าดอกเตอร์นำหน้า ถูกตั้งข้อหาฆ่าคนตาย ยากที่จะหาหลักฐานมามัดตัว

ปัญหาอีกประเด็นหนึ่งคือ กิเลส 3 ตัว คือ ราคะ โทสะ และ โมหะ (พระมหาบุญไทย ปุณฺณมโน, 2554)

ราคะ หมายถึง ความยินดีในรูป รส กลิ่น เสียง โภภุชฺสพ และธรรมารมณ์ เช่น อยากรินอาหารอร่อย เห็นผู้หญิงสวยถูกใจ เกิดความใคร่ บริษัทใดให้เงินเดือนสูงกว่า ไปทำงานบริษัทนั้น

โทสะ หมายถึง การคิดร้ายต่อผู้อื่น ความอาฆาต พยาบาท เช่น มีคนมาด่า หรือ เพียงเดินชนกัน เกิดความไม่พอใจ อาฆาตต่อกัน ทำร้ายซึ่งกันและกัน

โมหะ หมายถึง หลงมัวเมาในอบายมุขเช่น ติดเกมทางคอมพิวเตอร์ ติดเฟสบุ๊ก ติดบุหรี่ย ติดการพนัน เป็นต้น มีความอิจฉาริชา หลงในความเป็นสถาบันที่ใครมาแตะต้องไม่ได้

กิเลสเหล่านี้มาจากไหน ลองสังเกตพฤติกรรมของเด็กเล็กก่อนดูว่า

§ เมื่อให้ของกินที่เด็กชอบใจ ถ้าไม่ห้ามปราม เด็กนั้นก็กินไม่หยุดจนมีร่างกายอ้วนในที่สุด แสดงว่ามีโลภะ

§ เมื่อเด็กไม่พอใจ ใช้มือตีเป็นการตอบโต้ แสดงว่ามีโทสะ

§ ถ้ามีเด็กสองคน เด็กคนหนึ่งได้รับการเอาใจจนเกินขนาด เด็กอีกคนจะแสดงอาการอิจฉาทันที แสดงว่ามี

โมหะ

ไม่มีผู้ปกครองท่านใดอยากสอนเด็กให้มีพฤติกรรมแบบนี้ แต่เมื่อเป็นพฤติกรรมของเด็กผู้ปกครองจึงเห็นว่าเป็นการกระทำแบบไร้เดียงสา มีคำถามว่า เด็กเรียนรู้สิ่งเหล่านี้มาจากไหนกัน ส่วนพฤติกรรมของผู้ที่เป็นวัยรุ่น และ ผู้ใหญ่เป็นเช่นไร จะพบว่าไม่แตกต่างกันเลย

ราคะ โทสะ และ โมหะเหล่านี้เกิดขึ้นในใจของมนุษย์ได้อย่างไร พิจารณาการทำงานของชั้น 5

ในทางศาสนาพุทธกล่าวว่า มนุษย์ ประกอบด้วย 2 ส่วนคือ รูป และนาม ส่วนนามประกอบด้วยเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เมื่อนำมารวมกันทั้งหมด จึงประกอบด้วย 5 ส่วนด้วยกัน จึงเรียกว่า ชั้น 5 มนุษย์ มีส่วนประกอบของชั้น 5 ได้แก่ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), 2551)

รูป (corporeality) หมายถึง ร่างกายที่จับต้องและสัมผัสได้ รวมทั้งลักษณะการเคลื่อนไหวของร่างกายที่เป็นสสารและพลังงานที่เป็นรูปหลัก (มหาภูตรูป) และรูปอาศัย (อุปาทายรูป) แสดงถึงลักษณะและพฤติกรรมของร่างกายทั้งหลาย

เวทนา (sensation) ได้แก่ ความรู้สึกทางอารมณ์ว่าเป็นสุข เป็นทุกข์ หรือเฉยๆ ที่เกิดจากประสาทสัมผัสผมนาน้อยแต่ละคนไม่เท่ากัน ถ้าวิญญาณธาตุบริสุทธิ์มากขึ้น ได้รับการฝึกมาอย่างดี ก็จะไม่สะทกสะท้าน

สัญญา (perception) เป็นการรับรู้และแปลความหมายสิ่งที่สัมผัสได้ ผ่านทางอายตนะทั้ง 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ บางคนจำภาพไม่ได้ พอได้ยินเสียงจะจำได้ แต่บางคนจำในสิ่งที่เห็น ได้ยิน ได้ลิ้มรส

สังขาร (mental or volitional activities) เป็นลักษณะบุคลิกภาพและจิตที่สามารถฝึกฝน อบรม พัฒนาให้รู้จักคิดเป็นและมีคุณธรรม การที่บางคนคิด คิดชั่ว คิดไม่ดีไม่ชั่ว มองสิ่งเดียวกัน มีความคิดเห็นไม่ตรงกัน ก็ขึ้นอยู่กับธาตุในตัวบริสุทธิ์แค่ไหน ถ้าธาตุในตัวบริสุทธิ์มากๆ จะมีความคิดเห็นเป็นธรรม มีแนวโน้มไปในทางที่ดีที่ถูกมากขึ้น

วิญญาณ (consciousness) คือ ความรู้หรือธรรมชาติที่รับรู้ทางอารมณ์เมื่ออายตนะภายในกระทบกับอายตนะภายนอก ใครมีธาตุในตัวบริสุทธิ์มาก อารมณ์จะผ่องใส เบิกบาน เห็นจำ คิด รู้ แต่สิ่งที่ตีๆ มีความคิดสร้างสรรค์ รู้ว่าทำสมาธิอย่างไร ถ้าธาตุไม่บริสุทธิ์ เห็น จำ คิด รู้ แต่สิ่งที่ไม่ตี

ตัวอย่างเช่น เมื่อบุคคลหนึ่งเห็นโทรศัพท์มือถือรุ่นใหม่ ซึ่งสวยงามมาก ถ้าไม่มีความอยากได้ ถือว่าการเห็นนั้น  
สิ้นสุดลง ถ้ามีความอยากได้ ต้องพยายามรวบรวมเงินมาซื้อ ถ้าพบว่าตนเองไม่มีเงินพอ เกิดความทุกข์ทันที อธิบายได้ว่า  
ตา ซึ่งเป็นอายตนะภายใน กระพือกับรูปคือโทรศัพท์ซึ่งเป็นอายตนะภายนอก มีวิญญาณมารับรู้ว่าเป็นโทรศัพท์มือถือรุ่นใหม่ ทั้งอายตนะภายใน อายตนะภายนอก และวิญญาณมาสัมผัสกันเกิดความสุข ทุกข์เรียกว่า เวทนา และสามารถจำ  
โทรศัพท์มือถือรุ่นใหม่ได้ เรียกว่า สัญญา จากนั้นตอบสนองกิเลสโดยนำเงินมาซื้อ ถือว่าเป็นสังขารในส่วนที่เป็นอกุศล เพราะ  
สนองความอยากของตนเอง

## การแก้ไขปัญญา

ประการแรก ต้องขจัดความเห็นผิดหรือมิจฉาทิฐิออกไปให้หมด เช่น บุญบาปไม่มี ตายแล้วสูญสลาย และโลกนี้  
ไม่เที่ยง เป็นต้น ให้มีแต่สัมมาทิฐิเท่านั้น โดยนำคำสอนของพระพุทธศาสนามาเผยแพร่ ซึ่งส่วนใหญ่จะสอดคล้องกับ  
วิทยาศาสตร์ เช่น กฎของไตรลักษณ์ และอริยสัจ 4 แต่มีคนบางกลุ่มสงสัยว่าจริงหรือ เพราะบางครั้งก็ไม่สามารถพิสูจน์ได้  
ในกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ เช่น นิพพาน ทำดีได้ดีทำชั่วได้ชั่ว หรือการเวียนว่ายตายเกิด ซึ่งเรื่องดังกล่าวเป็นเพียง  
ส่วนน้อยมาก เพราะยังมีอีกหลายสิ่งหลายเรื่องที่ยังต้องพิสูจน์ พระพุทธเจ้าทรงตรัสเรื่อง “อจินไตย” แปลว่า สิ่งที่ไม่ควร  
คิด หมายถึง สิ่งที่ไม่อาจเข้าใจได้ด้วยตรรกะสามัญปุถุชน เพราะเป็นเรื่องที่ไม่สามารถหาคำตอบที่สิ้นสุดได้ อจินไตยจึง  
เป็นเรื่องทางจิตที่สามารถรับรู้ได้เฉพาะผู้ที่บรรลุธรรมขั้นสูงเท่านั้น มี 4 ประการ ได้แก่ (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต),  
2544).

1. พุทธวิสัย วิสัยแห่งความมหัตตจรรย์ของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย
2. ฌานวิสัย วิสัยแห่งอิทธิฤทธิ์ของผู้มีฌาน ทั้งมนุษย์ และเทวดา
3. กรรมวิสัย หรือ กฎแห่งกรรม หรือ วิบากกรรม คือ การให้ผลของกรรมที่สามารถติดตามไปได้ทุกชาติ
4. โลกวิสัย คือ โครงสร้างของโลก การมีอยู่ของสวรรค์ นรก นิพพาน และสังสารวัฏ

อย่างไรก็ตามในโลกนี้ยังมีสิ่งอีกมากมายหลายพัน หลายหมื่นเรื่องที่ยังมีมนุษย์ยังพิสูจน์ หาคำตอบไม่ได้ เช่น

§ มนุษย์มาจากไหน

§ เมื่อพันปีที่แล้วบรรพบุรุษของเรา เป็นใคร

§ ภาพที่ถ่ายไว้ ทำไมมีรูปที่ไม่ปรารถนาติดมาด้วย

§ นอกจากสุริยะจักรวาลแล้ว ยังมีจักรวาลอื่นอีกไหม

§ ที่ดินที่เราเป็นเจ้าของอยู่นี้ เมื่อห้าร้อยปีที่แล้วใครเป็นเจ้าของ เป็นต้น

เมื่อสิ่งที่พิสูจน์ไม่ได้เหล่านี้ เช่น เมื่อพันปีที่แล้วบรรพบุรุษของเรา เป็นใคร ถ้าตอบหรือพิสูจน์ไม่ได้ หมายความว่า  
ไม่มีหรือ ถ้าไม่มีแล้วตัวตนมาจากไหนกัน จะเห็นว่ามีคำถามอีกมากมายที่มนุษย์ผู้เป็นปุถุชนไม่สามารถพิสูจน์ได้ ที่มีอยู่  
ก็เป็นเพียงข้อสันนิษฐานเท่านั้น จึงไม่ควรไปใส่ใจ ทำความดีไว้ก่อน ไม่ดีกว่าหรือ

ประการที่สอง เรียนรู้ว่าอะไรคือ รากะ โทสะ และ โมหะ และบรรเทาให้เบาบางลง โดยบุญกิริยาวัตถุ 3 คือ  
ทาน ศีล ภาวนา

**ทาน** หมายถึง การให้โดยไม่หวังผลตอบแทน ทานช่วยขจัดความโลภได้ในระดับหนึ่ง ถือว่าเป็นการกำจัดกิเลส  
อย่างหยาบ แบ่งเป็น 2 อย่างคือ อามิสทาน และธรรมทาน

อามิสทาน คือ การให้ปัจจัยสี่แก่ ภิกษุสงฆ์ มูลนิธิเพื่อการกุศล โรงพยาบาล และคนยากไร้ เป็นต้น อามิสทานนี้  
ยังรวมถึงการบริจาคโลหิต และอวัยวะอีกด้วย ส่วนในกรณีคนบางกลุ่มไม่มีปัจจัยเพียงพอ การให้แรง เช่น ร่วมกิจกรรม  
ปลูกป่า ออกค่ายอาสาพัฒนา และ ช่วยงานมูลนิธิต่างๆ เป็นต้น อยู่ในอามิสทานเช่นกัน

ธรรมทาน คือ การให้ความรู้ เช่น สอนหนังสือเด็ก และสอนการบ้านแก่เพื่อน เป็นต้น

ธรรมทานนี้มีอานิสงส์มากกว่าอามิสทานมาก เพราะเป็นการให้ความรู้ที่ติดตัวไปตลอดชีวิต เช่น ในสมัยพุทธกาล  
พระสารีบุตรฟังธรรมจากพระอัสสชิเพียงสั้นๆ บรรลุสุตาปัตติผลทันที หรือในกรณีราคาข้าวตกต่ำ ถ้าแก้ไขโดยการให้เงิน

เพิ่ม ก็ต้องให้ทุกปีไป แต่ถ้าสอนวิธีการปักดำที่ถูกต้อง การใช้ปุ๋ยเท่าที่จำเป็น หาพันธุ์ข้าวที่เหมาะสมกับพื้นที่ จะช่วยลดต้นทุนการผลิต และมีผลผลิตเพิ่ม เป็นความรู้ที่ติดตัวชาวนาตลอดไป

**ศีล** สำหรับบวราวาส ถือศีล 5 หรือศีล 8 เป็นการกำจัดกิเลสอย่างหยาบ ศีล 5 ประกอบด้วย

ข้อ 1 ปาณาติปาตา เวรมณี - ไม่เบียดเบียนชีวิตสัตว์โลกด้วยกัน

ข้อ 2 อทินนาทานา เวรมณี - ไม่นำทรัพย์สินของผู้อื่นมาเป็นของตนเองโดยไม่ได้รับอนุญาต

ข้อ 3 กาเมสุมิฉฉาจารา เวรมณี - เว้นจากการประพฤติดินในกาม

ข้อ 4 มุสาวาทา เวรมณี -ไม่พูดปด ไม่พูดคำหยาบ ไม่พูดส่อเสียด และไม่พูดเพ้อเจ้อ

ข้อ 5 สุราเมรยมัชชปมาทัฏฐานา เวรมณี -ไม่เสพยาเสพติดทุกชนิด และไม่ดื่มของมึนเมา

**ภาวนา** แปลว่า ทำให้เจริญขึ้นในทางที่ดี ช่วยกำจัดกิเลสอย่างละเอียด สามารถทำได้ใน 4 อริยาบถ คือ ยืน เดิน นั่ง และ นอน มี 2 แบบคือ สมถะภาวนา และ วิปัสสนาภาวนา

สมถะภาวนา เป็นการทำให้ใจสงบ จนมีอารมณ์เป็นหนึ่งเดียว ปราศจากนิเวร 5 คือ กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ(ความหดหู่ ถ้อยถอย) อุทธัจจะกุกกุจจะ(ความฟุ้งซ่าน) วิจิกิจฉา(ความลังเลสงสัย) สมถะภาวนานี้ถือเป็นการเจริญสมาธิ มีมาก่อนสมัยพุทธกาลแล้ว

วิปัสสนาภาวนา เป็นอุบายเรื่องปัญญา รู้แจ้งเห็นกองสังขารหรือขันธ 5 ตามความเป็นจริงว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และ ไม่มีตัวตน วิปัสสนาภาวนาถือเป็นการเจริญสติ มีเฉพาะในศาสนาพุทธเท่านั้น

และการที่นักศึกษาจะเติบโตขึ้นมาเป็นผู้ใหญ่ที่สมบูรณ์ได้นั้น จะต้องมีความรู้พื้นฐานของความเป็นคนที่มีความเห็นผิดเห็นถูก มีความอ่อนโยนเยือกเย็นและเป็นกัลยาณมิตรที่ดีต่อผู้อื่น ผู้สอนเป็นผู้หนึ่งที่ทำหน้าที่รับผิดชอบอบรมสั่งสอน แนะนำให้เป็นผู้มีคุณธรรม มีความรู้คู่ศีลธรรม มีความสามารถในการปรับตัว สุดท้ายการพัฒนาทางด้านจิตใจของนักศึกษาให้มาเป็นผู้ใหญ่ที่ดีได้นั้น คือการรู้จักปฏิบัติตนหรือประพฤติอยู่ในศีลนั่นเอง

มรรค 8 หรือเรียกว่า ไตรสิกขา สิกขา แปลว่าศึกษา สิกข เป็นบาลี สันสกฤตเป็น ศึกษา เป็นไทยว่า ศึกษา สิกขา กับ ศึกษา เป็นคำเดียวกัน ในพระพุทธศาสนา จึงเรียกอีกชื่อหนึ่งว่า การศึกษา ซึ่งการศึกษามีส่วนสำคัญมากในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมมนุษย์ให้เป็นไปในทิศทางที่ถูกต้องดีงาม มนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐได้ด้วยการฝึกปัญญา ทำให้เกิดอิสรภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจ มนุษย์ควรดิ้นให้หลุดพ้นจากการอยู่รอดจากกิเลสตัณหา มาเป็นการอยู่รอดด้วย ปัญญา ศีล สมาธิ และปัญญาก็การรู้แจ้งแห่งตนเอง การศึกษาไทยตามแนวพุทธธรรมตามความหมายทางพระพุทธศาสนา คือ การพัฒนาขันธ 5 ของบุคคลทั้งทางร่างกายและจิตใจ เพื่อส่งเสริมชีวิตให้เกิดความร่มเย็น เพราะชีวิตที่ร่มเย็น คือ ชีวิตที่มีกุศลมูล คือ ความโลภ โกรธ หลง น้อยที่สุด หรือไม่มีเลยก็คือ การบรรลุนิพพาน ถึงแม้จะเป็นไปไม่ได้ที่จะมีชีวิตที่ดีที่สุดดังกล่าว การลดอกุศลมูลให้เหลือน้อยที่สุดก็จะทำให้เรามีชีวิตที่ร่มเย็นได้ และถ้าเรานำเอาการพัฒนาขันธ 5 มาใช้ร่วมกับการเรียนการสอน สามารถกำหนดจุดมุ่งหมายได้ดังนี้ (ประภาศรี สีหอำไพ, 2550).

1. เพื่อพัฒนาผู้เรียนให้มีร่างกาย สุขภาพ พลานามัยที่แข็งแรง สมบูรณ์ สมส่วนคล่องแคล่ว ว่องไว มีพัฒนาการทางด้านร่างกายตามวัยและได้มาตรฐาน

2. เพื่อพัฒนาผู้เรียนในด้านความรู้สึกรู้จักโดยใช้ประสาทสัมผัสทั้งห้าได้อย่างถูกต้อง เหมาะสมและมีพัฒนาการไปตามลำดับขั้น

3. เพื่อพัฒนาการเรียนรู้ของผู้เรียนให้มีสติปัญญา ความรู้ ความสามารถและการเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับตนเอง สังคมและโลก และอยู่ในสังคมอย่างมีความสุขในปัจจุบันและอนาคต

4. เพื่อพัฒนาแรงขับและคุณสมบัติทางจิตใจของผู้เรียน ได้แก่ อารมณ์ เจตคติ คุณธรรม ศีลธรรมและจริยธรรม

5. เพื่อพัฒนาผู้เรียนให้เป็นผู้มีจิตสำนึกทั้งในทางกาย ทางวาจาและทางใจ (การคิด)

การให้การศึกษาศึกษาที่สอดแทรกคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม เป็นการให้ความรู้อย่างหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับเรื่องของการเสริมสร้างหรือการศึกษาเชิงคุณค่า ซึ่งเป็นความรู้ที่มีผลต่อจิตใจทั้งตนเองและผู้อื่น ความรู้นั้นอาจส่งผลที่เกิดขึ้นกระทบกับจิตใจ เกิดการรับรู้ในอารมณ์ ความรู้สึก ที่เป็นทั้งความทุกข์ สุข สงบ ซึ่งขึ้นอยู่กับปัจจัยที่มากกระทบ การใช้ขันธ 5 จะสามารถพิจารณาถึงความถูกต้อง มองทุกอย่างเป็นความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน ให้มองถึงสิ่งเหล่านี้ว่าเป็นฐานทางความคิด

การศึกษาตามหลักพระพุทธศาสนา จะต้องพัฒนาผู้เรียนให้รู้ถึงคุณลักษณะที่เป็นจริงของตนเอง ผู้เรียนค้นพบความหลากหลายทางปัญญาและศักยภาพของตนเองที่ต่างไป ซึ่งการศึกษาในแง่ของทฤษฎีเชิงพุทธสามารถดับสิ่งที่ต้องการเกินความจำเป็นอีกทั้งยังช่วยสามารถฝึกฝน อบรม ตนเองได้ดีทั้งด้านร่างกาย และจิตใจ สามารถบำเพ็ญตนเพื่อประโยชน์แก่ผู้อื่นได้ พระธรรมปิฎก (2544) กล่าวถึงการศึกษาว่า “การศึกษานั้นเป็นทั้งตัวการพัฒนาและเครื่องมือสำหรับพัฒนา คือ เป็นการพัฒนาตัวบุคคลขึ้นโดยพัฒนาตัวคนทั้งคนหรือชีวิตทั้งชีวิต ตัวการพัฒนานั้นคือ การศึกษา” สถานศึกษาควรเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้เพื่อเป็นการสนองความรู้ในส่วนที่เป็นจริงของผู้เรียนแต่ละคน และต้องสอดคล้องกับสภาพของผู้เรียน การฝึกให้รู้จักคิด เป็นการฝึกควบคุมตนเอง ภาษาธรรมะเรียกว่า “การอยู่กับสติ ฝึกการใช้สติ ฝึกการใช้ความคิดอยู่กับสติ” ที่แน่วแน่และต่อเนื่องเป็นเวลานานๆ โดยระบบการศึกษาอาจจะยึดหลักปฏิบัติตามอริยสัจสี่และมรรคแปดร่วมกับกระบวนการเรียนการสอน ได้ดังนี้ (วคิน อินทสระ, 2553).

1. ยึดผู้เรียนเป็นสำคัญ เพื่อให้ผู้เรียนเป็นคนเก่ง คนดี และมีความสุข
2. ส่งเสริมการเรียนรู้ของผู้เรียนโดยวิธีการแก้ปัญหาและการเรียนรู้ด้วยตนเอง ทั้งวิธีการเรียนเป็นรายบุคคล และเป็นกลุ่ม
3. คำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลของผู้เรียน
4. จัดสภาพภายในห้องเรียนและบริเวณสถานศึกษาและสภาพแวดล้อมภายนอกให้เอื้อ ต่อการเรียนรู้ และการเรียนด้วยตัวเอง ส่งเสริมการมีวินัยในตนเองและการมีสมาธิของผู้เรียนแต่ละคนและการเรียนเป็น กลุ่มในบางครั้งตามความเหมาะสม เพื่อส่งเสริมการเป็นคนดีในหมู่คณะ รู้จักแบ่งปัน และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมซึ่งส่งผลต่อการเป็นพลเมืองดีของชาติ รู้จักเสียสละ แบ่งปัน การให้ และการมีส่วนร่วมในสังคมประชาธิปไตยต่อไป
5. ให้ความสำคัญกับผู้เรียนที่มีความต้องการพิเศษเป็นรายบุคคล และต้องส่งเสริมเด็กเรียนเก่งให้เจริญงอกงาม ทั้งความรู้และสติปัญญา
6. คิดหาวิธีสอน และกิจกรรมและประสบการณ์ที่หลากหลายทั้งในและนอกห้องเรียน และสอดคล้องกับสื่อและเนื้อหา ความรู้และทักษะของแต่ละบุคคล

ความสำเร็จของการนำศีลเข้าสู่กระบวนการเรียนการสอน ขึ้นอยู่กับว่าผู้สอนนั้นมีลีลาการสอดแทรกศีลแบบไหนได้บ้าง อาจจะถือได้ว่าศีลนั้นเป็นเครื่องมือที่จะส่งเสริมให้กับนักศึกษาได้เกิดกระบวนการสร้างความรู้ด้วยตนเองทั้งทางด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ โดยการเรียนรู้จากการได้ปฏิบัติจริง การฝึกปฏิบัติ การนำไปประยุกต์ใช้เมื่ออยู่ในสถานการณ์ต่างๆ และนำไปใช้การดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขและมีคุณค่า

การที่นักศึกษาจะอยู่ได้อย่างมีความสุขนั้น ต้องมีศีล ที่เป็นตัวตั้งของการพัฒนาความเสื่อมที่ขาดหายไปจากจิตใจของนักศึกษา ที่ทำให้เกิดผลกระทบหลายๆ อย่างตามมา เพราะถ้านักศึกษาเอาตัวตั้งตัวอื่นเป็นศูนย์กลาง อาจทำให้วิถีคิดของนักศึกษาไม่เป็นไปตามวิถีคิดของชาวพุทธโดยทั่วไป แต่เมื่อนักศึกษามีความรู้เรื่องขั้น 5 จะทำให้มีความระมัดระวัง และเข้าใจว่า ขั้น 5 ของมนุษย์เป็นภาระหนัก ก็จะสามารถประคับประคองตัวเองให้ไม่กระทำความชั่ว กระทำแต่ความดี นักศึกษาสามารถนำหลักธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาประยุกต์ใช้ได้ดังต่อไปนี้ (พระไตรปิฎก, ม.ป.ป.)

ขั้นที่ 1 เมื่อใดเห็นว่า สังขารทั้งหลายไม่เที่ยง ย่อมเบื่อหน่ายในทุกข์ จิตก็ปล่อยหมด ไม่ยึดมั่นขั้น 5 ไม่ทวงไม่อาลัย เมื่อเห็นจริงตามนั้น ก็นึกถึงความเกิดดับนั้นทุกอิริยาบถ เกิดความเบื่อหน่าย ใจบริสุทธิ์เป็นหนทางหมดจด

ขั้นที่ 2 เมื่อใดเห็นว่า ความเกิดนั้นแหละเป็นทุกข์ ไม่ใช่เป็นสุข ก็ย่อมเบื่อหน่ายในทุกข์ สภาพอันไม่เที่ยง นั้นแหละเป็นทุกข์แท้ๆ เพราะเกิดขึ้น เสื่อมไป ปิบบิ้นอย่างเดียว ปิบบิ้นให้สัตว์เดือดร้อนอยู่ด้วยชาติทุกข์ ชราทุกข์ พยาธิทุกข์ เป็นของทนได้ยาก เมื่อเห็นเช่นนี้ก็ไม่อยากได้ในเบญจขันธ์ จะปล่อย ไม่ยึดถือ ใจว่าง เอาธุระแต่ความบริสุทธิ์ของใจ เมื่อใจเย็นเป็นสุข ร่างกายก็สบาย สมบูรณ์ เป็นหนทางหมดจดขั้นที่ 2

ขั้นที่ 3 เมื่อใดเห็นว่า ธรรมทั้งหลายมิใช่ตัว กายมนุษย์และกายต่างๆ ไม่อยู่ในอำนาจของเรา อตภาพนี้มีใช่ตัว ไม่เป็นไปในอำนาจ แก่แก่ แก่เจ็บ แก่ตายไม่ได้ ยิ่งพยายามก็ยิ่งทุกข์ จึงเป็นข้าศึกแก่ตัว เพราะอัตภาพนี้เป็นของว่างเปล่า ปู่ย่าตายายเรา ตายไปไม่เหลืออะไร ร้อยปีพันปีกระดูกก็หายหมด ไม่มีใครเป็นเจ้าของได้ ธรรมที่ทำให้เป็นกายนั้นๆ ก็มีใช่ตัว เมื่อใดที่เห็นเช่นนี้ก็เบื่อหน่ายในทุกข์ เป็นหนทางบริสุทธิ์ หนทางบริสุทธิ์มีสายเดียว

วิธีปล่อยขั้น 5 (พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร), 2539).

ผู้เรียนจะเห็นได้จากพระธรรมเทศนาของพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) ที่กล่าวว่า ขั้น 5 เป็นของหนัก หากเข้าไปยึดมั่นก็ต้องเป็นทุกข์ ดังนั้นผู้เรียนควรวางใจวิธีการที่จะปล่อยวางขั้น 5 เหล่านี้ ซึ่งมีแนวทางดังนี้

1. พิจารณาว่าขั้น 5 เป็นของไม่ดี ไม่งาม เป็นของหนักจริงๆ
2. สำรวม ตา หู จมูก ลิ้น กายใจ ในเวลาที่รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ธรรมารมณ์ มากระทบไม่ให้ความชอบกระทบได้
3. ต้องขยันหมั่นเพียร
4. ต้องมีศรัทธา เชื่อมั่นว่าปล่อยได้จริง

การที่ได้ศึกษาความรู้เรื่องขั้น 5 จะทำให้มีความระมัดระวัง และเข้าใจว่าขั้น 5 ของมนุษย์เป็นภาระหนัก แล้วจะสามารถประคับประคองตัวเองได้ ไม่กระทำความชั่ว พึงกระทำแต่ความดี ธาตุในตัวจะสะอาดขึ้นทุกๆ วัน เทวดา พระอินทร์ พระพรหม สัตว์นรก ต่างก็มีขั้นเช่นเดียวกัน แต่มีความหยาบละเอียดต่างกัน การมาเกิดก็เพื่อกลั่นขั้น 5 ของตนเองให้บริสุทธิ์ยิ่งขึ้น

กล่าวได้ว่า สิ่งที่จะทำให้การศึกษาเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจมีคุณค่าต่อสังคมในอนาคตนั้น ต้องมีการฉีกตัวขึ้นทางจิตใจ เพื่อที่จะให้นักศึกษาไม่หลงผิด หลงโลกตามยุคโลกาภิวัตน์ ดังนั้น การที่ได้ศึกษาความรู้เรื่องขั้น 5 จะทำให้ตนเองมีความระมัดระวัง และการเข้าใจว่าขั้น 5 ของมนุษย์จะเป็นภาระหนัก จะสามารถประคับประคองตัวเองได้ ไม่กระทำความชั่ว พึงกระทำแต่ความดี ธาตุในตัวจะสะอาดขึ้นทุกๆ วัน นักศึกษาเปรียบเสมือนผ้าขาว ถ้าผ้าขาวนั้นหม่นหมอง ก็เพราะมีธุลีมาแปดเปื้อน นักศึกษาก็จะถูกความชั่ว คือ ตัณห์เลสมัดใจ การที่จะทำให้การศึกษาเป็นคนดีจึงต้องทำลายตัณห์เลสมัดใจให้หมดไป สิ่งต่างๆ ที่เป็นความชั่วก็จะหายไป ดังคำพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), (2558). ที่กล่าวไว้ว่า “ทนต์ เสน่ห์ มนุสเสสุ” ผู้ที่ฝึกตนดีแล้ว ถือว่าเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์

ดังนั้น หลักสูตรในมหาวิทยาลัยควรมีวิชาที่เกี่ยวกับตนเองหรือขั้น 5 โดยเน้นปฏิบัติมากกว่าทฤษฎี กล่าวคือ ในขณะที่เรียน มีการบรรยายหัวข้อธรรมะ เช่น วิปัสสนาภาวนา ความเข้าใจตนเอง ความรับผิดชอบในตนเอง และ ความกตัญญูกตเวทิตะ เป็นต้น และมีการเดินจงกรมและนั่งสมาธิ ส่วนนอกเวลาเรียน นักศึกษาสามารถฝึกฝนการเดินจงกรม การนั่งเจริญสติ หรือนั่งเจริญสมาธิเองที่บ้าน หรือที่พักรวันละ 1 ชั่วโมง สิ่งที่ได้คือ นิสิตและนักศึกษาเป็นผู้ที่อยู่ในปฐมวัย จะได้รับการพัฒนาทั้งความคิดและจิตใจ เพื่อเป็นกำลังสำคัญที่จะพาประเทศไทยที่อยู่ในช่วงโลกาภิวัตน์ ไปสู่ความเจริญอย่างมีจริยธรรม นอกจากนี้ การมีสติ และสมาธิ อยู่ตลอดเวลาช่วยพัฒนาการเรียนของตนให้ดีขึ้น และเมื่อเรียนจบออกไป จะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการทำงาน อาชีพของตนได้เป็นอย่างดี

## บทสรุป

ขั้น 5 ที่ประกอบไปด้วย รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ จัดว่าเป็นมาร เพราะเป็นสภาพอันปัจจัยปรุงแต่งขึ้น เป็นที่ตั้งแห่งกองทุกข์ทั้งหลาย ถูกปัจจัยต่าง ๆ บีบคั้นเบียดเบียน จึงเป็นเหตุขัดขวาง หรือรอนโอกาส มิให้สามารถทำความดีงามได้เต็มที่ หรืออาจตัดโอกาสนั้นโดยสิ้นเชิง สาเหตุที่สำคัญก็ได้กล่าวไปแล้ว แต่จะขอเน้นอีกที่ สาเหตุ นั่นก็คือ การยึดมั่นถือมั่นในขั้น 5 ว่ามีตัวตนนั่นเอง ถ้าเราปล่อยวางเสียได้ ก็จะทุกข์น้อยลง เพราะขั้น 5 ย่อมเป็นไปตามหลักไตรลักษณ์คือ อนิจจังหรือไม่เที่ยง มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา เช่น การเจ็บป่วย การหลงลืม เป็นต้น ทุกข์หรือเป็นทุกข์ เพราะเมื่อเปลี่ยนแปลงแล้ว และเราไม่สามารถรับได้กับสิ่งที่ไม่คาดฝันเกิดขึ้น ก็ก่อให้เกิดทุกข์ และเป็นอนัตตาหรือความไม่มีตัวตน ได้แก่ ไม่มีความเป็นเจ้าของ ไม่มีสภาพบุคคล สัตว์ สิ่งของ เรา เขา เป็นต้น ซึ่งสิ่งเหล่านี้ไม่มีใครที่จะสามารถควบคุมหรือหลีกเลี่ยงไม่ให้เกิดขึ้นได้ เมื่อรู้โทษของการยึดมั่นถือมั่นอย่างนี้แล้ว เราก็ควรที่จะคลายความยึดมั่นถือมั่นนั้น และยอมรับมันให้ได้ ซึ่งการจัดการเรียนรู้ด้วยขั้น 5 ที่ถูกวิธีควรเน้นให้ผู้เรียนเรียนรู้ด้วยตนเองจากความรู้สึกนึกคิดของเขาเอง จากประสบการณ์ โดยศึกษาจากตัวอย่างหรือรูปแบบ ตลอดจนการเรียนรู้จากสิ่งรอบตัว และสามารถพัฒนาผู้เรียนให้มีความเข้าใจตลอดจนสามารถนำไปประยุกต์ปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง ดังนั้น ผู้เรียนจะดำรงชีวิตได้อย่างมีคุณภาพ จะต้องได้รับการพัฒนาการเรียนรู้ที่มีคุณภาพอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง มีเจตคติ ค่านิยม เกี่ยวกับการ

เรียนรู้ที่ดี การเรียนรู้จะช่วยทำให้ผู้เรียนมีความสุข เรียนรู้เพื่อแก้ปัญหาในชีวิตประจำวัน เรียนรู้ที่จะทำ เรียนรู้ที่จะรู้ เรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกัน และเรียนรู้ที่จะมีบุคลิกภาพเป็นของตนเอง

## เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2553). พระบรมราโชวาท ในพิธีพระราชทานปริญญาบัตรแก่นิสิตและนักศึกษาวิทยาลัยวิชาการศึกษา วันจันทร์ที่ 26 พฤศจิกายน 2516. วารสารวิชาการ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ, 13(2), 1.
- ประภาศรี สีหอำไพ. (2550). พื้นฐานการศึกษาทางศาสนาและจริยธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 4 ฉบับปรับปรุง. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2550.
- ปรัชญาการศึกษา. (ม.ป.ป.). พุทธปรัชญา. สืบค้นเมื่อวันที่ 30 กรกฎาคม 2558. สืบค้นจาก [www.baanjomut.com](http://www.baanjomut.com)
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). (2544). พุทธวิธีในการสอน. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร : สหธรรมมิก, 2544.
- \_\_\_\_\_. (2542). พุทธธรรม. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, 2542.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). (2558). ลักษณะแห่งพระพุทธศาสนา. ฉบับสองภาษา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เจริญดีมั่นคงการพิมพ์, 2558.
- พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร). (2539). มรดกธรรมของหลวงพ่อดาวดึงส์ (พระมงคลเทพมุนี). กรุงเทพมหานคร : อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์ พับลิชชิ่ง, 2539.
- พระมหาบุญไทย ปุณฺณมโน. (2544). ไชเบอร์วันาราม : พระพุทธศาสนาในโลกไซเบอร์. สืบค้นเมื่อ 15 พฤษภาคม 2558. สืบค้นจาก [http://www.cybervanara.net/index.php?option=com\\_content&view=article&id](http://www.cybervanara.net/index.php?option=com_content&view=article&id).
- พุทธทาสภิกขุ. (2518). การศึกษาเพื่อสันติสุข. กรุงเทพมหานคร : สำนักหนังสือธรรมบุชา, 2518.
- พูนทรัพย์ เกตุวีระพงศ์.ศศ. (2553). พุทธจริยศาสตร์กับการศึกษา. สืบค้นเมื่อ 30 กรกฎาคม 2558. สืบค้นจาก [http://www.mcu.ac.th/site/articlecontent\\_desc.php?article\\_id=1058&articlegroup\\_id=223](http://www.mcu.ac.th/site/articlecontent_desc.php?article_id=1058&articlegroup_id=223)
- พระราชธรรมวาที (ชัยวัฒน์ ธรรมวัฒน์โน). (2551). พระธรรมเทศนา กตัญญูกตเวทิตาภคา. สืบค้นเมื่อ 15 กรกฎาคม 2558. สืบค้นจาก <http://www.oknation.net/blog/watsrasongton/2008/03/27/entry-2>.
- \_\_\_\_\_. (ม.ป.ป.). พระสูตรต้นปิฎกอังกุตตรนิกาย. สืบค้นเมื่อวันที่ 15 กรกฎาคม 2558. สืบค้นจาก <https://th-th.facebook.com/W.Indhasara/posts/331682913688217:0>
- พระไตรปิฎกแปลไทย ฉบับหลวง ๔๕ เล่ม. (ม.ป.ป.). พระสูตรต้นตปิฎก. สืบค้นเมื่อวันที่ 15 กรกฎาคม 2558. สืบค้นจาก <http://www.thepathofpurity.com/> พระไตรปิฎก.pdf/แปล-๔๕-เล่มฉบับหลวง/
- วสิน อินทสระ. (2553). แนวทางการศึกษาพระสูตรต้นปิฎก และหัวใจการศึกษาพระพุทธศาสนา. กรุงเทพมหานคร : สุภาพ, 2553.
- ศักดิ์สิน ช่างดารากุล (ดร.). (2553). แนวทางหนึ่งของการนำกระบวนการเรียนรู้ตามสภาพจริงไปใช้ในสถานศึกษา. วารสารวิชาการ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ, 13(5), 29-30.
- \_\_\_\_\_. (2552). ความรู้เชิงคุณค่า : นวัตกรรมปลูกฝังคุณธรรม. วารสารวิชาการ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ, 13(5), 18-22.