

รูปแบบการเรียนการสอนครูสมาธิตามแนวทางสถาบันพลังจิตตานุภาพ

Teaching And Learning Model of Meditation Teachers Based on the Willpower Institute's Approach

1. อัจฉราภรณ์ สนามพล*, 2. พระครูสิริปริยัตยานุศาสตร์, 3. เทพประวิณ จันทร์แรง
1. Atcharaphon Sanarmphol, 2. Phrakhrusiripariyatyanusath, 3. Thepprawin Chanraeng

สังกัด: 1., 2., 3. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่
Affiliation: 1., 2., 3. Mahachulalongkornrajavidyalaya University Chiangmai Campus

* Author E-mail: wimutti9764@gmail.com

Received: 2025-08-29

Revised: 2025-09-06

Accepted: 2025-10-09

Articles ID: e2707

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาการเรียนการสอนสมาธิในประเทศไทย 2) วิเคราะห์การเรียนการสอนครูสมาธิตามแนวทางสถาบันพลังจิตตานุภาพ 3) เสนอรูปแบบการเรียนการสอนครูสมาธิตามแนวทางสถาบันพลังจิตตานุภาพ เป็นวิจัยเชิงคุณภาพ

ผลการวิจัยพบว่า

1. การเรียนการสอนสมาธิในประเทศไทยที่สำคัญมี 5 แนวทาง คือ การสอนสมาธิแนวทางพุทธโฆ การสอนสมาธิแนวทางอานาปานสติ การสอนสมาธิแนวทางพอง-ยุบ การสอนสมาธิแนวทางหลวงพ่อเทียน การสอนสมาธิแนวทางธรรมกาย

2. จุดแข็งด้านหลักสูตร คือ ความเป็นระบบในทุกขั้นตอน และเนื้อหาวิชาและการปฏิบัติที่ง่ายแก่ความเข้าใจ ทำให้นักศึกษาเข้าถึงสมาธิได้ และสัมผัสความสุขจากการปฏิบัติได้ ทำให้นักศึกษามีฉันทะและวิริยะในการเรียน ส่วนอุปสรรค คือ หลักสูตรครูสมาธิใช้เวลาเรียน 6 เดือน ซึ่งนานเกินไป โดยเฉพาะคนที่ยังอยู่ในวัยทำงาน บางคนขาดเรียนจนไม่มีสิทธิ์สอบ

3. รูปแบบการเรียนการสอนครูสมาธิตามแนวทางสถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขา 154 วัดป่าดาราภิรมย์ จังหวัดเชียงใหม่ และสาขา 283 วัดป่าอาจารย์มั่น ภูริทตฺโต จังหวัดเชียงใหม่ ประกอบด้วย หลักสูตร (ระยะสั้น) ชินนสาสมาธิ ครูผู้สอน เป็นจิตอาสา ผู้เรียน มีศรัทธาในหลักสูตร กระบวนการเรียนการสอน โดยใช้คู่มือคือ หนังสือหลักสูตรครูสมาธิ 3 เล่ม แล้วเปิดเทปบรรยายของเจ้าประคุณสมเด็จพระญาณวชิโรดม (หลวงพ่อวิริยงค์ สิริธโร) ประกอบด้วยภาคทฤษฎีและปฏิบัติ มีการสอนอย่างเป็นระบบ รูปแบบการปฏิบัติเน้น 2 อิริยาบถ คือ การเดินจงกรม และการนั่งสมาธิ การวัดผลและการประเมินผล มีการสอบภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติภาคสนาม ณ ดอยอินทนนท์ จังหวัดเชียงใหม่เป็นเวลา 4 วัน 3 คืนจึงจบหลักสูตร

คำสำคัญ : 1. รูปแบบ; 2. การเรียนการสอน; 3. ครูสมาธิ; 4. สถาบันพลังจิตตานุภาพ

ABSTRACT

This article research aims to 1) study meditation teaching in Thailand; 2) analyze meditation teacher education according to the Willpower Institute; and 3) propose a meditation teacher education model according to the Willpower Institute.

This qualitative research study found that:

1. There are five major meditation teaching approaches in Thailand: Buddha Meditation, Anapanasati Meditation, Pung-Yuap Meditation, Luang Por Thian Meditation, and Dhammakaya Meditation.

2. The curriculum's strengths lie in its systematic approach, with easy-to-understand course content and practices. This allows students to gain access to meditation and experience the joy of practice, fostering determination and diligence. A challenge is the meditation teacher course's six-month duration, which is too long, especially for those still working. Some students miss classes and are ineligible to take the exam.

3. The meditation teacher education model according to the Willpower Institute, Branch 154, Wat Pa Dara Phirom, Chiang Mai Province, and Branch 283, Wat Pa Achan Man Phurithatto, Chiang Mai Province, consists of a (short-term) Chinnasasa Meditation course, with volunteer instructors and students having faith in the curriculum. The teaching process uses a manual, namely the 3 volumes of the meditation teacher course book and then plays a tape of a lecture by His Holiness Somdej Phra Yanawachirodom (Luang Por Wiriyang Sirintharo), consisting of both theory and practice. There is systematic teaching. The practice format emphasizes 2 postures: walking meditation and sitting meditation. Evaluation and assessment include theoretical and practical field exams at Doi Inthanon, Chiang Mai Province, for 4 days and 3 nights before completing the course.

Keywords: 1. Model; 2. Teaching Meditation; 3. Meditation Teachers based; 4. The Willpower Institute.

บทนำ

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเป็นครูผู้ยิ่งใหญ่ ทรงมีพระปรีชาสามารถยอดเยี่ยมในการสั่งสอนสรรพสัตว์ และประสบผลสำเร็จในการสอนอย่างสูงสุด พระนามอย่างหนึ่งของพระพุทธเจ้าที่ชาวพุทธได้ขนานนามถวาย และชาวพุทธนิยมกล่าวเรียกกันเสมอ คือ “พระบรมศาสดา หรือพระบรมครู” ซึ่งหมายถึงศาสดาผู้ยิ่งใหญ่ หรือเป็นบรมครู ในภาษาบาลีก็มีบทพุทธคุณถวายพระเกียรติว่า “สตถา เทวมนุสฺสานิ” แปลว่าเป็นศาสดาแห่ง เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย และมีคำเสริมพระพุทธคุณว่า “อนุตฺตรो ปุริสทมมสารถิ” แปลว่า “เป็นสารถิฝึกคน ไม่มีใครยิ่งกว่า” (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2549)

พระองค์ทรงเต็มเปี่ยมด้วยเมตตา มุณมั่งและบำเพ็ญเพียร เพื่อให้สรรพสัตว์ทั้งหลายได้เข้าถึงแนวทาง ปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา เพื่อเป็นการสำรวมระวัง ควบคุมอินทรีย์ และบังคับทั้งทางกาย วาจา และใจให้เกิด ความเป็นปกติตรงตามทีเรียกว่า สีลสิกขา มีสภาพจิตใจที่ดี สงบ สะอาด เยือกเย็น มีความเมตตา อดทน เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แก่ผู้อื่น เรียกว่า จิตสิกขา มีสติปัญญา รู้จักแยกแยะพิจารณา รู้จักคิด คิดได้ศึกษาเป็น รู้เข้าใจ

ชีวิตและเข้าใจสังขาร เรียกว่า ปัญญาสิกขา ซึ่งจะเป็นเครื่องช่วยให้เกิดการตั้งต้นและดำเนินชีวิตอย่าง ประเสริฐ (พรหมจรรย์) เป็นการใช้ปัญญาไปตลอดชีวิต (Lefelong Education) (พระศรีปริยัติโมลี (สมชัย กุศลจิตโต), 2547)

การเรียนการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานหรือสอนสมาธิ เพื่อจะทำให้จิตเป็นสมาธิ ได้ปฏิบัติสืบเนื่องกัน มาเป็นเวลานานในประเพณีการปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนา หรือใช้อยู่ในประเทศไทยนั้นอาจกล่าวได้ว่า ได้มีมานานตั้งแต่พระพุทธศาสนาเข้ามาสู่ประเทศไทย ดังมี “การเรียนการสอนสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนา กัมมัฏฐาน” มาตั้งแต่โบราณกาลในราวพุทธศักราช 235 มีพระอรหันต์นามว่า พระมหาโมคคัลลิตตสเถระ พร้อมด้วยพระอรหันต์ 1,000 รูป ได้ร่วมกันทำตติยสังคายนาที่เมืองปาฏลีบุตร เมืองหลวงของแคว้นมคธ เสร็จ สิ้นลง ท่านได้ส่งสาวกที่เป็นพระอรหันต์นำพระพุทธศาสนาไปเผยแผ่ประดิษฐานยังที่ต่าง ๆ รวม 9 สายด้วยกัน คือ พระโสนอรหันต์ และพระอุตรอรหันต์ พร้อมด้วยพระสงฆ์ในมหาสันนิบาต ชักชวนกัน 5 รูป เดินมุ่งหน้าสู่ สุธรรมนคร รัฐสุวรรณภูมิ พระพุทธศาสนาเข้ามาในประเทศไทย ได้นำหลักคำสอนและหลักปฏิบัติกัมมัฏฐาน 2 อย่าง ได้แก่ สมถะและวิปัสสนากัมมัฏฐาน เพื่อใช้เป็นเครื่องนำไปสู่ ความสงบแห่งจิต และเป็นธรรมที่สำคัญ ทางพระพุทธศาสนาที่เหล่าพระภิกษุสงฆ์ควรปฏิบัติ ได้แก่ คันถะ การศึกษาเล่าเรียนหลักคำสอนที่เป็นพุทธ ธรรมในพระไตรปิฎก และวิปัสสนาธรรมที่เป็นหลักการปฏิบัติโดยเฉพาะการฝึกปฏิบัติวิปัสสนาตามแนวสติปฏ ฐาน 4 หลักการเรียนการสอนสมาธิในประเทศไทยมีอยู่มากมายและแตกต่างกันออกไป ได้รวบรวมมากล่าว ได้แก่ 1) การสอนสมาธิแนวทางพุทโธ 2) การสอนสมาธิแนวทางอานาปานสติ 3) การสอนสมาธิแนวทางพอง- ยุบ 4) การสอนสมาธิแนวทางหลวงพ่อกุ๊ 5) การสอนสมาธิแนวทางธรรมกาย

สถาบันพลังจิตตานุภาพ ซึ่งก่อตั้งโดยเจ้าประคุณสมเด็จพระญาณวชิโรดม (หลวงพ่อวิริยงค์ สิริธโร) เมื่อวันที่ 24 กรกฎาคม 2540 ที่นครธรรม พระมหาเจดีย์วัดธรรมมงคลญาณนนท์วิหาร สุขุมวิท 101 กรุงเทพมหานคร มีจุดประสงค์ในการสอนสมาธิ และเป็นการเสริมสร้างพลังทางจิตใจและปัญญาอันเป็น สัมมาทิฐิ เห็นพระธรรมคำสอนเป็นสิ่งดีงามมีคุณค่า มีประโยชน์ เป็นที่พึ่งทางจิตใจอันประเสริฐที่สามารถ นำมาแก้ไขปัญหามาของชุมชน สังคม ประเทศชาติได้ทั้ง เจ้าประคุณสมเด็จพระญาณวชิโรดม (หลวงพ่อวิริยงค์ สิริธโร) เป็นพระสงฆ์ที่มีความชำนาญ ในการพูดมีคารมคมคายสามารถอธิบายธรรมให้เป็นที่เข้าใจง่ายแก่ บุคคลทุกระดับชั้น การแสดงธรรมของท่านจึงปรากฏเป็นที่นิยมชมชอบ เป็นที่ประทับใจแก่ผู้ที่ได้สดับรับฟัง เป็นอย่างยิ่ง ท่านคำนึงว่า “ชาวโลกได้พัฒนาก้าวไปไกลถึงยุคโลกาภิวัตน์ เขาได้สร้างวัตถุต่าง ๆ ทั้งแหล่ง บันเทิงเจริญรุ่ม ทั้งสิ่งอำนวยความสะดวกสบายทั้งหลาย ทั้งที่อยู่อาศัย ทั้งรถยนต์ เรือยนต์ เครื่องบิน ยาน อวกาศ สามารถย่อระยะการติดต่อสื่อสารกันได้อย่างรวดเร็ว ทั้งหมดเป็นเงินเป็นหมื่นล้านแสนล้านเขาก็ยัง ลงทุนกันได้ แล้วทำไมจะลงทุนสร้างนครธรรมให้ทันสมัยด้วยไฮเทคต่าง ๆ เพื่อย่นระยะการศึกษาและปฏิบัติ ธรรมะบ้างมิได้หรือ?” และรูปแบบการเรียนการสอนครูสมาธิตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพเป็นการเรียน การสอนฝึกอบรมสมาธิสายบริการพระพุทธศาสนาตามแนวของหลวงปู่มั่น ภูริทตฺโต เนื่องจากท่านได้รับการถ่ายทอด วิชาสมาธิมาจากหลวงปู่กงมา ซึ่งเป็นศิษย์ของหลวงปู่มั่นและหลวงปู่กงมา ได้นำหลวงพ่อวิริยงค์ไปมอบตัวเป็น พระอุปัชฌาย์ของหลวงปู่มั่น ท่านจึงได้มีโอกาสเรียนรู้วิชาสมาธิอย่างละเอียด ท่านได้กล่าวขออนุญาตจาก หลวงปู่มั่นว่า “ต่อไป (หลวงพ่อวิริยงค์) จะนำความรู้ไปเขียนเป็นหลักสูตรครูสมาธิให้ชาวโลกเขาทำสมาธิ กัน “ได้ไหม” หลวงปู่มั่นตอบว่า “ได้ แต่ต้องเอาแบบขั้นพื้นฐาน สำหรับเป็นประโยชน์แก่มหาชน... สำหรับขั้นสูง ให้มีน้อย โอกาสที่เธอจะทำนั้นมียู่ แต่ต้องทำขั้นพื้นฐานเพื่อคนส่วนมากในโลกจะได้สงบสุข และเธอต้องไป อยู่กรุงเทพฯ เพราะคนกรุงเทพฯ ที่มีวาสนา บารมี มีอยู่ไม่น้อย”

ปัจจุบันจะเห็นว่าได้มีการตื่นตัวเรื่องการสอนสมาธิมากขึ้น เพราะมนุษย์มองเห็นคุณค่าของสมาธิเป็น การทำให้จิตสงบ เมื่อจิตสงบจะทำให้จิตเป็นสมาธิ เมื่อจิตเป็นสมาธิแล้วก็สามารถผลิตพลังจิต พลังจิตสามารถ

ควบคุมจิตได้ จิตของมนุษย์เป็นของประเสริฐมาก ถ้าควบคุมได้จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น ในสังคมมนุษย์ ต้องลงมือปฏิบัติโดยอาศัยหลักธรรม คือ ไตรสิกขาได้แก่ ศีล เป็นตัวช่วยให้เว้นความชั่ว สมาธิ ทำให้จิตแจ่มใส เมื่อจิตแจ่มใสย่อมเกิดสติปัญญาสามารถพัฒนาชีวิตให้มีคุณภาพดียิ่ง ๆ ขึ้นและสังคมอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

รูปแบบการเรียนการสอนครุสมัติตามแนวที่ท่านได้รับจากหลวงปู่มั่น คือ หลักสูตรครุสมัตินำไปเผยแพร่โดยผ่านสถาบันพลังจิตตานุภาพ (Willpower Institute) เปิดทำการสอนรุ่นแรกอย่างเป็นทางการเมื่อวันที่ 24 กรกฎาคม พ.ศ. 2540 และกระจายสาขาไปทั่วประเทศและต่างประเทศจนถึงปัจจุบัน (พ.ศ. 2568) สถาบันพลังจิตตานุภาพในประเทศไทยมีสาขามากกว่า 313 สาขาต่างประเทศมี 7 สาขา สามารถนำรูปแบบการเรียนการสอนครุสมัติตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพให้กับเด็ก เยาวชนและบุคคลทั่วไปมาแล้วเป็นจำนวนมากมาย

ดังนั้น ผู้วิจัยมีความศรัทธาและสนใจที่จะศึกษาเรื่อง “รูปแบบการเรียนการสอนครุสมัติตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพ” เพื่อจะได้นำผลการวิจัยไปเป็นแนวทางให้ผู้สนใจศึกษาหรือเข้าอบรมที่จะนำไปสู่การเผยแพร่รูปแบบการเรียนการสอนครุสมัติให้เหมาะสมกับสภาพท้องถิ่น และให้ผู้ศึกษาได้คุณค่าของหลักสูตรครุสมัติที่จะนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคมต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาการเรียนการสอนสมัติในประเทศไทย
2. เพื่อวิเคราะห์การเรียนการสอนสมัติตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพ
3. เพื่อเสนอรูปแบบการเรียนการสอนครุสมัติตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพ

ระเบียบวิธีวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) รวบรวมข้อมูลทั้งเอกสารและภาคสนาม ภาคเอกสารเป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ส่วนภาคสนาม เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม แบบสัมภาษณ์ การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) การสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion)

สำหรับการเก็บข้อมูลในการศึกษาเรื่อง รูปแบบการเรียนการสอนครุสมัติตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพ เป็นวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) รวบรวมข้อมูลทั้งเอกสารและภาคสนาม ภาคเอกสารเป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องส่วนภาคสนาม เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม แบบสัมภาษณ์ การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) การสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามขั้นตอน ดังนี้

1. ทำการศึกษาข้อมูลจากเอกสาร ตำรา บทความ งานวิจัย ในลักษณะการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) ได้แก่ ส่วนที่เป็นคำอธิบายจากเอกสาร หนังสือ ตำรา ที่เป็นแนวคิด ทฤษฎี รวมถึงงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยการทบทวนแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง เพื่อตอบวัตถุประสงค์ข้อที่ 1
2. ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับเรื่อง รูปแบบการเรียนการสอนครุสมัติ สัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน 20 รูป/คน วัตถุประสงค์ข้อที่ 2
3. จัดการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) ผู้ทรงคุณวุฒิที่เกี่ยวข้อง เพื่อตอบวัตถุประสงค์ข้อที่ 2

4. เก็บรวบรวมข้อมูลทั้งจากการสัมภาษณ์ และการสนทนากลุ่มย่อย เพื่อนำไปสู่การประมวลผลข้อมูล

5. วิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการรวบรวมข้อมูลแนวคิด ทฤษฎี บทความ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง การสัมภาษณ์ การสนทนากลุ่มย่อย วัตถุประสงค์ข้อที่ 2 โดยผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการวิเคราะห์เนื้อหา โดยนำข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้มาเรียบเรียงให้เป็นระเบียบ พร้อมทั้งนำไปวิเคราะห์ โดยการให้ความหมายแก่ข้อมูล อาศัยการตีความจากข้อมูลเบื้องต้นให้เป็นข้อความที่สื่อความหมาย นำความหมายที่ให้ไว้ไปจัดหมวดหมู่และนำมาตีความสร้างข้อสรุปที่เป็นรูปธรรมหรือปรากฏการณ์ เพื่อนำข้อสรุปนั้นมาตรวจสอบและยืนยันความถูกต้อง เชื่อถือได้แล้วสรุปรวบรวมให้ได้องค์ความรู้ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย และนำเสนอผลการวิเคราะห์เชิงพรรณนา (Descriptive analysis)

ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์เชิงลึกนำมาจำแนก โดยใช้การวิเคราะห์เนื้อหา เพื่อนำมาใช้ในการแยกข้อมูล จัดกลุ่มข้อมูล โดยเริ่มจากการสร้างความคุ้นเคยกับข้อมูลด้วยการอ่านบันทึก ถอดเทปการสัมภาษณ์เชิงลึกอย่างละเอียด แล้วทำการทบทวนประเด็นเดียวกันเข้าไว้ด้วยกัน และแยกประเด็นที่ต่างกันรวมกันไว้เพราะอาจมีประเด็นที่ทับซ้อนกัน

6. เสนอรูปแบบการเรียนการสอนครูสมาธิตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพ เพื่อตอบวัตถุประสงค์ข้อที่ 3 การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) โดยสัมภาษณ์ผู้ที่เกี่ยวข้องและมี

6.1 บทบาทสำคัญใน การเรียนการสอนครูสมาธิตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพ รูปแบบการเรียนการสอนครูสมาธิตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพมีกลุ่มประชากรผู้ให้ข้อมูลที่กำหนดไว้จำนวน 20 รูป/คน

6.2 ร่างรูปแบบโดยการสนทนากลุ่ม (Focus group discussion) โดยจัดกระบวนการสนทนากลุ่มร่วมกันระหว่าง ผู้เชี่ยวชาญด้านพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการเรียนการสอนครูสมาธิ ตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพ อาจารย์สาธุบริหารหลักสูตรครูสมาธิ ครูสมาธิที่สมัครเป็นอาจารย์สาธุประจำสาขาครูสมาธิ และพี่เลี้ยง กลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่กำหนดไว้ เพื่อเสนอรูปแบบการเรียนการสอนครูสมาธิตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพและได้ข้อสรุปอย่างเป็นรูปธรรมที่สามารถนำไปใช้ปฏิบัติได้จริงในสถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาต่าง ๆ

ผลการวิจัย

1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลการเรียนการสอนสมาธิในประเทศไทยตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 มี 5 แนวทาง คือ

1.1 การสอนสมาธิตามแนวทาง พุทโธ เป็นการปฏิบัติตามแนวทางหลวงปู่่มั่นโดยการฝึกจิตโดยใช้คำบริกรรมพุทโธ (เป็นพุทธานุสสติ) กำกับใจหรือคำ บริกรรมอื่น ๆ หรือพุทโธพร้อมลมหายใจเข้า-ออก (อานาปานสติ) จนจิตมีสมาธิและกระทำจนชำนาญ (แต่ไม่ให้ติด) ทำได้จากการเดินจงกรมและนั่งสมาธิหรือทุกอิริยาบถรู้ว่ามีสมาธิในระดับใด (เป็นปัจเจกตั้งรู้ได้เอง) เมื่อจิตมีกำลังทางสมาธิสมบูรณ์พร้อมแล้วให้พิจารณากายคตาสติ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก พิจารณา กลับไปกลับมา โดยอนุโลมและปฏิโลมจนกำลังของสมาธิอ่อนลง (รู้ได้เอง) ให้อย่อนจิตกลับมาเข้าสู่สมณะธรรม คือ สมาธิ ภาวนาจนมีกำลังพร้อมจะพิจารณาต่อไป โดยพิจารณาจนชำนาญ และเกิดความเบื่อหน่าย สลดสังเวช เมื่อเบื่อหน่ายก็ย่อมคลายความคิด เมื่อคลายซึ่งความคิดปรุงแต่งและกิเลสอาสวะน้อยใหญ่ และดับเสียได้ซึ่งอวิชชา จิตของปุถุชนทั่วไป ย่อมสะอาดปราศจากกิเลสอนุสัย

1.2 การสอนสมาธิตามแนวทาง อานาปานสติ ผู้นำที่มีชื่อเสียง คือ ท่านพุทธทาสภิกขุ แห่งสวนโมกขพลารามการสอนสมาธิแบบอานาปานสติ คือ ให้มีสติอยู่กับลมหายใจเข้า - ออกเมื่อได้ทำการฝึกจนก่อให้เกิดสมาธิในการทำงานและทำให้เกิดสติสัมปชัญญะ ในงานแล้วจะสามารถทำให้ความเครียดในการทำงานมีระดับ

ที่ลดลงเพื่อให้การทำงานมีประสิทธิภาพ และเกิดประโยชน์ต่อตัวเองและสังคมปรับปรุงนำไปประยุกต์ให้สอดคล้องต่อสังคมแต่ควรจะเจริญอานาปานสติจะเกิดสติรู้เท่าทันมีปัญญาทันอารมณ์ทำให้เกิดจิตใจเมตตา และอยู่ในสังคมได้อย่างไม่เกิดปัญหาจะเกิดสติในการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด

1.3 การสอนสมาธิตามแนวทาง พอง - ยุบ ก่อตั้งขึ้นในประเทศไทย เมื่อ พ.ศ.2496 โดยพระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ์) ศูนย์กลางอยู่ที่วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ คณะ 5 ท่าพระจันทร์ กรุงเทพมหานคร การสอนสมาธิแนววิปัสสนาพอง-ยุบ คือ การกำหนดรู้สภาวะพอง-ยุบ เป็นธาตุกรรมฐานโดยสภาวะเป็นลมในท้องที่ดันให้พองออกและยุบตามลักษณะของวาโยธาตุ และได้กล่าวว่า พอง - ยุบ คือ รูปลมที่ถูกต้องบริเวณท้อง คือ อากาศพองขึ้นและยุบลง ซึ่งต้องอาศัยการกำหนดรูปรูปนามเป็นสำคัญมีอยู่ว่าบริเวณท้องนั้น พองก็ตียุบก็ตี ที่มีอาการเคลื่อนไหวชัดเจนอยู่นั้น เรียกว่า วาโยโณภูมัพพรูป เป็นปรมาณู สภาวะของวาโยธาตุ อันเป็นมหาภูตรูปที่กระทบสัมผัสได้ (วาโยโณภูมัพพรูป) คือ สภาวะ พอง - ยุบ นั้น ยืน นอน เขยียด คู้ เคลื่อนไหว

1.4 การสอนสมาธิตามแนวทาง เคลื่อนไหวสายหลวงพ่อยืน จิตตสุโข แนวทางการปฏิบัติ คือ ให้ใช้สติกำกับ ดูอาการเคลื่อนไหวของอริยาบถทางกายเฉย ๆ และดูใจที่นึกคิด โดยไม่บริกรรมใด ๆ ทางการสอนสมาธิของหลวงพ่อยืนสามารถวิเคราะห์ได้ในหลายมิติ โดยมีประเด็นสำคัญดังต่อไปนี้ 1) แนวทางที่แตกต่างจากรูปแบบดั้งเดิม ไม่เน้นสมถะเพื่อความสงบก่อนวิปัสสนา แต่ใช้ การเคลื่อนไหวและการรู้สึกตัวตลอดเวลา ใช้ จังหวะมือเคลื่อนไหว เป็นอุบายกระตุ้นสติสัมปชัญญะ ไม่บริกรรม ไม่ใช้คำภาวนา เพื่อให้เกิดการแผ่ดูความคิดโดยตรง เน้นการ ตื่นตัวและการเคลื่อนไหวตลอดเวลา ต่างจากแนวทางที่เน้นการนั่งสมาธินิ่ง ๆ 2) เป้าหมายของการปฏิบัติคือการรู้เท่าทันความคิด จุดสำคัญ คือ การเห็นความคิดและออกจากความคิด ใช้สติสัมปชัญญะแผ่รู้ จนความคิดดับไปเองโดยไม่กดข่ม แนวทางนี้มุ่งให้ผู้ปฏิบัติพบกับ ธรรมชาติของจิตที่บริสุทธิ์ โดยการฝึกให้ตื่นรู้ และ 3.การพัฒนาอินทรีย์ 5 และการต้านทานนิรณการปฏิบัติช่วยพัฒนา ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา เน้น สติและสัมปชัญญะ เป็นหลัก พร้อมความเพียรในการต้านนิรณ 5 วิริยะ ต้องมีความเพียรต่อเนื่อง ไม่ท้อถอย สติ แผ่รู้แผ่ดูความคิดตลอดเวลา ปัญญา หยั่งเห็นความเป็นจริง ไม่หลงไปกับอารมณ์และความคิด การปฏิบัติของหลวงพ่อยืนเน้นที่ การแผ่ดูความคิดและรู้เท่าทันโดยไม่ยึดติด ซึ่งเป็นแนวทางตรงไปสู่ความหลุดพ้น การเคลื่อนไหวเป็นอุบายให้จิตตื่นตัว และ การเห็นความคิดคือหนทางสู่พระนิพพาน โดยไม่ต้องใช้การกดข่มหรือภาวนา เป็นแนวทางที่ช่วยให้สามารถปล่อยวางอดีตและก้าวพ้นจากทุกข์ได้ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระบัวลี ธีรปสาโท ศึกษาการปฏิบัติกรรมฐานที่สำนักวัดป่าปากแสดประเทศลาว พบว่าแนวปฏิบัติเหมือนกับสติปัฏฐาน 4 และอิงหลัก วิสุทธิมรรคเป็นแนวทางหลักโดยเน้นให้ผู้ปฏิบัติกำหนดรู้รูปรูป ปล่อยวางตัวตน เห็นไตรลักษณ์ และใช้การสอบอารมณ์ เป็นเครื่องมือในการพัฒนาอินทรีย์ของผู้ปฏิบัติ

1.5 การสอนสมาธิตามแนวทาง ธรรมกายหรือรูปแบบการสอนสมาธิตามแนวทาง สัมมา อรหัง คือ เป็นเพียงขั้นสมถกรรมฐานยังไม่เป็นวิปัสสนากรรมฐานผู้ให้กำเนิด คือ พระมงคลเทพมุนี (สด จนทสโร) หรือ หลวงพ่อวัดปากน้ำ ภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร การปฏิบัติเป็นการเพ่งอาโลกสิณ โดยผู้ปฏิบัติให้นึกว่ามีดวงแก้วหรือพระพุทธรูปอยู่ตรงกลางกาย อย่างใดอย่างหนึ่ง แล้วเกิดมีจุดสว่าง ณ ศูนย์กลางกายนี้เรียกว่า “ดวงปฐมมรรค” ใจก็หยุดนิ่งอยู่กลางดวงนั้น เมื่อดวงนี้แตก ไปก็จะเกิดขึ้นใหม่เรียกว่า “ดวงศีล” เมื่อ ดวงศีลแตกไปก็ เป็น “ดวงสมาธิ” เมื่อดวงสมาธิแตกไปก็ เป็น “ดวงปัญญา” จากดวงปัญญาแตกไปเป็น “ดวงวิมุตติ” เมื่อดวงวิมุตติแตกไปก็ จะเห็นอีกดวงหนึ่งเรียกว่า “ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ” หยุดอยู่กลางดวงวิมุตติญาณทัสสนะนั้น พอถูกส่วนเข้าก็จะเห็น “กายมนุษย์หยาบ “ และเปลี่ยนเป็น “กายมนุษย์ละเอียด” ถ้าปฏิบัติต่อไปก็จะถึง “กายพระอรหันต์ละเอียด” หลุดพ้นจากกิเลสหมด เป็นทั้งระดับสมถกรรมฐาน คือ การทำให้จิตใจสงบจาก

นิรณัม 5 และวิปัสสนากรรมฐาน คือ การเห็นแจ้งในรูปนามตามความเป็นจริง คือ การน้อมเข้าสู่ไตรลักษณ์ ให้เห็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตาวิเคราะห้การเรียนการสอนครูสมาธิตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพ

สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขา 154 วัดป่าตาราภิรมย์ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขา 283 วัดป่าอาจารย์มั่น ภูริทตฺโต จังหวัดเชียงใหม่ สามารถสรุปผลการวิจัย ดังนี้

กระบวนการเรียนสอนหลักสูตรครูสมาธิประกอบด้วย หลักสูตรที่ใช้สอน ครูผู้สอน (อาจารย์สาสมาธิ) ผู้เรียน (นักศึกษาครูสมาธิ) กระบวนการเรียนการสอน การวัดผลและการประเมินผล ดังนี้

2. การวิเคราะห์ด้านหลักสูตร หลักสูตรครูสมาธิของสถาบันพลังจิตตานุภาพ ได้จัดทำหลักสูตร "รูปแบบการสอนสมาธิตามแนวทางสถาบันพลังจิตตานุภาพ" ขึ้นโดยใช้หนังสือคู่มือการเรียนการสอนครูสมาธิแบบเดียวกันเป็นมาตรฐานสากลทั้งหมด 3 เล่ม เล่มที่ 1 เป็นการปูพื้นฐานของสมาธิเบื้องต้น ผู้ที่เคยฝึกสมาธิหรือไม่เคยฝึกสมาธิก็สามารถเรียนได้ เล่มที่ 2 เนื้อหาจะอธิบายตามลำดับขั้นของสมาธิ แบ่งเป็น 3 ภาค คือ สมาธิ ฌาน และญาณ เล่มที่ 3 เปรียบเทียบระหว่างสมณะกับวิปัสสนา นอกจากนี้ยังได้จัดทำหลักสูตรเพื่อสร้างครูสมาธิขึ้นซึ่งเป็นหลักสูตรพิเศษตามโครงการส่งเสริมการศึกษาธรรมและปฏิบัติธรรมของเจ้าประคุณสมเด็จพระญาณวชิโรดม (หลวงพ่อวิริยงค์ สิรินธโร) จึงได้ทำการศึกษาอบรม "หลักสูตรอาจารย์สาสมาธิ" เพื่อให้สามารถมีความรู้ในการฝึกสมาธิและสามารถเผยแผ่สมาธิตามหลักการของเจ้าประคุณสมเด็จพระญาณวชิโรดม (หลวงพ่อวิริยงค์ สิรินธโร) ให้กับหน่วยงานต่าง ๆ เพื่อนำไปสู่การประยุกต์ใช้ในการพัฒนาองค์กรและหน่วยงานต่าง ๆ พร้อมกับประชาชนทั่วไปที่มีความสนใจ หลักสูตรดังกล่าวนี้มีจุดประสงค์ เพื่อเป็นการต่อยอดผู้สำเร็จการศึกษาอบรมในหลักสูตร ได้เพิ่มพลังจิตตามหลักการของเจ้าประคุณสมเด็จพระญาณวชิโรดม (หลวงพ่อวิริยงค์ สิรินธโร) และนำไปพัฒนาตนเอง ซึ่งหลักสูตรครูสมาธิตามแนวทางของสถาบันพลังจิตตานุภาพ ประกอบด้วย 1) หลักสูตรอาจารย์สาสมาธิ (สมาธิเข้ม) 2) หลักสูตรชินนสาสมาธิ (สมาธิชนะใจตนเอง) 3) หลักสูตรนิรสาสมาธิ (สมาธิตัดความกังวล) 4) หลักสูตรยุวสาสมาธิ (สมาธิสำหรับเยาวชน) 5) หลักสูตรอรรถสาสมาธิ (สมาธิเพื่อประโยชน์สูงสุด)

3. การวิเคราะห์ด้านผู้เรียน (นักศึกษาครูสมาธิ) จะเข้าใจตรงกันว่า การเรียนการสอนครูสมาธิตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพทำสมาธิเพื่อสะสมพลังจิต พลังจิต คือ กำลังใจที่เป็นกำลังใจสำคัญในการดำเนินชีวิต นักเรียนครูสมาธิที่ดีต้องมีวุฒิภาวะในการเรียนรู้ มีบุคลิกภาพที่เหมาะสมกับการเรียนรู้ มีความสนใจในการเรียนรู้และตั้งใจเรียนและตั้งใจปฏิบัติ

4. การวิเคราะห์ด้านครูผู้สอน (อาจารย์สาสมาธิ) เป็นครูที่โดดเด่นจากอาชีพครูทั่ว ๆ ไป คือ เป็นจิตอาสาบรรยายโดยไม่มีค่าตอบแทนบรรยายเกริ่นนำหัวข้อเนื้อหาในหลักหลักสูตรเพื่อเป็นอาจารย์บูชา อาจารย์สาสมาธิแต่ละท่าน มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับหลักสูตร การวางแผนจุดประสงค์ การวิเคราะห์เนื้อหา ในรายวิชาพื้นฐาน การจัดทำแผนการสอนและนวัตกรรมประกอบแผนการสอน ใฝ่หาความรู้ปรับปรุงและพัฒนาตนเองให้ทันต่อวิทยาการอยู่เสมอ รู้จักธรรมชาติและความต้องการของผู้เรียน มีความสามารถในการถ่ายทอดให้คำแนะนำ เพื่อให้ผู้เรียนได้เข้าใจ บรรยายตามเนื้อหาหัวข้อที่ได้รับในแต่ละหัวข้อปรับแผนการเรียนการสอนให้น่าสนใจ โดยการผลิตสื่อและใช้สื่ออย่างหลากหลาย นำเทคโนโลยีใหม่ ๆ มาใช้ เพื่อให้เกิดแรงจูงใจในการเรียนการสอนและเป็นอาจารย์สาที่ดี มีความรู้ความสามารถควบคู่ไปกับคุณธรรม มีเมตตา และมี ความรับผิดชอบสูง การเรียนการสอนครูสมาธิตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพในแต่ละรุ่น จะมีอาจารย์สาสมาธิบรรยายตามหัวข้อตามตารางสอน ทั้งหมด 96 หัวข้อ นักศึกษาจะได้รับความรู้จากอาจารย์สาสมาธิตลอดหลักสูตรมากที่สุดในชีวิตการศึกษา คือ มีอาจารย์สาสมาธิสอนมากกว่า 50 รูป/คนขึ้นไป

5. การวิเคราะห์ด้านกระบวนการเรียนการสอน อาจารย์สาสมาธิ เป็นผู้บรรยายเกริ่นนำ เพื่อให้ นักศึกษาทราบว่า เสี่ยงการบรรยายของเจ้าประคุณสมเด็จพระญาณวชิโรดม (หลวงพ่อวิริยงค์ สิรินธโร) ใน

ชั่วโมงนี้ใช้เวลาบรรยายที่น่าที่ บรรยายเรื่องอะไร มีจุดมุ่งหมาย และเนื้อหาสาระสำคัญอะไร มีเรื่องเล่าจากประสบการณ์การออกธุดงค์ของหลวงพ่หรือไม่ว่า เรื่องอะไร ในเทปเสียงการบรรยายของหลวงพ่ มีการสอดแทรกเรื่องเล่าให้นักศึกษาได้รู้จักครู อาจารย์ที่เป็นกองทัพธรรมของหลวงปู่มน ที่เล่าด้วยอารมณ์ดีและอารมณ์ขันของท่าน นักศึกษาชอบฟังและติดตาม ทำให้บรรยายกาการเรียนการสอนน่าสนใจมากขึ้น กระบวนการเรียนการสอนครูสมาธิตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพเน้นการปฏิบัติซึ่งเป็นสิ่งสำคัญและเป็นจุดเด่นของหลักสูตรครูสมาธิ ด้วยสมาธิเป็นนามธรรมที่ต้องสัมผัสด้วยจิต ดังนั้นหลักสูตรจึงกำหนดให้เดินจงกรมและนั่งสมาธิ เดินจงกรมต้องกล่าว คำขึ้นต้นว่า “เมตตา กรุณา มุทตา อุเบกขา” เมื่อเดินถึงจุดปลายทาง ต้องหมุนขวา ต้องบริกรรม พุทโธ ๆ ๆ ย่ำ ๆ ซ้ำ ๆ ตรึงจิตที่เหมาะสมกับตนเอง ต้องมีสติระลึกตลอด หลังจากจบเดินจงกรมครบเวลา ต้องแผ่เมตตา การตั้งใจมั่นถูกต้อง สมาธิที่ถูกทาง ต้องไม่ทำมากเกินไป น้อยเกินไป เดินจงกรม 30 นาที แล้วกล่าวคำแผ่เมตตาว่า “สัพเพสัตตา สุกขิตา โหนตุ ขอให้สัตว์ทั้งหลายจงเป็นสุขเป็นสุขเถิด” การนั่งสมาธิ ใช้เวลา 30 นาที สมาธิที่เกิดจดจ่อเพื่อให้จิตตั้งมั่น เกิดจิตตะในการเจริญสมาธิ เมื่อสะสมพลังจิตด้วยความเพียรและจดจ่อ จิตจะพิจารณาตรวจสอบความก้าวหน้าของการทำสมาธิ เกิดวิมิงสา หลักอิทธิบาท 4 ที่นำมาปฏิบัติจนเกิดผลการพัฒนาจิต มีสติ สัมปชัญญะ ตามกำกับจิต ทำจิตใจให้สงบ ทำให้อารมณ์เป็นหนึ่งเดียวกัน เพื่อจิตใจจดจ่อไม่ฟุ้งซ่าน คำบริกรรม พุทโธและคำถามเริ่มต้น ใคร คือ ผู้รู้ ในระยะแรกของการบริกรรมพุทโธ ที่ให้ถามโดยไม่ต้องถามคำตอบ แต่ให้นึกถามไว้ ให้ฝังไว้ในจิต มีสติจดจำทุกขั้นตอนของการทำสมาธิ มีปัญญาเข้าใจสภาวะสิ่งที่เกิดขึ้นในสมาธิ สติปัญญาที่ถูกฝึกจากการทำสมาธิ จะฝังอยู่ในจิต ติดตามกำกับกับการกระทำทุกอย่างในการดำรงชีวิตประจำวัน

6. การวิเคราะห์ด้านการวัดผลและประเมินผล เมื่อจบหลักสูตรมีสอบข้อเขียน สอบปฏิบัติเดินจงกรม นั่งสมาธิ และธุดงค์ภาคสนามที่ดอยอินทนนท์ อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่ เป็นเวลา 4 วัน 3 คืน พร้อมรับประกาศนียบัตรครูสมาธิพื้นฐาน เกิดคุณค่าต่อปัจเจกชน คุณค่าต่อสังคม คุณค่าต่อพระพุทธศาสนา และคุณค่าต่อมวลมนุษยชาติ

7. รูปแบบการเรียนการสอนครูสมาธิตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพ

มีองค์ประกอบของการเรียนการสอน 5 ด้าน ดังนี้

7.1 ด้านหลักสูตรครูสมาธิยึดตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพและได้รูปแบบหลักสูตรที่เหมาะสมกับพื้นที่ที่ศึกษาเกิดจากความร่วมมือจากสถาบันสำนักงานใหญ่และอาจารย์สาสมาธิในสาขาอย่างเป็นระบบเป็นหลักสูตรการเรียนการสอนทำสมาธิ ที่สามารถช่วยในการพัฒนาสติปัญญาสำหรับคนทั่วไปและเยาวชน ช่วยควบคุมจิตใจให้มีความสุข มีความสงบ มีความยั้งคิด ลดละกิเลส ซึ่งจะช่วยให้การตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ มีประสิทธิภาพและมีประสิทธิผลก่อให้เกิดคุณค่าต่อปัจเจกชน คุณค่าต่อสังคม คุณค่าต่อพระพุทธศาสนาและคุณค่าต่อมวลมนุษยชาติ หลักสูตรมีจุดมุ่งหมายของหลักสูตร มีความชัดเจนและเหมาะสม เนื้อหาของหลักสูตรเหมาะสม ไม่ยากเกินไปสำหรับผู้เรียน มีการเรียนการสอนที่เหมาะสมกับหลักสูตรที่สอน เป็นหลักสูตรระยะสั้น ๆ นอกเหนือจากหลักสูตรครูสมาธิให้เป็นไปตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพ แต่หลักสูตรอื่น ๆ ควรเป็นหลักสูตรระยะสั้น ๆ 3 วัน/ 5 วันเป็นหลักสูตรที่มีกิจกรรมเหมือนค่ายคุณธรรมหรือค่ายธรรมะ เช่นหลักสูตรนิรสาสมาธิ โดยใช้เนื้อหาจากหลักสูตรครูสมาธิแต่เลือกหัวข้อมาบรรยายให้เหมาะสมกับสภาพผู้เรียน เช่นบรรยายจุดประสงค์การเรียนการสอน คือ การทำสมาธิ อริยาบถ 4 ในการทำสมาธิ จุดเริ่มต้น ในการทำสมาธิ การบริกรรม ลักษณะต่อต้านสมาธิ สมาธิกับการเรียน วิทิสสมาธิ ประโยชน์ของสมาธิ สมาธิกับการควบคุมอารมณ์ และมีเป้าหมายหลักให้ผู้เรียนหรือผู้เข้าอบรมได้ทำสมาธิเพื่อสะสมพลังจิตเพื่อให้ผู้เรียนหรือผู้เข้าอบรม จะได้พัฒนาจิตใจพัฒนา ในการใช้ชีวิตและดำเนินชีวิตเป็นส่วนหนึ่งของสังคมทั้งในปัจจุบันและในอนาคตอย่างมีคุณภาพ

7.2 มีครูผู้สอน เป็นพระวิทยากร หรืออาจารย์สาสมาธิ ที่ได้ผ่านการเรียนรู้และอบรมตามมาตรฐานของสถาบันพลังจิตตานุภาพ ซึ่งผ่านการอบรมหลักสูตรครูสมาธิ จำนวน 6 เดือน โดยหลักสูตรมีการอบรม 200 ชั่วโมง ปฏิบัติตามวินัยโดยครบถ้วน มีปฏิปทาน่าเลื่อมใส ปฏิบัติตามหลักศีล สมาธิ และเกิดปัญญา ในการสั่งสอนผู้อื่น มีความสามารถในการเรียนการสอนและสามารถบรรยายตามเนื้อหาที่ได้รับมอบหมายทุกหัวข้อ ทำงานในรูปแบบจิตอาสา ไม่รับค่าตอบแทนใด ๆ เป็นผู้มีความรู้ความสามารถในการสอนและรวมถึงการใช้สื่อการเรียนการสอนที่ทันสมัยเหมาะสมกับสภาพผู้เรียน เป็นผู้มีเมตตา มีความรับผิดชอบสูง และมีเหตุผล

7.3 มีผู้เรียนหรือนักศึกษาที่เข้าอบรมหลักสูตรครูสมาธิ ที่หาได้จากการอบรมหลักสูตรระยะสั้น เช่น หลักสูตรชินาสสมาธิ หลักสูตรนิรสาสมาธิ หลักสูตรสมาธิเพื่อพัฒนาปัญญาตามความเหมาะสม เป็นผู้เรียนที่มีวุฒิภาวะในการเรียนรู้ มีบุคลิกภาพที่เหมาะสมกับการเรียนรู้ มีความสนใจในการเรียนรู้และตั้งใจเรียนและตั้งใจปฏิบัติ มีหลักอริยบท 4 ในการเรียนและทำสมาธิอย่างต่อเนื่องทุกวันเห็นคุณค่าจากการทำสมาธิ

7.4 กระบวนการเรียนการสอน มีวิธีการเรียนการสอนที่ดี อาจารย์สาสมาธิใช้วิธีการสอนแบบบรรยายในแต่ละหัวข้อรายวิชาฟังเสียงสดจากจากอาจารย์สาสมาธิ โดยนำเสนอเป็น Power point ปรับสื่อการเรียนการสอนมีความเหมาะสมกับวัยผู้เรียน อาจารย์สาสมาธิต้องปรับแผนการสอนอย่างต่อเนื่องและต้องพัฒนาการสอนด้วยการปรึกษาผู้เชี่ยวชาญในด้านวิชาการในหัวข้อที่ไม่เข้าใจให้เข้าใจอย่างชัดเจน เพื่อผลประโยชน์ของนักศึกษา ปิดท้ายรายวิชานั้น ๆ ด้วยการนำนักศึกษาปฏิบัติเดินจงกรม นั่งสมาธิ ตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพ แต่ปรับในด้าน เนื้อหาและวิธีการให้เหมาะสมกับสภาพผู้เรียน

7.5 การวัดผลและประเมินผล มีการวัดผลภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ โดยการสอบข้อเขียนและสอบภาคปฏิบัติโดยเฉพาะการปฏิบัติ กำหนดวิธีการวัดผลและประเมินผลในการนำผลการประเมินไปใช้ในการแก้ไขข้อบกพร่องของนักศึกษาแต่ละคนประเมินผลจากการสังเกตพฤติกรรม สังเกตการณ์ปฏิบัติตามผู้สอน ซึ่งนักศึกษาทั้ง 2 สาขาที่ศึกษามีการปฏิบัติสมาธิที่เหมาะสม อย่างต่อเนื่อง เกิดผลที่เห็นชัดเป็นรูปธรรม จากการได้ฟังนักศึกษาที่เรียนจบแล้วแสดงความรู้สึกลึกซึ้งเมื่อเรียนจบหลักสูตรเกิดการเปลี่ยนแปลง เป็นคนมีเมตตา มีความรับผิดชอบสูงและมีเหตุผลเกิดคุณค่าต่อปัจเจกบุคคล คุณค่าต่อสังคม คุณค่าต่อพระศาสนาและคุณค่าต่อมวลมนุษยชาติ

ในหลักสูตรครูสมาธิ ได้กล่าวถึงประโยชน์ของสมาธิไว้หลายประการ แต่เมื่อกกล่าวโดยสรุป ก็ทำให้มีพลังจิตเข้มแข็งเพื่อใช้ในชีวิตประจำวัน การอธิบายถึงประโยชน์ของสมาธิดังกล่าว ทำให้เห็นถึงความสำคัญของประโยชน์ต่อผู้ปฏิบัติตั้งแต่ระดับต่ำสุดในชีวิตประจำวัน เช่น ทำให้ระงับความร้ายกาจ บรรเทาความเครียด มีความสุขพิเศษ ทำให้จิตอ่อนโยน กลับใจได้ แม้จะสิ้นชีวิตก็สามารถพบทางดีในระดับสูงกว่านั้น จัดว่าเป็นการเจริญภาวนา บารมี เกิดคุณค่าต่อปัจเจกบุคคล คุณค่าต่อสังคม คุณค่าต่อพระศาสนา คุณค่าต่อมวลมนุษยชาติ

อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง รูปแบบการเรียนการสอนครูสมาธิตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพ พบว่า การสอนสมาธิตามหลักพระพุทธศาสนาที่สำคัญมี 5 แนวทาง คือ การสอนสมาธิแนวทางพุทโธ การสอนสมาธิแนวทางอานาปานสติ การสอนสมาธิแนวทางพอง-ยุบ การสอนสมาธิแนวทางหลวงพ่อเทียน การสอนสมาธิแนวทางธรรมกาย สอดคล้องกับการสอนสมาธิตามหลักพระพุทธศาสนา คือ พุทธวิธีการสอนทางพระพุทธศาสนานั้น มีความเกี่ยวข้องกับทั้ง ผู้สอน ผู้เรียน คำสอนหรือหลักสูตรในการศึกษาเรียนรู้ของพระพุทธเจ้า คือ การนำไปสู่การปฏิบัติ จนเกิดผลได้อย่างแท้จริง เช่นพุทธวิธีการเรียนการสอนของพระพุทธเจ้า เช่นความเป็นครูของพระพุทธเจ้า ลีลาการสอน เป็นต้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ พระมงคล ปิยปุโต (หลวงปากดี) และคณะ

(2561) ได้วิจัยเรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์รูปแบบการสอนสมาธิตามแนวทางสถาบันพลังจิตตานุภาพ” พบว่า หลักสูตรครูสมาธิซึ่งเจ้าประคุณสมเด็จพระญาณวชิโรดม (หลวงพ่อวิริยังค์ สิริธโร) เป็นหลักสูตรที่สอนสมาธิให้กับประชาชน ใช้ระยะเวลาในการเรียน 6 เดือน (หลักสูตร 200 ชั่วโมง) ผลการเรียนรู้หลักสูตรครูสมาธิทำให้เกิดความสงบแก่จิตใจ ทำให้สามารถเปลี่ยนพฤติกรรม อารมณ์ที่เห็นแก่ตัวทำให้เกิดความสามัคคี เกิดความมั่นคงทางด้านจิตใจสามารถพัฒนาตนเอง จึงนับได้ว่าการเรียนการสอนครูสมาธิตามแนวทางสถาบันพลังจิตตานุภาพ นั้นมีคุณค่าอย่างแพร่หลายทั้งนี้ยังมีประชาชนชาวไทยและชาวต่างชาติได้เปิดสาขาสถาบันพลังจิตตานุภาพสำหรับสอนสมาธิ ทุกจังหวัด ทุกอำเภอ ในประเทศไทย ผลจากการเรียนครูสมาธิทำให้สังคมโลกอยู่เย็นเป็นสุข นอกจากนั้น ผลการศึกษาได้พบว่า สอดคล้องกับงานวิจัยของ พสิษฐ์ มะลิ และคณะ (2564) พบว่า รูปแบบการสอนสมาธิแก่นักเรียนมัธยมศึกษาตามแนวสมาธิเจ้าประคุณสมเด็จพระญาณวชิโรดม (หลวงพ่อวิริยังค์ สิริธโร) มีองค์ประกอบของการเรียนการสอนหลักสูตรตามแนวสมาธิ 7 ด้าน คือ ผู้สอน (ครูสมาธิ) ผู้เรียน หลักสูตร สื่อการเรียนการสอน จุดประสงค์การเรียนการสอน วิธีสอน การวัดและประเมินผล การบรรยาย และการปฏิบัติตามหลักยุทธศาสตร์ได้แก่ จุดประสงค์การทำสมาธิ อริยาบถ 4 จุดเริ่มต้น การบริการม ลักษณะต่อต้านสมาธิ สมาธิกับการเรียน วิทาสสมาธิ ประโยชน์ของสมาธิ

องค์ความรู้ใหม่ที่ได้จากงานวิจัย

งานวิจัย เรื่อง รูปแบบการเรียนการสอนครูสมาธิตามแนวทางสถาบันพลังจิตตานุภาพ ได้องค์ความรู้ดังนี้ คือ

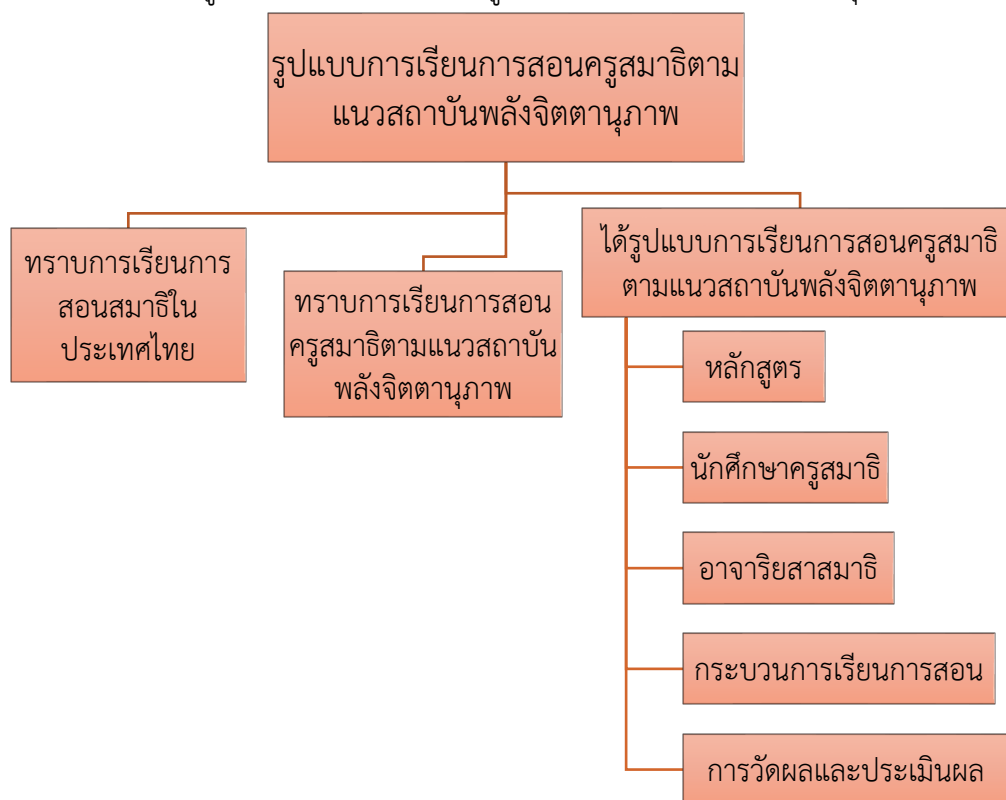


Figure No.1 New Knowledge from this Research

องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัยเกี่ยวกับรูปแบบการเรียนการสอนครูสมาธิตามแนวทางสถาบันพลังจิตตานุภาพ มีรูปแบบการเรียนการสอนครูสมาธิตามแนวทางสถาบันพลังจิตตานุภาพ มีองค์ประกอบ 5 ด้าน

1. หลักสูตรครูสมาธิยึดตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพและได้รูปแบบหลักสูตรที่เหมาะสมกับพื้นที่ที่ศึกษาเกิดจากความร่วมมือจากสถาบันสำนักงานใหญ่และอาจารย์สมาธิในสาขาอย่างเป็นระบบเป็นหลักสูตรการเรียนการสอนทำสมาธิ ที่สามารถช่วยในการพัฒนาสติปัญญาสำหรับคนทั่วไปและเยาวชน ช่วยควบคุมจิตใจให้มีความสุข มีความสงบ มีความยั้งคิด ตลตะกิลส ซึ่งจะช่วยให้การตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ มีประสิทธิภาพและมีประสิทธิผลก่อให้เกิดคุณค่าต่อปัจเจกชน คุณค่าต่อสังคม คุณค่าต่อพระศาสนาและคุณค่าต่อมวลมนุษยชาติ

2. มีครูผู้สอน เป็นพระวิทยากร หรืออาจารย์สมาธิ ที่ได้ผ่านการเรียนรู้และอบรมตามมาตรฐานของสถาบันพลังจิตตานุภาพ ซึ่งผ่านการอบรมหลักสูตรครูสมาธิ จำนวน 6 เดือน โดยหลักสูตรมีการอบรม 200 ชั่วโมง ปฏิบัติตามวินัยโดยครบถ้วน มีปฏิปทาน่าเลื่อมใส ปฏิบัติตามหลักศีล สมาธิ และเกิดปัญญาในการสั่งสอนผู้อื่น มีความสามารถในการเรียนการสอนและสามารถบรรยายตามเนื้อหาที่ได้รับมอบหมายทุกหัวข้อ ทำงานในรูปแบบจิตอาสา ไม่รับค่าตอบแทนใด ๆ เป็นผู้มีความรู้ความสามารถในการสอนและรวมถึงการใช้สื่อการเรียนการสอนที่ทันสมัยเหมาะสมกับสภาพพื้นที่ที่ศึกษา เป็นผู้ที่มีเมตตา มีความรับผิดชอบสูง และมีเหตุผล

3. มีผู้เรียนหรือนักศึกษาที่เข้าอบรมหลักสูตรครูสมาธิ ที่หาได้จากการอบรมหลักสูตรระยะสั้น เช่น หลักสูตรชินนสมาธิ หลักสูตรนิรสมาธิ หลักสูตรสมาธิเพื่อพัฒนาปัญญาตามความเหมาะสม เป็นผู้เรียนที่มีวุฒิภาวะในการเรียนรู้ มีบุคลิกภาพที่ดีเหมาะสมกับการเรียนรู้ มีความสนใจในการเรียนรู้และตั้งใจเรียนและตั้งใจปฏิบัติ

4. กระบวนการเรียนการสอน มีวิธีการเรียนการสอนที่ดี อาจารย์สมาธิใช้วิธีการสอนแบบบรรยายในแต่ละหัวข้อรายวิชาฟังเสียงสดจากจากอาจารย์สมาธิ โดยนำเสนอเป็น Power point ปรับสื่อการเรียนการสอนมีความเหมาะสมกับวัยผู้เรียน อาจารย์สมาธิต้องปรับแผนการสอนอย่างต่อเนื่องและต้องพัฒนาการสอนด้วยการปรึกษาผู้เชี่ยวชาญในด้านวิชาการในหัวข้อที่ไม่เข้าใจให้เข้าใจอย่างชัดเจน เพื่อผลประโยชน์ของนักศึกษา และปิดท้ายรายวิชานั้น ๆ ด้วยการนำนักศึกษาปฏิบัติเดินจงกรม นั่งสมาธิ ตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพ แต่ปรับในด้าน เนื้อหาและวิธีการให้เหมาะสมกับสภาพผู้เรียน

5. การวัดผลและประเมินผล มีการวัดผลภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ โดยการสอบข้อเขียนและสอบภาคปฏิบัติโดยเฉพาะการปฏิบัติ กำหนดวิธีการวัดผลและประเมินผลในการนำผลการประเมินไปใช้ในการแก้ไขข้อบกพร่องของนักศึกษาแต่ละคนประเมินผลจากการสังเกตพฤติกรรม สังเกตการณ์ปฏิบัติตามผู้สอน ซึ่งนักศึกษาทั้ง 2 สาขาที่ศึกษามีการปฏิบัติสมาธิที่เหมาะสม อย่างต่อเนื่อง เกิดผลที่เห็นชัดเป็นรูปธรรม จากการได้ฟังนักศึกษาที่เรียนจบแล้วแสดงความรู้สึกเมื่อเรียนจบหลักสูตรเกิดการเปลี่ยนแปลง เป็นคนมีเมตตา มีความรับผิดชอบสูงและมีเหตุผลเกิดคุณค่าต่อปัจเจกบุคคล คุณค่าต่อสังคม คุณค่าต่อพระศาสนาและคุณค่าต่อมวลมนุษยชาติ

สรุป

การเรียนการสอนสมาธิในประเทศไทยที่สำคัญมี 5 แนวทาง คือ การสอนสมาธิแนวทางพุทโธ การสอนสมาธิแนวทางอานาปานสติ การสอนสมาธิแนวทางพอง-ยุบ การสอนสมาธิแนวทางหลวงพ่อเทียน การสอนสมาธิแนวทางธรรมกาย การเรียนการสอนครูสมาธิตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพก่อตั้งโดย เจ้าประคุณสมเด็จพระญาณวชิโรดม เป็นหลักสูตรครูสมาธิที่สอนสมาธิให้กับประชาชน ใช้ระยะเวลาในการเรียน 6 เดือน (หลักสูตร 200 ชั่วโมง) เรียนทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ สอบวัดผลภาคสนาม ณ ดอยอินทนนท์ จังหวัดเชียงใหม่ เป็นเวลา 4 วัน 3 คืน จึงจะจบหลักสูตร และรูปแบบการเรียนการสอนครูสมาธิตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขา 154 วัดป่าตาราภิรมย์ และสาขา 283 วัดป่าอาจารย์มั่น ภูริทตฺโต จังหวัดเชียงใหม่

ประกอบด้วย หลักสูตร ครูผู้สอน ผู้เรียน กระบวนการเรียนการสอน โดยใช้คู่มือ คือ หนังสือหลักสูตรครูสมาธิ 3 เล่ม แล้วเปิดเทปบรรยายของหลวงพ่อวิริยงค์ สิริธโร ประกอบด้วยภาคทฤษฎีและปฏิบัติ มีการสอนอย่างเป็นระบบ รูปแบบการปฏิบัติเน้น 2 อริยาบถ คือ การเดินจงกรม และการนั่งสมาธิ การวัดผลและการประเมินผล มีการสอบภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติภาคสนาม ณ ดอยอินทนนท์ จังหวัดเชียงใหม่เป็นเวลา 4 วัน 3 คืนจึงจบหลักสูตร

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

งานวิจัยเรื่องนี้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย ดังนี้

1.1 สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติควรนำรูปแบบเกี่ยวกับการเรียนการสอนครูสมาธิตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพ ไปเป็นหลักสูตรในการสอนสมาธิแก่พระสงฆ์และประชาชน

1.2 รูปแบบการสอนครูสมาธิตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพ เป็นหลักสูตรที่มีคุณประโยชน์อย่างยิ่ง หน่วยงานทางราชการ หรือประชาชนควรพิจารณานำไปใช้ในเชิงบูรณาการ เช่นหลักสูตร วิชาสมาธิ ในเด็กชั้นประถมต้น-ชั้นประถมปลายเพื่อการเรียนรู้และนำหลักสูตรไปประยุกต์ใช้พัฒนาเยาวชนของชาติ และประชาชนทั่วไป

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรศึกษาการพัฒนากิจกรรมการเรียนการสอนของโรงเรียนผู้สูงอายุให้มีรูปแบบการเรียนการสอนครูสมาธิตามแนวสถาบันพลังจิตตานุภาพ

เอกสารอ้างอิง

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). (2549). *พุทธวิธีในการสอน* (พิมพ์ครั้งที่ 11). สหธรรมิก.

พระมงคล ปิยปุโต (หลวงปากดี), มานพ นักการเรียน, และภาสิต สุขวรรณดี. (2561). ศึกษาวิเคราะห์รูปแบบการสอนสมาธิตามแนวทางสถาบันพลังจิตตานุภาพ. *วารสารวิชาการสิรินธรปริทรรศน์*, 19(1), 24-30. <https://so06.tci-thaijo.org/index.php/jsr/article/view/197780>

พระศรีปริยัติโมลี (สมชัย กุศลจิตโต). (2547). *สงฆ์ผู้นำสังคม*. โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พลิชฐ์ มะลิ, อินดา ศิริวรรณ, และพีวัฒน์ ชัยสุข. (2564). รูปแบบการสอนสมาธิแก่นักเรียนมัธยมศึกษาตามแนวสมาธิของ พระพรหมมงคลญาณ (วิริยงค์ สิริธโร). *วารสารครุศาสตร์ปริทรรศน์ คณะครุศาสตร์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*, 8(1), 246-260. <https://so02.tci-thaijo.org/index.php/EDMCU/article/view/248495>