

## รายงานวิจัยเชิงปฏิบัติการ

### เรื่อง “ต้นกล้าวิถีสมาธิร่วมก่อการดี คู่มือโครงการแผนที่ GIS พื้นที่อนุรักษ์ดีในกลุ่มน้ำคลองอุตะเถา”



โดย

นายวงศ์ ทันทานนท์

นางเบญจมาศ นาคหลง

ทีมครูสมาธิสถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขา ๕ & โรงเรียนหาดใหญ่วิทยาลัย ๒

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา ๑๖

ได้รับการสนับสนุน จากศูนย์ศึกษาสิ่งแวดล้อมกลุ่มน้ำคลองอุตะเถา  
คณะกรรมการจัดการสิ่งแวดล้อม มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่

ปี พ.ศ. ๒๕๕๔

## คำนำ

การพัฒนาเยาวชนด้วยการสร้าง “สมาธิ” ให้เป็น “เครื่องอยู่” นับเป็นวิธีการที่ดีที่สุดในสถานการณ์ของโลกทั้งในอดีตและในปัจจุบัน เพราะสมาธิเป็นเครื่องอยู่ที่ทำให้ทุกคนมีความรับผิดชอบและมีเหตุผลจนเกิดสิ่งที่เราใช้คำว่า “จิตสาธารณะ” นั่นเอง ดังนั้น หากทุกคนมีสมาธิแล้ว จิตสาธารณะตามมาได้ไม่ยากเลย ดังนั้นผู้วิจัยจึงคาดหวังว่าผลจากการทดลองทำวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมกับเยาวชนต้นกล้าจะสามารถเปลี่ยนทัศนคติ หรือ เปลี่ยนมิติทางความคิดของผู้คนในสังคมได้บ้าง เพื่อให้หันเหความคิดที่บอกว่า “สมาธิ” เป็นเรื่องของคนเขื่อโลก คนมีปัญหา อยากหนีความวุ่นวายไปหาความสงบ หรือ ปลีกวิเวก เพื่อความหลุดพ้น ทุกอย่างที่เราว่ามานั้นเป็นจริงได้ หากเรามีความเหมาะสมทั้งในเรื่องสภาพภาพ และโอกาส แต่คนส่วนใหญ่บนโลกใบนี้ยังคงต้องอยู่กับสังคมที่ยังมีแต่ความวุ่นวาย ต้องกระทำการต่างๆ พร้อมๆ กันหลายๆ อย่าง อาการดังกล่าวนี้ เราสามารถแก้ไขได้ด้วยการฝึกสมาธิเพื่อเพิ่มพลังจิต ให้มากขึ้น จะได้เกิดปัญญาในการใช้ชีวิตอย่างมีสติ และมีความสุข

เมื่อทุกคนมีปัญหาเกิดขึ้นแล้ว สิ่งที่สังคมต้องการก็จะตามมาในเร็ววัน เช่นเดียวกับที่สังคมต้องการคนจิตสาธารณะ ผู้วิจัยจึงได้เสนอแนวทางสร้างเด็กจิตสาธารณะโดยเริ่มที่วิถีสาสมาธิ เมื่อมีจำนวนมากเพียงพอ ทีมงานจะจัดทำฐานข้อมูลพื้นที่คนรักสัตว์ หรือ ผู้ก่อการดีในทุกพื้นที่ของกลุ่มน้ำคลองอู่ตะเภา โดยจัดทำเป็นแผนที่ GIS มาใช้กับงานรักษากลุ่มน้ำคลองอู่ตะเภา ส่งผลให้สังคมรักกลุ่มน้ำได้พบแนวทางการก่อการดีที่เป็นรูปธรรม พร้อมนำเสนอต่อสาธารณชนเพื่อให้เกิดพื้นที่คนก่อการดีมากขึ้นในเร็ววัน อย่างน้อยๆ โรงเรียนหาดใหญ่วิทยาลัย ๒ นับเป็นโรงเรียนแม่ข่ายในโครงการคุณธรรมสำนึกดีตามกลยุทธ์ที่ ๒ ของ สพฐ. ที่มีงานวิจัยเชิงปฏิบัติการของ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ซึ่งเป็นสถาบันการศึกษาระดับอุดมศึกษารองรับผลงานดังกล่าว ผู้วิจัยจึงหวังว่า เราชาววงการศึกษจะต้องเดินไปในเส้นทางที่ต้องยกระดับจิตของบุคลากรทุกคนให้หันมาสนใจเรื่อง “จิต” ของตนเองก่อน และพร้อมจะเดินไปพร้อมๆ กัน เพื่อการพัฒนาองค์กรแบบมีส่วนร่วม พร้อมจะส่งผลดีไปยังบรรดาลูกศิษย์ทุกคน และจะส่งพวกเขาไปถึงฝั่งในเร็ววัน

คณะผู้วิจัย

## สารบัญ

คำนำ	ก
สารบัญ	ข
บทที่ ๑ บทนำ	๑
หลักการและเหตุผล	๑
วัตถุประสงค์	๒
ขอบเขตการศึกษา	๒
ผลที่คาดว่าจะได้รับ	๓
นิยามศัพท์	๓
บทที่ ๒ เอกสาร	๔
บทที่ ๓ วิธีดำเนินงาน	๑๔
บทที่ ๔ ผลการดำเนินงาน	๑๗
บทที่ ๕ สรุปและอภิปรายผล	๒๗
บรรณานุกรม	๓๕
ภาคผนวก	๓๖
ประมวลภาพกิจกรรม ตันกล้าวิถีอาสาสมัครฯ	๓๗
บทสัมภาษณ์..ประโยชน์วิถีอาสาสมัคร	๕๑
รายชื่อคณะทำงานวิจัยเชิงปฏิบัติการ ตันกล้าวิถีอาสาสมัคร	๕๒
รายงานการเงิน	๕๕

# บทที่ ๑

## บทนำ

### หลักการและเหตุผล

ในการเคลื่อนไหวทางสังคมหรือการก่อเกิดกลุ่มทางสังคมขึ้นมา สิ่งสำคัญประการแรก คือ การค้นหาศักยภาพภายในบุคคลเพื่อให้เห็นพลัง เห็นอำนาจของตัวเอง ว่าสามารถทำอะไรได้ มนุษย์ล้วนแต่มีพลังอยู่แล้ว แต่อาจถูกบดบัง กดทับจากปัจจัยอื่นๆ ถ้าเชื่อว่าตัวเองไม่มีอำนาจ ไม่มีพลัง ไม่สามารถทำอะไรได้ ก็จะไม่ทำอะไรกับสังคม แล้วก็ถูกกระแสพัดพาไป เหมือนหมาเนาลอยน้ำ ดังนั้นการค้นหาศักยภาพภายในจึงเกี่ยวข้องกับเรื่องของการทำความเข้าใจตัวเอง รู้ว่า “ฉันคือใคร” และการค้นหาศักยภาพตัวเอง คือ “รู้ว่าฉันทำอะไรได้” ซึ่งเป็นเรื่องที่ตามมาเมื่อรู้จักตัวเองแล้ว

เครือข่ายโรงเรียนรักษัคลองอู่ตะเภา ซึ่งมีโรงเรียนครบทั้ง ๓ โซน (ต้นน้ำ กลางน้ำ ปลายน้ำ) โดยมีโรงเรียนหาดใหญ่วิทยาลัย ๒ เป็นผู้ประสานงาน ต่างมุ่งผลิตนักเรียนที่มีคุณธรรม ในโรงเรียนเครือข่ายล้วนเป็นแหล่งกำเนิด “คนดี” ได้ทุกตารางนิ้ว ผู้ปกครองทุกคนคาดหวังให้โรงเรียนเป็นผู้ดำเนินการทำความดี โดยต้องเริ่มที่ตัวเยาวชน หากจะเรียกระดับการมีความตระหนักรู้ (Awareness) ด้วยแล้ว นักเรียนส่วนใหญ่ที่อยู่นอกเหนือกลุ่มต้นกล้าเพื่อการอนุรักษ์คลองอู่ตะเภาในโรงเรียนเครือข่ายของเรายังอยู่ในระดับพอใช้ เพราะทุกคนยังถือว่างานดูแลเรื่องราวต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับทุกคน อาทิ การจัดการขยะ การจัดการพลังงาน ไม่ใช่หน้าที่ของตน งานจัดการเรื่องต่างๆ แบบองค์รวมจึงไม่สามารถเกิดขึ้นได้อย่างเป็นรูปธรรม

เครือข่ายโรงเรียนรักษัคลองอู่ตะเภา โดยมี โรงเรียนหาดใหญ่วิทยาลัย ๒ เป็นศูนย์ประสานงาน มีความพร้อมในการฝึกและพัฒนาเยาวชนให้เป็นคนดีมีจิตสาธารณะได้มาก เนื่องจาก มีผู้นำทีมครูรายวิชาที่เกี่ยวข้อง กับงานต้นกล้าวิถีอาสาสมัคร โดยเฉพาะอย่างยิ่งในรายวิชา CAS ที่เข้มข้น และมีความกล้าในการเปลี่ยนแปลง กอปรกับครูที่ปรึกษาทุกท่านล้วนแต่มีความมุ่งมั่นที่จะร่วมกันขับเคลื่อนงานที่บรรเทาทุกข์ ในรายวิชาต่างๆ ดังกล่าวข้างต้นลำนี้ให้ไปถึงฝั่งอย่างมีคุณภาพ ทุกคนล้วนแต่อยากทำตนให้เป็นแบบอย่าง คือ เป็นคนที่มีพรหมวิหาร ๔ (เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา) ทุกคนมุ่งมั่นจะทำงานด้วยกระบวนการอิทธิบาท ๔ (ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา) ดังนั้น กระบวนการพัฒนาเยาวชนโดยใช้กระบวนการครูที่ปรึกษาที่เปรียบเหมือนพ่อแม่คนที่สอง จึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยกันทำให้บรรดาเด็กๆ ของเรารู้และเข้าใจศักยภาพภายในของตนเอง เพื่อนำมาช่วยกันทำงานเชิงสังคมและสาธารณะประโยชน์ในโรงเรียน ไปจนถึงสังคมภายนอก

ผู้รับผิดชอบโครงการจะใช้เครื่องมือที่สามารถช่วยส่งเสริมศักยภาพของปัจเจกบุคคลให้ดีขึ้นโดยมุ่งเน้นที่จุดระเบิดจากภายในด้วยเครื่องมือ “วิถีอาสาสมัคร” “ผู้ก่อการดี” “การใช้เครื่องมือ GPS” และ “การใช้โปรแกรมการจัดทำแผนที่ GIS” มารวบรวมข้อมูลคนรักดีของพื้นที่ในลุ่มน้ำคลองอู่ตะเภาและ

นำมาจัดทำแผนที่ GIS พื้นที่อนุรักษ์ดีโดยตัวเยาวชนต้นกล้าเพื่อการอนุรักษ์คลองอุตะเถา โดยจะเริ่มจากการใช้กิจกรรม “ผู้ก่อการดี” ที่ทำให้เยาวชนมองเห็นตัวเองชัดเจนขึ้น เช่น ดอกไม้ในใจฉัน ค้นหาความชอบ คำถามสร้างพลัง และนำไปสู่กิจกรรมโครงการเชิงสร้างสรรค์และบริการสังคมของโรงเรียนในระดับชั้น เป็นต้น ซึ่งจะเปลี่ยนแปลงจากวิถีคิดเดิมๆ ที่บดบังไม่ให้เรามองเห็นศักยภาพหรือความดีงามของตัวเอง เครื่องมือเหล่านี้ไม่ได้จบลงหลังจากกิจกรรมเสร็จ แต่ต้องครุ่นคิดและใช้เวลาเพื่อทบทวนและฝึกฝนวิถีคิดใหม่ให้กลายเป็นฐานคิดของการใช้ชีวิตประจำวันในที่สุด และดำเนินงานด้วยการทำโครงการเชิงสร้างสรรค์เพื่อบริการสังคมได้อย่างต่อเนื่อง

### วัตถุประสงค์

- ๑) เพื่อฝึกทักษะ ต้นกล้าวิทิสมาธิ ให้มีจิตสาธารณะมาทำงานรักษากลุ่มน้ำคลองอุตะเถา
- ๒) เพื่อฝึกกระบวนการ “ก่อการดี” ของนักเรียนในโรงเรียนเครือข่ายรักษากลุ่มน้ำคลองอุตะเถา
- ๓) เพื่อจัดทำแผนที่ GIS “พื้นที่อนุรักษ์ดีในกลุ่มน้ำคลองอุตะเถา”

### เป้าหมาย

#### ๑) เชิงปริมาณ

- นักเรียนในโรงเรียนเครือข่ายรักษากลุ่มน้ำคลองอุตะเถาสามารถค้นหาศักยภาพภายในของตนเองได้ ร้อยละ ๘๐
- มีนักเรียนแกนนำต้นกล้าวิทิสมาธิ อย่างน้อย ร้อยละ ๑๐-๒๐ ของนักเรียนกลุ่มเป้าหมาย

#### ๒) เชิงคุณภาพ

- นักเรียนแกนนำต้นกล้าวิทิสมาธิสามารถจัดทำแผนที่ GIS พื้นที่อนุรักษ์ดีในกลุ่มน้ำคลองอุตะเถา

### ระยะเวลาการทำงาน

พ.ศ. – ก.ย. ๕๔

### ขอบเขตการศึกษา

พื้นที่ศึกษา โรงเรียนหาดใหญ่วิทยาลัย ๒ และ โรงเรียนในเครือข่ายรักษากลุ่มน้ำคลองอุตะเถา  
ประชากร/กลุ่มเป้าหมาย นักเรียนในโรงเรียนเครือข่ายรักษากลุ่มน้ำคลองอุตะเถา  
เครื่องมือที่ใช้ สมุดวิทิสมาธิ (เอกสารก่อการดี)  
แบบประเมินการทำวิทิสมาธิ  
โปรแกรมการทำแผนที่ GIS

## ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- สามารถจุดระเบิดภายในต้นกล้าวิถีสมาธิมาทำงานก่อนการตี ได้แผนที่ GIS พื้นที่อนุรักษ์ดี  
ในกลุ่มน้ำคลองอุตะเถา จังหวัดสงขลา

## นิยามศัพท์

ต้นกล้าจิตสาธารณะ หมายถึง กลุ่ม/เครือข่ายเยาวชนที่เกิดจากกระบวนการพัฒนาเยาวชน  
จิตสาธารณะ

วิถีสมาธิ หมายถึง การทำสมาธิอย่างง่าย วันละ ๓ ครั้ง ๆละ ๕ นาที อย่างสม่ำเสมอตรงเวลา เช่น  
เช้า-กลางวัน-เย็น

ต้นกล้าวิถีสมาธิ หมายถึง กลุ่มต้นกล้าจิตสาธารณะของโรงเรียนหาดใหญ่วิทยาลัย ๒ และ  
โรงเรียนเครือข่ายรักษ์คลองอุตะเถา ที่มีกระบวนการฝึกสมาธิอย่างสม่ำเสมอด้วย  
เครื่องมือ “วิถีสมาธิ”

ระบบสารสนเทศภูมิศาสตร์ (GIS) หมายถึง ระบบเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพมากในการเก็บ  
รวบรวมข้อมูลจากแหล่งต่างๆ ไว้ในฐานข้อมูล โดยนำข้อมูลออกมาใช้ตัดแปลง  
แก้ไขและวิเคราะห์พร้อมแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพื้นที่

กลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา

[www.SongkhlaLake.com](http://www.SongkhlaLake.com)

# บทที่ ๒

## เอกสาร



### หลักสูตรวิทิสสมาธิ

หลักการทำสมาธิที่ง่ายที่สุด ใช้เวลาทำสมาธิน้อยที่สุด แต่ให้ผลประโยชน์ที่ได้จากการทำสมาธิ คือ พลังจิตสูงอย่างต่อเนื่อง (ทำน้อยแต่ได้ผลมาก) และเพียงพอต่อความต้องการของจิตใจ ให้สามารถดำรงความเป็นมนุษย์ได้อย่างสมบูรณ์

#### วิทิสสมาธิเหมาะกับบุคคลเช่นไร ?

เหมาะกับทุกๆ คน ไม่ว่า เด็ก หรือ ผู้ใหญ่ เคยฝึกสมาธิหรือไม่เคย และเหมาะที่สุดสำหรับผู้ที่มีภาระหน้าที่การทำงานมากหาเวลาว่างในชีวิตประจำวันเพื่อทำสมาธิได้น้อย (เหมาะกับทุกเพศ, ทุกวัย, ทุกโอกาส, ทุกสถานที่)

#### วิทิสสมาธิทำอย่างไร ?

เพียงกำหนดจิตทำสมาธิ คือ นึกบริกรรมพุทโธในใจ ครั้งละ ๕ นาที ในอิริยาบถใดก็ได้ (ยืน, เดิน, นั่ง, นอน) โดยแบ่งทำ วันละ ๓ เวลา (เช้า, เที่ยง, เย็น) ตามแต่โอกาสจะอำนวย และจังหวะที่สะดวก รวมได้ ๑๕ นาที ต่อวัน และจะต้องทำอย่างต่อเนื่องทุกวันมิให้ขาด ทำได้ดังนี้ เดือนหนึ่งจะรวมชั่วโมงทำสมาธิได้ถึง ๗ ชั่วโมงครึ่ง (๔๕๐ นาที/เดือน) ซึ่งถือว่าเป็นเกณฑ์เฉลี่ยขั้นต่ำเพียงพอที่บุคคลจะดำรงตนอยู่ได้ โดยมีความสุขทางใจ (เกณฑ์เฉลี่ยต่ำสุดในการทำสมาธิคือ ๖ ชม./เดือน)

#### วิทิสสมาธิได้ประโยชน์อย่างไร ?

๑. แก่ความเครียด, ความเศร้าหมอง, ความทุกข์ใจ
๒. เพิ่มความรอบคอบในการตัดสินใจ
๓. เพิ่มพูนความสุขทางใจ
๔. เพิ่มพูนสติปัญญา ความเฉลียวฉลาด
๕. สามารถป้องกัน และรักษาโรคร้ายไข้เจ็บได้
๖. เสริมสร้างสุขภาพจิต
๗. พบความพิเศษอันเกิดจากพลังจิตที่ได้สะสมไว้มาก จากการทำสมาธิอย่างต่อเนื่อง

## ความหมายของจิตสาธารณะ

**จิตสาธารณะ (Public mind)** หมายถึง จิตสำนึกเพื่อส่วนรวม เพราะคำว่า “สาธารณะ” คือ สิ่งที่มีได้ เป็นของผู้หนึ่งผู้ใด จิตสาธารณะจึงเป็นความรู้สึกถึงการเป็นเจ้าของในสิ่งที่เป็นสาธารณะ ในสิทธิและหน้าที่ที่จะดูแลและบำรุงรักษาร่วมกัน เช่น การช่วยกันดูแลรักษาสิ่งแวดล้อม โดยการไม่ทิ้ง ขยะลงในแหล่งน้ำ การดูแลรักษาสาธารณะสมบัติ เช่น โทรศัพท์สาธารณะ หลอดไฟที่ให้แสงสว่างตามถนนหนทาง แม้แต่การประหยัดน้ำประปา หรือไฟฟ้า ที่เป็นของส่วนรวม โดยให้เกิดประโยชน์คุ้มค่าตลอดจนช่วยดูแลรักษาให้ความช่วยเหลือผู้ทุกข์ได้ยาก หรือผู้ที่ร้องขอความช่วยเหลือเท่าที่จะทำได้ ตลอดจนร่วมมือกระทำ เพื่อให้เกิดปัญหา หรือช่วยกันแก้ปัญหา แต่ต้องไม่ขัดต่อกฎหมาย เพื่อรักษาประโยชน์ส่วนร่วม

พจนานุกรมไทยฉบับของราชบัณฑิตยสถาน (ฉบับพิมพ์ครั้งที่ ๑๔ ปรับปรุง-เพิ่มเติมใหม่) พ.ศ. ๒๕๓๗ ได้ให้ความหมายของ จิตสาธารณะ ไว้ดังนี้

- **จิต (จิต)** น. มีความหมายว่า **ใจ, ความรู้สึกนึกคิด** (หน้า ๒๖๑)
- **สาธารณ (สา-ทา-ระ-นะ)** หรือ **สาธารณะ** มีความหมายว่า **ทั่วไป, เป็นของกลางสำหรับส่วนรวม** (หน้า ๕๖๘)

สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ ได้ให้ความหมายของ **จิตสาธารณะ** ว่า การรู้จักเอาใจใส่เป็นธุระและเข้าร่วมในเรื่องของส่วนรวมที่เป็นประโยชน์ต่อประเทศชาติ มีความสำนึกและยึดมั่นในระบอบคุณธรรม และจริยธรรมที่ดีงาม ละอายต่อสิ่งผิด เน้นความเรียบร้อย ประหยัดและมีความสมดุลระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติ

จากความหมายดังกล่าวพอสรุปได้ว่า “**จิตสาธารณะ**” หมายถึง “**ความรู้สึกนึกคิดที่เป็นส่วนรวม**” หรือพูดและฟังได้ง่าย ๆ ว่า “การตระหนักรู้ และคำนึงถึงการมีส่วนรวมร่วมกัน การตระหนักรู้ตน ที่จะทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพื่อเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม หรือการคำนึงถึงผู้อื่นที่มีความสัมพันธ์ที่เป็นสังคมเดียวกัน เป็นการแสดงออกเพื่อสังคมส่วนรวม การบริการชุมชน การทำประโยชน์เพื่อสังคม ถ้าเป็นวัตถุหรือสิ่งของทุกคนสามารถใช้ประโยชน์ร่วมกันได้”

## จิตสาธารณะเพื่อส่วนรวม

จิตสำนึกเพื่อส่วนรวมนั้นสามารถกระทำได้ โดยมีแนวทางเป็น ๒ ลักษณะ ดังนี้

๑. โดยการกระทำตนเอง ต้องมีความรับผิดชอบต่อตนเอง เพื่อไม่ให้เกิดผลกระทบและเกิดความเสียหายต่อส่วนรวม



๒. มีบทบาทต่อสังคมในการรักษาประโยชน์ของส่วนรวม เพื่อแก้ปัญหา สร้างสรรค์สังคม ซึ่งถือว่าเป็นความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม

### ความสำคัญของจิตสาธารณะ

จิตสาธารณะเป็นความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม คือ ความรู้สึกนึกคิด จิตใต้สำนึกตลอดจนคุณธรรมจริยธรรม ซึ่งอยู่ในจิตใจ และส่งผลมาสู่การกระทำภายนอก

ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น จะเห็นว่าเกิดจากการขาดจิตสำนึกของคนส่วนรวมในสังคมเป็นสำคัญ เช่น

๑. ปัญหายาเสพติด ซึ่งเกิดจากความเห็นแก่ตัวของผู้ชาย ไม่นึกถึงปัญหาที่เกิดขึ้นต่อไปกับสังคม

๒. ปัญหามลพิษต่าง ๆ ที่เกิดจากความไม่รับผิดชอบต่อสังคม ขาดจิตสำนึกเช่น

- การจอดรถยนต์โดยไม่ดับเครื่องยนต์ ทำให้เกิดควันพิษ โดยเฉพาะในเมืองใหญ่

- ทรัพยากรป่าไม้ถูกทำลาย

- ปัญหาเด็กถูกทอดทิ้ง

- การใช้ทางเท้าสาธารณะเพื่อประโยชน์ส่วนตัว โดยไม่คำนึงถึงส่วนรวม

- การทิ้งขยะลงแม่น้ำลำคลอง

- การฉีดสารเร่งเนื้อแดงในสัตว์เลี้ยง โดยเฉพาะสุกร ซึ่งมีผลต่อโรครักข์ไข้เจ็บในมนุษย์

จิตสาธารณะจึงเป็นสิ่งสำคัญในสังคม เราจะต้องให้ความสำคัญและตระหนักในสิ่งนี้

### ความรับผิดชอบต่อตนเอง

จิตสำนึกในความรับผิดชอบต่อตนเอง นับว่าเป็นพื้นฐานต่อความรับผิดชอบต่อสังคม ตัวอย่างความรับผิดชอบต่อตนเองดังนี้

๑. ตั้งใจศึกษาเล่าเรียนหาความรู้

๒. รู้จักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพให้แข็งแรงสมบูรณ์

๓. มีความประหยักรู้จักความพอดี

๔. ประพฤติตัวให้เหมาะสม ละเว้นการกระทำที่ก่อให้เกิดความเสียหาย

๕. ทำงานที่รับมอบหมายให้สำเร็จ

๖. มีความรับผิดชอบต่อตรงเวลา สามารถพึ่งพาตนเองได้

### ความรับผิดชอบต่อสังคม

เป็นการช่วยเหลือสังคม ไม่ทำให้ผู้อื่นหรือสังคมเดือดร้อนได้รับความเสียหายเช่น

๑. มีความรับผิดชอบต่อครอบครัว เช่น เชื้อเพลิงพ่อแม่ ช่วยเหลืองานบ้าน ไม่ทำให้พ่อแม่เสียใจ

๒. มีความรับผิดชอบต่อโรงเรียน ครูอาจารย์ เช่น ตั้งใจเล่าเรียน เชื่อฟังคำสั่งสอนของครูอาจารย์ปฏิบัติตามกฎระเบียบวินัยของโรงเรียน ช่วยรักษาทรัพย์สินสมบัติของโรงเรียน

๓. มีความรับผิดชอบต่อบุคคลอื่นเช่นให้ความช่วยเหลือให้คำแนะนำไม่เอาเปรียบเคารพสิทธิซึ่งกันและกัน

๔. มีความรับผิดชอบในฐานะพลเมือง เช่น ปฏิบัติตามกฎหมายของสังคม ปฏิบัติตามกฎหมาย รักษาสมบัติของส่วนรวม ให้ความร่วมมือต่อสังคมในฐานะพลเมืองดี

การสร้างจิตสาธารณะ เป็นความรับผิดชอบในตนเอง แม้ว่าจะได้รับการอบรมสั่งสอนถ้าใจตนเองไม่ยอมรับ จิตสาธารณะก็ไม่เกิด ฉะนั้นคำว่า "ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน" จึงมีความสำคัญส่วนหนึ่งในการสร้างจิตสาธารณะ ถ้าตนเองไม่เห็นความสำคัญแล้วคงไม่มีใครบังคับได้

นอกจากใจของตนเองแล้ว แนวทางที่สำคัญในการจิตสาธารณะยังมีอีกหลายประการถ้าปฏิบัติได้ก็จะเป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม ดังนี้

๑. สร้างวินัยในตนเอง ตระหนักถึงการมีส่วนร่วมในระบบประชาธิปไตย รู้ถึงขอบเขตของสิทธิเสรีภาพหน้าที่ ความรับผิดชอบ ต่อตนเองและสังคม

๒. ให้ความสำคัญต่อสิ่งแวดล้อม ตระหนักเสมอว่าตนเอง คือส่วนหนึ่งของสังคมต้องมีความรับผิดชอบในการรักษาสิ่งแวดล้อม ซึ่งเป็นเรื่องของส่วนรวม ทั้งต่อประเทศชาติ และ โลกใบนี้

๓. ตระหนักถึงปัญหาและผลกระทบที่เกิดขึ้นกับสังคม ให้ถือว่าเป็นปัญหาของตนเอง เช่น กันอย่างหลีกเลี่ยง ไม่ได้ ต้องช่วยกันแก้ไข เช่น ช่วยกันดำเนินการให้โรงงานอุตสาหกรรมสร้างบ่อบำบัดน้ำทิ้งก่อนปล่อยลงสู่แหล่งน้ำสาธารณะ

๔. ยึดหลักธรรมในการดำเนินชีวิต เพราะหลักธรรมหรือคำสั่งสอนในทุกศาสนาที่นับถือ สอนให้คนทำความดีทั้งสิ้น ถ้าปฏิบัติได้จะทำให้ตนเองมีความสุข นอกจากนี้ยังก่อให้เกิดประโยชน์ต่อสังคมด้วยทำให้เราสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

เด็กและเยาวชน ร่วมสร้างความรุ่งเรืองให้กับสังคมและสาธารณะ คือการสร้างจิตใจและจิตสำนึกให้เป็น จิตสาธารณะ นั่นคือเด็กและเยาวชน ต้องมีความรับผิดชอบในตนเอง และต้องเป็นความรับผิดชอบหรือ จิตสำนึกที่มาจากภายใน แม้ว่าจะได้รับการอบรมสั่งสอน ถ้าใจตนเองไม่ยอมรับ จิตสาธารณะ จะไม่เกิดขึ้นอย่างแน่นอน ฉะนั้นคำว่า **ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน** จึงเป็นความสำคัญส่วนหนึ่ง ในการสร้าง จิตสาธารณะ เพราะถ้าแต่ละคนไม่พยายามที่จะช่วยเหลือตนเอง ไม่พยายามที่จะพึ่งตนเอง จะรอแต่คนอื่นเขา มาช่วย สังคมก็คงจะมีแต่ **คนที่ง้อเปลี้ยเสียแรง** และรอรับการช่วยเหลืออย่างเดียว

นอกจากเด็กและเยาวชน จะมีความพร้อมในการสร้างความตระหนักและความสำนึกในใจของตนเองแล้ว แนวทางที่สำคัญในการสร้าง จิตสาธารณะ ยังมีอีกหลายประการที่เด็กและเยาวชนต้องตระหนักคือ

๑. การเพิ่มคุณค่าการมีวินัยในตนเอง นั่นคือความตระหนักถึงการมีส่วนร่วม การปกครองในระบอบประชาธิปไตย เด็กและเยาวชนทุกคน ต้องศึกษาสิทธิ เสรีภาพ หน้าที่ ความรับผิดชอบต่อตนเองและสาธารณะ

๒. สิ่งแวดล้อมคือชีวิต เด็กและเยาวชนต้องตระหนักอยู่เสมอว่า เราเป็นส่วนหนึ่งของสังคม เป็นส่วนหนึ่งของสิ่งแวดล้อม ทุกคนต้องช่วยกันดูแลรักษาสิ่งแวดล้อม ถ้าสิ่งแวดล้อมโดยส่วนรวมดี ก็จะส่งผลดีกลับคืนมายังผู้คนในพื้นโลกใบนี้ ได้พบแต่ความสุข อากาศที่ดีและสดชื่น

๓. ขจัดผลกระทบที่เกิดขึ้นกับส่วนรวม เด็กและเยาวชนทุกคนต้องช่วยผู้ใหญ่ ในการกำหนดแผนการดูแลและแก้ไข จากผลกระทบที่จะเกิดขึ้น ในอันที่จะเป็นเหตุทำให้โลกร้อนเช่น การใช้พลังงาน โรงงานอุตสาหกรรม การทำลายป่าไม้ ต้นน้ำ ลำธาร การขจัดสิ่งที่จะก่อให้เกิดมลพิษต่าง ๆ บ้านทุกหลังต้องสร้างบ่อพักน้ำทิ้ง บ่อดักไขมัน ก่อนปล่อยน้ำลงสู่แหล่งน้ำสาธารณะ

๔. หลักธรรมช่วยในการดำเนินชีวิต สังคมเป็นสุข เพราะหลักธรรมหรือคำสั่งสอนของทุกศาสนา ซึ่งในแต่ละศาสนา ล้วนแต่สอนให้คนเป็นคนดีทั้งสิ้น ถ้าปฏิบัติได้ ย่อมจะทำให้สังคมเป็นสุข ดูแลตนเอง บังคับจิตใจ ไม่ทำร้ายตนเอง ไม่ทำร้ายผู้อื่น ไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน โดยเฉพาะเด็กและเยาวชน ที่จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ ดูแลบ้านเมืองแทนผู้ใหญ่ในปัจจุบัน ถ้ายึดมั่นในหลักธรรมคำสั่งสอนของศาสดาแต่ละศาสนา จะทำให้สังคมอยู่เย็นเป็นสุขอย่างแน่นอน

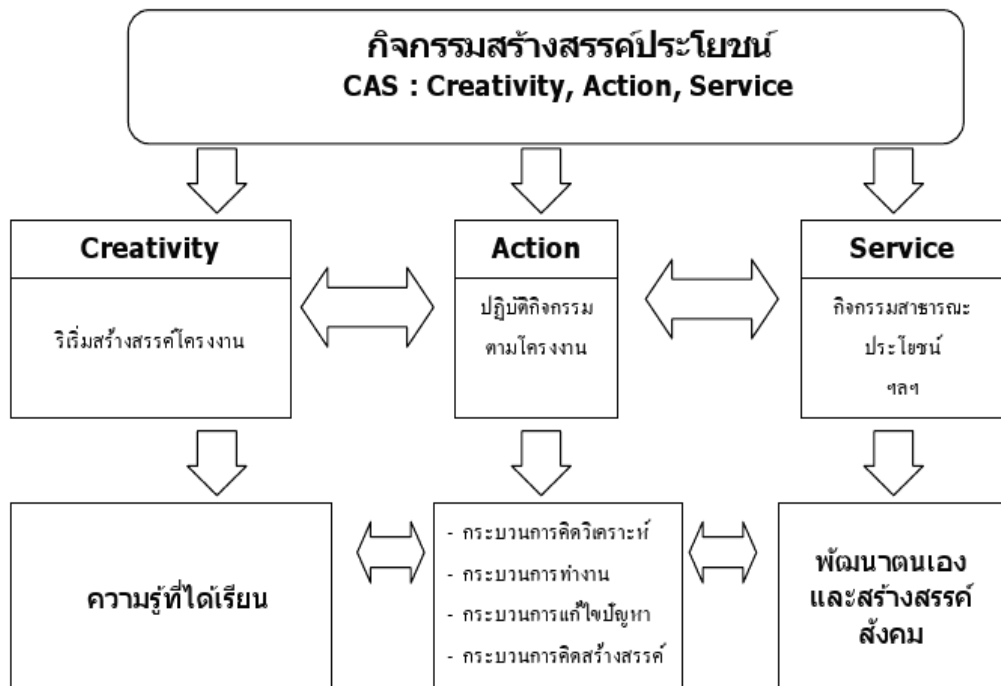
### กิจกรรมสร้างสรรค์ประโยชน์ (Creativity, Action, Service)

กิจกรรมสร้างสรรค์ประโยชน์ (CAS) เป็นกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนที่มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนได้พัฒนาตนเอง และพัฒนาซึ่งกันและกัน เรียนรู้จากประสบการณ์การจัดกิจกรรม (Experiential Learning) เป็นสาระที่ให้ผู้เรียนได้ค้นพบตนเอง โดยการริเริ่มสร้างสรรค์กิจกรรม (Creativity) ได้ปฏิบัติกิจกรรม ได้เรียนรู้จากประสบการณ์ตรง (Action) และผู้เรียนได้ช่วยเหลือผู้อื่นโดยการให้บริการเป็นอาสาสมัคร (Service) ควบคู่กับการเรียนสาระการเรียนรู้ที่เป็นวิชาการ

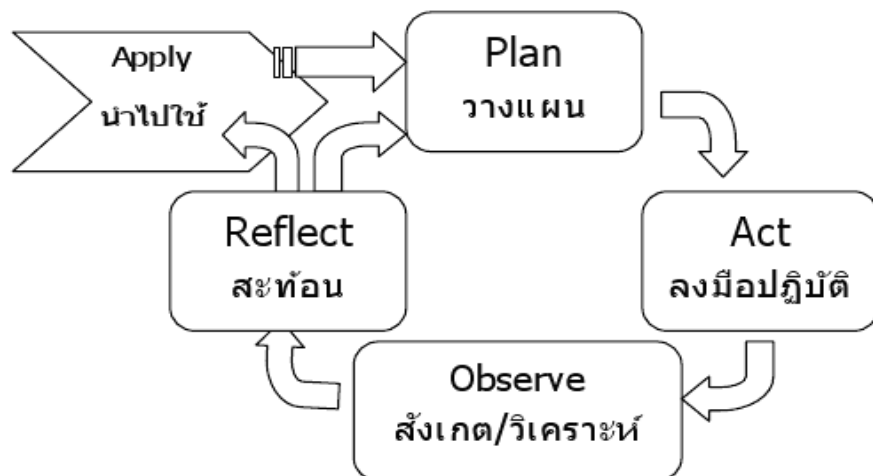
กิจกรรมสร้างสรรค์ (Creativity) มุ่งหวังให้ผู้เรียนฝึกทักษะการคิดสร้างสรรค์ (Creative Thinking) และทักษะการคิดวิเคราะห์ (Critical Thinking)

การปฏิบัติ (Action) มุ่งหวังให้ผู้เรียนลงมือปฏิบัติกิจกรรมที่เกิดจากความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ของตนเอง การบริการ (Service) เป็นกิจกรรมจิตอาสาที่ไม่ค่าจ้างตอบแทน เป็นกิจกรรมที่มุ่งหวังให้ผู้เรียนมีความตระหนักรู้ มีสำนึกความรับผิดชอบต่อตนเองและต่อสังคม เป็นกิจกรรมอาสาสมัครที่กำหนดให้ผู้เรียนเลือกกระทำ มีจุดมุ่งหมายเพื่อปลูกฝังความสง่างาม ความเป็นอิสระในการคิดให้เกิดในตัวผู้เรียน

ทั้งนี้ต้องคำนึงถึง การใช้เวลาในการทำกิจกรรมสร้างสรรค์ของผู้เรียน สถานศึกษาจะต้องกำหนดเป็นตารางงานนอกเวลาเรียน โดยผู้เรียนจะต้องวางแผนเวลาของตนเอง โดยทั่วไปสถานศึกษาได้กำหนดให้ผู้เรียนทำกิจกรรมแต่ละรายการของ CAS อย่างน้อย ๕๐ ชั่วโมงหรือมากกว่านั้นสูงสุด ๑๕๐ ชั่วโมง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความเหมาะสมและสภาพความพร้อมของสถานศึกษา



**การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ (Experiential learning)**  
วงจรการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ (The cycle of experiential learning)



สาระสำคัญแต่ละขั้นตอนในวงจรการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์

๑. **ขั้นวางแผน (Plan)** เป็นการเริ่มต้นการทำกิจกรรมการเรียนรู้ ประกอบด้วย การกำหนดเป้าหมายความสำเร็จและทำความเข้าใจในเป้าหมาย รวมทั้งการตัดสินใจใช้องค์ความรู้และประสบการณ์เดิมที่แต่ละคนมีอยู่มาใช้
๒. **ขั้นลงมือปฏิบัติ (Act)** เป็นขั้นลงมือปฏิบัติกิจกรรม / เรียนรู้เพื่อบรรลุเป้าหมายและผลการเรียนรู้ โดยใช้ประสบการณ์เดิมที่เป็นรูปธรรม/องค์ความรู้ที่มีอยู่เป็นฐานในการเรียนรู้ใหม่
๓. **ขั้นสังเกต (Observe/Analyze)** เป็นขั้นการวิเคราะห์การรับรู้ของผู้เรียนให้ผู้เรียนได้สังเกตและใคร่ครวญถึง ความรู้สึกของตนเองรวมทั้งปฏิสัมพันธ์ ระหว่างผู้เรียนกับสมาชิกในกลุ่มและผู้เกี่ยวข้องอื่นๆ ทั้งนี้ประสบการณ์จะแปรเปลี่ยนเป็นการเรียนรู้ที่ต่อเนื่องเมื่อเจ้าของประสบการณ์ได้ใคร่ครวญถึงอารมณ์ ความคิดและการกระทำของตนเองในเหตุการณ์นั้นๆ ไม่ปล่อยให้สิ่งที่เกิดขึ้นเพียงแต่ผ่านพ้นและจบลงไป
๔. **ขั้นสะท้อน (Reflect)** เป็นขั้นสะท้อนให้เห็นถึงสัมฤทธิ์ผลของผู้เรียน ประเด็นสำคัญที่ได้เรียนรู้ องค์ความรู้ใหม่ที่เกิดขึ้น ผู้เรียน จุดแข็งและความท้าทายของแต่ละคน รวมทั้งเป็นขั้นการประเมินการปฏิบัติของผู้เรียน สังเคราะห์ความรู้ ความเข้าใจใหม่ๆ นับเป็นขั้นตอนที่สำคัญยิ่งของวงจรการเรียนรู้เชิงประสบการณ์
๕. **ประยุกต์ (Apply)** เป็นการนำผลการเรียนรู้ประสบการณ์และองค์ความรู้ที่เกิดขึ้นไปประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ใหม่ๆ และใช้ในชีวิตประจำวัน

## การอ่านและแปลความหมายจากภาพถ่ายทางอากาศและข้อมูลจากดาวเทียม

### ข้อมูลจากดาวเทียมหรือข้อมูลระยะไกล ( Remote Sensing : RS )

#### เทคโนโลยีสำรวจข้อมูลระยะไกลและภูมิสารสนเทศ

การสำรวจข้อมูลระยะไกล ( Remote Sensing : RS ) เป็นวิทยาศาสตร์และศิลปะของกาได้มาซึ่งข้อมูลเกี่ยวกับวัตถุพื้นที หรือปรากฏการณ์จากเครื่องมือบันทึกข้อมูลโดยปราศจากการเข้าไปสัมผัสวัตถุเป้าหมาย เป้าหมาย ทั้งนี้อาศัยคุณสมบัติของคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า เป็นสื่อในการได้มาของข้อมูลใน 3 ลักษณะคือช่วงคลื่น ( spectral ) รูปทรงสัณฐานของวัตถุบนพื้นโลก ( spatial ) และการเปลี่ยนแปลงตามช่วงเวลา ( temporal )

สรุปริโมทเซนซิงเกี่ยวข้องกับองค์ประกอบ 3 ส่วน คือ

1. ระบบบันทึกข้อมูลต่างๆ ที่อยู่ห่างไกลจากวัตถุหรือพื้นที่เป้าหมาย

2. พลังงานคลื่นเหล็กไฟฟ้า
3. การวิเคราะห์ข้อมูลและแปลความหมายข้อมูลภาพด้วยสายตา และด้วยระบบคอมพิวเตอร์เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาใช้ประโยชน์ด้านต่างๆตามต้องการ

### เทคโนโลยีภูมิสารสนเทศ ( Geo- Informatic หรือ Geomatics) ซึ่งเรียกย่อๆว่า GI

ภูมิสารสนเทศ หมายถึง การพัฒนารวมพวกเทคโนโลยี 3 อย่างมาผสมผสานกันเพื่อช่วยในการตัดสินใจด้านการวางแผนการจัดการทรัพยากรธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อมในพื้นที่ให้เกิดภาพแบบยั่งยืน ประกอบด้วย

ระบบสารสนเทศภูมิศาสตร์ ( GIS ) หมายถึง ระบบเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพมากในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากแหล่งต่างๆ ไว้ในฐานข้อมูล โดยนำข้อมูลออกมาใช้ตัดแปลงแก้ไขและวิเคราะห์พร้อมแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพื้นที่ซึ่งสามารถนำมาใช้ประกอบการตัดสินใจ เพื่อแก้ปัญหาและวางแผนการใช้ทรัพยากรและสิ่งแวดล้อม ได้สะดวกรวดเร็ว

#### องค์ประกอบของระบบสารสนเทศภูมิศาสตร์

1. คอมพิวเตอร์ฮาร์ดแวร์
2. คอมพิวเตอร์ซอฟต์แวร์
3. องค์การในการดำเนินงาน

#### หน้าที่ของระบบสารสนเทศภูมิศาสตร์

- 1 การรวบรวมข้อมูล
- 2 การจัดเก็บบันทึกและเรียกค้นข้อมูล
- 3 การจัดการและวิเคราะห์ข้อมูล
- 4 การรายงานผลข้อมูล
- 5

### การรังวัดพิกัดจากดาวเทียม หรือระบบกำหนดค่าตำแหน่งพิกัดบนผิวโลก ( GPS)

เป็นการรังวัดหาตำแหน่งบนพื้นโลกได้จากการรับสัญญาณคลื่นวิทยุจากดาวเทียม หรือเป็นระบบดาวเทียมเพื่อใช้ในการนำร่อง ซึ่งออกแบบและจัดโครงสร้างโดยกระทรวงกลาโหมสหรัฐอเมริกา หลักการรังวัดเพื่อหาตำแหน่งจากดาวเทียมจีพีเอส คือ มีสถานีภาคพื้นดินคอยติดตามดูการเคลื่อนที่ของดาวเทียมตลอดเวลา ทำให้ทราบวงโคจรหรือตำแหน่งของดาวเทียม ถ้าต้องการหาตำแหน่งหรือพิกัดของจุดใดก็นำเครื่องรับสัญญาณไปตั้งวางจุดที่นั้นเครื่องรับสัญญาณจากดาวเทียมหลายดวง( 4 ดวงขึ้นไป ) มายังเครื่องรับซึ่งจะสามารถหาตำแหน่งของเครื่องรับได้หรือนำข้อมูลที่รังวัดได้มาคำนวณด้วยโปรแกรม ปัจจุบันมีเครื่องรับสัญญาณจีพีเอสอยู่ 2 ประเภท

1. เครื่องรับสัญญาณในการนำร่อง
2. เครื่องรับสัญญาณในงานสำรวจ

## องค์ประกอบสำคัญของระบบ GPS

1. ส่วนควบคุม
2. ส่วนอวกาศ
3. ส่วนผู้ใช้

## การแปลความหมายและวิเคราะห์ข้อมูลจากดาวเทียม

ภาพดาวเทียมได้จากพลังงานคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้าจากดวงอาทิตย์ เดินทางผ่านชั้นบรรยากาศมากระทบผิวโลกหรือวัตถุใดๆ แล้วสะท้อนกลับสู่ดาวเทียมชนิดต่างๆ ที่โคจรรอบโลก ดาวเทียมจะบันทึกสัญญาณแล้วส่งสัญญาณที่บันทึกได้มายังสถานีรับภาคพื้นดิน สถานีรับสัญญาณจะบันทึกข้อมูลไว้ในเทปคอมพิวเตอร์ที่มีความถี่สูง ต่อจากนั้นจะนำเอาเทปดังกล่าวไปผลิตเป็นเทปซีซีที (C.C.T. ) และแผ่นฟิล์มต่อไปผลิตเป็นภาพสีหรือภาพขาว-ดำ ตามมาตราส่วนที่ต้องการ ผลิตภัณฑ์ที่ได้แบ่งเป็น 3 ประเภท คือ

1. เทปคอมพิวเตอร์
  - เทปความถี่สูง
  - เทปซีซีที

### 2. แผ่นฟิล์ม

### 3. แผ่นภาพพิมพ์

หลักการวิเคราะห์แปลความหมายจากภาพดาวเทียมด้วยสายตา

1. ลักษณะการสะท้อนพลังงานของสิ่งต่างๆ
2. คุณสมบัติของภาพ
3. รายละเอียดของภาพ

หลักการวิเคราะห์ข้อมูลจากดาวเทียมด้วยคอมพิวเตอร์

1. การสร้างภาพกลับคืน
2. การปรับปรุงคุณภาพของภาพ

ประโยชน์และคุณค่าของการวิเคราะห์ข้อมูลดาวเทียม

1. ด้านป่าไม้
2. ด้านการเกษตร
3. ด้านการใช้ที่ดิน
4. ด้านธรณีวิทยาและธรณีสิ่งแวดล้อม
5. ด้านอุทกวิทยา
6. ด้านสมุทรศาสตร์
7. ด้านการผลิตแผนที่
8. ด้านภัยธรรมชาติ

9. ด้านสิ่งแวดล้อม

10. ด้านระบบสารสนเทศ

ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา

[www.SongkhlaLake.com](http://www.SongkhlaLake.com)



## บทที่ ๓

### วิธีดำเนินการ

โครงการต้นกล้าวิทิสมาธิ ฯ เป็นโครงการที่ผู้วิจัยมีวัตถุประสงค์หลักเพื่อเชื่อมโยงกระบวนการพัฒนาเยาวชนในสถานศึกษาโดยเริ่มจากการพัฒนาจิต และใช้เครื่องมือ “วิทิสมาธิ” เป็นตัวขับเคลื่อนตลอดภาคเรียน ขณะเดียวกันก็เชื่อมโยงการพัฒนาทักษะชีวิตที่มีพื้นฐานจากสมาธิไปสู่เยาวชนจิตสาธารณะ ซึ่งหากทำงานแบบแยกส่วนจะกระทำได้อย่างมาก เพราะดูเหมือนเป็นคนละเรื่อง แต่ในข้อปฏิบัติ พบว่าเป็นเรื่องเดียวกัน กล่าวคือ จะสร้างเยาวชนจิตสาธารณะได้ต้องเริ่มต้นจากการสร้างกระบวนการฝึกสมาธิให้เกิดขึ้นอย่างจริงจังในเยาวชน จนกลายเป็นพฤติกรรมถาวร ติดเป็นตะกอนในจิตของเยาวชน โดยมีกระบวนการ/ขั้นตอน ดังนี้

#### ขั้นวางแผน

##### ๑) เตรียมครูที่ปรึกษา

ผู้วิจัยได้วางแผนสร้างแม่แบบให้กับเยาวชนโดยการจัดเตรียมครูที่ปรึกษาที่เข้าใจกระบวนการก่อการดี และนำเยาวชนทำเรื่องดีๆ ให้ได้หลายๆ คน

##### ๒) เตรียมเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้จัดหาเครื่องมือสำหรับบันทึกการทำดี อาทิ เอกสารก่อการดี/สมุดวิทิสมาธิ จากสถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาใหญ่ วัดธรรมมงคล กทม.

##### ๓) เตรียมนักเรียนแกนนำ

ผู้วิจัยได้เตรียมรับสมัครนักเรียนที่ผ่านการอบรมวิทิสมาธิจากทุกระดับชั้นในช่วงเปิดภาคเรียนที่ ๑/๒๕๕๔ ซึ่งได้ดำเนินการจัดอบรม/ชี้แจงให้เข้าใจ “วิทิสมาธิ” ตั้งแต่ช่วงอบรมพัฒนาจิตมาแล้ว ส่งผลให้ต้นกล้าวิทิสมาธิ เกิดได้ชัดเจนตั้งแต่นักเรียนทำกระบวนการต้นกล้าวิทิสมาธิ นั่นเอง

#### ขั้นดำเนินการ

##### ๑) ฝึกปฏิบัติ “วิทิสมาธิ”

- นักเรียนแต่ละห้องได้รับการชี้แจงจากวิทยากร (ทีมวิจัย;อ.วรงค์ ทันทานนท์ และ อ.เบญจมาศ นาคหลง)
- ทุกคนร่วมฝึกการทำสมาธิ ๒ รูปแบบ คือ อธิยาบถเดิน “เดินจงกรม” และอธิยาบถนั่ง “นั่งสมาธิ”
- มีการทดสอบภาคปฏิบัติ โดยมีทีมครูสมาธิจากสถาบันพลังจิตตานุภาพมาเป็นอาจารย์พี่เลี้ยง

##### ๒) ฝึกค้นหาศักยภาพภายในของต้นกล้าวิทิสมาธิ ญ.ว.๒

- ดอกไม้ในใจฉัน ภายใต้กิจกรรม “รู้เขารู้เรา”

- ค้นหาความชอบ ภายใต้กระบวนการกลุ่มจากสองคนเป็นหนึ่งกลุ่ม
- คำถามสร้างพลัง ภายใต้การจุดระเบิดภายในด้วยคำถามจากวิทยากร

#### ๓) ฝึกสำรวจทรัพยากรภายนอกด้วยกิจกรรมแผนที่ไข่ดาว

- ใช้กระบวนการกลุ่มหาทีมงานที่รู้จัก เพื่อวางแผนการทำงานต้นกล้าวิถีสมาธิในระหว่างภาคเรียน
- กลุ่มบันทึกทีมงานตามแผนที่ไข่ดาว เพื่อคัดกรองทีมงานออกเป็น ๓ ทีมย่อย คือ
  - ๑) ทีมไข่แดง หมายถึง แกนหลักที่ทำการได้ทุกเมื่อ
  - ๒) ทีมไข่ขาว หมายถึง ทีมแกนนำ ที่เื้อต่อแกนหลัก
  - ๓) ทีมน้ำมัน หมายถึง ผู้หนุนเสริม
- ทุกทีมจะรู้จักเพื่อนร่วมงานมากยิ่งขึ้น และวางแผนการทำกิจกรรมจิตสาธารณะตลอดภาคเรียน

#### ๔) ฝึกหลักการทำงานรวมหมู่และการใช้ชีวิตรวมหมู่

- นำทุกทีมของแต่ละห้อง/ระดับชั้นมาจัดค่ายต้นกล้าจิตสาธารณะ โดยในค่ายมุ่งเน้นให้เริ่มจากการฝึกสมาธิเป็นตัวตั้ง เพื่อมุ่งพัฒนาจิต และมีงานสาธารณะหรืองานบริการสังคมมารองรับ

#### ๕) ฝึกการวิเคราะห์สังคม

- ต้นกล้าวิถีสมาธิทุกต้นต้องเข้าใจความเป็นไปของสังคมทั้งภายในและภายนอกโรงเรียนเพื่อจะได้ทราบบทบาทตนเอง รู้ว่าตนมีหน้าที่ในการขับเคลื่อนอย่างไร และต้องสามารถเชื่อมโยงการเรียนรู้จากในโรงเรียนไปสู่สังคมภายนอกได้ เพื่อทำให้กระบวนการทำงานของต้นกล้าวิถีสมาธิไม่ได้แยกส่วนกับการเรียนรู้ตามหลักสูตรของสถานศึกษา

#### ๖) ฝึกการกำหนดวิสัยทัศน์

กลุ่มต้นกล้าวิถีสมาธิ ต้องเรียนรู้การวางแผนแบบมีเป้าหมาย โดยมีกำหนดระยะเวลาเข้ามาช่วย เพื่อเป็นการเรียนรู้เชิงนโยบาย จากรุ่นสู่รุ่น ด้วยการวางวิสัยทัศน์ของกลุ่มต้นกล้าคนทำงานเชิงกลไกขององค์กร

#### ๗) การวางแผนทำเค้าโครงการงานแผนที่ GIS พื้นที่อนุรักษ์ดินลุ่มน้ำคลองอุตะเถา

- ประสานวิทยากรจากศูนย์ GIS คณะการจัดการสิ่งแวดล้อม มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
- คัดเลือกนักเรียนต้นกล้าวิถีสมาธิ ญ.ว.๒ ที่มีความสามารถในค่าย ICT เข้ามาเรียนรู้โปรแกรมการจัดทำแผนที่ GIS
- ฝึกปฏิบัติการใช้โปรแกรมการจัดทำแผนที่ GIS

#### ๘) ปฏิบัติการร่วม ด้วยการดำเนินตามแผนของโครงการงานแผนที่ GIS พื้นที่อนุรักษ์ดินลุ่มน้ำคลองอุตะเถา

- ลงพื้นที่ลุ่มน้ำคลองอุตะเถาเพื่อรวบรวมข้อมูลพิกัดในตำแหน่งที่มีกลุ่มบุคคล และมีกิจกรรมคนทำดีด้วย “วิถีสมาธิ” และ พัฒนามาเป็น “คนจิตสาธารณะ” ของลุ่มน้ำคลองอุตะเถา

- นำข้อมูลเชิงพื้นที่มาจัดทำแผนที่คนรักสัตว์ตามโอกาสที่เหมาะสม

๘) การรวบรวมข้อมูลเพื่อประเมินผล

### ขั้นสรุปและประเมิน

- ประเมินความพึงพอใจกิจกรรม “ต้นกล้าวิทิสมาธิ” และ “ต้นกล้าจิตสาธารณะ”

- ประเมินแผนที่ผลลัพธ์

๑) ปัจจัยนำเข้า(Input)

๒) กระบวนการ(Process)

๓) ผลผลิต(Output)

๔) ผลลัพธ์ (Outcome)

๕) ผลสะท้อน (Impact)

- จัดทำรายงานนำเสนอผู้เกี่ยวข้อง

ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา

[www.SongkhlaLake.com](http://www.SongkhlaLake.com)

## บทที่ ๔

### ผลการดำเนินการ

#### ผลการดำเนินการในช่วงเตรียมการ “ต้นกล้าวิทิสมาธิ” ประจำปี ๒๕๕๔

กลุ่มงานบริหารบุคคล ได้มอบหมายให้ทีมผู้วิจัยดำเนินการเตรียมครูที่ปรึกษาและเตรียมนักเรียนทุกระดับชั้นเพื่อเรียนรู้ความหมาย ความสำคัญ เพื่อไปสู่การปฏิบัติ “วิทิสมาธิ” นับเป็นปีที่ ๒ ที่โรงเรียนนำทักษะด้านนี้มาใช้กับนักเรียนลูกแดง-ฟ้า เพื่อฝึกการระเบิดจากภายใน ด้วยการใช้วิชา “วิทิสมาธิ” เป็นเครื่องมือพัฒนาตน โดยเมื่อทุกระดับชั้นเข้าใจที่มาและความสำคัญที่ทีมผู้บริหารมีความประสงค์ ก็จะนำไปดำเนินการตลอดภาคเรียน เป็นการบูรณาการไปพร้อมกับการทำสมาธิเพื่อถวายแด่องค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวในวโรกาสมีพระชนมายุครบ ๘๔ พรรษา ในวันที่ ๕ ธันวาคม ๒๕๕๔ ไปพร้อมกัน

#### ผลของการจัดกระบวนการที่ใช้ในงานวิจัยมีดังนี้

##### ๓) ผลการฝึกปฏิบัติ “วิทิสมาธิ” ด้วยการอบรมเชิงปฏิบัติการในโรงเรียนแกนนำ/องค์กรที่สนใจ

ทีมวิจัยได้จัดอบรมเชิงปฏิบัติการการพัฒนาคุณภาพจิตให้กลุ่มแกนนำต้นกล้า ในโรงเรียนขนาดใหญ่วิทยาลัย ๒ จำนวน ๕ ครั้ง ให้กับนักเรียน ม.๑ ถึง ม.๖ และ จัดให้กับโรงเรียนในเครือข่ายตลอดจนองค์กรหน่วยงานที่แจ้งความประสงค์มายังทีมงานวิจัย ดังแสดงในตารางที่ ๑

ตารางที่ ๑ แสดงจำนวนหน่วยงานและจำนวนสมาชิกที่ผ่านการอบรมเชิงปฏิบัติการ “วิทิสมาธิ”

ที่	โรงเรียน/หน่วยงาน	วุดป การอบรม	ตำบล	อำเภอ	จังหวัด	จำนวน ผู้เข้าอบรม
๑-๕	โรงเรียนหาดใหญ่ วิทยาลัย ๒ (นักเรียน ม.๑-ม.๖)	๒-๑๐ พ.ค. ๒๕๕๔	บ้านพรุ	หาดใหญ่	สงขลา	๓,๒๐๐
๑๐	โรงเรียนทวิรัตน์ (นักเรียนทั้งโรง)	๑๓-๑๕ มิ.ย. ๒๕๕๔	คอหงส์	หาดใหญ่	สงขลา	๑,๐๐๐
๑๑	โรงเรียนทวิรัตน์ (ครูทั้งหมด)	๒๕ มิ.ย. ๒๕๕๔	คอหงส์	หาดใหญ่	สงขลา	๔๕
๑๒	โรงเรียนบ้านลำไพล (นักเรียน)	๒๔ มิ.ย. ๒๕๕๔	ลำไพล	เทพา	สงขลา	๕๐๐

ที่	โรงเรียน/หน่วยงาน	วคป การอบรม	ตำบล	อำเภอ	จังหวัด	จำนวน ผู้เข้าอบรม
ที่	โรงเรียน/หน่วยงาน	วคป การอบรม	ตำบล	อำเภอ	จังหวัด	จำนวน ผู้เข้าอบรม
๑๓	โรงเรียนเทพพิทยา ภาณุมาศ (ม.๒ ,ม.๕, ม.๖)	๒๔ มิ.ย. ๒๕๕๔	ลำไพล	เทพา	สงขลา	๕๕
๑๔	โรงเรียนอานวยวิทย์ พนิชยการ (ปวช.๑)	๒ ก.ค.๕๔	คองหงส์	หาดใหญ่	สงขลา	๔๐๐
๑๕	พุทธบุตรวัดปลักเกล้า	๑๓ ก.ค.๕๔	ปลักเกล้า	คลองหอย โข่ง	สงขลา	๑๐๐
๑๖	โรงเรียนนวมินทราชู ทิศทักษิณ	๑๕ ส.ค.๕๔	เกาะยอ	เมือง	สงขลา	๖๐
๑๗	โรงเรียนอานวยวิทย์ พนิชยการ(ปวช.๒)	๒๐ ส.ค.๕๔	คองหงส์	หาดใหญ่	สงขลา	๑๒๐
๑๘	โรงเรียนสงขลาวิทยา มูลนิธิ	๒๒ ส.ค. ๕๔	คองหงส์	หาดใหญ่	สงขลา	๓๖
๑๙	โรงเรียนอานวยวิทย์ พนิชยการ(ปวช.๒)	๒๗ ส.ค.๕๔	คองหงส์	หาดใหญ่	สงขลา	๑๓๑
๒๐	สำนักงานป่าไม้สงขลา	๖ มิ.ย. ๕๔ ๔ ก.ค. ๕๔ ๑ ส.ค. ๕๔ ๕ ก.ย. ๕๔	บ่อยาง	เมือง	สงขลา	๖๐
๒๑	การประปาส่วนภูมิภาค เขต ๕ (สงขลาชุดที่ ๑)	๓๐ ก.ค.๕๔	น้ำกระเจาย	เมือง	สงขลา	๕๐
๒๒	การประปาส่วนภูมิภาค เขต ๕ (สงขลาชุดที่ ๒)	๓๑ ก.ค.๕๔	น้ำกระเจาย	เมือง	สงขลา	๘๖
๒๓	การประปาส่วนภูมิภาค เขต ๕ (ตรัง)	๗ ส.ค.๕๔		เมือง	ตรัง	๕๑
๒๔	การประปาส่วนภูมิภาค เขต ๕ (ยะลา)	๒๑ ส.ค.๕๔		เมือง	ยะลา	๘๗
๒๕	ผู้พิการเหยื่ออุบัติเหตุ	๒๑ ก.ค.๕๔	หาดใหญ่	หาดใหญ่	สงขลา	๑๕

ที่	โรงเรียน/หน่วยงาน	วคป การอบรม	ตำบล	อำเภอ	จังหวัด	จำนวน ผู้เข้าอบรม
	(รพ.หาดใหญ่)					
ที่	โรงเรียน/หน่วยงาน	วคป การอบรม	ตำบล	อำเภอ	จังหวัด	จำนวน ผู้เข้าอบรม
๒๖	เครือข่ายธรรมาภิบาล สิ่งแวดล้อม อุตสาหกรรม	๒๕ ก.ค.๕๔	เขารูปช้าง	เมือง	สงขลา	๓๐
๒๗	บริษัทพานดพลัส จำกัด(ทีมผู้บริหาร)	๓๐ ส.ค.๕๔	พะตง	หาดใหญ่	สงขลา	๒๕
๒๘	โรงเรียนคูเต่าวิทยา	๑ ก.ย.๕๔	คูเต่า	หาดใหญ่	สงขลา	๑๑๔
รวม						๖,๒๔๕

จากตารางที่ ๑ จำนวนกลุ่มองค์กรที่ผ่านการอบรม “วิทิสมาธิ” จำนวนทั้งสิ้น ๒๘ กลุ่ม รวมจำนวนผู้เข้าอบรมจำนวนทั้งหมด ๖,๒๔๕ คน พบว่าจำนวนหน่วยงานที่ติดต่อมาเป็นกระบวนการบอกต่อ มากกว่าการขอไปจัดอบรม ทำให้ผู้วิจัยมองไปข้างหน้าอย่างดีใจว่า สังคมคนในกลุ่มน้ำมีความพร้อมในการพัฒนาตนเองโดยการเริ่มจาก การทำสมาธิเพื่อสะสมพลังจิตด้วยเครื่องมือที่เรียกว่า “วิทิสมาธิ” โดยผู้ที่นำสิ่งดีๆ ไปเผยแพร่เป็นทีมงานครูสมาธิจากสถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขา ๕ หาดใหญ่ ซึ่งเป็นทีมงานที่มีนักวิจัยทำงานในสภากลุ่มน้ำคลองอู่ตะเภา และเป็นเครือข่ายรักษาคคลองอู่ตะเภาหลายคน นับเป็นการผสมผสานกระบวนการสร้างคนดีในพื้นที่กลุ่มน้ำได้อย่างต่อเนื่อง

**๔) ผลการฝึกค้นหาศักยภาพภายในของต้นกล้าวิทิสมาธิ ในช่วงการอบรมเชิงปฏิบัติการ “วิทิสมาธิ”**

- ดอกไม้ในใจฉัน ภายใต้กิจกรรม “รู้เขารู้เรา”
- ค้นหาความชอบ ภายใต้กระบวนการกลุ่มจากสองคนเป็นหนึ่งกลุ่ม
- คำถามสร้างพลัง ภายใต้การจุดระเบิดภายในด้วยคำถามจากวิทยากร

พบว่าทั้ง ๓ กิจกรรมย่อยล้วนแต่ส่งผลให้ทีมวิจัยมีความอึ้งอึ้ง/อึ้งอึ้ง ที่ได้รับรู้และเข้าใจความคิดของผู้เข้าอบรมเชิงปฏิบัติการที่มีต้นทุนทางจิตด้านบวกเป็นทุนเดิม ทำให้คาดว่าจะเป็นงานผลิตต้นกล้าวิทิสมาธิในกลุ่มน้ำคลองอู่ตะเภาได้ไม่ยาก และจะต้องผลิตได้อย่างรวดเร็วให้ทันกับกระแสสังคมทางลบที่รุกเข้ามาในสังคมเร็วมาก จนทำให้เยาวชนส่วนหนึ่งไหลตามกระแส ไม่สามารถดึงกลับมาได้ทัน อาทิ สังคมไม่รักความเป็นไทย(รักษวัฒนธรรมเพื่อนบ้านมากกว่า) สังคมที่ใช้ ICT ในทางที่ผิด สังคมที่เน้นการรวมกลุ่มกันทำสิ่งที่ผิดกฎหมาย สังคมที่รวมหัวกันไม่ไปเรียนหนังสือ ฯลฯ ทุกอย่างที่กล่าวมา หากเรามี

สมาธิ สิ่งไม่ดีเหล่านั้น ซึ่งเราเรียกว่า “เครื่องอยู่” ของเยาวชนปัจจุบัน จะไม่เกิดขึ้นในกลุ่ม “ต้นกล้าวิถีสมาธิ” เพราะสมาธิทำให้ผู้ฝึกฝนมี เหตุผลและมีความรับผิดชอบนั่นเอง

### ๓) ผลการฝึกสำรวจทรัพยากรภายนอกด้วยกิจกรรมแผนที่ไข่ดาว

- ใช้กระบวนการกลุ่มหาทีมงานที่รู้จัก เพื่อวางแผนการทำงานต้นกล้าวิถีสมาธิในระหว่างภาคเรียน
  - กลุ่มบันทึกทีมงานตามแผนที่ไข่ดาว เพื่อคัดกรองทีมงานออกเป็น ๓ ทีมย่อย คือ
    - ๑) ทีมไข่แดง หมายถึง แกนหลักที่ทำกิจการได้ทุกเมื่อ
    - ๒) ทีมไข่ขาว หมายถึง ทีมแกนนำ ที่เื้อต่อแกนหลัก
    - ๓) ทีมน้ำมัน หมายถึง ผู้หนุนเสริม
  - ทุกทีมจะรู้จักเพื่อนร่วมงานมากยิ่งขึ้น และวางแผนการทำกิจกรรมจิตสาธารณะตลอดภาคเรียน
- จากกระบวนการที่วางแผนไว้ ทำให้เยาวชนทั้งในและนอกโรงเรียน ตลอดจนทีมผู้ที่สนใจ กระบวนการพัฒนาจิตสาธารณะ โดยผ่านการปฏิบัติวิถีสมาธิ เข้าใจการคัดเลือกทีมแกนนำมาร่วมทำงานอย่างเป็นระบบ และจัดทำเป็นฐานข้อมูลทีมแกนนำในแต่ละองค์กร เพื่อสะดวกในการปฏิบัติงาน ดังเช่น ในโรงเรียนหาดใหญ่วิทยาลัย ๒ ทีมไข่แดง จะนำเพื่อนๆ ทั้งทีมไข่ขาวและทีมน้ำมันมาดำเนินโครงการปฏิบัติการเชิงสร้างสรรค์เพื่อบริการสังคม (Creativity Action Service : CAS) ทำให้เกิดโครงการย่อยๆ ในงานจิตสาธารณะภายใต้หลักสูตรสถานศึกษา พ.ศ.๒๕๕๑ และหลักสูตรมาตรฐานสากล หลายกลุ่มด้วยกัน โดยมีทีมไข่แดงของแต่ละกลุ่ม ดังรายนามต่อไปนี้
- ๓.๑ โครงการต้นกล้าวิถีสมาธิ ญ.ว.๒ นำโดย ด.ญ.ปริยาพร บุชาธรรม ม.๓/๑๒ และ ด.ช.คันธ มานนท์ สุวรรณภักดี ด.ช.นรวิษญ์ ขุนทอง ม.๒/๓ ดังเอกสารภาคผนวก
  - ๓.๒ โครงการต้นกล้าผลิตสื่อแผนที่ GIS นำโดย นายทิวาญู กาญจนมุกดา ม.๖/๒ ดังเอกสารภาคผนวก
  - ๓.๓ โครงการต้นกล้านักสืบสายน้ำลุ่มน้ำคลองอู่ตะเภา นำโดย น.ส.ปาวิณา มารยาตร์ และ น.ส.พัชริฎา คูณิอาต ม.๔/๒ ดังเอกสารภาคผนวก
  - ๓.๔ โครงการต้นกล้าขุท Zero Waste นำโดย น.ส. อรนุช สุราทะโก และ น.ส.นันทวัน หนูน้อย ม.๔/๕ ดังเอกสารภาคผนวก
  - ๓.๕ โครงการต้นกล้ารักษ์ป่าชายเลน นำโดย นายธีรเดช จันพรม ม.๖/๑ ดังเอกสารภาคผนวก
  - ๓.๖ โครงการต้นกล้าผลิตสื่อกราฟิกดีไซน์ นำโดย น.ส.ปิยวัฒนา นาคหลง ม.๕/๒ ดังเอกสารภาคผนวก
  - ๓.๗ โครงการต้นกล้าผลิตสื่อมัลติมีเดีย นำโดย น.ส.มาติ มงคลรัตน์ ม.๔/๓ ดังเอกสารภาคผนวก
  - ๓.๘ โครงการต้นกล้านักแสดง Cover Dance นำโดย น.ส.อายุรมาศ นาคหลง ม.๔/๓ ดังเอกสารภาคผนวก

๓.๕ โครงการต้นกล้านักแสดงเพลงภูมิปัญญาท้องถิ่นใต้ นำโดย กลุ่มต้นกล้าวิทิตา และกลุ่มต้นกล้านักสืบสายน้ำ ดังเอกสารภาคผนวก

๓.๑๐ โครงการต้นกล้าพิธีกรงานโรงเรียน นำโดย นายจากรุ เพ็ชรแกมแก้ว และ นายณัฐพล สุวรรณรัตน์ ม.๖/๒ ดังเอกสารภาคผนวก

๓.๑๑ โครงการต้นกล้าพิธีกรสื่อสารคดีงานจิตสาธารณะนำโดยน.ส.วันทนิษฐ์ พัทธพิสุทธิสิน ม.๔/๒ ดังเอกสารภาคผนวก

๓.๑๒ โครงการต้นกล้าสืบสานงานศิลป์คนรักกลุ่มน้ำ นำโดย นายธีรพล พรหมเพชร ม.๖/๑ และ นายชอปรี่ มูเสะ ม.๖/๒ ดังเอกสารภาคผนวก

#### ๔) ผลการฝึกหลักการทำงานรวมหมู่และการใช้ชีวิตรวมหมู่

ผู้วิจัยมุ่งเน้นการจัดค่ายอบรมเชิงปฏิบัติการของเครือข่ายต้นกล้าหลายรูปแบบ อาทิ

๔.๑ ค่ายอบรมเชิงปฏิบัติการ (ไม่พักค้างคืน) มีจำนวน..๓๕..ค่าย

- อบรมวิทิตาสมาธิ ญ.ว.๒ จำนวน ๕ ครั้ง
- อบรมวิทิตาสมาธิ กลุ่มนอกโรงเรียน ญ.ว.๒ จำนวน ๑๕ ครั้ง
- ค่ายต้นกล้าปลูกแฝกกรมคลองอู่ตะเภา ณ โรงงานสยามแชมเปอร์เมด จำนวน ๑ ครั้ง
- ค่ายต้นกล้าปลูกหญ้าเพื่อเป็นแหล่งเรียนรู้ ณ เขตรักษาพันธุ์สัตว์ป่าไผ่ตงช้าง จำนวน ๑ ครั้ง
- ค่ายต้นกล้าปลูกป่าในสวนยางพารา ณ เขาคอหงส์ จำนวน ๔ ครั้ง
- ค่ายต้นกล้านักสืบสายน้ำลองคลองอู่ตะเภาตลอดโขน จำนวน ๒ ครั้ง
- ค่ายขยายผลต้นกล้าจิตสาธารณะ ณ โรงเรียนบ้านทุ่งจิ่ง ต.พะตง อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา จำนวน ๒ ครั้ง
- ค่ายขยายผลต้นกล้า Zero Waste ณ โรงเรียนบ้านโปะหมอ ต.บ้านพรุ อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา จำนวน ๑ ครั้ง

๔.๒ ค่ายอบรมเชิงปฏิบัติการ (พักค้างคืน) มีจำนวน.. ๕...ค่าย

- ค่ายสมาธิภาวนา เจริญพระชนมพรรษามหาราชันย์ ณ ศูนย์ราชการเฉลิมพระเกียรติ จ.นนทบุรี
- ค่ายอิมบิวนู ๕๕๕ วัด เขาวชนปฏิบัติธรรม ๘๔,๐๐๐ คนทั่วประเทศ ณ วัดคลองเปล ต.คอหงส์ อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา
- ค่ายพืชน้ำอนุรักษ์น้ำตามแนวพระราชดำริ ณ อุทยานนานาชาติสิรินธร อ.ชะอำ จ.เพชรบุรี
- ค่ายลูกเสือนักอนุรักษ์ ณ เขตรักษาพันธุ์สัตว์ป่าไผ่ตงช้าง
- ค่ายต้นกล้าเยาวชน Zero Waste ร่วมเคาะประตูบ้านเมืองบ้านพรุ



- ค่ายต้นกล้ารักษัพื้นที่ชุ่มน้ำ ณ เขตรักษาพันธุ์สัตว์ป่าทะเลน้อย จ.พัทลุง
- ค่ายต้นกล้า ๖/๑ รักษาชายเลนบ้านนุโบย จ.สตูล
- ค่ายต้นกล้า ๖/๘ รักษาชายเลน ณ สถานีอนุรักษ์ป่าชายเลนที่ ๓๕ จ.สตูล
- ค่ายสรุปบทเรียนเครือข่ายต้นกล้าจิตสาธารณะ ณ สวนสายน้ำ ต.พะตง อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา

#### ๕) ผลการฝึกการวิเคราะห์สังคม

- ต้นกล้าวิถีสมาธิทุกคนต้องเข้าใจความเป็นไปของสังคมทั้งภายในและภายนอกโรงเรียนเพื่อจะได้ทราบบทบาทตนเอง รู้ว่าตนมีหน้าที่ในการขับเคลื่อนอย่างไร และต้องสามารถเชื่อมโยงการเรียนรู้จากในโรงเรียนไปสู่สังคมภายนอกได้ เพื่อให้กระบวนการทำงานของต้นกล้าวิถีสมาธิไม่ได้แยกส่วนกับการเรียนรู้ตามหลักสูตรของสถานศึกษา และที่สำคัญยิ่งกว่า คือ การเข้าใจทักษะ “วิถีสมาธิ” ที่นำมาเป็นทักษะชีวิต ผลิตรายการดี ทำดี รักษาดี และเพิ่มดี ให้เกิดขึ้นมากๆ ในสังคมปัจจุบัน

- ต้นกล้าวิถีสมาธิทุกคนต้องเข้าใจคำว่า “จิตสาธารณะ” และ ทราบกระบวนการเกิดขึ้นได้อย่างชัดเจน โดยจิตสาธารณะ จะตามหลังกระบวนการฝึก “สมาธิ” เพราะคนที่ทำสมาธิจะมีสติในตนเอง ทำให้เกิดความรับผิดชอบ และมีเหตุผล และสามารถฟังตนเองได้เสมอ เมื่อทุกคนต่างฟังตนเองได้ สังคมก็จะดีตามไปเอง เพราะทุกคนไม่มองมือองเท้า ทุกคนมุ่งหวังจะเห็นสังคมมีสันติสุข เลิกการทะเลาะเบาะแว้งห่างไกลสังคมที่ก่อให้เกิดความทุกข์ เช่น สังคมยาเสพติด เป็นต้น

- หลังจากมีการนำกลุ่มต้นกล้าฯ รู้จักการทำงานในระบบเครือข่ายทั้งในและนอกโรงเรียน แล้วพบว่า ต้นกล้าทุกคนมีความสุขกับการได้รู้จักเพื่อนกัลยาณมิตร ทั้งในและต่างโรงเรียน ได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนประสบการณ์ แลกเปลี่ยนแนวความคิดดูแลสิ่งแวดล้อมรอบตัว โดยเริ่มดูแลที่ “จิต” ของตัวเอง หลังจากนั้น “สังคม” จะดีตามไปเอง เพราะเราไม่สามารถไปแก้ไขสังคมได้ นอกจากแก้ที่ตัวเอง และ ทำตัวให้อยู่กับปัจจุบัน หากปัจจุบันมีการกระทำที่ดีแล้ว อนาคตก็จะดีตามไปเอง

- ผลจากการสรุปบทเรียนของเครือข่ายต้นกล้าจากหลายๆ เวที ได้ข้อสรุป คือ เราจะเริ่มดำเนินการในโรงเรียนของเราเอง โดยตั้งตัวเป็นผู้นำทำดีในสังคม นำเพื่อนๆ มาดูแล “จิต” ซึ่งกันและกัน นำเพื่อนๆ มาทำความดีตามที่เห็นสมควร หนึ่งในความดีที่กล่าว คือ “วิถีสมาธิ” ทุกคนจะนำไปปฏิบัติ เพื่อเป็นการรักษาสัจจะ เพื่อฝึกความรับผิดชอบ เพื่อสร้างที่ดีให้ตัวเองโดยไม่ต้องลงทุน เพียงแต่ “ลงใจ” มาปฏิบัติให้จนเป็นอุปนิสัยถาวร จนกลายเป็นวิถีชีวิต “คนดี..มีจิตสาธารณะ” เตรียมตัวพร้อมเสมอในการบริการสังคม พร้อมในการชวนกันดูแลเพื่อนๆ ไม่ให้ไปลุ่มหลงกับสิ่งเสพติด หรือ อบายมุขต่างๆ ด้วยการชักชวนมาทำกิจกรรมจิตสาธารณะที่มีอยู่หลากหลายในเครือข่ายต้นกล้าจิตสาธารณะ

## บ) ผลการฝึกการกำหนดวิสัยทัศน์

กลุ่มต้นกล้าวิทิสมาธิ ต้องเรียนรู้การวางแผนแบบมีเป้าหมาย โดยมีกำหนดระยะเวลาเข้ามาช่วย เพื่อเป็นการเรียนรู้การวางแผนเชิงนโยบาย จากรุ่นสู่รุ่น ด้วยการวางวิสัยทัศน์ของกลุ่มต้นกล้าหรือคนทำงานเชิงกลไกขององค์กรในเครือข่าย

### วิสัยทัศน์กลุ่มต้นกล้าวิทิสมาธิ

“ภายในปี ๒๕๕๕ ต้นกล้าสมาธิทุกคน ตั้งใจ ใฝ่เรียนรู้ คู่การปฏิบัติคน ฝึกฝนวิทิสมาธิ เพื่อสะสมพลังจิต นำชีวิตเปี่ยมสุข”

### วิสัยทัศน์กลุ่มต้นกล้าจิตสาธารณะ

“ภายในปี ๒๕๕๕ ต้นกล้าสมาธิจะผลิบานในใจต้นกล้าจิตสาธารณะ ร่วมกันปลูกฝังคุณธรรม และร่วมภาคภูมิใจในกิจกรรมสำนึกดีมีคุณธรรมของเยาวชนในเครือข่ายลุ่มน้ำคลองอู่ตะเภา”

## ค) ผลการวางแผนทำเค้าโครงการแผนที่ GIS พื้นที่อนุรักษ์ดินลุ่มน้ำคลองอู่ตะเภา

ผู้วิจัยได้ประสานทีมงานจากศูนย์ GIS เพื่อฝึกอบรมให้กับต้นกล้า GIS โดยได้เริ่มกระบวนการขึ้นในช่วงปลายเดือนกันยายน ๒๕๕๔ เพราะเป็นช่วงหลังสอบปลายภาคของกลุ่มต้นกล้าพบว่า ผลงานเป็นไปได้ดี มีการวางแผนการออกภาคสนามเพื่อไปติดตามวัดพิกัดพื้นที่อนุรักษ์ดี ตามที่ทีมผู้วิจัยได้ไปจัดกิจกรรมตามที่กล่าวในข้อ ๓ และ ข้อ ๔ นับเป็นการทำงานแบบเชื่อมโยงกันระหว่างงานวิจัยของศูนย์ฯ ประจำปี ๒๕๕๔ เป็นอย่างดี เพราะทีมวิจัยบูรณาการแผนงานกันล่วงหน้า ทำให้ประหยัดงบประมาณไปได้มาก ทั้งนี้เพราะกลุ่มเป้าหมายมาจากกลุ่มเดียวกันเป็นส่วนใหญ่ คือ เครือข่ายต้นกล้าจิตสาธารณะ และ เครือข่ายต้นกล้าเพื่อการอนุรักษ์คลองอู่ตะเภา(ที่ก่อตั้งมาตั้งแต่ปี ๒๕๕๐) และสิ่งที่กำลังดำเนินการอย่างต่อเนื่อง คือ การจัดทำข่าวผลงานของเครือข่ายต้นกล้า โดยให้กลุ่มต้นกล้านักข่าวมาดำเนินงานกันเอง หรือ แม้แต่ต้นกล้าดีใจ ก็เช่นเดียวกัน ที่จะต้องเกาะติดความเคลื่อนไหวของทีมขับเคลื่อนซึ่งคาดว่ากระบวนการนักข่าวจะเกิดขึ้นในรุ่น ปี ๒๕๕๕ อย่างเต็มรูปแบบโดยผ่านหลักสูตรบูรณาการของรายวิชา CAS รุ่นหน้า

## ด) ผลการปฏิบัติการร่วม ด้วยการดำเนินตามแผนของโครงการแผนที่ GIS พื้นที่อนุรักษ์ดินลุ่มน้ำคลองอู่ตะเภา

- ผลจากการลงพื้นที่ลุ่มน้ำคลองอู่ตะเภาเพื่อรวบรวมข้อมูลพิกัดในตำแหน่งที่มีกลุ่มบุคคล และมีกิจกรรมคนทำดีด้วย “วิทิสมาธิ” และ พัฒนามาเป็น “คนจิตสาธารณะ” ของลุ่มน้ำคลองอู่ตะเภา พบว่า ต้นกล้าผู้รับผิดชอบงาน GIS มีความมุ่งมั่นมาก เพราะผู้วิจัยพยายามชี้แจงให้ทุกคนทราบว่า “การทำตัวเป็นต้นกล้าจิตสาธารณะ” จะไม่สำเร็จในการลงทำงานเพียงครั้งเดียว งานทุกอย่างต้องเห็นความมานะพยายาม เห็นความวิริยะ ความพากเพียร และทุกคนที่มาทำงานต้องมีความ “ศรัทธา” ในงานที่ตั้งใจทำ และ

ยังต้องศรัทธาตัวเอง ว่าสามารถทำได้ ที่สำคัญที่สุด คือ ศรัทธาเพื่อนร่วมงาน จะได้สร้างความรักความผูกพันต่อกัน

- ผลจากการนำข้อมูลเชิงพื้นที่มาจัดทำแผนที่คนรักชาติในช่วงเวลาที่กำหนด ทำให้ผู้วิจัยเห็นความพยายามของกลุ่มต้นกล้า GIS และมองเห็นแล้วว่าทักษะด้านนี้นักเรียนกลุ่มต้นกล้างด่าจะนำไปใช้ในระดับอุดมศึกษาได้อย่างต่อเนื่อง เพราะเมื่อเข้าเรียนต่อระดับอุดมศึกษา จะมีรายวิชาจิตสาธารณะรองรับทุกคนในมหาวิทยาลัย เพราะเรื่องนี้เป็นนโยบายระดับประเทศที่มุ่งเน้นให้เยาวชนพัฒนาตัวเองไปสู่ “คนจิตสาธารณะ” ในเร็ววัน เพื่อสังคมที่มีสันติสุขนั่นเอง

### ๘) การรวบรวมข้อมูลเพื่อประเมินผล

ในช่วงสุดท้ายของงานวิจัย ทีมงานได้มาสรุปบทเรียนร่วมกับกลุ่มต้นกล้าทุกกลุ่มที่เกี่ยวข้องพบว่า ทุกคนสรุปเป็นเสียงเดียวกันว่า หากเราไม่ตั้งใจให้เริ่มที่ตัวเรา จะให้ใครมาสั่งเราให้เริ่มทำความดี เพราะ “ความดี” เป็นสิ่งที่ไม่ต้องลงทุนซื้อ เพียงแต่ลงทุน “กระทำ” เริ่มที่ตัวเรา เริ่มจาก การคิดดี พูดดี ทำดี รักษาดี และเพิ่มดี ทุกคนต้องใช้ “สมาธิ” เป็นเครื่องมือในการนำร่อง เพื่อขับเคลื่อนสังคม จนเป็นวิถีของต้นกล้าทุกกลุ่ม ทุกโรงเรียน และทุกองค์กร

เรื่องราวสิ่งดีๆ เหล่านี้กำลังจะถูกรวบรวมไปในหลักสูตรสถานศึกษาของเครือข่ายโรงเรียนรักษ์คลองอู่ตะเภา โดยทีมผู้วิจัยมุ่งมั่นทำหน้าที่ต่อไปอย่างไม่หยุดยั้ง เพราะขณะนี้ผู้บริหารจาก ๔๔ โรงเรียนในสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา สงขลา เขต ๒ นำโดย ผอ.สงวน ศรีสุข ได้มอบนโยบายให้นำโครงการสิ่งแวดล้อมศึกษาเข้าสู่ระบบการศึกษา เพื่อช่วยกันสร้างเกราะคุ้มกันให้กับโลกใบนี้ โลกที่ให้คุณประโยชน์กับทุกคน หากเราไม่ช่วยกันดูแล ก็อย่าหวังว่าจะมีใครมาดูแลให้

## ผลการสรุปด้วยแผนที่ผลลัพธ์ (Outcome Mapping)

### ปัจจัยนำเข้า (Input)

- โรงเรียนเครือข่ายรักษ์คลองอู่ตะเภา ส่วนใหญ่อยู่ในโครงการโรงเรียนคุณธรรมสำนึกดีของสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขตที่ ๑๖
- กระทรวงศึกษาธิการมุ่งเน้นให้ทุกโรงเรียนปลูกฝังงานคุณธรรมให้กับนักเรียนในทุกรูปแบบ
- โรงเรียน ญ.ว.๒ เป็นโรงเรียนแม่ข่ายในโครงการโรงเรียนคุณธรรมสำนึกดี ของ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา ที่ ๑๖
- โรงเรียน ญ.ว.๒ ได้รับรางวัลโรงเรียนคุณธรรมดีเด่นระดับประเทศ ของสพฐ. และธนาคารออมสิน ตั้งแต่ ปี ๒๕๕๒
- โรงเรียน ญ.ว.๒ เป็นแกนนำเยาวชนรักษ์ลุ่มน้ำของหลายหน่วยงานทั้งระดับภาคและระดับประเทศ

## กระบวนการ (Process)

- เตรียมสมาชิกต้นกล้าฯตามความสมัครใจ และเน้นนักเรียนต้นกล้าที่เรียนรายวิชา โครงการปฏิบัติเชิงสร้างสรรค์เพื่อบริการสังคม (CAS) เพื่อนำมาศึกษาผลที่ได้จากกระบวนการ Input ในระยะแรก
- ทำกระบวนการ “ก่อการดี” โดยหาทีมใจแดง ให้เกิดขึ้นในองค์กร และทำสารสนเทศต้นกล้าฯ เหล่านั้น เพื่อความสะดวกในการขับเคลื่อนอย่างต่อเนื่อง
- วัดพิภคของพื้นที่ที่มีคนทำดี อาทิ ต้นกล้าวิสาสมาธิ ต้นกล้านักสืบสายน้ำ ต้นกล้าปลูกป่าต้นน้ำ ต้นกล้าปลูกแฟลกริมคลอง ต้นกล้าปลูกป่าชายเลน ต้นกล้าปลูกป่าห้วยเพื่อแหล่งเรียนรู้ ฯลฯ
- นำข้อมูลที่ได้มาจัดทำแผนที่ GIS ด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์
- ดำเนินการทำแผนที่จนแล้วเสร็จ

## ผลผลิต (Output)

- เกิดค่ายวิสาสมาธิแบบไม่พักค้างคืน จำนวน ๓๕ ครั้ง
- เกิดค่ายวิสาสมาธิแบบพักค้างคืน จำนวน ๕ ครั้ง
- เกิดกลุ่มต้นกล้าวิสาสมาธิ ที่นำขับเคลื่อน ให้เพื่อนมาทำดี อย่างต่อเนื่อง โดยเริ่มที่ตนเอง
- เกิดทักษะการทำงานแบบมีส่วนร่วมจากภาคปฏิบัติ
- ได้แผนที่ GIS คนรักดีในกลุ่มน้ำ
- ได้ทักษะชีวิต ของนักเรียนในรายวิชา CAS และพร้อมนำเสนอต่อสาธารณะ
- นักเรียนในชุมนุมต้นกล้าจิตสาธารณะ และ กลุ่มต้นกล้าวิสาสมาธิ (ทุกคนใน ญ.ว.๒ เป็นต้นกล้า โดยนิตินัยและพฤตินัย) ตั้งใจทำสมาธิให้เป็นรูปธรรม โดยบันทึกเวลาการทำสมาธิในเอกสารก่อการดี “สมุควิสาสมาธิ” โดยเฉพาะ ม.๓/๑๕ มีความตั้งใจมาก จึงได้วางสัจจะ และสามารถกระทำได้จริง ตลอดภาคเรียน รองลงมา คือ ม.๓/๒ ต้องนับว่าเป็นความตั้งใจในการทำดีที่ถูกทาง

## ผลลัพธ์ (Outcome)

- เกิดการขับเคลื่อนงานอนุรักษ์ลุ่มน้ำโดยผ่านหลักสูตรสถานศึกษาของโรงเรียนเครือข่ายรักษ์คลองอู่ตะเภา
- ต้นกล้าวิสาสมาธิถูกเชิญเข้าร่วมค่าย อิมบูนู ๕๕๕ วัด นำเยาวชนปฏิบัติธรรม ๘๔,๐๐๐ คนทั่วประเทศ ณ วัดคลองเปล ต.คองหงส์ อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา
- มีการเชื่อมโยงต้นกล้ากลุ่มอื่นๆ เข้ามาทำ “วิสาสมาธิ” นำโดย ผู้วิจัย ที่ต่อเนื่องตลอดระยะเวลา ๕ เดือน (พ.ค. – ก.ย. ๕๔)
- ต้นกล้าวิสาสมาธิอาสาไปทำสื่อมัลติมีเดียเพื่อนำมาใช้เผยแพร่ผลงานในวันประชุมผู้ปกครอง

- ยังมีอีกหลายหน่วยงาน/องค์กร ที่แจ้งความประสงค์ให้ทีมวิจัยที่เป็นครูสมาธิ ไปจัดอบรมเชิงปฏิบัติการ วิทิสมาธิ เพื่อขยายผล กระบวนการสร้าง “คนดี” ในพื้นที่ลุ่มน้ำคลองอู่ตะเภา
- ผู้วิจัยมีโอกาสนำกระบวนการสร้างคนดีด้วย “วิทิสมาธิ” ไปขยายผลในเวทีผู้บริหารของสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา สงขลา เขต ๒ จำนวน ๔๔ โรงเรียน ในวันที่ ๓๐ สิงหาคม ๒๕๕๔ ส่งผลให้ผู้บริหารมีความประสงค์ให้ไปขยายผลในหลายโรงเรียน เพื่อแนะนำแนวทางให้กับบรรดาเพื่อนครูและนักเรียน
- ผู้วิจัยสร้างเครือข่าย “วิทิสมาธิ” ให้กับนักศึกษา คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ ที่เรียนรายวิชาวิทยาศาสตร์บูรณาการ ในวันที่ ๓๑ สิงหาคม ๒๕๕๔ ทำให้นักศึกษาดังกล่าวซึ่งกำลังจะไปทำงานเป็นครูพันธุ์ใหม่ของสังคม เข้าใจการเชื่อมโยงงานจิตสาธารณะที่ต้องเริ่มที่ “ใจ” เป็นอันดับแรก และ เข้าใจว่า กระบวนการพัฒนาคนจิตสาธารณะต้องกระทำอย่างต่อเนื่อง เพื่อเป็นการสะสมพลังจิต และ นำพลังจิตมาทำงานขับเคลื่อนสังคมคนรักภัยให้มากโดยเร็ว

### ผลสะท้อน (Impact)

ขณะนี้สังคมคนรักภัยของกลุ่มน้ำได้เกิดขึ้นอย่างเป็นรูปธรรม และมีการนำเผยแพร่ได้อย่างต่อเนื่อง นับเป็นมิติแห่งการทำงานเชิงรุกที่ต้องการให้ทุกคนในสังคมได้เข้าใจกระบวนการพัฒนาตนเอง และ ศรัทธาตัวเอง มุ่งมั่นจะนำตนเองเป็นเครื่องมือในการขับเคลื่อนสังคม และ ต้นกล้าวิทิสมาธิที่เกิดขึ้นมีความเข้าใจบทบาทของตนเอง มี “สติ” ระลึกรู้ตลอดเวลาว่า ทุกขณะจิต จะต้องดำเนินการปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาตนเอง พัฒนาสังคมรอบข้าง เพราะเราจะไปพัฒนาสังคม เราก็เริ่มพัฒนาที่ตัวเรา ด้วยกระบวนการ “พละ ๕” ไปสู่ “อินทรีย์ ๕” สังคมที่อยู่รอบข้างคนกลุ่มนี้ล้วนแต่เป็นสังคมกัลยาณมิตร สังคมสันติสุข สังคมที่มีค่าของมนุษย์เต็มร้อย



# บทที่ ๕

## สรูปและอภิปรายผล



โครงการวิจัยนี้ยึดแนวทางคำสอนของพระธรรมมงคลญาณ พระอาจารย์หลวงพ่อวิรัช สิริอนุโร ผู้ก่อตั้งสถาบันพลังจิตตานุภาพ วัดธรรมมงคล กทม. โดยนำหลักสูตรวิทิสสมาธิ มาปฏิบัติเป็นเครื่องมือ ก่อการดีให้กับนักเรียนในเครือข่ายต้นกล้าจิตสาธารณะ โดยมีโรงเรียนหาดใหญ่วิทยาลัย ๒ เป็นโรงเรียน แกนนำ และ ไปขยายผลให้กับโรงเรียนและองค์กรที่สนใจกระบวนการก่อการดีด้วยการเริ่มปฏิบัติธรรมที่ ตนเองทุกวันๆละ ๓ ครั้งๆละ ๕ นาที เป็นการฝึกการตั้งสัจจะ กับตัวเอง ฝึกความรับผิดชอบ ฝึกการมี เหตุผล โดยให้ตัวเองสอนตัวเอง และมีการปฏิบัติพร้อมกันทุกเวลาเช้าหน้าเสาธง ส่วนเวลากลางวันและ เวลาเย็น ให้แต่ละกลุ่มจัดสรรเวลาตนเอง สำหรับกลุ่มต้นกล้าวิทิสสมาธิที่มีกิจกรรมต้นกล้าจิตสาธารณะ จะใช้เวลากลางวันพบกันทุกวันเพื่อชาร์ตพลังในการขับเคลื่อนงานทางสังคมทั้งภายในโรงเรียนและ ภายนอกโรงเรียน

วัตถุประสงค์ที่วางไว้มี ๓ ข้อ กล่าวคือ

- ๑) เพื่อฝึกทักษะ ต้นกล้าวิทิสสมาธิ ให้มีจิตสาธารณะมาทำงานรักษากลุ่มน้ำคลองอู่ตะเภา
- ๒) เพื่อฝึกกระบวนการ “ก่อการดี”ของนักเรียนในโรงเรียนเครือข่ายรักษากลุ่มน้ำคลองอู่ตะเภา
- ๓) เพื่อจัดทำแผนที่ GIS “พื้นที่คนรักดีในกลุ่มน้ำคลองอู่ตะเภา”

## สรุปผล

พบว่า จากผลการทำงานวิจัยเชิงปฏิบัติการในเรื่องนี้

**วัตถุประสงค์ข้อแรก)** นักเรียนได้มีโอกาสฝึกทักษะวิถีสาสมาธิอย่างต่อเนื่อง กล่าวคือ โรงเรียนหาดใหญ่วิทยาลัย ๒ ซึ่งเป็นโรงเรียนแกนนำที่สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขา ๕ หาดใหญ่ มาเริ่มทำกระบวนการเป็นโรงเรียนแห่งแรกของภาคใต้ ทำให้ผู้วิจัยเกิดการจุดประกายที่จะนำผลจากการปฏิบัติวิถีสาสมาธิมาใช้ให้เป็นประโยชน์ต่องานพัฒนาเยาวชนจิตสาธารณะ เพราะ คนที่มีจิตสาธารณะ ต้องเริ่มจากการพัฒนาที่ตนเอง ต้องพึ่งตนเอง และต้องคิดเพื่อส่วนรวม ต้องทำงานแบบไม่มีเงื่อนไข หรือไม่หวังผลตอบแทน สามารถรับผิดชอบตนเอง และมีเหตุผลมากพอที่จะมุ่งหน้าเข้ามาช่วยกันทำงานอนุรักษ์ลุ่มน้ำคลองอู่ตะเภา ที่เป็นงานสำคัญของจังหวัดสงขลา จึงนับได้ว่าวัตถุประสงค์ข้อแรกประสบความสำเร็จเป็นอย่างดี เพราะจำนวนกลุ่มหรือองค์กรที่เข้ามาฝึกอบรมวิถีสาสมาธิมีจำนวนมากถึง ๒๘ กลุ่ม รวมเป็นจำนวนประชากรที่ผ่านการฝึกอบรมวิถีสาสมาธิมากถึง ๖,๒๔๕ คน นับว่าจำนวนผู้ที่ผ่านการอบรมเกินความคาดหวังมากทีเดียว

**วัตถุประสงค์ข้อที่สอง)** การฝึกกระบวนการ “ก่อการดี” ได้ถูกกระทำในระหว่างการจัดค่ายทั้งแบบพักค่ายและไม่พักค่ายของเครือข่ายรักษ์คลองอู่ตะเภา แต่สิ่งที่ได้ถูกนำมากระทำบ่อยครั้ง คือ กระบวนการถอดความคิดจากภายในจิตของต้นกล้าวิถีสาสมาธิ ทำให้พบว่า ทุกคนที่เข้ามาในกระบวนการล้วนแต่เป็นแกนนำที่มีความกล้าครบถ้วน คือ “กล้าคิด กล้าพูด กล้าทำ กล้าแสดงออก” ส่งผลให้การทำกระบวนการหา “ผู้ก่อการดี” ดำเนินการได้จริง และ มีการทำกิจกรรม “รักษาดี และเพิ่มดี” อยู่เรื่อยๆ คือ บันทึกเวลาการทำสมาธิเป็นประจำทุกวันลงในสมุดวิถีสาสมาธิ ทำให้ทุกคนที่เป็นผู้ปฏิบัติจะรู้ตนเองว่า ได้ทำความดีด้วยการทำสมาธิ สะสมพลังจิตได้กี่ชั่วโมงต่อเดือน เพื่อเป็นการประเมินผลการปฏิบัติสมาธิไปในตัว ดังนั้น วัตถุประสงค์ข้อที่สอง ก็สำเร็จได้อีกเช่นกันพร้อมจะให้ติดตาม

**วัตถุประสงค์ข้อที่สาม)** การจัดทำแผนที่ GIS ของคนรักษ์ดีตลอดลุ่มน้ำ สามารถดำเนินการไปได้ในระดับหนึ่ง เพราะต้องอาศัยเทคนิคด้าน ICT และต้องมีการฝึกอบรมการจัดทำชิ้นงานดังกล่าว ซึ่งการดำเนินการแผนที่ชุดเบื้องต้นสามารถจัดทำเสร็จทันเวลา และนำไปใช้เป็นประโยชน์ต่อด้านกล้าฯ (นาย ฑีฆายุ กาญจนมุกดา ม.๖/๒ และ คณะ) ซึ่งเป็นผู้จัดทำ เพราะเป็นการแสดงศักยภาพด้านความสามารถทาง ICT ของนักเรียนที่กำลังจะขอโควตาด้านความสามารถพิเศษทางการใช้โปรแกรมพิเศษ หรือ เพื่อการทำสื่อด้านที่เกี่ยวข้องของงานจิตสาธารณะ/งานรักษ์ลุ่มน้ำคลองอู่ตะเภา เช่น จัดทำแผนที่ GIS ด้วยฝีมือของต้นกล้าวิถีสาสมาธิรุ่นปัจจุบัน

## อภิปรายผล

จากการดำเนินงานในโครงการวิจัยชุดนี้เป็นการเชื่อมร้อยงานสำคัญ คือ “การฝึกสมาธิ” เข้ากับงานสำคัญอีกอย่างคือ “การพัฒนาต้นกล้าจิตสาธารณะ:ต้นกล้าเพื่อการอนุรักษ์คลองอู่ตะเภา” สองคำที่กล่าวมาดูราวว่าอยู่กันคนละขั้ว หรือน่าจะเป็นกิจกรรมคนละประเภท (งานยูวสมาธิ กับ งานอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม)

ไม่น่าจะนำมาปะปนกันได้ แต่ผู้วิจัยพิสูจน์ให้เห็นแล้วว่า ทั้งสองกระบวนการเป็นเรื่องเดียวกัน โดยจะเริ่มจากงานจิตสาธารณะ หรือ จากงานสมาธิ ก็แล้วแต่โอกาส อย่างไรก็ตามผลจากการทำวิจัยเชิงปฏิบัติการครั้งนี้พบว่า ต้นกล้าที่เริ่มกระบวนการฝึกสมาธิก่อนที่จะนำมาทำงานจิตสาธารณะ เช่น ต้นกล้าเพื่อการอนุรักษ์คลองอู่ตะเภา จะเป็นกลุ่มที่ดำเนินการได้ง่ายกว่า อย่างไรก็ตามงานวิจัยชิ้นนี้ผู้วิจัยใช้กระบวนการสังเกตและสอบถามกลุ่มต้นกล้าทั้งสองกลุ่มในค่ายสรุปบทเรียนต้นกล้าจิตสาธารณะ พบว่า ทุกคนกล่าวเป็นเสียงเดียวกันว่า “สมาธิ” ช่วยทำให้พวกเขามีความคิด ความนึกที่ดีกว่าปกติ มีความสงบ รู้จักใจเขาใจเรา ไม่ใช่อารมณ์ในการทำงาน นับว่าจะนำมาเป็นประเด็นในการศึกษาการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการวิจัยครั้งต่อไป เพราะต้องใช้ศึกษาด้วยงานวิจัยเชิงคุณภาพพร้อมด้วยจึงจะทำให้ผลการเปลี่ยนแปลงเชิงพฤติกรรมชัดเจนยิ่งขึ้น และต้องใช้เวลามากกว่า ๓ เดือน หรือ หากจัดค่าย ควรใช้เวลาระหว่าง ๔-๕ วัน และหลายๆ ค่ายแบบต่อเนื่อง จะทำให้เห็นความเปลี่ยนแปลง และการที่นางาน ICT เข้ามาร่วมด้วย โดยการจัดทำแผนที่ GIS ของพื้นที่อนุรักษ์ดี จะเป็นการกระตุ้นให้เครือข่ายต้นกล้าจิตสาธารณะ และเครือข่ายวิถีสมาธิ เข้าใจบทบาทของตนเองว่าต้องพร้อมที่จะใช้ตัวต้นกล้าเป็นฝ่ายประชาสัมพันธ์ และต่อไปหากต้นกล้าทุกต้นปลูกสมาธิไว้ในใจก่อนจะปลูกต้นกล้าอื่นๆ จะทำให้ความเป็นต้นกล้าจิตสาธารณะ เป็นต้นกล้าที่ฝังรากลึก เป็นรากที่เกิดจากเมล็ดพันธุ์ที่ดี ไปเป็นหน่อกล้าดี จะทำให้ต้นกล้าที่ดีดังกล่าวเติบโตขึ้นไปในสังคม เป็นต้นกล้าที่พร้อมจะเติบโตใหญ่เป็นต้นดี ที่โตเต็มวัย สามารถนำไปใช้กับทุกสังคม ทีมผู้วิจัยซึ่งส่วนใหญ่ก็มีอายุบนโลกใบนี้ไม่มากนัก จะได้สบายใจ สามารถวางใจที่จะฝากโลกใบนี้ไว้กับทีมเครือข่ายต้นกล้าวิถีสมาธิ ให้มาทำงานเครือข่ายต้นกล้าจิตสาธารณะ โดยมุ่งเน้นให้เป็นเครือข่ายที่สนใจงานส่วนรวมเป็นอันดับหนึ่ง และคอยมาสนใจงานส่วนตนในลำดับหลัง แต่ถึงจะได้ในส่วนตน ก็ขอให้เพียงอานิสงค์จากการทำดี ไม่ได้ทำเพราะ “หวังจะได้ดี”

ผลลัพธ์ที่เกิดจากการทำงานพัฒนาเยาวชน พบได้อีกประการ คือ ความสัมพันธ์อันดีของครอบครัว กล่าวคือ กระบวนการพัฒนาของต้นกล้าวิถีสมาธิ หากเริ่มที่ครอบครัว จะทำให้เกิดองค์ประกอบที่สมบูรณ์มาก (บวร:บ้าน-วัด-โรงเรียน) เพราะหากโรงเรียนนำนักเรียนพัฒนาไปต่างๆ นานา แต่ที่บ้านของนักเรียนไม่ได้สนใจกระบวนการดังกล่าวก็ไร้ประโยชน์ งานวิจัยชิ้นนี้ มีทีมครอบครัวต้นกล้าวิถีสมาธิ และทีมครอบครัวต้นกล้าจิตสาธารณะอยู่หลายครอบครัว โดยเป็นครอบครัวที่อยู่ในเครือข่ายรักษากลุ่มน้ำคลองอู่ตะเภา ทำให้เป็นโอกาสอันดีที่ผู้วิจัยคิดว่า การวิจัยครั้งต่อไปจะต้องให้ครอบครัวเข้ามามีบทบาทมากๆ เพื่อต่อยอด หรือ เพื่อยืนยันกับเยาวชนทุกคนที่อยู่ในกระบวนการว่า พวกเขากำลังทำเรื่องดีๆ ที่สังคมทุกระดับต้องการจริงๆ และ ต้องมีความศรัทธาในตัวเองให้มากๆ อย่างนี้กว่า ตัวเองไม่มีประโยชน์ทำอะไรไม่ได้มากนักตามที่สังคมชอบตำหนิวิรูณ์ในปัจจุบัน ซึ่งผลเสียเกิดขึ้นมากมายเราก็ทราบกันอยู่ ดังนั้นเราต้องช่วยกันผลัดน้ำดีไปไล่ น้ำเสียให้มากๆ และ เร็วๆ สุดท้ายเราจะได้เห็นสังคมสันติสุขเกิดขึ้นได้ตามคำสัตย์ปฏิญาณของบรรดาลูกศิษย์พระอาจารย์หลวงพ่อ วิริยงค์ สิรินุโร ที่กล่าวคำสัตย์ปฏิญาณ ดังนี้



ข้าพเจ้า จะขอตั้งสัจบัญญัติว่า

ข้อที่หนึ่ง ข้าพเจ้า จะมีเมตตาต่อกัน

ข้อที่สอง ข้าพเจ้า จะมีความสามัคคีกัน

ข้อที่สาม ข้าพเจ้า จะให้อภัยซึ่งกันและกัน

ข้อที่สี่ ข้าพเจ้า จะไม่นำวิชาสมาธิ ไปใช้ในทางที่ผิด

ข้อที่ห้า ข้าพเจ้า จะทำสมาธิแผ่เมตตาจิต แก่สรรพสัตว์ทั้งหลาย เพื่อความสันติสุขของโลกยิ่งขึ้นไป

คำสัจบัญญัติข้อที่ห้า เป็นเป้าหมายหลักของบรรดาลูกศิษย์พระอาจารย์หลวงพ่อฯ เพราะหากสังคมทุกพื้นที่บนโลกใบนี้ได้อยู่กันอย่างมีความสันติ ความสุขจะตามมาทันที นับเป็นการสร้าง “เครื่องอยู่” ให้กับทุกคนบนโลกใบนี้ โดยพวกเราจะเริ่มที่ตัวเรา และคนใกล้เคียง ซึ่งหากทุกคนคิดแบบนี้ ทุกพื้นที่ก็จะมีแต่พื้นที่ของคนคิดดี พุทธิ ทำดี รักษาดี และเพิ่มดี ดังนั้นกระบวนการเช่นนี้เราจะเริ่มทำที่พื้นที่ลุ่มน้ำคลองอู่ตะเภา เรามุ่งหน้าชวนเครือข่ายรักษ์คลองอู่ตะเภามาสนใจเรื่องการพัฒนาจากภายในจนทำให้เราทุกคนได้ไปถึงการใช้กระบวนการ “พลัง๕” คู่การจัดหาเครื่องอยู่ “อินทรีย์ ๕” ซึ่งจัดได้ว่าเป็น กลไกที่ก่อให้เกิดผลกระทบ/ผลสะท้อน (Impact) ในวงการอนุรักษ์ลุ่มน้ำ รายละเอียดโดยสรุปดังนี้

## ผลสะท้อน (Impact)

พบว่าจากผลการกระทำขณะนี้ ทำให้สังคมคนรักษ์ดีของลุ่มน้ำได้เกิดขึ้นอย่างเป็นรูปธรรม และมีการนำเผยแพร่ได้อย่างต่อเนื่อง นับเป็นมิติแห่งการทำงานเชิงรุกที่ต้องการให้ทุกคนในสังคมได้เข้าใจกระบวนการพัฒนาตนเอง และศรัทธาตัวเอง มุ่งมั่นจะนำตนเองเป็นเครื่องมือในการขับเคลื่อนสังคม และต้นกล้าวิชาสมาธิที่เกิดขึ้นมีความเข้าใจบทบาทของตนเอง มี “สติ” ระลึกรู้ตลอดเวลาว่า ทุกขณะจิตจะต้องดำเนินการปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาตนเอง พัฒนาสังคมรอบข้าง เพราะหากเราจะไปพัฒนาสังคม เราก็ต้องเริ่มพัฒนาที่ตัวเรา ด้วยกระบวนการ “พลัง ๕” กล่าวคือ

### ๑) ศรัทธา

ต้นกล้าวิชาสมาธิทุกคนจะต้องใช้ “ใจ” ในการสื่อสารกับเพื่อนร่วมงาน เราต้องเริ่มจากศรัทธาตัวเอง ว่าสามารถทำงานขับเคลื่อนในระดับสังคมได้ ศรัทธาที่จะเชิญชวนเพื่อนๆ ทุกคนมาทำดีร่วมกับเรา ทำตัวเป็นแบบให้เพื่อนได้เห็น โดยเฉพาะอย่างยิ่ง คือ ตัวเยาวชนที่ต้องเริ่มเป็นต้นแบบให้เพื่อนๆ ในโรงเรียนได้เห็นความศรัทธาที่มีต่อ “วิชาสมาธิ” เพื่อให้ทุกคนได้เห็นความเปลี่ยนแปลงของกลุ่มแกนนำ “ต้นกล้าวิชาสมาธิ” ที่พัฒนาไปในทางที่ดีขึ้น

## ๒) วิจารณ์

ต้นกล้าวิทิสมาธิที่ผ่านกระบวนการอบรมปฏิบัติธรรมอย่างต่อเนื่อง คำว่า “ปฏิบัติธรรม” ในที่นี้มิใช่ว่าจะต้องเข้าวัดตลอดเวลา แต่หมายถึง เราต้องปฏิบัติธรรมทางใจตลอดเวลา โดยการทำวิทิสมาธิทุกวันอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอตามที่ได้ตั้งสัจจะเอาไว้ ผลที่เกิดขึ้นเราจะพบได้ว่า สมาธิสามารถช่วยทำให้เราเป็นคนที่สังคมให้การยอมรับและศรัทธาในความขยันของเรา เพราะการทำแบบต่อเนื่องกระทำได้ไม่ยาก แต่อยู่บนพื้นฐานของ “การมีสัจจะ”

## ๓) สติ

ต้นกล้าวิทิสมาธิทุกต้นเราต่างก็มี “สติ” ระลึกได้ตลอดเวลาว่าเรากำลังทำอะไร ทุกคนที่เข้ามาในกระบวนการทำดีด้วยการทำ “วิทิสมาธิ” นี้ จะต้องไม่หวั่นไหวต่อสิ่งต่างๆ ที่เข้ามารุมเร้า ทำงานอย่างมีสติ เรียนอย่างมีสติ ไม่หลงระเริงไปกับสิ่งแวดล้อมภายนอกที่เข้ามาอมมเมมา เข้ามาข่มขู่ให้เราเกิดกิเลส อาทิ สังคมยุคไอทีในปัจจุบัน หากเยาวชนขาดสติ ก็จะเข้าไปสู่ความหายนะเร็วยิ่งขึ้น เพราะเทคโนโลยียิ่งเจริญมากเพียงใด จิตใจคนก็ยิ่งเสื่อมถอยเร็วเท่านั้น ดังนั้น “กลุ่มต้นกล้าวิทิสมาธิ” ในลุ่มน้ำคลองอู่ตะเภา จะต้องเป็นกลุ่มที่คอยคานอำนาจเชื่อมดังกล่าวและจะขอทำความดีต่อไปเรื่อยๆ จนกว่าชีวิตจะหมดลมหายใจ

## ๔) สมาธิ

ต้นกล้าวิทิสมาธิทุกต้นต้องมีความมุ่งมั่น มีจิตแน่วแน่ จิตมีความเป็นหนึ่ง จิตของต้นกล้าทุกต้นมุ่งทางเดียวกัน คือ นำตัวเองสู่สังคมคนรักชาติ และทำตัวอย่างให้เพื่อนเห็น พร้อมนำเพื่อนๆ ไปสู่สังคมที่มีแต่ “สมาธิ” เพื่อทำให้ทุกคนมีพัฒนาการด้านสภาวะจิต หากเป็นนักเรียน ก็จะไปพัฒนาในเรื่องการเรียนได้โดยอัตโนมัติ เพราะนักเรียนส่วนใหญ่มีสมาธิสั้น เนื่องจากขาดพลังจิต เราจึงต้องเร่งนำทางนักเรียนให้สะสมพลังจิตให้มากๆ เพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน ต้องระลึกได้ตลอดเวลาว่า “สมาธิทำที่ใดก็ได้” “สมาธิเป็นเรื่องสากล..ทุกศาสนาทำได้” และที่สำคัญ “ทำสมาธิเพื่อสะสมพลังจิต” ไม่ได้ทำสมาธิเพื่อการหนีห่างจากโลกตามที่หลายๆ คนเข้าใจ

## ๕) ปัญญา

ท้ายสุดของต้นกล้าวิทิสมาธิ เขาจะต้องเป็นบุคคลที่มีคุณภาพ เพราะ ผ่านกระบวนการบ่มเพาะความเป็นคนรักชาติ โดยกระทำการพัฒนาตนเองอย่างเป็นระบบ สิ่งที่จะตามมาของคนที่มีสมาธิ คือ ความรับผิดชอบ และมีเหตุผล ดังนั้นต้นกล้าวิทิสมาธิทุกต้น ก็สามารถก่อให้เกิด “ปัญญา” นำมาใช้ในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข เป็นความสุขอย่างสันติ เป็นสังคมที่เราทุกคนใฝ่ฝันหา ดังนั้นสังคมคนรัก

กลุ่มน้ำคลองอุตะเถา ยังต้องเป็นสังคมที่แสวงหาความสุขถาวรให้เร็วยิ่งขึ้น เพราะสามารถสร้างผลสะท้อนได้อย่างกว้างขวาง ส่งผลดีต่อสังคมวงกว้าง โดยเฉพาะอย่างยิ่งคือ ในวงการสร้างเยาวชนคนคุณภาพ

จากภาพการขยายผลวิสาสมาธิ หรือ หลักสูตรสมาธิอื่นๆ ของสถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขา ๕ ทำให้เกิดการกระจายข่าว แบบบอกต่อ ปากต่อปาก หรือ กระจายข่าวทางสื่อวิทยุ และสื่อโทรทัศน์ หรือ แม้แต่สื่อสาธารณะ (face book/website) จะทำให้การกระจายข่าวเรื่อง “คนทำดี” ส่งไปได้เร็วมาก นับเป็นโอกาสที่ดีของการนำเทคโนโลยีสารสนเทศมาใช้ผสมผสานกันจนเป็นวิถีของต้นกล้าพันธุ์ดีไปในที่สุด

### ปัญหาและข้อเสนอแนะ

การทำงานทุกอย่างบนโลกมนุษย์ เป็นการทำงานเพื่อแก้ปัญหาทั้งสิ้น ดังนั้นหากไม่ยอมมีปัญหา ต้องไม่ทำอะไรเลย ซึ่งก็เป็นไปไม่ได้ที่จะกระทำเช่นนั้น ตัวอย่างปัญหาที่พบ ผู้วิจัยได้แสดงและเสนอแนะ ดังแสดงในตารางที่ ๒

ตารางที่ ๒ แสดงปัญหาและข้อเสนอแนะของโครงการต้นกล้าวิสาสมาธิ ทำแผนที่ GIS พื้นที่คนรักชาติ

ปัญหา	ข้อเสนอแนะ
๑) ช่วงเวลาดำเนินการสั้นมาก ทำให้ปฏิบัติกิจกรรมได้ไม่ดีเท่าที่ควร(๒-๓ เดือน ซึ่งปฏิบัติจริงเพียง ๑.๕ เดือน)	๑) บูรณาการเข้ากับงานวิจัยเครือข่ายต้นกล้าจิตสาธารณะ และ ต้นกล้าอุทก Zero Waste เพราะเป็นกลุ่มเป้าหมายที่เกี่ยวข้องกัน
๒) การจัดหาทีมงานยังกระทำได้ค่อนข้างยาก	๒) ต้องลงมือกระทำให้เป็นเงินนโยบายขององค์กร
๓) การติดตามประเมินผลกิจกรรมวิสาสมาธิกระทำได้ยากมาก แม้แต่ในโรงเรียนแกนนำเพราะทีมงานมีค่อนข้างจำกัด ทำให้ถูกมอบหมายภาระงานหลายอย่างพร้อมๆ กัน ทำให้ยากแก่การปฏิบัติได้อย่างมีประสิทธิภาพ	๓) ต้องให้ทีมผู้บริหารเข้ามารับงานวิจัยอย่างเป็นทางการตั้งแต่เริ่มต้น เพื่อนำไปบรรจุในแผนปฏิบัติการ และ จัดหาทีมงานผ่านนโยบายขององค์กร
๔) ขาดการบูรณาการลงไปในกลุ่มสาระ ทำให้ภาระงานไปตกอยู่ที่ทีมผู้วิจัยชุดเดียว เพราะงานเข้ามาในช่วงที่ไม่เหมาะสมกับการจัดทำแผนงานประจำปี	๔) ควรเสนอให้ทีมผู้บริหารเป็นผู้ทำวิจัย จะได้มอบหมายงานให้กับบรรดาทีมงานที่สนใจหรือเกี่ยวข้อง เพราะเป็นการบูรณาการที่สอดคล้องกับหลักสูตร จึงไม่ถือว่าเป็นการทำงานนอกแผนแต่อย่างใด

ปัญหา	ข้อเสนอแนะ
๕) ระยะเวลาการจัดทำเค้าโครงไม่เหมาะสม	๕) นำมาพูดคุยในเวทีของคณาจารย์เพื่อปรับเรื่องเวลาที่เหมาะสม จะได้เข้ากับแผนปฏิบัติการประจำปี ใช้เป็นการทำงานเพื่องานอนุรักษ์ลุ่มน้ำ
๖) กระบวนการทำดี ยังส่งต่อไปถึงผู้ปกครองน้อย เรียกว่า ยังอยู่ในวงจำกัด	๖) จัด “ค่ายครอบครัวต้นกล้าสมาธิ..สัมพันธ์” โดยใช้กิจกรรมรักษาลุ่มน้ำคลองอุตะเกาเป็นตัวเชื่อมโยงเพื่อนำไปสู่การศรัทธาในงานสิ่งแวดล้อมชุมชนที่ทุกครอบครัวเข้าใจบทบาทตนเองว่า... ควรเริ่มที่ครอบครัวของเรา โดยประสานกระบวนการกับโรงเรียนที่มีกิจกรรมการทำดี เช่น ครอบครัวต้นกล้า วิถีสาสมาธิ ครอบครัวต้นกล้าจิตสาธารณะ ครอบครัวชุมชนศูนย์ เป็นต้น
๗) ทักษะคำว่า “สมาธิ” ยังไกลเกินกว่าจะเข้าใจของคนในสังคมทุกระดับ แม้แต่ในสถานศึกษา ก็ยังพบทักษะที่เป็นภาพลบ ทำให้การดำเนินงานมีสะดุดบ้างเล็กน้อย แต่ทีมงานวิจัยถือว่า ปัญหานี้ เป็นการทดสอบสภาวะจิต/อารมณ์ หากเราไม่สามารถผ่าน/ปล่อยวางอารมณ์นี้ได้ เราก็ไม่ประสบความสำเร็จในการปฏิบัติธรรมในโรงเรียน/องค์กร	๗) ทำความเข้าใจเรื่อง จุดประสงค์การทำสมาธิตามหลักสูตรพระอาจารย์หลวงพ่อวิริยงค์ สิรินุชโร ซึ่งเป็นแนวทางตามที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสอนไว้นานถึง ๒๕ ศตวรรษมาแล้ว เราจำเป็นต้องศึกษาและปฏิบัติ เพื่อสร้างความเข้าใจในจิตตนเอง คนที่ทำ..จะเป็นคนที่รู้...ดังนั้น ปัญหาจะมาจากคนที่ไม่ทำ/ไม่ปฏิบัติ แล้วมาทำให้กระบวนการคนทำดีเขาได้
๘) กลุ่มบุคลากรที่จำเป็นต้องฝึกปฏิบัติ เรื่อง “สมาธิ” อย่างต่อเนื่อง คือ กลุ่มผู้บริหารองค์กร เพราะมีเรื่องราวต่างๆ มากมายมากระทบจิต ก่อให้เกิดความเครียด	๘) สนับสนุน/ส่งเสริมกลุ่มบุคลากรกลุ่มนี้ได้ปฏิบัติจนเกิดอานิสงค์..จะทำให้สามารถนำเรื่องการทำสมาธิลงไปเป็นนโยบายดังเช่น ที่โรงเรียนหาดใหญ่วิทยาลัย ๒ กำลังดำเนินการ “วิถีสาสมาธิ” เพื่อปลูกฝังการทำดีแบบเป็นรูปธรรมและกระทำอย่างต่อเนื่อง
๙) กระบวนการพัฒนาเยาวชนจิตสาธารณะครั้งนี้ ยังไม่ได้จัดเป็นหลักสูตรของสถานศึกษา ทำให้ยังไม่เกิดการพัฒนาลุ่มน้ำที่ยั่งยืน	๙) เสนอให้ทำเวทีสรุปบทเรียนของผู้เกี่ยวข้อง เพื่อนำผลการวิจัยเชิงปฏิบัติการครั้งนี้ไปเข้าระบบการบริหารจัดการด้านวิชาการ เพื่อจัดเข้าเป็นหลักสูตรสถานศึกษาที่สอดคล้องกับความต้องการของท้องถิ่นให้ชัดเจนตามบริบทของโรงเรียนเครือข่ายแต่ละโรงเรียน เช่น ที่โรงเรียนหาดใหญ่วิทยาลัย ๒ กำลังดำเนินการเชื่อมโยงไปสู่หลักสูตรมาตรฐานสากล

ปัญหา	ข้อเสนอแนะ
<p>๕)กระบวนการพัฒนาเยาวชนจิตสาธารณะครั้งนี้ ยังไม่ได้จัดเป็นหลักสูตรของสถานศึกษา ทำให้ยังไม่เกิดการพัฒนาคู่ความยั่งยืน (ต่อ)</p>	<p>(ต่อ)โดยดำเนินการในรายวิชาโครงการงานปฏิบัติการเชิงสร้างสรรค์เพื่อบริการสังคม และต่อไปคาดว่ากระบวนการนี้จะสามารถเรียงร้อยตั้งแต่วิชา โลกศึกษา(สถานการณ์ใกล้ตัวไปจนถึงระดับโลกทุกเรื่อง) นำมาเสนอเป็นโครงการสร้างสรรค์(พบว่าเพียงแค่เห็นตัวต้นกล้า..สังคมก็พึงพอใจว่าได้เกิดเยาวชนที่เป็นกลไกของสังคมขึ้นแล้ว) จากนั้นนำโครงการสร้างสรรค์ดังกล่าวมาสรุปทเรียนอย่างสม่ำเสมอ(After Action Review)และเมื่อทุกคนมีองค์ความรู้ที่มาจากการปฏิบัติในโครงการสร้างสรรค์ดังกล่าว ก็มาร่วมกันเรียบเรียงคำพูดเป็นภาษาเขียน จนได้รายงานในรูปแบบต่างๆ ตามที่มีศักยภาพในแต่ละระดับชั้น</p> <p>กระบวนการเรียนรู้ในลักษณะนี้เป็นแนวทางการนำเสนอทั้งจากผู้จัดและจากตัวนักเรียนกลุ่มต้นกล้าจิตสาธารณะ นับว่าหากสามารถนำมาบูรณาการกันได้ นักเรียนจะลดภาระงานลงได้มาก เพราะกระทำเรื่องเดียว แต่สามารถนำเสนอได้ ๔ รายวิชา โดยมีครูผู้ประเมิน ๔ ท่าน (ประเมินแบบทีมจะก่อให้เกิดความครอบคลุมในทักษะแต่ละด้านของแต่ละธรรมชาติวิชา)</p>
<p>๑๐)การขาดทีมครูที่ปรึกษาที่จะมาดูแลการจัดทำแผนที่ GIS และยังคงดำเนินการได้ซ้ำทั้งที่โรงเรียนในเครือข่าย GIS ของกลุ่มน้ำคลองอู่ตะเภามีอยู่แล้ว แต่นักเรียนที่ผ่านการอบรมได้สำเร็จการศึกษาไปแล้ว ทำให้ขาดความต่อเนื่องของทักษะการผลิตชิ้นงาน</p> <p><b>"สมาธิ"..ต้องทำทุกวัน อย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ.. เพื่อสะสมพลังจิตให้มาก</b></p>	<p>๑๐)จัดทำเป็นกระบวนการบูรณาการที่อยู่ในรายวิชา ภูมิศาสตร์และวิชาเทคโนโลยีสารสนเทศ ซึ่งนำมาประเมิน CAS ได้ตรงประเด็น เพราะนักเรียนใช้หลักการของ GIS หรือ ข้อมูลที่เป็นระบบภูมิสารสนเทศ ในรายวิชาภูมิศาสตร์สามารถนำไปประเมิน หรือแม้แต่ในรายวิชาท้องถิ่นของเรา ซึ่งพบว่าหากนักเรียนมีโอกาสได้จัดทำแผนที่ด้วยตัวของนักเรียนเองจะก่อให้เกิดความภาคภูมิใจมาก และที่สำคัญกว่า คือ นำไปเผยแพร่ต่อสาธารณะได้</p>

## บรรณานุกรม

[http://samathi.com/meditation\\_vitisa.php](http://samathi.com/meditation_vitisa.php)

นวลสม ศรีรัญเพชร . เอกสารประกอบการสอนครูสมาธิ เล่ม ๑ เรื่อง จุดประสงค์สมาธิ และอิริยาบถ ๔ , สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขา ๕ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา ,๒๕๕๓.

นัคมน์ จันทรมนิม . เอกสารประกอบการสอนครูสมาธิ เล่ม ๓ เรื่อง หลักสูตรวิทิสมาธิ . , สถาบัน - พลังจิตตานุภาพ สาขา ๕ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา ,๒๕๕๓ .

เบญจมาศ นาคหลง . . เอกสารประกอบการสอนครูสมาธิ เล่ม ๓ เรื่อง หลักสูตรยวสาสมาธิ . , สถาบัน - พลังจิตตานุภาพ สาขา ๕ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา ,๒๕๕๓ .

\_\_\_\_\_ . คู่มือวิทยากร โครงการอิมบูน ๕๕๕ วัด เขวชนปฏิบัติธรรม ๘๔,๐๐๐ คน เฉลิมพระเกียรติ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว , กรุงเทพมหานคร, ๒๕๕๔:๔.

ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา

[www.SongkhlaLake.com](http://www.SongkhlaLake.com)

## บทกวี "คำสอนและประโยชน์การทำวิทิตาสมาธิ"

* (สรว้อย) วิทิตาสมาธิ ของหลวงพ่อ พระธรรมมงคลญาณ คำรณิ ใช้เวลา ทำสมาธิ เพียงแต่น้อย ครั้งละห้านาทีแสนสบาย ทำสมาธิ เพื่อเสริมพลังจิต ทำต่อเนื่อง ทุกวัน มียากเย็น ทำสมาธิ ทำให้ ใจสงบ ใจสบาย ไร้อารมณ์ สมุธา เหมาะกับคน ทุกวัย ในวันนี้ เหมาะกับ ทุกเวลา น่าเชิดชู "พุทธโธ" เกิดสมาธิ สติแน่ ได้ความสุข ทางจิต พิชิตชัย ทั้งรอบคอบ ในการ งานที่ทำ อีกความเครียด บรรเทาได้ ทุกนาที สมาธิ ทำให้ จิตอ่อนโยน หากสิ้นลม พบทางดี เสมอไป ใครทำได้ เหมือนใจ ได้กุศล วิทิตาสมาธิ (เกรียงไกร) ในปฐพี (ขอ) นมัสการ หลวงพ่อ ผู้ก่อเกิด วิทิตา..สมาธิ คำรณิไกล	ผู้เฝ้าถือ ครูสมาธิ สมศักดิ์ศรี บอกวิธี ทำสมาธิ ที่ง่ายตาย แล้วค่อยค่อย ทำไป ไม่เสียหาย สามเวลา ช่วยผ่อนคลาย เข้าเพียงเย็น* ปรับความคิด ต่อไป ไร้ทุกข์เข็ญ จะให้เห็น ผลงาน ที่ผ่านมา * ใครประสบ พบเจอ ล้ำเลิศค่า ทั้งหญิงชาย เด็กนั้นหนา น่าลองดู * เหมาะกับ ทุกที่ แม้จะไม่หรุ ได้เรียนรู้ บริกรรม นำจิตใจ * จิตสงบ จริงแท้ กว่าสุขไหน ก้าวต่อไป เพิ่มพลัง ดังต้องการ * ระงับงำ ความร้ายกาจ เลิกจู้จี้ ความสุขนี้ แสนพิเศษ ไร้เภทภัย * แม้เป็นโจร ก็ทำให้ กลับใจได้ วาสนา ยิ่งใหญ่เสริม บารมี * ดังต้องมนต์ บัณฑิต มิคิดหนี ทั้งธานี ยกย่อง ทั่วผองไทย * ได้หน่อเนื้อ เพิ่มพลัง อันยิ่งใหญ่ นำธงชัย แห่งแสงธรรม คำโลกา *
---	--

ประพันธ์ โดย อ.กัญญา ช่วยบำรุง ครูสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขา (หาดใหญ่)

๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๔

## บทกวี "คำสอนและประโยชน์การทำวิทิตาสมาธิ"

* (สรว้อย) วิทิตาสมาธิ ของหลวงพ่อ พระธรรมมงคลญาณ คำรณิ ใช้เวลา ทำสมาธิ เพียงแต่น้อย ครั้งละห้านาทีแสนสบาย ทำสมาธิ เพื่อเสริมพลังจิต ทำต่อเนื่อง ทุกวัน มียากเย็น ทำสมาธิ ทำให้ ใจสงบ ใจสบาย ไร้อารมณ์ สมุธา เหมาะกับคน ทุกวัย ในวันนี้ เหมาะกับ ทุกเวลา น่าเชิดชู "พุทธโธ" เกิดสมาธิ สติแน่ ได้ความสุข ทางจิต พิชิตชัย ทั้งรอบคอบ ในการ งานที่ทำ อีกความเครียด บรรเทาได้ ทุกนาที สมาธิ ทำให้ จิตอ่อนโยน หากสิ้นลม พบทางดี เสมอไป ใครทำได้ เหมือนใจ ได้กุศล วิทิตาสมาธิ (เกรียงไกร) ในปฐพี (ขอ) นมัสการ หลวงพ่อ ผู้ก่อเกิด วิทิตา..สมาธิ คำรณิไกล	ผู้เฝ้าถือ ครูสมาธิ สมศักดิ์ศรี บอกวิธี ทำสมาธิ ที่ง่ายตาย แล้วค่อยค่อย ทำไป ไม่เสียหาย สามเวลา ช่วยผ่อนคลาย เข้าเพียงเย็น* ปรับความคิด ต่อไป ไร้ทุกข์เข็ญ จะให้เห็น ผลงาน ที่ผ่านมา * ใครประสบ พบเจอ ล้ำเลิศค่า ทั้งหญิงชาย เด็กนั้นหนา น่าลองดู * เหมาะกับ ทุกที่ แม้จะไม่หรุ ได้เรียนรู้ บริกรรม นำจิตใจ * จิตสงบ จริงแท้ กว่าสุขไหน ก้าวต่อไป เพิ่มพลัง ดังต้องการ * ระงับงำ ความร้ายกาจ เลิกจู้จี้ ความสุขนี้ แสนพิเศษ ไร้เภทภัย * แม้เป็นโจร ก็ทำให้ กลับใจได้ วาสนา ยิ่งใหญ่เสริม บารมี * ดังต้องมนต์ บัณฑิต มิคิดหนี ทั้งธานี ยกย่อง ทัวผองไทย * ได้หน่อเนื้อ เพิ่มพลัง อันยิ่งใหญ่ นำธงชัย แห่งแสงธรรม คำโลกา *
---	---

ประพันธ์ โดย อ.กัญญา ช่วยบำรุง ครูสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขา (หาดใหญ่)

๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๔



**รายงานการใช้เงินในโครงการวิจัยเชิงปฏิบัติการ  
เรื่อง ต้นกล้าวิถีสมาธิ ร่วมทำแผนที่ GIS พื้นที่คนรักชี่ดี**

วันเดือนปี	รายการ	จำนวนเงิน	หมายเหตุ
๓๑-พ.ค.-๕๔	ค่าสำเนาเอกสารอบรม วิถีสมาธิ	๒๐๐๐	
๑ มิ.ย. ๕๔	ค่าไว้นิลวิถีสมาธิ ๒ แผ่น	๒,๔๐๐	
๑๕-ก.ค.-๕๔	ค่าเหมารถ รับ-ส่งต้นกล้าวิถีสมาธิไปทำกิจกรรมโครงการปลูกป่าห้วย ๓ คัน ณ ป่าต้นน้ำโตนงาช้าง อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา	๑๒,๐๐๐	รถบัสพัดลม
๕-ส.ค.-๕๔	ค่าอาหารสรุปรงานต้นกล้าวิถีสมาธิ ๖.๒	๕,๖๐๐	
๑๒-๑๔ ส.ค.๑๑	ค่าเหมารถ รับ-ส่งต้นกล้าวิถีสมาธิไปทำกิจกรรมโครงการอิมมูญู ๒ คัน ณ วัดคลองเปล อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา	๒,๔๐๐	รถสองแถวจำนวน ๒ คัน
๒๓-ส.ค.-๕๔	ค่าเหมารถ รับ-ส่งต้นกล้าวิถีสมาธิไปทำกิจกรรมโครงการจิตสาธารณะ ๑ คัน ณ ป่าต้นน้ำบ้านทุ่งจิ้ง ต.พะตง อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา	๓,๕๐๐	รถบัสพัดลม
๓-๔ ก.ย. ๕๔	ค่าเหมารถ รับ-ส่งต้นกล้าวิถีสมาธิ ไปทำกิจกรรมปลูกป่าชายเลน จ.สตูล ๑ คัน	๓,๐๐๐	รถสองแถวจำนวน ๒ คัน
๑๘-ก.ย.-๕๔	จัดซื้อกล้องถ่ายรูปที่มี GPS เพื่อระบุพิกัด	๑๕,๐๐๐	
๒๔-๒๖ ก.ย. ๕๔	ค่าตอบแทนวิทยากรสอน โปรแกรมจัดทำ แผนที่ GIS ให้ต้นกล้าวิถีสมาธิ	๓,๐๐๐	
๒๔-๓๐ ก.ย. ๕๔	ค่าตอบแทนการจัดทำสื่อ GIS จำนวน ๑-๒ ชุด	๒,๐๐๐	
	<b>รวม</b>	<b>๕๐,๕๐๐</b>	

รายชื่อผู้ร่วมวิจัยเชิงปฏิบัติการ  
 “ต้นกล้าวิทิสถาสมาธิ..ร่วมก่อการดี..  
 ผู้โครงการทำแผนที่ GIS พื้นที่อนุรักษ์ดินในลุ่มน้ำคลองอู่ตะเภา”

๑) อาจารย์วงศ์ ทันทานนท์	ครูสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขา ๕ หาดใหญ่	หัวหน้า
๒) อาจารย์ราตรี เชื้อพราหมณ์	ครูสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขา ๕ หาดใหญ่	คณะทำงาน
๓) อาจารย์ปฤถา บุญศิริ	ครูสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขา ๕ หาดใหญ่	คณะทำงาน
๔) อาจารย์บรรจบ หนูอุไร	ครูสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขา ๕ หาดใหญ่	คณะทำงาน
๕) อาจารย์ กัญญา ช่วยบำรุง	ครูสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขา ๕ หาดใหญ่	คณะทำงาน
๖) อาจารย์ บุญชนิต ทัดตาคม	ครูสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขา ๕ หาดใหญ่	คณะทำงาน
๗) อาจารย์ ปจิตรา สมหมาย	ครูสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขา ๕ หาดใหญ่	คณะทำงาน
๘) อาจารย์ สร้อยเพชร วัฒนมาลิน	ครูสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขา ๕ หาดใหญ่	คณะทำงาน
๙) อาจารย์เบญจมาศ นาคหลง	ครูสมาธิ และครูโรงเรียนหาดใหญ่วิทยาลัย ๒	เลขานุการ
๑๐) ดร.พิมพ์มาศ รั้งสรรคส์ฤกษ์ดี	ผู้อำนวยการโรงเรียนหาดใหญ่วิทยาลัย ๒	ที่ปรึกษางานวิจัย
๑๑) รอง ผอ. วิสัย เกื้อกุล	รองผู้อำนวยการกลุ่มงานบริหารบุคลากร	ที่ปรึกษางานวิจัย
๑๒) รอง ผอ.อุดม สุขมี	รองผู้อำนวยการกลุ่มงานบริหารวิชาการ	ที่ปรึกษางานวิจัย