



วารสารพระธรรมทูต

ปีที่ 5 ฉบับที่ 2 กรกฎาคม - ธันวาคม 2568 Vol.5 No.2 July-December 2025
ISSN: 3027-690X (Online)



วิทยาลัยพระธรรมทูต

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย



วารสารพระธรรมทูต

Journal of Dhammaduta

ปีที่ 5 ฉบับที่ 2 (กรกฎาคม - ธันวาคม 2569)

Vol. 5 No. 2 (July – December 2026)

ISSN 3027-690X (Online)

วัตถุประสงค์

วารสารพระธรรมทูต กำหนดเผยแพร่ปีละ 2 ฉบับ (ฉบับที่ 1 มกราคม - มิถุนายน, ฉบับที่ 2 กรกฎาคม - ธันวาคม) ทั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมการศึกษาค้นคว้า และเพื่อเผยแพร่บทความวิจัยและบทความวิชาการแก่นักวิจัย นักวิชาการ คณาจารย์ และนักศึกษาในระดับบัณฑิตศึกษา

เพื่อส่งเสริมการกระตุ้นให้เกิดความรู้ทางวิชาการทางด้านพระพุทธศาสนา บูรณาการกับศาสตร์สมัยใหม่ งานสร้างสรรค์ พุทธนวัตกรรม หรือการพัฒนาพระธรรมทูต

บทความที่ส่งมาขอรับการตีพิมพ์ในวารสารพระธรรมทูต จะต้องไม่เคยตีพิมพ์หรืออยู่ระหว่างการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อตีพิมพ์ในวารสารอื่น ผู้เขียนบทความจะต้องปฏิบัติตามหลักเกณฑ์การเสนอบทความวิชาการหรือบทความวิจัยเพื่อตีพิมพ์ในวารสารพระธรรมทูต อย่างเคร่งครัด รวมทั้งระบบการอ้างอิงต้องเป็นไปตามหลักเกณฑ์ของวารสารทัศนะและความคิดเห็นที่ปรากฏในบทความในวารสารพระธรรมทูต ถือเป็นความรับผิดชอบของผู้เขียนบทความนั้น ไม่ถือเป็นทัศนะและความรับผิดชอบของกองบรรณาธิการวารสารพระธรรมทูต

The Journal of Dhammaduta published twice a year (Issue 1: January - June, Issue 2: July - December). It's aims to promote research and disseminate research articles and academic papers to researchers, scholars, professors, and graduate students.

The aim is to stimulate the creation of academic knowledge in the field of Buddhism, its integration with modern science, creative work, Buddhist innovation, or the development of the Dhammaduta.

Articles submitted for publication in the Journal of Dhammaduta should not have been previously published or under consideration for publication elsewhere. Authors of the articles must adhere to the criteria for submitting academic articles or research papers for publication in the Journal of Dhammaduta rigorously. Additionally, the citation system must follow the journal's standards and the opinions expressed in the articles in the Journal of Dhammaduta are the responsibility of the authors and do not necessarily reflect the views and responsibilities of the journal's editorial board.

• **เจ้าของ**

วิทยาลัยพระธรรมทูต
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
อาคารเรียนรวม ห้อง D300 79 หมู่ที่ 1
ตำบลลำไทร อำเภอลำไทร
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา 13170
โทร 035248000, 099-648-4372,
092-690-9757
dhammaduta@mcu.ac.th
[https://so14.tci-](https://so14.tci-thaijo.org/index.php/Dhammaduta)
[thaijo.org/index.php/Dhammaduta](https://so14.tci-thaijo.org/index.php/Dhammaduta)

• **ที่ปรึกษา**

อธิการบดี
รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ
รองอธิการบดีฝ่ายกิจการต่างประเทศ

• **บรรณาธิการบริหาร**

พระครูสุตตันตบัณฑิต,ดร.
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

• **กองบรรณาธิการ**

พระมหาไพฑูรย์ ปนตนนโท,ผศ.ดร.
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระครูใบฎีกาแสงเรือง นรินโท,ดร.
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระมหาพรชัย สิริวัโร,ผศ.ดร.
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระมหาขวัญชัย กิตติเมธี,รศ.ดร.
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระมหาดวงเด่น ฐิตญาโน,ผศ.ดร.
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระมหาเกรียงศักดิ์ อินทปญโญ,ผศ.ดร.
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

• **Owner**

Dhammaduta College,
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
Zone D, D300, 3rd floor, Academic Building, 79
M.1 Lamsai , Wangnoi, Phra Nakhon Si
Ayutthaya, 13170, Thailand.
Tel. +66 35 248 000
099-648-4372, 092-690-9757
dhammaduta@mcu.ac.th
[https://so14.tci-](https://so14.tci-thaijo.org/index.php/Dhammaduta)
[thaijo.org/index.php/Dhammaduta](https://so14.tci-thaijo.org/index.php/Dhammaduta)

• **Advisor**

The Rector
Vice-Rector for Academic Affairs
Vice-Rector for Foreign Affairs

• **Executive Editor**

Dr.Phramaha Prayoon Jotivaro
Mahachulalongkornrajavidyalaya University

• **Editorial**

Asst.Prof.Dr.Phramaha Paitoon Pantanando
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
Dr.Phkrakhrubaidika Seng Hurng Narindo
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
Asst.Prof.Dr.Phramaha Pornchai Sirivaro
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
Assoc.Prof.Dr.Phramaha Khwanchai Kittimedhi
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
Asst.Prof.Dr.Phramaha Duangden Thitayano
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
Asst.Prof.Dr.Phramaha Kriangsak Indhapanyo
Mahachulalongkornrajavidyalaya University

รศ.ดร.सानุ มหัทธนาตุล

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ผศ.ดร.อุทัย สติมัน

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ผศ.ดร. นพดล อีระวงศ์ภิญโญ

มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์

รศ.ดร.วินิจ ผาเจริญ

มหาวิทยาลัยแม่โจ้

รศ.ดร.มารุต พัฒนาผล

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

รศ.ดร.ปรุตม์ บุญศรีตัน

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

รศ.ดร.สุวิญญู รัชส์สัตย์

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

ศ.ดร.วัชร งามจิตรเจริญ

มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

รศ.ดร.วุฒินันท์ กันทะเตียน

มหาวิทยาลัยมหิดล

ผศ.ดร.พัทธธีรา นาคอุไรรัตน์

มหาวิทยาลัยมหิดล

รศ.ดร.สำเนียง เลื่อมใส

มหาวิทยาลัยศิลปากร

รศ.ดร.ประเวศ อินทองปาน

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

• ฝ่ายประสานงานและจัดการ

พระณัฐภัทร กิจจกาโร,ดร.

มือถือ: ๐๘๓-๘๙๒-๙๙๘๘

อีเมล: natthapat.cha@mcu.ac.th

Assoc.Prof.Dr.Sanu Mahatthanadul

Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Asst.Prof.Dr.Uthai Satiman

Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Asst.Prof.Dr.Noppadon Thirawongphinyo

Buriram Rajabhat University

Assoc.Prof.Dr.Winij Phacharoen

Maejo University

Assoc.Prof.Dr.Marut Patphon

Srinakharinwirot University

Assoc.Prof.Dr.Parut Boonsritan

Chiang Mai University

Assoc.Prof.Dr.Suwin Raksat

Mahamakut Buddhist University

Prof.Dr.Watchara Ngamchitcharoen

Thammasat University

Assoc.Prof.Dr.Wutthinant Kantatian

Mahidol University

Asst.Prof.Dr.Padtheera Narkurairattana

Mahidol University

Assoc.Prof.Dr.Samniang Leumsai

Silpakorn University

Assoc.Prof.Dr.Praves Inthongpan

Kasetsart University

• Coordination and Management

Dr.Phra Natthapat Kiccakaro,Dr.

Tel. 083-892-9988

Email: natthapat.cha@mcu.ac.th

• ฝ่ายกฎหมาย (Law Department)

นายรัช แย้มปิว: Mr. Thawat Yampew

• ออกแบบปก (Cover designed)

พระมหากฤษณ กิตติภทโท,ดร.: Phramaha Kritsana Kittibhaddo,Dr.

พระครูใบฎีกาธนพล วรสีหพโล: Phrakrubaidika Thanaphon Varasihabalo

พระใบฎีกานะโม สุชีโว: Phrabaidika Namu Sujivo

พระเทพวงษ์พันธ์ ตนต์ปาล: Phra Thewapongpan Tantipalo

พระมหานุรักษ์ สุนทรวิลาโส: Phrmaha Anurak Sundaravilaso

นายลิขิต บุญละคร: Mr. Likhit Boonlakorn

• จัดรูปเล่ม (Content designed)

พระณัฐภัทร กิจจกาโร,ดร., ผู้ช่วยบรรณาธิการ: Phra Natthapat Kiccakaro,Dr.

พระมหากฤษณ กิตติภทโท,ดร., ผู้ช่วยบรรณาธิการ: Phramaha Kritsana Kittibhaddo,Dr.

พระณัฐภัทร กิจจกาโร,ดร., ผู้ประสานงานวารสาร: Phra Natthapat Kiccakaro,Dr.

กำหนดออกเผยแพร่

ฉบับที่ 1 มกราคม - มิถุนายน

ฉบับที่ 2 กรกฎาคม - ธันวาคม



JDHA
Journal of Dhammaduta

บทบรรณาธิการ

วารสารพระธรรมทูต มีวัตถุประสงค์เพื่อสนับสนุนและส่งเสริมให้คณาจารย์ บุคลากร นักศึกษา และผู้สนใจทั้งภายในและภายนอกมหาวิทยาลัย ส่งและเผยแพร่บทความวิจัยมาตรฐาน บทความวิชาการ บทความวิจารณ์หนังสือ บทความปริทัศน์ และบทความพิเศษสู่สาธารณชน อีกทั้งเป็นการยกระดับผลงานวิชาการให้เป็นที่ยอมรับในระดับชาติและนานาชาติ วารสารพระธรรมทูต หวังให้เป็นตลาดแห่งองค์ความรู้เพื่อการค้นคว้า ถ่ายทอด และแลกเปลี่ยนความรู้ในด้านต่างๆ

ทั้งนี้ วารสารพระธรรมทูตเปิดรับบทความด้านมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ ไม่ว่าจะเป็น พุทธศาสนา ปรัชญา สังคมวิทยา นิติศาสตร์ รัฐศาสตร์ มานุษยวิทยา ประวัติศาสตร์ ภูมิศาสตร์ ศิลปวัฒนธรรม การพัฒนาชุมชน การศึกษา จิตวิทยา การพัฒนาพระธรรมทูตและสหวิทยาการประยุกต์ใน มนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์.

ปีที่ 5 ฉบับที่ 2 (กรกฎาคม - ธันวาคม 2569) เป็นฉบับที่ผ่านการพิจารณาจากกองบรรณาธิการและผู้ทรงคุณวุฒิ จัดว่าเป็นผลงานที่ผ่านการพัฒนาองค์ความรู้อย่างต่อเนื่องในเชิงวิชาการ ซึ่งสอดคล้องกับวิสัยทัศน์ที่มุ่งพัฒนามหาวิทยาลัย เป็นศูนย์กลางการศึกษาพระพุทธศาสนาระดับนานาชาติ โดยจัดการศึกษาและพัฒนาองค์ความรู้บูรณาการกับศาสตร์สมัยใหม่ให้นำไปสู่การพัฒนาจิตใจและสังคมอย่างยั่งยืนซึ่งวารสารพระธรรมทูต ได้รับความไว้วางใจ และความเชื่อถือของนักวิชาการ ดังจะเห็นได้จากบทความที่นำมาเผยแพร่เป็นบทความวิจัย และบทความวิชาการที่มาจากหลากหลายสถาบันหรือหน่วยงานที่ได้เข้าร่วมตีพิมพ์เผยแพร่บทความ ซึ่งเป็นการเอื้อเพื่อแบ่งปันชุดองค์ความรู้เชิงวิชาการ เพื่อจะร่วมกันพัฒนาชีวิตองค์กร ชุม และสังคมให้เจริญน่าอยู่อย่างอารยธรรมยิ่งขึ้นไป

กองบรรณาธิการวารสารพระธรรมทูต ขอขอบพระคุณผู้บริหาร คณาจารย์นักวิชาการตลอดจนนิสิตนักศึกษาจากมหาวิทยาลัยต่างๆ ที่ให้ความสนใจส่งบทความวิชาการเข้ามาร่วมตีพิมพ์เผยแพร่ในครั้งนี้ และกองบรรณาธิการหวังเป็นอย่างยิ่งว่าเนื้อหาในวารสารฉบับนี้จะเป็นประโยชน์ต่อสมาชิกผู้ติดตามอ่านทุกท่าน หากผู้อ่านจะมีข้อเสนอแนะในการปรับปรุงวารสารนี้ให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้นกองบรรณาธิการขอน้อมรับไว้ด้วยความยินดี

(พระครูสุตตันตบัณฑิต,ดร.)

บรรณาธิการ

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทบรรณาธิการ	(6)
บทความวิชาการ: Academic Articles	
การประยุกต์ใช้ปัญญาประดิษฐ์เพื่อการเผยแผ่พระพุทธศาสนา: โอกาสความท้าทาย และจริยธรรมดิจิทัล: Artificial Intelligence for Buddhist Propagation: Opportunities, Challenges, and Digital Ethics พระครูสังฆกิจวิริยะ (พระปราบศึก อุทโย) <i>Phrakru Sanghakitviriya (Phra Prabsuk Udayo)</i>	1-12
กระบวนการพัฒนามนุษย์เชิงพุทธบูรณาการด้วยไตรสิกขาในสังคมไทยปัจจุบัน: The Process of Buddhist-Integrated Human Development through the Threefold Training in Contemporary Thai Society พระมหาสุรศักดิ์ ขนฺติธมฺโม <i>Phramaha Surasuk Khantidhammo</i> คณัฐชัย ธนทวีพันธุ์กุล <i>Canatchai Thanatawipankul</i>	13-22
นิเวศวิทยาแห่งจิต: การบูรณาการพุทธจิตวิทยากับประสาทวิทยาเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญาในยุคดิจิทัล: Ecology of Mind: Integrating Buddhist Psychology and Neuroscience for Cognitive Well-being in the Digital Age ก้องไกล เหมันต์ <i>Kongkai Heman</i> พระมหาภุชณ กิตฺติภทฺโท <i>Phramaha Kritsana Kittibhaddo</i> พระมหาอิศเรศ ฐิตจิตฺโต <i>Phramaha Itsares Thitacitto</i>	23-32

การประยุกต์หลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนาการศึกษาเชิงพุทธในสถานศึกษาไทย: The 33-42
Application of the Threefold Training (Tisikkhā) for Buddhist
Educational Development in Thai Educational Institutions

พระสิทธิวัชรบัณฑิต

Phra Sitthivajrabundit

พระครูใบฎีกาแสงเฮือง นรินโท

Phrakrubaidika Saeng Heaung Narindo

บทความวิจัย: Research Articles

Aesthetic Education Management and Its Impact on Students' 43-59
Personality Development in Private Higher Education Colleges in
Thailand

Ntapat Worapongpatt

การพัฒนาผลิตภัณฑ์คุกกี้เสริมผงผักเคล: Development of Kale Powder- 60-66
Fortified Cookie Product

จิราภรณ์ ดาทุมทา

Jirapon Dathumtha

การประยุกต์ใช้ปัญญาประดิษฐ์เพื่อการเผยแผ่พระพุทธศาสนา: โอกาสความท้าทาย และจริยธรรมดิจิทัล

Artificial Intelligence for Buddhist Propagation: Opportunities, Challenges, and Digital Ethics

¹พระครูสังฆกิจวิริยะ (พระปราบศึก อุทโย)

¹Phrakru Sanghakitviriya (Phra Prabsuk Udayo)

¹วิทยาลัยพระธรรมทูต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

¹Dhammaduta College, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

¹Corresponding Author's Email: Prabsuk.vij@mcu.ac.th

Received: April 7, 2026; Revised: July 21, 2026; Accepted: September 09, 2026

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาบทบาท โอกาส ความท้าทาย และแนวทางการประยุกต์ใช้ปัญญาประดิษฐ์ในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาในยุคดิจิทัล โดยใช้การวิเคราะห์เชิงเอกสารและการสังเคราะห์แนวคิดจากสาขาวิชาที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ เทคโนโลยีสารสนเทศ พุทธปรัชญา และจริยธรรมดิจิทัล ผลการศึกษาพบว่า ปัญญาประดิษฐ์มีศักยภาพสำคัญในการสนับสนุนการเผยแผ่ธรรมะ โดยเฉพาะในด้านการเพิ่มโอกาส การเข้าถึงข้อมูล การสื่อสารแบบโต้ตอบ และการเรียนรู้ที่ปรับให้เหมาะสมกับผู้เรียนแต่ละบุคคล นอกจากนี้ AI ยังสามารถช่วยในการผลิตและเผยแพร่เนื้อหาธรรมะในรูปแบบที่หลากหลายและสอดคล้องกับพฤติกรรมของผู้คนในยุคดิจิทัล อย่างไรก็ตาม การนำ AI มาใช้ในบริบทของพระพุทธศาสนา เช่น Generative AI Chatbot ระบบแนะนำเนื้อหา การวิเคราะห์คัมภีร์ ยังมีข้อจำกัดและความท้าทายที่สำคัญ โดยเฉพาะในด้านการถูกต้องของเนื้อหา ความลึกซึ้งของการเรียนรู้ และความสามารถในการถ่ายทอดประสบการณ์ทางจิตวิญญาณ ซึ่งเป็นแก่นสำคัญของพระพุทธศาสนา นอกจากนี้ ยังมีประเด็นด้านจริยธรรมที่ต้องพิจารณา เช่น ความโปร่งใส ความรับผิดชอบ และความเป็นธรรมในการใช้เทคโนโลยี

บทความเสนอว่า การพัฒนาและการใช้ AI เพื่อการเผยแผ่พระพุทธศาสนาควรดำเนินไปภายใต้กรอบแนวคิดเชิงบูรณาการที่เชื่อมโยงระหว่างปัญญาประดิษฐ์ พุทธปรัชญา และจริยธรรมดิจิทัล โดยเน้นให้เทคโนโลยีทำหน้าที่เป็นเครื่องมือสนับสนุนการเรียนรู้ มิใช่การทดแทนบทบาทของครูหรือกระบวนการปฏิบัติ ทั้งนี้ การมีแนวทางเชิงนโยบายที่ชัดเจนและการกำกับดูแลอย่างเหมาะสมจะช่วยให้การใช้ AI เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและสอดคล้องกับหลักธรรม อันจะนำไปสู่การเผยแผ่พระพุทธศาสนาอย่างยั่งยืนในสังคมดิจิทัล

คำสำคัญ: ปัญญาประดิษฐ์; พระพุทธศาสนา; การเผยแผ่ธรรมะ; จริยธรรมดิจิทัล; การเรียนรู้ในยุคดิจิทัล

Abstract

This academic article aims to examine the roles, opportunities, challenges, and development approaches of artificial intelligence in the propagation of Buddhism in the digital age. The study employs documentary analysis and synthesizes interdisciplinary perspectives from information technology, Buddhist philosophy, and digital ethics. The findings reveal that artificial intelligence plays a significant role in enhancing Buddhist propagation, particularly in expanding access to knowledge, enabling interactive communication, and supporting personalized learning experiences. Furthermore, AI facilitates the creation and dissemination of Buddhist content in diverse digital formats that align with contemporary user behaviors. However, the application of AI in the context of Buddhism, such as generative AI chatbots, content recommendation systems, and scripture analysis tools, presents several limitations and challenges. These include concerns regarding the accuracy of content, the depth of learning, and the inability of AI to convey spiritual experiences, which are fundamental to Buddhist practice. In addition, ethical issues such as transparency, accountability, and fairness in AI usage must be carefully addressed.

The article argues that the development and implementation of AI for Buddhist propagation should be guided by an integrated conceptual framework that combines artificial intelligence, Buddhist philosophy, and digital ethics. AI should function as a supportive tool for learning rather than replacing human teachers or experiential practice. Establishing clear policy guidelines and appropriate governance mechanisms is essential to ensure that AI is used effectively and in alignment with Buddhist principles. Such an approach will contribute to the sustainable propagation of Buddhism in the digital society.

Keywords: Artificial Intelligence; Buddhism; Buddhist Propagation; Digital Ethics; Digital Learning

บทนำ

ในศตวรรษที่ 21 การพัฒนาเทคโนโลยีดิจิทัลได้ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงเชิงโครงสร้างของสังคมโลกจากระบบเศรษฐกิจแบบอุตสาหกรรมไปสู่สังคมฐานความรู้ (Knowledge Society) ซึ่งข้อมูล ข่าวสาร และองค์ความรู้กลายเป็นทรัพยากรสำคัญในการพัฒนา เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ (Artificial Intelligence: AI) จึงมีบทบาทอย่างยิ่งในการสนับสนุนกระบวนการดังกล่าว โดยสามารถประมวลผลข้อมูลจำนวนมากมหาศาล เรียนรู้รูปแบบ และตัดสินใจได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Russell & Norvig, 2021) นอกจากนี้ ความก้าวหน้าของ AI โดยเฉพาะด้านการประมวลผลภาษาธรรมชาติ (Natural Language Processing) ยังช่วยให้มนุษย์สามารถสื่อสารกับระบบดิจิทัลได้อย่างเป็นธรรมชาติมากยิ่งขึ้น ซึ่งส่งผลให้รูปแบบการเข้าถึงองค์ความรู้ของมนุษย์เปลี่ยนแปลงไปอย่างมีนัยสำคัญ

ในระดับสากล องค์การการศึกษา วิทยาศาสตร์ และวัฒนธรรมแห่งสหประชาชาติได้เน้นย้ำถึงบทบาทของ AI ในการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต และการเข้าถึงความรู้ของมนุษย์ในวงกว้าง โดยระบุว่า AI สามารถเป็นเครื่องมือสำคัญในการพัฒนาการศึกษาและการสื่อสาร หากมีการใช้อย่างมีจริยธรรมและความรับผิดชอบ (UNESCO, 2021) ขณะเดียวกัน รายงานของ Pew Research Center (2021) ชี้ให้เห็นว่า พฤติกรรมของผู้คนในยุคดิจิทัลมีแนวโน้มพึ่งพาเทคโนโลยีในการเข้าถึงข้อมูลข่าวสารและการเรียนรู้อย่างมากขึ้น โดยเฉพาะในกลุ่มเยาวชนและคนรุ่นใหม่ ซึ่งนิยมใช้แพลตฟอร์มออนไลน์และระบบอัจฉริยะในการแสวงหาความรู้

เมื่อพิจารณาในบริบทของพระพุทธศาสนา การเผยแผ่ธรรมะซึ่งมีเป้าหมายเพื่อการพัฒนาปัญญาและการพ้นทุกข์ จำเป็นต้องปรับตัวให้สอดคล้องกับบริบทของสังคมดังกล่าว เนื่องจากรูปแบบการเรียนรู้ของผู้คนได้เปลี่ยนแปลงไปจากการเรียนรู้แบบดั้งเดิมสู่การเรียนรู้ผ่านสื่อดิจิทัลอย่างแพร่หลาย การเผยแผ่ธรรมะในยุคปัจจุบันจึงต้องอาศัยเครื่องมือทางเทคโนโลยีเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการเข้าถึงและการสื่อสาร เช่น การใช้สื่อสังคมออนไลน์ แอปพลิเคชันทางธรรมะ และระบบอัตโนมัติในการตอบคำถาม (Oxford Insights, 2022)

อย่างไรก็ตาม แม้ว่า AI จะมีศักยภาพในการเป็นเครื่องมือสนับสนุนการเผยแผ่พระพุทธศาสนา แต่การนำเทคโนโลยีดังกล่าวมาใช้ในบริบทศาสนาย่อมต้องพิจารณาอย่างรอบด้าน โดยเฉพาะในประเด็นเกี่ยวกับ “ธรรมชาติของความรู้ทางพุทธศาสนา” ซึ่งแตกต่างจากความรู้ทั่วไป กล่าวคือ พระพุทธศาสนานับความรู้ที่เกิดจากการปฏิบัติและการตระหนักรู้ภายใน มิใช่เพียงการรับรู้ข้อมูลเชิงทฤษฎี (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2559) ดังนั้น แม้ AI จะสามารถให้ข้อมูลเกี่ยวกับหลักธรรมได้อย่างรวดเร็วและถูกต้องในระดับหนึ่ง แต่ยังไม่สามารถแทนที่ประสบการณ์ทางจิตวิญญาณที่เกิดจากการปฏิบัติจริงได้

นอกจากนี้ การใช้ AI ยังเกี่ยวข้องกับประเด็นด้านจริยธรรมที่สำคัญ เช่น ความโปร่งใสของระบบ (Transparency) ความเป็นธรรม (Fairness) และความรับผิดชอบ (Accountability) ซึ่งเป็นหลักการสำคัญในจริยธรรมปัญญาประดิษฐ์ที่ได้รับการยอมรับในระดับสากล (Floridi et al., 2018; UNESCO, 2021) โดยเฉพาะในบริบทของการเผยแผ่ธรรมะ หากมีการนำเสนอข้อมูลที่คลาดเคลื่อนหรือไม่เหมาะสม อาจส่งผลกระทบต่อความเข้าใจของผู้เรียน และนำไปสู่การปฏิบัติที่ไม่ถูกต้องตามหลักพระพุทธศาสนา

ด้วยเหตุนี้ การประยุกต์ใช้ปัญญาประดิษฐ์ในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาจึงไม่ควรถูกมองเพียงในมิติของเทคโนโลยี แต่ควรพิจารณาในลักษณะสหวิทยาการ โดยบูรณาการองค์ความรู้ด้านเทคโนโลยี จริยธรรม และพุทธปรัชญาเข้าด้วยกัน เพื่อให้การใช้ AI เป็นไปอย่างเหมาะสมและสอดคล้องกับหลักธรรม อันจะนำไปสู่การพัฒนาแบบการเผยแผ่ธรรมะที่มีประสิทธิภาพและยั่งยืนในยุคดิจิทัล การศึกษาการประยุกต์ใช้ปัญญาประดิษฐ์ในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาจึงจำเป็นต้องดำเนินการในลักษณะสหวิทยาการ โดยบูรณาการองค์ความรู้ด้านเทคโนโลยีสารสนเทศ จริยธรรมดิจิทัล และพุทธปรัชญาเข้าด้วยกัน เพื่อให้สามารถพัฒนาแนวทางที่เหมาะสมในการใช้ AI อย่างมีประสิทธิภาพและสอดคล้องกับหลักธรรม

บทความนี้จึงมุ่งนำเสนอการวิเคราะห์เชิงลึกเกี่ยวกับบทบาทของ AI ในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา โดยจะกล่าวถึงการพัฒนาเทคโนโลยีดิจิทัลและปัญญาประดิษฐ์ (AI) ในศตวรรษที่ 21 ได้เปลี่ยนผ่านสังคมโลกสู่สังคมฐานความรู้ที่ผู้คนและคนรุ่นใหม่พึ่งพาเทคโนโลยีในการเรียนรู้ตลอดชีวิตและการเข้าถึงข้อมูลข่าวสารมากขึ้น ส่งผลให้การเผยแผ่พระพุทธศาสนาจำเป็นต้องปรับตัวผ่านการประยุกต์ใช้ AI เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการสื่อสารธรรมะอย่างครอบคลุม อย่างไรก็ตาม พระพุทธศาสนามีธรรมชาติของความรู้ที่เน้นการตระหนักรู้ภายในและการปฏิบัติจริง ซึ่งแตกต่างจากการประมวลผลข้อมูลเชิงทฤษฎีของ AI อีกทั้งยังต้องคำนึงถึงจริยธรรมดิจิทัล ทั้งความโปร่งใส ความเป็นธรรม และความรับผิดชอบ เพื่อป้องกันความคลาดเคลื่อนของคำสอน ดังนั้น การประยุกต์ใช้ AI ในบริบทศาสนาจึงต้องดำเนินไปในลักษณะสหวิทยาการ โดยบูรณาการเทคโนโลยี จริยธรรมดิจิทัล และพุทธปรัชญาเข้าด้วยกัน เพื่อให้ AI เป็นเครื่องมือสนับสนุนการเผยแผ่ธรรมะได้อย่างเหมาะสม แม่นยำ สอดคล้องกับหลักธรรม และนำไปสู่การพัฒนาจิตใจอย่างยั่งยืน

กรอบแนวคิดเชิงทฤษฎีเกี่ยวกับปัญญาประดิษฐ์ พุทธปรัชญา และจริยธรรมดิจิทัล

การทำความเข้าใจบทบาทของปัญญาประดิษฐ์ในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาในยุคดิจิทัล จำเป็นต้องอาศัยกรอบแนวคิดที่บูรณาการองค์ความรู้จากหลายสาขาเข้าด้วยกันอย่างเป็นระบบ ทั้งด้านเทคโนโลยีสารสนเทศ AI หลักพุทธธรรม และจริยธรรมดิจิทัล เนื่องจากการนำเทคโนโลยีมาใช้ในการบริบทศาสนาไม่ได้เป็นเพียงการใช้เครื่องมือเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพเท่านั้น แต่ยังเกี่ยวข้องกับมิติของคุณค่า ความหมาย และการพัฒนามนุษย์ในระดับจิตใจ

ในมิติของปัญญาประดิษฐ์ แนวคิดพื้นฐานอธิบายถึงระบบที่สามารถเลียนแบบกระบวนการคิดของมนุษย์ ไม่ว่าจะเป็นการเรียนรู้ การวิเคราะห์ หรือการตัดสินใจ โดย Russell และ Norvig (2021) อธิบายว่า AI เป็นระบบที่สามารถรับรู้ข้อมูล เรียนรู้จากประสบการณ์ และดำเนินการตามเป้าหมายที่กำหนดได้อย่างมีประสิทธิภาพ ความก้าวหน้าของเทคโนโลยีในช่วงที่ผ่านมา โดยเฉพาะการเรียนรู้ของเครื่องและการประมวลผลภาษาธรรมชาติ ทำให้ระบบ AI สามารถโต้ตอบกับมนุษย์ได้อย่างเป็นธรรมชาติมากขึ้น และสามารถนำไปใช้ในงานด้านการสื่อสารและการเรียนรู้ได้อย่างกว้างขวาง นอกจากนี้ การใช้ข้อมูลขนาดใหญ่ร่วมกับเทคนิคการเรียนรู้ของเครื่อง ทำให้ AI สามารถวิเคราะห์พฤติกรรมของผู้ใช้และนำเสนอเนื้อหาที่สอดคล้องกับความต้องการเฉพาะบุคคลได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Jordan & Mitchell, 2015) ลักษณะดังกล่าวส่งผลให้รูปแบบการเรียนรู้ในยุคดิจิทัลเปลี่ยนไปสู่การเรียนรู้แบบปรับตามผู้เรียน ซึ่งมีความยืดหยุ่นและตอบสนองต่อความแตกต่างระหว่างบุคคลได้มากยิ่งขึ้น

อย่างไรก็ตาม แม้ AI จะมีศักยภาพสูงในการประมวลผลข้อมูลและสร้างคำตอบที่แม่นยำ แต่ระบบยังคงมีข้อจำกัดในด้านการเข้าถึงความหมายเชิงลึกของประสบการณ์มนุษย์ เพราะมนุษย์เป็นสัตว์ที่มีวิจลญาณระดับสูงกว่าสัตว์โลกอื่น ศักยภาพนี้จึงส่งผลให้มนุษย์มีอารมณ์และความรู้สึกในเรื่องต่าง ๆ อยู่ในระดับที่ประณีตและลุ่มลึก ดังที่ ยูวัล โนอาห์ แฮรารี (2561) กล่าวไว้โดยสรุปว่า การปฏิวัติทางปัญญาทำให้มนุษย์สามารถสื่อสาร จินตนาการ และรับรู้สิ่งที่เกินนามธรรมได้ลึกซึ้งกว่าสัตว์ เช่น เรื่องของความเห็นอกเห็นใจ ความกตัญญู หรือแม้แต่การทำความเข้าใจท่าทางและจำได้หมายรู้ ซึ่งศักยภาพของ AI ไม่สามารถไปถึง ณ จุดดังกล่าวได้ กล่าวคือ AI สามารถประมวลผลข้อมูลและสร้างคำตอบได้ แต่ยังไม่สามารถรับรู้หรือเข้าใจความจริงในลักษณะที่เกิดจากประสบการณ์ตรงได้อย่างแท้จริง

เมื่อพิจารณาในบริบทของพระพุทธศาสนา ประเด็นนี้มีความสำคัญอย่างยิ่ง เนื่องจากธรรมะมิใช่เพียงเนื้อหาความรู้เชิงทฤษฎี แต่เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงภายในของมนุษย์ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) (2559) อธิบายว่า การเข้าถึงธรรมะต้องอาศัยกระบวนการที่ประกอบด้วยการศึกษา การพิจารณา และการปฏิบัติ ซึ่งนำไปสู่ปัญญาที่เกิดจากการเห็นตามความเป็นจริง กระบวนการดังกล่าวไม่สามารถเกิดขึ้นได้จากการรับข้อมูลเพียงอย่างเดียว ในแง่นี้ แม้ AI จะสามารถทำหน้าที่เป็นเครื่องมือในการให้ข้อมูลเกี่ยวกับหลักธรรมได้อย่างมีประสิทธิภาพ เช่น การอธิบายหลักธรรมพื้นฐานหรือการตอบคำถามทั่วไป แต่ยังไม่สามารถทดแทนกระบวนการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ที่เป็นหัวใจของพระพุทธศาสนาได้ กล่าวได้ว่า AI สามารถสนับสนุนการเรียนรู้ในระดับต้น แต่ไม่สามารถสร้างการรู้แจ้งที่เกิดจากการปฏิบัติได้

ในขณะเดียวกัน การพัฒนาและการใช้ AI ยังเกี่ยวข้องกับประเด็นด้านจริยธรรมที่มีความสำคัญในระดับสากล Floridi และคณะ (2018) เสนอกรอบจริยธรรมสำหรับ AI โดยเน้นหลักการสำคัญ ได้แก่ การไม่ก่ออันตราย การส่งเสริมประโยชน์ ความยุติธรรม และความสามารถในการอธิบายได้ ซึ่งเป็นแนวทางในการกำกับการพัฒนาเทคโนโลยีให้มีความรับผิดชอบต่อสังคม นอกจากนี้ UNESCO (2021) ยังได้เสนอหลักการสำคัญในการใช้ AI ที่เน้นความโปร่งใส ความรับผิดชอบ และการเคารพสิทธิมนุษยชน โดยเฉพาะในบริบทที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารและการเรียนรู้ ซึ่งมีผลต่อการสร้างความเข้าใจและทัศนคติของผู้คน

การเชื่อมโยง ปัญญาประดิษฐ์ (AI) พุทธปรัชญา และ **จริยธรรมดิจิทัล เข้าด้วยกันเพื่อให้เกิดกรอบแนวคิดเชิงทฤษฎีที่สามารถถ่ายทอดออกมาเป็นกระบวนการเชื่อมโยงเชิงระบบ 4 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การกำหนดฐานรากและขอบเขตของแต่ละมิติ เริ่มด้วยการสร้างจุดร่วมและทำความเข้าใจบทบาทของทั้ง 3 มิติ เพื่อวางฐานทฤษฎีให้สอดคล้องกัน กล่าวคือ ปัญญาประดิษฐ์เป็นเครื่องมือเชิงระบบที่ประมวลผลข้อมูลเพื่อสร้างผลลัพธ์หรือการตัดสินใจ พุทธปรัชญาในฐานะกรอบปัญญาภายในและสังฆธรรมโดยเฉพาะหลักปฏิจางสมุปาทและไตรสิกขา และมีกรอบคือจริยธรรมดิจิทัลที่เป็นเกราะป้องกันจากภายนอก เช่น ความเป็นธรรม ความโปร่งใส ความรับผิดชอบ และความเป็นส่วนตัว

ขั้นตอนที่ 2 การสะพานเชื่อมด้วยมิติของปัญญา 3 ระดับ เป็นการเชื่อมโยงศักยภาพของ AI เข้ากับระดับปัญญาในพุทธปรัชญา เพื่อกำหนดขอบเขตที่ AI ทำได้และทำไม่ได้ ได้แก่

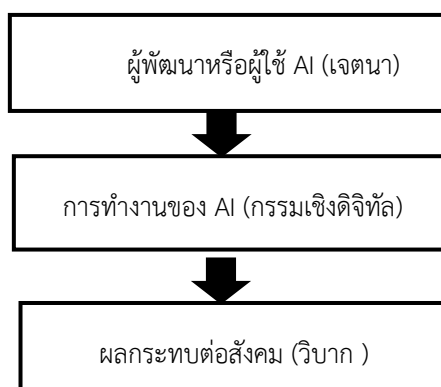
1. สุตมยปัญญา (ปัญญาจากการฟัง/รับข้อมูล) เป็นจุดแข็งหลักของ AI ในการรวบรวมข้อมูลจำนวนมากเพื่อค้นหาคัมภีร์ แปลภาษา และคัดกรองข้อมูลธรรมะ

2. จินตามยปัญญา (ปัญญาจากการคิดพิจารณา) โดย AI สามารถวิเคราะห์ข้อมูลเชิงตรรกะหรือสรุปประเด็น และจำลองสถานการณ์ แต่ก็ยังขาดความเข้าใจบริบททางอารมณ์และเจตนาของมนุษย์อย่างแท้จริง

3. ภาวนามยปัญญา (ปัญญาจากการรู้แจ้งภายใน) คุณสมบัตินี้จะมีแต่เฉพาะมนุษย์ที่ได้จากการเจริญสติและการปฏิบัติธรรมเท่านั้น ซึ่ง AI ไม่สามารถเข้าถึงหรือทดแทนได้

ขั้นตอนที่ 3 การประยุกต์หลักเจตนาและกรรมเข้ากับจริยธรรมดิจิทัล

นำหลักจริยธรรมพุทธเรื่องเจตนาและกรรม-ผลของกรรม มาสร้างเป็นเกณฑ์จริยธรรมดิจิทัล



การกำกับเจตนา ผู้พัฒนาและผู้ใช้ต้องตั้งต้นด้วยเจตนาที่เป็นกุศล ไม่ใช่เพื่อล้างสมอง ล่อลวง หรือแสวงหาผลประโยชน์ที่ขัดต่อศีลธรรม อีกทั้งต้องประกอบไปด้วยความรับผิดชอบในผลลัพธ์ เนื่องจาก AI ไม่มีสติหรือเจตนาที่แท้จริง ความรับผิดชอบทางจริยธรรมจึงต้องตกอยู่กับมนุษย์ผู้สร้างและผู้ควบคุมระบบเสมอ

ขั้นตอนที่ 4 การสังเคราะห์สู่กรอบการทำงานจริง (AI สัมมาอาชีวะ)

รวบยอดทั้ง 3 ส่วนออกมาเป็นแนวทางปฏิบัติ หรือทางสายกลางดิจิทัล

1. ควบคุมภายนอกด้วยจริยธรรมดิจิทัล โดยการกำหนดกฎหมาย ข้อบังคับ และมาตรฐานการออกแบบ AI ที่ไม่ลำเอียงและปลอดภัย
2. ขับเคลื่อนภายในด้วยพุทธปรัชญา ใช้ AI เป็นเพียงกลยาณมิตรทางเทคโนโลยีที่ช่วยส่งเสริมสติปัญญา แต่มนุษย์ต้องเป็นศูนย์กลางในการนำธรรมะไปปฏิบัติในชีวิตจริง
3. ผลลัพธ์ที่คาดหวัง คือ การที่เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ที่มีความฉลาดและปลอดภัยจะเกื้อกูลต่อการพัฒนาจิตใจของมนุษย์ให้เจริญได้

เมื่อเชื่อมโยงกับหลักธรรมในพระพุทธศาสนา จะพบว่าหลักการเหล่านี้มีความสอดคล้องกันอย่างชัดเจน เช่น หลักอหิงสาที่เน้นการไม่เบียดเบียนผู้อื่น และหลักสัมมาทิฐิที่เน้นความเข้าใจที่ถูกต้อง ซึ่งสามารถนำมาใช้เป็นแนวทางในการกำกับการพัฒนาและการใช้ AI ได้อย่างเหมาะสม ดังนั้น การบูรณาการระหว่างปัญญาประดิษฐ์ พุทธปรัชญา และจริยธรรมดิจิทัล จึงเป็นแนวทางที่มีความสำคัญในการพัฒนาเทคโนโลยีเพื่อการเผยแผ่พระพุทธศาสนาในยุคดิจิทัล โดยเทคโนโลยีควรทำหน้าที่เป็นเครื่องมือที่ช่วยให้ผู้คนเข้าถึงธรรมะได้ง่ายขึ้น ขณะเดียวกันก็ต้องไม่ลดทอนความลึกซึ้งของการเรียนรู้ทางจิตวิญญาณ

กล่าวโดยสรุป คือ การบูรณาการปัญญาประดิษฐ์ (AI) พุทธปรัชญา และจริยธรรมดิจิทัล เข้าด้วยกัน เป็นการสร้างกรอบแนวคิดเชิงทฤษฎีที่มอง AI เป็นเครื่องมือเชิงระบบที่มีศักยภาพสูงในการประมวลผลข้อมูล และสื่อสารธรรมะเฉพาะบุคคล แต่ก็ยังมีข้อจำกัดที่ไม่สามารถเข้าถึงอารมณ์ ความรู้สึกเชิงลึก หรือภาวนามยปัญญาจากการปฏิบัติเจริญสติซึ่งเป็นหัวใจของพุทธศาสนาได้ ด้วยเหตุนี้ จึงต้องอาศัยกระบวนการเชื่อมโยงเชิงระบบที่ควบคุมภายนอกด้วยจริยธรรมสากล (เช่น ความโปร่งใส ความยุติธรรม และหลักอหิงสา) ควบคู่กับการขับเคลื่อนภายในด้วยพุทธปรัชญา ผ่านการกำกับเจตนาและความรับผิดชอบต่อมนุษย์ผู้เป็นศูนย์กลาง โดยวาง AI ไว้ในฐานะกลยาณมิตรเมื่อใช้เทคโนโลยี ที่ช่วยเปิดประตูการเรียนรู้ในระดับต้นอย่างปลอดภัยและไม่บิดเบือน เพื่อให้การเผยแผ่ธรรมะในยุคดิจิทัลคงไว้ซึ่งความลึกซึ้ง และสามารถนำพาผู้คนไปสู่การพัฒนาจิตวิญญาณอันแท้จริงได้อย่างสมดุล

การประยุกต์ใช้ปัญญาประดิษฐ์ในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา

การประยุกต์ใช้ปัญญาประดิษฐ์ในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาในยุคดิจิทัลนับเป็นปรากฏการณ์ที่สะท้อนถึงการปรับตัวของศาสนาต่อความเปลี่ยนแปลงของสังคมอย่างมีนัยสำคัญ กล่าวคือ จากเดิมที่การเผยแผ่ธรรมะอาศัยรูปแบบการสื่อสารแบบเผชิญหน้าเป็นหลัก เช่น การแสดงธรรมในวัดหรือการเรียนในสำนักปฏิบัติธรรม ก็มีการปรับใช้เอไอเพื่อทำสื่อธรรมะสู่กลุ่มเป้าหมายได้ง่ายและสะดวกสบายขึ้น ทั้งสื่อการสอน

และช่องทางการสื่อสารของญาติโยม การใช้เอไอสร้างสื่อการสอนทำให้ธรรมะเป็นเรื่องเข้าใจง่ายและผู้ใช้งานก็สามารถทำเองได้ง่ายอีกด้วย เอไอจึงมีบทบาทสำคัญที่ผู้เผยแพร่ต้องปรับตัวให้เท่าทันเพราะจำเป็นต้องใช้ประโยชน์จากเครื่องมือเอไอให้เต็มที่

ในบริบทนี้ ปัญญาประดิษฐ์ได้เข้ามามีบทบาทในฐานะเครื่องมือที่ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพของการสื่อสารธรรมะ โดยเฉพาะในด้านการเข้าถึงข้อมูลและการตอบสนองต่อความต้องการของผู้เรียนอย่างรวดเร็วหนึ่งในรูปแบบที่เห็นได้ชัดคือการพัฒนาาระบบสนทนาอัตโนมัติ ซึ่งสามารถตอบคำถามเกี่ยวกับหลักธรรมได้ตลอดเวลา ระบบลักษณะนี้อาศัยเทคโนโลยีการประมวลผลภาษาธรรมชาติ ทำให้สามารถสื่อสารกับผู้ใช้ได้ในลักษณะใกล้เคียงกับการสนทนาจริง (Russell & Norvig, 2021) ตัวอย่างเช่น แพลตฟอร์มดิจิทัลหลายแห่งได้เริ่มนำ AI มาใช้ในการตอบคำถามเกี่ยวกับการปฏิบัติธรรม การตีความหลักคำสอน หรือการให้คำแนะนำเบื้องต้นแก่ผู้สนใจ

นอกจากนั้น การใช้ AI ในการวิเคราะห์ข้อมูลผู้ใช้งานยังช่วยให้การเผยแพร่ธรรมะมีลักษณะที่สอดคล้องกับบริบทของแต่ละบุคคลมากยิ่งขึ้น กล่าวคือ ระบบสามารถเรียนรู้พฤติกรรมการใช้งาน เช่น ความสนใจ ระยะเวลาในการเรียนรู้ หรือรูปแบบเนื้อหาที่ผู้ใช้ตอบสนองได้ดี เพื่อนำไปปรับปรุงการนำเสนอธรรมะให้เหมาะสมยิ่งขึ้น (Jordan & Mitchell, 2015) แนวทางดังกล่าวสอดคล้องกับแนวคิดการเรียนรู้แบบเฉพาะบุคคล ซึ่งเป็นลักษณะสำคัญของการศึกษาในยุคดิจิทัล การประยุกต์ใช้เอไอในด้านดังกล่าวมีแนวทางมาจากภาคธุรกิจที่ต้องอาศัยการวิเคราะห์ข้อมูลผู้บริโภคเพื่อวางแผนการตลาด ข้อมูลผู้บริโภคจำนวนมากจะได้รับการวิเคราะห์ด้วยเทคโนโลยีที่ขับเคลื่อนด้วย AI ซึ่งช่วยให้ธุรกิจสามารถนำเสนอเนื้อหา ข้อเสนอแนะ และโฆษณาที่ปรับแต่งมาโดยเฉพาะสำหรับผู้ใช้แต่ละราย โดยอิงจากความชื่นชอบและความสนใจของพวกเขา (Verma & Fatma, 2025)

อีกมิติหนึ่งที่มีความสำคัญคือการใช้ AI ในการสร้างและเผยแพร่เนื้อหาธรรมะในรูปแบบดิจิทัล เช่น บทความ เสียงบรรยาย หรือวิดีโอ ซึ่งช่วยให้เนื้อหาธรรมะสามารถเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายที่หลากหลายมากขึ้น โดยเฉพาะคนรุ่นใหม่ที่คุ้นเคยกับการบริโภคข้อมูลผ่านสื่อออนไลน์ (Pew Research Center, 2021) การนำ AI มาใช้ในกระบวนการนี้ช่วยลดข้อจำกัดด้านเวลาและทรัพยากร ทำให้สามารถผลิตเนื้อหาได้อย่างต่อเนื่องและมีประสิทธิภาพ อย่างไรก็ตาม แม้การประยุกต์ใช้ AI จะมีข้อดีในด้านการขยายโอกาสในการเข้าถึงธรรมะ แต่ก็มีข้อพิจารณาที่สำคัญในเชิงคุณภาพของการเรียนรู้ กล่าวคือ การสื่อสารธรรมะผ่านระบบดิจิทัลอาจมีลักษณะเป็นการรับข้อมูลแบบรวดเร็ว ซึ่งอาจไม่เอื้อต่อการพิจารณาอย่างลึกซึ้งหรือการปฏิบัติจริง หากผู้เรียนขาดการไตร่ตรองหรือการนำไปปฏิบัติ ธรรมะอาจกลายเป็นเพียงความรู้เชิงผิวเผินที่ไม่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายใน

นอกจากนี้ การใช้ AI ในการตอบคำถามเกี่ยวกับหลักธรรมยังมีความเสี่ยงในด้านความถูกต้องของเนื้อหา เนื่องจากระบบอาศัยข้อมูลที่มีอยู่ในการเรียนรู้ หากข้อมูลดังกล่าวไม่ครบถ้วนหรือมีการตีความที่คลาดเคลื่อน อาจนำไปสู่ความเข้าใจที่ผิดพลาดได้ ซึ่งเป็นประเด็นที่มีความสำคัญอย่างยิ่งในบริบทศาสนา (Floridi et al., 2018) ในอีกด้านหนึ่ง การประยุกต์ใช้ AI ยังมีศักยภาพในการสนับสนุนการศึกษาพระพุทธศาสนาในระดับที่ลึกซึ้งขึ้น เช่น การใช้เทคโนโลยีช่วยวิเคราะห์คัมภีร์ทางศาสนา การแปลภาษา หรือการ

จัดระบบองค์ความรู้ ซึ่งช่วยให้นักวิชาการและนักศึกษาสามารถเข้าถึงข้อมูลได้อย่างสะดวกและเป็นระบบมากยิ่งขึ้น แนวทางดังกล่าวสอดคล้องกับการพัฒนาการศึกษาสมัยใหม่ที่เน้นการใช้เทคโนโลยีเพื่อสนับสนุนการสร้างองค์ความรู้ (UNESCO, 2021) ตัวอย่างที่เห็นได้ชัด คือ การเผยแพร่ธรรมะของท่านพุทธทาสโดยหอจดหมายเหตุท่านพุทธทาสที่ได้นำระบบ พุทธทาส AI มาช่วยการสืบค้นธรรมะและการเรียนรู้แบบดิจิทัล (มติชน, 2026)

เมื่อพิจารณาโดยรวม จะเห็นได้ว่าการประยุกต์ใช้ปัญญาประดิษฐ์ในการเผยแพร่พระพุทธศาสนามีทั้งโอกาสและข้อจำกัด กล่าวคือ ในด้านหนึ่ง AI ช่วยขยายการเข้าถึง เพิ่มความสะดวก และสนับสนุนการเรียนรู้ในรูปแบบใหม่ แต่อีกด้านหนึ่งก็จำเป็นต้องระมัดระวังในเรื่องของคุณภาพเนื้อหา ความถูกต้อง และความลึกซึ้งของการเรียนรู้ ดังนั้น การนำ AI มาใช้ในการเผยแพร่พระพุทธศาสนาจึงควรดำเนินไปอย่างสมดุล โดยให้เทคโนโลยีทำหน้าที่เป็นเครื่องมือสนับสนุน ขณะที่แก่นของการเรียนรู้ยังคงอยู่ที่การปฏิบัติและการพัฒนาปัญญาภายในของผู้เรียน การผสมผสานระหว่างเทคโนโลยีและหลักธรรมอย่างเหมาะสมจะช่วยให้การเผยแพร่พระพุทธศาสนาในยุคดิจิทัลสามารถตอบสนองต่อความเปลี่ยนแปลงของสังคมได้ โดยไม่สูญเสียคุณค่าทางจิตวิญญาณที่เป็นสาระสำคัญ

ความท้าทายและประเด็นจริยธรรมในการใช้ปัญญาประดิษฐ์เพื่อการเผยแพร่พระพุทธศาสนา

แม้ว่าปัญญาประดิษฐ์จะมีศักยภาพอย่างยิ่งในการสนับสนุนการเผยแพร่พระพุทธศาสนาในยุคดิจิทัล แต่การนำเทคโนโลยีดังกล่าวมาใช้ในบริบทศาสนาที่เผชิญกับความท้าทายและประเด็นจริยธรรมที่ซับซ้อน จำเป็นต้องได้รับการพิจารณาอย่างรอบด้าน ทั้งในเชิงเนื้อหา วิธีการ และผลกระทบต่อผู้เรียนและสังคมโดยรวม

ประเด็นแรกที่มีความสำคัญคือเรื่องความถูกต้องและความน่าเชื่อถือของข้อมูล เนื่องจากระบบปัญญาประดิษฐ์อาศัยข้อมูลที่มีอยู่ในการเรียนรู้และสร้างคำตอบ หากข้อมูลดังกล่าวไม่ครบถ้วนหรือมีความคลาดเคลื่อน ระบบอาจให้คำตอบที่ผิดพลาดหรือไม่สอดคล้องกับหลักพระพุทธศาสนาได้ ซึ่งอาจนำไปสู่ความเข้าใจที่คลาดเคลื่อนของผู้เรียน โดยเฉพาะในกรณีที่ใช้ฐานข้อมูลพื้นฐานทางธรรมะและพึงพา AI เป็นแหล่งความรู้หลัก ปัญหานี้สอดคล้องกับข้อกังวลในวงวิชาการด้าน AI ที่ชี้ให้เห็นว่าระบบอาจสร้างข้อมูลที่ดูน่าเชื่อถือแต่ไม่ถูกต้องได้ (Floridi et al., 2018)

ประเด็นที่สองคือข้อจำกัดของ AI ในการถ่ายทอดประสบการณ์ทางจิตวิญญาณ ดังที่ได้กล่าวในหัวข้อก่อนหน้า ธรรมะเป็นความรู้ที่ต้องอาศัยการปฏิบัติและการตระหนักรู้ภายใน ซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่สามารถถ่ายทอดได้อย่างสมบูรณ์ผ่านระบบดิจิทัล แม้ AI จะสามารถอธิบายแนวทางการปฏิบัติได้ แต่ไม่สามารถทำหน้าที่เป็นครูผู้ชี้แนะในเชิงประสบการณ์ได้อย่างแท้จริง ประเด็นนี้สะท้อนถึงความแตกต่างระหว่างความรู้เชิงข้อมูลกับความรู้เชิงปัญญา ซึ่งเป็นหัวใจสำคัญของพระพุทธศาสนา

ประเด็นที่สามเกี่ยวข้องกับอคติของข้อมูลและความเป็นกลางของระบบ เนื่องจาก AI เรียนรู้จากข้อมูลที่มนุษย์สร้างขึ้น จึงมีความเป็นไปได้ที่ระบบจะสะท้อนอคติหรือมุมมองเฉพาะกลุ่ม ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อนำเสนอธรรมะในลักษณะที่ไม่หลากหลายหรือไม่ครอบคลุม ความเสี่ยงนี้มีความสำคัญในบริบทของ

พระพุทธศาสนา ซึ่งมีความหลากหลายในด้านการตีความและแนวปฏิบัติ การนำเสนอข้อมูลเพียงบางมุมมอง อาจทำให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจที่จำกัด

นอกจากนี้ ยังมีประเด็นด้านความโปร่งใสและความรับผิดชอบของระบบ AI ซึ่งเป็นหัวใจสำคัญของจริยธรรมดิจิทัล UNESCO (2021) เน้นย้ำว่าการใช้ AI ควรสามารถอธิบายได้ และผู้พัฒนาต้องมีความรับผิดชอบต่อผลกระทบที่เกิดขึ้น ในบริบทของการเผยแผ่ธรรมะ ผู้ใช้งานควรได้รับข้อมูลที่ชัดเจนว่าเนื้อหาที่ได้รับมาจากระบบอัตโนมัติ มีใช้จากครุผู้มีประสบการณ์โดยตรง เพื่อให้สามารถใช้วิจารณ์ญาณในการพิจารณาข้อมูลได้อย่างเหมาะสม

อีกประเด็นหนึ่งที่ควรพิจารณาคือผลกระทบต่อความสัมพันธ์ระหว่างครูกับศิษย์ ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญของการเรียนรู้ในพระพุทธศาสนา การใช้ AI อาจทำให้บทบาทของครูผู้สอนลดลงในบางบริบท และผู้เรียนอาจหันไปพึ่งพาเทคโนโลยีมากขึ้น หากขาดการกำกับดูแลที่เหมาะสม อาจส่งผลให้กระบวนการเรียนรู้ขาดมิติของการปฏิสัมพันธ์ทางมนุษย์ ซึ่งมีความสำคัญต่อการพัฒนาจิตใจและคุณธรรม

ในขณะเดียวกัน ยังมีความท้าทายในด้านการรักษาความสมดุลระหว่างความสะดวกสบายกับความลึกซึ้งของการเรียนรู้ กล่าวคือ แม้ AI จะช่วยให้การเข้าถึงธรรมะเป็นเรื่องง่ายและรวดเร็ว แต่ความสะดวกดังกล่าวนี้อาจทำให้ผู้เรียนขาดความพยายามในการศึกษาและปฏิบัติอย่างจริงจัง ซึ่งอาจส่งผลให้การเรียนรู้มีลักษณะผิวเผินและไม่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในอย่างแท้จริง

เมื่อพิจารณาในภาพรวม จะเห็นได้ว่าความท้าทายและประเด็นจริยธรรมในการใช้ AI เพื่อการเผยแผ่พระพุทธศาสนาไม่ได้อยู่ที่ตัวเทคโนโลยีเพียงอย่างเดียว แต่เกี่ยวข้องกับวิธีการนำไปใช้และบริบทของการใช้งาน ดังนั้น การพัฒนาและการประยุกต์ใช้ AI ควรตั้งอยู่บนพื้นฐานของความเข้าใจในธรรมะและจริยธรรมอย่างลึกซึ้ง เพื่อให้เทคโนโลยีเป็นเครื่องมือที่สนับสนุนการพัฒนาคนอย่างแท้จริง

กล่าวโดยสรุป แม้ AI จะเป็นเครื่องมือที่มีศักยภาพสูงในการสนับสนุนการเผยแผ่พระพุทธศาสนา แต่การใช้งานจำเป็นต้องดำเนินไปอย่างระมัดระวัง โดยคำนึงถึงทั้งความถูกต้องของเนื้อหา ความเหมาะสมของวิธีการ และผลกระทบต่อผู้เรียนและสังคม การตระหนักถึงข้อจำกัดและความท้าทายเหล่านี้จะช่วยให้สามารถพัฒนาแนวทางการใช้ AI ที่สอดคล้องกับหลักธรรมและนำไปสู่ประโยชน์อย่างแท้จริง

แนวทางการพัฒนาและข้อเสนอเชิงนโยบายในการใช้ปัญญาประดิษฐ์เพื่อการเผยแผ่พระพุทธศาสนา

จากการวิเคราะห์บทบาท โอกาส และความท้าทายของปัญญาประดิษฐ์ในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา ในยุคดิจิทัล พบว่าการนำเทคโนโลยีดังกล่าวมาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด จำเป็นต้องมีแนวทางการพัฒนาที่ชัดเจนและสอดคล้องกับทั้งหลักธรรมและหลักจริยธรรมสากล ทั้งนี้เพื่อให้ AI ไม่เพียงเป็นเครื่องมือทางเทคโนโลยี แต่เป็นกลไกที่ช่วยส่งเสริมการพัฒนาปัญญาและคุณธรรมของมนุษย์อย่างแท้จริง มีแนวทางดังต่อไปนี้

ประการแรก ในระดับมหาวิทยาลัยควรมีการพัฒนาเนื้อหาธรรมะในรูปแบบฐานข้อมูลที่มีความถูกต้องและเป็นระบบ โดยอาศัยความร่วมมือระหว่างนักวิชาการทางพระพุทธศาสนา พระสงฆ์ผู้ทรงคุณวุฒิ และผู้เชี่ยวชาญด้านเทคโนโลยี เพื่อให้ข้อมูลที่ใช้ในการฝึกระบบ AI มีความน่าเชื่อถือและสอดคล้องกับหลัก

พระธรรมวินัย แนวทางดังกล่าวจะช่วยลดความเสี่ยงของการให้ข้อมูลที่คลาดเคลื่อน และส่งเสริมให้ระบบสามารถตอบคำถามได้อย่างถูกต้องมากยิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับหลักการด้านความโปร่งใสและความน่าเชื่อถือของ AI (UNESCO, 2021) เมื่อได้ชุดความรู้ในระดับสถาบันแล้ว จึงผลักดันให้ระดับพื้นที่ คือ วัด นำไปใช้ในท้องถิ่น

ประการที่สอง หลักสูตรในสถาบันการศึกษาสงฆ์ เช่น โรงเรียนพระปริยัติธรรมควรออกแบบระบบ AI ให้มีลักษณะเป็นเครื่องมือสนับสนุนการเรียนรู้ มากกว่าการทำหน้าที่แทนครูผู้สอน กล่าวคือ ระบบควรเน้นการกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดการตั้งคำถาม การไตร่ตรอง และการนำไปปฏิบัติ มากกว่าการให้คำตอบสำเร็จรูปเพียงอย่างเดียว แนวทางนี้สอดคล้องกับหลักการเรียนรู้ในพระพุทธศาสนา ที่เน้นกระบวนการพัฒนาปัญญาผ่านการพิจารณาและการปฏิบัติ

ประการที่สาม ในระดับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นอย่างมหาเถรสมาคมควรมีการกำหนดกรอบจริยธรรมในการพัฒนาและการใช้ AI อย่างชัดเจน โดยบูรณาการหลักจริยธรรมสากลเข้ากับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา เช่น การยึดหลักไม่ก่ออันตราย ความเป็นธรรม และความรับผิดชอบ (Floridi et al., 2018) รวมถึงการส่งเสริมให้ผู้ใช้งานมีความตระหนักรู้ในการใช้เทคโนโลยีอย่างมีสติ ซึ่งจะช่วยลดความเสี่ยงจากการใช้ AI ในทางที่ไม่เหมาะสม วางกฎระเบียบ ข้อบังคับ เพื่อป้องกันความเสียหายทางพระวินัย และการสูญเสียศรัทธาจากพุทธบริษัท ทั้งนี้การกระทำดังกล่าวจึงต้องเป็นลายลักษณ์อักษรจากองค์กรระดับปกครองเท่านั้น เพราะต้องอาศัยอำนาจหน้าที่กำกับดูแลอย่างใกล้ชิด

ประการที่สี่ มหาวิทยาลัยสงฆ์จับมือกับคณะสงฆ์ระดับพื้นที่ส่งเสริมการพัฒนาทักษะดิจิทัลของพระสงฆ์และบุคลากรทางศาสนา เพื่อให้สามารถใช้เทคโนโลยีได้อย่างมีประสิทธิภาพและเหมาะสม การพัฒนาศักยภาพในด้านนี้จะช่วยให้การเผยแผ่ธรรมะสามารถปรับตัวเข้ากับบริบทของสังคมดิจิทัลได้อย่างมีคุณภาพ และยังช่วยให้พระสงฆ์สามารถมีบทบาทในการกำกับและตรวจสอบเนื้อหาที่เผยแพร่ผ่านระบบ AI ได้

ประการที่ห้า มหาวิทยาลัยสงฆ์และโรงเรียนพระปริยัติธรรมควรมีการสร้างระบบการกำกับดูแลและประเมินผลการใช้ AI อย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะในด้านคุณภาพของเนื้อหาและผลกระทบต่อผู้เรียน เพราะเป็นหน่วยงานฝึกอบรมการใช้ AI แก่ผู้เรียนโดยตรง การประเมินดังกล่าวจะช่วยให้สามารถปรับปรุงและพัฒนา ระบบให้สอดคล้องกับเป้าหมายของการเผยแผ่พระพุทธศาสนาได้อย่างเหมาะสม และสอดคล้องกับแนวทางการพัฒนา AI อย่างมีความรับผิดชอบ (Binns, 2018)

ประการที่หก สำนักงานพระพุทธศาสนาควรส่งเสริมความร่วมมือระหว่างสถาบันทางศาสนา สถาบันการศึกษา และภาคเทคโนโลยี เพื่อพัฒนาองค์ความรู้และนวัตกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเผยแผ่ธรรมะในยุคดิจิทัล เพราะภาคีเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยให้เครือข่ายมีความร่วมมือกันในลักษณะที่จะช่วยให้การพัฒนา AI มีความหลากหลายทางมุมมอง และสามารถตอบสนองต่อความต้องการของสังคมได้อย่างครอบคลุม

นอกจากแนวทางในระดับปฏิบัติแล้ว ในเชิงนโยบายโดยมหาเถรสมาคมและสำนักงานพระพุทธศาสนา ควรมีการกำหนดทิศทางการใช้ AI ในงานศาสนาอย่างชัดเจน โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านการกำกับดูแลและออกหลักเกณฑ์ด้านการรับผิดชอบต่อข้อมูลที่เผยแพร่ และอาศัยหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น

มหาวิทยาลัยสงฆ์ หรือองค์กรทางพระพุทธศาสนา ควรมีบทบาทในการกำหนดมาตรฐานและแนวปฏิบัติ เพื่อให้การใช้เทคโนโลยีเป็นไปในทิศทางที่เหมาะสมและสอดคล้องกับหลักธรรม

กล่าวโดยสรุป แนวทางการพัฒนาและการใช้ปัญญาประดิษฐ์เพื่อการเผยแผ่พระพุทธศาสนา จำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือกันหลายภาคส่วนทั้งองค์กรสงฆ์ สถาบันการศึกษา โรงเรียน และวัด ใช้แนวทางเชิงนโยบายที่บูรณาการทั้งด้านเทคโนโลยี จริยธรรม และพุทธปรัชญาเข้าด้วยกันอย่างสมดุล การมีองค์กรรองรับ มีแนวทาง และมีนโยบายที่ชัดเจนจะช่วยให้พระสงฆ์ตลอดจนพุทธบริษัทสามารถใช้ AI เป็นเครื่องมือเผยแผ่และส่งเสริมการพัฒนาปัญญาและคุณธรรมของมนุษย์ได้อย่างแท้จริง นำไปสู่การออกแบบมาตรฐานการใช้งาน มีการกำกับทั้งในเชิงจริยธรรมและคุณธรรมของข้อมูลที่จะส่งต่อ และนำไปสู่การสนับสนุนให้การเผยแผ่พระพุทธศาสนาที่มีประสิทธิภาพและยั่งยืนในยุคดิจิทัลต่อไป

สรุป

การประยุกต์ใช้ปัญญาประดิษฐ์ (AI) ในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาในยุคดิจิทัล สะท้อนถึงการก้าวข้ามพรมแดนของการสื่อสารธรรมะจากพื้นที่ดั้งเดิมอย่างอารามและศาสนสถาน ไปสู่แพลตฟอร์มดิจิทัลที่เข้าถึงได้กว้างขวาง ไร้ขอบเขต และรวดเร็วมากยิ่งขึ้น โดย AI ได้เข้ามามีบทบาทสำคัญในฐานะนวัตกรรมผู้ช่วยที่สนับสนุนการเข้าถึงและแปลความคัมภีร์โบราณ การเรียนรู้ธรรมะแบบเฉพาะบุคคลตามสภาวะจิตใจของผู้ใช้ ตลอดจนการสร้างสรรค์สื่อธรรมะร่วมสมัยเพื่อดึงดูดคนรุ่นใหม่ อย่างไรก็ตาม ในทางพระพุทธศาสนา ธรรมะไม่ใช่เพียงชุดข้อมูลแต่คือวิถีแห่งการดำเนินชีวิต การเรียนรู้ธรรมะจึงยังคงต้องอาศัยกระบวนการปฏิบัติและการพัฒนาปัญญาภายใน โดยเฉพาะภาวนามยปัญญาจากการเจริญสติซึ่งไม่สามารถทดแทนได้ด้วยเทคโนโลยีเพียงอย่างเดียว อีกทั้งการใช้ AI ยังเผชิญประเด็นท้าทายสำคัญ ทั้งด้านความถูกต้องเที่ยงตรงของคำสอนที่ไม่บิดเบือน ความลึกซึ้งคัมภีร์ภาพที่ไม่ถูกลดทอนให้ตื้นเขิน และมิติด้านจริยธรรมในการใช้งาน ดังนั้น การประยุกต์ใช้ AI ในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาจึงควรดำเนินไปอย่างสมดุลและมีสติปัญญา โดยวางเทคโนโลยีไว้ในฐานะเครื่องมือหนุนเสริมภายใต้กรอบจริยธรรม ขณะเดียวกันก็ยังคงรักษาบทบาทของมนุษย์ ทั้งพระสุปฏิปันโนและกัลยาณมิตร ในฐานะผู้ชี้แนะทางปัญญาและแบบอย่างที่มีชีวิต เพื่อให้การเผยแผ่ธรรมะในโลกดิจิทัลยังคงนำพาผู้คนไปสู่การพัฒนาจิตใจและการบรรลุธรรมที่ถูกต้องอย่างยั่งยืน

บรรณานุกรม

- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). (2543). *การพัฒนาที่ยั่งยืน*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิพุทธธรรม.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2559). *พุทธธรรม (ฉบับปรับปรุง)*. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ม.อ.-สวนโมกข์กรุงเทพ เปิดตัว พุทธทาส AI ยกระดับจดหมายเหตุธรรมสู่ดิจิทัล ในวาระ 120 ปี. (2026, พฤษภาคม 31). มติชน. สืบค้นจาก https://www.matichon.co.th/local/education/news_5743994

- แฮรารี, ยูวัล โนอาห์. (2561). *21 บทเรียนสำหรับศตวรรษที่ 21* (นำชัย ชีววิวรรธน์ และ ธิดา จงนิรามัยสถิต, ผู้แปล). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์อิปซี.
- Binns, R. (2018). Fairness in machine learning: Lessons from political philosophy. *Proceedings of Machine Learning Research*, 81, 1–11. Retrieved from <https://proceedings.mlr.press/v81/binns18a.html>
- Floridi, L. (2013). *The ethics of information*. Oxford: Oxford University Press.
- Floridi, L., Cowls, J., Beltrametti, M., Chatila, R., Chazerand, P., Dignum, V., ... Vayena, E. (2018). AI4People—An ethical framework for a good AI society: Opportunities, risks, principles, and recommendations. *Minds and Machines*, 28(4), 689–707.
- Harari, Y. N. (2017). *Homo Deus: A brief history of tomorrow*. New York, NY: HarperCollins.
- Jordan, M. I., & Mitchell, T. M. (2015). Machine learning: Trends, perspectives, and prospects. *Science*, 349(6245), 255–260. doi:10.1126/science.aaa8415
- Oxford Insights. (2022). *Government AI Readiness Index 2022*. Oxford: Oxford Insights.
- Pew Research Center. (2021). *The future of digital life: Experts say digital tools will improve but challenges remain*. Retrieved from <https://www.pewresearch.org/internet/2021/11/22/the-future-of-digital-life/>
- Russell, S., & Norvig, P. (2021). *Artificial intelligence: A modern approach* (4th ed.). London: Pearson.
- UNESCO. (2021). *Recommendation on the ethics of artificial intelligence*. Retrieved from <https://www.unesco.org/en/artificial-intelligence/recommendation-ethics>
- Verma, S., & Fatma, S. (2025). How personalization and AI are transforming digital marketing campaigns. *International Journal of Scientific Research in Engineering and Management*, 9(3).

กระบวนการพัฒนามนุษย์เชิงพุทธบูรณาการด้วยไตรสิกขาในสังคมไทยปัจจุบัน

The Process of Buddhist-Integrated Human Development through the Threefold Training in Contemporary Thai Society

¹พระมหาสุรศักดิ์ ขนติธมโม, ²คณัฐชัย ธนทวีพันธุ์กุล

¹Phramaha Surasuk Khantidhammo, ²Canatchai Thanatawipankul

¹วัดสังฆะวิศยารามวรวิหาร, ²สมาคมโหราศาสตร์นานาชาติ

¹Wat Sangwet Witsayaram, ²The International Astrological Association

¹Corresponding Author's Email: p.m.surasuk@gmail.com

Received: April 09, 2026; Revised: July 21, 2026; Accepted: September 09, 2026

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์กระบวนการพัฒนามนุษย์เชิงพุทธบูรณาการด้วยไตรสิกขาในสังคมไทยปัจจุบัน โดยใช้การวิจัยเชิงเอกสาร ศึกษาจากพระไตรปิฎก เอกสารวิชาการ หนังสือ และงานวิจัยของนักวิชาการทั้งไทยและต่างประเทศ เนื้อหามุ่งเน้นการวิเคราะห์หลักธรรมสำคัญ คือ ไตรสิกขา ในฐานะกรอบแนวคิดเชิงบูรณาการเพื่อพัฒนามนุษย์ทั้งด้านพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา

ผลการศึกษาพบว่า สังคมไทยกำลังเผชิญวิกฤตทางคุณธรรม เช่น ความรุนแรงในครอบครัว การทุจริต และความเสื่อมของค่านิยมทางสังคม ซึ่งมีสาเหตุสำคัญจากการขาดระบบพัฒนาจริยธรรมแบบองค์รวม พุทธบูรณาการโดยใช้หลักไตรสิกขาเป็นฐานสามารถพัฒนามนุษย์อย่างเป็นระบบ โดยเชื่อมโยงศีล สมาธิ และปัญญาเข้าด้วยกันอย่างสมดุล นอกจากนี้ การนำหลักพุทธธรรมไปประยุกต์ใช้ในระบบการศึกษา ครอบครัว และชุมชน สามารถช่วยลดพฤติกรรมเบี่ยงเบน เพิ่มความรับผิดชอบต่อสังคม และเสริมสร้างความสงบสุขทางจิตใจได้อย่างมีประสิทธิภาพ บทความนี้เสนอว่าการพัฒนาคุณธรรมควรดำเนินการในลักษณะพหุภาคี โดยบูรณาการระหว่างสถาบันศาสนา สถาบันการศึกษา และภาครัฐ เพื่อสร้างระบบนิเวศคุณธรรมที่ยั่งยืน

คำสำคัญ: กระบวนการพัฒนามนุษย์; พุทธบูรณาการ; ไตรสิกขา; สังคมไทยปัจจุบัน

Abstract

This academic article aims to analyze the process of integrated Buddhist human development using the Threefold Training (Trisikha) in contemporary Thai society. The research employs a documentary approach, studying the Tripitaka, academic papers, books, and research by Thai and international scholars. The content focuses on analyzing the key Buddhist principle, the Threefold Training (Trisikha), as an integrated conceptual framework for developing human beings in terms of behavior, mind, and intellect.

The study found that Thai society is facing a moral crisis, such as domestic violence, corruption, and the decline of social values, primarily due to the lack of a holistic ethical

development system. Integrated Buddhist development using the Threefold Training as a foundation can systematically develop human beings by linking morality, concentration, and wisdom in a balanced way. Furthermore, applying Buddhist principles in the education system, family, and community can effectively reduce deviant behavior, increase social responsibility, and foster inner peace. This article proposes that moral development should be undertaken in a multi-stakeholder approach, integrating religious institutions, educational institutions, and the government to create a sustainable moral ecosystem.

Keywords: The Process of Human Development; Buddhist Integration; The Threefold Training; Contemporary Thai Society

บทนำ

ในช่วงสองทศวรรษที่ผ่านมา (ประมาณช่วงปี 2550 - 2569) สังคมไทยได้เผชิญกับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในระดับโครงสร้าง ทั้งด้านเศรษฐกิจ เทคโนโลยี การสื่อสาร และวัฒนธรรม โดยเฉพาะการเข้าสู่ยุคสังคมดิจิทัลที่ทำให้รูปแบบการดำรงชีวิตของผู้คนเปลี่ยนแปลงไปอย่างมีนัยสำคัญ ความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารส่งผลให้ข้อมูลข่าวสารสามารถแพร่กระจายได้อย่างรวดเร็วและไร้พรมแดน ขณะเดียวกันก็ทำให้เกิดภาวะความเปราะบางทางคุณค่าทางจริยธรรมในสังคมร่วมสมัยเพิ่มมากขึ้น

รายงานการพัฒนามนุษย์ของโครงการพัฒนาแห่งสหประชาชาติชี้ให้เห็นว่า การเปลี่ยนแปลงทางสังคมและเศรษฐกิจอย่างรวดเร็วในหลายประเทศรวมถึงประเทศไทย มีความสัมพันธ์กับความเหลื่อมล้ำทางสังคม ความเครียดทางจิตใจ และการลดลงของทุนทางสังคม ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตและความยั่งยืนของสังคม (UNDP, 2022) ในขณะเดียวกัน รายงานขององค์การอนามัยโลกยังระบุว่าปัญหาสุขภาพจิตมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นทั่วโลก โดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่นและวัยทำงาน ซึ่งสะท้อนถึงความไม่สมดุลระหว่างการพัฒนาภายนอกกับการพัฒนาภายในจิตใจของมนุษย์ (WHO, 2022)

เมื่อพิจารณาในบริบทของสังคมไทย จะพบว่าปัญหาทางจริยธรรมทางสังคมทวีความรุนแรงมากขึ้น เช่น ปัญหาความรุนแรงในครอบครัว ปัญหาสุขภาพจิต การทุจริตในระบบราชการและเอกชน การใช้สื่อออนไลน์ในทางที่ผิด และการลดลงของความรับผิดชอบต่อส่วนรวม (สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2566) ปรากฏการณ์เหล่านี้สะท้อนให้เห็นถึงวิกฤตเชิงคุณธรรมที่ไม่ได้เกิดจากปัจจัยทางเศรษฐกิจเพียงอย่างเดียว แต่เกิดจากการขาดระบบการพัฒนามนุษย์แบบองค์รวมที่เชื่อมโยงทั้งพฤติกรรมจิตใจ และปัญญาเข้าด้วยกัน

ในบริบทนี้ พระพุทธศาสนาจึงมีบทบาทสำคัญในฐานะระบบจริยธรรมเชิงบูรณาการที่สามารถตอบสนองต่อปัญหาดังกล่าวได้อย่างลึกซึ้ง พระพุทธศาสนาไม่ได้มุ่งเพียงการให้ความเชื่อทางศาสนา แต่เป็นระบบการพัฒนามนุษย์ที่เน้นการฝึกอบรมตนเองอย่างเป็นขั้นตอน โดยมีเป้าหมายสูงสุดคือการลดละกิเลสและพัฒนาปัญญาให้เห็นความจริงของชีวิต (Rahula, 1974) โดยเฉพาะอย่างยิ่งหลักไตรสิกขา ได้แก่ ศีล สมาธิ และปัญญา ถือเป็นโครงสร้างพื้นฐานของการพัฒนามนุษย์ในพระพุทธศาสนา ซึ่งมีลักษณะเป็นกระบวนการแบบองค์รวมที่ครอบคลุมทั้งมิติทางพฤติกรรม มิติทางจิตใจ และมิติทางปัญญา ดังที่พระพรหมคุณาภรณ์ ป อ ปยุตโต ได้อธิบายว่า การพัฒนามนุษย์ตามแนวพุทธศาสนานั้นต้องเริ่มจากการปรับพฤติกรรมภายนอกผ่านศีล

แล้วพัฒนาจิตใจด้วยสมาธิ และยกระดับสู่ปัญญาที่เข้าใจความจริงของชีวิตอย่างถูกต้อง (พระพรหมคุณาภรณ์ ป.อ. ปยุตฺโต, 2555)

อย่างไรก็ตาม แม้พระพุทธศาสนาจะมอบคุณค่าความรู้ที่ลึกซึ้งและเป็นระบบ แต่การประยุกต์ใช้ในบริบทสังคมร่วมสมัยยังคงเผชิญกับข้อจำกัดหลายประการ เช่น การขาดการบูรณาการเข้ากับระบบการศึกษาอย่างเป็นรูปธรรม การตีความหลักธรรมที่แยกขาดจากบริบทสังคม และการขาดกลไกเชิงนโยบายที่สนับสนุนการพัฒนาคุณธรรมอย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้การพัฒนาคุณธรรมในสังคมไทยยังไม่เกิดผลอย่างยั่งยืน ด้วยเหตุนี้ แนวคิดพุทธบูรณาการจึงถูกนำมาใช้เป็นกรอบคิดสำคัญในการเชื่อมโยงหลักพุทธธรรมเข้ากับระบบสังคมสมัยใหม่ โดยมีเป้าหมายเพื่อพัฒนามนุษย์อย่างรอบด้าน ทั้งในระดับปัจเจกบุคคล ครอบครัว ชุมชน และสังคมโดยรวม การบูรณาการดังกล่าวมิใช่เพียงการนำหลักธรรมมาใช้ในเชิงพิธีกรรมหรือการสอนศีลธรรมเท่านั้น แต่เป็นการสร้างระบบนิเวศทางคุณธรรมที่เชื่อมโยงสถาบันต่าง ๆ ในสังคมเข้าด้วยกันอย่างเป็นระบบ

ดังนั้น บทความวิชาการนี้จึงมุ่งศึกษาวิเคราะห์พุทธบูรณาการในฐานะเครื่องมือเชิงแนวคิดในการพัฒนาคุณธรรมของสังคมไทยร่วมสมัย โดยเน้นการอธิบายบทบาทของไตรสิกขาในการเป็นกรอบพัฒนามนุษย์แบบองค์รวม ตลอดจนวิเคราะห์แนวทางการประยุกต์ใช้ในบริบทสังคมจริง เพื่อเสนอแนวทางการพัฒนาที่ยั่งยืนและสอดคล้องกับสภาพสังคมยุคใหม่

แนวคิดเรื่องการพัฒนาคุณธรรมและจริยธรรมในพระพุทธศาสนา

เมื่อพิจารณาพื้นฐานทางพระพุทธศาสนา จะพบว่าแนวคิดเรื่องพัฒนามนุษย์มิได้แยกส่วนระหว่างความรู้ ความดี และการฝึกจิต หากแต่เป็นกระบวนการเดียวกันที่เกี่ยวพันกันอย่างเป็นระบบ พระพุทธศาสนาเสนอแนวคิดการพัฒนามนุษย์แบบองค์รวมผ่านหลักไตรสิกขา ได้แก่ ศีล สมาธิ และปัญญา ซึ่งถือเป็นโครงสร้างพื้นฐานของการยกระดับชีวิตมนุษย์ทั้งในระดับพฤติกรรม จิตใจ และการเข้าถึงความจริงของโลกและชีวิตอย่างถูกต้อง

ในเชิงพุทธปรัชญา ศีลทำหน้าที่เป็นฐานของการจัดระเบียบพฤติกรรมมนุษย์ โดยมุ่งควบคุมกายและวาจาให้ตั้งอยู่ในความถูกต้องและไม่เบียดเบียนผู้อื่น สมาธิเป็นกระบวนการพัฒนาจิตให้มีความมั่นคง ตั้งมั่น และปราศจากความฟุ้งซ่าน อันเป็นเงื่อนไขสำคัญของการเกิดปัญญา ขณะที่ปัญญาเป็นผลสูงสุดของการพัฒนาในพระพุทธศาสนา ซึ่งหมายถึงการเข้าใจความจริงตามความเป็นจริงของสิ่งทั้งหลายตามหลักไตรลักษณ์ ได้แก่ อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา (พระพรหมคุณาภรณ์ ป.อ. ปยุตฺโต, 2555) แนวคิดดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่า การพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมตามแนวพุทธมิได้เป็นเพียงการปลูกฝังพฤติกรรมภายนอกเท่านั้น แต่เป็นการพัฒนาโครงสร้างภายในของมนุษย์อย่างเป็นขั้นตอนและต่อเนื่อง ซึ่งแตกต่างจากแนวคิดทางจริยศาสตร์บางกระแสที่มุ่งเน้นเพียงกฎเกณฑ์หรือบรรทัดฐานทางสังคม

นอกจากนี้ เมื่อพิจารณาหลักไตรสิกขา จะพบว่าเป็นกรอบการพัฒนาที่เชื่อมโยงทั้งด้านความคิด การกระทำ และการดำเนินชีวิตเข้าด้วยกันอย่างเป็นระบบ ตั้งแต่สมาธิฐานที่เป็นความเห็นชอบ ไปจนถึงสมาธิฐานที่เป็นการฝึกจิตให้ตั้งมั่นในกุศลธรรม ทั้งหมดนี้สะท้อนถึงการบูรณาการระหว่างมิติทางปัญญา ศีลธรรม และจิตวิญญาณอย่างครบถ้วน และยังแสดงให้เห็นถึงระบบจริยธรรมที่ละเอียดและครอบคลุม โดยแบ่งออกเป็น

กายกรรม วจีกรรม และมโนกรรม ซึ่งเป็นฐานสำคัญของการกำหนดพฤติกรรมมนุษย์ในระดับปัจเจกและสังคม การกระทำที่ตั้งอยู่บนไตรสิกขาจึงเป็นรากฐานของสังคมที่มีคุณธรรมและความสงบเรียบร้อย

เมื่อเชื่อมโยงหลักธรรมดังกล่าวเข้ากับบริบทสังคมร่วมสมัย จะเห็นได้ว่าโครงสร้างทางสังคมในยุคปัจจุบันมีความซับซ้อนมากขึ้น ทั้งจากอิทธิพลของเทคโนโลยีดิจิทัล เศรษฐกิจแบบแข่งขันสูง และความเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมที่รวดเร็ว ส่งผลให้ระบบคุณค่าของมนุษย์เกิดความสับสนและแตกแยกมากขึ้น การพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมจึงไม่สามารถพึ่งพาเพียงกลไกทางสังคมหรือกฎหมายได้เท่านั้น แต่จำเป็นต้องอาศัยกรอบคิดที่ลึกซึ้งและครอบคลุมมากกว่าเดิม ด้วยเหตุนี้ แนวคิดพุทธบูรณาการจึงมีความสำคัญในฐานะกรอบการอธิบายและการพัฒนามนุษย์ที่สามารถเชื่อมโยงหลักธรรมเข้ากับระบบสังคมสมัยใหม่ได้อย่างมีเอกภาพ โดยไม่แยกส่วนระหว่างศาสนา จริยธรรม และการดำเนินชีวิตประจำวัน หากแต่เป็นการสร้างระบบคุณค่าที่ฝังอยู่ในวิถีชีวิตของมนุษย์อย่างเป็นธรรมชาติและยั่งยืน

การพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมในบริบทสังคมไทยร่วมสมัย

การพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมในสังคมไทยปัจจุบัน ไม่อาจมองแยกออกจากการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของโครงสร้างสังคม เศรษฐกิจ และเทคโนโลยีได้อีกต่อไป โดยเฉพาะในยุคดิจิทัลที่การสื่อสารเกิดขึ้นอย่างฉับไวและไร้พรมแดน พฤติกรรมของมนุษย์จึงถูกหล่อหลอมทั้งจากข้อมูลข่าวสารที่หลั่งไหลตลอดเวลา และจากแรงกดดันทางสังคมในรูปแบบใหม่ที่ซับซ้อนยิ่งขึ้น สิ่งเหล่านี้ทำให้ระบบคุณค่าทางจริยธรรมของผู้คนเริ่มมีความหลากหลายและในบางกรณีก็เกิดความคลาดเคลื่อนจากหลักความดีงามดั้งเดิม ซึ่งความดีงามดังกล่าวก็มีพื้นฐานมาจากค่านิยมทางพระพุทธศาสนาที่ถูกพัฒนามาเป็นค่านิยมทางสังคมของไทย ทำให้ในอดีตนั้นคนไทยยังคงมีระดับคุณธรรมในจิตใจที่สูงที่ปรากฏชัดออกมาทาง กาย วาจา และใจ แต่เมื่อถูกกระแสโลกาภิวัตน์ก็ทำให้เกิดปัญหาต่อคุณธรรมและจริยธรรมของประชาชน

ปรากฏการณ์ที่เห็นได้ชัดในสังคมปัจจุบัน เช่น การใช้สื่อสังคมออนไลน์ในทางที่ก่อให้เกิดความเกลียดชัง การเผยแพร่ข้อมูลที่ไม่ผ่านการตรวจสอบ ปัญหาแสกมเมอร์ข้ามชาติ หรือแม้แต่การให้ความสำคัญกับภาพลักษณ์มากกว่าความจริงภายใน ล้วนสะท้อนถึงการเปลี่ยนแปลงของฐานคิดทางจริยธรรมที่กำลังเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง เมื่อมองในเชิงพระพุทธศาสนา ปรากฏการณ์เหล่านี้สามารถอธิบายได้ผ่านกรอบของกิเลสที่แสดงออกในรูปแบบร่วมสมัย ทั้งความไม่เท่าเทียมทางสังคม การอยากได้รับการยอมรับจากสังคม ความโกรธที่ถูกขยายผ่านพื้นที่ออนไลน์ และความหลงในข้อมูลที่ท่วมท้นจนขาดการพิจารณาอย่างรอบคอบ ในขณะเดียวกัน ปัญหาทางจริยธรรมเหล่านี้ไม่ได้เกิดขึ้นเพียงในระดับปัจเจกเท่านั้น แต่ยังมีความเกี่ยวข้องกับโครงสร้างทางสังคมที่ให้คุณค่ากับความสำเร็จทางวัตถุเป็นหลัก จากการวิจัยของ เอมี อิชาม และคณะ 2022 พบว่า วัตถุนิยมส่งผลเสียต่อความเป็นอยู่ดีในระดับปัจเจกชน ความเสมอภาคทางสังคม ความพอเพียง และการมีสติ ส่วนระบบการศึกษาที่มุ่งเน้นผลสัมฤทธิ์เชิงวิชาการมากกว่าการพัฒนาคุณลักษณะภายใน ตลอดจนวัฒนธรรมการแข่งขันในทางเศรษฐกิจ ล้วนมีส่วนผลักดันให้ผู้คนให้ความสำคัญกับความสำเร็จภายนอกมากกว่าความมั่นคงทางจิตใจ

รายงานการพัฒนามนุษย์ของโครงการพัฒนาแห่งสหประชาชาติได้สะท้อนให้เห็นว่า การพัฒนาที่มุ่งเน้นเศรษฐกิจเพียงด้านเดียว โดยละเลยมิติทางสังคมและจิตใจ ย่อมก่อให้เกิดความไม่สมดุลในระยะยาว ทั้งในระดับบุคคลและสังคมโดยรวม (UNDP, 2022) ข้อค้นพบนี้สอดคล้องกับสถานการณ์ของสังคมไทยที่กำลังเผชิญกับความท้าทายด้านคุณธรรมในหลายมิติ เมื่อพิจารณาในมุมมองของพระพุทธศาสนา จะเห็นได้ว่าหลักธรรมไม่ได้แยกออกจากชีวิตประจำวัน แต่กลับเป็นเครื่องมือในการทำความเข้าใจและพัฒนาชีวิตอย่างเป็นระบบ

หลักไตรสิกขา โดยเฉพาะศีล สมาธิ และปัญญา สามารถนำมาอธิบายและประยุกต์ใช้กับสภาพปัญหาสมัยใหม่ได้ เช่น การใช้ศีลเป็นฐานในการกำกับพฤติกรรมทางดิจิทัล การฝึกสมาธิเพื่อสร้างความเท่าทันต่ออารมณ์และข้อมูลที่เข้ามา และการใช้ปัญญาในการแยกแยะความจริงจากข้อมูลที่บิดเบือน โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อระบุว่า แก่นของปัญหาคือเรื่องวิกฤตเชิงจริยธรรมที่มากกว่าเรื่องเศรษฐกิจ เพราะสังคมไทยกำลังเผชิญปัญหาเชิงโครงสร้างและพฤติกรรมหลายด้าน เช่น ความรุนแรงในครอบครัว, ปัญหาสุขภาพจิต, การทุจริตคอร์รัปชัน, ภัยและพฤติกรรมมิชอบบนโลกออนไลน์ และการขาดจิตสำนึกต่อส่วนรวม ปรากฏการณ์เหล่านี้ชี้ให้เห็นว่า การมุ่งพัฒนาเศรษฐกิจหรือวัตถุเพียงด้านเดียว โดยละเลยการพัฒนามนุษย์แบบองค์รวม (พฤติกรรม จิตใจ ปัญญา) นำมาซึ่งความไม่สมดุลและความเปราะบางอย่างยิ่งยวดในระยะยาว (สอดคล้องกับรายงานของ UNDP, 2022)

แนวทางของพระพุทธศาสนาคือการใช้หลักไตรสิกขาเป็นเครื่องมือจัดการกับปัญหาสมัยใหม่อย่างเป็นกล่าวคือ ประการแรก ใช้ศีลควบคุมจริยธรรมในระบบดิจิทัล เช่น การไม่โกงออนไลน์ ไม่ส่งต่อเฟกนิวส์ ไม่ใช่คำพูดสร้างความเกลียดชัง ซึ่งจะก่อให้เกิดผลลัพธ์ คือ ความปลอดภัยและการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างไว้วางใจกัน ประการต่อมา การใช้สมาธิหรือความมั่นคงภายในเพื่อสร้างสติให้เท่าทันสื่อและอารมณ์ของตนเอง ไม่ไหลไปตามสิ่งเร้าหรือระบบอัลกอริทึมที่กระตุ้นความโลภความโกรธและลดการใช้ความรุนแรงในครอบครัว ก่อให้เกิดผลว่าการ สร้างประชากรที่มีความฉลาดทางอารมณ์และมีภูมิคุ้มกันต่อปัญหาสุขภาพจิต ประการสุดท้าย คือ ปัญญา ได้แก่ การคิดวิเคราะห์มีโยนิโสมนสิการที่สามารถแยกแยะข้อเท็จจริงออกจากข้อมูลบิดเบือนและมองว่าการทุจริตคอร์รัปชันส่งผลเสียต่อส่วนรวมและอนาคตอย่างไร ทำให้สังคมไทยพัฒนาสู่สังคมแห่งความรู้และเหตุผล

ดังนั้น แนวทางการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมในสังคมไทยจึงไม่ใช่การบังคับให้คนเข้าวัด แต่คือการบูรณาการหลักไตรสิกขาเข้าสู่ระบบการศึกษา นโยบายการพัฒนาคน และการสร้างพื้นที่สื่อที่ปลอดภัย เพื่อสร้างมนุษย์ที่ฉลาดทางเศรษฐกิจควบคู่ไปกับการมีพฤติกรรมที่เกื้อกูล มีจิตใจที่เข้มแข็ง และมีปัญญาที่เท่าทันโลก แนวคิดพุทธบูรณาการจึงมีความสำคัญมากขึ้นในฐานะกรอบคิดที่ช่วยเชื่อมโยงหลักธรรมเข้ากับวิถีชีวิตสมัยใหม่อย่างเป็นธรรมชาติ ไม่ใช่ในลักษณะของการแยกส่วน แต่เป็นการทำให้หลักธรรมกลายเป็นส่วนหนึ่งของการดำเนินชีวิตประจำวันอย่างแท้จริง ซึ่งอาจเป็นแนวทางสำคัญในการฟื้นฟูสมดุลทางจริยธรรมของสังคมไทยในระยะยาว

กระบวนการพัฒนามนุษย์เชิงพุทธบูรณาการและทิศทางการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมด้วย

ไตรสิกขา

เมื่อพิจารณาจากแนวคิด หลักธรรม และบริบทสังคมร่วมสมัยที่ได้กล่าวมา จะเห็นได้อย่างชัดเจนว่า การพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมของสังคมไทยมิใช่เพียงการเน้นการปลูกฝังความดีในเชิงพฤติกรรมภายนอกเท่านั้น หากแต่เป็นกระบวนการที่เกี่ยวข้องกับโครงสร้างภายในของมนุษย์อย่างลึกซึ้ง และเชื่อมโยงกับระบบสังคมในภาพรวมอย่างแยกไม่ออก

1. ด้านร่างกาย ในทางพุทธศาสนา ร่างกายคือฐานทัพและเครื่องมือในการทำความดี การพัฒนาชีวิตต้องเริ่มจากการปฏิบัติต่อร่างกายอย่างถูกต้อง โดยใช้ศีลกำกับพฤติกรรมทางกาย คือ การกิน อยู่ ดู ฟัง อย่างมีสติและมีวินัย (เสขียวัตร) ไม่นำสิ่งที่เป็นพิษเข้าสู่ร่างกาย เช่น แอลกอฮอล์ สารเสพติด (ศีลข้อ 5) และการไม่ใช้กำลังทางกายไปทำร้ายเบียดเบียนผู้อื่น (ศีลข้อ 1) ใช้สมาธิสร้างความผ่อนคลายและสมดุล เมื่อจิตใจสงบและตั้งมั่น ระบบประสาทและฮอร์โมนในร่างกายจะทำงานได้อย่างสมดุล (ลดฮอร์โมนความเครียดเช่น คอร์ติซอล) การฝึกอานาปานสติ (การตามดูลมหายใจ) ช่วยเพิ่มออกซิเจนในเลือดและทำให้ระบบทางกายภาพผ่อนคลาย ใช้ปัญญาในการดูแลสุขภาพ มองร่างกายตามความเป็นจริง (โยนิโสมนสิการ) รู้จักความพอดีในการบริโภคอาหารตามหลัก "โภชนะ มัตตัญญูตา" (กินเพื่ออยู่ ไม่ใช้อยู่เพื่อกิน) รู้ว่าร่างกายต้องการการพักผ่อนและการออกกำลังกายอย่างไรเพื่อให้พร้อมทำงาน

2. ด้านอารมณ์ อารมณ์ที่ปั่นป่วนคือสาเหตุของปัญหาสุขภาพจิตและความรุนแรง ไตรสิกขาช่วยสร้างภูมิคุ้มกันทางอารมณ์ ใช้ศีลเป็นเบรคห้ามล้อในช่วงที่อารมณ์โกรธหรือโลภพุ่งขึ้นสูงจนยากจะควบคุม ศีลจะทำหน้าที่เป็นกฎเหล็กขั้นต่ำสุดที่จะกักขังไม่ให้อารมณ์นั้นระเบิดออกมาเป็นคำพูดที่ทำร้ายกันหรือการกระทำที่รุนแรง ใช้สมาธิสร้างความเท่าทันอารมณ์ สมาธิและสติทำให้เราเห็นอารมณ์ (เช่น ความโกรธ ความน้อยใจ) เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป โดยที่เราไม่กระโจนลงไปร่วมวงรบกับมัน ทำให้เกิดความสงบให้สามารถตอบสนองแบบสุขุมแทนการใช้อารมณ์ และใช้ปัญญาปรับมุมมอง ในการคิดวิเคราะห์ในแง่มุมที่สร้างสรรค์ เพื่อลวงความยึดมั่นถือมั่น เข้าใจว่า "ทุกข์" หรืออารมณ์ลบเป็นสิ่งที่ชั่วคราว ทำให้เราสามารถปล่อยวางและให้อภัย (เมตตา) ได้ง่ายขึ้น

3. ด้านสังคม วิฤตความรับผิดชอบต่อส่วนรวมและการทุจริตคอร์รัปชัน แก้ไขได้ด้วยการนำไตรสิกขามาจัดความสัมพันธ์ระหว่างเรากับสังคมใช้ศีลเป็นกติกาสังคมขั้นพื้นฐาน เพราะศีลคือบรรทัดฐานขั้นต่ำสุดที่ทำให้คนอยู่ร่วมกันได้โดยไม่ระแวงกัน การรักษาศีลคือการเคารพสิทธิของผู้อื่น ไม่ฉ้อโกง ไม่ละเมิด และมีความซื่อสัตย์สุจริตในหน้าที่การงานใช้สมาธิเพื่อสร้างความเห็นอกเห็นใจ จิตที่ตั้งมั่นและสงบจะลดความเห็นแก่ตัวลง ทำให้เราเปิดใจรับฟังผู้อื่นอย่างลึกซึ้ง เกิดความปรารถนาดีต่อเพื่อนมนุษย์ และพร้อมที่จะทำงานร่วมกับผู้อื่นเพื่อประโยชน์ส่วนรวมใช้ปัญญามองเห็นความเชื่อมโยงของสังคม grikitปัญญาทำให้เราเข้าใจกฎแห่งเหตุและผลในระดับสังคม ว่าตัวเราไม่ได้อยู่โดดเดี่ยว พฤติกรรมที่เห็นแก่ตัวของเราในวันนี้ย่อมส่งผลกระทบต่อโครงสร้างสังคมทั้งหมดในวันข้างหน้า เกิดสำนึกรับผิดชอบต่อโลกและสิ่งแวดล้อม

4. ด้านปัญญา ในยุคที่ข้อมูลท่วมท้นและเต็มไปด้วยการบิดเบือน การพัฒนาปัญญาตามหลักพุทธศาสนาจะช่วยให้เราเป็นมนุษย์ที่เท่าทันโลก โดยการใช้ศีลเป็นสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ พฤติกรรมภายนอกที่สงบ เรียบร้อย ไม่วุ่นวาย ไม่ทุจริต จะเป็นสิ่งแวดล้อมที่ดีที่ช่วยให้สมองและระบบความคิดสามารถรับรู้ข้อมูลและเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และใช้สมาธิเพราะในโลกที่เต็มไปด้วยสิ่งเบี่ยงเบนความสนใจ สมาธิคือตัวช่วยสร้างความจดจ่อทำให้สามารถคิดวิเคราะห์ วางแผน และทำความเข้าใจเรื่องที่ซับซ้อนได้อย่างรวดเร็วและแม่นยำ และการใช้ปัญญาสู่การตื่นรู้และเท่าทันเทคโนโลยี พัฒนาจากการฟัง/อ่าน (สุตมยปัญญา) และการคิดวิเคราะห์ (จินตามยปัญญา) ไปสู่การรู้แจ้งเห็นจริง สามารถแยกแยะสิ่งที่เป็นแก่นสารออกจากสิ่งที่เป็นเปลือก รู้เท่าทันกลลวงในโลกดิจิทัล และใช้ความรู้ความฉลาดเหล่านั้นไปในทางที่สร้างสรรค์ ไม่ใช่เพื่อเอาเปรียบผู้อื่น

การผสมผสานไตรสิกขาเข้ากับทั้ง 4 มิติ คือ ด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ ด้านสังคม และด้านปัญญานี้ จะช่วยเปลี่ยนให้มนุษย์ในยุคปัจจุบันที่กำลังประสบปัญหาต่าง ๆ กลายมาเป็นคนที่สมบูรณ์ที่มีร่างกายแข็งแรง มีอารมณ์มั่นคง มีความสัมพันธ์ทางสังคมที่งดงาม และมีปัญญาที่แจ่มชัด

องค์ความรู้จากการค้นคว้าเชิงเอกสาร

จากการการค้นคว้าข้อมูลสามารถสรุปผลกระทบเชิงประจักษ์ในแต่ละมิติได้ดังนี้

1. มิติกายและศีล นำไปสู่ การปรับพฤติกรรมสร้างสุขภาพ

การฝึกรักษาศีลและวินัยขั้นพื้นฐาน (เช่น ศีลข้อ 5 และเสขียวัตร) ช่วยลดพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพอย่างมีนัยสำคัญ งานวิจัยเชิงพฤติกรรมศาสตร์พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ใช้หลักศีล 5 ร่วมกับการดูแลกาย มีอัตราการเจ็บป่วยจากโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง และอุบัติเหตุทางถนนลดลงอย่างชัดเจน เนื่องจากมีสติยับยั้งชั่งใจก่อนการบริโภคหรือขับขี่

2. มิติตอบสนองอารมณ์และสมาธิ นำไปสู่ การเปลี่ยนโครงสร้างสมอง

งานวิจัยด้านประสาทวิทยาศาสตร์รองรับว่า การฝึกสมาธิและอานาปานสติเป็นประจำ ช่วยลดการทำงานของสมองส่วนอมิกดาลา (ซึ่งควบคุมอารมณ์กลัว โกรธ และความเครียด) และไปเพิ่มความหนาแน่นของสมองส่วนพรีฟรอนทอลคอร์เท็กซ์ (ซึ่งควบคุมเหตุผลและการตัดสินใจ) ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติมีภาวะซึมเศร้าและความวิตกกังวลลดลง สามารถบริหารจัดการอารมณ์ดิบได้อย่างดีเยี่ยม

3. มิติสังคมและศีล/สมาธิ นำไปสู่ การเพิ่มความเห็นอกเห็นใจสาธารณะ

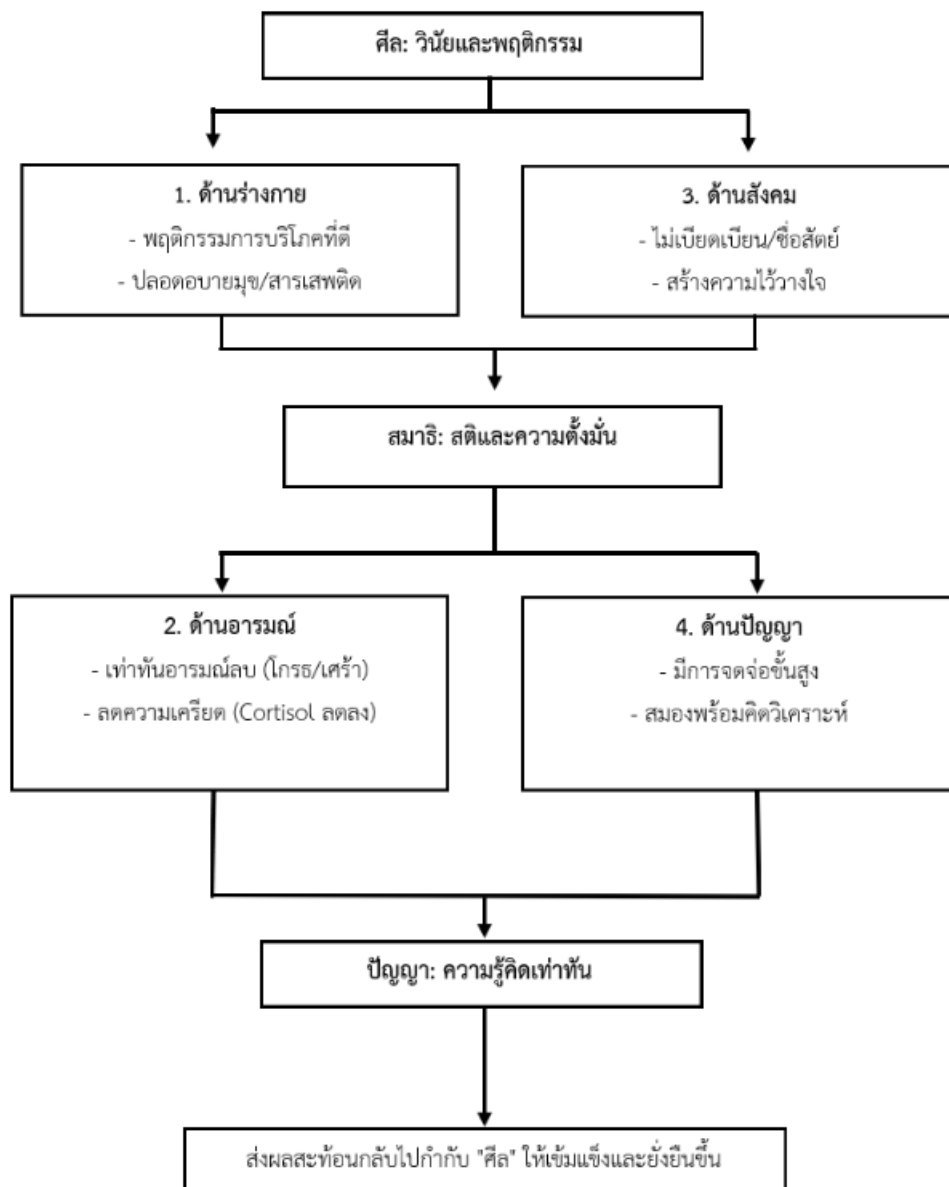
งานวิจัยทางสังคมศาสตร์พบว่า เมื่อบุคคลได้รับการฝึกฝนจิตใจ (สมาธิ/เมตตา) พฤติกรรมเห็นแก่ตัวจะลดลง และเกิดพฤติกรรมเกื้อกูลสังคมมากขึ้น มีความเต็มใจที่จะปฏิบัติตามกฎกติกา ไม่ทุจริตคอร์รัปชัน และมีศักยภาพในการรับฟังเพื่อลดความขัดแย้งในองค์กรและครอบครัวสูงขึ้น

4. มิติปัญญาและปัญญาศึกษา นำไปสู่ การคิดเชิงระบบและรู้เท่าทันสื่อ

การฝึกคิดแบบโยนิโสมนสิการ ช่วยเพิ่มทักษะความฉลาดทางดิจิทัลและการรู้เท่าทันสื่อ งานวิจัยในชั้นเรียนพบว่า นักเรียนที่ได้รับการบ่มเพาะปัญญาในลักษณะนี้ มีความสามารถในการคัดกรองข่าวลวงและแยกแยะข้อมูลบิดเบือนได้ดีกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติบทสรุปเชิงทฤษฎีงานวิจัยสรุป

ตรงกันว่า ไตรสิกขาไม่ใช่ยาวิเศษที่ตัดขาดจากโลก แต่คือระบบปฏิบัติการของชีวิตที่เมื่อติดตั้งลงในตัวมนุษย์แล้ว จะทำให้ฮาร์ดแวร์ (ร่างกาย) และซอฟต์แวร์ (อารมณ์, สังคม, ปัญญา) ทำงานร่วมกันได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด สมดุลที่สุด และไม่เกิดปัญหาเชิงระบบในระยะยาว

แผนภาพแสดงวงจรไตรสิกขาเพื่อการพัฒนา 4 มิติ



สรุป

สังคมไทยในยุคดิจิทัลและโลกาภิวัตน์กำลังเผชิญกับวิกฤตเชิงจริยธรรมและคุณค่าที่ซับซ้อน เช่น ความรุนแรงในครอบครัว ปัญหาสุขภาพจิต การทุจริตคอร์รัปชัน และภัยออนไลน์ ซึ่งเป็นผลพวงจากการมุ่งเน้นพัฒนาเศรษฐกิจและวัตถุนิยมเพียงด้านเดียว จนละเลยมิติทางสังคมและจิตใจ ส่งผลให้เกิดความไม่

สมดุลและความเปราะบางเชิงโครงสร้างในระยะ ปัญหาเหล่านี้ชี้ให้เห็นว่า กลไกทางกฎหมายหรือมาตรการทางสังคมเพียงอย่างเดียวไม่สามารถแก้ไขได้อย่างยั่งยืน แต่จำเป็นต้องอาศัยกรอบแนวคิดที่ลึกซึ้งเพื่อพัฒนามนุษย์แบบองค์รวมอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง

พระพุทธศาสนาได้เสนอแนวทางการแก้ปัญหาผ่านหลักไตรสิกขา (ศีล สมาธิ ปัญญา) ในฐานะระบบปฏิบัติการชีวิตที่เข้าไปบูรณาการร่วมกับวิถีชีวิตสมัยใหม่ โดยทำงานเกื้อหนุนกันเป็นวงจรเพื่อพัฒนาคนให้สมบูรณ์ใน 4 มิติ คือ ด้านร่างกาย (ใช้ศีลจัดระเบียบพฤติกรรม/ใช้ปัญญาเลือกบริโภค) ด้านอารมณ์ (ใช้สมาธิและสติยับยั้งอารมณ์ดิบ) ด้านสังคม (ใช้ศีลและสมาธิสร้างความไว้วางใจและลดความเห็นแก่ตัว) และด้านปัญญา (ใช้โยนิโสมนสิการคิดวิเคราะห์เท่าทันสื่อ) ซึ่งสอดคล้องกับหลักฐานเชิงประจักษ์ทางวิทยาศาสตร์และสังคมศาสตร์ อาทิ งานวิจัยทางประสาทวิทยาศาสตร์ที่ยืนยันว่าการฝึกสมาธิช่วยปรับโครงสร้างสมองส่วนอมิกดาลาและฟรอนทอลคอร์เท็กซ์เพื่อลดความเครียดและเพิ่มเหตุผล ดังนั้น นโยบายการพัฒนาคนยุคใหม่จึงต้องบูรณาการไตรสิกขาเข้าสู่ระบบการศึกษาและพื้นที่สื่อปลอดภัย เพื่อสร้างมนุษย์ที่ฉลาดทางเศรษฐกิจควบคู่ไปกับความมั่นคงทางจิตใจและปัญญาที่เท่าทันโลกอย่างยั่งยืน

บรรณานุกรม

- พระพุทธคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2546). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิพุทธธรรม.
- พระพุทธคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2555). *พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย*. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2566). *แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 13 (พ.ศ. 2566–2570)*. กรุงเทพฯ: สำนักนายกรัฐมนตรี.
- Bhikkhu Bodhi. (2011). *The Noble Eightfold Path: Way to the End of Suffering*. Kandy: Buddhist Publication Society.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.
- Harvard University, Center for the Study of World Religions. (2018). *Buddhism and Ethics in Modern Society*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Isham, A., Verfurth, C., Armstrong, A., Elf, P., Gatersleben, B., & Jackson, T. (2022). The problematic role of materialistic values in the pursuit of sustainable well-being. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(6), 3673. <https://doi.org/10.3390/ijerph19063673>
- Payutto, P. A. (2012). *Buddhadhamma: The Laws of Nature and Their Benefits to Life*. Bangkok: Buddhadhamma Foundation.

Rahula, W. (1974). *What the Buddha Taught*. New York: Grove Press.

United Nations Development Programme (UNDP). (2022). *Human Development Report 2021/2022: Uncertain Times, Unsettled Lives*. New York: UNDP.

World Health Organization (WHO). (2022). *World Mental Health Report: Transforming Mental Health for All*. Geneva: WHO.

นิเวศวิทยาแห่งจิต: การบูรณาการพุทธจิตวิทยากับประสาทวิทยาเพื่อเสริมสร้างสุข ภาวะทางปัญญาในยุคดิจิทัล

Ecology of Mind: Integrating Buddhist Psychology and Neuroscience for Cognitive Well-being in the Digital Age

¹ก้องไกล เหมันต์, ²พระมหากฤษณ กิตติภทฺโท, ³พระมหาอิศเรศ ฐิตจิตโต

¹Kongkai Heman, ²Phramaha Kritsana Kittibhaddo,

³Phramaha Itsares Thitacitto

¹โรงเรียนทรายทองเฉลิมวิทย์, ²มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,

³โรงเรียนพระปริยัติธรรมวัดสุวรรณมงคล

¹Sai Thong Chalermwit School, ²Mahachulalongkornrajavidyalaya University,

³Wat Suwanmongkol Buddhist High School

¹Corresponding Author's E-mail: kongkaik1993@gmail.com

Received: April 20, 2026; Revised: August 09, 2026; Accepted: September 19, 2026

บทคัดย่อ

ในช่วงทศวรรษปัจจุบัน ความสนใจของมนุษย์ถูกแปรสภาพเป็นสินค้าในระบบเศรษฐกิจดิจิทัล อัลกอริทึมที่มีอยู่ในทุกระบบออนไลน์กำลังใช้ประโยชน์เพื่อหวังผลทางธุรกิจ บทความวิชาการฉบับนี้มุ่งสำรวจ วิเคราะห์โครงสร้างที่ระบบประสาทและจิตใจของมนุษย์ต้องเผชิญ การวิเคราะห์ผ่านการบูรณาการระหว่างพุทธจิตวิทยาและประสาทวิทยาสมัยใหม่ จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า สิ่งเร้าดิจิทัลที่สั้นและรวดเร็วนี้มีได้เพียงแค่รบกวนสมาธิชั่วคราว แต่กำลังปรับเปลี่ยนโครงสร้างการทำงานของสมองให้ตกอยู่ในสภาวะนิรวณจิตัล โดยเฉพาะการกระตุ้นวงจรโดปามีนในสมองส่วนกลางอย่างต่อเนื่องจนเกิดภาวะเสพติดความคาดหวัง และการทำงานที่โอเวอร์โหลดของเครือข่ายสมองโหมดฟุ้งซ่าน (Default Mode Network - DMN) ซึ่งบั่นทอนการควบคุมตนเองของสมองส่วนหน้า ปรากฏการณ์นี้ส่งผลให้สมองส่วนอะมิกดาลาตื่นตัวผิดปกติ นำไปสู่ความเครียดเรื้อรัง ระดับต่ำและความวิตกกังวลในอัตลักษณ์จากการเปรียบเทียบทางสังคมในโลกเสมือน

ผู้เขียนได้เสนอแนวทางสติบำบัดเชิงโครงสร้างประสาท (Neuro-Mindfulness Therapy) โดยชี้ให้เห็นว่าการฝึกสติปัฏฐานคือกระบวนการปรับเปลี่ยนระบบประสาทด้วยตนเอง เพื่อสร้างพื้นที่ว่างระหว่างสิ่งเร้าและการตอบสนอง อันเป็นหัวใจสำคัญของปรากฏการณ์ความยืดหยุ่นของสมอง บทความนี้ยังได้นำเสนอแผนผังการเยียวยาใจด้วยหลักเมตตาภาวนาเชิงคลินิก และการสร้างสุขอนามัยทางจิตยุคใหม่ เพื่อคืนอิสรภาพความเป็นนายให้แก่ระบบประสาท และนำพามนุษย์ไปสู่วิวัฒนาการที่ตื่นรู้ท่ามกลางกระแสข้อมูลที่ไม่มีความหยุดนิ่ง

คำสำคัญ: พุทธจิตวิทยา; ประสาทวิทยา; นิรวณ; สติปัฏฐาน; ความยืดหยุ่นของระบบประสาท

Abstract

In the current decade, human attention has been commodified in the digital economy. Algorithms prevalent in every online system are being exploited for business purposes. This academic paper explores the structural crisis facing the human nervous system and mind, analyzing it through an integration of Buddhist psychology and modern neuroscience. A literature review reveals that these short, rapid digital stimuli not merely disrupt concentration temporarily but are restructuring brain function, leading to a state of digital distraction. Specifically, they continuously stimulate dopamine circuits in the midbrain, resulting in an addiction to expectation and an overload of the default mode network (DMN), impairing prefrontal cortex self-control. This phenomenon leads to abnormal amygdala activation, resulting in low-level chronic stress and identity anxiety stemming from social comparisons in the virtual world.

The authors propose Neuro-Mindfulness Therapy, highlighting that mindfulness practice is a process of self-modification of the nervous system to create space between stimuli and responses, a key aspect of brain resilience. This article also presents a framework for clinical healing using loving-kindness meditation and the creation of modern mental well-being to restore control over the nervous system. And it leads humanity to an awakened evolution amidst the never-ending stream of information.

Keywords: Buddhist psychology; Neuroscience; Hindrances; Mindfulness; Neuroresilience

บทนำ

ในห้วงทศวรรษที่ผ่านมา มนุษยชาติได้ก้าวเข้าสู่ยุคที่เรียกว่า เศรษฐกิจแห่งความสนใจ ซึ่งในมิติทางจิตวิทยาคลินิกถือเป็นจุดเปลี่ยนที่ส่งผลกระทบต่อระบบนิเวศของจิตใจมนุษย์อย่างรุนแรงที่สุดเท่าที่เคยปรากฏมา เพราะเทคโนโลยีสารสนเทศและอัลกอริทึมของสื่อสังคมออนไลน์ถูกออกแบบมาเพื่อการสื่อสารหรือการเข้าถึงข้อมูลเพียงและถูกประดิษฐ์ขึ้นเพื่อดึงดูดความสนใจของมนุษย์ โดยผ่านกลไกการกระตุ้นสารสื่อประสาทประเภทโดปามีน (Dopamine) อย่างต่อเนื่องและซ้ำซาก ดังจะเห็นได้จากเนื้อหาของสารในปัจจุบันจากแพลตฟอร์มออนไลน์ที่มักจะสร้างสื่อชนิดรุนแรงและฉาบฉวย สื่อระยะสั้นก่อให้เกิดอารมณ์โดยเฉพาะโลภและโกรธ และทำให้สมาธิหรือการจดจ่อของผู้เสพสั้นลงเรื่อย ๆ ระดับโดปามีนจึงมักถูกกระตุ้นบ่อยครั้งในตัวผู้ใช้งาน ทำให้สารเหล่านี้ไร้การควบคุมและทำให้อารมณ์ของมนุษย์ฉุนเฉียว ขาดสติ และใจร้อน เกิดผลกระทบต่อเนื่องคือการเสียทรัพยากรเพื่อตอบสนองค้นหาเพื่อสร้างภาพลักษณ์ของความสวยงามและต้องรวดเร็วไปพร้อม ๆ กัน

แต่ปัญหาที่สำคัญ คือ สมรรถนะของมนุษย์มีขีดจำกัดในการรับรู้แต่กระแสข้อมูลในโลกดิจิทัลกลับหลั่งไหลเข้ามาอย่างไม่มีขีดจำกัด ส่งผลให้เกิดปรากฏการณ์จิตกระจัดกระเจา หรือสภาวะที่สมาธิอันเป็นรากฐานแห่งปัญญาถูกดึงกระชากไปมาระหว่างสิ่งเร้าที่สั้น ฉาบฉวย และรวดเร็ว ปรากฏการณ์นี้ส่งผลโดยตรงต่อสมองส่วนหน้า (Prefrontal Cortex - PFC) ซึ่งทำหน้าที่เปรียบเสมือนผู้บัญชาการสูงสุด ในการบริหารจัดการชีวิตและความอดทนอดกลั้น จากการศึกษาของ Hanson (2009) ในหนังสือ Buddha's Brain ชี้ให้เห็นว่า เมื่อสมองถูกจู่โจมด้วยสิ่งเร้าที่มากเกินไป สมองส่วนหน้าจะเริ่มเข้าสู่ภาวะอ่อนแรง ทำให้มนุษย์ยุคใหม่มีขีดความสามารถใน

การจดจ่อลดลง มีความหุนหันพลันแล่นสูงขึ้น และเผชิญกับภาวะความเครียดสะสมระดับต่ำแต่เรื้อรัง ซึ่งเป็นบ่อเกิดของโรคทางจิตเวชร่วมสมัย เช่น ภาวะซึมเศร้าจากการเปรียบเทียบทางสังคม และความวิตกกังวลต่อการตกกระแส

แม้ว่าในปัจจุบันจะมีแนวทางการบำบัดทางจิตวิทยาหลากหลายรูปแบบ เช่น การบำบัดทางความคิดและพฤติกรรม (CBT) แต่ผู้เขียนในผู้สนใจในเรื่องจิตวิทยาพบว่ามีช่องว่างที่สำคัญ คือ

1. ช่องว่างเชิงประสบการณ์

การบำบัดส่วนใหญ่มุ่งจัดการที่ปลายเหตุ ของอารมณ์ แต่ยังขาดเครื่องมือที่ช่วยให้บุคคลสร้างเชื่อมั่นในสติ ในระดับผัสสะได้ทันทั่วทั้งทีในขณะที่ปลายนี้กำลังสัมผัสหน้าจอ

2. ช่องว่างเชิงโครงสร้างประสาท

ขาดการเชื่อมโยงวิถีปฏิบัติทางจิตวิญญาณเข้ากับปรากฏการณ์ Neuroplasticity (ความยืดหยุ่นของระบบประสาท) อย่างเป็นรูปธรรม ทำให้ผู้คนมองว่าการฝึกจิตเป็นเพียงเรื่องของความเชื่อ มากกว่าจะเป็นกระบวนการคัดสรรทางสมอง ด้วยตนเอง

บทความนี้จึงมุ่งศึกษาแนวทางการบูรณาการพุทธจิตวิทยาเข้ากับประสาทวิทยาศาสตร์สมัยใหม่ เพื่อตีแผ่กลไกนิเวศจิตที่ซ่อนอยู่เบื้องหลังการฝึกสมาธิที่วางผ่านสติปัญญา ตลอดจนการเยียวยาอัตลักษณ์ที่แตกสลายด้วยจิตวิทยาการเห็นอกเห็นใจตนเอง เพื่อคืนอำนาจอันเป็นศักยภาพที่พึงมีแห่งการเป็นนายให้แก่ระบบประสาท

ประสาทวิทยาแห่งนิเวศ: เมื่อโดปามีนถูกกระตุ้นด้วยตัณหา

ในการทำความเข้าใจวิกฤตทางจิตของมนุษย์ยุคดิจิทัล เราจำเป็นต้องพิจารณาภาวะที่พุทธศาสตร์เรียกว่า นิเวศ 5 (มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 11/315/301, 2539) ซึ่งมีใช้เพียงสภาวะทางใจที่ล่องลอย แต่มีรากฐานทางสรีรวิทยาที่ชัดเจนในระบบประสาท บทความนี้จะพรรณนาถึงกลไกที่สิ่งเร้าดิจิทัลเข้าไปบิดเบือนการทำงานของสมอง จนเกิดเป็นกำแพงกั้นปัญญา ในระดับเซลล์

กามฉันทะกับเงาของโดปามีน ในระดับประสาทวิทยาศาสตร์ กามฉันทะ หรือความพอใจในกามคุณ ในยุคใหม่นี้ ได้กลายพันธุ์ไปสู่สภาวะเสพติดรางวัลที่คาดเดาไม่ได้ กลไกสำคัญอยู่ที่สารสื่อประสาทที่ชื่อว่า โดปามีน (Dopamine) ซึ่งถูกหลั่งออกมาจากสมองส่วนกลางในบริเวณ โครงสร้างของเนื้อประสาทส่วนล่าง (Ventral Striatum) และพุ่งตรงไปยังส่วนควบคุมพฤติกรรม

พรรณนาเชิงลึกคือ โดปามีนมิใช่สารแห่งความสุขอย่างที่คนทั่วไปเข้าใจ แต่มันคือสารแห่งความโหยหา และการคาดหวังผลลัพธ์ ทุกครั้งที่มนุษย์เฝ้าน้ำจอ สมองจะตกอยู่ในสภาวะที่เรียกว่า ตารางการเสริมแรงตามอัตราส่วนแปรผัน (Variable Ratio Reinforcement Schedule) คล้ายคลึงกับกลไกของตู้สล็อตแมชชีน ในกาสิโน อัลกอริทึมจะสุ่มเนื้อหาที่เร้าอารมณ์มาสลับกับเนื้อหาทั่วไป ทำให้สมองส่วนกลางตื่นตัวตลอดเวลาเพื่อลุ้น ว่าโพสต์ถัดไปหรือยอดแจ้งเตือนถัดไปจะเป็นรางวัลหรือไม่

การกระตุ้นวงจรโดปามีนอย่างต่อเนื่องนี้เองคือสภาวะ กามฉันทะ ในระดับโมเลกุล เมื่อวงจรนี้ทำงานหนักเกินไป จะเกิดปรากฏการณ์สมองส่วนหน้าล่า ส่งผลให้ความสามารถในการยับยั้งซึ่งใจลดต่ำลง มนุษย์จึงกลายเป็นทาสของสิ่งยั่วยุ หุนหันพลันแล่น และสูญเสียอิสรภาพทางใจในการเลือกที่จะหยุด (Goleman & Davidson, 2017; Hanson, 2009)

พยาบาท: วงจรภัยคุกคามและการถูกระตุ้นของ Amygdala พยาบาท หรือความขุ่นมัว พยาบาท ความไม่พอใจ ในโลกดิจิทัลเกิดจากการถูกระตุ้นผ่านอัลกอริทึมที่เน้นสร้างความขัดแย้ง (Outrage-bait/Dramatized Content) และสภาวะการคุกคามทางสังคม เช่น การเปรียบเทียบยอดไลค์ หรือการเผชิญหน้ากับการบูลลี่ออนไลน์ ในทางประสาทวิทยาศาสตร์ สภาวะพยาบาทเชื่อมโยงโดยตรงกับการทำงานของอะมิกดาลาซึ่งเป็นศูนย์กลางการประมวลผลอารมณ์กลัวและความก้าวร้าว ร่วมกับระบบความปลอดภัยทางไซเบอร์ที่ทำหน้าที่ตรวจจับ วิเคราะห์ และเตือนภัยคุกคาม เมื่อเห็นโพสต์ที่ขัดใจหรือคอมเมนต์โจมตีอะมิกดาลา จะส่งสัญญาณเตือนภัยฉุกเฉินและกระตุ้นแกนไฮโปทาลามัส-ต่อมใต้สมอง-ต่อมหมวกไต (Hypothalamic-Pituitary-Adrenal axis) ให้หลั่งฮอร์โมนคอร์ติซอลและ ออดรีนาลีน

ตัวอย่าง ผู้ใช้งานที่เห็นคอมเมนต์วิพากษ์วิจารณ์ในแง่ลบ หรือได้ยอดไลค์น้อยกว่าที่คาดหวัง สมองจะตีความว่าสถานะทางสังคมกำลังถูกคุกคาม ส่งผลให้เกิดอาการหัวใจเต้นเร็ว เกิดความรู้สึกโกรธ ขุ่นมัว และตอบโต้อย่างรวดเร็วด้วยความก้าวร้าว สภาวะอารมณ์เดือดพล่านนี้ขัดขวางการทำงานของสมองส่วนหน้า ทำให้ขาดสติและความเมตตา (Pfeifer et al., 2011; Siever, 2008)

อุทธีจกุกูกุจะ การหลงทางในเครือข่ายโหมดเริ่มต้นของกลุ่มพื้นที่สมอง (DMN) ความเหนื่อยล้าทางจิตใจและความรู้สึกฟุ้งซ่านรำคาญใจหลังจากใช้โลกออนไลน์เป็นเวลานาน คือคำนิยามของ อุทธีจกุกูกุจะ ในเชิงประสาทวิทยาศาสตร์ ปรากฏการณ์นี้มีความสัมพันธ์โดยตรงกับการทำงานของเครือข่ายสมองที่เรียกว่า เครือข่ายโหมดเริ่มต้นของกลุ่มพื้นที่สมอง (DMN) ซึ่งรวมถึงสมองส่วน คอร์เทกซ์พรีฟรอนทัลส่วนกลาง และ พื้นที่ส่วนหลังของคอร์เทกซ์ซิงกูเลต (Posterior Cingulate Cortex)

DMN คือ โหมดพักผ่อนที่วุ่นวายของสมอง มันจะทำงานเมื่อจิตใจไม่ได้จดจ่ออยู่กับปัจจุบันขณะ (Mind-wandering) ในขณะที่เราเสพสื่อดิจิทัลที่สั้นและเปลี่ยนหัวข้ออย่างรวดเร็ว จิตจะถูกฝึกให้กระโดดไปมาระหว่างข้อมูลที่ไม่มีความเกี่ยวข้องกัน ส่งผลให้เครือข่ายโหมดเริ่มต้นของกลุ่มพื้นที่สมอง ทำงานโอเวอร์โหลด จิตใจจึงปรุงแต่งเรื่องราวในอดีตมาหลอกหลอน และสร้างภาพกังวลในอนาคตตลอดเวลา งานวิจัยชิ้นสำคัญของ Brewer (2011) ที่ตีพิมพ์ใน Proceedings of the National Academy of Sciences ชี้ให้เห็นว่าผู้ที่ไม่มีสมาธิจดจ่อจะมีระดับการทำงานของเครือข่ายโหมดเริ่มต้นของกลุ่มพื้นที่สมอง ที่สูงกว่าปกติ ซึ่งน่าจะสัมพันธ์กับระดับความทุกข์และความกังวล การที่จิตไม่สามารถสลับมาสู่โหมด เครือข่ายสมองที่ทำงานเมื่อต้องทำภารกิจ (TPN) หรือโหมดการจดจ่ออยู่กับปัจจุบันได้ ทำให้มนุษย์ยุคดิจิทัลตกอยู่ในความฟุ้งซ่านเชิงโครงสร้าง ซึ่งเป็นอุปสรรคสำคัญต่อการเกิดวิปัสสนาปัญญา (Brewer, 2011; พระธรรมโกศาจารย์, 2566)

ถีนมิทธะดิจิทัล: สภาวะสมองล้าและการสูญเสียพลังงานทางปัญญา สภาวะถีนมิทธะ หรือความหดหู่เซื่องซึม ซึ่งในโลกดิจิทัลมักปรากฏในรูปของภาวะสมองล้า เมื่อสมองได้รับข้อมูลมากเกินไปจนขัดจำกัด

กระบวนการจัดระเบียบข้อมูลในฮิปโปแคมปัสจะติดขัด ส่งผลให้ความจำสั้นลงและเกิดความรู้สึกล้าทางอารมณ์ การเสพสื่อที่เร้าอารมณ์รุนแรงเป็นเวลานานทำให้ระบบประสาทเกิดอาการด้านชาต่อความสุขที่เรียบง่ายในชีวิตจริง มนุษย์จึงมักตกอยู่ในภาวะเซื่องซึมไร้พลังซึ่งเป็นเครื่องกั้นสำคัญของการก้าวไปสู่ความตื่นรู้ (Kabat-Zinn, 2013)

วิกิกิจฉา วิกฤตภาวะการตัดสินใจและภาวะสับสนในระดับสมองส่วนหน้า วิกิกิจฉา หรือความลังเลสงสัย ความไม่แน่ใจ ในยุคข่าวสารทะเลาะถกหลายแปลงสภาพมาอยู่ในรูปของภาวะอัมพาตทางการตัดสินใจและความสับสนต่อความจริง ในเชิงประสาทวิทยาศาสตร์ สภาวะนี้เกิดขึ้นเมื่อสมองส่วนหน้า (dlPFC) และคอร์เทกซ์ซิงกูลูเลตส่วนหน้า (ACC) ถูกใช้งานหนักเกินไปจากการต้องประมวลผลข้อมูลที่ขัดแย้งกันอย่างต่อเนื่อง เมื่อสมองได้รับข่าวปลอม ข้อมูลสองด้านที่ไม่ตรงกัน หรือคอนเทนต์โฆษณาชวนเชื่อ วงจรตรวจจับความขัดแย้งในคอร์เทกซ์ซิงกูลูเลตส่วนหน้า จะส่งสัญญาณเตือนสับสนตลอดเวลา จนทำให้สมองสูญเสียเกณฑ์ในการประเมินความถูกต้อง ตัวอย่าง: ผู้ใช้งานที่พยายามหาข้อมูลสุขภาพบนโลกออนไลน์ แต่กลับเจอทฤษฎีขัดแย้งกันนับสิบแบบส่งผลให้เกิดความกังวล ไม่กล้าตัดสินใจเลือกทางใดทางหนึ่ง เกิดความคลางแคลงใจในสัจธรรมหรือหลักการดำเนินชีวิต จนนำไปสู่ความลังเลสงสัยเชิงอภิปัญญา และสูญเสียศรัทธาในการลงมือปฏิบัติจริง (Sweller, 1988; Toffler, 1970)

ความเครียดดิจิทัล: การจ้องจ่าอะมิกดาลา และภาวะคุกคามอัตลักษณ์เสมือน

ในกระบวนการวิวัฒนาการของสมองมนุษย์ โครงสร้างที่มีความสำคัญยิ่งต่อการอยู่รอดคือ อะมิกดาลา (Amygdala) ซึ่งเป็นกลุ่มเซลล์ประสาทรูปอัลมอนต์ที่ฝังตัวลึกอยู่ในสมองส่วนลิมบิก ทำหน้าที่เป็นศูนย์เตือนภัย และประมวลผลอารมณ์พื้นฐาน โดยเฉพาะความกลัวและความก้าวร้าว ในอดีตกาล อะมิกดาลาคือกลไกหลักที่ช่วยให้บรรพบุรุษรอดพ้นจากภัยคุกคามทางกายภาพ แต่ในโลกดิจิทัลปัจจุบัน อัล กอริทึมได้เรียนรู้ที่จะกระตุ้นระบบเตือนภัยนี้ผ่านกลไกที่ถูกออกแบบมาเพื่อให้มนุษย์ตอบสนองต่อสิ่งเร้าบ่อยครั้งกว่าเดิม

ปรากฏการณ์กระตุ้นอะมิกดาลาในโลกเสมือนหรือการโจรกรรมระบบประสาท ในมิติของพุทธจิตวิทยา สภาวะที่จิตใจขุ่นมัว หงุดหงิด หรือเป็นทุกข์จากการรับข้อมูลข่าวสาร เรียกว่า พยาบาทนิรโทษ ซึ่งในทางประสาทวิทยาศาสตร์ ปรากฏการณ์นี้สอดคล้องกับสภาวะ การโจรกรรมอะมิกดาลา หรือการที่สมองส่วนอารมณ์เข้ายึดครองอำนาจการตัดสินใจ เมื่อเราเผชิญกับสิ่งเร้าในโลกออนไลน์ เช่น การถูกตำหนิผ่านข้อความ การไม่ได้รับความสนใจจากยอดปฏิสัมพันธ์ หรือแม้แต่การรับข่าวสารที่รุนแรง อะมิกดาลาจะส่งสัญญาณเตือนภัยในระดับวิกฤต ทันที สิ่งที่น่าสนใจคือ สมองส่วนอะมิกดาลาไม่สามารถแยกแยะความแตกต่างระหว่างการถูกสัตว์ร้ายจู่โจม กับ การถูกปฏิเสธทางสังคมในโลกดิจิทัลได้อย่างเด็ดขาด เมื่อสัญญาณเตือนภัยถูกจุดขึ้น ร่างกายจะหลั่งฮอโมน คอร์ติซอลและอะดรีนาลีนออกมาในปริมาณที่สูง ส่งผลให้สมองส่วนหน้าซึ่งทำหน้าที่ใช้เหตุผลและจดถูกปิดสวิตช์ ลงชั่วคราว มนุษย์ยุคดิจิทัลจึงมักตกอยู่ในสภาวะความเครียดเรื้อรังระดับต่ำซึ่งบั่นทอนสุขภาพทางปัญญา และทำให้เราสูญเสียความสามารถในการพิจารณาเห็นตามความเป็นจริง (โยนิโสมนสิการ) (Hanson, 2009; Goleman & Davidson, 2017)

ภวตันทาในกระจกเงาจิตวิถีสักการะแห่งอัตลักษณ์และการเปรียบเทียบ ความทุกข์ที่ซับซ้อนยิ่งขึ้นในยุคนี้คือการยึดติดในตัวตนเสมือน ซึ่งพุทธศาสตร์วิเคราะห์ว่าเป็นรากเหง้าของภวตันทา (ความอยากเป็น/อยากเด่น) และภวตันทา (ความอยากพ้นไปจากสภาพที่กำลังประสบอยู่) (มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ที.ปา.อ. 305/182, 2553) สื่อสังคมออนไลน์ถูกออกแบบมาให้เป็นที่แห่งการเปรียบเทียบโดยธรรมชาติ เมื่อเราเห็นภาพลักษณ์ที่สมบูรณ์แบบของผู้อื่น สมองส่วนคอร์เทกซ์ซิงกูลาร์ส่วนหน้าด้านหลัง (dACC) ซึ่งเป็นส่วนที่ประมวลผลความเจ็บปวดทางกายจะทำงานเหมือนเราถูกทำร้ายร่างกายจริง ๆ ความรู้สึกด้อยค่า หรือตกกระได จึงมีใช้เพียงความรู้สึกทางใจที่ลอยละล่อง แต่เป็นความเจ็บปวดทางระบบประสาทที่มีตัวตนชัดเจน การยึดมั่นในตัวตนที่ปรุงแต่ง (สักรายวิถีสักการะ) ในโลกดิจิทัลนี้เองที่ทำให้ระบบประสาทส่วนกลางทำงานหนักเกินขอบเขต จนนำไปสู่ภาวะซึมเศร้าและความวิตกกังวลเรื้อรัง (Kabat-Zinn, 2013; พระพรหมคุณาภรณ์, 2562)

วงจรการตอบสนองแบบอัตโนมัติ ผลลัพธ์จากการจงใจอะมิกาตาคือการที่มนุษย์มีพฤติกรรมโต้ตอบแบบอัตโนมัติ มากกว่าการตอบสนองด้วยสติ เมื่อสิ่งเร้าจิตวิถีสักการะเข้าสู่ผัสสะ สมองจะข้ามขั้นตอนการพิจารณาด้วยเหตุผลและกระโจนลงสู่การตัดสินใจทันที สภาวะนี้ทำให้การเจริญเมตตาภาวนาหรือการเห็นอกเห็นใจผู้อื่นทำได้ยากยิ่ง เพราะสมองตกอยู่ในโหมดเอาตัวรอดตลอดเวลา การเข้าใจสาเหตุแห่งความเครียดนี้จึงเป็นก้าวสำคัญที่จะนำไปสู่การรื้อถอนโครงสร้างประสาทที่ผิดปกติด้วยวิถีแห่งสติในบทถัดไป

Neuroplasticity: การปรับเปลี่ยนระบบประสาทด้วยสติปัญญาและวิถีแห่งโยนิโสมนสิการ

ความก้าวหน้าครั้งสำคัญที่สุดของประสาทวิทยาศาสตร์ในรอบศตวรรษคือการค้นพบ Neuroplasticity หรือความยืดหยุ่นของระบบประสาท ซึ่งระบุว่าสมองของมนุษย์มิได้เป็นโครงสร้างที่คงที่ แต่สามารถปรับเปลี่ยนรูปร่างและสร้างวงจรประสาทใหม่ได้ตลอดชีวิตตามพฤติกรรมและการฝึกฝน ปรากฏการณ์นี้สอดคล้องกันในเชิงนิทัศน์กับหลักพุทธศาสนาที่ว่า “จิตที่ฝึกดีแล้ว นำสุขมาให้” (มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย 25/35/36, 2539) บทความนี้ขอพรรณนาถึงกระบวนการคล้ายกรรมสมองด้วยตนเอง ผ่านเครื่องมือแห่งสติปัญญาดังนี้

1. การสร้างพื้นที่ว่างในระดับเซลล์ประสาท ในนิเวศจิตวิถีสักการะที่เต็มไปด้วยสิ่งเร้า สมองส่วนใหญ่ทำงานในโหมดปฏิกิริยาอัตโนมัติ เมื่อมีผัสสะ (เช่น ข้อความแจ้งเตือน) เข้ามา มันจะพุ่งตรงไปยังอะมิกาตาและกระตุ้นการโต้ตอบทันทีด้วยอารมณ์ทันที

การฝึกสติปัญญาโดยเฉพาะการตามรู้ลมหายใจ (อานาปานสติ) หรือการรู้เท่าทันความเคลื่อนไหวของกาย คือการฝึกฝนเพื่อสร้างสิ่งนี้ที่นักจิตวิทยาเรียกว่า พื้นที่ว่างทางปัญญาในเชิงประสาทวิทยา การฝึกสติเป็นการกระตุ้นให้เส้นใยประสาทจากสมองส่วนหน้าส่วนพรีพอนทัลคอร์เทกซ์ลงไปถึงเชื่อมต่อและยับยั้งการทำงานของอะมิกาตา ยิ่งเราฝึกรู้เท่าทันอารมณ์ที่พุ่งพล่านโดยไม่กระโจนลงไปด้วยร่วมวงโต้ตอบบ่อยเท่าไร เส้นใยประสาทชุดนี้ก็จะยิ่งหนาและแข็งแรงขึ้น ผลที่ตามมาคือเราจะสามารถวางสิ่งเร้าได้เร็วขึ้น และคืนอำนาจการตัดสินใจจากสัญชาตญาณสัตว์ป่ากลับสู่ปัญญาที่เยือกเย็น (Goleman & Davidson, 2017; Brewer, 2011)

2. การตัดวงจรแห่งความฟุ้งซ่าน ดังที่ได้กล่าวข้างต้นว่าความทุกข์จิตเกิดจากการทำงานหนักเกินไปของโหมดใจลอย การฝึกสติในระดับวิปัสสนาเป็นการเปลี่ยนสถาปัตยกรรมของสมองจากการคิดวนเวียนไปสู่การรับรู้ตามจริง

งานวิจัยของ Lazar et al. (2005) พบว่าผู้ที่ฝึกสติเป็นประจำจะมีความหนาของเนื้อสมองในส่วนที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ความรู้สึกและการจดจ่อเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ ในขณะที่ส่วนโหมดเริ่มต้นของสมองหรือโหมดใจลอย (DMN) จะทำงานน้อยลง สถานะนี้คือการตัดโครงสร้างของอุทธัจจกุกกุจจะในระดับกายภาพ ทำให้สมองมีพื้นที่ว่างสำหรับการประมวลผลข้อมูลที่มีคุณภาพสูงขึ้น และลดการหลั่งฮอร์โมนความเครียดที่เกิดจากการปรุงแต่งเกินความจำเป็น (Lazar, 2005; พระธรรมโกศาจารย์, 2566)

3. โยนิโสมนสิการ: เครื่องมือปรับโครงสร้างทางปัญญา หากสติคือการหยุดยั้งปฏิกิริยาอัตโนมัติ โยนิโสมนสิการหรือการพิจารณาโดยแยบคายก็คือเครื่องมือช่าง ในการปรับเปลี่ยนระบบความเชื่อ ในโลกที่เต็มไปด้วยข้อมูลลวงและการเปรียบเทียบ การใช้โยนิโสมนสิการเพื่อถามตนเองว่า สิ่งนี้เป็นความจริงหรือไม่? หรือสิ่งนี้เป็นไปเพื่อประโยชน์หรือไม่? จะช่วยเปลี่ยนการทำงานจากสมองส่วนอารมณ์กลับมาสู่สมองส่วนเหตุผลระดับสูง (นีโอคอร์เท็กซ์)

กระบวนการนี้ในทางจิตวิทยาคลินิกเรียกว่า การประเมินทางความคิดใหม่ (Cognitive Reappraisal) ซึ่งเป็นทักษะสูงสุดในการรักษาความสมดุลทางจิตใจ การฝึกฝนเช่นนี้ซ้ำ ๆ จะทำให้สมองเกิดการเรียนรู้ใหม่ (Rewiring) ช่วยให้นักปฏิบัติข้ามกับดักของนิรวณจิตที่ติด และสร้างสุขภาวะทางปัญญาที่ยั่งยืนอย่างแท้จริง (Hanson, 2009; พระพรหมคุณาภรณ์, 2562)

จิตวิทยาการเห็นอกเห็นใจตนเอง: กระบวนการเยียวยาและฟื้นฟูอัตลักษณ์ที่แตกสลายในระบบนิเวศดิจิทัล

จากในระบบนิเวศดิจิทัลที่ถูกขับเคลื่อนด้วยเศรษฐกิจแห่งการเปรียบเทียบ มนุษย์มักตกเป็นเหยื่อของสถานะที่เรียกว่า การลดทอนคุณค่าในตนเองเชิงโครงสร้างโดยไม่รู้ตัว เมื่อเราจ้องมองหน้าจอที่เต็มไปด้วยภาพลักษณ์อันสมบูรณ์แบบของผู้อื่น สมองส่วนคอร์เท็กซ์ซิงกูลูเลตส่วนหน้าด้านหลัง (dACC) ซึ่งทำหน้าที่ประมวลผล ความเจ็บปวดจากการถูกปฏิเสธทางสังคมจะส่งสัญญาณเตือนภัยเสมือนร่างกายกำลังถูกจู่โจมทางสรีรวิทยา

จากเสียงตำหนิตนเอง สู่เมตตาภาวนาเชิงคลินิก ปัญหาสำคัญที่ผู้เขียนอยากจะนำเสนอคือ ผู้ป่วยยุคดิจิทัลมักมีเสียงตำหนิตัวเองที่รุนแรงกว่าคนยุคก่อน ทุกครั้งที่โพสต์ไม่ได้รับการตอบรับ หรือรู้สึกท้อแท้ตนเองตกกระสอ สมองจะหลั่งฮอร์โมนคอร์ติซอลออกมาอย่างต่อเนื่อง ซึ่งในทางพุทธจิตวิทยาสถานะนี้คือการปล่อยให้พยาบาทนิรวณ ทำหน้าที่ที่หมั่นแทงตนเองซ้ำด้วยลูกศรดอกที่สอง

กระบวนการเยียวยาด้วยความเมตตาต่อตนเอง มีใช้การหลอกตัวเองให้มีความสุข แต่คือการปรับโครงสร้างการรับรู้ในระดับประสาทวิทยาศาสตร์ การฝึกเมตตาภาวนาช่วยกระตุ้นการทำงานของสมองส่วนอินซูลาซึ่งทำหน้าที่รับรู้อารมณ์และความรู้สึกภายในกาย ทำให้บุคคลสามารถโอบรับ ความเจ็บปวดที่เกิดจากการ

เปรียบเทียบได้โดยไม่ปฏิเสธ การเปลี่ยนผ่านจากโหมดเอาตัวรอด มาสู่โหมดปลอดภัยและเชื่อมโยง จะช่วยลดอัตราการเต้นของหัวใจและคืนสมดุลให้กับระบบประสาทอัตโนมัติ (Neff, 2011; Goleman & Davidson, 2017)

การถอนอุปาทานในตัวตนเสมือน ความแปลกใหม่ของหัวข้อนี้คือการวิเคราะห์ว่าตัวตนดิจิทัล ได้กลายเป็นอุปาทานที่แข็งแกร่งที่สุดในปัจจุบัน มนุษย์ส่วนใหญ่ไม่ได้ทุกข์เพราะตัวเอง จริง ๆ แต่ทุกข์เพราะตัวตนที่สร้างขึ้นในหน้าจอ ไม่ได้รับการยอมรับ

ในทางประสาทวิทยาศาสตร์ การยึดติดนี้เกี่ยวข้องกับการทำงานหนักเกินขอบเขตของ พื้นที่บริเวณกึ่งกลางของเปลือกสมองส่วนหน้า (mPFC) ซึ่งประมวลผลเรื่องราวเกี่ยวกับตนเอง พุทธจิตวิทยาใช้หลักอนัตตมา เป็นเครื่องมือในการปรับระบบประสาท โดยการชี้ให้เห็นว่าภาพบนหน้าจอ และยอดตัวเลข นั้นเป็นเพียงสังขารที่ปรุงแต่งขึ้น ไม่มีความเที่ยงแท้ เมื่อบุคคลสามารถถอนอุปาทาน ออกจากตัวตนเสมือนได้ สมองส่วนหน้าจะทำงานได้อย่างอิสระมากขึ้น ลดภาระการประมวลผลข้อมูลที่บ้านทอนกำลังปัญญา และนำไปสู่ความยืดหยุ่นทางอารมณ์ ที่ยั่งยืนอย่างแท้จริง (Kabat-Zinn, 2013; พระพรหมคุณาภรณ์, 2562)

ภาคปฏิบัติ: สุขอนามัยทางจิตในวิถีพุทธพัฒนธรรมดิจิทัล เพื่อให้เห็นผลในระดับคลินิก ผู้เขียนเสนอแนวทางปฏิบัติเรื่องความเมตตาในโลกไซเบอร์ซึ่งประกอบด้วย

1. การระลึกถึงผัสสะ (Heavey, Hurlburt, 2008) ทุกครั้งที่มือสัมผัสสมาร์ทโฟน ให้รู้สึกถึงน้ำหนักและผิวสัมผัส เพื่อดึงจิตออกจากโลกเสมือน กลับมาสู่กายเนื้อ
2. การเจริญเมตตาภาวนาเพื่อโอบรับตนเอง มองเห็นว่าความหงุดหงิดหรือความรู้สึกด้อยค่าที่เกิดขึ้น เป็นเพียงผลผลิตของระบบประสาทที่ถูกกระตุ้น ยอมรับความผิดพลาดหรือความโดดเดี่ยวในโลกออนไลน์ว่าเป็นประสบการณ์ร่วมของมนุษย์ยุคดิจิทัล (Common Humanity) แทนที่จะตอกย้ำบาดแผลด้วยการตำหนิตัวเองซ้ำ ๆ
3. การกำหนดพื้นที่สัญญาณ จัดสรรเวลาที่ปราศจากหน้าจออย่างสิ้นเชิง เพื่อให้สมองส่วนฮิปโปแคมปัส ได้จัดระเบียบความจำ และให้ระบบประสาทส่วนกลางได้กลับคืนสู่สภาวะปกติ (Homeostasis)

บทวิเคราะห์เชิงคลินิกและแผนที่สู่สุขภาพทางปัญญาใหม่ความก้าวหน้า

การจากการพรรณานวเคราะห์ข้างต้น เราจะเห็นได้ว่าวิกฤตสุขภาพจิตในยุคดิจิทัลมิใช่เพียงปัญหาเชิงพฤติกรรมส่วนบุคคล แต่เป็นปรากฏการณ์ "ความไม่สมดุลทางชีวภาพ" (Biological Imbalance) ที่เกิดจากการที่วิวัฒนาการของระบบประสาทมนุษย์ปรับตัวไม่ทันต่อความเร็วของอัลกอริทึม ผู้เขียนขอเสนอ Roadmap 2 ขั้นตอนเพื่อฟื้นฟูรากแก้วแห่งจิตใจในระดับมหภาค:

1. **การสร้างระบบสัปายะดิจิทัล** ในพุทธศาสนา สัปายะ หมายถึง สภาวะที่เอื้อต่อการพัฒนาจิต (พระพรหมคุณาภรณ์,) ในยุคปัจจุบันเราจำเป็นต้องสร้างนิเวศวิทยาการสื่อสารใหม่ที่เรียกว่าสัปายะดิจิทัล ซึ่งมีใช้การปฏิเสธเทคโนโลยีแบบสุดโต่ง แต่เป็นการนำหลัก อินทรีย์สังวร มาบูรณาการกับความรู้เรื่องวงจรโดปามีน

ในระดับบุคคล การฝึกกำหนดพื้นที่ปลอดสัญญาณ และช่วงเวลาหยุดพักทางประสาท เพื่อให้สมองส่วนหน้า ได้คืนสู่สภาวะสมดุลและลดภาระการทำงานของอะมิกดาลา

ในระดับสังคม การรณรงค์ให้องค์กรและแพลตฟอร์มต่าง ๆ คำนึงถึงจริยธรรมความสนใจเพื่อลดการออกแบบที่มุ่งเน้นการเสพติด ซึ่งสอดคล้องกับหลักสัมมาอาชีวะในมิติใหม่ (พระพรหมคุณาภรณ์, 2562; Hanson, 2009)

2. การยกระดับความฉลาดทางสติสัมปชัญญะ โลกในศตวรรษที่ 21 ต้องการทักษะชุดใหม่ที่เรียกว่า MQ (Mindfulness Intelligence) ซึ่งเป็นการบูรณาการสติปัญญาเข้ากับความรู้เรื่องประสาทวิทยาอย่างเป็นระบบ ทักษะนี้ควรถูกบรรจุเป็นวิชาบังคับของชีวิต เพื่อสร้างความยืดหยุ่นทางปัญญา

ขั้นพื้นฐาน การเข้าใจกลไกการโหมกโหมมอะมิกดาลาเพื่อให้บุคคลรู้เท่าทันอารมณ์โกรธหรือความอยากในข้อมูลในระดับกายภาพ

ขั้นสูง การฝึกสร้างจังหวะหยุดคิดระหว่างสิ่งเร้าในระดับเสี้ยววินาที เพื่อเปลี่ยนจากการตอบโต้ด้วยสัญชาตญาณไปสู่การตอบสนองด้วยปัญญา กระบวนการนี้คือการปรับปรุงระบบประสาทเพื่อเพิ่มความหนาของเปลือกสมองส่วนนอก ซึ่งจะช่วยป้องกันภาวะสมองเสื่อมก่อนวัยอันควรจากการเสพติดสื่อดิจิทัล (Brewer, 2011; Lazar, 2005)

สรุป

ในท้ายที่สุด เมื่อเรามองย้อนกลับไปผ่านเลนส์ของทั้งพุทธจิตวิทยาและประสาทวิทยาศาสตร์ เราจะพบความจริงที่น่าประหลาดใจประการหนึ่งว่า "ความทุกข์" ของมนุษย์ในยุคดิจิทัล มิใช่ความอ่อนแอทางใจ แต่คือปรากฏการณ์ทางชีวภาพที่เกิดจากการที่สมองของเราปรับตัวไม่ทันต่อพายุข้อมูลที่โหมกระหน่ำ บทความนี้ได้พยายามชี้ให้เห็นว่า เราไม่ได้กำลังต่อสู้กับแค่แอปพลิเคชันในมือถือ แต่เรากำลังต่อสู้กับสัญชาตญาณสัตว์ป่าในสมองของตัวเอง

การฝึกสติจึงมิใช่เพียงเรื่องของศาสนาหรือจารีตประเพณีที่ล้าสมัย แต่คือศิลปะแห่งการรักษาสมรรถภาพทางสมอง มันคือการลงมือปรับปรุงแผนวงจรประสาทด้วยตัวเอง เพื่อสร้างพื้นที่ว่างระหว่างสิ่งที่เข้ามากระทบกับการตอบโต้ออกไป พื้นที่ว่างเล็ก ๆ นี้เองที่เป็นบ่อเกิดของอิสรภาพที่แท้จริง อิสรภาพที่เราจะไม่ถูกจองจำไว้ด้วยอัลกอริทึมที่จ้องจะจู่โจมจุดอ่อนของเราตลอดเวลา

บรรณานุกรม

พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต). (2566). *จิตวิทยาสมาธิ: พลังแห่งสติในยุคดิจิทัล*. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต). (2562). *พุทธจิตวิทยา: พื้นฐานของการบำบัดใจ*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิธรรมทาน.

พระมหาหรรษา ธมฺมหาโส. (2554). *พุทธสันติวิธี: การบูรณาการเครื่องมือจัดการความขัดแย้ง*. กรุงเทพฯ: 21 เซ็นจูรี.

- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต). (2564). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม (พิมพ์ครั้งที่ 43)*. กรุงเทพฯ: นายสนธิ์ ตันติวัฒน์พานิช.
- Brewer, J. A., Worhunsky, P. D., Gray, J. R., Tang, Y.-Y., Weber, J., & Kober, H. (2011). Meditation experience is associated with differences in default mode network activity and connectivity. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 108(50), 20254–20259. <https://doi.org/10.1073/pnas.1112029108>
- Goleman, D., & Davidson, R. J. (2017). *Altered traits: Science reveals how meditation changes your mind, brain, and body*. New York, NY: Avery.
- Hanson, R., & Mendius, R. (2009). *Buddha's brain: The practical neuroscience of happiness, love, and wisdom*. Oakland, CA: New Harbinger Publications.
- Heavey, C. L., & Hurlburt, R. T. (2008). The phenomena of inner experience. *Consciousness and Cognition*, 17(1), 798–810. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2007.12.006>
- Kabat-Zinn, J. (2013). *Full catastrophe living: Using the wisdom of your body and mind to face stress, pain, and illness*. New York, NY: Bantam Books.
- Lazar, S. W., Kerr, C. E., Wasserman, R. H., Gray, J. R., Greve, D. N., Treadway, M. T., ... Fischl, B. (2005). Meditation experience is associated with increased cortical thickness. *NeuroReport*, 16(17), 1893–1897. <https://doi.org/10.1097/01.wnr.0000186598.66243.19>
- Neff, K. D. (2011). *Self-compassion: The proven power of being kind to yourself*. New York, NY: William Morrow.
- Newberg, A., & Waldman, M. R. (2009). *How God changes your brain: Breakthrough findings from a leading neuroscientist*. New York, NY: Ballantine Books.
- Siegel, D. J. (2007). *The mindful brain: Reflection and attunement in the cultivation of well-being*. New York, NY: W. W. Norton & Company.
- Siever, L. J. (2008). Neurobiology of aggression and violence. *American Journal of Psychiatry*, 165(4), 429–442. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2008.07111774>
- Sweller, J. (1988). Cognitive load during problem solving: Effects on learning. *Cognitive Science*, 12(2), 257–285.
- Toffler, A. (1970). *Future shock*. New York, NY: Random House.

การประยุกต์หลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนาการศึกษาเชิงพุทธในสถานศึกษาไทย

The Application of the Threefold Training (Tisikkhā) for Buddhist Educational Development in Thai Educational Institutions

¹พระสิทธิวัชรบัณฑิต, ²พระครูใบฎีกาแสงเฮือง นรินโท

¹Phra Sitthivajrabundit, ²Phrakrubaidika Saeng Heaung Narindo

^{1,2}วิทยาลัยพระธรรมทูต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

^{1,2}Dhammaduta College, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

¹Corresponding Author's Email: saksurasen@mcu.ac.th

Received: May 14, 2026; Revised: June 15, 2026; Accepted: September 09, 2026

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการประยุกต์ใช้หลักไตรสิกขา ได้แก่ ศีล สมาธิ และปัญญา ในการพัฒนาการศึกษาเชิงพุทธในสถานศึกษาไทย โดยมุ่งเน้นการวิเคราะห์เชิงแนวคิดทางพระพุทธศาสนา และการบูรณาการเข้ากับระบบการศึกษาในศตวรรษที่ 21 ซึ่งให้ความสำคัญกับการพัฒนาผู้เรียนอย่างรอบด้านทั้งในมิติของความรู้ ทักษะ และคุณธรรมควบคู่กันอย่างสมดุล ภายใต้บริบทของสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วจากอิทธิพลของเทคโนโลยีดิจิทัล เศรษฐกิจฐานความรู้ และวัฒนธรรมโลกาภิวัตน์

ผลการวิเคราะห์เชิงวิชาการพบว่า หลักไตรสิกขาเป็นระบบการพัฒนามนุษย์แบบองค์รวมที่มีความสอดคล้องกับแนวคิดการศึกษาสมัยใหม่ โดยศีลทำหน้าที่เป็นฐานของการพัฒนาพฤติกรรมและวินัยของผู้เรียน ช่วยให้ผู้เรียนสามารถดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างเหมาะสม สมาธิเป็นกระบวนการพัฒนาจิตใจให้มีความตั้งมั่น ลดความฟุ้งซ่าน และเพิ่มประสิทธิภาพในการเรียนรู้ การจดจ่อ และการควบคุมอารมณ์ ส่วนปัญญาเป็นการพัฒนาความสามารถในการคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล การแก้ปัญหอย่างสร้างสรรค์ และการตัดสินใจอย่างมีวิจารณญาณ ซึ่งถือเป็นทักษะสำคัญในศตวรรษที่ 21 เมื่อมีการบูรณาการหลักไตรสิกขาเข้ากับกระบวนการจัดการเรียนรู้ในสถานศึกษา พบว่าสามารถช่วยยกระดับคุณภาพการศึกษาได้อย่างมีนัยสำคัญ ทั้งในด้านผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและการพัฒนาคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน อีกทั้งยังช่วยสร้างสมดุลระหว่างการพัฒนาด้านวิชาการและการพัฒนาด้านจิตใจ ซึ่งเป็นหัวใจสำคัญของการศึกษาที่แท้จริงตามแนวพระพุทธศาสนา นอกจากนี้การประยุกต์ใช้หลักไตรสิกขายังต้องอาศัยความร่วมมือจากทุกภาคส่วน ทั้งผู้บริหารสถานศึกษา ครูผู้สอน และผู้เรียน ในการสร้างสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่เอื้อต่อการฝึกฝนศีล สมาธิ และปัญญาอย่างต่อเนื่องและเป็นระบบ หากสามารถดำเนินการได้อย่างเหมาะสม จะนำไปสู่การพัฒนาการศึกษาที่มีความยั่งยืน และสามารถสร้างพลเมืองที่มีคุณภาพทั้งด้านความรู้ ความดี และความสามารถในการดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างแท้จริง

คำสำคัญ: ไตรสิกขา; การศึกษาเชิงพุทธ; พุทธบูรณาการ; การพัฒนาผู้เรียน; การศึกษาไทย

Abstract

This academic article aims to study the application of the Threefold Training (Sīla, Samādhi, and Paññā) in the development of Buddhist-based education within Thai educational institutions. The study focuses on a conceptual analysis grounded in Buddhist philosophy and its integration into the contemporary 21st-century educational system, which emphasizes the balanced development of learners in terms of knowledge, skills, and morality. This is particularly important in the context of rapid social transformation driven by digital technology, knowledge-based economies, and globalization.

The findings indicate that Threefold Training constitutes a holistic human development framework that aligns well with modern educational concepts. Sīla serves as the foundation for behavioral development and discipline, enabling learners to live harmoniously in society. Samādhi enhances mental stability, concentration, and learning efficiency while reducing distraction and emotional instability. Paññā develops critical thinking, rational analysis, creative problem-solving, and sound decision-making, all of which are essential competencies for the 21st century. The integration of the Threefold Training into educational processes has been found to significantly enhance educational quality, both in terms of academic achievement and the development of desirable learner characteristics. It also fosters a balance between intellectual growth and mental well-being, which is considered a core principle of authentic Buddhist education. Moreover, the successful application of the Threefold Training requires cooperation among all stakeholders, including school administrators, teachers, and students, in creating a learning environment conducive to continuous practice of Sīla, Samādhi, and Paññā. When properly implemented, it contributes to sustainable educational development and the formation of high-quality citizens equipped with knowledge, morality, and life skills for living in society effectively.

Keywords: Buddhist psychology; Neuroscience; Hindrances; Mindfulness; Neuroresilience

บทนำ

การศึกษาในยุคศตวรรษที่ 21 มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วภายใต้บริบทของความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีดิจิทัล เศรษฐกิจที่ขับเคลื่อนด้วยองค์ความรู้ และกระแสโลกาภิวัตน์ ที่ส่งผลให้โครงสร้างทางสังคม เศรษฐกิจ และวัฒนธรรมมีความเชื่อมโยงและซับซ้อนมากยิ่งขึ้น การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวได้ส่งผลโดยตรงต่อระบบการศึกษา ซึ่งจำเป็นต้องปรับบทบาทจากการเป็นเพียงแหล่งถ่ายทอดความรู้ ไปสู่การเป็นกลไกสำคัญในการพัฒนาทักษะที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตในโลกยุคใหม่ ทั้งทักษะการคิดวิเคราะห์ การแก้ปัญหา การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีอย่างรู้เท่าทัน (ศศิธร สุวรรณเทพ, 2563) อย่างไรก็ตาม แม้ระบบการศึกษาจะมีความพยายามในการพัฒนาทักษะเชิงวิชาการและสมรรถนะของผู้เรียนให้สอดคล้องกับความต้องการของตลาดแรงงานและสังคมสมัยใหม่ แต่กลับปรากฏแนวโน้มที่ทำให้เกิดข้อถกเถียงสำคัญว่า การพัฒนามนุษย์ในระบบการศึกษาควรจำกัดอยู่เพียงมิติด้านความรู้และทักษะเท่านั้น หรือควรให้ความสำคัญกับการพัฒนาอย่างรอบด้าน ครอบคลุมทั้งพฤติกรรม จิตใจ และสติปัญญาอย่างสมดุล เนื่องจากการมุ่งเน้นเฉพาะความสำเร็จทาง

วิชาการอาจก่อให้เกิดภาวะความเครียด การแข่งขันที่สูงเกินไป รวมถึงการขาดการพัฒนาด้านคุณธรรมและจริยธรรมของผู้เรียน (สุภัทรา สถาพันธ์, 2565)

ในบริบทของสังคมไทย ซึ่งมีรากฐานทางวัฒนธรรมและจิตวิญญาณที่เชื่อมโยงอย่างลึกซึ้งกับพระพุทธศาสนา แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์มิได้จำกัดอยู่เพียงมิติทางวัตถุหรือความรู้เชิงโลกียวิสัยเท่านั้น หากแต่เน้นการพัฒนาความเป็นมนุษย์อย่างสมบูรณ์ทั้งภายในและภายนอก โดยเฉพาะหลักไตรสิกขา ได้แก่ ศีล สมาธิ และปัญญา ซึ่งถือเป็นระบบการฝึกอบรมมนุษย์เชิงองค์รวมที่มีลักษณะเป็นกระบวนการพัฒนาอย่างเป็นขั้นตอน เริ่มจากการควบคุมพฤติกรรมทางกายและวาจา การฝึกจิตให้มีความตั้งมั่น และการพัฒนาปัญญาให้เกิดความเข้าใจตามความเป็นจริงของสรรพสิ่งอย่างลึกซึ้งและรอบด้าน (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2555) หลักไตรสิกขาปรากฏในพระไตรปิฎกว่าเป็นแนวทางสำคัญในการฝึกอบรมและพัฒนาชีวิตมนุษย์ให้ก้าวไปสู่ความเจริญงอกงามทั้งทางกาย วาจา ใจ และปัญญา โดยศีลทำหน้าที่เป็นพื้นฐานในการควบคุมพฤติกรรมให้ตั้งอยู่ในความถูกต้องและไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น สมาธิเป็นกระบวนการพัฒนาจิตให้มีความมั่นคง แน่วแน่ และพร้อมต่อการรับรู้และพิจารณาอย่างมีประสิทธิภาพ ขณะที่ปัญญาเป็นผลสูงสุดของการพัฒนา ซึ่งทำให้บุคคลสามารถเข้าใจความจริงของชีวิตตามสภาวะที่เป็นจริง ลดการยึดติด และนำไปสู่การตัดสินใจที่ถูกต้องเหมาะสม (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

ด้วยเหตุนี้ ไตรสิกขาจึงมิได้เป็นเพียงหลักคำสอนในเชิงศาสนาเท่านั้น แต่ยังเป็นระบบการศึกษาชีวิตที่มีความเป็นเหตุเป็นผล และสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาการศึกษาในยุคปัจจุบันได้อย่างมีความหมายและมีคุณค่าในเชิงปฏิบัติ (พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), 2552) โดยเฉพาะอย่างยิ่งในบริบทของการพัฒนาผู้เรียนให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งด้านความรู้ คุณธรรม และความสามารถในการดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมอย่างสันติ นักวิชาการด้านพระพุทธศาสนาได้อธิบายว่า การศึกษาตามแนวพุทธมิใช่เพียงกระบวนการถ่ายทอด องค์ความรู้จากครูไปสู่ผู้เรียนเท่านั้น หากแต่เป็นกระบวนการพัฒนามนุษย์ทั้งระบบ ที่มุ่งเน้นให้เกิด การเปลี่ยนแปลงภายในตัวบุคคลอย่างแท้จริง ทั้งในมิติของพฤติกรรมที่ดีขึ้น จิตใจที่มั่นคงขึ้น และปัญญาที่ลึกซึ้งขึ้น (Rahula, 1974) ซึ่งแนวคิดดังกล่าวสอดคล้องกับทัศนะของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ที่เน้นย้ำว่าการศึกษาที่แท้จริงคือการพัฒนาชีวิตให้สมบูรณ์ทั้งทางกาย วาจา ใจ และปัญญา มิใช่เพียงการสะสมความรู้หรือทักษะเพื่อการประกอบอาชีพเท่านั้น แต่เป็นการพัฒนาความเป็นมนุษย์ให้สมบูรณ์ในทุกมิติ (เรืองยศ สารพุดิเศรษฐ์ และ รวิภัทร ประภาณัน, 2565) เมื่อพิจารณาสภาพความเป็นจริงของระบบการศึกษาไทยในปัจจุบัน พบว่ายังคงเผชิญกับปัญหาและข้อจำกัดหลายประการ เช่น การขาดระเบียบวินัยของผู้เรียน ความเครียดจากภาระการเรียนและการแข่งขันทางการศึกษา ตลอดจนการขาดทักษะการคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผลและการไตร่ตรองอย่างรอบคอบ ซึ่งสะท้อนถึงความไม่สมดุลของกระบวนการพัฒนาผู้เรียนที่ยังให้ความสำคัญกับด้านความรู้มากกว่ามิติด้านจิตใจและคุณธรรม (อภิรักษ์ณ์ เนียมโพธิ์, 2564; UNESCO, 2021)

ดังนั้น ปัญหาเหล่านี้จึงชี้ให้เห็นถึงความจำเป็นอย่างยิ่งในการแสวงหาแนวทางการพัฒนาการศึกษาที่สามารถเชื่อมโยงมิติทางปัญญาและคุณธรรมเข้าด้วยกันอย่างเป็นระบบ ซึ่งแนวคิดทางพระพุทธศาสนา โดยเฉพาะหลักไตรสิกขา สามารถทำหน้าที่เป็นกรอบแนวคิดที่สำคัญในการพัฒนาผู้เรียนอย่างรอบด้าน ทั้งใน

ด้านการสร้างวินัยทางสังคม การพัฒนาจิตใจให้มั่นคง และการเสริมสร้างปัญญาให้เกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง การประยุกต์ใช้หลักไตรสิกขาในสถานศึกษาไทยจึงมีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งในการยกระดับคุณภาพการศึกษา ทั้งในเชิงผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและการพัฒนาคุณลักษณะของผู้เรียนให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาสังคมไทยอย่างยั่งยืนบนพื้นฐานของความสมดุลระหว่าง “ความรู้” และ “คุณธรรม” อย่างแท้จริง

แนวคิดหลักไตรสิกขาในพระพุทธศาสนา

หลักไตรสิกขาคือเป็นแกนกลางของระบบการฝึกอบรมในพระพุทธศาสนา ซึ่งมุ่งเน้นการพัฒนามนุษย์ อย่างเป็นองค์รวมและเป็นลำดับขั้น ประกอบด้วย ศีล สมาธิ และปัญญา โดยทั้งสามองค์ประกอบมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันในลักษณะเหตุปัจจัย กล่าวคือ การพัฒนาศีลเป็นพื้นฐานให้เกิดความสงบเรียบร้อยทางพฤติกรรม เมื่อพฤติกรรมได้รับการจัดระเบียบแล้ว ย่อมส่งผลให้จิตใจมีความพร้อมต่อการพัฒนาสมาธิ และเมื่อจิตมีความตั้งมั่นแล้ว จึงเอื้อต่อการเกิดปัญญาที่สามารถเข้าใจความจริงของสิ่งทั้งหลายตามสภาวะที่เป็นจริง กระบวนการดังกล่าวจึงมิใช่เพียงการฝึกฝนแบบแยกส่วน แต่เป็นระบบการพัฒนาชีวิตที่มีความต่อเนื่องและเกี่ยวพันกันอย่างเป็นเหตุเป็นผล (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2555)

ในเชิงโครงสร้างทางพระพุทธศาสนา ศีล ถือเป็นรากฐานสำคัญของการพัฒนามนุษย์ เนื่องจากเป็น การควบคุมและกำกับพฤติกรรมทางกายและวาจาให้ตั้งอยู่ในกรอบของความดีงาม ความถูกต้อง และความไม่ เบียดเบียนทั้งตนเองและผู้อื่น ศีลจึงมิใช่เพียงข้อห้ามทางศีลธรรม แต่เป็นกลไกเชิงสังคมที่ช่วยสร้างความ ไว้วางใจ ความปลอดภัย และความเป็นระเบียบในสังคมมนุษย์ พระพุทธศาสนามองว่าหากสังคมขาดศีลธรรม ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลย่อมเสื่อมถอย และนำไปสู่ความขัดแย้งในระดับต่าง ๆ ดังที่ปรากฏในพระไตรปิฎก ซึ่งเน้นย้ำถึงบทบาทของศีลในฐานะพื้นฐานของความสงบสุขร่วมกัน (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) เมื่อพฤติกรรมภายนอกได้รับการจัดระเบียบแล้ว การพัฒนาจะดำเนินไปสู่ขั้นของ สมาธิ ซึ่งเป็นกระบวนการ ฝึกฝนจิตให้มีความตั้งมั่น แน่วแน่ และปราศจากความฟุ้งซ่านหรือความกระจัดกระจายของความคิด สมาธิจึง เป็นทั้งเครื่องมือและกระบวนการในการพัฒนาศักยภาพภายในของมนุษย์ เพราะเมื่อจิตมีความมั่นคง ย่อม ส่งผลให้บุคคลสามารถรับรู้ เรียนรู้ และพิจารณาสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างลึกซึ้งและรอบคอบมากยิ่งขึ้น นอกจากนี้ สมาธิยังมียุทธศาสตร์สำคัญในการควบคุมอารมณ์ ลดความเครียด และเสริมสร้างความพร้อมทางจิตในการเผชิญ กับสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน ดังที่ปรากฏในหลักอานาปานสติสูตร ซึ่งกล่าวถึงการฝึกจิตผ่านการ กำหนดลมหายใจเป็นฐานในการพัฒนาความสงบและความรู้ตัวอย่างต่อเนื่อง (Bhikkhu Bodhi, 2011)

องค์ประกอบสุดท้ายคือ ปัญญา ซึ่งถือเป็นเป้าหมายสูงสุดของการพัฒนาตามหลักไตรสิกขา ปัญญาใน พระพุทธศาสนาไม่ได้หมายถึงเพียงความรู้ในเชิงข้อมูลหรือความสามารถทางวิชาการเท่านั้น แต่หมายถึง ความสามารถในการเข้าใจความจริงของชีวิตและสรรพสิ่งตามสภาวะที่เป็นจริง หรือที่เรียกว่า ยถาภูตญาณทัส สนะ ซึ่งเป็นการเห็นสิ่งทั้งหลายโดยไม่ถูกบิดเบือนด้วยอคติ ความยึดติด หรือความหลงผิด ปัญญาในระดับนี้จึง เป็นความรู้ที่เกิดจากการพิจารณาไตร่ตรองควบคู่กับการปฏิบัติจริง ทำให้เกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้งและ สามารถนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้องเหมาะสม (Rahula, 1974) นักวิชาการทางพระพุทธศาสนา ได้อธิบายอย่างสอดคล้องกันว่า ไตรสิกขาเป็นระบบการศึกษาชีวิตที่มีความสมบูรณ์ในตัวเอง เนื่องจาก

ครอบคลุมการพัฒนาคนทั้งสามมิติ ได้แก่ การจัดระเบียบพฤติกรรม (ศีล) การพัฒนาจิต (สมาธิ) และการพัฒนาปัญญา (ปัญญา) โดยทั้งสามองค์ประกอบมีความสัมพันธ์กันในลักษณะของกระบวนการที่ต่อเนื่องและเกี่ยวพันกัน หากขาดองค์ประกอบใดองค์ประกอบหนึ่ง กระบวนการพัฒนามนุษย์ย่อมไม่สมบูรณ์และไม่สามารถนำไปสู่ความเจริญงอกงามอย่างแท้จริง (Payutto, 2012)

ในมิติของการศึกษาสมัยใหม่ ไตรสิกขายังสามารถตีความใหม่ในฐานะกรอบการเรียนรู้แบบองค์รวม ที่เชื่อมโยงกับพฤติกรรม จิตใจ และสติปัญญา ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญของการพัฒนาผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 โดยแนวคิดดังกล่าวสอดคล้องกับแนวทางการศึกษาที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง และมุ่งพัฒนาทักษะที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต เช่น การคิดวิเคราะห์ การแก้ปัญหา การทำงานร่วมกับผู้อื่น และการมีคุณธรรมจริยธรรมควบคู่กันไป (UNESCO, 2021) ดังนั้น ไตรสิกขาก็จึงมิได้เป็นเพียง Payutto หลักธรรมในเชิงศาสนาเท่านั้น หากแต่เป็นระบบการพัฒนามนุษย์ที่มีความเป็นสากล สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในบริบททางการศึกษาได้อย่างเป็นรูปธรรม โดยเฉพาะในการสร้างผู้เรียนที่มีความสมดุลทั้งด้านวินัยทางสังคม ความมั่นคงทางจิตใจ และศักยภาพทางปัญญา อันจะนำไปสู่ การพัฒนาคุณภาพมนุษย์และสังคมอย่างยั่งยืนในระยะยาว

การนำหลักไตรสิกขามาประยุกต์ใช้

ในบริบทของสถานศึกษาไทย มิได้มีความหมายเพียงการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปแทรกไว้ในกิจกรรมทางศาสนา เช่น การสวดมนต์ การทำบุญ หรือกิจกรรมวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาเท่านั้น หากแต่เป็นการบูรณาการกรอบคิดเชิงพุทธเข้าสู่ระบบการจัดการศึกษาอย่างเป็นองค์รวม ทั้งในระดับหลักสูตร กระบวนการเรียนรู้ การจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ตลอดจนวัฒนธรรมและบรรยากาศของสถานศึกษา เพื่อให้เกิดการพัฒนาผู้เรียนอย่างสมดุลทั้งในมิติพฤติกรรม จิตใจ และสติปัญญาอย่างต่อเนื่องและเป็นระบบ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการพัฒนามนุษย์แบบองค์รวมที่ให้ความสำคัญกับการพัฒนาทุกมิติของชีวิตมนุษย์อย่างเท่าเทียม (UNESCO, 2021)

ในระดับของการจัดการเรียนการสอน หลักศีล สามารถนำมาประยุกต์ใช้เป็นฐานสำคัญของการสร้างวินัยและความรับผิดชอบของผู้เรียนได้อย่างเป็นรูปธรรม โดยศีลในบริบททางการศึกษาไม่เพียงหมายถึงการงดเว้นจากการกระทำที่ไม่เหมาะสมเท่านั้น แต่ยังครอบคลุมถึงการสร้างพฤติกรรมเชิงบวก เช่น ความตรงต่อเวลา ความซื่อสัตย์ทางวิชาการ การเคารพกติกาในห้องเรียน การรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น และการอยู่ร่วมกันอย่างสันติในสังคมการเรียนรู้ พฤติกรรมเหล่านี้ถือเป็นพื้นฐานสำคัญของการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน เนื่องจากช่วยหล่อหลอมให้ผู้เรียนมีความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม อีกทั้งยังเป็นเงื่อนไขเบื้องต้นของการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ ดังที่พระพุทธศาสนาให้ความสำคัญกับศีลในฐานะรากฐานของการพัฒนาชีวิตมนุษย์ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

ในด้านสมาธิ สถานศึกษาสามารถนำมาประยุกต์ใช้ผ่านการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมการมีสติ (Mindfulness) และการฝึกสมาธิในชีวิตประจำวันของผู้เรียน เช่น การฝึกสมาธิสั้นก่อนเริ่มชั้นเรียน การใช้กิจกรรมการหายใจอย่างมีสติ (breathing awareness) การจัดช่วงเวลาสงบเพื่อให้ผู้เรียนได้ทบทวนตนเอง รวมถึงการออกแบบสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่ลดสิ่งรบกวนและเอื้อต่อการมีสมาธิ การฝึกสมาธิลักษณะ

ดังกล่าวมิได้มุ่งเน้นเพียงมิติทางศาสนา แต่ยังมีนัยสำคัญในเชิงจิตวิทยาการเรียนรู้ เนื่องจากช่วยเพิ่มความสามารถในการจดจำ ลดความเครียด และส่งเสริมประสิทธิภาพของการประมวลผลข้อมูลในสมอง ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาทางพระพุทธศาสนาและงานวิจัยร่วมสมัยที่ระบุว่าสมาธิมีผลเชิงบวกต่อการเรียนรู้และสุขภาวะทางจิตของผู้เรียน (Bhikkhu Bodhi, 2011)

สำหรับปัญญา การประยุกต์ใช้ในบริบทสถานศึกษาควรมุ่งเน้นไปที่การพัฒนากระบวนการคิดขั้นสูง โดยส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถวิเคราะห์ สังเคราะห์ ตั้งคำถาม และแก้ปัญหาอย่างมีเหตุผล มากกว่าการเรียนรู้แบบท่องจำเพียงอย่างเดียว การจัดการเรียนรู้สามารถใช้แนวทาง เช่น การเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน เรียนรู้เชิงสืบสอบ หรือการเรียนรู้ผ่านโครงงาน ซึ่งกระบวนการเหล่านี้ช่วยให้ผู้เรียนได้พัฒนาปัญญาผ่านการลงมือปฏิบัติจริง และสามารถเชื่อมโยงความรู้กับสถานการณ์ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีความหมาย อีกทั้งยังสอดคล้องกับแนวทางการศึกษาศตวรรษที่ 21 ที่เน้นการพัฒนาทักษะการคิดเชิงวิพากษ์และการเรียนรู้ตลอดชีวิต (UNESCO, 2021)

ในระดับสถานศึกษาโดยรวม การประยุกต์ใช้หลักไตรสิกขามักปรากฏในรูปแบบของโรงเรียนวิถีพุทธ ซึ่งเป็นแนวทางการจัดการศึกษาที่บูรณาการหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเข้ากับระบบการบริหารจัดการสถานศึกษาอย่างเป็นระบบ โรงเรียนลักษณะนี้มุ่งสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการพัฒนาศีล สมาธิ และปัญญาอย่างต่อเนื่อง ไม่ว่าจะเป็นการจัดบรรยากาศทางกายภาพที่สงบเรียบง่าย การส่งเสริมกิจกรรมพัฒนาจิตใจ เช่น การเจริญสติ การสวดมนต์ หรือกิจกรรมสะท้อนตนเอง รวมถึงการสร้างวัฒนธรรมองค์กรที่เน้นคุณธรรม ความเมตตา และการเป็นแบบอย่างที่ดีของครูและผู้บริหาร ซึ่งถือเป็นปัจจัยสำคัญในการหล่อหลอมพฤติกรรมและจิตใจของผู้เรียนในระยะยาว (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2555)

กล่าวโดยสรุป การประยุกต์ใช้หลักไตรสิกขาในสถานศึกษาไทยจำเป็นต้องดำเนินการอย่างเป็นระบบ และต่อเนื่อง มิใช่เพียงกิจกรรมเสริมเฉพาะช่วงเวลา แต่ต้องบูรณาการเข้ากับโครงสร้างหลักของการศึกษา ทั้งใน ด้านหลักสูตร การจัดการเรียนการสอน การพัฒนาครู และวัฒนธรรมองค์กรทางการศึกษา เพื่อให้เกิดผลลัพธ์ที่ยั่งยืนในการพัฒนาผู้เรียนอย่างรอบด้าน ทั้งด้านพฤติกรรมที่ดี จิตใจที่มั่นคง และปัญญาที่ลึกซึ้ง อันจะนำไปสู่ การสร้างสังคมการเรียนรู้ที่มีคุณภาพและมีความสมดุลอย่างแท้จริง

ผลการวิเคราะห์

จากการวิเคราะห์แนวคิดเกี่ยวกับการประยุกต์ใช้หลักไตรสิกขาในบริบทของสถานศึกษาไทย พบว่าไตรสิกขามีลักษณะเป็น “กรอบแนวคิดเชิงพัฒนามนุษย์แบบองค์รวม” ที่มีความสอดคล้องกับแนวทางการจัดการศึกษาสมัยใหม่ที่มีเป้าหมายการพัฒนาผู้เรียนอย่างรอบด้าน ทั้งด้านพฤติกรรม จิตใจ และสติปัญญา โดยสามารถทำหน้าที่เป็นทั้งหลักการเชิงปรัชญาและแนวทางปฏิบัติในกระบวนการจัดการเรียนรู้ได้อย่างเป็นระบบ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการศึกษาขององค์การยูเนสโกที่เน้นการพัฒนาทักษะชีวิตและการเรียนรู้ตลอดชีวิต (UNESCO, 2021)

1. มิติด้านผู้เรียน: การพัฒนาศีล สมาธิ และปัญญา ในมิติของผู้เรียน พบว่า ศีล มีบทบาทสำคัญในการสร้างพื้นฐานด้านพฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยเฉพาะด้านวินัยในตนเอง ความรับผิดชอบ และการเคารพกติกาสังคมในสถานศึกษา ซึ่งถือเป็นกลไกพื้นฐานของการอยู่ร่วมกันอย่างสันติในระบบการศึกษา การมีศีลไม่เพียงแต่ช่วยควบคุมพฤติกรรมภายนอก แต่ยังเป็นการฝึกฝนตนเองให้รู้จักขอบเขตของการกระทำ อันนำไปสู่การพัฒนาความสัมพันธ์ทางสังคมที่เหมาะสม ในส่วนของ สมาธิ พบว่ามีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการพัฒนาความสามารถในการเรียนรู้ของผู้เรียน โดยเฉพาะในยุคปัจจุบันที่ผู้เรียนเผชิญกับภาวะความเครียดและสิ่งรบกวนจำนวนมาก สมาธิช่วยให้ผู้เรียนมีความสามารถในการจดจ่อ (concentration) การควบคุมอารมณ์ และการจัดการความคิดได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) ที่อธิบายว่า จิตที่ตั้งมั่นเป็นฐานของปัญญาที่แท้จริง (พระพรหมคุณาภรณ์, 2555) สำหรับ ปัญญา เป็นผลลัพธ์สูงสุดของกระบวนการไตรสิกขา โดยเน้นการพัฒนาความสามารถในการคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล การเข้าใจความสัมพันธ์ของเหตุและผล ตลอดจนการประยุกต์ใช้ความรู้ในการแก้ปัญหาในชีวิตจริง ซึ่งสอดคล้องกับหลักยถาภูตญาณทัสสนะ ในพระพุทธศาสนา ที่มุ่งเน้นการเห็นสิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริง (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

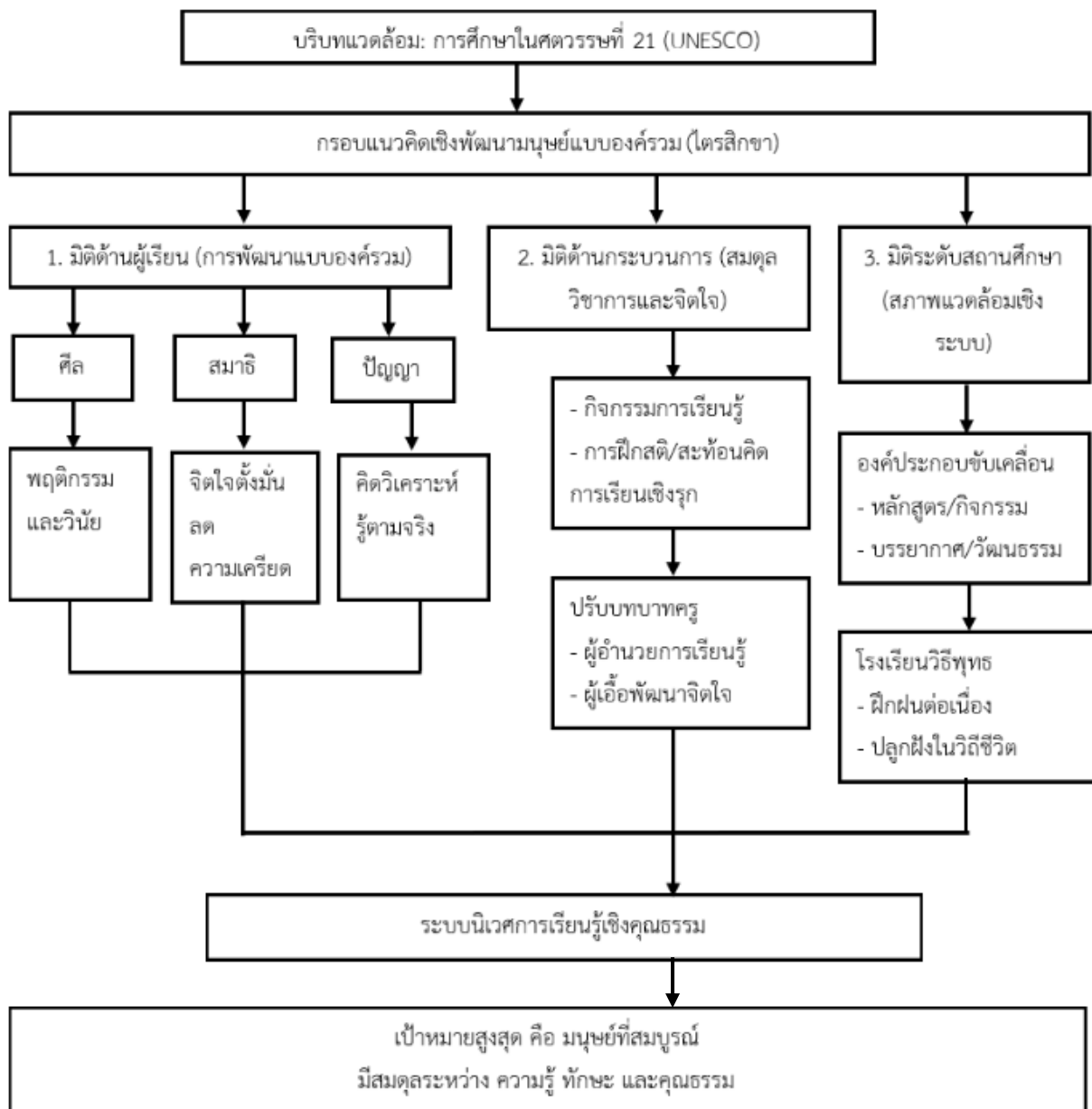
2. มิติด้านกระบวนการเรียนรู้และบทบาทของครู ในมิติของกระบวนการจัดการเรียนรู้ พบว่า การประยุกต์ใช้หลักไตรสิกขาทำให้กระบวนการเรียนรู้มีความสมดุลระหว่างความรู้ทางวิชาการและการพัฒนาจิตใจ โดยเฉพาะการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เน้นการฝึกสติ การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม และการสะท้อนคิด ซึ่งช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้อย่างลึกซึ้ง ไม่ใช่เพียงการรับข้อมูลเชิงท่องจำ ในขณะเดียวกัน บทบาทของครูมีการเปลี่ยนแปลงจาก “ผู้ถ่ายทอดความรู้” ไปสู่ “ผู้อำนวยความสะดวก” และ “ผู้เอื้อกระบวนการพัฒนาจิตใจ” ของผู้เรียน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการจัดการศึกษาที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง (Learner-centered Education) ตามกรอบของ UNESCO (2021) ที่มุ่งเน้นให้ผู้เรียนมีบทบาทเชิงรุกในการสร้างความรู้ด้วยตนเอง

3. มิติระดับสถานศึกษา: ระบบนิเวศการเรียนรู้เชิงคุณธรรม ในระดับองค์กรสถานศึกษา การวิเคราะห์พบว่า หากมีการบูรณาการหลักไตรสิกขาอย่างเป็นระบบ จะก่อให้เกิด ระบบนิเวศการเรียนรู้เชิงคุณธรรม ที่สนับสนุนการพัฒนาผู้เรียนในทุกมิติ โดยองค์ประกอบสำคัญ ได้แก่ หลักสูตร กิจกรรมการเรียนรู้ บรรยากาศสถานศึกษา และวัฒนธรรมองค์กร โดยเฉพาะโรงเรียนที่นำแนวคิดโรงเรียนวิถีพุทธมาประยุกต์ใช้จะสามารถสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการพัฒนาศีล สมาธิ และปัญญาอย่างต่อเนื่อง ผ่านกิจกรรมประจำวัน เช่น การฝึกสติ การสวดมนต์ การทำสมาธิ และการปลูกฝังคุณธรรมในชีวิตประจำวัน ซึ่งส่งผลให้ผู้เรียนมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์อย่างยั่งยืน (พระพรหมคุณาภรณ์, 2555)

ในท้ายที่สุด ผลการวิเคราะห์ชี้ให้เห็นว่า การประยุกต์ใช้หลักไตรสิกขาในสถานศึกษาไทยเป็นการพัฒนามนุษย์เชิงองค์รวมที่มีพลวัตเชื่อมโยงกันอย่างเป็นระบบ โดยในมิติด้านผู้เรียน หลักไตรสิกขาช่วยพัฒนาการพัฒนาด้านพฤติกรรม (ศีล) ความตั้งมั่นของจิตใจ (สมาธิ) และการคิดวิเคราะห์ตามความเป็นจริง (ปัญญา) เข้าด้วยกัน ในขณะที่มิติด้านกระบวนการเรียนรู้ได้ส่งเสริมการปรับเปลี่ยนบทบาทของครูสู่การเป็นผู้อำนวยความสะดวกเรียนรู้เชิงรุกควบคู่ไปกับการพัฒนาจิตใจ และในมิติระดับสถานศึกษา การบูรณาการนี้ช่วยขับเคลื่อนให้เกิด

ระบบนิเวศการเรียนรู้เชิงคุณธรรมที่ยั่งยืน การเชื่อมโยงทั้งสามมิตินี้จึงไม่เพียงแต่ตอบสนองต่อเป้าหมายของการศึกษาเชิงพุทธเท่านั้น แต่ยังสอดคล้องอย่างลงตัวกับมาตรฐานการจัดการศึกษาสมัยใหม่ในศตวรรษที่ 21 ที่มุ่งสร้างมนุษย์ที่สมบูรณ์พร้อมทั้งความรู้ ทักษะ และคุณธรรม

แผนภาพสรุปกระบวนการใช้ไตรสิกขาพัฒนามนุษย์แบบองค์รวม



สรุป

การศึกษาวิเคราะห์การประยุกต์ใช้หลักไตรสิกขาในสถานศึกษาไทยสะท้อนให้เห็นอย่างชัดเจนว่า หลักธรรมทางพระพุทธศาสนามีศักยภาพสูงในการเป็นกรอบแนวคิดเพื่อพัฒนาผู้เรียนอย่างเป็นองค์รวม ทั้งในมิติของพฤติกรรม จิตใจ และสติปัญญา โดยเฉพาะในบริบทของสังคมยุคใหม่ ที่การศึกษาไม่ได้มุ่งเพียงการสร้างความรู้เชิงวิชาการ แต่ต้องมุ่งสร้างมนุษย์ที่มีความสมดุลทั้งด้านปัญญาและคุณธรรมควบคู่กันไป เพราะผลจากการวิเคราะห์ชี้ให้เห็นว่า ศีลมีบทบาทสำคัญในการสร้างวินัย ความรับผิดชอบ และการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสงบเรียบร้อย สมาธิช่วยพัฒนาความมั่นคงทางจิตใจ ลดความฟุ้งซ่าน และเพิ่มประสิทธิภาพในการเรียนรู้ ขณะที่ปัญญาเป็นองค์ประกอบสูงสุดที่ช่วยให้ผู้เรียนสามารถคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล เข้าใจความเป็นจริงของชีวิต และนำไปสู่การตัดสินใจที่ถูกต้องเหมาะสม สิ่งเหล่านี้เมื่อบูรณาการร่วมกันจะก่อให้เกิดการพัฒนาคนอย่างสมบูรณ์ตามแนวพระพุทธศาสนา

นอกจากนี้ การนำหลักไตรสิกขาไปประยุกต์ใช้ในสถานศึกษายังแสดงให้เห็นถึงความเป็นไปได้ในการยกระดับคุณภาพการศึกษาไทย ทั้งในด้านผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและการพัฒนาคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน โดยต้องอาศัยการมีส่วนร่วมของครู ผู้บริหาร และผู้เรียน รวมถึงการจัดสภาพแวดล้อมทางการเรียนรู้ที่เอื้อต่อการพัฒนาศีล สมาธิ และปัญญาอย่างต่อเนื่อง โดยสรุปแล้ว ไตรสิกขาไม่เพียงแต่เป็นหลักธรรมทางศาสนาเท่านั้น แต่ยังเป็นระบบการศึกษาชีวิตที่มีความลึกซึ้งและสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับการศึกษาในยุคปัจจุบันได้อย่างมีประสิทธิภาพ หากมีการนำไปใช้อย่างจริงจังและเป็นระบบ จะสามารถช่วยสร้างผู้เรียนที่มีคุณภาพทั้งด้านความรู้ ความดี และความสามารถในการดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างยั่งยืน

บรรณานุกรม

- พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต). (2552). *วิธีบูรณาการพระพุทธศาสนากับศาสตร์สมัยใหม่*. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2555). *พุทธธรรม: ฉบับปรับขยาย*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิพุทธธรรม.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- เรืองยศ สารพุดิเศรษฐ์ และ รวิภัทร ประภาณัน. (2565). *การบูรณาการหลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนาทุนมนุษย์ในศตวรรษที่ 21*. วารสารการสอนสังคมศึกษา, 4(2), 166-179.
- ศศิธร สุวรรณเทพ. (2563). *การจัดการศึกษาในยุคเศรษฐกิจฐานความรู้และการเปลี่ยนผ่านดิจิทัล*. วารสารนวัตกรรมการเรียนรู้และเทคโนโลยีการศึกษา, 3(1), 45-58.
- สุภัทรา สถาพันธ์. (2565). *ผลกระทบของการแข่งขันทางการศึกษาต่อภาวะสุขภาพจิตและจริยธรรมของเยาวชนไทย*. วารสารจิตวิทยาคลินิกและพฤติกรรมศาสตร์, 16(2), 112-127.
- อภิลักษณ์ เนียมโพธิ์. (2564). *การพัฒนาความมีวินัยในตนเองด้านการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขา*. วารสารวิจัยและพัฒนาหลักสูตร, 11(1), 85-99.

- Bhikkhu Bodhi. (2011). *The noble eightfold path: Way to the end of suffering*. Kandy: Buddhist Publication Society.
- UNESCO. (2021). *Reimagining our futures together: A new social contract for education*. Paris: UNESCO Publishing.

Aesthetic Education Management and Its Impact on Students' Personality Development in Private Higher Education Colleges in Thailand

¹Ntapat Worapongpat

¹Eastern Institute of Technology Suvarnabhumi (EIT) and
Department of Social Administration and Development,
Rajabhat Maha Sarakham University (RMU)

¹Corresponding Author's E-mail: dr.thiwat@gmail.com

¹ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0008-3071-5249>

Received: February 18, 2026; **Revised:** March 16, 2026; **Accepted:** September 09, 2026

Abstract

Background and Aim: Aesthetic education has become an important dimension of holistic education in the twenty-first century. However, aesthetic education management in private higher education institutions has received limited empirical attention, particularly in relation to students' personality development. This study aimed to analyze the components of aesthetic education management, examine its influence on students' personality development, and propose managerial guidelines for private higher education colleges in Thailand. **Materials and Methods:** This study employed a mixed-methods research design. The research was conducted in three phases. In Phase 1, qualitative data were collected through literature review and semi-structured interviews with 12 key informants to identify the components of aesthetic education management. In Phase 2, quantitative data were collected from 500 students, lecturers, and administrators from five private colleges using a structured questionnaire. Data were analyzed using descriptive statistics and exploratory factor analysis (EFA). In Phase 3, a focus group discussion with nine experts was conducted to develop managerial guidelines. **Results:** The exploration factor analysis revealed five components of aesthetic education management: (1) aesthetic curriculum system, (2) teachers' roles and competencies, (3) aesthetic-oriented teaching and learning methods, (4) campus aesthetic and cultural environment, and (5) policy support and management mechanisms, with a total variance explained of 68.40%. Students' personality development also consisted of five dimensions: emotional intelligence, creativity and imagination, social and interpersonal skills, self-confidence and self-identity, and ethical awareness and social responsibility, with a total variance explained of 65.20%. The overall levels of both aesthetic education management and students' personality development were at a high level. Five managerial guidelines were proposed, focusing on curriculum integration, teacher development, experiential learning, campus environment, and institutional policy support. **Conclusion:** Aesthetic education management plays a significant role in promoting students' personality development in private higher education institutions. The identified components and managerial guidelines provide a practical and theoretical foundation for integrating aesthetic education into institutional management and educational practices, contributing to holistic student development.

Keywords: Aesthetic Education Management; Students' Personality Development; Private Higher Education; Aesthetic Curriculum; Creative Pedagogy; Campus Cultural Environment; Thailand

Introduction

In the era of rapid globalization, technological advancement, and cultural transformation, higher education institutions are increasingly expected to develop graduates who possess not only academic knowledge but also well-rounded personalities, creativity, emotional intelligence, and social responsibility. (Aliu, Lertlit, 2023). In this context, aesthetic education has gained growing attention as a significant component of holistic education. (Ruyang, Shah, 2024). Aesthetic education emphasizes the cultivation of students' appreciation of beauty, artistic expression, cultural understanding, and emotional development, which are essential elements for personal growth and professional success in the twenty-first century. (Wang, Rattanapun, Darodjat, 2025).

International educational frameworks have highlighted the importance of aesthetic and arts education as part of comprehensive human development. (Choeirod, 2025). Scholars such as Dewey, Eisner, and Greene have emphasized that aesthetic experiences contribute to imagination, empathy, critical thinking, and the formation of personal identity. (Erwu, et. al., 2023). Aesthetic education is therefore not limited to artistic skills but also plays a crucial role in shaping students' personality, attitudes, values, and social behavior. (Mangkhang, et. al., 2024).

In the context of Thailand, higher education has undergone significant transformation in response to national development strategies, including Thailand 4.0 and the National Education Plan. (TianShu, Worapongpat, 2023). These policies emphasize the importance of producing graduates who possess not only professional competencies but also soft skills, creativity, cultural awareness, and ethical values. (Worapongpat, et. al., 2023). As a result, aesthetic education has become an important mechanism for promoting holistic student development, especially in private higher education institutions that often emphasize professional skills, service orientation, and personality development. (Ning.L ,et. al., 2023).

Private higher education colleges in Thailand play a vital role in producing graduates for specific professional sectors such as business, hospitality, health sciences, and technology. (Dongling, Worapongpat, 2023). These institutions typically focus on applied knowledge, practical skills, and employability. (Dongjie, Worapongpat, 2024). However, in many cases, aesthetic education is not systematically integrated into institutional policies, curricula, or teaching practices. (Chayboonkrong, Worapongpat, 2024). As a result, opportunities to enhance students' creativity, emotional intelligence, interpersonal skills, and aesthetic awareness may be limited. (Min, Worapongpat, 2023).

Moreover, personality development has become a critical concern for higher education institutions, particularly in professional fields that require strong interpersonal communication, ethical conduct, and emotional maturity. (Worapongpat, 2023). Aesthetic education has the potential to influence students' personality by fostering empathy, creativity, confidence, cultural sensitivity, and social responsibility. (Worapongpat, 2024a). Despite its importance, there is still a lack of empirical research examining how aesthetic education management influences students' personality, especially in the context of private higher education colleges in Thailand. (Worapongpat, 2024b).

Therefore, this study aims to investigate the components of aesthetic education management that influence students' personality and to develop managerial guidelines for enhancing personality development through aesthetic education in private higher education colleges in Thailand. The findings of this study are expected to contribute to the development

of educational policies, curriculum design, and teaching practices that promote holistic student development in the Thai higher education context.

Objectives

1.To examine the components of aesthetic education management that influence the personality development of students in private higher education colleges in Thailand.

2.To develop managerial guidelines for aesthetic education that enhance students' personality development in private higher education colleges in Thailand.

Literature review

1. Concept of Aesthetic Education

Aesthetic education has long been recognized as an essential component of holistic human development. (Worapongpat, 2024c). It is not limited to the teaching of art or artistic skills, but rather encompasses the cultivation of the ability to perceive, appreciate, and create beauty in various forms. Philosophers and educational theorists have emphasized the importance of aesthetic experience in shaping human consciousness, emotional intelligence, and personal identity. (Worapongpat, 2025a). proposed that art is a form of experience that integrates emotion, perception, and cognition. According to Dewey, aesthetic experiences allow individuals to interact meaningfully with their environment, thereby enhancing their understanding of themselves and the world around them. (Worapongpat, 2025b). argued that aesthetic education plays a vital role in developing imagination, sensitivity, and multiple ways of knowing, which are essential for complex problem-solving and creative thinking (Worapongpat, 2025c). further emphasized the transformative power of aesthetic education. She suggested that engagement with art and aesthetic experiences enables individuals to develop empathy, moral awareness, and a deeper understanding of human experiences. (Worapongpat, 2025e). From this perspective, aesthetic education contributes not only to artistic competence but also to ethical and social development. (Worapongpat, 2025f). In contemporary educational discourse, aesthetic education is considered an important part of twenty-first century learning. (Worapongpat, 2026). highlighted that arts and aesthetic education can foster creativity, innovation, cultural awareness, and social cohesion. These competencies are essential for students to adapt to rapidly changing social and economic environments. (Worapongpat, et. al., 2024). Therefore, aesthetic education is widely understood as an educational approach that promotes the development of aesthetic perception, emotional expression, creativity, and cultural understanding, contributing to the holistic development of individuals. (Worapongpat, et. al., 2024).

2. Aesthetic Education and Personality Development

Personality development refers to the process through which individuals develop their patterns of thinking, feeling, and behaving. (Worapongpat, PHAKAMACH, 2024). In educational contexts, personality development is closely associated with emotional intelligence, self-confidence, social responsibility, creativity, and ethical values. Research has shown that aesthetic education plays a significant role in shaping students' personality. Exposure to art, music, literature, and cultural activities can enhance emotional sensitivity, empathy, and interpersonal understanding. (Worapongpat, Kumla, 2024). noted that aesthetic experiences encourage individuals to imagine alternative perspectives, which promotes empathy and moral awareness. (Worapongpat, Sriaroon, 2024).argued that aesthetic learning experiences help students develop flexibility in thinking, tolerance for ambiguity, and the ability to interpret complex situations. These qualities are closely related to personality traits such as openness, creativity, and emotional stability. In addition, studies in arts education have indicated that participation in aesthetic activities can improve self-esteem, communication

skills, and social interaction. (Worapongpat, Xiaoling, 2024). Aesthetic education encourages students to express themselves, reflect on their experiences, and engage with others in meaningful ways. (Worapongpat, et. al., 2024). As a result, students who receive aesthetic education tend to demonstrate stronger interpersonal skills, emotional maturity, and cultural awareness. (Worapongpat, et. al., 2024). Furthermore, the concept of social and emotional learning (SEL) aligns closely with the goals of aesthetic education. SEL frameworks emphasize self-awareness, self-management, social awareness, relationship skills, and responsible decision-making. (Worapongpat, et. al., 2025). Aesthetic education contributes to these competencies by providing opportunities for emotional expression, reflection, and collaborative learning. Thus, aesthetic education is closely linked to personality development, as it supports emotional growth, creativity, empathy, and ethical awareness. (Worapongpat, Arunyakanon, 2025).

3. Aesthetic Education in Higher Education

In higher education, aesthetic education is often integrated through general education courses, arts programs, campus cultural activities, and interdisciplinary learning. Its primary objective is to cultivate well-rounded graduates who possess not only professional knowledge but also cultural literacy, creativity, and ethical values. (Worapongpat, et. al., 2025). In many countries, aesthetic education has become an essential component of higher education reform. (Worapongpat, Kanokon Boonmee, 2025). For example, European higher education policies emphasize the integration of arts and cultural education to foster creativity, innovation, and intercultural understanding. Similarly, universities in the United States incorporate liberal arts and aesthetic education as part of general education requirements to support holistic student development. (Worapongpat, Kangpheng, 2025). Scholars have argued that aesthetic education in higher education contributes to the formation of professional identity and ethical responsibility. It helps students develop sensitivity, creativity, and critical thinking, which are important qualities in modern workplaces. (Makjod, et. al., 2025). Aesthetic education also supports interdisciplinary learning, allowing students to connect knowledge across different fields. (Worapongpat, et. al., 2025). In addition, campus cultural environments play an important role in aesthetic education. Cultural events, exhibitions, performances, and creative projects provide students with opportunities to engage in aesthetic experiences beyond the classroom. These experiences contribute to the development of students' personality, social awareness, and cultural identity.

4. Aesthetic Education in the Context of Thai Higher Education

In Thailand, higher education has been influenced by national development strategies that emphasize creativity, innovation, and human capital development. Policies such as Thailand 4.0 and the National Education Plan highlight the importance of developing graduates who possess both professional competencies and soft skills, including creativity, emotional intelligence, communication skills, and ethical values. (Worapongpat, et. al., 2025). Aesthetic education is increasingly recognized as a mechanism for achieving these goals. It contributes to the development of students' creativity, cultural awareness, and emotional maturity. (Worapongpat, 2025d). In particular, private higher education institutions often emphasize personality development, service orientation, and professional behavior, especially in fields such as hospitality, business, health sciences, and technology (Worapongpat, et. al., 2026). However, in many private colleges, aesthetic education is not systematically integrated into institutional policies, curricula, or teaching practices. It is often treated as a supplementary activity rather than a core component of student development. (Worapongpat, et. al., 2025). As a result, there is a need to examine how aesthetic education can be effectively managed and implemented to support students' personality development. Despite the growing recognition of aesthetic education in Thailand, empirical studies focusing on aesthetic education management and its impact on students' personality in private higher education colleges remain limited. This

gap highlights the need for research that explores the components of aesthetic education management and proposes practical guidelines for implementation.

5. Aesthetic Education Management

Aesthetic education management refers to the planning, organization, implementation, and evaluation of aesthetic education within educational institutions. It involves several interrelated components, including curriculum design, teaching methods, teacher competencies, institutional policies, and the learning environment. (Xunan, Worapongpat, 2023). Effective aesthetic education management requires: Curriculum systems that integrate aesthetic education across disciplines. Teaching methods that encourage creativity, participation, and experiential learning. (Yasuttamathada , Worapongpat, 2025). Qualified teachers who possess both artistic competence and pedagogical skills. Supportive institutional policies and leadership. (Zhou, et. al., 2024). Campus environments that promote aesthetic and cultural experiences. Research indicates that these components are interconnected and collectively influence students' learning experiences and personality development. (Worapongpat, et. al., 2024). When aesthetic education is systematically managed and integrated into institutional practices, it can significantly enhance students' creativity, emotional intelligence, interpersonal skills, and ethical awareness.

6. Research Gap

Although aesthetic education has been widely discussed in educational theory and policy, several gaps remain: Most studies focus on general education or arts education rather than aesthetic education management. Research on the relationship between aesthetic education and personality development is still limited, particularly in higher education contexts. In Thailand, few studies have examined aesthetic education in private higher education colleges. There is a lack of empirical studies that identify the components of aesthetic education management and develop practical managerial guidelines. (Worapongpat, Petnacon, 2025). Therefore, this study aims to fill these gaps by examining the components of aesthetic education management and developing guidelines to enhance students' personality development in private higher education colleges in Thailand.

Conceptual Framework

The conceptual framework of this study proposes that aesthetic education management serves as the independent variable, consisting of curriculum systems, teachers' roles and competencies, aesthetic-oriented teaching methods, campus cultural environment, and policy support mechanisms. These factors are expected to influence students' personality development, which includes emotional intelligence, creativity, social skills, self-confidence, and ethical awareness.

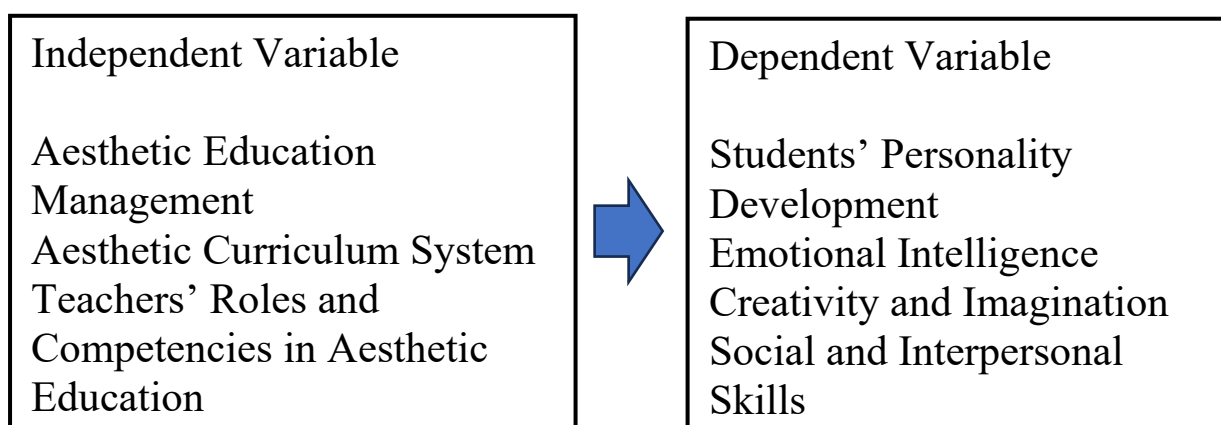


Illustration of research framework

Methodology

1. Research Design This study employed a mixed-methods research design, combining both qualitative and quantitative approaches. The qualitative phase was used to explore and confirm the components of aesthetic education management, while the quantitative phase was conducted to examine the factor structure and relationships between aesthetic education management and students' personality development. The final phase involved the development of managerial guidelines through a focus group discussion.

2. Population and Sample

2.1 Population

The population consisted of students, lecturers, and educational administrators from five private higher education colleges in Thailand:

- 1.Saint Louis College
- 2.Thong Sook College
- 3.Dusit Thani College
- 4.Northern College
- 5.Siam Technology College

These institutions were selected purposively due to their diverse educational contexts and professional orientations.

2.2 Sample

The quantitative sample consisted of students and lecturers from the five selected colleges. The sample size was determined using Krejcie and Morgan's table and stratified random sampling.

- Students: approximately 400 respondents
- Lecturers/administrators: approximately 100 respondents
- Total sample: approximately 500 respondents

2.3 Key Informants

For the qualitative phase, 12 key informants were selected using purposive sampling, including:

- 2 college presidents or vice presidents
- 4 academic administrators (deans or department heads)
- 3 senior lecturers
- 3 experts in aesthetic education or higher education management

3. Research Procedures

The research was conducted in three phases:

Phase 1: Exploration of Components

A qualitative approach was used, including literature review and semi-structured interviews with key informants. The objective was to identify the components of aesthetic education management and their influence on students' personality development. Data were analyzed using content analysis.

Phase 2: Factor Analysis

A quantitative approach was employed using a structured questionnaire developed from the findings of Phase 1. Data were collected from students and lecturers in the five selected colleges.

The questionnaire consisted of three parts:

- 1.Demographic information
- 2.Aesthetic education management variables
- 3.Students' personality development variables

Data were analyzed using:

- Frequency
- Percentage

- Mean
- Standard deviation
- Exploratory Factor Analysis (EFA)

Content validity was verified by experts, and reliability was tested using Cronbach's alpha coefficient.

Phase 3: Development of Managerial Guidelines

A focus group discussion was conducted with 9 experts from private higher education institutions and aesthetic education fields. The objective was to develop managerial guidelines for aesthetic education management that support students' personality development. Data were analyzed using content analysis.

4. Research Instruments

Three research instruments were used:

1. Semi-structured interview form
O Used in Phase 1 to explore key components
2. Five-point rating scale questionnaire
O Used in Phase 2 for quantitative data collection
3. Focus group discussion guide
O Used in Phase 3 to develop managerial guidelines

5. Data Collection

1. The researcher conducted interviews with key informants from the five colleges.
2. Questionnaires were distributed to students and lecturers, both online and in person.
3. Focus group discussions were organized with selected experts to refine managerial guidelines.

6. Data Analysis

1. Content analysis was used to analyze qualitative data from interviews and focus group discussions.
2. Descriptive statistics (frequency, percentage, mean, standard deviation) were used to analyze quantitative data.
3. Exploratory Factor Analysis (EFA) was used to identify the components of aesthetic education management and students' personality development.

Results

1. General Information of Respondents

The total number of respondents in the quantitative phase was 500, consisting of students, lecturers, and educational administrators from five private higher education colleges in Thailand: Saint Louis College, Thong Sook College, Dusit Thani College, Northern College, and Siam Technology College.

Most respondents were students (80%), while lecturers and administrators accounted for 20%. The majority of student respondents were aged between 18–23 years and enrolled in undergraduate programs across various disciplines.

Table: Exploratory Factor Analysis of Aesthetic Education Management

Table 1. Exploratory Factor Analysis of Aesthetic Education Management in Private Higher Education Colleges (n = 500)

Factor	Components	Factor Loadings	Eigenvalue	% of Variance	Cumulative %
F1	Aesthetic Curriculum System		6.84	18.20	18.20
	Integration of aesthetic subjects into the curriculum	0.79			
	Interdisciplinary aesthetic courses	0.76			
	Balance between professional and aesthetic education	0.74			
F2	Teachers' Roles and Competencies		5.42	14.10	32.30
	Teachers' aesthetic knowledge and skills	0.81			
	Ability to inspire students	0.78			
	Creative teaching competencies	0.75			
F3	Aesthetic-Oriented Teaching and Learning Methods		4.63	12.05	44.35
	Experiential learning	0.77			
	Project-based and activity-based learning	0.73			
	Use of creative and digital media	0.71			
F4	Campus Aesthetic and Cultural Environment		4.12	10.35	54.70
	Artistic and cultural activities	0.80			
	Creative campus atmosphere	0.76			
	Informal aesthetic learning spaces	0.72			
F5	Policy Support and Management Mechanisms		3.58	13.70	68.40
	Institutional policies supporting aesthetic education	0.78			
	Resource allocation	0.74			
	Evaluation and development systems	0.70			

KMO = 0.91

Bartlett's Test of Sphericity: $p < .001$

Total Variance Explained = 68.40%

Table:2 Exploratory Factor Analysis of Students' Personality Development

Table 2.Exploratory Factor Analysis of Students' Personality Development in Private Higher Education Colleges (n = 500)

Factor	Components	Factor Loadings	Eigenvalue	% of Variance	Cumulative %
F1	Emotional Intelligence		6.12	17.40	17.40
	Emotional awareness and regulation	0.82			
	Empathy toward others	0.79			
	Emotional adaptability	0.75			
F2	Creativity and Imagination		5.08	14.00	31.40
	Creative thinking	0.80			
	Imaginative expression	0.77			
	Innovation in problem-solving	0.73			
F3	Social and Interpersonal Skills		4.36	13.20	44.60
	Communication skills	0.81			
	Teamwork and collaboration	0.78			
	Social adaptability	0.74			
F4	Self-Confidence and Self-Identity		3.84	10.30	54.90
	Self-esteem	0.79			
	Self-expression	0.76			
	Personal identity awareness	0.72			
F5	Ethical Awareness and Social Responsibility		3.29	10.30	65.20
	Ethical decision-making	0.78			
	Social responsibility	0.74			
	Respect for cultural diversity	0.71			

KMO = 0.89

Bartlett's Test of Sphericity: $p < .001$

Total Variance Explained = 65.20%

Table: Descriptive Statistics of Major Variables

Table 3.Descriptive Statistics of Aesthetic Education Management and Students' Personality Development (n = 500)

Part A: Aesthetic Education Management

No.	Components	Mean	SD	Level	Rank
1	Aesthetic Curriculum System	4.10	0.56	High	3
2	Teachers' Roles and Competencies	4.15	0.52	High	2
3	Aesthetic-Oriented Teaching and Learning Methods	4.11	0.55	High	4
4	Campus Aesthetic and Cultural Environment	4.20	0.50	High	1
5	Policy Support and Management Mechanisms	4.05	0.58	High	5
Overall	Aesthetic Education Management	4.12	0.54	High	—

Part B: Students' Personality Development

No.	Components	Mean	SD	Level	Rank
1	Emotional Intelligence	4.06	0.58	High	4
2	Creativity and Imagination	4.09	0.55	High	3
3	Social and Interpersonal Skills	4.18	0.52	High	1
4	Self-Confidence and Self-Identity	4.10	0.56	High	2
5	Ethical Awareness and Social Responsibility	3.97	0.60	High	5
Overall	Students' Personality Development	4.08	0.57	High	—

Level interpretation:

- 4.21–5.00 = Very High
- 3.41–4.20 = High
- 2.61–3.40 = Moderate
- 1.81–2.60 = Low
- 1.00–1.80 = Very Low

5. Managerial Guidelines for Aesthetic Education Management

The findings from the focus group discussion with nine experts in private higher education management and aesthetic education resulted in the formulation of five key managerial guidelines. These guidelines aim to enhance the effectiveness of aesthetic education management and support students' personality development in private higher education institutions.

1. **Integration of Aesthetic Education into the Core Curriculum** Private higher education institutions should integrate aesthetic education into the core curriculum across all academic programs. This integration should emphasize interdisciplinary learning and the balanced development of professional competencies and aesthetic sensibilities.
2. **Enhancement of Teachers' Competencies in Aesthetic and Creative Pedagogy** Institutions should continuously develop teachers' competencies in aesthetic education through professional development programs, workshops, and training focused on creative and experiential teaching approaches.
3. **Promotion of Experiential and Activity-Based Learning** Teaching and learning processes should emphasize experiential, project-based, and activity-based learning approaches that allow students to actively engage in aesthetic experiences and apply creativity in real-world contexts.
4. **Development of a Campus Environment Supporting Artistic and Cultural Expression** Higher education institutions should foster a campus environment that encourages artistic and cultural activities, creative spaces, and informal learning opportunities that promote aesthetic appreciation and personal expression.
5. **Establishment of Clear Institutional Policies and Support Systems** Clear institutional policies, strategic plans, and support systems should be established to ensure sustainable implementation of aesthetic education, including resource allocation, evaluation mechanisms, and continuous improvement processes.

Overall, these managerial guidelines were considered practical, feasible, and adaptable to various types of private higher education institutions in Thailand.

Discussion

The findings of this study reveal that aesthetic education management in private higher education colleges plays a significant role in the development of students' personality. The results from the exploratory factor analysis identified five major components of aesthetic education management, which correspond closely with theoretical perspectives on aesthetic education and holistic student development.

First, the component of the aesthetic curriculum system reflects the importance of integrating aesthetic content into formal academic programs. This finding is consistent with Dewey's theory of experiential learning, which emphasizes the role of aesthetic experience in shaping human perception, judgment, and personal growth. (Worapongpat, Nipapon, 2024) When aesthetic education is embedded in the curriculum, students are more likely to develop emotional sensitivity, creativity, and reflective thinking.

Second, the factor of teachers' roles and competencies highlights the significance of educators as facilitators of aesthetic experience. This result aligns with Eisner's concept of the teacher as an artist and educational designer who shapes learning environments that nurture imagination and sensitivity. The high mean score in this dimension suggests that students and lecturers perceive teachers' aesthetic awareness and creative teaching abilities as essential to personality development.

Third, the component of aesthetic-oriented teaching and learning methods confirms the value of experiential, project-based, and activity-based learning approaches. (Weiyi, et. al., 2024). This supports Greene's view that aesthetic education encourages students to perceive the world more deeply and to engage with learning in meaningful and imaginative ways. Such teaching methods allow students to express themselves, collaborate with others, and build self-confidence.

Fourth, the campus aesthetic and cultural environment emerged as the component with the highest mean score. This indicates that the institutional environment, including artistic activities and creative spaces, plays a crucial role in shaping students' personality. The finding is consistent with ecological and cultural perspectives in education, which emphasize that learning is influenced not only by formal instruction but also by the social and cultural context of the institution.

Fifth, although policy support and management mechanisms received the lowest mean score among the five components, it still remained at a high level. This suggests that while private colleges provide aesthetic environments and teaching practices, institutional policies and systematic support may require further development. (Wang, Rungsisawat, 2024). This result reflects common challenges in private higher education, where administrative priorities often focus on professional and market-oriented programs rather than aesthetic or humanistic education.

Regarding students' personality development, the study identified five major dimensions: emotional intelligence, creativity, social skills, self-confidence, and ethical awareness. The overall level of personality development was high, with social and interpersonal skills ranking highest. This may reflect the practical and career-oriented nature of many private colleges, where students frequently engage in collaborative, service-oriented, or professional training environments.

However, ethical awareness and social responsibility ranked lowest among the five dimensions. This finding suggests that although students demonstrate strong social and interpersonal competencies, deeper ethical reflection and social consciousness may not be equally emphasized. (Worapongpat, et. al., 2024). This may be due to the strong focus on vocational and professional outcomes in private higher education.

The managerial guidelines developed from the focus group discussion align closely with the quantitative findings. Each guideline corresponds to one of the five major components

identified through EFA, indicating consistency between empirical results and expert perspectives. This convergence strengthens the validity of the proposed guidelines and suggests that they are both theoretically grounded and practically applicable.

Overall, the findings confirm that aesthetic education management contributes significantly to students' personality development in private higher education institutions. The results support the view that aesthetic education should not be treated as a peripheral or optional component but rather as an essential dimension of holistic education in the twenty-first century.

Knowledge Contribution

This study contributes to the field of educational management and aesthetic education in several significant ways.

First, the study develops a conceptual framework that integrates aesthetic education management with students' personality development within the context of private higher education institutions. While previous studies have often focused on aesthetic education in general education or public universities, this research extends the scope to private higher education colleges, which have distinct institutional missions, management structures, and professional orientations.

Second, the study empirically identifies the key components of aesthetic education management through exploratory factor analysis. The findings reveal five core components: aesthetic curriculum system, teachers' roles and competencies, aesthetic-oriented teaching methods, campus aesthetic and cultural environment, and policy support and management mechanisms. These components provide a structured and measurable model that can be applied in future research and institutional assessment.

Third, the study establishes a multidimensional structure of students' personality development, consisting of emotional intelligence, creativity, social skills, self-confidence, and ethical awareness. This structure offers a comprehensive perspective on personality development influenced by aesthetic education, beyond purely academic or cognitive outcomes.

Fourth, the study bridges theory and practice by developing managerial guidelines based on both empirical findings and expert consensus. The guidelines provide practical directions for private higher education institutions to design policies, curricula, teaching practices, and campus environments that support aesthetic education and holistic student development.

Finally, this research contributes to the contextualization of aesthetic education in Thailand's private higher education sector. It provides empirical evidence and management implications that reflect the cultural, institutional, and professional characteristics of private colleges, thereby enriching the global discourse on aesthetic education and personality development in higher education.

Recommendation

Based on the findings of this study, the following recommendations are proposed for policy, practice, and future research.

1. **Policy-Level Recommendations** Private higher education institutions should formulate clear institutional policies that explicitly recognize aesthetic education as an essential component of holistic student development. Aesthetic education should be integrated into strategic plans, quality assurance systems, and institutional performance indicators to ensure sustainability and long-term impact.

2. **Institutional and Managerial Recommendations** Higher education administrators should promote the integration of aesthetic education across all academic programs by

encouraging interdisciplinary curriculum design. Adequate resources, including budgets, facilities, and learning spaces, should be allocated to support artistic and cultural activities within the campus.

3. Teaching and Learning Recommendations Lecturers should be supported in developing competencies related to aesthetic and creative pedagogy. Professional development programs should emphasize experiential learning, project-based learning, and the use of creative and digital media to enhance students' engagement, creativity, and emotional development.

4. Campus Environment Recommendations Institutions should develop campus environments that foster aesthetic appreciation and cultural expression. This includes creating creative spaces, supporting student-led artistic activities, and promoting informal learning opportunities that enhance students' social skills and self-confidence.

5. Ethical and Social Development Recommendations Given that ethical awareness and social responsibility ranked lowest among personality dimensions, institutions should strengthen the integration of ethical reflection and social responsibility within aesthetic education activities. Community engagement projects, service learning, and culturally responsive learning experiences should be emphasized.

6. Recommendations for Future Research Future studies should employ confirmatory factor analysis (CFA) or structural equation modeling (SEM) to validate and extend the proposed conceptual framework. Comparative studies between public and private higher education institutions, as well as longitudinal research examining long-term effects of aesthetic education on students' personality development, are also recommended.

References

- Aliu, R., & Lertlit, S. (2023). The factors affecting aesthetic education development of Chinese higher education institutions. *Journal of Roi Kaensarn Academi*, 8(11), 498–526.
- Chayboonkrong, P., & Worapongpat, N. (2024). Promoting teachers' technology usage in Nongkungsri 1 under Kalasin Primary Educational Service Area Office 2. *Journal of Public and Private Issues*, 1(1), 1–12. <https://so17.tci-thaijo.org/index.php/jppi/article/view/295>
- Choeirod, R. (2025). Innovative pedagogies for teaching the arts in Thailand: An interdisciplinary approach to cultural preservation and digital media. *Journal of Exploration in Interdisciplinary Methodologies*, 2(2), 11–23.
- Dongjie, Z., & Worapongpat, N. (2024). The factors affecting effective organizational culture management: A case study Hongfu Company in China. *The Journal of International Buddhist Studies College*, 10(1), 1–19. <https://so03.tci-thaijo.org/index.php/ibsc/article/view/273736>
- Dongling, Z., & Worapongpat, N. (2023). Academic leadership of administrator influence learning organization of case study of the university, Hong Kong. *International Journal of Multidisciplinary in Educational & Cultures Studies*, 1(2), 12–20. <https://so04.tci-thaijo.org/index.php/ijec/article/view/267225>
- Erwu, Y., Howattanakul, S., & Chanphong, S. (2023). Teaching quality management of private children's fine arts education institutions in Heilongjiang Province. *Journal of Roi Kaensarn Academi*, 8(8), 606–620.
- Makjod, S., Worapongpat, N., Kangpheng, S., & Bhasabutr, P. (2025). Academic administration of the opportunity expansion school under the Prachinburi Primary Educational Service Area Office 1. *Journal of Education and Learning Reviews*, 2(5), 85–94. <https://so19.tci-thaijo.org/index.php/JELS/article/view/963>
- Mangkhang, C., Kaewpanya, N., Cheunduang, T., Muangkaew, K., & Onwanna, M. (2024). Creative economy learning management to promote sustainable citizenship for secondary

- school students in the Upper Northern Special Economic Development Zones, Thailand. *Higher Education Studies*, 14(2), 14–26.
- Min, Y., & Worapongpat, N. (2023). Creative leadership and school administration participation under Zhong Shan Polytechnic in Guangdong Province. *International Journal of Multidisciplinary in Educational & Cultures Studies*, 1(1), 1–13. <https://so04.tci-thaijo.org/index.php/ijec/article/view/265806>
- Ning, L., Worapongpat, N., Wongkumchai, T., Zidi, X., Jiewei, W., & Mingyu, Z. (2023). Administration of music courses for sustainable success: A case study of Jiangling Town central high school, Dazhou City. *UBRU International Journal Ubon Ratchathani Rajabhat University*, 3(2), 21–39. <https://so04.tci-thaijo.org/index.php/ubruij/article/view/267673>
- Ruyang, L., & Shah, M. I. A. (2024). Integrating aesthetic and cultural education for personality development in university courses. *Asia Pacific Journal of Business, Humanities and Education*, 9(1), 74–89.
- Tianshu, M., & Worapongpat, N. (2023). The hybrid teaching management system on art education subjects in Haizhou Senior Middle School of Fuxin City. *UBRU International Journal Ubon Ratchathani Rajabhat University*, 3(1), 25–37. <https://so04.tci-thaijo.org/index.php/ubruij/article/view/265230>
- Wang, J., Rattanapun, S., & Darodjat, T. (2025). The impact of aesthetic education and academic management on the innovative development of higher vocational colleges in Yuncheng City, Shanxi Province, China. *Shanlax International Journal of Education*, 13(2), 1–12.
- Wang, Y. Y., & Rungsrisawat, S. (2024). Strategy and role of aesthetic education in multiple communication of private universities in China. *SSRU International Journal of Management Science*, 11(2), 122–140.
- Weiyi, W., Khamcharoen, N., & Worapongpat, N. (2024). Developing strategic guidelines to improve English language skills of vocational students in Linhai Taiyun vocational school, China. *Journal of Public and Private Issues*, 1(2), 84–93. <https://so17.tci-thaijo.org/index.php/jppi/article/view/495>
- Worapongpat, N. (2023). Marketing strategies influencing decision making for private universities in Bangkok. *UBRU International Journal Ubon Ratchathani Rajabhat University*, 3(1), 1–7. <https://so04.tci-thaijo.org/index.php/ubruij/article/view/265211>
- Worapongpat, N. (2024a). Academic leadership of administrators in Burapha Suksa school group under Nakhonpathom Primary Educational Service Area Office 1. *International Journal of Multidisciplinary in Educational & Cultures Studies*, 2(2), 1–12. <https://so04.tci-thaijo.org/index.php/ijec/article/view/271380>
- Worapongpat, N. (2024b). Innovative leadership that influences becoming an innovative learning organization private universities in Bangkok. *UBRU International Journal Ubon Ratchathani Rajabhat University*, 4(2), 29–44. <https://so04.tci-thaijo.org/index.php/ubruij/article/view/274931>
- Worapongpat, N. (2024c). Specific leadership attributes of school administrators in special education schools within the Rung Arun Song Kwae school network. *Asian Education and Learning Review*, 3(1), Article 3. <https://doi.org/10.14456/aclr.2025.3>
- Worapongpat, N. (2025a). Academic administration of educational institution administrators Mueang Ranong District under the jurisdiction of the Secondary Educational Service Area Office, Phang Nga, Phuket, Ranong. *KKU International Journal of Humanities and Social Sciences*, 15(1), 24–45. <https://so04.tci-thaijo.org/index.php/KKUJ/article/view/270388>
- Worapongpat, N. (2025b). Building collaboration between educational institutions and communities impacting school management: A case study of Guangzhou Vocational

- College of Technology, Guangzhou Open University, China. *Journal of Education and Learning Reviews*, 2(4), 1–12. <https://doi.org/10.60027/jelr.2025.1759>
- Worapongpat, N. (2025c). Building collaboration between schools and communities: A case study of multiple schools in Luoyang District. *Journal of Education and Learning Reviews*, 2(3), 95–104. <https://doi.org/10.60027/jelr.2025.1097>
- Worapongpat, N. (2025d). Integrating interdisciplinary workshop design to advance life skills and leadership among graduate students at private universities in Thailand. *Liberal Arts and Social Studies International Journal*, 1(2), 55–71. <https://so18.tci-thaijo.org/index.php/laassij/article/view/1133>
- Worapongpat, N. (2025e). Mindfulness in the use of artificial intelligence for learning among graduate students in private universities in Bangkok, Thailand. *Asian Education and Learning Review*, 3(2), Article 1. <https://doi.org/10.14456/aelr.2025.6>
- Worapongpat, N. (2025f). Patterns of participation in the development of life skills, environment, society, and good governance among educational personnel in public universities through a meditation program in Buddhist sacred lands. *Journal of MCU Languages and Cultures*, 5(1), 1–22. <https://so08.tci-thaijo.org/index.php/JMLC/article/view/4734>
- Worapongpat, N. (2026). Development of brain-based learning innovations to enhance Thai reading and writing skills in non-formal education: A case study of the Special Non-Formal Education Center in Chonburi Province. *Journal of Education and Learning Reviews*, 3(1), Article e2541. <https://doi.org/10.60027/jelr.2026.e2541>
- Worapongpat, N., & Arunyananon, P. (2025). Transformational leadership and change management competency in response to sudden disruptions among administrators of Jiangling Town Central High School, Dazhou City. *Journal of Education and Learning Reviews*, 2(2), 47–58. <https://doi.org/10.60027/jelr.2025.913>
- Worapongpat, N., Arunyananon, P., & Rianwilairat, W. (2025). Modern human resource management that affects academic work efficiency at Rajabhat University in Bangkok. *Journal of Education and Learning Reviews*, 2(3), 57–72. <https://doi.org/10.60027/jelr.2025.949>
- Worapongpat, N., & Boonmee, K. (2025). The impact of women's leadership on teachers' feelings of trust in administration in higher education institutions: Universities in Liaoning Province. *KKU International Journal of Humanities and Social Sciences*, 15(1), 162–197. <https://so04.tci-thaijo.org/index.php/KKUJ/article/view/274357>
- Worapongpat, N., Cai, Q., & Wongsawad, T. (2024). Creating and validating a digital leadership model for university teachers, Liaoning Province. *Journal of Education and Learning Reviews*, 1(3), 1–10. <https://doi.org/10.60027/jelr.2024.740>
- Worapongpat, N., Deepimay, C., & Kangpheng, S. (2025). Guidelines for development of information technology in primary school administration: A case study of Ariyamongkol Network Groups under Rayong Primary Education Service Area Office, 2. *Journal of Education and Learning Reviews*, 2(2), 1–10. <https://doi.org/10.60027/jelr.2025.961>
- Worapongpat, N., & Kangpheng, S. (2025). Transformational leadership skills for executives in the digital age, China Polytechnic College. *Journal of Education and Learning Reviews*, 2(5), 27–44. <https://doi.org/10.60027/jelr.2025.931>
- Worapongpat, N., Kangpheng, S., & Bhasabutr, P. (2025). Educational innovation, infographic media development. *Journal of Public and Private Issues*, 2(5), 256–263. <https://so17.tci-thaijo.org/index.php/jppi/article/view/1264>
- Worapongpat, N., Kangpheng, S., & Bhasabutr, P. (2026). Examining the relationship between AI competency and AI awareness among graduate-level instructors in private higher education institutions in Thailand. *Journal of Education and Learning Reviews*, 3(1), Article e2551. <https://doi.org/10.60027/jelr.2026.e2551>

- Worapongpat, N., Kangpheng, S., Bhasabutr, P., Saikham, S., & Techanok, A. (2025). The mediating role of work engagement in the servant leadership creativity relationship among Chinese university faculty. *Journal of Education and Learning Reviews*, 2(6), 135–146. <https://doi.org/10.60027/jelr.2025.2334>
- Worapongpat, N., Kangpheng, S., Bhasabutr, P., & Techanok, A. (2025). Creative leadership of administrators and effectiveness of private higher education colleges in Bangkok. *Asian Journal of Humanities and Social Innovation*, 2(4), 1–20. <https://so14.tci-thaijo.org/index.php/AJHSI/article/view/2121>
- Worapongpat, N., Khamcharoen, N., & Cong, W. (2024). Developing management guidelines for constructing curriculum of Chinese history subject for vocational college at Shangrao City Xinzhou secondary professional school, China. *Journal of Public and Private Issues*, 1(3), 219–229. <https://so17.tci-thaijo.org/index.php/jppi/article/view/496>
- Worapongpat, N., & Kumla, S. (2024). Participation in academic administration of educational personnel in education quality development network group 7 under Maha Sarakham Primary Education Service Area Office 2. *Journal of Public and Private Issues*, 1(3), 94–106. <https://so17.tci-thaijo.org/index.php/jppi/article/view/304>
- Worapongpat, N., & Nipapon, P. (2024). Management of the student care and support system in educational institutions under the jurisdiction of Kamphaeng Phet Primary Educational Service Area Office 2. *Journal of Public and Private Issues*, 1(3), 134–144. <https://so17.tci-thaijo.org/index.php/jppi/article/view/306>
- Worapongpat, N., & Petnacon, C. (2025). Administration management of the honest school project in basic educational institutions Phra Chao Tak school group under the Rayong Primary Educational Service Area Office, Area 1. *Journal of Education and Learning Reviews*, 2(2), 11–20. <https://doi.org/10.60027/jelr.2025.1010>
- Worapongpat, N., & Phakamach, P. (2024). Components and guidelines for being a happiness workplace of vocational education institutions under the circumstances of educational transformation. *Asian Education and Learning Review*, 2(2), 1–15. <https://so07.tci-thaijo.org/index.php/AELR/article/view/4491>
- Worapongpat, N., Purisuttamo, P. M., Uttamavangso, P. N., & Lormanenoprat, K. (2024). Academic leadership of administrators that influence being a learning organization in basic educational institutions under the Bangkok Educational Service Area. *The Journal of International Buddhist Studies College*, 12(1–2), 163–180. <https://so03.tci-thaijo.org/index.php/ibsc/article/view/276156>
- Worapongpat, N., Purisuttamo, P., Phrakhrudombodhivides, N. U. S., Arunyananon, P., & Dookarn, S. (2024). Guidelines for the development of innovative Buddhist leadership in the context of sudden change at Bangkok Rajabhat University. *The Journal of International Buddhist Studies College*, 10(3), 127–144. <https://so03.tci-thaijo.org/index.php/ibsc/article/view/277807>
- Worapongpat, N., & Sriaroon, S. (2024). Strategic leadership according to the four Brahmavihāra principles in the Chiang Mai Primary Educational Service Area Office 1. *Journal of Public and Private Issues*, 1(3), 107–117. <https://so17.tci-thaijo.org/index.php/jppi/article/view/303>
- Worapongpat, N., Thavisin, N., & Viphoouparakhot, B. (2024). Study on the application of wireless communication technology in digital communities in Guangdong. *Journal of Public and Private Issues*, 1(5), 230–242. <https://so17.tci-thaijo.org/index.php/jppi/article/view/683>
- Worapongpat, N., Wongkumchai, T., & Anuwatpreecha, T. (2024). Innovative leadership of educational institution administrators at Dhonburi Rajabhat University. *Journal of Education and Learning Reviews*, 1(2), 1–12. <https://doi.org/10.60027/jelr.2024.675>

- Worapongpat, N., Wongkumchai, T., Jiewei, W., Zidi, X., & Mingyu, Z. (2023). Important factors influencing satisfaction of MBA students in higher education institutions in Bangkok and its vicinity, Thailand. *UBRU International Journal Ubon Ratchathani Rajabhat University*, 3(2), 41–48. <https://so04.tci-thaijo.org/index.php/ubruij/article/view/267675>
- Worapongpat, N., & Xiaoling, H. (2024). Philosophical analysis of the establishment of university public relations Gungdong Open University. *Journal of Public and Private Issues*, 1(3), 185–196. <https://so17.tci-thaijo.org/index.php/jppi/article/view/315>
- Xunan, L., & Worapongpat, N. (2023). The transformational leadership administration of fit middle school in Anhui Province. *International Journal of Multidisciplinary in Educational & Cultures Studies*, 1(1), 14–27. <https://so04.tci-thaijo.org/index.php/ijec/article/view/265805>
- Yasuttamathada, N., & Worapongpat, N. (2025). Leadership of organization administrators in an open university in China: A case study. *Journal of Education and Learning Reviews*, 2(1), 83–92. <https://doi.org/10.60027/jelr.2025.930>
- Zhou, W., Worapongpat, N., & Liuyue, Z. (2024). Leadership according to the curriculum of teachers under the foundation of wisdom education, a case study of a primary school in Yin Chuan, China. *International Journal of Multidisciplinary in Educational & Cultures Studies*, 2(1), 15–28. <https://so04.tci-thaijo.org/index.php/ijec/article/view/270498>

การพัฒนาผลิตภัณฑ์คุกกี้เสริมผงผักเคล

Development of Kale Powder-Fortified Cookie Product

¹จิราภรณ์ ดาทุมธา¹Jirapon Dathumtha¹มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร¹Sakon Nakhon Rajabhat University¹Corresponding Author's Email: Kongsakonnakon@gmail.com

Received: June 15, 2026; Revised: September 10, 2026; Accepted: September 29, 2026

บทคัดย่อ

บทความงานวิจัยนี้มีจุดประสงค์เพื่อพัฒนาผลิตภัณฑ์คุกกี้เสริมผงผักเคล จากการคัดเลือกสูตรผลิตภัณฑ์คุกกี้พื้นฐาน ซึ่งมีส่วนประกอบหลัก คือ แป้งสาลีอเนกประสงค์ร้อยละ 56 น้ำตาลทรายร้อยละ 14 มาการีนร้อยละ 8.75 ผงฟูร้อยละ 0.29 ไข่ไก่ร้อยละ 5.84 และกลิ่นวานิลาร้อยละ 0.29 ศึกษาผลของการเสริมผงผักเคลที่ระดับร้อยละ 0, ร้อยละ 2.5, ร้อยละ 5.0 และร้อยละ 7.5 ตามลำดับ โดยการประเมินคุณภาพทางประสาทสัมผัสและการยอมรับของผู้บริโภคที่มีต่อผลิตภัณฑ์คุกกี้เสริมผงผักเคล ผลการวิเคราะห์เนื้อสัมผัสพบว่า ผลิตภัณฑ์คุกกี้เสริมผงผักเคลมีความต่างจากสูตรพื้นฐาน เนื่องจากด้านสี กลิ่น รสชาติ เนื้อสัมผัส และความชอบโดยรวม มีความแตกต่างชัดเจนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 ผลคุณภาพทางประสาทสัมผัสพบว่า ผู้ทดสอบให้คะแนนความชอบต่อผลิตภัณฑ์คุกกี้เสริมผงผักเคลด้านสี กลิ่น รสชาติ เนื้อสัมผัส และความชอบโดยรวมอยู่ในช่วงชอบมาก โดยผลิตภัณฑ์คุกกี้เสริมผงผักเคลร้อยละ 2.5 มีคะแนนความชอบโดยรวมอยู่ที่ 8.46 คะแนน ($P < 0.05$) อยู่ในช่วงชอบมากอย่างยิ่ง มีเนื้อสัมผัสกรอบร่วนเหมือนสูตรพื้นฐาน จากการทดสอบการยอมรับของผู้บริโภค 100 คน พบว่า ผู้บริโภคทั้งหมด (ร้อยละ 100) ให้การยอมรับผลิตภัณฑ์คุกกี้เสริมผงผักเคล โดยให้คะแนนความชอบโดยรวมต่อผลิตภัณฑ์คุกกี้เสริมผงผักเคลร้อยละ 2.5 เท่ากับ 8.17 คะแนน ($p < 0.05$) ซึ่งอยู่ในช่วงชอบมากอย่างยิ่ง

คำสำคัญ: คุกกี้; ผักเคล; ผลิตภัณฑ์

Abstract

This research aimed to develop a kale powder-enriched cookie product by selecting a basic cookie recipe with the following key ingredients: 56% all-purpose wheat flour, 14% granulated sugar, 8.75% margarine, 0.29% baking powder, 5.84% eggs, and 0.29% vanilla flavoring. The study investigated the effects of incorporating kale powder at four levels: 0%, 2.5%, 5.0%, and 7.5%, through sensory quality evaluation and consumer acceptance of the kale-enriched cookies. The texture analysis revealed that the kale-enriched cookies differed significantly from the basic recipe in terms of color, aroma, taste, texture, and overall preference, with statistically significant differences at the 95% confidence level. The sensory

evaluation results showed that panelists rated all sensory attributes-including color, aroma, taste, texture, and overall liking-within the "like very much" range. The 2.5% kale-enriched cookie received the highest overall liking score of 8.46 ($P < 0.05$), classified as "like extremely," and maintained a crisp, crumbly texture similar to the basic recipe. Consumer acceptance testing with 100 participants showed that all consumers (100%) accepted the kale-enriched cookie product. The 2.5% kale-enriched cookie received an average overall liking score of 8.17 ($P < 0.05$), also falling within the "like extremely" range.

Keywords: Cookie; Kale; Product Development

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ผู้บริโภคส่วนใหญ่ให้ความสำคัญกับผลิตภัณฑ์ที่มีคุณค่าทางโภชนาการจากธรรมชาติมากขึ้น จากรายงานเกี่ยวกับจำนวนประชากรของโลก รวมทั้งประเทศไทย พบว่า ประชากรมีแนวโน้มที่จะมีอายุยืนนานขึ้นมากขึ้น ส่วนหนึ่งมาจากการบริโภคอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ ทำให้ผู้บริโภคให้ความสำคัญกับการเลือกบริโภคมากขึ้น โดยเฉพาะกลุ่มอาหารประเภทขนม เป็นผลิตภัณฑ์อาหารที่รับประทานระหว่างมื้ออาหารหลัก รับประทานง่าย ทำให้เป็นที่นิยมของผู้บริโภคทุกวัย แต่ผลิตภัณฑ์เหล่านี้ส่วนใหญ่ให้พลังงานสูงจากส่วนผสมของไขมัน แป้ง และน้ำตาล ก่อให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพตามมา เช่น โรคอ้วน โรคเบาหวาน และโรคหัวใจ เป็นต้น โดยเกิดขึ้นได้กับผู้บริโภคทุกเพศทุกวัย โดยเฉพาะกลุ่มผู้รักสุขภาพอาจมีความกังวลในการรับประทาน ดังนั้น การพัฒนาผลิตภัณฑ์กลุ่มอาหารประเภทขนมที่มีคุณค่าทางโภชนาการ โดยใช้วัตถุดิบจากธรรมชาติ เช่น การทำขนมโดยเสริมวัตถุดิบจากธรรมชาติเป็นส่วนผสม จึงเป็นเรื่องที่น่าสนใจ และยังเป็นการเพิ่มทางเลือกให้กับผู้บริโภคที่รักสุขภาพอีกด้วย (กัลญฤตา อัครโชติโยธิน, 2566)

ศูนย์วิจัยเทรนด์และคอนเซ็ปต์แห่งอนาคต บารามิซี (2564) จัดให้อาหารสุขภาพเป็นหนึ่งในแนวโน้มอาหารในอนาคตปี 2564-2565 อาหารสุขภาพ คือ อาหารที่ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อร่างกาย อาจช่วยลดอัตราเสี่ยงต่อภาวะโรคอ้วน ช่วยให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง สุขภาพจิตดี และอาหารเพื่อสุขภาพถือว่า "เป็นยา" หากกินเป็นประจำสามารถช่วยเพิ่มภูมิคุ้มกันโรค และลดอัตราการเสี่ยงต่อโรคต่าง ๆ และสะท้อนเทรนด์อาหารในอนาคตที่ผู้บริโภคยังคงต้องการวัตถุดิบหรือผลิตผลทางการเกษตรที่ปลอดภัยจากสารเคมี คือ อาหารเกษตรอินทรีย์ อาหารทางการแพทย์ ซึ่งไม่ใช่ยาแต่เป็นอาหารที่ออกแบบมาเพื่อผู้ป่วยโดยเฉพาะ รวมถึงอาหารจากพืชหรือสัตว์ที่ได้รับการปรับแต่งโดยกระบวนการผลิตแบบใหม่เช่นเดียวกับเบเกอรี่เพื่อสุขภาพที่ผลิตจากวัตถุดิบธรรมชาติ

คุกกี้เป็นผลิตภัณฑ์เบเกอรี่ที่ได้รับความนิยมจากผู้บริโภค ส่วนผสมหลักของคุกกี้คือ แป้งสาลี ไขมัน และน้ำตาล สำหรับของเหลวอาจมีเล็กน้อยเพื่อให้ส่วนผสมเข้ากันดี ในส่วนผสมของคุกกี้มีไขมันและน้ำตาลสูงถ้าบริโภคในปริมาณมากมีผลทำให้น้ำหนักตัวเพิ่มได้ง่าย เป็นผลให้ร่างกายเสี่ยงเกิดโรคอ้วน และภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ ตามมา ในปัจจุบันมีการพัฒนาคุกกี้ให้มีคุณค่าทางโภชนาการเพิ่มมากขึ้น เช่น คุกกี้เนยสดเสริมผักโขม (วิภาวรรณ วงศ์สุดาลักษณ์, 2559)

ผักเคล (Brassica oleracea var. sabellica) เป็นผักใบเขียวที่อยู่ในวงศ์ Brassicaceae ในช่วงไม่กี่ปีที่ผ่านมา ผักเคลได้รับความสนใจเนื่องจากมีสารออกฤทธิ์ทางชีวภาพสูง เช่น วิตามินซี โปรวิตามินเอ กลูโคซิโนเลต สารต้านอนุมูลอิสระ สารประกอบฟีนอลิก โยอาหาร แร่ธาตุหลัก (แคลเซียมและแมกนีเซียม) และแร่ธาตุรอง (เหล็ก สังกะสี และแมงกานีส) ผักเคลจึงถือได้ว่าเป็นอาหารที่มีประโยชน์ในการเพิ่มปริมาณสารต้านอนุมูลอิสระ และอาจมีประโยชน์ในการป้องกันโรคความเสื่อมเรื้อรังได้ (Becerra-Moreno A. et al., 2013) การบริโภคผักเคลเริ่มเป็นที่นิยม ทั้งใช้ในการรับประทานสด หรือแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ผักเคลผง อย่างไรก็ตาม ข้อมูลของผลิตภัณฑ์ผักเคลยังจำกัดเพียงปริมาณสารที่เป็นส่วนประกอบสำคัญ แต่ยังขาดข้อมูลเกี่ยวกับปริมาณสารต้านอนุมูลอิสระ และประสิทธิภาพของฤทธิ์การต้านอนุมูลอิสระ ซึ่งอาจสลายไประหว่างกระบวนการผลิต บรรจุภัณฑ์ และการขนส่ง ผู้วิจัยจึงเลือกผลิตภัณฑ์ผักเคลผงซึ่งกำลังได้รับความนิยมมาทำการวิจัย และพบว่ายังมีข้อมูลในส่วนของคุณค่าทางโภชนาการของผลิตภัณฑ์ผักเคลผงจำนวนมาก โดยผลจากการศึกษานี้จะเป็นประโยชน์ในการพิจารณาเลือกบริโภคผลิตภัณฑ์ผักเคลผงเพื่อส่งเสริมสุขภาพโดยรวมได้ (กัลยา คุณาธิป, 2563)

จากประเด็นดังกล่าว ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะพัฒนาผลิตภัณฑ์ผักเคลที่มีคุณค่าทางโภชนาการที่สูงขึ้น โดยใช้ผงผักเคลเป็นตัวช่วยในการพัฒนาผลิตภัณฑ์ เพื่อลดสาเหตุการเกิดโรคต่าง ๆ ที่เกิดจากการรับประทานขนมหวาน และยังป้องกันการเกิดโรคต่าง ๆ ได้อีกด้วย เนื่องจากผงผักเคลมีคุณค่าทางโภชนาการที่สูงมาก ซึ่งสามารถช่วยลดสาเหตุการเกิดโรค และป้องกันการเกิดโรคต่าง ๆ ได้อีกด้วย เพราะฉะนั้น ผู้วิจัยจึงได้เลือกผงผักเคลมาเป็นวัตถุดิบเสริมในผลิตภัณฑ์ผักเคล เพื่อให้ได้ผลิตภัณฑ์ผักเคลที่มีคุณค่าทางโภชนาการและได้รับการยอมรับของผู้บริโภค

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาสูตรพื้นฐานของคุกกี้
2. เพื่อศึกษาปริมาณของผงผักเคลที่มีผลความเหมาะสมต่อคุณภาพทางประสาทสัมผัสของคุกกี้
3. เพื่อศึกษาความพึงพอใจผู้บริโภคของผู้บริโภคต่อผลิตภัณฑ์คุกกี้เสริมผงผักเคล

ขอบเขตการวิจัย

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยเริ่มต้นจากการศึกษาสูตรพื้นฐานที่ใช้ในการพัฒนาผลิตภัณฑ์คุกกี้ โดยเลือกใช้ผงผักเคลเป็นส่วนผสมเสริมในสูตร ซึ่งพัฒนาจากสูตรพื้นฐานของคุกกี้จำนวน 3 สูตร ได้แก่ สูตรของป้าเจียบ สูตรของเช-รี อามูร์ (Cherie Amoure) และสูตรของรสสุคนธ์ มกรมณี จากนั้นจึงศึกษาปริมาณของผงผักเคลที่เหมาะสมในการเสริมในคุกกี้ โดยใช้อัตราส่วนร้อยละ 2.5, 5.0 และ 7.5 เพื่อเปรียบเทียบและประเมินผลคุณภาพของผลิตภัณฑ์ ในขั้นตอนต่อมาได้มีการศึกษาคุณภาพทางประสาทสัมผัสของคุกกี้ในด้านสี กลิ่น รสชาติ เนื้อสัมผัส และความชอบโดยรวมจากผู้บริโภค สำหรับตัวแปรในการทดลองครั้งนี้ แบ่งออกเป็นตัวแปรอิสระ ได้แก่ สูตรพื้นฐานทั้งสามสูตรและปริมาณของผงผักเคลที่เติมลงในคุกกี้ และตัวแปรตาม ได้แก่

คุณภาพทางประสาทสัมผัสของผลิตภัณฑ์คุกกี้เสริมผงผักเคล และระดับการยอมรับของผู้บริโภคต่อผลิตภัณฑ์ดังกล่าว

วิธีดำเนินการวิจัย

ขั้นที่ 1 ศึกษาสูตรพื้นฐานของคุกกี้ ทดลองทำคุกกี้ 3 สูตรที่ได้จากตำรา แล้วประเมินคุณภาพทางประสาทสัมผัสโดยใช้การทดลองแบบสุ่มในบล็อกสมบูรณ์ (RCBD) โดยให้นักศึกษาจำนวน 50 คน ซึ่งไม่ผ่านการฝึกฝนด้านการชิม ทำการประเมินความชอบด้วยมาตรวัดความชอบ 9 ระดับของเฮโดนิค (9-point Hedonic Scale) เพื่อนำผลมาวิเคราะห์และคัดเลือกสูตรพื้นฐานที่ได้รับความนิยมมากที่สุด

ขั้นที่ 2 ศึกษาปริมาณที่เหมาะสมของผงผักเคลในคุกกี้ นำสูตรพื้นฐานที่คัดเลือกได้มาทดลองเติมผงผักเคลในอัตราร้อยละ 2.5, 5.0 และ 7.5 แล้วประเมินคุณภาพทางประสาทสัมผัสโดยใช้แผนการทดลองแบบบล็อกสมบูรณ์แบบสุ่ม (RCBD) เช่นเดิม ผู้ทดลองชิมเป็นนักศึกษา 50 คน ใช้แบบประเมินมาตรวัดความชอบ 9 ระดับของเฮโดนิค (9-point Hedonic Scale) ในด้านสี กลิ่น รสชาติ เนื้อสัมผัส และความชอบโดยรวม เพื่อเลือกสูตรที่มีปริมาณผงผักเคลเหมาะสมที่สุด

ขั้นที่ 3 ศึกษาการยอมรับของผู้บริโภค นำสูตรที่ผ่านการคัดเลือกจากขั้นที่ 2 ไปทดสอบการยอมรับโดยใช้แบบสอบถามสำหรับผู้บริโภคกับนักศึกษา 100 คน แบ่งเป็น 3 ส่วน ได้แก่ ข้อมูลทั่วไป พฤติกรรมการบริโภค และระดับการยอมรับต่อคุกกี้เสริมผงผักเคล

การวิเคราะห์ข้อมูล

ขั้นที่ 1 ศึกษาสูตรพื้นฐานของคุกกี้ ทำการทดลองผลิตคุกกี้จากสูตรพื้นฐาน 3 สูตร และประเมินคุณภาพทางประสาทสัมผัส ได้แก่ สี กลิ่น รสชาติ เนื้อสัมผัส และความชอบโดยรวม โดยใช้แบบประเมินมาตรวัดความชอบ 9 ระดับของเฮโดนิค จากกลุ่มผู้ชิมที่ไม่ผ่านการฝึกฝน จำนวน 50 คน ผลคะแนนจะนำมาหาค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) วิเคราะห์ความแปรปรวน (ANOVA) และเปรียบเทียบความแตกต่างด้วยวิธีการเปรียบเทียบข้อมูลหลังการวิเคราะห์ความแปรปรวน (DMRT) ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 เพื่อคัดเลือกสูตรที่เหมาะสมที่สุด

ขั้นที่ 2 การศึกษาปริมาณผงผักเคลที่เหมาะสมในคุกกี้ นำสูตรพื้นฐานที่ได้รับการคัดเลือกมาทดลองเติมผงผักเคลในระดับร้อยละ 2.5, 5.0 และ 7.5 โดยใช้แผนการทดลองแบบสุ่มในบล็อกสมบูรณ์ (RCBD) ให้ผู้ชิมกลุ่มเดิมประเมินคุณภาพทางประสาทสัมผัสเช่นเดียวกับขั้นแรก วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการหาค่าเฉลี่ย วิเคราะห์ความแปรปรวน (ANOVA) และเปรียบเทียบค่าคะแนนด้วย DMRT โดยใช้โปรแกรม SPSS

ขั้นที่ 3 การศึกษาการยอมรับของผู้บริโภค นำสูตรคุกกี้ที่เติมผงผักเคลในระดับที่เหมาะสมมาทดสอบกับกลุ่มผู้บริโภคทั่วไป จำนวน 100 คน ซึ่งเป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดยใช้

แบบสอบถามการทดสอบผู้บริโภคนำออกเป็น 3 ส่วน ได้แก่ ข้อมูลทั่วไป พฤติกรรมการบริโภค และการยอมรับต่อผลิตภัณฑ์ นำผลที่ได้มาวิเคราะห์ในรูปแบบร้อยละและแจกแจงความถี่

ผลการวิจัย

จากการศึกษาการพัฒนาผลิตภัณฑ์คุกกี้เสริมผงผักเคล มีขั้นตอนการดำเนินงานโดยเริ่มจากการศึกษาสูตรพื้นฐานของคุกกี้ จำนวน 3 สูตร โดยให้ผู้ทดสอบชิมจำนวน 50 คน ประเมินคุณลักษณะทางประสาทสัมผัส เพื่อคัดเลือกสูตรพื้นฐานที่เหมาะสมสำหรับนำมาใช้เป็นต้นแบบในการพัฒนาผลิตภัณฑ์คุกกี้เสริมผงผักเคล จากนั้นจึงทำการเสริมผงผักเคลในระดับความเข้มข้นที่แตกต่างกัน ได้แก่ ร้อยละ 0, 2.5, 5.0 และ 7.5 ของส่วนผสมทั้งหมด แล้วศึกษาการยอมรับของผู้บริโภคที่มีต่อคุกกี้ในแต่ละสูตร เพื่อหาสูตรที่ผู้บริโภคให้คะแนนความชอบโดยรวมสูงที่สุด โดยสามารถสรุปผลการศึกษาตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

1. การศึกษาสูตรพื้นฐานของคุกกี้ จากการทดลองพบว่า สูตรของเช-รี อามูร์ (Cherie Amoure) เป็นสูตรที่ได้รับคะแนนความชอบทางประสาทสัมผัสสูงที่สุด โดยมีองค์ประกอบหลัก ได้แก่ แป้งสาลีอเนกประสงค์ ร้อยละ 56, เนยสดเค็ม ร้อยละ 14.61, น้ำตาลทราย ร้อยละ 14, มาการีน ร้อยละ 8.75, ผงฟู ร้อยละ 0.29, ไข่ไก่ ร้อยละ 5.84 และกลิ่นวานิลลา ร้อยละ 0.29 คุณลักษณะที่ผู้ทดสอบชื่นชอบ ได้แก่ สีเหลืองอ่อนจากไข่และเนย กลิ่นหอมของวานิลลา รสชาติหวานกำลังดี และเนื้อสัมผัสที่กรอบร่วน ส่งผลให้สูตรดังกล่าวเหมาะสมที่จะใช้เป็นสูตรพื้นฐานในการพัฒนาผลิตภัณฑ์คุกกี้เสริมผงผักเคล

2. การศึกษาปริมาณผงผักเคลที่เหมาะสมในการพัฒนาผลิตภัณฑ์ เมื่อเสริมผงผักเคลในระดับที่แตกต่างกัน พบว่าคุกกี้ที่เสริมผงผักเคลในระดับร้อยละ 2.5 ได้รับคะแนนความชอบโดยรวมสูงสุดจากผู้ทดสอบ เนื่องจากมีสีเขียวย่นดูน่ารับประทาน ให้ความรู้สึกสดชื่นและเป็นธรรมชาติ กลิ่นของผักเคลอ่อน ๆ ช่วยเสริมกลิ่นโดยไม่กลบกลิ่นคุกกี้ รสชาติยังคงความเป็นเอกลักษณ์ของคุกกี้ และเนื้อสัมผัสยังคงกรอบร่วนเช่นเดิม ทั้งนี้เพราะปริมาณผงผักเคลที่ใช้ไม่ส่งผลกระทบต่อโครงสร้างของผลิตภัณฑ์ จึงถือว่าปริมาณร้อยละ 2.5 เป็นระดับที่เหมาะสมในการใช้เป็นสูตรสำหรับศึกษาการยอมรับของผู้บริโภค

3. การศึกษาการยอมรับของผู้บริโภค จากการทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างผู้บริโภคจำนวน 100 คน ซึ่งเป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร พบว่า ผู้บริโภคส่วนใหญ่ให้คะแนนความชอบในระดับ “ชอบมาก” ถึง “ชอบมากอย่างยิ่ง” ต่อคุณลักษณะด้านสี กลิ่น รสชาติ เนื้อสัมผัส และความชอบโดยรวมของคุกกี้เสริมผงผักเคลสูตรร้อยละ 2.5 โดยผู้บริโภคทั้งหมด (ร้อยละ 100) แสดงการยอมรับในผลิตภัณฑ์ และระบุว่าซื้อหากมีว่างจำหน่าย ทั้งนี้ บรรจุภัณฑ์ที่เหมาะสมสำหรับผลิตภัณฑ์คุกกี้ขนาด 150 กรัม คือ กระปุกพลาสติกใส ฝาสีดำ และราคาสำหรับผู้บริโภคส่วนใหญ่ยินดีซื้อคือ 50 บาทต่อหน่วย

อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาการพัฒนาผลิตภัณฑ์คุกกี้เสริมผงผักเคล สามารถอภิปรายผลในแต่ละขั้นตอนของการดำเนินงานได้ดังนี้

1. การศึกษาสูตรพื้นฐานของคุกกี้ ผลการคัดเลือกสูตรพื้นฐานของคุกกี้แสดงให้เห็นว่าสูตรของเช-รี อามูร์ (Cherie Amoure) ได้รับการยอมรับในระดับสูงสุดจากผู้ทดสอบทั้งด้านสี กลิ่น รสชาติ และเนื้อสัมผัส ซึ่งสอดคล้องกับหลักการพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหารที่ต้องคำนึงถึงความชอบของผู้บริโภคเป็นลำดับแรกก่อนการพัฒนาเพิ่มเติม องค์ประกอบของสูตรดังกล่าวให้ความกลมกล่อมทั้งรสชาติและกลิ่น ส่งผลให้สามารถนำมาใช้เป็นฐานในการปรับปรุงและเพิ่มคุณค่าอาหารโดยการเสริมผงผักเคลได้อย่างเหมาะสม

2. การศึกษาปริมาณผงผักเคลที่เหมาะสม ผลการศึกษาพบว่า การเสริมผงผักเคลในสูตรคุกกี้ที่ระดับร้อยละ 2.5 เป็นระดับที่มีความเหมาะสมที่สุด โดยสามารถรักษาคูณลักษณะทางกายภาพและประสาทสัมผัสของคุกกี้สูตรควบคุมได้เป็นอย่างดี ทั้งในด้านสี กลิ่น รสชาติ และลักษณะเนื้อสัมผัส โดยไม่ส่งผลกระทบต่อความพึงพอใจของผู้บริโภค

ผลการทดลองนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ Lee (2015) ซึ่งศึกษาการเสริมผงผักเคลในผลิตภัณฑ์คุกกี้ และพบว่าการเพิ่มผงผักเคลในระดับต่ำถึงปานกลางไม่ส่งผลเสียต่อคุณลักษณะทางกายภาพและการยอมรับทางประสาทสัมผัส ตลอดจนสอดคล้องกับแนวคิดของ Klopsch et al. (2018) และ Sharma and Gujral (2014) ที่ระบุว่า การเสริมส่วนผสมหรือวัตถุดิบฟังก์ชันเพื่อเพิ่มคุณค่าทางโภชนาการในผลิตภัณฑ์เบเกอรี่ ควรควบคุมให้อยู่ในระดับที่ไม่เข้าไปรบกวนโครงสร้างทางกายภาพ (เช่น การขยายตัวของโดและความแข็ง) รวมถึงไม่ส่งผลกระทบต่อประสาทสัมผัสเดิมของผลิตภัณฑ์

3. การศึกษาการยอมรับของผู้บริโภค ผลการทดสอบกับกลุ่มผู้บริโภคแสดงให้เห็นถึงการตอบรับที่ดีต่อคุกกี้เสริมผงผักเคลสูตรร้อยละ 2.5 ซึ่งได้รับคะแนนความชอบสูงในทุกมิติ โดยเฉพาะในด้านสีและกลิ่นที่ให้ความรู้สึกสดชื่นและเป็นธรรมชาติ อีกทั้งราคาจำหน่ายที่ผู้บริโภคยินดีจ่ายอยู่ในระดับที่เหมาะสมกับต้นทุนการผลิต แสดงให้เห็นถึงความเป็นไปได้เชิงพาณิชย์ของผลิตภัณฑ์ดังกล่าว

การพัฒนาคุกกี้เสริมผงผักเคลมีความเป็นไปได้สูงในการผลิตและจำหน่ายเชิงพาณิชย์ ทั้งยังสามารถเพิ่มคุณค่าทางโภชนาการโดยไม่กระทบต่อความพึงพอใจของผู้บริโภค ถือเป็นแนวทางหนึ่งในการสร้างนวัตกรรมอาหารเพื่อสุขภาพที่ตอบโจทย์ผู้บริโภคยุคใหม่อย่างมีประสิทธิภาพ โจทย์ของผู้ผลิตคือจะอย่างไรให้รสชาติและเนื้อคุกกี้มีความอร่อยถูกปากผู้บริโภค เนื่องจากว่าเคลนั้นเป็นผงผักที่มีรสออกขมและฝื่อน การใช้ศิลปะแห่งการปรุงจึงสำคัญต่อการพัฒนาผลิตภัณฑ์ดังกล่าว

ข้อเสนอแนะ

1. ในการศึกษาครั้งต่อไป อาจศึกษาการเก็บรักษายืดอายุของผลิตภัณฑ์คุกกี้เสริมผงผักเคล
2. ในการศึกษาครั้งต่อไป อาจศึกษาการนำผงผักเคลในผลิตภัณฑ์ขนมไทยหรือเบเกอรี่ชนิดอื่น เพื่อเป็นแนวทางในการส่งออกต่างประเทศ

บรรณานุกรม

- กัลยา คุณาธิป. (2563). การศึกษาสารประกอบฟีนอลิกรวมและฤทธิ์การต้านอนุมูลอิสระของผลิตภัณฑ์ผักเคลผง (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์.
- กัลญญตา อัสวโชติโยธิน. (2566). การพัฒนาผลิตภัณฑ์ขนมขบเคี้ยวเพื่อสุขภาพจากผักทอง (วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- วิภาวรรณ วงศ์สุดาลักษณ์. (2559). การพัฒนาผลิตภัณฑ์คุกกี้เสริมใยอาหารจากชั่งจำปาตะ. สงขลา: มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา.
- ศูนย์วิจัยเทรนด์และคอนเซ็ปต์แห่งอนาคต บารามิซี. (2564). Future food business trend 2021-22. <https://www.baramizi.co.th/trend/future-food-business-trend-2021-22/>
- Becerra-Moreno, A., Alanis-Garza, P. A., Mora-Nieves, J. L., Mora-Mora, J. P., & Jacobo-Velázquez, D. A. (2014). Kale: An excellent source of vitamin C, pro-vitamin A, lutein and glucosinolates. *Journal of Food*, 12(3), 298-303. <https://doi.org/10.1080/19476337.2013.850743>
- Klopsch, R., Baldermann, S., Voss, A., Rohn, S., Schreiner, M. & Neugart, S. (2018). Bread Enriched With Legume Microgreens and Leaves—Ontogenetic and Baking-Driven Changes in the Profile of Secondary Plant Metabolites. *Food Chemistry*, 6, 322. <https://doi.org/10.3389/fchem.2018.00322>
- Lee, J. (2015). Quality Characteristics of Cookies added with Kale Powder. *Culinary Science & Hospitality Research*, 21(3), 40-52. <http://doi.org/10.20878/cshr.2015.21.3.004>
- Sharma, P., & Gujral, H. S. (2014). Cookies making behavior of wheat, barley flour blends and effects on antioxidant properties. *LWT Food Science and Technology*, (55), 301-307. <https://doi.org/10.1016/j.lwt.2013.08.019>



วารสารพระธรรมทูต Journal of Dhammaduta



วิทยาลัยพระธรรมทูต

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

79 หมู่ที่ 1 ตำบลลำไทร อำเภอลำไทร

จังหวัดพระนครศรีอยุธยา 13170



035 248 000 ต่อ 8402



www.dhammaduta.ac.th



jdha.journal@mcu.ac.th

