

บทที่ ๓

การบูรณาการรูปแบบการอบรมพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังหญิงใน ทัณฑสถานหญิงกลางตามหลักพุทธธรรม

เป็นการบูรณาการหลักสูตรการอบรมพัฒนาจิตใจของทัณฑสถานหญิงกลางและยุว
พุทธิกสมาคมฯ แบ่งการศึกษาเป็น ๓ ประการ ดังนี้

๓.๑ รูปแบบการอบรมพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังหญิงทัณฑสถานหญิงกลาง

ทัณฑสถานหญิงกลางมีจำนวนผู้ต้องขังทั้งหมด ๔,๒๕๒ คน (สำรวจ ณ วันที่ ๑๕
มกราคม พ.ศ.๒๕๕๓) ผู้ต้องขังที่ถูกต้องโทษจำคุกภายในทัณฑสถานหญิงกลางในระยะแรกอาจ
เกิดปัญหาจิตใจมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับครอบครัว ปัญหาเรื่องการปรับตัวจึงมีความจำเป็นต้อง
ได้รับการบำบัดฟื้นฟูทั้งร่างกายและจิตใจ ผู้ต้องขังส่วนใหญ่ที่ถูกควบคุม ในทัณฑสถานหญิงกลาง
เป็นผู้ต้องขังที่มีกำหนดโทษสูงและต้องโทษระยะยาว สาเหตุของปัญหา ในการกระทำผิดของ
ผู้ต้องขัง เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพในครอบครัวขาดความอบอุ่น ขาดต้นแบบที่ดีในการดำเนินชีวิต
ไม่ตระหนักในคุณค่าของตนเอง ขาดวุฒิภาวะทางอารมณ์ ขาดการศึกษา มีปัญหาเศรษฐกิจ ไม่มีงาน
ทำ ไม่มีรายได้ ขาดการให้การสงเคราะห์ช่วยเหลือเพื่อเริ่มต้นชีวิตใหม่ ถูกสังคมตีตรา ไม่ให้การ
ยอมรับการกลับคืนสู่สังคม นอกจากนี้ผู้ต้องขังบางส่วนยังมีประสบการณ์ในการกระทำผิดมาแล้ว
จึงไม่เกรงกลัวที่จะกลับเข้าเรือนจำอีก แม้ว่ากรมราชทัณฑ์และทัณฑสถานหญิงกลาง จะให้การ
ปฏิบัติต่อผู้ต้องขังเหล่านี้ ตามหลักทัณฑวิทยา เมตตาธรรม และมีมนุษยธรรม รวมทั้งการแก้ไข
ฟื้นฟู อย่างต่อเนื่อง แต่การต้องโทษยาวนาน ทำให้ผู้ต้องขังไม่ทราบภาวะความเปลี่ยนแปลงของ
สภาพสังคมและสิ่งแวดล้อมภายนอกที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทำให้ผู้ต้องขังที่ใกล้พ้นโทษ
เกิดความรู้สึกเสียใจและวิตกกังวล เกรงว่าสังคมภายนอกจะไม่ยอมรับซึ่งส่งผลกระทบต่อ
ปรับตัวของบุคคลเหล่านี้ ภายหลังได้รับการปล่อยตัวกลับเข้าสู่ครอบครัวและสังคม

ทัณฑสถานหญิงกลาง ได้ตระหนักถึงสภาพปัญหาดังกล่าว จึงได้หาแนวทาง ในการ
ปฏิบัติต่อผู้ต้องขังหญิงโดยการแยกส่วนเพื่อพัฒนาจิตใจผู้ต้องขัง ในส่วนแรกคือกลุ่มผู้ต้องขังที่
ได้รับคำพิพากษาให้จำคุกเป็นเวลานานหลายปีให้สามารถปรับตัวกับสภาพความเป็นอยู่ภายใน
เรือนจำให้เกิดการยอมรับสภาพความจริงของชีวิตตนและสามารถดำเนินชีวิตอยู่อย่างสงบตาม

อรรถภาพ และการพัฒนาจิตผู้ต้องขังหญิงในส่วนหลังคือกลุ่มที่ถูกจองจำมาเป็นเวลานานแล้วและใกล้เวลาที่จะพ้นโทษ การพัฒนากลุ่มนี้เพื่อมุ่งเน้นให้มีหลักและแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องเหมาะสมและสามารถอยู่ร่วมได้กับสังคมอย่างปกติสุขและเพื่อเป็นการปรับทัศนคติ การแก้ไขปัญหาด้วยตนเองอย่างถูกวิธีเพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมก่อนกลับเข้าสู่สังคมของผู้ใกล้พ้นโทษ ให้ได้รับความรู้ ความเข้าใจ สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพสังคมสิ่งแวดล้อมภายนอกได้และมีทักษะในการใช้ชีวิต สามารถดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างปกติสุข และสามารถช่วยเหลือตัวเองได้ตามอรรถภาพไม่หวนกลับมากระทำผิดซ้ำอีก

ทัณฑสถานหญิงกลางได้จัดทำโครงการแก้ไข ฟื้นฟู และพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขังให้กลับตัวเป็นพลเมืองดี ไม่เป็นภาระและปัญหาสังคมมุ่งสอนให้ตระหนักถึงบาปบุญคุณโทษสำนึกในกฎแห่งกรรมและมีจิตสำนึกต้องการทำความดี บำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่นที่อาศัยอยู่ร่วมกัน เป็นการสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจ โดยได้สรรหาวิธีการต่างๆ ที่จะช่วยหล่อหลอมจิตใจให้มีเมตตาต่อผู้อื่น มีความเคารพตนเองไม่ละเมิดในสิทธิ์ของผู้อื่นหรือการกระทำผิดระเบียบวินัยของเรือนจำ โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ต้องขังหญิงที่ใกล้พ้นโทษ เพื่อเป็นการแก้ไขปัญหการกระทำผิดซ้ำ เป็นการเตรียมความพร้อมให้กับผู้ต้องขังก่อนพ้นโทษ โดยใช้วิธีการปฏิบัติธรรมและวิธีการฝึกอบรมในหลายวิธีการ มีวัตถุประสงค์หลักเพื่อให้ผู้ต้องขังสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ไม่ประมาท ใช้ชีวิตอยู่เรียบง่ายตามพระราชดำริเศรษฐกิจพอเพียงเมื่อพ้นโทษแล้วสามารถช่วยเหลือตนเองได้ตามอรรถภาพไม่หวนมากระทำผิดซ้ำอีกเพราะเมื่อมีความประพฤติดี ก็จะทำให้สังคมเกิดการยอมรับผู้พ้นโทษเหล่านั้นให้อยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างปกติสุข

๓.๑.๑ หลักสูตรการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังหญิงของทัณฑสถานหญิงกลาง

การพัฒนาพฤตินิสัยของผู้ต้องขัง สำหรับเตรียมพร้อมในการดำรงชีวิตในสังคมภายหลังพ้นโทษ มีการดำเนินการดังนี้

๑. การเรียนการสอนธรรมศึกษา เปิดสอนตามหลักสูตรธรรม – บาลีสนามหลวง โดยนิมนต์พระสงฆ์เข้าสอนตามหลักสูตรของคณะสงฆ์ และจัดสอบพร้อมสนามหลวง ซึ่งมีผู้ต้องขังสมัครเข้าเรียนในปี พ.ศ. ๒๕๕๒ และปี พ.ศ. ๒๕๕๓ ดังนี้^๑

^๑ รายงานจากฝ่ายการศึกษาและพัฒนาจิตใจ, ทัณฑสถานหญิงกลาง (กรุงเทพมหานคร;

ตารางที่ ๓.๑ สถิติผู้ต้องขังหญิงทัณฑสถานหญิงกลางที่สนใจเข้าเรียนธรรมศึกษาปี พ.ศ.๒๕๕๒ – ๒๕๕๓

ระดับการศึกษา	พ.ศ. ๒๕๕๒	พ.ศ. ๒๕๕๓
	จำนวน / คน	จำนวน / คน
- ธรรมศึกษาตรี	๑๘๑	๒๕๕
- ธรรมศึกษาโท	๕๓	๒๔๔
- ธรรมศึกษาเอก	๔๖	๕๖
รวม	๒๘๐	๕๕๖

จากสถิติภายใน ๒ ปี (พ.ศ. ๒๕๕๒ – ๒๕๕๓) จะเห็นว่ามีผู้ต้องขังให้ความสนใจที่จะเรียนธรรมศึกษาเพิ่มขึ้นเป็นจำนวนกว่าเท่าตัว

๒. กิจกรรมเพื่อการพัฒนาจิตใจ^๒ ได้แก่

๒.๑ นิมนต์พระสงฆ์ มาสอนธรรมศึกษาและแนะนำวิธีปฏิบัติธรรม เพื่อให้ผู้ต้องขังมีสภาพจิตใจที่เข้มแข็ง รู้จักเสียสละ อยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข เดือนละ ๖ ครั้ง

๒.๒ เชิญวิทยากรจากพุทธสมาคมแห่งประเทศไทย เข้าอบรมจริยธรรมแก่ผู้ต้องขัง ในวันพุธสุดท้ายของทุกเดือน

๒.๓ จัดโครงการปฏิบัติธรรมราชทัณฑ์ – ราชธรรม เพื่อพัฒนาผู้ต้องขังที่เข้ารับการฝึกอบรม มีความรู้ ความเข้าใจ ในหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา มีสติ, มีสมาธิและเกิดปัญญาในการที่จะแก้ไขปัญหารู้ถึงสังขารมในชีวิตรู้หลักการวิปัสสนากรรมฐานที่ถูกวิธีตามหลักสติปัญญา ๔

^๒ รายงานจากฝ่ายการศึกษาและพัฒนาจิตใจ, ทัณฑสถานหญิงกลาง (กรุงเทพมหานคร;

๒.๔ จัดโครงการเรียนจำรรรมทัศนสถานหญิงกลาง (พ.ศ. ๒๕๕๒) เพื่อให้ผู้ต้องขังที่นับถือศาสนาพุทธ ได้ปฏิบัติธรรมเป็นพื้นฐาน ในด้านการพัฒนาจิตใจ เพื่อส่งเสริมการพัฒนาพฤตินิสัยในด้านอื่นๆ ให้เกิดประสิทธิภาพดียิ่งขึ้น

๒.๕ จัดกิจกรรมต่อเนื่องจากการพัฒนาจิตใจวิปัสสนากรรมฐาน โดยการให้ผู้ต้องขังร่วมปฏิบัติธรรม และถือศีล ๘ อย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอทุกวันพระ วันอาทิตย์ และวันสำคัญทางศาสนา

๒.๖ จัดกิจกรรมและพิธีกรรมทางศาสนา ตลอดจนเผยแพร่ความรู้ให้แก่ผู้ต้องขังเนื่องในวันสำคัญของชาติ ศาสนา และพระมหากษัตริย์

แนวทางการพัฒนาจิตใจแบ่งการจัดอบรมเป็น ๒ แนวทาง คือ

ก. การจัดฝึกอบรมเพื่อให้ความรู้ในด้านต่างๆ และทักษะในการดำเนินชีวิตประจำวัน การอบรมประเภทนี้แยกเป็น ๒ วิธี คือ

๑. การอบรมโดยทีมงานนักจิตวิทยาและนักสังคมสงเคราะห์ทัศนสถานหญิงกลาง^๗

โดยวิธีการอบรมรวมกลุ่มและแยกกลุ่มให้การอบรมเป็นการอบรมร่วมกับคอร์สปฏิบัติธรรมที่ได้จัดให้มีขึ้นในโอกาสต่างๆ ขอยกตัวอย่างเป็นกรณีศึกษาใน “โครงการแก้ไขฟื้นฟูและพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขังแบบบูรณาการ” มีการกำหนดหลักสูตรฝึกอบรมพัฒนาจิตใจเพื่อปรับเปลี่ยนทัศนคติและพฤตินิสัย แก่ผู้ต้องขังที่ได้รับการคัดเลือกให้เข้าฝึกอบรมโดยได้กำหนดให้มีการอบรมตามรายการต่อไปนี้

- กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อละลายพฤติกรรม สร้างความสัมพันธ์ระหว่างเจ้าหน้าที่กับสมาชิกที่เข้าร่วมโครงการ โดยทีมงานนักจิตวิทยา และนักสังคมสงเคราะห์ ทัศนสถานหญิงกลาง

- การสร้างความคุ้นเคย กิจกรรมตบมือ กิจกรรมจำชื่อ กิจกรรมตามล่าหาประวัติ กิจกรรมจับคู่ กิจกรรมหนีบจาน กิจกรรมเขียนด้วยมือที่ไม่ถนัด (๒ ชั่วโมง)

- การเสริมทักษะชีวิต ๑ กิจกรรมถ้านั้นเลือกได้ กิจกรรมพวกเราในปัจจุบัน กิจกรรมความมุ่งหวังของเรา (๒ ชั่วโมง)

- การเสริมทักษะชีวิต ๒ กิจกรรมทักษะการตัดสินใจ กิจกรรมถนนชีวิต (๒ ชั่วโมง)

^๗ รายงานจากส่วนพัฒนาปฏิบัติ ฝ่ายจำแนกลักษณะและสังคมสงเคราะห์, ทัศนสถานหญิงกลาง (กรุงเทพมหานคร; พ.ศ. ๒๕๕๒).

๒. การฝึกอบรมโดยทีมงานจากส่วนต่างๆ นอกเรือนจำ^๔

การอบรมประเภทนี้ประกอบด้วย

- การปฏิบัติตามเงื่อนไขคุมประพฤติ ๓ ชั่วโมงโดยสำนักงานคุมประพฤติประจำศาลอาญา
- การให้ความรู้เรื่องการหางาน แหล่งงาน การสมัครงาน ๓ ชั่วโมง โดยกองส่งเสริมการมีงานทำ กรมจัดหางาน กระทรวงแรงงาน
- การใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม โดยยึดหลักคุณธรรม จริยธรรม (๓ ชั่วโมง) ศูนย์การศึกษาอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี
- หน่วยงานที่ให้การสงเคราะห์ภายหลังการพ้นโทษ ๒ ชั่วโมง โดยกรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ
- อบรมเกี่ยวกับการน้อมนำหลักเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตโดยมูลนิธิพระดาบส
- การฝึกระเบียบวินัยแบบเข้มข้น ๓๐ ชั่วโมง การฝึกระเบียบวินัยแบบเข้มข้นเพื่อฟื้นฟูสมรรถภาพทางร่างกายฝึกความอดทน ความมีระเบียบวินัย ความรับผิดชอบต่อหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย โดยศูนย์กลางกำลังสำรอง โรงเรียนรักษาดินแดน และเจ้าหน้าที่ฝ่ายปกครองผู้ต้องขังทัณฑสถานหญิงกลาง

ข. การอบรมจิตโดยวิธีการปฏิบัติธรรม

การพัฒนาอบรมจิตโดยวิธีการปฏิบัติธรรม ทัณฑสถานหญิงกลางจัดให้มีการฝึกอบรมปฏิบัติธรรมปีนประจำและในวโรกาสวันสำคัญของชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ โดยมีการแยกปฏิบัติตามวิธีการของแต่ละศาสนา สำหรับผู้ต้องขังที่นับถือศาสนาพุทธ เรือนจำได้นิมนต์พระวิปัสสนาจารย์จากศูนย์ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานวัดไทรงามธรรมธาราม จังหวัดสุพรรณบุรีมาทำการฝึกอบรมปฏิบัติธรรมวิปัสสนากรรมฐานและบรรยายธรรม สำหรับผู้ต้องขังที่นับถือศาสนาคริสต์ อิสลาม ก็ได้เชิญผู้นำทางศาสนาให้การอบรมปฏิบัติธรรมตามหลักศาสนาต่างๆ เช่นเดียวกัน

^๔ รายงานจากส่วนทัณฑปฏิบัติ ฝ่ายจำแนกลักษณะและสังคมสงเคราะห์, ทัณฑสถานหญิงกลาง (กรุงเทพมหานคร; พ.ศ. ๒๕๕๒).

ในงานวิจัยนี้จะขอกำหนดถึงเฉพาะการปฏิบัติธรรมสำหรับผู้ต้องขังที่นับถือศาสนาพุทธเท่านั้น ซึ่งการอบรมโดยวิธีการปฏิบัติธรรม ประกอบด้วย

๓.๑.๑.๑ วัตถุประสงค์ในการพัฒนาอบรมจิต

ก. เพื่อแก้ไข ฟื้นฟู ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและปรับเปลี่ยนทัศนคติของผู้ต้องขังไปในแนวทางที่ถูกต้องเหมาะสม

ข. เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตทางสังคม (Social Life Skill) สำหรับผู้ต้องขังให้นำไปปรับใช้ภายหลังพ้นโทษ หลีกเลี่ยงการหวนกลับมากระทำผิดซ้ำ

ค. เพื่อให้ผู้ต้องขังมีสมาธิและปัญญา สามารถแก้ไขปัญหาได้อย่างถูกต้องวิธี

ง. เพื่อให้ผู้ต้องขังสามารถประยุกต์หลักคำสอนของพระพุทธศาสนาไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

จ. เพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับหลักวิธีการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องให้แก่ผู้ต้องขังหญิงก่อนพ้นโทษ

ฉ. เพื่อให้ผู้ต้องขังได้มีการปรับเปลี่ยนทัศนคติและค่านิยมที่ถูกต้องและเหมาะสมในการปรับตัว อยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม มีคุณธรรม จริยธรรม และหลักเศรษฐกิจ พอเพียง ในการดำเนินชีวิต

ช. เพื่อให้หน่วยงานภายนอกเข้ามามีส่วนร่วมในการแก้ไขผู้กระทำผิดและยอมรับการกลับสู่สังคมของผู้พ้นโทษ

๓.๑.๑.๒ วิธีดำเนินการ

มีขั้นตอนการดำเนินการดังต่อไปนี้

ก. ดำเนินการคัดเลือกกรายชื่อผู้ต้องขังเข้าร่วมโครงการสัมภาษณ์ สอบประวัติผู้ต้องขัง เพื่อเป็นการเก็บข้อมูลพื้นฐาน

ข. จำแนกลักษณะเพื่อการแก้ไข ศึกษาผู้ต้องขังเป็นรายบุคคล เพื่อทราบสาเหตุและพฤติกรรมการกระทำผิด

ค. จัดทำสมุดประจำตัวสำหรับผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ

ง. ประเมินผลก่อนเข้าโครงการ (Pre-Test) โดยใช้แบบทดสอบบุคลิกภาพและความฉลาดทางอารมณ์ รวมถึงการประเมินภาวะสุขภาพจิตเป็นรายบุคคล ก่อนเข้ารับการอบรมตามโปรแกรม (EQ-Test)

จ. การปฐมนิเทศน์และเตรียมความพร้อมก่อนเข้าร่วมโปรแกรมและประเมินก่อนการอบรม

ฉ. เมื่อการอบรมเสร็จสิ้น โครงการมีการประเมินผลภายหลังการอบรม (Post-Test) โดยใช้แบบประเมินภาวะสุขภาพจิตสำหรับผู้ต้องขังในเรือนจำไทย (PMHQ-Thai) และความฉลาดทางอารมณ์ (EQ-Test)

๓.๑.๒. รูปแบบการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม

ทัณฑสถานหญิงกลางไม่มีการกำหนดรูปแบบของหลักสูตรไว้ตายตัวแน่นอน การฝึกอบรมปฏิบัติธรรมที่ดำเนินการล้วนมาจากการกำหนดเป็นหลักสูตรการฝึกอบรมโดยพระวิปัสสนาจารย์หรือนุคคลภายนอกที่เป็นผู้จัดให้มีการฝึกอบรมกำหนดขึ้น ผู้วิจัยได้สอบถามรายละเอียดการจัดฝึกอบรมปฏิบัติธรรมในทัณฑสถานหญิงกลางจากผู้อำนวยการและเจ้าหน้าที่ฝึกอบรมฝ่ายการศึกษาและพัฒนาจิตใจสามารถสรุปเป็นรูปแบบการให้การอบรมการปฏิบัติธรรมไว้เป็น ๓ แนวทางดังนี้

ก. หลักสูตรการปฏิบัติธรรมวิปัสสนากรรมฐานระยะสั้น

เน้นการคัดเลือกผู้เข้ารับการอบรมทั้งโดยสมัครใจและถูกบังคับให้เข้ารับการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม กำหนดระยะเวลา ๓ วัน, ๕ วัน ๖ คืน, ๗ วัน และหลักสูตรในวันที่ตรงกับวันสำคัญของชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ เป็นเวลา ๑ วัน โดยผู้ปฏิบัติได้รับศีล๕แต่งกายนุ่งขาวห่มขาวมีพระวิปัสสนาจารย์จากวัดไทรงามธรรมธาราม จังหวัดสุพรรณบุรี มาสอนพื้นฐานการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานและบรรยายธรรม มีการฝึกนั่งสมาธิ, เดินจงกรม สำหรับหลักสูตรการอบรมเป็นเวลา ๓ วัน และ ๕ วัน มีการสอบอารมณ์และสนทนาธรรมในระหว่างคอร์สอบรม โดยการสอบอารมณ์เป็นเหตุทำให้ผู้ปฏิบัติสามารถรับฟังคำถามของผู้ปฏิบัติคนอื่นๆ ได้รับทราบคำตอบจากพระวิปัสสนาจารย์ ทำให้ได้รับความรู้ไปด้วยพร้อมๆ กัน ถือเป็นการปฏิบัติที่ได้ผลทำให้ผู้ปฏิบัติได้รับความกระจ่างในข้อสงสัย เป็นวิธีการอบรมที่ได้ผลสำเร็จพอสมควร เพราะมีระยะเวลาที่จำกัด ผู้ที่เข้ารับการอบรมที่ไม่มีพื้นฐานการฝึกปฏิบัติธรรมมาก่อนจะไม่ได้ผลดีเท่าที่ควร แต่อย่างน้อยก็ได้รับทราบแนวทางการปฏิบัติและฟังธรรมจากพระวิปัสสนาจารย์ สามารถนำหลักธรรมไปใช้ไปปฏิบัติในการดำเนินชีวิตให้มีความสุขขึ้นได้ จากการสอบถาม ผู้วิจัยพบว่าผู้ปฏิบัติเป็นจำนวนมากที่ผ่านการอบรมปฏิบัติธรรมในครั้งแรก จะขอสมัครเข้ารับการอบรมซ้ำอีกในคราวต่อไป

แนวการสอนการปฏิบัติธรรมวิปัสสนากรรมฐานในรอบ ๑๐ ปีที่ผ่านมา มีการอบรมโดยพระวิปัสสนาจารย์ซึ่งได้ให้การสอนฝึกอบรมปฏิบัติธรรมแนวสติปัฏฐาน ๔

มีจำนวนผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรมในแต่ละคอร์สดังนี้

- คอรัสปิบัติธรรม ๕ วัน ๖ คืน มีผู้เข้ารับการอบรม จำนวน ๑๐๐-๒๐๐ คน
- คอรัสปิบัติธรรม ๓ วัน มีผู้เข้ารับการอบรม จำนวน ๑๐๐-๕๐๐ คน
- คอรัสปิบัติธรรม ๑ วัน มีผู้เข้ารับการอบรม จำนวน ๑๐๐-๒,๐๐๐ คน

การปฏิบัติธรรมที่มีผู้เข้ารับการอบรมเป็นจำนวนมากได้จัดให้มีขึ้นในวันสำคัญของชาติอาทิ เช่น วันเฉลิมพระชนมพรรษาพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชฯ ถือเป็นการปฏิบัติธรรมเพื่อถวายเป็นพระราชกุศล

ข. หลักสูตรการปฏิบัติธรรมวิปัสสนากรรมฐานระยะยาว

เป็นการจัดการอบรมโดยมีบุคคลภายนอกเป็นผู้ดำเนินการและจัดสรรงบประมาณในการจัดคอรัสปิบัติธรรมร่วมกับเจ้าหน้าที่ของทัณฑสถานหญิงกลาง ในหลักสูตรดังกล่าวจัดให้มีการอบรมเฉพาะผู้ต้องขังที่ต้องการเชี่ยวชาญในแบบเข้มข้น วัตถุประสงค์หลักคือการฟื้นฟูผู้ต้องขังที่มีความประพฤติก้าวร้าว, สร้างปัญหาทั้งต่อผู้ต้องขังด้วยกันและเจ้าหน้าที่ ไม่เคารพเชื่อฟังผู้ควบคุม มีนิสัยชอบบ่นร่ำสร้าง ความไม่สงบสุขให้แก่เพื่อนผู้ต้องขังด้วยกัน อยู่เนืองๆ และเคยได้รับการอบรมด้วยวิธีต่างๆ ที่เรือนจำได้จัดให้มีขึ้นหลายวิธีแต่ไม่สามารถแก้ไขพฤติกรรมดังกล่าวได้ จึงต้องการการขัดเกลาดด้วยวิธีที่เข้มข้น หลักสูตรการอบรมจัดด้วยวิธีปฏิบัติธรรมนี้จึงได้จัดให้ใช้ระยะเวลาการอบรมถึง ๕ สัปดาห์ โดยผู้ที่ถูกคัดเลือกเข้าอบรมปฏิบัติธรรมจะได้รับอนุญาตจากเรือนจำให้งดการปฏิบัติภารกิจต่างๆ ทั้งหมดตลอดระยะเวลาการฝึกอบรม ในคอรัสปิบัติจัดให้มีพระวิปัสสนาจารย์วิปัสสนาจารย์และวิทยากรผู้ช่วยและเจ้าหน้าที่ฝ่ายการศึกษาอบรมของเรือนจำควบคุมการปฏิบัติอย่างใกล้ชิด โดยใช้วิธีการอบรมปฏิบัติธรรมแนวสติปัฏฐาน ๔ มีการสอนให้เจริญสติโดยการนั่งสมาธิ ในรูปแบบต่างๆ การเดินจงกรม, การสอบอารมณ์, การส่งอารมณ์, การสนทนาธรรมและการฟังธรรมบรรยายเป็นประจำทุกวันตามหลักสูตรกำหนด ผู้เข้ารับการอบรมทุกคนจะต้องอยู่ในระเบียบวินัยตามแบบแผนของผู้ปฏิบัติธรรม คือต้องถือศีล ๘ อย่างเคร่งครัดตลอดระยะเวลา ๕ สัปดาห์

ผู้ปฏิบัติในหลักสูตรระยะยาวนี้กำหนดจำนวน ๑๐๐-๑๕๐ คน สาเหตุที่มีจำนวนไม่มาก เพราะต้องการให้ได้รับผลสำเร็จของการอบรมปฏิบัติธรรม ผู้ปฏิบัติจะได้รับการเอาใจใส่ดูแลจากพระวิปัสสนาจารย์จำนวนหลายรูปและวิทยากรผู้ช่วยอย่างใกล้ชิด จนสามารถเรียนรู้วิธีปฏิบัติที่ถูกต้องจนสามารถปฏิบัติได้ด้วยตนเองอย่างต่อเนื่องเพราะมีเวลาการอบรมยาวนานถึง ๕ สัปดาห์

ค. การจัดแข่งขันการสวดมนต์

ปัจจุบันทัศนสถานหญิงกลางได้จัดให้มีการกระจายเสียงสวดมนต์เป็นประจำทุกวันในตอนเย็นเวลา ๑๗.๐๐ น. เป็นเวลา ๑ ชั่วโมง เพื่อให้ผู้ต้องขังได้ฟังการสวดมนต์จนเกิดการเคยชินนับว่า เป็นวิธีที่ดีมากเพราะเสียงสวดมนต์สามารถกระตุ้นเตือนให้ผู้รับฟังได้สติหรือเป็นแรงจูงใจให้อยากศึกษาการสวดมนต์ภาวนาแม้จะเป็นการฟังอย่างไม่ตั้งใจ หรือถูกบังคับให้ฟัง ผู้วิจัยได้สอบถามผู้อำนวยการทัศนสถานหญิงกลางและได้รับทราบว่าผู้ต้องขังส่วนมากชื่นชอบวิธีการฟังเสียงสวดมนต์ และสวดตามทุกๆ วัน จากการที่ครั้งแรกไม่สนใจ แต่การฟังเป็นประจำทุกวันจนเกิดการคุ้นชิน วันใดที่ไม่มีเสียงสวดมนต์ เพราะเครื่องกระจายเสียงขัดข้องจะมีการสอบถามเจ้าหน้าที่ทันทีด้วยเหตุดังกล่าวนี้ทัศนสถานหญิงกลางจึงจัดให้มีการแข่งขันการประกวดสวดมนต์ โดยมีการแบ่งการแข่งขันเป็นสายต่างๆ จำกัดตามเรือนนอนที่พักอาศัยของผู้ต้องขังหญิงและนำผู้ชนะในแต่ละสายมาแข่งขันกันจนได้ผู้ชนะเลิศเพียงคนเดียวที่จะเป็นผู้นำการสวดมนต์ต่อไป วิธีการเช่นนี้เป็นการสร้างแรงจูงใจอย่างดียิ่ง มีผลเป็นรูปธรรมชัดเจน คือในแต่ส่วนได้มีการจัดกลุ่มสวดมนต์เป็นประจำ ผู้ที่มีความสามารถสวดมนต์ได้จะเป็นผู้นำสวด คนอื่นๆ จะสวดตาม การปฏิบัติเช่นนี้กระจายอยู่ในทุกเรือนนอนภายในเรือนจำในปัจจุบัน การสวดมนต์นั้นเป็นวิธีการปฏิบัติธรรมเบื้องต้นสำหรับบุคคลทั่วไปได้ยึดถือปฏิบัติ เมื่อเกิดศรัทธาแล้วก็สามารถฝึกอบรมในขั้นที่สูงขึ้นคือการเจริญสติปฏิบัติธรรมวิปัสสนากรรมฐานซึ่งเป็นบุญขั้นสูงสุดต่อไป

จากการศึกษา วิธีการอบรมจิตของทัศนสถานหญิงกลาง ที่ได้กล่าวมาแล้วทั้งหมดข้างต้นผู้วิจัยสรุปได้ว่า ควรได้รับการส่งเสริมอย่างต่อเนื่อง และนำแบบอย่างที่ดีมีประสิทธิภาพและเป็นความต้องการของผู้ต้องขังที่ต้องการสมัครเข้ารับการฝึกอบรมและรอคอยเวลาที่จะได้รับคัดเลือก เนื่องจากเรือนจำมีข้อจำกัดในเรื่องงบประมาณที่ต้องใช้ในการดำเนินการ ในหลักสูตรบางหลักสูตรจึงต้องถูกจัดขึ้นโดยบุคคลภายนอกเป็นผู้ให้ทุนสนับสนุน แม้จะมีผู้เข้ารับการการอบรมจำนวนไม่มาก เมื่อเทียบกับจำนวนผู้ต้องขังทั้งเรือนจำ แต่ผลลัพธ์ที่เรือนจำได้ทำการประเมินผลหลังการฝึกอบรมได้ส่งผลเป็นที่ประจักษ์ว่าสามารถกล่อมเกลापฤตินิสัยที่ไม่ดีของผู้ต้องขังได้อย่างแท้จริง เพราะเป็นการเข้ารับการฝึกอบรมจิตที่เกิดจากการศรัทธาของตนเอง ธรรมะและความดีงามของหลักธรรมย่อมปลูกฝังเข้าไปในจิตใจให้ลดชั่ว กลัวบาป และปรับปรุงตนเองให้พบความสุขตามอรรถาพของตนได้ ผู้วิจัยจึงนำสิ่งที่ได้อยู่แล้วมาบูรณาการในหลักสูตรใหม่ที่จะจัดให้มีการอบรมแบบเข้มข้นครั้งนี้

๓.๒ รูปแบบการพัฒนาจิตใจของยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์

วิเคราะห์กระบวนการฝึกอบรมของยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทย จากพันธกิจ (Mission) ๕ ข้อ ที่ได้ประกาศไว้ตั้งแต่เริ่มตั้งสมาคมฯ เมื่อ พ.ศ. ๒๔๕๓ มุ่งเน้นการพัฒนาคุณภาพในการจัดอบรมปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ผู้เยาวชนในหลายช่องทาง พัฒนาการบริหารจัดการสมาคมฯ ให้มั่นคงยั่งยืนอย่างมีประสิทธิภาพ สร้างบุคลากรและเครือข่ายเผยแผ่พระพุทธศาสนาอย่างต่อเนื่องและกว้างขวาง เน้นการเผยแผ่พระพุทธศาสนาให้ดำรงอยู่คู่กับโลกอย่างยั่งยืน

จากพระบรมราโชวาท พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชฯ “จุดหมายโดยตรงของศาสนาทั้งปวง และโดยเฉพาะของพระพุทธศาสนา มุ่งจะให้บุคคลศึกษา พิจารณา หลักการและแนวความคิดในศาสนาธรรม แล้วโน้มนำมาเป็นที่ยึดเหนี่ยวและปฏิบัติด้วยตนเองตามความสามารถเพื่อให้เกิดประโยชน์ในการครองชีวิต คือให้เกิดความบริสุทธิ์ หลุดพ้น อันเป็นปรารถนาประโยชน์”

ยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ น้อมนำพระบรมราโชวาทของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว มาเป็นนโยบายที่เด่นชัดในการจัดกิจกรรมปฏิบัติธรรม และกิจกรรมอื่นๆ เพื่องานเผยแผ่พระพุทธศาสนาและส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม แก่ทรัพยากรบุคคลในสังคมไทย

จึงได้จัดให้มีการพัฒนาอบรมจิตปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานอย่างต่อเนื่องมาตลอดเป็นเวลากว่า ๖๐ ปี ถือเป็นความมุ่งมั่นที่บริสุทธิ์ชัดเจนมีความแข็งแกร่งในนโยบายดังกล่าวอย่างโดดเด่น ควรคู่แก่การยกย่องชมเชยแก่คณะผู้บริหารและเจ้าหน้าที่ทั้งมวลเป็นอย่างยิ่ง การจัดอบรมที่มีคอร์สปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอเป็นการร่วมแรงร่วมใจจากส่วนที่เป็นผู้ให้อันประกอบด้วยคณะเจ้าหน้าที่ฝ่ายบริหารและเจ้าหน้าที่ประจำของสมาคมฯ และผู้มีจิตศรัทธาบริจาคปัจจัย, ที่ดิน, อาหารเครื่องคัม ฯลฯ แก่สมาคมเพื่อสนับสนุนให้ผู้ปฏิบัติธรรมได้รับความสะดวกสบายในการบำเพ็ญเพียรที่ได้ตั้งใจเสียสละเวลาอันมีค่าของทุกคนมาฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐาน ซึ่งถือเป็นการสร้างบุญสูงสุด ตามหลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนา การมีส่วนร่วมของทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องทำให้ยุวพุทธฯ สามารถประกาศความเป็นองค์กรเผยแผ่พระพุทธศาสนาอันดับต้นๆ ของประเทศไทยที่ได้มาตรฐานระดับสูงเพราะมีการวัดหลักสูตรให้การอบรมอย่างหลากหลายตั้งแต่เยาวชน, ข้าราชการ, ประชาชนโดยทั่วไปทุกชาติภาษาตลอดจนสมณะชีพรามณ์ หลักสูตรการสอนเริ่มตั้งแต่เบื้องต้นจนถึงขั้นเข้มข้นสำหรับผู้ปฏิบัติซ้ำหลายครั้งที่มุ่งมรรคผลนิพพาน

ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์กระบวนการบริหารจัดการองค์กรให้ได้รับความสำเร็จตามที่กล่าวอ้างข้างต้นสามารถแยกเป็นมิติต่างๆ ดังนี้

ก. มติแห่งการดำเนินงานตามกรอบพันธกิจ

งานด้านวิปัสสนากรรมฐานแนวสติปัฏฐาน ๔ และกิจกรรมอื่นของสมาคม มีผู้ร่วมกิจกรรมต่างๆ ของสมาคมจำนวนมากและมีแนวโน้มมากขึ้นทุกปี เช่น ปีพ.ศ.๒๕๕๓ มีจำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรมปฏิบัติธรรมถึง ๕๓,๑๒๐ คน เป็นผู้ร่วมกิจกรรมปฏิบัติธรรม ๒๓,๖๒๘ คน ของผู้ร่วมกิจกรรมทั้งหมดตลอดปีส่วนที่เหลือมาร่วมกิจกรรมฟังธรรมและอื่นๆ

ร้อยละ ๕๗ ของผู้มาปฏิบัติธรรม เป็นผู้เข้าปฏิบัติธรรมในหลักสูตรเบื้องต้นซึ่งมิให้เลือกปฏิบัติได้หลายหลักสูตร หลักสูตรที่เป็นหลักคือ หลักสูตรพัฒนาจิตเพื่อให้เกิดปัญญาและสันติสุข โดยคุณแม่สิริ กรินชัย มีผู้ที่เข้าปฏิบัติคิดเป็นร้อยละ ๒๕.๘ ของผู้มาปฏิบัติธรรมทั้งหมด ไกล่เกลียดจากปี ๒๕๕๒ ที่สมาคมริเริ่มกิจกรรมใหม่ คือ จิตโส ใจสบาย ซึ่งมีผู้มาฟังธรรมในการจัด ๑๑ ครั้ง เกือบ ๑๐,๐๐๐ คน มีการปฏิบัติธรรมในหลักสูตรใหม่ๆ รวมไปถึงการจัดปฏิบัติธรรมแก่เยาวชนเพิ่มขึ้นนับพันคนในแต่ละปี

ข. มติแห่งการบริหารจัดการ

นอกเหนือจากการตกแต่งอาคารที่ก่อสร้างแล้วเสร็จให้เกิดความสัปปายะเหมาะสมแก่การเป็นศูนย์ปฏิบัติธรรมครบวงจร สมาคมได้บริหารจัดการส่วนที่เป็นระบบฐานข้อมูลด้วยการพัฒนาระบบเทคโนโลยีสารสนเทศ และสื่ออิเล็กทรอนิกส์ องค์ความรู้ภูมิปัญญาของงานปฏิบัติธรรม ทำให้การขยายงานในเชิงหลักสูตรและกิจกรรมที่เกิดขึ้นใหม่ได้รับความสำเร็จ สิ่งที่น่าท้าทายในวันข้างหน้าก็คือ การบริหารจัดการในเชิงบุคลากร ทั้งกลุ่มวิทยากร กรรมการบริหาร และเจ้าหน้าที่ รวมไปถึงการจัดการองค์ความรู้ (Knowledge Management) เพื่อก้าวสู่องค์กรแห่งความรู้ (Learning Organization) ที่มีบุคลากรเพิ่มพูนความสามารถอย่างต่อเนื่องในการผลักดันงานเผยแผ่พระพุทธศาสนาให้เติบโตทันต่อแรงขับเคลื่อนของสังคม

ค. มติคุณภาพการให้บริการ

สมาคมยังคงดำเนินนโยบายที่จะเสริมสร้างทุนด้านต่างๆ ของสมาคม ได้แก่ ทุนทางกายภาพ (การปรับปรุงอาคารสถานที่ การส่งเสริมงานบริหารจัดการที่ดี) ทุนทางการเงินที่มุ่งไปสู่ความโปร่งใสตรวจสอบได้ มีจิตสำนึกและความรับผิดชอบ (Accountability) โดยเน้นวินัยทางการเงิน ส่วนทุนที่จับต้องไม่ได้ (Intangibles) อาทิการผลิตและพัฒนาวิทยากร การสร้างผู้นำเยาวชน การส่งเสริมสภาวะจิตใจของนักบริหาร และองค์ความรู้ในหลักสูตรต่างๆ รวมไปถึงทุนทรัพยากรมนุษย์ สมาคมได้เร่งพัฒนาการ ด้วยตระหนักถึงผลความสำเร็จระยะยาวของงานเผยแผ่พระพุทธศาสนาจะเกิดขึ้นได้ จากผลการสร้างคนและคุณภาพ (Building People & Quality)

จ. มิติการพัฒนาองค์กร

ความสำเร็จของกิจกรรมของสมาคมใน ๕ ศูนย์ รวมไปถึงศูนย์พัฒนาจิตใจ และ ปัญหาที่ก่อให้เกิดขึ้นเพื่อตอบสนองความต้องการของกลุ่มผู้บริหารในองค์กรต่างๆ ปรากฏผลให้เห็นเป็นรูปธรรมในเชิงปริมาณ ขณะที่กระบวนการประเมินผลในด้านความพึงพอใจของลูกโยคี ได้ปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง ความผูกพันของทีมงานพัฒนาองค์กรทั้ง ๕ กลุ่มอันประกอบด้วย กลุ่มผู้อุปถัมภ์ วิทยากร อาสาสมัคร กรรมการบริหาร เยาวชน และเจ้าหน้าที่ ด้วยการประชุมหารือและการเสวนาสังสรรค์มีส่วนเกื้อหนุนให้มิติการพัฒนาองค์กร มีความพร้อมที่จะก้าวไป ในทิศทางเดียวกัน ทั้งเพื่อการสืบต่อของพระพุทธศาสนาและการรักษาคำสอนของ พระพุทธองค์ การพัฒนาจิตในผู้คน รวมไปถึง การพัฒนาตนเอง ทั้งด้าน ศีล สมาธิ ปัญญา เพื่อก้าวสู่มรรคผล นิพพานต่อไป

จากผลการศึกษาการดำเนินงานขององค์กรยูวพุทธฯ ตามที่ได้วิเคราะห์มาแล้วทั้งหมด ผู้วิจัยสามารถประมวลถึงมูลเหตุของการที่ยูวพุทธฯ ได้รับความนิยมนจากผู้สนใจเข้าร่วมกิจกรรม ปฏิบัติธรรมเป็นจำนวนมากโดยได้สรุปเป็นข้อๆ จำนวน ๑๐ ข้อ ดังต่อไปนี้

๑. มีการบริหารจัดการบุคลากร, พระวิปัสสนาจารย์และกลุ่มวิทยากร กรรมการบริการ และเจ้าหน้าที่ที่มีความรู้ความสามารถ มีศักยภาพในการถ่ายทอดความรู้ในการปฏิบัติแก่ผู้เข้ารับการอบรมอย่างชัดเจน ถือได้ว่ามีบุคลากรที่มีคุณภาพสูง

๒. มีรูปแบบการฝึกอบรมที่เป็นมาตรฐาน มีวิธีการสอนที่เข้าใจง่ายต่อการปฏิบัติไม่สร้างความเบื่อหน่ายมีแนวการสอนการปฏิบัติธรรมเป็นไปในทิศทางเดียวกันไม่สร้างความสับสนให้ผู้ปฏิบัติ

๓. มีสถานที่เป็นศูนย์ฝึกอบรมจำนวนมากถึง ๕ แห่งกระจายอยู่ในหลายพื้นที่ ถือว่ามีความสะดวกต่อผู้ปฏิบัติในการเลือกสถานที่ที่เหมาะสมกับตน

๔. มีการตกแต่งอาคารที่ปฏิบัติธรรม สะอาด สวยงาม ร่มรื่น ทำให้เกิดความสบายเหมาะสมแก่การเป็นศูนย์ปฏิบัติธรรมครบวงจร

๕. มีการจัดการอบรมปฏิบัติธรรมมีประสิทธิภาพอย่างต่อเนื่อง เป็นการผลักดันงานเผยแผ่พระพุทธศาสนาให้เติบโตทันต่อแรงขับเคลื่อนของสังคม

๖. มีการบริหารจัดการที่ดีในการจัดสถานที่พักอาศัย การรับประทานอาหาร เป็นสัดส่วนอย่างสะอาดเรียบร้อยและมีวินัย

๗. มีการระดมทุนทางการเงินอย่างโปร่งใสตรวจสอบได้ มีจิตสำนึกและความรับผิดชอบ (Accountability)

๘. มีการพัฒนาอย่างมีวิสัยทัศน์ถึงในเรื่องการสร้างทรัพยากรมนุษย์ เช่น การผลิตวิทยากร, สร้างผู้นำเยาวชน, ส่งเสริมสภาวะจิตใจของนักบริหาร ฯลฯ โดยตระหนักถึงผลความสำเร็จระยะยาว และส่งเสริมการเผยแผ่พระพุทธศาสนา จากผลการสร้างคนที่มีคุณภาพ (Building People & Quality)

๙. มีแนวทางการบริหารจัดการส่วนที่เป็นระบบฐานข้อมูลด้วยการพัฒนาระบบเทคโนโลยีสารสนเทศ และสื่ออิเล็กทรอนิกส์ องค์ความรู้ภูมิปัญญาของงานปฏิบัติธรรม ทำให้การขยายงานในเชิงหลักสูตรและกิจกรรมที่เกิดขึ้นใหม่ประสบความสำเร็จ

๑๐. ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย (ขึ้นอยู่กับความศรัทธา ถ้าประสงค์จะร่วมทำบุญก็สามารถบริจาคได้)

ด้วยคุณสมบัติทั้ง ๑๐ ประการนี้ผู้วิจัยได้วิเคราะห์จากการเข้าร่วมกิจกรรมและสังเกตการณ์อย่างใกล้ชิด ตลอดจนสัมภาษณ์พูดคุยกับผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรม พระวิปัสสนาจารย์, อาจารย์ผู้สอนอบรมวิปัสสนา, วิทยากร และเจ้าหน้าที่ของยุวพุทธฯ ตลอดจนวิทยากรพิเศษที่ได้รับเชิญให้บรรยายธรรมในคอร์สปฏิบัติต่างๆ ผู้วิจัยจึงนำเสนอวิธีการสอนของยุวพุทธฯ ที่ใช้ฝึกอบรมอยู่นี้ไปบูรณาการใช้กับหลักสูตรที่เรือนจำทัณฑสถานหญิงกลางให้ฝึกอบรมอยู่เป็นประจำ เพื่อให้ได้หลักสูตรการพัฒนาอบรมที่สมบูรณ์แบบ

ผู้วิจัยได้ทำการสำรวจหลักสูตรการฝึกอบรมปฏิบัติธรรมในสถานปฏิบัติธรรมหลายแห่ง พบว่ารูปแบบการอบรมพัฒนาจิตใจของยุวพุทธฯ เป็นรูปแบบที่ได้รับความนิยมอย่างแพร่หลายสูงสุด มีคุณสมบัติที่โดดเด่นในการเป็นสถานที่ปฏิบัติธรรมที่ครบวงจรมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องยาวนานถึง ๖๐ ปี และมีการพัฒนาอบรมจิตใจที่ได้มาตรฐานเป็นที่ประจักษ์ จากการสำรวจพบว่าผู้ที่เข้ารับการฝึกฝนอบรมปฏิบัติธรรมวิปัสสนากรรมฐานในหลักสูตรต่างๆ ที่ได้จัดให้มีขึ้นจะตอบรับเป็นเสียงเดียวกันว่าประสบความสำเร็จเป็นอย่างสูงในการเข้าร่วมปฏิบัติธรรมสามารถนำมาปรับใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตของตนเองอย่างมีคุณค่า ทำให้ชีวิตมีความสุขขึ้นอย่างเห็นได้ชัด จากการศึกษาโครงการปฏิบัติธรรมในหลักสูตรต่างๆ ของยุวพุทธิกสมาคมฯ สามารถนำมาประมวลผลสรุปได้ดังต่อไปนี้

รูปแบบและเนื้อหาการอบรมปฏิบัติธรรมของยุวพุทธิกสมาคมฯ เป็นองค์การทางพระพุทธศาสนาที่มีการบริหารจัดการอย่างมีประสิทธิภาพ และมีวิธีการจัดการฝึกอบรมปฏิบัติธรรมที่ง่ายต่อการปฏิบัติในทุกระดับอายุ, ทุกเพศ, ทุกวัย ถือได้ว่าเป็นผู้นำในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาสู่เยาวชน และผู้สนใจเข้าร่วมศึกษาและปฏิบัติธรรมตามพระไตรปิฎก (เถรวาท) โดยเน้นหลักวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ให้เกิดศรัทธาและปัญญา เพื่อนำหลักธรรม

ที่ได้รับการฝึกอบรมมาปรับใช้ในการดำเนินชีวิต พร้อมทั้งเผยแผ่พระพุทธศาสนาให้กว้างขวางมั่นคงต่อไป

๓.๒.๑ หลักสูตรการพัฒนาอบรมจิตของยุวพุทธิกสมาคมฯ

มีการพัฒนาหลักสูตรการฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐาน โดยแยกวัตถุประสงค์ออกเป็น ๒ แนวทาง คือ

๑. หลักสูตรเพื่อเยาวชน อาทิเช่น

ก. โครงการพัฒนาจิตเยาวชนแบบบูรณาการ เพื่อพัฒนาจิตเยาวชนอายุ ๑๐ – ๒๕ ปี ตั้งแต่ระดับพื้นฐานถึงระดับพัฒนาตนเองด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาอย่างเคร่งครัดตามความพร้อม และช่วงอายุของเยาวชน ตลอดจนการบรรพชาเป็นสามเณร พระภิกษุ ที่เคร่งครัดด้วยศีล มีจริยวัตรที่เรียบร้อยงดงาม สมกับสมณเพศ เพื่อให้เกิดศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา พร้อมด้วยความอดทน ความมีระเบียบวินัย นำไปใช้ในการศึกษาเล่าเรียนและเป็นคนดีของสังคม อีกทั้งพัฒนาเป็นพี่เลี้ยง ธรรมบริกร ไปจนถึงผู้ช่วยวิทยากรซึ่งอุทิศตนทำงานเป็นธรรมทาน

ข. หลักสูตรวิปัสสนากรรมฐานสำหรับเยาวชน เป็นหลักสูตรในช่วงปิดภาคเรียน เพื่อปลูกฝังและกล่อมเกลายาวชนอายุตั้งแต่ ๙-๒๕ ปี ให้เป็นผู้มีความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ อันจะส่งผลให้เยาวชนเป็นพลเมืองดีของชาติต่อไปในอนาคต ด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเบื้องต้น เพื่อสามารถนำหลักธรรมไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

๒. หลักสูตรเพื่อประชาชนทั่วไป

ก. หลักสูตรเบื้องต้น ด้วยตระหนักในคุณค่าของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เป็นเสมือนโอสถอันทรงสรรพคุณพิเศษที่สามารถลดอคติและกิเลส อันเป็นเหตุแห่งจริงของความทุกข์ได้ สมาคมจึงจัดกรรมฐาน อาทิ หลักสูตรพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุข โดย (คุณแม่สิริกรินทร์) หลักสูตรเจริญสติกำหนดรู้ปัจจุบันในชีวิต, หลักสูตรวิปัสสนาเบื้องต้นของพระวิปัสสนาจารย์ต่างๆ

ข. หลักสูตรเข้มข้น เป็นหลักสูตรสำหรับผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ขั้นสูงสุดที่เรียกว่าขั้น “อุกฤษฏ์” เพื่อพัฒนาตนเองให้มีความก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรม ตลอดจนเป็นหลักสูตรสำหรับการผลิตบุคลากรทั้งพระสงฆ์ และฆราวาส ที่มีความรู้ ความสามารถ มีคุณธรรม ที่พร้อมจะเสียสละตนเผยแผ่การปฏิบัติธรรมอย่างถูกต้อง

การฝึกปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานทั้ง ๒ หลักสูตร ยึดแนวการปฏิบัติแบบสติปัฏฐาน ๔ เป็นหลัก ด้วยการเดินจงกรมสลับกับการนั่งสมาธิควบคู่ไปกับการกำหนดอริยาบถย่อย ให้รู้เท่าทันปัจจุบัน สำรวมกาย ใจ วาจา ทั้งในอริยาบถ ยืน เดิน นั่ง นอน และฟังธรรมบรรยาย โดยพระวิปัสสนาจารย์ และวิทยากรของยุวพุทธฯ อาทิเช่น โครงการปฏิบัติธรรมสำหรับผู้พิพากษายุวพุทธฯ ร่วมกับสถาบันพัฒนาข้าราชการฝ่ายตุลาการ ศาลยุติธรรม สำนักงานศาลยุติธรรม จัดอบรมปฏิบัติธรรม (พิเศษ) สำหรับผู้ช่วยผู้พิพากษา ด้วยหลักสูตรพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุข แบบเข้มข้นที่เน้นคุณภาพ เฉพาะผู้บริหาร ซึ่งดำรงตำแหน่งสูง เป็นผู้ให้ทุนให้โทษแก่คนหมู่มาก หากเป็นผู้ที่มีคุณธรรม จะทำให้พนักงาน จนท.ระดับรองลงมาทุกระดับมีคุณภาพด้วย, หลักสูตรเนกขัมมบารมี สำหรับนักศึกษาแพทย์ โรงพยาบาลศิริราชและโรงพยาบาลรามาธิบดี, หลักสูตรยุวธรรมบุตร สำหรับเยาวชนหญิง อายุ ๗ – ๑๐ ปี เป็นการปฏิบัติวิปัสสนาสำหรับเด็กเล็ก ปฏิบัติวันละ ๖ ชั่วโมง, สวดมนต์ เช้า – เย็น, รักษาศีล ๘ หลักสูตรวิปัสสนาภาษาอังกฤษโดยอาจารย์ชาวต่างประเทศและพระวิปัสสนาจารย์ชาวไทย ฯลฯ เป็นต้น

ผู้วิจัยได้ศึกษาสถิติการรายงานประจำปีพ.ศ.๒๕๕๓ ยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทย แสดงผู้เข้ารับการอบรมและเข้าร่วมกิจกรรมพิเศษของยุวพุทธฯ ตั้งแต่ปีพ.ศ.๒๕๔๕-พ.ศ.๒๕๕๓ มีประชาชนเข้าร่วมการปฏิบัติธรรมและกิจกรรมพิเศษมากขึ้นทุกปี แสดงให้เห็นถึงความมีประสิทธิภาพขององค์กรเป็นอย่างดี ขอยกตัวอย่างในปีพ.ศ.๒๕๕๒ และ พ.ศ.๒๕๕๓ เป็นกรณีศึกษา ดังนี้

ในปีพ.ศ. ๒๕๕๒ การอบรมวิปัสสนากรรมฐานแนวสติปัฏฐาน ๔ และกิจกรรมอื่นของสมาคม มีผู้ร่วมกิจกรรมต่างๆ ของสมาคมเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ จากสถิติในปีก่อนๆ เป็นจำนวน ถึง ๔๔,๖๗๔ คน คือร้อยละ ๕๗ ของผู้มาปฏิบัติธรรม เป็นผู้เข้าปฏิบัติธรรมในหลักสูตรเบื้องต้นซึ่งมีให้เลือกปฏิบัติได้หลายหลักสูตร หลักสูตรที่เป็นหลักคือ หลักสูตรพัฒนาจิตเพื่อให้เกิดปัญญาและสันติสุข โดยคุณแม่สิริ กรินชัย มีผู้เข้าปฏิบัติ คิดเป็นร้อยละ ๒๕.๘ ของผู้มาปฏิบัติธรรมทั้งหมด เพิ่มขึ้นจากปี ๒๕๕๑ ร้อยละ ๒๐ สมาคมริเริ่มกิจกรรมใหม่ คือ จิตใส ใจสบาย ซึ่งมีผู้มาฟังธรรมในการจัด ๑๑ ครั้ง เกือบ ๑๐,๐๐๐ คน มีการปฏิบัติธรรมในหลักสูตรใหม่ๆ รวมไปถึงการจัดปฏิบัติธรรมแก่เยาวชนเพิ่มขึ้นนับพันคน

ปีพ.ศ.๒๕๕๓ มีผู้เข้าร่วมมากขึ้นจำนวนสูงถึง ๕๓,๑๒๐ คน เป็นผู้ร่วมกิจกรรมปฏิบัติธรรมมากกว่า ๒๓,๖๒๘ คน คิดเป็นร้อยละ ๔๔ ของผู้ร่วมกิจกรรมทั้งหมดตลอดปีส่วนที่เหลือมาร่วมกิจกรรมพิเศษและฟังธรรม

ในปีพ.ศ.๒๕๕๓ จำนวนผู้เข้าปฏิบัติธรรมในหลักสูตรเบื้องต้น ยังคงสถิติใกล้เคียงกับปีพ.ศ.๒๕๕๒ ผู้วิจัยได้แสดงผลแผนผังข้อมูลสำคัญด้านการบริหารงานระหว่างปีพ.ศ.๒๕๔๕-พ.ศ.๒๕๕๓ โดยละเอียดเพื่อเปรียบเทียบแนบท้ายบทแล้ว

การที่ผู้วิจัยได้เลือกการอบรมปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของยุวพุทธฯ มาเป็นแบบเพื่อบูรณาการกับหลักสูตรการอบรมปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของทัศนสถานหญิงกลาง เนื่องจากมีความเห็นว่ามีแนวการปฏิบัติธรรมที่คล้ายคลึงกันคือแนวสติปัฏฐาน ๔ และสามารถอบรมผู้ที่สนใจมาปฏิบัติธรรมได้ผลสำเร็จมาเป็นระยะยาวนานกว่า ๖๐ ปี (ครบรอบ ๖๐ ในปีพ.ศ.๒๕๕๓)และยังคงดำเนินการอย่างต่อเนื่อง เพราะผู้ที่เข้ารับการอบรมปฏิบัติสามารถนำหลักที่ได้จากการปฏิบัติไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันได้รับผลสำเร็จจำนวนมาก และเป็นการบอกกล่าวกันจากปากต่อปากโดยไม่ต้องมีการใช้สื่อโฆษณาประชาสัมพันธ์ จึงมีผู้ต้องการเข้ามาปฏิบัติธรรมเป็นจำนวนมากถึงขั้นต้องจองคิวลำดับก่อน-หลังพร้อมการคัดสรรผู้สมัครอย่างเข้มงวด โดยยุวพุทธฯ มีระเบียบการรับสมัครผู้ที่ต้องการเข้าอบรมปฏิบัติธรรมอย่างมีระเบียบแบบแผนได้มาตรฐาน มีการตรวจสอบโดยชัดเจน การสมัครให้สมัครผ่านอินเทอร์เน็ต เพื่อความสะดวก รวดเร็ว สามารถกลั่นกรองได้และประหยัดเวลาในการเดินทางและกำจัดเอกสาร เป็นการประหยัดค่าใช้จ่ายในการบริหารได้อย่างดีเยี่ยม ข้อสำคัญเป็นการอำนวยความสะดวกให้ผู้ต้องการมาปฏิบัติธรรมสามารถค้นหาข้อมูลรายละเอียดทางอินเทอร์เน็ตได้ด้วยตนเอง และสามารถเลือกหลักสูตรที่ตรงกับความต้องการของตนเองได้

๓.๒.๒ รูปแบบการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม

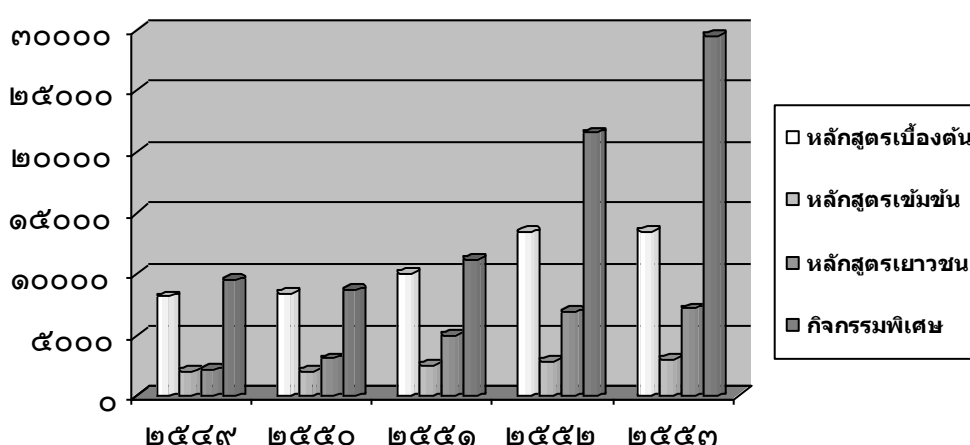
ตามที่ผู้วิจัยได้เสนอรายละเอียดมาแล้วข้างต้นสามารถสรุปรูปแบบการฝึกอบรมปฏิบัติธรรมวิปัสสนากรรมฐานของยุวพุทธฯ ได้ดังนี้

เป็นการจัดอบรมฝึกปฏิบัติธรรมโดยจัดเป็นคอร์ส แบ่งกลุ่มการอบรมโดยชัดเจน ประกอบไปด้วย เยาวชน ข้าราชการ และประชาชน โดยทั่วไปทุกเพศ ทุกวัย และทุกอาชีพ ที่มีความจำนงค์รอกใบสมัครล่วงหน้า มีทั้งการจำกัดอายุ และผสมผสานในทุกเพศ ทุกวัย และทุกอาชีพและคอร์สพิเศษเฉพาะกลุ่มของหน่วยงาน, หน่วยราชการและหน่วยการศึกษาเป็นการภายในกลุ่มของตนเอง ไม่มีบุคคลภายนอกปะปน ในคอร์สแต่ละคอร์สจะมีพระวิปัสสนาจารย์และวิทยากรผู้ทรงคุณวุฒิควบคุมดูแลการฝึกปฏิบัติธรรมอย่างใกล้ชิด ระหว่างคอร์สปฏิบัติจัดให้มีวิทยากรพิเศษทั้งฆราวาสและพระสงฆ์มาบรรยายธรรมโดยสม่ำเสมอ มีการกำหนดระยะเวลาในการจัดอบรมแต่ละครั้งทั้งหลักสูตรระยะสั้นและระยะยาว ระยะสั้น ๑ วัน, ๒ วัน, ๓ วัน, ๘ วัน ระยะยาว ๑๕ วัน, ๑ เดือน, ๓ เดือน ฯลฯ คู่มือตารางการปฏิบัติภาคผนวก ข หน้า ๑๕๐-๑๕๖ ขึ้นอยู่กับคุณสมบัติของผู้ต้องการเข้ารับการอบรมว่าต้องการอบรมในพื้นฐานเบื้องต้น หรือหลักสูตรแบบ

เข้มข้น ในหลักสูตรวิปัสสนากรรมฐานเบื้องต้นเป็นการปฏิบัติธรรมแนวพื้นฐานแนวพื้นฐาน สำหรับการเริ่มฝึกปฏิบัติ มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาจิตใจให้เกิดปัญญาและเกิดความรู้สึกสุขแก่ชีวิตครอบครัว และสังคม สามารถนำหลักการปฏิบัติที่ได้รับการอบรมไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน ส่วนหลักสูตรวิปัสสนากรรมฐานเข้มข้น เป็นหลักสูตรการปฏิบัติธรรมแบบเข้มข้น สำหรับผู้ที่ผ่านการปฏิบัติธรรมแนวสติปัฏฐาน ๔ มาแล้ว และสามารถควบคุมตนเองในการเดินทางกรรม นั่งสมาธิ ด้วยตนเองได้ นอกเหนือจากการอบรมในคอร์สต่าง ๆ ทัวไปแล้ว ยังจัดให้มีการอบรมวิปัสสนากรรมฐานหลักสูตรนานาชาติ โดยมีพระวิปัสสนาจารย์สอนเป็นภาษาอังกฤษ สำหรับชาวไทยและชาวต่างชาติ การปฏิบัติเป็นแนวทางสติปัฏฐาน ๔ และการพัฒนาอบรมจิตตามหลักธรรมไตรสิกขา ๓ อันเป็นการพัฒนาทางด้าน สติ สมาธิ และปัญญา เพื่อเป็นพื้นฐานการปฏิบัติให้ก้าวถึงขั้นมรรคผลนิพพาน

ในทุกหลักสูตรการปฏิบัติธรรมของยุวพุทธฯ มีผู้ที่สนใจเข้าร่วมโครงการเป็นจำนวนมาก แม้จะต้องรอเวลาตามลำดับขั้นตอนหลังจากขึ้นโบสถ์แสดงความจำนงแล้ว จะต้องรอการตรวจสอบพิจารณาอนุมัติของเจ้าหน้าที่ของสมาคมฯ ก่อนจึงจะเข้าร่วมการปฏิบัติธรรมได้ ซึ่งนับได้ว่ามีขั้นตอนต่าง ๆ ที่เป็นมาตรฐาน ถึงจะมีขั้นตอนที่มีกฎระเบียบข้อปฏิบัติอย่างเคร่งครัด ก็มีผู้สนใจเข้าร่วมโครงการเป็นจำนวนมาก ดังปรากฏในข้อมูลทางสถิติที่สมาคมฯ ได้บันทึกไว้ในหนังสือรายงานประจำปี พ.ศ.๒๕๕๓ ของยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์ เป็นตารางภาพแสดงสถิติจำนวนผู้เข้าร่วมการปฏิบัติธรรม ดังนี้

ตารางที่ ๓.๒ กราฟแท่งแสดงการเปรียบเทียบกิจกรรมของยุวพุทธฯ ปีพ.ศ. ๒๕๔๙ – ๒๕๕๓



ตารางที่ ๓.๓ ตารางแสดงจำนวนผู้เข้าอบรมปฏิบัติธรรมของยุวพุทธฯ ปีพ.ศ. ๒๕๔๕ – ๒๕๕๓

ปี พ.ศ.	๒๕๔๕	๒๕๕๐	๒๕๕๑	๒๕๕๒	๒๕๕๓
หลักสูตรเบื้องต้น	๘,๑๓๔	๘,๔๐๘	๑๐,๐๖๔	๑๓,๓๘๒	๑๓,๔๓๕
หลักสูตรเข้มข้น	๒,๐๓๑	๒,๐๓๑	๒,๕๒๓	๒,๘๓๘	๒,๙๘๕
หลักสูตรเยาวชน	๒,๐๕๒	๓,๐๓๑	๔,๕๖๒	๖,๘๖๕	๗,๑๖๐
กิจกรรมพิเศษ	๕,๔๕๕	๘,๖๔๕	๑๑,๒๐๖	๒๑,๕๔๕	๒๕,๔๕๒
รวม	๒๒,๒๕๑	๒๒,๑๕๕	๒๘,๓๕๕	๔๔,๖๓๕	๕๓,๑๒๐

สรุป จากการศึกษารูปแบบการพัฒนาอบรมจิตของยุวพุทธฯตามที่ได้แสดงไว้ข้างต้นทั้งหมดนี้ ผู้วิจัยเห็นว่าเป็นหลักสูตรที่ได้รับความนิยมจากประชาชนโดยทั่วไปและผู้ที่เกี่ยวข้องในการอบรมในหลักสูตรของยุวพุทธฯ นี้ได้รับผลสำเร็จเป็นที่ประจักษ์อย่างชัดเจน จึงได้นำหลักสูตรรูปแบบต่างๆ ที่ยุวพุทธฯ ได้จัดให้มีขึ้นโดยการกำหนดหลักสูตรการอบรมจากพระวิปัสสนาจารย์และวิปัสสนาจารย์ที่จัดให้มีขึ้นอย่างต่อเนื่องมาเป็นเวลายาวนาน และถูกเผยแพร่ผ่านสื่อต่างๆ และอินเทอร์เน็ตตามที่ได้แสดงไว้ในภาคผนวกเป็นกรณีศึกษามาปรับใช้ในหลักสูตรการปฏิบัติธรรมแบบบูรณาการเข้มข้นตามหลักพุทธธรรมที่ผู้วิจัยได้ประมวลหลักสูตรตามวิธีการที่ยุวพุทธฯ ได้ยึดปฏิบัติมาให้เป็นหลักสูตรที่เหมาะสมและมีความสมบูรณ์แบบยิ่งขึ้นเพื่อนำไปใช้ในการอบรมผู้ต้องขังหญิงในทัณฑสถานหญิงกลางต่อไป

๓.๓ การสังเคราะห์กระบวนการการฝึกอบรมพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังหญิงแบบบูรณาการตามหลักพุทธธรรม

๓.๓.๑ วิเคราะห์กระบวนการฝึกอบรมพัฒนาจิตใจของทัณฑสถานหญิงกลาง

ทัณฑสถานหญิงกลางเป็นเรือนจำที่มีผู้ต้องขังจำนวนมาก มากกว่าจำนวนที่กำหนดให้มีกว่าครึ่งหนึ่ง มีการสลับสับเปลี่ยนหมุนเวียนผู้ต้องขังกับเรือนจำอื่นๆ อยู่ตลอดเวลา ด้วยข้อจำกัดของสถานที่ที่คับแคบจึงมีความแออัดยัดเยียด ไม่เพียงพอกับผู้ต้องขังจำนวนมาก กว่า ๔,๐๐๐ คน ผู้วิจัยมีโอกาสได้สัมผัสความเป็นอยู่ของผู้ต้องขังในเรือนจำแห่งนี้ จำนวนหลายครั้ง ในการจัดคอร์สปฏิบัติธรรมเป็นเวลากว่า ๕ ปี ที่ผ่านมา เป็นการสัมผัสอย่างใกล้ชิดและพบข้อมูลที่เป็นจริงด้วยตนเอง จึงมีความชื่นชมในวิสัยทัศน์ของผู้บริหารเรือนจำแห่งนี้เป็นอย่างยิ่งที่บริหารจัดการ

สถานที่เรือนจำไว้อย่างสวยงาม สะอาดสะอาด มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย มีการประดับประดาด้วยสวนหย่อมและดอกไม้อย่างสวยงาม สิ่งเหล่านี้เป็นผลดีแก่จิตใจของผู้ต้องขังให้ได้รับความรื่นรมย์ ผู้วิจัยมีความเห็นว่าวิธีเหล่านี้เป็นเบื้องต้นของการพัฒนาจิตใจได้วิธีหนึ่ง

การจัดให้มีการฟังเสียงสวดมนต์เป็นประจำทุกวันและการจัดประกวดแข่งขันสวดมนต์ เป็นสิ่งจูงใจให้ผู้ต้องขังสนใจการฝึกปฏิบัติธรรมที่เริ่มจากการสวดมนต์ เป็นวิธีที่ถูกต้องที่สุดเหมาะแก่สถานการณ์เพราะผู้ต้องขังต้องใช้ชีวิตที่ถูกกักขังอยู่ในสถานที่คับแคบเป็นเวลานาน ไม่สามารถพบปะกับญาติพี่น้องมิตรสหายบุคคลอื่นเป็นที่รัก ย่อมมีความอ้างว้างเดียวดายและทุกข์ใจ การได้ฝึกสวดมนต์ได้ปลงเสียงในการสวดมนต์ ใช้สมาธิในการสวดมนต์จะทำให้ผู้ต้องขังคลายจากความทุกข์ได้ และจะคิดเป็นพหุตินิสัยที่ดีงามในการสวดมนต์เป็นประจำ ซึ่งจะทำให้จิตใจมีความอ่อนโยนถือเป็นการพัฒนาจิตใจที่ได้ผลอย่างยิ่ง การสวดมนต์ยังทำให้สุขภาพของผู้ที่สวดมนต์เป็นประจำแข็งแรง สดชื่น จนสามารถพัฒนาตนเองไปสู่การปฏิบัติในลำดับที่สูงขึ้นคือการปฏิบัติธรรมวิปัสสนากรรมฐานต่อไป การนั่งสมาธิจะช่วยให้ผู้ปฏิบัติได้พบความสงบสุข สว่างร่มเย็นได้ด้วยตนเอง แม้ร่างกายจะถูกกักขังแต่หัวใจจะเป็นอิสระจากพันธนาการใดๆ

การปฏิบัติธรรมโดยการนั่งสมาธิเมื่อผู้ปฏิบัติได้ปฏิบัติเป็นประจำแล้ว จะทำให้มีสติระลึกถึงบาปบุญคุณโทษ สามารถระงับความเดือดร้อนทางใจและกายของตนได้ มีความต้องการที่จะทำความดี ไม่เบียดเบียนผู้อื่น เข้าใจในชีวิต เข้าใจหลักธรรมตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ถือเป็นการพัฒนาตนเองที่สูงสุด มีภูมิคุ้มกันตนเองที่จะไม่สร้างความชั่วอีกต่อไป เมื่อผู้ต้องขังเหล่านี้ได้รับอิสระภาพก็จะไม่กระทำความผิดซ้ำให้เป็นที่เดือดร้อนแก่ตนเองและสังคมประเทศชาติอีกต่อไป ถือเป็นการพัฒนาที่ยั่งยืนมีผลดีมากกว่าการพัฒนาในด้านอื่นๆ เพราะการพัฒนาที่ให้ความรู้ทางโลกเป็นการให้วิชาความรู้ในการประกอบวิชาชีพต่างๆ เพื่อใช้การแสวงหารายได้เลี้ยงชีวิตถือเป็นการพัฒนาเพื่อผลทางกายเท่านั้น ซึ่งเป็นการพัฒนาที่ไม่เพียงพอ การผนวกการพัฒนาทางจิตใจด้วยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาจะเป็นภูมิคุ้มกันในชีวิตที่แข็งแกร่งที่สุด เพราะเมื่อมีธรรมะอยู่ในใจแล้วจะมีความยับยั้งชั่งใจไม่ประพฤติชั่วให้ตนเองได้รับความเดือดร้อนอย่างแน่นอน

กระบวนการฝึกอบรมพัฒนาจิตใจของทัณฑสถานหญิงกลางมีการพัฒนาทั้ง ๒ แนวทาง

- ทางกาย (กายภาพ)

มีการอบรมให้ความรู้เพื่อประกอบวิชาชีพด้านต่างๆ ให้การศึกษาแก่ผู้ที่สนใจศึกษาเล่าเรียน ในระดับประถมศึกษาจนถึงมหาวิทยาลัย เพราะผู้ต้องขังจำนวนมากยังอยู่ในวัยศึกษาเล่าเรียน สำหรับผู้ใหญ่ที่ต้องการศึกษาเล่าเรียนก็สามารถเรียนรู้ได้ในโรงเรียนศึกษาผู้ใหญ่จนถึงระดับสูงสุด การที่ผู้ต้องขังที่ได้รับโทษจองจำเป็นเวลานานได้มีโอกาสศึกษาเล่าเรียนเช่นบุคคลภายนอก

ถือว่ามีการพัฒนาที่ได้ประโยชน์แก่การดำรงชีวิต เมื่อพ้นโทษแล้วสามารถนำความรู้ติดตัวไปประกอบกิจการงานหาเลี้ยงชีพและครอบครัวได้

- ทางจิตใจ (จิตภาพ)

มีการให้การศึกษาด้านธรรมศึกษา ได้รับประกาศนียบัตรนักธรรมตรี, นักธรรมโท, นักธรรมเอก ผู้ต้องขังที่สนใจในการเรียนรู้วิชาพระพุทธศาสนาที่สามารถศึกษาหาความรู้ได้ เป็นการบ่มเพาะสิ่งที่ดีงามเป็นประโยชน์แก่ชีวิตที่แท้จริง เป็นการพัฒนาจากภายในจิตใจ สามารถปรับเปลี่ยนทัศนคติในการมองโลกในแง่ดี เป็นพื้นฐานของการปรับปรุงตนเองเพื่อการดำเนินชีวิตที่ดีในอนาคต

สิ่งนี้ถือว่าเป็นการพัฒนาจิตใจที่ได้ประโยชน์สูงสุด คือการจัดให้มีการอบรมปฏิบัติธรรมวิปัสสนากรรมฐาน ที่ถือเป็นการทำบุญสูงสุดในพระพุทธศาสนาคือการเจริญสติภาวนา แม้จะมีผู้สนใจเข้าปฏิบัติธรรมไม่มากเมื่อเทียบกับสัดส่วนจำนวนผู้ต้องขัง แต่การจัดให้มีคอร์สปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง มีพระสงฆ์มาเทศนา มีการฟังเทศน์สวดมนต์ มีการจัดประกวดการสวดมนต์ มีการอนุญาตให้ผู้ต้องขังทำบุญในโอกาสวันสำคัญต่างๆ สิ่งเหล่านี้ถือเป็นการกระทำที่ให้ผลในการพัฒนาจิตใจแก่ผู้ต้องขังทั้งสิ้น

ผู้วิจัยได้ศึกษากระบวนการพัฒนาจิตใจด้วยหลักพุทธธรรมของทัณฑสถานหญิงกลาง มาตลอดระยะเวลา ๕ ปี ได้เห็นการดำเนินการอย่างต่อเนื่องแม้จะไม่ได้ทำอย่างเต็มรูปแบบและสม่ำเสมอ ด้วยข้อจำกัดเรื่องงบประมาณและสถานที่ซึ่งเป็นอุปสรรคอย่างมากต่อการพัฒนาในการอบรมปฏิบัติธรรมที่ต้องการใช้ความเงียบสงบหรือความป็นสปปายะ สิ่ง que ถือว่าจำเป็นประโยชน์ต่อการปฏิบัติธรรมสิ่งต่างๆ เหล่านี้แทบจะหาไม่ได้เลยในเรือนจำ แต่จากการเฝ้าสังเกตในคอร์สอบรมปฏิบัติธรรมของผู้วิจัยที่ได้จัดให้มีขึ้นเป็นประจำทุกเดือนในปีพ.ศ.๒๕๕๐ และในอีกหลายครั้งระหว่างปีพ.ศ.๒๕๕๐ – พ.ศ.๒๕๕๔ กลับพบว่าสถานที่ที่จัดให้มีการปฏิบัติธรรมในเรือนจำที่มีแต่ความวุ่นวายไม่สปปายะมีเสียงอึกทึกครึกโครมและเสียงประกาศของเครื่องกระจายเสียงที่ส่งเสียงดังอยู่ตลอดเวลาในตอนกลางวันระหว่างที่มีการจัดฝึกอบรม ไม่เป็นอุปสรรคต่อผู้ที่ตั้งใจปฏิบัติธรรมเลย ผู้ที่มีความตั้งใจอย่างแน่วแน่สามารถปฏิบัติได้อย่างดีเยี่ยม และจากการเฝ้าสังเกตการณ์ตลอดระยะเวลาการฝึกอบรมในคอร์สทดลองผู้วิจัยได้สอบถามจากพระวิปัสสนาจารย์จำนวนหลายรูปล้วนมีคำตอบเป็นไปในแนวทางเดียวกันว่า ผู้ปฏิบัติธรรมที่ได้รับความสำเร็จในการปฏิบัติเป็นผู้ที่มีความวิริยะอุตสาหะในการปฏิบัติและปฏิบัติอย่างต่อเนื่องมีความต้องการสมัครเข้ารับการฝึกอบรมปฏิบัติธรรมทุกครั้งที่มีการประกาศคัดเลือกผู้เข้ารับการอบรม แม้จะไม่ได้รับการคัดเลือกตามความต้องการในทุกครั้ง เนื่องจากมีการจัดคอร์สปฏิบัติธรรมไม่บ่อยครั้งนัก ถือได้

ว่าไม่เพียงพอต่อความต้องการ สาเหตุของอุปสรรคและปัญหาเหล่านี้เป็นเพราะว่าทัศนสถานหญิงกลางๆ มีนโยบายในการจัดคอร์สอบรมปฏิบัติธรรมว่าต้องให้โอกาสกับผู้ที่ไม่เคยปฏิบัติก่อน ผู้วิจัยได้รับทราบจากแบบสอบถามเพื่อประเมินผลและจากจดหมายของผู้ต้องขังที่ส่งมาให้

๓.๓.๒ วิเคราะห์กระบวนการฝึกอบรมพัฒนาจิตใจของยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทย

กระบวนการฝึกอบรมของยุวพุทธฯ ซึ่งถือได้ว่าเป็นสำนักปฏิบัติธรรมในอันดับต้นๆ ของประเทศไทยที่มีการดำเนินงานอย่างต่อเนื่องเป็นเวลายาวนานถึง ๖๐ ปีแล้ว จึงมีผู้บริหาร, บุคลากรและทุนทรัพย์ในการบริหารจัดการอย่างมีประสิทธิภาพ ได้รับความเชื่อถือจากประชาชน โดยทั่วไปว่าเป็นสถานที่จัดการฝึกอบรมปฏิบัติธรรมที่มีคุณภาพ เหมาะสมแก่คนทุกเพศทุกวัย

ในการจัดการฝึกอบรมปฏิบัติธรรมถึงแม้จะเน้นการอบรมแก่เยาวชนเป็นหลัก แต่ก็มี การจัดคอร์สสำหรับผู้ใหญ่เป็นการเฉพาะกลุ่มและกลุ่มหลากหลายโดยทั่วไป ประกอบด้วย ข้าราชการจากองค์กรต่างๆ, ประชาชนจากหน่วยงานเอกชน, นักเรียน, นักศึกษาตลอดจนพระสงฆ์ และชาวต่างประเทศที่สนใจการปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนา มีหลักสูตรให้เลือก หลาย หลักสูตร มีการกำหนดตารางปฏิบัติเป็นรายปีพร้อมกำหนดสถานที่แจ้งชื่อพระวิปัสสนาจารย์, วิทยากรไว้อย่างชัดเจนมีการดำเนินงานตามแผนงานประจำปีอย่างมั่นคงไม่เปลี่ยนแปลง หลักสูตร การปฏิบัติธรรมเป็นไปแบบธรรมชาติขึ้นอยู่กับวิธีการของผู้นำการปฏิบัติที่มีทั้งพระสงฆ์และ ฆราวาสที่มีความเชี่ยวชาญอย่างชำนาญในการอบรมสอนฝึกวิธีปฏิบัติธรรม ไม่มีหลักสูตร กำหนดการฝึกปฏิบัติตายตัวในทุกหลักสูตร แต่มีสิ่งเดียวกันเหมือนกันคือการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม วิปัสสนากรรมฐาน แนวสติปัฏฐาน ๔ ในทุกหลักสูตรจะมีการสอนนั่งสมาธิ เดินจงกรมและ บรรยายธรรม สิ่งเหล่านี้ทุกคอร์สปฏิบัติจะใช้วิธีการเดียวกันทั้งหมด แต่วิธีการในการสอนปฏิบัติ ธรรมตลอดจนเนื้อหาในการสอนขึ้นอยู่กับข้อกำหนดของพระวิปัสสนาจารย์และอาจารย์ผู้นำการ ปฏิบัติที่จะต้องศึกษาจากคุณสมบัติของผู้เข้ารับการฝึกอบรมเป็นหลัก แล้วจึงกำหนดวิธีการปฏิบัติ และเนื้อหาของหลักธรรมที่จะนำมาฝึกอบรมให้ผู้ปฏิบัติธรรมได้รับความรู้ที่เป็นประโยชน์สูงสุด

จากการเฝ้าสังเกตการณ์ของผู้วิจัยพบว่าในหลักสูตรการปฏิบัติธรรมต่างๆ ที่ กำหนดให้มีขึ้นล่วงหน้าเป็นสิ่งที่ดีมาก เพราะเป็นการสร้างความเชื่อถือในความมั่นคงแน่นอนกับผู้ ต้องการเข้ารับการอบรม จากการที่ผู้วิจัยได้เข้าร่วมฟังธรรมในบางหลักสูตรที่จัดให้มีขึ้นและได้ สอบถามจากผู้ปฏิบัติธรรมจำนวนหลายคนพบว่า การที่ผู้ปฏิบัติจะเลือกเข้าฝึกอบรมในหลักสูตรใด ขึ้นอยู่กับความศรัทธาที่มีต่อพระวิปัสสนาจารย์ผู้สอนตลอดจนวิทยากรประจำ, มีความพอใจใน สถานที่และแนวการสอนของพระอาจารย์นั้นๆ พบว่าหลังจากเข้ารับการอบรมครั้งแรก แล้วผู้

ปฏิบัติ มีความต้องการเข้ารับการอบรมซ้ำอีกเป็นจำนวนมาก จากการสอบถามในหลายหลักสูตร ผู้วิจัยยังไม่พบคำตอบที่เป็นไปในทางลบต่อการเข้าร่วมการฝึกอบรมปฏิบัติธรรมแม้แต่รายเดียว ทุกคำตอบล้วนเป็นไปในแนวเดียวกันคือได้ประโยชน์จากการมาฝึกอบรมและสามารถนำหลักธรรมและวิธีการปฏิบัติไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดีเยี่ยม ได้พบความสุขสงบทั้งกายและใจที่ได้มาปฏิบัติธรรม มีความต้องการกลับมาปฏิบัติธรรมอีกเป็นประจำทุกปีหรือเท่าที่โอกาสอำนวยหลังจากการปฏิบัติธรรมแล้วเสร็จ ผู้ปฏิบัติทุกคนจะร่วมบริจาคเงินสนับสนุนให้แก่ยุวพุทธฯ ตามกำลังศรัทธาของตนเพราะยุวพุทธฯ ไม่มีการเก็บเงินค่าอบรม ผู้ให้การสนับสนุนด้านทุนทรัพย์มีเป้าหมายเดียวกันคือ เพื่อทำนุบำรุงพระพุทธศาสนาด้วยการเสริมสร้างความแข็งแกร่งมั่นคงในการจัดฝึกอบรมปฏิบัติธรรมให้ดำรงอยู่คู่กับสังคมไทยตลอดไป

จากเหตุผลต่างๆ ที่กล่าวมาแล้ว ผู้วิจัยจึงสามารถกล่าวได้ว่ายุวพุทธฯ เป็นสถานที่ปฏิบัติธรรมที่ดีที่สุดแห่งหนึ่งในประเทศไทยเพราะมีคุณสมบัติพร้อมทุกประการที่จะเป็นสำนักที่ให้การอบรมปฏิบัติธรรมวิปัสสนากรรมฐานแก่พระสงฆ์, พุทธศาสนิกชนและประชาชนทุกชาติทุกภาษา เพื่อศึกษาหาความรู้เพิ่มพูนสติปัญญาและค้นพบความสุขที่แท้จริงของชีวิต โดยมีเป้าหมายตามหลักธรรมคำสอนของพระพุทธองค์คือการหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวงหรือมรรคผลนิพพานนั่นเอง

๓.๓.๓. การสังเคราะห์หลักสูตรการฝึกอบรมพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังหญิงทัณฑสถานหญิงกลางแบบบูรณาการตามหลักพุทธธรรม

กระบวนการฝึกอบรมพัฒนาจิตใจแบบบูรณาการที่ผู้วิจัยได้นำกระบวนการฝึกพัฒนาจิตใจของทัณฑสถานหญิงกลางและกระบวนการฝึกอบรมของยุวพุทธิกสมาคมฯ มาบูรณาการเป็นหลักสูตรแบบเข้มข้นเพื่อใช้ในการฝึกอบรมพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังหญิง เป็นการนำวิธีการฝึกอบรมที่ใช้ในการฝึกอบรมพัฒนาจิตใจของทั้งสองแบบ มาผนวกกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา โดยเริ่มจากการเรียนรู้หลักธรรมโดยลำดับดังนี้

- เนื้อหาหลักธรรมไตรสิกขา ๓ ประกอบด้วย สีล สมาธิ ปัญญา คือข้อปฏิบัติอบรมกาย วาจา ใจและปัญญา ทำให้กาย วาจา ใจสงบไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ทำให้สามารถที่จะทำให้จิตสงบได้ง่ายในการทำสมาธิ

- เนื้อหาหลักธรรมบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ ที่ตั้งแห่งการทำบุญ หลักการทำดี ๑๐ ประการ เป็นเรื่องการทำบุญเป็นเครื่องชำระฟอกล้างความชั่วทำให้เกิดความสุขที่ได้ทำความดี

- เนื้อหาหลักธรรมสังคหวัตถุ ๔ ธรรมสำหรับเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวน้ำใจสงเคราะห์ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน พุทธาอ่อนหวาน เอื้อเฟื้อเกื้อกูลซึ่งกันและกัน

- เนื้อหาหลักธรรมเบญจศีล (ศีล ๕) เป็นข้อปฏิบัติพื้นฐานเพื่อความดีงามในส่วนบุคคล และสังคมรอบข้าง เป็นธรรมเพื่อควบคุมการอยู่รวมของคนในสังคม

- เนื้อหาหลักธรรมทศ ๖ เป็นธรรมที่สอนการปฏิบัติหน้าที่ต่อบุคคลที่สัมพันธ์กับตน ให้ถูกต้องตามฐานะทั้ง ๖ คือ บุตรธิดา-บิดามารดา / ศิษย์-ครูอาจารย์ / สามเณร-ภรรยา / มิตรสหาย-มิตรสหาย / นายจ้าง-ลูกจ้าง / กุลบุตร-ผู้ทรงศีล

- เนื้อหากระบวนการอบรมเน้นการเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจชีวิตตามหลักพุทธเข้าใจโลกธรรม ๘ ได้แก่ ลาภ, ยศ, สรรเสริญ, สุข / เสื่อมลาภ, เสื่อมยศ, นินทา, ทุกข์ให้เข้าใจว่าหลักธรรมทั้ง ๘ ประการนี้เป็นเพียงผลพลอยได้ของชีวิต เพราะอาจใช้เป็นเครื่องมือหรืออุปกรณ์ของชีวิตในการให้คุณให้โทษแก่ตนเองและผู้อื่นได้เท่านั้น ซึ่งต้องดำเนินไปควบคู่กับหลักของอริยสัจ ๔ ทำความเข้าใจอย่างถ่องแท้ในการแก้ปัญหาของทุกข์

- เนื้อหากระบวนการอบรมที่เน้นการเสริมสร้างจริยธรรมตามหลักพุทธ เน้นการปฏิบัติตามมัชฌิมาปฏิปทา (ทางสายกลาง) มรรคมีองค์ ๘ เป็นข้อปฏิบัติอันพอดีที่จะนำไปสู่จุดหมายแห่งความหลุดพ้นเป็นอิสระ ดับทุกข์ปลอดปัญหา

- เนื้อหากระบวนการอบรมที่เน้น การพัฒนาอบรมจิตภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ คือการพิจารณากาย (กายานุปัสสนา) พิจารณาเวทนา (เวทนานุปัสสนา) พิจารณาจิต (จิตตานุปัสสนา) พิจารณาธรรม (ธัมมานุปัสสนา) สติปัฏฐานคือการตั้งสติไว้ในอารมณ์ทั้ง ๔ ประการนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อความบริสุทธิ์ เพื่อให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน ในการพิจารณาอารมณ์ของสติปัฏฐาน ๔ นั้นต้องประกอบด้วยธรรม ๓ ประการ คือความเพียร (อาตาปี) ความรู้ (สัมปชัญญะ) ความระลึกได้หรือความระวัง (สติ) เพื่อละอภิชฌาและโทมนัสให้ได้ อภิชฌา-ความอยากได้ ความยินดี, โทมนัสคือความเสียใจ ความทุกข์ใจผู้วิจยได้นำหลักธรรมทั้งหมดที่กล่าวมาแล้วข้างต้นมาประยุกต์ใช้กับวิธีการอบรมของทัศนสถานหญิงกลาง ซึ่งมีการพัฒนาอบรมจิตด้วยการฝึกอบรมปฏิบัติธรรมวิปัสสนากรรมฐานอยู่โดยเนื่องๆ แต่ไม่มีหลักสูตรใดในการจัดการฝึกอบรมที่ได้จัดให้มีขึ้นเป็นหลักสูตรระยะยาวเป็นเวลากว่า ๕ สัปดาห์ และผู้วิจยได้นำวิธีการอบรมของยุวพุทธิก-สมาคมฯ ที่มีหลักสูตรพัฒนาอบรมจิตด้วยการปฏิบัติธรรมที่มีความหลากหลายในหลักสูตรต่างๆ ที่จัดให้มีขึ้นอย่างต่อเนื่องยาวนาน ทำให้ผู้เข้ารับการอบรมไม่รู้สึกละเลินเล่อหน่ายในการฝึกอบรม เพราะเมื่อจบหลักสูตรการอบรมปฏิบัติธรรมจากพระวิปัสสนาจารย์ หรือวิปัสสนาจารย์ที่ตนนิยมชื่นชอบและมีการเข้าฝึกอบรมซ้ำแล้วก็สามารถสมัครเข้ารับการฝึกอบรมจากพระวิปัสสนาจารย์หรือวิปัสสนาจารย์ท่านอื่นๆ ในหลักสูตรอื่นต่อไปได้ตลอดเวลาทำให้ได้รับความรู้ในการฝึกอบรมปฏิบัติธรรมที่หลากหลาย ถือเป็นการเพิ่มพูนประสบการณ์ให้ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้มีความเข้าใจที่กระจ่างชัดเจน ซึ่งวิธีการที่ได้ถูกพัฒนาอยู่ตลอดเวลาของทั้งสององค์กรนี้เป็นสิ่งที่ดีงามอยู่

แล้ว ผู้วิจัยจึงนำวิธีการต่างๆ เหล่านี้มาเป็นพื้นฐานและประยุกต์หลักธรรมที่ได้กล่าวมาแล้ว กำหนดเป็นหลักสูตรการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังหญิงแบบบูรณาการเข้มข้นตามหลักพุทธธรรมเพื่อใช้อบรมจิตผู้ปฏิบัติธรรมผู้ได้รับการคัดเลือกจำนวน ๑๐๐ คน ดังมีรายละเอียดการฝึกอบรมดังต่อไปนี้

การฝึกอบรมตามหลักสูตรกำหนดระยะเวลาไว้ ๓๒ วัน ในระหว่างวันจันทร์ ที่ ๑๕ พฤศจิกายน พ.ศ.๒๕๕๓ – วันศุกร์ ที่ ๑๙ ธันวาคม พ.ศ.๒๕๕๓ เวลา ๐๘.๓๐ – ๑๕.๓๐ น. ฝึกอบรมภายในทัณฑสถานหญิงกลาง ณ อาคารโรงเรียนสตรีบางเขน เป็นการอบรมโดยพระวิปัสสนาจารย์จำนวน ๕ รูป นำโดยพระมหาชิต วชิรญาโณ วิธีการอบรมในวันแรกผู้เข้ารับการอบรมจะได้รับการบวชนวมะรับศีล ๘ นุ่งขาวห่มขาวในตอนเช้าก่อนพิธีการเปิดการฝึกอบรม โดยมีผู้อำนวยการทัณฑสถานหญิงกลางเป็นประธานในพิธีเริ่มเวลา ๐๘.๐๐ น. หลังจากเสร็จพิธีการให้โอวาทจากประธานในพิธีและประธานกองทุนฯ และประธานพระวิปัสสนาจารย์กล่าวสัมโมทนียกถา พระวิปัสสนาจารย์ทั้ง ๕ รูป จะแนะนำหลักปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานและสอนวิธีการปฏิบัติธรรมอย่างละเอียดควบคู่ไปกับการบรรยายธรรม ในวันที่ ๒ – ๕ ของการอบรม ผู้เข้ารับการอบรมจะได้รับการฝึกปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง มีการนั่งสมาธิ, การเดินจงกรมและการส่งอารมณ์ โดยการควบคุมดูแลอย่างใกล้ชิดจากพระวิปัสสนาจารย์ทั้ง ๕ รูป ซึ่งจะเป็นผู้บรรยายธรรมในหัวข้อดังนี้ ๑. เรื่อง “สำนึกเบื้องต้นแห่งความเป็นมนุษย์”, ๒. “การนั่งและเดินจงกรม”, ๓. “การสร้างสันติในเรือนจำ”, ๔. “การเอาชนะใจตน” สลับกับวิทยากรบุคคลภายนอกที่ได้รับเชิญมาบรรยายธรรมในตอนบ่ายวันละ ๑ คน (บรรยาย ๑.๓๐ ชม.) วิทยากรกิตติมศักดิ์ที่ผู้วิจัยได้เชิญมาบรรยายธรรมในการฝึกอบรมในหลักสูตรครั้งนี้ เริ่มบรรยายเป็นครั้งแรกโดย ศ.รท.ดร.บรรจบ บรรณรุจิ บรรยายธรรมเรื่อง “พระพุทธเจ้า”, ผู้บรรยายในวันต่อมา มา คือ คุณอัจฉราวดี วงศ์สกุล บรรยายธรรมเรื่อง “บารมี ๑๐” ในวันที่ ๖ – ๗ ของการอบรมเป็นวันเสาร์และวันอาทิตย์ผู้ปฏิบัติธรรมจะฝึกปฏิบัติด้วยตนเองโดยมีเจ้าหน้าที่ของเรือนจำและอนุศาสนาจารย์คอยควบคุมดูแล ในวันที่ ๘ – ๑๐ ของการอบรม ผู้ปฏิบัติจะได้รับการฝึกอบรมจากพระวิปัสสนาจารย์นวลจันทร์ กิตติปัญโญภิกขุ และพระวิปัสสนาจารย์ผู้ช่วยจำนวน ๓ รูป เป็นการสอนปฏิบัติธรรมที่เน้นการนั่งสมาธิ, เดินจงกรม, ส่งอารมณ์ และบรรยายธรรมสลับกับการฉายวิดีโอทัศน์ประกอบการสอน ด้วยวิธีการอบรมแนวใหม่ ใช้อุปกรณ์เทคโนโลยีสมัยใหม่เป็นสื่อการสอนเสริมการบรรยายธรรม มีการสนทนาธรรมไขปัญหาข้อซักถามของผู้ปฏิบัติหลังการบรรยายทุกวัน หัวข้อการบรรยายธรรมมีดังนี้ ๑. “ชีวิตไม่มีด้านเดียว”, ๒. “จิตดวงสุดท้าย”, ๓. “ตารางดวงใจ” ในวันที่ ๑๐ – ๑๒ ของการฝึกอบรมเป็นวันหยุดราชการ ปฏิบัติธรรมด้วยตนเองโดยมีเจ้าหน้าที่ของเรือนจำและอนุศาสนาจารย์คอยควบคุมดูแล ในวันที่ ๑๓ – ๑๔ ของการอบรมผู้ปฏิบัติธรรมจะได้รับการฝึกสอนโดยพระราชสิทธิมนิ.วิ เป็นการสอนที่เน้นภาคปฏิบัติทั้งการนั่งสมาธิและเดินจงกรม การ

บรรยายธรรมหัวข้อเรื่อง “การกำหนด” และ “ไตรสิกขา ๓” มีวิทยากรพิเศษจำนวน ๒ คน คือ คุณสุวรรณ์ แนวจำปาและคุณพิมพ์รัตน์ ศรีรัตนกิตติกุล เป็นผู้ช่วยพระวิปัสสนาจารย์ บรรยายธรรมในหัวข้อ เรื่อง “สังคหัตถ์ ๔” และ “อนิสงฆ์ของการปฏิบัติธรรม” หลังการปฏิบัติธรรมในภาคบ่าย มีการสนทนาธรรมเปิดโอกาสให้ผู้ปฏิบัติซักถามปัญหาเป็นเวลา ๑.๓๐ ชม. ในวันที่ ๑๕ – ๑๖ ของการปฏิบัติ ผู้ปฏิบัติจะได้รับการฝึกสอนโดยพระอาจารย์วัลลภ ชวนปัญญาและวิทยากรผู้ช่วยจากยุวพุทธ ๒ คน คืออาจารย์ภัทรนิษฐ์ วิสุทธิศักดิ์ และอาจารย์นฤชล ศฤงคารกุล ผู้บริการของยุวพุทธฯ และผู้วิจัยร่วมด้วย การฝึกอบรมเป็นการฝึกปฏิบัติแนวยุวพุทธทั้งการนั่งสมาธิ, การเดินจงกรม โดยการควบคุมของวิทยากรผู้ช่วยอย่างใกล้ชิด พระอาจารย์จะเน้นการบรรยายธรรมที่เป็นการสอนผู้ปฏิบัติได้สำนึกถึงเรื่องของกฎแห่งกรรมและการฝึกปฏิบัติธรรมวิปัสสนาโดยปรমัตถ์ คือการปฏิบัติที่อยู่กับปัจจุบัน หัวข้อบรรยายธรรมเรื่อง “กฎแห่งกรรม”, “ปรมัตถ์วิปัสสนา”, “สังสารวัฏ” และการบรรยายธรรมของวิทยากรผู้ช่วยเรื่อง “การฝึกสติ”, “การสร้างสมาธิ”, “การรักษาศีล ๕ ในชีวิตประจำวัน”, “ความกตัญญูรู้คุณ” ในภาคบ่ายของทุกวันมีการสนทนาธรรมกับพระอาจารย์ทุกวัน ในวันที่ ๑๘ – ๒๑ ผู้ปฏิบัติ ปฏิบัติธรรมด้วยตนเอง ถวายเป็นพระราชกุศลแด่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชฯ เนื่องในวันเฉลิมพระชนมพรรษา โดยมีเจ้าหน้าที่เรือนจำและอนุศาสนาจารย์เป็นผู้ควบคุม เนื่องจากเป็นวันหยุดราชการ บุคคลภายนอกไม่สามารถเข้าไปในเรือนจำได้ วันที่ ๒๔ – ๓๑ ของการอบรมปฏิบัติธรรมพระวิปัสสนาจารย์ชุดแรก ๕ รูป นำโดยพระมหาจิต วชิรญาโณ จะเป็นพระวิปัสสนาจารย์ควบคุมการอบรมตลอดรายการ โดยจะเน้นการปฏิบัติที่เข้มข้นทั้งการนั่งสมาธิและการเดินจงกรม เพราะผู้ปฏิบัติได้ผ่านการอบรมมาเป็นเวลานานแล้วกว่า ๑ สัปดาห์ มีความนั่งสงบและได้รับความรู้ในการปฏิบัติธรรมจากคณะพระวิปัสสนาจารย์ที่หลากหลายซึ่งล้วนแต่ทุ่มเทให้การฝึกสอน และแนะวิธีการต่างๆ ที่เป็นอุปสรรคในการปฏิบัติธรรมของผู้ปฏิบัติทุกคนโดยแจ่มแจ้ง โดยจะเน้นภาคปฏิบัติและการส่งอารมณ์ในเวลาเช้า ส่วนภาคบ่ายพระวิปัสสนาจารย์จะบรรยายธรรมทุกวันในหัวข้อเรื่อง ๑. “การเอาชนะกองทัพนรก”, ๒. “เมตตากวากับการเจริญวิปัสสนา”, ๓. “สติในชีวิตประจำวัน โปษมงคล ๙”, ๔. “การเจริญสติ ๔ วิธี/การพัฒนาวิริยะในขณะปฏิบัติ”, ๕. “ปัญญาจะช่วยให้จิตอ่อนโยนได้อย่างไร”, ๖. “การทำ ความเพียรตามมรรค ๘”, ๗. “การบำเพ็ญบารมีและอนิสงฆ์การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน” ในช่วงสุดท้ายของแต่ละวันจัดให้มีวิทยากรพิเศษจำนวน ๑ คน บรรยายธรรมภาคบ่ายเป็นเวลา ๑.๓๐ ชม. ทุกวันดังรายการต่อไปนี้ ๑. พระรักเกียรติ รักจิระธัมโม บรรยายธรรมเรื่อง “รู้ธรรม : นำชีวิตตนพ้นอบาย”, ๒. คุณกมล กาญจนสิทธิ์ บรรยายธรรมเรื่อง “บุญกิริยาวัตถุ ๑๐”, ๓. ดร.จุฑามาศ วารีแสงทิพย์ บรรยายธรรมเรื่อง “ทิศ ๖”, ๔. คุณยาจิตร ยวนบูรณ์ บรรยายธรรมเรื่อง “ดำเนินชีวิตอย่างไรให้พ้นทุกข์”, ๕. คุณวรากร ไรวา บรรยายธรรมเรื่อง “๓๑ ภพภูมิ”, ๖. อาจารย์ศุภชัย จารุสมบุญ

บรรยายธรรมเรื่อง “พุทธวิธีในการรักษาสุขภาพ”, ๗. คุณกิตติ์เนศ สว่างวรรณ บรรยายธรรมเรื่อง “ทำอะไรให้ชีวิตมีความสุข”

ในการฝึกปฏิบัติธรรมของทุกวัน หลังเสร็จสิ้นการฝึกอบรมในภาคบ่ายเวลา ๑๕.๓๐ น. พระวิปัสสนาจารย์จะนำปฏิบัติแผ่เมตตาทุกๆ วัน นับเป็นสิ่งที่มีความสำคัญทางจิตใจของผู้ปฏิบัติทุกคนเพราะเป็นการแสดงความมีเมตตาจิต รู้จักการให้ยังผลทำให้จิตใจอ่อนโยน

ในวันสุดท้ายของการฝึกอบรม เป็นพิธีปิดการฝึกอบรมในภาคบ่าย ช่วงเวลาเช้าหลังการปฏิบัติธรรมพระวิปัสสนาจารย์จะบรรยายธรรมหัวข้อ “วิปัสสนากรรมฐานภาคสรุป” หลังจากพักรับประทานอาหารเวลา ๑๒.๐๐ – ๑๓.๐๐ น. จะเป็นเวลาของการสนทนาระหว่างผู้ปฏิบัติธรรมและผู้วิจัยตลอดจนคณะเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องกับการฝึกอบรม โดยจะมีตัวแทนของผู้ปฏิบัติธรรมจำนวน ๑๐ คน ออกมากล่าวถึงประสบการณ์ที่ได้รับจากการฝึกปฏิบัติตลอดระยะเวลา ๓๒ วัน หรือที่เรียกว่า “สภาวะธรรม”

ผู้วิจัยได้เขียนหลักสูตรการอบรมปฏิบัติธรรมตามรายละเอียดที่ได้กล่าวมาโดยละเอียดข้างต้น และได้จัดทำเป็นตารางการฝึกอบรมมอบให้แก่ทัตถสถานหญิงกลางไว้ล่วงหน้าเพื่อแจกให้แก่ผู้ที่เกี่ยวข้องในการฝึกอบรมครั้งนี้ให้ปฏิบัติตามเงื่อนไข, เวลา, วิธีการ, เนื้อหาภายในขอบเขตที่ได้กำหนดไว้ล่วงหน้าในตารางอย่างถูกต้องและตรงตามวัตถุประสงค์ของหลักสูตรทุกประการ ซึ่งผู้ที่เกี่ยวข้องในการฝึกอบรมทุกคนได้ให้ความร่วมมือบริหารจัดการการฝึกอบรมตรงตามหัวข้อที่ได้จัดวางไว้พร้อมเสริมเพิ่มเติมสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังในเรือนจำ ซึ่งมีความแตกต่างในวัยและระยะเวลาการได้รับโทษทัณฑ์ เพราะกลุ่มที่ได้รับการคัดเลือกฝึกอบรมบางส่วนใกล้เวลาพ้นโทษ การอบรมจึงมีความสำคัญและเป็นประโยชน์ต่อทั้งผู้ที่ต้องถูกจองจำต่อไปและผู้ที่กำลังจะได้รับการปลดปล่อยเป็นอิสระสู่โลกภายนอก หลักสูตรโดยละเอียดผู้วิจัยได้แสดงไว้ในตารางดังต่อไปนี้

ตารางที่ ๓.๔ ตารางแสดงหลักสูตรการฝึกอบรมปฏิบัติธรรมวิปัสสนากรรมฐานแบบบูรณาการ
เข้มข้น แนวสติปัฏฐาน ๔ ที่ใช้อบรมผู้ต้องขังหญิงทัณฑสถานหญิงกลาง

ตารางแสดงหลักสูตรการฝึกอบรมปฏิบัติธรรมวิปัสสนากรรมฐานแบบบูรณาการเข้มข้น แนวสติปัฏฐาน ๔

"โครงการพัฒนาจิตใจของผู้ต้องขังหญิงในทัณฑสถานหญิงกลางตามหลักพุทธธรรม"

ระหว่างวันจันทร์ที่ ๑๕ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๕๓ - วันศุกร์ที่ ๑๙ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๓

(เวลา ๐๘.๓๐- ๑๕.๓๐ น. วันเสาร์ - วันอาทิตย์ ปฏิบัติเอง)

-๑-

ว/ด/ป	๐๘.๓๐- ๐๘.๐๐	๐๘.๐๐-๑๑.๐๐	๑๑.๐๐- ๑๒.๐๐	๑๒.๐๐-๐๓.๐๐	๑๓.๐๐- ๑๓.๔๕	๑๓.๔๕-๑๕.๑๕	๑๕.๑๕- ๑๕.๓๐
วันที่ ๑๕ พ.ย. ๕๓ - ๒๓ พ.ย. ๕๓ (๗ วัน) คอร์สปฏิบัติธรรมโดยพระวิปัสสนาจารย์ พระมหาจิต วชิรญาณ พร้อมคณะจำนวน ๕ รูป							
๑๕/๑๑/๕๓	พิธีบวช เนกขัมมะ โดยคณะ พระ วิปัสสนา จารย์	พิธีเปิดการอบรม คุณอังคณา เส็นนาค ผอ.ทัณฑสถานหญิง กลางประธานในพิธี - คุณเสาวเพ็ญ จำปา เป้า ผอ.ส่วนพัฒนา ผู้ต้องขังกล่าวรายงาน - คุณวรมิณห์สุข ผ่อง สมัย ประธาน กองทุนกล่าวให้ โอวาท - พระราชสิทธิมนี.วิ ประธานพระ วิปัสสนาจารย์กล่าว สัมโมทนียกถา - ดร. อำนาจ บัวศิริ วิทยากรกิตติมศักดิ์ บรรยายพิเศษ เรื่อง "ปฏิบัติธรรม"	รับประ ทาน อาหาร	การอบรมภาคปฏิบัติ/ บรรยายธรรม โดยพระวิปัสสนาจารย์ จำนวน ๕ รูป ๑.พระมหาจิต วชิรญา ณ วัดนิคมผัง ๑๖ ๒.พระไปศล สิริกฤโท วัดใต้บูรพา ๓.พระสุพัตร อภินนุโท วัดใต้บูรพา ๔.พระเนรมิตร ฐานจรี วัดมหาธาตุวรราช รังสฤษฎ์ ๕.พระสมเกียรติ มหา คุณ วัดสว่างบ้านผือ	วิปัสสนา สาธิต	ภาคปฏิบัติ	แผ่เมตตา
ว/ด/ป	๐๘.๐๐-๑๑.๐๐		๑๑.๐๐- ๑๒.๐๐	๑๒.๐๐-๐๓.๐๐	๑๓.๐๐- ๑๓.๔๕	๑๓.๔๕-๑๕.๑๕	๑๕.๑๕- ๑๕.๓๐
๑๖/๑๑/๕๓	ปฏิบัติธรรม		รับประ ทาน อาหาร	ปฏิบัติธรรม	ธรรม บรรยาย เรื่อง "สำนึก เบื้องต้น แห่งความ เป็นมนุษย์"	ปฏิบัติธรรม	แผ่เมตตา
๑๗/๑๑/๕๓	ปฏิบัติธรรม		รับประ ทาน อาหาร	ปฏิบัติธรรม	เรื่อง "การนั่ง และเดิน จงกรม"	ปฏิบัติธรรม	แผ่เมตตา

-๓-

ว/ด/ป	๐๕.๐๐-๑๑.๐๐	๑๑.๐๐-๑๒.๐๐	๑๒.๐๐-๐๓.๐๐	๑๓.๐๐-๑๓.๕๕	๑๓.๕๕-๑๕.๑๕	๑๕.๑๕-๑๕.๓๐
วันที่ ๒๕ พ.ย. ๕๓ – ๓๐ พ.ย. ๕๓ (๒ วัน) คอ์สปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐานโดยพระราชสิทธิมนี.วิ วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์						
๒๕/๑๑/๕๓	ภาคปฏิบัติ / ธรรมบรรยาย เรื่อง หลักการวิปัสสนากรรมฐาน "การกำหนด" โดย พระราชสิทธิมนี.วิ	รับ ประทาน อาหาร	ธรรมบรรยาย โดยวิทยากรพิเศษ เรื่อง "สังคหวัด ๔" โดย คุณสุวรรณ แนวจำปา	ปฏิบัติ ธรรม	สนทนาธรรม โดย พระราชสิทธิมนี.วิ	แม่เมตตา
๓๐/๑๑/๕๓	ภาคปฏิบัติ / ธรรมบรรยาย เรื่อง "ไตรสิกขา ๓" โดย พระราชสิทธิมนี.วิ	รับ ประทาน อาหาร	ธรรมบรรยายโดย วิทยากรพิเศษ เรื่อง "อานิสงส์ของการ ปฏิบัติธรรม" โดย คุณพิมพ์รัตน์ ตรีรัตน์กิตติกุล	ปฏิบัติ ธรรม	สนทนาธรรม โดย พระราชสิทธิมนี.วิ	แม่เมตตา
วันที่ ๑ ธ.ค. ๕๓ – ๓ ธ.ค. ๕๓ (๓ วัน) คอ์สปฏิบัติธรรม "ปรมัตถ์วิปัสสนา" โดยอาจารย์วัลลภ ขวนปัญญา						
๑/๑๒/๕๓	ภาคปฏิบัติ / ธรรมบรรยาย เรื่อง "กฎแห่งกรรม" โดย อ.วัลลภ ขวนปัญญา ภาคปฏิบัติโดย อ.ภัทรนธิ์ วิสุทธิศักดิ์	รับ ประทาน อาหาร	ธรรมบรรยาย เรื่อง "การฝึกสติ / การ สร้างสมาธิ" โดย อ.ภัทรนธิ์ วิสุทธิศักดิ์	ปฏิบัติ ธรรมโดย อ.นฤชด ศฤงคารกุล (อ.จาก ยุวพุทธิก สมาคม)	สนทนาธรรม โดย อ.วัลลภ ขวนปัญญา	แม่เมตตา
๒/๑๒/๕๓	ภาคปฏิบัติ / ธรรมบรรยาย เรื่อง "ปรมัตถ์วิปัสสนา" โดย อ.วัลลภ ขวนปัญญา ภาคปฏิบัติโดย อ.นฤชด ศฤงคารกุล	รับ ประทาน อาหาร	ธรรมบรรยาย เรื่อง "การรักษาศีล ๕ ใน ชีวิตประจำวัน" โดย คุณวราพิมพ์สุข ผ่องสมัย	ปฏิบัติ ธรรม โดย อ.นฤชด ศฤงคารกุล คุณวราพิมพ์สุข ผ่องสมัย	สนทนาธรรม โดย อ.วัลลภ ขวนปัญญา	แม่เมตตา

-๔-

ว/ด/ป	๐๕.๐๐-๑๑.๐๐	๑๑.๐๐-๑๒.๐๐	๑๒.๐๐-๐๓.๐๐	๐๓.๐๐-๐๓.๔๕	๐๓.๔๕-๑๕.๑๕	๑๕.๑๕-๑๕.๓๐	
๓/๑๒/๕๓	ภาคปฏิบัติ / ธรรมบรรยาย เรื่อง “สังสารวัฏ” โดย อ.วัลลภ ขวนปัญโญ ภาคปฏิบัติโดย อ.ภัทรนธิ์ วิสุทธิศักดิ์	รับ ประ ทาน อาหาร	ธรรมบรรยาย เรื่อง “ความกตัญญูรู้คุณ” โดย อ.ภัทรนธิ์ วิสุทธิศักดิ์ คุณวรพิมพ์สุข ผ่องสมัย	ปฏิบัติธรรม โดย อ.ภัทรนธิ์ วิสุทธิศักดิ์ คุณวรพิมพ์สุข ผ่องสมัย	ธรรมบรรยาย ภาคสรุปถาม- ตอบ โดย อ.วัลลภ ขวนปัญโญ	แม่เมตตา	
วันที่ ๓ ธ.ค. ๕๓ – ๖ ธ.ค. ๕๓ (๔ วัน) ปฏิบัติธรรมด้วยตนเอง ควบคุมโดยเจ้าหน้าที่เรือนจำ และอนุศาสนาจารย์เรือนจำ ถวายเป็นพระราชกุศล แด่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช เนื่องในวันเฉลิมพระชนมพรรษา							
วันที่ ๗ ธ.ค. ๕๓ – ๑๓ ธ.ค. ๕๓ (๗ วัน) คอร์สปฏิบัติธรรมโดยพระวิปัสสนาจารย์ พระมหาจิต วชิรญาณโณ และคณะจำนวน ๕ รูป							
ว/ด/ป	๐๕.๓๐-๐๕.๓๐	๐๕.๓๐-๑๑.๐๐	๑๑.๐๐-๑๒.๐๐	๑๒.๐๐-๐๓.๐๐	๐๓.๐๐-๑๔.๐๐	๑๔.๐๐-๑๕.๓๐	
๗/๑๒/๕๓	ปฏิบัติธรรม	ส่งอารมณ์	รับ ประ ทาน อาหาร	เรื่อง “การเอาชนะกองทัพมาร”	ปฏิบัติธรรม	ธรรมบรรยายโดย วิทยากรพิเศษ เรื่อง “ผู้ธรรม : นำ ชีวิตคนพ้นอบาย” โดย พระรักเกียรติ รักจิตะธัมโม	แม่เมตตา
๘/๑๒/๕๓	ปฏิบัติธรรม	ส่งอารมณ์	รับ ประ ทาน อาหาร	เรื่อง “เมตตากาวานากับ การเจริญวิปัสสนา”	ปฏิบัติธรรม	เรื่อง “บุญกิริยาวัตถุ ๑๐” โดย คุณกมล กาญจนสิทธิ์	แม่เมตตา
๙/๑๒/๕๓	ปฏิบัติธรรม	ส่งอารมณ์	รับ ประ ทาน อาหาร	เรื่อง “สติในชีวิตประจำวัน / โพชนงค์ ๗”	ปฏิบัติธรรม	เรื่อง “ทีศ ๖” โดย ดร.จุฑามาศ วาริแสงทิพย์	แม่เมตตา
๑๐ พ.ย. ๕๓ – ๑๒ พ.ย. ๕๓ (๓ วัน) ปฏิบัติด้วยตนเอง							
๑๓/๑๒/๕๓	ปฏิบัติธรรม	ส่งอารมณ์	รับ ประ ทาน อาหาร	เรื่อง “การเจริญสติ ๔ วิธี / การพัฒนาวิริยะในขณะ ปฏิบัติ”	ปฏิบัติธรรม	เรื่อง “ดำเนินชีวิต อย่างไรให้พ้นทุกข์” โดย คุณยาจิตร ยุวบูรณ์	แม่เมตตา

-๕-

ว/ด/ป	๐๘.๓๐-๐๘.๓๐	๐๘.๓๐-๑๑.๐๐	๑๑.๐๐-๑๒.๐๐	๑๒.๐๐-๐๓.๐๐	๑๓.๐๐-๑๔.๐๐	๑๔.๐๐-๑๕.๓๐	๑๕.๓๐-๑๕.๔๕
๑๔/๑๒/๕๓	ปฏิบัติธรรม	ส่งอารมณ์	รับ ประ ทาน อาหาร	เรื่อง “ปัญญาจะช่วยให้ จิตอ่อนโยนได้อย่างไร”	ปฏิบัติธรรม	เรื่อง “๓๑ ภาวนา” โดย คุณวรกร ไรวา	แผ่เมตตา
๑๕/๑๒/๕๓	ปฏิบัติธรรม	ส่งอารมณ์	รับ ประ ทาน อาหาร	เรื่อง “การทำสมาธิเพียร ตามมรรค ๘”	ปฏิบัติธรรม	เรื่อง “พุทธวิธีใน การรักษาสุขภาพ” โดย อ.สุภชัย จารุสมบุรณ์	แผ่เมตตา
๑๖/๑๒/๕๓	ปฏิบัติธรรม	ส่งอารมณ์	รับ ประ ทาน อาหาร	เรื่อง “การบำเพ็ญบารมี และอันสงฆ์การปฏิบัติ วิปัสสนากรรมฐาน”	ปฏิบัติธรรม	เรื่อง “ทำอะไรให้ ชีวิตมีสุข โดย” คุณกิตติ์เนศ สว่างวรรณ	แผ่เมตตา
ว/ด/ป	๐๘.๓๐-๐๘.๓๐	๐๘.๓๐-๑๑.๐๐	๑๑.๐๐-๑๒.๐๐	๑๒.๐๐-๐๓.๐๐	๑๔.๐๐-๑๕.๓๐		๑๕.๓๐-๑๕.๔๕
๑๗/๑๒/๕๓	ปฏิบัติธรรม	“วิปัสสนากรรมฐาน ภาคสรุป” โดย พระมหาจิต พระวิปัสสนาจารย์ และคณะ	รับ ประ ทาน อาหาร	ตัวแทนผู้ปฏิบัติธรรม กล่าวถึงประสบการณ์ ในการปฏิบัติวิปัสสนา กรรมฐาน (ประมาณ ๑๐ คน)	พิธีปิดการอบรม -คุณชาติชาย สุทธิกลม อธิบดีกรมราชทัณฑ์ ประธานในพิธีปิด -ผอ.อึ้งคณิง เลื่อนนาค กล่าวขอบคุณ -ดร.พาชื่น รอดโพธิ์ทอง กล่าวแสดงมุทิตาจิต -คุณวรพิมพ์สุข ผ่องสมัย กล่าวสรุปการอบรม		พิธีการ ขอมา กรรม โดย พระมหาจิต วชิรญาณ และคณะ พระ วิปัสสนา จารย์

การบริหารจัดการโครงการ

ประธานการจัดฝึกอบรม	นางวรพิมพ์สุข ผ่องสมัย	ประธานกองทุนพระมหาวีรธรรม
ที่ปรึกษาโครงการ	ดร.พาชื่น รอดโพธิ์ทอง	ที่ปรึกษากองทุนพระมหาวีรธรรม
ผู้บริหารเรือนจำ	คุณอึ้งคณิง เลื่อนนาค	ผู้อำนวยการทัณฑสถานหญิง
เจ้าหน้าที่เรือนจำ (ควบคุมการฝึกอบรม)	คุณทัศนีย์ โสภาท, คุณนิภา นิ่มนวล คุณประทีป ไชยดี, เจ้าหน้าที่ผู้ช่วย ๒ คน	หัวหน้า อนุศาสนาจารย์, เจ้าหน้าที่ผู้ช่วย
ผู้จัดสรรงบประมาณการจัด	นางวรพิมพ์สุข ผ่องสมัย	ค่าใช้จ่ายทั้งสิ้น ๑๘๐,๑๘๐ บาท
ผู้ร่วมสนับสนุนงบประมาณ	ท.ศ.อ.สรรพศักดิ์ บำรุงสุขสวัสดิ ดร.พาชื่น รอดโพธิ์ทอง, คุณเมตตา อุทะกะพันธ์ คุณทิมลรัตน์ ศรีรัตนกิตติกุล	
ผู้เข้าร่วมฟังการอบรม	คุณแก้วเกล้า เกอียู โชค, คุณทอง นุรานนท์ คุณยาจิตร ยวบูรณ์, คุณนาเรศ โชติธรรม	

ในหลักสูตรการพัฒนาจิตผู้ต้องขังภาคสนามครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดให้มีการประเมินผลโดยผู้เข้ารับการอบรมตอบแบบสอบถามทั้งก่อนและหลังทำการฝึกอบรม รวมทั้งแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ เพราะจะทำให้เห็นผลลัพธ์ที่ชัดเจนถึงประสิทธิภาพของหลักสูตรว่าได้รับความสำเร็จมากน้อยเพียงไรเพื่อความสำเร็จของงานวิจัย ผู้วิจัยได้ทำการประเมิน โดยการสัมภาษณ์พูดคุย ถามความคิดเห็นและการให้ตอบแบบสอบถามที่ได้สร้างขึ้นแก่อธิบดีกรมราชทัณฑ์, ผู้อำนวยการทัณฑสถานหญิงกลางและผู้ควบคุม, เจ้าหน้าที่ฝ่ายพัฒนาการศึกษาและจิตใจผู้ต้องขัง, อนุศาสนาจารย์, พระวิปัสสนาจารย์ และวิทยากร

ผลประเมินได้รับจากแบบสอบถามทั้งหมดล้วนเป็นข้อมูลจากผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการฝึกอบรมทั้งสิ้น ที่มีหน้าที่ดูแลรับผิดชอบต่อการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังโดยตรงผู้วิจัยจึงมีความเชื่อมั่นว่าทุกข้อมูลที่ได้รับย่อมเป็นข้อมูลที่น่าเชื่อถือได้ สามารถนำสูตรไปใช้เป็นต้นแบบในการฝึกอบรมจิตของทัณฑสถานอื่นๆ ต่อไป

๓.๓.๔ การนำหลักสูตรการฝึกอบรมพัฒนาจิตใจแบบบูรณาการตามหลักพุทธธรรม

ไปทดลองใช้กับผู้ต้องขังหญิงทัณฑสถานหญิงกลาง

เมื่อได้รับอนุมัติจากทัณฑสถานหญิงกลางให้ทำการพัฒนาอบรมจิตผู้ต้องขังหญิงตามหลักสูตรที่ได้สังเคราะห์ขึ้น ทัณฑสถานหญิงกลางได้เป็นผู้คัดเลือกผู้เข้ารับการฝึกอบรมปฏิบัติธรรมที่นับถือศาสนาพุทธ โดยวิธีการเปิดรับสมัครให้ผู้ที่ต้องการเข้ารับการฝึกอบรมสมัครก่อน โดยมีเงื่อนไขมุ่งเน้นผู้ที่เคยกระทำความผิดซ้ำและใกล้จะพ้นโทษ ผู้ที่ได้รับโทษสูงถูกจองจำเป็นเวลานานและผู้ที่มีความประพฤติก้าวร้าวกระทำความผิดวินัยและกฎระเบียบของทัณฑสถานฯ สร้างปัญหาให้ฝ่ายปกครองของเรือนจำอยู่เป็นประจำ ผู้ที่ถูกคัดเลือกให้เข้ารับการฝึกอบรมประเภทหลังนี้ไม่มีความประสงค์เข้ารับการฝึกอบรมแต่ถูกบังคับให้มาฝึกอบรมปฏิบัติธรรม ผู้เข้ารับการฝึกอบรมปฏิบัติธรรมในคอร์สที่ทำการวิจัยครั้งนี้จำนวน ๑๐๐ คน โดยเจ้าหน้าที่ผู้ควบคุมของเรือนจำได้ให้รายละเอียด ชื่อผู้ต้องขังที่เข้ารับการอบรม, อายุ, วุฒิการศึกษา และสถานะฐานความผิดในคดีต่างๆ, การกำหนดโทษ, จำคุกมาแล้ว, โทษคงเหลือตลอดจนจำนวนครั้งและปี พ.ศ. ของการผ่านการอบรมปฏิบัติธรรมในอดีตที่ผ่านมา โดยได้แสดงเป็นตารางรายการต่างๆ ข้างต้นไว้อย่างละเอียดให้แก่ผู้วิจัยเพื่อมอบให้พระวิปัสสนาจารย์และวิทยากรได้เข้าใจพื้นฐานของผู้เข้ารับการอบรมทุกคนเพื่อเพิ่มประสิทธิผลของการพัฒนาที่ตรงประเด็นตามเป้าหมายที่แตกต่างกัน

ผู้วิจัยได้กำหนดระยะเวลาการอบรมปฏิบัติธรรมขึ้นในระหว่างวันจันทร์ที่ ๑๕ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๕๓ – วันศุกร์ที่ ๑๙ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๓ เป็นเวลาการฝึกอบรมปฏิบัติธรรมทั้งสิ้น ๓๒ วัน ก่อนการปฏิบัติธรรมผู้เข้ารับการอบรมทุกคนจะได้รับการบวชนกขัมมะจากพระวิปัสสนา

จารย์ กำหนดให้ถือศีล ๘ นุ่งขาวห่มขาว งดรับประทานอาหารเย็น และรักษากฎระเบียบของผู้ทรงศีลอย่างเคร่งครัด ผู้เข้าฝึกอบรมทุกคนจะได้รับการงดเว้นในภารกิจต่างๆ ที่เคยกระทำอยู่เป็นประจำตลอดระยะเวลาการฝึกอบรม ผู้วิจัยได้ทำการประเมินผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับคัดเลือกเข้าฝึกอบรมจำนวน ๑๐๐ คน ตามแบบฟอร์มที่ใช้สอบถามก่อนการฝึกอบรม (Pre-Test) ดุราละเอียดแบบสอบถามดังกล่าวในภาคผนวก ง (หน้า ๒๕๒-๒๕๓) พร้อมกับการให้ตอบแบบสอบถามความฉลาดทางอารมณ์ (EQ-Test) ของกรมสุขภาพจิต มีรายละเอียดตามแบบสอบถามในภาคผนวก จ (หน้า ๒๖๘-๒๗๔) ในระหว่างการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม ผู้วิจัยได้เข้าร่วมเป็นประธานการจัดฝึกอบรมและได้สังเกตการณ์อย่างใกล้ชิดเกือบทุกวัน โดยให้เชิญที่ปรึกษาของกองทุนและผู้สนับสนุนโครงการเข้าร่วมสังเกตการณ์การฝึกอบรมทำให้ได้รับทราบถึงปัญหาและอุปสรรคในการฝึกอบรมปฏิบัติธรรมอยู่ตลอดเวลา และสามารถแก้ไขในทุกปัญหาให้บรรลุความสำเร็จตามเป้าหมายของการจัดฝึกอบรม โดยได้ปรับวิธีการต่างๆ ที่สอดคล้องกับการฝึกอบรมปฏิบัติธรรมในเรือนจำซึ่งมีข้อจำกัดในการบริหารจัดการฝึกอบรมและกฎระเบียบที่เคร่งครัดหลายประการ การแก้ไขปัญหาดังกล่าว ผู้วิจัยได้ทำการปรึกษาร่วมกับพระวิปัสสนาจารย์, อนุศาสนาจารย์และเจ้าหน้าที่ผู้ควบคุมการฝึกอบรมอยู่เป็นประจำ

ในระหว่างการฝึกอบรมผู้วิจัยได้ทำการประเมิน โดยการสัมภาษณ์ ถามความคิดเห็น และการให้ตอบแบบสอบถามที่ได้สร้างขึ้นแก่อธิบดีกรมราชทัณฑ์ และผู้อำนวยการทัณฑสถานหญิงกลาง ดุราละเอียดในภาคผนวก ก (หน้า ๒๒๐-๒๒๖) ผู้ควบคุม, เจ้าหน้าที่ฝ่ายพัฒนาการศึกษาและจิตใจผู้ต้องขัง และอนุศาสนาจารย์ ดุราละเอียดในภาคผนวก ข (หน้า ๒๓๗-๒๔๒) พระวิปัสสนาจารย์ และวิทยากร ดุราละเอียดในภาคผนวก ค (หน้า ๒๔๓-๒๕๑)

การจัดฝึกอบรมครั้งนี้ผู้อำนวยการทัณฑสถานหญิงกลางได้จัดสถานที่ที่ใช้ดำเนินการในการฝึกอบรม ณ อาคาร ๓ ชั้น เพื่งทำการก่อสร้างแล้วเสร็จได้รับงบประมาณให้สร้างขึ้นเพื่อเป็นโรงเรียนเพื่อศึกษาหาความรู้ของผู้ต้องขังหญิงในระดับชั้นประถมศึกษา ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย และระดับอุดมศึกษา (มศธ.) มีชื่ออาคารว่า “ศูนย์การเรียนรู้ชุมชนสตรีบางเขน” เป็นอาคารใหม่ ผู้วิจัยได้ใช้อาคารนี้ตลอดระยะเวลาการฝึกอบรมเป็นเวลา ๓๒ วัน พระวิปัสสนาจารย์ได้ปรับใช้พื้นที่ทำการฝึกอบรมตามสภาพของพื้นที่ตามความเหมาะสม โดยใช้อาคารชั้น ๓ เป็นที่ฝึกอบรมส่วนใหญ่ในการนั่งสมาธิ, เดินจงกรมและฟังธรรมบรรยาย ส่วนการรับประทานอาหารเช้าใช้ชั้นล่างของอาคาร ในการฝึกอบรมพระวิปัสสนาจารย์ผู้ควบคุมการฝึกปฏิบัติจำนวน ๕ รูป ได้ทำการแยกผู้ปฏิบัติธรรมเป็น ๕ กลุ่ม (๕ ห้อง) เพื่อไม่ให้แออัดจนเกินไป และสามารถควบคุมดูแลได้อย่างใกล้ชิด แต่ในช่วงฟังธรรมบรรยายจะกลับมารวมกลุ่มกันฟังพร้อมกันทั้งหมด

ในการฝึกปฏิบัติธรรมพระวิปัสสนาจารย์ทั้ง ๕ รูป จะเน้นการส่งอารมณ์ซึ่งเป็นวิธีที่ได้ผลเป็นอย่างมาก เพราะจะทำให้สามารถทราบผลที่ชัดเจนของการปฏิบัติของทุกคนว่ามีความก้าวหน้ามากน้อยเพียงใด ควรที่จะปรับปรุงอย่างไร ตลอดจนปัญหาและอุปสรรคของผู้เข้ารับการปฏิบัติทุกคน สามารถแก้ปัญหาได้เป็นรายบุคคลอย่างใกล้ชิดและทันเหตุการณ์ การส่งอารมณ์จะกระทำในหลายวิธีทั้งแบบรายตัวและแบบเป็นกลุ่ม ขึ้นอยู่กับพระวิปัสสนาจารย์ในแต่ละช่วงจะกำหนดเอง ทั้งสองวิธีเป็นประโยชน์แก่ผู้ปฏิบัติคือ วิธีส่งอารมณ์เป็นรายบุคคลทำให้ผู้ปฏิบัติสามารถกล่าวถึงสิ่งที่ตนเป็นความลับของตนและสามารถรับคำแนะนำจากพระวิปัสสนาจารย์ได้โดยตรง สำหรับวิธีการส่งอารมณ์เป็นกลุ่มทำให้ผู้อบรมได้ทราบแนวทางการปฏิบัติธรรมและผลของการฝึกอบรมที่หลากหลาย ได้ทราบปัญหาต่างรูปแบบจากผู้ปฏิบัติหลายๆ คน ได้รับฟังวิธีการแก้ไขในอุปสรรคและปัญหาของการปฏิบัติธรรมเหล่านั้นจากพระวิปัสสนาจารย์ถือว่า เป็นประสบการณ์ที่ดีมากจากกรณีศึกษาดังกล่าว

ก่อนสิ้นสุดการฝึกอบรม ๒ วัน ผู้วิจัยได้ทำการประเมินหลังการฝึกอบรม (Post-Test) ตามแบบฟอร์มแบบสอบถามหลังการฝึกอบรมที่แนบไว้ในภาคผนวก จ (หน้า ๒๕๘-๒๖๗)

ในวันสุดท้ายของการฝึกอบรม จะเป็นวันที่มีพิธีปิดการฝึกอบรม ตัวแทนของผู้ปฏิบัติธรรมจำนวน ๑๐ คน จะออกมาบอกกล่าวถึงประสบการณ์ในชีวิตและผลของการฝึกปฏิบัติธรรมหรือที่เรียกว่า “สภาวะธรรม” ถ้อยคำที่ถูกถ่ายทอดให้ผู้ร่วมปฏิบัติธรรมทุกคนได้รับฟังร่วมกัน ทำให้ผู้วิจัยได้ทราบภูมิหลังต่างๆ ของชีวิตของผู้ต้องขังและผลสำเร็จของการจัดให้มีการปฏิบัติธรรมในเรือนจำ จากการบอกเล่าของผู้ปฏิบัติธรรมหลายๆ คน ที่กล่าวขอบคุณอย่างซาบซึ้งและเห็นคุณค่าของพระธรรมคำสอนของพระพุทธองค์ที่ช่วยให้เขาเหล่านั้นได้มีโอกาสได้พบกับความสุขสงบขึ้นและสำนึกผิดชอบชั่วดีด้วยตนเอง รู้สึกอยากจะมีชีวิตต่อไปเพื่อสร้างความดีใช้ความผิดที่ได้เคยกระทำ ในจำนวนผู้ต้องขังที่ออกมาบอกกล่าวถึงความรู้สึกบางคนต้องถูกจองจำทั้งๆ ที่ไม่ได้ทำความผิด และคิดฆ่าตัวตายตลอดเวลาที่ถูกจองจำ ชีวิตประจำวันมีแต่ความทุกข์ระทม แต่หลังจากปฏิบัติธรรมแล้ว ทำให้เข้าใจว่าทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นในชีวิตเป็นกฎแห่งกรรมและเป็นผลของการกระทำของตนเองทั้งสิ้น มีการยอมรับ โชคชะตาถือว่าสามารถที่จะดำรงชีวิตได้ต่อไปอย่างมั่นคงโดยไม่โทษผู้ใดอีก จะขอปฏิบัติภาวนาเพื่อที่จะให้ตนเองพ้นจากกองทุกข์ทั้งหลายอย่างแท้จริงด้วยตัวเอง และจะช่วยแนะนำเพื่อนผู้ต้องขังที่มีความทุกข์และรู้สึกอย่างเดียวกันให้เข้ารับการปฏิบัติธรรมเพื่อที่จะได้พบกับหนทางที่ถูกต้องในการดำเนินชีวิตด้วยความสงบสุขในสถานะที่เป็นอยู่จริงในปัจจุบัน สิ่งทั้งหลายทั้งปวงเหล่านี้สามารถยืนยันผลที่ได้จากการฝึกอบรมว่าทำให้ผู้ต้องขังหญิงกลุ่มนี้เกิดความสำนึกผิดชอบชั่วดี เพราะทุกคนต่างกล่าวสัญญาที่จะไม่ประพฤติชั่วอีกต่อไป

จากการที่เห็นผล เช่นที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น ผู้วิจัยสรุปได้ว่าน่าจะเกิดจากการที่ได้รับการขัดเกลาในการปฏิบัติธรรมทำให้จิตใจที่ถูกหล่อหลอมด้วยการฝึกวิปัสสนากรรมฐานเป็นเวลายาวนานกว่า ๓๒ วัน และได้รับฟังธรรมที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตของตน ทำให้จิตใจมีความแข็งแกร่งขึ้นเปรียบเสมือนได้มีพระพุทธศาสนาเป็นที่ยึดเหนี่ยวอย่างแท้จริงจิตมีที่พึ่งอาศัย มีพระธรรมคำสอนของพระพุทธองค์เป็นหลักชัยของชีวิต การสำนึกเช่นนี้ย่อมส่งผลให้ผู้ปฏิบัติสามารถดำรงชีวิตอย่างถูกต้องและมั่นคงได้ด้วยตัวเองไม่ว่าจะยังถูกจองจำอยู่ในเรือนจำ หรือพ้นโทษไปแล้ว จะไม่ทำให้หันกลับมากระทำผิดซ้ำอีกต่อไป