



นวัตกรรมพุทธศิลป์เพื่อพัฒนาสติ

Innovative Buddhist arts to develop mindfulness

ดร.สุทนต์ สิริธรรณ¹

Darut sitthirat

E-mail: Darut_sitthirat@gmail.com

Received: September 17, 2024 Revised: January 5, 2025

Accepted: January 23, 2025

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาเพื่อศึกษาการสร้างนวัตกรรมพุทธศิลป์เพื่อพัฒนาสติ เป็นการวิจัยแบบเชิงคุณภาพ/ภาคสนาม และการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ผลการวิจัยพบว่า พุทธศิลป์ในครั้งพุทธกาล เน้นการสร้างเพื่อประโยชน์ใช้สอยเป็นสำคัญ จึงปรากฏงานพุทธศิลป์ประเภทสถาปัตยกรรม เช่น สถูปต่าง ๆ เป็นต้น และต่อมาในยุคหลังครั้งเมื่อพระพุทธองค์เสด็จดับขันธปรินิพพานแล้ว จึงปรากฏเป็นงานพุทธศิลป์ด้านประติมากรรม คือมีการสร้างพระพุทธรูปตามยุคตามสมัยต่าง ๆ ที่ตนนับถือ ผู้วิจัยเป็นผู้ที่เห็นงานพุทธศิลป์มาตั้งแต่กำเนิด จึงเกิดความคิดที่ว่าถ้าหากมีอุปกรณ์ที่ช่วยฝึกสติสำหรับผู้เริ่มต้น จะเป็นประโยชน์ต่อการฝึกฝนหรือพัฒนาสติได้มากขึ้น จึงเกิดเป็นนวัตกรรมพุทธศิลป์เพื่อช่วยพัฒนาสติสำหรับผู้เริ่มต้น จึงเกิดเป็นนวัตกรรมพุทธศิลป์เพื่อช่วยพัฒนาสติสำหรับผู้เริ่มต้น และอีกหลายท่านที่ได้ทดลองนวัตกรรมนี้แล้ว ตอบโจทย์ในการเริ่มต้นฝึกสติ นวัตกรรมพุทธศิลป์เพื่อพัฒนาสตินี้ จึงเป็นอุปกรณ์ที่ช่วยให้ผู้ที่ต้องการเริ่มต้นฝึกฝนให้เกิดสมาธิได้ง่ายขึ้น จึงให้ชื่อว่าเป็น “ยานขับเคลื่อนจิต”

คำสำคัญ : พุทธศิลป์, นวัตกรรม, สติ

Abstract

Buddhist art during the Buddha's time Emphasis is placed on building for utility. Therefore, there appeared architectural works of Buddhist art such as various stupas, etc. and later in the era when the Lord Buddha passed away and passed away. Therefore, it appeared as a Buddhist art sculpture. That is, Buddha

¹ นักศึกษาปริญญาพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี
วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

images were created according to the different eras that they respected. The researcher is a person who has seen Buddhist art since its birth. Therefore, the idea was born that if there was a device to help practice mindfulness for beginners. It will be beneficial to practice or develop more mindfulness. Thus, was born an innovation in Buddhist art to help develop mindfulness for beginners. Thus, was born an innovation in Buddhist art to help develop mindfulness for beginners. and many others who have already tried this innovation Answers to questions about starting to practice mindfulness Innovative Buddhist arts to develop this consciousness Therefore, it is a device that makes it easier for those who want to start practicing meditation. Therefore, it is named as "Mental Vehicle"

Keywords : Buddhist art, Innovation, Mindfulness



บทนำ

พระพุทธศาสนาถือว่าเคียงคู่กับชาติไทยมาโดยตลอด มีบทบาทสำคัญต่อการดำรงชีวิตของคนไทย มีการผสมผสานกับลัทธิอื่นหรือวัฒนธรรมท้องถิ่น ซึ่งพระพุทธศาสนาจึงเป็นผู้ทำหน้าที่ในการเผยแผ่หลักธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้ามาอย่างต่อเนื่อง และพระธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนานั้นมีอยู่มากมายหลากหลายประเภท ประเภทหนึ่งที่จะกล่าวถึงนั้นเป็นคำสอน ที่สอนจากเรื่องที่ยากไปหาเรื่องที่ยาก สอนจากเรื่องที่เราเห็นได้ยากไปหาเรื่องที่เราเห็นได้ยาก สอนจากเรื่องที่เราทำได้ยากไปหาเรื่องที่เราทำได้ยาก ซึ่งคำสอนในลักษณะนี้มีอยู่มากมาย ดังที่ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎก เช่น เรื่องบุญกิริยาวัตถุ อันประกอบด้วยทานมัย, สีลมัย, และภาวนามัย² ที่สำคัญพุทธองค์ทรงให้ความสำคัญกับการดำเนินชีวิตอย่างมีสติ คือมีสติคอยกำกับที่เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “อัปปมาท หรือความไม่ประมาท” แม้ในปัจฉิมโอวาทของพระพุทธเจ้าทรงตรัสถึงความสำคัญของความไม่ประมาทหรือการมีสติว่า “สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา พวกเธอจงยังความไม่ประมาทให้ถึงพร้อมเถิด”³ การมีสติมีประโยชน์ในการระวังป้องกันและรักษาสภาพจิตให้เป็นปกติ เป็นเหตุให้กุศลกรรมเกิด และยังเป็นเหตุให้กุศลกรรมต่าง ๆ เสื่อมไป และเมื่อมีสติตั้งมั่นดีแล้วก็อาจจะสามารถละสังขารชาติภพแล้วกระทำที่สุดแห่งทุกข์ได้⁴ ผู้ดำเนินชีวิตอย่างมีสติจะทำให้บรรเทาความทุกข์ลงหรือจนกระทั่งสิ้นกิเลสอาสวะได้ เพราะการมีสติเมื่อมีสติคอยกำกับในอิริยาบถหรือการงานใด ๆ จิตจะไม่ล่องล่อตึงถึงอนาคต จะจับอารมณ์อยู่กับปัจจุบัน ทำให้ไม่ก่อเกิดการปรุงแต่ง (เวทนา) อันเป็นที่มาของความอยาก (ตัณหา) ที่ทำให้เกิดความทุกข์ ทุกคนต้องการความสุขและหนีจากความทุกข์⁵ แสดงให้เห็นว่าในการแสดงธรรมของพระพุทธ

² ที.ปา. (ไทย) 11/305/269.

³ ที่.ม. (ไทย) 10/218/166.

⁴ ที่.ม. (ไทย) 10/185/132.

⁵ ส.ม. (ไทย) 19/140/75, อง.ทสภ. (ไทย) 24/15/28.



องค์ในแต่ละครั้งมีความสมบูรณ์ด้วยศาสตร์และศิลป์ ที่ทำให้ผู้ที่ได้ฟังสามารถบรรลุธรรมได้ หรืออย่างน้อยก็เป็นผู้เข้าถึงพระรัตนตรัย คือยึดถือเอา พระพุทฺธ พระธรรม และพระสงฆ์ เป็นที่พึ่งแต่ก็เชื่อว่าจะเป็นเช่นนั้นเสมอไป เพราะบางคนหลังจากได้ฟังธรรมนั้นแล้ว อาจจะยังไม่เกิดศรัทธา หรือมิได้นำหลักธรรมนั้น ๆ ไปประพฤติปฏิบัติ ต่อ หรืออาจเพราะบุคคลนั้นยังมีกิเลสอยู่ในสันดานมาก ดังที่พระพุทฺธองค์ทรงตรัสจำแนกบุคคลไว้ใน “อุคคฆฏิตัญญสูตร” ว่าด้วยบุคคลผู้เข้าใจได้ฉับพลัน “ภิกษุทั้งหลาย บุคคล 4 จำพวกนี้มีปรากฏอยู่ในโลกบุคคล 4 จำพวกไหนบ้าง คือ 1) อุคคฆฏิตัญญ คือผู้เข้าใจได้ฉับพลัน 2) วิปจิตัญญ คือผู้เข้าใจต่อเมื่อขยายความ 3) เนยยะ คือผู้ที่พอจะแนะนำได้ 4) ปทปรมะ คือผู้ที่สอนให้รู้ได้เพียงตัวบทคือพยัญชนะ ภิกษุทั้งหลาย บุคคล 4 จำพวกนี้แลมีปรากฏอยู่ในโลก”⁶

ถึงแม้ว่าในครั้งสมัยพุทฺธกาลจะมีการประดิษฐ์ตัวอักษรขึ้นมาใช้แล้วก็ตาม แต่ก็มีคนในชนชั้นปกครองเท่านั้นที่จะสามารถอ่านตัวอักษรนั้นได้ ดังนั้นการเผยแผ่ในครั้งพุทฺธกาลจึงใช้สื่อในการเผยแผ่ ด้วยการจำหรือที่เรียกว่า “มุขปาฐะ” คือการสืบทอดด้วยปากต่อปากและอาศัยความทรงจำ ผ่านบทสวดมนต์ที่ถือเป็นสื่อธรรมะรุ่นแรกในยุคนั้น ซึ่งส่งผลให้หลักธรรมคำสั่งสอนของพระพุทฺธองค์แม้จะผ่านเวลามาหลายทศวรรษ แต่ก็ยังทรงคุณค่ามาถึงปัจจุบัน⁷ ด้วยเหตุนี้พระพุทฺธศาสนาถือได้ว่าเป็นที่พึ่งอันสำคัญทางจิตใจของพุทธศาสนิกชนมาเป็นเวลานาน แต่ในยุคปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งในทางวัตถุและจิตใจ มูลเหตุของการเปลี่ยนแปลงคือการรับเอาวัฒนธรรมต่างชาติ รวมทั้งการนำเอาระบบเทคโนโลยีต่าง ๆ มาใช้ ซึ่งเป็นการกระตุ้นก่อให้เกิดกิเลสตัณหาความต้องการสิ่งใหม่ ๆ ทำให้แนวคิดทัศนคติ และค่านิยมของคนไทยหันไปสนใจทางวัตถุมากยิ่งขึ้น ต่างต้องดิ้นรนแสวงหาวัตถุมาเสพจนไม่มีเวลาแสวงหาความสุขทางจิตใจตามที่ควร และอาจเป็นเพราะการขาดความยังคิดหรือการขาดสติไตร่ตรอง ในการคิดและการกระทำจึงก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ มากมาย โดยเฉพาะในสังคมยุคโลกาภิวัตน์ที่เป็นสังคมแห่งวัตถุนิยมและบริโภคนิยม ในโลกที่ให้ความสำคัญในการพัฒนาวัตถุอย่างสุดโต่ง การพัฒนาความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี โดยเฉพาะกับสังคมที่มีความอ่อนแอ ขาดการปลูกฝังทางด้านวัฒนธรรมที่เด่นชัดจึงได้ถูกครอบงำจากกระแสทางวัฒนธรรมใหม่ ๆ ที่เกิดขึ้น ความบกพร่องทางจิตจึงเริ่มเกิดขึ้นจนอาจพูดได้ว่าความสมบูรณ์ในตัวมนุษย์จึงเริ่มขาดหายไป จำต้องหาสิ่งทดแทนอื่น ๆ มาเติมแต่ง เช่น การใช้ยาเสพติด ความฟุ้งเฟ้อ ความรุนแรงที่กำลังระบอบไปทั่วโลกปัจจุบัน เป็นต้น จึงทำให้สื่อในประเภทความรู้โดยเฉพาะในเรื่องของหลักธรรมคำสั่งสอนทางพระพุทธศาสนา ได้ถูกลดบทบาทลงไป แม้ว่าประเทศไทยนั้นจะมีจำนวนประชากรที่นับถือศาสนาพุทธถึง 95 เปอร์เซ็นต์ แต่ในสภาพความเป็นจริงแล้ว ชาวพุทธในประเทศไทยเองส่วนมากก็มีวิถีชีวิตที่ห่างเหินจากพุทธศาสนามากขึ้นทุกวัน ในปัจจุบันเรื่องของ “สติ” (Mindfulness, Sati) อยู่ในความสนใจของโลกตะวันตกอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะในประเทศสหรัฐอเมริกาโดยมีนักการเมืองในรัฐโอไฮโอ ได้มีการรณรงค์ให้ประชาชนนั้นได้เห็นถึงความสำคัญของการมีสติ ด้วย

⁶ อ.จตุกก. (ไทย) 21/133/202.

⁷ สุชีพ ปุญญานุภาพ, ประวัติศาสนา, พิมพ์ครั้งที่ 10, (กรุงเทพมหานคร: บารุงสาส์น, 2560), หน้า 8.



การเขียนหนังสือ “Mindful Nation” ด้วยความศรัทธาว่า “สติคือคำตอบที่สำคัญในการเปลี่ยนแปลงประเทศ ในระดับรากหญ้าหรือพื้นฐานได้”⁸ สติจะทำให้เกิดการไตร่ตรองถึงวิถีทางอย่างรอบคอบ ทำให้ไม่คร่ำครวญกับอดีตไม่เกิดความกังวลถึงอนาคต และเป็นธรรมชาติที่เราทุกคนสามารถเข้าถึงได้ถ้าฝึกฝนต่อเนื่องทุกวัน สติสามารถฝึกได้อย่างไม่จำกัดเพศ ไม่จำกัดวัย ไม่จำกัดวิชาชีพ ซึ่งในการพัฒนาสติหรือจิตที่มักจะถูกละเลย และขาดการเอาใจใส่ในการพัฒนาอย่างจริงจัง การแก้ปัญหาต่าง ๆ ในสังคมจึงไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร

ในส่วนของการเผยแผ่อีกด้านทางพระพุทธศาสนาที่ควบคู่กับหลักธรรม คืองานด้านพุทธศิลป์ซึ่งจัดเป็นศิลปกรรมที่สร้างขึ้นมาเพื่อสนองตอบและเกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนาโดยตรง ทั้งในด้านจิตรกรรม ประติมากรรม และสถาปัตยกรรม ที่เห็นได้ชัดชัดเจนอย่างเป็นรูปธรรม ได้แก่ งานประเภทสถาปัตยกรรมส่วนใหญ่อยู่ในรูปแบบของโบสถ์ วิหาร เจดีย์ งานประเภทจิตรกรรม เห็นได้ตามภาพฝาผนังวิหาร เจดีย์ต่าง ๆ ซึ่งส่วนใหญ่เป็นเรื่องราวที่ถ่ายทอดเกี่ยวกับพุทธประวัติ งานประเภทประติมากรรมส่วนใหญ่อยู่ในรูปของพระพุทธรูป เทพยาคา เทวอารักษ์ต่าง ๆ ที่มนุษย์สร้างสรรค์ขึ้นเป็นความงดงามเพื่อความพอใจที่แฝงไว้ด้วยปรัชญาธรรมทางวัตถุลอยเป็นพุทธบูชา เป็นสิ่งช่วยโน้มน้าวจิตใจของพุทธศาสนิกชนให้เกิดความศรัทธาประพฤติปฏิบัติตนในแนวทางที่ดีตามหลักธรรมของพระพุทธศาสนา การนำเอาจิตรกรรมหรือพุทธศิลป์มาเป็นสื่อใช้เป็นเครื่องมือหรืออุปกรณ์ในการสอนธรรม โดยมากจะเป็นจิตรกรรมฝาผนังซึ่งส่วนใหญ่แล้วมักจะเป็นภาพเขียน ที่เขียนขึ้นบนฝาผนังปูน หรือไม้ รวมถึงเพดาน เสา บานประตู หน้าต่าง ภายในวัดหรือวิหารต่าง ๆ⁹ ผลงานส่วนมากมักจะเขียนเป็นรูปพระพุทธเจ้าหรือเรื่องราวที่เกี่ยวข้องกับพุทธประวัติ โดยมีความมุ่งหมายสำคัญเพื่อนำมาชักจูงให้ผู้ที่ได้เห็นสิ่งเหล่านั้น ได้เกิดความเลื่อมใสศรัทธาในพระพุทธศาสนา¹⁰ นอกจากนี้พุทธศิลป์ที่สร้างสรรค์ขึ้นโดยศิลปินแล้ว ยังมีพุทธศิลป์ในรูปแบบบรมสมัย คืองานศิลปะที่สร้างสรรค์โดยศิลปินที่พยายามถ่ายทอดแนวคิด จินตนาการ ปรัชญา และความงามเชิงศิลปะในรูปแบบและแนวทางของตน โดยมีอิสระจากกรอบความคิด แบบแผน และวิธีการดั้งเดิม ด้วยความแปลกใหม่และความเป็นเลิศในแนวทางอย่างศิลปะ โดยเฉพาะพุทธศิลป์สมัยใหม่ในศตวรรษที่ 21 ที่เรียกว่า “พุทธศิลป์นวัตกรรม” ซึ่งมีศิลปินมากมายหลายต่อหลายท่านต่างมีแนวทางและวิธีการแสดงออกที่แตกต่างกัน เพื่อให้เกิดแนวทางที่หลากหลายอันมีรูปแบบอย่างมากมายทางศิลปะ แต่ไม่ว่าจะรูปแบบใดวิธีการใด ๆ จุดมุ่งหมาย

⁸ Ryan T, A Mindful Nation: How a Simple Practice Can help Us Reduce Stress, Improve Performance, and Recapture the American Spirit, (California: Hay House, 2012), p. 17, อ้างใน อรรถวธน์ ศิลปะกิจ, (แพทย์หญิง), “การสร้างแบบประเมินสติ”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิตสาขาวิชาพระพุทธศาสนา*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2558). หน้า 1.

⁹ กรรณิกา ณ สงขลา, “จิตรกรรมไทยประเพณี: เทคนิคและการอนุรักษ์”, *ศิลปากร*, ปีที่ 33 ฉบับที่ 5 (พฤศจิกายน – ธันวาคม 2532).

¹⁰ ศิลปะ พีระศรี, “คุณค่าของจิตรกรรมฝาผนัง”, (กรุงเทพมหานคร: กรมศิลปากรจัดพิมพ์ถวายพระภิกษุและสามเณรซึ่งมาชมหอศิลป์และพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติในเทศกาลเข้าพรรษา, ม.ป.ป.), (อรรถสำเนา).



สูงสุดของศิลปินที่ทำงานศิลปะประเภทนี้ย่อมต้องการสร้างสรรค์ผลงานเชิงศิลปะที่สามารถถ่ายทอดเรื่องราว คำสอน ปรัชญาทางพุทธศาสนาต่อผู้คน

เนื่องจากผู้วิจัยเป็นผู้ที่อยู่ในวงการพุทธศิลป์มาตั้งแต่กำเนิดจนปัจจุบัน โดยผ่านทางศิลปินผู้เป็นบิดารวมไปถึงศิลปินท่านอื่น ๆ จึงทำให้ถูกหล่อหลอมด้วยศิลปะทางพุทธศิลป์ ซึ่งศิลปกรรมทางพุทธศาสนาไม่ว่าจะเป็นด้านสถาปัตยกรรม ด้านจิตรกรรม และด้านประติมากรรม จนทำให้ไม่สามารถบอกได้ว่าศิลปะชนิดใดหรือรูปแบบใด ที่จะเป็นเครื่องช่วยในการที่จะให้เกิดทัศนศิลป์ทางพุทธศาสนา หรือพุทธศิลป์แบบใดที่เหมาะสมกับการพัฒนาทางสติปัญญาหรือก่อให้เกิดสมาธิ เพราะเนื่องจากยังไม่มีเครื่องมือชนิดใดในทางศิลปะ ที่สามารถส่งเสริมหรือสามารถช่วยในการปฏิบัติให้เกิดสติและสมาธิ โดยเฉพาะก้าวแรกก่อนที่จะไปสู่ขั้นตอนของการปฏิบัติตามแนวทางการปฏิบัติต่อไป เพราะการปฏิบัติหรือการเจริญกรรมฐานใด ๆ ต่างต้องอาศัยการเริ่มต้นจากสติหรือสมาธิของผู้ปฏิบัติ ให้เกิดความสะดวกเป็นบาทฐานก่อนที่จะเรียกว่า “สมถกรรมฐาน” แล้วจึงจะพัฒนาไปสู่ขั้นตอนของการปฏิบัติจริงต่อไป ซึ่งวิธีในการปฏิบัติอาจต้องใช้เวลาสำหรับผู้เริ่มต้นในการทำสติและสมาธิของตนเป็นระยะเวลานาน จนบางครั้งอาจเกิดการย่อท้อต่อการปฏิบัติ ยังส่งผลของการปฏิบัตินั้น ๆ ไม่ประสบผลสำเร็จเท่าที่ควร แต่ถ้าหากมีเครื่องมือหรืออุปกรณ์โดยอาศัยแนวทางแห่งพุทธศิลป์ ที่มีองค์ประกอบสวยงามสามารถจับต้องได้ และสามารถช่วยให้การทำเจริญสติและสมาธินั้นเกิดขึ้นได้เร็วขึ้น ด้วยเหตุผลดังกล่าวจึงทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจแนวทางการศึกษาเรื่อง “นวัตกรรมการพุทธศิลป์เพื่อพัฒนาศติ” เพื่อใช้เป็นเครื่องมือหรืออุปกรณ์โดยอาศัยหลักการสร้างสรรค์ทางพุทธศิลป์ และสามารถช่วยในการเสริมสร้างเพื่อการพัฒนาสติสำหรับผู้เริ่มต้นโดยอาศัยนวัตกรรมการทางพุทธศิลป์ร่วมสมัยมาเป็นแนวทางในการเริ่มต้น และเพื่อประดับไว้ในพระพุทธรูปสืบต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาเพื่อศึกษาการสร้างนวัตกรรมการพุทธศิลป์เพื่อพัฒนาศติ

วิธีดำเนินการวิจัย

งานวิจัยเรื่อง “นวัตกรรมการพุทธศิลป์เพื่อพัฒนาศติ” ผู้วิจัยศึกษาโดยใช้วิธีวิจัยเชิงคุณภาพ/ ภาควิชา (Qualitative Research) ศึกษาข้อมูลในชั้นปฐมภูมิ (Primary source) ได้แก่ พระไตรปิฎกฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และ อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา และปกรณ์วิเสส คัมภีร์อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น วิสุทธิมรรค และตำราวิชาการด้านพระพุทธรูป (Secondary Source) ได้แก่ ผลงานวิจัย วิทยานิพนธ์ ตำรา หนังสือ วารสาร บทความ และเอกสารอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับ “นวัตกรรมการพุทธศิลป์เพื่อพัฒนาศติ” โดยศึกษาแหล่งข้อมูลจากหอสมุดมหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หอสมุดแห่งชาติ สำนักหอสมุดของมหาวิทยาลัยต่าง ๆ ของรัฐและเอกชน รวมถึงการสืบค้นข้อมูลจากแหล่งข้อมูลอิเล็กทรอนิกส์ เพื่อนำมาวิเคราะห์สภาพ ปัญหาและอุปสรรค เพื่อนำมากำหนดคำถามและวัตถุประสงค์ ของการศึกษาที่สอดคล้องกับหัวข้อ และนำผลมาบูรณาการการจัดสร้างเป็นต้นนวัตกรรมการทางพุทธศิลป์ต่อไป



ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาเพื่อสร้างนวัตกรรมเชิงพุทธศิลป์เพื่อพัฒนาสติ ดังนี้

1. ผู้วิจัยทำการศึกษาเอกสาร รวบรวมข้อมูล วิเคราะห์เอกสาร ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และรายงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับ นวัตกรรมเชิงพุทธศิลป์ โดยการวิเคราะห์เนื้อหาเพื่อให้ได้กรอบแนวคิดในการวิจัย
2. นำข้อมูลที่ได้จากการศึกษา มาวิเคราะห์ สังเคราะห์ แล้วพัฒนาเป็นเครื่องมือในการทำวิจัย ได้แก่ แบบสัมภาษณ์ เพื่อสำรวจระดับคุณลักษณะของ นวัตกรรมเชิงพุทธศิลป์เพื่อพัฒนาสติ
3. นำแบบสอบถามหรือเครื่องมือที่สร้างเสร็จเรียบร้อยแล้ว มาให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ
4. สำรวจความคิดเห็นของระดับความพึงพอใจจากการได้ทดลองใช้ นวัตกรรมเชิงพุทธศิลป์ ประเมิน มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรวิทยาลักษณ์ กำแพงแสน จังหวัดนครปฐม และมหาวิทยาลัยศิลปากร จังหวัดนครปฐม จากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 18 รูป/คน แล้วรวบรวมข้อมูลที่ได้ มาวิเคราะห์ นำมาสรุปเป็นข้อมูลในการพัฒนาให้เกิดความเหมาะสมต่อไป

ขั้นตอนที่ 2 ศึกษาทฤษฎี และหลักการ ที่เกี่ยวกับเพื่อพัฒนาสติ ดังนี้

1. ศึกษาข้อมูล เอกสาร ทฤษฎี และหลักการ งานวิจัยเกี่ยวกับเพื่อพัฒนาสติ ตามหลักพระพุทธศาสนา โดยอาศัยหลักสติปัฏฐานสูตร เป็นหลักในการพัฒนาสติ
2. วิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ และบูรณาการ วิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ลักษณะร่วม (Common character) และข้อสรุปร่วม (Common Conclusion)
3. นำผลการวิเคราะห์ สังเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ และจากแบบสอบถาม มาพัฒนาสู่การสร้างนวัตกรรมเพื่อการพัฒนาสติ ให้เกิดเป็นนวัตกรรมที่สามารถใช้ได้จริง

ขั้นตอนที่ 3 นำผลการวิเคราะห์ สังเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ มาพัฒนาเป็นนวัตกรรมพุทธศิลป์เพื่อพัฒนาสติ โดยผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความเชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน ได้แนะนำนวัตกรรม พุทธศิลป์เพื่อพัฒนาสติ เพื่อพิจารณาความถูกต้อง ความเหมาะสม ความเป็นไปได้ และการนำไปใช้ประโยชน์พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะ เพื่อปรับปรุงนวัตกรรมพุทธศิลป์เพื่อพัฒนาสติ ที่สมบูรณ์

ผลการวิจัย

เมื่อนวัตกรรมพุทธศิลป์เพื่อพัฒนาสติ ได้ผ่านขั้นตอนต่าง ๆ ของการสร้างตามขั้นตอนต่าง ๆ จนสำเร็จเป็นนวัตกรรมพุทธศิลป์ จึงได้นำผลงานนวัตกรรมพุทธศิลป์เพื่อพัฒนาสติออกทดลองใช้งานจริงครั้งแรก เพื่อให้บุคคลต่าง ๆ ได้ทดลองใช้จริง พร้อมทั้งเก็บข้อมูลวิจัยด้วยการสัมภาษณ์จากผู้ทดลองใช้งาน โดยบทสัมภาษณ์ ได้แบ่งออกเป็น 4 ตอน คือ 1. ก่อนที่จะได้ใช้เครื่องมือ, 2. ในระหว่างการใช้เครื่องมือ, 3. หลังจากที่ได้ใช้เครื่องมือแล้ว, 4. ข้อเสนอแนะ ผลจากการสัมภาษณ์ผู้ทดลองใช้นวัตกรรมฯ



ผลสรุปจากการสัมภาษณ์ผู้ที่ได้มีโอกาสเข้าร่วมในการใช้งานของนวัตกรรมพุทธรูปพบว่า หลายท่านต่างมีความเห็นที่คล้ายกันคือ ในช่วงแรกมักจะควบคุมไม่ได้ แต่เมื่อผ่านไประยะหนึ่งก็จะสามารถควบคุมการทำงานของนวัตกรรมฯ นี้ได้ ก็เริ่มที่จะมีสติและสมาธิมากขึ้น ความคิดกังวลที่เคยมีก็หายไปทำให้เกิดความว่างเปล่ามากขึ้นกว่าเดิม ทำให้อยู่กับตัวเองมากขึ้นและเป็นปัจจุบันตลอด โดยเฉพาะที่อาจารย์ ศุภโชค ชุมสาย ณ อยุธยา ให้สัมภาษณ์ตอนหนึ่งที่ว่า ประติมากรรมนี้เกิดมีคุณค่าขึ้นมา ลำพังตัวเองไม่สามารถบ่งบอกถึงลักษณะและคุณค่าเองได้ แต่ในแง่ของความเป็นศิลปะแล้วตัวเราผู้ใช้เท่ากับเป็นส่วนหนึ่งของงานชิ้นนี้ด้วย ไม่ใช่เป็นเพียงผู้ชมหรือผู้ใช้ศิลปะชิ้นนี้แต่กับกลายเป็นส่วนหนึ่งของศิลปะชิ้นนี้ด้วย อันนี้น่าสนใจเป็นความฉลาดของศิลปินและจะสามารถพัฒนาต่อไปตามแนวทางนวัตกรรมประติมากรรมพุทธรูป ที่สามารถส่งเสริมการเจริญสติในด้านร่างกาย คือ กายานุปัฏฐนาทำให้รู้ถึงอิริยาบถในกายานุปัฏฐนา ส่วนในเรื่องการเกิดสติจะได้เร็วกว่าการปฏิบัติแบบปกติ นั้น น่าจะเป็นนวัตกรรมร่วมสมัยที่ช่วยในการก่อเกิดสมาธิแบบร่วมสมัย และทำให้ง่ายมากยิ่งขึ้น ช่วยในการดึงดูดผู้เข้ามาใช้งานได้เข้าใจถึงการเจริญสติในรูปแบบกายานุปัฏฐนามากยิ่งขึ้น และง่ายมากขึ้นกว่าเดิม และรูปลักษณะที่โดดเด่นจัดได้ว่าเป็น Art ชิ้นหนึ่ง เพราะมีความงาม มีความงดงามด้านการออกแบบ เป็นการนำเอา 2 ศาสตร์มาผสมผสานกันได้อย่างลงตัว ถ้างานชิ้นนี้มีการพัฒนาต่อ น่าจะมีความลงตัวสมบูรณ์แบบมากยิ่งขึ้น ที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้กับสถานที่ที่เหมาะสมเฉพาะเจาะจงมากขึ้น ซึ่งควรจะนำไปใช้กับสถานที่ที่เหมาะสม เช่น วัด หรือสถานปฏิบัติธรรม จะสามารถทำให้คนที่มาปฏิบัติธรรมเข้ามาใช้งานได้ในพื้นที่ที่สามารถใช้ได้ครั้งละหลายคน อันจะเป็นการปฏิบัติร่วมกันในการใช้งานจริง ๆ ได้ และยังมีอีกหลายท่านที่กล่าวถึงเมื่อครั้งก่อนที่จะใช้นวัตกรรมพุทธรูปนี้ ส่วนใหญ่ต่างมีข้อวิตกกังวลประกอบกับไม่เคยฝึกสมาธิมาก่อนเลย พอขึ้นไปยืนบนเครื่องทำให้ต้องใช้ความรู้สึกรู้สึกว่าเท้า และต้องพยายามเอาชนะตนเองให้ได้ด้วยความพยายาม ทำให้จิตใจรู้สึกสงบมากยิ่งขึ้น ทำให้รู้สึกเหมือนตอนที่ยืนทำสมาธิ กว่าที่จะสงบก็ฟุ้งซ่านอยู่นาน แต่เครื่องนี้ช่วยให้เกิดความสงบได้เร็วกว่าไม่ต้องมีคนคอยบอกให้ทำอย่างนั้นอย่างนี้ เพียงแต่อยู่กับตัวเองทำด้วยตัวเอง เครื่องนี้ช่วยได้จริง นอกจากนี้ยังมีอีกหลายท่านได้กล่าวว่า ตนไม่เคยได้มีการฝึกสมาธิมาก่อน แต่เมื่อเห็นเครื่องนี้ก็รู้สึกคล้าย ๆ กับ Skateboard คือการยืนบนแผ่นกระดานเหมือนกัน เมื่อทดลองใช้เครื่องนี้พบว่ามีความเป็นตัวเองมาก รู้สึกสนุกกับเครื่องนี้แถมยังก่อให้เกิดความสงบมากกว่าการเล่นชนิดอื่น ๆ แต่ควรลดเสียงการกระทบให้เบาลง เพราะเสียงนี้จะทำให้เกิดอาการตกใจ และอีกหลายท่านที่กล่าวถึงว่า รูปทรงออกแบบได้น่าสนใจ ความเรียบง่ายด้วยมิติที่เป็นทรงกลม แต่เมื่อได้ขึ้นไปทดลองใช้ช่วงแรกเป็นไปด้วยความยากที่จะทรงตัวเพื่อให้เกิดความสมดุลของร่างกาย แต่ไม่นานก็สามารถทำได้สามารถตั้งสติให้กับมาอยู่กับตนเองได้ ทำให้เกิดสติได้เร็วกว่าวิธีการปกติที่ผ่านมา และงานชิ้นนี้เป็นงานที่เหมาะสมสำหรับผู้ที่ต้องการเริ่มต้นในการฝึกสมาธิมีสติมากขึ้น เพราะว่าจิต กาย สมาธิ ต้องสัมพันธ์กันในระหว่างใช้งาน จัดได้ว่าเครื่องมือนี้จะช่วยให้ผู้ที่ไม่เคยฝึกสมาธิหรือสติ สามารถเข้าถึงสมาธิได้โดยง่ายขึ้น หวังว่าจะได้เห็นผลงานที่ต่อยอดและพัฒนาต่อไปกับงานประติมากรรมพุทธรูป แต่ก็ยังมีหลายท่านที่ให้คำแนะนำในเรื่องของ หลังจากใช้งานแล้วต้องมีการสร้างความสมดุลย์ 2 อย่าง คือการรวบรวมสติ กับการระวังไม่ให้เกิดอุบัติเหตุ ให้ได้ก่อน เพื่อเป็นการสร้างความมั่นใจให้กับผู้ใช้งานว่ามีความปลอดภัยชัดเจน หรือถ้า



ว่าเครื่องนี้ควรปรับปรุงให้มีความปลอดภัยมากขึ้น เพราะเมื่อขึ้นไปยืนหากยืนไม่ดีอาจตกลงมาได้ แกรมที่ฐานก็มีสิ่งอันอาจทำให้เกิดการบาดเจ็บได้เมื่อตกลงมาหรือหากมีราวมาให้จับไว้ก็จะดี

ดังนั้นนวัตกรรมพุทธศิลป์เพื่อพัฒนาสติ เป็นอีกวิธีที่สามารถเข้าถึงสติได้ง่ายขึ้น โดยเฉพาะกับผู้ที่ยังไม่เคยฝึกฝนหรือแม้แต่ผู้ที่ไม่มีความรู้หรือโอกาสในการเข้ารับการปฏิบัติธรรมได้ และเป็นอีกวิธีหนึ่งในการเริ่มต้นที่ไม่ต้องเกิดเวทนาอย่างอื่น อันเป็นผลให้การฝึกฝนต่าง ๆ ซึ่งส่งผลให้การปฏิบัติธรรมนั้น ๆ ไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร นวัตกรรมพุทธศิลป์เพื่อพัฒนาสตินี้จึงเป็นอุปกรณ์ที่ช่วยให้ผู้ที่ต้องการเริ่มต้นฝึกฝนสติหรือฝึกฝนการเกิดสมาธิให้เกิดขึ้นได้ง่ายขึ้นจึงให้ชื่อว่าเป็น “ยานขับเคลื่อนจิต” และยังเป็นอุปกรณ์ที่ช่วยให้กลุ่มเยาวชนหรือคนรุ่นใหม่ได้เข้าถึงพระพุทธศาสนาได้ง่ายขึ้นกว่าวิธีเดิม ๆ และยังเป็นนวัตกรรมพุทธศิลป์ที่ช่วยในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาให้คงอยู่ตลอดไป

อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษา พบว่า “นวัตกรรม” เป็นศัพท์บัญญัติของคณะกรรมการพิจารณาศัพท์วิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ ซึ่งแต่เดิมใช้คำว่า “นวกรรม” เป็นคำที่มาจากภาษาอังกฤษว่า "Innovation" แปลว่า การทำในสิ่งใหม่ที่ทำขึ้นหรือสิ่งที่บุคคลอื่นเห็นว่าใหม่ หรืออาจเกิดจากการเรียนรู้ การผลิต และการใช้ประโยชน์จากความคิดใหม่ เพื่อให้เกิดผลดีทางเศรษฐกิจและสังคมรวมถึงการกำเนิดผลิตภัณฑ์ โดยผสมผสานสรรค์สร้างความรู้ที่ไม่เคยมีมาก่อน ที่สำคัญการถือว่าสิ่งใดเป็นนวัตกรรมมีเกณฑ์ในการพิจารณาจาก สิ่งนั้นจะต้องเป็นสิ่งใหม่ทั้งหมดหรือบางส่วน มีการนำวิธีการวิเคราะห์ระบบ (Systems Analysis) มาใช้ก่อนที่จะนำสิ่งใหม่นั้นไปทำการเปลี่ยนแปลงในระบบ นวัตกรรมจะขึ้นอยู่กับความรู้ของแต่ละบุคคลหรือกลุ่มบุคคลว่าเป็นสิ่งใหม่สำหรับเขาและการเข้ากันได้ดีกับสิ่งที่มีอยู่เดิม ซึ่งมีความสอดคล้องกับประสบการณ์และความต้องการที่มีอยู่แล้ว โดยเฉพาะความซับซ้อนความยากต่อการเข้าใจและการนำไปใช้ที่สามารถมองเห็นผลจากการได้ทดลองปฏิบัติเพื่อให้เห็นผลได้จริง และสามารถเห็นกระบวนการในการปฏิบัติได้อย่างเป็นรูปธรรมจับต้องได้จริง สามารถนำมาสาธิตให้ดูว่าสินค้าชิ้นนี้มีข้อดีอย่างไรเป็นขั้น ๆ ตามลำดับ ลักษณะเช่นนี้ย่อมได้รับการยอมรับได้ดี สอดคล้องกับงานวิจัยของ ธาณี ชูกำเนิด ที่ว่า กระบวนการนวัตกรรมการเรียนรู้ของประชาชนชาวบ้าน มีกระบวนการสำคัญ 3 ขั้นตอนคือ กระบวนการสร้างนวัตกรรม (Innovation Creation) ประกอบไปด้วยขั้นตอนย้อนและกำพืด (ทบทวนวิถีชีวิต) ขอบสืบสรรหาเปลี่ยนใหม่ให้แปลกกว่าและตั้งทำเตรียมลองใช้ ส่วนกระบวนการถัดมาคือการนำนวัตกรรมไปใช้ (Innovation Utilization) ประกอบไปด้วยขั้นตอนลองแล้วทำ (ลองผิดลองถูก) ฝึกปรี้อทำใหม่ ยึดสมดุลหมุนไว้ และร่วมมือใช้ร่วมกัน ส่วนกระบวนการสุดท้ายคือกระบวนการเผยแพร่นวัตกรรม (Innovation Diffusion) ประกอบไปด้วยขั้นตอนเปิดสังคมการเรียนรู้ประยุกต์ใช้อยู่ในชีวิต

ทั้งนี้แนวความคิดและทฤษฎีเรื่องนวัตกรรมนั้นมีวิวัฒนาการมาอย่างยาวนานกว่า 50 ปี โดยในช่วงทศวรรษที่ 1950 บรรดานักวิชาการต่างมองว่านวัตกรรมเป็นการพัฒนาอย่างหนึ่ง ที่แยกออกมาจากการศึกษาวิจัยต่าง ๆ แต่ในปัจจุบันนวัตกรรมไม่ได้ถูกมองว่าเป็นเพียงผลลัพธ์ของการดำเนินงานของบุคคล หากแต่



เป็นผลของกระบวนการ (Process) ไม่ว่าจะเป็นกระบวนการแก้ไขปัญหา (Problem-Solving Process) ที่เกิดในองค์กร หรือกระบวนการปฏิสัมพันธ์ (Interactive Process) ซึ่งเกิดจากความสัมพันธ์ระหว่างองค์กรกับผู้มีบทบาทสำคัญอื่น ๆ มิได้ทั้งแบบเป็นทางการและไม่เป็นทางการ ซึ่งสอดคล้องกับที่ สำนักงานนวัตกรรมแห่งชาติ ได้กล่าวว่า “นวัตกรรมคือการผลิต การเรียนรู้ การจัดการความรู้ และการใช้ประโยชน์จากความคิดใหม่ ๆ เพื่อให้เกิดผลดีทางเศรษฐกิจและสังคม รวมถึงการกำเนิดผลิตภัณฑ์ การบริการ กระบวนการผลิตใหม่ ๆ การปรับปรุงเทคโนโลยี และการใช้เทคโนโลยีให้เป็นประโยชน์” คุณลักษณะของนวัตกรรมประการแรก นวัตกรรมอาจจะเป็นผลผลิต กระบวนการ หรือขั้นตอนที่จับต้องได้ภายในองค์กร สำหรับความคิดใหม่อาจเป็นเพียงจุดเริ่มต้นของนวัตกรรมแต่ไม่อาจเรียกว่าเป็นนวัตกรรมได้ นวัตกรรมจะต้องมีความใหม่ในระดับกลุ่ม ฝ่ายหรือองค์กร ในขณะที่นวัตกรรมต้องมาจากความต้องการให้เกิดขึ้นมากกว่าที่จะเกิดขึ้นโดยบังเอิญ นวัตกรรมจะต้องไม่ใช่การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นเป็นประจำ ทั้งนี้นวัตกรรมจะไม่รวมถึงการทำลายล้าง วิทยาศาสตร์ หรือการก่อการร้าย และประการสุดท้าย นวัตกรรมจะต้องส่งผลกระทบที่ดีต่อสาธารณะไม่เกิดผลต่อบุคคลอื่นหรือไม่เกิดการประยุตต์ใช้ภายในองค์กรจะไม่ถือว่าเป็นนวัตกรรม ในการพัฒนานวัตกรรมและกระบวนการที่จะนำไปสู่ศักยภาพ ซึ่งสอดคล้องกับที่ อุทัย พวงปัสสา กล่าวว่า ลักษณะของสิ่งที่จะจัดว่าเป็นนวัตกรรมได้นั้น มีลักษณะดังนี้

1. ความคิดและการกระทำหรือวิธีการ ที่แม้จะเก่ามาจากที่อื่นแต่ยังใหม่สำหรับอีกแห่งหนึ่ง
2. เป็นสิ่งที่เคยนำไปใช้แล้วแต่ไม่ได้ผล แล้วมีการนำมาปรับปรุงขึ้นใหม่
3. เป็นสิ่งใหม่เพราะมีส่วนประกอบของสถานการณ์ต่าง ๆ รวมกันเข้า แล้วทำให้กลายเป็นระบบใหม่ที่เอื้อต่อการทำงานให้บรรลุเป้าหมายได้ดีกว่า
4. เป็นสิ่งที่เก่าแต่กลายเป็นสิ่งใหม่ เพราะแนวคิดหรือทัศนคติในการมอง หรือการนำมาใช้นั้นเปลี่ยนไป

5. เป็นสิ่งใหม่ที่เกิดขึ้นจากความคิดใหม่ ๆ ยังไม่มีใครคิดหรือทำมาก่อน

และที่เปรี๊ยะ กุมุท ได้แบ่งลักษณะของนวัตกรรมออกเป็น 5 ลักษณะคือ

1. ความคิดการกระทำที่เคยทำมาแล้วในที่อื่นหรือไม่แพร่หลายมาก่อน ทั้งที่มีอยู่มาแต่เดิมนานแล้วแต่เพิ่งมาใช้ในสังคมใหม่
2. เป็นการคิดใหม่เนื่องจากการดัดแปลง ปรับปรุง ความคิดเดิมมาปรับปรุงในปัจจุบัน
3. เป็นสิ่งที่ปฏิบัติมาแล้ว แต่ไม่เหมาะสมกับยุคสมัยจึงมีการฟื้นฟูขึ้นมาใหม่
4. มีสถานการณ์ใหม่ ๆ ร่วมกับระบบใหม่ ๆ เกิดขึ้น
5. เป็นสิ่งใหม่จริง ๆ คือไม่เคยมีมาก่อน



ส่วนใหญ่มิ 2 แนวทางคือ ด้านโครงสร้างหลักของนวัตกรรม ได้แก่ การจัดรูปแบบ นโยบายการบริหาร ระบบควบคุม และในด้านนวัตกรรมการบริหารจัดการ เป็นการเปลี่ยนแปลงสร้างสรรค์มิติใหม่ของผลงาน โดยอาศัยความเข้าใจและความร่วมมือจากทุกฝ่ายที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลง ไม่ว่าจะเป็นการประยุกต์ใช้เทคโนโลยีใหม่ ๆ หรือแม้แต่กิจกรรมต่าง ๆ และรวมไปถึงรูปแบบการจัดการขององค์กรด้วย

งานด้านศิลปกรรมไทยนั้นเป็นที่รู้จักกันและปรากฏอยู่ส่วนมากในพระอารามต่าง ๆ เป็นต้นว่า โบสถ์ วิหาร พระสถูป พระปราสาท เป็นงานที่รวมศิลปกรรมทางด้านสถาปัตยกรรม งานด้านประติมากรรม และนอกจากนี้ยังมีรูปภาพตามฝาผนังภายในโบสถ์หรือศาลาการปริยัญซึ่งเป็นงานด้านจิตรกรรม ศิลปกรรมที่สร้างขึ้นนั้นล้วนแล้วแต่ได้รับการตกแต่งอย่างวิจิตร เพื่อประโยชน์ในทางพระพุทธศาสนาศิลปกรรมเหล่านี้เรียกว่างาน “พุทธศิลป์” หมายถึงผลงานอันเป็นความพากเพียรของผู้สร้าง ที่ได้พยายามสร้างสรรค์ขึ้นโดยประสงค์จะให้เป็นที่บูชาและเป็นสื่อแห่งความศรัทธาที่สามารถเห็นได้เป็นรูปธรรม เพื่อเป็นอนุสรณ์ในพระพุทธศาสนาหรือเพื่อเสริมสร้างความศรัทธาเลื่อมใสให้สมบูรณ์นั่นเอง จึงทำให้พุทธศิลป์จัดได้ว่าเป็นงานศิลปะอีกแขนงหนึ่ง เพราะเป็นศิลปกรรมที่ถูกสร้างขึ้นมา เพื่อตอบสนองงานทางด้านพระพุทธศาสนาโดยตรงทั้งในด้านจิตรกรรม ประติมากรรม และสถาปัตยกรรม โดยสิ่งที่ผู้สร้างงานพุทธศิลป์ได้พยายามสื่อหรือสอดแทรกปริศนาธรรมไว้ในงานศิลปะแต่ละชนิด โดยไม่เลือกว่าจะเป็นลัทธิใดไม่ว่าจะเป็นมหายานหรือเถรวาทก็ตาม สอดคล้องกับงานวิจัยของ พระครูวิฑูรธสุนทรกิจ (ชาญณรงค์ ดิกขณาโณ) ที่ว่า “กระบวนการจัดการเรียนรู้ประติมากรรมภายในวัด โดยวางพื้นฐานความรู้เกี่ยวกับพระพุทธรูปด้วยเนื้อหาที่เข้าใจง่าย ชวนให้สนใจและติดตามรวมถึงการนำกระบวนการเล่าเรื่อง และเทคนิคการสร้างกระบวนการเรียนรู้” และงานพุทธศิลป์ส่วนมากนั้นผู้สร้างมักจะสื่อหลักธรรมแฝงอยู่ในงานศิลปะนั้น ๆ และส่วนใหญ่จะสร้างไว้ในวัดเพื่อถวายเป็นพุทธบูชา เพื่อเป็นการปลูกศรัทธาเตือนใจ เป็นการเผยแพร่พระพุทธศาสนาในรูปแบบหนึ่ง

เมื่อครั้งสมัยที่พระพุทธเจ้ายังครองทรงมีพระชนม์ชีพอยู่ ไม่ปรากฏว่ามีการก่อสร้างพระพุทธรูปหรือสัญลักษณ์แทนพระองค์แต่อย่างใด มีเพียงพุทธศิลป์ที่เกิดจากอิทธิพลคำสอนทางพระพุทธศาสนาที่เป็นสถาปัตยกรรมที่สร้างขึ้นมาเพื่อประโยชน์ใช้สอยเท่านั้น ด้วยเหตุนี้วัดจึงถือเป็นพุทธศิลป์ในยุคนั้น และต่อมาในยุคหลังครั้งเมื่อพระพุทธองค์เสด็จดับขันธปรินิพพานแล้ว จึงปรากฏเป็นงานพุทธศิลป์ด้านประติมากรรม คือมีการสร้างพระพุทธรูปในปางต่าง ๆ โดยได้รับอิทธิพลจากชาวกรีกที่นิยมสร้างรูปเคารพแทนเทพเจ้าที่นิยมสร้างรูปเหมือนบูชา จึงเป็นต้นเหตุให้มีการสร้างพระพุทธรูป ตามยุคตามสมัยต่าง ๆ ที่ตนนับถือ และพุทธศิลป์ด้านประติมากรรมจึงเริ่มเป็นที่นิยมก็เมื่อครั้งรัชสมัยของพระเจ้าอโศกมหาราช พร้อมทั้งเกิดเป็นอารามต่าง ๆ มากมาย งานพุทธศิลป์ในด้านต่าง ๆ ได้ถูกสร้างขึ้นด้วยความศรัทธาในหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา จึงจัดได้ว่างานพุทธศิลป์เป็นประโยชน์ต่อพระพุทธศาสนาทั้งทางตรงและทางอ้อม ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ อานาจ ชัดวิชัย ที่ว่า “การสร้างงานประติมากรรม ทำได้ 4 วิธีคือ งานประติมากรรมการปั้น งานประติมากรรมแกะสลัก งานประติมากรรมหล่อ งานประติมากรรมการประกอบขึ้นรูป แต่การสร้างเทวตาส่วนใหญ่จะใช้การปั้น ศิลปะเทวตาส่วนนั้นในพระพุทธศาสนาปัจจุบัน เป็นการสร้างสรรค์งานเชิงพุทธศิลป์กรรมชั้นสูง คุณสมบัติเหล่านี้แตกต่างไปจากผู้สร้างงานศิลปะที่ไม่มีความ



เชี่ยวชาญ ที่สร้างงานศิลปะเพื่อสนองตอบความนึกคิดของตนเองเป็นหลัก แต่ผู้สร้างงานเชิงพุทธศิลปกรรม จึงมีใช้ของง่ายที่จะสร้างขึ้น” และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุพจน์ ชีวพัฒนานุกุล ที่ว่า “ซึ่งผลงาน ประติมากรรมปูนปั้นภายในวัดนับว่าได้ทำหน้าที่ทั้งทางตรงและทางอ้อม คือนอกจากจะให้ความบันเทิง (ศิลปะเพื่อศิลปะ) แล้วผลงานดังกล่าวก็ยังได้นำไปสู่การรับรู้ความเป็นไปของสังคมการเมืองอีกด้วย”

สติ ในทางพระพุทธศาสนา ล้วนมีความหมายที่หลากหลาย ที่สำคัญคือหมายถึง ความระลึก เพราะ การทำตัวรู้ให้รู้อยู่ที่ลมหายใจ เพราะลมหายใจที่เรียกว่าเป็นตัว “สติ” เพราะเป็นตัวรู้ที่ระลึกได้อยู่เป็นรู้ และไม่ ว่าจะทำสิ่งใดต้องอาศัยสติเป็นสำคัญ ทำให้ไม่หลงลืมมีการตื่นอยู่เสมอ เรียกอีกอย่างว่า “ความไม่ประมาท” เพื่อความเป็นอยู่อย่างปกติในสังคม สติจึงมีลักษณะเป็นความตื่นตัว ไม่เพเลอ ไม่หลับ ไม่ประมาท และความ เอาใจจดจ่อต่อสิ่งนั้น ความระลึกได้จำได้รู้จักแยกแยะบาป บุญ คุณโทษ ละเว้นสิ่งที่ชั่วยึดถือแต่สิ่งที่ดี สัมมาสติคือการมีสติระลึกในกายเวทนา จิต ธรรม และอุปทานในขั้นนี้ทั้งห้า เพื่อละความเพ่งเล็งอยากได้ และความทุกข์ ความไม่สบายที่เกิดขึ้นกับกายและจิต เพราะการขาดสติอาจเป็นต้นเหตุให้เกิดความผิดพลาดได้ และสติยังเป็นเครื่องรักษาการกระทำ คำที่พูด คือความเป็นอยู่อย่างไม่ขาดสติ ผู้ที่เห็นธรรมอยู่ในปัจจุบันไม่ งอนแง่น ไม่คลอนแคลนในธรรมนั้น ๆ และพึงปฏิบัติเพื่อการพัฒนาจิตให้ยิ่งขึ้นจนกว่าจะบรรลุสมรรถผล นิพพาน คือเป็นอยู่ในปัจจุบันหรืออยู่กับปัจจุบัน ด้วยการมีสติรู้ทันอยู่กับสิ่งที่รับรู้หรือต้องทำในเวลานั้น ๆ แต่ละขณะทุก ๆ ขณะ ถ้าจิตรับรู้สิ่งใดแล้วเกิดความชอบใจหรือไม่ชอบใจขึ้น ก็ติดข้องแล้วจะวนเวียนอยู่กับ ภาพของสิ่งนั้นที่สร้างขึ้นในใจ เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระมหาสมพงษ์ ดาศรี ที่ว่า “การ ฝึกอบรมปฏิบัติจิตโดยวิธีสติปัฏฐานสี่ ทำให้นักเรียนมีคะแนนการพัฒนาศติหลังการฝึกอบรมมากกว่าก่อน การฝึกอบรม โดยพบว่าในด้านความเชื่อ ศรัทธาต่อหลักคำสอนนั้น นักเรียนมีความรู้สึกศรัทธาในหลักคำ สอนมากขึ้น นักเรียนเชื่อว่าการฝึกสติเป็นสิ่งที่มีความประโยชน์ต่อการเรียนและการดำเนินชีวิตของตนเองและสามารถ ช่วยแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้ อีกทั้งเห็นว่าครูผู้สอนในหลักสติปัฏฐานสี่นี้ สามารถสร้างแรงบันดาลใจในการปฏิบัติ ได้ และนักเรียนเห็นด้วยกับการฝึกตนด้วยหลักสติปัฏฐาน นอกเหนือจากในเวลาที่ครูกำหนดเพื่อให้เกิดการ พัฒนาดตนเองยิ่งขึ้น ในด้านพฤติกรรมการแสดงออกทางกาย วาจา ใจ หลังการฝึกอบรม นักเรียนมีคะแนน เพิ่มขึ้นเมื่อผ่านการอบรมแล้ว โดยนักเรียนสามารถระงับความโกรธและควบคุมอารมณ์ของตนให้ดีขึ้น มี ความตื่นตัวและกระตือรือร้นต่อการเรียน ไม่หลงลืมสิ่งของและตารางเรียน นักเรียนมีความแน่วแน่มั่นไม่สับสน พุ้งซ่านต่อเรื่องต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิต อีกทั้งสามารถพูดตอบคำถามของครูได้อย่างชัดเจน”

“สติปัฏฐาน” หมายถึง ธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งสติ ข้อปฏิบัติมีสติเป็นประธาน การตั้งสติกำหนด พิจารณาสังขารทั้งหลายให้รู้เห็นเท่าทันตามความเป็นจริง การมีสติกำกับดูสิ่งต่าง ๆ และความเป็นไปทั้งหลาย โดยรู้เท่าทันสภาวะของมัน ไม่ถูกครอบงำด้วยความยินดียินร้าย ประกอบด้วย 4 อย่างคือ 1. กายานุปัสสนา สติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณากาย การมีสติกำหนดรู้เท่าทันกายและเรื่องทางกาย 2. เวทนา นุปัสสนา สติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา การมีสติกำกับดูรู้เท่าทันเวทนา 3. จิตตานุปัสสนา สติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต การมีสติกำกับดูรู้เท่าทันจิตหรือสภาพและอาการของจิต 4. ธัมมานุปัสสนา สติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม การมีสติกำหนดรู้เท่าทันธรรมเรียกสั้น ๆ ว่า “กาย



เวทนา จิต ธรรม” ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระมานัส นนทวิริโย (มวยมา) ที่ว่า “หลักการปฏิบัติกรรมฐานในประเทศไทยในปัจจุบันมีรูปแบบวิธีการปฏิบัติหลากหลายตามหลักการที่คณาจารย์ได้คิดค้นพัฒนาขึ้นมาให้เหมาะสมกับจริตนิสัยของบุคคล เพื่อให้ง่ายแก่การปฏิบัติและจุดประสงค์ของผู้ปฏิบัติย่อมแตกต่างกันไป ตามสภาพสังคม วัฒนธรรม สิ่งแวดล้อม โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อฝึกปฏิบัติจิตให้เกิดความสงบระงับจากกิเลสตัณหาและเกิดสติปัญญา รู้เท่าทันความเป็นจริง วิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ตามหลักสติปัฏฐาน 4 ของวัดวิปัสสนาพาชน ตำบลบ้านหม้อ อำเภอสว่างแดนดิน จังหวัดหนองคาย จัดอยู่ในกลุ่มวิธีปฏิบัติกรรมฐานแบบเคลื่อนไหว หรือ ไหวนึ่ง เป็นจุดเด่น ที่แตกต่างจากวิธีการปฏิบัติของสำนักอื่น คือการสร้างสติสัมปชัญญะโดยการทำความรู้สึก ตัวอยู่กับการเคลื่อนไหวกาย และมีสติรู้เท่าทันจิต ซึ่งหลักการปฏิบัติที่สำคัญ คือการนำเอาสติไปตั้งไว้ในฐานทั้ง 4 คือ กาย เวทนา จิต ธรรม โดยมีจุดมุ่งหมายของการเจริญสติให้เกิดสติ สมาธิ ปัญญา เกิดความรู้แจ้งเห็นจริงใน รูปนาม หรือขั้น 5 เมื่อรู้เท่าทันตามสภาพธรรมที่เกิดขึ้นก็ย่อมจะคลายความเข้าใจผิด จากความยึดมั่นถือมั่นในสังขารทั้งหลาย” สติ คือความระลึกได้ หรือเป็นความจำส่วนหนึ่ง ความไม่เลือนลอย หรือความไม่ประมาทส่วนหนึ่ง ระดับสตินั้นมี 4 ระดับคือ ระดับที่หนึ่ง สติเบื้องต้น เป็นสติตามธรรมชาติ ระดับที่สอง สติจากการฝึก หรืออนุสติเพื่อระลึกถึงสิ่งใดสิ่งหนึ่งในกรรมฐาน ระดับที่สาม สติขั้นกลาง หรือมัชฌิมสติ เป็นสติจากการฝึกตามสติปัฏฐานสูตร และระดับที่สี่ มหาสติ คือสติขั้นสูงเป็นสติที่กำจัดกิเลส วิธีพัฒนามสติให้เกิดขึ้นมี 2 รูปแบบคือ วิธีแรกคือ วิธีการทั่วไป คือการฝึกโดยไม่มีการกำหนด เป็นการสังเกตในกิจกรรมในชีวิตประจำวันและการสงบใจด้วยการฝึกในกรรมฐาน 40 ซึ่งเป็นวิธีพื้นฐาน วิธีที่สอง การฝึกวิปัสสนาตามหลักการของพระพุทธเจ้า คือ “หลักสติปัฏฐาน เป็นทางสายเอกในการฝึกปฏิบัติจนถึงที่สุดคือ เพื่อการพ้นจากทุกข์ด้วยการสังเกตและการดูอย่างเป็นกลาง” หลักการปฏิบัติสติปัฏฐานในปัจจุบันคือ การเจริญสติให้ทันปัจจุบันอารมณ์หรืออิริยาบถ ถ้าจะให้ได้ผลต้องมีสติสัมปชัญญะอยู่ทุกอิริยาบถ การเจริญสติอย่างเป็นขั้นเป็นตอนนั้นเหมาะสำหรับผู้ที่เริ่มหัดปฏิบัติวิปัสสนาโดยการเจริญสติควบคู่ไปกับการเจริญมรรค 8 เพื่อให้เข้าถึงความสุข หรืออาจกล่าวได้ว่าสติปัฏฐานสี่ ก็คือรายละเอียดของมรรคองค์ที่ 7 คือ “สัมมาสติ” โดยปรกติมรรคในสามองค์สุดท้ายคือ สัมมาวายามะ การมีความเพียรในทางที่ถูก สัมมาสติ การมีสติในทางที่ถูก และสัมมาสมาธิ การมีสมาธิในทางที่ถูก ล้วนแล้วแต่เป็นเป้าหมายหลักแห่งคำสอนของพระพุทธองค์ คือ “การดับทุกข์” สติจะช่วยให้เรามองเห็นว่าการกระทำที่เป็นกุศลธรรมนั้น ทำให้จิตใจสงบและชีวิตมีความสุข ยิ่งกว่านั้นยังช่วยให้เราก้าวหน้าไปในทางที่ถูกต้องคือ “นิพพาน” ซึ่งเป็นความดับทุกข์โดยสิ้นเชิง ในขณะที่เดียวกันสติจะช่วยสอนเราว่าการกระทำที่เป็นอกุศลซึ่งมีที่มาจาก โลภะ โทสะ โมหะ นั้นมีแต่จะทำให้เราเป็นทุกข์และติดขัดข้องอยู่ใน สังสารวัฏ” ซึ่งเป็นการเวียนวอยตายเกิดในห่วงทุกข์อันไม่รู้จบ ดังนั้นในการประยุกต์การฝึกสติในชีวิตประจำวัน มีประโยชน์ตามกำลังสติที่ได้พัฒนาดังแต่ การอยู่เป็นสุข หลับเป็นสุข ไม่กลัวภัยทั้งจากสัตว์และมนุษย์ และเป็นสิ่งที่สามารถทำให้บาปอกุศลต่าง ๆ ที่ได้กระทำ และที่เคยเกิดขึ้นอันตรธานสงบระงับลงได้ และถ้าฝึกฝนอย่างต่อเนื่อง ไม่หยุด ไม่ย่อหย่อน ไม่ละความเพียร และถูกวิธีจึงชื่อว่าอยู่ใกล้พระนิพพาน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ศีลายุวัฒน์ สวัสดิ์ล่อ ที่ว่า “สติว่า คือการหยุด ความรู้สึกตัว การตื่นรู้ ความระลึกรู้ ความตระหนักรู้ การสักแต่ว่ารู้ ความใส่ใจและความไม่ประมาท สติเป็นจิตที่สังเกตการณ์ และเป็นความสามารถในการดำรงอยู่กับปัจจุบัน



ส่วนสิ่งที่ตรงข้ามกับสติ คือความหลงลืม ซึ่งเป็นการให้ความหมายที่สอดคล้องกับประไตรปิฎก ในการแสดงธรรม ดัชนี ธนัท มักกล่าวถึงความหมายของสติว่าสติคือพลังหรือความสามารถในการอยู่กับปัจจุบันขณะ เพื่อให้ผู้ฟังนำไปปฏิบัติได้ ความสำคัญของสติคือ เป็นแก่นคำสอนในพระพุทธศาสนา ทำให้มีชีวิตอยู่อย่างแท้จริง เป็นบาทฐานของกุศลธรรมทุกชนิดจนถึงความรู้แจ้ง เป็นรากฐานของการมีสันติสุขในทุกระดับ เป็นมาตรฐานในการแก้ปัญหาความขัดแย้ง และทำให้มีความพึงพอใจในตนเอง ขอบข่ายบทบาทหน้าที่ของสติคือ กำหนดจิตให้อยู่กับปัจจุบันขณะ ระลึกว่าทำสิ่งใดหรือมีสิ่งใดเกิดขึ้น สัมผัสและโอภกอดอารมณ์ความรู้สึก (มีสติสัมปชัญญะ) ทำให้เกิดสมาธิ ทำให้เกิดการมองอย่างลึกซึ้ง (วิปัสสนา) ทำให้เกิดความเข้าใจ (ปัญญา) และทำให้เกิดการแปรเปลี่ยน”

องค์ความรู้จากการวิจัย

ศิลปะ เป็นงานที่มนุษย์สร้างขึ้นมาจากการนำธรรมชาติ มาประยุกต์ร่วมกับจินตนาการของตน ทำให้เกิดความงดงามมากขึ้น จนเกิดเป็นการสืบทอดเป็นวัฒนธรรมของแต่ละชาติ ศิลปะยังสามารถเป็นสื่อที่ทำให้สามารถเข้าถึงความดีและความจริงได้ เพราะสามารถเข้าถึงสภาวะทางจิตของคนได้ร่วมสมัย แต่ก็ยังมีงานศิลปะอีกหลายชิ้นที่ถ่ายทอดความจริงคือจุดบรรจบระหว่างศิลปะกับพุทธศาสนา จึงทำให้พุทธศิลป์จัดเป็นงานศิลปะอีกแขนงหนึ่งเพราะเป็นศิลปกรรมที่ถูกสร้างขึ้นมาเพื่อตอบสนองงานทางด้านพระพุทธศาสนาโดยตรง ทั้งในด้านจิตรกรรม ประติมากรรม และสถาปัตยกรรม

พุทธศิลป์ในครั้งพุทธกาล เน้นการสร้างเพื่อประโยชน์ใช้สอยเป็นสำคัญ จึงปรากฏงานพุทธศิลป์ประเภทสถาปัตยกรรม เช่น สถูปต่าง ๆ เป็นต้น และต่อมาในยุคหลังครั้งเมื่อพระพุทธองค์เสด็จดับขันธปรินิพพานแล้ว จึงปรากฏเป็นงานพุทธศิลป์ด้านประติมากรรม คือมีการสร้างพระพุทธรูปตามยุคตามสมัยต่าง ๆ ที่ตนนับถือ โดยได้รับอิทธิพลจากชาวกรีกที่นิยมสร้างรูปเคารพแทนเทพเจ้า และพุทธศิลป์ด้านประติมากรรมจึงเริ่มเป็นที่นิยมก็เมื่อครั้งรัชสมัยของพระเจ้าอโศกมหาราช พร้อมทั้งเกิดเป็นอารามต่าง ๆ มากมาย งานพุทธศิลป์ในด้านต่าง ๆ ได้ถูกสร้างขึ้นด้วยความศรัทธาในหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา จึงจัดได้ว่างานพุทธศิลป์เป็นประโยชน์ต่อพระพุทธศาสนาทั้งทางตรงและทางอ้อม

สติ ในทางพระพุทธศาสนา ล้วนมีความหมายที่หลากหลาย เพราะไม่ว่าจะทำสิ่งใดต้องอาศัยสติเป็นสำคัญ ทำให้ไม่หลงลืมมีการตื่นอยู่เสมอ เรียกอีกอย่างว่า “ความไม่ประมาท” เพราะการขาดสติอาจเป็นต้นเหตุให้เกิดความผิดพลาดได้ และสติยังเป็นเครื่องรักษาการกระทำ คำที่พูด คือความเป็นอยู่อย่างไม่ขาดสติ หรือความเพียรที่มีสติเป็นเครื่องเร้า คอยควบคุม กำกับความประพฤติเพื่อช่วยไม่ให้ถลไถ่ไปในทางที่เสื่อม และพร้อมที่จะสร้างความเจริญอันเกิดขึ้นกับตัวเอง

การปฏิบัติเพื่อให้เกิดสติอาจเริ่มต้นจากหลายวิธี ซึ่งอาจจะเหมาะกับบุคคลบางกลุ่มและอาจจะไม่เหมาะกับบางบุคคลอีกหลายกลุ่ม ที่ขาดความอดทนขาดความเพียรและขาดความต่อเนื่อง โดยเฉพาะกับกลุ่มชนรุ่นใหม่ในปัจจุบันไม่ได้ให้ความสำคัญกับเรื่องของการฝึกสติ จึงเกิดเป็นความคิดที่ว่าถ้าหากมีอุปกรณ์ที่ช่วยฝึกสติสำหรับผู้เริ่มต้นน่าจะเกิดประโยชน์ต่อการฝึกฝนหรือพัฒนาสติได้มากขึ้น จึงเกิดเป็นนวัตกรรมพุทธศิลป์เพื่อช่วยพัฒนาสติสำหรับผู้เริ่มต้น ซึ่งเป็นการตอบโจทย์ให้กับกลุ่มบุคคลที่ไม่เคยได้ฝึกสติมาก่อนเลย โดยเป็นการ



ฝึกการรักษาความสงบด้วยสติของตนเอง และจากการนำนวัตกรรมพุทธศิลป์นี้ออกแสดงตามสถานที่ที่กำหนด โดยเฉพาะกลุ่มนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร หลายคนที่ไม่เคยได้รับการฝึกฝนในเรื่องของสติมาก่อน แต่เมื่อมาทดลองใช้นวัตกรรมพุทธศิลป์นี้แล้ว ทำให้เกิดความสงบมากขึ้นมีสมาธิมากขึ้น โดยเฉพาะเมื่อทดลองครั้งที่สองความสงบเกิดขึ้นได้เร็วกว่าครั้งแรกเป็นอันมาก และอีกหลายท่านที่ได้ทดลองนวัตกรรมนี้แล้ว ต่างให้ความเห็นว่าตอบโจทย์ในการเริ่มต้นฝึกสติ ซึ่งหลายท่านต่างบอกว่าจะต้องหาเวลากลับมาใช้นวัตกรรมนี้อีก และเป็นอีกวิธีที่สามารถเข้าถึงสติโดยไม่ต้องเกิดเวทนาอย่างอื่น อันเป็นผลให้การฝึกฝนต่าง ๆ ไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร นวัตกรรมพุทธศิลป์เพื่อพัฒนาสตินี้ จึงเป็นอุปกรณ์ที่ช่วยให้ผู้ที่ต้องการเริ่มต้นฝึกฝนสติ หรือฝึกฝนการเกิดสมาธิให้เกิดขึ้นได้ง่ายขึ้น จึงให้ชื่อว่าเป็น “ยานขับเคลื่อนจิต” เป็นอีกทางเลือกที่ช่วยให้กลุ่มเยาวชนหรือคนรุ่นใหม่ ได้เข้าถึงพระพุทธศาสนาได้ง่ายขึ้นอีกวิธีหนึ่ง นอกจากนี้ยังเป็นนวัตกรรมพุทธศิลป์ที่ช่วยในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาให้คงอยู่ตลอดไป

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

- 1) นวัตกรรมพุทธศิลป์เพื่อพัฒนาสติ ในอิริยาบถอื่น
- 2) การใช้เทคโนโลยีสมัยใหม่ เข้ามามีส่วนร่วมในการสร้างนวัตกรรมชิ้นต่อไป



บรรณานุกรม

กรรณิกา ณ สงขลา. “จิตรกรรมไทยประเพณี: เทคนิคและการอนุรักษ์”. ศิลปากร. ปีที่ 33 ฉบับที่ 5

(พฤศจิกายน – ธันวาคม 2532).

มหาวิทยาลัยศิลปากร. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.

ศิลปะ พีระศรี. “คุณค่าของจิตรกรรมฝาผนัง”. กรุงเทพมหานคร: กรมศิลปากรจัดพิมพ์ถวายพระภิกษุและสามเณรซึ่งมาชมหอศิลปะและพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติในเทศกาลเข้าพรรษา, ม.ป.ป.

สุชีพ ปุญญานุภาพ. ประวัติศาสนา. พิมพ์ครั้งที่ 10. กรุงเทพมหานคร: บำรุงสาส์น, 2560.

อรรณณ ศิลปะกิจ. (แพทย์หญิง). “การสร้างแบบประเมินสติ”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต

สาขาวิชาพระพุทธศาสนา. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2558.

Ryan T, A Mindful Nation: How a Simple Practice Can help Us Reduce Stress, Improve Performance, and Recapture the American Spirit, California: Hay House, 2012.

