

การสมาธิเพื่อพัฒนาศักยภาพของนักบริหารกรณีศึกษาการทำสมาธิ
ตามแนวทาง (สมเด็จพระญาณวชิโรดม)¹

Meditation for the development of executive potential; case study of
meditation According to the guidelines (Somdej Phra Yan Wachirodom).

พรเทพ โสภาคำ²

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการเรียนสมาธิเพื่อพัฒนาศักยภาพของผู้บริหาร กรณีศึกษา การทำสมาธิตามแนวทาง สมเด็จพระญาณวชิโรดม (หลวงพ่อดิลก สิรินุธโร) การวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ (qualitative research) เก็บรวบรวมข้อมูล โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก จากตัวแทนกลุ่มของนักศึกษาครูสมาธิ แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ประกอบด้วย 1) กลุ่มผู้บริหารภาครัฐ 5 คน 2) กลุ่มผู้บริหารภาคเอกชน 5 คน รวมเป็นจำนวน 10 คน ซึ่งทั้งหมดเป็นผู้มีความรู้เรื่องหลักสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (หลวงพ่อดิลก สิรินุธโร) มีระยะเวลา 2 ปีขึ้นไป ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลและประมวลผลโดยเชื่อมโยงความสัมพันธ์ในแง่ต่างๆ ตามข้อเท็จจริงทั้งในเชิงเหตุและผล ในลักษณะของการพรรณานำไปสู่คำตอบในการศึกษา สรุปประเด็นตามหลักวิชาการและการตีความแบบงานวิจัยเชิงคุณภาพ

ผลการศึกษา การศึกษาวิจัยเรื่องนี้ ผู้วิจัยพบว่า การเรียนสมาธิของนักบริหาร ตามแนวทาง สมเด็จพระญาณวชิโรดม (หลวงพ่อดิลก สิรินุธโร) ก่อให้เกิด ศิล สมาธิ และปัญญา สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการ พัฒนาศักยภาพบุคลากร ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ช่วยพัฒนาศักยภาพของผู้บริหาร ใน 3 ด้าน คือ 1) ด้านการเรียนรู้ ซึ่งสามารถช่วยพัฒนาศักยภาพด้านการเพิ่มพูนความรู้ในการทำงานของนักบริหารได้ดีขึ้น คิดอย่างมีเหตุมีผล มีความคิด การแก้ปัญหาเป็นไปอย่างว่องไว และเฉียบคมมากขึ้น เป็นเครื่องมือหรือวิธีการที่จะนำไปสู่การเกิดปัญญา ในการเรียนรู้ความเป็นไปต่างๆ และสามารถนำความรู้ต่างๆ มาใช้ประโยชน์ได้อย่างเต็มที่ 2) ด้านทักษะในการทำงาน ทำให้สามารถปรับพฤติกรรมผู้บริหารในรูปแบบของการแสดงออก และการตัดสินใจ ซึ่งสอดคล้องกับงานที่ปฏิบัติอยู่ รวมถึงค่านิยมในการยอมรับฟังความเห็นอย่างสร้างสรรค์ การสร้างนวัตกรรมใหม่ๆ และการปรับปรุงงานอย่างต่อเนื่อง และ 3) ด้านพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ช่วยระงับนิเวศน์ ที่เป็นอกุศลกรรมต่างๆ ของผู้บริหาร เช่น การใช้อารมณ์เกรี้ยวกราด จิตที่มีสมาธิ ช่วยผ่อนคลายทั้งสภาพกายและใจ ทำให้สามารถสะกดขี้ขลาดฝังความมั่นคงทางอารมณ์ และสร้างภูมิคุ้มกันโรคทางจิตใจ

¹ บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของการค้นคว้าอิสระเรื่อง การสมาธิเพื่อพัฒนาศักยภาพของนักบริหารกรณีศึกษาการทำสมาธิตามแนวทาง (สมเด็จพระญาณวชิโรดม)

² นักศึกษาปริญญาโท โครงการทวีปริญญาโท หลักสูตรทวีปริญญาโททางรัฐประศาสนศาสตร์และบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

Abstract

This research aimed to study meditation approach to develop the executive potential according to a case study of Somdej Phra Yan Wachirodom (Luang Phor Wiriyang Sirintharo) meditation technique.

This research uses qualitative research methodology. Data were collected by using in-depth interviews from the representative groups of meditation instructor course students were divided into 2 groups consisted of 1) A group of 5 public executives 2) A group of 5 private executives. The total was ten subjects. All of them are knowledgeable in the meditation according to Somdej Phra Yan Wachirodom approach for a period of 2 years or more. The researcher analyzes the data and processes by connecting the relationships in various ways. Rational factual cause and effect in the descriptive nature of the study led to answers. Summarize academic principles issues and interpretation of the qualitative are used for this research.

Results The study found that meditation study for executive potential developing of Somdej Phra Yan Wachirodom meditation technique can enhance precepts, meditation and Intelligence. It can be applied to develop human potential effectively in 3 aspects which are: 1) Learning aspect, which can help to develop the executive's potential knowledge enhancing, logically Thinking and solving problem quickly. It is a tool or method that leads to intelligence in learning various possibilities and uses various knowledge to be fully utilized, 2) Work skills, It can make possibly to adjust the executive behavior in the form of expression and decisions which corresponds to work performing, including the values of constructive comments accepting , new innovations creating and job improvements continuously, 3) Desirable behavior, which can suspend administrator various hindrance , such as angry and vengefulness emotions. Concentrated mind is able to relax both the physical and mental state to possibly cultivate emotional stability and mental immunity.

ที่มาและความสำคัญของปัญหา

ในหลักของพระพุทธศาสนามีทางออกหนึ่งสำหรับผู้บริหาร คือ การทำสมาธิเนื่องจากการทำสมาธิช่วยขจัด ปัญหาต่างๆได้ แก่ความเครียดซึ่งเป็นตัวก่อให้เกิดความเจ็บไข้ได้ป่วย และการฝึกสมาธินี้ยังเป็นบุญเป็นกุศล ทำให้จิตสะอาดผ่องใส เป็นการแก้ปัญหาทั้งทางโลกและทำให้เจริญในทางธรรม (สำนักงานพระพุทธศาสนาจังหวัดพิจิตร, 2559) สอดคล้องกับ ผศ.นพ.พนม เกตุมาน ภาควิชา จิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ ศิริราชพยาบาล (มปป.) ที่กล่าวถึง “เทคนิคการผ่อนคลายความเครียด ด้วยตนเอง” ว่า สามารถทำได้ผ่านการฝึกสมาธิ สติ ผ่อนคลายกล้ามเนื้อ การฝึกลมหายใจ (Breathing Exercise) เปรียบเหมือนเล่น

กีฬาที่ระบายนามณ์แต่มีกติกาปลอดภัย นวดกล้ามเนื้อที่มีการหดเกร็งปวด ให้คลายออก ช่วยให้ความเครียดลดลง นอกจากนี้การทำสมาธิ ยังเหมาะกับทุกเพศ ทุกวัย ทุกศาสนา ดังคำสอนของพระญาณวชิโรดม (หลวงพ่อวริยงค์ สิรินธโร) เจ้าอาวาสวัดธรรมมงคล กรุงเทพมหานคร และประธานผู้ก่อตั้งสถาบันพลังจิตตานุภาพ "สมาธินั้นไม่ใช่เป็นเรื่องเฉพาะศาสนา ไม่ว่าจะศาสนาใดก็ทำสมาธิได้เพราะสมาธิ คือการพัฒนาของธรรมชาติที่มนุษย์เรามีอยู่ให้ดียิ่งขึ้น" (สมเด็จพระญาณวชิโรดม, 2559)

“ทุกคนมีสมาธิ จึงพูดกันรู้เรื่อง เป็นสมาธิธรรมชาติ มีสมาธิเพราะนอนหลับ นอนไม่หลับเมื่อไร สมาธิเริ่มถอย เราทำสมาธิ เพื่อให้สมาธิมีประสิทธิภาพมากขึ้น สมาธิไม่ใช่ศาสนา ใดๆ ก็ทำได้แต่ก่อนเสื่อผ้า ที่อยู่อาศัย ยานพาหนะ ฯลฯ พัฒนาขึ้นมาจากฝีมือของมนุษย์ หลวงปู่มั่นบอกหลวงพ่อว่า สัตว์ไม่มีการพัฒนา แต่มนุษย์สามารถพัฒนาได้ไม่หยุดยั้ง แต่ทำไมไม่มีใคร พัฒนาสมาธิให้ไฮเทค พัฒนาแต่โลกาภิวัตน์ สัมธรรมาภิวัตน์ ตาซังจึงเอน ถ้าพัฒนาควบคู่ ตราซังจะไม่เอนการทำสมาธิต้องการพลังจิต” (สมเด็จพระญาณวชิโรดม, 2559)

นอกจากนี้สมเด็จพระญาณวชิโรดม (หลวงพ่อวริยงค์ สิรินธโร) ยังได้กล่าวถึง ประโยชน์ ของสมาธิว่า ทำให้หลับสบายคลายกังวล กำจัดโรคภัยไข้เจ็บ ทำให้สมอง ปัญญาดี ทำให้รอบคอบก่อนทำงาน ทำให้ระงับความร้ายกาจ บรรเทาความเครียด มีความสุขพิเศษ ทำให้จิตอ่อนโยน กลับใจได้ เวลาจะสิ้นลมพบทางดี เจริญว่าสนาบาarmi เป็นกุศล (สมเด็จพระญาณวชิโรดม, 2540)

การจะพัฒนาบุคลากรขององค์กร จำเป็นต้องประเมินความสามารถของบุคลากรขององค์กรให้รู้ว่ามีจุดแข็งอะไรที่ต้องส่งเสริมสนับสนุนและมีจุดอ่อนอะไรที่ต้องปรับปรุงแก้ไขที่สำคัญ การพัฒนาเพื่อให้รู้ทันความเป็นไปของโลกธุรกิจในอนาคต องค์กรต้องมีความสามารถที่จะแบ่งปัน เอาทรัพยากรในตลาดมาสร้างความมั่งคั่งให้กับองค์กร ซึ่งเป็นภาระอันใหญ่หลวงของผู้บริหารทุกคน องค์กรที่ดีสมาชิกขององค์กรต้องมีข้อผูกมัดหรือพันธะทางใจว่าจะทำให้งานขององค์กร ประสบผลสำเร็จ และมีความพร้อมที่จะเรียนรู้ การที่องค์กรจะขับเคลื่อนได้ขึ้นอยู่กับสมาชิก ขององค์กร ไม่ได้อยู่ที่โครงสร้างองค์กร โดยตัวโครงสร้างองค์กร จะไม่มีความหมายแต่อย่างใด ถ้าคนในองค์กรไม่มีความสามารถ ดังนั้น เมื่อรับคนดีมีความสามารถเข้ามาร่วมงานกับองค์กรแล้วความจริงที่รับทราบกันคือองค์กรต้องเจริญเติบโต หยุดนิ่งไม่ได้ดังนั้นจำเป็นต้องพัฒนาให้พนักงานรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงของสภาพแวดล้อม และการเติบโตขององค์กร ซึ่งการพัฒนาพนักงาน มีหลายรูปแบบ เช่น การปฐมนิเทศ การฝึกอบรม การมอบหมายงาน การทำงานเป็นกลุ่มคณะ (Team building) การประเมินผลการปฏิบัติงาน การพัฒนาสายอาชีพ เป็นต้น

จากที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษา “การเรียนสมาธิเพื่อพัฒนาศักยภาพ ของผู้บริหาร กรณีศึกษา การทำสมาธิตามแนวทาง สมเด็จพระญาณวชิโรดม (หลวงพ่อวริยงค์ สิรินธโร)” เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาศักยภาพของผู้บริหารให้มีศักยภาพ ในการบริหารงานที่ถูกต้องเหมาะสมตามหลักการของพระพุทธศาสนา ซึ่งมีเป้าหมายสำคัญ ในการฝึกอบรม กาย จิต และปัญญา ของบุคลากรตามแนวทาง สมเด็จพระญาณวชิโรดม (หลวงพ่อวริยงค์ สิรินธโร)

คำถามในการวิจัย

การเรียนรู้สมาธิสามารถช่วยพัฒนาศักยภาพของนักบริหารได้หรือไม่ อย่างไร

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาเรื่องการเรียนสมาธิ ตามแนวทาง สมเด็จพระญาณวชิโรดม (หลวงพ่อวิริยงค์ สิรินธโร)
2. เพื่อศึกษาเรื่องการพัฒนาศักยภาพของผู้บริหาร
3. เพื่อศึกษาแนวทางการเรียนสมาธิเพื่อพัฒนาศักยภาพของผู้บริหาร

ทฤษฎีและแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

แนวคิดและทฤษฎี: ประวัติความเป็นมาของสมาธิ

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2525) อธิบายว่า “สมาธิ” หมายถึง ความตั้งมั่นแห่งจิต ความสำรวมใจให้แน่วแน่ เพื่อเพ่งเล็งสิ่งใดสิ่งหนึ่ง โดยพิจารณาอย่างเคร่งครัดเพื่อให้เกิดปัญญา เห็น แจ่มในสิ่งนั้น

Aurelius, 2006 ได้จำแนกชนิดของสมาธิ โดยอ้างอิงกับศาสนา ลัทธิ และวิธีการ ปฏิบัติมีการแบ่งสมาธิ ไว้ดังนี้

1. สมาธิตามแนวพุทธศาสนา (Buddhism) ในทางพุทธศาสนา ได้แบ่งเป็น สมถะสมาธิ และ วิปัสสนา ซึ่งจำเป็นต่อการตรัสรู้ ดังนั้น สมาธิจึงมีสองแบบ คือ สมาธิแบบธรรมชาติ และสมาธิที่สร้างขึ้น

2. สมาธิตามแนวคริสต์ศาสนา (Christianity) ประเพณีปฏิบัติของชาวคริสต์ มีหลากหลายที่ ถูกจัดว่าเป็นส่วนหนึ่งของการฝึกสมาธิ

3. สมาธิตามแนวศาสนายิว (Judaism) สมาธิตามศาสนายิว หมายถึง การติดต่อกับ แหล่งกำเนิดของชีวิต การปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันของเพื่อนมนุษย์ ซึ่งไม่ใช่การสิ้นสุดหรือการทำให้เกิดนิพพานตามหลักศาสนาพุทธ แต่เป็นการเริ่มต้นของสรรพสิ่ง ศาสนายิวมีนัยยะของการปฏิบัติสมาธิเพื่อให้ เกิดการระลึกถึงความสุข ฝ่า ระวังความสุข และเกิดความเคารพต่อศาสนา (Rabbi Goldie Milgram, 2006)

4. สมาธิตามแนวศาสนาฮินดู (Hinduism) ในศาสนาฮินดูซึ่งเชื่อในเรื่องของการ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ที่เป็นวัฏจักร สมาธิจึงเป็นการฝึกความสงบให้เกิดขึ้นภายในกาย และมีจุดประสงค์ เพื่อลดความร่า ร้อน หรือ ความทุกข์ทรมานทาง

5. สมาธิตามแนวศาสนาอิสลาม (Islam) ในศาสนาอิสลาม การทำสมาธิมี 2 แนวคิด ได้แก่

แนวคิดที่ 1 จาก Quran และ Sunnah เป็นการฝึกสมาธิด้วยการตั้งจิตมุ่งมั่น ที่เรียกว่า Tafakkur โดยสะท้อนให้เห็นว่าสมาธิเป็นเรื่องการเพิ่มผลผลิตจากการคิดและการพัฒนาปัญญาโดยต้องการเข้าถึงพระเจ้า (Maulona Wahududdin Khan, 2006)

แนวคิดที่ 2 จาก Sufism ซึ่งเกิดจากการปฏิบัติด้วยวิธี muraqaba โดยสมาธิในมุมมอง ของ Sufism มีจุดมุ่งเน้นเรื่องการปฏิบัติตนและเป็นกลวิธีหนึ่งที่ใช้การสวดอ่อนน้อมให้ชีวิตได้เดินทางไปสู่ พระหัตถ์ของพระผู้เป็นเจ้า (Alan Godlas, 2006)

6. **สมาธิตามแนวศาสนาซิก (Sikhism)** สมาธิตามแนวศาสนาซิก เป็นเพียงส่วนหนึ่งของกฎ ความ เป็นจริง 3 ข้อ ในการใช้ชีวิตของมนุษย์ ที่คุรุนานัค (Guru Nanak) ได้สอนไว้ ดังนี้ (Society U.K. (Regd.), 2004)

1) Nam Japa หมายถึง การตื่นนอนก่อนพระอาทิตย์ขึ้น ทำความสะอาดร่างกายให้ผู้นับถือศาสนา ซิกทำสมาธิด้วยการสวดอ้อนวอนพระเจ้าเพื่อชำระจิตใจให้ผ่องใส นอกจากนี้ในระหว่างวันการระลึกถึงพระเจ้า ทุกลมหายใจเข้าออกจะช่วยให้จิตใจผ่องใส

2) Dharam di Kirat Karni หมายถึง การทำงานและหากินด้วยหยาตเหงือ การทำงาน เพื่อประทัง ชีวิตทั้งของตนเองและของครอบครัว อย่างซื่อสัตย์ดังนั้นผู้นับถือศาสนา ซิกต้องนำพาชีวิตไปสู่ ความซื่อสัตย์ ความถูกต้อง อย่างมีเกียรติและศักดิ์ศรี

3) Van Ke Chakna หมายถึง การแบ่งปัน อาหาร แรงงาน กับผู้อื่น อย่างมีเหตุมีผล โดยเฉพาะ การแบ่งปันสิ่งต่างๆ โดยมีจุดประสงค์เพื่อการศาสนาและชุมชน

7) **สมาธิตามแนวลัทธิเต๋า (Taoism)** สมาธิตามแนวลัทธิเต๋า เกิดขึ้นเพื่อฝึก จิตใจและร่างกาย ให้สู่ความ สงบ โดยอาศัยปรัชญาในเรื่องของความสมดุลของ หยิน หยาง อันเป็นพลังของจักรวาล ซึ่งการทำสมาธิเป็นการฝึก จิตที่จะกำจัดความคิดที่ชั่วร้าย และใช้เป็นเครื่องมือหนึ่งที่ใช้ในการทำให้จิตใจสงบ (Aurelius, 2006)

8) **สมาธิตามแนวการปฏิบัติแบบ TM (Transcendental Meditation)** เป็นเทคนิคการทำสมาธิที่คิดโดย มหาฤๅษี Mahes Yogi ครูสอนศาสนาชาวอินเดีย ซึ่งมีพื้นฐานมาจากการผสมผสานเทคนิคของศาสนาฮินดู และมน ตราของผู้สอน เน้นการทำสมาธิด้วยการฝึกหายใจเข้าออกลึกๆ และเพ่งไปที่ลมหายใจ เพื่อให้เกิดการผ่อนคลาย (Maharishi Vedic, 2005)

9) **สมาธิตามแนวการปฏิบัติแบบซีคูล่า (Secular)** เป็นผลมาจากการพัฒนาของนักจิตวิทยาชาว เยอรมัน ชื่อโจฮานนา ชูลท์ (Jahannes Schultz, 1932) เป็นการนำแนวคิดทางตะวันออก คือการฝึกสมาธิมาใช้ใน การพัฒนากายและจิตใจ ให้มีความเข้มแข็ง สงบ มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น การทำสมาธิตามแนวการปฏิบัติแบบซีคูล่านี เป็นการทำสมาธิโดยการนั่งบนเก้าอี้หลังตรง การหลับตา และการนับลมหายใจเข้าออก ไม่คิดถึงเรื่องใดๆ และให้ทำ จิตมุ่งมันไปที่ลมหายใจเข้าออก (Susan Kramer, 2006)

แนวคิดและทฤษฎี: การพัฒนาศักยภาพ

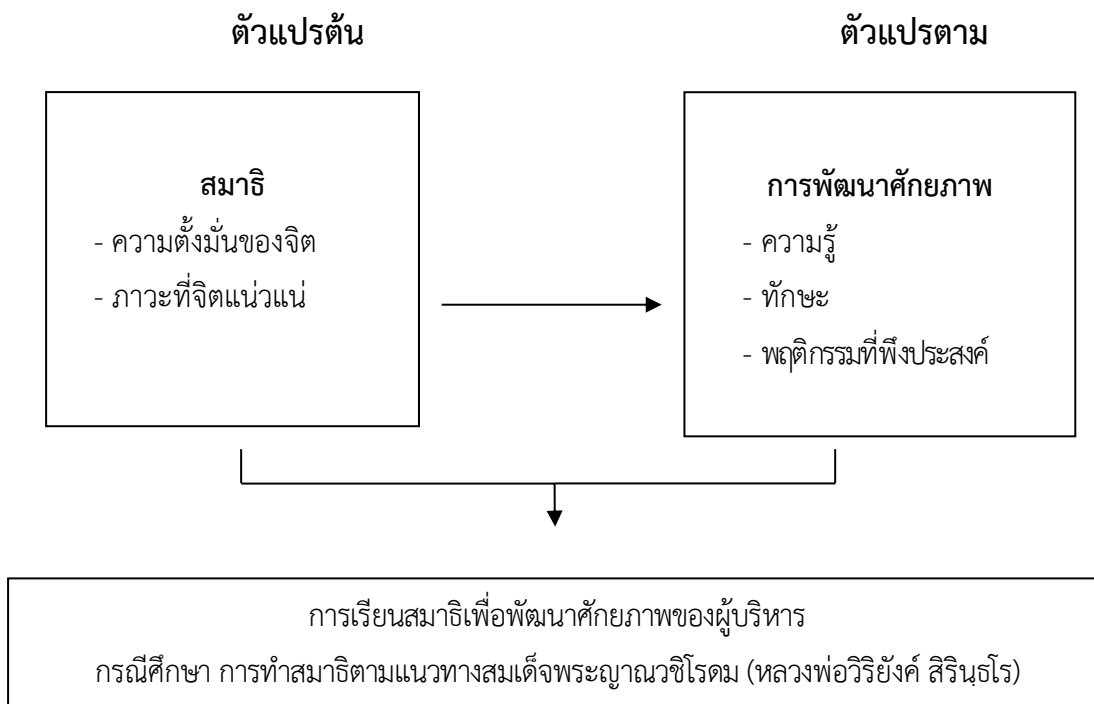
David C McClelland ให้ความหมายและองค์ประกอบศักยภาพ (competency) ไว้ว่าศักยภาพ คือ บุคลิกลักษณะที่ซ่อนอยู่ภายในปัจเจกบุคคล ซึ่งสามารถผลักดันให้ปัจเจกบุคคลนั้นสร้างผลการปฏิบัติที่ดี ตามเกณฑ์ที่กำหนดในงานที่ตนรับผิดชอบ ดังนั้นศักยภาพ คือ กลุ่มของความรู้ (Knowledge) ทักษะ (Skills) และพฤติกรรมที่พึงประสงค์ (Attributes) ที่เกี่ยวข้องกันซึ่งมีผลกระทบต่องานหลักของตำแหน่งงานนั้นๆ และสามารถวัดผลเทียบกับมาตรฐาน ที่เป็นที่ยอมรับ และเป็นสิ่งที่สามารถเสริมสร้างขึ้นมาได้ โดยผ่านการฝึกอบรม และการพัฒนา

แนวคิดและทฤษฎี: หลักคำสอนของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (หลวงพ่อวิริยงค์ สิริวิฑโร)

หลวงพ่อวิริยงค์ สิริวิฑโร ท่านออกแบบหลักสูตรการทำสมาธิ ตั้งแต่ขั้นพื้นฐานถึงขั้นสูง คำสอนที่สำคัญของท่านคือเรื่องการทำสมาธิแบบปริกรรม “การปริกรรม ทำให้จิตเป็นหนึ่ง จิตเป็นหนึ่ง ทำให้เกิดความสงบ” การทำสมาธิจะทำให้เกิดพลังจิตได้ เรียกว่า “พลังจิตตานุภาพ” การทำสมาธินี้จะกำจัดความคิดและพลังอารมณ์ออกไปจนกว่าจิตจะสงบ พลังจิตที่ได้จากการทำสมาธิจะแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ 1) พลังหลัก จะถูกเก็บสะสมไว้ในจิต ไม่มีการแตกสลายตามกายเนื้อแต่สะสมข้ามภพข้ามชาติได้ 2) พลังเฉลี่ย จะถูกใช้ไปในชีวิตประจำวันการทำสมาธิคือการแกะเอาอารมณ์ออกจากจิต เปรียบเสมือนการแกะสนิมออกจากเหล็ก ยิ่งแกะออกมากเท่าไร จิตจะสงบนิ่ง เป็นสมาธิที่ลึกซึ้งได้หลักสูตรญาณสาสมาธิ หลวงพ่อวิริยงค์ สิริวิฑโร กล่าวว่า ญาณสาสมาธิเป็นสมาธิขั้นมหาบัณฑิตที่สูงขึ้นกว่าขั้นครูสมาธิ ในหนังสือเล่มนี้ได้เล่าถึงนิมิตที่เกิดขึ้นจากการทำสมาธิ ไว้ 3 อย่าง ได้แก่

- 1) นิมิตปกติ คือ มโนภาพ หรือภาพที่เกิดขึ้นลอยๆ จากการทำสมาธิ
- 2) อุกคณินิมิต ภาพที่เกิดความจริงที่สามารถขยายได้ ซึ่งเป็นนิมิตที่เกิดจากจิตที่ยกระดับเข้าสู่อัปนา
- 3) ปฏิภาคนิมิต คือ ภาพที่สามารถขยายเกิดขึ้นแบบจินตนาการ

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ระเบียบวิธีวิจัย

เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) ด้วยการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญการทำสมาธิตามแนวทาง สมเด็จพระญาณวชิโรดม (หลวงพ่อวิริยงค์ สิริวิโร) คือ ตัวแทนกลุ่มของนักศึกษาคณะธรรมศาสตร์ แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ประกอบด้วย 1) กลุ่มผู้บริหารภาครัฐ 5 คน 2) กลุ่มผู้บริหารภาคเอกชน 5 คน จำนวนทั้งหมด 10 คน จากวิธีดังนี้

1. กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Information) การสัมภาษณ์เชิงลึกเพื่อศึกษาหลักคำสอนของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (หลวงพ่อวิริยงค์ สิริวิโร) และพฤติกรรมการเรียนรู้ เพื่อเพิ่มศักยภาพการเรียนรู้ โดยคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ซึ่งเป็นตัวแทนกลุ่มของนักศึกษาคณะธรรมศาสตร์ แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ประกอบด้วย 1) กลุ่มผู้บริหารภาครัฐ 5 คน 2) กลุ่มผู้บริหารภาคเอกชน 5 คน จำนวนทั้งหมด 10 คน ซึ่งทั้งหมดเป็นผู้มีความรู้เรื่องหลักสมาธิของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (หลวงพ่อวิริยงค์ สิริวิโร) มีระยะเวลา 2 ปีขึ้นไป

2. วิธีการสุ่ม การสุ่มตัวอย่างจะใช้วิธีการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) เป็นการเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยพิจารณาจากการตัดสินใจของผู้วิจัยเอง ลักษณะของกลุ่มที่เลือกเป็นไปตาม วัตถุประสงค์ของการวิจัย ในเรื่องของประสิทธิภาพการปฏิบัติงานของบุคลากรกับการบริหารจัดการ ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการเลือกตัวอย่างที่มีคุณลักษณะเฉพาะที่ต้องการจะทำการศึกษามีจำนวน 10 ตัวอย่าง คือ ตัวแทนกลุ่มของนักศึกษาคณะธรรมศาสตร์ แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ประกอบด้วย 1) กลุ่มผู้บริหารภาครัฐ 5 คน 2) กลุ่มผู้บริหารภาคเอกชน 5 คน จำนวนทั้งหมด 10 คน

ผลการวิจัย

พบว่า การเรียนสมาธิ มีผลต่อการพัฒนาศักยภาพของนักบริหารใน 3 ด้าน คือ

- (1) ช่วยในการเพิ่มพูนความรู้ในการทำงาน
- (2) ช่วยในการเพิ่มพูนทักษะในการทำงาน
- (3) ช่วยในการเพิ่มพูนพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในการทำงาน ดังนี้

1) ศักยภาพการเรียนรู้ หลังการเรียนสมาธิของนักบริหาร สามารถช่วยพัฒนาศักยภาพด้านการเพิ่มพูนความรู้ในการทำงานของนักบริหารได้ดีขึ้น คิดอย่างมีเหตุมีผล คิดหาสาเหตุ จากหลาย ๆ ปัญหา ที่เรียกว่า เหตุปัจจัยที่ก่อให้เกิดผล เช่น เมื่อเกิดปัญหาอย่างหนึ่ง ต้องหาสาเหตุว่าเกิดจากอะไร โดยเมื่อนำไปใช้ประโยชน์ มีผลทำให้การรับรู้ดีขึ้น ซึ่งช่วยให้เกิดการพัฒนาความเร็วในการตอบสนองการเรียนรู้ เนื่องจากการรับรู้ เป็นปัจจัยสำคัญในการเรียนรู้ ทำให้การเรียนรู้ในหลักการทำงานดีขึ้น รู้จักคิด รู้จักไตร่ตรอง พิจารณาอย่างถี่ถ้วน และนำไปสู่ผลสัมฤทธิ์และวัตถุประสงค์ของงาน

2) ศักยภาพด้านการเพิ่มพูนทักษะในการทำงาน หลังการเรียนสมาธิของนักบริหาร เพื่อให้จิตใจ มีความสงบจากอารมณ์และกิเลสหรือนิวรณ์ทั้งหลาย ช่วยให้ใจไม่ร้อน อารมณ์เย็นขึ้น เป็นเครื่องเสริม ประสิทธิภาพในการทำงาน และการทำกิจทุกอย่าง เพราะสามารถทำให้มีการควบคุมอารมณ์ได้ดี การทำจิตใจให้ สงบ เป็นเครื่องมือหรือวิธีการที่จะนำไปสู่การเกิดปัญญาและยังเป็นข้อพึงปฏิบัติโดยทั่ว ๆ ไปด้วย เพราะการ กระทำทุกอย่างในชีวิตประจำวัน จำเป็นต้องมีสมาธิ เพื่อให้มีสติสัมปชัญญะ จะทำให้ไม่ประมาทหรือทำอะไร ผิดพลาด ปราศจากกิเลส สมาธิจึงเป็นรากฐานของวิปัสสนาหรือการพิจารณาภาวนาธรรมตามแนวทางตามความ เป็นจริงด้วยปัญญาสามารถทำให้ความคิด การแก้ปัญหาเป็นไปอย่างว่องไวและเฉียบคมมากขึ้น

3) ศักยภาพในการเพิ่มพูนพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในการทำงานของนักบริหาร เป็นการทำให้ จิต หลุดพ้นจากกิเลส ช่วยระงับนิวรณ์ ที่เป็นอกุศลกรรมต่างๆ เช่น ความพอใจในกาม ความพยาบาท การใช้ อารมณ์เกรี้ยวกราดที่ปิดกั้นจิตใจไม่ให้บรรลุในการทำความดี และไม่เปิดช่องให้ผู้ปฏิบัติ นำความรู้ และ ประสบการณ์เหล่านั้น ไปก่ออันตรายต่อตนเองและผู้อื่นได้

ข้อเสนอแนะและการใช้ประโยชน์จากการวิจัย

ข้อเสนอแนะการดำเนินการวิจัยครั้งต่อไป ได้แก่

1. ควรศึกษาแนวทางในการปฏิบัติตามหลักการทำสมาธิ เพื่อเพิ่มศักยภาพของผู้บริหารโดย แบ่งตามระดับและหน้าที่ ซึ่งโดยทั่วไป ได้แบ่งผู้บริหารออกเป็น 3 ระดับ คือ (1) ผู้บริหารระดับสูง (Top Manager) เป็นผู้บริหารที่อยู่ในตำแหน่งบริหารสูงสุดขององค์การ ได้แก่ ประธาน รองประธาน หัวหน้า สำนักงานบริหาร กรรมการผู้จัดการใหญ่ กรรมการอำนวยการ ผู้จัดการอาวุโส มีหน้าที่บริหารงานโดยตลอด ทั้งองค์การ ในการกำหนดวัตถุประสงค์ กำหนดกลยุทธ์ กำหนดนโยบาย และวางแผนระยะยาวขององค์การ รวมถึงการตัดสินใจแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่มีความสำคัญ เช่น การผลิต การลดหรือเพิ่มราคาสินค้า การ ดำเนินงานในต่างประเทศ ผู้บริหารระดับสูง จะให้ความสนใจในสภาพแวดล้อมภายนอกองค์การมากกว่า สภาพสภาพแวดล้อมภายในองค์การ (2) ผู้บริหารระดับกลาง (Middle Manager) เป็นผู้บริหารที่อยู่ระหว่าง ผู้บริหารระดับสูงและผู้บริหารระดับต้น ได้แก่ ผู้จัดการโรงงาน ผู้จัดการฝ่ายต่างๆ หรือหัวหน้างานต่างๆ มี หน้าที่รับนโยบายจากผู้บริหารระดับสูงไปปฏิบัติ รับผิดชอบในฝ่ายของตนเอง วางแผนและจัดระเบียบวิธี ปฏิบัติงาน โดยเฉพาะงานในความรับผิดชอบของตนเอง สนับสนุนและดำเนินการให้สำเร็จตามนโยบายของ ผู้บริหารระดับสูง (3) ผู้บริหารระดับต้น (First – Level Manager) เป็นผู้บริหารที่อยู่ส่วนล่างสุดขององค์การ ทำงานที่เกี่ยวข้องโดยตรงกับผู้ปฏิบัติงาน ได้แก่ ผู้ควบคุม หัวหน้างาน หัวหน้าแผนกมีหน้าที่กำกับดูแลและสั่ง การโดยตรงต่อพนักงาน ผู้ปฏิบัติงานตัดสินใจในระยะสั้น วันต่อวัน หรือสัปดาห์ต่อสัปดาห์ รับรายงานโดยตรง จากพนักงานปฏิบัติการ และต้องนำเสนอรายงานต่อผู้บริหารระดับกลางและระดับสูงต่อไป

2. ควรศึกษาปัญหาที่มีผลกระทบต่อ พฤติกรรมการเรียนรู้ ศักยภาพในการดำเนินงาน และ ปัญหา ด้านพฤติกรรมของผู้บริหารในแต่ละระดับ

บรรณานุกรม

- สถาบันพลังจิตตานุภาพ. (2563). ประวัติสมเด็จพระญาณวชิโรดม. [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก : <http://www.samathi.com/>. วันที่สืบค้น 2564, มีนาคม 24.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2545). **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525**. กรุงเทพฯ: อักษรเจริญทัศน์.
- Aurelius, M. (2006). *Meditations*. Published by Penguin Classics Books (first published April 27th 2006)
- McClelland, D. (1993). Testing for Competence Rather than for Intelligence. *American Psychologist*. 28(1): 1-14 ; June, 1973.