

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ในการศึกษา ความเข้าใจเรื่องความสันโดษในพระพุทธศาสนาของนักเรียนมัธยมศึกษาที่เข้าค่ายคุณธรรมในครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความเข้าใจเรื่องความสันโดษในพระพุทธศาสนาของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาที่เข้าค่ายคุณธรรม ของศูนย์บริการวิชาการ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา จังหวัดเชียงใหม่ และเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างความเข้าใจเรื่องความสันโดษในพระพุทธศาสนาของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาที่เข้าค่ายคุณธรรม ก่อนและหลังการเข้าอบรม การศึกษาครั้งนี้ได้แบ่งการศึกษาออกเป็น 2 ส่วน คือ การศึกษาในภาคเอกสาร และศึกษาในภาคสนาม ที่ได้ใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการศึกษาโดยแบบสอบถามที่ใช้ผ่านการตรวจสอบความชัดเจนและความเหมาะสมจากอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญแล้ว และมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Coefficient of Alpha) ตามแบบของ Cronbach เท่ากับ 0.891 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคือนักเรียนระดับมัธยมที่เข้ารับการฝึกอบรมค่ายคุณธรรมของศูนย์บริการวิชาการ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา ณ ค่ายคุณธรรมวัดน้ำบ่อหลวง อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 150 คน โดยทำการเก็บจากประชากรทั้งหมด ข้อมูลที่รวบรวมได้จากแบบสอบถามจะนำมาวิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และใช้สถิติเชิงอนุมานในการวิเคราะห์สมมติฐาน ได้แก่ ค่า t-test และค่า F-test ผลการศึกษาสามารถสรุปได้ดังนี้

5.1 สรุปผลการศึกษา

5.1.1 ผลการวิจัยภาคเอกสาร

จากการศึกษาความหมายของคำว่าสันโดษ พบว่า “สันโดษ” มีรากศัพท์มาจากภาษาบาลี สันโตโส และบางแห่งใช้คำว่า สันตุฎฐิ ซึ่งมีศัพท์มาจากธาตุเดียวกัน คือ ตั+ตุส เขียนแบบสันสกฤตเป็น สันโตษะ แปลเป็นภาษาไทยว่า สันโดษ แปลว่า ความเป็นบุคคลผู้มีความยินดีโดยสม่ำเสมอ หรือผู้สันโดษชื่อว่า สันตุฎฐิ โดยจำแนกประเภทของสันโดษออกเป็น 3 อย่าง เรียกว่า การแบ่งตามประเภทแห่งตักะ คือ หมวดสาม ได้แก่ ขลาดภสสันโดษ(ความยินดีตามที่ได้)

ยถาพลสันโดษ (ความยินดีตามกำลังที่มีอยู่) ยถาสารูปสันโดษ (ความยินดีตามสมควร) สำหรับหลักธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อความสันโดษ ได้แก่ โลภะ (ความอยากได้ในสิ่งต่างๆ ที่เกินความพอดีเกินกว่าฐานะของตน) มหิจจตา (ความมักมาก) ปาปิจจตา (ความเฝ้านำในทางเลวทราม) ตัณหา (ความอยาก) ส่วนหลักธรรมที่เกื้อกูลต่อความสันโดษคือความเพียร จากการศึกษาจะพบว่า พระพุทธเจ้าตรัสเรื่องความสันโดษไว้ที่ไหน จะตรัสความเพียรไว้ที่นั่นหากอธิบายโดยขาดซึ่งหลักความเพียร ทำให้ความหมายเกิดการเปลี่ยนแปลงไปถึงขั้นว่า ความสันโดษนั้นเป็นเป็นการปลีกตัวออกไปอยู่โดดเดี่ยวไม่เกี่ยวข้องกับใครๆ ความหมายที่ยกขึ้นอ้างนั้นคลาดเคลื่อน เกิดจากการมองอย่างเพียงผิวเผินเท่านั้น จะเห็นได้ว่าจากที่กล่าวมานี้ คือ คุณลักษณะของหลักธรรมที่เกื้อหนุนส่งเสริมกันและกัน มีความเกี่ยวเนื่องกัน และที่สำคัญจะต้องนำมาอธิบายประกอบกัน ทั้งนี้เพื่อให้เกิดความเข้าใจในทางที่ถูกต้อง

สันโดษตามแนวพระวินัยปิฎกพระพุทธเจ้ามุ่งเน้นให้พระภิกษุมีความสันโดษในปัจจุบัน 4 กล่าวคือ สันโดษในเครื่องนุ่งห่ม สันโดษในอาหาร สันโดษในที่อยู่อาศัย สันโดษในยารักษาโรค ทั้งนี้สันโดษที่กล่าวมาทั้ง 4 ข้อ เป็นไปเพื่อป้องกันความโลภ ความมักมากที่เกิดขึ้นในจิตใจ นอกจากนี้ยังช่วยให้ไม่ประมาทในชีวิตและการทำงานของตน

วิธีการสร้างความสันโดษให้เกิดขึ้นได้นั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องอาศัยสถาบันต่างๆ ในสังคม อันได้แก่ สถาบันครอบครัว (บทบาทหน้าที่ของพ่อแม่) เด็กมีการเลียนแบบบทบาทของ ผู้ใกล้ชิด และมีแนวโน้มที่จะปฏิบัติตาม หากผู้ใหญ่ใช้ความสันโดษในการดำรงชีวิต เด็กในครอบครัวย่อมปฏิบัติตาม, สถาบันการศึกษา (บทบาทหน้าที่ของครูอาจารย์) ครูและอาจารย์นอกจากจะมีบทบาทด้านอบรมสั่งสอน ให้เด็กมีความรู้ในทางการศึกษาแล้ว มักมีคำกล่าวว่านักเรียนเป็นชีวิตี๊ ครูเป็นแม่พิมพ์ ครูจะปั้นศิษย์ให้เป็นอะไรก็ได้ แล้วแต่ว่าครูจะสอนให้นักเรียนรู้อะไร และอย่างไร, สถาบันศาสนา (บทบาทหน้าที่ของพระสงฆ์) พระสงฆ์สามารถมีส่วนร่วมในการปลูกฝังให้ประชาชน และเยาวชนของชาติเข้าใจเรื่องหลักสันโดษในทางที่ถูกต้องได้ ตลอดจนการรู้จักนำมาประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อสถานการณ์ปัจจุบัน โดยผ่านรูปแบบกระบวนการเทศน์สอนหรือการปาฐกถาธรรมในวันสำคัญต่างๆ ทางศาสนา ตลอดจนการจัดการอบรมตามโครงการค่ายคุณธรรม โครงการจริยธรรมสัญจร อบรมศีลธรรม พระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ เป็นต้น

5.1.2 ผลการวิจัยภาคสนาม

ผลการวิจัยในภาคสนาม โดยใช้แบบสอบถามกับนักเรียนระดับมัธยมที่เข้ารับการฝึกอบรมค่ายคุณธรรมของศูนย์บริการวิชาการ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา ณ ค่ายคุณธรรมวัดน้ำบ่อหลวง อำเภอสันป่าตอง เรื่องเข้าใจเรื่องสันโดษในพระพุทธศาสนาของนักเรียน

มัธยมศึกษาที่เข้าค่ายคุณธรรม พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ที่ตอบเป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 61.33 มีอายุ 15 ปี คิดเป็นร้อยละ 48.00 ศึกษาในชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น คิดเป็นร้อยละ 50.67 ผู้ปกครอง มีอาชีพรับจ้าง คิดเป็นร้อยละ 36.00 มีสถานภาพสมรส คิดเป็นร้อยละ 86.67 โดยมีพ่อและแม่เป็นผู้ให้การอุปการะเลี้ยงดูในปัจจุบัน คิดเป็นร้อยละ 50.67 และนับถือศาสนาพุทธ คิดเป็นร้อยละ 96.67 โดยรวมแล้วก่อนการอบรมกลุ่มตัวอย่างมีความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับความสันโดษในระดับปานกลาง และหลังการอบรมกลุ่มตัวอย่างมีความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับความสันโดษในระดับมาก จะเห็นได้ว่าหลังการอบรมผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับความสันโดษสูงขึ้นในส่วนของการเข้าใจเกี่ยวกับความสันโดษของนักเรียนที่เข้าค่ายคุณธรรม พบว่า ก่อนการอบรมกลุ่มตัวอย่างมีความเข้าใจเกี่ยวกับความสันโดษในระดับน้อย และหลังการอบรมกลุ่มตัวอย่างมีความเข้าใจเกี่ยวกับความสันโดษในระดับมาก จะเห็นได้ว่าหลังการอบรมผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีความเข้าใจเกี่ยวกับความสันโดษสูงขึ้น นอกจากนี้ยังพบว่า ผลที่ได้รับจากการเข้าค่ายคุณธรรมเป็นอันดับ 1 คือ การรับรู้และเกิดความรู้ใหม่ ๆ โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.68 รองลงมาคือ การส่งเสริมคนอื่นให้ปฏิบัติตาม ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.51 ส่วนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและทำตาม และทำให้เข้าใจชีวิตดีขึ้น มีความสุขมากขึ้น นักเรียนมัธยมศึกษาที่เข้าค่ายคุณธรรมในครั้งนี้ให้ความเห็นว่าได้รับผลเป็นอันดับสุดท้าย โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.17

5.1.3 ผลการทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐาน	ผลการทดสอบ
1. ผู้เข้าค่ายคุณธรรมหลังเข้ารับการฝึกอบรมมีความเข้าใจเรื่องความสันโดษมากกว่าก่อนเข้ารับการฝึกอบรม	ยอมรับสมมติฐาน
2. ความแตกต่างในเพศ อายุ และระดับการศึกษามีผลต่อความเข้าใจเรื่องความสันโดษในพระพุทธศาสนาที่แตกต่างกัน	ปฏิเสธสมมติฐาน
เพศกับความเข้าใจเรื่องความสันโดษในพระพุทธศาสนาแตกต่างกัน	ปฏิเสธสมมติฐาน
อายุกับความเข้าใจเรื่องความสันโดษในพระพุทธศาสนาแตกต่างกัน	ปฏิเสธสมมติฐาน
ระดับการศึกษากับความเข้าใจเรื่องความสันโดษในพระพุทธศาสนาแตกต่างกัน	ปฏิเสธสมมติฐาน

5.2 อภิปรายผลการศึกษา

ผลจากการศึกษาเด็กนักเรียนที่เข้าค่ายคุณธรรมของศูนย์บริการวิชาการ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา พบว่าเด็กนักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสันโดษในพระพุทธศาสนา มากขึ้น ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

ผลที่ได้จากการศึกษาความเข้าใจเรื่องสันโดษในพระพุทธศาสนาของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาที่เข้าค่ายคุณธรรม ในตอนที่ 2 เรื่องความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับความสันโดษ หลังการอบรม พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ตอบ “ถูก” ว่าความสันโดษเป็นหลักธรรมในพระพุทธศาสนา ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 98.67 รองลงมาคือ ความสันโดษในพระพุทธศาสนาไม่ช่วยจัดความเห็นแก่ตัวของคนในสังคม คิดเป็นร้อยละ 97.33 ความสันโดษทำให้มนุษย์ในสังคมเกิดความพอใจในสิ่งที่ตนมี คิดเป็นร้อยละ 96.00 หลักเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมีความสอดคล้องกับหลักสันโดษ คิดเป็นร้อยละ 95.33 หลักสันโดษเป็นหลักธรรมที่ไม่ช่วยในการพัฒนาสังคม คิดเป็นร้อยละ 94.67 การนำหลักสันโดษไปปฏิบัติเป็นมงคลสูงสุดของชีวิต คิดเป็นร้อยละ 94.00 ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาวิเคราะห์กระบวนการพัฒนาตนตามแนวคำสอนในมงคลสูตรของประโชชน์ ส่งกลิ่น (2545) พบว่า บุคคลชื่อว่าเป็นผู้สันโดษ เพราะยินดีด้วยปัจจัยตามมีตามได้ ภิกษุชื่อว่าเป็นผู้สันโดษเพราะยินดีด้วยปัจจัยของตน ยินดีด้วยปัจจัยที่มีอยู่ และยินดีโดยสม่ำเสมอ ภิกษุควรยังอัตภาพให้เป็นไปด้วยปัจจัย 4 เท่านั้น ไม่ปรารถนาปัจจัยอื่นไปจากนี้ ละความเป็นคนมักมากเสีย ชื่อว่าเป็นผู้สันโดษด้วยปัจจัยที่มีอยู่ สำหรับอานิสงส์หรือความสำคัญของความสันโดษนั้น พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ในวิริยารัมภาทิวรรค เอกกนิบาตว่า “เราไม่เห็นธรรมอื่นแม้อย่างหนึ่งที่เป็นเหตุให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดก็เกิดขึ้น หรือเป็นเหตุให้กุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วเสื่อมไปเหมือนความสันโดษนี้”

ผลการศึกษาในตอนที่ 3 หลังการอบรมผู้ตอบแบบสอบถามได้รับความรู้ความเข้าใจในเรื่อง ขาลาภสันโดษโดยรวมในระดับมาก ซึ่งมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.27 เมื่อจำแนกตามรายข้อ พบว่าการยินดีกับสิ่งของของตนที่ได้มาโดยสุจริต มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.65 และการไม่ปฏิบัติตนตามแฟชั่น หรือตามเพื่อนในการมีโทรศัพท์มือถือ กระเป๋า เสื้อผ้า มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.89 โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาเปรียบเทียบหลักความสันโดษกับหลักเศรษฐกิจพอเพียงของอุบลรัตน์ ขุนทอง (2549) พบว่า ความสันโดษเป็นหลักสำหรับแก้ปัญหาภายใน และแก้ปัญหาภายนอก เช่น ปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ คือ ให้ทุกคนรู้จักความพอดี ซึ่งเป็นการสร้างจิตสำนึกให้มีขึ้นแก่ทุกคนเสียก่อนเป็นอันดับแรก อันเป็นการเริ่มต้นแก้ปัญหาจากภายในมาสู่ภายนอก และคำนึงถึงเหตุปัจจัยที่ทำให้เศรษฐกิจตกต่ำ และช่วยกันแก้ปัญหาที่เหตุปัจจัยเหล่านั้น จึงจะเป็นการ

แก้ที่ถุกวิธี พระพุทธศาสนาเน้นให้แก้ปัญหาที่เหตุปัจจัย ซึ่งแนวคิดนี้ได้สอดคล้องกับการวิจัยเรื่อง “มงคลสูตร: หลักการพัฒนาชีวิต” ของ จวน วรรณจันทร์ (2549) พบว่า ความหมายของ“พอ” ก็คือพอเพียงนั่นเอง ถ้าคนเราถ้าพอใจในความต้องการ ความโลภน้อยย่อมเบียดเบียนผู้อื่นน้อย ถ้าประเทศใดมีความคิดแบบนี้ มีความคิดว่าทำอะไรต้องพอเพียง หมายความว่าพอประมาณ ซื่อตรง ไม่โลภ คนเราก็คืออยู่เป็นสุข พอเพียงนี้อาจจะมีมากได้แต่ว่าต้องไม่ไปเบียดเบียนคนอื่น ต้องให้พอประมาณ”

ผลการศึกษาในข้อถัดมาผู้ตอบแบบสอบถามได้รับความรู้ความเข้าใจในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับ ขาดพลสันโดษโดยรวมในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.13 เมื่อจำแนกตามลำดับข้อพบว่า ในข้อย่อยที่ว่าด้วยการเลือกเล่นดนตรีที่เหมาะสมกับความสามารถของตนเอง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.28 การเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่ทางโรงเรียนกำหนดให้อย่างสม่ำเสมอ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.25 การเลือกเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับสมรรถภาพของร่างกาย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.00 และข้อสุดท้ายการศึกษาเล่าเรียนอย่างเต็มความสามารถ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.98 ตามลำดับ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาเปรียบเทียบหลักความสันโดษกับหลักเศรษฐกิจพอเพียง ของ อุบลรัตน์ ขุนทอง (2549) พบว่า หลักสันโดษในพระพุทธศาสนาเมื่อศึกษาให้เข้าใจถูกต้องและนำไปใช้ในชีวิตประจำวันจะเป็น ปัจจัยให้เกิดความก้าวหน้าในชีวิตเพราะสันโดษทำให้เกิดความสุขในชีวิต และทำให้ประสบความสำเร็จ และความสันโดษเป็นหลักประการหนึ่งที่จะทำให้เกิดความมั่นคงในชีวิต

ผลการศึกษาในส่วนหลังการอบรมผู้ตอบแบบสอบถามได้รับความรู้ความเข้าใจใน ประโยชน์ของความสุขที่ได้รับจากสันโดษโดยรวมในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.99 เมื่อจำแนกตามลำดับข้อพบว่า ได้รับความรู้ความเข้าใจในประโยชน์ของความสุขที่ได้รับจากสันโดษในระดับมาก และการได้รับการตอบสนองจากสิ่งภายนอกที่พอใจ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.05 การได้รับความสงบสุขจากภายในจิตใจ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.93 ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาเปรียบเทียบหลักความสันโดษกับหลักเศรษฐกิจพอเพียง ของ อุบลรัตน์ ขุนทอง (2549) พบว่า เมื่อบุคคลปฏิบัติตามหน้าที่ของตนให้สมบูรณ์ได้ชื่อว่าเป็นผู้มีความสันโดษ คือความพอใจในหน้าที่ของตน ทำหน้าที่ของตนให้สมบูรณ์ได้ชื่อว่าเป็นผู้มีความสันโดษ คือพอใจในหน้าที่ของตน ทำหน้าที่ของตนให้ดีที่สุด ตามกำลังความสามารถ และโดยชอบธรรม ความสำเร็จจะเกิดแก่ตนเอง นอกจากนี้การรู้จักปฏิบัติหน้าที่ของตนต่อผู้อื่นด้วยเมตตาจิต ความสุข ความสงบ จะเกิดทั้งแก่คนและสังคมโดยรวม

จากที่ได้กล่าวมาข้างต้นนี้ สามารถสรุปได้ว่าเด็กนักเรียนทั้งในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น และระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ได้รับความรู้จากการเข้าค่ายคุณธรรม ซึ่งความรู้ที่แบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ ประการแรก เป็นความรู้ทางด้านทฤษฎี

โดยวิทยากรจะบรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับความสันโดษ ในส่วนที่เกี่ยวกับความหมาย ประเภท ตลอดจนประโยชน์ และโทษ อันเกิดจากการที่บุคคลขาดการนำหลักความสันโดษมา ประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน ท่ามกลางกระแสสังคมที่คนหลงใหลอยู่กับวัตถุ จนกลายเป็นสังคม บริโภคนิยมอยู่ในปัจจุบัน

ในขณะที่เดียวกันก็นำหลักสันโดษมาประยุกต์ใช้ข้อมก่อกำให้เกิดการพัฒนาขับเคลื่อนตนเอง ไปสู่ความเจริญ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของประโยชน์ สังกัด ที่กล่าวถึงคุณค่าของความสันโดษ ไว้ว่า ความสันโดษในมโนทัศน์หลายประการ เช่น ทำให้ตัดกังวลต่างๆ ได้ ทำให้ห่างจาก อภิสลกรรม ทำให้มีความสบายกายสบายใจ และทำให้มีความสุขก้าวหน้า รวมถึงการทำให้บุคคล มีกำลังใจสูงขึ้นเมื่อรู้ว่าสิ่งใดไม่ได้ เพราะเกินความสามารถก็ไม่ฝืนทำ นอกจากนั้นวิทยากรยังได้มี การอธิบายยกตัวอย่างประกอบถึงเรื่องที่ควรสันโดษและไม่ควรสันโดษ เพื่อการนำมาปรับใช้ ในชีวิตประจำวัน ทั้งนี้จะคำนึงถึงความเหมาะสม และความสอดคล้องกับการดำเนินชีวิตประจำวันของ เด็ก เช่น ในด้านการบริโภคอาหาร การรู้จักประหยัดอดออม ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดในงานวิจัยของ พัน ตรีจวน วรรณจันทร์ ความสันโดษ คือการพอเพียง พอมี พอกิน ในที่นี้คือการไม่ฟุ้งเฟ้อ เหม่อหิม ฟุ่มเฟือย ไปตามกระแสความนิยม สอดคล้องกับแนวคิดตามพระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวในเรื่อง ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ทั้งนี้การให้ความรู้ในภาคทฤษฎีกับเด็กนักเรียนที่เข้าค่ายคุณธรรม วิทยากรได้ใช้สื่อการเรียนรู้ มาประกอบการบรรยายด้วย โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้เด็กเกิดความสนใจ และสามารถเข้าใจเรื่องความ สันโดษได้ง่ายขึ้น สื่อที่นำมาใช้ในการอบรมครั้งนี้ เช่น การฉายวีดีทัศน์ โดยนำเสนอตัวอย่างของการใช้ ชีวิตแบบพอเพียง ซึ่งก่อให้เกิดโทษและปัญหาหลายอย่างตามมา อาทิเช่น ปัญหาการขาดวินัยเรียน ปัญหาโรคเอดส์ ปัญหายาเสพติด เป็นต้น นอกจากนี้ ยังมีเกมส์ธรรมะที่สอดแทรกความรู้เกี่ยวกับเรื่อง สันโดษไว้ด้วย

ส่วนในด้านภาคปฏิบัติ เด็กจะได้เรียนรู้เกี่ยวกับความสันโดษ โดยผ่านการใช้ชีวิตประจำวัน ในช่วงที่เข้าค่าย เริ่มตั้งแต่การตื่นนอนในตอนเช้า จนกระทั่งเข้านอนในตอนค่ำ โดยการสอดแทรกเรื่อง ความสันโดษ (พอเพียง) ไว้ในทุกๆ กิจกรรม เช่น ในช่วงเวลารับประทานอาหาร เด็กจะถูกสอนให้ตัก อาหารเพื่อนำมารับประทานอย่างพอประมาณ กับปริมาณความต้องการของร่างกายเท่านั้น

จากความรู้ที่เด็กได้รับจากการเข้าค่ายคุณธรรม เมื่อทำการศึกษาเปรียบเทียบความเข้าใจ เรื่องความสันโดษในพระพุทธศาสนาของเด็กนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมศึกษา ตอนปลายแสดงให้เห็นว่า

ก่อนการอบรมเด็กมีความเข้าใจเรื่องความสันโดษอยู่ในระดับค่าเฉลี่ยที่ 2.22 เมื่อเสร็จสิ้นการอบรม เด็กนักเรียนมีความเข้าใจเรื่องความสันโดษในระดับค่าเฉลี่ยที่ 4.05 เป็นการชี้ให้เห็นว่าเด็กกลุ่มที่เข้าค่ายคุณธรรมจำนวน 150 คน ของมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา ในครั้งนี้ หลังจากการอบรมมีความเข้าใจเรื่องความสันโดษมากขึ้น

ดังนั้น ในเรื่องการพัฒนาตนเอง เรื่องความสันโดษนับว่ามีความสำคัญ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของพระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต) ที่ว่าการรู้จักสันโดษอย่างถูกต้อง อย่างฉลาดมีจุดหมาย เป็นสิ่งที่ดี และต้องไม่ใช่สันโดษอย่างเลือนลอย นั่นคือบุคคลควรรู้จักพอใจ เป็นสุขได้ง่าย ด้วยวัตถุ ทรัพย์สิน สิ่งเสพติด สิ่งบริโภค เท่าที่ตนได้ตนมี ซึ่งหามาได้ด้วยความเพียรพยายามของตน สุจริต ขอบธรรม ไม่ต้องสูญเสียเวลา แรงงานและความคิดไปกับการมัวครุ่นคิด และวุ่นวายตามหาสิ่งเสพ บำเรอตัว แล้วเอาเวลาแรงงาน และความคิดที่สงวนไว้ได้นั้น ไปทุ่มเทให้กับการพัฒนาชีวิตของตน ทำสิ่งดีงามทำหน้าที่การงาน ทำการสร้างสรรค์ บำเพ็ญประโยชน์ที่เป็นกุศลธรรมทั้งหลาย รวมทั้ง การถือกุศลแก่สังคมไปพร้อมกัน

หลักสันโดษกับการนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันที่มีความเหมาะสมและสอดคล้อง คงหนีไม่พ้นเรื่องของ การนำมาใช้ปฏิบัติในด้าน การใช้จ่าย เรื่องการอุปโภคบริโภคปัจจัย 4 ที่มีความจำเป็นต่อการดำเนินชีวิต เพื่อให้บุคคลเห็นความสำคัญและเกิดความเข้าใจในการเป็นผู้รู้จักประมาณตน ไม่ฟุ้งเฟ้อ สุรุ่ยสุร่ายจนเกินกว่าฐานะของตน ซึ่งสอดคล้องกับหลักในพระพุทธศาสนา ที่นอกเหนือจากเป้าหมายให้มรรวาสรู้จักแสวงหาทรัพย์ รักษาทรัพย์ และจ่ายทรัพย์โดยมีปัญญา เห็นถูกต้องแล้ว ยังสอนให้บุคคลเป็นนายเหนือความทะยานอยากได้

ความสันโดษตามนัยแห่งพุทธธรรม จึงมีความสำคัญในการที่จะนำมาเป็นหลักธรรมเพื่อใช้ปลูกฝัง และพัฒนาจริยธรรมอันดีให้เกิดขึ้นกับเด็ก เพื่อการนำมาประพฤติปฏิบัติในชีวิตประจำวัน หากกระทำได้นี้ ย่อมยังประโยชน์ให้เกิดขึ้น ทั้งประโยชน์ตน และประเทศชาติได้ต่อไปในอนาคต สมกับเป็นดินแดนแห่งพระพุทธศาสนาได้อย่างแท้จริง

5.3 ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเพื่อการปฏิบัติ

1. จากการศึกษาพบว่า การเข้าค่ายคุณธรรมสามารถดำเนินกิจกรรมในบทบาทของการจัดเกลาคุณธรรมให้แก่เยาวชนได้สัมฤทธิ์ผล จึงจำเป็นที่จะมีการประสานความร่วมมือระหว่าง ครอบครัว โรงเรียน ชุมชน หน่วยงานภาครัฐ เอกชน และสถาบันทางศาสนาในการจัดกิจกรรมดังกล่าว

2. จากการศึกษาพบว่า เยาวชน และผู้ปกครองให้การยอมรับบทบาทของพระสงฆ์ในการเป็นผู้นำทางศีลธรรม จริยธรรม ซึ่งในที่นี้คือเรื่องความสันโดษ เข้ามาทำหน้าที่ในการจัดเกลาคุณธรรมแก่ผู้คนในสังคม ดังนั้น ควรมีการส่งเสริมบทบาทของพระสงฆ์ในการดำเนินงานเกี่ยวกับการพัฒนาจัดเกลาคุณธรรมให้มากยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

การนำผลการวิจัยในครั้งนี้เพื่อนำไปใช้ให้เป็นประโยชน์หรือเพื่อเป็นแนวทางในการทำวิจัยในครั้งต่อไป โดยผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังนี้

1. ควรมีการศึกษาโดยใช้ตัวแปรอื่น ๆ ที่มีอิทธิพลต่อความเข้าใจเรื่องสันโดษในพระพุทธศาสนาของนักเรียนมัธยมศึกษาที่เข้าค่ายคุณธรรม
2. ควรขยายขอบเขตการศึกษาไปในนักเรียนในกลุ่มอื่น ที่นอกเหนือจากนี้ แล้วนำมาเปรียบเทียบกัน
3. ควรมีการศึกษาหาแนวทางในการส่งเสริมให้พระสงฆ์ได้เข้ามามีส่วนร่วมในการพัฒนาสังคมให้มากขึ้น