**แนวทางการฝึกฝนตนสำหรับเด็กและเยาวชน**

***นายเดชพันธุ์ สวัสดี***

***นักวิชาการศาสนาชำนาญการ***

คุณธรรม เป็นคุณค่าพื้นฐานของความเป็นมนุษย์ เป็นนามธรรมเกี่ยวกับจิตใจที่ดีงาม โดยมนุษย์เป็นสัตว์พิเศษ  
ที่แตกต่างจากสัตว์ทั้งหลาย เพราะมนุษย์นั้นสามารถฝึก ศึกษา และพัฒนาตนเองได้ โดยเฉพาะเด็กและเยาวชน  
ที่นับเป็นคนรุ่นใหม่และเป็นทุนอนาคตของประเทศ ดังนั้น การจะพัฒนาประเทศให้เจริญรุ่งเรืองในมิติคุณธรรม จำเป็นต้องฝึกเด็กและเยาวชนให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์หรือ สัตว์ประเสริฐ เพื่อให้เป็นผู้รู้จักดำเนินชีวิตที่ดีงาม  
ด้วยตนเอง และช่วยให้สังคมดำรงอยู่ในสันติสุข โดยแนวทางการฝึกตนดังกล่าว ประกอบด้วย

1. รู้จักเลือกหาแหล่งความรู้และแบบอย่างที่ดี (กัลยาณมิตตา)
2. รู้จักจัดระเบียบชีวิต และการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม (สีลสัมปทา)
3. พร้อมด้วยแรงจูงใจใฝ่รู้ใฝ่สร้างสรรค์ (ฉันทสัมปททา)
4. พัฒนาตนให้เต็มศักยภาพ (อัตตสัมปทา)
5. มีทัศนคติและค่านิยมที่สมเหตุผล (ทิฏฐิสัมปทา)
6. มีความกระตือรือร้นขวนขวาย ไม่ประมาท (อัปปมาทสัมปทา)
7. รู้จักคิดพิจารณาให้เกิดปัญญารู้เข้าใจความจริงของสิ่งทั้งหลาย (โยนิโสมนสิการสัมปทา)

(สํ.ม. 19/129-136/36-37)

**แหล่งอ้างอิงข้อมูล**

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (๒๕66).ศาสนาและเยาวชน. พิมพ์ครั้งที่ 6. หน้า 36-52.