



โครงการพัฒนาเครือข่ายองค์กรสุขภาวะวิถีพุทธเชิงสร้างสรรค์
สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
และสำนักสนับสนุนสุขภาวะองค์กร
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ



3 ไตร 3 โอวาท



พัฒนาหน่วยอบรมประชาชน
ประจำตำบล (อ.ป.ต.)

สัมมนาเนียกถา

สมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า

กรมการมหาเถรสมาคม

ประธานคณะกรรมการอบรมประชาชนกลาง (อ.ป.ก.)

ประธานคณะกรรมการฝ่ายสาธารณสงเคราะห์ ของมหาเถรสมาคม

เจ้าอาวาสวัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม

พระสุธีรัตนบัณฑิต บรรณาธิการ
พระสุธีวีชิรปฏิภาณ บรรณาธิการร่วม
วุฒินันท์ กันทะเตียน รองบรรณาธิการ

คณะผู้เขียน

ธานี สุวรรณประทีป
วุฒินันท์ กันทะเตียน
กณภัทร ไตรพรพัฒนา



3 ไตร 3 โอวาท พัฒนาหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.)

โดย

ธานี สุวรรณประทีป
วุฒินันท์ ก้นทะเตียน
กณภัทร ไตรพรพัฒนา

โครงการพัฒนาเครือข่ายองค์กรสุขภาวะวิถีพุทธเชิงสร้างสรรค์
สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

และสำนักสนับสนุนสุขภาวะองค์กร
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ

3 ไตร 3 โอวาท

พัฒนาหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.)

คณะที่ปรึกษา

สมเด็จพระมหาธีรราชจารย์ (ประสิทธิ์ เขมังกโร)

กรรมการมหาเถรสมาคม และประธานคณะกรรมการอบรมประชาชนกลาง (อ.ป.ก.)

สมเด็จพระมหาธีรราชวงศ์ (สุชิน อคฺคชิโน)

กรรมการมหาเถรสมาคม

และประธานคณะกรรมการฝ่ายสาธารณูปการของมหาเถรสมาคม

พระพรหมเสนาบดี (พิมพ์ ญาณวีโร)

กรรมการมหาเถรสมาคม และเจ้าคณะภาค 7

พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)

กรรมการมหาเถรสมาคม และประธานกรรมการเผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ

พระธรรมวัชรบัณฑิต (สมจินต์ สมฺมาปญฺโญ)

อธิการบดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พงษ์ศักดิ์ ธีรรัตน์

ผู้อำนวยการสำนักสนับสนุนสุขภาวะองค์กร

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

ยอดขวัญ รุจนกนกนาฏ

นักบริหารแผนงานชำนาญการพิเศษ

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

บรรณาธิการ

พระสุธีรัตนบัณฑิต, รศ.ดร. (สุทิตย์ อากาศโร)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บรรณาธิการร่วม

พระสุธีวชิรปฏิภาณ

เลขาธิการคณะกรรมการอบรมประชาชนกลาง (อ.ป.ก.)

และผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม

รองบรรณาธิการ

วุฒินันท์ กันทะเตียน

คณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

ผู้ทรงคุณวุฒิ

ชลวิทย์ เจียรจิตต์

คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุวิญ รักส์ตัว

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

ณัฏฐพล ศิริสวัสดิ์

คณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

คณะผู้จัดทำ

ธานี สุวรรณประทีป

คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

วุฒินันท์ กันทะเตียน

คณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

กณภัทร ไตรพรพัฒนา

เจ้าหน้าที่บริหารโครงการร่วมระหว่างสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยและสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

จัดพิมพ์และเผยแพร่โดย

โครงการพัฒนาเครือข่ายองค์กรสุขภาวะวิถีพุทธเชิงสร้างสรรค์ สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และสำนักสนับสนุนสุขภาวะองค์กร สำนักสนับสนุนสุขภาวะองค์กร สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

พิมพ์ครั้งที่ 1 มกราคม 2566 / 500 เล่ม ออกแบบรูปเล่ม พีรัช อาชามาส

ข้อมูลทางบรรณานุกรม

ธานี สุวรรณประทีป, วุฒินันท์ กันทะเตียน และกณภัทร ไตรพรพัฒนา
3 ไตร 3 โอวาท พัฒนาหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.).
นนทบุรี : นิติธรรมการพิมพ์.
308 หน้า.
1. หน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล I. ชื่อเรื่อง.
ISBN : 978-616-300-838-1





สมมอทนียกดา



เจ้าประคุณ สมเด็จพระมหาธีรราชย์
(ปสฤทธร้ เขมงุทโร)



กรมการมหาเดรสมาคม
ประธานคณะกรมการอบรมประชาชนกลาง (จ.ป.ก.)
ประธานคณะกรมการฝ่ายสาธารณสงเคราะห้ ของมหาเดรสมาคม
เจ้าอาวาสวัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม

มหาเถรสมาคม มีมติให้มีคณะกรรมการอบรมประชาชนกลาง (อ.ป.ก.) เพื่อส่งเสริม สนับสนุน ช่วยเหลือเกื้อกูล การดำเนินงานหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) จึงถือเป็นภารกิจหนึ่งที่สำคัญในการส่งเสริมความร่วมมือให้ทุกภาคส่วนในสังคมได้ทำงานขับเคลื่อนกิจกรรมร่วมกัน ตลอดจนการส่งเสริมให้เกิดความเกื้อกูลในชุมชนร่วมกันที่เป็นเสมือนตาข่ายคุ้มครองทางสังคมในระดับชุมชน ทั้งนี้ การขับเคลื่อนหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล ถือเป็นกลไกสำคัญที่ทำให้คณะสงฆ์ได้เข้ามามีบทบาทสนับสนุนความเข้มแข็งพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดี และสร้างความอยู่ดีมีสุขให้กับสมาชิกในชุมชนอย่างครอบคลุมด้วยหัวข้ออบรม 8 ด้านคือ ศีลธรรมและวัจนธรรม สุขภาพอนามัย สัมมาชีพ สันติสุข ศึกษาสงเคราะห์ สาธารณสงเคราะห์ กตัญญูกตเวทิตาธรรม และสามัคคี การที่คณะสงฆ์สามารถเป็นส่วนหนึ่งของการบูรณาการความร่วมมือและขับเคลื่อนกิจกรรมที่เป็นต้นแบบที่ดีจะสามารถก่อให้เกิดการส่งเสริมความอยู่ดีมีสุขที่ดี ในระดับชุมชน พื้นที่สร้างสรรค์ และขยายต่อยอดขึ้นในระดับพหุภาคี ประสานสามัคคีด้วยพลังบวร

สำนักสนับสนุนสุขภาวะองค์กร สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ได้ร่วมมือกับคณะผู้ทรงคุณวุฒิ จากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล และสำนักงานคณะกรรมการอบรมประชาชนกลาง จัดทำหนังสือ “3 ไตร 3 โอวาท พัฒนาหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.)” ซึ่งเป็นกุศลเจตนาและแสดงให้เห็นความวิริยะ อุตสาหะ ในการศึกษาวิจัยและบูรณาการองค์ความรู้เป็นหนังสือวิชาการที่มีคุณค่าสามารถขับเคลื่อนงานหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลให้พัฒนาสภาพ

ในนามประธานกรรมการอบรมประชาชนกลาง (อ.ป.ก.) ขออนุโมทนาในกุศลจริยาท่านผู้บริหาร สำนักสนับสนุนสุขภาวะองค์กร สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล ที่มีกุศลเจตนาสนับสนุนงานของคณะสงฆ์เสมอมาขออนุโมทนากุศลวิริยะและสัมมาปัญญาของคณะผู้แต่งและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับการพัฒนาผลงานจัดทำหนังสือ “3 ไตร 3 โอวาท พัฒนาหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.)” ขออำนวยพรให้ทุกท่านเจริญรุ่งเรืองเป็นสุขสวัสดิ์ ภายใต้มารมีธรรมแห่งสถาบันชาติ สถาบันพระพุทธศาสนา และสถาบันพระมหากษัตริย์สืบไป



สมเด็จพระมหาธีรจารย์

กรรมการมหาเถรสมาคม

ประธานคณะกรรมการอบรมประชาชนกลาง (อ.ป.ก.)

ประธานคณะกรรมการฝ่ายสาธารณสงเคราะห์ ของมหาเถรสมาคม

เจ้าอาวาสวัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงเอกสารนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์ลักษณะสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธและเพื่อสังเคราะห์พุทธธรรมจากโครงการการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธตามพันธกิจหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย ใช้แนวคิดสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธของสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต) เป็นกรอบในการศึกษา ใช้วิธีวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) และนำเสนอเชิงพรรณนา ผลการศึกษาพบว่า ลักษณะของสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ เป็นคุณลักษณะที่ปรากฏอยู่ในหลัก 3 ไตร (ไตรสิกขา) ลักษณะแรก ได้แก่การปฏิสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับสิ่งแวดล้อมที่หมายถึงปัจจัย 4 และมนุษย์รวมถึงสัตว์ด้วย เรียกว่าการเสริมสร้างสุขภาวะในแดนแห่งศีลสิกขา ลักษณะที่สอง ได้แก่อาการภายในจิตใจ ซึ่งอยู่เบื้องหลังการที่มนุษย์จะปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม เรียกว่าการเสริมสร้างสุขภาวะในแดนแห่งจิตสิกขา เพื่อมุ่งให้พัฒนาจิตให้มีคุณภาพ สมรรถภาพและคุณภาพ ลักษณะที่สาม เป็นเรื่องของความรู้เข้าใจในชีวิต ซึ่งผลสูงสุดคือหลุดพ้นจากปัญหา ดับทุกข์ได้ เรียกว่าการเสริมสร้างสุขภาวะในแดนแห่งปัญญา สำหรับหลักพุทธธรรมที่ใช้สังเคราะห์นั้นเริ่มจากการยึดหลักโอวาท 3 (โอวาทปาติโมกข์) และขยายไปสู่หลักธรรมย่อยที่สัมพันธ์กับพันธกิจทั้ง 8 ด้าน สามารถเรียกชุดความรู้นี้ได้ว่า “3 ไตร 3 โอวาท พัฒนา อ.ป.ต.”

คำสำคัญ: การสังเคราะห์พุทธธรรม, สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ, หน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล, คณะสงฆ์ไทย

Abstract

This documentary research aimed to analyze characteristics of Buddhist holistic well-being, and synthesize Buddhist principles from the project of Buddhist well-being promotion according to missions of the Tambon People's Training Unit (TPT) under the Thai Sangha. Somdet Phra Buddhaghosacariya (P.A. Payutto)'s concept of Buddhist holistic well-being was used as the study framework. Data were analyzed by content analysis and descriptively presented. Findings showed that the Buddhist holistic characteristics are reflected in the Threefold Trainings (Trisikkha). The first characteristic concerns interaction between human beings and environment, which covers the four necessities of life. Animals are also included. The second characteristic concerns mental activities, which underly human interaction with the environment. It is called promotion of well-being in the realm of mental training to cultivate mental competencies and qualities. The third characteristics concerns knowledge and understanding of life which ultimately leads to liberation from problems or eradication of suffering. It is called promotion of well-being in the realm of wisdom. The Buddhist principles employed in the synthesis include the threefold Pātimokkha Exhortations (Ovādapātimokkha), which are extended to other minor Buddhist principles related to the eight missions. This set of knowledge is called "Threefold Trainings and Exhortations to Develop TPT."

Keywords: Synthesis of Buddhist Principles; Buddhist Holistic Well-being; Tambon People's Training Unit; Thai Sangha

สารบัญ

บทคัดย่อ	ช
Abstract	ณ
สารบัญ	ญ
สารบัญแผนภูมิ	ฐ
สารบัญตาราง	ท
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ฒ
บทที่ 1 บทนำ	18
1.1 หลักการและเหตุผล	19
1.2 วัตถุประสงค์ของการศึกษา	24
1.3 วิธีดำเนินการและขอบเขตการวิจัย	24
1.4 นิยามศัพท์	25
1.5 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	26
บทที่ 2 ลักษณะสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธจากโครงการ การเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธ ตามพันธกิจหน่วยอบรม ประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย	28
2.1 แนวคิดหลักการดำเนินงานของหน่วยอบรมประชาชน ประจำตำบล (อ.ป.ต.)	30
2.2 แนวคิดสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ	41
2.3 กระบวนการพัฒนาสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ	43
2.4 ภาวณา 4 หลักตรวจสอบวัดผลสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ	62
บทที่ 3 พุทธธรรมจากโครงการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธ ตามพันธกิจหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย	70

3.1 พุทธธรรมเชิงหลักการ	71
3.2 พุทธธรรมสัมพันธ์กับพันธกิจหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล	74
3.2.1 พุทธธรรมด้านศีลธรรมและวัณนธรรม	74
3.2.2 พุทธธรรมด้านสุภาพอนามัย	100
3.2.3 พุทธธรรมด้านสัมมาชีพ	129
3.2.4 พุทธธรรมด้านสันติสุข	150
3.2.5 พุทธธรรมด้านศึกษาสงเคราะห์	161
3.2.6 พุทธธรรมด้านสาธารณสงเคราะห์	180
3.2.7 พุทธธรรมด้านกตัญญูกตเวที	191
3.2.8 พุทธธรรมด้านสมัคคีธรรม	206
3.3 สารสรุปท้ายบท	223
บทที่ 4 สังเคราะห์ผลการวิจัย	228
4.1 สังเคราะห์สภาวะองค์รวมแนวพุทธจากโครงการของ หน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลต้นแบบของคณะสงฆ์ไทย	230
4.2 สังเคราะห์พุทธธรรมจากโครงการของหน่วยอบรมประชาชน ประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย	259
4.2.1 พุทธธรรมเชิงหลักการ	259
4.2.2 พุทธธรรมที่สัมพันธ์กับพันธกิจหน่วยอบรม ประชาชนประจำตำบล	259
บทที่ 5 สรุปผลการศึกษาและข้อเสนอแนะ	276
5.1 สรุปผลการศึกษา	277
5.2 ข้อเสนอแนะ	290
บรรณานุกรม	292
ประวัติผู้วิจัย	302

สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิที่

1.1 กรอบแนวคิดการวิจัย	23
2.1 ชีวิต 3 แดนสร้างสุขภาวะองค์รวม	44
2.2 ไตรสิกขาพัฒนาสุขภาวะองค์รวม	61
4.1 3 ไตร 3 โอวาท พัฒนาอ.ป.ต.	275

สารบัญตาราง

ตารางที่

2.1 พันธกิจและสาระสำคัญของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล(อ.ป.ต.)	34
2.2 เป้าหมายพันธกิจกับนัยสัมพันธ์กับสุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธ	37
2.3 เป้าหมายพันธกิจกับนัยสัมพันธ์กับสุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธ	40
2.4 หลักภาวนา 4 วิธีตรวจสอบวัดผล	63
3.1 หลักธรรมที่สัมพันธ์กับพันธกิจอ.ป.ต.	227
4.1 การดำเนินงานโครงการของเครือข่ายหน่วยอบรมประชาชน ประจำตำบลต้นแบบและผลลัพธ์ที่สอดคล้องกับพันธกิจอ.ป.ต.	231
4.2 แจงความถี่ของพันธกิจกับโครงการอ.ป.ต.ต้นแบบ	237
4.3 จำนวนความถี่ของพันธกิจ	244
4.4 หลักพุทธธรรมที่สัมพันธ์กับพันธกิจ และแนวทางการส่งเสริม กิจกรรมของการอบรมตามพันธกิจของ อ.ป.ต.	265
5.1 พันธกิจที่เสริมสร้างสุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธ	278

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

1. คำย่อภาษาไทย

1.1 คำย่อเกี่ยวกับพระไตรปิฎก

อักษรย่อพระไตรปิฎกในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ใช้อ้างอิงจากพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย การอ้างอิงใช้ระบบระบุเล่ม / ข้อ / หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ ตัวอย่างเช่น ที.ม. (ไทย) 10/1-94/1-56 หมายถึง ที่มณิกาย มหาวรรค พระไตรปิฎก เล่มที่ 10 ข้อ 1-94 หน้า 1-56

พระวินัยปิฎก

วิ.มหา. (ไทย)	=	วินัยปิฎก	มหาวิภังค์	(ภาษาไทย)
วิ.ม. (บาลี)	=	วินัยปิฎก	มหาวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
วิ.ม. (ไทย)	=	วินัยปิฎก	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
วิ.จ. (ไทย)	=	วินัยปิฎก	จุฬวรรค	(ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

ที.ม. (บาลี)	=	สุตตันตปิฎก	ที่มณิกาย มหาวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ที.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ที่มณิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ที่มณิกาย ปาฎีกวรรค	(ภาษาไทย)
ม.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย มูลปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.อุ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ส.ช. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย ชั้นธวาวรรค	(ภาษาไทย)
ส.สพ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย สพายตนวรรค	(ภาษาไทย)

ส.ม. (ไทย) =	สุดตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค	(ภาษาไทย)
อง.เอกก. (ไทย) =	สุดตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย เอกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ทูก. (ไทย) =	สุดตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ทูกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ติก. (ไทย) =	สุดตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ติกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.จตุกก. (บาลี) =	สุดตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย จตุกกนิปาตปาติ	(ภาษาบาลี)
อง.จตุกก. (ไทย) =	สุดตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ปญจก. (ไทย) =	สุดตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ปญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ฉกก. (ไทย) =	สุดตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ฉกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.สตุตก. (ไทย) =	สุดตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย สัตตกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.อฏฐก. (ไทย) =	สุดตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย อฏฐกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.นวก. (ไทย) =	สุดตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย นวกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ทสก. (ไทย) =	สุดตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ทสกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.เอกาทสก. (ไทย) =	สุดตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย เอกาทสกนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.ขุ. (ไทย) =	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย ขุททกปาฐะ	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ. (บาลี) =	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย ธมมปทปาติ	(ภาษาบาลี)
ขุ.ธ. (ไทย) =	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย ธรรมบท	(ภาษาไทย)
ขุ.อิติ. (ไทย) =	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย อิติวุตตกะ	(ภาษาไทย)
ขุ.สุ. (ไทย) =	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย สุตตนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.เถร. (ไทย) =	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย เถรคาถา	(ภาษาไทย)
ขุ.ชา. (บาลี) =	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย ชาตกปาติ	(ภาษาบาลี)
ขุ.ชา. (ไทย) =	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย ชาตก	(ภาษาไทย)
ขุ.ม. (ไทย) =	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย มหานิทเทศ	(ภาษาไทย)
ขุ.จู. (ไทย) =	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย จูพนิทเทศ	(ภาษาไทย)

พระอภิธรรมปิฎก

อภิ.สง. (ไทย) = อภิธรรมปิฎก ธรรมสังคณี (ภาษาไทย)

อภิ.วิ. (ไทย) = อภิธรรมปิฎก วิภังค์ (ภาษาไทย)

ปกรณ์วิเสส

วิสุทฺธิ. (บาลี) = วิสุทฺธิมคฺคปกรณ์ (ภาษาบาลี)

วิสุทฺธิ. (ไทย) = วิสุทฺธิมรรคปกรณ์ (ภาษาไทย)

1.2 คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์อรรถกถา

อักษรย่อคัมภีร์อรรถกถาในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ใช้อ้างอิงคัมภีร์อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหา มกุฏราชวิทยาลัย จะแจ้ง เล่ม/ภาค/หน้า เช่น ชุ.ธ.อ. (ไทย) 2/2/243. หมายถึง พระสูตรและอรรถกถาแปล ชุททกนิกาย ธรรมบท เล่มที่ 2 ภาคที่ 2 หน้า 243 ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย 2525 ส่วนการอ้างอิงปกรณ์วิเสส จะใช้ระบุชื่อคัมภีร์ / เล่ม / หน้า เช่น วิสุทฺธิ. 3 / 7. หมายถึง คัมภีร์วิสุทฺธิมรรค เล่ม (ภาค) ที่ 3 หน้า 7.

อรรถกถาพระวินัยปิฎก

วิ.อ. (ไทย) = วินยปิฎก สมันตปาสาทิกาอรรถกถา (ภาษาไทย)

อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

ที.ม.อ. (บาลี) = ทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสินี มหาวคคอรรถกถา (ภาษาบาลี)

ที.ม.อ. (ไทย) = ทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสินี มหาวรรคอรรถกถา (ภาษาไทย)

ที.ปา.อ. (ไทย) = ทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสินี ปาฐกวรรคอรรถกถา (ภาษาไทย)

ส.ม.อ. (ไทย) = สังยุตตนิกาย สारัตถปกาสินี มหาวรรคอรรถกถา (ภาษาไทย)

อง.เอกาทศก.อ.(บาลี) = องคุดตริกนิกาย มโนรตปุรณี เอกาทศกนิปาตอฏฐกถา (ภาษาบาลี)
ขุ.ธ.อ. (ไทย) = ขุททกนิกาย ธรรมบทอรรถกถา (ภาษาไทย)
ขุ.อิติ.อ. (บาลี) = ขุททกนิกาย ปรมตถทีปนี อิติวุตฺตอฏฐกถา (ภาษาบาลี)
ขุ.สุ.อ. (บาลี) = ขุททกนิกาย ปรมตถโชติกา สุตฺตนิปาตอฏฐกถา (ภาษาบาลี)

อรรถกถาพระอภิธรรมปิฎก

อภิ.สง.อ. (ไทย) = อภิธรรมปิฎก ธรรมสังคณี อัญ्ञฐสาลินีอรรถกถา(ภาษาไทย)

ฎีกาพระสุตตันปิฎก

ที.ม.ฎีกา (บาลี)= ทีฆนิกาย ลีนตฺถปฺปกาสนี มหาวคฺคฎีกา (ภาษาบาลี)
สํ.ส.ฎีกา (บาลี)= สํยุตฺตนิกาย ลีนตฺถปฺปกาสนี สคาถวคฺคฎีกา (ภาษาบาลี)

ฎีกาปกรณ์วิเสส

วิสุทฺธิ.มหาฎีกา (บาลี) = ปรมตถมณฺชฺสา วิสุทฺธิมคฺคมหาฎีกา (ภาษาบาลี)

บทที่ 1 บทนำ



1.1 หลักการและเหตุผล

การดำเนินงานของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย เริ่มขึ้นตั้งแต่ปีพุทธศักราช 2518 โดยดำริของสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ฟื้น ชุตินฺธรมหาเถร) อดีตกรรมการมหาเถรสมาคม วัดสามพระยา กรุงเทพมหานคร และให้ถือปฏิบัติตามระเบียบมหาเถรสมาคม ว่าด้วยการตั้งหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล พ.ศ. 2518 ออกโดยอาศัยอำนาจตามความในมาตรา 18 แห่งพระราชบัญญัติคณะสงฆ์ พ.ศ. 2505 โดยให้ใช้บังคับถัดจากวันประกาศในแถลงการณ์คณะสงฆ์¹ ซึ่งถือว่าเป็นการแสดงบทบาทเชิงรุกเป็นครั้งแรกในแวดวงของคณะสงฆ์ไทยอย่างเป็นทางการ เป็นรูปธรรม ที่พร้อมจะรับรู้ปัญหา และร่วมพัฒนาชุมชน ท้องถิ่น ทั้งที่เป็นการทำงานในสถานที่ตั้งคือ “วัด” โดยให้วัดที่นอกเหนือจากการเผยแผ่พุทธธรรมแล้ว ยังเป็นสถานที่ให้การสงเคราะห์ชุมชนในทุกด้านที่ไม่ขัดต่อหลักพระธรรมวินัยและกฎหมายบ้านเมือง ดังที่สมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า กรรมการมหาเถรสมาคม ประธาน

¹ ระเบียบมหาเถรสมาคมว่าด้วยการตั้งหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล พ.ศ.2518, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://www.watmoli.com/wittaya-one/1526/#_ftn1, [10 ธันวาคม 2564].

คณะกรรมการอบรรมประชาชนกลาง (อ.ป.ก) กล่าวว่า “หน่วยอบรรมประชาชนประจำตำบล [ก่อตั้งขึ้น] เพื่อทำหน้าที่อบรรมและปฏิบัติการอันเป็นประโยชน์แก่ประชาชนในตำบลนั้น ๆ โดยมีคณะกรรมการที่มาจากคณะสงฆ์ ผู้นำชุมชน และผู้ทรงคุณวุฒิในพื้นที่ มาร่วมกันคิด ร่วมกันพัฒนา และสร้างสรรค์ตำบลของเราทั้งหลายให้อยู่ดีมีสุข “มั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน” ...”² และเป็นการทำงานโดยใช้พื้นที่นอกจากลานวัดไปสู่สถานบ้าน คือชุมชน ท้องถิ่นที่มีผู้นำชุมชนและคฤหัสถ์เข้าร่วมโดยมีพันธกิจร่วมกันจำนวน 8 ด้านสำคัญ ได้แก่ 1) ศีลธรรมและวัฒนธรรม 2) สุขภาพอนามัย 3) สัมมาชีพ 4) สันติสุข 5) ศึกษาสงเคราะห์ 6) สาธารณสงเคราะห์ 7) กตัญญูกตเวทิตาธรรม และ 8) สามัคคี เป้าหมายสำคัญที่สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ฟื้น ชุตินฺธรมหาเถร) ได้เคยกล่าวไว้ว่าการจัดตั้งหน่วยอบรรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต) นั้นเป็นการยังประโยชน์ทั้งสองฝ่าย คือฝ่ายศาสนจักรและฝ่ายอาณาจักร โดยฝากคณะทำงานอ.ป.ต.ไว้ว่าขอให้ทำงานเพื่อช่วยให้ประชาชนเป็น/มีกำลังใน 4 ด้าน คือ 1) กำลังกาย 2) กำลังความรู้ 3) กำลังใจ และ 4) กำลังทรัพย์ ซึ่งการช่วยเหลือประชาชนหรือสังคมเช่นนี้ก็เท่ากับได้ช่วยศาสนจักรไปด้วย และผลการปฏิบัติงานของ อ.ป.ต. ก็จะสามารถประโยชน์กลับมาสู่บวรพระพุทธศาสนา 3 ประการหลัก

ได้แก่ 1) เป็นปราการปกป้องพระพุทธศาสนา 2) เป็นการรักษาสังฆมณฑล และ 3) ป้องกันความอัปมงคลของวัดวาอาราม³ การที่พระสงฆ์ได้แสดงบทบาทผ่านโครงการดังกล่าว จึงเป็นการสะท้อนทั้งสภาพปัญหาของฝ่ายพระสงฆ์และฝ่ายชาวบ้านไปพร้อมกัน แต่หากการจัดตั้งหน่วยอบรรมฯได้ดำเนินการสัมฤทธิ์ผล ย่อมหมายถึงการทำให้เกิดความมั่นคง มั่งคั่ง และ

² สมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า, “อ.ป.ต.ศูนย์กลางชุมชน”, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <https://www.dailynews.co.th/news/352426/>. [10 ธันวาคม 2564]

³ มนัส ภาควงศ์, “อ.ป.ต.ในวัด พ่อพระที่เกือบถูกลืมกับบทบาทของการอบรรมพัฒนาชาวบ้าน”. [ออนไลน์] แหล่งที่มา: <http://nadoon.msu.ac.th/~isan/isan7/cps6212.pdf>. [9 ธันวาคม 2564].

ยังยืนไปพร้อมกันด้วย การดำเนินงานของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ที่ดูผิวเผินอาจไม่เข้มข้นเหมือนกับหน่วยงานของรัฐที่มีชื่อใกล้เคียงกัน คือองค์การบริหารส่วนตำบล (อบต.) ซึ่งเป็นหน่วยงานที่ตั้งขึ้นตามระเบียบของ กระทรวงมหาดไทย พ.ศ. 2538 ที่ตั้งหลังหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ถึง 20 ปี ทำให้หน่วยงานของฝ่ายสงฆ์นั้นเป็นเสมือน ผู้ปิดทองหลังพระ หรือเรียกว่า “พ่อพระที่เกือบถูกลืม”⁴ แต่อย่างไรก็ตาม การพัฒนาส่งเสริม สนับสนุนการทำงานของคณะสงฆ์ก็ยังดำเนินไปอย่างช้า ๆ แม้จะขาดช่วงขาดตอนไปบ้าง แต่ยังมีหน่วยงานเสริมทัพกำกับอยู่เสมอมา โดยเฉพาะเมื่อมีการขับเคลื่อนโครงการหมู่บ้านรักษาศีล 5 หน่วยงานอ.ป.ต. จึงกลับเข้ามามีบทบาทโดดเด่นอีกครั้ง หน่วยงานภาครัฐ ประชาชนให้ความร่วมมือสนับสนุนอย่างเต็มกำลัง มีการออกหนังสือราชการกำกับถึงสำนักงาน ส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นทุกแห่งให้ดำเนินกิจกรรมส่งเสริมให้เป็นรูปธรรม ดังเช่น หนังสือเรื่อง การขับเคลื่อนโครงการ “หมู่บ้านรักษาศีล 5” ตามแนวทาง ของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (หน่วย อ.ป.ต.) ซึ่งออกโดยรองผู้ว่า ราชการจังหวัดนครปฐม⁵

กิจกรรมดังกล่าวจึงเป็นพันธกิจร่วมโดยมีพระสงฆ์ผู้นำเป็นต้นทาง และมีหน่วยงานของรัฐเป็นผู้ร่วมทาง เพื่อร่วมขับเคลื่อนงานทั้ง 8 ด้าน ผลการดำเนินงานของแต่ละจังหวัดแต่ละหน่วยมีการศึกษาวิเคราะห์เพื่อปรับปรุง พัฒนาเป็นระยะ ๆ เพื่อสะท้อนการทำงานของคณะสงฆ์ร่วมกับข้าราชการ ประชาชนในท้องถิ่นต่าง ๆ ในประเทศไทยที่มีหน่วยที่ตั้งของอ.ป.ต. เช่น การ ปฏิบัติงานหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) อำเภอพร้าว จังหวัด เชียงใหม่ ซึ่งพบว่าภารกิจ 8 ด้านนั้นด้านที่ 1 คือศีลธรรมและวัฒนธรรม เป็น

⁴ เรื่องเดียวกัน, อ้างแล้ว.

⁵ [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.nptlocal.go.th/files/order/20161111133009cumep.pdf>, [10 ธันวาคม 2564]

ระดับที่ได้รับการปฏิบัติมากที่สุด โดยอาศัยกิจกรรมประเพณีท้องถิ่นเป็นสื่อกลางในการทำกิจกรรม บางด้านก็ควรตั้งข้อสังเกต เช่น ด้านกตัญญูกตเวทิตาธรรม มีการปฏิบัติอยู่ในระดับมากแต่ไม่ถึงกับมากที่สุด เป็นต้น⁶ หรือผลการศึกษาที่พบว่าบางหน่วย ยังขาดการส่งเสริมศีลธรรมและจริยธรรมแก่ประชาชนอย่างต่อเนื่อง การอบรมพ่อแม่ด้านกตัญญูกตเวทิตาธรรมแก่นักเรียนในวันสำคัญต่าง ๆ ยังต้องมีเพิ่มเติม⁷ การที่วัดได้แสดงบทบาทเป็นศูนย์กลางวัฒนธรรมและสังคมนี้ เป็นเครื่องหมายแสดงได้ว่าศาสนาไม่เพียงมีความหมายที่พึงทางจิตใจเท่านั้น แต่ยังหมายรวมไปถึงคุณภาพชีวิตในด้านต่าง ๆ ด้วยและด้วยเหตุที่วัดเป็นศูนย์กลางของหมู่บ้านและชุมชน วัดจึงรับเอาบทบาทในฐานะที่เป็นวิถีชีวิตและยังเป็นสื่อแสดงถึงสถานภาพทางสังคมไปพร้อมกัน มีบทบาทในฐานะเป็นวิถีปฏิบัติในชีวิตและสถานภาพทางสังคม เป็นจุดแลกเปลี่ยนความสัมพันธ์ทางสังคมไปยังหมู่บ้าน⁸ จึงกล่าวได้ว่าเป็นลักษณะของพุทธศาสนาเชิงปฏิบัติ วัดจึงเป็นหน่วยตั้งความสัมพันธ์ทางสังคมพร้อมกับเป็นสถานที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจได้ด้วย

ความสำคัญของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) จึงผูกกับเงื่อนไขทั้งฝ่ายคณะสงฆ์และฝ่ายคฤหัสถ์ เพื่อจัดและดำเนินการให้วัดและชุมชนท้องถิ่นพัฒนาประชาชนไปพร้อมกัน แต่การดำเนินการมีช่วงระยะเวลาที่ไม่ต่อเนื่องพอสมควร กระทั่งมีการกระตุ้นเพื่อขับเคลื่อนหน่วยอบรมประชาชน

⁶ พระอธิการจรัส อภินันโท (สิงห์น้อย), “การปฏิบัติงานของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ ในเขตอำเภอพร้าว จังหวัดเชียงใหม่”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพระพุทธศาสนา**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2555), บทคัดย่อ.

⁷ พระครูอาทรวชิรภิกขุ (มานะ ฐานิสฺสโร), “การพัฒนาการจัดการหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล ในจังหวัดกำแพงเพชร”, **ปริญญาพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการเชิงพุทธ**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2561), บทคัดย่อ.

⁸ พินิจ ลาภอนานนท์, **พุทธศาสนาเชิงปฏิบัติของคนไทยอีสาน : ศาสนาในความเป็นภูมิภาค**, ผู้แปลและเรียบเรียง, (กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2554), หน้า 124-127

ประจำตำบล (อ.ป.ต.) อีกครั้ง โดยมีสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยดำเนินการวิจัยภายใต้โครงการการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ในสังคมไทย ซึ่งได้รับทุนสนับสนุนจากสำนักสนับสนุนสุขภาวะองค์กร สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ ผลการศึกษาในครอบคลุมในมิติต่างๆ โดยเฉพาะมิติที่จะส่งเสริมสุขภาวะแนวพระพุทธศาสนาของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลในสังคมไทย รวมถึงยกระดับหรือพัฒนาพระสงฆ์ของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลให้เป็นนักเทศน์ส่งเสริมสุขภาวะด้วย มีการดำเนินโครงการที่สอดคล้องกับพันธกิจทั้ง 8 ด้านอย่างเป็นรูปธรรมและสื่อถึงการนำหลักธรรมในพระพุทธศาสนามาสู่ประชาชน ชุมชนในท้องถิ่นต่างๆ เช่น โครงการรื้อถอนสาธารณสงเคราะห์ให้ธรรม ให้ทาน ให้ความรู้ สู้ภัยไวรัสโคโรนา (Covid-19) หรือโครงการส่งเสริมศีล 5 สัมมาชีพ ฯลฯ⁹

การพัฒนากิจกรรมของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลซึ่งดำเนินการตามปกติอย่างหนึ่ง และส่วนที่ได้รับการสะท้อนจากโครงการวิจัยอีกส่วนหนึ่ง ได้สะท้อนถึงคุณภาพชีวิต สุขภาวะเชิงพุทธ โดยอาศัยเครื่องมือคือประชาชนและพระสงฆ์ ทำให้ภาพของวัดซึ่งเป็นสถานที่ตั้งหน่วยเป็นสถานที่เรียนรู้ และมีการเสริมแทรกด้วยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ดังที่สมเด็จพระมหาธีรราชจารย์ กล่าวว่า “เป็นการพัฒนาให้วัดสร้างกิจกรรมการเรียนรู้ที่สอดแทรกหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาให้ประชาชนได้เข้าร่วมทำกิจกรรมร่วมกัน โดยมีเป้าหมายสูงสุด คือ สร้างความสามัคคีปรองดอง สมานฉันท์ไว้เนื้อเชื่อใจและเข้าใจความแตกต่างทางความคิด ตลอดจนพร้อมรับฟังและ

⁹ ดูรายละเอียดใน พระสุธีรัตนบัณฑิต และคณะ, รายงานวิจัยโครงการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย, (นนทบุรี : นิตยธรรมการพิมพ์, 2563).

ไกล่เกลี่ยปัญหาอย่างสันติสุข ..”¹⁰ การดำเนินกิจกรรมตามพันธกิจ 8 ด้านของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) จึงมีนัยยะของหลักธรรมที่ปรากฏในกิจกรรมดังกล่าวในรูปแบบใดรูปแบบหนึ่ง และย่อมสะท้อนถึงสุขภาวะของประชาชนไปพร้อมกัน ดังนั้น การส่งเสริมพุทธธรรมตามพันธกิจที่เสริมสร้างสุขภาวะองค์กรรวมของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทยจึง เป็นการสะท้อนกลับไปยังผู้ริเริ่มหน่วยนี้ขึ้นมาว่าผู้ปฏิบัติงานจะสามารถเพิ่มพลังกาย พลังความรู้ พลังใจ และพลังทรัพย์ให้ประชาชนในท้องถิ่นได้หรือไม่อย่างไร ซึ่งเป็นความหมายที่สื่อถึงสุขภาวะในตัวเองอยู่แล้ว

1.2. วัตถุประสงค์ของโครงการ

1. เพื่อวิเคราะห์ลักษณะสุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธจากโครงการการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธตามพันธกิจหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย
2. เพื่อสังเคราะห์พุทธธรรมจากโครงการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธตามพันธกิจหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย

1.3 วิธีดำเนินการและขอบเขตการวิจัย

1. การวิจัยครั้งนี้ คณะผู้วิจัยออกแบบให้เป็นการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) เนื่องจากเป็นงานวิจัยที่ต้องการสังเคราะห์และพัฒนาองค์ความรู้ที่เกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาวะวิถีพุทธจากรายงานวิจัยชุดโครงการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธตามพันธกิจหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย ซึ่งดำเนินการโดย พระสุธีรัตนบัณฑิต รัช.ดร., และคณะ

¹⁰ สมเด็จพระมหาธีราจารย์ “อ.ป.ต.ศูนย์กลางชุมชน”, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <https://www.dailynews.co.th/news/352426/>, [10 ธันวาคม 2564].

2. การเก็บรวบรวมข้อมูล สำหรับข้อมูลที่จะเป็นฐานวิเคราะห์ แบ่งออกเป็น 2 ประเภทหลัก ได้แก่ 1) เอกสารที่เกี่ยวข้องกับสุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธและการดำเนินงานของของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ซึ่งประกอบด้วยเอกสารแนวคิดเกี่ยวกับสุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธของสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต) รายงานวิจัยโครงการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ในสังคมไทย เอกสารวิชาการที่เกี่ยวข้องกับสุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธ รายงานวิจัยเกี่ยวกับการดำเนินงานของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) 2) เอกสารสำคัญทางพระพุทธศาสนาโดยตรง ได้แก่พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา ปกรณ์ วิเสสรวมทั้งข้อมูลเอกสารอื่น ๆ

3. การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยใช้วิธีวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) โดยใช้ฐานข้อมูลพันธกิจ 8 ด้านของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) และหลักพุทธธรรมที่สัมพันธ์กับพันธกิจทั้ง 8 ด้านเป็นข้อมูลสำคัญ เพื่อบรรยายและแยกสาระสำคัญที่ปรากฏในข้อมูลเหล่านั้น (Message) โดยวิเคราะห์ภายใต้กรอบแนวคิดสุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธเพื่อแสดงให้เห็นลักษณะสุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธและหลักพุทธธรรมจากของพันธกิจดังกล่าว

4. สรุปผลการศึกษาและนำเสนอผลวิจัย ผู้วิจัยสรุปและนำเสนอข้อมูลเป็นข้อความแบบพรรณนา ประกอบภาพแผนภูมิ ตาราง เพื่ออธิบายสรุปเนื้อหาหรือใจความสำคัญตามวัตถุประสงค์ของการศึกษารวมถึงสรุปเป็นข้อเสนอแนะที่ได้จากการศึกษา

1.4 นิยามศัพท์

สุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธ หมายถึง ชีวิตซึ่งเป็นที่รวมขององค์ประกอบย่อยต่าง ๆ ที่ก่อรูปและสัมพันธ์กับกระบวนการดำเนินชีวิต ซึ่งในที่นี้คือความสัมพันธ์อย่างกลมกลืนขององค์ร่วมชีวิต 3 แดน ได้แก่ 1) แดนศีล

2) แคนภาวะจิต 3) แคนปัญญา ซึ่งเรียกรวมว่า “ไตรสิกขา”

การสังเคราะห์พุทธธรรม หมายถึง การใช้วิธีวิเคราะห์ สังเคราะห์ โดยการตีความหลักธรรม ภายใต้บริบทของการดำเนินโครงการวิจัยโครงการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ในสังคมไทย

หน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) หมายถึง หน่วยงานของคณะสงฆ์ที่ออกตามระเบียบมหาเถรสมาคม ว่าด้วย พ.ศ. 2546 โดยยกเลิกระเบียบมหาเถรสมาคม พ.ศ. 2518 ซึ่งมีวัตถุประสงค์การจัดการตั้งเพื่อการส่งเสริมหลักแห่งความมั่นคงในสังคมไทย 8 ประการ ได้แก่ ศีลธรรมและวัฒนธรรม สุขภาพอนามัย สัมมาชีพ สันติสุข ศึกษาสังเคราะห์ สาธารณสงเคราะห์ กตัญญูกตเวทิตาธรรม และสามัคคีธรรม

1.5 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ชุดความรู้จากการสังเคราะห์พุทธธรรมจากโครงการวิจัย จะเป็นแนวทางการทำงานของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ในแง่การพินิจและเสริมความมั่นใจในการทำงานด้านพระพุทธศาสนายิ่งขึ้น การยกระดับหลักพุทธธรรมนำไปสู่การปฏิบัติจริงจะเสริมส่งให้ผู้ปฏิบัติ และผู้รับประโยชน์จากการปฏิบัติมีความสุขตามแนวสุขภาวะเชิงพุทธ

1.6 กรอบคิดการวิจัย

การดำเนินการวิจัยครั้งนี้เน้นการวิเคราะห์สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ จากแนวคิดสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ ใช้กรอบการอธิบายของเจ้าประคุณสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต) และสังเคราะห์พุทธธรรมซึ่งตีความจากการดำเนินโครงการ/กิจกรรมการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธตามพันธกิจหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย จากแหล่งข้อมูล

ได้แก่ พระไตรปิฎก อรรถกถาคัมภีร์สำคัญอื่นที่เกี่ยวข้อง โดยใช้พันธกิจทั้ง 8 ด้านที่ดำเนินโครงการโดยหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต) เป็นข้อมูลหลักสำหรับวิเคราะห์และสังเคราะห์ ตามภาพแผนภูมิแสดงกระบวนการวิจัย ดังนี้

แผนภูมิที่ 1.1

กรอบแนวคิดการวิจัย

แนวคิดสุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธ

- องค์กรประกอบด้วยแดนศีล
- องค์กรประกอบด้วยแดนสมาธิ/จิต
- องค์กรประกอบด้วยแดนปัญญา

พุทธธรรมเชิงหลักการ และพุทธธรรมที่สัมพันธ์กับพันธกิจของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.)

โครงการ/กิจกรรมของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ตามพันธกิจ 8 ด้าน ได้แก่

- | | | | |
|-----------------------|--------------------|-------------------|----------------|
| 1) ศีลธรรมและวัฒนธรรม | 2) สุขภาพอนามัย | 3) สัมมาชีพ | 4) สันติสุข |
| 5) ศึกษาสงเคราะห์ | 6) สาธารณสงเคราะห์ | 7) กตัญญูกตเวทิต์ | 8) สามัคคีธรรม |

ลักษณะสุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธ จากพันธกิจของหน่วยอ.ป.ต.

พุทธธรรมจากพันธกิจของหน่วยอ.ป.ต.

พุทธธรรมสังเคราะห์จากโครงการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธตามพันธกิจหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย



บทที่ 2

ลักษณะสุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธจากโครงการ
การเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธตามพันธกิจหน่วยอบรม
ประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย



การดำเนินงานของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย เริ่มขึ้นตั้งแต่ปีพุทธศักราช 2518 โดยดำริของสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ฟื้น ชุตินฺธรมหาเถร) อดีตกรรมการมหาเถรสมาคม วัดสามพระยา ถือว่าเป็นการแสดงบทบาทเชิงรุกเป็นครั้งแรกในแวดวงของคณะสงฆ์ไทยอย่างเป็นรูปธรรม เป็นกิจกรรมสะท้อนถึงสภาวะของประชาชนไปพร้อมกันโดยอาศัยวัดเป็นฐานและมีหน่วยงาน องค์การภาครัฐระดับท้องถิ่นเป็นผู้มีส่วนร่วม และเป็นแนวคิดสภาวะแบบองค์รวมบนฐานของหลักธรรมในพระพุทธศาสนา ดังที่สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้เสนอไว้ ซึ่งในงานวิจัยนี้จะใช้เป็นกรอบวิเคราะห์สำหรับการดำเนินพันธกิจทั้ง 8 ด้านของโครงการหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย ดังนั้น ในบทนี้จึงเสนอข้อมูลสำคัญ 2 ชุด ได้แก่ 1) แนวคิดหลักการดำเนินงานของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) เพื่อทำความเข้าใจหลักการเหตุผล และ 2) แนวคิดสภาวะองค์รวมแนวพุทธ ดังนี้

2.1. แนวคิดหลักการดำเนินงานของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.)

2.1.1 หลักการและเหตุผลการก่อตั้งหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.)

หน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย เริ่มขึ้นตั้งแต่ปีพุทธศักราช 2418 โดยดำริของสมเด็จพระพุฒาจารย์ (พื้น ชุตินฺธรมหาเถร) อดีตกรรมการมหาเถรสมาคม วัดสามพระยา กรุงเทพมหานคร และให้ถือปฏิบัติตามระเบียบมหาเถรสมาคม ว่าด้วยการตั้งหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล พ.ศ. 2518 ออกโดยอาศัยอำนาจตามความในมาตรา 18 แห่งพระราชบัญญัติคณะสงฆ์ พ.ศ. 2505 โดยให้ใช้บังคับถัดจากวันประกาศในแถลงการณ์คณะสงฆ์¹ สาระสำคัญของแนวคิดนี้คือการยกระดับขององค์กรทางพุทธศาสนา คือ “วัด” ให้เป็นศูนย์กลางการพัฒนาในการเผยแผ่และเป็นศูนย์กลางชุมชน ที่จะส่งเคราะห์เกื้อกูลประชาชนในทุก ๆ ด้านที่ไม่ขัดต่อหลักพระธรรมวินัยและกฎหมาย ให้เป็นสถานที่ให้การสงเคราะห์ชุมชนในทุกด้านที่ไม่ขัดต่อหลักพระธรรมวินัยและกฎหมายบ้านเมือง อีกทั้งส่งผลเป็นนัยที่สร้างความเป็นปึกแผ่นแน่นหนากต่อการคณะสงฆ์และประชาชน ให้เป็นไปตามเป้าหมายสำคัญที่สมเด็จพระพุฒาจารย์ (พื้น ชุตินฺธรมหาเถร) ได้เคยกล่าวไว้ว่าเป็นการยังประโยชน์ทั้งสองฝ่าย คือฝ่ายศาสนจักรและฝ่ายอาณาจักร โดยได้ฝากคณะทำงานหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล และผู้เกี่ยวข้องว่าขอให้ทำงานเพื่อช่วยให้ประชาชนเป็นหรือมีกำลังใน 4 ด้าน คือ 1) กำลังกาย 2) กำลังความรู้ 3) กำลังใจ และ 4) กำลังทรัพย์ ซึ่งการช่วยเหลือประชาชนหรือสังคมเช่นนี้ก็เท่ากับได้ช่วยศาสนจักรไปด้วย และผลการปฏิบัติงานของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลจะสะท้อนประโยชน์กลับมาสู่บวร

¹ ระเบียบมหาเถรสมาคมว่าด้วยการตั้งหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล พ.ศ.2518, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://www.watmoli.com/wittaya-one/1526/#_ftn1, [10 ธันวาคม 2564]

พระพุทธศาสนา 3 ประการหลัก ได้แก่ 1) เป็นปราการปกป้องพระพุทธศาสนา 2) เป็นการรักษาสังฆมณฑล และ 3) ป้องกันความอัปจนของวัดวาอาราม²

เป้าหมายเชิงผลลัพธ์ทั้ง 3 ประการนั้น นับว่าเป็นความหมายแฝงที่สำคัญมาก กล่าวคือ เมื่อพระสงฆ์ซึ่งดำเนินการร่วมกับบุคคลหลายฝ่ายโดยเฉพาะฝ่ายรัฐ จะช่วยให้เห็นภาพการทำงานร่วมกัน การทำงานของพระสงฆ์อย่างเข้มข้นเข้มแข็ง จะส่งผลให้เกิดเป็นกำแพงหรือป้อมปราการด้านภักดีที่จะเกิดแก่พุทธอาณาจักรได้ ส่วนผลที่จะเป็นการรักษาสังฆมณฑลนั้น ย่อมเกิดตามมาจากการทำงานเป็นหนึ่งเดียวกันของคณะสงฆ์ หรืออาจมองในภาคการปกครอง พระสงฆ์ที่อยู่ภายใต้สังฆมณฑลทั้งหมด จะหลวมรวมกันทำงานเพื่อพระศาสนาและประชาชนอย่างแท้จริง สำหรับผลลัพธ์ข้อที่สาม คือเป็นการป้องกันความอัปจนของวัดวาอารามนั้น อาจพิจารณาได้ทั้งสองด้าน คือ ด้านที่ทำให้เห็นความสำคัญของวัดว่าเป็นแหล่งทรัพยากรที่สำคัญ คือพระสงฆ์ย่อมจะแสดงภาวะผู้นำทางปัญญาให้กับประชาชนได้ และเมื่อพระสงฆ์หรือวัดเป็นศูนย์กลางการทำงานด้านนี้แล้ว พุทธศาสนิกชนทั่วไปย่อมจะช่วยทำนุอุปถัมภ์วัดวาอารามไปพร้อมกัน

การดำเนินงานของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล ได้ดำเนินไปในช่วงระยะเวลาหนึ่ง และได้เลือนจางไประยะหนึ่ง แต่เมื่อทั้งภาครัฐและภาคคณะสงฆ์ได้ให้ความสำคัญกับการขับเคลื่อนโครงการหมู่บ้านรักษาศีล 5 หน่วยงาน อ.ป.ต. จึงกลับเข้ามามีบทบาทโดดเด่นอีกครั้ง โดยหน่วยงานภาครัฐได้ให้ความร่วมมือสนับสนุนอย่างเป็นทางการ มีการออกหนังสือราชการกำกับถึงสำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นทุกแห่งให้ดำเนินกิจกรรมที่เป็นไปตามแนวทางของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (หน่วย อ.ป.ต.)³

² มนัส ภาคภูมิ, “อ.ป.ต.ในวัด พ่อพระที่เกือบถูกลืมกับบทบาทของการอบรมพัฒนาชาวบ้าน”. [ออนไลน์] แหล่งที่มา: <http://nadoon.msu.ac.th/~isan/isan7/cps6212.pdf>. [9 ธันวาคม 2564].

³ [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.nptlocal.go.th/files/order/20161111133009cumep.pdf>, [10 ธันวาคม 2564].

พระสุธีรัตนบัณฑิต เจ้าอาวาสวัดสุทธิวาราม ในฐานะกรรมการการขับเคลื่อนโครงการหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ตามมติมหาเถรสมาคม ครั้งที่ 6/2562⁴ ได้พัฒนาคู่มือการพัฒนาหน่วยตามมติดังกล่าว ซึ่งระยะแรกของการทำงานเป็นการทบทวนเชิงกระบวนการทั้งระบบ โดยเน้นการอบรมเพื่อพัฒนาศักยภาพพระสงฆ์ของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลทั่วประเทศ ภายใต้การทำงานคณะกรรมการอำนวยการ จึงได้จัดทำเอกสาร “การพัฒนาหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.)” ขึ้นมาหนึ่งชุด ภายใต้ความร่วมมือของสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย โดยมีสำนักสนับสนุนสุขภาวะองค์กร สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ให้การสนับสนุน เพื่อวางกรอบแนวคิด และหลักการทำงานให้ชัดเจน จึงตั้งเป็นวัตถุประสงค์หลักไว้ 5 ประการ⁵ ดังนี้

1. เพื่อสงเคราะห์และอนุเคราะห์ประชาชนในท้องถิ่นที่อยู่อาศัยในตำบลท้องถิ่นที่ตั้งของหน่วยอ.ป.ต. นั้น ๆ ให้ได้ช่วยเหลือตนเองและพัฒนาตนเองในทิศทางที่ถูกต้องเหมาะสมตามบริบทแวดล้อมของท้องถิ่นนั้น ๆ
2. เพื่อเป็นศูนย์กลางประสานงานระหว่างวัด บ้าน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเพื่อร่วมกันพัฒนาท้องถิ่นให้เจริญก้าวหน้า
3. เพื่อเป็นศูนย์รวมความคิดของประชาชนทุกหมู่เหล่า เข้าลักษณะที่ว่า “ร่วมคิด ร่วมทำ จะนำชาติให้เจริญ”

⁴ “มติมหาเถรสมาคม ครั้งที่ 6/2562 มติที่ 113/2562 เรื่อง ขอความเห็นชอบแต่งตั้งคณะกรรมการขับเคลื่อนโครงการหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.)”, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: http://www.mahathera.onab.go.th/files/mati_doc/c_06280262_113... A5.pdf, 10 ธันวาคม 2564].

⁵ “พระสุธีรัตนบัณฑิต และคณะ, **คู่มือและแบบรายงานหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.)**, พิมพ์ครั้งที่ 4, (นนทบุรี: นิติธรรมการพิมพ์, 2562), หน้า 1-2.

4. เพื่อเป็นศูนย์รวมพลังในการป้องกันหมู่บ้านให้เกิดสันติสุข ช่วยกันพิทักษ์รักษาชีวิตและทรัพย์สินของสมาชิกหมู่บ้านชุมชนให้ปลอดภัยจากโจรภัย อัคคีภัย อุทกภัย วาตภัย หรือภัยอื่น ๆ ให้เข้าลักษณะที่ว่า “ถึงคราวทุกข์ช่วยแก้ไข ถึงคราวสุขสบายไม่ให้ประมาท”

5. เพื่อเป็นศูนย์ร่วมข่าวสาร เท่าทัน จับใจ ไม่ตกหล่น ทั้งข่าวสารภายในประเทศและภายนอกประเทศเพื่อใช้ประโยชน์ในการพัฒนาและแก้ไขปัญหาค่ากลางกระแสการเปลี่ยนแปลงของโลกปัจจุบัน

2.1.2 พันธกิจหลักของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.)

พันธกิจร่วมกันจำนวน 8 ด้านสำคัญ ได้แก่ 1) ศีลธรรมและวัฒนธรรม 2) สุขภาพอนามัย 3) สัมมาชีพ 4) สันติสุข 5) ศึกษาสงเคราะห์ 6) สาธารณสงเคราะห์ 7) กตัญญูตเวทิตาธรรม และ 8) สามัคคี พันธกิจหลักทั้ง 8 ด้านนี้ พระสุธีรัตนบัณฑิต และคณะ⁶ ได้สรุปสาระสำคัญและเป้าหมายไว้ ซึ่งสามารถจัดพันธกิจและสาระสำคัญลงในตารางดังนี้

⁶ “พระสุธีรัตนบัณฑิต และคณะ, รายงานวิจัยโครงการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย, (นนทบุรี : นิติธรรมการพิมพ์, 2563), หน้า 53-56.

ตารางที่ 2.1 พันธกิจและสาระสำคัญของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.)

พันธกิจ	สาระสำคัญ
<p>1. ศิลธรรมและวัฒนธรรม</p>	<p>การทำงานผ่านกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อส่งเสริมให้หน่วยงาน โดยเฉพาะสถาบันการศึกษา และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ให้เข้ามา ร่วมกับหน่วยอ.ป.ต.หรือวัด ซึ่งจะเป็นการทำงานเชิงบูรณาการกิจกรรมเพื่อพัฒนา คุณธรรมจริยธรรม รวมถึงการให้ความสำคัญกับการสืบทอดประเพณีวัฒนธรรม สำคัญของท้องถิ่นให้เกิดการเรียนรู้ชุมชน ร่วมกัน โดยมีเป้าหมายคือเพื่อยกระดับ คุณภาพจิตใจ และปัญญา โดยนำองค์ความรู้ ทางพุทธศาสนาสอดแทรกในกิจกรรมต่าง ๆ ที่หลากหลายและให้เหมาะสมกับบริบท ท้องถิ่นนั้น ๆ</p>
<p>2. สุขภาพอนามัย</p>	<p>การดำเนินงานที่เป็นการสอดประสาน ระหว่างวัด (อ.ป.ต.) กับหน่วยงานสาธารณสุข และการบริการสุขภาพ การดำเนินกิจกรรม ที่เป็นไปเพื่อส่งเสริมสุขภาพ สร้างภูมิคุ้มกัน ทางสุขภาวะ เป็นการส่งเสริมกิจกรรมทาง กายและการบริโภคอาหารอย่างถูกต้อง ตามหลักโภชนาการ ซึ่งดึงเอาแนวคิดจาก ธรรมนุญสุขภาพพระสงฆ์มาเป็นต้นแบบ ด้วย โดยมีเป้าหมายคือให้เกิดการดูแล สุขภาวะองค์รวมที่เกิดจากความร่วมมือกับ</p>

	<p>หน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและภาคประชาสังคม โดยมีวัดเป็นภาคีสำคัญในการพัฒนาสุขภาพอนามัย</p>
<p>3. สัมมาชีพ</p>	<p>การให้วัด หรือหน่วยอ.ป.ต. เป็นศูนย์กลางระดับคุณภาพชีวิตให้กับชุมชนตามแนวพระพุทธศาสนา และสอดประสานไปกับหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยมีเป้าหมายคือ การพัฒนาตน เศรษฐกิจและสังคมบนฐานของสัมมาชีพ ชื่อสัตย์สุจริต</p>
<p>4. สันติสุข</p>	<p>การดำเนินงานโดยมุ่งให้ชุมชนสามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างสมัครสมานสามัคคี เป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน โดยส่งเสริมด้วยการอบรมเผยแผ่ความรู้และหลักธรรมในพระพุทธศาสนา ให้สอดคล้องต้องกันกับสภาพความเป็นอยู่ของประชาชนที่หลากหลาย โดยมีเป้าหมายคือ การส่งเสริมให้ประชาชนเห็นคุณค่าของการไม่เบียดเบียนกันและกันบนพื้นฐานของการปฏิบัติตามหลักศีล 5</p>
<p>5. ศึกษาสงเคราะห์</p>	<p>เป็นการดำเนินงานที่ให้หน่วย อ.ป.ต. สามารถสนับสนุนภารกิจของมหาเถรสมาคมฝ่ายการศึกษาสงเคราะห์ โดยให้ข่าวสารประชาสัมพันธ์พุทธศาสนิกชน รวมถึงเยาวชน มีโอกาสเรียนรู้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา โดยมีเป้าหมายคือ สนับสนุนให้เกิดศาสนทายาทและส่งเสริมให้เห็นคุณค่าแก่นแท้ของหลักธรรม</p>

6. สาธารณสงเคราะห์

เป็นการดำเนินงานเพื่อผลักดันให้หน่วย อ.ป.ต.เป็นศูนย์กลาง และมีบทบาทให้ความร่วมมือ ช่วยเหลือเกื้อกูลสังคม โดยเฉพาะในภาวะเกิดวิกฤตภัยธรรมชาติและอื่น ๆ โดยมีเป้าหมายคือ พัฒนาบทบาทและความร่วมมือเพื่อให้พระสงฆ์มีส่วนร่วมในการดูแลสังคม ทั้งประสานและร่วมมือกับภาครัฐในการช่วยเหลือสงเคราะห์ประชาชน

7. กตัญญูกตเวทิตาธรรม

เป็นการดำเนินงานให้อ.ป.ต.มีบทบาทสำคัญที่กระตุ้น ส่งเสริมคุณธรรมด้านกตัญญูกตเวทิตาธรรมให้เกิดขึ้นกับประชาชน เยาวชนในท้องถิ่น โดยมีเป้าหมายสำคัญคือ สร้างและส่งเสริมให้เกิดชุดความคิดคำนึงตระหนักในคุณค่าของการแสดงออกถึงความกตัญญูและกตเวทิตาธรรมทั้งในระดับครอบครัว ชุมชน

8. สามัคคีธรรม

เป็นการดำเนินงานให้อ.ป.ต. เป็นหน่วยผลักดันขับเคลื่อนให้ประชาชนมีแนวคิดในการอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข คำนึงถึงบทบาทหน้าที่ของตนอย่างถูกต้องเหมาะสม รวมถึงจัดกิจกรรมเรียนรู้ที่สามารถนำหลักธรรมได้ซึมซับรับรู้ ตระหนักถึงพลังสามัคคี โดยมีเป้าหมายสำคัญคือสร้างความสามัคคีปรองดอง การยินดีรับฟังและไกล่เกลี่ยปัญหาความขัดแย้งอย่างสันติวิธี

จากพันธกิจและสาระสำคัญทั้ง 8 ด้านที่กล่าวข้างต้น หากจะประมวลเป้าหมายให้สอดคล้องหรือมีนัยสัมพันธ์กับการพัฒนาสุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธ สามารถจัดได้ดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 2.2 เป้าหมายพันธกิจกับนัยสัมพันธ์กับสุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธ

เป้าหมาย	นัยสัมพันธ์กับสุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธ
1. ด้านศีลธรรม และ วัฒนธรรม เป้าหมายคือ เพื่อยกระดับคุณภาพจิตใจ และปัญญา	การพัฒนาสุขภาวะแดนจิต และปัญญา
2. ด้านสุขภาพอนามัย เป้าหมายคือให้เกิดการดูแล สุขภาวะองค์กรรวมที่เกิดจากความร่วมมือกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและภาคประชาสังคม โดยมีวัด เป็นภาคีสำคัญในการพัฒนา สุขภาพอนามัย	การพัฒนาสุขภาวะแดนศีล และปัญญา
3. ด้านสัมมาชีพ เป้าหมาย คือ การพัฒนาตน เศรษฐกิจ และสังคมบนฐานของ สัมมาชีพ ชื่อสัตย์สุจริต	การพัฒนาสุขภาวะแดนศีล และปัญญา

<p>4. ด้านสันติสุข เป้าหมาย คือ การเห็นคุณค่าของการ ไม่เบียดเบียนกันและกัน บนพื้นฐานของการปฏิบัติ ตามหลักศีล 5</p>	<p>การพัฒนาสุขภาวะแดนศีลและจิต</p>
<p>5. ด้านศึกษาสงเคราะห์ เป้าหมายคือ เพื่อสนับสนุน ให้มีศาสนทายาท และ ส่งเสริมให้เห็นคุณค่า แก่นแท้ของหลักธรรม</p>	<p>การพัฒนาสุขภาวะแดนปัญญา</p>
<p>6. ด้านสาธารณสงเคราะห์ เป้าหมายคือ พัฒนาบทบาท และความร่วมมือให้องค์กร ทางพุทธศาสนาและพระสงฆ์ มีส่วนร่วมในการดูแลสังคม ทั้งประสานและร่วมมือกับ ภาครัฐในการช่วยเหลือ สงเคราะห์ประชาชน</p>	<p>การพัฒนาสุขภาวะแดนศีล</p>

<p>7. ด้านกตัญญูกตเวทิตาธรรม เป้าหมายคือ สร้างและส่งเสริมให้เกิดชุดความคิด คำนึงตระหนักในคุณค่าของการแสดงออกถึงความ</p>	<p>การพัฒนาสุขภาวะแดนศีล จิตและปัญญา</p>
<p>8. ด้านสามัคคีธรรม เป้าหมายคือ สร้างความสามัคคีปรองดอง การยินดีรับฟังและไกล่เกลี่ยปัญหา ความขัดแย้งอย่างสันติวิธี</p>	<p>การพัฒนาสุขภาวะแดนศีล</p>

เมื่อสรุปเป้าหมายของพันธกิจที่ดำเนินการโดยอ.ป.ต. ที่สัมพันธ์กับสุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธ จะสังเกตได้ว่าเป้าหมายของพันธกิจที่สัมพันธ์กับด้านศีล และปัญญา มีนัยสัมพันธ์จำนวนมาก ส่วนเป้าหมายของพันธกิจที่สัมพันธ์กับสุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธด้านสมาธิยังมีจำนวนน้อยอยู่ ดังตารางสรุปต่อไปนี้

ตารางที่ 2.3 เป้าหมายพันธกิจกับนัยสัมพันธ์กับสุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธ

สุขภาวะองค์กรรวม	พันธกิจ
<p>แดนศีล</p>	<ul style="list-style-type: none"> - สุขภาพอนามัย - สัมมาชีพ - สันติสุข - สาธารณสงเคราะห์ - กตัญญูกตเวทิตาธรรม - สามัคคีธรรม
<p>แดนสมาธิ</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ศีลธรรมและวัจนธรรม - สันติสุข - กตัญญูกตเวทิตาธรรม
<p>แดนปัญญา</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ศีลธรรมและวัจนธรรม - สุขภาพและอนามัย - สัมมาชีพ - สาธารณสงเคราะห์ - ศึกษาสงเคราะห์ - กตัญญูกตเวทิตาธรรม - สามัคคีธรรม

2.2 แนวคิดสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ

นิยามและขอบเขต

สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ เป็นองค์ความรู้ที่สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้วิสันนาตามคำอาราธนาของนายแพทย์วิชัย โชควิวัฒน์ ณ วิทยาลัยเวชกวัน เมื่อวันที่ 26 พฤศจิกายน 2547⁷ ต่อคำถามสำคัญเกี่ยวกับวิธีการพัฒนาสุขภาวะตามแนวพุทธ แต่เนื้อความว่าด้วยสุขภาวะองค์รวมนี้ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้เคยแสดงไว้ในหลายวาระโอกาสแล้ว ซึ่งมีสาระที่เกี่ยวกับความหมาย คุณลักษณะ องค์ประกอบ กระบวนการพัฒนา เป็นต้น

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต)⁸ ได้ทำความเข้าใจคำว่า “สุขภาวะ” กับ “สุขภาพ” ร่วมกัน ซึ่งมีข้อปลีกย่อยบางประเด็นที่ควรทำความเข้าใจโดยที่คำว่า สุขภาพ มีความหมายแคบกว่า ส่วนคำว่า สุขภาวะนั้น มีความหมายที่ครอบคลุมกว่า และเป็นคำที่สื่อความหมายที่ใกล้กับความ สุข มากขึ้นด้วย จากที่เคยพูดว่ามีสุขภาพดี คือมองในแง่ร่างกายแข็งแรงไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ ไม่มีทุกข์ แต่ให้บอกเพิ่มเติมไปว่านอกจากไม่มีทุกข์แล้ว ให้มองว่ามีสุขด้วย เน้นไปที่ภาวะที่เป็นสุขด้วยซึ่งเป็นด้านหนึ่งของภาวะที่สมบูรณ์ของความสุขเพราะภาวะที่เป็นสุขมี 4 ด้านด้วยกัน เมื่อลักษณะทั้ง 4 ด้านปรากฏก็จะกลายเป็นภาวะที่เป็นสุขอย่างสมบูรณ์ แต่หากแม้ปรากฏเพียงด้านใด ด้านหนึ่งก็เป็นสุขได้ ดังลักษณะภาวะแห่งสุขทั้ง 4 ด้าน ดังต่อไปนี้

⁷ แนวคิดเรื่องสุขภาวะองค์รวมนี้ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต) เมื่อครั้งดำรงสมณศักดิ์ที่พระธรรมปิฎก เคยแสดงความคิดเห็นประกอบการพิจารณาในคราวเสนอ (ร่าง) พ.ร.บ.สุขภาพแห่งชาติ ซึ่งนายแพทย์ บรรจบ ชุณหสวัติกุล เป็นผู้ขอความเมตตานุเคราะห์ให้วิสันนาในประเด็นที่ซับซ้อนเรื่องจิต และจิตวิญญาณ ตามหนังสือ ลงวันที่ 18 กรกฎาคม 2544 ดูรายละเอียดเพิ่มเติมที่ พลินี เสริมสินศิริ, **จากสุขภาพทางจิตวิญญาณ สู่อุทิศสุขภาพทางปัญญา**. (กรุงเทพมหานคร : สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ (สปรส.), 2546), หน้า 56-67.

⁸ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **จากพระ ธรรมบรรยาย 5 เรื่อง**, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท พิมพ์สวย จำกัด, 2557), หน้า 9-16.

1. ด้านความเสรี (วิมุตติ) คือความปลอดภัยโปร่งโล่งเบา ความเป็นหลุดพ้น เป็นอิสระ ไม่ถูกปิดกั้น บีบคั้น ไม่ติดขัดคับข้อง เป็นภาวะที่เมื่อบุคคลไม่ถูกมัด จะไม่อี๊ดอัด ไม่ถูกบีบอัด กดทับ แต่จะสามารถเคลื่อนไหวไปมาอย่างอิสระและเป็นไปตามที่ตนต้องการ อากาศเคลื่อนไหวไปมาได้ตามที่ตนต้องการนั้น ตรงกับศัพท์ทางพระว่า “เสรี สยงวสี”

2. ด้านความสงบ (สันติ) คือภาวะที่ปราศจากความร้อนรน กระวนกระวาย ไม่กระสับกระส่าย พลุ่พล่าน ไม่มีสิ่งใดรบกวนทั้งทางกายและใจ ไม่มีอะไรมาทำให้ระคายเคือง เป็นภาวะที่ประณีต

3. ด้านความสะอาด (วิสุทธิติ) คือความบริสุทธิ์ผ่องใส ไม่เลอะเทอะเปรอะเปื้อน ไม่มีความขุ่นมัวเศร้าหมอง ซึ่งเป็นภาวะทางจิตใจที่สำคัญ ไม่ใช่หมายถึงความหมดจดสะอาดด้านวัตถุแต่หมายรวมถึงด้านจิตใจ

4. ด้านความสว่าง (วิชชา) คือ ความกระจ่างแจ้งชัด แจ่มชัดมองเห็นชัดเจนทั่วตลอด ซึ่งเป็นลักษณะของปัญญา

ภาวะแห่งสุขทั้ง 4 ด้านนี้เป็นอาการแห่งความสุขซึ่งมีองค์ประกอบหลายด้าน ซึ่งองค์ประกอบแต่ละข้อจะสัมพันธ์กันเชื่อมโยงกันไป คือเมื่อบุคคลมีภาวะไร้การถูกกดทับ บีบคั้น (วิมุตติ) ก็จะไปปราศจากความพลุ่พล่าน กระสับกระส่าย ไม่มีอะไรมารบกวนให้ขุ่นมัว (สันติ) ซึ่งเป็นภาวะที่สะอาด หมดจด สดใส (วิสุทธิ) และเมื่อภาวะจิตใจที่สะอาด สดใสไม่หม่นมัว ย่อมมองเห็นสิ่งต่างๆ แจ่มชัด (วิชชา) ในแต่ละลักษณะล้วนแต่เป็นด้านแห่งความสุข ซึ่งเมื่อรวมกันเป็นหนึ่งแล้วจึงเป็นภาวะสุข (สุขภาวะ) ที่สมบูรณ์ ภาวะแห่งสุข หรือสุขภาวะ จึงเป็นนิยามที่อาศัยองค์ประกอบทั้ง 4 ด้านร่วมกัน หรือเป็นองค์รวมชนิดหนึ่งแห่งการทำให้ความสุขเกิดขึ้น

สุขภาวะองค์รวม จึงเป็นกระบวนการดำเนินชีวิตที่เป็นธรรมชาติ หรือเป็น “องค์รวมของชีวิต” ซึ่งเป็นระบบความสัมพันธ์ของเหตุปัจจัยอย่างเป็นปกติ สุขภาวะองค์รวมหรือกระบวนการดำเนินชีวิตที่จะเกิดขึ้นต้องอาศัยการ

ประสานสัมพันธ์อย่างกลมกลืนของสิ่งที่เรียกว่า ชีวิต 3 แดน ได้แก่ 1) แดนศีล 2) แดนภาวะจิต 3) แดนปัญญา ซึ่งเรียกรวมว่า “ไตรสิกขา” นั่นเอง^๑

สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ จึงหมายถึง ชีวิตซึ่งเป็นที่รวมของ องค์ประกอบย่อยต่าง ๆ ที่ก่อรูปและสัมพันธ์กับกระบวนการดำเนินชีวิต ซึ่งในที่นี้ คือความสัมพันธ์อย่างกลมกลืนขององค์รวมชีวิต 3 แดน

2.3 กระบวนการพัฒนาสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ

มีคำสำคัญ 2 คำ ในกระบวนการอธิบายกระบวนการพัฒนาสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธที่สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต) กล่าวถึงคือ คำว่า “องค์รวม” และองค์รวม คำว่าองค์รวม หมายถึงความเป็นชีวิตที่เป็นองค์รวมในตัวเอง ไม่ว่าจะมองแยกตามคำเรียกต่างๆ เช่น แยกเป็นรูปกับนาม แต่ก็ยังเป็นคำเรียกในนามเอกพจน์คือ “นามรูป” หรือจะแยกออกเป็นกายกับใจ หรือชั้น 5 ก็รวมอยู่ในองค์รวมคือ “ชีวิต” และสุขภาวะที่เป็นองค์รวมของการดำเนินชีวิตจะเกิดขึ้นก็ต่อเมื่อดำเนินสัมพันธ์ไปพร้อมกับองค์รวมใน 3 แดน ที่ประสานลงตัวและกลมกลืนไม่ขัดแย้งกัน หรืออาจจะกล่าวได้ว่า องค์รวมก็คือชีวิตและการดำเนินชีวิตที่มีการเคลื่อนไหว ส่วนคำว่า องค์รวม หมายถึงระบบความสัมพันธ์ที่ชีวิตต้องไปเกี่ยวข้องเพื่อให้ประสานกลมกลืนกันไปด้วยดี จึงเรียกส่วนที่ชีวิตจะต้องเดินไปหรือพัฒนาไปอย่างบูรณาการใน 3 แดน จึงจะถือว่าบรรลุสุขภาวะ ซึ่งได้แก่ 1) แดนความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม 2) แดนแห่งจิตใจ และ 3) แดนแห่งปัญญา ที่ไม่เพียงเห็นว่าเป็นองค์ประกอบเท่านั้น แต่คือแดนหรือองค์ประกอบรวมที่มนุษย์ต้องฝึกฝนพัฒนาศึกษาให้ลงตัว สมดุล เพื่อบรรลุสุขภาวะ

^๑ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต), จากพระ ธรรมบรรยาย 5 เรื่อง, (กรุงเทพฯ : บริษัท พิมพ์สวย จำกัด, 2557), หน้า 25-26, 39-40; สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต), ตามพระโหมไปเรียนธรรม ภาค 1-3 (ตอน 1-21 ใน 60 ตอน), (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ พลัฒม์, 2559), หน้า 23.

การบรรลุเป้าหมายของสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ ในทัศนะของสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต) คือต้องใช้หลักไตรสิกขาไปเสริมสร้างให้สมบูรณ์ หรือให้เป็นอยู่และดำเนินไปด้วยดีในโลก และในท่ามกลางสิ่งแวดล้อมที่มนุษย์เกี่ยวข้อง โดยเรียกชื่อหลักไตรสิกขาซึ่งเป็นองค์รวมแห่งระบบการดำเนินชีวิตเพื่อบรรลุสุขภาวะว่า “การดำเนินชีวิต 3 แดน”¹⁰ ซึ่งเป็นองค์ประกอบรวมที่จะเสริมสร้างให้องค์รวมของชีวิตเป็นองค์รวมการดำเนินชีวิตที่ดี หรือที่มีสุขภาวะนั่นเอง ซึ่ง 3 แดนนั้น ได้แก่ 1) แดนความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม 2) แดนจิตใจ และ 3) แดนปัญญา โดยที่แต่ละแดนนั้นจะอธิบายภายใต้หลักธรรมสำคัญคือไตรสิกขา ดังนี้

แผนภูมิที่ 2.1

ชีวิต 3 แดนสร้างสุขภาวะองค์รวม



¹⁰ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), จากพระ ธรรมบรรยาย 5 เรื่อง, (กรุงเทพฯ : บริษัทพิมพ์สวย จำกัด, 2557), หน้า 26-39.

2.3.1 องค์กรร่วมแดนที่ 1 ความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม/การติดต่อสื่อสารกับโลก-เสริมสร้างด้วยศีลสิกขา

ในแดนนี้คือการติดต่อสื่อสารสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมซึ่งมนุษย์จะต้องใช้อินทรีย์ต่าง ๆ หรือผัสสวารทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ และการแสดงออกเป็นพฤติกรรม หรือกรรมทวาร คือ กายลงมือทำ วาจาเปล่งออกเป็นคำพูด จิตใจเป็นเรื่องความคิด อีกทั้งต้องฝึกหัดพัฒนาปรับตัวอยู่ตลอดเวลา จึงเรียกว่าเป็นแดน “ศีล”¹¹ ซึ่งการติดต่อสื่อสาร หรือความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมนี้ยังสามารถแยกย่อยออกไปอีก 2 ด้าน ได้แก่

- 1) สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ (ธรรมชาติ วัตถุสิ่งของ เทคโนโลยี) หรือเรียกว่าสิ่งแวดล้อมทางวัตถุ รวมถึงปัจจัย 4 และสิ่งทั้งหลายที่มีอยู่ในธรรมชาติ
- 2) สิ่งแวดล้อมทางสังคม (มนุษย์ร่วมโลก) ในความหมายเดิมทางพระพุทธศาสนา รวมถึงสัตว์ทั้งหลายด้วย¹²

การปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทั้งสองด้านนี้ เป็นการพูดถึง “เครื่องมือการพัฒนาชีวิต” มากกว่าการอธิบายในรายละเอียดว่าสิ่งแวดล้อมทั้งทางกายภาพและทางสังคมนั้นประกอบด้วยอะไรบ้าง เป็นการมองในแง่การฝึกหัดพัฒนา หรือคือการใช้อินทรีย์ 6 และกายวาจาไปสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทั้งสองด้านอย่างถูกต้อง โดยเน้นไปที่การฝึกหัดพัฒนาเพื่อสื่อสารกับโลกได้อย่างถูกต้อง หรือคือการพัฒนาการดำเนินชีวิตด้วยหลักแห่ง “ศีล” หรือ “จิตตสิกขา” ซึ่งรวมอยู่ในหมวดศีล 4 หมวด ดังนี้¹³

¹¹ พลินี เสริมสินศิริ, จากสุขภาพทางจิตวิญญาณ สู่อสุขภาพทางปัญญา. (กรุงเทพฯ : สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ (สปรส.), 2546), หน้า 62; สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตโต), จากพระ ธรรมบรรยาย 5 เรื่อง, (กรุงเทพฯ : บริษัท พิมพ์สวย จำกัด, 2557), หน้า 40.

¹² พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต), พระพุทธศาสนาพัฒนาคนและสังคม, (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ส่วนท้องถิ่น กรมการปกครอง, 2540), หน้า 7.

¹³ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตโต), จากพระ ธรรมบรรยาย 5 เรื่อง, (กรุงเทพฯ : บริษัท พิมพ์สวย จำกัด, 2557), หน้า 75-94.

1) ใช้อินทรีย์ให้เป็น (อินทรีย์สังวร) การใช้อินทรีย์เป็น เน้นที่มนุษย์ รู้จักใช้อินทรีย์ เช่น ตาหู ฟัง ไม่หลงเสพหลงไหลจนเสียโอกาสในการพัฒนา การสัมผัสสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม ที่เป็นวัตถุ เทคโนโลยีจึงต้องรู้เท่าทัน ใช้ไอที ให้เป็นความรู้ เกิดปัญญา แม้จะใช้เพื่อประโยชน์บันเทิงซึ่งเป็นเป้าหมายรอง แต่ต้องใช้สติไตร่ตรองและเท่าทันด้วย เช่น การดูทีวีที่จะได้ประโยชน์ ควรถามตนเองว่าดูแล้วจะเกิดประโยชน์หรือไม่ ให้แ่งคิดอะไรที่นำมาใช้แก้ปัญหา หรือ พอดีพัฒนาชีวิตได้บ้าง ในแง่นี้ คือการใช้อินทรีย์อย่างมีสติครองใจ ใช้ไปใน ทางบวก ไม่ใช่ไปให้เกิดความรู้สึก อารมณ์ฝ่ายลบ เสียสุขภาพ จะกลายเป็น ความสัมพันธ์ที่เสียหายและเสียโอกาสพัฒนาชีวิต พัฒนาสังคม

โดยสรุปการดำเนินชีวิตที่ต้องการการสื่อสารกับโลกหรือการสัมผัส กับสิ่งแวดล้อม หรือการปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อมให้ถูกต้องทั้งสองด้านด้วยการใช้ อินทรีย์ให้เป็นนั้น จึงไม่เป็นเพียงการใช้อินทรีย์เพื่อสนองสนองต่อความบันเทิง เรืองใจของตนเท่านั้น แต่เป็นการใช้เพื่อข้ามไปสู่ขั้นปัญญา ดังที่สมเด็จพระพุทธ โฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต) เปรียบเทียบการใช้อินทรีย์ไว้ 2 แบบ¹⁴ ได้แก่

(1) การใช้อินทรีย์เชิงปัญญา คือใช้เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ ใช้แล้วได้ สุขภาพจิตเชิงบวก มีความสดชื่น เบิกบาน เกิดความเมตตา ปรารถนาดี รักพ่อแม่ พี่น้อง มิตรสหาย ให้ความร่วมมือสมัครสมาน ช่วยเหลือกันและกัน

(2) การใช้อินทรีย์เชิงตัณหา คือใช้เพียงเพื่อสนองต่อความรู้สึกชอบใจ ไม่ชอบใจ ติดอยู่แค่ความรู้สึก พอใจก็ชอบ ไม่พอใจก็ขัดเคืองเกลียดชัง ซึ่งไม่ ทำให้เกิดการเรียนรู้ ไม่ช่วยให้ชีวิตพัฒนาเพิ่มเติม หากติที่เป็นประโยชน์ไม่ได้ ไม่เข้าใจโลกและชีวิตเพิ่มขึ้น

เมื่อรวมเป็นหลักปฏิบัติสำคัญต่อเรื่องอินทรีย์สังวร คือ

ก. พิจารณาเลือกเฟ้นสิ่งที่จะดู ฟัง เป็นต้น

ข. ดู ฟัง เป็นต้น อย่างมีสติ

¹⁴ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **จากพระ ธรรมบรรยาย 5 เรื่อง**, หน้า 79.

ค. ไม่เห็นแก่ความสนุกสนานบันเทิง¹⁵

การใช้อินทรีย์คือตา หู เป็นต้นนี้ ไม่เพียงแค่ว่าได้เลือกเฟ้นมาเท่านั้น แต่ต้องใส่ใจไตร่ตรองกับสิ่งนั้นอย่างมีสติ และไม่หลงใหลจนกลายเป็นบันเทิงเรีงรมย์ แต่ให้ก้าวไปสู่การใช้ประโยชน์จากสิ่งที่เสพบริโภคได้ แก้ปัญหาได้ ไม่ใช่เพิ่มปัญหาหรือสร้างปัญหาขึ้นมาใหม่

2) กิน-ใช้ให้เป็น (ปัจจัยปฏิเสวนา) ปัจจัยปฏิเสวนา หมายถึง การใช้ปัญญาทำความเข้าใจแล้วจึงค่อยบริโภคปัจจัยให้ได้ผลตรงพอดีกับคุณค่าแท้¹⁶

การใช้ปัญญาก่อนการเสพบริโภค หรือใช้สอยปัจจัย 4 รวมถึงการใช้เทคโนโลยีด้วย เน้นที่ทำให้เกิดความพอดี รู้จักประมาณ และเป็นไปเพื่อเกื้อกูลต่อการพัฒนาชีวิต หรือกิน-ใช้ให้เป็น กินเสพบริโภคด้วยปัญญา ไม่ว่าจะเป็นเรื่องอาหาร เครื่องนุ่งห่ม มุ่งไปที่คุณค่าแท้มากกว่าคุณค่าเทียม พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต)¹⁷ ได้นิยามไว้ดังนี้ว่า

คุณค่าแท้ในที่นี้หมายถึง คุณค่าหรือประโยชน์ของสิ่งต่าง ๆ ที่ไม่เพียงสนองตอบต่อความต้องการของตนเท่านั้น แต่เป็นคุณค่าหรือประโยชน์ที่จะนำมาใช้แก้ปัญหา เพื่อการดำรงชีวิตที่ดี หรือเพื่อประโยชน์สุขทั้งสำหรับตนและบุคคลอื่น

คุณค่าเทียม หรือคุณค่าพอกเสริม หมายถึง ความหมาย คุณค่า หรือประโยชน์ของสิ่งที่จะนำมาพอกเพิ่มให้แก่มนุษย์ เพื่อเสพเสวย เพื่อเสริมราคา ซึ่งอาศัยตัณหาเป็นตัวตีตราให้ราคาค่างวด มุ่งอวดแสดงฐานะ เป็นต้น

การที่มนุษย์ถูกตัณหากำหนดพฤติกรรม เป็นลักษณะของการมุ่งรับใช้ความต้องการของตนเองที่จะเสพเสวย ซึ่งมักจะเกินเลย หรือไม่ก็ขาดหย่อนไป

¹⁵ พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), **พระพุทธศาสนาพัฒนาคนและสังคม**, (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ส่วนท้องถิ่น กรมการปกครอง, 2540), หน้า 8.

¹⁶ พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), **พระพุทธศาสนาพัฒนาคนและสังคม**, หน้า 10.

¹⁷ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, พิมพ์ครั้งที่ 35, (กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ผลิธัมม์, 2555), หน้า 646, 750.

เกิดภาวะไม่พอดีระหว่างการทำกับผลที่พึงประสงค์ กลายเป็นทาสรับใช้ของตัณหาไป และผลที่เกิดขึ้นก็จะบงการหรือไม่ก็ก่อโทษตามมา เช่น การรับประทานอาหารที่อร่อยที่มากเกินไป ย่อมเกิดปัญหาเกี่ยวกับท้อง เกิดผลแก่ร่างกาย สุขภาพร่างกายก็พลอยได้รับผลกระทบไปด้วย เพราะสูตรของตัณหามีอยู่ว่า “ยิ่งได้เวทนาอร่อย ๆ ก็ยิ่งทำ ๆ” หรือในทางตรงข้ามคือ “ถ้าไม่ได้เวทนาอร่อย ก็ไม่ทำ-(ไม่รับประทาน-ผู้วิจัย)”¹⁸

เมื่อรวมเป็นหลักปฏิบัติสำคัญต่อเรื่อง การกิน-ใช้ให้เป็น (ปัจจัยปฏิเสวนา) สามารถปฏิบัติตามแนวทางดังนี้¹⁹

ก. ตระหนักว่าการมี-การใช้-การบริโภค มีใช้จุดหมายของชีวิต แต่เป็นปัจจัยช่วยเกื้อหนุนให้เราพัฒนาชีวิตและสร้างสรรค์ประโยชน์สุขที่สูงยิ่งขึ้นไป

ข. รู้เท่าทันต่อวัตถุประสงค์ที่แท้จริงของการบริโภคใช้สอย

ค. พิจารณาจัดสรรควบคุมให้ได้ปริมาณ ประเภท และคุณสมบัติ สิ่งบริโภคที่พอดีกับความต้องการ ให้ส่งเสริมสุขภาพ

ง. สามารถละเว้นหรือเลิกเสพบริโภคสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ ไม่เกื้อหนุนชีวิต หรือสิ่งที่ทำลายสุขภาพ เป็นต้น

ดังนั้น มนุษย์ซึ่งเป็นสิ่งแวดล้อมซึ่งกันและกัน จึงควรตระหนักเรื่อง การกิน การใช้สอยที่เกื้อหนุนต่อการดำรงชีวิต พิจารณาเห็นคุณค่าที่แท้จริงก่อน และไม่เป็นการเสพการบริโภคที่กระทบตนและสังคมคือเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน

3) มีอาชีพสุจริต (สัมมาอาชีพะ) คืออาชีพสุจริต หรือ “หากินให้เป็นสัมมา”²⁰ เป็นศีลลักษณะหนึ่งที่มีความหมายถึงการหาเลี้ยงชีพโดยชอบธรรม เป็นการประกอบอาชีพการงานที่ถูกต้อง หรือเป็นอาชีพที่ไม่เบียดเบียน ไม่ก่อความ

¹⁸ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, หน้า 991.

¹⁹ พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), **พระพุทธศาสนาพัฒนาคนและสังคม**, (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ส่วนท้องถิ่น กรมการปกครอง, 2540), หน้า 10-11.

²⁰ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **ตามพระใหม่ไปเรียนธรรม ภาค 1-3 (ตอน 1-21 ใน 60 ตอน)**, (กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์พลีธรรม, 2559), หน้า 38.

เดือดร้อนแก่เพื่อนมนุษย์และสังคม อาชีพกับชีวิตเป็นคำเดียวกัน มีสาระเดียวกัน ดังนั้น การใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับการประกอบอาชีพให้ถือว่าเป็นการพัฒนาชีวิตไปพร้อมกัน ไม่เพียงแค่ว่าให้อาชีพนำมาซึ่งเงินทอง แต่ให้ถือเป็นการพัฒนาตัวเองด้วย

ในความหมายทางธรรม สัมมาชีพ ไม่ได้หมายถึงเพียงการลงมือลงแรงเพื่อแลกกับผลผลิตที่ได้มาเป็นเครื่องยังชีพโดยชอบธรรมเท่านั้น แต่หมายความลึกไปถึงการทำหน้าที่ การประพฤติ การดำรงตนในทางที่เหมาะสมถูกต้อง ดึงงามด้วย เช่น พระสงฆ์ที่บำเพ็ญสมณธรรมและได้รับปัจจัย 4 เรียกว่าเป็นสัมมาชีพสำหรับพระภิกษุ การที่บุตรธิดาประพฤติดำรงตนในทางที่ดีไม่ทำให้พ่อแม่หนักใจลำบากใจ ก็เรียกว่าเป็นสัมมาชีพสำหรับผู้เป็นลูก²¹ อาชีพที่เป็นสัมมาชีพเพียงมีลักษณะสำคัญตามที่พระธรรมปิฎก (ประยูรธ ฺปยุตฺโต)²² รวบรวมไว้ดังนี้

ก. เป็นอาชีพการงานที่ไม่เบียดเบียน ไม่ก่อเวรภัย หรือสร้างความเดือดร้อนเสียหายแก่ผู้อื่นและสังคม

ข. เป็นอาชีพการงานที่เป็นไปเพื่อช่วยแก้ไขปัญหา หรือสร้างสรรค์ชีวิตและสังคมในแง่มุมใดแง่มุมหนึ่ง

ค. เป็นอาชีพการงานที่ช่วยเสริมพัฒนาให้ผู้ประกอบอาชีพเจริญงอกงามทั้งด้านพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา

ง. เป็นอาชีพการงานที่ไม่ทำลายคุณค่าของชีวิต ไม่ทำให้คุณภาพชีวิตเสื่อมเสีย แต่ทำให้ชีวิตมีคุณค่าและน่าภาคภูมิใจ

จ. เป็นอาชีพการงานที่พึ่งตนเองและได้มาซึ่งปัจจัยยังชีพด้วยแรงกายสติปัญญา ความเพียรพยายาม ความสามารถและทักษะของตน อีกทั้งทำให้

²¹ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, พิมพ์ครั้งที่ 35, (กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์มูลนิธิธรรม, 2555), หน้า 733.

²² พระธรรมปิฎก (ประยูรธ ฺปยุตฺโต), **พระพุทธศาสนาพัฒนาคนและสังคม**, หน้า 9.

ตนได้ฝึกฝนพัฒนาฝีมือ ความเชี่ยวชาญชัดเจนในทางสร้างสรรค์ยิ่งขึ้นไป

ดังนั้น ศิลปินสมควรว่าด้วยสัมมาชีพที่จะส่งเสริมการปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมจึงหมายถึงการที่บุคคลประกอบอาชีพในทางสุจริต และดำรงตนในทางที่ถูกต้อง เหมาะสม

4) อยู่ร่วมสังคมอย่างมีวินัย (วินัยบัญญัติ) วินัยบัญญัติในศิลปะหมวดที่ 4 ที่ส่งเสริมการสร้างความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมนี้ หมายถึงศิลปะประเภทที่เป็นข้อบัญญัติเพื่อเป็นแบบแผนสำหรับการอยู่ร่วมกันในชุมชน หรือในสังคม²³ ซึ่งกินความรวมถึงการจัดสรรสภาพแวดล้อมทั้งทางวัตถุและสังคม เพื่อมิให้เอื้อต่อการทำสิ่งที่ไม่ดี และส่งเสริมให้ทำความดี โดยหลักการคือการยึดกฎเกณฑ์กติกาศงสังคม ไม่ว่าจะเป็หน่วยระดับใด ตั้งแต่ ชุมชน องค์กร หรือสถาบัน ทั้งนี้เพื่อส่งเสริมการอยู่ร่วมกันอย่างเคารพกัน และอยู่ด้วยกันอย่างสันติ เกณฑ์เหล่านี้เรียกด้วยศัพท์ทางพระพุทธศาสนาว่า “ศีล” ดังที่พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต)²⁴ กล่าวว่า

...เฉพาะอย่างยิ่ง การจัดระเบียบชีวิต จัดระบบสังคม และจัดการกิจกรรมกิจการ โดยจัดตั้งชุมชน องค์กร หรือสถาบันวางระบบ กำหนดโครงสร้าง ตราหลักเกณฑ์ กฎข้อบังคับ บทบัญญัติต่าง ๆ เพื่อควบคุมความประพฤติของบุคคล จัดกิจการของส่วนรวม ส่งเสริมความอยู่ร่วมกันด้วยดี

²³ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **จากพระ ธรรมบรรยาย 5 เรื่อง**, (กรุงเทพฯ : บริษัทพิมพ์สววย จำกัด, 2557), หน้า 92.

²⁴ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, พิมพ์ครั้งที่ 35, (กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์พลีธัมม์, 2555), หน้า 547.

การรักษาศีล หรือรักษาวินัยในหมวดนี้เท่ากับเป็นแม่บทของชุมชน เป็นวินัยแม่บทของสังคมคฤหัสถ์ และวินัยแม่บทพื้นฐานที่สุดคือ “ศีล 5” ซึ่งเป็นบรรทัดฐานที่ทำให้มนุษย์มีวิถีชีวิตที่สูงกว่าสัตว์ดิรัจฉาน สามารถอยู่ร่วมกัน สร้างสรรสังคมให้มีสันติสุข และปฏิบัติตามวินัยแม่บทส่วนใหญ่ลงไป เช่น กฎหมาย ตั้งแต่รัฐธรรมนูญลงมา จรรยาบรรณวิชาชีพ เช่น จรรยาบรรณแพทย์ จรรยาบรรณข้าราชการ²⁵ แต่การรักษาวินัยแม่บทนี้ให้ถือว่าเป็นโอกาสพัฒนาชีวิตของตนเองด้วย หากบ้านเมืองขาดคนรักษาระเบียบวินัย อาชญากรรมภัยอันตรายย่อมเกิดขึ้นได้ง่าย ไม่มีการไว้วางใจซึ่งกันและกัน เมื่อสถานการณ์เป็นเช่นนี้ การดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ย่อมติดขัดไม่พัฒนา สังคมก็ไม่พัฒนา

ดังนั้น วินัยบัญญัติ ในที่นี้คือหลักสากลที่เป็นกลาง เป็นการจัดสรรโอกาสที่จะดำเนินชีวิตให้บรรลุเป้าหมายได้ หรือทำให้สังคมที่อยู่ร่วมอาศัยนั้น เป็นไปอย่างปกติสุข ไม่มีการเบียดเบียนกัน

องค์ร่วมแดนที่ 1 ซึ่งได้แก่แดนศีลทั้ง 4 หมวดนั้น จึงเป็นแดนที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตและพัฒนาชีวิตไปพร้อมกันและเกี่ยวข้องกับสุขภาวะองค์รวมคือชีวิตเพื่อที่จะสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมที่รายล้อมตัวเรา โดยสาระคือการฝึกหัดพัฒนาพฤติกรรมทางกายและวาจาให้ถูกต้องและได้ผลออกมาดี ซึ่งหมายถึงการทำให้ชีวิตมีความสุขด้วยศีล-ศีลสิกขา นั่นเอง

2.3.2 องค์ร่วมแดนที่ 2 แดนแห่งจิตใจ/ความรู้สึกนึกคิด-เสริมสร้างด้วยจิตตสิกขา

คุณสมบัติและอาการที่เป็นไปภายในจิตใจ คือความตั้งใจ แรงจูงใจ ความรู้สึก ซึ่งเป็นสิ่งที่อยู่เบื้องหลังที่ทำให้มนุษย์ต้องติดต่อสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม รวมถึงพฤติกรรมที่แสดงออก อาการเหล่านี้เป็นด้านของจิตที่ต้อง

²⁵ พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), พระพุทธศาสนาพัฒนาคนและสังคม, (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ส่วนท้องถิ่น กรมการปกครอง, 2540), หน้า 7-8.

ฝึกหัดพัฒนาเช่นกัน เรียกว่าเป็นแดน “สมาธิ”²⁶ หรือจิตตสิกขา ด้านที่ต้องใช้สมาธิ ที่มีเจตนาตั้งใจเป็นตัวทำการ ซึ่งต้องบริหารจิตใจให้มีภาวะจิตเป็นบวก ซึ่งมีองค์ประกอบย่อย 3 ด้าน²⁷ ดังนี้

1. ด้านคุณภาพจิต-ดีงาม

การพัฒนาคุณธรรมซึ่งส่งผลต่อคุณภาพของจิตใจ เป็นคุณสมบัติที่จะช่วยเสริมสร้างให้จิตใจดีงาม สูง ประณีต ประเสริฐ ซึ่งประกอบด้วยคุณธรรมหรือความดี เช่น

- เมตตา คือ ความรักความปรารถนาดี เป็นมิตร อยากให้ผู้อื่นเป็นสุข ใฝ่ทำประโยชน์แก่ผู้อื่น
- กรุณา คือ ความสงสาร อยากช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นจากความทุกข์
- มุทิตา คือ พลายยินดี ในเมื่อผู้อื่นอยู่ดีมีสุข พร้อมทั้งจะสนับสนุนส่งเสริมผู้ประสบความสำเร็จหรือก้าวหน้าในการทำสิ่งที่ดีงาม
- อุเบกขา คือ ความมีใจเป็นกลางเพื่อรักษาธรรม มีจิตใจเที่ยงตรงพิจารณาเห็นสัตว์เป็นไปตามกฎแห่งกรรม และพร้อมที่จะวินิจฉัยและปฏิบัติให้เป็นไปตามธรรม
- จาคะ คือ ความมีน้ำใจเสียสละ เอื้อเฟื้อเจือจาน ไม่เห็นแก่ตัว
- กตัญญูกตเวทิตา คือ ความรู้จักคุณค่าในสิ่งที่ผู้อื่นทำให้และแสดงออกหรือตอบแทนให้เห็นถึงการรู้คุณค่านั้น
- หิริ คือ ความละอายบาป ละอายใจที่จะกระทำความชั่ว
- โอตตัปปะ คือ เกรงกลัวต่อบาป ความชั่ว กลัวการทุจริต

²⁶ พลินี เสริมสินศิริ, **จากสุขภาพทางจิตวิญญาณ สู่สุขภาพทางปัญญา**. (กรุงเทพฯ : สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ (สปรส.), 2546), หน้า 62.

²⁷ พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต), **พระพุทธศาสนาพัฒนาคนและสังคม**, หน้า 11-13; สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตโต), **จากพระ ธรรมบรรยาย 5 เรื่อง**, (กรุงเทพฯ : บริษัท พิมพ์สวย จำกัด, 2557), หน้า 35.

- **คารวะ** คือ ความเคารพ ใส่ใจให้ความสำคัญต่อสิ่งของ ต่อบุคคล ตามความเหมาะสมถูกต้อง

- **มัทวะ** คือ ความอ่อนโยน อ่อนน้อม สุภาพ ไม่กระด้าง

2. ด้านสมรรถภาพจิต-เข้มแข็ง

การพัฒนาสมรรถภาพและประสิทธิภาพของจิตใจ เป็นการสร้างคุณสมบัติที่ทำให้จิตใจมีความเข้มแข็ง หนักแน่นมั่นคง แก่ล้าสามารถ มีความจริงใจจริงจัง ประกอบด้วยคุณธรรมต่างๆ เช่น

- **ฉันทะ** คือ ใฝ่รู้ใฝ่สร้างสรรค์ อยากรู้ความจริง ใฝ่ทำสิ่งดีงามให้ลุลผล

- **วิริยะ** คือ ความเพียร บุกฝ่าไปข้างหน้า เอาธุระ ไม่ยอมท้อดทิ้งภาระ หน้าที่

- **อุตสาหะ** คือ ความขยัน สู้บากบั่น ไม่ท้อถอย

- **ขันติ** คือ ความอดทน เข้มแข็ง หนักแน่น มั่นคง

- **จิตตะ** คือ ความมีใจ ใส่ใจจดจ่อ อุทิศให้กับหน้าที่การงานที่ทำ

- **สังจະ** คือ ตั้งใจจริง มั่น แน่วแน่ ไม่เหวี่ยงเหวียง

- **อธิษฐาน** คือ ตั้งใจอย่างเด็ดเดี่ยว แน่วแน่ต่อจุดหมาย

- **ตบะ** คือ พลังเพียรเพิกกิเลส กำลังเข้มแข็งในการทำกิจหน้าที่ ยับยั้ง กิเลสตัณหา ไม่ยอมพ่ายแพ้แก่ทุจริต ไม่ยอมเห็นแก่ความสุขสราญ

- **สติ** คือ ความระลึกรู้ได้ ไม่เผลอเรอ เลื่อนลอย กำหนดเท่าทันสิ่งที่เกิดขึ้นและเกี่ยวข้อง ปักใจไว้กับกิจหน้าที่ กลั่นใจจากสิ่งที่ไม่เกี่ยวข้อง ไม่ปล่อยโอกาสที่ดั่งงามให้หลุดลอย

- **สมาธิ** คือ ภาวะจิตที่ตั้งมั่น แน่วแน่ สงบ ไม่ฟุ้งซ่านแกว่งไกว

3. ด้านสุขภาพจิต-มีความสุข

การพัฒนาความสุขและภาวะที่เกื้อหนุนสุขภาพจิตของจิตใจ ต้องเสริมด้วยคุณสมบัติที่ควรให้มีอยู่ประจำจิตใจ เพื่อความมีสุขภาพจิตที่ดี เป็นภาวะจิตที่ดี (positive emotion) ซึ่งประกอบด้วยคุณสมบัติ 5 อย่าง ได้แก่

1) ปราโมทย์ คือ ความร่าเริงเบิกบานใจ สดชื่น ไม่หดหู่ไม่ท้อเหี่ยว ซึ่งควรเป็นภาวะที่มีเป็นพื้น ควรทำให้จิตร่าเริงเบิกบาน อันเป็นฐานของ สุขภาพจิต

2) ปีติ คือ ความอิมใจ ปลาบปลื้มเปรมใจ อิมใจจากกิจการที่ทำ กับภาระงานที่ดำเนินไป ก้าวหน้าไป จนประสบความสำเร็จ

3) ปัสสัทธิ คือ ความสงบเย็นใจ กายใจผ่อนคลาย สงบสบาย ไม่เครียด

4) สุข คือ ความฉ่ำชื่นรื่นใจ สะดวกสบายใจ สมใจ ไม่มีภาวะบีบคั้น ติดขัด ซึ่งเป็นผลต่อเนื่องจากการเกิดปัสสัทธิต่อเนื่องมา

5) สมาธิ คือ ภาวะจิตที่ตั้งมั่นแน่วแน่ ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่วอกแวกหวั่นไหว ซึ่งอาศัยฐานคือความสุขที่เกิดขึ้น เปิดโอกาสให้จิตเป็นสมาธิ ตั้งมั่น เข้าที่ ไม่มี ะโรธกวน

นอกจากนี้แล้ว ยังประกอบด้วยคุณสมบัติอื่น ๆ²⁸ อีก เช่น

6) เกษม คือ ความปลอดโปร่ง ความรู้สึกมั่นคงปลอดภัยไร้กังวล

7) สีสทิภาพ คือ ความเย็นสบาย ไม่มีอะไรแผดเผาเร้าร้อนใจ ไม่ตรมตรอม

8) เสรีภาพ คือ ความมีใจเสรี เป็นอิสระ ไม่ผูกมัดติดขัด

9) ปริโยทาทตา คือ ความผ่อนคลาย กระจ่างแจ่มจ้า ไม่มีสิ่งขุ่นหมองฉาบ ทา ซึ่งตรงกับคำศัพท์บาลีที่หมายถึง ขาวรอบ ผ่องใส²⁹ หมายถึง ภาวะที่จิตใจ ผ่องสะอาดหมดจดรอบด้านนั่นเอง

²⁸ พระธรรมปิฎก (ประยูรต์ ปยุตฺโต), **พระพุทธศาสนาพัฒนาคนและสังคม**, (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ ส่วนท้องถิ่น กรมการปกครอง, 2540), หน้า 13-14.

²⁹ มหามกุฏราชวิทยาลัย, **ปทานุกรม บาลี ไทย อังกฤษ สันสกฤต ฉบับ พระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ**, พิมพ์ครั้งที่ 4, (ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้พิมพ์ในคราวอายุครบ 5 รอบ หม่อมหลวงบัว กิติยากร ในพระราชวังศุโขทัย กรมหมื่นจันทบุรีนฤนาถ วันที่ 25 พฤศจิกายน พุทธศักราช 2512, (กรุงเทพฯ : มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2513), หน้า 495.

10) วิมริยาทิกัตตา คือ ความมีใจไร้พรหมแดน มีจิตใจกว้างใหญ่ ไร้ขอบเขต ไม่จำกัดติดกัน เรียกว่า “วิมริยาทิกจิต” คือภาวะจิตที่ปราศจาก ขอบเขตขีดคั่น ซึ่งเป็นลักษณะของจิตที่ตรงกันข้ามกับคำว่าจิตคับแคบ เมื่อภาวะจิตคับแคบย่อมนำไปสู่การแบ่งแยก³⁰

อนึ่ง การพัฒนาคุณสมบัติของจิตใจซึ่งเป็นสิ่งที่อยู่ภายใน หรือเป็น อากาโรของจิตใจเพื่อให้ภาวะจิตเป็นไปในทางบวก หรือมีอารมณ์เชิงบวก นั้นเป็นสิ่งที่ส่งผลในทางที่ดี มีสุขภาวะทางจิต ดังพุทธพจน์ว่า “ผู้ปราโมทย์ เบิกบานใจ จะเกิดปิติ ผู้มีใจปิติ จะรู้สึกผ่อนคลายทั่วทั้งตัว ผู้สงบผ่อนคลาย จะ ได้เสวยสุข ผู้มีความสุข จะมีใจเป็นสมาธิ ผู้มีใจเป็นสมาธิ ก็จะมีสมาธิเห็น ตามเป็นจริง”³¹ ซึ่งภาวะจิตเช่นนี้เป็นภาวะจิตเพื่อชีวิตที่ดีงามสำหรับตนเอง และนอกจากนี้เมื่อภาวะจิตภายในตนดีแล้วย่อมส่งผลต่อสังคม แสดงออกสู่ ภายนอก สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต)³² จึงจัดแบ่งภาวะจิตที่ดี ออกเป็น 2 ส่วนใหญ่³³ ได้แก่ 1) ภาวะจิตเพื่อชีวิต ซึ่งประกอบด้วยคุณสมบัติ ทั้ง 5 ดังกล่าวแล้ว และ 2) ภาวะจิตเพื่อสังคม ซึ่งเป็นภาวะจิตดีชุดแฉ่ไปข้าง นอกเพื่อการสัมพันธ์ที่ดีต่อเพื่อนมนุษย์ ต่อสังคมหรือเป็นภาวะจิตเพื่อสัมพันธ์ ทางสังคม ได้แก่การมีธรรมคือพรหมวิหาร 4 ซึ่งเป็นภาวะจิตดีที่แผ่ออกไปสู่ สังคม ประกอบด้วย 1) เมตตา 2) กรุณา 3) มุทิตา และ 4) อุเบกขา

³⁰ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), การศึกษาทางเลือก : สู่วิวัฒน์ หรือวิบัติในโลกยุค ไร้พรหมแดน, [ออนไลน์] แหล่งอ้างอิง <https://www.watnyanaves.net/th/book-reading/41/7>, เข้าถึงเมื่อ 15 เมษายน 2565.

³¹ อง.ปญจก. (บาลี) 22/26/23; สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), จากพระ ธรรมบรรยาย 5 เรื่อง, (กรุงเทพฯ : บริษัท พิมพ์สวย จำกัด, 2557), หน้า 69.

³² สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), จากพระ ธรรมบรรยาย 5 เรื่อง, หน้า 101-109.

³³ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), จากพระ ธรรมบรรยาย 5 เรื่อง, หน้า 107-108: พระธรรมปิฎก (ประยูรธ ปยุตฺโต), พระพุทธศาสนาพัฒนาคนและสังคม, (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ ส่วนท้องถิ่น กรมการปกครอง, 2540), หน้า 11-12.

แดนของจิตใจนี้ยังสัมพันธ์กับแดนสิ่งแวดล้อมซึ่งเกี่ยวข้องกับโลกภายนอกด้วย หากสภาพภายในจิตใจของตนไม่เข้มแข็ง ไม่ดีพอก็เกิดการเบียดเบียนกัน หรือส่งผลต่อความรู้สึกเมื่อผัสสะกระทบกับตน หากวางใจไม่ดี ไม่มีสติ ย่อมเกิดอารมณ์โกรธ เกลียดกันง่าย ดังนั้น กระบวนการพัฒนาในแดนจิตใจจึงสัมพันธ์กับแดนสื่อสารสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทั้งที่เป็นวัตถุสิ่งของและมนุษย์

การพัฒนาแดนที่ 2 คือจิตใจ แม้จะเป็นเรื่องนามธรรม แต่เป็นแดนที่ทรงอิทธิพลที่อยู่เบื้องหลังของการแสดงออกเพื่อติดต่อสื่อสารกับโลกภายนอก หากบุคคลได้รับการฝึกฝนพัฒนาให้มีคุณสมบัติดังกล่าวแล้ว จะนำไปสู่การมีชีวิตที่ดี ทั้งในแง่ของการมีคุณภาพจิตดีงาม เข้มแข็ง และมีความสุขได้ หรือมองให้ครอบคลุมคือสามารถมีจิตที่ดีภายในตน และส่งผลที่ดีต่อสังคมภายนอกได้ด้วย

2.3.3 องค์รวมแดนที่ 3 แดนแห่งปัญญา/ความรู้ความเข้าใจ-เสริมสร้างด้วยปัญญาศึกษา

แดนปัญญา เป็นเรื่องของความรู้เข้าใจ รู้ให้จริงให้แจ้ง เป็นแสงส่องสว่างชี้แนะ ซึ่งผลสูงสุดคือหลุดพ้นจากปัญหา ดับทุกข์ได้ พบความสงบสุขอย่างแท้จริง³⁴ แดนปัญญาจึงเป็นการแสดงระดับการพัฒนาขั้นสูงสุดตามแนวพระพุทธศาสนา การพัฒนาแดนปัญญา การพัฒนาปัญญาแยกเป็นหลายด้านและหลายระดับ อาจแบ่งปัญญาตามเป้าหมายและการพัฒนาปัญญาเพื่อบรรลุเป้าหมายนั้น ๆ³⁵ เช่น

1) ปัญญาที่ช่วยให้ดำเนินชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสบความสำเร็จ

³⁴ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), จากพระ ธรรมบรรยาย 5 เรื่อง, หน้า 111.

³⁵ พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), พระพุทธศาสนาพัฒนาคนและสังคม, (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ส่วนท้องถิ่น กรมการปกครอง, 2540), หน้า 15-16.

แนวทางพัฒนาปัญญาด้านนี้ เช่น

- การที่บุคคลแสวงหาความรู้ มีความรู้ความเข้าใจข้อมูล ตลอดถึง ศิลปวิทยาการต่าง ๆ เข้าถึงข้อมูลที่เป็นเนื้อหาความหมายที่ถูกต้องแท้จริง
- การที่บุคคลได้รับการเรียนรู้ที่ถูกต้อง ตรงตามสภาวะที่มันจริงของ สิ่งนั้น ๆ
- การที่บุคคลจับสาระความรู้เรื่องราวต่าง ๆ รู้จุด จับประเด็น สามารถ นำเสนออย่างเป็นหลักการได้
- การที่บุคคลรู้วิธีสื่อสารถ่ายทอดสิ่งที่ตนเองต้องการแล้วให้ผู้อื่นรับรู้ และเห็นตามได้
- การที่บุคคลคิดวินิจฉัยได้อย่างถูกต้องเที่ยงตรง
- การที่บุคคลรู้จักวิเคราะห์แยกแยะ สืบสาวเรื่องราวต่าง ๆ ตามเหตุ ปัจจัยเพื่อแก้ไขปัญหาและสร้างสรรค์สิ่งต่าง ๆ ได้
- การที่บุคคลรู้จักจัดดำเนินการ และบริหารกิจการต่าง ๆ ให้บรรลุ เป้าหมาย
- การที่บุคคลรู้จักเชื่อมโยงความสัมพันธ์ระหว่างประสบการณ์ ข้อมูล และองค์ความรู้ต่าง ๆ ให้เป็นภาพรวมที่ชัดเจน หรือโยงออกไปสู่ความหยั่งรู้ หยั่งเห็นใหม่ ๆ ได้

แนวทางการฝึกปัญญาซึ่งเป็นแดนที่ 2 นี้ มุ่งเพื่อให้เป็นหลักในการ ดำเนินชีวิต รู้จักมองโลกมองชีวิตตามความเป็นจริง หรือให้สามารถพลิกวิกฤต ให้เป็นโอกาสได้ เป็นการฝึกวิธีคิดที่จะสะท้อนถึงการฝึกปัญญา³⁶ ที่แต่ละบุคคล จะฝึกปฏิบัติเพื่อให้ตนเองสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมภายนอกได้อย่างสมดุล และ สอดคล้องกับความสภาวะความเป็นจริงของสิ่งรอบตัว

³⁶ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **ตามพระโหม่งไปเรียนธรรม ภาค 1-3 (ตอน 1-21 ใน 60 ตอน)**, (กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ผลิธัมม์, 2559), หน้า 51.

ดังนั้น แนวทางการฝึกปัญญาดังกล่าวนี้ จึงเป็นการฝึกเพื่อใช้ชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสบความสำเร็จที่มุ่งทั้งด้านการทำให้ตนมีความรู้ ใช้ความรู้เพื่อแก้ไขปัญหา ฝึกความคิดในหลากหลายแง่มุม ทั้งคิดวิเคราะห์ สังเคราะห์ และคิดวินิจฉัยตัดสิน รวมถึงใช้ความรู้เชื่อมโยงสิ่งต่าง ๆ ให้ฉายภาพที่ชัดเจนออกมาได้ ทั้งนี้ก็เพื่อให้บุคคลสามารถจะดำเนินชีวิตได้อย่างประสานสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสมดีงาม

2) ปัญญาที่ช่วยให้ชีวิตดำเนินไปสู่วิถีที่ถูกต้องดีงาม

แนวทางพัฒนาปัญญาด้านนี้ มุ่งให้ชีวิตเข้าสู่เส้นทางที่ถูกต้องคล่องตัว ไม่ทำตัวแปลกแยกแตกต่าง ไม่ยกตนเหนือกว่าสิ่งแวดล้อมที่ตนปฏิสัมพันธ์อยู่ด้วย พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต) ได้ให้แนวทางว่าเป็นการที่บุคคลมีความรู้ความเข้าใจต่อระบบความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับสิ่งแวดล้อมทั้งหลาย ที่อิงอาศัยและส่งผลกันไปตามเหตุปัจจัย มองชีวิต สังคม สรรพสัตว์เป็นกระบวนการที่มีความเป็นมา ความเป็นไปตามเหตุปัจจัยจัดสรร เรียกเป็นคำทางพระศาสนาว่า “เป็นไปตามกรรม”³⁷ ซึ่งเป็นแนวการพัฒนาตามลักษณะองค์รวมชีวิตแดนที่ 1 คือความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทั้งที่เป็นมนุษย์และปัจจัยสี่ที่มนุษย์อิงอาศัย

การใช้ชีวิตให้ถูกทางในที่นี่จึงหมายถึงความรู้ความเข้าใจชีวิตที่ต้องสัมพันธ์ซึ่งกันและกันระหว่างตัวมนุษย์กับสังคมสิ่งแวดล้อม หรือความเข้าใจในภาวะมนุษย์ว่า มี 2 ภาวะในตัวเอง คือ 1) มนุษย์เป็นชีวิตหรือเป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ มองชีวิตไม่ต่างจากธรรมชาติอื่น ๆ ประสานกลมกลืนเกื้อกูลกันและกันไป 2) มนุษย์เป็นบุคคลหรือส่วนหนึ่งของสังคม รู้และเข้าใจและประพฤติตนให้ถูกต้องดีงามในฐานะเป็นส่วนร่วมของสังคมที่จะเป็นผู้รับผล

³⁷ พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), **พระพุทธศาสนาพัฒนาคนและสังคม**, (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ส่วนท้องถิ่น กรมการปกครอง, 2540), หน้า 16.

จากสังคมที่ตนอาศัย³⁸ สรุปว่า ปัญญาที่จะช่วยให้ชีวิตเดินถูกทางนั้นก็คือการใช้ ความรู้ความเข้าใจตามหลักแห่งเหตุปัจจัยทั้งต่อชีวิต สังคม สิ่งแวดล้อมนั่นเอง

3) ปัญญาที่ช่วยให้ชีวิตบรรลุจุดหมายสูงสุดดีงาม

จุดมุ่งหมายสูงสุดของแต่ละบุคคลอาจแตกต่างกัน แต่ทุกคนย่อมปรารถนาที่จะบรรลุเป้าหมายของตน ๆ แดนปัญญาเป็นแดนที่ใหญ่ซึ่งจะทำให้แดนศีล แดนสมาธิเพิ่มพัฒนาขึ้นได้ด้วย พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต) ได้ชี้แนะไว้³⁹ ใจความสรุปคือ

(1) รู้เท่าทันความจริงของโลกและชีวิต ซึ่งตกอยู่ในความเปลี่ยนแปลง ตามกฎธรรมดาของธรรมชาติ จนสามารถวางใจ และทำใจให้เป็นอิสระหลุดพ้นได้

(2) ใช้ชีวิตอย่างมีปัญญา ตามแนวแห่งพระพุทธศาสนา พระโพธิสัตว์คือบุคคลตัวอย่างที่บำเพ็ญบุญจนกระทั่งเกิดปัญญาชัดแจ้งขึ้นมา หรือบรรลุอิสรภาพ ได้ปัญญาคือโพธิหรือคือการตรัสรู้ด้วยปัญญา⁴⁰ ซึ่งเป็นคุณสมบัติหลักที่ทำให้สำเร็จพุทธภาวะ ดังหลักที่ว่า “ปัญญา ให้สำเร็จพุทธภาวะ ส่วนกรุณา ให้สำเร็จพุทธกิจ- (ปัญญา ย พุทธภาวสิทธิ, กรุณา ย พุทธกิจสิทธิ)⁴¹

แต่การจะพัฒนาชีวิตทั้ง 3 แดนให้บรรลุเป้าหมาย หรือก้าวหน้าไปได้นั้นต้องอาศัยหลักการพื้นฐานสำคัญ 2 ประการ ซึ่งเป็นพื้นฐานของการพัฒนา มนุษย์ ได้แก่⁴²

³⁸ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **ตามพระใหม่ไปเรียนธรรม ภาค 1-3 (ตอน 1-21 ใน 60 ตอน)**, (กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ผลิธัมม์, 2559), หน้า 119.

³⁹ พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), **พระพุทธศาสนาพัฒนาคนและสังคม**, หน้า 16.

⁴⁰ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **ตามพระใหม่ไปเรียนธรรม ภาค 1-3 (ตอน 1-21 ใน 60 ตอน)**, (กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ผลิธัมม์, 2559), หน้า 50.

⁴¹ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **จากพระ ธรรมบรรยาย 5 เรื่อง**, (กรุงเทพฯ : บริษัทพิมพ์สวย จำกัด, 2557), หน้า 71; อิติ.อ.(บาลี) 16.

⁴² สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **จากพระ ธรรมบรรยาย 5 เรื่อง**, หน้า 112.

1. ปัจจัยภายนอก (ปรโตโมสะ) ปัจจัยนี้เรียกว่าเป็นองค์ประกอบภายนอก ซึ่งได้แก่เสียงจากผู้อื่นหรืออิทธิพลจากภายนอก โดยเฉพาะอิทธิพลจากกัลยาณมิตร

2. ปัจจัยภายใน (โยนิโสมนสิการ) ปัจจัยนี้เรียกว่าเป็นองค์ประกอบภายใน ซึ่งหมายถึงการที่บุคคลรู้จักมอง คิด พินิจ สามารถหาประโยชน์และเห็นความจริงได้

กล่าวโดยสรุปคือ หลักการเข้าสู่องค์รวมในการดำเนินชีวิตที่ดีต้องมีปัจจัยเกื้อหนุนที่สำคัญคือปัจจัยแห่งสัมมาทิฐิ ซึ่งมีปัจจัยพื้นฐานการพัฒนา 2 อย่าง ดังกล่าวแล้ว และเป็นการพัฒนาสุขภาวะที่ต้องพัฒนา หรือการจัดการกับปัจจัยภายนอก คือปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะอย่างยิ่งปัจจัยทางสังคมที่มนุษย์ต้องสัมพันธ์สื่อสาร และต้องจัดการกับปัจจัยภายใน คือปัจจัยภายในปัจเจกบุคคล⁴³

ว่าโดยหลักและวิธีการพัฒนาองค์รวมทั้ง 3 แดน (แดนศีล สมาธิ และปัญญา) ศีล คือส่วนที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมทางกาย วาจา ซึ่งบุคคลต้องสัมพันธ์โดยอากัษยอินทรีย์เป็นฐาน หรือคือการใช้อินทรีย์ให้เป็น การเสพบริโภคอย่างมีปัญญา การประกอบสัมมาชีพ และการรักษากฎกติกาในการอยู่ร่วมสังคมเดียวกัน ในขณะที่สมาธินั้น เป็นแดนที่ลงลึกอยู่ด้านใน เกี่ยวกับสภาพอารมณ์ สภาพทางจิตใจที่จะมุ่งให้เกิดคุณภาพ สมรรถภาพ และมีสุขภาพที่ดี ส่วนปัญญานั้นเป็นแดนร่วมที่จะเสริมสร้างสุขภาวะอย่างสมบูรณ์ เพื่อเป้าหมายของชีวิตที่ดีงาม สำเร็จ และบรรลุเป้าหมายสูงสุดได้

ดังนั้น เมื่อบุคคลพัฒนาไตรสิกขาได้ดี สุขภาวะองค์รวมคือชีวิตส่วนบุคคลและส่วนชีวิตส่วนสังคมย่อมก้าวหน้าพัฒนาไปด้วยกัน โดยสรุปไตรสิกขา จึงได้แก่การศึกษาอบรมหรือการพัฒนาชีวิต ดังแผนภาพสรุปต่อไปนี้

⁴³ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), จากพระ ธรรมบรรยาย 5 เรื่อง, หน้า 100.

ไตรสิกขาพัฒนาสุขภาพของตัวเอง



ศีล

**: การพัฒนาพฤติกรรมทางกาย
วจาให้สัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม
ทางกายภาพ และทางสังคม**

- การใช้อินทรีย์ให้ให้เป็น
- การเสพบริโภคอย่างมีปัญญา
- การประกอบสัมมาชีพ
- อยู่ร่วมสังคมอย่างมีวินัย

สมาธิ

: การฝึกฝนพัฒนาจิตใจ

- ดึงามด้วยคุณธรรม/คุณภาพจิต
- มีจิตเข้มแข็งหนักแน่นมั่นคง/สมรรถภาพจิต
- มีจิตร่าเริงเบิกบานสงบสุข/สุขภาพจิต

ปัญญา

**: การพัฒนาความรู้-ความคิด
-ความเข้าใจ**

- ปัญญาช่วยให้ดำเนินชีวิตได้อย่างมี
ประสิทธิภาพและประสบความสำเร็จ
- ปัญญาที่ช่วยให้ชีวิตดำเนินไปสู่
วิถีที่ถูกต้องดีงาม
- ปัญญาที่ช่วยให้ชีวิตบรรลุจุดหมาย
สูงสุดดีงาม

2.4 ภาวนา 4 หลักตรวจสอบวัดผลสุขภาพของค์รวมแนวพุทธ

การปฏิบัติหรือการฝึกหัดพัฒนาระบบการดำเนินชีวิตด้วยสิกขา 3 หรือชีวิต 3 แดน (ศีล สมาธิ ปัญญา) ดังกล่าวแล้วนั้น หากจะประเมินว่าบรรลุผลหรือไม่อย่างไร สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้ใช้หลักภาวนา 4 เป็นเครื่องมือวัดผล โดยมีศัพท์ธรรมะเป็นเครื่องชี้ผล คือ

1. บุคคลที่ได้พัฒนากายแล้ว จะชื่อว่าผู้มีกายที่ได้พัฒนาแล้ว-ภาวิตกาย
2. บุคคลที่ได้พัฒนาศีลแล้ว จะชื่อว่าผู้มีศีลที่ได้พัฒนาแล้ว-ภาวิตศีล
3. บุคคลที่ได้พัฒนาจิตแล้ว จะชื่อว่าผู้มีจิตที่ได้พัฒนาแล้ว-ภาวิตจิต
4. บุคคลที่ได้พัฒนาปัญญาแล้ว จะชื่อว่าผู้มีปัญญาที่ได้พัฒนาแล้ว-ภาวิตปัญญา

การใช้หลักภาวนา 4 เป็นเครื่องมือวัดผลนี้เพราะมุ่งไปที่ผลที่เกิดขึ้น การฝึกหัดพัฒนาครบถ้วนสมบูรณ์หรือไม่อย่างไร โดยแบ่งการประเมินไว้พอสรุปได้ดังนี้⁴⁴

⁴⁴ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), จากพระ ธรรมบรรยาย 5 เรื่อง, (กรุงเทพฯ : บริษัทพิมพ์สวย จำกัด, 2557), หน้า 114-116.

ตารางที่ 2.4 หลักภavana 4 วิธีตรวจสอบวัดผล

หลักภavana	วิธีตรวจสอบวัดผล
<p>กายภavana</p>	<p>ตรวจสอบว่าความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพที่เป็นโลกแห่งวัตถุ เป็นไปในทางที่เกื้อกูลกันดีหรือไม่ มีการปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลายอย่างมีสติหรือไม่ ซึ่งให้พิจารณาตามเกณฑ์ คือ</p> <ul style="list-style-type: none"> - การรู้จักใช้อินทรีย์ คือตาหู ใจ เป็นต้น (อินทรีย์สังวร) ใช้ให้ได้ปัญญา - การกินเสพบริโภคปัจจัย 4 อย่างมีปัญญา (ปัจจัยปฏิบัติเสวนา)
<p>ศีลภavana</p>	<p>ตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับเพื่อนมนุษย์ หรือสิ่งแวดล้อมทางสังคมว่า เป็นอย่างไร ซึ่งพิจารณาตามเกณฑ์ คือ</p> <ul style="list-style-type: none"> - การมีพฤติกรรมสัมพันธ์กับเพื่อนมนุษย์ด้วยดี มีวินัย รักษากฎเกณฑ์ (วินัยบัญญัติ) - การมีอาชีพสุจริต (สัมมาอาชีพะ) ไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนทั้งทางกายวาจา พัฒนาชีวิตที่เกื้อกูลสร้างสรรค์สังคม ใฝ่สันติสุข
<p>จิตภavana</p>	<p>ตรวจสอบระดับการทำให้จิตให้เจริญงอกงามที่เป็นไปตามคุณธรรมใน 3 ลักษณะ ได้แก่</p>

หลักภาวนา	วิธีตรวจสอบวัดผล
	<p>1) สมบูรณ์ด้วยคุณภาพจิต คือมีจิตใจที่เปี่ยมด้วยคุณธรรม เช่น ความเมตตากรุณา เสียสละ ซื่อสัตย์ อ่อนโยน เป็นต้น</p> <p>2) สมบูรณ์ด้วยสมรรถภาพจิต คือมีจิตใจที่เข้มแข็งเด็ดเดี่ยว กล้าหาญ อดทน มีความรับผิดชอบ เป็นต้น</p> <p>3) สมบูรณ์ด้วยสุภาพจิต คือมีจิตใจที่สดใสร่าเริง เอิบอím ไม่อึดอัดโปรงโล่ง สงบ เป็นสุข</p>
<p>ปัญญาภาวนา</p>	<p>เครื่องมือวัดผลการพัฒนาปัญญา ซึ่งพิสูจน์จากการที่บุคคลได้ฝึกอบรมให้เจริญปัญญา เสริมสร้างความรู้-ความคิด-ความเข้าใจ รู้จักวิถีคิด พินิจพิจารณา รู้จักแก้ปัญหา มองสิ่งทั้งหลายตามเหตุปัจจัย ไม่มีอคติ แอบแฝง เป็นต้น จนถึงผลคือการเข้าใจ หยั่งรู้ชีวิตและโลก จิตเป็นอิสระไร้ทุกข์พบ สุขเกษม หรืออาจตรวจสอบจากข้อปฏิบัติ และกิจกรรมที่ส่งเสริมปัญญาด้านอื่น ๆ เช่น⁴⁵ ธรรมสวนะ หรือการฟังธรรม ทิฏฐิธุกรรม การทำความเห็นให้ตรงเป็น สัมมาทิฏฐิ หรือฝึกพัฒนาปัญญาด้วย วิปัสสนาวิธี ทั้งนี้เพื่อเป็นเครื่องบ่งชี้ถึง ปัญญาที่บุคคลนั้นได้เจริญหรือพัฒนาแล้ว</p>

⁴⁵ พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต), พระพุทธศาสนาพัฒนาคนและสังคม, (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ ส่วนท้องถิ่น กรมการปกครอง, 2540), หน้า 20-22.

กระบวนการพัฒนาสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธรวมถึงวิธีตรวจสอบ วัตถุประสงค์นี้ เป็นการชี้ให้เห็นว่าองค์รวมใหญ่ หรือชีวิตของมนุษย์เป็นสิ่งที่จำต้อง ดำเนินไปอย่างมีระบบ ไม่ขัดหรือแย้งกับสิ่งที่ตนต้องปฏิสัมพันธ์ด้วย เพราะ มืองค์รวมหลายอย่างที่เกี่ยวข้อง จะอยู่ในชื่อของศีล สมาธิ ปัญญา หรือชื่ออื่น ที่เป็นองค์รวม ได้แก่ มนุษย์ สิ่งแวดล้อม และสังคมนั่นเอง ที่เป็นระบบความ สัมพันธ์ทั้งหมดที่ต้องประสานกลมกลืนกันไป หากขัดแย้งป็นเกลียว คำว่า “สุขภาวะ” ก็จะไม่สำเร็จผลได้ แต่หากองค์รวมทั้ง 3 อย่างดังกล่าวสัมพันธ์กัน ด้วยดี มนุษย์ก็จะเข้าถึงสุขภาวะได้⁴⁶

กระบวนการพัฒนาสุขภาวะองค์รวมนี้มีได้หมายความว่า จะเป็นกิจกรรม ปฏิบัติพัฒนาสำหรับพุทธเท่านั้น นายแพทย์วิชัย โชควิวัฒน์⁴⁷ ได้ให้มุมมอง ว่าการพัฒนาสุขภาวะดังกล่าวแล้วนั้นสามารถเป็นแนวทางพื้นฐานที่ศาสนิก อื่น ๆ สามารถนำไปตีความขยายความให้สอดคล้องกับความเชื่อที่ตนมีอยู่ได้ ซึ่งคณะวิจัยมีความเห็นสอดคล้องกับทัศนะดังกล่าว หมายถึง สุขภาวะองค์รวม เป็นเรื่องระบบดำเนินชีวิตที่อยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ของธรรมชาติ ที่มีความสมดุล สอดประสานกันและกัน

สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ จึงเป็นเรื่องของระบบความสัมพันธ์ขององค์ ประกอบต่าง ๆ หรือส่วนย่อยที่สัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตทั้งจากส่วนที่เป็นทาง กายภาพ จิตใจ ปัญญา ในลักษณะพึ่งพิงอิงอาศัยกันและกัน และดำเนินไปอย่าง สมดุลนั่นเอง และเป็นระบบการทำงานที่ไม่อาจแยกขาดออกจากกันและกันได้ ดังที่พระไพศาล วิสาโล ให้นิยามไว้ว่า “สุขภาพองค์รวม หมายถึงสุขภาพที่ ครอบคลุมทุกมิติของชีวิต เป็นสุขภาวะโดยรวมอันเกิดจากสุขภาวะทางกาย

⁴⁶ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **จากพระ ธรรมบรรยาย 5 เรื่อง**, (กรุงเทพฯ : บริษัท พิมพ์สวย จำกัด, 2557), หน้า 64-65.

⁴⁷ วิชัย โชควิวัฒน์, “การศึกษาว่าด้วยมิติทั้ง 4 ของสุขภาพ”, **วารสารวิจัยระบบสาธารณสุข**, ปีที่ 3 ฉบับที่ 3 (ก.ค.-กย. 2553): 334.

จิต และสังคม ซึ่งต่างเชื่อมโยงสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด ยากที่จะแยกออกจากกันเป็นส่วนๆ หรืออย่างโดดๆ ได้”⁴⁸ และระบบการทำงานอย่างปฏิสัมพันธ์กันและกันที่เรียกว่าเป็นองค์รวมนี้ McEvoy, L., & Duffy, A. ให้แนวคิดนี้ว่าเป็นเรื่องของดุลยภาพ ซึ่งเป็นระบบการทำงานในท่ามกลางปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมรวมถึงเรื่องแนวทางในการรักษาสุขภาพที่เน้นการดำรงชีวิตให้มีความประสานสอดคล้องกับกฎเกณฑ์ธรรมชาติไว้ด้วยกัน⁴⁹

โดยสรุป กระบวนการพัฒนาสุขภาพขององค์รวม และการตรวจสอบประเมินผลสุขภาพขององค์รวมตามทัศนะของสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต) เป็นหลักและวิธีการที่เป็นกลาง โดยเหตุที่ความรู้ดังกล่าวประสานสอดคล้องกันในความเป็นธรรมชาติ ทั้งที่เป็นโลกทางกายภาพ หรือโลกแห่งวัตถุ และโลกคือมนุษย์ หรือสังคมล้วนแต่เป็นสภาพที่มีระบบในตนเอง และต้องเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับสิ่งอื่น คนอื่นอยู่ตลอดเวลา

การทบทวนวรรณกรรมส่วนที่เป็นแนวคิดเรื่องสุขภาพขององค์รวมแนวพุทธ เป็นเครื่องบ่งชี้ว่าชีวิตของมนุษย์นั่นเองที่เป็นที่รวมขององค์รวมหรือองค์ประกอบย่อยต่างๆ ที่ต้องสัมพันธ์สอดคล้องประสานกันไป โดยในการศึกษานี้ องค์ประกอบร่วมได้แก่ไตรสิกขานั้นเอง ที่กระจายไปตามความเป็นจริงของระบบการพัฒนาชีวิต โดยที่

(1) ศีล เป็นแดนพัฒนาที่ว่าด้วยระบบความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทั้งสองด้าน โดยที่สิ่งแวดล้อมนั้นพิจารณาได้ทั้ง 2 แง่ คือ สิ่งแวดล้อมที่เป็นโลก

⁴⁸ พระไพศาล วิสาโล, “สุขภาพองค์รวมกับสุขภาพสังคม” [ออนไลน์]: แหล่งข้อมูล <https://www.visalo.org/article/healthsukapabkabOngRuam.htm>, เข้าถึงเมื่อ 23 เมษายน 2565.

⁴⁹ McEvoy, L., & Duffy, A, **Holistic practice – A concept analysis**, (Nurse London : Flamingo An Imprint of Harper Collins ,2008): P.418, อ้างใน อุ๋นเอื้อ สิงห์คำ และน้องเล็ก คุณวรชาติชัย, “กระบวนการและผลของการสร้างเสริมสุขภาพขององค์รวมวิถีพุทธ”, **วารสารสมาคมนักวิจัย**, ปีที่ 19 ฉบับที่ 1 (มกราคม-เมษายน 2557) : 78.

ทางกายภาพหรือปัจจัยสี่ ที่มนุษย์ต้องพึ่งพาให้เป็น และสิ่งแวดล้อมที่เป็นโลกทางสังคมหรือระหว่างมนุษย์ด้วยกันรวมถึงสัตว์ทั้งหลายด้วย

(2) สมาธิ เป็นแดนพัฒนาที่วกกลับเข้ามาด้านในจิตใจของมนุษย์ เพื่อให้มนุษย์ได้ใช้คุณธรรมต่าง ๆ มาช่วยยกระดับจิตใจของตนให้ดีขึ้น ให้เข้มแข็ง และให้รำเริงเบิกบานไม่เครียดขริบขิมเศร้า

(3) ปัญญา เป็นแดนพัฒนาที่เสมือนเป็นตัวชี้วัดสุขภาวะองค์รวมคือชีวิตไว้ทั้งหมด เพราะต้องพัฒนาด้วยปัจจัยภายนอก (ปรโตโฆสะ) และปัจจัยภายใน (โยนิโสมนสิการ) ซึ่งเป็นองค์ประกอบการพัฒนาให้เกิดเป็นสัมมาทิฐิ

เมื่อองค์รวมทั้ง 3 แดนดังกล่าวทำงานอย่างสมดุล ไม่ขัดแย้งกันก็จะก่อให้เกิดเป็นสุขภาวะที่สมบูรณ์ แต่การทำงานรวมทั้ง 3 แดนนั้น ไม่ได้หมายความว่าต่างแดนต่างทำหน้าที่ แต่เป็นการทำหน้าที่ร่วมกัน ที่เรียกว่าสัมพันธ์กัน กล่าวคือเมื่อการสัมพันธ์ในแดนศีลทำงาน การใช้อินทรีย์ การเสพบริโภคก็จำเป็นต้องอาศัยปัญญา ปัญญารู้ผิดชอบชั่วดีทำให้เกิดการตัดสินใจประกอบอาชีพในทางสุจริต การยินดีรักษากติกาสังคัม และเมื่อการสัมพันธ์ในแดนสมาธิเกิดขึ้นย่อมหมายถึงการทำงาน การใช้ชีวิตที่ดำเนินไปอย่างสงบ มีสติ ไม่ทำการใด ๆ อย่างวู่วามโวยวาย ลักษณะอาการของจิตเช่นนี้จึงจะนำไปสู่คุณภาพของจิต สมรรถภาพและสุขภาพของจิต ส่วนการทำงานระบบความสัมพันธ์ในแดนปัญญา เป็นกระบวนการแห่งความรู้แจ้งชัดในสิ่งทั้งปวง เมื่อได้รับการพัฒนาอย่างเต็มที่หรือสมบูรณ์แล้วก็จะเป็น “สัมมาทิฐิ” กลายเป็นปัญญาหยั่งรู้รอบด้าน ตั้งแต่ความคิด ความเข้าใจในโลกและชีวิตอย่างที่เป็น ซึ่งในที่สุดมนุษย์จะพบกับสุขภาวะที่เป็นเป้าหมายสูงสุดได้ โดยอาจสรุปเป็นภาพแผนที่แสดงให้เห็นว่าชีวิตมนุษย์ที่ได้รับการพัฒนาทั้ง 3 แดนอย่างสมดุลแล้วจะนำไปสู่สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธได้ในที่สุด ดังนี้

แผนภูมิที่ 2.3

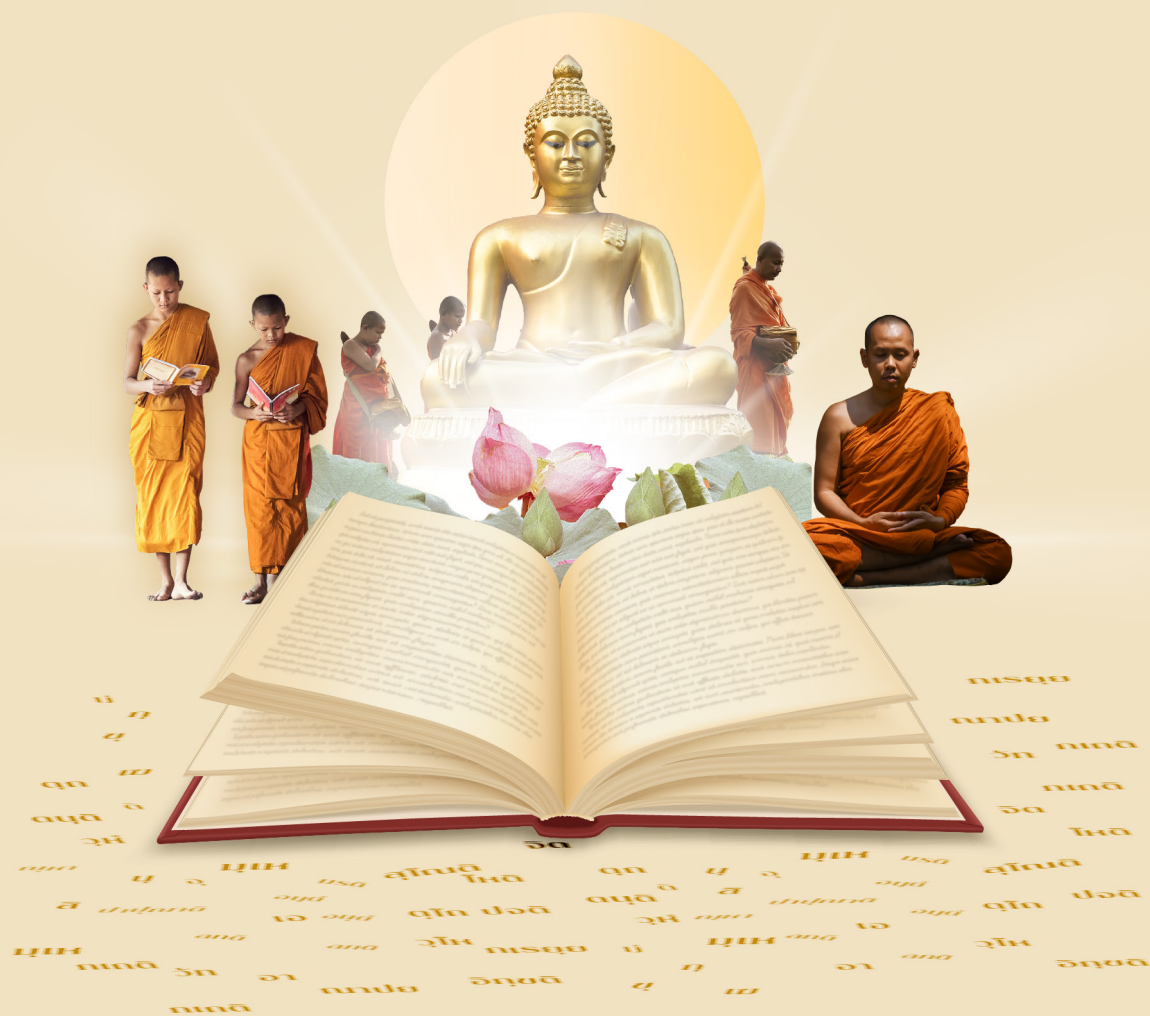
การพัฒนาสุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธ





บทที่ 3

พุทธธรรมจากโครงการการเสริมสร้างสุขภาวะ
เชิงพุทธตามพันธกิจหน่วยอบรมประชาชน
ประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย



การพัฒนากิจกรรมของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลซึ่งดำเนินการตามปกติอย่างหนึ่ง และส่วนที่ได้รับการสะท้อนจากโครงการวิจัยอีกส่วนหนึ่งได้สะท้อนถึงคุณภาพชีวิต สุขภาวะเชิงพุทธโดยอาศัยหลักธรรมที่ปรากฏหลักฐานในพระไตรปิฎกซึ่งเป็นแหล่งกำเนิดพระพุทธศาสนาและเครื่องมือคือประชาชนและพระสงฆ์ให้ภาพของวัดซึ่งเป็นสถานที่ตั้งหน่วยเป็นสถานที่เรียนรู้และมีการเสริมแทรกด้วยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเพื่อเป็นแรงเสริมให้พันธกิจของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลบรรลุจุดประสงค์โดยมีรายละเอียด โดยพิจารณาจากหลักพุทธธรรมในเชิงหลักการ และหลักพุทธธรรมในเชิงสังเคราะห์หรือที่สัมพันธ์กับพันธกิจทั้ง 8 ด้าน ดังมีลำดับที่ควรศึกษาต่อไปนี้

3.1 พุทธธรรมเชิงหลักการ

การสังเคราะห์หลักพุทธธรรมซึ่งสอดคล้องกับพันธกิจทั้ง 8 ด้านของการพัฒนาโครงการของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) เน้นที่หลักการสำคัญคือ การนำหลักคำสอนฝ่ายกุศลจิตมาเป็นแรงผลักดันในทุก

กิจกรรมซึ่งสัมพันธ์กับการพัฒนาทางกายภาพ ที่จะส่งผลให้เกิดการพัฒนาทั้ง สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ พฤติกรรมทางกาย การสนทนา การสร้างข้อมูลและ สุขภาพจิตให้มีความสุข สงบ การใช้สติปัญญาแก้ไขปัญหามา ไม่สร้างปัญหาใหม่ ให้เกิดขึ้น และจะช่วยทำให้ปัญหาเก่าที่มีลดลงและไม่เป็นปัญหาอีก กิจกรรม ดังกล่าวมีหลักธรรมพื้นฐานตามหลักกุศลกรรมบถ ซึ่งจะทำให้พันธกิจของ อ.ป.ต. สำเร็จบรรลุวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้โดยการตั้งใจอยู่บนหลักการใหญ่ ได้แก่ “การไม่ทำบาป และทำความดีให้ถึงพร้อม และการทำจิตให้บริสุทธิ์ผ่องแผ้ว” ซึ่งเป็นหลักการใหญ่ที่พระพุทธองค์ทรงวางไว้เป็นหลักในคราวทรงแสดงโอวาท ปาติโมกข์ ได้แก่

สพฺพปาปสฺส อกรรมํ

กุสลสฺสุปสมฺปทา

สจฺจิตฺตปริโยทปนํ

เอตํ พุทฺธาน สาสนํ¹

แปลว่า “การไม่ทำความชั่วทั้งปวง หรือการไม่ทำบาปทั้งปวง การบำเพ็ญ กุศล คือความดีให้ถึงพร้อม การทำจิตใจของตนให้ผ่องใสบริสุทธิ์”²

คำสอนในพระพุทธศาสนาที่เรียกว่า โอวาทปาติโมกข์ เมื่อสรุปประมวล มาแล้วจะได้หลักการใหญ่ ๆ เพียง 3 หลัก คือ

- 1) หลักแห่งการไม่ทำบาปอกุศลทั้งปวง
- 2) หลักแห่งการทำกุศลหรือความดีทั้งปวง
- 3) หลักแห่งการอบรมบ่มจิตให้ผ่องใส

หลักการทั้ง 3 นี้ ถือว่าเป็นงานที่สำคัญของมนุษย์จะเห็นได้ว่าพระพุทธ ศาสนาสอนเน้นหนักในเรื่องความประพฤติปฏิบัติ แม้แต่พระพุทธองค์ก็ทรง

¹ ที.ม. (บาลี) 10/90/50.

² ที.ม. (ไทย) 10/90/50.

สรรเสริญการปฏิบัติบูชา ต่างจากศาสนาประเภทอื่น ๆ สอนให้ศาสนิกชน
 นับถือบูชาเทพเจ้า นับถือธรรมชาติ หรือจงรักภักดีสวดอ้อนวอนต่อพระเจ้า
 ผู้สร้างโลก ด้วยอามิสบูชา

งานอันดับแรกของพุทธศาสนิกชน คือ งานละชั่ว ถือว่าเป็นบันไดขั้นแรก
 ไม่มีงานใดที่ง่ายกว่างานละชั่ว เพราะว่าเพียงแค่อุญเฉย ๆ ไม่แสดงพฤติกรรม
 ทางกาย วาจา ไม่ต้องลงทุนลงแรงมากมาย ทำกันได้ทุกเพศวัย ทุกฐานะ
 ทุกชนชั้น สามารถทำงานละชั่วได้เท่ากันหมด แสดงให้เห็นว่าพุทธศาสนามี
 อุดมการณ์ไม่ประสงค์ให้พุทธศาสนิกชนเป็นคนชั่ว ไม่ว่าจะอยู่ในสถานะใด
 เพราะการทำชั่วเป็นความผิดต่อหลักการศาสนา

งานอันดับที่สอง คือ งานทำดี เป็นการแสดงออกให้เห็นอุดมการณ์
 ของพระพุทธรศาสนาว่า เมื่อไม่ทำชั่วแล้ว อย่าหยุดอยู่เพียงแค่นั้น แต่ยังสอน
 ให้มุ่งทำความดีต่อไป ตั้งแต่พระคาถาแรกสอนให้ไม่เบียดเบียนกันในมวล
 มนุษย์เท่านั้น ยังสอนให้พยายามเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ทำความดีต่อกันอีก มุ่งให้มัน
 พัฒนาปรับปรุงตนเองให้ดียิ่งขึ้น อย่าหยุดแค่ไม่ทำชั่ว จักต้องมีความก้าวหน้า
 ด้วยการทำความดีที่เป็นประโยชน์ต่อคนอื่นหรือส่วนรวมด้วย

งานอันดับที่สาม คือ งานชำระจิตใจให้บริสุทธิ์ เป็นการแสดงให้เห็น
 อุดมการณ์สูงสุดของพระพุทธรศาสนาว่า ความบริสุทธิ์นั้น ไม่เพียงแค่แสดง
 กิริยาวาจาอ่อนโยนต่อบุคคลอื่นที่เป็นรูปลักษณะภายนอกแค่นั้น ยังไม่เพียงพอ
 เพราะความชั่วร้ายอาจแอบแฝงอยู่ในภายในได้แม้ว่าเว้นชั่วแล้ว ทำความดี
 แล้วก็ทำตาม แต่ถ้าใจยังไม่สะอาด ไม่ปล่อยใจ งานละชั่ว ทำความดี ย่อมเป็นไปได้
 ไม่ตลอด เพราะว่าจิตใจยังมีได้ขัดเกลา ผู้ที่จักเว้นชั่วและทำดีได้อย่างแท้จริง
 จิตใจจักต้องสะอาดด้วย ฉะนั้น จิตใจเป็นเรื่องสำคัญในทัศนะพระพุทธรศาสนา

ความสะอาดของจิตใจ ก็คือ ลักษณะของจิตที่ปราศจากกิเลส ลักษณะ
 ของคนที่มีจิตใจสะอาด มีใจสูง ดังที่ยกไว้ว่า “ผู้ใดสามารถมองเห็นเมียของ
 คนอื่น แล้วนึกว่าเหมือนแม่ของตน เห็นทรัพย์ของคนอื่นแล้วนึกว่าเหมือน

กระเบื้องแตก เห็นชีวิตของคนอื่นสัตว์อื่นว่าเสมอเหมือนกับชีวิตของตนเองได้ ผู้นั้นเป็นบัณฑิตมีใจสูง”

ดังนั้น ในการปฏิบัติศาสนกิจเพื่อยังประโยชน์ทั้งต่อสังคมแห่งสังฆะและสังคมของคนหมู่มากทั่วไปนั้น หากผู้ปฏิบัติได้ยึดหลักการทั้ง 3 อย่างไว้แล้วย่อมจะปฏิบัติงานได้ตรงตามโอวาทปาติโมกข์และมีความอาจหาญกล้าที่จะทำความดีอื่นๆ

3.2 พุทธธรรมที่สัมพันธ์กับพันธกิจหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล

การพิจารณาว่าหลักธรรมใดเหมาะสมกับพันธกิจใดนั้นเป็นการสะท้อนจากกิจกรรมโครงการของอ.ป.ต.ที่ดำเนินการ และเป็นการตีความตามบริบทเพื่อเสนอว่าหลักธรรมแต่ละหลักธรรมนั้นสัมพันธ์ทั้งทางตรงและทางอ้อมในลักษณะใด ดังหลักธรรมที่สัมพันธ์กับพันธกิจทั้ง 8 ด้านต่อไปนี้

3.2.1 พุทธธรรมด้านศีลธรรมและวัฒนธรรม (Morality and Culture)

หลักพุทธธรรมที่นำมาเป็นฐานในการทำให้พันธกิจด้านศีลธรรมและวัฒนธรรมบรรลุจุดประสงค์ได้และสอดคล้องตามเนื้อหาในฐานะที่เป็นคุณธรรมที่ตั้งอยู่บนกุศลจิต ดังนี้

3.2.1.1 หิริและโอตตปปะ (Shame and Fear of Evils)

หลักหิริและโอตตปปะต่อพันธกิจด้านศีลธรรมและวัฒนธรรมพระพุทธเจ้าได้ตรัสเรื่องหิริและโอตตปปะไว้ใน หิริโอตตปปะสูตร ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย 1) เมื่อหิริและโอตตปปะไม่มีอินทริยสังวรของบุคคลผู้มีหิริและโอตตปปะวิตติชื่อว่ามิเหตุถูกขจัดแล้ว 2) เมื่ออินทริยสังวรไม่มี ศีลของบุคคลผู้มีอินทริยสังวรวิตติ ชื่อว่ามีเหตุถูกขจัดแล้ว 3) เมื่อศีลไม่มี สัมมาสมาธิของบุคคลผู้มีศีลวิตติ ชื่อว่ามีเหตุถูกขจัดแล้ว 4) เมื่อสัมมาสมาธิไม่มียถาภูตญาณทัสสนะของ

บุคคลผู้มีสัมมาสมาธิวิบัติซึ่งว่ามีเหตุถูกขจัดแล้ว 5) เมื่อยกธาตุญาณทัสสนะไม่มีนิพพิทาและวิราคะของบุคคลผู้มียกธาตุญาณทัสสนะวิบัติซึ่งว่ามีเหตุถูกขจัดแล้ว 6) เมื่อนิพพิทาและวิราคะไม่มีวิมุตติญาณทัสสนะของบุคคลผู้มีนิพพิทาและวิราคะวิบัติ ซึ่งว่ามีเหตุถูกขจัดแล้ว ภาวทั้งหลาย ต้นไม้ที่มีกิ่งและใบวิบัติแล้ว สะเก็ด เปลือก กระพี้แม่แก่นของต้นไม้ นั้น ย่อมไม่ถึงความบริบูรณ์ แม้ฉันใด ภาวทั้งหลาย เมื่อหิริและโอตตปปะไม่มี อินทริยสังวรของบุคคลผู้มีหิริและโอตตปปะวิบัติ ซึ่งว่ามีเหตุถูกขจัดแล้ว ฯลฯ

ภาวทั้งหลาย 1) เมื่อหิริและโอตตปปะมี อินทริยสังวรของบุคคลผู้สมบูรณ์ด้วยหิริและโอตตปปะ ซึ่งว่ามีเหตุสมบูรณ์ 2) เมื่ออินทริยสังวรมีศีลของบุคคลผู้สมบูรณ์ด้วยอินทริยสังวร ซึ่งว่ามีเหตุสมบูรณ์ 3) เมื่อศีลมี สัมมาสมาธิของบุคคลผู้สมบูรณ์ด้วยศีล ซึ่งว่ามีเหตุสมบูรณ์ 4) เมื่อสัมมาสมาธิมียกธาตุญาณทัสสนะของบุคคลผู้สมบูรณ์ด้วยสัมมาสมาธิ ซึ่งว่ามีเหตุสมบูรณ์ 5) เมื่อยกธาตุญาณทัสสนะมี นิพพิทาและวิราคะของบุคคลผู้สมบูรณ์ด้วยยกธาตุญาณทัสสนะ ซึ่งว่ามีเหตุสมบูรณ์ 6) เมื่อนิพพิทาและวิราคะมี วิมุตติญาณทัสสนะของบุคคลผู้สมบูรณ์ด้วยนิพพิทาและวิราคะ ซึ่งว่ามีเหตุสมบูรณ์ ภาวทั้งหลาย ต้นไม้ที่มีกิ่งและใบสมบูรณ์ สะเก็ด เปลือก กระพี้ แม่แก่นของต้นไม้ นั้น ย่อมถึงความบริบูรณ์ แม้ฉันใด ภาวทั้งหลาย เมื่อหิริและโอตตปปะมีอินทริยสังวรของบุคคลผู้สมบูรณ์ด้วยหิริและโอตตปปะซึ่งว่ามีเหตุสมบูรณ์³

³ อภ.สตตก. (ไทย) 23/65/132.

ความหมายของหิริและโอตตปปะ พระพุทธเจ้าตรัสไว้ในอวิชาสูตรว่า หิริ คือ ความละอายบาปก็มีตามมัตถ์ด้วย⁴ มีบทพระบาลีว่า “หิริโอตตปปะสมปนฺนา สุกกธมฺมสมมฺหิตา สนฺโตสปุริสาโลก เทวธมฺมาติวุจฺจเร แปลว่า บุคคลผู้มี หิริและโอตตปปะ ได้ชื่อว่าเป็นคนสะอาด เป็นคนมีความสงบระงับ เป็นคนดีงาม จนได้ชื่อว่า เป็นผู้ที่มีเทวธรรม ในโลกนี้⁵ ได้แก่ 1) คำว่าหิริ คือ กิริยาเป็นเหตุให้ ละอาย 2) คำว่า โอตตปปะ คือ กิริยาเป็นเหตุให้เกรงกลัวต่อกายทุจริตเป็นต้น ซึ่งเป็นบาปอกุศล⁶ ในธรรม 2 อย่างนั้น หิริตั้งอยู่ด้วยอาการแห่งความละอาย โอตตปปะ ตั้งอยู่ด้วยอาการแห่งความกลัว⁷

พระอรรถกถาจารย์ได้ขยายความว่าบุคคลที่ได้ชื่อว่ามีเทวธรรมได้นั้น เพราะมีหิริโอตตปปะเป็นรากฐานเป็นเหตุทำให้เป็นคนดีเป็นเหตุให้ไปบังเกิด ในเทวโลกและเป็นเหตุให้ถึงความเป็นผู้บริสุทธิ์อันสูงสุดได้⁸ คือ 1) คนที่มีหิริ ละอายใจต่อความชั่วนั้นถือเอาเหตุภายในตนเป็นที่ตั้งถือเอาตนเองเป็นใหญ่มีความรังเกียจบาปทุจริตเหมือนหญิงสาวรังเกียจขู 2) คนที่มีโอตตปปะยึดถือเอาเหตุภายนอกเป็นที่ตั้งถือเอาโลกเป็นใหญ่สะดุ้งกลัวบาปทุจริตเห็นโทษภัยที่ตัวเองจะได้รับเป็นสำคัญ⁹

พระฎีกาจารย์กล่าวถึงหิริโอตตปปะไว้ในคัมภีร์ฎีกาว่า 1) หิริ คือ ความละอายเป็นธรรมที่มีในใจ 2) โอตตปปะ คือ ความสะดุ้งหวาดกลัวเสียว ต่อบาป¹⁰ ซึ่งเป็นกิริยาที่ละอายคือรังเกียจบาป เมื่อกกล่าวถึงหิริก็จัดว่ากล่าวถึงโอตตปปะด้วยเสมอไปหิริปราศจากปัญญาได้แต่ปัญญาย่อมไม่ปราศจากหิริปัญญาที่เนื่องด้วยหิริจะไม่หวั่นไหวด้วยสิ่งที่เป็นข้าศึกและไม่ย่อหย่อนด้วย ภาวะที่ทำให้ไม่ย่อหย่อน¹¹ คือหิริและโอตตปปะเป็นปทัฏฐาน¹² คนที่ถือตน

⁴ ส.ม. (ไทย) 19/1/1.

⁵ ขุ.ชา. (ไทย) 27/6/3.

⁶ อภ.สง. (ไทย) 34/30-31/31-33.

⁷ ส.ม.อ. (ไทย) 3/1-2/233.

⁸ ขุ.ชา.อ. (บาลี) 1/6/189.

⁹ ขุ.อติ.อ. (บาลี) 42/185.

¹⁰ ที.ม.ฎีกา (บาลี) 2/138/157-158.

¹¹ ส.ส.ฎีกา (บาลี) 1/197/288.

¹² ที.ส.ฎีกา (บาลี) 1/305.

เป็นใหญ่มีการรังเกียจบาป ตั้งตนให้อยู่ในหิริธรรมจึงเป็นคนมีความบริสุทธิ์
 ได้ส่วนคนที่ถือโลกเป็นใหญ่สะดุ้งกลัวบาป ตั้งตนให้อยู่ยังโอดตปปะธรรมจึง
 เป็นคนมีความบริสุทธิ์ได้¹³

ในคัมภีร์ปกรณ์วิเสส พระพุทธโฆสจารย์ได้วิเคราะห์ว่า “กายทุจจริตาที่หิ
 หิริยตีติ หิริ ลชชาย เอต อธิวจน” แปลความว่า สภาวะละอายต่อกาย
 ทุจริตเป็นต้น คำนี้เป็นชื่อของความละอาย โอดตปปะ ท่านได้วิเคราะห์ว่า
 “เตหิเยว โอดตปปะตีติ โอดตปปะ ปาปโต อุพเพคสเสต อธิวจน” แปลความว่า
 โอดตปปะคือสภาวะสะดุ้งกลัวต่อกายทุจริตเป็นต้น คำนี้เป็นชื่อของความ
 สะดุ้งกลัว¹⁴ คัมภีร์อภิธานปิปปิกาให้ความหมายของหิริโอดตปปะไว้ว่า
 1. หิริ; ลชชช คือ ละอาย; เกลียดบาป 2. โอดตปปะ; ปาปภีรุตตา คือสะดุ้ง;
 กลัวบาป¹⁵ ปทานุกรมบาลี-ไทย-อังกฤษ-สันสกฤตคำว่า 1. หิริ มาจากคำ
 สันสกฤต หิริ แปลว่า ความละอาย,เกลียด. หิริ 2. โอดตปปะ มาจากคำสันสกฤต
 ว่า หุรีและ เอาตตปาย หมายถึงความว่าละอายบาปและกลัวบาป¹⁶

ดังนั้น หิริและโอดตปปะ คือ ธรรมสำหรับทำบุคคลให้เป็นเทวดาได้แก่
 หิริ ความละอายแก่ใจความเหนียมใจความขวยใจเกลียดบาปทุจริตมีกายทุจริต
 เป็นต้นไม่ว่าจะอยู่คนเดียวหรืออยู่ในที่ชุมนุมชนก็ตามเหมือนหญิงสาวแรก
 รุ่นที่มีความเหนียมอายรังเกียจสัตว์เลื้อยคลานมีงูเป็นต้นรังเกียจสิ่งสกปรก
 มีอุจจาระ เป็นต้น และโอดตปปะเกรงกลัวความชั่วเหมือนความหวาดกลัว
 ของหญิงแพศยาความหวาดกลัวต่ออสรพิษและความหวาดกลัวต่อเปลวไฟ

¹³ ที.สี.ฎีกา (บาลี) 1/338.

¹⁴ วิสุทธิ. (บาลี) 2/466/106.

¹⁵ พระเจ้าวรวงศ์เธอกรมหลวงพิรุณศรีวัฒนสมเด็จพะสังฆราชเจ้า, **คัมภีร์อภิธานปิปปิกาหรือ พจนานุกรมภาษาบาลีแปลเป็นไทย** (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, 2530) หน้า 158.

¹⁶ พระเจ้าบรมวงศ์เธอกรมพระจันทบุรีนฤนาถ, **ปทานุกรมบาลีไทยอังกฤษสันสกฤต** (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัดศิวิล, 2513,) หน้า 875.

หิริ-โอตตปปะเป็นหลักธรรมประจำจิตคอยเตือนให้ประพฤติดีห่างจากอกุศลธรรม ถ้ามีหลักธรรมนี้อยู่ในใจเสมอจะทำให้เกิดสำนึกทางศีลธรรม (Moral Conscience) และการห้ามตนไม่กระทำการชั่วนั้น แบ่งออกได้เป็น 2 ส่วนใหญ่ ๆ คือ 1) ส่วนหิริ คือ ความละอายต่อความชั่วที่เกิดในความคิดของตนเอง ความละอายต่อการกระทำผิด ละอายพอใจแนวทางเสื่อม หรือแม้กระทั่งความอายที่จะคิดหรือไขว่ไขว่ไปในทางที่ผิด คิดอกุศล¹⁷ 2) โอตตปปะ คือ ความเกรงกลัวต่อบาป¹⁸ ที่เกิดขึ้นจากการกระทำของตนเอง ความเกรงกลัวต่อบาปนี้เกิดในใจ การกลัวบาปด้วยจิตใจภายในของตนเอง กลัวผลบาปที่จะทำให้เกิด ดังนั้นคนที่มีโอตตปปะจะไม่ยอมทำบาปใด ๆ เลย มีข้ออุปมาเปรียบเทียบ ก้อนเหล็ก 2 ก้อน ก้อนหนึ่งเย็นแต่เปื้อนคูด ก้อนหนึ่งร้อนลุกโพล่ง บรรดาก้อนเหล็กทั้ง 2 นั้น คนฉลาดรังเกียจก้อนเหล็กที่เย็นแต่เปื้อนคูดจึงไม่จับรังเกียจก้อนเหล็กอีกอัน เพราะกลัวความร้อน ในการอุปมานั้นเหมือนบุคคลละอายใจแล้วไม่ทำบาปเหมือนคนฉลาดไม่จับก้อนเหล็กเย็นที่เปื้อนคูดเพราะความรังเกียจ พึงทราบการไม่ทำบาปเพราะกลัวอบาย เหมือนบุคคลไม่จับก้อนเหล็กร้อนเพราะกลัวความร้อน ฉะนั้น¹⁹

แนวทางที่จะทำให้หิริ ความละอายแก่ใจสมบูรณ์ ด้วยการมีสติสัมปชัญญะดังพระพุทธพจน์ในหิริโอตตปปะสูตรว่า

ภิกษุทั้งหลาย 1) เมื่อหิริและโอตตปปะมีอินทรีย์สังวรของบุคคลผู้สมบูรณ์ด้วยหิริและ โอตตปปะ ชื่อว่ามีเหตุสมบูรณ์ 2) เมื่ออินทรีย์สังวรมีศีลของบุคคลผู้สมบูรณ์ด้วยอินทรีย์สังวร ชื่อว่ามีเหตุสมบูรณ์ 3) เมื่อศีลมีสัมมาสมาธิของบุคคลผู้สมบูรณ์ด้วยศีล ชื่อว่ามีเหตุสมบูรณ์ 4) เมื่อ

¹⁷ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ 19, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, 2554), หน้า 355.

¹⁸ เรื่องเดียวกัน, หน้า 439.

¹⁹ **อภิ.สง.อ.** (ไทย) 75/1/16/339.

สัมมาสมาธิมียถาภูตญาณทัสสนะของบุคคลผู้สมบูรณ์ด้วยสัมมาสมาธิ
ชื่อว่า มีเหตุสมบูรณ์ 5) เมื่อยถาภูตญาณทัสสนะมีนิพพิทาและวิราคะของ
บุคคลผู้สมบูรณ์ด้วยยถาภูตญาณทัสสนะ ชื่อว่ามีเหตุสมบูรณ์ 6) เมื่อ
นิพพิทาและวิราคะมีวิมุตติญาณทัสสนะ ของบุคคลผู้สมบูรณ์ด้วย
นิพพิทาและวิราคะ ชื่อว่ามีเหตุสมบูรณ์ฉนั้นนั้นเหมือนกัน²⁰

หลักธรรมนี้มีความสำคัญมากเรียกว่า โลกपालธรรม คือ ธรรมที่
คุ้มครองโลก เป็นคุณธรรมที่จะอำนวยสันติสุขให้เกิดขึ้นในโลก หากขาด
หิริโอตตปปะแล้วจะตกเป็นทาสของสิ่งเฝ้ายวน และเปิดโอกาสที่จะทำผิดเกิด
ขึ้นได้เสมอ โดยมีความสำคัญดังนี้

1) หิริโอตตปปะในฐานะแก่นของมนุษยธรรม

หลักหิริโอตตปปะ ได้รับการยกย่องว่าเป็นแก่นของมนุษยธรรม
ดังพระพุทธพจน์ว่า หิริและโอตตปปะเป็นแก่นแห่งมนุษยธรรม เป็นหลักธรรม
ที่ทำให้มนุษย์มีจิตใจสูงส่ง ไม่ตกอยู่ในอำนาจใฝ่ต่ำ คุ้มครองมนุษย์โลก
ไม่ให้ประพฤตีส่ำสอนเหมือนกับสัตว์ดิรัจฉาน²¹

มนุษยธรรม หมายถึง ธรรมที่ทำให้คนให้เป็นมนุษย์ ได้แก่ ศีล 5 และ
คุณธรรม เช่น เมตตา กรุณา เป็นต้น มนุษย์ต้องตั้งอยู่ในภาวะปกติ เพื่อไม่ให้
เกิดความเสียหายแก่ตนเองและไม่ทำให้ผู้อื่นได้รับความเดือดร้อน คือตั้งอยู่
ในหลักศีล 5 ประการ²² หลักศีล 5 เป็นหลักสำหรับประพฤตปฏิบัติในการอยู่
ร่วมกันของมนุษย์ กล่าวคือ 1) การมีเจตนางดเว้นจากการฆ่าสัตว์ 2) เจตนา
งดเว้นการลักทรัพย์ การละเมิดกรรมสิทธิ์ในทรัพย์สินของคนอื่น 3) เจตนา
งดเว้นจากการประพฤตผิดในกาม²³ 4) เจตนางดเว้นจากการพูดเท็จ รวมถึงการ

²⁰ ที.ปา. (ไทย) 11/358/404.

²¹ ขุ.อิติ. (ไทย) 25/42/390.

²² ที.ปา. (ไทย) 11/315/302-303.

²³ อญ.สตุตทก. (ไทย) 23/50/82.

พูดสื่อเสียด คำหยาบ การพูดเรื่องไร้สาระ 5) เจตนาถ่วงเวลาจากการดื่มน้ำเมา คือสุราและเมรัย ซึ่งเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท การสมาทานและรักษาศีลให้ครบทั้ง 5 ข้อดังกล่าวมานั้น ทำให้บริสุทธิ์ บริบูรณ์ จะได้รับอานิสงส์แห่งศีล 3 ประการ กล่าวคือ 1) ศีลทำให้ชีวิตประสปลงดี คือมีตำแหน่ง หน้าที่การทำงานที่ดี มีครอบครัวที่ดี มีสังคมที่ดี และไปบังเกิดในสุคติโลกสวรรค์ 2) ศีลทำให้ได้โภคสมบัติ รักษาทรัพย์ได้ 3) ศีลทำให้ดับความทุกข์ในชีวิตประจำวัน มีความเย็นใจ ไม่ต้องถูกฟ้องร้องกล่าวโทษ เป็นพื้นฐานในการบำเพ็ญสมาธิ และปัญญาให้เจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้น²⁴

อานิสงส์ของศีลเกิดขึ้นได้โดยปฏิบัติหิริคือความละอายแก่ใจ และโอตตปปะคือความเกรงกลัวต่อบาปอกุศลธรรม รักษาไม่ให้ขาด เป็นปัจจัยให้มีวิถีชีวิตที่ดี รักษาโภคทรัพย์ไว้ได้ และชีวิตอยู่เย็นเป็นสุข ไม่มีความทุกข์กาย เดือดร้อนใจ เป็นธรรมคุ้มครองโลก เป็นเครื่องเกื้อกูลให้สัตว์โลกอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ปราศจากการเบียดเบียนกัน ไม่กระทำความชั่วทั้งในที่แจ้ง และในที่ลับ การมีหิริและโอตตปปะ ทำให้เกิดกุศลจิตอื่น ๆ

2) หลักหิริและโอตตปปะช่วยการพัฒนาสังคมในระดับชุมชน

หิริและโอตตปปะกับการพัฒนาสังคมในระดับชุมชนตามที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท โดยทำหน้าที่ปลูกฝังให้มีจิตสำนึกที่ดีแล้ว ต้องสร้างเสริมให้มีวิถีชีวิตที่ดี เป็นตัวอย่างที่ดีของหมู่ชน และเป็นนักสังคมสงเคราะห์ที่ดี ดังนี้

(1) การนำหิริและโอตตปปะมาพัฒนาสังคมระดับชุมชน ให้เป็นแบบอย่างที่ดีของสังคมโดยหลักหิริและโอตตปปะไม่ทำให้เป็นคนชั่ว มีความละอาย และเกรงกลัวต่อบาปทุจริต ก็จะเป็นแรงหนุนให้เกิดการพัฒนาหลักธรรมอื่น ๆ ตามมาคือหลักสัปปุริสธรรมซึ่งจะทำให้เป็นคนดี (สัตบุรุษ) มี 7 ประการคือ มีการรู้ธรรมและไม่เป็นธรรม (ธัมมัญญูตา) รู้ประโยชน์ (อัตถัญญูตา) รู้ตนเอง

²⁴ เรื่องเดียวกัน, หน้า 428.

ให้สมบูรณ์ (อัตตัญญา) การรู้ประมาณ (มัตตัญญา) 5) สร้างเสริมให้รู้จักเวลาอันควรและไม่ควร ทำความดีให้ถูกกาลเวลา (กาลัญญา) 6) สร้างเสริมให้รู้จักทำตัวให้เหมาะสมกับสังคม (ปริสัญญญา) 7) สร้างเสริมให้รู้จักบุคคลเลือกคบบัณฑิต ไม่คบคนพาล (บุคคลัญญา)²⁵ ดังนั้น หลักสัปปุริสธรรม สร้างเสริมให้เป็นคนดี เป็นแบบอย่างที่ดีของสังคมนำไปเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต ให้มีการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

(2) การนำหิริและโอตตปปะมาพัฒนาสังคม ต้องเสริมสร้างชุมชนให้มีการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข ด้วยหลักพรหมวิหารธรรม 4 ประการ ทำให้เป็นแบบอย่างที่ดี ที่ประเสริฐ ก่อให้เกิดความรัก เอื้ออาทรต่อกัน มีน้ำใจต่อกัน มีจิตใจเป็นธรรม ไม่ลุแก่อำนาจ กล่าวคือ 1) ชุมชนต้องมีความปรารถนาดี มุ่งหวังให้มนุษย์และสัตว์มีความสุข (เมตตา) การแผ่เมตตาทำให้ได้รับอานิสงส์ 11 ประการ คือ นอนหลับก็เป็นสุข ตื่นขึ้นมาก็เป็นสุข ไม่ฝันร้าย เป็นที่รักของหมู่มนุษย์ เป็นที่รักของภูตผีปีศาจ เทวดาคุ้มครองรักษา ไม่มีภัยอันตราย ทำให้จิตตั้งมั่นได้เร็ว มีสีหน้า ผิวพรรณผ่องใส มีสติก่อนตาย เมื่อยังไม่บรรลुकุณวิเศษอันยิ่ง ๆ ขึ้นไป เป็นผู้เข้าถึงพรหมโลก²⁶ 2) ชุมชนต้องมีความคิดช่วยให้มนุษย์และสัตว์พ้นทุกข์ เอื้ออาทรต่อกัน (กรุณา) 3) ชุมชนต้องมีจิตชื่นชมยินดีในความดี ความสำเร็จของผู้อื่น (มุทิตา) 4) ชุมชนต้องไม่มีอคติ ตั้งอยู่ในความยุติธรรม (อุเบกขา)²⁷

ดังนั้น สังคมระดับชุมชนที่ประกอบด้วยเมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา ได้ชื่อว่าเป็นสังคมของเทพบนโลกมนุษย์ อยู่ร่วมกันอย่างสันติสุขที่ถูกปลูกเร้าด้วยหิริโอตตปปะ

3) หลักหิริและโอตตปปะกับการพัฒนาสังคมในระดับประเทศ

ในการพัฒนาสังคมระดับประเทศเริ่มแรกต้องปลูกฝังให้ทุกคนมี

²⁵ ที.ปา. (ไทย) 11/330/333.

²⁶ อญ.เอกาทศก.อ. (บาลี) 3/15/384-385.

²⁷ ชุ.อิติ. (ไทย) 25/106/421-424.

หิริโอดตັปปะ ความละอายและเกรงกลัวบาปทุจริต เพื่อให้มีจิตสำนึกที่ดี แล้วสร้างเสริมพัฒนาสังคมด้วยหลักอภิธานิยธรรม กล่าวคือ 1) สร้างเสริมศรัทธา ความเชื่อ ปสาทะความเลื่อมใส ต่อกรรมดีกรรมชั่ว อันจะให้ผลในโลกนี้และโลกหน้า (สัทธา) 2) สร้างเสริมความละอายใจต่อบาปทุจริต ทั้งในที่ลับและที่แจ้ง ทั้งต่อหน้าและลับหลัง โดยระลึกถึงเกียรติยศ ศักดิ์ศรี หน้าที่การงาน ชื่อเสียงวงศ์ตระกูล ความรู้ความสามารถของตน อยู่เป็นนิตย (หิริ) 3) สร้างเสริมความเกรงกลัวบาปทุจริตทั้งปวง เพราะผลของบาปทุจริตนั้น ทำให้ได้รับความทุกข์ความเดือดร้อนทั้งในโลกนี้และโลกหน้า (โอดตັปปะ) 4) สร้างเสริมการเรียนรู้ประโยชน์และมีใช้ประโยชน์ ส่งเสริมชีวิตให้เจริญรุ่งเรืองหรือนำไปสู่ความหายณะ (พหุสูต) 5) สร้างเสริมความเพียรสร้างสรรค์กุศลธรรมให้เกิดขึ้น และละเลิกกุศลธรรม (วิริยารัมภะ) 6) สร้างเสริมความระลึกรู้อารมณ์ปัจจุบันที่น่าพอใจและไม่น่าพอใจ ให้จิตมีความมั่นคง กล้าเผชิญกับปัญหาต่างๆ อยู่ตลอดเวลา (สติ) 7) สร้างเสริมปัญหาให้รู้เหตุแห่งความเจริญของงามและเหตุแห่งความเสื่อม (ปัญญา)²⁸

ดังนั้น หลักอภิธานิยธรรมทั้ง 7 ประการนี้ ไม่ทำให้ประเทศชาติดำเนินไปสู่ความเสื่อม แต่ทำให้คนในประเทศมีคุณธรรมภายในจิตใจ พร้อมทั้งจะช่วยกันนำพาประเทศชาติไปสู่ความเจริญ หิริและโอดตັปปะเป็นฐานปลูกฝังให้มีจิตสำนึกที่ดีแล้วสร้างเสริมชีวิตด้วยหลักธรรมอภิธานิยธรรมจะทำให้มีจิตสำนึกต่อประโยชน์ส่วนรวม เพื่อช่วยกันนำพาประเทศชาติให้มีความมั่นคงเจริญก้าวหน้า

3.2.1.2 สุจริต 3 (Good Conducts)

สุจริต 3 ต่อพันธกิจด้านศีลธรรมและวัฒนธรรม โดยหลักการของสุจริต 3 คือ การเลี้ยงชีพชอบทางกาย ทางวาจาและทางใจ เป็นการดำเนินชีวิตตามหลักกุศลกรรมบถนั่นเอง หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งการดำเนินชีวิตสุจริตทางกาย

²⁸ ที.ม. (ไทย) 10/138/85.

ทางวาจา และทางใจ ซึ่งเป็นหลักการของสัมมาอาชีวะในทางพระพุทธศาสนา โดยไม่ต้องไปอ่อนนวย ขอร้อง บูชาสิ่งที่ไม่ควรบูชา ดังที่มีหลักฐานปรากฏ ในจุนทสูตร เมื่อพระพุทธเจ้าประทับ ณ เมืองปาวา ในป่ามะม่วงของนายจุนทะกัมมารบุตร นายจุนทะมาเฝ้า ได้สนทนาเรื่องโสโงยกรรม (พิธีชำระตนให้บริสุทธิ์)

นายจุนทะทูลถามพระพุทธเจ้าว่า เหน็บถือบัญญัติพิธีชำระตัวตามแบบของพราหมณ์ชาวปัจฉาภูมิ ผู้ถือเต้าน้ำ สวมพวงมาลัย สาหร่าย บูชาไฟ ถือปฏิบัติการลงน้ำ บัญญัติของพราหมณ์พวกนี้มีว่า แต่เช้าตรู่ทุกวัน เมื่อลุกขึ้นจากที่นอน จะต้องเอามือลูบแผ่นดิน ถ้าไม่ลูบแผ่นดิน ต้องลูบโคลน หรือลูบหญ้าเขียว หรือบ่าเรือไฟ หรือยกมือไหว้พระอาทิตย์ หรือมิฉะนั้นก็ต้องลงน้ำให้ครบ 3 ครั้งในตอนเย็น อย่างไรอย่างหนึ่ง

พระพุทธเจ้าตรัสว่า บัญญัติเรื่องการชำระตัวให้สะอาดของพวกพราหมณ์นี้ เป็นอย่างหนึ่ง ส่วนการชำระตัวให้สะอาดในอริยวินัย เป็นอีกอย่างหนึ่ง หาเหมือนกันไม่ แล้วตรัสว่า คนที่ประกอบอกุศลกรรมบถ 10 มีการเว้นจากการฆ่ามนุษย์และสัตว์ เป็นต้น ชื่อว่ามีความไม่สะอาดทั้งทางกาย ทางวาจา ทางใจ คนเช่นนี้ ลุกขึ้นเช้าจะลูบแผ่นดินหรือไม่ลูบ จะลูบโคลนหรือไม่ลูบ จะบูชาไฟ จะไหว้พระอาทิตย์ หรือไม่ทำ ก็ไม่สะอาดอยู่นั่นเอง เพราะอกุศลกรรมบถเป็นสิ่งที่ไม่สะอาด ทั้งเป็นตัวการทำให้ไม่สะอาด แล้วตรัสสุกกุศลกรรมบถ 10 ที่เป็น โสโงย คือ เครื่องชำระตัวให้สะอาด ดังพุทธพจน์ว่า

จุนทะ ความไม่สะอาดทางกาย 3 อย่าง ความไม่สะอาดทางวาจา 4 อย่าง ความไม่สะอาดทางใจ 3 อย่าง ความไม่สะอาดทางกาย 3 อย่าง เป็นอย่างไร คือ บุคคลบางคนในโลกนี้ 1) เป็นผู้ฆ่าสัตว์ หยาบช้ำ มีมือเปื้อนเลือด ปกติอยู่ในการฆ่าและการทุบตีไม่มีความเอ็นดูในสัตว์ทั้งปวง 2) เป็นผู้ลักทรัพย์ คือ เป็นผู้ถือเอาทรัพย์อันเป็น

อุปกรณ์เครื่องปลีมีใจของผู้อื่นซึ่งอยู่ในบ้านหรืออยู่ในป่าที่เจ้าของไม่ได้ให้ ด้วยจิตเป็นเหตุขโมย 3) เป็นผู้ประพฤติผิดในกาม คือ เป็นผู้ประพฤติกว้างในสตรีที่อยู่ในปกครองของมารดา ที่อยู่ในปกครองของบิดา ที่อยู่ในปกครองของพี่ชายน้องชาย ที่อยู่ในปกครองของพี่สาวน้องสาว ที่อยู่ในปกครองของญาติ ที่ประพฤตินิรหาม มีสามี มีกฎหมายคุ้มครอง โดยที่สุด แม้แต่สตรีที่บุรุษสวมด้วยพวงมาลัยหมายไว้²⁹

จุนทะ ความไม่สะอาดทางกาย 3 อย่าง เป็นอย่างไรแล ความไม่สะอาดทางวาจา 4 อย่าง เป็นอย่างไร คือ บุคคลบางคนในโลกนี้

1) เป็นผู้พูดเท็จ คือ อยู่ในสภา อยู่ในบริษัท อยู่ท่ามกลางหมู่ญาติ อยู่ท่ามกลางหมู่ทหาร หรืออยู่ท่ามกลางราชสำนัก ถูกเขาอ้างเป็นพยาน รู้ก็กล่าวว่า ไม่รู้ ไม่เห็นก็กล่าวว่า เห็น หรือเห็นก็กล่าวว่าไม่เห็นกล่าวเท็จทั้งที่รู้เพราะตนเป็นเหตุบ้าง เพราะบุคคลอื่นเป็นเหตุบ้าง เพราะเหตุคือเห็นแก่อำมิสเล็กน้อยบ้าง

2) เป็นผู้พูดส่อเสียด คือ ฟังความฝ่ายนี้แล้วไปบอกฝ่ายโน้นเพื่อทำลายฝ่ายนี้ หรือฟังความฝ่ายโน้นแล้วมาบอกฝ่ายนี้เพื่อทำลายฝ่ายโน้น ยุยงคนที่สามัคคีกัน ส่งเสริมคนที่แตกแยกกัน ชื่นชมยินดี เพลิดเพลินต่อผู้ที่แตกแยกกัน พูดแต่ถ้อยคำที่ก่อความแตกแยกกัน

3) เป็นผู้พูดคำหยาบ คือ กล่าวแต่คำที่หยาบคาย กล่าวแข็ง เผ็ดร้อน หยาบคายร้ายกาจแก่ผู้อื่น กระทบกระถังผู้อื่น ไกลต่อความโกรธไม่เป็นไปเพื่อสมาธิ

4) เป็นผู้พูดเพ้อเจ้อ คือ พูดไม่ถูกเวลา พูดคำไม่จริง พูดไม่อิงประโยชน์ พูดไม่อิงธรรม พูดไม่อิงวินัย พูดคำที่ไม่มีหลักฐาน ไม่มีที่อ้างอิง ไม่มีที่กำหนด ไม่ประกอบด้วยประโยชน์³⁰

²⁹ อจ.ทสก. (ไทย) 24/176/320-234.

³⁰ อจ.ทสก. (ไทย) 24/176/320-324.

จนทะ ความไม่สะอาดทางวาจา 4 อย่าง เป็นอย่างนี้แล ความไม่สะอาดทางใจ 3 อย่าง เป็นอย่างไรคือ บุคคลบางคนในโลกนี้

1) เป็นผู้เพ่งเล็งอยากได้ของเขา คือ เพ่งเล็งอยากได้ทรัพย์อันเป็นอุปกรณ์เครื่องปลื้มใจของผู้อื่นว่า ทำอย่างไร ทรัพย์อันเป็นอุปกรณ์เครื่องปลื้มใจของผู้อื่นจะพึงเป็นของเรา

2) เป็นผู้มิจิตพยาบาท คือ มิจิตคิดร้ายว่า ขอสัตว์เหล่านี้จงถูกฆ่า จงถูกทำลาย จงขาดสูญ จงพินาศไป หรืออย่าได้มี

3) เป็นมิจฉาทิฏฐิ มีความเห็นวิปริตว่า ทานที่ให้แล้วไม่มีผล ยัญที่บูชาแล้วไม่มีผล การเซ่นสรวงไม่มีผล ผลวิบากแห่งกรรมที่ทำดีและชั่วก็ไม่มี โลกนี้ไม่มี โลกหน้าไม่มี มารดาไม่มีคุณ บิดาไม่มีคุณ โอปปาติกสัตว์ไม่มี สมพรหมณ์ผู้ประพฤติปฏิบัติชอบ ทำให้แจ้งโลกนี้และโลกหน้าด้วยปัญญาอันยิ่งเองแล้วสอนผู้อื่นให้รู้แจ้งก็ไม่มีในโลก³¹

อกุศลกรรมบถ 10 ประการนี้ที่บุคคลประกอบแล้ว เมื่อลุกขึ้นจากที่นอนแต่เช้าตรู่ แม้จะจับต้องแผ่นดินก็ตาม ไม่จับต้องแผ่นดินก็ตาม ก็เป็นผู้สะอาดไม่ได้เลย แม้จะจับต้องโคมัยสดก็ตาม ไม่จับต้องโคมัยสดก็ตาม ก็เป็นผู้สะอาดไม่ได้ แม้จะจับต้องหญ้าเขียวสดก็ตาม ไม่จับต้องหญ้าเขียวสดก็ตาม ก็เป็นผู้สะอาดไม่ได้ แม้จะบ่าเรอไฟก็ตาม ไม่บ่าเรอไฟก็ตาม ก็เป็นผู้สะอาดไม่ได้ แม้จะประคองอัญชลินอบน้อมดวงอาทิตย์ก็ตาม ไม่ประคองอัญชลินอบน้อมดวงอาทิตย์ก็ตาม ก็เป็นผู้สะอาดไม่ได้ แม้จะลงน้ำวันละ 3 ครั้งก็ตาม ไม่ลงน้ำวันละ 3 ครั้งก็ตาม ก็เป็นผู้สะอาดไม่ได้อยู่นั่นเอง ชื่อนั้นเพราะเหตุไร เพราะอกุศลกรรมบถ 10 ประการนี้เป็นธรรมไม่สะอาด และเป็นเหตุก่อให้เกิดความไม่สะอาด

³¹ อภ.ทสก. (ไทย) 24/176/320-324.

จนทะ เพราะเหตุที่ประกอบด้วยอกุศลกรรมบถ 10 ประการนี้ จึงปรากฏมีทั้งนรก กำเนิดสัตว์ดิรัจฉาน ภูมิแห่งเปรต หรือทุกข์อย่างใดอย่างหนึ่งแม้อื่น

จนทะ ความสะอาดทางกาย 3 อย่าง ความสะอาดทางวาจา 4 อย่าง ความสะอาดทางใจ 3 อย่าง ความสะอาดทางกาย 3 อย่าง เป็นอย่างไร คือ บุคคลบางคนในโลกนี้ 1) เป็นผู้ละเว้นขาดจากการฆ่า สัตว์ วางกัณฑ์ฆาต และศีลตราวุธ มีความละเอียด มีความเอ็นดูมุ่งหวัง ประโยชน์เกื้อกูลต่อสรรพสัตว์อยู่ 2) เป็นผู้ละเว้นขาดจากการลักทรัพย์ คือ ไม่ถือเอาทรัพย์อันเป็นอุปกรณ์เครื่องปลื้มใจของผู้อื่นซึ่งอยู่ในบ้าน หรืออยู่ในป่าที่เจ้าของไม่ได้ให้ ด้วยจิตเป็นเหตุขโมย 3) เป็นผู้ละเว้นขาดจากการประพฤตินิโคตติในกาม คือ ไม่เป็นผู้ประพฤติล่วงในสตรีที่อยู่ในปกครองของมารดา ที่อยู่ในปกครองของบิดา ที่อยู่ในปกครองของพี่ชายน้องชาย ที่อยู่ในปกครองของพี่สาวน้องสาว ที่อยู่ในปกครองของญาติ ที่ประพฤติธรรม มีสามี มีกฎหมายคุ้มครอง โดยที่สุดแม้สตรีที่บุรุษสวมด้วยพวงมาลัยหมายไว้³²

ความสะอาดทางวาจา 4 อย่าง เป็นอย่างไร คือ บุคคลบางคนในโลกนี้ 1) เป็นผู้ละเว้นขาดจากการพูดเท็จ คือ อยู่ในสภา อยู่ในบริษัท อยู่ท่ามกลางหมู่ญาติ อยู่ท่ามกลางหมู่ทหาร หรืออยู่ท่ามกลางราชสำนัก ถูกเขาอ้างเป็นพยานซักถามว่า ท่านรู้สิ่งใดจงกล่าวสิ่งนั้น บุคคลนั้นไม่รู้ก็กล่าวว่า ไม่รู้ หรือรู้ก็กล่าวว่ารู้ ไม่เห็นก็กล่าวว่าไม่เห็น หรือเห็นก็กล่าวว่าเห็น ไม่กล่าวเท็จทั้งที่รู้เพราะตนเป็นเหตุบ้าง เพราะบุคคลอื่นเป็นเหตุบ้าง เพราะเหตุคือเห็นแก่อำภิสเล็กน้อยบ้าง 2) เป็นผู้ละเว้นขาดจากการพูดส่อเสียด คือ ฟังความฝ่ายนี้แล้วไม่ไปบอกฝ่ายโน้นเพื่อทำลายฝ่ายนี้ หรือฟังความฝ่ายโน้นแล้วไม่มาบอกฝ่ายนี้

³² อจ.ทสก. (ไทย) 24/176/320-324.

เพื่อทำลายฝ่ายโน้น สมานคนที่แตกแยกกัน ส่งเสริมคนที่ปรองดองกันซึ่งขมยินดีเฟลิดเฟลินต่อผู้ที่สามัคคีกัน พุดแต่ถ้อยคำที่สร้างสรรค์ ความสามัคคี 3) เป็นผู้ละเว้นขาดจากการพูดคำหยาบ คือ กล่าวแต่คำที่ไม่มีโทษ ไพเราะ น่ารัก จับใจ เป็นคำของชาวเมือง คนส่วนมาก รักใคร่พอใจ 4) เป็นผู้ละเว้นขาดจากการพูดเพื่อเจ้า คือ พุดถูกเวลา พุดคำจริง พุดอิงประโยชน์ พุดอิงธรรม พุดอิงวินัย พุดคำที่มีหลักฐาน มีที่อ้างอิง มีที่กำหนดประกอบด้วยประโยชน์ ความสะอาดทางวาจา 4 อย่าง³³

ความสะอาดทางใจ 3 อย่าง เป็นอย่างไรคือ บุคคลบางคนในโลกนี้ 1) เป็นผู้ไม่เพ่งเล็งอยากได้ของเขา คือ ไม่เพ่งเล็งอยากได้ทรัพย์อันเป็น อนุภรณ์เครื่องปลื้มใจของผู้อื่นว่า ทำอย่างไร ทรัพย์อันเป็นอนุภรณ์เครื่องปลื้มใจของผู้อื่นจะพึงเป็นของเรา 2) เป็นผู้มิมีจิตไม่พยายาบาท คือ ไม่มีจิตคิดร้ายว่า ขอสัตว์เหล่านี้จงเป็นผู้ไม่ 3) เป็นสัมมาทิฐิฐิ มีความเห็นไม่วิปริตว่า ทานที่ให้แล้วมีผล ยัญที่บูชาแล้วมีผล การเช่นสรวงมีผล ผลวิบากแห่งกรรมที่ทำได้และชั่วมี โลกนี้มี โลกหน้ามี มารดามีคุณ บิดามีคุณโอปปาติกสัตว์มี สมณพราหมณ์ผู้ประพฤติดิปฏิบัติชอบ ทำให้แจ้งโลกนี้และโลกหน้าด้วยปัญญาอันยิ่งเองแล้วสอนผู้อื่นให้รู้แจ้งมีอยู่ในโลก ความสะอาดทางใจ 3 อย่าง เป็นอย่าง³⁴

จุนทะ เพราะเหตุที่ประกอบด้วยกุศลกรรมบถ 10 ประการนี้ จึงปรากฏมีทั้งเทวดาและมนุษย์ หรือสุดคืออย่างใดอย่างหนึ่งแม้อื่น เมื่อพระพุทธเจ้าตรัสอย่างนั้นแล้ว นายจุนทกัมมารบุตรได้กราบทูลพระผู้มีพระภาคว่า ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ภาสิตของพระองค์ชัดเจนไพเราะยิ่งนัก ฯลฯ ข้าแต่พระองค์

³³ อจ.ทสก. (ไทย) 24/176/320-324.

³⁴ อจ.ทสก. (ไทย) 24/176/320-324.

ผู้เจริญ ขอพระผู้มีพระภาคจงทรงจำข้าพระองค์ว่าเป็นอุบาสกผู้ถึงสรณะตั้งแต่ววันนี้เป็นต้นไปจนตลอดชีวิต³⁵

หลักสุจริต ประกอบด้วยองค์ธรรม 3 อย่างคือ

1) กายสุจริต (Good Conduct in Act)

กายสุจริต หมายถึง การมีความประพฤติทางกายสุจริต ดั่งงาม ในการดำเนินชีวิตตามหลักสุจริต 3 มีหลักธรรมเกื้อหนุนกายสุจริตหรือการเลี้ยงชีพชอบทางกาย ทำให้การดำเนินชีวิตด้วยสุจริต เบากายดังนี้ คือ

(1) ละการฆ่า การเบียดเบียน หมายความว่าเว้นจากการฆ่าสัตว์ให้ตาย ก่อนจะถึงกำหนดอายุของตน มีเมตตากรุณาช่วยเหลือเกื้อกูลกัน³⁶ หากมนุษย์ยึดหลักสัมมาอาชีวะในการดำเนินชีวิตอย่างแท้จริง ย่อมหลีกเลี่ยงการเบียดเบียนมนุษย์ การประทุษร้าย การทรมาณสัตว์ การทำสัตว์ให้ได้รับความลำบาก หรือการฆ่าสัตว์เพื่อดำรงชีพตนเองให้อยุ่รอด และจะไม่มีจิตยินดีในการส่งเสริมให้ผู้อื่นกระทำแต่กลับจะแสดงความเมตตากรุณาต่อเพื่อนมนุษย์ และต่อสัตว์ทั้งปวงให้ได้รับประโยชน์สุข

(2) ละเว้นการลักขโมย เคารพกรรมสิทธิ์ในทรัพย์สินของผู้อื่น³⁷ คือ (1) อทินน คือวัตถุสิ่งของที่เจ้าของมิได้อนุญาตให้ (2) อาทาน หมายถึง การยึดถือเอาโดยอาการ มีลักขโมย จี้ปล้น วิ่งราว ช่มชู้ยกยอก ฉ้อโกง หรือลับเปลี่ยน เป็นต้น จุดมุ่งหมายของการงดเว้นจากการเลี้ยงชีพด้วยการลักขโมย ก็เพื่อทำให้มนุษย์มีการดำรงชีวิตอยู่ด้วยสัมมาชีพ การจะแสวงหาวัตถุสิ่งของต่างๆ มาเป็นของตนนั้น ก็จะต้องเป็นการหาได้ในทางที่ชอบ ถูกกฎหมาย ไม่เบียดเบียนในสิทธิของผู้อื่นโดยกิริยาอาการแห่งขโมย เช่น โจรกรรม อนุโลมโจรกรรม และฉวยโจรกรรม เป็นการทำให้คนอื่นเขาเสียสิทธิบางอย่างในทรัพย์สินไป

³⁵ อจ.ทสก. (ไทย) 24/176/320-324.

³⁶ อจ.จตุกก. (ไทย) 21/264/282.

³⁷ อจ.จตุกก. (ไทย) 21/265/282.

ผู้ที่เว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของมิได้ให้ ย่อมจะได้รับความดีหลายอย่าง เช่น ทำให้มีจิตใจสูง เป็นการรักษาตัวเองไม่ให้ไผ่ต่ำ เป็นมนุษย์ที่จะมีศักดิ์ศรีขึ้น เป็นการรักษาครอบครัวของตน และทำให้สังคมดำรงอยู่ได้นาน

(3) ละครการประพุดิพิตในกามไม่ล่วงละเมิดประเวณีทางเพศ หมายถึง การไม่เลี้ยงชีพที่เกี่ยวข้องด้วยเรื่องลามก การเสพเมถุน (ธรรมของคนคู่กัน) ส่วนคำว่า มิจจาจาร หมายถึง การประพุดิลามกอันบัณฑิต (ผู้รู้) ตีเตียนได้³⁸ สามิภรรยาที่ประพุดิอยู่ในการเสพเมถุนธรรมต่อกัน มิได้เป็นการกระทำที่ลามกบัณฑิตคือผู้รู้ทั้งหลายพึงตีเตียนไม่ได้เพราะเป็นไปตามกิจธรรมดาของโลก แต่ถ้าชายหรือหญิงที่เลี้ยงชีพด้วยการประพุดิล่วงกาเมต่อชายหรือหญิงที่ไม่เป็นสามีหรือภรรยาของตนและชายหรือหญิงนั้นมีผู้พิทักษ์รักษาหวงแหนอยู่ จุดประสงค์ของการเลี้ยงชีพชอบด้วยความบริสุทธิ์ ไม่เอาเรือนร่างเข้าแลกกับตัณหากิเพื่อประสงค์ให้มนุษย์รู้จักหาเลี้ยงชีวิตด้วยภูมิปัญญาหรือกำลังของตน รู้จักอดทนในการทำงานและหยาดเหงื่อนี้เองที่จะสร้างคนให้เป็นคนดี สร้างความเป็นปึกแผ่นป้องกันความแตกร้างในหมู่มนุษย์ด้วยการปฏิบัติตนตามฐานะที่ตนมีอยู่ เช่น เป็นภรรยามีความจงรักภักดีในสามีแห่งตน เป็นสามีประกอบด้วยสสารสันโดษ ยินดีในภรรยาของตน ไม่ข้องแวกกับหญิงอื่นที่ไม่ใช่ภรรยาของตน

ในกายสุจริตมีตัวอย่างจากคัมภีร์พระพุทธศาสนา การทำกายสุจริตคือ เว้นจากการฆ่าสัตว์³⁹ เป็นต้น คือ การเว้นจากการทำลายชีวิต โดยดำเนินชีวิตแบบไม่เบียดเบียนผู้อื่นทางด้านชีวิต และร่างกาย ตัวอย่างที่ดีของการสนับสนุนเรื่องนี้คือ การมีช่วงจำพรรษาของภิกษุเป็นเวลา 3 เดือน ในช่วงฤดูฝน ดังที่ปรากฏในวัสสุปนายิกขันธกะ พระพุทธเจ้าทรงเกรงว่าการเดินทางจาริกของพระสงฆ์เหยียบสัตว์ตายเนื่องจากเป็นฤดูการกำเนิดชีวิตดังมีเรื่องว่า..

³⁸ อจ.จตุกก. (ไทย) 21/266/282.

³⁹ อจ.ปญจก. (ไทย) 22/145/242.

“สมัยหนึ่ง ภิกษุฉัพพัคคีย์จำพรรษาแล้วยังเที่ยวจาริกในระหว่าง พรรษาคนทั้งหลายจึงเพ่งโทษ ตีเตียน โพนทะนาเช่นนั้นแหละว่า โฉน พระสมณะเชื้อสายพระศากยบุตร จึงได้เที่ยวจาริกตลอดฤดูหนาว ฤดูร้อน และฤดูฝนเหยียบย่ำดินชาติอันเขียวสด เปียดเบียนอินทรีย์อย่าง หนึ่งซึ่งมีชีวะ ยังสัตว์เล็ก ๆ มีจำนวนมากให้ถึงความวอดวายเล่า พระผู้มีพระภาคทรงทำธรรมมีกถาในเพราะเหตุเป็นเค้ามูลนั้นในเพราะ เหตุแรกเกิดนั้นแล้วตรัสสั่งกับภิกษุทั้งหลายว่า ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุจำ พรรษาไม่อยู่ให้ตลอด 3 เดือนต้นหรือ 3 เดือนหลัง ไม่พึงหลีกไป สู่จาริกรูปใด หลีกไปต้องอาบัติทุกกฏ”⁴⁰

กายสุจริต จึงหมายถึง การกระทำ การแสดงออกซึ่งพฤติกรรมทางกาย การกระทำที่ดั่งงาม ถูกต้อง ทั้งทางโลก ทางธรรม เป็นพฤติกรรมที่ควรยึดเอา มาเป็นแนวทางปฏิบัติในชีวิตประจำวัน เพื่อบรรลุถึงความสุขทั้งด้านส่วนตัว และสังคมมีอยู่ 3 ประการ ได้แก่ (1) งดเว้นจากการฆ่าสัตว์ (2) งดเว้นจาก การลักทรัพย์ และ (3) งดเว้นจากการประพฤตินิดทางกาม ทั้ง 3 ประการจัด เป็นหลักการพื้นฐานที่ดั่งงามถูกต้องทางด้านร่างกายที่ผู้ต้องการพบความสุข ที่แท้จริงต้องประพฤติปฏิบัติตามให้ได้

2) วจีสุจริต (Good Conduct in Word)

วจีสุจริตคือ การพูดที่ถูกต้อง ดั่งงาม เป็นการสนทนากับตน ผู้อื่น ด้วย กุศลจิต พระพุทธองค์ทรงเล็งเห็นถึงความสำคัญและประโยชน์ของการพูด จึง ได้มีหลักธรรมคำสอนในพระไตรปิฎกเกี่ยวกับการพูดไว้น้อย เป็นองค์ธรรม หนึ่งในอริยมรรคมีองค์ 8 นี้ มี สัมมาวาจา (เจรจาชอบ) เป็นหลักสำคัญลำดับ ต้น ๆ ซึ่งมีความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกันกับ สัมมาทิฐิ (เห็นชอบ) และ สัมมา สังkepปะ (ดำริชอบ) การมีสัมมาวาจาที่มีความสำคัญในเชิงความสัมพันธ์ของ

⁴⁰ วิ.ม. (ไทย) 4/207/264.

สมาชิกในสังคมซึ่งประกอบด้วยคนทุกชนชั้นในสังคม การเว้นจากการพูดไม่ดีหรือทุจริตทางคำพูด 4 ประการทำให้พูดดีมีวาจาไพเราะ เป็นวจีสัจริต เป็นต้น วจีสัจริตหรือการพูดดีนั้น คืออย่างไร ในขั้นต้นจะต้องรู้จักเลือกเวลาพูด ควรจะพูดก็ต่อเมื่อคนฟังเขาตั้งใจฟัง ไม่ควรแย่งชิงใครพูด ไม่พูดเพื่อเป็นชนวนทะเลาะทุ่มเถียงกัน ไม่จำเป็นก็ไม่ควรพูดแข่งส่งเสียงอึกทึก และเมื่อพูดนั้นฟังกล่าวแต่ความสัตย์จริง ไม่กล่าวคำโป้ปดมดเท็จ ใช้ถ้อยคำที่ไพเราะ เสนาะหู ไม่ใช้ภาษาและสำนวนที่ไม่สุภาพ และในการสนทนานั้นไม่ควรเล่าข่าวลือไร้ประโยชน์ หรือเพ้อเจ้อถึงเรื่องไร้สาระ วจีสัจริตหรือการเจรจาชอบ ทำให้การดำเนินชีวิตเป็นไปทางที่ถูกต้อง คือ

(1) การละการพูดเท็จ ไม่ยอมกล่าวเท็จเพราะเหตุผลตนเอง ผู้อื่น หรือ เพราะเห็นแก่ผลประโยชน์ใด ๆ กล่าวคำสุภาษิต⁴¹ การงดเว้นจากคำพูดที่ไม่ตรงกับความเป็นจริง คือ การเว้นจากการกล่าวคำที่ไม่เป็นจริงว่าเป็นจริง ด้วยเจตนา (Volition) จุดมุ่งหมายของเว้นการพูดเท็จก็คือป้องกันการทำลายผลประโยชน์กันด้วยการพูดเท็จ เป็นการกระทำที่ทำให้เกิดความไม่เชื่อถือนอกจากนี้การเลี้ยงชีพชอบทางวาจายังรวมไปถึงการเว้นจากการเลี้ยงชีพด้วยการพูดเท็จ พูดปด ทนسابาน ทำเล่ห์กระเท่ห์ มายา ทำเลสนัย เสริมความอำพราง รายงานเท็จ ทำหลักฐานปลอมแปลง และทำเครื่องหมายให้คนอื่นหลงเชื่อ เป็นต้น

ดังนั้น การเลี้ยงชีพชอบทางวาจาก็คือเว้นคำพูดที่เป็นอัปมงคล พูดแต่คำที่เป็นมงคล หรือพูดแต่คำจริง คำพูดทุกคำจะต้องมีสารประโยชน์ สามารถอิงหลักธรรมวินัยจึงจะเป็นคำพูดที่ผู้รู้ทั้งหลายให้การยกย่อง นอกจากนี้ สัมมาอาชีวะในการเกื้อหนุนวจีสัจริต ยังจำแนกการเว้นจากการพูดปดในมุสาวาทในศีลข้อที่ 4 โดยแบ่งออกเป็น 3 ประเภท คือ (1) มุสา (2) อนุโลมมุสา (3) ปฎิสสวะ

⁴¹ อภ.จตุกก. (ไทย) 21/267/283.

1) มุสา คือการกล่าวคำเท็จนั้น ยังจำแนกออกไว้อีก 7 ประเภท คือ (1) ปด ได้แก่ มุสาโดยไม่ต้องอาศัยข้อมูล เช่น เห็น ว่าไม่เห็น รู้อยู่ว่าไม่รู้มี 4 อย่างคือ พูดเพื่อจะให้เขาแตกแยกกัน เรียกว่า ส่อเสียด พูดเพื่อจะโก่งเขา เรียกว่า หลอก พูดเพื่อจะยกย่องท่าน เรียกว่า ขอ พูดไว้แล้วไม่รับ เรียกว่า กลับคำ (2) ทนสาบาน ได้แก่ กิริยาที่เสียสัตย์ว่าพูดความจริง แต่ไม่ตั้งใจจริง เช่นเป็นพยานทนสาบานแล้วเปิดความเท็จ (3) ทำเล่ห์กระเท่ห์ ได้แก่ กิริยาที่แสดงอาการอวดอ้างความศักดิ์สิทธิ์ที่ไม่มีจริง เช่น อวดว่ารู้ ยิ่งไม่ออก ฟันไม่เข้า เป็นต้น (4) มารยา ได้แก่ กิริยาที่แสดงอาการให้เขาเห็นผิดจากความเป็นจริง เช่นปั้นความจริงให้เขาเห็นว่าเป็นคนมีศีล เป็นต้น (5) ทำเลศ ได้แก่ พูดมุสาเล่นสำนวน เช่น เห็นคนวิ่งหนีเข้ามาเมื่อผู้ไล่ตามมาถามจะให้เขาถูกจับได้ จึงเล่นสำนวนว่า ตั้งแต่มาขึ้นอยู่ที่นี่ยังไม่มีใครวิ่งมาเลย (6) เสริมความ ได้แก่ พูดมุสาอาศัยข้อมูลเดิม แต่ละข้อความที่ประสงค์จะให้รู้ออกเสียเพื่อให้ผู้ฟังเข้าใจเป็นอย่างอื่น เช่น ตัดประกาศลดราคาสินค้า แต่เมื่อลูกค้าซื้อสินค้าตามป้ายนั้นแล้วกลับเรียกเอาตามราคาเต็ม โดยอ้างว่าสินค้าที่ติดป้ายวันนั้นหมดแล้วลักษณะดังกล่าวจัดว่าเป็นการอำความไว้ไม่ให้ผู้อื่นได้เข้าใจตามจริงนั้น (7) อำความ ได้แก่ พูดมุสาเดิม แต่ตัดความที่ไม่ประสงค์จะให้รู้เสีย เพื่อทำความเข้าใจกลายเป็นอย่างอื่น⁴²

2) อนุโลมมุสา ได้จำแนกออกเป็น 2 ประเภท คือ (1) เสียดแทง ได้แก่ กิริยาที่ว่าผู้อื่นให้เจ็บใจ เช่น การพูดพาดพิงถึงพื้นเพเดิมของเขา ซึ่งเรียกว่า ประชด (2) สับปลับ ได้แก่ พูดปดด้วยความคะนองวาจา แต่ผู้พูดไม่ได้ตั้งใจจะให้ผู้ฟังเข้าใจผิด

3) ปฏิสสวะ ปฏิสสวะ หมายถึง แต่เดิมคิดจะทำความนั้นจริง แต่ภายหลังไม่ทำความนั้น ปฏิสสวะ จำแนกออกเป็น 3 ประเภทคือ (1) ผิดสัญญา ได้แก่

⁴² พระเทพดิลก, “อธิบายหลักธรรมตามหมวดจากนวโกวาท”, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, 2535), หน้า 192.

ทั้งสองทำสัญญาแก่กัน แต่ภายหลังฝ่ายหนึ่งกลับบิดพลิ้วไม่ทำตามสัญญานั้น เช่น ทำสัญญาจ้าง เป็นต้น (2) เสียสัตย์ ได้แก่ให้สัตย์แก่ท่านฝ่ายเดียว ว่าตนจะทำหรือไม่ทำเช่นนั้น แต่ภายหลังไม่ทำตาม เช่น ข้าราชการผู้ถวายสัตย์สาบานว่า จะรับราชการด้วยความซื่อสัตย์ แต่ภายหลังฉ้อโกงหรือทุจริตต่อหน้าที่ เป็นต้น (3) คินคำ ได้แก่รับว่าจะทำสิ่งนั้นๆ แต่ภายหลังไม่ทำ เช่น รับว่าจะให้สิ่งของนั้นแก่ท่านแล้วไม่ให้ เป็นต้น⁴³

ดังได้กล่าวมาทั้งหมดนี้เป็นมุสาวาทที่มีโทษแก่ผู้พูด เพราะนอกจากจะทำให้ตนเองเสียหายแล้ว ยังทำให้ผู้อื่นได้รับความเสียหายด้วย การพูดจึงเป็นเรื่องที่เราควรระมัดระวังให้มากที่สุด แม้ในมรรค 8 ซึ่งเป็นทางไปสู่พระนิพพานยังได้กำหนดข้อสัมมาวาจาไว้เป็นหลักปฏิบัติที่ทำให้ทุกคนนั้นถึงซึ่งความเป็นอริยบุคคล เมื่อก้าวโดยสรุปแล้ว การเว้นจากการพูดเท็จเป็นการสร้างชื่อเสียงให้ตนเอง เพราะทำให้ผู้อื่นเกิดความเชื่อถือไว้วางใจ เป็นที่นิยมชมชอบของสังคม การเว้นจากการพูดเท็จเป็นการสร้างประโยชน์ให้แก่ตนเองและคนอื่น และเป็นการเสริมสร้างความเคารพนับถือให้กับตนเองอีกด้วย

(2) ละการพูดคำส่อเสียดช่วยสมานคนที่แตกร้าง ส่งเสริมคนที่รักสมัคสมาน ชอบกล่าวด้วยคำที่สร้างความสามัคคี⁴⁴ คำพูดที่ทำให้แตกแยก ได้แก่ การพูดส่อเสียด หมายความว่า คำพูดอันใดที่หมดความสามัคคี คือทำให้แตกแยก คำพูดนั้นเรียกว่า ปิสุณวาจา หรือคำพูดที่ทำตัวเองให้ไม่เป็นที่รัก และกระทำให้อื่นสูญจากความรัก การเลียดชีพชอบทางวาจาจะเกื้อหนุนให้บุคคลมีความมั่นใจในการพูดแต่ความจริง ซึ่งจะเสริมสร้างความสามัคคี สมานฉันท์ให้เกิดขึ้นในสังคมโดยยึดถือหลักการพูด 3 ประการคือ 1) พูดเสริมสร้างคนที่ไม่สามัคคีให้มีความสามัคคีกัน 2) คนที่สามัคคีกันแล้ว ก็พยายามให้มีความสามัคคีแน่นแฟ้นขึ้น 3) คนที่แตกสามัคคีกันแล้ว ก็พยายามพูดประสานให้มี

⁴³ เรื่องเดียวกัน, หน้า 192.

⁴⁴ อญ.จตุกก. (ไทย) 21/268/283.

ความประนีประนอมช่วยเสริมความสามัคคีเอกภาพให้เกิดขึ้นระหว่างคน 2 คน ขึ้นไปจนถึงหมู่คณะ

(3) การละคำหยาบพูดแต่คำสุภาพอ่อนหวาน⁴⁵ พูดคำไม่ดีได้แก่การด่าทอบริภาษ หรือการกล่าววาจาสาปแช่ง หรือการพูดที่ทำให้คนเดือดร้อน ลึกในใจ คำพูดนั้นได้ชื่อว่า ผรุสวาจา และผรุสวาจານี้มุ่งเจตนาที่อยู่ในจิตที่ประกอบด้วยโทสะเป็นมูล ทำให้คำพูดที่แสดงออกมาไม่ดี จุดมุ่งหมายของการเลี้ยงชีพในข้อนี้ ก็เพื่อให้บุคคลพูดถ้อยคำอันเป็นที่รักจับใจไพเราะเสนาะหูสบายหู สบายใจผู้ฟัง ใช้ภาษาพูดที่ได้รับการยอมรับนับถือว่าเป็นสำนวนโวหารของผู้ดี ของคนที่มีการศึกษาที่ประกอบด้วยเมตตา ด้วยความปรารถนาดี มีเจตนาดีในการพูด ดังนั้น การเลี้ยงชีพทางวาจาก็คือการงดเว้นจากการพูดคำหยาบ การไม่พูดในสิ่งทำให้เกิดความเดือดร้อนแก่ผู้อื่น การไม่ใช้วาจาหยาบคายและวาจาที่เต็มไปด้วยโทสมูลจิต ความสำคัญจึงอยู่ที่เจตนาอันประกอบอยู่ด้วยความโกรธ แม้คำพูดที่สุภาพ แม้นไม่ได้ใช้ถ้อยคำรุนแรง แต่มีเจตนาแรงกล้าที่จะให้เสียใจและได้อายุ วาจาที่กล่าวมานั้นก็จัดเป็นคำหยาบ⁴⁶ ในทางตรงกันข้ามคำพูดของบิดามารดา หรือครูอาจารย์ ที่ดูด่าว่ากล่าวด้วยประสงค์ดีต่อบุตรธิดา หรือต่อศิษย์ โดยไม่มีเจตนาร้ายแต่อย่างไร คำด่านั้นก็ไม่ใช่คำหยาบการเว้นจากคำพูดที่หยาบ มีอยู่ 2 ลักษณะคือ (1) พยายามแสดงกิริยาอาการที่ทำให้ผู้อื่นเห็นแล้วรู้สึกปลาบปลื้มใจ พอใจ หรือเขียนหนังสือแสดงความยินดี (2) พยายามกล่าวคำสุภาพ การพูดคำหยาบจะมีโทษมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับคุณธรรม ถ้ากล่าวคำหยาบต่อผู้อุปการคุณ เช่น บิดามารดา ครูอาจารย์ หรือผู้มีศีลธรรม มีพระสงฆ์ เป็นต้น ย่อมมีโทษมาก แต่ถ้าผู้ถูกกล่าวด้วยคำหยาบเป็นผู้ไม่มีอุปการคุณหรือไม่มีศีลธรรม ผู้ใช้คำหยาบก็มีโทษน้อย

⁴⁵ อจ.จตุกก. (ไทย) 21/269/283 - 284.

⁴⁶ อจ.จตุกก. (ไทย) 21/269/283.

ดังนั้น การเว้นจากการกล่าวคำหยาบก็คือเพื่อต้องการให้บุคคล ใช้คำพูดที่ไพเราะ เป็นคำพูดที่มีประโยชน์ทั้งแก่ตัวผู้พูดและผู้ที่ได้รับฟังคำพูด และเพื่อให้ระวังสังวรในการใช้คำพูดให้ถูกกาลเทศะ

(4) ละการพูดเพื่อเจ้อ พูดแต่คำจริงที่มีเหตุผลมีสารประโยชน์ ถูกกาลเทศะการเว้นจากการกล่าววาจาที่ทำลายประโยชน์และความสุข⁴⁷ หมายความว่า วาจาที่ทำลายประโยชน์และความสุขต่าง ๆ ด้วยเจตนา ดังนั้นเจตนาที่เป็นเหตุแห่งการกล่าววาจานั้นจึงเรียกว่า สัมผัสปลापะ รวมความก็คือคำพูดเพื่อเจ้อ โดยมุ่งหมายให้บุคคลกล่าวถึงเรื่องที่มีสาระแก่นสาร ได้ประโยชน์จากการฟัง การตัดสินใจว่าสิ่งใดเป็นประโยชน์หรือไม่นั้นดูจากผลที่เกิดแก่ผู้ฟัง กล่าวคือถ้าผู้ฟังฟังแล้วได้รับความสุขก็ถือว่าคำพูดนั้นเป็นประโยชน์แน่นอน

การกล่าวสัมผัสปลापะนั้นจะมีโทษมากหรือโทษน้อยขึ้นอยู่กับผู้กล่าวคือ ถ้าผู้ใดกล่าวสัมผัสปลापะอยู่เสมอ ๆ เป็นนิจแล้วก็ย่อมมีโทษมาก ส่วนที่กล่าวสัมผัสปลापะบ้างเป็นครั้งคราวก็ย่อมมีโทษไปตามจำนวนและปริมาณที่พูด การเว้นจากการพูดเพื่อเจ้อมีอยู่ 2 อย่างคือ (1) การไม่พูดพละม (2) การไม่พูดเหลวไหล การพูดฟุ้งซ่านเลื่อนลอยไม่มีน้ำหนัก พูดมากพรวดไม่รู้จักเวลาอันควรหรือมิควร พูดไม่เป็นจริง คำพูดไม่มีเนื้อหมีแต่ฟอย ๆ ที่เป็นเปลือกกระพี้ การพูดที่เรื่อยเปื่อยไม่มีที่สิ้นสุดเรียกว่า พูดพละม ผู้ที่หาเลี้ยงชีพชอบควรเว้นจากการพูดดังกล่าวการพูดเลอะเทอะ คือการพูดที่ไม่อาศัยธรรมและพูดโดยไม่มีหลักฐานยืนยันส่วนการพูดที่ไม่ประกอบด้วยประโยชน์ที่เรียกว่าพูดเหลวไหลนั้นผู้พูดเช่นนี้ท่านเรียกว่า คนปากเพื่อเจ้อ ดังนั้นจึงควรเว้นการพูดดังกล่าวนี้ด้วย ผู้พูดเพื่อเจ้อเป็นประจำ เขาไม่อาจเป็นคนมีความรู้ที่ถูกต้องได้ และใช้เวลาในการพูดที่ไร้สาระ ทำให้สูญเสียเวลาโดยเปล่าประโยชน์ ถ้าเราต้องการเป็นผู้พูดดีมีสาระ พึงรักษาคำพูดของตนให้เป็นสิ่งที่มีค่าด้วย

⁴⁷ อภ.จตุกก. (ไทย) 21/2671/284.

การพูดแต่พอประมาณ พูดให้ถูกกาลเทศะ พูดแต่เรื่องจริง คำพูดจะต้องมีเนื้อหาสาระและมีหลักฐานอ้างอิง

ในข้อวจีสุจริตมีเรื่องอุทาหรณ์คือ กรณีนกแขกเต้าที่มีวจีสุจริต นกแขกเต้าฝูงหนึ่งประมาณ 500 ตัว อาศัยอยู่ในป่าจิวบนยอดเขาแห่งหนึ่ง เมื่อถึงเวลาหากิน ฝูงนกแขกเต้าต่างพากันบินไปกินข้าวสาลีในนาของชาวมคธ เมื่อกินข้าวสาลีอิ่มแล้ว ต่างก็บินกลับรังด้วยปากเปล่า ๆ ทั้งสิ้น ส่วนพญานกแขกเต้าที่เป็นหัวหน้า เมื่อกินอิ่มแล้วยังต้องคาบข้าวสาลีอีก 3 รวงกลับไปด้วย⁴⁸ ชาวนาเห็นแปลกใจจึงพยายามดักจับนกแขกเต้าให้ได้ ด้วยการสังเกตที่ยืนของพญานกนั้นแล้ววางบ่วงดักไว้พญานกถูกจับได้ ชาวนาจึงถามพญานกว่า ท้องของท่านคงจะใหญ่กว่าท้องของนกอื่น เพราะเมื่อท่านกินอิ่มแล้ว ยังต้องคาบรวงข้าวกลับไป อีกวันละ 3 รวง เป็นเพราะท่านมีขี้จาง หรือเป็นเพราะเรามีเวรต่อกันมาก่อน พญานกตอบว่า ข้าพเจ้าไม่ได้มีขี้จาง และเราก็ไม่มีเวรต่อกัน แต่ที่คาบไป 3 รวงนั้น รวงหนึ่งเอาไปใช้หนี้เก่า รวงหนึ่งเอาไปให้เขา และอีกรวงหนึ่งเอาไปฝังไว้ ชาวนาได้ฟังเกิดความสงสัยถามว่า ท่านเอารวงข้าวไปใช้หนี้ใคร เอาไปให้ใคร และเอาไปฝังไว้ที่ไหน พญานกแขกเต้าจึงตอบว่า

- 1) รวงที่หนึ่งเอาไปใช้หนี้เก่า คือเอาไปเลี้ยงดูพ่อแม่ เพราะท่านแก่แล้ว และเป็นผู้ที่พระคุณอย่างมากทั้งให้กำเนิด และเลี้ยงดูข้าพเจ้าจนเติบโตใหญ่ นับว่าข้าพเจ้าเป็นหนี้ท่านจึงสมควรเอาไปใช้หนี้
- 2) รวงที่สองเอาไปให้เขา คือเอาไปให้ลูกน้อยทั้งหลายที่ยังเล็กอยู่ไม่สามารถหากินเองได้ เมื่อข้าพเจ้าเลี้ยงเขาในตอนี้ ต่อมายามข้าพเจ้าแก่เฒ่า เขาก็จะเลี้ยงตอบแทน จัดเป็นการให้แก่เขา
- 3) รวงที่สามเอาไปฝังไว้ คือการเอาไปทำบุญด้วยการให้ทานกับนกที่แก่ชรา นกที่พิการหรือเจ็บป่วยไม่สามารถหากินได้เท่ากับเอาไปฝังไว้ เพราะบัณฑิตทั้งหลายกล่าวว่า การทำบุญเป็นการฝังขุมทรัพย์ไว้ ชาวนาได้ฟังแล้ววจีสุจริตจากนกแขกเต้าเกิดความเลื่อมใสว่า นกนี้เป็นนกกตัญญูต่อพ่อแม่ เป็นนกที่

⁴⁸ ข.ชา. (ไทย) 27/2/423.

มีความเมตตาต่อลูกน้อย ใจบุญ มีปัญญา รอบคอบ มองการณ์ไกล พญานกอธิบายต่อไปว่า ชาวสาส์ที่ข้าพเจ้ากินเข้าไปนั้น เปรียบเหมือนเอาไปทิ้งในเหวที่ไม่รู้จักเต็ม เพราะข้าพเจ้าต้องมากินทุกวัน วันนี้กินแล้ว พรุ่งนี้ก็ต้องมากินอีก กินเท่าไรก็ไม่รู้จักเต็ม จะไม่กินก็ไม่ได้เพราะถ้าท้องหิวก็เป็นทุกข์ ชาวนาฟังแล้วกล่าวว่า พญานกผู้มีปัญญา ครั้งแรกข้าพเจ้าคิดว่า ท่านเป็นนกที่โลกมาก เพราะนกตัวอื่นเขาหากินเสร็จเรียบร้อยแล้ว เขาก็ไม่คาบอะไรไป ส่วนท่านบินมาหากินแล้วยังคาบรวงข้าวกลับไปอีก แต่พอฟังท่านแล้วจึงได้รู้ว่าท่านไม่ได้คาบไปเพราะความโลภ แต่คาบไปเพราะความดี คือเอาไปดูแลเลี้ยงพ่อแม่ เอาไปเลี้ยงลูกน้อย และเอาไปทำบุญ ท่านทำดีจริง ๆ ชาวนามีจิตเลื่อมใสในคุณธรรมของพญานกมาก จึงแก้เครื่องผูกออกจากเท้าพญานกปล่อยให้มันเป็นอิสระ และมอบนาข้าวสาส์ให้ พญานกรับนาข้าวสาส์ไว้เพียงส่วนหนึ่งซึ่งกะคะเนแล้วว่าเพียงพอแก่บริวาร จากนั้นจึงกล่าวแก่ชาวนาว่า ขอให้ท่านเป็นผู้ไม่ประมาทหมั่นสั่งสมกุศลด้วยการทำทานและเลี้ยงดูพ่อแม่ผู้แก่เฒ่าด้วยเถิด ชาวนาได้คติจากพญานกจึงตั้งใจทำบุญกุศลตั้งแต่นั้นมาจนตลอดชีวิต⁴⁹

สรุปว่า การเว้นจากการพูดเพื่อเจื่อนั้น จุดประสงค์ก็เพื่อต้องการให้บุคคลเป็นคนพูดจริง พูดอย่างมีประโยชน์ คำพูดที่ประกอบด้วยเมตตากรุณาตลอดจนสามารถชี้แจงเหตุผลตามความเป็นจริงให้แจ่มแจ้งได้ สามารถทำให้ผู้ฟังเข้าใจอย่างถูกต้องสัมมาอาชีวะจึงเป็นหลักประกอบอาชีพที่คอยส่งเสริมให้เกิดวิจฺจฺจริต เพราะไม่มุ่งเบียดเบียน ไม่มุ่งทำร้าย ไม่มุ่งเอาประโยชน์ จึงทำให้คำพูดเต็มไปด้วยเมตริจิตคิดช่วยเหลือ มากกว่าคิดเอาเปรียบ คิดหยิบยื่นมากกว่าหยิบฉวย คำพูดเพื่อปลอบประโลมมากกว่าการพูดดูถูกเหยียดหยาม ผู้ที่ประกอบสัมมาอาชีวะจึงต้องเป็นผู้มีวิจฺจฺจริต กิจการงานที่ทำจึงจะสำเร็จประโยชน์ได้อย่างสูงสุด เพราะนอกจากการติดต่อประสานงานกับผู้อื่นจะไม่ขัดข้องด้วยการเจรจาแล้ว การมีวิจฺจฺจริตย่อมทำให้ผู้ปฏิบัติเป็นคนน่า

⁴⁹ พ.ชา. (ไทย) 27/17/425.

เชื่อถือ นำคบค้าสมาคม นำสนทนาพาที เป็นที่รักใคร่แก่บุคคลผู้ได้รู้จักพูดคุย
สิ่งเหล่านี้เองที่จะเป็นหลักประกันประการสำคัญประการหนึ่งที่ทำให้บุคคลผู้ถือ
ปฏิบัติประสบความสำเร็จในอาชีพการงานได้อย่างดีเยี่ยม

3) มโนสุจริต (Good Conduct in Mentality)

มโนสุจริต รักษาจิตให้มีปรกติรู้ตัวเสมอ การประกอบอาชีพที่ตั้งอยู่บน
หลักสุจริต 3 ย่อมจะเป็นการกลม่อเมลา และพัฒนาจิตใจให้เกิดมโนสุจริต อัน
ได้แก่ ไม่คิดโลภอยากได้ทรัพย์สินของผู้อื่น ไม่คิดเบียดเบียนผู้อื่นเลี้ยงชีพ และ
คิดเห็นในทางที่ถูกที่ควรการดำเนินชีวิตตามหลักสัมมาอาชีวะเกื้อหนุนมโน
สุจริต 3 ลักษณะคือ

(1) ไม่เพ่งเล็งอยากได้ของผู้อื่น หมายความว่า ไม่มีความเพ่งเล็งอยาก
ได้หรือมีจิตคิดถึงในทรัพย์สินสมบัติของผู้อื่น⁵⁰ จุดประสงค์ของการประพฤติ
ปฏิบัติ ก็เพื่อต้องการตัดความโลภอยากได้ของคนอื่นอย่างเด็ดขาด และให้
ยินดีในของของตนอย่างสม่าเสมอ และส่งเสริมให้เกิดความโลภ คือความ
อยากได้โดยชอบธรรม ได้แก่บุคคลใดเมื่อประสบอารมณ์ที่ดีย่อมมีความพอใจ
อยาก ได้อารมณ์นั้นจึงแสวงหาด้วยความสุจริตโดยการซื้อ แลกเปลี่ยน หรือ
การขอที่เป็นไปโดยความถูกต้องชอบธรรม โดยยึดหลักการที่ว่าอยากได้ตาม
ที่ได้ อยากได้ตามกำลัง อยากได้ตามสมควรและชอบธรรม

(2) ไม่มีจิตคิดร้าย คิดปรารณา แต่ว่าขอให้สัตว์ทั้งหลายไม่มีเวร
ไม่เบียดเบียน ไม่มีทุกข์ ครองตนอยู่เป็นสุขหมายถึงกิริยาอาการที่ไม่มุ่งร้ายต่อ
ผู้อื่นหรือการยังประโยชน์สุขของคนผู้อื่นให้เสียหายไป⁵¹ จุดมุ่งหมายของมโน
สุจริตในข้อนี้ก็เพื่อไม่ให้จิตมุ่งร้ายต่อกัน มีจิตประกอบด้วยเมตตา รักใคร่มี
ความรักสมัครสมานสามัคคีต่อกัน ไม่ทำให้ประโยชน์สุขของกันและกันต้องเสีย
หายไปโดยใช้เหตุความพยาบาทที่เป็นมโนทุจริตนั้นต้องเป็นโทษะชนิดหยาบ

⁵⁰ อจ.จตุกก. (ไทย) 21/271/284.

⁵¹ อจ.จตุกก. (ไทย) 21/272/284.

มากที่มีอาการมุ่งร้ายต่อผู้อื่น มีความปรารถนาที่จะทำลายประโยชน์สุขของผู้อื่นให้เสียหาย หรือคิดแข่งผู้อื่นนั้นให้ได้รับอันตรายเสียหายต่าง ๆ โทสะชนิดหยาบนี้จัดเป็นมโนทุจริตความไม่พยายามป้องกันภัยใคร ก็คือความพยายามที่จะทำให้จิตประกอบด้วยเมตตา รักและปรารถนาดีต่อบุคคลอื่น ต้องการที่จะเห็นคนอื่นอยู่อย่างไม่มีแ้ว ไม่มีภัย ไม่เบียดเบียนกัน ไม่ประทุษร้ายกัน มีความสุขตามฐานะของตน จิตที่ประกอบด้วยเมตตา นี้ ย่อมก่อให้เกิดผลเป็นความสงบเย็น เป็นการปิดกั้นทางแห่งแ้วภัย โดยเฉพาะอย่างยิ่งก็คือเกิดความสุขกายสบายใจแก่ตน

(3) มีความเห็นชอบตามทำนองคลองธรรม มีความเห็นว่าทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว ความเห็นแก่ประโยชน์ส่วนตัวเป็นสิ่งไม่ดี เป็นต้น⁵² ผู้ที่มีความเห็นถูกย่อมไม่คิดดำเนินชีวิตเลี้ยงชีพตนเองด้วยความโลภอยากได้ของบุคคลอื่นอย่างไม่ชอบธรรม และไม่คิดเบียดเบียนผู้อื่นเลี้ยงชีพ ซึ่งเป็นการขัดเกลามโนกรรมให้บริสุทธิ์สมบูรณ์ยิ่งขึ้น และจะเป็นไปเพื่อการเกื้อหนุนและส่งเสริมให้เกิดกายสุจริตและวจีสุจริตมากยิ่งขึ้น

ดังนั้น มโนสุจริต 3 คือ การกระทำทางใจเป็นกุศลกรรมบถคือไม่เพ่งเล็งอยากได้ของผู้อื่น ไม่มีจิตคิดร้ายผู้อื่นสัตว์อื่น มีความเห็นชอบ เช่น เห็นว่าทานมีผล ส่วนอกุศลกรรมที่แสดงทางมโนกรรม 3 อย่างคือ การโลภอยากได้สิ่งของของผู้อื่น การคิดพยายามป้องกันผู้อื่น และการเห็นผิดจากทำนองคลองธรรม เช่น เห็นว่าบุญบาปไม่มี ได้กล่าวมาตั้งแต่ตอนต้นแล้วว่า มโนกรรมมีบทบาทสำคัญและร้ายแรงที่สุด โดยมีความสำคัญในตัวเอง และเป็นมูลฐานของการกระทำทางกายและทางวาจาด้วย มโนกรรมที่นับว่าเป็นความชั่วร้ายแรงที่สุดตามคำสอนในพระพุทธศาสนา ได้แก่ มิจฉาทิฎฐิที่แปลว่า ความเห็นผิด และมโนกรรมที่จัดว่าเป็นความดีสูงสุดคือ สัมมาทิฎฐิที่แปลว่า ความเห็นชอบ ดังนั้น เมื่อใช้เกณฑ์ตัดสินความดีของพุทธศาสนา

⁵² อภ.จตุกก. (ไทย) 21/273/285.

ตัดสินจะชี้ให้เห็นว่า มโนสุจริตที่เป็นสัมมาทิฐิเป็นมโนกรรมที่ดี และเป็นสาเหตุให้เกิดการกระทำทางกายกรรม และวจีกรรมที่ดีตามมาบุคคลจึงควรสร้างความคิดของตัวเองเป็นสัมมาทิฐิ เพื่อจะได้มีผลให้เขามีแนวทางดำเนินชีวิตไปตามมโนกรรมที่ดีนั่นเอง

สรุปว่า สุจริต 3 เป็นหมวดธรรมที่สำคัญมากในยุคปัจจุบัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งรัฐบาลได้พยายามเน้นในเรื่องของการโปร่งใสในการบริหารบ้านเมือง เพื่อให้บ้านเมืองสะอาด นั่นก็หมายความว่า บ้านเมืองจะต้องปราศจากการทุจริตคดโกง มีสินบน โดยการพยายามออกกฎหมายในรูปแบบต่างๆ ออกมาใช้หลักธรรมข้อนี้ ประกอบด้วย 1) กายสุจริต เมื่อผู้นำมีการกระทำที่มีความสุจริตไม่โกงกิน บ้านเมืองก็มีความเจริญก้าวหน้า มีการพัฒนาตามศักยภาพ เงินงบประมาณก็ถูกใช้ให้เกิดความคุ้มค่ามีการพัฒนาอย่างทั่วถึงเต็มเม็ดเต็มหน่วย เมื่อผู้นำไม่ทุจริตคดโกง ลูกน้องก็ไม่กล้า ถ้าผู้นำทุจริตลูกน้องก็ทำตาม ซึ่งธรรมะข้อนี้ มีความสำคัญต่อบ้านเมืองเป็นอย่างมาก 2) วาจาสุจริต แม้ว่าจาจะดูแล้วไม่น่าจะมีความสำคัญต่อการบริหารปกครอง แต่โดยความเป็นจริงแล้วมีความสำคัญเป็นอย่างมากในเรื่องของการใช้คำพูด เช่น การพูดโน้มน้าวจิตใจคน การพูดประสานคน การเจรจาต่อรอง งานด้านการทูต เป็นต้น 3) มโนสุจริต มีคนกล่าวว่าจิตคิดอย่างไรก็พูดอย่างนั้น คนพูดอย่างไรก็ ทำอย่างนั้น แม้บางครั้งการกระทำ-การพูด-การคิด อาจจะไม่ตรงกันเพราะความปิดบังของคน แต่โดยมากแล้วย่อมเป็นไปตามนัยดังกล่าว ดังนั้นในข้อนี้เป็นการแสดงออกมาทางความคิดเห็น

3.2.2 พุทธธรรมด้านสุขภาพอนามัย (Well-being and Health Care)

หลักพุทธธรรมที่สำคัญที่นำไปสู่การส่งเสริมให้สุขภาพอนามัยดี สามารถจำแนกหลักธรรมที่เป็นประโยชน์ ดังนี้

3.2.2.1 ภาวนา 4 (Cultivation)

ภาวนา 4 ต่อพันธกิจด้านสุขภาพอนามัย คำว่า ภาวนา ก่อนที่จะแปลว่า เจริญภาวนา ถ้าแปลตามตัวอักษรแปลว่า การทำให้เป็นให้ มี หมายความว่า อันไหนที่ไม่เป็นก็ทำให้เป็นขึ้น อันไหนที่ไม่มีก็ทำให้มีขึ้น ซึ่งหมายความว่า การทำให้เพิ่มพูนขึ้น ทำให้กล้าแข็งขึ้น จึงแปลอีกความหมายหนึ่งว่า ฝึกอบรม คำว่า ฝึกอบรม ก็เข้าไปใกล้กับความหมายของคำว่า สึกขา ฉะนั้น สึกขา กับ ภาวนาจึงเป็นคำที่ใช้อย่างใกล้เคียง หรือบางทีเหมือนกันเลย นี่เป็นการเข้ามาหาตัวหลักใหญ่ในการปฏิบัติทางพระพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าตรัสคำสอนของพระองค์เองเพื่อใช้คุณสมบัตินี้ของบุคคลท่านใช้คำว่า 1) ภาวิตกาโย 2) ภาวิตสีโล 3) ภาวิตจิตโต 4) ภาวิตปญโญ⁵³ คำว่า ภาวนา เวลาใช้เป็นคุณศัพท์เป็นภาวิตะ 1) ภาวิตกาโย คือ ผู้มีกายที่เจริญแล้วหรือฝึกอบรมแล้ว 2) ภาวิตสีโล คือ ผู้มีศีลที่ฝึกอบรมแล้วหรือเจริญแล้ว 3) ภาวิตจิตโต คือ ผู้มีจิตที่เจริญแล้วหรือมีจิตที่ฝึกอบรมแล้ว 4) ภาวิตปญโญ คือ ผู้มีปัญญาที่เจริญแล้วหรือปัญญาที่ฝึกอบรมแล้ว⁵⁴

ถ้าเป็นคำนาม 4 อันนี้คือ 1) กายภาวนา คนเป็นภาวิตกาโย ตัวกระทำเป็นกายภาวนา 2) ศีลภาวนา คนเป็นภาวิตสีโล ตัวกระทำเป็นจิตภาวนา 3) จิตภาวนา คนเป็นภาวิตจิตโต ตัวกระทำเป็นจิตภาวนา 4) ปัญญาภาวนา คนเป็นภาวิตปญโญ ตัวกระทำเป็นปัญญาภาวนา⁵⁵ ภาวนาเป็นคำในภาษาบาลี ที่มีรูปกริยาศัพท์เป็น ภาเวติ มีความหมายตรงกับคำว่า วัตถุประสงค์ คือ วัฒนา หรือการพัฒนาที่ใช้ในภาษาไทย คำว่า ภาวนาในคำสอนของพระพุทธศาสนา หมายถึง การทำให้มีขึ้น การทำให้เกิดขึ้น การเจริญ การบำเพ็ญ การฝึกอบรม การพัฒนาเพื่อทำสิ่งที่ยังไม่มีให้มีขึ้น⁵⁶ โดยมีความหมายครอบคลุมถึงการ

⁵³ ส.สพ. (บาลี) 18/127/110.

⁵⁴ ส.สพ. (ไทย) 18/127/154.

⁵⁵ ส.สพ. (ไทย) 18/127/154.

⁵⁶ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, พิมพ์ครั้งที่ 9, (กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2546), หน้า 203.

ปฏิบัติตนทั้งหมดที่เป็นไปเพื่อการพัฒนาคุณธรรมภายในตน⁵⁷

ภาวนา 4 ที่ปรากฏในพระไตรปิฎกมักแสดงในรูปที่เป็นคุณสมบัติของบุคคลผู้ได้เจริญกายศีล จิต และปัญญาแล้วตั้งข้อความว่า พระผู้มีพระภาคเจ้าชื่อว่า ทรงอบรมพระองค์แล้วทรงเป็นภาวิตัตต์ หรือพระองค์ที่ทรงเจริญหรือพัฒนาแล้วเป็นอย่างไรรูปหนึ่ง คือพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงอบรมพระวรกาย อบรมศีล อบรมจิตใจ อบรมปัญญา ขยายความต่อไปอีกว่า ทรงเจริญโพธิปักขิยธรรม 37 ประการแล้ว⁵⁸

1) กายภาวนา (Physical Cultivation)

กายภาวนา การพัฒนากายให้ดำเนินไปตามสุขลักษณะ โดยกายภาวนา หรือการพัฒนากาย ได้แก่ การมีความสัมพันธ์ที่เกื้อกูลกับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพหรือทางวัตถุให้รู้จัก “กิน อยู่ ดู ฟัง” เป็นสามารถเสพลิงเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณมิให้โทษ รู้จักควบคุมไม่ให้เกิดความต้องการที่ฟุ่มเฟือยเกินความจำเป็น⁵⁹ และกายภาวนา คือ การเจริญกาย พัฒนากาย การฝึกอบรมให้รู้จักติดต่อกับสิ่งทั้งหลายภายนอกทางอินทรีย์ทั้ง 5 ด้วยดี และปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณมิให้เกิดโทษให้กุศลธรรมงอกงาม ให้กุศลธรรมเสื่อมสูญ การพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ

ภิกษุผู้ไม่ได้เจริญศีล จิต ปัญญา จักไม่สามารถแนะนำผู้อื่นให้สามารถประพฤติในอริศีล อริจิต อริปัญญาดี ไม่สามารถแสดงธรรมอันเยี่ยมยอดที่สร้างคามปิติน่าชื่นชมแก่ผู้ฟัง ได้แก่แสดงธรรม 1) เพื่อการแข่งขันดี 2) เพื่อกล่าวกระทบบุคคลอื่น 3) เพื่อหวังลาภสักการะ ไม่ใส่ใจไม่ให้ความสำคัญในพระธรรมที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ แต่กลับชื่นชมยินดีสนใจ

⁵⁷ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **หลักแม่บทของการพัฒนาตน**, พิมพ์ครั้งที่ 15, (กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2546), หน้า 10 - 15.

⁵⁸ **ข.จ.** (ไทย) 30/18/115.

⁵⁹ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม (ฉบับเดิม)**, พิมพ์ครั้งที่ 11, (กรุงเทพมหานคร : ดวงแก้ว, 2544), หน้า 371.

ศึกษาในคำกล่าวของบุคคลในพระพุทธศาสนา ประพฤติตนเป็นผู้มักมาก เป็นตัวอย่างที่ไม่ดีให้คนรุ่นหลังพากันทำตาม⁶⁰ ภาวนา 4 เป็นคุณสมบัติที่มีคุณค่าโดยพระพุทธศาสนาให้ความสำคัญกับการพัฒนาตนจึงเชิดชูบุคคลผู้มีการพัฒนาแล้วว่า เป็นบุคคลสูงสุด⁶¹ เป็นผู้ควรค่าแก่การบูชา⁶² ซึ่งยกย่องเช่นนั้นเกิดคุณของภาวนา 4 ที่เป็นผลของการฝึกตนนั่นเอง⁶³

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) กล่าวว่า ภาวนา 4 ตอนปฏิบัติการฝึกสิกขามี 3 แต่ทำไมตอนวัดผลภาวนา 4 ไม่เท่ากันทำไม (ในเวลาทำการฝึก) จัดจึงเป็นสิกขา 3 (ในเวลาวัดผลคนที่ได้รับการฝึก) จึงจัดเป็นภาวนา 4 อย่างไรที่ชี้แจงแล้วว่า ธรรมภาคปฏิบัติการจัดให้ตรงสอดคล้องกับระบบความเป็นไปของธรรมชาติ แต่ตอนวัดผลไม่ต้องจัดให้ตรงกันแล้วเพราะวัตถุประสงค์อยู่ที่จะมองดูผลที่เกิดขึ้นแล้ว ซึ่งมุ่งที่จะให้เห็นชัดเจนตอนนี้ ถ้าแยกละเอียดออกไปก็ยิ่งดีนี้แหละ คือเหตุผลที่ว่า หลักวัดผล คือภาวนาเพิ่มเป็น 4 ข้อให้ความหมายและหัวข้อของภาวนา 4 นั้นก่อนภาวนา แปลว่า ทำให้เจริญทำให้เป็นทำให้มีขึ้นหรือฝีกอบรม

ในภาษาบาลีท่านให้ความหมายว่า “วฑฺฒนา” คือวัฒนาหรือพัฒนานั่นเอง ภาวนานี้เป็นคำหนึ่งที่มีความหมายใช้แทนกันได้กับ “สิกขา” ภาวนาจัดเป็น 4 อย่างคือ 1) กายภาวนา การพัฒนากาย คือ ประชาชนทั่วไปมีความสัมพันธ์ที่เกื้อกูลกับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพหรือทางวัตถุ 2) ศีลภาวนา การพัฒนาศีล คือ ประชาชนทั่วไปมีความสัมพันธ์ที่เกื้อกูลกับสิ่งแวดล้อมทางสังคมคือ เพื่อนมนุษย์ 3) จิตภาวนา การพัฒนาจิต คือ ประชาชนทั่วไปมีการฝึกจิตใจให้เจริญด้วยคุณธรรมความเข้มแข็ง มั่นคง เบิกบาน สงบสุข ผ่องใส

⁶⁰ อง.ปญจก. (ไทย) 22/79/145.

⁶¹ ชุ.ธ. (ไทย) 25/321/113.

⁶² อง.จตุกก. (ไทย) 21/36/59.

⁶³ ชุ.ธ. (ไทย) 25/106/63.

ด้วยความเพียร สติ และสมาธิ 4) ปัญญาภาวนา⁶⁴ การพัฒนาปัญญา คือประชาชนทั่วไปมีการเสริมสร้างความรู้ความคิด ความเข้าใจ และการหยั่งรู้ความจริง

อย่างที่กล่าวแล้วว่าภาวนา 4 นี้ใช้ในการวัดผลเพื่อดูว่าด้านต่าง ๆ ของการพัฒนาชีวิตของผู้สูงอายุนั้นได้รับการพัฒนาครบถ้วนหรือไม่ ดังนั้นเพื่อจะดูให้ชัดเจนได้แยกบางส่วนละเอียดออกไปอีก ส่วนที่แยกออกไปนั้นคือสิกขาข้อที่ 1 (ศีล) ซึ่งในภาวนาแบ่งออกไปเป็นภาวนา 2 ข้อคือกายภาวนาและศีลภาวนา ทำไมจึงแบ่งสิกขาข้อศีลเป็นภาวนา 2 ข้อที่จริงสิกขาข้อที่ 1 คือศีลนั้นมี 2 ส่วนอยู่แล้วในตัวเมื่อจัดเป็นภาวนาจึงแยกเป็น 2 ได้ทันทีคือ 1) ศีลในส่วนที่สัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกาย (ที่เรียกว่าสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ) ได้แก่ ประชาชนทั่วไปมีความสัมพันธ์กับวัตถุ หรือโลกของวัตถุและธรรมชาติส่วนอื่นที่ไม่ใช่มนุษย์เช่น เรื่องปัจจัย 4 สิ่งที่เราบริโภคใช้สอยทุกอย่าง และธรรมชาติแวดล้อมทั่ว ๆ ไปส่วนนี้แหละที่แยกออกไปจัดเป็น กายภาวนา 2) ศีลในส่วนที่สัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางสังคม คือบุคคลอื่นในสังคมมนุษย์ด้วยกัน ได้แก่ ประชาชนทั่วไปมีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์อยู่ร่วมกันด้วยดีในหมู่มนุษย์ที่จะไม่เบียดเบียนกัน แต่ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ส่วนนี้แยกออกไปจัดเป็นศีลภาวนาในไตรสิกขา ศีลครอบคลุมความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทั้งทางวัตถุและทางกายภาพ และทางสังคมนวมไว้ในข้อเดียวกัน แต่เมื่อจัดเป็นภาวนา ท่านแยกกันออกเป็น 2 ข้อโดยยกเรื่อง 1) ความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมในโลกวัตถุแยกออกเป็นกายภาวนา 2) ความสัมพันธ์กับเพื่อนมนุษย์ในสังคมจัดไว้ในข้อศีลภาวนา

กายภาวนา การพัฒนากายให้ดำเนินไปตามสุขลักษณะในฐานะเป็นเครื่องดูแลสุขภาวะของประชาชนทั่วไป และพัฒนาตนและคนในสังคม กายภาวนากับดูแลสุขภาวะประชาชนทั่วไป ในด้านลักษณะภายนอก ที่มีความ

⁶⁴ ส.สพ. (ไทย) 18/127/154.

ประพจน์ทางกายคือ 1) ดุงดงาม 2) สำรวม 3) เรียบร้อย 4) มีวินัย 5) เลี้ยงชีวิตอย่างพอเพียง 6) รู้จักประมาณในการใช้สอยปัจจัย 4

ดังข้อความในพระไตรปิฎกว่า “เวลาเช้าตรู่ ภิกษุเหล่านั้นเดินออกมาจากป่า...ทอดสายตาลงต่ำ มีการก้าวไป การถอยหลัง การมองดู การเหลียวดู การคู้แขน การเหยียดแขน นำเสื่อมใส่ เป็นผู้สมบูรณ์ด้วยอิริยาบถ”⁶⁵ “มีความขวนขวายน้อย ไม่หวาดหวั่น เลี้ยงชีพด้วยของที่ผู้อื่นให้ มีจิตุดมฤคอยู่”⁶⁶ คือ 1) กายภาวนา คือการที่ประชาชนทั่วไปมีความประพจน์เรียบร้อย ดุงดงาม มีวินัย เลี้ยงชีวิตอย่างพอเพียง รู้จักประมาณในการใช้สอยปัจจัย 4⁶⁷ 2) กายภาวนา คือ การที่ประชาชนทั่วไป เจริญกาย พัฒนากาย การฝึกอบรมกาย ให้รู้จักติดต่อกับสิ่งทั้งหลายภายนอกทางอินทรีย์ทั้ง 5 ด้วยดี และปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ มิให้เกิดโทษ กุศลธรรมงอกงาม ให้อกุศลธรรม เสื่อมสูญ รวมถึงการมีความประพจน์เรียบร้อย ดุงดงาม มีวินัย เลี้ยงชีวิตอย่างพอเพียง รู้จักประมาณในการใช้สอยปัจจัย 4

หลักกายภาวนา คือ พัฒนากาย ได้แก่ การพัฒนาร่างกายให้แข็งแรง ไร้โรค มีสุขภาพดี และที่สำคัญ คือการพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ อย่างถูกต้องดีงาม ในทางที่เป็นคุณประโยชน์ซึ่งกายภาวนานี้ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้อธิบายไว้ คือการเจริญกาย พัฒนากาย การฝึกอบรมให้รู้จักติดต่อกับสิ่งทั้งหลายภายนอกทางอินทรีย์ทั้ง 5 ด้วยดี และปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณมิให้เกิดโทษให้กุศลธรรมงอกงามให้อกุศลธรรมเสื่อมสูญการพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ⁶⁸

⁶⁵ วิ.จ. (ไทย) 7/254/89.

⁶⁵ ม.ม. (ไทย) 13/369/454.

⁶⁵ พิษณุรัตน์ บุญช่วย, “การศึกษากระบวนการสร้างภาวนา 4 โดยใช้หลักไตรสิกขา”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2549). หน้า 55-57.

⁶⁸ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม (ฉบับเดิม)**, หน้า 371.

ในด้านกรอบเนื้อหาของกายภาวนา และในการมุ่งศึกษาถึงคุณภาพชีวิตการทำงาน และความสุขของประชาชนทั่วไปในบริบทของทางโลก ได้แก่ ปัจจัย 4 ที่เป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิตของมนุษย์ ในขณะที่คุณภาพชีวิตในบริบททางพระพุทธศาสนา หมายถึง การทำให้ชีวิตมีความเจริญอกงามในลักษณะของความดีงาม มี 3 ด้านคือ 1) มีศีลธรรม 2) มีคุณธรรม 3) มีจริยธรรม ชีวิตมีความสงบสันติสุข จิตมีสติ สมาธิ และปัญญาปราศจากการเบียดเบียนทำร้าย ทำลาย ผู้อื่นให้ได้รับความเสียหายเดือดร้อน ไม่เป็นโทษแก่คน สัตว์ สิ่งแวดล้อม⁶⁹ การที่ชีวิตมีความสงบสันติสุขได้นั้นต้องทั้งชีวิตคนและสัตว์ ไม่ใช่เฉพาะชีวิตคนเท่านั้น ซึ่งมีความเกี่ยวข้องกันเป็นไปตามหลักอัมปิปัจจยตา⁷⁰ ซึ่งเป็นการผสมผสานเนื้อหาระหว่างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในบริบททางโลก และในบริบททางพระพุทธศาสนา

สรุปว่า กายภาวนา การพัฒนากายให้ดำเนินไปตามสุขลักษณะ โดยหลักกายภาวนา คือ การพัฒนากาย ได้แก่ การมีความสัมพันธ์ที่เกื้อกูลกับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพหรือทางวัตถุให้รู้จัก กิน อยู่ ดู ฟัง สามารถเสพสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณมิให้โทษ รู้จักควบคุมไม่ให้เกิดความต้องการที่ฟุ่มเฟือยเกินความจำเป็นในฐานะเป็นเครื่องดูแลสุขภาวะของประชาชนทั่วไป และพัฒนาตนและคนในสังคม กายภาวนากับดูแลสุขภาวะประชาชนทั่วไปในด้านลักษณะภายนอก ที่มีความประพฤติกาย ดุจดงาม สำรวม เรียบร้อย มีวินัย เลี้ยงชีวิตอย่างพอเพียง

2) สีลภาวนา (Moral Cultivation)

สีลภาวนา สร้างสมคุณภาพของตัวเองกับสิ่งแวดล้อม สังคมให้ปกติ โดยหลักศีลภาวนา หรือการพัฒนาศีล คือ การมีความสัมพันธ์ที่เกื้อกูลกับ

⁶⁹ พระมหาสมชาย สิริจนโท (หานนท์), “พุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางของพระพุทธคุณ (สมาน สุเมโธ)”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), 2547. หน้า 174-179.

⁷⁰ พุทธทาสภิกขุ, *อัมปิปัจจยตา*, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุภาพใจ, 2549), หน้า 33-55.

สิ่งแวดล้อมทางสังคม คือมนุษย์ตั้งอยู่ในกฎระเบียบเพื่อให้เกิดการตอบสนอง ความต้องการของตนนั้นไม่ไปเบียดเบียน หรือก่อความเดือดร้อนเสียหายกับผู้อื่นสามารถอยู่กับผู้อื่นและเกื้อกูลกันได้ด้วยดี⁷¹ ศิลภาวนา คือการเจริญศิลปะพัฒนาความประพฤติกการฝึกรบมศิลป์ให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัยไม่เบียดเบียน หรือก่อความเดือดร้อนเสียหายอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นได้ด้วยดีเกื้อกูลแก่กัน ภาวิตศิลป์มีศิลปะที่พัฒนาแล้ว⁷² (มีศิลปะภาวนา) คือมีพฤติกรรมทางสังคมที่พัฒนาแล้วไม่เบียดเบียนก่อความเดือดร้อนเวรภัยตั้งอยู่ในวินัย และมีอาชีพะที่สุจริต มีความสัมพันธ์ทางสังคมในลักษณะที่เกื้อกูลสร้างสรรค์และส่งเสริมสันติสุข

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) กล่าวว่า ภาวนา 4 คือ การเจริญ การทำให้เป็นให้มีขึ้น การฝึกรบม การพัฒนา ศิลภาวนา คือ การเจริญศิลปะพัฒนาความประพฤติกการฝึกรบมศิลป์ให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัยไม่เบียดเบียน หรือก่อความเดือดร้อนเสียหายอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดีเกื้อกูลแก่กัน⁷³ หลักศิลปะภาวนาใช้วัดผลในด้านความสัมพันธ์ในสังคมที่มีการปฏิบัติตามระเบียบ ด้วยความเคารพและความมีเมตตากรุณาต่อทุกชีวิต และรู้จักเสียสละเพื่อประโยชน์ส่วนรวม ดังพระพุทธพจน์ว่า “ในสมัยที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงธรรม...สาวกทั้งหลายของพระผู้มีพระภาค ไม่มีเสียงจามหรือไอเลย...พระผู้มีพระภาคทรงแนะนำบริษัทย่างดีเช่นนี้ โดยไม่ต้องใช้อาชญา โดยไม่ต้องใช้ศาสตราเลย”⁷⁴ “พระอรหันต์ทั้งหลายละเว้นขาดจากการฆ่าสัตว์...ประกอบด้วยความกรุณา มุ่งประโยชน์เกื้อกูลแก่สรรพสัตว์อยู่ตลอดชีวิต”⁷⁵

นอกจากนี้ยังสังเกตได้จากการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นด้วยวาจาที่สุภาพ อ่อนหวาน มีความซื่อสัตย์จริงใจ ไม่สร้างความหวาดกลัวให้แก่ผู้อื่น ประกอบ

⁷¹ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม (ฉบับเดิม)**, หน้า 371.

⁷² พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ**, หน้า 235-238.

⁷³ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, หน้า 70.

⁷⁴ **ม.ม.** (ไทย) 13/370/455.

⁷⁵ **อง.ต.ก.** (ไทย) 20/71/286.

อาชีพสุจริต ไม่หลอกลวงไม่เบียดเบียนผู้อื่นคือ 1) ศิลภาวนา คือ ประชาชนทั่วไปมีความสัมพันธ์ในสังคม ที่มีการปฏิบัติตามกฎระเบียบด้วยความเคารพ และมีความเมตตากรุณาต่อทุกชีวิต รู้จักเสียสละเพื่อส่วนรวม⁷⁶ 2) ศิลภาวนา คือ ประชาชนทั่วไปมีการฝึกอบรมศีล ให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดี เกื้อกูลแก่กัน รวมถึงมีความสัมพันธ์ในสังคมที่มีการปฏิบัติตามกฎระเบียบด้วยความเคารพ และมีความเมตตากรุณาต่อทุกชีวิต รู้จักเสียสละเพื่อส่วนรวม รวมถึงสิ่งแวดล้อมทั้งมวลด้วย

ศิลปะภาวนา สร้างสมดุสิตภาพของตัวเองกับสิ่งแวดล้อม สังคมให้ปกติ ในมิติด้านจิตใจ ท่านมีความคิดว่าเรื่อง ศีลธรรม โดยเฉพาะเรื่อง 1) ศีล 5 2) อกุศลกรรมบถ 10⁷⁷ การมีจิตใจที่เข้มแข็งมั่นคง เมตตากรุณา ฉันทะ ขยันหมั่นเพียร อดทน สันโดษในวัตถุภายนอกและปัจจัย 4 มีสมาธิและสดชื่นเบิกบาน เป็นสุขผ่องใส มีใจอิสระแจ่มใส รู้จักจัดระเบียบอารมณ์ของตน ให้มีสุขภาพจิตที่ดี แจ่มใส ว่างเบิกบานอยู่เสมอ การมีความมั่นคงทางอารมณ์ วิตกกังวลต่ำ โกรธยาก ท้อแท้ยาก เป็นต้น เป็นสิ่งที่ควรมีในตัวท่าน และคนในสังคมหรือไม่

หลักศิลปะภาวนาด้านสังคม โดยเรื่องสังคมเป็นเรื่องสำคัญของมนุษย์ที่ต้องอาศัยกันเป็นกลุ่ม เป็นหมู่ เป็นพวก หรือเป็นประเทศ หรือสังคมโลก การมีขนบธรรมเนียมประเพณีต่างๆ ทางสังคมของแต่ละสังคมย่อมแตกต่างกันไปท่านพุทธทาสภิกขุ ได้กล่าวถึงความหมายของศีลธรรมว่า ปกติ⁷⁸ และความจำเป็นของสังคมมนุษย์ที่มนุษย์จะต้องมีศีลธรรม เพราะว่าหามนุษย์ไม่มี

⁷⁶ พิชญรัตน์ บุญช่วย, “การศึกษากระบวนการสร้างภาวนา 4 โดยใช้หลักไตรสิกขา”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2549), หน้า 55-57.

⁷⁷ ที.ปา. (ไทย) 11/80/59.

⁷⁸ พระพุทธทาส, **อริยศีลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ 2, (สุราษฎร์ธานี: มูลนิธิธรรมทาน, 2538), หน้า 72.

ศีลธรรมก็จะตายกันหมด แม้แต่แผ่นดินในโลกนี้ก็จะอยู่กันไม่ได้ จะถูกทำลายหมดหากมนุษย์ไม่มีศีลธรรม และมนุษย์ที่ไม่มีศีลธรรมก็ไร้ค่าความเป็นมนุษย์⁷⁹

การปกครองตามความหมายในพระพุทธศาสนาเป็นการปกครองเพื่อการศึกษ หมายความว่า การปกครองและความสงบเรียบร้อยที่เกิดจากการปกครองนั้นมีใช้เป็นจุดหมายในตัว แต่เป็นเพียงปัจจัยคือสภาพเอื้อให้แต่ละบุคคลบรรลุจุดหมายแห่งการศึกษา หรือเพื่อเป็นหลักประกันการศึกษา และการมีกฎหมายก็เพื่อทำให้เกิดสังคมดี ทุกคนมีโอกาสพัฒนาในสิ่งที่ตั้งาม⁸⁰ ในความหมายนี้ คือ การบังคับใช้กฎหมายนั้นต้องไม่ใช่ลักษณะของการบังคับ แต่เป็นการปกครองที่ผู้ปกครองคอยเอื้อโอกาสในการพัฒนาชีวิตของตน แต่หากเป็นการปกครองแบบบังคับผู้ถูกปกครองก็จะมองเป็นผู้ปกครองคอยบังคับให้ทำตามที่ผู้ปกครองต้องการ จึงเกิดเป็นปฏิปักษ์กันขึ้น ดังนั้นเรื่องสังคมจึงเป็นเรื่องของ 1) ขนบธรรมเนียม 2) ประเพณี 3) ระเบียบ 4) กฎหมาย ฯลฯ

มนุษย์ได้บัญญัติกันขึ้นมาเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข และเป็นการแสดงสัญลักษณ์หรือเอกลักษณ์ว่า เป็นกลุ่มหรือพวกเดียวกับตนอย่างหนึ่งด้วย ในการอยู่ร่วมกันในลักษณะที่จะต้องสอดคล้องกับธรรมชาติหรือธรรมเพราะหากกฎระเบียบหรือกฎหมายที่ออกมาไม่สอดคล้องกับธรรมชาติ ย่อมจะส่งผลเสียหายให้กับสังคมในภายหลังและเรื่องศีลเป็นส่วนหนึ่งของวินัย นั้นเป็นสิ่งที่บัญญัติเพื่อเป็นกฎระเบียบ ในลักษณะคล้ายกับกฎหมายที่ใช้เป็นแบบแผนในสังคมที่สอดคล้องกับธรรมชาติมากที่สุด ศีลและวินัยจึงเป็นตัวแบบที่ทำให้เกิดความสงบสุขในสังคมได้

ดังนั้น สีสภาวนา สร้างสมคุณภาพของตัวเองกับสิ่งแวดล้อม สังคมให้ปกติ โดยหลักศีลภาวนา คือ การพัฒนาศีลโดยการมีความสัมพันธ์ที่เกื้อกูลกับสิ่งแวดล้อมทางสังคม คือมนุษย์ตั้งอยู่ในกฎระเบียบเพื่อให้เกิดการตอบ

⁷⁹ พระพุทธทาส, **อริยศีลธรรม**, หน้า 92.

⁸⁰ เรื่องเดียวกัน, หน้า 103 - 106.

สนองความต้องการของตนนั้นไม่ไปเบียดเบียน หรือก่อความเดือดร้อนเสียหายกับผู้อื่น สามารถอยู่กับผู้อื่นและเกื้อกูลกันได้ด้วยดี ประชาชนทั่วไปที่เจริญศิลปพัฒนาความประพฤติการฝึกอบรมศีลให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัยไม่เบียดเบียน หรือก่อความเดือดร้อนเสียหายอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นได้ด้วยดีเกื้อกูลแก่กัน

3) จิตตภาวนา (Mental Cultivation)

จิตตภาวนา สร้างสมดุลาให้จิตมั่นคง ไม่หวั่นไหวกับอารมณ์ชอบ-ไม่ชอบ โดยหลักจิตตภาวนาคือ 1) จิตตภาวนา ได้แก่ ประชาชนทั่วไปมีการพัฒนาจิต คือการมีจิตที่สมบูรณ์ด้วยคุณธรรมความดี งานสมบูรณ์สมรรถภาพ มีความเข้มแข็งมั่นคง และสมบูรณ์ด้วยสุขภาพมีความเบิกบานผ่อนคลายสงบสุข⁸¹ 2) จิตตภาวนา ได้แก่ ประชาชนทั่วไปมีการเจริญจิต พัฒนาจิต การฝึกอบรมจิตใจให้เข้มแข็งมั่นคงเจริญงอกงามด้วยคุณธรรมทั้งหลายเช่น การมีเมตตา มีฉันทะ ขยันหมั่นเพียร อุตทน มีสมาธิ และสดชื่นเบิกบานเป็นสุขผ่อนคลายเป็นต้น

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) กล่าวว่า จิตตภาวนา คือ การเจริญจิต พัฒนาจิต การฝึกอบรมจิตใจให้เข้มแข็งมั่นคงเจริญงอกงาม ด้วยคุณธรรมทั้งหลายเช่น มีเมตตา กรุณาขยันหมั่นเพียร อุตทน มีสมาธิ และสดชื่น เบิกบานเป็นสุข ผ่อนคลาย เป็นต้น⁸² จิตตภาวนา มีลักษณะใช้ในด้านความมีใจอิสระและมีความสุข โดยประเมินจากการรู้จักจัดระเบียบอารมณ์ของตนให้มีสุขภาพจิตดี แจ่มใส ร่าเริงเบิกบานอยู่เสมอ การมีความมั่นคงทางอารมณ์ วิตกกังวลต่ำ โกรธยาก ท้อแท้ยาก ประหม่าต่ำ ถูกกระตุ้นยาก ดั่งข้อความในพระไตรปิฎกว่า “ผู้มีจิตไม่หวั่นไหว รู้แจ่มแจ้ง ย่อมไม่มีความคิดปรุงแต่งใด ๆ เขาจดเว้นแล้วจากการปรารถนาภิสังขาร จึงมองเห็นความปลอดภัยโปร่งในที่ทั้งปวง⁸³ “ผู้ไม่ติดอยู่ในกาม เป็นคนเยือกเย็น ไม่มีอุปธิกิเลส ตัดกิเลสความติดข้องต่าง ๆ

⁸¹ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม (ฉบับเดิม)**, หน้า 371.

⁸² พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, หน้า 70.

⁸³ ชุ.สุ. (ไทย) 25/960-961/729.

ทุกอย่างแล้ว กำจัดความกระวนกระวายในใจได้ เข้าถึงความสงบ ย่อมอยู่เป็นสุข”⁸⁴ หรืออาจสังเกตได้จากการทำงานและเรียนรู้ ด้วยความตั้งใจจดทน และขยันหมั่นเพียรจนเกิดผลสำเร็จ ได้แก่

1) จิตภาวนา คือ ความมีใจอิสระแจ่มใส โดยประเมินจากการรู้จักจัดระเบียบอารมณ์ของตน ให้มีสุขภาพจิตที่ดี แจ่มใส ร่าเริงเบิกบานอยู่เสมอ การมีความมั่นคงทางอารมณ์ วิตกกังวลต่ำ โกรธยาก ท้อแท้ยาก ประหม่าต่ำ ถูกกระตุ้นยาก⁸⁵

2) จิตตภาวนา คือ การเจริญจิต พัฒนาจิต การฝึกอบรมจิตใจ ให้เข้มแข็งมั่นคง เจริญงอกงาม ด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีเมตตา กรุณา มีฉันทะ ขยันหมั่นเพียร อดทน มีสมาธิ และสดชื่นเบิกบาน เป็นสุขผ่องใส มีใจอิสระแจ่มใส รู้จักจัดระเบียบอารมณ์ของตน ให้มีสุขภาพจิตที่ดี แจ่มใส ร่าเริงเบิกบานอยู่เสมอ การมีความมั่นคงทางอารมณ์ วิตกกังวลต่ำ โกรธยาก ท้อแท้ยาก ได้แก่

หลักจิตภาวนาด้านจิตใจ มีมิติภายใน คือการเจริญจิต พัฒนาจิต การฝึกอบรมจิตใจ ให้เข้มแข็งมั่นคง เจริญงอกงาม ด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีเมตตา กรุณา มีฉันทะ ขยันหมั่นเพียร อดทน มีสมาธิ และสดชื่นเบิกบาน เป็นสุขผ่องใส มีใจอิสระแจ่มใส รู้จักจัดระเบียบอารมณ์ของตน ให้มีสุขภาพจิตที่ดี แจ่มใส ร่าเริงเบิกบานอยู่เสมอ การมีความมั่นคงทางอารมณ์ วิตกกังวลต่ำ โกรธยาก ท้อแท้ยาก เป็นต้น จิตที่กล่าวมาข้างต้นเป็นลักษณะของจิตที่เป็นกุศล แต่ในขณะที่เดียวกันจิตที่มีลักษณะเป็นอกุศล ก็จะมีนัยตรงกันข้ามดังพระพุทธพจน์ว่า “ธรรมทั้งหลาย มีใจเป็นหัวหน้า มีใจเป็นใหญ่ สำเร็จด้วยใจ”⁸⁶

⁸⁴ อญ.ติก. (ไทย) 20/35/191.

⁸⁵ พิษณุรัตน์ บุญช่วย, “การศึกษากระบวนการสร้างภาวนา 4 โดยใช้หลักไตรสิกขา”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2549), หน้า 55-57.

⁸⁶ ชุ.ช. (ไทย) 25/1/23.

เป็นการกล่าวถึงความสำคัญของใจหรือจิตที่มีพลังในการผลักดันความสำเร็จหรือไม่สำเร็จในงานทั้งหลาย

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) กล่าวว่า จิตภาวนาด้านจิตใจเป็นตัวแกนในการพัฒนาด้านจิตใจ คือสมาธิไว้ดังนี้ “การพัฒนาด้านจิตใจ โดยเรียกการพัฒนาด้านจิตทั้งหมดว่า สมาธิ คือคุณสมบัติที่พึงต้องการเช่น เมตตา กรุณา ศรัทธา กตัญญูกตเวที ความเคารพ ความเพียร ความเข้มแข็ง อดทน ความมีสติ ความมีสมาธิ ความร่าเริง เบิกบาน ผ่องใส ความสุข ฯลฯ คุณสมบัติที่เป็นตัวแกนในการพัฒนาจิตใจคือภาวะจิตที่อยู่ตัวได้ที่ หรือจิตที่ตั้งมั่นอยู่ในสิ่งที่ต้องการได้ตามต้องการ ซึ่งเรียกว่าสมาธิ ที่จะช่วยให้คุณสมบัติอื่น ๆ ตั้งอยู่ได้งอกงามได้ ดังนั้น สมาธิจึงเป็นตัวแทนพัฒนาคุณสมบัติด้านจิตใจ”⁸⁷

สรุปว่า จิตตภาวนา สร้างสมดุลให้จิตมั่นคง ไม่หวั่นไหวกับอารมณ์ ชอบ-ไม่ชอบ โดยหลักจิตภาวนา ได้แก่ ประชาชนทั่วไปมีการพัฒนาจิตคือการมีจิตที่สมบูรณ์ด้วยคุณธรรมความดี งานสมบูรณ์สมรรถภาพ มีความเข้มแข็ง มั่นคง และสมบูรณ์ด้วยสุขภาพมีความเบิกบานผ่องใสสงบสุข ในมิติด้านจิตใจ ได้แก่ จิตที่เป็นกุศลเช่นผู้สูงอายุมีจิตใจที่เข้มแข็งมั่นคง เมตตากรุณา ฉันทะ ขยันหมั่นเพียร อดทน สันโดษในวัตถุภายนอกและปัจจัย 4 มีสมาธิและสดชื่น เบิกบาน เป็นสุขผ่องใส มีใจอิสระแจ่มใส รู้จักจัดระเบียบอารมณ์ของตน ให้มีสุขภาพจิตที่ดี แจ่มใส ร่าเริงเบิกบานอยู่เสมอ การมีความมั่นคงทางอารมณ์ วิตกกังวลต่ำ โกรธยาก ท้อแท้ยาก เป็นต้น

4) ปัญญาภาวนา (Wisdom Cultivation)

ปัญญาภาวนา มีจิตปกติ รู้เท่าทันความคิด โดยปัญญาภาวนาหรือการพัฒนาปัญญา คือการเสริมสร้างความรู้ความคิดความเข้าใจอย่างเป็น

⁸⁷ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **แก่นแท้ของพระพุทธศาสนา**, หน้า 66-70.

นายความคิด และการหยั่งรู้ความจริงรู้เห็นเท่าทันโลกและชีวิตตามสภาวะจริง⁸⁸ ปัญญาภาวนา คือการเจริญปัญญาพัฒนาปัญญาการฝึกอบรมปัญญาให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นแจ้งโลก และชีวิตตามสภาวะสามารถทำให้เป็นอิสระทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลสและปลดพ้นจากความทุกข์แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญาความหมายการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามแนวพระพุทธศาสนานั้นต้องพัฒนาร่วมกันหลายอย่างเช่น การพัฒนากาย การพัฒนาจิต การพัฒนาปัญญา เข้าด้วยกันจึงจะเป็นการพัฒนาที่ยั่งยืนโดยไม่เน้นอย่างใดอย่างหนึ่ง

พระพุทธศาสนาให้มนุษย์เป็นศูนย์กลางในการพัฒนากล่าวคือ มนุษย์ต้องเป็นผู้กระทำด้วยการฝึกฝนอบรมให้เกิดคุณสมบัติภายในตน ซึ่งได้แก่คุณสมบัติทางกายทางศีลทางจิตและทางปัญญาที่ส่งผลไปสู่ภายนอกตนซึ่งแสดงออกผ่านพฤติกรรมทางกาย และวาจาและเมื่อมีปฏิบัติในทุกด้านครบถ้วนแล้วในทางศาสนาก็จะให้ความสำคัญต่อเรื่องจิต เพราะจิตเป็นผู้บงการให้บุคคลมีพฤติกรรมต่าง ๆ ได้ในการพัฒนาจิตของบุคคลตามแนวพุทธนี้ เป็นการฝึกให้บุคคลมีจิตใจสงบถือว่าเป็นการทำให้บุคคลได้พัฒนา 1) คุณธรรม 2) จริยธรรม ตามที่สังคมต้องการประชาชนทั่วไปที่อบรมทางจิตให้ถูกวิธีจะสามารถพัฒนาจิตได้กล่าวกันว่า “จิตเป็นนายกายเป็นบ่าว” จึงเป็นความจริงเพราะเมื่อบุคคลมีจิตใจสงบ และคิดในสิ่งที่ดีแล้วก็จะมีผลทำให้ร่างกายพฤติกรรม หรือการประพฤติปฏิบัติเป็นไปแต่ในสิ่งที่ดีงาม

ภาวิตปัญญามีปัญญาที่พัฒนาแล้ว (= มีปัญญาภาวนา) คือ ผู้สูงอายุ รู้จักคิด รู้จักพิจารณา รู้จักวินิจฉัย รู้จักแก้ปัญหา และรู้จักจัดทำดำเนินการต่าง ๆ ด้วยปัญญาที่บริสุทธิ์ ซึ่งมองดูรู้เข้าใจเหตุปัจจัยมองเห็นสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง หรือตามที่มันเป็นปราศจากอคติ และแรงจูงใจแอบแฝงเป็นผู้ที่กิเลสครอบงำบัญชาไม่ได้ เป็นอยู่ด้วยปัญญารู้เท่าทันโลก และชีวิตเป็น

⁸⁸ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม (ฉบับเดิม)**, หน้า 371.

อิสระไร้ทุกข์ผู้มีภาวนาครบทั้ง 4 อย่างเป็นภาวิตทั้ง 4 ด้านนี้แล้วโดยสมบูรณ์ เรียกว่า “ภาวิตัตตะ” แปลว่า ผู้ได้พัฒนาตนแล้ว

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) กล่าวว่า ปัญญาภาวนา คือ การเจริญปัญญา, พัฒนาปัญญา การฝึกอบรมปัญญาให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริงรู้เท่าทันเห็นโลก และชีวิตตามสภาวะสามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ ทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลสปลดปล่อยจากความทุกข์แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญา⁸⁹ หลักปัญญาภาวนาด้านความรู้ คือ ประชาชนทั่วไปมีความเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง ไม่หวั่นไหวไปตามความชอบใจ ไม่ชอบใจ ที่ทำให้เขว ออกไปจากทางแห่งความเป็นจริง มีลักษณะเป็นเจ้าของจิต เป็นนายแห่งความคิด โดยสังเกตจากการมีศรัทธาในพระรัตนตรัยอย่างมีเหตุผล และมีความเข้าใจที่ถูกต้องในพระรัตนตรัย ความสามารถในการวิเคราะห์คือ 1) บาป และบุญ 2) คุณ และโทษ 3) ประโยชน์ และมิใช่ประโยชน์ อย่างที่รู้เท่าทันโลกและชีวิต ดังข้อความในพระไตรปิฎกว่า “มหาบุรุษ ผู้มีปัญญามากนั้นปรารถนาจะตรีกตรองเรื่องใด ก็ตรีกตรองเรื่องนั้น ไม่ปรารถนาจะตรีกตรองเรื่องใด ก็ไม่ตรีกตรองเรื่องนั้น ปรารถนาจะดำริเรื่องใด ก็ดำริเรื่องนั้น ไม่ปรารถนาจะดำริเรื่องใดก็ไม่ดำริเรื่องนั้น เป็นผู้เชี่ยวชาญในแนวทางแห่งกระบวนการความคิดทั้งหลาย”⁹⁰

นอกจากนี้ ยังดูได้จากการกระตุ้นตนเอง และจงใจตนเองให้ใฝ่รู้ ใฝ่ศึกษาแสวงหาความจริง⁹¹ และใฝ่สร้างสรรค์พัฒนางานอยู่เสมอ ปัญญาภาวนา คือความรู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง ปัญญาภาวนา มีจิตปกติรู้เท่าทันความคิด คือ ประชาชนทั่วไปฝึกอบรมปัญญา ให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นแจ้งโลกและชีวิตตามสภาวะ สามารถทำจิตใจให้

⁸⁹ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, หน้า 70.

⁹⁰ **อจ.จตุกก.** (ไทย) 21/35/56.

⁹¹ พิษณุรัตน์ บุญช่วย, “การศึกษากระบวนการสร้างภาวนา 4 โดยใช้หลักไตรสิกขา”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2549), หน้า 55-57.

เป็นอิสระ ทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลส และปลอดพ้นจากความทุกข์ แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญา หากจัดเป็นปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอกได้ดังนี้ อธิจิตสิกขา จิตภาวนา ปัญญาสิกขา ปัญญาภาวนา ให้เป็นความสุขทางใจ หรือปัจจัยภายใน

ปัญญาภาวนา มีจิตปกติ รู้เท่าทันความคิดในมิติภายใน ปัญญาภาวนาคือ ประชาชนทั่วไปรู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นแจ้งโลกและชีวิตตามสภาวะ สามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ ทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลสและปลอดพ้นจากความทุกข์ สามารถแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญา หมายถึง ผู้สูงอายุรู้ตามเหตุปัจจัย ว่าสิ่งทุกอย่างหรือเรื่องราวต่างๆ ที่เกิดขึ้นมาในโลกนี้ล้วนมีเหตุปัจจัยทั้งสิ้น ไม่ใช่สิ่งบังเอิญที่จะเกิดหรือเกิดโดยไม่มีเหตุปัจจัย รวมไปถึงการรู้ลักษณะของสิ่งต่างๆ ว่า เป็นไตรลักษณ์ เป็นต้น

ความสำคัญของปัญญา (สัมมาทิฐิ) สัมมาทิฐิเป็นหัวหน้า ในมรรคมีองค์ 8 อันเป็นธรรมหนึ่งในอริยสัจ 4 ดังนั้นการมีปัญญาหรือสัมมาทิฐิ จึงมีความสำคัญในทางพระพุทธศาสนา และการมีสัมมาทิฐิ หรือปัญญานี้เป็น ตัวทำให้หลุดพ้นจากการเวียนว่าย ตายเกิดในวัฏสงสารนี้ ดังนั้นด้วยความสำคัญของปัญญาหรือสัมมาทิฐินี้จึงต้องประกอบด้วยปัญญา หรือสัมมาทิฐิในลักษณะของ 1) โยนิโสมนสิการ คือ ผู้สูงอายุมีการคิด พิจารณาอย่างแยบคาย 2) ปรัตติโฆสะ หรือการผู้สูงอายุมีกัลยาณมิตร อันเป็นมิติภายนอก (มิติกาย และมิตีศีล) ดังนั้นจะมีปรัตติโฆสะประกอบด้วยเสมอเพื่อให้เกิดโยนิโสมนสิการ เพื่อให้เกิดปัญญาอันเป็นมิติภายใน รวมถึงการให้เกิดมิติด้านจิตใจ และด้านปัญญา จึงมีอยู่ในทั้งภายนอกและภายในทั้งหมด

สรุปว่า ปัญญาภาวนา มีจิตปกติ รู้เท่าทันความคิด ได้แก่ ประชาชนทั่วไปมีการพัฒนาปัญญา คือการเสริมสร้างความรู้ความคิดความเข้าใจอย่าง เป็นนายความคิด และการหยั่งรู้ความจริงรู้เห็นเท่าทันโลกและชีวิตตามสภาวะจริง มีการฝึกอบรมปัญญาให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายรู้เท่าทันโลกตามความเป็นจริง

3.2.2.2 อายุสธรรม 5 (Things Conducive to Long Life)

อายุสธรรม หมายถึง ธรรมที่เกื้อกูลแก่อายุ หรือธรรมที่ส่งเสริมสุขภาพ, ธรรมที่ช่วยให้อายุยืน คือ (1) สัปปายการี หมายถึง รู้จักทำ ความสบายแก่ตนเอง (2) สัปปาเยมัตตัญญู หมายถึง รู้จักประมาณในสิ่งที่สบาย (3) ปริณตโกซี หมายถึง บริโภคสิ่งที่ย่อยง่าย เช่น เคี้ยวให้ละเอียด (4) กาลจารี หมายถึง ประพฤติเหมาะในเรื่องเวลา เช่น รู้จักเวลา ทำถูกเวลา ทำเป็นเวลา ทำพอเหมาะแก่เวลา เป็น (5) พรหมจารี หมายถึง ถือพรหมจรรย์ ผู้เป็นคฤหัสถ์ รู้จักควบคุมกามารมณ์เว้นเมถุน⁹² อายุสธรรมทั้ง 5 ช่วยการเสริมสร้างสุขภาพะ ด้านสุขภาพอนามัย ผู้วิจัยจะได้นำเสนอดังต่อไปนี้

1) สัปปายการี (Act in Accordance with Rules of Hygiene)

สัปปายการี คือ ทำสิ่งที่เป็นสัปปายะ เป็นเหตุให้อายุยืน⁹³ ได้แก่ การรู้จักทำ ความสบายแก่ตนเองมีข้อความปรากฏในสัจจมูลกัสนิชาตสัปปายการีสสูตรว่าด้วยความเพียรต่อเนื้อและผู้ที่ทำสัปปายะในสมาธิอันเป็นมูลว่า เรื่องเกิดขึ้นที่กรุงสาวัตถี พระผู้มีพระภาคตรัสว่า ภิกษุทั้งหลาย บุคคลผู้ได้ฌาน 4 จำพวกนี้ บุคคลผู้ได้ฌาน 4 จำพวก ไหนบ้าง คือ 1) บุคคลผู้ได้ฌานบางคนในโลกนี้ เป็นผู้ทำความเพียรต่อเนื้อในสมาธิ แต่ไม่ทำสัปปายะในสมาธิ 2) บุคคลผู้ได้ฌานบางคนในโลกนี้ เป็นผู้ทำสัปปายะในสมาธิ แต่ไม่ทำความเพียรต่อเนื้อในสมาธิ 3) บุคคลผู้ได้ฌานบางคนในโลกนี้ เป็นผู้ไม่ทำความเพียรต่อเนื้อในสมาธิและไม่ทำสัปปายะในสมาธิ 4) บุคคลผู้ได้ฌานบางคนในโลกนี้ เป็นผู้ทำความเพียรต่อเนื้อในสมาธิและทำสัปปายะในสมาธิ

ในบุคคล 4 จำพวกนั้น บุคคลผู้ได้ฌานที่ทำความเพียรต่อเนื้อในสมาธิ และทำสัปปายะในสมาธิ เป็นผู้เลิศ ประเสริฐ เป็นประธานสูงสุดและยัง

⁹² พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ 19. กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอส อาร์. พรินติ้ง แมส โปรดักส์จำกัด, 2553. หน้า 183.

⁹³ **อจ.ฉก.ก.** (ไทย) 22/125/205.

ใหญ่ที่สุด ภิภษุทั้งหลาย นมสดจากแม่โค นมสั้มจากนมสด เนยชั้นจากนมสั้ม เนยใส จากเนยชั้น ยอดเนยใสจากเนยใส ยอดเนยใสชาวโลกถือว่าเป็นเลิศใน บรรดานมสด⁹⁴

2) สั้ปปายะ มั้ตตั้ญญ (Be moderate even as to thigs suitable)

สั้ปปายะมั้ตตั้ญญ คือ รู้จักประมาณในสิ่งที่เป็นสั้ปปายะ เป็นเหตุให้อายุยืน⁹⁵ ได้แก่ การรู้จักประมาณในสิ่งที่สบายมีข้อความปรากฏในพระสุตตันตปิฎกหลายสูตรดังจะนำเสนอต่อไปนี้

1) ปฐมอณายุสสาสูตร ว่าด้วยธรรมที่เป็นเหตุให้อายุสั้นและอายุยืน สูตรที่ 1 พระพุทธเจ้าได้ตรัสว่า

“ภิภษุทั้งหลาย ธรรม 5 ประการนี้ เป็นเหตุให้อายุสั้น ธรรม 5 ประการ ะไรบ้าง คือ 1) ไม่ทำสิ่งที่เป็นสั้ปปายะ 2) ไม่รู้จักประมาณในสิ่งที่เป็นสั้ปปายะ 3) บริโภคสิ่งที่ย่อยยาก 4) เทียวในเวลาไม่สมควร 5) ไม่ประพฤติพรหมจรรย์ ภิภษุทั้งหลาย ธรรม 5 ประการนี้ เป็นเหตุให้อายุสั้น ภิภษุทั้งหลาย ธรรม 5 ประการนี้ เป็นเหตุให้อายุยืน ธรรม 5 ประการ ะไรบ้าง คือ 1) ทำสิ่งที่เป็นสั้ปปายะ 2) รู้จักประมาณในสิ่งที่เป็นสั้ปปายะ 3) บริโภคสิ่งที่ย่อยง่าย 4) เทียวในเวลาที่เหมาะสม 5) ประพฤติพรหมจรรย์ ภิภษุทั้งหลาย ธรรม 5 ประการนี้ เป็นเหตุให้อายุยืน⁹⁶

⁹⁴ ส.ช. (ไทย) 17/716/406.

⁹⁵ อญ.ฉก. (ไทย) 22/125/205.

⁹⁶ อญ.ฉก. (ไทย) 22/125/205.

2) ทุติยอนายุสสาสูตร ว่าด้วยธรรมที่เป็นเหตุให้อายุสั้นและอายุยืน สูตรที่ 2 พระพุทธเจ้าได้ตรัสว่า

“ภิกษุทั้งหลาย ธรรม 5 ประการนี้ เป็นเหตุให้อายุสั้น ธรรม 5 ประการ ะไรบ้าง คือ 1) ไม่ทำสิ่งที่เป็นสัปปายะ 2) ไม่รู้จักประมาณในสิ่งที่เป็นสัปปายะ 3) บริโภคสิ่งที่ย่อยยาก 4) ทุศีล 5) มีปาปมิตร (มิตรชั่ว) ภิกษุทั้งหลาย ธรรม 5 ประการนี้ เป็นเหตุให้อายุสั้น ภิกษุทั้งหลาย ธรรม 5 ประการนี้ เป็นเหตุให้อายุยืน ธรรม 5 ประการ ะไรบ้าง คือ 1. ทำสิ่งที่เป็นสัปปายะ 2. รู้จักประมาณในสิ่งที่เป็นสัปปายะ 3. บริโภคสิ่งที่ย่อยง่าย 4. มีศีล 5. มีกัลยาณมิตร(มิตรดี) ภิกษุทั้งหลาย ธรรม 5 ประการนี้ เป็นเหตุให้อายุยืน⁹⁷

3) วปกาสสูตร ว่าด้วยภิกษุผู้ควรหลีกเลี่ยงจากหมู่ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุประกอบด้วยธรรม 5 ประการ ไม่ควรหลีกเลี่ยงจากหมู่อยู่ผู้เดียวธรรม 5 ประการ ะไรบ้าง คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ 1. ไม่สันโดษด้วยจีวรตามแต่จะได้อ 2. ไม่สันโดษด้วยบิณฑบาตตามแต่จะได้อ 3. ไม่สันโดษด้วยเสนาสนะตามแต่จะได้อ 4. ไม่สันโดษด้วยคิลานปัจจัยเภสัชชบิหารตามแต่จะได้อ 5. มากด้วยความดำรินในกาม

“ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุประกอบธรรม 5 ประการนี้ ไม่ควรหลีกเลี่ยงจากหมู่อยู่ผู้เดียว ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุประกอบด้วยธรรม 5 ประการ ควรหลีกเลี่ยงจากหมู่อยู่ผู้เดียวธรรม 5 ประการ ะไรบ้าง คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ 1. สันโดษด้วยจีวรตามแต่จะได้อ 2. สันโดษด้วยบิณฑบาตตามแต่จะได้อ 3. สันโดษด้วยเสนาสนะตามแต่จะได้อ 4. สันโดษด้วย

⁹⁷ อจ.ฉก.ก. (ไทย) 22/126/206.

คิลานปัจฉัยเภสัชชบริหารตามแต่จะได้ 5. มากด้วยความดำริในการ
ออกจากกาม ภิภุขั้ทั้งหลาย ภิภุขุประกอบบธรรม 5 ประการนี้ ควรหลีก
ออกจากหมู่อยู่ผู้เดียว”⁹⁸

4) สมณสุขสูตร ว่าด้วยสุขของสมณะภิภุขั้ทั้งหลาย ทุกข์ของ
สมณะ 5 ประการ ทุกข์ของสมณะ 5 ประการ อะไรบ้าง คือภิภุขุในธรรมวินัยนี้
1. ไม่สันโดษด้วยจีวรตามแต่จะได้ 2. ไม่สันโดษด้วยบิณฑบาตตามแต่จะได้
3. ไม่สันโดษด้วยเสนาสนะตามแต่จะได้ 4. ไม่สันโดษด้วยคิลานปัจฉัยเภสัชช
บริหารตามแต่จะได้ 5. ไม่ยินดีประพฤติพรหมจรรย์ ตามพุทธพจน์ว่า

“ภิภุขั้ทั้งหลาย ทุกข์ของสมณะ 5 ประการนี้ ภิภุขั้ทั้งหลาย
สุขของสมณะ 5 ประการสุขของสมณะ 5 ประการ อะไรบ้าง คือ ภิภุขุใน
ธรรมวินัยนี้ 1. สันโดษด้วยจีวรตามแต่จะได้ 2. สันโดษด้วยบิณฑบาต
ตามแต่จะได้ 3. สันโดษด้วยเสนาสนะตามแต่จะได้ 4. สันโดษด้วย
คิลานปัจฉัยเภสัชชบริหารตามแต่จะได้ 5. ยินดีประพฤติพรหมจรรย์
ภิภุขั้ทั้งหลาย สุขของสมณะ 5 ประการนี้”⁹⁹

3) ปริณตโภสี (Easy-digest Food)

ปริณตโภสี คือ บริโภคสิ่งที่ย่อยง่าย เป็นเหตุให้อายุยืน¹⁰⁰ ได้แก่ การ
บริโภคสิ่งที่ย่อยง่าย เช่น เคี้ยวให้ละเอียดมีข้อความที่สามารถเทียบเคียงได้
ดังปรากฏในวินัยปิฎก ว่าด้วยทรงอนุญาตเภสัช 5 เรื่องภิภุขุอาพาธในฤดู
สารทสมันนั้น พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ พระเชตวัน อารามของอนาถบิณฑิก
เศรษฐี เขตกรุงสาวัตถี ภิภุขั้ทั้งหลายป่วยด้วยอาพาธที่เกิดในฤดูสารท

⁹⁸ อจ.ฉก.ก. (ไทย) 22/127/207.

⁹⁹ อจ.ฉก.ก. (ไทย) 22/128/208.

¹⁰⁰ อจ.ฉก.ก. (ไทย) 22/125/205.

แม้ข้าวต้มที่ต้มเข้าไปก็กลับอาเจียนออกมา แม้ข้าวสวยที่ฉันแล้วก็กลับอาเจียนออกมา ภิกษุเหล่านั้นจึงชูปนม หมองคล้ำ ซีดเหลือง เส้นเอ็นขึ้นสะพรั่ง เพราะโรคนั้น พระผู้มีพระภาคทอดพระเนตรเห็นภิกษุเหล่านั้นจึงชูปนม หมองคล้ำ ซีดเหลืองเส้นเอ็นขึ้นสะพรั่ง จึงตรัสถามท่านพระอานนทว่า

“อานนท์ ทำไมเวลานี้ ภิกษุทั้งหลายจึงชูปนม หมองคล้ำ ซีดเหลือง เส้นเอ็นขึ้นสะพรั่ง พระอานนท์กราบทูลว่า เวลานี้ ภิกษุทั้งหลายป่วยด้วยอาพาธที่เกิดในฤดูสารท แม้ข้าวต้มที่ต้มเข้าไปก็กลับอาเจียนออกมา แม้ข้าวสวยที่ฉันแล้วก็กลับอาเจียนออกมา ภิกษุเหล่านั้นจึงชูปนม หมองคล้ำ ซีดเหลือง เส้นเอ็นขึ้นสะพรั่ง เพราะโรคนั้น พระพุทธเจ้าข้า”¹⁰¹

พระผู้มีพระภาคทรงหลีกเร้น ประทับในที่สงัด ได้เกิดความดำริในพระทัยอย่างนี้ว่า เวลานี้ ภิกษุทั้งหลายป่วยด้วยอาพาธที่เกิดในฤดูสารท แม้ข้าวต้มที่ต้มเข้าไปก็กลับอาเจียนออกมา แม้ข้าวสวยที่ฉันแล้วก็กลับอาเจียนออกมาภิกษุเหล่านั้นชูปนม หมองคล้ำ ซีดเหลือง เส้นเอ็นขึ้นสะพรั่ง เพราะโรคนั้น เราจะอนุญาตอะไรเป็นยาแก่ภิกษุทั้งหลาย ซึ่งเป็นทั้งตัวยาและชาวโลกถือกันว่าเป็นยา ทั้งจะให้ประโยชน์ทางโภชนาหาร และไม่เป็นอาหารหยาบ ลำดับนั้น พระผู้มีพระภาคได้ทรงดำริดังนี้ว่า เกสัช 5 นี้ ได้แก่ 1) เนยใส 2) เนยข้น 3) น้ำมัน 4) น้ำผึ้ง 5) น้ำอ้อย¹⁰² เป็นทั้งตัวยาและชาวโลกถือกันว่าเป็นยา ทั้งให้ประโยชน์ทางโภชนาหาร และไม่เป็นอาหารหยาบ อย่างกระนั้นเลย เราจึงอนุญาต เกสัช 5 นี้แก่ภิกษุทั้งหลาย ให้รับประทานในกาลแล้วฉันในกาล ในเวลาเย็น พระผู้มีพระภาคเสด็จออกจากที่หลีกเร้น ทรงแสดงธรรมมีกถาเพราะ

¹⁰¹ วิ.ม. (ไทย) 5/206/43.

¹⁰² วิ.มหา. (ไทย) 2/621/142.

เรื่องนี้เป็นต้นเหตุแล้วรับสั่งกับภิกษุทั้งหลายว่า

“ภิกษุทั้งหลาย เราหลีกเร้นอยู่ในที่สงัด เรานั้นได้มีความคิด
 ดังนี้ว่า เกสัช 5 นี้ ได้แก่ เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง น้ำอ้อย เป็นทั้ง
 ตัวยาและชาวโลกถือกันว่าเป็นยาทั้งให้ประโยชน์ทางโภชนาหาร และ
 ไม่เป็นอาหารหยาบ เราพึงอนุญาตเกสัช 5 นี้แก่ภิกษุทั้งหลาย ให้รับ
 ประเคนในกาลแล้วฉันในกาล ภิกษุทั้งหลาย เราอนุญาตให้ภิกษุทั้ง
 หลายรับประเคนเกสัชทั้ง 5 เหล่านี้ในกาลแล้วฉันในกาล”¹⁰³

4) กาลจารี (Proper Behave Regarding Time)

กาลจารี คือ เทียบในเวลาที่เหมาะสม เป็นเหตุให้อายุยืน¹⁰⁴ ได้แก่ การ
 ประพฤติเหมาะในเรื่องเวลา เช่น รู้จักเวลา ทำถูกเวลา ทำเป็นเวลา ทำพอ
 เหมาะแก่เวลา เป็นต้นมีข้อความปรากฏในพระสูตร ธรรม 7 ประการคือ
 สปัปฺริสฺสธรรม 7 ได้แก่ ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ 1) เป็นธัมมัญญ (ผู้รู้จักเหตุ)
 2) เป็นอัตถัญญ (ผู้รู้จักผล) 3) เป็นอัตตัญญ (ผู้รู้จักตน) 4) เป็นมัตตัญญ
 (ผู้รู้จักประมาณ) 5) เป็นกาลัญญ (ผู้รู้จักเวลา) 6) เป็นปริสฺสัญญ (ผู้รู้จักชุมชน)
 7) เป็นปุคคฺลัญญ (ผู้รู้จักบุคคล)¹⁰⁵

ความเป็นกาลัญญ (ผู้รู้จักเวลา) กาลัญญุตตา ความเป็นผู้รู้จักกาลเวลา
 คำว่า กาลเวลา นี้ เกี่ยวกับการงานที่จะต้องทำ คำที่จะต้องพูด ใจที่จะต้องคิด
 การทำ การพูด การคิด ต้องทำ ต้องพูด ต้องคิด ให้ถูกกับกาลเวลา ว่ากาล
 ไหนควรทำอะไร ควรพูดในเรื่องอะไร และควรคิดในเรื่องอะไร ต้องรู้จักแบ่งกาล
 เวลาให้ถูกกับงานตัวเอง ว่ากาลไหนควรทำงาน กาลไหนควรพักผ่อน ต้องจัด
 เวลาให้ถูกกับงานนั้น ๆ งานอะไรควรทำก่อน งานอะไรควรทำทีหลัง งานอะไร

¹⁰³ วิ.ม. (ไทย) 5/260/44.

¹⁰⁴ อง.จก.ก. (ไทย) 22/125/205.

¹⁰⁵ ที.ปา. (ไทย) 11/357/400.

มีความสำคัญมาก งานอะไรมีความสำคัญน้อย งานส่วนตัว หรืองานเกี่ยวกับบุคคล หรืองานเกี่ยวกับสังคมส่วนรวม ต้องแบ่งงานให้ลงตัวกับกาลเวลานั้น ๆ การทำงานก็จะไม่เกิดความล้าสน ไม่เสียนานตนและไม่เสียนานคนอื่น เพราะการนัดหมายในงานภายนอกเกี่ยวกับสังคมจึงมีความสำคัญ จะทำให้คนอื่นมีความเชื่อถือและให้ความสำคัญกับตัวเราเอง ผู้อื่นจะให้ความเคารพเกรงใจให้การต้อนรับด้วยความเอื้อเฟื้อ มีอะไรจะให้หมู่คณะช่วยเหลือ หมู่คณะก็จะมี ความเต็มใจ เพราะถือว่าเรามีสัจจาจา เป็นผู้พูดจริง ทำจริง มีอะไรพอช่วยได้ ก็ช่วยจริง เว้นเสียแต่ในสิ่งที่เหลือวิสัย ส่วนกาลเวลาในครอบครัว ก็ต้องรู้จัก หน้าที่ของตัวเอง ว่ากาลไหนควรให้ครอบครัวอย่างไร สามัญรู้จักกาลเวลาของ ภรรยา ภรรยารู้จักกาลเวลาของสามี พ่อแม่รู้จักกาลเวลาของลูก ลูกก็ต้องรู้จัก กาลเวลาของพ่อแม่ ถ้าทำได้อย่างนี้ ครอบครัวนั้นจะมีแต่ความสุขและสามัคคี มีความรักกันและสงสารกันไปยาวนาน

กาลในที่นี้แบ่งออกเป็น 2 คือ 1) กาลไหนให้เป็นไปในทางโลก 2) กาลไหนให้เป็นไปในทางธรรม ถ้าไม่แบ่งกาลเวลาออก ก็จะมีวิธีแก้ตัวว่าไม่มีเวลา ภาวนาปฏิบัติธรรม¹⁰⁶ การถวายตามกาลสมควร เรื่องประโยชน์ของข้าวต้ม มี 10 อย่าง พระพุทธเจ้าตรัสว่า พรหมณ์ ข้าวต้ม มีอานิสงส์ 10 ประการ คือ ผู้ถวายข้าวต้มชื่อว่า 1) ให้อายุ 2) ให้อายุ 3) ให้อายุ 4) ให้อายุ 5) ให้อายุ 6) บรรเทาความหิว 7) ระวังความ กระทบ 8) ให้อายุ 9) ให้อายุ 10) เผออาหารที่ยังไม่ย่อยให้ย่อย พรหมณ์ ข้าวต้มมีอานิสงส์ 10 ประการนี้ ตรัสอนุโมทนาต่อไปว่า ทายกผู้ตั้งใจถวายข้าวต้มแก่ปศุศาหผู้ สำรวมแล้ว ผู้ฉันอาหารที่ผู้อื่นถวายตามกาลสมควร เขาได้ชื่อว่าตามเพิ่มให้ ประโยชน์ 10 ประการแก่ปศุศาห คือ 1) อายุ 2) วรรณะ 3) สุขะ 4) พละ 5) ปฏิภาณ นอกจากนั้นข้าวต้มย่อมบรรเทาความหิว ความกระทบ ให้อายุ 9) ให้อายุ 10) เผออาหารที่ยังไม่ย่อยให้ย่อย พระสุคตตรัสว่าข้าวต้มเป็นยา ดังนั้น

¹⁰⁶ <http://www.dharma-gateway.com> (12 มิถุนายน 2565).

ผู้ที่ต้องการความสุขอันเป็นของมนุษย์ตลอดกาลนาน และปรารถนาความสุขอันเป็นทิพย์ หรือปรารถนาความงาม อันเป็นของมนุษย์ จึงควรถวายข้าวต้ม¹⁰⁷

5) พรหมจารี (Sexual Abstinence Practice)

พรหมจารี คือ ประพฤติพรหมจรรย์ เป็นเหตุให้อายุยืน¹⁰⁸ ได้แก่ การถือพรหมจรรย์ ผู้เป็นคฤหัสถ์รู้จักควบคุมกามารมณ์ เว้นเมถุนบ้าง ดังพระพุทธพจน์ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้เป็นชีณาสพ อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว ปลงภาระได้แล้ว บรรลุประโยชน์ตนโดยลำดับแล้ว ลั่นภวสังโยชน์แล้วหลุดพ้นแล้วเพราะรู้โดยชอบ จึงนับว่ามีธรรมอันสมควรจะพยากรณ์ได้ว่า ท่านผู้มีอายุ เมื่อก่อนที่ข้าพเจ้ายังครองเรือนอยู่ ยังเป็นผู้ไม่รู้ พระตถาคต หรือสาวกของพระตถาคต ได้แสดงธรรมแก่ข้าพเจ้านั้น ข้าพเจ้าได้สดับธรรมนั้นแล้ว จึงเกิดศรัทธาในพระตถาคต เมื่อมีศรัทธา ย่อมตระหนักรู้ว่า การอยู่ครองเรือนเป็นเรื่องอึดอัด เป็นทางแห่งธุลี การบวชเป็นทางปลอดโปร่ง การที่ผู้ครองเรือนจะประพฤติพรหมจรรย์ให้บริสุทธิ์บริบูรณ์ครบถ้วนดุจสังข์ชัตต์ ไม่ใช่ทำได้ง่าย ทางที่ดี เราควรโกนผมและหนวด นุ่งห่มผ้ากาสาวพัสตร์ ออกจากเรือนบวชเป็นบรรพชิตเถิด¹⁰⁹

ต่อมา ข้าพเจ้าละทิ้งกองโกศสมบัติน้อยใหญ่ และเครื่องญาติน้อยใหญ่ โกนผมและหนวด นุ่งห่มผ้ากาสาวพัสตร์ ออกจากเรือนบวชเป็นบรรพชิต ข้าพเจ้าบวชแล้วอย่างนี้ ถึงความเป็นผู้มีสิกขาและสาชีพของภิกษุทั้งหลาย คือ 1) ละเว้นขาดจากการฆ่าสัตว์ คือ วางทัณฑอาวุธและ

¹⁰⁷ วิ.ม. (ไทย) 5/482/89.

¹⁰⁸ อภ.จก.ก. (ไทย) 22/125/205..

¹⁰⁹ ม.อ. (ไทย) 14/104-105/121-125.

ศัสตราวุธ มีความละเอียด มีความเอ็นดู มุ่งประโยชน์เกื้อกูลต่อสรรพ
 สัตว์อยู่ 2) ละเว้นขาดจากการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของเขาไม่ได้ให้ คือ
 รับเอา แต่สิ่งของที่เขาให้ มุ่งหวังแต่สิ่งของที่เขาให้ ไม่เป็นขโมย
 เป็นคนสะอาดอยู่ 3) ละพฤติกรรมอันเป็นข้าศึกต่อพรหมจรรย์ คือ
 ประพฤติพรหมจรรย์ เว้นห่างไกลจากเมถุนธรรมอันเป็นกิจของชาวบ้าน
 4) ละเว้นขาดจากการพูดเท็จ คือ พูดแต่คำสัตย์ ดำรงความสัตย์ มีถ้อยคำ
 เป็นหลัก เชื่อถือได้ ไม่หลอกลวงชาวโลก 5) ละเว้นขาดจากการพูดส่อ
 เสียด คือ ฟังความจากฝ่ายนี้แล้ว ไม่ไปบอกฝ่ายโน้น เพื่อทำลายฝ่ายนี้
 หรือฟังความฝ่ายโน้นแล้ว ไม่มาบอกฝ่ายนี้ เพื่อทำลายฝ่ายโน้น สมาน
 คนที่แตกกัน ส่งเสริมคนที่ปรองดองกัน ชื่นชม ยินดี เพลิดเพลินต่อผู้
 ที่สามัคคีกัน พูดแต่ถ้อยคำที่สร้างสรรค์ความสามัคคี 6) ละเว้นขาด
 จากการพูดคำหยาบ คือ พูดแต่คำไม่มีโทษ โทษะ น่ารัก จับใจ เป็น
 คำของชาวเมือง คนส่วนมากรักใคร่ พอใจ 7) ละเว้นขาดจากการพูด
 เพื่อเจ้า คือ พูดถูกเวลา พูดคำจริง พูดอิงประโยชน์ พูดอิงธรรม พูดอิง
 วินัย พูดคำที่มีหลักฐาน มีที่อ้างอิง มีที่กำหนด ประกอบด้วยประโยชน์
 เหมาะแก่กาลเวลา 8) เว้นขาดจากการพรากรพิชิตคามและภุตคาม
 9) ฉันทมือเดียว ไม่ฉันทอนกลางคืน เว้นขาดจากการฉันทในเวลาวิกาล
 10) เว้นขาดจากการฟ้อนรำ ขับร้อง ประโคมดนตรี และดูการละเล่นที่
 เป็นข้าศึกแก่กุศล 11) เว้นขาดจากการตัดทรง ประดับ ตกแต่งร่างกาย
 ด้วยพวงดอกไม้ของหอมและเครื่องประทีนผิว อันเป็นลักษณะแห่งการ
 แต่งตัว 12) เว้นขาดจากที่นอนสูงใหญ่ 13) เว้นขาดจากการรับทอง
 และเงิน 14) เว้นขาดจากการรับธัญญาหารดิบ 15) เว้นขาดจากการ
 รับเนื้อดิบ 16) เว้นขาดจากการรับสตรีและกุมารี 17) เว้นขาดจาก
 การรับทาสหญิงและทาสชาย 18) เว้นขาดจากการรับแพะและแกะ
 19) เว้นขาดจากการรับไก่และสุกร 20) เว้นขาดจากการรับช้าง โค

ม้า และลา 21) เว้นขาดจากการรับเรือกสวนไร่นาและที่ดิน 22) เว้นขาดจากการทำหน้าที่เป็นตัวแทนและผู้สื่อสาร 23) เว้นขาดจากการซื้อขาย 24) เว้นขาดจากการโกงด้วยตาชั่ง ด้วยของปลอม และด้วยเครื่องตวงวัด 25) เว้นขาดจากการรับสินบน การล่อลวง และการตลบตะแลง 26) เว้นขาดจากการตัด(อวัยวะ) การฆ่า การจองจำ การตีซึ่งวิ่งราว การปล้น และการขู่กรรโชก¹¹⁰

ข้าพเจ้านั้นเป็นผู้สันโดษด้วยจีวรพอกุ้มร่างกาย และบิณฑบาตพออิมท้องจะไป ณ ที่ใด ๆ ก็ไปได้ทันที เหมือนนกบินไป ณ ที่ใด ๆ ก็มีแต่ปีกเป็นภาระข้าพเจ้านั้นประกอบด้วยอริยสีลขันธเช่นนี้แล้ว ย่อมเสวยสุขอันปราศจากโทษในภายในข้าพเจ้านั้นเห็นรูปทางตาแล้ว ไม่รวบถือ ไม่แยกถือ ย่อมปฏิบัติเพื่อสำรวมจักขุนทรีย์ ซึ่งเมื่อไม่สำรวมแล้ว ก็จะเป็นเหตุให้ถูกบาปอกุศลธรรม คือ อภิชฌาและโทมนัสครอบงำได้คือ 1) รักษาจักขุนทรีย์ ถึงความสำรวมในจักขุนทรีย์ 2) ฟังเสียงทางหูแล้ว 3) ตมกลิ่นทางจมูกแล้ว 4) ลิ้มรสทางลิ้นแล้ว 5) ถูกต้องโภจวิญญูพะทางกายแล้ว 6) รู้แจ้งธรรมารมณ์ทางใจแล้ว ไม่รวบถือ ไม่แยกถือ ย่อมปฏิบัติเพื่อสำรวมนินทริย์ ซึ่งเมื่อไม่สำรวมแล้ว ก็จะเป็นเหตุให้ถูกบาปอกุศลธรรมคืออภิชฌาและโทมนัสครอบงำได้ จึงรักษามนินทริย์ ถึงความสำรวมในมนินทริย์ ข้าพเจ้านั้นประกอบด้วยอริยอินทริยสังวรเช่นนี้แล้ว ย่อมเสวยสุขอันไม่ระคนด้วยกิเลสในภายใน ข้าพเจ้านั้นทำความรู้สึกตัวในการก้าวไป การถอยกลับ การแลดู การเหลียวดู การคู้เข้า การเหยียดออก การครองสังฆาฏิ บาตร และจีวร การฉัน การดื่มการเคี้ยว การลิ้ม การถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ การเดิน การยืน การนั่ง การนอน การตื่น การพูด การนิ่ง¹¹¹

¹¹⁰ ม.อ. (ไทย) 14/104-105/121-125.

¹¹¹ ม.อ. (ไทย) 14/104-105/121-125.

ข้าพเจ้านั้นประกอบด้วยอริยสีลชั้นธ อริยอินทริยสังวร และอริยสติสัมปชัญญะ แล้วพักอยู่ ณ เสนาสนะอันเยียบสงัด คือ ป่า โคนไม้ ภูเขา ซอกเขา ถ้ำ ป่าช้า ป่าชฎ ที่แจ้ง ลอมฟาง ข้าพเจ้ากลับจากบิณฑบาต ภายหลังฉันภัตตาหารเสร็จแล้วนั่งขัดสมาธิ ตั้งกายตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า

ข้าพเจ้านั้นละอภิชฌาในโลก มีใจปราศจากอภิชฌา ชำระจิตให้บริสุทธิ์จากอภิชฌา ละความมุ่งร้ายคือพยาบาท มีจิตไม่พยาบาท มุ่งประโยชน์เกื้อกูลต่อสรรพสัตว์อยู่ ชำระจิตให้บริสุทธิ์จากความมุ่งร้ายคือพยาบาท ละถิ่นมיתהมีจิตปราศจากถิ่นมיתה กำหนดแสงสว่าง มีสติสัมปชัญญะ ชำระจิตให้บริสุทธิ์จากถิ่นมיתה ละอุทัจจกุกกุจจะ เป็นผู้ไม่ฟุ้งซ่าน มีจิตสงบภายใน ชำระจิตให้บริสุทธิ์จากอุทัจจกุกกุจจะ ละวิจิกิจฉา ข้ามพ้นวิจิกิจฉาได้แล้ว ไม่มีความสงสัยในกุศลธรรมทั้งหลายอยู่ ชำระจิตให้บริสุทธิ์จากวิจิกิจฉา

ข้าพเจ้านั้นละนิรวณ 5 ประการนี้ ที่ทำให้จิตเศร้าหมอง บั่นทอนกำลังปัญญา สกัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลายแล้ว บรรลุปฐมฌาน ที่มีวิตกวิจารณ์ ปิติและสุขอันเกิดจากวิเวกอยู่ เพราะวิตกวิจารณ์สงบระงับไป บรรลุทุติยฌาน มีความผ่อนคลายในภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ มีแต่ปิติและสุขอันเกิดจากสมาธิ ... บรรลุตติยฌาน ... บรรลุจตุตถฌาน ... อยู่¹¹²

เมื่อจิตเป็นสมาธิ บริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลสเพียงดั่งเนินปราศจากความเศร้าหมอง อ่อน เหมาะแก่การใช้งาน ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวอย่างนี้ ข้าพเจ้านั้นน้อมจิตไปเพื่ออาสาวิภังขณญาณ รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า 1) นี้ทุกข์ 2) นี้ทุกขสมุทัย 3) นี้ทุกขนิโรธ 4) นี้ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา 5) นี้อัสวะ 6) นี้อัสวสมุทัย 7) นี้อัสวนิโรธ

¹¹² ม.อ. (ไทย) 14/104-105/121-125.

8) นี้อาสวนิโรธคามินิปฏิบัติ

เมื่อข้าพเจ้ารู้เห็นอยู่อย่างนี้ จิตย่อมหลุดพ้นจากกามาสวะ ภวาสวะ และอวิชชาสวะ เมื่อจิตหลุดพ้นแล้ว ก็รู้ว่า หลุดพ้นแล้ว รู้ชัดว่า ชาติสิ้นแล้วอยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว ไม่มีกิจอื่น เพื่อความเป็นอยู่อย่างนี้อีกต่อไป

ข้าพเจ้ารู้เห็นอยู่อย่างนี้ จึงถอนอหังการ มมังการ และมานานุสัย ในกายที่มีวิญญูณนี้และในสรรพนิमितภายนอกได้ ภิกษุทั้งหลาย คำที่ภิกษุรูปนั้นกล่าว เธอทั้งหลายควรชื่นชมยินดีว่า สาธุ แล้วพึงกล่าวอย่างนี้ว่า ท่านผู้มีอายุ เป็นลาภของเราทั้งหลาย เราทั้งหลาย ได้ดีแล้ว ที่พิจารณาเห็นท่านผู้มีอายุเช่นท่านเป็นเพื่อนพรหมจรรย์¹¹³

หลักอายุสธรรม 5 เพื่อสร้างความสุขให้เกิดขึ้นกับชีวิต จากการนำเสนออายุสธรรมในเบื้องต้นนั้น นอกจากเป็นหลักปฏิบัติที่สอดคล้องกับแนวทางการรักษาสุขภาพของระบบชีวิตแบบองค์รวมทั้ง 4 ด้านแล้ว ยังมี ความสอดคล้องกับหลักอริยสัจ 4 ซึ่งมุ่งกำจัดเหตุแห่งความทุกข์เพื่อสร้าง สุขภาพหรือภาวะที่เป็นสุขให้เกิดขึ้นกับชีวิต เป็นธรรมที่ส่งเสริมอริยมรรค 8 ซึ่งเป็นปฏิบัติเพื่อนำชีวิตไปสู่จุดมุ่งหมายสูงสุด และยึดหลักมัชฌิมาปฏิบัติ คือ ไม่ปฏิบัติแบบสุดโต่งหรือย่อหย่อนเกินไป ครอบคลุมข้อปฏิบัติด้านศีล สมาธิ ปัญญา อย่างครบถ้วน

ตัวอย่างการปฏิบัติตามอายุสธรรมในสมัยพุทธกาล คือ สมัยหนึ่ง พระเจ้าปเสนทิโกศล ในโทณปากสูตร พระสูตรว่าด้วยการหุงข้าวสารทะนานหนึ่ง เรื่องเกิดขึ้นที่กรุงสาวัตถี สมัยนั้น พระเจ้าปเสนทิโกศลเสวยพระกระยาหารที่ หุงด้วยข้าวสารทะนานหนึ่ง ทรงอึดอัด เสด็จเข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ ประทับ ถวายอภิวัตแล้วประทับนั่ง ณ ที่สมควร ครั้งนั้น พระผู้มีพระภาค

¹¹³ ม.จ. (ไทย) 14/104-105/121-125.

ทรงทราบว่าพระเจ้าปเสนทิโกศลเสวยแล้วทรงอืดอืด จึงได้ตรัสคาถานี้ในเวลา นั้นว่า มนุษย์ผู้มีสติอยู่ทุกเมื่อ รู้จักประมาณในโภชนะที่ได้แล้ว ย่อมมีเวทนาเบาบาง เขาย่อมแก่ช้า อายุก็ยั่งยืน¹¹⁴

สมัยนั้น มาณพชื้อสุทัตสนะ ยืนอยู่เบื้องพระปฤษฎางค์ของพระเจ้าปเสนทิโกศล พระเจ้าปเสนทิโกศลรับสั่งเรียกสุทัตสนมาตริสว่า มานีสุทัตสนะเจ้าจงเรียนคาถาในสำนักของพระผู้มีพระภาค แล้วจงกล่าวในเวลาที่เราเสวยพระกระยาหาร อนึ่ง เราจะให้ค่าอาหารแก่เจ้าวันละ 100 กหาปณะ สุทัตสนมาณพรับสนองพระดำรัสพระเจ้าปเสนทิโกศลว่า เป็นพระมหากรุณาอย่างยิ่ง พระเจ้าข้า แล้วเรียนคาถานี้ในสำนักของพระผู้มีพระภาคแล้วกล่าว ในเวลาที่พระเจ้าปเสนทิโกศลเสวยพระกระยาหารว่า มนุษย์ผู้มีสติอยู่ทุกเมื่อ รู้จักประมาณในโภชนะที่ได้แล้ว ย่อมมีเวทนาเบาบาง เขาย่อมแก่ช้า อายุก็ยั่งยืน¹¹⁵ ต่อมา พระเจ้าปเสนทิโกศลทรงดำรงอยู่ได้โดยเสวยพระกระยาหารทะนานหนึ่ง เป็นอย่างมากเรื่อยมา ต่อมาพระเจ้าปเสนทิโกศล มีพระวรกาย กระปรี้กระเปร่า ทรงลูบพระวรกายด้วยฝ่าพระหัตถ์ ทรงเปล่งอุทานนี้ในเวลา นั้นว่า “พระผู้มีพระภาคพระองค์นั้นทรงอนุเคราะห์เราด้วยประโยชน์ทั้งสอง คือ ประโยชน์ในปัจจุบันและประโยชน์ในภายหน้าอย่างแท้จริง”¹¹⁶

สรุปว่า อายุสธรรม 5 ต่อการเสริมสร้างสุขภาวะด้านสุขภาพอนามัย โดยประชาชนทั่วไปควรบริโภคอาหารแต่พอสมควร คือไม่มากเกินไป และไม่น้อยเกินไปจะทำให้เรามีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงไม่มีโรคภัยไข้เจ็บมาเบียดเบียน หรือถ้าจะมีก็มีน้อยไม่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ

¹¹⁴ ส.ส. (ไทย) 15/124/145-146.

¹¹⁵ ส.ส. (ไทย) 15/124/145-146.

¹¹⁶ ส.ส. (ไทย) 15/124/145-146.

3.2.3 พุทธธรรมด้านสัมมาชีพ (Right Livelihood)

3.2.3.1 สัมมาอาชีพะ (The Right Livelihood)

สัมมาอาชีพะต่อพันธกิจด้านสัมมาชีพ ในธัมมจักกัปปวัตตนสูตรอธิบายถึงทางสายกลางที่ชื่อว่า มัชฌิมาปฏิปทานั้น ได้แก่ อริยมรรคมีองค์ 8 คือ (1) สัมมาทิฏฐิ (เห็นชอบ) (2) สัมมาสังกัปปะ (ดำริชอบ) (3) สัมมาวาจา (เจรจาชอบ) (4) สัมมากัมมันตะ (กระทำชอบ) (5) สัมมาอาชีวะะ(เลี้ยงชีพชอบ) (6) สัมมาวายามะ (พยายามชอบ) (7) สัมมาสติ (ระลึกชอบ) (8) สัมมาสมาธิ (ตั้งจิตมั่นชอบ) ภาณูทั้งหลาย นี้คือมัชฌิมาปฏิปทานั้น ที่ตถาคตได้ตรัสรู้แล้ว อันเป็นปฏิปทาก่อให้เกิดจักขุ ก่อให้เกิดญาณ เป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความรู้อย่าง เพื่อความตรัสรู้เพื่อพระนิพพาน¹¹⁷ ผู้วิจัยจะได้นำเสนอเฉพาะสัมมาอาชีวะะเท่านั้น

คำว่า “สัมมาอาชีวะะ” ประกอบด้วยคำ 2 คำ คือ “สัมมา” และคำว่า “อาชีวะะ” คำว่า “สัมมา” หมายถึง โดยชอบ ดี ถูกต้อง ถูกถ้วน สมบูรณ์ จริง แท้¹¹⁸ คำว่า “อาชีวะะ” หมายถึง อาชีพ การเลี้ยงชีพ ความเพียรพยายาม ในการแสวงหาปัจจัยยังชีพ การทำมาหากิน¹¹⁹

ในธัมมจักกัปปวัตตนสูตรได้อธิบายความหมายของสัมมาอาชีวะะว่า “การเว้นมิจฉาชีพ ประกอบด้วยสัมมาอาชีวะ”¹²⁰ ส่วนพระอภิธรรมว่า “ความมงด ความเว้น ความเว้นขาดเจตนา เป็นเหตุเว้นการไม่ทำการไม่ประกอบ การไม่ล่วงละเมิดการไม่ล้ำเขตการกำจัดต้นเหตุแห่งมิจฉาชีพ การเลี้ยงชีพชอบ”¹²¹ ในมหาจัตตาริสกสูตรได้จัดแบ่งสัมมาอาชีวะะออกเป็นสองระดับ ดังมีใจความว่า

¹¹⁷ วิ.ม. (ไทย) 4/13/21.

¹¹⁸ พระเทพเวที (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ 7, (กรุงเทพมหานคร: มหาคุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2536), หน้า 329.

¹¹⁹ เรื่องเดียวกัน, หน้า 406.

¹²⁰ วิ.ม. (ไทย) 4/13/21..

¹²¹ อภ.สง. (ไทย) 34/301/94.

เรากล่าวสัมมาอาชีวะว่ามี 2 ได้แก่ 1) สัมมาอาชีวะที่ยังมีอาสวะเป็นส่วนแห่งบุญ ให้ผลคืออุปติ 2) สัมมาอาชีวะอันเป็นอริยะ ที่ไม่มีอาสวะเป็นโลกุตตระเป็นองค์แห่งมรรค

สัมมาอาชีวะที่ยังมีอาสวะ เป็นส่วนแห่งบุญ ให้ผลคืออุปติคืออริยสาวก ในธรรมวินัยนี้ย่อม ละมิจฉาอาชีวะ เลี้ยงชีพด้วยสัมมาอาชีวะ นี่เป็นสัมมาอาชีวะที่ยังมีอาสวะ เป็นส่วนแห่งบุญ ให้ผลคืออุปติ (สิ่งที่ยังระคนด้วยกิเลส)

สรุปว่า สัมมาอาชีวะ หรือการเลี้ยงชีพที่ถูกต้องนั้น คือ การทำงานที่ปราศจากการเบียดเบียนผู้อื่น และในขณะเดียวกัน เป็นการฝึกหัดขัดเกลาความประพฤติของผู้นั้นให้ยึดถือความดีงามเป็นหลักเพื่อเป็นพื้นฐานในการพัฒนาตนต่อไป

พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ, ป.๕.9) กล่าวถึงลักษณะของสัมมาอาชีวะว่า เป็นอยู่ชอบเพราะความเพียร เป็นอยู่ชอบ เพราะงดเว้นอย่างเด็ดขาดจากกายทุจริต 3 วจีทุจริต 4 โดยมีลักษณะ (เครื่องหมาย) รส (หน้าที่) ปัจจุบัน ปทัฏฐฐาน ได้แก่ 1) มีความผ่องแผ้วเป็นลักษณะ (โฆทานลกฺขโณ) หมายความว่า ถ้าสัมมาอาชีวะนี้มีอยู่แก่ผู้ใด ผู้นั้นจะมีความผ่องแผ้ว มีแต่ความสะอาดบริสุทธิ์หมดจดทั้งทางกาย วาจาและใจ เพราะกิเลสหายาบซึ่งจะล่องละเมิดออกมาทางกาย วาจา ช่มได้ด้วยศีล กิเลสกลาง (ปริยฎฐานะ) ซึ่งจะลวงออกมาทางใจ ได้แก่ นิเวศทั้ง 5 ก็ช่มไว้ด้วยอำนาจสมาธิ อนุสัยกิเลสที่นอนเนื่องอยู่ในใจก็ถูกถอนออกด้วยอริยมรรคในขณะแห่งโสดาปัตติมรรค เป็นต้น 2) สัมมาอาชีวะมีความเป็นไปแห่งความเป็นอยู่ของกาย วาจาอันบริสุทธิ์เป็นหน้าที่ (กายชีวบุปฺพตฺติโรโส) หมายความว่า มีการเว้นจากทุจริต มีวาจาเว้นจากทุจริต สติมั่นอยู่ในสุจริตเท่านั้น 3) มีการปราบมิฉาชีพเป็นผลปรากฏ (มิฉาอาชีวะปหานปจฺจุปฏฺฐาโน) หมายความว่า ความเป็นอยู่ชอบนี้เป็นปฏิปักษ์ต่อความเป็นอยู่ผิด ความเป็นอยู่ชอบเกิดขึ้นเมื่อใด เมื่อนั้นความเป็นอยู่ทางกายทวาร วจิตวาร มโนทวาร ก็จะไม่เกิดขึ้นได้เลย ผลที่ปรากฏ

ได้แก่ ความเป็นอยู่อันบริสุทธิ์ เพราะจิตปราศจากกิเลสอย่างหยาบ อย่างกลาง และอย่างละเอียดตามขั้นแห่งปัญญาของผู้ปฏิบัตินั้น ๆ 4) มีคุณธรรมคือ ศรัทธา หิริโอตตัปปะ เป็นต้น (สทฺธาหิริโตนฺนํปาทิกุปทญฺญาโน) เป็นเหตุใกล้ชิดที่จะให้สัมมาอาชีวะเกิดขึ้น¹²²

สัมมาอาชีวะ คือ การเลี้ยงชีพชอบ มีลักษณะความผ่องแผ้ว ที่มีความเป็นอยู่มีกายและวาจาอันบริสุทธิ์ เป็นหน้าที่ด้วยความเพียร เป็นความพยายาม ในการละเว้นจากกายทุจริต 3 และวจีทุจริต 4 ด้วยการงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ งดเว้นจากการลักทรัพย์ งดเว้นจากการประพฤตินอกใจในกาม งดเว้นจากการพูดเท็จ งดเว้นจากการพูดคำหยาบ และงดเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ มีความเพียรเป็นประการสำคัญ ในการกระทำชีวิตของเราในทางโลกเจริญก้าวหน้า มีความมั่นคงในชีวิต สำหรับในทางธรรมจะทำให้ผู้ที่มีความเพียรในการปฏิบัติธรรมจนได้บรรลุมรรคผลนิพพานแล้ว

หลักการของสัมมาอาชีวะในพระพุทธศาสนามี 3 ประการ คือ การเลี้ยงชีพชอบทางกาย การเลี้ยงชีพชอบทางวาจา การเลี้ยงชีพชอบทางใจ ดังนี้

1) การเลี้ยงชีพชอบทางกาย หลักการของสัมมาอาชีวะในพระพุทธศาสนาสอนให้งดเว้น การเลี้ยงชีพในทางที่ไม่สมควร เรียกว่า มิจฉวนนิชชา คือการเลี้ยงชีพในทางที่ผิด เพราะเป็นอาชีพที่ส่งเสริมการเบียดเบียนและการทำลายชีวิต หลักการของสัมมาอาชีวะจะต้องเว้นจากการประกอบอาชีพทั้ง 5 ประการ คือ 1. สัตตวนิชชา (ค้าขายอาวุธ) 2. ลัตตวนิชชา (ค้าขายมนุษย์) 3. มังสวานิชชา (ค้าขายเนื้อสัตว์) 4. มัชชวานิชชา (ค้าขายน้ำเมา) 5. วิสวานิชชา (ค้าขายยาพิษ)¹²³

การค้าขายดังกล่าวมานี้ ตามทัศนะของพระพุทธศาสนาถือเป็นการประกอบกิจการงานที่มีโทษ คือ มีโทษต่อผู้อื่นและต่อสังคมส่วนรวมด้วย หาก

¹²² เรื่องเดียวกัน, หน้า 1044.

¹²³ ข.สุ.อ. (บาลี) 2/407/200.

อาชีพเหล่านี้เข้าสู่กระบวนการทางธุรกิจย่อมเป็นการส่งเสริมให้คนในสังคม กระทำผิดทางจริยธรรมได้ง่ายขึ้น เป็นการทำลายพื้นฐานทางจริยธรรมที่ดีงาม ของสังคม และส่งผลกระทบต่อสังคมเป็นวงกว้าง ดังนั้นหลักการเลี้ยง ชีวิตชอบทางกาย จึงต้องงดเว้นจากการประกอบอาชีพที่ส่งเสริมหรือสนับสนุน ให้กระทำความผิดศีลธรรมดังกล่าว การเลี้ยงชีพชอบทางกายยังครอบคลุมไปถึง การเว้นจากการเลี้ยงชีวิตด้วยการลักขโมย การทุจริต การคดโกง ทั้งจากโดย อาชีพและสามัญสำนึกแม้ว่าจะมีโอกาสให้กระทำได้หรือไม่ก็ตาม ทำให้สังคม และตนเองเดือดร้อน เสื่อมทราม

2) การเลี้ยงชีพชอบทางวาจา ตามหลักพระพุทธศาสนา การเลี้ยงชีพ ชอบทางวาจาจัดเป็นกุศลกรรมและเป็นการดำเนินชีวิตที่เป็นสัมมาอาชีวะ โดย ยึดหลักการ คือ 1. การไม่โกหกหลอกลวงเลี้ยงชีพ โดยดำเนินชีวิตอย่างมี สัจจะ รักษาความสัตย์ 2. การไม่พูดส่อเสียดเลี้ยงชีพ คือ การเว้นจากการใช้ คำพูดยุยงให้คนอื่นแตกแยกกันหรือเข้าใจผิดกัน เพื่อผลประโยชน์ของตนเอง 3. การไม่พูดคำหยาบเลี้ยงชีพ 4. การไม่พูดเพ้อเจ้อเลี้ยงชีพ คือ ให้เว้นจาก การดำเนินชีวิตด้วยอคัตตวาจาที่ไร้สาระ ไร้แก่นสาร ไม่เป็นธรรมและไม่ประกอบ ด้วยประโยชน์ เนื่องจากคำพูดที่เพ้อเจ้อนั้นทำให้ผู้ฟังหลงผิด เข้าใจผิดได้ 5. การไม่ประจบเลี้ยงชีพ คือ เว้นจากการใช้วาจาประจบสอพลอผู้อื่นเพื่อผล ประโยชน์ของตนเอง 6. การไม่บังคับขู่เข็ญเลี้ยงชีพ วาจาที่ย่อมไม่เป็นไป เพื่อการข่มขู่หรือบังคับขู่เข็ญเพื่อแสวงหาผลประโยชน์จากบุคคลอื่นด้วยความ ไม่ชอบธรรม¹²⁴

3) การเลี้ยงชีพชอบทางใจ ตามหลักพระพุทธศาสนาการเลี้ยงชีพชอบ ทางใจเป็นมโนกรรมฝ่ายกุศลซึ่งเป็นแนวทางที่นำไปสู่ความสุขสงบภายใน เป็นการดำเนินชีวิตตามหลักสัมมาอาชีวะ โดยยึดหลักการคือ 1. การไม่โลภ อยากรได้ทรัพย์สินคนอื่นเลี้ยงชีพ มีสภาพจิตที่สามารถควบคุมความโลภไว้ได้ คือ

¹²⁴ ที.ปา. (ไทย) 11/360/284.

ไม่โลภอยากได้ของคนอื่นในทางที่ไม่ชอบไม่ควร คิดเลียงชีพวางแผนดำเนินชีวิตในแนวทางที่ถูกต้องชอบ ด้วยกฎหมายศีลธรรม 2. การไม่คิดเบียดเบียนคนอื่นเลียงชีพ เป็นการควบคุมสภาพจิตใจต่อความพยาบาท ปองร้ายผู้อื่นเพื่อหวังเอาแต่ประโยชน์ส่วนตน ให้มีจิตเมตตา คิดเอื้อเพื่อประโยชน์แก่ผู้อื่น อันจะนำไปสู่การแสวงหาประโยชน์ที่ถูกต้องเหมาะสม และไม่ส่งผลกระทบต่อผู้อื่นให้เกิดความเดือดร้อนเสียหาย 3. การไม่คิดเอาไรต์เอาเปรียบคนอื่นเลียงชีพ คือ เว้นจากการคิดหาโอกาสเพื่อตักตวงเอาผลประโยชน์จากบุคคลอื่นเพื่อเลียงชีพตนเอง¹²⁵

การเลียงชีพชอบทางใจจัดเป็นมโนกรรมฝ่ายกุศลที่สำคัญที่สุด เพราะเป็นต้นตอให้การดำเนินชีวิตภายนอกเป็นไปในแนวทางที่ถูกต้องชอบธรรม เพราะการกระทำภายนอกต่าง ๆ สืบเนื่องมาจากภายในจิตใจ ดังพระพุทธพจน์ว่า “ธรรมทั้งหลายมีใจเป็นหัวหน้า มีใจเป็นใหญ่ สำเร็จแล้วด้วยใจ ถ้าบุคคลใดใจร้ายแล้ว พูดอยู่ที่ดี ทำอยู่ที่ดี ทุกข์ย่อมไปตามเขาเพราะเหตุนั้น ถ้าบุคคลใดมีใจผ่องใสแล้ว พูดอยู่ที่ดี ทำอยู่ที่ดี ความสุขย่อมไปตามเขาเพราะเหตุนั้น เหมือนเงาไปตามตัว ฉะนั้น”¹²⁶ การเลียงชีพชอบทางกาย ทางวาจาและทางใจ ก็คือการดำเนินชีวิตตามหลักกุศลกรรมบถนั่นเอง หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งการดำเนินชีวิตสุจริตทางกาย ทางวาจา และทางใจ

ในการประยุกต์ใช้สัมมาอาชีวะในชีวิตประจำวัน พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) อธิบายว่า “สัมมาอาชีวะ (การเลียงชีพ) ชอบเป็นการประกอบอาชีพที่ไม่ล่วงละเมิดสัมมากรรม 3 และสัมมาวาจา 4 ที่จัดเป็นมิจฉาอาชีวะ การประกอบอาชีพงดเว้นการกระทำที่เป็นมิจฉากัมมันตะและมิจฉาวาจา เป็นสัมมาอาชีวะ”¹²⁷ เมื่อกล่าวถึงหลักการของศีลสิกขาที่เป็นสัมมาอาชีวะนั้นพึง

¹²⁵ ม.ม. (ไทย) 12/485/523.

¹²⁶ ช.ม. (ไทย) 29/11/1.

¹²⁷ พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) และ พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปปสโม), **ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร**, หน้า 103-104.

เข้าใจว่า เป็นการแสวงหาทรัพย์แล้วใช้สอยทรัพย์นั้นโดยชอบธรรม ตั้งแต่ปัจจัย 4 อันเป็นพื้นฐานในการครองชีพ และผลตอบแทนในด้านจิตใจด้วย ไม่ใช่ทำงานเพื่อวัตถุหรือเพียงเพื่อได้ทรัพย์มาเท่านั้น มีประเด็นควรพิจารณา 4 ประการ ดังต่อไปนี้

1) มุ่งให้คนมีปัจจัย 4 ที่พอเพียงที่จะเป็นอยู่ได้ แต่ไม่ได้มุ่งว่าจะมีมากหรือน้อย คือ มุ่งให้คนทำงานเป็นมากกว่า ซึ่งเป็นผลของการทำงานอีกต่อหนึ่ง มิใช่เป้าหมายของพระพุทธศาสนา ดังจะเห็นได้จากธรรมะที่เกี่ยวกับการปกครองบ้านเมือง หน้าที่ของพระเจ้าแผ่นดินข้อที่หนึ่ง¹²⁸ คือ ทาน หมายถึง การช่วยเหลือด้วยวัตถุสิ่งของแก่ประชาชน คือนำสิ่งของไปช่วยเหลือชาวบ้านไม่ให้เก็บไว้จนเต็มท้องพระคลังหลวง ถ้าพิจารณาให้ครบด้าน จะเห็นว่าเป็นการนำรายได้ของหลวงมาบริหารประเทศให้พลเมืองอยู่ดี กินดี และดำรงชีวิตได้ ด้วยองค์การของรัฐเข้าประคับประคอง

2) ความสมบูรณ์ด้วยทรัพย์ มิใช่จุดมุ่งหมายแสวงหา แต่เป็นเพียงสิ่งอุปการะ แก่การดำรงชีวิตอันเนื่องมาจากศีลเป็นตัวนำด้วยการทำงานสุจริต จุดมุ่งหมายจริง ๆ คือ ต้องการให้เกิดการพัฒนาด้านจิตใจและปัญญามากกว่า มาประกอบอาชีพเพื่อหาทรัพย์มาบำรุงตนฝ่ายเดียว แต่ทรัพย์ภายในอย่างอื่นต้องแสวงหาเพิ่มเติมด้วยเช่นกัน

3) สัมมาชีพ มิได้หมายถึง มีหน้าที่ในการใช้แรงงาน เพื่อให้เกิดทรัพย์สมบัติเท่านั้น แต่ยังหมายถึง การทำหน้าที่ การดำรงตำแหน่ง การมีคุณธรรม ศีลธรรม ในหน้าที่การงานของตนเอง เช่น เป็นครู ก็มีธรรมะสำหรับครู เป็นนักศึกษา ก็มีธรรมะสำหรับนักศึกษาเป็นต้น ไม่ใช่สอนเพื่อหวังแต่เงินเดือนตอบแทนเพียงอย่างเดียว ขณะเดียวกันจะต้องถ่ายทอดความรู้ ความสามารถ วิชาการที่ก้าวหน้าแก่ศิษย์ตามหน้าที่ จัดว่าเป็นสัมมาชีพของครู คือ มีการใช้แรงงานการสอนวิชาการ และมีผลผลิต คือ รายได้ต่อเดือนเพื่อนำไปเลี้ยงตน

¹²⁸ ที.ป.า. (ไทย) 11/35/65.

และคนที่เกี่ยวข้อง และเสียภาษีช่วยรัฐ

4) สัมมาอาชีวะในแง่การพัฒนาจิตใจและปัญญา ได้แก่ การรู้จักทำงาน ใช้แรงงาน เมื่อได้ทรัพย์อันเกิดจากกิจกรรมนั้น ๆ แล้ว ก็รู้จักวิจิตรคิด วิธีปฏิบัติ ต่อทรัพย์ คือ ให้มีความรู้ ความเข้าใจคุณค่าแท้ คุณค่าเทียม และเป็นไปด้วย นิสสรณปัญญา หมายถึง การรู้เท่าทันต่อทรัพย์ไม่ตกเป็นทาสของทรัพย์สิน ไม่หลงมัวเมาในสมบัติที่ตนหาได้แล้วคือ ให้เป็นนายทรัพย์ ต่อจากนั้น ก็นำ ทรัพย์ที่หามาได้ทำให้เกิดประโยชน์ต่อเพื่อนมนุษย์ แก่ตนเอง ครอบครัว สังคม ประเทศชาติ ตามลำดับ มีหลักในการปฏิบัติ คือ การแสวงหาทรัพย์โดยชอบ ธรรม ไม่ข่มเหง หรือ เบียดเบียนเขาได้มา

ส่วนการใช้ทรัพย์ คือ บริหารทรัพย์ เป็น 3 ส่วน ได้แก่ 1) เลี้ยงตน (และ คนที่เกี่ยวข้องกับตน) ให้เป็นสุข 2) ช่วยเหลือแบ่งปันแก่คนอื่น เช่น บริจาค เสื้อผ้า ข้าวสารแก่ผู้ประสบภัยพิบัติ เป็นต้น 3) บำเพ็ญสาธารณประโยชน์ เช่น สร้างเครื่องมือแพทย์แก่โรงพยาบาล สร้างโรงเรียน สร้างสะพานข้ามแม่น้ำ ขุดบ่อน้ำ ขุดสระน้ำ เป็นต้น¹²⁹

หลักสัมมาอาชีวะในอริยมรรคมีองค์ 8 ข้อที่ 5 ได้แก่ สัมมาอาชีวะ คือ การเลี้ยงชีพชอบ¹³⁰ หมายถึง การเลี้ยงชีวิตอย่างถูกต้องด้วยการประกอบอาชีพ โดยสุจริตไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น และเป็นอยู่ชอบที่ประกอบด้วยความ เพียรในการละความชั่ว ให้ดำรงอยู่ตลอดไปโดยเว้นจากการเลี้ยงชีพที่ผิดเสีย ประกอบอาชีพที่สุจริต ไม่ผิดจากทำนองคลองธรรม ทำให้คนอื่นต้องเดือดร้อน ด้วยวิธีต่าง ๆ การเลี้ยงชีวิตด้วยความขยันหมั่นเพียร ไม่เบียดเบียนผู้อื่นให้ เดือดร้อนซึ่งการเลี้ยงชีพถูกต้อง ทำให้คนเรามีความเป็นอยู่ชอบโดยไม่เนื่อง ด้วยวิจตุจริต 4 และไม่เนื่องด้วยกายทุจริต 3 ที่ไม่เป็นไปด้วยทุจริตธรรมทั้ง 7 ไม่มีความละโมภโลภมาก เป็นต้น

¹²⁹ อญ.ทสก. (ไทย) 24/91/194.

¹³⁰ ส.ม. (ไทย) 19/8/11.

สรุปว่า สัมมาอาชีวะต่อการเสริมสร้างสุขภาวะด้านสัมมาชีพ โดยประชาชนทุกคนควรนำหลักสัมมาอาชีวะในอริยมรรคมีองค์ 8 ข้อที่ 5 คือ สัมมาอาชีวะมาใช้ในด้านความโปร่งใส และในการแก้ไขปัญหาดังกล่าวที่เกิดขึ้นกับกิจการของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ตัวอย่าง สัมมาอาชีวะต่อการเสริมสร้างสุขภาวะด้านสัมมาชีพ คนยากจนคนหนึ่งชื่อว่านายทศตะ คนนี้เป็นขอทาน และรับจ้างหาเลี้ยงชีพ โดยสุจริตไม่ได้เบียดเบียนใครรับอาหารจากคนรวย หรือไม่ก็ไปรอรับอาหารจากพระที่กุฏิวัดเพื่อประทังชีวิตเท่านั้น วันหนึ่งนายทศตะได้เห็นคนเขาพากันนิมนต์พระคนละสิบลูกบวยี่สิบลูกบวยี่ บางคนก็เป็นร้อย ๆ รูปไปฉันอาหารที่บ้านเกิดความแปลกใจ จึงได้สอบถามกับบัณฑิตที่มาชวนให้ไปทำบุญ หลังจากได้รับคำแนะนำจากบัณฑิตผู้เป็นผู้จัดการงานทำบุญใหญ่นี้ว่า

เมื่อนายทศตะเข้าใจถึงคำแนะนำแล้วจึงเกิดความอยากทำบุญกับบ้าง จึงได้ไปจองพระไว้รูปหนึ่ง กับบัณฑิตหนุ่มผู้จัดการพระที่มาชวนแล้วชวนภรรยาของตนไปรับจ้างเศรษฐกิจ เพื่อที่จะเอาค่าแรงที่ได้ไปทำบุญในวันรุ่งขึ้น ในขณะที่ไปรับจ้าง นายทศตะและภรรยามีความขยันขันแข็งรีบเร่งมาก เศรษฐีนายจ้างเกิดความชอบใจเลยเพิ่มค่าจ้างให้เป็นสองเท่า และยังได้รู้ว่านายทศตะจะเอาเงินค่าจ้างไปทำบุญยิ่งดีใจและขอโมทนาบุญด้วย หลังจากได้ค่าจ้างแล้วทั้งนายทศตะกับภรรยาพากันตระเตรียมอาหารเพื่อถวายพระด้วยความยินดีเป็นที่สุด¹³¹

นายทศตะรีบตื่นแต่เช้าไปถามผู้จัดการในการทำบุญว่าจองพระรูปไหนเอาไว้ให้ตน จะได้นิมนต์ไปฉันที่บ้านได้ทันเวลา ผู้จัดการบอกว่า ลืมจดบัญชีเอาไว้ เพราะนายทศตะนิมนต์พระแค่รูปเดียวเท่านั้นเลยไม่ได้จดไว้ นายทศตะเสียใจแล้วร้องไห้เสียใจกล่าวว่า ท่านเป็นคนชวนผมมาให้ทำบุญ ผมไปรับจ้างหาเงินมาด้วยความเหนื่อยยาก ตระเตรียมอาหารสุดความสามารถแล้วท่านไม่มีพระจะให้ผมทำอย่างไร

¹³¹ พ.ธ.อ. (ไทย) 1/545.

ผู้จัดการคิดหาทางออกให้ที่ยังเหลือคือ พระกัศปะพุทธเจ้าผู้เป็น
ประมุขแห่งสงฆ์ทั้งหลายยังไม่มีใครนิมนต์พระองค์ ธรรมดาพระพุทธเจ้า
ทรงมีพระมหากรุณาธิคุณต่อคนยากไร้อยู่แล้ว ท่านรีบไปนิมนต์พระองค์เอง
เถิดนายทุกตะรีบไปที่พระคันธกุฎีของพระพุทธเจ้า พระพุทธองค์ทราบด้วย
ฉันทนาการการตรวจดูสัตว์โลก ณ เวลาใกล้รุ่งอยู่แล้วว่านายทุกตะจะมาหา
แม้จะมีเหล่ากษัตริย์ หรือมหาเศรษฐีในเมืองมารอนิมนต์พระองค์อยู่มากมาย
คนเหล่านั้นก็ไม่ได้รับบาตรของพระองค์

นายทุกตะรับบาตรของพระองค์ได้ ทันทีที่พระพุทธองค์ก้าวเท้าออก
มาจากพระคันธกุฎีที่สำคัญคือ แม้เหล่ากษัตริย์หรือเศรษฐีจะขอประมุขบาตร
ด้วยราคาเท่าไร นายทุกตะไม่ยอมขายรับอุ้มบาตรเดินนำพระพุทธองค์ไปที่
กระท่อมของตนเอง จนเรื่องร้อนถึงท่านเจ้าสั๊กกะเทวราชได้จำแลงกายปลอม
ตัวเป็นพ่อครัวฝีมือเยี่ยมมาช่วยทำกับข้าวไว้คอยถวายให้พระพุทธองค์

หลังจากพระพุทธองค์เสวยเสร็จได้ประทานโอวาทแก่นายทุกตะเรื่อง
ผลแห่งการให้ทานแล้วเสด็จกลับไปพระอาราม นายทุกตะถือบาตรกลับไป
วัดด้วยบอกให้ภรรยา นั่งรอที่บ้าน พอนายทุกตะกลับมาบ้านกลับพบว่า ไม่มี
ที่จะให้ตนเองอยู่เสียแล้วเพราะเต็มเปี่ยมไปด้วยแก้วรัตนทั้ง 7 ประการ เป็นที่
อัศจรรย์ใจของคนในเมืองมาก โดยเข้าใจกันว่าเป็นเพราะได้อานิสงส์แห่งการ
ถวายทานแด่พระพุทธเจ้า นายทุกตะไม่รู้จะทำอย่างไรกับทรัพย์มากมายขนาดนี้
จึงนำเรื่องไปกราบทูลพระราชา พระราชาสั่งให้คนเฝ้าเฝ้าลักพันเล่มมา
ขนไปกองไว้ที่หน้าพระลาน แล้วตรัสถามว่า มีใครบ้างที่มีทรัพย์สินมากมาย
ในเมืองแห่งนี้บ้าง เมื่อไม่มีใครมีทรัพย์มากเท่ากับนายทุกตะ พระราชาจึง
ได้สถาปนาเขาให้เป็นเศรษฐีประจำเมืองต่อไป ทุกตะเศรษฐีนั้นในใจสำนึก
เสมอว่า การที่ได้ทรัพย์ร่ำรวยมากมายถึงขนาดนี้ได้มาเพราะการทำบุญทำทาน
เขาจึงไม่ประมาทในชีวิตและไม่ประมาทในการทำบุญด้วยเมื่อสิ้นชีวิตจากภพ
ชาตินั้นแล้วได้มาเกิดอยู่เป็นบุตรในตระกูลผู้ปฏิบัติถูกพระสารีบุตร อัครสาวก

เบื้องขวาของพระสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าองค์ปัจจุบัน และได้ชื่อว่าบัณฑิตอันเป็นชาติสุดท้าย เพราะภายหลังได้อุปสมบทเป็นสามเณรไม่นาน สามเณรบัณฑิตก็ได้บรรลอรหันต์¹³²

สรุปว่า หลักสัมมาอาชีวะคือ ไม่ว่าจะเป็นอย่างไหนหรืออะไร เช่น ทหาร ตำรวจ พ่อค้า หรืออาชีพอื่น ๆ เป็นต้น ถ้าหาเลี้ยงชีวิตโดยชอบไม่เบียดเบียนตน และบุคคลอื่น อาชีพนั้นก็จะเป็นอาชีพที่สุจริต และการเสริมสร้างสุขภาวะของตนด้วยหลักสัมมาชีพนั่นเอง

3.2.3.2 อิทธิบาท 4

อิทธิบาท 4 ต่อพันธกิจด้านสัมมาชีพ อิทธิบาท 4 เป็นหลักธรรมในพระพุทธศาสนาที่มีความเกี่ยวข้องกับประชาชนทั่วไปที่ต้องใช้ความอดทนเป็นอย่างยิ่ง เพราะประชาชนนั้นมีความลำบากกว่าอาชีพอื่น ๆ ฉะนั้นประชาชนทั่วไปควรมีหลักธรรมที่ทำให้ประสบความสำเร็จในการบริหารงานของตน ดังพระพุทธพจน์ว่า “ปฏิรูปการี ฐรวา อฏฐาตา วินุทเต ธนั” แปลความว่า คนขยันเอาการเอางาน กระทำเหมาะสม ย่อมหาทรัพย์ได้”¹³³

เมื่อประชาชนทั่วไปมีงานทำเป็นหลักเป็นฐาน ตั้งใจทำงาน ย่อมมีโอกาสร่ำรวยได้ ดังนั้นประชาชนทั่วไปผู้มีความขยัน ย่อมไม่ปล่อยให้ตนเป็นคนว่างงาน ย่อมประกอบอาชีพสุจริต และหากมีความขยันหมั่นเพียรประกอบอาชีพของตน มีความรู้ความชำนาญเกี่ยวกับงานที่ตนกระทำอยู่เป็นอย่างดี เอาใจใส่ดูแลงานให้มีประสิทธิภาพ ประชาชนทั่วไปนั้นย่อมจะได้รับผลตอบแทนที่ดีและคุ้มค่าด้วย และจะต้องอาศัยหลักธรรมที่ทำให้ประสบความสำเร็จในอาชีพที่ตนทำ ดังที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ในอิทธิบาท 4¹³⁴ คือ ธรรมแห่งความสำเร็จที่ใช้ในการทำงานของตนเองมี 4 ประการคือ

¹³² ชุ.ธ.อ. (ไทย) 1/546.

¹³³ ชุ.อิตติ. (ไทย) 25/189/544.

¹³⁴ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ 27. (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2557), หน้า 160.

1) ฉันทะ (Will)

ฉันทะ ตั้งใจ ใฝ่หาการพัฒนาอาชีพของตนให้เจริญและมีมูลค่าเพิ่มขึ้น
ดังพระพุทธพจน์ว่า

“ภิกษุ เจริญอุทิตบาท อันประกอบด้วย ฉันทสมาธิปธานสังขาร
ถ้าภิกษุทำฉันทะให้เป็นอธิบดีแล้วจึงได้สมาธิ ได้เอกัคคตาแห่งจิต
สมาธินี้เรียกว่าฉันทสมาธิ ภิกษุนั้น 1) ทำฉันทะให้เกิด พยายาม ปรรวณ
ความเพียร ประคองจิตไว้ ทำความเพียรเพื่อป้องกันบาปอกุศลธรรม
ที่ยังไม่เกิดขึ้น มิให้เกิดขึ้น 2) ทำฉันทะให้เกิด พยายาม ปรรวณความ
เพียร ประคองจิตไว้ ทำความเพียรเพื่อละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว
3) ทำฉันทะให้เกิดพยายามปรรวณความเพียรประคองจิตไว้ ทำความ
เพียร เพื่อสร้างกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดขึ้นให้เกิดขึ้น 4) ทำฉันทะให้เกิด
พยายาม ปรรวณความเพียร ประคองจิตไว้ ทำความเพียร เพื่อความ
ดำรงอยู่ความไม่สาบสูญ ความภิญโญยิ่ง ความไพบุลย์ ความเจริญ
ความบริบูรณ์ แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว สภาวธรรมเหล่านี้ เรียกว่า
ปธานสังขาร

ฉันทสมาธิและปธานสังขารดังกล่าวมานี้ประมวลย่อ 2 อย่างนั้น
เข้าเป็นอันเดียวกัน ย่อมถึงซึ่งอันนับว่า ฉันทสมาธิปธานสังขารด้วยประการ
ฉะนี้¹³⁵ คือ

1) ฉันทะเป็นอย่างไร คือ ความพอใจ การทำความพอใจ ความใคร่เพื่อ
จะทำความฉลาด ความพอใจในธรรม นี้เรียกว่า ฉันทะ

¹³⁵ ปิ่น มุกกันต์, **แนวสอนธรรมะ ตามหลักสูตรนักธรรมตรี**, (กรุงเทพมหานคร: คลังวิทยา, 2514), หน้า 228.

2) สมาธิเป็นอย่างไร คือ ความตั้งอยู่แห่งจิต ความดำรงอยู่แห่งจิต ความมั่นอยู่แห่งจิต ความไม่ส่ายไปแห่งจิต ความไม่ฟุ้งซ่านแห่งจิต ภาวะที่จิตไม่ส่ายไป ความสงบ สมาธิทริย์ สมาธิผละ สัมมาสมาธิ อันใด นี้เรียกว่า สมาธิ

3) ปธานสังขาร ๆ เป็นอย่างไร คือ การปรารภความเพียรทางใจ ความขะมักเขม้น ความบากบั่น ความตั้งหน้า ความพยายาม ความอุตสาหะ ความทนทาน ความเข้มแข็ง ความหมั่น ความก้าวไปอย่างไม่ท้อถอยความไม่ทอดทิ้งฉันทะ ความไม่ทอดทิ้งธุระ ความประคับประคองธุระไว้ด้วยดี วิริยะ วิริยินทริย์ วิริยผละ สัมมาวายามะ อันใดนี้เรียกว่า ปธานสังขาร

ภิกษุ เป็นผู้เข้าไปถึงแล้ว เข้าไปถึงแล้วด้วยดี เข้ามาถึงแล้ว เข้ามาถึงแล้วด้วยดี เข้าถึงแล้ว เข้าถึงแล้วด้วยดี ประกอบแล้วด้วยฉันทะ สมาธิ และ ปธานสังขาร ดังกล่าวมานี้ ด้วยเหตุนี้ จึงเรียกว่า ประกอบด้วยฉันท สมาธิ ปธานสังขาร ด้วยประการฉะนี้¹³⁶

คำว่า อิทธิ ได้แก่ ความสำเร็จ ความสำเร็จด้วยดี การสำเร็จ การสำเร็จด้วยดี ความได้ ความได้อีก ความถึง ความถึงด้วยดี ความถูกต้อง ความกระทำให้แจ้ง ความเข้าถึง ซึ่งธรรมเหล่านั้น คำว่า อิทธิบาท ได้แก่ เวทนา ชันธ์ สัญญาชันธ์ สังขารชันธ์ วิญญาณชันธ์ ของบุคคลผู้บรรลุธรรมเหล่านั้น คำว่า เจริญอิทธิบาท ได้แก่ ย่อมเสพ เจริญ ทำให้มาก ซึ่งธรรมเหล่านั้นด้วยเหตุนี้ จึงเรียกว่า เจริญอิทธิบาท¹³⁷

คำว่า ฉันทะ¹³⁸ หมายถึง ประชาชนทั่วไปมีความรักงานคือ พอใจกับอาชีพที่ตนทำอยู่ อันดับแรกต้องสำรวจตนเองว่า มีความชอบหรือศรัทธางานด้านใด แล้วมุ่งไปในเส้นทางนั้น อาจเริ่มต้นง่าย ๆ ด้วยการตั้งคำถามกับตัวเอง เราทำงานเพื่ออะไร เรามีความสุขหรือไม่หากงานที่ทำอยู่ไม่ใช่งานที่ตนรัก

¹³⁶ อภ.วิ. (ไทย) 35/507/294.

¹³⁷ อภ.วิ. (ไทย) 35/508/295.

¹³⁸ ที.ปา. (ไทย) 11/306/198.

เราจะได้มีเวลาค้นหาและปรับเปลี่ยนตัวเองหรือปรับศรัทธาของตัวเอง ให้เข้ากับงานที่ทำอยู่ อย่างไรก็ตาม เชื่อกว่างานแต่ละอย่างนั้น ไม่มีทางที่ใครจะชื่นชอบไปทั้งหมดทุกกระบวนการ ดังนั้น ถ้าพอใจที่จะทำและมีความสุขกับงาน เชื่อกว่างานที่คุณทำอยู่ต้องออกมาดีแน่ ๆ

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) กล่าวถึงฉันทะไว้ว่า ฉันทะ แปลว่า ความพอใจ ได้แก่ ความมีใจรักใคร่สิ่งที่ทำ และพอใจใฝ่รักในจุดหมายของสิ่งที่ทำนั้น อยากรู้อยากเห็น อยากรู้ อยากรัก อยากรักใคร่ในสิ่งนั้นหรือสิ่งนั้นบรรลุ พุดง่าย ๆ ว่ารักงานและรักจุดหมายของงาน พุติให้ลึกลงไปในทางธรรมว่า ความรักความใฝ่ใจปรารถนาต่อภาวะดีงามเต็มเปี่ยม สมบูรณ์ของสิ่งนั้น ๆ ของงานนั้นอยากรู้ ทำให้สำเร็จผลตามจุดหมายที่ดีงามนั้น เมื่อเห็นสิ่งนั้นหรืองานนั้นกำลังเดินหน้าไปสู่จุดหมาย ก็เกิดปีติเป็นความเอิบอิ่มใจ ครั้นสิ่งหรืองานที่ทำนั้นบรรลุจุดหมายก็รับโสมนัสเป็นความจำชื่นใจที่พร้อมด้วยความรู้สึกโปร่งโล่งผ่องใส เบิกบานแผ่ออกไปเป็นอิสระไร้ ขอบเขต ถ้าสามารถปลุกเร้าฉันทะให้เกิดอย่างแรงกล้า เกิดความรักในคุณค่าความดีงาม ความสมบูรณ์ของสิ่งนั้นหรือจุดหมายนั้นอย่างเต็มที่แล้ว คนก็จะทุ่มเทชีวิตและจิตใจอุทิศให้แก่สิ่งนั้นเมื่อรักแท้ก็มอบใจให้อาจถึงขนาดยอมสละชีวิตเพื่อสิ่งนั้นได้ เมื่อมีฉันทะนำแล้วก็ต้องการทำสิ่งนั้นให้ดีที่สุด ให้สำเร็จผลอย่างดีที่สุดของสิ่งนั้นของงานนั้น ไม่ห่วงพะวงกับสิ่งล่อเร้าหรือผลตอบแทนทั้งหลาย จิตใจก็มุ่งมั่นแน่วแน่นคงในการดำเนินสู่จุดหมาย เดินเรียบสม่ำเสมอ ไม่ช้าน ไม่ล่าช้า ฉันทสมาธิจึงเกิดขึ้นโดยนัยนี้ และพร้อมไปกับประธานสังขาร คือ ความเพียรสร้างสรรค์ก็ย่อมเกิดควบคู่มาด้วย¹³⁹ แสงอรุณ โปร่งจรัส กล่าวถึงฉันทะไว้ว่า ฉันทะ มีใจรัก คือ พอใจจะทำสิ่งนั้นและ ทำด้วยใจรัก ต้องการทำให้เป็นผลสำเร็จอย่างดีแห่งกิจการหรืองานที่ทำมิใช่สักว่าทำพอให้เสร็จ ๆ หรือเพียงเพราะอยากได้รางวัล

¹³⁹ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ 8, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2542), หน้า 842–844.

หรือผลกำไร¹⁴⁰ พิฑูร มลิวัลย์ กล่าวถึงฉันทะไว้ว่า ฉันทะ ความพอใจรักใคร่ในสิ่งนั้น คือ เมื่อทำสิ่งใดก็ทำด้วยความพอใจด้วยความรัก ในสิ่งนั้น ทำสิ่งนั้นด้วยความเต็มใจ ไม่เบื่อหน่ายในกิจที่ทำ (เต็มใจ)¹⁴¹

สุชีพ ปุญญานุภาพ กล่าวถึงฉันทะให้คำแปลของอิทธิบาท 4 ไว้ 2 ทาง คือ หนึ่ง แปลว่า ข้อปฏิบัติ ที่ให้รู้ฤทธิ อีกอย่างหนึ่งแปลว่า ข้อปฏิบัติ ที่ให้บรรลุถึงความสำเร็จ และได้ให้ความหมายอิทธิบาท 4 ไว้ดีกว่า เป็นคุณให้บรรลุความสำเร็จ 4 อย่าง ได้แก่ ฉันทะ ความพอใจรักใคร่ในสิ่งนั้น¹⁴² สรุปว่า ฉันทะ ตั้งใจ ใฝ่หาการพัฒนาอาชีพของตนให้เจริญและมีมูลค่าเพิ่มขึ้น ประชาชนทั่วไปควรนำหลักฉันทะในอิทธิบาท 4 มาใช้ในการพัฒนาอาชีพของตน เพื่อให้ประชาชนทั่วไปมีใจรักในสิ่งที่ทำและพอใจใฝ่รักในจุดหมายของสิ่งที่ทำนั้น อยากร่ำรวย อยากร่ำรวย อยากร่ำรวย อยากร่ำรวย

2) วิริยะ (Energy)

วิริยะ ขยันหมั่นเพียรในการประกอบอาชีพ โดยที่พระพุทธเจ้าตรัสถึงหลักอิทธิบาทที่เกี่ยวกับวิริยะที่เรียกว่า วิริยสมาธิปธานสังขารไว้ว่า

“ภิกษุ เจริญอิทธิบาทอันประกอบด้วยวิริยสมาธิปธานสังขาร เป็นอย่างไร ถ้าภิกษุทำความเพียรให้เป็นอธิบดีแล้วจึงได้สมาธิ ได้เอกัคคตาแห่งจิตสมาธินี้เรียกว่า วิริยสมาธิ ภิกษุนั้น ทำฉันทะให้เกิดพยายาม ปรารภความเพียร ปรองคองจิตไว้ ทำความเพียร เพื่อป้องกันบาป อุกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดขึ้นมิให้เกิดขึ้น เพื่อละบาปอกุศลธรรมที่เกิด

¹⁴⁰ แสงอรุณ โปรงธุระ, **พุทธศาสตร์**, (กรุงเทพมหานคร: ฝ่ายเอกสารตำรา สำนักส่งเสริมวิชาการ สถาบันราชภัฏธนบุรี, 2539), หน้า 228-229.

¹⁴¹ พิฑูร มลิวัลย์, **แบบเรียนวิชาธรรมและนักธรรมชั้นตรี**, (กรุงเทพมหานคร: กรมการศาสนา, 2540), หน้า 19-20.

¹⁴² สุชีพ ปุญญานุภาพ, **คุณลักษณะพิเศษแห่งพระพุทธศาสนา**, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2541), หน้า 19.

ขึ้นแล้ว เพื่อสร้างกุศลธรรม ที่ยังไม่เกิดขึ้นให้เกิดขึ้น ทำฉันทะให้เกิด พยายาม ปรรวณความเพียรระคองจิตไว้ ทำความเพียร เพื่อความ ดำรงอยู่ ความไม่สาบสูญ ความภิญโญยิ่งความไพบุลย์ ความเจริญ ความบริบูรณ์ แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว สภาวธรรมเหล่านี้ เรียกว่า ปธานสังขาร

วิริยสมาธิและปธานสังขาร ดังกล่าวมานี้ ประมวลย่อ 2 อย่างนั้น เข้าเป็นอันเดียวกันยอมถึงซึ่งอันนับว่า วิริยสมาธิปธานสังขาร อย่างนี้¹⁴³ คือ 1) วิริยะ เป็นอย่างไร คือ การปรรวณความเพียรทางใจ สัมมาวายามะ อันใด นี้เรียกว่า วิริยะ 2) สมาธิเป็นอย่างไร คือ ความ ตั้งอยู่แห่งจิต ความดำรงอยู่แห่งจิต ความมั่นอยู่แห่งจิต ความไม่ส่าย ไปแห่งจิต ความไม่ฟุ้งซ่านแห่งจิต ภาวะที่จิตไม่ส่ายไป ความสงบ สมาธิทริย สมาธิพละ สัมมาสมาธิอันใด นี้เรียกว่า สมาธิ 3) ปธาน สังขาร เป็นอย่างไร คือ การปรรวณความเพียรทางใจ สัมมาวายามะ อันใด นี้เรียกว่า ปธานสังขาร ภิกษุ เป็นผู้เข้าไปถึงแล้ว ประกอบแล้ว ด้วยวิริยะ สมาธิ และปธานสังขารดังกล่าวมานี้ ด้วยเหตุนี้จึงเรียกว่า ประกอบด้วย วิริยสมาธิปธานสังขาร อย่างนี้¹⁴⁴

คำว่า วิริยะ¹⁴⁵ หมายถึง ความขยันหมั่นเพียรกับการทำหน้าที่ที่ตนทำ อยู่ งานทุกอย่างจะสำเร็จได้ต้องอาศัยความขยันหมั่นเพียร ความวิริยะจึงเป็น เครื่องมืออีกอย่างหนึ่งที่จะนำคุณไปสู่ความสำเร็จได้ ยิ่งขยันเท่าไรผลตอบแทน ที่คุณจะได้รับมันก็มีมากเท่านั้น ที่สำคัญความวิริยะจะเกิดขึ้นได้ก็ด้วยความรัก ในงานจากฉันทะนั้นเอง และความวิริยะไม่ใช้การทำงานแบบเอาเป็นเอาตาย

¹⁴³ อภ.วิ. (ไทย) 35/509/295.

¹⁴⁴ อภ.วิ. (ไทย) 35/510/296.

¹⁴⁵ ที.ปา. (ไทย) 11/306/198.

แต่เป็นการหมั่นฝึกฝนตนเองต่างหาก ทั้งนี้มีข้อน่าสังเกตสำหรับคนทำงานร่วมกันคือ จะต้องขยันด้วยกันทั้งหัวหน้าและลูกน้อง ยิ่งผู้เป็นหัวหน้าที่ยิ่งสำคัญมาก ถ้าเป็นคนเกียจคร้าน ลูกน้องก็มักไม่ขยันตาม ถ้าหัวหน้ามีความขยันในหน้าที่การงานของตนจะสามารถดึงลูกน้องให้ขยันขันตามหัวหน้าไปด้วย

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) กล่าวถึงวิริยะไว้ว่า วิริยะ แปลว่า ความอาจหาญ แกล้วกล้า บากบั่น ก้าวไป ใจสู้ ไม่ย่อท้อไม่หวั่นกลัวต่ออุปสรรคและความยากลำบาก เมื่อคนรู้ว่าสิ่งใดมีคุณค่าควรแก่การบรรลุถึง ถ้าวิริยะเกิดขึ้นแก่เขาแล้ว แม้ได้ยินว่าจุดหมายนั้นจะลุล่วงได้ยากนัก มีอุปสรรคมาก หรืออาจใช้เวลาเท่านี้ปีเท่านี้เดือนเขาก็ไม่ทอดยถ กลับเห็นเป็นสิ่งที่ท้าทายที่เขาจะเอาชนะให้ได้ทำให้สำเร็จ คนที่มีความเพียร เท่ากับมีแรงหนุน เวลาทำงานหรือปฏิบัติธรรมก็ตาม จิตใจจะแน่วแน่มั่นคง พุ่งตรงต่อจุดหมาย สมาธิก็เกิดขึ้นได้ เรียกว่าเป็นวิริยสมาธิ พร้อมทั้งมีปธานสังขาร คือ ความเพียรสร้างสรรค์เข้าประกอบคู่ไปด้วยกัน¹⁴⁶

สุชีพ ปุญญานุภาพ ได้ให้คำแปลของวิริยะของอิทธิบาท 4 ไว้ 2 ทาง คือ หนึ่ง แปลว่า ข้อปฏิบัติ ที่ให้รู้ฤทธิ์ อีกอย่างหนึ่งแปลว่า ข้อปฏิบัติที่ให้บรรลุถึงความสำเร็จ และได้ให้ความหมายอิทธิบาท 4 ไว้อีกว่า เป็นคุณให้บรรลุความสำเร็จ 4 อย่าง ได้แก่ วิริยะ คือ ความเพียร¹⁴⁷

สรุปว่า วิริยะ ขยันหมั่นเพียรในการประกอบอาชีพ โดยประชาชนทั่วไปควรนำหลักวิริยะในอิทธิบาท 4 มาใช้ในการประกอบอาชีพ เพื่อให้ประชาชนทั่วไปผู้ประกอบอาชีพมีความเพียร ความอาจหาญ แกล้วกล้า บากบั่น ก้าวไป ใจสู้ ไม่ย่อท้อ ไม่หวั่นกลัวต่ออุปสรรคและความยากลำบาก เพื่อให้การปฏิบัติงานนั้นประสบผลสำเร็จ

¹⁴⁶ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม**, หน้า 842–844.

¹⁴⁷ สุชีพ ปุญญานุภาพ, **คุณลักษณะพิเศษแห่งพระพุทธศาสนา**, หน้า 19.

3) จิตตะ ความไตรตรอง (Thoughtfulness)

จิตตะ ตรีตรอง ตรวจสอบ ทำบัญชี จัดทำข้อมูลความรู้เกี่ยวกับการประกอบอาชีพ โดยพระพุทธองค์ตรัสถึงหลักอิทธิบาทที่เกี่ยวกับจิตตะ เรียกว่า จิตตสมาธิปธานสังขารไว้ว่า

“ภิกษุ เจริญอิทธิบาทอันประกอบด้วยจิตตสมาธิปธานสังขาร เป็นอย่างไร ถ้าภิกษุ ทำจิตให้เป็นอธิบดีแล้วจึงได้สมาธิ ได้เอกัคคตา แห่งจิต สมาธินี้ เรียกว่าจิตตสมาธิ ภิกษุนั้น ทำฉันทะให้เกิด พยายามปรารภความเพียร ประคองจิตไว้ ทำความเพียรเพื่อป้องกันบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดขึ้นมิให้เกิดขึ้น เพื่อละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วเพื่อสร้างกุศลธรรมที่ยัง ไม่เกิดขึ้นให้เกิดขึ้น ทำฉันทะให้เกิดขึ้น พยายามปรารภความเพียรประคองจิตไว้ ทำความเพียร เพื่อความดำรงอยู่ ความไม่สับสน ความภิญโญยิ่ง ความไพบุลย์ความเจริญ ความบริบูรณ์ แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว สภาวธรรมเหล่านี้ เรียกว่าปธานสังขาร จิตตสมาธิและปธานสังขารดังกล่าวมานี้ ประมวลย่อ 2 อย่างนั้น เข้าเป็นอันเดียวกัน ย่อมถึงซึ่งอันนั้นว่า จิตตสมาธิปธานสังขาร อย่างนี้¹⁴⁸ คือ 1) จิต เป็นอย่างไร คือ จิต มโน มานัส มโนวิญญูณธาตุ ที่สมกันอันใด นี้เรียกว่า จิต 2) สมาธิ เป็นอย่างไร คือ ความตั้งอยู่ แห่งจิต สัมมาสมาธิ อันใด นี้เรียกว่า สมาธิ 3) ปธานสังขาร เป็นอย่างไร การปรารภความเพียรทางใจ สัมมาวายามะ อันใดนี้เรียกว่า ปธานสังขาร ภิกษุ เป็นผู้เข้าไปถึงแล้ว ประกอบแล้ว ด้วยจิต สมาธิ และปธานสังขาร ดังกล่าวมานี้ ด้วยเหตุนี้ จึงเรียกว่าประกอบด้วยจิตตสมาธิปธานสังขาร อย่างนี้”¹⁴⁹

¹⁴⁸ อภ.วิ. (ไทย) 35/512/297.

¹⁴⁹ อภ.วิ. (ไทย) 35/513/297.

คำว่า จิตตะ¹⁵⁰ หมายถึง ความเอาใจใส่รับผิดชอบกับการทำหน้าที่ที่ตนทำอยู่ จิตใจที่จดจ่อกับงานล้วนเกิดผลดีต่องานที่ทำ จิตตะเป็นธรรมชาติที่แสดงถึงสติความรอบคอบและความรับผิดชอบที่จะตามมา ซึ่งในสังคมการทำงานปัจจุบันนี้ มุ่งเน้นแย่งชิงตำแหน่งกันจนลืมนึกไปว่า งานที่ตนเองต้องรับผิดชอบนั้นคือสิ่งใดกันแน่ จิตตะจึงมีความสำคัญในการทำงานโดยไม่วอกแวกออกไปนอกกลุ่มนอกทาง ดังนั้น เมื่อประชาชนทั่วไปมีทั้งฉันทะและวิริยะแล้ว จิตตะจะเป็นเสมือนรื้อของเส้นทางที่ไม่ให้ไขว้เขวออกนอกทางสู่ความสำเร็จได้ พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้แก่นักตรวจสอบการงาน คือให้มีจิตตะแล้วตรัสว่าควรตรวจตรางานของตัวเองทั้งที่ทำแล้วและยังไม่ได้ทำ

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) กล่าวถึงจิตตะไว้ว่า จิตตะ แปลว่า ความคิดจดจ่อ หรือเอาใจฝักใฝ่ ได้แก่ ความมีจิตผูกพัน จดจ่อเฝ้าคิด เรื่องนั้นใจอยู่กับงานนั้น ไม่ปล่อย ไม่ห่างไปไหน ถ้าจิตตะเป็นไปอย่างแรงกล้าในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง หรืองานอย่างใดอย่างหนึ่ง คนผู้นั้นจะไม่สนใจไม่รับรู้เรื่องอื่น ๆ ใครพูดอะไรเรื่องอื่น ๆ ไม่สนใจ แต่ถ้าพูดเรื่องงานนั้นจะสนใจเป็นพิเศษทันที บางทีจัดทำเรื่องนั้น งานนั้น ชลุกง่วนอยู่ได้ทั้งวันทั้งคืนไม่เอาใจใส่ร่างกาย การแต่งเนื้อแต่งตัว อะไรเกิดขึ้นก็ไม่สนใจ เรื่องอื่นเกิดขึ้นใกล้ ๆ บางทีก็ไม่รู้ทำจนลืมนอน ลืมกิน ลืมนอน ความมีใจฝักใฝ่เช่นนี้ ย่อมนำไปสู่สมาธิเกิดขึ้น จิตจะแน่วแน่ แนบสนิทในกิจที่ทำมีกำลังมากเฉพาะสำหรับกิจนั้น เรียกว่าเป็นจิตตสมาธิ พร้อมกันนั้นก็เกิดปธานสังขาร คือ ความเพียร สร้างสรรค์ร่วมสนับสนุนไปด้วย¹⁵¹

สุชีพ ปุญญานุภาพ ได้ให้คำแปลของจิตตะในอิทธิบาท 4 ไว้ 2 ทาง คือหนึ่ง แปลว่า ข้อปฏิบัติ ที่ให้รู้ฤทธิ์ อีกอย่างหนึ่งแปลว่า ข้อปฏิบัติที่ให้บรรลุถึงความสำเร็จ และได้ให้ความหมายอิทธิบาท 4 ไว้อีกว่า เป็นคุณให้บรรลุความ

¹⁵⁰ ที.ปา. (ไทย) 11/306/198.

¹⁵¹ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม**, หน้า 842–844.

สำเร็จ 4 อย่าง ได้แก่ จิตตะ คือ การเอาใจใส่¹⁵²

สรุปว่า จิตตะ ตริตระอง ตรวจสอบ ทำบัญชี จัดทำข้อมูลความรู้เกี่ยวกับการประกอบอาชีพ โดยประชาชนทั่วไปควรนำหลักจิตตะในอิทธิบาท 4 มาใช้ในการบริหารงานเพื่อใช้แก้ปัญหาต่างๆ เหล่านี้ คือ ทำให้ผู้ปฏิบัติหน้าที่มีความคิดจดจ่อหรือเอาใจใส่ คือความมีจิตผูกพันจดจ่อต่อเฝ้าเรื่องนั้น ใจอยู่กับงานนั้นไม่ปล่อยไม่ห่างไปไหน ถ้าผู้รับผิดชอบที่ยังไม่เข้าใจระบบ เมื่อนำหลักจิตตะมาใช้ ก็จะทำให้มีความคิดจดจ่อ เอาใจใส่ ทำให้ตระหนักถึงความสำคัญของระบบของการบริหารงานที่ตนรับผิดชอบอยู่

5) วิมังสา มีปัญญาพิจารณา (Investigation)

วิมังสา มีปัญญาพิจารณาสิ่งใหม่ๆ ประเมินผลเพื่อพัฒนา โดยพระพุทธเจ้าตรัสถึงหลักอิทธิบาทที่เกี่ยวกับวิมังสา ที่เรียกว่า วิมังสาสมาธิ ปธานสังขารไว้ว่า ภิกษุ เจริญอิทธิบาทอันประกอบด้วยวิมังสาสมาธิปธานสังขาร เป็นอย่างไร

ถ้าภิกษุทำปัญญาให้เป็นอธิบดีแล้วจึงได้สมาธิ ได้เอกัคคตาแห่งจิตสมาธินี้เรียกว่าวิมังสาสมาธิ ภิกษุนั้น ทำฉันทะให้เกิด พยายาม прารภความเพียร ประคองจิตไว้ ทำความเพียร เพื่อป้องกันบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดขึ้น มิให้เกิดขึ้น เพื่อละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว เพื่อสร้างกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดขึ้นให้เกิดขึ้น ทำฉันทะให้เกิด พยายาม прารภความเพียร ประคองจิตไว้ ทำความเพียร เพื่อความดำรงอยู่ ความไม่สาบสูญ ความภิญโญยิ่งความไพบุลย์ ความเจริญ ความบริบูรณ์ แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว สภาวะธรรมเหล่านี้ เรียกว่า ปธานสังขาร

วิมังสาสมาธิและปธานสังขารดังกล่าวมานี้ ประมวลย่อ 2 อย่างนั้นเข้าเป็นอันเดียวกัน ย่อมถึงซึ่งอันนั้นว่า วิมังสาสมาธิปธานสังขาร อย่างนี้¹⁵³ คือ

¹⁵² สุชีพ ปุญญานุภาพ, *คุณลักษณะพิเศษแห่งพระพุทธศาสนา*, หน้า 19.

¹⁵³ อภ.วิ. (ไทย) 35/515/298.

1) วิมังสา เป็นอย่างไร คือ ปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ความไม่หลง ความวิชัยธรรม สัมมาทิฐิ อันใด นี้เรียกว่า วิมังสา 2) สมาธิ เป็นอย่างไร คือ ความตั้งอยู่แห่งจิต สัมมาสมาธิ อันใด นี้เรียกว่า สมาธิ 3) ปธานสังขาร เป็นอย่างไร คือ การปรารภความเพียรทางใจ ฯลฯ สัมมาวายามะ อันใด นี้เรียกว่าปธานสังขาร ภาววิมุติ เป็นผู้เข้าไปถึงแล้วประกอบแล้วด้วยวิมังสา สมาธิและปธานสังขาร ดังกล่าวมานี้ ด้วยเหตุนี้ จึงเรียกว่า ประกอบด้วย วิมังสาสมาธิปธานสังขาร อย่างนี้¹⁵⁴

คำว่า วิมังสา¹⁵⁵ คือ การพินิจพิจารณาและใช้ปัญญาตรวจสอบหน้าที่ การงานที่ตนทำอยู่ สุดยอดของวิธีทำงานให้สำเร็จอยู่ในอิทธิบาทข้อสุดท้ายนี้ วิมังสา แปลว่า การพินิจพิจารณา หมายความว่า ทำงานด้วยปัญญา ด้วยสมองคิดไม่ใช่สักแต่ว่าทำ คนเราแม้จะรักงานแค่ไหน บากบั่นเพียงใด หรือเอาใจจดจ่ออยู่ตลอดเวลาแต่ถ้าขาดการใช้ปัญญาพิจารณาการงานด้วยแล้ว ผลที่สุดการงานก็คั่งค้างและผิดพลาดจนได้ ประชาชนทั่วไปอาจลองทบทวนตัวเองบ้าง ว่าวันนี้ทั้งวันเราทำอะไรบ้าง สรุปลกับตัวเองว่าทำเพื่ออะไร เราจะได้มีกำลังใจต่อในวันต่อๆ ไป และไม่ทำผิดพลาดซ้ำอีกเช่นเดิม พร้อมกันนั้น เราจะสามารถเห็นหนทางได้ว่าเส้นทางไหนที่จะนำเราสู่ความสำเร็จได้อย่างแท้จริง ๆ

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) กล่าวถึงวิมังสาไว้ว่า วิมังสา แปลว่า ความสอบสวนไตร่ตรอง ได้แก่ การใช้ปัญญาพิจารณาหมั่นใคร่ครวญ ตรวจสอบตรวหาเหตุผล และตรวจสอบข้อยิ่งหย่อน เกินเลย บกพร่องหรือขัดข้อง เป็นต้น ในกิจที่ทำรู้จัก ทดลองและคิดค้นหาทางแก้ไขปรับปรุง ข้อนี้เป็นการใช้ปัญญา ชักนำสมาธิ ซึ่งจะเห็นได้ไม่ยากคนมี วิมังสาเป็นพวกชอบคิด ค้นหาเหตุผล ชอบสอบสวนทดลอง เมื่อทำอะไร ก็คิดพิจารณาทดสอบไป เช่นคิดว่าผลนี้

¹⁵⁴ อภ.วิ. (ไทย) 35/516/298.

¹⁵⁴ ที.ปา. (ไทย) 11/306/198.

เกิดจากสาเหตุอะไร ทำไมจึงเป็นอย่างนี้ ผลคราวนี้เกิดจากปัจจัยที่เป็นองค์ประกอบ เหล่านี้เท่านั้น ลองเปลี่ยนองค์ประกอบนั้นแล้ว ไม่เกิดผลอย่างที่คาดหมาย เป็นเพราะอะไร จะแก้ไขที่จุดไหน ฯลฯ เป็นเหตุให้จิตแน่วแน่แล่นดิ่งไปกับเรื่องที่พิจารณา ไม่ฟุ้งซ่านไม่วกแวก และมีกำลัง เรียกว่าวิมังสาสมาธิ ซึ่งจะมีประธานสังขาร คือ ความเพียรสร้างสรรค์เกิดมาด้วย เช่นเดียวกับสมาธิข้อ อื่น ๆ¹⁵⁶

แสงอรุณ โปรงธุระ กล่าวถึงวิมังสาไว้ว่า วิมังสา ใช้ปัญญาสอบสวน คือ หมั่นใช้ปัญญาพิจารณาใคร่ครวญ ตรวจตราหา เหตุผลและตรวจสอบข้อที่ยังหย่อนเกินเลย บกพร่อง ชัดข้อง เป็นต้น ในสิ่งที่ทำนั้น โดยรู้จักทดลองวางแผน วัดผล คิดค้นวิธีแก้ไขปรับปรุง¹⁵⁷ พิชุร มลิวลีย์ กล่าวถึงวิมังสาไว้ว่า วิมังสา ความหมั่นตรึกตรองพิจารณาเหตุผลในสิ่งนั้น เมื่อทำสิ่งใดด้วยความรู้จักไตร่ตรองรู้จักพิจารณาใคร่ครวญ รู้จักพินิจพิเคราะห์ ทดลอง ทดสอบ (เข้าใจ)¹⁵⁸ สุชีพ ปุญญานุภาพ ได้ให้คำแปลวิมังสาในอิทธิบาท 4 ไว้ 2 ทาง คือ หนึ่ง แปลว่า ข้อปฏิบัติ ที่ให้รู้ฤทธิ์ อีกอย่างหนึ่งแปลว่า ข้อปฏิบัติที่ให้บรรลุถึงความสำเร็จ และได้ให้ความหมายอิทธิบาท 4 ไว้ดีกว่า เป็นคุณให้บรรลุความสำเร็จ 4 อย่าง ได้แก่ วิมังสา ใช้ปัญญาพิจารณาสอบสวน¹⁵⁹

ดังนั้น วิมังสา มีปัญญาพิจารณาสິงใหม่ ๆ ประเมินผลเพื่อพัฒนา โดยประชาชนทั่วไปควรนำหลักวิมังสาในอิทธิบาท 4 มาใช้ในการพัฒนางานเพื่อใช้แก้ปัญหาต่าง ๆ เหล่านี้ คือ ทำให้ผู้ปฏิบัติหน้าที่มีการใช้ปัญญาพิจารณาหมั่นใคร่ครวญตรวจตราหาเหตุผล เพื่อให้การพัฒนางานนั้นสำเร็จ หากทำงานโดยเอาใจจดจ่ออยู่ตลอดเวลา แต่ถ้าขาดการใช้ปัญญาพิจารณางานด้วยแล้ว ผลที่สุดงานก็คั่งค้างและผิดพลาดจนได้

¹⁵⁶ พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม**, หน้า 842-844.

¹⁵⁷ แสงอรุณ โปรงธุระ, **พุทธศาสตร์**, หน้า 228-229.

¹⁵⁸ พิชุร มลิวลีย์, **แบบเรียนวิชาธรรมและนักธรรมชั้นตรี**, หน้า 19-20.

¹⁵⁹ สุชีพ ปุญญานุภาพ, **คุณลักษณะพิเศษแห่งพระพุทธศาสนา**, หน้า 19.

3.2.4 พุทธธรรมด้านสันติสุข (Peace)

หลักพุทธธรรมที่สำคัญซึ่งจะช่วยให้เกิดความสันติสุขแก่ชุมชน ซึ่งมีธรรมะสำคัญคือ

3.2.4.1 พุทฺการธรรม 2 (Supportive Virtue)

พุทฺการธรรม 2 ต่อพันธกิจด้านสันติสุข โดยสติเป็นธรรมที่มีอุปการะมากควบคู่กันกับสัมปชัญญะความรู้ตัว หากมีสติแล้วสัมปชัญญะก็เกิดขึ้นโดยอัตโนมัติ เพราะเป็นธรรมที่เกี่ยวข้องกันโดยธรรมชาติของมนุษย์เราเช่น เมื่อเรามีสติเห็นรูปอย่างใดอย่างหนึ่งความรู้ตัวว่ารูปนี้เป็นอะไร โดยสมมุติสัจจะก็จะปรากฏในทางมโนทวารทันทีเช่นเดียวกันสติสัมปชัญญะ เป็นหลักธรรมที่มีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์ทุกคนดังนั้นผู้วิจัยจะได้ศึกษาหลักธรรมทั้ง 2 ข้อตามประเด็นดังนี้คือ

1) สติ (Mindfulness)

สติการต่อเสริมสร้างสุขภาวะด้านสันติสุข การดำเนินชีวิตของมนุษย์ไม่ว่าจะทำกิจการงานใด ๆ ต้องมีสติ เพราะสติเป็นตัวกำหนด คือการที่จิตนึกถึงสิ่งที่ทำอะไรจะพูดจะทำได้ นึกถึงสิ่งจะทำคำที่พูดไว้แล้วได้ เป็นอาการที่จิตไม่หลงลืม ไม่เผลอเผลอใจคิดขึ้นได้ ระวังยับยั้งใจได้ เรียกอีกหนึ่งว่าความไม่ประมาท คือให้ตื่นตัวอยู่เสมอ ทำให้ไม่เลินเล่อพลั้งเผลอ ป้องกันความเสียหายเป็นต้น เป็นเหตุให้จุกคิด ยับยั้งชั่งใจ และกระตุ้นทำให้นึกถึงชีวิตทำให้เสียสละทำความดีต่าง ๆ ได้ แต่หากขาดสติแล้ว จะเป็นเหตุให้ทำอะไรผิด และเสียหายจำไป ซึ่งจะได้อธิบายดังนี้

สติ หมายถึง ความระลึกได้คือความไม่ประมาทความเป็นอยู่อย่างไม่ขาดสติ หรือความเพียรที่มีสติเป็นเครื่องเร่งเร้าและควบคุมได้แก่การดำเนินชีวิตโดยมีสติเป็นเครื่องกำกับความประพฤติปฏิบัติ และการกระทำทุกอย่างระมัดระวังตัวไม่ยอมถลาลงไปในทางเสื่อม แต่ไม่ยอมพลาดโอกาสสำหรับความดีงาม และความเจริญก้าวหน้าตระหนักในสิ่งที่พึงทำและพึงละเว้นใส่ใจ

สำนึกอยู่เสมอในหน้าที่อันจะต้องรับผิดชอบไม่ยอมปล่อยปละละเลย กระทำการด้วยความจริงจั่งรอบคอบและรุดหน้าเรื่อยไป¹⁶⁰ และสติเป็นคุณที่เกิดขึ้นเองไม่ได้ ต้องทำให้เกิดด้วยการฝึกจิต รวบรวมจิตให้หนึ่งด้วยวิธีต่าง ๆ เช่น ทำสมาธิ สวดมนต์ภาวนา¹⁶¹

สติเมื่อแปลตามรากศัพท์มาจากคำว่า สฺร แปลว่า แล่น คือแล่นไปมา แห่งความรู้ความจำ กล่าวคือ เป็นเครื่องขนส่งความรู้ความจำและปัญญา นำมาใช้ให้ทันเวลาที่ต้องการแต่ไม่ใช่ตัวความรู้ตัวความจำหรือตัวปัญญา คนที่มีความจำดี แต่ขาดสติก็ไม่สามารถนำความรู้ออกมาใช้งานได้ในเวลาที่ต้องการ คนที่มีความจำดีแต่ขาดสติก็ไม่สามารถนึกสิ่งที่ตนจำไว้แต่ก่อนนั้นขึ้นมาได้ คนที่มีปัญญาเฉลียวฉลาดแต่ขาดสติก็ไม่สามารถใช้ปัญญาแก้ไขปัญหาในชีวิตประจำวันได้ การเกิดการกระทบทางตาหูจมูกลิ้นกายใจหากไม่มีสติรู้สึก ไม่มีปัญญาพิจารณาให้รู้แจ้งจิตใจก็ปรุงไปในลักษณะที่ต้องเกิดทุกข์ เพราะในช่วงขณะที่มีการกระทบสัมผัสทางกายทางอารมณ์และตัวสตินั้นเป็นการแล่นไปเชื่อมต่อหรือติดต่อสัมพันธ์ขนส่งธรรมะข้ออื่น ๆ ให้ถึงจุดหมายได้แก่ สติ คือการใช้สติควบคุมกายหรืออารมณ์ไว้แล้วส่งต่อให้ปัญญาพิจารณาให้เห็นความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ของกายหรืออารมณ์ที่มากระทบ ให้ตื่นตัวอยู่ตลอดเวลาระลึกสิ่งที่ทำด้วยปัญญาและพิจารณาจนสามารถดับทุกข์ได้¹⁶²

สติ ตามหลักบาลีไวยากรณ์มาจากคำว่า สฺรติ อิติ สติ ย่อมระลึก สฺร ธาตุในความระลึก สฺรณํ สติ ความระลึก ชื่อว่าสติ คือ ความระลึก¹⁶³

¹⁶⁰ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม**, หน้า 58.

¹⁶¹ พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช), **พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ชุดคำวัต**, พิมพ์ครั้งที่ 3, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สถาบันบันลือธรรม, 2548), หน้า 890.

¹⁶² พุทธทาสภิกขุ, **อานาปานสติภาวนา**, อบรมภิกษุณสวนโมกข์ฯในพรรษา, 2502.

¹⁶³ พระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส, **บาลีไวยากรณ์**, (นครปฐม: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, 2542), หน้า 200.

สติ มีความหมาย 3 อย่างคือ ความระลึกได้ ความเอาใจใส่ ความจำได้¹⁶⁴ ในคัมภีร์อภิธรรมปิฎกได้ให้ความหมายของสติไว้ว่า “สติคือการตามระลึก ความหวนระลึกกิจการที่ระลึกความทรงจำความไม่เลื่อนลอยความไม่หลงลืม คือสติที่เป็นอินทรีย์สติที่เป็นพละสัมมาสตินี้ชื่อว่าสติที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น”¹⁶⁵ คือ ความระลึกได้นี้ก็ได้สำนึกอยู่ไม่เพลา (Sati : mindfulness) ในการปฏิบัติ การเจริญสติ¹⁶⁶

สรุปว่า สติคือความระลึกได้สำนึกอยู่ในความไม่เพลา ความระมัดระวัง ความไม่ประมาท ความไม่หลับ การปฏิบัติกรรมฐานด้วยการใช้สติตามรักษา จิตเน้นการพิจารณาอยู่เฉพาะในร่างกาย ในการยืน เดิน นั่ง นอน ด้วยความ ระลึกรู้อยู่ตลอด ตั้งความรู้สึกไว้กับตัวให้สติเฝ้าดูอารมณ์ และการเคลื่อนไหว ของตนเองกับกิจที่ตนกำลังทำอยู่ตื่นตัวอยู่เสมอไม่ประมาทนอนใจถือเป็นธรรม สำคัญที่ต้องใช้ความเพียรพยายามอยู่ตลอดเวลา

ในการกระทำความเพียรสติมีความสำคัญ เพราะตัวสตินั้นคอยกำกับ ไม่ให้หลงลืม ยิ่งในการประพฤติปฏิบัติดังพระพุทธพจน์ว่า “ภิกษุทั้งหลาย รอยเท้าของสัตว์ที่เหยียบไปบนแผ่นดินทั้งหมดรวมลงในรอยเท้าช้าง รอยเท้า ช้างชาวโลกกล่าวว่าเลิศกว่ารอยเท้าเหล่านั้นเพราะเป็นรอยใหญ่แม้ฉันใดกุศล ธรรมทั้งหมดก็ฉันนั้นเหมือนกันมีความไม่ประมาทเป็นมูลรวมลงในความไม่ ประมาท ความไม่ประมาท บัณฑิตกล่าวว่าเลิศกว่ากุศลธรรมเหล่านั้น ภิกษุ ผู้ไม่ประมาทพึงหวังข้อนี้ได้ว่า จักเจริญอริยมรรคมีองค์ 8 ทำอริยมรรคมีองค์ 8 ให้มาก ภิกษุผู้ไม่ประมาท เจริญอริยมรรคมีองค์ 8 ทำอริยมรรคมีองค์ 8 ให้ มากอย่างไรคือภิกษุในธรรมวินัยนี้”¹⁶⁷

¹⁶⁴ สุชีพญญาณูภาพ, **พจนานุกรมไทย-อังกฤษ**, (นครปฐม: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัย, 2535), หน้า 27.

¹⁶⁵ **อภิ.สง.** (ไทย) 34/52/36.

¹⁶⁶ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ 11, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทสหธรรมิก จำกัด, 2546), หน้า 25.

¹⁶⁷ **อภ.จตุกก.** (ไทย) 21/30/49.

ดังนั้น ความสำคัญของสติมีบทบาทหน้าที่ในรูปแบบต่าง ๆ เช่น ความระลึกรู้ความไม่เลือนลอยความไม่หลงลืม เพราะผู้มีสติคือผู้เจริญสติปัฏฐาน 4 เป็นผู้มีความรู้ตัวทั่วพร้อมเสมอตามที่พระผู้มีพระภาคได้ตรัสแก่ภิกษุทั้งหลายว่า “ภิกษุทั้งหลายภิกษุพึงมีสติสัมปชัญญะอยู่เถิดนี้ เป็นคำพร่ำสอนของเราสำหรับเธอทั้งหลายภิกษุผู้มีสติเป็นอย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย พิจารณาเห็นจิตในจิต และพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ภิกษุผู้มีสติเป็นอย่างนี้”¹⁶⁸

จากพระพุทธพจน์ จะเห็นได้ว่าสติมีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะสติเป็นสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจ และเป็นใหญ่ในธรรมทั้งปวงและเป็นธรรมเครื่องตั้งอยู่ในโลกตามที่พระพุทธเจ้าตรัสความสำคัญของสติว่า

“ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุนิพพาน เพื่อทำให้แจ้งนิพพานทางนี้คือสติปัฏฐาน 4 ประการ สติปัฏฐาน 4 ประการอะไรบ้าง คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีสติพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้”¹⁶⁹

¹⁶⁸ ส.ม. (ไทย) 19/401/258-259.

¹⁶⁹ ที.ม. (ไทย) 10/373/301.

พระพุทธเจ้าตรัสว่า “พราหมณ์อินทรี 5 ประการนี้มีอารมณ์ต่างกัน มีโคจรต่างกันไม่เสวยอารมณ์อันเป็นโคจรของกันและกันอินทรี 5 ประการ อะไรบ้าง คือจักขุนทรี โสตินทรี ฆานินทรี ชิวหินทรี กายินทรี พราหมณ์ใจเป็นที่ยึดเหนี่ยวของอินทรี 5 ประการนี้ที่มีอารมณ์ต่างกันมีโคจรต่างกันไม่เสวยอารมณ์อันเป็นโคจรของกันและกันและใจย่อมเสวยอารมณ์อันเป็นโคจรของอินทรี 5 ประการนี้ ท่านพระโคดมอะไรเป็นที่ยึดเหนี่ยวของใจ ยึดเหนี่ยวสติ ยึดเหนี่ยววิมุตติ ยึดเหนี่ยวนิพพาน พระองค์ตรัสว่า สติเป็นที่ยึดเหนี่ยวของใจ วิมุตติเป็นที่ยึดเหนี่ยวของสติ และนิพพานเป็นที่ยึดเหนี่ยวของวิมุตติ นิพพานไม่สามารถกำหนดที่สุดแห่งปัญหาได้ด้วยว่าพหุมจรรยที่บุคคลอยู่จบแล้วหยั่งลงสู่นิพพานมีนิพพานเป็นเบื้องหน้ามีนิพพานเป็นที่สุด”¹⁷⁰

สติเป็นใหญ่ในธรรมทั้งปวงพระผู้มีพระภาคจึงได้ตรัสเรื่องนี้ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย ถ้าพวกอัญญเดียรถีย์ปริพาชกถามอย่างนี้ว่า ผู้มีอายุทั้งหลาย 1) ธรรมทั้งปวงมีอะไรเป็นมูล 2) ธรรมทั้งปวงมีอะไรเป็นต้นกำเนิด 3) ธรรมทั้งปวงมีอะไรเป็นเหตุเกิด 4) ธรรมทั้งปวงมีอะไรเป็นที่ชุ่มนุมน 5) ธรรมทั้งปวงมีอะไรเป็นประมุข 6) ธรรมทั้งปวงมีอะไรเป็นใหญ่ 7) ธรรมทั้งปวงมีอะไรเป็นยอดเยี่ยม 8) ธรรมทั้งปวงมีอะไรเป็นแก่น 9) ธรรมทั้งปวงมีอะไรเป็นที่หยั่งลง 10) ธรรมทั้งปวงมีอะไรเป็นที่สุด เธอทั้งหลายถูกถามอย่างนี้แล้วควรตอบพวกอัญญเดียรถีย์ปริพาชกเหล่านั้นอย่างนี้ว่า ผู้มีอายุทั้งหลาย 1) ธรรมทั้งปวงมีฉันทะเป็นมูล 2) ธรรมทั้งปวงมีมนสิการเป็นต้นกำเนิด 3) ธรรมทั้งปวงมีผัสสะเป็นเหตุเกิด 4) ธรรมทั้งปวงมีเวทนาเป็นที่ชุ่มนุมน 5) ธรรมทั้งปวงมีสมมติเป็นประมุข 6) ธรรมทั้งปวงมีสติเป็นใหญ่ 7) ธรรมทั้ง

¹⁷⁰ ที.ม. (ไทย) 10/512/323-324.

ปวงมีปัญญาเป็นยอดยิ่ง 8) ธรรมทั้งปวงมีวิมุตติเป็นแก่น 9) ธรรมทั้งปวงมีอมตะเป็นที่หยั่งลง 10) ธรรมทั้งปวงมีนิพพานเป็นที่สุด”¹⁷¹

ดังนั้น ความสำคัญของสติมีบทบาทและหน้าที่ คือคอยรักษาควบคุม เป็นปกติเช่นสติเป็นเกราะสติเป็นเครื่องตรวจสติเป็นเครื่องตรวจพระพุทธเจ้า เปรียบพระองค์เป็นหมอผ่าตัดที่ใช้สติเป็นเครื่องมือตรวจคือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ที่เป็นพิษ (มีอวิชชา) ที่เกิดจากลูกศรอาบยาพิษ (คือตัณหา) โดยใช้มีดผ่าตัด (คือปัญญาพระอรหิยะ) สติวินัยเป็นอย่างใดคือ ภิกษุทั้งหลายใน ธรรมวินัยนี้ย่อมกล่าวหาภิกษุด้วยอาบัติหนักเห็นปานนี้คือ ปาราชิกหรือใกล้ เคียงปาราชิกว่า

“ท่านผู้มีอายุระลึกได้หรือว่าท่านต้องอาบัติหนักเห็นปานนี้คือ ปาราชิกหรือใกล้เคียงปาราชิกภิกษุนั้นกล่าวอย่างนี้ว่า ท่านทั้งหลาย ข้าพเจ้าระลึกไม่ได้เลยว่า ข้าพเจ้าต้องอาบัติหนักเห็นปานนี้คือปาราชิก หรือใกล้เคียงปาราชิก เมื่อเป็นเช่นนี้สงฆ์พึงให้สติวินัยแก่ภิกษุนั้น อานนทฺสติวินัยเป็นอย่างนี้การระงับอธิกรณ์บางอย่างในธรรมวินัยนี้ ย่อมมีได้ด้วยสติวินัยอย่างนี้”¹⁷²

สติเป็นเกราะกันภัยให้ไปถึงนิพพาน สติจะเป็นเกราะกำบังพาไปถึง เป้าหมายได้สติช่วยป้องกันมรรคมืดมัว 8 นำพาผู้ปฏิบัติไปถึงนิพพาน ทางนั้นชื่อว่าเป็นทางตรงทิศนั้นชื่อว่ามีภัยลด ชื่อว่าไม่มีเสียง ดังประกอบด้วย ล้อคือธรรมหิริเป็นฝาประทุนของรถนั้น สติเป็นเกราะกันของรถนั้น เรากล่าว ธรรมมีสัมมาทิฏฐินำหน้าว่า เป็นนายสารถียานชนิดนี้มีอยู่แก่ผู้ใด จะเป็นสตรี

¹⁷¹ อภ.ทสก. (ไทย) 24/58/126.

¹⁷² ม.อ. (ไทย) 14/89/56.

หรือบุรุษก็ตามผู้นั้นไปใกล้นิพพานด้วยยานนี้¹⁷³ สติมี 10 อย่างคือ 1) ชื่อว่ามีสติเพราะระลึกถึงพุทธคุณ 2) ชื่อว่ามีสติเพราะระลึกถึงธรรมคุณ 3) ชื่อว่ามีสติเพราะระลึกถึงสังฆคุณ 4) ชื่อว่ามีสติเพราะระลึกถึงศีลที่ตนรักษา 5) ชื่อว่ามีสติเพราะระลึกถึงทานที่ตนบริจาคแล้ว 6) ชื่อว่ามีสติเพราะระลึกถึงคุณที่ทำความให้เป็นเทวดา 7) ชื่อว่ามีสติเพราะตั้งสติกำหนดลมหายใจเข้าออก 8) ชื่อว่ามีสติเพราะระลึกถึงความตายที่จะต้องมีเป็นธรรมดา 9) ชื่อว่ามีสติเพราะระลึกทั่วไปในกาย(ให้เห็นว่าไม่งาม) 10) ชื่อว่ามีสติเพราะระลึกถึงธรรมที่สงบระงับคือนิพพาน

สัมมาสติ สติสัมโพชฌงค์ เอกายนมรรค ตรัสเรียกว่าสติ ภิกษุเป็นผู้ประกอบ ประกอบพร้อม ดำเนินไป ดำเนินไปพร้อม เป็นไป เป็นไปพร้อม เพียบพร้อมแล้วด้วยสตินี้ ภิกษุนั้น พระผู้มีพระภาคตรัสเรียกว่า ผู้มีสติ

สรุปว่า สติการต่อเสริมสร้างสุขภาวะด้านสันติสุข สติที่ไม่ประมาทมีสติ มีความไม่ประมาท สติในความหมายของความไม่ประมาทเป็นสติ ในการเจริญสติ ผู้มีสติจะไม่ปล่อยจิตไปในทุจริต 3 ไม่ละเมียดสิกขาบทประพฤตินั้นเหมาะสมหมั่นฝึกตนด้วยการมีสติที่ตั้งมั่นอยู่ในกรรมฐานเป็นต้น

2) สัมปชัญญะ (Awareness)

การดำเนินชีวิตของมนุษย์ไม่ว่าจะทำกิจการงานใด ๆ ต้องมีสติและสัมปชัญญะเพราะสติเป็นตัวกำหนด คือการที่จิตนึกถึงสิ่งที่จะพูดจะทำได้ นึกถึงสิ่งจะทำคำที่พูดไว้แล้วได้ เป็นอาการที่จิตไม่หลงลืม ไม่ปล่อยไหลลุดคิด ขึ้นได้ ระงับยับยั้งใจได้ เรียกอีกหนึ่งว่าความไม่ประมาทคือให้ตื่นตัวอยู่เสมอ ทำให้ไม่เลินเล่อพลั้งเผลอ ป้องกันความเสียหายเป็นต้น เป็นเหตุให้จุกคิด ยับยั้งชั่งใจ และกระตุ้นทำให้นึกถึงชีวิตทำให้เสียสละทำความดีต่าง ๆ ได้ แต่หากขาดสติแล้ว จะเป็นเหตุให้ทำอะไรผิด และเสียหายร้ายไป สัมปชัญญะธรรมนี้จะทำให้การเสริมสร้างสุขภาวะด้านสันติสุขต่อชุมชนและสังคมได้

¹⁷³ ส.ส. (ไทย) 15/46/60.

สัมปชัญญะ หมายถึง ความรู้ตัว ความรู้สึกอยู่ตลอดเวลา กำลังทำอยู่ พุดอยู่ หรือกำลังคิดอะไรอยู่ ความตื่นตัวในขณะที่ทำงาน หรือยืน เดิน นั่งนอน เป็นต้น ไม่หลง ๆ ลืม ๆ หรือ เลอะเลือนในขณะนั้น พร้อมทั้งรู้ว่าสิ่งที่ทำที่พูด คิดนั้นดีไม่ดี ถูกไม่ถูกอย่างไร เช่นเมื่อความผิดอย่างใดอย่างหนึ่งอยู่เกิดความรู้สึกตัวในขณะนั้นว่า ทำอย่างนี้ไม่ถูกไม่เหมาะ แล้วก็เลิกทำเช่นนั้นได้ความรู้สึกตัวเรียกว่า สัมปชัญญะ ๆ มีอุปการะมาก คนที่มีสัมปชัญญะจะสามารถควบคุมการทำการคิดให้อยู่ในกรอบให้คิดไตร่ตรองอย่างถี่ถ้วนในขณะที่ทำ พุด คิด ทำให้เกิดความรอบคอบ ไม่ผิดพลาดเสียหาย และสามารถละการทำพุด คิดที่ไม่ถูกต้องด้วยตัวเอง¹⁷⁴

สัมปชัญญะแบ่งออกเป็น 4 อย่างคือ 1) สาตถกสัมปชัญญะ คือ รู้ชัดว่ามีประโยชน์หรือตระหนักในจุดหมาย คือรู้ตัวตระหนักชัดว่าสิ่งที่ทำนั้นมีประโยชน์ตามความมุ่งหมายอย่างไรหรือไม่ หรือว่าอะไรควรเป็นจุดมุ่งหมายของการกระทำนั้น 2) สัมปายสัมปชัญญะ คือ รู้ชัดหรือตระหนักในความเหมาะสมแก่กู่ล คือรู้ตัวตระหนักชัดว่าสิ่งของนั้นการกระทำนั้นที่จะไปนั้นเหมาะสมกับคนกู่ลแก่สุขภาพแก่กิจ เอื้อต่อการสละละลดแห่งอกุศลธรรมและการเกิดขึ้นเจริญงอกงามแห่งกุศลธรรมจึงใช้จึงทำจึงไปหรือเลือกให้ 3) โคจรสัมปชัญญะ คือ รู้ชัดว่าเป็นโคจร หรือตระหนักในแดนงานของตน คือ รู้ตัวตระหนักชัดอยู่ตลอดเวลาถึงสิ่งที่เป็นกิจหน้าที่เป็นตวังานเป็นจุดของเรื่องที่ตนกระทำไม่ว่าจะไปไหน หรือทำอะไรอื่นก็รู้ตัวตระหนักอยู่ไม่ปล่อยยให้เลือนหายไป 4) อสัมโมหสัมปชัญญะ คือ รู้ชัดว่าไม่หลง หรือตระหนักในตัวเนื้อหาสภาวะไม่หลงไหลพันเพื่อนคือ เมื่อไปไหนทำอะไรก็รู้ตัวตระหนักชัดในการเคลื่อนไหว หรือในการกระทำและในสิ่งที่ทำนั้นไม่หลงไม่สับสนเงอะงะพันเพื่อน¹⁷⁵

¹⁷⁴ พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช), **พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ชุดคำวัต**, หน้า 1092.

¹⁷⁵ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, พิมพ์ครั้งที่ 11, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทเอสอาร์พริ้นติ้งแมสโปรดักส์ จำกัด, 2551), หน้า 433.

สรุปว่า สัมปชัญญะคือ การรู้สึกตัวในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันว่าควรทำหรือไม่ควรทำเลือกทำสิ่งที่จะไม่เกิดโทษรู้ตัวเองว่ากำลังทำอะไรอยู่ควบคุมตัวเองไม่ให้ความชั่วจะเป็นหลักคอยช่วยสติเพราะเป็นธรรมชาติคือสติสัมปชัญญะระลึกตัวอยู่ตลอดเวลาเพราะสติระลึกได้รอบคอบในสิ่งที่จะกระทำทางกาย วาจา และทางใจ

ความสำคัญของสัมปชัญญะ คือรู้ตัวโดยชอบ มีความไม่หลงเป็นลักษณะ มีความตัดสินใจเป็นรส มีความเลือกเฟ้นเป็นเครื่องปรากฏ สัมปชัญญะนี้ย่อมมีแม้ในฌานต้น ๆ ในตติยฌานนี้ด้วยว่าแม้เพียงแต่อุปจารก็ย่อมไม่สำเร็จแก่ภิกษุผู้ไม่มีสัมปชัญญะเพราะความที่ฌานต้น ๆ ยังหยาบอยู่ความดำเนินไปแห่งจิตยังเป็นการสะดุดจุกการที่บุรุษเดินไปบนพื้นราบ ย่อมเป็นการสะดุด ฉะนั้น สัมปชัญญะในฌานเหล่านั้นจึงยังไม่ชัดแต่เพราะความที่ตติยฌานนี้ละเอียดเข้าเพราะละองค์ที่หยาบได้จำปรารณาความดำเนินไปแห่งจิตมีสัมปชัญญะจุกการที่คนเดินไปบนพื้นอันแหลมคม ฉะนั้น¹⁷⁶ สัมปชัญญะทำให้ไม่หลงลืม ผู้ไม่มีสัมปชัญญะเป็นการไร้ความสามารถในการระลึกเช่นกันด้วยการหลงลืมสติเป็นธรรมหนึ่งในอสังขธรรม ธรรมที่ไม่ดี 7 ประการคือ 1) เป็นผู้ไม่มีศรัทธา 2) ไม่มีหิริ 3) ไม่มีโอตตปปะ 4) มีสุตะน้อย 5) เกียจคร้าน 6) หลงลืมสติ 7) มีปัญญาทรม¹⁷⁷

สรุปว่า สัมปชัญญะต่อการเสริมสร้างสุขภาวะด้านสันติสุข เพราะสัมปชัญญะ คือ ความรู้เท่าทันความรู้เท่าถึงการเห็นเหตุแล้วคาดว่าผลลัพธ์อะไรจะตามมา คือการมองภาพกว้างมองหน้า และมองหลังรู้เท่าทันกับสิ่งที่มากระทบ กล่าวได้ว่าสัมปชัญญะคอยเป็นเกราะป้องกัน ไม่ว่าจะเรื่องอะไรก็ตามสามารถรู้เท่าทัน และช่วยระดมปัญญาแก้ปัญหาได้เท่าทัน

¹⁷⁶ วิสุทธิ. (ไทย) 2/177.

¹⁷⁷ อภ.วิ. (ไทย) 35/950/607.

พหุการธรรม 2 ต่อการเสริมสร้างสุขภาวะด้านสันติสุข ดังตัวอย่างที่พบในสมัยพุทธกาล เรื่องชวานากับบอสรพิช พระพุทธเจ้าได้เสด็จประทับ ณ กรุงสาวัตถี มีชวานาผู้หนึ่งได้ติดข้ายพระญาณของพระองค์จึงได้เสด็จไปยังที่นาของชวานานั้น พร้อมกับพระอานนท์ ในที่แห่งนั้นชวานาได้ตื่นแต่เช้าเพื่อไปทำนาเหมือนเช่นเคย เมื่อไปถึงที่นาลงมือทำนา ครั้นได้เห็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเสด็จมาพร้อมกับพระอานนท์จึงได้เข้าไปกราบพระผู้พระพุทธเจ้าไม่ได้ตรัสคำใด ๆ แก่ชวานา เพียงรับการกราบไหว้ของชวานาแล้วเสด็จเลยไปในที่พอกแก่ชวานาจะได้ยินพระสุรเสียงได้ พระพุทธองค์ทรงรับสั่งแก่พระอานนท์ว่า อานนท์ เธอเห็นไหมบอสรพิช พระอานนท์กราบทูลว่า เห็นพระเจ้าข้าแล้วพระพุทธองค์ได้เสด็จจากไป ชวานานั้นได้ยินพระดำรัสของพระพุทธเจ้าและพระอานนท์ สำคัญว่ามีงูเห่าอยู่ในที่นาของตนจึงได้หิบบัญชีมาหมายจะตีงูเห่าให้ตาย¹⁷⁸ ชวานาเดินมาถึงที่ ที่พระผู้มีพระภาคได้ยินประทับเมื่อครู่ ไม่เห็นบอสรพิชแต่อย่างใด กลับพบเห็นถุงเงินตกหล่นอยู่ที่คันทนา เมื่อหิบบินขึ้นมาดูพบว่า มีเงินอยู่ในห่อถึง 1,000 กหาปณะ เข้าใจว่าคงจะมีใครทำตกไว้ ความยินดีพอใจเกิดขึ้นแก่ชวานาโดยมิทันปรารถนาพระดำรัสของพระผู้มีพระภาคกับพระอานนท์แม้แต่น้อย จึงได้หิบบ่เงินนั้นเดินไปที่ท้ายคันทนาแล้วขุดหลุมฝังเงินไว้ แล้วไปทำนาเหมือนไม่มีอะไรเกิดขึ้นคิดถึงเงิน 1,000 กหาปณะนั้นอยู่ ที่มาของเงินถุงนั้นก็มิได้อยู่ที่คันทนาวันเกิดเหตุ โจรกลุ่มหนึ่งได้พากันมุดอุโมงค์ท่อน้ำ เพื่อแอบเข้าไปยังหมู่บ้านแล้วได้เข้าไปปล้นเงินในบ้านของเศรษฐีผู้หนึ่งได้กวาดเอาทรัพย์สินเงินทองไปเป็นจำนวนมาก แล้วได้จากไปในยามดึกนั่นเอง ครั้นลอดออกพ้นจากอุโมงค์ท่อน้ำแล้วพากันหลบหนีมาจนถึงที่นาของชวานานั้น โจรผู้หนึ่งขณะปล้นทรัพย์ของเศรษฐีเกิดยักษ์ออกเงินจำนวน 1,000 กหาปณะใส่ห่อไว้เหน็บซ่อนไว้ที่แถวในขณะที่มีการแบ่งทรัพย์สินของพวกโจรทั้งหลาย ปรากฏว่าถุงเงินที่โจรผู้นั้นแอบยักยอกไว้เกิดหล่นลงไปที่พื้นดินโดยไม่มีใครมองเห็น

¹⁷⁸ ชุ.ธ.อ. (ไทย) 1/449.

เพราะเป็นเวลากลางคืน พวกชาวบ้านได้ออกตามรอยเท้ากลุ่มโจรที่ผ่านอุโมงค์น้ำ ตามมาจนถึงที่นาของชาวนา¹⁷⁹ จากนั้นเห็นรอยเท้าใหม่ของชาวนาติดตามไปจนถึงบริเวณที่ชาวนาขุดหลุมฝัง ห่อเงินไว้ได้ขุดขึ้นมาแล้วพบห่อเงินสำคัญว่าชาวนานั้นเป็นหนึ่งในกลุ่มโจร จึงได้กรูกันเข้ามาทำร้ายชาวนาแล้วมัดมือไพล่หลังนำส่งพระราชเจ้าให้ลงโทษ พระราชาตัดสินประหารชีวิตชาวนา ราชบุรุษจึงได้นำชาวนาที่ถูกมัดมือไพล่หลังนั้นนำตัวไปเพื่อประหารชีวิต ระหว่างทางชาวนาได้สำนึกผิดและระลึกถึงคำของพระผู้มีพระภาคขึ้นมาจึงสะท้อนใจว่าตัวเองไม่เฉลียวใจในคำว่า อสรพิษเลยจึงคร่ำครวญร้องไห้แล้วกล่าวขึ้นมาว่า อานนท์ เธอเห็นไหม อสรพิษ เห็นพระเจ้าข้า อสรพิษร้าย ชาวนากล่าวไปมาอยู่อย่างนี้ พวกราชบุรุษได้ยินจึงถามชาวนาว่า ทำไมจึงกล่าวอ้างพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเช่นนั้น ชาวนาจึงเล่าเรื่องราวให้ราชบุรุษฟัง ราชบุรุษจึงได้กราบทูลขอพระราชเจ้าให้สอบสวนใหม่ ชนทั้งหลายจึงพากันไปเข้าเฝ้าพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้กราบพระผู้มีพระภาคแล้วได้ถามเรื่องของชาวนาแก่พระพุทธรองค์ พระพุทธรองค์ตรัสรับรองว่าเป็นจริงแล้วตรัสว่า “บุคคลกระทำความดีแล้วย่อมเดือดร้อนในภายหลัง เป็นผู้มีหน้าชุ่มด้วยน้ำตาร้องไห้ เสวยผลของกรรมอยู่กรรมนั้นอันบุคคลทำแล้วไม่ดีเลยไม่ควรทำ”¹⁸⁰

สรุปว่า ชาวนาคนนั้นไม่มีสติ และสัมปชัญญะกำกับเลยถูกทางราชการจับตัวไป เพราะไม่ได้กล่าวความจริงเรื่องทรัพย์ที่ตนได้มา ในเวลาต่อมาชาวนามีสติและสัมปชัญญะนึกถึงคำพูดที่พระพุทธรเจ้าสนทนากับพระอานนท์ว่า ทรัพย์นั้นเป็นอสรพิษจึงได้บอกกับทางราชการไปจนตัวเองได้รับการปล่อยตัว เพราะสติและสัมปชัญญะช่วยการเสริมสร้างสุขภาวะด้านสันติสุขของบุคคลในครอบครัว

¹⁷⁹ ชุ.ธ.อ. (ไทย) 1/450.

¹⁸⁰ ชุ.ธ.อ. (ไทย) 1/452.

3.2.5 พุทธธรรมด้านศึกษาสงเคราะห์ (Education Welfare)

ด้านการศึกษาสงเคราะห์มีหลักธรรมสำคัญที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้เพื่อสนับสนุนและพัฒนาเนื้อหาของความรู้ การจัดการศึกษาเพื่อให้มีการพัฒนาทางกาย วาจาและใจ ดังนี้

3.2.5.1 ไตรสิกขา 3 (Three Trainings)

ไตรสิกขา 3 ต่อพันธกิจด้านศึกษาสงเคราะห์ พระพุทธศาสนาได้ให้ความสำคัญกับหลักไตรสิกขาเป็นอย่างมาก เนื่องจากเป็นระบบปฏิบัติธรรมที่เป็นพื้นฐานกว้างขวางครอบคลุมและใช้เป็นมาตรฐานของการปฏิบัติมากที่สุด เมื่อฝึกศึกษาแล้วก็จะเกิดเป็นการดำเนินชีวิตที่ดี¹⁸¹ ไตรสิกขาจึงเป็นกระบวนการที่สำคัญในการพัฒนามนุษย์ คือ การจัดตั้งระบบระเบียบแบบแผนเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตและการอยู่ร่วมกันของมนุษย์ ดังพุทธโอวาทที่แสดงถึงความสำคัญของไตรสิกขา คือ 1) ไตรสิกขาเป็นหลักธรรมใหญ่เพื่อกำจัดกิเลสดังอนุพุทธสูตรกล่าวถึงหลักธรรมสี่ประการเพื่อถอนภวตัณหา คือ อริยศีล อริยสมาธิ อริยปัญญา และอริยวิมุตติ¹⁸² 2) ไตรสิกขารากฐานที่สำคัญของพระวินัย ดังวัชชีปุตตสูตรได้กล่าวถึงแนวทางการปฏิบัติตามสิกขาบท โดยพระพุทธองค์ตรัสว่า “หากปฏิบัติตามไม่ครบถ้วนบริบูรณ์ ฟังศึกษาปฏิบัติไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ และ ปัญญาเพื่อการละระคะ โทสะ และโมหะ”¹⁸³ 3) ไตรสิกขาเป็นกระบวนการฝึกศึกษาพัฒนามนุษย์ ดังปฐมสิกขาสูตรกล่าวถึงผู้ที่ปฏิบัติตามไตรสิกขาบริบูรณ์แล้วจะสามารถบรรลุขั้นใดขั้นหนึ่ง และย่อมหลุดพ้นจากอาสวะกิเลสทั้งปวง¹⁸⁴

¹⁸¹ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, พิมพ์ครั้งที่ 3, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2529), หน้า 546.

¹⁸² **อภ.จตุกก.** (ไทย) 21/1/1-2.

¹⁸³ **อภ.ติก.** (ไทย) 20/85/310-311.

¹⁸⁴ **อภ.ติก.** (ไทย) 20/87/312-314.

พระพุทธศาสนาได้ให้ความสำคัญกับหลักของไตรสิกขาเป็นอย่างมาก คือ เป็นหลักธรรมสำหรับฝึกมนุษย์ ให้เป็นผู้มีความประพฤติดี มีจิตใจดี มีปัญญาดี ตัวการฝึกที่จะให้มีชีวิตที่ดั่งงามเป็นสิกขา ตัวชีวิตที่ดั่งงามที่เกิดจากการฝึกนั้นก็เป็นมรรคมี 3 ประการคือ

(1) ศิลสิกขา (Morality) เพื่อสร้างสุขภาวะเชิงพุทธด้าน ศึกษาสงเคราะห์

การนำศิลสิกขาต่อการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธด้านศึกษาสงเคราะห์ หลักศิลเป็นหัวใจหลักอย่างแรกของพระพุทธศาสนา ซึ่งเป็นเรื่องการฝึกฝนพฤติกรรมของคน โดยอาศัยระเบียบวินัยเป็นเครื่องมือในการฝึกฝนตนเอง และเนื่องจากวินัยเป็นตัวการจัดเตรียมชีวิตให้อยู่ในสภาพที่เอื้ออำนวยต่อการพัฒนา ด้วยการจัดระเบียบความเป็นอยู่ การดำเนินชีวิต และการอยู่ร่วมกันในสังคมให้เหมาะสมเพื่อการพัฒนา และพร้อมที่จะรับโอกาสในการพัฒนา วินัยจึงเป็นจุดเริ่มต้นในการพัฒนาชีวิต เมื่อบุคคลได้รับการฝึกจนเกิดพฤติกรรมเคยชินที่ดีตามวินัยนั้นแล้ว ศิลก็จะตามมา¹⁸⁵

ศิลตามพัญจนะ แปลว่า ปกติ ความปกติ หรือปกติภาวะตามธรรมดา แต่โดยอรรถเล็งถึงข้อปฏิบัติที่กระทำแล้ว ทำให้เกิดความปกติ ซึ่งโดยความหมาย คำว่า ศิล หมายถึง ระเบียบที่ได้บัญญัติขึ้นสำหรับประพฤติปฏิบัติ เพื่อให้เกิดภาวะปกติขึ้นที่กาย วาจา ...หรือกล่าวให้กระชับว่า ศิลเป็นกฎของธรรมชาติเกี่ยวกับความปกติสุข ทางวัตถุหรือ ทางกายของบุคคล และสังคม¹⁸⁶

ระดับของศิลสามารถมองได้หลายแง่พระธรรมปิฎกได้กล่าวถึงระดับของศิลไว้ในหนังสือพุทธธรรม มี 2 อย่างคือ 1) ศิลในระดับธรรมหรือระดับที่ยังเป็นธรรมคือ ข้อแนะนำสั่งสอน หรือหลักความประพฤติที่แสดง และบัญญัติ

¹⁸⁵ พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), *จะพัฒนาคนกันได้อย่างไร*, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร : สหธรรมิก, 2539), หน้า 37-49.

¹⁸⁶ พุทธทาสภิกขุ, *หลักปฏิบัติเกี่ยวกับ ทาน ศิล สมาธิ*, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ม.ป.ป.), หน้า 211-215.

ไปตามกฎธรรมดาแห่งความดีความชั่วที่เรียกว่ากฎแห่งกรรม ผู้ ทำดี ทำชั่ว หรือรักษาศีลละเมิดศีล ย่อมได้รับผลดีผลชั่วตามธรรมดาเหตุปัจจัย หรือกฎ แห่งกรรมนั้น 2) ศีลในระดับวินัย หรือในระดับที่เป็นวินัยคือ เป็นแบบแผนข้อ บังคับที่บัญญัติคือวางหรือกำหนดขึ้นไว้เป็นทำนองกฎหมายผู้ที่ละเมิดถือว่ามิ ความผิดตามกฎหมายของหมู่คณะที่วางไว้¹⁸⁷

การจะดำรงชีวิตให้อยู่ดี และมีปกติสุข จะต้องมียุทธศาสตร์สำหรับการปฏิบัติ ขั้นพื้นฐานคือ การปฏิบัติตามหลักของศีลในเบื้องต้น ได้แก่ ศีล 5 ศีล 8 และ ศีล 227 จึงเป็นข้อประพจน์เพื่อความดีงามสุจริต ทางกาย และวาจา หมายถึง ความสุจริต ทางด้านอาชีพด้วยสาระของศีลนั้นอยู่ที่เจตนาคือ การไม่คิด ล่วงละเมิด คำว่า ละเมิด มองในแง่หนึ่งคือ การละเมิดระเบียบวินัย ละเมิด กฎเกณฑ์ บทบัญญัติพระวินัยที่วางไว้ อีกแง่หนึ่งคือ ละเมิดต่อผู้อื่น หมายถึง เจตนาที่จะเบียดเบียนผู้อื่นนั่นเอง ฉะนั้น ศีลจึงครอบคลุมการไม่ละเมิดวินัย และการไม่เบียดเบียนผู้อื่น เพื่อกำกับความประพฤติของบุคคลในสังคม ส่วนใหญ่มุ่งสนับสนุนการปฏิบัติตามธรรมาให้แน่นแฟ้นยิ่งขึ้น ถ้าฝ่าฝืนต้องได้ รับโทษตามความรับผิดชอบต่อสังคม¹⁸⁸

พระพรหมมิ่งคลาจารย์ได้ใช้ศีลระดับต้น ได้แก่ ศีล 5 เป็นศีลที่มนุษย์ ทุกคนจะต้องรักษา หรือปฏิบัติอยู่เป็นเบื้องต้น เพราะฉะนั้น ศีล 5 นี้ จึงได้ ชื่อว่า นิจศีล เพราะว่า ทำให้มนุษย์มีจิตใจสูงคือ มีใจเป็นมนุษย์ ศีล 5 หรือ เบญจศีล¹⁸⁹ คือ การควบคุมตนให้ตั้งอยู่ในความไม่เบียดเบียน¹⁹⁰ เบญจศีล หรือ ศีล 5 นี้เป็นหลักควบคุมความประพฤติหรือพฤติกรรมเบื้องต้นของมนุษย์ เป็นข้อกำหนดเท่าที่จำเป็นพอที่จะให้สังคมมนุษย์อยู่กันได้อย่างปกติสุข มีชีวิต

¹⁸⁷ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, หน้า 431.

¹⁸⁸ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พุทธธรรม ฉบับขยายความ**, หน้า 768.

¹⁸⁹ **ที.ปา.** (ไทย) 11/286/233.

¹⁹⁰ พระราชวรมณี (ประยูรท์. ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ 4, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2528), หน้า 206.

และทรัพย์สินปลอดภัยตามสมควร¹⁹¹ เบญจศีล ประกอบด้วย

(1) ปาณาติปาตา เวรมณี เว้นจากการปลงชีวิต, เว้นจากการฆ่าการประทุษร้ายกัน เจตนาเป็นเครื่องงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ ในทางปฏิบัติหมายถึง ความประพฤติหรือการดำเนินชีวิตของตนโดยไม่เบียดเบียนชีวิต ร่างกายของผู้อื่นสัตว์อื่น แต่เป็นผู้มีจิตใจประกอบด้วยเมตตากรุณา มีความรักความหวังดีต่อกันเป็นพื้นฐาน บุคคลที่จะล่วงหรือผิดศีลข้อที่ 1 ที่ว่าศีลขานั้นต้องประกอบด้วยองค์คือ ปาณาติบาตนี้มีองค์ 5 คือ 1. ปาโณ สัตว์มีชีวิต 2. ปาณสญญิตา สำคัญว่าสัตว์มีชีวิต 3. วธกจิตต์ จิตคิดจะฆ่า 4. อุปกุกโมพยายามจะฆ่า 5. เตน มรณ สัตว์ตายด้วยความพยายามนั้น เมื่อบุคคลกระทำลงไปประกอบด้วยองค์ 5 ดังกล่าว ศีลข้อที่ 1 นี้ก็จะขาด แต่ถ้าไม่ครบองค์ก็เป็นเพียงต่างพร้อย หรือทะเลเท่านั้น ไม่ขาด

(2) อทินนาทานา เวรมณี เว้นจากการถือเอาของที่เขามิได้ให้, เว้นจากการลักโกง ละเมิดกรรมสิทธิ์ ทำลายทรัพย์สิน เจตนาเป็นเครื่องงดเว้นจากการลักทรัพย์ ในทางปฏิบัติหมายถึง ความประพฤติ หรือการดำเนินชีวิตของคนโดยไม่เบียดเบียนทรัพย์สิน และไม่ละเมิดกรรมสิทธิ์ของผู้อื่น ด้วยการลักขโมยแต่ดำเนินชีวิตโดยมีอาชีพ สุจริต ยุติธรรมหาเลี้ยงชีพโดยชอบเรียกว่า มีสัมมาอาชีวะ ศีลข้อที่สองนี้จะขาดได้ต้องประกอบด้วยองค์คือ อทินนาทานมีองค์ 5 คือ 1. “ปรปริคคหิต” ของนั้นมีเจ้าของหวงแหน 2. “ปรปริคคหิตสญญิตา” ตนก็รู้ว่าของมีเจ้าของหวงแหน 3. “เถยยจิตต์” มีจิตคิดจะลัก 4. “อุปกุกโม” พยายามเพื่อจะลักให้ได้ 5. “เตน ทรณ” ได้ของนั้นมาด้วยความพยายามนั้น

(3) กาเมสุมิฉฉาจารา เวรมณี เว้นจากการประพฤติผิดในกาม, เว้นจากการล่วงละเมิดสิ่งที่ผู้อื่นรักใคร่หวงแหน เจตนาเป็นเครื่องงดเว้นจากการประพฤติผิดในกาม หมายถึง ความประพฤติหรือการดำเนินชีวิตของตน

¹⁹¹ ไสว มาลาทอง, **คู่มือการศึกษาความดี**, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์การศาสนา, 2542), หน้า 109-113.

โดยไม่เปิดเผยเป็นผู้อื่นทางด้านคู่ครองและไม่ละเมิดกรรมสิทธิ์ในบุคคลผู้เป็นที่รักของผู้อื่น รวมทั้งไม่ผิดประเวณีทางเพศ ไม่ประพฤตินอกใจคู่ครองของตนเองแต่มีใจมั่นคงในคู่ครองของตน สามารถควบคุมอารมณ์ในเรื่องเพศได้ ศีลข้อนี้จะขาดได้ต้องประกอบด้วยองค์คือ กาเมสุมิจฉาจารย์มืองค์ 4 คือ

1. “อคมนียวตถุ” หญิง (ชาย) ต้องห้าม
2. “ตสฺมิ เสวนจิตตํ” จิตคิดจะเสพ
3. “เสวนปปโยโค” ประกอบการเสพ
4. “มคฺเคน มคฺคปฺปฏิปตฺติ” มรรคจรดกัน

(4) มุสาวาทา เวรมณี เว้นจากการพูดเท็จ โทหก หลอกหลวง เจตนาเป็นเครื่องงดเว้นจากการพูดเท็จ เจตนางดเว้นจากการพูดเท็จในทางปฏิบัติ หมายถึงความประพฤติหรือการดำเนินชีวิตที่ปราศจากการเปิดเผยผู้อื่นด้วยวาจาที่เป็นเท็จหลอกหลวง อันเป็นสาเหตุตรวนหรือทำลายประโยชน์ของผู้อื่นแต่มีความซื่อสัตย์ มีสัจจะ รักษาสัจจะ พูดแต่คำจริง คำมีประโยชน์ สمانสามัคคี เท่านั้น ศีลข้อนี้จะขาดได้ต้องประกอบด้วยองค์คือ มุสาวาทมืองค์ 4 คือ

1. “อตุถวตถุ” เรื่องไม่จริง
2. “วิสวาทนจิตตํ” จิตคิดจะพูดเท็จ
3. “ตชฺโช วายาโม” พยายามพูดออกไป
4. “ปรสฺสทตถฺวิชานนํ” คนอื่นเข้าใจเนื้อความนั้น

(5) สุราเมรยมชฺชปมาทภูฏานา เวรมณี เว้นจากน้ำเมาคือสุราและเมรัย อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท, เว้นจากสิ่งเสพติดให้โทษ เจตนาเป็นเครื่องงดเว้นจากการดื่มน้ำเมาคือสุราและเมรัย อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาทในทางปฏิบัติหมายถึง ความประพฤติหรือการดำเนินชีวิตที่ปราศจากการเปิดเผยตนเอง ด้วยการดื่ม สูบ ฉีด สิ่งเป็นพิษให้โทษแก่ร่างกายคือ ยาเสพติดทุกประเภท อันเป็นเหตุให้เกิดความประมาทพลาดพลั้ง เกิดความมัวเมา เสียดสีสัมปชัญญะและทำให้เสียคุณภาพความเป็นคน แต่มีสติระวังตัวมิให้ติดสิ่งเสพติดเหล่านั้น ทั้งสามารถควบคุมใจ ควบคุมอารมณ์มิให้เป็นทาสของสิ่งเหล่านั้นด้วย ศีลข้อนี้จะขาดได้ต้องประกอบด้วยองค์คือ สุราเมรยมชฺชปมาทภูฏานา มืองค์ 4 คือ

1. มทนิยํ น้ำเมา
2. ปาตุกฺกมฺยตาจิตตํ จิตคิดจะดื่มน้ำเมา
3. ตชฺโช วายาโม พยายามดื่มน้ำเมา
4. ปิตฺตปฺปเสวนํ น้ำเมานั้นล่อง

ลาคอลงไป ดังนั้น ศีล 5 เป็นศีลที่มนุษย์ทุกคนจะต้องรักษา หรือปฏิบัติอยู่เป็น
เนื่องนิตย์ เพราะฉะนั้น ศีล 5 จึงได้ ชื่อว่า นิจศีล เพราะว่า ทำให้มนุษย์มีจิตใจสูง
คือ มีใจเป็นมนุษย์ เป็นข้อประพฤติเพื่อความดั่งามสุจริต ทางกาย และวาจาใจ

ในเรื่องมารวัตถุ พระพุทธเจ้าได้ตรัสพระคาถาแก่มารผู้มีบาปว่า
“ศีลนำสุขมาให้ตราบเท่าชรา ศีลหมายถึงศีล 5 ศีล 10 ย่อมเป็นเครื่องประดับ
ทำให้เกิดความงาม และความสุขแก่คนทุกเพศทุกวัย ไม่มีล้าสมัยไร้ตำหนิ
ต่างจากเครื่องประดับภายนอกที่ ทำให้งามเฉพาะเพศหรือวัย ใครที่ใช้เครื่อง
ประดับหรือแต่งกายไม่เหมาะกับเพศหรือวัย ก็จะถูกตำหนิ และถูกสงสัยว่า
เป็นบ้าเสียสติ¹⁹² ศรัทธาที่ตั้งมั่นแล้ว นำสุขมาให้ การได้ปัญญา นำสุขมาให้
การไม่ทำบาปทั้งหลาย ก็ย่อมนำสุขมาให้¹⁹³

ศีลทุกประเภทมีวัตถุประสงค์เพื่อจะรักษาความประพฤติทางกาย วาจา
ให้เรียบร้อยดั่งาม ทำให้สังคมมนุษย์เป็นสังคมอุดมคติที่น่าอยู่ ปราศจากการ
เบียดเบียนกัน และเมื่อมีศีลแล้ว ย่อมส่งผลไปถึงกุศลธรรมทั้งให้เจริญก้าวหน้า
ด้วยคือ ทำจิตให้มีคุณภาพดียิ่งขึ้นและช่วยให้ปัญญาเข้าใจในสรรพสิ่งอย่าง
แจ่มแจ้ง บริสุทธิ บริบูรณ์ ผ่องใส¹⁹⁴ สาระสำคัญและเป้าหมายของศีล ได้แก่
ทำให้ดับทุกข์ได้ตามลำดับดังในกัมมัตถยสูตร ได้กล่าวถึงสาระสำคัญของกุศลศีล
ว่าสามารถเป็นเหตุให้ดับทุกข์ได้ มีกระบวนการดังต่อไปนี้ 1) กุศลศีล
(ศีลที่เป็นกุศล) เป็นเหตุให้เกิด อวิปฏิสาร (ความไม่เดือดร้อนใจ) 2) อวิปฏิสาร
เป็นเหตุให้เกิดปราโมทย์ 3) ปราโมทย์ เป็นเหตุให้เกิดปีติ 4) ปีติ เป็นเหตุ
ให้เกิดปัสสัทธิ 5) ปัสสัทธิ เป็นเหตุให้เกิดสุข 6) สุข เป็นเหตุให้เกิดสมาธิ
7) สมาธิ เป็นเหตุให้เกิดยถาภูตญาณทัสสนะ 8) ยถาภูตญาณทัสสนะ เป็นเหตุ
ให้เกิดนิพพิทาและวิราคะ 9) นิพพิทา และวิราคะ เป็นเหตุให้เกิดวิมุตติญาณ

¹⁹² ขุ.ธ.อ. (ไทย) 7/147.

¹⁹³ ขุ.สุ. (ไทย) 25/333/137

¹⁹⁴ ที.ปา. (ไทย) 11/305/272.

ทัสสนะ 10) วิมุตติญาณทัสสนะ เป็นธรรมสูงสุด¹⁹⁵

ในทีฆนิกายมหาวรรค ได้แสดงคุณค่าของศีลที่เป็นพื้นฐานของ กัลยาณชนทั่วไป มี 5 ประการ คือ 1) มีโรคทรัพย์มาก เพราะความไม่ประมาท 2) มีชื่อเสียงดี 3) เข้าสู่สังคมใดก็กล้าหาญไม่หวั่นเกรง 4) มีสติไม่หลงทำกาละ (ตายอย่างมีสติ) 5) เมื่อถึงคราวสิ้นชีวิตแล้ว ก็ไปสู่สุคติโลกสวรรค์¹⁹⁶ ในพระสูตรเดียวกันนั้น ก็ได้แสดงโทษ หรือ ผลกระทบเสียหายที่เกิดแก่ปัจเจกชน ผู้ฝ่าฝืน หรือ ล่วงละเมิดศีลของตน ไว้ 5 ประการคือ 1) เสื่อมจากโรคทรัพย์ทุกอย่าง เพราะความประมาท 2) เสื่อมชื่อเสียง คนไม่นับถือ ไม่ยกย่องหวาดหวั่น 3) ไม่กล้าหาญเมื่อเข้าสู่สมาคมผู้ดี กลุ่มบัณฑิต 4) ขาดสติทำกาละ (ตายอย่างไม่มีสติ) 5) เมื่อสิ้นชีวิตแล้ว ย่อมจะต้องไปสู่อบายภูมิคือ ทุกคติ วินิบาต นรก¹⁹⁷

เมื่อทราบทั้งฝ่ายดีคือ คุณค่าของศีลและฝ่ายชั่วคือ โทษที่จะติดตามมา เมื่อทำศีลแล้ว จึงพัฒนาตนเองให้เป็นคนมีศีล มีจิตสำนึกอยู่ในใจของตนว่า การเกิดเป็นมนุษย์นี้ยากแสนยากหนอ เราควรทำความดี โดยการรักษากาย และ วาจา ของเราให้ปกติสุข เพราะศีลโดยอรรถ หมายถึง ปกติ เย็น หนัก¹⁹⁸ ดังนั้น จึงควรเป็นคนมีปกติไม่เบียดเบียนคนอื่นคือ ไม่ทำบาปทางกายและวาจา และใจ เพราะศีลรักษาตัวเรา และมีศีลแล้วทำให้หนักแน่นในกุศลธรรมทั้งปวงตามลำดับ

สรุปว่า ศีลสิกขาต่อการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธด้านศึกษาสงเคราะห์ โดยศีลเป็นสิ่งที่ควบคุมการกระทำตลอดจนถ้อยคำที่พูดออกไปไม่ให้เกิดปัญหา แก่ตนเอง และแก่ผู้อื่น ดังนั้น จึงไม่ควรประมาทว่า ศีล เป็นเพียงการควบคุม ทางกาย วาจา เท่านั้น แต่ยังส่งผลทางด้านจิตใจ และสติปัญญาของคนเรอีกด้วย เมื่อฝึกฝนพัฒนาตนได้แล้ว

¹⁹⁵ อง.เอกาทศก. (ไทย) 24/1/1-3.

¹⁹⁶ ที.ม. (บาลี) 10/80/102.

¹⁹⁷ ที.ม. (บาลี) 10/79/101.

¹⁹⁸ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ), **วิปัสสนาญาณโสภณ**, พิมพ์ครั้งที่ 3, (กรุงเทพมหานคร : ศรีอนันต์การพิมพ์, 2546), หน้า 74 - 75.

(2) จิตศึกษา (Mental Training)

จิตศึกษาต่อการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธด้านศึกษาสงเคราะห์ สมาธิเป็นเรื่องของการฝึกฝนอบรมจิตใจ และเป็นการพัฒนาจิตใจให้มีความมั่นคง ตั้งมั่น และทำให้มีคุณภาพทางจิตใจที่ดีขึ้น สมาธิสามารถประพฤติปฏิบัติได้ทั้งเพื่อประโยชน์ต่อความมีชีวิตที่อยู่เป็นสุขของคนทั่วไป และยังเป็น การปฏิบัติ เพื่อนำไปสู่ความหลุดพ้นสำหรับบรรพชิตอีกด้วย แต่อย่างไรก็ตาม สมาธิถือเป็นเรื่องสากลกล่าวคือ ทุกคนสามารถปฏิบัติสมาธิได้ไม่ว่าชาติ ศาสนาใด ทั้งนี้การฝึกสมาธิจะเน้นให้ความสำคัญของการลงมือปฏิบัติด้วยตนเองซึ่งจะทำให้เกิดประสบการณ์ตรงจึงมีผลต่อการพัฒนามนุษย์ในระดับลึก

สมาธิ คือ อาการที่ใจตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียว อย่างต่อเนื่อง หรืออาการที่ใจหยุดนิ่งแน่วแน่ ไม่ซัดส่ายไปมา เป็นอาการที่ใจสงบรวมเป็นหนึ่ง แน่วแน่ มีแต่ความบริสุทธิ์ผ่องใส สว่างไสวผุดขึ้นในใจ จนกระทั่งสามารถเห็นความบริสุทธิ์นั้นด้วยใจตนเอง อันจะก่อให้เกิดทั้งกำลังใจ กำลังขวัญ กำลังปัญญา และความสุขแก่ผู้ปฏิบัติในเวลาเดียวกัน¹⁹⁹

สมาธิ แปลว่า ตั้งใจมั่น ทรงจิตไว้โดยชอบ มี 5 อย่าง คือ 1) สมาธิ 1 ได้แก่ เอกัคคตาสมาธิ 2) สมาธิ 2 ได้แก่ โลกียสมาธิ และ โลกุตตรสมาธิ 3) สมาธิ 3 ได้แก่ ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ และ อัปปนาสมาธิ 4) สมาธิ 4 ได้แก่ ทิฏฐธัมมสุขวิหารสมาธิ ญาณทัสสนสมาธิ สติสัมปชัญญะ 5) สมาธิ และ อาสวัคขสมาธิ 6) สมาธิ 5 ได้แก่ สุขสมาธิ สันตสมาธิ อริยสมาธิ นิรามิสสมาธิ อกาปริสสมาธิ 7) สมาธิ ได้แก่ สมาธิของมหาบุรุษ²⁰⁰ ดังนั้น สมาธิเป็นเรื่องของการฝึกฝนอบรมจิตใจ และเป็นการพัฒนาจิตใจให้มีความมั่นคง ตั้งมั่น และทำให้มีคุณภาพทางจิตใจที่ดีขึ้น ซึ่งในทางพระพุทธศาสนานั้น สมาธิ

¹⁹⁹ พระภิกษุวาณิชคุณ (เผด็จ ทัดตชีโว), **พระแท้**, (ปทุมธานี : โรงพิมพ์วัดพระธรรมกาย, 2545), หน้า 210.

²⁰⁰ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ), **วิปัสสนาญาณโสภณ**, พิมพ์ครั้งที่ 3, กรุงเทพมหานคร : บจก. ศรีอนันต์การพิมพ์, 2546), หน้า 123.

สามารถประพฤติปฏิบัติได้ ทั้งเพื่อประโยชน์ต่อความมีชีวิตที่อยู่เป็นสุขใน
 เพศภาวะของผู้ที่ยังครองเรือน และยังเป็นกรปฏิบัติเพื่อนำไปสู่ความหลุดพ้น
 สำหรับผู้ที่เป็นนักบวชอีกด้วย

สมาธิที่เข้าถึงระดับจิตตวิสุทธิ มี 3 ประเภทคือ 1) อุปจารสมาธิ
 (Access concentration) สมาธิใกล้ฉาน, สมาธิใกล้จะแนบแน่น เป็นสมาธิ
 ชั่วครู่ ชั่วขณะหนึ่ง เป็นสมาธิขั้นต้นที่บุคคลทั่วไปใช้ในการปฏิบัติหน้าที่ในการ
 งานประจำวัน 2) อัปนาสมาธิ (Attainment Concentration) สมาธิแนบแน่น
 สมาธิที่ตั้งได้นานหนอย ใกล้ที่จะได้ฉาน เกิดนิมิตต่าง ๆ เช่นเห็นแสงสว่าง
 อยู่ระยะหนึ่ง 3) ชณิกสมาธิ (Momentary Concentration) สมาธิชั่วขณะ
 สมาธิแน่วแน่ถึงฉาน เป็นการทำสมาธิขั้นสูงสุด สมาธิสองประการแรกคือ
 อุปจารสมาธิ และอัปนาสมาธิ ทำให้เกิดสมาธิอย่างลึกเป็นฉาน ส่วนชณิก
 สมาธิเหมาะกับผู้เจริญวิปัสสนาโดยตรง ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค อุปจารสมาธิ
 เป็นสมาธิที่อยู่ในชั้นมหากุศล หากแต่มีปฏิภาคนิมิตเป็นอารมณ์ทั้งนิวรรณ์
 ต่าง ๆ ก็สงบเงียบ ดังนั้นผู้ที่เข้าถึง อุปจารสมาธินี้จึงเรียกว่า ได้อุปจารฉาน
 อัปนาสมาธิ เป็นสมาธิที่อยู่ในชั้นมหัคคตกุศล มีปฏิภาคนิมิตเป็นอารมณ์ด้วย
 นิวรรณ์ต่าง ๆ ก็ถูกปหาณเป็นวิกขัมภนปหาณด้วย องค์ฉานทั้งหลายเกิดมีกำลัง
 แล้ว เพราะองค์ฉานทั้งหลายเกิดมีกำลังเมื่ออัปนาสมาธิเกิดขึ้นแล้ว จิตตัด
 ภาวังค์วาระเดียวแล้วย่อมตั้งอยู่คือเป็นไปตามทางกุศลชวณะโดยลำดับตลอดทั้ง
 คินทั้งวัน เปรียบเหมือนบุรุษผู้มีกำลังแข็งแรงลุกขึ้นจากที่นั่งแล้ว พึงยืนอยู่ทั้ง
 วัน²⁰¹ ดังในคัมภีร์วิสุทธิมรรคกล่าวถึงความสำคัญของสมาธิว่า “ภิกษุเป็นคณมี
 ปัญญา ดำรงอยู่ในศีลแล้ว มีความเพียร มีความเฉลียวฉลาด เมื่อได้เจริญจิต
 (สมาธิ) และปัญญา (วิปัสสนา) แล้ว จะสามารถสะสมรักษานี้ได้”²⁰² คาถานี้

²⁰¹ พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), **วิปัสสนานัย เล่ม 1**, แปลโดยพระคันธสาราภิวงส์,(นครปฐม
 : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, 2548), หน้า 59.

²⁰² สมเด็จพระพุทธมาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถระ) แปลและเรียบเรียง, **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**, พิมพ์ครั้งที่
 10, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพลส จำกัด, 2554), หน้า 1.

กล่าวถึงขั้นตอนการปฏิบัติก็คือ ต้องรักษาศีลให้บริสุทธิ์ก่อนแล้วจึงค่อยเจริญสมาธิวิปัสสนาเป็นขั้นตอนการปฏิบัติ ตามที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสย้ำกับภิกษุทั้งหลายเมื่อจวนจะดับขันธปรินิพพานว่า “สมาธิที่อบรมด้วยศีล ย่อมมีผลานิสงส์มาก ปัญญาที่อบรมด้วยสมาธิ ย่อมมีผลานิสงส์มาก จิตที่อบรมด้วยสมาธิย่อมหลุดพ้น จากกามาสวะ ภวาสวะ อวิชชาสวะ”²⁰³

ศีลจัดว่าเป็นเบื้องต้น ต้องรักษาศีลให้บริบูรณ์ก่อนจึงค่อยบำเพ็ญสมาธิและปัญญาเป็นลำดับ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคท่านได้เน้นเรื่องการบำเพ็ญให้บริบูรณ์มาก ทั้งยกตัวอย่างภิกษุผู้บำเพ็ญศีลอย่างบริบูรณ์สำรวมในปาติโมกขสังวรแล้วจึงเริ่มบำเพ็ญสมาธิ ในเรื่องนี้ถือได้ว่าวางขั้นตอนการบำเพ็ญศีลสมาธิในภิกษุสูตรว่า

“ภิกษุ เธอจงชำระเบื้องต้นแห่งกุศลธรรมทั้งหลาย อะไรเป็นเบื้องต้นแห่งกุศลธรรมทั้งหลาย ภิกษุในกรณีนี้ เธอจงสำรวมในปาติโมกขสังวร มีอาจารย์สมบุรณ์ เทียวไปมาหาสู่ในสถานที่ไม่ต้องห้าม (อาจารย์โคจรสมฺปนฺโน) โทษเล็ก ๆ น้อย ๆ ก็เห็นเป็นของที่น่ากลัว ตั้งใจศึกษาสำเหนียกสิกขาบททั้งหลาย ภิกษุ เพราะเธอทำได้อย่างนี้แล้ว ต่อแต่นั้น เธอพึงอาศัยศีล ตั้งมั่นในศีลแล้วจงเจริญสติปัฏฐาน 4”²⁰⁴

สรุปว่า หากพิจารณาถึงเหตุใกล้ที่สุดของสมาธิซึ่งคือความสุข ความสุขนี้เป็นความสุขในฉนและเมื่อพิจารณาประกอบกับองค์อื่น ๆ ของฉน ย่อมแสดงให้เห็นถึงคุณภาพของความสุขนั้น กล่าวคือ ความสุขที่ประกอบกับองค์ฉนที่แตกต่างย่อมแสดงถึงคุณภาพของความสุขที่แตกต่าง แม้ในฉนขั้นที่ 5 อุเบกขาจะเข้ามาแทนที่ความสุขก็ยังสามารถแสดงให้เห็นได้ถึงคุณภาพของความสุขขั้นสูงสุดที่ไม่ปรากฏตัวตน โดยที่ไม่ใช่ความทุกข์

²⁰³ ที.ม. (ไทย) 10/142/89.

²⁰⁴ ส.ม. (ไทย) 19/369/213.

(3) ปัญญาศึกษา (Wisdom Training) ต่อการเสริมสร้างสุขภาวะ เชิงพุทธด้านศึกษาสงเคราะห์

พระพุทธศาสนาเน้นหลักของปัญญาคือ มีทั้งปัญญาที่เป็นโลกิยะสำหรับนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ และปัญญาที่เป็นโลกุตระ ซึ่งเกิดจากการฝึกอบรมด้านสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน ปัญญาชนิดนี้เป็นปัญญาที่บริสุทธิ์ ปัญญาทั้งหมดมุ่งเน้นเป็นเครื่องมือนำไปสู่การแก้ปัญหาทั่วไป และเพื่อพ้นจากกิเลสและความทุกข์ระดับต่าง ๆ ซึ่งเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา เพราะอาศัยปัญญาเป็นเครื่องรู้แจ้งในสัจธรรมตามความเป็นจริง แม้พระพุทธเจ้าได้บรรลุพระอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณก็ต้องอาศัยปัญญาเป็นเครื่องนำพาไปสู่จุดมุ่งหมายด้วยเหมือนกัน ดังที่พระพุทธองค์ตรัสสรรเสริญคุณประโยชน์ของปัญญาไว้ว่า “แสงสว่างเสมอด้วยปัญญาไม่มี”²⁰⁵ ในคัมภีร์ขุททกนิกาย มีพุทธพจน์ตรัสถึงปัญญาไว้ว่า

“1) เมื่อใด บุคคลพิจารณาด้วยปัญญาว่า สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง เมื่อนั้นเขาย่อม เบื่อหน่ายในทุกข์ นี่เป็นทางแห่งความหมดจด
2) เมื่อใด บุคคลพิจารณาด้วยปัญญาว่า สังขารทั้งปวงทุกข์ เมื่อนั้นเขาย่อมเบื่อกายในทุกข์ นี่เป็นทางแห่งความหมดจด 3) เมื่อใด บุคคลพิจารณาด้วยปัญญาว่า ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา เมื่อนั้น เขาย่อมเบื่อกายในทุกข์ นี่เป็นทางแห่งความหมดจด”²⁰⁶

ยังมีพุทธพจน์ที่ตรัสไว้ว่า “ปราชญ์ผู้รู้ทั้งหลาย กล่าวว่ ชีวิตของผู้เป็นอยู่ด้วยปัญญาประเสริฐสุด”²⁰⁷ ฉะนั้น ปัญญาจึงจัดว่า เป็นธรรมะที่สำคัญ

²⁰⁵ ส.ส. (ไทย) 15/28/6.

²⁰⁶ ข.เถร. (ไทย) 26/383/126.

²⁰⁷ ข.สุ. (ไทย) 25/12/10.

ที่ควรพัฒนาให้เจริญขึ้นในใจ ที่มีความสำคัญมากสำหรับการคิดดี และสำหรับการทำความดี อันจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับชีวิต

ปัญญา มีความหมายกว้าง ปัญญาเป็นคุณธรรมที่สำคัญมากเพราะปัญญาช่วยในเรื่องการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสันติ ช่วยเป็นแสงสว่างส่องนำทางให้พบกับความสำเร็จ แต่ที่สำคัญปัญญาเป็นเครื่องมือที่จะนำพาไปสู่ความพ้นทุกข์ ในคัมภีร์พระไตรปิฎก ได้กล่าวถึงความหมายของปัญญาไว้ในที่ต่าง ๆ ดังนี้

ปัญญา ตามความหมายในพระไตรปิฎก หมายถึง วิปัสสนาปัญญา ที่รู้แจ้งรู้ชัด ซึ่งสภาวะปกติแห่งรูปธรรมนามธรรม อันเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา อยู่โดยปกติตามธรรมดานั้นเอง²⁰⁸ ปัญญา หมายถึง ความรู้ทั่ว กิริยาที่รู้ชัด ความวิจัย ความเลือกเฟ้น ความสอดส่องธรรม ความกำหนดหมาย ความเข้าไปกำหนดความเข้าไปกำหนดเฉพาะ ภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียดความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ความคิดค้น ความใคร่ครวญ ปัญญาดูจแผ่นดิน ปัญญาเครื่องทำลายกิเลส ปัญญาเครื่องนำทาง ปัญญาเครื่องเห็นแจ้งความรู้ดี ปัญญาดูจปลุก ปัญญา ปัญญินทรีย์ ปัญญาพละ ปัญญาดูจศีลตรา ปัญญาดูจปราสาท ความสว่างคือปัญญา ปัญญาดูจดวงประทีป ปัญญาดูจดวงแก้ว ความไม่หลงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรม²⁰⁹ ในอรรถกถา หมายถึง ปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาเฟ้นในการดับทุกข์ได้²¹⁰ ตามความหมายในคัมภีร์ปกรณ์วิเสส วิสุทธิมรรค หมายถึง การทำวิปัสสนามรรคปัญญาให้เกิดขึ้น อันมีผลมาจากการทำลายกิเลสต่าง ๆ ให้สิ้นไป, การได้เสวยรสของความเป็นพระอรหันบุคคล, การสามารถเข้านิโรธสมาบัติได้, และสำเร็จความเป็นอาหุไนยบุคคล²¹¹

²⁰⁸ วิ.ม. (ไทย) 4/70/40.

²⁰⁹ ขุ.ม. (ไทย) 29/10/54.

²¹⁰ ม.ม. (ไทย) 13 /201-206/239-244.

²¹¹ อจ.เอกก. (ไทย) 20/187/25.

พุทธทาสภิกขุ ได้อธิบายอีกว่า ปัญญา หมายถึง การฝึกฝนอบรม เพื่อทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจอย่างถูกต้องสมบูรณ์ถึงที่สุด ในสิ่งทั้งปวงตามความเป็นจริง คนเราโดยปกติไม่สามารถรู้สิ่งต่างๆ ให้ถูกต้องตามความเป็นจริงได้คือมักรู้ตามความเข้าใจของตนเอง หรือตามที่สมมติกัน จึงไม่ใช่ความรู้ตามความเป็นจริง ด้วยเหตุนี้ ปัญญาเป็นอีกส่วนหนึ่งสุดท้ายสำหรับฝึกฝนอบรมจิตใจให้เกิดความรู้แจ้ง ในสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงได้ จิตที่รู้แจ้งเห็นสิ่งทั้งหลายทั้งปวงตามความเป็นจริง ไม่มีอะไรขัดแย้งไปกว่า ความรู้แจ้งที่เกิดมาจากปัญญา จิตที่เข้าถึงความว่างปราศจากกิเลสตัณหา เป็นจิตที่ประกอบด้วยปัญญาอย่างยิ่ง จิตที่เข้าถึงความว่างจากกิเลสอย่างยิ่งคือจิตที่เข้าถึงพระนิพพาน ดังนั้น ปัญญาที่สูงสุดในทางพระพุทธศาสนา คือ ปัญญา รู้แจ้งพระนิพพาน (โลกุตตรปัญญา)²¹²

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) ได้ให้ความหมายของคำว่า ปัญญา ไว้ว่า คำว่า ปัญญา แปลว่า ความรอบรู้ หมายถึง ความรู้ทั่ว ความรู้ชัดคือรู้ทั่วถึง ความจริง หรือรู้ตรงตามความเป็นจริง ท่านอธิบายขยายความกันออกไปต่างๆ เช่นว่า รู้เหตุรู้ผล รู้ดีรู้ชั่ว รู้ถูกรู้ผิด รู้ควรรู้ไม่ควร รู้คุณรู้โทษ รู้ประโยชน์ ไม่ใช่ประโยชน์ รู้เท่าทันสังขาร รู้องค์ประกอบ รู้เหตุปัจจัย รู้ที่ไปที่มา รู้ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งทั้งหลาย รู้ตามความเป็นจริง รู้ถ่องแท้ รู้เข้าใจสภาวะ รู้คิด รู้พิจารณา รู้วินิจฉัย รู้วิธีที่จะจัดแจงจัดการหรือดำเนินการอย่างไร หากแปลกันอย่างง่าย ๆ ฟั่น ๆ ปัญญาคือความเข้าใจ หมายถึง เข้าใจถูก เข้าใจชัด หรือเข้าใจถ่องแท้ เป็นการมองเห็นลึกลับหรือมองเห็นปัญหา ดังนั้น ปัญญา จึงเป็นเหมือนตัวช่วยชี้แนวทางจิตใจของคนเราให้เดินถูกทาง²¹³

²¹² พุทธทาสภิกขุ, **คู่มือมนุษย์ : ฉบับสมบูรณ์**, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ธรรมสภา, 2534.), หน้า 28.

²¹³ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต), **พุทธธรรม : ฉบับขยายความ**, หน้า 22-23.

พระเทพโสภณ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) ได้อธิบายความหมายของคำว่า ปัญญาไว้ว่า ปัญญา แปลว่า ความรอบรู้ เป็นความหมายของตัวหนังสือ แท้ที่จริงปัญญานั้นเป็นความรู้รอบและรู้สึกคือ ความรู้ 3 มิติ มีความกว้าง มีความยาว มีความหนา ที่ว่ารอบรู้คือ มีความกว้างและมีความยาว เป็นความรู้ที่เป็นระบบต่อเนื่องโยงใยกัน ไม่ใช่ความรู้เป็นจุด เฉพาะเรื่อง หากว่านักเรียนมีความจดจำในเรื่องที่ตนเรียนเฉพาะเรื่อง ข้อนี้ท่านเรียกว่า สัจญา แปลว่า ความจำ ได้หมายรู้ จำได้เป็นเรื่อง ๆ ไม่โยงไปเป็นระบบ ไม่เห็นเหตุไม่เห็นผล ไม่เห็นความสัมพันธ์ใด ๆ เป็นความรู้เฉพาะจุด เหมือนกับคนที่ดูภาพจิ๊กซอว์ซึ่งแยกกันเป็นส่วน ๆ สัจญาเป็นความจำที่เห็นภาพชิ้นส่วนแต่ละส่วน แต่ไม่สามารถเห็นภาพรวมว่า เมื่อเอาชิ้นส่วนมารวมกันนั้น จะเกิดภาพใบหน้าคนหรือภาพอะไร ฉะนั้นที่เรียกว่าปัญญาคือการมองภาพกว้างมองอย่างรู้เท่าและรู้ทัน รู้เท่าเอาไว้ป้องกัน รู้ทันเอาไว้แก้ไข คำว่า รู้เท่า หมายถึง รู้เท่าถึงการณ์ เห็นเหตุแล้วคาดว่าผลอะไรจะตามมา รู้ทันคือรู้ว่าเกิดปัญหาอะไรขึ้น และแก้ไขได้ จับพลันทันทีนี้เป็นความรู้ระดับปัญญา²¹⁴

ปัญญา ความรอบรู้ มีอยู่ 2 ระดับคือ

1) ระดับโลกียปัญญา ปัญญาที่เกี่ยวกับทางโลก เป็นเรื่องของชาวโลก ยังอยู่ในภพทั้ง 3 คือ กามภพ รูปภพ อรูปภพ เป็นปัญญาที่ประกอบด้วย อาสวะกิเลส เป็นปัญญาที่ยังถูกร้อยรัดด้วยกิเลสมีสังโยชน์ เป็นต้น คู่กับ โลกุตตรปัญญา

2) ระดับโลกุตตรปัญญา เป็นปัญญาที่เหนือจากโลก เป็นปัญญาที่พ้นวิสัยของโลก ไม่เนื่องในภพทั้ง 3 คือ กามภพ รูปภพ อรูปภพ เป็นปัญญาที่ประกอบด้วยโลกุตตรมรรคคือ มรรค ผล นิพพาน²¹⁵

²¹⁴ พระเทพโสภณ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต, "ปัญญาภาส", ในวิชาการเทศนา, รวบรวมโดย พระครูปลัด สุธัมมจริยคุณ และคณะ, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ หจก.เอมีเทรตติ้ง, 2544) : หน้า 311–312.

²¹⁵ อภ.สง. (ไทย) 34/911/344.

ในพระไตรปิฎก ได้กล่าวถึงเรื่องบ่อเกิดของปัญญาไว้ 3 ประการคือ

(1) สุตมยปัญญา ปัญญาที่เกิดจากการฟัง²¹⁶ ได้แก่ ปัญญาที่เกิดจากการฟังมาจากผู้อื่น เช่น การศึกษาเล่าเรียนจากครู จากการอ่านหนังสือ จากการฟังบรรยายในการทัศนศึกษา ปัญญาประเภทนี้ มีการพยายามแสวงหากันมากในปัจจุบัน เพื่อให้เกิดมีขึ้นแก่คนในประเทศชาติของตน มีปรากฏให้เห็นได้ทั่วไปทั้งโลก เห็นได้จากการสร้างสถาบันการศึกษาในระดับต่าง ๆ ในแต่ละชาติมากขึ้น มีการผลิตหนังสือตำราเรียน ตลอดถึงการจัดให้มีโฮสเทลทัศนศึกษา โฮสเทลศูนย์ปรณขึ้นมากมาย ดังนั้น สุตมยปัญญา จึงมีความสำคัญมากต่อการพัฒนาตนเอง และสังคมชาติ ผู้มีปัญญาประเภทนี้ เมื่อได้รับการศึกษาดี จนจบปริญญาในระดับต่าง ๆ แล้ว สามารถนำมาเป็นเครื่องมือในการแสวงหาปัจจัยสี่เอาไปประกอบอาชีพ เอาปัญญาระดับนี้มาแก้ปัญหาเรื่องการดำรงชีวิต แก้ปัญหาสังคมประเทศชาติ ตลอดถึงเอาไปสมัครงานเป็นราชการทหาร - ตำรวจ เป็นครูอาจารย์ เพื่อแก้ไขปัญหาเรื่องปากท้อง และป้องกันเหตุร้ายทั้งหลายที่มืออยู่รอบตัวเรา มนุษย์มีความจำเป็นที่ต้องแสวงหาปัญญาชนิดนี้ และเป็นปัญญาที่ทำให้เกิดขึ้นได้ไม่ยากนักในสมัยปัจจุบันนี้ ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ฟังด้วยดี ย่อมได้ปัญญา”²¹⁷

ปัจจัยที่ทำให้เกิดปัญญา ที่สำคัญประการหนึ่งคือการศึกษา ด้วยการคิด การฟัง การศึกษา การอ่าน การเขียน แต่การฟังนั้น ต้องตั้งใจฟังด้วยดี ด้วยจิตที่เป็นสมาธิ จึงจะเกิดปัญญา แต่ถ้าฟังด้วยจิตใจที่ฟุ้งซ่าน ไม่ตั้งใจฟังอย่างจริงจัง ไม่ฟังด้วยความเคารพ ฟังด้วยความง่วงเหงาหาวนอน ปัญญา ย่อมไม่เกิด ในทางพระพุทธศาสนา ยกย่องบุคคลผู้มีสุตะคือความรู้ที่ได้รับมาจากการฟังมามาก จากแหล่งข้อมูลความรู้ที่มีอยู่ภายนอกตัวเราว่า เป็นบุคคลผู้คงแก่เรียน (เป็นพหูสูต) เช่น ผู้ที่มีความจดจำดี เป็นผู้ทรงจำพระไตรปิฎก

²¹⁶ ที.ปา. (ไทย) 11/228/271.

²¹⁷ ส.ส. (ไทย) 15/845/213.

ว่า “เป็นบุคคลที่ยอดเยี่ยม”²¹⁸ คุณสมบัติที่ทำให้ควรได้ชื่อว่าเป็นพหูสูตรผู้คงแก่เรียน ผู้มีความรู้มาก มีองค์ประกอบ 5 ประการคือ 1) พหูสูตร ฟังมากคือได้เล่าเรียนสดับฟังไว้มาก 2) ธตา จำได้คือจับหลักหรือสาระได้ ทรงจำความได้แม่นยำ 3) วจสาปริจิตา คล่องปากคือ ท่องบ่น หรือใช้พูดอยู่เสมอจนแคล่วคล่องชัดเจน 4) มนสาอนุเปกขิตา เฟื่องขึ้นใจคือ ใส่ใจนึกคิดพิจารณาจนเจเนใจ นึกถึงครั้งใด ก็ปรากฏเนื้อความขึ้นสว่างชัดเจนทันที 5) ทิฏฐิยา สุปฏิวิทธา ขบคิดได้ด้วยทฤษฎี หรือแทงตลอดดีด้วยทิฏฐิคือ มีความเข้าใจลึกซึ้ง มองเห็นประจักษ์แจ้งด้วยปัญญา ทั้งในแง่ความหมาย และเหตุผล²¹⁹

(2) จินตามยปัญญา ปัญญาเกิดจากการคิดพิจารณาหาเหตุผลด้วยตนเอง²²⁰ บุคคลผู้ที่ไม่ได้ฟังมาจากผู้อื่น ไม่ได้อ่านจากหนังสือตำราเรียนใด ๆ หรือไม่ได้จากแหล่งค้นคว้าที่คนอื่นทำขึ้น แต่ได้สร้างปัญญาของตนให้เกิดขึ้น ด้วยการคิดค้นทดลองหาเหตุผลด้วยตนเอง จนเกิดปัญญารู้ชัดในเรื่องนั้นขึ้น อย่างเช่นที่นักวิทยาศาสตร์ได้ค้นคิดสิ่งประดิษฐ์ใหม่ ๆ ขึ้นมาเป็นจำนวนมากในยุคปัจจุบัน เพราะอาศัยจินตามยปัญญา ปัญญาชนิดนี้ ในทางพระพุทธศาสนา เรียกว่า โยนิโสมนสิการ การทำไว้ในใจโดยอุบายแยบคายคือการใช้ความคิดให้ถูกวิธี การมองเห็นสิ่งทั้งหลายด้วยการพิจารณาค้นคว้า การแสวงหาเหตุผลตลอดสายตั้งแต่ต้นจนปลาย การแยกแยะวิเคราะห์ด้วยความคิดที่เป็นระเบียบ โดยอุบายวิธีให้เห็นสิ่งนั้น หรือเห็นปัญหานั้นตามสถานะที่เป็นจริง ตามความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย และยังมีสถาบันวิจัยค้นคว้าในเรื่องต่าง ๆ ในสถานศึกษาทางวิทยาศาสตร์เป็นจำนวนมากในปัจจุบัน กำลังสร้างปัญญานี้ให้เกิดขึ้น

²¹⁸ จอม บุญตาเทศ ป., พุทธรวิเทศนา, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อุดมศึกษา, 2501), หน้า 669-688.

²¹⁹ อง.ปญจก. (ไทย) 22/87/84.

²²⁰ ที.ปา. (ไทย) 11/228/271.

ซึ่งพบเห็นได้โดยทั่วไป ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ปัญญา ย่อมมีแก่ผู้เพ่งพินิจ”²²¹ ผู้ที่เพ่งพินิจคือ การทำใจให้เป็นสมาธิ เป็นเหตุปัจจัยให้เกิดปัญญา ถ้าจิตไม่เป็นสมาธิ ปัญญาชนิดนี้ไม่สามารถเกิดขึ้นได้²²²

(3) ภาวนามยปัญญา ปัญญาเกิดจาก การฝึกอบรม หรือปัญญาที่เกิดแต่การฝึกลงมือปฏิบัติ²²³ ปัญหานี้มีความจำเป็นมากในทางพระพุทธศาสนา โดยเฉพาะการพึ่งตนเอง เพราะทำให้ได้ความสงบสุขด้านจิตใจ จนถึงความดับทุกข์ในที่สุด ต้องอาศัยปัญญาที่เกิดจากการเจริญภาวนาซึ่งเป็นปัญญาเชิงประจักษ์ เปรียบเหมือนการที่เราไปจับไฟ แล้วก็รู้ซึ่งถึงความร้อนของมัน เพราะได้จับต้องด้วยตัวของเราเองจัดเป็น ภาวนามยปัญญา การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานจนมีความคล่องแคล่วรู้ทันอารมณ์ทั้งที่น่าพอใจและที่ไม่น่าพอใจ ความโลภ ความโกรธ ความหลงที่จรมาสู่จิต ปัญญาระดับนี้จะลดและตัดโลก โกรธ หลง ในอารมณ์เหล่านั้น ผลจากการลงมือฝึกปฏิบัติจนรู้แจ้งประจักษ์ชัดในสิ่งทั้งปวงตามความเป็นจริงว่า สิ่งทั้งปวง ล้วนเกิดขึ้น ตั้งอยู่และดับไปตามความเป็นจริงของกฎธรรมชาติ ไม่ยึดมั่นถือมั่นให้เกิดทุกข์ ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ปัญญาเป็นแสงสว่างในโลก”²²⁴ โลกนั้นมี 2 ประการคือ ประการแรก โลกภายนอกคือแผ่นดิน และหมู่สัตว์, ประการที่สอง โลกภายในคือ โลกแห่งจิตใจ เป็นการชี้ให้เห็นว่า ผู้ที่มีปัญญา แสงสว่างภายในจิตใจ สามารถมองเห็นถึงสัจธรรม มองเห็นความมืดคืออวิชชา และโมหะได้ ปัญญาจึงเป็นแสงสว่างในโลกแห่งจิตใจ สามารถส่องสว่างเห็นเหตุผล ส่องนำทางดำเนินชีวิตตามแนวทางอริยมรรคได้อย่างถูกต้อง ควรหันมาเจริญวิปัสสนาภาวนาเพื่อให้เกิดปัญญากันให้มาก เพราะว่าเมื่อชีวิตของเราเกิดปัญญาขึ้นแล้ว จะทำให้มีความสงบสุขทั้งภายนอก และภายใน เป็นความสุขที่สงบเย็น โดยไม่ต้องอาศัย

²²¹ ที.ปา. (ไทย) 11/228/271.

²²² จอม บุนนาค ป., พุทธวิธีเทศนา, หน้า 669 - 688.

²²³ ที.ปา. (ไทย) 11/228/271.

²²⁴ ส.ส. (ไทย) 15/80/85.

วัตถุสิ่งของใด ๆ ภายนอกร่างกายของเรา ดังพุทธพจน์ที่ว่า “การได้เฉพาะซึ่ง ปัญญา นำมาซึ่งความสุข”²²⁵

ปัญญา เป็นปัจจัยให้เกิดความสงบสุข การได้ปัญญาเท่ากับได้แก้วสารพัดนึก เป็นโลกุตตรปัญญา ฉะนั้น ปัญญาชนิดนี้จึงมีอานิสงส์มากเป็นเครื่องนำพาชีวิตให้พบกับประโยชน์สูงสุดคือ พระนิพพาน จึงไม่จำเป็นต้องกล่าวถึงปัญญาที่จะนำไปสู่ประโยชน์สุข ที่เป็นโลกียปัญญา ที่แสวงหาได้ไม่ยากนัก²²⁶

ดังนั้น ปัญญาทุกระดับดังที่กล่าวมาแล้วนี้ ควรฝึกเจริญให้เกิดมีขึ้นในตน ยิ่งมีมากเพียงใด ก็จะเป็นที่พึ่ง เป็นเครื่องมืออำนวยความสะดวกในการประกอบอาชีพ ในการแก้ปัญหา และป้องกันรักษาสิ่งชั่วร้ายต่าง ๆ ไม่ให้เกิดขึ้นในชีวิต ในสังคมที่ตนอาศัยอยู่ จนกระทั่งถึงความดับทุกข์ได้อย่างสิ้นเชิง ปัญญามีจุดมุ่งหมายสำคัญคือ ความหลุดพ้นจากกองทุกข์ ผู้ที่บรรลุดมยาน เรียกว่าเจโตวิมุต คือการหลุดพ้นด้วยการปฏิบัติสมถกรรมฐาน ส่วนผู้ที่บรรลุปัญญา เรียกว่า ปัญญาวิมุต และผลของการเจริญปัญญาโดยอาศัยมยาน เป็นบาทฐานนี้ทำให้ผู้ปฏิบัติได้รับความสามารถพิเศษคือ มีฤทธิ์ต่าง ๆ เช่น มีหุทิพย์ เป็นต้น ทั้งยังหลุดพ้นจากกิเลสราคะ ทำให้ล่วงพ้นภพต่าง ๆ ได้

ตัวอย่างไตรสิกขาเพื่อการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธด้านศึกษาสงเคราะห์

ในเขตตสุตร สมัยพุทธกาล พระพุทธองค์ทรงส่งเสริมการอนุรักษ์เกี่ยวคู่กับสิ่งแวดล้อมของชาวนา โดยตรัสว่า

“ภิกษุทั้งหลาย ชาวนามีกิจที่ต้องทำในเบื้องต้น 3 ประการนี้ กิจที่ต้องทำในเบื้องต้น 3 ประการ คือ คหบดีชาวนาในโลกนี้ในเบื้องต้น

²²⁵ ชุ.ธ. (ไทย) 25/33/33.

²²⁶ จอม บุญตาเทศ ป., พุทธวิธีเทศนา, หน้า 669 - 688.

1) ต้องไถคราดนาให้เรียบร้อย 2) ต้องเพาะพืชลงไปตามกาลที่ควร
 3) ต้องไขน้ำเข้าบ้าง ระบายน้ำออกบ้างตามกาลที่ควร ชาวนามีกิจที่
 ต้องทำในเบื้องต้น 3 ประการนี้ฉันใด ภิกษุก็ฉันนั้นเหมือนกันมีกิจที่
 ต้องทำในเบื้องต้น 3 ประการนี้ กิจที่ต้องทำในเบื้องต้น 3 ประการ คือ
 1) การสมาทานอธิศีลสิกขา 2) การสมาทานอธิจิตตสิกขา 3) การ
 สมาทานอธิปัญญาสิกขา ภิกษุมีกิจที่ต้องทำในเบื้องต้น 3 ประการนี้
 ฉะนั้น เธอทั้งหลายพึงสำเหนียกอย่างนี้ว่า เราจักมีความพอใจอย่าง
 ยิ่งในการสมาทานอธิศีลสิกขา เราจักมีความพอใจอย่างยิ่งในการ
 สมาทานอธิจิตตสิกขา เราจักมีความพอใจอย่างยิ่งในการสมาทาน
 อธิปัญญาสิกขา ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายพึงสำเหนียกอย่างนี้”²²⁷

จากหลักธรรมของชาวนาในเขตตสุตร โดยหลักธรรม 3 ประการดัง
 ที่กล่าวมาย่อมทำให้ประชาชนทั่วไปเข้าถึงหลักธรรมที่พระพุทธองค์ทรงสั่ง
 สอนให้เห็นในจริยาวัตรของคนดีทั้งหลายล้วนแต่มีความกตัญญูทเวที่ทั้งสิ้น
 ดังเช่นที่พระองค์ได้เป็นผู้มีความกตัญญูต่อธรรมชาติและได้ทรงแสดงความ
 กตัญญูต่อธรรมชาติแวดล้อม ตลอดระยะเวลา 45 พรรษาของพระองค์ทรง
 แสดงให้เห็นธรรมชาติและสภาพแวดล้อมเป็นปฏิรูปเทศคือประเทศที่เหมาะสม
 หาใช่แสดงตึกรามบ้านช่องใหญ่โตเป็นประเทศที่เหมาะสม ทรงแสดงธรรม
 สอนว่าธรรมชาติป่าไม้เป็นมิตรที่ดีของมนุษย์ ทรงเปรียบศีล สมาธิ ปัญญา กับ
 ชาวนาที่ต้องไถคราดนาให้เรียบร้อย ต้องเพาะพืชลงไปตามกาลที่ควร ต้องไข
 น้ำเข้าบ้าง ระบายน้ำออกบ้างตามกาลที่ควร ชาวกล้าจึงจะให้ผลผลิตที่ดีได้
 พระพุทธองค์ทรงส่งเสริมการอนุรักษ์เกี่ยวคู่กับสิ่งแวดล้อมด้านศึกษาสงเคราะห์
 ของชาวนาด้วยพระพุทธพจน์ว่า “บุคคลเอาคบเพลิงเข้าไปจุดในเรือนไม้้อ
 หรือเรือนที่สร้างด้วยหญ้าแห้งกรอบ ไฟก็พึงได้ช่องได้เชื้อติดไฟเรือนนั้นใน

²²⁷ อภ.ทุก. (ไทย) 20/84/310.

ทิศตะวันออก ตะวันตก ทิศทักษิณ โลกก็ติดไฟร้อนรุ่มไปทั่วโลก”²²⁸

คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าที่ตรัสสอนให้ชาวโลกรู้สำเนียงถึงการเผาป่าละเมาะ ป่าไม้ ต้นไม้และสิ่งแวดล้อมจะทำให้เกิดความร้อนรุ่มแก่โลก คำสอนของพระพุทธเจ้าแม้จะเป็นคำสอนเมื่อสองพันกว่าปีมาแล้ว²²⁹ แต่เมื่อน้อมนำมาคิดตรึกตรองจะเห็นความเป็นจริงดังคำสอนของพระพุทธองค์ ทำให้เกิดความเคารพและเลื่อมใสในพระพุทธองค์ยิ่ง ๆ ขึ้นไปเพราะเป็นการแสดงให้เห็นถึงความเป็นสัพพัญญูของพระองค์ที่ได้หยั่งรู้ด้วยพระสัพพัญญุตญาณว่าถ้ามนุษย์ทั้งหลายเบียดเบียนทำลายสภาพแวดล้อมด้วยการตัดไม้ทำลายป่าก็ดี ด้วยการถางป่าทำอะไรเลือนลอยก็ดี ด้วยการเผาป่าก็ดี โดยที่ที่สุดแม้เพียงการเผากระท่อมเรือนไม้ที่ทำขึ้นจากหญ้าฟางไม้้อซึ่งเราสร้างขึ้นเองเพื่อเป็นที่พักอาศัยชั่วคราวที่เก่าทรุดโทรม ด้วยคิดแค่เพียงหวังจะทำจัดขยะก็ดี ล้วนเป็นการเบียดเบียนธรรมชาติทั้งสิ้น ในที่สุดอาจกลายเป็นปัญหาทำลายโลกได้

สรุปว่า ไตรสิกขา 3 ต่อการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธด้านศึกษา สงเคราะห์ โดยประชาชนทั่วไปควรศึกษาชีวิตชาวนาที่พระพุทธองค์ทรงเปรียบเทียบว่า เราต้องไถคราดนาให้เรียบร้อยเปรียบเหมือนเรามีศีล เราต้องเพาะพืชลงไปตามกาลที่ควร เปรียบเหมือนเรามีสมาธิ เราต้องไขน้ำเข้าบ้าง ระบายน้ำออกบ้างตามกาลที่ควร เปรียบเหมือนเรามีปัญญา

3.2.6 พุทธธรรมด้านสาธารณสงเคราะห์ (Social Welfare)

หลักพุทธธรรมที่สามารถนำมาสังเคราะห์เพื่อเสริมสร้างงานด้านสาธารณสงเคราะห์ ดังนี้

3.2.6.1 สังคหัตถุ 4 (Principle of Service)

หลักสังคหัตถุธรรมมีเป้าหมายตรงต่อพันธกิจด้านสาธารณสงเคราะห์

²²⁸ ส.สพ. (ไทย) 18/242/248.

²²⁹ ที.ม.อ. (บาลี) 70/66.

โดยธรรมชาติมนุษย์เป็นสัตว์สังคมจำเป็น ต้องอยู่ร่วมกันและมีการพึ่งพาอาศัยกัน และการมารวมกันของคนหมู่มากก็มักจะนำไปสู่ความคิดเห็นที่ไม่ตรงกันอันนำไปสู่ความขัดแย้งในเวลาต่อมา ดังนั้นจึงจำเป็นต้องมีกฎเกณฑ์หรือหลักยึดเพื่อให้คนในสังคมยึดถือและปฏิบัติเพื่อให้เกิดความถูกต้องเป็นธรรม และนำความเจริญมาสู่สังคม หลักสังคหวัตถุ 4 ถือว่าเป็นหลักธรรมอย่างหนึ่งที่ช่วยสงเคราะห์ประสานชนหมู่มากให้อยู่รวมกันอย่างมีความสุขซึ่งในพระไตรปิฎกได้กล่าวถึงสังคหวัตถุไว้ว่า เป็นธรรมเครื่องยึดเหนี่ยวมี 4 ประการคือ 1) ทาน (การให้) 2) ปิยวาจา (วาจาเป็นที่รัก) 3) อุตถจริยา (การประพฤติประโยชน์) 4) สมานัตตตา (การวางตนสม่ำเสมอ)²³⁰ ธรรมเหล่านี้ช่วยอุ้มชูโลกเหมือนลิ่มสลักที่ยึดกุมรถซึ่งแล่นไปไว้ได้นั้น ถ้าไม่เพียงมีธรรมเหล่านี้มารดาหรือบิดาก็ไม่เพียงได้การนับถือหรือการบูชาเพราะบุตรเป็นเหตุแต่เพราะบัณฑิตเล็งเห็นความสำคัญของสังคหธรรมเหล่านี้ ฉะนั้น บัณฑิตเหล่านั้นจึงถึงความยิ่งใหญ่และเป็นผู้นำสรรเสริญ²³⁰ ดังเช่นพระพุทธเจ้าได้ทรงบำเพ็ญสังคหวัตถุตลอดชีพจนทำให้เกิดความเจริญรุ่งเรืองทางจิตและสังคมจนสืบทอดมากระทั่งปัจจุบัน นอกจากนี้ยังมีนักปราชญ์ได้ให้ความหมายและความสำคัญดังนี้

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้ให้ทัศนะเกี่ยวกับสังคหวัตถุ 4 ไว้ว่า สังคหวัตถุ 4 เป็นหลักการสงเคราะห์ หรือเป็นธรรมเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจคนและประสานหมู่ชนไว้ในความสามัคคี²³² พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) ได้ให้ทัศนะเกี่ยวกับสังคหวัตถุ 4 ไว้ว่า สังคหผละ แปลว่า กำลังแห่งการสงเคราะห์หรือมนุษยสัมพันธ์ซึ่งเป็นธรรมที่สำคัญมากสำหรับนักบริหารผู้ทำงานให้สำเร็จโดยอาศัยคนอื่นถ้านักบริหารบกพร่องเรื่องมนุษยสัมพันธ์

²³⁰ อภ.นวก. (ไทย) 23/5/439-441.

²³¹ อภ.จตุกก. (ไทย) 21/32/50-51.

²³² พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **ธรรมบุญชีวิต**, (กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2543), หน้า 11.

ก็จะไม่มีคนมาช่วยทำงาน เมื่อไม่มีใครช่วยทำงานเขาก็เป็นนักบริหารไม่ได้ พระพุทธเจ้าทรงสอนหลักการสร้างมนุษยสัมพันธ์ไว้เรียกว่าสังคหัตถุ หมายถึง วิธีผูกใจคน พระพุทธองค์ตรัสว่า รถม้าแล่นไปได้เพราะมีลิ่มสลักคอยตรึง ส่วนประกอบต่าง ๆ ของรถม้าเข้าด้วยกันฉันใด คนในสังคมก็ฉันนั้น คือทำหน้าที่เป็นกาวใจเชื่อมประสานคนทั้งหลายเข้าด้วยกันลิ่มสลักดังกล่าวนี้คือ สังคหัตถุ นักบริหารจะสามารถผูกใจเพื่อนร่วมงาน และ ผู้ใต้บังคับบัญชาไว้ได้ ถ้ามีสังคหัตถุ 4 ประการ²³³

ฉะนั้น สังคหัตถุ 4 จึงเป็นเครื่องมือหรือหลักธรรมที่ช่วยประสานคน หมู่มากให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข เป็นเครื่องช่วยขจัดความขัดแย้งที่เกิดขึ้น ทำให้คนอยู่ร่วมกันด้วยความรัก สามารถนำไปใช้ได้ตั้งแต่ระดับครอบครัว จนถึงระดับสังคม เป็นธรรมอันจะก่อให้เกิดความผาสุกในหน่วยงาน บ้านเมือง และประเทศชาตินั่นเอง ผู้วิจัยจะได้นำเสนอดังต่อไปนี้

1) ทาน (Charity)

โดยธรรมชาติการให้ทานเป็นพิธีกรรมที่ผนวกอยู่กับประเพณีพิธีกรรม ทางศาสนา และขนบธรรมเนียม จารีตประเพณีทางสังคมจากคติความเชื่อ อื่น ๆ ซึ่งแต่ละท้องถิ่นมีคติความเชื่อต่างกัน แต่โดยเนื้อหาสาระแล้ว ทานย่อม มีคุณค่า และมีเป้าหมายร่วมกัน ต่างกันแต่เพียงเหตุปัจจัยที่มาเท่านั้น การให้ ทานจึงช่วยเสริมสร้างสุขภาวะสาธารณสุขสงเคราะห์ได้เป็นอย่างดี

ในทานุปปัตติสูตร พระองค์ตรัสเหตุที่ทำให้คนให้ทาน เพราะเขาปรารถนามนุษย์สมบัติสวรรค์สมบัติ พรหมสมบัติ การที่เขาปรารถนาอย่างนั้น เพราะเขาเห็นกษัตริย์ พราหมณ์ คหบดีผู้ร่ำรวยพร้อมด้วยกามคุณ 5 ได้ฟังเรื่อง สวรรค์ 6 ชั้นและพรหมชั้นสูงคือ²³⁴ 1) คนบางกลุ่มก็ให้ทานเพราะความกลัว

²³³ พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), **พุทธวิธีบริหาร**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2549), หน้า 26.

²³⁴ **อภ.ติก.** (ไทย) 20/35/371-373.

เพราะหวังผลตอบแทนทางด้านโลกธรรม 2) บางคนให้ทานเพราะนึกว่าเป็นบุญการีชนคือให้เพื่อรักษาวงศ์ตระกูลดั้งเดิม 3) บางคนให้ทานเพราะต้องการเข้าถึงสุคติภพ 4) บางคนให้ทานเพราะต้องการอบรมจิตให้เบิกบาน 5) บางคนให้ทานเพื่อประดับปรุงแต่งจิต²³⁵ แต่อย่างไรก็ตาม ความปรารถนาเหล่านี้จะสำเร็จได้ก็ด้วยจิตที่บริสุทธิ์ แต่จิตอธิษฐานภาวนาที่นุ่มนวลไปเพื่อสิ่งเหล่านี้จัดว่ายังเป็นไปเพื่อโลกียะสมบัติ

กล่าวโดยสรุป เหตุแห่งการให้ทานมี 5 ระดับ คือ 1) การให้เพราะถึงแก่อดตายอย่างใดอย่างหนึ่งจัดอยู่ในระดับที่ไม่ดีนัก 2) การให้ตามประเพณีเป็นธรรมเนียมปฏิบัติของวงศ์สกุล จัดอยู่ในระดับปานกลางแต่โอกาสที่จะผิดพลาดมีมากเนื่องจากการยึดถือตามประเพณี 3) เป็นการให้เพราะหวังสภาวะที่ดีขึ้นหรืออุปถัมภ์อยู่ในระดับกลาง 4) เป็นการให้เพราะเห็นว่าการให้นั้นเป็นสิ่งที่ดี ข้อนี้จัดอยู่ในเกณฑ์ดี 5) เป็นการให้ทานในฝ่ายดีกว่าทุกข้อ เพราะเป็นการให้ทานเพื่อพัฒนาจิตใจ

ส่วนลักษณะของการให้ หรือวิธีการให้ทานนั้น พระพุทธองค์ตรัสไว้ทั้งในฝ่ายดีและในฝ่ายที่ไม่ดี ลักษณะและวิธีการให้ทานในฝ่ายดี คือ ทายกยอมให้แก่ผู้มาสู่ถิ่นของตน ผู้เตรียมจะไปให้ทานสมัยข้าวแพงให้ข้าวใหม่แก่ผู้มีศีลและให้ผลไม้ใหม่แก่ผู้มีศีล²³⁶ วิธีการการให้โดยเน้นที่ทายก คือให้โดยเคารพอ่อนน้อม ให้ด้วยมือตนเอง ให้ของไม่เป็นเดน เห็นผลที่จะมาถึงให้²³⁷ ในสัปปุริสสถาน พระองค์ทรงแสดงลักษณะและวิธีการให้ทานโดยแยกเป็นสิ่งที่ให้ปฏิบัติหาผู้รับทาน และเจตนาของทายกผู้ให้ทานรวมเป็น 8 ประการ 1) ให้ของที่สะอาด 2) ให้ของประณีต 3) ให้เหมาะสมกับกาละ 4) ให้ของสมควรเป็นประโยชน์ 5) พิจารณาก่อนแล้วจึงให้เลือกให้ในบุญเขตที่ดี 6) ให้

²³⁵ อภ.อภจก. (ไทย) 23/33/269.

²³⁶ อภ.ปญจก. (ไทย) 22/36/45.

²³⁷ อภ.ปญจก. (ไทย) 22/147/197.

อย่างสม่ำเสมอ เป็นนิจทาน 7) เมื่อให้ ทำจิตให้ผ่องใส 8) ครั้นให้แล้ว จิตใจเบิกบาน²³⁸

ฉะนั้น สัตบุรุษครั้นให้ทานด้วยศรัทธาแล้วย่อมเป็นผู้มั่งคั่ง มีทรัพย์มาก มีโภคะมากและเป็นผู้มีรูปสวยงาม น่าดู น่าเลื่อมใส ประกอบด้วยผิวพรรณงาม ยิ่งนัก ในที่ที่ทานนั้นผลิตผล (บังเกิดขึ้น) เป็นผู้มีบุตรภรรยา ทาส คนใช้หรือคนงาน เป็นผู้เชื่อฟัง เจริญสโตลงสดับคำสั่งตั้งใจใคร่รู้ ในที่ที่ทานนั้นผลิตผล ย่อมเป็นผู้มีความต้องการที่เกิดขึ้นตามกาลบริบูรณ์ ในที่ที่ทานนั้นผลิตผล เป็นผู้มีจิตน้อมไปเพื่อบริโภคกามคุณ 5 สูงยิ่งขึ้น ในที่ที่ทานนั้นผลิตผล เป็นผู้มีโภคทรัพย์ไม่มีภัยอันตรายมาแต่ที่ไหน ๆ คือ จากไฟ จากน้ำ จากพระราชา จากโจร จากคนไม่เป็นที่รัก หรือจากทายาทในที่ที่ทานนั้นผลิตผล²³⁹

การให้มีหลายอย่างหลายวิธีไม่ได้หมายถึงการให้วัตถุสิ่งของอย่างเดียว การช่วยงานตามสมควรแก่โอกาส การมีน้ำใจต่อกันบนท้องถนนของผู้ขับขี่ยานพาหนะ การลุกให้คนแก่หรือ สตรีนั่งขณะอยู่บนรถโดยสารประจำทาง การแนะนำสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต การให้อภัยแก่ผู้ทำความผิดที่กลับตัวแล้ว หรือการให้อภัยแก่กันและกันไม่ผูกอาฆาตปองร้ายกันกับผู้ที่มิกระดึหะเลาะวิวาทกัน ก็ถือว่าเป็นการให้เหมือนกัน โดยเฉพาะการให้อภัยนั้น ถือว่าเป็นการให้ที่ประเสริฐ ทำให้ไม่ต้องมีเวรต่อกันและกันต่อไปอันเป็นเรื่องที่ทนทุกข์ทรมานไปนานแสนนาน มีผลเทียบเท่ากับการให้ทานซึ่งถือว่าชนะการให้ทุกอย่าง ดังพระพุทธพจน์ว่า สพพทานํ ธรรมทานํ ชินาติ แปลว่า การให้ทานชนะการให้ทั้งปวง²⁴⁰

ดังนั้น ประชาชนทั่วไปควรมีการสงเคราะห์กันด้วยการให้ เพื่อช่วยยึดเหนี่ยวน้ำใจของบุคคลในสังคมให้มีความรัก ความสามัคคี ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน

²³⁸ อภ.อฎฐก. (ไทย) 23/37/276.

²³⁹ อภ.ปญจก. (ไทย) 22/148/197-198.

²⁴⁰ ชุ.ธ. (บาลี) 25/354/35, ชุ.ธ. (ไทย) 25/354/144.

ซึ่งเกิดจากปัญหาเศรษฐกิจ ค่าครองชีพสูง และบางส่วนยังยึดติดกับค่านิยม การบริโภครายอย่างฟุ่มเฟือย ถ้าหากประชาชนรู้จักให้ทาน หรือช่วยเหลืองาน บุคคลอื่นถือว่าเป็นการให้ที่ดีแล้ว

2) ปิยวาจา (Truthful and Beautiful Words)

คำว่า ปิยวาจา คือ การพูดจาด้วยถ้อยคำที่ไพเราะอ่อนหวาน พูดความจริงใจ ไม่พูดหยาบคายก้าวร้าว พูดในสิ่งที่เป็นประโยชน์ เหมาะสมสำหรับ กาลเทศะ การมีปิยวาจาต่อกันของคนในสังคมก็จะช่วยสร้างสัมพันธภาพ ที่ดี การให้ข้อมูลที่ถูกต้องและช่วยเสริมสร้างสุขภาวะด้านสาธารณสุขสงเคราะห์ พระพุทธองค์ทรงให้ความสำคัญกับการพูดเป็นอย่างยิ่ง ดังพระพุทธพจน์ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย วิธีพูดที่บุคคลอื่นจะใช้พูดกับเธอทั้งหลายก็ฉัน นั้นเหมือนกัน มีอยู่ 5 ประการนี้ คือ 1) พูดตามกาลอันสมควรหรือไม่ สมควร 2) พูดเรื่องที่เป็นจริงหรือไม่เป็นจริง 3) พูดคำที่อ่อนหวาน หรือหยาบคาย 4) พูดคำที่มีประโยชน์หรือไร้ประโยชน์ 5) มีเมตตาจิต พูดหรือมีโทสะพูด”²⁴¹

บุคคลอื่นเมื่อพูดจะฟังพูดตามกาลอันสมควรหรือไม่สมควรก็ตาม จะ ฟังพูดเรื่องที่เป็นจริงหรือไม่เป็นจริงก็ตาม จะฟังพูดคำที่อ่อนหวานหรือหยาบ คายก็ตาม จะฟังพูดคำที่มีประโยชน์หรือไร้ประโยชน์ก็ตาม จะฟังมีเมตตาจิต พูดหรือมีโทสะพูดก็ตาม ในข้อนั้นเธอทั้งหลายควรสำเหนียกอย่างนี้ว่า จิตของ เราจักไม่แปรผันเราจักไม่เปล่งวาจาชั่วหยาบ และจักอนุเคราะห์ด้วยสิ่งอันเป็น ประโยชน์อยู่อย่างผู้มีเมตตาจิต ไม่มีโทสะ เราจักแผ่เมตตาจิตไปให้บุคคลนั้นอยู่ และเราจักแผ่เมตตาจิตอันไพบุลย์ เสมอด้วยแผ่นดิน เป็นมหัคคตะ ไม่มี

²⁴¹ ม.มู. (ไทย) 12/228/240

ขอบเขต ไม่มีเวร ไม่มีความเบียดเบียน ไปยังสัตว์โลกทุกหมู่เหล่าอันเป็น
อารมณ์ของเมตตาจิตนั้นอยู่²⁴²

สุนทรภู่ นักกวีเอกของโลกได้ประพันธ์บทกลอนเกี่ยวกับการใช้วาจา
ไว้หลายสำนวน ตัวอย่างเช่น “อันอ้อยตาลหวานลิ้นแล้วสิ้นซาก แต่ลมปาก
หวานหูไม่รู้หาย แม้นเจ็บอื่นหมิ่นแสนจะแคลนคลาย เจ็บจนตายเพราะเหน็บ
ให้เจ็บใจ” อีกบทหนึ่งว่า “ถึงบางพุด พุดดีเป็นศรีศักดิ์ มีคนรักสอถ้อยอวย
จิต แม้นพุดชั่วตัวตายทำลายมิตร จะชอบผิดในมนุษย์เพราะพุดจา²⁴³

การที่สมเด็จพระนารายณ์มหาราชตอบปฎิเสธเมื่อพระเจ้าหลุยส์ที่
14 ของฝรั่งเศสส่งศาสนทูตมาเชิญให้เข้ารีตคือเข้านับถือศาสนาคริสต์ด้วย
พระองค์ทรงใช้วาจาที่ไพเราะว่า ถ้าเป็นพระประสงค์ของพระเจ้าพระองค์คงจะ
ดลใจให้เข้านับถือเอง การที่พระเจ้าไม่ทรงดลใจอย่างนั้นคงเป็นเพราะพระ
ประสงค์ของพระเจ้าที่ไม่ต้องการให้เข้ารีตด้วย การตอบปฏิเสธของสมเด็จพระ
นารายณ์มหาราชในครั้งนั้นไม่ทำให้ฝรั่งเศสเสียใจอะไร ไม่ได้ทำให้ความสัมพันธ์
ต่อกันลดน้อยลง ลักษณะอย่างนี้ถือว่าเป็นการใช้ปิยวาจาในการบริหารที่ประสบ
ความสำเร็จอย่างยิ่ง²⁴⁴ ดังนั้น ประชาชนทั่วไปควรมีการสงเคราะห์กันด้วยหลัก
ปิยวาจา โดยการพุดจาสุภาพ พุดด้วยความจริงใจ ไม่หยาบคาย ก้าวร้าว พุดใน
สิ่งที่เป็นประโยชน์ เหมาะสำหรับกาลเทศะ หรือผู้บังคับบัญชาควรมีอัธยาศัยดี
รู้จักใช้คำพุดในการให้กำลังใจผู้ใต้บังคับบัญชา มีการปรับปรุงวิธีการทำงาน
ให้มีประสิทธิภาพ ยืดหยุ่นได้ตามสถานการณ์ ยกย่องและชมเชยผู้ใต้บังคับ
บัญชาที่ประสบความสำเร็จในการปฏิบัติงาน วางนโยบายแผนการบริหารตรง
ไปตรงมา เป็นที่ยอมรับนับถือ สร้างความเชื่อมั่นให้ผู้ใต้บังคับบัญชาทุกคน

²⁴² ม.มู. (ไทย) 12/228/240

²⁴³ กลอนสุนทรภู่, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.zoneza.com> [13 มิถุนายน 2565].

²⁴⁴ [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://th.wikipedia.org/wiki> [13 มิถุนายน 2565].

3) อุตถจริยา (Useful Conduct)

อุตถจริยาต่อการเสริมสร้างสุขภาวะด้านสาธารณสุขสงเคราะห์ คำว่า อุตถจริยา คือ การประพฤติให้เป็นประโยชน์ทั้งฝ่ายตนเองและคนอื่นในเรื่องนี้ พระพุทธองค์ทรงทำเป็นตัวอย่างมาแล้วตอนที่พระองค์ทรงบำรงภิกษุอาพาธรูปหนึ่ง พระองค์เห็นภิกษุอาพาธถูกพวกภิกษุทอดทิ้งให้อยู่ตามลำพัง จึงเสด็จไปช่วยทำชำระร่างกายแล้วแสดงพระธรรมเทศนาให้ฟัง หลังจากนั้นพระองค์จึงตรัสพระดำรัสว่า ใครต้องการหรือปรารถนาจะอุปัฏฐากพระองค์ขอให้อุปัฏฐากภิกษุอาพาธ แล้วรับสั่งให้ภิกษุดูแลกันและกัน เพราะว่า พวกเราได้สละครอบครัวญาติพี่น้องมาแล้ว ถ้าเราไม่ดูแลกันใครจะมาดูแล²⁴⁵

การประพฤติประโยชน์ คือ การชวนช่วยช่วยเหลือกิจการงานต่าง ๆ บำเพ็ญสาธารณประโยชน์ ตลอดถึงการแก้ไข ปรับปรุง ส่งเสริมจริยธรรม เป็นการช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ชักชวนกันประกอบกิจกรรมที่สร้างสรรค์ เป็นประโยชน์ในการพัฒนาจิตและปัญญา ดังพระพุทธพจน์ที่สอดคล้องกับอุดมการณ์ของผู้นำที่อุทิศตน เพื่อประโยชน์เกื้อกูลต่อผู้อื่น เมื่อเกิดขึ้นในโลก ย่อมเกิดขึ้นเพื่อเกื้อกูลแก่คนหมู่มากเพื่อสุขแก่คนหมู่มาก เพื่อประโยชน์แก่คนหมู่มากเพื่อเกื้อกูล เพื่อสุขแก่เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย บุคคลผู้เป็นเอกคือใคร คือ บุคคลผู้เป็นสัมมาทิฐิมีความเห็นไม่วิปริต บุคคลนั้นทำให้คนหมู่มากออกจากอสังขธรรมให้ตั้งอยู่ในสังขธรรม บุคคลผู้เป็นเอกนี้แล เมื่อเกิดขึ้นในโลก ย่อมเกิดขึ้นเพื่อเกื้อกูลแก่คนหมู่มาก เพื่อสุขแก่คนหมู่มาก เพื่อประโยชน์แก่คนหมู่มาก เพื่อเกื้อกูล เพื่อสุขแก่เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย²⁴⁶

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) กล่าวอุตถจริยาไว้ว่า อุตถจริยา หมายถึง ช่วยเหลือด้านร่างกาย และชวนช่วยช่วยเหลือกิจการต่าง ๆ บำเพ็ญสาธารณ

²⁴⁵ พระเทพดิลก (ระแบบ จิตตภาโณ), **นิเทศธรรม**, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทแปดสิบเจ็ด (2545) จำกัด, 2534), หน้า 292.

²⁴⁶ **อ.จ.เอกก.** (ไทย) 20/309/41.

ประโยชน์ รวมทั้งช่วยแก้ไข้ปัญหา ปรับปรุงส่งเสริมด้านจริยธรรม²⁴⁷

ดังนั้น การสงเคราะห์กันด้วยหลักอรรถจริยา เช่น ผู้บังคับบัญชาปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างในการรักษาระเบียบวินัย มีการช่วยเหลืองานฌาปนกิจ สงเคราะห์ของผู้ใต้บังคับบัญชาและญาติของผู้ใต้บังคับบัญชา มีน้ำใจไม่รังดูตาย เมื่อผู้ใต้บังคับบัญชาขอความช่วยเหลือ ไม่มีการเลือกปฏิบัติ มีความพึงพอใจที่ได้ช่วยเหลือผู้ใต้บังคับบัญชา มีการส่งผู้ใต้บังคับบัญชาไปฝึกอบรม เพื่อเพิ่มความชำนาญเฉพาะด้านทำให้เกิดความเชี่ยวชาญในด้านนั้น ๆ เช่น คอมพิวเตอร์ เป็นต้น มีการปรับใช้หลักอรรถจริยาในการสงเคราะห์กันอย่างเหมาะสมกลมกลืน

4) สมานัตตา (Even and Equal Treatment)

คำว่า สมานัตตา คือ การนำตนเข้าไปเชื่อมสมานกับคนอื่น หรือการวางตนให้เสมอต้นเสมอปลายกับคนอื่นไม่ว่าจะเป็นคนในครอบครัว เพื่อนร่วมงาน ร่วมสถาบันต่าง ๆ ในอาฬวกสูตร ตอนที่พระองค์ไปทรมานอาฬวกยักษ์ดุร้าย พระองค์ทรงทำตามที่ยักษ์สั่ง คือ ยักษ์สั่งให้ทำอะไรพระองค์ก็ทำตาม คือ ตอนแรกพระองค์ประทับอยู่ในที่พักของยักษ์ ยักษ์จึงสั่งให้พระองค์ออกมาจากที่พัก พระองค์ก็เสด็จออกมา ยักษ์สั่งให้พระองค์เข้าไป พระองค์ก็เสด็จเข้าไป ทำอย่างนี้ถึงสามครั้ง ครั้งที่สี่ยักษ์สั่งพระองค์เหมือนเดิมแต่พระองค์ไม่ยอมทำตามแล้วบอกกับยักษ์ว่า เธอจะทำอะไรก็ตามฉันจะไม่ออกไปอีกแล้ว ยักษ์พูดว่า เขาจะจับพระองค์ที่เท้าแล้วขว้างไปปากฝั่งมหาสมุทร ด้านโน้น พระองค์ตรัสว่า ในโลกนี้พร้อมทั้งเทวโลก มารโลก พรหมโลก พระองค์ยังไม่เห็นใครที่จะทำกับพระองค์ได้อย่างนั้นว่าแล้วจึงสั่งให้ยักษ์ทำในสิ่งที่อยากทำ ยักษ์เห็นว่าคงทำอะไรพระพุทธเจ้าไม่ได้จึงถามปัญหาเกี่ยวกับพระองค์ พระองค์แก้ปัญหาได้จนทำให้อาฬวกยักษ์พอใจและยอมเป็นสาวก²⁴⁸

²⁴⁷ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **ธรรมนุญชีวิต**, หน้า 11.

²⁴⁸ **ข.อิติ.** (ไทย) 25/191/545.

จากตัวอย่างนี้แสดงให้เห็นว่า การลดความต้องการในส่วนของคุณแล้วไปเพิ่มให้คนรอบข้างสามารถทำให้คนไม่ดีกลายเป็นคนดีได้ ถึงแม้ว่าผู้ที่เราจะเพิ่มให้นั้นมีเจตนาไม่ดีก็ตาม การทำอย่างนั้นประสบความสำเร็จอย่างยิ่งใหญ่ดังอาพวกยักษ์นี้

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) กล่าวถึงสมานัตตตาไว้ว่า สมานัตตตาทหมายถึง ทำตัวให้เข้ากับเขาได้ วางตน เสมอต้นเสมอปลาย ให้ความเสมอภาค ปฏิบัติสม่ำเสมอต่อคนทั้งหลาย ไม่เอาเปรียบ และเสมอในสุข ทุกข์ คือ ร่วมทุกข์ร่วมสุข ร่วมรับรู้แก้ไขปัญหา เพื่อให้เกิดประโยชน์สุขร่วมกัน²⁴⁹

สมานัตตตา คือ การวางตัวสม่ำเสมอ (วางตนพอดี) เมื่อผู้บังคับบัญชาไม่ทอดทิ้งผู้ร่วมงานทั้งหลาย เขาจึงจะสามารถสร้างทีมงานขึ้นมาได้ นั่นคือถือคติว่า มีทุกข์ร่วมทุกข์ มีสุขร่วมเสพ หรือ ไม่ชำน้อง ไม่ฟ้องนาย ไม่ขายเพื่อน ผู้บังคับบัญชาต้องกล้ารับผิดชอบในผลการตัดสินใจของตนเอง ถ้าผลเสียตกมาถึงผู้ปฏิบัติตามคำสั่งของตน ผู้บังคับบัญชาต้องออกมาปกป้องคนนั้นไม่ใช่หนีเอาตัวรอดตามลำพัง ตัวอย่างคนที่มีสมานัตตตาก็คือคนที่เป็เพื่อนตายในโคลงบทนี้

เพื่อนกิน ลิ่นทรัพย์แล้ว	แหงนหนี
หาง่าย หลายหมื่นปี	มากได้
เพื่อนตาย ถ้ายแทนซี-	วาวาตม์
หายาก ฝากผีไซ้	ยากแท้จักหา ²⁵⁰

²⁴⁹ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **ธรรมบุญชีวิต**, หน้า 11.

²⁵⁰ พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), **พุทธวิถีการบริหาร**, หน้า 70-75.

ดังนั้น ประชาชนทั่วไปควรมีการสังเคราะห์กันด้วยหลักสมานัตตตา เพื่อการเสริมสร้างสุขภาวะด้านสาธารณสุขเคราะห์ โดยผู้บังคับบัญชาปฏิบัติตนเสมอต้นเสมอปลายกับผู้ใต้บังคับบัญชาทุกคน มีการปฏิบัติตนเหมาะสมแก่ฐานะของตน ผู้บังคับบัญชาเป็นแบบอย่างสร้างความเป็นภาวะผู้นำ ผู้บังคับบัญชาทำตนเป็นกันเองกับผู้ใต้บังคับบัญชาไม่ถือตัวเย่อหยิ่งกับผู้ใต้บังคับบัญชา มีการวางตนเหมาะสมกับผู้ใต้บังคับบัญชาตามเหตุการณ์และสิ่งแวดล้อม ผู้บังคับบัญชาได้วางกฎระเบียบ การให้ผู้ใต้บังคับบัญชาพ้นจากงานอย่างเหมาะสม มีการประชุมคณะกรรมการเพื่อพิจารณาก่อนมีการโยกย้าย เปลี่ยนตำแหน่งตามความสามารถของผู้ใต้บังคับบัญชาอย่างเหมาะสม เพื่อให้เกิดการพัฒนาอย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด

สังคหวัตถุ 4 ต่อพันธกิจด้านสาธารณสุขเคราะห์ เช่น การให้วัตถุสิ่งของสามารถผูกสัมพันธ์มิตรของคนที่เป็นบริวารไว้ชั่ววันรันดร เช่น เรื่องของนายปุลณะ คนใช้หรือทาสของเมณฑกเศรษฐี ปู่ของนางวิสาขามหาอุบาสิกา ด้วยความผูกพันในเจ้านายทำให้นายปุลณะอธิษฐานขอให้เกิดมาเป็นทาสของเจ้านายทุกภพทุกชาติ²⁵¹

เรื่องของปิยวาจาเช่น โคนันทิวีสาล เป็นสัตว์กตัญญูต่อเจ้าของเป็นวัวมีกำลังพิเศษสามารถลากเกวียนร้อยเล่มได้ อยู่มาวันหนึ่งโคนันทิวีสาลคิดสงสารเจ้าของที่ลำบากทำงานหนักเพราะฐานะยากจน จึงบอกพราหมณ์ผู้เป็นเจ้าของว่า ให้ไปทำพนนแข่งขันลากเกวียนที่บรรทุกของเต็มทุกเล่มจำนวนหนึ่งร้อยเล่มกับเศรษฐีว่า วัวของเขาสามารถลากเกวียนให้เคลื่อนที่จากเกวียนเล่มสุดท้ายไปถึงที่ที่เกวียนเล่มแรกจอดอยู่ได้ เจ้าของก็ไปทำพนนแต่พอถึงวันแข่งขันเจ้าของกลับใช้วาจาไม่สุภาพกับโคตัวเองทั้ง ๆ ที่โคไม่เคยเป็นอย่างนั้นมาก่อน คือใช้คำว่า เจ้าโคโกงจงลากเกวียนไป โคได้ฟังแล้วก็หมดกำลังใจจึงยืนอยู่กับที่ไม่ยอมลากเกวียนไป ทำให้เจ้าของแพ้การพนน พอกลับมาถึงบ้าน

²⁵¹ ชุ.ธ.อ. (ไทย) 6/205-211.

เจ้าของเสียใจมากนั่งซึมเศร้าอยู่ โคนันทิวีสาลเห็นเจ้าของนั่งคอดกด้วยความเสียใจ จึงเข้าไปปลอบว่า พ่อไม่ต้องเสียใจให้ไปทำพন্নใหม่ แต่คราวนี้พ่อต้องใช้คำพูดดีๆ ไม่ให้พูดว่า โคอโง เพราะเขาไม่ชอบ เจ้าของฟังแล้วจึงไปทำพন্নใหม่ คราวนี้เจ้าของพูดกับโคด้วยคำไพเราะ ทำให้โคมีกำลังใจ ลากเกวียนไปได้รับชัยชนะ²⁵²

สรุปว่า การให้ทาน และการใช้วาจาสุภาพอ่อนโยนเป็นต้น ทำให้ผู้ฟังเกิดสบายใจมีกำลังใจพร้อมที่จะทำงานทุกอย่างแม้จะยากลำบากก็ไม่ยอมย่อท้อ ไม่ว่าแต่การใช้คำสุภาพอ่อนโยนกับมนุษย์เท่านั้นแม้แต่สัตว์เดรัจฉานยังต้องการคำพูดไพเราะ สุภาพอ่อนโยน

3.2.7 พุทธธรรมด้านกตัญญูทเวที (Gratitude)

3.2.7.1 ทิศ 6 (Directions)

ทิศ 6 ต่อพันธกิจด้านกตัญญู ในสังคาลกสูตร พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ พระเวฬุวัน สถานที่ให้เหยื่อกระแต เขตกรุงราชคฤห์ ได้สนทนารธรรมกับสังคาลกคหบดีบุตร และเขาได้กราบทูลว่า ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ บิดาของข้าพระองค์ ก่อนจะตายได้กล่าวไว้ว่า นี่แน่ะลูก เจ้าพึงไหว้ทิศทั้งหลาย ข้าพระองค์ ลักการะ เคารพ นับถือ บูชาคำของบิดาจึงลุกขึ้นแต่เช้า ออกจากกรุงราชคฤห์มีผ้าเปียก มีผมเปียก ประคองอัญชลี ไหว้ทิศทั้งหลาย คือ 1) ทิศเบื้องหน้า 2) ทิศเบื้องขวา 3) ทิศเบื้องซ้าย 4) ทิศเบื้องหลัง 5) ทิศเบื้องล่าง 6) ทิศเบื้องบนอยู่²⁵³ แต่พระพุทธเจ้าตรัสสอนสังคาลกคหบดีบุตรเรื่องทิศทั้ง 6 ว่า อริยสาวกเป็นผู้ปิดป้องทิศ 6 เป็นอย่างไร คหบดีบุตร เธอพึงทราบทิศ 6 นี้ คือ 1) พึงทราบว่า มารดาบิดาเป็นทิศเบื้องหน้า 2) พึงทราบว่า อาจารย์เป็นทิศเบื้องขวา 3) พึงทราบว่า บุตรและภรรยาเป็นทิศเบื้องหลัง

²⁵² พ.ชา.อ. (ไทย) 1/50-52.

²⁵³ ที.ปา. (ไทย) 11/266/212.

4) ฟังทราบว่าเป็นทศเบื้องซ้าย 5) ฟังทราบว่าเป็นทศและกรรมกร เป็นทศเบื้องล่าง 6) ฟังทราบว่าเป็นสมณพราหมณ์เป็นทศเบื้องบน²⁵⁴

ส่วนในงานวิจัยนี้ จะได้อธิบายเฉพาะ 1. ทศเบื้องหน้า คือ มารดา บิดา และทศเบื้องขวา คือครุอาจารย์เท่านั้น ผู้วิจัยจะได้อธิบายไปตามลำดับ ดังต่อไปนี้

1) ทศเบื้องหน้า การปฏิบัติตนต่อบิดา-มารดา

บิดามารดาเป็นผู้มีพระคุณต่อบุตรธิดาอย่างยิ่งเกินจะกล่าวพรรณนาให้ครบถ้วนได้ เริ่มตั้งแต่ท่านทั้งสอง เป็นผู้ให้กำเนิดชีวิตแก่บุตรธิดาถนอม กล่อมเลี้ยงตั้งแต่อยู่ในครรภ์จนกระทั่งคลอดออกมา และเติบโตเป็นผู้ใหญ่ บิดามารดาเลี้ยงดูให้การศึกษา หาทรัพย์มรดกไว้ให้บุตรธิดาผู้เป็นที่รัก บุตรธิดาจึงควรทำความตอบแทนคุณบิดามารดา ดังที่พระพุทธองค์ตรัสเรียกว่า ทศ 6²⁵⁵ เพราะเป็นทศที่อยู่ร่วมกับบุคคลเรา ในสังคาลกสูตร ได้แสดงถึง ทศ 6 นั้น คือ บุคคลต่าง ๆ ตามประเภทที่มีความเกี่ยวข้องกับสังคมแต่ละฝ่ายปฏิบัติหน้าที่ต่อกันในฐานะบุพการีบุคคลและกตัญญูกตเวทิตุบุคคล

หน้าที่ของบุตรธิดาที่ควรปฏิบัติต่อบิดามารดา บุตรธิดาพึงบำรุงบิดามารดาผู้เป็นทศเบื้องหน้า ด้วยหน้าที่ 5 ประการ คือ 1) ท่านเลี้ยงเรามาแล้ว เราจักเลี้ยงท่านตอบ 2) จักทำกิจการงานของท่าน 3) จักดำรงวงศ์ตระกูล 4) ประพฤติตนให้เหมาะสมที่จะเป็นทายาท 5) เมื่อท่านล่วงลับไปแล้วทำบุญอุทิศให้ท่าน²⁵⁶

เนื่องจากบิดามารดาเป็นผู้มีพระคุณต่อบุตรอย่างมากมายเหลือที่จะกล่าวได้ครบถ้วนเริ่มตั้งแต่ท่านทั้งสองเป็นผู้ให้กำเนิดชีวิตแก่บุตร ธิดาและการได้ทะนุถนอมเลี้ยงมาจนเติบโตใหญ่โตโดยลำดับในการศึกษา หาทรัพย์มรดกให้บุคคลผู้เป็นบุตร บุตรธิดาจึงต้องกระทำการบำรุงมารดาบิดาทิ้งในเวลา

²⁵⁴ ที.ปา. (ไทย) 11/266/212.

²⁵⁵ ที.ปา. (ไทย) 11/266-272/212-216.

²⁵⁶ ที.ปา. (ไทย) 11/267/212.

ท่านยังมีชีวิตอยู่ทั้งในเวลาเมื่อท่านล่วงลับไปแล้ว การตอบแทนที่ถือเป็นหน้าที่ของบุตรตามหลักพระพุทธศาสนา ท่านกล่าวไว้ว่าบุตรพึงบำรุงมารดาบิดา ผู้เป็นทิศเบื้องหน้าโดยหน้าที่ 5 ประการ คือ

1) ท่านเลี้ยงเรามาแล้ว เราจักเลี้ยงท่านตอบ (ภโต เนสํ กริสสามิ)

บุตรพึงเลี้ยงดู เอาใจใส่บิดามารดาทั้งทางกายและทางใจ เนื่องจากความผูกพันกับบิดามารดาที่ได้บำรุงเลี้ยงบุตรธิดามาตั้งแต่ในครรภ์จนกระทั่งเติบโตเป็นผู้ใหญ่ให้การศึกษา คอยดูแลเอาใจใส่ ดูแลสุขภาพให้เข้มแข็งโดยไม่รังเกียจ ไม่เมื่อยล้า มีการประคับประคองดูแลเป็นอย่างดี โดยมีกิจกรรม ดังนี้

(1) การเลี้ยงดูทางร่างกาย คือ การปฏิบัติดูแลเอาใจใส่ท่านด้วยปัจจัย 4 อย่างสม่ำเสมอ คือจัดหาอาหารที่ดีมีประโยชน์มีคุณค่าทางโภชนาการไว้คอยดูแลบิดามารดา เพื่อให้ได้รับความสะดวกสบายด้วยเครื่องนุ่งห่ม เสื้อผ้าอาภรณ์โดยจัดหาให้ท่านได้สวมใส่ให้ได้รับความอบอุ่นให้เหมาะสมกับฤดูกาล จัดหายารักษาโรคให้เมื่อมารดาบิดาเจ็บไข้หรือป่วย ก็นำพาไปรักษาที่โรงพยาบาลเพื่อจะให้แพทย์วินิจฉัยที่อยู่อาศัยคือบ้านเรือน ควรจัดหาที่อยู่อาศัยที่เหมาะสมสะดวกและจัดที่นอนบริเวณที่ท่านอยู่ให้ดีไม่ให้สกปรกหรือมากด้วยสิ่งของต่าง ๆ

(2) การเลี้ยงดูทางใจ คือการบำรุงเลี้ยงน้ำใจของท่านให้มีความสุข มีความชื่นใจ ภาควุฒิใจในตัวบุตร เป็นผู้ว่านอนสอนง่าย คือการเลี้ยงน้ำใจของท่านโดยไม่ทำให้ท่านมีความทุกข์ระทมในใจ ทำแต่สิ่งที่น่าความเอิบอímใจและดวงหทัยให้เต็ม บุตรพึงเห็นความสำคัญและการกระทำตามความปรารถนาที่ท่านต้องการเพราะในชีวิตของบิดามารดา ถ้ามีบุตรต้องการให้บุตรตั้งอยู่ในโอวาท ปรารถนาจะให้บุตรได้ประสบผลสำเร็จ ให้อยู่ในสภาพแวดล้อมสังคมของคนดี ช่วยอบรมสั่งสอนคุณงามความดีและเป็นสิ่งที่ประพฤติปฏิบัติดีงาม มีคุณธรรม เพราะเมื่อชีวิตของบุตรถูกโอบอุ้มด้วยคุณธรรมย่อมทำให้บุตรธิดาเป็นคนดีเชื่อฟังคำสอน ดังนั้น การทำให้ท่านเป็นผู้ปลื้มใจ คือการเลี้ยงดูใจ

ของมารดาบิดา บุตรที่ดีต้องเลี้ยงดูบิดามารดาให้เป็นอย่างดี ถ้าปฏิบัติถูกต้อง ย่อมเกิดคุณมากถือเป็นการบำรุงเลี้ยงดูบิดา มารดาทางใจด้วย เพราะบุตรที่ เชื้อฟังคำสั่งสอนของบิดามารดา เป็นบุตรที่ประเสริฐที่สุด²⁵⁷

ด้วยเหตุผลดังกล่าว บุตรธิดาจะต้องเลี้ยงดูบิดามารดาให้เป็นไปอย่างดี ทั้งทางกายและทางจิตใจให้ท่านมีความเป็นอยู่ที่ดีทั้งมีสุขภาพกายและสุขภาพ จิตที่สมบูรณ์ ผู้ที่เลี้ยงดูบิดามารดาอย่างดีได้รับการยกย่องว่าเป็นบัณฑิต เป็น สัตบุรุษ พระพุทธเจ้าทรงยอมรับนับถือการกระทำความกตัญญูกตเวทีของบุตร ต่อบิดามารดา พระองค์ทรงสรรเสริญว่า การเลี้ยงดูบิดามารดา เป็นมงคล อย่างสูงสุด²⁵⁸ และเป็นคุณธรรมที่สูงส่ง ผู้ที่เลี้ยงดูบิดามารดาได้รับอานิสงส์ ตอบแทนให้มีความสุขทั้งในโลกนี้และโลกหน้าในพระพุทธศาสนาได้แสดงว่า แม้ท้าวสักกะได้รับเสวยผลบุญในสวรรค์ เพราะได้สมาทานวัตรบท 7 ประการ ซึ่งอยู่ใน 7 ข้อนั้น คือ การได้เลี้ยงดูบิดามารดาตลอดชีพ²⁵⁹

การตอบแทนที่ดีอีกวิธีหนึ่ง คือ ในสังคมชาวพุทธโดยเฉพาะสังคม ไทย บิดามารดาที่มีบุตรชาย ก็หวังว่าจะได้บวชในพระพุทธศาสนา การบวชนี้ จะเป็นการช่วยปิดทางอบายให้บิดามารดา เพราะพระลูกชายได้ศึกษาธรรม แล้วนำมาแสดง แนะนำบิดามารดาให้ละเว้นจากอกุศลธรรมต่าง ๆ ดำเนิน ชีวิตไม่ผิดพลาดคลาดเคลื่อนไปจากธรรม เป็นการชักชวนบิดามารดาให้มีศีล มีธรรม เป็นการชักชวนบิดามารดาให้มีศีล มีธรรม ปิดทางอบายได้ด้วยการ กระทำความดีเป็นที่พึงของบิดามารดา เมื่อบุตรนั้นเป็นคนดี บิดามารดา ย่อม เบาใจ สบายใจ ใจสงบเหมือนได้ขึ้นสวรรค์ การกระทำของบุตรให้เป็นคนดี ที่สุดจนกระทั่งความเป็นผู้บริสุทธิ์สะอาด หมดจดจากกิเลส ชื่อว่า ตอบแทน บุญคุณของบิดามารดาได้

²⁵⁷ ส.ส. (ไทย) 15/14/14.

²⁵⁸ พ.ธ. (ไทย) 25/6/7.

²⁵⁹ ส.ส. (ไทย) 15/257/376.

2) ช่วยบิดามารดาทำกิจการงาน (กิจจํ เนสํ กริสฺสามิ)

บุตรธิดาต้องเอาใจใส่ในกิจธุระของบิดามารดาทั้งภายในบ้านและนอกบ้าน ซึ่งบิดามารดาทำอยู่เป็นประจำ บุตรธิดาต้องทำแทนเพื่อเป็นการแบ่งเบาภาระหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบ และตอบแทนหรือเมื่อมารดาบิดาฝากก็ให้รับทำด้วยความยินดีให้สะอาดเรียบร้อยและถูกต้อง เพื่อเป็นการแบ่งเบาภาระความเหนื่อยยากของบิดามารดาตลอดเวลา เช่น (1) กิจภายในบ้าน ช่วยแบ่งเบาภาระหน้าที่ของบิดามารดาภายในบ้าน กิจการหน้าที่เหล่านี้บุตรธิดาต้องพยายามทำงานช่วยท่านสุดความสามารถและกำลังของตนเช่น เมื่อยังเด็กก็ควรช่วยบิดามารดา กวาดบ้าน ถูบ้าน รดน้ำต้นไม้ ซักผ้า ล้างถ้วยชาม เป็นต้น เมื่อเติบโตแล้ว ทำงานที่หนักได้เพราะถือว่าเป็นหน้าที่ที่จะต้องกระทำแทนท่าน ควรประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดี (2) กิจภายนอกบ้าน เป็นหน้าที่ต้องกระทำนอกบ้าน ได้แก่ อาชีพที่ต้องออกไปทำนอกบ้านเพื่อหารายได้มาเลี้ยงครอบครัวหรือกิจการกุศลสาธารณประโยชน์เพราะถือว่า การงานบางอย่างบุตรธิดาไปช่วยได้ แต่บางอย่างไปช่วยไม่ได้หรือเป็นอาชีพต่าง ๆ คือ ทำไร่ ทำนา ค้าขาย เป็นต้น บุตรธิดาต้องไม่นิ่งดูดายภายในกิจการงาน อันจะเป็นการแบ่งเบาภาระกับบิดามารดา ย่อมสบายกายและสุขใจ การไม่เพิ่มภาระให้บิดามารดาหนักใจ เนื่องจากบิดามารดาเป็นผู้ที่มีภาระหน้าที่การงานมากมายอยู่แล้ว ทั้งภายในบ้านและนอกบ้านอันที่เป็นการกระทำนอกบ้าน ซึ่งเป็นการหารายได้มาเลี้ยงครอบครัวให้มีทรัพย์สมบัติสร้างฐานะให้บุตร ถ้าหากว่าบุตรประพฤติตนไม่สนใจโอวาทการกล่าวพร่ำสอนของบิดามารดา ไม่นำเอาโอวาทคำสั่งสอนนั้นมาประพฤติปฏิบัติ ย่อมเป็นที่หนักอกหนักใจของบิดามารดา

พระพุทธศาสนากล่าวถึงการทำงานกิจธุระเพื่อความอยู่ดีมีสุขเหมาะสม ย่อมเป็นไปเพื่อเกื้อกูลในภพนี้และภพหน้าด้วยธรรม 4 ประการ คือ (1) อุฏฺฐาน สัมปทา ความถึงพร้อมด้วยความเพียร คือ กุลบุตรในโลกนี้ เลี้ยงชีพด้วยการใดประกอบด้วยความขยันหมั่นเพียร ประกอบด้วยปัญญา (2) อารักขสัมปทา

ความถึงพร้อมด้วยการรักษา คือ กุลบุตรในโลกนี้มีโภคทรัพย์ที่หามาได้ด้วย ความขยันหมั่นเพียร เก็บรวบรวมด้วยน้ำพักน้ำแรงอาบเหงื่อต่างน้ำได้มาโดย ธรรมเขาย่อมรักษาคุ้มครองโภคทรัพย์ (3) กัลยาณมิตตตา ความเป็นผู้มีมิตรดี คือ กุลบุตรในโลกนี้วางตัวเหมาะสม เจรจาสนทนากับคนในหมู่บ้านหรือใน นิคมที่ตนอยู่อาศัย บุคคลผู้ถึงพร้อมด้วยศีล ด้วยความศรัทธา ด้วยจาคะ ด้วย ปัญญา (4) สมชีวิตา คือ ความเป็นอยู่อย่างเหมาะสม กุลบุตรในโลกนี้ รู้ทาง เจริญแห่งโภคทรัพย์เลี้ยงชีพแต่พอเหมาะ ไม่ให้ฟุ่มเฟือยนัก ไม่ให้ฝืดเคืองนัก²⁶⁰

พระพุทธศาสนา กล่าวถึงบุคคลที่ทำการตอบแทนบิดามารดาหรือ กตัญญูกตเวที ขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ ย่อมมีความสุขความเจริญและได้รับการ สรรเสริญ ดังพุทธพจน์ว่า

“กุลบุตรในโลกนี้ สักการะ เคารพนับถือ บุษามารดาบิดา บุตรภรรยา ทาส กรรมกร คนใช้ เพื่อนชานา เพื่อนร่วมงาน เทวดาผู้รับ พลังกรรมและสมณพราหมณ์ด้วยโภคทรัพย์ที่หามาได้ด้วยความขยัน หมั่นเพียรเก็บรวบรวมด้วยน้ำพักน้ำแรง อาบเหงื่อต่างน้ำ ประกอบด้วย ธรรม ได้มาโดยธรรม มารดาบิดา บุตร ภรรยา ทาสกรรมกร คนใช้ เพื่อนชานา เพื่อนร่วมงาน เทวดาผู้รับพลังกรรมและสมณพราหมณ์ ผู้ได้รับสักการะ เคารพนับถือ เป็นผู้ควรแก่การยกย่องสรรเสริญเป็นที่ ยินดีของบุคคลต่าง ๆ เพราะได้ทำประโยชน์แก่บุคคลภายในครอบครัว และปวงญาติ เขาย่อมมีความสุขในปัจจุบัน แม้ละจากโลกนี้ไปแล้ว ย่อมประสบสุคติในโลกสวรรค์”²⁶¹

²⁶⁰ อจ.ปญจก. (ไทย) 23/54/340-341.

²⁶¹ อจ.ปญจก. (ไทย) 22/58/107.

กุลบุตรนั้นมีน้ำใจอันงามว่า ขอท่านจงมีชีวิตยืนนาน กุลบุตรผู้อันมารดา บิดา บุตร ภรรยา ทาส กรรมกร คนรับใช้ เพื่อน ชาวนา เพื่อนร่วมงาน เทวดาผู้รับปลีกรรม และสมณพราหมณ์ อนุเคราะห์แล้ว มุ่งหวังความเจริญ ฝ่ายเดียวไม่มีความเสื่อมเลย²⁶²

3) การดำรงวงศ์สกุล (กุลวงศ์ ฐเปสสามิ)

บุตรจะต้องทำหน้าที่สืบต่อวงศ์สกุลของบิดามารดาให้ดำรงอยู่ตลอดไป เป็นหน้าที่บุตรที่จะต้องกระทำด้วยความมุ่งมั่น มีความมานะขยันหมั่นเพียร เพราะฉะนั้น ขึ้นอยู่กับบุตรเป็นสำคัญ จะทำให้วงศ์สกุลเจริญรุ่งเรืองหรือเสื่อมย่อมนั้นเป็นหน้าที่ของบุตรที่สืบทอดวงศ์สกุล ถึงพร้อมด้วยความมุ่งมั่น บิดามารดาใช้ชีวิตที่ถูกต้อง ดำรงตนอยู่ในศีลธรรม บุตรธิดาต้องเดินตามการดำเนินชีวิตของบิดามารดานั้น เพื่อการนำไปสู่จุดหมายอันดีงามของการดำเนินชีวิต

การดำรงอยู่ของสกุล หมายถึง การเจริญรุ่งเรืองของบุตร เพราะการกระทำดีตามแบบอย่างที่ดีได้รับการประพฤติปฏิบัติที่ถูกต้องของบิดามารดา หรือของบรรพบุรุษที่ดี วงศ์ตระกูลจึงเจริญมั่นคงเป็นปึกแผ่นมั่นคง ก็ต้องอาศัยความสามัคคีของปวงญาติพี่น้อง ดังนั้น ความรักใคร่กลมเกลียวกัน เป็นปึกแผ่นแน่นหนาทุกคนปฏิบัติดีต่อกัน ผู้อ่อนวัยกว่าแม้จะดีกว่า ลากยศ หรืออำนาจวาสนา ก็ไม่หยิ่งอวดดีถือตัว คงเคารพญาติผู้มีวัยเสมอกัน ผู้ใหญ่กว่าและผู้้น้อยกว่า ซึ่งแต่ละฝ่ายมีความรักความสามัคคี เป็นการสืบวงศ์สกุล มีความประพฤติอ่อนน้อมถ่อมตน มีความสามัคคีคารวะต่อผู้ใหญ่เสมอ²⁶³ สรุปว่า การดำรงวงศ์ตระกูลเป็นหน้าที่ของบุตรที่จะต้องกระทำด้วยความมุ่งมั่นและตั้งอยู่ในศีลธรรมอันดีงามดำเนินชีวิตตามรอยบิดามารดาเพื่อเป็นดำเนินชีวิตที่ดี

²⁶² อภ.ปญจก. (ไทย) 22/58/105-107.

²⁶³ พระมหาภูเณต จันทร์จิต, “หน้าที่ของมารดาบิดาในพุทธจริยศาสตร์”, วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหิดล, 2541), หน้า 57-59.

4) การประพัตติตนให้สมควรได้รับทรัพย์มรดก (ทนายชู้ ปฏิปชฺชามิ)

บุตรธิดาต้องประพัตติปฏิบัติตนเป็นคนดี มีความรู้ความสามารถ เหมาะสมที่จะรับทรัพย์มรดกที่พ่อแม่ให้ไว้ได้ เพราะว่าบุตรธิดายึดถือใน คำสั่งสอนของท่านมาประพัตติปฏิบัติด้วยเหตุผลที่ว่าบุตรธิดาที่ดีจะต้องเชื่อฟัง คำสั่งสอนของบิดามารดา เหตุผลดังกล่าวมานี้เชื่อว่าย่อมรักษาทรัพย์สมบัติ ให้คงอยู่ตลอดไปได้ เพราะเป็นทนายชู้ที่ดีในการสืบทอดมรดกของวงศ์ตระกูล การประพัตติตนให้เหมาะสมกับทนายชู้ที่สมควรรับทรัพย์มรดกของตระกูล สิ่งที่จะต้องพิจารณา ได้แก่ จะต้องหลีกเลี่ยงไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุข 6 คือ ทาง แห่งความเลื่อม นำมาซึ่งความหายนะแก่ทรัพย์สมบัติและเป็นที่ตั้งแห่งความ ไม่นั่นคงของวงศ์สกุล เช่น การดื่มน้ำเมา การเที่ยวกลางคืน การคบคนชั่วเป็น มิตร²⁶⁴ ซึ่งเป็นทางสู่อบายคือความเลื่อม ความยุ่งยากลำบาก

เมื่อบุตรธิดาเว้นจากสิ่งมอมเมาต่าง ๆ เหล่านี้ ประพัตติตนอยู่ในสุจริต ธรรม ตั้งอยู่ในโอวาทของบิดามารดาแล้ว จะทำให้ท่านมีความสุขทั้งกาย และใจ ดังนั้น อบายมุขจึงเป็นช่องทางให้ครอบครัวและสังคมเดือดร้อนตลอด ทั้งการทำลายและการส่งเสริมความ เจริญรุ่งเรือง²⁶⁵ เพราะว่าเมื่อหวังความ เจริญก้าวหน้าในชีวิต และความเป็นที่รักใคร่ของครอบครัว ควรหลีกเลี่ยง อบายมุขทั้งหลายเพราะเป็นเหตุให้นำมาซึ่งความฉิบหายแก่ตนเองและ ครอบครัว ผู้อื่นชื่อว่าประพัตติตนสมควรแก่ความเป็นทนายชู้ของวงศ์ตระกูล²⁶⁶

ดังนั้น บุตรธิดาต้องรู้จักรับฟังคำสั่งสอนที่บิดามารดาอบรมสั่งสอน แล้วนำไปประพัตติและปฏิบัติตาม ด้วยความเต็มใจถือว่าเป็นภาระหน้าที่ ที่สำคัญที่จะสืบทอดตามเจตนารมณ์ของบิดามารดา อีกประการคือ การงด

²⁶⁴ ที.ปา. (ไทย) 11/247/202.

²⁶⁵ ที.ปา. (ไทย) 11/247-253/202-207.

²⁶⁶ พระมหาบุญทอง คุณาธาโร (มหา), “การศึกษาเชิงวิเคราะห์ความกตัญญู (กตัญญูตา) ในพระพุทธ ศาสนาเถรวาท”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2548), หน้า 29.

เว้นจากอบายมุข 6 เพื่อเป็นการตัดรากเหง้าของอบายมุขอันจะทำให้ตนเอง และสังคมเสื่อมเสีย

5) เมื่อท่านล่วงลับไปแล้วทำบุญอุทิศไปให้ท่าน (เปตานิ กาลกตานิ ทกฺขิณิ อนุปปทสฺสามิ)

การทำบุญอุทิศส่วนบุญกุศลไปให้ท่าน ที่ล่วงลับไปแล้ว ถือว่าเป็นความดี เพราะว่าเป็นการสั่งสมบุญให้เป็นเหตุ ซึ่งจะนำความสุขมาให้²⁶⁷ เพราะฉะนั้น บิดามารดาได้ชื่อว่าเป็นผู้มีคุณต่อบุตรธิดา บุตรธิดาจึงไม่ควรลืมการทำบุญ กุศลอุทิศให้เมื่อท่านล่วงลับไป

การทำบุญกุศลแก่บิดามารดาหรือการทำให้จิตใจเลื่อมใสศรัทธาใน พระรัตนตรัยในขณะที่ท่านมีชีวิตอยู่ ดังนั้นเมื่อมีโอกาสจึงทำบุญให้ท่านเพื่อ กระตุ้นให้จิตใจน้อมไปในเรื่องคุณงามความดีหรือเป็นการเพิ่มบุญกุศลให้เจริญ งอกงามยิ่งขึ้น เมื่อท่านสิ้นชีวิตไปแล้ว บุตรควรรับภาระหน้าที่ต่าง ๆ เริ่มตั้งแต่ ประกอบพิธีศพ จนกระทั่งการทำบุญกุศลทักษิณาดตามวาระต่าง ๆ เป็นต้น การ ทำบุญอุทิศเป็นหน้าที่ของบุตรพึงกระทำให้แก่บิดามารดา ทั้งในขณะที่ท่านมี ชีวิตอยู่และหลังจากที่ท่านเสียชีวิตแล้ว การทำบุญอุทิศแก่ผู้ที่ล่วงลับไปแล้วนี้ เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ปุพพะเปตะพลี หรือ ญาตีพลี ต้องทำบุญบังสุกุลกรวดน้ำ อุทิศส่วนบุญกุศลไปให้บุคคลที่ล่วงลับไปแล้ว การทำบุญอุทิศให้บิดามารดา นี้ เป็นหน้าที่ของบุตรธิดาทุกคนโดยเฉพาะการทำบุญจะเป็นอานิสงส์ติดตามตัว เองไปตลอดกาลทั้งในภพนี้หรือในภพหน้า พระพุทธองค์ตรัสไว้ในมิตตสูตร ว่า “พวกหมู่เกวียนเป็นมิตรของคนเดินทาง มารดาเป็นมิตรในเรือนของตน สหายเป็นมิตรของคนผู้มีประโยชน์เกิดขึ้นเนื่อง ๆ บุญที่ตนเองทำไว้แล้วเป็น มิตรติดตามตนไปถึงภพหน้า”²⁶⁸

²⁶⁷ พ.ธ. (ไทย) 25/118/68.

²⁶⁸ ส.ส. (ไทย) 15/53/68.

เมื่อบุตรธิดาบำรุงเลี้ยงมารดาบิดาผู้เป็นทิศเบื้องหน้าด้วยหน้าที่ 5 ประการ และมารดาบิดาได้อนุเคราะห์บุตรธิดาด้วยหน้าที่ 5 ประการ เช่นนี้แล้ว ทิศเบื้องหน้าก็ชื่อว่า กุลบุตรได้ปกป้อง ทำให้เกษมปลอดภัยแล้ว²⁶⁹

สรุปว่า ทิศเบื้องหน้า การปฏิบัติตนต่อบิดา-มารดา เมื่อท่านเลี้ยงเราแล้วเลี้ยงท่านตอบเป็นหน้าที่ของ ความกตัญญูกตเวทียเป็นการเลี้ยงดูทางกายและทางใจให้เป็นสุข ช่วยทำกิจการงานทั้งในบ้านและนอกบ้านเพื่อไม่ให้ เป็นภาระของทางบ้าน การทำงานเพื่อเกื้อกูลในโลกนี้และโลกหน้าประกอบด้วยทิวฐธรรม 4 ประการ การดำรงวงศ์สกุลบุตรจะต้องทำหน้าที่สืบตระกูล ดำรงตนให้อยู่ในศีลธรรม การประพฤติตนให้สมควรได้รับทรัพย์มรดก และการทำบุญอุทิศไปให้ท่านเมื่อท่านล่วงลับไปแล้ว ย่อมเป็นหน้าที่ของบุตรธิดาทุกคนที่ควรประพฤติปฏิบัติ

2) ทิศเบื้องขวา การปฏิบัติตนต่อครูอาจารย์ และผู้มีความรู้

คำว่า ทิศเบื้องขวา ในที่นี้หมายถึง ครูอาจารย์ ครู (ครู) หมายถึง ผู้สั่งสอนศิษย์ ผู้ถ่ายทอดความรู้ให้แก่ศิษย์²⁷⁰ ส่วน อาจารย์ หมายถึง ผู้สั่งสอนวิชาความรู้ คำที่ใช้เรียกนำหน้าชื่อบุคคลเพื่อแสดงความยกย่องว่า มีความรู้ในทางใดทางหนึ่ง²⁷¹ คำว่า ครู มีความหมายลึกซึ้งและกว้างขวาง ยากที่จะสรุปให้มีความหมายตายตัวอย่างใดอย่างหนึ่งได้ คำว่าครูนี้ มาจากรากศัพท์ในภาษาบาลีว่า “ครุ-ครู” หรือมาจาก ภาษาสันสกฤตว่า “ครุ” ในความหมายที่เป็นคำนาม แปลว่า ผู้สั่งสอนศิษย์ หรือถ่ายทอดความรู้ให้แก่ศิษย์ ความหมายของคำว่า ครู ที่กล่าวไว้ในเอกสารอื่น ๆ มีความหมายคล้ายคลึงกัน เช่น ผู้มีความหนักแน่น ผู้ควรแก่การเคารพของศิษย์ ผู้สั่งสอน²⁷² ผู้ถ่ายทอด

²⁶⁹ ที.ปา. (ไทย) 11/267/212-213.

²⁷⁰ ราชบัณฑิตยสถาน, **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542**, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท นานมีบุ๊คส์พับลิเคชันส์ จำกัด, 2546), หน้า 225.

²⁷¹ เรื่องเดียวกัน, หน้า 1361.

²⁷² เปลื้อง ณ นคร, **พจนานุกรมนักเรียน ฉบับปรับปรุงใหม่**, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท โรงพิมพ์ ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, 2539), หน้า 891.

ความรู้ให้แก่ศิษย์²⁷³

คำว่า ครู มาจากรากศัพท์เดิมในภาษาบาลีว่า “ครุ-ครุ” หรือจากภาษาสันสกฤตว่า “ครุ” ซึ่งเป็นรากศัพท์เดิมของคำว่า “คารวะ” แผลงไปเป็น “เคารพ” การคารวะหรือเคารพ หมายถึง การตระหนัก ซึ่งหมายถึงการเอาใจจดจ่อในความดีอันมีอยู่ในตัวคนหรือสิ่งของ ครูเป็นผู้ตระหนักโดยใช้ปัญญาพิจารณาใคร่ครวญในสิ่งที่ดี-ชั่ว ถูก-ผิด ควร-ไม่ควร และเป็นผู้ที่ศิษย์ควรตระหนัก ในสมัยโบราณ หมายถึงเป็นผู้นำ เป็นผู้เปิดประตูทางวิญญาณของศิษย์ไปสู่คุณธรรมชั้นสูง ความหมายโดยทั่วไปของครู หมายถึงผู้อบรมสั่งสอน ถ่ายทอดวิชาความรู้ให้แก่ศิษย์ เป็นผู้ที่มีความหนักแน่นควรแก่การเคารพบูชาของศิษย์ ปัจจุบัน ครู หมายถึง ผู้ประกอบวิชาชีพอย่างหนึ่งที่ทำหน้าที่สอนคน และมักจะใช้กับผู้สอนในระดับที่ต่ำกว่าวิทยาลัยและมหาวิทยาลัยหรือสถาบันอุดมศึกษา

พุทธทาสภิกขุ ได้อธิบายความหมายของคำว่า ครู ไว้ว่า ในสมัยโบราณ คำว่าครูเป็นคำที่สูงมาก ครูเป็นผู้เปิดประตูทางวิญญาณและนำวิญญาณไปสู่คุณธรรม เป็นเรื่องทางจิตใจโดยเฉพาะ ครูเป็นผู้ควรเคารพหรือมีความหนักที่เป็นหน้อยู่เหนือศิระ เป็นเจ้าหน้อยู่เหนือศิระคนทุกคน²⁷⁴ ท่านได้จำแนกความหมายของอาจารย์ออกเป็น 2 นัย คือ 1) ความหมายดั้งเดิม หมายถึง ผู้ฝึกมารยาท หรือเป็นผู้ควบคุมให้อยู่ในระเบียบวินัย เป็นผู้รักษาระเบียบกฎเกณฑ์ต่างๆ อาจารย์เป็นผู้วาง เป็นผู้ดูแลรักษาให้อยู่ในระเบียบ 2) ปัจจุบัน หมายถึง ฐานะชั้นสูงหรือชั้นหนึ่งของผู้ที่เป็นครู²⁷⁵ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) อธิบายความหมายของอาจารย์ คือ ผู้ประพฤติการอันเกื้อกูล

²⁷³ มานิต มานิตเจริญ, **พจนานุกรมไทย ใหม่-ทันสมัยที่สุด**, (กรุงเทพมหานคร: รวมสาส์น, 2519), หน้า 195.

²⁷⁴ พุทธทาสภิกขุ, **ภาษาคน ภาษาธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอลโล่การพิมพ์ จำกัด, 2537), หน้า 92.

²⁷⁵ พุทธทาสภิกขุ, **ภาษาคน ภาษาธรรม**, หน้า 93.

แก่ศิษย์, ผู้ที่ศิษย์พึงประพาศด้วยความเอื้อเฟื้อ, ผู้สั่งสอนวิชาและอบรมดูแลความประพฤติ²⁷⁶ เมื่อครูอาจารย์อนุเคราะห์ศิษย์ด้วยหน้าที่ 5 ประการ คือ 1) แนะนำดี 2) ให้เรียนดี 3) บอกความรู้ในศิลปวิทยาทุกอย่างด้วยดี 4) ยกย่องให้ปรากฏในมิตรสหาย 5) ทำความป้องกันในทิศทั้งหลาย²⁷⁷ ศิษย์นักเรียน นิสิต นักศึกษา ปฏิบัติต่อครูอาจารย์โดยหน้าที่ 5 ประการ คือ 1) ลูกขี้นยรับ 2) เข้าไปคอยรับใช้ 3) การเชื่อฟัง 4) ดูแลปรนนิบัติ 5) เรียนศิลปวิทยาโดยเคารพ²⁷⁸

ครูอาจารย์มีบทบาทมากในโรงเรียน สถาบันการศึกษา บทบาทที่ครูอาจารย์จะต้องกระทำต่อศิษย์ในสถานศึกษาจะต้องเป็นบทบาทของครูที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี สม่่าเสมอต่อเด็ก แม้จะทำโทษเด็ก ว่ากล่าว ตำหนดิเตียนหรือการลงทัณฑ์ ครูอาจารย์จำต้องมีเหตุผล ไม่แสดงความโมโหน้อยใจออกมา ควรรู้จักวิธีอบรมสั่งสอนลูกศิษย์ให้เข้าใจเจตนาที่ดีของครู ว่าการทำโทษนี้เพื่อหวังให้ลูกศิษย์ดีต่อไปในอนาคต การทำโทษควรเป็นการทำโทษที่เป็นการสร้างสรรค์ ไม่ใช่เป็นการทำโทษให้เด็กเจ็บตัว เป็นต้น หรือว่ากล่าวเด็กด้วยการใส่อารมณ์ โมโหและพูดจาอย่างรุนแรง ไม่สุภาพ ฉะนั้น ครูจะต้องเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับศิษย์ในสถานศึกษาทุก ๆ อิริยาบถ ไม่ว่าจะเป็นการแต่งกาย นิสัย การสอน การพูดคุย การขยันหมั่นเพียร การปฏิบัติตนตรงต่อเวลา การเอาใจใส่ การอบรมสั่งสอนศิษย์ ครูจะต้องกระทำสม่่าเสมอ และจะต้องสร้างสัมพันธ์ภาพกับลูกศิษย์ทุกคนในชั้น อีกทั้งยังต้องสร้างสัมพันธ์ภาพไปถึงพ่อแม่ด้วย และมีสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนครู ภารโรง ผู้บังคับบัญชา ตลอดจนประชาชนในชุมชน สิ่งใดที่กระทำแล้วถือว่าเป็นการสร้างสรรค์ เป็นการพัฒนาให้สังคมเจริญ ครูควรกระทำสิ่งนั้น เช่น ให้ความร่วมมือต่อสังคม ทำบุญ อบรมสั่งสอนศิษย์และ

²⁷⁶ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ 11, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมิก จำกัด, 2545), หน้า 185.

²⁷⁷ **ที.ปา.** (ไทย) 11/268/213.

²⁷⁸ **ที.ปา.** (ไทย) 11/268/213.

ประชาชนในสังคม ชุมชน มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีความสุภาพ มีศิลปะใน การสนทนา รู้จักชนะใจคน มีน้ำใจ มีวิธีการพัฒนาโรงเรียนให้เจริญ จัดบริการ แนะแนวที่ดีให้นักเรียนและประชาชน เป็นตัวอย่างที่ดีในการรักษาความสะอาด ของห้องเรียน บริเวณโรงเรียน ห้องอาหาร ห้องสมุด มีความขยันหมั่นเพียร ในการสอนและประเมินผล และติดตามผลนักเรียน จัดสวัสดิการที่มีประโยชน์ ให้เด็กและผู้ปกครอง จัดโครงการที่เป็นการพัฒนาต่อบุคลิกภาพ พัฒนาบ้าน เรือน พัฒนาการเกษตรและสหกรณ์ให้ประชาชน เป็นโครงการร่วมกันกับชุมชน เป็นต้น²⁷⁹

ศิษย์พึงบำรุงครูอาจารย์ ผู้เป็นทิศเบื้องขวา มีอธิบายนดังนี้

1) ศิษย์พึงบำรุงครูอาจารย์ ผู้เป็นทิศเบื้องขวาโดยหน้าที่ 5 ประการ คือ (1) ลูกขึ้นยืนรับ เป็นการให้เกียรติให้ความเคารพผู้ที่ชี้โทษเรา กิริยาขึ้น เป็นการให้ความเคารพส่วนการกราบนั้นตามมาทีหลัง การยืน (อาจจะยืนขึ้น ยกมือไหว้หรือค่านับ) หรือการกราบแสดงความเคารพนับขึ้นอยู่กับสถานที่ ซึ่ง เป็นการแสดงออกด้วยความเหมาะสม การแสดงความเคารพเช่นนั้นเป็นการ ลดมานะ ทิฐิฐิ และความดี้อัน อันเป็นเหตุแห่งความว่ายาก (2) เข้าไปคอย รับใช้ การช่วยทำกิจธุระของผู้ชี้โทษนั้น เป็นการช่วยเกี่ยวกับการเรียนการสอน หรือกิจธุระอื่น ๆ อันเป็นการแบ่งเบาภารกิจของครูอาจารย์ หรือผู้ชี้โทษ หรือ ผู้บอก (3) เชื่อฟัง เป็นธรรมดาที่ครูอาจารย์หรือผู้ชี้โทษที่ดั้นนั้นท่านย่อมจะสั่ง สอนผู้ศึกษาด้วยจิตเมตตา ด้วยความปรารถนาดีเสมอ ดังนั้น เมื่อท่านสั่งสอน หรือว่ากล่าวตักเตือนอะไร ต้องตั้งใจฟังด้วยความเคารพ ให้ฟังก่อนจึงเชื่อเรียก ว่าเชื่อฟัง แล้วเต็มใจปฏิบัติตามคำสอนนั้น ๆ ข้อนี้สำคัญมากเพราะถ้าไม่เชื่อ ฟังแล้ว การปฏิบัติตามหน้าที่อื่น ๆ ก็จะเกิดขึ้นไม่ได้ (4) ดูแลปรนนิบัติ เป็นการ แสดงความกตัญญูทศเวทที่โดยการหาโอกาสเข้าไปช่วยเหลือบำรุงตอบแทนบุญ

²⁷⁹ จุฑา บุรีภักดี, **มนุษย์สัมพันธ์สำหรับครู**, (กรุงเทพมหานคร: วิทยาลัยครูสวนสุนันทา, 2535), หน้า 27.

คุณท่านตามโอกาสอันควร เป็นการแสดงความมีน้ำใจปรนนิบัติช่วยเหลือครู อาจารย์ทำกิจเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่ตนเห็นสมควร โดยอาสาทำเองไม่ต้องรอให้ครู อาจารย์หรือผู้ชี้โทษแก่ตนนั้นใช้ ก็จัดเป็นหน้าที่ของผู้ศึกษาที่ควรแสดงออก นับได้ว่าเป็นเครื่องแสดงถึงผู้นั้นเป็นคนว่านอบน้อมง่ายแท้จริงหรือไม่ เพราะ การแสดงออกด้วยความกตัญญู หรืออุปัฏฐากนั้นเป็นการเห็นชอบ และปฏิบัติ ชอบที่ตนถูกชี้โทษแล้วนำไปปฏิบัติตาม แสดงว่าเป็นผู้เคารพธรรมอย่างแท้จริง จนนำไปสู่ความดีอื่น ๆ ยิ่ง ๆ ขึ้นไป (5) เรียนศิลปะวิทยาโดยเคารพ เป็นการ ตั้งใจศึกษาเล่าเรียนตั้งใจจดจำ ถ้าจะถามหรือตอบต้องทำด้วยความเคารพ อ่อนน้อม ถ่อมตน จะนำมาซึ่งความน่ารัก น่าใคร่เอ็นดูใคร ๆ เห็นแล้วมีความ ยินดีตั้งใจที่จะถ่ายทอดสิ่งดี ๆ แก่ผู้นั้น²⁸⁰

2) ครูอาจารย์ย่อมอนุเคราะห์ศิษย์โดยหน้าที่ 5 ประการ คือ (1) แนะนำ ให้เป็นคนดี ทั้งแนะนำแต่ในสิ่งที่ดีงามที่เป็นประโยชน์ที่เป็นเรื่องสร้างสรรค์ นอกจากแนะนำแล้ว ตัวผู้ชี้โทษนั้นเองต้องนำคือ ทำตัวเป็นแบบ อย่างด้วยอย่าให้เป็นอย่างที่ว่า “จงทำอย่างที่ผมสอน อย่าทำอย่างที่ฉันทำ” (2) ให้เรียนดี ต้องชี้โทษด้วยความตั้งใจ ไม่ชี้โทษแบบสุกเอาเผากิน หรือด้วย อกุศลธรรม การชี้โทษต้องแสดงให้ชัดเจนครบถ้วนสมบูรณ์ ควรแนะนำให้ผู้ถูก ชี้โทษไปในทางเจริญคุณงามความดี ได้รู้ดี ทำการงานได้ดี หรือ “เรียนให้รู้ ดูให้จำ ทำให้ดี และใช้ให้เป็น” (3) บอกความรู้ในศิลปวิทยาทุกอย่างด้วยดี เป็นการบอกศิลปวิทยาให้สิ้นเชิง ไม่ปิดบังอำพราง กล่าวคือ ผู้ชี้โทษ หรือ กัลยาณมิตรควรแนะนำ พร่ำสอน ให้ครบตามแผนการสอนของเนื้อหา นั้น ๆ ไม่ปิดบังหรือขยักไว้เพราะกลัวว่าผู้ถูกชี้โทษจะรู้ทันหรือเพราะต้องการจะขาย ข้อลับในโอกาสต่อไปหรือไม่ใช้ในลักษณะที่ว่าแจกซีท ปิดคอร์ส เพราะสอน

²⁸⁰ ศุภกาญจน์ ชยาพัฒน์, “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องความเป็นผู้ว่าง่ายสอนง่ายในพระพุทธศาสนา เถรวาท”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2548), หน้า 110-111.

ไม่ทันเนื่องจากเวลาสอนไม่สอนแต่ไปทำธุรกิจส่วนตัวอย่างอื่น (4) ยกย่องให้ปรากฏในมิตรสหาย เป็นการประกาศหรือมอบเกียรติบัตรเชิดชูความรู้ความสามารถ หรือคุณงามความดีของศิษย์ตนให้เป็นที่ประจักษ์แก่เพื่อนฝูง หรือแก่สังคมเพื่อจะได้เป็นตัวอย่างที่ดี และเป็นการสร้างเสริมขวัญและกำลังใจแก่ศิษย์ ในการที่จะมีฉันทะและอุสาหะที่จะทำดียิ่ง ๆ ขึ้นต่อไป ทั้งจะเป็นการกระตุ้นให้ศิษย์คนอื่น ๆ อยากได้รับการยกย่องเช่นนั้นด้วย (5) ทำความป้องกันในทิศทั้งหลาย เป็นการป้องกันศิษย์ของตนมิให้เสื่อมเสีย อีกทั้งป้องกันชื่อเสียงและความปลอดภัยโดยฝากฝังกับผู้หลักผู้ใหญ่ในถิ่นที่ศิษย์อาศัย หรือในถิ่นที่ศิษย์จะเดินทางไป หรือฝากฝังกับผู้บังคับบัญชาในหน่วยงานที่ศิษย์ทำงาน ทั้งนี้ จะได้รับความไว้วางใจ การต้อนรับและความเอาใจใส่เป็นอย่างดี เพราะเป็นศิษย์มีครูอาจารย์นั่นเอง²⁸¹

ทิศ 6 ต่อการเสริมสร้างสุขภาวะด้านกตัญญูเช่น เรื่องพระสารีบุตร เมื่อครั้งที่พระสารีบุตรไปทูลลาพระศาสดาเพื่อจะเข้าสู่นิพพาน พระพุทธองค์ตรัสว่า พระสารีบุตร มารดาของเธอยังไม่รู้จักคุณของพระศรีรัตนตรัย เธอจึงไปสั่งสอนมารดาของเธอให้เลื่อมใสเถิด พระสารีบุตรจึงทูลลาแล้วไปยังเรือนมารดา เพื่อแสดงธรรมเทศนาให้มารดาเลื่อมใสให้รู้จักคุณของพระรัตนตรัย จนมารดาได้เป็นพระโสดาบัน พระสารีบุตรจึงดับขันธเข้าสู่ปรินิพพานในเรือนเป็นที่ประสูติของท่าน ในกาลครั้งนั้น เรื่องนี้ชี้ให้เห็นว่า กุลบุตรหญิงชายทั้งหลายได้ปฏิบัติบิดามารดา พร้อมด้วยองค์ 5 คือ 1) บิดามารดาผู้ไม่มีศรัทธาให้มีศรัทธา 2) บิดามารดาผู้ไม่มีศีลให้มีศีล 3) บิดามารดาผู้ไม่ได้ฟังธรรมให้ฟังธรรม 4) บิดามารดาผู้ไม่ได้บริจาคทานให้ได้บริจาคทาน 5) บิดามารดาผู้ไม่มีปัญญาให้มีปัญญา

เมื่อปฏิบัติบิดามารดาพร้อมด้วยองค์ 5 นี้จักได้ชื่อว่า เป็นปฏิบัติบูชา ยกบิดามารดาให้พ้นจากกองทุกข์ให้ได้เสวยความสุขในเบื้องหน้า บุตรหญิงชาย

²⁸¹ ที.ปา. (ไทย) 11/268/213.

ทั้งหลายที่มีความกตัญญูรู้คุณแห่งบิดามารดากระทำการปฏิบัติแก่บิดามารดา ด้วยอามิสบูชา มีข้าวน้ำและเสื่อสาดปูอาสนะ ผ้าผ่อนท่อนสไบเวลาเจ็บไข้ให้ หมุกยา ปีบนิ้วคั้นบาททำให้บิดามารดาสุขสบายกายและจิตจัดเรียกว่า อามิสบูชา ย่อมนำเอาอานิสงส์ผลบุญ จัดว่าเป็นมงคลความเจริญอีกประการหนึ่ง

อีกลักษณะหนึ่งบุตรหญิงชายทั้งหลายผู้ใดอุปัฏฐากปฏิบัติแก่บิดามารดานั้น ย่อมเป็นการสรรเสริญแห่งนักปราชญ์ มีพระพุทธเจ้า เป็นต้น เพราะได้ปฏิบัติมารดาบิดาของตนให้พ้นโทษทัณฑ์ พันธนาการจากกองทุกข์ทั้งมวล จากตัวอย่างของบุตรทั้งสองเรื่อง แสดงให้เห็นลักษณะของบุตรธิดาที่ดี ประเสริฐกว่าบิดามารดา เพราะมีคุณธรรมสูงกว่า ดังพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสตอบสุลิมเทวนบุตร พรารภพระสารีบุตรว่า สารีบุตร ใคร ๆ ก็รู้จักดีว่าเป็นบัณฑิต ไม่ใช่คนมักโกรธ มีความมักน้อย สงบเสงี่ยม ฝึกฝนอบรมดีแล้วรอเวลาอยู่²⁸²

สรุปว่า พระสารีบุตรมีความสำคัญด้านความเฉลียวฉลาดและเป็นผู้มีปัญญามาก มีความเพียรมากในการแสดงธรรม ความกตัญญูกตเวทีของท่าน พระสารีบุตรที่แสดงออกด้วยการทำให้มารดาหันมานับถือพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งจนได้บรรลุเป็นพระโสดาบัน จึงนับว่าท่านได้ตอบแทนคุณของบิดามารดาอย่างแท้จริง และถือเป็นตัวอย่างของอภิชาติบุตรในทางพระพุทธศาสนาอีก รูปหนึ่งที่ควรถือเป็นแบบอย่างสืบไป

3.2.8 พุทธธรรมด้านสามัคคีธรรม (Unity)

3.2.8.1 อปริหานิยธรรม 7

วัสสการพราหมณ์มหาอำมาตย์แคว้นมคธทูลถามเรื่อง พระเจ้าอชาตศัตรู เวเทหิบุตรมีพระประสงค์จะเสด็จไปปรามแคว้นวัชชี พระผู้มีพระภาครับสั่งเรียกพระอานนท์มาตรัสถามเรื่อง อปริหานิยธรรมทั้ง 7 ข้อ คือ 1) เจ้าวัชชี

²⁸² พระธรรมมหาวิราญวัตร (ไสว ฐิตวีโร), “มงคลที่ป็นหรือมงคลสูตร 38 ประการ ฉบับพิสดาร”, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ลูก ส. ธรรมภักดี, 2519), หน้า 156-157.

หมั่นประชุมกันเนื่องนิตย์ 2) เจ้าวัชชีพร้อมเพรียงกันประชุมพร้อมเพรียงกัน เลิกประชุม พร้อมเพรียงกันทำกิจที่พึงกระทำ 3) เจ้าวัชชีไม่บัญญัติสิ่งที่มีได้ บัญญัติไว้ ไม่ล้มล้างสิ่งที่บัญญัติไว้ 4) เจ้าวัชชีเคารพนับถือผู้ใหญ่ในแคว้นวัชชี 5) เจ้าวัชชีไม่ฉุดคร่าขึ้นใจกุลสตรีหรือกุลกุมารี 6) เจ้าวัชชีสักการเคารพนับถือ บูชาเจดีย์ในแคว้นวัชชี 7) เจ้าวัชชีจัดการรักษาคุ้มครอง ป้องกันพระอรหันต์ทั้งหลายด้วยความชอบธรรม ตราบใดที่พวกวัชชีรักษาขอปรียานิยธรรมทั้ง 7 ข้อนี้เจ้าวัชชีพึงได้แต่เจริญอย่างเดียว ไม่มีความเสื่อมเลย²⁸³

มหาปรินิพพานสูตร คัมภีร์ที่ฆนิกาย มหาวรรค ได้กล่าวถึงหลัก อปรียานิยธรรม 7 ประการ 5 หมวด ที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงแก่ภิกษุทั้งหลาย ในสมัยใกล้จะดับขันธปรินิพพาน นอกจากนี้แล้ว หลักอปรียานิยธรรมยังปรากฏ อยู่ในคัมภีร์อังคุตตรนิกาย สัตตกนิบาต ข้อความที่เป็นข้อธรรมเหมือนกันทั้ง 5 หมวดตรงกับข้อความที่มากในมหาปรินิพพานสูตร มีข้อแตกต่างกันตรงที่ ข้อความปรารภการแสดงอปรียานิยธรรม ในมหาปรินิพพานสูตรเป็นข้อความ ต่อเนื่องจากการที่พระพุทธองค์ประทับอยู่บนภูเขาคิชฌกูฏ

พระเจ้าอชาตศัตรูทรงส่งวัสสการพราหมณ์มหาอำมาตย์มาเข้าเฝ้า กราบทูลเรื่องที่พระองค์จะยกทัพไปย่ำยีพวกวัชชี แล้วพระพุทธองค์ทรงแสดง ราชอปรียานิยธรรม²⁸⁴ แก่พระอานนท์ เมื่อวัสสการพราหมณ์มหาอำมาตย์ทูล ลากลับไป พระพุทธองค์มีรับสั่งกับพระอานนท์เพื่อแจ้งให้ภิกษุทั้งหมดที่พัก อยู่ในกรุงราชคฤห์มาประชุมที่อุปัฏฐานศาลาแล้ว พระอานนท์ได้นิมนต์ภิกษุ ทั้งหมดมาประชุมกัน จากนั้นได้เข้ากราบทูลให้พระพุทธองค์ทรงทราบ พระองค์ ได้เสด็จไปยังอุปัฏฐานศาลาแสดงอปรียานิยธรรม²⁸⁵ แก่ภิกษุทั้งหลาย เป็น ข้อความที่เป็นเหตุการณ์ติดต่อกัน

²⁸³ ที.ม. (ไทย) 10/134-135/78.

²⁸⁴ ที.ม. (ไทย) 10/134-135/78-81.

²⁸⁵ ที.ม. (ไทย) 10/140/87-88.

อรรถกถาที่ฆนิกาย มหาวรรค ได้อธิบายความหมายของหลัก
อปรินิยธรรมว่า ธรรมที่เป็นเหตุให้เกิดความเจริญโดยส่วนเดียว ไม่มีความ
เสื่อม มี 2 ประเภท คือ ราชอปรินิยธรรม และภิกขุอปรินิยธรรม²⁸⁶

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้ให้ความหมายไว้ว่า
อปรินิยธรรม หมายถึง เป็นธรรมอันไม่เป็นที่ตั้งแห่งความเสื่อม เป็นไปเพื่อ
ความเจริญฝ่ายเดียว สำหรับหมู่ชนหรือผู้บริหารบ้านเมือง²⁸⁷

อปรินิยธรรม หมายถึง เครื่องแสดงหรือคุณภาพที่มีประจำตัวโดย
เฉพาะของอปรินิยธรรม ซึ่งได้แก่ ความไม่เสื่อม หรือ ความเจริญก้าวหน้า
สำหรับลักษณะของอปรินิยธรรมที่ทำให้การบริหารงานมีความเจริญโดยที่
ไม่มีทางเสื่อมนั้น จะต้องประกอบด้วยสิ่งสำคัญ 3 ประการ ได้แก่ ผู้บริหาร
เป็นผู้มีธรรม ผู้ถูกบริหารหรือพนักงานเป็นผู้มีธรรม และมีหลักวิธีการบริหาร
ที่ดี หลักธรรมดังกล่าวนี้เป็นหลักธรรมที่สอนให้ดำเนินชีวิตอย่างมีความ
รับผิดชอบทั้งต่อตนเองและต่อสังคมโดยรวม

ในการนำหลักอปรินิยธรรม 7 ต่อการเสริมสร้างสุขภาวะด้าน
สามัคคีธรรม เพื่อการบริหารที่จะช่วยป้องกันความเสื่อม นำไปสู่ความเจริญ
รุ่งเรืองของหมู่คณะ องค์กร หน่วยงานต่างๆ เป็นข้อปฏิบัติที่จะเสริมสร้าง
ความสามัคคีกลมเกลียวกันอย่างมั่นคงในองค์กรใด ๆ ก็ตามที่ประพจน์ได้
อย่างสม่ำเสมอและมั่นคง²⁸⁸ เป็นหลักการร่วมรับผิดชอบที่ทุกคนในสังคมจะ
ช่วยป้องกันความเสื่อม นำไปสู่ความเจริญรุ่งเรืองโดยส่วนเดียวมี 7 ประการ
คือ

²⁸⁶ ที.ม. (ไทย) 10/134-136/116-128.

²⁸⁷ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่
27, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2557), หน้า 289.

²⁸⁸ วคิน อินทสระ, **หลักธรรมอันเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา**, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมดาการ
พิมพ์, 2548), หน้า 32-35.

1) ประชุมแลกเปลี่ยนความรู้ ปรัชญาหารือร่วมกัน

พระพุทธเจ้าตรัสกับพระอานนท์เรื่องอภิธานิยธรรมข้อที่ 1 ในมหาปรินิพพานสูตรว่า เจ้าวัชชีหมั้นประชุมกันเนื่องนิตย²⁸⁹ พระอรธกถาจารย์อธิบายว่า 1) คำว่า หมั้นประชุมกันเนื่องนิตย ได้แก่ ประชุมกันวันละ 3 ครั้ง บ้าง ประชุมกันเป็นระยะบ้าง ชื่อว่า หมั้นประชุมกันเนื่องนิตย 2) คำว่า ประชุมกันมากครั้ง ได้แก่ เมื่อไม่หยุดพักกว่า เมื่อวานก็ประชุมกันแล้วทั้งวันก่อนก็ประชุมกันแล้ว วันนี้จักประชุมกันอีกทำไม ชื่อว่าประชุมกันมากครั้ง 3) คำว่า พวกเจ้าวัชชีพึงหวังได้แต่ความเจริญอย่างเดียว ไม่มีความเสื่อมเลย ได้แก่ เพราะเมื่อไม่ประชุมกันเนื่อง ๆ ไม่ฟังข่าวที่มาจากทุกสารทิศ ก็จะไม่รู้ว่า เรื่องความวุ่นวายเกิดขึ้น จากเขตบ้านหรือเขตนิคมโน้น หรือพวกโจรมั่วสุมกันในที่โน้น แม้เหล่าโจรรู้ว่า เจ้าทั้งหลายประมาทแล้ว จึงปล้นบ้านและนิคมเป็นต้น ทำชาวชนบทให้พินาศ เมื่อเป็นอย่างนี้ เจ้าย่อมมีความเสื่อม แต่เมื่อประชุมกันเนื่อง ๆ รู้ข่าวนั้น ๆ แต่นั้นก็จักส่งกองกำลังไปปราบศัตรู แม้โจรทั้งหลายรู้ว่า เจ้าทั้งหลายไม่ประมาท พวกเราก็ไม่อาจคุมกันเป็นหมู่ เทียบปล้นสดมภ์ได้แล้วก็แยกย้ายสลายซุ่มโจรไป เมื่อเป็นอย่างนี้ เจ้าทั้งหลายย่อมมีความเจริญรุ่งเรือง เหตุฉะนั้น พระผู้มีพระภาคจึงตรัสว่า อานนท์ พวกเจ้าวัชชีพึงหวังได้แต่ความเจริญอย่างเดียว ไม่มีความเสื่อมเลย²⁹⁰

ธรรมข้อแรกในหลักอภิธานิยธรรม 7 ที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ให้ไว้ และดูเหมือนคนทำงานในยุคสมัยนี้ก็นิยมการประชุมกันเป็นนิตย เพราะถามใครก็ติดประชุมกันทั้งนั้น จนบางวันมีแต่ประชุมและประชุม ซึ่งว่าไปก็ดูท่าจะดีเพราะได้มีการพูดคุยกันบ่อย ๆ งานก็น่าจะก้าวหน้าไปด้วยดี²⁹¹

²⁸⁹ ที.ม. (ไทย) 10/134/78.

²⁹⁰ ที.ม.อ. (ไทย) 134/169.

²⁹¹ ชัยวัฒน์ ธีระพันธุ์ และ ดร.ปาริชาติ สถาปิตานนท์, การประชุมอย่างสร้างสรรค์: ศิลปะแห่งการสร้างพลังเพื่อการเปลี่ยนแปลง, พิมพ์ครั้งที่ 3, (กรุงเทพมหานคร: สถาบัน, 2547), หน้า 4.

อภิธานิยธรรม 7 ประการ ในข้อที่ 1 หมั่นประชุมกันเนื่องนิตย์²⁹² ก็คือการประชุมของกลุ่มประชาชนทั่วไปนั้นจะมีมากหรือน้อยก็ตาม แต่พอสรุปโดยลักษณะเป็น 6 ข้อ คือ 1) การประชุมปรึกษาหารือหรือพิจารณาหรือเพื่อรับทราบ 2) ประชุมชี้แจง สั่งการ มอบงานหรือนโยบาย 3) ประชุมอบรมหรือประชุมเชิงวิชาการ หรือเชิงปฏิบัติการ 4) ประชุมสัมมนา 5) ประชุมปฏิบัติการ 6) ประชุมสังสรรค์หรือสร้างสรรค์ความสามัคคีในหมู่ประชาชนทั่วไป

ดังนั้น การหมั่นประชุมกันเป็นนิตย์ พบปะปรึกษาหารือกิจการงาน (ที่พึงรับผิดชอบตามระดับของตน) โดยสม่ำเสมอจะเป็นการเสริมสร้างสุขภาวะด้านสามัคคีธรรมข้อที่ 1

2) พร้อมเพรียงกันในการเริ่มและปิดประชุม สร้างกิจกรรมการประชุมที่มีประสิทธิภาพ

พระพุทธเจ้าตรัสกับพระอานนท์เรื่องอภิธานิยธรรมข้อที่ 2 ในมหาปรินิพพานสูตรว่า เจ้าวัชชีพร้อมเพรียงกันประชุมพร้อมเพรียงกันเลิกประชุมพร้อมเพรียงกันทำกิจที่พึงกระทำ²⁹³ พระอรรถกถาจารย์อธิบายว่า คำว่า พร้อมเพรียงกัน เป็นต้น พึงทราบว่า 1) เมื่อกลองสัญญาณประชุมดังขึ้น พวกเจ้าลิจฉวีทำการบายเพียงว่า วันนี้เรามีธุระ วันนี้มีงานมงคล ชื่อว่า ไม่พร้อมเพรียงกันประชุม 2) แต่พอได้ยินเสียงกลอง กำลังกินก็ดี กำลังแต่งตัวก็ดี กำลังนุ่งผ้าก็ดี กินได้ครึ่งหนึ่งบ้าง แต่งตัวได้ครึ่งหนึ่งบ้าง กำลังนุ่งผ้าบ้าง ก็เข้าประชุม ชื่อว่าพร้อมเพรียงกันประชุม 3) เมื่อเข้าประชุมแล้ว ก็ช่วยกันคิด ปรึกษากัน ทำกิจที่ควรทำ ไม่เลิกประชุมพร้อมกัน ชื่อว่าไม่พร้อมเพรียงกันเลิกประชุม 4) เมื่อเลิกประชุมกันอย่างนี้แล้ว พวกที่ไปก่อนย่อมมีความคิดอย่างนี้ว่า พวกเราได้ยินแต่พูดกันนอกเรื่องบัดนี้ จะพูดแต่เรื่องที่มีข้อยุติ แต่เมื่อเลิกประชุมพร้อมกัน ชื่อว่า พร้อมเพรียงกันเลิกประชุม

²⁹² พระธรรมปิฎกโศภน (วรวีรย์ คงคปญโญ), การคณะสงฆ์และการพระศาสนา, (กรุงเทพมหานคร: มหาเถรสมาคม, 2548), หน้า 23.

²⁹³ ที.ม. (ไทย) 10/134-135/78.

อนึ่ง ความวุ่นวายหรือโจรมั่วสุมกันแต่เขตบ้านหรือเขตนิคมในที่โน้น เมื่อไต่ถามกันว่า ใครจักเป็นผู้นำกำลังออกปราบปัจฉามิตรเล่า ต่างซึ่งกันอาสา ว่า ข้าพเจ้าก่อน ข้าพเจ้าก่อนแล้วพากันไปก็ดี ชื่อว่าพร้อมเพรียงกันเล็กประชุม แต่เมื่อการงานของเจ้าองค์หนึ่งย่อหย่อนไป เหล้าเจ้าที่เหลือก็จะส่งบุตรและพี่น้องไปช่วยงานของเจ้าองค์นั้น เขาก็จะพึงพูดกะเจ้าผู้เป็นอาคันตุกะว่า โปรดเสด็จไปวังของเจ้าองค์โน้นเถิด หากสงเคราะห์พร้อมกันทั้งหมดก็ดี และเมื่อ งานมงคล หรือโรค หรือสุขทุกข์เช่นนั้นอย่างอื่นเป็นต้น ก็ไปสู่ความเป็นสหาย ในที่นั้น ชื่อพร้อมกระทำกิจที่ควรทำแก่ชาววัชชี²⁹⁴

การประชุม การเลิกประชุม และกระทำกิจที่ควรทำโดยพร้อมเพรียงกัน เพื่อให้เกิดความยุติธรรมเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของหมู่คนที่อยู่ร่วมกัน ไม่กิน แหนงแคลงใจกัน จะทำงานอะไรก็สำเร็จได้เช่นใน ครอบครัวของชาวนามีอะไร ปรีกษาหรือกันก็ต้องอยู่พร้อม ๆ กัน เพื่อทุกคนจะได้ยอมรับในสิ่งที่จะทำลง ไปด้วยความเต็มใจ ซึ่งการพร้อมเพรียงกันประชุม เลิกประชุมโดยพร้อมเพรียง กันซึ่งเป็น 1 ในหลักการของหลักการของการประชุมที่ดี²⁹⁵

พระเทพคุณาภรณ์ (โสภณ โสภณจิตฺโต) ได้กล่าวถึงการประชุมพร้อม เพรียงกันไว้ว่าพร้อมเพรียงกันประชุม พร้อมเพรียงกันเลิกประชุม และพร้อม เพรียงกันปฏิบัติกิจของหมู่คณะ มีความรับผิดชอบร่วมกัน ดำเนินไปอย่าง พร้อมเพรียง และเมื่อถึงตอนทำงานก็ต้องทำงานของส่วนรวมให้ดี²⁹⁶

วคิน อินทสระ ได้กล่าวถึงการพร้อมกันประชุมและพร้อมกันเลิกประชุม ไว้ว่า เมื่อมีการประชุมก็ควรร่วมกันประชุมพร้อมกัน เลิกประชุมก็เลิกพร้อมกัน ไม่หนีประชุม รับผิดชอบประชุมก็อยู่จนเลิกไม่ใช้รับผิดชอบเสร็จก็หายไป จะได้ว่า

²⁹⁴ ที.ม.อ. (ไทย) 134/170.

²⁹⁵ ปรมะ สตะเวทิน, **หลักนิเทศศาสตร์**, พิมพ์ครั้งที่ 8, (กรุงเทพมหานคร: ภาพพิมพ์, 2538), หน้า 10-11.

²⁹⁶ พระเทพคุณาภรณ์ (โสภณ โสภณจิตฺโต), **อปพรานियธรรม**, (กรุงเทพมหานคร : หจก. ดวงกมล ปรีนตั้ง, 2550), หน้า 10.

ว่าเขาประชุมกันเรื่องอะไร มอบหมายภารกิจอะไร ให้ใครบ้างจะได้ติดตามงานกันได้ถูกต้อง ข้อนี้ทำได้ (แต่ยาก) องค์กรไหน ๆ ก็เข้มแข็ง²⁹⁷

สรุปว่า พร้อมเพรียงกันประชุม พร้อมเพรียงกันเลิกประชุม คือ พร้อมเพรียงกันกระทำการทั้งหลายที่พึงทำร่วมกัน ยินดีเต็มใจที่จะร่วมเป็นร่วมตายกันทั้งในยามทุกข์และในยามสุขเพื่อแบกรับภารกิจ ของหมู่คณะให้สำเร็จลุล่วงไปได้ตามเป้าหมายและกำหนดเวลา ขณะเดียวกันหากในยามใดที่มีภัยอันตรายมากล้ากราย

3) เคารพผู้เป็นประธานการประชุม มีมติประชุมชัดเจนที่เกิดจากการนำเสนอด้วยหลักเหตุผล และทางแก้ไขอย่างถูกต้อง เป็นประโยชน์ทุกฝ่าย

พระพุทธเจ้าตรัสกับพระอานนท์เรื่องอุปนิหิตธรรมข้อที่ 3 ในมหาปริณิพพานสูตรว่า เจ้าวัชชีไม่บัญญัติสิ่งที่มีได้บัญญัติไว้ ไม่ล้มล้างสิ่งที่มีบัญญัติไว้²⁹⁸ พระอรรถกถาจารย์อธิบายว่า คำว่า สิ่งที่มีได้บัญญัติ เป็นต้นคือ 1) เมื่อไม่เก็บภาษี พลีกรรม หรือสินไหม ที่มีได้บัญญัติไว้ก่อน ชื่อว่า ไม่บัญญัติสิ่งที่ยังมิได้บัญญัติ 2) แต่เมื่อเก็บภาษีเป็นต้นที่มาตามโบราณประเพณีนั่นเอง ชื่อว่าไม่ล้มล้างสิ่งที่มีบัญญัติไว้แล้ว 3) เมื่อยังไม่ได้วินิจฉัยบุคคลที่เขาจับมา แสดงว่า เป็นโจรแล้วสั่งตัดอวัยวะ สั่งฆ่า ชื่อว่าไม่สมาทานประพตติโบราณวัชชีธรรม 4) เมื่อเจ้าเหล่านั้นบัญญัติสิ่งที่ยังไม่บัญญัติ พวกคนที่ถูกเบียดเบียนด้วยส่วยใหม่ ๆ เป็นต้น ก็จะพากันคิดว่า พวกเราถูกเบียดเบียนเหลือเกิน ใครจักอยู่ในแคว้นของเจ้าเหล่านี้ได้ จึงไปยังชายแดนกลายเป็นโจร หรือเป็นพรรคพวกโจร ปล้นชาวชนบท เมื่อล้มล้างข้อที่มีบัญญัติไว้แล้ว ไม่เก็บส่วยเป็นต้นที่มีมาตามประเพณี ท้องพระคลังก็จะร่อยหรอ จากนั้น ทัฬช้างม้าและไพร่พล เมื่อ

²⁹⁷ วคิน อินทสระ, **หลักธรรมอันเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา**, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหา มกุฏราชวิทยาลัย, 2555, หน้า 32-35.

²⁹⁸ **ที.ม.** (ไทย) 10/134-135/78.

ไม่ได้เบียดหัวดประจำ เหมือนพนักงานต้นห้องเป็นต้น กำลังกายกำลังใจก็จะเสื่อมถอยไป คนเหล่านั้นไม่ควรเป็นนักรบ และไม่ควรอยู่รับใช้ราชสำนัก เมื่อเจ้าเหล่านั้นไม่สมาทานประพฤติโบราณวัชชีธรรม พวกคนในแคว้นแคว้นก็จะโกรธว่า เจ้าทั้งหลายกระทำบุตฺร บิดา พี่น้องชาย ของพวกเรา ซึ่งไม่เป็นโจรเลย ให้เป็นโจร แล้วตัดอวัยวะ ฆ่าทิ้งเสีย จึงพากันไปสู่ชายแดน กลายเป็นโจรหรือเป็นพรรคพวกโจรปล้นชาวชนบท เมื่อเป็นอย่างนี้ เจ้าทั้งหลายก็จะมีชื่อเสียง 5) แต่เมื่อบัญญัติข้อที่บัญญัติไว้แล้ว พวกคนยอมพากันคิดว่า เจ้าทั้งหลายกระทำตามประเพณีที่เดียว แล้วก็สรรหาร่ำเริง ประกอบการงานมีกสิกรรม และพาณิชย์กรรมเป็นต้นให้สมบูรณ์ เมื่อไม่ล้มล้างข้อที่บัญญัติไว้แล้วเก็บภาษีเป็นต้นที่มีตามประเพณี ท้องพระคลังก็เจริญสมบูรณ์ จากนั้นทัพช้างม้าและไพร่พล เมื่อได้เบียดหัวดประจำ เหมือนพนักงานต้นห้องเป็นต้น ก็จะสมบูรณ์ด้วยกำลังใจและกำลังกาย ควรเป็นนักรบ และสมควรอยู่รับใช้ราชสำนัก²⁹⁹

ผู้ใดทำความผิดชื่อนี้ ก็จะต้องได้รับโทษอย่างนี้ พระราชาทรงนำการกระทำของผู้นั้น มาเทียบกับตวับทกฏหมายแล้ว จึงทรงลงอาชญาตามสมควรแก่ความผิดนั้น ดังนั้นเมื่อพวกเจ้าวัชชี ยึดถือประพฤติตามวัชชีธรรมอันเป็นโบราณราชประเพณี ผู้คนทั้งหลายยอมไม่ติเตียน พวกเจ้าวัชชีทั้งหลายยอมทำงานตามโบราณราชประเพณี เจ้าวัชชีเหล่านั้นยอมไม่มีโทษ มีโทษแต่พวกเราเท่านั้น ฉะนั้น เขาเหล่านั้นจึงไม่ประมาททำการงาน เมื่อเป็นอย่างนี้ เจ้าวัชชีทั้งหลายยอมเจริญ เพราะฉะนั้น พระผู้มีพระภาคจึงตรัสว่า อานนท์ พวกเจ้าวัชชีพึงหวังได้แต่ความเจริญอย่างเดียว ไม่มีความเสื่อมเลย³⁰⁰

พระเทพวิสุทธิญาณ (อุบล นนทโก) ได้อธิบายการไม่ตั้งกฎระเบียบที่ขัดต่อระเบียบเดิมไว้ว่า ลิกขาบทุกข้อที่ทรงบัญญัติไว้แล้ว ใคร ๆ ไม่พึงถอน คือไม่ตัดออก ไม่ยกเลิก แม้บางข้ออาจไม่เหมาะแก่กาลสถานที่ ก็มีพระพุทธานุญาต

²⁹⁹ ที่.ม.อ. (ไทย) 134/171.

³⁰⁰ ที่.ม.อ. (ไทย) 134/172.

พิเศษไว้แล้ว จึงไม่จำเป็นต้องถอนสิกขาบทใด ๆ ทั้งสิ้นเหมือนกฎหมายทางพระราชอาณาจักร ใคร ๆ ไม่พึงถอน เพราะถ้าต่างคนต่างเลิกถอนสิกขาบทที่ทรง บัญญัติไว้ ตามความต้องการของตน ๆ ผลสุดท้ายก็ไม่มีอะไรเหลือเป็นหลักไว้ควบคุมหมู่คณะ พระศาสนาก็ ย่อมตั้งอยู่ไม่ได้ เหมือนกฎหมายถ้าต่างคนต่างถอนทีละมาตรา ไม่ช้าก็หมดประเทศชาติบ้านเมืองไม่มี กฎหมายก็เหมือนบ้านเรือนไม่มีชื่อไม่มีแป ก็มีแต่พินาศ³⁰¹

สรุปว่า การไม่ถืออำเภอใจใครต่อความสะดวก บัญญัติวางข้อกำหนด กฎเกณฑ์ต่าง ๆ อันมิได้ตกลงบัญญัติกันไว้แล้ว และไม่เหยียบย่ำล้มล้างสิ่ง ที่ตกลงวางบัญญัติกันไว้แล้ว ถือปฏิบัติมั่นอยู่ในบทบัญญัติใหญ่ที่วางไว้เป็น ธรรมนุญ ซึ่งเป็นแม่บทกฎหมายสูงสุดที่ทุกคน ต้องยึดถือปฏิบัติตามนั้น ใคร จะละเมิดมิได้ จะแก้ไข เปลี่ยนแปลงตามใจชอบมิได้ เพราะรัฐธรรมนูญคือ โครงสร้างของระบอบการปกครองประเทศ

4) เคารพผู้เป็นประธานการประชุมให้เกียรติประธานและสมาชิกทุกคน

พระพุทธเจ้าตรัสกับพระอานนท์เรื่องอุปทานิยธรรมข้อที่ 4 ในมหาปริณีพพานสูตรว่า เจ้าวัชชี สักการะ เคารพ นับถือผู้ใหญ่ในแคว้นวัชชี³⁰² พระอรรถกถาจารย์อธิบายว่า 1) คำว่า สักการะ ได้แก่ เมื่อทำสักการะแก่เจ้าวัชชีทั้งหลายเหล่านั้นอย่างใดอย่างหนึ่ง ย่อมกระทำแต่ที่ดี ๆ เท่านั้น 2) คำว่า เคารพ ได้แก่ กระทำความเป็นผู้ควรเคารพให้ปรากฏ 3) คำว่า นับถือได้แก่ เคารพรักด้วยใจ 4) คำว่า บูชา ได้แก่ แสดงอาการนอบน้อม 5) คำว่า สำคัญว่าเป็นสิ่งควรฟัง ได้แก่ ไปปรนนิบัติวันละ 2-3 ครั้ง ย่อมให้ความสำคัญต่อ ถ้อยคำของเจ้าวัชชีเหล่านั้นว่าควรเชื่อฟัง

³⁰¹ พระเทพวิสุทธิญาณ (อุบล นนทโก), **อธิบายธรรมวิภาค**, พิมพ์ครั้งที่ 8, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, 2552), หน้า 184-185.

³⁰² **ที.ม.** (ไทย) 10/134-135/78.

เจ้าวัชชีเหล่าใด ไม่ทำสักการะแก่เจ้าวัชชีผู้แก่เฒ่าอย่างนี้ และไม่เข้าไป
 ประนินบัติเจ้าวัชชีเหล่านั้น เพื่อฟังโอวาท เจ้าวัชชีเหล่านั้นก็ถูกเจ้าวัชชีผู้เฒ่า
 ชรานั้นทอดทิ้งไม่พำร่าสอน เป็นผู้ชวนชวายเป็นการเล่น ย่อมเสื่อมจากความ
 เป็นพระราชา ส่วนเจ้าวัชชีเหล่าใดปฏิบัติตามอย่างนั้น เจ้าวัชชีผู้แก่ชราย่อม
 สอนประเพณีโบราณแก่เจ้าวัชชีเหล่านั้นว่า สิ่งนี้ควรทำ สิ่งนี้ไม่ควรทำ แม้เมื่อ
 เกิดสงครามก็แสดงอุบายว่า 1) ควรรุกเข้าต้อย่างนี้ 2) ควรถอยทัพอย่างนี้
 เจ้าวัชชีเหล่านั้น เมื่อเจ้าวัชชีผู้แก่ชราโอวาทอยู่ ก็ปฏิบัติตามโอวาท ย่อมอาจ
 ดำรงโบราณราชประเพณีไว้ได้ เหตุฉะนั้น พระผู้มีพระภาคจึงตรัสว่า อานนท์
 พวกเจ้าวัชชีพึงหวังได้แต่ความเจริญอย่างเดียว ไม่มีความเสื่อมเลย³⁰³

การส่งเสริมสนับสนุนและปฏิบัติตามผู้บังคับบัญชา ให้บรรลุไปตาม
 วัตถุประสงค์และนโยบายขององค์กร ปฏิบัติหน้าที่ตามพันธกิจที่ผู้บังคับบัญชา
 มอบหมาย ด้วยความซื่อสัตย์และขยันหมั่นเพียร ให้ความเคารพ เชื่อฟัง ให้
 เกียรติ และปฏิบัติตามคำสั่งของผู้บังคับบัญชาในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับหน้าที่
 พึ่งปฏิบัติงานอย่างเต็มกำลังความสามารถ รอบคอบ รวดเร็ว ขยันหมั่นเพียร
 ถูกต้องสมเหตุสมผล ตระหนักถึงหน้าที่และความรับผิดชอบในการปฏิบัติงาน
 เพื่อประโยชน์สูงสุดของหน่วยงาน³⁰⁴

วคิน อินทสระ ได้กล่าวถึง การให้ความเคารพนับถือต่อผู้บังคับบัญชา
 ไว้ว่า องค์กรใด ๆ ย่อมมีผู้นำหากเราให้เกียรติผู้นำ เชื่อฟังกัน ปฏิบัติตาม
 ความคิด (ที่ดีที่ถูกต้อง) ของผู้นำเดินไปในกรอบในทิศทางเดียวกัน ไม่ลบลู่
 ผู้นำ ความมั่นคงในองค์กรก็เกิดขึ้น³⁰⁵

³⁰³ ที.ม.อ. (ไทย) 134/173.

³⁰⁴ ทศพร ศิริสมพันธ์, **คู่มือเทคนิควิธีการส่งเสริมประสิทธิภาพในหน่วยราชการ**, กรุงเทพมหานคร : ศูนย์ปฏิบัติการโครงการส่งเสริมประสิทธิภาพในส่วนราชการ, (สำนักงาน ก.พ.พระราชบัญญัติระเบียบข้าราชการพลเรือน พ.ศ.2535), หน้า 6.

³⁰⁵ วคิน อินทสระ, **หลักธรรมอันเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา**, หน้า 32-35.

นันทรัตน์ จำปาแดง ได้กล่าวถึงการให้ความเคารพต่อผู้บังคับบัญชาไว้ว่า เปิดโอกาสให้ผู้ใต้บังคับบัญชาเจริญก้าวหน้าในอาชีพ โดยอาจส่งไปอบรมสัมมนา คั่นคว่ำวิจัย สนับสนุนให้ผู้ใต้บังคับบัญชาแต่ละคนได้ทำงานที่เหมาะสมแก่ตนทั้งด้านความสามารถ และบุคลิกภาพ เพื่อให้งานได้ด้วยดี และมีความสุขในงาน สื่อสารกับผู้ใต้บังคับบัญชาอย่างชัดเจน เมื่อต้องการให้ทำงานใดหรือปฏิบัติอย่างไร และหลีกเลี่ยงการสื่อสาร ทางเดียวให้มากที่สุด รักษาผลประโยชน์ของผู้ใต้บังคับบัญชา เพื่อให้ทุกคนอยู่ได้อย่างไม่ลำบาก และเป็นสุขซึ่งจะเป็นแรงจูงใจ ให้ผู้ใต้บังคับบัญชาเสียสละ และทำประโยชน์ให้ หน่วยงานเพิ่มขึ้นยกย่องผู้ใต้บังคับบัญชาให้ปรากฏแก่ผู้อื่นเมื่อเขาทำดี แต่เมื่อมีสิ่งผิดพลาดเกิดขึ้นควรเชิญเข้าพบ พูดคุยกันเป็น การส่วนตัว ในบรรยากาศของความจริงใจ³⁰⁶

สรุปว่า ท่านผู้ใดเป็นผู้ใหญ่มีประสบการณ์ยาวนาน ให้เกียรติเคารพนับถือ ท่านเหล่านั้น มองเห็นความสำคัญแห่งถ้อยคำของท่านว่าเป็นสิ่งอันพึงรับฟัง การปฏิบัติด้วยความเคารพนับถือ และเชื่อฟังถ้อยคำของผู้นำชาวนา เช่นนี้ ย่อมทำให้องค์กรชาวนามีความเป็นปึกแผ่นมั่นคง ก็จะมีอำนาจต่อรองกับพ่อค้า และรัฐบาลได้อย่างเต็มที่

5) ไม่ข่มเหงสตรี ให้เกียรติสตรีเท่าเทียม

พระพุทธเจ้าตรัสกับพระอานนท์เรื่องอุปทานิยธรรมข้อที่ 5 ในมหาปรินิพพานสูตรว่า เจ้าวัชชีไม่จุดคร่าขึ้นใจกุลสตรีหรือกุลกุมารี³⁰⁷ พระอรรถกถาจารย์อธิบายว่า 1) คำว่า กุลสตรี ได้แก่ หญิงแม่เรือนของตระกูล 2) คำว่ากุลกุมารี ได้แก่ ธิดาของหญิงแม่เรือนเหล่านั้น ผู้ยังไม่แต่งงาน 3) คำว่าจุดคร่า ได้แก่ เป็นชื่อของอาการข่มขี้ ข่มขืนกระทำชำเรา

³⁰⁶ นันทรัตน์ จำปาแดง, การเป็นลูกน้องที่ดี, (กรุงเทพมหานคร : วัจอักษร, 2548), หน้า 27.

³⁰⁷ ที.ม. (ไทย) 10/134/78.

เมื่อเจ้าวัชชีเหล่านี้ กระทำอย่างนี้ พวกคนในแคว้นแคว้น ก็พากันโกรธว่า พวกเจ้าวัชชีเหล่านี้ จับบุตรและมารดาในเรือนของเราบ้าง จับธิดาที่เราเอาปากดูดน้ำมูกเป็นต้นเลี้ยงดูให้เติบโตมาโดยพลการ ให้อยู่ในเรือนของตนบ้าง แล้วหนีไปอยู่ชายแดน เป็นโจรบ้าง เป็นพรรคพวกโจรบ้างแล้วปล้นชาวชนบท แต่เมื่อเจ้าวัชชีทั้งหลายไม่ทำอย่างนั้น พวกผู้คนในแคว้นแคว้นก็ไร้กังวลทำการงานของตน ยังท้อพระคลังให้เจริญ บัณฑิตพึงทราบความเจริญและความเสื่อมในข้อนี้ด้วยประการฉะนี้³⁰⁸

พระเทพวิสุทธิญาณ (อบล นนทโก) ได้อธิบายการให้ความเคารพต่อเพศสตรีไว้ว่า ไม่ทำไม่พูด ไม่คิดอะไรตามอำนาจของความอยาก อันธรรมดาปุถุชนทุกคนยังมีตัณหา คือ ความอยากจึงจำเป็นต้องระวังตน คอยข่มจิตตนอดทนต่อความอยาก ไม่ปล่อยจิตให้ตกอยู่ภายใต้อำนาจความอยากนั้น เมื่อควบคุมจิตได้ ก็ไม่ทำ ไม่พูด ไม่คิดด้วยอำนาจความอยาก ก็ชื่อว่าไม่ลุอำนาจแก่ความอยาก ก็มีแต่ความเจริญ³⁰⁹

วคิน อินทสระ ได้กล่าวถึง การให้ความเคารพต่อเพศสตรีไว้ว่า ข้อนี้สำคัญมีใช้น้อยเพราะ เตือนเพราะห้ามมิให้ล่วงเกินบุตรภริยาของใคร เรื่องบุตรภริยาของผู้ร่วมงานของคนอื่น ควรให้เกียรติกัน ไม่นินทาว่าร้าย หรือพูดถึงกันในทางไม่ดี เรื่องนี้ เป็นเรื่องใหญ่ เป็นเรื่องสำคัญขององค์กรใด ๆ ก็ตาม หากละเว้นได้ย่อมมีแต่ความสงบ ย่อมมีแต่ความสามัคคีคืออย่าลืมนะ บุตรและภรรยาลูกมีอิทธิพลต่อจิตใจของทุกคน การให้ร้าย การนินทาว่ากล่าว มีผลกระทบต่อผู้นำ และบุคลากรในองค์กร องค์กรใดมีเรื่องเช่นนี้มาก ๆ ย่อมขาดความมั่นคง³¹⁰

³⁰⁸ ที.ม.อ. (ไทย) 134/173.

³⁰⁹ พระเทพวิสุทธิญาณ (อบล นนทโก), อธิบายธรรมวิภาค, หน้า 186.

³¹⁰ วคิน อินทสระ, หลักธรรมอันเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา, หน้า 32-35.

สรุปว่า การให้ความเคารพต่อเพศสตรี ไม่ข่มเหงสตรีที่อยู่ในปกครองของตนและคนอื่น มีการควบคุมอารมณ์ คนเรานั้นเหมือนกับนกที่ตายเพราะเหยื่อ หรือปลาที่ตายเพราะเหยื่อ คนก็มีลักษณะอย่างเดียวกัน คือถ้าปล่อยให้ความอยากได้อย่างนั้น อย่างนี้ อย่างโน้น ครอบงำใจแล้วมีโอกาสที่จะเกิดอันตรายเพราะความอยากเหล่านั้น การพยายามควบคุมจิตใจไม่ให้ทำอะไรไปตามอำนาจของความอยากทุกอย่าง จึงเป็นทางเจริญของบุคคลเหล่านั้น

6). เคารพบูชานียบบุคคล รักษาและพัฒนาวัฒนธรรมชุมชนที่งดงาม

พระพุทธเจ้าตรัสกับพระอานนท์เรื่องอุปนิทานธรรมข้อที่ 6 ในมหาปริณีพพานสูตรว่า เจ้าวัชชีสักการเคารพนับถือบูชาเจดีย์ในแคว้นวัชชี³¹¹ พระอรธกถาจารย์อธิบายว่า 1) คำว่า เจดีย์ในแคว้นวัชชี ของชาววัชชี ได้แก่ สถานที่ที่ที่ยักษ์ถือครองอันได้ชื่อว่าเจดีย์เพราะอรธกถาว่าอันเขาทำไว้อย่างงดงามในแคว้นแคว้น คือ รัฐของพวกเจ้าวัชชี 2) คำว่า ในเมือง ได้แก่ ตั้งอยู่ภายในเมือง 3) คำว่า นอกเมือง ได้แก่ ตั้งอยู่นอกเมือง 4) คำว่า ที่เคยให้ ได้แก่ อันเขาให้ไว้ในกาลก่อน 5) คำว่า ที่เคยกระทำ ได้แก่ อันเขากระทำไว้ในกาลก่อน 6) คำว่า ไม่ให้เสื่อมสูญ ได้แก่ จักไม่ให้ลดลง กระทำตามที่เป็นไปนั้นแหละ

จริงอยู่เมื่อเจ้าวัชชีลดพลีกรรมที่ชอบธรรมเสีย เหล่าเทวดาทั้งหลายก็ไม่ทำการอารักขาอย่างดี แม้จะไม่สามารถยังทุกข์ที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้นได้ ก็ยังโรคไอ และโรคปวดศีรษะเป็นต้นที่เกิดอยู่แล้วให้กำเริบขึ้นได้ เมื่อเกิดสงครามก็ไม่เข้าเป็นพรรคพวกด้วย แต่เมื่อพวกเจ้าวัชชีไม่ลดพลีกรรม เหล่าเทวดาทั้งหลายย่อมทำการอารักขาอย่างดี แม้ไม่สามารถจะยังความสุขที่ยังไม่เกิดขึ้นให้เกิดขึ้นได้ ก็กำจัดโรคไอ และโรคปวดศีรษะเป็นต้นที่เกิดขึ้นได้ ทั้งยังเข้าเป็นพรรคพวกในยามเกิดสงครามอีกด้วย บัณฑิตพึงทราบความเจริญและความเสื่อมในข้อนี้ด้วยประการฉะนี้³¹²

³¹¹ ที.ม. (ไทย) 10/134/78.

³¹² ที.ม.อ. (ไทย) 134/174.

วคิน อินทสระ ได้กล่าวถึงการให้ความเคารพต่อสถานที่สำคัญของหน่วยงานไว้ว่า คนไทยส่วนมากนับถือถึงความสำคัญของสถานที่ที่อยู่ไม่ว่าจะเป็นบ้าน หรือที่ทำงาน หากใครไม่เชื่อถือใครดูถูกของที่คนอื่นในองค์กรเขา เชื่อถือ หรือเช่นไหว้ บูชากราบไหว้อยู่ก็ต้องเกิดอาการขัดใจกันองค์กรก็อยู่ไม่ได้ ข้อนี้หมายรวมไปถึงขนบธรรมเนียมประเพณี และศาสนา ซึ่งคนในองค์กรจักต้องให้เกียรติกัน ไม่ลบหลู่ของของใคร ถือเป็นธรรมาภิบาลที่ต้องใช้จิตวิทยา เข้ามาช่วยเป็นอย่างยิ่ง³¹³

ดังนั้น เคารพสักการบูชาเจติยปูชนียสถาน อนุสาวรีย์ประจำชาติอันเป็นเครื่องเตือนความทรงจำ เราให้ทำดี และเป็นที่ยอมรับของหมู่ชน ไม่ละเลยพิธีเคารพบูชาอันพึงทำต่ออนุสรณ์สถานเหล่านั้นตามประเพณี

7) ปกป้อง คุ่มครองผู้มีศีลธรรม เคารพผู้ปฏิบัติธรรม ผู้นำทางด้านศาสนาที่ปฏิบัติธรรม

พระพุทธเจ้าตรัสกับพระอานนที่เรื่องอุปทานิยธรรมข้อที่ 7 ในมหาปรินิพพานสูตรว่า เจ้าวัชชีจัดการรักษาคุ้มครอง ปกป้องพระอรหันต์ทั้งหลายด้วยความชอบธรรม ตราบใดที่พวกวัชชีรักษาราชูปริยานิยธรรมทั้ง 7 ข้อนี้ เจ้าวัชชีพึงได้แต่เจริญอย่างเดียว ไม่มีความเสื่อมเลย³¹⁴ พระอรรถกถาจารย์อธิบายว่า 1) คำว่า รักษา คุ่มครอง ปกป้อง อันชอบธรรม มีอธิบายว่า 1. ชื่อว่า อารณะ เพราะการป้องกันโดยประการที่สิ่งของตนไม่ปรารถนาแล้วยังมาไม่ถึง 2. ชื่อว่าคฤตติ เพราะคุ้มครองโดยประการที่สิ่งของตนปรารถนาแล้วซึ่งมีอยู่แล้วยังไม่เสียหายไป ในคำนี้การวางกำลังพลล้อมรักษา ไม่ชื่อว่า รักษา คุ่มครอง ป้องกัน อันชอบธรรม สำหรับบรรพชิต แต่การกระทำโดยที่ไม่ตัดต้นไม้ในป่า ไกล้วิวาร ไม่ดักจับเนื้อด้วยเครื่องดักสัตว์ ไม่จับปลาในสระโบกขรณี ชื่อว่ารักษา

³¹³ วคิน อินทสระ, **หลักธรรมอันเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา**, หน้า 32-35.

³¹⁴ **ที.ม.** (ไทย) 10/134-135/78.

คุ้มครอง ป้องกัน อันชอบธรรม 2) คำว่า ทำอย่างไร ที่ยังไม่มา พระผู้มีพระภาค ย่อมตรัสถามถึงความในใจของเจ้าวัชชีเหล่านั้นว่า มีจิตสันดานปรากฏ อย่างนี้³¹⁵ 1. เจ้าวัชชีเหล่านี้ไม่ปรารถนาการมาของพระอรหันต์ทั้งหลายที่ยังไม่มา เจ้าวัชชีเหล่านั้นชื่อว่าเป็นผู้ไม่มีศรัทธา ไม่มี ความเลื่อมใส เมื่อบรรพชิต มาถึงแล้วก็ไม่กระทำการต้อนรับ ไม่ไปเยี่ยม ไม่ทำปฏิสันถาร ไม่ถามปัญหา ไม่ ฟังธรรมไม่ให้ทาน ไม่ฟังการอนุโมทนา ไม่จัดแจงที่อยู่อาศัย เมื่อเป็นเช่นนั้น เสียงตำหนิเจ้าวัชชีเหล่านั้น ก็จะระปือไปว่า เจ้าวัชชี ชื่อโน้น ไม่มีศรัทธา ไม่มี ความเลื่อมใส 2. เมื่อบรรพชิตมาถึงก็ไม่กระทำการต้อนรับ ฯลฯ ไม่จัดแจงที่อยู่ อาศัยถวาย บรรพชิตทั้งหลายฟังเรื่องนั้นแล้วก็จะไม่ผ่านไปทางประตูเมืองของ เจ้าวัชชีองค์นั้น แม้ผ่านไปก็ไม่เข้าไปยังเมือง พระอรหันต์ทั้งหลายที่ยังไม่มา ก็ย่อมไม่มาด้วยประการฉะนี้ 3. แม้มาแล้ว เมื่อที่พักอันผาสุกสำราญไม่มี พระอรหันต์ทั้งหลายที่ไม่รู้แล้วมาถึงเข้าก็คิดว่า ก่อนนี้เราคิดว่า จักอยู่จึงมา แต่เพราะความไม่ไยดีของเจ้าวัชชีเหล่านี้ ใครเล่าจักอยู่ได้แล้วก็พากันออกไป โดยประการดังกล่าวมานี้ 4. เมื่อพระอรหันต์ทั้งหลายที่ยังไม่มาก็ไม่มา ที่มา แล้วก็อยู่ลำบาก ประเทศนั้นย่อมไม่ใช่เป็นที่อยู่ของบรรพชิต แต่เป็นการอารักขา ของเทวดาก็ย่อมไม่มี เมื่อการอารักขาของเทวดาไม่มี เหล่าอมนุษย์ก็ได้โอกาส เหล่าอมนุษย์ครั้นอยู่กันหนาแน่น ย่อมทำความป่วยไข้ที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น บุญอันมีที่ตั้งเช่นการเห็นการถามปัญหาทะเล่าท่านผู้มีศีลเป็นต้น ก็ไม่มีมา

แต่เมื่อว่าโดยปริยายที่ตรงกันข้าม บุญอันเป็นกรรมฝ่ายขาวที่ตรง กันข้ามกับบาปอันเป็นกรรมฝ่ายดำ ตามที่กล่าวแล้วย่อมเกิดมีขึ้น บัณฑิต ฟังทราบความเจริญและความเลื่อมใสในข้อนี้ดังกล่าวมานี้³¹⁶ การคุ้มครอง การปกป้องและการดำรงรักษาพระพุทธศาสนาให้คงอยู่ตลอดไป โดยการ ทำนุบำรุงพระพุทธศาสนา ด้วยการถวายปัจจัยสี่พระสงฆ์และสามเณร ด้วยการ

³¹⁵ ที.ม.อ. (ไทย) 134/174.

³¹⁶ ที.ม.อ. (ไทย) 134/175.

ปลูกฝังจิตสำนึก การมีส่วนร่วมกิจกรรมในทางพระพุทธศาสนา การสนับสนุน การนำหลักธรรมของศาสนามาใช้เพื่อเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรม และพัฒนา คุณภาพชีวิต

วคิน อินทสระ ได้กล่าวถึง การให้ความดูแลเอาใจใส่ต่อท่านผู้มาเยือน ไว้ว่า ในองค์กรแต่ ละแห่งในบ้านเมืองในชาติ แต่ละชาติย่อมมีคนดี คนอาวุโส มีคนสำคัญ ซึ่งเป็นทรัพยากรบุคคลที่สำคัญ ยิ่งต่อองค์กรนั้น ๆ บุคคลเหล่านี้ ถือเป็นหลักขององค์กร ซึ่งเป็นขุมความคิด ขุมประสบการณ์ เป็นสิ่งอันทรง คุณค่าขององค์กรซึ่งถือเป็นธรรมปฏิบัติที่ก่อให้เกิดรากฐานอันมั่นคงของ องค์กร³¹⁷

อปปริหานิยธรรม 7 ต่อพันธกิจด้านสามัคคีธรรมเช่น การสวดปาฏิโมกข์ เพื่อความพร้อมเพรียงของหมู่คณะ ในอดีตกาล เมื่อพระพุทธองค์ทรงมอบ ความเป็นใหญ่ให้แก่พระสงฆ์ช่วยกันดูแลกิจการพระศาสนา พระองค์ได้ตรัส ถึงความสำคัญของพระสงฆ์ไว้ว่า ถ้าเมื่อใดพระสงฆ์ประกอบด้วยความเป็น ใหญ่ เมื่อนั้นพระองค์ก็มีความเคารพในสงฆ์³¹⁸ ซึ่งแสดงว่าพระองค์ทรงมอบ ความเป็นใหญ่แก่พระสงฆ์ในการทำสังฆกรรมต่าง ๆ หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า สังฆาธิปไตย³¹⁹

ในช่วงปฐมโพธิกาล เมื่อพระเจ้าพิมพิสารทรงเลื่อมใสในพระพุทธศาสนา ทรงมอบถวายสวนป่าไผ่เป็นที่พักอาศัย³²⁰ ถือว่าเป็นวัดแรกในพระพุทธศาสนา ที่ประดิษฐานตั้งมั่นในกรุงราชคฤห์ การทำสังฆกรรมต่าง ๆ ในช่วงนั้นทำที่ เวฬุวันมหาวิหาร เช่น พระมหากัสสปเถระซึ่งพักอยู่ที่ปิปผลิคูหาวิหาร มาทำ

³¹⁷ วคิน อินทสระ, **หลักธรรมอันเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา**, หน้า 32-35.

³¹⁸ ยโต จ โข ภิกขเว สัมปิ มหุตเตน สมณนาคโต, อถ เม สัมปิ คารโวติ. อง.จตุกก ; (บาลี) 21/21/25, อง.จตุกก. (ไทย) 21/21/34.

³¹⁹ พระครูโสภณปริยัติสุธี (ศรีบรรดร ธีรธมโม), **สังฆาธิปไตย**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหา จุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, 2553), หน้า 1.

³²⁰ **วิ.ม.** (บาลี) 4/59/50, **วิ.ม.** (ไทย) 4/59/71.

อุโบสถที่เวฬุวันมหาวิหารเพื่อให้เกิดความสามัคคีแก่หมู่สงฆ์³²¹ สังฆกรรม เป็นเรื่องสำคัญ ดังที่พระพุทธองค์ตรัสแนะนำพระมหากัปปินเถระซึ่งพักอยู่ใน มัททกัจฉิมิคทายวิหารคิดจะไม่ได้ทำอุโบสถว่า “พวกเธอ ไม่สักการะ ไม่เคารพ ไม่นับถือ ไม่บูชาอุโบสถ ใครเล่าจักสักการะ เคารพ นับถือ บูชาอุโบสถ³²² ตรัสให้พระเถระไปทำอุโบสถ จะไม่ไปไม่ได้เป็นต้น พระพุทธองค์ทรงอนุญาต ในกรณีที่มีภิกษุตั้งแต่ 4 รูปขึ้นไป จะต้องตั้งญัตติแล้วสวดพระปาติโมกข์ โดยชอบธรรม ส่วนวิธีการทำสังฆอุโบสถนั้น พระพุทธองค์ตรัสแนะนำไว้ใน พระวินัยปิฎกมหาวรรคอุโบสถขันธกะว่า ภิกษุผู้ฉลาดผู้สามารถ ฟังประกาศ ให้สงฆ์ทราบด้วยญัตติกรรมวาจาว่า ท่านผู้เจริญ ขอสงฆ์จงสดับคำของข้าพเจ้า เรียงตามลำดับดังต่อไปนี้ 1) ถ้าความพร้อมพียงมีแก่สงฆ์ สงฆ์พึงกระทำ อุโบสถ ฟังสวดปาติโมกข์ 2) บุปพกิจของสงฆ์ทำเสร็จแล้ว 3) ท่านทั้งหลาย จงบอกความบริสุทธิ์ของตน ข้าพเจ้าจักสวดปาติโมกข์ พวกเราที่มีอยู่ ทั้งหมด จงตั้งใจฟังปาติโมกข์นั้นให้ดีให้สำเร็จประโยชน์ ท่านรูปใดมีอาบัติอยู่พึง เปิดเผยเสีย 4) เมื่ออาบัติไม่มีพียงหนึ่ง ข้าพเจ้าจักทราบ ว่า ท่านทั้งหลาย เป็นผู้บริสุทธิ์ เพราะความเป็นผู้หนึ่งนั้น 5) การตอบยอมมีแก่บุคคลผู้ถูกถาม แล้วโดยเจาะจงตัวฉันใด คำสอบถามยอมถูกประกาศ 3 ครั้ง ในบริษัทนี้ ฉะนั้น ภิกษุรูปใดระลึกได้แต่ไม่ยอมเปิดเผยอาบัติที่มีอยู่จนสวดจบครั้งที่ 3 6) สัมปชานมุสาวาทมีแก่ภิกษุรูปนั้น ท่านทั้งหลายสัมปชานมุสาวาทที่พระองค์ ตรัสไว้ 7) เป็นธรรม อาบัติที่สามารถกระทำอันตรายฉะนั้นภิกษุต้องอาบัติ แล้วระลึกได้อยู่ ต้องการความบริสุทธิ์พึงเปิดเผยอาบัติที่มีอยู่ เพราะเปิดเผย แล้วความผาสุกมีแก่เธอ นี่เป็นวิธีการทำสังฆอุโบสถโดยสังเขป

สรุปว่า อปริหานิยธรรม 7 ต่อการเสริมสร้างสุขภาวะด้านสามัคคีธรรม พระองค์ให้ความสำคัญกับการสวดปาฏิโมกข์ถือว่าเป็นหัวใจสำคัญของ

³²¹ วิ.อ. (บาลี) 3/122.

³²² วิ.ม. (บาลี) 4/137/150, วิ.ม. (ไทย) 4/137/214.

พระพุทธศาสนาอย่างหนึ่ง เพื่อทำให้เกิดความพร้อมเพรียงแก่หมู่คณะ พร้อมเพรียงกันประชุม พร้อมเพรียงกันเลิกประชุม และที่สำคัญการทำอุโบสถ (สวดพระปาติโมกข์) ต้องทำภายในสีมาและอุโบสถเท่านั้น ถ้าวัดไหนไม่มีสีมา และอุโบสถ พระสงฆ์ในวัดนั้นต้องไปรวมกันทำอุโบสถกับพระสงฆ์ในวัดที่มีสีมาที่ใกล้ที่สุด

3.3 สารสรุปท้ายบท

ในการนำหลักธรรมมาสังเคราะห์กับพันธกิจของคณะสงฆ์ไทยสรุปได้ ดังนี้

1) พันธกิจที่ 1 ด้านศีลธรรมและวัฒนธรรม มีหลักพุทธธรรมที่นำมาเป็นฐานในการทำให้พันธกิจด้านศีลธรรมและวัฒนธรรมบรรลุจุดประสงค์ได้ และสอดคล้องตามเนื้อหาในฐานะที่เป็นคุณธรรมที่ตั้งอยู่บนกุศลจิต ซึ่งทำหน้าที่ป้องกันจิตไม่ให้ตกไปสู่ความเสื่อมทรมามี 2 อย่างคือ หิริและโอตตปะ ได้แก่ความละอายและเกรงกลัวต่อบาปอกุศลทั้งหลาย

2) พันธกิจที่ 2 ด้านสุขภาพอนามัย มีหลักธรรมคือ

(1) หลักภavana 4 ประกอบด้วย กายภavana สีลภavana จิตตภavana และปัญญาภavana โดยมีกิจกรรมในการอบรมซึ่งครอบคลุมเนื้อหาหลัก ได้แก่ -กายภavana คือพัฒนาและอบรมเพื่อให้ความรู้ด้านสุขภาพอย่างถูกต้อง และชัดเจนทั้งด้านทฤษฎีและการปฏิบัติ สีลภavana คือดำรงตนอยู่ในเบญจศีล-เบญจธรรม จิตตภavana คือการทำให้จิตเป็นเชิงบวกและตามความเป็นจริงในการรับรู้สภาพการณ์ของโลก มีความเมตตาต่อผู้อื่น สัตว์อื่นเสมอ 4)ปัญญาภavana คือการรู้เท่าทันสภาพการณ์ของสังคมและโลกเพื่อปรับเปลี่ยนตนเองให้อยู่ในภาวะสมดุลย์

(2) อายุสสธรรม 5 มีสารัตถะสำคัญคือ สปัปายการี คือ ทำตัวเองให้สบายกาย สบายอารมณ์และสบายใจ สปัปายเมตตัตถุญ คือ การรู้จักสิ่งที่

ทำให้เบากาย ไม่สะสมมากเกินไป ปริณตโกซี คือ บริโภคอาหารที่เป็นประโยชน์ และ เคี้ยวให้ละเอียด กาลจारी คือ ออกกำลังกาย ดูแลสุขภาพ ดำเนินชีวิต ตามหลักนาฬิกาชีวิต พรหมจारी คือ ควบคุมอารมณ์ ไม่หมกมุ่นในเรื่องเพศ สัมพันธจันจิตวุ่นวาย

3) พันธกิจที่ 3 ด้านสัมมาชีพ มีหลักธรรมสำคัญที่ปรากฏในพระไตรปิฎก คือ สัมมาอาชีพะ ได้แก่คำสอนในการประกอบอาชีพสุจริต สุจริต 3 และหลัก อิทธิบาท 4 คือ หลักธรรมที่ทำให้กิจกรรมสำเร็จ สามารถนำมาสังเคราะห์เพื่อ พัฒนาในการฝึกอบรมเพื่อทำให้พันธกิจที่ 3 คือ สัมมาอาชีพ บรรลุเป้าหมาย คือ (1) สัมมาอาชีพะ มีเนื้อหาสำคัญในการนำมาเป็นเนื้อหาและกิจกรรมคือ การประกอบอาชีพและทำงานที่สุจริต ไม่ยินดีในการทำคอร์รัปชัน คดโกง เวลาและฉ้อโกงประชาชน (2) สุจริต 3 มีเนื้อหาสำคัญในการนำมาสังเคราะห์ กับโครงการอบรมคือ -กายสุจริต คือประกอบอาชีพตามความชำนาญของตน ทำงานด้วยสุจริตและความสุข -วจีสุจริต คือ การพูดสิ่งที่เป็นประโยชน์ สร้างสรรค์ สิ่งดีงามต่อชุมชน สังคม -มโนสุจริต คือ การมีเจตนาที่ดีต่อผู้อื่น สุจริต มิเมตตาต่อผู้คนในชุมชน สังคม และ (3) หลัก อิทธิบาท 4 มีเนื้อหาสาระสำคัญในการนำไปใช้อบรม คือ ฉันทะ คือ แสวงหาความรู้ด้านการประกอบ พัฒนาอาชีพของตนให้มีการสร้างสรรค์ วางแผน และมีการตรวจสอบประเมิน วิริยะ คือ ขยันทำมาหาเลี้ยงชีพโดยสุจริต จิตตะ คือ การหมั่นตรวจสอบให้เครื่องมืออยู่ในสภาพปกติ ใช้งานได้อย่างมีประสิทธิภาพ วิมังสา คือ การประเมินผลการทำอาชีพเป็นระยะและนำข้อมูลไปพัฒนาปรับปรุงให้อาชีพการงานดีขึ้น

4) พันธกิจที่ 4 ด้านสันติสุข มีหลักธรรมที่สามารถนำมาสังเคราะห์ให้ พันธกิจด้านสันติสุขบรรลุจุดประสงค์ คือ พหุประการธรรม 2 ซึ่งประกอบด้วย สติและสัมปชัญญะ ซึ่งมีเนื้อหาสำคัญ คือ สติ ได้แก่การใช้สติในการรับรู้ข้อมูล และแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นกับตน ครอบครัว ชุมชน สังคม และสัมปชัญญะ ได้แก่

การพัฒนาปัญญาและนำความรู้เข้าใจกุศลจิต อกุศลจิตและการเจริญวิปัสสนาภาวนาซึ่งเป็นประโยชน์ในการพัฒนาจิตและพฤติกรรมให้ถูกต้องซึ่งจะเป็นประโยชน์คือความสุข สันติให้เกิดขึ้นกับจิตใจ ครอบครัว ชุมชนและสังคม

5) พันธกิจที่ 5 ด้านการศึกษาสงเคราะห์ มีหลักธรรมคือ ไตรสิกขา ได้แก่ หลักการศึกษาให้ถูกต้องโดยมีลำดับคือ ศิล สมาธิ และปัญญา สามารถนำมาพัฒนาในการฝึกอบรมเพื่อทำให้พันธกิจที่ 5 คือ การศึกษาสงเคราะห์ให้บรรลุเป้าหมาย คือ (1)หลักไตรสิกขา ประกอบด้วย สิลสิกขา คือ ปฏิบัติตนในศีลธรรม เข้าร่วมและให้ความร่วมมือเพื่อพัฒนาการศึกษา เรียนรู้ ช่วยเหลือแบ่งปันความรู้แก่เยาวชน และสาธารณะ จิตตสิกขา คือ การพัฒนาจิตให้มีความมั่นใจ เข้มแข็ง ในการสังเคราะห์คือการมีจิตอุทิศสาธารณกุศล ร่วมงานวัฒนธรรมประเพณี ปัญญาสิกขา คือ การพัฒนาปัญญา การสร้างสรรค์ความรู้และสิ่งประดิษฐ์เพื่อช่วยเหลือสังคมให้เจริญรุ่งเรืองได้

6) พันธกิจที่ 6 ด้านสาธารณสงเคราะห์ หลักธรรมที่สามารถนำมาสังเคราะห์ให้พันธกิจด้านสาธารณสงเคราะห์บรรลุจุดประสงค์ คือ หลักสังคหวัตถุ 4 ซึ่งประกอบด้วยทาน การให้ ปิยวาจา การเจรจาไพเราะ อุตถจริยา การบำเพ็ญประโยชน์ สมานัตตตา การดำรงตนสม่ำเสมอ ซึ่งมีเนื้อหาสำคัญในการสังเคราะห์ คือ ทาน คือ การให้ เอื้อเฟื้อ การเสียสละ การแบ่งปันวัตถุสิ่งของ การให้คำแนะนำ ปิยวาจา คือ การพูดจาด้วยถ้อยคำที่ไพเราะอ่อนหวาน พูดด้วยความจริงใจ ซื่อตรงต่อข้อเท็จจริง อุตถจริยา คือ การสงเคราะห์ที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นเท่าที่ตนสามารถทำได้ สมานัตตตา คือ การประพฤติตนสม่ำเสมอ เป็นตัวอย่างที่ดี ไม่ถือตัวและข่มผู้อื่น

7) พันธกิจที่ 7 ด้านกตัญญูกตเวทิตาธรรม มีหลักธรรมสำคัญที่สามารถนำมาสังเคราะห์เพื่อทำให้พันธกิจด้านกตัญญูกตเวทิตา คือ หลักคำสอนเรื่อง ทิศ 6 แต่นำมาเฉพาะบูรพาทิศและอุตตฺรทิศ ซึ่งมีเนื้อหาในการทำกิจกรรมและกำหนดเป็นค่าเป้าหมายได้แก่ (1) บูรพาทิศ บุตรธิดาพึงบำรุง

มารดาบิดา โดยมีกิจกรรมที่มุ่งเป้าในการดำเนินกิจกรรมตามพันธกิจคือ -การดูแลเลี้ยงดูบิดามารดา ผู้มีพระคุณ -ช่วยกิจการงานของท่าน -ดำรงตระกูล ให้เจริญรุ่งเรือง -ทำตนให้เหมาะสม มีเกียรติ -เมื่อบิดามารดาเสียชีวิตทำบุญ อุทิศแก่ท่าน (2) บุคคลปฏิบัติต่อครูอาจารย์ คือ

8) พันธกิจที่ 8 ด้านสามัคคีธรรม มีหลักธรรมที่สามารถนำมาสังเคราะห์ให้พันธกิจด้านสามัคคีธรรมบรรลุจุดประสงค์ คือ อปริหานิยธรรม 7 ซึ่งมีเนื้อหาสำคัญในการสังเคราะห์ได้แก่ -เข้าร่วมประชุมเพื่อกิจกรรมสร้างสรรค์ในชุมชน -ให้ความเคารพ ให้เกียรติ ยกย่อง สตรีบุรุษ ผู้มีความรู้ ผู้มีวิยวุฒิ -รักษาวัฒนธรรม ค่านิยม ศีลธรรมอันดีงามของสังคม -เคารพธรรม และผู้ทรงศีลธรรม -ทำให้ชุมชน สังคมมีความสุข ปลอดภัยและผู้นำทางจิตใจที่มีศีลธรรม

จากการสังเคราะห์หลักธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนา กับพันธกิจของ อ.ป.ต. ได้แสดงให้เห็นถึงความสำคัญของพันธกิจแต่ละพันธกิจว่ามีได้เกิดขึ้นแบบไร้เจตนา แต่เกิดและก่อรูปขึ้นอย่างตั้งใจบนฐานของกุศลจิตที่มุ่งเพื่อประโยชน์ส่วนรวม เมื่อสรุปพันธกิจของอ.ป.ต.ที่สัมพันธ์กับหลักธรรม สามารถสรุปได้ดังตารางต่อไปนี้

แผนภูมิที่ 3.1

หลักสูตรที่สัมพันธ์กับพันธกิจ อ.ป.ต.

หลักสูตรที่ใช้สังเคราะห์

โลกปาลธรรม 2 (ศรีและโอดตปปะ)

สุจริต 3

ภาวนา 4

อิทธิบาท 4

อายุสธรรม 5

สัมมาจาณะ

สุจริต 4

อิทธิบาท 4

พหุการธรรม 2 (สติและสัมปชัญญะ)

ไตรสิกขา

สังคหวัตถุ 4

บุรพาทิศและอุตตรทิศ (ทิศ 6)

อปริหานิยธรรม 7

พันธกิจของ อ.ป.ต.

พันธกิจที่ 1 ด้านศีลธรรมและวัฒนธรรม

พันธกิจที่ 2 ด้านสุขภาพอนามัย

พันธกิจที่ 3 ด้านสัมมาชีพ

พันธกิจที่ 4 ด้านสันติสุข

พันธกิจที่ 5 ด้านศึกษาสงเคราะห์

พันธกิจที่ 6 ด้านสาธารณสงเคราะห์

พันธกิจที่ 7 ด้านกตัญญูกตเวทิตารธรรม

พันธกิจที่ 8 ด้านสามัคคีธรรม

บทที่ 4

สังเคราะห์ผลการวิจัย



โครงการการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธตามพันธกิจหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย ในการศึกษาครั้งนี้ได้กำหนดกรอบวิเคราะห์ไว้ 2 กรอบ ได้แก่ 1) การใช้กรอบแนวคิดสุขภาวะองค์รวม แนวพุทธของสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต) 2) การใช้กรอบแนวคิดแบบสังเคราะห์จัดกลุ่มหลักพุทธธรรมตามพันธกิจทั้ง 8 ด้านของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) โดยใช้ฐานข้อมูลจากการดำเนินงานในโครงการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย ซึ่งเป็นการรายงานผลการวิจัยของสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย โดยมี พระสุธีรัตนบัณฑิต รัช,ดร. และคณะ เป็นผู้ดำเนินการวิจัย ซึ่งมีกลุ่มตัวอย่างเป็นพระสงฆ์ผู้แทนพระสงฆ์ 17 ภาคปกครองของคณะสงฆ์ ในพื้นที่ 73 จังหวัด ที่เข้าร่วมวิจัยเชิงปฏิบัติการในโครงการ “การพัฒนาศักยภาพพระสงฆ์ของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล” รวมจำนวนพระสงฆ์ 1,374 รูป พร้อมกับถอดบทเรียน แสดงผลการศึกษาออกมาอย่างเป็นวิชาการแล้ว แต่ยังมีขาดสาระในแง่การสังเคราะห์ผลการดำเนินงานที่เข้าลักษณะการเสริมสร้างสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ และ

การสังเคราะห์ให้เห็นหลักพุทธธรรมแก่นสำคัญจากการดำเนินงานทั้งหมด
 ทั้งนี้ เพื่อขับเคลื่อนการทำงานและยกระดับรูปแบบการดำเนินงานอ.ป.ต.
 ดังนั้น ในการสังเคราะห์ครั้งนี้ จึงแบ่งประเด็นสังเคราะห์ไว้ 2 ประเด็น ได้แก่

1. สังเคราะห์สุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธจากโครงการของหน่วยอบรม
 ประชาชนประจำตำบลต้นแบบของคณะสงฆ์ไทย
2. สังเคราะห์พุทธธรรมจากโครงการของหน่วยอบรมประชาชนประจำ
 ตำบลต้นแบบของคณะสงฆ์ไทย

4.1 สังเคราะห์สุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธจากโครงการของหน่วยอบรม ประชาชนประจำตำบลต้นแบบของคณะสงฆ์ไทย

จากการศึกษาวิจัยของสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ การลงพื้นที่วิจัย
 ได้ถอดบทเรียนไว้และเป็นข้อมูลที่ควรนำมาสังเคราะห์ขยายผลองค์ความรู้ว่า
 มีลักษณะของกระบวนการที่เป็นไปเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธ
 ได้อย่างไร ในการศึกษาครั้ง จึงได้สรุปเป็นตารางข้อมูลพื้นฐานจากข้อค้นพบ
 จากการวิจัยได้ดังนี้

ตารางที่ 4.1 การดำเนินงานโครงการของเครือข่ายหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล
ต้นแบบและผลลัพธ์ที่สอดคล้องกับพันธกิจอ.ป.ต.

อ.ป.ต.ต้นแบบ	โครงการ	ผลลัพธ์ที่สอดคล้องกับพันธกิจอ.ป.ต.
การดำเนินงานของเครือข่ายหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลต้นแบบหนเหนือ	1. โครงการขับเคลื่อนงานพุทธเกษตรและขยายผลการพัฒนาหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลม่วงตีด เป็นศูนย์กลางการพัฒนาหน่วยอ.ป.ต.พื้นที่อำเภอภูเพียง จังหวัดน่าน	1. สัมมาชีพ 2. ศึกษาสงเคราะห์ 3. ศีลธรรมและวัฒนธรรม
	2. โครงการปฏิบัติธรรมสัญจรของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลเจดีย์หลวง ร่วมกับโรงเรียนวัดเจดีย์หลวงวิทยา จังหวัดเชียงราย	1. สามัคคีธรรม 2. ศึกษาสงเคราะห์
	3. โครงการสัมมาชีพบนพื้นฐานทุนทางวัฒนธรรมของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลในเมืองตำบลป่าพลู และตำบลบ้านธิ จังหวัดลำพูน	1. สัมมาชีพ 2. สามัคคีธรรม 3. ศีลธรรมและวัฒนธรรม
	4. โครงการขับเคลื่อนและขยายผลการพัฒนาหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลดงตะขบเป็นศูนย์กลางการพัฒนาหน่วยจังหวัดพิจิตร	1. สัมมาชีพ 2. ศีลธรรมและวัฒนธรรม 3. สามัคคีธรรม 4. สาธารณสงเคราะห์

อ.ป.ต.ต้นแบบ	โครงการ	ผลลัพธ์ที่สอดคล้องกับพันธกิจอ.ป.ต.
การดำเนินงานของเครือข่ายหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลต้นแบบหนองวันออก	1. โครงการพัฒนาการมีส่วนร่วมของชุมชนสู่การเป็นหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลต้นแบบของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลโคกสี จังหวัดขอนแก่น	1. สาธารณสงเคราะห์ 2. สุขภาพอนามัย 3. สามัคคีธรรม 4. กตัญญูกตเวทิตาธรรม
	2. โครงการสร้างโอกาสและบูรณาการสร้างสังคมดี เศรษฐกิจดีและสิ่งแวดล้อมดีตามแนวสุขภาวะเชิงพุทธของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลเอราวัณ จังหวัดเลย	1. สุขภาพอนามัย 2. สันติสุข
	3. โครงการกู่จานสร้างสุขภาวะชุมชน พยาบาลกาย พยาบาลใจ ของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลกู่จาน จังหวัดยโสธร	1. สุขภาพอนามัย 2. สาธารณสงเคราะห์ 3. สัมมาชีพ
	4. โครงการเสริมสร้างสุขภาวะชุมชนตำบลดงลาน เพื่อความอยู่ดีมีสุขของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลดงลาน จังหวัดร้อยเอ็ด	1. สุขภาพอนามัย 2. สาธารณสงเคราะห์ 3. สามัคคีธรรม

อ.ป.ต.ต้นแบบ	โครงการ	ผลลัพธ์ที่สอดคล้องกับพันธกิจอ.ป.ต.
	<p>5. โครงการพัฒนาหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) เสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธวัดวังอ้อ (ศูนย์พุทธธรรมพรหมวชิรญาณ ป่าดงใหญ่วังอ้อ) ของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลหัวดอน จังหวัดอุบลราชธานี</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ศีลธรรมและวัฒนธรรม 2. ศึกษาสงเคราะห์ 3. สันติสุข 4. สุขภาพอนามัย
	<p>6. โครงการวัด หน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) เสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธ ของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล วัดพรหมราช ตำบลตูม จังหวัดนครราชสีมา</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. สุขภาพอนามัย 2. ศีลธรรมและวัฒนธรรม 3. สัมมาชีพ 4. สาธารณสงเคราะห์
	<p>7. โครงการส่งเสริมศีล 5 สัมมาชีพ ของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล บ้านหอย จังหวัดปราจีนบุรี</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. สุขภาพอนามัย 2. สาธารณสงเคราะห์ 3. ศีลธรรมและวัฒนธรรม

อ.ป.ต.ต้นแบบ	โครงการ	ผลลัพธ์ที่สอดคล้องกับพันธกิจอ.ป.ต.
การดำเนินงานของเครือข่ายหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลต้นแบบหนากลาง	1. โครงการรื้อถอนสาธารณสงเคราะห์สุขภาวะของอ.ป.ต. ตำบลขุนโขลน จังหวัดสระบุรี	1. สุขภาพอนามัย 2. สาธารณสงเคราะห์
	2. โครงการเกษตรวิถีธรรมนำสันติสุข ของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลปากท่า และตำบลท่าเรือ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา	1. ศิลธรรมและวัฒนธรรม 2. สุขภาพอนามัย 3. สัมมาชีพ 4. สันติสุข 5. ศึกษาสงเคราะห์ 6. สาธารณสงเคราะห์ 7. กตัญญูกตเวทิตาธรรม 8. สามัคคีธรรม
	3. โครงการวัด ประชา รัฐ สร้างสุข พัฒนาวัดคู่สังคมอย่างยั่งยืน ของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลปากท่า และตำบลท่าเรือ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา	1. สุขภาพอนามัย 2. สามัคคีธรรม 3. สาธารณูปการ/สาธารณสงเคราะห์
	4. โครงการสาธารณสุขสงเคราะห์เพื่อสังคมเพื่อการสร้างสุขภาวะให้กับผู้สูงอายุและผู้พิการของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลปากน้ำโพ จังหวัดนครสวรรค์	1. สาธารณสงเคราะห์ 2. กตัญญูกตเวทิตาธรรม 3. สุขภาพอนามัย 4. สามัคคี

อ.ป.ต.ต้นแบบ	โครงการ	ผลลัพธ์ที่สอดคล้องกับพันธกิจอ.ป.ต.
	<p>5. โครงการรื้อถอนสาธารณสงเคราะห์สุขภาพ อ.ป.ต. วัดโชดหิน (ปักกิ่งคีรีราม) ของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลเนินพระ จังหวัดระยอง</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. สุขภาพอนามัย 2. สาธารณสงเคราะห์
	<p>6. โครงการรื้อถอนสาธารณสงเคราะห์ให้ธรรมให้ทาน ให้ความรู้ สู้ภัยไวรัสโคโรนา (COVID-19) ของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลหนองลาน จังหวัดกาญจนบุรี</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. สุขภาพอนามัย 2. สาธารณสงเคราะห์
<p>การดำเนินงานของเครือข่ายหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลต้นแบบให้ได้</p>	<p>1. โครงการวัฒนธรรมดนตรี ศิลปะโล้ะโก้ะฉ่า ของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลกะตุ้ จังหวัดภูเก็ต</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. สุขภาพอนามัย 2. ศิลธรรมและวัฒนธรรม 3. สัมมาชีพ
	<p>2. โครงการธรรมะรักษาใจเยี่ยมคนไข้ ให้กำลังใจผู้ป่วย ของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลวัดลัญจิวาราม จังหวัดภูเก็ต</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. สาธารณสงเคราะห์ 2. สุขภาพอนามัย

อ.ป.ต.ต้นแบบ	โครงการ	ผลลัพธ์ที่สอดคล้องกับพันธกิจอ.ป.ต.
	<p>3. โครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ พื้นที่อำเภอคีรีรัฐนิคม ของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล น้ำหัก ตำบลบ้านยาง ตำบลท่ากระดาน ตำบลท่าขนอน ตำบลย่านยาว ตำบลกะเปา ตำบลถ้ำสิงขรณ์ และตำบลบ้านทำเนียบ จังหวัดสุราษฎร์ธานี</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ศีลธรรมและวัฒนธรรม 2. สุขภาพอนามัย 3. สัมมาชีพ 4. สันติสุข 5. สาธารณสงเคราะห์
	<p>4. โครงการเปิดวัดเป็นศูนย์กลางการเรียนรู้ชุมชนของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลนิคมพัฒนา จังหวัดสตูล</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ศีลธรรมและวัฒนธรรม
	<p>5. โครงการส่งเสริมการประกอบสัมมาชีพ ของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลดอนทราย จังหวัดพัทลุง (อ.ป.ต.ด้านสัมมาชีพ)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. สุขภาพอนามัย 2. สัมมาชีพ 3. สามัคคีธรรม
	<p>6. โครงการส่งเสริมการประกอบสัมมาชีพ ของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลแพรกหา จังหวัดพัทลุง (อ.ป.ต.ด้านสัมมาชีพ)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. สัมมาชีพ 2. ศีลธรรมและวัฒนธรรม 3. สาธารณสงเคราะห์ 4. สามัคคีธรรม

ตารางที่ 4.2 แจงความถี่ของพันธกิจกับโครงการ อ.ป.ต.ต้นแบบ

โครงการ อ.ป.ต.ต้นแบบ	พันธกิจ 8 ด้าน							
	ศีลธรรมและวัฒนธรรม	สุขภาพอนามัย	สัมมาชีพ	สันติสุข	ศึกษาสงเคราะห์	สาธารณสงเคราะห์	กตัญญูกตเวทิตาธรรม	สามัคคีธรรม
1. โครงการขับเคลื่อนงาน พุทธเกษตรและขยายผล การพัฒนาหน่วยอบรม ประชาชนประจำตำบลม่วง ตี้ด เป็นศูนย์กลางการ พัฒนาหน่วยอ.ป.ต.พื้นที่ อำเภอภูเพียง จังหวัดน่าน	✓		✓		✓			
2. โครงการปฏิบัติธรรม สัญจรของหน่วยอบรม ประชาชนประจำตำบล เจดีย์หลวง ร่วมกับ โรงเรียนวัดเจดีย์หลวง วิทยา จังหวัดเชียงราย					✓			✓
3. โครงการสัมมาชีพบน พื้นฐานทุนทางวัฒนธรรม ของหน่วยอบรมประชาชน ประจำตำบลในเมือง ตำบลป่าพลู และตำบล บ้านธิ จังหวัดลำพูน	✓		✓					✓

โครงการ อ.ป.ต.ต้นแบบ	พันธกิจ 8 ด้าน							
	ศีลธรรมและวัฒนธรรม	สุขภาพอนามัย	สัมมาชีพ	สันติสุข	ศึกษาสงเคราะห์	สาธารณสงเคราะห์	กตัญญูเกตุเวทิตาธรรม	สามัคคีธรรม
4. โครงการขับเคลื่อนและขยายผลการพัฒนาหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลลงตะขบเป็นศูนย์กลางการพัฒนาหน่วยจังหวัดพิจิตร	✓		✓			✓		✓
5. โครงการพัฒนาการมีส่วนร่วมของชุมชนสู่การเป็นหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลต้นแบบของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลโคกสีจังหวัดขอนแก่น		✓				✓	✓	✓
6. โครงการสร้างโอกาสและบูรณาการสร้างสังคมดี เศรษฐกิจดีและสิ่งแวดล้อมดีตามแนวสุขภาวะเชิงพุทธของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลเอราวัณจังหวัดเลย	✓			✓				

โครงการ อ.ป.ต.ต้นแบบ	พันธกิจ 8 ด้าน							
	ศีลธรรมและวัฒนธรรม	สุขภาพอนามัย	สัมมาชีพ	สันติสุข	ศึกษาสงเคราะห์	สาธารณสงเคราะห์	กตัญญูเกตุเวทิตาธรรม	สามัคคีธรรม
7. โครงการกู่จานสร้าง สุขภาวะชุมชน พยาบาล กายพยาบาลใจ ของหน่วย อบรมประชาชนประจำ ตำบลกู่จาน จังหวัดยโสธร	✓		✓			✓		
8. โครงการเสริมสร้างสุข ภาวะชุมชนตำบลดงลาน เพื่อความอยู่ดีมีสุข ของหน่วยอบรมประชาชน ประจำตำบลดงลาน จังหวัดร้อยเอ็ด	✓					✓		✓
9. โครงการพัฒนาหน่วย อบรมประชาชนประจำ ตำบล (อ.ป.ต.) เสริมสร้าง สุขภาวะเชิงพุทธวัดวังอ้อ (ศูนย์พุทธธรรมพรหม วชิรญาณ ป่าดงใหญ่วังอ้อ ของหน่วยอบรมประชาชน ประจำตำบลหัวดอน จังหวัดอุบลราชธานี	✓			✓	✓			

โครงการ อ.ป.ต.ต้นแบบ	พันธกิจ 8 ด้าน							
	ศีลธรรมและวัฒนธรรม	สุขภาพอนามัย	สัมมาชีพ	สันติสุข	ศึกษาสงเคราะห์	สาธารณสงเคราะห์	กตัญญูเกื้อเวทิตาธรรม	สามัคคีธรรม
14. โครงการวัด ประชา รัฐ สร้างสุข พัฒนาวัดคู่สังคม อย่างยั่งยืน ของหน่วย อบรมประชาชนประจำ ตำบลปากท่า และตำบลท่าเรือ จังหวัด พระนครศรีอยุธยา		✓				✓		✓
15. โครงการสาธารณ สงเคราะห์เพื่อสังคมเพื่อ การสร้างสุขภาวะให้กับ ผู้สูงอายุและผู้พิการ ของหน่วยอบรมประชาชน ประจำตำบลปากน้ำโพ จังหวัดนครสวรรค์		✓				✓	✓	✓
16. โครงการโรงงาน สาธารณสงเคราะห์สุขภาวะ อ.ป.ต. วัดโชดหิน (ปักชี คีร์ราม) ของหน่วยอบรม ประชาชนประจำตำบลเนิน พระ จังหวัดระยอง		✓				✓		

โครงการ อ.ป.ต.ต้นแบบ	พันธกิจ 8 ด้าน							
	ศีลธรรมและวัฒนธรรม	สุขภาพอนามัย	สัมมาชีพ	สันติสุข	ศึกษาสงเคราะห์	สาธารณสงเคราะห์	กตัญญูเกื้อกูลจิตตธรรม	สามัคคีธรรม
ตำบลบ้านยาง ตำบลท่ากระดาน ตำบลท่าขนอน ตำบลย่านยาว ตำบลกะเปา ตำบลถ้ำสิงขรณ์ และ ตำบลบ้านท่าเนียน จังหวัดสุราษฎร์ธานี	✓	✓	✓	✓		✓		
21. โครงการเปิดวัดเป็น ศูนย์กลางการเรียนรู้ชุมชน ของหน่วยอบรมประชาชน ประจำตำบลนิคมพัฒนา จังหวัดสตูล	✓							
22. โครงการส่งเสริมการ ประกอบสัมมาชีพ ของ หน่วยอบรมประชาชน ประจำตำบลดอนทราย จังหวัดพัทลุง (อ.ป.ต.ด้านสัมมาชีพ)		✓	✓					✓
23. โครงการส่งเสริมการ ประกอบสัมมาชีพ ของหน่วย อบรมประชาชนประจำตำบล แพรกหา จังหวัดพัทลุง (อ.ป.ต.ด้านสัมมาชีพ)	✓		✓			✓		✓

จำนวนโครงการทั้ง 23 โครงการ เมื่อแจกนับความถี่แล้ว จะพบว่าแต่ละโครงการดำเนินการตามพันธกิจแต่ละด้านมากน้อยต่างกัน โดยอาจเป็นไปตามบริบทของพื้นที่ท้องถิ่นนั้น ๆ เช่น อาศัยฐานของภูมิปัญญาท้องถิ่น อาศัยบริบททางด้านสุขภาพอนามัยในช่วงวิกฤตโควิด-19 การส่งเสริมอาชีพ ซึ่งมีลำดับความถี่สูงสุด 3 อันดับ ได้แก่ พันธกิจด้านสาธารณสุขสงเคราะห์ด้านศีลธรรมและวัฒนธรรม และด้านสุขภาพอนามัย ตามลำดับ ส่วนพันธกิจนอกจากนั้น มีช่องว่างแตกต่างกัน คือ ด้านสัมมาชีพ สามัคคีธรรม สันติสุข ศึกษาสงเคราะห์ และกตัญญูกตเวทิตาธรรม โดยพันธกิจที่ปรากฏในโครงการที่น้อยที่สุด ได้แก่ ด้านกตัญญูกตเวทิตาธรรม ดังตารางแสดงจำนวนพันธกิจแต่ละโครงการ และตารางแจกความถี่ได้ดังนี้

ตารางที่ 4.3 จำนวนความถี่ของพันธกิจ

พันธกิจ	จำนวนโครงการ
1. ศีลธรรมและวัฒนธรรม	14
2. สุขภาพอนามัย	13
3. สัมมาชีพ	10
4. สันติสุข	4
5. ศึกษาสงเคราะห์	4
6. สาธารณสงเคราะห์	15
7. กตัญญูกตเวทิตาธรรม	3
8. สามัคคีธรรม	10

4.1.1 การเสริมสร้าง “สุขภาวะแดนศีล”

สุขภาวะแดนศีล ซึ่งเป็นเรื่องการปฏิสัมพันธ์ใน 2 เรื่อง ที่นำไปสู่การมีสุขภาพดีซึ่งเป็นทั้งระดับปัจเจก ซึ่งมนุษย์จำเป็นต้องมีสัมพันธ์กับโลกทางวัตถุหรือโลกทางกายภาพที่จะมีผลต่อการใช้ชีวิตและการมีสุขภาพดีที่เนื่องมาจากการปฏิสัมพันธ์ในเชิงสร้างสรรค์ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ด้วยกัน โดยแบ่งการปฏิสัมพันธ์ออกเป็น 2 ลักษณะ คือ 1) สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ หรือเรียกว่า สิ่งแวดล้อมทางวัตถุ รวมถึงปัจจัย 4 และสิ่งทั้งหลายที่มีอยู่ในธรรมชาติ 2) สิ่งแวดล้อมทางสังคมหรือระหว่างมนุษย์ร่วมโลกด้วยกัน ซึ่งรวมถึงสัตว์ทั้งหลายด้วย การพัฒนาแดนศีลด้วยสี่สิกขา จึงเป็นการมุ่งเป้าพัฒนาที่การปฏิสัมพันธ์ที่ถูกต้องเหมาะสมเพื่อให้เกิดประโยชน์

จากการวิเคราะห์เป้าหมายแต่ละพันธกิจทั้ง 8 ด้าน กิจกรรมที่แต่ละโครงการได้ขับเคลื่อนไปตามพันธกิจส่วนที่สัมพันธ์กับการเสริมสร้างสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธแดนศีล จะสอดคล้องกับพันธกิจ 6 ด้าน โดยแต่ละโครงการในแต่ละภาคได้ดำเนินการให้สอดคล้อง ดังนี้

1) พันธกิจด้านสุขภาพอนามัยที่สัมพันธ์กับสุขภาวะแดนศีล

โครงการที่อ.ป.ต.ดำเนินการสอดคล้องกันพันธกิจด้านสุขภาพอนามัยมีจำนวน 13 โครงการในจำนวนรวม 23 โครงการ จึงนับได้ว่าโครงการอ.ป.ต.ได้ให้ความสำคัญกับสุขภาพอนามัยในระดับมาก และเป็นการสร้างเสริมสุขภาวะแนวพุทธในแดนศีล โดยจัดกิจกรรมที่เหมาะสมกับบริบทของโรคระบาดโควิด-19 มีกิจกรรมอบรมให้ความรู้ การทำความสะอาด ให้ความร่วมมือและช่วยเหลือประชาชนที่ได้รับผลกระทบจากสถานการณ์ดังกล่าว โดยทำงานร่วมมือกับสาธารณสุข¹ การจัดกิจกรรมรณรงค์ให้ทุกวัดมีตู้ยาสามัญประจำวัด กิจกรรมละ เลิก อบายมุขโดยร่วมมือกับโรงพยาบาลส่งเสริม

¹ พระสุธีรัตนบัณฑิต และคณะ, รายงานวิจัยโครงการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย, (นนทบุรี : นิติธรรมการพิมพ์, 2563), หน้า 283-284.

สุขภาพประจำตำบล (รพ.สต.)² รวมถึงการเยี่ยมเยียนและช่วยเหลือผู้ป่วย ติดเตียง ผู้ป่วยติดบ้าน ผู้สูงอายุ โดยร่วมมือกับหน่วยงานด้านสาธารณสุข องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น เช่น การพัฒนากิจกรรม “กู่จานสร้างสุขภาวะ พยาบาลกาย พยาบาลใจ” ทั้งให้ขวัญกำลังใจและช่วยเหลือปัจจัยสี่ตามสมควร³ การใช้พื้นที่ของอ.ป.ต.เป็นที่ตรวจสุขภาพเบื้องต้น⁴ การพัฒนาพื้นที่วัดตามหลัก 5 ส. กิจกรรมวัดปลอดภัยเพื่อผลักดันให้เป็นนโยบายวัดปลอดภัย และงานบวชปลอดภัยของชุมชน⁵ การจัดกิจกรรมเอื้อต่อการดูแลสุขภาพอนามัย เช่น การผลิตหน้ากากอนามัยและเจลแอลกอฮอล์และนำไปแจกจ่ายประชาชน⁶ หลายหน่วยอ.ป.ต. ได้จัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพอนามัยของชุมชน เช่น โครงการ “วัดโชดหิน: ให้ธรรม ให้ทาน ให้ความรู้ สู้ภัยไวรัส โควิด (COVID-19)”⁷ ซึ่งเป็นการทำกิจกรรมทั้งเชิงรูปธรรมและนามธรรม บางหน่วยอ.ป.ต. จัดกิจกรรมที่สอดคล้องกับภูมิปัญญาท้องถิ่นเพื่อเสริมสร้างสุขภาพอนามัยผ่านกิจกรรม “ดนตรี” เช่น ดนตรีโลโก้กะฉำ เพื่อฝึกฝนกาย และจิตใจให้แข็งแรงและสุขภาพจิตดี⁸ และกิจกรรมอื่นๆ เช่น กิจกรรมตารางเก้าช่อง เพื่อฝึกสมอง ป้องกันอัลไซเมอร์ การเคลื่อนไหวร่างกายให้สมดุล⁹ บางพื้นที่ของอ.ป.ต. เน้นการดูแลสุขภาพอนามัยผ่านกิจกรรมด้านความมั่นคงทางอาหารอันเป็นผลจากภูมิปัญญาท้องถิ่น เช่น ผลิตภัณฑ์ข้าวสังข์หยด ของจังหวัดพัทลุง ซึ่งมีคุณค่าทางโภชนาการ มีวิตามินบีรวมที่ช่วยบรรเทาอาการอ่อนเพลีย แขนขาไม่มีแรง โรคผิวหนังบางชนิด บำรุงสมอง เป็นต้น¹⁰

² เรื่องเดียวกัน, หน้า 288-289.

³ เรื่องเดียวกัน, หน้า 294-295.

⁴ เรื่องเดียวกัน, หน้า 303-304.

⁵ เรื่องเดียวกัน, หน้า 315-316.

⁶ เรื่องเดียวกัน, หน้า 321.

⁷ เรื่องเดียวกัน, หน้า 357.

⁸ พระสุธีรัตนบัณฑิต และคณะ, รายงานวิจัยโครงการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย, หน้า 370.

⁹ เรื่องเดียวกัน, หน้า 380-381.

¹⁰ เรื่องเดียวกัน, หน้า 392.

กิจกรรมต่าง ๆ ที่หน่วยอ.ป.ต.ได้ดำเนินการ เป็นกิจกรรมที่สอดคล้องกับการพัฒนาสร้างเสริมสุขภาพแฉกเศฐ ซึ่งมึลักษณะเป็นรวมการปฏิสัมพันธ์ทั้งทางกายภาพ คือปัจจัยสี่ และการปฏิสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ต่อมนุษย์ ที่เป็นไปเพื่อประโยชน์ต่อชุมชนสังคม โดยอาศัยการทำงานร่วมกันอย่างบูรณาการระหว่างพระสงฆ์ ผู้นำชุมชน ประชาชน ผู้นำองค์กรที่เกี่ยวข้อง และปฏิบัติได้อย่างเหมาะสม เช่น การตรวจสุขภาพ ซึ่งต้องอาศัยบุคลากรด้านสาธารณสุข ทั้งนี้เพื่อเสริมสร้างให้สุขภาพอนามัยของประชาชนสมบูรณ์ แข็งแรง ทั้งแนวทางป้องกัน ส่งเสริม สนับสนุน โดยมีผลเชิงประจักษ์ ดังนั้น กิจกรรมตามพันธกิจด้านสุขภาพอนามัย จึงเป็นการเสริมสร้างสุขภาพแฉกเศฐได้อย่างลงตัว

2) พันธกิจด้านสัมมาชีพที่สัมพันธ์กับสุขภาพแฉกเศฐ

จากการดำเนินโครงการของหน่วยอ.ป.ต. ต้นแบบทั้ง 23 โครงการ มีพันธกิจด้านสัมมาชีพ จำนวน 10 โครงการ ที่ถือว่าอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งปรากฏกิจกรรมที่ส่งเสริม สร้างอาชีพที่เหมาะสมกับท้องถิ่นนั้น ๆ เช่น การสนับสนุนการใช้เกษตรวิถีพุทธหรือพุทธเกษตรมาใช้ในชีวิตประจำวัน¹¹ การสร้างผลิตภัณฑ์จากไม้ไผ่¹² การทำโคมโพลันนา กรวยดอกไม้และเทียน การนำวัสดุสิ่งของกลับมาสร้างเป็นผลิตภัณฑ์¹³ การแปรรูปผลิตภัณฑ์เพื่อสร้างมูลค่าเพิ่ม การใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นมาจัดการเรื่องอาหารท้องถิ่น เช่น ผลิตภัณฑ์ข้าวสังข์หยด น้ำพริก 5 รส การส่งเสริมผลิตภัณฑ์อาหารสุขภาพ¹⁴ หรือการพัฒนาชุมชนเป็นแหล่งท่องเที่ยวเพื่อสร้างรายได้ให้กับชุมชน¹⁵ การส่งเสริมวิชาชีพช่างให้กับชุมชน¹⁶

¹¹ เรื่องเดียวกัน, หน้า 254.

¹² เรื่องเดียวกัน, หน้า 270.

¹³ เรื่องเดียวกัน, หน้า 276.

¹⁴ พระสุธีรัตนบัณฑิต และคณะ, รายงานวิจัยโครงการเสริมสร้างสุขภาพเชิงพุทธของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย, หน้า 298; 392; 404.

¹⁵ เรื่องเดียวกัน, หน้า 316.

¹⁶ เรื่องเดียวกัน, หน้า 337.

สัมมาชีพ ซึ่งเป็นหลักสุขภาวะที่แก่การประกอบอาชีพที่ซื่อสัตย์สุจริต เป็นการหันกลับมาใช้ชีวิตอย่างมีคุณภาพพร้อมกับมีคุณธรรมศีลธรรมกำกับนั่นเอง จึงถือว่าเป็นการสร้างเสริมสุขภาวะแดนศีลที่เห็นเป็นรูปธรรมจากโครงการอ.ป.ต.

3) พันธกิจด้านสันติสุขที่สัมพันธ์กับสุขภาวะแดนศีล

โครงการของหน่วยอ.ป.ต. จำนวน 23 โครงการ มีการจัดกิจกรรมที่สัมพันธ์กับด้านสันติสุขจำนวน 4 โครงการ ซึ่งจัดว่าอยู่ในระดับที่น้อย

การสร้างเสริมสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธด้านศีลหรือแดนศีล ที่หนุนเสริมพันธกิจด้านสันติสุขนั้นอาจมีจำนวนโครงการที่ไม่มากเมื่อเทียบกับพันธกิจด้านอื่น แต่โครงการอ.ป.ต.ที่เน้นกิจกรรมในลักษณะนี้มุ่งที่จะรวมพลัง เพื่อป้องกันหรือเพื่อส่งเสริมการอยู่ร่วมกันในชุมชนพหุลักษณะ เช่น กิจกรรมการรวมพลังตั้งศูนย์ป้องกัน และเฝ้าระวังภัย ทั้งที่อาจเป็นโจรภัย อัคคีภัย อุทกภัย วาตภัย หรือภัยอื่น ๆ¹⁷ การจัดให้มีกิจกรรมร่วมกับโรงเรียนที่มีนักเรียนไทยพุทธ-มุสลิม เพื่อเรียนรู้วัฒนธรรมและการอยู่ร่วมกันอย่างเข้าใจ¹⁸ แต่ในอีกแง่หนึ่ง การตีความเรื่องสันติสุข ยังได้หมายถึงสันติสุขภายในจิตใจของชุมชนด้วยโดยการจัดให้พระสงฆ์ได้แสดงธรรมเทศนาให้ผู้สูงอายุ เพื่อจะได้เสริมพลังความสุขด้านในจิตใจ¹⁹ แต่เป็นที่น่าสังเกตว่าโครงการอ.ป.ต.ในพื้นที่ภาคใต้กลับไม่ได้เน้นด้านสันติสุขอย่างโดดเด่น จุดเน้นเป็นด้านสัมมาชีพ และผู้สูงอายุมากกว่า

ดังนั้น การเสริมสร้างสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธแดนศีลที่ส่งเสริมด้านสันติสุข จึงมีลักษณะการประสานพลังเพื่อเฝ้าระวัง ปกป้องดูแลทั้งกายใจ ทรัพย์สินของชุมชนเพื่อการใช้ชีวิตอยู่อย่างร่มเย็นเป็นสุขนั่นเอง

¹⁷ เรื่องเดียวกัน, หน้า 292.

¹⁸ เรื่องเดียวกัน, หน้า 337.

¹⁹ เรื่องเดียวกัน, หน้า 384.

4) พันธกิจด้านสาธารณสุขสงเคราะห์ที่สัมพันธ์กับสุขภาวะแดนศีล

พันธกิจด้านสาธารณสุขสงเคราะห์ เป็นกิจกรรมที่โครงการอ.ป.ต. ดำเนินการโดยมีความถี่มากที่สุด คือ จำนวน 15 โครงการ ซึ่งสะท้อนถึงประโยชน์ที่ชุมชนต้องการได้ชัดกว่าพันธกิจด้านอื่น ๆ จากรายงานวิจัยที่ได้ลงพื้นที่และสรุปผลวิจัยออกมา การแสดงออกถึงปฏิสัมพันธ์ทั้งด้านกายภาพและด้านสังคมที่พระสงฆ์แสดงออกในรูปแบบกิจกรรมต่าง ๆ จึงนับว่าเป็นการเสริมสร้างสุขภาวะที่มีนัยสำคัญต่อชุมชนในระดับท้องถิ่นต่าง ๆ ดังตัวอย่างกิจกรรมที่สะท้อนให้เห็น²⁰ ดังนี้

ก. การช่วยเหลือประชาชนที่ประสบภัยต่าง ๆ รวมถึงการสงเคราะห์ผู้สูงอายุ เด็กกำพร้า ในรูปของการมอบเครื่องอุปโภคบริโภค ปัจจัยเครื่องยังชีพต่าง ๆ การจัดโรงงานสาธารณสุข

ข. การร่วมมือกับชุมชนเพื่อเยี่ยมเยียนผู้ป่วยติดเตียง แสดงออกทางสัญลักษณ์โดยอาศัยฐานะพระสงฆ์เพื่อให้ขวัญกำลังใจ

ค. การร่วมมือผลิตสิ่งของจำเป็นในภาวะโควิด-19 เช่น การผลิตหน้ากากอนามัย เจลแอลกอฮอล์เพื่อแจกจ่ายแก่ประชาชน

ง. การใช้วัดเป็นสนามหรือพื้นที่ช่วยเหลือประชาชนที่ประสบความเดือดร้อนจากการแพร่ระบาดเชื้อไวรัสโควิด-19

ค. การสนับสนุนกิจกรรมทางศาสนา การตั้งกลุ่มฌาปนกิจสงเคราะห์ การสงเคราะห์ที่เป็นสาธารณะ เป็นภารกิจที่มีความจำเป็นเฉพาะหน้ามากกว่าการทำกิจกรรมแบบยั่งยืน เป็นการเข้าไปปฏิสัมพันธ์กับคน ชุมชน ในสถานการณ์ที่ทุกข์ยากเพื่อบรรเทาทุกข์ และหยิบยื่นช่วยเหลือเต็มความสามารถ แนวทางดังกล่าวจึงเป็นเครื่องยืนยันถึงความเป็นสถาบันสงฆ์ที่เป็นที่พึ่งแก่ชาวบ้าน ได้บรรเทาทุกข์หรือหยิบยื่นช่วยเหลือในคราวลำบาก แต่โดย

²⁰ ดูสรุปรายงานวิจัยของ พระสุธีรรัตนาภรณ์ และคณะ, รายงานวิจัยโครงการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย, หน้า 271-405.

อาศัยการมีส่วนร่วมจากภาคส่วนต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องด้วย

5) พันธกิจด้านกตัญญูกตเวทิตาธรรมที่สัมพันธ์กับสุขภาวะแดนศีล

พันธกิจด้านกตัญญูกตเวทิตาธรรม ที่โครงการอ.ป.ต.ดำเนินการ และสัมพันธ์กับการพัฒนาสุขภาวะแดนศีลนั้นมีจำนวน 3 โครงการ ซึ่งการตีความคำว่ากตัญญูกตเวทิตาธรรมนั้น ไม่ได้หมายถึงการแสดงต่อบพระคุณของบุคคลในครอบครัวเดียวกัน แต่หมายรวมเอาการสร้างความรู้สึกร่วมของคนในชุมชนต่อผู้สูงอายุหรือผู้ที่อยู่ในภาวะซึมเศร้าไร้คนเหลียวแล จึงจัดกิจกรรมสร้างความผูกพันประสานสัมพันธ์เพื่อลงพื้นที่พูดคุยสนทนา รับฟังปัญหา อีกทั้งยังเป็นหน่วยกลางประสานไปยังหน่วยงานภาครัฐ เช่น สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัด²¹ กิจกรรมอีกส่วนหนึ่งยังคงเป็นการธำรงรักษาวัฒนธรรมดั้งเดิมของชุมชน คือ การจัดกิจกรรมผ่านวันสำคัญตามประเพณีไทย เช่น วันสงกรานต์ และยังคำนึงถึงการใช้พื้นที่วัดให้บริการผู้สูงอายุ เช่น การสร้างอาคารที่พัก ห้องน้ำ รวมถึงการมอบสิ่งของช่วยเหลือแก่ผู้สูงอายุ²²

ดังนั้น กิจกรรมที่ส่งเสริมด้านกตัญญูกตเวทิตาธรรม ที่โครงการอ.ป.ต.ดำเนินการ นอกจากจะเป็นการจัดกิจกรรมเพื่อธำรงรักษาวัฒนธรรมประเพณีไทยแล้วสำหรับคนในครอบครัวแล้ว ยังเอื้อกิจกรรมที่รวมพนักประสานของคนในชุมชนเพื่อดูแลช่วยเหลือผู้สูงอายุในชุมชนในรูปแบบต่าง ๆ อีกด้วย

6) พันธกิจด้านสามัคคีธรรมที่สัมพันธ์กับสุขภาวะแดนศีล

กิจกรรมที่ส่งเสริมด้านสามัคคีธรรม มีจำนวน 10 โครงการ ในจำนวนทั้งหมด 23 โครงการ นับเป็นกิจกรรมที่อยู่ในระดับกลาง ๆ เมื่อวิเคราะห์ในแง่ของแดนศีล การทำกิจกรรมเพื่อให้เกิดสามัคคีธรรมนั้น เป็นการสร้าง

²¹ พระสุธีรัตนบัณฑิต และคณะ, รายงานวิจัยโครงการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย, หน้า 285-286.

²² เรื่องเดียวกัน, หน้า 338; 353.

ปฏิสัมพันธ์เพื่อเป้าหมายในระดับชุมชนมากกว่าส่วนตัว จึงมีกิจกรรมที่โครงการอ.ป.ต.ดำเนินการในลักษณะต่าง ๆ²³ เช่น

- ส่งเสริมสามัคคีธรรมผ่านกิจกรรมส่งเสริมอาชีพ
- ส่งเสริมสามัคคีธรรมผ่านกิจกรรมส่งเสริมด้านวัฒนธรรม ประเพณี
ท้องถิ่น

- ส่งเสริมสามัคคีธรรมผ่านกิจกรรมการทำงานแบบภาคีเครือข่าย

กิจกรรมสามัคคีธรรมที่โครงการอ.ป.ต.ดำเนินการจึงมีลักษณะประสานประสานกันของหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อส่งเสริมสุขภาวะแดนจิตให้มีความสมบูรณ์ ในที่นี้หมายถึงการทำให้ชุมชนเข้มแข็งบนฐานศีล คือการทำงานร่วมกันการปฏิสัมพันธ์อย่างไมตรีระหว่างหน่วยงานรับผิดชอบและอาสาสมัครหนุนเสริมกันและกัน

4.1.2 การเสริมสร้าง “สุขภาวะแดนจิต”

สุขภาวะแดนจิต เป็นสุขภาวะด้านจิตใจ/ความรู้สึกรู้สึกนึกคิด-เสริมสร้างด้วยจิตตสิกขา ซึ่งเป็นแรงขับที่อยู่เบื้องหลังของมนุษย์ที่จะช่วยเสริมสร้างให้ปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม รวมถึงพฤติกรรมที่แสดงออกต่อผู้อื่น โดยมีองค์ประกอบย่อย 3 ด้าน เป็นตัวบ่งชี้ได้แก่ 1) ด้านคุณภาพจิต-คือจิตดีงาม 2) ด้านสมรรถภาพจิต-คือจิตที่เข้มแข็ง และ 3) ด้านสุขภาพจิต-คือจิตที่มีความสุข

จากการวิเคราะห์เป้าหมายแต่ละพันธกิจทั้ง 8 ด้าน กิจกรรมที่สัมพันธ์กับการเสริมสร้างสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธแดนจิต จะสอดคล้องกับพันธกิจ 3 ด้าน ซึ่งโครงการขับเคลื่อนในแต่ละภาคได้ดำเนินการให้สอดคล้อง ดังนี้

- 1) พันธกิจด้าน**ศีลธรรมและวัฒนธรรม**ที่สัมพันธ์กับ**สุขภาวะแดนจิต/สมาธิ**

²³ ดูสรุปรายงานวิจัยของ พระสุธีรัตนบัณฑิต และคณะ, รายงานวิจัยโครงการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย, หน้า 271; 285-354.

พันธกิจด้านศีลธรรมและวัฒนธรรมเป็นกิจกรรมตัวแทนของการทำให้จิตมีคุณภาพ สมรรถภาพ และสุขภาพ โครงการอ.ป.ต.ได้ดำเนินการผ่านกิจกรรมสำคัญหลากหลาย ซึ่งรวมกิจกรรมทั้งที่สื่อถึงด้านศีลธรรมและวัฒนธรรมไทย²⁴ เช่น

- การฟังเทศนา ปาฐกถา บรรยายธรรมทั้งภายในวัด ภายนอกวัด รวมถึงสื่อทางวิทยุ โทรทัศน์ฯลฯ

- โครงการจัดค่ายเยาวชนส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรม
- การใช้พิพิธภัณฑ์ภายในวัดเป็นฐานเรียนรู้
- การบรรพชาสามเณรภาคฤดูร้อน
- โครงการสอนธรรมะภาษาอังกฤษ
- การสวดมนต์ เจริญจิตภาวนา
- เปิดพื้นที่วัดส่งเสริมศีลธรรมวัฒนธรรม ดนตรี สำหรับเยาวชน
- สืบสานภูมิปัญญา และถ่ายทอดองค์ความรู้ท้องถิ่นสู่ระดับจังหวัด

พันธกิจด้านศีลธรรมและวัฒนธรรม มองได้ทั้งมิติด้านในและด้านนอก คือด้านจิตใจที่สะท้อนจากกิจกรรมด้านคุณธรรมจริยธรรม การสวดมนต์ เจริญจิตภาวนา ส่วนมิติด้านนอกนั้นเป็นการใช้กิจกรรมตามประเพณีชีวิตและวัฒนธรรมอื่นๆ เสริมหนุน เช่น การส่งเสริมการใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่น ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้จะเสริมหนุนความมั่นคงทางจิตใจ และมีความรู้สึกผูกพันลึกซึ้งในวัฒนธรรมของตนเอง

2) พันธกิจด้านสันติสุขที่สัมพันธ์กับสุขภาวะแดนจิต/สมาธิ

พันธกิจด้านสันติสุข ซึ่งสื่อถึงภาวะด้านจิตใจเป็นหลัก แต่จากการวิเคราะห์โครงการที่อ.ป.ต.ดำเนินการ เป็นกิจกรรมที่ตีความหมายมากกว่าทางจิตใจภายในปัจเจก เป็นกิจกรรมที่ขยายไปสู่การสร้างความรู้สึกร่วมระหว่าง

²⁴ ดูสรุปรายงานวิจัยของ พระสุธีรัตนบัณฑิต และคณะ, รายงานวิจัยโครงการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย, หน้า 258-405.

คนในชุมชนด้วยกัน จึงออกแบบกิจกรรมที่นำไปสู่สันติสุขในหลายรูปแบบ²⁵
เช่น

- การจัดกิจกรรมร่วมกับโรงเรียนที่มีนักเรียนนับถือศาสนาที่ต่างกัน
- กิจกรรมรวมพลังดูแล ปกป้อง ช่วยเหลือและรับมือกับภัยต่าง ๆ
- กิจกรรมการดูแลผู้สูงอายุให้รู้สึกไม่โดดเดี่ยวเดี๋ยวเดียวดาย

แต่จำนวนโครงการและความถี่ของพันธกิจด้านสันติสุข ยังมีจำนวนไม่
มาก (4 โครงการ ใน 23 โครงการ)

3) พันธกิจด้านกตัญญูกตเวทิตาธรรมที่สัมพันธ์กับสุขภาวะแดนจิต/ สมาธิ

พันธกิจด้านกตัญญูกตเวทิตาธรรม เป็นกิจกรรมที่โครงการอ.ป.ต.
ดำเนินการ เสริมหนุนให้สุขภาวะด้านจิตใจเพื่อสะท้อนคุณสมบัติของจิตใจที่
ดีงาม ผ่านกิจกรรมตามประเพณี เช่น การรดน้ำดำหัวในวันสงกรานต์ นอกจากนี้
ยังแปลความหมายไปสู่การตอบแทนแบบการให้ความรู้สึกที่ดี ความรู้สึก
เคารพในผู้สูงวัยแม้จะไม่ใช่คนในครอบครัวเดียวกัน²⁶ จึงทำให้เห็นแนวปฏิบัติ
กิจกรรมของโครงการอ.ป.ต. ที่ขยายองค์ความรู้เรื่องความกตัญญูกตเวทิตา
รูปแบบหนึ่ง ซึ่งสังคมควรใส่ใจดูแลกันและกัน โดยเฉพาะบุคคลผู้สูงวัยที่ถูก
ทอดทิ้ง หรือถูกปล่อยปละละเลยให้กลายเป็นคนซึมเศร้า แต่จำนวนกิจกรรม
ที่ตอบพันธกิจด้านนี้ยังมีจำนวนน้อย (3 โครงการ ในจำนวน 23 โครงการ)

4.1.3 การเสริมสร้าง “สุขภาวะแดนปัญญา”

การเสริมสร้างสุขภาวะองค์รวมแดนปัญญา เป็นด้านที่เกี่ยวกับความรู้
ความเข้าใจ ซึ่งเสริมสร้างด้วยปัญญาสิกขา แดนปัญญาเป็นการพัฒนาที่เป็น
เป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา เพราะผู้พัฒนาถึงขีดที่สมบูรณ์แล้วจะพบ

²⁵ ดู สรุปรายงานวิจัยของ พระสุธีรรัตนาภรณ์ และคณะ, รายงานวิจัยโครงการเสริมสร้างสุขภาวะ
เชิงพุทธของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย, หน้า 209-385.

²⁶ เรื่องเดียวกัน. อ้างแล้ว

กับความสุข หรือดับทุกข์ได้ แต่สำหรับเป้าหมายปุถุชนทั่วไป สามารถพัฒนาปัญญาเพื่อให้สำเร็จลุล่วงได้ โดยพิจารณาจากเป้าหมายของปัญญาดังนี้

1) ปัญญาที่ช่วยให้ดำเนินชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสบความสำเร็จ ซึ่งเกี่ยวข้องกับความรู้ การเรียนรู้ เป็นต้น

2) ปัญญาที่ช่วยให้ชีวิตดำเนินไปสู่วิถีที่ถูกต้องดีงาม ซึ่งเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการเข้าใจเหตุปัจจัยของชีวิตและสรรพสิ่ง โดยพื้นฐานสำคัญคือเข้าใจตนเองว่า มี 2 ภาวะ คือ 1) ตนเป็นมนุษย์เป็นสิ่งมีเฉกเช่นกับสิ่งมีชีวิตอื่น ๆ ที่ควรต้องเกื้อกูลกันและกันไป 2) ตนเป็นมนุษย์หรือเป็นส่วนหนึ่งของสังคม

3) ปัญญาที่ช่วยให้ชีวิตบรรลุจุดหมายสูงสุดดีงาม ซึ่งเกี่ยวกับการพัฒนาปัญญาให้ถูกต้อง โดยอาศัยเครื่องมือสำคัญในการพัฒนา ได้แก่

1) ปัจจัยภายนอก (ปรโตโฆสะ) หรืออิทธิพลจากภายนอก โดยเฉพาะอิทธิพลจากภักขณมิตร และ 2) ปัจจัยภายใน (โยนิโสมนสิการ) ปัจจัยนี้เรียกว่าเป็นองค์ประกอบภายใน ส่วนที่เสริมให้คิด พินิจ หยั่งเห็นตามเหตุปัจจัยที่กลายเป็นสัมมาทิฏฐิได้ในที่สุด

จากการวิเคราะห์เป้าหมายแต่ละพันธกิจทั้ง 8 ด้าน กิจกรรมที่สัมพันธ์กับการเสริมสร้างสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธแดนปัญญาสอดคล้องกับพันธกิจ 6 ด้าน ซึ่งโครงการขับเคลื่อนในแต่ละภาคได้ดำเนินการให้สอดคล้อง ดังนี้

1) **พันธกิจด้านศีลธรรมและวัฒนธรรมที่สัมพันธ์กับสุขภาวะแดนปัญญา**

การดำเนินกิจกรรมที่ตอบพันธกิจด้านศีลธรรมและวัฒนธรรม เป็นการเสริมสร้างการใช้ชีวิตให้บรรลุเป้าหมาย และเป็นชีวิตที่ดีงาม เพราะมีกิจกรรมที่ส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ การเพิ่มเติมความรู้ และเอื้อให้เกิดการพัฒนาตนเอง และการรับผิดชอบต่อสังคม ดังจะเห็นได้จากกิจกรรมต่าง ๆ อาทิ การฟังเทศนา ปาฐกถา บรรยายธรรม โครงการจัดค่ายเยาวชนส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรม

การเรียนรู้แหล่งความรู้ที่มีอยู่ในชุมชน เช่น แหล่งเรียนรู้จากพิพิธภัณฑ์ภายในวัด โครงการการบรรพชาสามเณรภาคฤดูร้อน โครงการสวดมนต์ เจริญจิตภาวนาหรือแม้กระทั่งโครงการที่สนับสนุนการใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นเพื่อยกระดับองค์ความรู้ขยายฐานความรู้ที่มีสู่ระดับจังหวัด และสู่สาธารณะมากขึ้น

การดำเนินกิจกรรมที่ส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนมีคุณธรรมศีลธรรมเพื่อส่งเสริมให้เป็นคนดี มีจิตอาสา ซึ่งสะท้อนถึงคุณลักษณะที่ดีทางปัญญาของบุคคล โดยที่บุคคลนั้นสามารถคิดไตร่ตรอง คิดเป็นเหตุเป็นผล คิดแยกประโยชน์ตนและคนอื่นได้เหมาะสมดีงาม ดังนั้น โน้มนำศีลธรรมที่ดี วัฒนธรรมที่ส่งเสริมก็ดี จึงสามารถจัดเข้าในการเสริมสร้างสุขภาวะแดนปัญญาจากกิจกรรมต่าง ๆ ที่โครงการอ.ป.ต.ดำเนินการแล้ว

2) พันธกิจด้านสุขภาพอนามัยที่สัมพันธ์กับสุขภาวะแดนปัญญา

การดำเนินกิจกรรมที่เกี่ยวกับสุขภาพอนามัย นอกจากจะเป็นกิจกรรมในลักษณะส่งเสริมสนับสนุนโดยบุคลากรที่เกี่ยวข้อง แต่ปัจจัยเสริมที่สำคัญได้แก่ การให้ความรู้อย่างถูกต้องในการดูแลสุขภาพอนามัย การให้ความมั่นใจในมาตรการสาธารณสุข การจัดกิจกรรมเพื่อถ่ายทอดองค์ความรู้เรื่องสุขภาวะทั้งทางกายและใจ เพื่อช่วยให้ประชาชนได้รู้จักคิดแยกแยะและพิจารณาไตร่ตรองด้วยปัญญา และสามารถตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมด้านสุขภาพอนามัย เพราะกิจกรรมที่โครงการอ.ป.ต.ได้ดำเนินการในด้านนี้นั้นเป็นกิจกรรมที่ต้องอาศัยบุคลากรหลายฝ่าย เช่น บุคลากรด้านสาธารณสุขเพื่อตรวจสุขภาพ หรือบรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ ทั้งนี้ การจัดกิจกรรมยังมุ่งยกระดับสุขภาวะทางใจ และปัญญา เพื่อสร้างความร่วมมือระดับสังคมและพัฒนาสู่การเป็นสังคมแห่งการเรียนรู้อีกทางหนึ่งด้วย²⁷ การจัดกิจกรรมส่งเสริมให้ปรับจิตสำนึกเชิงบวก เช่น กิจกรรมพื้นที่วัดปลอดอบายมุข งานบุญปลอดเหล้า

²⁷ พระสุธีรัตนบัณฑิต และคณะ, รายงานวิจัยโครงการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย, หน้า 311.

รวมถึงการให้ความรู้ถึงพิษภัยหรือปัจจัยเสี่ยงที่จะเกิดขึ้นกับสุขภาพร่างกาย²⁸ หรือกิจกรรมที่แสดงออกให้เห็นเป็นรูปธรรมเพื่อส่งเสริมการดูแลสุขภาพ การตระหนักและเข้าใจปัญหาสุขภาพอันเนื่องมาจากการบริโภคอาหารที่ก่อปัญหาต่อสุขภาพ จึงจัดกิจกรรมที่เรียกว่า “ปันโตสุขภาพะ” เป็นต้น²⁹ นัยของการจัดกิจกรรมด้านสุขภาพอนามัย จึงเป็นการสื่อถึงสุขภาพะแดนปัญญาได้ทั้งทางตรงและทางอ้อมดังกล่าวแล้ว

3) พันธกิจด้านสัมมาชีพที่สัมพันธ์กับสุขภาพะแดนปัญญา

กิจกรรมของโครงการอ.ป.ต. ด้านสัมมาชีพ นอกจากจะส่งเสริมให้ชุมชนในท้องถิ่นนั้นๆ ได้มีอาชีพใหม่ อาชีพเสริมซึ่งเป็นการเพิ่มรายได้แก่ครัวเรือนแล้ว สิ่งสำคัญในเชิงสุขภาพะแดนปัญญาคือ การยึดมั่นในหลักการที่ถูกต้อง หรือตั้งอยู่ในสัมมาสุจริต การบรรลุเป้าหมายของชีวิตนั้นจำเป็นต้องเดินอย่างถูกต้อง เดินด้วยสติปัญญาด้วย จากผลการวิจัย ได้รายงานอย่างชัดเจนว่าการส่งเสริมให้ชุมชนได้มีอาชีพนั้น นอกจากจะมีรายได้แล้ว ผู้ผลิตหรือผู้จำหน่ายจะต้องคำนึงถึงประโยชน์ที่ลูกค้าจะได้รับอย่างแท้จริง ไม่หลอกลวง ไม่เอาเปรียบ ทั้งในแง่คุณภาพของสินค้าและราคาที่ยุติธรรม³⁰ การตระหนักและคำนึงถึงประโยชน์ของสัมมาชีพและโทษในมิฉฉาชีพ จึงเป็นแนวทางส่งเสริมสุขภาพะแดนปัญญาได้ทางหนึ่ง

4) พันธกิจด้านสาธารณสงเคราะห์ที่สัมพันธ์กับสุขภาพะแดนปัญญา

กิจกรรมที่ตอบพันธกิจด้านสาธารณสงเคราะห์ มีความเกี่ยวเนื่องกับสุขภาพะแดนปัญญาในแง่ที่เป็นกิจกรรมที่สะท้อนมาจากวิถีคิดที่ประกอบด้วยเหตุและผล แต่อาจมองได้ชัดในด้านของผู้ให้การสงเคราะห์มากกว่าผู้รับการสงเคราะห์ เพราะผู้ให้เป็นผู้ที่พร้อมทั้งด้านกำลังกาย กำลังทรัพย์ กำลังสติ

²⁸ เรื่องเดียวกัน, หน้า 316: 322.

²⁹ เรื่องเดียวกัน, หน้า 337.

³⁰ เรื่องเดียวกัน, หน้า 397.

ปัญญา จึงสามารถคิดและลงมือให้การสงเคราะห์ได้อย่างเหมาะสมและเหมาะสมกับสถานการณ์ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้น เช่น การสงเคราะห์ผู้สูงวัย เด็กกำพร้า การร่วมมือกับชุมชนเพื่อเยี่ยมเยียนผู้ป่วยติดเตียง การดูแลบรรเทาผู้ประสบทุกข์จากภาวะโควิด-19 และอื่น ๆ ที่ควรให้การสงเคราะห์ช่วยเหลือ

สิ่งสะท้อนถึงสุขภาวะแดนปัญญาที่ชัดเจนประการหนึ่งคือ การปฏิบัติตนในฐานะเป็นสมาชิกหรือเป็นส่วนหนึ่งของสังคมที่รับรู้และหยิบยื่นช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ด้วยกันในยามประสบความทุกข์ยาก นั่นคือลักษณะแสดงออกของปัญญาที่มีในตัวบุคคลและแสดงออกมาได้อย่างเป็นรูปธรรม คือการเห็นความทุกข์ของผู้อื่นเสมือนความทุกข์ของตนเอง การมองด้วยสายตาแห่งปัญญาจึงเกิดการปฏิบัติในลักษณะที่เป็นการสาธารณสงเคราะห์ดังกล่าว

5) พันธกิจด้านศึกษาสงเคราะห์ที่สัมพันธ์กับสุขภาวะแดนปัญญา

กิจกรรมด้านศึกษาสงเคราะห์ที่ดำเนินการโดยอ.ป.ต.นั้น มักแสดงออกมาในรูปแบบการให้ทุนการศึกษา การสนับสนุนอนุเคราะห์ให้การเรียนรู้ ศีลธรรมคุณธรรม แต่ยังไม่ถึงขั้นการจัดการศึกษา การมุ่งเน้นให้เกิดสติปัญญาแก่เด็กและเยาวชนเป็นพื้นฐานสำคัญ ดังนั้น การจัดการด้านการศึกษาสงเคราะห์จึงเป็นมิติที่สัมพันธ์กับสุขภาวะแดนปัญญาที่มีความหมายต่อเด็กและเยาวชนเป็นอย่างยิ่ง

6) พันธกิจด้านกตัญญูกตเวทิตาธรรมที่สัมพันธ์กับสุขภาวะแดนปัญญา

กิจกรรมที่โครงการอ.ป.ต.ดำเนินการเพื่อตอบพันธกิจด้านกตัญญูกตเวทิตาธรรมนั้น นอกจากจะสะท้อนถึงสุขภาวะแดนศีลที่สื่อถึงการปฏิบัติสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ด้วยกันอย่างเคารพกันและกัน และสื่อถึงสุขภาวะแดนจิตใจ คือภาวะแห่งจิตที่ตระหนักสำนึกถึงคุณธรรม ศีลธรรมอันดีงามในตนทั้งที่ต่อบุคคลในครอบครัว หรือแม้แต่ผู้สูงอายุในชุมชนด้วยกันแล้ว ยังสื่อสะท้อนถึงสุขภาวะแดนปัญญาด้วย ดังเช่นกิจกรรมรดน้ำดำหัวผู้สูงวัยใน

วันสงกรานต์ การใส่ใจดูแลผู้สูงอายุ สิ่งเหล่านี้แม้จะสื่อด้านจิตใจโดยตรง แต่ในแง่มุมหนึ่งที่สำคัญคือความเข้าใจถูกต้อง ซึ่งตั้งอยู่ในหลักแห่งสัมมาทิฐิ ปัญญาเห็นผิดชอบชั่วดี ประกอบด้วยวิธีคิดแบบยลแบบคายตามหลัก โยนิโสมนสิการ เพราะผู้ดำเนินกิจกรรมที่ดี ผู้ร่วมกิจกรรมที่ดี ย่อมเล็งเห็นถึงคุณค่าของคุณธรรมดีงามคือความกตัญญูกตเวทิตาธรรม

7) พันธกิจด้านสามัคคีธรรมที่สัมพันธ์กับสุขภาวะแดนปัญญา

ความสามัคคีธรรม เป็นพันธกิจที่โครงการอ.ป.ต.สนับสนุนและดำเนินการในลักษณะการสร้างเครือข่าย การรวมพลังเพื่อดำเนินกิจกรรมทุกกิจกรรม เพื่อให้เกิดมูลค่าเพิ่มผ่านกิจกรรมที่เป็นสัมมาชีพ เกิดความสำนึกรักหวงแหน ผ่านกิจกรรมส่งเสริมด้านวัฒนธรรมประเพณี

ความสามัคคีสื่อสะท้อนสุขภาวะแดนปัญญาในแง่การเรียนรู้ร่วมกัน กับสิ่งใหม่ๆ ในกิจกรรมที่โครงการอ.ป.ต. จัดขึ้น การได้อาศัยกัลยาณมิตร (ปรโตโฆสะ) ช่วยเหลือแนะนำจนกระทั่งทำให้เกิดผลสำเร็จในกิจหรือผลิตภัณฑ์ นั้นๆ จึงจัดได้ว่าการดำเนินงานอย่างพร้อมเพรียงกัน หรือสามัคคีกัน เป็นช่องทางของการพัฒนาปัญญาได้อย่างละเมียดละไม

กล่าวโดยสรุป พันธกิจทั้ง 8 ด้านที่โครงการอ.ป.ต.ต้นแบบทั่วประเทศที่ดำเนินการโดยคณะสงฆ์นั้น เป็นการเสริมสร้างสุขภาวะทั้ง 3 แดน ที่คละเคล้าในสาระเดียวกัน กล่าวคือ ในพันธกิจหนึ่งอาจจะสะท้อนถึงการเสริมสร้างสุขภาวะได้มากกว่าหนึ่งแดน แต่สิ่งที่สามารถบอกให้รู้ว่าพันธกิจนั้นๆ เป็นการเสริมสุขภาวะแดนใด สามารถอธิบายด้วยลักษณะของสุขภาวะแดนนั้นๆ กล่าวคือ สุขภาวะแดนศีล จะสะท้อนออกมาจากการปฏิสัมพันธ์ทั้งด้านกายภาพและทางสังคมหรือระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ สุขภาวะแดนจิตหรือสมาธิ จะสะท้อนมาจากกิจกรรมที่เสริมหนุนให้เกิดคุณภาพจิต สมรรถภาพจิต และสุขภาพจิต ส่วนสุขภาวะแดนปัญญา จะสื่อสะท้อนจากเป้าหมายของปัญญาที่ช่วยให้ดำเนินชีวิตจากการเรียนรู้ มีความรู้ ใช้ความรู้ ปัญญาที่

ชี้ทางดำเนินชีวิต หรือการได้อาศัยปัจจัยสนับสนุนทั้งความคิดไตร่ตรอง (โยนิโสมนสิการ) การได้พึ่งพาอาศัยกัลยาณมิตร (ปรโตโฆสะ) จนนำไปสู่ความคิดเห็นเป็นสัมมาทิฐิได้

4.2 สังเคราะห์พุทธธรรมจากโครงการของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย

4.2.1 พุทธธรรมเชิงหลักการ

การสังเคราะห์หลักพุทธธรรมซึ่งสอดคล้องกับพันธกิจทั้ง 8 ด้านของการพัฒนาโครงการของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) เน้นที่หลักการสำคัญคือ การนำหลักคำสอนฝ่ายกุศลจิตมาเป็นแรงผลักดันในทุกกิจกรรมซึ่งสัมพันธ์กับการพัฒนาทางกายภาพ ที่จะส่งผลให้เกิดการพัฒนาทั้งสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ พฤติกรรมทางกาย การสนทนา การสร้างข้อมูลและสุขภาพจิตให้มีความสุขสงบ การใช้สติปัญญาแก้ไขปัญหา ไม่สร้างปัญหาใหม่ให้เกิดขึ้น และจะช่วยทำให้ปัญหาเก่าที่มีลดลงและไม่เป็นปัญหาอีก กิจกรรมดังกล่าวมีหลักธรรมพื้นฐานตามหลักกุศลกรรมบถ ซึ่งจะทำให้พันธกิจของ อ.ป.ต. สำเร็จบรรลุวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้โดยการตั้งจิตอยู่บนหลักการใหญ่ ได้แก่ “การไม่ทำบาป ทำกุศลความดีให้ถึงพร้อม และการอบรมบ่มจิตให้บริสุทธิ์ผ่องใส” ตามหลักแห่งโอวาทปาติโมกข์

4.2.2 พุทธธรรมที่สัมพันธ์กับพันธกิจหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล

จากการได้ทบทวนหลักธรรมที่สัมพันธ์กับพันธกิจแต่ละด้านแล้วสามารถสังเคราะห์และจัดแบ่งให้เห็นถึงคุณลักษณะของหลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับพันธกิจแต่ละด้าน และสามารถจัดให้มีกิจกรรมที่ส่งเสริมกับพันธกิจในแต่ละด้านได้ดังนี้

1) ด้านศีลธรรมและวัฒนธรรม (Morality and Culture)

เพื่อให้พันธกิจด้านศีลธรรมและวัฒนธรรมบรรลุจุดประสงค์ สามารถนำหลักโลกपालธรรม 2 ซึ่งประกอบด้วย หิริ คือความละอายต่อการทำบาป อกุศล และโอตตปปะ คือ ความเกรงกลัวบาป อกุศลทุกอย่าง เมื่อบุคคลมีหิริและโอตตปปะ เชื่อว่ามีเหตุสมบูรณ์³¹ คือทำให้กิจกรรมอื่น ๆ เช่น การพัฒนาคุณธรรม การดำเนินชีวิตและการปฏิบัติธรรมมีการพัฒนาให้ถึงความสมบูรณ์ โดยมีเนื้อหา นำมาสร้างกิจกรรมการฝึกอบรมในโครงการให้ครอบคลุมสาระสำคัญ คือ

1. สร้างให้มีความละอายเกรงกลัวต่อทุจริตและบาปกรรมทั้งหลาย
2. สมาทานศีลและประพฤติเบญจธรรมควบคู่กันไป
3. รักษาศีลธรรมและวัฒนธรรมอันดีงามของชุมชน สังคม

2) ด้านสุขภาพอนามัย (Well-being)

เพื่อให้บรรลุจุดประสงค์ของพันธกิจข้อนี้ มีหลักธรรมสำคัญที่สามารถนำมาเป็นเนื้อหาหลักในการอบรมและการสร้างกิจกรรมเสริมเพื่อฝึกฝนทักษะคือ

- (1) หลักภavana 4 มีกิจกรรมในการอบรมซึ่งครอบคลุมเนื้อหาหลักได้แก่
 1. พัฒนาและอบรมเพื่อให้ความรู้ด้านสุขภาพอย่างถูกต้องและชัดเจนทั้งด้านทฤษฎีและการปฏิบัติ
 2. ตั้งตนอยู่ในเบญจศีล-เบญจธรรม
 3. มีจิตเชิงบวกและตามความเป็นจริง ในการรับรู้สภาพการณ์ของโลก มีความเมตตาต่อผู้อื่น สัตว์อื่นเสมอ
 4. รู้เท่าทันสภาพการณ์ของสังคมและโลกเพื่อปรับเปลี่ยนตนเองให้อยู่ในภาวะสมดุลย์
- (2) อธิปไตย 4 มีกิจกรรมคือ
 1. ตั้งใจและวางแผนในการดำรงชีวิต ครอบครัวและหน้าที่การงาน

²⁸ อง. สตต. (ไทย) 24/65/131.

2. ขยันหมั่นเพียร ฝึกฝนตนเองสม่ำเสมอ
3. หมั่นประเมิน ตรวจสอบสุขภาพสม่ำเสมอ
4. ใช้ปัญญาไตร่ตรอง หาเหตุผลเพื่อแก้ปัญหาที่ตนเผชิญ

(3) อายุสัทธิธรรม 5 มีสาระัตถะสำคัญคือ

1. ทำตัวเองให้สบายกาย สบายอารมณ์และสบายใจ
2. รู้จักสิ่งที่ทำให้เบากาย ไม่สะสมมากเกินไป
3. บริโภคอาหารที่เป็นประโยชน์และ เคี้ยวให้ละเอียด
4. ออกกำลังกาย ดำเนินชีวิตตามหลักนาฬิกาชีวิต
5. ควบคุมอารมณ์ ไม่หมกมุ่นในเรื่องเพศสัมพันธ์จนจิตวุ่นวาย

3) ด้านสัมมาชีพ (Right Livelihood)

หลักธรรมสำคัญที่ปรากฏในพระไตรปิฎกคือ สัมมาอาชีพะ ได้แก่คำสอนในการประกอบอาชีพสุจริต ถูกต้อง และหลักอิทธิบาท คือ หลักธรรมที่ทำให้กิจกรรมสำเร็จ สามารถนำมาพัฒนาในการฝึกอบรมเพื่อทำให้พันธกิจที่ 3 คือ สัมมาอาชีพ บรรลุเป้าหมาย ดังนี้

(1) สัมมาอาชีพะ มีเนื้อหาสำคัญในการนำมาเป็นเนื้อหาและกิจกรรมคือ

1. ประกอบอาชีพและทำงานที่สุจริต ไม่ยินดีในการทำคอร์รัปชัน คดโกง เวลาและฉ้อโกงประชาชน

(2) สุจริต 3 มีเนื้อหาสำคัญในการนำมาสังเคราะห์กับโครงการอบรมคือ

1. มีอาชีพตามความชำนาญของตน ทำงานด้วยสุจริตและความสุข
2. พูดสิ่งที่ เป็นประโยชน์สร้างสรรค์สิ่งดีงามต่อชุมชน สังคม
3. มีเจตนาที่ดีต่อผู้อื่น สุจริต มีเมตตาต่อผู้คนในชุมชน สังคม

หลัก อิทธิบาท 4 มีเนื้อหาสาระสำคัญในการนำไปใช้อบรม คือ

1. แสวงหาความรู้ด้านการประกอบ พัฒนาอาชีพของตนให้มีการสร้างสรรค์ วางแผน และมีการตรวจสอบประเมิน
2. ขยันทำมาหาเลี้ยงชีพโดยสุจริต
3. หมั่นตรวจสอบให้เครื่องมืออยู่ในสภาพปกติ ใช้งานได้อย่างมีประสิทธิภาพ
4. ประเมินผลการทำอาชีพเป็นระยะและนำข้อมูลไปพัฒนาปรับปรุงให้อาชีพการงานดีขึ้น

4) ด้านสันติสุข (Peaceful Happiness)

หลักธรรมที่สามารถนำมาสังเคราะห์ให้พันธกิจด้านสันติสุขบรรลุจุดประสงค์ คือ พหุการธรรม 2 ซึ่งประกอบด้วย สติและสัมปชัญญะ ซึ่งมีเนื้อหาสำคัญ ดังนี้

1. ใช้สติปัญญาในการรับรู้ข้อมูลและแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นกับตน ครอบครัว ชุมชน สังคม
2. พัฒนาการศึกษารวมของชุมชนให้รู้จักใช้สติปัญญาในการพัฒนาตนและแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นเพื่อให้ชุมชนสังคมมีปกติและสันติสุข
3. ส่งเสริมการพัฒนาปัญญาและนำความรู้เข้าใจกุศลจิต อกุศลจิตและการเจริญวิปัสสนาภาวนาซึ่งเป็นประโยชน์ในการพัฒนาจิตและพฤติกรรมให้ถูกต้องซึ่งจะเป็นประโยชน์คือความสงบสุข สันติให้เกิดขึ้นกับจิตใจ ครอบครัว ชุมชนและสังคม

5) ด้านการศึกษาสงเคราะห์ (Education Welfare)

หลักธรรมคือ ไตรสิกขา ได้แก่ หลักการศึกษาให้ถูกต้องโดยมีลำดับคือ ศีล สมาธิ และปัญญา สามารถนำมาพัฒนาในการฝึกอบรมเพื่อทำให้พันธกิจที่ 5 คือ การศึกษาสงเคราะห์ให้บรรลุเป้าหมาย ดังนี้

- (1) หลักไตรสิกขา

1. เข้าร่วมและให้ความร่วมมือเพื่อพัฒนาการศึกษา เรียนรู้ช่วยเหลือแบ่งปันความรู้แก่เยาวชน และสาธารณะ
2. มีจิตอุทิศสาธารณกุศล ร่วมงานวัฒนธรรมประเพณี
3. พัฒนาปัญญา การสร้างสรรค์ความรู้และสิ่งประดิษฐ์เพื่อช่วยเหลือสังคมให้เจริญรุ่งเรืองได้
4. ดำเนินชีวิตตามหลักไตรสิกขา เป็นตัวอย่างที่ดีแก่คนรุ่นหลัง
5. ส่งเสริมอนุรักษ์ ศิลธรรม ค่านิยม ศิลปะ วัฒนธรรมอันดีงามของท้องถิ่นและของชาติ

6) ด้านสาธารณสงเคราะห์ (Public Welfare)

หลักธรรมที่สามารถนำมาสังเคราะห์ให้พันธกิจด้านสาธารณสงเคราะห์ บรรลุจุดประสงค์ คือ หลักสังคหวัตถุ 4 ซึ่งประกอบด้วย ทาน ปิยวาจา อุตถจริยา สมานัตตตา ซึ่งมีเนื้อหาสำคัญ ดังนี้

1. ทาน คือ การให้ เอื้อเฟื้อ การเสียสละ การแบ่งปันวัตถุสิ่งของ การให้คำแนะนำ
2. การพูดจาด้วยถ้อยคำที่ไพเราะอ่อนหวาน พูดด้วยความจริงใจ ซื่อตรงต่อข้อเท็จจริง
3. การสงเคราะห์ที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นเท่าที่ตนสามารถทำได้
4. การประพฤตินิสัยสม่ำเสมอ เป็นตัวอย่างที่ดี ไม่ถือตัวและข่มผู้อื่น

7) ด้านกตัญญูกตเวทิตาธรรม (Gratitude)

หลักธรรมสำคัญที่สามารถนำมาสังเคราะห์เพื่อทำให้พันธกิจด้านกตัญญูกตเวทิตา คือ หลักคำสอนเรื่อง ทิศ 6 แต่นำมาเฉพาะบูรพาทิศและอุตตฺรทิศ ซึ่งมีเนื้อหาในการทำกิจกรรมและกำหนดเป็นค่าเป้าหมายได้ดังนี้

- (1) บูรพาทิศ บุตรธิดาพึงบำรุงมารดาบิดา โดยมีกิจกรรมที่มุ่งเป้า ดังนี้
 1. การดูแลเลี้ยงดูบิดามารดา ผู้มีพระคุณ
 2. ช่วยกิจการงานของท่าน

3. ดำรงตระกูลให้เจริญรุ่งเรือง
4. ทำตนให้เหมาะสม มีเกียรติ
5. เมื่อบิดามารดาเสียชีวิตทำบุญอุทิศแก่ท่าน

(2) บุคคลปฏิบัติต่อมิตรสหาย คือ

1. เพื่อแบ่งปันด้วยความจริงใจ
2. พูดจา มีน้ำใจ
3. ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน
4. ดำรงตนสม่ำเสมอ ร่วมสุขร่วมทุกข์กัน
5. ซื่อสัตย์จริงใจต่อกัน

8) ด้านสามัคคีธรรม (Unity)

หลักธรรมที่สามารถนำมาสังเคราะห์ให้พันธกิจด้านสามัคคีธรรมบรรลุจุดประสงค์ คือ อปทานิยธรรม 7 ซึ่งมีเนื้อหาสำคัญ ดังนี้

1. เข้าร่วมประชุมเพื่อกิจกรรมสร้างสรรค์ในชุมชน
2. ให้ความเคารพ ให้เกียรติ ยกย่อง สตรีบุรุษ ผู้มีความรู้ ผู้มีวิวุฒิ
3. รักษาวัฒนธรรม ค่านิยม ศีลธรรมอันดีงามของสังคม
4. เคารพธรรมและผู้ทรงศีลธรรม
5. ทำให้ชุมชน สังคมมีความสุข ปลอดภัยและผู้นำทางจิตใจที่มี

ศีลธรรม

เพื่อให้การสังเคราะห์หลักธรรมให้มีเนื้อหาและข้อความเหมาะสม เข้าใจง่ายต่อการนำไปต่อยอดในการสร้างกิจกรรม ค่าเป้าหมายในการชีวิต การจัดทำโครงการ และการประเมิน ซึ่งสอดคล้องกับระบบการบริหารจัดการองค์กร และการจัดกิจกรรมเชิงสร้างสรรค์สมัยใหม่อย่างมีประสิทธิภาพและคุณภาพ

โดยสรุปหลักการสังเคราะห์หลักพุทธธรรมที่สามารถนำมาส่งเสริมให้เกิดกิจกรรมการฝึกอบรมตามพันธกิจของ อ.ป.ต. ให้บรรลุจุดประสงค์ ดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 4.4 หลักพุทธธรรมที่สัมพันธ์กับพันธกิจ และแนวทางการส่งเสริมกิจกรรมของการอบรมตามพันธกิจของ อ.ป.ต.

พันธกิจของ อ.ป.ต.	หลักธรรมที่ใช้ สังเคราะห์	แนวคิดเพื่อสร้าง กิจกรรมเชิงคุณธรรม
ด้านสุขภาพ อนามัย	ภavana 4	<ol style="list-style-type: none"> พัฒนาและอบรมเพื่อให้มีความรู้ด้านสุขภาพอย่างถูกต้องและชัดเจน ผู้ร่วมอบรมสมาทานศีล 5 สร้างทัศนคติเชิงบวกมีความเมตตาต่อผู้อื่น สัตว์อื่นเสมอ มีความรู้เท่าทันสภาพการณ์ของสังคมและโลกเพื่อปรับเปลี่ยนตนเองให้อยู่ในภาวะสมดุลย์
	อิทธิบาท 4	<ol style="list-style-type: none"> มีการวางแผนในการดำรงชีวิตครอบครัวและหน้าที่การงาน มีขยันหมั่นเพียร ฝึกฝนตนเองสม่ำเสมอ การประเมิน ตรวจสอบสุขภาพสม่ำเสมอ ฝึกฝนการใช้ปัญญาไตร่ตรองแก้ปัญหาที่ตนเผชิญ
	อายุสธรรม 5	<ol style="list-style-type: none"> ทำตัวเองให้สบายกาย สบายอารมณ์และสบายใจ ทำให้ตนเองเบากาย-ใจ ไม่สะสมวัตถุมากเกินไป บริโภคอาหารที่เป็นประโยชน์ถูกต้องตามหลักโภชนาการและเคี้ยวให้ละเอียด ออกกำลังกายสม่ำเสมอ ดำเนินชีวิตตามหลักนาฬิกาชีวิต

พันธกิจของ อ.ป.ต.	หลักธรรมที่ใช้ สังเคราะห์	แนวคิดเพื่อสร้าง กิจกรรมเชิงคุณธรรม
ด้าน สามัคคีธรรม	อปริหานิยธรรม 7	<p>5. ควบคุมอารมณ์ ไม่หมกมุ่นในเรื่อง กามารมณ์/เพศสัมพันธ์จนจิตวุ่นวาย</p> <p>1. เข้าร่วมประชุมเพื่อกิจกรรม สร้างสรรค์ในชุมชน</p> <p>2. ให้ความเคารพ ให้เกียรติ ยกย่อง สตรีบุรุษ ผู้มีความรู้ ผู้มีวิบุลย 3. การรักษาวัฒนธรรม ค่านิยม ศีลธรรมอันดีงามของสังคม</p> <p>4. การคิดวิเคราะห์หลักธรรมและ ผู้ทรงศีลธรรม</p> <p>5. ส่งเสริมให้ชุมชน สังคมมีความ สงบสุข ปลอดภัยและผู้นำทางจิตใจ ที่มีศีลธรรม</p>
ด้านศีลธรรม และวัฒนธรรม	โลกपालธรรม 2 (หิริและโอตตปปะ)	<p>1. การสร้างความละเอียดเกรงกลัวต่อ ทุจจริตและบาปอกุศลทั้งหลาย</p> <p>2. สมาทานศีลและประพฤติ เบญจธรรมควบคู่กันไป</p> <p>3. รักษาสืบสานศีลธรรมและ วัฒนธรรมอันดีงามของชุมชน สังคม</p>
	สุจริต 3	<p>1. มีอาชีพตามความชำนาญของตน ทำงานด้วยสุจริตและความสุข</p> <p>2. พุดสิ่งที่เป็นประโยชน์สร้างสรรค์ สิ่งดีงามต่อชุมชน สังคม</p> <p>3. มีเจตนาที่ดีต่อผู้อื่น สุจริต มีเมตตาต่อผู้คนในชุมชน สังคม</p>

พันธกิจของ อ.ป.ต.	หลักธรรมที่ใช้ สังเคราะห์	แนวคิดเพื่อสร้าง กิจกรรมเชิงคุณธรรม
ด้าน สาธารณ สังเคราะห์	สังคหวัตถุ 4	<ol style="list-style-type: none"> 1. การให้ เอื้อเฟื้อ การเสียสละ การแบ่งปันวัตถุสิ่งของ คำแนะนำ 2. การพูดจาด้วยถ้อยคำที่ไพเราะ อ่อนหวาน พูดด้วยความจริงใจ 3. การสังเคราะห์ที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น 4. การปฏิบัติงานอย่างเสมอต้นเสมอปลาย
ด้าน สัมมาชีพ	สัมมาอาชีพะ	<ol style="list-style-type: none"> 1. ส่งเสริมการประกอบอาชีพและทำงานที่สุจริต ไม่ยินดีในการทำคอร์รัปชัน คดโกง เวลาและฉ้อโกงประชาชน
	สุจริต 3	<ol style="list-style-type: none"> 1. ส่งเสริมการมีอาชีพ ทำงานด้วยสุจริต 2. พูด สนทนาสิ่งที่เป็นประโยชน์ สร้างสรรค์สิ่งดีงามต่อชุมชน สังคม 3. มีเจตนาที่ดีต่อผู้อื่น สุจริต มีเมตตาต่อผู้คนในชุมชน สังคม
	อิทธิบาท 4	<ol style="list-style-type: none"> 1. แสวงหาความรู้ด้านการประกอบพัฒนาอาชีพของตนให้มีการสร้างสรรค์ วางแผน และมีการตรวจสอบประเมิน 2. ขยันทำมาหาเลี้ยงชีพโดยสุจริต 3. หมั่นตรวจสอบให้เครื่องมืออยู่ในสภาพปกติ ใช้งานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

พันธกิจของ อ.ป.ต.	หลักธรรมที่ใช้ สังเคราะห์	แนวคิดเพื่อสร้าง กิจกรรมเชิงคุณธรรม
ด้านกัตถัญญ กตเวทิตา ธรรม	บุรพาทิศและ อุตตทิศ (ทิศ 6)	<p>4. ประเมินผลการทำอาชีพเป็นระยะ และนำข้อมูลไปพัฒนาปรับปรุงให้</p> <p>1. บุตรธิดาพึงบำรุงมารดาบิดา โดย การดูแลเลี้ยงดู ช่วยกิจการงานของท่าน ดำรงตระกูลให้ ทำตนให้เหมาะสม เมื่อบิดามารดาเสียชีวิต ทำบุญอุทิศแก่ท่าน</p> <p>2. บุคคลปฏิบัติต่อมิตรสหาย คือ</p> <p>1) เผื่อแผ่แบ่งปัน 2) พุดจามีน้ำใจ 3) ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน 4) มีตนเสมอ ร่วมสุขร่วมทุกข์กัน ซื่อสัตย์จริงจังต่อกัน</p>
ด้านศึกษา สังเคราะห์	หลักไตรสิกขา	<p>1. เข้าร่วมและให้ความร่วมมือหรือจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาการศึกษา เรียนรู้ ช่วยเหลือแบ่งปันความรู้แก่เยาวชน และสาธารณะ</p> <p>2. สร้างจิตอุทิศสาธารณกุศล ร่วมงานวัฒนธรรมประเพณี</p> <p>3. พัฒนาปัญญา การสร้างสรรค์ ความรู้และสิ่งประดิษฐ์เพื่อช่วยเหลือสังคมให้เจริญรุ่งเรืองได้</p> <p>4. การดำเนินชีวิตตามหลักไตรสิกขา เป็นตัวอย่างที่ดีแก่คนรุ่นหลัง</p> <p>5. ส่งเสริมอนุรักษ์ศิลปะ วัฒนธรรม ท้องถิ่นและของชาติ</p>

พันธกิจของ อ.ป.ต.	หลักธรรมที่ใช้ สังเคราะห์	แนวคิดเพื่อสร้าง กิจกรรมเชิงคุณธรรม
ด้านสันติสุข	พหุการธรรม 2 (สติและสัมปชัญญะ)	<ol style="list-style-type: none"> 1. ฝึกใช้สติปัญญาในการแสวงหาความรู้ และการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นกับตน ครอบครัว ชุมชนและสังคม 2. ศึกษาพัฒนาสังคม ชุมชนให้มีสติปัญญาเป็นชุมชนสังคมให้มีสันติสุข เป็นสังคมมีใช้เหตุผลและสติปัญญา 3. ส่งเสริมการพัฒนาปัญญาและการเข้าใจกุศลจิต อกุศลจิตและการเจริญวิปัสสนาภาวนาซึ่งเป็นประโยชน์ในการพัฒนาจิตและพฤติกรรมที่ถูกต้อง เป็นประโยชน์ต่อสังคม ชุมชนและสังคม

สรุป

การสังเคราะห์สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธจากโครงการของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลต้นแบบของคณะสงฆ์ไทย มีจำนวนโครงการทั้งหมด 23 โครงการ เมื่อแจกแจงนับความถี่แล้ว จะพบว่าแต่ละโครงการดำเนินการตามพันธกิจแต่ละด้านมากน้อยต่างกัน โดยอาจเป็นไปตามบริบทของพื้นที่ท้องถิ่นนั้นๆ อาศัยฐานของภูมิปัญญาท้องถิ่น อาศัยบริบททางด้านสุขภาพอนามัย การส่งเสริมอาชีพ ซึ่งมีลำดับความถี่สูงสุด 3 อันดับ ได้แก่ พันธกิจด้านสาธารณสุขสังเคราะห์ด้านศีลธรรมและวัฒนธรรม และด้านสุขภาพอนามัยตามลำดับ ส่วนพันธกิจนอกจากนั้น มีช่องว่างแตกต่างกัน คือ ด้านสัมมาชีพสามัคคีธรรม สันติสุข ศึกษาสังเคราะห์ และกตัญญูกตเวทิตาธรรม โดยพันธกิจที่ปรากฏในโครงการที่น้อยที่สุด ได้แก่ ด้านกตัญญูกตเวทิตาธรรม

นอกจากนี้พันธกิจทั้ง 8 ด้านมีโครงการที่ตอบโจทย์ ดังนี้ 1) ศีลธรรมและวัฒนธรรม จำนวน 14 โครงการ 2) ด้านสุขภาพอนามัย จำนวน 13 โครงการ 3) สัมมาชีพจำนวน 10 โครงการ 4) สันติสุข จำนวน 4 โครงการ 5) ศึกษาสังเคราะห์ จำนวน 4 โครงการ 6) สาธารณสังเคราะห์ จำนวน 15 โครงการ 7) กตัญญูกตเวทิตาธรรม จำนวน 3 โครงการ และ 8) สามัคคีธรรมจำนวน 10 โครงการ ซึ่งโครงการต่างๆ มีจุดเน้นและให้ความสำคัญตามลักษณะของท้องถิ่นและความประสงค์

ในการจัดสังเคราะห์หลักพุทธธรรมโดยอาศัยหลักการเสริมสร้าง 3 แดน คือ 1) สุขภาวะแดนศีล ปฏิสัมพันธ์ใน 2 เรื่อง ที่นำไปสู่การมีสุขภาพดีทั้งระดับปัจเจก ซึ่งมนุษย์จำต้องมีสัมพันธ์กับโลกทางกายภาพที่จะมีผลต่อการใช้ชีวิตและการมีสุขภาพดีเชิงปฏิสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ด้วยกัน แบ่งการปฏิสัมพันธ์ออกเป็น 2 ลักษณะ คือ (1) สิ่งแวดล้อมทางกายภาพหรือเรียกว่าสิ่งแวดล้อมทางวัตถุ รวมถึงปัจจัย 4 และสิ่งทั้งหลายที่มีอยู่ในธรรมชาติ (2) สิ่งแวดล้อมทางสังคมหรือระหว่างมนุษย์ร่วมโลกด้วยกัน

2) สุขภาวะแดนจิตเป็นสุขภาวะด้านจิตใจ/ความรู้สึกรู้สึกนึกคิด-เสริมสร้างด้วยจิตตสิกขา ซึ่งเป็นแรงขับที่อยู่เบื้องหลังของมนุษย์ที่จะช่วยเสริมสร้างให้ปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม รวมถึงพฤติกรรมที่แสดงออกต่อผู้อื่น มีองค์ประกอบย่อย 3 ด้าน ได้แก่ (1) ด้านคุณภาพจิต-คือจิตตั้งงามปฏิสัมพันธ์ใน 2 เรื่องที่นำไปสู่การมีสุขภาพดีซึ่งเป็นทั้งระดับปัจเจก ซึ่งมนุษย์จำเป็นต้องมีสัมพันธ์กับโลกทางวัตถุ หรือโลกทางกายภาพที่จะมีผลต่อการใช้ชีวิตและการมีสุขภาพดีที่เนื่องมาจากการปฏิสัมพันธ์ในเชิงสร้างสรรค์ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ด้วยกัน โดยแบ่งการปฏิสัมพันธ์ออกเป็น 2 ลักษณะ คือ (1) สิ่งแวดล้อมทางกายภาพวัตถุ รวมถึงปัจจัย 4 (2) สิ่งแวดล้อมทางสังคมคือ (2) ด้านสมรรถภาพจิตคือจิตที่เข้มแข็ง และ (3) ด้านสุขภาพจิต-คือจิตที่มีความสุข 3) สุขภาวะแดนปัญญาเป็นด้านที่เกี่ยวกับความรู้ความเข้าใจ ซึ่งเสริมสร้างด้วยปัญญาสิกขา โดยพิจารณาจากเป้าหมายของปัญญาคือ (1) ปัญญาที่ช่วยให้ดำเนินชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสบความสำเร็จ 2) ปัญญาที่ช่วยให้ชีวิตดำเนินไปสู่วิถีที่ถูกต้องตั้งงาม 3) ปัญญาที่ช่วยให้ชีวิตบรรลุจุดหมายสูงสุดตั้งงาม ซึ่งเกี่ยวกับการพัฒนาปัญญาให้ถูกต้องเพื่อบรรลุเป้าหมายทางศีลธรรมและการเป็นคนสมบูรณ์

การสังเคราะห์พุทธธรรมสำหรับโครงการของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลต้นแบบของคณะสงฆ์ไทย แบ่งเป็น 2 ประเด็นหลัก ได้แก่ 1) การสังเคราะห์เชิงหลักการ และ 2) สังเคราะห์เชิงเนื้อหาที่สัมพันธ์กับพันธกิจและกิจกรรมเพื่อบรรลุเป้าหมาย โดยมีหลักพุทธธรรมที่นำมาเป็นหลักการใหญ่ ได้แก่ “การละบาป ทำจิตให้เป็นกุศล การอบรมจิตใจให้บริสุทธิ์ผ่องแผ้ว” คือการคำนึงถึงการพัฒนาจิตให้เป็นกุศลเป็นฐานก่อนซึ่งจะส่งผลให้เกิดผลลัพธ์คือความสุข และสามารถดำเนินกิจกรรมที่เป็นไปเพื่อประโยชน์สุขของส่วนรวมได้อย่างเหมาะสมตั้งงาม

ดังนั้น การสังเคราะห์หลักธรรมเพื่อตอบโจทย์คือพันธกิจของโครงการฯ ให้บรรลุจุดประสงค์มีเนื้อหาและกิจกรรมที่ควรออกแบบปฏิบัติ คือ 1) *พันธกิจด้านศีลธรรมและวัฒนธรรม* ซึ่งสัมพันธ์กับหลักทิริและโอตตปัปะ จึงควรเน้นกิจกรรมที่ทำให้เกิดความละเอียดเกรงกลัวต่อบาป อกุศลธรรมทั้งหลาย และ *สุจิริต 3* ซึ่งเป็นการปฏิบัติตามช่องทางแห่งการทำความคิดทั้งทางกาย วาจา และใจ 2) *พันธกิจด้านสุขภาพอนามัย* ใช้หลักภาวนา คือการพัฒนา อบรมเพื่อให้ตั้งมั่นในเบญจศีล-เบญจธรรม มีปัญญา รู้จักการวางแผนชีวิต ดูแลสุขภาพสม่ำเสมอ ทำตนให้สบาย ออกกำลังกาย ควบคุมอารมณ์และรู้เท่าทันความคิด ใช้อายุสธรรม 5 และอิทธิบาท 4 ประกอบร่วมกัน 3) *พันธกิจด้านสัมมาชีพ* เน้นและส่งเสริมการประกอบอาชีพและทำงานที่สุจิริต ไม่คดโกง ทำงานด้วยความสุข สร้างสรรค์ พัฒนาตน มีเมตตาต่อผู้อื่นเสมอ 4) *พันธกิจด้านสันติสุข* มีหลักธรรม คือ พหุการธรรม 2 ซึ่งประกอบด้วย สติและสัมปชัญญะ โดยเน้นการใช้ ส่งเสริมและพัฒนาสติปัญญาในการรับรู้ข้อมูลและแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นกับตน ครอบครัว ชุมชน สังคม 5) *พันธกิจด้านการศึกษาสงเคราะห์* เน้นการจัดการศึกษาตามหลักไตรสิกขา คือพัฒนาตนและให้ความรู้เพื่อสร้างการเรียนรู้ให้มีศีลธรรม จิตใจมั่นคงและใช้ปัญญาเป็นเครื่องนำทางชีวิต 6) *พันธกิจด้านสาธารณสงเคราะห์* มีหลักธรรมคือ หลักสังคหวัตถุ 4 ซึ่งประกอบด้วย ทาน ปิยวาจา อุตถจริยา สมานัตตตา 7) *พันธกิจด้านกตัญญูกตเวทิตาธรรม* ต้องนำหลักคำสอนเรื่องบูรพาทิศและอุตตริศมาใช้โดย มีเนื้อหาหลักคือการดูแลเลี้ยงดูบิดามารดา ผู้มีพระคุณ ช่วยกิจการงานของท่าน เพื่อแบ่งปันด้วยความจริงใจ ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน เป็นต้น 8) *พันธกิจด้านสามัคคีธรรม* มีการหมั่นเข้าร่วมประชุมเพื่อปรึกษากิจกรรมสร้างสรรค์ในชุมชน การให้เกียรติยกย่องผู้มีความรู้ ผู้มีวิญญูมิ เคารพธรรมและผู้ทรงศีลธรรม ทำให้ชุมชน สังคม มีความสงบสุข ปลอดภัยและผู้นำทางจิตใจที่มีศีลธรรม

กล่าวโดยสรุป ลักษณะสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ ที่ได้จากการดำเนินโครงการการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธตามพันธกิจหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย นับได้ว่าเป็นการดำเนินภายในหลักการสำคัญในพระพุทธศาสนา ซึ่งได้แก่ หลักไตรสิกขา อันเป็นแดนก่อเกิดการปฏิสัมพันธ์ที่นำไปสู่สภาพที่ดี หรือนำไปสู่การมีชีวิตที่ดีงามนั่นเอง เพราะคำว่า “องค์รวม” เป็นนิยามของชีวิตที่ประกอบระหว่างรูปกับนามขึ้นมา และเมื่อได้อาศัยหลักไตรสิกขามาหนุนเนื่องด้วยแล้วจะทำให้เกิดภาวะสมบูรณ์ยิ่งขึ้น ซึ่งการดำเนินชีวิตผ่านการทำงานภายใต้โครงการอ.ป.ต.ดังกล่าวนี้ เป็นการสะท้อนถึงคุณธรรมที่อยู่ในตัวบุคคลได้อย่างแนบแน่น เมื่อคณะวิจัยได้สังเคราะห์หลักพุทธธรรมจากโครงการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธตามพันธกิจหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย พบว่ามีหลักธรรมจำนวนหนึ่งที่ยึดโยงและเกี่ยวข้อกับการดำเนินงานภายใต้พันธกิจทั้ง 8 ด้าน

สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธทั้ง 3 แดน ที่ประกอบรวมกันขึ้นนี้ จึงสัมพันธ์กับเป้าหมายตามพันธกิจทั้ง 8 ด้านของอ.ป.ต. และเมื่อสังเคราะห์ให้เห็นหลักพุทธธรรม จะสามารถมองเห็นกลุ่มก้อนของหลักธรรมที่สนับสนุนพันธกิจ และก่อเกิดให้สุขภาวะองค์รวมตามแนวพระพุทธศาสนาได้

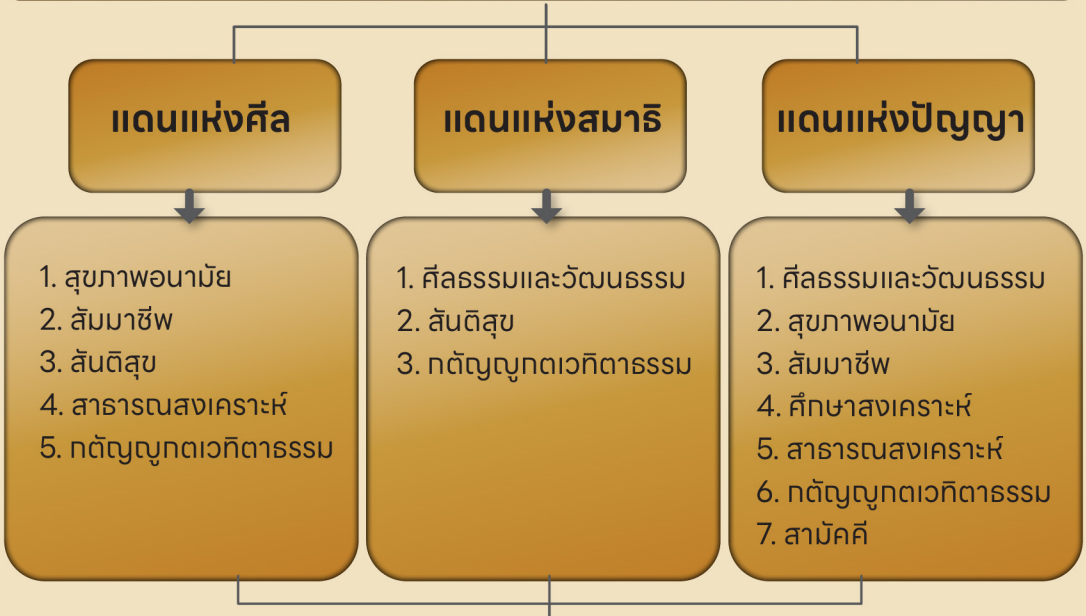
ดังนั้น พุทธธรรมสังเคราะห์จากการดำเนินงานในโครงการของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลของคณะสงฆ์ไทยได้สะท้อนถึงองค์ความรู้ที่เชื่อมกันไปถึง 2 มิติ ได้แก่ 1) มิติด้านสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ ซึ่งเป็นไปตามแนวไตรสิกขา และ 2) มิติด้านหลักธรรมที่สังเคราะห์และสัมพันธ์กับพันธกิจทั้ง 8 ด้าน ซึ่งเริ่มต้นจากพุทธธรรมเชิงหลักการ ได้แก่การเริ่มต้นจากกุศลจิตที่ไม่ทำบาปอกุศล การลงมือทำความดี และการทำจิตให้บริสุทธิ์ผ่องแผ้ว และเมื่อสภาพจิตพร้อมดังนี้แล้วจะนำไปสู่การทำความดีในรูปแบบต่าง ๆ และมีคุณธรรมอื่น ๆ เนื่องหนุนไปตามพันธกิจทั้ง 8 ด้าน

การปฏิบัติงานของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทยที่ได้ศึกษาจากรายงานวิจัย จึงเป็นการทำงานอย่างประสานสัมพันธ์ทั้งกลไกทางคุณธรรมศีลธรรมและกลไกระหว่างพระสงฆ์และบุคลากรที่เกี่ยวข้องจากหน่วยงานทั้งภาครัฐและชุมชน การประสานเชื่อมโยงทั้งในแง่หลักการ แนวคิดและแนวปฏิบัติ จึงอาจสรุปเรียกว่าหลัก **“3 ไตร 3 โอวาท พัฒนาอ.ป.ต.”** โดยสามารถพิจารณาจากแผนภูมิดังนี้

3 ไตร 3 โอวาท พัฒนา อ.ป.ต.



- 1) ศีลธรรมและวัจนธรรม 2) สุขภาพอนามัย 3) สัมมาชีพ 4) สันติสุข
 5) ศึกษาสงเคราะห์ 6) สาธารณสงเคราะห์ 7) กตัญญูกตเวทิตาธรรม 8) สามัคคี



จากโอวาทสู่พุทธธรรมสัมพันธ์กับพันธกิจ

- 1) ศีลธรรมและวัจนธรรม : สิริ-โอดตปปะ (โลกपालธรรม) สุจริต 3
- 2) สุขภาพอนามัย : ทาวนา 4 อธิบาย 4 อายุธรรม 5
- 3) สัมมาชีพ : สัมมาอาชีพะ สุจริต 3 อธิบาย 4
- 4) สันติสุข : สติและสัมปชัญญะ (พหุการธรรม)
- 5) ศึกษาสงเคราะห์ : ไตรศึกษา
- 6) สาธารณสงเคราะห์ : สังคหวัตถุ 4
- 7) กตัญญูกตเวทิตาธรรม : บุรพาทิศและอุตรทิศ (ทิศ 6)
- 8) สามัคคี : อปรีหานิยธรรม 7

บทที่ 5

สรุปผลการศึกษาและข้อเสนอแนะ



โครงการการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธตามพันธกิจหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย เมื่อได้วิเคราะห์และสังเคราะห์ 2 ประเด็นหลักตามกรอบแนวคิดการวิจัย ได้แก่ 1) สังเคราะห์สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธจากโครงการของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลต้นแบบของคณะสงฆ์ไทย และ 2) สังเคราะห์พุทธธรรมจากโครงการของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลต้นแบบของคณะสงฆ์ไทย สามารถสรุปผลการวิจัยและได้ข้อเสนอแนะจากการวิจัยดังนี้

5.1 สรุปผลการศึกษา

การศึกษาศุขภาวะองค์รวมแนวพุทธจากโครงการของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลต้นแบบของคณะสงฆ์ไทย สามารถสรุปผลการศึกษาได้ดังนี้

5.1.1 การเสริมสร้างสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธด้วยไตรสิกขา

การเสริมสร้างสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธปรากฏลักษณะที่ส่งเสริมด้วยไตรสิกขานั้น จากการวิเคราะห์พันธกิจและกิจกรรมต่าง ๆ ของโครงการ อ.ป.ต.

จำนวนทั้ง 23 โครงการ ในเชิงปริมาณหรือการนับจำนวนของพันธกิจที่เข้า
ลักษณะการเสริมสร้างด้วยไตรสิกขาแต่ละด้าน ซึ่งวิเคราะห์จากสังเขปรายงาน
วิจัยที่ได้สรุปไว้ สามารถสรุปได้ดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 5.1 พันธกิจที่เสริมสร้างสุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธ

พันธกิจที่เสริมสร้างสุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธ	
พันธกิจ อ.ป.ต.	แดนสุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธ
สุขภาพอนามัย สัมมาชีพ สันติสุข สาธารณสงเคราะห์ กตัญญูกตเวทิตาธรรม สามัคคีธรรม	แดนศีล
ศิลธรรมและวัฒนธรรม สันติสุข กตัญญูกตเวทิตาธรรม	แดนสมาธิ/จิต
ศิลธรรมและวัฒนธรรม สุขภาพอนามัย สัมมาชีพ สาธารณสงเคราะห์ ศึกษาสงเคราะห์ กตัญญูกตเวทิตาธรรม สามัคคีธรรม	แดนปัญญา

1. ลักษณะการเสริมสร้างสุขภาวะองค์รวมด้วยศิลปะ

สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธที่จะเสริมสร้างด้วยศิลปะ มุ่งเน้นการปฏิสัมพันธ์ที่สามารถแยกย่อยไปอีก 2 เรื่อง คือ 1) ศิลปะ ที่หมายถึงการปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ หรือเรียกว่าสิ่งแวดล้อมทางวัตถุ รวมถึงปัจจัย 4 และสิ่งทั้งหลายที่มีอยู่ในธรรมชาติ 2) ศิลปะ ที่หมายถึงการเข้าไปปฏิสัมพันธ์เชิงสร้างสรรค์กับสิ่งแวดล้อมทางสังคม หรือระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ รวมถึงสัตว์ทั้งหลายด้วย

จากการวิเคราะห์พันธกิจที่เข้าลักษณะการเสริมสร้างสุขภาวะด้วยศิลปะ มี 6 พันธกิจสำคัญ ได้แก่ 1) สุขภาพอนามัย 2) สัมมาชีพ 3) สันติสุข 4) สาธารณสงเคราะห์ 5) กตัญญูกตเวทิตาธรรม 6) สามัคคีธรรม

ก. ด้านสุขภาพอนามัย เป็นด้านที่แสดงให้เห็นว่าโครงการอ.ป.ต. ดำเนินการใน 2 ลักษณะที่ชัดเจน ได้แก่ 1) ให้การช่วยเหลือด้วยวัตถุประสงค์ของการให้การสงเคราะห์ช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ในภาวะวิกฤติโควิด-19 ซึ่งแปลงเป็นรูปธรรมในหลากหลายรูปแบบ อาทิ การผลิตเจลแอลกอฮอล์ การผลิตหน้ากากอนามัย การจัดให้มีเวชภัณฑ์สามัญประจำบ้าน ประจำวัด การตรวจเยี่ยมให้กำลังใจผู้ป่วยติดบ้าน ติดเตียง ผู้ป่วยซึมเศร้า จัดพื้นที่วัด พื้นที่ชุมชนให้เป็นเขตปลอดอบายมุข ส่งเสริมให้ชุมชนมีสุขภาพกาย-ใจแข็งแรง สมบูรณ์ 2) การให้ความรู้ สติปัญญา เพื่อให้ประชาชนได้ตระหนักและระมัดระวังตนเองจากปัจจัยเสี่ยงต่างๆ ทั้งที่เป็นความรู้ด้านสาธารณสุข ร่วมกับบุคลากรที่เกี่ยวข้อง

ข. ด้านสัมมาชีพ เป็นการเสริมสร้างสุขภาวะด้วยศิลปะอย่างเป็นรูปธรรมเช่นเดียวกัน การเข้าไปปฏิสัมพันธ์กับกลุ่มประชาชนในท้องถิ่นให้มีอาชีพเพิ่มรายได้และสร้างมูลค่าเพิ่มจากภูมิปัญญา โดยยึดสัมมาสุจริตเป็นที่ตั้ง ซึ่งถือว่าเป็นกิจกรรมที่เข้าลักษณะแห่งศิลปะตามแนวพุทธ

ค. ด้านสันติสุข เป็นกิจกรรมที่มีส่วนสร้างขึ้นจากฐานศิลปะ คือ มีการ

ทำกิจกรรมส่งเสริมการอยู่ร่วมกันอย่างสมัครสมานสามัคคี ไม่เป็นไปเพื่อการเบียดเบียนกันโดยใช้กิจกรรมเป็นเครื่องมือส่งเสริมให้เกิดการร่วมแรงร่วมใจกัน ผลักดันให้มีศูนย์ดูแลปกป้องชุมชนจากภัยอันตรายต่าง ๆ กิจกรรมที่ส่งเสริมให้อยู่ร่วมกันในสังคมพหุวัฒนธรรม การอยู่ร่วมกันอย่างเคารพกฎกติกาในฐานะเป็นสมาชิกร่วมสังคมเดียวกัน

ง. ด้านสาธารณสงเคราะห์ เป็นกิจกรรมที่มีฐานมาจากศีลเช่นเดียวกับพันธกิจต่าง ๆ ข้างต้น แต่เน้นการให้วัตถุสิ่งของ การช่วยเหลือปัจจัยสี่ตามความเหมาะสมทั้งแก่ประชาชนที่ประสบทุกข์ภัยต่าง ๆ รวมถึงผู้ป่วย ผู้สูงอายุ การประสานร่วมมือช่วยเหลือกับหน่วยงานต่าง ๆ เพื่อให้การช่วยเหลือประชาชนให้มีชีวิตอย่างไม่ว่างที่พึ่ง โดยการเข้าไปปฏิสัมพันธ์ต่อเพื่อนมนุษย์อย่างมีเมตตากรุณา

จ. ด้านกตัญญูกตเวทิตาธรรม เป็นกิจกรรมมุ่งให้เกิดสำนึกดีต่อสถาบันชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ และครอบครัว การมุ่งให้ความสำคัญต่อผู้สูงอายุ เป็นต้น ซึ่งถือว่าเป็นพื้นฐานแห่งศีลธรรมอันดีงามของประชาชน

ฉ. ด้านสามัคคีธรรม เป็นกิจกรรมมุ่งให้เกิดความสำเร็จบนพื้นฐานของการร่วมมือกันของคนในชุมชน ในท้องถิ่นนั้น ๆ การรวมตัวของประชาชนเพื่อสร้างสรรค์สิ่งดีงาม และเป็นประโยชน์ต่อสาธารณะ เป็นกิจกรรมที่อาศัยการประสานร่วมมือซึ่งกันและกัน ซึ่งเข้าลักษณะแห่งแดนศีลที่ว่าด้วยการปฏิสัมพันธ์เพื่อสรรสร้างประโยชน์ต่อเพื่อนมนุษย์และสังคม

สุภาพะแดนศีลนี้ มุ่งพัฒนาการใช้อินทรีย์เป็น (อินทรีย์สังวร) คือทำให้ตนเรียนรู้พัฒนาตลอดเวลามากกว่าจะมุ่งเสพสรวลสำส่อนให้เป็นทุกซ์โทษ มุ่งให้เกิดการกินการใชให้เป็น (ปัจจัยปฏิเสวนา) มุ่งสัมมาชีพ และมุ่งให้อยู่ร่วมสังคมเดียวกันอย่างเคารพกฎกติกา (วินัยบัญญัติ) ดังนั้น กิจกรรมต่าง ๆ ที่ขับเคลื่อนโดยยึดพันธกิจทั้ง 6 ด้านนี้จึงสนับสนุนส่งเสริมสุภาพะแดนศีลได้อย่างครอบคลุม

2. ลักษณะการเสริมสร้างสุขภาวะองค์รวมด้วยสมาธิ/จิต

สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธด้านสมาธิหรือด้านจิตนั้น มีตัวชี้วัดสำคัญ คือการทำให้จิต [1] จิตมีคุณภาพ หรือคุณภาพจิต-ดีงาม ซึ่งเป็นผลมาจากคุณธรรมต่าง ๆ ผลักดัน เช่น พรหมวิหาร 4 [2] จิตมีสมรรถภาพ หรือสมรรถภาพจิต-เข้มแข็ง หนักแน่น [3] จิตมีสุขภาพ หรือมีสุขภาพจิต-มีความสุข โดยสุขภาวะด้านจิตหรือสมาธิเป็นเป้าหมายเชิงปัจเจกเป็นหลัก แต่ก็สะท้อนถึงสุขภาวะในภาพรวมหรือชุมชนได้

จากการวิเคราะห์พันธกิจที่เข้าลักษณะการเสริมสร้างสุขภาวะด้วยสมาธิ/จิต มี 3 พันธกิจสำคัญ ได้แก่ 1) ศีลธรรมและวัณนธรรม 2) สันติสุข 3) กตัญญู กตเวทิตาธรรม ดังที่โครงการอ.ป.ต. ดำเนินการให้เห็นดังนี้

ก. ด้านศีลธรรมและวัณนธรรม กิจกรรมด้านนี้เป็นเครื่องมือสะท้อนได้ทั้งในลักษณะเป็นสุขภาวะแดนจิตทั้งระดับปัจเจกและระดับสังคม เพราะมีการดำเนินกิจกรรมแบบมุ่งให้เกิดความสุขสงบทางใจหลากหลายรูปแบบ อาทิ การจัดอบรมค่ายคุณธรรมจริยธรรมให้กับเด็กและเยาวชน การบรรพชาสามเณรภาคฤดูร้อน การสวดมนต์ เจริญจิตภาวนา การใช้วัณนธรรมท้องถิ่นเป็นตัวขับเคลื่อน เป็นต้น

ข. ด้านสันติสุข เป็นกิจกรรมในเชิงสะท้อนมากกว่า กล่าวคืออาศัยกิจกรรมเป็นต้นทุนเพื่อนำไปสู่ความสุขสงบ สันติ ทั้งระดับบุคคลและชุมชน สนับสนุนส่งเสริมกิจกรรมให้ผู้เข้าร่วมมีความเข้มแข็งภายในเมื่อต้องอยู่ร่วมกับกลุ่มคนหลากหลายวัณนธรรม ความเชื่อ กิจกรรมที่นำไปสู่ความรู้สึกอบอุ่นปลอดภัยจากภัยอันตรายต่าง ๆ ซึ่งปลายทางของการส่งเสริมกิจกรรมเหล่านี้คือการมีสุขภาพจิตที่ดีนั่นเอง

ค. ด้านกตัญญูกตเวทิตาธรรม เป็นกิจกรรมที่หนุนให้เกิดสภาพจิตที่ดีงาม งดงาม การเห็นคุณค่าของครอบครัว สถาบัน บุคคลที่ควรเคารพยกย่อง การจัดโครงการเยี่ยมผู้สูงอายุ คนชรา หรือการส่งเสริมความเคารพเชิดชูสถาบัน

เหล่านี้เป็นสิ่งที่ช่วยกล่อมเกลายให้จิตใจอ่อนโยน ไม่แข็งกร้าวดุร้าย ซึ่งเป็นลักษณะของคุณสมบัติทางใจที่ดีงาม

3. ลักษณะการเสริมสร้างสุขภาวะองค์รวมด้วยปัญญา

การเสริมสร้างสุขภาวะองค์รวมด้วยปัญญานี้ เน้นการดำเนินชีวิตเพื่อเป้าหมาย 3 ด้าน ได้แก่ [1] ปัญญาที่ช่วยให้ชีวิตประสบความสำเร็จ ที่ต้องอาศัยความรู้ การเรียนรู้ [2] ปัญญาที่ช่วยให้ชีวิตเดินทางอย่างถูกต้องดีงาม โดยสามารถจะเข้าใจตนเองทั้งในฐานะเป็นสิ่งมีชีวิตที่ควรเกื้อกูลกันและตนในฐานะเป็นสมาชิกของสังคม และ [3] ปัญญาที่ช่วยให้ชีวิตบรรลุจุดหมายสูงสุดดีงาม ที่ต้องอาศัยเครื่องมือสำคัญ ได้แก่ 1) ปัจจัยภายนอก (ปรโตโมสะ) หรืออิทธิพลจากภายนอก โดยเฉพาะอิทธิพลจากกัลยาณมิตร และ 2) ปัจจัยภายใน (โยนิโสมนสิการ) แล้วสามารถเข้าสู่ปัญญาเป็นสัมมาทิฐิ

จากการวิเคราะห์พันธกิจที่เข้าลักษณะการเสริมสร้างสุขภาวะด้วยปัญญา มี 7 พันธกิจสำคัญ ได้แก่ 1) ศีลธรรมและวัฒนธรรม 2) สุขภาพอนามัย 3) สัมมาชีพ 4) สาธารณสงเคราะห์ 5) ศึกษาสงเคราะห์ 6) กตัญญูกตเวทิตาธรรม 7) สามัคคีธรรม ดังที่โครงการ อ.ป.ต. ดำเนินการให้เห็นดังนี้

ก. ศีลธรรมและวัฒนธรรม เป็นการดำเนินกิจกรรมที่ตอบพันธกิจด้านศีลธรรมและวัฒนธรรม แสดงออกเป็น 2 ลักษณะ ได้แก่ 1) ลักษณะกิจกรรมที่เกี่ยวกับพระสงฆ์ ได้แก่ การฟังเทศนา ปาฐกถา บรรยายธรรม โครงการสวดมนต์ เจริญจิตภาวนา 2) ลักษณะกิจกรรมที่อาศัยการมีส่วนร่วมกับคนที่เกี่ยวข้อง เช่น โครงการจัดค่ายเยาวชนส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรม การเรียนรู้จากแหล่งเรียนรู้จากพิพิธภัณฑ์ภายในวัด โครงการการบรรพชาสามเณรภาคฤดูร้อน โครงการสนับสนุนให้ใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่น

ข. สุขภาพอนามัย การดำเนินกิจกรรมที่เกี่ยวกับสุขภาพอนามัย เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและสนับสนุนให้บุคลากรด้านสาธารณสุขเพื่อตรวจสุขภาพหรือบรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ ให้สามารถดำเนินชีวิตได้ตาม

สุขลักษณะและสุขอนามัย ให้รับรู้ถึงสิ่งที่เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อสุขภาพ ทั้งด้านการบริโภคอาหาร การดูแลสุขภาพด้านอื่น ๆ ในภาวะวิกฤตโควิด-19 กิจกรรมดังกล่าวจะเสริมสร้างวิถีคิด การตั้งสติรับมือกับปัญหารอบตัว และการเป็นกัลยาณมิตรแนะนำในสิ่งที่ดีแก่กันและกัน โดยมีพระสงฆ์เป็นผู้นำมีแนวร่วมคือเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง

ค. สัมมาชีพ เป็นกิจกรรมที่เน้นในบางพื้นที่เพื่อให้ประชาชนได้มีรายได้และอาชีพที่เหมาะสม แต่ต้องตั้งอยู่บนฐานแห่งสัมมาสุจริต การไม่มุ่งแต่ผลกำไร แต่มุ่งให้เกิดคุณภาพต่อผู้รับบริการหรือผู้ซื้อผู้ใช้ ไม่เอารอดเอาเปรียบกันและกัน คือช่วยหรือสนับสนุนให้ประชาชนได้ดำเนินชีวิตถูกต้องทรงคุณธรรม

ง. สาธารณสงเคราะห์ กิจกรรมที่เกี่ยวกับงานด้านสาธารณสงเคราะห์ แม้จะมีลักษณะเป็นงานจิตอาสา แต่เป็นงานที่ต้องจัดต้องทำอย่างเหมาะสม การบริจาคทรัพย์สินสิ่งของต่างๆ ให้เป็นไปตามกำลังทรัพย์เพื่อเป็นการให้ขวัญกำลังใจ ส่วนที่เป็นการให้สติปัญญา ให้รับรู้สถานการณ์ปัญหา และให้ตระหนักถึงการช่วยเหลือเจือจุนกันในฐานะที่แต่ละคนล้วนเป็นสมาชิกส่วนหนึ่งของสังคม

จ. ศึกษาสงเคราะห์ เป็นกิจกรรมที่แสดงออกด้านการให้การสนับสนุนทุนการศึกษา และสิ่งจำเป็นต่อการส่งเสริมการศึกษาแก่เด็กและเยาวชนในชุมชนซึ่งเป็นการให้การศึกษ เสริมจากการศึกษาในระบบปกติ แต่พบว่ามีกิจกรรมของโครงการอ.ป.ต.ที่มีจำนวนน้อยอยู่ ส่วนที่พบมักแสดงออกในรูปแบบของการมอบทุนการศึกษามากกว่าจะเป็นการจัดการศึกษา

ฉ. กตัญญูกตเวทิตาธรรม กิจกรรมที่แสดงออกให้เห็นถึงความกตัญญู และกตเวทิตาธรรมนั้นเป็นสิ่งที่ไม่เพียงทำตามหน้าที่ หรือตอบแทนเพียงการทำตามคำสั่ง แต่เป็นการย้อนลึกไปถึงความรู้สึกหรือมโนธรรมภายในของแต่ละบุคคล ซึ่งกิจกรรมที่อ.ป.ต. จัดขึ้น จะมี 2 ลักษณะ ได้แก่

1) การจัดกิจกรรมตามแบบประเพณีวัฒนธรรม เช่น สงกรานต์ การรดน้ำดำหัวผู้ใหญ่ 2) การจัดกิจกรรมที่สร้างจากการมีส่วนร่วมของชุมชน เช่น การดูแล การเยียวยาผู้สูงอายุ ผู้ป่วยซึมเศร้า ซึ่งเป็นการพาตนไปสู่แดนของปัญญาที่เห็นคุณค่าเพื่อนมนุษย์และหยิบยื่นช่วยเหลือกันและกัน

จ. สามัคคีธรรม ความสามัคคีเป็นกิจกรรมที่สะท้อนจากโครงการต่าง ๆ ทั้ง 7 ด้าน ข้างต้น เพราะเป็นการรวมพลังชุมชน รวมถึงหน่วยงานองค์กร ซึ่งสะท้อนด้านปัญญาในแง่ที่การทำงานบนฐานคิดแบบกัลยาณมิตร (ปรโตโฆสะ) และสะท้อนนัยยะของ**ความคิดที่เป็นไปตามหลักแห่งสัมมาทิฐิ เพราะมุ่งให้เกิดประโยชน์ต่อส่วนรวม** ในขณะเดียวกันก็ทำให้ตนได้พัฒนา**ด้านใน คือมโนธรรมที่งดงามเข้มแข็ง จึงสามารถทำกิจกรรมตามพันธกิจต่าง ๆ ได้อย่างพร้อมใจเต็มใจ**

กล่าวโดยสรุป การเสริมสร้างสุขภาวะด้วยการปฏิบัติตนอยู่ในแดนศีล ซึ่งเน้นด้านปฏิสัมพันธ์เชิงคุณค่าทั้งระหว่างมนุษย์กับสิ่งแวดล้อมทั้งทางกายภาพ และระหว่างมนุษย์กับมนุษย์รวมถึงสัตว์ด้วย โครงการของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ได้ดำเนินสอดคล้องสัมพันธ์กันไป และก่อเกิดผลที่เรียกว่าสุขภาวะองค์รวมคือชีวิตที่อยู่ร่วมโลกกับคนและสิ่งแวดล้อมอื่น ๆ ได้อย่างเหมาะสม ในขณะที่การเสริมสร้างสุขภาวะด้วยการปฏิบัติตนอยู่ในแดนสมาธิ/จิต เน้นการเสริมสร้างสุขภาวะในตนก่อนแล้วขยายไปสู่ชุมชนเป็นการเสริมแรงด้านในคือการมุ่งให้เกิดความดีงาม [คุณภาพจิต] ความเข้มแข็ง [สมรรถภาพจิต] และความสุขสงบของจิตใจ [สุขภาพจิต] ในด้านนี้ค่อนข้างไปทางภาระหน้าที่ของพระสงฆ์ เพราะเชื่อมโยงกับกิจกรรมด้านสมาธิภาวนา ซึ่งพระสงฆ์มีบทบาทนำอยู่แล้ว และสภาวะจิตที่เป็นตัวชี้วัดอีกแบบหนึ่งในแง่ของสุขภาพจิต คือ การที่เมื่อบุคคลได้กระทำสิ่งที่ประโยชน์นั้นย่อมบ่งบอกถึงการมีภาวะจิตเพื่อสังคมสะท้อนออกมา แต่การพัฒนาจิตให้มีคุณสมบัติดังกล่าวนี้ยังสัมพันธ์กับแดนที่เป็นสิ่งแวดล้อมหรือสังคมได้

เช่น การทำให้จิตมีภาวะเข้มแข็ง กล่าวหาญได้ ก็จะพร้อมเผชิญกับสังคมและสภาพแวดล้อมอื่น ๆ ได้อย่างดี สำหรับการเสริมสร้างสุขภาวะด้วยการปฏิบัติตนอยู่ในแดนปัญญา เป็นเสมือนบังเหียนที่คอยกำกับทิศทางและสมอเรือที่คอยหยุดรั้งตั้งหลักเพื่อการทางเดินของชีวิตที่จะไปถึงจุดหมายได้อย่างปลอดภัย และเป็นการพัฒนาสุขภาวะด้านที่สัมพันธ์กับแดนศีล และสมาธิไปพร้อมกัน ด้วยอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้

จากการสังเคราะห์รายงานวิจัย มีข้อสังเกตเพิ่มเติมว่าการพัฒนาสุขภาวะด้วยพันธกิจทั้ง 8 ด้านนั้น อาจมีบางพันธกิจที่ยังไม่ถูกออกแบบให้มากและหลากหลาย คือพันธกิจด้านสันติสุข ศึกษาสังเคราะห์ และความกตัญญูกตเวทิตาธรรม หรือกล่าวอีกนัยหนึ่ง พันธกิจที่เห็นผลอย่างเป็นรูปธรรม เช่น สาธารณสังเคราะห์ สัมมาชีพ สุขอนามัย จะมีโครงการหรือกิจกรรมรองรับจำนวนมากกว่า

อย่างไรก็ตาม การสำรวจกิจกรรมทั้งหมดจำนวน 23 โครงการ เป็นการดำเนินงานภายใต้บริบทและความจำเป็นที่โครงการได้วางแผนและดำเนินการไป ซึ่งอาจมีระยะการประเมินผลในเชิงรุกต่อไปว่ายังมีโจทย์ หรือประเด็นปัญหา ความต้องการจากพื้นที่ท้องถิ่นนั้น ๆ อย่างไร ทั้งนี้ เพื่อให้โครงการของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ได้ขับเคลื่อนอย่างตรงความต้องการและสัมฤทธิ์ผลอย่างครอบคลุมพื้นที่อื่น ๆ ต่อไป

5.1.2 สังเคราะห์พุทธธรรมจากโครงการของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย

การสังเคราะห์พุทธธรรมสำหรับโครงการของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลต้นแบบของคณะสงฆ์ไทย แบ่งเป็น 2 หลักกว้าง ๆ ดังนี้

5.1.2.1 พุทธธรรมเชิงหลักการ

การสังเคราะห์หลักพุทธธรรมซึ่งสอดคล้องกับพันธกิจทั้ง 8 ด้านของการพัฒนาโครงการของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) เน้นที่หลักการสำคัญคือ การนำหลักคำสอนฝ่ายกุศลจิตมาเป็นแรงผลักดันในทุกกิจกรรมซึ่งสัมพันธ์กับการพัฒนาทางกายภาพ ที่จะส่งผลให้เกิดการพัฒนาทั้งสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ พฤติกรรมทางกาย การสนทนา การสร้างข้อมูลและสุขภาพจิตให้มีความสุข สงบ การใช้สติปัญญาแก้ไขปัญหา ไม่สร้างปัญหาใหม่ให้เกิดขึ้น และจะช่วยทำให้ปัญหาเก่าที่มีลดลงและไม่เป็นปัญหาอีก กิจกรรมดังกล่าวมีหลักธรรมพื้นฐานตามหลักกุศลกรรมบถ ซึ่งจะทำให้พันธกิจของอ.ป.ต. สำเร็จบรรลุวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้โดยการตั้งจิตอยู่บนหลักการใหญ่ ได้แก่ “การไม่ทำบาป และทำกุศลจิตให้ถึงพร้อม การอบรมจิตให้บริสุทธิ์ผ่องใส” ซึ่งเป็นไปตามหลักการแห่งโอวาทปาติโมกข์

5.1.2.2 พุทธธรรมที่สัมพันธ์กับพันธกิจหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล

การสังเคราะห์หลักธรรมเชิงเนื้อหาและเป้าประสงค์เพื่อตอบโจทย์คือพันธกิจของโครงการฯ ให้บรรลุจุดประสงค์มีเนื้อหาและกิจกรรมคือ 1) *พันธกิจด้านศีลธรรมและวัฒนธรรม* มีหลักธรรมที่สัมพันธ์คือโลกपालธรรมและควรประยุกต์ให้เกิดการจัดกิจกรรมคือ (1) สร้างให้มีความละเอียดเกรงกลัวต่อทุจริตและบาปกรรมทั้งหลาย (2) สมาทานศีลและประพฤติเบญจธรรมควบคู่กันไป (3) รักษาศีลธรรมและวัฒนธรรมอันดีงามของชุมชน สังคม และการดำเนินชีวิตตามครรลองแห่งสุจริตธรรม 2) *พันธกิจด้านสุขภาพอนามัย* ใช้

หลักภาวนา คือ (1) พัฒนาและอบรมเพื่อให้ความรู้ด้านสุขภาพอย่างถูกต้อง และชัดเจนทั้งด้านทฤษฎีและการปฏิบัติ (2) ตั้งตนอยู่ในเบญจศีล-เบญจธรรม (3) มีจิตเชิงบวกและตามความเป็นจริง ในการรับรู้สภาพการณ์ของโลก มีความเมตตาต่อผู้อื่น สัตว์อื่นเสมอ (4) รู้เท่าทันสภาพการณ์ของสังคมและโลกเพื่อปรับเปลี่ยนตนเองให้อยู่ในภาวะสมดุล หลักอิทธิบาท 4 ประกอบด้วย (1) ตั้งใจและวางแผนในการดำรงชีวิต ครอบครัวและหน้าที่การงาน (2) ขยันหมั่นเพียรฝึกฝนตนเองสม่ำเสมอ (3) หมั่นประเมิน ตรวจสอบสุขภาพสม่ำเสมอ (4) ใช้ปัญญาไตร่ตรอง หาเหตุผลเพื่อแก้ปัญหาที่ตนเผชิญ และหลักอายุสธรรม 5 ประกอบด้วย (1) ทำตัวเองให้สบายกาย สบายอารมณ์และสบายใจ (2) รู้จักสิ่งที่ทำให้เบากาย ไม่สะสมมากเกินไป (3) บริโภคอาหารที่เป็นประโยชน์และเคี้ยวให้ละเอียด (4) ออกกำลังกาย ดำเนินชีวิตตามหลักนาฬิกาชีวิต (5) ควบคุมอารมณ์ไม่หมกมุ่นในเรื่องเพศสัมพันธ์จนจิตวุ่นวาย 3) *พันธกิจด้านสัมมาชีพ* เน้นและส่งเสริมการประกอบอาชีพและทำงานที่สุจริต ไม่คดโกง ทำงานด้วยความสุข สร้างสรรค์ พัฒนาตน มีเมตตาต่อผู้อื่นเสมอ อิทธิบาท 4 มีเนื้อหาสาระสำคัญในการนำไปใช้อบรม คือ (1) แสวงหาความรู้ด้านการประกอบ พัฒนาอาชีพของตนให้ดี วางแผน และตรวจสอบประเมิน (2) ขยันทำมาหาเลี้ยงชีพโดยสุจริต (3) หมั่นตรวจสอบให้เครื่องมือใช้งานอยู่ในสภาพปกติ มีประสิทธิภาพ (4) ประเมินผลการทำอาชีพเป็นระยะและนำข้อมูลไปพัฒนาปรับปรุงให้อาชีพการงานดีขึ้น 4) *พันธกิจด้านสันติสุข* มีหลักธรรม คือ พหุการธรรม 2 ซึ่งประกอบด้วย สติและสัมปชัญญะ โดยเน้นการใช้ ส่งเสริมและพัฒนาสติปัญญาในการรับรู้ข้อมูลและแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นกับตน ครอบครัว ชุมชน สังคม 5) *พันธกิจด้านการศึกษาสงเคราะห์* คือ (1) มุ่งเน้นการเข้าร่วมและให้ความร่วมมือเพื่อพัฒนาการศึกษา เรียนรู้ ช่วยเหลือแบ่งปันความรู้แก่เยาวชนและสาธารณะ (2) มีจิตอุทิศสาธารณกุศล ร่วมงานวัฒนธรรมประเพณี (3) พัฒนาปัญญา การสร้างสรรค์ความรู้และสิ่งประดิษฐ์เพื่อช่วยเหลือสังคม

ให้เจริญรุ่งเรืองได้ (4) ดำเนินชีวิตตามหลักไตรสิกขา เป็นตัวอย่างที่ดีแก่คนรุ่นหลัง (5) ส่งเสริมอนุรักษ์ ศีลธรรม ค่านิยม ศิลปะ วัฒนธรรมอันดีงามของท้องถิ่นและของชาติ 6) *พันธกิจด้านสาธารณสุขสงเคราะห์* มีหลักธรรมคือ หลักสังคหวัตถุ 4 ซึ่งประกอบด้วย (1) ทาน คือ การให้ เอื้อเฟื้อ การเสียสละ การแบ่งปันวัตถุสิ่งของ การให้คำแนะนำ (2) การพูดจาด้วยถ้อยคำที่ไพเราะ อ่อนหวาน พูดด้วยความจริงใจ ซื่อตรงต่อข้อเท็จจริง (3) การสงเคราะห์ที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นเท่าที่ตนสามารถทำได้ (4) การประพฤตินุสน่มาเสมอ เป็นตัวอย่างที่ดี ไม่ถือตัวและข่มผู้อื่น 7) *พันธกิจด้านกตัญญูกตเวทิตาธรรม* ควรนำหลักคำสอนเรื่องบุรพาทิศและอุตตรทิศมาใช้โดย มีเนื้อหาหลักคือการดูแลเลี้ยงดูบิดามารดา ผู้มีพระคุณ ช่วยกิจการงานของท่าน สำหรับมิตรคือทิสศุตร มีน้ำใจต่อกัน เพื่อแบ่งปันด้วยความจริงใจ ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ซื่อสัตย์ ร่วมทุกข์ร่วมสุข 8) *พันธกิจด้านสามัคคีธรรม* มีการหมั่นเข้าร่วมประชุม เพื่อปรึกษากิจกรรรมสร้างสรรค์ในชุมชน การให้เกียรติ ยกย่องผู้มีความรู้ ผู้มีวิบุฒติ เคารพธรรมและผู้ทรงศีลธรรม ทำให้ชุมชน สังคมมีความสงบสุขปลอดภัยและผู้นำทางจิตใจที่มีศีลธรรม

กล่าวโดยสรุป ในการสังเคราะห์หลักพุทธธรรมทั้งเชิงหลักการและการนำไปใช้เชิงสังเคราะห์หรือการจัดกิจกรรมเพื่อให้บรรลุเป้าหมายจำเป็นต้องคำนึงถึงการพัฒนาจิตให้มีความรู้ ความเข้าใจและการรู้ถึงคุณค่าของกุศลจิตและโทษของอกุศลจิตอย่างแท้จริง ในการทำความเข้าใจต้องรู้ธรรมชาติการทำงานของจิต ผลของการทำงานของจิตและสาเหตุของการเกิดขึ้นของจิตซึ่งขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัย เมื่อมีความเข้าใจอย่างถูกต้องก็จะสามารถสร้างองค์ประกอบและเหตุปัจจัยคือหลักธรรมที่เป็นกุศลซึ่งพระพุทธเจ้าได้ตรัสแสดงไว้ได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม เมื่อมีความรู้เข้าใจหลักการ องค์ธรรม (Principle) แล้ว ก็นำไปสู่ระบบการปฏิบัติการ (Operation) การวางแผนงาน การสร้างกิจกรรมและการตรวจสอบประเมินผลการดำเนินงานจึงจะสามารถได้

ผลลัพธ์ของการปฏิบัติธรรมตามที่ตั้งเป้าหมายไว้ หากใช้แต่องค์ความรู้ด้านหลักพุทธธรรมอย่างเดียวอาจทำให้ไม่ประสบผลสำเร็จเชิงปฏิบัติที่เป็นรูปธรรมได้ อย่างไรก็ตามหลักพุทธธรรมแม้ยังไม่ได้นำไปปฏิบัติเชิงรูปธรรม การได้ศึกษาเข้าใจหลักธรรมและการทำงานขององค์ธรรมอย่างถูกต้องยังทำให้เกิดความรู้และความซาบซึ้งถึงคุณค่าของศีลธรรมอย่างถูกต้องตามหลักธรรมชาติ และยังส่งผลให้เกิดความรู้ สติปัญญาเชิงความรู้ที่มีผลต่อการพัฒนาจิตด้านปัญญาโดยอัตโนมัติ ดังนั้นการศึกษาธรรมอย่างถูกต้องและเข้าใจจะช่วยผลักดันให้ผู้ศึกษามีแรงผลักดันที่เป็นกุศล เพิ่มความรู้มีสัมมาทิฐิซึ่งจะทำหน้าที่สะสมภายในจิตอยู่ตลอดเวลา ซึ่งเมื่อได้นำหลักการหรือกิจกรรมมาประยุกต์เพื่อพัฒนามนุษย์และสังคมย่อมเป็นไปอย่างสร้างสรรค์และมีผลสัมฤทธิ์ที่มีคุณภาพ ในการสังเคราะห์หลักพุทธธรรมให้ได้ผลลัพธ์ที่ต้องขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัยสองส่วนคือ ความรู้ความเข้าใจอย่างถูกต้อง และความชำนาญในการสังเคราะห์ธรรมอย่างลึกซึ้งและสามารถอธิบายรายละเอียดได้ชัดเจน รวมถึงการบริหารจัดการเชิงบริบท เช่น สภาพพื้นที่ บุคลากร ทั้งนี้เพื่อความเข้าใจปัจจัยสภาพแวดล้อม การสำรวจข้อมูล หลักการประยุกต์ใช้ การสร้างเครื่องมือที่เหมาะสม การวางแผน ประเมินและระบบการจัดการอย่างมีประสิทธิภาพ จึงจะทำให้โครงการของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) บรรลุเป้าหมายตามพันธกิจที่ได้ตั้งเป้าไว้

ดังนั้น ในแง่หลักไตรสิกขาที่สะท้อนถึงคุณลักษณะสุขภาวะของศีลรวมแนวพุทธกับหลักโอวาทปาติโมกข์ 3 ประการ จึงเป็นเสมือนตัวบ่งชี้เป้าหมายที่สำคัญของการดำเนินของคณะสงฆ์ไทยโดยอาจเรียกว่าหลัก **“3 ไตร 3 โอวาท พัฒนาอ.ป.ต.”** การดำเนินงานของโครงการหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) จึงเป็นการประสานทั้งระดับพุทธธรรมเชิงหลักการคือโอวาทปาติโมกข์ แล้วขยายไปสู่หลักธรรมย่อยอื่นๆ ที่สัมพันธ์กับพันธกิจทั้ง 8 ด้านของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.)

5.2 ข้อเสนอแนะ

5.2.1 ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

จากงานวิจัยการสังเคราะห์พุทธธรรมจากโครงการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธตามพันธกิจหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย คณะวิจัยมีข้อเสนอแนะดังนี้

1) ข้อเสนอแนะเชิงกิจกรรม เนื่องจากผลการศึกษาพบว่า การดำเนินกิจกรรมที่เป็นไปตามพันธกิจทั้ง 8 ด้าน จำนวน 23 โครงการนั้น เมื่อวิเคราะห์แล้วยังมีกิจกรรมที่ควรจัดเพิ่มเติมเพื่อตอบสนองพันธกิจที่ยังมีจำนวนน้อยอยู่ ได้แก่ พันธกิจด้านสันติสุข ศึกษาสังเคราะห์ และกตัญญูทเวทิตาธรรมตามลำดับ และสามารถออกแบบการดำเนินกิจกรรมแต่ละด้านโดยประยุกต์หลักธรรมที่เกี่ยวข้องไปร่วมสนับสนุน

2) ข้อเสนอแนะเชิงวัดผลประเมินผล เนื่องจากการจัดกิจกรรมของโครงการหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ที่ดำเนินพันธกิจแต่ละด้านนั้นมีผลการศึกษาที่น่าสนใจ แต่ยังไม่มีการบวกรวมการติดตาม วัดผลประเมินผลอย่างต่อเนื่อง เพื่อสะท้อนถึงความจำเป็นความต้องการที่แท้จริงและทันต่อสถานการณ์ รวมถึงอาจสะท้อนในแง่การใช้ทรัพยากรอย่างคุ้มค่าต่อโครงการแต่ละโครงการ ดังนั้น หากมีการติดตามวัดและประเมินผลอย่างเป็นระบบแล้วอาจจะตอบและให้เหตุผลได้ว่าเหตุใดพันธกิจบางด้านในแต่ละพื้นที่จึงไม่จำเป็นต้องดำเนินการหรือจำเป็นต้องดำเนินการ ทั้งนี้ เพื่อให้กิจกรรมได้สะท้อนพันธกิจได้ตรงตามความต้องการของพื้นที่ชุมชนนั้น ๆ

3) ข้อเสนอแนะเชิงเนื้อหา จากการศึกษารายงานวิจัยโครงการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ในสังคมไทย ซึ่งมีการศึกษาทั้งในเชิงวิชาการ การแสวงหาและเสนอองค์ความรู้ด้านสุขภาวะเชิงพุทธ ด้านหลักธรรมที่สะท้อนการดำเนินกิจกรรมทั้ง 8 ด้าน คณะสงฆ์ไทยที่เกี่ยวข้องสามารถนำผลการศึกษาไปถ่ายทอดและขยายผลเพื่อ

การทำงานให้เกิดประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

5.2.2 ข้อเสนอแนะสำหรับการศึกษาค้างต่อไป

จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ทำให้ตั้งข้อสังเกตในบางประเด็นต่อการดำเนินงานของคณะสงฆ์ไทยด้านการทำกิจกรรมของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ซึ่งควรศึกษาวิจัยต่อไป ได้แก่

1) ประเด็นศึกษาด้านปัจจัยความสำเร็จของโครงการรวมถึงอุปสรรคที่ควรแก้ไขและพัฒนา

2) ประเด็นศึกษาด้านความร่วมมือของหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับ อ.ป.ต. ซึ่งเป็นเงื่อนไขเชิงระเบียบของมหาเถรสมาคมและเงื่อนไขความเป็นจิตอาสาของบุคคลที่เกี่ยวข้องเพื่อการพัฒนาโครงการอย่างยั่งยืน

บรรณานุกรม

1. ภาษาไทย :

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ :

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**
2500กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,
2500.

_____. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**
ชุด45เล่ม. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,
2539.

_____. **อรรถกถาภาษาไทยแปล ชุด 55 เล่ม.** ฉบับมหาจุฬาลงกรณ
ราชวิทยาลัย. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2557.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ :

(1) หนังสือ :

จอม บุญตาเพศ ป. **พุทธวิธีเทศนา.** กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อุดมศึกษา,
2501.

จุกา บุรีภักดี. **มนุษย์สัมพันธ์สำหรับครู.** กรุงเทพมหานคร: วิทยาลัยครู
สวนสุนันทา, 2535.

ชัยวัฒน์ ธีระพันธุ์ และ ดร.ปาริชาติ สถาปิตานนท์. **การประชุมอย่างสร้างสรรค์.**
กรุงเทพมหานคร :อมรินทร์ พรินต์ติ้ง, 2547.

_____. **การประชุมอย่างสร้างสรรค์: ศิลปะแห่งการสร้างพลังเพื่อการ**
เปลี่ยนแปลง. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: สถาบัน, 2547

ทศพร ศิริสมพันธ์. **คู่มือเทคนิควิธีการส่งเสริมประสิทธิภาพในหน่วยราชการ.**

กรุงเทพมหานคร : ศูนย์ปฏิบัติการโครงการส่งเสริมประสิทธิภาพใน
ส่วนราชการ. สำนักงาน ก.พ.พระราชบัญญัติ ระเบียบข้าราชการ
พลเรือน พ.ศ. 2535.

นันทรัตน์ จำปาแดง. **การเป็นลูกน้องที่ดี.** กรุงเทพมหานคร : วังอักษร, 2548.

ปรมะ สตะเวทิน. **หลักนิเทศศาสตร์.** พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพมหานคร:
ภาพพิมพ์, 2538.

ปิ่น มุทุกันต์. **แนวสอนธรรมะ ตามหลักสูตรนักธรรมตรี.** กรุงเทพมหานคร:
คลังวิทยา, 2514.

_____ . **มงคลชีวิตที่ 3.** กรุงเทพมหานคร: คลังวิทยา, 2524.

เปลื้อง ณ นคร. **ปทานุกรมนักเรียน ฉบับปรับปรุงใหม่.** กรุงเทพมหานคร:
บริษัท โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, 2539.

พระครูโสภณปริยัติสุธี (ศรีบรรดร ธีรธมฺโม). **สังฆาธิปไตย.** กรุงเทพมหานคร:
โรงพิมพ์มหาจุฬา - ลมกรณราชวิทยาลัย, 2553.

พระเจ้าบรมวงศ์เธอกรมพระจันทนุรีนฤนาท. **ปทานุกรมบาลีไทยอังกฤษ
สันสกฤต** กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัดศิ্বর, 2513.

พระเจ้าวรวงศ์เธอกรมหลวงพิรสรวิวัฒน์สมเด็จพระสังฆราชเจ้า. **คัมภีร์
อภิธาน์ปทีปิกาหรือพจนานุกรมภาษาบาลีแปลเป็นไทย** กรุงเทพ
มหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, 2530.

พระเทพคุณาภรณ์ (โสภณ โสภณจิตฺโต). **อปรหานิยธรรม.** กรุงเทพมหานคร
: หจก. ดวงกมล ปรีนตั้ง, 2550.

พระเทพดิลก (ระแบบ จิตฺญาโณ). **ธรรมปริทรรศน์.** พิมพ์ครั้งที่ 4.
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, 2544.

_____ . **นิเทศกรรม**. กรุงเทพมหานคร: บริษัทแปดสิบเจ็ด (2545) จำกัด, 2534.

_____ . **อธิบายหลักกรรมตามหมวดจากนวกวาท**. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, 2535.

พระเทพวิสุทธิญาณ (อุบล นนฺโทโก). **อธิบายธรรมวิภาค**. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพมหานคร :โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, 2552.

พระเทพเวที (ป.อ. ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2536.

พระเทพโสมถ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต). "ปัญญาภาดา". **ในวิชาการเทศนา**. รวบรวมโดย พระครูปลัดสุวัฒนจริยคุณ และคณะ. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ หจก.เอมีเทรตติ้ง, 2544.

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช). **พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุดคำจำกัด**. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สถาบันสันติธรรม, 2548.

พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต). **พุทธวิธีบริหาร**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2549.

พระธรรมเจดีย์ (กี มารชิโน ป.9). **มารชินนิพนธ์**. กรุงเทพมหานคร : เจริญวิทย์การพิมพ์, 2522.

พระธรรมธีรราชฆาณนี (โชดก ญาณสิทธิ). **วิปัสสนาญาณโสมถ**. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร : ศรีอนันต์การพิมพ์, 2546.

พระธรรมปริยัติโสมถ (วรวิทย์ คงคปญฺโญ). **การคณะสงฆ์และการพระศาสนา**. กรุงเทพมหานคร :มหาเถรสมาคม, 2548.

พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม.**

พิมพ์ครั้งที่ 27. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2557.

_____ . **พุทธธรรม.** พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2542.

_____ . **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์.** พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2546.

_____ . **สลายความขัดแย้ง : นิติศาสตร์-รัฐศาสตร์-เศรษฐศาสตร์แนวพุทธ.** กรุงเทพมหานคร : บริษัทสหธรรมิก จำกัด, 2546.

_____ . **จะพัฒนาคนกันได้อย่างไร.** พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : สหธรรมิก, 2539.

_____ . **พระพุทธศาสนาพัฒนาคนและสังคม.** กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ส่วนท้องถิ่น กรมการปกครอง, 2540.

_____ . **พุทธธรรม (ฉบับเดิม).** พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร : ดวงแก้ว, 2544.

_____ . **ธรรมบุญชีวิต.** กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาบรรณาคาร, 2543.

พระธรรมมหาวิธานวัตร (ไสว ฐิตวิโร). **“มงคลที่ป็นหรือมงคลสูตร 38 ประการ ฉบับพิสดาร”.** กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ลูก ส. ธรรมภักดี, 2519.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต). **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย.** พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2529.

_____ . **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย.** พิมพ์ครั้งที่ 35. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ผลิธัมม์, 2555.

_____ . **หลักแม่บทของการพัฒนาตน.** พิมพ์ครั้งที่ 15. กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2546.

พระพุทธทาส. **อริยศีลธรรม.** พิมพ์ครั้งที่ 2. สุราษฎร์ธานี: มูลนิธิธรรมทาน, 2538.

พระภาวนาวิริยคุณ (เผด็จ ทตตชีโว). **พระแท้.** ปทุมธานี : โรงพิมพ์วัดพระธรรมกาย, 2545.

พระราชวรมุนี (ประยุทธ์ ปยุตโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม.** พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2528.

พระสุธีรัตนบัณฑิต และคณะ. **รายงานวิจัยโครงการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธของหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.) ของคณะสงฆ์ไทย.** นนทบุรี : นิติธรรมการพิมพ์, 2563.

พระสุธีรัตนบัณฑิต และคณะ. **คู่มือและแบบรายงานหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.).** พิมพ์ครั้งที่ 4. นนทบุรี: นิติธรรมการพิมพ์, 2562.

_____ . **วิปัสสนาภัย เล่ม 1.** แปลโดยพระคันธสาราภิวังศ์. นครปฐม : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, 2548.

พลินี เสริมสินศิริ. **จากสุขภาพทางจิตวิญญาณสู่สุขภาพทางปัญญา.** กรุงเทพฯ : สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ (สปรส.), 2546.

ปิ่น มุกกันต์. **แนวสอนธรรมะ.** กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์คลังวิทยา, 2514.

พิฑูร มลิวัลย์. **แบบเรียนวิชาธรรมและনীกธรรมชั้นตรี.** กรุงเทพมหานคร: กรมการศาสนา, 2540.

พุทธทาสภิกขุ. **คู่มือมนุษย์ : ฉบับสมบูรณ์**. กรุงเทพมหานคร : การพิมพ์
พระนคร, 2520.

_____ . **ภาษาคน ภาษาธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: บริษัท
เยลโล่การพิมพ์ จำกัด, 2537.

_____ . **หลักปฏิบัติเกี่ยวกับทาน ศีล สมาธิ**. พิมพ์ครั้งที่ 2.
กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา. ม.ป.ป.

_____ . **อานาปานสติภาวนา**. อบรมภิกษุณสวนโมกข์ ในพรรษา,
2502.

_____ . **อิทัปปัจจยตา**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์
สุภาพใจ, 2549.

มหามกุฏราชวิทยาลัย. **ปทานุกรม บาลี ไทย อังกฤษ สันสกฤต ฉบับ
พระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ**. พิมพ์ครั้งที่ 4.
(ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้พิมพ์ในคราวอายุครบ 5 รอบ
หม่อมหลวงบัว กิติยากร ในพระวรวงศ์เธอ กรมหมื่นจันทบุรีนฤนาถ
วันที่ 25 พฤศจิกายน พุทธศักราช 2512. กรุงเทพฯ : มหามกุฏราช
วิทยาลัย, 2513.

มานิต มานิตเจริญ. **พจนานุกรมไทย ใหม่-ทันสมัยที่สุด**. กรุงเทพมหานคร:
รวมสาส์น, 2519.

ยนต์ ชุ่มจิต. **ความเป็นครู**. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: โอ.เอส.
พรินติ้ง เฮ้าส์, 2541.

ราชบัณฑิตยสถาน. **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542**.
กรุงเทพมหานคร: บริษัทนานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์ จำกัด, 2546.

วคิน อินทสระ. **หลักธรรมอันเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา**. กรุงเทพมหานคร: ธรรมดาการพิมพ์, 2548.

วิชัย โชควิวัฒน์. **“การศึกษาว่าด้วยมิติทั้ง 4 ของสุขภาพ”**. วารสารวิจัยระบบ สาธารณสุข. ปีที่ 3 ฉบับที่ 3 ก.ค.-กย, 2553.

สมเด็จพระพุทธปาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถระ) แปลและเรียบเรียง. **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**. พิมพ์ครั้งที่ 10. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพลส จำกัด, 2554.

_____ . **จากพระ ธรรมบรรยาย 5 เรื่อง**. กรุงเทพฯ : บริษัท พิมพ์สวย จำกัด, 2557.

_____ . **ตามพระใหม่ไปเรียนธรรม ภาค 1-3 (ตอน 1-21 ใน 60 ตอน)**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ผลิธัมม์, 2559.

สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส. **สารานุกรมพระพุทธศาสนา**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2539.

_____ . **บาลีไวยากรณ์**. นครปฐม: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2542.

สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ (วาสน์ วาสโน). **สังคหัตถุ 4**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2528.

สมศรี มงคลชัย. **การบริการที่ดี**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์วังอักษร, 2545.

สุชีพ ปุญญานุภาพ. **คุณลักษณะพิเศษแห่งพระพุทธศาสนา**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2541.

สุชีพบุญญาภภาพ. **พจนานุกรมไทย-อังกฤษ**. นครปฐม: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัย,
ราชวิทยาลัย, 2535.

แสงอรุณ โปร่งธนะ. **พุทธศาสน์**. กรุงเทพมหานคร: ฝ่ายเอกสารตำรา
สำนักส่งเสริมวิชาการ สถาบันราชภัฏธนบุรี, 2539.

ไสว มาลาทอง. **คู่มือการศึกษาความดี**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์การศาสนา,
2542.

อุ้นเอื้อ สิงห์คำ และน้องเล็ก คุณวราดิศย์. **“กระบวนการและผลของการสร้าง
เสริมสุขภาพองค์กรรวมวิถีพุทธ”**. วารสารสมาคมนักวิจัย. ปีที่ 19 ฉบับที่ 1
มกราคม-เมษายน, 2557.

(2) วิทยานิพนธ์ :

พระครูอาทรวชิรกิจ (มานะ ฐานิสฺสโร). “การพัฒนาการจัดการหน่วยอบรม
ประชาชนประจำตำบล ในจังหวัดกำแพงเพชร”. **ปริญญาพุทธศาสตร
ดุขฎิบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการเชิงพุทธ**. บัณฑิตวิทยาลัย:
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2561.

พระอธิการจรัส อภินันโท (สิงห์น้อย). “การปฏิบัติงานของหน่วยอบรมประชาชน
ประจำตำบล(อ.ป.ต.)ของคณะสงฆ์ในเขตอำเภอพร้าวจังหวัดเชียงใหม่”.
วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพระพุทธศาสนา.
บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2555.

พิชณรัตน์ บุญช่วย. “การศึกษากระบวนการสร้างภavana 4 โดยใช้หลัก
ไตรสิกขา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย :
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2549.

ศุภกาญจน์ ชยาพัฒน์. “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องความเป็นผู้ว่าง่ายสอน
ง่ายในพระพุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.**
บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2548.

เอี่ยมอร ชลวร. “การพัฒนาปัญญาในพระพุทธศาสนาเถรวาท”. **สารนิพนธ์
พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลง
กรณราชวิทยาลัย. 2553.

(3) สื่ออิเล็กทรอนิกส์ :

[ออนไลน์], แหล่งที่มา: [http://www.nptlocal.go.th/files/order/2016
1111133009cumep.pdf](http://www.nptlocal.go.th/files/order/20161111133009cumep.pdf), [10 ธันวาคม 2564]

เดลินิวส์ 14 เมษายน 2545 หน้า 11 อ้างใน มนัส ภาคภูมิ ออนไลน์
[http://nadoon.msu.ac.th/~isan/isan7/
cps6212.pdf.9](http://nadoon.msu.ac.th/~isan/isan7/cps6212.pdf.9) ธันวาคม
2564

กลอนสุนทรภู่. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.zoneza.com> [13
มิถุนายน 2565].

พระไพศาล วิสาโล. “สุขภาพองค์รวมกับสุขภาพสังคม” [ออนไลน์]: แหล่งข้อมูล
[https://www.visalo.org/article/healthsukapabkabOngRuam.
htm](https://www.visalo.org/article/healthsukapabkabOngRuam.htm). เข้าถึงเมื่อ 23 เมษายน 2565.

มติมหาเถรสมาคม ครั้งที่ 6/2562 มติที่ 113/2562 เรื่อง ขอความเห็น
ชอบแต่งตั้งคณะกรรมการขับเคลื่อนโครงการหน่วยอบรมประชาชน
ประจำตำบล (อ.ป.ต.)”. [ออนไลน์]: แหล่งข้อมูล [http://www.maha
thera.onab.go.th/files/mati_doc/c_
06280262_113...
A5.pdf](http://www.mahathera.onab.go.th/files/mati_doc/c_06280262_113...A5.pdf)

มติมหาเถรสมาคม ครั้งที่ 6/2562 มติที่ 113/2562 เรื่อง ขอความเห็นชอบแต่งตั้งคณะกรรมการขับเคลื่อนโครงการหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อ.ป.ต.)”, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: http://www.mahathera.onab.go.th/files/mati_doc/c_06280262_113...A5.pdf, 10 ธันวาคม 2564].

มนัส ภาคภูมิ, “อ.ป.ต.ในวัด พ่อพระที่เกือบถูกลืมกับบทบาทของการอบรมพัฒนาชาวบ้าน”. [ออนไลน์] แหล่งที่มา: <http://nadoon.msu.ac.th/~isan/isan7/cps6212.pdf>. [9 ธันวาคม 2564].

ระเบียบมหาเถรสมาคมว่าด้วยการตั้งหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล พ.ศ.2518, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://www.watmoli.com/wittaya-one/1526/#_ftn1, [10 ธันวาคม 2564].

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต). **การศึกษาทางเลือก : ผู้วิวัฒน์ หรือ วิบัติในโลกยุคไร้พรมแดน**. [ออนไลน์] แหล่งอ้างอิง <https://www.watnyanaves.net/th/book-reading/41/7>. เข้าถึงเมื่อ 15 เมษายน 2565.

สมเด็จพระมหาธีรราชย์, “อ.ป.ต.ศูนย์กลางชุมชน”, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <https://www.dailynews.co.th/news/352426/>. [10 ธันวาคม 2564]

ออนไลน์. <http://www.nptlocal.go.th/files/order/20161111133009cumep.pdf>. 10 ธันวาคม 2564

ออนไลน์. https://www.watmoli.com/wittaya-one/1526/#_ftn1. 10 ธันวาคม 2564

[ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://th.wikipedia.org/wiki> [13 มิถุนายน 2565].

ประวัติผู้วิจัย

- ชื่อ** : ผศ.ดร.ธานี สุวรรณประทีป
- วัน/เดือน/ปี เกิด** : วันเสาร์ที่ 20 มกราคม พ.ศ. 2511
- สถานที่เกิด** : บ้านเลขที่ 125 หมู่ที่ 1 ตำบลดอนปรู
อำเภอศรีประจันต์ จังหวัดสุพรรณบุรี 72140
- การศึกษา**
- พ.ศ. 2539 สอบได้ ป.ธ.9 สำนักเรียนวัดชนะสงคราม
- พ.ศ. 2548 จบศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต (ศน.ม. สาขาพุทธศาสนา
และปรัชญา) มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
- พ.ศ. 2559 จบพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต (พธ.ด. สาขาพระพุทธศาสนา)
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- ประสบการณ์ทำงาน**
- : กองบรรณาธิการ คณะกรรมการตรวจชำระคัมภีร์ มูลนิธิพร รัตนสุวรรณ
โรงพิมพ์วิญญูญาณ กรุงเทพมหานคร
- : นักวิชาการศึกษา กลุ่มงานคัมภีร์พุทธศาสนา กองวิชาการ มหาวิทยาลัย
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- : คณะกรรมการจัดทำพจนานุกรมศัพท์พระไตรปิฎก สำนักงานราชบัณฑิตยสภา
สนามเสือป่า เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร
- : เลขานุการ คณะกรรมการบรรณาธิการจัดทำพจนานุกรมพระไตรปิฎก
- : ผู้อำนวยการบัณฑิตศึกษา วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ผลงานวิจัย

: “ศึกษาเชิงวิเคราะห์คัมภีร์พุทธทศานุปริวัตต์” (2560). สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

: “ภาวะผู้นำด้านการปกครองคณะสงฆ์ในอาเซียน” (2560) สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

: คัมภีร์อุปาสาชานาลังการ: การปริวรรต การแปลและการวิเคราะห์ (2563) สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์

: โครงการการสังเคราะห์องค์ความรู้เกี่ยวกับรูปแบบการสร้างสุขภาวะวิถีพุทธ เพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และการสูบบุหรี่ในเยาวชนไทย (2564) สสส.

ผลงานหนังสือ

: “จตุรารักษ์กัมมัญฐาน” (2562).

: “อรรถกถาวิธี เพื่อการวิจัยทางภาษาบาลี” (2563)

: “พจนานุกรมศัพท์พระไตรปิฎก ฉบับราชบัณฑิตยสภา. (2562)

ที่อยู่ปัจจุบัน : 249/241 หมู่ 6 ตำบลพิมลราช อำเภอบางบัวทอง
จังหวัดนนทบุรี 11110

โทรศัพท์ : มือถือ 081-4501824

E-mail : thane_305@hotmail.com

ประวัตินักวิจัย

- ชื่อ** : รองศาสตราจารย์ ดร.วุฒินันท์ ก้นทะเตียน
- สถานที่ทำงาน** : ภาควิชามนุษยศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ต. ศาลายา อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม
- การศึกษา**
- พ.ศ. 2535 ป.ธ. 9 (ภาษาบาลี) คณะสงฆ์ไทย กรมการศาสนา กระทรวงศึกษาธิการ
- พ.ศ. 2538 พธ.บ. (ภาษาอังกฤษ) มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- พ.ศ. 2541 อ.ม. (ศาสนาเปรียบเทียบ) มหาวิทยาลัยมหิดล
- พ.ศ. พ.ศ. 2552 พธ.ด. (พระพุทธศาสนา) มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- ตำแหน่งหน้าที่**
- : รองคณบดีฝ่ายกิจการนักศึกษา คิษย์เก่าสัมพันธ์และกิจกรรมพิเศษ คณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์
- : ผู้ทรงคุณวุฒิประจำสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- : กรรมการบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บทความวิจัย

วุฒินันท์ กันทะเตียน. (2563). โครงการศึกษาค้นคว้าความรู้ด้านสาธารณสงเคราะห์ในคัมภีร์พระพุทธศาสนา. *วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร*, 8 (1): 65-74.

วุฒินันท์ กันทะเตียน และคณะ. (2562). โครงการพัฒนาองค์ความรู้และกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะในการลดปัจจัยเสี่ยงเชิงพุทธบูรณาการ. *วารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์*. 15(2): 56-67.

_____. (2560). ภูมิสถาปัตยกรรมของวัดไทย กับการเรียนรู้และการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธบูรณาการ. *วารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์*. 13(2): 137-149.

พระสุธีธรรมานุวัตร, (เทียบ สิริญาโณ) และ วุฒินันท์ กันทะเตียน. (2558). ทศชาติชาดก : แนวคิดและกระบวนการสร้างจริยธรรมทางสังคม. *วารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์*. 11(2): 1-18.

พระราชวรมนี (พล อากาศโร), วุฒินันท์ กันทะเตียน และอรทัย มีแสง. (2558). นิเวศวิทยาเชิงพุทธบูรณาการเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืนในการเสริมสร้างสุขภาวะและการเรียนรู้ของสังคมไทย. *วารสารสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์*. 41(2): 32-48.

พระสุธีธรรมานุวัตร, (เทียบ สิริญาโณ), วุฒินันท์ กันทะเตียน และ อรทัย มีแสง. (2557). พระพุทธศาสนาในประเทศไทย (เมียนมาร์): ประวัติศาสตร์วัฒนธรรมและความสัมพันธ์ทางสังคม. *วารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์*. 10(2): 1-24.

พระสุธีธรรมานุวัตร (เทียบ สิริญาโณ), วุฒินันท์ กันทะเตียน, มนต์วีริสโรจนานันท์, ศศิวรรณ กำลั้งสินเสริม และ จุฑามาศ วารีแสงทิพย์. (2556). หลักกรรมทางพระพุทธศาสนาในวิถีชีวิตของสังคมไทย. *วารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์*. 9(1): 7-21.

วุฒินันท์ กันทะเตียน. (2556). การสังเคราะห์งานวิจัยโดยใช้หลักพุทธธรรม
ในผู้ป่วยจิตเภท. *วารสารสหศาสตร์*. 13(1): 117-142.

บทความวิชาการ

วุฒินันท์ กันทะเตียน. (2564). พระสงฆ์จิตอาสา: สอนทางหรือว่าตาม
พระธรรมวินัย. *วารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์*. 17 (3): 88-104.

วุฒินันท์ กันทะเตียน. (2560). พระสงฆ์เป็นโจทก์ฟ้อง: ยึดพระวินัยหรือยึด
กฎหมายบ้านเมือง. *วารสารมหาจุฬาริชาการ*, 3 (2): 61-83.

_____. (2560). พระสงฆ์เป็นโจทก์ฟ้อง : ยึดพระวินัยหรือยึดกฎหมาย
บ้านเมือง. *วารสารมหาจุฬาริชาการ*. 4(2): 61-82.

_____. (2554). วันสิ้นโลก : การฟื้นฟูและเยียวยาตามหลักเมตตธรรม.
ใน พระมหาหรรษา ธมฺมหาโส (บรรณาธิการ). *พุทธธรรมกับการ
พัฒนาสังคมและเศรษฐกิจ รวมบทความประชุมวิชาการทางพระพุทธ
ศาสนานานาชาติ ครั้งที่ 8 เนื่องในวันวิสาขบูชา วันสำคัญสากลของ
โลก 12-14 พฤษภาคม 2554..* กรุงเทพฯ : 21 เซ็นจูรี่, น. 393-418

หนังสือ/ตำรา

วุฒินันท์ กันทะเตียน. (2562). *แก่นสารณสงเคราะห์ในคัมภีร์พุทธ*. นนทบุรี
: นิตติธรรมการพิมพ์.

_____. (2562). *รายงานวิจัยโครงการพัฒนาองค์ความรู้และกระบวนการ
เสริมสร้างสุขภาวะในการลดปัจจัยเสี่ยงเชิงพุทธบูรณาการ*. นนทบุรี :
นิตติธรรมการพิมพ์.

_____. (2562). *เอกสารคำสอนรายวิชา สมมน 103 ศิลปะวิจิตร (SHHU
103 Art Appreciation) หลักสูตรระดับปริญญาตรี กลุ่มวิชา
สังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์*

- _____. (2561). *พุทธธรรมบำบัดการฆ่าตัวตาย*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์
ปีพีเค พรินติ้ง จำกัด.
- _____. (2561). *ภาวะผู้นำที่มีจริยธรรม*. เอกสารคำสอนรายวิชา สมมน
112 พลวัตของกลุ่มและการทำงานเป็นทีม หลักสูตรระดับปริญญาตรี
หมวดวิชาศึกษาทั่วไป กลุ่มวิชาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์.
- _____. (2560). *รายงานวิจัยภูมิสถาปัตยกรรมของวัดไทยกับการเรียนรู้
และการเสริมสร้างสุขภาวะเชิงพุทธบูรณาการ*. สนับสนุนโดยสำนัก
สนับสนุนสุขภาวะองค์กร สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริม
สุขภาพ (สสส.).
- _____. *เอกสารประกอบการสอนวิชา ศาสนากับการพัฒนาสุขภาวะ
(Religion and Well-Bing Development)*. (2556). รหัสวิชา สมศน 522
สำหรับนักศึกษาหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนา
กับการพัฒนา ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2555-2556.
- _____. (2560). *ภูมิสถาปัตยกรรมของวัดไทยกับการเรียนรู้และการเสริม
สร้างสุขภาวะเชิงพุทธบูรณาการ*. กรุงเทพฯ : สำนักสนับสนุนสุขภาวะ
องค์กร สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.).
- _____. (2555). *ความจริงจากการวิจัย “กรรม”*. กรุงเทพฯ : บริษัท 21
เซ็นจูรี่ จำกัด.
- _____. (2555). *พระพุทธศาสนา 6*. กรุงเทพฯ : บริษัท สำนักพิมพ์
เอมพันธ์ จำกัด.
- _____. (2558). *เอกสารคำสอน มมศท 102 สังคมศึกษาเพื่อการพัฒนา
มนุษย์ เล่มที่ 4*. ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2558. กรุงเทพฯ : บริษัท
พี.เอ.ลีฟวิ่ง จำกัด.

