

ศึกษาวิเคราะห์การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักบุญกิริยาวัตร ๑๐
AN ANALYTICAL STUDY OF THE DEVELOPMENT IN
THE LIFE QUALITY ACCORDING TO BASES OF MERITORIOUS ACTION

พระจันทร์ศรี อินทโชโต (บุญเสริม)^๑

พระมหาสุพร รกขิตธมโม, ดร.^๒

ดร.เบญจมาศ สุวรรณวงศ์^๓

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักบุญกิริยาวัตร ๑๐” โดยมีวัตถุประสงค์ ๓ ข้อ คือ ๑) เพื่อศึกษาหลักบุญกิริยาวัตร ๑๐ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ๒) เพื่อศึกษาแนวคิดและการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนาและ ๓) เพื่อศึกษาวิเคราะห์การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักบุญกิริยาวัตร ๑๐ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยศึกษาข้อมูลจากเอกสาร ผลการศึกษารายงานว่า

บุญกิริยาวัตร ๑๐ หมายถึง บุญเป็นเครื่องชำระกาย วาจา และใจให้สะอาดบริสุทธิ์จากอกุศลกรรมทั้งหลาย เป็นกรรมดี (กุศลกรรม) อันจะส่งผลให้เกิดความสุขความเจริญรุ่งเรืองในการดำเนินชีวิต นั่นคือ บุญที่ได้บำเพ็ญไว้แล้วนั้น ย่อมมีอันส่งผลให้อำนวยผลให้ผู้บำเพ็ญได้รับประโยชน์ในปัจจุบันและประโยชน์ภายหน้า ซึ่งประกอบด้วย การทำบุญหรือหลักการทำความดี มี ๑๐ ประการคือ (๑) ทานการให้ การสละ (๒) ศีล การรักษากายวาจาให้เรียบร้อย (๓) ภavana ทำให้จิตใจสงบปราศจากกิเลส (๔) การอ่อนน้อมถ่อมตน (๕) การช่วยขวนขวายทำในกิจที่ชอบ (๖) การให้ผู้อื่นมาร่วมทำบุญกับเรา (๗) การอนุโมทนาส่วนบุญ (๘) การฟังธรรม (๙) การแสดงธรรม และ (๑๐) การทำความเห็นให้ถูกต้องเหมาะสมตลอดถึงประโยชน์อย่างยิ่ง (นิพพาน)

การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนาเป็นแนวทางการพัฒนาตนเองและสังคม ปฏิบัติตามหลักคำสอน จึงจำเป็นต่อการพัฒนาทั้งด้านกาย วาจา ใจ โดยยึดหลักศีล สมาธิ ปัญญา และนำไปปฏิบัติให้ถูกต้อง การพัฒนาคุณภาพชีวิต หมวดทาน ทำได้โดยการให้ทาน การแบ่งความดี การแบ่งความยินดีในความดีของผู้อื่น แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิต หมวดศีล ทำได้โดยการรักษาศีล การประพฤติอ่อนน้อมและช่วยเหลือขวนขวาย และการพัฒนาคุณภาพชีวิต หมวดภavana ทำได้โดยการเจริญจิตภาวนา และการพัฒนาคุณภาพชีวิตควบคู่กับการปฏิบัติ

^๑ นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครราชสีมา

^๒ อาจารย์ประจำหลักสูตรสาขาวิชาพระพุทธศาสนา คณะพุทธศาสตร์และบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครราชสีมา

^๓ อาจารย์ประจำหลักสูตรสาขาวิชาพระพุทธศาสนา คณะพุทธศาสตร์และบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครราชสีมา

วิเคราะห์การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ พบว่า การบำเพ็ญบุญจึงเป็นสิ่งที่สำคัญต่อบุคคลทั้งหลายที่ควรศึกษาและนำไปปฏิบัติตามให้ถูกต้อง โดยยึดหลักการปฏิบัติตามหลักของบุญกิริยาวัตถุเท่านั้น จึงจะเป็นประโยชน์ได้จริง การบำเพ็ญบุญจึงต้องอาศัยการกระทำอย่างสม่ำเสมอ ไม่ควรประมาทต่อบุญที่ทำในแต่ละครั้ง เมื่อผู้ใดได้บำเพ็ญบุญไว้ดีแล้ว ย่อมเป็นแบบอย่างที่ดีในการพัฒนาคุณภาพชีวิต

คำสำคัญ :การพัฒนา,คุณภาพชีวิต,หลักบุญกิริยาวัตถุ๑๐

Abstract

The main purposes of this thesis were: 1) to study of bases meritorious action according to Theravāda Buddhism, (2) to study of Theory and development of life quality according to Buddhism, and (3) to an analytical study to development of life quality according to Bases meritorious action. This was a qualitative research in the data form documentary research. The result of research was found that:

The concept of Bases meritorious action means the benefit for doing the merit action or wholesome in Theravāda Buddhism. The special concept shown that the merit means the cleanse the body, speech and mind for purity and don't unwholesome anywhere to become for doing goodness. The merit action means acting wholesome that helping to get bodily happiness and mental happiness forever. The Buddha's teaching that bases of meritorious action consists of Dhamma as followers: 1) merit acquired by giving 2) moral behavior 3) mental behavior 4) humility or reverence 5) rendering services 6) sharing or giving out merit 7) rejoicing in other's merit 8) listening to the Doctrine or right teaching 9) teaching the Doctrine or showing truth and 10) straightening one's views or forming correct views until attain Nivāraṇa. The development of life quality according to Buddha's teaching for developing oneself and society in three level; body, speech and mind that can be made followers to purity by the threefold training; moral, meditation and wisdom. The development of life quality with Dāna means charity and giving to other person until sympathetic joy in goodness of others. The development of life quality with moral means the follower should practice Sila or moral for control behavior to do goodness for become good conduct. The development of life quality with meditation which practice by mental that be made by wisdom for development life-quality for success. Therefore the goodness action can be get happiness and should doing merit by practiced every time. It is very important for development life quality for listeners and followers the Buddha's teaching by doing the

practice the moral for cleaning the body get purity. The Followers practice the base of meritorious action can get benefit in this world and next world.

The conclusion of this research shown that the person can doing merit action everywhere and every time and don't fear for merit action. The person who did good action can get happiness and pleaser and the best model for other person who want to merit action. The followers should practice the bases of meritorious action every time who can get the worship and priers for other person in Theravada Buddhism.

Key word: Development, The life Quality , Bases of meritorious action

๑.บทนำ

มนุษย์เรานั้นตั้งแต่อดีตที่ผ่านมาจนกระทั่งถึง ปัจจุบันไม่อาจปฏิเสธได้ว่าสิ่งที่มนุษย์ทุกคนตั้งความหวังในการทำบุญสร้างกุศลคุณงามความดี หรือ การกระทำความดีต่างๆ นั้นก็เพื่อให้ตนได้รับความ สุขสบายทั้งในชาตินี้และชาติหน้าหรือเมื่อยามที่ละ จากโลกนี้ไปแล้วในพระพุทธศาสนา ถือว่าการกระทำ ที่ไปหลังความตายนั้นไม่สามารถคาดการณ์ หรือ เต็มใจล่วงหน้าว่าเส้นทางของชีวิต หลังความตายนั้น เราจะเลือกเดินไปทางไหนระหว่างตกสู่อบายกลับ มาเป็นมนุษย์อีก หรือจติไปเกิด เป็นเทวดาเสวยสุข บนสวรรค์ชั้นฟ้า ถึงแม้ว่ามนุษย์ไม่อาจคาดการณ์ ในภพภูมิไปในภายภาคหน้าได้" คุณก่อนภิกษุทั้งหลาย ท่านทั้งหลายอย่ากลัวต่อบุญเลย คำว่า "บุญนี้ เป็นชื่อของความสุข"^๔ เป็นหลักแห่งการทำบุญหลักการทำความดี ทางทำความดี เช่น การให้ทาน การรักษาศีลและการเจริญภาวนา เป็นหลักธรรมที่ปฏิบัติแล้วสามารถพัฒนาตนเองให้เป็นคนดี มีชีวิตที่ดีงามและมีความสุขดังพระผู้มีพระภาคตรัสไว้ว่า "ผู้หวังประโยชน์สุข ควรฝึกฝนบำเพ็ญบุญนี้เท่านั้นที่ให้ผลติดต่อกันไปมีสุขเป็นกำไรคือควรบำเพ็ญทาน ประพฤติธรรมสม่ำเสมอและควรเจริญเมตตาภาวนาแล้ว ย่อมเข้าถึงโลกที่มีสุขปราศจากการเบียดเบียนกัน" การที่ประชาชนนำหลักบุญกิริยา ๑๐ มาใช้ในวิถีชีวิตเป็นการครองตนด้วยธรรมะที่เป็นความดีทั้งพฤติกรรมสำเร็จและอยู่อย่างมีความสุขได้สังคมปัจจุบันเป็นสังคมของข้อมูลข่าวสารการกระจายข่าวสารทางวัฒนธรรมของชาติต่าง ๆ ได้ผ่านเข้ามาทางสื่อประกอบกับประเทศไทยเปลี่ยนจากประเทศเกษตรกรรมมาเป็นประเทศอุตสาหกรรม ทำให้เกิดความก้าวหน้าทางวัตถุ โดยเร็วส่งผลให้วิถีชีวิต^๕

แต่สังคมไทยในปัจจุบันชาวพุทธส่วนใหญ่ขาดความรู้ความเข้าใจในหลักคำสอนเกี่ยวกับศีลสมาธิ ปัญญา เนื่องจากความชั่ว ทัศนคติ ค่านิยมที่เปลี่ยนไปอย่างรวดเร็ว ภายใต้การเปลี่ยนแปลงของโลกยุคโลกาภิวัตน์ ยุคข้อมูลข่าวสารไร้พรมแดน เพราะจากข้อเท็จจริงที่ปรากฏเป็นข่าวสารทาง

^๔ ๑. สดตตก.(ไทย) ๒๔/๖๒/๑๒๐.

^๕ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จันทร์เพ็ญ, ๒๕๕๐), หน้า ๙๓.

สื่อต่างๆ^๖ ไม่ว่าจะเป็นการฆ่า การข่มขืนกระทำชำเรา การปล้น การชิงทรัพย์ การลักทรัพย์ การวิ่งราวทรัพย์ การฉ้อโกง รวมตลอดถึงยาเสพติดให้โทษ เป็นต้น ปัญหาเหล่านี้มักจะมี ความรุนแรงและเกิดขึ้นหลายครั้ง ดูเหมือนว่าผู้กระทำความผิดนั้นจะเป็นผู้ไร้ศีลธรรมไม่รู้จักบาปบุญคุณโทษทั้งที่บุคคลดังกล่าวเป็นผู้ที่ได้ชื่อว่าเป็นชาวพุทธ แต่การแสดงออกจากการกระทำนั้นตรงกันข้ามกับวิถีชีวิตของชาวพุทธที่เป็นเช่นนี้เป็นเพราะพวกเขาเหล่านั้นได้ละเลยหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนาที่ตนเองนับถือด้วยความประมาท พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้กล่าวถึงการนับถือพระพุทธศาสนาของคนไทยว่ามีลักษณะเป็นไปอย่างประมาท เพราะพระพุทธศาสนาไม่ได้บังคับให้เชื่อการนับถือพระพุทธศาสนาเป็นไปอย่างเสรีมีการนับถือลัทธิหรือความเชื่ออื่นๆ ไปพร้อมกันประกอบกับสังคมไทย มีสภาพแวดล้อมที่เป็นอยู่ดีมีความสุขท่ามกลางความอุดมสมบูรณ์จึงขาดการตื่นตระหนก ขวนขวายการนับถือพระพุทธศาสนาจึงมีลักษณะผิวเผินอาจอยู่ห่างไกลจากความจริงทั้งที่พระพุทธเจ้าได้สั่งสอนไว้อย่างมากมาย เพื่อให้ผู้ปฏิบัติหลุดพ้นจากความชั่วมาสู่ความดี^๗

ดังนั้น ด้วยเหตุผลดังกล่าวข้างต้นนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะทำการศึกษาวิจัยเรื่องการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ ประการ ทั้งนี้ผู้วิจัยมีความเชื่อมั่นว่า หลักบุญกิริยาวัตถุ เมื่อผู้ใดประพฤติปฏิบัติอย่างจริงจังแล้วจะส่งผลให้ทุกคนที่นำมาใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตจะได้รับประโยชน์สุขทั้งในปัจจุบันและอนาคต

๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๒.๑ เพื่อศึกษาหลักบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
- ๒.๒ เพื่อศึกษาแนวคิดและการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนา
- ๒.๓ เพื่อศึกษาวิเคราะห์การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักบุญกิริยาวัตถุ ๑๐

3. ขอบเขตการวิจัย

ขอบเขตการวิจัยเรื่องนี้ประกอบด้วย ๒ ส่วน ได้แก่

๓.๑ ด้านเนื้อหา มุ่งศึกษาตามกรอบของวัตถุประสงค์ ๓ ประการคือ (๑) ศึกษาเรื่องบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท (๒) ศึกษาแนวคิดและการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนา (๓) ศึกษาวิเคราะห์การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักบุญกิริยาวัตถุ ๑๐

๓.๒ ขอบเขตด้านเอกสาร ผู้วิจัยศึกษาค้นคว้าข้อมูลจากเอกสารดังต่อไปนี้

- ๑) เอกสารชั้นปฐมภูมิ ได้แก่ พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๒๕๓๙

๒) เอกสารชั้นทุติยภูมิ คือ วรรณคดี ฎีกา อนุฎีกา ทั้งหนังสือ ตำรา เอกสารเชิงวิชาการ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

^๖ Sheila L. Croucher, *Globalization and Belonging: The Politics of Identity in a Changing World*, Rowman & Littlefield, (2004), p.10.

^๗ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), *เรื่องที่คุณไทยควรเข้าใจให้ถูกต้อง*, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์บริษัทสหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๒), หน้า ๑๐.

๔. วิธีดำเนินการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นงานวิจัยเอกสาร (Documentary Research) โดยมีวิธีการดำเนินการวิจัยต่อไปนี้

๔.๑ ศึกษาค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Sources) คือ พระไตรปิฎกที่เป็นภาษาไทย ฉบับของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๙

๔.๒ ศึกษาค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลจากชั้นทุติยภูมิ (Secondary Sources) มี อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา ตลอดทั้งเอกสารวิชาการและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๔.๓ วิเคราะห์และอภิปรายผลข้อมูลที่รวบรวมจากข้อมูลปฐมภูมิและทุติยภูมิ

๔.๔ สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

๔.๕ เสนอผลการวิจัยโดยวิธีพรรณนาวิเคราะห์

๕. ผลการศึกษา

๕.๑ หลักบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

จากผลการวิจัยสรุปประเด็นนี้พบว่าจากการศึกษา คำสอนเรื่องบุญและประโยชน์แห่งการบำเพ็ญบุญในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท มีหลักการที่สำคัญ คือ บุญเป็นเครื่องชำระกาย วาจา และใจให้สะอาดบริสุทธิ์จากอกุศลกรรมทั้งหลาย เป็นกรรมดี (กุศลกรรม) อันจะส่งผลให้เกิดความสุข ความเจริญรุ่งเรืองในการดำเนินชีวิต นั่นคือ บุญที่ได้บำเพ็ญไว้แล้วนั้น ย่อมมีอานิสงส์ที่อำนวยผลให้ผู้บำเพ็ญได้รับประโยชน์ในปัจจุบันและประโยชน์ภายหน้า ซึ่งประกอบด้วย บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ คือ วิธีการทำบุญ หลักการทำกรรมดี มี ๑๐ ประการคือ (๑) ทานการให้ การสละ (๒) ศีล การรักษากาย วาจาให้เรียบร้อย (๓) ภาวนา ทำให้จิตใจสงบ ปราศจากกิเลส (๔) การอ่อนน้อมถ่อมตน (๕) การช่วย ขวนขวายทำในกิจที่ชอบ (๖) การให้ผู้อื่นมาร่วมทำบุญกับเรา (๗) การอนุโมทนาส่วนบุญ (๘) การฟัง ธรรม (๙) การแสดงธรรม และ (๑๐) การทำความเห็นให้ถูกต้องเหมาะสมตลอดถึงประโยชน์อย่างยิ่ง (นิพพาน) ด้วยเหตุนี้ การบำเพ็ญบุญจึงเป็นสิ่งสำคัญต่อบุคคลทั้งหลายที่ควรศึกษาและนำไปปฏิบัติ ตามให้ถูกต้อง โดยยึดหลักการปฏิบัติตามหลักของบุญกิริยาวัตถุเท่านั้น จึงจะเป็นประโยชน์ได้จริง ดังนั้น การบำเพ็ญบุญจึงต้องอาศัยการกระทำอย่างสม่ำเสมอ ไม่ควรประมาทต่อบุญที่ทำในแต่ละครั้ง เพราะเมื่อผู้ใดได้บำเพ็ญบุญไว้ดีแล้ว ยังถือได้ว่าเป็นแบบอย่างที่ดี เพื่อให้แก่บุคคลรุ่นหลังได้ปฏิบัติตาม นั่นคือการสร้างความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง จึงควรแก่การยกย่อง นำเคารพ เป็นต้น และบุญที่กระทำไปนั้นย่อมส่งผลให้ได้รับความสุขความเจริญอย่างแน่นอน เป็นรากแก้วในการทำกรรมดี เครื่อง กำจัดจิตใจที่สกปรกให้สะอาดเหมือนการซักเสื้อผ้าที่สกปรกด้วยคราบเหงื่อไคล เมื่อถูกผงซักฟอกและ น้ำที่สะอาดชำระดีแล้วย่อมเป็นเสื้อผ้าที่นำสวมใส่และมีกลิ่นหอมสะอาดตา บุญก็มีลักษณะ เหมือนกันฉะนั้นนอกจากนั้นบุญยังเป็นเหตุให้เกิดประเพณีนิยมเป็นวิถีชีวิตของชาวพุทธทั่วไปที่นิยม ปฏิบัติอยู่ตลอดเวลา หากมีโอกาส เช่น บุญกิริยาวัตถุที่ตั้งแห่งการบำเพ็ญบุญ มีการให้ทาน รักษาศีล เจริญภาวนา ช่วยเหลือคนอื่น แสดงจิตเมตตา ยินดีต่อความดีของผู้อื่น เป็นต้น “บุญ” ในทางศาสนา หมายถึงสภาวะที่มีอำนาจที่สามารถชำระล้างความเศร้าหมองของจิตใจให้บริสุทธิ์สะอาดและเป็น รากฐานสำคัญในกระบวนการคิด การกระทำของมนุษย์ที่จะก่อให้เกิดผลดีงามสำหรับชีวิตส่วนบุคคล

และสังคมทั้งในระดับชุมชนและระดับกว้างออกไปตั้งนั้นการทำบุญนั้นสามารถทำได้ทุกที่ทุกเวลา ไม่ว่าจะอยู่ที่ใด เช่นการทำบุญตักบาตร จัดเป็นการทำบุญที่ชาวพุทธทั่วไปรู้จักและปฏิบัติมากกว่าการทำบุญประเภทอื่น ๆ

บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ เป็นหลักแห่งการทำบุญ หรือหลักแห่งการทำความดีที่พึงนำมาใช้ในวิถีชีวิต ประกอบด้วย การให้ทาน ได้แก่ อามิสทาน ธรรมทาน และอภัยทาน เป็นการทำบุญ หรือ ทำความดี ที่สามารถลดความตระหนี่ หรือ เห็นแก่ตัวลงได้ด้วยการเสียสละแบ่งปัน เกื้อกูล ผู้อื่นด้วยความเมตตา และพัฒนาขึ้นเป็น การรักษาศีล เป็นการประพฤติตนให้เรียบร้อยทางกาย วาจา เช่น การให้ทาน (ทานมัย บุญกิริยาวัตถุ) การรักษาศีล (ศีลมัย บุญกิริยาวัตถุ) การเจริญภาวนา (ภาวนามัย บุญกิริยาวัตถุ) หรือจิตตภาวนา ปัญญาภาวนา

ทานมัย หลักคำสอนเรื่องทาน เป็นวิธีการที่พระพุทธเจ้าทรงวางหลักสำหรับการปฏิบัติเป็นข้อแรกเสมอ เพราะเป็นวิธีการสำหรับปรับระดับของจิตใจไม่ให้อยากได้จนเกินไป ลดละความตระหนี่ในจิตใจ ไม่โลภอยากได้ของคนอื่น อันเป็นการขัดขัดเกลากิเลสที่มีอยู่ในตน ก่อนจะปฏิบัติบุญกิริยาวัตถุที่ว่าด้วยการรักษาศีล และการเจริญภาวนา ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจะนำเสนอเรื่องทานที่มีอยู่ในพระไตรปิฎกก่อน เพราะการได้ทราบแนวคิดที่ปรากฏในพระไตรปิฎกเป็นฐานก่อน ซึ่งจะทำให้เรามีเกณฑ์หรือมีเครื่องมือในการชี้ชัดถึงบริบทของทานมากยิ่งขึ้น จุดมุ่งหมายของการให้ทานของคนเรามีหลายอย่าง เช่น ๑. ให้เพื่อบูชาคุณ เช่น ให้แก่พระสงฆ์ พ่อแม่ หรือครูอาจารย์ ผู้มีคุณแก่คนและสังคมโดยรวม ๒. ให้เพื่อสาธารณประโยชน์ เช่น มอบเงินทองหรือสิ่งของให้แก่พระศาสนา หรือเพื่อเป็นสาธารณประโยชน์แก่ประเทศชาติ ๓. ให้เพื่ออนุเคราะห์ เช่น ให้ญาติพี่น้อง ลูกหลาน ผู้มีอายุเพื่อช่วยเหลือ หรือให้ด้วยความรักความเอ็นดู ๔. ให้เพื่อสงเคราะห์ เช่น ให้แก่คนตกทุกข์ได้ยาก คนประสบภัยพิบัติ หรือแก่ สัตว์ดิรัจฉาน เป็นต้น ๕. ให้เพื่อชำระกิเลส เพื่อสร้างความคิด เช่น ให้ทานเพื่อสำเร็จมรรคผล หรือ การบำเพ็ญทานบารมีของพระพุทธเจ้าเพื่อสำเร็จพระโพธิญาณ แต่การให้ดังต่อไปนี้ ไม่จัดเป็นทาน คือ ให้ยาพิษ ให้น้ำเมา ให้ของเสพติดให้โทษ ให้สินบน ให้ค่าจ้าง ให้อาวุธเพื่อฆ่าตนเองหรือฆ่าผู้อื่น เพราะไม่ใช่ให้ด้วยกุศลจิต การให้ทานทุกชนิด ย่อมมีผลทั้งสิ้น แม้แต่บุคคลเทน้ำลงในหลุมหรือบ่อเล็ก ๆ ด้วยหวังจะให้สัตว์เล็ก ๆ ได้อาศัยน้ำนั้นเป็นอยู่ พระพุทธองค์ยังตรัสว่า เป็นบุญ ไม่จำเป็นต้องพูด ถึงทานที่ให้แก่นมนุษย์ แต่ทานที่จะให้ผลมากได้นั้นแท้ที่จริง ทาน ก็คือการบริจาคหรือจาคะนั้นเอง เป็นเพียงแต่ว่า ถ้าพูดแยกกัน ทานก็มีความหมายอย่างหนึ่ง คือ การให้โดยหวังผลตอบแทน เช่น หวังให้ร่ำรวย หวังให้รูปสวย หรือหวังให้เกิดในสวรรค์ ผลของทานมีมาก ให้มนุษย์สมบัติก็ได้ ให้สวรรค์สมบัติก็ได้ ให้นิพพานสมบัติก็ได้ แต่โดยเฉพาะทำให้เป็นคนไม่ยากจน มีทรัพย์สินสมบัติ ทำให้มีบริวารมาก และเป็นที่รักของคนทั้งหลาย

ศีลมัย หลักคำสอนเรื่องศีล เป็นหลักการวิธีการฝึกฝนอบรมตามหลักพระพุทธศาสนา ซึ่งจะต้องศึกษาตามหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนา ถือเป็นก้าวแรกของการเรียนรู้เพื่อการควบคุมความประพฤติของมนุษย์ให้ดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างเป็นระเบียบเรียบร้อย ไม่ให้เบียดเบียนซึ่งกันและกัน และในอีกด้านหนึ่ง ศีลยังเป็นเครื่องขัดเกลาจิตใจตนเองไปพร้อม ๆ กันด้วย สำหรับสาวกผู้ยังครองเรือน มีวิถีมรรวาส พระพุทธเจ้าทรงสอนให้สาวกน้ำ ศีล ๕ มาปฏิบัติ เพื่อการดำเนินชีวิต

ในทางที่ตีงามเกื้อกูลการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข และช่วยพัฒนาให้ก้าวสู่การเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ โดยกล่าวประเภทดังนี้

๑. ศิล ๕ หรือ ศิลกรรมบถ สำหรับคนทั่วไป
๒. ศิล ๘ หรือ ศิลอุบสถ สำหรับอุบาสก อุบาสิกา
๓. ศิล ๑๐ สำหรับสามเณร
๔. ศิล ๒๒๗ หรือ ปาริสุทธิศิล ๔ สำหรับพระภิกษุ

การรักษาศิลต้องมีเจตนาจึงจะเป็นศิลได้ ถ้าไม่มีเจตนาจะงดเว้นหรือจะรักษาศิลแล้ว แม้ผู้นั้นไม่ทำความชั่ว เช่น ไม่ฆ่าสัตว์หรือไม่ลักทรัพย์ เป็นต้น ก็ไม่มีศิล เหมือนเด็กที่นอนแบเบาะ แม้ไม่ทำชั้วก็ไม่มีศิล เพราะไม่มีเจตนาจะงดเว้น หรือเหมือนอย่างวัวควาย แม้มันไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ก็ไม่มีศิล เพราะไม่มีเจตนาจะงดเว้นการที่จะมีศิลได้ก็ต้องมีวิริติ คือมีเจตนาที่จะงดเว้นจากโทษนั้น ๆ ศิลมีอานิสงส์เป็นอันมาก เช่น ทำให้เป็นที่รักเป็นที่เคารพของคนทั้งหลาย อยู่ในสังคมอย่างสงบสุข ไม่ก่อเวรก่อภัยต่อผู้ใด ทำให้เป็นคนสง่างาม มีผิวพรรณผ่องใส แต่กล่าวโดยสรุปอานิสงส์ของศิล มี ๓ อย่าง ดังคำพระบาลีบอกอานิสงส์ของศิลว่า บุคคลจะไปสู่สุคติได้ก็เพราะศิล บุคคลจะได้โภคทรัพย์สมบัติได้ก็เพราะศิล บุคคลจะดับทุกข์ความเดือดร้อนจนเข้าถึงพระนิพพานได้ก็เพราะศิล

ภวานามัย หลักคำสอนเรื่องภวานา เป็นหลักธรรมชั้นสูงในพระพุทธศาสนา หมายถึง การอบรมจิต หรือ การพัฒนาจิต คือ ทำจิตให้มีค่าสูง ได้แก่ ทำจิตให้สะอาด สงบ สว่างภวานา มี ๒ อย่าง คือ ๑. สมถภวานา การทำใจให้สงบ เป็นหลักธรรมชั้นสมาธิ ๒. วิปัสสนาภวานา การทำใจให้รู้แจ้ง เห็นจริงจนตัดกิเลสได้หมด เป็นหลักธรรมชั้นปัญญาผู้ที่นับถือพระพุทธศาสนา ถ้าไม่ได้เจริญหรือบำเพ็ญภวานาจนจิตของตนเกิดความสงบ เยือกเย็น เห็นคุณค่าของพระศาสนาในด้านนี้แล้ว ชื่อว่ายังไม่รู้จักพระพุทธศาสนาอย่างแท้จริง เพราะธรรมชั้นทานและศิลนั้นแม้ในศาสนาอื่นก็มี ถึงจะไม่เหมือนกันก็ตาม การเจริญภวานาหรือการทำกรรมฐานนี้ได้บุญกุศลมากกว่าการให้ทาน และการรักษาศิล คือ ทาน มีผลน้อยกว่าศิล ศิลมีผลน้อยกว่าสมาธิ สมาธิมีผลน้อยกว่าปัญญา ปัญญามีผลมากที่สุด เพราะสามารถนำไปสู่การตัดกิเลสได้ เข้าสู่พระนิพพาน เข้าถึงความสิ้นทุกข์ได้โดยสิ้นเชิงภวานาที่ปรากฏในคัมภีร์พระวินัยปิฎกปาจิตตยภณต์^๔

๕.๒ แนวคิดและการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนา

จากผลการวิจัยสรุปประเด็นนี้พบว่าจากการศึกษา การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนาดังกล่าวจะเห็นได้ว่ามนุษย์นั้นมีความจำเป็นต้องที่จะพัฒนาตนเองอย่างสม่ำเสมอทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และปัญญา และที่สำคัญทำให้ชีวิตตนเองมีคุณภาพ การที่มนุษย์แสวงหาปัจจัยโดยสนองความต้องการของตนเองเกินความจำเป็น จะทำให้เกิดปัญหาตามมาและก่อให้เกิดโทษในการดำเนินชีวิตทั้งในการเบียดเบียนตนเองและผู้อื่นด้วย เมื่อมีการศึกษาและทำความเข้าใจของการฝึกฝนแล้ว อีกหลักธรรมหนึ่งที่จะเป็นเครื่องช่วยให้เจริญ มีการฝึกฝนพัฒนาตนเองให้ดียิ่งขึ้นไป แต่อย่างไรก็ตามเมื่อมีการพัฒนาตน พัฒนาคนแล้ว สิ่งสำคัญที่จะทำให้สังคมมีความเจริญก้าวหน้าที่ดีแล้ว การพัฒนางานให้มีประสิทธิภาพก็เป็นสิ่งสำคัญอย่างหนึ่ง หลักธรรมที่จะนำมาช่วยในการแก้ไขปัญหาและหาทางที่จะทำให้เจริญก้าวหน้าจะต้องใช้หลักธรรมควบคู่กับการพัฒนา

^๔ วิ.ม.หา. ๒/๗๐/๒๕๖.

คุณภาพชีวิต ทางพระพุทธศาสนาถือว่าเป็นองค์รวมขององค์ประกอบต่าง ๆ ซึ่งจำแนกได้ ๒ ประเภท คือ รูปกับนาม หรือเรียกง่าย ๆ ว่ากายกับใจ ชีวิตจะเรียกได้ว่ามีคุณภาพอย่างแท้จริงก็ต่อเมื่อส่วนประกอบทุกส่วนมีคุณภาพนั่นคือ ชีวิตที่มีคุณภาพจะประกอบด้วยกายที่มีคุณภาพกายและคุณภาพใจ อย่างไรก็ตาม ชีวิตไม่ใช่สิ่งที่ตั้งอยู่นิ่ง ๆ แต่เป็นองค์รวมที่เคลื่อนไหวเมื่อพูดถึงคุณภาพชีวิตที่เคลื่อนไหวหรือชีวิตที่ดำเนินไปในโลกท่ามกลางสภาพแวดล้อมจะมีวัตถุประสงค์ กิจกรรม และเรื่องราวต่าง ๆ ที่ต่อเนื่องกับชีวิตเพิ่มขยายออกไปไม่ใช่เฉพาะกายกับใจล้วน ๆ เท่านั้น การพัฒนาคุณภาพชีวิต จึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องพัฒนาให้มีคุณภาพ เพราะมนุษย์เป็นปัจจัยที่สำคัญยิ่งต่อการพัฒนาสิ่งต่าง ๆ วัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณีเป็นของล้ำหลังล้ำสมัยโบราณไม่ทันสมัยสนใจแต่เทคโนโลยีที่ถูกป้อนเข้ามาจนหลีกเลี่ยงไม่ได้ หมกมุ่นตัวเองไปกับเทคโนโลยี ไม่สนใจสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ข้าง ขาดปัญญาพื้นฐานของชีวิตที่จะรู้จักเป็นอยู่ให้ถูกต้อง ไม่เข้าใจระบบการดำเนินชีวิตของตน และไม่ตระหนักถึงการที่จะพัฒนาการดำเนินชีวิตนั้นให้เป็นอยู่ด้วยดี จึงว่ยเวียนอยู่ในวังวนแห่งปัญหาของชีวิต ที่เราเรียกว่าไม่มีสุขภาวะ^๙ วัตถุประสงค์และเรื่องราวต่าง ๆ เกี่ยวกับชีวิตเหล่านี้จัดเป็นส่วนประกอบของคุณภาพชีวิต โดยแยกเป็นคุณภาพธรรมดาสามัญที่มองเห็นกันอยู่ประเภทหนึ่งและคุณภาพที่ล้ำลึกเลยไปจากที่มองเห็นด้วยตาอีกประการหนึ่ง สภาพภาพรวมของต้นแบบการพัฒนาที่ยั่งยืนมีปัจจัยองค์ประกอบ ๖ ประการ^{๑๐} ได้แก่ (๑) คนการพัฒนา (๒) ชุมชนพัฒนา (๓) สิ่งแวดล้อม (๔) เทคโนโลยี (๕) ความสมดุลของการพัฒนาระหว่างปัจจัยร่วมและ (๖) กระบวนการพัฒนาแบบองค์รวม ที่มีคนเป็นศูนย์กลาง ตัวอย่างเช่น คนบางคนมีทรัพย์สินเงินทองและสิ่งครอบครองบริโภคร้านวัตถุพร้อมบริบูรณ์ จัดได้ว่าในด้านที่ตามองเห็นเขาเป็นคนที่มีความสุขหรืออาจเป็นคนที่มีความทุกข์มากก็ได้ คุณภาพชีวิตที่ดีแท้จริงต้องพร้อมทั้งด้านหรือระดับที่มองเห็นและด้านหรือระดับที่เลยจากที่มองเห็นและมองไม่เห็น ความสำคัญของการพัฒนาคุณภาพชีวิต จึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องพัฒนาให้มีคุณภาพ เพราะมนุษย์เป็นปัจจัยที่สำคัญยิ่งต่อการพัฒนาสิ่งต่าง ๆ ดังนั้น จึงจำเป็นที่จะต้องสร้างคนให้มีความรู้มีความสามารถมีทักษะพื้นฐานที่จำเป็นมีลักษณะนิสัยจิตใจที่ดีงาม มีความพร้อมที่จะต่อสู้เพื่อตนเองและสังคม มีความพร้อมที่จะประกอบกรงานอาชีพได้ การศึกษาพัฒนาคุณภาพชีวิตก็เพื่อที่จะให้ได้พัฒนาไปในทิศทางที่ถูกต้องเหมาะสม และเจริญยิ่งขึ้นไป จึงเป็นสิ่งจำเป็นต่อชีวิตของคนเราอีกประการหนึ่งที่นอกเหนือจากปัจจัย ๔ ในการดำรงชีวิตให้มีคุณภาพ เป็นสิ่งสำคัญต่อการดำรงชีวิตในปัจจุบันนี้

การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางพุทธศาสนาสามารถนำมาปรับใช้กับชีวิตประจำวันเพื่อให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นได้ โดยการนำหลักคำสอนทางพุทธศาสนาเป็นหลักในการดำเนินชีวิต การนำหลักคำสอนมาปฏิบัติในชีวิต ไม่จำเป็นต้องเป็นคำสอนที่เข้าใจยากหรือซับซ้อนเกินไป ยกตัวอย่างเช่น การทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว, การถือศีล ๕ หรือการเชื่อในกฎแห่งกรรม ยกตัวอย่างของการนำหัวใจคำสอนของพระพุทธเจ้าเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต คือละความชั่ว ทำความดี ทำจิตใจให้บริสุทธิ์

^๙ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), “สุขภาวะของสังคมแนวพุทธ (๒๐)”, ข่าวสด, (๒๑ มิถุนายน ๒๕๕๑) : ๓๑)

^{๑๐} สัญญา สัญญาวิวัฒน์, **ทฤษฎีและกลยุทธ์พัฒนาสังคม**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ๑๗๐.

ความหมายก็คือมนุษย์ทุกคนล้วนต้องการหลุดพ้นจากความทุกข์ トラบโดที่จิตใจของเรายังมีความโลภ โกรธ หลงก็จะหลุดพ้นจากความทุกข์ได้ยาก ดังนั้นมนุษย์จะหลุดพ้นความทุกข์ได้ต้องมีจิตใจที่บริสุทธิ์ จะมีจิตใจที่บริสุทธิ์ ก็ต้องเริ่มมาจากการทำความดี จะทำความดี ก็ต้องละความชั่วให้ได้เสียก่อน เปรียบเหมือนกับการล้างจาน เวลาที่เราล้างจาน ก่อนอื่นต้องเอาเศษอาหารออกก่อน ต่อมาก็ทำความสะอาดโดยใช้น้ำล้าง แล้วก็ล้างน้ำยาล้างจาน สุดท้ายทำความสะอาดบริสุทธิ์ของจานใบนั้นก็ผ่องขึ้นมา สิ่งที่ได้กล่าวมาข้างต้นก็เหมือนกับการใช้ชีวิต สิ่งที่มีมนุษย์ต้องการมากที่สุดคือคุณภาพชีวิตที่ดี เราจะทำอย่างไรให้เกิดคุณภาพชีวิตที่ดี อย่างหนึ่งที่เป็นคำตอบได้คือการรู้จักพอ (พอเพียง พอใจ ในสิ่งที่ตนมี) เมื่อเกิดความพอแล้วความต้องการต่างๆก็จบลง แล้วความสุขในชีวิตก็จะเกิดขึ้นจากนั้นคุณภาพชีวิตที่ดีก็จะตามมา

ถ้าคนเรานำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่มีการเรียนรู้ฝึกฝนตนเองอยู่เสมอ และสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างดี ซึ่งทำให้มีชีวิตที่ดี มีสติ เพราะสติ เป็นจุดเริ่มต้นแห่งปัญญา มีความสุขที่แท้จริง ดำเนินชีวิตด้วยปัญญา รู้เท่าทันความจริงที่เป็นธรรมดาที่เป็นเหตุปัจจัยในกฎของธรรมชาติ สิ่งเหล่านี้เป็นประโยชน์แก่ตนเอง สามารถทำหน้าที่ของตนเองได้อย่างถูกต้อง ตั้งใจทำให้ดี พัฒนาตนเอง ให้ถึงจุดมุ่งหมายของชีวิต ทำให้เกิดคุณประโยชน์ต่าง ๆ จนส่งผลให้มีความประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน เมื่อเรามีความตั้งใจในงานที่ได้รับ มีความพยายามในสิ่งที่ต้องรับผิดชอบ รู้จักใช้ปัญญาในการแก้ไขปัญหา เมื่อเกิดปัญหา สามารถไตร่ตรอง ตรวจสอบเหตุผลที่เป็นจริงได้ มีการพัฒนาหน้าที่การงานของตนเองไปในทางที่ดีที่เจริญ จากนั้นก็ร่วมมือพัฒนาสังคมต่อ มีการพัฒนาให้เจริญงอกงาม เมื่อสังคมมีการพัฒนา ที่มีการเน้นทางด้าน การปรับพฤติกรรม พัฒนาพฤติกรรมให้เหมาะสม และยังเสริมไปสู่จุดมุ่งหมายสร้างในสิ่งที่ต้องการ วางแผนและแนวทางในการปฏิบัติ นำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาใช้ในการดำรงชีวิต ยึดหลักปฏิบัติที่มีประโยชน์ต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และต่อสังคม เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม ตลอดจนการดำเนินชีวิตไปสู่การดำเนินชีวิตที่เข้าถึงจุดมุ่งหมายสูงสุดต่อไป

๕.๓ วิเคราะห์การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักบุญกิริยาวัตถุ ๑๐

จากผลการวิจัยสรุปประเด็นนี้พบว่าจากการศึกษา การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ ไม่ว่าจะเป็นการพัฒนามนุษย์ เป็นสิ่งที่สำคัญอย่างยิ่ง เพราะมนุษย์นั้นเป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนาสิ่งต่าง ๆ ตามที่พระพุทธองค์ ได้แสดงเหตุที่บุคคลจะให้ทานไว้ ๘ ประการ สรุปได้คือ บางคนให้ทานเพราะชอบพอกัน บางคนให้ทานเพราะโกรธ บางคนให้ทานเพราะหลง บางคนให้ทานเพราะกลัว บางคนให้ทานเพราะทำตามบรรพบุรุษ บางคนให้ทานเพราะอยากขึ้นสวรรค์ บางคนให้ทานเพราะนึกว่า เมื่อให้แล้วจิตใจย่อมเลื่อมใส ความเบิกบานใจ ความดีใจ ย่อมเกิดตามลำดับ และบางคนให้ทานเพราะประดับประดาจิตใจของตนให้สะอาดปราศจากหรือบรรเทาความโลภ และความเห็นแก่ตัวที่มี จะเห็นได้ว่า การที่บุคคลจะให้อะไรแก่บุคคลใดบุคคลหนึ่งนั้น เพราะมีสาเหตุต่าง ๆ กันไป อันได้แก่ ให้เพราะอยากให้ คือ ด้วยความเต็มใจก็มี ให้ทั้งที่ไม่อยากจะให้ คือ ให้ความไม่เต็มใจก็มี ให้เพราะคิดว่าเป็นการทำบุญตามที่บรรพบุรุษเคยทำมา ให้แล้วจะให้ขึ้นสวรรค์ก็มี ให้เพราะคิดว่าทำให้ใจเบิกบานก็มี และให้เพราะต้องชำระจิตใจของตนให้สะอาดอันเป็นการขจัดความโลภหรือความเห็นผิด บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ เป็นหลักแห่งการทำบุญ หรือหลักแห่งการทำความดีที่พึงนำมาใช้ในวิถีชีวิต ประกอบด้วย การให้ทาน ได้แก่ อามิสทาน ธรรมทาน และอภัยทาน เป็นการ

ทำบุญ หรือ ทำความดี ที่สามารถลดความตระหนี่ หรือ เห็นแก่ตัวลงได้ด้วยการเสียสละแบ่งปัน เกื้อกูล ผู้อื่นด้วยความเมตตา และพัฒนาขึ้นเป็น การรักษาศีล เป็นการประพฤติตนให้เรียบร้อยทาง กาย วาจา เช่น การให้ทาน (ทานมัย บุญกิริยาวัตถุ) การรักษาศีล (ศีลมัย บุญกิริยาวัตถุ) การเจริญ ภาวนา (ภาวนามัย บุญกิริยาวัตถุ) จิตตภาวนา ปัญญาภาวนา พระพุทธศาสนานั้นสอนให้มนุษย์รู้จัก เสียสละมีน้ำใจโอบอ้อมอารีต่อกัน และช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เป็นอันดับแรกของการทำบุญ มนุษย์ จึงจะสามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข จึงเป็นหลักประกันสังคมให้มนุษย์มีชีวิตเพื่อให้ความเคารพ และให้เกียรติกันและกัน ไม่ถือเอาหรือละเมิดในทรัพย์สินของผู้อื่นอันมิใช่กรรมสิทธิ์ของตน ปลุกฝัง ค่านิยมเรื่องความรักเดียวใจเดียวและซื่อสัตย์ต่อกัน พัฒนาชีวิตในด้านการพูดจาโดยการถ่ายทอด ข้อมูลหรือเรื่องราวต่าง ๆ ที่เป็นจริงอย่างตรงไปตรงมา และมีการพัฒนาชีวิตในด้านการเลือกสรรดีมี กินสิ่งที่ก่อให้เกิดประโยชน์ ไม่มีวเมมาในสิ่งที่ไม่ก่อให้เกิดการบั่นทอนทางสติปัญญา การรักษาศีลจึงเป็น การพัฒนาคุณภาพชีวิตในแง่ที่ทำให้ช่วยขจัดปัญหาทางสังคมคือ อาชญากรรมด้านชีวิต ทรัพย์สิน เพศสัมพันธ์ การโกหกหรือหลอกลวง และการทำลายชีวิตตัวเองและผู้อื่นได้ด้วยการไม่เสพสิ่งมีนเมา การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยหลักศีลภาวนา จะมุ่งไปที่การใช้ปัจจัยภายนอก โดยความประพฤติให้อยู่ ในระบบในการดำเนินชีวิต ที่ไม่ให้ชีวิตตนเองเข้าไปเบียดเบียนร่างกาย ทรัพย์สินคุ้มครอง วาจา ตลอดจนพัฒนาชีวิตของตนไม่ให้เข้าไปมัวเมากับสิ่งที่ทำลายหรือบั่นทอนสติปัญญาของตนเอง

การพัฒนามนุษย์ตามหลักพระพุทธศาสนาเถรวาท คือ การทำให้ซึ่งมีการพัฒนา ๔ ด้าน คือ พัฒนากาย พัฒนาคามประพฤติ การฝึกอบรมจิตใจ และการเจริญปัญญา

๑) การพัฒนามนุษย์ด้านกาย แนวทางการพัฒนากายตามหลักอินทรียสังวร คือ กำหนดโดยความเป็นของมีที่ที่สุด คือกำหนดว่าไม่ยั่งยืน ไม่เที่ยงมีความแปรผันไปเป็นธรรมดา กำหนด ว่า ไม่เที่ยง ถูกปัจจัยปรุงแต่ง อาศัยปัจจัยเกิดขึ้น มีความสิ้นไปเป็นธรรมดา ประโยชน์ของการพัฒนา กายตามหลักอินทรียสังวร คือ ทำให้มองทุกสิ่งอย่างได้ตามความเป็นจริง ไม่ยึดมั่นถือมั่นในตัวตน รวมทั้งสิ่งใดสิ่งหนึ่งมากเกินไปจนเกิดความจำเป็น

๒) การพัฒนามนุษย์ด้านศีลภาวนา แนวทางการพัฒนาศีลตามหลักสุจจริต คือ การทำ สิ่งที่ดีงามถูกต้อง ความประพฤติชอบด้วยกาย วาจา และใจ ประโยชน์ของการพัฒนาศีลตามหลัก สุจจริต คือ การประพฤติสุจริตธรรมย่อมเป็นคนไม่มีภัย ไม่มีเวร มีกาย วาจา ใจปลอดโปร่งบริสุทธิ์

๓) การพัฒนามนุษย์ด้านจิตตภาวนา แนวทางการพัฒนาจิตตามหลักจิตตานุปัสสนา คือ พิจารณา ความนึกคิดของตน พิจารณา อารมณ์ที่เข้ามาทางอายตนะพิจารณา ทั้งความนึกคิดและ อารมณ์ที่เข้ามาทางอายตนะ ประโยชน์ของการพัฒนาจิตตามหลักจิตตานุปัสสนา คือ เป็นการฝึกสติ ให้รู้เท่าทันจิตแบบต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น เมื่อปฏิบัติดีแล้ว เป็นเครื่องอยู่ของจิตหรือสติ และทำให้เกิด ปัญญา

๔) การพัฒนามนุษย์ด้านปัญญาภาวนา แนวทางการพัฒนามนุษย์ด้านปัญญาตามหลัก โยนิโสมนสิการคือ การทำในใจโดยแยบคาย กระทำไว้ในใจโดยอุบายอันแยบคาย การพิจารณาโดย แยบคาย ๑๐ อย่าง คือ วิธีคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัย วิธีคิดแบบแยกแยะส่วนประกอบหรือกระจาย เนื้อหา วิธีคิดแบบสามัญลักษณะ ประโยชน์ของการพัฒนาปัญญาตามหลักโยนิโสมนสิการ คือ การ สร้างเสริมคุณภาพจิต มุ่งปลุกเร้ากุศลธรรม เน้นที่การสกัดหรือข่มตัณหา ทำให้เกิดปัญญาและการ พัฒนาปัญญาเท่าทันกิเลสทั้งปวง

การที่จะพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่อแก้ปัญหาสังคมที่กำลังเกิดขึ้นและขยายวงกว้างในภูมิภาคต่าง ๆ ทุกองค์กรของประเทศชาติ จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องพัฒนาชุดความคิดเพื่อบูรณาการหลักการเหล่านี้ เพื่อจะนำไปเป็นฐานรองรับในการออกแบบเครื่องมือ เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตในรูปแบบต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นให้สอดคล้องกับมิติของการพัฒนาทางกายภาพ พฤติกรรม จิตใจและปัญญา พุทธศาสนามีคำสอนที่มีความเหมาะสมกับการพัฒนาสังคมไทยเพราะหลักพุทธธรรมเป็นการสร้างคนที่มีคุณภาพชีวิตของให้คนในสังคมดำเนินชีวิตบนฐานแห่งความจริง รู้จักพึ่งพาตนเอง ชยัน ประหยัด เรียบง่าย ใฝ่สันติ มีศีลธรรม เผื่อแผ่ความรัก และปราศจากความเห็นแก่ตัว เพื่อเป้าหมายแห่งความหลุดพ้นได้อย่างหมดจด

6. อภิปรายผลการวิจัย

การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ อย่าง เป็นหลักแห่งการทำบุญ หรือหลักแห่งการทำความดีที่พึงนำมาใช้ในวิถีชีวิตมีการฝึกฝนพัฒนาตนเองให้ดียิ่งขึ้นไป แต่อย่างไรก็ตามเมื่อมีการพัฒนาตน พัฒนาคณะแล้วสิ่งสำคัญที่จะทำให้สังคมมีความเจริญก้าวหน้าที่ดีแล้ว การพัฒนางานให้มีประสิทธิภาพก็เป็นสิ่งสำคัญอย่างหนึ่ง หลักธรรมที่จะนำมาช่วยในการแก้ไขปัญหาและหาทางที่จะทำให้เจริญก้าวหน้าจะต้องใช้หลักธรรมควบคู่กับการพัฒนาคุณภาพชีวิต ซึ่งทำให้มีชีวิตที่ดี มีสติ เพราะสติ เป็นจุดเริ่มต้นแห่งปัญญามีความสุขที่แท้จริง ดำเนินชีวิตด้วยปัญญา รู้เท่าทันความจริงที่เป็นธรรมดาที่เป็นเหตุปัจจัยในกฎของธรรมชาติ สิ่งเหล่านี้เป็นประโยชน์แก่ตนเอง สามารถทำหน้าที่ของตนเองได้อย่างถูกต้อง ตั้งใจทำให้ดี พัฒนาตนเอง ให้ถึงจุดมุ่งหมายของชีวิต ทำให้เกิดคุณประโยชน์ต่าง ๆ จนส่งผลให้มีความประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน ประกอบด้วย การให้ทาน ได้แก่ อามิสทาน ธรรมทาน และอภัยทาน เป็นการทำบุญ หรือ ทำความดี ที่สามารถลดความตระหนี่หรือ เห็นแก่ตัวลงได้ด้วยการเสียสละแบ่งปัน เกื้อกูล ผู้อื่นด้วยความเมตตา และพัฒนาขึ้นเป็น การรักษาศีล เป็นการประพฤติตนให้เรียบร้อยทางกาย วาจา ด้วยการปฏิบัติตามศีลธรรมให้เป็นวิถีชีวิต เมื่อรักษาศีลให้สมบูรณ์แล้ว ก็ทำความดีขึ้นที่ การเจริญภาวนา เป็นการพัฒนาตนเองด้วยการฝึกจิตใจให้อยู่ด้วยการมีสติ มีสมาธิ มีสัมปชัญญะ มีความเพียร รู้จักคิดพิจารณา รู้จักผิดชอบชั่วดี พระพุทธศาสนานั้นสอนให้มนุษย์รู้จักเสียสละมีน้ำใจโอบอ้อมอารีต่อกัน และช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เป็นอันดับแรกของการทำบุญ มนุษย์จึงจะสามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข สอดคล้องกับงานวิจัยของพระมหาพรสวรรค์ กิตติวโร (จันโปรด) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักกุตลกรรมบถ ๑๐ ประการ”^{๑๑} ผลการวิจัยพบว่า การพัฒนามนุษย์ตามหลักกุตลกรรมบถ ๑๐ ประการมีความหมายและความสำคัญเป็นการพัฒนาที่ครอบคลุมการพัฒนาคนให้ดีขึ้นทั้ง ๓ ทาง คือ ทางกาย วาจาและใจ เมื่อมนุษย์ได้พัฒนาทั้งกาย วาจาและใจ ไปในทางที่ดีแล้ว ย่อมมีแนวทางในการใช้ชีวิตในสังคม ด้วยการทำให้ตนเป็นคนดีพร้อมทั้งยังปฏิบัติต่อคนรอบข้างด้วยความดี เมื่อทุกคนเป็นคนดี ประพฤติปฏิบัติดีต่อกันเป็นจำนวนมาก สังคมที่อยู่กับเป็นสังคมของคนดี ซึ่งสามารถนำมาใช้ประโยชน์ในการเปลี่ยนแปลงฟื้นฟูและปรับปรุงทั้งตนเองและสังคมรอบข้างให้ดีขึ้น

^{๑๑} พระมหาพรสวรรค์ กิตติวโร (จันโปรด), “ศึกษาการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักกุตลกรรมบถ ๑๐ ประการ, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ๑๕๐.

ความสำคัญต่อการพัฒนามนุษย์มีเป้าหมายเพื่อเป็นการแก้ปัญหาของมนุษย์ โดยมีหลักการปฏิบัติรวมลงในไตรสิกขาเป็นหลักการพัฒนาทางกาย วาจา จิต และปัญญา ซึ่งสามารถพัฒนามนุษย์ได้ทุกระดับขั้นระดับสังคม

สรุปว่าการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักบุญกิริยวัตถุ ๑๐ อย่าง เป็นหลักแห่งการทำบุญหรือหลักแห่งการทำความดีที่พึงนำมาใช้ในวิถีชีวิต เป็นสิ่งสำคัญต่อการดำรงชีวิตในปัจจุบันนี้ ถ้าคนเรานำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่มีการเรียนรู้ฝึกฝนตนเองอยู่เสมอ และสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างดี นำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามายึดในการดำรงชีวิต ยึดหลักปฏิบัติที่มีประโยชน์ต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และต่อสังคม เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม ตลอดจนการดำเนินชีวิตไปสู่การดำเนินชีวิตที่เข้าถึงจุดมุ่งหมายสูงสุดต่อไป

๗. ข้อเสนอแนะ

๗.๑ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

๑. ควรส่งเสริมสนับสนุนให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องนำหลักธรรมคำสอนเรื่องบุญกิริยวัตถุ ๑๐ ในพระพุทธศาสนา ไปจัดทำเป็นหลักสูตรอบรมให้กับหน่วยงานต่างๆ ทั้งภาครัฐและเอกชนเพื่อจะได้นำไปปฏิบัติและเป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิต

2. ควรส่งเสริมและสนับสนุนหน่วยงานที่เกี่ยวข้องให้มีการรณรงค์ เผยแพร่ในสื่อต่าง ๆ ทุกด้านเพื่อให้ประชาชนทั่วไปมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับหลักบุญกิริยวัตถุ ๑๐

๗.๒ ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

๑. หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรนำองค์ความรู้เรื่องการประยุกต์ใช้หลักบุญกิริยวัตถุ ๑๐ ไปปฏิบัติเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคลากรในองค์กรให้เกิดความสุขและประสิทธิภาพในการทำงาน

๒. หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรจะมีการจัดโครงการอบรมแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยหลักบุญกิริยวัตถุ ๑๐

๗.๓ ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

๑. การศึกษาวิเคราะห์การพัฒนาคุณภาพชีวิตกับการบำเพ็ญบุญของชาวพุทธในสังคมไทยยุคปัจจุบัน

๒. การศึกษาวิเคราะห์คุณค่าของบุญกิริยวัตถุ ๑๐ ที่มีผลต่อการดำเนินชีวิตของสังคมไทยยุคปัจจุบัน

๓. การศึกษาวิเคราะห์การพัฒนาคุณภาพชีวิตของพุทธบริษัท ๔ เชิงพุทธบูรณาการ

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Sources)

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Sources)

(๑) หนังสือ:

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จันทร์เพ็ญ, ๒๕๕๐.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). **เรื่องที่คุณไทยควรเข้าใจให้ถูกต้อง**. พิมพ์ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์บริษัทสหธรรมมิก จำกัด, ๒๕๔๒.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). **“สุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธ (๒๐)”**. ข่าวสด.๒๑ มิถุนายน ๒๕๕๑.

สัญญา สัญญาวิวัฒน์. **ทฤษฎีและกลยุทธ์พัฒนาสังคม**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย, ๒๕๔๙.

(๒) วิทยานิพนธ์:

พระมหาพรสวรรค์ กิตติวโร (จันโปรด). **“ศึกษาการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักกุศลกรรมบถ ๑๐ ประการ. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.**

(๓) ภาษาอังกฤษ:

Sheila L. Croucher. **Globalization and Belonging: The Politics of Identity in a Changing World**. Rowman & Littlefield. 2004.