

## การประยุกต์ใช้หลักสติปัฏฐาน 4 ในการบริหารองค์กร APPLICATION OF THE FOUR FOUNDATION OF MINDFULNESS IN ORGANIZATION MANAGEMENT

พระมหาสมพงษ์ ฐิตจิตโต<sup>1</sup>, พระครูปลัดคำรณ กตปุญโญ<sup>2</sup>, พระครูศรีหิรัญธรรมาทร<sup>3</sup>,  
พระปลัดสัญญา สณญโต<sup>4</sup>, พระครูธีรธรรมพิมล<sup>5</sup>, ภัชลา สุวรรณวล<sup>6</sup>  
Phramaha Sompong Thitajitto<sup>1</sup>, Phrakruplat Kamron Katapunyo<sup>2</sup>, Phrakhrusiranyadhammathon<sup>3</sup>,  
Phraplasanya Sanyato<sup>4</sup>, Phrakhusrithreeradhamaphimol<sup>5</sup>, Pachlada Suwannual<sup>6</sup>  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตสุรินทร์<sup>1</sup>  
Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Surin, Campus<sup>1</sup>  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์สุราษฎร์ธานี<sup>2-6</sup>  
Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Surat Thani Buddhist College<sup>2-6</sup>  
E-mail: chotniphitphon9999@gmail.com

ได้รับบทความ: 9 สิงหาคม 2562; แก้ไขบทความ: 28 กันยายน 2562; ตอรับตีพิมพ์: 16 ตุลาคม 2562  
Received: August 9, 2019; Revised: September 28, 2019; Accepted: October 16, 2019

### บทคัดย่อ

สติปัฏฐาน คือ การตั้งสติสัมปชัญญะเพียรพิจารณาภายในกาย เวทนาจิต และธรรม เพื่อกำจัดความทุกข์ทั้งปวง การตั้งสติกำหนดพิจารณาในสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริงคือตามที่เป็นที่สิ่งนั้นๆ มันเป็นของมันเอง แบ่งเป็น 4 ประการคือ 1. กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน (การพิจารณารู้อยู่ในกาย) 2. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน (การพิจารณารู้อยู่ในเวทนา) 3. จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน (การพิจารณารู้อยู่ในจิต) และ 4. ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน (การพิจารณารู้อยู่ในธรรมทั้งหลาย) การนำหลักสติปัฏฐานไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน จักทำให้เกิดการพัฒนาในชีวิต 3 ด้าน คือ 1. การเรียนรู้ ทำให้มีสมาธิมั่นคง มีความทรงจำแม่นยำ แจ่มชัด ไม่พร่า ไม่เลือนง่าย 2. ด้านคุณภาพชีวิต คนที่ฝึกจิตแล้ว จิตจะมีลักษณะมีพลัง สงบ แจ่มใส นุ่มนวล อดทนอดกลั้น อยู่เป็นสุขในปัจจุบัน ทำให้มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ 3. ด้านสังคม เป็นคนมีศีล ทำให้ไม่เป็นอันตรายต่อใครๆ ในสังคมสามารถอยู่ร่วมกับคนในสังคมได้อย่างมีความสุข เป็นคนมีสมาธิ ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ เป็นแบบอย่างหรือประจักษ์พยานให้คนในสังคมเห็นว่าคนที่มีความสุขจิตดีนั้นชีวิตจะมีแต่ความราบรื่น สงบเย็น และเป็นสุข เป็นคนมีปัญญา ทำให้ทรัพยากรบุคคลที่ทรงคุณค่าของสังคมเป็นที่พึ่งของตนได้ เป็นที่พึ่งของสังคมและประเทศชาติได้ ร่วมเป็นพลังสำคัญในการสร้างสรรค์พัฒนาประเทศชาติได้อย่างมีประสิทธิภาพ อยู่อย่างไคร่ไหนหรือทำงานที่หนักก็ทำให้ออกกำลังกาย มีความเจริญก้าวหน้า เป็นต้น

**คำสำคัญ:** สติปัฏฐาน 4, การจัดการองค์กร

### Abstract

Mindfulness is the consciousness of mind, body, compassion, and theology to eliminate all suffering. Consciousness requires consideration of all things to be seen as is the truth. It is divided into 4 aspects, which are 1) Kaya-nupasana (Mindfulness in the body), 2) Vedana-nupassana (Mindfulness of feeling) (Mindfulness in mind), 3) Citta-nupassana (Mindfulness as regards thoughts) 4) Dhamma-nupassana (mindfulness as regard ideas) Applying the principles of consciousness in daily life will cause development in life in three areas, namely: - 1) learning was resulting in stable concentration accurate memories that are clear, not blurry, not easy to fade, 2) quality of life people who practice the mind. The mind will have the power, calm, clear, gentle, suitable for the job. The life happily today makes perfect consciousness, 3) society is a person who has precepts that is not harmful to anyone. In society, the person can live happily with people and being a person of concentration working effectively as a model or testimony for people in society to see that people with good mental health life will be smooth, calm, cool, and happy. Mindfulness makes the valuable human resources of the society your reliance. It is the refuge of society and the nation. It is an important force to create and develop the country efficiently, which organization? Or where do you work causing the organization to progress, etc.?

**Keywords:** Mindfulness, organization management

### บทนำ

สติปัฏฐาน แปลว่า ที่ตั้งของสติวิธีปฏิบัติเพื่อใช้สติให้บังเกิดผลดีที่สุดการพัฒนาปัญญา โดยมีสติเป็นตัวเด่น หมายถึง การมีสติพร้อมอยู่อย่างกับจิตไว้ให้ทันต่ออารมณ์ คือ สิ่งที่เกี่ยวข้องรับรู้ รับทราบโดยช่วยให้ปัญญาตามดูรู้ทันมองเห็นสิ่งนั้นๆตามความเป็นจริง คือตามทีสิ่งนั้นๆมันเป็นของมัน ไม่เกิดมีความติดใจ-ขัดใจ ยินดี-ยินร้ายปรุงแต่ง-เอนเอียง ขึ้นมาครอบงำตามอำนาจของกิเลส ตัณหา ดำรงจิตเป็นอิสระเบิกบาน ปลอดภัยจากโทมนัส คือ ปราศจากทุกข์ทางใจ

สติปัฏฐานเป็นวิธีปฏิบัติธรรมที่นิยมกันมาก และยกย่องนับถือกันอย่างสูงพระพุทธเจ้าทรงชี้ว่าสติปัฏฐานเป็น เอกายนมรรค คือ ทางปฏิบัติอันเอกอันเดียว เนื่องจากสติปัฏฐานนั้นมีพร้อมทั้งสมณะและวิปัสสนาครบในตัว

สติปัญญาเป็นหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการบริหาร  
ตน บริหารงาน และบริหารองค์กรได้ พระพุทธเจ้าได้ตรัสวัตถุประสงค์ของการปฏิบัติวิปัสสนา  
กรรมฐานตามแนวสติปัญญา 4 ไว้ 5 ประการ คือเพื่อความบริสุทธิ์ของจิตเพื่อกำจัดความเศร้าโศก  
เสียใจพิโรธพินเพื่อกำจัดความทุกข์กายทุกข์ใจเพื่อเข้าใจชีวิตตามความเป็นจริงและเพื่อความดับทุกข์  
คือพระนิพพาน(ฐิตวณฺโณภิกขุ, 2546) ดังพระดำรัสตรัสไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางสายเดียว  
เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโศกะ และปริเวหา เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุญา  
ยธรรม เพื่อให้แจ้งนิพพาน ทางนี้คือสติปัญญา” (พระไตรปิฎกภาษาไทย 11/143: 104-105)

การบริหารองค์กร ไม่ว่าจะเป็นภาครัฐหรือเอกชน ผู้บริหารมักประสบปัญหาในการ  
บริหารตามสภาพปัญหาของแต่ละองค์กร ปัญหาเกี่ยวกับคนเป็นปัญหาหลักที่สร้างความหนักอก  
หนักใจให้กับผู้บริหารเป็นอย่างมาก เนื่องจากคนเป็นสิ่งมีชีวิตมีจิตใจมีความคิดเป็นของตัวเอง ซึ่ง  
ปัญหาเกี่ยวกับคนนั้นเป็นอุปสรรคต่อการบริหารงานองค์กรเป็นอย่างมาก ดังนั้นแต่ละองค์กรจึง  
ต้องมีวิธีการบริหารจัดการที่สอดคล้องกับสภาพบริบทสังคมในองค์กรนั้นๆ เพื่อบริหารจัดการ  
บุคลากรในองค์กรให้เกิดความสมัคสมานสามัคคี เกิดมีใจเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ร่วมกันทำงานเพื่อ  
องค์กร เพื่อสรรสร้างงานให้เกิดประสิทธิภาพสำเร็จประโยชน์ต่อองค์กรมากที่สุด ซึ่งในการบริหารงาน  
นั้นจักอาศัยแต่หลักการและแนวคิดทฤษฎีมาใช้โดยฝ่ายเดียวหาเกิดประโยชน์สูงสุดได้ไม่ จำเป็นต้อง  
อาศัยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา มาประยุกต์ใช้เพื่อบูณาการเข้ากับศาสตร์สมัยใหม่จึงจักเกิด  
ประโยชน์สูงสุดต่อองค์กรและชุมชนได้เป็นอย่างดี

ดังนั้น ผู้เขียนจึงสนใจที่จะศึกษาการประยุกต์ใช้หลักสติปัญญา 4 ในการบริหารองค์กร  
เพื่อเป็นการบูรณาการหลักพุทธธรรมในการพัฒนาองค์กรให้มีความเจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้นไปและการ  
บริหารงานเกิดประสิทธิภาพสร้างประโยชน์สูงสุดต่อองค์กร และนำเสนอเป็นผลงานวิชาการต่อไป

### ความหมายของสติปัญญา

คำว่า สติปัญญา มาจาก สติ คือ การรับรู้ ปัญญา คือเข้าไปตั้งไว้ สติปัญญาหมายถึงการ  
ระลึกที่เข้าไปตั้งไว้ในกองรูป เวทนา จิต และสภาวะธรรม อีกนัยหนึ่ง หมายถึง การระลึกอย่างมั่นคง  
ในกองรูป เวทนา จิต และสภาวะธรรม (พระโสภณมหาเถระ(มหาสิสยาตอ), 2549)

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้ให้ความหมายไว้ว่า สติปัญญาธรรมเป็นที่ ตั้งแห่ง  
สติข้อปฏิบัติมีสติเป็นประธานการตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นเท่าทันตามความเป็นจริง  
การมีสติกำกับดูสิ่งต่างๆ และความเป็นไปทั้งหลาย โดยรู้เท่าทันตามสภาวะของมันไม่ถูกครอบงำด้วย  
ความยินดียินร้าย ที่ทำให้มองเห็นเพี้ยนไปตามอำนาจกิเลสมี 4 อย่างคือ กาย เวทนา จิต และธรรม  
สติปัญญา 4 คือ ที่ตั้งของสติ การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริง คือ  
ตามที่สิ่งนั้นๆ มันเป็นอย่างมันเอง (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2539)

สขพ ฦญญานภาพ ฦกกล่าวว สดปฏฐาน คอการตงสด 4 อยาง คอ การตงสดกําหนด พิจารณา กาย เวทนา จิต และธรรม เพื่อความปรสทธของสตร เพื่อกาวลวงความโสทความครํครวน เพื่อใหความทกขกายทกขใจตงอยไมได เพอบรรลธรรมที่ถกตอง เพื่อทาใหจางซึ่งพระนพพาน (สขพ ฦญญานภาพ, 2539)

ดงนจะเห็นไดว สดปฏฐาน คอ การตงสดสмпชญญะเพียรพิจารณากาย เวทนาจิต และธรรม เพอกําจัดความทกขทงปวง การตงสดกําหนดพิจารณาในสทงทหลายใหรู้เห็นตามความเป็น จรท คอ ตามที่สทงนํนํนเป็นของมนเอง

### ประเภทของสดปฏฐาน

สดปฏฐาน มี 4 ประการ คอ

1. กายานุปัสสนาสดปฏฐาน หมายถึง การตงสดกําหนดพิจารณากาย, การมีสดกํากับดู รู้เทาทนกายหรือดูรู้ทนกาย ใหรู้เห็นตามความเป็นจรท (พระพรหมคณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต) การ พิจารณาตามดูรู้ทนกายเพอเห็นตามความเป็นจรทถึงความเกดซัน และความสออมไปของกายแลวละ วางความยดติดถอมนดวยกเลสในกายตน ละวางความยดติดถอมนดวยกเลสในกายผูอนมีสดรู้ว่ากาย มออยู่เพอใหหมายรู้ไปตามความเป็นจรทมิใช่เพอใหยดติดถอมนไว เมื่อพิจารณาเห็นตามความเป็นจรท เช่นนัตถหาและความเห็นผดยอมจางคลายไป ปลอดโปรงดวความไมยดติดถอมนสทงใดๆในโลก ทาน จําแนกแนวทางสําหรับการปฏิบัติไว 6 หมวด คอ

1) หมวดอานาปานสดคอ การกําหนดรู้ลมหายใจเขาออกกล่าวคอมีสดพิจาณาลม หายใจเขาออกวาเกดซัน และดบไป (สออมไป, เปลยนไป) เป็นธรรมดา

2) หมวดอริยาบถคอการกําหนดรู้อริยาบถใหญ่ทง 4 คอ การเดน ยืน นง นอน หรืออริยาบถใดๆ วาเกดซัน และดบไป (สออมไป, เปลยนไป) เป็นธรรมดา

3) หมวดสмпชญญะคอ การกําหนดรู้อริยาบถอยมีการเหยียด การคู้เป็นต้นร่วมไป กับอริยาบถใหญ่กล่าวคอมีสดพิจาณาการกาว ถอย แลมอง กิน ต้ม พุด ชบถาย ฯลฯ วาเกดซัน และ ดบไป (สออมไป, เปลยนไป) เป็นธรรมดา

4) หมวดปฏิกุสมนสการคอ การกําหนดรู้สทงปฏิกูลวาร่างกายเป็นของนําเกลียดดว ผม ขน เป็นต้นกล่าวคอมีสดพิจาณาการนี้ตงแต่ทาจรดปลายผม วาประกอบด้วยอววยวะนอยใหญ่ อนเกดซัน และดบไป (สออมไป, เปลยนไป) เป็นธรรมดา

5) หมวดธาตุมนสการคอ การกําหนดรู้ธาตุทง 4 คอ ธาตุดิน ธาตุนํ้าธาตุไฟ ธาตุลม กล่าวคอมีสดพิจาณาเห็นกายโดยความเป็นธาตุ 4 ดิน นํ้า ไฟ ลม อนเกดซัน และดบไป (สออมไป, เปลยนไป) เป็นธรรมดา

6) หมวดนวสวธิกะคือ การกำหนดรู้ชกศพ 9 ประภทมิชกศพที่พองอิด เป็นต้น กล่าวคือมีสติพิจารณาชกศพในลักษณะต่างๆแล้วน้อมเข้ามาสู่กายนี้ว่าย่อมต้องมีย่างนี้เป็นธรรมดาเกิดขึ้น และดับไป (เสื่อมไป, เปลี่ยนไป)เป็นธรรมดา (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), 2539)

สรุป กายานุปัสสนาสติปัฏฐานคือการตั้งสติกำหนดพิจารณากาย แบ่งออก 6 หมวดคือ 1) หมวดอานาปานะ 2)หมวดอิริยาบถ 3)หมวดสัมผัสัญญะ 4)หมวดปฏิกลมนสิการ5)หมวดธาตุนสิการ และ 6) หมวดนวสวธิกะ

2. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง การมีสติไม่ลืมนวเวทนา, ทั้งสุข ทุกข์ อุเบกขา มี และไม่มีอาภิส, ล้วนเป็นนามธรรมอย่างหนึ่งไม่มองกายด้วยความเป็นคน สัตว์ เรา เขาแต่มองแยกเป็น แคนามธรรมที่อาศัยเหตุปัจจัยมากมายเกิดขึ้นเป็นวงจรปฏิจสมุปบาทก็จะเห็นความเกิดดับ และเห็นว่าเวทнал้วนไม่เที่ยงเป็นทุกข์และเป็นอนัตตาเวทนา หมายถึง การเสวยอารมณ์(พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), 2539) หรือ ความรู้สึก พระพุทธรองค์ทรงจำแนกเวทนาไว้ตามลักษณะที่รู้สึกอารมณ์ 3 ประการ(พระไตรปิฎกภาษาไทย 18/249: 270) คือ ความสุข ทุกข์ หรือวางเฉยเวทนาทั้ง 3 ประการนี้ จะปรากฏแก่ผู้ปฏิบัติธรรม อาจประกอบรวมกับอาภิส คือ กามคุณ 5 ได้แก่ รูป เสียงกลิ่น รส และ สัมผัส ซึ่งเป็นเวทนาทางโลก หรืออาจไม่มีอาภิสประกอบซึ่งเป็นเวทนาที่สุขุมดั่งนั้น ในเวทนานุปัสสนา พระพุทธรองค์ตรัสเวทนาไว้ 9 ประการประกอบด้วยสุขเวทนาทุกขเวทนา อุเบกขาเวทนา สามิสสุข นิรามิสสุข สามิสทุกข์ นิรามิสทุกข์ สามิสอุเบกขา และนิรามิสอุเบกขาได้แก่การพิจารณาตามดูรู้ทัน เวทนา (ความสุข ทุกข์) ทั้งชนิดที่เป็น สามิส (สุขเจืออาภิส, สุขที่เกิดจากกามคุณ) และนิรามิส (ไม่ต้อง อาศัยกามคุณเป็นเครื่องหล่อ คือ สุขจากสมาธิ สุขจากความปลอดกิเลส)เพื่อเห็นตามความเป็นจริงถึงความเกิดดับ และความเสื่อมไปของเวทนาแล้วละวางความยึดติดถือมั่นด้วยกิเลสในเวทนาของตนและผู้อื่นมีสติรู้ว่าเวทนามีอยู่เพื่อให้หมายรู้ไปตามความเป็นจริงมิใช่เพื่อให้ยึดติดถือมั่นไว้ เมื่อพิจารณา เห็นตามความเป็นจริงเช่นนี้ตัณหาและความเห็นผิดย่อมจางคลายไปปลอดโปร่งด้วยความไม่ยึดติดถือ มั่นสิ่งใดๆในโลก สำหรับเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานนี้ท่านวางแนวทางการปฏิบัติไว้ 2 ประการ คือ

1) มีสติพิจารณาความสุข ความทุกข์ ในชีวิตประจำวันทั่วไป (สามิสสุข) อันเกิดขึ้น และดับไป (เสื่อมไป, เปลี่ยนไป) เป็นธรรมดา

2) มีสติพิจารณาความสุขสงบปราณีตจากสมาธิ (นิรามิสสุข) อันเกิดขึ้น และดับไป (เสื่อมไป, เปลี่ยนไป) เป็นธรรมดา(ออนไลน์)

3. จิตตานุปัสสนา สติปัฏฐาน หมายถึง การมีสติไม่ลืมนวจิตมีเหตุใกล้คือเจตสิก มากมายเป็นปัจจัยให้เกิดอยู่ไม่มองจิตด้วยความเป็นคน สัตว์ เรา เขา คือไม่มองว่าเรากำลังคิดเรา กำลังโกรธ หรือเรากำลังเหม่อลอย แต่มองแยกเป็นนามธรรมอย่างหนึ่งที่อาศัยเหตุปัจจัยมากมาย เกิดขึ้นเป็นวงจรปฏิจสมุปบาท ก็จะเห็นความเกิดดับและเห็นว่าจิตล้วนไม่เที่ยงเป็นทุกข์และเป็น อนัตตาพระพุทธรองค์ตรัสให้ผู้ปฏิบัติธรรมตั้งสติพิจารณาจิต เช่น จิตมีราคะ จิตปราศจากราคะจิตมี

โทสะ จิตปราศจากโทสะ จิตมีโมหะ จิตปราศจากโมหะ จิตหดหู่ จิตฟุ้งซ่าน จิตเป็นมหัคคตะ จิตไม่เป็นมหัคคตะ เป็นต้น (พระไตรปิฎกภาษาไทย 12/114: 111) กล่าวคือการพิจารณาตามความรู้ทันจิต เช่น ขณะนี้จิตของตนมีกิเลสอะไรแสดงตัวอยู่ จิตเป็นสมาธิ จิตฟุ้งซ่าน เป็นต้นก็รู้ชัดตามที่มันเป็นอยู่ในขณะนั้นๆ เพื่อเห็นตามความเป็นจริงถึงความเกิดขึ้น และความเสื่อมไปของจิตแล้วละวางความยึดติดถือมั่นด้วยกิเลสในจิตของตนและผู้อื่นมีสติรู้ว่าจิตมีอยู่เพื่อให้หมายรู้ไปตามความเป็นจริงมิใช่เพื่อให้ยึดติดถือมั่นไว้ เมื่อพิจารณาเห็นตามความเป็นจริงเช่นนี้ตัณหาและความเห็นผิวย่อมจางคลายไปตลอดไปร่งด้วยความไม่ยึดติดถือมั่นสิ่งใดๆในโลก ท่านวางแนวทางการปฏิบัติ ไว้ 4 แนวทาง คือ

1) มีสติพิจารณาจิตอันฟุ้งซ่านด้วยกิเลสในชีวิตประจำวันเช่น ความกระหายใคร่อยากในสิ่งต่างๆ ความโกรธแค้นเมื่อไม่ได้ดังใจความหดหู่ท้อแท้ เป็นต้น ว่ากิเลสเหล่านั้นก่อความเศร้าหมองในจิตใจอย่างไร จิตอันเศร้าหมองด้วยกิเลสเหล่านั้น เกิดขึ้น และดับไป (เสื่อมไป, เปลี่ยนไป) เป็นธรรมดา

2) มีสติพิจารณาจิตอันปลอดโปร่งจากกิเลสในชีวิตประจำวันเช่น ความสบายใจเมื่อทำงานสำคัญเสร็จด้วยดีความสบายใจเมื่อหายจากการป่วยด้วยโรคร้ายความสบายใจเมื่อพ้นจากความเป็นหนี้สิน เป็นต้นว่าความปลอดกิเลสเหล่านั้นก่อความเบิกบานในจิตใจอย่างไรจิตอันเบิกบานด้วยความปลอดกิเลสเหล่านั้น เกิดขึ้น และดับไป (เสื่อมไป, เปลี่ยนไป) เป็นธรรมดา

3) มีสติพิจารณาจิตอันปลอดโปร่งจากกิเลสเมื่อทำสิ่งอันเป็นกุศลเช่น เมื่อให้ทานจิตปลอดโปร่งจากความโลภเมื่อเจริญเมตตากรุณาจิตปลอดโปร่งจากความโกรธเมื่อเจริญปัญญาจิตปลอดโปร่งจากความหลง เป็นต้นว่าความปลอดกิเลสเหล่านั้นก่อความเบิกบานในจิตใจอย่างไรจิตอันเบิกบานด้วยความปลอดกิเลสเหล่านั้น เกิดขึ้น และดับไป (เสื่อมไป, เปลี่ยนไป) เป็นธรรมดา

4) มีสติพิจารณาจิตอันสุขสงบปราณีตจากสมาธิอันเกิดขึ้น และดับไป (เสื่อมไป, เปลี่ยนไป) เป็นธรรมดา(ออนไลน์)

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า จิตตามุสสันนาสติปฐฐานคือ การตั้งสติพิจารณาจิตว่า จิตนี้จักสักแต่ว่าจิตมีลักษณะรู้อารมณ์ เป็นนามธรรม ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา ประกอบด้วย การพิจารณาจิตที่มีราคะ การพิจารณาจิตที่มีโทสะ เป็นต้น

4. อัมมานุสสันนา สติปฐฐาน หมายถึง การมีสติไม่ลืมนึกว่าโลกียธรรมทั้งปวงเกิดจากเหตุปัจจัยมากมาย ไม่มองด้วยความเป็นคน สัตว์ เรา เขา แต่มองเป็นรูปธรรมและนามธรรมที่อาศัยเหตุปัจจัยมากมายเกิดขึ้นเป็นวงจรปฏิจจสมุปบาทก็จะเป็นความเกิดดับและเห็นว่าธรรมที่เกิดจากเหตุปัจจัยล้วนไม่เที่ยงเป็นทุกข์และเป็นอนัตตาการพิจารณาตามความรู้ทันธรรม คือรู้ชัดว่าธรรมนั้นๆมีอยู่ในใจตนหรือไม่ ที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้นได้อย่างไรที่เกิดขึ้นแล้วจะเสียได้อย่างไร เช่น นิรวณ, ขันธ, สังโยชน์, โพฆณค, อริยสัจ เพื่อเห็นตามความเป็นจริงถึงความเกิดขึ้นและความเสื่อมไปของธรรมเหล่านั้นที่มีในตนแล้วละวางความยึดติดถือมั่นด้วยกิเลสในธรรมทั้งหลายมีสติรู้ว่าธรรมมีอยู่เพื่อศึกษาปฏิบัติให้เจริญ

ยิ่งขึ้นไปมิใช่เพื่อให้ยึดติดถ้อยมั่นไว้ เมื่อพิจารณาเห็นตามความเป็นจริงเช่นนี้ค้นหาและความเห็นผิด  
ย่อมจางคลายไปตลอดไปด้วยความไม่ยึดติดถ้อยมั่นสิ่งใดในโลกธมมานุสสนาสติปัญฐานหมายถึง  
การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรมหรือการมีสติกำกับรู้เท่าทันธรรมซึ่งแบ่งออกเป็น 5 หมวด  
(พระไตรปิฎกภาษาไทย 12/115-136: 112-128) ประกอบด้วย หมวดนิวรรณ์ 5 หมวดขันธ 5 หมวด  
อายตนะ 12 หมวดโพชฌงค์ 7 และหมวดสังขะ 4 ทานวางแนวทางการปฏิบัติไว้พอเป็นตัวอย่างดังนี้

พึงรู้ชัดตามความเป็นจริงในอริยสัจ 4 ว่า

- ทุกข์ (ปัญหา): ขันธ์ 5 อันบุคคลยึดติดถ้อยมั่นด้วยกิเลสเป็นทุกข์
- สมุทัย (สาเหตุของปัญหา): ตัณหาความใคร่อยากด้วยกิเลสในสิ่งทั้งปวงเป็นทุกข์
- นิโรธ (เป้าหมาย): ความหลุดพ้น ปลอดโปร่ง เป็นอิสระจากทุกข์ เหตุแห่งทุกข์อยู่ที่ไหน

ค้นหาเกิดมีในสิ่งใดพึงพิจารณาดับที่นั่น

- มรรค (วิธีปฏิบัติ): วิธีปฏิบัติเพื่อเข้าถึงเป้าหมายแห่งความดับทุกข์ อันมีองค์ประกอบ 8 ประการ

เมื่อศึกษาทำความเข้าใจในอริยสัจ 4 (และธรรมต่างๆ) แล้ว พึงละวางความยึดติดถ้อยมั่น  
ด้วยกิเลสในธรรมทั้งหลายเช่น ความถือตัวว่าได้รู้ได้ศึกษามากความใคร่อยากในธรรมด้วยตัณหา  
มิใช่ด้วยฉันทะความใฝ่ดีความยึดมั่นไว้ด้วยกิเลสว่าธรรมนี้เป็นของตน ธรรมนี้มีในตน เป็นต้นมีสติรู้ว่า  
ธรรมมีอยู่เพื่อศึกษาปฏิบัติให้เจริญยิ่งขึ้นไปมิใช่เพื่อให้ยึดติดถ้อยมั่นไว้

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า ธมมานุสสนาสติปัญฐาน คือ การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรมหรือการ  
มีสติกำกับรู้เท่าทันธรรม ซึ่งแบ่งออกเป็น 5 หมวด ประกอบด้วย หมวดนิวรรณ์ 5, หมวดขันธ 5 หมวด  
อายตนะ 12 หมวดโพชฌงค์ 7 และหมวดสังขะ 4 ให้เห็นความเป็นจริง ไม่ใช่สัตว์บุคคล เรา เขา

### ประโยชน์ของการปฏิบัติสติปัญฐาน

- 1) สามารถกำจัดกิเลสต่างๆ เหตุของความทุกข์ความเดือดร้อนต่างๆ ลงได้
- 2) มีความทุกข์น้อยลง และมีความสุขมากขึ้น
- 3) คลายความยึดมั่นในสิ่งทั้งปวงลงได้ ไม่วุ่นวายเดือดร้อนไปตามกระแสโลก
- 4) มีจิตใจมั่นคง ไม่ฟุ้งหรือยุบลงด้วยอำนาจโลกธรรม
- 5) มีความเห็นแก่ตัวน้อยลง แต่บำเพ็ญประโยชน์เพื่อผู้อื่นมากขึ้น
- 6) จิตใจมีคุณธรรมหรือมีคุณภาพสูงขึ้นตามขั้นตอนของการปฏิบัติ
- 7) สามารถเข้านิโรธสมบัติ อันเป็นความสุขขั้นสูงในปัจจุบันภพได้
- 8) สามารถบรรลุความเป็นอริยบุคคล อันเป็นบุญเขตของโลก
- 9) ย่อมได้สัมผัสแห่งอริยผล อันเกิดจากการพ้นจากอำนาจของกิเลสได้
- 10) สามารถบรรลุนิพพานได้(พระไตรปิฎกภาษาไทย 10/104: 338-340)

## การประยุกต์ใช้หลักสติปัญญา 4 ในการบริหารองค์กร

คำว่า การบริหาร ในการบริหารองค์กรนั้น มีนักปราชญ์หลายท่านได้ให้ความหมายโดยสังเขปดังต่อไปนี้

พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) กล่าวไว้ในหนังสือเรื่อง “พุทธวิธีบริหาร” สรุปได้ว่าการบริหาร หมายถึง การทำงานให้สำเร็จโดยอาศัยคนอื่น (Getting things done through other people) การบริหารในพระพุทธศาสนาเริ่มมีขึ้นเป็นรูปธรรมสองเดือนนับจากวันที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้ นั่นคือในวันอาสาฬหบูชาเมื่อพระพุทธเจ้าทรงแสดงพระธรรมเทศนาเป็นครั้งแรกแก่พระปัญจวัคคีย์ ซึ่งทำให้เกิดพระสงฆ์ขึ้น เมื่อมีพระสงฆ์เป็นสมาชิกใหม่เกิดขึ้นในพระพุทธศาสนาอย่างนี้พระพุทธเจ้าก็ต้องบริหารคณะสงฆ์และวิธีการที่พระพุทธเจ้าทรงใช้ในการบริหารกิจการคณะสงฆ์ ซึ่งดำรงสืบต่อมาจนถึงปัจจุบันเป็นเวลากว่า 2,500 ปี เป็นข้อมูลให้เราได้ศึกษาเรื่องพุทธวิธีบริหาร นอกจากนี้ยังมีพุทธพจน์ที่เกี่ยวข้องกับการบริหารกระจายอยู่ในพระไตรปิฎก การศึกษาพุทธพจน์เหล่านั้นก็จะทำให้ทราบถึงพุทธวิธีบริหาร(พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), 2549)

ในหนังสือเรื่อง “วิทยาการบริหารสำหรับนักบริหารมืออาชีพ” ได้ให้ความหมายของการบริหารไว้ว่า การบริหาร เป็นกระบวนการของการแสวงหา และการผสมผสานทรัพยากรที่สำคัญ 3 ประการ คือ มนุษย์ การเงิน และทรัพยากรด้านกายภาพ เพื่อที่จะได้บรรลุเป้าหมายหลักขององค์การในการผลิตสินค้าหรือบริการ ซึ่งเป็นที่ปรารถนาของสังคม การบริหารโดยสรุปคือ 1) การทำงานอย่างใดอย่างหนึ่งให้สำเร็จโดยลำพังคนเดียว ไม่ใช่การบริหารหรือการจัดการ การบริหารหรือการจัดการเกิดขึ้นในบริบทของกลุ่ม โดยอย่างน้อยที่สุดกลุ่มนั้นจะต้องมีจำนวนสมาชิกตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป 2) กลุ่มบุคคลดังกล่าวจะต้องมีเป้าหมาย หรือวัตถุประสงค์ร่วมกัน และผู้จัดการจะมีบทบาทในการชี้แนะให้แนวทางในการกำหนดเป้าหมายของกลุ่ม หรือเป็นผู้ที่กำหนดเป้าหมายของกลุ่มเอง ในกรณีที่เป้าหมายของกลุ่มมิได้กำหนดขึ้นมาจากภายนอก หรือจากหน่วยงานระดับเหนือขึ้นไป 3) การจัดการเป็นงานด้านสมอง ใช้ความคิด ปฏิภาณ และการตัดสินใจ เพื่อสร้างเงื่อนไขและรักษาไว้ซึ่งเงื่อนไขสำหรับการบรรลุเป้าหมายของกลุ่ม (ธงชัย วงศ์ชัยสุวรรณ, 2540)

ดังนั้น การบริหาร จึงหมายถึง กระบวนการทางสังคมของบุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปร่วมกันทำกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งให้บรรลุผลตามเป้าหมายที่กำหนดโดยอาศัยกระบวนการและทรัพยากรที่มีอยู่ คือ เงิน วัสดุ อุปกรณ์ อย่างเหมาะสม ฉะนั้น การบริหารจึงเป็นกระบวนการที่ผู้บริหารต้องใช้ “ศาสตร์” และ “ศิลป์” ในการชักจูงให้คนหันมาช่วยเหลืองานขององค์การเพื่อให้เกิดความร่วมมือใจกันในการทำงานให้ได้รับผลสำเร็จตามจุดหมายที่วางไว้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ โดยที่ผู้บริหารต้องเป็นทั้งหัวหน้า ผู้นำและผู้ประสานงานที่มีประสิทธิภาพเมื่อมีการพัฒนาแนวคิดการบริหารจัดการแบบวิทยาศาสตร์ขึ้นเมื่อประมาณปี ค.ศ. 1916 ได้มีนักวิชาการกลุ่มหนึ่งมีความคิดเห็น

ว่าประสิทธิภาพขององค์กรนั้นอาจเพิ่มขึ้นได้ โดยการปรับปรุงกระบวนการการบริหาร ซึ่งถือเป็นวิธีทางที่นำไปสู่จุดมุ่งหมาย ขององค์กรได้อย่างมีประสิทธิภาพ

จะเห็นได้ว่า องค์กร จะเกี่ยวข้องกับบุคคล เป็นปัจจัยหลักในการบริหารองค์กร หากปราศจากบุคคลหรือมนุษย์ องค์กรก็เกิดขึ้นไม่ได้ นั้นแสดงให้เห็นว่า องค์กรที่มีบุคลากรที่เต็มเปี่ยมด้วยประสิทธิภาพ รู้กาลรู้งาน มีจิตใจดี รักเพื่อนร่วมงาน และรักงาน องค์กรนั้นย่อมประสบความสำเร็จในการบริหารงาน และทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพจนสามารถบรรลุวัตถุประสงค์ขององค์กรจนก่อเกิดประสิทธิผลที่ยอดเยี่ยมได้ การที่องค์กรจะก้าวไปถึงจุดนั้นได้ บุคลากรในองค์กรต้องผ่านกระบวนการอบรมและพัฒนาด้วยกระบวนการที่ถูกต้องอย่างต่อเนื่องจนประพฤติปฏิบัติเป็นกิจวัตรประจำวันสำหรับบุคลากรในองค์กรนั้นๆ การที่องค์กรจะประสบความสำเร็จได้นั้น ต้องมีการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาบูรณาการในการบริหารงานในองค์กรอีกส่วนหนึ่งด้วย โดยบทความนี้จะยกนำหลักสติปัฏฐาน 4 มาบูรณาการประยุกต์ใช้กับการบริหารงานในองค์กร โดยมีสาระแบ่งออกกว้างๆ เพื่อเป็นแนวทางในการนำไปปฏิบัติ ดังนี้

1. กายานุปัสสนา การพิจารณากายหรือตามดูรู้ทันกาย การตั้งสติอยู่ที่กิริยาของกาย มีอยู่หลายจุดได้แก่

- 1) อานาปานสติ คือการตั้งสติกำหนดลมหายใจเข้าออก
- 2) กำหนดอิริยาบถ คือเมื่อยืน เดิน นั่ง นอน หรือร่างกายอยู่ในอาการอย่างไร ก็รู้ชัดในอาการที่เป็นอยู่นั้น
- 3) สัมผัสสัญญา คือสร้างสัมผัสสัญญา ความรู้ตัว ในการกระทำหรืออาการเคลื่อนไหวทุกอย่างของกาย เช่น การก้าวเดิน การนุ่งห่มผ้า การกิน การอุจจาระ ปัสสาวะ เป็นต้น
- 4) ปฏิกุลมณสิการ คือการพิจารณาร่างกายของตนตั้งแต่ศีรษะ จรดปลายเท้า ซึ่งมีส่วน ประกอบ ที่ไม่สะอาด มากมายมารวมอยู่ด้วยกัน
- 5) นวสัณนิททา คือการมองเห็นศพที่อยู่ในสภาพต่างๆกันโดยระยะเวลา 9 ระยะ ตั้งแต่ตายใหม่ๆไปจนถึงกระดูกผุๆ แล้วย้อนมาดูร่างกายของตน ก็ต้องเป็นเช่นนั้นเหมือนกัน

2. เวทนานุปัสสนา เป็นการตั้งสติ ตามดูรู้ทันเวทนา คือเมื่อเกิดความรู้สึกสุขก็ดี ทุกข์ก็ดี เฉยๆก็ดี ก็ให้รู้ชัดตามที่เป็นอยู่ขณะนั้น

3. จิตตานุปัสสนา เป็นการตั้งสติ ตามดูรู้ทันจิต คือจิตของตนในขณะนั้นเป็นอย่างไร เช่นมีราคะ ไม่มีราคะ มีโทสะ ไม่มีโทสะ มีโมหะ ไม่มีโมหะ ฟุ้งซ่าน เป็นสมาธิ ฯลฯ ก็รู้ชัดตามที่มันเป็นอยู่ในขณะนั้นๆ

4. ธัมมานุปัสสนา เป็นการตั้งสติ การตามดูรู้ทันธรรม ได้แก่

- 1) นิ वर्ณ 5 คือ รู้ชัดในกามฉันท์ พยาบาท เถ้อยชา ฟุ้งซ่าน ลังเล ว่าสิ่งเหล่านี้เกิดขึ้นได้อย่างไร เมื่อเกิดขึ้นแล้ว ละเสียได้อย่างไร ให้รู้ชัดตามที่เป็นไปในขณะนั้น

2) ชั้น 5 คือกำหนดรู้ว่ชั้น 5 แต่ละอย่างๆ คืออะไร เกิดขึ้นได้อย่างไร ดับไปได้อย่างไร (ชั้น 5 ได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขารและวิญญาณ)

3) อายตนะ คือรู้ชัดในอายตนะการสัมผัสของประสาททั้ง 5 ว่าตาเห็นอะไร หูได้ยินอะไร เป็นสิ่งใดแน่ เป็นต้น

4) โพชนก 7 คือรู้ชัดในขณะนั้นๆ ว่า สติ ธรรม วรยะ ปตติ ปสสทธิ สมิติ และอุเบกขา มีปรากฏอยู่ในจิตนหรือไม ถ้ายังไม่ปรากฏ จะปรากฏได้อย่างไร ที่ปรากฏแล้ว เจริญบริบูรณ์หรือไม่

5) อริยสัจ คือรู้ชัดในทุกข์ที่เกิด ว่าเกิดจากอะไร มีเหตุอย่างไร และจะดับได้ด้วยมรรคใด

การพิจารณาสติปัญฐานทั้ง 4 ไม่จำเป็นต้องหลีกหนีออกจากสังคม เพื่อไปนั่งปฏิบัติจำเพาะในกาลเวลาใดเวลาหนึ่ง แต่ควรปฏิบัติในชีวิตประจำวัน เมื่อทุกข์เกิดขึ้น ก็ใช้สติพิจารณาทันที เพราะโดยสาระของสติปัญฐาน มีจุดที่ควรพิจารณาใช้สติกำกับดูแลทั้งหมดเพียง 4 จุด คือ

1. ร่างกายและพฤติกรรมของมน (กายานุปัสสนา)
2. เวทนาคือความรู้สึกสุขทุกข์ต่างๆ (เวทนานุปัสสนา)
3. ภาวะจิตที่เป็นไปต่างๆ (จิตตานุปัสสนา)
4. ความนึกคิดไตร่ตรองในธรรม ได้แก่ นิรวณ ชั้น 5 อายตนะ และ อริยสัจ (ธัมมานุปัสสนา)

ผู้ผ่านการการปฏิบัติอย่างนี้บ่อยๆจนเกิดความเคยชินจะสามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นได้หลายด้าน คือ

#### 1. การเรียนรู้

- 1) ทำให้มีสมาธิมั่นคง มีความทรงจำแม่นยำ แจ่มชัด ไม่พรวไม่เลื่อนง่าย
- 2) ทำให้จับประเด็นของเรื่องที่เรียนได้อย่างรวดเร็วและแม่นยำ
- 3) ทำให้เข้าใจเรื่องราวที่ลึกซึ้งได้มากกว่าและดีกว่าคนทั่วไปเช่น เรื่องหนึ่งคนทั่วไปมองเห็นเพียงแง่เดียวแต่คนที่ฝึกจิตมาดีมองเห็นนับได้เป็น 10 นัย

4) ทำให้คนลดอหังการ มมังการ เป็นคนใจกว้าง มีความหลงตัวเองน้อยพร้อมที่จะเรียนรู้จากบุคคลอื่นได้ตลอดเวลา เรียกอีกอย่างหนึ่งว่าจะกลายเป็นบุคคลเรียนรู้ได้จากทุกคน จากทุกสิ่งและจากทุกปรารภการณ

#### 2. คุณภาพชีวิต

- 1) คนที่ฝึกจิตแล้ว จิตจะมีลักษณะมีพลัง สงบ แจ่มใส นุ่มนวลควรแก่งาน
- 2) อยู่เป็นสุขในปัจจุบัน
- 3) ไดญาณทัศน์ คือ ความสามารถพิเศษ เช่น มีฤทธิ์ มีดาทิพย์ หูทิพย์ ฯลฯ

4) ทำให้มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์

5) ทำให้กำจัดกิเลสอาสวะได้อย่างสิ้นเชิง

### 3. สังคม

1) เป็นคนมีศีล ทำให้ไม่เป็นอันตรายต่อใครๆ ในสังคมสามารถอยู่ร่วมกับคนในสังคมได้อย่างมีความสุข

2) เป็นคนมีสมาธิ ทำให้มีสุขภาพจิตสมบูรณ์สามารถดำรงตนอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพเป็นแบบอย่างหรือประจักษ์พยานให้คนในสังคมเห็นว่าคนที่มีสุขภาพจิตดีนั้น ชีวิตจะมีแต่ความราบรื่น สงบเย็น และเป็นสุข

3) เป็นคนมีปัญญา ทำให้ทรัพยากรบุคคลที่ทรงคุณค่าของสังคมเป็นที่พึ่งของตนได้ เป็นที่พึ่งของสังคมและประเทศชาติได้ร่วมเป็นพลังสำคัญในการสร้างสรรค์พัฒนาประเทศชาติได้อย่างมีประสิทธิภาพอยู่อย่างครุ่น หรือทำงานที่ไหน ก็ทำให้องค์กรนั้นๆ มีความเจริญก้าวหน้า เป็นต้น

ดังนั้น หากบุคคลากรในองค์กรมีการประพฤติปฏิบัติตามหลักการเจริญสติตามแนวสติปัฏฐานนี้จักจะสามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ดีกว่าเดิม มีสติระลึกรู้ในการทำงานเข้าใจคนอื่นได้ดี ปรับสภาวะทางจิตให้ยืดหยุ่นได้ มีความตั้งมั่นหรือทำให้มีสมาธิจิตที่ยาวนานกว่าเดิมทำให้เกิดปัญหาในการแก้ไขปัญหาต่างๆ ในชีวิตประจำวันได้และผลมุ่งประสิทธิภาพหลังจากปฏิบัติธรรมด้วยการเจริญสติเป็นประจำทำให้ผู้ปฏิบัติมีจิตใจที่เมตตาต่อคนอื่น โดยให้การช่วยเหลืองานสังคมเป็นจิตอาสา เสียสละบำเพ็ญประโยชน์หรือมีจิตสาธารณะยังประโยชน์สุขให้เกิดแก่ตน ครอบครัวและบุคคลที่เกี่ยวข้องได้ดียิ่งขึ้น

### สรุป

สติปัฏฐาน 4 นี้เป็นทางสายเอกเป็นทางสายเดียวที่จะนำเวไนยสัตว์ให้สามารถหลุดพ้นจากอุปกิเลสเครื่องเศร้าหมองของใจได้ ทั้งนี้ผู้เจริญสติพึงมีสติกำหนดระลึกรู้อยู่ในกายนุปัสสนา (การพิจารณารู้กายในกาย) เวทนานุปัสสนา (การพิจารณารู้เวทนาในเวทนา) จิตตานุปัสสนา (การพิจารณารู้จิตในจิต) และธรรมานุปัสสนา (การพิจารณารู้ธรรมทั้งหลายในธรรมทั้งหลาย) หากบุคคลากรในองค์กรมีการประพฤติปฏิบัติตามหลักการเจริญสติตามแนวสติปัฏฐานนี้จักจะสามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ดีกว่าเดิม มีสติระลึกรู้ในการทำงานเข้าใจคนอื่นได้ดี ปรับสภาวะทางจิตให้ยืดหยุ่นได้ มีความตั้งมั่นหรือทำให้มีสมาธิจิตที่ยาวนานกว่าเดิม ทำให้เกิดปัญหาในการแก้ไขปัญหาต่างๆ ในชีวิตประจำวันได้และผลมุ่งประสิทธิภาพหลังจากปฏิบัติธรรมด้วยการเจริญสติเป็นประจำทำให้ผู้ปฏิบัติมีจิตใจที่เมตตาต่อคนอื่น โดยให้การช่วยเหลืองานสังคมเป็นจิตอาสา เสียสละบำเพ็ญประโยชน์หรือมีจิตสาธารณะยังประโยชน์สุขให้เกิดแก่ตน ครอบครัว และบุคคลที่เกี่ยวข้องได้ดียิ่งขึ้น

## เอกสารอ้างอิง

- ฐิตวณโณภิกขุ. (2546). **วิปัสสนาภาวนา**. พิมพ์ครั้งที่5. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มามกุฏราชวิทยาลัย.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). (2539). **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่10. กรุงเทพฯ: บริษัท สหธรรมิก จำกัด.
- ชีพปญญานุภาพ. (2539). **พระไตรปิฎก ฉบับประชาชน**. พิมพ์ครั้งที่16. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มามกุฏราชวิทยาลัย.
- พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) รจนา พระพรหมโมลี ตรวจชำระ. (2549). **มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน**. แปลและเรียบเรียงโดยพระคันธสาราภิวังศ์. พิมพ์ครั้งที่2. กรุงเทพฯ: ห้างหุ้นส่วนจำกัดไทยรายวันการพิมพ์.
- พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต). (2549). **พุทธวิธีบริหาร**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ธงชัย วงศ์ชัยสุวรรณ. (2540). **วิทยาการบริหารสำหรับนักบริหารมืออาชีพ**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.