

แนวทางการดำเนินชีวิตตามหลักคหิปฏิบัติของผู้เกษียณอายุราชการ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 25*

A Guideline of Living based on the Principles of Practices for the Retired Layman of The Educational Officers in The Secondary Education Service Area 25

พญุลย์ เจริญเชื้อ

Phonbul Charoenchua

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, KhonKaen Campus, Thailand

E-mail: aday.pichyy@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ คือ เพื่อศึกษาสภาพปัญหาการดำเนินชีวิตของผู้เกษียณอายุราชการ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 25 เพื่อศึกษาวิธีการแก้ปัญหาของผู้เกษียณอายุราชการ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 25 เพื่อศึกษาแนวทางการดำเนินชีวิตตามหลักคหิปฏิบัติของผู้เกษียณอายุราชการ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 25 การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ได้แก่ ข้าราชการผู้เกษียณอายุราชการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 25 จำนวน 26 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสัมภาษณ์เชิงลึก วิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีพรรณนาวิเคราะห์ตามหลักอุปนัยวิธี

ผลการวิจัยพบว่า

1. สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 25 เป็นหน่วยงานสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน เฉพาะการศึกษามัธยมศึกษา มีอยู่ทั่วประเทศ จำนวน 42 เขต และเขตพื้นที่การศึกษา 25 รับผิดชอบสถานศึกษาในจังหวัดขอนแก่น จำนวน 82 โรงเรียน และได้มีบุคลากรปฏิบัติหน้าที่เป็นผู้บริหารและเป็นผู้สอนนักเรียนในระดับมัธยมศึกษา ซึ่งแต่ละท่านได้ปฏิบัติหน้าที่จนเกษียณอายุราชการ เมื่อได้หยุดปฏิบัติหน้าที่ที่เคยทำมาเป็นเวลานาน ปัญหาต่างๆ เกิดตามมาหลายด้าน แต่เมื่อ

*ได้รับบทความ: 31 มกราคม 2561; ตอบรับตีพิมพ์: 19 ธันวาคม 2561

Received: January 31, 2018; Accepted: December 19, 2018



ได้สำรวจปัญหาการดำเนินชีวิตของผู้เกษียณอายุราชการแล้ว ทำให้ทราบว่าผู้เกษียณอายุราชการส่วนมากจะมีปัญหาอยู่ 8 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจและอารมณ์ ด้านบุคคลในครอบครัว ด้านค่าใช้จ่ายในครอบครัว ด้านครอบครัว ด้านสังคม ด้านเศรษฐกิจ และด้านวัฒนธรรม สำหรับหลักคิหิปฏิบัติของผู้เกษียณอายุราชการ ได้แก่ ขรवासธรรม กุศลกรรมบถ สังคหวัตถุ คิหิสุข และหลักธรรมสร้างสุขผู้เกษียณอายุราชการ ได้แก่ ไตรลักษณ์ อปมาทธรรม บุญกิริยาวัตถุ

2. ส่วนการแสวงหาแนวทางการดำเนินชีวิตที่ดีงามและเหมาะสมกับวัยผู้เกษียณอายุราชการ นั้นมีอยู่ 2 ประการ คือ 1) แนวทางตามหลักคิหิปฏิบัติด้วยพิจารณาไปที่คนมีครอบครัวควรมีความซื่อสัตย์ ซื่อสัตย์ อดทน เสียสละ เรียกว่า มีธรรมของผู้ครองเรือน (ขรवासธรรม) ไม่เบียดเบียนคนอื่นสัตว์อื่น ไม่ลักขโมย ไม่ละเมิดสิ่งรักใคร่ ไม่พูดเท็จ ไม่ดื่มสิ่งมีเมา ไม่พูดคำส่อเสียด คำหยาบ คำเพ้อเจ้อ ไม่มีจิตคิดร้าย มีความเห็นถูกต้อง เรียกว่า มีทางทำความดี (กุศลกรรมบถ) รู้จักให้ พูดจาไพเราะ ขวนขวายช่วยเหลือ มีความสม่ำเสมอ (สังคหวัตถุ) มีสุขเกิดจากมีทรัพย์ จ่ายทรัพย์ ไม่เป็นหนี้ ประพฤติไม่มีโทษ (คิหิสุข) มีความขยัน รู้จักรักษาทรัพย์ มีเพื่อนดี มีชีวิตดีงาม (ทิฐฐัมมิกัตถะ) มีศรัทธา มีศีล มีแบ่งปัน มีปัญญา (สัมปรายิกัตถะ) และ 2) แนวทางตามธรรมสร้างสุขด้วยพิจารณาไปที่ลักษณะสำคัญของสรรพสิ่งว่าไม่เที่ยง ไม่คงทนในสภาพเดิม ไม่มีตัวตน (สามัญญลักษณะ) ไม่ประมาทในชีวิตว่าชีวิตนี้มีเปลี่ยนแปลง ไม่แน่นอน ไม่มีแก่นสาร ไม่ประมาทในสุขและทุกข์ที่ตนได้รับ (อปมาทธรรม) และรู้จักที่ทำการทำบุญ มีการทำบุญด้วยการให้ปันสิ่งของ รักษาศีล ประพฤติดี ฝึกอบรมจิตใจ ประพฤติอ่อน เป็นต้น (บุญกิริยาวัตถุ)

คำสำคัญ: คิหิปฏิบัติ

Abstract

The main purposes of the research were: to study the retired educational officers' problematic conditions in the Secondary Educational Service Area Office 25; to study a method for resolving the retired educational officers' problems in the Secondary Educational Service Area Office 25; to study the guideline of living based on the principles for the layman of the retired educational officers in the Secondary Educational Service Area Office 25. This was a qualitative research. The target group randomized with the purposive random was 26 retired educational officers in the Secondary Educational Service Area Office 25. The research tool was the in-depth interview. The data analysis was done with the descriptive analysis according to an inductive method.

The results of the research are found that Office of the Secondary Education Service Area 25 is a unit under the Office of the Basic Education Commission. The



secondary education is available nationally, with 42 areas. The Office of the Secondary Education Service Area 25 is responsible for 82 schools in Khon Kaen province. Its officers are staffed as administrators and teachers in secondary schools. Each of them has performed the duties until retirement. When they have stopped working for a long time, there are many problems categorized in eight aspects: physical, mental and emotional aspects, family members and expense, family, social, economic and cultural aspects.

Based on the research, for the retired officers, the principles for the layman included the virtues for a good household life (gharāvāsa-dhamma), course of action (kammapatha), bases of social solidarity (saṅgahavatthu), happiness of the layman (gihisukkha) and the dhamma principles for the retired educational officers including the three characteristics (tilakkhaṇa), heedfulness (appamāda-dhamma) and bases of meritorious actions (puñṇakiriya-vatthu).

There are two ways of life, suitable for the retired officers:

1. The way in accordance with the principles of practices for the layman by raising the family members with having integrity, patience, sacrifice, called the virtues for a good household life (gharāvāsa-dhamma), avoiding overwhelming other people, stealing, violating the loved things of the others, wrong speech, intoxicated drink, bad words, mischievous words, mischief and having a right thought, called ‘course of actions (kammapatha)’; being characterized with manners of charity, gentle speech, other assistance and constant acting (saṅgahavatthu); having wealth happiness, expense, without debt and unwholesome behaviors (gihisukkha); diligence, wealth protection, good friend, good life (ditṭhadhammikattha); faith, precept observation, generosity, wisdom (samparāyikattha).

2. The way according to the dhamma of happiness creation by considering the important characteristics of all things as impermanent, unstable and selfless (tilakkhaṇa); creating heedfulness on the change of life, impermanence, inessentiality, heedfulness in happiness or suffering (appamāda-dhamma) and performing good deeds by conducting generosity, precept observation, good behavior, mind training, humble behavior and so on (puñṇakiriya-vatthu).

Keywords: Principles of Practices



1. บทนำ

การเกษียณอายุ เป็นวงจรชีวิตในการประกอบอาชีพที่อยู่ในช่วงต่ำสุดของการจ้างงาน ความรับผิดชอบต่ออาชีพ และโอกาสในการทำงานต่างๆ จะลดต่ำลงเป็นอย่างมาก บุคคลที่เกษียณจะมีรายได้ในรูปของบำเหน็จบำนาญโดยไม่ต้องทำงาน ดังนั้น การเกษียณอายุงานจึงเป็นบทบาททางสังคม ที่กำหนดให้มีระบบการแทนที่บุคคลตามสิทธิ หน้าที่ และความสัมพันธ์กับคนอื่น นอกจากนี้ การเกษียณอายุงานยังเป็นกระบวนการที่ทำให้แต่ละบุคคลได้มีการจัดเตรียมชีวิตเพื่อการเริ่มแสวงหาสิ่งใหม่ เพื่อการปรับตัวหรือแม้แต่การหลีกเลี่ยงออกจากสังคมเมื่อเกษียณอายุงานแล้ว ดังนั้น หากผู้สูงอายุไม่ได้เตรียมตัวเพื่อพบกับความเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่เช่นนี้ อาจปรับตัวไม่ค่อยทัน ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติงานอาชีพหลายท่านจะต้องเผชิญกับความเหงา ว่าเหว โศกเศร้า สุขภาพเสื่อมหรือแม้แต่ถึงแก่กรรมในช่วงเวลาอันสั้นหลังเกษียณอายุ (Matichon, 2016)

บุคคลในวัยที่เกษียณ คือ ผู้สูงอายุที่ก้าวผ่านวัยทำงาน เข้าสู่ช่วงปัจฉิมวัยแห่งชีวิต อันเป็นวัยที่ต้องการการพักผ่อนหลังจากทำงานหนักมาเกือบตลอดชีวิต และเป็นวิกฤตการณ์ที่สำคัญช่วงหนึ่งของชีวิต ซึ่งหากขาดการเตรียมความพร้อมในด้านต่างๆ จะทำให้เกิดความรู้สึกสูญเสีย สถานภาพทางสังคม หดหู่คุณค่า ท้อแท้และสิ้นหวังในชีวิต การเตรียมตัว ในช่วงบั้นปลายของชีวิตจึงเป็นเรื่องสำคัญของบุคคลเป็นอย่างยิ่ง เพราะไม่เพียงแต่จะเป็นประโยชน์ต่อตนเองแล้ว หากยังเป็นประโยชน์ต่อสังคมโดยรวมด้วย การเกษียณนั้น

จะเป็นประโยชน์ด้านจิตใจ ร่างกาย สัมพันธภาพในครอบครัว สังคม ทั้งต่อผู้เกษียณเอง และสมาชิกในครอบครัวโดยตรง กล่าวคือ การที่ผู้ที่เกษียณอายุสามารถจัดการกับแบบแผนการดำเนินชีวิตที่เปลี่ยนไป โดยการหากิจกรรมอื่นทดแทนอันจะเป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ทั้งกับตนเองและส่วนรวม การมีเวลาพักผ่อน ออกกำลังกาย และดูแลสุขภาพร่างกายมากขึ้น การเกษียณอายุราชการ คือ การที่ข้าราชการต้องพ้นจากราชการตามกฎหมายว่าด้วยบำเหน็จบำนาญข้าราชการ เป็นการออกจากราชการโดยผลของกฎหมาย ในปัจจุบันพระราชบัญญัติบำเหน็จบำนาญข้าราชการ พ.ศ. 2494 และที่แก้ไขเพิ่มเติม กำหนดให้ข้าราชการที่มีอายุครบ 60 ปีบริบูรณ์แล้วจะต้องพ้นจากราชการเมื่อสิ้นปีงบประมาณที่มีอายุครบ 60 ปีบริบูรณ์นั้น ตามพระราชบัญญัติบำเหน็จบำนาญ ได้กำหนดเป็น “มาตรา 19 ข้าราชการซึ่งมีอายุครบหกสิบปีบริบูรณ์แล้วเป็นอันพ้นจากราชการเมื่อสิ้นปีงบประมาณที่ผู้นั้นมีอายุครบหกสิบปีบริบูรณ์ความในวรรคหนึ่งมิให้บังคับแก่ข้าราชการพลเรือนในพระองค์ สมุหราชองครักษ์ รองสมุหราชองครักษ์ข้าราชการการเมืองและข้าราชการ ซึ่งมีกฎหมายบัญญัติเรื่องการพ้นจากราชการไว้เป็นอย่างอื่น การพ้นจากราชการของข้าราชการพลเรือนในพระองค์ สมุหราชองครักษ์ และรองสมุหราชองครักษ์ให้เป็นไปตามพระราชอัธยาศัย

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาหลักคิปปิปฏิบัติ เพื่อความสงบสุขทั้งตนเองและสังคม เพื่อจะตอบปัญหาของสังคมเกี่ยวเนื่องด้วย



ความสุขในตอนว่างงานจากการเกษียณอายุราชการการศึกษาในครั้งนี้ เป็นการรวบรวมจากเอกสารและการลงภาคสนามโดยการสัมภาษณ์จากผู้เกษียณอายุราชการ และดำเนินการวิจัยตามระเบียบวิธีวิจัย เมื่อศึกษาวิจัยเสร็จเรียบร้อยแล้วจึงได้นำเสนอต่อมหาวิทยาลัยและเผยแพร่ต่อสาธารณชนต่อไป

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพปัญหาการดำเนินชีวิตของผู้เกษียณอายุราชการ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 25
2. เพื่อศึกษาหลักคิปฏิบัติและหลักธรรมสร้างสุขผู้เกษียณอายุราชการ
3. เพื่อศึกษาแนวทางการดำเนินชีวิตตามหลักคิปฏิบัติ และหลักธรรมสร้างสุขผู้เกษียณอายุราชการ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 25

3. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยได้ดำเนินการวิจัยทั้งเอกสารและการสัมภาษณ์ มีขั้นตอนดังนี้

1. เครื่องมือการวิจัย คือ แบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth Interview) การสร้างแบบสัมภาษณ์ และการหาคุณภาพเครื่องมือ ได้แก่
 - 1) ศึกษาเอกสารและงานวิจัยเกี่ยวข้องกับคิปฏิบัติ สภาพทุกข์ สภาพสุข เอกสารที่เกี่ยวกับพระราชบัญญัติบำเหน็จบำนาญข้าราชการ
 - 2) ร่างแบบสัมภาษณ์เชิงลึกแล้วนำไปปรึกษา

อาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อขอคำแนะนำ 3) ปรับแบบสัมภาษณ์ตามข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษาแล้วนำไปให้ ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ตรวจสอบความถูกต้อง และความเที่ยงตรงของเนื้อหาภาษา 4) นำแบบสัมภาษณ์ที่ผู้เชี่ยวชาญเสนอแนะไปปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อแก้ไขแบบสัมภาษณ์ให้เกิดความสมบูรณ์ และ 5) พิมพ์แบบสัมภาษณ์ฉบับสมบูรณ์ แล้วนำไปเก็บรวบรวมข้อมูล

2. การเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนาม (Field Research) ดำเนินการดังนี้ 1) ผู้วิจัยนำแบบสัมภาษณ์ไปพบกลุ่มเป้าหมายผู้ให้ข้อมูลและสัมภาษณ์ในเชิงลึกเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ถูกต้องและสมบูรณ์ 2) นำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์มาวิเคราะห์ข้อมูลตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยต่อไป โดยใช้การพรรณนาวิเคราะห์

3. ขั้นตอนรวบรวมข้อมูล 1) รวบรวมข้อมูลเบื้องต้นจากงานเอกสาร (Documentary Survey) โดยรวบรวมข้อมูลจากเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องแยกออกเป็น 2 กลุ่ม คือ 2) เอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Sources) ได้แก่ ไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย รวมถึงตำราเอกสารที่เป็นงานเขียนที่เป็นการปฏิบัติหลักคิปฏิบัติ 3) เอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Sources) ได้แก่ บทความ วารสาร หนังสือวิชาการจากนักปราชญ์ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องที่กล่าวถึงเรื่องหลักคิปฏิบัติ

4. รวบรวมข้อมูลภาคสนาม ผู้วิจัยมีขั้นตอนการดำเนินการวิจัยภาคสนาม ดังนี้ 1) การสร้างแบบสัมภาษณ์ โดยการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับวิธีสัมภาษณ์ สร้างแบบสัมภาษณ์



นำแบบสัมภาษณ์ที่ได้ให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบ ปรับปรุงแก้ไขแบบสัมภาษณ์ ตามข้อเสนอแนะและเสนอให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบอีกครั้ง ดำเนินการปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะจนได้แบบสัมภาษณ์ที่สมบูรณ์ตรงตามวัตถุประสงค์นำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ตรวจสอบความสอดคล้องของเนื้อหา นำมาปรับปรุงตามข้อเสนอของผู้ทรงคุณวุฒิ และนำแบบสัมภาษณ์ที่ได้ไปใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลต่อไป

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยทำหนังสือขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลผ่านศูนย์บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น ถึงกลุ่มเป้าหมาย ผู้ปฏิบัติหลักคิปปิบัติ เพื่อขอความร่วมมือในการขอเข้าเก็บรวบรวมข้อมูล และขอสัมภาษณ์จากผู้ปฏิบัติหลักคิปปิบัติ ภายหลังได้รับอนุมัติและยินยอมให้เข้าเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้เข้าชี้แจงวัตถุประสงค์ เพื่อประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับรวมถึงขั้นตอนในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย ซึ่งผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยการสัมภาษณ์ผู้ปฏิบัติหลักคิปปิบัติเท่านั้น เพื่อรวบรวมข้อมูลการวิจัยในประเด็นความเป็นมา ความหมาย ประเภท ความสำคัญ ลักษณะ พัฒนาการ อิทธิพล ประโยชน์ของการปฏิบัติหลักคิปปิบัติ การปฏิบัติหลักคิปปิบัติเป็นอย่างไร และการตรวจสอบที่ได้จากการสัมภาษณ์ว่ามีความถูกต้องชัดเจนตรงตามวัตถุประสงค์ โดยแยกประเด็นที่ได้ตั้งไว้ในขอบเขตของการวิจัย แล้วนำเสนอบรรยาย พร้อมทั้งสรุปแนวทางปรับแก้ไขในเชิงพรรณนาวิเคราะห์

การวิเคราะห์ข้อมูล จัดระบบข้อมูลต่างๆ ที่ได้มาจากการสัมภาษณ์ สังเกตโดยแยกประเภทตามเนื้อหาที่กำหนดไว้ วิเคราะห์และตีความข้อมูลตามบริบททางสังคมของผู้เกษียณอายุราชการ ในประเด็นตามจุดประสงค์ที่วางไว้ด้วยวิธีการอุปนัย (Inductive) สรุปวิเคราะห์ผลการศึกษาเพื่อนำเสนอเป็นรายงานการวิจัยต่อมหาวิทยาลัย หลังจากนำเสนอต่อมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยแล้ว ผู้วิจัยจะได้นำเสนอสาธารณชนในการประชุมสัมมนาวิชาการ ทั้งในระดับชาติและระดับนานาชาติ รวมทั้งเวทีอื่นๆ ตามที่เห็นสมควร

4. สรุปผลการวิจัย

สภาพปัญหาการดำเนินชีวิตของผู้เกษียณอายุราชการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา มัธยมศึกษา เขต 25 เป็นหน่วยงานสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ ซึ่งหน่วยงานสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน แบ่งหน่วยงานย่อยออกเป็น 2 หน่วยงานหลัก ประกอบด้วย 1) สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา 2) สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา ซึ่งมีทั่วประเทศ จำนวน 42 เขต รับผิดชอบเฉพาะการบริหารการศึกษา การนิเทศการศึกษาและการเรียนการสอนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 ภายใต้กระทรวงศึกษาธิการ มีหน่วยงานหลัก 5 หน่วยงาน ประกอบด้วย 1) สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน 2) สำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา 3) สำนักงานคณะกรรมการอุดมศึกษา 4) สภาการศึกษา 5) สำนักงานปลัดกระทรวง สำนักงานเขต



พื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 25 รับผิดชอบสถานศึกษาในจังหวัดขอนแก่น จำนวน 82 โรงเรียนแบ่งออกเป็น 3 ระดับ คือ 1) ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น 2) ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย 3) ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย สภাপัจจุบันผู้บริหารผู้สอนโดยเฉพาะผู้สอนวิชาเอก หรือวิชาเฉพาะด้านยังไม่เพียงพอ โดยเฉพาะโรงเรียนมัธยมขนาดเล็กระดับตำบล อุปกรณ์การเรียนการสอนรอบตัวไม่เพียงพออาคารยังต้องการเพื่อรองรับการยกระดับมาตรฐานให้ใกล้เคียงกันถึงแม้กระทรวงศึกษาธิการจะรณรงค์ให้เรียนโรงเรียนดีใกล้บ้าน แต่ผู้ปกครองยังนิยมส่งบุตรธิดาผู้อยู่ในอุปการะเข้าศึกษาโรงเรียนระดับยอดนิยมในจังหวัดอยู่ หลักคิธิปฏิบัติและหลักธรรมสร้างสุขผู้เกษียณอายุราชการ ประกอบด้วย ขรวาสาธรรม คือ ธรรมของขรวาสาหรือธรรมสำหรับการครองเรือน หรือหลักการครองเรือนของคฤหัสถ์ มี 4 ประการ คือ 1) สัจจะ ความจริง ความซื่อสัตย์ต่อกัน เพื่อมวลรวมความสุขทั้งตนเองและผู้อื่นโดยไม่เบียดเบียนตนและผู้อื่นให้เดือดร้อนในปัจจุบันและหรืออนาคต 2) ทมะ การฝึกฝนข่มใจ ระงับอารมณ์จิตไว้ได้หมั่นประพฤติปฏิบัติตามหลักศาสนาโดยการบำเพ็ญบุญสร้างกุศลเรียนปริยัติธรรม หมั่นปฏิบัติและลูปฏิเวธ ข่มใจไม่เข้าสู่วงการพนัน 3) ขันติ ความอดทน คืออดทนต่อการเจ็บปวดทางด้านร่างกายที่ทุกข์ทรมานโดยเมื่อเจ็บปวดมากและ 4) จาคะ คือความเสียสละ ทั้งกำลังทรัพย์ กำลังกาย กำลังใจ และสติปัญญา พยายามสละแบ่งปันแก้อกุลผู้ที่ไม่มีโอกาส ผู้ขาดโอกาสที่ควรจะได้

กุศลธรรมบถ หมายถึงทางแห่งกุศลกรรมทางทำความดี กรรมดีอันเป็นทางนำไปสู่ความสุขความเจริญหรือสุคติ มีอยู่ 10 ประการ ได้แก่ 1) ละการฆ่าการเบียดเบียน มีเมตตากรุณาช่วยเหลือเกื้อกูลกัน 2) ละอทินนาทานเคารพกรรมสิทธิ์ในทรัพย์สินของผู้อื่น ผู้เกษียณอายุราชการถ้ามีการพึงตระหนักสำเหนียก ระมัดระวังด้วยกายจิตใจปัญญาให้รู้แจ้ง 3) ละการประพฤติดินในกามไม่ล่วงละเมิดประเพณีทางเพศ 4) ละการพูดเท็จ ไม่ยอมกล่าวเท็จ เพราะเหตุตนเอง ผู้อื่นหรือเพราะเห็นแก่ผลประโยชน์ใดๆ 5) ละการพูดคำส่อเสียดช่วยสมานคนที่แตกร้างกัน ส่งเสริมคนที่สมครสมานกัน ชอบกล่าวถ้อยคำที่สร้างสามัคคี 6) ละคำหยาบพูดแต่คำสุภาพอ่อนหวาน 7) ละการพูดเพ้อเจ้อพูดแต่คำจริง มีเหตุผล มีสารประโยชน์ ถูกกาลเทศะ 8) ไม่เพ่งเล็งอยากได้ของผู้อื่น ผู้เกษียณอายุราชการถ้ามีการพึงตระหนักสำเหนียก ระมัดระวังด้วยกายจิตใจปัญญาให้รู้แจ้ง ถ้าไม่ตระหนักสำเหนียกจะก่อให้เกิดการดูหมิ่นดูแคลน 9) ไม่มีจิตคิดร้ายคิดปรารภนาแต่ว่าขอให้สัตว์ทั้งหลายไม่มีเวร ไม่เบียดเบียน ไม่มีทุกข์ ครองตนอยู่เป็นสุขเกิดและ 10) มีความเห็นชอบ เช่นว่า ทานมีผล การบูชา มีผลวิบากของกรรมดีกรรมชั่วมี เป็นต้น

สังคหัตถ คือ ธรรมเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจบุคคลและประสานหมู่ชนไว้ในสามัคคีหรือหลักการสังคมสงเคราะห์มีอยู่ 4 ประการ ได้แก่ 1) ทาน หมายถึงการให้ คือ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เสียสละแบ่งปันช่วยเหลือกันด้วยสิ่งของ ตลอดถึงให้ ความรู้และแนะนำสั่ง 2) ปิยวาจา หมายถึงวาจาเป็นที่รัก วาจาดูดีมีน้ำใจ หรือวาจาซาบซึ้งใจ คือ กล่าวคำสุภาพ



ไฟเราะอ่อนหวานสมานสามัคคี ให้เกิดไมตรีและความรักใคร่นับถือ ตลอดถึงคำแสดงประโยชน์ประกอบด้วยเหตุผลเป็นหลักฐานจูงใจให้นิมนต์ผู้เกษียณอายุราชการถ้ามีปียาวจาแล้ว ทำให้เกิดความปกติสุขกาย สุขใจ สุขปัญญา 3) อุตถจริยา หมายถึงการประพฤติประโยชน์ คือ ขวนขวายช่วยเหลือกิจการ บำเพ็ญสาธารณประโยชน์ตลอดถึงช่วยแก้ไขปรับปรุงส่งเสริมในทางจริยธรรม ผู้เกษียณอายุราชการถ้ามีอุตถจริยาแล้ว ทำให้เกิดความปกติสุขกาย สุขใจ สุขปัญญา 4) สมานัตตา หมายถึงความมีตนเสมอ คือ ทำตนเสมอดันเสมอปลาย ปฏิบัติสม่ำเสมอในชนทั้งหลายและเสมอในสุขทุกข์โดยรวมรับรู้ร่วมแก้ไข ตลอดถึงวางตนเหมาะสมแก่ฐานะ ภาวะบุคคลเหตุการณ์และสิ่งแวดล้อม ถูกต้องตามธรรมในแต่ละกรณี

สุขของคฤหัสถ์ (คิหิสุข) หรือกามโกคิสุข 4 ได้แก่ 1) อติสุข หมายถึงสุขเกิดจากความมีทรัพย์ คือ ความภูมิใจ เอิบอímใจ ว่าตนมีโภคทรัพย์ที่ได้มาด้วยน้ำพักน้ำแรงความขยันหมั่นเพียรของตนและโดยชอบธรรม 2) โภคสุข หมายถึงสุขเกิดจากการใช้จ่ายทรัพย์ คือความภูมิใจ เอิบอímใจ ว่าตนได้ใช้ทรัพย์ที่ได้มาโดยชอบนั้น เลี้ยงชีพ เลี้ยงชีพ เลี้ยงผู้ควรเลี้ยง และบำเพ็ญประโยชน์ ถ้าผู้เกษียณอายุราชการมีโภคสุขจะเกิดประโยชน์ต่อตนเองและสาธารณประโยชน์ 3) อนนสุข หมายถึงสุขเกิดจากความไม่เป็นหนี้ คือ ความภูมิใจ เอิบอímใจ ว่าตนเป็นไท ไม่มีหนี้สินติดค้างใคร 4) อนวัชชสุข หมายถึงสุขเกิดจากความประพฤติไม่มีโทษ คือความภูมิใจ เอิบอímใจ ว่าตนมีความประพฤติสุจริต ไม่บกพร่องเสียหาย ใครๆ ตีเตียนไม่ได้ ทั้งทางกาย

ทางวาจาและทางใจบรรดาสุข 4 อย่างนี้ อนวัชชสุขเกิดความเก็นดี เก็นพอ เก็นงาน เก็นความ ต้องการที่เป็นพื้นฐานของการดำรงชีวิต

ทฤษฎีมีกัตประโยชน์ หมายถึงประโยชน์ ปัจจุบันคิหิปฏิบัติมีอยู่ 4 ประการ คือ 1) อุฏฐานสัมปทา หมายถึง ความพร้อมด้วยความหมั่นเครื่องเลี้ยงชีวิตที่ดี ในการศึกษาที่ดี ในการทำธุระหน้าที่ตนที่ดี 2) อารักขสัมปทา หมายถึงความพร้อมด้วยการรักษา คือ รักษาทรัพย์ที่แสวงหาได้ด้วยความหมั่น 3) กัลป์ยานมิตตาตา หมายถึงความพร้อมความมีพร้อมด้วยเพื่อนที่เป็นคนดี ไม่คบคนชั่ว 4) สมชีวิตา หมายถึง ความพร้อมความเลี้ยงชีวิตตามสมควรแก่กำลังทรัพย์ที่หาได้ไม่ให้ผิดเคืองนัก ไม่ให้พุ่มเพี้ยงนักที่เรียกประโยชน์ในปัจจุบัน สัมปรายิกัตถประโยชน์ คือ ประโยชน์ภายนอก คิหิปฏิบัติมีอยู่ 4 ประการ คือ 1) สัทธาสัมปทา ถึงพร้อมด้วยศรัทธาคือสิ่งที่ความเชื่อ เช่น เชื่อว่าทำได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว 2) สีลสัมปทา ถึงพร้อมด้วยศีล คือการรักษา กาย วาจา ใจ ให้เรียบร้อยดี ไม่มีโทษภัยในตนและผู้อื่น 3) จาคสัมปทา ถึงพร้อมด้วยการให้แบ่งปันผู้อื่น 4) ปัญญาสัมปทา ถึงพร้อมด้วยปัญญา คือการรู้จักวิเคราะห์วิจารณ์ญาณ รู้ถึงบาป รู้ถึงบุญ รู้ถึงกุศล รู้ถึงคุณ รู้ถึงประโยชน์ รู้ถึงมิใช่ประโยชน์

5. อภิปรายผลการวิจัย

แนวทางการดำเนินชีวิตตามหลักคิหิปฏิบัติของผู้เกษียณอายุราชการ สำนักงานเขตพื้นที่ศึกษามัธยมศึกษา เขต 25 โดยนำมาอภิปรายผลได้ว่า ผู้เกษียณอายุราชการส่วนใหญ่



หลังจากได้เกษียณอายุราชการแล้ว ที่สำคัญคือ ได้มีประสบการณ์มากมายจึงมีความเข้าใจในธรรมที่ปฏิบัติได้มากขึ้นว่า ผลการปฏิบัติธรรมคือความผ่องแผ้วของจิตใจ นอกจากผ่องแผ้วแล้วจิตใจจะสงบร่มเย็นด้วยตัวของจิตใจเอง ผู้ปฏิบัติธรรมจะรู้สึกและเข้าใจได้ด้วยตนเอง มีความสอดคล้องกับพระเทพมุนี (วิลาส ญาณวโร) ความว่า จิตใจของผู้ปฏิบัติเริ่มจักผ่องแผ้วขึ้นด้วยอำนาจแห่งสมาธิญาณที่ได้สั่งสมมาเป็นเวลานาน จึงเป็นเหตุให้เกิดวิปัสสนูปกิเลส กล่าวคือธรรมที่เข้าไปทำวิปัสสนาให้เศร้าหมองและเมื่อวิปัสสนูปกิเลสเกิดขึ้นแล้วก็จะทำให้ผู้ปฏิบัติได้ประสบพบเห็น และเกิดความรู้สึกนึกคิดแปลกประหลาดไปต่างๆ นานาซึ่งไม่เคยปฏิบัติวิปัสสนาก็มักมีฐานหรือผู้ที่ปฏิบัติวิปัสสนาก็มักมีฐานมาแล้วแต่ยังไม่ได้บรรลุถึงอุทยัพพญาณนี้ จักไม่มีโอกาสได้ทราบหรือได้ลิ้มรสวิปัสสนูปกิเลสเหล่านี้เป็นอันขาด ส่วนผู้ปฏิบัติธรรมย่อมได้ลิ้มรสแห่งธรรมด้วยตนเองแต่เพียงผู้เดียวเท่านั้น

นอกจากนี้แล้วยังสัมพันธ์กับงานวิจัยของโสวิทย์ บำรุงภักดิ์ (Sowit, 2006 : 45) ได้กล่าวถึงศีลว่า ศีลเป็นหลักการปฏิบัติเพื่อทำกาย วาจาให้เรียบร้อย ความเรียบร้อยดีงามทางกายเรียกว่ากายสุจริต ความเรียบร้อยดีงามทางวาจาเรียกว่าวจีสุจริต ระเบียบข้อปฏิบัติพื้นฐานของสังคมจึงมีศีลเป็นฐานคิด กลายเป็นระเบียบปฏิบัติและมารยาทของสังคมไทย รวมทั้งประเพณี วัฒนธรรม

และขนบธรรมเนียมอันดีงามของสังคมไทยทำให้เกิดกุศลธรรมขึ้นในสังคมมนุษย์ ซึ่งพยายามชี้ให้เห็นว่าศีล 5 เป็นพื้นฐานทางสังคมที่ดีงาม และเป็นบรรทัดฐานทางสังคม

6. ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

1.1 ผู้รับผิดชอบเกี่ยวกับองค์กรพระพุทธศาสนา ควรเห็นความสำคัญวางแนวทางในการศึกษา หาแนวทางหรือนโยบายการเผยแพร่เรื่องทุกขในคัมภีร์อรรถกถาธรรมบท แก่ผู้เกี่ยวข้องให้เข้าใจ และนำไปปรับใช้ให้เกิดประโยชน์ในการดำเนินชีวิต

1.2 ผู้รับผิดชอบเกี่ยวกับการเรียนการสอน เป็นต้น ควรเห็นความสำคัญในการศึกษาการอธิบายคำสอนเรื่องปัญหาทุกขในคัมภีร์อรรถกถาธรรมบท โดยเฉพาะครูสอนพระปริยัติธรรมแผนกบาลีควรได้ศึกษา เพื่อสอดแทรกเนื้อหาคำสอนเรื่องทุกขในการสอนภาษาบาลี

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัย

2.1 ควรศึกษาผลของการปฏิบัติตามหลักคิหิปฏิบัติในการลดปัญหาทุกข์เพิ่มสุขของคฤหัสถ์

2.2 ควรศึกษาทัศนคติและทัศนวิสัยตามหลักคิหิปฏิบัติของข้าราชการประจำ เพื่อการบำบัดทุกข์บำรุงสุข

References

- Matichon. (2016). Social and Culture. *Matichon Daily*. 20 October, 2016.
- Sowit, B. (2006). A Development of the Explanation of Teaching in Atthakathadhammapada. *Thesis of Doctoral of Arts in Buddhism*. Graduate School : Mahachulalongkornrajavidyalaya University.

