

จริยธรรมกับรูปแบบการดำเนินชีวิตตามหลักวุฑฒิธรรม 4 Ethics and Lifestyle According to the Four Principles of *Vuddhi-dhamma*

กุลธิดา ศุภวานิชยานนท์ Kultida Suphawanichayanon

คณะพุทธศาสตร์, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Faculty of Buddhism, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Corresponding author, e-mail: 6701101015@mcu.ac.th

Received April 1, 2026; Revised April 24, 2026; Accepted: April 30, 2026

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาจริยธรรมกับรูปแบบการดำเนินชีวิตตามหลักวุฑฒิธรรม 4 ด้วยการใช้การศึกษาจากเอกสาร หนังสือวิชาการ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผลการศึกษาพบว่า หลักวุฑฒิธรรมนั้นมีส่วนสำคัญในการพัฒนาตนเองทั้งด้านปัญญาและศีลธรรม เพื่อให้บุคคลเป็นคนดีสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุขและอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข การใช้หลักวุฑฒิธรรมในการดำเนินชีวิตให้เจริญก้าวหน้าและมีความสุขอย่างยั่งยืนตามหลักวุฑฒิธรรม 4 ประกอบด้วย 1) สัมปยุตตสังสวะ (การคบหาสัตบุรุษ) หมายถึง การเลือกคบคนดีเพื่อเป็นแบบอย่าง 2) สัทธัมมัสสวนะ (การฟังธรรม) หมายถึง การฟังคำสอนเพื่อเพิ่มพูนความรู้ 3) โยนิโสมนสิการ (การคิดพิจารณาอย่างแยบคาย) หมายถึง การใช้สติปัญญาในการพิจารณาอย่างรอบคอบ และ 4) อัมมานุสम्मปฏิบัติ หมายถึง การปฏิบัติตามหลักธรรมที่ถูกต้องในการดำเนินชีวิต

คำสำคัญ: จริยธรรม; การดำเนินชีวิต; วุฑฒิธรรม

Abstract

This article aims to investigate ethics and lifestyles based on the Vuddhi-dhamma 4 (Four Virtues for Growth). This study was conducted through a qualitative analysis of documents, academic texts, and relevant research. The findings indicate that the Vuddhi-dhamma principles play a crucial role in self-development, encompassing both intellectual and moral dimensions. These principles enable individuals to cultivate virtue, lead a balanced life, and coexist harmoniously with others. To achieve sustainable progress and well-being, the application of the Vuddhi-dhamma 4 consists of: 1. Sappurisa-samseva (Association with the virtuous): Referring to seeking the company of good and wise people as role models. 2. Sadhamma-savana (Listening to the true Dhamma): Referring to attending to righteous teachings to enhance one's knowledge. 3. Yonisomanasikara (Analytical



reflection): Referring to the application of wisdom for thorough and critical consideration. 4. Dhammanudhammapatipatti (Practice in accordance with the Dhamma): Referring to living one's life in strict adherence to the correct Dhamma principles.

Keywords: Ethics; Lifestyle; Uddhi-dhamma

บทนำ

จริยธรรม คือสิ่งที่มีอยู่แล้วในตัวมนุษย์โดยธรรมชาติ ซึ่งจะต้องพัฒนาขึ้นโดยอาศัยกฎเกณฑ์ ความประพฤติที่มนุษย์ควรประพฤติที่ได้จากหลักการทางศีลธรรม หลักปรัชญา วัฒนธรรม กฎหมาย หรือจารีตประเพณี เพื่อประโยชน์สุขแก่ตนเองและสังคม นอกจากนี้ จริยธรรมยังใช้เป็นแนวทาง ประกอบการตัดสินใจเลือกความประพฤติ หรือการกระทำที่ถูกต้องเหมาะสมในแต่ละสถานการณ์ด้วย โดยจะพบว่าคำว่า จริยธรรม เป็นคำที่คนไทยบัญญัติขึ้นใหม่เมื่อประมาณ 30-40 ปี เพื่อใช้สำหรับคำว่า Ethics และใช้คำว่า Morality บนรากฐานทางความคิดเดียวกัน อีกทั้งบัญญัติคำว่า จริยศาสตร์ แทนคำว่า Ethics ในทางพระพุทธศาสนาพิจารณาคำว่า จริยธรรม ว่าเป็นเรื่องของการดำเนินชีวิต หรือการเป็นอยู่ทั้งหมด ดังพบในหลัก พรหมจริยะ แปลว่า การดำเนินชีวิตอย่างประเสริฐ ซึ่งเป็นระบบความสัมพันธ์แห่งการพัฒนาชีวิตทั้ง 3 ด้าน คือการสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมด้วยพฤติกรรม (ศีล) การพัฒนาจิตใจ (สมาธิ) และการรู้คิด หยั่งรู้หยั่งเห็น (ปัญญา) โดยจริยธรรมนั้นจะต้องโยงกับความจริงตามธรรมชาติ คือ การที่มนุษย์ดำเนินชีวิตหรือปฏิบัติการอะไรแล้วเกิดผลดีผลร้ายอย่างไร โดยสัมพันธ์กับความจริงของธรรมชาติ คือ เมื่อเราทำอะไรไป ถ้าตรงกับเหตุปัจจัยที่จะให้เกิดผลดี เราเรียกว่า จริยธรรม คือ เป็นการปฏิบัติที่ดีหรือการดำเนินชีวิตที่ดี (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2551)

หลักปฏิบัติทางพระพุทธศาสนาได้กล่าวถึงจริยธรรมผ่านการปฏิบัติที่สอดคล้องกับวิถีชีวิต จริยธรรมคือระบบของหลักการทางศีลธรรม ซึ่งส่งผลต่อการตัดสินใจและการดำเนินชีวิตของผู้คนและสังคม และยังเรียกอีกอย่างว่าปรัชญาทางศีลธรรมอีกด้วย ซึ่งหมายถึง ธรรมเนียม นิสัย หรืออุปนิสัย ที่ครอบคลุมถึงการใช้ชีวิตที่ดี สิทธิและความรับผิดชอบของตนเอง และการตัดสินใจทางศีลธรรมว่าอะไรดีและอะไรไม่ดี ผ่านตัวบุคคลเป็นหลัก เช่น สัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของตน มีกรรม เป็นทายาท มีกรรมเป็นกำเนิด มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย กรรมย่อมจำแนกสัตว์ทั้งหลายให้เลว และดีต่างกัน (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 14 ข้อ 289 หน้า 350, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) การพิจารณาตนเองจากการกระทำพบว่าเราดีหรือชั่ว ขณะที่หลักปฏิบัติคือ ไตรสิกขาคือศีล สมาธิ ปัญญา ก็ผูกโยงกับความบริสุทธิ์ของตนเอง ไม่ให้หวาดต่อการลงโทษ ไม่ต้องระแวงต่อการประทุษร้ายของคู่เวร ไม่หวั่นใจต่างๆ ซึ่งอาจโยงให้เห็นผ่านหลักโอวาทปาฏิโมกข์คือการไม่ทำบาปทั้งปวง การทำกุศลให้ถึงพร้อม และการทำจิตของตนให้ผ่องแผ้ว (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 25 ข้อ 183 หน้า 90, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) จริยธรรมส่วนบุคคลจึงสอดคล้องกับวิถีชีวิตที่แต่ละบุคคลจะต้องหาหนทางดับทุกข์ด้วยตนเองเป็นสำคัญ ทำให้เกิดการเลือกในการชำระตัวเองให้บริสุทธิ์ก่อนจะพิจารณาเรื่องอื่นใด

หลักจริยธรรมยังสามารถจัดทำแผนที่ในการดำเนินชีวิตได้ด้วย เพราะเมื่อเกิดปัญหาทางศีลธรรมส่วนใหญ่ก็ทำให้เรารู้สึกหงุดหงิด เนื่องจากปัญหาเหล่านี้เป็นปัญหาทางอารมณ์ จึงมักปล่อยให้หัวใจของตนเองได้เถียงในขณะที่สมองของตนเองปล่อยให้ไปตามธรรมชาติ ในการแก้ไขปัญหาเหล่านี้ โดยใช้กฎเกณฑ์ทางจริยธรรมที่ทำให้เรามองที่เอนลงต่อปัญหาทางศีลธรรม ซึ่งเป็นกรอบในการดำเนินชีวิตที่สามารถใช้หาหนทางผ่านปัญหาที่ยากลำบากได้ โดยหลักที่เป็นพื้นฐานคือ หลักวุฒิธรรม 4 คือ หลักธรรมที่ส่งเสริมความเจริญก้าวหน้าในการดำเนินชีวิตตามแนวทางพุทธศาสนา ประกอบด้วย การคบหาสัตบุรุษ การรับฟังธรรม การพิจารณาธรรม และการปฏิบัติตามธรรม ซึ่งหลักธรรมเหล่านี้จะช่วยให้บุคคลพัฒนาตนเองไปสู่ความดีงามและประสบความสำเร็จในชีวิตได้ หลักวุฒิธรรม 4 ประการ ได้แก่ 1. สัมปยุตตสังสวะ (การคบหาสัตบุรุษ) 2. สัทธัมมัสสวนะ (การรับฟังธรรม) 3. โยนิโสมนสิการ (การพิจารณาโดยแยบคาย) 4. อัมมานัธัมมปฏิบัติ (การปฏิบัติคำแนะนำสั่งสอนของผู้รู้หรือผู้เชี่ยวชาญ) (ไพรัช พันชมภู และคณะ, 2561) การดำเนินชีวิตให้สอดคล้องกับหลักวุฒิธรรม 4 จะช่วยให้เกิดการพัฒนาด้านทั้งทางปัญญาและคุณธรรม ทำให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข และประสบความสำเร็จในชีวิตได้

สำหรับการศึกษาต่อประเด็นคำถามดังกล่าว ผู้เขียนได้ใช้การศึกษาเอกสาร จากเอกสารสำคัญในคริสต์ศาสนา ได้แก่ พระคัมภีร์ หนังสืออธิบายข้อคำสอน และหนังสืออธิบายคำสอนที่เกี่ยวข้องกับหลักวุฒิธรรม 4 และจริยธรรมในการดำเนินชีวิต ทั้งที่เป็นเอกสาร ตำรา และบทความทางวิชาการ เพื่อให้ความกระจ่างชัดต่อโลกทัศน์ เพื่อให้ทราบแนวทางที่มีในการดำเนินชีวิตตามหลักวุฒิธรรมได้อย่างถูกต้องต่อไป

แนวคิดและหลักการเกี่ยวกับจริยธรรม

จริยธรรมเป็นคำที่มีความหมายตามถึงหลักการปฏิบัติทางศีลธรรม ในที่นี้จะได้แนวคิดและหลักการเกี่ยวกับจริยธรรมในประเด็นต่อไปนี้

1. ความหมาย คำว่าจริยธรรม มาจากคำว่า จริย กับ ธรรมะ จริย หมายถึง ความประพฤติ กิริยาที่ควรประพฤติ ธรรมะหมายถึง คุณความดี คำสั่งสอนในศาสนา หลักประพฤติปฏิบัติในศาสนา ความจริง ความยุติธรรม ความถูกต้อง กฎเกณฑ์ กฎหมาย สิ่งของทั้งหลาย เมื่อพิจารณาตามรูปคำจากพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2535 ให้คำนิยามว่า จริยธรรม คือธรรมที่เป็น ข้อประพฤติปฏิบัติ ศีลธรรม กฎศีลธรรม (ปรัชญา เวสารัชช์, 2551)

การเข้าใจความหมายของจริยธรรมที่ปรากฏในสังคมจะพบใน 2 ลักษณะ คือ

1.1 ความหมายทางศาสนา เป็นการอ้างอิงถึงหลักจริยธรรมมาจากความเชื่อทางพระพุทธศาสนา จริยธรรมมาจากกระบวนการเชื่อเรื่องกฎแห่งกรรม การเวียนว่ายอยู่ในสังสาระ การหลุดพ้นจากสังสาระทำให้หลักการทางศาสนาเป็นไปตามความเชื่อเรื่องนรกสวรรค์และฝังอยู่ในจิตใจนำไปสู่การปฏิบัติที่สอดคล้องกันในการเชื่อในการไม่ทำชั่วและทำความดี ถือศีลปฏิบัติธรรม อีกทั้งการเข้าใจในวิถีปฏิบัติแบบชาวโลกตามหลักบัญญัติที่เรียกว่า วัชชูปริหานียธรรม (เสฐียรโกเศศ, 2505)

1.2 ความหมายทางสังคม เป็นการพิจารณาถึงหลักปฏิบัติในการอยู่ร่วมกัน กล่าวคือ หากมีการจัดระดับจริยธรรม จริยธรรมมีหลายระดับ ซึ่งสามารถจำแนกตามระดับกว้าง ๆ ได้ 2 ระดับได้แก่



ระดับของผู้ครองเรือน คือ โลกียธรรม กับ ระดับของผู้ที่สละบ้านเรือนแล้ว คือโลกุตตรธรรม (วิสุทธิโพธิ์แทน, 2548) ส่วนจริยธรรมมีความหมายใกล้เคียงกับคำว่าจริยศาสตร์ จริยธรรมมาจากคำว่า จริย กับ ธรรมะ จริย หมายถึง ความประพฤติ กิริยาที่ควรประพฤติ ธรรมะหมายถึง คุณความดีคำสั่งสอน ในศาสนา หลักประพฤติปฏิบัติในศาสนา ความจริง ความยุติธรรม ความถูกต้องกฎเกณฑ์ กฎหมาย สิ่งของทั้งหลาย

จากความหมายและคำนิยามที่ยกมาเป็นตัวอย่างข้างบนนั้น พอจะประมวลสรุปได้ว่า จริยธรรมคือแนวทางของการปฏิบัติตนให้เป็นคนดี เพื่อประโยชน์สุขของตนเองและสังคมส่วนรวม อะไรควรประพฤติปฏิบัติ แต่จริยธรรมไม่ใช่กฎหมาย ทั้งนี้เพราะกฎหมายเป็นสิ่งบังคับให้คนทำตาม โดยมีบทลงโทษ สำหรับผู้ฝ่าฝืน คนเคารพเชื่อฟังกฎหมายเพราะกลัวถูกลงโทษ ส่วนจริยธรรมไม่มี บทลงโทษคนมีจริยธรรมเพราะแรงจูงใจ ถึงอย่างไรก็ตามกฎหมายก็มีส่วนเกี่ยวข้องกับจริยธรรมในฐานะเป็นแรงหนุนส่งภายนอกเพื่อให้คนมีจริยธรรม ลักษณะของจริยธรรม และคนมีจริยธรรม (สำเนียง ยอดศรี, 250)

2. หลักการทางด้านจริยธรรม จริยธรรมเกิดขึ้นเพราะได้มีการใช้มนธรรมของบุคคล ประเมินคุณค่าของสิ่งใด ๆ เพื่อหาเหตุผลในการแยกแยะถึงความถูก-ผิด ความควร-ไม่ควร แล้ว ตัดสินใจเลือกแสดง พฤติกรรมนั้นออกมาภายนอก เพื่อบ่งบอกว่าเป็นพฤติกรรมดีของหมู่คณะนั้น ซึ่ง มีองค์ประกอบ ทั้งภายในและภายนอกเป็นส่วนเกื้อหนุนให้เกิดจริยธรรมขึ้นในบุคคล จริยธรรมของ บุคคลจึงต้องมีองค์ประกอบ 3 ประการ คือ

1) หลักการทางด้านปัญญา คือ ความเข้าใจในเหตุผลของความถูกต้องดีงาม สามารถตัดสิน แยกความถูกต้องออกจากความไม่ถูกต้องได้ด้วยความคิด

2) หลักการทางด้านอารมณ์ความรู้สึก คือ ความพึงพอใจ ความ ศรัทธาเลื่อมใส ความนิยม ยินดี ที่จะรับจริยธรรมมาเป็นแนวทางในการประพฤติปฏิบัติตน

3) หลักการทางด้านพฤติกรรม คือการกระทำหรือการแสดงออกของบุคคล ในสถานการณ์ ต่างๆ ซึ่งเชื่อว่าเกิดจากอิทธิพลของทั้งสององค์ประกอบข้างต้น (กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ, 2535)

จากองค์ประกอบของจริยธรรมทั้ง 3 ส่วน คือ ปัญญา จิตใจ และพฤติกรรมนี้ คนส่วนใหญ่จะ เข้าใจกันว่า จิตใจเป็นส่วนสำคัญที่สุด เป็นตัวที่ควบคุมพฤติกรรมของคนดังคำกล่าวที่ว่า “ใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว” คำกล่าวนี้ไม่ผิด เพราะมีหลักฐานให้พบเห็นเสมอว่า ความ อุดสาหะ ความกล้าหาญ ความรัก ความซิง ฯลฯ ล้วนเป็นความรู้สึกทางจิตใจที่มีผลให้คนแสดง พฤติกรรมออกมาในรูปแบบที่ แตกต่างกัน หากแต่ถ้าพิจารณาให้ลึกลงไปแล้ว จิตใจของคนเรา ย่อมอ่อนไหวผันแปรได้ง่าย หากไม่มี ปัญญาเป็นตัวกำกับ อาจมีสิ่งจูงใจให้จิตใจอ่อนไหวไปตาม โลกธรรม คือ ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ทุกข์ เมื่อจิตใจผันผวนแปรปรวนพฤติกรรมของคนก็จะ เปลี่ยนแปลง เพราะเกิดค้นหาเป็นตัวนำจิตใจ แต่ ถ้าหากบุคคลผู้นั้นเป็นผู้มีปัญญา รู้แจ้งในความเป็นจริงของโลกและชีวิต ปัญญา ก็จะเป็นตัวชี้แนะไม่ให้ จิตใจอ่อนไหวไปตามสิ่งที่มากระทบ จิตใจก็จะเข้มแข็งไม่อ่อนไหวแปรปรวนแปร จนเกิดผลกระทบไปถึง การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เคยประพฤติปฏิบัติ ทั้งนี้เพราะมีปัญญาเป็นตัวควบคุมจิตใจไว้อีกระดับ หนึ่ง องค์ประกอบของจริยธรรมทั้ง 3 ส่วนนี้ “ปัญญา” เป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่สุด ที่จะชี้แนะให้ จิตใจและพฤติกรรมของคนดำเนินไปอย่างถูกต้องตามครรลองครองธรรม ดังพุทธพจน์ที่ว่า “สพเพ

ธมมา ปญฺญุตตา” แปลว่า “ธรรมทั้งหลายมีปัญญาเป็นเยี่ยมยอด” (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), 2546)

เนื่องจากองค์ประกอบของจริยธรรมประกอบด้วย 3 ส่วน ดังกล่าวข้างต้น การพัฒนาคนในด้านจริยธรรมจึงต้องพัฒนา 3 ด้านไปด้วยกัน ในการดำเนินชีวิตของคนนั้น องค์ประกอบทั้ง 3 ประการเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด กล่าวคือ พฤติกรรมของคนที่แสดงออกมาทั้งทางกาย และทางวาจานั้น จะมีความสัมพันธ์กับทางจิตใจและสติปัญญา คนที่มีอารมณ์โกรธจะแสดง พฤติกรรมออกมาทางการก้าวร้าวรุนแรง และยังเป็นคนที่มีปัญหาน้อยด้วยแล้ว พฤติกรรมที่แสดงออกก็จะก้าวร้าวรุนแรงยิ่งกว่า บุคคลที่มีสติปัญญาซึ่งจะสามารถควบคุมจิตใจของตนได้โดยไม่แสดงพฤติกรรมไม่ดีให้ออกมาปรากฏ นั่นก็แสดงว่าผู้มีสติปัญญาย่อมสามารถควบคุมอารมณ์ และความประพฤติดีกว่าผู้ด้อยปัญญานั้นเอง จริยธรรมของมนุษย์มีอิทธิพลเป็นสาเหตุที่อยู่ ภายในจิตใจของคนเราที่มีต่อพฤติกรรมการแสดงออกของคน และสังคมวิทยาจริย (Sociology of Ethics) กล่าวถึงพฤติกรรมของคนที่ได้รับอิทธิพลมาจากสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ในสังคม นอกจากนี้ ยังมีคำที่มีความหมายสำคัญหลายคำที่ควรรู้จักและทำความเข้าใจถึงองค์ประกอบของจริยธรรมให้มากขึ้นโดยแสดงออกผ่านลักษณะ ดังต่อไปนี้

1) ความประพฤติ หมายถึง การกระทำที่มีมโนธรรมกำกับ ถ้าตัดสินใจเลือกทำตามมโนธรรมเรียกว่า มีความประพฤติดี (Good or Moral Conduct) แต่หากเลือกตัดสินใจกระทำไม่ดี ผิดมโนธรรม เรียกว่า มีความประพฤติเลว (Bad or Immoral Conduct) ถ้าทำเลว มากๆ เรียกว่า ชั่ว ดังนั้นความประพฤติสามารถตัดสินได้ด้วยพฤติกรรมการกระทำที่ดี หรือไม่ดี อย่างชัดเจน เช่น การแสดงความก้าวร้าว พุดจาหยาบคาย พฤติกรรมดังกล่าวย่อมแสดงว่า ผู้นั้นมี ความประพฤติไม่ดี ไม่สมควร

2) พฤติกรรม หมายถึง การแสดงออกของการกระทำหรืออาการที่เผยออกมา ให้เห็นทางกาย วาจา ความคิดและความรู้สึกเพื่อตอบสนองสิ่งเร้าที่มากระตุ้นจากภายในหรือ ภายนอกซึ่งไม่เกี่ยวข้องกับมโนธรรม เช่น การเคลื่อนไหวทางร่างกาย เดิน พุด เขียน คิด ความหิว กระหายความพอใจ ไม่พอใจ เป็นการแสดงออกทางพฤติกรรมอย่างกลางๆ ไม่ได้บอกว่าดีหรือไม่ดี

3) มโนธรรม หมายถึง ความรู้สึกผิดชอบชั่วดี ความรู้สึกว่าจะไรควรทำ อะไร ไม่ควรทำ ซึ่งมีอยู่ในจิตใจคนเราเป็นปกติอยู่แล้วจึงมีคำกล่าวว่า มนุษย์มีจิตประภัสสร คือ มี จิตใจที่ผ่องใสบริสุทธิ์ แต่อย่างไรก็ตามจะต้องได้รับการขัดเกลา ฝึกฝนและพัฒนาอยู่เสมอ เพราะ กิเลสสามารถครอบงำจิตใจได้ง่าย ทั้งนี้เพราะการทำความดีในบางครั้งยังมีการชั่งใจที่จะเลือก ตัดสินใจ ในบางกรณี หรือบางเหตุการณ์ เช่น ถ้าใครเดือดร้อนแล้วสามารถช่วยได้ก็จะช่วยทุกครั้ง โดยไม่ ลังเล หรืออาจจะช่วยเมื่อหาเหตุผลมาอธิบายได้ว่าควรช่วยก็จะช่วย ทั้ง 2 พฤติกรรมนี้เป็น ความประพฤติที่ดีทั้งสิ้น แต่ในระดับของมโนธรรมที่มีคุณธรรมย่อมจัดอยู่ในความประพฤติแรก

4) คุณธรรม หมายถึง สภาพคุณงามความดี ความดีงาม สภาพที่เกื้อกูล ความ ประพฤติจนเคยชินเป็นนิสัยแต่ละด้าน เมื่อพูดถึงคุณธรรมเรามักจะคุ้นเคยกับการใช้คำว่า คุณธรรมจริยธรรมไปด้วยกัน ซึ่งสามารถสรุปได้ว่า เป็นความประพฤติที่ดีที่หมู่คณะหรือสังคม นั้นๆ ให้การยอมรับว่าผู้มีความประพฤติดังกล่าวเป็นคนดี และสังคมไทยได้กำหนดคุณธรรมขั้น พื้นฐาน 8 ประการเพื่อการปฏิบัติ ดังนี้



ก. ชยัน ความตั้งใจเพียรพยายามทำหน้าที่การทำงานอย่างต่อเนื่อง สม่ำเสมออดทน ไม่ท้อถอย เมื่อพบอุปสรรค ความขยันต้องควบคู่กับการใช้สติปัญญาแก้ปัญหาจนเกิดผลงาน สำเร็จตามความมุ่งหมาย

ข. ประหยัด การรู้จักเก็บออม ถนอมใช้ทรัพย์สินสิ่งของตน แต่พอควรพอประมาณ ให้ เกิดประโยชน์ คุ่มค่า ไม่ฟุ่มเฟือยฟุ้งเฟ้อ

ค. ซื่อสัตย์ ประพฤติตรงไม่เอินเอียง ไม่มีเล่ห์เหลี่ยม มีความจริงใจ ปลอดจากความรูสึก ลำเอียงหรืออคติ

ง. มีวินัย การยึดมั่นในระเบียบแบบแผนข้อบังคับและข้อปฏิบัติ ซึ่งมีทั้งวินัยในตนเอง และวินัยต่อสังคม

จ. สุภาพ เรียบร้อย อ่อนโยน ละมุนละม่อม มีกิริยา มารยาทที่งดงามมีสัมมาคารวะ

ฉ. สะอาด ปราศจากความมัวหมองทั้งกายใจและสภาพแวดล้อม ความผ่องใสเป็นที่ เจริญตา ทำให้เกิดความสบายใจแก่ผู้พบเห็น

7) สามัคคี ความพร้อมเพียงกัน ความกลมเกลียวกัน ความปรองดองกัน ความร่วมใจ กัน ปฏิบัติงานให้บรรลุผลตามที่ต้องการ เกิดการงานอย่างสร้างสรรค์ ปราศจากการทะเลาะวิวาท

8) มีน้ำใจ ความจริงใจที่ไม่เห็นแต่เพียงตัวเองหรือเรื่องของตัวเอง แต่เห็นอกเห็นใจ เห็นคุณค่าในเพื่อนมนุษย์ มีความเอื้ออาทรเอาใจใส่ในความสนใจ ในความต้องการ ความจำเป็น ความทุกข์ของผู้อื่นและพร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือเกื้อกูลกันและกัน (ณัฐพันธ์ เชนนันท์, 2551)

3. รูปแบบจริยธรรมกับการดำเนินชีวิต เป็นการระบุถึงพฤติกรรมกรรมการแสดงออกที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการดำเนินชีวิต เป็นรูปแบบของพฤติกรรมที่สะท้อนถึงความแตกต่างโดยจำแนกเป็นกลุ่มตามลักษณะภายนอกต่าง ๆ อย่างกิจกรรม ความสนใจ และความคิดเห็นของแต่ละตัวบุคคล รวมไปถึงถึงลักษณะภายในทางด้านจิตวิทยาที่ไม่สามารถมองเห็นได้รูปแบบการดำเนินชีวิตจึงเป็นการผสมผสานกันระหว่างกิจกรรมความสนใจ ความคิดเห็น และทัศนคติ ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 รูปแบบ ดังนี้

3.1 รูปแบบการดำเนินชีวิตที่ได้รับอิทธิพลมาจากกลุ่มต่าง ๆ เช่น ครอบครัว กลุ่มเพื่อน เป็นต้น แม้ว่าจะจบการศึกษาจากสถาบันเดียวกัน ทำงานที่เดียวกัน เงินเดือนเท่ากัน แต่คนนี้อาจจะชอบอยู่บ้านส่วนอีกคนชอบงานเลี้ยงสังสรรค์ เนื่องจากทั้งคู่ไม่ได้รับการเลี้ยงดูมาจากครอบครัวเดียวกันจึงส่งผลให้มีรูปแบบการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกัน

3.2 รูปแบบการดำเนินชีวิตที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของแต่ละบุคคล เราสามารถคาดคะเนพฤติกรรมของบุคคลใดบุคคลหนึ่งได้ก็ต่อเมื่อเรารู้ถึงรูปแบบการดำเนินชีวิตของบุคคล ๆ นั้น เนื่องจากมนุษย์มักจะแสดงพฤติกรรมโดยมีความสอดคล้องกับรูปแบบการดำเนินชีวิตของตนเอง ๆ

3.3 รูปแบบการดำเนินชีวิตสามารถบ่งบอกถึงจุดศูนย์กลางความสนใจของชีวิต สามารถคาดคะเนพฤติกรรมของบุคคลใดบุคคลหนึ่งได้อีกเช่นกันก็ต่อเมื่อทราบว่าบุคคลนั้นให้ความสนใจกับสิ่งใดเป็นพิเศษ เช่น ถ้าให้ความสนใจกับเพื่อนเป็นพิเศษก็อาจคาดคะเนได้ว่าบุคคลนี้ชอบเข้า สังคม ชอบงานสังสรรค์ เป็นต้น

3.4 รูปแบบการดำเนินชีวิตเปลี่ยนแปลงไปตามสภาพสังคม เช่น ค่านิยมของการเป็นผู้นำ ครอบครัวของเพศชายหรือสามีที่มีการเปลี่ยนแปลงไปไม่เหมือนกับสังคมสมัยก่อน กล่าวคือ ไม่ใช่แค่เพศชายแล้วที่มีหน้าที่หารายได้เพื่อมาเลี้ยงดูครอบครัวและเพศหญิงก็ไม่ได้มีหน้าที่เป็นแม่บ้านคอย

ดูแลบ้านเพียงอย่างเดียว ด้วยสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปปัจจุบันเพศหญิงก็ช่วยเพศชายหารายได้ ด้วยเช่นกัน (Sathish, S. and Rajamohan, 2012)

การดำเนินชีวิตในทางพระพุทธศาสนา เป็นการมองชีวิตทั้งชีวิต ทั้งระบบ ทั้งกาย วาจา หรือใจ ดังนั้น คุณธรรมเป็นเรื่องคุณสมบัติทางจิตใจ จริยธรรม หรือพฤติกรรมที่แสดงภายนอกที่มองเห็นได้ ความหมายทางพุทธศาสนา จริยธรรมก็ครอบคลุมทั้งหมด ส่วนคุณธรรมเป็นส่วนหนึ่งในจริยธรรม การนำหลักธรรมในพุทธศาสนาได้นำมาเป็นหนทางหนึ่งที่จะช่วยส่งเสริมการพัฒนาตนเองทั้งทางร่างกายและจิตใจให้สามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุขที่เรา สามารถจะปฏิบัติและสามารถเข้าใจได้ง่ายนั้นคือ การรักษาศีล การควบคุมกายใจและวาจา ให้อยู่ในทางที่ดี คือมีความบริสุทธิ์ทั้งกายวาจาและใจ นอกจากการรักษาศีลแล้ว ยังมีหลักธรรมอื่น ๆ อีกที่ช่วยส่งเสริมการดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุข ไว้ 4 ประการ คือ

1. สภาวะที่เป็นไปอย่างนั้นเอง เช่น ธรรมชาติ ธรรมดา กฎธรรมชาติ
2. ความถูกต้องดีงาม เช่น ความชอบธรรม ความยุติธรรม ธรรมในที่นี้มีความหมาย ตรงข้ามกับอธรรม
3. สิ่งหรือปรากฏการณ์ 2 ชนิด คือ ชนิดหนึ่งถูกปรุงแต่งจากสิ่งอื่น ๆ หลายสิ่ง กับสิ่งที่ปราศจากการปรุงแต่ง
4. หลักคำสอนของศาสนา เช่น พุทธธรรม คริสต์ธรรม อิสลามิกธรรมถ้าจะให้ความหมายสอดคล้องกับหลักคำสอนของศาสนา (วศิน อินทสระ, 2518)

จริยธรรมจึงหมายถึงหลักทำนองว่าด้วยความประพฤติ เป็นหลักสำหรับให้บุคคลยึดถือในการปฏิบัติตน โดยหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาได้สะท้อนให้เห็นหลักการปฏิบัติของบุคคลในฐานะใดฐานะหนึ่งที่ต้องมีคุณธรรมประกอบเสมอ ดังหลักทศ 6 ที่แต่ละบุคคลต้องปฏิบัติต่อกัน การมีมนุษยธรรมแบบมนุษย์ และการปฏิบัติตามหลักพรหมวิหารในฐานะเป็นผู้ปกครอง หรือการมีทศพิธราชธรรมเป็นเครื่องปฏิบัติสำหรับพระราชา ทั้งนี้การปฏิบัติตามหลักธรรมจึงจะถือว่าเป็นผู้มีวิถีชีวิตตามนั้น

จริยธรรมกับรูปแบบการดำเนินชีวิตตามหลักกฏธรรม 4

การนำหลักจริยธรรมคือคุณธรรมมาเป็นรูปแบบการดำเนินชีวิตเป็นการแก้ไขปัญหาเรื่องหลักปฏิบัติของส่วนตัวและการปฏิบัติทางสังคม ดังนี้

1. **หลักกฏธรรมในฐานะหลักจริยธรรม** หลักธรรมคุณธรรมปรากฏในพระไตรปิฎกอันเป็นหลักที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนธรรม 4 ประการที่นำไปสู่ความเจริญด้วยปัญญาแก่ภิกษุทั้งหลาย ว่า “ภิกษุทั้งหลาย ธรรม 4 ประการนี้ อันบุคคลเจริญแล้ว กระทำให้มาก แล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อความเป็นผู้มีปัญญาเป็นเครื่องชำระกิเลส ธรรม 4 ประการ เป็นไฉน? คือ การคบสัตบุรุษ 1 การฟังสัทธรรม 1 การกระทำไว้ในใจโดยแยบคาย 1 การปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม 1 ดูกรภิกษุทั้งหลาย ธรรม 4 ประการนี้แล อันบุคคลเจริญแล้ว กระทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อความเป็นผู้มีปัญญาเป็นเครื่องชำระกิเลส” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 21 ข้อ 248 หน้า 332, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ซึ่งเหตุแห่งการตรัสสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เกิดขึ้นจากพระองค์ทรงเล็งเห็นถึงความสำคัญของการพัฒนาตนเองและสังคมให้มีความเจริญทั้งในทางโลกและทางธรรม



พระพุทธเจ้าตรัสสอนหลักธรรมนี้เพื่อเป็นแนวทางสำหรับบุคคลที่ต้องการความเจริญก้าวหน้าในชีวิตอย่างยั่งยืน

การนำเอาหลักกฏธรรมมาใช้เป็นหลักจริยธรรมทั้งนี้มาจากหลักการมองไปที่ผลที่เกิดขึ้นในแง่ของการมีชีวิตที่ดีโดยพบได้ในคุณสมบัติที่สำคัญในการดำเนินชีวิตที่ดีไว้ โดยคุณธรรมที่ก่อให้เกิดความเจริญงอกงาม มี 4 อย่าง คือ สัปปุริสสังเสวะ สัทธัมมัสสวนะ โยนิโส มนสิการ ธัมมานุธัมมปฏิบัติ โดยขยายความว่า

1) สัปปุริสสังเสวะ คบหาสัตบุรุษ เสวนาท่าน ผู้รู้ผู้ทรงคุณความดี, มีความประพฤติชอบด้วยกาย วาจา ใจ คบหาท่านผู้ทรงธรรมทรงปัญญาเป็น กัลยาณมิตร ดังที่ท่านผู้นำทางไว้และทำให้มนุษย์ สามารถสร้างสังคมที่ดีงามอันดำรงอยู่โดยธรรมได้

2) สัทธัมมัสสวนะ ฟังสัทธรรม, ตั้งใจฟังคำ สอนของท่าน, เอาใจใส่เล่าเรียน ฟังอ่านหาความรู้ ให้ธรรมที่แท้ ซึ่งทำให้เกิดความเหมาะสมพอดีที่จะ เกื้อกูลต่อความเจริญแห่งคุณธรรมของตน และการอยู่ร่วมกันด้วยดีของสังคม

3) โยนิโสมนสิการ ทำในใจโดยแยบคาย, รู้จัก คิดพิจารณาหาเหตุผลโดยถูกวิธี ให้เห็นเหตุผลคุณโทษในสิ่งที่ได้เล่าเรียนสดับฟังมานั้น โดยจับ สารที่จะนำไปใช้ประโยชน์ได้เพื่อเกื้อกูลตนเองและสังคม

4) ธัมมานุธัมมปฏิบัติ ปฏิบัติธรรมตามสมควร แก่ธรรม, นำสิ่งที่ได้เล่าเรียนมาและตรึตรองเห็นอยู่ร่วมกันด้วยดีของสังคมกับความมุ่งหมายของหลักการนั้น ๆ สามารถวินิจฉัยแยกการอันควรไม่ควรทำ กำหนดความพอเหมาะพอดีและการที่จะใช้หรือพัฒนาต่อไปของคุณธรรมอื่น ๆ ทั้งหมดได้อย่างเหมาะสม (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), 2545) และหลักการดังกล่าวนี้ยังเป็นการเพิ่มพูนให้เกิดความเจริญมากยิ่งขึ้น จากที่มีความเจริญ ระดับหนึ่งมาก่อนแล้ว ทรงแสดงไว้ในรูปของความ เป็นเหตุปัจจัยที่ต้องอิงอาศัยกัน ประสานสัมพันธ์ และสนับสนุนกัน ว่า วุฒิธรรม 4 ประการ คือ

1) สัปปุริสสังเสวะ คบหาสมาคมกับท่านสัตบุรุษ คือการร่วมหลักความคิด ร่วมกิจกรรม ร่วมผล ประโยชน์กับคนดี

2) สัทธัมมัสสวนะ ฟังคำสั่งสอนของท่านด้วยความเคารพ กล่าวคือบุคคลเมื่อมีศรัทธาในสัตบุรุษ แล้วยอมเข้าไปหาท่าน นั่งใกล้ๆ ท่าน ตั้งใจฟังคำ สอนท่าน มีจิตใจจดจ่ออยู่กับเสียงที่ท่านเปล่งออกมา พร้อมกับกำหนดเนื้อหาสาระจากคำสอน จนเกิดความรู้ความเข้าใจอย่างแจ่มแจ้ง จนเป็นบุคคลผู้ประพฤติดังามที่ประกอบด้วยกัลยาณธรรม อันเป็นธรรมฝ่ายดีกล่าวคือ เมตตา มีความรักใคร่ปรารถนาที่จะให้เป็นสุข สัมมาชีพ มีการเลี้ยงชีพในทางที่ชอบ ด้วยกฎหมายและศีลธรรมงามสังวร มีการสำรวม ระวังไม่ล่วงเกิน สัจจวาจา มีคำพูดที่เป็นคำสัตย์คำจริง และสติ มีความระลึกได้ก่อนทำ ก่อนพูด ก่อนคิด อยู่เสมอเนื่องเพราะความสำรวมระวัง เชื่อฟังคำสอน

3) โยนิโสมนสิการ นำเรื่องเหล่านั้นมาพิจารณา ด้วยอุบายวิธีอันแยบคาย หมายความว่า การเอาคำ สอนที่ฟัง อ่านมาจำแนกแยกแยะออกไปให้ชัดเจนว่า อะไรเป็นอะไร ดีหรือชั่ว ถูกหรือผิด ควรหรือไม่ควร มองจากเหตุดังไปหาผล โยงจากผลกลับมาที่เหตุได้ พิจารณาเห็นถึงสิ่งที่ตรงกันข้ามกับสิ่งที่ตนได้ฟังมาอ่านมา มองเห็นถึงลักษณะคล้ายกัน แตกต่างกันหรือความเป็นเหตุเป็นผลเป็นปัจจัยของกันและกัน จนสามารถเชื่อมเข้ากับกาลทั้ง 3 คือ อดีต อนาคต และปัจจุบันได้ ใช้อดีตเป็นบทเรียนมาประพฤติ ปฏิบัติตามควรแก่สิ่งนั้นในปัจจุบัน และใช้อดีตกับ ปัจจุบันเป็นตัวเชื่อมโยงไปสู่อนาคต

4) ธรรมานุธรรมปฏิบัติ ปฏิบัติธรรมตามสมควรแก่ธรรม เป็นการกระทำที่ต่อเนื่องมาจากการคบ สัตบุรุษ การฟังคำสอนของท่านแล้วนำมาคิดอย่างเป็นระบบ มีกฎเกณฑ์การคิดจนสามารถมองเห็นคุณโทษ แล้วนำสิ่งเหล่านั้นมาปฏิบัติ จนเป็นผู้ สมบูรณ์ด้วยปัญญา หมายเอาบุคคลผู้มีปัญญาเห็น ความเกิดและความดับของสัตว์ ตลอดจนสังขารทั้งหลาย และสามารถลด ละ สงบ บรรเทาจากกิเลสจนถึงการหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวงได้ในที่สุด (พระเทพดิลก (ระแบบ วิฑูรญาณ), 2548)

นอกจากนั้นแล้ววัตรธรรม 4 หรือ วุฑฒิธรรม 4 หมวดนี้ ยังถูกเรียกสั้นๆ ว่า วุฒิ 4 จึงกล่าวได้ว่า วุฑฒิธรรม 4 คือหลักธรรมที่สำคัญหมวดหนึ่ง ที่ต้องศึกษาและต้องปฏิบัติตาม เพื่อฝึกหัดกาย วาจา และจิตใจหรือสติปัญญาให้สูงขึ้น ซึ่งถือเป็นระบบ ในการดำเนินชีวิตที่ทำให้มนุษย์มีการพัฒนาอย่างบูรณาการ เพื่อการดำเนินชีวิตอยู่ได้อย่างดีมีความสุข นอกจากบุคคลจะแสวงหาผลให้เกิดขึ้นแก่ตนเองอยู่ดีมีสุขในปัจจุบันแล้ว บุคคลนั้นยังแสวงหาหลักประกันในอนาคตภายหน้าอีกด้วย ซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงตรัสแสดงถึงเหตุ เพื่อให้เกิดผลประโยชน์ในทางที่ดีงาม สร้างสมสิ่งที่มีความเกื้อกูลต่อบุคคลไว้ในกาลข้างหน้า อันหมายถึงวันหน้าเดือนหน้า ปีหน้า ตลอดถึงชาติหน้าและชาติต่อไปในภายหน้า

2. รูปแบบการดำเนินชีวิตตามหลักวุฑฒิธรรม 4 การดำเนินชีวิตจำเป็นต้องประสบกับผู้คนและสังคม เมื่อพบกับคนจำเป็นจะต้องเข้าใจความเกี่ยวข้อง ขณะเดียวกันก็ต้องรู้ว่าความเจริญในที่นี้เป็นการกล่าวถึงความเจริญในแง่ของจิตใจ อารมณ์ สังคม ปัญญาเป็นหลัก โดยพิจารณาจากการดำเนินชีวิต ดังนี้

2.1 การดำเนินชีวิตจากสังคม เป็นการคบหาบุคคลที่เรียกว่า สัตบุรุษ คือการคบคนดี สัตบุรุษ หมายถึง คนดี มีคุณธรรม มีปัญญา และมีความประพฤติดี สังเวย หมายถึง การคบหา การเสวนา การเข้าไปใกล้ชิด หรือการมีปฏิสัมพันธ์ (กิริยา ศยียงง, 2549) ในทางสังคมนั้นต้องการบุคคลที่เป็นทั้งบุคคลที่อยู่ในฐานะของผู้เป็นครูและผู้เป็นเพื่อน ในแง่ของสัตบุรุษนั้นเป็นการเข้าใจผ่านลักษณะการที่ปฏิบัติต่อกันผ่านการอยู่ร่วมกันบุคคลที่ประกอบด้วยหลักธรรมที่เป็นองค์ความรู้ที่จำเป็นในการอยู่ร่วมกัน 7 ประการ อันได้แก่ 1) รู้หลักและรู้จักเหตุ (ธัมมัญญา) คือ รู้หลักความจริงของธรรมชาติ รู้หลักการ ซึ่งเป็นเหตุให้กระทำการได้สำเร็จผลตามมุ่งหมาย 2) รู้ความมุ่งหมายและรู้จักผล (อัตถัญญา) คือ รู้ความหมายและความมุ่งหมายของหลักธรรมหรือหลักการ กฎเกณฑ์หน้าที่รู้ผลที่ประสงค์ของกิจที่จะกระทำ 3) รู้จักตน (อัตตัญญา) คือ รู้ฐานะ ภาวะเพศ กำลังความรู้ ความถนัด ความสามารถ และคุณธรรม 4) รู้ประมาณ (มัตตัญญา) คือ รู้จัก ความพอเหมาะพอดี 5) รู้จักกาล (กาลัญญา) คือ รู้ว่าเวลาไหน ควรทำอะไร (6) รู้จักชุมชน (ปริสสุญญา) ปฏิบัติอื่น ๆ ต่อชุมชนนั้นๆ 7) รู้จักบุคคล (บุคคสุญญา) คือ รู้ความแตกต่างระหว่างบุคคล โดยอาศัย ความสามารถ และคุณธรรม เป็นต้น (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), 2551) อีกทั้งควรมีคุณสมบัติ อีก 7 ประการ ได้แก่ 1) น่ารัก (ปิโย) คือ เข้าถึงจิตใจ สร้างความสนิทสนมเป็นกันเอง 2) น่าเคารพ (ครุ) คือ มีความประพฤติสมควรแก่ฐานะ 3) น่าเจริญใจ (ภาวนิโย) คือ มีความรู้จริง ทรงภูมิปัญญาแท้จริง 4) รู้จักพูดให้ได้ผล (วตฺตา จ) คือ พูดเป็น รู้จักชี้แจงให้เข้าใจ รู้ว่าเมื่อไร ควรพูดอะไร อย่างไร คอยให้คำแนะนำ 5) ทนต่อถ้อยคำ (วจนฺขโม) คือ พร้อมที่จะรับฟัง ปรีक्षा แม้ถูกตามจุกจิก อดทนฟังได้ ไม่เบื่อหน่าย ไม่เสียอารมณ์ 6) แกล้งเรื่องล้าลึกได้ (คม ร จ กฏ กตฺตา) คือ กล่าวชี้แจงเรื่องต่าง ๆ ที่



ลึกซึ้งซับซ้อนให้เข้าใจได้ 7) ไม่ชักนำใน อฐาน (โน จฏฐาเน นิโยชาย) คือ ไม่แนะนำในเรื่องเหลวไหล หรือชักจูงไปในทางเสื่อมเสีย (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต.), (2551)

การดำเนินชีวิตตามหลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับบุคคลอื่นจึงเป็นแนวทางในการบรรลุหน้าที่ทางสังคมที่เหมาะสม โดยเฉพาะในแง่ของการปฏิบัติถูกและทำถูกต้องกัน อีกทั้งยังเป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาที่ทำให้เกิดการอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข

2.2 การดำเนินชีวิตในแง่ปัญญา อารมณ์และจิตใจ เป็นการนำเอาหลักภูมิธรรมมาประกอบใน 3 ด้านคือ

ก. ด้านปัญญา เป็นการใช้หลักการฟังธรรม กล่าวคือสัทธัมมัสสวนะ ในทางพุทธศาสนา หมายถึง การฟังธรรม หรือการสดับตรับฟังคำสอนของพระพุทธเจ้าและพระอริยสงฆ์อย่างตั้งใจและพิจารณาไตร่ตรองอย่างแยบคาย เพื่อนำไปประพฤติปฏิบัติในชีวิตประจำวัน. การปฏิบัติตามหลักสัทธัมมัสสวนะ ไม่เพียงแต่เป็นการเรียนรู้ธรรมะเท่านั้น แต่ยังเป็นการสร้างคุณธรรมจริยธรรมในจิตใจ และนำไปสู่การดำเนินชีวิตที่ดีงามอย่างยั่งยืน และการฟังธรรมเป็นประจำ จะช่วยให้เราสามารถนำหลักธรรมมาปรับใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน เพื่อให้เกิดความสงบสุข และเป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาต่างๆ ในชีวิตได้ จริยธรรมและรูปแบบการดำเนินชีวิตแบบสัทธัมมัสสวนะ ประกอบด้วย

2.1 วิธีการฟังธรรม ผู้ฟังธรรมต้องมีคุณสมบัติของผู้ฟังธรรม ผู้ฟังธรรมที่จะได้รับประโยชน์จากการฟังธรรมอย่างเต็มที่ควรจะมีคุณสมบัติเหล่านี้อยู่ในตัวคือ

1) ไม่ดูแคลนหัวข้อธรรมที่ได้ฟังว่าง่ายไปเพราะธรรมะทุกบททุกข้อในพระพุทธศาสนาไม่ว่าจะง่ายหรือยากก็ตามหากฟังด้วยการพิจารณาและนำไปปฏิบัติตามอย่างจริงจังย่อมส่งผลให้ผู้นั้นมีโอกาสบรรลุธรรมในที่สุด

2) ไม่ดูแคลนความสามารถของผู้แสดงธรรม คือ อย่าคิดว่าผู้แสดงธรรมนี้ด้อยกว่าเรา โดยยกเอาวิญญูคุณวุฒิ หรือชาติวุฒิ เป็นต้นมาเป็นข้อดูหมิ่นดูแคลนเพราะบางครั้งผู้แสดงธรรมอาจมีคุณธรรมสูงกว่าเราก็เป็นได้

3) ไม่ดูแคลนตนเองว่าฉลาดไม่พอจะรองรับธรรมเพราะแม้บางครั้งเราอาจจะฟังธรรมไม่เข้าใจแต่ขอให้อดทนฟังไปอีกหน่อยก็จะค่อยๆ เข้าใจไปเองนอกจากเข้าใจแล้วยังจะได้เพาะนิสัยรักในการฟังธรรมซึ่งจะนำประโยชน์สุขมาให้กับตนเองทั้งในปัจจุบันและอนาคต

4) มีใจเป็นสมาธิขณะฟังธรรม คือ ฟังด้วยความตั้งใจไม่พูดคุยหรือหยอกเล่นกันเพราะถ้ายังฟังด้วยใจเป็นสมาธิมากเท่าไรก็จะเกิดความรู้ความเข้าใจในธรรมะได้มากเท่านั้น

2.2 กาลที่ควรฟังธรรม เป็นการรับรู้ถึงเวลาที่เหมาะสม โดยอยู่บนฐานของช่วงเวลาที่เราเรียกว่า หตู่หรือฟุ้งซ่าน ธรรมะจะเข้าไปช่วยเยียวยาได้ คือ

1) วันธรรมสวนะหรือวันพระนั่นเองแต่ในปัจจุบันอาจเลือกเอาวันที่เราว่างจากภารกิจทั้งหลายเช่นวันหยุดสุดสัปดาห์ หรือวันที่ทางวัดกำหนดให้มีการแสดงธรรม

2) เมื่อเวลาที่จิตถูกวิตกครอบงำ คือ เมื่อใจเราคิดไม่ดีเกิดความขุ่นมัวเศร้าหมองไม่พอใจหรือมีความฟุ้งซ่านรำคาญใจเมื่อนั้นก็ควรไปฟังธรรมเช่นในเวลาที่เกิดความคิดฟุ้งซ่านด้วยเรื่องทางเพศ(กามวิตก)หรือเมื่อเกิดความโกรธอยากทำร้ายทำลายผู้อื่น(พยาบาทวิตก)หรือเมื่อเกิดความคิดอยากเบียดเบียนกลั่นแกล้งใคร (วิหิงสาวิตก) ก็ให้รีบชวนขยับไปฟังธรรมโดยเร็ว

3) เมื่อมีผู้รู้มาแสดงธรรมเพราะบุคคลอย่างนี้หาได้ยากดังนั้นเมื่อมีโอกาสที่จะได้ประโยชน์จากท่านก็ไม่ควรปล่อยให้ผ่านไป

ข. ด้านอารมณ์ เป็นการพิจารณาธรรมตามหลักโยนิโสมนสิการเป็นหลักธรรมสำคัญในพระพุทธศาสนา หมายถึง การทำในใจให้ดี ให้ละเอียดถี่ถ้วน หรือการพิจารณาอย่างแยบคาย โดยคำว่า "โยนิโส" หมายถึง เหตุ ต้นเค้า แหล่งเกิด ปัญญา อุบาย วิธี หรือทาง ส่วน "มนสิการ" หมายถึง การทำในใจ การคิด การคำนึง การนึกถึง การใส่ใจ หรือการพิจารณา เมื่อรวมกันเป็น "โยนิโสมนสิการ" จึงหมายถึง การทำในใจโดยแยบคาย หรือการพิจารณาอย่างรอบคอบและมีเหตุผล

หลักการสำคัญของโยนิโสมนสิการ คือ การพิจารณาธรรมด้วยปัญญา โดยไม่ด่วนเชื่อหรือตัดสินสิ่งใดสิ่งหนึ่งโดยขาดการพิจารณาอย่างถี่ถ้วน แต่จะพิจารณาอย่างละเอียด แยกแยะองค์ประกอบต่างๆ ของสิ่งนั้นๆ เพื่อให้เห็นความสัมพันธ์ของเหตุปัจจัยต่างๆ และนำไปสู่การเข้าใจธรรมอย่างถ่องแท้

การพิจารณาธรรม คือ การใช้ปัญญาในการคิด วิเคราะห์ และไตร่ตรองเรื่องราวต่างๆ อย่างรอบคอบ การพิจารณาธรรมจะช่วยให้เราสามารถแยกแยะสิ่งถูกผิด และสามารถตัดสินใจได้อย่างมีเหตุผล การพิจารณาธรรมเป็นประจำ จะช่วยให้เรามีความรอบคอบในการใช้ชีวิต และหลีกเลี่ยงการกระทำที่ไม่เหมาะสม การคิดแบบโยนิโสมนสิการ เป็น การคิดพิจารณาอย่างละเอียด ถี่ถ้วนและลึกซึ้ง หรือการคิดที่ถูกวิธี มีระเบียบและสร้างสรรค์ มี 10 วิธีดังนี้

1) วิธีคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัย คือ คิดแบบมีเหตุผล เช่น พิจารณาว่าที่เป็นสุข หรือเป็นทุกข์นี้ เกิดขึ้นโดยมีอะไรเป็นปัจจัย ต้นเหตุของปัญหาที่เกิดขึ้นเกิดจากอะไร

2) วิธีคิดแบบแยกแยะส่วนประกอบ คือ การคิดจำแนกแยกแยะองค์รวมของสิ่งต่างๆ ออกเป็นองค์ย่อย ทำให้มองเห็นความสัมพันธ์ขององค์ประกอบย่อยเหล่านั้นว่ามีความเกี่ยวเนื่องกันอย่างไร

3) วิธีแบบสามัญลักษณะ คือ คิดแบบไตรลักษณ์ (อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา) คือคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา ชีวิตของคนเราก็คือเป็นเช่นนี้เอง เป็นอนิจจัง ไม่เที่ยงแท้ เป็นทุกข์ มีแต่ความทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่มีตัวตนที่แน่นอน

4) วิธีคิดแบบอริยสัจ คือ การพิจารณาปัญหาว่าคืออะไร (ทุกข์) มีอะไรเป็นสาเหตุ (สมุทัย) เป้าหมายของการแก้ปัญหาคืออะไร (นิโรธ) หนทางเพื่อบรรลุเป้าหมายเป็นอย่างไร (มรรค)

5) วิธีคิดแบบอรรถธรรมสัมพันธ์ คือ การคิดแบบสัทบุรุษอันเป็นคุณสมบัติของคนดี คือ คิดตามหลักการและความมุ่งหมาย รู้จักเหตุ รู้จักผล รู้จักตน รู้จักประมาณ รู้จักบุคคล รู้จักชุมชน

6) วิธีคิดแบบเห็นคุณเห็นโทษและเห็นทางออก คือ มองในเชิงคุณค่าว่าสิ่งนั้นๆ มีคุณในแง่ไหน มีโทษในด้านใด แล้วก็พิจารณาหาทางออก

7) คิดแบบคุณค่าแท้และคุณค่าเทียม คือ รู้จักแยกแยะสิ่งดีสิ่งชั่ว สิ่งแท้จริงสิ่งปลอมอย่างมีเหตุผล

8) วิธีคิดแบบปลูกเร้าคุณธรรม คือ คิดหาประโยชน์ในการกระตุ้น และส่งเสริมความดี

9) วิธีคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน คือ คิดอยู่ในปัจจุบัน ไม่รำพึงถึงอดีต และไม่กังวลถึงอนาคต



10 วิธีคิดแบบวิภาษวาท คือ คิดแบบรอบด้าน แยกแยะ มองสิ่งต่างๆ ในหลายๆ มุมมอง อย่างละเอียดรอบคอบ (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2564)

การคิดแบบโยนิโสมนสิการทั้ง 10 ข้อที่กล่าวมา สรุปได้ว่า คือการคิดอย่างเป็นเหตุเป็นผล และคิดเพื่อให้เกิดการกระทำที่เป็นกุศล

ค. ด้านจิตใจ เป็นการปฏิบัติตามธรรมหรือการปฏิบัติตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ เรียกว่า ธรรมานุธรรมปฏิบัติ การปฏิบัติโดยอาศัยหลักธรรมานุธรรมปฏิบัติเป็นวิธีการประยุกต์วิธีการหนึ่ง ในการพิจารณาอย่างแยกแยะที่ได้นำเสนอไปแล้วในหัวข้อที่ผ่านนั้น ยังสามารถแสดงตัวอย่าง เด่นชัดในฐานะขั้นตอนสุดท้ายของดำเนินชีวิตตามหลักคุณธรรม 4 ซึ่งควรทำความเข้าใจ เพิ่มเติมดังนี้ คือ การปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม (ธรรมานุธรรมปฏิบัติ) คือ การปฏิบัติธรรม ถูกหลักการดำเนินชีวิตถูกต้องตามธรรม หรือการปฏิบัติธรรมให้ถูกหลัก ถูกความมุ่งหมาย ธรรม ข้อนี้เป็นเรื่องการปฏิบัติ จะมีอยู่ 2 นัยด้วยกันคือ

1) การปฏิบัติธรรมตามฐานะของตน คือมองฐานะของตนว่าควรจะทำอย่างไร จึงปฏิบัติอย่างนั้น เช่น สำหรับฆราวาส การปฏิบัติธรรมสมควรแก่การเป็นฆราวาส สำหรับภิกษุสงฆ์ควรปฏิบัติตามความเป็นพระสงฆ์ ด้วยศีลวินัยที่ควรรักษา

2) การปฏิบัติธรรมน้อยค่อยแก่ธรรมใหญ่ หรือปฏิบัติธรรมย่อยค่อยตาม หลักใหญ่ คือ การปฏิบัติธรรมถูกหลัก คือ ทำให้ข้อปฏิบัติย่อยเข้ากันได้ สอดคล้องกันและส่งผลแก่หลักการใหญ่ เป็นไปเพื่อจุดหมายที่ต้องการ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2549) การปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม (ธรรมานุธรรมปฏิบัติ) เป็นข้อที่ควรฝึกฝน ให้มีปัญญาที่จะสามารถเลือกหลักธรรมให้ถูกกับบริบทที่เกี่ยวข้อง หากเลือกหลักธรรมผิดกับบริบทที่กำลังสนใจอาจส่งผลเสียมากกว่าผลดี ซึ่งเปรียบเทียบได้กับการเลือกไข้ยาที่ไม่ถูกกับโรคดังนั้นการดำเนินชีวิตให้สมบูรณ์จำเป็นต้องฝึกการปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม

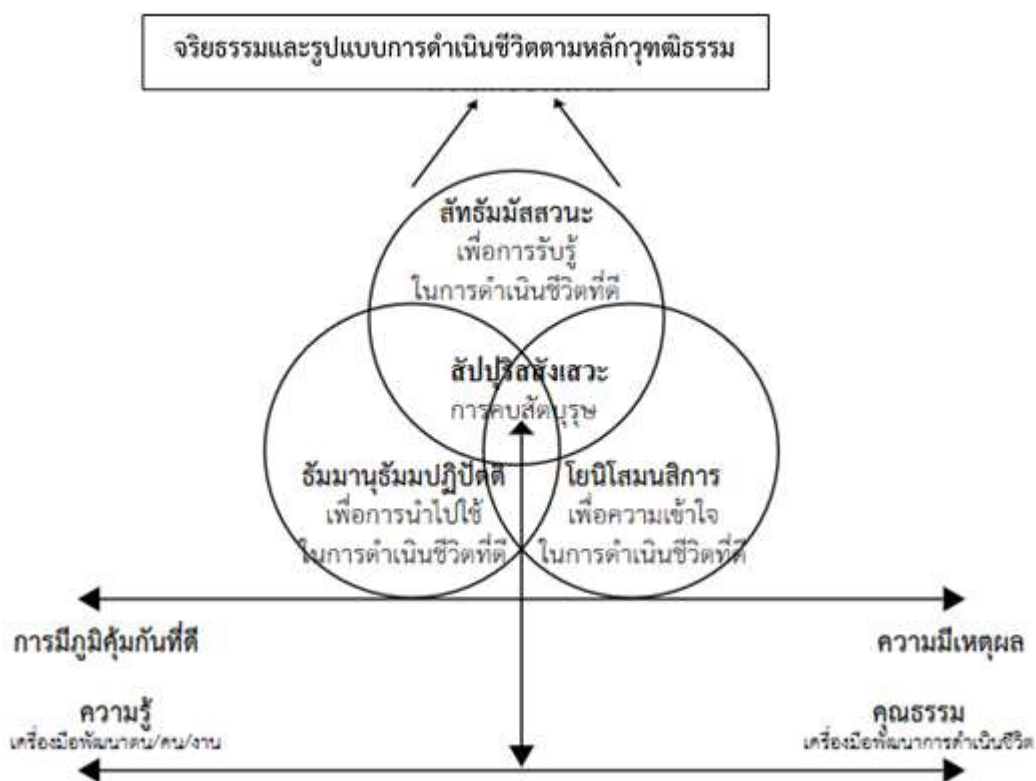
การปฏิบัติตามหลักธรรมหรือคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ มาประพจน์ปฏิบัติในชีวิตประจำวัน และปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ จะช่วยให้เรามีชีวิตที่เจริญก้าวหน้า และมีความสุขทั้งทางโลกและทางธรรม จะช่วยให้เราเป็นคนดี มีคุณธรรม และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข

องค์ความรู้ใหม่

ความสัมพันธ์ระหว่างหลักคุณธรรมกับจริยธรรม เป็นหลักธรรมที่ส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ ทั้งทางปัญญาและศีลธรรม ซึ่งสอดคล้องกับจริยธรรมในการดำเนินชีวิต ที่มุ่งเน้นให้บุคคลเป็นคนดี มีความประพฤติที่เหมาะสม และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข หากเรานำหลักคุณธรรมมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน จะช่วยให้เรามีชีวิตที่เจริญก้าวหน้า และมีความสุขอย่างยั่งยืน

หลักคุณธรรม 4 เป็นหลักธรรมที่ส่งเสริมความเจริญก้าวหน้าทางปัญญาและการดำเนินชีวิต โดยประกอบด้วย 4 ได้แก่ 1) สัปปุริสสังเสวะ (การคบหาสัตบุรุษ) การเลือกคบหาสมาคมกับผู้มีคุณธรรมความดีงาม เป็นผู้ที่มีปัญญา มีเหตุผล และมีวิสัยทัศน์ เพื่อเป็นแบบอย่างและรับคำแนะนำที่ดี 2) สัทธัมมัสสวนะ (การฟังธรรม): การตั้งใจฟังธรรมคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า หรือคำสอนของผู้รู้ ผู้มีประสบการณ์ เพื่อเพิ่มพูนความรู้ความเข้าใจในหลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนา. 3.

โยนิโสมนสิการ (การคิดพิจารณาอย่างแยกคาง) การใช้สติปัญญาในการพิจารณาไตร่ตรองเหตุผลในเรื่องต่างๆ อย่างรอบคอบ โดยคำนึงถึงที่มาที่ไป ผลกระทบ และความเป็นไปได้. 4. อัมมานุอัมมปฏิบัติ (การประพฤติปฏิบัติตามธรรม) การนำหลักธรรมคำสอนที่ได้เรียนรู้มาประพฤติปฏิบัติในชีวิตประจำวันอย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้เกิดความเจริญงอกงามทั้งทางกาย วาจา และใจ ดังภาพประกอบ 1



ภาพประกอบ 1 จริยธรรมและรูปแบบการดำเนินชีวิตตามหลักพุทธธรรม

สรุป

จริยธรรมคือแนวทางปฏิบัติเพื่อให้เป็นคนดีและเกิดประโยชน์ต่อส่วนรวม ต่างจากกฎหมายที่ใช้การบังคับ องค์ประกอบของจริยธรรมมี 3 ส่วนที่สัมพันธ์กัน คือ ปัญญา (ความเข้าใจ) ความสามารถในการคิดและตัดสินใจแยกแยะความถูก-ผิด อารมณ์/ความรู้สึก ความพึงพอใจหรือศรัทธาที่จะนำจริยธรรมมาปฏิบัติ พฤติกรรม (การกระทำ): การแสดงออกที่เหมาะสมตามสถานการณ์ ในบรรดาสามส่วนนี้ ปัญญา ถือว่าสำคัญที่สุด เพราะเป็นตัวนำให้จิตใจไม่หวั่นไหวไปตามกิเลส และนำไปสู่พฤติกรรมที่ถูกต้องดีงาม วุฑฒิธรรม คือ แผนไปสู่ความเจริญก้าวหน้า หลักธรรมที่ใช้เป็นกรอบในการดำเนินชีวิตเพื่อความเจริญ คือ วุฑฒิธรรม 4 ซึ่งเป็นหนทางในการพัฒนาปัญญาและคุณธรรม กล่าวคือ สปปริสสังเสวะ การคบคนดี มีคุณธรรม เป็นกัลยาณมิตร สัทธัมมัสสวนะ การตั้งใจฟังและศึกษาคำสอนอย่างตั้งใจ โยนิโสมนสิการ การคิดวิเคราะห์หาเหตุผล แยกแยะคุณโทษอย่างรอบคอบ



ธัมมานุष्ठัมมปฏิบัติ การนำหลักธรรมที่เรียนรู้และพิจารณาแล้ว มาปฏิบัติให้สอดคล้องกับฐานะและความมุ่งหมาย การดำเนินชีวิตตามหลักคุณธรรม 4 นี้ เป็นการพัฒนาตนเองอย่างครบวงจร ทั้งด้านสังคม (คบคนดี) ด้านปัญญา (ฟังธรรม) ด้านอารมณ์/จิตใจ (คิดอย่างแยบคาย) และด้านพฤติกรรม (ลงมือปฏิบัติ) เพื่อความสุขและความสำเร็จในชีวิต

เอกสารอ้างอิง

- กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. (2535). *หลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2521 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2533)*. กรุงเทพมหานคร: กรมการศาสนา.
- กীরติ ยศยิ่งยง. (2549). *การวางแผนการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์เชิงกลยุทธ์* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร: มิสเตอร์ก๊อปปี้.
- ณัฐพันธ์ เขจรนันท์. (2551). *พฤติกรรมองค์กร*. กรุงเทพฯ: บริษัท ซีเอ็ดดูเคชั่น จำกัด (มหาชน).
- ปรัชญา เวสารัชช์. (2551). บทความพิเศษจริยธรรมสำหรับนักการเมืองและเจ้าหน้าที่ของรัฐ. *วารสารพิเศษผู้ตรวจการแผ่นดิน*, 1(4), 7-24.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). (2545). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม* (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพมหานคร: บริษัท สี่ดาววัน จำกัด.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2546). *พัฒนาการแบบองค์รวมของเด็กไทย*. กรุงเทพมหานคร: โครงการตำราสำนักที่ปรึกษา กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2551). *การแพทย์ยุคใหม่ในพุทธทัศน์*. (พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก.
- พระเทพดิลก (ระแบบ ฐิตญาโณ). (2548). *นิเทศธรรม* (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพมหานคร: กองทุนไตรรัตน์ภาพ.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สำเนียง ยอดศิริ. (2560). จริยศาสตร์ จริยธรรม และคุณธรรมตามแนวความคิดของนักปรัชญา. *วารสารปรัชญาปริทรรศน์*, 22(2), 37-53.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2546). *พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554*. กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์.
- วศิน อินทสระ. (2518). *จริยศาสตร์*. กรุงเทพมหานคร: บรรณาการ.
- วิสุทธิ์ โพธิ์แท่น. (2548). *ประชาธิปไตยแนวความคิดและตัวแบบประเทศประชาธิปไตยในอุดมคติ*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2564). *พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย* (พิมพ์ครั้งที่ 55). กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิบรรจงสนธิ.
- สำเนียง ยอดศิริ. (2560). จริยธรรมและคุณธรรมตามแนวความคิดของนักปรัชญา. *วารสารปรัชญาปริทรรศน์*, 22(2), 37-53
- เสฐียรโกเศศ. (2505). *ความกักดี ศาสนา จริยธรรม*. กรุงเทพมหานคร: สุทธิสารการพิมพ์.



Sathish, S., & Rajamohan, A. (2012). Consumer behavior and lifestyle marketing. *International Journal of Marketing, Financial Services & Management Research*, 1(10), 152-166.

