

การพัฒนามนุษย์ตามหลักกุศลกรรมบถ 10 ในพระพุทธศาสนา
The Development of the Human Beings in Accordance with the Ten
Wholesome Courses of Action in Buddhism

ธัญกนกกรัษต์ จิระโชคนิธิไชยธอร์,

สมเดช นามเกต และ บุญส่ง สิ้นธูนอก

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตหนองคาย

Thankanokrat Jirachoknithichayotorn,
Somdet Namket and Boonsong Sinthunok
Mahachulalongkornrajavidyalaya, Nongkhai Campus
Corresponding Author, E-mail : jacknitikorn2517@gmail.com

บทคัดย่อ

หลักกุศลกรรมบถ 10 ประการถือได้ว่าเป็นหลักธรรมสำคัญในการพัฒนามนุษย์ของพระพุทธศาสนาอีกหลักธรรมหนึ่งที่สามารถพัฒนามนุษย์ได้ครบทั้งกาย วาจา และใจ เพราะว่าการพัฒนามนุษย์ในทางพระพุทธศาสนานั้น มุ่งเน้นไปในการพัฒนาที่มองคนในฐานะที่เป็นมนุษย์ หมายความว่า มนุษย์นั้นมีความเป็นมนุษย์ของเอาเอง ชีวิตมนุษย์นั้นมีจุดหมายของชีวิต คือ ความสุข ความอิสรภาพ ความดีงามของชีวิต ซึ่งเป็นเรื่องเฉพาะตัวบุคคล อีกทั้งเป็นการพัฒนาที่มุ่งเน้นในส่วนของจิตใจหรือพฤติกรรมเป็นหลักใหญ่ สำหรับหลักธรรมที่ใช้ในการพัฒนามนุษย์ก็มีหลายอย่างด้วยกัน แต่ในที่นี้ได้เลือกศึกษาเฉพาะหลักกุศลกรรมบถ 10 ประการ ซึ่งเป็นหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าได้ใช้ในการพัฒนามนุษย์ด้านพื้นฐานในสมัยพุทธกาล ดังนั้นได้ศึกษาการพัฒนามนุษย์ตามหลักกุศลกรรมบถ 10 ในการสร้างสรรค์รูปแบบสังคมที่ดีอันมีจุดหมายเพื่อสร้างสภาพแวดล้อมที่ดีที่เกื้อกูลให้มนุษย์ได้พัฒนาศักยภาพของตนเพื่อให้เข้าถึงชีวิตที่ดีงาม ยิ่งสังคมเจริญพัฒนาขึ้นเท่าใดก็จะเป็นสภาพแวดล้อมที่ดีที่ทำให้มนุษย์พัฒนาตนเองได้ง่ายขึ้นเท่านั้น “เราสร้างสังคมที่ดีที่สุดเพื่อช่วยเป็นสภาพแวดล้อมที่เกื้อกูลให้ชีวิตมนุษย์ได้พัฒนาอย่างดีที่สุดการพัฒนาคนในที่นี่ ไม่ใช่เน้นด้านการพัฒนาความสามารถหรือความรู้ในวิชาการต่าง ๆ แต่หมายถึงพัฒนาคุณสมบัติที่อยู่ภายในตัวบุคคล เช่นศีลธรรมหรือพัฒนาจิตใจนั่นเอง การพัฒนามนุษย์ เป็นการพัฒนาขั้นพื้นฐานต่อเนื่องเป็นการพัฒนาระยะยาว มองคนในฐานะเป็นมนุษย์ต้องให้ความสำคัญว่า การจะพัฒนามนุษย์ให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์และการพัฒนาตนเพื่อการบรรลุเป้าหมายสูงสุดของชีวิตหลักพุทธธรรม

คำสำคัญ: การพัฒนามนุษย์; กุศลกรรมบถ 10; หลักพุทธธรรม

* วันที่รับบทความ : 19 ธันวาคม 2565; วันที่แก้ไขบทความ 14 มิถุนายน 2566; วันที่ตอบรับบทความ : 15 มิถุนายน 2566

Received: December 19 2022; Revised: June 14 2023; Accepted: June 15 2023

Abstracts

The cuses on man's development as human. The meaning is that those are the self-human beings. The human beings' goal of life is the happiness, freedom and goodness of life that is the specific personal issue and again to develop by aiming at spiritual development or the behavior as the great principle. There are a lot of principles of Dhamma for development but in here, the Ten Wholesome Courses of Action are selected for study that the principle of this Dhamma was taught by the Lord Buddha for developing the human beings as the foundation in the advent of the Buddha. So the study of human development in accordance with the principle of the Ten Wholesome Courses of Action is used for constructing the good format of society that aims at constructing good environments for supporting human beings to develop the self-potentiality to arrive in good living. The more the society develops, the more the environment becomes great and to make human develop themselves easily. "We build up the best society to assist the good environments for the best development of human beings. The development of human beings here, not only to focus on the aspect of developing ability or various academic knowledge, but also means to develop the properties inside the personnel such as morality or spiritual development. To develop human beings is the continuous basic development for a long time and to watch man as human. So the importance must be given to all human beings that to develop human to be perfect human and to develop oneself to reach the ultimate goal of life in accordance with the principle of Dhamma.

Keywords: Development; Ten Wholesome Courses; Buddhist Principles

บทนำ

หลักกุศลกรรมบถ 10 ประการถือได้ว่าเป็นหลักธรรมสำคัญในการพัฒนามนุษย์ของพระพุทธศาสนา อีกหลักธรรมหนึ่งที่สามารถพัฒนามนุษย์ได้ครบทั้งกาย วาจา และใจ เพราะว่าการพัฒนามนุษย์ในทางพระพุทธศาสนานั้น มุ่งเน้นไปในการพัฒนาที่มองคนในฐานะที่เป็นมนุษย์ หมายความว่า มนุษย์นั้นมีความเป็นมนุษย์ของตัวเอง ชีวิตมนุษย์นั้นมีจุดหมายของชีวิต คือ ความสุข ความอิสรภาพ ความดีงามของชีวิต ซึ่งเป็นเรื่องเฉพาะตัวบุคคล (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2542 : 2) อีกทั้งเป็นการพัฒนาที่มุ่งเน้นในส่วน of จิตใจหรือพฤติกรรมเป็นหลักใหญ่ สำหรับหลักธรรมที่ใช้ในการพัฒนามนุษย์ก็มีหลายอย่างด้วยกัน แต่ในที่นี้ได้เลือกศึกษาเฉพาะหลักกุศลกรรมบถ 10 ประการ ซึ่งเป็นหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าได้ใช้ในการพัฒนามนุษย์ด้านพื้นฐานในสมัยพุทธกาล ดังนั้นได้ศึกษาการพัฒนามนุษย์ตามหลักกุศลกรรมบถ 10 มนุษย์นั้นจัดได้ว่าเป็นสัตว์มีความพิเศษกว่าสัตว์ประเภทอื่น เพราะมีพลังทางปัญญาที่มีมากกว่าสัตว์อื่นทุกชนิด มนุษย์จึงสามารถที่จะพัฒนาตนเองให้ดีเลิศ หรือให้ยิ่งกว่าคำว่ามนุษย์ได้ การพัฒนามนุษย์ให้ก้าวไปสู่ขั้นสูงสุด จึงเรียกหลักเกณฑ์ดังกล่าวกันว่า ทฤษฎีเชิงสังจจะธรรมส่วนทฤษฎีเชิงสังจจะทางโลก อาจจะพัฒนาตนให้เป็นผู้มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แก่สรรพสัตว์ จนก้าวถึงระดับขั้นการพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนให้ดียิ่งขึ้น มนุษย์มีความสัมพันธ์กับทั้งโลกภายนอกและทั้งโลกภายในหมายความว่า ยังมีตัวควบคุมกลไกที่อยู่เบื้องหลังอีกชั้นหนึ่ง คือ เจตนา แต่เจตนาจะแสดงบทบาทแค่สนองความต้องการของมนุษย์เท่านั้น ส่วนจะเป็นฉันทะหรือเป็นตัณหาที่จะขึ้นอยู่กับหลักเกณฑ์ทางจริยธรรม ถ้ามนุษย์พัฒนาตนไปในแนวฉันทะ มีเจตนาเพื่อที่จะพัฒนาชีวิต เพื่อต้องการจะ

เรียนรู้เพื่อต้องการศึกษา เพื่อการสร้างสรรค์ แต่ถ้าไม่ได้พัฒนาความต้องการดังกล่าว แต่กลับมีจุดมุ่งหมายไปที่ความต้องการเพียงเพื่อจะสนองความรู้สึกแค่การเสพ เจตนาเลยหักเหไปเพียงเพื่อต้องการใช้อินทรีย์ภายนอกเพื่อเสพสิ่งที่ชอบใจ แต่พยายามหนีสิ่งที่ตนไม่ชอบใจ หรือที่เรียกว่าหาความสุขจากการเสพ เจตนาที่อยู่ภายในจึงเป็นตัวละครสำคัญ เพียงแค่ดูที่พฤติกรรมภายนอก หรือแค่ดูเพียงการใช้อินทรีย์ภายนอกเท่านั้นยังไม่พอ จำเป็นที่จะต้องพิจารณาไปถึงส่วนลึกของเจตจำนงนั้นด้วย

ปัญหาในปัจจุบันที่เป็นเรื่องหนักใจแก่สังคมไทยทั่วไปไม่น้อยไปกว่าปัญหาด้านอื่น ๆ นั่นคือ เมื่อโลกมีความเจริญด้านวัตถุมากยิ่งขึ้นเท่าใด ความเจริญด้านจิตใจของมนุษย์ในสังคมกลับมีความเสื่อมถอยลงเพราะความนิยมในวัตถุ จนเรียกได้ว่า คนในปัจจุบันตกอยู่ภายใต้อำนาจของวัตถุนิยมก็ว่าได้ เพราะแทบไม่มีกิจกรรมใด ๆ ในโลกนี้ซึ่งจะไม่อิงอาศัยสิ่งอำนวยความสะดวกด้านวัตถุเลย อย่างเช่น เครื่องอำนวยความสะดวก ด้านสื่อสารมีโทรศัพท์มือถือ คอมพิวเตอร์ อินเทอร์เน็ต โทรทัศน์ วิทยุกระจายเสียง เป็นต้น แต่เมื่อวัตถุเจริญก้าวหน้าไปเท่าใด ด้านจิตใจของมนุษย์ก็สับสน วุ่นวายมาเป็นเท่าตัว เพราะการไม่สามารถจะพัฒนาตนให้รู้ทันต่อสภาพความจริง จึงตกเป็นทาสวัตถุเหล่านั้นได้ง่าย และยังทำให้เกิดปัญหาที่ตามมา

พระพุทธศาสนา มีหลักคำสอนที่เหมาะสมแก่จริตนิสัยของบุคคลในการฝึกฝนพัฒนาตนเองในหลายระดับ คือ ตั้งแต่ในระดับศีลธรรม กุศลกรรมบถ และในระดับสังขธรรมชั้นสูง อันหมายถึง มรรคมีองค์ 8 ในอริยสัจ 4 ประการและ หลักภาวนา 4 ทั้งนี้เพื่อพัฒนาฝึกฝน อบรมบุุณชนซึ่งมีชีวิตที่อยู่ด้วยความอยากได้ อยากดี อยากมี อยากเป็น ให้มีความสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้ อย่างปกติสุข มีสัมมาชีพ รู้จักการดำเนินชีวิตตามมรรควิธีก็ด้วยการพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนตามแนวทางพระพุทธศาสนานั้นเอง

แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์เชิงพุทธ

ความคิดพื้นฐานทางพระพุทธศาสนา มี 4 อย่าง คือ 1. พระพุทธศาสนามองว่า สิ่งทั้งหลายทั้งปวงเป็นธรรมชาติที่มีอยู่และเป็นไปตามธรรมชาติในระบบความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัยและมนุษย์ก็เป็นส่วนหนึ่งในระบบความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัยของธรรมชาตินั้น เมื่อธรรมชาติเป็นระบบความสัมพันธ์ของเหตุปัจจัย มนุษย์ซึ่งเป็นธรรมชาติส่วนหนึ่งด้วย ก็จึงเป็นส่วนหนึ่งอยู่ในระบบความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัยที่เป็นองค์รวมอันนี้ การที่สิ่งทั้งหลายเป็นไปตามเหตุปัจจัยนี้ เราเรียกว่าความเป็นไปตามกระบวนการของเหตุปัจจัย โลกทั้งโลกจักรวาลทั้งจักรวาล เป็นระบบความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัยทั้งสิ้น เมื่อมนุษย์มาเป็นพวกหนึ่งหรือประเภทหนึ่งอยู่ในระบบนี้ มันก็อยู่ในระบบความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัยนี้ด้วย จะเรียกว่าเป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติหรือไม่เป็น ก็เป็นไปโดยอัตโนมัติเท่านั้น

2. ในเมื่อมนุษย์อยู่ในระบบความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัยของธรรมชาติ ชีวิตและการกระทำของมนุษย์ ก็ย่อมเป็นไปตามระบบความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัยนั้น เพราะฉะนั้น มนุษย์ทำอะไรขึ้นมา ก็มีผลในระบบเหตุปัจจัยนี้ กระทบต่อสิ่งภายนอกบ้าง กระทบตัวเองบ้าง และในทำนองเดียวกัน สิ่งที่เกิดขึ้นภายนอก ก็มีผลกระทบต่อตัวมนุษย์ด้วย คือทั้งในมุมกิริยาและปฏิกิริยา ตัวเองทำไปก็กระทบสิ่งอื่น สิ่งอื่นเป็นอย่างไรก็มา

กระทบตัวเอง ข้อสำคัญคือมองไปให้ครบตลอดทุกระบบความสัมพันธ์นี้ ว่าชีวิตและกิจกรรมการกระทำของตนเอง ทั้งเป็นไปตามระบบเหตุปัจจัยแล้วก็ทำให้เกิดผลตามระบบเหตุปัจจัย

3. มนุษย์เป็นสัตว์ที่ฝึกได้ และต้องฝึก ทางพระเรียกว่าเป็นทัมมะ คือเป็นสัตว์ที่พัฒนาได้ข้อนี้ถือว่าเป็นความคิดรากฐานที่สำคัญที่สุด การเกิดระบบจริยธรรมในพระพุทธศาสนาขึ้นมาก็เพราะถือว่ามนุษย์เป็นสัตว์ที่ฝึกได้และต้องฝึก หลักนี้เป็นแกนสำคัญของจริยธรรมในพระพุทธศาสนา ซึ่งทำให้จริยธรรมมีความหมายเท่ากับการศึกษา และเพราะเหตุที่มนุษย์เป็นสัตว์ที่ฝึกฝนพัฒนาได้ จริยธรรมจึงเป็นระบบที่มีความประสานกลมกลืน เช่น ทำให้จริยธรรมกับความสุข เป็นสภาพที่พัฒนาไปด้วยกันได้หรือเป็นจริยธรรมแห่งความสุข หลักการนี้ถือว่า ความประเสริฐของมนุษย์อยู่ที่การฝึกฝนพัฒนา ถ้าไม่พัฒนาแล้วมนุษย์ไม่ประเสริฐ และมนุษย์นั้นเมื่อพัฒนาแล้วสามารถเข้าถึงอิสรภาพและความสุขได้จริง อันนี้เป็นข้อยืนยันของพระพุทธศาสนาว่า มนุษย์เป็นสัตว์ที่พัฒนาได้จนประเสริฐสุดเข้าถึงอิสรภาพและความสุขได้จริง

4. ความสามารถของมนุษย์ที่พัฒนาแล้วอย่างหนึ่ง คือการทำให้ความแตกต่างกลายเป็นความประสานเสริมเติมเต็มกลมกลืนซึ่งกันและกัน ทำให้เกิดความสมบูรณ์และดุลยภาพ เมื่อมนุษย์ยังไม่พัฒนา ทำให้เกิดความแตกต่างเป็นขัดแย้ง หรือเกิดความสับสนแล้วความแตกต่างก็กลายเป็นความขัดแย้ง ศักยภาพของการพัฒนาคือการทำให้คนสามารถทำให้ความขัดแย้งมีความหมายเป็นความประสานเสริม การพัฒนามนุษย์อย่างนี้จะต้องมาประยุกต์เข้ากับการแก้ปัญหาสภาพแวดล้อมทั้งหมด

เรื่องวัดการพัฒนาของมนุษย์ที่แท้จริง คือการที่ความสามารถยิ่งขึ้นๆ ในการทำให้ความเป็นอยู่ร่วมกันระหว่างมนุษย์และสรรพสิ่งทั้งหลายเกื้อกูลเอื้อประโยชน์แก่กันมากขึ้นเบียดเบียนกันน้อยลง และทำให้โลกอุดมสมบูรณ์งดงามเหมาะแก่การอยู่อาศัยมากยิ่งขึ้นการพัฒนามนุษย์ โดยมองคนในฐานะเป็นมนุษย์หมายความว่า มนุษย์มีความเป็นมนุษย์ของเขาเอง ชีวิตมนุษย์นั้นมีจุดหมายของชีวิตคือ ความสุข ความอิสรภาพ ความดีงามของชีวิต ซึ่งเป็นเรื่องเฉพาะตัวบุคคล (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2550 : 151)

การพัฒนามนุษย์ในที่นี้ไม่ใช่เน้นด้านการพัฒนาความสามารถหรือความรู้ในวิชาการต่าง ๆ แต่หมายถึงพัฒนาคุณสมบัติที่อยู่ภายในตัวบุคคล เช่นศีลธรรมหรือพัฒนาจิตใจนั่นเอง การพัฒนามนุษย์ เป็นการพัฒนาขั้นพื้นฐานต่อเนื่องเป็นการพัฒนาระยะยาว มองคนในฐานะเป็นมนุษย์ต้องให้ความสำคัญว่า การจะพัฒนามนุษย์ให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์อย่างไร เพื่อพร้อมที่จะเป็นทรัพยากร เป็นทุนเป็นปัจจัยที่มีประสิทธิภาพในการพัฒนาประเทศโดยองค์รวม ส่วนการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในความหมายเป็นการพัฒนาระยะสั้น เป็นการพัฒนาโดยยุคสมัย มีความหมายขึ้นกับกาลเทศะ และสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมของยุคสมัยนั้นๆ แต่ทั้งนี้แม้เป็นคำที่แยกออกจากกันชัดเจน แต่ทั้งสองคำมีความสัมพันธ์กันเป็นอย่างมากกล่าวคือดุลยภาพของการพัฒนาใด ๆ จะบังเกิดได้ประโยชน์สูงสุดต่อเมื่อมีการพัฒนาการอย่างมีดุลยภาพของการพัฒนาทั้งสองอย่างด้วยกัน (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2531 : 4)

จากการที่มนุษย์พัฒนาได้นี้เองทำให้มนุษย์มีระดับการพัฒนาที่แตกต่างกัน ความแตกต่างทางสังคมในทัศนะจึงเกิดจากระดับการพัฒนาของบุคคล โดยท่านได้แบ่งบุคคลในสังคมออกเป็น 4 ระดับตามความสามารถในการพัฒนาจิตใจและปัญญา โดยวัดจากมาตรฐานของปุถุชน คือ

1. มนุษย์ที่ต่ำกว่ามาตรฐานปุถุชนสามัญ
2. มนุษย์ปุถุชนสามัญ
3. มนุษย์ที่พัฒนาแล้ว
4. มนุษย์ที่ประเสริฐ

จากการแบ่งมนุษย์ออกเป็นระดับต่าง ๆ นี้เองทำให้เห็นว่า การพัฒนามนุษย์ในสังคมมีความแตกต่างกันหลากหลายตามระดับของการพัฒนาคุณธรรมและปัญญาที่มีความก้าวหน้าและล้ำหลังแตกต่างกัน โดยที่บางคนมีคุณธรรมน้อย บางคนมีคุณธรรมมาก แต่บุคคลเหล่านี้ก็สามารถที่จะพัฒนาตนเองให้เจริญก้าวหน้าได้ทุกเมื่อ และบุคคลที่ความแตกต่างกันนี้มีความเป็นเพื่อนที่ดีต่อกันไม่มีการแบ่งแยกชนชั้นทางสังคม ท่านยังได้กล่าวอีกว่า “คนจะพัฒนาได้ต้องอาศัยเครื่องมือที่สำคัญที่สุดคือการศึกษา การศึกษาจะทำให้คนเป็นคนดีมีความสุข และเป็นทรัพยากรที่มีคุณภาพ การพัฒนาคนมีความหมายที่สำคัญอยู่สองประการ คือ 1) การพัฒนาคนในฐานะผู้มีความเป็นมนุษย์ 2) การพัฒนาคนในฐานะเป็นทรัพยากรมนุษย์” การพัฒนามนุษย์ต้องพัฒนาคนเป็นแกนกลาง โดยเริ่มต้นพื้นฐานคือการพัฒนาความเป็นมนุษย์ให้เป็นผู้ที่มีคุณสมบัติพร้อมที่จะดำเนินชีวิตตามวิถีแห่งปัญญาเพื่อให้มีชีวิตที่ดีงามเรียกว่า “พัฒนาให้เป็นบัณฑิตผู้สามารถนาชีวิตและสังคมไปสู่สันติสุข” ส่วนการพัฒนาคนในฐานะเป็นทรัพยากรมนุษย์นั้นเป็นการช่วยให้สังคมมีทุนมนุษย์ที่มีคุณภาพ และประสิทธิภาพในการประกอบกิจกรรมที่จะทำให้เกิดผลในการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม โดยพัฒนาให้เป็นนักผลิตผู้มีความพร้อมที่จะสนองความต้องการของสังคม เมื่อสังคมได้พัฒนามนุษย์ให้มีความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์และเป็นทรัพยากรที่มีคุณภาพ มนุษย์ที่พัฒนาดีแล้วก็จะมีส่วนร่วมที่รวมกำลังกันสร้างสรรค์สังคมให้เจริญงอกงาม “เป็นสภาพแวดล้อมที่เอื้อโอกาสให้ทุกคนเจริญยิ่งขึ้นไปในการมีชีวิตที่ดีงามและมีความสุข” คนกับสังคมจึงเป็นปัจจัยของกันและกัน การพัฒนาคนกับการพัฒนาสังคมมีความสัมพันธ์กันโดยจะต้องคำนึงถึงสภาพแวดล้อมด้วย

ดังนั้น ในการสร้างสรรค์รูปแบบสังคมที่ดีอันมีจุดหมายเพื่อสร้างสภาพแวดล้อมที่ดีเกื้อกูลให้มนุษย์ได้พัฒนาศักยภาพของตนเพื่อให้เข้าถึงชีวิตที่ดีงาม ยิ่งสังคมเจริญพัฒนาขึ้นเท่าใดก็จะเป็นสภาพแวดล้อมที่ดีที่ทาให้มนุษย์พัฒนาตนเองได้ง่ายขึ้นเท่านั้น “เราสร้างสังคมที่ดีที่สุดเพื่อช่วยเป็นสภาพแวดล้อมที่เกื้อกูลให้ชีวิตมนุษย์ได้พัฒนาอย่างดีที่สุด

ความหมายของคำว่า “การพัฒนาตน” ตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

การพัฒนาตนของมนุษย์มีเป้าหมายอยู่ที่มโนกรรมซึ่งเป็นต้นกำเนิดแห่งอารยธรรมของมนุษยชาติที่ปรากฏในรูปแบบต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นความเห็น ความเชื่อ เจตจำนงหรือทัศนคติ เป็นต้น ซึ่งส่งผลให้เกิดกายกรรม และวจีกรรม ตามมาอย่างมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน กล่าวคือเมื่อคิดอย่างไรก็จะทำและพูดเช่นนั้น หรือเมื่อทำและพูดอย่างไรก็จะสะท้อนถึงความคิดว่าเป็นอย่างไร ดังนั้นการมีความเข้าใจในมโนกรรมว่า มีความสำคัญและส่งผลอย่างไร ทั้งต่อตนเองและต่อโลก ย่อมจะทำให้เราสามารถเลือกที่จะประกอบมโนกรรมที่ถูกต้อง และส่งผลดีทั้งต่อตนเองและต่อโลก นั่นคือการทำให้เกิดการพัฒนาตนและโลกไปในทิศทางที่ถูกต้องพร้อมกันไป (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2544 : 83)

คำว่า “พัฒนา” ในภาษาสันสกฤตมาจาก คำว่า “วรูณ” แปลว่า ความเจริญ มาจากภาษาบาลีว่า “วฑฺฒน” หรือ “วฑฺฒะ” แปลว่า ความเจริญ ความงอกงาม เพิ่มขึ้นขึ้น ผีผ่น ทำให้ยืนยาวขึ้น และนำมาใช้ในภาษาไทยก็มีความหมายว่า ความ เจริญ ความงอกงาม การขยายขยาย (ราชบัณฑิตยสถาน, 2525 : 580) ส่วนคำว่า “พัฒนา” หรือ “วฒนา” ในภาษาบาลีนั้นแปลว่า รก คือ รกอย่างหนาแน่น เช่น รกหญ้า ผมบน ศีรษะรก ก็เรียกว่าพัฒนา คือเป็นความเจริญด้วยเหมือนกัน ถ้าบุคคลมีความประพฤติหรือการกระทำที่ไม่ดี ประโยชน์อะไรในโลกนี้ ก็เรียกว่า คนทำโลกให้รก รวมความคำว่า “พัฒนา” แปลว่า ทำให้รก หรือสร้างความรก ถ้าจะ ให้รกไปด้วยคนดี หรือทรัพยากรมนุษย์ที่ดีแล้วจำเป็นต้องส่งเสริมปลูกสร้าง ทัศนคติโดยต้องพัฒนาทางจิต ซึ่งเป็นผู้นำของกาย ถ้าจะให้รกไปด้วยปัญหายุ่งยาก รกไปด้วยความโกลาหลวุ่นวาย ก็ต้องพัฒนาวัตถุ การพัฒนาที่สมบูรณ์แบบจำเป็นต้องพัฒนาให้ครบทั้ง 2 ด้าน กล่าวคือ ควรพัฒนาทั้งทางวัตถุและทางจิตใจให้ควบคู่และทัศนคติ โดยเฉพาะทัศนคติ เป็นการพัฒนาทางด้านจิตใจจะต้องเน้นเป็นพิเศษ เพราะการพัฒนาถูกต้องดีแล้ว ก็จะสามารถควบคุมการพัฒนาทางด้าน วัตถุให้เป็นไปในทิศทางที่ถูกต้องได้และการพัฒนาจิตที่ถูกต้องก็คือ พัฒนาจิตให้มีธรรมเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจจนกระทั่ง พัฒนาจิตให้มีสมาธิ ตั้งมั่น มั่นคง สะอาด สว่าง จากกิเลสเครื่องเศร้าหมองทั้งหลาย จนเป็นจิตที่ควรแก่การทำงาน สามารถ จะนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

ดังพุทธพจน์ตอนหนึ่งว่า ในอนาคต ภิกษุทั้งหลายจักไม่อบรมกาย ไม่อบรมศีล ไม่อบรมจิตไม่อบรมปัญญาเมื่อไม่อบรมกาย ไม่อบรมศีล ไม่อบรมจิต ไม่อบรมปัญญาจักให้อุปสมบทกุลบุตรเหล่านั้นจักไม่สามารถแนะนำแม้กุลบุตรเหล่านั้นในอริสัจจธรรม อธิปัญญา แม้กุลบุตรเหล่านั้น ก็จักไม่อบรมกาย ไม่อบรมศีล ไม่อบรมจิต ไม่อบรมปัญญา เมื่อไม่อบรมกาย ไม่อบรมศีล ไม่อบรมจิต ไม่อบรมปัญญา ก็จักให้อุปสมบทกุลบุตรเหล่านั้น จักไม่สามารถแนะนำแม้กุลบุตรเหล่านั้นในอริสัจจธรรม อธิปัญญา แม้กุลบุตรเหล่านั้นก็จักไม่อบรมกาย ไม่อบรมศีล ไม่อบรมจิต ไม่อบรมปัญญาเพราะเหตุดังนี้แล การปลงวางวินัยย่อมมีเพราะการปลงวางธรรม การปลงวางธรรมย่อมมีเพราะการปลงวางวินัย (อง.ปญจก. (ไทย, ฉบับหลวง.) 22/79/91.) ในภาวนาสูตรพระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า ภิกษุไม่หมั่นเจริญภาวนา แม้พึงเกิดความปรารถนาขึ้นอย่างนี้ว่า ขอให้อริสัจของเรานั้น พัง

หลุดพ้นจากอาสวะเพราะไม่ถือนั่นก็จริง แต่จิตภิกษุนี้ย่อมยังไม่หลุดพ้นจากอาสวะ เพราะเหตุไร เพราะไม่ได้เจริญสติปัฏฐาน 4 สัมมปปธาน 4 อิทธิบาท 4 อินทรีย์ 5 พละ 5 โพชฌงค์ 7 อริยมรรค 8 ภิกษุทั้งหลายหมั่นเจริญภาวนา จิตย่อมหลุดพ้นจากอาสวะ เพราะเจริญโพธิปักขิยธรรม (อง.สตตก. (ไทย, ฉบับหลวง.) 23/68/98-99.) อรรถกถา ตติยปาราชิก วรรณนา สมนตปาสาทิกามีพรรณนาไว้ว่า ภาวนา คือ อบรมความเจริญให้งอกงามความเพิ่มเติมที่จิต ถืออาการอันไม่งามในส่วนทั้งหลาย มีผมและหนังเป็นต้น ในอสุภะมีอุทฺธมาตกะอสุภะหรือในวัฏฏภายในและภายนอกทั้งหลาย (วิ.มหา.อ. (ไทย, มหามกุฏ.), 2/318.)

ในทางพระพุทธศาสนาได้แบ่งการพัฒนา คือ ทำให้มีความเจริญฝึกอบรมหรือการทำให้เป็นการทำให้มีขึ้น โดยอาศัยหลักไตรสิกขา มีหลักเกณฑ์ 3 ประการ คือ

- 1) อธิศีลสิกขา หมายถึง การฝึกฝนอบรม การพัฒนาด้านความประพฤติ กฎระเบียบวินัย ความสุจริต ทางกาย วาจาและอาชีวะ
- 2) อธิจิตตสิกขา หมายถึง การฝึกฝน การอบรม พัฒนาด้านจิตใจ ที่ปลูกฝังคุณธรรมเพื่อสร้างเสริมคุณภาพ สมรรถภาพและสุขภาพจิต
- 3) อธิปัญญา หมายถึง การฝึกฝนอบรม พัฒนาด้านปัญญา เพื่อให้เกิดความรู้เข้าใจในสรรพสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง รู้ตามความเป็นไปตามเหตุปัจจัยอันเกิดขึ้น เพื่อจะช่วยเหลือปัญหาที่บังเกิดขึ้นได้อย่างถูกต้อง (Bukkyo Dendokyokai, 1998 : 50)

เหตุที่ต้องเพียรพัฒนาจิตให้ดียิ่งขึ้นเพราะว่า มนุษย์นั้นเป็นสัตว์ประเสริฐ สามารถที่จะพัฒนาได้ ยิ่งขึ้นไปได้ คนที่ประสบความสำเร็จในชีวิตได้ เพราะมีการพัฒนาตนเอง (พระมหาวุฒิชัย วชิรเมธี (ว. วชิรเมธี), 2553 : 81-82)

สรุปได้ว่าการพัฒนา หมายถึง การทำให้เจริญขึ้นไป หรือการเปลี่ยนแปลงอีกจุดหนึ่งไปสู่อีกจุดหนึ่ง เพื่อความงอกงามไพบูลย์ขึ้น เป็นลักษณะเชิงบวก เป้าหมายจะมีจุดประสงค์ที่ พัฒนากาย พัฒนาศีลพัฒนาจิต และพัฒนาปัญญาหลักการทั้ง 4 ข้อ จึงเป็นหลักการทางทฤษฎี เพื่อนำไปปฏิบัติในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้อย่างสมบูรณ์ ซึ่งพระอริยบุคคลใช้หลักการดังกล่าวนี้มานำมาปฏิบัติจนสำเร็จผลอันสูงสุดได้

การพัฒนาตามความหมายของพระพุทธศาสนาคือ ภาวนา หมายถึง การทำให้เป็นให้มีขึ้น, การฝึกอบรม, การพัฒนา ซึ่งมีการพัฒนาอยู่ 4 ประเภทคือ

1. กายภาวนา คือ การเจริญกาย พัฒนากาย การฝึกอบรม ให้รู้จักติดต่อกับสิ่งทั้งหลายภายนอกทางอินทรีย์ ทั้งห้าด้วยดี และปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ มิให้เกิดโทษให้กุศลธรรมงอกงาม ให้อกุศลธรรมเสื่อมสูญ การพัฒนา ความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ

2. ศีลภาวนา คือ การเจริญศีล พัฒนาความประพฤติ การฝึกอบรมศีล ให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัยไม่เบียดเบียนหรือ ก่อความเดือดร้อนเสียหาย อยู่ร่วมกันกับผู้อื่นได้ด้วยดี เกื้อกูลแก่กัน

3. จิตตภาวนา คือ การเจริญจิต พัฒนาจิต การฝึกอบรมจิตใจ ให้เข้มแข็งมั่นคง เจริญองงามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีการเมตตา มีฉันทะ ขยันหมั่นเพียร อุตุน มีสมาธิ และสดชื่นเบิกบาน เป็นสุขผ่องใส เป็นต้น

4. ปัญญาภาวนา คือ การเจริญปัญญา พัฒนาปัญญา การฝึกอบรมปัญญา ให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นแจ้งโลกและชีวิตตามสภาวะ สามารถทำให้เป็นอิสระ ทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลสและปลดปล่อยจากความทุกข์ แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญา

ความหมายการพัฒนาตนตามแนวพระพุทธศาสนานั้นต้องพัฒนาร่วมกันหลายอย่าง เช่น การพัฒนากาย การพัฒนาจิต การพัฒนาปัญญา เข้าด้วยกันจึงจะเป็นการพัฒนาที่ยั่งยืน โดยไม่เน้นอย่างใดอย่างหนึ่ง

การพัฒนาตนตามหลักภาวนา 4

1. การพัฒนาด้านกาย (กายภาวนา)

การพัฒนาด้านกายนั้น จัดอนุโลมอยู่ในการพัฒนาระดับศีล เพราะลำพังเพียงกายอย่างเดียว ไม่มีศีลควบคุมแล้ว พระพุทธศาสนาไม่ถือเป็นการพัฒนาทางกาย แต่ตรงกันข้ามถ้าพัฒนากายด้านเดียวแล้ว อาจเป็นการส่งเสริมให้เกิดต้นเหตุความทะยานอยาก เพื่อให้ได้วัตถุมาบำรุงกายให้เจริญ โดยทางพระพุทธศาสนาไม่พิจารณาการพัฒนากายแยกต่างหากจากจริยธรรม เพราะลำพังความเจริญทางกายอย่างเดียว ย่อมไม่มีความหมายเป็นสิกขา และ ตามปกติจะเอียงไปทางเป็นการสนับสนุนให้ค้นหาได้เครื่องมือที่จะแสวงหาอย่างแย่ง โลกามิส (ที.ปา.(ไทย) 11/305/48/272 ดูเทียบ อง.ปญจก.(ไทย) 22/79/145) ซึ่งเป็นสายตรงข้ามกับการศึกษา คือ ไตรสิกขาเพื่อพัฒนาฝึกปรือตนเองให้เจริญยิ่งขึ้น เมื่อไม่พัฒนาเรื่องกายให้ชัดเจนหรือชำนาญแล้ว ก็ย่อมตกเป็นเครื่องมือของวัตถุนิยม ไปโดยหลีกเลี่ยงได้ยาก โดยเฉพาะในสังคมปัจจุบันที่ใช้สื่อมวลชนสาขาต่างๆ เช่น สื่อทางโทรทัศน์ สื่อทางหนังสือพิมพ์ สื่อทางอินเทอร์เน็ต เป็นต้น

ความหมายในการพัฒนากาย คือ พัฒนาอินทรีย์ 6 การพัฒนากายในความหมายที่แท้จริง ก็คือการพัฒนาอินทรีย์ ใดแก่ การใช้อินทรีย์ 6 ภายใน คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ซึ่งเป็นสิ่งที่ใช้สำหรับสัมผัสหรือเป็นทางเชื่อมต่อกับโลกภายนอก (คือ อินทรีย์ภายนอก 6) ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส อารมณ์ที่ใจรับรู้เปิดช่องทางที่เข้าไปสัมผัสกับสภาพแวดล้อมทางวัตถุและทางธรรมชาติทั้งหมด ในการฝึกพัฒนากาย หรือ ฝึกพัฒนาอินทรีย์นั้น การพัฒนากายจึงเป็นการการพัฒนาอินทรีย์ คือ ฝึกให้มีอินทรีย์สังวร ใดแก่ ความสำรวมอินทรีย์ 6 เพื่อเป็นเครื่องมือให้เกิดความแข็งแกร่งของศีล ความประพฤติเพื่อสนับสนุนจิต ให้มีพลังงานที่มั่นคงและเป็นทางให้เจริญปัญญาอีกด้วย

2. การพัฒนาด้านศีล (ศีลภาวนา)

การพัฒนาตนเองด้วยหลักศีลนั้น โดยเนื้อหาสาระสำคัญก็เพื่อให้บุคคลสามารถดำรงตนให้ อยู่ร่วมกับ สังคม หรืออยู่ร่วมกับคนอื่นได้อย่างปกติสุข ทั้งศีลที่เป็นสิกขาบททั่วไป และศีลที่เป็นองคมรรค คือ อธิศีลสิกขา

ความหมายของศีลในแง่ของการฝึกฝนตน คือ การฝึกฝนอบรมตนซึ่งเรียกว่า อธิศีล หรือ ข้อปฏิบัติ สำหรับฝึกอบรมในทางความประพฤติอย่างสูง หรือ การฝึกฝน อบรมความประพฤติทางกาย วาจา คือ ระเบียบวินัย การอยู่ร่วมกับผู้อื่นและในสิ่งแวดล้อมต่างๆ ด้วยดีให้เกื้อกูลไม่เบียดเบียน ไม่ทำลายเป็นพื้นฐาน แห่งการฝึกอบรมจิตใจ ในอธิจิตตสิกขา เรียกสั้นๆ ว่า ศีล 16 และศีล ยังหมายถึง ระเบียบความประพฤติหรือ ระเบียบ ความเป็นอยู่ทั้งส่วนตัวและที่เกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อมทางกายวาจา ตลอดถึงท่ามาหาเลี้ยงชีพ

นอกจากนั้น ศีลครอบคลุมไปถึง การไม่ละเมิดระเบียบวินัย หรือการไม่เจตนา ลวงเกินเบียดเบียนผู้อื่น ถ้ามองในด้านการกระทำศีล จึงหมายถึง ความไม่ละเมิดและการไม่ เบียดเบียน สาระของศีลอยู่ที่ความสำรวม หมายถึง การสำรวมระวังคอยปิดกั้น หลีกเว้นไม่ให้ความชั่วเกิดขึ้นนั่นเองเป็นศีล และสภาพจิตของผู้ไม่คิดจะ ละเมิด ไม่คิดเบียดเบียนใครนั้นแหละเป็นตัวศีล

3. การพัฒนาด้านจิต (จิตตภาวนา)

พัฒนาจิต คือ พัฒนาจิตใจให้มีคุณสมบัติดีงามพร้อม ซึ่งอาจแบ่งออกเป็น 3 ด้าน ดังนี้คือ

1) คุณภาพจิต คือ ให้มีคุณธรรมต่าง ๆ ที่เสริมสร้างจิตใจให้ดีงาม เป็นผู้ที่มีจิตใจสูง ละเอียดอ่อน เช่น มี เมตตา มีความรักความเป็นมิตร มีกรุณา อยากช่วยเหลือปลดปล่อยความทุกข์ของผู้อื่น มีจาคะ คือมีน้ำใจเผื่อแผ่ มีคารวะ มีความกตัญญู รวมทั้งมุ่งพัฒนาบุคคลให้มีจิตที่มีคุณภาพ เป็นต้น

2) สมรรถภาพจิต คือ ให้เป็นจิตที่มีความสามารถ เช่น มีสติ มีวิริยะ คือ ความเพียร มีขันติ คือความ อดทน มีสมาธิ คือ จิตตั้งมั่นแน่วแน่ มีสัจจะ คือความจริงจัง มีอธิษฐาน คือ ความเด็ดเดี่ยวแน่วแน่ต่อ จุดมุ่งหมาย เป็นจิตใจที่พร้อมและเหมาะที่จะใช้งานโดยเฉพาะงานทางปัญญา คือการคิดพิจารณาให้เห็นความ จริงแจ่มแจ้งชัดเจน รวมทั้งการสร้างเกราะป้องกันโดยอาศัยหลักธรรมต่าง ๆ ดังกล่าว

3) สุขภาพจิต คือ ให้เป็นจิตที่มีสุขภาพดี มีความสุขสดชื่น ร่าเริงเบิกบาน ปลอดโปร่ง สงบ ผ่องใส พร้อมที่จะยิ้มแย้มได้ มีปิติ ปราโมทย์ ไม่เครียด ไม่กระวนกระวายใจ ไม่คับข้องใจ ไม่ขุ่นมัวเศร้าหมอง ไม่หดหู่ โศกเศร้า รวมทั้งการสร้างให้มีสุขภาพจิตที่ดีได้ เป็นต้น

4. การพัฒนาด้านปัญญา (ปัญญาภาวนา)

นอกจากการฝึกฝนให้มีความสามารถในการคิดเป็นคิดอย่างถูกต้องตามความเป็นจริง ปราศจากอคติ แล้วยังมีความหมายต่อไป ถึงการรู้จักเข้าใจโลกและชีวิตตามความเป็นจริงรู้เท่าทันธรรมชาติของสังขารจน สามารถชำระกมลจิตใจเป็นอิสระ ไม่ถูกกิเลสครอบงำหลุดพ้นจากความทุกข์สิ้นเชิงเมื่อบุคคลสามารถ พัฒนาด้านให้เป็นที่ พึ่งมีจิตและปัญญาแล้วการพัฒนาชีวิตด้านในของบุคคลด้วยกระบวนการศึกษาอบรมใน หลายลักษณะ จะทำให้บุคคลมีคุณภาพภายใน อันเป็นพื้นฐานสำคัญในการรองรับการจัดระเบียบสังคมอย่าง

ใหม่ ที่เป็นผลจากการพัฒนาสังคมอย่างแท้จริง การพัฒนาสภาพทางกายภาพตลอดจนการพัฒนาความสัมพันธ์ทางสังคมจะสามารถดำเนินไปได้อย่างราบรื่น เพราะผู้คนมีหลักธรรมพื้นฐาน เช่น มี สัมมาทิฐิ เห็นความเจริญของชีวิตดีกว่าความมั่งคั่งทางวัตถุ มีความสันโดษพึงพอใจในความเป็นอยู่แต่พอดี ควบคู่ไปกับความขยันหมั่นเพียร และมีฉันทะเป็นแรงจูงใจในการทำงาน มีจิตใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อสรรพชีวิตเป็นต้น คุณภาพของชีวิตที่กล่าวมาแล้วย่อมเป็นสิ่งสะท้อนและเป็นทั้งปัจจัยในการบรรลุเป้าหมายของการพัฒนาสังคมอย่างแท้จริง

จุดมุ่งหมายของการพัฒนาตนตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

พระพุทธศาสนาได้แบ่งจุดหมายของชีวิตออกเป็น 2 ระดับ คือ จุดหมายระดับโลกียะและระดับโลกุตระ การจะเข้าถึงแต่ละจุดหมายนั้นมีวิธีการที่แตกต่างกัน และคุณสมบัติของผู้สำเร็จในแต่ละเป้าหมายก็แตกต่างกันเช่นกัน ดังมีรายละเอียด ดังนี้

1. การพัฒนาตนแบบโลกียะ

คำว่า โลกียะ โลกียะ หรือโลกีย์ ที่เกี่ยวกับโลก เนื่องในโลก หรือเรื่องของชาวโลก ยังอยู่ในภพสาม ยังเป็นกามาวจร รูปาวจร หรืออรุฬาวจร (พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), 2546 : 349-350) หลักการขัดเกลาสำหรับฆราวาสนั้น เรียกว่า สังคหวัตถุ หมายถึง หลักธรรมที่เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวน้ำใจของผู้อื่น ผูกไมตรี เอื้อเฟื้อ เกื้อกูล หรือเป็นหลักการสงเคราะห์ซึ่งกันและกัน มีอยู่ 4 ประการ ได้แก่

1. ทาน คือ การให้ การเสียสละ หรือการเอื้อเฟื้อแบ่งปันของตนเพื่อประโยชน์แก่บุคคลอื่น ไม่ตระหนี่ถี่เหนียว ไม่เป็นคนเห็นแก่ได้ฝ่ายเดียว คุณธรรมข้อนี้จะช่วยให้ไม่เป็นคนละโมภ ไม่เห็นแก่ตัว
2. ปิยวาจา คือ การพูดจาด้วยถ้อยคำที่ไพเราะอ่อนหวาน พูดด้วยความจริงใจ ไม่พูดหยาบคาย ก้าวร้าว พูดในสิ่งที่เป็นประโยชน์เหมาะสำหรับกาลเทศะ
3. อตถจริยา คือ การสงเคราะห์ทุกชนิดหรือการประพฤตินในสิ่งที่ เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น
4. สมนัตตา คือ การเป็นผู้มีความสม่ำเสมอ หรือมีความประพฤติเสมอด้านเสมอปลาย คุณธรรมข้อนี้จะช่วยให้เราเป็นคนมีจิตใจหนักแน่นไม่โลเล และไว้วางใจให้แก่ผู้อื่นอีกด้วย (Somdej PhraNyanasamvara, 2535 : 55)

1.1 การพัฒนาตนแบบโลกียะขั้นพื้นฐาน

หลักการพัฒนาตนตามหลักพระพุทธศาสนา มี 3 ระดับ คือ (P.A. Payutto, 2017 : 9-10)

ขั้นที่ 1 ทิฐฐัมมิกตถะ จุดหมายขั้นตาเห็น หรือ ประโยชน์ปัจจุบัน ทั้ง 4 นี้ พึงให้เกิดมีโดยธรรม และใช้ให้เป็นประโยชน์ ทั้งแก่ตนและผู้อื่น

- 1) มีสุขภาพดี ร่างกายแข็งแรง ไร้โรค อายุยืน
- 2) มีเงินมีงาน มีอาชีพสุจริต พึ่งตนเองได้ทางเศรษฐกิจ
- 3) มีสถานภาพดี เป็นที่ยอมรับนับถือในสังคม

4) มีครอบครัวผาสุก ทำวงศ์ตระกูลให้เป็นที่น่าพอใจ

ขั้นที่ 2 สัมปรายิกัตถะ จุดหมายชั้นเลยตาเห็น หรือ ประโยชน์เบื้องต้น

- 1) มีความอบอุ่นสบายซึ่งสุขใจ ไม่อ้างว้างเลื่อนลอย มีหลักยึดเหนี่ยวใจให้เข้มแข็ง ด้วยศรัทธา
- 2) มีความภูมิใจ ในชีวิตสะอาด ที่ได้ประพฤติแต่การอันดีงามด้วยความสุจริต
- 3) มีความอึดใจ ในชีวิตมีคุณค่า ที่ได้ทำประโยชน์ตลอดมา ด้วยน้ำใจเสียสละ
- 4) มีความแก้แค้นมั่นใจ ที่จะแก้ไขปัญหานำชีวิตและภารกิจไปได้ด้วยปัญญา
- 5) มีความโล่งจิตมั่นใจ มีทุนประกันภพใหม่ ด้วยได้ทำไว้แต่กรรมที่ดี

ขั้นที่ 3 ปรมาตถะ จุดหมายสูงสุด หรือ ประโยชน์อย่างยิ่ง

- 1) ถึงโลกธรรมกระทบ ถึงจะพบความผันผวนปรวนแปร ก็ไม่หวั่นไหว มีใจเกษมศานต์มั่นคง
- 2) ไม่ถูกความยึดติดถือมั่นบีบคั้นจิต ให้ผิดหวังโศกเศร้า มีจิตโล่งโปร่งเบาเป็นอิสระ
- 3) สดชื่น เบิกบานใจ ไม่ขุ่นมัวเศร้าหมอง ผ่องใสไร้ทุกข์ มีความสุขที่แท้
- 4) รู้เท่าทันและทำการตรงตามเหตุปัจจัย ชีวิตหมดจดสดใส เป็นอยู่ด้วยปัญญา

ถ้าบรรลุจุดหมายชีวิตถึงขั้นที่ 2 ขึ้นไป เรียกว่าเป็น บัณฑิต

1.2 การพัฒนาตนแบบโลกียะขั้นสูง

หลักธรรมของมนุษย์ที่เมื่อนำไปปฏิบัติแล้ว จะทำให้กำเนิดเป็นเทวดามีหลายประการด้วยกัน เช่น หลักธรรมเกี่ยววัตรบท 7 กุศลกรรมบถ 10 บุญกิริยาวัตถุ 10 ในที่นี้ขอยกมาเพียงหัวข้อเดียว คือ หิริโอตตปปะเท่านั้น ในทางพระพุทธศาสนา มีความเชื่อว่า เมื่อนำหลักธรรมดังกล่าวมาประพฤติปฏิบัติแล้ว ย่อมกำเนิดในเทวภูมิ หรือเกิดเป็นเทวดาภพใดภพหนึ่งนั่นเอง หลักธรรมดังกล่าว คือ หิริโอตตปปะ เพราะหมายถึง ความละอายบาป หรือละอายใจต่อการทำความชั่ว หรือเพื่อเป็นการเตือนสติให้มีความยั้งคิด ให้ไตร่ตรองก่อนการกระทำสิ่งใด ๆ และเพื่อให้วิเคราะหว่า สิ่งที่ทำกำลังกระทำลงไปนั้น เป็นสิ่งดีงาม หรือสิ่งชั่วช้า ถ้าเป็นสิ่งชั่วช้า ก็ให้นึกละอายที่จะกระทำเช่นนั้น และให้นึกเกรงกลัวผลที่จะเกิดขึ้นจากการกระทำของตนเอง

ในพระสูตรตันปิฎก อรรถกถา ปรมาตถทีปนี อธิบายไว้ว่า หิริ มีลักษณะ ยำเกรง โอตตปปะมีลักษณะ เห็นภัยอันเป็นโทษที่น่ากลัวนั้นอย่างไร ตอบว่า จริงอยู่บุคคลบางคนยังหิริอันมีลักษณะยำเกรงให้เกิดขึ้น ด้วยเคารพในผู้ใด โดยอาการ 4 อย่าง คือ (ช.อิตติ.อ.) ไทย, มหามกุฏ, 45/295)

- 1) นึกถึงความเป็นใหญ่โดยชาติ
- 2) นึกถึงความเป็นใหญ่โดยเป็นผู้สอน
- 3) นึกถึงความเป็นใหญ่ในมรดก
- 4) นึกถึงความเป็นใหญ่ในทางประพฤติพรหมจรรย์ แล้วไม่ทำความชั่ว บางคนกลัวด้วยความ

เป็นโทษ ด้วยเหตุ 4 อย่าง คือ

- 1) อุตตนาทภัย คือ กลัวถูกตีเตียนตน
- 2) ปรานาทภัย คือ กลัวผู้อื่นตีเตียน
- 3) ทณทภัย คือ กลัวถูกลงอาญา
- 4) ทคตภัย คือ กลัวตกนรก

เราเป็นคนไม่มีหิริ ไม่มีโอตตปปะ คือ ไม่ละอายเป็นคนหน้าด้าน แล้วก็กลัว เหมือนกับคนบ้า ไม่รู้จักกลัวอะไร แต่ถ้ามีความละอายอย่างพุทธบริษัท หรืออย่างชาวพุทธแล้ว ก็จะละอายมากเมื่อเผลอสติถ้าว่ากิเลสเกิดขึ้นได้แล้ว ก็เป็นเรื่องที่ต้องละอายอย่างยิ่ง แล้วก็กลัวทุกข์ภัยในวิภวสงสารอย่างยิ่ง คำว่า หิริ หมายถึง ความละอายบาปละอายใจต่อการทำความชั่ว ; โอตตปปะ คือ ความกลัวบาปเกรงกลัวต่อความชั่ว ธรรมหมวดนี้ ช่วยรักษาตัวไม่ให้ตกไปในความเสื่อมเสียและช่วยให้รับผิดชอบในการรักษาสังคม

ถ้ามีวิชา มีความรู้ ก็จะมีหิริ มีโอตตปปะตามมา มีสมาธิตามมาหิริ ละอายต่อความชั่ว โอตตปปะ เกรงกลัวต่อผลของบาป มีความตั้งใจ จิตใจที่มั่นคงขึ้น ก็จะช่วยป้องกันบาปต่างๆ (สุกัร ทุมทอง, 2557 : 25) จึงตั้งข้อสังเกตได้ว่า เป้าหมายในการฝึกอบรมตนเองในเบื้องต้นนั้น เพื่อต้องการทำให้คนมีประสิทธิภาพ เพราะถ้ามนุษย์มีศักยภาพแล้ว ย่อมสามารถจะส่งผลในเชิงธุรกิจบางอย่าง หรือต้องการพัฒนาคนเพื่อเพิ่มผลผลิตของงาน เพราะถ้าคนมีคุณภาพ ย่อมทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. การพัฒนาตนแบบโลกุตตรธรรม

โลกุตตรธรรม คือ ธรรมอันมิใช่วิสัยของโลก ไม่เนื่องในภพทั้งสาม หรือสภาวะพ้นโลก มี 9 ได้แก่ มรรค 4 ผล 4 และนิพพาน 1 (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), 2546 : 350) เมื่อมีผู้เลื่อมใสในหลักคำสอนของพุทธศาสนาและบวชเข้ามาแล้ว จะต้องมียุทธะสำคัญอยู่ 2 ประการ คือ

1) คณธรรมะ หมายถึง ธรรมาฝ่ายคัมภีร์หรือกิจการด้านการเล่าเรียน การศึกษาจากคัมภีร์พระไตรปิฎก ตำรา ทางพระพุทธศาสนา ตลอดจนการแสวงหาความรู้จนเกิดความรู้ความสามารถ ในด้านวิชาการต่างๆ เพราะฉะนั้นเมื่อบวชเข้ามาแล้วจึงต้องเรียนรู้วิชาการต่างๆ โดยเฉพาะไตรสิกขา 3 คือศีล การสำรวมกาย วาจา สมาธิ ความตั้งใจมั่น และปัญญา ความรอบรู้

2) วิปัสสนาธรรมะ หมายถึง ธรรมาฝ่ายเจริญวิปัสสนาหรือกิจการการบำเพ็ญภาวนา หรือเจริญกรรมฐาน อันรวมทั้งสมณะที่เป็นเบื้องต้น ซึ่งเรียกรวมเข้าไว้ด้วยโดยฐานมีวิปัสสนาเป็นส่วนสำคัญและคลุมยอดนั่นเอง

2.1 หลักการเพื่อพัฒนาตนแบบโลกุตระ

การพัฒนาตนตามแบบโลกุตระ นักปราชญ์ทางพระพุทธศาสนาได้อธิบายไว้หลายประการด้วยกันพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต)กล่าวหลักการดังกล่าวไว้ว่า ภาวนา 2 คือ การเจริญการฝึกอบรมการทำให้เกิดให้มีขึ้น ได้แก่

1) สมถภาวนา คือ การฝึกอบรมจิตให้เกิดความสงบหรือการฝึกสมาธิ

2) วิปัสสนาภาวนา คือ การฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งตามเป็นจริงหรือการเจริญปัญญา (สองอย่างนี้ ในบาลีที่ท่านเรียกว่า ภาเวตัพพธรรม และวิชาภาคิยธรรมในคัมภีร์สมัยหลัง บางทีเรียกว่า กรรมฐาน หรืออารมณ์เป็นที่ตั้งแห่งงานเจริญภาวนา, ที่ตั้งแห่งงานทำความเพียรฝึกอบรมจิต, วิธีฝึกอบรมจิต (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2546 : 70) ซึ่งสมณะและวิปัสสนา ก็ย่อมจะได้บรรลุวิชา 3 อภิญญา 6 บุคคลนั้นย่อมทำโลกมีขึ้นในโลกเป็นต้น ให้สว่างไสวด้วยวิชาและอภิญญาอันตนบรรลุเหมือน พระจันทร์พ้นแล้วจากหมอกเป็นต้น ทำโอกาสโลกให้สว่างอยู่ฉะนั้น (ขุ.เถร.อ., 53/144-145.)

2.2 การพัฒนาตนแบบโลกุตตระ

การพัฒนาตน หมายถึง ทำให้เจริญยิ่งขึ้น ใช้ในความหมายได้หลายประเภท เช่น พัฒนาคณ พัฒนาวัตถุ หรือการเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม เพื่อนำไปสู่มิติที่ดีกว่า ความเจริญเติบโต ความก้าวหน้าการปรับปรุงสภาพความเป็นอยู่ของมนุษย์ให้มีคุณภาพยิ่งขึ้น หรือการเปลี่ยนแปลงสภาพด้านจิตใจจนสามารถทำให้แต่ละบุคคลเจริญขึ้น หรือเพิ่มทวียิ่งขึ้นในวิถีทางของพระพุทธศาสนา นี้ พระพุทธองค์ทรงได้กำหนดแนวทางในการศึกษาและนำมาปฏิบัติ ดังพระปิฎกจุฬารัตน ได้แสดงพรรณนาเอาไว้ในหนังสือมิลินทปัญหา ที่ได้กล่าวถึงการพัฒนาตนในการสนทนาระหว่างพระเจ้ามิลินท์และพระนาคเสน ว่า ข้าแต่พระนาคเสนผู้ปรีชาซึ่งวิสัยนี้ควรจะอยู่ที่ร้านตลาดยารักษาโรคของสมเด็จพระบรมครูที่ตั้งไว้ ได้แก่ธรรมสิ่งใดเล่าพระผู้เป็นเจ้าพระนาคเสนก็ได้วิสัยนี้แล้วว่ามาราชาชอถวายพระพรบพิตรพระราชาสมภารสมเด็จพระบรมโลกุตตมาจารย์ทรงรักษาโรคคือ ราคาทิกิเลสแห่งมนุษย์ทั้งหลาย เพื่อจะให้เบาบางห่างหายด้วยธรรมทั้งหลาย ได้แก่ สติปัญญาฐาน 4 (พระปิฎกจุฬารัตน), 2550 : 466)

ข้อสังเกตจากหลักการดังกล่าวได้ว่า การพัฒนา หมายถึง การทำให้เจริญขึ้นไป หรือการเปลี่ยนแปลงอีกจุดหนึ่งไปสู่อีกจุดหนึ่งเพื่อความงอกงามไพบูลย์ขึ้น เป็นลักษณะเชิงบวก เพราะฉะนั้น ยุทธศาสตร์การพัฒนาตนในทางพระพุทธศาสนาจึงเป็นวิธีการสืบค้นหาเหตุผลนั้นได้เป็นอย่างดี แนวทฤษฎีโดยละเอียดมีหลักการ ดังนี้

โพธิปักขิยธรรม เป็นเรื่องที่เป็นไปเพื่อการตรัสรู้ การนำเรื่องนี้มาทำการประยุกต์ คือ การนำเอามาปฏิบัติ เพื่อใช้เป็นประโยชน์ให้ได้ไม่ใช่เพียงแต่เรียนไว้ สูตรการประยุกต์ 2 คำ คือ การทำปรีชาให้เป็นปรีชา นำมาประยุกต์ให้เป็นการปฏิบัติ หลักการดังกล่าวจำแนกได้ 7 ประการ ได้แก่ (พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ), 2550 : 48-68)

1) สติปัญญาฐาน 4 แปลว่า การตั้งไว้ซึ่งสติอย่างถูกต้อง จนเกิดความสำเร็จประโยชน์แปลในระดับสูง คือ การกำหนดตั้งไว้ซึ่งสติด้วยเจตนา เป็นเฉพาะเรื่อง เฉพาะหน้าที่ เป็นเฉพาะกิจ หลักการดังกล่าวจำแนกได้ 4 ประการ ได้แก่

(1) กายานุปัสสนาสติปัญญาฐาน คือ การกำหนดกาย อาศัยกายเพื่อใช้ลมหายใจไว้กับร่างกาย กระทำแก่กันและกันไปตามวิธีการ

(2) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ กำหนดสติเพื่อจะตามดูเวทนา ที่เป็นเวทนาอันสูงสุดแล้ว จะพึงได้จากอาการสามารถทำกายให้สงบระงับ เวทนาเป็นความรู้สึกประเภทพอใจและไม่พอใจที่เกิดขึ้นกับจิต จิตอยู่เฉยๆ ก็ยังอมความหมายคำว่า พอใจและไม่พอใจอยู่ดี มันก็ลึกลงว่าพอใจหรือไม่พอใจ

(3) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การตั้งไว้เฉพาะสติตามเห็นจิต ตั้งสติไว้ให้ติดเพื่อตามดูจิต ตามเห็นจิต ตามเข้าใจจิต ตามศึกษาจิต จนรู้ทุกอย่างที่เกี่ยวกับจิต จนสามารถจะบังคับจิตได้ตามที่เราต้องการ มีหลักเกณฑ์สำคัญ

จากการศึกษาโพธิปักขิยธรรมประยุกต์ของพระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ) จึงตั้งข้อสังเกตได้ว่า กลไกทางจิตนี้มีพลังมหาศาล ขั้นตอนแรกจะต้องรู้ว่า วิธีที่จะทำให้มันเกิดมีพลังงานขึ้นมาได้เขาทำกันอย่างไร ทฤษฎีมีส่วนประกอบด้วยอะไรบ้าง วิธีปฏิบัติตามกระบวนการอย่างถูกต้องนั้นในชั้นพุทธศาสตร์ได้ต่อพฤติการณ์เหล่านี้ จะต้องทำความเข้าใจกับทฤษฎีให้ถูกต้อง จึงสามารถปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมายได้ ทฤษฎีส่วนใหญ่สังเคราะห์จากพระไตรปิฎก พร้อมทั้งทั้งอธิบายรวมกับประสบการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเอง หรือการอธิบายในรูปแบบประยุกต์ เพื่อให้เข้าใจได้ง่ายยิ่งขึ้น แต่จุดประสงค์ยังคงเดิม กล่าวคือ เป็นกระบวนการของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม อันจะก้าวเข้าไปสู่ความหลุดพ้น เรียกได้อีกอย่างว่า ทฤษฎีแห่งการตรัสรู้ เพราะฉะนั้น หลักการปฏิบัติจึงสลับซับซ้อน ในกรรมวิธีแห่งความสำเร็จประโยชน์ได้นั้น จะต้องมีปัญหา มีสติ มีวิริยะและขันติ

สรุป

มนุษย์เป็นสัตว์ที่พัฒนาได้ง่าย เพราะรู้จักปรับเปลี่ยนตนเองได้ในทุกสภาพ ถ้าหมั่นฝึกตนตามแนวทางที่ถูกต้องตามทฤษฎีทางพระพุทธศาสนา ก็จะเจริญก้าวหน้าองงามในหน้าที่การงาน สามารถดำเนินชีวิตไปได้อย่างถูกต้องเรียบง่าย พอเพียงต่อการดำรงชีพ ไม่ยึดติดอยู่ในเทคโนโลยีมากจนเกินเหตุ หากไม่รู้เท่าทันก็ยากจะก้าวประโยชน์อะไรเลย ในหลักปฏิบัติทางพระพุทธศาสนา จะเน้นเรื่องการใช้ชีวิตไม่ให้ฟุ้งเฟ้อ รู้จักประหยัด อดออม เพราะฉะนั้น การพัฒนาด้านอย่างถูกต้องนั้น จึงมีคุณประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตในหลายๆด้าน ในทางพระพุทธศาสนามีจุดประสงค์ในเชิงบวก คือ เป็นไปเพื่อความเจริญแก่ตนเอง และบุคคลอื่น จุดหมายปลายทางอาจแตกต่างกันออกไป เพราะความเข้มข้นของหลักธรรมในการนำไปปฏิบัตินั้น ต่างขึ้นกันอย่างสิ้นเชิง ดังนั้น ผลที่ได้รับจึงต่างกัน มนุษย์สามารถที่จะเลือกเกิดได้ เลือกที่จะเป็นดังใจปรารถนาของตนได้ ถ้าไม่เกินวิสัยแห่งปัญญาและเหตุแห่งผลบุญผลทานที่ตนเคยสั่งสมมาแต่ก่อน มองโดยภาพรวมอธิบายเพิ่มเติมได้ว่า "หลักการทางโลกียะ" ผลที่ได้รับจากการปฏิบัติ ยังวนเวียนอยู่ในกามภพมีการเวียนว่ายตายเกิด และหลักการทาง "โลกุตระ" มีเป้าหมายไปสู่การบรรลุธรรมในขั้นสูงสุด กล่าวคือ นิพพานนั่นเอง เหตุนั้น การพัฒนาด้านของแต่คนจึงมีเป้าหมายแตกต่างกัน ดังนั้นจึงต้องอาศัยหลักการดังกล่าว เพื่อทำความเข้าใจในหลักการ เพื่อการปฏิบัติตนให้

ถูกต้องตามหลักการทางพระพุทธศาสนา เพื่อความเจริญงอกงามแก่ตนเอง และเป็นประโยชน์เกื้อกูลต่อบุคคลอื่น เพราะมนุษย์ต้องพึ่งพาอาศัยกันและกัน สังคมโลกก็จะเกิดความสงบ ร่มเย็นเป็นสุขสืบไป

เอกสารอ้างอิง

- มหาหมกุฎราชวิทยาลัย. (2534). *พระไตรปิฎกและอรรถกถาแปล ฉบับ 91 เล่ม*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาหมกุฎราชวิทยาลัย,
- พระปิฎกจุฬาลักษณ์. (2550). *มิลินทปัญหา*. (พิมพ์ครั้งที่ 9). กรุงเทพมหานคร: ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง.
- พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ). (2550). *โพธิปักขิยธรรมประยุกต์*. กรุงเทพมหานคร : ตาเคตาพับลิเคชั่น จำกัด.
- พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตโต). (2546). *การเผยแผ่เชิงรุก*. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต.). (2544). *การศึกษากับการวิจัย*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิพุทธธรรม.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต.). (2546). *พจนานุกรมพุทธศาสนา ฉบับประมวลศัพท์*. (พิมพ์ครั้งที่ 11). กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต.). (2550). *การพัฒนาที่ยั่งยืน*. (พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมิก จำกัด.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต.). (2542). *การศึกษากับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มูลนิธิพุทธธรรม,
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต.). (2531). *พัฒนาตน*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์โกมลคีมทอง.
- พระมหาวิมลชัย วชิรเมธี (ว. วชิรเมธี). (2553). *ความทุกข์มาโปรดความสุขไปรยปราย*. กรุงเทพมหานคร : พับลิชชิ่งจำกัด,
- สุภีร์ ทุมทอง. (2557). *อริยมรรคมีองค์ 8 ภาคปฏิบัติ*. กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ภาพพิมพ์.
- สำนักงานราชบัณฑิตยสถาน, (2525). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร: อักษรเจริญทัศน์.
- Bukkyo Dendokyokai. (1998). *The Teaching of Buddha*. Printed by Kosaido Printing Co., Ltd, P.A. Payutto. (2017). *A constitution for living*. Petandhome: Bangkok,
- Somdej PhraNyanasamvara. (2535). *Plan of life*. Bang kok: Mahamakut printing,