

# การศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธจริยศาสตร์ในการครองตนของคนไทยในปัจจุบัน\*

## An Analysis Study of the Buddhist Ethics in The Self-Reliance if Thai People in the Present

ชญชนก อินทแพทย์, พระเทพวชิรวิมล และพระครูลีลลสาธิตคุณ  
Tanchanok Intapat, Phrathewwachirawimon and Phrakhru Silasathikhun  
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตอัยเย็ด  
Mahamakut Buddhist University, Roi Et Campus, Thailand  
Corresponding Author, E-mail: tannejane17@gmail.com

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาสภาพปัญหาการครองตนของคนไทยในปัจจุบัน 2) ศึกษาหลักพุทธจริยศาสตร์ที่สัมพันธ์กับการครองตน และ 3) วิเคราะห์หลักพุทธจริยศาสตร์ในการครองตนของคนไทยในปัจจุบัน เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร โดยศึกษาข้อมูลจากพระไตรปิฎก หนังสือวิชาการทางพระพุทธศาสนามีพุทธศาสนสุภาษิต เป็นต้น และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเรื่องตน วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการใช้เหตุผล และให้เหตุผล แล้วนำเสนอผลการวิจัยด้วยวิธีการวิเคราะห์เชิงพรรณนา

#### ผลการวิจัยพบว่า

1. สภาพปัญหาการครองตนของคนไทยในปัจจุบัน พบว่า ปัญหาการครองตนของคนไทยในปัจจุบันมีอยู่ 3 ประการ ได้แก่ 1) จิตเปราะบางรักง่ายหน่ายเร็ว 2) ขาดการตรึกตรองอย่างรอบคอบ 3) ขาดความเพียรพยายาม ขาดการใฝ่รู้สู้สิ่งยาก

2. หลักพุทธจริยศาสตร์ที่สัมพันธ์กับการครองตน พบว่า 1) หลักสติสัมปชัญญะ คือ ความระลึกรู้เท่าทันต่อสิ่งที่มากระทบตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ 2) หลักโยนิโสมนสิการ คือ การเจริญปัญญา โดยการคิดพิจารณาอย่างละเอียด ถี่ถ้วน และลึกซึ้ง และ 3) หลักอิทธิบาท 4 คือสิ่งที่ทำให้เกิดหนทางสู่ความสำเร็จ หรือความต้องการที่จะทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งอยู่เสมอ และปรารถนาจะทำให้ได้ผลยิ่งขึ้นไป

3. หลักพุทธจริยศาสตร์ในการครองตนของคนไทยในปัจจุบัน พบว่า เมื่อนำหลักพุทธจริยศาสตร์ไปวิเคราะห์การครองตนของคนไทยในปัจจุบันแล้ว ทำให้ทราบว่า คนไทยมีการครองตนดีขึ้นในเรื่องเกี่ยวกับการใช้ชีวิตอย่างไม่ประมาทเลินเล่อ มีการครุ่นคิด ตรึกตรองไตร่ตรองใคร่ครวญ พิจารณาสิ่งต่างๆ อย่าง

\*ได้รับบทความ: 29 พฤศจิกายน 2566; แก้ไขบทความ: 20 ธันวาคม 2566; ตอรับตีพิมพ์: 20 ธันวาคม 2566

Received: November 29, 2023; Revised: December 20, 2023; Accepted: December 20, 2023



รอบด้าน โดยคำนึงถึงคุณค่าแท้คุณค่าเทียม มีเหตุผลในเรื่องต่างๆ ก่อนลงมือทำ และเป็นคนมีความบากบั่น เพียรทำหน้าที่การทำงานทั้งงานของตนและงานที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จอยู่เสมอ

**คำสำคัญ:** การครองตน; ปัญหาการครองตน; พุทธจริยศาสตร์

### Abstract

This research has objectives: 1) to study the current problems of the self-reliance of Thai people in the present, 2) to study the principles of Buddhist ethics related to the self-reliance, and 3) to analyze the Buddhist ethics in the self-reliance of Thai people in the present. It is documentary research by studying information from the Tripitaka, academic books on Buddhism include Buddhist proverbs, etc., and related research. There is analyzing data with using reasoning and giving reasoning, then presented the research results with using a descriptive analysis method.

#### **The research results were as follows:**

1. The problem of the self-reliance of Thai people at the present. It is found that there are 3 problems with the self-reliance of Thai people at the present: 1) a fragile mind, easy to love and quickly get rid of, 2) lack of careful consideration, and 3) lack of perseverance, lack of knowledge to fight difficult things.

2. The principles of Buddhist ethics related to self-reliance found that 1) the principle of mindfulness is awareness of things that affect the eyes, ears, nose, tongue, body, and mind, 2) the principle of Yonisomanasikāra is the cultivation of wisdom by thinking carefully, thoroughly and deeply, and 3) the 4 Iddhipada principles are what create the path to success or the desire to always do something and desire to achieve even greater results.

3. The Buddhist ethics in the self-reliance of Thai people in the present. It was found that when the principles of Buddhist ethics were used to analyze the self-reliance of Thai people in the present, it was found that Thai people have better self-reliance in terms of living life carelessly. There is contemplation, considering things thoroughly, taking into account their true value and artificial value. There is a reason in various matters before taking action and be a persevering person, always diligently perform themselves duties, both own work and those assigned.

**Keywords:** Self-Preservation; Self-Preservation Problems; Buddhist Ethics



## 1. บทนำ

ตามหลักพระพุทธศาสนา การเกิดเป็นมนุษย์ไม่ได้เกิดจากเทวบันดาลหรือพระเจ้าเป็นพระผู้สร้าง (รัตนะ ปัญญาภา, 2563, หน้า 160) แต่การเกิดเป็นมนุษย์เกิดจากความเพียรของมนุษย์เองที่ได้บำเพ็ญศีล 5 ครอบบริบริบูรณ์ ซึ่งนับเป็นความยากยิ่ง (ขุ.ธ. 25/182/90) เมื่อเกิดเป็นมนุษย์แล้วย่อมต้องมีการดำรงชีวิตอยู่มีลมหายใจ ซึ่งในการดำรงชีวิตอยู่ตามหลักพุทธศาสนานั้น พุทธศาสนาเน้นที่ตัวเองเป็นหลักสำคัญ ดังเช่นพุทธภาษิตที่รู้จักกันมากได้แก่ “อตตา หิ อตตโน นาโถ” ตนนั้นแลเป็นที่พึ่งของตน “โก หิ นาโถ โปร ลียา” ใครเล่าจะเป็นที่พึ่งได้ “อตตนา หิ สุนทนเตน นาถิ ลลติ ทุลลภ” บุคคลที่ฝึกตนได้ดีแล้ว ย่อมจะได้ที่พึ่งซึ่งได้โดยยาก (วคิน อินทสระ, 2547, หน้า 8)

ด้วยเหตุนี้ จึงสะท้อนให้เห็นสภาพการดำเนินชีวิตของคนไทยจากเดิมที่เป็นสังคมชนบทเปลี่ยนแปลงไปสู่ชีวิตสังคมเมืองจนกลายเป็นสังคมยุคดิจิทัลในปัจจุบัน และได้ปรับเปลี่ยนกลายมาเป็นยุคของการติดต่อแบบไร้พรมแดน ซึ่งมีเทคโนโลยีที่ทันสมัยและสังคมมีความเจริญด้านวัตถุ แต่สิ่งที่ถูกสร้างขึ้นมาเพื่ออำนวยความสะดวกนั้น ได้ส่งผลให้ผู้คนเกิดการเห็นแก่ตัวมากขึ้น และผลจากความเจริญทางด้านวัตถุ ทำให้สภาพจิตใจของคนเสื่อมถอยออกจากคุณธรรมและศีลธรรมทางศาสนา จนเป็นเหตุให้เกิดปัญหาต่างๆ มากมายขึ้นในสังคม ดังที่ท่านพุทธทาสได้กล่าวไว้ “ศีลธรรมไม่กลับมาโลกาจะวินาศ มนุษยชาติจะเลวร้ายกว่าสัตว์เดรัจฉาน มัวหลงเรื่องกินกามเกียรติเกลียดนิพพานล้วนคือด้านไม่เหนียวรั้ง บังคับใจ” (พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ), 2539, หน้า 2) คำพูดนี้เป็นการเตือนสติให้เราไม่ประมาทในการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน โดยในบรรดาสัตว์ทั้งหลายมนุษย์ถือว่าเป็นสัตว์ชนิดหนึ่ง และมนุษย์มีบางสิ่งที่ทำให้มนุษย์แตกต่างจากสัตว์อื่นได้อย่างสิ้นเชิง สิ่งนั้นคือ ‘อายตนะ’ (sense-fields) ที่เชื่อมต่อให้เกิดความรู้หรือเด่นต่อความรู้แก่มนุษย์ อายตนะมี 2 อย่างคือ อายตนะภายใน 6 ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ และอายตนะภายนอก 6 ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสทางกายหรือสิ่งที่ถูกต้องกาย และธรรมารมณ์ ซึ่งอายตนะทั้ง 2 อย่างได้ทำความเขยชิดและคุ้นเคยกับมนุษย์ ฝ้าคอยยึดและห่วงเหนี่ยวมนุษย์เอาไว้ในอำนาจ จนทำให้มนุษย์ประมาทเลินเล่อในชีวิต และสุดท้ายได้ทำความเดือดร้อนแก่มนุษย์อย่างไร้ความปราณี มนุษย์ในความหมายว่าโลกจึงเป็นทาสรับใช้อายตนะอย่างไม่รู้จบสิ้น (โสวิทย์ บำรุงภักดิ์, 2563, หน้า 124)

ปัญหาการดำเนินชีวิตในยุคดิจิทัลของคนไทยที่เผชิญอยู่ในขณะนี้ เป็นปัญหาที่เกิดจากจิตเปราะบางรักง่ายหน่ายเร็ว ขาดการตรึกตรองอย่างรอบคอบ ขาดความเพียรพยายาม ฉะนั้นปัญหาที่กล่าวมาในทางพุทธจริยศาสตร์ถือว่า สังคมในยุคปัจจุบันขาดการพัฒนาในด้านจิตใจและปัญญา ซึ่งได้มุ่งเน้นที่จะพัฒนาแต่ด้านวัตถุจนผู้คนเกิดความเห็นแก่ตัว ไร้ศีลธรรม จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะนำหลักพุทธจริยศาสตร์มาเป็นเครื่องมือการครองตนเพื่อใช้ในการพัฒนาจิตใจและปัญญาของคนในสังคมไทย หลักพุทธจริยศาสตร์ที่จะนำมาใช้ในการพัฒนาประกอบไปด้วยหลักสติสัมปชัญญะ โยนิโสมนสิการ และอิทธิบาท 4 เพราะการ



ที่จะพัฒนาสังคมได้นั้นจะต้องเริ่มที่บุคคลก่อน และการที่จะพัฒนาบุคคลได้ก็จะต้องเริ่มที่จิตใจและปัญญา เพื่อจะได้ตรวจสอบจิตใจและปัญญาของตนเองอยู่เสมอ

จากปัญหาที่กล่าวมาข้างต้น เป็นเหตุให้ผู้วิจัยอยากทำวิจัยเพื่อศึกษาและวิเคราะห์หลักพุทธจริยศาสตร์ในการครองตนของคนไทยในปัจจุบัน เพื่อให้ทราบถึงความหมาย ความสำคัญ และสาระัตถะในการครองตนเพื่อความเข้าใจที่ถูกต้อง และเป็นประโยชน์ต่อผู้สนใจที่จะนำไปใช้ทั้งต่อตนเอง สังคมและประเทศชาติต่อไป

## 2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพปัญหาการครองตนของคนไทยในปัจจุบัน
2. เพื่อศึกษาหลักพุทธจริยศาสตร์ที่สัมพันธ์กับการครองตน
3. เพื่อวิเคราะห์หลักพุทธจริยศาสตร์ในการครองตนของคนไทยในปัจจุบัน

## 3. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) ผู้วิจัยได้แบ่งขั้นตอนในการเก็บรวบรวมข้อมูลออกเป็น 6 ขั้นตอน ได้แก่ 1) รวบรวมประเด็นหลักในการทำวิจัย 2) สืบหาเอกสาร นิตยสาร วารสาร เว็บไซต์ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 3) ทำการศึกษาค้นคว้าเอกสาร นิตยสาร วารสาร เว็บไซต์ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 4) ทำการแยกแยะประเด็นหลักและประเด็นรอง 5) จัดบันทึกข้อมูลตามประเด็นหลักในการทำวิจัยด้วยสมุด ปากกา และกระดาษที่จัดเตรียมไว้ 6) รวบรวมประเด็นหลักและประเด็นรอง

การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้ใช้วิธีวิทยาการวิจัยหรือวิธีการวิจัยสำคัญที่เรียกว่า การวิเคราะห์ (Analysis) ซึ่งประกอบด้วย 1) การตีความ (Interpretation) 2) การใช้เหตุผล (Reasoning) และ 3) การให้เหตุผล (Arguing)

การสังเคราะห์ข้อมูล เมื่อผู้วิจัยได้ทำการวิจัยตามระเบียบวิธีวิจัยอย่างครบถ้วนแล้ว ในขั้นตอนสุดท้ายผู้วิจัยจึงได้สังเคราะห์ข้อมูลทั้งหมดออกมาเป็นองค์ความรู้ใหม่ (New knowledge) ผลิตอกเป็นหลักฐานใหม่ (New evidence) และเขียนรายงานการวิจัย

การนำเสนอข้อมูลในการสรุปกระบวนการวิจัยนี้ ผู้วิจัยจะนำข้อมูลที่ผ่านการ วิเคราะห์อย่างสมบูรณ์แล้วมาทำการเขียนพรรณนาความ ดังต่อไปนี้ 1) บทสรุปที่เป็นการวิเคราะห์ที่ในลักษณะรวบยอดหรือเป็นประเด็นสำคัญ 2) อภิปรายความเห็นของผู้วิจัย และ 3) ข้อเสนอแนะ ซึ่งแบ่งออกเป็นข้อเสนอแนะในการแก้ไขปัญหาในเรื่องของวิจัยและข้อเสนอแนะของผู้ที่สนใจในการศึกษาวิจัยต่อไป



#### 4. สรุปผลการวิจัย

ในการวิจัยเรื่อง การวิเคราะห์หลักพุทธจริยศาสตร์ในการครองตนของคนไทยในปัจจุบัน โดยได้ทำการวิจัยตามระเบียบวิธีวิจัยอย่างครบถ้วนแล้ว ผู้วิจัยสามารถสรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ ดังนี้

ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 พบว่า สภาพปัญหาการครองตนของคนไทยในปัจจุบันนั้นมี 3 ประการคือ 1) ปัญหาจิตเปราะบางรังกายหน่ายเร็ว เกิดจากการขาดศีลธรรม ซึ่งความสับสนวุ่นวายของผู้คนในสังคมทุกวันนี้ เนื่องมาจากแต่ละคนได้ห่างเหินศีลธรรมหรือขาดธรรมะประจำใจในการดำเนินชีวิตและในการประกอบอาชีพหน้าที่การงาน อนึ่งสื่อสังคมออนไลน์ ซึ่งเป็นสิ่งที่มีอิทธิพลในการดำเนินชีวิตของคนในปัจจุบันเป็นอย่างมาก การเสพสื่อออนไลน์ที่ขาดสติจนเกิดเป็นพฤติกรรมเลียนแบบในทางที่ผิด ค่านิยมที่ผิดไปจากเดิม จึงเกิดเป็นปัญหาการรังกายหน่ายเร็ว 2) ปัญหาขาดการไตร่ตรอง ไตร่ตรองและใคร่ครวญพิจารณาอย่างรอบคอบ เกิดจากการดำเนินชีวิตที่ขาดสติในการคิด วิเคราะห์ แยกแยะ จึงส่งผลให้การดำเนินชีวิตมีประสิทธิภาพน้อยลง ส่งผลทำให้เกิดภาวะความเครียด ซึมเศร้า จนกระทั่งฆ่าตัวตาย 3) ปัญหาขาดความเพียรพยายาม เกิดจากการที่พ่อแม่เลี้ยงดูแบบตามใจ ทำให้เด็กเคยชินกับความสะดวกสบาย จนกลายเป็นคนเกียจคร้าน หนักไม่เอาเบาไม่สู้ ขาดความกระตือรือร้นในการทำสิ่งต่างๆ ทั้งนี้ยังส่งผลให้เมื่อเด็กเจริญเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่สู่วัยทำงาน ทำให้เป็นคนล้มเหลว ไม่มีประสิทธิภาพในการทำงานและดำเนินชีวิต

ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 พบว่า การมีสติอยู่กับปัจจุบันขณะ ไม่ลุ่มหลง ไม่ปลั่งเปลอ ไม่ปล่อยใจ มีจิตจดจ่ออยู่กับสิ่งนั้นตลอดเวลา จะทำให้เกิดประโยชน์ในการดำเนินชีวิตประจำวัน ช่วยลดความขัดแย้ง ช่วยทำให้เกิดประสิทธิภาพในการทำงาน ทำให้การอยู่ร่วมกันในสังคมเกิดความสงบสุขมากยิ่งขึ้น ทั้งนี้สติสัมปชัญญะที่ปรากฏในพระวินัยปิฎกนั้น เป็นข้อที่ปฏิบัติที่สำคัญยิ่งของการอยู่ร่วมกัน เพราะเมื่อใดที่ขาดสติสัมปชัญญะ นั้นหมายถึงความวุ่นวายและขัดแย้งก็จะตามมา การครองสติให้อยู่กับปัจจุบัน จะช่วยทำให้การอยู่ร่วมกันมีระเบียบวินัยและเกิดสงบสุข

โยนิโสมนสิการ เป็นการพิจารณาใคร่ครวญตามเหตุและผล ซึ่งมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตในปัจจุบันเป็นอย่างมาก หากขาดหลักธรรมดังกล่าวนี้ หมายถึงต้นเหตุของความเสียหายและขัดแย้งต่อวิถีชีวิตที่ประสบความสุข เพราะโยนิโสมนสิการ เป็นวิธีการคิดแบบละเอียดรอบคอบ มีระบบระเบียบ มีเหตุมีผล โดยใช้ปัญญาเป็นเครื่องมือพิจารณาถึงข้อดีข้อเสีย คิดวิเคราะห์พิจารณาสืบค้นถึงต้นเค้า เพื่อให้เข้าใจ สาเหตุ ปัญหา ผลกระทบจนเข้าถึงสภาวะความเป็นจริงของเรื่องราวต่างๆ

อิทธิบาท 4 มีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตเป็นอย่างมาก ไม่ว่าจะเป็นการศึกษาเล่าเรียน การทำงาน ตลอดจนหนทางที่จะนำไปสู่ทางแห่งการนิพพาน เพราะถ้าขาดอิทธิบาท 4 จะทำให้บุคคลที่นำไปปฏิบัตินั้นเกิดความล้มเหลว ไม่ประสบความสำเร็จ ดังนั้นถ้ามีอิทธิบาท 4 จะทำให้การดำเนินชีวิตในด้านต่างๆ ประสบความสำเร็จมากยิ่งขึ้น เพราะอิทธิบาท 4 คือ หลักธรรมที่สามารถนำไปประพฤติปฏิบัติตาม



เพื่อเป็นหนทางสู่ความสำเร็จ เพื่อให้ก้าวข้ามอุปสรรคปัญหาที่บังพวngที่เกิดจากการใช้ปัญญา แล้วลงมือปฏิบัติด้วยความตั้งใจจริง ไม่ย่อท้อ อันประกอบด้วย ฉันทะ (ความพอใจ) วิริยะ (ความเพียร) จิตตะ (ความมีใจจดจ่อ) วิมังสา (ความสอบสวนไตร่ตรอง) เมื่อทุกอย่างเริ่มต้นจากฉันทะ (พอใจ) ทุกอย่างทีลงมือทำ มักจะประสบความสำเร็จเสมอ

ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 3 พบว่า จากสภาพปัญหาการครองตนสามารถนำหลักพุทธจริยศาสตร์มาวิเคราะห์ 3 ประการ ได้แก่ 1) จิตเปราะบางรักง่ายหน่ายเร็ว ปัญหาข้อนี้ผู้วิจัยได้ใช้หลักธรรมที่ชื่อสติสัมปชัญญะไปปรับใช้หรือประยุกต์ใช้ โดยพิจารณาไปที่คำว่า จิตเปราะบาง หมายถึงคนในปัจจุบันมีภาวะจิตที่เชื่อง่าย เพราะเมื่ออายุนะมีตามีหูเป็นต้น ได้สัมผัสหรือได้เห็นได้ฟังอะไรแล้วก็มีความรู้สึกเปิดรับสิ่งต่างๆ ได้อย่างรวดเร็ว คล้ายกับหม้อดินมีอะไรมากระทบหน่อยก็แตกแล้ว รักง่าย คือเมื่อตาเปิดหูได้ยินเสียงสิ่งต่างๆ แล้วก็เชื่อหรือเข้าใจในทันทีว่าเป็นจริงตามนั้น แต่เมื่อได้มาครอบครองแล้วก็เกิดเบื่อหน่ายง่าย มักทอดทิ้งปล่อยปละละเลย จึงเรียกรวมว่า เป็นคนจิตเปราะบางรักง่ายหน่ายเร็ว อាកารเช่นนี้สามารถใช้ธรรม 2 ข้อผสมผสานกันในชื่อสติสัมปชัญญะ เพราะเพราะการมีสตินั้นเปรียบเสมือนการมีคลังอาวุธทางปัญญา ที่ทำให้บุคคลนั้นได้เปรียบคู่ต่อสู้ทุกอย่าง ทำให้สามารถควบคุมตนเองได้ ทำให้รู้เท่าทันเหตุการณ์ต่างๆจนสามารถคาดการณ์ถึงผลลัพธ์ที่จะตามมาได้ ทั้งนี้การมีสติรู้เท่าทันอายตนะทั้ง 6 ย่อมเป็นหนทางเบื้องต้นที่จะนำไปสู่ทางแห่งการนิพพาน เพราะสติ คือ การระลึกรู้ถึง การอยู่กับปัจจุบันขณะ ไม่ลุ่มหลง ไม่พลั้งเผลอ มีจิตจดจ่ออยู่กับสิ่งนั้นตลอดเวลา รู้จักการครองตนให้มั่นคง คนมีความสามารถในการ "ครองตน" บริหารตนเองให้บรรลุเป้าหมายสูงสุดมุ่งผลสำเร็จ "ครองคน" โดยใช้ทักษะการบริหารผู้ใต้บังคับบัญชาหรือผู้ร่วมงาน ปฏิบัติตามผู้บังคับบัญชาอย่างเป็นธรรมชาติ 2) ขาดการไตร่ตรอง ไตร่ตรองและใคร่ครวญพิจารณาอย่างรอบคอบ ภาวะจิตของคนไทยในปัจจุบันจะมีลักษณะที่มุ่งเน้นในเรื่องของความคิด ความเชื่อ ความรู้หรือการเสาะแสวงหาความเข้าใจในเรื่องต่างๆ โดยไม่ได้คิดพิจารณาก่อนว่าจริงหรือเท็จ กว่าจจะรู้ตัวก็เมื่อตนหรือคนรอบข้างได้รับความเสียหายแล้วจึงมาโทษตนเองว่าเป็นคนขาดเหตุผล หากยังมีการคิดพิจารณาสักนิดหรือตามสมควร ชีวิตตนและครอบครัวคงไม่เป็นอย่างปัจจุบัน ในเรื่องนี้ผู้วิจัยจึงได้พิจารณาในการใช้หลักโยนิโสมนสิการ ซึ่งเป็นหลักการคิดพิจารณาอย่างมีเหตุผล คือ บุคคลที่ยึดเอาหลักโยนิโสมนสิการ โดยเป็นวิธีคิดที่นำเอาหลักกระบวนการทางปัญญา มาใช้ในการวิเคราะห์ สังเคราะห์ถึงเหตุและผลของเรื่องราวต่างๆ และอาจกล่าวได้ว่ามนุษย์เรานั้นเมื่อได้พบสิ่งต่างๆมากมายในการดำเนินชีวิต ไม่ว่าจะเป็สิ่งทีผ่านมาแล้วที่เรียกว่าประสบการณ์ หรือสิ่งที่ยังมาไม่ถึงนั้นคือ อนาคตหากมนุษย์ได้นำหลักโยนิโสมนสิการมาใช้ในการพิจารณาในสิ่งต่างๆ โดยมุ่งเน้นถึงหลักของเหตุผลเป็นที่ตั้ง ย่อมทำให้เกิดประโยชน์แก่ตนเองและผู้อื่น และ 3) ขาดความเพียรพยายาม ขาดการใฝ่รู้ใฝ่สั่งยาก ปัญหาการครองตนของคนไทยในปัจจุบันที่ปรากฏชัดอีกประการหนึ่ง คือ คนไทยในสมัยก่อนนั้นพ่อแม่ได้ขยันในการทำงานสร้างอาชีพด้วยความเพียรพยายามอย่างหนัก



จนทำให้ครอบครัวมีฐานะหรือมีหน้าที่การงานที่ดี คือมีรายได้ดี ชีวิตครอบครัวมีทุกอย่างตามที่ต้องการ ซึ่งคนไทยบางครอบครัวที่เกิดมาในยุคสมัยนี้จึงมีทุกอย่างเพียงพร้อมโดยไม่ต้องอาศัยความพยายามในการสร้างฐานะมากนัก ซึ่งสิ่งนี้จึงกลายเป็นส่วนหนึ่งของการเริ่มทำลายความพยายามหรือความต้องการที่จะสร้างความสำเร็จของคนไทยในสังคมปัจจุบัน ปัญหาข้อนี้ผู้วิจัยได้ใช้หลักธรรมคือ หลักอิทธิบาท หมายถึงหลักธรรมที่เป็นทางนำไปสู่ความสำเร็จอย่างมีฤทธิ์มีเดชอยู่ 4 ประการ คือ ฉันทะ (ความพอใจ) วิริยะ (ความเพียร) จิตตะ (ความมีใจจดจ่อ) วิมังสา (ความสอบสวนไตร่ตรอง) อิทธิบาทประกอบด้วยคุณธรรม 4 ประการ ซึ่งเป็นคุณธรรมที่ความสำคัญและมีผลต่อกัน หมายความว่า ผู้ที่ปฏิบัติงานหรือหน้าที่โดยที่มีคุณธรรมด้านใดด้านหนึ่งเด่นหรือสูงมากจะส่งผลให้ความด้านอื่นๆ สูงตามไปด้วย

## 5. อภิปรายผลการวิจัย

การทำวิจัยเรื่องการศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธจริยศาสตร์ในการครองตนของคนไทยในปัจจุบัน ดังกล่าวผู้วิจัยได้ค้นพบประเด็นที่น่าสนใจและนำมาอภิปรายผลดังนี้

สภาพปัญหาการครองตนของคนไทยที่เกิดขึ้นในปัจจุบันนั้น ล้วนเป็นปัญหาที่เกิดจากการขาดศีลธรรม ขาดสติปัญญาในการพิจารณาแยกแยะ รวมไปถึงการขาดความเพียรพยายาม ซึ่งได้สอดคล้องกับ สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาภ อาสภมหาเถร) (2554, หน้า 288) มีเนื้อความอธิบายถึง สติและสัมปชัญญะว่า ในสติและสัมปชัญญะนั้น สติ มีความระลึกได้เป็นลักษณะ มีความไม่ลืมเป็นรส มีอารักขาเป็นอาการ ปรากฏ สัมปชัญญะ มีความไม่หลงลืมเป็นลักษณะ มีความไตร่ตรองเป็นรส มีความส่องเห็นเป็นอาการ ปรากฏ บุคคลใดที่มีชีวิต ใช้ชีวิตและดำเนินชีวิตโดยใช้หลักสติสัมปชัญญะอยู่เสมอๆ บุคคลคนนั้นจะมีความสามารถในการ "ครองตน" บริหารตนเองให้บรรลุเป้าหมายสูงสุดมุ่งผลสำเร็จ "ครองคน" โดยใช้ทักษะการบริหารผู้ใต้บังคับบัญชาหรือผู้ร่วมงาน ปฏิบัติตามผู้บังคับบัญชาอย่างเป็นธรรมชาติ ซึ่งมีความสัมพันธ์กับชินชัย แก้วเรือน (2558, หน้า 154-168) ได้วิจัยเรื่อง การบูรณาการการครองใจคนตามแนวทางพระพุทธศาสนา ผลการวิจัยพบว่า ผู้นำและผู้ตาม ต้องมีพฤติกรรมที่น่าศรัทธาเสมอใส มีความรู้ความสามารถทำให้ผู้อื่นปฏิบัติตามด้านการจูงใจและบุคลิกภาพ เป็นแบบอย่างที่ดีมีความเชื่อมั่นในตนเองใช้อำนาจหน้าที่ให้ก่อเกิดประสิทธิภาพและประสิทธิผล พร้อมนำและตามบุคคลได้ทุกระดับ แก้ปัญหาได้ทุกสถานการณ์ มีความสามารถในการ "ครองตน" บริหารตนเองให้บรรลุเป้าหมายสูงสุดมุ่งผลสำเร็จ "ครองคน" โดยใช้ทักษะการบริหารผู้ใต้บังคับบัญชาหรือผู้ร่วมงาน ปฏิบัติตามผู้บังคับบัญชาอย่างเป็นธรรมชาติ คือ ต้องมองตนเองออก บอกคนได้ ใช้คนเป็น "ครองงาน" คือจัดความจำเป็นของงานให้สอดคล้องกับเป้าหมายขององค์การจนสำเร็จอย่างสมบูรณ์โดยการบูรณาการนำทฤษฎีตามศาสตร์สมัยใหม่มาเปรียบเทียบและปรับใช้ตามแนวทางพระพุทธศาสนา



คนไทยในสมัยก่อนได้เป็นยุคที่พ่อแม่ได้ช่วยกันในการทำงานสร้างอาชีพด้วยความเพียรพยายามอย่างหนัก จนทำให้ครอบครัวมีฐานะหรือมีหน้าที่การงานที่ดี คือมีรายได้ดี ชีวิตครอบครัวมีทุกสิ่งทุกอย่างตามที่ต้องการ ซึ่งคนไทยบางครอบครัวที่เกิดขึ้นในยุคสมัยนี้จึงมีทุกอย่างอย่างเพียบพร้อมโดยไม่ต้องอาศัยความพยายามในการสร้างฐานะมากนัก ซึ่งสิ่งนี้จึงกลายเป็นส่วนหนึ่งของการเริ่มทำลายความพยายามหรือความต้องการที่จะสร้างความสำเร็จของคนไทยในสังคมปัจจุบัน ซึ่งมีความสอดคล้องกับปรัชญา จิตภักดี และคณะ (2564, หน้า 208-219) ได้วิจัยเรื่อง การพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธจริยศาสตร์ พบว่า สภาพปัญหาการพัฒนามนุษย์ คือ การดำเนินชีวิตในยุคโลกาภิวัตน์ สังคมให้ความสำคัญกับมนุษย์ด้านร่างกายมากเกินไป โดยปล่อยปละละเลยการพัฒนามนุษย์ด้านจิตใจ จึงทำให้เกิดปัญหาสังคมมากมายในเมื่อมนุษย์ประกอบไปด้วยกายกับจิต การพัฒนามนุษย์ต้องพัฒนาทั้งกายกับจิตไปพร้อมกันจึงจะเกิดความสมดุล

## 6. ข้อเสนอแนะ

### 1. ข้อเสนอแนะเชิงวิชาการ

การครองตนเป็นสิ่งจำและสำหรับคนไทยในปัจจุบันนี้มาก เพราะการครองตนในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้มุ่งศึกษาการครองตนใน 3 ประเด็นหรือ 3 เรื่อง ได้แก่ การครองตนให้เป็นคนมีจิตใจมั่นคงแข็งแรง เป็นคนรู้ตนรู้คนรู้ทันสิ่งต่างๆ ที่จรเข้ากระทบตาหู เมื่อตาเห็นก็สักแต่ว่าได้เห็น หูได้ยินก็สักแต่ว่าได้ยิน ได้เห็นได้ยินแล้วก็นำมาพิจารณาโดยการใคร่ครวญไตร่ตรองไตร่ตรองตามสมควรก่อนที่จะเชื่อตามสิ่งนั้น ทั้งนี้ก็เพื่อป้องกันตนเองและคนรอบข้างไม่ให้เกิดเป็นเหยื่อ และประเด็นสุดท้ายคือตนจะเป็นคนมีความเพียรพยายาม มีความมุมานะบากบั่น หนักเอาสู้อ่อนไหวที่การที่ตนเองทำและงานที่ได้มอบหมายจากคนอื่น

### 2. ข้อเสนอแนะเพื่อการศึกษาวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรศึกษาวิจัยเรื่อง การวิเคราะห์การครองตนตามหลักพุทธจริยศาสตร์ของคนไทยในปัจจุบัน

2.2 ควรศึกษาวิจัยเรื่อง การวิเคราะห์การครองงานตามหลักพุทธจริยศาสตร์ของคนไทยในปัจจุบัน

## 7. องค์ความรู้ที่ได้รับ

การครองตนให้ตนเองมีความสุขกายสบายใจและมีความเจริญก้าวหน้าในหน้าที่การงานนั้น ถือเป็นสิ่งจำเป็นและสำคัญ แต่คนในปัจจุบันถูกสิ่งต่างๆ รอบตัวมากระทบทำให้ลุ่มหลงมัวเมา จึงทำให้ชีวิตมีความทุกข์ทางกายและทางใจ ผู้วิจัยได้มองเห็นปัญหาการครองตนของคนไทยในปัจจุบันอยู่ 3 ประการ คือ จิตเปราะบางรักง่ายหน่ายเร็ว ขาดการคิดอย่างรอบด้าน และขาดความกระตือรือร้นในการทำงาน และได้พิจารณาเห็นหลักพุทธจริยศาสตร์ 3 ข้อ คือ การระลึกรู้เท่าทันอารมณ์ที่มากกระทบ (สติสัมปชัญญะ)



การคิดพิจารณาอย่างรอบด้าน (โยนิโสมนสิการ) และการมีความเพียรใฝ่รู้สู่สิ่งยาก (อิทธิบาท)



ภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้รับ

### เอกสารอ้างอิง

ชินชัย แก้วเรื่อน. (2558). การบูรณาการการครองใจคนตามแนวพระพุทธศาสนา. *พินเนศวรสาร*, 11(2), 154-168.

ณัฐชญา จิตภักดี และคณะ. (2564). การพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธจริยศาสตร์. *วารสารบัณฑิตศึกษา มหาจุฬาลงกรณแก่น*, 8(2), 208-219.

พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ). (2539). *การกลับมาแห่งศีลธรรม*. กรุงเทพฯ: ธรรมสภา

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2564). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

รัตน์ ปัญญาภา. (2563). *ถอดรหัสแนวคิดเพื่อชีวิตแนวพุทธ*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

วศิน อินทสระ. (2547). *การพึ่งตน*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: เรือนธรรม.

สมเด็จพระพุทธมาจารย์ (อจา อาสภมหาเถร). (2554). *คัมภีร์วิสุทธิมรรค*. (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพฯ: ธนาเพรส.

โสวิทย์ บำรุงภักดี. (2563). *พุทธจริยศาสตร์*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). ขอนแก่น: เอ็มมี ก๊อปปี้ เซนเตอร์.

