

บทที่ ๔

การนำหลักโลกธรรมมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต

๔.๑ การนำหลักโลกธรรม ๘ มาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต

ผู้ศึกษาได้มีการหาข้อมูลตัวอย่างบุคคลที่มีการนำหลักโลกธรรม ๘ มาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต โดยการสังเกต สัมภาษณ์และการตอบแบบสัมภาษณ์ เรื่องหลักธรรมโลกธรรม ๘ ดังนี้

๔.๑.๑ กลุ่มเป้าหมายในการสัมภาษณ์ กลุ่มข้าราชการ ลูกจ้างในโรงพยาบาลสูงเม่น กลุ่มผู้สูงอายุและกลุ่มประชาชนทั่วไป จำนวน ๑๐ คน

๔.๑.๒ เครื่องมือที่ใช้ แบบสอบถามการนำหลักธรรมโลกธรรม ๘ มาใช้ในการดำเนินชีวิต โดยได้รับการตรวจสอบอาจารย์ที่ปรึกษาและแบบขออนุญาตในการเข้าร่วมวิจัย แบบสัมภาษณ์ ที่ใช้เป็นลักษณะคำถามปลายเปิด เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้ตอบได้ตอบคำถามและแสดงความคิดเห็นเพิ่มเติมได้

เนื้อหาของแบบสอบถาม ประกอบด้วย ๓ ส่วน คือ

(๑) ความรู้เรื่องโลกธรรม ๘

(๒) การนำหลักธรรม ๘ มาใช้ในการดำเนินชีวิต

(๓) ประโยชน์/ผลที่ได้รับจากการนำหลักโลกธรรม ๘ มาประยุกต์ใช้

๔.๒.๓ วิธีการเก็บข้อมูล

การเก็บข้อมูลผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลจากการตอบแบบสัมภาษณ์และการสนทนาและการสัมภาษณ์เชิงลึก การแลกเปลี่ยนเรียนรู้แสดงความคิดเห็นในเรื่องโลกธรรม ๘ โดยเริ่มจากขั้นตอนการเตรียมการคือจัดส่งหนังสือขออนุญาตในการเก็บข้อมูลสัมภาษณ์และตอบแบบสัมภาษณ์โดยบัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ในกลุ่มตัวอย่างและนัดหมายเพื่อสัมภาษณ์ส่วนบุคคลและตอบแบบสัมภาษณ์เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกที่ไม่ได้นำมาตอบในการสนทนา อาจทำให้ไม่ได้รับข้อมูลที่แท้จริง

การเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ผู้วิจัยได้มีผู้ช่วยเหลือในการจัดบันทึกข้อมูลการสนทนาและการเก็บภาพนิ่งในกิจกรรมต่างๆ ดังนี้

๑.นางภาวิ ศักดิ์สิทธิ์ ผู้บันทึกข้อมูลการสัมภาษณ์

๒. นายสกล ขอบรูป ผู้บันทึกภาพกิจกรรม

ผู้วิจัยได้รับความร่วมมือจากกลุ่มตัวอย่างจากการสนทนาและการตอบแบบสัมภาษณ์ได้เป็นอย่างดี มีการสร้างสัมพันธภาพที่ดีอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมเพื่อผ่อนคลายในสถานที่เหมาะสม สะดวก สบายและอากาศถ่ายเทสะดวก ทำให้การสนทนาดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ ไม่เคร่งเครียด ทำให้ความรู้สึกสบาย เป็นกันเองและเกิดความไว้วางใจ ทำให้ได้ข้อมูลที่ใกล้เคียงความจริงมากที่สุด

ผู้วิจัยได้แจ้งวัตถุประสงค์ของการวิจัยและการเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก ตอบแบบสัมภาษณ์ ขออนุญาตทำการบันทึกภาพนิ่งและบันทึกเทปในการสนทนา เพื่อสร้างสัมพันธภาพและความไว้วางใจในการให้ข้อมูลและผู้วิจัยได้ให้ความมั่นใจว่าจะเก็บข้อมูลรายละเอียดของผู้ให้ข้อมูลเป็นความลับและเขียนรายงานข้อมูลโดยไม่มีอคติ(Bias) เพื่อไม่ให้เกิดผลกระทบกับผู้ให้ข้อมูล

การดำเนินการเก็บข้อมูล ผู้วิจัยได้สังเกตเห็นว่าผู้ให้ข้อมูลมีความเต็มใจและมีท่าทีเป็นมิตร พุดคุยและให้ความคิดเห็นได้อย่างราบรื่นและมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับผู้ร่วมสนทนา

ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์เชิงลึก การตอบแบบสัมภาษณ์ผู้วิจัยได้นำมาสรุปและสังเคราะห์ เพื่อนำมาวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) และสรุปตามวัตถุประสงค์และขอบเขตของเนื้อหาในการศึกษาวิจัยที่ได้วางไว้ดังมีเนื้อหาที่ได้จากการสัมภาษณ์ดังนี้

ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ ๑ เป็นชายวัยกลางคน การศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น เป็นลูกจ้างราชการ ตำแหน่งพนักงานขับรถยนต์ เคยได้รับเครื่องราชย์ชั้น เบญจมาภรณ์ช้างเผือก และได้รับเกียรติบัตรการช่วยเหลืออุทกภัยของกระทรวงสาธารณสุข ได้สนทนาคำว่าที่เป็นมิตร ยิ้มแย้มแจ่มใส ได้ให้ข้อมูลตามแบบสัมภาษณ์ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับโลกธรรม๘ดังนี้การได้ยศ คือการได้รับตำแหน่งหรือขั้นของเจ้าหน้าที่ราชการ การเลื่อนตำแหน่งเลื่อนยศ คือการเสียตำแหน่งหรือยศศักดิ์ที่ได้มา การได้ลาภคือการได้สิ่งของหรือวัตถุที่ตัวเองพอใจในสิ่งนั้นๆเพื่อเป็นประโยชน์กับตัวเองหรือสินทรัพย์ของตนเองที่ตัวเองพอใจและการเสื่อมลาภคือวัตถุหรือสิ่งต่างๆที่ตัวเองพอใจได้หลุดมือไปหรือเสื่อมสภาพตามกาลเวลา การสรรเสริญคือการชื่นชมยินดีกับการที่เราทำความดีได้รับความดี ความชอบหรือชมเชย ค่ายกยอและนิทานคือการกล่าวร้ายแก่ผู้อื่นให้เจ็บช้ำน้ำใจ การพูดไม่ดี ตำนินติเตียนผู้อื่น ความสุขคือความสบายใจ ความดีใจของตัวเองหรือบุคคลอื่นร่วมยินดีด้วยความเบิกบานใจและความทุกข์คือความไม่สบายใจ เสียใจ ทรมานทั้งกายและใจการนำเอาหลักโลกธรรม๘ ไปใช้ในการดำเนินชีวิต คือไม่ยึดติดกับยศ ตำแหน่งที่ตัวเองมีอยู่ ไม่นินทาว่าร้ายผู้อื่น ชื่นชมผู้ทำดี อยู่กับปัจจุบันให้มีความสุข การใช้ย่ำพอกับรายได้ ไม่ทำความเดือดร้อนแก่ตัวเองและผู้อื่น และใช้ในการทำงานคือ ทำให้เต็มความสามารถของตัวเอง ช่วยเหลือเพื่อนร่วมงาน ให้

ความเคารพผู้บังคับบัญชา ตรงต่อเวลา มีความรับผิดชอบต่องานที่ทำ สุภาพอ่อนน้อม และได้ให้ข้อมูลเพิ่มเติมคือ การทำให้ชีวิตมีความสุข ครอบครัวมีความสุขและชุมชนมีความสามัคคีปรองดอง

ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ ๒ เป็นลูกจ้างชั่วคราวของโรงพยาบาลสูงเม่น อยู่ในวัยหนุ่ม ทำงานด้านธุรการ ได้ให้ความคิดเห็นเรื่องโลกธรรม๘ ไว้เพิ่มเติมคือการรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น การระบายความทุกข์ รับฟังคนรอบข้างและครอบครัวเป็นสิ่งที่นำมาซึ่งความสุข

ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ ๓ เป็นนายแพทย์ได้ให้ข้อคิดในการดำเนินชีวิต คือ การมองว่าโลกธรรม๘ เป็นเรื่องปกติในชีวิต พยายามทำทุกอย่างให้เป็นเรื่องง่าย ทำงานให้เต็มที่ ไม่หวังในลาภ ยศ สรรเสริญ ก็จะทำให้เกิดความสุข

ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ ๔ เป็นพยาบาลวิชาชีพ ได้มีการนำหลักโลกธรรม๘ ไปใช้ในการทำงาน และดำเนินชีวิตโดยเฉพาะข้อความสุข เกิดได้จากการกระทำของตนเอง ส่วนลาภ ยศ สรรเสริญ เป็นส่วนเกี่ยวพันจากการสะสมบุญเก่าของแต่ละคน และคนเราสัมผัสความสุขหรือทุกข์เท่าเทียมกันไม่ว่าจะจนหรือรวย แต่ลาภ ยศ สรรเสริญ เป็นความอึดอ้อมใจของแต่ละบุคคลและจะยั่งยืนหากได้มาด้วยความสุจริต

ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ ๕ เป็นพยาบาลวิชาชีพปฏิบัติงานในห้องฉุกเฉิน ได้นำหลักโลกธรรม๘ ไปใช้ในชีวิต ครอบครัวและการทำงานและมีแนวคิดเรื่องของไตรลักษณ์คือสิ่งใดที่เข้ามาในชีวิตไม่ว่าดีหรือร้าย สักวันก็จะผ่านพ้นไป อะไรที่เป็นของเราก็อาจจะจากเราไปตามกาลเวลาลาภ ยศ สรรเสริญ เกิดกับเราแล้วย่อมเสื่อมถอยไป ไม่อยู่กับเรานาน เป็นเรื่องของธรรมชาติและวันเวลาจะช่วยรักษาเสียอย่าสิ่งร้ายๆให้ดีขึ้น

ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ ๖ เป็นนักโภชนาการ มีความเข้าใจเรื่องโลกธรรม๘ และได้นำมาใช้ในการลดการทะเลาะกัน มีความเข้าใจคนอื่น ยอมรับและเห็นคุณค่าของคนอื่นก็จะทำให้เกิดความสุข

ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ ๗ ข้าราชการระดับหัวหน้าศูนย์วิจัยและพัฒนาประมงน้ำจืด ได้รับรางวัลงานวิจัยดีเด่นด้านการประมงน้ำจืด ปี ๒๕๔๘ ได้ให้ข้อคิดเกี่ยวกับโลกธรรม๘ ได้อย่างลึกซึ้ง การได้ยศเป็นสิ่งที่ดีที่มนุษย์ต้องการ แต่ควรได้มาด้วยความสุจริต และวิริยะ อุตสาหะ เมื่อมียศย่อมมีลาภตามมา สองสิ่งนี้ย่อมมีวันเสื่อมตามกาลเวลา และการสรรเสริญที่ได้รับมีทั้งจากความจริงใจและเสแสร้ง ควรพิจารณาการนิมิตา มนุษย์ทุกคนก็หนีไม่พ้น ไม่ควรใส่ใจให้มากนัก ความสุขเป็นสิ่งที่มนุษย์มักลุ่มหลง ซึ่งสุขจากกิเลสหรือเรียกว่าความสบาย แต่อาจไม่ใช่ความสุขที่แท้จริง นอกจากนี้ท่านยังได้นำแนวทางโลกธรรม๘ ไปใช้ในการดำเนินชีวิตคือให้มองโลกทุกแง่มุมอย่างเข้าใจ มองในแง่บวกมีสติกับสิ่งรอบข้าง เห็นมีทุกสิ่งที่เกิดขึ้นเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นแล้วดับไป

ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ ๘ พยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานคลินิกสุขภาพเด็กดี ได้ใช้แนวคิด
โลกธรรม๘ ไปประยุกต์ใช้ คือการใช้สติปัญญาในการพิจารณาความเป็นไปของสิ่งต่างๆที่ได้รับ
เช่น ลาภ ยศ สรรเสริญ และความสุข ไม่ได้อยู่กับเราตลอด มีการเสื่อมตามสถานการณ์และ
สิ่งแวดล้อม

ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ ๙ เป็นจิตอาสาสูงอายุ ซึ่งเข้ามาช่วยปฏิบัติงานในคลินิกโรคเรื้อรัง มี
แนวคิดเรื่องโลกธรรม๘ คือเป็นสิ่งที่ไม่จริงยั่งยืน ไม่ได้อยู่กับเราตลอด มีวันเสื่อมสลาย อย่าหลง
ระเหิงหรือทุกข์กังวลกับสิ่งที่เกิดขึ้น อะไรจะเกิดก็ต้องเกิด อะไรที่เป็นของเราก็ต้องเป็นของเรา ปลง
ให้ตก วางใจเป็น และได้ให้แนวคิดเรื่องนินทาว่าเป็นเครื่องมือที่ทำให้เรากลับมาทำความดี
ยิ่งขึ้นไป

ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ ๑๐ เป็นพยาบาลเกษียณอายุราชการ เป็นลูกครึ่งเดนมาร์คและ
อังกฤษ นับถือคริสต์ศาสนา อุทิศตนทำงานเพื่อสังคมเป็นสมาชิกชมรมวัฒนธรรมจังหวัดแพร่และ
เป็นอาสาสมัครผู้ให้คำปรึกษาสายด่วนสุขภาพจิต ท่านได้รับการยกย่องเป็นบุคคลต้นแบบด้าน
สุขภาพ บุคลิกว่าแข็งแรงโต ได้ให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับโลกธรรม๘ ว่าโลกธรรม ๔ ข้อที่เป็นแง่บวก
คือลาภ ยศ สรรเสริญ สุข นั้น ไม่ยึดติด เพราะว่าสักพักก็จะหายไป ส่วนที่เป็นด้านลบคือเสื่อมลาภ
เสื่อมยศ นินทา และทุกข์นั้น ให้มองเป็นแง่บวก คิดว่าในสิ่งที่เลวร้ายนั้นมักมีสิ่งดีอยู่ด้วยเสมอ
เป็นธรรมดาเสียก็ผ่านไป ส่วนการนำเอาหลักโลกธรรม๘ ไปใช้ในการดำเนินชีวิตท่านได้ให้ข้อคิด
เรื่องการมีจิตสาธารณะ เป็นสิ่งที่ดีแต่ควรทำจากใจ ไม่ได้หวังสิ่งตอบแทนเป็นลาภ ยศ สรรเสริญ
จะทำให้เป็นสุขได้อย่างแท้จริงและยั่งยืน

จากข้อมูลที่ได้พอจะกล่าวได้ว่ามนุษย์ทุกคนที่ดำรงชีวิตอยู่ได้ต้องอาศัยความสัมพันธ์
ของภาวะทางกายและภาวะทางจิตถึงจะทำให้ชีวิตเป็นปกติสุขได้ การเสริมสร้างความแข็งแรงทาง
จิตต้องอาศัยการฝึกฝนและการศึกษาให้เข้าใจถึงหลักการเปลี่ยนแปลงตามธรรมชาติ ตามหลักทาง
พระพุทธศาสนาและฝึกฝนจิตใจให้ยอมรับและวิธีการปรับแก้กับสิ่งที่มากระทบต่อชีวิต และนั่น
หมายถึงการมีสภาวะจิตที่ไม่หวั่นไหวต่อโลกธรรมนั่นเอง