



การศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง

AN ANALYTICAL STUDY OF BUDDADHAMMA

IN IMPROVING SELF- RELIANCE



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๕



การศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง



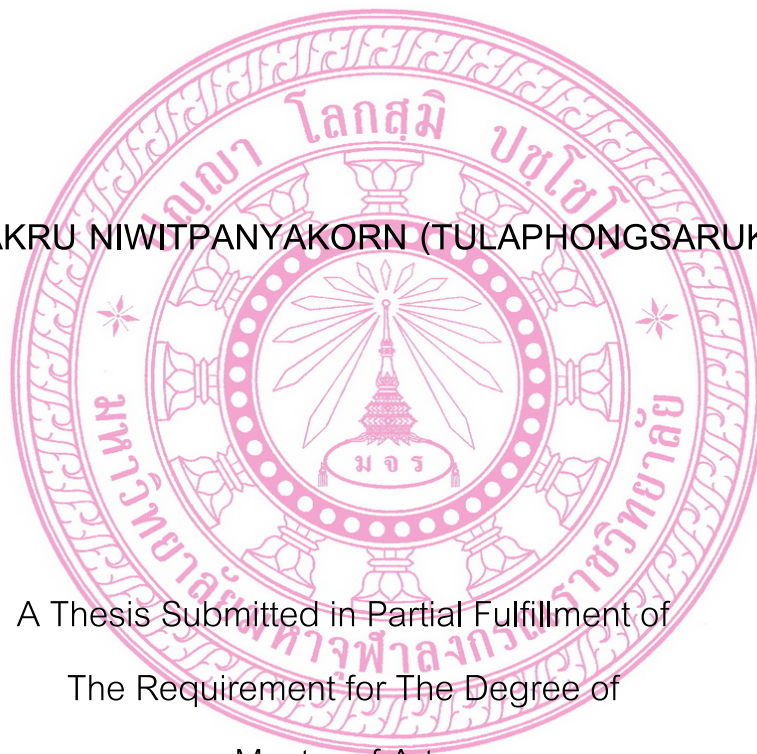
วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๕

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



AN ANALYTICAL STUDY OF BUDDADHAMMA
IN IMPROVING SELF- RELIANCE

PHRAKRU NIWITPANYAKORN (TULAPHONGSARUK)



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
The Requirement for The Degree of
Master of Arts

(Buddhist Studies)

Graduate School

Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Bangkok, Thailand

C.E. 2012

(Copyright Mahachulalongkornrajavidyalaya University)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับ
วิทยานิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง”
เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา
พระพุทธศาสนา

(พระสุธีธรรมานุวัตร)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์

ประธานกรรมการ

(พระมหาดนัยพัชร คมภิธรปัญญา, ดร.)

กรรมการ

(พระเทพปริยัติเมธี, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.)

กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ บุญเรือง อินทวรัตน์)

กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุพรด บุญอ่อน)

กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์อานนท์ เมธีวรจักร)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ พระเทพปริยัติเมธี, ผศ.ดร.

ประธานกรรมการ

ผศ.ดร.สุพรด บุญอ่อน

กรรมการ

ผศ.อานนท์ เมธีวรจักร

กรรมการ

ผู้วิจัย

(พระครูนิวิฐปัญญากร)

ชื่อวิทยานิพนธ์ : การศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง

ผู้วิจัย : พระครูนิวริฐปัญญากร (ตุลพงษ์รักษ์)

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: พระเทพปริยัติเมธี, ผศ. ดร., ป.ธ. ๙, กศ.ม., พธ.ด.

: ผศ.ดร.สุพรด บุญอ่อน ป.ธ.๗, ศษ.บ., กศ.ม., Ph.D.

: ผศ.อานนท์ เมธีวรฉัตร ป.ธ.๖, ศษ.บ., พธ.บ., กศ.ม.

วันสำเร็จการศึกษา : ๑๐ / ๐๙ / ๒๕๕๕

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์เรื่อง การศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง มีวัตถุประสงค์ของการศึกษาวิจัย ๓ ประการคือ (๑) เพื่อศึกษาแนวคิดและกระบวนการในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองในสังคมไทย (๒) เพื่อศึกษานักพุทธธรรมในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง (๓) เพื่อเสนอแนวทางในการนำหลักพุทธธรรมมาใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง การศึกษาครั้งนี้ได้รวบรวมข้อมูลจากเอกสาร คือ คัมภีร์พระไตรปิฎก ตลอดจนเอกสาร ตำรา วิชาการ ผลงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง แล้วประมวลข้อมูลโดยนำมาศึกษาวิเคราะห์ด้วยวิธีวิเคราะห์เนื้อหา และนำเสนอสรุปการวิจัยด้วยวิธีนำเสนอผลการวิจัยเชิงพรรณนา มีผลการศึกษาสรุปได้ดังนี้

การพึ่งพาตนเอง เป็นการแสดงออกถึงความพยายามที่จะใช้ความรู้ความสามารถที่ตนมีอยู่กระทำการใดๆ ให้สำเร็จด้วยตนเอง และแก้ไขปัญหาอุปสรรคอย่างถูกต้องเหมาะสม โดยสามารถพึ่งตนเองได้ ๕ ด้าน คือ ด้านเศรษฐกิจ ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ด้านเทคโนโลยี ด้านสังคมและวัฒนธรรม และด้านจิตใจ

หลักพุทธธรรมมีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับวิถีชีวิตของคนไทยอย่างแนบแน่น ดังนั้นหลักพุทธธรรมจึงมีส่วนในการเสริมสร้างให้คนไทยสามารถพึ่งพาตนเองได้ในด้านต่างๆ คือ (๑) ด้านเศรษฐกิจ เช่น หลักทฤษฎีธัมมิกัตถ สัจจัตตนิกรธรรม ๔ อิทธิบาท ๔ เป็นต้น (๒) ด้านทรัพยากรธรรมชาติ เช่น หลักโภชนะ มัตตัญญูตา หลักสันโดษ เป็นต้น (๓) ด้านเทคโนโลยี เช่น หลักโยนิโสมนสิการ และมัชฌิมาปฏิปทา เป็นต้น (๔) ด้านสังคมและวัฒนธรรม เช่น หลักศีล หรือวินัย หลักสังคหวัตถุ ๔ และ (๕) ด้านจิตใจ เช่น หลักกรรมฐาน ๒ ไตรลักษณ์ ๓ เป็นต้น

การนำเอาหลักพุทธธรรมมาเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองของสังคมไทยได้นั้น ต้อง ประสานความร่วมมือกันระหว่างสถาบันที่สำคัญในชุมชน ๓ สถาบัน คือ สถาบันการปกครอง (บ้าน) สถาบันศาสนา (วัด) และสถาบันการศึกษา (โรงเรียน) มาเป็นกลไกในการพัฒนาและสร้าง ชุมชนท้องถิ่นให้เข้มแข็ง สามารถพึ่งพาตนเองได้ทั้ง ๕ ด้าน คือ (๑) ด้านเศรษฐกิจ เพื่อให้สามารถ ดำเนินชีวิตทางเศรษฐกิจโดยยึดทางสายกลาง พออยู่ พอกิน ตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง (๒) ด้านทรัพยากรธรรมชาติ เพื่อให้สามารถจัดการทรัพยากรอย่างชาญฉลาด โดยยึดอยู่บนหลัก ของความยั่งยืนสูงสุด (๓) ด้านเทคโนโลยี เพื่อให้รู้จักเลือกบริโภคเทคโนโลยีแต่พอดี เหมาะสมกับ ฐานะของตนเอง สังคม และสิ่งแวดล้อม (๔) ด้านสังคมและวัฒนธรรม เพื่อให้สามารถดำรงชีวิต ด้วยความเรียบง่าย มีการพึ่งพาอาศัยกัน ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน และรู้จักการแบ่งปัน และ (๕) ด้านจิตใจ เพื่อให้เป็นผู้มีจิตใจที่เข้มแข็ง มีจิตสำนึกที่ดี สร้างสรรค์ให้ตนเองและชาติ



Thesis Title : An Analytical Study of Buddhadhamma in Improving Self-Reliance

Researcher : Phrakru Niwitpanyakorn (Tulaphongsaruk)

Degree : Master of Arts (Buddhist Studies)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: Asst.Prof. Dr. Phratchepariyatmethi Pali IX., M.A., Ph.D.

: Asst. Prof. Dr. Sooprot Boon-on Pali VII., B.Ed., M.Ed., Ph.D.

: Asst. Prof. Anond Metheewarachat Pali VI., B.A, B.Ed., M.Ed.

Date of Graduation : 10 / 09 / 2012

ABSTRACT

The objectives of the research were to (1) to study concept and procedure in improving self-reliance in Thai society, (2) to study Buddha Dhamma in improving self-reliance, (3) to suggest the ways in the application of Buddha Dhamma in improving self-reliance .

This research applied the documentary research with collecting data from Tipitaka, academic textbooks, related documents and researches. Analysis of the data used the analysis of the content and the summary of the research used presenting the descriptive.

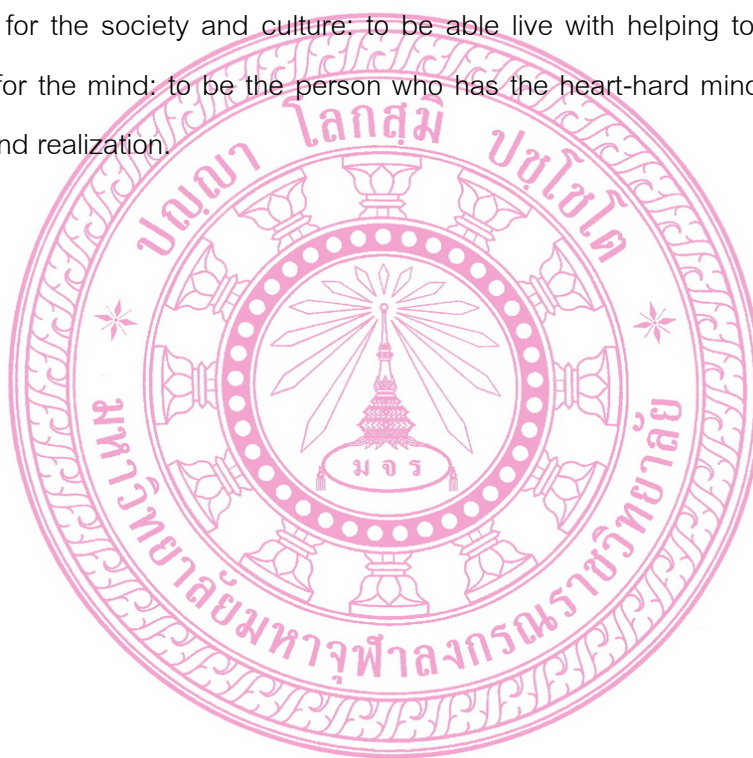
Results of the research

Self-reliance is the expression of attempt to apply the knowledge and the capacity in doing something successful and solving problems appropriately by being self-reliance: Economic, Natural Resource and Environment Technology, Culture and Mind.

Buddha Dhamma has the relationship with the way of life of Thai people closely. Therefore, Buddha Dhamma principle in improving the self-reliance for Thai people in various aspects, (1) Economics: Dhitthammikattha-Samvattanika-Dhamma, the four Iddhipadas, (2) Natural Resource: Bhochane-Mattanyuta, Santoso, (3) Technology: Yonisomanasikara and Mijhima patipada, (4) Social and Cultural: Sila or Vinaya and the four Sanghawutthu and (5) Mind: the two Kammatthana and the three Tilakkhana.

The application of Buddha Dhamma in improving self-reliance in Thai society must co-operate three institutions in the community: government institution (homes),

religious institution (monasteries) and educational institution (schools) to be device for the development and make the local community strong. Moreover, it can be self-reliant in five aspects; (1) for the economics: to be able to economically by holding the middle way according to Efficient Economy, (2) for the natural resource: to be able manage the resource diligently by holding the principle of constancy, (3) for the technology: to know selecting the consume of suitable technology with position of oneself society and environment, (4) for the society and culture: to be able live with helping together and sharing and (5) for the mind: to be the person who has the heart-hard mind, the good consciousness and realization.



กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลงได้ด้วยดี จากความเมตตาช่วยเหลืออย่างดียิ่งของ อาจารย์ที่ปรึกษา ผู้ศึกษาขออนุญาตระบุนามเพื่อแสดงความขอบพระคุณ และขอบคุณ ดังนี้

พระเทพปริยัติเมธี, ผศ.ดร. ได้รับเป็นประธานควบคุมวิทยานิพนธ์ พร้อมให้คำปรึกษา แนะนำ ข้อสังเกตและแก้ไขปรับปรุง ซึ่งเป็นประโยชน์อย่างยิ่งสำหรับการทำงานวิจัยในครั้งนี้ และได้รับความอนุเคราะห์จาก ผศ.ดร.สุพรต บุญอ่อน, ผศ.อานนท์ เมธีวรจักร กรรมการที่ปรึกษา วิทยานิพนธ์ ทั้งสองท่านได้ให้คำปรึกษาแนะนำ และท้วงติงประเด็นปัญหาหลายประการเป็นอย่างดี กราบขอบพระคุณ พระมหาดนัยพัชร คมภิรูปญู, ดร. ประธานคณะกรรมการสอบป้องกัน วิทยานิพนธ์ ที่ได้เมตตาให้คำแนะนำ ทำให้วิทยานิพนธ์มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น และขอเจริญพร ขอบคุณ รองศาสตราจารย์บุญเรือง อินทวันต์ กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิภายนอก ที่กรุณาตรวจสอบ และให้คำแนะนำที่ดี ทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ มีความสมบูรณ์ด้านภาษามากยิ่งขึ้น ขอขอบพระคุณอาจารย์ทุกท่านผู้ให้การประสิทธิประสาทสรรพวิชา และให้คำปรึกษาแนะนำต่างๆ ที่ก่อประโยชน์แก่ผู้วิจัย

ขอขอบพระคุณ คณาจารย์และเจ้าหน้าที่มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์นครสวรรค์ทุกท่านที่ให้ความอนุเคราะห์และอำนวยความสะดวกแก่ผู้วิจัยอย่างดี

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณและอนุโมทนาในความกรุณาช่วยเหลือของทุกท่านที่มีส่วนทำให้วิทยานิพนธ์นี้สำเร็จตามความมุ่งหมาย

คุณความดีและประโยชน์ที่เกิดจากการทำวิทยานิพนธ์เล่มนี้ ผู้วิจัยขอน้อม สักการบูชาคุณพระรัตนตรัย บิดามารดา ครูอาจารย์ ตลอดจนผู้มีอุปการคุณทุกท่าน ด้วยความตั้ง มั่นในกตัญญูทศเวทิตาธรรม

สุดท้ายนี้ ขออ้ออิงเอาอำนาจแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายใน สากลโลก ได้คุ้มครองปกป้องรักษาท่านผู้มีอุปการคุณทุกท่านจงมีแต่ความสุขความเจริญ ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บทั้งปวง อนึ่ง หากจะมีคุณประโยชน์ใดๆ เกิดจากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ขอให้ ทุกท่านได้รับคุณประโยชน์นั้นๆ โดยทั่วกัน

พระครูนิวาส์พรมญาณ (ตุลพงษ์รักษ์)

๑๐ กันยายน ๒๕๕๕

สารบัญ

เรื่อง

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย

ก

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

ค

กิตติกรรมประกาศ

จ

สารบัญ

ฉ

อธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

ญ

บทที่ ๑ บทนำ

๑

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

๑

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๓

๑.๓ ขอบเขตของงานวิจัย

๓

๑.๔ ปัญหาที่ต้องการทราบ

๓

๑.๕ คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

๔

๑.๖ ทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๔

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

๑๒

๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑๒

บทที่ ๒ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการพึ่งตนเอง

๑๓

๒.๑ ความหมายของการพึ่งตนเอง

๑๓

๒.๑.๑ ความหมายของการพึ่งตนเองตามหลักพุทธธรรม

๑๓

๒.๑.๒ ความหมายของการพึ่งตนเองตามทัศนะของนักวิชาการทาง
พระพุทธศาสนา

๑๗

๒.๑.๓ ความหมายของการพึ่งตนเองตามทัศนะของนักวิชาการ

๒๐

๒.๒ แนวคิดและทฤษฎีการพึ่งตนเอง

๒๑

๒.๒.๑ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนาศักยภาพการพึ่งตนเอง

๒๑

๒.๒.๒ แนวคิดและทฤษฎีการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

๒๙

สารบัญ (ต่อ)

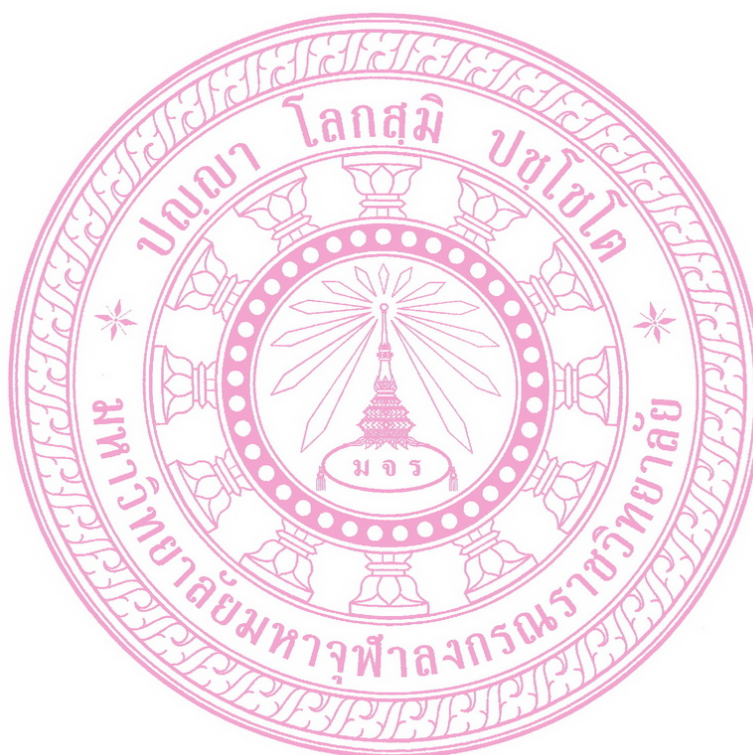
๒.๓ แนวทางในการเสริมสร้างการพึ่งตนเอง	๔๘
๒.๔ ประโยชน์ของการพึ่งตนเอง	๕๐
บทที่ ๓ หลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างการพึ่งตนเอง	๕๑
๓.๑ ความหมายของหลักพุทธธรรม	๕๑
๓.๒ หลักพุทธธรรมกับสังคมไทย	๕๗
๓.๓ หลักพุทธธรรมที่สนับสนุนการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง	๘๐
๓.๓.๑ ด้านเศรษฐกิจ	๘๐
๓.๓.๒ ด้านทรัพยากรธรรมชาติ	๘๕
๓.๓.๓ ด้านเทคโนโลยี	๘๗
๓.๓.๔ ด้านสังคมและวัฒนธรรม	๘๘
๓.๓.๕ ด้านจิตใจ	๙๐
๓.๔ หลักพุทธธรรมที่เป็นปฏิกิริยาต่อเสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง	๙๒
บทที่ ๔ การนำหลักพุทธธรรมมาเสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง	๙๗
๔.๑ หลักพุทธธรรมกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ	๙๗
๔.๒ หลักพุทธธรรมกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติ	๑๐๘
๔.๓ หลักพุทธธรรมกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเทคโนโลยี	๑๑๔
๔.๔ หลักพุทธธรรมกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านสังคมและวัฒนธรรม	๑๑๖
๔.๕ หลักพุทธธรรมกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านจิตใจ	๑๒๑
๔.๖ โครงการ/กิจกรรมที่เสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง	๑๒๗
บทที่ ๕ บทสรุป และข้อเสนอแนะ	๑๓๓
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๑๓๓
๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๑๓๕
บรรณานุกรม	๑๓๗
ภาคผนวก	๑๔๓
ประวัติผู้วิจัย	๑๕๓

สารบัญตาราง

หน้า

ตาราง ๑ แสดงความสัมพันธ์ระหว่าง TERMS และ BAN

๒๔



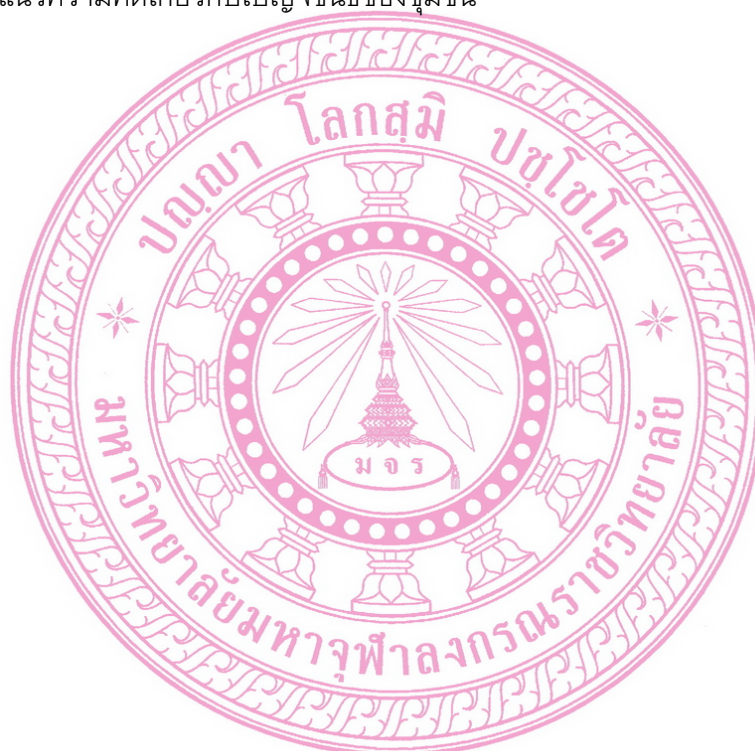
สารบัญภาพ

หน้า

- ภาพที่ ๑ แสดงรูปแบบความสัมพันธ์ขององค์ประกอบหลักแห่งการพึ่งตนเองของ
ชุมชนชนบท
- ภาพที่ ๒ แสดงแนวความคิดเกี่ยวกับเบญจชั้นของชุมชน

๒๓

๒๗



อธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

การอ้างอิงในเอกสารปฐมภูมิตามพระไตรปิฎกภาษาบาลีและภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ตามระบบอ้างอิง เล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ ดังตัวอย่างเช่น ที.ม. (บาลี) ๑๐/๑๖/๑๐ หมายถึง ทีฆนิกาย มหาวรรค ภาษาบาลี เล่มที่ ๑๐ ข้อ ๑๖ หน้า ๑๐, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๖/๑๐ หมายถึง ทีฆนิกาย มหาวรรค ภาษาไทย เล่มที่ ๑๐ ข้อ ๑๖ หน้า ๑๐ เป็นต้น

พระวินัยปิฎก						
วิ.ม. (ไทย)	=	วินัยปิฎก	มหาวรรค	(ภาษาไทย)		
พระสุตตันตปิฎก						
ขุ.ข. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ขุททกปาฐบาลวรรค	(ภาษาไทย)	
ขุ.ธ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธมฺมปาฐบาลวรรค	(ภาษาไทย)	
ขุ.ธ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธรรมบท	(ภาษาไทย)	
ที.ปา (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฏิกวรรค	(ภาษาไทย)	
ลं.ข. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	ชั้นวรรค	(ภาษาไทย)	
อง.ติก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ติกนิบาต	(ภาษาไทย)	
อง.ทสก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ทสกนิบาต	(ภาษาไทย)	
พระอภิธรรมปิฎก						
อภิ.วิ. (ไทย)	=	อภิธัมมปิฎก	วิมังค์	(ภาษาไทย)		
อภิ.วิ. (ไทย)	=	อภิธัมมปิฎก	วิมังค์	(ภาษาไทย)		

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สถานการณ์ปัจจุบันระบบเศรษฐกิจโลกมีการเปลี่ยนแปลงตามกระแสโลกาภิวัตน์อันเนื่องมาจากความเจริญทางเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารในการเพิ่มขีดความสามารถทางการแข่งขัน ส่งผลกระทบต่อการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตและค่านิยม วัฒนธรรมของประชาคมโลก ทำให้ระบบทางเศรษฐกิจ สังคมและการเมือง มีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันมากขึ้น แต่ในความเป็นจริงนั้นไม่สามารถที่จะขจัดปัญหาความยากจนของมนุษยชาติให้หมดไปจากโลกนี้ได้^๑

ประเทศไทยก็เป็นอีกประเทศหนึ่งที่ได้รับอิทธิพลจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจ สังคม การเมือง และวัฒนธรรมที่ก่อให้เกิดปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ และสังคมของประเทศ ถ้าย้อนกลับไปมองสภาพสังคมไทยในอดีตเป็นสังคมที่พึ่งตนเอง มีความเป็นอยู่อย่างแบบพอเพียง โดยอาศัยระบบเศรษฐกิจแบบยังชีพ ซึ่งมีความสัมพันธ์แบบพึ่งพาอาศัยกับธรรมชาติในระบบเครือญาติที่เกื้อหนุนจนเจือกัน มีการแบ่งปันในผลผลิตที่ได้มาไม่มีการค้าขาย แต่มีการประกอบอาชีพเพื่อการอยู่รอด จึงทำให้ชุมชนในอดีตเป็นชุมชนที่เข้มแข็งและพึ่งตนเองได้

แต่ในปัจจุบันประเทศไทยมีการเปลี่ยนแปลงของระบบทางเศรษฐกิจ สังคม การเมืองอย่างรวดเร็ว จึงทำให้สังคมตกอยู่ภายใต้กระแสวัตถุนิยม ขาดความรับผิดชอบและจิตสำนึกสาธารณะ ทำให้ประเทศไทยประสบปัญหาความยากจนและการพึ่งตนเองไม่ได้ของประชากร เนื่องจากการพัฒนาตามทิศทางตะวันตก ส่งผลให้ประเทศไทยเกิดความเปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจ และสังคมเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะทำให้เกิดช่องว่างระหว่างกลุ่มนายทุนที่เป็นคนร่ำรวยกับกลุ่มคนยากจน เกิดความเหลื่อมล้ำแตกต่างทั้งด้านรายได้ไปจนถึงโอกาส และการเข้าถึงทรัพยากร การพัฒนาเศรษฐกิจที่พึ่งพาตลาดต่างประเทศ ส่งเสริมการลงทุนจากต่างประเทศ ซึ่งเป็นการส่งเสริมเศรษฐกิจการตลาด ทำให้เกิดการทำลายเศรษฐกิจแบบยังชีพ ทำให้เกษตรกรต้องตกอยู่ภายใต้ระบบพึ่งพาตลาด เทคโนโลยี และปัจจัยการผลิตจากต่างชาติ เกิดภาวะหนี้สิน

^๑ ชันทอง มีโพธิ์, “ยุทธศาสตร์การแก้ปัญหาความยากจนโดยการพึ่งตนเองของประชาชนที่มีรายได้ต่ำกว่าเกณฑ์ จปฐ. ตำบลหนองพิกุล อำเภอตากฟ้า จังหวัดนครสวรรค์”, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์), ๒๕๔๙.

สูญเสียที่ดินทำกิน อพยพแรงงานและเกิดภาวะว่างงานในที่สุด ปัญหาทรัพยากรเสื่อมโทรม ปัญหาสิ่งแวดล้อม ซึ่งเกิดจากการใช้ทรัพยากรอย่างสิ้นเปลือง เพื่อสนองความเติบโตทางเศรษฐกิจ ผลประโยชน์จึงกระจุกตัวอยู่ที่กลุ่มคนส่วนน้อย ในขณะที่ทรัพยากรต่างๆ ถูกนำไปใช้อย่างฟุ่มเฟือย ไม่ยั่งยืน และไม่เป็นธรรม เกษตรกรจำนวนมากต้องล้มละลาย ชุมชนเกิดภาวะการถล่มทลาย มีการอพยพแรงงานเข้าเมืองหลวง เกิดเป็นปัญหาสังคมต่างๆ ตามมา เช่น ปัญหายาเสพติด ปัญหาการแพร่ระบาดของโรคเอดส์ ปัญหาการถูกละเมิดสิทธิต่างๆ มากมายในสังคม เชื่อมโยงส่งผลกระทบซึ่งกันและกันทั่วสังคมไทย โดยเฉพาะปัญหาความอ่อนแอของสถาบันครอบครัว สถาบันองค์กรชุมชน รวมทั้งสถาบันทางการเมืองในทุกระดับที่ผูกขาดด้วยอำนาจเงินตรา

ซึ่งปัญหาความยากจนและการพึ่งตนเองไม่ได้ดังกล่าว เป็นปัญหาที่สำคัญที่รัฐบาลทุกยุคทุกสมัยพยายามขจัดให้หมดสิ้นไป แต่กลับพบว่านอกจากความพยายามดังกล่าวจะไม่บรรลุผลแล้ว ยังทำให้จำนวนคนยากจนที่ไม่สามารถพึ่งตนเองได้เพิ่มมากขึ้นไปอีก เช่นเดียวกับประเทศไทย ที่ให้ความสำคัญในการต่อสู้กับปัญหาความยากจนและพึ่งตนเองไม่ได้มาโดยตลอด โดยเฉพาะในช่วงสองทศวรรษที่ผ่านมา เป็นผลให้ปัญหาความยากจนและพึ่งตนเองไม่ได้เริ่มคลี่คลายลง อย่างไรก็ตามจากการที่ประเทศไทยต้องเผชิญกับภาวะวิกฤตเศรษฐกิจ ตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๔๐ เป็นต้นมา ส่งผลให้ปัญหาความยากจนและพึ่งตนเองไม่ได้มีแนวโน้มที่จะทวีความรุนแรงยิ่งขึ้น และเป็นปัญหาระดับชาติที่มีความสำคัญอีกปัญหาหนึ่งซึ่งจำเป็นต้องได้รับการแก้ไขปัญหายอย่างจริงจังเป็นระบบ โดยหลักการที่รัฐบาลนำมาดำเนินการแก้ปัญหาที่มีความสำคัญประการหนึ่ง คือ หลักเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งเป็นหลักที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงมีพระราชดำรัสชี้แนะแนวทางการดำเนินชีวิตแก่พสกนิกรชาวไทยมาโดยตลอด รวมถึงการพัฒนาและบริหารประเทศ ที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของทางสายกลาง คำนึงถึงความพอประมาณ ความมีเหตุผล การสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว ตลอดจนใช้ความรู้ ความคิด ความรอบคอบ และคุณธรรม ประกอบการวางแผน การตัดสินใจ และการกระทำ ซึ่งแนวทางดังกล่าวมีพื้นฐานมาจากหลักพุทธธรรมในพระพุทธศาสนาที่สอนในเรื่องการพึ่งตน อตฺตา หิ อตฺตโน นาโถ^๒ ตนแลเป็นที่พึ่งของตน^๓ ความรู้จักคำว่าพอเพียง คือ พอใจตามมี ยินดีตามได้ ตามหลักสันโดษ และรู้จักคำว่าพอดี มัชฌิมาปฏิปทา คือ ทางสายกลาง โดยให้มีความสุขกาย และสุขใจไปด้วยกัน

^๒ พุ.บ. (บาลี) ๒๕/๑๖๐/๔๔.

^๓ พุ.บ. (ไทย) ๒๕/๑๖๐/๘๒.

จากปัญหาดังกล่าว ทำให้มองเห็นถึงความสำคัญของหลักพุทธธรรมที่จะสามารถนำมาใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตเพื่อเสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะดำเนินการวิจัยในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองโดยใช้หลักพุทธธรรมมาเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต และเสนอแนวทางในการนำหลักพุทธธรรมมาเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองอย่างเป็นระบบ

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองในสังคมไทย
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษาหลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง
- ๑.๒.๓ เพื่อเสนอแนวทางในการนำหลักพุทธธรรมมาใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง

๑.๓ ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยภาคเอกสาร ซึ่งได้ทำการศึกษาข้อมูล ๒ ส่วน คือ

๑.๓.๑ ศึกษาข้อมูลขั้นปฐมภูมิ (Primary Source) โดยศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับหลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองที่ปรากฏในพระไตรปิฎก ฉบับภาษาไทย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และแนวคิดและกระบวนการในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองที่ปรากฏในสังคมไทย

๑.๓.๒ ศึกษาข้อมูลขั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) โดยศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับหลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองและแนวคิดและกระบวนการในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองที่ปรากฏในสังคมไทยจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๔ ปัญหาที่ต้องการทราบ

- ๑.๔.๑ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองในสังคมไทยเป็นอย่างไร?
- ๑.๔.๒ หลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองเป็นอย่างไร?
- ๑.๔.๓ แนวทางในการนำหลักพุทธธรรมมาเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองมีลักษณะอย่างไร?

๑.๕ คำจำกัดความของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

๑.๕.๑ **หลักพุทธธรรม** หมายถึง คำสอนของพระพุทธเจ้าที่ปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎกฝ่ายเถรวาท ที่แสดงสาระแห่งการพัฒนาคุณภาพชีวิตตนและสังคม ให้มีความเจริญงอกงามทั้งในด้านพฤติกรรมที่แสดงออก ทางกาย วาจา ด้านจิตใจและปัญญา

๑.๕.๒ **การเสริมสร้าง** หมายถึง การเพิ่มพูนชีวิตให้เป็นไปในทางที่ดีขึ้น หรือให้ชีวิตมั่นคงยิ่งขึ้น

๑.๕.๓ **การพึ่งพาตนเอง** หมายถึง ความสามารถในการดำรงตนอยู่ได้อย่างอิสระ มั่นคง สมบูรณ์ และดำเนินชีวิตอยู่ได้อย่างสมดุล พอกินพอใช้ ไม่เป็นหนี้สิน ซึ่งการพึ่งตนเองได้นั้น มีทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว และชุมชน

๑.๕.๔ **อดตาหิ อดตโน นาโถ** หมายถึง ตนแลเป็นที่พึ่งของตน

๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ก. เอกสาร

๑.๖.๑ ในทางพระพุทธศาสนา ได้กล่าวถึงบทบาทและความสำคัญของการพึ่งตนเองไว้ โดยสอนให้มนุษย์นำไปปฏิบัติสร้างที่พึ่งแก่ตนเอง เรียกว่า นาถกรณธรรม แปลว่า ธรรมที่พึ่งหรือหลักการพึ่งตนเอง มี ๑๐ ประการ และกล่าวถึงลักษณะของผู้ที่พึ่งตนเองได้^๔ ดังนี้

(๑) ศีล ประพฤติดีมีวินัย คือ ดำเนินชีวิตโดยสุจริตทั้งทางกาย ทางวาจา มีวินัย และประกอบสัมมาชีพ

(๒) พานุสัจจะ ได้ศึกษาสดับมาก คือ ศึกษาเล่าเรียนสดับรับฟังมาก อันใดเป็นสายวิชาของตนหรือตนศึกษาศิลปวิทยาใด ก็ศึกษาให้ชำรุด มีความเข้าใจกว้างขวางลึกซึ้ง รู้ชัดเจนและใช้ได้จริง

(๓) กัลยาณมิตรตตา รู้จักคบคนดี คือ มีกัลยาณมิตร รู้จักเสวนา เข้าหาที่ปรึกษา หรือผู้ที่แนะนำสั่งสอนที่ดี เลือक्सัมพันธ์เกี่ยวข้อง และถ้อยเยี่ยงอย่างสิ่งแวดล้อมทางสังคมที่ดี ซึ่งจะช่วยให้ชีวิตเจริญงอกงาม

^๔ ดูรายละเอียดใน ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๗/๒๔๑, อง.ทสก. (ไทย) ๒๔/๑๗/๒๕, และดูเพิ่มเติมใน พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **ธรรมบุญชีวิต พุทธจริยธรรมเพื่อชีวิตที่ดีงาม**, พิมพ์ครั้งที่ ๒๔, กรุงเทพมหานคร : บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๓), หน้า ๒๖-๒๗.

(๔) โสวัจจิสตา เป็นคนที่พูดกันง่าย คือ ไม่ถือรั้นกระด้าง รู้จักรับฟังเหตุผลและข้อเท็จจริงพร้อมที่จะแก้ไขปรับปรุงตน

(๕) กิงกรณียesu ทักขตา ขวนขวายกิจของหมู่ คือ เอาใจใส่ช่วยเหลือธุระและกิจการของชนร่วมหมู่คณะ ญาติ เพื่อนพ้อง และของชุมชน รู้จักใช้ปัญญาไตร่ตรอง หาวิธีดำเนินการที่เหมาะสมทำได้ จัดได้ ให้สำเร็จเรียบร้อยด้วยดี

(๖) ธรรมกามาตา เป็นผู้ใคร่ธรรม คือ รักธรรม ชอบศึกษาค้นคว้า สอบถามหาความรู้ หาความจริง รู้จักพูด รู้จักรับฟัง สร้างความรู้สึกละเอียดสนทนสนบสนนใจ ชวนให้ผู้อื่นอยากเข้ามาปรึกษาและร่วมสนทนา

(๗) วิริยารัมภะ มีความขยันหมั่นเพียร คือ ขยันหมั่นเพียร พยายามหลีกเลี่ยงความขี้ขลาด ปรารถนาความดี บากบั่น ก้าวหน้า ไม่ย่อท้อ ไม่ละเลยทอดทิ้งธุระหน้าที่

(๘) สันตุฏฐี มีความสันโดษรู้พอดี คือ ยินดี พึงพอใจแต่ในลาภผล ผลงานและผลสำเร็จต่างๆ ที่ตนสร้างหรือแสวงหามา ได้ด้วยเรี่ยวแรงความเพียรพยายามของตนเองโดยทางชอบธรรม และไม่มัวเมาเห็นแก่ความสุขทางวัตถุ

(๙) สติ มีสติคงมั่น คือ รู้จักกำหนดจดจำ ระลึกการที่ทำ คำที่พูด กิจที่ทำแล้ว และที่จะต้องทำต่อไปได้ จะทำอะไรก็รอบคอบ รู้จักยับยั้งชั่งใจ ไม่เลินเล่อ ไม่เลื่อนลอย ไม่ประมาท ไม่ยอมถดถอยในทางผิดพลาด ไม่ปล่อยปละละเลยทิ้งโอกาสสำหรับความดีงาม

(๑๐) มีปัญญาเหนืออารมณ์ คือ มีปัญญาหยั่งรู้เหตุผล รู้ดีรู้ชั่ว คุณโทษ ประโยชน์มิใช่ประโยชน์ มอบสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง รู้จักพิจารณาวินิจฉัยด้วยใจเป็นอิสระ ทำการต่างๆ ด้วยความคิดและวิจารณญาณ

๑.๖.๒ พระเทพเวที (ป.อ.ปยุตฺโต)^{*} ได้ให้ทรรศนะเกี่ยวกับแนวคิดการพึ่งตนเองไว้ว่า ผู้ที่พึ่งตนเองได้ จะเป็นลักษณะหนึ่งที่ยิ่งขึ้นว่า ผู้นั้นเป็นคนที่มีส่วนร่วมที่ดีในหมู่ชน หรือเป็นสมาชิกที่ดีของชุมชนซึ่งคนประเภทนี้จะประกอบด้วย ลักษณะดังกล่าวข้างต้น แสดงให้เห็นว่าถ้าผู้ใดก็ตามมีลักษณะที่สามารถพึ่งตนเองได้นั้น มักจะเป็นผู้ประพฤติธรรมได้ ซึ่งมีผลทำให้การใช้ชีวิตอยู่ในสังคมดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุข

^{*} พระเทพเวที (ป.อ. ปยุตฺโต), ธรรมานุญชีวิต พุทธจริยธรรมเพื่อชีวิตที่ดีงาม, พิมพ์ครั้งที่ ๒๐๐, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หน้า ๑๑-๑๒.

๑.๖.๓ การพึ่งตนเองนั้น ได้มีนักวิชาการได้ให้แนวคิดและทฤษฎีอย่างหลากหลาย โดย ศ.ดร.บุญทัน ดอกไธสง ได้ให้ทรรศนะเกี่ยวกับแนวคิดการพึ่งตนเองไว้ว่า เป็นการกระทำกิจกรรมเพื่อดำเนินการอย่างใดอย่างหนึ่ง จะกระทำเพื่อการดำเนินงานโดยกำลังทางทรัพยากรความสามารถ และสติปัญญาของตนเอง โดยไม่ขอรับหรือรอความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น^๖

๑.๖.๔ นอกจากนั้น สัญญา สัญญาวิวัฒน์ ยังได้ให้ทรรศนะเกี่ยวกับแนวคิดและทฤษฎีการพึ่งพาตนเอง (Self-reliance) ไว้ว่า^๗ การพึ่งพาตนเองเป็นความสามารถในการดำรงชีวิตตนอยู่ได้อย่างอิสระ มั่นคง สมบูรณ์ และสามารถพึ่งตนเองได้ ซึ่งการพึ่งตนเองนั้นมีทั้งระดับปัจเจกบุคคลและชุมชน คือ

ปัจเจกชน คือ การที่บุคคลสามารถดำรงอยู่ได้อย่างอิสระ เช่น สามารถแยกครอบครัวออกมาจากพ่อแม่ และสามารถเลี้ยงตัวได้ มีความมั่นคงในการดำรงชีวิต อีกทั้งตัดสินใจเรื่องสำคัญๆ

ชุมชน คือ กลุ่มคนที่มีการทำกิจกรรมระหว่างกันอย่างสม่ำเสมอตามกฎระเบียบของสังคมเพื่อบรรลุเป้าหมายร่วมกัน ณ พื้นที่ใดพื้นที่หนึ่งเป็นระยะเวลา และการที่ชุมชนพึ่งตนเองได้มี ๕ ด้านด้วยกัน คือ

(๑) การพาพึ่งตนเองได้ทางเทคโนโลยี (Technological self reliance) หมายถึง การมีปริมาณและคุณภาพของเทคโนโลยีทางวัตถุที่มีการใช้อย่างมีประสิทธิภาพและมีการบำรุงรักษาให้คงสภาพดีอยู่เสมอรวมทั้งของสมัยใหม่และของดั้งเดิมของท้องถิ่นที่เรียกว่า “ภูมิปัญญาชาวบ้าน” (Folk-wisdom)

(๒) การพึ่งพาตนเองทางเศรษฐกิจ (Economic self-reliance) หมายถึง ความสามารถดำรงชีวิตทางเศรษฐกิจ ที่มีความมั่นคงสมบูรณ์พอสมควร

(๓) การพึ่งพาตนเองทางทรัพยากรธรรมชาติ (Natural self-reliance) หมายถึง การมีทรัพยากรธรรมชาติและมีการใช้ประโยชน์ อีกทั้งสามารถรักษาทรัพยากรธรรมชาติให้ดำรงอยู่ได้ เช่น ดิน ป่าไม้ สัตว์บก สัตว์น้ำ และแร่ธาตุต่างๆ ที่มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์

^๖ บุญทัน ดอกไธสง, กระบวนการและวิธีการพัฒนาจิตใจเพื่อพัฒนาสังคมไทย, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิรัชดา, ๒๕๒๙), หน้า ๒๐.

^๗ สัญญา สัญญาวิวัฒน์, ทฤษฎีสังคมสังคมวิทยา : การสร้างการประเมินค่าการใช้ประโยชน์, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๖๙-๗๒.

(๔) การพึ่งพาตนเองทางจิตใจ (Psychological self-reliance) หมายถึง สภาพจิตใจที่มีความกล้าแข็งที่จะต่อสู้ปัญหาอุปสรรคในการดำรงชีวิต

(๕) การพึ่งพาตนเองทางสังคม (Social self-reliance) หมายถึง กลุ่มคน ที่มีความรู้ ความสามารถ มีการติดต่อสัมพันธ์ด้วยดีมีการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน มีการพึ่งตนเอง ทั้งภายในและการภายนอกอย่างมีประสิทธิภาพ

สอดคล้องกับแนวคิดของประวิณ รอดเขียว และเฉลิมชัย ห่อนาค ที่ได้กล่าว แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการพึ่งตนเองว่า เป็นการเคารพตนเอง เชื่อมั่นในความสามารถที่จะ กระทำการใดให้สำเร็จด้วยตนเอง และไม่ทำตัวให้เป็นปัญหาเพื่อนเป็นภาระแก่ผู้อื่นหรือหมู่คณะ มีอยู่ ๓ ระดับ^๙ คือ ระดับปัจเจกบุคคล ระดับชุมชน และระดับประเทศ และ ๕ ประการ^{๑๐} ได้แก่ จิตใจคนในชนบท (Mind : M) สังคม (Social : S) เทคโนโลยี (Technology : T) เศรษฐกิจ (Economic : E) และทรัพยากรธรรมชาติ (Natural Resources : NR)

๑.๖.๕ นอกจากนี้ นายแพทย์ประเวศ วะสี ได้ให้ทรรศนะเกี่ยวกับแนวคิดการ พึ่งตนเองไว้ว่า ชุมชนที่จะพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจได้นั้น จะต้องมียอดประกอบ ๕ อย่าง หรือเบญจ ชันธุ์ของชุมชนเชื่อมโยงสัมพันธ์กัน^{๑๑} ประกอบด้วย

(๑) จิตใจที่มีธรรมะ มีความขยันหมั่นเพียร ไม่กลัวลำบาก ไม่โลภมาก มีสันโดษ ไม่ใช้จ่ายฟุ่มเฟือย สิ่งเหล่านี้จะกำหนดแบบแผนการผลิต และทำให้เกิดความสมดุลทางเศรษฐกิจ

(๒) แบบแผนการผลิต เป็นแบบผลิตเพื่อกินเอง ใช้เอง ทำให้ต้องทำหลายอย่าง เป็นเกษตรกรรมแบบผสมผสาน ซึ่งทำให้มีกินมีใช้และธรรมชาติแวดล้อมมีความสมดุล

(๓) ความสมดุลของธรรมชาติแวดล้อม เกิดขึ้นเพราะแบบแผนการผลิตที่คำนึงถึง ความสมดุลของธรรมชาติแวดล้อม และขึ้นกับจิตใจของมนุษย์ที่ไม่โลภมาก และพึ่งตนเองทาง เศรษฐกิจได้

^๙ ประวิณ รอดเขียว, “ทัศนคติต่อการพึ่งตนเองของประชาชน ในเขตบริการของโรงเรียนในโครงการ ทดลองของโรงเรียนมัธยมชุมชนจังหวัดลำปาง”, ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, ๒๕๒๒), หน้า ๒๗.

^{๑๐} เฉลิมชัย ห่อนาค, **โครงการวิจัยการพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจในชนบท**, (กรุงเทพมหานคร : สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย, ๒๕๓๑), หน้า ๓-๔.

^{๑๑} ประเวศ วะสี, **ศาสนธรรมกับการพัฒนาหมู่บ้าน ในทิศทางหมู่บ้านไทย**, (กรุงเทพมหานคร : หมู่บ้าน, ๒๕๓๑), หน้า ๗๑-๗๒.

(๔) การพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจ การผลิตเพื่อใช้เอง กินเอง ความสมดุลของธรรมชาติแวดล้อมกับพฤติกรรมไม่ฟุ่มเฟือย ทำให้เศรษฐกิจมีความสมดุล พอกินพอใช้ ไม่ขาดทุน ไม่เป็นหนี้สิน มีเวลาและไม่ทำลายสิ่งแวดล้อม

(๕) ชีวิตชุมชน ระบบชีวิตมีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมใกล้เคียง มีอาหารการกินเหลือเฟือ มีเวลาที่จะช่วยเหลือสังสรรค์กัน จึงเกิดเป็นวัฒนธรรมชุมชนขึ้น คือ มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ช่วยเหลือกัน มีสถาบันครอบครัวที่มั่นคง มีการนับถือผู้เฒ่าผู้แก่ มีวัดเป็นสถาบันของชุมชนที่ช่วยพัฒนาจิตใจ เป็นศูนย์กลางทางการศึกษา ทางสาธารณสุข ศิลปวัฒนธรรม เป็นสถานสังคมสงเคราะห์ และช่วยให้เกิดความสมดุลทางเศรษฐกิจ

โดยสรุป การพึ่งพาตนเอง เป็นการที่บุคคลแสดงออกถึงความพยายามที่จะใช้ความรู้ความสามารถที่ตนมีอยู่กระทำการใด ๆ ให้สำเร็จด้วยตนเอง มีความเป็นอิสระในการคิดริเริ่มและตัดสินใจด้วยตนเอง มีความรับผิดชอบและเชื่อมั่นในผลการกระทำด้วยตนเองอย่างมั่นใจ และแก้ไขปัญหาและอุปสรรคอย่างถูกต้องเหมาะสม ยอมรับในความสามารถของตน มีความรู้สึกนึกคิดที่ดีต่อตนเอง

ข. งานวิจัยและวิทยานิพนธ์

๑.๖.๖ พระมหาจรัญ วิจารณ์เมธี (นิลาพันธ์) ได้ทำการวิจัยเรื่องการศึกษาวิเคราะห์เชิงปรัชญาเรื่องสันโดษในพระพุทธศาสนาเถรวาท ผลการวิจัยพบว่า^{๑๑} ปัญหาของชีวิตรามนุษย์ที่ไม่มีสันโดษในแง่เศรษฐกิจ มีสาเหตุมาจากการสร้างระบบความคิดและการกระทำของมนุษย์เอง เพราะขาดความรู้ความเข้าใจเชิงอัตวิสัย คือ ชีวิตร่างกายและจิตใจของตน ที่เป็นตัวผลักดันให้การกระทำกิจกรรมเป็นปัญหาแก่มนุษย์เอง แต่การศึกษาตามแนวพระไตรปิฎกยังมีอีกมุมมองหนึ่ง ที่ยอมรับความสามารถของมนุษย์ ซึ่งสามารถพัฒนาไปสู่เป้าหมายในการแก้ปัญหาของมนุษย์และสังคมที่มีอยู่ได้ ด้วยการศึกษานำให้เข้าใจในจิตวิสัยของตนเองและสิ่งแวดล้อมอย่างถ่องแท้และเป็นขั้นเป็นตอนซึ่งจะทำให้จัดการกับปัญหาทางเศรษฐกิจสังคมและสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

๑.๖.๗ อรสุดา เจริญรัต ได้ทำการวิจัยเรื่องการเกิดขึ้นการดำรงอยู่และการปรับตัวของเศรษฐกิจพอเพียง ภายใต้การเปลี่ยนแปลงของสังคมไทย ผลการวิจัยพบว่า^{๑๒} การเกิดขึ้นและการ

^{๑๑} พระมหาจรัญ วิจารณ์เมธี, “การศึกษาวิเคราะห์เชิงปรัชญาเรื่องสันโดษในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต ภาคปรัชญา, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๔๑.

^{๑๒} อรสุดา เจริญรัต, “การเกิดขึ้นการดำรงอยู่และการปรับตัวของเศรษฐกิจพอเพียง ภายใต้การเปลี่ยนแปลงของสังคมไทย”, วิทยานิพนธ์การศึกษาดุษฎีบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร), ๒๕๔๓.

ดำรงอยู่ของแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง ภายใต้โครงสร้างของสังคมประเพณี ซึ่งมีโน้ตที่ได้อาจการศึกษาพบว่า เศรษฐกิจพอเพียงเกิดขึ้นและดำรงอยู่ภายใต้โครงสร้างสังคมประเพณี ด้วยเงื่อนไขร่วมกัน ๒ ประการ คือ เงื่อนไขประการแรก ได้แก่ การมีวิถีการผลิตแบบยังชีพที่มีความเชื่อมโยงสมดุล ระหว่างการผลิตและการบริโภค และเงื่อนไขประการที่สอง ได้แก่ ศักยภาพของชุมชนที่ยังคงรักษาอำนาจในการที่จะจัดการดูแลจัดการทรัพยากรต่างๆ ของตนเองไว้ได้

๑.๖.๘ พระมหาประทีป พรหมสิทธิ์ ได้ทำวิจัยเรื่องการศึกษาเชิงปรัชญาเรื่องเศรษฐกิจพอเพียง ผลการวิจัยพบว่า^{๑๓} เศรษฐกิจพอเพียงสามารถทำให้มนุษย์พัฒนาตนเองให้รู้จักความพอดีด้านเศรษฐกิจที่เหมาะสม ดังความตอนหนึ่งว่า จากการศึกษาแนวคิดเรื่องเศรษฐกิจพอเพียง ทราบว่าเป็นหลักจริยศาสตร์ในพุทธศาสนา คือ หลักสันโดษ ซึ่งมีความหมายว่า ความพอดีพอเพียง พอประมาณ ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น โดยพุทธศาสนายอมรับความสามารถของมนุษย์ ซึ่งสามารถพัฒนาไปสู่ เป้าหมายในการแก้ปัญหาของมนุษย์และสังคมที่มีอยู่ได้ด้วยการศึกษาให้เข้าใจในชีวิต จิตใจของตนเอง และธรรมชาติสิ่งแวดล้อมอย่างเข้าใจ และเป็นขั้นตอนซึ่งจะทำให้การจัดการเศรษฐกิจ สังคมสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีประสิทธิภาพ หลักเศรษฐกิจพอเพียงให้ความสำคัญ กับการแก้ปัญหาจากภายในสู่ภายนอกที่มุ่งเอาชนะกิเลสที่มีอยู่ในจิตใจ คือ ความโลภ ความโกรธ ความหลง เน้นการมีปัญญารู้เท่าทันในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น และเป็นการพัฒนาด้านสังคม สิ่งแวดล้อมด้วยความสมดุล

๑.๖.๙ พระมหาสมชาย สิริจนฺโท (หานนท์) ได้ทำการวิจัยเรื่องพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางของพระพุทธพจน์ (สमान สุมะโ) ผลการวิจัยพบว่า^{๑๔} ผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตของพระพุทธพจน์ (สमान สุมะโ) สงเคราะห์ลงเป็น ๒ ด้าน ได้แก่ (๑) ผลในด้านกายภาพที่มีต่อสังคมและชุมชน (๒) ผลในด้านจิตใจและปัญญาที่มีต่อสังคมและชุมชน ซึ่งในข้อแรก มีผลต่อการพึ่งตนเอง, หน้าที่ในครอบครัว, การอนุรักษ์วัฒนธรรมท้องถิ่นอีสาน, การสืบสานประเพณี, โครงการและการพัฒนาองค์กรสงฆ์และชุมชน ส่วนในข้อที่สอง เป็นการส่งเสริมความรู้ด้านปรัชญา และวิชาการทางพระพุทธศาสนา และเป็นการส่งเสริมความรู้เชิงอนุรักษ์

^{๑๓} พระมหาประทีป พรหมสิทธิ์, “การศึกษาเชิงปรัชญาเรื่องเศรษฐกิจพอเพียง”, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยขอนแก่น), ๒๕๕๕.

^{๑๔} พระมหาสมชาย สิริจนฺโท, “พุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางของพระพุทธพจน์ (สमान สุมะโ)”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๗.

๑.๖.๑๐ พระมหาจุลศักดิ์ จีระพัฒโน (รณน้อย) ได้ทำการวิจัยเรื่องแนวคิดและวิธีการแก้ปัญหาเศรษฐกิจแนวพุทธของปราชญ์อีสาน ผลการวิจัยพบว่า^๕ ด้านหลักพุทธธรรมที่ปราชญ์อีสานนำมาใช้ คือ อิทธิบาท ๔ ทศวรรคธรรม ๔ สังคหวัตถุ ๔ เป็นหลักในการทำงาน โดยเฉพาะในด้านการผลิต เพราะเป็นธรรมที่สอดคล้องกับการทำงาน ผลจากการที่ดำเนินตามหลักธรรม ทำให้ปราชญ์อีสานและสมาชิกสามารถอุ้มชูตัวเองได้ สามารถดำรงอยู่อย่างไม่เดือดร้อน มีพอกินพอใช้ มีความสุขจากการทำงาน มีอาหารที่พอเพียง ทำให้ครอบครัวมีความสงบเป็นปกติสุขพ้นจากความเป็นหนี้สิน ตั้งอยู่บนพื้นฐานของความพอดี พออยู่ พอกิน พอใช้ ยึดหลักมัชฌิมาปฏิปทาในการดำเนินชีวิต ดำเนินชีวิตแบบพอมีพอกินเป็นสัมมาอาชีวะก่อนเป็นเบื้องต้นจากนั้นจึงพัฒนาไปสู่การกินดีอยู่ดี วิธีการแนวคิดของปราชญ์อีสาน เป็นแนวคิดที่มุ่งไปสู่ความยั่งยืนด้วยการรู้จักตนเอง พึ่งตนเอง พอเพียง พอประมาณ ไม่โลภมาก ไม่ประมาท มีเหตุผลในการดำเนินชีวิต

๑.๖.๑๑ พระมหามิตร สฐิตปัญญา (วันยาว) ได้ทำการวิจัยเรื่องความรู้จักพอประมาณในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับหลักเศรษฐกิจพอเพียงในพระราชดำริ ผลการวิจัยพบว่า^๖ ความรู้จักพอประมาณได้เริ่มจากสมมติฐานภายใต้จิตสำนึกในตัวมนุษย์ และเป็นหลักคำสอนเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตที่สอดคล้องกับธรรมชาติ ตามหลักปฏิบัติที่ค้ำึงถึงศีลธรรมในการประกอบสัมมาอาชีวะ โดยใช้สติปัญญาควบคุมความอยาก และกำหนดเป้าหมายของการดำเนินชีวิตไปสู่การมีคุณภาพและจิตวิญญาณที่อิสระ

๑.๖.๑๒ ชัยทอง มีโพธิ์ ได้ทำวิจัยเรื่องยุทธศาสตร์การแก้ไขปัญหาความยากจนโดยการพึ่งตนเองของประชาชนที่มีรายได้ต่ำกว่าเกณฑ์ จปฐ. ตำบลหนองพิกุล อำเภอดงเจริญ จังหวัดนครสวรรค์ ผลการวิจัยพบว่า^๗

(๑) ปัญหาความยากจนของประชาชนที่มีรายได้ต่ำกว่าเกณฑ์ จปฐ. ตำบลหนองพิกุล อำเภอดงเจริญจังหวัดนครสวรรค์ โดยภาพรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าด้านที่มีปัญหามาก คือ รายได้ทางเดียว รองลงมา คือ ด้านการขาดที่ดินทำกิน ส่วน

^๕ พระมหาจุลศักดิ์ จีระพัฒโน, “แนวคิดและวิธีการแก้ปัญหาเศรษฐกิจแนวพุทธของปราชญ์อีสาน”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๔๗.

^๖ พระมหามิตร สฐิตปัญญา, “ความรู้จักพอประมาณในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับหลักเศรษฐกิจพอเพียงในพระราชดำริ”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๔๘.

^๗ ชัยทอง มีโพธิ์, “ยุทธศาสตร์การแก้ไขปัญหาความยากจนโดยการพึ่งตนเองของประชาชนที่มีรายได้ต่ำกว่าเกณฑ์ จปฐ. ตำบลหนองพิกุล อำเภอดงเจริญ จังหวัดนครสวรรค์”, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์), ๒๕๔๙.

ปัญหาด้านการขาดคุณธรรมประกอบอาชีพ เช่น ความขยันหมั่นเพียรเอาใจใส่ ตั้งใจจริง ความซื่อตรง มีปัญหาน้อยที่สุด

(๒) สร้างยุทธศาสตร์การแก้ไขปัญหาความยากจนโดยการพึ่งตนเอง ตำบลหนองพิกุล อำเภอตากฟ้าจังหวัดนครสวรรค์ มีดังนี้

(๒.๑) การเพิ่มรายได้ คือ การให้ประชาชนที่มีรายได้ต่ำกว่าเกณฑ์ จปฐ. มีอาชีพที่มั่นคงและมีอาชีพรองเป็นอาชีพเสริมเพื่อเพิ่มรายได้ให้กับครอบครัว และสามารถพึ่งตนเองได้

(๒.๒) ลดรายจ่าย คือ การให้ประชาชนที่มีรายได้ต่ำกว่าเกณฑ์ จปฐ. ลดรายจ่ายที่ไม่จำเป็นโดยการทำบัญชีรายรับ-รายจ่ายในครัวเรือน เพื่อจะได้มีเงินเหลือเก็บ อีกทั้งในด้านการเกษตรเป็นการลดต้นทุนการผลิตในการประกอบอาชีพ โดยยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียง

(๒.๓) การจัดสวัสดิการสังคม คือประชาชนที่มีรายได้ต่ำกว่าเกณฑ์ จปฐ. ไม่สามารถที่จะส่งเสริมและพัฒนาอาชีพ ได้เข้าถึงการบริการของภาครัฐด้านการจัดสวัสดิการสังคม เป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนให้ดีขึ้น

๑.๖.๑๓ สุทธิรักษ์ ศรีสุเลิศ ได้ทำวิจัยเรื่องการพัฒนาศักยภาพการพึ่งตนเองในชุมชนชนบทตำบลถ่อนนาลับ อำเภอบ้านดุง จังหวัดอุดรธานี ผลการวิจัยพบว่า^{๑๔} การพัฒนาศักยภาพการพึ่งตนเองด้านสังคมวัฒนธรรม ด้านจิตใจ ด้านทรัพยากรธรรมชาติ ด้านเศรษฐกิจ และด้านเทคโนโลยีมีความสำคัญต่อการพัฒนาศักยภาพการพึ่งตนเองของประชาชนในชุมชนชนบท

๑.๖.๑๔ พระสมุห์สุรางค์ สุจิตฺตโน (จันทร์งาม) ได้ทำวิจัยเรื่องสมชีวิิตากับการแก้ปัญหาบริโภคนิยมในสังคมไทย ผลการวิจัยพบว่า^{๑๕} การนำหลักสมชีวิิตมาประยุกต์ใช้ในชีวิตของคนไทย จะต้องคำนึงถึงการดำเนินชีวิตตามความเหมาะสมกับฐานะของแต่ละคน ซึ่งหลักการคือการเน้นให้รู้จักใช้ชีวิต การใช้จ่ายทรัพย์อยู่ในสังคมบริโภคนิยมได้อย่างมีความสุข หลักธรรมที่จะนำมาใช้ คือ หลักสมชีวิิตานั้น จะทำให้มนุษย์ดำเนินชีวิตได้อย่างมีคุณค่า ยิ่ง ไม่ก่อความเดือดร้อนให้แก่ตนเอง สังคมและสิ่งแวดล้อม

^{๑๔} สุทธิรักษ์ ศรีสุเลิศ, “การพัฒนาศักยภาพการพึ่งตนเองในชุมชนชนบทตำบลถ่อนนาลับ อำเภอบ้านดุง จังหวัดอุดรธานี”, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี), ๒๕๕๑.

^{๑๕} พระสมุห์สุรางค์ สุจิตฺตโน, “สมชีวิิตากับการแก้ปัญหาบริโภคนิยมในสังคมไทย”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๒.

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ทำให้มองเห็นว่า หลักเศรษฐกิจพอเพียงหรือหลักการพึ่งตนเอง ล้วนตั้งอยู่บนปรัชญา แนวคิดวิถีแห่งการมองและการปฏิบัติอย่างเดียวกัน คือ ความพอเหมาะ พอดี มีความพอเพียงเป็นเหตุ เพียงพอเป็นผล มีการพึ่งตนเองให้ได้ก่อนเป็นเบื้องต้น พร้อมทั้งเพียรพยายามที่จะพัฒนาคุณภาพชีวิตความเป็นอยู่ให้ดียิ่งๆ ขึ้นไป ซึ่งแนวคิดดังกล่าวมีความสัมพันธ์กับหลักพุทธธรรม เพราะดำเนินอยู่บนหลักการและข้อปฏิบัติอันเดียวกัน เป็นเหตุเป็นผลซึ่งกันและกัน หากเราหวังที่จะเห็นการพัฒนาที่ยั่งยืน หวังที่จะเป็นอยู่อย่างมีความสุข สงบ เรียบง่าย หวังที่จะเห็นรูปแบบชีวิตที่พึ่งพาตนเองได้ในสังคมยุคโลกาภิวัตน์ เราต้องมีความกล้าที่จะดำเนินชีวิตที่ทวนกระแสวัตถุนิยม หันมาปลูกจิตสำนึกเกี่ยวกับการใช้ชีวิตอย่างเรียบง่าย พอเพียง มีชีวิตที่สมดุลกับธรรมชาติสิ่งแวดล้อม มนุษย์และสังคมอย่างแท้จริง

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การดำเนินการวิจัยนี้ เป็นการวิจัยเชิงวิเคราะห์ (Analytical Research) โดยการศึกษาค้นคว้าทางเอกสาร (Documentary Investigation) โดยมีขั้นตอนในการวิจัยดังนี้

๑.๗.๑ ศึกษาหลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง ที่ปรากฏในพระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และคัมภีร์อื่นๆ ลงมาและเอกสารบทความทางวิชาการ ที่ได้มีการอธิบายไว้ประกอบในการวิจัย

๑.๗.๒ ศึกษาแนวคิดและกระบวนการในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองที่ปรากฏในสังคมไทยจากตำราวิชาการ วารสาร เอกสารงานวิจัยและเอกสารอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง

๑.๗.๓ ประมวลข้อมูล โดยนำมาศึกษาวิเคราะห์ตามขอบเขตของการวิจัย และนำเสนอสรุปการวิจัยด้วยวิธีนำเสนอผลการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Method)

๑.๘ ประโยชน์ที่จะได้รับการวิจัย

๑.๘.๑ ทำให้ทราบแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองในสังคมไทย

๑.๘.๒ ทำให้ทราบหลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง

๑.๘.๓ ทำให้ทราบแนวทางในการนำหลักพุทธธรรมมาเสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง

บทที่ ๒

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการพึ่งพาตนเอง

แนวคิดและทฤษฎีการพึ่งพาตนเองดำรงอยู่ในสังคมไทยมาช้านานแล้ว แต่ขอบเขตของกิจการค่อนข้างจำกัดและไม่แพร่หลาย แต่หลังจากที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว พระราชทานพระดำรัสเรื่อง เศรษฐกิจพอเพียง ประกอบกับเกิดภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจปลายปี พ.ศ. ๒๕๓๙ ที่ส่งผลกระทบต่อชุมชนทุกชั้นในสังคม จนทำให้เกิดความยากลำบากในการครองชีพ มีปัญหาอาชญากรรม และปัญหาสังคมอื่นๆ แนวทางการพัฒนาเศรษฐกิจโดยพึ่งพาตนเองจึงกลายเป็นกระแสขึ้นทั่วสังคมไทย และมีนักวิชาการหลายท่านได้นำแนวคิดและทฤษฎีดังกล่าวมาอธิบายขยายความอย่างแพร่หลาย ดังนั้น ผู้วิจัยจึงขอนำเสนอแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการพึ่งพาตนเองตามลำดับเนื้อหา ดังนี้

๒.๑ ความหมายของการพึ่งพาตนเอง

๒.๑.๑ ความหมายของการพึ่งตนเองตามหลักพุทธธรรม

มีศัพท์ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาที่ใช้ในความหมายของคำว่า “การพึ่งพา หรือ การพึ่งพาตนเอง” ประกอบด้วย คำว่า นาถะ สรณะ ที่ปะ เป็นต้น^๑

ที่พึ่ง หรือการพึ่งพา เป็นสิ่งที่มีความจำเป็นต่อการดำเนินชีวิตของทุกๆ คน เป็นสิ่งที่ทุกคนควรสร้าง ควรกระทำ ควรแสวงหา ที่พึ่งของชีวิต มีอยู่ ๒ ประเภท คือ

(๑) การพึ่งพาทางกาย ได้แก่ ปัจจัย ๔ คือ อาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม และยารักษาโรค^๒

(๒) การพึ่งพาทางใจ ได้แก่ พระรัตนตรัย คือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ที่เราพุทธศาสนิกชนกล่าวอยู่เสมอว่า “พุทฺธัง... ธัมมัง... สังฆัง สรณัง คัจฉามิ” ข้าพเจ้าถือเอา พระพุทธ... พระธรรม ... พระสงฆ์ เป็นที่พึ่ง^๓ ที่พึ่งทางใจนั้น มีอยู่ ๒ ส่วน คือ ส่วนที่อยู่ภายนอกและส่วนที่อยู่

^๑ หลวงเทพดรานุศิษฐ์, ธาตุปทีปิกา หรือ พจนานุกรม บาลี-ไทย แผนกธาตุประกอบด้วยหลักไวยากรณ์ชั้นสูง, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย : กรุงเทพมหานคร, พ.ศ. ๒๕๔๐), หน้า ๓๙๗.

^๒ วิ.ม. (ไทย) ๔/๘๗/๑๐๖.

^๓ ชุ.ช. (ไทย) ๒๕/๑/๑.

ภายในใจ ส่วนที่อยู่ภายนอก เช่น พระพุทธรูปต่างๆ ที่เรากวบไหว้บูชา หนังสือธรรมต่างๆ ที่เราอ่าน พระอริยสงฆ์ พระสุปฏิปันโนทั้งหลาย ผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ที่เราเคารพบูชา ที่พึ่งทางใจ ตามที่กล่าวมานี้เป็นภายนอก ที่ยังไม่ได้เป็นที่พึ่งที่แท้จริงของคนเรา ที่พึ่งที่แท้จริงต้องเป็นที่พึ่งภายใน คือ การน้อมเอาพระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์มาสู่จิตใจ ด้วยการปฏิบัติกาย วาจา ใจ ของตนให้เป็นไปตามแบบฉบับที่ท่านได้ปฏิบัติมาและได้สั่งสอนมา ถ้าทุกคนสามารถเข้าถึงพุทธะ ธรรมะ สังฆะ ภายในใจได้แล้ว ก็ย่อมเข้าถึงที่พึ่งที่แท้จริง

จากความหมายทั้งสองนัยนั้น จะเห็นได้ว่า "ที่พึ่งหรือการพึ่งพา" มี ๒ อย่าง คือ การพึ่งพาสังภายนอกและภายใน ได้แก่การพึ่งพาทางกายและจิตใจ ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยจะใช้คำว่า "การพึ่งตนเอง และ การพึ่งพาตนเอง" สลับกันไปในเรื่องของการวิจัย ซึ่งจะได้แสดงสาระัตถะของการวิจัยตามลำดับไปดังนี้

คำว่า "นาถะ" หมายถึง ลักษณะเป็นที่พึ่งพาอาศัย หรือผู้ให้ที่พึ่งพาอาศัย ที่ พึ่งแบบนี้มีทั้งที่เป็นบุคคล มีทั้งที่เป็นสิ่งศักดิ์สิทธิ์ มีทั้งที่เป็นเครื่องรางต่างๆ ที่มนุษย์เชื่อว่า เมื่อตนพึ่งแล้ว จะช่วยให้ตนมีการดำรงชีวิตที่ดีขึ้น

ส่วนคำว่า "สรณะ" นั้น เมื่อพิจารณาความหมายโดยรูปศัพท์ของคำๆ นี้แล้ว หมายถึง การระลึกถึง แต่ในบางครั้งท่านก็หมายถึงที่การพึ่งพา ซึ่งเป็นที่พึ่งพาทางใจ

คำว่า "ที่ปะ" ท่านใช้เป็นไวยากรณ์ของพระนิพพาน ตามรูปศัพท์คำว่า "ที่ปะ" ก็หมายถึงการพึ่งพาหรือระดับการพึ่งพาในระดับขั้นโลกุตตระ เป็นสิ่งที่ยากต่อการเข้าถึง แต่เมื่อใครเข้าถึงสามารถพัฒนาตนเองจนกระทั่งพึ่งพาตนเองได้อย่างถาวร ซึ่งต้องอาศัยการเจริญสติปัญญา ๔ นั้นเอง

นอกจากนี้ ในพุทธธรรมยังได้กล่าวถึง "การพึ่งตนเอง" ไว้อีกหลายนัย ซึ่งแต่ละนัยก็มีความหมาย ใกล้เคียงกัน และมุ่งให้ผู้ปฏิบัติตามรู้จักการพึ่งตนเองด้วยวิธีการที่ถูกต้อง ดังตัวอย่างเช่น

(๑) การพึ่งตนเอง หมายถึง การทำความดี การสั่งสมคุณงามความดี (บุญ) เพราะ ความดี จะเป็นที่พึ่งแก่ปวงสัตว์ ในชนสูตร ดิกนิบาต พระพุทธองค์ ได้ตรัสเตือนพราหมณ์ชรา ๒ คน ให้เร่งรีบทำความดีทั้งทางกาย วาจา และทางจิตใจ ไม่ให้ประมาทในวัย แม้ว่าบุคคลจะมีอายุยืนนานถึง ๑๒๐ ปี แต่ถ้าไม่ทำความดีหรือบำเพ็ญประโยชน์ใดๆ ก็เป็นชีวิตที่ไร้ค่า ไร้สาระ แก่นสาร^๔ เป็นการทำให้ตนขาดที่พึ่งทั้งในปัจจุบันชาติและปรโลกเบื้องหน้า

^๔ อ.จ.ต.ก. (ไทย) ๒๐/๕๒-๕๓/๒๑๔-๒๑๖.

(๒) การพึ่งตนเอง หมายถึง การสร้างที่พึ่งให้แก่ตนเอง ในที่นี้ใช้คำว่า "อัตตทีป" คือ "การทำตนให้เป็นที่พึ่ง การมีธรรมเป็นที่พึ่ง" ซึ่งในความหมายนี้ พระพุทธองค์ทรงมุ่งสอนให้รู้จักความจริงของธรรมชาติแห่งชั้น ๕ โดยไตรลักษณ์ เมื่อรู้จริงด้วยปัญญาว่า ชั้น ๕ ไม่เที่ยงแปรปรวนไป และดับไปเป็นธรรมดา ย่อมละโคกะ ปรีทเวะ ทุกข์ โทมนัส และอุปายาสได้* เมื่อพิจารณาตามพระพุทธพจน์นี้ จะเห็นว่า การพึ่งตนเองในระดับนี้ มุ่งให้ผู้พึ่งตนนั้นสามารถหลุดพ้นจากระดับโลกียวิสัยไปสู่ระดับโลกุตตรวิสัย คือ พ้นทุกข์ไปได้ จึงเป็นต้นที่พัฒนาเหนือมิตติสามัญของปุถุชน ก้าวสู่ความเป็นพระอริยบุคคล

(๓) การพึ่งตนเอง หมายถึง การเจริญธรรมให้เป็นที่พึ่งแก่ตน ซึ่งธรรมที่เป็นที่พึ่งแก่ตนในที่นี้ ได้แก่การเจริญสติปัฏฐาน ๔ คือ พิจารณากาย เวทนา จิต และธรรม ว่าไม่ใช่สัตว์บุคคล ตัวตนเราเขา ในจักกวัตติสูตร พระพุทธองค์ทรงตรัสให้มนุษย์พึ่งตนและพึ่งธรรม ไม่ให้พึ่งสิ่งอื่น วิธีพึ่งตนพึ่งธรรม คือ ให้กระทำโดยการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ดังพระพุทธพจน์ว่า "ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลาย จงมีตนเป็นเกาะ มีตนเป็นที่พึ่ง ไม่มีสิ่งอื่นเป็นที่พึ่ง จงมีธรรมเป็นเกาะ มีธรรมเป็นที่พึ่ง ไม่มีสิ่งอื่นเป็นที่พึ่งอยู่เถิด"^๖

(๔) การพึ่งตนเอง หมายถึง การเข้าถึงพระรัตนตรัย และการเห็นอริยสัจ ๔ ตามเป็นจริง เพราะพระรัตนตรัยและอริยสัจ ๔ เป็นที่พึ่งที่ประเสริฐของมนุษย์ ส่วนที่พึ่งอื่นๆ ไม่ว่าจะเป็นป่าไม้ ภูเขา อาราม เจดีย์ เป็นต้น ก็เป็นที่พึ่งได้แต่ไม่ดีเท่าพระรัตนตรัย เพราะที่พึ่งต่างๆ เหล่านั้น ไม่สามารถทำให้หมดทุกข์ได้ ดังพระพุทธพจน์ที่ตรัสไว้ในขุททกนิกาย ธรรมบท ว่า

"มนุษย์ทั้งหลาย ถูกภัยคุกคามแล้ว ย่อมพากันยึดเอาภูเขา ป่า อาราม และแม้กระทั่งรุกขเจดีย์ ว่าเป็นที่พึ่ง แต่สิ่งต่างๆ นั้น ก็ไม่ใช่สรณะอันเกษมสูงสุด เพราะเมื่อได้ยึดเอาสิ่งเหล่านั้น มาเป็นที่พึ่งแล้ว ย่อมไม่อาจพ้นจากทุกข์ไปได้ แต่เมื่อบุคคลเข้าถึงพระคุณพระรัตนตรัย ทั้งสาม คือ พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ ว่าเป็นที่พึ่งแล้วสามารถเข้าใจในอริยสัจ ได้แก้อุจจกทุกข์ สาเหตุแห่งทุกข์ ความดับทุกข์ และมรรคมีองค์ ๘ ที่เป็นหนทางพ้นทุกข์ ด้วยปัญญาอันชอบ สิ่งนั้นนั่นแล เป็นสรณะอันเกษมสูงสุด ย่อมจะพ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้"^๗

ข้อความในพระพุทธพจน์ข้างบนนี้ นอกจากจะเป็นเครื่องรับรองว่าพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งอันสูงสุดของมนุษย์ทุกคนแล้ว ยังสะท้อนให้เห็นถึงธรรมชาติของมนุษย์ว่า เมื่อถึงคราวประสบกับภัยพิบัติ ก็พากันแสวงหาที่พึ่งแก่ตนโดยวิธีการต่างๆ เพื่อให้ตนแคล้วคลาด ปลอดภัย

* ส.ข. (ไทย) ๑๗/๔๓/๔๙-๖๑.

^๖ ที.ปา. (ไทย) ๑๐/๘๐/๕๙.

^๗ ขุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑๘๘/๕๐.

และคลายความกังวลด้านจิตใจ มนุษย์ต่างก็ต้องการที่พึ่งที่ถาวร มั่นคง ดังนั้นจึงได้แสวงหาที่พึ่งให้กับตนเอง การแสวงหาที่พึ่งให้แก่ตนเองนั้น ในสังคมไทยเรา ก็ไม่ต่างไปจากข้อความในพระพุทธพจน์นัก เพราะมีการพึ่งวัตถุมงคล พึ่งคนทรงเจ้าเข้าผี พึ่งเลี่ยมกันอยู่มาก โดยเชื่อกันว่า จะคุ้มครองให้ปลอดภัย และอำนวยโชคลาภให้แก่ตนเองได้^๔

ในทางพระพุทธศาสนา พระพุทธองค์ทรงแนะนำพุทธบริษัท ให้พึ่งหลักพุทธธรรม คือ อริยสัจ ๔ ซึ่งเป็นที่พึ่งอันประเสริฐของสัตว์ทั้งหลาย เพราะทำให้ผู้พื่อนั้น สามารถพ้นทุกข์ได้จริง ไม่ต้องอาศัยวัตถุมาเป็นเกราะกำบังความชั่วของตน หากคนทำความดี และเข้าใจในหลักอริยสัจอย่างถูกต้อง และปฏิบัติตนตามหลักดังกล่าวแล้ว ย่อมเป็นหนทางสู่ความพ้นทุกข์ได้ทั้งในปัจจุบันชาติ และภพหน้า หมายความว่า การที่คนเราจะพึ่งตนเองได้นั้น ต้องเป็นผู้มีความทุกข์ รู้สาเหตุของทุกข์ รู้หนทางพ้นทุกข์ และรู้วิธีการหรือหนทางดับทุกข์ได้ด้วยตนเอง^๕

สรุปว่า ที่พึ่งตามหลักพุทธธรรม มี ๒ ลักษณะ คือ

(๑) ที่พึ่งภายใน คือ การทำความดีทางกาย วาจา ใจ ด้วยการเข้าถึงพระรัตนตรัย ๓ ได้แก่ ถึง พระพุทธเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์ ว่าเป็นที่พึ่ง (สภาวะอันประเสริฐ) และเห็นอริยสัจ ๔ อันได้แก่ ทุกขอริยสัจ สมุทัยอริยสัจ นิโรธอริยสัจ และมรรคอริยสัจ การกระทำความดี เป็นการสร้างที่พึ่งแก่ตนโดยแท้จริง เพราะหากบุคคลรู้ทุกข์ รู้สาเหตุแห่งทุกข์ รู้การดับทุกข์ และรู้วิธีการดับทุกข์ด้วยตนเอง ก็จะพ้นทุกข์ด้วยตนเอง ไม่ใช่คนอื่นทำให้ตน และการปฏิบัติตน ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ก็ถือว่าการสร้างที่พึ่งแก่ตนทั้งภายในและภายนอก

(๒) ที่พึ่งภายนอก คือ หลักปฏิบัติมรรค ๘ ในอริยสัจ ๔ (สัมมาอาชีวะ สัมมากัมมันตะ = อาชีพสุจริต และงานสุจริต งานที่ถูกต้อง) นั้น ชี้ให้เห็นว่า พระพุทธศาสนา เป็นศาสนาแห่งการกระทำ (กิริยาบาท) ไม่ได้เป็นศาสนาแห่งความเชื่อในเรื่องอำนาจแห่งสิ่งศักดิ์สิทธิ์หรือเทพเจ้าต่างๆ ตลอดทั้งอำนาจผีสิง อันเป็นอำนาจภายนอก มากระทำให้หรือบันดาลให้เป็นไป พระพุทธศาสนา เชื่อในการกระทำของมนุษย์ คือ เชื่อว่ามนุษย์ทุกคนมีศักยภาพ สามารถพัฒนาตนเองให้ประเสริฐกว่า ดีกว่าเทพทั้งหลาย และสามารถที่จะแสวงหาปัจจัย ๔ ได้โดยไม่ต้องพึ่งใคร

^๔ พระมหาพนตวิมล โวโณ, “อิทธิพลของวัตถุมงคลที่มีต่อสังคมไทย”, วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๔๒.

^๕ อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๑๔๙-๒๐๕/๑๖๑ - ๑๗๓.

๒.๑.๒ ความหมายของการพึ่งพาตนเองตามทัศนะของนักวิชาการทางพระพุทธศาสนา

การทำที่พึ่งแก่ตนตามหลักพระพุทธศาสนานั้นมีนักวิชาการทางพระพุทธศาสนาได้ให้ทัศนะไว้หลายท่าน ในที่นี้ผู้วิจัยได้ยกเอาทัศนะของนักวิชาการทางพระพุทธศาสนามาเป็นอุทาหรณ์ ๓ ท่าน คือ ท่านพุทธทาส พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต) และพระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) ดังจะได้อธิบายโดยย่อต่อไปนี้

(๑) การพึ่งตนเองตามทัศนะของท่านพุทธทาสภิกขุ

ท่านพุทธทาสให้ทัศนะเกี่ยวกับการพึ่งตนเองว่า ธรรมชาติทุกอย่างในโลกอาศัยเหตุปัจจัย คือ การพึ่งพา อาศัยกัน แต่พึ่งได้เป็นบางเรื่องหรือบางสิ่งเท่านั้น ไม่ใช่พึ่งพากันทั้งหมด เช่น การพึ่งแรงงานญาติๆ การพึ่งแรงเพื่อนบ้าน เป็นต้น คนทำดีจึงจะมีที่พึ่งอันถาวร เพราะการพึ่งคนอื่น พึ่งได้แต่เพียงภายนอก คือพึ่งด้านบริษัทยาหรือกัน ส่วนการทำความจริงเป็นเรื่องของตัวเรา จะขึ้นสวรรค์หรือตกนรกก็อยู่ที่ตัวเราไม่ใช่ใครอื่นมาทำให้ ดังคำกลอนที่ท่านพุทธทาสกล่าวไว้ตอนหนึ่งว่า

การพึ่งผู้อื่นพึ่งท่านพึ่งได้แต่บางสิ่ง	เช่นพึ่งพึ่งผ่านเกล้าเจ้าอยู่หัว
หรือพึ่งแรงคนใช้จนควายวัว	ไซ้จะพันพึ่งตัวไปเมื่อไร
ต้องทำดีจึงเกิดมีที่ให้พึ่ง	ไม่มีดินหนึ่งพึ่งเขาไฉน?
ทำดีไปพึ่งตัวของตัวไป	แล้วจะได้ที่พึ่งซึ่งถาวร
พึ่งผู้อื่นพึ่งได้แต่ภายนอก	ท่านเพียงแต่กล่าวบอกหรือพรา้สอน
ต้องทำความจริงเพียรจริงทุกสิ่ง ตอน	จึงถอนตัวได้ไม่ตกจม
จะตกจนหรือว่าจะตกนรก	ตนต้องยกตนเองให้เหมาะสม... ^{๑๐}

ฉะนั้น การที่มนุษย์ต้องพึ่งอาศัยกันนั้น เป็นหลักธรรมดาทั่วไปอยู่แล้ว เพราะมนุษย์มีขีดจำกัดในการแสวงหาปัจจัยสี่ อีกอย่างหนึ่ง มนุษย์เป็นสัตว์อ่อนแอไร้แคล้วคลอดออกมาจากท้องแม่ ก็ต้องมีคนช่วยเหลือ ปล่อยตามลำพังไม่ได้ ไม่เหมือนลูกสัตว์อย่างวัว ควาย พอคลอดออกมามันก็พร้อมที่จะยืนด้วยขาของมันเอง^{๑๑}

ส่วนหลักปฏิบัติ เพื่อตนพึ่งตนได้นั้น มี ๖ ประการ คือ อดทน ชื่อสัตย์ มัธยัสถ์ ขยัน ถ่อมตนและกตัญญู มีสาระสำคัญ ดังนี้

^{๑๐} ไพโรจน์ อยู่มณเฑียร, *โศลกธรรมท่านพุทธทาส*, (กรุงเทพมหานคร : สรรยาทอง, ๒๕๔๓), หน้า ๑๐๘.

^{๑๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๐๙.

(ก) ความอดทน แบ่งเป็น ๔ ความหมาย ได้แก่

(๑) อด คือ ไม่ได้ ไม่มี เช่นเราจะไปรับของแล้วของนั้นหมดหรือไม่มี
อย่างนี้เราก็อด แล้วเราต้องใช้ขันติความอดทนและรอคอยในโอกาสต่อไป

(๒) ทน คือ ไม่แสดงอาการผิดหวังอย่างใดอย่างหนึ่งออกมา แม้เราจะได้
หรือเสียหายอย่างใด ก็ไม่แสดงอาการออกมาให้คนเห็น ต้องทนต่อไป

(๓) อดทน คือ ทั้งอดและทั้งทนเข้าไว้ในกรณีที่เราได้รับความสำเร็จอย่าง
สูงหรือประสบความล้มเหลวอย่างหนักยิ่ง ก็ต้องใช้ทั้งอดและทั้งทน จึงจะไม่เสียบุคลิกภาพของ
ตนเอง เพราะคนเราถ้าทำอะไรได้ดังใจแล้วก็มักจะดีใจจนเกินควร ครั้นมันไม่ได้ดังใจแล้วก็เสียอก
เสียใจจนเกินกว่าเหตุ ฉะนั้นเมื่อเกิดเหตุการณ์ดังกล่าวแล้วเราจะต้องอดทน

(๔) ทนอด คือ ใช้ในกรณีที่เรผิดหวังบ่อยๆ ผิดหวังซ้ำซาก ไม่เคยสมหวัง
สักที เราจึงจำต้องใช้ "ทนอด" เข้าไว้เสมอ^{๑๒}

ลักษณะของบุคคลผู้มีความอดทนที่ดี ประกอบด้วย ความอดกลั้น
ไม่ดื้อรั้น ไม่ทำให้ใครต้องน้ำตาขมขื่น และเบิกบานยิ้มแย้มอยู่เสมอ

ผลดีของการพึ่งตนด้วยความอดทน ได้แก่ มีความภูมิใจในตน สร้างเสน่ห์
ให้แก่ตนเอง เป็นที่รักชอบใจของคนทั่วไป ทำงานทุกอย่างสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ทำให้เกิดความสุข
ต่าง ๆ ติดตามมา ทำให้เกิดความสุขแก่ตนและสังคม คนดีสรรเสริญและเป็นปัจจัยส่งเสริม
คุณธรรมชั้นสูงๆ ขึ้นไป^{๑๓}

(ข) ความซื่อสัตย์ แยกเป็น ๒ ความหมาย คำแรก "ซื่อ" คือ ไม่คิดไม่ถอ
ตรงไปตรงมา ซอปรนัยยุติธรรม คำที่สอง "สัตย์" คือ ความจริง ของแท้ ความซื่อสัตย์เป็น
คุณธรรมที่ทุกคนควรปฏิบัติ มี ๗ ประการ ได้แก่ ซื่อสัตย์ต่อตนเอง ซื่อสัตย์ต่อคนอื่น ซื่อสัตย์ต่อคำ
ที่ตนได้พูดไปแล้ว ซื่อสัตย์ต่อหน้าที่การงานที่ตนกระทำ ซื่อสัตย์ต่อหมู่คณะ ซื่อสัตย์ต่อสถาบันที่
ตนอาศัย และซื่อสัตย์ต่อเวลาที่เราทำงานอยู่นั้น

ผลดีของความซื่อสัตย์ คือ ทำให้เกิดความภูมิใจในตนเอง การศึกษามี
โอกาสจบชั้นสูงๆ ได้ การงานก้าวหน้า ทำให้ได้เลื่อนยศศักดิ์สูงขึ้น ผู้คนยกย่องสรรเสริญ

(ค) มัชฌิมา คือ การใช้จ่ายพอเหมาะแก่ฐานะของตน ตรงกับคำว่า มัตตัญญูตา
ซึ่งหมายถึง การรู้จักประมาณในเหตุการณ์ต่างๆ การรู้จักประมาณในการรับสิ่งของจากผู้อื่น เท่าที่

^{๑๒} สถาบันบัณฑิตธรรม, **คู่มือสร้างตน**, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ม.ป.ป.), หน้า ๑๓.

^{๑๓} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๘.

จำเป็นต่อการดำรงชีพ และการรู้จักประมาณในการให้สิ่งของต่อคนอื่น โดยไม่เดือดร้อนตนและครอบครัว

(ง) ขยัน คือ บุคคลผู้มีลักษณะที่มีปกติลุกขึ้นเสมอหรือตื่นอยู่เสมอ ไม่นอนตื่นสาย ทำงานตรงตามเวลา ชอบใจในการทำงาน มีความเพียรพยายามไม่หยุดหย่อน มีความอดทน ไม่อ้างว่าหนาวนัก ร้อนนัก เหนื่อยนัก ยังเข้าอยู่ หิวนัก กระหายน้ำ และต้องเป็นคนว่าง่าย

(จ) ถ่อมตน คือ การแสดงกิริยาอ่อนน้อมถ่อมตน อ่อนโยน แต่ไม่ใช่อ่อนแอ

(ฉ) กตัญญู คือ การรู้คุณของบุคคลอื่น โดยสามารถที่จะแสดงความกตัญญูต่อบุคคล เช่น บิดามารดา พี่น้อง ญาติมิตร สัตว์เลี้ยง สิ่งของ บุญกุศล และกตัญญูต่อตนเอง^{๙๔}

กล่าวโดยสรุป การสร้างที่พึ่งให้ตนเองตามทัศนะของหลวงพ่อกุฑทอง ต้องอาศัยคุณธรรมหลายอย่างประกอบกัน จึงจะสำเร็จได้ คือ ต้องอาศัยความอดทน ความซื่อสัตย์ ความอดออม ความเพียร ความถ่อมตน และความกตัญญูรู้คุณบุคคลและสิ่งของที่เราใช้สอย

(๒) การพึ่งตนเองตามทัศนะของพระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต)

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้ให้ทัศนะว่า การพึ่งตนเอง เป็นหลักการพื้นฐานของพระพุทธศาสนา เป็นการสอนให้บุคคลเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเอง ไม่ให้ยึดติดหรือมัวงายเสียเวลากับอธิปไตยปาฏิหาริย์ การหวังพึ่งอำนาจลบล้างบาปให้เกิดโชคลาภ ถือว่าเป็นการปฏิบัติที่ขัดกับหลักการของพระพุทธศาสนาที่เป็นกรรมวาทและวิริยวาท ทั้งยังเป็นเหตุให้ตนเป็นคนเฉื่อยชา ขอบงอมือขอเท้า เอาแต่นอนรอวาสนา^{๙๕} และว่า "ถ้าหากบุคคลจะพึ่งตนเอง ก็ต้องพัฒนาตนให้เป็นที่พึ่งให้ได้ก่อน ถ้าจะเป็นอิสระเสรีก็ต้องมีความสามารถที่จะทำงานด้วยตนเองได้..."^{๙๖}

(๓) การพึ่งตนเองตามทัศนะของพระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)

พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) ได้แสดงทัศนะ เรื่องการพึ่งพาตนเองตามหลักเศรษฐกิจแนวพุทธ ดังความต่อไปนี้ "พระพุทธศาสนาฝ่ายเถรวาทจัดเป็นภูมิปัญญาตะวันออก ตอนนี้อยู่โลกตะวันตกกำลังสับสน เกิดความอัปยศในเรื่องภูมิปัญญา มีปัญหาเศรษฐกิจ เศรษฐกิจในสหรัฐอเมริกากำลังชะลอตัว เศรษฐกิจของโลกก็ซบเซาตามที่เป็นเช่นนี้ เพราะคิดแบบวัตถุนิยมหรือบริโภคนิยม แต่ละประเทศผลิตสินค้าเพื่อกระตุ้นตัณหา ไม่มีคำว่าพอเพียงในระบบเศรษฐกิจแบบทุนนิยม พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงมีแนวพระราชดำริเรื่องเศรษฐกิจ

^{๙๔} สถาบันสันติธรรม, *คู่มือสร้างตน*, หน้า ๒๙-๔๗.

^{๙๕} พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), *พุทธธรรม*, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖), หน้า ๔๖๔.

^{๙๖} พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), *เริ่มวิวัฒน์ที่กลางวิกฤต*, (กรุงเทพมหานคร : เศรษฐกิจพอเพียง, ๒๕๔๑), หน้า ๒๔-๒๕.

พอเพียง (Self Sufficiency Economy) ซึ่งมีฐานมาจากหลักธรรมในพระพุทธศาสนา ที่สอนในเรื่องการพึ่งตน อตฺตา หิ อตฺตโน นาโถ ตนแลเป็นที่พึ่งของตน เศรษฐกิจพอเพียง สอนเรื่องการพึ่งตนเอง สภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบันเป็นเพราะไม่รู้จักพอเพียง คือ ไม่รู้จักพึ่งตนเอง ไปกู้เงินต่างประเทศมากเกินไป ไม่มีความสันโดษ คือ ไม่พอใจตามที่มี ไม่ยินดีตามที่ได้ และไม่รู้จักคำว่าพอดี (มัตตัญญูตา) หรือทางสายกลาง มัชฌิมาปฏิปทาเรื่องเศรษฐกิจพอเพียงมีฐานมาจากภูมิปัญญาทางพุทธศาสนา...เราต้องพยายามใช้ทรัพยากรในประเทศของเราเอง รู้จักคำว่าพอเพียง คือ พอใจตามมี ยินดีตามได้ ตามหลักสันโดษ โดยให้มีความสุขกาย และสุขใจไปด้วยกัน หลักธรรมดังกล่าวนี้มีอยู่ในเศรษฐกิจพอเพียง...”^{๑๗}

๒.๑.๓ ความหมายของการพึ่งพาตนเองตามทัศนะของนักวิชาการ

นักวิชาการได้นิยามความหมายของ การพึ่งตนเอง ว่าหมายถึง ความสามารถในการดำรงชีวิตที่สามารถพึ่งตนเองได้ โดยยึดทางสายกลาง มีความสมดุล ความพอดีในชีวิต พอกิน พอใช้ ไม่เป็นหนี้สิน และดำรงตนอยู่ได้อย่างอิสระ มั่นคงสมบูรณ์^{๑๘}

การพึ่งตนเอง นอกจากจะมีความหมายเฉพาะตนแล้ว ยังมีความหมายรวมถึงการตระหนักถึงความพอดี พอเหมาะพอสม และการนำส่วนที่เหลือ (เกินความพอดี) ไปให้ช่วยคนอื่น เพื่อให้เกิดการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันอีกด้วย^{๑๙}

นอกจากนี้ กัลตุง (Galtung) และราห์แมน (Rahman) ได้ให้นิยามความหมายของการพึ่งตนเอง^{๒๐} ว่าหมายถึง ความมีอิสระที่จะกำหนดเป้าหมายของตน และตระหนักว่าเป้าหมาย

^{๑๗} พระเทพโสภณ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), เศรษฐศาสตร์แนวพุทธ, (กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔), ข้อความ.

^{๑๘} สุเมธ ตันติเวชกุล, การดำเนินชีวิตในระบบเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริ, **ข้าราชการครู**, (๒๕๔๓, มีนาคม-เมษายน), ๔๕(๒) : ๒-๓, เสรี พงศ์พิศ, ๑๐๐ **ร้อยคำที่ควรรู้**, (กรุงเทพมหานคร : เจริญวิทย์, ๒๕๔๗), หน้า ๑๗, เพ็ญศรี เปลี่ยนขำ, **วิถีการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง, วารสารวิชาการราชภัฏตะวันตก**, (๒๕๕๐, กรกฎาคม-ธันวาคม), ๒(๑): ๒๗-๓๐, จิราพร ชมพิกุล, **รายงานการวิจัยโครงการสำรวจการพึ่งพาตนเองทางเศรษฐกิจของครอบครัว**, (นครปฐม : สถาบันพัฒนาสุขภาพอาเซียน มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๕๓) หน้า ๒๖.

^{๑๙} อังน พรมหาสนอง อัครธมฺโม, “บทบาทพระสงฆ์ในการส่งเสริมชาวบ้านให้พึ่งตนเอง : ศึกษากรณีพระครูพิพิธธรรมรส”, **วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ๒๔.

นี้จะบรรลุได้ด้วยความพยายามและพลังกำลังของตนเอง โดยการแสดงออกของพลังภายในเพื่อต่อสู้กับการบีบบังคับจากภายนอก โดยพื้นฐานแล้วบุคคลควรจะได้รับ การสนับสนุนและกระตุ้นทั้งทางวัตถุและจิตใจเพื่อให้สามารถพึ่งตนเองได้ ทั้งนี้ การรับความช่วยเหลือจากทรัพยากรภายนอกจะต้องคำนึงถึงสิ่งต่างๆ เหล่านี้ คือ

(๑) ความนับถือตนเอง (Self-respect) ควรจะรับความช่วยเหลือจากภายนอกในกรณีที่จำเป็นหรือเกี่ยวข้องกับการอยู่รอดของชีวิต โดยจะต้องคงไว้ซึ่งการนับถือตนเอง

(๒) ความเป็นอิสระแห่งตนหรือความเป็นไท (Autonomy) ของการเลือกการตัดสินใจและการกระทำต่อสถานการณ์หรืออนาคต การรับความช่วยเหลือนั้นต้องไม่เป็นอุปสรรคต่อการพึ่งตนเองต่อไป ทั้งนี้ จะต้องมีการเปลี่ยนแปลงเพื่อหลุดพ้นหรือต่อต้านความสัมพันธ์ในลักษณะพึ่งพา หรือถูกครอบงำจากบุคคลอื่น

จากความหมายของการพึ่งตนเองที่ได้กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า การพึ่งตนเองหมายถึง การที่บุคคลแสดงออกถึงความพยายามที่จะใช้ความรู้ความสามารถที่ตนมีอยู่กระทำสิ่งใดๆ ให้สำเร็จด้วยตนเอง ความเป็นอิสระในการคิดริเริ่มและตัดสินใจด้วยตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความรับผิดชอบและเชื่อมั่นในผลการกระทำด้วยตนเองอย่างมั่นใจ และแก้ไขปัญหาและอุปสรรค อย่างถูกต้องเหมาะสม ยอมรับในความสามารถของตน มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง

๒.๒ แนวคิดและทฤษฎีการพึ่งตนเอง

๒.๒.๑ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนาศักยภาพการพึ่งตนเอง

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนาศักยภาพการพึ่งตนเอง มีนักวิชาการได้กล่าวไว้ดังนี้

สัญญา สัญญาวิวัฒน์^{๒๐} ได้กล่าวถึงทฤษฎีการพึ่งพาตนเองของชุมชนชนบท ซึ่งสรุปได้ว่า ทฤษฎีเรื่องการพึ่งพาตนเองของชุมชนชนบทนี้ สืบเนื่องมาจากงานวิจัยกำหนดหัวข้อ (Commission Research) ที่สภาวิจัยมอบหมายให้สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ดำเนินการในปี ๒๕๒๙ โดยใช้ชื่อโครงการว่า การพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจในชนบท เริ่มจากการหาตัวแบบ (Model) จากการวิจัยเอกสารและการศึกษาชุมชนแบบกว้าง แล้วเสนอรายงานในปี

^{๒๐} อ่างใน สัญญา วิบูลย์พานิช, “อัตรานวัตกรรมและการพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจของคนพิการ”, วิทยานิพนธ์ปริญญาพัฒนบริหารศาสตรมหาบัณฑิต, (คณะพัฒนาสังคม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, ๒๕๓๖), หน้า ๑๓.

^{๒๑} สัญญา สัญญาวิวัฒน์, ทฤษฎีสังคมวิทยา : การสร้างการประเมินค่าและการใช้ประโยชน์, หน้า ๖๗-๗๔.

๒๕๓๓ ซึ่งเป็นผลจากการนำตัวแบบไปทดลองปฏิบัติกับชุมชนชนบท ๕ ชุมชน ทั่วประเทศไทย และได้ผลเป็นที่น่าพอใจ ทฤษฎีนี้เป็นตัวอย่างของการสร้างทฤษฎีประเภทวิจัยแล้วสร้างทฤษฎี (Research-Then-Theory) และได้ข้อสรุปว่า การที่ชุมชนชนบทจะพึ่งตนเองได้ จะต้องมีการพึ่งพาตนเองใน ๕ ด้านด้วยกัน คือ

พึ่งตนเองได้ทางด้านเทคโนโลยี (Technological Self-Reliance) หมายถึง การมีปริมาณและคุณภาพของเทคโนโลยีทางวัตถุ เช่น เครื่องไม้เครื่องมือ เครื่องจักรกล และเทคโนโลยีทางสังคม เช่น การรู้จักวางแผน การรู้จักจัดการ เป็นต้น การรู้จักใช้อย่างมีประสิทธิภาพ และการบำรุงรักษาให้คงสภาพดีอยู่เสมอเพื่อการใช้งาน ซึ่งรวมทั้งของสมัยใหม่และของดั้งเดิมของท้องถิ่นที่เรียกว่า ภูมิปัญญาชาวบ้าน (Folk wisdom) ด้วย จะทำให้ชุมชนสามารถประกอบอาชีพได้อย่างมีประสิทธิภาพ ไม่ว่าจะเป็นการทำนา ทำไร่ หรือร่วมทั้งการทำอุตสาหกรรมในครัวเรือน การติดต่อค้าขาย หรือแม้การประกอบอาชีพด้านการบริการซ่อมแซมเครื่องจักรเครื่องมือ ช่วยในการสื่อสารติดต่อกับภายนอกชุมชนทำให้ได้ข่าวสารที่ทันต่อเหตุการณ์ รวมไปถึงการใช้เทคโนโลยีทางสังคมการเป็นผู้นำชุมชนที่ดี การรู้จักการวางแผนโครงการการบริหารโครงการ การประชาสัมพันธ์ เป็นต้น

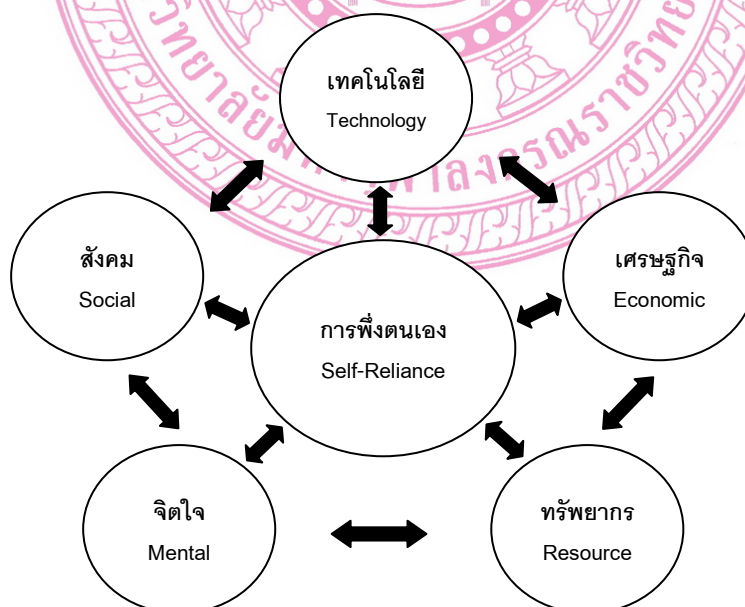
พึ่งตนเองได้ทางเศรษฐกิจ (Economic Self-Reliance) หมายถึง ความสามารถดำรงชีวิตทางเศรษฐกิจ (การทำมาหาเลี้ยงชีพ) ที่มีความมั่นคงสมบูรณ์พูนสุขพอควร ประชาชนในชุมชนเลี้ยงตัวเองได้ มีรายได้พอเพียงสามารถซื้ออาหารหรือปัจจัย ๔ อย่างอื่นได้ สามารถซื้อสิ่งของ ยาแก้ป่วยไข้ ไปหาหมอรักษาไข้ หาเครื่องกีฬาเล่นทำให้สุขภาพแข็งแรง ซื้ออุปกรณ์การศึกษาช่วยตัวเองและลูกหลานในการศึกษาเล่าเรียน

พึ่งตนเองได้ทางทรัพยากรธรรมชาติ (Natural Resources Self-Reliance) หมายถึง การมีทรัพยากรธรรมชาติ ความสามารถในการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรธรรมชาติ ให้ดำรงอยู่ไม่ให้เกิดเสื่อมไปจนหมดสิ้นหรือไม่ให้เสียสมดุลธรรมชาติมากนัก ตัวอย่างเช่น ดิน น้ำ ป่า สัตว์บก และน้ำ รวมทั้งแร่ธาตุต่างๆ ที่มีค่าและความสำคัญต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์

พึ่งตนเองได้ทางจิตใจ (Psychological Self-Reliance) หมายถึง สภาพจิตใจที่กล้าแข็งในการที่จะต่อสู้กับปัญหาอุปสรรคในการหาเลี้ยงชีพ การพัฒนาชีวิตให้เจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้นในการปกครองตนเอง ในการป้องกันกิลเลศตันทนา ไม่โลภ โกรธ หลง หรืออยากได้ อยากดีจนเกินความสามารถของตน โดยต้องเป็นคนเข้มแข็ง ปลงใจและปักใจ มั่นใจว่าจะช่วยตนเองได้ พึ่งตนเอง และยังเป็นคนรู้จักพอ

พึ่งตนเองได้ทางสังคมวัฒนธรรม (Socio-Cultural Self-Reliance) หมายถึง ภาวะการณ์ที่คนกลุ่มหนึ่งๆ มีความเป็นปึกแผ่นเหนียวแน่น มีผู้นำที่มีประสิทธิภาพสามารถนำกลุ่มคนเหล่านี้ปฏิบัติหน้าที่ต่างๆ ของตนไปสู่เป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพโดยกลุ่มของตนเอง หรืออาจขอความช่วยเหลือจากภายนอกก็ได้ ซึ่งเป็นการสืบเนื่องมาจากปัจจัยอื่นอีกทอดหนึ่ง เช่น การศึกษา การสื่อสารระหว่างกัน ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่

จากที่กล่าวรายละเอียดมาข้างต้นนั้น จึงสรุปได้ว่าการที่ชุมชนชนบทใดจะพึ่งตนเองได้อย่างสมบูรณ์ ชุมชนนั้นจะต้องพึ่งตนเองได้ ๕ ด้าน คือ ด้านเทคโนโลยี (T) ด้านเศรษฐกิจ (E) ด้านทรัพยากรธรรมชาติ (R) ด้านจิตใจ (M) และด้านสังคมวัฒนธรรม (S) หรือเรียกว่าแบบ TERMS ระดับการพึ่งตนเองจะสูงหรือต่ำขึ้นอยู่กับระดับการพึ่งตนเองได้ด้านต่างๆ ด้วย ซึ่งการพึ่งตนเองได้ทั้ง ๕ ด้าน ตามตัวแบบ TERMS ดังกล่าวนั้น องค์ประกอบในตัวแบบแต่ละองค์ประกอบต่างก็มีความสำคัญ และปฏิบัติหน้าที่ของตน ขณะเดียวกันผลของการปฏิบัติหน้าที่ของตนนั้น บางส่วนมีผลสัมพันธ์ต่อองค์ประกอบอื่นในตัวแบบด้วย ในทำนองเดียวกัน องค์ประกอบอื่นที่ปฏิบัติหน้าที่ ก็จะมีผลสัมพันธ์ต่อองค์ประกอบเริ่มต้นด้วยเช่นกัน ความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันดังกล่าว เรียกว่า ความสัมพันธ์เชิงหน้าที่ (Functional matrix) แสดงได้ดังภาพที่ ๑ ดังนี้



ภาพที่ ๑ รูปแบบความสัมพันธ์ขององค์ประกอบหลักแห่งการพึ่งตนเองของชุมชนชนบท^{๒๒}

^{๒๒} สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย, รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์ เรื่อง การพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจในชนบท, (กรุงเทพมหานคร : สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย, ๒๕๓๘).

จากกรอบแนวคิดเชิงทฤษฎีการพัฒนาการพึ่งตนเองของ TERMS สามารถพึ่งตนเองได้นั้น อาจจะยังไม่สามารถชี้ให้เห็นความสามารถในการพึ่งตนเองของชุมชนชนบทได้ ถ้าขาดองค์ประกอบแนวคิด BAN สนับสนุน TERMS ในแต่ละตัว^{๒๓} ดังมีรายละเอียดต่อไปนี้

ความสมดุล (Balance : B) หมายถึง การที่จะทำให้ TERMS สามารถพึ่งตนเองได้นั้น จะต้องเริ่มต้นด้วยการสร้างความสมดุลให้เกิดขึ้นในแต่ละมิติ หรือแต่ละด้าน ซึ่งได้แก่ ความสมดุลทางด้านเทคโนโลยีหรือเครื่องมือในการประกอบอาชีพ (Technology : T) ความสมดุลทางด้านเศรษฐกิจหรือการประกอบอาชีพ (Economic : E) ความสมดุลทางด้านทรัพยากร (Resources : R) ความสมดุลทางด้านจิตใจ (Mental : M) และความสมดุลทางด้านสังคมวัฒนธรรม (Socio-Cultural : S)

ความสามารถ (Ability : A) หมายถึง การที่จะทำให้ TERMS สามารถพึ่งตนเองได้นั้น นอกจากการสร้างความสมดุลแล้ว ประการต่อมาจะต้องสร้างความสามารถให้เกิดขึ้นในแต่ละมิติหรือแต่ละด้านเช่นเดียวกัน

การสร้างเครือข่าย (Networking : N) หมายถึง การที่จะทำให้ TERMS สามารถพึ่งตนเองได้นั้น นอกจากการสร้างความสมดุล และความสามารถบริหารจัดการแล้ว ประการสุดท้ายจะต้องสร้างเครือข่ายหรือการรวมกลุ่มให้เกิดขึ้นในแต่ละมิติหรือแต่ละด้านเช่นกัน และโดยสภาวะแล้วการสร้างเครือข่ายก็คือ การพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน ตลอดจนการช่วยเหลือเกื้อกูลกันในด้านต่างๆ ในที่สุดก็จะทำให้ชุมชนชนบทสามารถบริหารจัดการได้ด้วยตนเอง (Self Community Management) ให้มีความเข้มแข็งจนสามารถพึ่งตนเองได้ทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคมวัฒนธรรม การเมือง และสิ่งแวดล้อม^{๒๔} ดังแสดงให้เห็นในตารางที่ ๑

	B	A	N
T	TB	TA	TN
E	EB	EA	EN
R	RB	RA	RN
M	MB	MA	MN
S	SB	SA	SN

ตาราง ๑ ความสัมพันธ์ระหว่าง TERMS และ BAN

^{๒๓} สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย, รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์ เรื่อง การพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจในชนบท.

^{๒๔} สัญญา สัญญาวิวัฒน์, การพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจในชนบท ฉบับรวมชุด, (กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๔).

และศาสตราจารย์ ดร.บุญทัน ดอกไธสง^{๒๕} ได้กล่าวถึง เทคโนโลยีกลุ่มทางสังคมและการเมืองในท้องถิ่นและทรัพยากร ว่า เทคโนโลยี หมายถึง การรับเอาความรู้ วิชาการ สิ่งประดิษฐ์ หรือเทคนิคมาจากภายในหรือภายนอกท้องถิ่นมาประยุกต์ใช้ เทคโนโลยีสามารถแบ่งออกเป็น เทคโนโลยีที่เป็นวัตถุ เช่นพวกเครื่องทุ่นแรง เครื่องจักรต่างๆ และเทคโนโลยีที่เป็นความรู้ด้านการบริหารงานต่างๆ ซึ่งลักษณะของเทคโนโลยีที่สนับสนุนการบริหารงานพัฒนา คือ ศรัทธาเชื่อมั่นว่าเทคโนโลยีมีความสำคัญและมีประโยชน์ต่อการบริหารงานพัฒนา เป็นเทคโนโลยีระดับชาวบ้านหรือระดับกลาง มีความเป็นไปได้ที่จะนำมาใช้ เป็นที่ยอมรับของประชาชน เหมาะกับสภาพของท้องถิ่น และสอดคล้องกับความเชื่อหรือวัฒนธรรมท้องถิ่น ลักษณะของเทคโนโลยีที่ไม่สนับสนุนการบริหารงานพัฒนา คือ เป็นวิชาความรู้ หรือวัตถุสิ่งของที่ยากต่อการเข้าใจและนำไปใช้ มีราคาสูงไม่เป็นที่ยอมรับของท้องถิ่นเนื่องจากไม่สอดคล้องกับความเชื่อหรือวัฒนธรรมท้องถิ่น ทรัพยากร หมายถึง ความรู้ความสามารถของคนรวมตลอดไปถึงสิ่งต่างๆ และกำลังคนทั้งจากภายในและภายนอกท้องถิ่น (ทรัพยากรมนุษย์) ตลอดจนทรัพยากรธรรมชาติต่างๆ น้ำ ป่าไม้ และดิน ซึ่งลักษณะของทรัพยากรที่สนับสนุนการบริหารงานพัฒนา คือ ศรัทธาเชื่อมั่นว่าทรัพยากรมีความสำคัญต่อการบริหารงานพัฒนา และต่อความเป็นอยู่ของประชาชน เป็นทรัพยากรที่เกี่ยวข้องใกล้ชิดและมีประโยชน์กับท้องถิ่น เช่น ทรัพยากรน้ำ ป่าไม้ และดิน สามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้ในท้องถิ่น มีทรัพยากรมากเพียงพอ ให้ทรัพยากรอย่างประหยัดและให้บังเกิดประสิทธิภาพสูงสุด มีบุคคลหรือองค์กรทั้งภาครัฐและภาคเอกชนจากภายในและภายนอกท้องถิ่น ช่วยดูแลรักษา อนุรักษ์ และพัฒนาทรัพยากร และลักษณะของทรัพยากรที่สนับสนุนการบริหารงานพัฒนา คือ การเรียนรู้ ร่วมกลุ่มต่างๆ ในท้องถิ่นหรือประชาชนไม่เห็นความสำคัญของการอนุรักษ์และพัฒนาทรัพยากร ขาดแคลนทรัพยากรที่สำคัญในการประกอบอาชีพ ไม่สามารถนำเอาทรัพยากรมาใช้ประโยชน์ได้เนื่องจากขาดวิชาความรู้หรือทุนสนับสนุน ใช้ทรัพยากรอย่างฟุ่มเฟือย และไม่ดูแล อนุรักษ์ หรือพัฒนาทรัพยากรในท้องถิ่น

และกลุ่มทางสังคมและการเมืองในท้องถิ่น หมายถึง สภาพทางสังคม วัฒนธรรม การเมือง การปกครอง การบริหาร และการจัดองค์กรในท้องถิ่น ซึ่งรวมไปถึงการมีกลุ่มกิจกรรมต่างๆ ในท้องถิ่น อันได้แก่ กลุ่มทางเศรษฐกิจ เช่น กลุ่มสหกรณ์ กลุ่มออมทรัพย์ กลุ่มเกษตรกร

^{๒๕} อ่างในไพบูลย์ ช่างเรียน, การศึกษาสภาพทางเศรษฐกิจและสังคมของภาคตะวันออกเฉียงเหนือเน้นการปลูกพืชและสัตว์เศรษฐกิจ รวมทั้งองค์การด้านการตลาดของเกษตรกรในทศวรรษหน้า, (กรุงเทพมหานคร : โครงการเอกสารและตำรา คณะรัฐประศาสนศาสตร์ สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, ๒๕๓๙), หน้า ๒๙-๓๓.

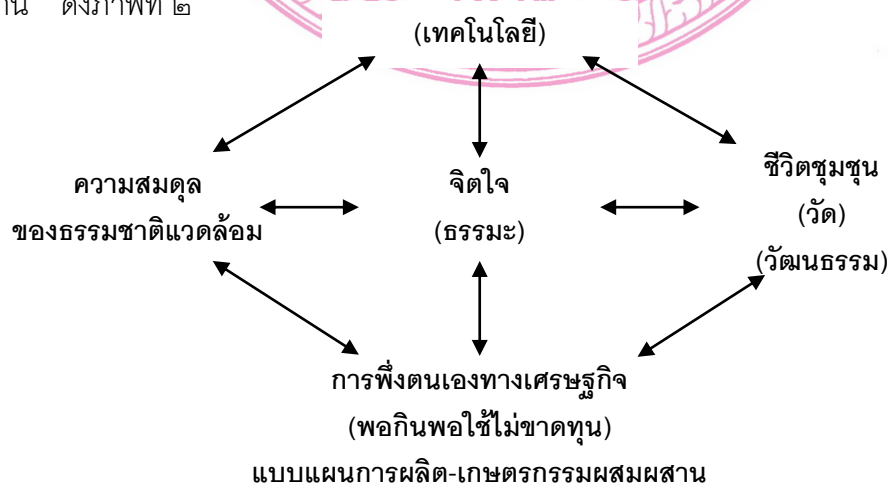
ศูนย์สถิติการตลาด กลุ่มทางด้านสังคมและวัฒนธรรม เช่น กลุ่มสตรี กลุ่มเยาวชน กลุ่มศาสนา กลุ่มพัฒนา และกลุ่มทางด้านการเมืองการปกครอง เช่น คณะกรรมการหมู่บ้าน คณะทำงานเพื่อสนับสนุนการปฏิบัติการพัฒนาชนบทระดับตำบล คณะกรรมการสภาตำบลหรือกลุ่มกิจกรรมที่สนับสนุนการเมืองการปกครองตามระบอบประชาธิปไตยต่างๆ ซึ่งลักษณะของกลุ่มทางสังคมและการเมืองในท้องถิ่นที่สนับสนุนการบริหารงานพัฒนา คือศรัทธาเชื่อมั่นว่ากลุ่มมีพลังและมีความสำคัญ พร้อมทั้งเชื่อมั่นว่าพลังของกลุ่มสามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ในการสร้างสรรค์ได้ ใช้ประโยชน์จากกลุ่มกิจกรรมต่างๆ ที่มีอยู่ในท้องถิ่น สมาชิกกลุ่มมีอุดมการณ์ มีความรับผิดชอบ มีความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิก และทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง จำนวนไม่มากหรือน้อยเกินไป มีความขัดแย้งระหว่างกลุ่มไม่มาก ร่วมมือกันระหว่างกลุ่ม ปราศจากการแทรกแซงด้วยอิทธิพลหรือการเงิน ฝึกอบรมในเรื่องการรวมกลุ่ม มีปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้การรวมกลุ่มเข้มแข็ง เช่น คนมีประสิทธิภาพพร้อมทั้งมีความรู้ทางวิชาการ และเงินทุนสนับสนุน มีกิจกรรมทางการเมือง การเลือกตั้ง การรักษาสีหน้าพื้นที่และผลประโยชน์ ตลอดจนการสร้างอำนาจต่อการส่งเสริมและปลูกฝังประชาธิปไตยในท้องถิ่น และกลุ่มกิจกรรมต่างๆ จัดตั้งขึ้นสอดคล้องกับวัฒนธรรมหรือสภาพความเป็นอยู่ของประชาชนในท้องถิ่น และกลุ่มกิจกรรมต่างๆ จัดตั้งขึ้น สอดคล้องกับวัฒนธรรมหรือสภาพความเป็นอยู่ของของประชาชนในท้องถิ่น และลักษณะของกลุ่มทางสังคมและการเมืองท้องถิ่นที่ไม่สนับสนุนการบริหารงานพัฒนา คือ กลุ่มที่เข้มแข็งมีน้อยมาก สมาชิกเข้ามาอยู่ในกลุ่มเพื่อมุ่งแสวงหาประโยชน์ส่วนตัว เกิดความขัดแย้งระหว่างกลุ่มมาก ถูกครอบงำด้วยอิทธิพลต่างๆ กลุ่มเกิดขึ้นจากการจัดตั้ง หรือบังคับให้จัดตั้งขึ้น โดยที่ประชาชนไม่เห็นถึงความสำคัญของของกลุ่ม และไม่สนใจกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเมือง การปกครอง หรือการรักษาผลประโยชน์ของประชาชน

ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของสัมพันธ์ เดชะอริก^{๒๖} ที่กล่าวว่า การพัฒนาเศรษฐกิจชุมชน เศรษฐกิจพอเพียง เศรษฐกิจพึ่งตนเอง ต่างก็มีนัยทางหลักการและแนวคิดเหมือนกัน และนำไปสู่การพัฒนาที่ยั่งยืนของชุมชนได้ โดยนัยของความยั่งยืน ๖ ประการ คือ การพึ่งตนเองได้ทางเศรษฐกิจ หมายถึง ความพยายามในการตรวจสอบทรัพยากรทางความคิด ความสามารถ วัสดุ อุปกรณ์และเงินทุน โดยริเริ่มจากสิ่งที่มีอยู่ ไม่เป็นหนี้หรือเป็นหนี้้น้อยๆ ตามความจำเป็น ลดความต้องการวัตถุลง และพิจารณาว่ามีสิ่งใดบ้างที่ยังขาดแคลนอยู่เพื่อที่จะได้เพิ่มขีดความสามารถทางการผลิต โดยการศึกษา เรียนรู้ แบ่งปันความรู้ เทคนิค และทรัพยากรของเกษตรกรต่อ

^{๒๖} สัมพันธ์ เดชะอริก, เศรษฐกิจชุมชนกับการพัฒนาที่ยั่งยืน, สืบค้นเมื่อ ๓๐ กรกฎาคม ๒๕๕๔, จาก <<http://www.thaingo.org/cgi-bin/content/content1/show.pl?0051>>.

เกษตรกรด้วยกันเองและภายนอก ใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสม และมีความขยันหมั่นเพียรโดยดำรงชีวิตอย่างมีอิสระและศักดิ์ศรีในการดำรงชีวิตอย่างสมดุลทั้งภายในครอบครัวและการรวมเป็นกลุ่มเป็นเครือข่ายเกื้อกูลกัน การดูแลรักษาสุขภาพตนเองได้โดยรู้จักการหลับนอน การพักผ่อนทางสุขภาพ การใช้ยาสมุนไพร การนวดพื้นบ้าน การออกกำลังกาย และรับประทานอาหารที่ถูกสุขลักษณะ เป็นต้น การร่วมกลุ่มวิเคราะห์ปัญหาและทางเลือกจนนำไปสู่การแก้ไขปัญหาได้ โดยต้องเน้นการมีส่วนร่วมของประชาชนให้หลากหลายกลุ่ม ทั้งผู้ที่มีสถานภาพทางการและผู้ที่ไม่มีสถานภาพทางการ เปิดเวทีสำรวจปัญหาและทางเลือกที่แก้ไขได้จริงร่วมกัน อันจะนำไปสู่การวางแผนแบบมีส่วนร่วม และการจัดสรรงบประมาณสนับสนุนการดำเนินงานให้บรรลุผลสำเร็จ การจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมโดยชุมชน เป็นเจ้าของและมีส่วนร่วมในการดูแลรักษา พันธุ์อนุรักษ์ และพัฒนา โดยยึดหลักคิดคนอยู่ร่วมกับทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมได้ การดำรงรักษาวัฒนธรรม ประเพณี ภูมิปัญญาท้องถิ่น เป็นเครื่องมือยึดเหนี่ยวการอยู่ร่วมกันในครอบครัวและชุมชนโดยไม่ละเลย และให้ความสำคัญกับความเป็นท้องถิ่นที่มีองค์ความรู้ และผู้รู้ในการดำรงความเป็นชุมชนอย่างยั่งยืน และการใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสมกับชุมชน โดยเน้นการผลิต การแปรรูปทางการเกษตรและอุตสาหกรรมเกษตร ลดการใช้สารเคมี การนำเข้าเครื่องจักรกล พันธุ์พืช พันธุ์สัตว์ และการส่งเสริมเทคโนโลยีพื้นบ้าน

นอกจากนี้ นายแพทย์ประเวศ วะสี ยังได้เสนอแนวความคิดเกี่ยวกับเบญจขันธ์ของชุมชนไว้ว่า ชุมชนชนบทที่จะพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจได้ จะต้องมียอดประกอบ ๕ อย่าง เชื่อมโยงสัมพันธ์กัน^{๒๗} ดังภาพที่ ๒



ภาพที่ ๒ แนวความคิดเกี่ยวกับเบญจขันธ์ของชุมชน^{๒๘}

^{๒๗} ประเวศ วะสี, พุทธเกษตรกรรมกับศาสนาสืบของสังคมไทย, (กรุงเทพมหานคร : เชน เอน การพิมพ์, ๒๕๓๐) หน้า ๑-๘.

ซึ่งจากภาพที่ ๒ สามารถอธิบายได้ว่า จิตใจ หมายถึง การมีสติใจที่มีธรรมะ มีความขยันหมั่นเพียร ไม่กลัวลำบาก ไม่โลภมาก มีสันโดษธรรม ไม่ใช้จ่ายฟุ่มเฟือย จะกำหนดแบบแผนการผลิต และทำให้เกิดความสมดุลทางเศรษฐกิจ แบบแผนการผลิต เป็นแบบผลิตเพื่อกินเองใช้เอง ทำให้ต้องทำหลายอย่าง เป็นเกษตรกรรมแบบผสมผสาน ซึ่งทำให้มีกินมีใช้ครบ และธรรมชาติแวดล้อมมีความสมดุล ความสมดุลของธรรมชาติแวดล้อม เกิดขึ้นเพราะแบบแผนการผลิตที่คำนึงถึงความสมดุลของธรรมชาติแวดล้อม และขึ้นกับจิตใจมนุษย์ที่ไม่โลภมาก และการพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจได้ การพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจ เป็นการผลิตเพื่อกินเองใช้เอง ความสมดุลของธรรมชาติแวดล้อมกับพฤติกรรมไม่ฟุ่มเฟือย ทำให้เศรษฐกิจได้สมดุลพอกินพอใช้ไม่ขาดทุน ไม่เป็นหนี้สิน จมมีชีวิตที่สงบ มีเวลา และไม่ทำลายสิ่งแวดล้อม และชีวิตชุมชน ระบบชีวิตมีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมใกล้เคียง มีอาหารการกินเหลือเฟือ มีเวลาที่จะช่วยเหลือสังสรรค์กัน มีสถาบันครอบครัวที่มั่นคง มีการนับถือผู้เฒ่าผู้แก่ มีวัดเป็นสถาบันของชุมชนที่ช่วยพัฒนาจิตใจ เป็นศูนย์กลางทางการศึกษา ทางสาธารณสุข ทางศิลปวัฒนธรรม เป็นสถาบันสังคมสงเคราะห์ และเป็นเครื่องช่วยให้เกิดความสมดุลทางเศรษฐกิจ จากการเชื่อมโยงของชั้น ๕ ของชุมชนดังกล่าว เป็นเรื่องสำคัญของพุทธเกษตรกรรม ซึ่งเป็นวิถีชีวิตเกษตรกรรมที่อาศัยหลักพุทธธรรม ชั้น ๕ ของชุมชนนี้มีใช้หยุดนิ่งตายตัว แต่ต้องมีการพัฒนาและระมัดระวังอย่างต่อเนื่อง อย่างเช่นในเรื่องการพัฒนาจิตใจก็ต้องมีวิธีการที่จะปลูกจิตสำนึกให้เกิดความคิด ความตื่นตัว และกำลังใจที่จะทำความดีและความถูกต้อง ในเรื่องชีวิตชุมชนก็ต้องการพัฒนาองค์กรชุมชนของชาวบ้าน การบริหารจัดการ การเรียนรู้ และการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร เพื่อชุมชนจะได้อยู่ในฐานะที่ป้องกันเหตุปัจจัยที่จะเข้ามาทำลายชั้น ๕ ของชุมชน และพุทธเกษตรกรรมเป็นรูปธรรมของการปฏิบัติที่นำเอาหลักธรรม เทคโนโลยี นิเวศวิทยา เศรษฐกิจ ชุมชน และวัฒนธรรมมาเชื่อมสัมพันธ์พร้อมกันไป

นอกจากนี้ ท่านมหาตมะ คานธี^{๒๘} ได้กล่าวถึงแนวคิดเกี่ยวกับหลักการพึ่งตนเองไว้ว่า หลัก “สวเทชี” หรือหลักการพึ่งตนเอง ซึ่งถือว่าเป็นหัวใจหลักของโครงสร้างอุดมคติของคานธี การพึ่งตนเองเป็นสิ่งสำคัญ เพราะเมื่อเราไม่สามารถพึ่งพาตนเองได้ เราก็ต้องเอาเปรียบผู้อื่น หรือถูกผู้อื่นเอาเปรียบ ไม่ทางตรงก็ทางอ้อม การพึ่งตนเองจึงเป็นสิ่งสำคัญในชีวิต คานธีเห็นว่า กลยุทธ์ในการพัฒนาต้องอาศัยการพึ่งตนเอง เพื่อต่อต้านการพึ่งพา สร้างความเท่าเทียม และใช้ทรัพยากรอย่างชาญฉลาด ตามที่เสนอไว้ในหลักการแห่ง สวเทชี (Swadeshi) และ สวราช

^{๒๘} ประเวศ วะสี, พุทธเกษตรกรรมกับศาสนาสืบของสังคมไทย, หน้า ๘.

^{๒๙} อ้างใน อภินันท์ ยอดมณี, “การพึ่งตนเองของชุมชนไม่เรียง อำเภอฉวาง จังหวัดนครศรีธรรมราช”, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๖), หน้า ๑๔.

(Sawaraj) ซึ่งคำว่า สวเทสี แปลตามศัพท์คือ สว แปลว่า ของตนเอง เทสี แปลว่า ท้องถิ่น รวมแปลตามศัพท์ว่า ท้องถิ่นของตนเอง คานธีเห็นว่า คนเราต้องรับผิดชอบต่อสังคม โดยจะเริ่มจากหน่วยที่ย่อยที่สุดและใกล้ที่สุดที่เราสามารถทำได้ ก็คือครอบครัวของเรา เพื่อนบ้านของเรา ถ้าเราปฏิบัติต่อเพื่อนบ้านอย่างดีแล้ว ไม่มีใครในโลกที่ต้องการความช่วยเหลือ และถูกปล่อยปละละเลย เมื่อเราช่วยเหลือเพื่อนบ้านก็เท่ากับช่วยเหลือตัวเอง ช่วยเหลือโลก ซึ่งแนวคิดชุมชนพึ่งตนเองของในรูปหมู่บ้านสวราช ของคานธี หมายถึง การปกครองด้วยตนเอง (Self-Government) เหมือนบางส่วนของ การอธิบายถึงหมู่บ้านสวราชของคานธีว่า “ตามความคิดของข้าพเจ้า หมู่บ้านสวราชเป็น สาธารณรัฐที่แท้จริง หมู่บ้านสวราชสามารถพึ่งตนเองได้ในสิ่งที่จำเป็นต่อชีวิต แต่กระนั้นก็มีการ พึ่งพากันในระหว่างหมู่บ้านต่างๆ ในความจำเป็นอื่นๆ ภารกิจหลักของทุกหมู่บ้านก็คือการปลูกพืช อาหาร และการปลูกฝ้ายเพื่อถักทอเป็นเครื่องนุ่งห่ม หมู่บ้านยังจะต้องกันที่สาธารณะสำรองไว้ สำหรับเป็นท่าเลสัตว์เลี้ยง เป็นที่พักผ่อนและเป็นที่เล่นสำหรับเด็กและผู้ใหญ่ หากมีที่ดินเพียงพอ หมู่บ้านก็อาจจะปลูกพืชเศรษฐกิจที่มีประโยชน์ มีโรงมหรสพ โรงเรียน และศาลากลางบ้าน ระบบ จ่ายน้ำ การศึกษาเบื้องต้นจะต้องเป็นการศึกษาภาคบังคับ กิจกรรมต่างๆ ควรกระทำในรูปของ สหกรณ์ จะต้องไม่มีการแบ่งชั้นวรรณะ”

สรุปได้ว่า แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนาศักยภาพการพึ่งตนเอง เป็น ความสามารถในการพัฒนาศักยภาพของตนเองและชุมชนให้มีความสามารถในการพึ่งตนเอง ได้ใน ๕ ด้าน คือ ๑) ด้านเศรษฐกิจ ๒) ด้านทรัพยากรธรรมชาติ ๓) ด้านเทคโนโลยี ๔) ด้านสังคม และวัฒนธรรม และ ๕) ด้านจิตใจ

๒.๒.๒ แนวคิดและทฤษฎีการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

(๑) ด้านจิตใจ

ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมุ่งเน้นไปในการสร้างความ "พออยู่ พอกิน" ความเหมาะสม พอเพียงและความพอดีต่อการดำเนินชีวิต มีการพัฒนาคนให้สามารถพัฒนาความคิด จิตใจ ให้รู้จัก กิน รู้จักใช้ตามอัตภาพ ตามความจำเป็นแห่งชีวิต

สุเมธ ตันติเวชกุล^{๓๐} กล่าวว่า การพึ่งตนเองด้านจิตใจ หมายถึง ต้องเข้มแข็ง สามารถพึ่งตนเองได้ มีจิตสำนึกที่ดี เอื้ออาทร ประนีประนอมนึกถึงผลประโยชน์ส่วนรวม

สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ^{๓๑} สรุปหลักการพึ่งตนเองด้านจิตใจว่า หมายถึง ทำตนให้เป็นที่พึ่งของตนเอง มีจิตใจที่

^{๓๐} สุเมธ ตันติเวชกุล, การดำเนินชีวิตในระบบเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริ, *ข้าราชการครู*, หน้า ๒.

เข้มแข็ง มีจิตสำนึกที่ดี สร้างสรรค์ให้ตนเองและชาติโดยรวมมีจิตใจเอื้ออาทร ประนีประนอม ซื่อสัตย์ สุจริตเห็นประโยชน์ส่วนรวมเป็นที่ตั้ง ดังกระแสพระราชดำรัสในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวเกี่ยวกับการพัฒนาคน ความว่า

"..บุคคลต้องมีรากฐานทางจิตใจที่ดี คือ ความหนักแน่น มั่นคงในสุจริตธรรมและความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติหน้าที่ได้จนสำเร็จ ทั้งต้องมีกุศโลบายหรือวิธีการอันแยบยลในการปฏิบัติงานประกอบพร้อมด้วยจึงจะสัมฤทธิ์ผลที่แน่นอน และบังเกิดประโยชน์อันยั่งยืนแก่ตนเองและแผ่นดิน..."

นอกจากนั้น การพึ่งตนเองด้านจิตใจ ยังหมายรวมถึง การทำตนเองให้มีสภาพจิตใจที่กล้าแข็ง เพื่อที่จะสามารถต่อสู้กับปัญหาอุปสรรคต่างๆ ทั้งการหาเลี้ยงชีพด้วยความถูกต้อง ความดีงาม ไม่เบียดเบียนหรือทำให้ผู้อื่น ยึดมั่นปฏิบัติตามหลักทางสายกลางหรือมัชฌิมาปฏิปทา และมีจิตใจเอื้ออาทร ประนีประนอม เห็นประโยชน์ส่วนรวมเป็นที่ตั้ง^{๓๒}

สุเมธ ตันติเวชกุล^{๓๓} กล่าวว่า ผู้เดินตามรอยพระยุคลบาทเศรษฐกิจพอเพียง ควรปฏิบัติตามหลักธรรมทิวาสัมมิกัตถประโยชน์ ซึ่งเป็นประโยชน์ในปัจจุบันที่มองเห็นกันในชาตินี้ คือ ทิวาสัมมิกัตถประโยชน์มี ๔ ประการ คือ

- (๑) อุฏฐานสัมมปทา ถึงพร้อมด้วยความขยันหมั่นเพียร
- (๒) อารักขสัมมปทา ถึงพร้อมด้วยการรักษา
- (๓) กัลยาณมิตรตตา ความมีเพื่อนเป็นคนดี
- (๔) สมชีวีตา การเลี้ยงชีพตามกำลังทรัพย์ที่หาได้

มีผู้เรียกหลักธรรมทิวาสัมมิกัตถประโยชน์ว่า เป็นหัวใจเศรษฐกิจพอเพียง ผู้ไม่ยากจนและต้องเป็นเศรษฐกิจพอเพียง จะต้องปฏิบัติตามหลักธรรมทิวาสัมมิกัตถประโยชน์ ซึ่งมีผู้เอาคำนำของ

^{๓๑} สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการ, การพัฒนาที่มั่นคงยั่งยืนตามรอยพระราชดำริ, **วารสารเศรษฐกิจพอเพียง**, (๒๕๔๗, มิถุนายน), ๑ : ๑-๓๓.

^{๓๒} ณรงค์ศักดิ์ คุญปัดมภ์, **เศรษฐกิจพอเพียง: การขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง**, สืบค้นเมื่อวันที่ ๓๑ กรกฎาคม ๒๕๕๔, จาก <http://www.sufficiencyeconomy.org/webboard_show.php>, เพ็ญศรี เปลี่ยนขำ, วิถีการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง, **วารสารวิชาการราชภัฏตะวันตก**, (๒๕๕๐, กรกฎาคม-ธันวาคม), ๒(๑) : ๓๐.

^{๓๓} อ่างในกนกกาญจน์ ฉวีวงศ์, “การศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากรโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร”, **วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๒), หน้า ๓๒.

หลักธรรม ๔ ประการ มาเป็นคาถาหัวใจเศรษฐีมีข้อความดังนี้ "อุ อา กะ สะ" ผู้ที่ไม่ยากจนจึงควรสวดคาถานี้ และปฏิบัติตามคาถานี้อยู่เสมอ

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้พระราชทานพระบรมราโชวาทเกี่ยวกับความฟุ้งเฟ้อดังนี้

"ความฟุ้งเฟ้อทำให้เกิดความไม่พอ คนเราฟุ้งเฟ้อก็ไม่มีทางที่จะหาทรัพย์มาป้อนความฟุ้งเฟ้อได้ ความฟุ้งเฟ้อเป็นปากที่หิวไม่หยุด เป็นปากที่หิวตลอดเวลา ป้อนเท่าไรไม่พอ หาเท่าไรไม่พอ ฉะนั้นจะต้องหาทางป้องกันความฟุ้งเฟ้อและป้องกันการที่จะนำมาป้อนความฟุ้งเฟ้อ ซึ่งก็คือการทุจริต"

การที่จะป้องกันความฟุ้งเฟ้อก็คือ เดินตามรอยพระยุคลบาทเศรษฐกิจพอเพียง คือให้ รู้จักพอ พอใจ และพอดี

ความพอ คือ ความไม่โลภ คนที่มีความโลภจะเป็นคนอยากได้จะมีใจที่หิวโหยอยู่เสมอ คนที่รู้จักพอจะเป็นคนที่มีความสุข ตามคำกล่าวที่ว่า "รู้จักพอ ก่อสุขทุกสถาน"

ความพอใจ คือ ความสันโดษ เป็นคนที่มีความพอใจในสิ่งที่ตนมี ยินดีในสิ่งที่ตนได้ มีพระพุทธพจน์ว่า "ความสันโดษเป็นทรัพย์อย่างยิ่ง"

ความพอดี คือ มัชฌิมาปฏิปทา หรือทางสายกลาง ไม่สุดโต่งข้างใดข้างหนึ่ง ไม่หย่อน เกินไปและไม่ตึงเกินไป ความพอดียังหมายถึง มัตตัญญูตา ความเป็นผู้รู้จักประมาณ คือ ความพอเหมาะพอดี เช่น รู้จักประมาณในการกินอาหาร รู้จักประมาณในการแสวงหา รู้จักประมาณในการใช้จ่ายพอเหมาะพอควร

คุณธรรม ๔ ประการ ตามพระบรมราโชวาทตรงกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนา ซึ่ง ขวาวาสธรรม ๔ เป็นธรรมสำหรับฆราวาส เป็นหลักการครองชีวิตของคฤหัสถ์ มี ๔ ประการ ดังนี้

- (๑) สัจจะ ความซื่อสัตย์ ซื่อตรง ความจริง คือ จริงใจ พูดจริง ทำจริง
- (๒) ทมะ การข่มใจ รู้จักควบคุมจิตใจของตนเองปรับปรุงตนเองให้เจริญก้าวหน้าด้วยสติปัญญา
- (๓) ขันติ ความอดทน อดกลั้น ทำงานด้วยความขยันหมั่นเพียร เข้มแข็ง ไม่หวั่นไหว ไม่ท้อถอย
- (๔) จาคะ ความเสียสละ เสียสละประโยชน์ส่วนตนเพื่อประโยชน์ส่วนรวม สละความสุขสบายของตนในการทำประโยชน์เพื่อส่วนรวม เช่น ไม่เห็นแก่ตัว พร้อมที่จะร่วมมือช่วยเหลือเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่คับแคบ เห็นแก่ตน หรือเอาแต่ใจตัว

"คนเราต้องมีศาสนา คือ ความคิดหรือสิ่งที่คิดประจำใจอันเป็นแนวทางปฏิบัติในใจ ประจำตัวและต้องมีการศึกษา คือ ความรู้ต่างๆ ทั้งในด้านจิตใจ ทั้งในด้านวัตถุ ทั้งสองอย่างเป็นสิ่งสำคัญและเป็นสิ่งที่แยกกันไม่ได้"

จากพระบรมราโชวาทที่อัญเชิญมา ผู้ที่เดินตามรอยพระยุคลบาท จึงควรมีอุดมคติในการ ดำรงชีวิตดังนี้

- (๑) มีชีวิตอยู่ด้วยธรรมะและความดี
- (๒) มีความขมใจไม่ทำสิ่งชั่วด้วยใจชั่ว ว่าเสื่อม
- (๓) มีความกล้าที่จะกระทำสิ่งที่เป็นความดี ความถูกต้องและเป็นธรรม
- (๔) มีความมุ่งมั่นในการทำความดี แม้จะทำได้ยากและเห็นผลช้า
- (๕) มีความเอื้อเฟื้อต่อผู้อื่น โดยถือว่าการเสีย คือ การได้
- (๖) มีความกล้าที่จะปฏิบัติหน้าที่ให้เป็นไปตามความถูกต้องเที่ยงตรง
- (๗) มีความมั่นคงในความซื่อสัตย์สุจริต และความถูกต้องตามทำนองคลองธรรม
- (๘) มีความประพฤติชอบและการเลี้ยงชีพชอบ
- (๙) มีศาสนาเป็นแนวทางปฏิบัติในใจและมีการศึกษาทั้งในด้านจิตใจและใน

ด้านวัตถุเป็นเครื่องมือในการดำเนินชีวิต

รังสรรค์ ประเสริฐศรี^{๓๔} ได้กล่าวว่า จากผลการวิจัยได้ระบุอารมณ์ซึ่งเป็น สากล ๖ ประการ คือ ความโกรธ ความกลัว ความเสียใจ ความสุข ความเบื่อหน่าย และความประหลาดใจ ซึ่งอารมณ์พื้นฐานเหล่านี้จะปรากฏอยู่ในที่ทำงาน เช่น ฉันรู้สึกโกรธ (Angry) หลังจาก ได้รับทราบ คำตำหนิว่าทำงานไม่ดี ฉันกลัว (Fear) ว่าจะถูกเลิกจ้างจากผลที่บริษัทตดงบประมาณ ฉันรู้สึกเสียใจ (Sad) เกี่ยวกับเพื่อนร่วมงานคนหนึ่งออกไปทำงานใหม่ในเมืองอื่น ฉันมีความสุข (Happy) หลังจากได้รับการคัดเลือกให้เป็น "พนักงานดีเด่นของเดือน" ฉันรู้สึกเบื่อหน่าย (Disgusted) ในวิธีการที่หัวหน้ากระทำต่อผู้หญิงในทีมงานของเรา และฉันรู้สึกประหลาดใจ (Surprised) ที่ได้ทราบว่าฝ่ายบริหาร มีแผนการจัดการโครงสร้างใหม่ของ "โครงการเกษียณอายุ" ของบริษัทให้เสร็จสมบูรณ์

^{๓๔} รังสรรค์ ประเสริฐศรี, พฤติกรรมองค์การ (Organization Behavior), (กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า ๓๓-๓๔.

สมใจ ลักษณะ^{๓๕} ได้กล่าวถึงความสำคัญของอารมณ์ไว้ว่า เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ตามสภาพแวดล้อมและสิ่งเร้าที่มากระทบ แต่การแสดงออกทางอารมณ์จะเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดที่มีผลกระทบถึงผู้แสดงอารมณ์ และถึงผู้ที่ได้รับผลของการแสดงอารมณ์ ความสามารถในการควบคุม การแสดงอารมณ์จึงเป็นความสามารถที่สำคัญที่ทำให้บังเกิดผลดีต่อบุคคลอย่างยิ่ง

สงวน สุทธิเลิศอรุณ^{๓๖} ได้กล่าวถึง การเสริมสร้างชีวิตให้เป็นสุขเป็นความสุขจากการดำเนินชีวิตในครอบครัวให้เป็นสุขจะต้องมีความพร้อมในด้านจิตใจ ไม่เป็นโรคจิต หรือโรคประสาท หรือเป็นผู้ที่มีความเบี่ยงเบนทางเพศ และมีความพร้อมทางด้านความเฉลียวฉลาด ทางอารมณ์คือ (๑) รู้จักอารมณ์ของตนเอง (๒) ควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ (๓) พัฒนาอารมณ์ของตนเองได้ และ (๔) รู้จักและเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่นได้ รู้ว่าคู่สมรสของเราชอบอะไรและไม่ชอบอะไร นอกจากนี้วิธีการเสริมสร้างความสุขจากการทำงานในด้านการเสริมสร้างจิตให้เป็นสุข ได้เสนอไว้ ดังนี้

- (๑) การเข้าถึงธรรมชาติ ถ้ามนุษย์เราเข้าถึงธรรมชาติ ซึ่งมีความสัมพันธ์และเกื้อกูลกัน ทุกคนจะลดความเหินแกลตัว และรักในเพื่อนมนุษย์ ทำให้เรามีความสุขมากขึ้น
- (๒) การออกกำลังกาย ถ้าเราออกกำลังกายสม่ำเสมอ ร่างกายจะแข็งแรง สมบูรณ์จิตใจ ย่อมสดใส จะอยู่ในเรือนร่างที่แข็งแรงสมบูรณ์ ทำให้เรามีความสุขมากขึ้น
- (๓) การทำงาน ถ้าเรารักและชอบงานที่ทำ ก็จะทำงานด้วยความรักและความเพลิดเพลิน ทำให้เราได้มีความสุขมากขึ้น
- (๔) มีความเมตตา ถ้ามนุษย์มีความเมตตา กรุณา และเอื้ออาทรต่อผู้อื่น เราก็จะมี ความสบายใจและมีความสุขได้
- (๕) การเจริญสติ ถ้ามนุษย์สนใจและเจริญสมาธิ ก็ย่อมจะเกิดความสงบสุขก็มีความสุขได้

นิสาร์ตัน ศิลปะเดช^{๓๗} ได้สรุปไว้ว่า องค์ประกอบที่จะทำให้บุคคลมีคุณภาพชีวิตที่ดี หรือมีลักษณะของชีวิตที่มีความสุข ความสมบูรณ์ และมีความพึงพอใจในการมีชีวิตได้อย่างแท้จริงในด้านจิตใจและอารมณ์ หมายถึง การเป็นผู้มีจิตใจที่ดี มีอารมณ์แจ่มใสมั่นคงไม่แปรปรวน

^{๓๕} สมใจ ลักษณะ, **การพัฒนาประสิทธิภาพในการทำงาน**, (กรุงเทพมหานคร : เพิ่มทรัพย์การพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๘๒-๘๔.

^{๓๖} สงวน สุทธิเลิศอรุณ, **พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน**, (กรุงเทพมหานคร : ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๔๕), หน้า ๓๕๙-๓๖๓.

^{๓๗} นิสาร์ตัน ศิลปะเดช, **ประชากรกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต**, (กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาสังคมวิทยา คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ สถาบันราชภัฏธนบุรี, ๒๕๔๐), หน้า ๘๕-๘๖.

หงุดหงิดง่าย โมโหง่าย จิตใจมีคุณธรรม ไม่อิจฉาริษยา หรือเคียดแค้นพยาบาทผู้อื่นเป็นผู้มองโลกในแง่ดี มีความโอบอ้อมอารี พร้อมที่จะช่วยเหลือผู้ที่ตกทุกข์ได้ยากหรือเดือดร้อนเสมอ การมีพื้นฐานด้านจิตใจและอารมณ์ที่ดี จะช่วยให้บุคคลเกิดความสุขและสงบในการดำรงชีวิต

สรุปได้ว่า การพึ่งตนเองด้านจิตใจ หมายถึง การปฏิบัติตนในการทำสิ่งต่างๆ ที่ถูกต้อง ดีงาม พึ่งพาตนเองได้อย่างมีความสุข ทั้งกายและจิตใจ มีจิตสำนึกที่ดี มีจิตใจเอื้ออาทร ซื่อสัตย์ สุจริต มีจิตใจที่เข้มแข็งและมีคุณธรรม จริยธรรม ในการดำรงชีวิต

(๒) ด้านสังคม

วิถีชีวิตของคนไทย ดำเนินชีวิตด้วยความเรียบง่าย มีการพึ่งพาอาศัยกันช่วยเหลือเกื้อกูลกัน และรู้จักการแบ่งปันดำรงชีวิตแบบพออยู่ พอกินไม่ฟุ้งเฟ้อไม่ฟุ่มเฟือยใช้ชีวิตตามฐานะของตนเอง จึงทำให้ชีวิตในแต่ละวันมีความสุข

สุเมธ ตันติเวชกุล^{๓๘} กล่าวว่า การพึ่งตนเองด้านสังคม หมายถึง การช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ความสามารถในการช่วยเหลือเกื้อกูลกัน สร้างความเข้มแข็งให้แก่ชุมชน รู้จักผนึกกำลังและที่สำคัญมีกระบวนการเรียนรู้ที่เกิดจากฐานรากที่มั่นคงและแข็งแรง

สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ^{๓๙} เสนอว่า การพึ่งตนเองทางสังคม หมายถึง การที่ชุมชนต้องช่วยเหลือเกื้อกูลกัน เชื่อมโยงกันเป็นเครือข่ายชุมชนที่เข้มแข็งเป็นอิสระ ดังกระแสพระราชดำรัส ความว่า

"...เพื่อให้งานรุดหน้าไปพร้อมเพรียงกันไม่ลดหล่น จึงขอให้ทุกคนพยายามที่จะทำงานในหน้าที่อย่างเต็มที่ และให้มีการประชาสัมพันธ์กันให้ดี เพื่อให้งานทั้งหมดเป็นงานที่เกื้อหนุนสนับสนุนกัน..."

เพ็ญศรี เปลียนขำ^{๔๐} กล่าวว่า การพึ่งตนเองด้านสังคม หมายถึง การที่กลุ่มคนมีความเป็นปึกแผ่น เหนียวแน่น มีผู้นำที่มีประสิทธิภาพ สามารถนำกลุ่มคนเหล่านี้ให้ดำเนินการใดๆ เพื่อบรรลุเป้าหมายด้วยตนเอง หรือสามารถหาความช่วยเหลือจากภายนอกเข้ามาช่วยทำให้ชุมชนช่วยตนเอง

^{๓๘} สุเมธ ตันติเวชกุล, การดำเนินชีวิตในระบบเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริ, **ข้าราชการครู**, หน้า ๒.

^{๓๙} สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการ, การพัฒนาที่มั่นคงยั่งยืนตามรอยพระราชดำริ, **วารสารเศรษฐกิจพอเพียง**, (๒๕๔๗, มิถุนายน), ๑ : ๒.

^{๔๐} เพ็ญศรี เปลียนขำ, วิธีการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง, **วารสารวิชาการราชภัฏตะวันตก**, (๒๕๕๐, กรกฎาคม-ธันวาคม), ๒(๑) : ๓๐.

วิทยา นนทน์ภา^{๔๑} ได้ให้ความหมายของ การพึ่งตนเองด้านสังคม ว่าหมายถึง แต่ ละชุมชนต้องช่วยเหลือเกื้อกูลกัน เชื่อมโยงกัน เป็นเครือข่ายชุมชนที่แข็งแรง เป็นอิสระ

คณะทำงานเศรษฐกิจพอเพียง^{๔๒} กล่าวถึง การประยุกต์ใช้ปรัชญาเศรษฐกิจ พอเพียงในงานพัฒนาชุมชน มีดังนี้

ความหมายเศรษฐกิจพอเพียงในงานพัฒนาชุมชน แบ่งออกเป็น ๓ ระดับ ดังต่อไปนี้

(๑) ระดับจิตสำนึก เกิดขึ้นจากการที่สมาชิกในชุมชนแต่ละคนตระหนักถึง ความสุขและความพอใจในการใช้ชีวิตอย่างพอดี (ความสันโดษ) และรู้สึกถึงความพอเพียง คือ ดำเนินชีวิต "อย่างสมถะ" ประกอบสัมมาอาชีพหาเลี้ยงตนเองได้อย่างถูกต้อง ไม่อดอยาก หรือโลภ แล้วตักตวง หรือเบียดเบียนผู้อื่นจนเกิดความจำเป็นแต่คิดเผื่อแผ่แบ่งปันไปยังสมาชิกคนอื่นๆ ใน ชุมชนด้วย

อย่างไรก็ตาม แม้ว่าความพอเพียงของสมาชิกแต่ละคนจะไม่เท่าเทียมกัน แต่ สมาชิกทุกคนที่ดำเนินชีวิตตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงเห็นสอดคล้องกันในการยึดมั่นหลักการ ๓ ประการ คือ

(๑) การใช้ชีวิตบนพื้นฐานของการรู้จักตนเอง รู้จักพัฒนาตนเองด้วยการ พยายาม ทำจิตใจให้ผ่องใสรวมทั้งมีความเจริญและมีความเย็นใจในจิตใจอยู่เป็นประจำอย่าง ต่อเนื่อง

(๒) การคิดพึ่งพาตนเองและพึ่งพาซึ่งกันและกันในการดำเนินกิจกรรม ต่างๆ คือ เมื่อมีปัญหาจากการดำเนินชีวิต ก็ให้ใช้สติปัญญาไตร่ตรองหาสาเหตุของปัญหา และ แก้ไขไปตามเหตุและปัจจัย ด้วยความสามารถและศักยภาพที่ตนเองมีอยู่ก่อนที่จะคิดพึ่งผู้อื่น และ มี การปรึกษาหารือ ถ้อยทีถ้อยอาศัยช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

(๓) การใช้ชีวิตอย่างพอเพียง รู้จักลดกิเลสและความต้องการของตนเอง ลง เพื่อให้เหลือแรงและเวลาในการพัฒนาคุณภาพชีวิต ตลอดจนทำประโยชน์ให้แก่ส่วนรวม ได้มากขึ้น

^{๔๑} อังในกนกกาญจน์ ฉวีวงศ์, “การศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญา เศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากรโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร”, หน้า ๓๖.

^{๔๒} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๖-๓๘.

(๒) ระดับปฏิบัติ ในการนำหลักการเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการปฏิบัติ แบ่งได้เป็น ๔ ขั้นตอนคือ (๑) ฟังตนเองได้ (๒) อยู่ได้อย่างพอเพียง (๓) อยู่ร่วมกันอย่างเอื้ออาทร และ (๔) อยู่ดียิ่งขึ้นด้วยการเรียนรู้โดยแต่ละขั้นตอน มีรายละเอียด ดังนี้

ขั้นแรก สมาชิกในชุมชนควรยึดหลักของการ "ฟังตนเอง" คือต้องพยายาม ฟังตนเองให้ได้ในระดับครอบครัวก่อน ให้แต่ละครอบครัวมีการบริหารจัดการอย่างพอดีและ ประหยัด ไม่ฟุ่มเฟือย โดยสมาชิกแต่ละคนต้องรู้จักตนเอง เช่น รู้ข้อมูลรายรับ-รายจ่าย ใน ครอบครัวของตนเอง และสามารถรักษาระดับการใช้จ่ายของตนไม่ให้เกินหนี้และสมาชิกจะต้อง รู้จักดึงศักยภาพที่มีอยู่ในตนเองออกมาใช้ให้เกิดประโยชน์ให้มากที่สุด โดยเฉพาะควรสามารถ ฟังตนเองได้ในเรื่องของปัจจัยสี่ให้ได้ระดับหนึ่ง

ขั้นที่สอง หลังจากที่สมาชิกฟังตนเองได้ในด้านปัจจัยสี่ ดังกล่าวข้างต้น ได้แล้ว สมาชิกทุกคนควรพัฒนาตนเองให้สามารถ "อยู่ได้อย่างพอเพียง" คือ ดำเนินชีวิตโดยยึด หลักทางสายกลาง มีสติมาปฏิบัติ ให้ตนเองอยู่ได้อย่างสมดุล คือมีความสุขที่แท้โดยไม่ให้รู้สึก ขาดแคลน จนต้องเบียดเบียนตนเองหรือดำเนินชีวิตอย่างเกินพอดีจนต้องเบียดเบียนผู้อื่น หรือ เบียดเบียนสิ่งแวดล้อมแต่ให้ดำเนินชีวิตดังที่สมาชิกในภาคเหนือเรียกว่าเป็นการดำเนินชีวิตด้วย การทำเกษตรแบบ "แกงโฮะ" คือ ให้มุ่งทำเกษตรแบบพออยู่พอกินปลูกไว้กินเองก่อน หากเหลือจะ ขายและขายพินธุ์ รวมทั้งสนับสนุนให้มีการลงแขก เพื่อเสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิก แทนการใช้เครื่องจักรเพื่อทุนแรง

ขั้นที่สาม สมาชิกในชุมชนควร "อยู่ร่วมกันอย่างเอื้ออาทร" คือ มีความคิด ที่แจกจ่ายแบ่งปันให้ผู้อื่น ซึ่งจะทำให้ได้เพื่อนและเกิดเป็นวัฒนธรรมที่ดี ที่จะช่วยลดความเห็นแก่ ตัว และสร้างความพอเพียงให้เกิดขึ้นในจิตใจ เช่น ในการจัดทรัพยากรป่านั้น สมาชิกที่อาศัยอยู่ใน บริเวณป่า จะมุ่งเก็บผลผลิตจากป่า เพื่อมาใช้ในการยังชีพให้พออยู่พอกิน พอเหลือจึงค่อย แจกจ่ายออกไปด้วยวิธีให้ ไม่ใช่ด้วยวิธีขาย ซึ่งเมื่อทำได้ดังนั้นก็ทำให้สมาชิกมีทรัพยากรใช้ หมุนเวียนได้ตลอดทั้งปีอย่างพอเพียง เพราะเก็บไปเพื่อกิน ไม่ได้เก็บไปขายเพื่อเร่งหาเงิน ซึ่งการมี จิตใจที่แบ่งปันกันนี้จะเป็นพื้นฐานทำให้เกิดการรวมกลุ่มทางสังคมสร้างเป็นเครือข่ายเชื่อมโยง ระหว่างสมาชิกต่อไป

ขั้นสุดท้าย สมาชิกควร "อยู่ดียิ่งขึ้นด้วยการเรียนรู้" คือ ต้องรู้จักพัฒนา ตนเอง โดยการเรียนรู้จากธรรมชาติและประสบการณ์ในโลกกว้างด้วยตนเอง หรือจากการ แลกเปลี่ยนร่วมกับผู้อื่นให้เกิดเป็นชุมชนแห่งการเรียนรู้ที่ทุกคนช่วยกันพัฒนาชีวิตของตนเองและ

ผู้อื่นร่วมกัน มีการสืบทอดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาภูมิปัญญาท้องถิ่นและพัฒนาให้เป็นสังคมที่มั่นคง และยั่งยืนตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง

ในระดับปฏิบัติมีกิจกรรมในชุมชนที่สอดคล้องกับปรัชญาของเศรษฐกิจ สามารถจัดประเภทของกิจกรรมเป็น ๒ กลุ่มกิจกรรมหลัก ดังนี้

(๑) การรวมกลุ่มกันเพื่อทำกิจกรรมร่วมกันของสมาชิกในชุมชนด้วยทุนทางสังคมที่มีอยู่ ชุมชนได้รวมตัวกันทำกิจกรรมต่อต้านยาเสพติด กิจกรรมการรวมกลุ่มเพื่อเรียนรู้ร่วมกันผ่านศูนย์การเรียนรู้หรือโรงเรียนเกษตรกรรมในหมู่บ้าน การจัดตั้งร้านค้าที่เป็นของชุมชนเอง การจัดตั้งกลุ่มออมทรัพย์ การจัดตั้งกองทุนสวัสดิการ การรวมกลุ่มอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม และกิจกรรมการผลิตของกลุ่มต่างๆ เช่น การรวมกลุ่มทำขนมของแม่บ้าน หรือการรวมกลุ่มเพื่อปลูกพืชผักสวนครัว นอกจากนี้ ชุมชนยังได้ตั้งกองทุนข้าวสารร่วมกับชุมชนอื่นๆ ในต่างภูมิภาคเพื่อค้าขาย หรือผลิตระหว่างกัน รวมทั้งเพื่อการเรียนรู้แลกเปลี่ยนประสบการณ์และขยายผลการพัฒนาไปยังเครือข่ายชุมชนอื่นๆ ด้วย

(๒) กิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมจิตสำนึกท้องถิ่น ส่งเสริมวิถีชีวิตและวัฒนธรรมของเศรษฐกิจพอเพียง ชุมชนได้ริเริ่มกิจกรรมที่มุ่งปลูกฝังจริยธรรมความดีงามและจิตสำนึกรักท้องถิ่นให้เกิดแก่สมาชิกของชุมชน เช่น กิจกรรมที่ปลูกฝังสมาชิกในชุมชนให้มีความเอื้ออาทรต่อกัน มากกว่าคำนึงถึงตัวเงินหรือวัตถุเป็นพื้นฐานความสัมพันธ์ กิจกรรมที่ส่งเสริมให้สมาชิกทำบุญซื่ออย่างโปร่งใสและสุจริต กิจกรรมการพัฒนาครูในชุมชนให้มีคุณภาพ และมีจิตผูกพันกับท้องถิ่นเป็นสำคัญ รวมทั้งกิจกรรมที่ส่งเสริมให้สมาชิกในชุมชนพึ่งตนเอง ก่อนที่จะพึ่งหรือขอความช่วยเหลือจากคนอื่น

(๓) ระดับปฏิเวธ (ผลที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติ) ความหมายของปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง จากประสบการณ์ที่แลกเปลี่ยนกันนั้น ครอบคลุมไปถึงการวัดผลจากการปฏิบัติตามหลักข้างต้นด้วย กล่าวคือ สมาชิกในแต่ละชุมชนได้พัฒนาชีวิตของตนเองให้ดีขึ้น โดยเริ่มจากการพัฒนาจิตใจให้เกิดความพอเพียงในทุกระดับของการดำเนินชีวิต ทั้งในระดับครอบครัว ชุมชน และขยายไป ถึงระดับสังคม ดังนี้

(๑) ความพอเพียงในระดับครอบครัว คือ การที่สมาชิกในครอบครัวมีความจำเป็นอยู่ในลักษณะที่พึ่งพาตนเองได้อย่างมีความสุข ทั้งกายและจิตใจ สามารถดำเนินชีวิตได้โดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น รวมทั้งไม่เป็นหนี้หรือภาระด้านหนี้สินของตนเองและครอบครัว แต่สามารถหาปัจจัย ๔ มาเลี้ยงตนเองได้โดยที่ยังมีเหลือเป็นส่วนออมของครอบครัวด้วย

(๒) ความพอเพียงในระดับชุมชน คือ เกิดขึ้นจากการที่สมาชิกจากแต่ละครอบครัวในชุมชนมีความพอเพียงในระดับครอบครัวก่อนที่จะรู้จักการรวมกลุ่มกันเพื่อทำประโยชน์เพื่อส่วนรวม เช่น บริหารจัดการปัจจัยต่างๆ เช่น ทรัพยากร ภูมิปัญญา หรือศักยภาพของสมาชิกในท้องถิ่นที่มีอยู่ ให้สามารถนำไปดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้องและสมดุล เพื่อให้เกิดความเป็นอยู่ที่พอเพียงของชุมชนโดยรวมในที่สุด

(๓) ความพอเพียงในระดับสังคม คือ เกิดขึ้นจากการรวมกลุ่มของชุมชนหลายๆ แห่งที่มีความพอเพียง มาร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้ สืบสานภูมิปัญญาและร่วมกันพัฒนาตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อสร้างเป็นเครือข่ายเชื่อมโยงระหว่างชุมชน ให้เกิดเป็นสังคมแห่งความพอเพียงในที่สุด

ศักดิ์สิน ช้องดารากุล^{๔๓} กล่าวถึงสภาพสังคมไทย ดังนี้

(๑) สังคมคุณภาพ เป็นสังคมที่ยึดหลักความสมดุล ความพอดี สามารถสร้างคนทุกคนให้เป็นคนดี คนเก่ง พร้อมด้วยคุณธรรม จริยธรรม มีวินัย มีความรับผิดชอบ มีจิตสำนึกสาธารณะพึ่งตนเองได้ คนมีคุณภาพที่ดี มีความสุข อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี มีเมืองและชุมชนน่าอยู่ มีระบบดี มีประสิทธิภาพ ระบบเศรษฐกิจมีเสถียรภาพ มีความเข้มแข็งและแข่งขันได้ได้รับการพัฒนาอย่างยั่งยืนและสมดุลกับทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ระบบการเมืองการปกครองโปร่งใสเป็นประชาธิปไตย ตรวจสอบได้ และมีความเป็นธรรมในสังคมไทย

(๒) สังคมแห่งภูมิปัญญาและการเรียนรู้ เปิดโอกาสให้คนไทยทุกคนสามารถคิดเป็น ทำเป็น มีเหตุผล มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ สามารถเรียนรู้ได้ตลอดชีวิต รู้เท่าทันโลก พร้อมรับกับ การเปลี่ยนแปลง สามารถส่งสมทุนปัญญา รักษาและต่อยอดภูมิปัญญาท้องถิ่นได้อย่างเหมาะสม

(๓) สังคมสมานฉันท์และเอื้ออาทรต่อกัน ดำรงไว้ซึ่งคุณธรรมและคุณค่าของเอกลักษณ์สังคมไทยที่พึงพาเกื้อกูลกัน รู้รักสามัคคี มีจารีตประเพณีดีงาม มีความเอื้ออาทร รักภูมิใจในชาติและท้องถิ่น มีสถาบันครอบครัวที่เข้มแข็ง ตลอดจนเครือข่ายชุมชนทั่วประเทศ

สรุปได้ว่า การพึ่งตนเองด้านสังคม หมายถึง การปฏิบัติตนในการดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข โดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น สามารถพึ่งพาตนเองและพึ่งพาซึ่งกันและกัน ตลอดจนมีการช่วยเหลือซึ่งกันและกันในการดำเนินกิจกรรมต่างๆ

^{๔๓} ศักดิ์สิน ช้องดารากุล, ปัจจัยที่ทำให้ส่งผลต่อการนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงสู่การปฏิบัติ, วารสารวิชาการ, (๒๕๕๐, ตุลาคม- ธันวาคม), ๑๐ (๕) : ๕๑.

(๓) ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมเป็นสิ่งที่อยู่คู่กับสรรพสิ่งในโลก และมีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ โดยเฉพาะมนุษย์เป็นตัวการสำคัญยิ่งที่ทำให้สิ่งแวดล้อมเปลี่ยนแปลงทั้งในทางเสริมสร้างและทำลาย จะเห็นว่า ความหมายของทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม มีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด ต่างกันที่สิ่งแวดล้อมนั้นรวมทุกสิ่งทุกอย่างที่ปรากฏอยู่รอบตัวเรา ส่วนทรัพยากรธรรมชาติเน้นสิ่งที่อำนวยประโยชน์แก่มนุษย์มากกว่าสิ่งอื่น ซึ่งยูเพอร์ โดคีรี ได้กล่าวถึงทรัพยากรธรรมชาติไว้ว่า ทรัพยากรธรรมชาติ คือสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ สามารถเอื้อประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์และสิ่งมีชีวิตอื่นๆ ได้ ซึ่งมีทั้งทรัพยากรที่มีชีวิตและไม่มีชีวิต โดยมีการแบ่งประเภทของทรัพยากรตามหลักการใช้ประโยชน์เป็น ๓ ประเภท^{๔๔} คือ

(๑) ทรัพยากรธรรมชาติที่ใช้แล้วหมดไป (Exhausted Natural Resources) ได้แก่ น้ำมัน แร่ธาตุ ดิน เป็นต้น

(๒) ทรัพยากรธรรมชาติประเภทที่ใช้แล้วทดแทนได้ (Renewable Natural Resources) ได้แก่ ป่าไม้ สัตว์ป่า สัตว์น้ำ ทรัพยากรธรรมชาติ

(๓) ประเภทที่ใช้แล้วไม่หมด (Non-Exhausted Natural Resources) ได้แก่ นานา อากาศ แสงอาทิตย์ เป็นต้น

สุเมธ ตันติเวชกุล^{๔๕} กล่าวถึง การพึ่งตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม หมายถึง การใช้และจัดการทรัพยากรอย่างชาญฉลาด พร้อมทั้งหาทางเพิ่มคุณค่าโดยยึดอยู่บนหลักของความยั่งยืน

สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ^{๔๖} สรุปว่า การพึ่งตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม หมายถึง ให้ใช้และจัดการอย่างฉลาด พร้อมทั้งการเพิ่มมูลค่าโดยให้ยึดหลักการของความยั่งยืนและเกิดประโยชน์สูงสุด ดังกระแสพระราชดำรัส ความว่า

^{๔๔} ยูเพอร์ โดคีรี, ทรัพยากรธรรมชาติ ความหลากหลายทางชีวภาพกับการอนุรักษ์ ในประเทศไทย, (สุรินทร์ : สำนักวิทยบริการ สถาบันราชภัฏสุรินทร์, ๒๕๔๑).

^{๔๕} สุเมธ ตันติเวชกุล, การดำเนินชีวิตในระบบเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริ, ข้าราชการครู, หน้า ๒.

^{๔๖} สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการ, การพัฒนาที่มั่นคงยั่งยืนตามรอยพระราชดำริ, วารสารเศรษฐกิจพอเพียง, (๒๕๔๗, มิถุนายน), ๑ : ๒.

"..ถ้ารักษาสีงแวดลอมให้เหมาะสม นึกว่าอยู่ได้อีกหลายร้อยปี ถึงเวลานั้น ลูกหลานของเราก็อาจหาวิธีแก้ปัญหาต่อไป เป็นเรื่องของเขาไม่ใช่เรื่องของเร แต่เราก็ทำได้ ได้รักษาสีงแวดลอมไว้ให้พอสมควร.."

นอกจากนี้ เพ็ญศรี เปลี่ยนขำ ยังได้กล่าวถึง การพึ่งตนเองด้าน ทรัพยากรธรรมชาติและสีงแวดลอม^{๔๗} ว่าหมายถึง ความสามารถในการใช้ทรัพยากรธรรมชาติที่มี อยู่ให้เกิดประโยชน์สูงสุด และความสามารถในการศึกษาทรัพยากรธรรมชาติให้ดำรงอยู่ ไม่ให้ เสื่อมเสียไปจนหมดสิ้น หรือไม่ให้เสียดุลธรรมชาติ พร้อมทั้งหาทางเพิ่มมูลค่า โดยให้ยึดอยู่บน หลักการของความยั่งยืน สอดคล้องกับแนวคิดของ พิมพิมล แก้วมณี ที่กล่าวว่า การใช้ทรัพยากร อย่างประหยัดและมีประสิทธิภาพ^{๔๘} ต้องดำเนินการดังนี้

- (๑) ใช้วัตถุดิบที่มีในท้องถิ่น หรือผลิตวัตถุดิบเองแทนการซื้อจากภายนอก
- (๒) เน้นการใช้ทรัพยากรในพื้นที่ให้เกิดประโยชน์สูงสุด เช่น ปลุกพืชแซมใน พื้นที่หลากหลายชนิดเพื่อเพิ่มรายได้ ปลุกพืชสมุนไพรที่ใช้เป็นส่วนผสมน้ำหมัก เป็นต้น ทั้งนี้ต้อง คำนึงถึงความเหมาะสมของพื้นที่นั้นๆ
- (๓) การนำของเหลือกลับไปใช้ให้เกิดประโยชน์ เช่น ใช้หมุ่ำนากลับมาเป็น ปุ๋ย ควรมีการปลูกฝังจิตสำนึกในการรักษาสีงแวดลอมให้แก่เยาวชนในการใช้ทรัพยากรที่มีใน ท้องถิ่น ผลิตวัตถุดิบเองหรือใช้วัตถุดิบในท้องถิ่นแทนการซื้อจากภายนอก ใช้วัตถุดิบในการผลิตที่ มีคุณภาพให้เกิดคุณค่าและประโยชน์สูงสุด เน้นการใช้วัตถุดิบ รวมถึงยังมีการวางแผนการผลิต และจัดการของเหลือจากการผลิต

นอกจากนั้น ยังได้กล่าวถึงสาเหตุหลักของการสูญเสียความหลากหลายทาง ทรัพยากรและสีงแวดลอม ว่ามีสาเหตุดังนี้

- (๑) การใช้ทรัพยากรมากเกินไปกำลังหรือเกินสมรรถนะ การรองรับของระบบ นิเวศ (Carrying Capacity) หากมีการใช้ทรัพยากรจนเกินกว่าที่ทรัพยากรนั้นจะสามารถฟื้นคืน สภาพเองได้ ก็จะหมดไปในที่สุด และเกิดการสูญเสียพันธุ์
- (๒) การใช้ทรัพยากรและการพัฒนาในรูปแบบต่างๆ ที่ก่อเกิดการทำลายถิ่นที่ อยู่อาศัย (Habitat) หรือถิ่นที่อยู่มีขนาดพื้นที่ลดลง เช่น การสร้างถนน ทำให้เกิดการแบ่งพื้นที่เป็น

^{๔๗} เพ็ญศรี เปลี่ยนขำ, วิธีดำเนินการชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง, วารสารวิชาการราช ภัฏตะวันตก, (๒๕๕๐, กรกฎาคม-ธันวาคม), ๒(๑) : ๓๐.

^{๔๘} พิมพิมล แก้วมณี, รายงานการประชุมวิชาการ ศวพ. ปี ๒๕๔๙, (เชียงใหม่ : โครงการวิจัย และพัฒนาระบบการผลิตเกษตรและวิสาหกิจชุมชนตามวิถีเศรษฐกิจพอเพียง, ๒๕๔๙), หน้า ๒๑๘.

ผืนเล็กผืนน้อย การสร้างเขื่อน ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงระบบนิเวศจากบนกลายเป็นระบบนิเวศน้ำ ซึ่งสิ่งเหล่านี้ล้วนมีผลต่อการดำรงชีวิตของสัตว์ทั้งสิ้น อีกทั้งความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีก็เร่งให้อัตราการใช้ทรัพยากรได้รวดเร็วขึ้นด้วย

(๓) การใช้ทรัพยากรเพื่อการเกษตรและการพัฒนาการเกษตร ซึ่งนอกจากจะใช้พื้นที่แล้ว การใช้สารเคมีต่างๆ มีผลต่อการสูญพันธุ์ของสิ่งมีชีวิต

(๔) การนำสิ่งมีชีวิตต่างถิ่นเข้ามา ทำให้สูญเสียความหลากหลายทางพันธุกรรม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในพื้นที่ที่เป็นเกาะหรือพื้นที่เล็ก เนื่องจากชนิดพันธุ์ใหม่จะแทนที่ชนิดพันธุ์ ดั้งเดิมจนหมดไป

(๕) การเปลี่ยนแปลงภูมิอากาศของโลก ซึ่งการเกิดปรากฏการณ์โลกร้อน จะทำให้น้ำทะเลมีระดับสูงขึ้น ทำให้พื้นที่ที่ต้องถูกน้ำท่วมไปก็จะสูญเสียความหลากหลายทางชีวภาพไปด้วย

(๖) การดำเนินนโยบายของรัฐที่มีผลต่อการใช้ทรัพยากร การพัฒนาประเทศตามนโยบาย และแผนการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ มีผลทำให้ทรัพยากรลดลง ทั้งพื้นที่ป่า ความเสื่อมโทรมของดิน เหล่านี้ล้วนแต่มีผลต่อการใช้ทรัพยากรทั้งสิ้น

(๗) จากสาเหตุอื่นๆ เช่น การเกิดสงคราม การเกิดภัยธรรมชาติ การเพิ่มขึ้นของประชากร มนุษย์ การขาดความรู้ เป็นต้น

พร้อมทั้งเสนอแนวทางในการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมให้เกิดความยั่งยืนว่าควรดำเนินการตามแนวทางดังนี้

(๑) การมีพื้นที่อนุรักษ์เพื่อความหลากหลายทางทรัพยากร

(๒) การใช้มาตรการทางกฎหมายเพื่อควบคุมกิจกรรมการใช้ทรัพยากรของมนุษย์ เช่น กฎหมายเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม กฎหมายพื้นที่อนุรักษ์ต่างๆ

(๓) วางนโยบายการใช้ทรัพยากรให้ถูกต้องตามหลักวิชาการ ทรัพยากรประเภทต่างๆ มีหลักการใช้ที่แตกต่างกันไป นอกจากจะบังคับใช้กฎหมายแล้ว รัฐบาลต้องมีการสร้างความรู้ ความเข้าใจ ให้ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการใช้ทรัพยากรได้มีการใช้ทรัพยากรอย่างถูกต้องและเป็นธรรม

(๔) การส่งเสริมความรู้ทางสิ่งแวดล้อมศึกษา การให้ความรู้ต่างๆ ปลุกฝังจิตสำนึก รวมถึงการส่งเสริมการวิจัย เพื่อพัฒนาการใช้ทรัพยากร

(๕) การอนุรักษ์ภูมิปัญญาท้องถิ่น การใช้ทรัพยากรในอดีตนั้นอาศัยภูมิปัญญาท้องถิ่น ทำให้ทรัพยากรยังคงอยู่เนื่องจากการเก็บเกี่ยวทรัพยากรเป็นแบบค่อยเป็นค่อยไป

และใช้ เทคโนโลยีขั้นต่ำ แต่วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีที่ก้าวหน้า ทำให้การใช้ทรัพยากรมากขึ้น และ รวดเร็ว ย่อมให้เกิดมลพิษสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลต่อความเสื่อมโทรมของทรัพยากรธรรมชาติและ ความหลากหลายที่ลดลงไปด้วย

สอดคล้องกับแนวคิดของ นภาพค์ คงเศรษฐกุล ที่กล่าวถึงการอนุรักษ์ ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม^{๔๙} ว่าควรมีวิธีการดังนี้

(๑) นำทรัพยากรมาใช้ให้เกิดประโยชน์ โดยเป็นไปตามหลักการอนุรักษ์มีการ สำรวจ ทรัพยากรที่มีอยู่และทรัพยากรที่จะเกิดขึ้นมาใหม่

(๒) มีการวางแผนการใช้ทรัพยากรอย่างเป็นระบบ โดยคำนึงถึงระยะเวลา การฟื้นตัวของทรัพยากรที่นำมาใช้ ซึ่งเมื่อนำมาใช้ในปริมาณที่พอควรแล้ว จึงเปลี่ยนไปใช้ ทรัพยากร ประเภทอื่นที่ทดแทนกันได้โดยมีการหมุนเวียนทรัพยากรเพื่อนำมาใช้ประโยชน์ให้มี ประสิทธิภาพ และเกิดประสิทธิผลสูงสุด

สรุปได้ว่า การพึ่งตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม หมายถึง การ ปฏิบัติตนในการใช้ทรัพยากรธรรมชาติที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์ มีประสิทธิภาพ การนำวัสดุที่เหลือ ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ และรักษาทรัพยากรธรรมชาติให้ดำรงอยู่ไม่ให้หมดสิ้นไป

(๔) ด้านเทคโนโลยี

ความก้าวหน้าทางด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ทำให้มีการพัฒนาคิดค้นสิ่ง อำนวยความสะดวกสบายต่อการดำรงชีวิตเป็นอันมาก เทคโนโลยีได้เข้ามาเสริมปัจจัยพื้นฐานการ ดำรงชีวิตของมนุษย์ได้เป็นอย่างดี สามารถผลิตสินค้าและให้บริการต่างๆ เพื่อตอบสนองความ ต้องการของมนุษย์มากขึ้น ทำให้มีการติดต่อสื่อสารกันได้สะดวก การเดินทางเชื่อมโยงถึงกันทำให้ ประชากรในโลกติดต่อรับฟังข่าวสารกันได้ตลอดเวลา ซึ่งการนำเทคโนโลยีมาใช้ในยุคปัจจุบัน ประเทศไทยจะต้องเลือกให้เทคโนโลยีมาพัฒนาคุณภาพของคนให้มีความรู้ทักษะ และพร้อมรับกับ การเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ เพื่อให้เกิด นวัตกรรมทางความคิดทางด้านเทคโนโลยี^{๕๐} และใน ปัจจุบันมีการนำเทคโนโลยีสมัยใหม่มาพัฒนาต่อยอดภูมิปัญญาท้องถิ่นที่สามารถนำไปใช้ใน ชีวิตประจำวัน^{๕๑}

^{๔๙} นภาพค์ คงเศรษฐกุล, แนวคิดการพัฒนาอย่างยั่งยืน จากฐานความเป็นมาและการนำมาใช้ใน สังคมไทย, วารสารวิชาการราชภัฏกรุงเทพฯ, ๒๕๔๙, ๑๓(๑๒) : ๕๓.

^{๕๐} สุวัฒน์ ช่างเหล็ก, การพัฒนาประเทศตามแนวทฤษฎีใหม่และเศรษฐกิจพอเพียง, วารสารวิชาการ สีมารักษ์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา, ๒๕๔๙, ๒๐(๔) : ๑๙.

^{๕๑} สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, แผนพัฒนาเศรษฐกิจและ สังคมแห่งชาติ ฉบับที่ ๑๐ พ.ศ. ๒๕๕๐-๒๕๕๔, (กรุงเทพมหานคร : สำนักงานรัฐมนตรี, ๒๕๕๐), หน้า ๕๖).

จากข้อมูลบทความของ ผอ.ขนาดเล็ก^{๕๒} กล่าวว่า ครูในปัจจุบันจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีความรู้ความสามารถในการใช้เทคโนโลยีสมัยใหม่ในการสอน เช่น คอมพิวเตอร์ วัสดุทัศน เครื่องเล่นดีวีดี หรือแม้แต่โทรศัพท์มือถือ แต่ไม่น่าเชื่อว่าในปัจจุบันครูที่มีความรู้ทันต่อเทคโนโลยีสมัยใหม่มีไม่ค่อยมาก อาจจะถือว่ามีน้อยก็ได้ ครูส่วนใหญ่ยังไม่เปิดใจรับเทคโนโลยีมากนัก เนื่องจากบางคนอาจจะอาย อาจกลัวเสียหน้า หรือกลัวแต่เหตุผลของแต่ละคน แต่ผลลัพธ์ คือทุกคนที่ตามไม่ทันเทคโนโลยี ย่อมมีเหตุผลไม่ต่างจากนี้ ผมก็เป็นอีกคนหนึ่งที่ยพยายามไล่ตามเทคโนโลยีสมัยใหม่ แต่ก็ยังถือว่าไม่ค่อยทันอยู่ดี น่าสงสารเด็กสมัยใหม่ที่ต้องทนเรียนกับครูที่ไม่ทันสมัยจริงๆ

วรรณ นราเลิศสุขุมพงศ์^{๕๓} กล่าวว่า ทุกวันนี้โลกเรามีความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยี โดยจะเห็นได้จากข้อมูลข่าวสารที่ข้ามจากซีกโลกหนึ่งมายังอีกซีกโลกหนึ่ง ในเวลาชั่วพริบตาเดียว ไม่ว่าจะเป็นโดยการส่งผ่านดาวเทียม ส่งผ่านสายโทรศัพท์ หรือส่งผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ต เป็นที่ยอมรับกันว่าเทคโนโลยีใหม่เป็นลูกที่สามของโลกเรา ซึ่งเราเรียกกันว่า เป็นยุคสื่อสารทางไกลไร้พรมแดน หรือยุค IT (Information Technology) เทคโนโลยีได้เข้ามามีบทบาทในวงการศึกษา นอกจากนวัตกรรมใหม่ๆ พวกเครื่องมือ เครื่องใช้ที่ทันสมัย ก็มีเทคโนโลยีทางการสื่อสารที่นำมาใช้ในโรงเรียนโดยมีบทบาทอย่างมากต่อการเรียนการสอน

สุเมธ ตันติเวชกุล^{๕๔} กล่าวถึง การพึ่งตนเองทางเทคโนโลยี ว่าหมายถึง การเลือกใช้เฉพาะสิ่งที่สอดคล้องกับความต้องการและสภาพแวดล้อม และการพัฒนาเทคโนโลยีของเราด้วย

สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ^{๕๕} เสนอว่า การพึ่งตนเองด้านเทคโนโลยี หมายถึง การเลือกใช้เฉพาะที่สอดคล้องกับความต้องการของสภาพแวดล้อมภูมิประเทศสังคมไทย และควรพัฒนาเทคโนโลยีจากภูมิปัญญาของเราเอง ดังกระแสพระราชดำรัส ความว่า

^{๕๒} อังในกนกกาญจน์ จีวงศ์, “การศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากรโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร”, หน้า ๔๒.

^{๕๓} วรรณ นราเลิศสุขุมพงศ์, เศรษฐกิจพอเพียง : หลักการกับความเข้าใจของวิสาhekขุมชนเกษตร, วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, (๒๕๕๐, มิถุนายน-กันยายน), ๒๔(๑) : ๔๗.

^{๕๔} สุเมธ ตันติเวชกุล, การดำเนินชีวิตในระบบเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริ, ข้าราชการครู, หน้า ๒.

^{๕๕} สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการ, การพัฒนาที่มั่นคงยั่งยืนตามรอยพระราชดำริ, วารสารเศรษฐกิจพอเพียง, (๒๕๔๗, มิถุนายน), ๑ : ๒-๓.

"...การเสริมสร้างสิ่งที่ชาวบ้านชาวชนบทขาดแคลนและต้องการ คือ ความรู้ในด้านเกษตรกรรมโดยใช้เทคโนโลยีสมัยใหม่เป็นสิ่งที่เหมาะสม..."

และ "...การใช้เทคโนโลยีอย่างใหญ่โตเต็มรูปแบบหรือเต็มขนาดในงานอาชีพหลักของประเทศย่อมจะมีปัญหา..."

เพ็ญศรี เปลี่ยนขำ^{๕๖} กล่าวว่า การพึ่งตนเองด้านเทคโนโลยี หมายถึง การมีปริมาณและคุณภาพของเทคโนโลยีทางวัตถุ เช่น เครื่องไม้เครื่องมือ เครื่องจักรกล และเทคโนโลยีทางสังคม เช่น การจัดวางโครงการ การจัดการ เป็นต้น การรู้จักใช้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งการนำภูมิปัญญาชาวบ้านมาใช้ หรือประยุกต์ใช้ให้เหมาะสม

วิทยา นนทันทภา^{๕๗} กล่าวว่า การพึ่งตนเองทางเทคโนโลยี หมายถึง สภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงรวดเร็วเทคโนโลยีที่เข้ามาใหม่มีทั้งดีและไม่ดี จึงต้องแยกแยะบนพื้นฐานของภูมิปัญญาชาวบ้าน และเลือกใช้เฉพาะที่สอดคล้องกับความต้องการและสภาพแวดล้อม และควรพัฒนาเทคโนโลยีจากภูมิปัญญาของเราเอง

พิมพิมล แก้วมณี^{๕๘} กล่าวถึง การใช้เทคโนโลยีโดยมีวิธีปฏิบัติด้านการใช้เทคโนโลยีที่สอดคล้องกับหลักเศรษฐกิจพอเพียงมีดังนี้

(๑) เทคโนโลยีที่นำมาใช้ต้องช่วยให้ประหยัด หรือเพิ่มประสิทธิภาพการผลิต เช่น ในกรณีสหกรณ์โคนม สนับสนุนให้สมาชิกใช้เครื่องรีดนมแทนการใช้แรงงานคน ซึ่งนอกจากจะช่วยประหยัดเวลาแล้วยังช่วยลดการปนเปื้อนของเชื้ออื่นๆ ในน้ำนมดิบ และช่วยลดการเกิดการอักเสบของเต้านมด้วย

(๒) เทคโนโลยีหมายความว่ารวมถึงเทคนิคการผลิตด้วย เช่น ในสหกรณ์ลำไย มีการปรับเปลี่ยนการตัดแต่งทรงพุ่มต้นลำไยเพื่อให้ง่ายต่อการดูแลรักษาและเก็บเกี่ยว

(๓) เทคโนโลยีที่ใช้ไม่จำเป็นต้องเป็นนวัตกรรมใหม่เสมอไป ดังเช่นการหันกลับไปใช้ขี้เถ้าแทนโซดาไฟของกลุ่มกระดาศาบาบดงป่าซาง อันเนื่องมาจากราคาโซดาไฟสูงขึ้น แม้ว่าโซดาไฟจะมีประสิทธิภาพสูงกว่าขี้เถ้าก็ตาม การผลิตหรือการใช้พื้นที่ซึ่งหาได้ง่ายในท้องถิ่นเป็นพลังงาน ทดแทนก๊าซหุงต้มซึ่งมีราคาสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง

^{๕๖} เพ็ญศรี เปลี่ยนขำ, วิธีการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง, วารสารวิชาการราชภัฏตะวันตก, (๒๕๕๐, กรกฎาคม-ธันวาคม), ๒(๑) : ๓๐.

^{๕๗} อ่างในกนกกาญจน์ ฉวีวงศ์, "การศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากรโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร", หน้า ๔๒.

^{๕๘} พิมพิมล แก้วมณี, รายงานการประชุมวิชาการ สวพท. ปี ๒๕๕๙, หน้า ๒๑๘.

(๔) การประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาเกี่ยวกับเทคโนโลยี สามารถตอบสนองความต้องการของกลุ่มสหกรณ์ได้เป็นอย่างดี อีกทั้งช่วยแก้ปัญหาได้ตรงประเด็น

(๕) มีการใช้เทคโนโลยีให้เหมาะสมกับการใช้แรงงานคน นั่นคือคำนึงถึงว่าเทคโนโลยีที่ นำมาใช้ช่วยให้แรงงานทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น และได้แย่งงานของแรงงานคน อาทิ เช่น สหกรณ์โคนมส่งเสริมให้สมาชิกใช้เครื่องรีดนม และเครื่องอัดฟางข้าวเพื่อทุ่นแรง และให้แรงงานสามารถทำงานอย่างอื่นในฟาร์มได้มากขึ้น

สรุปได้ว่า การพึ่งตนเองด้านเทคโนโลยี หมายถึง การปฏิบัติตนในการนำเทคโนโลยีมาใช้ให้เกิดประโยชน์ เพิ่มประสิทธิภาพการผลิตและมีการประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาให้สอดคล้องกับ เทคโนโลยีได้อย่างเหมาะสม

(๕) ด้านเศรษฐกิจ

การดำเนินชีวิต ไม่จำเป็นต้องดิ้นรนขวนขวายหาเงินหาทองมาใช้จ่ายในการดำรงชีวิตประจำวัน หากเงินมาซื้อวัตถุสิ่งของที่คนอื่นเขามี ทั้งๆ ที่สิ่งของบางอย่างไม่มีความจำเป็นเลยสำหรับชีวิต ชีวิตของคนเราต้องมีความพอเพียง อย่าไปคิดอยากมี-อยากได้ในสิ่งที่ไม่เห็นความสามารถของเรา หากคนเราดำเนินชีวิตโดยยึดทางสายกลาง "พออยู่ พอกิน" ตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง ไม่ฟุ้งเฟ้อทะเยอทะยานจนเกินไปนัก ก็จะสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุขตามสมควรแก่สภาพ

สุเมธ ตันติเวชกุล^{๕๙} กล่าวว่า การพึ่งตนเองด้านเศรษฐกิจ หมายถึง การสามารถอยู่ได้ด้วยตนเองในระดับเบื้องต้น กล่าวคือ แม้มันไม่มีเงินก็ยังมีข้าว ปลา ผัก ผลไม้ในท้องถื่นของตนเองเพื่อการยังชีพ ซึ่งนำไปสู่การพัฒนาเศรษฐกิจของประเทศในระดับมหภาคต่อไปได้

สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ^{๖๐} สรุปว่า การพึ่งตนเองด้านเศรษฐกิจ หมายถึง จะต้องมุ่งลดรายจ่ายก่อนเป็นสำคัญ และยึดหลักพออยู่พอกินพอใช้และสามารถอยู่ได้ด้วยตนเองในระดับเบื้องต้น ...การที่ต้องการให้ทุกคนพยายามที่จะหาความรู้และสร้างตนเองให้มั่นคงนี้เพื่อตนเอง เพื่อที่จะให้ตัวเองมีความเป็นอยู่ที่ก้าวหน้าที่มีความสุขพอกินเป็นขั้นหนึ่งและขั้นต่อไป ก็คือให้มีเกียรติว่ายืนได้ด้วย

^{๕๙} สุเมธ ตันติเวชกุล, การดำเนินชีวิตในระบบเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริ, ข้าราชการครู, หน้า ๒.

^{๖๐} สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการ, การพัฒนาที่มั่นคงยั่งยืนตามรอยพระราชดำริ, วารสารเศรษฐกิจพอเพียง, (๒๕๔๗, มิถุนายน), ๑ : ๓.

ตนเอง...หากพวกเราร่วมมือร่วมใจกันทำสักเศษหนึ่งส่วนสี่ ประเทศชาติของเราก็สามารถอดพ้นจากวิกฤติได้...

ปภาณี อารีวงศ์^{๖๑} กล่าวว่า การพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจ หมายถึง เป็นระบบการผลิตแบบใช้เอง กินเอง ความสมดุลธรรมชาติกับสิ่งแวดล้อมกับพฤติกรรมที่ไม่ฟุ่มเฟือย ทำให้เศรษฐกิจได้สมดุล พอกิน พอใช้ไม่ขาดทุน ไม่เป็นหนี้สิน มีเวลาและไม่ทำลายสิ่งแวดล้อม

เพ็ญศรี เปลิยนข้า^{๖๒} กล่าวว่า การพึ่งตนเองด้านเศรษฐกิจ หมายถึง ความสามารถในการทำมาหาเลี้ยงชีพ ที่มีความมั่นคง สมบูรณ์พูนสุขพอสมควร อย่างมีสมดุล

วิทยา นนทน์ภา^{๖๓} กล่าวว่า การพึ่งตนเองด้านเศรษฐกิจ หมายถึง การอยู่อย่าง "พออยู่ พอกิน" ปรับชีวิตให้เรียบง่ายสอดคล้องกับสภาพรายได้และเศรษฐกิจของตนเอง ลดละความฟุ่มเฟือยที่เกินจำเป็น

สมพร เทพสิทธิ์า^{๖๔} กล่าวว่า เศรษฐกิจพอเพียงมุ่งให้เกิดวิถีชีวิตที่ประหยัด อดออม มีชีวิตที่เรียบง่าย ไม่ฟุ้งเฟ้อ ฟุ่มเฟือย ไม่ตกเป็นทาสของวัตถุนิยม และบริโภคนิยม ซึ่งการไม่ดำเนินชีวิตตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงจะทำให้เกิดการเป็นหนี้สิน เกิดการทุจริตคอร์รัปชัน เป็นปัญหาสังคมที่ร้ายแรง เป็นบ่อนทำลายความมั่นคงของชาติ ซึ่งมีสาเหตุหลักดังนี้

(๑) การขาดการประหยัดและอดออม ใช้เงินเกินกว่ารายได้ใช้เงินซื้อเครื่องอุปโภคบริโภคที่เกินความจำเป็น ใช้จ่ายเงินเพื่อการเที่ยวเตร่และความสนุกสนานที่เกินขอบเขต

(๒) การแข่งขันในการใช้สินค้าที่มียี่ห้อราคาแพง ทำให้ใช้จ่ายเงินสุรุ่ยสุร่าย ฟุ่มเฟือยเกินฐานะ ดังคำกล่าวที่ว่า "มีรายได้ไม่น้อยแต่มีหนี้สินสูง" เมื่อรายได้ไม่พอก็กู้หนี้ยืมสิน หรือซื้อสินค้าเงินผ่อน ทำให้ต้องมีหนี้สิน จำนวนหนี้สินได้เพิ่มพูนขึ้นเรื่อยๆ บางคนไม่มีเงินชำระหนี้ก็ต้องหาทางโดยการฆ่าตัวตาย

^{๖๑} ปภาณี อารีวงศ์, การพึ่งตนเองของแรงงานในชุมชนบางชุมชน จังหวัดนนทบุรี, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๕๐), หน้า ๒๐.

^{๖๒} เพ็ญศรี เปลิยนข้า, วิธีการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง, วารสารวิชาการราชภัฏตะวันตก, (๒๕๕๐, กรกฎาคม-ธันวาคม), ๒(๑) : ๓๐.

^{๖๓} อ่างในกนกกาญจน์ ฉวีวงศ์, "การศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบุคลากรโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัดกรุงเทพมหานคร", หน้า ๔๔.

^{๖๔} สมพร เทพสิทธิ์า, (2549). การเดินตามรอยพระยุคลบาท เศรษฐกิจพอเพียง ช่วยแก้ปัญหาความยากจนและความทุจริต, (กรุงเทพมหานคร : กองทุนอริยมรรค, ๒๕๔๙), หน้า ๒๔.

ตรงกันข้าม หากดำเนินชีวิตตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงแล้วจะทำให้ชีวิตมีแต่ความสุข ความเจริญ สามารถพึ่งพาตนเองได้ และเป็นที่ยิ่งให้บุคคลอื่น ชุมชน และสังคมได้ โดยดำเนินชีวิตตามวิถีชีวิต ดังข้อปฏิบัติดังนี้

(๑) มีชีวิตที่เรียบง่าย ประหยัด ไม่ฟุ้งเฟ้อฟุ่มเฟือย

(๒) ให้ยึดถือทางสายกลาง รู้จักพอ พอดี พอประมาณและพอใจ

(๓) มีความเมตตาเอื้ออาทรต่อกัน ร่วมมือและช่วยเหลือกัน ไม่เบียดเบียนกัน ไม่เอาเปรียบกัน ไม่มุ่งทำร้ายกัน

(๔) ประกอบสัมมาอาชีพด้วยความขยันหมั่นเพียร ซื่อสัตย์สุจริต ใฝ่หาความรู้เพื่อนำมาใช้ให้เป็นประโยชน์

(๕) ให้สามารถพึ่งตนเองได้ให้พ้นจากความยากจน ให้สามารถพออยู่พอกิน ไม่เดือดร้อน ไม่ตกเป็นทาสของอบายมุข วัตถุนิยมและบริโภคนิยม

การผลิตจะต้องตระหนักถึงความสัมพันธ์ระหว่าง "บุคคล" กับ "ระบบ" การผลิตนั้นต้องยึดมั่นในเรื่องของ "คุณค่า" ให้มากกว่า "มูลค่า" ดังพระราชดำรัส ซึ่งได้นำเสนอมาก่อนหน้านี้ที่ว่า

"...บารมีนั้น คือ ทำความดี เปรียบเทียบกับธนาคาร ...ถ้าเราสะสมเงินให้มากเราก็สามารถที่จะใช้ดอกเบี้ยเงินที่เป็นดอกเบี้ยโดยไม่แต่ต้องทุน แต่ถ้าเราใช้มากเกินไป หรือเราไม่ระวัง เราเกินเข้าไปในทุน ทุนมันก็น้อยลงๆ จนหมด ...ไปเบิกเกินบัตร เขาก็ต้องเอาเรื่องฟ้องเราให้ล้มละลาย เราอย่าไปเบิกเกินบารมีที่บ้านเมืองที่ประเทศได้สร้างสม เอาไว้ตั้งแต่บรรพบุรุษของเราให้เกินไป เราต้องทำบ้าง หรือเพิ่มพูนให้ประเทศของเราปกติ มีอนาคตที่มั่นคง บรรพบุรุษของเราแต่โบราณกาล ได้สร้างบ้านเมืองมาจนถึงเราแล้ว ในสมัยนี้ที่เรากำลังเสียขวัญ กลัวจะได้ไม่ต้องกลัว ถ้าเราไม่รักษาไว้..."

เสรี พงศ์พิศ^{๒๕} เสนอว่า เศรษฐกิจพอเพียงนำมาแก้ไขปัญหาด้วยการรู้จักคำว่า "พอ" ใน ๓ ขั้นตอน คือ

ขั้นที่ ๑ พอมีพอกิน เป็นการผลิตเพื่อตนเอง เพื่อครอบครัวเป็นอันดับแรก ดังข้อความที่ว่า "กินทุกอย่างที่ปลูก และปลูกทุกอย่างที่กิน" พึ่งเงินให้น้อยที่สุด เพราะเป็นสิ่งที่หายาก โดยเริ่มจากการทำบัญชีรายรับรายจ่ายของครัวเรือน ซึ่งจะทำให้รู้ว่าอะไรเป็นรายจ่ายที่ฟุ่มเฟือย อะไรเป็นสิ่งที่เกินความพอดี อะไรเป็นสิ่งที่เกินความต้องการ อะไรเป็นสิ่งที่สามารถลดลงได้ และ

^{๒๕} เสรี พงศ์พิศ, เศรษฐกิจพอเพียง การพัฒนายั่งยืน, (กรุงเทพมหานคร : เจริญวิทย์, ๒๕๔๙), หน้า ๑๑๙-๑๒๐.

อะไรเป็นสิ่งที่สามารถผลิตเองได้ ซึ่งก็คือการพึ่งตนเองได้โดยค่อยๆ พิจารณาทำทีละอย่าง ลดรายจ่ายลง ลดการพึ่งพิงจากภายนอก เช่น ปลูกผักสวนครัวไว้กินในบ้าน เลี้ยงเป็ด เลี้ยงไก่ไว้กินไข่ ทำน้ำยาซักผ้า นาล้างจาน แชมพูสระผม สบู่เหลวไว้ใช้เอง ใช้ปุ๋ย ชีวภาพที่ทำจากวัสดุเหลือใช้ในบ้านแทนการซื้อปุ๋ยวิทยาศาสตร์ เป็นต้น กำหนดแผนชีวิตด้วย ตนเองซึ่งหลักการและแนวทางดังกล่าวใช้ได้กับบุคคลทุกกลุ่มอาชีพ

ขั้นที่ ๒ อยู่ดีกินดี เป็นขั้นของการรวมกลุ่มสมาชิกในชุมชนและในสังคมใกล้เคียงเข้าด้วยกันเพื่อก่อให้เกิดพลัง เพื่อก่อให้เกิดการผลิต เพื่อบ่มไปสู่เศรษฐกิจชุมชน ด้วยการรวบรวม ข้อมูลด้านการตลาด การแปรรูปวัตถุดิบของชุมชนให้เป็นสินค้าและบริการ เพื่อหารายได้เพิ่มขึ้น เช่น ผลผลิตของข้าวแปรรูปเป็นโจ๊กของสำเร็จรูป การนำสมุนไพรที่ปลูกได้มาอบแห้งบรรจุแคปซูล การทำปุ๋ยอัดเม็ดชีวภาพ ปุ๋ยนา และสารไล่แมลงบรรจุขวด เป็นต้น ซึ่งจำเป็นต้องมีการรวมกลุ่มให้เข้มแข็ง การสร้างเครือข่ายของการพัฒนา และเครือข่ายวิสาหกิจชุมชน เพื่อเพิ่มมูลค่า (Value added) ของผลิตภัณฑ์ที่เกิดขึ้นจากภูมิปัญญาชาวบ้านให้สูงขึ้น

ขั้นที่ ๓ มั่งมี ศรีสุข เป็นขั้นการดำเนินธุรกิจชุมชน โดยเกิดพลังสร้างสรรค์จากเครือข่าย สหกรณ์ที่มีกิจกรรมคล้ายคลึงกัน ร่วมมือกันทำกิจกรรมผลิต และการจำหน่ายเพื่อก่อให้เกิดอำนาจในการต่อรองในทุกๆ เรื่อง โดยที่ประชาชนในชุมชนและในสังคมต้องเป็นเจ้าของ ปัจจัยการผลิตเอง เช่น เป็นเจ้าของโรงงานผลิตปุ๋ยชีวภาพ โรงสีกลาง กิจการขนส่ง เจ้าของตลาดกลางการเกษตร เป็นต้น เพื่อให้สามารถกำหนดราคาสินค้าและบริการได้เอง ซึ่งก่อให้เกิดความมั่งมีศรีสุขขึ้นได้

สรุปได้ว่าการพึ่งตนเองด้านเศรษฐกิจ หมายถึง การปฏิบัติตนในการทำมาหาเลี้ยงชีพ โดยลดรายจ่าย และยึดหลักพออยู่พอกินพอใช้เพิ่มรายได้ลดรายจ่ายดำรงชีวิตอย่างพอควร พออยู่ พอกิน สมควรตามอัตภาพและฐานะของตน

๒.๓ แนวทางในการเสริมสร้างการพึ่งตนเอง

ลาสเตอร์ (Lauster)^{๖๖} กล่าวถึง ๑๐ กลวิธี เพื่อการพัฒนาการพึ่งตนเองไว้ดังนี้

(๑) การจัดทำรายการซื้อของบุคคลหรือสิ่งที่ตนต้องพึ่งพาหลังจากนั้นจัดทำรายการชื่อ ของบุคคลหรือสิ่งที่ตนนั้นไม่ต้องพึ่งพา จะทำให้ทราบถึงสิ่งที่ตนต้องพึ่งพาอย่างเด่นชัด ลองพิจารณาว่าจะเปลี่ยนแปลงสิ่งใดก่อน

^{๖๖} อ่างใน ปฏิมา ด่านไพฑูริย์ผล, “การศึกษาและพัฒนาการพึ่งตนเองของนักเรียนวัยรุ่น”, วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๐), หน้า ๑๘.

(๒) การมีความกล้าและความเชื่อมั่นในตนเองเป็นสิ่งสำคัญที่ส่งผลทำให้เกิดการพึ่งตัวเอง

(๓) การพึ่งตนเองบางครั้งต้องพบกับความไม่สอดคล้องกับความคิดเห็นผู้อื่น แต่ควรยืนหยัดในความคิดของตนไว้

(๔) การพึ่งตนเอง ทำให้ดำเนินชีวิตได้ตามความต้องการของตน ไม่ถูกบังคับจากอิทธิพลสิ่งแวดล้อมรอบข้าง ช่วยเพิ่มความเชื่อมั่นในตัวเอง จึงควรมีความสุขกับการเป็นตัวของตัวเอง

(๕) ควรมีความยืดหยุ่น ไม่ยึดติดกับกฎระเบียบ ธรรมเนียม สิ่งที่มีอิทธิพลทางความคิดต่างๆ โดยความเป็นจริงแล้ว จะพบว่าคนเรามากก็ให้ความสำคัญมากเกินไปกับการได้รับการยอมรับ และต้องการให้ผู้อื่นเห็นความสำคัญ

(๖) การลดความคิดที่ยึดติดกับแนวคิดในเรื่องคุณค่าของคนในสังคมให้น้อยลง จะช่วยลดความคับข้องหงุดหงิดทางอารมณ์เมื่อพบกับสิ่งที่ไม่พึงปรารถนา ยิ่งมีการพึ่งตนเองมากขึ้น จะช่วยให้มีอารมณ์ที่มั่นคงมากขึ้น

(๗) การลดความกังวล ความเคร่งเครียดกับปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเอง จะช่วยให้อารมณ์ดี สุขภาพดี

(๘) ในการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น จงพยายามทำให้เกิดการเป็นตัวของตัวเองซึ่งกันและกัน จะช่วยให้ตัวเรานั้นเกิดพลังในการพึ่งตนเองมากยิ่งขึ้น

(๙) ประเด็นสำคัญบางประการที่ไม่สามารถมองข้ามไปได้ ได้แก่การที่ต้องทำงานเพื่อดูแลรับผิดชอบตนเอง ความคาดหวังของคนในครอบครัว แต่จงพยายามทำให้เกิดความเป็นตัวของตัวเองมากขึ้น เช่น ในการทำงานอาจจะมีชั่วโมงงานที่ยืดหยุ่น และที่บ้านมีการเคารพสิทธิของสมาชิก ในเรื่องส่วนตัวของแต่ละบุคคล

(๑๐) ความเจ็บป่วยด้านร่างกายย่อมมีผลต่อการพึ่งตนเองของบุคคล เพราะต้องอยู่กับร่างกายที่เป็นอยู่ แต่ความคิดนั้นก็มีอิสระและเป็นตัวของตัวเอง สามารถพัฒนาฝึกฝนจิตใจได้ เพราะไม่ขึ้นอยู่กับสภาพร่างกาย (ยกเว้นเป็นโรคจิต)

จาก ๑๐ กลวิธีเพื่อการพัฒนาการพึ่งตนเองที่กล่าวมานี้ สรุปได้ว่า การพึ่งตนเองเป็นสิ่งที่ฝึกฝนได้ด้วยตนเอง โดยการทำให้ตนเองมีความเป็นตัวของตัวเองทั้งทางด้านจิตใจและร่างกาย มีความเชื่อมั่นในตนเองในการทำสิ่งต่างๆ ด้วยตนเอง ไม่ยึดติดกับความคิดของผู้อื่นและสังคม มีอิสระและผ่อนคลายกับปัญหาหรือสิ่งที่เกิดขึ้น จะนำไปสู่การพึ่งตนเองได้เพิ่มขึ้น

๒.๔ ประโยชน์ของการฟังตนเอง

โคมสมร เหลือโกศล^{๒๗} ได้กล่าวถึงประโยชน์ของ "การฟังตนเอง" จะช่วยให้เกิดการ พัฒนาทั้งในระดับจุลภาคและในระดับมหภาค กล่าวคือ

- (๑) ช่วยให้คนตระหนักในคุณค่า ความสามารถและพลังศักยภาพของตนเอง
- (๒) ช่วยให้คนสามารถคิดและตัดสินใจเรื่องต่างๆ ได้ด้วยตนเองโดยไม่ต้องพึ่งพา จาก ภายนอกบุคคลอื่น แต่มีได้หมายถึงการแยกตนออกจากผู้อื่น การพึ่งพาผู้อื่นเป็นไปอย่างรู้เท่า ทัน และไม่แข่งขัน หรือมุ่งครอบงำเหนือกว่า ทั้งยังไม่ยอมให้ผู้อื่นมาทำกับตนด้วย
- (๓) บุคคลสามารถแก้ปัญหา วิเคราะห์ปัญหาได้ด้วยตนเอง รู้ข้อดี ข้อเสีย ข้อจำกัด และข้อบกพร่องของตนเอง สามารถใช้ทรัพยากรหรือสิ่งที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์ได้
- (๔) การฟังตนเองทำให้เกิดการเป็นตัวของตัวเองในทางความคิด เป็นตัวของ ตัวเองในการตัดสินใจมองปัญหาต่างๆ
- (๕) ช่วยให้บุคคลหรือชุมชน อยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข โดยไม่ต้องยึดหรือมุ่ง พึ่งพา ระบบภายนอก ถ้ามีกิจกรรมทางเศรษฐกิจทำให้ลักษณะพอเพียงตัวได้ เป็นระบบที่ลดการ พึ่งพา จากภายนอกทำให้พออยู่ได้ และบุคคลส่วนใหญ่ได้รับประโยชน์
- (๖) การฟังตนเองจะทำให้บุคคลตื่นตัวในสิทธิเสรีภาพของตัวเอง สนใจที่จะเข้า มามีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ที่เกิดขึ้นอย่างแท้จริง

จากที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า ผลประโยชน์ของการฟังตนเอง ทั้งในระดับจุลภาค และระดับมหภาคจะมีส่วนช่วยและได้รับผลประโยชน์ต่อกันไป เมื่อประชาชนมีศักยภาพใน ตนเอง และนำศักยภาพนั้นมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและชุมชน เพราะบุคคลแต่ละคนย่อมมี แรงขับใน ตนเอง ซึ่งก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่จะนำไปสู่ความสำเร็จในชีวิตมากขึ้น

^{๒๗} โคมสมร เหลือโกศล, “ค่านิยมพื้นฐานเรื่องการฟังตนเองกับการอบรมเลี้ยงดู”, วิทยานิพนธ์ ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๓๑), หน้า ๓๔.

บทที่ ๓

หลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง

หลักธรรมทางพระพุทธศาสนามีความเหมาะสมกับการพัฒนาสังคมไทยเป็นอย่างยิ่ง เพราะหลักพุทธธรรมเป็นการสร้างคนที่มีคุณภาพชีวิตที่ดี ทำให้คนในสังคมดำเนินชีวิตบนฐานแห่งความจริง รู้จักพึ่งพาตนเอง ขยัน ประหยัด เรียบง่าย ใฝ่สันติ มีศีลธรรม เผื่อแผ่ความรักและปราศจากความเห็นแก่ตัว ในยามที่ประเทศไทยเกิดวิกฤตทางเศรษฐกิจ พุทธศาสนามีบทบาทสำคัญในการแก้ไขปัญหาของประชาชนให้อยู่อย่างสงบสุข ที่เป็นเช่นนี้เพราะว่าประเทศไทยเรามีพื้นฐานทางสังคมและวัฒนธรรมที่ดี คือมี “ทุนทางสังคม” ได้แก่ มีฐานทางเศรษฐกิจที่มั่นคง โดยเฉพาะการเกษตรฐานทางทรัพยากรธรรมชาติที่มั่นคงโดยมีทรัพยากรของประเทศมากมาย มีดินดี น้ำดี เหมาะแก่การเพาะปลูก และฐานทางวัฒนธรรมแข็งแกร่ง คือ มีพระพุทธศาสนาเป็นวัฒนธรรมทางด้านจิตใจ สามารถแก้ปัญหาในยามวิกฤตได้ วัฒนธรรมแบบพุทธได้โอบอุ้มสังคมไทยให้สงบร่มเย็นได้ ดังนั้น การศึกษาถึงหลักพุทธธรรมที่เสริมสร้างการพึ่งพาตนเองได้นั้น จะต้องศึกษาตั้งแต่พื้นฐานของพุทธธรรม ความหมาย ความสัมพันธ์ระหว่างพระพุทธศาสนากับสังคมไทย และพื้นฐานหลักธรรมที่ทำให้ผู้ปฏิบัติสามารถพึ่งพาตนเองและหลักธรรมที่เป็นปทัชชหีณาต่อการพึ่งพาตนเอง ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษารวบรวมเอกสารเกี่ยวกับหลักพุทธธรรมที่เสริมสร้างการพึ่งพาตนเองของคนในสังคมไทยตามลำดับดังนี้

๓.๑ ความหมายของหลักพุทธธรรม

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต)^๑ ได้ให้คำจำกัดความของคำว่า พุทธธรรม ว่าหมายถึง “ธรรมของพระพุทธเจ้า, พระคุณสมบัติของพระพุทธเจ้า . . . ธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ คือ สติปัฏฐาน ๔ ฯลฯ มรรคมีองค์ ๘ ชันธ ๕ ปัจจัย ๒๔ เป็นอาทิ” พุทธธรรม จึงหมายถึงคำสอนของพระพุทธเจ้าเป็นคำสอนที่มุ่งให้เกิดประโยชน์แก่บุคคลทุกประเภททั้งบรรพชิต (นักบวช) และคฤหัสถ์ (ผู้ครองเรือน) คือครอบคลุมสังคมทั้งหมด เริ่มต้นพุทธธรรมแสดงให้เห็นธรรมชาติที่แท้จริงของชีวิตมนุษย์เท่าที่ปรากฏในปัจจุบันโดยไม่สนใจที่จะแสวงหาคำตอบทางอภิปรายอันเกี่ยวกับ

^๑ พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖), หน้า ๑๖๑-๑๖๒.

ความเป็นมาของชีวิตมนุษย์ก่อนหน้านี้เกินกว่าความจำเป็นที่จะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อการแก้ปัญหาชีวิตหรือการดับทุกข์อันเป็นจุดหมายของชีวิต^๒ เมื่อพุทธธรรมแสดงชีวิตตามสภาพที่เป็นไปตามธรรมชาติเป็นทุกข์เป็นความจริงที่จะต้องยอมรับแล้วค้นหาสาเหตุของความทุกข์ คือตัวปัญหาอันเกิดจากความไม่รู้ ไม่เข้าใจในชีวิตที่เรียกว่า อวิชชา ขึ้นต่อไปก็เป็นการแสวงหาจุดหมายของการดำรงชีวิตคือความสุข พุทธธรรมแบ่งความสุขออกเป็น ๒ ประเภท คือ โลกียสุข และโลกุตตรสุข พุทธธรรมให้ความสำคัญแก่ความสุขทั้งสองประเภท คือ ในด้านโลกียสุขนั้นเห็นความสำคัญและได้แสดงประโยชน์ในปัจจุบันหรือความสุขที่มนุษย์ควรแสวงหา ส่วนโลกุตตรสุขเป็นความสุขที่สูงสุดเหนือกว่าโลกียสุข คือพระนิพพาน ดังนี้

หลักคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา ฝ่ายเถรวาททั้งหมด จัดเป็นประเภทใหญ่ๆ ได้ ๒ ประเภท คือ

(๑) โลกียธรรม ธรรมอันเป็นวิสัยของโลก เป็นธรรมที่ปุถุชนและกัลยาณชนทั้งหลายจะพึงรู้และปฏิบัติ เช่น เบญจศีล เบญจธรรม อิทธิบาท ๔ สปัจริยธรรม ๗ อบายมุข ๔ เป็นต้นซึ่งเป็นธรรมอันเป็นไปเพื่อประโยชน์แก่ชาวโลกผู้หวังความสุขในโลกียวิสัยเป็นคำสอนในระดับสมมติสัจจะ

(๒) โลกุตตรธรรม ธรรมอันพ้นวิสัยของโลก เป็นธรรมชั้นสูงพ้นขีดขั้นของโลก เป็นธรรมที่พระอริยบุคคลตั้งแต่พระโสดาบันเป็นต้นจะพึงรู้และปฏิบัติได้แก่ธรรม ๙ ประการ คือ มรรค ๔ ผล ๕ นิพพาน ๑ ธรรมในระดับนี้สามารถกำจัดทุกข์ได้อย่างสิ้นเชิง เป็นคำสอนในระดับปรมัตถสัจจะ^๓

พระพุทธเจ้าตรัสรู้พระธรรม ก็คือ การที่ได้ทรงค้นพบกฎธรรมดาของโลก ที่นำไปออก ไป หรือให้พ้นไปจากความทุกข์ทั้งปวงได้ ธรรม ที่พระพุทธเจ้าทรงค้นพบนั้น คำว่า ค้นพบ หมายถึง ธรรมเป็นสิ่งที่มิได้อยู่เดิม มีมาก่อน ไม่ได้เกิดขึ้นพร้อมพระพุทธองค์ แต่เป็นธรรมชาติที่เกิดขึ้นก่อนที่พระพุทธองค์จะตรัสรู้ อาจพอกกล่าวได้ว่า การเรียนรู้ ธรรม ก็คือการรับรู้ธรรมดาโลก เรียนรู้สิ่งที่เป็นปกติที่มีบ่อเกิดที่มามีมาอย่างไร และไปอย่างไร กล่าวอีกนัยหนึ่ง พุทธธรรม ก็คือ ธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงค้นพบกฎธรรมดาที่เป็นไปในชีวิตของคน ว่าคนประสบผลต่างๆ ในชีวิตอย่างนี้เพราะเหตุอย่างนี้ หรือเพราะทำเหตุอย่างนี้จึงได้รับผลอย่างนี้ พระพุทธเจ้าทรงตรัสรู้กฎธรรมดาเหล่านี้ทั้งหมด จึงมีคำเรียกพระนามว่า พระสัพพัญญู แปลว่า ผู้รู้สิ่งทั้งปวง

^๒ พระเทพเวที (ป.อ.ปยุตฺโต), **หลักพุทธธรรมของคนรุ่นใหม่**, (กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๒๗), หน้า ๓๓.

^๓ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม**, หน้า ๒๖๑.

พุทธธรรมมีหลักการว่า ไม่ว่าพระพุทธรูปจะอุบัติขึ้นหรือไม่ก็ตาม ความจริงก็ดำรงอยู่ตามธรรมดาของมันอย่างเป็นกลางๆ พระพุทธรูปเจ้าทรงตรัสรู้คือ ค้นพบความจริงนั้นแล้วนำมาเปิดเผยไว้ สาระของความจริงนี้ก็คือ (ความเป็นไปตาม) ธรรมดาแห่งเหตุปัจจัย หรือกระบวนการแห่งเหตุปัจจัย ผู้ที่มองสิ่งทั้งหลายตามที่มันเป็น ไม่ใช่มองตามที่ตนอยากหรือไม่อยากให้มันเป็น ก็จะเข้าใจความจริงที่เป็นกลางนี้ได้ เมื่อเข้าใจธรรมที่เป็นกลางนี้แล้ว ก็ย่อมมองเห็นความจริงอย่างกว้างๆ ครอบคลุมทั่วไปทั้งหมด มีทัศนะเปิดกว้าง หลุดพ้นเป็นอิสระอย่างแท้จริง โดยหลุดพ้นทั้งทางจิต คือ จิตหลุดพ้นจากสิ่งบีบคั้นครอบงำที่เรียกว่ากิเลสและความทุกข์ กลายเป็นจิตที่ปลอดโปร่ง เบิกบาน เป็นสุข และด้านปัญญา คือ หลุดพ้นด้วยรู้เท่าทันธรรมดา แล้วมองเห็นตัวความจริงที่ล้วนๆบริสุทธิ์ ไม่มีกิเลสเคลือบแคลงหรือทำให้เอนเอียงและรู้ชัดแจ้งที่ความจริงโดยตรง ไม่ต้องรู้ผ่านใครๆ หรือรู้ตามที่ใครบอกอีกต่อไป^๔

พุทธทาสภิกขุ ได้ให้ความหมายของคำว่า พุทธธรรม ไว้ว่า พุทธธรรมมีค่าแปลและมีความหมายอย่าง เช่น แปลว่า ธรรมของพระพุทธรูป ในกรณีเช่นนี้หมายถึงคำสั่งสอนของพระพุทธรูป เพราะเหตุนี้จึงได้แก่พระปริยัติธรรมโดยตรง ถ้าหากจะแปลคำว่า พุทธธรรม ว่าเป็นธรรมที่จะทำให้เรากลายเป็นพระพุทธรูปแล้ว คำว่า พุทธธรรม ย่อมจะหมายถึงการประพฤติปฏิบัติประเภทหนึ่ง^๕

มันเกียรติ โกศลนิรติวงศ์ ได้ให้ความหมายของคำว่า พุทธธรรม หมายถึง บรมสัจจะหรือความจริงอันประเสริฐเกี่ยวกับโลกและชีวิตที่พระพุทธรูปเจ้าทรงค้นพบและนำมาสั่งสอน เพื่อประโยชน์ เพื่อความสุขของมวลมนุษยชาติ และกล่าวว่า พุทธธรรมเป็นอกาลิก คือ ไม่ขึ้นต่อกาลเวลา ทันสมัยเสมอ เป็นประโยชน์ต่อคนทุกคน ทุกเพศ ทุกวัย ทุกชั้น ไม่ว่าผู้ครองเรือนหรือผู้ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมที่ยังเกี่ยวข้องกับโลก ติดอยู่ในวัฏฏะซึ่งเรียกว่าระดับโลกียะและยังเหมาะสมอย่างยิ่งแก่ผู้มุ่งสู่ความหลุดพ้นที่เรียกว่าระดับโลกุตระโดยสละเรือนอกบวช พุทธธรรมจึงมีคุณค่าสำหรับมนุษยชาติโดยถ้วนหน้าตามระดับสติปัญญา ตามอัธยาของบุคคล ทำให้เกิดความสุข ความเจริญ และความมั่งคั่งในชีวิตร^๖

^๔ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม, หน้า ๒๖๑.

^๕ พุทธทาสภิกขุ, ชุมชนปาฐกถาชุดพุทธธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : หจก.เอมี เทรตตั้ง, ๒๕๔๐), หน้า ๒.

^๖ มันเกียรติ โกศลนิรติวงศ์, ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษาพุทธธรรม, (กรุงเทพมหานคร : สุวีริยาสาส์น, ๒๕๔๑), หน้า ๒๘-๒๙.

คุณ โทษณ์ ได้ให้ความหมายของธรรมหรือหลักธรรมไว้ ๖ ประการ คือ^๗

- (๑) คุณากรบ่อเกิดแห่งคุณงามความดี
- (๒) คำสอนของพระบรมพุทธเจ้า
- (๓) สิ่งที่ทรงผู้ปฏิบัติไม่ให้ตกไปในทางที่ชั่ว
- (๔) ระบบการปฏิบัติที่ถูกต้องทุกขั้นตอนเพื่อไถ่ถอนความป่าเถื่อนจากสันดานคน
- (๕) พระรอด
- (๖) หน้าที่

นอกจากนี้ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต)^๘ ยังได้กล่าวถึงลักษณะของพุทธธรรมไว้ซึ่งสามารถสรุปได้ดังนี้

(๑) คำสอนเป็นกลาง ปฏิบัติสายกลาง หรือลักษณะที่เป็นสายกลาง ไม่สุดโต่งในทางความคิดหรือสุดโต่งในทางปฏิบัติ เห็นความสำคัญทางด้านจิตใจ และทางด้านร่างกาย ซึ่งสัมพันธ์กันอย่างแยกไม่ได้ จึงวางข้อปฏิบัติที่เรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา แปลว่า ทางสายกลาง หรือ ข้อปฏิบัติที่เป็นสายกลาง (มรรคมีองค์ ๘) คือความพอดีและทักษะเกี่ยวกับ สังขารม ก็เป็นกลาง ความจริงที่เป็นกลาง ตามเหตุปัจจัยไม่ขึ้นกับใคร (เรียกว่า ปฏิจจสมุปบาท)

(๒) พุทธธรรมมีหลักการเป็นสากล หรือ สอนหลักความจริงที่เป็นสากล ความจริงเป็นสิ่งที่มิอยู่ตามธรรมชาติ คือธรรมชาติของสิ่งทั้งหลายเป็นเช่นนั้นเอง เรียกว่าเป็นกฎธรรมชาติ ในทางปฏิบัติสอนให้คนมีเมตตากรุณาอย่างเป็นสากล ชาวพุทธต้องมีความเมตตากรุณาต่อสรรพสัตว์ทั่วกันหมดไม่เลือกพวกเขาพวกใคร

(๓) พุทธธรรมให้ความสำคัญของสภาวะ (ธรรม) และรูปแบบ (วินัย) ธรรมวินัยจึงเป็นชื่อหนึ่งของพุทธศาสนา ต้องมีทั้งสองอย่าง ธรรมเป็นหลักความจริง ซึ่งมีอยู่แล้วตามธรรมชาติของมัน และเป็นสิ่งที่ผู้ศึกษาปฏิบัติสามารถเข้าถึงได้ ส่วนวินัย เป็นกฎเกณฑ์ ข้อบังคับ กติกา หรือ ข้อบัญญัติที่กำหนดขึ้นเพื่อให้คนในสังคมประพฤติปฏิบัติ เพื่อความเจริญ และความสงบสุข วินัยเปรียบได้กับศีล เช่นศีล ๕ เป็นต้น

(๔) พุทธธรรมสอนหลักกรรม พระพุทธศาสนายึดเอาการกระทำหรือความประพฤติเป็นเครื่องจำแนกคน ไม่แบ่งแยกด้วยชาติกำเนิด ผิวพรรณ เน้นการรับผิดชอบต่อการ

^๗ คุณ โทษณ์, พุทธศาสนากับชีวิตประจำวัน, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ไอดีเอ็นเอส ไตร, ๒๕๓๗), หน้า ๑๒.

^๘ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), รู้หลักก่อนแล้วศึกษาให้ได้ผล, (กรุงเทพมหานคร : สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, ๒๕๔๗), หน้า ๗.

กระทำของตน ไม่ขัดทอดสิ่งภายนอก มีการสำรวจตนเองเป็นเบื้องต้นก่อน นอกจากนี้สอนหลักกรรมให้รู้จักพึ่งตนเอง ไม่ฝากไว้กับโชคชะตา กรรมสอนคู่กับความเพียร ความสำเร็จเกิดขึ้นได้จากความเพียร และจากการกระทำตามทางของเหตุและผล

(๕) สอนให้มองความจริงโดยแยกแยะจำแนกครบทุกด้านทุกมุม ตัวอย่างเช่น มีผู้ถามเรื่อง การพูดว่าสิ่งใดควรพูด สิ่งใดไม่ควรพูด พระพุทธองค์ตรัสแยกแยะให้ฟังว่า “วาจาใดไม่จริง ไม่เป็นประโยชน์ ไม่ถูกใจผู้ฟัง พระองค์ไม่ตรัส วาจาใดเป็นคำจริง ไม่เป็นประโยชน์ ไม่ถูกใจผู้ฟัง พระองค์ไม่ตรัส วาจาใดเป็นคำจริง เป็นประโยชน์ ไม่ถูกใจผู้ฟัง พระองค์เลือกกาลที่จะตรัส วาจาใดไม่จริง ไม่เป็นประโยชน์ ถูกใจผู้ฟัง พระองค์ไม่ตรัส วาจาใดเป็นคำจริง ไม่เป็นประโยชน์ ถูกใจผู้ฟัง พระองค์ไม่ตรัส และวาจาใดเป็นคำจริง เป็นประโยชน์ ถูกใจผู้ฟัง พระองค์เลือกกาลที่จะตรัส” ลักษณะท่าทีของการสนองตอบหรือปฏิกิริยา ต่อสิ่งทั้งหลายแบบชาวพุทธ ต้องมองอย่างวิเคราะห์ แยกแยะ จำแนก แยกแยะ ครบทุกด้าน

(๖) หลักการสำคัญของพุทธศาสนา คือ มุ่งอิสรภาพ ดังพุทธพจน์ว่า “มหาสมุทรแม้จะกว้างใหญ่เพียงใดก็ตาม แต่น้ำในมหาสมุทรที่มากมายนั้น มีรสเดียวคือรสเค็มฉันใด ธรรมวินัยของพระองค์ที่สอนไว้มากมาย ทั้งหมดก็มีรสเดียว คือวิมุตติรส ได้แก่ ความหลุดพ้นจากทุกข์และปวงกิเลส ฉะนั้น”

(๗) เป็นศาสนาแห่งปัญญา ดังพุทธพจน์ว่า “ธรรมทั้งหลายทั้งปวงมีปัญญาเป็นยอดยิ่ง” หลักปัญญาสำคัญ เพราะปัญญาเป็นตัวตัดสินในการเข้าถึงจุดหมายของพระพุทธศาสนา โดยให้ความสำคัญแก่ศรัทธา ศีล สมาธิ ว่าเป็นปัจจัยที่ขาดไม่ได้เพื่อเข้าถึงจุดหมาย โดยมีปัญญาเป็นตัวตัดสินสูงสุด นั่นคือ ศรัทธา ก็ขาดปัญญาไม่ได้ ศีล ก็เพื่อประคับประคองจนเกิดปัญญา สมาธิ ก็ต้องนำไปสู่ปัญญา มิฉะนั้นจะหลงผิด หลงทาง ปัญญาจึงเป็นคุณธรรมสำคัญ เป็นเอก ปัญญาในขั้นสูงสุดคือปัญญาในขั้นที่รู้เท่าทันสัจธรรม เรียกว่า วิปัสสนาปัญญา

(๘) สอนหลักอนัตตา พระพุทธศาสนาประกาศหลักสำคัญเกี่ยวกับความจริงของสิ่งทั้งหลายหรือของสภาวะธรรมต่างๆ คือ หลักอนัตตา เป็นหลักใหม่ที่โลกไม่เคยค้นพบมาก่อน ความยึดติดในอัตตาหรือตัวตนเป็นสิ่งฝังลึกแนบแน่นในจิตใจมนุษย์ แต่แท้จริงผู้มีปัญญาเห็นว่า สิ่งทั้งหลายที่ดำรงอยู่เป็นไปตามธรรมดาของมัน ไม่มีใครเป็นเจ้าของ ไม่สามารถบังคับให้เป็นไปตามใจปรารถนาได้เลย

(๙) การมีทัศนคติที่มองสิ่งทั้งหลายตามความสัมพันธ์แห่งเหตุและปัจจัย เชื่อมโยงกัน อิงอาศัยกันเป็นไปตามธรรมดาแห่งเหตุปัจจัยนั่นเอง

(๑๐) ยืนยันในศักยภาพสูงสุดของมนุษย์ เชื่อว่ามนุษย์ประเสริฐด้วยการฝึกฝนพัฒนา เมื่อพัฒนาแล้วก็เป็นผู้ประเสริฐสุด ดังพุทธพจน์ว่า ผู้ที่ฝึกแล้วเป็นผู้ประเสริฐสุดในหมู่มนุษย์ (ทนุโต เสฏฐโฐ มนุสฺเสสุ) และเมื่อฝึกดีแล้วมนุษย์ก็จะประเสริฐกว่าเทพทั้งหลาย พระพุทธองค์ฝึกพระองค์ดีแล้ว แม้เทพทั้งหลายก็น้อมนมัสการ

(๑๑) เป็นศาสนาแห่งการศึกษา นำเอาการศึกษาเข้ามาเป็นสาระสำคัญ เป็นเนื้อแท้ของการดำเนินชีวิต หลักปฏิบัติทั้งหมดในพระพุทธศาสนาเรียกว่า มรรค หมายถึง ทางดำเนินชีวิต ดังนั้นวิถีชีวิตของชาวพุทธ คือ การดำเนินชีวิตตามมรรคมีองค์ ๘ เรียกว่า ศีล สมาธิ ปัญญา หรือไตรสิกขา ในที่สุดจะบรรลุจุดหมายแห่งชีวิตที่ดำรง เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์

(๑๒) ให้ความสำคัญทั้งแก่ปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอก ปัจจัยภายในได้แก่ โยนิโสมนสิการ คือ การคิดใคร่ครวญในธรรมโดยแยบคาย ลึกซึ้ง อย่างผู้มีปัญญา คือรู้จักคิด คิดเป็น ปัจจัยภายนอก ได้แก่ กัลยาณมิตรที่ดี มีครูอาจารย์ที่ดี มีพ่อแม่ที่ดี ให้ความรู้ที่ถูกต้อง เป็นตัวอย่างที่ดี มีแหล่งความรู้ มีสื่อมวลชนที่ให้สติปัญญา

(๑๓) สอนให้ตื่นตัวด้วยความไม่ประมาท พระพุทธเจ้าทรงเน้นย้ำ อัมปมาทธรรม หรือความไม่ประมาท ถึงกับตรัสเป็นปัจฉิมวาจา คือพระดำรัสสุดท้ายก่อนจะปรินิพพาน ว่า “สังฆาทันตฺตํ อโสมมํ สลฺยา ยํ น ธีรํ” (สังฆาทันตฺตํ อโสมมํ สลฺยา ยํ น ธีรํ) “สังฆาทันตฺตํ อโสมมํ สลฺยา ยํ น ธีรํ” “สังฆาทันตฺตํ อโสมมํ สลฺยา ยํ น ธีรํ” “สังฆาทันตฺตํ อโสมมํ สลฺยา ยํ น ธีรํ” “สังฆาทันตฺตํ อโสมมํ สลฺยา ยํ น ธีรํ”

(๑๔) สอนให้เห็นทุกข์ แต่เป็นสุข นั่นคือพระพุทธศาสนาสอนให้มองเห็นความทุกข์ แต่ให้ปฏิบัติด้วยความสุข (ทุกข์ สอนไว้ในหลักไตรสิกขา คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา และทุกข์ ในหลักอริยสัจ ๔ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค) เมื่อความทุกข์มีอยู่จริง พระพุทธศาสนาก็สอนให้เผชิญหน้าความทุกข์นั้นไม่เลียงหนี แต่ให้มองดูทุกข์นั้นด้วยความรู้เท่าทัน จึงทำให้มีจิตใจปลอดโปร่ง เป็นอิสระ มีปัญญา ไม่ถูกทุกข์บีบคั้น

(๑๕) มุ่งประโยชน์สุขเพื่อมวลชน พระพุทธเจ้าทรงตรัสหลักนี้เสมอ เมื่อเริ่มประกาศพระศาสนาทรงตรัสแก่ภิกษุว่า “ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงจาริกไป เพื่อประโยชน์เกื้อกูลแก่ชนทั้งหลาย เพื่อความสุขแก่ชนทั้งหลาย เพื่ออนุเคราะห์ชาวโลก” ดังนั้นการดำเนินชีวิตของชาวพุทธทั้งหลายจึงควรดำเนินตามพระดำรัสนี้คือ การทำประโยชน์แก่ผู้อื่นและแก่สังคม เมื่อทำความเข้าใจหลักพุทธธรรมที่สำคัญดังกล่าวแล้ว จะทำให้สามารถเข้าใจแนวทางการดำเนินชีวิตตามแบบวิถีพุทธได้กระจ่างชัดเจน ยิ่งขึ้น

สรุปว่า พุทธธรรม หมายถึงหลักธรรมที่เป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าและเป็นข้อประพฤติปฏิบัติ หรือหลักคำสอนอันเป็นแนวทางที่จะทำให้มนุษย์มีความประพฤติดี ปฏิบัติชอบ เพื่อให้สามารถอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข

๓.๒ หลักพุทธธรรมกับสังคมไทย

หลักพุทธธรรมกับวิถีชีวิตของคนไทยหรือสังคมไทย มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันและกันอย่างแนบแน่นมาทุกยุคทุกสมัย จากพระราชสำนักจนถึงครอบครัวชาวบ้าน เริ่มตั้งแต่สมัยกรุงสุโขทัยเป็นต้นมา พุทธศาสนาได้กลายเป็นรากฐานของศีลธรรมและวัฒนธรรมไทย ประชาชนชาวไทยเกือบทั้งประเทศเป็นพุทธศาสนิกชน พุทธศาสนาได้เป็นศาสนาประจำชาติไทยตลอดมาโดยไม่ขาดสายเป็นเวลานานกว่า ๗๐๐ ปี มีคติอยู่บทหนึ่งว่า “เมืองไทยเป็นเมืองทอง เป็นเจ้าของพุทธศาสนา มีพระราชาทรงเป็นพระประมุข” และมีคติเตือนใจอยู่เสมอว่า “ชาติเหมือนกาย ศาสนาเหมือนใจ” ชาติไทยได้มอบกายถวายใจไว้กับพุทธศาสนา จะเห็นได้จากพฤติกรรม ขนบธรรมเนียม ประเพณี ระบบจรรยาบรรณทั้งหลายและวัฒนธรรมอันดีงามต่างๆ ของไทยล้วนมีรากฐานมาจากพระพุทธรศาสนาทั้งสิ้น พุทธศาสนาได้มีอิทธิพลอย่างมากต่อจิตใจของคนไทย โดยได้หล่อหลอมชีวิตจิตใจและลักษณะนิสัยของคนไทยออกมาในรูปของความมีคุณธรรมอันดีงามต่างๆ เช่น ความยิ้มแย้มแจ่มใส ความเมตตาปราณี ความโอบอ้อมอารี ความมีน้ำใจเสียสละ ความรักอิสรเสรีภาพ คุณลักษณะเหล่านี้สามารถเรียกได้ว่าเป็นลักษณะเฉพาะที่มีอยู่ในสังคมไทย จึงถือว่าสังคมไทยก็คือสังคมพุทธนั่นเอง^๙ ซึ่งการจะเป็นสังคมพุทธได้โดยสมบูรณ์ ก็ต้องเป็นสังคมที่ยึดหลักธรรมของพระพุทธรศาสนามาดำเนินชีวิตด้านต่างๆ เพื่อพัฒนาสมาชิกของสังคมให้เป็นคนดี มีคุณธรรมจริยธรรมอันจะยังผลให้ลดปัญหาสังคมต่างๆ ได้ และสามารถนำความสุขความปลอดภัยตลอดถึงความสำเร็จมาให้แก่ตนเองและสังคมโดยส่วนรวม สถาบันสังคมไทยก็จะเข้มแข็งและสามารถพัฒนาไปในทิศทางที่พึงประสงค์ได้^{๑๐}

(๑) ด้านการดำรงชีวิตและสังคม

หลักพุทธธรรมมีอิทธิพลอย่างมากต่อการดำรงชีวิตในรูปแบบต่างๆ ของคนไทย รวมถึงลักษณะนิสัยของคนไทยก็ได้รับอิทธิพลจากหลักธรรมทางพุทธศาสนา กล่าวได้ว่าหลักธรรมทางพระพุทธรศาสนาได้มีอิทธิพลต่อวิถีชีวิตหรือการดำรงชีวิตของคนในสังคมไทยอย่างมาก นอกจากนี้ กิจกรรมต่างๆ ทางพระพุทธรศาสนายังทำให้คนในสังคมไทยเป็นคนมีจิตใจอ่อนโยน รู้จักเสียสละ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกัน มีจิตเมตตากรุณาต่อผู้ตกทุกข์ได้ยาก ไม่มีการแก่งแย่งกัน มีแต่ความเสมอภาค มีสิทธิเสรีภาพเท่าเทียมกัน ตั้งอยู่ในศีล นอกจากนี้หลักธรรมต่างๆ ในพระพุทธรศาสนายังเป็นตัวช่วยเหนี่ยวรั้งจิตใจของคนไทยไม่ให้ประพฤติดไปในทางที่ไม่ถูกไม่ชอบอัน

^๙ คุณ โทษันท์, พุทธศาสนากับสังคมและวัฒนธรรมไทย, (กรุงเทพมหานคร : โอเดียนสโตร์, ๒๕๕๕), หน้า ๕๐-๕๑.

^{๑๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๘-๖๙.

จะนำความเดือดร้อนมาให้ตนเองและสังคม และหลักธรรมยังเป็นส่วนสำคัญในการสร้างความ
 ร่วมเย็นให้เกิดขึ้นในสังคม เมื่อมีการปฏิบัติตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาแล้ว การเบียดเบียน
 กันก็自然不会เกิดขึ้น การขโมยปล้นจี้ก็ไม่เกิดขึ้น สังคมก็มีแต่ความสงบสุข กล่าวโดยสรุปแล้วการ
 ดำรงชีวิตของคนในสังคมไทยที่มีลักษณะเป็นคนขยันหมั่นเพียร ความอดออมประหยัด การรู้จัก
 เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่และเสียสละ กตัญญูกตเวที การรู้จักให้อภัย ความสามัคคีกันในกิจการงานทุกอย่าง
 ที่สุจริต ความซื่อสัตย์สุจริตต่อตนเอง ต่อหน้าที่ การระวังวาจา รักษาวาจา ความเป็นคนเที่ยงตรง
 ต่อเวลาทั้งของตนเองและการงาน รู้จักรักษาดี เกียรติ วินัย กล้าหาญ รู้จักรับผิดชอบ มีเมตตา
 กรุณา สุภาพอ่อนโยนต่อบุคคลทั่วไป การรู้จักใช้ปัญญาในทางที่ถูกต้อง ความระมัดระวัง ความไม่
 ประมาท และรู้จักอดทน เป็นต้น เหล่านี้ถือว่าคนไทยในสังคมได้รับอิทธิพลจากหลักธรรมคำสอน
 ในพระพุทธศาสนาทั้งสิ้น^{๙๙} สำหรับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่มีอิทธิพลต่อการดำรงชีวิตของ
 คนในสังคมนั้น ได้แก่

ก. ศิล ๕

ศีลหรือหลักมนุษยธรรม ถือว่าเป็นคุณธรรมพื้นฐานที่เราต้องปฏิบัติต่อกัน^{๑๐๐} ได้แก่

(๑) การไม่ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ตลอดจนการไม่คิดพยาบาทเบียดเบียนใคร
 เป็นผู้ที่ไม่เปี่ยมด้วยคุณธรรม คือความเมตตากรุณา

(๒) การไม่ลักทรัพย์ หรือล่องละเมิดในสิ่งของที่ไม่ใช่ทรัพย์สินของตนเอง
 แต่มีการเลี้ยงชีพด้วยสัมมาอาชีพ ไม่มีการทุจริตคอร์รัปชันหรือเบียดบังผลประโยชน์ของ
 ประเทศชาติมาเพื่อประโยชน์ส่วนตัวและพวกพ้อง

(๓) การไม่ประพฤติดังผิดทางประเวณี หรือล่องละเมิดในบุตรภรรยาของ
 บุคคลอื่น รู้จักระวังในการควบคุมตนเองในด้านกามารมณ์ ไม่ให้หลงใหลในรูป เสียง กลิ่น รส และ
 สัมผัสที่ยั่ววนจิตใจชวนให้หลงใหลตามอำนาจของกิเลส

(๔) การไม่พูดเท็จ แต่จะต้องพูดแต่คำสัตย์คำจริงเชื่อถือได้ ไม่
 เหลาะแหละเหลวไหล จะพูดสิ่งใดออกไปต้องคิดและใคร่ครวญให้รอบคอบ

^{๙๙} พระราชธรรมนิเทศ (ระแบบ จิตฺตญาณโณ), **สู่สุขสันต์**, (กรุงเทพมหานคร: พรศิวการพิมพ์, ๒๕๓๔),
 หน้า ๑๑.

^{๑๐๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๓
 (กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอส. อาร์. พริ้นติ้ง แมส โปรดักส์, ๒๕๔๘), หน้า ๑๗๕.

(๕) การไม่ดื่มสุรายาเสพติดและของมึนเมาที่จะทำให้เป็นผู้ประมาทขาดสติสัมปชัญญะทุกชนิด แต่จะต้องเป็นผู้มีสติสัมปชัญญะ มีความยังคิดว่าสิ่งใดควรทำหรือไม่ควรทำอยู่เสมอ

ข. สังคหวัตถุ ๔

หลักสังคหวัตถุ คือการปฏิบัติตามหลักการสงเคราะห์ หรือธรรมเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวใจคน และประสานหมู่ชนไว้ในความสามัคคี^{๑๓} ได้แก่

(๑) ทาน การให้ปัน การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ช่วยเหลือสงเคราะห์ด้วยปัจจัยสี่ ตลอดจนให้ความรู้ความเข้าใจ ศิลปวิทยา ด้วยเห็นวาลิงของที่ดินเสียสละหรือให้ไปนั้นจะเป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น เป็นการแสดงความมีน้ำใจ

(๒) ปิยวาจา หรือเปยววัชระ การมีวาจาเป็นที่รัก เป็นที่ดูดีมีจิตใจของผู้ฟัง มีวาจาสุภาพอ่อนหวานชวนฟัง เป็นวาจาที่ไม่หยาบคายและก่อให้เกิดประโยชน์

(๓) อุตถจริยา การประพฤติตนเป็นประโยชน์ คือช่วยเหลือด้วยแรงกาย และชวนช่วยช่วยเหลือกิจการต่างๆ เช่น บำเพ็ญสาธารณประโยชน์

(๔) สมานัตตา เอาตัวเข้าสมาน ความมีตนเสมอต้นเสมอปลาย ทำตนให้เข้ากับผู้อื่น ปฏิบัติตนสม่ำเสมอในคนทั้งหลาย ไม่เอาเปรียบและเสมอในสุขทุกข์ คือร่วมทุกข์ ร่วมสุข ร่วมรับรู้ ร่วมแก้ปัญหา เพื่อให้เกิดประโยชน์สุขร่วมกัน

ค. สาราณียธรรม ๖

หลักสาราณียธรรม หรือหลักการอยู่ร่วมกันในหมู่ด้วยดี เป็นหลักธรรมที่ทำให้ประชาชนภายในชาติอยู่ด้วยกันอย่างสามัคคี ทำให้ประเทศชาติเป็นเอกภาพ^{๑๔} ได้แก่

(๑) เมตตากรรม คือการแสดงออกถึงความเมตตาทางกายแก่เพื่อนในสังคมเดียวกัน ทั้งต่อหน้าและลับหลัง ช่วยเหลือกิจธุระของหมู่คณะด้วยความเต็มใจ แสดงอาการกิริยาสุภาพ เคารพนับถือกันทั้งต่อหน้าและลับหลัง

(๒) เมตตาวาจกรรม คือการแสดงออกถึงความเมตตาปรารถนาดีต่อกันทางวาจา ต่อเพื่อนร่วมสังคมประเทศชาติร่วมกัน เช่น การช่วยบอกสิ่งที่เป็นประโยชน์ แนะนำ สั่งสอนตักเตือนในทางที่ถูกที่ควรด้วยความปรารถนาดี กล่าววาจาสุภาพ เป็นประโยชน์ อ่อนหวาน ทั้งต่อหน้าและลับหลัง

^{๑๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๔๒-๑๔๓.

^{๑๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๐๐-๒๐๑.

(๓) เมตตามโนกรรม คือการตั้งใจเมตตาปรารถนาดีต่อกันกับเพื่อนร่วมสังคม ร่วมหมู่คณะเดียวกัน มีจิตปรารถนาดีทั้งต่อหน้าและลับหลัง คิดทำแต่สิ่งประโยชน์ต่อกัน มองกันในแง่ดี ไม่มีความระแวงสงสัยซึ่งกันและกัน

(๔) สาธารณโภคี คือการรู้จักแบ่งปันเฉลี่ยแจกจ่าย แม้ว่าจะเป็นสิ่งของเล็กน้อยแต่เป็นสิ่งที่ได้มาโดยชอบธรรม ก็ไม่ควรหวงไว้แต่ผู้เดียว นำมาให้ได้มีส่วนร่วมบริโภคใช้สอยร่วมกัน

(๕) ศีลสามัญญตา คือจะต้องมีศีล มีความประพฤติเสมอเหมือนกับบุคคลที่ร่วมในสังคัมหมู่คณะเดียวกัน ไม่ทำตนให้เป็นที่รังเกียจของหมู่คณะ เคารพกฎเกณฑ์ระเบียบของสังคัม

(๖) ทัฬหีสามัญญตา คือจะต้องมีความเห็นที่ตรงเสมอเหมือนกับผู้อื่นในสังคัมเดียวกัน มีความเห็นชอบร่วมกันในข้อที่เป็นหลักการที่จะนำไปสู่การจัดปัญหา มิใช่เป็นความเห็นที่ก่อให้เกิดปัญหา ต้องยอมรับความคิดเห็นของคนหมู่มากแม้จะไม่ถูกใจก็ตาม

ง. ทิศ ๖

หลักทิศ ๖ ถือว่าเป็นหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่เน้นการปฏิบัติที่ดีต่อกันในสังคัมโดยเปรียบบุคคลที่เกี่ยวข้องรอบตัวเราดุจทิศทั้ง ๖ เพราะถือว่ามนุษย์เป็นสัตว์สังคมที่ต้องเกี่ยวข้องกับบุคคลทั่วไป ดังนั้น การปฏิบัติจึงต้องเป็นไปด้วยความซื่อตรงและจริงใจต่อกัน^{๑๕} ได้แก่

(๑) บิดามารดา เปรียบเหมือน ปุรัตถิมทิศ (ทิศเบื้องหน้า คือทิศตะวันออก) เพราะมีอุปการะแก่เรามาก่อน

ก. บุตรธิดาพึงปฏิบัติบำรุงบิดามารดา ดังนี้

- (๑) ท่านเลี้ยงเรามาแล้ว เลี้ยงท่านตอบแทน
- (๒) ช่วยทำการงานของท่าน
- (๓) ดำรงวงศ์สกุลของท่านไม่ให้สูญ
- (๔) ประพฤติตนให้เป็นคนควรรับทรัพย์มรดก
- (๕) เมื่อท่านล่วงลับไปแล้ว ทำบุญอุทิศให้ท่าน

ข. บิดาเมื่อได้รับการปฏิบัติบำรุงที่ดีจากบุตรธิดาแล้ว ย่อมอนุเคราะห์ตอบ ดังนี้

- (๑) ห้ามมิให้ทำความชั่ว
- (๒) ให้ตั้งอยู่ในความดี

^{๑๕} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๙๑-๑๙๖.

- (๓) ให้ศึกษาศิลปวิทยา
 - (๔) หาภรรยาสามีที่สมควรให้
 - (๕) มอบทรัพย์สมบัติให้ในเวลาที่เหมาะสม
- (๒) ครูอาจารย์ เปรียบเหมือน ทักษิณทิศ (ทิศเบื้องขวา คือทิศใต้) เพราะเป็นทักษิณายบุคคล ควรแก่การบูชา

ก. ศิษย์พึงบำรุงครูอาจารย์ ดังนี้

- (๑) ลูกต้อนรับ
 - (๒) เข้าไปหา (เพื่อบำรุง คอยรับใช้ ชักถามข้อสงสัย และรับคำแนะนำ)
 - (๓) ใฝ่ใจเรียน (มีใจรัก เรียนด้วยศรัทธา และรู้จักฟังให้เกิดปัญญา)
 - (๔) ประณิบัติ ช่วยเหลืองานท่าน
 - (๕) เรียนศิลปวิทยาด้วยความเคารพ (เอาจริงเอาจัง ถือเป็นกิจสำคัญ)
- ข. ครูอาจารย์ เมื่อได้รับการปฏิบัติบำรุงที่ดีจากศิษย์แล้ว ย่อมอนุเคราะห์ตอบดังนี้
- (๑) ฝึกฝนแนะนำให้เป็นคนดี
 - (๒) สอนให้เข้าใจแจ่มแจ้ง
 - (๓) สอนศิลปวิทยาให้สิ้นเชิง
 - (๔) ยกย่องศิษย์ให้ปรากฏในหมู่คณะ
 - (๕) สร้างเครื่องคุ้มภัยในสสารทิศ (สอนให้รู้จักเอาตัวรอดในสถานการณ์ต่างๆ)

- (๓) บุตรภรรยา เปรียบเหมือน ปัจฉิมทิศ (ทิศเบื้องหลัง คือทิศตะวันตก) เพราะคอยติดตามเป็นกำลังสนับสนุนอยู่ข้างหลัง

ก. สามีพึงบำรุงภรรยา ดังนี้

- (๑) ยกย่องให้เกียรติสมกับฐานะที่เป็นภรรยา
 - (๒) ไม่ดูหมิ่น
 - (๓) ไม่ประพฤติผิดนอกใจ
 - (๔) มอบความเป็นใหญ่ในงานบ้านให้
 - (๕) หาเครื่องประดับมาให้เป็นของขวัญตามโอกาส
- ข. ภรรยาเมื่อได้รับการปฏิบัติบำรุงที่ดีจากสามีแล้ว ย่อมอนุเคราะห์ตอบ ดังนี้

- (๑) จัดงานบ้านให้เรียบร้อย
- (๒) สงเคราะห์ญาติมิตรทั้งสองฝ่ายด้วยดี
- (๓) ไม่ประพฤตินอกใจ
- (๔) รักษาทรัพย์สมบัติที่หามาได้
- (๕) ขยันไม่เกียจคร้านในงานทั้งปวง

(๔) มิตรสหาย เปรียบเหมือน อุตตรทิศ (ทิศเบื้องซ้าย คือทิศเหนือ)

เพราะเป็นผู้ช่วยให้ข้ามพ้นอุปสรรคภัยอันตราย และเป็นกำลังสนับสนุนให้บรรลุถึงความสำเร็จได้

ก. บุคคลพึงบำรุงมิตรสหาย ดังนี้

- (๑) เผื่อแผ่แบ่งปันกัน
- (๒) พุดจามีน้ำใจ
- (๓) ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน
- (๔) มีตนเสมอ ร่วมสุขร่วมทุกข์กัน
- (๕) ซื่อสัตย์จริงใจต่อกัน

ข. มิตรสหายเมื่อได้รับการปฏิบัติบำรุงที่ดีจากเพื่อนแล้ว ย่อม
อนุเคราะห์ตอบ ดังนี้

- (๑) เมื่อเพื่อนประมาท ก็ช่วยรักษาป้องกัน
- (๒) เมื่อเพื่อนประมาท ก็ช่วยรักษาทรัพย์สมบัติของเพื่อน
- (๓) ในคราวมีภัย เป็นที่พึ่งได้
- (๔) ไม่ละทิ้งในยามทุกข์ยาก
- (๕) นับถือตลอดถึงวงศ์ญาติของมิตร

(๕) คนรับใช้และคนงาน เปรียบเหมือน เหมภูมิทิศ (ทิศเบื้องล่าง) เพราะ
เป็นผู้ช่วยทำกรณงานต่างๆ เป็นฐานกำลังให้

ก. เจ้านายพึงบำรุงคนรับใช้และคนงาน ดังนี้

- (๑) จัดกรณงานให้ทำตามความเหมาะสมกับกำลังความสามารถ
- (๒) ให้ค่าจ้างรางวัลสมควรแก่งานและความเป็นอยู่
- (๓) จัดสวัสดิการดี มีการช่วยรักษาพยาบาลในยามเจ็บไข้ เป็นต้น
- (๔) ได้ของแปลกๆ พิเศษมาก็แบ่งปัน
- (๕) ให้มีวันหยุดและพักผ่อนหย่อนใจตามโอกาสอันควร

ข. คนรับใช้และคนงานเมื่อได้รับการปฏิบัติบำรุงที่ดีจากเจ้านายแล้ว
ยอมอนุเคราะห์ตอบ ดังนี้

- (๑) เริ่มทำการงานก่อนเจ้านาย
- (๒) เลิกงานที่หลังเจ้านาย
- (๓) ถือเอาแต่ของที่เจ้านายให้
- (๔) ทำการงานให้เรียบร้อยและดียิ่งขึ้น
- (๕) นำเกียรติคุณของเจ้านายไปเผยแพร่
- (๖) สมณพราหมณ์ เปรียบเหมือน อุปริมทิส (ทิสเปื่องบน) ได้แก่

พระสงฆ์ เพราะเป็นผู้สูงด้วยคุณธรรม และเป็นผู้นำทางจิตใจ

ก. คฤหัสถ์ยอมบำรุงพระสงฆ์ ดังนี้

- (๑) จะทำสิ่งใด ก็ทำด้วยเมตตา
- (๒) จะพูดสิ่งใด ก็พูดด้วยเมตตา
- (๓) จะคิดสิ่งใด ก็คิดด้วยเมตตา
- (๔) ต้อนรับด้วยความเต็มใจ
- (๕) อุปถัมภ์ด้วยปัจจัย ๔

ข. พระสงฆ์เมื่อได้รับการปฏิบัติบำรุงที่ดีจากคฤหัสถ์แล้ว ย่อม
อนุเคราะห์ตอบ ดังนี้

- (๑) ห้ามปรามจากความชั่ว
- (๒) ให้ตั้งอยู่ในความดี
- (๓) อนุเคราะห์ด้วยความปรารถนาดี
- (๔) ให้ได้ฟังสิ่งที่ยังไม่เคยฟัง
- (๕) ทำสิ่งที่เคยฟังแล้วให้แจ่มแจ้ง

จ. กัลยาณมิตรธรรม ๗

หลักกัลยาณมิตรธรรม เป็นหลักธรรมที่เกี่ยวกับคุณสมบัติหรือลักษณะของมิตร
แท้หรือเพื่อนที่ดี ที่เราคบด้วยแล้วจะนำสิ่งที่ดีงามและความเจริญมาให้แก่เรา^{๑๖} ได้แก่

(๑) ปิโย เป็นคนน่ารัก ที่เมื่อคบด้วยแล้วเกิดความสบายใจอยากเข้าไป
ปรึกษาไต่ถาม

^{๑๖} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๒๐๔.

(๒) ครู เป็นคนน่าเคารพ ประพฤติสมควรแก่ฐานะ ให้เกิดความรู้สึก
อบอุ่นใจ เป็นที่พึ่งใจ และปลอดภัย

(๓) ภาวนีโย เป็นคนน่าเจริญใจ หรือน่ายกย่อง เพราะมีความรู้และภูมิ
ปัญญาแท้จริง

(๔) วุตตา จ เป็นคนรู้จักพูดให้ได้ผล รู้จักชี้แจงให้เข้าใจ รู้ว่าเมื่อไรควรพูด
อะไรอย่างไร คอยให้คำแนะนำว่ากล่าวตักเตือน เป็นที่ปรึกษาที่ดี

(๕) วจนกุขโม เป็นคนอดทนต่อถ้อยคำ คือ พร้อมที่จะรับฟังคำปรึกษา
ซักถามคำแนะนำวิพากษ์วิจารณ์ อดทน ฟังได้ไม่เบื่อ ไม่ฉุนเฉียว

(๖) คมภูริญจ กถิ กตฺตา เป็นคนที่แถลงเรื่องกล้าได้ สามารถอธิบาย
เรื่องยุ่งยากซับซ้อน ให้เข้าใจ และให้เรียนรู้เรื่องราวที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้นไป

(๗) โน จฏฐาเน นิโยชเย ไม่ชักนำในอฐานะ คือ ไม่แนะนำในเรื่อง
เหลวไหล หรือชักจูงไปในทางเสื่อมเสีย

หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเหล่านี้ ถือว่าเป็นปัจจัยที่ส่งเสริมให้คนในสังคมมี
การดำรงชีวิตที่สงบสุขมากขึ้น แต่ทั้งนี้สังคมจะสงบได้อย่างแท้จริงก็ต้องอาศัยปัจจัยภายนอกด้วย
เช่น การอยู่การกินที่ดี มีงานทำ มีทรัพย์สินเงินทองไว้ใช้จ่าย เป็นต้น โดยสิ่งเหล่านี้ก็ขึ้นอยู่กับตัว
แปรที่สำคัญคือความมั่นคงทางเศรษฐกิจของประเทศนั่นเอง

(๒) ด้านการปกครอง

พระพุทธศาสนามีความสัมพันธ์กับการเมืองการปกครองมาตั้งแต่สมัยพุทธกาล
ดังนั้น แนวคิดเกี่ยวกับเรื่องการเมืองการปกครองจึงมีปรากฏในพระไตรปิฎกมากมาย ทั้งวิธีการใน
การปกครอง อุดมคติของนักปกครอง พระพุทธเจ้าเองก็ทรงมีความสัมพันธ์กับนักการเมืองหรือกับ
ผู้ปกครองเป็นอย่างดี แต่พระองค์ทรงมีฐานะอยู่เหนือการเมือง หรือทรงเป็นกลางทางการเมือง
ทรงเข้าไปเกี่ยวข้องในฐานะการให้คำปรึกษาแนะนำเพื่อที่จะทำให้การปกครองของประเทศนั้นๆ
สมบูรณ์ยิ่งขึ้น สามารถอำนวยประโยชน์สุขให้กับประชาชนได้มากขึ้น พระองค์มิได้สนับสนุนหรือ
คัดค้านรูปแบบทางการเมืองการปกครองแบบใดๆ โดยเฉพาะ ดังนั้นจึงทำให้รัฐและนักการเมือง
หรือผู้ปกครองรัฐไม่เป็นศัตรูกับพระพุทธศาสนา แต่กลับหันมาช่วยส่งเสริมสนับสนุน
พระพุทธศาสนา จนทำให้การเผยแผ่พระพุทธศาสนาเป็นไปอย่างรวดเร็ว พระพุทธเจ้ามิได้เสนอ
รูปแบบการเมืองการปกครองแบบใหม่ขึ้นมา แต่ทรงเสนอแนะให้ปรับปรุงข้อบกพร่องของระบบ
การเมืองที่มีอยู่แล้วให้เป็นธรรมยิ่งขึ้น เพราะไม่ว่ารูปแบบการเมืองการปกครองแบบใดก็ตาม ล้วน

แล้วแต่มีข้อผิดพลาดบกพร่องทั้งนั้น หากปรับปรุงข้อบกพร่องนั้นๆ ให้เป็นธรรมแล้ว ระบบการเมืองนั้นๆ ก็สามารภที่จะอำนวยประโยชน์สุขให้เกิดขึ้นแก่ประชาชน

ในเรื่องการปกครองและการบริหารงานของรัฐนั้น พระพุทธศาสนาไม่ได้เน้นถึงอำนาจหรือความยิ่งใหญ่ของผู้ปกครองว่าเป็นเป้าหมายที่สูงสุดของการมีอำนาจ แต่กลับถือว่าเป้าหมายของการมีอำนาจก็คือ การสร้างประโยชน์สุขให้เกิดขึ้นแก่ประชาชนและประเทศชาติ ดังนั้น พระพุทธศาสนาจึงมีหลักธรรมสำหรับผู้นำหรือเรียกว่าหลักรัฐศาสตร์สำหรับผู้มีอำนาจตามแนวพุทธไว้มากมาย ล้วนแล้วแต่เน้นย้ำให้ผู้ปกครองหรือผู้บริหารใช้ธรรมมาเป็นอำนาจ มากกว่าที่จะใช้อำนาจมาเป็นธรรม และในขณะเดียวกันก็มีหลักธรรมสำหรับผู้อยู่ใต้ปกครองหรือประชาชนพึงยึดถือปฏิบัติด้วย เพราะรัฐจะเจริญก้าวหน้าหรือประชาชนจะประสบความสุขได้นั้น มิได้ขึ้นอยู่กับผู้ปกครองฝ่ายเดียว แต่ต้องขึ้นอยู่กับประชาชนภายในรัฐด้วย เมื่อผู้ปกครองยึดหลักธรรมในการปกครอง ประชาชนในรัฐก็เป็นผู้ประพฤติดุธรรม นั่นคือรัฐในอุดมคติของพระพุทธศาสนา ดังนั้น การปกครองที่ดีทั้งผู้ปกครองและผู้ถูกปกครอง ต้องมีคุณธรรมด้วยกันทั้ง ๒ ฝ่าย เพราะถ้าผู้ปกครองมีคุณธรรมเพียงฝ่ายเดียวก็ยากจะทำให้สังคมส่วนรวมสงบสุขได้ หรือถ้าผู้ถูกปกครองมีคุณธรรมฝ่ายเดียว ก็อาจถูกกดขี่ข่มเหงจากผู้ปกครองที่ขาดคุณธรรม ดังนั้น พระพุทธศาสนาจึงได้วางหลักธรรมไว้ทั้ง ๒ ฝ่าย ดังนี้

๑. หลักธรรมสำหรับผู้ปกครอง

หลักธรรมที่เป็นคุณสมบัติและเป็นข้อปฏิบัติสำหรับผู้ปกครองตามหลักพระพุทธศาสนานั้น ได้แก่

ก. ทศพิธราชธรรม ๑๐

ทศพิธราชธรรม ถือว่าเป็นหลักธรรมที่มีอิทธิพลต่อการปกครองของไทยมาตั้งแต่อดีต โดยผู้ปกครองหรือพระมหากษัตริย์ของไทยทรงยึดถือปฏิบัติสืบเนื่องกันมาช้านาน ตั้งแต่ยุคสมัยที่ปกครองด้วยระบบสมบูรณาญาสิทธิราชย์เป็นต้นมา จนกระทั่งในสมัยปัจจุบัน เป็นหลักปฏิบัติที่สามารถใช้ได้ดีมาทุกยุคทุกสมัย มีเนื้อหาเป็นหลักปฏิบัติของผู้ปกครองหรือผู้นำโดยตรง^{๑๗} คือ

(๑) ทาน การให้ คือ สละทรัพย์สิ่งของ บำรุงเลี้ยง ช่วยเหลือประชาราษฎร์ และบำเพ็ญสาธารณประโยชน์

^{๑๗} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๔๐-๑๔๑.

(๒) ศีล ความประพฤติดีงาม คือ สำนวณกายและวจีทวาร ประกอบแต่การสุจริต รักษาจิตตัตถุณ ให้ควรเป็นตัวอย่าง และเป็นทีเคารพนับถือของประชาราษฎร์ มิให้มิข้อที่ใครจะดูแคลน

(๓) ปริจาคะ การบริจาค คือ เสียสละความสุขสำราญ เป็นต้นตลอดจนชีวิตของตน เพื่อประโยชน์สุขของประชาชน และความสงบเรียบร้อยของบ้านเมือง

(๔) อาชชวะ ความซื่อตรง คือ ซื่อตรงทรงสัตย์ไว้มารยา ปฏิบัติภารกิจโดยสุจริต มีความจริงใจ ไม่หลอกลวงประชาชน

(๕) มัททวะ ความอ่อนโยน คือ มีอัธยาศัย ไม่เย่อหยิ่งหยาบคาย กระด้างถือองศ์ มีความงามสง่าเกิดแต่แห่งที่กิริยาสุภาพนุ่มนวล ละมุนละไม ให้ความรักภักดีแต่มีขาดยำเกรง

(๖) ตปะ ความทรงเดช คือ แผลงแผกเลิศตณหา มิให้เข้ามาครอบงำ ย่ำยีจิต ระวังยับยั้งข่มใจได้ ไม่ยอมให้หลงใหลหมกมุ่นในความสุขสำราญและความปรนเปรอ มีความเป็นอยู่สม่ำเสมอ หรืออย่างสามัญ มุ่งมั่นแต่จะบำเพ็ญเพียร ทำกิจให้บริบูรณ์

(๗) อักโกธะ (ความไม่โกรธ คือ ไม่กริ้วกราด ลุอำนาจความโกรธ จนเป็นเหตุให้วินิจฉัยความและกระทำกรรมต่างๆ ผิดพลาดเสียกรรม มีเมตตาประจักษ์ใจไว้ระบับความเคืองชุ่น วินิจฉัยความและกระทำด้วยจิตอันราบเรียบเป็นตัวของตนเอง

(๘) อวิหิงสา ความไม่เบียดเบียน คือ ไม่บีบบังคับกดขี่ เช่น เก็บภาษีขูดรีด หรือ เกณฑ์แรงงานเกินขนาด ไม่หลงระเริงอำนาจ ขาดความกรุณา หาเหตุเบียดเบียนลงโทษอาชญาแก่ประชาราษฎร์ผู้ใด เพราะอาศัยความอำมาตเกลียดชัง

(๙) ขันติ ความอดทน คือ อดทนต่องานที่ตรากตรำ ถึงจะลำบาก กายน่าเหนื่อยหน่ายเพียงไร ก็ไม่ทอดทิ้ง ถึงจะถูกข่มขู่ด้วยคำเสียดสีถากถางอย่างใด ก็ไม่หมดกำลังใจ ไม่ยอมละทิ้งกรณีที่ยบำเพ็ญโดยชอบธรรม

(๑๐) อวิโรธนะ ความไม่คลาดธรรมดา คือ วางองค์เป็นหลักหนักแน่นในธรรม คงที่ ไม่มีความเอนเอียงหวั่นไหวเพราะถ้อยคำที่ดีร้าย ลามสักการะ หรืออิฏฐารมณ์ อนิฏฐารมณ์ใดๆ สติมั่นในธรรม ทั้งส่วนยุติธรรม คือ ความเที่ยงธรรม กดี นิติธรรม คือ ระเบียบแบบแผนหลักการปกครอง ตลอดจนขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงาม กดี ไม่ประพฤติให้เคลื่อนคลาดวิบัติไป

ข. จักรวรรดิวัตร ๑๒

จักรวรรดิวัตร ถือว่าเป็นธรรมอีกประการหนึ่งของพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติหน้าที่ของผู้ปกครองที่ปรารถนาจะเข้าไปนั่งในใจของประชาชนหรือผู้ใต้ปกครอง เป็นหลักธรรมที่ช่วยให้ผู้ปกครองดำเนินกุศโลบายในทางการเมืองได้อย่างบรรลุปเป้าหมาย โดยวัตถุประสงค์ของหลักจักรวรรดิวัตรก็เพื่อประโยชน์สุขและความก้าวหน้าอย่างแท้จริงของสังคมโดยรวม มีอยู่ ๑๒ ประการ^{๙๔} คือ

(๑) ธรรมาธิปไตย ให้ยึดถือธรรมเป็นหลัก เป็นธงชัยในการปกครองประเทศ เคารพยำเกรงธรรม

(๒) ให้ความคุ้มครองรักษาอันเป็นธรรมแก่อันใดชน หรือชนภายใน เช่น พระมหากษัตริย์ พระโอรส พระธิดา ตลอดจนผู้ปฏิบัติราชการในพระองค์ โดยการอบรมสั่งสอนให้อยู่ในความสงบเรียบร้อยดีงาม เป็นต้น

(๓) ให้ความคุ้มครองรักษาแก่กำลังพล เช่น ทหาร ข้าราชการ ตำรวจ โดยเป็นธรรม เช่น การให้สวัสดิการหลังจากเกษียณอายุราชการไปแล้ว เป็นต้น

(๔) ให้ความคุ้มครองแก่กษัตริย์ที่เป็นเมืองขึ้น ตลอดจนถึงชนชั้นผู้ปกครองและนักบริหารชั้นผู้ใหญ่ทั้งหลาย

(๕) ให้ความคุ้มครองแก่นายกรัฐมนตรี หรือข้าราชการบริหาร ผู้ตามเสด็จในสมัยปัจจุบันก็คือข้าราชการพลเรือน

(๖) ให้ความคุ้มครองแก่ชนเจ้าพิธี ผู้ประกอบอาชีพวิชาการ พ่อค้า เกษตรกรด้วยวิธีการจัดหาทุนทรัพย์และอุปกรณ์ในการประกอบอาชีพให้ เป็นต้น

(๗) ให้ความคุ้มครองแก่ราษฎรทั้งปวง ทั้งในเมือง ชนบท และชายแดน โดยเป็นธรรมเสมอเหมือนกัน

(๘) ให้ความคุ้มครองแก่พระสงฆ์ บรรพชิต นักบวช และสมณชีพราหมณ์

(๙) ให้ความคุ้มครองแก่นก และเนื้อ สัตว์ที่ความสงวนทั้งหลาย

(๑๐) มา อธรรมการ คือ การห้าม ป้องกันมิให้เกิดสิ่งที่มีใช้ธรรมทุกชนิดขึ้นในพระราชอาณาจักร ปราบปรามผู้มีอิทธิพลต่างๆ มิให้มีการกระทำทุจริต ผิดกฎหมาย บ้านเมืองอันจะก่อให้เกิดความเดือดร้อนแก่ประชาชนผู้อยู่ในรัฐโดยเด็ดขาด

^{๙๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๕๐-๑๕๓.

(๑๑) ฐานานุประทาน คือ การแบ่งปันทรัพย์สินเฉลี่ยให้แก่ประชาชนผู้ยากไร้ มิให้มีผู้ขัดสน ขาดแคลนอยู่ในแคว้นแคว้นโดยไม่ได้รับการเหลียวแลช่วยเหลือตามสมควร หรือการกระจายรายได้ให้แก่ประชาชนในระดับล่างอย่างสม่ำเสมอมากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ไม่ปล่อยให้ความเจริญกระจุกอยู่เฉพาะในส่วนใดส่วนหนึ่งของประเทศเท่านั้น

(๑๒) สมณพราหมณ์บริบูรณ์ คือ ความสนใจพระศาสนาและศีลธรรม หมั่นปฎิบัติตามสมณพราหมณ์ ผู้ประพฤติดีปฏิบัติชอบ ตลอดจนนักวิชาการผู้ที่มีความรู้ดีมีความสามารถดี และต้องแสวงหาปัญญา ความรู้และคุณธรรมเพิ่มอยู่เสมอ มีที่ปรึกษาที่ดี บริสุทธิ มีคุณธรรม เพื่อให้รู้ชัดในสิ่งที่ควรกระทำและในสิ่งที่ควรเว้น

ค. ราชสังคหะ ๔

ราชสังคหะ เป็นหลักธรรมที่เกี่ยวกับการทำนุบำรุงประชาชนให้มีความอยู่ดีกินดี และเป็นหลักธรรมในการวางนโยบายในการปกครองและบริหารงานของรัฐที่มุ่งประโยชน์เกื้อกูลต่อการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของประชาชนให้มีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น และมีคุณธรรมมากขึ้น มี ๔ ประการ^{๑๙} คือ

(๑) สัสสมณะ ความฉลาดในการบำรุงพืชพันธุ์ธัญญาหาร ส่งเสริมการเกษตร

(๒) บุริสมณะ ความฉลาดในการบำรุงข้าราชการ รู้จักส่งเสริมคนดีมีความสามารถ

(๓) สัมมาปาสะ ความรู้จักผูกพันสานรวมใจประชาชนด้วยการส่งเสริมอาชีพ เช่น ให้คนจนกู้ยืมทุนไปสร้างตัวในพาณิชยกรรม เป็นต้น

(๔) วาชเปยยะ หรือ วาจาเปยยะ ความมีวาจาอันดูดีมีน้ำใจ น้ำคำควรดื่ม คือ รู้จัก พูด รู้จักปราศรัย ไพเราะ สุภาพนุ่มนวล ประกอบด้วยเหตุผล มีประโยชน์เป็นทางแห่งสามัคคี ทำให้เกิดความเข้าใจในอันดี และความนิยมเชื่อถือ

ง. หลักอคติ ๔

ผู้ปกครองจะต้องละเว้นจากอคติ หรือความลำเอียง ๔ ประการ^{๒๐} คือ

(๑) ฉันทาคติ ลำเอียงเพราะชอบ

(๒) โทสาคติ ลำเอียงเพราะชัง

(๓) โมหาคติ ลำเอียงเพราะหลง, พลาดผิดเพราะเขลา

^{๑๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๔๓-๑๔๔.

^{๒๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๔๔.

(๔) ภยากติ ลำเอียงเพราะกลัว

จ. เวสาร์ชชกรณธรรม ๕

หลักเวสาร์ชชกรณธรรม เป็นหลักธรรมที่ช่วยให้ผู้ปกครองมีความกล้า กล้าหาญ เป็นการสร้างศักยภาพขึ้นมาจากภายใน เพราะการจะเป็นผู้ปกครองที่มีอำนาจได้นั้นจะต้องเป็นผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตัวเอง มีความองอาจกล้าหาญ เป็นการสร้างความศรัทธาแก่บริวาร หรือผู้อยู่ใต้ปกครอง^{๒๑} คือ

- (๑) ศรัทธา ความเชื่อที่มีเหตุผล มั่นใจในหลักที่ถือและในการดีที่ทำ
- (๒) ศีล ความประพฤติถูกต้องดีงาม ไม่ผิดระเบียบวินัย ไม่ผิดศีลธรรม
- (๓) พหุสัจจะ ความเป็นผู้ได้ศึกษาเล่าเรียนมาก
- (๔) วิริยารัมภะ ปราบปรามความเพียร คือ การที่ได้เริ่มลงมือทำความเพียรพยายามในกิจการนั้นๆ อยู่แล้วอย่างมั่นคงจริงจัง
- (๕) ปัญญา ความรอบรู้ เข้าใจซึ่งในเหตุผล ดี ชั่ว ประโยชน์ มิใช่ประโยชน์ เป็นต้น รู้คิด รู้วินิจฉัย และรู้ที่จะจัดการ

ฉ. พรหมวิหาร ๔

พรหมวิหาร เป็นคุณธรรมสำหรับผู้ปกครองหรือผู้เป็นใหญ่ที่ควรปฏิบัติต่อผู้ใต้ปกครองหรือประชาชนของตน^{๒๒} คือ

- (๑) เมตตา ต้องประกอบไปด้วยเมตตา ความปรารถนาดี มีไมตรีจิต อยากให้ผู้ใต้ปกครองมีความสุข และคิดทำประโยชน์แก่เพื่อนมนุษย์ที่อยู่ใต้ปกครองอย่างถ้วนหน้า
- (๒) กรุณา ต้องประกอบด้วยความกรุณา ความปรารถนาที่จะช่วยเหลือให้ประชาชนผู้อยู่ใต้ปกครองพ้นจากความทุกข์ยาก
- (๓) มุทิตา ต้องประกอบด้วยความพลอยยินดี ไม่คิดริษยา เมื่อเห็นผู้ใต้ปกครองของตนประสบความสำเร็จ หรือมีความสุข
- (๔) อุเบกขา ต้องประกอบด้วยความวางเฉย ใจเป็นกลาง เมื่อเห็นผู้ใต้ปกครองประสบความพินาศหรือเหตุการณ์ที่ไม่สามารถช่วยเหลือแก้ไขได้ เช่น การเป็นนักโทษฆ่าคนตาย หรือเป็นคนค้ายาเสพติด และถูกตัดสินประหารชีวิต เป็นต้น

ผู้ปกครองจะมีความรู้ความสามารถเพียงไร หากไร้คุณธรรมประจำใจเสียแล้ว บ้านเมืองนั้นก็มิแต่การกดขี่ข่มเหงด้วยอำนาจทางการเมือง แล้วการทุจริตคอร์รัปชันในหน้าที่ก็

^{๒๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๗๔.

^{๒๒} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๒๔.

จะตามมา ทั้งยังเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ผู้ได้ปกครองของตนอีกด้วย ดังนั้น หลักธรรมทางการปกครองของพระพุทธศาสนาเหล่านี้จึงเป็นปัจจัยสำคัญที่จะช่วยให้การปกครองบ้านเมืองเป็นไปอย่างเรียบร้อย อันนำมาซึ่งความสงบสุขแก่สังคมโดยรวม

๒. หลักธรรมสำหรับผู้ถูกปกครอง

เมื่อผู้ปกครองมีคุณธรรมแล้ว ผู้ถูกปกครองหรือประชาชนผู้อยู่ใต้ปกครองก็ต้องมีคุณธรรมด้วย เพราะถ้าผู้ปกครองคนเดียวไม่อาจทำให้สังคมดีขึ้น ดังนั้น ผู้ถูกปกครองจึงมีส่วนสำคัญยิ่งในการทำให้บ้านเมืองหรือสังคมเกิดความสงบสุข คุณธรรมหรือหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวกับผู้ถูกปกครอง ได้แก่

ก. อธิปไตย ๓

หลักอธิปไตย เป็นหลักธรรมที่ว่าด้วยความยิ่งใหญ่ของผู้ถูกปกครองหรือประชาชนทั่วไปต้องรู้ เพราะว่าเมื่อทราบแล้วจะได้ปฏิบัติตามหน้าที่ของตนได้ถูกต้อง^{๒๓} ได้แก่

(๑) อัตตอธิปไตย ความมีตนเป็นใหญ่, ถือตนเป็นใหญ่, กระทำการด้วยปวารณตนเป็นประมาณ

(๒) โลกาธิปไตย ความมีโลกเป็นใหญ่, ถือโลกเป็นใหญ่, กระทำการด้วยปวารณ นิยมของโลกเป็นประมาณ

(๓) วัมมาธิปไตย ความมีธรรมเป็นใหญ่, ถือธรรมเป็นใหญ่, กระทำการด้วยปวารณความถูกต้อง เป็นจริง สมควรตามธรรม เป็นประมาณ

ข. อปริหริยธรรม ๗

หลักอปริหริยธรรม เป็นการปฏิบัติตามหลักการรับผิดชอบร่วมกันของหมู่คณะที่จะช่วยป้องกันความเสื่อมและนำไปสู่ความเจริญรุ่งเรืองโดยส่วนเดียว^{๒๔} ได้แก่

(๑) หมั่นประชุมพบปะ ปรีกษาหารือในกิจการงานที่พึงรับผิดชอบตามระดับของตนโดยสม่ำเสมอ

(๒) เมื่อประชุมกันก็พร้อมเพรียงกันประชุม เมื่อเลิกประชุมก็พร้อมเพรียงกันเลิก พร้อมเพรียงกันกระทำกิจที่พึงกระทำร่วมกัน

(๓) ไม่บัญญัติหรือตั้งกฎ กติกา ที่ไม่ได้บัญญัติไว้ คือ ไม่ถือตามอำเภอใจใคร่ตามความสะดวก บัญญัติวางข้อกำหนดกฎเกณฑ์ต่างๆ อันมิได้ตกลงบัญญัติไว้ ไม่

^{๒๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๐๗.

^{๒๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๑๑-๒๑๒.

บัญญัติสิ่งต่างๆ ขึ้นตามความพอใจ ไม่ลบล้างสิ่งที่บัญญัติไว้ก่อนแล้วและประพฤติปฏิบัติตามบทบัญญัติที่ได้บัญญัติไว้แล้วอย่างเคร่งครัด

(๔) ให้ความเคารพแก่ท่านผู้เป็นใหญ่ผู้เป็นประธานที่มีประสบการณ์ยาวนาน มองเป็นความสำคัญ เคารพนับถือและเชื่อฟังถ้อยคำของท่าน คือการให้เกียรติผู้ใหญ่นั้นเอง

(๕) ให้เกียรติและป้องกัน ให้ความอารักขาแก่สตรี ไม่ให้ถูกข่มเหงรังแกได้

(๖) เคารพนับถือและรักษาขนบธรรมเนียมประเพณีที่กระทำต่อเจดีย์สถาน อนุสาวรีย์ประจำชาติ ไม่ปล่อยให้ประเพณีหรือการบูชาต่างๆ อันเป็นสิ่งเตือนความทรงจำให้ระลึกรถึงความดีงามที่เคยกระทำต่อสถานที่เหล่านั้นสูญหายไป

(๗) จัดการอารักขา คุ่มครอง ป้องกันอันชอบธรรมแก่บรรพชิต ท่านผู้ทรงศีลทรงธรรมอันบริสุทธิ์ ซึ่งเป็นหลักยึดจิตใจและเป็นแบบอย่างทางศีลธรรมของประชาชน และขอให้ตั้งใจไว้ว่า ท่านผู้ทรงคุณธรรมเช่นนั้นทั้งหลายที่ยังไม่มา พึงมาสู่แว่นแคว้นของเรา ที่มาแล้วขอให้อยู่เป็นสุขเถิด

ค. ฆราวาสธรรม ๔

หลักฆราวาสธรรม เป็นหลักธรรมประจำใจของชาวบ้านหรือประชาชนทั่วไปที่จะต้องมี^{๒๕} ได้แก่

(๑) สัจจะ ความจริงใจ คือ ดำรงมั่นในสัจจะ เชื่อสัตย์ จริงใจ พูดจริง ทำจริง จะกระทำการใดก็ให้เป็นที่ตั้งชื่อไว้อย่างได้

(๒) ทมะ ฝึกตน คือ บังคับควบคุมตนเองได้ รู้จักปรับตัว และแก้ไขปรับปรุงตนให้ก้าวหน้าดียิ่งขึ้นเสมอ

(๓) ขันติ ความอดทน คือ มุ่งหน้าทำหน้าที่การงานด้วยความขยันหมั่นเพียร เข้มแข็งอดทน ไม่หวั่นไหว มั่นในจุดหมายปลายทางไม่ย่อท้อ

(๔) จาคะ ความเสียสละ คือ ความมีน้ำใจ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ชอบช่วยเหลือเกื้อกูล บำเพ็ญประโยชน์ สละความโลภได้ ร่วมงานกับคนอื่นได้ ไม่ใจแคบเห็นแก่ตัวหรือเอาแต่ใจตน

หลักธรรมเหล่านี้เป็นหลักธรรมที่ผู้ได้ปกครองหรือประชาชนควรยึดถือปฏิบัติ อันจะทำให้ตนมีการดำรงชีวิตที่ดีและมีความรับผิดชอบร่วมกัน ในฐานะเป็นสมาชิกที่ดีของสังคมและประเทศชาติ

^{๒๕} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๑๓-๑๑๔.

(๓) ด้านเศรษฐกิจ

หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาถือว่ามีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของคนไทยในสังคม ด้านเศรษฐกิจเป็นอย่างมาก ไม่ว่าจะเป็นพฤติกรรมที่เกี่ยวกับอาชีพที่สุจริตแบบพอมีพอกิน พฤติกรรมที่เกี่ยวกับความขยันหมั่นเพียรในการประกอบอาชีพ พฤติกรรมเกี่ยวกับอดออม การจับจ่ายใช้สอย และการดูแลรักษาทรัพย์ที่หามาได้ ซึ่งสิ่งเหล่านี้คนในสังคมไทยได้รับมาจาก พระพุทธศาสนาแทบทั้งสิ้น พระพุทธศาสนาสอนให้คนมักน้อย ยินดีในสิ่งที่ตนมีตนหามาได้ ไม่ ฟุ้งเฟ้อฟุ้งเฟ้อในสิ่งที่ไม่จำเป็นอันจะนำไปสู่การประกอบอาชีพที่ทุจริต นอกจากนี้ พระพุทธศาสนายังสอนให้คนไทยไม่ยึดมั่นกับความสำเร็จด้านวัตถุมากเกินไป ดังนั้น การสะสม ทรัพย์สมบัติของคนในสังคมไทยจึงเป็นไปในรูปของการป้องกันความขาดแคลนในภายหน้า หรือ สะสมไว้เพื่อบริโภคในยามขัดสน และเพื่อทำบุญทำทาน รวมทั้งการช่วยเหลือเจือจานแก่เพื่อน มนุษย์ด้วยกันมากกว่าอย่างอื่น^{๒๖} ทั้งยังได้วางหลักการบริหารทรัพย์ที่ถูกต้องไว้ให้ปฏิบัติอีกด้วย คำสอนทางพระพุทธศาสนาไม่ได้เป็นปฏิปักษ์กับลัทธิทุนนิยมหรือวัตถุนิยม หรือสอนให้มักน้อยจน กลายเป็นคนขี้เกียจตามที่เข้าใจกัน เพราะพระพุทธศาสนามีคำสอนที่สอนให้เห็นว่าการเป็น ชาวบ้านนั้นต้องมีทรัพย์สมบัติจึงจะมีความสุขได้ เช่น คำสอนเรื่องความสุขของคฤหัสถ์ ๔ อย่าง เป็นต้น แต่ทรัพย์สมบัติเหล่านั้นต้องแสวงหามาได้ด้วยความขยันหมั่นเพียรที่สุจริตเท่านั้น จึงจะ ถือว่าถูกต้องตามหลักพระพุทธศาสนา และเมื่อมีทรัพย์สมบัติมากแล้วก็ให้รู้จักเสียสละบริจาคแก่ คนที่ขัดสนบ้าง หรือทำบุญให้ทานในพระพุทธศาสนาเพื่อเป็นทุนสำรองไว้ใช้ในชาติหน้าตามหลัก กฎแห่งกรรม และวิญญูสงสารของพระพุทธศาสนา คำสอนเรื่องการเสียสละรู้จักแบ่งปัน ไม่กักตุน หรือกอบโกยไว้เพียงแต่ผู้เดียวนี้เองที่ทำให้เศรษฐกิจของไทยยังคงดำเนินต่อไปได้ และเมื่อใดคน ในสังคมไทยไม่ปฏิบัติตามหลักเศรษฐกิจตามแนวของพระพุทธศาสนา โดยเอาแต่มุ่งกอบโกยและ แสวงหาทรัพย์สมบัติโดยไม่สุจริตยุติธรรม เมื่อนั้นเศรษฐกิจของสังคมไทยก็จะล้มละลาย สำหรับ หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่มีอิทธิพลทางด้านเศรษฐกิจ ได้แก่

ก. ปาปนิกรรม ๓

หลักปาปนิกรรม เป็นหลักธรรมที่เกี่ยวกับคุณธรรมหรือคุณสมบัติสำหรับผู้ ที่ต้องการเป็นพ่อค้าที่ดี โดยมีความถูกต้องชอบธรรม ไม่เอารัดเอาเปรียบลูกค้า^{๒๗} ได้แก่

^{๒๖} สนิท สมักรการ, ความเชื่อและศาสนาในสังคมไทย วิเคราะห์เชิงสังคม-มานุษยวิทยา, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์, ๒๕๓๙), หน้า ๓๙.

^{๒๗} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๙๖-๙๗.

(๑) จักขุมา ตาดี คือรู้จักสินค้า ดูของเป็น สามารถคำนวณราคา กะพูน
เก็งกำไรได้แม่นยำ

(๒) วิภูโร จัดเจนธุรกิจ คือรู้แหล่งซื้อแหล่งขาย รู้ความเคลื่อนไหวความ
ต้องการของตลาด สามารถในการจัดซื้อจัดจำหน่าย รู้ใจและรู้จักเอาใจลูกค้า

(๓) นิสสัยสัมปันโน พร้อมด้วยแหล่งทุนเป็นที่อาศัย คือเป็นที่เชื่อถือ
ไว้วางใจในหมู่แหล่งทุนใหญ่ๆ หาเงินมาลงทุนหรือดำเนินกิจการได้ง่าย ไม่ขัดสนด้านเงินลงทุน

ข. ปัจจัย ๔

หลักปัจจัย ๔ ถือว่าเป็นความต้องการเบื้องต้นของทุกชีวิตมนุษย์ และ
เศรษฐกิจในทุกสังคมก็เป็นไปบนพื้นฐานของปัจจัย ๔ นี้ โดยทุกคนต้องรู้จักเสียสละแบ่งปันกัน ไม่
กอบโกยไว้เพียงผู้เดียว^{๒๔} ได้แก่

- (๑) จีวร ได้แก่ เสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่ม
- (๒) บิณฑบาต ได้แก่ อาหาร
- (๓) เสนาสนะ ได้แก่ ที่อยู่อาศัย, ที่นั่งที่นอน
- (๔) คิลานปัจจัยเภสัชบริขาร หรือ เภสัช ได้แก่ ยาและอุปกรณ์รักษาโรค

ค. โภควิภาค ๔

หลักโภควิภาค เป็นหลักธรรมทางเศรษฐศาสตร์ของพระพุทธศาสนาที่สอนให้
ทุกคนรู้จักการบริหารแบ่งทรัพย์สินสมบัติที่แสวงหามาได้โดยสุจริตเป็น ๔ ส่วน อันจะไม่ทำให้เกิด
ความขัดสนในภายภาคหน้า^{๒๕} ได้แก่

(๑) เอเกน โภเค ภุญฺเจยยะ ให้เก็บส่วนที่ ๑ เพื่อใช้จ่ายเลี้ยงตน เลี้ยงคน
ที่ควรบำรุง เช่น พ่อ แม่ เป็นต้น และเพื่อทำประโยชน์

(๒- ๓) ทวีหิ กัมมัง ปโยชเย ให้เก็บส่วนที่ ๒ และ ๓ ไว้เพื่อเป็นทุนในการ
ประกอบอาชีพการงาน

(๔) จตุตถัญจ นิธายเยยะ ให้เก็บส่วนที่ ๔ ไว้ใช้ในคราวจำเป็น เช่น ฝาก
ธนาคารไว้ เป็นต้น

^{๒๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๒๓.

^{๒๕} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๒๗-๑๒๘.

ง. สุขของคฤหัสถ์ ๔

หลักสุขของคฤหัสถ์ หรือ คิหิสุข เป็นหลักธรรมที่ชี้ให้เห็นถึงความสุขระดับชาวบ้านที่ควรมีและควรพยายามเข้าไปถึงอย่างสม่ำเสมอ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับเศรษฐกิจของประเทศเป็นสำคัญด้วย^{๓๐} ได้แก่

(๑) อตติสุข ความสุขเกิดจากความมีทรัพย์ คือ ความภูมิใจ เอิบอímใจ ว่าตนโภคทรัพย์ที่ได้มาด้วยน้ำพักน้ำแรงความขยันหมั่นเพียรของตน และโดยชอบธรรม

(๒) โภคสุข ความสุขเกิดจากการใช้จ่ายทรัพย์ คือ ความภูมิใจ เอิบอímใจ ว่าตนได้ใช้ทรัพย์ที่ได้มาโดยชอบนั้น เลี้ยงชีพ เลี้ยงผู้ควรเลี้ยง และบำเพ็ญประโยชน์

(๓) อนนสุข ความสุขเกิดจากความไม่เป็นหนี้ คือ ความภูมิใจ เอิบอímใจ ว่าตนเป็นไท ไม่มีหนี้สินติดค้างใคร

(๔) อนวัชสุข ความสุขเกิดจากความประพฤติไม่มีโทษ คือ ความภูมิใจ เอิบอímใจ ว่าตนมีความประพฤติสุจริต ไม่บกพร่องเสียหาย ใครๆ ตีเตือนไม่ได้ ทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ

จ. ทิฏฐธัมมิกัตถสังวัตตนิกธรรม ๔

หลักทิฏฐธัมมิกัตถสังวัตตนิกธรรม หรือที่รู้จักกันดีว่า “หัวใจเศรษฐกิจ” เป็นหลักธรรมที่เป็นไปเพื่อประโยชน์ในปัจจุบัน หลักธรรมอันอำนวยการประโยชน์สุขขั้นต้น หรือเรียกติดปากอย่างไทยๆ ว่า ทิฏฐธัมมิกัตถประโยชน์ ซึ่งแบ่งออกเป็น ๔ ประการ^{๓๑} ได้แก่

(๑) อุฏฐานสัมปทา สมบูรณ์ด้วยความขยันหมั่นเพียรในการประกอบกิจการงานด้วยความมีสายตากว้างไกล มีปัญญา มีที่พึ่งพำนักอาศัย และมีอุปนิสัยในงานอาชีพนั้นๆ คือมีความขยันอย่างฉลาด อดทน อดกลั้น ไม่ย่อท้อต่อความยากลำบากในการทำงาน

(๒) อารักขสัมปทา สมบูรณ์ด้วยการรู้จักรักษาทรัพย์สมบัติที่หามาได้อย่างสุจริตด้วยการแบ่งทรัพย์ออกเป็น ๔ ส่วน ตามหลักโศทวิภาค

(๓) กัลยาณมิตรตตา มีความรู้สึกสนิทสนมกับคนดี มีคนดีเป็นเพื่อน และพร้อมที่จะแสดงความรักใคร่ประพฤติกะทำในสิ่งที่เป็นประโยชน์ ด้วยจิตที่คิดอนุเคราะห์เกื้อกูลกัน และพร้อมที่จะร่วมทุกข์ร่วมสุขกัน

^{๓๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๔๗.

^{๓๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๑๖.

(๔) สมชีวิตา เลี้ยงชีวิตตามสมควรแก่ฐานะ ในการซื้อหาจ่ายใช้สอย ให้สามารถบำบัดปัญหาสนองตอบความต้องการของกันและกันได้ ไม่ใช่ตระหนี่ ในการซื้อหาทำให้ รู้จักประหยัดมัธยัสถ์ อุดออม

ฉ. โภคอาทิยะ ๕

หลักโภคอาทิยะ เป็นหลักธรรมที่แสดงถึงวิธีการบริหารทรัพย์สมบัติที่หา มาได้ให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด ๕ วิธี^{๓๒} ได้แก่

- (๑) เลี้ยงตัว มารดาบิดา บุตรภรรยา และคนในปกครองทั้งหลายให้เป็นสุข
- (๒) บำรุงมิตรสหายและผู้ร่วมกิจการงานให้เป็นสุข
- (๓) ใช้ป้องกันภัยอันตราย
- (๔) ทำพลี ๕ อย่าง
 - (ก) ญาติพลี สงเคราะห์ญาติ
 - (ข) อดีตพลี ต่อนับแซก
 - (ค) บุญเปตพลี ทำบุญอุทิศให้ผู้ล่วงลับ
 - (ง) ราชพลี บำรุงราชการด้วยการเสียภาษีอากรเป็นต้น
 - (จ) เทวตาพลี ถวายเทวดา คือ สักการะบำรุงหรือทำบุญอุทิศสิ่ง

เคารพบูชา ตามความเชื่อถือ

- (๕) อุปถัมภ์บำรุงสมณพราหมณ์ผู้ประพฤติปฏิบัติชอบ

ช. กามโกติ ๑๐

หลักกามโกติ เป็นหลักธรรมที่แสดงถึงความจริงของลักษณะผู้แสวงหาโภค ทรัพย์และวิธีการใช้โภคทรัพย์เพื่อบริโภคที่ปรากฏอยู่ในสังคม โดยแบ่งเป็น ๔ กลุ่ม ๑๐ ประเภท^{๓๓} ได้แก่

กลุ่มที่ ๑ ผู้แสวงหาโภคทรัพย์โดยไม่ชอบธรรม

- (๑) พวกหนึ่งแสวงหาโภคทรัพย์โดยไม่ชอบธรรม โดยทารุณข่มขืน, ได้มา แล้วไม่เลี้ยงตนให้อิ่มหนำเป็นสุข, ทั้งไม่แจกจ่ายแบ่งปันและไม่ใช้ทำกรรมดี
- (๒) พวกหนึ่งแสวงหาโภคทรัพย์โดยไม่ชอบธรรม โดยทารุณข่มขืน, ได้มา แล้วเลี้ยงตนให้อิ่มหนำเป็นสุข, แต่ไม่แจกจ่ายแบ่งปัน และไม่ใช้ทำกรรมดี
- (๓) พวกหนึ่งแสวงหาโภคทรัพย์โดยไม่ชอบธรรม โดยทารุณข่มขืน, ได้มา แล้ว เลี้ยงตนให้อิ่มหนำเป็นสุขด้วย, แจกจ่ายแบ่งปัน และใช้ทำกรรมดี

^{๓๒} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๗๑-๑๗๒.

^{๓๓} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๓๐-๒๓๒.

กลุ่มที่ ๒ ผู้แสวงหาโภคทรัพย์โดยชอบธรรมบ้าง ไม่ชอบธรรมบ้าง

(๔) พวกหนึ่งแสวงหาโภคทรัพย์โดยชอบธรรมบ้าง ไม่ชอบธรรมบ้าง ทารุณข่มขืนบ้าง ไม่ทารุณข่มขืนบ้าง, ได้มาแล้วไม่เลี้ยงตนให้อิ่มหนำเป็นสุข. ไม่แจกจ่ายแบ่งปันและไม่ใช่ทำความดี

(๕) พวกหนึ่งแสวงหาโภคทรัพย์โดยชอบธรรมบ้าง ไม่ชอบธรรมบ้าง ทารุณข่มขืนบ้าง ไม่ทารุณข่มขืนบ้าง, ได้มาแล้วเลี้ยงตนให้อิ่มหนำเป็นสุข, แต่ไม่แจกจ่ายแบ่งปันและไม่ใช่ทำความดี

(๖) พวกหนึ่งแสวงหาโภคทรัพย์โดยชอบธรรมบ้าง ไม่ชอบธรรมบ้าง โดยทารุณข่มขืนบ้าง ไม่ทารุณข่มขืนบ้าง, ได้มาแล้วเลี้ยงตนให้อิ่มหนำเป็นสุข, ทั้งแจกจ่ายแบ่งปัน และใช้ทำความดี

กลุ่มที่ ๓ ผู้แสวงหาโภคทรัพย์โดยชอบธรรม

(๗) พวกหนึ่งแสวงหาโภคทรัพย์โดยชอบธรรม ไม่ทารุณข่มขืน, ได้มาแล้วไม่เลี้ยงตนให้อิ่มหนำเป็นสุข, ไม่แจกจ่ายแบ่งปัน ไม่ใช่ทำความดี

(๘) พวกหนึ่งแสวงหาโภคทรัพย์โดยชอบธรรม ไม่ทารุณข่มขืน, ได้มาแล้วเลี้ยงตนให้อิ่มหนำเป็นสุข, แต่ไม่แจกจ่ายแบ่งปัน และไม่ใช่ทำความดี

(๙) พวกหนึ่งแสวงหาโภคทรัพย์โดยชอบธรรม ไม่ทารุณข่มขืน, ได้มาแล้วก็เลี้ยงตนให้อิ่มหนำเป็นสุขด้วย, ทั้งแจกจ่ายแบ่งปันและใช้ทำความดีด้วย; แต่เขายังจิตยังสยบมัวเมา ยังหมกมุ่น บริโภคโคคะเหล่านั้นโดยไม่รู้เท่าทันเห็นโทษ ไม่มีปัญญาทำตนให้เป็นอิสระหลุดพ้นเป็นนายเหนือโภคทรัพย์

กลุ่มที่ ๔ ผู้แสวงหาโภคทรัพย์โดยชอบธรรม และใช้อย่างรู้เท่าทันเป็นอิสระ

(๑๐) พวกหนึ่งแสวงหาโภคทรัพย์โดยชอบธรรม ไม่ทารุณข่มขืน, ได้มาแล้วก็เลี้ยงตนให้อิ่มหนำเป็นสุข, แจกจ่ายแบ่งปันและใช้ทำความดีด้วย; ไม่สยบมัวเมา ไม่หมกมุ่น บริโภคโคคะเหล่านั้น โดยรู้เท่าทันเห็นโทษ มีปัญญาทำตนให้เป็นอิสระหลุดพ้น เป็นนายเหนือโภคทรัพย์

หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเหล่านี้ ถือว่าเป็นปัจจัยที่ส่งเสริมให้คนในสังคมมีความมั่นคงด้านเศรษฐกิจ สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข มีความขยันหมั่นเพียรในการประกอบอาชีพ รู้จักอดออม การจับจ่ายใช้สอย และการดูแลรักษาทรัพย์ที่หามาได้ และยังเน้นให้เป็นคนมักน้อย ยินดีในสิ่งที่ตนมีตนหามาได้ ไม่ฟุ้งเฟ้อฟุ่มเฟือยในสิ่งที่ไม่จำเป็นอันจะนำไปสู่การประกอบอาชีพที่ทุจริต นอกจากนี้เน้นให้คนไทยไม่ยึดมั่นกับความเจริญด้านวัตถุมากเกินไป

(๔) ด้านการศึกษา

พระพุทธศาสนานับเป็นสถาบันที่สนับสนุนและอยู่คู่กับการศึกษาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน โดยแต่เดิมแหล่งที่มาของการศึกษาคือวัด พระเป็นครูสอน ให้การศึกษาในด้านต่างๆ วัดจึงเป็นแหล่งพัฒนาการศึกษาของคนไทยมาตั้งแต่อดีตกาล และสังคมไทยเป็นสังคมที่นับถือพระพุทธศาสนาเป็นหลัก จึงทำให้พระพุทธศาสนาเกี่ยวข้องกับการศึกษาของไทยอย่างเห็นได้ชัด ซึ่งจะเห็นได้จากการจัดการศึกษาในปัจจุบันได้นำหลักการและแนวทางของพระพุทธศาสนามาดำเนินการ โดยหลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนาที่เป็นพื้นฐานทางการศึกษานั้นประกอบด้วย

ก. ศึกษา ๓

หลักศึกษา ๓ หรือ ไตรศึกษา เป็นข้อที่จะต้องศึกษา, ข้อปฏิบัติที่เป็นหลักสำหรับศึกษา คือ ผูกหัดอบรมกาย วาจา จิตใจ และปัญญา ให้ยิ่งขึ้นไปจนบรรลุจุดหมายสูงสุดคือพระนิพพานมี ๓ ประการ^{๓๔} ได้แก่

(๑) อธิศีลศึกษา การศึกษาเพื่อฝึกฝนอบรมความประพฤติทางกาย ทางวาจาให้มีระเบียบวินัย มีความเรียบร้อยเป็นปกติดี สามารถอยู่ร่วมกับหมู่คณะได้ด้วยสันติสุข

(๒) อธิจิตตศึกษา การศึกษาเพื่อฝึกอบรมจิตใจให้ตั้งมั่นเพื่อให้เกิดสมาธิอย่างสูง สามารถควบคุมจิตใจไม่ให้ฟุ้งซ่าน และโลดแล่นไปตามกระแสของอารมณ์ต่างๆ ในทางโลก ซึ่งจะก่อให้เกิดความเดือดร้อนและเป็นทุกข์

(๓) อธิปัญญาศึกษา การศึกษาเพื่อฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งอย่างสูง สามารถมองเห็นสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงจนจิตใจหลุดพ้นเป็นอิสระปราศจากกิเลสและความทุกข์ซึ่งเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดของการศึกษา

ข. อิทธิบาท ๔

หลักอิทธิบาท เป็นหลักคุณธรรมที่จะนำไปประสบความสำเร็จในการศึกษามี ๔ ประการ^{๓๕} ได้แก่

(๑) ฉันทะ ความพอใจ ต้องมีความพอใจในวิชาที่เรียน ครูอาจารย์ผู้สอน สถาบัน คณะวิชาที่เรียน และพอใจในผลการเรียนวิชานั้นๆ

(๒) วิริยะ ความเพียร ต้องมีความพากเพียร ความขยัน และความกล้าหาญ ไม่หวาดกลัวต่อความยากของวิชา พยายามต่อสู้กับอุปสรรคต่างๆ ในกระบวนการศึกษา

^{๓๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๐๗.

^{๓๕} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๖๐.

(๓) จิตตะ เอาใจใส่ ต้องมีความตั้งใจหรือสนใจในการศึกษา ไม่ปล่อยใจให้ฟุ้งซ่านเลื่อนลอยไปในเรื่องอื่นๆ

(๔) วิมังสา หมั่นไตร่ตรอง ต้องตรวจสอบ ทดลอง หมั่นใช้ปัญญาพิจารณาไตร่ตรองหาเหตุผลในวิชาที่เรียน ตลอดจนทั้งมีการวางแผน ประเมินผลและคิดค้นวิธีการแก้ไขปรับปรุง เป็นต้น

ค. ปัญญาคุณธรรม ๔

หลักปัญญาคุณธรรม เป็นพุทธธรรมที่เป็นไปเพื่อความสำเร็จในการศึกษาเล่าเรียน เป็นหลักการที่เป็นไปเพื่อความเจริญแห่งปัญญา มี ๔ ประการ^{๓๖} ได้แก่

(๑) สัมปรัสังเสวะ คบหาคนดี ต้องขยันเข้าหาครูอาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิ ตลอดจนทั้งคบแต่เพื่อนที่มีความรู้ความประพฤติดี

(๒) สัทธัมมัสสนะ รับฟังคำสั่งสอน ต้องหมั่นเอาใจใส่ในการศึกษาเล่าเรียนและหาความรู้จากครูอาจารย์และเพื่อนที่กล่าวถึงในข้อที่ ๑

(๓) โยนิโสมนสิการ ทำไว้ในใจโดยอุบายแยบคาย เมื่อรับคำสั่งมาแล้ว ต้องน้อมนำมาพิจารณาทบทวน โดยเหตุโดยผลอย่างลึกซึ้งเพื่อความเข้าใจชัดเจนและถูกต้อง

(๔) ธัมมานุธัมมปฏิบัติ ปฏิบัติตามให้ถูกต้อง จะต้องนำสิ่งที่ได้ศึกษาเล่าเรียนและไตร่ตรองเห็นแล้วไปใช้ปฏิบัติให้ถูกต้องตามหลักการ และสอดคล้องกับจุดประสงค์ของวิชานั้นๆ เพราะวิชาการต่างๆ จะเกิดประโยชน์ต่อผลขึ้นได้สำคัญอยู่ที่การลงมือปฏิบัติหรือนำไปใช้

ง. องค์ของพหูสูต ๕

องค์พหูสูต เป็นคุณสมบัติที่ทำให้ควรได้รับชื่อว่าเป็นพหูสูต คือ ผู้ได้เรียนรู้มากหรือคงแก่เรียน มี ๕ ประการ^{๓๗} ได้แก่

(๑) พหูสูตา ฟังมาก คือ ได้ฟังการสอนของครูอาจารย์ในวิชาอะไรมาแล้ว ก็สามารถรับและเข้าใจเก็บรวบรวมรักษาไว้ได้

(๒) ธตา จำได้ คือ หลังจากการฟังมาแล้วก็จดจำเนื้อหาสาระของวิชานั้นๆ ไว้ได้อย่างแม่นยำ

(๓) วจสา ปริจิตา คล่องปาก คือ การท่องจำหลักสูตร กฎที่สำคัญๆ ของวิชานั้นๆ ให้คล่องปากเพื่อเป็นการเก็บสิ่งสมเกี่ยวกับกฎเกณฑ์หรือทฤษฎีสำคัญของวิชานั้นๆ

^{๓๖} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๓๘-๑๓๙.

^{๓๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๗๑.

(๔) มนสาอนุเปกขิตา เพ่งขึ้นใจ คือ คือการนำเนื้อหาสาระของวิชานั้นๆ ไปพิจารณาไตร่ตรองเพื่อค้นหาเหตุผลและรายละเอียดต่างๆ ตลอดจนการนำเอาวิชาเหล่านั้นไปวิเคราะห์วิจัยให้ถี่ถ้วนในทุกแง่มุม

(๕) ทิฏฐิยา สุปฏิวิตา ขบได้ด้วยทฤษฎี หรือ แท่งตลอดดีด้วยทฤษฎี คือ การพิจารณาทำความเข้าใจให้แจ่มแจ้งแท่งตลอดในเนื้อหาสาระของวิชาเหล่านั้น ด้วยความคิด และปัญญาของตน

หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเหล่านี้ ถือว่าเป็นปัจจัยที่ส่งเสริมให้คนในสังคมมีความมั่นคงด้านการศึกษา เป็นผู้ใคร่ในการศึกษาหาความรู้ ซึ่งจะนำไปสู่ความสำเร็จในการดำเนินชีวิต และนำสังคมไปสู่สันติสุขได้

(๕) ด้านศิลปะและวัฒนธรรม

พระพุทธศาสนาถือว่าเป็นรากฐานของศิลปะและวัฒนธรรมไทยที่สำคัญที่สุด เพราะการที่คนไทยมีนิสัยใจคอเต็มไปด้วยความประณีต และประกอบด้วยความเมตตาปราณี รู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีความเมตตากรุณา มีความกตัญญูรู้คุณ รู้จักบาปกรรมในการทำความชั่ว มีสติสัมปชัญญะ มีหิริโอตตัปปะเกรงกลัวต่อบาป มองโลกในแง่ดี มีจิตใจกว้างขวาง และเป็นผู้ร่าเริงพร้อมไปด้วยมโนธรรมและมนุษยธรรม ก็อาศัยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาช่วยขัดเกลาพระพุทธศาสนาจึงเป็นรากฐานแห่งวัฒนธรรมอันสูง ที่จูงใจมนุษย์ให้มีระเบียบวินัย ให้รู้จักความเมตตา ด้วยเหตุนี้จิตใจของคนไทยส่วนใหญ่จึงมีนิสัยที่อ่อนน้อมไปตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา พระพุทธศาสนาจึงเป็นรากฐานอันสำคัญต่อศิลปะและวัฒนธรรมไทยอย่างแนบแน่น ดังนั้นพระพุทธศาสนาจึงมีอิทธิพลต่อศิลปะและวัฒนธรรมไทยด้านต่างๆ^{๓๔} ดังนี้

(๑) อิทธิพลต่อลักษณะนิสัยจิตใจ คนไทยมีมีนิสัยเยือกเย็น โอบอ้อมอารีเมตตากรุณา เคารพ อ่อนน้อม ถ่อมตน กตัญญูทศเวที ขยัน อดทน สุภาพและไม่เห็นแก่ตัว เป็นต้น เพราะปฏิบัติตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

(๒) อิทธิพลต่อศิลปกรรมและสถาปัตยกรรม ศิลปกรรมและสถาปัตยกรรมของไทยเจริญก้าวหน้า เพราะพระพุทธศาสนา เช่น ภาพเขียนฝาผนังโบสถ์ เพดานโบสถ์ แบบก่อสร้างโบสถ์วิหาร การหล่อพระพุทธรูป เจดีย์รูปทรงต่างๆ ซึ่งกล่าวได้ว่าที่สถาปัตยกรรมของไทยวิจิตรงดงาม เพราะพระพุทธศาสนาเป็นแรงบันดาลใจ

^{๓๔} คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, วัฒนธรรมไทย, (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๑๕๓-๑๕๔.

(๓) อิทธิพลต่อภาษา คนไทยรับพระพุทธศาสนาทั้งเถรวาทและมหายานจากอินเดีย จึงรับเอาภาษาบาลีหรือมคธและภาษาสันสกฤตมาใช้ในภาษาไทยอย่างมากมาย

(๔) อิทธิพลต่อวรรณกรรม ที่สำคัญและดีเด่นเข้าขั้นวรรณคดี ส่วนมากมาจากเรื่องทางพระพุทธศาสนา เช่น ไตรภูมิพระร่วง มหาชาติคำหลวง เป็นต้น ก็ล้วนมีหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาสอดแทรกอยู่

(๕) อิทธิพลต่อจารีตประเพณี ประเพณีที่สำคัญๆ ของไทย ส่วนมากสืบเนื่องมาจากพระพุทธศาสนา เช่น มาฆบูชา วิสาขบูชา เข้าพรรษา ออกพรรษา เป็นต้น

(๖) อิทธิพลต่อขนบธรรมเนียม ขนบธรรมเนียมต่างๆ ของสังคมไทยสืบเนื่องมาจากพระพุทธศาสนาเป็นแนวปฏิบัติ เช่น การต้อนรับแขก การเข้าพบผู้ควรเคารพ การให้เกียรติแก่ผู้อื่น มารยาทสุภาพ อ่อนโยน ไม่ลู่อำนาจฝ่ายต่ำ เช่น โลก โกรธ หลง

จากที่กล่าวมาย่อมแสดงให้เห็นว่าพระพุทธศาสนามีความสัมพันธ์และเป็นรากฐานของศิลปะและวัฒนธรรมในฐานะเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรม โดยเฉพาะเป็นส่วนสำคัญของวัฒนธรรมทางคตินิยมและยังแทรกเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมประเภทอื่นๆ อีกด้วย พระพุทธศาสนามีความสำคัญทำให้ศิลปะและวัฒนธรรมมีความสมบูรณ์และมีความงดงามเต็มเปี่ยม จึงทำให้ศิลปะและวัฒนธรรมขาดพระพุทธศาสนาไม่ได้ และพระพุทธศาสนาเป็นบ่อเกิดแห่งศิลปะและวัฒนธรรม และตัวพระพุทธศาสนาเองก็เป็นศิลปะและวัฒนธรรมด้วย

๓.๓ หลักพุทธธรรมที่สนับสนุนการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง

ประเทศไทยนั้นเป็นสังคมหนึ่งซึ่งยอมรับพระพุทธศาสนา และได้รับการหล่อหลอมจากหลักธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนามายาวนาน วิถีชีวิตของคนไทยส่วนใหญ่ตั้งแต่กำเนิดจนถึงตาย จึงเกี่ยวโยงสัมพันธ์เป็นอันหนึ่งอันเดียวกันกับพระพุทธศาสนา ดังนั้นหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนาจึงมีส่วนในการส่งเสริมหรือเสริมสร้างให้คนไทยสามารถพึ่งตนเองได้ในด้านต่างๆ ดังนี้

๓.๓.๑ ด้านเศรษฐกิจ

หลักพุทธธรรมที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองของคนในสังคมไทยด้านเศรษฐกิจ เพื่อให้สามารถเพิ่มรายได้ ลดรายจ่าย ดำรงชีวิตอย่างพอควร พออยู่พอกิน สมควรตามอัตภาพ และฐานะของตน ประกอบด้วย

(๑) ทิฏฐธัมมิกัตถสังวัตตินิกัณณกรรม ๔

หลักทิฏฐธัมมิกัตถสังวัตตินิกัณณกรรม ๔ หมายถึง ธรรมที่เป็นไปเพื่อประโยชน์ในปัจจุบัน หลักธรรมอันอำนวยการประโยชน์สุขขั้นต้น หรือเรียกติดปากอย่างไทยๆ ว่า ทิฏฐธัมมิกัตถประโยชน์^{๓๙} ได้แก่

(๑) อุฏฐานสัมปทา ถึงพร้อมด้วยความหมั่น คือ ขยันหมั่นเพียรในการปฏิบัติหน้าที่การงาน ประกอบอาชีพอันสุจริต มีความชำนาญ รู้จักใช้ปัญญาสอดส่อง ตรวจตรา หาอุบายวิธี สามารถจัดดำเนินการให้ได้ผลดี

(๒) อารักขสัมปทา ถึงพร้อมด้วยการรักษา คือ รู้จักคุ้มครองเก็บรักษาโภคทรัพย์และผลงานอันตนได้ทำไว้ด้วยความขยัน หมั่นเพียร โดยชอบธรรม ด้วยกำลังงานของตน ไม่ให้เป็นอันตรายหรือเสื่อมเสีย

(๓) กัลยาณมิตตตา คบคนดีเป็นมิตร คือ รู้จักกำหนดบุคคลในถิ่นที่อาศัย เลือกเสวนาสำเนียงศึกษาเยี่ยงอย่างท่านผู้ทรงคุณมีศรัทธา ศีล จาคะ ปัญญา

(๔) สมชีวิตา มีความเป็นอยู่เหมาะสม คือ รู้จักกำหนดรายได้และรายจ่าย เลี้ยงชีวิตแต่พอดี มิให้ผิดเคืองหรือฟุ่มเฟือย ให้อยู่ได้เหนือรายจ่าย มีประหยัดเก็บไว้

(๒) อิทธิบาท ๔

หลักอิทธิบาท หมายถึง ฐานหรือหนทางสู่ความสำเร็จ คุณเครื่องให้ถึงความสำเร็จ ทางแห่งความสำเร็จ หรือคุณธรรมที่นำไปสู่ความสำเร็จแห่งผลที่มุ่งหมายเป็นแนวทางการทำงานที่พระพุทธองค์ได้ทรงสดับไว้อย่างแยบคาย^{๔๐} ได้แก่

(๑) ฉันทะ ความพอใจ

(๒) วิริยะ ความเพียร

(๓) จิตตะ ความคิด

(๔) วิมังสา ความไตร่ตรอง หรือทดลอง

(๓) กามโมคีสสุ ๔

หลักกามโมคีสสุ หมายถึง สุขของคฤหัสถ์ สุขของชาวบ้าน สุขที่ชาวบ้านควรพยายามเข้าถึงให้ได้สมำเสมอ สุขอันชอบธรรมที่ผู้ครองเรือนควรมี^{๔๑} ได้แก่

^{๓๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๑๖.

^{๔๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๖๐.

^{๔๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๔๗.

(๑) อตฺถิสุข สุขเกิดจากความมีทรัพย์ คือ ความภูมิใจ เอิบอímใจ ว่าตนมีทรัพย์ที่ได้มาด้วยน้ำพักน้ำแรงความขยันหมั่นเพียรของตน และโดยชอบธรรม

(๒) โภคสุข สุขเกิดจากการใช้จ่ายทรัพย์ คือ ความภูมิใจ เอิบอímใจ ว่าตนได้ใช้ทรัพย์ที่ได้มาโดยชอบนั้น เลี้ยงชีพ เลี้ยงผู้ควรเลี้ยง และบำเพ็ญประโยชน์

(๓) อนนฺนสุข สุขเกิดจากความไม่เป็นหนี้ คือ ความภูมิใจ เอิบอímใจ ว่าตนเป็นไท ไม่มีหนี้สินติดค้างใคร

(๔) อนวัชชสุข สุขเกิดจากความประพฤติไม่มีโทษ คือ ความภูมิใจ เอิบอímใจ ว่าตนมีความประพฤติสุจริต ไม่บกพร่องเสียหาย ใครๆ ดิเตือนไม่ได้ ทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ

(๕) จักร ๕

หลักจักร หมายถึง ธรรมที่นำชีวิตไปสู่ความเจริญรุ่งเรือง ดุจล้อที่นำไปสู่ที่หมาย^{๔๒} ได้แก่

(๑) ปฏิริูปเทศวาสะ คือ อยู่ในถิ่นที่ดี มีสิ่งแวดล้อมเหมาะสม

(๒) สัปปริสุปัสสยะ คือ สมาคมกับสัตบุรุษ

(๓) อตฺตสัมมาปณิธิ คือ ตั้งตนไว้ชอบ ตั้งจิตคิดมุ่งหมาย นำตนไปถูกทาง

(๔) ปุพฺเพกตปุญญตา คือ ความเป็นผู้ได้ทำความดีไว้ก่อนแล้ว มีพื้นเดิมดี ได้สร้างสมคุณความดีเตรียมพร้อมไว้แต่ต้น

(๕) โภควิภาค ๕

หลักโภควิภาค หมายถึง หลักธรรมทางเศรษฐศาสตร์ของพระพุทธศาสนาที่สอนให้ทุกคนรู้จักการบริหารแบ่งทรัพย์สมบัติที่แสวงหามาได้โดยสุจริต^{๔๓} ได้แก่

(๑) เอเกน โภเค ญญเตยยะ ให้เก็บส่วนที่ ๑ เพื่อใช้จ่ายเลี้ยงตน เลี้ยงคนที่ควรบำรุง เช่น พ่อ แม่ เป็นต้น และเพื่อทำประโยชน์

(๒) – (๓) ทวีหิ กัมมัง ปโยชเย ให้เก็บส่วนที่ ๒ และ ๓ ไว้เพื่อเป็นทุนในการประกอบอาชีพการงาน

(๔) จตุตถัญจ นิธาเปยยะ ให้เก็บส่วนที่ ๔ ไว้ใช้ในคราวจำเป็น

(๖) โภคอาทิยะ ๕

หลักโภคอาทิยะ หมายถึง หลักธรรมที่แสดงถึงวิธีการบริหารทรัพย์สมบัติที่หามาได้ให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด^{๔๔} ได้แก่

^{๔๒} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๑๔.

^{๔๓} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๒๗-๑๒๘.

^{๔๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๗๑-๑๗๒.

- (๑) เลี้ยงตัว มารดาบิดา บุตรภรรยา และคนในปกครองทั้งหลายให้เป็นสุข
- (๒) บำรุงมิตรสหายและผู้ร่วมกิจการงานให้เป็นสุข
- (๓) ใช้ป้องกันภัยอันตราย
- (๔) ทำพลี ๕ อย่าง
 - (ก) ญาติพลี สงเคราะห์ญาติ
 - (ข) อติถิพลี ต้อนรับแขก
 - (ค) ปุพพเปตพลี ทำบุญอุทิศให้ผู้ล่วงลับ
 - (ง) ราชพลี บำรุงราชการด้วยการเสียภาษีอากร เป็นต้น
 - (จ) เทวตาพลี ถวายเทวดา คือ สักการะบำรุงหรือทำบุญอุทิศสิ่งที่เคารพ

บูชา ตามความเชื่อถือ

- (๕) อุปถัมภ์บำรุงสมณพราหมณ์ผู้ประพฤติปฏิบัติชอบ

(๗) สัมปปริสัทธิธรรม ๗

หลักสัมปปริสัทธิธรรม หมายถึง ธรรมของสัตบุรุษ ธรรมที่ทำให้เป็นสัตบุรุษ คุณสมบัติของคนดี ธรรมของผู้ดี^{๔๕} ได้แก่

- (๑) อัมมัญญตา คือ ความรู้จักธรรม
- (๒) อัตถัญญตา คือ ความรู้จักอรรถ
- (๓) อัตตัญญตา คือ ความรู้จักตน
- (๔) มัตตัญญตา คือ ความรู้จักประมาณ
- (๕) กาลัญญตา คือ ความรู้จักกาล
- (๖) ปริสัณญตา คือ ความรู้จักบริษัท
- (๗) ปุคคลัญญตา หรือ ปุคคลปโรปรัญญตา คือ ความรู้จักบุคคล

(๘) อปริหานิยธรรม ๗

หลักอปริหานิยธรรม หมายถึง ธรรมอันไม่เป็นที่ตั้งแห่งความเสื่อม เป็นไปเพื่อความเจริญฝ่ายเดียว สำหรับหมู่ชนหรือผู้บริหารบ้านเมือง^{๔๖} ได้แก่

- (๑) หมั่นประชุมกันเนื่องนิตย์
- (๒) พร้อมเพรียงกันประชุม พร้อมเพรียงกันเลิกประชุม พร้อมเพรียงกันทำกิจที่พึงทำ

^{๔๕} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๒๑๐.

^{๔๖} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๑๒-๒๑๓.

(๓) ไม่บัญญัติสิ่งที่มีได้บัญญัติไว้ (อันขัดต่อหลักการเดิม) ไม่ล้มล้างสิ่งที่บัญญัติไว้ (ตามหลักการเดิม) ถือปฏิบัติมั่นคงตามวัชชีธรรม (หลักการ) ตามที่วางไว้เดิม

(๔) ท่านเหล่าใดเป็นผู้ใหญ่ในชนชาววัชชี เคารพนับถือท่านเหล่านั้น เห็นถ้อยคำของท่านว่าเป็นสิ่งอันควรรับฟัง

(๕) บรรดาภคกุลสตรีภคกุลมารีทั้งหลาย ให้อยู่ดีโดยมิถูกข่มเหง หรืออวดคร่ำครวญใจ

(๖) เคารพหลักการบูชาเจดีย์ (ปูชนียสถานและปูชนียวัตถุ ตลอดจนอนุสาวรีย์ต่างๆ) ของวัชชี (ประจำชาติ) ทั้งหลาย ทั้งภายในและภายนอก ไม่ปล่อยให้ธรรมิกพลที่เคยให้เคยทำแก่เจดีย์เหล่านั้นเสื่อมทรามไป

(๗) จัดให้ความอารักขา คุ่มครอง ป้องกัน อันชอบธรรม แก่พระอรหันต์ทั้งหลาย (ในที่นี้กินความกว้าง หมายถึงบรรพชิตผู้ดำรงธรรมเป็นหลักใจของประชาชนทั่วไป) ตั้งใจว่า ขอพระอรหันต์ทั้งหลายที่ยังมิได้มา พึงมาสู่แคว้นแคว้น ที่มาแล้วพึงอยู่ในแคว้นแคว้นโดยผาสุก

(๙) นาทถนธรรม ๑๐

หลักนาทถนธรรม หมายถึง ธรรมอันกระทำที่พึง ธรรมสร้างที่พึง คุณธรรมที่ทำให้ตนเป็นที่พึงของตนได้^{๔๗} ได้แก่

(๑) ศีล ความประพฤติดีงามสุจริต รักษาระเบียบวินัย มีอาชีพะบริสุทธิ์
(๒) พหุสัจจะ ความเป็นผู้ได้ศึกษาเล่าเรียนมาก มีความรู้ความเข้าใจลึกซึ้ง
(๓) กัลยาณมิตรตตา ความมีกัลยาณมิตร, การคบคนดี ได้ที่ปรึกษา และผู้แนะนำสั่งสอนที่ดี

(๔) โสวจัสสตา ความเป็นผู้ว่าง่ายสอนง่าย รับฟังเหตุผล

(๕) กิงกรณียะสุ ทักขตา ความเอาใจใส่ช่วยขวนขวายในกิจใหญ่น้อยทุกอย่างของเพื่อนร่วมหมู่คณะ รู้จักพิจารณาไตร่ตรอง สามารถจัดทำใหสำเร็จเรียบร้อย

(๖) ธัมมกามตา ความเป็นผู้ใคร่ธรรม คือ รักธรรม ใฝ่ความรู้ใฝ่ความจริง รู้จักพูดรู้จักฟัง ทำให้เกิดความพอใจ นำร่วมปรึกษาสนทนา ชอบศึกษา ยินดีปรีดาในหลักธรรมหลักวินัยที่ละเอียดลึกซึ้งยิ่งๆ ขึ้นไป

(๗) วิริยารัมภะ ความขยันหมั่นเพียร คือ เพียรละความชั่ว ประกอบความดีมีใจแก้แค้นล้าง บากบั่นก้าวหน้า ไม่ย่อท้อ ไม่ทอดทิ้งธุระ

(๘) สันตุฏฐี ความสันโดษ คือ ยินดี มีความสุขความพอใจด้วยปัจจัย ๔ ที่หามาได้ด้วยความเพียรอันชอบธรรมของตน

^{๔๗} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๒๓๘-๒๓๙.

(๙) สติ ความมีสติ รู้จักกำหนดจดจำ ระลึกการที่ทำความชั่วไว้ได้ ไม่มีความประมาท

(๑๐) ปัญญา ความมีปัญญาหยั่งรู้เหตุผล รู้จักคิดพิจารณา เข้าใจภาวะของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง

๓.๓.๒ ด้านทรัพยากรธรรมชาติ

หลักพุทธธรรมที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งตนเองของคนในสังคมไทยด้านทรัพยากรธรรมชาติ เพื่อให้รู้จักใช้และจัดการทรัพยากรธรรมชาติอย่างฉลาดและรอบคอบ เพื่อให้เกิดความยั่งยืนสูงสุด และที่สำคัญใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ในประเทศ เพื่อพัฒนาประเทศให้มั่นคงอยู่เป็นขั้นเป็นตอนไป ประกอบด้วย

(๑) โภชนะ มัตตัญญูตา

หลักโภชนะ มัตตัญญูตา หมายถึง ความรู้จักใช้เครื่องอุปโภค บริโภคอย่างพอเหมาะไม่มากเกินไป^{๔๘} พระพุทธศาสนามุ่งสอนให้บุคคลดำรงชีวิตในทางที่เหมาะสม ไม่ตึงเกินไป และหย่อนเกินไป

(๒) ความสันโดษ

ความสันโดษ หมายถึง ความยินดี ความพอใจ ความยินดีด้วยของของตนซึ่งได้มาด้วยเรี่ยวแรงความเพียรโดยชอบธรรม ความยินดีด้วยปัจจัยสี่ตามมีตามได้ และความรู้จักอ้อมรู้จักพอเป็นความยินดีพอใจเท่าที่ตนหามาได้ด้วยความเพียรพยายามอันชอบธรรมของตน ไม่โลภไม่ริษยาใคร^{๔๙} ได้แก่

(๑) ยถาลาภสันโดษ คือยินดีตามที่ได้

(๒) ยถาพลสันโดษ คือยินดีตามกำลัง

(๓) ยถาสารูปสันโดษ คือยินดีตามสมควร

(๓) กตัญญูกตเวทิตะ

ความกตัญญูกตเวทิตะ หมายถึง การรู้อุปการะที่เขาทำแล้วและตอบแทน ผู้รู้จักคุณค่าแห่งการกระทำดีของผู้อื่น และแสดงออกเพื่อบูชาความดีนั้น^{๕๐}

^{๔๘} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๐๙.

^{๔๙} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๐๕-๑๐๖.

^{๕๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๗-๖๘.

(๔) พรหมวิหาร ๔

หลักพรหมวิหาร หมายถึง ธรรมเป็นเครื่องอยู่ของพรหม หรือของท่านผู้เป็นใหญ่ ธรรมเครื่องอยู่อย่างประเสริฐ ธรรมประจำใจอันประเสริฐ หลักความประพฤติที่ประเสริฐบริสุทธิ์ เป็นหลักธรรมสำหรับทุกคนที่ต้องมีไว้เป็นหัวใจ และกำกับความประพฤติที่จะแสดงออก หรือปฏิบัติต่อผู้อื่นอย่างถูกต้อง โดยสอดคล้องกับสถานการณ์ที่เขาประสบ จึงจะชื่อว่าดำเนินชีวิตหมดจดและปฏิบัติตนต่อมนุษย์สัตว์ทั้งหลายโดยชอบหลักธรรมนี้^{๕๑} ได้แก่

- (๑) เมตตา ความรักใคร่ปรารถนาดีอยากให้เขามีความสุข
- (๒) กรุณา ความสงสารปรารถนาให้ผู้อื่นพ้นทุกข์
- (๓) มุทิตา ความยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดีมีสุข
- (๔) อุเบกขา ความวางใจเป็นกลาง

(๕) ปธาน ๔

หลักปธาน ๔ หมายถึง ความเพียร^{๕๒} ได้แก่

- (๑) สังวรปธาน เพียรระวังหรือเพียรปิดกั้น คือ เพียรระวังยับยั้งบาปอกุศล ธรรมที่ยังไม่เกิด มิให้เกิดขึ้น
- (๒) ปหานปธาน เพียรละหรือเพียรกำจัด คือ เพียรละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว
- (๓) ภาวนาปธาน เพียรเจริญ หรือเพียรก่อให้เกิด คือ เพียรทำกุศลธรรมที่ยังไม่เกิด ให้เกิดมี
- (๔) อนรักขนาปธาน เพียรรักษา คือ เพียรรักษากุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้ตั้งมั่นและให้เจริญยิ่งขึ้นไปจนไพบูลย์

(๖) กุลจักริวัฐิติธรรม ๔

หลักกุลจักริวัฐิติธรรม หมายถึง ธรรมที่เป็นเหตุให้ตระกูลมั่งคั่งตั้งอยู่ได้นานตระกูล (ครอบครัว) จะมั่นคงและตั้งมั่นอยู่ได้ คนในครอบครัวจะต้องประพฤติปฏิบัติหลักธรรมข้อนี้อย่างสม่ำเสมอ^{๕๓} ได้แก่

- (๑) นัฏฐคเวสนา รู้จักแสวงหาสิ่งที่หายมาไว้
- (๒) ชินณปฏิสังขรณา รู้จักบูรณะ ซ่อมแซมของเก่าของชำรุด

^{๕๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๒๔.

^{๕๒} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๒๑.

^{๕๓} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๑๓.

(๓) ปริมาณงานที่งาน ฐานประมาณในการกินการใช้

(๔) อธิบายถึงวันตสถาปนา ฐานตั้งผู้มีศีลธรรมเป็นพ่อบ้าน แม่เรือน

๓.๓.๓ ด้านเทคโนโลยี

หลักพุทธธรรมที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งตนเองของคนในสังคมไทยด้านเทคโนโลยี เพื่อให้รู้จักใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสมให้สอดคล้องกับความต้องการ และควรพัฒนาเทคโนโลยีจากภูมิปัญญาชาวบ้านของเราเองและสอดคล้องเป็นประโยชน์ ต่อสภาพแวดล้อมของเราเอง ประกอบด้วย

(๑) โยนิโสมนสิการ

หลักโยนิโสมนสิการ หมายถึง การทำในใจโดยแยบคาย กระทำไว้ในใจโดยอุบาย อันแยบคาย การพิจารณาเพื่อเข้าถึงความเป็นจริงโดยสืบค้นหาเหตุผลไปตามลำดับจนถึงต้นเหตุ แยกแยะองค์ประกอบจนมองเห็นตัวสภาวะและความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัยหรือตริตระกูลให้รู้จักสิ่งที่ดีที่ชั่ว ยังกุศลธรรมให้เกิดขึ้นโดยอุบายที่ชอบ ซึ่งจะมีให้เกิดอวิชชาและตัณหา ความรู้จักคิด คิดถูกวิธี”^{๕๔}

(๒) มัชฌิมาปฏิปทา

หลักมัชฌิมาปฏิปทา หมายถึง ทางสายกลาง ข้อปฏิบัติเป็นกลางๆ ไม่หย่อนจนเกินไป และไม่ตึงจนเกินไป ไม่ชิงแหวะที่สุด ๒ อย่างคือ กามสุขัลลิกานุโยค และอัตตakilมถานุโยค ทางแห่งปัญญา เริ่มด้วยปัญญา ดำเนินด้วยปัญญา นำไปสู่ปัญญา อันพอดีที่จะให้ถึงจุดหมาย คือ ความดับกิเลสและความทุกข์ หรือความหลุดพ้นเป็นอิสระสิ้นเชิง ได้แก่มรรคมรรค ๘ มีสัมมาทิฐิเป็นต้น สัมมาสมาธิเป็นที่สุด”^{๕๕}

๓.๓.๔ ด้านสังคมและวัฒนธรรม

หลักพุทธธรรมที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งตนเองของคนในสังคมไทยด้านสังคมและวัฒนธรรม เพื่อพัฒนาสังคมให้เป็นสังคมที่มีคุณภาพ มีระเบียบมีความน่าดูและน่าอยู่ ในพระพุทธศาสนา มีพุทธธรรมสำหรับพัฒนาบุคคลด้านสังคมและวัฒนธรรมหลายประการด้วยกัน ประกอบด้วย

^{๕๔} พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๒๔๔.

^{๕๕} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๒๘.

(๑) ศีลหรือวินัย

ศีล หมายถึง เจตนาที่จะละเว้นความชั่วอย่างนั้นๆ จนถึงประพฤติดีงามที่ตรงข้ามกับความชั่วนั้นๆ โดยความสำรวมระวัง ควบคุม บังคับกิริยาอาการทางกายเป็นต้นให้เป็นปกติธรรมดา ไม่ล่วงละเมิดข้อระเบียบต่างๆ ตามที่ใจปรารถนาและไม่เบียดเบียนผู้อื่น

วินัย หมายถึง กฎหรือระเบียบสำหรับฝึกกายวาจาใจ ป้องกันกีดกันมิให้ล่วงละเมิดศีลหรือล่วงละเมิดอกุศลธรรม เป็นแบบแผนหรือข้อบังคับที่บัญญัติไว้ หรือกำหนดไว้สำหรับกำกับความประพฤติของสมาชิกในหมู่คณะนั้น โดยสอดคล้องกับความคิดเห็นหรือความยอมรับของหมู่คณะนั้นโดยเฉพาะ และได้รับโทษตามที่กำหนดขึ้นไว้ สำหรับผู้ฝ่าฝืน^{๕๖}

(๒) ธรรมทำให้งาม ๒

หลักธรรมทำให้งาม หมายถึง หลักธรรมที่ทำให้คนผู้ประพฤติตามถึงพร้อมด้วยความงาม^{๕๗} ได้แก่

- (๑) ขันติ หมายถึง ความอดทน อดได้ทนได้เพื่อบรรลุความดีงามและความมุ่งหมายอันชอบ
- (๒) โสรัจจะ หมายถึง ความเสวยม อภัยคดียงาม รักความประณีตหมดจดเรียบร้อยงดงาม

(๓) ธรรมมีอุปการะมาก ๒

หลักธรรมมีอุปการะมาก หมายถึง ธรรมที่เกื้อกูลในกิจหรือในการทำความดีทุกอย่าง^{๕๘} ได้แก่

- (๑) สติ หมายถึง ความระลึกได้ นึกได้ สำนึกอยู่เสมอ
- (๒) สัมปชัญญะ หมายถึง ความรู้ชัด รู้ชัดสิ่งที่นึกได้ ตระหนัก เข้าใจชัดตามความเป็นจริง

(๔) ธรรมค้ำครองโลก ๒

หลักธรรมค้ำครองโลก หมายถึง ธรรมที่ช่วยให้โลกมีความเป็นระเบียบเรียบร้อย ไม่เดือดร้อนและสับสนวุ่นวาย^{๕๙} ได้แก่

- (๑) หิริ หมายถึง ความละอายบาป ละอายต่อการทำความชั่ว
- (๒) โอตตัปปะ หมายถึง ความกลัวบาป เกรงกลัวต่อความชั่ว

^{๕๖} มงคล.๑/๑๓๙

^{๕๗} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๖๕.

^{๕๘} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๕.

^{๕๙} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๕.

(๕) ขรรยาวาสธรรม ๔

หลักขรรยาวาสธรรม หมายถึง ธรรมสำหรับผู้ครองเรือน ซึ่งบุคคลผู้อยู่ครองเรือน (ขรรยาวาส) มีครอบครัวประกอบด้วย บิดา มารดา บุตร สามีภรรยาและบริวารชน จะเป็นครอบครัวที่อบอุ่นมีความสุขตามวิสัยของขรรยาวาสนั้น จะต้องประพฤติปฏิบัติตามหลักของขรรยาวาสธรรม คือ ธรรมสำหรับผู้ครองเรือน^{๖๐} ได้แก่

(๑) สัจจะ ความซื่อสัตย์ ความจริงใจต่อกัน ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน

(๒) ทมะ การรู้จักข่มจิตใจของตน เมื่อกระทบกระทั่งกันก็ข่มจิตใจไม่ให้เกิดความรู้สึกที่ไม่ดีต่อกัน

(๓) ขันติ ความอดทน อดกลั้น คนเราอยู่ด้วยกันจะต้องมีการกระทบกระทั่งกันเป็นเรื่องธรรมดาจะต้องมีความอดทนอดกลั้น เช่น เวลาคนหนึ่งมีอารมณ์โกรธ อีกคนหนึ่งต้องทำใจเย็นก็จะไม่เกิดการทะเลาะกันอันจะนำไปสู่การหย่าร้าง

(๔) จาคะ การสละแบ่งปันสิ่งของของตนแก่บุคคลที่ควรให้ปัน คือให้รู้จักเอื้ออาทรต่อกันรู้จักปล่อยอารมณ์หรือสิ่งที่ไม่ดีได้

(๖) สังคหวัตถุ ๔

หลักสังคหวัตถุ หมายถึง ธรรมเครื่องยึดเหนี่ยว คือยึดเหนี่ยวใจบุคคล และประสานหมู่ชนไว้ในสามัคคี เป็นหลักการสงเคราะห์^{๖๑} ได้แก่

(๑) ทาน การให้ คือ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เสียสละ แบ่งปัน ช่วยเหลือกันด้วยสิ่งของ ตลอดถึงให้ความรู้และแนะนำสั่งสอน

(๒) ปิยวาจา หรือ เปยยวัชชะ วาจาเป็นที่รัก วาจาสุดดีมีน้ำใจ หรือวาจาซาบซึ้งใจ คือกล่าวคำสุภาพไพเราะอ่อนหวานสมานสามัคคี ให้เกิดไมตรีและความรักใคร่นับถือ ตลอดถึงคำแสดงประโยชน์ประกอบด้วยเหตุผลเป็นหลักฐานจูงใจให้นิยมยอมตาม

(๓) อุตถจริยา การประพฤติประโยชน์ คือ ขวนขวายช่วยเหลือกิจการบำเพ็ญสาธารณประโยชน์ ตลอดถึงช่วยแก้ไขปรับปรุงส่งเสริมในทางจริยธรรม

(๔) สมานัตตตา ความมีตนเสมอ คือ ทำตนเสมอด้วยปลาย ปฏิบัติสม่ำเสมอในชนทั้งหลาย และเสมอในสุขทุกข์โดยรวมรับรู้ร่วมแก้ไข ตลอดถึงวางตนเหมาะสมแก่ฐานะ ภาวะบุคคล เหตุการณ์และสิ่งแวดล้อม ถูกต้องตามธรรมในแต่ละกรณี

^{๖๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๑๓-๑๑๔.

^{๖๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๔๒-๑๔๓.

๓.๓.๕ ด้านจิตใจ

หลักพุทธธรรมที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งตนเองของคนในสังคมไทยด้านจิตใจ เพื่อพัฒนาสุขภาพทางกาย และสุขภาพทางจิต การพัฒนาสุขภาพทางจิตใจนั้นถือว่าเป็นสิ่งสำคัญเนื่องจากจิตนั้นถือว่าเป็นนายของกาย เมื่อจิตป่วยกายก็ป่วยด้วยเช่นกัน ซึ่งการพัฒนาสุขภาพทางจิตตามแนวทางของพระพุทธศาสนานั้นจะต้องใช้หลักพุทธธรรมที่เรียกว่า ธรรมโอสธ ประกอบด้วย

(๑) กรรมฐาน ๒

หลักกรรมฐาน หรือภาวนา หมายถึง การเจริญ การทำให้เกิดให้มีขึ้น การฝึกอบรมและพัฒนาจิตใจ^{๖๒} ได้แก่

(๑) สมถกรรมฐาน คือการฝึกอบรมจิตให้เกิดความสงบ การฝึกสมาธิ

(๒) วิปัสสนากรรมฐาน คือการฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งตามเป็นจริง การเจริญปัญญา

(๒) ไตรลักษณ์ ๓

หลักไตรลักษณ์ หมายถึง ลักษณะ ๓ ประการ แห่งสังขารธรรมทั้งหลาย มุ่งแสดงลักษณะของสิ่งทั้งหลายซึ่งปรากฏให้เห็นว่าเป็นอย่างนั้น^{๖๓} ได้แก่

(๑) อนิจจตา คือ ความไม่เที่ยง ความไม่คงที่ ความไม่ยั่งยืน ภาวะที่เกิดขึ้นแล้ว เสื่อมสลายไป

(๒) ทุกขตา คือ ความเป็นทุกข์ ภาวะที่ถูกบีบคั้น เกิดขึ้นแล้วสลายตัว ภาวะที่กดตัน ผืนและขัดแย้งอยู่ในตัว เพราะปัจจัยปรุงแต่งให้มีสภาพเปลี่ยนแปลง คงอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ ภาวะที่ไม่สมบูรณ์บกพร่อง ก่อให้เกิดทุกข์แก่ผู้เข้าไปยึดด้วยตัณหา อุปาทาน

(๓) อนัตตตา คือ ความเป็นของไม่ใช่ตน ความไม่มีตัวตนที่แท้จริงของมันเอง

(๓) สติปัฏฐาน ๔

หลักสติปัฏฐาน หมายถึง ที่ตั้งของสติ การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริง คือตามทีลิ่งนั้นๆ มันเป็นของมันเอง^{๖๔} ได้แก่

(๑) กายานุปัสสนา สติปัฏฐาน คือการตั้งสติกำหนดพิจารณากายให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นเพียงกาย ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา

^{๖๒} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๙๐.

^{๖๓} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๘๙.

^{๖๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๔๑.

(๒) เวทนานุปัสสนา สติปัฏฐาน คือการตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงเวทนา ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา

(๓) จิตตานุปัสสนา สติปัฏฐาน คือการตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงจิต ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา

(๔) ธัมมานุปัสสนา สติปัฏฐาน คือการตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงธรรม ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา

(๔) พละ ๕

หลักพละ หมายถึง ธรรมอันเป็นกำลัง^{๕๕} ได้แก่

- (๑) ศรัทธา คือ ความเชื่อ
- (๒) วิริยะ คือ ความเพียร
- (๓) สติ คือ ความระลึกได้
- (๔) สมาธิ คือ ความตั้งจิตมั่น
- (๕) ปัญญา คือ ความรู้ทั่วชัด

(๕) เวสัชชกรณธรรม ๕

หลักเวสัชชกรณธรรม หมายถึง ธรรมทำความกล้าหาญ คุณธรรมที่ทำให้เกิดความกล้ากล้า^{๕๖} ได้แก่

- (๑) ศรัทธา คือความเชื่อที่มีเหตุผล มั่นใจในหลักที่ถือและในการดีที่ทำ
- (๒) ศील คือความประพฤติถูกต้องดีงาม ไม่ผิดระเบียบวินัย ไม่ผิดศีลธรรม
- (๓) พาหุสัจจะ คือความเป็นผู้ได้ศึกษาเล่าเรียนมาก
- (๔) วิริยารัมภะ คือปรารภความเพียร คือ การที่ได้เริ่มลงมือทำความเพียรพยายามในกิจการนั้นๆ อยู่แล้วอย่างมั่นคงจริงจัง
- (๕) ปัญญา คือความรอบรู้ เข้าใจซึ่งในเหตุผล ดี ชั่ว ประโยชน์ มิใช่ประโยชน์ เป็นต้น รู้คิด รู้วินิจฉัย และรู้ที่จะจัดการ

^{๕๕} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๖๙.

^{๕๖} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๗๔.

๓.๔ หลักพุทธธรรมที่เป็นปฏิบัติต่อเสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง

(๑) **ความอยากได้** (โลภะ) เห็นแก่ตัว ลุอำนาจ ดิ้นรนเพื่อมีสิทธิเหนือสิ่งของของผู้อื่น คือความทะเยอทะยานอยากได้ เมื่อความโลภเกิดขึ้นครอบงำจิตของบุคคลโดยอมทำให้บุคคลนั้นประพฤติทุจริต เช่น การฉ้อโกง การลักขโมย การปล้นทรัพย์ รวมไปถึงการเพ่งเล็ง ความตระหนี่ และการหลอกลวงเป็นต้น ความโลภจึงให้คนเป็นคนตระหนี่และมักมาก

ความโลภจึงเป็นความปรารถนาในสิ่งที่ได้มาในทางไม่สมควร ยินดีที่จะได้ในสิ่งที่ไม่ชอบธรรม ความอยากนั้นยังจัดออกเป็นลักษณะ คือ ความอยากได้โดยทางสุจริต คือ คนเราทุกคนยังมีความต้องการด้วยกันทั้งนั้น เช่น อยากได้ข้าว น้ำ เงิน ทอง เสื้อผ้า นี่เป็นเพียงลำพังแต่ความอยากอันเป็นไปตามความต้องการตามวิสัยธรรมดาของคนทั่วไปไม่ใช่โลภะ

ความอยากที่เป็นโลภะคือความอยากได้ในทางสุจริตเท่านั้น และโลภะนั้นไม่เกี่ยวกับความอยากได้มาก หรือน้อยแต่ประการใด หากแต่ถ้าใครอยากได้เงินสักพันบาท แต่เป็นการได้มาโดยสุจริต ความอยากได้นั้นไม่เป็นความโลภ แต่อยากได้เงิน ๑ สตางค์ แต่การได้มาโดยวิธีทุจริตนั้นจึงเรียกว่าความโลภ

เมื่อความอยากที่เป็นโลภะเกิดขึ้นครอบงำจิตสันดานของบุคคลได้แล้วอมทำให้บุคคลนั้นประพฤติทุจริตได้ต่างๆ ความอยากได้ที่เป็นโลภะเป็นความอยากที่ไม่ประกอบด้วยธรรม อย่างเช่น ความเพ่งเล็ง ความมักมาก ความตระหนี่ ความหลอกลวง การฉ้อโกง การลักขโมย และการปล้นสดมภ์เป็นความอยากเหล่านี้มักจะมีมูลเหตุมาจากความโลภะเป็นส่วนใหญ่ คนที่มีความโลภเป็นมูลเหตุนี้ไม่ว่าจะมีฐานะดี มั่งคั่ง ร่ำรวยก็ตามเขาเหล่านั้นยังมีความอยากได้สิ่งต่าง มากยิ่งขึ้น เมื่อความอยากมากขึ้นเขาจึงแสวงหาเพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งเหล่านั้นโดยไม่คำนึงว่าจะได้มาโดยวิธีใดก็ตามขอเพียงให้ได้สิ่งนั้นมาก็เป็นพอความโลภนั้นจึงเป็นบ่อเกิดของความคดโกง ข้อฉ้อฉลอันเป็นเหตุของทุจริตต่อหน้าที่การงานของตนและกลุ่มคน

(๒) **ความมักมาก** (มहिจฉตา) คือ ความอยากได้ยิ่งๆ ขึ้นไปของภิกษุผู้ไม่สันโดษด้วยจีวร บิณฑบาต เสนาสนะและคิลานะปัจจัยเภสัชชะบริขาร หรือด้วยกามคุณ ๕ ตามมีตามได้ ความอยากได้ ตามความปรารถนา ความอยากได้เกินประมาณ ความกำหนด ความกำหนดนักแห่งจิต มีลักษณะเช่นนี้เรียกว่า มหิจฉตา^{๒๗}

อรรถกถาเอกนิบาตอังคตตรนิกายว่า “ที่ชื่อว่า มหิจฉตา ได้แก่ ความโลภใหญ่ ที่ท่านหมายกล่าวไว้ว่า ‘บรรดาธรรมเหล่านั้น ความเป็นผู้อยากใหญ่ คือ ความใคร่ยิ่ง ๆ ขึ้นไป ของบรรพชิตผู้ไม่สันโดษด้วยจีวร บิณฑบาต เสนาสนะ คิลานปัจจัยเภสัชชะบริขารตามมีตามได้ หรือ

^{๒๗} อภิ.วิ.(ไทย) ๓๕/๘๕๐/๕๕๑.

ของคฤหัสถ์ผู้ไม่สันโดษด้วยกามคุณ ๕ ความอยาก คือ ความเป็นไปแห่งความอยาก ความเป็นผู้ปรารถนาใหญ่ ความยินดี ความกำหนดนักแห่งจิตเห็นเป็นปานนี้ นี่เรากล่าวว่า มิจุจตา”^{๖๔}

ไม่ว่าจะเป็นบรรพชิตหรือคฤหัสถ์ ถ้ามีความปรารถนามากจนเกินตัวหาความพอได้ไม่ได้ ก็จะทำให้เกิดความกระวนกระวายใจหาความสุขไม่ได้ คอยแต่จะคิดริษยาบุคคลอื่น แม้จะประกอบกิจการงานก็จะหาความสุขไม่ได้

(๓) ความปรารถนาลามก (ปาปิจุจตา) ใฝ่ต่ำในทางเลวทรามเป็นเหตุทำให้เบื่องาน ไม่อยากทำอะไรให้เป็นกิจจะลักษณะ ชอบแต่ให้ได้ลาภผลมาเปล่าๆ รุกเร้าใจให้คิดเลวทรามให้พอใจตรงกันข้ามกับความอยาก เช่น อยากได้ผลแต่เบียดเหตุ ก้าวทุกข์แต่กล้าทำเหตุแห่งทุกข์ รักสุขเกลียดเหตุแห่งสุข อยากดีแต่ประพฤติชั่ว ไม่ทำดีแต่อยากให้เขาชมว่าดี ชอบโกหกประกาศคุณความดีที่ตนไม่มีแก่คนอื่น คนที่อยากดีแต่ทำชั่วนั้นเป็นคนที่สับสนในตัวเอง หาความประมาณในตนไม่ได้ เป็นคนปรารถนามาก

อรรถกถาวินิตสูตร และเอกนิบาต อังคุตตรนิกายว่า มีความประกาศคุณที่ไม่มี และ ความเป็นผู้ไม่รู้จักประมาณในการรับ ชื่อว่า ปาปิจุจตา ปาปิจุจตา นั้น มาแล้วในพระอภิธรรมนั้นแล โดยนัยเป็นต้นว่า บุคคลบางคนในโลกนี้ เป็นผู้ไม่มีศรัทธาคิดว่าขอชนจรรู้จักเราว่า มีศรัทธา ดังนี้ บุคคลผู้ประกอบด้วยความเป็นผู้ปรารถนาลามกนั้นย่อมตั้งอยู่ในความเป็นคนล่อลวงแท้

ปาปิจุจตา ความใฝ่ต่ำในทางเลวทรามเป็นเหตุนำไปเพื่อความไม่ซื่อตรง คดโกง ข้อฉ้อ คอรัปชั่น จนเกิดความเบียดเบียนข่มเหงทำร้ายเอาวัดเอาเปรียบกันจนกลายเป็นปัญหาของสังคมและประเทศ ความที่คนทั้งหลายมีความใฝ่ต่ำจนเป็นเหตุให้เกิดความทุจริตจึงให้ผลกระทบแก่คนทั้งหลายด้วยทุกข์โทษนานาประการ คนอีกจำพวกมากต้องเดือดร้อนเพราะความไม่ซื่อของคนบางกลุ่มจนเกิดการทะเลาะวิวาทแก่งแย่งเพราะขัดผลประโยชน์ เมื่อมีการขัดผลประโยชน์ก็เกิดการคอรัปชั่นขึ้นทั้งในระบบข้าราชการและนักธุรกิจดังที่เป็นข่าวกันอยู่ในปัจจุบันว่า ข้าราชการขายความสะอาด “ขายคิว” นักธุรกิจซื้อความสะอาด “ซื้อคิว” ดังนี้ เป็นต้น

เราจึงเห็นว่าปัญหานี้เกิดมาจากเศรษฐกิจ เศรษฐกิจเกิดขึ้นเป็นปัญหาเพราะความไม่มีศีลธรรมของข้าราชการและนักธุรกิจ เราต้องเอาศีลธรรมมาแก้ความคดโกงแล้วสร้างให้มีความสำนึกเรื่องความรับผิดชอบต่อหน้าที่ของข้าราชการแล้วชี้ให้เห็นถึงโทษของการคอรัปชั่นที่มีผลกระทบต่อตนเอง ครอบครัว ชุมชน สังคม และประเทศชาติ

^{๖๔} มหามกุฏราชวิทยาลัย, มงคลดถุทีปนี แปล เล่ม ๔, หน้า ๘๒.

(๔) **ตัณหา** คือ ความทะยานอยาก สามารถแบ่งออกเป็น ๓ ประการ^{๖๙} ได้แก่

(๑) กามตัณหา หมายถึง ความทะยานอยากในกาม หรือความอยากได้ในกามคุณ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่น่าพึงปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ เพื่อสนองความต้องการทางประสาททั้งห้า

(๒) ภวตัณหา หมายถึง ความทะยานอยากในภพ กล่าวคือต้องการเกิดอีกหรือความอยากในภาวะของตัวตนที่ได้เป็นอย่างใดอย่างหนึ่งเป็นความใคร่ ความอยากที่ประกอบด้วยภพ

(๓) วิภวตัณหา หมายถึง ความทะยานอยากในปราศจากสิ่งที่มี อยากทำลายอยากให้ดับสูญ

(๕) **มิจฉาทิฏฐิ** หมายถึง ความคิดเห็นที่ผิดหลักการ ผิดครรลองคลองธรรม เห็นตรงข้ามกับความเป็นจริง มิจฉาทิฏฐินั้นเป็นพื้นฐานของความวิบัติ คลาดเคลื่อนจากสัมมาทิฏฐิ และจะเป็นฐานของความหลงผิดยึดมั่นถือมั่น (อุปาทาน)^{๗๐} ในสรรพสิ่งรอบตัว ความยึดมั่นถือมั่นมีอยู่ ๔ ระดับ คือ

(๑) กามุปาทาน คือ ความยึดมั่นในกามกิเลส ในวัตถุผลประโยชน์ทางกายภาพ หมายถึงไปถึงการติดในสิ่งเสพบริโภคใช้สอยในชีวิตประจำวันคือปัจจัย ๔ ไม่ยอมเสียสละแบ่งปัน

(๒) ทิฏฐุปาทาน คือความยึดมั่นในความเห็น ในทัศนคติ รสนิยม ค่านิยม รวมถึงอุดมการณ์ต่างๆ ทั้งอุดมการณ์ส่วนตัว (ปัจเจก) และอุดมการณ์หมู่ (สังคม, กลุ่ม, พรรค) ไม่ยอมคลายทิฐิ ยึดเอาความคิดเห็นของตน กลุ่มตน พรรคตน สังคมตนเป็นใหญ่

(๓) สิลัปปตูปาทาน คือความยึดมั่นในศีลพรต ข้อวัตรปฏิบัติ ระเบียบวินัย กติการวมถึงการเข้าใจว่าตนถือปฏิบัติดีงามถูกต้องเคร่งครัดกว่าคนอื่นๆ แต่ในความเป็นจริงนั้นเป็นเพียงการสร้างภาพความเคร่งครัดเท่านั้น กล่าวในแง่หนึ่งก็คือการเสแสร้งแกล้งทำ เป็นการหลอกตัวเอง

(๔) อัตตวาทุปปาทาน คือความยึดมั่นในวาทะว่าเป็นตัวตน รวมถึงการยึดถือว่าเป็นของเราด้วย เพราะตัวเราของเรา (ตัวกู ของกู) มักจะมาคู่กันเสมอ เมื่อมีก็ต้องปกป้องอัตรา จะเห็นว่า ทั้ง ๔ ประการนี้ครอบคลุมสิ่งที่คนเรายึดมั่นไว้หมดแล้ว การที่เรายึดมั่นถือมั่นก็เพราะเราเห็นผิด (มิจฉาทิฏฐิ) ตั้งแต่แรกเริ่ม

(๖) **อสังตมฺภุฏฐิ** หมายถึง ความไม่สันโดษ พระอรรถกถาจารย์อธิบายว่า หมายถึงความไม่ยินดีพอใจของที่เป็นของตน ที่ตนมีอยู่ และไม่ยินดีพอใจสม่ำเสมอ หรือ “ไม่พอใจสิ่งที่ตนมี ไม่ยินดีสิ่งที่ตนได้” ซึ่งหมายถึงยินดีพอใจสิ่งที่ตนมีหรือได้มาทำด้วยทุจริต และไม่ยินดีเสมอต้น

^{๖๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๘๖.

^{๗๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๖๐-๑๖๑.

เสมอปลาย เดือดร้อนนอนทุกข์ การไม่สันโดษในที่นี้หมายถึงไม่สันโดษในปัจจุบัน ๔ ซึ่งแบ่งออกเป็น ๓ ประเภท คือ

(๑) น ยถาลภสันตุฏฐิ หมายถึง ไม่ยินดีพอใจตามที่ได้ ไม่ยินดีพอใจในผลงาน การกระทำรวมถึงผลตอบแทน ทะเยอทะยานอยากปรารถนาอะไรไกลเกินเหตุ ไม่ยินดีทั้งในสิ่งที่เลว และประณีต ไม่พอใจในสิ่งที่ตนได้รับ แต่กลับไปสนใจยินดีในสิ่งที่ดีกว่าซึ่งเป็นของคนอื่น จนเกิดการ อิจฉาริษยาอยากได้ใคร่ครอบครองนำไปสู่การละเมิดชีวิตและทรัพย์สินของคนอื่นๆ ไม่สันโดษข้อแรกนี้หมายถึงไม่สันโดษในผล ในที่นี้หมายถึงไม่สันโดษในปัจจุบัน ๔ ที่ตนได้มาแล้ว

(๒) น ยถาพลสันตุฏฐิ หมายถึง ไม่ยินดีพอใจตามกำลังของตน ไม่ยินดีเท่าที่ตนมีความรู้ความสามารถหรือไม่รู้จักประเมินและประมาณตนว่าสิ่งที่ตนได้มานั้นเกิดจากความพยายามของตนเอง แสวงหาโดยทุจริต ย่อท้อและทำอะไรเกินกำลังกาย กำลังทรัพย์ กำลังสติปัญญาของตน เป็นความไม่สันโดษในเหตุ ในที่นี้หมายถึงไม่สันโดษในปัจจุบัน ๔ ที่ตนทำเหตุได้มา

(๓) น ยถาสารูปสันตุฏฐิ หมายถึง ไม่ยินดีพอใจตามสมควร หรือไม่สมเหตุสมผล ในแง่หนึ่งหมายถึงความไม่เจียมเนื้อเจียมตน ไม่รู้ว่าอะไรควรไม่ควร ไม่รู้ประมาณตนสอดคล้องกับสิ่งที่ตนได้และได้มาด้วยความเพียรพยายามเองหรือไม่ ไม่สันโดษข้อสามจึงหมายถึงไม่สันโดษในเหตุผลหรือไม่สันโดษอย่างสมเหตุสมผล มุ่งการใช้สอยด้วยความไม่รู้ในคุณค่าแท้เป็นหลัก

ที่สุดแล้วความไม่สันโดษก็คือความโลภ เพราะการไม่สันโดษในสิ่งที่ตนเองได้มา จึงเป็นเหตุผลที่จะเบียดเบียนชีวิตและทรัพย์สินคนอื่นเกินความจำเป็น และความไม่สันโดษนี้พระพุทธรองค์ทรงประณามว่าเป็นธรรมอันลามก

(๗) **อบายมุข** หมายถึง ปากทาง ช่องทาง วิธีทางนำไปสู่ความฉิบหายวิบัติ (ช่องทางของความเสื่อม, ทางที่จะนำไปสู่ความพินาศ, เหตุย่อยยับแห่งโรคทรัพย์ เป็นต้น อบายมุขนี้ พระพุทธรองค์ตรัสกับผู้ครองเรือนที่มีหลักฐานแล้ว และตรัสต่อท่ายิภุมมัมมิกัตถสังวัตตนิกรกรรม ๔ มุ่งความเป็นทางพินาศแห่งโรคที่หามาได้แล้ว อบายมุข ๖ ประการ^{๕๐} ได้แก่

- (๑) ติดสุราและของมีเมา
- (๒) ชอบเที่ยวกลางคืน
- (๓) ชอบเที่ยวดูการละเล่น
- (๔) ติดการพนัน
- (๕) คบคนชั่วเป็นมิตร
- (๖) เกียจคร้านการงาน

^{๕๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๕๐-๑๕๒.

อบายมุข ๖ อย่างนี้ เกี่ยวข้องกับการเสพบริโกคใช้สอยปัจจัย ๔ เกินขอบเขต เกิดนิสัยฟุ่มเฟือยใช้ชีวิตประมาทไม่ระวัง ขาดหลักสมชีวิตาหรือลุ่มหลงเกี่ยวข้องกับอบายมุข ๖ อย่างนี้ ถือเป็นทางแห่งความพินาศฉิบหาย และอบายมุขถือเป็นธรรมที่ไม่ส่งเสริมสนับสนุนอีกทั้งยังขัดขวางการเสพบริโกคใช้สอยที่ต้งาม

จากที่กล่าวมาข้างต้นนั้นในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทมีหลักธรรมหลายข้อที่สนับสนุนเสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง และเป็นปทัชศดต่อการเสริมสร้างการพึ่งตนเอง เป็นกรอบแนวคิดและหลักปฏิบัติในการดำรงชีวิตดำเนินชีวิตและเป็นฐานของการพัฒนาชีวิตในการเสริมสร้างให้สามารถพึ่งตนเองได้ ในส่วนของหลักธรรมหรือข้อปฏิบัติที่ไม่ส่งเสริมขัดขวางก็จะเป็นอุปสรรคในการพัฒนาชีวิตและการเสริมสร้างการพึ่งตนเอง การปฏิบัติตนที่จะเป็นไปเพื่อพัฒนาชีวิตที่ต้งามสามารถพึ่งตนเองได้จำเป็นต้องละเว้นหรือกำจัดเหตฝ่ายหลักธรรมที่ไม่ส่งเสริมขัดขวาง แล้วกระตุ้นรื้อหลักปฏิบัติฝ่ายที่สนับสนุนส่งเสริม



บทที่ ๔

การนำหลักพุทธธรรมมาเสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง

การพึ่งพาตนเอง ความพออยู่ พอกิน และความมีวิถีชีวิตที่สมถะพอเพียง ในทุกมิติของชีวิตความเป็นอยู่ของประชาชนคนไทย หากวิเคราะห์ให้ดีแล้วจะเห็นได้ชัดเจนว่าประสานสอดคล้องต้องกันอย่างแนบแน่นกับหลักธรรมแห่งพระพุทธศาสนาที่ว่าด้วยการดำรงชีวิตตามทางสายกลางโดยรู้เท่าทันความเป็นไปและความเป็นจริงของโลก รู้จักประสานกลมกลืนกับโลก ชีวิตและธรรมชาติ ให้ประโยชน์สูงสุดโดยไม่เป็นการทำลายและเบียดเบียนกัน ขณะเดียวกันก็รู้เท่าทันความเปลี่ยนแปลงตามกฎแห่งอริยสัจและไตรลักษณ์ ทำให้ชีวิตดำรงอยู่ได้อย่างมีอิสรภาพ ไม่ยึดมั่น ถือมั่น ดำรงอยู่โดยมี “ปัญญา” เป็นตัวกำกับ อยู่ได้โดยไม่โลก ไม่เบียดเบียน ไม่แก่งแย่งชิงดี และหลงใหลได้ปลื้มกับวัตถุนิยมจนสมควร ซึ่งจากการมองบริบทในพระพุทธศาสนาแล้ว จะเห็นได้อย่างชัดเจนว่าหลักคำสอนในพระพุทธศาสนานั้นสอดคล้องและเอื้อต่อการดำเนินชีวิตตามทางสายกลางหรือมัชฌิมาปฏิปทาอันเป็นแนวปฏิบัติที่พอดีทั้งในแง่ทางปฏิบัติและทางด้านจิตใจเป็นอย่างยิ่ง ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้นำหลักพุทธธรรมมาประยุกต์เป็นแนวทางในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองทั้ง ๕ ด้าน โดยจะนำเสนอแต่ละด้านดังต่อไปนี้

๔.๑ หลักพุทธธรรมกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ

การพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ เป็นความสามารถในการดำรงชีวิตทางเศรษฐกิจ (การทำมาหาเลี้ยงชีพ) ที่มีความมั่นคงสมบูรณ์พูนสุขพอกควร ประชาชนในชุมชนเลี้ยงตัวเองได้ มีรายได้พอเพียงสามารถซื้อหาอาหารหรือปัจจัย ๔ อย่างอื่นได้ ดำเนินชีวิตโดยยึดทางสายกลาง “พออยู่ พอกิน” ตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง ไม่ฟุ้งเฟ้อทะเยอทะยานจนเกินไปนัก ก็จะสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมี ความสุขตามสมควรแก่อัตภาพ เป็นระบบการผลิตแบบใช้เอง กินเอง ความสมดุลธรรมชาติกับสิ่งแวดล้อมกับพฤติกรรมที่ไม่ฟุ้งเฟ้อ ทำให้เศรษฐกิจได้สมดุล พอกิน พอใช้ ไม่ขาดทุน ไม่เป็นหนี้สิน มีเวลาและไม่ทำลายสิ่งแวดล้อม มุ่งให้เกิดวิถีชีวิตที่ประหยัด อดออม มีชีวิตที่เรียบง่าย ไม่ฟุ้งเฟ้อ ฟุ้งเฟ้อ ไม่ตกเป็นทาสของวัตถุนิยม และบริโภคนิยม ซึ่งทำให้เกิดการเป็นหนี้สิน เกิดการทุจริตคอร์รัปชัน เป็นปัญหาสังคมที่ร้ายแรง เป็นบ่อนทำลายความมั่นคงของชาติ ซึ่งมีหลักพุทธธรรมที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองของคนใน

สังคมไทยด้านเศรษฐกิจ เพื่อให้สามารถเพิ่มรายได้ ลดรายจ่าย ดำรงชีวิตอย่างพอควร พออยู่ พอ กิน สมควรตามอัตภาพ และฐานะของตน ประกอบด้วย

๔.๑.๑ หลักทฤษฎีธัมมิกัตถสังวัตตินิกธรรมกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ

หลักทฤษฎีธัมมิกัตถสังวัตตินิกธรรม หมายถึง ธรรมที่เป็นไปเพื่อประโยชน์ในปัจจุบัน หลักธรรมอันอำนวยการประโยชน์สุขขั้นต้น หรือเรียกติดปากอย่างไทยๆ ว่า ทฤษฎีธัมมิกัตถประโยชน์ ซึ่งธรรมทั้ง ๔ ประการ สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ ดังนี้

(๑) ขยันสรวหา (อุฏฐานสัมปทา) คือต้องขยันหมั่นเพียรในการปฏิบัติหน้าที่การทำงาน ประกอบอาชีพอันสุจริต มีความชำนาญ รู้จักใช้ปัญญาในการสอดส่องตรวจตรา หาอุบายวิธี สามารถจัดการและดำเนินการให้ได้ผลดี ธรรมข้อนี้มีความหมายรวมไปถึงการหาทรัพย์เป็น ซึ่งต้องประกอบด้วย ๒ ส่วน คือ

(ก) เป็นผู้ขยัน ไม่เกียจคร้านในการทำงานที่ทำ

(ข) จะทำสิ่งใดต้องประกอบด้วยปัญญาพิจารณา เพื่อที่จะทำงานให้สำเร็จ

ลุล่วงไปได้ด้วยดี

(๒) รักษาดี (อารักขสัมปทา) คือรู้จักคุ้มครองเก็บรักษาโภคทรัพย์ และผลงานอันตนได้ทำไว้ด้วยความขยันหมั่นเพียร โดยชอบธรรม ด้วยกำลังงานของตน ไม่ให้เป็นอันตรายหรือเสื่อมเสีย ซึ่งจุดเริ่มต้นของการเก็บรักษาทรัพย์เป็น คือการรู้จักสะสม การออม รู้จักคุณค่าของเงิน ขึ้นต่อมาก็คือต้องรู้จักหาทางป้องกันทรัพย์จากภัยต่างๆ ทั้งจากคนและธรรมชาติ

(๓) มีกัลยาณมิตร (กัลยาณมิตตตา) คือรู้จักกำหนดบุคคลในถิ่นที่อาศัย เลือกคบแต่ท่านผู้ทรงคุณ มีศรัทธา ศีล จาคะ และปัญญา หากไม่เลือกคบมิตรที่ดีแล้ว โอกาสที่จะถูกเอารัดเอาเปรียบ ถูกโกง ถูกทำให้เสียหายก็เกิดขึ้นอย่างแน่นอน ทรัพย์สินเงินทองที่หามาได้ก็ต้องหมดไป เพียงเพราะคบมิตรที่ไม่ดี

(๔) เลี้ยงชีวิตพอเพียง (สมชีวิตา) คือรู้จักกำหนดรายได้และรายจ่ายเลี้ยงชีวิตแค่ว่าพอดี ไม่ให้ฝืดเคืองหรือฟุ่มเฟือย ให้รายได้เหนือรายจ่าย รู้จักประหยัดเก็บออม เพราะคนที่ใช้ทรัพย์เป็นจะต้องรู้จักเลี้ยงชีพอย่างพอเหมาะพอสม ไม่ให้ฟุ่มเฟือยสุรุ่ยสุร่ายและไม่ให้ขาดสน ฝืดเคือง

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ โดยใช้หลักทฤษฎีธัมมิกัตถสังวัตตินิกธรรมนั้น ต้องดำเนินชีวิตตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าทรงแนะนำไว้อย่างสม่ำเสมอ ก็จะทำให้

๑ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๑๖.

ชีวิตของบุคคลนั้นราบรื่นและประสบกับความสุข ความเจริญรุ่งเรืองในชีวิตการทำงานได้อย่างดี ดัง
คำว่า “ขยันหา รักษาดี มีกัลยาณมิตร เลี้ยงชีวิตพอเพียง”

๔.๑.๒ หลักอิทธิบาทกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ

หลักอิทธิบาท หมายถึง ฐานหรือหนทางสู่ความสำเร็จ คุณเครื่องให้ถึงความสำเร็จ
ทางแห่งความสำเร็จ หรือคุณธรรมที่นำไปสู่ความสำเร็จแห่งผลที่มุ่งหมายเป็นแนวทางการทำงาน
ที่พระพุทธองค์ได้ทรงสดับไว้อย่างแยบคาย^๒ ได้แก่ ๔ ประการ ที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการ
การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ โดยการนำมาใช้ในการประกอบอาชีพเพื่อให้
สามารถพึ่งพาตนเองได้ โดยมีกระบวนการตามหลักธรรม คือ

(๑) ฉันทะ ความพอใจ คือความพอใจในการทำงาน อาชีพ หรือสิ่งที่ทำอยู่ ในขณะที่
นั้นกำลังทำอะไรอยู่ ก็ขอให้รู้สึกถึงความพึงพอใจกับงานนั้น และพยายามทำงานนั้นให้เต็มที่ ให้ดี
ที่สุด เต็มกำลังสติปัญญา เต็มกำลังความสามารถ และเต็มเวลา จะช่วยให้งานที่ทำนั้นประสบ
ความสำเร็จได้ ตามที่ตั้งใจไว้

(๒) วิริยะ ความเพียร คือ ความพากเพียรกับการงาน อาชีพ หรือสิ่งที่ทำอยู่ เมื่อ
ได้รับมอบหมายให้ทำงานใดก็ตาม นอกจากจะต้องมีความพึงพอใจกับงานที่ได้รับมอบหมายนั้น
แล้ว ยังต้องมีความเพียรพยายาม มีความมุมานะที่จะทำงานนั้นให้ประสบผลสำเร็จให้ได้ โดยมี
ความขยัน ทุ่มเท และตั้งใจ เอาใจใส่ไว้ในงานที่ทำ จะช่วยให้เกิดความสำเร็จได้

(๓) จิตตะ ความคิด คือ ความเอาใจใส่ มุ่งมั่นกับการงาน อาชีพ หรือสิ่งที่ทำอยู่
เป็นขั้นตอนที่ต่อจากเรื่องของความพึงพอใจในงานที่ทำ เรื่องความพากเพียรในงานที่ทำ ในเรื่องนี้
เป็นเรื่องของความเอาใจใส่ มีความมุ่งมั่น ทุ่มเทให้กับงานที่ทำ เมื่อได้รับมอบหมายให้ทำงาน
อย่างใดอย่างหนึ่ง ต้องเอาใจใส่และแสวงหาข้อมูลเพื่อที่จะทำให้งานที่ได้รับมอบหมายนั้นประสบ
ผลสำเร็จ

(๔) วิมังสา ความไตร่ตรอง หรือทบทวน คือ ควรหมั่นตรวจสอบและมีเหตุผลกับ
การทำงานนั้น เป็นขั้นตอนสุดท้ายของการทำงานที่จะให้งานนั้นประสบความสำเร็จอย่างสมบูรณ์
และมีประสิทธิภาพ จำเป็นต้องพยายามใช้ปัญญาที่มีอยู่อย่างเต็มที่ด้วยการเสาะแสวงหาข้อมูล
ความรู้ที่เกี่ยวข้องให้ได้มากที่สุด เท่าที่กำลังความสามารถจะทำได้ เพื่อให้งานที่ทำนั้นเกิดผลดี
ที่สุด ไม่ควรทำงานแบบหยาบๆ ผิวเผิน ทำแบบขอไปที

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ โดยใช้หลักอิทธิบาทนั้น ต้อง
นำไปใช้และปฏิบัติตามขั้นตอน เพราะธรรม ๔ ข้อนี้ มีความเนื่องกัน แต่ละข้อมีหน้าที่เฉพาะตน

^๒ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๖๐.

เป็นธรรมแห่งความสำเร็จ เป็นธรรมที่สนับสนุนให้การทำงานทุกอย่างสำเร็จ เพราะฉันทะ จะทำให้เราเกิดความต้องการที่จะทำงานอยู่เสมอและปรารถนาที่จะให้ผลดียิ่งๆ ขึ้นไป วิริยะ จะทำให้คนเราลงมือทำและทำด้วยความพยายามอย่างต่อเนื่อง จิตตะ จะทำให้คนเราซึ่งกำลังลงมือทำงานอยู่มีจิตมุ่งมั่นไม่เลือนลอยไม่ฟุ้งซ่าน และวิมังสา จะทำให้คนเรารอบคอบรู้จักใคร่ครวญหาเหตุผลและวิธีต่างๆ ในการทำงาน เมื่อปฏิบัติได้ตามขั้นตอนอย่างนี้จะช่วยให้งานนั้นมีประสิทธิภาพสูง เป็นที่พึงพอใจของเจ้าของ และทำให้สามารถอุ้มชูตัวเองได้ มีความเป็นอยู่อย่างไม่เดือดร้อน มีกินพอใจ มีความสุขจากการทำงาน มีอาหารกินพอเพียง ทำให้ครอบครัวมีความสุขเป็นปกติสุขที่พ้นจากหนี้สินได้

๔.๑.๓ หลักกามโกศีสุขกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ

หลักกามโกศีสุข หมายถึง สุขของคฤหัสถ์ สุขของชาวบ้าน สุขที่ชาวบ้านควรพยายามเข้าถึงให้ได้สม่ำเสมอ สุขอันชอบธรรมที่ผู้ครองเรือนควรมี^๓ ได้แก่ธรรม ๔ ประการ ที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ โดยการดำเนินชีวิตตามหลักความสุขของคฤหัสถ์ที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสสอนไว้ ซึ่งจำเป็นที่จะต้องมียุติดำเนินชีวิตให้เกิดความสุขอย่างแท้จริงอย่างถูกต้องตามขั้นตอนดังนี้

(๑) สุขเกิดแต่การมีทรัพย์ การมีทรัพย์เงินทองโดยได้มาจากการงานอันชอบธรรม เป็นผู้ครองเรือนหรือคฤหัสถ์ถ้าไม่มีทรัพย์ก็ยากที่จะหาความสุขได้ จะมีแต่ความทุกข์และวิตกกังวลร้อยแปด พระพุทธเจ้าทรงดำเนิรว่า “ทลิตุทียิ ทุกฺขํ โลกํ ความยากจนเป็นทุกข์ในโลก” ดังนั้น คฤหัสถ์หรือผู้ครองเรือนจะเป็นสุขได้ก็ต้องเป็นผู้มีทรัพย์ก่อนในเบื้องต้น ซึ่งการจะมีทรัพย์ได้นั้นจะต้องปฏิบัติตามหลักทิวสุธรรมมิกัตถะประโยชน์ ๔ ประการ คือ ถึงพร้อมด้วยความหมั่นเพียร ถึงพร้อมด้วยการรักษา ความมีเพื่อนเป็นคนดี และการเลี้ยงชีวิตตามสมควรแก่กำลังทรัพย์ที่หาได้ ไม่ให้ฝืดเคืองนัก ไม่ให้ฟุ่มเฟือยนัก

(๒) สุขเกิดแต่การจ่ายทรัพย์บริโภค การจ่ายทรัพย์เป็นหลักแห่งความสุขที่สำคัญไม่น้อยกว่าการหาทรัพย์ เพราะมีทรัพย์แล้วไม่จ่ายเลยเพราะความตระหนี่ก็เป็นทุกข์ จ่ายไม่เป็นก็เป็นทุกข์ ซึ่งพระพุทธเจ้าได้วางหลักของการใช้จ่ายทรัพย์ไว้ตามหลักโภคาทิยะ ๕ ประการ คือ เลี้ยงตัว มารดา บิดา บุตร ภรรยา บ่าวไพร่ให้เป็นสุข เลี้ยงเพื่อนฝูงให้เป็นสุข บำบัดอันตรายที่เกิดขึ้นแต่เหตุต่างๆ ทำพลี ๕ อย่าง คือ ญาติพลี อดิธิพลี ปุพพเปตพลี ราชพลี และเทวตาพลี และบริจาคทานในสมณพราหมณ์ผู้ประพฤติดชอบ

^๓ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๔๗.

(๓) สุขเกิดแต่ความไม่ต้องเป็นหนี้ คนบางคนคิดว่ากู้หนี้เข้าเป็นความสุขเมื่อเป็นหนี้แล้วจึงรู้ว่าเป็นทุกข์ พระพุทธเจ้าตรัสว่า “อริยาหนิ ทุกขิ โลกเ การกู้หนี้เป็นทุกข์ในโลก” แต่ชีวิตคนทุกข์บ้างกรณีก็ไม่อาจหลีกเลี่ยงความเป็นหนี้ได้พระพุทธเจ้าก็ไม่ทรงกล่าวว่า เป็นบาปกรรม ทรงสอนว่าให้คู่หนี้มีความซื่อสัตย์ต่อกันและควรหลีกเลี่ยงด้วยการพึ่งตนเอง หากจำเป็นก็ต้องสู้ชีวิตต่อกัน ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงตรัสธรรมที่ทำให้พ้นจากความเป็นหนี้ไว้ คือ การงดเว้นการสั่งองเสพเครื่องฉิบหาย ๖ อย่าง ได้แก่ เว้นจากดื่มน้ำเมา เที่ยวกลางคืน เที่ยวดูการเล่น เล่นการพนัน คบคนชั่วเป็นมิตร และเกียจคร้านทำงาน เพราะสิ่งเหล่านี้เป็นปากทางแห่งความเสื่อม เป็นเหตุให้หายจนล้มจมเสียทรัพย์

(๔) สุขเกิดแต่การประกอบการทำงานที่ปราศจากโทษ คนจะมีความสุขได้ต้องพำนักตัวไว้กับงานที่ไม่มีโทษ คือ ไม่ผิดกฎหมาย ไม่ผิดศีลธรรม ไม่เป็นที่ครหาของปวงชน คนทำมาหากินโดยทางที่ผิดนั้นแม้จะมั่งมีก็ได้สุขไม่ครบเพราะความผิดที่ติดตัวที่ตัวกระทำจะเป็นหนามแทงใจอยู่ตลอดเวลา ซึ่งการทำงานที่เป็นโทษ พระพุทธเจ้าทรงตรัสว่าเป็นการค้าขายโดยไม่ชอบธรรมมี ๕ ประการ คือ ค้าเครื่องประหาร ค้ามนุษย์ ค้าสัตว์ฆ่าเป็นอาหาร ค้าน้ำเมา และค้ายาพิษ

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ โดยใช้หลักกามโกศี่สุขนั้น ต้องรู้หลักและขั้นตอนในการดำเนินชีวิตอย่างถูกต้อง ซึ่งพระพุทธเจ้าตรัสไว้เป็นหลักความสุขของผู้ครองเรือนไว้ คือ ความสุขที่เกิดจากการมีทรัพย์ที่ได้มาโดยชอบธรรม เมื่อมีทรัพย์แล้วต้องมีความสุขจากการใช้จ่ายทรัพย์ให้เกิดประโยชน์ ไม่ตระหนี่ถี่เหนียวจนเกินไป และดำเนินชีวิตให้มีความสุขจากการไม่มีหนี้สินและทำงานที่ไม่มีโทษ เมื่อดำเนินชีวิตตามหลักธรรมข้างต้นแล้ว ก็จะทำให้สามารถพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจได้อย่างแน่นอน

๔.๑.๔ หลักจักรกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ

หลักจักร หมายถึง ธรรมที่นำชีวิตไปสู่ความเจริญรุ่งเรือง ดุจล้อที่นำไปสู่ที่หมาย^๔ ได้แก่ธรรม ๔ ประการ ที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ ดังนี้

(๑) ปฏิรูปเทสวาสะ การอยู่ในถิ่นที่ดี หมายถึง การได้อยู่ในถิ่นทำเลหรือในประเทศที่เหมาะสมแก่การดำเนินชีวิตของตนให้ถึงความเจริญรุ่งเรืองและสันติสุข การเลือกอยู่ในที่ที่เหมาะสมบางคนเข้าใจว่าต้องมีบ้านอยู่ในที่ที่เหมาะสม คำจำกัดความนี้ไม่ได้คลุมแค่ว่า “บ้าน” เท่านั้น แต่เป็นการเลือกหาแหล่งที่อยู่ ที่ทำงาน หรือที่ดำเนินชีวิตให้เหมาะสม เพราะฉะนั้น การเลือกอยู่ในที่ที่เหมาะสมก็คือ การเลือกหาที่อยู่ ที่ทำงาน หรือแหล่งดำเนินชีวิต ซึ่งมีบุคคลและ

^๔ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๑๔.

สิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวยแก่การพัฒนาชีวิตไปในเส้นทางที่ตนเองปรารถนา ก็จะสามารถสร้างความรุ่งเรืองให้แก่ตนเองได้

(๒) สัมปยุตตปิฎกสละ การสมาคมกับสัตบุรุษ หมายถึง การเสาะแสวงหา เสวนากับคนดี คือรู้จักคบหาคนดี รู้จักเลือกหมู่คณะและบุคคลผู้มีความรู้ ผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้ที่สามารถเกื้อกูลแก่การแสวงหาธรรมะสร้างความเจริญให้แก่ชีวิตได้ ซึ่งการคลุกคลีกับหมู่คณะใดมาๆ จิตใจจะโน้มแนวไปเป็นเส้นทางสายเดียวกัน อยู่ใกล้กับอะไรความโน้มเอียงของจิตใจก็จะไปยึดติดกับสิ่งนั้น ดังนั้น การที่เราเลือกคบคนดี ชีวิตของเราก็จะไปทางที่ดีด้วย เราจึงต้องเลือกหมู่คณะและเลือกบุคคลที่ควรคบ ได้แก่ผู้ที่มีความรู้ ผู้ที่ฉลาดรอบรู้ และผู้ทรงคุณวุฒิ โดยเฉพาะผู้ที่ฉลาดรอบรู้

(๓) อตตสัมมาปณิธิ การตั้งตนไว้ชอบ หมายถึง การตั้งตนไว้ถูกวิธี ผู้ใดก็แล้วแต่ตั้งตนไว้ถูกก็จะสร้างความเจริญนำไปสู่ความรุ่งเรืองได้ ในที่นี้ได้แก่การดำรงตนมั่นอยู่ในธรรมคุณงามความดีนั่นเอง และดำรงชีวิตที่ถูกต้องด้วยการเป็นผู้มีเป้าหมายในชีวิตจะทำอะไรต้องมีเป้าหมาย อย่าเป็นคนหลักลอย ทำหน้าที่อะไรอยู่ก็จะต้องชวนช่วยสร้างตนเองให้สูงให้ดี ดำเนินชีวิตตนไปสู่เป้าหมายอย่างแน่วแน่และมั่นคง

(๔) ปุพเพตปญญาตา ความเป็นผู้ได้ทำความดีไว้ก่อนแล้ว หมายถึง ได้สร้างสมคุณความดีเตรียมไว้พร้อมก่อนแล้วมีพื้นเดิมดี คือมีทุนที่เตรียมไว้พอสมควร

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ โดยใช้หลักธรรมจรรยานั้น เป็นหลักธรรมที่ส่งเสริมให้สามารถพึ่งพาตนเองทางเศรษฐกิจ ด้วยความเป็นเหตุและผลเนื่องกัน ตั้งแต่การรู้จักเลือกถิ่นที่อยู่อันเหมาะสม แก่การประกอบหน้าที่การงาน การรู้จักคบคนดี มีความประพฤติดี มีความรู้ดี การรู้จักปรับปรุงตนให้ดีขึ้น เหตุผลทั้ง ๓ ประการนั้น จะสำเร็จได้ตลอดก็ต้องอาศัยความที่มีบุญ คือความดีอันได้กระทำไว้แล้วในชาติปางก่อนเป็นเหตุส่งเสริมให้ชีวิตก้าวหน้า นำชีวิตไปสู่ความเจริญรุ่งเรืองเป็นจุดล่อล่อไปสู่ความเจริญ ช่วยให้ประสบความเจริญก้าวหน้าในชีวิต บรรลุความอุดมสมบูรณ์

๔.๑.๕ หลักโภควิภาคกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ

หลักโภควิภาค หมายถึง หลักธรรมทางเศรษฐศาสตร์ของพระพุทธศาสนาที่สอนให้ทุกคนรู้จักการบริหารแบ่งทรัพย์สินสมบัติที่แสวงหามาได้โดยสุจริต^๕ ได้แก่ธรรม ๔ ประการ ที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ โดยการเป็นผู้รู้จักบริหารจัดการทรัพย์สินสมบัติที่แสวงหามาได้โดยความสุจริต โดยชอบธรรมปราศจากการกดขี่ข่มเหงเบียดเบียน

^๕ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๒๗-๑๒๘.

ผู้อื่น หรือเบียดเบียนสังคมและธรรมชาติแวดล้อม ซึ่งบุคคลควรจะต้องแบ่งทรัพย์สินตามหลักการของ พระพุทธศาสนา ๔ ส่วน คือ

๑ ส่วน สำหรับการบริโภคเพื่อเลี้ยงตัวเองและครอบครัว ตลอดจนผู้ที่อยู่ในความดูแลให้เป็นสุข นอกจากนั้นควรเผื่อแบ่งปันเพื่อบำเพ็ญคุณประโยชน์ให้แก่สังคมด้วย อันจะนำไปสู่การอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขในฐานะเป็นเพื่อนมนุษย์ คิดเป็นสัดส่วนคือ ๒๕%

๒ ส่วน เป็นการใช้เพื่อการลงทุนประกอบการเพื่อสร้างความมั่งคั่งให้มากยิ่งขึ้นไป คิดเป็นสัดส่วนคือ ๕๐%

และอีก ๑ ส่วน เก็บออมไว้เพื่อเป็นหลักประกันของชีวิตในยามจำเป็น เช่น เมื่อเจ็บป่วย เกิดอุบัติเหตุ หรือมีเหตุทำให้ต้องตกงาน เป็นต้น คิดเป็นสัดส่วนคือ ๒๕%

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ โดยใช้หลักโศกวิภาคนั้น บุคคลจะต้องรู้จักวิธีการบริหารจัดการทรัพย์สินที่แสวงหามาได้จากการงานอันสุจริต โดยการแบ่งทรัพย์สินออกเป็นสามส่วน คือ หนึ่งส่วนสำหรับเลี้ยงชีวิตตน ครอบครัว และบำเพ็ญประโยชน์ สองส่วนสำหรับเป็นทุนประกอบกิจการ และหนึ่งส่วนสำหรับเก็บไว้ใช้ในคราวจำเป็น

๔.๑.๖ หลักโศกอาทิตย์ะกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ

หลักโศกอาทิตย์ะ หมายถึง หลักธรรมที่แสดงถึงวิธีการบริหารทรัพย์สินสมบัติที่หามาได้ให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด^๖ ได้แก่

(๑) เลี้ยงตัว มารดาบิดา บุตรภรรยา และคนในปกครองทั้งหลายให้เป็นสุข

(๒) บำรุงมิตรสหายและผู้ร่วมกิจการงานให้เป็นสุข

(๓) ใช้ป้องกันภัยอันตราย

(๔) ทำพลี ๕ อย่าง

(ก) ญาติพลี สงเคราะห์ญาติ

(ข) อติถิพลี ต้อนรับแขก

(ค) ปุพฺพเปตพลี ทำบุญอุทิศให้ผู้ล่วงลับ

(ง) ราชพลี บำรุงราชการด้วยการเสียภาษีอากร เป็นต้น

(จ) เทวตาพลี ถวายเทวดา คือ สักการะบำรุงหรือทำบุญอุทิศสิ่งทีเคารพบูชา

ตามความเชื่อถือ

(๕) อุปถัมภ์บำรุงสมณพราหมณ์ผู้ประพฤติปฏิบัติชอบ

^๖ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๗๑-๑๗๒.

ซึ่งธรรม ๕ ประการที่กล่าวมาข้างต้น สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ โดยดำเนินชีวิตด้วยการเป็นผู้รู้จักการบริหารจัดการทรัพยากรสมบัติที่แสวงหามาได้โดยความสุจริต โดยชอบธรรม เช่นเดียวกับหลักโภควิภาคที่กล่าวแล้ว โดยใช้จ่ายทรัพย์ให้เกิดประโยชน์แก่ตนเอง ชุมชน สังคม และประเทศชาติ แบ่งให้ชัดเจนว่าส่วนไหนมีจุดมุ่งหมายเพื่ออะไร พระพุทธเจ้าตรัสไว้ ๕ ประการ (๑) เพื่อการเลี้ยงตนเองและครอบครัว หรือคนที่อยู่ปกครองทั้งหลายให้เป็นสุข (๒) เพื่อการบำรุงเพื่อนหรือผู้ร่วมงานให้เป็นสุข (๓) เพื่อการป้องกันอันตรายต่างๆ ที่เกิดจากธรรมชาติ หรือโรคภัยต่างๆ (๔) เพื่อการสงเคราะห์บำรุง ๕ อย่าง คือ ต้อนรับแขก สงเคราะห์ญาติ เสวยภาษีอากรรัฐ บริจาคทางศาสนาตามศรัทธา และการทำบุญอุทิศให้ผู้วายชนม์ (๕) เพื่อการบำรุงสมณพราหมณ์ตามโอกาสอันควร

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ โดยใช้หลักโภคาภิยะนั้น คือการรู้จักบริหารจัดการทรัพย์ให้เกิดประโยชน์ ไม่ขัดสนในคราวจำเป็น ไม่ต้องกู้หนี้ยืมสิน ซึ่งพระพุทธเจ้าตรัสว่า ควรแบ่งทรัพย์ไว้ ๕ ประการ คือ เพื่อการเลี้ยงตนเองและครอบครัว เพื่อบำรุงเพื่อนหรือเพื่อร่วมงาน เพื่อป้องกันอันตราย เพื่อทำพิธีกรรม และเพื่อบำรุงสมณพราหมณ์

๔.๑.๗ หลักสัปปริสธรรมกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ

หลักสัปปริสธรรม หมายถึง ธรรมของสัตบุรุษ ธรรมที่ทำให้เป็นสัตบุรุษ คุณสมบัติของคนดี ธรรมของผู้ดี^๗ ซึ่งธรรม ๗ ประการนี้ สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ โดยนำมาเป็นหลักคิดในการทำงานและสามารถนำมายึดถือแนวคิดของคนในองค์กรได้เป็นอย่างดี เมื่อนำหลักปริสธรรมมาปฏิบัติแล้วก็จะสามารถพึ่งตนเองได้ และสามารถนำผู้ร่วมงาน องค์กร และสังคมไปสู่สันติสุขได้

(๑) หลักธัมมัญญตา เป็นผู้รู้จักธรรมหรือรู้จักเหตุ คือ รู้หลักการและกฎเกณฑ์ของสิ่งทั้งหลายที่ตนเข้าไปเกี่ยวข้องในการดำเนินชีวิต ในการปฏิบัติกิจหน้าที่และดำเนินกิจการต่างๆ รู้เข้าใจสิ่งที่ตนจะต้องประพฤติปฏิบัติตามเหตุผล เช่น รู้ว่าตำแหน่ง ฐานะ อาชีพ การงานของตน มีหน้าที่และความรับผิดชอบอย่างไร มีอะไรเป็นหลักการ จะต้องทำอะไรอย่างไร จึงจะเป็นเหตุให้บรรลุถึงผลสำเร็จที่เป็นไปตามหน้าที่และความรับผิดชอบนั้นๆ ตลอดจนขั้นสูงสุดคือรู้เท่าทันกฎธรรมดาหรือหลักความจริงของธรรมชาติเพื่อปฏิบัติต่อโลกและชีวิตอย่างถูกต้อง มีจิตใจเป็นอิสระ ไม่ตกเป็นทาสของโลกและชีวิตนั้น

(๒) หลักอัตถัญญตา เป็นผู้รู้จักอรรถ รู้จักผล หรือความมุ่งหมายที่จะเกิดขึ้นจากเหตุ นั้น คือรู้ความหมาย และความมุ่งหมายของหลักการที่ตนปฏิบัติเข้าใจวัตถุประสงค์ของกิจการ

^๗ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๒๑๐.

ที่ตนกระทำ รู้ว่าที่ตนทำอยู่อย่างนั้นๆ ดำเนินชีวิตอย่างนั้น เพื่อประสงค์ประโยชน์อะไร หรือควรจะได้บรรลุถึงผลอะไร ที่ให้มีหน้าที่ ตำแหน่ง ฐานะ การงานอย่างนั้นๆ เขากำหนดวางกันไว้เพื่อความมุ่งหมายอะไร กิจกรรมที่ตนทำอยู่ขณะนี้เมื่อทำไปแล้วจะบังเกิดผลอะไรบ้าง เป็นผลดีหรือผลเสียอย่างไร

(๓) หลักอัตตัญญูตา เป็นผู้รู้จักตน คือรู้ตามเป็นจริงว่า ตัวเรานั้น ว่าโดยฐานะภาวะ เพศ กำลังความรู้ ความถนัด ความสามารถ และคุณธรรม เป็นต้น บัดนี้มีเท่าไร อย่างไร แล้วประพฤติปฏิบัติให้เหมาะสม และทำการต่างๆ ให้สอดคล้องถูกต้องที่จะสัมฤทธิ์ผล ตลอดจนแก้ไขปรับปรุงตนให้เจริญงอกงามถึงความสมบูรณ์ยิ่งขึ้นไป

(๔) หลักมัตตัญญูตา เป็นผู้รู้จักประมาณ คือการรู้จักประมาณ รู้จักพอดี ทั้งในการบริโภคและใช้จ่ายทรัพย์ การพูด การปฏิบัติกิจและทำการต่างๆ ตลอดจนการพักผ่อนนอนหลับ การสนุกรสนานบันเทิงทั้งหลาย ต้องทำด้วยความเข้าใจในวัตถุประสงค์เพื่อบังเกิดผลที่ดี มิใช่ทำเพียงเพราะความพอใจ ชอบใจ หรือเอาแต่ใจของตน แต่ทำตามความพอดีแห่งเหตุปัจจัยหรือองค์ประกอบทั้งหลาย ที่จะลงตัวให้เกิดผลดีงามตามที่มองเห็นด้วยปัญญา

(๕) หลักกาลัญญูตา เป็นผู้รู้จักกาล คือการรู้จักกาลเวลาอันเหมาะสม และระยะเวลาที่พึงใช้ประกอบกิจการงานต่างๆ รู้ว่าเวลาไหน ควรทำอะไร อย่างไร และทำให้ตรงเวลาให้เป็นเวลา ให้ทันเวลา ให้พอเวลา ให้เหมาะเวลา ให้ถูกเวลา ตลอดจนรู้จักวางแผนการใช้เวลาในแต่ละวันให้เหมาะสม เพราะทุกคนมีเวลาเท่ากันคือ คนละ ๒๔ ชั่วโมง ในแต่ละวัน จึงไม่ควรอ้างเรื่องไม่มีเวลาถ้าทำการสิ่งใดไม่สำเร็จ ดังนั้นเรื่องการบริหารเวลาจึงเป็นเรื่องสำคัญและจำเป็นที่ทุกคนพึงปฏิบัติ ให้ได้ตามวัตถุประสงค์ของงานในแต่ละวัน

(๖) หลักปริสัญญูตา เป็นผู้รู้จักบริษัท คือการรู้ชุมชน รู้จักถิ่นที่อยู่ รู้จักที่ชุมชน รู้การอันควรประพฤติปฏิบัติในถิ่นที่ชุมชน และต่อชุมชนนั้นว่า ชุมชนนี้เมื่อเข้าไปหาควรต้องทำกิจการอย่างนี้ ควรต้องพูดอย่างนี้ ชุมชนนี้มีระเบียบวินัยอย่างนี้ มีวัฒนธรรมประเพณีอย่างนี้ มีความต้องการอย่างนี้ ควรเกี่ยวข้อง ควรต้องสงเคราะห์ ควรรับใช้ ควรบำเพ็ญประโยชน์ให้อย่างนี้ๆ เป็นต้น

(๗) หลักบุคคลัญญูตา เป็นผู้รู้จักบุคคล คือการรู้จักและเข้าใจความแตกต่างแห่งบุคคลว่าโดยอรรถาสัย ความสามารถ และคุณธรรม เป็นต้น ใครยิ่งหรือหย่อนอย่างไร และรู้จักที่จะปฏิบัติต่อบุคคลอื่นๆ ด้วยดีว่า ควรจะคบหรือไม่ ได้คติอะไร จะสัมพันธ์เกี่ยวข้อง จะใช้วาน จะยกย่อง จะตำหนิ หรือจะแนะนำสั่งสอนอย่างไร จึงจะได้ผลดี เป็นต้น

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ โดยใช้หลักสัปปริสธรรมนั้น ต้องนำไปประยุกต์ใช้ในการทำงาน หรือประกอบกิจการส่วนตัว หน่วยงานหรือองค์กร ทั้งหลักรู้จัก เหตุ รู้จักผล รู้จักตน รู้จักประมาณ รู้จักกาล รู้จักชุมชน และรู้จักบุคคล จะสามารถนำพากิจการงานของตน หน่วยงานหรือองค์กรให้ประสบความสำเร็จและสามารถพึ่งตนเองได้ในที่สุด

๔.๑.๘ หลักอภิธานิธรรมกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ

หลักอภิธานิธรรม หมายถึง ธรรมอันไม่เป็นที่ตั้งแห่งความเสื่อม เป็นไปเพื่อความเจริญฝ่ายเดียว สำหรับหมู่ชนหรือผู้บริหารบ้านเมือง ซึ่งธรรมทั้ง ๗ ประการ สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ ๒ ข้อ คือ

(๑) หมั่นประชุมกันเนืองนิตย์ ได้แก่ การพบปะปรึกษาหารือกิจการงานในด้านต่างๆ จะทำให้ทราบปัญหา และหาแนวทางการแก้ปัญหาพร้อมกัน การงานหรือกิจการจะได้ดำเนินไปด้วยความราบรื่น

(๒) พြံพร้อมเพียงกันประชุม ได้แก่ การพร้อมเพียงกันเข้าประชุม เลิกประชุม ทำกิจการต่างๆ ที่พึงทำร่วมกัน ด้วยความสามัคคี เป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ โดยใช้หลักอภิธานิธรรมนั้น สามารถนำมาป้องกันความเสื่อมในงานหรือกิจการที่ทำ เพราะเป็นธรรมที่ไม่ก่อให้เกิดความเสื่อม เป็นธรรมที่ก่อให้เกิดความสามัคคีในหมู่คณะเป็นธรรมที่นำไปสู่ความเจริญ หากหน่วยงานใดสามารถนำหลักอภิธานิธรรมมาใช้ในองค์กรของตนแล้วก็สามารถนำพาองค์กรให้พบเห็นความเจริญอย่างมั่นคงได้

๔.๑.๙ หลักนาถกรณธรรมกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ

หลักนาถกรณธรรม หมายถึง ธรรมอันกระทำที่พึง ธรรมสร้างที่พึง คุณธรรมที่ทำให้ตนเป็นที่พึงของตนได้^๙ ได้แก่ธรรม ๑๐ ประการ ที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ โดยนำมาในการดำเนินชีวิตประจำวัน สร้างจิตสำนึกชอบในการผลิต สร้างความสำนึกในการใช้จ่ายบริโภค โดยดำเนินการตามหลักนาถกรณธรรม ดังนี้

(๑) ศีล ความประพฤติดีงามสุจริต คือ ดำเนินชีวิตด้วยการประพฤติตนให้ดีงามสุจริต รักษากายวาจาให้เรียบร้อย ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ไม่เห็นแก่ตัว เพราะผู้มีศีลย่อมมีจิตใจสะอาด ไม่มีภัยอันตราย เป็นการป้องกันปัญหาที่เกิดขึ้นจากการผิดศีล

^๙ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๒๑๒-๒๑๓.

^๙ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๓๘-๒๓๙.

(๒) พหุสัจจะ ความเป็นผู้ได้ศึกษาเล่าเรียนมาก คือ ดำเนินชีวิตด้วยการศึกษาเล่าเรียนให้มาก มีความรู้ความเข้าใจเรื่องราวต่างๆ อย่างลึกซึ้งและกว้างขวาง การเรียนรู้มากย่อมมีความรู้พอที่จะแก้ปัญหาการด้วยตนเองได้ หากไม่รู้เรื่องเลย ก็ต้องพึ่งผู้อื่น พึ่งผู้รู้มาแก้ไขปัญหาคือต้องเสียค่าใช้จ่ายจ้างมาเป็นทีปรึกษา

(๓) กัลยาณมิตรตา ความเป็นผู้มีกัลยาณมิตร คือ ดำเนินชีวิตด้วยการคบเพื่อนที่ดี รู้จักคบคนดี มีมิตรสหายเป็นคนดี ซึ่งการได้ทีปรึกษาและผู้แนะนำที่ดี การมีเพื่อนที่ดี ย่อมทำให้เราไม่เดินหลงทาง นับเป็นมงคลชีวิตของตนเอง ยามเดือดร้อนเพื่อนก็จะช่วยเหลือ

(๔) โสวัสสตา ความเป็นผู้ว่าง่ายสอนง่าย คือ ดำเนินชีวิตด้วยความเป็นผู้ว่านอนสอนง่าย รู้จักรับฟังเหตุผล เป็นคนเคารพเหตุผล ไม่เป็นคนหัวดื้อหัวรั้น การเป็นผู้ว่านอนสอนง่ายทำให้ใครที่พบเห็นก็มีความรู้สึกเอ็นดูมีเมตตา อยากให้ความช่วยเหลือ

(๕) กิงกรณียะสุ ทักขตา ความเอาใจใส่ช่วยขวนขวายในกิจใหญ่ๆ น้อยทุกอย่าง คือ ดำเนินชีวิตด้วยความเป็นผู้ขวนขวายในกิจใหญ่ๆ น้อยทุกอย่างทั้งของตนเองและหมู่คณะ รู้จักพิจารณาไตร่ตรองด้วยถ้วนทั่ว สามารถจัดทำกรนั้นๆ ให้สำเร็จเรียบร้อยด้วยดี ความขยันช่วยทำกิจทั้งของตนเองและหมู่คณะเป็นสิ่งสำคัญ เพราะงานทุกอย่างต้องอาศัยความร่วมมือ เป็นกุญแจนำไปสู่ความสำเร็จในทุกเรื่อง

(๖) ธัมมกามตา ความเป็นผู้ใคร่ธรรม คือ ดำเนินชีวิตด้วยการเป็นผู้รักใคร่ใฝ่ธรรม มีความรัก ความพอใจ ความชอบใจในธรรม มีธรรมเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจไม่ให้ไขว่เขวไปในสิ่งที่ไม่ดีทั้งปวง

(๗) วิริยารัมภะ ความขยันหมั่นเพียร คือ ดำเนินชีวิตด้วยการเป็นผู้เพียรละความชั่ว ประกอบแต่ความดี ไม่ย่อท้อ ไม่ทอดทิ้งธุระ ด้วยความขยันหมั่นเพียร

(๘) สันตุฏฐี ความสันโดษ คือ ดำเนินชีวิตด้วยการเป็นผู้สันโดษ มีความยินดี มีความพอใจด้วยปัจจัยที่ตนหามาได้ด้วยความเพียรอันชอบธรรม เป็นผู้มีความพอใจ สุขใจ อิ่มใจในสิ่งที่ตนหาได้ไม่ว่ามากหรือน้อย ทำให้เป็นผู้ที่พึ่งตนเองได้ ไม่ต้องดิ้นรนเป็นหนี้สินเพราะกู้หนี้ยืมสินผู้อื่น

(๙) สติ ความเป็นผู้มีสติ คือ ดำเนินชีวิตด้วยการมีสติระลึกสิ่งที่ได้ทำ คำที่ได้พูดมานานแล้ว เป็นคนรอบคอบ ไม่ประมาท รู้ว่าสิ่งที่ทำนั้นเหมาะสมหรือไม่ จะได้ไม่ทำสิ่งที่เสียหายต่อตนเอง สังคม และประเทศชาติ

(๑๐) ปัญญา ความมีปัญญายังรู้เหตุผล คือ การดำเนินชีวิตด้วยการเป็นผู้รู้จักคิดพิจารณาเข้าใจสภาวะของสิ่งทั้งหลายได้ถูกต้องตามความเป็นจริง ผู้มีปัญญาสูงย่อมพึ่งตนเองได้มาก สามารถหาหนทางในการแก้ปัญหาได้ อันจะทำให้สามารถขจัดปัญหาอุปสรรคได้

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจ โดยใช้หลักนาถกรรมธรรมนั้นสามารถนำมาประยุกต์ใช้ทั้งในการดำเนินชีวิตประจำวัน ทั้งการประกอบอาชีพต่างๆ ได้ ซึ่งหลักธรรมทั้งหมดหากคนในสังคมสามารถประพฤติปฏิบัติตามได้แล้ว จะทำให้สามารถพึ่งพาตนเองได้ สามารถยืนหยัดด้วยตนเอง สามารถแก้ปัญหาอุปสรรคต่างๆ ได้ด้วยตนเอง โดยไม่ต้องพึ่งพาอาศัยผู้อื่นหรือต่างชาติ

๔.๒ หลักพุทธธรรมกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติ

การพึ่งพาตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติ เป็นความสามารถในการดำรงชีวิตโดยการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรธรรมชาติให้ดำรงอยู่ไม่ให้เกิดเสื่อมไปจนหมดสิ้นหรือไม่ให้เสียสมดุลธรรมชาติ รวมถึงการจัดการทรัพยากรอย่างชาญฉลาด พร้อมทั้งหาทางเพิ่มคุณค่า โดยยึดอยู่บนหลักของความยั่งยืนสูงสุด ดังกระแสพระราชดำรัส ความว่า "...ถ้ารักษาสิ่งแวดล้อมให้เหมาะสมนี้กว่าอยู่ได้อีกหลายร้อยปี ถึงเวลานั้นลูกหลานของเราก็อาจหาวิธีแก้ปัญหาต่อไป เป็นเรื่องของเขาไม่ใช่เรื่องของเรา แต่เราก็ทำได้ ได้รักษาสีสิ่งแวดล้อมไว้ให้พอสมควร..." ซึ่งมีหลักพุทธธรรมที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองของคนในสังคมไทยด้านทรัพยากรธรรมชาติ เพื่อให้รู้จักใช้และจัดการทรัพยากรธรรมชาติอย่างฉลาดและรอบคอบ เพื่อให้เกิดความยั่งยืนสูงสุด และที่สำคัญใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ในประเทศ เพื่อพัฒนาประเทศให้มั่นคงอยู่เป็นขั้นเป็นตอนไป ประกอบด้วย

๔.๒.๑ หลักโภชนะ มัตตัญญูตากับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติ

หลักโภชนะ มัตตัญญูตา หมายถึง ความรู้จักใช้เครื่องอุปโภค บริโภคอย่างพอเหมาะ ไม่มากเกินไป^{๑๑} พระพุทธศาสนามุ่งสอนให้บุคคลดำรงชีวิตในทางที่เหมาะสม ไม่ตึงเกินไป และหย่อนเกินไป ธรรมข้อนี้ สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติ ด้วยการให้มนุษย์บริโภคหรือใช้สอยทรัพยากรธรรมชาติอย่างพอดี พอเหมาะ ไม่บริโภคตามความต้องการของตนหรือเพื่อสนองตัณหาของตน พิชิตความโลภ ด้วยการควบคุมความรู้สึกและการตระหนักรับการบริโภคตามทางสายกลาง ใช้ทรัพยากรธรรมชาติอย่างประหยัด

^{๑๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๐๙.

และมีคุณค่า ใช้หรือบริโภคด้วยปัญญา ไม่ใช่บริโภคด้วยตัณหา พิจารณาด้วยปัญญาแล้วจึงใช้หรือบริโภค ก็จะทำให้การใช้หรือบริโภคเกิดความพอดี และช่วยเหลือไม่ให้ทรัพยากรธรรมชาติ ถูกฉ้อฉลและทำลาย

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติ โดยใช้หลักโภชนา มัตตัญญูตานั้น ต้องดำเนินชีวิตโดยใช้หลักโยนิโสมนสิการพิจารณาบริโภคทรัพยากรธรรมชาติแต่ พอดี รู้จักประมาณในการกินการใช้ กินเพื่อหล่อเลี้ยงร่างกายให้ชีวิตเป็นอยู่ได้ผาสุก มีใช้เพื่อความ สนุกสนานมัวเมา คำนึงถึงความพอดีอยู่ตลอดเวลา ไม่ประมาทในการดำรงชีวิต มีสติปัญญา มี สัมปชัญญะเป็นอาภิน

๔.๒.๒ หลักความสันโดษกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้าน ทรัพยากรธรรมชาติ

ความสันโดษ หมายถึง ความยินดี ความพอใจ ความยินดีด้วยของของตนซึ่งได้มา ด้วยเรี่ยวแรงความเพียรโดยชอบธรรม ความยินดีด้วยปัจจัยสี่ตามมีตามได้ และความรู้จักอิมรู้จัก พอเป็นความยินดีพอใจเท่าที่ตนหามาได้ด้วยความเพียรพยายามอันชอบธรรมของตน ไม่โลภ ไม่ ริษยาใคร^{๙๙} ได้แก่

- (๑) ยถาลาภสันโดษ คือยินดีตามที่ได้
- (๒) ยถาพลสันโดษ คือยินดีตามกำลัง
- (๓) ยถาสารูปสันโดษ คือยินดีตามสมควร

ธรรม ๓ ประการนี้ สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้าน ทรัพยากรธรรมชาติ ด้วยการดำเนินชีวิตแบบเรียบง่ายตามสิ่งที่ตนหามาได้ตามกำลัง โดยไม่ พุ่มเพื่อยและเบียดเบียนทรัพยากรธรรมชาติให้หมดไป ใช้สติปัญญาองเห็นคุณค่าแท้ในการใช้ ทรัพยากรธรรมชาติ เมื่อมนุษย์ใช้สติปัญญาองเห็นคุณค่าแท้แล้วย่อมเป็นกำลังให้สติปัญญา งามองและรู้จักความพอเพียงในการใช้สอยทรัพยากรธรรมชาติในระดับที่ตนหามาได้ เมื่อเป็น เช่นนี้การใช้ทรัพยากรธรรมชาติก็จะดำเนินไปอย่างมีคุณภาพและประสิทธิภาพ และคนในสังคมก็ จะเป็นสังคมที่ใช้ทรัพยากรธรรมชาติอย่างมีสติ ในทางพระพุทธศาสนานุคคลที่เป็นแบบอย่างของ ความสันโดษคือพระภิกษุ และพระพุทธเจ้าไม่ได้ทรงปฏิเสธการบริโภคปัจจัย ๔ หรือ ทรัพยากรธรรมชาติ แต่ทรงแนะนำให้บริโภคอย่างมีสติ มองให้เห็นคุณค่าแท้หรือคุณค่าเทียมโดย ไม่บริโภคหรือใช้สอยเพื่อเสริมสร้างตัณหาหรือเพื่อเสริมราคาของตนเอง แต่ควรบริโภคเพื่อให้ สามารถพึ่งตนเองในการดำเนินชีวิตให้พอยังอัตภาพให้เป็นไปเท่านั้น

^{๙๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๐๕-๑๐๖.

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติ โดยใช้หลักสันโดษ คือการดำเนินชีวิตโดยเรียบง่ายในระดับที่ตนหามาได้ ควรบริโภคหรือใช้สอยโดยใช้สติมองเห็นคุณค่าแท้หรือคุณค่าเทียม ไม่บริโภคหรือใช้สอยด้วยกิเลสตัณหา จะทำให้มีทรัพยากรธรรมชาติที่ยั่งยืน

๔.๒.๓ หลักกตัญญูกตเวทีกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติ

ความกตัญญูกตเวที หมายถึง การรู้อุปการะที่เขาทำแล้วและตอบแทน ผู้รู้จักคุณค่าแห่งการกระทำดีของผู้อื่น และแสดงออกเพื่อบูชาความดีนั้น^{๑๒} ธรรมข้อนี้ สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติ โดยปลูกฝังให้เกิดขึ้นในผู้คนในสังคม เพื่อให้เป็นผู้มีความเสียสละเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม รู้อุปการะคุณที่ได้รับจากทรัพยากรธรรมชาติ และตอบแทนด้วยการบำรุงรักษาให้มีความอุดมสมบูรณ์ ซึ่งสอดคล้องกับสมัยพุทธกาล พระพุทธเจ้าทรงสอนให้พระมีความเคารพในทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ทรงเห็นประโยชน์ของทรัพยากรธรรมชาติ จึงทรงสอนให้มีความกตัญญูและอนุรักษธรรมชาติ พระองค์ทรงบัญญัติวินัย “ห้ามพระตัดต้นไม้ ห้ามขุดดิน ห้ามถ้ำยอจุจาระ ปัสสาวะ หรือบ้วนน้ำลายลงบนต้นไม้หรือในแม่น้ำลำธาร” คำสอนเหล่านี้แสดงถึงการกล่อมเกลาให้พระใกล้ชิดกับธรรมชาติ มีความกตัญญูต่อธรรมชาติ เช่นเดียวกับมนุษย์เมื่อได้รับประโยชน์จากทรัพยากรธรรมชาติแล้วต้องมีความกตัญญูรู้คุณและถนอมรักษาธรรมชาติ พระพุทธเจ้าตรัสสอนให้กตัญญูคือรู้คุณของธรรมชาติ และมีกตเวทีคือตอบแทนคุณของธรรมชาติ เมื่อมนุษย์มีความกตัญญูกตเวทีต่อธรรมชาติแล้ว ก็จะมีทรัพยากรธรรมชาติให้มนุษย์ได้ใช้ประโยชน์อยู่ชั่วลูกชั่วหลานต่อไป

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติ โดยใช้หลักกตัญญูกตเวทีนั้น โดยปลูกฝังให้มนุษย์รู้ถึงคุณค่า มีความเคารพต่อธรรมชาติ และตอบแทนธรรมชาติด้วยความรัก ความเมตตา ความกรุณา มีความรับผิดชอบและเสียสละ มีความเคารพต่อทรัพยากรธรรมชาติ เห็นความเชื่อมโยงของสรรพสิ่งว่าล้วนอิงอาศัยกัน จึงต้องทดแทนคุณต่อทรัพยากรธรรมชาติที่มีบุญคุณต่อมนุษย์ซึ่งเป็นการรักษาทรัพยากรธรรมชาติไว้ให้คนรุ่นหลังได้ใช้ประโยชน์ในสภาพที่สมบูรณ์ต่อไป

^{๑๒} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๖๗-๖๘.

๔.๒.๔ หลักพรหมวิหารกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติ

หลักพรหมวิหาร หมายถึง ธรรมเป็นเครื่องอยู่ของพรหม หรือของท่านผู้เป็นใหญ่ ธรรมเครื่องอยู่อย่างประเสริฐ ธรรมประจำใจอันประเสริฐ หลักความประพฤติที่ประเสริฐบริสุทธิ์เป็นหลักธรรมสำหรับทุกคนที่ต้องมีไว้เป็นหัวใจ และกำกับความประพฤติที่จะแสดงออก หรือปฏิบัติต่อผู้อื่นอย่างถูกต้อง โดยสอดคล้องกับสถานการณ์ที่เขาประสบ จึงจะชื่อว่าดำเนินชีวิตหมดจด และปฏิบัติตนต่อมนุษย์สัตว์ทั้งหลายโดยชอบหลักธรรมนี้^{๑๓} ได้แก่ ธรรม ๔ ประการ ที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติ ดังนี้

(๑) เมตตา คือความรัก ต้องมีความปรารถนาดีต่อสิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบตัวเรา ไม่ว่าจะเป็นมนุษย์ สัตว์ พืชพรรณไม่ตลอดจนคุณค่าของธรรมชาติ ไม่คิดทำลายทรัพยากรธรรมชาติ รักษาให้อยู่คู่กับมนุษย์อย่างยั่งยืน ปลูกฝังจิตสำนึกในการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติให้เกิดขึ้นในจิตใจของคนในสังคม

(๒) กรุณา คือความสงสาร คิดช่วยให้พ้นทุกข์ เป็นกระบวนการในการสร้างขึ้นมาทดแทนในสิ่งที่เสียหายไป คิดค้นหาพลังงานทดแทนทรัพยากรธรรมชาติ เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการทำลายเพิ่ม จะช่วยให้มีทรัพยากรใช้อย่างไม่ขาด และทรัพยากรธรรมชาติก็ไม่ถูกทำลาย

(๓) มุทิตา คือความยินดีเมื่อผู้อื่นอยู่ดีมีสุข เป็นขั้นของการช่วยกันรักษาทรัพยากรที่มีอยู่ไม่ให้ถูกทำลาย ให้มีกินมีใช้อย่างยั่งยืน

(๔) อุเบกขา คือความวางใจเป็นกลาง เป็นขั้นของการรณรงค์ให้มีสร้างทรัพยากรธรรมชาติเพื่อทดแทนและรณรงค์ไม่ให้ทำลายทรัพยากรธรรมชาติ โดยอาจจะชี้ให้เห็นถึงคุณและโทษของการมีและไม่มีทรัพยากรธรรมชาติ

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติ โดยใช้หลักพรหมวิหารนั้น เป็นการสร้างหลักในการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติที่ประสานกัน เพราะเมตตา จะทำให้เกิดความรักความปรารถนาดีต่อทรัพยากรธรรมชาติ กรุณา จะทำให้รู้จักลงมือทำและคิดช่วยเหลือทรัพยากรธรรมชาติที่ถูกทำลายโดยการสร้างขึ้นมามาทดแทน มุทิตา มีความยินดีเมื่อการสร้างขึ้นมาทดแทนประสบความสำเร็จ และช่วยส่งเสริมให้เกิดการอนุรักษ์ให้ยั่งยืน และอุเบกขา มีความเป็นกลาง รณรงค์ให้เห็นคุณและโทษของการมีและไม่มีทรัพยากรธรรมชาติ

^{๑๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๒๔.

๔.๒.๕ หลักปธานกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติ

หลักปธาน หมายถึง ความเพียร^{๑๔} ได้แก่ ธรรม ๔ ประการ ที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติ ดังนี้

(๑) สังวรปธาน เพียรระวังไม่ให้ความเสื่อมโทรมของทรัพยากรธรรมชาติเกิดขึ้น โดยการช่วยกันสอดส่องดูแลไม่ให้เกิดการทำลาย ให้บริโภคใช้สอยแต่พอประมาณ

(๒) ปหานปธาน เพียรกำจัดความเสื่อมโทรมของทรัพยากรธรรมชาติที่มีอยู่แล้วให้หมดไป โดยการปลูกทดแทนในสิ่งที่ถูกทำลายไปแล้ว และทำให้เกิดให้มีเพิ่มขึ้น

(๓) ภาวนापธาน เพียรสร้างคุณภาพทรัพยากรธรรมชาติที่ดีให้เกิดขึ้น

(๔) อนรุักษापธาน เพียรรักษาทรัพยากรธรรมชาติที่ดีอยู่แล้ว ไม่ให้เสื่อมโทรมลง พร้อมทั้งให้มีคุณภาพที่ยั่งยืนเรื่อย ๆ

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติ โดยใช้หลักปธานนั้น สามารถดำเนินการด้วยการเพียรระวังไม่ให้เกิดการทำลาย สร้างขึ้นใหม่เพื่อทดแทน รักษาสิ่งที่มีอยู่แล้วไม่ให้เสื่อมโทรมและเกิดความยั่งยืน

๔.๒.๖ หลักกุลจิรัฐติธรรมกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติ

หลักกุลจิรัฐติธรรม หมายถึง ธรรมที่เป็นเหตุให้ตระกูลมั่งคั่งตั้งอยู่ได้นานตระกูล (ครอบครัว) จะมั่นคงและตั้งมั่นอยู่ได้ คนในครอบครัวจะต้องประพฤติปฏิบัติหลักธรรมข้อนี้อย่างสม่ำเสมอ^{๑๕} ได้แก่ ธรรม ๔ ประการ ที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติได้อย่างยั่งยืน โดยประยุกต์ใช้สำหรับบริหารจัดการ พื้นฟู ดูแลรักษา ตลอดจนการให้ดำรงอยู่แห่งทรัพยากรธรรมชาติ ให้อยู่คู่กับมนุษย์อย่างยั่งยืน ซึ่งสามารถดำเนินการได้ดังนี้

(๑) นัฏฐคเวสนา รู้จักแสวงหาสิ่งที่หายไป คือ แรงฟื้นฟูและพัฒนาทรัพยากรธรรมชาติที่สูญหายให้กลับคืนมา เพราะมนุษย์ได้เชื่อว่าเป็นผู้ทำลายทรัพยากรธรรมชาติ ดังนั้น มนุษย์ควรเร่งพัฒนาทรัพยากรธรรมชาติให้มากขึ้น ซึ่งการแสวงหาหรือแรงฟื้นฟูทรัพยากรธรรมชาติจะทำให้เกิดความเจริญแห่งตนในการดำรงชีพและการดำเนินชีวิต เป็นไปตามกฎแห่งกฎจสุมุปาบท คือ “เพราะเหตุนี้ เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี เพราะสิ่งนี้เกิดขึ้น สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น เพราะสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้จึงไม่มี เพราะสิ่งนี้ดับ สิ่งนี้จึงดับไป” หรือในพระสูตรที่ว่าด้วยธรรมที่อาศัยกัน

^{๑๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๒๑.

^{๑๕} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๑๓.

ว่า “เมื่อฝนเม็ดใหญ่ตกบนยอดเขา น้ำนั้นไหลไปตามที่ลุ่ม ทำให้ชอกเขา ลำธาร และห้วยเต็มไปด้วยเปี่ยม ชอกเขา ลำธาร และห้วยทั้งหลายเต็มเปี่ยมแล้ว ทำหนองน้ำให้เต็ม หนองน้ำเต็มเปี่ยมแล้ว ทำบึงให้เต็ม บึงเต็มแล้ว ทำแม่น้ำน้อยให้เต็ม แม่น้ำน้อยเต็มแล้ว ทำแม่น้ำใหญ่ให้เต็ม แม่น้ำใหญ่เต็มแล้ว ก็ทำมหาสมุทรใหญ่ให้เต็ม” แม้ฉันใด ทรัพยากรธรรมชาติก็เช่นเดียวกันย่อมทำ ความเป็นอยู่ของมนุษย์ในปัจจุบันและมนุษย์ในอนาคตสามารถอาศัยอยู่บนโลกนี้ด้วยความ เป็นสุขเสมอ

(๒) ชีณณปฏิสังขรณา รู้จักบูรณะ ซ่อมแซมของเก่าของชำรุด คือ การบำรุงรักษา และอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติที่ยังคงมีอยู่ให้มีความอุดมสมบูรณ์ รู้จักคุ้มครองและเก็บรักษา ทรัพยากรธรรมชาติด้วยความขยันหมั่นเพียร โดยไม่ให้ส่งผลที่เป็นอันตรายหรือความเสียหาย คุลยภาพแห่งทรัพยากรธรรมชาติ ดังนั้น เมื่อมนุษย์สามารถถึงพร้อมด้วยความหมั่น คือความ ขยันหมั่นเพียรในการปฏิบัติหน้าที่การงาน ประกอบอาชีพสุจริต ไม่ประกอบอาชีพที่จะสร้างความเสียหายและรู้จักคุ้มครองเก็บรักษาทรัพยากรธรรมชาติให้มีความเป็นไปอย่างยั่งยืน ซึ่งเป็นผลงาน อันตนได้ทำไว้ด้วยความขยันหมั่นเพียร โดยชอบธรรม ด้วยกำลังงานของตน มนุษย์ผู้นั้นย่อมได้รับ แต่ความสุขที่เกิดจากการมีทรัพย์และจากการใช้จ่ายทรัพย์

(๓) ปริมิตปานโกชนา รู้จักประมาณในการกินการใช้ คือ ส่งเสริมสนับสนุนการใช้ ปัญญาในกระบวนการกินการใช้โดยคำนึงถึงคุณค่าแท้มากกว่าคุณค่าเทียม คือรู้จักกำหนดการใช้ ทรัพยากรธรรมชาติมิให้ผิดเคืองหรือฟุ่มเฟือย ให้รู้จักประหยัด และรู้วิธีการบำรุงรักษา ทรัพยากรธรรมชาติไว้ให้ลูกหลานในอนาคต ดังนั้น ความรู้จักประมาณในการบริโภคเพื่อ บำรุงรักษาทรัพยากรธรรมชาติให้ยั่งยืน ต้องบริโภคด้วยปัญญา ปราศจากการบริโภคด้วยกิเลส ตัณหา หรือมีอริชาครอบงำ เป็นการบริโภคที่คำนึงถึงคุณค่าแท้มากกว่าการบริโภค ไม่บริโภคด้วยการ คำนึงถึงแต่คุณค่าเทียม เพราะในโลกนี้ทุกสรรพสิ่งล้วนมีคุณและมีโทษ มีดีและมีชั่วอยู่ในตัวของ มันเอง ผู้มีปัญหาเท่านั้นจึงจะรู้ว่าควรทำอย่างไรเพื่อให้ได้รับประโยชน์จากสิ่งนั้นมาใช้เพื่อให้เกิด ประโยชน์กับตัวเองและสังคม

(๔) อธิปัจจสัสถวันตสเถปนา รู้จักตั้งผู้มีศีลธรรมเป็นพ่อบ้าน แม่เรือน คือ สนับสนุนให้คนดีมีศีลธรรมเข้ามาบริหารงานบ้านเมือง ด้วยการรักษาคำมั่นในนโยบายการฟื้นฟู และรักษาทรัพยากรธรรมชาติอย่างต่อเนื่องและจริงจัง คือรู้จักกำหนดบุคคลผู้ทรงคุณ มีศรัทธา ศีล จาคะ ปัญญาในการบริหารจัดการกับทรัพยากรธรรมชาติอย่างประนีประนอมด้วยการใช้และ บำรุงรักษาไปพร้อมๆ กัน งดเว้นการเบียดเบียนทั้งต่อตนเองและสรรพสิ่งอื่นในโลกนี้ ซึ่งรวมทั้ง สัตว์และทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม เพราะทุกสิ่งทุกอย่างล้วนมีความสำคัญต่อระบบ

นิเวศด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น ไม่มีสิ่งหนึ่งสิ่งใดมีความสำคัญมากไปกว่ากัน ทุกสรรพสิ่งล้วนเกี่ยวเนื่องต่อกัน ไม่มีต้นเหตุ ไม่มีปลายเหตุ ไม่มีผู้สร้าง อันเป็นกฎแห่งปฏิจจสมุปบาท

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติ โดยใช้หลักกุลจักรฐิทธิธรรมนั้น เป็นการเร่งฟื้นฟูและพัฒนาทรัพยากรธรรมชาติที่สูญหายให้กลับคืนมา รู้จักคุ้มครองและเก็บรักษาทรัพยากรธรรมชาติ ส่งเสริมสนับสนุนการใช้ปัญญาในกระบวนการบริโภคโดยคำนึงถึงคุณค่าแท้มากกว่าคุณค่าเทียม และสนับสนุนให้คนมีศีลธรรม มีศรัทธา ศีล จาคะ และปัญญาในการบริหารจัดการกับทรัพยากรธรรมชาติอย่างยั่งยืน

๔.๓ หลักพุทธธรรมกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเทคโนโลยี

การพึ่งพาตนเองด้านเทคโนโลยี เป็นความสามารถในการดำรงชีวิตโดยการเลือกใช้เฉพาะที่สอดคล้องกับความต้องการของสภาพแวดล้อมภูมิประเทศสังคมไทย และควรพัฒนาเทคโนโลยีจากภูมิปัญญาของเราเอง ดังกระแสพระราชดำรัส ความว่า "...การเสริมสร้างสิ่งที่ชาวบ้านชาวชนบทขาดแคลนและต้องการ คือ ความรู้ในด้านเกษตรกรรมโดยใช้เทคโนโลยีสมัยใหม่เป็นสิ่งที่เหมาะสม..." และ "...การใช้เทคโนโลยีอย่างใหญ่โตเต็มรูปแบบหรือเต็มขนาดในงานอาชีพหลักของประเทศย่อมจะมีปัญหา..." ซึ่งมีหลักพุทธธรรมที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองของคนในสังคมไทยด้านเทคโนโลยี เพื่อให้รู้จักใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสมให้สอดคล้องกับความต้องการ และควรพัฒนาเทคโนโลยีจากภูมิปัญญาชาวบ้านของเราเองและสอดคล้องเป็นประโยชน์ ต่อสภาพแวดล้อมของเราเอง ประกอบด้วย

๔.๓.๑ หลักโยนิโสมนสิการกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเทคโนโลยี

หลักโยนิโสมนสิการ หมายถึง การทำในใจโดยแยบคาย กระทำไว้ในใจโดยอุบายอันแยบคาย การพิจารณาเพื่อเข้าถึงความเป็นจริงโดยสืบค้นหาเหตุผลไปตามลำดับจนถึงต้นเหตุ แยกแยะองค์ประกอบจนมองเห็นตัวสภาวะและความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัยหรือตริตรวงให้รู้จักสิ่งที่ดีที่ชั่ว ยังกุศลธรรมให้เกิดขึ้นโดยอุบายที่ชอบ ซึ่งจะมีให้เกิดอวิชาและตัณหา ความรู้จักคิด คิดถูกวิธี^{๑๖} ซึ่งธรรมข้อนี้ สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเทคโนโลยี โดยนำมาเป็นหลักคิดในการเลือกใช้เทคโนโลยีที่มีอยู่ในปัจจุบัน ซึ่งเป็นยุคที่นำเอาวิทยาศาสตร์มาประยุกต์เพื่อความสะดวกสบายของการดำรงชีวิตในรูปแบบเทคโนโลยี อันจะเป็นสิ่งที่ดั่งามปราศจากปัญหา ถ้าหากว่ากระทำด้วยจิตสำนึกต่อคุณค่าความเป็นมนุษย์ การใช้เทคโนโลยีควรมุ่งหมายให้เกิดประโยชน์สุขต่อเพื่อนร่วมโลกเป็นสำคัญ แต่ในสังคมปัจจุบันกลับใช้เทคโนโลยีด้วย

^{๑๖} พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๒๔๔.

จิตใจที่ขาดความเคารพในคุณค่าของมนุษยธรรม แทนที่จะเป็นไปเพื่อประโยชน์แท้จริง และความอยู่เย็นเป็นสุข กลับเป็นเครื่องมือขัดขวางพัฒนาการของชีวิตที่ดียิ่งขึ้น ดังนั้น การนำหลักพุทธธรรมเรื่องโยนิโสมนสิการมาเป็นหลักคิดในการเลือกใช้เทคโนโลยี เพื่อเสริมสร้างให้มนุษย์สามารถพึ่งตนเองได้ และดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างเป็นสุข มีสติปัญญาเพียงพอที่จะเลือกใช้เทคโนโลยีมาใช้ให้เป็นประโยชน์อย่างแท้จริง

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเทคโนโลยี ด้วยหลักโยนิโสมนสิการนั้นสามารถนำมาเป็นหลักคิดในการเลือกใช้เทคโนโลยีในยุคปัจจุบันโดยคำนึงถึงความจำเป็นและประโยชน์ที่แท้จริงเป็นหลัก

๔.๓.๒ หลักมัชฌิมาปฏิปทากับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเทคโนโลยี

หลักมัชฌิมาปฏิปทา หมายถึง ทางสายกลาง ข้อปฏิบัติเป็นกลางๆ ไม่หย่อนจนเกินไป และไม่ตึงจนเกินไป ไม่ซึ้งแฉะที่สุด ๒ อย่างคือ การสุขัลลิกานุโยค และ อุตตกิลมถานุโยค ทางแห่งปัญญา เริ่มด้วยปัญญา ดำเนินด้วยปัญญา นำไปสู่ปัญญา อันพอดีที่จะให้ถึงจุดหมายคือ ความดับกิเลสและความทุกข์ หรือความหลุดพ้นเป็นอิสระสิ้นเชิง ได้แก่มรรคมีองค์ ๘ มีสัมมาทิฐิเป็นต้น สัมมาสมาธิเป็นที่สุด^{๑๔} ซึ่งธรรมข้อนี้ สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเทคโนโลยี โดยการรู้จักเลือกบริโภคเทคโนโลยีแต่พอดี คือไม่มากเกินไปและไม่น้อยเกินไป พอดีต่อความจำเป็นและเหมาะสมกับฐานะของตนเอง สังคม สิ่งแวดล้อม รวมทั้งวัฒนธรรมในแต่ละท้องถิ่น และต้องไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ซึ่งจะต้องเริ่มจากการปฏิเสธกระแสสังคมแล้วหันมาบริโภคเทคโนโลยีด้วยสติปัญญาของตน ทั้งนี้จะต้องอาศัยความรู้ ความรอบคอบด้วย แต่การที่จะมีสติปัญญาถึงขั้นรู้จักปฏิเสธและเลือกได้อย่างมีเหตุผลนั้น ต้องมีคุณสมบัติอย่างน้อย ๓ ประการ คือ รู้ความสันโดษ รู้หลักในการพิจารณา และรู้ประมาณในการบริโภคใช้สอย สายกลางในการเสพบริโภคเทคโนโลยีจึงจะเกิดขึ้นได้

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านเทคโนโลยี ด้วยหลักมัชฌิมาปฏิปทานั้นจะต้องใช้สติปัญญาในการพิจารณาเลือกบริโภคเทคโนโลยีด้วยความพอดี เหมาะสมกับฐานะของตน สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมในท้องถิ่นเป็นหลัก

^{๑๔} พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๒๒๘.

๔.๔ หลักพุทธธรรมกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านสังคมและวัฒนธรรม

การพึ่งพาตนเองด้านสังคมและวัฒนธรรม เป็นความสามารถในการดำรงชีวิตด้วยความเรียบง่าย มีการพึ่งพาอาศัยกัน ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน และรู้จักการแบ่งปัน ดำรงชีวิตแบบพออยู่พอกิน ไม่ฟุ้งเฟ้อไม่ฟุ่มเฟือย ใช้ชีวิตตามฐานะของตนเอง รู้จักสร้างความเข้มแข็งให้แก่ชุมชน รู้จักผนึกกำลัง และที่สำคัญมีกระบวนการเรียนรู้ที่เกิดจากฐานรากที่มั่นคงและแข็งแรง ตลอดจนมีการช่วยเหลือซึ่งกันและกันในการดำเนินกิจกรรมต่างๆ ดังกระแสพระราชดำรัส ความว่า "...เพื่อให้งานรุดหน้าไปพร้อมเพรียงกันไม่ลดหลั่น จึงขอให้ทุกคนพยายามที่จะทำงานในหน้าที่อย่างเต็มที่ และให้มีการประชาสัมพันธ์กันให้ดี เพื่อให้งานทั้งหมดเป็นงานที่เกื้อหนุนสนับสนุนกัน..." ซึ่งมีหลักพุทธธรรมที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองของคนในสังคมไทยด้านสังคมและวัฒนธรรม เพื่อพัฒนาสังคมให้เป็นสังคมที่มีคุณภาพ มีระเบียบมีความน่าดูและน่าอยู่ในพระพุทธานุภาพมีพุทธธรรมสำหรับพัฒนาบุคคลด้านสังคมและวัฒนธรรมหลายประการด้วยกัน ประกอบด้วย

๔.๔.๑ หลักศีลหรือวินัยกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านสังคมและวัฒนธรรม

ศีล หมายถึง เจตนาที่จะละเว้นความชั่วอย่างนั้นๆ จนถึงประพฤติดีงามที่ตรงข้ามกับความชั่วนั้นๆ โดยความสำรวมระวัง ควบคุม บังคับกิริยาอาการทางกายเป็นต้นให้เป็นปกติธรรมดา ไม่ล่วงละเมิดข้อระเบียบต่างๆ ตามที่ใจปรารถนาและไม่เบียดเบียนผู้อื่น

วินัย หมายถึง กฎหรือระเบียบสำหรับฝึกกายวาจาใจ ป้องกันกีดกันมิให้ล่วงละเมิดศีลหรือล่วงละเมิดอกุศลธรรม เป็นแบบแผนหรือข้อบังคับที่บัญญัติไว้ หรือกำหนดไว้สำหรับกำกับความประพฤติของสมาชิกในหมู่คณะนั้น โดยสอดคล้องกับความคิดเห็นหรือความยอมรับของหมู่คณะนั้นโดยเฉพาะ และได้รับโทษตามที่กำหนดขึ้นไว้ สำหรับผู้ฝ่าฝืน^{๑๔}

ธรรม ๒ ประการนี้ สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านสังคมและวัฒนธรรม โดยนำมาเป็นหลักพื้นฐานในการดำเนินชีวิตของคนในสังคม ซึ่งถ้าทุกคนในสังคมมีศีลและวินัยแล้ว ก็จะไม่เกิดการเบียดเบียนกัน ไม่ประทุษร้ายกัน ไม่ละเมิดกรรมสิทธิ์ในทรัพย์สินของกันและกัน ไม่ละเมิดของรัก ไม่มอมเมาตนเองด้วยสิ่งเสพติดด้วยของมีเมาที่ทำให้เสียสติสัมปชัญญะที่จะเหนี่ยวรั้งจากความผิดพลาดเสียหายและคุ้มตัวไว้ในคุณความดี มีการอยู่ร่วมกันโดยสงบสุขในสังคม สร้างความสัมพันธ์ทางสังคมด้วยการปรับการแสดงออกทางกายวาจาให้เรียบร้อย เกื้อกูลในความเป็นอยู่ร่วมกันด้วยดี ทำให้จิตใจของสมาชิกในสังคม

^{๑๔} มงค.๑/๑๓๙

ประกอบด้วยเมตตาและกรุณา มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อผู้อื่น ทำให้เกิดสภาพความเป็นอยู่เอื้อกุลแก่การปฏิบัติกิจต่างๆ เพื่อเข้าถึงจุดหมายที่พึงงามโดยลำดับจนถึงจุดหมายสูงสุดของชีวิต ดังนั้น ศีลและวินัยจึงมีสำคัญสำหรับสมาชิกในสังคมเป็นอย่างยิ่ง ซึ่งจะเห็นได้ว่าแม้เพียงศีล ๕ ที่ประพฤติอย่างถูกต้อง ก็จัดว่าเป็นผู้มีศีลอย่างบริบูรณ์สำหรับสมาชิกในสังคมปัจจุบัน

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านสังคมและวัฒนธรรม ด้วยหลักศีลและวินัยนั้นมีความสำคัญอย่างยิ่ง ถ้าสมาชิกในสังคมเป็นผู้เคร่งครัดในการรักษาศีลและปฏิบัติตามวินัยแล้วก็จะทำให้สังคมมีความน่าอยู่ เกิดสันติสุข ไม่มีการเบียดเบียนซึ่งกันและกัน มีความเมตตากรุณาต่อกัน

๔.๔.๒ หลักธรรมทำให้งามกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านสังคมและวัฒนธรรม

หลักธรรมทำให้งาม หมายถึง หลักธรรมที่ทำให้คนผู้ประพฤติตามถึงพร้อมด้วยความงาม^{๑๙} ได้แก่ ธรรม ๒ ประการ ที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านสังคมและวัฒนธรรม ดังนี้

(๑) ขันติ หมายถึง ความอดทน อุดกัลล สามารถทนได้เมื่อถูกกระทบด้วยสิ่งอันไม่พึงปรารถนา ไม่ถูกใจ เป็นลักษณะของกายและใจที่พร้อมจะเผชิญกับเหตุการณ์ที่พึงทำหรือที่จะเกิดขึ้นในทุกรูปแบบไม่มีความย่อท้อ เมื่อประสบสิ่งที่ไม่ดีหรือที่ไม่ต้องการ ซึ่งสามารถแบ่งขันติออกเป็น ๔ ลักษณะ คือ

(๑.๑) อดทนต่อความลำบากตรากตรำ ไม่แสดงอาการย่อท้อ เมื่อเจองานหนัก

(๑.๒) อดทนต่อทุกขเวทนา คือในคราวเจ็บไข้ ไม่แสดงอาการทรมนทรมายจนเกิดเหตุ รู้จักระงับสติอารมณ์ ไม่ทำใจอ่อนแอจนเกินไป ถ้าอดทนไม่ได้ ไม่อาจต่อสู้กับโรคได้

(๑.๓) อดทนต่อความเจ็บใจ คือเมื่อถูกต่อว่ากระแทกแดกดันหรือเมื่อเขาแสดงกิริยาอาการดูถูกดูหมิ่น ก็อดกลั้น ทนเก็บไว้ในใจ ไม่แสดงออกทั้งทางกายและทางวาจา

(๑.๔) อดทนต่ออำนาจกิเลสเครื่องเศร้าหมอง คือ เมื่อถูกกิเลสต่างๆ ยั่วยุ เช่น ถูกความอยากได้อยากดี อยากมีอยากเป็น มาครอบงำ ก็อดทนต่อความอยาก คือระดับความอยากนั้นได้หรือเมื่อได้ลาภได้ยศก็อดทนอดกลั้นไม่แสดงอาการดีใจจนเกินไป เป็นต้น

(๒) โสรัจจะ หมายถึง ความสงบเสงี่ยมเยือกเย็นใจ คือ เมื่อสามารถอดทนด้วยขันติได้แล้วก็พยายามสงบใจให้เย็นให้ปลอดโปร่ง ไม่เก็บเอาความลำบาก ความเจ็บปวด

^{๑๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๖๕.

ความเจ็บใจและความอยากนั้นๆ มาใส่ใจมาคิดอีก เมื่อใจสงบ ใจเย็นได้แล้ว กิริยาภายนอกและคำพูดที่แสดงออกก็จะสงบเสถียรเรียบร้อยเหมือนไม่มีอะไรเกิดขึ้น

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านสังคมและวัฒนธรรม ด้วยหลักธรรมทำให้งามนั้น เป็นการปลูกฝังให้เป็นลักษณะนิสัย มีความอดทนต่อความยากลำบาก อดทนต่อสิ่งที่ไม่พึงปรารถนา ไม่นาพอใจ เมื่อสามารถทนต่อสิ่งต่างๆ ได้แล้ว ก็จะทำให้สามารถยืนหยัดอยู่ในชุมชนและสังคมได้อย่างสง่างาม

๔.๔.๓ หลักธรรมมีอุปการะมากกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านสังคมและวัฒนธรรม

หลักธรรมมีอุปการะมาก หมายถึง ธรรมที่เกื้อกูลในกิจหรือในการทำความดีทุกอย่าง^{๒๐} ได้แก่

- (๑) สติ หมายถึง ความระลึกได้ นึกได้ สำนึกอยู่ไม่ปล่อย
- (๒) สัมปชัญญะ หมายถึง ความรู้ชัด รู้ชัดสิ่งที่นึกได้ ตระหนัก เข้าใจชัดตามความเป็นจริง

ธรรม ๒ ประการนี้สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านสังคมและวัฒนธรรม โดยนำมาพัฒนาบุคลิกภาพให้เป็นคนมีความสามารถในการควบคุมตัวเอง เพราะผู้มีสติสัมปชัญญะ ย่อมมีความสำนึกรู้สึกตัวอยู่ตลอดเวลาว่าตัวเองเป็นใคร มีหน้าที่อย่างไร เมื่อปฏิบัติหน้าที่อยู่รู้ตัวอยู่เสมอว่าตัวเองกำลังทำอะไร อย่างไร ดีหรือชั่ว เป็นคุณหรือเป็นโทษ เป็นต้น เท่ากับว่าได้ควบคุมตัวเองอยู่ตลอดเวลาตนเอง ซึ่งในการแสวงหาปัจจัย ๔ และสิ่งอำนวยความสะดวกอื่นๆ เป็นสิ่งจำเป็นสำหรับชีวิต เพราะชีวิตมีความต้องการสิ่งเหล่านี้ตลอดเวลาที่ยังมีชีวิตอยู่ การแสวงหานี้บุคคลจำเป็นต้องใช้เรี่ยวแรงใช้สติปัญญาหรือความรู้ความสามารถที่มีอยู่อย่างเต็มที่ เป็นการลงทุนเพื่อให้เกิดปัจจัยเหล่านี้ขึ้นมาบำรุงบำเรอชีวิตร่างกาย ผู้มีสติปัญญามากมีความสามารถหรือเรี่ยวแรงมาก ย่อมหาได้มาก ผู้ที่มีเครื่องมือคือสติปัญญาน้อย ย่อมหาได้น้อย แต่ในการแสวงหานี้จะต้องมีสติสัมปชัญญะช่วยกำกับไม่ให้แสวงหาเกินความจำเป็น นำมาเก็บกักมาตุนไว้หรือใช้ในทางที่ฟุ่มเฟือยสุรุ่ยสุร่ายจนเกินขอบเขตความจำเป็น จนอาจนำไปสู่แสวงหาในทางทุจริต เช่น ข้อโกง เอาเปรียบหรือคอร์รัปชันได้ ดังนั้น ทุกคนจึงต้องมีสติสัมปชัญญะคอยกำกับให้รู้จักพอ และต้องพัฒนาความรู้จักพอให้เกิดมีขึ้นแก่ตนเอง ความรู้จักพอ คือ การรู้จักยับยั้งความปรารถนา ความอยากของตนในขอบเขตที่เหมาะสมแก่ภาวะและฐานะของตนเอง รู้จักควบคุมความอยากไว้ให้พอดี

^{๒๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๖๕.

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านสังคมและวัฒนธรรม ด้วยหลักธรรมมีอุปการะมากนั้น เป็นการนำหลักสติสัมปชัญญะมากำกับในการดำเนินชีวิตให้รู้จักว่าตนเองเป็นใคร กำลังทำอะไร ดีหรือชั่วอย่างไร กำกับในการแสวงหาให้รู้จักคำว่าพอ รู้จักขอบเขตที่เหมาะสมแก่ภาวะและฐานะของตนเอง

๔.๔.๔ หลักธรรมคัมภีร์ครองโลกกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านสังคมและวัฒนธรรม

หลักธรรมคัมภีร์ครองโลก หมายถึง ธรรมที่ช่วยให้โลกมีความเป็นระเบียบเรียบร้อย ไม่เดือดร้อนและสับสนวุ่นวาย^{๒๑} ได้แก่

(๑) หิริ หมายถึง ความละอายบาป ละอายต่อการทำความชั่ว

(๒) โอตตัปปะ หมายถึง ความกลัวบาป เกรงกลัวต่อความชั่ว

ธรรม ๒ ประการนี้ สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านสังคมและวัฒนธรรม โดยเป็นหลักธรรมที่สนับสนุนให้บุคคลเกิดความคิดหรือสำนึกในอันที่จะไม่ทำความชั่วทำความผิด ซึ่งเป็นการเบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ซึ่งเป็นความรับผิดชอบต่อตนเองขั้นพื้นฐาน ใครก็ตามที่มีหิริ โอตตัปปะ คนนั้นจะสามารถคัมภีร์ครองตัวเองให้ปลอดภัยในโลกนี้ และมีความสุขในโลกหน้าได้ หิริ โอตตัปปะ เรียกอีกชื่อหนึ่งว่า เทวธรรม คือธรรมที่ทำให้เป็นเทวดา ใครก็ตามมีหิริ โอตตัปปะ แล้วละก็ อยู่บนโลกก็เป็นเสมือนเทวดาเดินดิน ละโลกไปแล้ว ก็ไปเป็นเทวดาจริงๆ เพราะอายบาป กลัวบาป จึงละเว้นจากความชั่ว บาปอกุศล

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านสังคมและวัฒนธรรม ด้วยหลักธรรมคัมภีร์ครองโลกนั้น จะต้องสร้างหิริ โอตตัปปะ ให้เกิดขึ้นในใจของคนในสังคมก่อน แล้วก็ช่วยกันคนละไม้คนละมือ ให้ความละอายเกรงกลัวต่อบาปนี้ เกิดในสังคมไทยและสังคมโลกให้มากที่สุด ยิ่งมากเท่าไรโลกของเราก็จะได้รับการคัมภีร์ครองมากตามไปด้วย

๔.๔.๕ หลักพรวาสาธรรมกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านสังคมและวัฒนธรรม

หลักพรวาสาธรรม หมายถึง ธรรมสำหรับผู้ครองเรือน ซึ่งบุคคลผู้อยู่ครองเรือน (พรวาสา) มีครอบครัวประกอบด้วย บิดา มารดา บุตร สามีภรรยาและบริวารชน จะเป็นครอบครัวที่อบอุ่นมีความสุขตามวิสัยของพรวาสานั้น จะต้องประพฤติปฏิบัติตามหลักของพรวาสาธรรม คือ

^{๒๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๖๕.

ธรรมสำหรับผู้อยู่ครองเรือน^{๒๒} ได้แก่ ธรรม ๔ ประการ ที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้าง การพึ่งพาตนเองด้านสังคมและวัฒนธรรม โดยการนำมาใช้ในการดำเนินชีวิตของตนเอง คือ

(๑) สัจจะ ต้องเป็นคนที่ตั้งมั่นในสัจจะ ทำจริง พูดจริง ในสิ่งที่ตั้งเป้าหมายเอาไว้ จะทำอะไรก็ทำให้เสร็จ จนเป็นที่เชื่อถือและไว้วางใจของบุคคลต่างๆ

(๒) ทมะ ต้องเป็นคนที่รู้จักบังคับควบคุมอารมณ์ ข่มใจระงับความรู้สึกต่อเหตุ บกพร่องของกันและกัน รู้จักฝึกฝนปรับปรุงตน แก้ไขข้อบกพร่อง ปรับนิสัยและอัธยาศัยให้ กลมกลืนประสานเข้ากันได้ ไม่เป็นคนต่อต้านเอาแต่ใจและอารมณ์ของตน

(๓) ขันติ ต้องเป็นคนที่มีความอดทน มุ่งมั่นทำหน้าที่การงานของตนด้วยความ ขยันหมั่นเพียร เข้มแข็ง ไม่หวั่นไหว มั่นคงในสิ่งที่ทำ ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคที่เกิดขึ้น ซึ่งเป็นสิ่งที่ สำคัญ เพราะถ้าขาดความอดทนแล้วการงานก็ไม่สำเร็จ

(๔) จาคะ ต้องเป็นคนที่มีความเสียสละ ความเผื่อแผ่ แบ่งปันตลอดถึงความมี น้ำใจเอื้อเฟื้อต่อกัน ชีวิตบุคคลที่จะมีความสุข จะต้องรู้จักความเป็นผู้ให้ด้วย มิใช่คอยจ้องแต่จะ เป็นผู้รับเอาฝ่ายเดียว

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านสังคมและวัฒนธรรม ด้วยหลักฆราวาส ธรรมนั้น ต้องนำมาใช้ในชีวิตประจำวัน ให้เป็นคนที่มีความตั้งมั่นในความจริง ฝึกตนให้รู้จัก ควบคุมอารมณ์ อดทน และเสียสละต่อส่วนรวม เมื่อปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรมแล้ว จะทำให้ เป็นคนที่สามารถอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างมีความสุข และเป็นที่เคารพนับถือของคนในสังคมได้

๔.๔.๖ หลักสังคหัตถ์กับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านสังคมและ วัฒนธรรม

หลักสังคหัตถ์ หมายถึง ธรรมเครื่องยึดเหนี่ยว คือยึดเหนี่ยวใจบุคคล และประสาน หมู่ชนไว้ในสามัคคี เป็นหลักการสงเคราะห์^{๒๓} ได้แก่ ธรรม ๔ ประการ ที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านสังคมและวัฒนธรรม โดยนำมาเป็นหลักในการดำเนินชีวิต ในสังคม คือจะต้องเป็นผู้ที่มีหลักธรรม ๔ ประการนี้ เป็นหลักประจำใจ จึงจะสามารถอยู่ร่วมกันใน สังคมได้อย่างมีความสุข มีความเห็นอกเห็นใจกัน มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกัน ประกอบด้วย

(๑) ทาน เป็นคนรู้จักการให้เป็นเบื้องต้น ซึ่งจะเห็นว่าหลักธรรมหลายข้อของ พระพุทธเจ้าจะขึ้นต้นด้วย “ทาน” เพราะคนทุกคนในสังคมล้วนมีกิเลส ซึ่งกิเลสตัวแรกที่มีมักจะเจอ

^{๒๒} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๑๓-๑๑๔.

^{๒๓} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๔๒-๑๔๓.

คือ ความอยากได้ เมื่ออยากได้ก็เกิดความไม่อยากให้ ดังนั้น ทานจึงมักอยู่เป็นข้อเบื้องต้นในหลักธรรมต่างๆ โดยเฉพาะที่เกี่ยวข้องกับการอยู่ร่วมกัน

(๒) ปิยวาจา เป็นคนพูดวาจาที่ไพเราะ ฟังแล้วเกิดความชื่นใจ เบิกบานใจ สิ่ง πουนั้นต้องเป็นเรื่องจริง เป็นคำสุภาพ ไพเราะนึมนวล พูดออกไปแล้วเกิดประโยชน์ เวลาพูดก็ต้องพูดด้วยจิตที่มีเมตตา และต้องพิจารณาในการพูดคือ ต้องเลือกเวลาในการพูด พูดให้ถูกกาลเทศะ ถ้าจำเป็นต้องพูดในช่วงเวลาที่ไม่เหมาะสม เช่น เวลาที่ผู้ฟังกำลังอารมณ์ไม่ดี หรือกำลังยุ่งนั้น เราก็ต้องเลือกคำให้ดีที่สุด

(๓) อตถจริยา เป็นผู้ทำตนให้เป็นประโยชน์ บางครั้งในการทำงานอาจขาดกำลัง แต่ถ้าเราช่วยกันงานที่ว่ายากก็จะสำเร็จลุล่วงไปได้ถ้าเราร่วมมือกัน เพราะฉะนั้น ตรงนี้เป็นสิ่งสำคัญอย่างหนึ่งที่จะทำให้เกิดรักความผูกพันของบุคคลที่อยู่ร่วมกันในสังคม ซึ่งในการบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์มี ๒ ประการ คือ ต้องทำตนเองให้เป็นคนดีมีประโยชน์เสียก่อน และสร้างประโยชน์ให้คนอื่นรอบข้าง

(๔) สมานัตตตา เป็นผู้วางตนให้พอดีในหน้าที่ของตนอย่างเสมอต้นเสมอปลาย คือ วางตนให้เหมาะสมว่าตอนนี้เราอยู่ในฐานะอะไร เช่น พ่อก็มีหน้าที่เลี้ยงดูลูก แม่ก็มีหน้าที่ดูแลบ้านดูแลครอบครัว ลูกเองก็มีหน้าที่ศึกษาเล่าเรียน และเมื่อเราทำงาน ถ้ามีใครไม่ทำตามหน้าที่แล้ว ย่อมจะเกิดปัญหาเรื่อง การก้าวก่ายหน้าที่กันตามมา จนอาจส่งผลให้เกิดความไม่ปลอดภัยในชีวิตขึ้นได้ อย่างนี้เป็นต้น เมื่อเป็นเช่นนี้การวางตนให้เหมาะสม จะช่วยให้ไม่ต้องระแวงระวังในการทำหน้าที่ของตน ซึ่งจะส่งผลให้เราอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างปลอดภัยและสบายใจ

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านสังคมและวัฒนธรรม ด้วยหลักสังคหวัตถุ นั้น จะต้องนำมาเป็นหลักปฏิบัติในการอยู่ร่วมกันในสังคมซึ่งได้แก่ ทาน คือการให้ ปิยวาจา คือการพูดวาจาที่ไพเราะ ฟังแล้วเกิดความชื่นใจ อตถจริยา คือทำตนให้เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นที่อยู่ร่วมกันในสังคม และสมานัตตตา คือวางตนให้เหมาะสมว่าตอนนี้เราอยู่ในฐานะใด หลักธรรม ๔ ประการนี้เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวใจผู้คนในสังคมให้อยู่กันอย่างสันติสุข สามารถประสานให้คนในสังคมเกิดความสามัคคีกันสืบไป

๔.๕ หลักพุทธธรรมกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านจิตใจ

การพึ่งพาตนเองด้านจิตใจ เป็นความสามารถในการดำรงชีวิตที่พึ่งตนเองได้ทางจิตใจ เป็นผู้ที่มีจิตใจที่เข้มแข็ง มีจิตสำนึกที่ดี สร้างสรรค์ให้ตนเองและชาติโดยรวม มีจิตใจเชื่ออาทร ประณีประนอม ซื่อสัตย์ สุจริตเห็นประโยชน์ส่วนรวมเป็นที่ตั้ง ดังกระแสพระราชดำรัสใน พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวเกี่ยวกับการพัฒนาคน ความว่า “..บุคคลต้องมีรากฐานทางจิตใจที่ดี คือ ความหนักแน่น มั่นคงในสุจริตธรรมและความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติหน้าที่ได้จนสำเร็จ ทั้งต้องมีกุศโลบายหรือวิธีการอันแยบยลในการปฏิบัติงานประกอบพร้อมด้วยจึงจะสัมฤทธิ์ผลที่แน่นอน และบังเกิดประโยชน์อันยั่งยืนแก่ตนเองและแผ่นดิน...” ซึ่งมีหลักพุทธธรรมที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองของคนในสังคมไทยด้านจิตใจ เพื่อพัฒนาสุขภาพทางกาย และสุขภาพทางจิต การพัฒนาสุขภาพทางจิตนั้นถือว่าเป็นสิ่งสำคัญเนื่องจากจิตนั้นถือว่าเป็นนายของกาย เมื่อจิตป่วยกายก็ป่วยด้วยเช่นกัน ซึ่งการพัฒนาสุขภาพทางจิตตามแนวทางของพระพุทธศาสนานั้นจะต้องใช้หลักพุทธธรรมที่เรียกว่าธรรมโอสธ ประกอบด้วย

๔.๕.๑ หลักกรรมฐานกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านจิตใจ

หลักกรรมฐาน หรือภาวนา หมายถึง การเจริญ การทำให้เกิดให้มีขึ้น การฝึกอบรม และพัฒนาจิตใจ ได้แก่ ธรรม ๒ ประการ ที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านจิตใจ โดยนำมาเป็นวิธีการฝึกหัดจิตใจหรือนำมาเป็นอุบายเพื่อฝึกจิตให้เป็นสมาธิเห็นแจ้งในเรื่องความจริงของสรรพสิ่งและสังขารทั้งปวง โดยกรรมฐานที่จะนำมาใช้ในการฝึกจิตให้เกิดความเข้มแข็ง มีความหนักแน่นนั้นมีอยู่ ๒ ประเภท คือ

(๑) สมถกรรมฐาน เป็นการฝึกจิตให้สงบจนเกิดสมาธิโดยใช้สิ่งใดสิ่งหนึ่งเพื่อให้จิตยึดเกาะเป็นอารมณ์ เช่น การเพ่งดวงกสิณ การเพ่งซากศพ เป็นต้น หรือการกำหนดจิตให้ระลึกถึงเรื่องใดเรื่องหนึ่งโดยมิให้มีเรื่องอื่นแทรกเข้ามาในระหว่างจนจิตสงบ เช่น การระลึกถึงคุณพระพุทเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ การระลึกถึงพระนิพพาน เป็นต้น

(๒) วิปัสสนากรรมฐาน เป็นการฝึกจิตให้มีสติสัมปชัญญะรู้เท่าทันต่อปรากฏการณ์ทุกอย่างที่เข้าไปเกี่ยวข้องโดยไม่ตกเป็นทาสของปรากฏการณ์เหล่านั้น หรือการฝึกจิตให้มีสติสัมปชัญญะรับรู้อารมณ์ตรงตามความเป็นจริงไม่เข้าไปปรุงแต่งและยึดมั่นถือมั่นด้วยอำนาจ อวิชชา ตัณหา อุปาทาน การเจริญวิปัสสนากรรมฐานมีจุดมุ่งหมายเพื่อทำลายกิเลสอันเป็นสาเหตุให้เกิดทุกข์และนิสัยความเคยชินแบบปุถุชนที่รับรู้ต่อปรากฏการณ์ภายนอก โดยมีอนุสัยกิเลสเป็นตัวคอยกำกับอยู่ทำให้การรับรู้ต่อปรากฏการณ์ต่างๆ เป็นไปอย่างมีอคติและบิดเบือนจากความ

^{๒๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๗๐.

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านจิตใจ ด้วยหลักกรรมฐานนั้น เป็นการฝึกจิตให้เป็นสมาธิโดยใช้สติเป็นเครื่องกำหนดมีสองอย่าง คือ สมถกรรมฐาน เป็นการใช้สติทำจิตให้สงบเป็นสมาธิ แน่วแน่ในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง การที่จิตสงบแน่วแน่ จะทำให้เกิดพลังในการพิจารณาสิ่งนั้นๆ ได้ละเอียดถี่ถ้วน และวิปัสสนากรรมฐาน เป็นการใช้จิตพิจารณาสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้ชัดเจนมองเห็นธรรมชาติของสิ่งนั้นๆ

หลักไตรลักษณ์ หมายถึง ลักษณะ ๓ ประการ แห่งสังขารธรรมทั้งหลาย มุ่งแสดง
สิ่งทั้งหลายซึ่งปรากฏให้เห็นว่าเป็นอย่างนั้น^{๒๕} ได้แก่

(๒) ทุกขตา คือ ความเป็นทุกข์ ภาวะที่ถูกบีบคั้น เกิดขึ้นแล้วสลายตัว ภาวะที่ กดดัน ผื่นและขัดแย้งอยู่ในตัว เพราะปัจจัยปรุงแต่งให้มีสภาพเปลี่ยนแปลง คงอยู่ในสภาพเดิม ไม่ได้ ภาวะที่ไม่สมบูรณบกพร่อง ก่อให้เกิดทุกข์แก่ผู้เข้าไปยึดด้วยตัณหา อปาทาน

ธรรม ๓ ประการนี้ สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านจิตใจ โดยนำมาเป็นหลักยึดเหนี่ยวจิตใจให้เห็นความจริงของทุกสรรพสิ่ง ถ้ามนุษย์เห็นทุกอย่างอย่างล้วนไม่เที่ยง เป็นทุกข์และไม่มีแก่นสารใดๆ อีกทั้งไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน ก็จะทำให้เกิดวิราคะเองโดยอัตโนมัติ ซึ่งเป็นการคลายความยึดมั่นถือมั่นในสรรพสิ่ง ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า สัพเพ ธมฺมา นาลํ อภินิเวสยา สิ่งทั้งหลายทั้งปวง ไม่ควรยึดมั่นถือมั่น ฉะนั้น การเข้าใจกฎของไตรลักษณ์แล้ว และนำมาปรับปรุงใช้ในชีวิตรประจำวัน จะทำให้เราอยู่ในชีวิตอย่างมีปัญญา เข้าใจกฎของชีวิต ซึ่งเรียกว่าสร้างเกราะคุ้มกันให้แก่ชีวิต ทำให้อยู่ในสังคมและในโลกได้อย่างมีความสุขมากขึ้น

๒๕ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๘๙.

๔.๕.๓ หลักสติปัฏฐานกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านจิตใจ

หลักสติปัฏฐาน หมายถึง ที่ตั้งของสติ การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริง คือตามที่สิ่งนั้นๆ มันเป็นอย่างมันเอง^{๒๖} ได้แก่ ธรรม ๔ ประการ ที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านจิตใจ โดยนำมาเป็นหลักประพฤติปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ไม่จำเป็นต้องเข้าสำนักปฏิบัติธรรม เพียงแต่เรารู้หลักในการปฏิบัติแล้วมีสติคอยกำกับการกระทำของเรา รู้สึกรู้ตัวในขณะที่ทำอยู่ ก็สามารถเสริมสร้างความเข้มแข็งให้จิตของเราได้ เพราะสติปัฏฐานเป็นการตั้งสติระลึกหรือความระลึกรู้ภายในกาย ในเวทนา ในจิต และในธรรม ซึ่งมีหลักในการเจริญวิปัสสนาที่เรียกว่า^{๒๗}

(๑) กายานุปัสสนา คือ การพิจารณาโดยกำหนดสติในกาย ในฐานะของลมหายใจ เข้า-ออก ในฐานะของอิริยาบถยืน เดิน นั่ง นอน ในฐานะของสัมผัสผัสสะ ความรู้ตัวทั่วพร้อมในฐานะของอิริยาบถทั้ง ๔ นั้น ในฐานะของกายที่มีอาการ ๓๒ ในฐานะของกายที่ประจักษ์ธาตุทั้ง ๔ ทั้งดิน น้ำ ลม ไฟ และในฐานะของศพใน ๙ สภาพ ตั้งแต่เริ่มตายใหม่ๆ จนถึงเป็นผงเถ้าธุลีดิน

(๒) เวทนานุปัสสนา คือ การพิจารณาโดยกำหนดสติ ในความรู้สึกที่เป็นทุกข์ เป็นสุข หรือไม่ทุกข์ไม่สุขแบบกลางๆ ทั้งที่ประกอบไปด้วยสามีสกิลเป็นตัวยึดมั่น และที่เป็นนิรามิสไม่มีกิเลสเป็นตัวนำล่อให้ไป

(๓) จิตตานุปัสสนา คือ การพิจารณาโดยกำหนดสติ ดูในจิตว่าจิตในขณะนั้นมี ความยินดี (ราคะ) หรือไม่มี มีโทสะหรือไม่ มีโมหะหรือไม่

(๔) ธัมมานุปัสสนา คือ การพิจารณาโดยกำหนดสติ ดูธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นในจิต ตั้งแต่ นิวรณ์ ๕, ขันธ์ ๕, การเกิดดับของขันธ์ ๕, อายตนะ ๖, โพชฌงค์ ๗ และอริยสัจ ๔

วิธีการทั้ง ๔ นี้ล้วนแต่เป็นกลยุทธ์เพื่อต่อกรกับจิตของเรา ที่มีความไวทางอารมณ์ที่มาก กระบะจิตเร็วมาก ถ้าเรารู้เท่าทันอารมณ์เหล่านั้นแล้วก็จะทำให้จิตของเรามีความนิ่งนำไปสู่ความดับทุกข์ได้ในที่สุด

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านจิตใจ ด้วยหลักสติปัฏฐานนั้น เป็นการฝึกจิตโดยการใช้สติคอยระลึกหรือระลึกรู้ภายในกาย ในเวทนา ในจิต และในธรรม เพื่อควบคุมอารมณ์ที่มากกระบะจิต และรู้เท่าทันอารมณ์เหล่านั้น

^{๒๖} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๔๑.

^{๒๗} สมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ สุวฑฺฒนมหาเถระ), สัมมาทิฐิ ตามพระเถราธิบายของท่านพระสารีบุตรเถระ, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : ชวนพิมพ์, ๒๕๓๖), หน้า ๓๑๙.

๔.๕.๔ หลักผลกับการเสริมสร้างการพึ่งตนเองด้านจิตใจ

หลักผล หมายถึง ธรรมอันเป็นกำลัง^{๒๔} ได้แก่ ธรรม ๕ ประการ ที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านจิตใจ โดยการนำมาเป็นหลักในการพัฒนาจิตให้มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีสติปัญญาที่จะนำตนเองให้ยิ่งใหญ่ในกิจของตน ทำให้เกิดความมั่นคง แก่ชีวิต และเมื่อฝึกดีแล้วจะเป็นคุณสมบัติที่มีอยู่ในตัวของเราเอง ซึ่งสามารถเติมพลังให้แก่ชีวิตของเราได้ โดยการปฏิบัติตามหลักผล คือ

(๑) สัทธา คือ ความเชื่อมั่นในสิ่งที่ตั้งงาม เช่น เชื่อมั่นว่าการที่คนเราจะประสบความสำเร็จในชีวิตนั้น ไม่จำเป็นต้องหาเงินมาด้วยวิธีการเอาเปรียบคนอื่น เชื่อมั่นว่าบุคคลที่ประกอบแต่กรรมดี ย่อมได้รับผลดี

(๒) วิริยะ คือ ความเพียรพยายาม ถ้าปรารถนาจะทำการสิ่งใดให้สำเร็จแล้ว ก็มี ความเพียรพยายามกระทำไป ไม่ทอดทิ้ง

(๓) สติ คือ ความระลึกได้ ความไม่เผลอ การคุมใจไว้ได้

(๔) สมาธิ คือ ความตั้งใจมั่น การทำให้ใจสงบแน่วแน่ ไม่ฟุ้งซ่าน การมีจิตกำหนดแน่วแน้อยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งโดยเฉพาะ ในขณะที่ทำงานสิ่งใดก็มีใจจดจ่ออยู่กับงานนั้นๆ ไม่วอกแวกไปคิดเรื่องอื่น

(๕) ปัญญา คือ ความรู้ ความเฉลียวฉลาด มีประสบการณ์ มีวิจารณ์ญาณที่ดี มีความสามารถเข้าใจสถานการณ์ต่างๆ และมีการตัดสินใจที่ดี

การปฏิบัติตามหลักผลทั้ง ๕ ข้อนี้แล้ว จะทำให้เรามีบุคลิกภาพที่เชื่อมั่นในตนเอง เป็นผู้มีกำลังใจดี มีความเพียรพยายามสูง มีสติรู้ตัวอยู่เสมอ มีสมาธิในการทำงานดี และมีสติปัญญาดี จะทำการสิ่งใดย่อมประสบความสำเร็จดังใจปรารถนาเสมอ

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านจิตใจ ด้วยหลักพละนั้น ต้องพัฒนาจิตให้มีความเชื่อมั่นและศรัทธาในสิ่งที่ตั้งงาม เป็นบุคคลที่มีกำลังใจกล้าแข็ง หากปรารถนาหรือต้องการสิ่งใดในชีวิตแล้ว จะมีความมานะบากบั่น เพียรพยายามกระทำให้สำเร็จจนได้ เป็นผู้มีสติรู้ตัวอยู่เสมอ ควบคุมตนเองได้ดี เป็นผู้มีสมาธิดี มีใจสงบแน่วแน่ ไม่ฟุ้งซ่าน อีกทั้งยังเป็นผู้มีสติปัญญาเฉลียวฉลาด ซึ่งเกิดจากการเรียนรู้และเกิดจากประสบการณ์ที่ได้สั่งสมมา จึงทำให้มีวิจารณ์ญาณที่ดี มีความเข้าใจสถานการณ์ต่างๆ ได้เป็นอย่างดี และมีการตัดสินใจที่ถูกต้อง

^{๒๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๖๙.

๔.๕.๕ หลักเวสัชชกรณธรรมกับการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านจิตใจ

หลักเวสัชชกรณธรรม หมายถึง ธรรมทำความกล้าหาญ คุณธรรมที่ทำให้เกิดความกล้ากล้า^{๒๙} ได้แก่ ธรรม ๕ ประการ ที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านจิตใจ โดยการนำมาปฏิบัติเพื่อเสริมสร้างความกล้าหาญของจิตใจ เพื่อให้สามารถตัดสินใจ ดำเนินการหรือแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้อง รวดเร็วและเกิดประสิทธิภาพสูงสุด ในทางพระพุทธศาสนาได้วางหลักสำหรับทำจิตใจให้เกิดความกล้าหาญ เรียกว่า เวสัชชกรณธรรม คือ หลักธรรมที่ทำให้เกิดความกล้าหาญ ธรรมหมวดนี้จะทำให้เกิดความกล้าหาญ เพราะผู้ปฏิบัติตาม จะมีความรู้สึกเชื่อมั่นในคุณความดีของตนและมีปัญญาไตร่ตรองรู้ดีรู้ชั่ว ทำให้เกิดความภูมิใจไม่หวาดหวั่น ซึ่งมีทั้งหมด มี ๕ ประการ คือ

(๑) ศรัทธา คือ ความเชื่อ ความเชื่อที่ประกอบด้วยเหตุผล (เชื่อสิ่งที่ควรเชื่อ) หากคนเรามีความเชื่อที่ประกอบด้วยเหตุผลแล้วจะกลายมาทำให้คนเรามีความมั่นใจในความกล้าหาญมากขึ้น

(๒) ศีล คือ ข้อปฏิบัติตนขั้นพื้นฐานในทางพระพุทธศาสนา เพื่อควบคุมความประพฤติทางกายและวาจาให้ตั้งอยู่ในความดีงามมีความปกติสุข เพื่อประโยชน์ขั้นพื้นฐานคือความสุขและไม่มีการเบียดเบียนกันในสังคม

(๓) พหุสัจจะ คือ ความเป็นผู้ได้สดับมาก หมายถึง การได้ศึกษาเล่าเรียนมาก การมีความรู้ประสบการณ์มาก เรียกบุคคลผู้มีภาวะอย่างนั้นว่าพหุสัจจะ คือผู้ได้ศึกษาเล่าเรียนมาก ผู้มีความรู้มาก ผู้คงแก่เรียน หรือนักปราชญ์

(๔) วิริยารัมภะ คือ การปรารภความเพียร หมายถึง ลงมือทำความเพียรอย่างเข้มแข็งเด็ดเดี่ยว ส่วนวิริยะนั้น เป็นความเพียร ความพยายาม ความกล้าที่จะลงมือทำ ภาวะของผู้กล้า เป็นแนวทางให้ดำเนินไปสู่ความสำเร็จตามวัตถุประสงค์ การลงมือปฏิบัติลงมือทำงานที่ตนชอบที่ตนรัก ที่ทำด้วยความพากเพียรพยายาม ทำด้วยความสนุก กล้าหาญ กล้าเผชิญกับความทุกข์ยาก ปัญหาและอุปสรรคที่จะเกิดขึ้น หากมีอุปสรรคข้อขัดข้องใดๆ ก็เพียรกำจัดปิดเป่าไปให้หมดสิ้นไป โดยไม่ย่อท้อ ไม่สิ้นหวัง เดินหน้าเรื่อยไปจนกว่าจะบรรลุเป้าหมายคือความสำเร็จ

(๕) ปัญญา คือ ความรู้ทั่ว รู้ทั่วถึงเหตุถึงผล รู้อย่างชัดเจน รู้เรื่องบาปบุญคุณโทษ รู้สิ่งที่ควรทำควรเว้น เป็นต้น เป็นธรรมที่คอยกำกับศรัทธา เพื่อให้เชื่อประกอบด้วยเหตุผล ไม่ให้หลงเชื่ออย่างงมงาย

^{๒๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๗๔.

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองด้านจิตใจ ด้วยหลักเวชราชครุธรรมนั้น ต้องพัฒนาจิตใจให้มีความกล้าหาญภายใต้หลัก ๕ ประการ คือ ศรัทธา ศีล พานุสัจจะ วิริยารัมภะ และปัญญา เพื่อให้สามารถตัดสินใจดำเนินการหรือแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้อง รวดเร็วและเกิดประสิทธิภาพสูงสุด

๔.๖ โครงการ/กิจกรรมที่เสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง

การพึ่งพาตนเองของคนในสังคมไทยต้องอาศัยความร่วมมือกันระหว่างหน่วยงาน ทั้งภาครัฐและเอกชน ที่เป็นเครือข่ายในชุมชนท้องถิ่นมาดำเนินการจัดทำเป็นยุทธศาสตร์ในการพัฒนาร่วมกัน ประกอบด้วยสถาบันครอบครัว (บ้าน) สถาบันศาสนา (วัด) และสถาบันการศึกษา (โรงเรียน) และองค์การภาครัฐและเอกชนมาเป็นกลไกในการพัฒนาและสร้างชุมชนท้องถิ่นให้เข้มแข็ง

สถาบันศาสนามีพระสงฆ์เป็นกำลังสำคัญในใช้บทบาทของพระสงฆ์เองเพื่อไปช่วยกิจกรรมในการพัฒนาชุมชน พระสงฆ์กับชุมชนมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงในการช่วยเหลือเกื้อกูลกัน มาตั้งแต่สมัยพุทธกาลจนถึงปัจจุบัน เพราะพระสงฆ์มีบทบาทบริหารวัด สงเคราะห์ประชาชนตามพระธรรมวินัย และปฏิบัติหน้าที่ตามที่ได้รับมอบหมาย นอกจากนั้นในการปฏิบัติหน้าที่ พระสงฆ์ต้องต้องอาศัยปัจจัย ๔ จากชุมชน ดังนั้น พระสงฆ์จึงมีบทบาทสำคัญในการช่วยเหลือพัฒนาชุมชน ดังที่ผู้วิจัยได้ดำเนินการจัดทำโครงการของวัดช่องแค ตำบลพรหมนิมิต อำเภอตากลี จังหวัดนครสวรรค์ จึงได้ดำเนินบทบาทต่างๆ ในการพัฒนาชุมชนตามบทบาทภาระหน้าที่และความตั้งใจในการที่จะน้อมนำหลักธรรมพระพุทธศาสนาไปพัฒนาคนและชุมชน โดยผู้วิจัยได้ใช้บทบาทด้านการเผยแผ่พระพุทธศาสนา บทบาทด้านการพัฒนาและอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อม รวมถึงบทบาทด้านสังคมสงเคราะห์ ส่งเสริมให้ชุมชนและสังคมสามารถพึ่งพาตนเองได้ จึงได้จัดทำโครงการพัฒนาชุมชนมาโดยลำดับตั้งแต่ได้รับการแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งเจ้าอาวาสวัดช่องแค ตำบลพรหมนิมิต อำเภอตากลี จังหวัดนครสวรรค์ ตั้งแต่ พ.ศ.๒๕๒๖-ปัจจุบัน ซึ่งผู้วิจัยจักได้นำมาเสนอให้เห็นถึงการดำเนินการโครงการ/กิจกรรมที่สำคัญๆ ดังมีรายละเอียดโดยสังเขปดังต่อไปนี้

(๑) โครงการบ้าน วัด โรงเรียน

ดำเนินการตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๔๖ ต่อเนื่องจนถึงปัจจุบัน

วิธีการดำเนินการ จัดอบรมคุณธรรม จริยธรรมตามโรงเรียน และหน่วยงานราชการต่างๆ ในเขตปกครอง รวมทั้งจัดกิจกรรมธรรมศึกษาสัญจรไปตามโรงเรียนในเขตปกครองเป็นประจำทุกปี และส่งสอบธรรมศึกษาทั้งตรี โท และเอก ในนามวัดช่องแค และเมื่อนักเรียนสอบได้ทางวัดจะมีรางวัลมอบให้เพื่อเป็นขวัญและกำลังใจในวันอาสาฬหบูชา ณ วัดช่องแคเป็นประจำทุกปี

ผลที่ได้รับ ในปัจจุบันมีโรงเรียนในเขตอำเภอตาคลีเข้าร่วมโครงการ จำนวน ๑๓ โรงเรียน และอีก ๑ ศูนย์การศึกษานอกโรงเรียน และในปี ๒๕๕๔ ที่ผ่านมามีผู้สอบได้ธรรมศึกษาชั้นตรี โท เอก รวม ๑๒๑ คน

ปัญหาและอุปสรรค

(๑) ระยะเริ่มแรกทางโรงเรียนไม่ค่อยให้ความร่วมมือ โดยแจ้งว่าชั่วโมงเต็ม บ้าง เวลาเรียนเต็มบ้าง

(๒) ครู และนักเรียนยังไม่เห็นความสำคัญของการเรียนพระพุทธศาสนา และการเข้าสอบธรรมศึกษา

ข้อเสนอแนะ

(๑) ทำความเข้าใจกับคณะครูในโรงเรียนถึงความสำคัญของการเรียนพระพุทธศาสนาและการเข้าสอบธรรมศึกษา

(๒) ขอให้ทางโรงเรียนจัดการเรียนพระพุทธศาสนาไว้ในชั่วโมงจริยธรรม เพื่อให้กระทบต่อรายวิชาอื่นๆ ของโรงเรียน

(๓) จัดกิจกรรมเสริมแก่เด็กนักเรียนโดยวัดสนับสนุนค่าใช้จ่ายในการดำเนินงานทั้งหมด เช่น โครงการค่ายพุทธบุตร-พุทธิดาพบธรรมในโรงเรียน เพื่อให้ครูและเด็กนักเรียนเห็นความสำคัญของการเรียนการสอนพระพุทธศาสนา

(๔) มีรางวัลมอบให้เพื่อเป็นแรงจูงใจ

(๒) โครงการปลูกต้นไม้เฉลิมพระเกียรติฯ

ดำเนินการในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาและวันสำคัญของชาติเป็นประจำทุกปี

วิธีการดำเนินการ ร่วมกับชุมชน โรงเรียน และหน่วยงานราชการ จัดกิจกรรมปลูกต้นไม้เฉลิมพระเกียรติ ทั้งในวันพ่อแห่งชาติ วันแม่แห่งชาติ วันครู และวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา เช่น วันเข้าพรรษา เป็นต้น โดยได้รับความร่วมมือจากชุมชนและหน่วยงานราชการต่างๆ เป็นอย่างดี

ผลการดำเนินงาน ได้สร้างความสามัคคีให้เกิดขึ้นในชุมชนและท้องถิ่น ได้รักษา ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ได้ถวายเป็นพระราชกุศลแด่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวและพระราชินี และช่วยลดภาวะโลกร้อน

ปัญหาและอุปสรรค

(๑) ในระยะเริ่มแรกชาวบ้านในชุมชนไม่ค่อยให้ความร่วมมือ โดยอ้างว่าต้อง ออกไปประกอบอาชีพหาเลี้ยงครอบครัว

(๒) ชาวบ้านในชุมชนยังไม่เห็นความสำคัญของการรักษาสิ่งแวดล้อม

ข้อเสนอแนะ

(๑) จัดทำเป็นโครงการเฉลิมพระเกียรติเพื่อถวายเป็นพระราชกุศลแด่ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวและพระราชินี

(๒) ประชาสัมพันธ์ให้ชาวบ้านในชุมชนเห็นความสำคัญในการรักษา สิ่งแวดล้อมในชุมชน

(๓) ดำเนินการให้เป็นแบบอย่างที่ดีแก่ชาวบ้านโดยเริ่มจากวัด และ ดำเนินการไปสู่ชุมชน

(๓) โครงการเศรษฐกิจพอเพียง

วิธีการดำเนินการ ร่วมกับชุมชนและหน่วยงานราชการ จัดประชุมให้ความรู้เรื่อง วิธีการทำปุ๋ยหมักธรรมชาติ โดยนำวัสดุพืชและวัสดุที่เหลือใช้มาทำปุ๋ยหมักธรรมชาติ และทำปุ๋ยน้ำ ชีวภาพ (EM) โดยวัดช่องแคเป็นแกนนำออกค่าใช้จ่ายทั้งหมด เชิญหน่วยงานราชการมาเป็น วิทยากรให้ความรู้ ได้รับความร่วมมือจากกำนัน ผู้ใหญ่บ้าน กรรมการหมู่บ้าน และชาวบ้านใน ชุมชนเข้าร่วมโครงการ

ผลการดำเนินงาน ชุมชนรู้จักวิธีการนำวัสดุธรรมชาติและวัสดุเหลือใช้มาใช้ให้ เกิดประโยชน์ ลดต้นทุนการผลิต ลดการใช้ยาฆ่าแมลง และช่วยสร้างความสมดุลให้ ทรัพยากรธรรมชาติ

ปัญหาและอุปสรรค

(๑) ชุมชนยังไม่ทราบถึงประโยชน์ของโครงการ จึงทำให้การดำเนินงานใน ช่วงแรกมีคนเข้าร่วมโครงการน้อย

(๒) ขาดงบประมาณสนับสนุนจากหน่วยงานราชการ

(๓) ขาดการประสานงานระหว่างหน่วยงานราชการกับชุมชน

ข้อเสนอแนะ

- (๑) ทำโครงการเสนอกับหน่วยงานราชการ โดยให้หน่วยงานราชการ กำหนดผู้ใหญ่บ้าน และกรรมการหมู่บ้าน เป็นผู้ประสานงานกับชาวบ้านในชุมชนโดยมีวัดเป็นศูนย์กลาง
- (๒) ทำความเข้าใจและให้ความรู้กับชาวบ้านในชุมชนให้เห็นถึงประโยชน์ของการเข้าร่วมโครงการอย่างเป็นรูปธรรม
- (๓) จัดงบประมาณจากวัดหรือการบริจาคจากผู้มีจิตศรัทธา เพื่อสนับสนุนโครงการ ในกรณีที่ราชการไม่ได้สนับสนุนงบประมาณ

(๔) โครงการหมู่บ้านพึ่งตนเอง

วิธีการดำเนินการ ร่วมกับชุมชนและหน่วยงานราชการดำเนินการจัดโครงการหมู่บ้านพึ่งตนเอง ณ บ้านหนองโนน หมู่ที่ ๕ ตำบลพรหมนิมิต อำเภอตาคลี จังหวัดนครสวรรค์ โดยเชิญวิทยากรจากหน่วยงานราชการ ทั้งสาธารณสุข เจ้าหน้าที่ตำรวจ และเกษตรอำเภอ มาให้ความรู้แก่ชาวบ้านในการดำเนินการด้านต่างๆ เช่น กฎหมายเบื้องต้น สุขอนามัย เศรษฐกิจพอเพียง เกษตรครัวเรือน เป็นต้น เพื่อพัฒนาชุมชนให้สามารถอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข โดยมีวัดเป็นศูนย์กลาง ใช้ระยะเวลาในการดำเนินการ ๕ วัน

ผลการดำเนินงาน ชุมชนได้ร่วมกันทำกิจกรรมที่สร้างความสามัคคี นำความรู้ที่ได้รับจากการอบรมไปใช้ในการดำเนินชีวิต ทั้งเรื่องกฎหมายเบื้องต้น การดูแลสุขภาพอนามัย และการปลูกพืชผักสวนครัวตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงอันเนื่องมาจากพระราชดำริ

ปัญหาและอุปสรรค

- (๑) ขาดงบประมาณสนับสนุนจากส่วนงานราชการ
- (๒) งบประมาณมีน้อยจึงทำให้ไม่สามารถดำเนินการได้ครอบคลุมทุกพื้นที่ และทุกชุมชนในเขตปกครอง

ข้อเสนอแนะ

- (๑) ทำโครงการเสนอกับหน่วยงานราชการ โดยให้บรรจุไว้ในแผนพัฒนาของตำบล เพื่อของบประมาณสนับสนุน
- (๒) ระดมทุนจากงบประมาณจากผู้มีจิตศรัทธาเพื่อช่วยดำเนินการอีกส่วนหนึ่ง
- (๓) เปิดโอกาสให้ชุมชนมีส่วนร่วมในการระดมทุนสนับสนุนโครงการ

(๕) โครงการปฏิบัติธรรมเฉลิมพระเกียรติ

ดำเนินการในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาและวันสำคัญของชาติเป็นประจำทุกปี

วิธีการดำเนินการ ร่วมกับชุมชน โรงเรียน และหน่วยงานราชการ ดำเนินกิจกรรมนำพุทธศาสนิกชนสวดมนต์ปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาจิตใจ และถวายเป็นพระราชกุศล โดย

ดำเนินการเป็นประจำทุกวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา และวันสำคัญของชาติ ณ วัดช่องแค ตำบลช่องแค อำเภอตากถ้ำ จังหวัดนครสวรรค์

ผลการดำเนินงาน ชุมชนได้ร่วมกันทำกิจกรรมที่แสดงออกถึงความจงรักภักดี และได้พัฒนาสุขภาพกาย สุขภาพจิต สุขภาพปัญญา ให้มีความสะอาด สว่าง สงบ

ปัญหาและอุปสรรค

- (๑) ขาดหน่วยงานราชการร่วมรับผิดชอบในการดำเนินงานจัดกิจกรรม
- (๒) ขาดพระวิปัสสนาจารย์ผู้ชำนาญและสถานที่ไม่เอื้อต่อการปฏิบัติธรรม

ข้อเสนอแนะ

- (๑) จัดทำเป็นโครงการประจำปีและให้หน่วยงานราชการร่วมรับผิดชอบในการดำเนินงาน
- (๒) ประสานงานพระวิปัสสนาจารย์ผู้ชำนาญการมานำปฏิบัติและปรับสภาพภูมิทัศน์ของสถานที่ให้เอื้อต่อการปฏิบัติธรรม
- (๓) เปิดโอกาสให้ชุมชนมีส่วนร่วมในการดำเนินงาน

(๖) โครงการจิตอาสาประสานประโยชน์

เริ่มดำเนินการปี พ.ศ. ๒๕๕๕ เป็นโครงการต่อเนื่อง โดยจัดทำเป็นนโยบายและแผนพัฒนา ๕ ปี (พ.ศ. ๒๕๕๕-๒๕๕๙)

วิธีการดำเนินการ พระครูนิวาส์พชฌาจารย์ เจ้าอาวาสวัดช่องแค ร่วมกับหน่วยงานต่างๆ ประกอบด้วย คณะสงฆ์ นายกเทศมนตรี นายกองค์การบริหารส่วนตำบล กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน หัวหน้าชุมชน หัวหน้าอาสาสมัคร คณะครู และชาวบ้านใน ๒ ตำบล จำนวน ๖ หมู่บ้าน เป็นคณะทำงานโครงการจิตอาสาประสานประโยชน์ โดยร่วมจัดทำแผนและนโยบายพัฒนาจิตอาสาประสานประโยชน์ ๕ ปี (พ.ศ. ๒๕๕๕-๒๕๕๙) งบประมาณสนับสนุนในการดำเนินกิจกรรมจากพระครูนิวาส์พชฌาจารย์ เจ้าอาวาสวัดช่องแค (งบประมาณส่วนตัว) จำนวน ๑,๘๐๐,๐๐๐ บาท แบ่งงบประมาณออกเป็น ๔ ส่วน คือ

- (๑) สำหรับการดำเนินการกิจกรรมของหมู่บ้าน ๓๐% ประกอบด้วย
 - (๑.๑) เป็นกองทุนสำหรับกิจกรรมบำเพ็ญบุญกุศลกลางหมู่บ้าน
 - (๑.๒) เป็นกองทุนจัดกิจกรรมเกี่ยวกับประเพณีและวัฒนธรรมไทย
- (๒) สำหรับดำเนินการกิจกรรมของคณะสงฆ์ในเขตปกครอง ๓๐% ประกอบด้วย
 - (๒.๑) เป็นกองทุนสนับสนุนฌาปนกิจสงเคราะห์พระภิกษุ-สามเณร

(๒.๒) เป็นกองทุนสนับสนุนภัตตาหารในกิจกรรมต่างๆ ของคณะสงฆ์ เช่น การประชุม การสอบธรรมสนามหลวง และการสอบบาลีสนามหลวง

(๓) สำหรับดำเนินการกิจกรรมของโรงเรียนและหน่วยงานราชการ ๓๐% ประกอบด้วย

(๓.๑) เป็นกองทุนสนับสนุนการศึกษาสงเคราะห์แก่นักเรียน โดยมอบวัน อาสาฬหบูชาของทุกปี

(๓.๒) เป็นกองทุนสนับสนุนอาหารกลางวันและสนับสนุนกิจกรรมของ โรงเรียนในเขตปกครอง ปีละ ๓ ครั้ง

(๓.๓) เป็นกองทุนสนับสนุนหน่วยราชการในการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับวัน พ่อแห่งชาติ วันแม่แห่งชาติ และวันเด็กแห่งชาติ

(๔) เป็นกองทุนสำหรับการบริหารจัดการของพระครูนิวาสันพณวิบูลย์ญาณกร เจ้า อาวาสวัดช่องแค ๑๐% สำหรับใช้จ่ายในการดำเนินงานและใช้สนับสนุนกิจกรรมอื่นๆ

ผลการดำเนินงาน ชุมชน บ้าน วัด โรงเรียน และหน่วยงานราชการ มี บประมาณสนับสนุนในการดำเนินกิจกรรมต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อชุมชน สังคม และ ประเทศชาติ และทำให้เกิดความสามัคคีปรองดองระหว่างวัด บ้าน โรงเรียน และหน่วยงานราชการ

ปัญหาและอุปสรรค

(๑) ในระยะเริ่มต้นของโครงการขาดการมีส่วนร่วมของส่วนงานต่างๆ
(๒) ส่วนงานต่างๆ ยังไม่เห็นความสำคัญของโครงการ และยังไม่เข้าใจถึง วัตถุประสงค์ของโครงการที่ชัดเจน

ข้อเสนอแนะ

(๑) ให้ความสำคัญกับทุกส่วนงาน โดยเชิญมาเป็นคณะกรรมการ และ คณะทำงาน เพื่อขับเคลื่อนโครงการให้บรรลุเป้าหมาย

(๒) ประชุมชี้แจงและทำความเข้าใจเกี่ยวกับโครงการและการใช้งบประมาณ เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดตามเป้าหมายที่วางไว้

(๓) จัดทำเป็นนโยบายและแผนพัฒนาที่ชัดเจน

(๔) พาคณะกรรมการและคณะทำงานไปศึกษาดูงานในหน่วยงานต่างๆ ที่มี แนวการดำเนินการที่ดี เพื่อเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติ

บทที่ ๕

บทสรุป และข้อเสนอแนะ

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

จากการดำเนินการวิจัยเรื่อง การศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง ผลการวิจัยพบว่า

(๑) แนวคิดและทฤษฎีการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองในสังคมไทย พบว่า การพึ่งพาตนเอง เป็นการแสดงออกถึงความพยายามที่จะใช้ความรู้ความสามารถที่ตนมีอยู่กระทำการใดๆ ให้สำเร็จด้วยตนเอง มีความเป็นอิสระในการคิดริเริ่มและตัดสินใจด้วยตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความรับผิดชอบและเชื่อมั่นในผลการกระทำด้วยตนเองอย่างมั่นใจ และแก้ไขปัญหาและอุปสรรค อย่างถูกต้องเหมาะสม ยอมรับในความสามารถของตน มีความรู้สึกนึกคิดที่ดีต่อตนเอง นักวิชาการได้เสนอแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการพึ่งพาตนเองอย่างหลากหลาย สามารถสรุปได้ ๕ ด้าน คือ

(๑.๑) ด้านเศรษฐกิจ เป็นกระบวนการที่มุ่งเน้นการดำเนินชีวิตโดยยึดหลักความพออยู่ พอกิน พอใช้ และสามารถอยู่ได้ด้วยตนเอง ไม่จำเป็นต้องดิ้นรนขอความช่วยเหลือทางทองมาใช้จ่ายในการดำรงชีวิตประจำวันอย่างฟุ่มเฟือย เป็นการดำเนินชีวิตโดยยึดทางสายกลาง "พออยู่ พอกิน" ตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง ไม่ฟุ้งเฟ้อทะเยอทะยานจนเกินไปนัก ก็จะทำให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุขตามสมควรแก่สภาพ

(๑.๒) ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม เป็นกระบวนการที่มุ่งเน้นการใช้และจัดการทรัพยากรอย่างชาญฉลาด พร้อมทั้งหาทางเพิ่มคุณค่า โดยยึดอยู่บนหลักของความยั่งยืนและเกิดประโยชน์สูงสุด

(๑.๓) ด้านเทคโนโลยี เป็นกระบวนการที่มุ่งเน้นการเลือกใช้เทคโนโลยีสมัยใหม่มาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตอย่างสูงสุด สอดคล้องกับความต้องการของสภาพแวดล้อม ภูมิประเทศ และภูมิปัญญาท้องถิ่นอย่างเหมาะสม

(๑.๔) ด้านสังคมและวัฒนธรรม เป็นกระบวนการที่มุ่งเน้นในการสร้างวิถีชีวิตให้ดำเนินไปด้วยความเรียบง่าย มีการพึ่งพาอาศัยกัน ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน และรู้จักการแบ่งปัน ดำรงชีวิตแบบพออยู่ พอกินไม่ฟุ้งเฟ้อไม่ฟุ่มเฟือยใช้ชีวิตตามฐานะของตนเอง เน้นการปฏิบัติตาม

หลักเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในชีวิต โดยแบ่งเป็น ๔ ขั้นตอนคือ ๑) พึ่งตนเองได้ ๒) อยู่ได้อย่างพอเพียง ๓) อยู่ร่วมกันอย่างเอื้ออาทร และ ๔) อยู่ดียั่งยืนด้วยการเรียนรู้

(๑.๕) ด้านจิตใจ เป็นกระบวนการที่มุ่งเน้นในการสร้างจิตใจที่เข้มแข็ง มีจิตสำนึกที่ดี มีจิตใจเอื้ออาทร ประณีประนอม ซื่อสัตย์ สุจริตเห็นประโยชน์ส่วนรวมเป็นที่ตั้ง เพื่อให้สามารถต่อสู้กับปัญหาอุปสรรคต่างๆ ทั้งการหาเลี้ยงชีพ การพัฒนาชีวิตให้เจริญก้าวหน้า การยึดมั่นปฏิบัติตนตามหลักทางสายกลางหรือมัชฌิมาปฏิปทา ดังกระแสพระราชดำรัสในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวที่ว่าให้รู้จักพอ พอใจ และพอดี

(๒) หลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง พบว่า หลักพุทธธรรมกับวิถีชีวิตของคนไทยหรือสังคมไทย มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันและกันอย่างแนบแน่น เนื่องจากประเทศไทยนั้นเป็นสังคมหนึ่งซึ่งยอมรับพระพุทธศาสนา และได้รับการหล่อหลอมจากหลักธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนามายาวนาน ดังนั้นหลักพุทธธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนาจึงมีส่วนในการเสริมสร้างให้คนไทยสามารถพึ่งพาตนเองได้ คือ หลักทวิภูมิมิกัตถสังวัตตนิกธรรม ๔ อิทธิบาท ๔ กามโมคक्षุ ๔ จักร ๔ โภควิภาค ๔ โภคาทิยะ ๕ ศบปริสธรรม ๗ อปริหานิยธรรม ๗ และนาถกรณธรรม ๑๐ หลักพุทธธรรมเหล่านี้มีส่วนเสริมสร้างให้คนไทยสามารถพึ่งพาตนเองด้านเศรษฐกิจได้ หลักโภชนา มัตตัญญูตา สันโดษ กตัญญูกตเวที พรหมวิหาร ๔ ปธาน ๔ และกุลจิรัฏฐิติธรรม ๔ หลักพุทธธรรมเหล่านี้มีส่วนเสริมสร้างให้คนไทยสามารถพึ่งพาตนเองด้านทรัพยากรธรรมชาติได้ หลักโยนิโสมนสิการ และมัชฌิมาปฏิปทา หลักพุทธธรรมเหล่านี้มีส่วนเสริมสร้างให้คนไทยสามารถพึ่งพาตนเองด้านด้านเทคโนโลยีได้ หลักศีลหรือวินัย ธรรมทำให้งาม ๒ ธรรมมีอุปการะมาก ๒ ธรรมคุ้มครองโลก ๒ ฆราวาสธรรม ๔ และสังคหัตถ ๔ หลักพุทธธรรมเหล่านี้มีส่วนเสริมสร้างให้คนไทยสามารถพึ่งพาตนเองด้านด้านสังคมและวัฒนธรรมได้ หลักกรรมฐาน ๒ ไตรลักษณ์ ๓ สติปัฏฐาน ๔ พละ ๕ และเวสาร์ชกรณธรรม ๕ หลักพุทธธรรมเหล่านี้มีส่วนเสริมสร้างให้คนไทยสามารถพึ่งพาตนเองด้านจิตใจได้

(๓) แนวทางในการนำหลักพุทธธรรมมาเสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง พบว่า การนำเอาหลักพุทธธรรมที่กล่าวมาแล้วข้างต้นมาเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองของสังคมไทยได้นั้น ต้องประสานความร่วมมือกันระหว่างหน่วยงาน และองค์กรต่างๆ กล่าวคือ องค์กรหรือสถาบันหลักในชุมชนท้องถิ่นมาเป็นยุทธศาสตร์ในการพัฒนา อันได้แก่ การนำเอาสถาบันที่สำคัญในชุมชน ๓ สถาบัน คือ สถาบันการปกครอง (บ้าน) สถาบันศาสนา (วัด) และสถาบันการศึกษา (โรงเรียน) มาเป็นกลไกในการพัฒนาและสร้างชุมชนท้องถิ่นให้เข้มแข็ง สามารถพึ่งพาตนเองได้ทั้ง ๕ ด้าน คือ ด้านเศรษฐกิจ เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตทางเศรษฐกิจโดยยึดทางสายกลาง "พออยู่ พอกิน" ตาม

แนวทางเศรษฐกิจพอเพียง ไม่ฟุ้งเฟ้อทะเยอทะยานจนเกินไป อันเป็นแนวทางให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุขตามสมควรแก่สภาพ ด้านทรัพยากรธรรมชาติ เพื่อให้สามารถใช้ประโยชน์จากทรัพยากรธรรมชาติให้ดำรงอยู่ไม่ให้เกิดเสื่อมไปจนหมดสิ้นหรือไม่ให้เสียสมดุลธรรมชาติ รวมถึงการจัดการทรัพยากรอย่างชาญฉลาด พร้อมทั้งหาทางเพิ่มคุณค่า โดยยึดอยู่บนหลักของความยั่งยืนสูงสุด ด้านเทคโนโลยี เพื่อให้สามารถเลือกบริโภคเทคโนโลยีแต่พอดี คือไม่มากเกินไปและไม่น้อยเกินไป พอดีต่อความจำเป็นและเหมาะสมกับฐานะของตนเอง สังคม และสิ่งแวดล้อม ด้านสังคมและวัฒนธรรม เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตด้วยความเรียบง่าย มีการพึ่งพาอาศัยกัน ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน และรู้จักการแบ่งปัน ดำรงชีวิตแบบพออยู่พอกิน ไม่ฟุ้งเฟ้อไม่ฟุ่มเฟือย ใช้ชีวิตตามฐานะของตนเอง รู้จักสร้างความเข้มแข็งให้แก่ชุมชน และด้านจิตใจ เพื่อให้เป็นผู้มีจิตใจที่เข้มแข็ง มีจิตสำนึกที่ดี สร้างสรรค์ให้ตนเองและชาติโดยรวม มีจิตใจเอื้ออาทร ประณีประนอม ซื่อสัตย์ สุจริต เห็นประโยชน์ส่วนรวมเป็นที่ตั้ง มีจิตใจที่เข้มแข็งและมีคุณธรรม จริยธรรมในการดำรงชีวิต

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

ในการทำวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยขอเสนอแนวทางการนำไปประยุกต์เพื่อเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองของคนในสังคมไทยอย่างยั่งยืน โดยผ่านสถาบันหลัก ๓ สถาบัน ที่มีความสัมพันธ์กันทางสังคม และเป็นตัวเชื่อมโยงกิจกรรมในชุมชน ทั้งมิติด้านเศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรม โดยมีแนวดำเนินการ ดังนี้

(๑) สถาบันการปกครอง (บ้าน) ในฐานะหน่วยปฏิบัติการ เป็นแหล่งรวมของผู้คนและระบบชีวิตที่ก่อเกิดกิจกรรมทางสังคมที่หลากหลาย ควรให้ความร่วมมือกับสถาบันอื่นๆ เพื่อน้อมนำเอาแนวคิด ทฤษฎีในการดำเนินชีวิตที่สอดคล้องกับหลักพุทธธรรมทางพระพุทธศาสนา และเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในชีวิต ให้เกิดประสิทธิผลในการพึ่งพาตนเองได้ตามเป้าหมายที่วางไว้ ทั้ง ๕ ด้าน ทั้งด้านเศรษฐกิจ ด้านทรัพยากรธรรมชาติ ด้านเทคโนโลยี ด้านสังคมและวัฒนธรรม และด้านจิตใจ

(๒) สถาบันศาสนา (วัด) ในฐานะที่เป็นหน่วยขัดเกลาและบ่มเพาะวัฒนธรรมและศูนย์รวมจิตใจของชุมชน มีพระสงฆ์เป็นแกนหลัก ควรเป็นแกนนำของชุมชนในการดำเนินโครงการ/กิจกรรมด้านต่างๆ เพื่อขัดเกลา บ่มเพาะวัฒนธรรม และพัฒนาให้คนในชุมชนสามารถพึ่งพาตนเองได้ ทั้ง ๕ ด้าน โดยประสานงานกับชุมชน หน่วยงานราชการ และองค์กรเอกชนอย่างเป็นระบบ

(๓) สถาบันการศึกษา (โรงเรียน) ในฐานะที่เป็นหน่วยเพิ่มเติมความรู้และถ่ายทอดการศึกษาอย่างเป็นระบบ ควรทำหน้าที่ในการปลูกฝังและให้ความรู้แก่ชุมชนอย่างเป็นระบบ เพื่อให้ชุมชนสามารถนำไปปฏิบัติให้เกิดประโยชน์อย่างแท้จริง

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ในการทำวิจัยครั้งต่อไป ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

(๑) ศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเอง โดยการสัมภาษณ์เชิงลึกจากผู้รู้ในท้องถิ่นหรือปราชญ์ชาวบ้าน

(๒) ศึกษาบทบาทของพระสงฆ์ในการส่งเสริมการพึ่งพาตนเอง

(๓) เปรียบเทียบหลักพุทธธรรมที่เสริมสร้างการพึ่งพาตนเองกับหลักเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

(๔) เปรียบเทียบการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างการพึ่งพาตนเองระหว่างสังคมเมืองกับสังคมชนบท

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. มงคลกิตติปิฎก ฉบับพิมพ์ครั้งที่ ๑๕. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) หนังสือ :

คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. วัฒนธรรมไทย. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

คุณ โทจันทร์. พุทธศาสนากับชีวิตประจำวัน. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ไอดีเอ็นเอสไตร์, ๒๕๓๗.

..... พุทธศาสนากับสังคมและวัฒนธรรมไทย. กรุงเทพมหานคร : ไอดีเอ็นเอสไตร์, ๒๕๔๕.

จิราพร ชมพิกุล. รายงานการวิจัยโครงการสำรวจการพึ่งพาตนเองทางเศรษฐกิจของครอบครัว. นครปฐม : สถาบันพัฒนาสุขภาพอาเซียน มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๕๓.

เฉลิมชัย ห่อนาค. โครงการวิจัยการพึ่งพาตนเองทางเศรษฐกิจในชนบท. กรุงเทพมหานคร : สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย, ๒๕๓๑.

นิสาร์ตน์ ศิลปะเดช. ประชากรกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต. กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาสังคมวิทยา คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ สถาบันราชภัฏธนบุรี, ๒๕๔๐.

บุญทัน ดอกไธสง. กระบวนการและวิธีการพัฒนาจิตใจเพื่อพัฒนาสังคมไทย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิรัชดา, ๒๕๒๙.

ประเวศ วะสี. พุทธเกษตรกรรมกับสันติสุขของสังคมไทย. กรุงเทพมหานคร : เอช เอ็นการพิมพ์, ๒๕๓๐.

ประเวศ วะสี. ศาสนธรรมกับการพัฒนาหมู่บ้าน ในทิศทางหมู่บ้านไทย. กรุงเทพมหานคร : หมู่บ้าน, ๒๕๓๑.

พระเทพเวที (ป.อ.ปยุตฺโต). **หลักพุทธธรรมของคนรุ่นใหม่**. กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๒๗.

..... **ธรรมบุญชีวิต พุทธจริยธรรมเพื่อชีวิตที่ดีงาม**. พิมพ์ครั้งที่ ๒๐๐. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐.

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). **เริ่มวิวัฒน์ที่กลางวิกฤต**. กรุงเทพมหานคร : ครูสภาลาดพร้าว, ๒๕๔๑.

..... **ธรรมบุญชีวิต พุทธจริยธรรมเพื่อชีวิตที่ดีงาม**. พิมพ์ครั้งที่ ๒๔. กรุงเทพมหานคร : บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๓.

..... **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.

..... **พุทธธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). **รู้หลักก่อนแล้วศึกษาให้ได้ผล**. กรุงเทพมหานคร : สำนักงานคณะกรรมการศึกษาขั้นพื้นฐาน, ๒๕๔๗.

..... **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๓. กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอส. อาร์. พรินติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด, ๒๕๔๘.

พระเทพโสภณ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต). **เศรษฐศาสตร์แนวพุทธ**. กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔.

พระราชธรรมนิเทศ (ระแบบ วิฑฺฒนาโณ). **สู่สุขสันต์**. กรุงเทพมหานคร : พรศิริการพิมพ์, ๒๕๓๔.

พุทธทาสภิกขุ. **ชุมชนปาฐกถาชุดพุทธธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : หจก.เอมี เทวดิ่ง, ๒๕๔๐.

พิมพ์มล แก้วมณี. **รายงานการประชุมวิชาการ ศวพก. ปี ๒๕๔๙**. เชียงใหม่ : โครงการวิจัยและพัฒนากระบวนการผลิตเกษตรและวิสาหกิจชุมชนตามวิถีเศรษฐกิจพอเพียง, ๒๕๔๙.

ไพบูลย์ ช่างเรียน. **การศึกษาสภาพทางเศรษฐกิจและสังคมของภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เน้นการปลูกพืชและสัตว์เศรษฐกิจ รวมทั้งองค์การด้านการตลาดของเกษตรกร ในทศวรรษหน้า**. กรุงเทพมหานคร : โครงการเอกสารและตำรา คณะรัฐประศาสนศาสตร์ สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, ๒๕๓๙.

ไพโรจน์ อยู่มณเฑียร. **โสภณธรรมท่านพุทธทาส**. กรุงเทพมหานคร : สร้อยทอง, ๒๕๔๓.

มนั่เกียรติ โกศลนิรติวงษ์. **ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษาพุทธธรรม**. กรุงเทพมหานคร : สุวีริยาสาส์น, ๒๕๔๑.

ยุพเยาว์ ไตศิริ. **ทรัพยากรธรรมชาติ ความหลากหลายทางชีวภาพกับการอนุรักษ์ในประเทศไทย**. สุรินทร์ : สำนักวิทยบริการ สถาบันราชภัฏสุรินทร์, ๒๕๔๑.

รังสรรค์ ประเสริฐศรี. **พฤติกรรมองค์การ (Organization Behavior)**. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๘.

สงวน สุทธิเลิศอรุณ. **พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน**. กรุงเทพมหานคร : ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๔๕.

สถาบันบันลือธรรม. **คู่มือสร้างตน**. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ม.ป.ป.

สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย. **รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์ เรื่อง การพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจในชนบท**. กรุงเทพมหานคร : สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย, ๒๕๓๘.

สนิท สมัครการ. **ความเชื่อและศาสนาในสังคมไทย วิเคราะห์เชิงสังคม-มานุษยวิทยา**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์, ๒๕๓๙.

สมใจ ลักษณะ. **การพัฒนาประสิทธิภาพในการทำงาน**. กรุงเทพมหานคร : เพิ่มทรัพย์การพิมพ์, ๒๕๔๙.

สมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ สุวฑฺฒนมหาเถระ). **สัมมาทิฐิ ตามพระเถรานุเถระของท่านพระสาริบุตรเถระ**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : ชวนพิมพ์, ๒๕๓๖.

สมพร เทพสิทธิ์า. **การเดินตามรอยพระยุคลบาท เศรษฐกิจพอเพียง ช่วยแก้ปัญหาความยากจนและความทุจริต**. กรุงเทพมหานคร : กองทุนอริยมรรค, ๒๕๔๙.

สัญญา สัญญาวิวัฒน์. **ทฤษฎีสังคมวิทยา : การสร้างการประเมินค่าและการใช้ประโยชน์**. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๒.

_____. **การพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจในชนบท ฉบับรวมชุด**. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๔.

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. **แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ ๑๐ พ.ศ. ๒๕๕๐ - ๒๕๕๔**. กรุงเทพมหานคร : สำนักนายกรัฐมนตรี, ๒๕๕๐.

เสรี พงศ์พิศ. **๑๐๐ ร้อยคำที่ควรรู้**. กรุงเทพมหานคร : เจริญวิทย์, ๒๕๔๗.

_____. **เศรษฐกิจพอเพียง การพัฒนายั่งยืน**. กรุงเทพมหานคร : เจริญวิทย์, ๒๕๔๙.

(๒) วารสาร :

นงนาศ คงเศรษฐกุล. “แนวคิดการพัฒนาย่างยั่งยืน รากฐานความเป็นมาและการนำมาใช้ใน

สังคมไทย”, **วารสารวิชาการราชภัฏกรุงเทพฯ**. ๒๕๔๙, ๑๓(๑๒) : ๕๓.

เพ็ญศรี เปลี่ยนขำ. “วิถีการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง”, **วารสารวิชาการราช**

ภัฏตะวันตก. (๒๕๕๐, กรกฎาคม-ธันวาคม), ๒(๑): ๒๗-๓๐.

วรรณ นราเลิศสุขมพงศ์. “เศรษฐกิจพอเพียง : หลักการกับความเข้าใจของวิสาหกิจชุมชน

เกษตร”, **วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น**. (มิถุนายน-กันยายน,

๒๕๕๐), ๒๔(๑) : ๔๗.

ศักดิ์สิน ช่องดารากุล. “ปัจจัยที่ทำให้ส่งผลต่อการนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงสู่การปฏิบัติ”,

วารสารวิชาการ. (ตุลาคม- ธันวาคม, ๒๕๕๐), ๑๐ (๕) : ๕๑.

สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการ. “การพัฒนาที่มั่นคงยั่งยืนตามรอย

พระราชดำริ”, **วารสารเศรษฐกิจพอเพียง**. (มิถุนายน, ๒๕๔๗), ๑ : ๑-๓.

สุเมธ ตันติเวชกุล. “การดำเนินชีวิตในระบบเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริ”, **ข้าราชการครู**.

(มีนาคม-เมษายน, ๒๕๔๓), ๔๕(๒) : ๒-๓.

สุวัฒน์ ช่างเหล็ก. “การพัฒนาประเทศตามแนวทฤษฎีใหม่และเศรษฐกิจพอเพียง”.

วารสารวิชาการ สีมารักษ์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา, ๒๕๔๙, ๒๐(๔) : ๑๙.

หลวงเทพดรณานศิษฐ์. **ธาตุปฐพีปกาศ หรือ พจนานุกรม บาลี-ไทย แผนกธาตุประกอบด้วย**

หลักไวยากรณ์ชั้นสูง. พิมพ์ครั้งที่ ๗ โรงพิมพ์พิมพ์มหาวิทยาลัย : กรุงเทพมหานคร,

พ.ศ. ๒๕๔๐.

(๓) วิทยานิพนธ์ :

กนกกาญจน์ จีวงศ์. “การศึกษาการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักการพึ่งตนเองตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจ

พอเพียงของบุคลากรโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตภาษีเจริญ สังกัด

กรุงเทพมหานคร”. **วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต**, บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๒.

โถมสมร เหลือโกศล. “ค่านิยมพื้นฐานเรื่องการพึ่งตนเองกับการอบรมเลี้ยงดู”. **วิทยานิพนธ์**

ปริญญามหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๓๑.

ชั้นทอง มีโพธิ์. “ยุทธศาสตร์การแก้ไขปัญหาคาความยากจนโดยการพึ่งตนเองของประชาชนที่มีรายได้น้อยกว่าเกณฑ์ จปฐ. ตำบลหนองพิกุล อำเภอตากฟ้า จังหวัดนครสวรรค์”.

วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์, ๒๕๔๙.

ปฏิมมา ด่านไพบูลย์ผล. “การศึกษาและพัฒนาการพึ่งตนเองของนักเรียนวัยรุ่น”. **วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๐.

ปภาณี อาริวงศ์. “การพึ่งตนเองของแรงงานในชุมชนบางขุน จังหวัดนนทบุรี”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๕๐.

ประวีณ รอดเขียว. “ทัศนคติต่อการพึ่งตนเองของประชาชน ในเขตบริการของโรงเรียนในโครงการทดลองของโรงเรียนมัธยมชุมชนจังหวัดลำปาง”. **ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, ๒๕๒๒.

พระมหาจรัญ วิจารณเมธี. “การศึกษาวิเคราะห์เชิงปรัชญาเรื่องสันโดษในพระพุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต ภาคปรัชญา.** บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑.

พระมหาจุลศักดิ์ จิรวฑฒโน. “แนวคิดและวิธีการแก้ปัญหาเศรษฐกิจแนวพุทธของปราชญ์อีสาน”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗.

พระมหาประทีป พรหมสิทธิ์. “การศึกษาเชิงปรัชญาเรื่องเศรษฐกิจพอเพียง”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ๒๕๔๕.

พระมหามนตรี วุลโล. “อิทธิพลของวัตถุมงคลที่มีต่อสังคมไทย”. **วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒.

พระมหามิตร ลีตปนุญ. “ความรู้จักพอประมาณในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับหลักเศรษฐกิจพอเพียงในพระราชดำริ”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.

พระมหาสมชาย สิริจันโท. “พุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางของพระเทพวรคุณ (สมาน สุเมโธ)”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗.

พระสมุห์สุรางค์ สุจิณฺโณ. “สมชีวิตาภิการแก้ปัญหาบริโภคนิยมในสังคมไทย”. **วิทยานิพนธ์**

พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช

วิทยาลัย, ๒๕๕๒.

ไพบูลย์ ช่างเรียน. การศึกษาสภาพทางเศรษฐกิจและสังคมของภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

เน้นการปลูกพืชและสัตว์เศรษฐกิจ รวมทั้งองค์การด้านการตลาดของเกษตรกร

ในทศวรรษหน้า. กรุงเทพมหานคร : โครงการเอกสารและตำรา คณะรัฐประศาสน

ศาสตร์ สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, ๒๕๓๙.

สุกัญญา วิบูลย์พานิช. “อัตมโนทัศน์และการพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจของคนพิการ”. **วิทยานิพนธ์**

ปริญญาพัฒนบริหารศาสตรมหาบัณฑิต. คณะพัฒนาสังคม สถาบันบัณฑิตพัฒน

บริหารศาสตร์, ๒๕๓๖.

สุทธิรักษ์ ศรีสุเลิศ. “การพัฒนาศักยภาพการพึ่งตนเองในชุมชนชนบทตำบลอนาลับ อำเภอบ้านดุง

จังหวัดอุดรธานี”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี, ๒๕๕๑.

อภิรักษ์ ยอดมณี. “การพึ่งตนเองของชุมชนไม่เรียง อำเภอฉวาง จังหวัดนครศรีธรรมราช”.

วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล,

๒๕๔๖.

อรสุดา เจริญรัตน์. “การเกิดขึ้นการดำรงอยู่และการปรับตัวของเศรษฐกิจพอเพียง ภายใต้การ

เปลี่ยนแปลงของสังคมไทย”. **วิทยานิพนธ์การศึกษาดุษฎีบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, ๒๕๔๓.

(๔) เอกสารอิเล็กทรอนิกส์

ณรงค์ศักดิ์ คุณูปถัมภ์. **เศรษฐกิจพอเพียง : การขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง**. สืบค้นเมื่อวันที่

๓๑ กรกฎาคม ๒๕๕๔, จาก <http://www.sufficiencyeconomy.org/webboard_show.php>

สัมพันธ์ เตชะอธิก. **เศรษฐกิจชุมชนกับการพัฒนาที่ยั่งยืน**. สืบค้นเมื่อ ๓๐ กรกฎาคม ๒๕๕๔,

จาก <<http://www.thaingo.org/cgi-bin/content/content1/show.pl?0051>>.



ภาพประกอบ
โครงการบ้าน วัด โรงเรียน



พระครูนิวริฐปัญญากร มอบประกาศนียบัตรและทุนการศึกษา
แก่นักเรียนผู้สอบได้ธรรมศึกษา ตริ โท เอก
ณ วัดช่องแค ตำบลพรหมนิมิต อำเภอตากดี จังหวัดนครสวรรค์



พระครูนิวริฐปัญญากร ให้โอวาทแก่นักเรียนผู้สอบได้ธรรมศึกษา ตริ โท เอก
ณ วัดช่องแค ตำบลพรหมนิมิต อำเภอตากดี จังหวัดนครสวรรค์

ภาพประกอบ
โครงการปลูกต้นไม้เฉลิมพระเกียรติ



พระครูนิวริฐปัญญากร ร่วมกับกำนัน ผู้ใหญ่บ้าน ตำบลช่องแค และตำบลพรหมนิมิต
ร่วมปลูกต้นไม้เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ



เยาวชนและเด็กนักเรียนโรงเรียนวัดช่องแค
ร่วมปลูกต้นไม้เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ

ภาพประกอบ
โครงการปลูกต้นไม้เฉลิมพระเกียรติ (ต่อ)



พระครูนิวริฐปัญญากร นำกำนัน ผู้ใหญ่บ้าน และเจ้าหน้าที่ส่วนงานราชการ
ปลูกต้นไม้เฉลิมพระเกียรติฯ ณ อำเภอสตึก จังหวัดสุรินทร์



พระครูนิวริฐปัญญากร นำคณะกรรมการหมู่บ้าน ร่วมกับนายอำเภอลานสัก
ปลูกต้นไม้เฉลิมพระเกียรติฯ ณ อำเภอลานสัก จังหวัดอุทัยธานี

ภาพประกอบ
โครงการเศรษฐกิจพอเพียง



ผู้นำชุมชนบรรยายให้ความรู้เรื่องการทำปุ๋ยหมักธรรมชาติ และปุ๋ยน้ำชีวภาพ (EM)
แก่หน่วยงานราชการ และชาวบ้านในชุมชน



หน่วยงานราชการ และชาวบ้านในชุมชนเข้าร่วมฟัง
การบรรยายให้ความรู้เรื่องการทำปุ๋ยหมักธรรมชาติ และปุ๋ยน้ำชีวภาพ (EM)

ภาพประกอบ
โครงการเศรษฐกิจพอเพียง (ต่อ)



พระครูนิวาส์ปัญญากร เจ้าอาวาสวัดช่องแค ร่วมกับหน่วยงานราชการ
ประชุมชาวบ้านในชุมชนเกี่ยวกับการทำปุ๋ยหมักธรรมชาติ และปุ๋ยน้ำชีวภาพ (EM)



ชาวบ้านในชุมชน ร่วมกันทำปุ๋ยหมักธรรมชาติจากวัชพืชและวัสดุเหลือใช้ในชุมชน
และนำไปใช้ในชุมชนของตน

ภาพประกอบ โครงการหมู่บ้านพึ่งตนเอง



พระครูนิวริฐปัญญากร ร่วมกับหน่วยงานข้าราชการ ดำเนินโครงการหมู่บ้านพึ่งตนเอง
ณ บ้านหนองโนน หมู่ที่ ๕ ตำบลพรหมนิมิต อำเภอตากดี จังหวัดนครสวรรค์



พระครูนิวริฐปัญญากร เจ้าอาวาสวัดช่องแค
นำหน่วยงานราชการออกสำรวจชุมชนบ้านหนองโนน อำเภอตากดี จังหวัดนครสวรรค์

ภาพประกอบ
โครงการปฏิบัติธรรมเฉลิมพระเกียรติ



พระครูนิวริฐปัญญากร ร่วมกับข้าราชการเทศมนตรีตำบลช่องแค และกลุ่มเพื่อนครู
จัดพิธีปฏิบัติธรรมเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว



พระครูนิวริฐปัญญากร นำพุทธศาสนิกชนปฏิบัติธรรมเฉลิมพระเกียรติฯ
เนื่องในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา และวันสำคัญของชาติ

ภาพประกอบ โครงการจิตอาสาประสานประโยชน์



พระครูนิวริฐปัญญากร เชิญข้าราชการจากหน่วยงานต่างๆ
เพื่อเสนอนโยบายและแผนพัฒนาของโครงการจิตอาสาประสานประโยชน์



พระครูนิวริฐปัญญากร ร่วมกับข้าราชการจากหน่วยงานต่างๆ
จัดทำนโยบายและแผนพัฒนา ๕ ปี (พ.ศ.๒๕๕๕-๒๕๕๙)

ภาพประกอบ
โครงการจิตอาสาประสานประโยชน์ (ต่อ)



พระเทพปริยัติเมธี, ผศ.ดร. เจ้าคณะจังหวัดนครสวรรค์
เป็นประธานในการมอบทุนสนับสนุนโครงการจิตอาสาประสานประโยชน์



คณะสงฆ์ หัวหน้าชุมชน และหน่วยงานราชการ
เข้ารับทุนสนับสนุนโครงการจิตอาสาประสานประโยชน์

ประวัติผู้วิจัย

- ชื่อ : พระครูนิวริฐปัญญากกร (สมศักดิ์ ตูลพงษ์ศารักษ์)
- เกิด : วันที่ ๑๕ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๐๐
- สถานที่เกิด : บ้านเลขที่ ๙๒ หมู่ที่ ๗ บ้านหนองกระทะ ตำบลช่องแค อำเภอดาคลี จังหวัดนครสวรรค์
- การศึกษา : - นักธรรมชั้นเอก วัดช่องแค สำนักเรียนคณะจังหวัดนครสวรรค์ พ.ศ. ๒๕๒๓
- มัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนเทพศิลา เขตห้วยหมาก กรุงเทพมหานคร
- พุทธศาสตรบัณฑิต มจร. วิทยาลัยสงฆ์นครสวรรค์ พ.ศ. ๒๕๔๗
- อุปสมบท : วันที่ ๒๙ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๒๑
- สังกัด : วัดช่องแค ตำบลช่องแค อำเภอดาคลี จังหวัดนครสวรรค์
- หน้าที่ : - เจ้าอาวาสช่องแค จังหวัดนครสวรรค์ พ.ศ. ๒๕๒๖
- ครูสอนปริยัติธรรม (แผนกธรรม) พ.ศ. ๒๕๒๓
- เป็นพระธรรมทูตประจำอำเภอดาคลี สายที่ ๓ พ.ศ. ๒๕๒๙
- เป็นเจ้าคณะตำบลพรหมนิมิต พ.ศ. ๒๕๓๒
- เป็นกรรมการผู้ทรงคุณวุฒิโรงเรียนและประชาคมหมู่บ้าน
- เข้าศึกษา : ปีการศึกษา ๒๕๕๓
- ที่อยู่ปัจจุบัน : วัดช่องแค ตำบลช่องแค อำเภอดาคลี จังหวัดนครสวรรค์
โทร. ๐๕๖-๒๖๙๒๑๔, ๐๘๑-๗๐๗๖๘๕๐
E-Mail : Watchongkae@hotmail.com