

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สังคมปัจจุบันกำลังอยู่ในสภาพที่เสียความสมดุลในด้านต่าง ๆ เช่น (๑) ในด้านสิ่งแวดล้อม เราจะพบว่า โลกกำลังอยู่ในภาวะที่ขาดแคลนพลังงานและมีสภาพอากาศที่แปรปรวน ซึ่งก็เป็นผลอันเกิดมาจากการดำเนินชีวิตของมนุษย์ ในด้านการบริโภคที่เกินพอดีนั่นเอง (๒) ในด้านสังคม อันนี้เราจะพบว่า มีการใช้ความรุนแรงต่อเด็กและสตรีมากขึ้นในปัจจุบันเราจะเห็นจากสื่อต่าง ๆ แทบจะทุกวัน หลายครั้งเกิดมาจากผู้ใหญ่เป็นผู้กระทำ หรือเด็กต่อเด็กด้วยกัน และมีการทุจริตคอร์รัปชันทั้งในภาครัฐและเอกชน ซึ่งนับวันจะมีมากขึ้น สิ่งเหล่านี้เป็นผลสะท้อนมาจากความเสื่อมถอยทางจริยธรรมของคนในชาติ หรือระบบขององค์กรกันแน่ (๓) ในด้านการดำเนินชีวิต เราจะพบว่า วิถีชีวิตของคนในปัจจุบันนั้นทำให้คนเกิดความเครียด, มีอารมณ์ร้อน รุนแรง และหงุดหงิดง่าย ขาดความยับยั้งคิด ในการตัดสินใจ ไร้สติควบคุมตนเอง เหมือนเรือที่ขาดหางเสือ ซึ่งก็แสดงให้เห็นถึงสุขภาพของจิตที่กำลังย่ำแย่ (๔) ในด้านของการแสดงออกซึ่งความคิดเห็น เราจะพบว่า การที่คนเรามีจุดยืนทางความคิดที่ตรงกันข้ามกัน เป็นสิ่งที่ไม่อาจยอมรับได้ แสดงให้เห็นถึงการที่คนเราไม่เปิดใจที่กว้างยอมรับความแตกต่างของกันและกัน ขาดการใช้เหตุผลและความเป็นกลาง ซึ่งก็มีส่วนกระตุ้นให้เกิดความขัดแย้ง และการทะเลาะวิวาทกันของคนในสังคมตามมา ดังนั้น เมื่อมองในภาพรวมแล้ว เราคงไม่อาจที่จะปฏิเสธได้เลยว่า ภาพที่ขาดความสมดุลเหล่านี้ ล้วนสร้างความเดือดร้อนในการดำเนินชีวิตของคนและความวุ่นวายในสังคม^๑

หลักธรรมในทางพระพุทธศาสนา ที่มีความสอดคล้องที่สามารถฝึกฝนการพัฒนาตนเอง เพื่อนำไปสู่การดำเนินชีวิตที่ดี คือ สิกขา ๓ หรือไตรสิกขา เป็นข้อที่จะต้องศึกษา ข้อปฏิบัติที่เป็นหลักสำหรับศึกษา คือในการฝึกหัดอบรม กาย วาจา จิตใจ และปัญญาให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไปจนบรรลุจุดหมายสูงสุดคือพระนิพพาน ได้แก่ ๑) อธิศีลสิกขา สิกขาคือศีลอันยิ่ง ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมในทางความประพฤติอย่างสูง ๒) อธิจิตตสิกขา สิกขาคือจิตอันยิ่ง ข้อปฏิบัติฝึกอบรมจิตเพื่อให้เกิดคุณธรรม เช่น สมาธิอย่างสูง และ ๓) อธิปัญญาสิกขา สิกขาคือปัญญาอันยิ่ง ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมปัญญาเพื่อให้เกิดความรู้แจ้งอย่างสูง เรียกว่า สิกขา ๓ ว่า ศีล สมาธิ และปัญญา^๒ ดังมีพระพุทธพจน์ที่เน้นย้ำหลักการฝึกฝนพัฒนาตนของมนุษย์ และเร้าเตือน พร้อมทั้งส่งเสริมกำลังใจ ให้ทุกคนมุ่งมั่นในการฝึกศึกษาพัฒนาตนจนถึงที่สุดของการดำเนินชีวิต

เมื่อมีการศึกษาและทำความเข้าใจของการฝึกฝนแล้ว อีกหลักธรรมหนึ่งที่จะเป็นเครื่องช่วยทำให้เจริญ มีการฝึกฝนพัฒนาตนไปสู่การดำเนินชีวิตที่ดีงามยิ่งขึ้นไป คือหลักของ ภาวนา ๔ ที่ผู้วิจัยนำมาเป็นหลักในการศึกษาค้นคว้าทำวิจัยเรื่องนี้ เพื่อให้ทราบถึงหลักการดำเนินชีวิตที่ดีงามตามหลักของภาวนา ๔ อันหมายถึง การเจริญ, การทำให้มีขึ้น, การฝึกอบรม, การพัฒนา ได้แก่ ๑) กายภาวนา หมายถึง การเจริญกาย พัฒนากาย การฝึกอบรมกาย ให้รู้จักติดต่อกันเกี่ยวข้องกับสิ่งทั้งหลายภายนอกทางอินทรีย์ทั้ง ๕ ด้วยดี และปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ มิให้เกิดโทษ

^๑นางสาวพิชญรัตน์ บุญช่วย, “การศึกษากระบวนการสร้างภาวนา ๔ โดยใช้หลักไตรสิกขา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ๑.

^๒ที.ปา. ๑๑/๒๒๘/๒๓๑, อัง.ติ.ก. ๒๐/๕๒๑/๒๙๔.

ให้กุศลธรรมงอกงาม ให้กุศลธรรมเสื่อมสูญ การพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ๒) สीलภาวนา หมายถึง การเจริญศีล พัฒนาความประพฤติ การฝึกอบรมศีล ให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดี เกื้อกูลซึ่งกันและกัน ๓) จิตภาวนา หมายถึง การเจริญจิต การพัฒนาจิต การฝึกอบรมจิตใจ ให้เข้มแข็งมั่นคงเจริญงอกงามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีเมตตากรุณา ขยันหมั่นเพียร อดทนมีสมาธิ และสดชื่น เบิกบาน เป็นสุขผ่องใส เป็นต้น และ ๔) ปัญญาภาวนา หมายถึง การเจริญปัญญา การพัฒนาปัญญา การฝึกอบรมปัญญา ให้รู้และเข้าใจสิ่งทั้งหลายทั้งปวงตามความเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นโลก และชีวิตตามสภาวะ สามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ ทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลส และปลอดโปร่งพ้นจากความทุกข์ แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญา ในบาลีที่มา ท่านแสดงภาวนา ๔ นี้ ในรูปที่เป็นคุณสมบัติของบุคคล จึงเป็น ภาวิตกาย ภาวิตศีล ภาวิตจิต ภาวิตปัญญา หมายถึงผู้ได้เจริญกาย ศีล จิต และปัญญา แล้วบุคคลที่มีคุณสมบัติชุดนี้ครบถ้วนย่อมเป็นพระอรหันต์^๓

ในด้านการพัฒนาทางด้านกายนั้น เป็นการพัฒนาที่มีความสัมพันธ์ต่อสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ โดยเฉพาะทางด้าน อินทรีย์ทั้ง ๕ ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น และกาย ให้มีการเกื้อกูลกันและกัน ด้านสीलภาวนา เป็นการเจริญศีล พัฒนาศีล พัฒนาความสัมพันธ์ และความประพฤติ ให้อยู่ร่วมกัน โดยตั้งอยู่ในระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกันกับผู้อื่นในสังคมด้วยดี ด้านจิตภาวนา เป็นการพัฒนาจิต ทำให้จิตมีความเข้มแข็ง มั่นคง มีความเมตตากรุณา ขยันหมั่นเพียร เป็นสุข ผ่องใสดีงาม เจริญงอกงามด้วยคุณธรรม และด้านปัญญาภาวนา เป็นการพัฒนาด้านปัญญา ให้มีการเสริมสร้างฝึกฝนปัญญาให้มีความรู้ชัดในความเป็นจริงเป็นปัจจุบัน รู้และเข้าใจในสิ่งที่เรียนรู้แจ้งในโลก ใช้ชีวิตตามสภาวะ สามารถแก้ไขปัญหาด้วยปัญญา มีชีวิตที่ดีงามโดยปราศจากทุกข์ทั้งปวง

ดังนั้น หลักภาวนาทั้ง ๔ ในพระพุทธศาสนา เป็นหลักธรรมที่ยึดโยงเกี่ยวกับหลักการดำเนินชีวิตที่ดีงาม เพราะฉะนั้นผู้วิจัยสนใจศึกษา หลักของภาวนา ๔ ประการ ซึ่งท่านจำแนกไว้ว่า คนเราจะต้องมีภาวนา ๔ ด้าน คือ

๑. พัฒนาด้านกาย เรียกว่า กายภาวนา
๒. พัฒนาด้านศีล เรียกว่า ศीलภาวนา
๓. พัฒนาด้านจิต เรียกว่า จิตภาวนา
๔. พัฒนาด้านปัญญา เรียกว่า ปัญญาภาวนา^๔

คำว่า ภาวนาใน ภาษาบาลี-อังกฤษ แปลเป็น development ภาวนาเราแปลว่าพัฒนา ฝรั่งแปลว่า development ซึ่งก็ตรงกัน แล้วภาวนาก็มี ๔ development ก็มี ๔ ตรงกันอีก คือ

๑. พัฒนากาย หรือพัฒนาทางกาย ได้แก่ Physical development ตรงกับ กายภาวนา
๒. พัฒนาศีล หรือพัฒนาทางสังคม ได้บอกแล้วว่า ศीलคือการอยู่ร่วมสังคมโดยไม่เบียดเบียนกัน แต่มีชีวิตที่เกื้อกูลต่อกัน และมีวินัยจึงได้แก่ Social development ตรงกับ ศीलภาวนา
๓. พัฒนาจิตใจ หรือพัฒนาทางอารมณ์ เรื่องอารมณ์ที่เพี้ยนมาในภาษาไทยปัจจุบัน ก็คือเรื่องของจิตใจนั่นเอง พัฒนาด้านนี้ จึงได้แก่ Emotional development ตรงกับ จิตภาวนา

^๓ อจ. ปญจก. ๒๒/๗๙/๑๒๑.

^๔ พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตโต) ตัดทอน จากหนังสือเรื่อง “รุ่งอรุณของการศึกษา เบิกฟ้าแห่งการพัฒนาที่ยั่งยืน” มปป.

๔. พัฒนาปัญญา หรือพัฒนาการทางปัญญา ได้แก่ Intellectual development ตรงกับ ปัญญาภาวนา^๕ แต่ความหมายมีนัยที่แยกกัน ต่างกัน กว้างกว่ากัน หรือลึกกว่ากันบ้าง เพื่อนำไปสู่ เป้าหมายหรือจุดหมายนั้นก็คือ การพัฒนาดนของแต่ละคนให้เข้าถึง อตตะ^๖ คือเข้าถึงจุดมุ่งหมายของการดำเนินชีวิตในระดับต่างๆ คือ

๑. เริ่มด้วยชีวิตระดับรูปธรรม หรือชีวิตด้านนอก ซึ่งเกี่ยวข้องกับสิ่งที่ตามองเห็น เช่น ให้พึ่งตนเองได้ในทางเศรษฐกิจ ให้พึ่งตนได้ในทางสังคม โดยอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ดี มีความเจริญก้าวหน้าในสังคม มีฐานะตำแหน่งเป็นที่ยอมรับนับถือ เป็นต้น ซึ่งเป็นขั้นที่ทางพระเรียกว่า **ทิฐฐัมมิกัตถะ** คือ ประโยชน์ที่ตามองเห็นอันเป็นประโยชน์ในขั้นของจุดหมายสามัญเป็นอิสรภาพของชีวิตด้านนอก หรืออิสรภาพทางกายภาพและทางสังคมขั้นนี้แม้จะเห็นว่าสำคัญ แต่ก็ไม่เพียงพอ ถ้ามีได้เพียงขั้นนี้ ไม่มีขั้นที่ ๒ จะไม่ปลอดภัยในชีวิต

๒. ต้องเข้าถึงจุดหมายในทางชีวิตจิตใจที่ลึกซึ้งลงไป คือมีจิตใจที่ดงาม เชื่อมั่นในความดีและการกระทำสิ่งที่ถูกต้องดีงาม มีคุณธรรมและรู้จักเสียสละสร้างสรรค์ทำประโยชน์ต่างๆ มีปัญญาอุปการด้วยวิจยญาณ ซึ่งทำให้เกิดความมั่นใจและความสุขในบุญกุศล หรือการมีชีวิตที่มีคุณค่า ซึ่งเรียกว่า **สัมปรายิกัตถะ** คือ ประโยชน์ที่เลยจากที่ตามองเห็น เป็นอิสรภาพของชีวิตด้านใน ที่ปลอดภัยพ้นจากความชั่วร้ายตกต่ำ และความทุกข์ที่ร้ายแรงในขั้นที่เรียกว่าตกอบาย

๓. สุดท้ายคือ **ปรมัตถะ** แปลว่า ประโยชน์สูงสุด คือถึงขั้นที่มีจิตใจเป็นอิสระด้วยปัญญาที่รู้ความจริง อย่างที่เรียกว่ารู้แจ้งสังขารหรือรู้เท่าทันโลกและชีวิต ไม่ตกเป็นทาสของสิ่งทั้งหลาย ไม่หวั่นไหวตามความเป็นไปภายนอก เป็นภาวะเต็มอิ่มสมบูรณ์ ซึ่งมีแต่ความสุขที่โปร่งเบา ไร้ทุกข์ เป็นอิสรภาพขั้นสูงสุดหรือขั้นสุดท้าย ที่ความเป็นอิสระของชีวิตจิตใจถึงขั้นเป็นภาวะเด็ดขาดสิ้นเชิง เพราะปัญญากำจัดเหตุปัจจัยแห่งความติดข้องของจิตหมด^๗ สิ้นแล้วในสังสารวัฏ

สำหรับคนธรรมดาทั่วไปที่ยังมีจิตใจไม่เป็นอิสระไม่ถึงปรมัตถ์ ก็ต้องอาศัยสิ่งภายนอกมาเป็นปัจจัยช่วยให้ได้รับความสุข ความสุขของเขาขึ้นต่อวัตถุ ต้องอาศัยสิ่งบำรุงบำเรอ หรือแหล่งความสุขจากภายนอก ถ้าไม่มีอะไรภายนอกมาช่วยให้ได้เสพได้บริโภค เป็นต้น ก็เป็นทุกข์ ไม่สบาย ไร้ความสุข อย่างนี้เรียกว่ามีแต่สามิสสุข พูดสั้นๆ ว่า ความสุขที่ยังพึ่งพาวัตถุแต่ถ้าได้พัฒนาดนขึ้นไปถึงปรมัตถ์แล้ว หรือแม้แต่ในแนวทางของปรมัตถ์ ก็จะมีนิรามิสสุข สุขที่ไม่ต้องอิงอาศัยามิส ไม่ต้องขึ้นต่อสิ่งภายนอก มีความสุขได้โดยลำพังตัว เป็นตัวของตัวเอง เป็นความสุขแบบอิสระ เป็นการพึ่งตัวเองได้ด้วยความมีอิสรภาพทางจิตทางปัญญาการพึ่งตนได้ ก็มีหลายขั้นเป็นระดับๆ ขึ้นมา เริ่มแต่พึ่งตนได้ทางรูปธรรม ไม่ต้องขึ้นต่อผู้อื่นในด้านวัตถุภายนอก ในทางสังคม ในทางจิตใจ จนถึงพึ่งตนได้ในทางปัญญา จึงเข้าถึงอิสรภาพอย่างแท้จริง^๘

รวมความว่า การพึ่งตนเองได้ก็คือ มีอิสรภาพในระดับต่างๆ จนถึงอิสรภาพสูงสุด ทั้งหมดนี้จึงกลับเข้าสู่หลักข้างต้น ที่ว่า รู้ความจริงของสิ่งทั้งหลายทั้งปวง เข้าถึงสัจธรรมแห่งความจริงของชีวิต

^๕ พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตโต) **ธรรมบุญชีวิต** (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมมิก จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๗-๘

^๖ อตตะ คือจุดหมายของชีวิต ๓ ขั้น **ธรรมบุญชีวิต** พิมพ์ครั้งที่ ๓๖ (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัทสหธรรมมิก จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๘ - ๙

^๗ พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตโต) ตัดทอน จากหนังสือเรื่อง “รุ่งอรุณของการศึกษา เบิกฟ้าแห่งการพัฒนาที่ยั่งยืน” มปป.

^๘ เรื่องเดียวกัน, ข้างแล้ว หน้า ๔.

จึงจะสามารถดำเนินชีวิต หรือปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลายเหล่านั้นได้ ก็จะสอดคล้องกับหลักความจริง เป็นผู้ มีจริยธรรม นำไปสู่การแก้ปัญหาได้สำเร็จ ไร้ทุกข์ เกิดมีอิสรภาพขึ้นมาอย่างแท้จริง

จากประเด็นปัญหาดังกล่าวมานี้ ผู้วิจัยเห็นว่าเป็นประเด็นที่ควรจะศึกษาค้นคว้าอย่างละเอียดให้ทราบถึงแนวคิด ของแต่ละข้อ ที่ยึดโยงกันเป็นระบบนำไปสู่เป้าหมายที่เรียกว่า อัตถะ ของ การดำเนินชีวิตที่ดั่งงามในทางพระพุทธศาสนาต่อไป

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาชีวิตตามแนวพระพุทธศาสนา

๑.๒.๒ เพื่อศึกษาหลักภavana ๔

๑.๒.๓ เพื่อศึกษาวิเคราะห์การดำเนินชีวิตตามหลักภavana ๔ ในพระพุทธศาสนา

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

๑.๓.๑ การดำเนินชีวิตตามแนวของพระพุทธศาสนาเป็นอย่างไร

๑.๓.๒ การดำเนินชีวิตตามหลักภavana ๔ มีลักษณะอย่างไร

๑.๓.๓ การวิเคราะห์ใช้การดำเนินชีวิตตามหลักภavana ๔ คือ อย่างไร

๑.๔ ขอบเขตของการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร ซึ่งมีขอบเขตการวิจัย ดังนี้

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหาผู้วิจัยมุ่งศึกษาตามกรอบวัตถุประสงค์ คือ ศึกษาแนวคิดการ ดำเนินชีวิตที่ดั่งงามตามแนวทางของพระพุทธศาสนา ศึกษากระบวนการพัฒนาชีวิตตามหลักภavana ๔ ประการ ในพระพุทธศาสนา และวิเคราะห์การดำเนินชีวิตที่ดั่งงาม ตามหลักในพระพุทธศาสนา

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านเอกสาร ผู้วิจัยจะศึกษาสืบค้นเอกสาร ได้แก่ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา หนังสือวิชาการ ตำรา บทความ วิทยานิพนธ์ เอกสารที่ปรากฏบนสื่อออนไลน์ และ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องนี้

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

การดำเนินชีวิตตามหลักภavana ๔ หมายถึง การพัฒนาที่เกิดขึ้นจากการฝึกอบรมตนเอง ในหลักทั้ง ๔ ด้าน คือ;

(๑) ด้านกายภavana คือการพัฒนาฝึกฝนอบรมกาย หมายถึง พัฒนาอินทรีย์ทั้ง ๕ อันได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจให้มีอินทรีย์สังวรความสำรวมในอินทรีย์รู้จักระมัดระวังรักษาตนไม่ให้ก่อโทษทาง กาย โดยควบคุมความเป็นอยู่ไม่ให้เกิดความต้องการที่ฟุ้งเฟ้อเกินพอดีรู้จักจัดระเบียบตนเองในการ ปรากฏตัวต่อสาธารณะ ด้วยความสงบเรียบร้อย ซึ่งเป็นการพัฒนาความสัมพันธ์ที่เกื้อกูลต่อ สิ่งแวดล้อม และต้องรู้จักปรับตนเองให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพหรือทางวัตถุที่เหมาะสม

(๒) ด้านศีลภavana หรือ การพัฒนาความประพฤติที่เกี่ยวข้องกับการอยู่ร่วมกับผู้อื่นใน สังคม ให้อยู่ในระเบียบวินัย มีความซื่อสัตย์ไม่คดโกง มีความรับผิดชอบต่อภาระหน้าที่ต่าง ๆ โดยไม่ เบียดเบียน หรือ ก่อความเดือดร้อนเสียหายทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น เป็นไปเพื่อเกื้อกูลประโยชน์ซึ่งกัน และกัน

(๓) จิตภavana หรือ การพัฒนาจิตให้เจริญงอกงามในคุณธรรมความดีงามทั้งหลายรวมถึง การมีสติตั้งมั่น มีสมาธิ มีความเพียรพยายามอดทนต่อการฟันฝ่าอุปสรรคเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย

นอกจากนี้ ยังเป็นการพัฒนาจิตใจให้สดชื่น เบิกบาน เป็นสุขอยู่เสมอ โดยไม่ตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของอารมณ์อันน่าปรารถนา (อิฏฐารมณ์) และไม่น่าปรารถนา (อนิฏฐารมณ์)

(๔) ปัญญาภาวนา หรือ การพัฒนาปัญญาให้รู้จักและเข้าใจโลกและชีวิตได้ตรงตามความเป็นจริง รู้เท่าทันความรู้สึกนึกคิดของตนเอง สามารถจัดการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยการปล่อยวาง ความทุกข์ทั้งมวล และเป็นอิสระ ปลอดโปร่งพ้นจากกิเลส

๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสาร ตำรา วิชาการ หนังสือ สารนิพนธ์ วิทยานิพนธ์ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ตามลำดับดังต่อไปนี้

๑.๖.๑ เอกสารที่เกี่ยวข้อง

ชาติชาย พัทธกษณาคม(รศ.ดร.) ได้กล่าวในบทความสารนิพนธ์เรื่อง การพัฒนาพฤติกรรมตามหลักภาวนา ๔^๙ การพัฒนาตนเป็นกระบวนการปรับเปลี่ยนและจัดระบบพฤติกรรมให้สอดคล้องกลมกลืน เหมาะสมทั้งในด้านของตนเอง และการสร้างความสัมพันธ์กับสังคม คนต้องพัฒนาตนเองตลอดชีวิต คนหรือมนุษย์ เป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าสูงสุด และมีประโยชน์มากที่สุด ทั้งนี้เพราะทรัพยากรอื่น ๆ แม้จะมีชีวิตก็หาไม่มีสติปัญญาเท่าคนไม่ ส่วนทรัพยากรที่ปราศจากชีวิตนั้น หากคนไม่นำมาใช้ก็หาประโยชน์มิได้ และคนที่เป็ทรัพยากรที่มีคุณค่าหรือคนจะเป็นมนุษย์ได้สมบูรณ์นั้น จะต้องเป็นผู้ที่ได้รับการพัฒนาตนเอง ด้วยการเปลี่ยนแปลงตนเองโดยอาศัยความรู้จากศาสตร์ต่าง ๆ

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) กล่าวไว้ในหนังสือ พุทธธรรม^{๑๐} ชีวิต คือความเป็นอยู่ ความมีชีวิตอยู่ ยังดำเนินในกิจกรรมต่าง ๆ ของตนเอง และสังคมได้อย่างอิสระ ในฐานะที่ยังมีชีวิตอยู่ ชีวิตเปรียบเหมือนรถที่วิ่งได้ เพราะมันประกอบด้วยชิ้นส่วนต่าง ๆ ของมันไว้เรียบร้อยแล้ว โดยมีน้ำมันหล่อลื่น มีธาตุทั้ง ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลาม และมีรูปเวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ แต่เมื่อมีคนขับสตาร์ทเครื่องได้ที่แล้วมันก็วิ่งไปได้ตามที่คนจะขับไปในที่ไหน ๆ ตามที่ต้องการ

พระพรหมคุณาภรณ์(ป.อ.ปยุตฺโต) กล่าวไว้ในหนังสือ ธรรมานุญชีวิต พุทธจริยธรรม เพื่อชีวิตที่ดีงามว่า คนเราที่จะฝึกตนให้เป็นคนดีงามโดยสมบูรณ์นั้น ไม่ว่าจะเป็นผู้ใหญ่ หรือเด็กและเยาวชนก็ตาม ต้องมีคุณสมบัติ ๗ ประการ กล่าวคือ (๑) กัลยาณมิตรตตา ความเป็นผู้เป็นมิตรที่ดีงาม โดยแสวงหาแหล่งปัญญาและแบบอย่างที่ดีงาม อยู่ร่วมกับกัลยาณชน เริ่มต้นแต่พ่อและแม่เป็นมิตรในเรือน เป็นเพื่อนในบ้าน เป็นผู้บริหรในครอบครัว รู้จักคบกับคน และเข้าร่วมในสังคมกับกัลยาณชน (๒) สีสัมปทา ถึงพร้อมด้วยศีล รักษาศีลได้ ไม่ต่างพร้อย เป็นฐานพัฒนาชีวิตให้ดีขึ้น(๓) ฉันทสัมปทา ถึงพร้อมด้วยความพอใจ (๔) อุตตสัมปทา ถึงพร้อมด้วยตน (๕) ทิฏฐิสัมปทา ถึงพร้อมด้วยความเห็น (๖) อัปปมาทสัมปทา ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท (๗) โยนิโสมนสิการสัมปทา ถึงพร้อมด้วยการกระทำไว้ในใจโดยอุบายอันแยบคาย^{๑๑} ดังนี้

พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ.๙) ได้กล่าวไว้ในหนังสือ ทาง ๗ สาย เกี่ยวกับมนุษย์ที่แท้จริงว่า มนุษย์นั้น ตามความหมายทางภาษาบาลี ก็แปลได้หลายนัยคือ แปลว่า ผู้มี

^๙ชาติชาย พัทธกษณาคม(รศ.ดร.), สารนิพนธ์เรื่อง การพัฒนาพฤติกรรมตามหลักภาวนา ๔, ๒๕๕๗หน้า ๒๓.

^{๑๐}พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) พุทธธรรม,โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หน้า ๑๕-๓๐.

^{๑๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), ธรรมานุญชีวิต,พิมพ์ครั้งที่ ๑๕, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัทสหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๑๕-๑๘.

ใจสูง ผู้รู้สิ่งที่เป็นประโยชน์และรู้สิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ ผู้เป็นเหล้ากอของท่านผู้รู้ ผู้ที่จะได้เกิดมาเป็นมนุษย์ ก็เพราะได้อาศัยธรรมะของมนุษย์ได้แก่ ศีล ๕ ปั่นแต่งให้เป็นคนที่เรียกว่า มนุสสกุโธ ถ้าใครขาดธรรมะทั้ง ๒ หมวดนี้ ก็จัดว่าเป็นคนไม่เต็มคน ส่วนมนุสสเทโว นั้น คือ มนุษย์เทวดา ได้แก่ มนุษย์ผู้มีศีล ๕ มันเป็นนิมิตแล้ว ยังหมั่นให้ท่าน เรียนธรรม ฟังธรรม ปฏิบัติธรรม ไหว้พระ สวดมนต์ มีหิริ ความละอายต่อบาป มีหิริโอตตปปะ ความเกรงกลัวต่อบาปอยู่เสมอเรียกว่าผู้มีใจสูง ดุจเทวดา และนอกจากนั้นยังปฏิบัติตามเทวธรรม ๗ ประการ บำรุงเลี้ยงมารดาและบิดาประพฤติดอ่อนน้อมถ่อมตนต่อบุคคลผู้เจริญในตระกูล พุดจาไพเราะ เสนาะหู อ่อนหวาน นุ่มนวล ไม่พุดจาส่อเสียดต่อผู้อื่น ละความตระหนี่เหนียวแน่น รักษาคำสัตย์และไม่มีความโกรธ^{๑๒}

พระเทพวิสุทธิเมธี (พุทธทาสภิกขุ) ได้กล่าวไว้ในหนังสือธรรมะสำหรับครูว่า ชีวิตนี้เป็นสิ่งที่คนเรามองต่างกัน มีมุมมองไม่เหมือนกัน ชีวิตมีหลายแง่หลายมุม มีความสุข มีความทุกข์ ผสมผสานกัน ชีวิตคือความเป็นอยู่ เป็นชีวิตที่ยังไม่ตาย ยังเคลื่อนไหวได้ เดินไปไหนมาไหนได้เสมอ ทำงาน กิจกรรม กิจกรรมต่าง ๆ ได้เสมอ และเราเกิดมาแล้ว อยู่เพื่ออะไร อยู่เพื่อทำอะไร เราอยู่เพื่อกิน เพื่อสมาคมกับเพื่อนฝูง เพื่อทำบุญให้ท่าน รักษาศีล เจริญภาวนา เพื่อทำความดีแก่ตนเองบ้าง โดยไม่ทำบาปทั้งปวง ทำบุญกุศลอยู่เสมอและทำจิตใจให้ผ่องใสเพื่อจะได้ดำเนินชีวิตไปด้วยความดีงามตลอดไปในชาตินี้และชาติหน้า^{๑๓}

พระไพศาล วิสาโล กล่าวไว้ในหนังสือ พุทธศาสนากับคุณค่าต่อชีวิตว่า^{๑๔} ชีวิตนั้นมีคุณค่าควรแก่การดำรงอยู่ อันเราพึงทะนุถนอม และเอาใจใส่ ให้บังเกิดความเจริญงอกงาม แต่การบำรุงเลี้ยงชีพนั้น มิได้หมายความว่า เพียงแก่การเลี้ยงดูทางกายด้วยอาหาร และโภชนาการเท่านั้นหากแต่ควรรวมไปถึงการสรรหาสิ่งที่ดีงามให้แก่จิตใจด้วยธรรมชาติดีที่เจียบสงบ วิถีชีวิตที่ไม่ยุ่งเหยิง มิตรภาพและความจริงใจ จากบุคคลที่แวดล้อม ล้วนเป็นสิ่งที่จิตใจใฝ่หาแต่ปัจจัยภายนอกเหล่านั้น หาพอเพียงไม่ ชีวิตยังต้องการ การอบรมบ่มนิสัยเฉพาะภายในด้วย เพื่อให้จิตมีคุณภาพและปัญญา เป็นคุณสมบัติที่ประทับใจ ซึ่งในที่สุดแล้วย่อมอำนวยให้ชีวิตบรรลุถึงความอิสรภาพที่แท้จริง

มบุญ วงศ์นารี กล่าวไว้ในหนังสือ คู่มือ การดำเนินชีวิตที่ถูกต้องของมนุษย์ว่า^{๑๕} คนเราเมื่อเกิดมามีชีวิตอยู่แล้วก็ต้องแสวงหาคุณงามความดี เพื่อจะทำให้ชีวิตของตนเองงดงามให้จงได้ ทั้งทางกาย วาจา และใจ คนเราเมื่อโอกาส แต่มีใช้ใช้โอกาสนั้นทำคุณประโยชน์อันใดให้แก่ชาวโลก ถือว่าเราเกิดมาแล้วเป็นคนไร้ค่าราคาทอง เพราะฉะนั้น คนเราเมื่อเกิดมาแล้ว ต้องทำงานให้แก่ตนเองบ้างไม่มากนักน้อย ตามกำลังทรัพย์ กำลังกาย กำลังปัญญาและอย่าลืมทำบุญให้ท่าน รักษาศีลด้วยเพื่อชีวิตที่ดีงามไปตลอดกาล

^{๑๒} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ ป.ธ.๙) ทาง ๗ สาย, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๙, หน้า ๑๐-๑๒.

^{๑๓} พระเทพวิสุทธิเมธี (พุทธทาสภิกขุ) ธรรมะสำหรับครู, (กรุงเทพมหานคร : สำนักงาน ประถมศึกษาแห่งชาติ, ๒๕๒๙), หน้า ๘๙-๙๑.

^{๑๔} พระไพศาล วิสาโล, พุทธศาสนากับคุณค่าต่อชีวิต, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทธรรมสาร จำกัด, ๒๕๓๐), หน้า ๕.

^{๑๕} มบุญ วงศ์นารี, คู่มือการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องของมนุษย์, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๓๙), หน้า ๔๘-๕๐.

พิน ดอกบัว ได้กล่าวไว้ในหนังสือ พระพุทธศาสนากับคนไทยว่า^{๑๖} คนไทยได้นับถือพระพุทธศาสนานานกว่า ๒๐๐๐ กว่าปี เพราะฉะนั้น คนไทยจึงมีความสัมพันธ์แบบแนบแน่นกับพระพุทธศาสนา กลายเป็นวิถีชีวิตและการดำเนินชีวิตประจำวันที่ดีงามของคนไทย จึงเกี่ยวพันกับพระพุทธศาสนาตลอดมา คนไทยจะจัดว่าเป็นคนที่สมบูรณ์แบบนั้น จะต้องมีการทำบุญให้ทาน จะเป็นอามิสทาน หรือธรรมทานก็ได้ จะต้องมีการรักษาศีล ๕ หรือศีล ๘ เป็นประจำก็ได้ จะต้องเจริญภาวนาเป็นประจำ หมั่นไหว้พระสวดมนต์ ทั้งเช้าและเย็น หมั่นแผ่เมตตา กรวดน้ำ หมายทานให้แก่คนและสรรพสัตว์ทั้งหลายตลอดถึงเทวดา ภูตผี ปีศาจ เจ้ากรรมนายเวร และนำหลักธรรมมาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ตัวอย่างธรรมะที่ควรนำมาปฏิบัติเพียงย่อ ๆ ดังต่อไปนี้ ธรรมสำหรับตระกูลที่ตั้งอยู่ได้ ๔ ประการ คือ (๑) อุภูฐานสัมปทา ถึงพร้อมด้วยความหมั่น (๒) อารักขสัมปทา ถึงพร้อมด้วยการรักษาทรัพย์สินที่หามาได้ (๓) กัลยาณมิตตตา ความเป็นผู้ที่มีเพื่อนที่ดีงาม (๔) สมชีวิตา การเลี้ยงชีวิตตามควรแก่ฐานะของตน หลักธรรมสำหรับความสำเร็จแห่งกิจการทั้งปวง ๔ ประการ คือ (๑) ฉันทะ สร้างความพอใจในสิ่งนั้น ๆ ให้มา (๒) วิริยะ พากเพียรพยายามทำสิ่งนั้น ๆ ให้สำเร็จ (๓) จิตตะ เอาใจใส่ต่อเรื่องนั้น ๆ หมั่นคิดถึงบ่อย ๆ และ (๔) วิมังสา หมั่นตรិตรองพิจารณาหาเหตุผลในเรื่องนั้น ๆ เป็นต้น

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้เขียนไว้ในหนังสือ การสร้างสรรค์ปัญญาเพื่ออนาคตของมนุษยชาติ สรุปได้ว่า มนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐแต่ไม่ใช่เป็นคำกล่าวตามหลักพระพุทธศาสนา ถ้าจะให้ถูกต้องตามหลักพระพุทธศาสนาจะต้องพูดว่า มนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐด้วยการฝึก ถ้าไม่ฝึกแล้วหาประเสริฐไม่ การฝึกก็คือทำให้พัฒนาขึ้นด้วยสติปัญญาเป็นต้น มนุษย์เป็นสัตว์ที่ต้องฝึกจึงจะประเสริฐ เพราะเหตุใดเพราะมนุษย์อาศัยสัตตยชาติญาณได้น้อย ไม่เหมือนสัตว์ประเภทอื่น ซึ่งเกิดมาแล้วก็อยู่ได้ด้วยสัตตยชาติญาณ แม้แต่คลอดออกมาวันนั้น อย่างลูกห่าน ก็เดินได้เลย วายน้าได้ทันทีหากินได้ทันที แต่มนุษย์เป็นสัตว์ที่ต้องฝึกฝนพัฒนา โดยเฉพาะสิ่งที่เรียกว่าปัญญามาใช้ดำเนินชีวิตแทนที่จะอยู่อย่างสัตว์อื่นที่เป็นไปตามสัตตยชาติญาณ แต่มนุษย์ส่วนใหญ่ไม่รู้ตัวไม่รู้หลักการไม่รู้ธรรมชาติอันนี้ การเรียนรู้ การฝึก การหัดนั้นจำเป็นเพื่อให้ตัวดำเนินชีวิตอยู่ได้ก็เรียน ก็ฝึก ก็หัดไปด้วยความจำเป็นจำใจ พอทำได้ก็หยุดฝึก จึงไม่พัฒนาเท่าที่ควร ถ้าเขารู้ธรรมชาติแห่งชีวิตของตนเอง รู้หลักการของชีวิตมนุษย์อย่างนี้แล้วว่า ชีวิตที่ดีของมนุษย์ได้มาด้วยการเรียนรู้ ฝึกฝน พัฒนา ต้องมีสิกขา ถ้าเราฝึกฝนพัฒนาเรียนรู้อยู่เรื่อยชีวิตของเราก็จะดีงาม จนมีชีวิตที่ประเสริฐ^{๑๗}

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้กล่าวถึงความหมายของการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในหนังสือ การศึกษากับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ว่า การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์นั้นจะแตกต่างจากคำว่า การพัฒนามนุษย์ สองคำนี้ไม่เหมือนกันทีเดียวในเวลานี้เราเน้นการพัฒนามนุษย์เราต้องเข้าใจเกี่ยวกับความหมายของคำว่าพัฒนามนุษย์ที่ต่างจากคำว่าพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ซึ่งหมายถึงการพัฒนาคนในฐานะเป็นทรัพยากรอย่างหนึ่ง เราควรหันมาสนใจในการพัฒนามนุษย์มากกว่าเมื่อเราพัฒนาเขาเหล่านั้นได้แล้วก็เหมือนกับเป็นทุน เป็นปัจจัยที่มีประสิทธิภาพในการพัฒนาเศรษฐกิจและ

^{๑๖} พิน ดอกบัว, พระพุทธศาสนากับคนไทย, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์โสภณการพิมพ์, ๒๕๔๒), หน้า ๓๐๐-๓๐๔.

^{๑๗} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), การสร้างสรรค์ปัญญาเพื่ออนาคตของมนุษยชาติ, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๐), หน้า ๓๐.

สังคมต่อไป^{๑๘}

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้ให้ความหมายการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์แบ่งออกเป็น ๒ ประเภท คือ ทรัพยากรมนุษย์นั้นเป็นการมองมนุษย์ในฐานะทรัพยากร คือ เป็นทุนเป็นปัจจัยในการที่จะนำมาพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม ส่วนการพัฒนาคนโดยมองคนในฐานะเป็นมนุษย์มีความหมายว่ามนุษย์มีความเป็นมนุษย์ของเขาเองชีวิตมนุษย์นั้นมีจุดหมายของชีวิตคือ ความสุขอิสรภาพ ความดีความงามของชีวิต ซึ่งเป็นเรื่องเฉพาะตัวบุคคล^{๑๙}

พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) ได้อธิบายถึงการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ไว้ว่า การศึกษาอบรมในพระพุทธศาสนายึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ดังจะเห็นได้จากการจัดการเรียนการสอนให้สอดคล้องกับพัฒนาการและวุฒิภาวะของผู้เรียน โดยที่พระพุทธเจ้าทรงเทียบความพร้อมในการศึกษาเล่าเรียนของบุคคลเข้ากับบัวสี่เหล่า และทรงจำแนกประเภทของบุคคลที่จะเข้ารับการศึกษอบรมไปตามจริต ๖ และที่สำคัญคือ พระพุทธเจ้ามุ่งให้ผู้เรียนลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง ตัวอย่างเช่น การบริหารงานบุคคลในพระพุทธศาสนา เริ่มตั้งแต่การรับคนเข้ามาบวช ที่ต้องมีการกลั่นกรองโดยคณะสงฆ์ พระพุทธเจ้าทรงมอบความเป็นใหญ่ให้คณะสงฆ์ในการให้การอุปสมบทแก่กุลบุตร เมื่อบวชเข้ามาแล้ว พระบวชใหม่จะต้องได้รับการฝึกหัดอบรมและการศึกษาเล่าเรียนจากพระอุปัชฌาย์โดยอยู่ภายใต้การปกครองดูแลของท่านจนบรรพชาครบ ๕ พรรษา^{๒๐}

บุญเลิศ ไพรินทร์ ให้ความหมายการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ หมายถึง กระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทั้งมวลอันอาจได้แก่การเปลี่ยนแปลงด้านความรู้ความสามารถ ทักษะและทัศนคติโดยอาศัยกระบวนการเรียนรู้ในรูปแบบต่าง ๆ ซึ่งจะครอบคลุมกระบวนการจัดการศึกษาให้ทุกคนและทุกระดับได้มีความรู้ ความสามารถ มีทักษะและทัศนคติอันพึงปรารถนาของสังคมและประเทศชาติและรวมถึงการฝึกอบรม การสอนงานการสับเปลี่ยนหมุนเวียน หรือแม้แต่กระบวนการในการพัฒนาตนเองอีกด้วย^{๒๑}

๑.๖.๒ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ทวิรัตน์ นาคเนียม ได้ศึกษาการวิจัยเรื่อง“ผลของการฝึกสมาธิที่มีผลต่อการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมของผู้ต้องขัง” ผลการวิจัยพบว่าผู้ต้องขังที่ได้รับการฝึกสมาธิยอมรับว่าการฝึกสมาธิเป็นสิ่งดี มีประโยชน์ต่อตัวเองทำให้จิตใจสงบอารมณ์โกรธลดน้อยลงมีเหตุผลมากขึ้นและสนใจในการศึกษาธรรมะมากขึ้นกรมราชทัณฑ์ควรเน้นการอบรมฟื้นฟูจิตใจโดยใช้วิธีการอบรมสั่งสอนทางด้านศีลธรรม จัดหาสถานที่เหมาะสมในเรือนจำเป็นที่ให้ผู้ต้องขังได้ฝึกสมาธิและกรมราชทัณฑ์ควรให้การอบรม

^{๑๘} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), การศึกษากับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์, (กรุงเทพมหานคร:บริษัทสหธรรมมิก จำกัด, ๒๕๔๒), หน้า ๒.

^{๑๙} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), ทศวรรษธรรมทัศน์พระปิฎก หมวตศึกษาศาสตร์, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๓๔), หน้า ๕๑.

^{๒๐} พระธรรมโกศาจารย์ ศ. (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) พุทธวิธีบริหาร. (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ๓๙.

^{๒๑} บุญเลิศ ไพรินทร์, พฤติกรรมการบริหารงานบุคคล, (กรุงเทพมหานคร : สำนักงานคณะกรรมการข้าราชการพลเรือน, ๒๕๓๘), หน้า ๕.

ทางด้านศาสนา ศีลธรรม และจริยธรรมแก่พนักงานเรือนจำด้วย เพราะเป็นผู้ใกล้ชิดและเป็นแบบอย่างตลอดจนเป็นผู้ให้คุณให้โทษผู้ต้องขัง^{๒๒}

นพรัตน์ พัฒนธัญญา ได้ศึกษางานวิจัย เรื่องการศึกษาวิเคราะห์การพัฒนาบุคคลเพื่อความเป็นผู้นำตามหลักพระพุทธศาสนา ผลการศึกษาพบว่า

๑. ด้านแนวคิดในการพัฒนาบุคคลจะต้องศึกษาวิเคราะห์ถึงองค์ประกอบที่เป็นการตั้งและการฝึกด้านศักยภาพของบุคคลตั้งแต่เยาว์วัยเป็นการส่งเสริมพัฒนาการที่ดีสำหรับเด็กในด้านต่างๆ มุ่งหวังเพื่อสร้างต้นทุนชีวิตที่ดีให้แก่เด็กและเยาวชนเพื่อที่จะทำการพัฒนาให้เป็นมนุษย์เพื่อมนุษย์ทั้งทางด้านร่างกายจิตใจและสติปัญญาในการดำเนินชีวิตของตนและการอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างมีความสุข

๒. ด้วยกระบวนการพัฒนาบุคคลตามหลักไตรสิกขากรรมฐานโดยการตั้งศักยภาพด้านกุศลและผลอกุศลที่มีหลักอิทธิบาท ๔ และหลักคุณธรรมจริยธรรมที่เชื่อมโยงให้เข้ากับจริตของแต่ละบุคคลและกฎธรรมชาติซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญคือเป็นตัวต้นแบบในฐานะผู้นำที่ปกครองบุคลากรของแต่ละหน่วยจากฐานล่างจนถึงการขยายฐานในแต่ละระดับด้วยระบบการปกครองตามหลักทศพิธราชธรรม

๓. ด้านปัญหาคือการขาดผู้นำที่พร้อมไปด้วยจิตวิญญาณของความเป็นผู้นำจึงทำให้เกิดอุปสรรคในการพัฒนาบุคคลในการพัฒนากายจิตและสติปัญญาแนวทางการแก้ไขการพัฒนาบุคคลเพื่อความเป็นผู้นำตามหลักพระพุทธศาสนาเท่านั้นที่จะสามารถแก้ไขปัญหาและอุปสรรคได้ด้วยการคิดนอกกรอบที่เป็นไปได้ของปัจเจกบุคคลพร้อมกับการสร้างและส่งเสริมปรับเปลี่ยนนำมาประยุกต์ใช้ในสังคมไทยโดยต้องประสานการพัฒนาการเรียนรู้ฝึกอบรมคณาจารย์วิจัยทดลองเป็นต้น^{๒๓}

พระพุทธอินันท์ บุญเรือง ได้ศึกษางานวิจัยเรื่องการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์แบบยั่งยืนตามหลักพระพุทธศาสนา” ผลการศึกษาพบว่า มีหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามากมายที่สามารถนำมาปรับใช้กับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในปัจจุบันได้ เช่น หลักทิวฐธัมมิกัตสังวัตตนิกรมมสัมปรายิกัตตสังวัตตนิกรมม อิทธิบาทมรรคสังโยชน์หรือรวมเรียกว่าไตรสิกขาการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์นั้นเป็นการพัฒนาคน หลักธรรมเหล่านี้สามารถนำไปใช้ในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ได้เหมาะสมและเกิดประสิทธิผลซึ่งมีเป้าหมายในการพัฒนาหลักๆ อยู่เพียง ๔ อย่าง คือ การพัฒนากาย การพัฒนาศีล การพัฒนาจิต และการพัฒนาปัญญา^{๒๔}

พระสมศักดิ์ สุนตวาโจ, (สนธิกุล) ได้ศึกษางานวิจัยเรื่อง “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์เชิงพุทธตามแนวของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต)” ผลการศึกษาว่าการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักพระพุทธศาสนาเถรวาทแบ่งออก ๔ ด้านได้ (๑) การพัฒนาทางความประพฤติคือทางกาย

^{๒๒} ทวีรัตน์ นาคเนียม, “ผลของการฝึกสมาธิที่มีผลต่อการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมของผู้ต้องขัง”, ปริญญาพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, ๒๕๓๐.) หน้า ๔๕-๔๖.

^{๒๓} นางสาวนพรัตน์ พัฒนธัญญา, “การศึกษาวิเคราะห์การพัฒนาบุคคลเพื่อความเป็นผู้นำตามหลักพระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, พุทธศักราช, ๒๕๕๑.) หน้า ๕๖-๕๗.

^{๒๔} พระพุทธอินันท์ บุญเรือง, “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์แบบยั่งยืนตามหลักพระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.) หน้า ๒๗.

และวาทะให้มีศีล (๒) การพัฒนาด้านอินทรีย์ ๖ คือให้รู้จักสำรวจอินทรีย์ของตนอย่างมีสติกำกับ (๓) การพัฒนาจิตใจให้เกิดความเข้มแข็งมั่นคงสามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพและ (๔) การพัฒนาด้านปัญญาเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจในการปฏิบัติตนต่อสรรพสิ่งทั้งปวง^{๒๕}

พิชญ์รัชต์ บุญช่วย ได้ศึกษางานวิจัยเรื่องการศึกษาระบบการสร้างภavana ๔ โดยใช้หลักไตรสิกขาผลการศึกษาพบว่าไตรสิกขาเป็นระบบการศึกษาที่เน้นการฝึกอบรมตนเองอย่างเป็นขั้นตอนและมีกระบวนการที่ประสานกันอย่างเป็นพื้นฐานให้แก่กันจนถึงความพ้นทุกข์โดยเริ่มจากการสำรวจระวางกายวาทะใจไม่ให้ตกอยู่ภายใต้การครอบงำของกิเลสและให้มีปกติไม่เบียดเบียนผู้อื่น ต่อเมื่อกายวาทะใจสงบระงับจากอารมณ์ภายนอกแล้วจึงเป็นฐานในการฝึกอบรมจิตให้มีสติตั้งมั่นเกิดสมาธิไม่หวั่นไหวไปตามอำนาจของนิมิต ๕ จนจิตนิ่งสงบเป็นกลางอย่างมีสติอยู่ในสภาพควรแก่การทำงานแล้วจึงสามารถใช้ปัญญาพิจารณาสภาวธรรมที่ปรากฏขึ้นในปัจจุบันขณะจนรู้ทันสภาวะไตรลักษณ์ของสิ่งทั้งหลายทั้งภายในและภายนอกตามความเป็นจริงและรู้แจ้งในอริยสัจ ๔ ทำให้สามารถละกิเลสที่เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ได้โดยสิ้นเชิง^{๒๖}

สยาม ราชวัตร, พระมหา ได้ศึกษาเปรียบเทียบคำสอนเรื่องไตรสิกขาในคัมภีร์วิสุทธิมรรคกับคัมภีร์วิมุตติมรรค ซึ่งผลการวิจัยพบว่า ไตรสิกขาเป็นหลักธรรมด้านการปฏิบัติในพระพุทธศาสนาเป็นกระบวนการศึกษา และกระบวนการปฏิบัติที่ใช้ในการฝึกฝนพัฒนาตนเองให้มีชีวิตที่ดีงาม โดยคัมภีร์วิสุทธิมรรคอธิบายเนื้อหาความที่อ้างอิงข้อมูลต่าง ๆ มาก มีการอธิบายตามแนววิสุทธิ ๗ และญาณ ๑๖ ในขณะที่คัมภีร์วิมุตติมรรคอธิบายไตรสิกขาแบบกระชับสั้น ไม่อ้างอิงข้อมูลมากนัก ไม่มีการวินิจฉัยเนื้อหาความ แต่คัมภีร์ทั้งสองได้ให้คุณค่าทางการศึกษาพระพุทธศาสนาและเป็นต้นแบบการปฏิบัติกรรมฐานที่ดียิ่ง^{๒๗}

สมชาย สิริจินโท, พระมหา (หาชานนท์) ได้ศึกษาเรื่อง “พุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางของพระพุทธทศพรคุณ (สมาน สุมะโธ) จากการศึกษพบว่า ผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางของพระพุทธทศพรคุณ โดยสังเคราะห์หลังเป็น ๒ ด้าน ได้แก่ (๑) ผลในด้านกายที่มีต่อสังคมและชุมชน (๒) ผลในด้านจิตใจและปัญหาที่มีต่อสังคมและชุมชน ซึ่งในข้อแรกมีผลต่อการพึ่งตนเอง หน้าที่ในครอบครัว การอนุรักษ์ศิลปและวัฒนธรรมท้องถิ่นอีสานการสืบสานประเพณีโครงการและการพัฒนาองค์กรของสงฆ์และชุมชน ส่วนในข้อที่สอง เป็นการส่งเสริมความรู้ ด้านปรัชญา และวิชาการทางพระพุทธศาสนาและเป็นการส่งเสริมความรู้เชิงตามอนุรักษ์ไว้มิให้เสื่อมสูญไป^{๒๘}

^{๒๕} พระสมศักดิ์ สุนทวาโจ, (สนธิกุล), “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์เชิงพุทธตามแนวของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต)”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.) หน้า ๓๑.

^{๒๖} พิชญ์รัชต์ บุญช่วย, “การศึกษาระบบการสร้างภavana ๔ โดยใช้หลักไตรสิกขา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๙.) หน้า ก.

^{๒๗} พระมหาสยาม ราชวัตร, “การศึกษาเปรียบเทียบไตรสิกขาในคัมภีร์วิสุทธิมรรคกับคัมภีร์วิมุตติมรรค”, วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๕๓.) หน้า ๔๒.

^{๒๘} พระมหาสมชาย สิริจินโท (หาชานนท์), “พุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางของพระพุทธทศพรคุณ”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.) หน้า ๔๖.

สุนันท์ จนุโสภโณ, พระมหา (ดิษฐ์สุนันท์) ได้ศึกษาเรื่อง “การศึกษาคำสอนเรื่องไตรลักษณ์ในทางพระพุทธศาสนาเถรวาท ผลการศึกษาพบว่า ชีวิตและสิ่งทั้งหลายทั้งปวง ทั้งที่เป็นรูปธรรมและเป็นนามธรรมนั้น ล้วนแล้วแต่ตกอยู่ภายใต้กฎของไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีไข้ตัวตน เพราะมีการเกิดขึ้นแล้วตั้งอยู่แล้วดับไป แต่สาเหตุที่ทำให้บุคคลยังไม่เข้าใจในเรื่องของไตรลักษณ์อย่างแท้จริง เพราะว่ามีอวิชชาความรู้แจ้งและสิ่งอื่นมาปิดบังไตรลักษณ์เอาไว้จนทำให้บุคคลยังไม่เห็นหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าในเรื่องของไตรลักษณ์ เพราะสิ่งที่ปิดบังมี ๓ อย่าง คือ (๑) สันติ ปิดบังอนิจจลักษณะ (๒) อริยาบถ ปิดบังทุกขลักษณะ (๓) ขณสัญญา ปิดบังอนัตตลักษณะ ที่เป็นความจริงของสังขาร คือ ธาตุ ๔ อันได้แก่ ธาตุดิน น้ำ ไฟ ลม และขันธ์ ๕ อันได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ^{๒๙}

อุทัยวรรณ เลาประเสริฐ ได้ศึกษาเชิงวิเคราะห์พุทธวิธีบรรเทาทุกข์ยามเจ็บป่วย จากการศึกษาพบว่า พระพุทธเจ้ามีแนวทางแก้ปัญหาชีวิตในเรื่องสุขภาพร่างกายและความเจ็บป่วยด้วยธรรมโอสธ โดยทรงนำเอาหลักธรรมต่าง ๆ นั้น จัดรวบรวมเป็นหมวดธรรม เรียกว่า โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ โดยนำเอาผลพลอยได้จากการที่ได้ตรัสรู้นี้ไปรักษาโรคต่าง ๆ ทั้งโรคทางกายและโรคทางใจ และผลจากการใช้ธรรมโอสธนั้นรักษาโรคในผู้ป่วยที่เป็นพระอรหันต์พบว่า สามารถรักษาโรคให้หายได้ เพราะฉะนั้นชีวิตของคนเราไม่แน่นอน เมื่อป่วยแล้ว สามารถรักษาได้ด้วยสมุนไพรรักษา ยาแผนปัจจุบันบรรจสำเร็จ และธรรมโอสธของพระพุทธเจ้า^{๓๐}

กัลยา คัดก่อนทำ ได้ศึกษาวิเคราะห์ชีวิตในมุมมองพระพุทธศาสนา จากการศึกษาพบว่า ความหมายของชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนานั้น หมายถึงสิ่งทั้งหลายอยู่ในรูปของส่วนประกอบต่าง ๆ ที่มาประชุมกันเข้า ซึ่งเรียกว่าขันธ์ ๕ ตัวตนแท้ ๆ ของสิ่งทั้งหลายไม่มี เมื่อแยกส่วนประกอบต่าง ๆ นั้นออกแล้ว ก็ไม่พบตัวตนที่แท้ของสิ่งนั้นเหลืออยู่ ส่วนความหมายทั่วไป ชีวิต หมายถึง ความเป็นอยู่ หรือ ความเป็นไปของชีวิตมนุษย์ ซึ่งคละเคล้ากันไป ทั้งความสุข และความทุกข์ และส่วนประกอบที่สำคัญของชีวิตที่สามารถมองเห็นได้เป็นรูปธรรมอันได้แก่ ธาตุทั้ง ๔ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม ที่ประกอบชีวิตให้เป็นชีวิตได้ เมื่อรู้ความหมายของส่วนประกอบ และความจริงของชีวิตแล้ว ก็มีได้ประมาท สามารถอยู่ได้ในสถานการณ์ที่เรานำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ และจะไม่มีปัญหาในชีวิตที่ยุ่งยาก สามารถแก้ปัญหาชีวิตได้ด้วยปัญญา ส่วนชีวิตที่เป็นสุขนั้น คือ ชีวิตที่ปฏิบัติตามมรรคมีองค์ ๘ ประการชีวิตที่ปฏิบัติสวนทางกับมรรคมีองค์ ๘ ประการ และรู้จักการประมาทในการกินอาหาร การอยู่ การนั่งห่ม การนอน การไปเที่ยวทัศนศึกษาก็เป็นความสุขกาย การมีอาชีพการงานที่ดี มีเงิน มีทอง สิ่งของต่าง ๆ ใช้สอย อย่างเพียงพอ จัดอยู่ในระดับโลกียะและการเห็นสัจจะธรรมอย่างแท้จริง ก็เป็นความสุขทางใจ จัดอยู่ในระดับโลกุตระ

นางพัชรินทร์ แจ่มอ้อม ได้ศึกษาเรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตการทำงานของข้าราชการครูตามหลักภาวนา ๔ ในเขตอำเภอท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์” จากการศึกษาพบว่า ข้าราชการครูมี

^{๒๙} พระมหาสุนันท์ จนุโสภโณ (ดิษฐ์สุนันท์), “การศึกษาคำสอนเรื่องไตรลักษณ์ในทางพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๙.) หน้า ๔๘.

^{๓๐} อุทัยวรรณ เลาประเสริฐ, “การศึกษาเชิงวิเคราะห์พุทธวิธีบรรเทาทุกข์ยามเจ็บป่วย”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), หน้า ๕๕.

ความคิดเห็นต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตการทำงานของข้าราชการครูตามหลักภาวนา ๔ ในเขตอำเภอท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก^{๓๑}

จากที่ได้ศึกษางานวิจัย ที่เกี่ยวข้องพอสรุปเป็นประเด็นหลัก โดยได้ศึกษาในประเด็น ดังนี้
๑) ประเด็นเกี่ยวกับชีวิต คือ ชีวิตคืออะไร มีความหมายอย่างไร มีความเป็นไปอย่างไร องค์ประกอบชีวิตคืออะไร ความสำคัญของชีวิต คุณค่าของชีวิตอยู่ตรงไหน และเป้าหมายของชีวิตคืออะไร และประโยชน์ของชีวิตที่แท้จริงคืออะไร หลักภาวนา ๔ ตลอดถึงการดำเนินชีวิตตามหลักภาวนา ๔ ในพระพุทธศาสนา เพื่อนำมาวิเคราะห์ให้เห็นจุดสำคัญที่เป็นประโยชน์ต่อไป

จากที่ได้ศึกษาในประเด็นเหล่านั้น เห็นว่ามีส่วนเกี่ยวข้องกับการศึกษาชีวิตตามหลักภาวนา ๔ ในพระพุทธศาสนา (๑) ศึกษาเรื่องเกี่ยวกับชีวิตตามแนวทางในพระพุทธศาสนา (๒) หลักภาวนา ๔ ในพระพุทธศาสนา (๓) การดำเนินชีวิตตามหลักภาวนา ๔ ในพระพุทธศาสนา ผู้วิจัยจึงต้องการทราบถึงประเด็นเหล่านี้ว่า ชีวิตที่ดี, หลักภาวนา ๔ ก็ดี การดำเนินชีวิตตามหลักภาวนา ๔ ของชาวพุทธเป็นอย่างไร จึงได้ทำการวิจัยในเรื่องดังกล่าว เพื่อให้ทราบถึงหลักการดำเนินชีวิตซึ่งมีภาวนา ๔ ประโยชน์ ๔ ดังกล่าว

๑.๗ วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Documentary research) โดยผู้วิจัยวางแผนการดำเนินการวิจัยไว้ ดังนี้

๑.๗.๑ ในส่วนที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาชีวิตตามแนวทางพระพุทธศาสนา ผู้วิจัยใช้ข้อมูลจากพระไตรปิฎก อรรถกถา งานนิพนธ์ บทความทางวิชาการและงานนิพนธ์ทั่วไปที่เกี่ยวข้องกับชีวิตตามแนวทางพระพุทธศาสนา

๑.๗.๒ ในส่วนการศึกษาหลักภาวนา ๔ ในฐานะเป็นหลักของการดำเนินชีวิตตามแนวทางพระพุทธศาสนา ผู้วิจัยจะใช้ข้อมูลจากพระไตรปิฎก อรรถกถา งานนิพนธ์ บทความทางวิชาการ งานนิพนธ์ทางพระพุทธศาสนาและงานนิพนธ์ที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิต ตามหลักภาวนา ๔ ในทางพระพุทธศาสนา

๑.๗.๓ ในส่วนของการวิเคราะห์การดำเนินชีวิตตามหลักภาวนา ๔ ในทางพระพุทธศาสนา ผู้วิจัยจะนำผลการวิเคราะห์สังเคราะห์กับชีวิตตามแนวทางพระพุทธศาสนา มาบูรณาการเพื่อก่อให้เกิดหลักการดำเนินชีวิตและนำหลักดังกล่าวมาแก้ปัญหาชีวิต ตามหลักภาวนา ๔

๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๘.๑ ทำให้ทราบการดำเนินชีวิตตามแนวพระพุทธศาสนา

๑.๘.๒ ทำให้ทราบการดำเนินชีวิตตามหลักภาวนา ๔

๑.๘.๓ สามารถวิเคราะห์การดำเนินชีวิต ตามหลักภาวนา ๔ ในพระพุทธศาสนา

^{๓๑} นางพัชรินทร์ แจ่มจ่ม, “ การพัฒนาคุณภาพชีวิตการทำงานของข้าราชการครูตามหลักภาวนา ๔ ในเขตอำเภอท่าตะโก จังหวัดนครสวรรค์ ”วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), หน้า ๑ .