การพัฒนาคนพัฒนาจิตตามหลักศาสนา

The development of People to Develop the Mind According to Religious Principles

มะลิ ทิพพ์ประจง
วิทยาลัยสงฆ์เพชรบุรี
Mali Thipprajong
Phetchaburi Buddhist College
Email:thipprajongmali@gmail.com

บทคัดย่อ

ความเปลี่ยนแปลงของสังคมย่อมนำมาซึ่งความคิด ความเชื่อ ความศรัทธาของคนจะเห็นได้ว่าปัจจุบันสังคมมนุษย์มีความเชื่อที่หลากหลายและการปฏิบัติก็มีความเปลี่ยนแปลงไปตามยุคสมัยจะเห็นได้ว่าคนยุคใหม่จะให้ความสำคัญกับการปฏิบัติตามหลักของศาสนามีความแตกต่างจากคนในยุคอดีตไปมากส่วนหนึ่งก็มาจากการเปลี่ยนแปลงของโลกและการถือเอาวัฒนธรรมของคนยุคใหม่เข้ามาในชีวิตเป็นส่วนสำคัญในการดำเนินชีวิตมากขึ้นประกอบกับการที่สังคมโลกมีการพัฒนาทางด้านดิจิทัลและวัตถุทางสังคมมากขึ้น

คำสำคัญ:พัฒนาคน,พัฒนาจิต,หลักศาสนา

Abstract

Changes in society will inevitably bring about people's thoughts, beliefs, and beliefs. It can be seen that today's human society has a variety of beliefs and practices that have changed according to the era. With the observance of religion, it is very different from the former people in the past, which comes from the change of the world and the culture of modern people into life is very important in their lives. In conjunction with the global society has developed more digital and social objects.

Keyword: Human development, mental development, religious principles

บทนำ

ความเปลี่ยนแปลงของสังคมย่อมนำมาซึ่งความคิด ความเชื่อ ความศรัทธาของคนจะเห็นได้ว่าปัจจุบันสังคมมนุษย์มีความเชื่อที่หลากหลายและการปฏิบัติก็มีความเปลี่ยนแปลงไปตามยุคสมัยจะเห็นได้ว่าคนยุคใหม่จะให้ความสำคัญกับการปฏิบัติตามหลักของศาสนามีความแตกต่างจากคนในยุคอดีตไปมากส่วนหนึ่งก็มาจากการเปลี่ยนแปลงของโลกและการถือเอาวัฒนธรรมของคนยุคใหม่เข้ามาในชีวิตเป็นส่วนสำคัญในการดำเนินชีวิตมากขึ้นประกอบกับการที่สังคมโลกมีการพัฒนาทางด้านดิจิทัลและวัตถุทางสังคมมากขึ้น “การพัฒนาคน” เป็นเรื่องสำคัญ โดยเฉพาะการสร้างบุคลากรในช่วงการเปลี่ยนแปลงของโลกยุคใหม่ทุกวันนี้ ด้วยเหตุว่า การเปลี่ยนแปลงของโลกยุคใหม่เป็นการเปลี่ยนแปลงแบบ **“รื้อสร้าง”** จากโลกใบเก่าสู่โลกใบใหม่เกือบทั้งหมดทีเดียว!ภายใต้ความก้าวหน้าของเทคโนโลยีที่เปลี่ยนล้ำไปอย่างก้าวกระโดด! เป็นการเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่ที่มีอิทธิพลต่อความคิดพื้นฐาน ความทรงจำ และความเคยชินเก่าๆ รวมทั้งประสบการณ์ในแง่ของ **ความสำเร็จ – ความล้มเหลว** และความเชื่อมโยงกับ **รากฐานทางสังคม – วัฒนธรรม – ความเชื่อ – จารีต** ที่สั่งสมกันมายาวนานในโลกใบเก่า!**‘การพัฒนาคน’** ในโลกยุคใหม่ บางส่วนอาจจะต้องพึ่งพาประสบการณ์เก่า ในแง่ของศักยภาพพื้นฐานความเป็นมนุษย์และความสัมพันธ์ทางสังคม แต่สำหรับการพัฒนาคุณภาพที่จะต้องเชื่อมโยงกับโลกอนาคตและความเปลี่ยนแปลงของเทคโนโลยีแล้ว ความคาดหวังต่อกระบวนการและผลลัพธ์จะต้องคิดใหม่ทำใหม่ เปลี่ยนวิธีคิด Mindset ใหม่ ที่ต้องรื้อสร้างแนวปฏิบัติออกจากประสบการณ์และภาพจำเดิมๆ ซึ่งเรื่องเหล่านี้เป็นเรื่องที่ยากที่สุด ท้าทายที่สุด ในกระแสความเปลี่ยนแปลงของโลกใบใหม่ Photo by Cansadiking Fuddin on Unsplash

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการสร้างคนและการพัฒนาบุคลากร 2 ประการสำคัญคือ

หนึ่งสิ่งแวดล้อมทางความคิดและการทำงาน

เรื่องสิ่งแวดล้อมทางความคิดและงานเป็นเรื่องสำคัญมาก เพราะเรื่องนี้มีอิทธิพลต่อการหล่อหลอมกล่อมเกลา และการพัฒนาศักยภาพแห่งตัวตน ที่จะส่งผลถึงการพัฒนาคุณภาพโดยรวมในการพัฒนาบุคลากรกับ การพัฒนาความสามารถในการทำงาน ที่เชื่อมโยงระหว่างตัวตนของแต่ละคนกับงานที่จะเกิดขึ้นทั้งในปัจจุบันและอนาคต ซึ่งหากพิจารณาดูถึงความเชื่อมโยงและความผูกพันในกระบวนระบบของประสบการณ์ในการทำงานแบบเดิมๆ จะพบว่า **ศักยภาพการทำงานจะเกิดขึ้นจาก การเชื่อมโยงของคุณสมบัติเฉพาะตัว**

ผ่านความสัมพันธ์กับผู้คน กับความสามารถในงาน ที่รวมขึ้นเป็นสมการความสำเร็จแต่สำหรับโลกใบใหม่ กระบวนระบบของศักยภาพงานจะเปลี่ยนไปจากเดิมอย่างมาก ด้วยเหตุว่าศักยภาพยุคใหม่เป็นเรื่องของ **ทัศนคติและวิสัยทัศน์ที่สามารถเชื่อมโยงชีวภาพ – กายภาพ – ดิจิทัล เข้าด้วยกัน ภายใต้การเชื่อมความสามารถของตนเข้ากับศักยภาพของเทคโนโลยี** ซึ่งผลรวมที่เกิดขึ้นจะเกิด **ความสามารถด้านการทำงานในโลกยุคใหม่** ที่เคลื่อนไหวอยู่ในกระแสการพัฒนา – เปลี่ยนแปลงของเทคโนโลยีซึ่งเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่องและรวดเร็ว ความท้าทายที่ผู้คนและองค์กรในปัจจุบันเผชิญอยู่ในวันนี้ก็คือ **ความคิด-ความคาดหวังที่เคลื่อนไหวอยู่ในศตวรรษที่ 21 แต่ระบบระเบียบ – สถาบัน – กฎกติกาต่างๆ ยังยึดโยงอยู่กับ สภาพของการทำงานในศตวรรษที่ 19 – 20 อย่างเหนียวแน่น** นี่คือความท้าทายที่สำคัญ! และเป็นความคาดหวังที่ต้องการไปต่อข้างหน้าในงานและการสร้างบุคลากรที่ต้องรื้อสร้าง-เปลี่ยนแปลงขนานใหญ่เพื่อตอบรับโจทย์ความต้องการของศตวรรษที่ 21 ด้วยทัศนคติเชิงบวกในโลกแวดล้อมของศตวรรษที่ 21 Photo by Evan Krause on Unsplash

สองการเปลี่ยนแปลงในเรื่องความคิด (Mindset) ของผู้คน

เรื่องนี้เป็นการสั่งสมประสบการณ์เฉพาะตัวที่เชื่อมโยงระหว่าง **ความคิด – ความเชื่อ – ทัศนคติ – ประสบการณ์จากโลกแวดล้อมที่แต่ละคนสัมผัสจริง** บทเรียนที่ผ่านมาโดยรวมของแต่ละคน – แต่ละกลุ่มย่อมผิดแผกแตกต่างกัน ซึ่งในโลกยุคใหม่ความคิด – วิสัยทัศน์ต้องสร้างการปรับเปลี่ยนให้เกิดขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ เพื่อให้เท่าทันโลกและความเปลี่ยนแปลงยุคใหม่ จากประสบการณ์และภาพจำเดิมๆ สู่ความคิด – ความเข้าใจต่อการเชื่อมโยงระหว่างคุณภาพชีวิต – เศรษฐกิจ – สิ่งแวดล้อม – และเครือข่ายทางสังคมที่มนุษย์พึงมีต่อเทคโนโลยีในฐานะที่เทคโนโลยีเป็นองค์ประกอบแวดล้อมใหม่ของการทำงานและการพัฒนาคุณภาพชีวิตยุคใหม่ ความคิดสำคัญที่ต้องเปิดกว้างรับรู้คือ “การเชื่อมโยงในสังคมโลกยุคใหม่” เป็นการเชื่อมโยงแบบไร้ขีดจำกัด – ไร้กาลเวลา – ต้นทุนต่ำ ผ่านศักยภาพของเทคโนโลยีที่ช่วยให้ผู้คนก้าวข้ามขีดจำกัดทางกายภาพอย่างมีนัยสำคัญประสบการณ์ใหม่นี้จะสร้างการเปลี่ยนผ่านให้ผู้คนปรับฐานความคิด – ความสัมพันธ์กับสังคมเข้าสู่ความเชื่อมโยงใหม่ที่เปลี่ยนจากโลกกายภาพสู่โลกเสมือนจริงในสังคมดิจิทัลและการร่วมเป็นพลเมืองดิจิทัล ซึ่งการเปลี่ยนแปลงเหล่านี้จะต้องกลับมาทบทวนถึง คุณภาพ ศักยภาพ และการมีตำแหน่งแห่งที่ของตัวตนในแต่ละฐานะ ทั้งการเป็นผู้ผลิต ผู้บริโภค ผู้ให้บริการ ผู้มีบทบาทหน้าที่ของผู้ให้การศึกษาและผู้รับการศึกษาในขณะเดียวกัน เพื่อก้าวไปสู่ สังคมความรู้ (Knowledge Society) ร่วมกันนี่คือภาพรวมของวิธีคิดใหม่ที่ต้องจัดปรับให้ทันกับโลกปัจจุบันที่เปลี่ยนแปลงไปเพื่อไม่ให้ตกอยู่ในกับดักผู้**บริโภคอย่างงมงาย และ**

เพื่อออกจาก “สังคมความเชื่อ **– สังคมความเห็น” ไปสู่ “สังคมความรู้”** ที่เท่าทันความเปลี่ยนแปลงและการพัฒนาในยุคใหม่ โดยภาพรวมแล้วจะพบว่า การพัฒนาคนเป็นเรื่องสำคัญและมีความหมายยิ่งต่อปัจจุบันสภาพและการไปสู่อนาคตในกระแสโลกไร้พรมแดน ซึ่งการพัฒนาคนและการสร้างบุคลากรยุคใหม่มีนัยที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับการพัฒนาการศึกษาของประเทศอย่างไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ ซึ่งจุดเริ่มต้นที่สำคัญที่สุด คือ การปรับตัวของสถานศึกษา – สถาบันการศึกษา – บุคลากรที่เกี่ยวข้องทั้งหลายในระบบการศึกษา โดยเฉพาะหน่วยงานภาครัฐและเอกชนที่เกี่ยวข้องกับการศึกษา ซึ่งต้องปรับตัว – ปรับระบบ – ปรับสภาพแวดล้อมให้เข้ากับโลกที่เปลี่ยนแปลงไป นี่คือความเป็นจริงที่ไม่อาจปฏิเสธได้และเป็นความท้าทายที่เรียกร้องให้ทุกคนต้องปลดพันธนาการจากประสบการณ์ภาพจำ – ความคิดเก่าๆ – ระบบระเบียบที่รกรุงรังซึ่งมีอิทธิพลมาจากศตวรรษที่ 19-20 เพื่อก้าวสู่ความก้าวหน้าใหม่ของศตวรรษที่ 21 ซึ่งจำเป็นอย่างยิ่ง

มีคำกล่าวว่า “พัฒนาอะไรก็ติด ถ้าจิตไม่พัฒนา” โดยสภาพทั่วไปที่เป็นอยู่ มนุษย์ส่วนใหญ่ ให้ความสำคัญกับร่างกายมากกว่าจิตใจหลายเท่า และมีจำนวนไม่น้อยที่ไม่ให้ความสำคัญกับจิตใจ ชีวิตจึงขาดความสมดุล การทุ่มเททำงานเพื่อความมั่งคั่งมั่งมีด้านวัตถุ มุ่งเน้นความสุขทางกาย ตลอด ถึงความสวยงามของร่างกาย จนก่อเกิดเป็นปัญหาครอบครัวและสังคมหลายด้าน ความเสื่อมโทรม ด้านจิตใจคือคุณธรรมจริยธรรมกล่าวได้ว่าอยู่ในขั้นวิกฤต บางครั้งเพียงมองหน้า ขับรถปาดหน้า หรือ เฉี่ยวกันนิดหน่อยเป็นต้น อภัยกันไม่ได้ บันดาลโทสะ ก่อให้เกิดความเสียหายขยายวงกว้างขึ้น การแก้ปัญหาดังกล่าว หากยังละเลยเรื่องของ “จิต” ก็ยังเป็นการแก้ปัญหาที่ไม่ถูกจุดเพราะ “จิต” หรือ “ใจ” เป็นบ่อเกิดของความดีและความชั่วทั้งปวง ทุกการกระทำหรือพฤติกรรมทั้งหลายที่ปรากฏ ออกมาทางกายและทางวาจาล้วนเกิดขึ้นที่ใจก่อนแล้วจึงออกมาจากใจสู่กายและวาจา ดังที่พระพุทธองค์ ตรัสว่า “ธรรมทั้งหลายมีใจเป็นหัวหน้า ใจเป็นใหญ่ ทุกอย่างสำเร็จมาจากใจ หากใจดีงามผ่องใสแล้ว การพูด การกระทำก็ดีงามตามไปด้วย ช่วยให้เกิดความสุขตามมาเหมือนเงาที่ติดตามตัว” **(มหาจุฬา ลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)** การพัฒนาจิตจึงเป็นรากแก้วของการพัฒนาทุกเรื่อง ดังที่มีผู้กล่าวว่า “จะปลูกพืชต้องเตรียมดิน จะกินต้องเตรียมอาหาร จะพัฒนางานต้องพัฒนาคน จะพัฒนาตนต้อง พัฒนาจิต จะพัฒนาอะไรก็ติด ถ้าจิตไม่พัฒนา ดังนั้น การพัฒนาจิตจึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างมากที่ทุกคนควรจะนำไปใช้เป็นหลักในการพัฒนาชีวิต **พระพรหมคุณาภรณ์(ป.อ. ปยุตฺโต) (2553)** ให้ความหมายของจิตไว้ว่า “ธรรมชาติที่รู้ อารมณ์สภาพที่นึกคิด ความคิด ใจ วิญญาณ” **สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช (เจริญ สุวฑฺฒโน) (2534)** ตรัสว่า “จิตเป็นธาตุ รู้แต่ยังเป็นรู้หลง รู้ผิด เพราะยังมีอวิชชาความไม่รู้ในสัจจะเป็นเครื่องปิดบังจิตที่เป็นธาตุรู้... แต่ถ้าจิต นี้ได้รับการฝึกฝนอบรมและพัฒนาดีแล้ว ก็จะรู้ถูกมาก

ขึ้น พฤติกรรมทางกายและวาจาก็จะดีตามไป ด้วย ดังที่พระพุทธองค์ตรัสว่า ‘จิตที่ฝึกดีแล้วน าสุขมาให้’” **พระธรรมวิสุทธิมงคล (หลวงตามหาบัว ญาณสมฺปนฺโน) (21 พฤศจิกายน 2559)** ได้กล่าวไว้ ในพระธรรมเทศนาเรื่อง “การพัฒนาจิตในพระพุทธศาสนาว่า “จิตใจเป็นรากฐานสำคัญที่จะ แสดงออกในอากัปกิริยาตลอดหน้าที่การงาน ใจเมื่อได้รับการอบรมย่อมมีสติ ย่อมมีความฉลาด รอบคอบในความคิด สติย่อมมีย่อมรู้แล้วก็ทำตามสิ่งที่เห็นว่าถูกต้องดีงาม งดเว้นสิ่งที่ไม่ดีทั้งหลายนั้น เรียกว่า พัฒนาจิต” **พระราชสังวรญาณ (หลวงพ่อพุธ ฐานิโย) (2544)** ได้ให้นิยามของการพัฒนาจิตใน ความหมายของคำว่า “สมาธิ” ไว้ว่า การทำสมาธิ คือ การทำจิตให้มีสิ่งรู้ ทำสติให้มีสิ่งระลึก หมายความว่า เมื่อจิตของเรานึกถึงสิ่งใด ให้มีสติสำทับไปตรงนั้นศาสนา มีหลักคำสอนที่แตกต่างกันแต่มีจุดมุ่งหมายเดียวกันคือมุ่งสอนให้คนทำความดีศาสนาพุทธ : ไม่ทำชั่ว ทำความดี ทำจิตใจให้บริสุทธิ์ศาสนาคริสต์ : ศรัทธาต่อพระเจ้า รักผู้อื่น เสียสละ ให้อภัยศาสนาอิสลาม : ศรัทธา ๖ ประการ การปฏิญาณตน การทำละหมาด ถือศีลอด บริจาค พิธีฮัจญ์ศาสนาฮินดู : อดทน ข่มใจเข้าใจกัน **ศาสนา** (อังกฤษ: Religion) หมายถึง ลัทธิความเชื่อของมนุษย์ เกี่ยวกับการกำเนิด ความเป็นไปและสิ้นสุดของโลก หลักศีลธรรม หลักธรรมคำสอน ตลอดจนลัทธิพิธีที่กระทำตามความเชื่อนั้น ๆ ราชบัณฑิตยสถาน, **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554 เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว,** กรุงเทพฯ : ราชบัณฑิตยสถาน, 2556, หน้า 1142 หลายศาสนามีการบรรยายสัญลักษณ์ประวัติศาสตร์ และความศักดิ์สิทธิ์ ซึ่งเจตนาอธิบายความหมายของชีวิต และ/หรืออธิบายกำเนิดชีวิตหรือเอกภพ จากความเชื่อของศาสนาเกี่ยวกับจักรวาล ธรรมชาติ มนุษย์ และศีลธรรม จริยศาสตร์ กฎหมายหรือวิถีชีวิต มีการประมาณว่าน่าจะมีความเชื่อเชิงศาสนาราว 4,200 ความเชื่อในโลก โดยพิจารณาตามจำนวนประมาณการของกลุ่มชาติพันธุ์ชนเผ่าต่างๆ ตลอดเวลาในช่วงที่ผ่านมาในประวัติศาสตร์มนุษยชาติ หลายศาสนาส่วนใหญ่กลายเป็นศาสนาที่ตายแล้วเพราะไม่มีคนนับถือแล้ว แต่ในปัจจุบันมีศาสนาหลักที่มีประชากรโลกนับถือเป็นอย่างมากทั้งหมด 4 ศาสนาได้แก่ ศาสนาคริสต์, ศาสนาอิสลาม, ศาสนาฮินดู และศาสนาพุทธ The Everything World's Religions Book: Explore the Beliefs, Traditions and Cultures of Ancient and Modern Religions, page 1 Kenneth Shouler - 2010 ศาสนาต่างๆ ล้วนมีอิทธิพลทางด้านศิลปวัฒนธรรม ภาษา ประวัติศาสตร์ ตลอดจนแนวคิดและหลักความเชื่อของบุคคลต่างๆนอกจากนี้ ยังมีผู้ไม่**นับถือศาสนาใดๆ ซึ่งเรียกว่าผู้ที่ไม่มีศาสนา "สภาวะทางสังคม วัฒนธรรม และสุขภาพจิต"** (PDF). สารสถิติ. ปีที่ 23 (เล่มที่ 4): 6. ตุลาคม - ธันวาคม พ.ศ. 2555. สืบค้นเมื่อ 27 ธันวาคม 2559.

พัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางวัตถุ

๑. กายภาวนา พัฒนากาย อาจจะสงสัยว่าคงจะต้องรับประทานกันใหญ่ ร่างกายจะได้เติบโต หรืออาจจะบริหารร่างกาย ออกกำลังอะไรต่างๆ พัฒนากายให้แข็งแรง อันนี้ก็ไม่ผิดหรอก แต่ว่ามันต้องมีหลักที่ใหญ่กว่านั้น ไม่อย่างนั้นการพัฒนากายอย่างนี้อาจจะเสียก็ได้ คือจะรับประทานมาก เพียงเพื่อให้ร่างกายใหญ่โต แล้วอาจจะนำร่างกายไปใช้ในทางที่ไม่ดีการพัฒนากำลังให้แข็งแรงอย่างเดียวไม่พอ ตามหลักการนี้ท่านยังไม่ถือว่าเข้าสู่ธรรม การพัฒนากายในทางธรรมมีความหมายลึกซึ้งกว่านั้นท่านไขความว่า พัฒนากายอย่างไร กายนั้นมุ่งเอาที่ทวาร ๕ ที่เรียกอีกอย่างหนึ่งว่าอินทรีย์ ๕ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ซึ่งเป็นด่านเป็นช่องทางที่จะติดต่อกับโลกภายนอก ถ้าเรียกตามภาษาปัจจุบันก็ว่า ความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ หรือเรื่องวัตถุสภาพแวดล้อมทั่วๆ ไปทางกายภาพ ซึ่งเราสัมพันธ์ด้วยตา หู จมูก ลิ้น กายการพัฒนากาย ก็คือพัฒนาความสัมพันธ์ทางทวารเหล่านั้นให้ดี ไม่ให้เกิดเป็นโทษ ดังจะเห็นในหลักอินทรียสังวรการพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมภายนอกด้วยดี เช่น ตาของเราเห็นสิ่งแวดล้อมภายนอก จะดูอย่างไรให้ได้ประโยชน์ ไม่เกิดโทษ ทำอย่างไรจะให้เด็กของเราดูโทรทัศน์เป็น ให้เขารู้จักเลือกรับเอาสิ่งที่ดีมาใช้ประโยชน์ ไม่เอาสิ่งที่เป็นโทษมา รู้จักสัมพันธ์ทางตา รู้จักสัมพันธ์ทางหู เมื่อได้ยินก็เลือกรับสิ่งที่ดี เช่นหาฟังความรู้ที่เป็นประโยชน์ ไม่เอาสิ่งที่ร้าย ตลอดจนพัฒนาการใช้จมูก พัฒนาการใช้ลิ้น ฯลฯลิ้นก็สำคัญ มาเข้าหลักโภชเนมัตตัญญุตา คือ รู้จักประมาณในการบริโภค เช่นพระก็มีหลักปฏิสังขาโย เรียกว่าปัจจเวกขณะ หรือปัจจัยปัจจเวกขณ์ หมายถึงการพิจารณาปัจจัย คือเมื่อจะบริโภคปัจจัย ๔ ก็ให้พิจารณาโดยแยบคาย โดยมีโยนิโสมนสิการ ว่าที่เรารับประทานอาหารนี้ไม่ใช่เพื่อมุ่งเอร็ดอร่อย มิใช่มุ่งจะเอาโก้หรูหราสนุกสนานมัวเมา แต่รับประทานเพื่อให้ชีวิตเป็นไป เพื่อดำรงอยู่ผาสุก มีสุขภาพดี แข็งแรง แล้วจะได้ทำกิจหน้าที่ของตนด้วยดี เมื่อรับประทานอาหาร แทนที่จะรับประทานโดยมุ่งความอร่อยหรือความโก้ ก็ไปเน้นที่คุณค่าประโยชน์ที่จะได้ มองดูว่ารับประทานอะไรจึงจะมีคุณค่า ช่วยชีวิตให้มีสุขภาพดี และเกื้อกูลแก่การเป็นอยู่ที่ดี ถ้าเป็นพระก็จะได้ตั้งใจบำเพ็ญสมณธรรม โรคภัยก็จะได้เบียดเบียนน้อย นี้เป็นการพัฒนาในด้านความสัมพันธ์ระหว่างลิ้นกับรส นอกจากนี้ ก็สัมพันธ์ให้ดีทางด้านกายกับสิ่งสัมผัส (โผฏฐัพพะ) ภายนอกนี้คือการพัฒนากายในความหมายของธรรมะพูดง่ายๆ ว่า พัฒนาความสัมพันธ์ของตัวเรากับสิ่งแวดล้อมภายนอกหรือวัตถุทั้งหลายให้ดีข้อนี้ ต้องถือว่าสำคัญ เพราะเป็นหลักเบื้องต้น หลักสังวรอะไรต่างๆ ก็เข้ามาในข้อนี้หมด ฉะนั้น ในปัจจุบันการศึกษาน่าจะเน้นข้อนี้ด้วย ผู้มีการศึกษาจะต้องมีการพัฒนากาย ซึ่งไม่ใช่เพียงว่าร่างกายแข็งแรงเท่านั้น ต้องถามด้วยว่าเขามีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมดีไหม หากว่ามีแต่กายแข็งแรง แต่สัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมไม่ดี เอากายที่แข็งแรง

ไปทะเลาะวิวาทแสวงหาสิ่งปรนเปรอ จะยิ่งเป็นโทษมาก จะถือว่ามีการศึกษาไม่ได้พัฒนาทางสังคม ต่อด้วยพัฒนาจิตใจและปัญญา

๒. ศีลภาวนา คือการพัฒนาศีล ได้แก่การพัฒนาในเรื่องความสัมพันธ์ทางด้านกาย วาจา กับบุคคลอื่นหรือเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน ข้อก่อนสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางวัตถุหรือทางกายภาพ แต่ข้อนี้เป็นสิ่งแวดล้อมทางสังคม คือเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน มีความสัมพันธ์ที่ดีงามอย่างที่ว่ามาแล้ว ที่ว่าศีลคือการไม่เบียดเบียนแม้แต่ศีลข้อมุสาวาทที่สงสัยกันว่า พูดอย่างนั้นอย่างนี้จะเป็นพูดเท็จหรือไม่เท็จอะไรต่างๆ ถ้ารู้สาระของศีลว่า ศีลมุ่งที่ความไม่เบียดเบียนก็จะสบายใจขึ้นแพทย์รู้สึกว่าจะมีปัญหามาก หลายท่านสงสัยว่า จะพูดกับคนไข้อย่างนี้โกหกผิดศีลข้อมุสาวาทไหม ที่จริงหลักก็มีอยู่ในเรื่องศีลนี้ ในที่บางแห่งท่านบรรยายไว้เลยว่า เว้นมุสาวาทคือเว้นจากการพูดเท็จเพื่อเห็นแก่ประโยชน์ตน ไม่กล่าววาจาเท็จเพื่อทำลายประโยชน์ของผู้อื่นการกล่าวเท็จที่เป็นมุสาวาทนั้น สาระสำคัญอยู่ที่มุ่งจะทำลายประโยชน์ของผู้อื่นทำให้เขาเสียหาย ท่านใช้ศัพท์โบราณว่า หักรานประโยชน์ของเขาถ้าเป็นการพูดเพื่อให้คลาดจากความเป็นจริง โดยมุ่งหักรานประโยชน์ของเขา เป็นมุสาวาทแท้ แต่ถ้าพูดเท็จอย่างอื่นนอกจากนั้นก็มีโทษเบาบางแล้วเพราะมันไม่เข้าตัวประเด็นแท้ๆที่พูดมานี้ก็นอกเรื่องแซงออกไปนิดหนึ่ง เป็นอันว่าเรื่องศีลประเด็นอยู่ที่ว่าไม่เบียดเบียนเป็นสาระสำคัญเมื่อไม่เบียดเบียนแล้วต่อไปก็อยู่ร่วมกันด้วยดี ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ถ้าเป็นคฤหัสถ์ก็มีเรื่องทานเข้ามาด้วยด้านนี้เป็นความสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีซึ่งจะต้องพัฒนาขึ้นมา

๓. จิตตภาวนา คือพัฒนาจิตใจ ด้านจิตใจนี้ได้กล่าวแล้วในอธิจิตตสิกขา คือพัฒนาคุณภาพจิต พัฒนาสมรรถภาพจิต พัฒนาสุขภาพจิต นี้เป็นการใช้ศัพท์แบบสมัยปัจจุบันให้เข้าใจกันง่าย ก็ผ่านไปได้เลย

๔. ปัญญาภาวนา การพัฒนาปัญญา ก็เหมือนกับอธิปัญญาสิกขาที่พูดมาแล้วนั้นเอง คือการรู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง รู้เท่าทันสภาวะของโลกและชีวิต ทำจิตใจให้เป็นอิสระได้จนถึงขั้นสูงสุด อย่างที่มีคาถาสรรเสริญพระพุทธเจ้าเมื่อพัฒนาปัญญาสูงสุด การพัฒนาข้อต้นๆ ก็ได้รับการพัฒนาไปพร้อมบริบูรณ์ด้วย มีคำสรรเสริญพระพุทธเจ้าแห่งหนึ่งว่า

ยถาปิ อุทเก ชาตๆ ปุณฺฑรีกๆ ปวฑฺฒติ
น อุปลิปฺปติ โตเยน สุจิคนฺธๆ มโนรมๆ
ตเถว โลเก สุชาโต พุทฺโธ โลเก วิหรติ
น อุปลิปฺปติ โลเกน โตเยน ปทุมๆ ยถา

แปลความว่า เปรียบเหมือนว่า ดอกบัวเกิดในน้ำ เจริญงอกงามขึ้นมาในน้ำ ไม่ติดด้วยน้ำ ซ้ำยังมีกลิ่นหอมน่าชื่นใจ ฉันใด พระพุทธเจ้าทรงบังเกิดดีแล้วในโลก ทรงอยู่ในโลก แต่ไม่ติดโลก เหมือนใบบัวไม่ติดน้ำ ฉันนั้น

นี้คือลักษณะของคนที่พัฒนาตนไปจนถึงมีปัญญาสูงสุด ตรัสรู้แล้ว หมดสิ้นกิเลส เกิดในโลก อยู่ในโลก แต่ไม่ติดโลก เหมือนดอกบัวเกิดในน้ำแต่ไม่ติดน้ำ มีกลิ่นหอมน่าชื่นใจที่ท่านกล่าวมานี้ก็เป็นคาถาสำหรับนำมาดูคุณสมบัติของผู้พัฒนาตน เป็นคติอันหนึ่งซึ่งให้แนวความคิดว่า ในการพัฒนาตนนั้น เราก็อยู่ในโลกนี้แหละ แต่เราไม่ติดโลก ไม่แปดเปื้อนด้วยโลก เหมือนดอกบัวแม้จะอยู่ในน้ำ หรือบางแห่งจะอยู่ในโคลนตม แต่ก็ไม่ติด ไม่เปื้อน กลับมีกลิ่นหอมน่าชื่นใจ เอาไปบูชาพระก็ได้ อะไรทำนองนี้ นี้เป็นการพัฒนาตนที่สมบูรณ์แล้ว พระพุทธเจ้าก็มีคุณสมบัติอย่างนี้จุดสมบูรณ์ของการพัฒนาตนเรื่องการพัฒนาตนนี้ ได้พูดมาในแง่มุมต่างๆ ซึ่งว่าไปตามหลักวิชาหรือเนื้อหาในคัมภีร์

สรุป

เป็นจุดเน้นว่า พระพุทธศาสนายกย่องผู้ที่พัฒนาตนว่าเป็นบุคคลสูงสุด อย่างที่ได้ยกพุทธภาษิตมาแสดงว่า ทนฺโต เสฏฺโฐ มนุสฺเสสุ ในหมู่มนุษย์ คนที่ฝึกตนแล้วเป็นผู้ประเสริฐสุด

เมื่อยกย่องผู้ที่พัฒนาตนแล้ว ก็มีจุดเน้นข้อต่อไป คือ พระพุทธศาสนานี้ถือว่า มนุษย์เป็นผู้ที่ฝึกได้ หรือนับถือศักยภาพในตัวมนุษย์ที่พัฒนาขึ้นได้ เมื่อพัฒนาได้ก็เน้นความสำคัญของการฝึกฝนพัฒนาตน ให้ความสำคัญมากแก่การฝึกฝนพัฒนาตนฉะนั้น จึงบอกว่า ความดีหรือความประเสริฐของมนุษย์นี้ อยู่ที่การฝึกฝนพัฒนาตนนั้นเอง เพราะมนุษย์นั้น ถ้าไม่ฝึกฝนพัฒนาแล้ว ก็ไม่มีคุณค่าอะไร ถ้าพัฒนาให้ดีแล้วก็ประเสริฐเลิศล้ำ จนกระทั่งแม้แต่เทพพรหมก็เคารพบูชา อาจเป็นถึงพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แต่ถ้าไม่ฝึกฝนพัฒนาตน ก็อาจจะเต็มไปด้วยสิ่งชั่วทราม อาจจะเลวร้ายต่ำต้อยด้อยกว่าแม้แต่สัตว์เดรัจฉานก็ได้ ฉะนั้น ในการปฏิบัติทางพุทธศาสนา จึงเน้นความสำคัญของการพัฒนาตนเป็นอย่างมากเมื่อพูดมาถึงนี่แล้ว ขอรวบรัดรวมความเป็นการย้ำไว้ว่า จุดหมายของการพัฒนาตนจะถือว่าสำเร็จ โดยมองที่การได้พัฒนาตนครบ ๔ ด้าน การพัฒนาตนชนิดเต็มรูปแบบทั้ง ๔ ด้าน คือ ภาวนา ๔ นั้น ตามปกติพระพุทธเจ้าตรัสในลักษณะที่เรียกอย่างปัจจุบันว่าเป็นการวัดผล ดังนั้น จึงใช้ในรูปที่เป็นคุณสมบัติของคนที่พัฒนาตนแล้ว โดยเปลี่ยนภาวนาเป็น “ภาวิต”ดังที่ท่านเรียกคนที่พัฒนาตนแล้ว คือผู้มีตนที่ผ่านภาวนาแล้วว่า ภาวิตัตตะ หรือ ภาวิตัตต์ (ภาวิต+อัตต์)

ภาวิต ก็มี ๔ (เช่นเดียวกับภาวนา ๔) เพราะแยกเป็นด้าน กาย ศีล จิต และปัญญาตามลำดับ คนที่พัฒนาตนแล้ว จึงเป็น ภาวิต ๔ ด้าน คือ

๑. ภาวิตกาย มีกายที่พัฒนาแล้ว คือ ได้พัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ปฏิบัติต่อโลกแห่งวัตถุอย่างได้ผลดี โดยเฉพาะด้วยอินทรีย์ทั้ง ๕ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย เช่น ดูเป็น ฟังเป็น ให้ได้ปัญญาและคุณค่าที่เป็นประโยชน์

๒. ภาวิตศีล มีศีลที่พัฒนาแล้ว คือ ได้พัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางสังคม โดยอยู่ร่วมกับเพื่อนมนุษย์อย่างไม่เบียดเบียน แต่อยู่กันด้วยไมตรี เป็นมิตร เกื้อกูลกัน

๓. ภาวิตจิต มีจิตใจที่พัฒนาแล้ว คือ ได้พัฒนาจิตใจให้มีคุณสมบัติที่ดีงาม มีคุณธรรม ความเข้มแข็งมั่นคง และความสุข คือพัฒนาแล้วทั้งด้านคุณภาพจิต สมรรถภาพจิต และสุขภาพจิต

๔. ภาวิตปัญญา มีปัญญาที่พัฒนาแล้ว คือ ได้พัฒนาปัญญาให้เกิดความรู้ความเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง รู้เท่าทันความจริงของโลกและชีวิต เข้าถึงกฎธรรมชาติที่มีความเป็นไปตามเหตุปัจจัย เป็นต้น จนทำจิตใจให้เป็นอิสระได้ เบิกบานผ่องใส เป็นอยู่ด้วยปัญญาคนที่พัฒนาตนได้ผลแท้จริง จะมีคุณสมบัติเป็นภาวิต ๔ ด้านอย่างนี้ ขุ.จู. 30/148/71

เอกสารอ้างอิง

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกภาษไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ เล่ม 13, 25.** กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ ราชวิทยาลัย.

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). (2538). **พุทธธรรม.** (พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหาจุฬา- ลงกรณราชวิทยาลัย.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2553). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม** (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระราชสังวรญาณ (หลวงพ่อพุธ ฐานิโย). (2544**). ฐานิยปูชา 2544.** กรุงเทพฯ: ชวนพิมพ์.

พระธรรมวิสุทธิมงคล (หลวงตามหาบัว ญาณสมฺปนฺโน). (2559). **การพัฒนาจิต.** [ออนไลน์], เข้าถึงได้จาก http://www.thaniyo.com/vaccine/288-bodyandmind03. (2559, 21 พฤศจิกายน).

ราชบัณฑิตยสถาน. (2546). **พจนานุกรรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542.** กรุงเทพฯ: ศิริวัฒนาอินเตอร์พริ้นท์.

ราชบัณฑิตยสถาน, **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554 เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว,** กรุงเทพฯ : ราชบัณฑิตยสถาน, 2556, หน้า 1142

The Everything World's Religions Book: Explore the Beliefs, Traditions and Cultures of Ancient and Modern Religions, page 1 Kenneth Shouler - 2010

ราชบัณฑิตยสถาน, **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554 เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว,** กรุงเทพฯ : ราชบัณฑิตยสถาน, 2556, หน้า 1142

"สภาวะทางสังคม วัฒนธรรม และสุขภาพจิต" (PDF). *สารสถิติ. ปีที่ 23 (เล่มที่ 4): 6. ตุลาคม - ธันวาคม พ.ศ. 2555*. สืบค้นเมื่อ 27 ธันวาคม 2559.

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช (เจริญ สุวฑฺฒโน). (2534). **แนวปฏิบัติทางจิต.** กรุงเทพฯ: ชวนพิมพ์.

https://www.salika.co/2019/02/01/human-development-strategic-plan/

https://www.trueplookpanya.com/learning/detail/33609

https://www.watnyanaves.net/en/book-reading/469/5