



## บุพนิมิตแห่งมรรค ๗ นำพาพัฒนาตน

### Pubbanimitta of Magga 7: Conveyance of Self Development

มยุรี คำปาเชื้อ<sup>๑</sup>

#### บทคัดย่อ

ปัจจุบันสังคมได้พัฒนาก้าวหน้าและเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว มีการนำเทคโนโลยีที่ทันสมัยเข้ามาใช้ในชีวิตประจำวัน ทำให้วิถีชีวิตความเป็นอยู่ของคนในสังคมต้องปรับตัวและพัฒนาตนเองให้ก้าวทันต่อการเปลี่ยนแปลงของโลกในหลายด้าน การพัฒนาตนเองเป็นความต้องการที่จะพัฒนาความรู้ความสามารถของตนให้เพิ่มขึ้น มีศักยภาพเกิดประโยชน์ต่อตนเองและหน่วยงานเป็น การพัฒนาตนให้ดีขึ้นด้วยสติปัญญาได้เป็นส่วนหนึ่งของสังคมอย่างมีประสิทธิภาพ การดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขเป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่นด้วยจิตสำนึกของความมุ่งมั่นที่จะประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ ด้วยความรู้ความเข้าใจและหลักการพัฒนาตนเอง การนำหลักธรรมบุพนิมิตแห่งมรรค ๗ อันเป็นธรรมของผู้ประพาส ปฏิบัติดีแล้ว มาปฏิบัติเพื่อการพัฒนาตนเองจะเป็น เครื่องหมายบ่งบอกล่วงหน้าว่า มรรคมิองค์ ๘ ประการอันประเสริฐจะเกิดขึ้นแก่ผู้นั้น ด้วยความเจริญก้าวหน้า มีความสมบูรณ์ทั้งร่างกาย และจิตใจ มีคุณธรรม จริยธรรม เกิดปัญญาพิจารณา เพื่อทำกิจการงานใดๆ ด้วยความรอบคอบและรอบรู้ สังคมประสบการณ ความเชี่ยวชาญและทักษะ มีความมุ่งมั่น ใฝ่รู้ ใฝ่สร้างสรรค์ในสิ่งใหม่ที่ดียิ่ง ด้วยแนวคิดพื้นฐานในการพัฒนาตนที่ถูกต้องมี เหตุผล มีความตระหนักรู้และมีเจตคติที่ดีมีความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ส่งผลให้ประสบความสำเร็จทั้งในชีวิตและหน้าที่การงาน นำพาพัฒนาตนให้ถึงพร้อมด้วยคุณสมบัติของผู้ที่พัฒนาแล้วด้วยความไม่ประมาทให้สมบูรณ์พร้อมด้วยกาย ศีล จิตและปัญญา

**คำสำคัญ :** บุพนิมิตแห่งมรรค ๗, พัฒนาตน.

#### Abstract

Society was rapidly progressed and changed with modern technology in daily life. People had to change their ways of life to cope with the changes in the world. Self-development was to develop knowledge and ability potential for the benefit of one's self and organizations. It was the self-improvement in intellectual to be a qualified member of society and to live a life happily. To put Pubbanimitta

<sup>๑</sup>นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย



of Magga 7 into practice was to ensure that the Eightfold Path could definitely occur to the practitioners. They could accomplished with progress, prosperity, physical and mental health, morality, ethic and wisdom. They could handle any work with mindfulness, knowledge, experiences, skills, inspiration, and creativity based on right development of one's self, recognition and positive attitude. With emotional intelligence, they would be successful in life and work conveying to quality of the developed one having accomplished with carefulness on body, precept, mind and wisdom.

**Keywords:** Pubbanimitta of Magga 7, self development

## บทนำ

การพัฒนาเป็นการทำให้ดีขึ้น ให้เจริญขึ้น เป็นการเพิ่มคุณค่าของสิ่งต่าง ๆ พัฒนาจากสิ่งเดิมที่มีอยู่หรือสร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆขึ้นมา การพัฒนาหมายถึงการทำให้ชีวิตความเป็นอยู่มีความสุข มีความสะดวกสบาย อยู่ดีกินดี มีความเจริญทางศิลปวัฒนธรรม มีการพัฒนาทางด้านการศึกษาและสิ่งแวดล้อมที่ดี มีการพักผ่อน มีการพัฒนาทางวัฒนธรรมและจิตใจ การพัฒนาเริ่มต้นด้วยการพัฒนาตนเอง ต่อจากนั้นเป็นการพัฒนาสังคมและประเทศชาติ การพัฒนาตนเองเป็นการพัฒนาความสามารถของตนให้มีศักยภาพ มีสมรรถนะที่ทันต่อสภาพความจำเป็น สภาพการเปลี่ยนแปลงของสังคม เพื่อให้ตนเองมีชีวิตที่ดีขึ้น จึงจำเป็นต้องมีความรู้ ความเข้าใจในการพัฒนา การเสริมสร้างคุณภาพของตนให้ดำรงชีวิตด้วยประโยชน์ที่เกื้อกูลเดินทางสู่การสร้าง การพัฒนา และการเตรียมความพร้อมให้สอดคล้องกับสังคมโลก<sup>๑</sup> ความก้าวหน้าของเทคโนโลยีสารสนเทศและการ

สื่อสารที่ทำให้โลกทั้งโลกเชื่อมโยงสื่อสารถึงกันได้อย่างรวดเร็ว จำเป็นต้องสร้างและพัฒนาตนเองให้มีสมรรถนะ มีความรอบรู้ มีความสามารถ มีทักษะ ความถนัด และความชำนาญ พร้อมทั้งจะขับเคลื่อนตนเองสู่การพัฒนาก้าวหน้าแห่งโลกปัจจุบันและอนาคต พร้อมกันนี้ยังต้องพัฒนาให้ตนเองเป็นผู้มีคุณธรรม จริยธรรมโดยสมบูรณ์ยิ่งขึ้น เป็นผู้ที่มีความรู้ ชี้นำให้ประพฤติ กาย วาจา ใจ สำรวม และยึดมั่นอยู่ในคุณงามความดีอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขและประสบความสำเร็จทั้งในชีวิต ครอบครัว และหน้าที่การงาน มีความรักองค์การ มุ่งมั่นตั้งใจปฏิบัติหน้าที่ตามภาระงานที่กำหนด หรืองานที่ได้รับมอบหมายตามศักยภาพ ความถนัด และความสนใจ มีความพึงพอใจในการทำงาน มีความรู้และทักษะในงานที่ปฏิบัติ มีความมุ่งมั่นในการพัฒนาตนเอง และพัฒนางานในหน้าที่ให้มีคุณภาพสูงสุด ในการชี้นำและตอบสนองความต้องการที่ติงามของสังคม รู้จักคิดวิเคราะห์และสังเคราะห์อย่างจริงจัง กระบวนการเรียนรู้ต้องเข้าใจถึงแก่นของความรู้ แล้วนำแก่นของรู้นั้นมาพัฒนาอย่างมีคุณธรรมจริยธรรม มีจรรยาบรรณ มี

<sup>๑</sup> วิทยากร เขียงกุล, *การพัฒนาเศรษฐกิจ*



การศึกษาวิเคราะห์อย่างรอบคอบ ดูผลกระทบด้านต่างๆทั้งด้านคน ด้านสังคมและด้านสิ่งแวดล้อม

บุคคลที่พัฒนาตนเองได้ ย่อมช่วยสร้างสรรค์พัฒนาชีวิตและการทำงานให้ สามารถบรรลุจุดมุ่งหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพ และการจะพัฒนาตนเองได้ จะต้องมีการทำที่ต่อสิ่งทั้งหลายถูกต้อง จากการสั่งสมประสบการณ์ ก็จะมีทัศนคติเกิดขึ้น และที่มีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อการดำเนินชีวิตก็คือ มีค่านิยมเกิดขึ้น ทั้งทัศนคติและค่านิยมจึงเป็นสิ่งที่สำคัญยิ่ง ผู้เขียนมีความเห็นว่าการนำหลักธรรม บุญนิมิตแห่งมรรค ๗ ที่เปรียบเสมือนแสงทองส่องชีวิต มีความสำคัญต่อการนำมาปฏิบัติเพื่อพัฒนาตน เพื่อประโยชน์เกื้อกูลต่อตนเองและสังคมอย่าง น่าสนใจ เพื่อก้าวสู่ความเป็นพลเมืองที่มีความ สมบูรณ์พร้อมทั้งกาย วาจา และใจ

### แนวคิดพื้นฐานในการพัฒนาตน

การพัฒนาตน หมายถึง การเปลี่ยนแปลงตนเองให้มีความเหมาะสมเพื่อสนองความต้องการและเป้าหมาย เป็นการสร้างความสามารถของตนเองให้พัฒนายิ่งขึ้น มนุษย์เรามีความต้องการที่จะให้ตนเองเจริญก้าวหน้า มีชีวิตที่ดีงาม มีความสมบูรณ์พร้อม เมื่อค้นพบศักยภาพของตน จึงเกิดความมุ่งมั่นที่จะพัฒนาให้สอดคล้องกับบรรทัดฐานของสังคม พยายามที่จะปรับปรุงเปลี่ยนแปลงให้ดีขึ้นและเหมาะสมกว่าเดิม สามารถดำเนินกิจกรรม พฤติกรรม เพื่อสนองความต้องการ แรงจูงใจ หรือเป้าหมายที่ตนตั้งไว้ อีกทั้งเป็นการพัฒนาศักยภาพด้วยตนเองให้ดีขึ้น ทั้งร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ เพื่อให้เป็น

สมาชิกที่มีประสิทธิภาพและเป็นประโยชน์ต่อสังคม ตลอดจนเพื่อการดำรงชีวิตอย่างสันติสุข บุคคลที่จะพัฒนาตนเองได้ จะต้องเป็นผู้มุ่งมั่นที่จะเปลี่ยนแปลงหรือปรับปรุงตนเอง มีความเชื่อและแนวคิดพื้นฐานในการพัฒนาตนที่ถูกต้อง จะช่วยส่งเสริมให้การพัฒนาตนเองประสบความสำเร็จ<sup>๒</sup> การพัฒนาตนเอง จึงเป็นการสร้างตนให้มีความเจริญ สร้างสรรค์สิ่งใหม่ที่ดีงาม รักษาคุณธรรมความดี สามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองและบุคคลอื่น เป็นการเสริมสร้างพลังการทำงาน เพิ่มพูนความรู้ ความสามารถ ประสบการณ์และความเชี่ยวชาญ การพัฒนาตนเองในด้านความคิด เพื่อเพิ่มพูนทักษะและความชำนาญ และเพื่อพัฒนาเปลี่ยนแปลงเจตคติและความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ รู้จักเรียนรู้ และปรับปรุงตนเองให้มีความเจริญงอกงาม มีประสิทธิภาพในการปฏิบัติงาน เพื่อสะสมความรู้และประสบการณ์ให้มากขึ้น เพื่อก้าวหน้าชีวิตสู่ความเจริญก้าวหน้า การพัฒนาเป็นกระบวนการที่นำมาปฏิบัติ เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปตามที่วางแผนและกำหนดเป้าหมายไว้ ให้มีคุณค่าและเป็นไปตามขั้นตอนของกระบวนการทำให้เจริญก้าวหน้าไปสู่ทิศทางที่พึงปรารถนา<sup>๓</sup>

การพัฒนาตนเอง เป็นการเสริมสร้างความรู้ ความเข้าใจ การปรับปรุงให้ตนเองมี

<sup>๒</sup> ไพศาล ไกรสิทธิ, เอกสารการสอนรายวิชาการพัฒนาตน, (ราชบุรี:สถาบันราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง, ๒๕๕๑), หน้า ๒๐-๒๑

<sup>๓</sup> จานงค์ อติวัฒน์สิทธิ์, สังคมวิทยาตามแนวพุทธศาสตร์, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ๑๖๑.



ทักษะความชำนาญ และความสามารถในการปฏิบัติงานที่ตนรับผิดชอบอย่างมีประสิทธิภาพ การที่บุคคลพยายามที่จะพัฒนาปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเองให้มีความเจริญก้าวหน้าสามารถทำได้หลายวิธี จากการศึกษาเพิ่มเติมจากหนังสือเอกสารและเครื่องมือสื่อสารต่างๆ การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และการสังสมประสบการณ์ การเข้ารับการอบรม การศึกษาดูงานและอื่นๆอีกมาก ไม่ว่าจะเป็นวิธีการใดก็ตาม จุดมุ่งหมายของการพัฒนาตนเพื่อให้บุคคลมีความรู้ ทักษะ ความสามารถเพิ่มขึ้น ตลอดจนมีทัศนคติที่ดีในการทำงาน การพัฒนาตนเองจึงเป็นเป้าหมายสูงสุดของการเพิ่มพูน และแสวงหาความรู้ ประสบการณ์ ความสามารถและเจตคติต่อการปฏิบัติงานให้เกิดประสิทธิภาพ ให้เป็นบุคคลที่มีคุณภาพในการปฏิบัติงานเพื่อความเจริญก้าวหน้าของตนเองและหน่วยงาน มีการดำเนินอย่างต่อเนื่องเพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืนสามารถนำไปใช้ในการประกอบอาชีพและพัฒนาสังคมให้อยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข บุคคลล้วนต้องการเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ต้องการมีชีวิตที่เป็นสุขในสังคม ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายและความต้องการ ทนต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในสังคม เพื่อนำไปสู่การพัฒนาตนเองในโอกาสที่เหมาะสมได้อย่างต่อเนื่อง การตระหนักถึงความสำคัญของการพัฒนาตนที่มีความจำเป็นอย่างยิ่งโดยเฉพาะในโลกยุคปัจจุบัน เป็นการเตรียมความพร้อมทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจให้ยินยอมที่จะรับสถานการณ์ได้ด้วยความรู้สึที่ดีต่อตนเอง มีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นด้วยการจัดความรู้สึกที่ขัดแย้งภายในตัวบุคคล

ออกไป และก้าวมาสู่การยอมรับสภาพความเป็นจริง หรือโดยการพยายามที่จะขจัดคุณลักษณะที่สังคมไม่ต้องการออกไป และเสริมสร้างคุณลักษณะที่สังคมต้องการเข้ามาแทนที่ การพัฒนาตนยังช่วยลดความรุนแรงของคุณลักษณะที่ไม่เป็นที่ยอมรับของสังคมให้เบาบางลงไปเช่น ลดความเห็นแก่ตัว ลดความกลัวและเพิ่มความเข้มของคุณลักษณะที่เป็นที่ต้องการของสังคมให้มากขึ้น เช่น ความเชื่อมั่นในตนเองความมีวุฒิภาวะทางด้านอารมณ์ ฝึกการคิดอย่างสร้างสรรค์ การวางแผนทางที่จะพัฒนาไปสู่จุดหมายปลายทางได้อย่างมีประสิทธิภาพ<sup>๔</sup>

ขั้นตอนในการพัฒนาตนเอง มีดังนี้

ขั้นที่ ๑ ขั้นตระหนักถึงความสำคัญที่จะต้องพัฒนาตนเอง หลังจากที่ทำการศึกษาวิเคราะห์ตนเองทุกแง่ทุกมุม พบทั้งส่วนดี ส่วนเสีย ที่จะต้องแก้ไขปรับปรุงก็ควรจะได้มีความมุ่งมั่นที่จะแก้ไขข้อบกพร่องเหล่านั้น เพื่อความก้าวหน้าทั้งในด้านส่วนตัวและงานอาชีพ

ขั้นที่ ๒ การวางแผนพัฒนาตนเองอย่างมีระบบ หลังจากพบข้อบกพร่องก็มีการกำหนดเป้าหมายตลอดจนวางแผนอย่างเป็นระบบว่าจะพัฒนาด้านใดก่อนหลัง มีแนวทางในการพัฒนาอย่างไร

ขั้นที่ ๓ ปฏิบัติตามแผนที่ได้วางไว้ นำเอาแผนงานที่วางไว้ไปปฏิบัติ มีการประเมินผลการปฏิบัติเป็นระยะๆ ได้ผลมากน้อย

<sup>๔</sup> สุภัททา ปิณฑะแพทย์. (2542).



เพียงใด เกิดอุปสรรคอะไรบ้างที่ต้องรีบดำเนินการแก้ไข<sup>๕</sup>

จากขั้นตอนในการพัฒนาตนเอง สามารถสรุปได้ว่า การพัฒนาตนเองจำเป็นต้องดำเนินไปตามขั้นตอนต่างๆ โดยเริ่มจากการตระหนักถึงความสำคัญที่จะต้องพัฒนาตนเองสำรวจและวิเคราะห์ตน เพื่อเป็นการทำความเข้าใจตนเอง ต่อจากนั้นจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องยอมรับตนเอง ยอมรับทั้งส่วนที่ดีและส่วนที่ไม่ดี เพื่อเป็นข้อมูลในการเลือกเทคนิควิธีการที่จะใช้ในการพัฒนาตนเองตามความเหมาะสม การจัดลำดับความสำคัญเพื่อปรับปรุงและพัฒนาตนเอง เป็นวิธีการจัดระบบการพัฒนา ทำให้การพัฒนาเป็นไปตามขั้นตอนไม่สูญเสียเวลา ไม่ทำงานซ้ำซ้อนเป็นการประหยัด แล้วประเมินผลการปฏิบัติ เมื่อมีข้อบกพร่องก็รีบดำเนินการหาวิธีการแก้ไข โดยเป็นการนำพฤติกรรมที่ไม่ดีมาปรับปรุงพัฒนาให้ดีขึ้นตามหลักการของแต่ละบุคคล

### บุพนิมิตแห่งมรรค ๗

ในทางพระพุทธศาสนา ได้มุ่งเน้นให้มนุษย์ทุกคนมีการฝึกฝนพัฒนาตนเองเป็นสำคัญเพื่อการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข การพัฒนาตนจะช่วยให้บุคคลสำรวมกาย วาจา และใจมากขึ้น รู้จักยับยั้งชั่งใจตนสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองในการแสดงออกได้อย่างเหมาะสม รู้จักข่มใจ มีความอดทน อดกลั้น เพื่อรักษาความดีงามของตน วิธีการปฏิบัติเพื่อให้เข้าถึงซึ่งความดับทุกข์ อันเป็นเป้าหมายสูงสุดใน

พระพุทธศาสนาโดยเริ่มต้นจากการพัฒนาตนเองให้มีชีวิตที่ดียังมีความสุขจากความเป็นปุณฺณที่ดี มีศีลธรรม แล้วก็พัฒนาตนไปเป็นลำดับ<sup>๖</sup> บุคคลที่พัฒนาตนแล้ว หมายถึงบุคคลผู้ประเสริฐ มีความใฝ่รู้ ใฝ่ดี มีความคิดสร้างสรรค์ การพัฒนาใดๆก็มีจุดเริ่มต้นที่ความคิดและจิตใจเป็นสำคัญ หลักธรรมบุพนิมิตแห่งมรรค ๗ เป็นธรรมที่ปฏิบัติเพื่อการพัฒนาตน เป็นบทบาทสำคัญต่อการพัฒนาชีวิตมนุษย์ ที่ไม่สามารถละเลยได้ เพราะเป็นการพัฒนาปัญญาให้รู้เท่าทันต่ออำนาจของกิเลสทั้งหลาย แต่การที่จะพัฒนาปัญญาให้เกิดขึ้นได้จะต้องกระทำความเพียร ถ้าหากมีความเพียรสูงสุด จะมีชีวิตจิตใจอยู่เหนือความทุกข์ทั้งปวง เป็นชีวิตที่ประเสริฐ เพราะมีปัญญาสูงสุดในการกำจัดทุกข์ได้สิ้นเชิง ดังที่พระพุทธองค์ทรงตรัสว่า “บุคคลมีความเป็นอยู่ด้วยปัญญานักปราชญ์ทั้งหลาย จึงกล่าวว่ามีชีวิตประเสริฐ” องค์ประกอบของการศึกษาและองค์ประกอบของการพัฒนาตนเป็นปัจจัยอันสำคัญในการฝึกฝนพัฒนาให้ถึงเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนาให้มีวิธีการ มีระบบ ระเบียบ และความก้าวหน้า โดยมีเป้าหมายแห่งความสำเร็จ ชีวิตที่สมบูรณ์ดีงามให้เกิดขึ้นทั้งในปัจจุบันและอนาคต การพัฒนาตนเองจะทำให้บุคคลสำนึกในคุณค่าของตนเองได้มากยิ่งขึ้น อีกทั้งเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ต่อเนื่องตลอดชีวิตเพื่อความสุขและความงอกงามของตนเอง ซึ่งจะส่งผลให้เกิดความสุขและความเจริญของสังคมส่วนรวมด้วยเช่นกัน หลักธรรมบุพนิมิตแห่งมรรค ๗ การพัฒนาตนไปสู่วิถีชีวิตที่ดียัง เป็นอันหวังได้ว่าจักเจริญ

<sup>๕</sup> สุชา ไอยราพงศ์, การพัฒนาตน, สงขลา: คณะเศรษฐศาสตร์, สถาบันราชภัฏสงขลา ๒๕๕๒, หน้า ๖.

<sup>๖</sup> พุ.อิตติ.(ไทย)๒๕/๒๐๐/๒๐๘.



พัฒนาตนเอง จักดำเนินก้าวไปใน  
มัชฌิมาปฏิปทา ในทางพุทธศาสนา  
มัชฌิมาปฏิปทาหมายถึงทางสายกลาง คือ การ  
ไม่ยึดถือสุดทางทั้ง ๒ ได้แก่ อัตตกลิณณโยค  
คือ การประกอบตนเองให้ลำบากเกินไป และ  
กามสุขัลลิกานุโยค คือการพัวพันในกามในความ  
สบาย เป็นหลักคำสอนที่ปรากฏในพระธรรม  
เทศนาถ้อยแรกของพระพุทธเจ้าที่ทรงแสดง  
แก่ปัญจวัคคีย์ คือ อัมมจักกัปปวัตตนสูตร  
แนวคิดและความหมายของมัชฌิมาปฏิปทา คือ  
ข้อปฏิบัติที่เป็นกลางๆ เพื่อให้ถึงซึ่งความดับทุกข์  
ด้วยปัญญา คือการดำเนินชีวิตที่ดีเพื่อกำหนดรู้  
ทุกข์และปัญหาแห่งทุกข์ พระพุทธเจ้าได้ทรง  
กำหนดหลักทางสายกลางไว้อย่างชัดเจน  
มัชฌิมาปฏิปทา คือ อริยมรรคมีองค์ ๘ เมื่อย่น  
ย่อแล้ว เรียกว่า “ไตรสิกขา” ได้แก่ ศีล สมาธิ  
ปัญญา บุญนิมิตคือสิ่งแสดงเบื้องต้น หรือสิ่ง  
สื่อนำมาจาก นิมิตแปลว่าเครื่องหมาย กับ บุญ  
แปลว่าเบื้องต้น ธรรมชุดนี้เป็นบุญนิมิตแห่งมรรค  
จึงแปลว่า เครื่องหมายแสดงเบื้องต้นของวิถีชีวิต  
ที่ดีงาม จะเริ่มต้นเมื่อมีหลักธรรมชุดนี้ เรียกอีก  
อย่างหนึ่งว่า “หลักธรรมก่อนมรรค” เวลาศึกษา  
หลักธรรมก่อนมรรค ข้อปฏิบัติเบื้องต้นที่จะ  
นำเข้าสู่ไตรสิกขา ก็คือธรรม ๗ ประการที่เรียกว่า  
หลักธรรมบุญนิมิตแห่งมรรค ๗ การพัฒนาตน  
ไปสู่วิถีชีวิตที่ดีงาม ซึ่งมีความสำคัญมาก ชีวิตที่ดี  
พร้อมสมบูรณ์ไปด้วยกาย วาจา ใจที่บริสุทธิ์  
ประกอบไปด้วยมรรคมีองค์ ๘ ได้แก่ มีความ  
เห็นชอบ มีความคิดชอบ มีการกระทำทางกาย  
ชอบ มีการพูดชอบ มีการทำอาชีพชอบ มีความ  
เพียรพยายามชอบ มีสติชอบ มีสมาธิชอบ พอมี

ส่วนประกอบของหลักธรรมการพัฒนาตนไปสู่วิถี  
ชีวิตที่ดีงาม วิถีแห่งมรรคมีองค์ ๘ ก็ตามมา ด้วย  
เหตุนี้จึงได้นำหลักธรรมบุญนิมิตแห่งมรรค ๗ การ  
พัฒนาตนไปสู่วิถีชีวิตที่ดีงาม ๗ ประการ มา  
พัฒนาตนเอง และช่วยให้สังคมดำรงอยู่อย่าง  
สันติสุข เป็นหลักประกันของชีวิตที่จะพัฒนาสู่  
ความเป็นมนุษย์ที่ประเสริฐและสมบูรณ์อย่าง  
แท้จริงดังนี้

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ,  
กล่าวถึง บุญนิมิตแห่งมรรค ๗<sup>๗</sup> (ธรรมที่เป็น  
เครื่องหมายบ่งบอกล่วงหน้าว่า มรรคมีองค์ ๘  
ประการอันประเสริฐจะเกิดขึ้นแก่ผู้นั้น ดุจแสง  
อรุณเป็นบุญนิมิตของการที่ดวงอาทิตย์จะอุทัย,  
แสงเงินแสงทองของชีวิตที่ดี, รุ่งอรุณของ  
การศึกษา) ดังนี้

๑. กัลยาณมิตตตา ความมี  
กัลยาณมิตร, มิตรดี, คบหาคนที่เป็แหล่งแห่ง  
ปัญญาและแบบอย่างที่ดี

๒. สีสัมปทา ความถึงพร้อมด้วยศีล,  
การทำศีลให้ถึงพร้อม, ตั้งตนอยู่ในวินัยและมี  
ความประพฤติทั่วไปดีงาม

๓. ฉันทสัมปทา ความถึงพร้อมด้วย  
ฉันทะ, ความใฝ่ใจอยากจะทำกิจหน้าที่ และสิ่ง  
ทั้งหลายที่เกี่ยวข้องให้ดีงาม,ความใฝ่รู้ ใฝ่  
สร้างสรรค์

๔. อัตตสัมปทา ความถึงพร้อมด้วย  
ตนที่ฝึกดีแล้ว,การทำตนให้ถึงพร้อมด้วย  
คุณสมบัติของผู้ที่พัฒนาแล้วให้สมบูรณ์ ทั้งด้าน

<sup>๗</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต),  
พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า  
๒๘๐-๒๘๑.



กาย ศีล จิต และปัญญา ที่จะเป็น ภาวิตต์ คือผู้มีตนอันได้พัฒนาแล้ว

๕. ทัศนคติสัมปทา ความถึงพร้อมด้วยทิวทัศน์, การตั้งอยู่ในหลักความคิดความเชื่อถือที่ถูกต้องดีงามมีเหตุผล

๖. อัปมาทสัมปทา ความถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท

๗. โยนิโสมนสิการสัมปทา ความถึงพร้อมด้วยโยนิโสมนสิการ, ความฉลาดคิดแยกคายให้เห็นความจริงและหาประโยชน์ได้

เมื่อใดธรรมที่เป็นบุพนิมิต ๗ ประการนี้ แม้อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดมีในบุคคลแล้ว เมื่อนั้นย่อมเป็นอันหวังได้ว่าเขาจักเจริญพัฒนา ทำให้มาก ซึ่งมีธรรมองค์ ๘ ประการอันประเสริฐ คือจักดำเนินก้าวไปในมัชฌิมาปฏิปทา<sup>๔</sup> สรุปลัทธิธรรมทั้ง ๗ ได้ดังนี้ ๑. รู้จักเลือกหาแหล่งความรู้และแบบอย่างที่ดี ๒. มีชีวิตและอยู่ร่วมสังคมเป็นระเบียบด้วยวินัย ๓. พร้อมด้วยแรงจูงใจใฝ่รู้ ใฝ่สร้างสรรค์ ๔. มุ่งมั่นพัฒนาตนให้เต็มศักยภาพ ๕. ปรับทัศนคติและค่านิยมให้สมแนวเหตุผล ๖. มีสติ กระตือรือร้น ตื่นตัวตลอดเวลา ๗. แก้ปัญหาและพึ่งพาตนได้ด้วยความรู้คิด

### บุพนิมิตแห่งมรรค ๗ นำพาพัฒนาตนไปสู่วิถีชีวิตที่ดีงาม

บุพนิมิตแห่งมรรค ๗ นำพาพัฒนาตนไปสู่วิถีชีวิตที่ดีงาม มีดังนี้

## ๑. รู้จักเลือกหาแหล่งความรู้และแบบอย่างที่ดี

๑.๑ การมีกัลยาณมิตรตา เป็นการพัฒนาตนตามแนวทาง การมีกัลยาณมิตร และการมีแบบอย่างที่ดีถือเป็นแนวทางปฏิบัติที่สำคัญมาก การเริ่มต้นสำรวจตัวเองว่าเราควรปรับปรุงและพัฒนาตนอย่างไรความสำเร็จจึงจะเกิดขึ้นที่ตัวเราและสังคมรอบข้างเรา การรู้จักให้ความสำคัญกับสังคมรอบข้างเรา ถือเป็นความปรารถนาดีต่อกัน นับเป็นจุดเริ่มต้นของคุณธรรมด้านการให้ การเสียสละ และการแบ่งปัน เป็นการผูกมิตรไมตรีด้วยใจเมตตาที่จะให้ เมื่อสำรวจตัวเองแล้ว ให้มองดูแบบอย่างที่ดีงามที่จะนำมาประพฤติ ปฏิบัติตามเพื่อการพัฒนาก้าวหน้าไปในทางสร้างสรรค์ตัวเอง ด้วยการใช้ปัญญาพิจารณาด้วยเหตุผล การมีสภาพแวดล้อมทางสังคมที่ดีคอยช่วย แนะนำ ชี้แจง เข้าสู่ทางที่ถูกต้อง ที่เจริญงอกงาม ในการพัฒนาพฤติกรรมจิตใจและปัญญา มีความศรัทธาดำเนินตามแบบอย่างที่ดี รู้จักแสวงหาความรู้และความดีงามเพื่อนำมาใช้ในการพัฒนาและดำรงชีวิต จำเป็นต้องพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน มิตรสหายและบริวารมีส่วนสำคัญยิ่งที่จะช่วยเหลือสนับสนุนชีวิตของเราให้มีความราบรื่น มิตรที่ดีเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตที่สร้างความเจริญก้าวหน้าช่วยกันไปให้ถึงจุดหมายปลายทางอย่างระมัดระวัง คอยดูแลไม่ทอดทิ้งกัน ยินดีให้ความช่วยเหลือด้วยความเต็มใจ มีความรักและเชื่อมั่น ทำให้มีความสุข ส่งผลให้เจริญรุ่งเรืองและมั่นคง การเรียนรู้ในด้านค่านิยม และจริยธรรม จำเป็นต้องมีแบบอย่างที่ดี เพื่อยึดถือและนำไปปฏิบัติ เป็นการพัฒนาตน และแสดงตนตามมาตรฐานแห่งพฤติกรรมระดับสูง ตามค่านิยม คุณธรรม และวัฒนธรรมอันดีงาม ด้วยพฤติกรรมที่ดีงาม ทั้งกายวาจา ใจ ไม่โกรธง่ายหรือแสดงอารมณ์ฉุนเฉียว มองโลกในแง่ดี คำนึงถึงผลที่จะ

<sup>๔</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลธรรม พิมพ์ครั้งที่ ๑๒, ๒๕๔๖)



เกิดขึ้นกับสังคม ไม่พูดคำหยาบหรือก้าวร้าว ไม่นินทาหรือพูดจาใส่ร้าย กระทบตนสอดคล้องกับคำสอนของแบบอย่างและวัฒนธรรมประเพณีอันดีงาม ดูแลตนให้มีสุขภาพ และบุคลิกภาพที่ดีเหมาะสมกับกาลเทศะ แสดงกิริยามารยาทสุภาพเรียบร้อยอยู่เสมอ ทำกิจสิ่งใดให้ตรงต่อเวลา มีการเอาใจใส่ช่วยเหลือ ส่งเสริม ให้กำลังใจ เป็นผลมาจากสภาวะจิตใจที่ดีงามและความเชื่อถือที่ถูกต้องของบุคคล บุคคลที่มีความรักและเมตตา ย่อมแสดงออก ด้วยความปรารถนาในอันที่จะก่อให้เกิดผลดีต่อบุคคลอื่น ไตร่ตรองถึงผลแล้วจึงแสดงออกอย่างจริงจัง ดำเนินชีวิตด้วยความประหยัดซื่อสัตย์ อดทน รักษาสาธารณะสมบัติ และสิ่งแวดล้อม ด้วยจิตสำนึกที่ดีงาม

### ๑.๒ การเป็นกัลยาณมิตรตา

พ่อและแม่เปรียบดังครูคนแรกของลูก ครูอาจารย์เป็นกัลยาณมิตรตาของศิษย์การเอาใจใส่ช่วยเหลือ ส่งเสริมให้กำลังใจโดยสม่ำเสมอ สอดคล้องกับความเคารพ การยอมรับ การเห็นอกเห็นใจ ต่อสิทธิพื้นฐานที่ได้รับการเป็นที่ไว้วางใจเชื่อถือและชื่นชม การสร้างความรู้สึกร่วมกัน การเป็นกัลยาณมิตรตา เป็นที่พึ่งพา และได้รับความไว้วางใจ ให้ความเป็นกันเองรับฟังปัญหาและให้ความช่วยเหลือตามสถานะให้ความรู้ ฝึกให้มีความสามารถ ร่วมทำกิจกรรมตามความเหมาะสม สนทนาไต่ถามทุกข์สุข ให้การอบรม สั่งสอน ฝึกฝน สร้างเสริมความรู้และทักษะ อบรมให้มีนิสัยที่ถูกต้องดีงามให้อย่างเต็มความสามารถด้วยความบริสุทธิ์ใจ มีความมุ่งมั่นในการพัฒนาศิษย์ให้เจริญอย่างเต็มศักยภาพ และถือว่าความรับผิดชอบของตนจะสมบูรณ์ต่อเมื่อศิษย์ได้แสดงออกซึ่งผลแห่งการพัฒนานั้นแล้ว ครูจึงต้องเรียนรู้เกี่ยวกับศักยภาพของศิษย์แต่ละคน เลือกกิจกรรมที่หลากหลาย เหมาะสม สอดคล้องกับการพัฒนาตามศักยภาพนั้นๆ ดำเนินการให้ศิษย์ได้ลงมือทำกิจกรรม จนเกิดผล

อย่างชัดเจน และยังกระตุ้นให้ศิษย์ทุกคนได้ทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง เพื่อความเจริญงอกงามอย่างไม่มีที่สิ้นสุด เกิดการพัฒนาในตัวศิษย์อย่างแท้จริง การจัดการให้ศิษย์มีความรับผิดชอบ สั่งสอนศิษย์จนเกิดทักษะในการปฏิบัติงาน อุทิศเวลาเพื่อพัฒนาศิษย์ตามความจำเป็นและเหมาะสม เลือกใช้วิธีการที่หลากหลายในการสอนให้เหมาะสมกับสภาพของศิษย์ ให้ความรู้เต็มความสามารถ เปิดโอกาสให้ศิษย์ได้ฝึกปฏิบัติด้วยความเต็มใจ กำหนดเป้าหมายที่ท้าทายและพัฒนา ประเมิน ปรับปรุง มอบหมายงานและตรวจผลงานด้วยความรักและเมตตา

กล่าวได้ว่าการพัฒนาตนเอง จะเกิดขึ้นได้ต้องอาศัยกัลยาณมิตร ที่นำปัจจัยต่างๆ มากระตุ้นอย่างพอเหมาะพอดี มีทั้งรูปแบบ คำสอน คำบอกกล่าว หนังสือ ตำรา สื่อต่างๆ และที่ดีที่สุด คือ “คำสอนของครู” เพราะเป็นเสียงที่จะสร้างศรัทธาให้เกิดขึ้นในใจ เป็นเสียงที่จะช่วยเตือนใจให้ตระหนัก มีกำลังใจให้เกิดการเรียนรู้ภายในตนเอง เกิดความมั่นใจ จนเข้าใจถึงคุณค่าและประโยชน์ของการทำความดี การสร้างคุณธรรมจริยธรรม เกิดการพัฒนาตนเองด้วยจิตสำนึกที่ดีงาม

### ๒. มีชีวิตและอยู่ร่วมกับสังคม

**มีระเบียบวินัย** เป็นการพัฒนาด้านแนวทางการมีศีลให้ถึงพร้อม มีวินัยเป็นฐานของการพัฒนาชีวิต คือ รู้จักจัดระเบียบความเป็นอยู่ให้เอื้อโอกาสแก่การพัฒนาชีวิตอย่างมีพฤติกรรมที่ถูกต้อง คือมีศีลเป็นขั้นพื้นฐาน อยู่ร่วมกับเพื่อนมนุษย์อย่างเกื้อกูลไม่เบียดเบียนกัน การอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างเป็นระเบียบเรียบร้อย เข้าใจในความแตกต่าง มีจิตเมตตาต่อกัน รู้จักเสียสละ เรียกว่า ถึงพร้อมด้วยศีล มีความสัมพันธ์ทางสังคมที่เอื้อโอกาสแก่การทำความดี ทำในสิ่งที่เป็นประโยชน์ ที่จะพัฒนาชีวิตและพัฒนาสังคมให้เจริญรุ่งเรือง เมื่อเรามีศีลบริสุทธิ์บริบูรณ์ดี



ความเป็นมนุษย์ของเราก็สมบูรณ์ ความเป็นปกติ วาจาและใจก็เป็นปกติไปด้วย เราเคารพในสิทธิ เสรีภาพของผู้อื่น ผู้คนก็เคารพสิทธิเสรีภาพของเรา เรายึดมั่นและเคร่งครัดในการปฏิบัติศีล ไม่ละเมิดศีล ก็เป็นการทำให้ ความโลภ ความโกรธ ความหลง ให้ลดลง ฝึกอดทนให้จิตของเรา คล่องตัวต่อการอดทน กลายเป็นความเคยชินโดยธรรมชาติ เรามีศีลเป็นเครื่องประกันความปลอดภัยของสังคม เป็นคุณธรรมที่เป็นปกติของมนุษย์ที่ต้องทรงไว้ให้ได้ตลอดไป เพื่อช่วยควบคุม ความประพฤติให้อยู่ในความดีงาม จัดอยู่ใน ระดับศีลธรรมอันเป็นมูลฐานที่จะนำไปสู่ความ สงบสุขได้ สังคมมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว จำเป็นต้องมีกฎ ระเบียบวินัย ให้คนในสังคมได้ ประพฤติปฏิบัติ เพื่อความสงบสุขของคนในสังคม และเป็นพื้นฐานที่ดีงามถึงการมีอารยธรรมของ คนในชาติ อารยธรรม คือ<sup>๙</sup> “ความสงบสุขของ สังคมที่ตั้งอยู่บนรากฐานแห่งศีลธรรม และ กฎหมาย ความเจริญเนื่องด้วยองค์การของสังคม และขนบธรรมเนียมอันดี” องค์ประกอบของ อารยธรรมมนุษย์มีหลายองค์ประกอบ และหนึ่งในนั้นคือ ปัญญา เป็นลักษณะการทำความเข้าใจ กับสิ่งต่างๆ ด้วยการคิดวิเคราะห์ด้วยเหตุและผล อยู่บนพื้นฐานของความถูกต้อง เป็นสังคมที่มีความ เจริญก้าวหน้าที่มีความเจริญรุ่งเรือง มี โครงสร้างที่เป็นระบบ มีความสามารถและความ ขำนาญพิเศษในการคิดประดิษฐ์ และพัฒนาให้ ก้าวหน้าอยู่เสมอ เป็นสังคมที่มีความเจริญด้าน วัฒนธรรมมีการเจริญและพัฒนามาตามลำดับ นับตั้งแต่ยุคแรกจนกระทั่งมาถึงยุคปัจจุบัน วิวัฒนาการนี้จะเกิดขึ้นในทุกด้านทั้งด้านวัตถุและ ด้านจิตใจ ทำให้เห็นว่า ปัญญา ของสังคมที่มี อารยธรรมจะพัฒนาสังคมไปสู่ความเจริญด้าน

จิตใจด้วย ทั้งที่เป็นรูปธรรมและเป็นนามธรรม จะพัฒนาไปตามความรู้ และสติปัญญาของมนุษย์ ที่เพิ่มมากขึ้น ในทางพระพุทธศาสนาได้แสดงให้เห็นถึงการพัฒนาของมนุษย์จนถึงขั้นสูงสุดของ มวลมนุษยชาติ ด้วยการทำความเข้าใจกับสิ่ง ต่างๆ ด้วยปัญญา สามารถพัฒนาทางอารยธรรมที่ สูงสุดให้มนุษย์เป็น คนดีมีศีลธรรม มีมนุษยธรรม เรียกได้ว่าเป็นอารยชน มีธรรมเป็นคุณสมบัติ มีความประพฤติดี ประพฤติชอบ ดังต่อไปนี้

การปฏิบัติได้ถูกต้องตามทาง แห่งกุศลกรรม ๑๐ ประการ คือ ๑) ทางกาย สุจริต ๓ คือความสุจริตทางกาย ทำสิ่งที่ดีงาม ถูกต้อง ประพฤติชอบด้วยกาย ๑. ละเว้นการฆ่า การบีบคั้นเบียดเบียน มีเมตตากรุณาช่วยเหลือ เกื้อกูลสงเคราะห์กัน ๒. ละเว้นการแย่งชิงลัก ขโมย และการเอารัดเอาเปรียบ เคารพสิทธิใน ทรัพย์สินของกันและกัน ๓. ละเว้นการประพฤติดินฉ้อโกงในของรักของหวงแหนของผู้อื่นไม่ ข่มเหงจิตใจหรือทำลายลบหลู่เกียรติและวงศ์ ตระกูลของกัน ๒) ทางวจีสุจริต ๔ คือความสุจริต ทางวาจา พูดสิ่งที่ดีงามถูกต้อง ประพฤติชอบ ด้วยวาจา ๔. ละเว้นการพูดเท็จโกหกหลอกลวง กล่าวแต่คำสัตย์ ไม่จงใจพูดให้ผิดจากความจริง เพราะเห็นแก่ผลประโยชน์ใดๆ ๕. ละเว้นการพูด ส่อเสียด ยุยง สร้างความแตกแยก พูดแต่คำที่ ส่งเสริมสามัคคี ๖. ละเว้นการพูดคำหยาบคาย เสียหาย พูดแต่คำสุภาพนุ่มนวลควรฟัง ๗. ละ เว้นการพูดเหลวไหล เพ้อเจ้อ พูดแต่ความจริง มี เหตุมีผล มีสารประโยชน์ ถูกกาลเทศะ ๓) ทาง มโนสุจริต ๓ คือความสุจริตทางใจ คิดสิ่งที่ดีงาม ถูกต้อง ประพฤติชอบด้วยใจ ๘. ไม่ละโมภ ไม่ เพ่งเล็งคิดหาทางเอาแต่จะได้ ให้คิดเสียสละ ทำ ใจให้เผื่อแผ่ กว้างขวาง ๙. ไม่คิดร้ายมุ่ง เบียดเบียน หรือเพ่งมองในแง่ที่จะทำลาย ตั้ง ความปรารถนาดี แผ่เมตตา มุ่งให้เกิดประโยชน์สุข แก่กัน ๑๐. มีความเห็นถูกต้อง เป็นสัมมาทิฐิ

<sup>๙</sup> อารยธรรม, พจนานุกรม ฉบับ ราชบัณฑิตยสถานประจำปี พ.ศ. ๒๕๔๒



เข้าใจในหลักกรรมว่าทำดีมีผลดีทำชั่วมีผลชั่ว  
รู้เท่าทันความจริงที่เป็นธรรมดาของโลกและชีวิต  
มองเห็นความเป็นไปตามเหตุปัจจัย

ธรรม ๑๐ ข้อนี้ เรียกว่า กุศล  
กรรมบถ (ทางทำกรรมดี) บ้าง ธรรมจริยา บ้าง  
อารยธรรม บ้าง ข้อ ๑-๓ เป็นกายสุจริต ข้อ ๔-๗  
เป็นวจีสุจริต ข้อ ๘-๑๐ เป็นมโนสุจริต

หลักความประพฤติ ๑๐ ข้อนี้  
เป็นธรรมจริยาและเป็นอารยธรรมที่ครบถ้วน  
สมบูรณ์ ทำคนให้เจริญขึ้นพร้อม ทั้งทางกาย ทาง  
วาจา และทางใจ หากผู้ใดยังไม่มั่นคงในอารย  
ธรรม ท่านสอนว่าผู้นั้นพึงควบคุมตนให้ได้ในทาง  
กายและวาจาก่อนเป็นอย่างน้อย ด้วยการ  
ประพฤติตามหลัก ศีล ๕ ที่เป็นส่วนเบื้องต้นของ  
อารยธรรม ๑๐ ประการนั้น ยังได้ชื่อว่าเป็นคนดี  
มีศีลธรรม นั่นคือ ๑. เว้นจากปาณาติบาต ละเว้น  
การฆ่าการสังหาร ไม่ประทุษร้ายต่อชีวิตและ  
ร่างกาย ๒. เว้นจากอกินนาทาน ละเว้นการลัก  
ขโมย เบียดบังแย่งชิงประทุษร้ายต่อทรัพย์สิน ๓.  
เว้นจากกาเมสุมิฉฉาจาร ละเว้นการประพฤติผิด  
ในกาม ไม่ประทุษร้ายต่อของรักของหวงแหนอัน  
เป็นการทำลายเกียรติภูมิและจิตใจตลอดจน  
ทำลายวงศ์ตระกูล ๔. เว้นจากมูสาพาถ ละเว้น  
การพูดเท็จโกหกหลอกลวง ไม่ประทุษร้ายเขา  
หรือประโยชน์สุขของเราด้วยวาจา ๕. เว้นจาก  
สุราเมรัยไม่เสพเครื่องดองของมีเมาสิ่งเสพติด  
อันเป็นเหตุให้เกิดความประมาทมัวเมาก่อความ  
เสียหายผิดพลาดเพราะขาดสติ เช่นทำให้เกิด  
อุบัติเหตุ แม้อย่างน้อยก็เป็นผู้คุกคามต่อ  
ความรู้สีก็นคงปลอดภัยของผู้ร่วมสังคม<sup>๑๑</sup>

จะเห็นได้ว่าการพัฒนาตนตาม  
แนวทางการมีศีลให้ถึงพร้อม ทำให้มนุษย์อยู่

ร่วมกันอย่างเกื้อกูลไม่เบียดเบียนกัน การอยู่  
ร่วมกันในสังคมอย่างเป็นระเบียบเรียบร้อยมีศีล  
เป็นเครื่องประกันความปลอดภัยจำเป็นต้องมีกฎ  
ระเบียบ วินัย ให้คนในสังคมได้ประพฤติปฏิบัติ  
เพื่อความสงบสุขของคนในสังคม และเป็น  
พื้นฐานในการพัฒนาตนด้วยเหตุและผลอย่าง  
สมบูรณ์ การมีวินัยเป็นการจัดสรรโอกาส ทำให้  
ชีวิตและสังคมมีระเบียบเรียบร้อย ดำเนินไป  
โดยสะดวก คล่องตัวได้ผล มีประสิทธิภาพ และ  
เป็นโอกาสแก่การพัฒนาตนด้วยดีในระบบการ  
ฝึกคนที่เรียกว่า การศึกษา พระพุทธเจ้าจัดเป็น  
๓ ด้าน คือ ศีล สมาธิ ปัญญา การฝึกในระดับต้น  
คือ การฝึกศีล คือ ฝึกให้มีวินัย เมื่อคนปฏิบัติตาม  
วินัยจนเกิดเป็นคุณสมบัติขึ้นมา คุณสมบัติที่  
เกิดขึ้นในตัวบุคคลนั้น เรียกว่า ศีล ความสำคัญ  
ของวินัยอยู่ที่การฝึกคนให้มีศีล วินัยที่กลายเป็น  
วิถีชีวิตเป็นการสร้างวินัยให้ได้ผลเป็นต้นแบบที่ดี  
มีความรัก ความอบอุ่น มีความเป็นกันเองพร้อม  
ศรัทธาและความสุข

๓. พร้อมด้วยแรงจูงใจ ใฝ่รู้ ใฝ่  
สร้างสรรค์ พัฒนาตนตามแนวทางทำฉันทะให้ถึง  
พร้อม มีจิตใจใฝ่รู้ใฝ่สร้างสรรค์ คือเป็นผู้มีพลัง  
แห่งความใฝ่รู้ ใฝ่สร้างสรรค์ บรรลุผลสัมฤทธิ์สู่  
ความเป็นเลิศ อยากช่วยเหลือในสิ่งที่ตนเกี่ยวข้อง  
ให้เข้าถึงภาวะที่ดีงาม ทำฉันทะให้ถึงพร้อม คือ  
ทำให้ใจมาอยู่กับงานที่ทำ ทำให้เกิดจิตใจฝึกใฝ่  
เมื่อใจฝึกใฝ่ก็ทำงานด้วยความแน่วแน่จริงจัง  
สภาพที่จิตแน่วแน่อยู่นิ่งกับสิ่งที่กระทำนั้น เรา  
เรียกว่าเป็น สมาธิเพราะฉะนั้น ฉันทะก็นำไปสู่  
สมาธิ สมาธิในการทำงานเกิดได้ด้วยการมีฉันทะ  
เมื่อมีสมาธิและใจก็รักงานนั้นทำงานด้วยใจรัก ใจ  
ก็เป็นสุข เพราะฉะนั้น คนที่ทำงานด้วยฉันทะก็มี  
จิตใจเป็นสุข ใจเป็นสมาธิ สมาธิก็ทำให้เป็นสุข  
เพราะจิตใจสงบแน่วแน่ เมื่อทำจิตใจให้เป็นสมาธิ  
แน่วแน่ ตั้งใจจริงจัง ทำเต็มที่ มีความเพียร  
พยายามผลสำเร็จของงานก็เป็นผลสำเร็จที่ดี

<sup>๑๑</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต),  
ธรรมบุญชีวิต พุทธจริยธรรมเพื่อชีวิตที่ดีงาม  
(กรุงเทพฯ, โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่ง  
ประเทศไทย จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๑๗-๑๙.



เรียกว่านำไปสู่ความเป็นเลิศของงานนั้น หมายความว่างานนั้นจะสำเร็จผลอย่างดีเลิศ เพราะฉะนั้นพระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า ฉันทะ เป็น คุณธรรมข้อที่ ๑ ในอิทธิบาท ๔ คือ ธรรมที่เป็น เครื่องให้ถึงความสำเร็จ หรือเรียกก่ายๆว่า ทาง แห่งความสำเร็จ ตามปกติถ้ามีฉันทะแล้ว ก็ช่วย ให้เกิดคุณธรรมข้ออื่นๆในอิทธิบาท ๔ ตามมา มีความสัมพันธ์กัน ช่วยเหลือเกื้อหนุนกัน พอมี ฉันทะใจรักแล้ว ก็เกิดความเพียรพยายาม เมื่อมี ความเพียรพยายามใจก็ฝึกฝนจดจ่ออยู่กับสิ่งนั้น เมื่อใจจดจ่อเอาใจใส่แล้ว ก็สามารถใช้ปัญญา พิจารณาสอบสวนเรื่องราว ไตร่ตรองถึง ข้อบกพร่อง ข้อที่ควรแก้ไข<sup>๑๑</sup> ได้ทันต่อการ เปลี่ยนแปลงและแนวโน้มที่จะเปลี่ยนแปลงใน อนาคต เกิดการพัฒนาตนเองทั้งด้านวิชาชีพ ด้าน บุคลิกภาพ และวิสัยทัศน์ ให้ทันต่อการพัฒนา ทาง เศรษฐกิจ สังคม การเมือง และเทคโนโลยี การใฝ่รู้ ใฝ่สร้างสรรค์ ใส่ใจศึกษาค้นคว้า หา ความรู้จากเอกสาร ตำรา และสื่อต่างๆตาม โอกาส จัดทำและเผยแพร่ความรู้ต่างๆผ่านสื่อ เข้าร่วมประชุม อบรม สัมมนาฟังคำบรรยาย อภิปรายทางวิชาการ มีความรอบรู้ ทันสมัย ทัน เหตุการณ์ สามารถนำมาวิเคราะห์ กำหนด เป้าหมายแนวทางพัฒนาตนเอง มีการนำ เทคโนโลยีที่เหมาะสม มาใช้ติดตามข่าวสาร เศรษฐกิจ สังคมการเมืองมีการแสดงออกทาง ร่างกาย กิริยา วาจา สง่างาม ดูแลรักษาสุขภาพ มีความเชื่อมั่นและกระตือรือร้น ด้านพัฒนาการ ส่งเสริม สนับสนุน อนุรักษ์และพัฒนา เผยแพร่ ภูมิปัญญาและวัฒนธรรมไทย ร่วมกิจกรรมทาง ประเพณีวัฒนธรรมของชุมชน อย่างสม่ำเสมอ

<sup>๑๑</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), การเพิ่ม ประสิทธิภาพในการทำงาน, (กรุงเทพมหานคร : โรง พิมพ์ธรรมสภาและสถาบันบันลือธรรม, ๒๕๔๓), หน้า ๑๙.

ศึกษา วิเคราะห์ วิจัยภูมิปัญญา และวัฒนธรรม ท้องถิ่น

ดังนั้นการพัฒนาตนเองที่พร้อมด้วย แรงจูงใจ ใฝ่รู้ ใฝ่สร้างสรรค์ เป็นการจุดประกาย ให้เกิดการพัฒนาตนเองอย่างมีทิศทาง ด้วยความ มั่นใจ มีศักยภาพตามมาตรฐาน มีอุปนิสัยใฝ่รู้ และมีทักษะในการเรียนรู้เพื่อพัฒนาปัญญา การ ทำงานให้ประสบความสำเร็จตามแนวพุทธ ศาสนา พระพุทธเจ้าทรงแนะนำให้ปฏิบัติตามหลัก อิทธิบาท ๔ อิทธิบาท แปลว่า หลักพื้นฐานแห่ง ความสำเร็จ หรือทางสู่ความสำเร็จ มี องค์ประกอบ ๔ ประการซึ่งมีฉันทะเป็นหนึ่งใน ๔ ประการของหลักธรรมนั้น ฉันทะ คือมีใจรัก ทำงานด้วยใจรักงาน<sup>๑๒</sup> มีปัญญา ใฝ่รู้รอบรู้ สามารถแก้ปัญหาได้ มีความสุขในการเรียนรู้ที่จะ พัฒนาตนเอง มุ่งมั่นที่จะประสบความสำเร็จใน ชีวิต

#### ๔. มุ่งมั่นพัฒนาตนให้เต็มศักยภาพ

พัฒนาตนตามแนวทาง ทำตนให้ถึงพร้อม มุ่งมั่น ฝึกตนจนเต็มกำลังความสามารถ ระลึกอยู่เสมอ ว่ามนุษย์เมื่อฝึกแล้วจะประเสริฐเลิศสูงสุด ตั้งใจ ฝึกตนจนมองเห็นปัญหาและอุปสรรคเป็นเครื่อง ทด สอบ และ พัฒนา สติ ปัญญา ความรู้ ความสามารถ ทำให้มีจิตสำนึกในการพัฒนาตน จนเต็มสุดแห่งศักยภาพ ด้วยการพัฒนาพร้อมใน ทุกด้าน ความมุ่งมั่นพัฒนาตนให้เต็มศักยภาพ มนุษย์สามารถพัฒนาให้มีความงอกงามจนถึง ที่สุดแห่งความสามารถของตน เรียกว่า ทำตนให้ ถึงพร้อมด้วยคุณสมบัติของผู้ที่พัฒนาแล้วโดย

<sup>๑๒</sup> ว. วชิรเมธี, คนสำราญ งานสำเร็จ, พิมพ์ ครั้งที่ ๑๔, (กรุงเทพมหานคร สำนักพิมพ์อมรินทร์ ๒๕๕๑), หน้า ๙๒.



สมบูรณ์ ทั้งด้าน “กาย ศีล จิต ปัญญา” คำว่า “ภาวนา ๔” หมายถึง การเจริญ การทำให้เป็น ให้มีขึ้นการฝึกอบรม การพัฒนา ได้แก่ ๑) “กาย ภาวนา” คือ การเจริญกาย พัฒนากาย การฝึกอบรมกาย ให้รู้จักติดต่อกว้างขวางกับสิ่งทั้งหลายภายนอกทางอินทรีย์ทั้ง ๕ ด้วยดี และปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ มิให้เกิดโทษให้กุศลธรรมงอกงาม ให้กุศลธรรมเสื่อมสูญ การพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ๒) “ศีลภาวนา” คือ การเจริญศีล พัฒนาศีล การฝึกอบรมศีล ให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัยไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดี เกื้อกูลแก่กัน ๓) “จิตตภาวนา” คือการเจริญจิต พัฒนาจิต การฝึกอบรมจิตใจ ให้เข้มแข็งมั่นคง เจริญงอกงามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีเมตตากรุณา มีฉันทะ ขยันหมั่นเพียร อดทน มีสมาธิ และสดชื่นเบิกบาน เป็นสุขผ่องใส เป็นต้น ๔) “ปัญญาภาวนา” คือการเจริญปัญญา พัฒนาปัญญา การฝึกอบรมปัญญา ให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นแจ้งโลก และชีวิตตามสภาวะ สามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ ทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลสและปลดปล่อยจากความทุกข์แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญา<sup>๑๓</sup> พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า บุพนิมิตของมรรคข้อที่ ๔ คือ อุตตสัมปทา การสร้างสรรค์ตนเองให้สมบูรณ์ หรือพัฒนาศักยภาพของตนเองให้เต็มที่ หมายความว่า ต้องทำศักยภาพของตนให้เต็มบริบูรณ์ ผู้ที่เป็นปุถุชนก็ต้องพัฒนา

ตนให้เป็นอารยชน หรืออริยบุคคล ผู้ที่เป็นอริยบุคคลอยู่แล้ว ก็ต้องพัฒนาให้สูงขึ้นไปตามลำดับ จนกว่าจะสำเร็จเป็นพระอรหันต์ถึงความเป็นพระอเสขะ หลุดพ้นเป็นอิสระโดยสมบูรณ์ จบกระบวนการของการศึกษา<sup>๑๔</sup>

การมุ่งมั่นพัฒนาตนให้เต็มศักยภาพ เป็นการเข้าถึงการพัฒนาโดยสมบูรณ์ทั้งด้าน กาย ศีล จิตปัญญา รู้เข้าใจเท่าทันความเป็นจริง ด้วยเหตุผลที่ถูกต้อง การพัฒนาตนเองที่มีความยืดหยุ่นเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสมเพื่อเพิ่มศักยภาพในการดำเนินชีวิต การเริ่มต้นจากความคิดบวก สร้างสรรค์ การมองต่างมุม การพัฒนาความรู้ความสามารถต้องสอดคล้องต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา ช่วยทำให้เกิดความรู้เป็นคนที่ทันต่อความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีใหม่ๆ มนุษย์ทุกคนมีศักยภาพของตนเองที่สามารถพัฒนาให้เพิ่มพูนขึ้นได้ทั้งด้านความรู้ ทักษะและทัศนคติ เป็นกระบวนการที่มีระบบและพัฒนาอย่างต่อเนื่อง ในทุกๆด้าน ทั้ง กาย ศีล จิต และปัญญา เพื่อนำไปสู่การปฏิบัติให้ประสบความสำเร็จ การเรียนรู้ ทำความเข้าใจจากประสบการณ์ นำมาประยุกต์ใช้ในการหาแนวคิดให้สอดคล้องกับสถานการณ์ และสามารถใช้ความแตกต่างในการแก้ปัญหาฝ่าฟันอุปสรรคไปได้ มีการพัฒนาให้เกิดการเรียนรู้และนำแนวคิดมาประยุกต์ ใช้ในการดำเนินชีวิตสร้างจิตสำนึกที่ดี รับผิดชอบต่อสังคม นำไปสู่การพัฒนาตนเองที่สมบูรณ์เต็มศักยภาพ

**๕. ปรับทัศนคติและค่านิยมให้สม  
แนวเหตุผล** พัฒนาดนตามแนวทาง ทิฐิสัมปทา

<sup>๑๓</sup> พระพรหมคุณาภรณ์(ป.อ.ปยุตฺโต),  
พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๓๗

<sup>๑๔</sup> อด.ปญจก. ๒๒/๗๙/๑๒๑.



ถือหลักเหตุปัจจัยตามเหตุและผล คือ ตั้งอยู่ในหลักความคิดความเชื่อถือที่ต้งามมีเหตุผล ถือหลักเหตุปัจจัย ที่จะนำไปสู่การพิจารณาไตร่ตรอง สืบสวนค้นคว้าเป็นทางเจริญปัญญา และเชื่อในการกระทำ มีเหตุและผล ปรับแนวคิดให้ถูกต้องดีงามอยู่บนพื้นฐานของความถูกต้องและเหมาะสม แม้จะเฝ้ามองให้สำเร็จและต้งามสูงสุด ก็รู้เท่าทันความเป็นไปได้ภายในขอบเขตของเหตุปัจจัยที่มีและที่ทำได้ ดำรงจิตผ่องใสเป็นอิสระได้ ไม่เอาแต่ใจตน การประมาณตนในการดำเนินชีวิตท่ามกลางการเปลี่ยนแปลงของโลกยุคเทคโนโลยีที่ทันสมัย จะต้องใช้เหตุใช้ผลให้พอดีไม่ตามกระแสมาจนขาดความประมาณในตน โดยเฉพาะในครอบครัว เพราะการปรับทัศนคติและค่านิยม ให้เหมาะสมกับการดำเนินชีวิตที่ต้งาม เอื้อต่อการเรียนรู้ และทำให้สติปัญญางอกงามขึ้น เรียกว่ากระทำ ความเห็นความเข้าใจให้ถึงพร้อม เนื่องจากทัศนคติเป็นแนวความคิด ความเชื่อ และอุดมการณ์ เป็นมรดกทางความคิดของกลุ่มคนในสังคม ที่ยอมรับว่าเป็นสิ่งที่ดี มีคุณค่าควรแก่การนำไปเป็นแนวทางในการปฏิบัติ เป็นพื้นฐานของการเกิดขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรม ส่วนค่านิยมเป็นสิ่งที่ยึดถือปฏิบัติกันมา<sup>๑๕</sup> ดังนั้นการพัฒนาตามแนวทาง ภูมิรัฐสัมพันธ์ถือหลักเหตุปัจจัยตามเหตุและผล ที่ตั้งอยู่ในหลักความคิดความเชื่อถือที่ต้งามมีเหตุผล นำไปสู่การพิจารณาไตร่ตรองสืบสวนค้นคว้าเป็นทางเจริญปัญญา และเชื่อในการกระทำ ไม่ว่าจะเป็นกลุ่มคนใน

สังคมชนบทหรือกลุ่มคนในสังคมเมือง ที่มีบริบทแตกต่างกัน จึงนำหลักธรรมมาใช้ในการพัฒนาปรับให้มีความเหมาะสม เพื่อให้การดำรงชีวิตเป็นไปอย่างสอดคล้องและมีความสุขเกิดการ พัฒนาโดยแท้จริง

**๖. มีสติระลึกรู้ร้อน ตื่นตัวตลอดเวลา** พัฒนาตนตามแนวทาง อปัมาทสัมปทา (ทำความไม่ประมาทให้ถึงพร้อม) ต้งตนอยู่ในความไม่ประมาท คือ มีจิตสำนึกในความไม่เที่ยง มองเห็นตระหนักถึงความไม่คงที่ ไม่คงทน และไม่คงตัว ทั้งของชีวิตและสิ่งทั้งหลายรอบตัว ซึ่งเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัยทั้งภายในและภายนอกตลอดเวลา ทำให้หนึ่งนอนใจอยู่ไม่ได้และมองเห็นคุณค่าความสำคัญของกาลเวลา แล้ว กระตือรือร้น ขวนขวาย เร่งศึกษาและป้องกัน แก่ไข เหตุปัจจัยของความเสื่อมและเสริมสร้าง เหตุปัจจัยของความเจริญงอกงาม โดยใช้เวลาทั้งคืนวันที่ผ่านไปให้เป็นประโยชน์มากที่สุด มีสติ กระตือรือร้น ตื่นตัวทุกเวลาดำเนินชีวิตโดยมีสติ เป็นเครื่องกำกับความประพฤติปฏิบัติและการกระทำทุกอย่าง ระมัดระวังตัว ไม่ยอมถลำลงไป ในทางเสื่อม แต่ไม่ยอมพลาดโอกาสสำหรับความ ต้งามและความเจริญก้าวหน้า ตระหนักในสิ่งที่พึงทำและพึงละเว้น ใส่ใจสำนึกอยู่เสมอในหน้าที่อัน จะต้องรับผิดชอบ ไม่ยอมปล่อยปละละเลย กระทำการด้วยความจริงจัง รอบคอบ และ รุดหน้าเรื่อยไป มีจิตสำนึกแห่งความไม่ประมาท เข้าใจ การเปลี่ยนแปลง ของ ชีวิต และ สภาพแวดล้อม ใช้เวลาอย่างคุ้มค่า เรียกว่า ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท

<sup>๑๕</sup> พระพรหมคุณาภรณ์(ป.อ.ปยุตฺโต),

พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม,หน้า

๒๘๑.



เมื่อมีความเข้าใจหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาก็จะมีความเข้าใจหลักการดำเนินชีวิตที่อยู่บนพื้นฐานของความไม่แน่นอนที่เป็นไปตามเหตุปัจจัย ทำให้เกิดการกระตือรือร้นที่จะพัฒนาตนเองไปสู่ความเจริญโดยการเตรียมความพร้อมทั้งด้านวัตถุและจิตใจ ให้สามารถดำเนินไปกับการเปลี่ยนแปลง สร้างความมั่นคงให้แก่ชีวิต ด้วยการประกอบอาชีพที่สุจริต ด้วยความขยันอดทน และประหยัดอดออม รู้จักช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์เพื่อสร้างสังคมที่มั่นคงอย่างมีคุณธรรมจริยธรรม เป็นการเตรียมความพร้อมทางกายและทางใจด้วยการประพฤติปฏิบัติตามหลักธรรมเพื่อช่วยให้จิตใจไม่เป็นทุกข์เมื่อประสบกับภาวะที่ไม่น่าพึงพอใจทั้งหลายที่จะเกิดขึ้นในอนาคต ทั้งความแก่ ความเจ็บ ความตาย และความพลัดพรากจากสิ่งที่รัก การตั้งตนอยู่บนความไม่ประมาทที่ย่อมที่จะพ้นจากความทุกข์ทั้งปวงนี้ได้ มีความเข้าใจและดำเนินชีวิตด้วยการใช้ปัญญาพิจารณาถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท

**๗. แก้ปัญหาและพึงพาตนได้ด้วยความรู้คิด** พัฒนาตนตามแนวทาง โยนิโสมนสิการสัมปทา (ทำโยนิโสมนสิการให้ถึงพร้อม) ฉลาดคิดแยกคายให้ได้ประโยชน์และความจริง คือ รู้จักคิด รู้จักพิจารณา มองเป็นคิดเป็น “การใช้ความคิดถูกวิธี” คือ การทำในใจโดยแยกคาย มองสิ่งทั้งหลายด้วยความคิดพิจารณาสืบค้นถึงต้นเค้า สวหาเหตุผลจนตลอดสาย แยกแยะออก พิจารณา ดูด้วยปัญญาที่คิดเป็นระเบียบและโดยอุบายวิธี ให้เห็นสิ่งนั้นๆ หรือปัญหานั้นๆ ตามสภาวะและตามความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย เห็นสิ่งทั้งหลายตามที่มันเป็นไปในระบบ

ความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย โดยใช้ปัญญาพิจารณาสอบสวน สืบค้น วิเคราะห์ วิจัย ไม่ว่าจะเพื่อให้เห็นความจริง และเพื่อให้ใช้เป็นประโยชน์ ทั้งสามารถแก้ไขปัญหาและจัดทำดำเนินการต่างๆ ให้สำเร็จได้ด้วยวิธีการแห่งปัญญาที่จะทำ ให้พึ่งตนเองและเป็นที่พึ่งของคนอื่นได้<sup>๑๖</sup> รู้จักแก้ปัญหาและพึ่งตนเอง จัดการแก้ปัญหาอย่างเป็นระบบด้วยความคิดวิจารณ์ญาณตามเหตุปัจจัยด้วยตัวเอง มีความคิดริเริ่ม สร้างสรรค์ มีหลักการและเหตุผล ละเอียด รอบคอบ มีความสามารถในการตัดสินใจ และยอมรับนับถือ ความรู้ความสามารถของผู้อื่น เข้าใจผู้อื่นเอาใจเขามาใส่ใจเรา และเหตุผลในการทำงานมีศิลปะ การติดต่อสื่อสารผูกสัมพันธ์ทั้งระบบ อดทน ขยันหมั่นเพียร ใฝ่หาความรู้ประสบการณ์ มีทักษะในการทำงาน มีความรอบคอบ มีไหวพริบ สามารถแก้ปัญหาได้ มีความกระตือรือร้นและเปี่ยมไปด้วยความสุขในตน และยังผู้อื่นให้ได้รับความสุขด้วยคุณธรรมจริยธรรม ปญา โลกสมิ ปช โขโต ปัญญาเป็นแสงสว่างในโลก<sup>๑๗</sup> คำว่า ปัญญา นั้นแปลว่าความรอบรู้ คือรู้ทางแห่งความเสื่อม รู้ทางแห่งความเจริญ และรู้ทั้งทางแห่งความเสื่อม ทั้งทางแห่งความเจริญ แบ่งออกเป็น โลภีย ปัญญา และโลกุตตรปัญญา ปัญญาดังกล่าวข้างต้นจะเกิดมีขึ้นได้ คือ สุตมยปัญญา ปัญญาสำเร็จด้วยการฟัง จินตามยปัญญา ปัญญาสำเร็จด้วยการนึกคิด และภาวนามยปัญญา ปัญญา

<sup>๑๖</sup> พระพรหมคุณาภรณ์(ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๒๘๑.

<sup>๑๗</sup> ส.ส. (ไทย) ๑๕/๘๐/๘๕.



สำเร็จด้วยการอบรม ฉะนั้น บุคคลผู้มีปัญญาจึงสามารถคิดแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้เป็นอย่างดี

กล่าวได้ว่าการแก้ปัญหาและพึ่งพาตนเองได้ด้วยความรู้คิด ให้ใช้ปัญญาพิจารณาด้วยเหตุผลละเอียดรอบคอบ บนพื้นฐานของความถูกต้อง ปัญหาที่คือส่วนหนึ่งของชีวิต เป็นเรื่องธรรมดาที่เราจะต้องเตรียมพร้อมเพื่อรับมือ และปัญหานี้แหละก่อให้เกิดปัญญา ปัญหาทุกอย่างย่อมมีทางออกให้ใช้สติพิจารณาให้คิดให้ถี่ถ้วนก็จะเกิดเป็นปัญญา สามารถแก้ไขปัญหานั้นได้ ปัญหาเกิดขึ้นมาเพื่อให้เราได้รู้จักการใช้สติใคร่ครวญหาทางแก้ ไม่ได้เกิดมาเพื่อให้เราคร่ำครวญจมอยู่กับมัน ทุกอย่างที่เกิดขึ้นย่อมมีสาเหตุของมัน และเมื่อเรารู้สาเหตุที่ทำให้เกิดได้ เราก็สามารถหาทางแก้ไขมันได้เช่นกัน ปัญหาทำให้เราเติบโตอย่างแข็งแกร่ง และมีปัญญา ใช้สติคิดให้รอบคอบ

### บทสรุป

การพัฒนาตนเองจะเกิดขึ้นและบรรลุเป้าหมายได้ ตนเองจะต้องมีความเต็มใจและสมัครใจที่จะพัฒนา ปัจจัยที่สำคัญคือการตระหนักถึงปัญหาและความจำเป็นในการเปลี่ยนแปลงตนเอง การพัฒนาตนเองถือเป็นกระบวนการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต พร้อมน้อมนำหลักธรรมคำสอนมาประพฤติยึด

เหนี่ยวมนุญษะเราเมื่อมั่นใจในศักยภาพของตน ก็มุ่งมั่นที่จะพัฒนาตนให้เต็มที่ ให้เป็นผู้มีประสิทธิภาพและเป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพที่สมบูรณ์ ประพฤติปฏิบัติด้วยจิตสำนึกที่ดี มีการกระทำและความคิดที่ถูกต้องเหมาะสม รู้เหตุ รู้ผล ถูกต้องตามกาลเทศะและบุคคล ดำรงไว้ซึ่งความยั่งยืนในการพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม ตระหนักในคุณงามความดี และสร้างคุณค่าให้แก่ตนเอง และสังคม สามารถปรับตัวได้ตามความเป็นจริงที่สอดคล้องกับประสบการณ์ โดยมีหลักธรรมเป็นเครื่องเตือนใจให้ระลึกว่า มนุญษะมีศักยภาพในการฝึกให้เป็นบุคคลที่ประเสริฐได้ หลักธรรมบุพนิมิตแห่งมรรค ๗ เป็นหลักธรรมที่ส่งเสริมสร้างสรรค์ศักยภาพของตนเองให้พัฒนาไปในทิศทางที่ถูกต้องและสัมฤทธิ์ผล เตือนตัวเองอยู่เสมอ ในหลักอัตตสัมปทา เป็นการทำตนให้ถึงพร้อม ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ พร้อมทั้งจะเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงทั้งในตนเอง สิ่งแวดล้อมรอบตัว รวมทั้งสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ด้วยการใช้ปัญญาพิจารณาอย่างแยบคาย ทำให้ชีวิตความเป็นอยู่ของตนมีความสุข มีความสะดวกสบาย อยู่ดีกินดี มีความเจริญทางศิลปวัฒนธรรม มีสภาพสิ่งแวดล้อมที่ดี พัฒนาด้านจิตใจให้เกิดคุณธรรม จริยธรรมแก่ตนเองและสังคม.



### บรรณานุกรม

- จำนงค์ อติวัฒน์สิทธิ์. สังคมวิทยาตามแนวพุทธศาสตร์. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). การเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ธรรมสภาและสถาบันบันลือธรรม, ๒๕๔๓.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). ธรรมญูชีวิต พุทธจริยธรรมเพื่อชีวิตที่ดีงาม. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด, ๒๕๕๒.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม พิมพ์ครั้งที่ ๑๒. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.
- ไพศาล ไกรสิทธิ์. เอกสารการสอนรายวิชา การพัฒนาตน. ราชบุรี:สถาบันราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง, ๒๕๔๑.
- ว. วชิรเมธี. คนสำราญ งานสำเร็จ. พิมพ์ครั้งที่ ๑๔. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์อมรินทร์, ๒๕๕๑.
- วิทยากร เชียงกุล. การพัฒนาเศรษฐกิจสังคมไทย:บทวิเคราะห์. กรุงเทพมหานคร: ฉบับแกระ, ๒๕๒๗.
- สุชา ไอยราพงศ์. การพัฒนาตน. สงขลา: คณะครุศาสตร์,สถาบันราชภัฏสงขลา. ๒๕๔๒.
- สุภัททา ปิณฑะแพทย์. พฤติกรรมมนุษย์และการพัฒนาตน. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว, สถาบันราชภัฏสวนสุนันทา, ๒๕๔๒.
- สุภาพรรณ ณ บางช้าง. พระสงฆ์กับการพัฒนาชนบท ในการแสวงหาเส้นทางการพัฒนาชนบทของพระสงฆ์ไทย. กรุงเทพฯ : กองแผนงาน กรมการศาสนากระทรวงศึกษาธิการ, ๒๕๒๖.