ศึกษาหลักการพัฒนาพฤติกรรมของมนุษย์ในพระไตรปิฎก

STUDY OF DEVEIOPING HUMAN BEHAVIORS IN THE TRIPITAKA

[1]พระอธิการประเสริฐ ปุญฺญกาโม (ภรรยาทอง), [2]พระอนันต์ อภินนฺโท (ผากา),
และ [3]พระครูปลัดธนภัทร อุตตฺมปญฺโญ (สงวนศักดิ์),

[1]Phra Anan Adnandho (Phaka), Phrakhrupaladthanapat uttamapunyo,
And Phra Athikanprasert Poonyakamo (Phanyathong)

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ประเทศไทย
Mahachulalongkornrajavityalaya University, Thailand

[1]anan.pha@mcu.ac.th

Received: July 08, 2023; **Revised**: July 29, 2023; **Accepted**: August 24, 2023

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) ความหมายพฤติกรรมของมนุษย์ 2) ลักษณะพฤติกรรมของมนุษย์ 3) การพัฒนาพฤติกรรมของมนุษย์ตามหลักพระพุทธศาสนา การประยุกต์หลักธรรมในการพัฒนาพฤติกรรมของมนุษย์ในสังคมปัจจุบัน ใช้หลักการประยุกต์หลักเบญจศีลและเบญจธรรมมาใช้ในสังคมปัจจุบัน จะสามารถควบคุมพฤติกรรมและพัฒนาทางร่างกาย และจิตใจของตนเองได้สุจริต ก็จะทำให้สังคมมนุษย์อยู่อย่างสงบสุข ภายใต้กฎระเบียบวินัย และกฎเกณฑ์ของสังคม นอกจากนี้ยังพัฒนาตนเองไปสู่ความเป็นอริยบุคคล 4 จำพวก คือ โสดาบันบุคคล อนาคามีบุคคล สกทาคามีบุคคล และ พระอรหันต์ ได้ในที่สุด

คำสำคัญ: หลักการพัฒนา, พฤติกรรมของมนุษย์,พระพุทธศาสนา

---

[1] มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์

[2] อาจารย์ ดร. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยเขตนครราชสีมา

[3]อาจารย์ ดร. มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ศูนย์การศึกษานครราชสีมา

Abstract

The study consisted of three main objectives The present study consisted of three main objectives, namely, 1) Meaning of human behaviors 2) aspect of human behaviors 3) developing to human of Buddhism Dhamma principles to develop human behaviors in Theravada are Panca-Sila (the five precepts) and Pañca-Dhamma (the five ennobling virtues). Pañca-Sila is a principle to control the physical and verbal behaviors in a good manner. There are five kinds of Panca-Sila. They are abstaining from killing, stealing, sexual misconduct, false speech, and intoxicants causing heedlessness. Those who have perfect precepts are wealthy, have self-confidence, are conscious before dying, and are born in the heaven after death. these valuable morals can develop human to the stage of holy person: sotāpanna (steam-enterer), sakadāgāmi (once- returner), anāgāmi (non-returner), and arahanta (the worthy one).

Keyword: Deveioping, Human Behaviors,Buddhism

บทนำ

การดำรงชีวิตแบบพุทธศาสนานั้นเป็นการปฏิบัติตามหลักธรรมคำสั่งสอนในทางพระพุทธศาสนา ซึ่งเกี่ยวกับตัวบุคคลที่ปฏิบัติตามโดยเน้นความประพฤติและปฏิบัติให้ดีงามทั้งทางกายและทางจิตใจ โดยการประพฤติปฏิบัติ เพื่อส่งผลให้จิตใจมีความสุข ทำให้ชีวิตมีความสมบูรณ์ทั้งร่างกายและใจ การแสดงออกทางกายวาจาของมนุษย์เรียกว่า พฤติกรรม (Behavior) ซึ่งเป็นผลมาจากการแสดงปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งเร้าในสถานการณ์ต่างๆการกระทำของมนุษย์อาจสังเกตเห็นได้ชัดเจน ได้แก่การกระทำทางกายเช่น การยืน เดิน นั่ง นอน เป็นต้น เรียกว่า “กายกรรม” การกระทำทางวาจา ได้แก่ การพูด สนทนา การทักทาย และการสั่งสอน เป็นต้น เรียกว่า “วจีกรรม” ส่วนการกระทำที่ซับซ้อนมากขึ้น ยากต่อความเข้าใจต้องติดตามสังเกต วิเคราะห์ ตีความ และประเมินค่าเป็นการกระทำทางใจ เช่น การคิด การจำ การลืม การเรียนรู้ แรงจูงใจ เจตคติความเมตตาหรือความรัก เป็นต้น เรียกว่า “มโนกรรม” ปัญหาของพฤติกรรมของมนุษย์ที่เห็นได้ง่าย ก็คือ พฤติกรรมทางกายและวาจาที่ไม่ดี เช่นการแสดงความเห็นแก่ตัว การ

ทำทุจริตต่างๆ และการแสดงวาจาทุจริต เป็นต้น สาเหตุปัจจัยที่ทำให้คนเรามีนิสัยชอบทำแต่กรรมชั่ว เหตุปัจจัยสำคัญที่ทำให้คนเราชอบทำกรรมชั่วก็คือความคิดผิดๆ ซึ่งมีสาเหตุเนื่องมาจากความเห็นผิดอีกต่อหนึ่ง ความเห็นผิดนี้มีศัพท์ทางธรรมว่า มิจฉาทิฏฐิ ความเห็นผิดนี้เกิดจากจิตใจที่ตกอยู่ใต้อำนาจของกิเลส 3 ตระกูล คือ โลภะ โทสะ โมหะ บุคคลใดก็ตามที่มีความเห็นเป็นมิจฉาทิฏฐิย่อมจะก่อแต่ความชั่วเป็นนิสัยสันดาน พฤติกรรมเช่นนี้นอกจากจะนำความทุกข์ความเดือดร้อนมาสู่ตัวบุคคล ผู้ก่อกรรมชั่วเองและสังคมโดยรวมในโลกนี้แล้ว บุคคลผู้นั้นยังต้องไปรับโทษทัณฑ์อย่างสุดแสนสาหัสอีกนานแสนนานในโลกหน้าอีก พุทธพจน์ในคาถาคัมภีร์ธรรมบทว่า ธรรมทั้งหลายมีใจเป็นหัวหน้า มีใจประเสริฐที่สุดสำเร็จแล้วแต่ใจ ถ้าบุคคลมีใจอันโทษ ประทุษร้ายแล้วกล่าวอยู่ก็ตามทำอยู่ก็ตามทุกข์ย่อมไปตามบุคคลนั้น เพราะทุจริต 3 อย่างนั้นเหมือนล้อหมุนไปตามรอยเท้าโคผู้ลากเกวียนไปอยู่ฉะนั้น” (ขุ.ธ.(ไทย) 25/1/23) ธรรมทั้งหลายมีใจเป็นหัวหน้า มีใจประเสริฐที่สุดสำเร็จแล้วแต่ใจ ถ้าบุคคลมีใจผ่องใส ย่อมทำให้เกิดความสุขได้” (ขุ.ธ.(ไทย) 25/2/24) และมนุษย์ที่สมบูรณ์ได้นั้นก็ต้องผ่านการพัฒนาพฤติกรรมทางด้านกาย วาจา และใจมาแล้วทั้งนั้น (เรียม ศรีทอง ,2542: 5)

เป้าหมายการดำรงชีวิตแบบพุทธศาสนา จะส่งเสริมให้ผู้ปฏิบัตินั้นมีชีวิตที่ดีงาม ส่งผลให้มีความงามที่เกิดในเบื้องต้นงามในท่ามกลาง และงามในที่สุดเป็นความงามที่เกิดขึ้นจากภายในจนส่งผลมายังภายนอกผู้ที่มีโอกาสได้สัมผัสรับรู้ได้ถึงความหอมอันเป็นหอมความดีความเย็นเป็นความเย็นใจในการปฏิสัมพันธ์ด้วยขณะที่ผู้ปฏิบัติมีความสุขใจอิ่มใจเป็นอาหารใจที่สร้างได้ด้วยตนเอง จนประสบผลสำเร็จทั้งทางร่างกายและจิตใจที่ดีงามตามหลักพระพุทธศาสนา และพัฒนาเข้าสู่เป้าหมายที่สูงสุดในทางพระพุทธศาสนาทั้งในประโยชน์ปัจจุบัน ประโยชน์ในเบื้องหน้า และประโยชน์สูงสุด คือ พระนิพพาน การแก้ปัญหาจากภายในสู่ภายนอกที่มุ่งเอาชนะกิเลสที่มีอยู่ในจิตใจ คือ ความโลภ ความโกรธ ความหลง เน้นการมีปัญญารู้เท่าทันในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นและเป็นการพัฒนาตนเองสังคม สิ่งแวดล้อม ด้วยความสมดุล จึงจะเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์โดยแท้

ความหมายพฤติกรรมของมนุษย์

พฤติกรรมของมนุษย์ที่เห็นได้ง่ายก็คือพฤติกรรมทางกายและวาจาที่ไม่ดี เช่นการแสดงความเห็นแก่ตัวการทำทุจริตต่างๆและการแสดงวาจาทุจริตเป็นต้นพฤติกรรมที่ไม่ดีเหล่านี้จำเป็นต้องได้รับการแก้ไขเปลี่ยนแปลง ให้เป็นการกระทำที่ สุจริต และการแสดงวาจาที่สุจริตหรือกล่าวอีกอย่างหนึ่งว่านิสัยชอบทำกรรมชั่วของคนเราจำเป็นต้องได้รับการเปลี่ยนแปลง แก้ไขให้มีนิสัยชอบทำแต่กรรมดีเท่านั้นและ อะไรคือสาเหตุปัจจัยที่ทำให้คนเรามีนิสัยชอบทำแต่กรรมชั่ว เหตุ

ปัจจัยสำคัญที่ทำให้คนเราชอบทำกรรมชั่วก็คือความคิดผิดๆ ซึ่งมีสาเหตุเนื่องมาจากความเห็นผิดอีกต่อหนึ่ง ความเห็นผิดนี้มีศัพท์ทางธรรมว่า มิจฉาทิฏฐิ ความเห็นผิดนี้เกิดจากจิตใจ ที่ตกอยู่ใต้อำนาจของกิเลส 3 ตระกูล คือ โลภะ โทสะ โมหะ บุคคลใดก็ตามที่มีความเห็นเป็น มิจฉาทิฏฐิ ย่อมจะก่อแต่ความชั่วเป็นนิสัยสันดาน พฤติกรรมเช่นนี้นอกจากจะนำความทุกข์ความเดือดร้อน มาสู่ตัวบุคคลผู้ก่อกรรมชั่วเองและสังคมโดยรวมในโลกนี้แล้วบุคคลผู้นั้นยังต้องไปรับโทษทัณฑ์อย่างสุดแสนสาหัส อีกนานแสนนานในโลกหน้าอีกด้วย (พระภาวนาวิริยคุณ (เผด็จ ทตฺตชีโว) ,2547: 164)

การแสดงออกทางกายวาจาของมนุษย์เรียกว่าพฤติกรรม (Behavior) ซึ่งเป็นผลมาจากการแสดงปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งเร้าในสถานการณ์ต่างๆการกระทำของมนุษย์อาจสังเกตเห็นได้ชัดเจน ได้แก่การกระทำทางกายเช่น การยืน เดิน นั่ง นอน เป็นต้น เรียกว่า “กายกรรม” การกระทำทางวาจา ได้แก่ การพูด สนทนา การทักทายและการสั่งสอน เป็นต้น เรียกว่า “วจีกรรม” ส่วน การกระทำที่ซับซ้อนมากขึ้นยากต่อความเข้าใจต้องติดตามสังเกต วิเคราะห์ ตีความ และประเมินค่า เป็นการกระทำทางใจ เช่น การคิด การจำ การลืม การเรียนรู้ แรงจูงใจ เจตคติ ความเมตตาหรือ ความรัก เป็นต้น เรียกว่า “มโนกรรม” (เรียม ศรีทอง ,2542: 5) พฤติกรรมของมนุษย์ทั้ง 3 ลักษณะ มิได้อยู่แยกจากกัน แต่ทำงานผสมผสานเป็นจริตหรือจริยาตามลักษณะความประพฤติที่ทำอยู่ ประจำอยู่ในสันดานพื้นเพจิตใจ หรือลักษณะอุปนิสัย 6 ประเภทคือ ราคจริต โทสจริต โมหจริต สัทธาจริต พุทธิจริต วิตกจริต (ขุ ม. (ไทย) 29/156/430) พฤติกรรมของมนุษย์นั้น สามารถพัฒนาได้ พระพุทธศาสนาได้กล่าวถึงรูปแบบวิธีการพัฒนาไว้ว่า ความประพฤติสุจริตทางกาย วาจา และอาชีวะ เป็นเรื่องของการฝึกฝนในด้านพฤติกรรม โดยเฉพาะพฤติกรรมที่เคยชิน ศีลเป็นเครื่องมือที่ใช้หรือในทางสังคมทั่วไปเรียกว่าวินัย เป็นจุดเริ่มต้นในขบวนการแห่งการศึกษาและการพัฒนามนุษย์เพราะว่าวินัยเป็นเครื่องมือจัดเตรียม ชีวิตให้อยู่ในสภาพที่เอื้ออำนวยต่อการพัฒนา การดำเนินชีวิตของมนุษย์ในสังคมที่อยู่ร่วมกัน ศีล หรือวินัย จะช่วยจัดให้เกิดความเป็นระเบียบในความเป็นอยู่ และเอื้อโอกาสให้เกิดการพัฒนา จนสามารถทำให้มนุษย์มีพฤติกรรมเกิดความเคยชินที่ดีงามตามแบบอย่างของศีลที่กำหนดไว้ดีแล้วฉะนั้นการจะฝึกให้เกิดความเคยชินในสิ่งใดสิ่งหนึ่งจะต้องมีรูปแบบและวิธีการนั้นๆ อย่างเช่น ศีล หรือ วินัย เป็นต้นให้เป็นอุปกรณ์ในการฝึกฝน เบื้องต้นเมื่อฝึกพฤติกรรมความเคยชินให้อยู่ในกรอบระเบียบแล้วการฝึกปรือในด้านคุณภาพและสมรรถภาพของจิต สมาธิ เป็นส่วนของ การฝึกฝนในด้านจิตใจ หรือ ระดับจิตใจให้เกิดการพัฒนาคุณสมบัติต่างๆ คือ ในด้าน คุณธรรม เช่น มีเมตตากรุณา ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความเข้มแข็งอดทน ตลอดทั้งความเพียรพยาม ความรับผิดชอบ ความแน่วแน่มั่นคง มีสติ สมาธิ และในด้านทำให้เกิดความสุข เช่น ความผ่องใสเบิกบาน ความรู้สึกอิ่มใจ หรือ กล่าวโดยสรุปว่า การพัฒนา

สุขภาพจิตให้มีความมั่นคง ในการดำรงอยู่ของชีวิตให้มีความสุขและความสุขที่ได้รับจะเป็นความที่แท้ และยั่งยืนได้ต้องอาศัยความเข้าใจโดยการฝึกปรือปัญญาให้เกิดความรู้ ความเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงจนถึงขั้นหลุดพ้นมีจิตใจเป็นอิสระผ่องใสเบิกบานโดยสมบูรณ์ ปัญญา เป็นเรื่องของการฝึก หรือพัฒนาในด้านความรู้ ความจริง โดยเริ่มตั้งแต่ ความเห็น ความเชื่อ ความเข้าใจ ความหยั่งรู้ในเหตุผล การรู้จักวินิจฉัย ไตร่ตรอง ด้วยความแยบยลให้เห็นตามความเป็นจริง หมายความว่า รู้เท่าทันความเป็นไปของโลก และชีวิต จนทำให้จิตใจเป็นอิสระ ข้ามพ้นความทุกข์ปราศจากปัญหาถึงความเป็นอิสรภาพโดยสมบูรณ์ หลักไตรสิกขานี้ โดยสาระครอบคลุมถึงการทำให้เกิดการพัฒนาทางสังคม พัฒนาทางอารมณ์ และการพัฒนาทางปัญญา หลักคำสอนของพระพุทธศาสนาทั้งหมด คือ หลักแห่งการศึกษา หรือ หลักแห่งการพัฒนาที่มุ่งเน้น หรือนำไปสู่เป้าหมายสูงสุด จนเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ได้นั้นก็ต้องผ่านการพัฒนาพฤติกรรมมาแล้วทั้งนั้น

ดังนั้น ความหมายพฤติกรรมของมนุษย์ คือ พฤติกรรมของมนุษย์โดยหลักใหญ่แล้วหมายถึงการกระทำหรืออาการที่แสดงออกทางกาย แลใจ เช่น ความรู้สึกเพื่อตอบสนองทาง กาย วาจา และใจ ของมนุษย์ เป็นต้น

ลักษณะพฤติกรรมของมนุษย์

การที่จะเรียนรู้หรือทำความเข้าใจ ในการกระทำหรือพฤติกรรมของบุคคลคนหนึ่ง จำเป็นอย่างยิ่งต้องทำความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรมภายใน ประเภทอารมณ์ ความรู้สึก ความคิด ประสบการณ์ การวิเคราะห์หาเหตุผลต่าง ๆ ของคนคนนั้นให้ชัดเจนเสียก่อน เช่นเดียวกัน การจะเข้าใจพฤติกรรมภายในของมนุษย์ได้ก็จำเป็นต้องศึกษาเรียนรู้ จากพฤติกรรมภายนอกที่บุคคลนั้นแสดงออกมาก่อน ทั้งนี้ นักจิตวิทยาเชื่อว่า พฤติกรรมทุกอย่างต้องมีสาเหตุ และสาเหตุเพียงประการเดียวอาจทำให้เกิดพฤติกรรมได้ในหลายรูปแบบ ในทำนองเดียวกัน พฤติกรรมแต่ละรูปแบบที่แสดงพฤติกรรมออกมาย่อมเกิดมาจากหลายสาเหตุได้เช่นกัน ยกตัวอย่างเช่น การร้องไห้ของคนสองคน คนหนึ่งอาจร้องไห้เพราะเสียใจจากการขาดทุนที่ลงทุนไปทำให้หมดทุนที่ลงไปเลยร้องไห้ ในขณะเดียวกันมีคนร้องไห้เหมือนกันแต่คนคนนั้นร้องไห้เพราะได้เจอกับครอบครัวเนื่องจากออกจากบ้านนาน เมื่อมาพบกันจึงเกิดความรู้สึกดีใจเลยร้องไห้ เป็นต้น สาเหตุของ การแสดงออกทางกาย วาจา และ ใจ ในทางพุทธศาสนา เรียกว่า จริต แปลว่า จิตท่องเที่ยว สถานที่จิตท่องเที่ยวหรืออารมณ์เป็นที่ชอบท่องเที่ยวของจิตนั้น สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงประมวลไว้เป็น 6 ประการด้วยกัน คือ

1. ราคจริต จิตท่องเที่ยวไปในอารมณ์ที่รักสวยรักงาม คือ พอใจในรูปสวย เสียงเพราะ กลิ่นหอม รสอร่อย สัมผัสนิ่มนวล รวมความว่า อารมณ์ที่ท่องเที่ยวไปในราคะคือความกำหนัดยินดีนี้บุคคลผู้เป็นเจ้าของจริต มีอารมณ์หนักไปในทางรักสวยรักงามชอบระเบียบ สะอาดประณีต มีกิริยาท่าทางละมุนละไมนิ่มนวล เครื่องของใช้สะอาดเรียบร้อย สะอาด ประณีต มีกิริยาท่าทางละมุนละไมนิ่มนวล เครื่องของใช้สะอาดเรียบร้อย บ้านเรือนจัดไว้อย่างมีระเบียบ พูดจาอ่อนหวาน เกลียดความเลอะเทอะสกปรก การแต่งกายก็ประณีต ไม่มีของใหม่ก็ไม่เป็นไร แต่จะเก่าก็ต้องสะอาดเรียบร้อย ราคจริตมีอารมณ์จิตรักสวยรักงามเป็นสำคัญ อย่าตีความหมายว่า ราคะจริตมีจิตมักมากในกามารมณ์ ถ้าเข้าใจอย่างนั้นพลาดถนัด

2.โทสจริต มีอารมณ์มักโกรธเป็นเจ้าเรือน เป็นคนขี้โมโหโทโส อะไรนิดก็โกรธ อะไรหน่อยก็โมโห เป็นคนบูชาความโกรธว่าเป็นของวิเศษ วันหนึ่ง ๆถ้าไม่ได้โกรธเคืองใครเสียบ้างแล้ว วันนั้นจะหาความสบายใจได้ยาก คนที่มีจริตหนักไปในโทสจริตนี้ แก่เร็ว พูดเร็ว พูดดัง เดินแรง ทำงานหยาบ ไม่ใคร่ละเอียดถี่ถ้วน แต่ตัวไม่พิถีพิถัน เป็นคนใจเร็ว

3. โมหจริต มีอารมณ์จิตลุ่มหลงในทรัพย์สมบัติ ชอบสะสมมากกว่าจ่ายออก ไม่ว่าอะไรเก็บดะ ผ้าขาดกระดาษเก่า ข้าวของตั้งแต่ครั้งใดก็ตาม มีค่าควรเก็บหรือไม่ก็ตามเก็บดะไม่เลือก มีนิสัยเห็นแก่ตัว อยากได้ของของคนอื่น แต่ของตนไม่อยากให้ใคร ชอบเอารัดเอาเปรียบชาวบ้าน ไม่ชอบบริจาคทานกุศล รวมความว่าเป็นคนชอบได้ไม่ชอบให้

4. วิตกจริต มีอารมณ์ชอบคิด ตัดสินใจไม่เด็ดขาด มีเรื่องที่จะต้องพิจารณานิดหน่อยก็ต้องคิดตรองอยู่อย่างนั้น ไม่กล้าตัดสิน คนประเภทนี้เป็นโรคประสาทมาก มีหน้าตาไม่ใคร่สดชื่น ร่างกายแก่เกินวัย หาความสุขสบายใจได้ยาก

5. สัทธาจริต มีจิตน้อมไปในความเชื่อเป็นอารมณ์ประจำใจ โดยไร้เหตุไร้ผล พวกที่ถูกหลอกลวงก็คนประเภทนี้ มีใครแนะนำอะไรตัดสินใจเชื่ออย่างเดียวไม่ได้พิจาณา

6. พุทธจริต เป็นคนเจ้าปัญญาเจ้าความคิด มีความฉลาดเฉลียว มีปฏิภาณไหวพริบดีการคิดอ่านหรือการทรงจำดีทุกอย่าง (พระราชวรมุนี (ประยุทธ์ ปยุตฺโต) ,2527: 191)

ดังนั้นจริตหกอันเป็นหลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับการแบ่งลักษณะประเภทของมนุษย์ตามหลักจิตวิทยาขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า นอกจากตรัสรู้เป็นพระศาสดาผู้ก่อกำเนิดพุทธศาสนาพระองค์ยังทรงเป็นนักคิดชาวตะวันออกผู้ทรงภูมิปัญญาและมีชื่อเสียงที่สุดท่านหนึ่ง พระธรรมคำสอนของท่านถือได้ว่าเป็นสัจจธรรมและเป็นที่ยอมรับกันมานานกว่า 2500 ปี หลังจากตรัสรู้แล้วพระองค์ทรงอุทิศเวลาที่เหลือทั้งหมดเผยแผ่พระธรรมคำสอนแก่พุทธศาสนิกชนและบุคคลทั่วไป ตามหลักจริตหกพระพุทธเจ้าทรงแบ่งมนุษย์ออกเป็น 6 กลุ่มตามความแตกต่างทางด้านบุคลิกภาพ ลักษณะนิสัยที่ดีและด้อย ซึ่งสามารถถูกโน้มน้าวจูงใจได้โดยวิธีที่ต่างกัน

มนุษย์ตามหลักพระพุทธศาสนา

เป้าหมายของชีวิต หรืออุคมคติของพระพุทธศาสนาคือ พระนิพพานซึ่งก่อนจะถึงพระนิพพานได้นั้น ก็จะต้องพัฒนาตนขึ้นไปเป็นลำดับ คือการพัฒนาตนให้มีชีวิตที่ดีงามมีความสุขจากกัลยาณปุถุชนไปจนถึงพระอรหันต์ ความสุขมีความสำคัญมากในการปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนา อาจกล่าวได้ว่าหลักพุทธธรรมไม่ได้แยกต่างหากจากความสุข เริ่มตั้งแต่ขั้นต้นในการทำความดีทั่ว ๆ ไปที่เรียกว่าบุญ ก็มีพุทธพจน์ตรัสว่า บุญเป็นชื่อของความสุข (ขุ.อิติ.(ไทย) 25/200/208) ชีวิตจะมีความสุขประเทศชาติจะเจริญรุ่งเรืองมั่นคง และสังคมจะร่มเย็นเกษมศานต์ ด้วยปัจจัยที่สำคัญที่สุดคือ การพัฒนาคนซึ่งจะทำให้คนเป็นคนดีมีความสุข และเป็นทรัพยากรที่มีคุณภาพ ชีวิตจะมีคุณภาพได้ก็ต้องมีพุทธจริยธรรม ดังนั้นพุทธจริยธรรมย่อมจะมีขึ้นได้ก็ด้วยการพัฒนาฝึกฝนอบรมตน เริ่มตั้งแต่หลักจริยธรรมเบื้องต้นเพื่อตนเองและสังคม ไปจนถึงหลักพุทธจริยธรรมเพื่อพัฒนาตนให้ไปสู่ความหลุดพ้น

มนุษย์ที่พัฒนาตนแล้ว หมายถึงบุคคลผู้ประเสริฐได้บรรลุสัจธรรม คืออริยมรรค ตามความเป็นจริงได้บรรลุธรรมตั้งแต่ขั้นโสดาบันเป็นต้นไปโดยไม่จำกัดว่าจะต้องเป็นบรรพชิต หรือฆราวาส มีทั้งเพศชายและเพศหญิง สภาวะความเป็นมนุษย์นั้น พระพุทธศาสนาถือว่ามี ความเหมาะสมที่สุดต่อการขัดเกลาพัฒนาจิต เพื่อให้บรรลุถึงความดีงามสูงสุด กล่าวคือหมดกิเลสอันเป็นรากเหง้าของความชั่วทั้งปวงได้ โดยการพัฒนานั้นก็มีลำดับขั้นตอนเป็นขั้นๆ ตามสภาวะจิตของแต่ละบุคคลตั้งแต่ปุถุชนจนถึงอริยบุคคล โดยอาศัยการปฏิบัติในหลักธรรมคือ ภาวนา 4 เพื่อบรรลุความเป็นอริยบุคคลในระดับต่างๆ เพราะความแตกต่างกันในหลายระดับดังกล่าว พระพุทธเจ้าได้ทรงจัดบุคคลไว้ 9 ประเภทด้วยกันในปุคคลสูตร (องฺ.อฏฺฐ. (ไทย) 23/212/341) ดังนี้

1) บุคคลปุถุชนธรรมดาทั่วๆ ไป
2) บุคคลผู้บรรลุโสดาปัตติมรรค
3) บุคคลผู้บรรลุโสดาปัตติผล
4) บุคคลผู้บรรลุสกทาคามิมรรค
5) บุคคลผู้บรรลุสกทาคามิผล
6) บุคคลผู้บรรลุอนาคามิมรรค
7) บุคคลผู้บรรลุอนาคามิผล
8) บุคคลผู้บรรลุอรหัตมรรค
9) บุคคลผู้บรรลุอรหัตผล

ดังนั้นไม่ว่าจะเป็นฆราวาส หรือ บรรพชิตทั้งเพศชายและเพศหญิง สภาวะความเป็นมนุษย์นั้น พระพุทธศาสนาถือว่ามี ความเหมาะสมที่สุดต่อการขัดเกลาพัฒนาจิต เพื่อให้บรรลุถึงความดีงามสูงสุด กล่าวคือหมดกิเลสอันเป็นรากเหง้าของความชั่วทั้งปวงได้ ขัดเกลาพัฒนาจิตไปตามระดับปุถุชนธรรมดา จนไปถึงอริยบุคคล

การพัฒนาพฤติกรรมของมนุษย์ในพระไตรปิฎก

พระพุทธศาสนาได้ชื่อว่าเป็นศาสนาแห่งปัญญา คือ มีทั้งปัญญาที่เป็นโลกิยะสำหรับนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ และปัญญาที่เป็นโลกุตระ ซึ่งเกิดจากการฝึกอบรมด้านสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐานปัญญาชนิดนี้เป็นปัญญาที่บริสุทธิ์ การอุบัติขึ้นแห่งพระพุทธศาสนาเป็นผลมาจากพระปัญญาคุณของพระพุทธเจ้าพระองค์ทรงมีพระปัญญาอย่างหาผู้จะเสมอเหมือนมิได้ ในพระพุทธศาสนามีคำสอนเกี่ยวกับปัญญามากมายแต่เมื่อสรุปแล้วคำสอนทั้งหมดมุ่งเน้นในการใช้ปัญญาเป็นเครื่องมือนำไปสู่ความพ้นจากความทุกข์ ซึ่งเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา

เป้าหมายการดำรงชีวิตแบบพุทธศาสนา เป็นความสมบูรณ์ทั้งกายและใจ เพื่อให้เกิดความบริสุทธิ์ ถือเป็นการพัฒนาการดำเนินชีวิตชีวิตให้ดีงามตามหลักพระพุทธศาสนา เพราะการมีชีวิตที่ดีงามเป็นกระบวนการดูแลทั้งสุขทางกายและ ปัญญา (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ,2555: 6) คือ ความรู้ทั่ว กิริยาที่รู้ชัด ความวิจัย ความเลือกเฟ้น ความสอดส่องธรรม ความกำหนดหมาย ความเข้าไปกำหนดความเข้าไปกำหนดเฉพาะ ภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียดความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ความคิดค้น ความใคร่ครวญ ปัญญาดุแผ่นดินปัญญาเครื่องทำลายกิเลส ปัญญาเครื่องนำทาง ปัญญาเครื่องเห็นแจ้งความรู้ดี ปัญญาดุจปฏัก ปัญญา ปัญญินทรีย์ ปัญญาพละ ปัญญาดุจศัสตรา ปัญญาดุจปราสาท ความสว่าง คือ ปัญญา ปัญญาดุจดวงประทีป ปัญญาดุจดวงแก้ว ความไม่หลงงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรม

เพื่อการรอบรู้หรือมีสติปัญญาในการพิจารณาสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นทั้งในรูปธรรมและนามธรรม จนสามารถเข้าถึงความรู้อันสูงสุดจากการปฏิบัติตามลำดับทั้งเป็นสมถกรรมฐานและวิปัสสนาญาณ ซึ่งเป็นความรอบรู้ ความรู้ชัด ความรู้แจ้ง คือรู้เหตุรู้ผล รู้ในสิ่งที่เป็นประโยชน์และสิ่งที่มิใช่ประโยชน์ รู้ในสิ่งที่ควรและสิ่งที่ไม่ควร ในพระพุทธศาสนาถือว่าปัญญาเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดประการหนึ่ง เพราะการกระทำทุกอย่างล้วนต้องอาศัยปัญญาทั้งที่เป็นโลกิยะ และปัญญาที่เป็นโลกุตระทั้งนั้น เมื่อมนุษย์มีปัญญาทำให้สังคมอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข ผลของการพัฒนาปัญญา

(วิปัสสนาปัญญา) (ขุ.ม.(ไทย) 29/10/54) ทำให้ได้บรรลุปัญญาขั้นสูงที่เรียกว่า ญาณ ทั้งปัญญาเป็นกระบวนการพัฒนาสู่จุดหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา

การมีชีวิตที่เป็นมนุษย์มีความหมาย และคุณค่าอย่างมหาศาลเพราะสามารถทำกุศลสร้างบุญให้ตนเองรวมทั้งทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ให้แก่สรรพสัตว์แต่กว่าจะได้เกิดเป็นมนุษย์นั้นแสนยากนัก ดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสพระคาถานี้แก่พญานาคชื่อเอรกปัตต์ว่า “การได้เกิดมาเป็นมนุษย์ก็นับว่ายากการดำรงชีวิตอยู่ของเหล่าสัตว์ก็นับว่ายากการที่จะได้ฟังสัทธรรมก็นับว่ายากการที่พระพุทธเจ้าทั้งหลายจะเสด็จอุบัติขึ้นก็ยิ่งยาก” (ขุ.ธ. (ไทย) 25/182/90)

การยึดคำสั่งสอนธรรมของพระพุทธเจ้าทรงมุ่งผลในทางปฏิบัติให้ทุกคนจัดการกับชีวิตที่เป็นอยู่จริง ๆ ในโลกนี้เริ่มแต่บัดนี้เช่นทรงสอนมนุษย์ให้รู้จักตนเองรู้จักร่างกายและจิตของตนจะได้บำรุงรักษาร่างกายและจิตใจให้ดำรงอยู่อย่างปกติสุขการนำหลักพุทธธรรมมาร่วมในกระบวนการดูแลสุขภาพให้ร่างกายและจิตใจอยู่ในสภาพปกติคือการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมพระสาวกของพระพุทธเจ้าได้ให้สมญานามพระองค์ว่าทรงเป็นนายแพทย์ผู้รักษาโรคดังปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาว่า “มหาการุณิโกสตฺถาสพฺพโลกติกิจฺฉโก” แปลว่า “พระศาสดาทรงมีพระกรุณาอย่างใหญ่หลวงทรงเยียวยารักษาสัตว์โลกทั้งมวล”(ขุ.เถร. (ไทย) 26/722/462)

ในคัมภีร์พระไตรปิฎกมีคำกล่าวที่บ่งถึงภาวการณ์มีสุขภาพกายดีมีอยู่ 2 คำ คือ คำว่า อัปปาพาโธ” มีความเจ็บป่วยน้อยหรือ “อัปปาตังโก” มีโรคน้อยเช่น “ภิกษุในธรรมวินัยนี้..... เป็นผู้มีอาพาธน้อยมีโรคเบาบาง” (ม.ม. (ไทย) 13/379/464)

“บุคคลในโลกนี้ เป็นผู้ไม่เบียดเบียนสัตว์ กลับมาเกิดเป็นมนุษย์ในที่ใดๆเขาก็จะเป็นผู้มีโรคน้อย”

“ภิกษุทั้งหลายองค์ของภิกษุผู้บำเพ็ญเพียรมี 5 ประการคือ หลังจากตายแล้วถ้าไม่ไปเกิดในสุคติสวรรค์กลับมาเกิดเป็นมนุษย์ในที่ใดๆเขาก็จะเป็นผู้มีอาพาธน้อยมีโรคเบาบาง”(องฺ.ปญฺจก. (ไทย) 22/53/92)

ทัศนะเรื่องความเจ็บป่วยที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ประการหนึ่งว่า “ร่างกายเป็นรังแห่งโรค” การที่ร่างกายเป็นฐานหรือที่ตั้งแห่งโรคย่อมจะเจ็บป่วยอย่างใดอย่างหนึ่งไม่มากก็น้อยเป็นธรรมดาอีกคำหนึ่งคือคำว่า “อโรคฺย” ไม่มีโรคดังพุทธภาษิตว่า “อาโรคฺยปรมาลาภา” แปลว่าความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ

เป้าหมายการดำรงชีวิตแบบพุทธศาสนาคือ

(1) การทำร่างกายให้สมบูรณ์บริสุทธิ์การดูแลสุขภาพทางกายเพื่อมิให้เกิดโรคภัยต่าง ๆ ยึดหลักปฏิบัติตามหลักทางพระพุทธศาสนา

(2) การทำจิตใจให้บริสุทธิ์ คือ การทำสมาธิตามหลักพระพุทธศาสนา โดยยึดหลักปฏิบัติแบบสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน ซึ่งถือเป็นเป้าหมายสูงสุดในทางพุทธศาสนาคือนิพพาน ดังนั้นเมื่อปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัดแล้ว ด้วยเข้าใจความเป็นจริงของเป้าหมายการดำเนินชีวิต โดยมีความคิดสติปัญญา และสามารถเข้าถึงประโยชน์อันเป็นเป้าหมาย 3 ระดับ คือ

1. ทิฏฐธัมมิกัตถะ ประโยชน์ขั้นตาเห็น หรือประโยชน์ในปัจจุบัน
2. สัมปรายิกัตถะ ประโยชน์ในเบื้องหน้า
3. ปรมัตถะ ประโยชน์อย่างยิ่ง หรือประโยชน์อันเป็นจุดหมายสูงสุด

พระพุทธศาสนามุ่งเน้นการพัฒนาชีวิตมนุษย์ ผ่านการดำเนินชีวิตประจำวัน เพื่อให้มนุษย์เป็นทรัพยากรธรรมชาติที่สำคัญและมีอายุยืนอย่างมีคุณค่า สามารถเป็นที่พึ่งของตนเองทั้งด้านร่างกาย จิตใจและสติปัญญา ดำเนินชีวิตไปโดยสัมพันธ์กับเพื่อมนุษย์และธรรมชาติที่แวดล้อมชีวิตหรือโลกตามวิถีแห่งธรรมชาติอย่างรู้คุณค่าและหน้าที่ของชีวิตเพราะตราบใดที่ชีวิตยังมีเวลาอยู่มนุษย์ก็มีโอกาสใช้ชีวิตที่พัฒนาแล้ว สร้างความหมายและคุณค่าที่แท้จริงให้เกิดขึ้นได้ผ่านการกระทำของตนเอง อายุนับว่าเป็นวงจรชีวิตของมนุษย์ที่มีโครงสร้างของกาลเวลาตั้งแต่เกิด เติบโต แก่และตาย มีอิทธิพลเหนือมนุษย์เพราะมนุษย์ย่อมีการเกิด แก่ เจ็บ ตายเป็นธรรมชาติ เป็นวงจรที่ทุกคนต้องพบ ไม่มีใครสามารถหลีกเลี่ยงได้ ไม่ว่าเราจะมีวิวัฒนาการทำให้อายุของเรายืนยาวมากเท่าใดก็ตามชีวิตที่เป็น “อมตะ” นั้นเป็นไปไม่ได้ ชีวิตคือสิ่งที่มีการเกิด การเจริญเติบโตและการตายเป็นที่สุด และลักษณะชีวิตอีกอย่างหนึ่งคือสิ่งที่มาคู่กับการเกิด เจริญเติบโตและตายคือความผันแปรเพราะเป็นสภาพที่คงเดิมไม่ได้ หมายความว่าชีวิตทั้งที่มีวิญญาณครองและไม่มีวิญญาณครองต่างก็ตกอยู่ภายในลักษณะของความผันแปรซึ่งพระพุทธศาสนาเรียกว่า อนิจจัง และผลจากการที่ชีวิตต้องผันแปรนี่เองจึงทำให้ชีวิตมีสภาพเป็นทุกข์ ดังพระพุทธพจน์ว่า การเกิดในภพใหม่ และการแตกไปแห่งสรีระเป็นทุกข์ ความหลงตายเป็นทุกข์ ชีวิตถูกชรารย่ำยี ก็ครั้งนั้น เรามีความเกิด ความแก่ความป่วยไข้เป็นธรรมดาเราจักแสวงหาพระนิพพานที่ไม่แก ไม่ตาย เป็นแดนเกษม (พระอัชราภิศุทธิ์ สิริวฑฺฒโน ,2560: 160)

บทสรุป

การพัฒนาพฤติกรรมของมนุษย์ตามหลักพุทธศาสนา เริ่มต้นจากศีลเป็นข้อปฏิบัติพิเศษที่ยิ่งขึ้น ซึ่งจะทำให้มนุษย์เป็นคนดี มีคุณธรรม มีกาย วาจา ใจ ที่สะอาดงดงามพฤติกรรมของมนุษย์นั้น สามารถพัฒนาได้ พระพุทธศาสนาได้กล่าวถึงรูปแบบวิธีการพัฒนาไว้ว่า ความประพฤติสุจริตทางกาย วาจา และอาชีวะ เป็นเรื่องของการฝึกฝนในด้านพฤติกรรม โดยเฉพาะพฤติกรรมที่เคยชิน

ศีลเป็นเครื่องมือที่ใช้หรือในทางสังคมทั่วไปเรียกว่าวินัย เป็นจุดเริ่มต้นในขบวนการแห่งการศึกษาและการพัฒนามนุษย์เพราะว่าวินัยเป็นเครื่องมือจัดเตรียม ชีวิตให้อยู่ในสภาพที่เอื้ออำนวยต่อการพัฒนา การดำเนินชีวิตของมนุษย์ในสังคมที่อยู่ร่วมกัน ศีล หรือวินัย จะช่วยจัดให้เกิดความเป็นระเบียบในความเป็นอยู่ และเอื้อโอกาสให้เกิดการพัฒนา จนสามารถทำให้มนุษย์มีพฤติกรรมเกิดความเคยชินที่ดีงามตามแบบอย่างของศีลที่กำหนดไว้ดีแล้วฉะนั้นการจะฝึกให้เกิดความเคยชินในสิ่งใดสิ่งหนึ่งจะต้องมีรูปแบบและวิธีการนั้นๆ อย่างเช่น ศีล หรือ วินัย เป็นต้นให้เป็นอุปกรณ์ในการฝึกฝน เบื้องต้นเมื่อฝึกพฤติกรรมความเคยชินให้อยู่ในกรอบระเบียบแล้วการฝึกปรือในด้านคุณภาพและสมรรถภาพของจิต สมาธิ เป็นส่วนของ การฝึกฝนในด้านจิตใจ หรือ ระดับจิตใจให้เกิดการพัฒนาคุณสมบัติต่างๆ คือ ในด้าน คุณธรรม เช่น มีเมตตากรุณา ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความเข้มแข็งอดทน ตลอดทั้งความเพียรพยาม ความรับผิดชอบ ความแน่วแน่มั่นคง มีสติ สมาธิ และในด้านทำให้เกิดความสุข เช่น ความผ่องใสเบิกบาน ความรู้สึกอิ่มใจ หรือกล่าวโดยสรุปว่า การพัฒนาสุขภาพจิตให้มีความมั่นคง ในการดำรงอยู่ของชีวิตให้มีความสุขและความสุขที่ได้รับจะเป็นความที่แท้ และยั่งยืนได้ต้องอาศัยความเข้าใจโดยการฝึกปรือปัญญาให้เกิดความรู้ ความเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงจนถึงขึ้นหลุดพ้นมีจิตใจเป็นอิสระผ่องใสเบิกบานโดยสมบูรณ์ ปัญญา เป็นเรื่องของการฝึก หรือพัฒนาในด้านความรู้ ความจริง โดยเริ่มตั้งแต่ ความเห็น ความเชื่อ ความเข้าใจ ความหยั่งรู้ในเหตุผล การรู้จักวินิจฉัย ไตร่ตรอง ด้วยความแยบยลให้เห็นตามความเป็นจริง หมายความว่า รู้เท่าทันความเป็นไปของโลก และชีวิต จนทำให้จิตใจเป็นอิสระ ข้ามพ้นความทุกข์ปราศจากปัญหาถึงความเป็นอิสรภาพโดยสมบูรณ์ หลักไตรสิกขานี้ โดยสาระครอบคลุมถึงการทำให้เกิดการพัฒนาทางสังคม พัฒนาทางอารมณ์ และการพัฒนาทางปัญญา หลักคำสอนของพระพุทธศาสนาทั้งหมด คือ หลักแห่งการศึกษา หรือ หลักแห่งการพัฒนาที่มุ่งเน้น หรือนำไปสู่เป้าหมายสูงสุด จนเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ได้นั้นก็ต้องผ่านการพัฒนาพฤติกรรมมาแล้วทั้งนั้น

ดังนั้น การประยุกต์หลักธรรมในการพัฒนาพฤติกรรมของมนุษย์ในสังคมปัจจุบันการประยุกต์หลักเบญจศีล และเบญจธรรมมาใช้ในชีวิตประจำวัน จะสามารถควบคุมพฤติกรรมและพัฒนาทางร่างกาย และจิตใจของตนเองได้

เอกสารอ้างอิง

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2555). *ชีวิตที่สมบูรณ์.* กรุงเทพฯ: นพรัตน์การพิมพ์.

พระภาวนาวิริยคุณ (เผด็จ ทตฺตชีโว). *คัมภีร์ปฏิรูปมนุษย์.* พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ บริษัทรุ่งศิลป์การพิมพ์ จำกัด.

พระราชวรมุนี (ประยุทธ์ ปยุตฺโต). (2527). *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์.* กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์อมรินทร์การพิมพ์.

พระอัชราภิศุทธิ์ สิริวฑฺฒโน (ลูนละวัน)และคณะ.(2560). *การดำเนินชีวิตที่ยืนยาวตามหลักพระพุทธศาสนา".* วารสารสังคมศาสตร์วิชาการ. ปีที่10 ฉบับพิเศษ (กรกฎาคม-ตุลาคม 2560).

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539).*พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.* กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

เรียม ศรีทอง, (2542). *พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน.* กรุงเทพฯ: บริษัทเธิร์ดเวฟเอ็ดดูเคชั่น จำกัด.