

พระพุทธศาสนากับความคาดหวังของสังคม

Buddhism and Expectations of the Society

พระมหาวิริวิชญ์ ปทีปธมโม (ราชโคตร)*

วัดอาสาสงคราม สมุทรปราการ

Phramaha Werawit Padipathammo (Rajcote)*

Asasongkram Monastery, Samut Prakan, Thailand

Corresponding Author Email: werawit.pad@gmail.com*

Received: 11/12/2022

Revised: 19/12/2022

Accepted: 29/12/2022

DOI: 10.14456/jdl.2022.18

Cite: Rajcote. P. W. P., (2022). Buddhism and Expectations of the Society. *Journal of Dhamma for Life*, 28(4), 28-39.

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพระพุทธศาสนากับความคาดหวังของสังคม ธรรมชาติของสังคมนั้นมีปัญหาอยู่มากมาย ในสังคมจึงเกิดความคาดหวังที่จะพัฒนาและแก้ไขปัญหาทั้งหลายขึ้น รวมเรียกว่าความคาดหวังของสังคมเพื่อที่จะตอบสนองวัตถุประสงค์ดังกล่าวได้นั้น จึงเกิดการตั้งเป้าหมายอันเป็นสากลของโลกร่วมกันขึ้นที่เรียกว่า เป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน (Sustainable Development Goals: SDGs) 17 เป้าหมาย โดยมีวัตถุประสงค์ในการแก้ไขปัญหาในด้านบุคคลในสังคม ความมั่งคั่งที่เกี่ยวข้องกับเศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อมของโลก สันติภาพ ความสามัคคี และพัฒนาสังคมโลกให้มีความเจริญมากยิ่งขึ้น ซึ่งพระพุทธศาสนานั้นมีหลักธรรมอยู่มากมายที่จะสามารถช่วยให้เป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืนนั้นสามารถก้าวไปสู่ความสำเร็จได้ง่ายยิ่งขึ้น การศึกษาครั้งนี้ได้เสนอหลักอริยสัจ 4 และหลักไตรสิกขา ไว้เป็นหลักการในการประกอบการวิเคราะห์และสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้ เพื่อที่จะก้าวไปสู่การพัฒนาที่ยั่งยืนในสังคมตั้งแต่ระดับบุคคลไปจนถึงระดับสังคมโลก

หลักอริยสัจ 4 และหลักไตรสิกขาในพระพุทธศาสนานั้น สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการแก้ไขปัญหาในด้านความประพฤติทางกาย วาจา และใจ ของบุคคลเป็นสำคัญ เมื่อบุคคลได้รับการแก้ไขปัญหาและพัฒนาตามหลักธรรมดังกล่าวแล้ว ย่อมเป็นจุดเริ่มต้นในการนำไปสู่การร่วมกันพัฒนาเรื่องของความมั่งคั่ง สิ่งแวดล้อม สันติภาพ และความสามัคคี ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังกล่าวนี้นี้ จึงควรนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา มาประยุกต์ใช้ในการแก้ปัญหาและพัฒนาให้เป้าหมายและความคาดหวังของสังคมโลกประสบผลสำเร็จ

คำสำคัญ: พระพุทธศาสนา; ความคาดหวัง; สังคม

Abstract

This academic article aims to study Buddhism and expectations of the society. The nature of society has many problems. In society, the expectation to develop and solve problems is collectively called social expectation in order to meet these objectives. Therefore, a common global goal of the world was established called Sustainable Development Goals: SDGs. The objectives of the 17 goals are to resolve individual social problems, economic prosperity, global environment, peace, harmony, and develop a more prosperous global society. Buddhism has many principles that can help make the Sustainable Development Goals easier to achieve. This study proposes the Four Noble Truths and the Threefold Trisikkha as a principle for analyzing and can be applied to solve problems that arise, in order to advance sustainable development in society from the individual level to the global level.

The Four Noble Truths and the Threefold Training in Buddhism can be applied to solving problems in the physical, verbal and mental conduct of a person. When people have solved their problems and developed according to these principles, it is the starting point for the effective joint development of prosperity, environment, peace, and harmony. Therefore, Buddhist principles should be applied to solve problems and develop goals and expectations of the world society to be successful.

Keyword: Buddhism; Expectations; Society

1. บทนำ

พระพุทธศาสนา คือ “คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า” พระพุทธเจ้าในที่นี้ คือ บุคคลผู้ตรัสรู้หรือผู้รู้อย่างแจ่มแจ้ง ซึ่งพระองค์ทรงแนะนำให้ยกฐานะของมนุษยชาติขึ้นสู่ ความบริสุทธิ์ด้วยศีล ความสงบระงับด้วยสมาธิ และความเข้าใจแจ่มแจ้งด้วยปัญญา ซึ่งคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้านั้นรวมเรียกว่า “พระธรรมวินัย” เมื่อพระพุทธเจ้าได้ทรงตรัสรู้ พระพุทธศาสนาก็ยังไม่ถือกำเนิดขึ้น จนอีกสองเดือนต่อมาเมื่อทรงแสดงพระธรรมเทศนาครั้งแรก อันมีชื่อว่า ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร และมีผู้รู้ตามธรรมที่พระองค์ทรงแสดงแล้ว ทำให้พระองค์ 3 ประการ คือ พระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ ในพระรัตนตรัยนั้นบริบูรณ์ จึงทำให้เกิด

พระพุทธศาสนาขึ้น พระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้านั้น ก็ได้มุ่งเน้นไปในสิ่งที่เป็นความจริง เป็นประโยชน์ และเหมาะสมต่อบุคคลนั้น ๆ และไม่สอนในสิ่งที่ไม่เป็นความจริง ไม่มีประโยชน์ และเป็นไปเพื่อการเบียดเบียน ต่อมาเมื่อมีผู้ฟังและผู้ประพฤติปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าเป็นจำนวนมาก ขึ้นแล้ว ก็ได้มีการจัดตั้งเป็นกลุ่ม ชุมชน เป็นสถาบัน เป็นองค์กร เพื่อรับผิดชอบดูแลการเรียนรู้และการประพฤติปฏิบัติ ตลอดจนมีศาสนพิธี ศาสนวัตถุ ศาสนสถาน และกิจการต่าง ๆ ตามมาในภายหลัง พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งการพิจารณาในเหตุผลและการปฏิบัติเพื่อช่วยตัวเอง พึ่งพาตัวเอง และขยายความช่วยเหลือไปสู่ผู้อื่นด้วยความปรารถนาดี จากที่ได้กล่าวไปแล้วนั้น พระพุทธศาสนาได้สอนในสิ่งที่เป็นประโยชน์ทั้งสิ้น และสอนให้ทำประโยชน์ของตนเองให้บริบูรณ์ก่อน แล้วจึงช่วยเหลือเกื้อกูลให้ผู้อื่น ดังข้อความในพระสุตตันตปิฎกที่ว่า “อตตทตถํ ปรตเถน พหุณาปี น หापเย อตตทตถมภิญญา สทตลปสุ โต ลียาฯ” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539: ชุ.ธ. (บาลี) 25/23/37) แปลความว่า บุคคลไม่พึงทำประโยชน์ของตนให้เสื่อมเพราะประโยชน์ของผู้อื่นถึงแม้จะมีมาก บุคคลรู้จักประโยชน์ของตนแล้วก็พึงชวนช่วยในประโยชน์ของตน แต่พระพุทธศาสนาก็ไม่ได้สอนให้เป็นคนเห็นแก่ตัวแต่อย่างใด แต่สอนให้เรียงลำดับความสำคัญของประโยชน์เสียก่อน ดังนั้นจึงสามารถกล่าวได้ว่า พระพุทธศาสนานั้นเป็นศาสนาที่เริ่มสอนในระดับปัจเจกบุคคลให้ได้ประโยชน์เสียก่อน เพื่อให้บุคคลเหล่านั้นได้ไปสร้างประโยชน์ต่อสังคมและประเทศชาติเป็นลำดับไป

ในสถานการณ์ปัจจุบันของโลก มีความคาดหวังหรือความต้องการหลากหลาย จนเกิดการตั้งเป้าหมายร่วมกันที่เรียกว่า เป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน (Sustainable Development Goals: SDGs) ปัจจุบันทั่วโลกได้ให้ความสำคัญกับเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน ซึ่งเป็นเป้าหมายที่องค์กรสหประชาชาติได้กำหนดขึ้น และเป็นเป้าหมายที่จะขับเคลื่อนเศรษฐกิจและสังคมให้อยู่ระดับสากลและเป็นแนวทางเดียวกัน (วัชรชัย จิระจินดากุล, 2562: 85) เพื่อตอบสนองความต้องการของสังคมอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งในเป้าหมายทั้งหลายเหล่านั้นก็ได้มีความคาดหวังหลายๆ ประการที่การประพฤติปฏิบัติทางพระพุทธศาสนาจะสามารถทำให้ก้าวไปสู่ความสำเร็จในความคาดหวังนั้นได้

2. เป้าหมายและความคาดหวังเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน

ความคาดหวังของสังคมโลกนั้น มีหลากหลายและมีมุมมองที่กว้างมาก หากจะวิเคราะห์ความคาดหวังที่เป็นสากลแล้วนั้น ก็ต้องมองไปถึงเป้าหมายของสังคมโลกที่เรียกว่า “เป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน” ในอดีตที่ผ่านมา นั้น แนวคิดการพัฒนาที่ยั่งยืนนั้น เป็นเพียงแนวคิดการพัฒนาในกระแสรองหรือกระแสนทางเลือก (Alternative Approach) แต่ในปัจจุบันได้กลายเป็นแนวคิดที่ทวีความสำคัญมากขึ้นใน

เวทีโลก จนกระทั่งถูกใช้เป็นวาระการพัฒนาหลักขององค์การสหประชาชาติ ในการประชุมสุดยอดสหประชาชาติสมัยสามัญ (UN General Assembly) ครั้งที่ 70 ณ กรุงนิวยอร์ก ประเทศสหรัฐอเมริกา เมื่อวันที่ 25 กันยายน ค.ศ. 2015 ผู้นำประเทศกว่า 193 ประเทศได้รับรองเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน ค.ศ. 2030 ภายใต้หัวข้อ “การเปลี่ยนแปลงโลกของเรา: ปี ค.ศ. 2030 วาระสำหรับการพัฒนาที่ยั่งยืน” (Transformation our world: the 2030 Agenda for Sustainable Development) มีการกำหนดเป้าหมาย SDGs ซึ่งประกอบด้วย 17 เป้าหมาย (Goals) ได้แก่ 1) ขจัดความยากจน 2) ขจัดความหิวโหย 3) การมีสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี 4) การศึกษาที่เท่าเทียม 5) ความเท่าเทียมทางเพศ 6) การจัดการน้ำและสุขาภิบาล 7) พลังงานสะอาดที่ทุกคนเข้าถึงได้ 8) การจ้างงานที่มีคุณค่าและการเติบโตทางเศรษฐกิจ 9) อุตสาหกรรม นวัตกรรม โครงสร้างพื้นฐาน 10) ลดความเหลื่อมล้ำ 11) เมืองและถิ่นฐานมนุษย์ที่ยั่งยืน 12) แผนการบริโภคและการผลิตที่ยั่งยืน 13) การรับมือการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ 14) การใช้ประโยชน์จากมหาสมุทรและทรัพยากรทางทะเล 15) การใช้ประโยชน์จากระบบนิเวศทางบก 16) สังคมสงบสุขและยุติธรรม 17) ความเป็นหุ้นส่วน

โดยเป้าหมาย SDGs นี้ จะใช้เป็นวาระการพัฒนาต่อเนื่องไปอีก 15 ปี ระหว่างปี ค.ศ.2016 - 2030 วาระการพัฒนาตามเป้าหมาย SDGs อยู่บนพื้นฐานองค์ประกอบของการพัฒนา 5 ด้าน หรือที่เรียกว่า 5P's ได้แก่ ผู้คน (People) เกี่ยวข้องกับปัจจัยด้านสังคม ความมั่งคั่ง (Prosperity) เกี่ยวข้องกับปัจจัยด้านเศรษฐกิจ โลก (Planet) เกี่ยวข้องกับปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม สันติภาพ (Peace) และความเป็นหุ้นส่วน (Partnership) (เกษร เกษมชื่นยศ, 2563: 21-22) พื้นฐานองค์ประกอบของการพัฒนาทั้ง 5 ด้าน ก็นับเป็นการสรุปรวบยอดของเป้าหมายทั้ง 17 ประการ แต่ทั้งหมดทั้งมวลนี้หากพิจารณาตามหลักการทางพระพุทธศาสนาแล้ว ก็นับได้ว่าเป็นความปรารถนาในเรื่องของความสุข ที่จะสามารถกระทำสำเร็จได้ด้วยการฝึกในเรื่องของ กาย วาจา และจิตใจ (Thepa, 2022) ซึ่งจะได้นำหลักธรรมในพระพุทธศาสนา มาใช้วิเคราะห์ในเรื่องนี้เป็นลำดับไป

3. หลักปฏิบัติทางพระพุทธศาสนาเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน

หลักธรรมในพระพุทธศาสนานั้นมีมากมาย แต่ในที่นี้ได้เรียก “หลักปฏิบัติ” เพราะว่า หลักธรรมทั้งหลายหากไม่ประกอบด้วยการปฏิบัติก็ไม่อาจส่งผลได้ ซึ่งความคาดหวังของสังคมโลกที่ได้ระบุไว้แล้วข้างต้น (เป้าหมายเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน 17 ประการ) ก็ได้ประมวลรวมลงเป็น 5 มิติด้วยกัน คือ ด้านผู้คน ด้านความมั่งคั่ง ด้านโลก ด้านสันติภาพ และด้านความเป็นหุ้นส่วน การพัฒนานั้น หมายถึง การทำให้เจริญ ส่วนคำว่ายั่งยืน หมายถึง ยาวนานหรือคงทน หากรวมคำว่าพัฒนาที่ยั่งยืนในที่นี้แล้ว ก็กล่าว

ได้ว่า เป็นการกระทำสิ่งต่าง ๆ ที่มีความเกี่ยวข้องกับมนุษย์ ให้มีความเจริญอย่างยาวนานและคงทน ซึ่งนับเป็นจุดประสงค์หรือเป้าหมายหลักของความคาดหวังที่มีในมนุษย์ หรือกล่าวได้ว่าการพัฒนาในด้านต่าง ๆ นั้น เป็นความคาดหวังของสังคมโลกหากวิเคราะห์ตามหลักพุทธธรรมแล้วก็สามารถนำหลักธรรมมาปฏิบัติให้ตอบโจทย์กับความคาดหวังดังกล่าวได้ ซึ่งในที่นี้จะยกหลักอริยสัจและหลักไตรสิกขามาพอเป็นหลักการในการวิเคราะห์ดังต่อไปนี้

4. หลักอริยสัจ

อริยสัจ 4 เป็นหลักธรรมสำคัญที่ครอบคลุมคำสอนทั้งหมดในพระพุทธศาสนาเนื้อความทั้งหมดที่ได้แสดงออกมาคือความจริงอันประเสริฐ อริยสัจ 4 เป็นความจริงเกี่ยวกับชีวิตและสรรพสิ่งและเป็นไปตามเหตุปัจจัยเป็นความจริงแท้ทั้งด้านเกิดทุกข์และความดับทุกข์ หลักอริยสัจเป็นการให้มองเห็นภัยของชีวิตและมองเห็นทางปลอดภัยพร้อมแนะวิธีการหลีกเลี่ยงเอาไว้ โดยในอริยสัจ 4 ประกอบด้วย

ทุกข์ แปลว่า ความทุกข์หรือสภาพที่ทนได้ยาก ได้แก่ ปัญหาต่าง ๆ ของมนุษย์กล่าวให้ลึกลงอีกหมายถึงสภาวะของสิ่งทั้งหลายที่ตกอยู่ในกฎธรรมดาแห่งความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ซึ่งประกอบด้วยภาวะบีบคั้น กดดัน ขัดแย้ง มีความบกพร่องไม่สมบูรณ์ในตัวเอง ขาดแก่นสารและความเที่ยงแท้

สมุทัย แปลว่า เหตุเกิดแห่งทุกข์หรือสาเหตุให้ทุกข์เกิดขึ้น ได้แก่ ความอยากที่ยึดถือเอาตัวตนเป็นที่ตั้งโดยอาการที่มีเราซึ่งจะเสพส่วยที่จะได้จะเป็นจะไม่เป็นอย่างนั้นอย่างนี้หรือโดยสรุปเรียกว่า “ตัณหา”

นิโรธ แปลว่า ความดับทุกข์เป็นเป้าหมายสูงสุดตามคำสอนของพระพุทธเจ้า การดับทุกข์นั้น คือการดับความอยาก การตัดเยื่อใยในความรัก ความสั่นระคะ สั่นโทสะ สั่นโมหะ สลัดออก สิ้นตัณหาโดยสิ้นเชิงได้แก่ นิพพาน อันเป็นสภาวะที่ทำลายความอยากในกาม ความสงสัย และความไม่รู้ จึงเป็นความสงบอย่างยิ่งดุจน้ำในมหาสมุทรที่ลึกปราศจากคลื่นอิสระอย่างยิ่ง สุขอย่างยิ่ง สามารถบรรลุได้ในชาตินี้ ไม่ใช่สิ่งที่ไกลเกินเอื้อมถ้าปฏิบัติตามมรรค 8

มรรค แปลว่า ปฏิปทาที่นำไปสู่ความดับทุกข์หรือทางปฏิบัติในการออกจากทุกข์ เป็นการแสดงให้เห็นขั้นตอนหรือวิธีการออกจากความทุกข์ พระองค์เรียกว่าทางสายกลางมี 8 องค์ประกอบ ใครก็ตามที่ปฏิบัติตามมรรค 8 ก็สามารถถอนตนจากทุกข์ได้คือตัวแก่นสารที่เป็นหลักปฏิบัติของศาสนาพุทธ เพราะพระองค์ไม่ได้ต้องการจะสอนแต่เพียงภาคทฤษฎีต้องให้ลงมือ (ชนาธิป ศรีโท, 2563: 61)

จากที่กล่าวมาข้างต้นก็สามารถยืนยันได้ว่า หลักอริยสัจทั้ง 4 ประการ เป็นหลักที่สำคัญมากในการแก้ปัญหาตั้งแต่ปัญหขนาดเล็กที่กล่าวถึงปัญหาทั่วไปในสังคม ไปจนกระทั่งปัญหขนาดใหญ่คือการดับทุกข์มุ่งสู่พระนิพพาน ดังที่พุทธพจน์ตอนหนึ่งเกี่ยวกับอริยสัจว่า “ภิกษุทั้งหลาย เมื่อใดความรู้เห็นตามเป็นจริงของเราในอริยสัจ 4 เหล่านี้ 3 รอบ 12 อาการอย่างนี้หมดจดดีแล้ว เมื่อนั้นเราจึงยืนยันได้ว่า เป็นผู้ตรัสรู้สัมมาสัมโพธิญาณอันยอดเยี่ยมในโลก กับทั้งเทวโลก มารโลก พรหมโลก ในหมู่สัตว์ พร้อมทั้งสมณพราหมณ์เทวดาและมนุษย์ ญาณทัสสนะเกิดขึ้นแก่เราว่า ความหลุดพ้นของเราไม่กำเริบ ชาตินี้เป็นชาติสุดท้าย บัดนี้ภาพใหม่ไม่มีอีก” เมื่อพระผู้มีพระภาคตรัสไวยารณภาษิตนี้อยู่ ดวงตาเห็นธรรม ปราศจากธุลีปราศจากมลทิน ได้เกิดขึ้นแก่ท่านพระโกลนทัณณะว่า สิ่งใดสิ่งหนึ่งมีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดา สิ่งนั้นทั้งมวล มีความดับเป็นธรรมดา (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539: วิ.ม. ไทย 4/17/24) ซึ่งหากวิเคราะห์ให้ดีแล้วนั้น นอกจากจะสามารถนำมาแก้ไขปัญหาก็ยังสามารถนำมาประยุกต์เพื่อการพัฒนาชีวิตได้ เพราะเมื่อสามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ พัฒนาการในด้านต่าง ๆ ก็เกิดขึ้น

การประยุกต์ใช้อริยสัจเพื่อตอบสนองความคาดหวังของสังคมโลก

อริยสัจนั้นเป็นหลักธรรมที่สำคัญที่พระพุทธองค์ทรงตรัสสอนไว้ ดังที่กล่าวไว้ในหลักของอริยสัจก็จะเห็นได้ว่า หลักอริยสัจสามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้อย่างหลากหลาย จริงอยู่ว่าหลักธรรมของพระพุทธองค์นั้นประเสริฐอยู่แล้วไม่จำเป็นต้องนำมาประยุกต์ใด ๆ แต่หากนำมาปรับใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อความคาดหวังและการพัฒนาของสังคมโลกได้ นั่นก็จะเป็นสิ่งที่ประเสริฐและมีคุณค่ายิ่งขึ้น ดังนั้นหากจะเจาะจงในการปรับใช้อริยสัจกับการพัฒนาที่ยั่งยืนที่จะตอบสนองความคาดหวังของสังคมโลกได้นั้น ก็ต้องแยกแยะให้เห็นชัดเจนมากยิ่งขึ้น ดังที่ทราบในอริยสัจนั้น แบ่งออกเป็น ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรค

ทุกข์ สภาพปัญหาที่เกิดขึ้น ทำให้มนุษย์เกิดความคาดหวังที่จะขจัดปัญหานั้นไปให้ได้ ยกตัวอย่างความยากจน ความหิวโหย ความเป็นอยู่ที่ไม่ดี สภาวะทางภูมิอากาศที่ไม่พอดี และความวุ่นวายต่าง ๆ เป็นต้น

สมุทัย สาเหตุของปัญหาทั้งหลายเหล่านั้น มนุษย์ต้องทราบถึงปัญหาเสียก่อนจึงจะแก้ไขปัญหานั้นได้ เปรียบเหมือนต้องมิขยะอยู่ จึงสามารถจะเก็บขยะไปทิ้งได้ ยกตัวอย่างปัญหาความยากจน ซึ่งอาจเกิดได้จากสาเหตุหลากหลายประการที่แตกต่างกันตามสภาพของบุคคล เช่น การมีความรู้ความสามารถในการประกอบอาชีพต่ำ เนื่องจากการขาดโอกาสในการศึกษาและพัฒนาทักษะต่าง ๆ หรืออาจเกิดจากปัญหาความมั่นคงทางเศรษฐกิจ หรือปัญหาทางสภาพแวดล้อม ซึ่งอาจเกิดจากการแสวงหาสถานที่ทำกิน อันมีอยู่จำกัดจนทำลายทรัพยากรทางธรรมชาติ และนำมาซึ่งปัญหาอื่น ๆ มีภาวะโลกร้อน เป็นต้น ซึ่งในทุกปัญหานั้นย่อมมีสาเหตุ อยู่ที่มนุษย์ผู้มุ่งแก้ปัญหานั้นจะมองเห็นสาเหตุของปัญหาหรือไม่

นิโรธ ในทางพระพุทธศาสนานิโรธ คือ เป้าหมายสูงสุดอันได้แก่การดับกองทุกข์ทั้งสิ้น ดับต้นเหตุทั้งหลาย แต่หากจะเปรียบเทียบในการแก้ปัญหาเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืนแล้วนั้น เมื่อใดมนุษย์สามารถแสวงหาหนทางในการแก้ปัญหาเหล่านั้นได้ เช่น แก้ปัญหาความยากจน ความอดอยาก ทำให้การเป็นอยู่มีความสุขได้ตามเป้าหมายหรือความคาดหวังที่ตนได้ตั้งไว้ สิ่งนี้ก็เรียกว่านิโรธได้เช่นกัน กล่าวคือเป็นสภาพดับของปัญหา

มรรค ในคำสอนทางพระพุทธศาสนานั้น มรรคคือหนทางในการดับทุกข์ มี 8 ประการ มีสัมมาทิฐิ เป็นต้น ซึ่งในทางพระพุทธศาสนานั้นจะมีรายละเอียดและความลึกซึ้ง เพื่อมุ่งสู่การแสวงหาทางดับทุกข์หรือมุ่งสู่พระนิพพาน หากนำมาประยุกต์ก็จะสามารถนำไปแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้ การที่จะแก้ไขปัญหานั้นหลายตามวิธีแห่งมรรคนั้น ต้องเริ่มจากการปรับทัศนคติให้กว้างและเป็นเชิงบวก (สัมมาทิฐิ) นึกคิดในทางที่ดีในทางที่ไม่มีโทษ (สัมมาสังกัปปะ) ระมัดระวังวาจา (สัมมาวาจา) การกระทำ (สัมมากัมมันตะ) ประกอบอาชีพอย่างสุจริต (สัมมาอาชีวะ) มีความพยายาม (สัมมาวายามะ) มีสติ (สัมมาสติ) และมีความสงบ (สัมมาสมาธิ) ยกตัวอย่างในเป้าหมายเรื่องเพศเท่าเทียม หากบุคคลในสังคมโลกนี้มีทัศนคติที่เปิดกว้างและเป็นเชิงบวก หรือผู้นำในสังคมนั้นนำพาผู้คนในมีแนวความคิดไปในทางบวกแล้ว เรื่องเพศเท่าเทียมก็จะสามารถกระทำให้บรรลุเป้าหมายได้ง่ายขึ้น อีกตัวอย่างหนึ่ง เมื่อเกิดปัญหาความยากจนขึ้น และเห็นสาเหตุของความยากจนแล้วว่า เกิดจากการที่บุคคลในสังคมขาดโอกาสทางการศึกษา เป็นต้น การแก้ปัญหาโดยการเสริมสร้างทัศนคติที่ไม่ย่อท้อแก่บุคคลเหล่านั้นด้วยวาจาที่จริงใจ เพื่อให้เขาเหล่านั้นค้นหาความสามารถของตนเอง และมุ่งหน้าแสวงหาโอกาสในหลาย ๆ ช่องทางให้มากยิ่งขึ้น กล่าวคือ ทำให้บุคคลเหล่านั้นมีทัศนคติที่กว้างยิ่งขึ้น เป็นการแก้ปัญหาเชิงบุคคลประการแรก หากผู้ต้องการพัฒนาเป็นผู้นำในสังคมพึงเพิ่มช่องทางในการศึกษาที่เท่าเทียม ซึ่งในมรรค 8 นี้ก็สามารถจัดเข้าในหลักไตรสิกขาที่จะกล่าวต่อไป โดยไตรสิกขานั้นประกอบไปด้วย ศีล จิต (สมาธิ) และปัญญา ส่วนมรรคในอริยสัจนี้ ท่านเริ่มต้นทุกหนทางดับทุกข์จากปัญญา กล่าวคือ สัมมาทิฐิและสัมมาสังกัปปะ จัดเข้าในเรื่องของปัญญา (อริปัญญาสิกขา) สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ จัดเข้าในเรื่องของศีล (อริศีลสิกขา) ส่วนสัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ จัดเข้าในเรื่องของจิต (อริจิตตสิกขา) กล่าวคือการมีความพยายามหรือการกระทำใด ๆ ก็พึงมีสติและสมาธิที่มั่นคง ดังนั้นการที่ได้วิเคราะห์หลักไตรสิกขาเพิ่มเติมเป็นลำดับต่อไปจะเป็นประโยชน์เกื้อกูลในการมุ่งสู่เป้าหมายหรือความคาดหวังของสังคมโลกอย่างยิ่ง

5. หลักไตรสิกขา

ไตรสิกขามาจาก 2 คำคือ คำว่า “ไตร” แปลว่า สาม ส่วน “สิกขา” แปลว่า การศึกษา การสำเหนียก เมื่อรวมกันแล้วแปลว่า สิกขาสาม หรือข้อที่จะต้องศึกษาสามประการ หรือข้อปฏิบัติที่เป็นหลักสำหรับการศึกษาสามประการ กล่าวคือ ศึกษาในอริสัจ อริจิต และอริปัญญา ซึ่งเรียกง่าย ๆ ว่า ศีล สมาธิ และปัญญา

หลักไตรสิกขา คือ หลักการพัฒนาชีวิตเพื่อให้ประสบผลสำเร็จและเป็นคนสมบูรณ์แบบตามแนวพุทธ มีหลักสำคัญ 3 ประการคือ 1) อริสัจสิกขา คือ ศึกษาเรื่องศีล อบรมปฏิบัติให้ถูกต้องดีงาม ให้ถูกต้องตามหลักจุลศีล มัชฌิมศีล และมहाศีล ตลอดถึงปฏิบัติอยู่ในหลักอินทรีย์สังวร สติสัมปชัญญะ และสันโดษ เป็นการศึกษาด้านหรือขั้นตอนที่ฝึกปรือให้เกิดมี สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ ให้เจริญงอกงามขึ้น จนบุคคลมีความพร้อมด้านความประพฤติ วินัย และความสัมพันธ์ทางสังคม ถึงมาตรฐานของอารยชน เป็นพื้นฐานแก่การสร้างเสริมคุณภาพจิตได้ดี 2) อริจิตตสิกขา คือ ศึกษาเรื่องจิต อบรมจิตให้สงบมั่นคงเป็นสมาธิ ได้แก่ การบำเพ็ญสมณธรรมฐานของผู้บริบูรณ์ด้วยอริยศีลชั้นจนได้บรรลุฐาน 4 การศึกษาด้านหรือขั้นตอนที่ฝึกปรือให้เกิดมี สัมมาวายามะ และสัมมาสติ สัมมาสมาธิ เจริญงอกงามขึ้น จนบุคคลมีความพร้อมทางคุณธรรม มีคุณภาพจิตสมรรถภาพจิตและสุขภาพจิตพัฒนาถึงมาตรฐานของอารยชน เป็นพื้นฐานแห่งการพัฒนาปัญญาได้ดี 3) อริปัญญาสิกขา คือ ศึกษาเรื่องปัญญาอบรมตนให้เกิดปัญญาแจ่มแจ้ง ได้แก่ การบำเพ็ญวิปัสสนากรรมฐานของผู้ได้ฌานแล้วจนได้บรรลุมรรค 8 คือเป็นพระอรหันต์ การศึกษาด้านหรือขั้นตอนที่ฝึกปรือให้เกิดมี สัมมาทิฐิ และสัมมาสังกัปปะ เจริญงอกงามขึ้น จนบุคคลมีความพร้อมทางปัญญาถึงมาตรฐานของอารยชน สามารถดำรงชีวิตอยู่ด้วยปัญญา หลุดพ้นจากความยึดติดถือมั่นต่าง ๆ เป็นอิสระเสรีด้วยปัญญาอย่างแท้จริง (ขวัณษา เอกจิตต์, 2559: 171)

การประยุกต์ใช้ไตรสิกขาเพื่อตอบสนองความคาดหวังของสังคมโลก

การที่จะตอบสนองความคาดหวังของสังคมโลกได้นั้น การพัฒนาในด้านต่าง ๆ เป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง องค์ประกอบของการพัฒนา 5 ด้านหรือที่เรียกว่า 5P ได้แก่ ผู้คน (People) ความมั่งคั่ง (Prosperity) โลก (Planet) สันติภาพ (Peace) และความเป็นหุ้นส่วน (Partnership) ที่ได้กล่าวไว้ข้างต้นนั้น หากจะนำหลักไตรสิกขาเข้ามาประยุกต์ใช้ในการพัฒนา ในที่นี้จะแยกออกเป็นส่วน ๆ ดังนี้

อริสัจสิกขา หากศึกษาเรื่องศีลอย่างละเอียด และประพฤติปฏิบัติตามให้ถูกต้องดีงาม มีอินทรีย์สังวร ย่อมทำให้การพัฒนาทั้ง 5 ด้านนั้นเกิดขึ้นได้ ยกตัวอย่างศีล 5 บุคคลทั่วไปพึงรักษา พึงปฏิบัติ มีการเว้นจากปาณาติบาต อทินนาทาน กาเมสุมิฉฉาจาร และมุสาวาท เป็นต้น เมื่อผู้คนไม่เบียดเบียนกัน ไม่ลักขโมย ให้เกียรติซึ่งกันและกัน ไม่เอาไรต์เอาเปรียบกัน สิ่งที่ได้รับการพัฒนาในเบื้องต้นนั้นคือ สุขภาพที่ดีทั้งกายและจิต เมื่อสุขภาพของผู้คนในสังคมนั้นดี ก็จะมีกำลังในการกระทำการงานต่าง ๆ ให้เป็นอย่างมี

ประสิทธิภาพการงานก็จะดำรงไปบนหนทางแห่งสุจริตธรรม เมื่องานมีประสิทธิภาพการจ้างงาน หรืองานด้านอุตสาหกรรม รวมถึงการผลิตและบริโภค ก็จะพัฒนาไปในอีกระดับได้ กล่าวได้ว่าการที่จะพัฒนาสิ่งรอบตัวทั้งหลาย มีการเป็นอยู่ของผู้คนทั้งหลาย โลก และสังคมนั้น ต้องย้อนกลับไปพัฒนาสุขภาพกายและใจของผู้คนเสียก่อน ดังนั้นการศึกษาและปฏิบัติในเรื่องศีล จึงเป็นหนทางประการหนึ่งในการพัฒนาที่ไม่อาจละเลยได้

อธิจิตตสิกขา การศึกษาเรื่องจิตนั้น และเข้าใจในเรื่องนี้ เป็นสิ่งที่น่าสนใจอย่างยิ่ง เพราะการจะอบรมจิตให้มีประสิทธิภาพได้นั้น เบื้องต้นคือการทำให้อจิตอยู่ในสภาวะสงบนิ่ง ที่เราทั้งหลายเรียกว่า สมาธิ (meditation) ซึ่งในปัจจุบันในสังคมโลกก็ได้สนใจศึกษาในเรื่องนี้เป็นอย่างมาก เพราะสมาธินั้นมีผลทั้งต่อทางกายและจิตอย่างยิ่ง โดยได้มีงานวิจัยเรื่องสมาธิเกิดขึ้นมากมาย ยกตัวอย่าง การทำสมาธิบำบัดแบบ SKT (Somporn Kantaradusdi-Triamchair) ซึ่งมีงานวิจัยจากหลายมหาวิทยาลัยทางการแพทย์ทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศ ว่าสมาธิบำบัดแบบ SKT ทำให้สุขภาพทางกายนั้นดีมากยิ่งขึ้น โดยหลักแล้วสามารถช่วยลดระดับน้ำตาลในกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน และควบคุมความดันโลหิตได้ อ้างอิงจากงานวิจัยของมหาวิทยาลัยสยาม ที่ได้วิจัยประสิทธิผลของโปรแกรมสมาธิบำบัด (SKT) ต่อการลดระดับน้ำตาลในเลือดและลดระดับความดันโลหิตในพระสงฆ์ ซึ่งได้ผลลัพธ์ว่า

ผลการวิจัยพบว่าหลังเข้าร่วมโปรแกรมสมาธิบำบัด (SKT) 8 สัปดาห์ประเมินผลหลังดำเนินโปรแกรม พระสงฆ์มีระดับน้ำตาลในเลือดเฉลี่ยลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.008$) และพระสงฆ์มีระดับความดันโลหิต Systolic เฉลี่ยลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.001$) รวมถึงพระสงฆ์มีระดับความดันโลหิต Diastolic เฉลี่ยลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.001$) เมื่อเทียบกับก่อนเข้าโปรแกรมสมาธิบำบัด (SKT) (สมฤดี ชื่นกิตติยานนท์, 2561: 2) และยังมีการวิจัยอีกหลายต่อหลายแห่งในเรื่องสมาธิบำบัด

ในทางพระพุทธศาสนาก็ได้กล่าวถึงประโยชน์ของสมาธิไว้ในสมาธิสูตรว่า 1) สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่ออยู่เป็นสุขในปัจจุบัน 2) สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อได้ญาณทัสสนะ 3) สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อสติสัมปชัญญะ 4) สมาธิภาวนาที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อความสิ้นอาสวะ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539: อ.จตุกก. ไทย 21/41/68) กล่าวโดยสรุปคือ สมาธิทำให้เป็นสุขในปัจจุบัน มีมุมมองที่ชัดเจนแจ่มชัด มีสติและเป็นไปเพื่อทางสิ้นทุกข์

ดังนั้นในอธิจิตตสิกขานี้จึงมุ่งที่การฝึกจิตด้วยสมาธิ ซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการพัฒนาที่ยั่งยืนอย่างมาก เพราะเป็นการพัฒนาที่เริ่มต้นมาจากความคิดอันมาจากจิต ก่อนที่จะส่งผลออกมาทางพฤติกรรมทาง

กายและวาจา ซึ่งหากจิตใจของบุคคลทั้งหลายมีความสงบ การคิดสิ่งใดก็จะเป็นเหตุเป็นผลตามไปด้วย ใน อธิจิตตสิกขานี้จึงแทบที่จะไม่ต้องการมีการประยุกต์ใดขึ้นเลย แต่เป็นสิ่งที่พึงศึกษาเรียนรู้และนำไปปฏิบัติให้เกิดผล หากเกิดผลลัพธ์คือความสงบขึ้นแล้วนั้น เป้าหมายและความคาดหวังทั้งหลาย มีการพัฒนาสุขภาพ และความสันติสุขยุติธรรม และปัญหาต่าง ๆ ที่ต้องวิเคราะห์เพื่อแก้ไข เป็นต้น ก็จะสามารถพัฒนาไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ

อธิปัญญาสิกขา การศึกษาในอธิปัญญานั้น มีลักษณะคล้ายกับอธิจิตตสิกขา แต่เป็นการเน้นหรือเจาะจงไปที่การพิจารณาอย่างเด่นชัด กล่าวคือ นอกจากจิตที่สงบแล้วนั้น การศึกษาเรื่องปัญญานั้นต้องมุ่งพิจารณาในหนทางการแก้ปัญหาต่าง ๆ เป็นการฝึกด้านความคิด ความเห็น และการตัดสินใจต่าง ๆ ให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด ในทางพระพุทธศาสนานั้นอธิปัญญานี้จะมุ่งเน้นไปในปัญญาของอริยสัจ คือ พิจารณารู้ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรค ซึ่งจะนำไปสู่หนทางในการกำจัดอาสวะทั้งหลาย ดังพระพุทธพจน์ที่ว่า “ภิกษุในธรรมวินัยนี้รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า “นี้ทุกข์ ฯลฯ นี้ทุกข์ นิโรธคามินีปฏิปทา” นี้เรียกว่า อธิปัญญาสิกขา (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539: อด.ต.ก. ไทย 20/90/319) แต่หากจะพิจารณาและประยุกต์ใช้ในการพัฒนาเพื่อนำไปสู่ความคาดหวังของสังคมโลกได้นั้น อธิปัญญาสิกขานี้เป็นสิ่งที่ตอบโจทยอย่างยิ่ง เพราะการจะไปถึงเป้าหมายที่มุ่งหวังได้นั้นสิ่งแรกที่มี คือ การวางแผนการจัดการก่อนลงมือปฏิบัติและวัดผล ดังนั้นในการวางแผนต้องประกอบไปด้วยปัญญา ยิ่งหากปัญญานั้นเป็นทางที่ดีทางที่ถูกต้อง จะยิ่งส่งผลดีเป็นอย่างยิ่ง ยกตัวอย่าง เป้าหมายที่สังคมโลกนั้นคาดหวังไว้ 17 หรือ 5 ด้าน มีการขจัดความยากจน ขจัดความหิวโหย มีสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี การศึกษาที่เท่าเทียม การพัฒนางานพัฒนาสิ่งแวดล้อม จนไปถึงความสงบสุข เป็นต้นนั้น ก็ล้วนแต่ต้องอาศัยการวางแผนและพินิจพิจารณาอย่างรอบคอบ ซึ่งในอธิปัญญานั้นก็สอนตามแนวทางอริยสัจ ที่ต้องมุ่งเน้นในการมองให้เห็นปัญหาแสวงหาต้นเหตุ ชี้นำวิธีแก้ทั้งทางทัศนคติ ความคิด การกระทำ คำพูด ความพยายามจนไปถึงการประกอบอาชีพ ซึ่งหากกล่าวโดยรวมก็คือ วิธีการพิจารณาโดยย้อนกลับมาแก้ที่กาย วาจา และใจ ของบุคคล โดยเริ่มใช้ปัญญาเช่นนี้จากตัวบุคคลให้ประสบผล แล้วก้าวไปสู่สังคมครอบครัว ชุมชนและประเทศชาติ และเมื่อแก้ปัญหาได้ด้วยปัญญาเหล่านี้แล้ว การพัฒนาไปสู่เป้าหมายของสังคมโลกย่อมเกิดขึ้นได้

การประยุกต์ใช้ไตรสิกขาเพื่อตอบสนองความคาดหวังของสังคมโลกหรือเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืนนั้น หากต้องการให้เกิดผลสูงสุดได้นั้น ต้องอาศัยทั้ง อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา และอธิปัญญาสิกขา พึงศึกษาและปฏิบัติทั้ง 3 ประการ คือ รักษาศีล เพื่อระงับโทษทั้งหลายทางกายและวาจาอันไม่เป็นไปเพื่อประโยชน์ทั้งต่อตนเองและสังคม เจริญสมาธิเพื่อสร้างความสงบต่อจิตใจ ทำให้สมองปลอดโปร่ง ลด

ความเครียดที่คอยขวางกั้นทางเดินของความคิด และพิจารณาสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นด้วยปัญญา วางแผนพัฒนาตนเองและองค์กรที่ตนกระทำอยู่ด้วยปัญญาอันแนบคาย ซึ่งทั้ง 3 ประการนี้จะมุ่งเพื่อมาพัฒนาสุขภาพทางกายและจิตใจเสียก่อน เพื่อเตรียมพร้อมในการมุ่งสู่เป้าหมายและแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น หากสามารถแก้ไขปัญหามีอยู่ในตนเองได้แล้วก็จะมีปัญญาที่จะสามารถนำไปพัฒนาสังคม เมื่อสังคมทั้งหลายนั้นพัฒนาแล้ว เป้าหมายการพัฒนาของประเทศชาติก็อยู่ไม่ไกลเกินเอื้อม ไตรสิกขานี้จึงเป็นหลักธรรมที่สำคัญอย่างยิ่งต่อ “ความคาดหวังของสังคมโลก” และยังสามารถประยุกต์ใช้ได้อีกมากมาย

6. สรุป

ปัจจุบันในสังคมโลกนั้น ได้เกิดความคาดหวังและความต้องการขึ้นมากมาย จึงได้ตั้งเป้าหมายร่วมกันอันเป็นสากลที่รวมเรียกว่า เป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน (Sustainable Development Goals: SDGs) ซึ่งประกอบด้วย 17 เป้าหมาย (Goals) มีการแก้ไขปัญหาคความยากจน มีการเป็นอยู่ที่ดี มีความเท่าเทียม เป็นต้น โดยประมวลไว้ใน 5 ด้าน คือ ผู้คน ความมั่งคั่ง โลก สันติภาพ และความเป็นหุ้นส่วน ซึ่งสรุปแล้วสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ก็คือความต้องการความสุขต่อสภาพการเป็นอยู่ในชีวิต การที่เราจะพัฒนาเป้าหมายเหล่านี้ให้ยั่งยืน จึงหมายถึงการสร้างความสุขให้มั่นคงยั่งยืน ดังนั้นการจะสร้างความสุขให้เกิดขึ้นได้นั้นก็ต้องอาศัยการรักษากาย วาจา และใจ ให้เป็นไปตามความเหมาะสมเพื่อเป้าหมายที่ตนเองต้องการ หากความประพฤติทางกาย วาจา และการนึกคิดทางใจนั้น เป็นไปในทางที่ไม่เหมาะสม คือ มีความคิดในเชิงลบ มีอคติในใจ แล้วแสดงสิ่งเหล่านั้นออกมาทางกายและวาจา การพัฒนาให้ถึงจุดมุ่งหมายหรือเป้าหมายก็จะสำเร็จได้ยาก

เพราะฉะนั้นการจะฝึกความประพฤติทั้ง 3 ให้ดีได้ในที่นี้ จึงควรอาศัยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา มีหลักอริยสัจ 4 และไตรสิกขา ที่ยกมาในเบื้องต้นเป็นต้น การที่จะนำหลักธรรมทั้ง 2 นี้ มาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาที่ยั่งยืนได้นั้น จำเป็นต้องมีความเข้าใจในตัวหลักธรรมให้ลึกซึ้งมากยิ่งขึ้น หากเมื่อเข้าใจได้อย่างทะลุปรุโปร่งแล้ว การประยุกต์ใช้หลักธรรมเหล่านี้กับการพัฒนาที่ยั่งยืนในสังคมโลกก็จะมีประสิทธิภาพสูงขึ้นตามความเข้าใจนั้น ๆ หากเปรียบเทียบความเข้าใจและการประพฤติปฏิบัติในหลักธรรมดังกล่าวนี้กับการปลูกต้นไม้ก็คงจะสามารถเปรียบเทียบได้ว่า การทำความเข้าใจในหลักไตรสิกขาและอริยสัจนั้นเป็นจุดเริ่มต้นของการพัฒนาคือเป็นการเริ่มปลูกต้นไม้ หากสามารถปฏิบัติตามและประยุกต์ใช้หลักธรรมเหล่านี้ได้ก็เปรียบดังต้นไม้ที่กำลังเจริญเติบโตได้ด้วยการรดน้ำพรวนดินและการดูแลรักษา และเมื่อการประยุกต์นั้นนำมาซึ่งประโยชน์สุขอันเป็นเป้าหมายของสังคมโลกได้แล้วเปรียบดังต้นไม้ที่บุคคลได้ขยันหมั่นเพียรเพาะปลูกดูแล ได้เจริญงอกงามอย่างเต็มที่ จนต้นไม้ต้นนี้ได้เป็นร่มเงาที่พึงที่อาศัยของผู้คน

ทั้งหลาย โดยสรุปทั้งหมดแล้วนั้น หลักธรรมทางพระพุทธศาสนามี อริยสัจ 4 ไตรสิกขา และหลักธรรมอีกมากมาย ได้มุ่งเน้นไปที่การย้อนกลับมาปรับปรุงที่ตัวปัจเจกบุคคล ก่อนที่จะส่งต่อไปสู่ระดับครอบครัว สังคม ประเทศชาติ และสังคมโลก

7. เอกสารอ้างอิง

- เกษร เกษมชื่นยศ. (2563). การพัฒนาของไทยตามเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน. *วารสารจันทร์เกษมสาร*, 26 (1), 16-30.
- ขวัญษา เอกจิตต์ และอุทัย สติมัน. (2559). หลักไตรสิกขากับการพัฒนาตน. *วารสารครุศาสตร์ปริทรรศน์*, 3 (2), 170-179.
- ชนาธิป ศรีโท. (2563). ความเข้าใจเรื่องอริยสัจ 4 ในพระพุทธศาสนา. *วารสารวิชาการพระพุทธศาสนาเขตลุ่มแม่น้ำโขง*, 3 (2), 56-69.
- วัชรชัย จิรจินดากุล และปานวาด ทับทัง. (2563). เป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน (SDGs) กับปัญหาการคุ้มครองแรงงานเด็กเคลื่อนย้ายถิ่นฐานในอุตสาหกรรมก่อสร้างของประเทศไทย. *วารสารนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ*, 11 (1), 83-99.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สมฤดี ชื่นกิตติยานนท์ และวรารักษ์ คำรส. (2561). ประสิทธิภาพของโปรแกรมสมาธิบำบัด (SKT) ต่อการลดระดับน้ำตาลในเลือดและลดระดับความดันโลหิตในพระสงฆ์ ในเขตภาคีเจริญกรุงเทพมหานคร. สืบค้น 3 กันยายน 2565, เข้าถึงได้จาก <https://e-research.siam.edu/wp-content/uploads/2021/02/Nursing-2020>
- Etipitaka. *พระไตรปิฎกออนไลน์ (สยามรัฐ)*. สืบค้น 3 กันยายน 2565, เข้าถึงได้จาก <https://etipitaka.com/read/pali/25/37/>
- Thepa, P. C. A. (2022). *Mindfulness: A Buddhism Dialogue of Sustainability Wellbeing*. In *2022 International Webinar Conference on the World Chinese Religions*. Nanhua University. Taiwan. <https://urlcc. cc/sysek>.