



วารสารธรรมเพื่อชีวิต

JOURNAL OF DHAMMA FOR LIFE

ISSN: 2822-048X

<https://soo8.tci-thaijo.org/index.php/dhammalife/index>

Original Research Article

Application of the Five Precepts-Five Ennobling Virtues in Daily Life at Map Ta Phut Municipality, Rayong Province

การประยุกต์ใช้หลักเบญจศีล-เบญจธรรมในชีวิตประจำวันของประชาชน

ในเขตเทศบาลเมืองมาบตาพุด จังหวัดระยอง

Manasicha Malithong^{1*}, & Phrakhru Bowonchaiwat²มนสิชา มะลิทอง^{1*}, & พระครูบวรชัยวัฒน์²

ARTICLE INFO

Name of Author &
Corresponding Author: *

1. Manasicha Malithong*

มนสิชา มะลิทอง

Mahamakut Buddhist University,
Thailand.

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

Email: manasicha.c@gmail.com

2. Phrakhru Bowonchaiwat

พระครู บวรชัยวัฒน์

Mahamakut Buddhist University,
Thailand.

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

Email: Wanchaimateego@gmail.com

คำสำคัญ:

การประยุกต์ใช้, เบญจศีล, เบญจธรรม,
ชีวิตประจำวัน, เทศบาลเมืองมาบตาพุด, จังหวัด
ระยอง

Keywords:

Application, Five Precepts (Benjasila),
Five Virtues (Benjadhmma), Daily Life,
Map Ta Phut Municipality, Rayong
Province

Article history:

Received: 25/04/2025

Revised: 13/07/2025

Accepted: 05/08/2025

Available online: 24/10/2025

How to Cite:

Malithong, M. & Bowonchaiwat, P.
(2025). Application of the Five Precepts-
Five Ennobling Virtues in Daily Life
at Map Ta Phut Municipality, Rayong
Province. *Journal Dhamma for Life*,
31(4), 273-291.

ABSTRACT

The objectives of this research were (1) to study the daily living conditions of residents in Map Ta Phut Municipality, Rayong Province; (2) to examine the Five Precepts (Benjasila) and Five Virtues (Benjadhmma) associated with daily life; and (3) to apply these principles in the daily lives of residents in Map Ta Phut Municipality, Rayong Province. This qualitative research collected data through in-depth interviews with 12 key informants comprising local government executives, community leaders, and local wisdom practitioners. Additionally, the study involved document analysis and behavioral observations.

The findings indicated that residents' lifestyles are influenced by complex social, economic, and environmental challenges. The application of the Five Precepts, such as refraining from false speech and respecting others' rights, strengthened positive relationships within families and communities. Meanwhile, adherence to the Five Virtues, such as compassion and patience, effectively reduced conflicts and promoted social harmony. Consistent application of these Buddhist principles also enhanced moral consciousness and fostered inner peace among residents. In conclusion, the Five Precepts and Five Virtues significantly improved the residents' quality of life and contributed substantially to developing morally and ethically stable communities. This research recommends active promotion and dissemination of these principles through practical training workshops and widespread community outreach programs to achieve tangible societal benefits.

ศูนย์ดัชนีการอ้างอิงวารสารไทย
Thai Journal Citation Index Centre<https://so08.tci-thaijo.org/index.php/dhammalife/index>

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาสภาพการใช้ชีวิตประจำวันของประชาชนในเขตเทศบาลเมืองมาบตาพุด จังหวัดระยอง 2) ศึกษาหลักเบญจศีล-เบญจธรรมที่สัมพันธ์กับการใช้ชีวิตประจำวัน และ 3) เพื่อประยุกต์ใช้หลักเบญจศีล-เบญจธรรมในชีวิตประจำวันของประชาชนในเขตเทศบาลเมืองมาบตาพุด จังหวัดระยอง โดยเป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) รวบรวมข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึกจากกลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญจำนวน 12 คน ได้แก่ ผู้บริหารภาครัฐ ผู้นำชุมชน และปราชญ์ชาวบ้าน รวมทั้งศึกษาข้อมูลจากเอกสารและการสังเกตเชิงพฤติกรรม

ผลการวิจัยพบว่า ประชาชนในพื้นที่ศึกษามีการดำเนินชีวิตที่ได้รับอิทธิพลจากสภาพปัญหาทางสังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อมที่ซับซ้อน การประยุกต์ใช้หลักเบญจศีล เช่น การงดเว้นจากการพูดเท็จ การไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่น ช่วยเสริมสร้างความสัมพันธ์อันดีทั้งในระดับครอบครัวและชุมชน ขณะที่การปฏิบัติตามหลักเบญจธรรม เช่น การมีเมตตา กรุณา และความอดทน ส่งผลต่อการลดปัญหาความขัดแย้ง และส่งเสริมการปรองดองในสังคมอย่างชัดเจน ทั้งนี้ การประยุกต์ใช้หลักศาสนาอย่างสม่ำเสมอช่วยส่งเสริมจิตสำนึกทางศีลธรรมและความสงบภายในจิตใจของประชาชนอย่างต่อเนื่อง จากผลการศึกษาสามารถสรุปได้ว่า หลักเบญจศีล-เบญจธรรมมีความสำคัญในการยกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชน และมีส่วนสำคัญในการสร้างชุมชนที่มีคุณธรรม จริยธรรม และความสงบสุขในระยะยาว งานวิจัยนี้เสนอให้มีการส่งเสริมและเผยแพร่หลักธรรมดังกล่าวอย่างจริงจัง ผ่านกิจกรรมการอบรมเชิงปฏิบัติการและการประชาสัมพันธ์อย่างทั่วถึงในชุมชน เพื่อให้เกิดประโยชน์ที่เป็นรูปธรรมแก่สังคมโดยรวม

บทนำ

การพัฒนาอุตสาหกรรมอย่างรวดเร็วในพื้นที่เทศบาลเมืองมาบตาพุด จังหวัดระยอง นับเป็นผลจากนโยบายการพัฒนาเศรษฐกิจของประเทศที่มุ่งสู่การเป็นศูนย์กลางอุตสาหกรรมภาคตะวันออก แม้การขยายตัวทางเศรษฐกิจดังกล่าวจะส่งผลเชิงบวกต่อรายได้และการจ้างงานของประชาชน แต่ในขณะเดียวกันกลับก่อให้เกิดผลกระทบทางสังคมและสิ่งแวดล้อมตามมาอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ โดยเฉพาะปัญหามลพิษ การเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตของประชาชน และความตึงเครียดทางเศรษฐกิจ ซึ่งล้วนมีส่วนสัมพันธ์ต่อการเปลี่ยนแปลงในโครงสร้างครอบครัวและพฤติกรรมทางสังคม (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2564) สภาพปัญหาที่พบอย่างเด่นชัดในพื้นที่ ได้แก่ การหย่าร้าง การขาดความสัมพันธ์อันดีภายในครอบครัว ความขัดแย้งระหว่างบุคคล รวมถึงพฤติกรรมเบี่ยงเบนทางจริยธรรม เช่น การพูดเท็จ การเอารัดเอาเปรียบ และการละเมิดสิทธิของผู้อื่น ปัญหาเหล่านี้สะท้อนให้เห็นถึงการเสื่อมถอยของจิตสำนึกทางศีลธรรมและคุณธรรมในสังคม ซึ่งส่งผลโดยตรงต่อคุณภาพชีวิตของประชาชนและความเข้มแข็งของชุมชนโดยรวม แม้ว่าที่ผ่านมาหน่วยงานภาครัฐและองค์กรท้องถิ่นจะได้ดำเนินโครงการพัฒนาในมิติสังคม สิ่งแวดล้อม และสุขภาพ เพื่อแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในพื้นที่มาบตาพุด แต่แนวทางส่วนใหญ่ยังมุ่งเน้นเชิงกายภาพหรือเศรษฐกิจเป็นหลัก โดยขาดการ



ส่งเสริมมิติด้านคุณธรรมและจิตสำนึกทางศีลธรรมในระดับปัจเจกและชุมชนอย่างเป็นระบบ ทั้งที่หลักธรรมในพระพุทธศาสนา เช่น “เบญจศีล-เบญจธรรม” เป็นหลักธรรมพื้นฐานที่มีศักยภาพสูงในการหล่อหลอมพฤติกรรมของบุคคลให้ดำรงชีวิตอย่างมีคุณธรรม มีสติ และอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างสันติ (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), 2560) จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า การศึกษาที่มุ่งเน้นการประยุกต์ใช้หลักเบญจศีล-เบญจธรรมในการเสริมสร้างจริยธรรมและคุณธรรมของประชาชนในบริบทของชุมชนอุตสาหกรรม โดยเฉพาะในพื้นที่เทศบาลเมืองมาบตาพุด ยังมีอยู่อย่างจำกัด ทั้งในด้านแนวทางการนำไปใช้จริง และการประเมินผลเชิงสังคม ที่ควรได้รับการศึกษาอย่างเป็นระบบ

ดังนั้น การวิจัยครั้งนี้จึงมีความจำเป็นและมีความสำคัญในการศึกษาการประยุกต์ใช้หลักเบญจศีล-เบญจธรรมในการดำเนินชีวิตของประชาชนในพื้นที่เทศบาลเมืองมาบตาพุด เพื่อค้นหาแนวทางที่เหมาะสมในการเสริมสร้างคุณธรรม จริยธรรม และความสัมพันธ์อันดีในครอบครัวและชุมชน อันจะนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตและความมั่นคงทางสังคมและจิตใจอย่างยั่งยืนในระยะยาว

ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องและกรอบแนวคิดในการวิจัย

แนวคิดเรื่องคุณภาพชีวิต

แนวคิดเรื่อง คุณภาพชีวิต (Quality of Life: QOL) เป็นแนวคิดที่ใช้ประเมินความเป็นอยู่ของบุคคลหรือกลุ่มคน โดยสะท้อนให้เห็นถึงระดับ ความพึงพอใจ ความสุข และความสมดุลในชีวิต ทั้งในมิติทางกาย จิตใจ สังคม และสิ่งแวดล้อมที่บุคคลดำรงอยู่ (สุวรรณ เกรียงไกรเพ็ชร, 2562) คุณภาพชีวิตจึงไม่ได้หมายถึงเพียงความมั่งคั่งทางวัตถุหรือสุขภาพทางกายเท่านั้น แต่ยังครอบคลุมถึงความรู้สึกมีคุณค่าในชีวิต ความสัมพันธ์กับผู้อื่น และความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างมีความหมาย องค์การอนามัยโลก (World Health Organization: WHO, 1997) ให้คำจำกัดความว่า “คุณภาพชีวิตคือการรับรู้ของบุคคลต่อสถานะของตนเองในบริบททางวัฒนธรรมและระบบคุณค่าที่ตนดำรงอยู่ และสัมพันธ์กับเป้าหมาย ความคาดหวัง มาตรฐาน และความกังวลของตนเอง” ซึ่งหมายความว่าคุณภาพชีวิตเป็นสิ่งที่ขึ้นอยู่กับความรู้สึกรับรู้และประสบการณ์ส่วนบุคคลมากกว่าการวัดจากตัวชี้วัดเชิงวัตถุเพียงอย่างเดียว ทั้งนี้ แนวคิดเรื่องคุณภาพชีวิต ได้รับการอธิบายจากหลากหลายมุมมอง เช่น

1. แนวคิดด้านเศรษฐศาสตร์และสังคมศาสตร์ มักพิจารณาคุณภาพชีวิตในเชิงวัตถุ เช่น รายได้ การจ้างงาน การเข้าถึงบริการสาธารณะ หรือความปลอดภัยทางสังคม (Diener & Suh, 1997)
2. แนวคิดด้านจิตวิทยาและสุขภาพจิต มุ่งเน้นที่ความพึงพอใจในชีวิต ความสุขส่วนบุคคล การมีสุขภาพกายใจดี และความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง (Campbell, Converse, & Rodgers, 1976)
3. แนวคิดแบบองค์รวม (Holistic Approach) เห็นว่าคุณภาพชีวิตเป็นผลรวมของหลายมิติที่สัมพันธ์กัน ได้แก่ ด้านกาย ด้านจิต ด้านสังคม ด้านเศรษฐกิจ และด้านสิ่งแวดล้อม (Sirgy, 2012)



ในบริบทของ ชุมชนเมือง (urban community) แนวคิดเรื่องคุณภาพชีวิตมีความสำคัญอย่างยิ่ง เนื่องจากประชาชนในเมืองต้องเผชิญกับปัญหาที่ซับซ้อน เช่น ความแออัด การจราจร มลภาวะทางสิ่งแวดล้อม ความเครียดจากการทำงาน และความไม่เท่าเทียมทางเศรษฐกิจ ซึ่งล้วนมีผลกระทบโดยตรงต่อคุณภาพชีวิตของผู้อยู่อาศัย (OECD, 2020) ดังนั้น การพัฒนาคุณภาพชีวิตในชุมชนเมืองจึงต้องคำนึงถึงทั้งมิติทางกายภาพของเมืองและมิติทางสังคมของผู้คนไปพร้อมกัน แนวคิดเรื่องคุณภาพชีวิตจึงเป็นการพิจารณาความเป็นอยู่ของมนุษย์ในเชิงองค์รวม ครอบคลุมทั้งปัจจัยภายใน (เช่น สุขภาพ ความพึงพอใจในชีวิต) และปัจจัยภายนอก (เช่น สิ่งแวดล้อม เศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรม) เพื่อให้เข้าใจถึงระดับความสุขและความพึงพอใจของบุคคลอย่างรอบด้าน

หลักเบญจศีล

หลักเบญจศีล หรือ ศีล ๕ เป็นข้อปฏิบัติพื้นฐานในพระพุทธศาสนา ที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้เพื่อเป็นแนวทางดำเนินชีวิตของพุทธศาสนิกชนทุกคน ศีลทั้งห้านี้มุ่งเน้นให้บุคคลประพฤติอยู่ในความสุจริตทางกายและวาจา เป็นรากฐานของความสงบสุขส่วนตนและความเรียบร้อยของสังคม โดยปรากฏหลักฐานใน พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๒ สังยุตตนิกาย สคาถวรรค (พระสุตตันตปิฎก) ที่กล่าวถึง “ปัญจศีล” ว่าเป็นธรรมเครื่องคุ้มครองโลก (โลกาवरุณธรรม) ศีลทั้งห้าประกอบด้วย

ข้อที่ 1 เว้นจากการฆ่าสัตว์ (ปาณาติปาตา เวรมณี) หมายถึง การละเว้นจากการทำลายชีวิตทั้งของมนุษย์และสัตว์ทุกชนิด เป็นการส่งเสริมเมตตาธรรมและกรุณาธรรม (mettā-karunā) ซึ่งเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา การไม่เบียดเบียนผู้อื่นย่อมส่งผลให้จิตใจสงบ เยือกเย็น และเป็นพื้นฐานของความสัมพันธ์อันดีในสังคม (พระไตรปิฎก เล่มที่ 22 ข้อ 299)

ข้อที่ 2 เว้นจากการลักทรัพย์ (อทินนาทานา เวรมณี) เป็นการละเว้นจากการถือเอาทรัพย์ของผู้อื่นโดยมิชอบ ถือเป็นการฝึกตนให้มีความซื่อสัตย์สุจริต เคารพสิทธิในทรัพย์สินของผู้อื่น พระพุทธเจ้าทรงสอนว่า “บุคคลผู้ไม่เบียดเบียนผู้อื่นด้วยทรัพย์ ย่อมได้ชื่อว่าเป็นผู้รักในสัจจะและธรรม” (อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต ข้อ 220)

ข้อที่ 3 เว้นจากการประพฤติดิฉินในกาม (กาเมสุมิจฉา จาเร เวรมณี) หมายถึง การไม่ล่วงละเมิดคู่ครองของผู้อื่น และไม่ประพฤตินทางที่ขัดต่อศีลธรรมทางเพศ พระพุทธองค์ทรงแสดงว่า การประพฤติดิฉินในกามเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ ความแตกแยกในครอบครัว และความเดือดร้อนในสังคม (ทีฆนิกาย ปาฏิกวรรค พระไตรปิฎกเล่มที่ 11)

ข้อที่ 4 เว้นจากการพูดเท็จ (มุสสาวาทา เวรมณี) คือการละเว้นจากการกล่าวคำเท็จ คำหยาบ หรือคำที่ก่อให้เกิดการแตกแยก พระพุทธเจ้าทรงสอนว่า “วาจาสัตย์เป็นเครื่องนำมาซึ่งความไว้วางใจ และเป็นรากฐานของธรรมจรรยา” (สุตตนิบาต ข้อ 768) ผู้รักษาศีลข้อนี้ย่อมเป็นที่เคารพเชื่อถือในหมู่ชน

ข้อที่ 5 เว้นจากการดื่มสุราและของมึนเมา (สุราเมรัยมัชชปมาทัฏฐานา เวรมณี) เป็นการงดเว้นจากสิ่งที่ทำให้ขาดสติ ซึ่งเป็นสาเหตุให้ละเมิดศีลข้ออื่น ๆ ได้โดยง่าย พระพุทธองค์ตรัสว่า “สุราและของมึนเมาเป็นเหตุ

ให้ประมาท เป็นทางแห่งความเสื่อมแห่งทรัพย์ และเป็นเหตุแห่งการวิเวก” (ทีฆนิกาย ปาฏิกวรรค ข้อ 106) การรักษาศีลข้อนี้จึงเป็นการคุ้มครองตนเองให้มีสติและปัญญาอยู่เสมอ

หลักเบญจศีลเป็นแนวทางสำคัญที่พระพุทธศาสนิกชนควรถือปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ เพื่อความสงบสุขของตนเองและสังคมโดยรวม ศีลทั้งห้านี้ได้เป็นเพียงข้อห้ามเท่านั้น หากแต่เป็นแนวทางในการสร้างความรับผิดชอบ เมตตา ความซื่อสัตย์ และสติปัญญาในชีวิตประจำวัน อันเป็นพื้นฐานของการพัฒนาทางจิตใจและปัญญาให้สูงขึ้นไปจนถึงการเข้าถึงธรรมอันประเสริฐ ดังพระดำรัสของพระพุทธเจ้าใน อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต (ข้อ 203) ว่า “ศีลเป็นที่พึ่งของสัตว์ทั้งหลาย เป็นเครื่องคุ้มครองโลก เป็นรากฐานแห่งสมาธิและปัญญา” เมื่อบุคคลใดรักษาศีลได้มั่นคง ย่อมเป็นผู้มีจิตสงบ มีคุณธรรม และเป็นประโยชน์ต่อสังคมอย่างแท้จริง

หลักเบญจธรรม

หลักเบญจธรรม หรือที่รู้จักกันในภาษาอังกฤษว่า The Five Virtues เป็นหลักธรรมที่สำคัญในพระพุทธศาสนา ซึ่งถือเป็นแนวทางปฏิบัติที่ช่วยส่งเสริมและพัฒนาคุณธรรมในจิตใจของมนุษย์ให้สูงขึ้น หลักนี้มีความสอดคล้องและเกี่ยวพันกับหลักเบญจศีล (ศีล 5) ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติพื้นฐานของชาวพุทธ โดยหลักเบญจธรรมเน้นไปที่การสร้างคุณธรรมภายในจิตใจ มากกว่าการละเว้นความชั่วเพียงอย่างเดียว หลักเบญจธรรมประกอบด้วยห้าประการ ได้แก่ เมตตา (ความปรารถนาดีต่อผู้อื่น), สัมมาอาชีวะ (ประกอบอาชีพโดยสุจริต), กามสังวร (รู้จักประมาณในทางเพศ), สัจจวาจา (พูดความจริง), และสติสัมปชัญญะ (รู้เท่าทันตนเองและการกระทำ) ซึ่งแต่ละข้อมีความหมายและบทบาทที่สำคัญในการพัฒนาคุณธรรมและการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข

ข้อแรกคือ เมตตา หมายถึงความปรารถนาดีและความรักความเมตตาต่อผู้อื่นโดยไม่หวังสิ่งตอบแทน เป็นการเปิดใจรับและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น การมีเมตตาช่วยลดความขัดแย้งในสังคมและสร้างบรรยากาศที่อบอุ่น ซึ่งสอดคล้องกับศีลข้อที่หนึ่งในการงดเว้นจากการฆ่าสัตว์หรือเบียดเบียนชีวิต

ข้อที่สองคือ สัมมาอาชีวะ ซึ่งหมายถึงการประกอบอาชีพด้วยความซื่อสัตย์สุจริต ไม่หลอกลวง และไม่เบียดเบียนผู้อื่น ผู้ที่ปฏิบัติตามข้อธรรมนี้จะสามารถดำเนินชีวิตด้วยเกียรติและได้รับความไว้วางใจจากผู้อื่น นอกจากนี้ยังช่วยให้มีความสงบใจและความพึงพอใจในงานที่ทำ

ข้อที่สามคือ กามสังวร เป็นการรู้จักประมาณในการประพฤติดังทางเพศ การมีความยับยั้งชั่งใจในเรื่องนี้เป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยสร้างความมั่นคงในชีวิตครอบครัว และลดปัญหาความขัดแย้งทางใจ ความเคารพในตนเองและคู่ครองเป็นหัวใจหลักของข้อธรรมนี้

ข้อที่สี่คือ สัจจวาจา หมายถึงการพูดความจริง พูดด้วยเจตนาดี ไม่หลอกลวงหรือพูดเพ้อเจ้อ การใช้ถ้อยคำอย่างมีสติและสร้างสรรค์จะช่วยสร้างความไว้วางใจและความสัมพันธ์ที่ดีในสังคม นอกจากนี้ยังช่วยให้ผู้พูดมีจิตใจที่บริสุทธิ์และสงบ

ข้อสุดท้ายคือ สติสัมปชัญญะ คือการรู้เท่าทันตนเองและการกระทำ มีสติระลึกได้ในทุกช่วงเวลา ไม่ประมาท ไม่ปล่อยใจให้หลงตามอารมณ์หรือสิ่งยั่วยุ การฝึกสติเป็นเครื่องมือสำคัญที่ช่วยให้ผู้ปฏิบัติมีจิตใจมั่นคงและมีเหตุผลในการดำเนินชีวิต

การประพฤติตามหลักเบญจธรรมช่วยเสริมสร้างจิตใจที่เข้มแข็ง มีคุณธรรมและศีลธรรมที่มั่นคง สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขและสงบสุข หลักเบญจธรรมจึงเป็นแนวทางสำคัญที่ชี้แนะให้มนุษย์ใช้ชีวิตอย่างสมดุลและมีความหมายในทางจริยธรรม

ทฤษฎีจริยธรรมเชิงคุณธรรม (Virtue Ethics) และการเชื่อมโยงกับหลักเบญจศีล-เบญจธรรม

ทฤษฎีจริยธรรมเชิงคุณธรรม (Virtue Ethics) มีรากฐานมาจากผลงานของอริสโตเติล (Aristotle) ใน Nicomachean Ethics ซึ่งเสนอว่าคุณธรรม (virtue) คือคุณลักษณะทางจริยธรรมที่เกิดจากการฝึกฝนและการใช้เหตุผลอย่างต่อเนื่อง อริสโตเติลมองว่าการมีคุณธรรมไม่ใช่เพียงการรู้ว่าควรทำอะไร แต่คือการพัฒนานิสัยและพฤติกรรมที่ดีจนกลายเป็นลักษณะถาวรของบุคคล (Aristotle, 1999) ในบทที่ 2 ของ Nicomachean Ethics อริสโตเติลกล่าวว่า “คุณธรรมเป็นการกระทำที่อยู่บนพื้นฐานของการฝึกฝนและการใช้เหตุผล” ซึ่งแสดงถึงความสำคัญของการปฏิบัติและการเลือกตัดสินใจอย่างมีสติ ความดีงามจึงเป็นสภาวะสมดุลระหว่างความสุขโต่ง เช่น ความกล้าหาญเป็นจุดกึ่งกลางระหว่างความประมาทและความกลัวเกินเหตุ ในบริบทของศาสนาพุทธ หลักเบญจศีลและเบญจธรรมก็เน้นการพัฒนาจิตใจและพฤติกรรมที่ดีอย่างต่อเนื่อง โดยศีล 5 ข้อ ได้แก่ การงดเว้นจากการฆ่า การลักทรัพย์ การประพฤติดูหมิ่นในกาม การพูดเท็จ และการดื่มสุรา ขณะที่เบญจธรรมประกอบด้วย เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา และสติ (พระธรรมวิสุทธิมงคล, 2549) ทั้งนี้ การฝึกปฏิบัติเหล่านี้ไม่ใช่เพียงการทำตามข้อกำหนดเท่านั้น แต่เป็นการสร้างนิสัยทางจริยธรรมที่มั่นคงและสมดุล เพื่อการดำเนินชีวิตที่ดีงามและมีความสุขในระยะยาว

ดังนั้น แนวคิดของอริสโตเติลและหลักเบญจศีล-เบญจธรรมในพุทธศาสนา มีความสอดคล้องกันในแง่ของการเน้นพัฒนาคุณลักษณะทางจริยธรรมผ่านการฝึกฝนและปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ เพื่อสร้างนิสัยและพฤติกรรมที่ดีงาม นำไปสู่ชีวิตที่สมดุลและความสุขสูงสุด

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ละเอียต ศรีโสภา (2556) ได้ศึกษาเกี่ยวกับ การประยุกต์หลักเบญจศีลเบญจธรรมเพื่อส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมของ นักเรียน โรงเรียนบ้านคำข่า อำเภอตระการพืชผล จังหวัดอุบลราชธานี พบว่า หลักเบญจศีลเบญจธรรมเป็นธรรมที่ส่งเสริมซึ่งกันและกัน เบญจศีลหลักธรรม นำมาซึ่งความประพฤติดีทางกายวาจา รวมถึงการรักษากายวาจาให้เรียบร้อย ข้อปฏิบัติสำหรับควบคุมการและวาจาให้ตั้งอยู่ในความดีงาม การรักษาปกติตามระเบียบวินัย ข้อปฏิบัติในการฝึกหัดกายวาจาและอาชีวะ เป็นหลักปฏิบัติขั้นพื้นฐานที่เป็นธรรมชาติ ซึ่งบุคคลใดได้ปฏิบัติแล้วย่อมได้ชื่อว่าเป็นผู้ทำให้สังคมในแต่ความสงบสุข ไม่เป็นผู้ทำลายสังคมและไม่เป็นผู้ทำร้ายตัวเอง



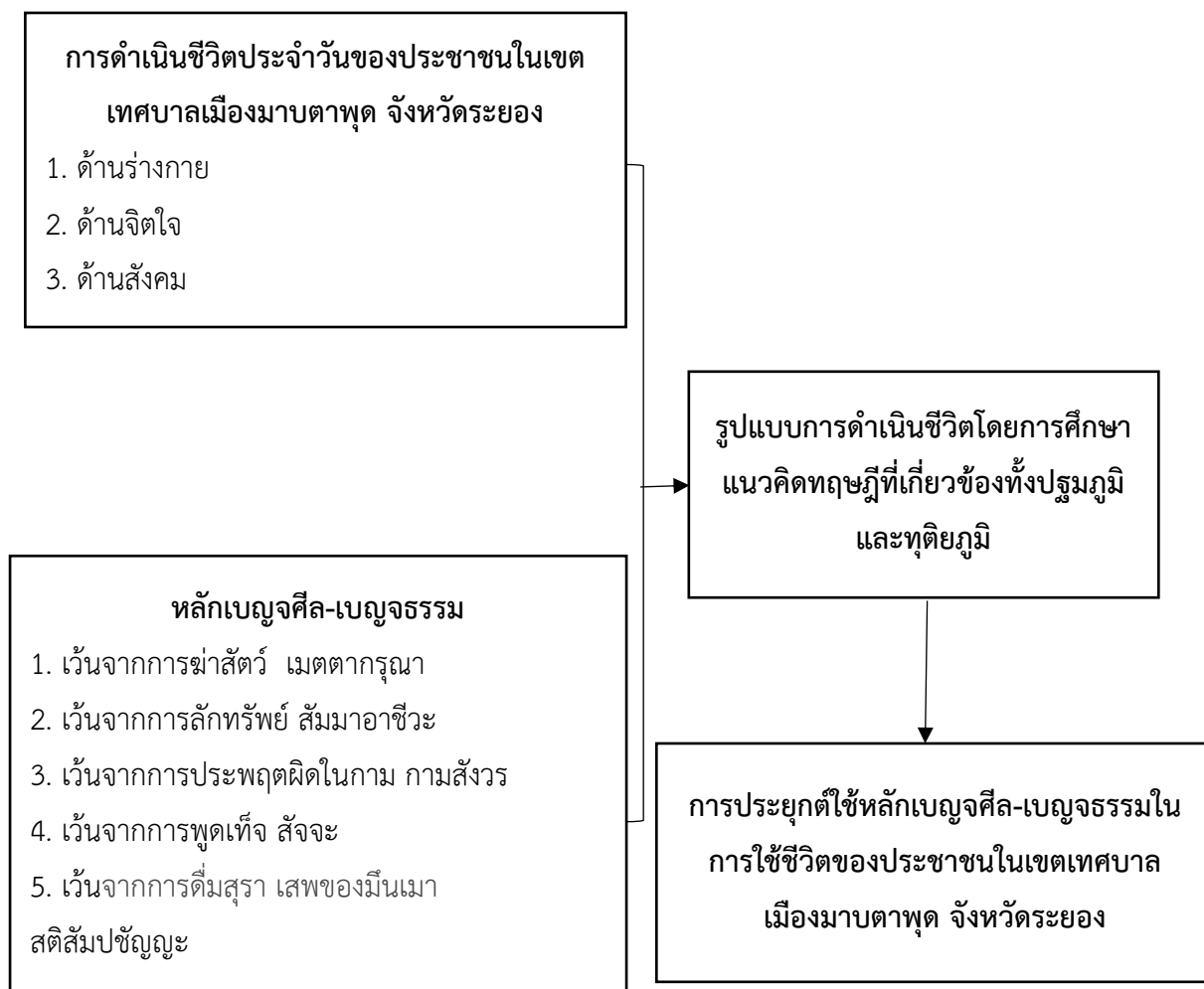
เบญจศีลเป็นหลักเบื้องต้นแห่งการปฏิบัติเพื่อให้เกิดการบรรลุทางศาสนาก่อให้เกิดความสงบสันติและการขจัดกิเลสเบื้องต้นให้สิ้นไป เบญจธรรมคำที่ทำให้หรือส่งเสริมศีล 5 ประการอันเป็นหลักธรรมที่เกื้อกูลแก่การรักษาเบญจศีลเป็นข้อปฏิบัติยิ่งขึ้น เมื่อมีศีลแล้วน้อมนำหลักธรรมมาปฏิบัติ เพื่อให้เกิดคุณงามความดี ที่มีอยู่ในจิตใจของบุคคลเป็นสิ่งที่บุคคลทั่วไปหรือสังคมยอมรับ เกิดจากการเพียรพยายามในการทำความดี เป็นระยะเวลา นานติดต่อกันจนเกิดเป็นความเคยชิน เป็นนิสัยได้รับการสั่งสมหรือปฏิบัติตามกันมาจากจิตใจ โดยมีได้ฝึใจเป็นแนวทางการประพฤติตนที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น ซึ่งส่งผลให้สังคมการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข และความเจริญงอกงามทางสังคม

พระเอกนรินทร์ อาภากร (2561) ได้ศึกษาเกี่ยวกับ การประยุกต์ใช้หลักเบญจศีล-เบญจธรรมในการส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมในโรงเรียนเทศบาลตำบลสันมหาพน อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ พบว่า ด้านการประยุกต์ใช้หลักเบญจศีล มีการอาศัยแหล่งเรียนรู้ที่มีอยู่ในโรงเรียน ในชุมชน มาใช้ในการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรม โดยใช้กิจกรรมไหว้พระสวดมนต์แผ่เมตตา กิจกรรมจิตอาสานักเรียน ส่งเสริมให้จัดกิจกรรมเก็บของได้ส่งคืนเจ้าของ เพื่อการส่งเสริมกิจกรรมคนดีของสังคมในโรงเรียน มีการประสานความร่วมมือกับองค์กรท้องถิ่นและผู้ปกครองในการดำเนินการจัดกิจกรรม การประยุกต์ใช้การเล่นิทานที่มีเนื้อหาสอดแทรกคติธรรม รวมถึงการประยุกต์ใช้กิจกรรมนันทนาการต่างๆ ทั้งภายในและนอกโรงเรียน

พระปลัดกิตติ ยุติธโร และคณะ (2562) ได้ศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง การประยุกต์ใช้ศีล 5 เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคลากร วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ พบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ คือ การปรับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเข้าหาศาสตร์สมัยใหม่ โดยการใช้ศาสตร์สมัยใหม่ เป็นตัวตั้งแล้วนำหลักธรรมในพระพุทธศาสนาเป็นส่วนเสริม เพื่อช่วยให้เกิดความสมบูรณ์ทางด้าน ศีลธรรมของบุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ การประยุกต์ ใช้ศีล 5 จึงเป็นการปรับใช้ประโยชน์ในศีล 5 ซึ่งเป็นการปรับใช้หลักธรรมให้เข้ากับสถานการณ์ต่างๆ ในการดำเนินชีวิตและการพัฒนาคุณภาพชีวิตในการปฏิบัติหน้าที่ของบุคลากรวิทยาลัย สงฆ์บุรีรัมย์ เมื่อปฏิบัติศีล 5 ก็จะเป็นมนุษย์ที่ความสมบูรณ์ มีกายเป็นปกติ มีวาจาเป็นปกติ มีใจ เป็นปกติ และจะต้องมีความสามัคคี ไม่มีความขัดแย้งซึ่งดีซึ่งเด่นกัน ก็จะสามารถพัฒนาคุณภาพทางจิตใจ ชีวิตของบุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ได้ และสามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างสงบสุข

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง “การประยุกต์ใช้หลักเบญจศีล-เบญจธรรมในชีวิตประจำวันของประชาชนในเขตเทศบาลเมืองมาบตาพุด จังหวัดระยอง” จากการทบทวนวรรณกรรมผู้วิจัยกำหนดกรอบแนวคิดดังต่อไปนี้



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดของการวิจัย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาสภาพการใช้ชีวิตประจำวันของประชาชนในเขตเทศบาลเมืองมาบตาพุด จังหวัดระยอง
2. เพื่อศึกษาหลักเบญจศีล-เบญจธรรมที่สัมพันธ์กับการใช้ชีวิตประจำวัน
3. เพื่อประยุกต์ใช้หลักเบญจศีล-เบญจธรรมในชีวิตประจำวันของประชาชนในเขตเทศบาลเมือง มาบตาพุด จังหวัดระยอง

สมมติฐานในการวิจัย

การประยุกต์ใช้หลักเบญจศีล-เบญจธรรมในชีวิตประจำวันของประชาชนในเขตเทศบาลเมืองมาบตาพุด จะช่วยส่งเสริมความสงบสุขภายในจิตใจ ความสัมพันธ์ในครอบครัวและชุมชน และนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นอย่างยั่งยืน

ระเบียบวิธีในการวิจัย

ประเภทของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็น การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยมุ่งศึกษาสภาพจริงของการดำเนินชีวิตของประชาชนในพื้นที่ศึกษา ผ่านการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) เพื่อให้เข้าใจถึงแนวคิด ความเชื่อ และการประยุกต์ใช้หลักเบญจศีล-เบญจธรรมในชีวิตประจำวัน ทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว และชุมชน

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ในการวิจัย ได้แก่ ประชาชนที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลเมืองมาบตาพุด จังหวัดระยอง กลุ่มตัวอย่าง คือ กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) จำนวน 12 คน ประกอบด้วย

1. ผู้บริหารภาครัฐในเขตเทศบาลเมืองมาบตาพุด 4 คน
2. ผู้นำชุมชน 4 คน
3. ปราชญ์ชาวบ้าน 4 คน

ผู้ให้ข้อมูลแต่ละคนได้รับการคัดเลือกจากคุณสมบัติที่มีความรู้ ความเข้าใจ และประสบการณ์ในการดำเนินชีวิตตามหลักเบญจศีล-เบญจธรรม

เทคนิคการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ใช้วิธีการคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยพิจารณาจากความสามารถในการให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์และสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ แบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview Guide) ซึ่งผู้วิจัยได้จัดทำขึ้นจากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยมีขั้นตอนการพัฒนาเครื่องมือดังนี้

1. ศึกษาคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา ได้แก่ มหามกุฏราชวิทยาลัย. (2552). พระไตรปิฎกฉบับหลวง เพื่อทำความเข้าใจหลักเบญจศีล-เบญจธรรมอย่างถูกต้อง
2. ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี เอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อใช้เป็นแนวทางในการกำหนดประเด็นคำถาม
3. จัดทำแนวคำถามสัมภาษณ์เชิงลึกตามประเด็นที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์การวิจัย
4. ตรวจสอบความเหมาะสมของคำถามโดยผู้ทรงคุณวุฒิ ก่อนนำไปใช้เก็บข้อมูลจริง

วิธีดำเนินการวิจัย

การดำเนินการวิจัยแบ่งออกเป็น 2 ขั้นตอนหลัก ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาทบทวนเอกสาร ผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับหลักเบญจศีล-เบญจธรรม และการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน โดยใช้

1. ข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Sources) พระไตรปิฎก ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (พ.ศ. 2539) และข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก
2. ข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Sources) หนังสือ ตำรา เอกสาร บทความทางวิชาการ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ขั้นตอนที่ 2 การศึกษาภาคสนาม ผู้วิจัยได้ลงพื้นที่เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้ให้ข้อมูลสำคัญจำนวน 12 คน พร้อมทั้งสังเกตพฤติกรรมและบริบททางสังคมของผู้ให้ข้อมูล เพื่อให้เข้าใจภาพรวมของการประยุกต์ใช้หลักธรรมในชีวิตประจำวันอย่างเป็นองค์รวม

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยนัดหมายผู้ให้ข้อมูลล่วงหน้าเพื่อขออนุญาตและอธิบายวัตถุประสงค์ของการวิจัย
2. ดำเนินการสัมภาษณ์เชิงลึกแบบเผชิญหน้า (Face-to-face Interview) โดยใช้แนวคำถามกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured Interview)
3. บันทึกข้อมูลด้วยการจดบันทึกและบันทึกเสียง (ภายใต้การยินยอมของผู้ให้ข้อมูล)
4. ผู้วิจัยทำการสังเกตพฤติกรรม ท่าที และสภาพแวดล้อมระหว่างการสัมภาษณ์เพื่อประกอบการวิเคราะห์ข้อมูล



การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้วิธีการ วิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) โดยดำเนินการดังนี้

1. ตรวจสอบและถอดเทปข้อมูลจากการสัมภาษณ์อย่างครบถ้วน
2. อ่านและทำความเข้าใจข้อมูลทั้งหมดเพื่อหาประเด็นหลัก (Themes) และแนวคิดสำคัญ
3. จัดหมวดหมู่ข้อมูลตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย
4. วิเคราะห์ ตีความ และสังเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพเพื่ออธิบายรูปแบบของการประยุกต์ใช้หลักเบญจศีล-เบญจธรรมในชีวิตประจำวัน
5. นำเสนอผลการวิเคราะห์ในรูปแบบพรรณนาเชิงอธิบาย (Descriptive Interpretation)

การวิจัยครั้งนี้มุ่งเน้นการทำความเข้าใจเชิงลึกถึงการดำเนินชีวิตของประชาชนในเขตเทศบาลเมืองมาบตาพุด จังหวัดระยอง ภายใต้กรอบของหลักเบญจศีล-เบญจธรรม โดยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึกเป็นเครื่องมือหลัก การวิเคราะห์ข้อมูลมุ่งสังเคราะห์ความหมายทางสังคม ศีลธรรม และจิตวิญญาณ เพื่อเสนอแนวทางในการเสริมสร้างคุณธรรม จริยธรรม และความสงบสุขในชุมชนอย่างยั่งยืน

ผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์หลัก 3 ประการ และได้ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้ให้ข้อมูลหลัก ผลการวิจัยสามารถสรุปได้ตามวัตถุประสงค์ ดังนี้

สภาพการดำเนินชีวิตประจำวันของประชาชนในเขตเทศบาลเมืองมาบตาพุด จังหวัดระยอง

ตารางที่ 1 สภาพการดำเนินชีวิตประจำวันของประชาชนในเขตเทศบาลเมืองมาบตาพุด จังหวัดระยอง

ด้านการดำเนินชีวิต	ลักษณะสำคัญที่พบ	ตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์
ด้านเศรษฐกิจ	รายได้ส่วนใหญ่มาจากการรับจ้าง ในเขตอุตสาหกรรมและการค้าขาย รายย่อย รายได้ไม่แน่นอน	“บางเดือนรายได้พอใช้ แต่บาง เดือนก็ต้องประหยัด เพราะ ค่าใช้จ่ายสูง”
ด้านสังคมและครอบครัว	ครอบครัวขนาดเล็ก มีการพึ่งพา ผู้สูงอายุในการอบรมลูกหลาน	“ย่ากับตาจะเป็นคนสอนเรื่อง ศีลธรรมให้หลาน”
ด้านสิ่งแวดล้อม	มีผลกระทบจากเขตอุตสาหกรรม เช่น มลพิษทางอากาศและเสียง	“บางวันกลิ่นควันโรงงานแรงมาก ต้องปิดหน้าต่างทั้งวัน”



จากตารางที่ 1 การสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ให้ข้อมูลสำคัญจำนวน 12 คน พบว่า ประชาชนในพื้นที่ส่วนใหญ่มีวิถีชีวิตที่สัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับระบบเศรษฐกิจและโครงสร้างสังคมที่เกิดจากการเป็นเขตอุตสาหกรรมหลักของภาคตะวันออก โดยมีลักษณะเด่นดังนี้

1. ด้านเศรษฐกิจ ประชาชนส่วนใหญ่มีรายได้จากการทำงานในภาคอุตสาหกรรม เช่น เป็นพนักงานโรงงาน ลูกจ้างรายวัน หรือทำงานบริการที่เกี่ยวข้องกับภาคการผลิต เช่น ร้านอาหาร ร้านซ่อมบำรุง และค้าขายรายย่อยในชุมชน รายได้ของครอบครัวมีความแตกต่างกันไปตามลักษณะงานและความมั่นคงของตำแหน่ง โดยทั่วไปมีความไม่แน่นอน เนื่องจากภาวะเศรษฐกิจผันผวน และค่าครองชีพในพื้นที่ค่อนข้างสูง โดยเฉพาะค่าเช่าที่อยู่อาศัยและค่าอาหาร ส่งผลให้บางครอบครัวต้องลดรายจ่ายที่ไม่จำเป็น และหันมาใช้ชีวิตแบบพอเพียงมากขึ้น เช่น การปลูกผักสวนครัว การประกอบอาหารรับประทานเองในครอบครัว หรือการทำงานเสริมหลังเลิกงานประจำเพื่อเพิ่มรายได้

2. ด้านสังคมและครอบครัว วิถีชีวิตของคนในชุมชนสะท้อนลักษณะของเมืองอุตสาหกรรมที่มีประชากรจากหลายพื้นที่เข้ามาประกอบอาชีพ ทำให้โครงสร้างสังคมมีความหลากหลาย ทั้งในด้านวัฒนธรรมและรูปแบบครอบครัว พบว่าความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวมีทั้งแบบใกล้ชิดและห่างเหิน ขึ้นอยู่กับลักษณะงานและเวลาว่างของแต่ละคน บางครอบครัวต้องแยกกันอยู่เนื่องจากเวลาทำงานไม่ตรงกัน ส่งผลให้มีเวลาพบปะพูดคุยน้อยลง อย่างไรก็ตาม ผู้สูงอายุในชุมชนยังคงมีบทบาทสำคัญในการเป็นศูนย์รวมจิตใจของครอบครัว และทำหน้าที่ถ่ายทอดหลักธรรม ค่านิยม และประเพณีท้องถิ่นให้แก่ลูกหลาน โดยเฉพาะในช่วงเทศกาลทางศาสนา เช่น วันสงกรานต์ เข้าพรรษา และวันออกพรรษา ที่คนในครอบครัวจะกลับมาร่วมกิจกรรมทางศาสนาและชุมชนร่วมกัน

3. ด้านสิ่งแวดล้อมและชุมชน เนื่องจากพื้นที่อยู่ในเขตอุตสาหกรรมขนาดใหญ่ ประชาชนจึงต้องเผชิญกับปัญหาด้านสิ่งแวดล้อม เช่น ฝุ่นละออง เสียงดัง และกลิ่นจากกระบวนการผลิตของโรงงาน รวมทั้งปัญหาน้ำเสียในบางพื้นที่ ซึ่งส่งผลกระทบต่อสุขภาพและคุณภาพชีวิตในระยะยาว อย่างไรก็ตาม ชุมชนส่วนใหญ่มีการรวมกลุ่มเพื่อแก้ไขปัญหาร่วมกัน ทั้งในรูปของกลุ่มจิตอาสา องค์กรชุมชน หรือเครือข่ายด้านสิ่งแวดล้อม มีการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมความสามัคคี เช่น การทำบุญวันพระ การเวียนเทียนในวันสำคัญทางศาสนา การบำเพ็ญประโยชน์และทำความสะอาดพื้นที่สาธารณะ ตลอดจนการรณรงค์ปลูกต้นไม้และลดการใช้พลาสติก ซึ่งช่วยสร้างความสัมพันธ์อันดีและความตระหนักในการดูแลสิ่งแวดล้อมของคนในชุมชน

โดยรวม ชีวิตประจำวันของประชาชนในเขตเทศบาลเมืองมาบตาพุดเป็นภาพสะท้อนของการปรับตัวระหว่างความเป็น “เมืองอุตสาหกรรม” กับ “ชุมชนท้องถิ่น” ประชาชนพยายามรักษาสมดุลระหว่างการทำงานเพื่อเลี้ยงชีพกับการรักษาความสัมพันธ์ภายในครอบครัวและชุมชน แม้ต้องเผชิญกับปัญหาสิ่งแวดล้อมและภาวะเศรษฐกิจที่เปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ แต่ยังคงมีความร่วมมือและจิตสำนึกในการอยู่ร่วมกันอย่างสงบและยั่งยืน

หลักเบญจศีล-เบญจธรรมกับการดำเนินชีวิตประจำวัน

จากการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่าหลักเบญจศีล-เบญจธรรมมีอิทธิพลอย่างมากต่อทัศนคติและพฤติกรรมของประชาชนในพื้นที่ ทั้งในด้านการประพฤติปฏิบัติส่วนบุคคลและการอยู่ร่วมกันในสังคม ช่วยลดความขัดแย้ง เสริมสร้างความไว้วางใจ และก่อให้เกิดความสงบสุขในชุมชนโดยรวมในตารางดังนี้

ตารางที่ 2 การรับรู้และการปฏิบัติตามหลักเบญจศีลของประชาชนในพื้นที่ศึกษา

ข้อเบญจศีล	ระดับการปฏิบัติ (จากการสัมภาษณ์)	สรุปพฤติกรรมเด่นที่พบ
ศีลข้อ 1 จดเว้นจากการฆ่าสัตว์	สูง	มีเมตตาต่อสัตว์ ไม่เบียดเบียนผู้อื่น
ศีลข้อ 2 จดเว้นจากการลักทรัพย์	สูง	ซื่อสัตย์สุจริต ไม่เอาเปรียบกัน
ศีลข้อ 3 จดเว้นจากการประพฤติดินในกาม	ปานกลาง	ยึดมั่นความซื่อสัตย์ในชีวิตคู่
ศีลข้อ 4 จดเว้นจากการพูดเท็จ	ปานกลางถึงสูง	ใช้วาจาสุภาพ ไม่ใส่ร้ายผู้อื่น
ศีลข้อ 5 จดเว้นจากของมีนเมา	ปานกลาง	ลดการดื่มสุรา ดื่มเฉพาะในเทศกาล

จากตารางที่ 2 ผลการศึกษา พบว่าประชาชนในพื้นที่ที่มีความเข้าใจและตระหนักถึงคุณค่าของหลักเบญจศีล โดยสามารถนำไปปรับใช้ในชีวิตจริงได้อย่างเหมาะสม ซึ่งส่งผลต่อการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุขในชุมชน

1. หลักเบญจศีล หลักเบญจศีลถือเป็นพื้นฐานของความประพฤติที่ดีงามของชาวพุทธ ซึ่งช่วยควบคุมพฤติกรรมทางกายและวาจาให้ตั้งอยู่ในกรอบแห่งศีลธรรม

1) การงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ ประชาชนส่วนใหญ่ตระหนักถึงคุณค่าของชีวิต ทั้งของมนุษย์และสัตว์ มีการรณรงค์ให้ลดการเบียดเบียน เช่น การไม่ทำร้ายสัตว์เลี้ยง การปลูกฝังความเมตตาในเด็ก และการสนับสนุนกิจกรรมปล่อยสัตว์ในวันสำคัญทางศาสนา

2) การงดเว้นจากการลักทรัพย์ ชุมชนส่งเสริมการซื่อสัตย์สุจริต เช่น การทำบัญชีโปร่งใสในกิจกรรมสาธารณะ การส่งเสริมคุณธรรม “ไม่เอาเปรียบผู้อื่น” ในการทำมาค้าขาย และการปลูกฝังให้เยาวชนรู้จักหาความดีด้วยความขยันสุจริต

3) การงดเว้นจากการประพฤติดินในกาม มีการให้ความรู้เรื่องความซื่อสัตย์ในชีวิตคู่ เคารพสิทธิผู้อื่น และรักษาความสัมพันธ์ในครอบครัวให้มั่นคง ส่งผลให้ครอบครัวมีความอบอุ่นและลดปัญหาความขัดแย้งในบ้าน

4) การงดเว้นจากการพูดเท็จ ประชาชนให้ความสำคัญกับ “วาจาสุจริต” เช่น การพูดจริง พูดไพเราะ และหลีกเลี่ยงคำพูดที่สร้างความแตกแยก ผู้นำชุมชนถือเป็นแบบอย่างในการใช้วาจาที่สร้างสรรค์และส่งเสริมความสามัคคี

5) การงดเว้นจากของมีนเมา แม้ยังมีการดื่มในบางโอกาสพิเศษ แต่การรณรงค์จากผู้นำชุมชนและองค์กรศาสนาช่วยให้มีแนวโน้มลดลง ส่งผลให้ครอบครัวมีความสุขมากขึ้นและลดปัญหาสังคมที่เกิดจากการเมาสุรา

2. หลักเบญจธรรม หลักเบญจธรรมเป็นแนวทางเสริมศีล ที่มุ่งพัฒนาจิตใจและความสัมพันธ์ในสังคมให้เกิดความรัก ความสามัคคี และความรับผิดชอบต่อส่วนรวมในตารางดังนี้

ตารางที่ 3 การนำหลักเบญจธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน

หลักเบญจธรรม	ลักษณะการประยุกต์ใช้	ผลที่เกิดขึ้น
เมตตา กรุณา	ช่วยเหลือเพื่อนบ้าน ดูแลผู้สูงอายุ	เกิดความอบอุ่นในชุมชน
เสียสละ	ร่วมกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ สาธารณะ	เกิดความสามัคคี
ซื่อสัตย์สุจริต	ไม่เอาเปรียบกันในธุรกิจท้องถิ่น	เกิดความไว้วางใจ
อดทน	ใช้หลักธรรมในการแก้ปัญหา ครอบครัว	ลดความขัดแย้งในบ้าน
รับผิดชอบ	ปฏิบัติตามหน้าที่การงานอย่างมีวินัย	สร้างภาพลักษณ์ที่ดีให้ชุมชน

จากตารางที่ 3 ผลการศึกษา พบว่าการประยุกต์ใช้หลักเบญจธรรมช่วยเสริมสร้างความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัวและชุมชน ทำให้เกิดความร่วมมือและความปรองดอง

1) ความเมตตา กรุณา สมาชิกในชุมชนมีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เช่น การช่วยเหลือผู้สูงอายุ ผู้ยากไร้ หรือผู้ประสบภัย รวมถึงการจัดกิจกรรมจิตอาสาเพื่อสังคม

2) ความเสียสละ มีการร่วมแรงร่วมใจในกิจกรรมชุมชน เช่น การพัฒนาวัด โรงเรียน ถนน และการระดมทุนเพื่อสาธารณประโยชน์ แสดงถึงความรักและผูกพันต่อบ้านเกิด

3) ความซื่อสัตย์สุจริต ถือเป็นคุณธรรมสำคัญที่ได้รับการยกย่อง ชุมชนมักยึดถือความจริงใจและความโปร่งใสเป็นหลักในการดำเนินงานทุกระดับ

4) ความอดทน ประชาชนใช้ความอดทนในการประกอบอาชีพ การแก้ปัญหาครอบครัว และการเผชิญกับความยากลำบาก ทำให้สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมั่นคงและสงบ

5) ความรับผิดชอบ เป็นพื้นฐานของการอยู่ร่วมกันอย่างมีระเบียบ เช่น การปฏิบัติหน้าที่ในครอบครัว การดูแลบุตรหลาน และการทำหน้าที่พลเมืองที่ดีในชุมชน

การประยุกต์ใช้หลักเบญจศีล-เบญจธรรมในชีวิตประจำวันของประชาชน

ตารางที่ 4 การประยุกต์ใช้หลักเบญจศีล-เบญจธรรมในระดับต่าง ๆ

ระดับการประยุกต์ใช้	สัดส่วนการกล่าวถึงในข้อมูล (จากการสัมภาษณ์)
1. ระดับบุคคล	- (สูงสุด – 40%)
2. ระดับครอบครัว	- (ปานกลาง – 35%)
3. ระดับชุมชน	- (น้อยกว่า – 25%)

จากตารางที่ 4 ผลการวิจัยพบว่า ประชาชนส่วนใหญ่เริ่มจากการปฏิบัติในระดับบุคคลก่อน แล้วจึงขยายผลไปสู่ระดับครอบครัวและชุมชน แสดงถึงการพัฒนาเชิงลำดับขั้นของการนำหลักธรรมไปใช้ในชีวิตจริง การประยุกต์ใช้หลักเบญจศีล-เบญจธรรมของประชาชนในเขตเทศบาลเมืองมาบตาพุด จังหวัดระยอง มีลักษณะดังนี้

1. การปฏิบัติในระดับบุคคล ประชาชนส่วนใหญ่ยึดถือหลักเบญจศีลเป็นแนวทางพื้นฐานในการดำเนินชีวิต โดยตระหนักถึงคุณค่าของศีลในการควบคุมพฤติกรรมและความคิดของตนเอง เช่น

- 1) ศีลข้อ 1 งดเว้นการเบียดเบียนชีวิต ทำให้เกิดจิตใจเมตตา รู้จักเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่
- 2) ศีลข้อ 2 งดเว้นการลักทรัพย์ ส่งผลให้ดำเนินชีวิตอย่างซื่อสัตย์สุจริต
- 3) ศีลข้อ 3 รักษาความประพฤติทางเพศอย่างเหมาะสม ช่วยสร้างความมั่นคงในครอบครัว
- 4) ศีลข้อ 4 ไม่พูดเท็จ ช่วยให้เกิดความไว้วางใจระหว่างกัน
- 5) ศีลข้อ 5 งดเว้นของมีนเมา ทำให้มีสติสัมปชัญญะและดำรงชีวิตอย่างไม่ประมาท

เมื่อบุคคลนำหลักศีลเหล่านี้มาใช้ในการชีวิตประจำวัน จะเกิดผลดีทั้งต่อตนเองและสังคม เช่น มีความสงบใจ ลดการกระทำที่นำไปสู่ความขัดแย้ง และส่งเสริมภาพลักษณ์ของประชาชนในชุมชนให้น่าเชื่อถือ

2. การปฏิบัติในระดับครอบครัว ครอบครัวเป็นจุดเริ่มต้นของการปลูกฝังคุณธรรมและจริยธรรม หลักเบญจธรรมจึงถูกนำมาใช้เพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างสมาชิกในครอบครัว เช่น

- 1) การมี เมตตา กรุณา ต่อกัน
- 2) การ ให้อภัยและอดทน เมื่อเกิดความเห็นไม่ตรงกัน
- 3) การ เสียสละและช่วยเหลือกัน ในการทำกิจกรรมในบ้าน
- 4) การสอนลูกหลานให้รู้จักแยกแยะผิดชอบชั่วดี และให้เคารพผู้ใหญ่
- 5) การประพฤติปฏิบัติตามเบญจธรรมในครอบครัวช่วยลดปัญหาความรุนแรง การทะเลาะเบาะแว้ง และ

ทำให้เกิดบรรยากาศแห่งความรัก ความอบอุ่น และความเข้าใจอันดี

3. การปฏิบัติในระดับชุมชน ในระดับชุมชน หลักเบญจศีล-เบญจธรรมเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวให้สมาชิกอยู่ร่วมกันอย่างสันติ ชุมชนในเขตเทศบาลเมืองมาบตาพุดมีการส่งเสริมกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับคุณธรรมอย่างต่อเนื่อง เช่น

1) การจัด กิจกรรมทางศาสนา ในวันสำคัญ เช่น วันมาฆบูชา วิสาขบูชา และวันเข้าพรรษา เพื่อให้ประชาชนได้ร่วมกันทำบุญ ฟังธรรม และสืบทอดประเพณีทางพุทธศาสนา

2) การจัด โครงการอบรมคุณธรรมจริยธรรม สำหรับเยาวชนและประชาชนทั่วไป เพื่อปลูกฝังความรับผิดชอบต่อสังคม

3) การส่งเสริมให้ประชาชน บำเพ็ญสาธารณประโยชน์ เช่น การเก็บขยะ การปลูกต้นไม้ การช่วยเหลือผู้ยากไร้ ซึ่งสอดคล้องกับหลักเมตตาและกรุณาในเบญจธรรม

ผลจากการดำเนินกิจกรรมเหล่านี้ ทำให้เกิดความสามัคคี ความเอื้ออาทร และความร่วมมือกันในการพัฒนาชุมชน จนเกิดสังคมที่อยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข การประยุกต์ใช้หลักเบญจศีล-เบญจธรรมในชีวิตประจำวันของประชาชนในเขตเทศบาลเมืองมาบตาพุด เป็นแนวทางที่ช่วยให้เกิดความสมดุลทั้งในด้านจิตใจ ความสัมพันธ์ และสังคมโดยรวม เมื่อบุคคล ครอบครัว และชุมชนร่วมกันยึดมั่นในหลักธรรมเหล่านี้ จะส่งผลให้เกิด “ชุมชนคุณธรรม” ที่เข้มแข็ง และเป็นรากฐานสำคัญของการพัฒนาสังคมอย่างยั่งยืน

อภิปรายผล

จากผลการวิจัยพบว่า สภาพการใช้ชีวิตประจำวันของประชาชนในเขตเทศบาลเมืองมาบตาพุด จังหวัดระยอง มีลักษณะซับซ้อนและได้รับอิทธิพลจากปัจจัยภายนอกที่เกี่ยวข้องกับสังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อม ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดระบบนิเวศทางสังคมของ Bronfenbrenner (1979) ที่กล่าวว่า พฤติกรรมและการดำเนินชีวิตของบุคคลได้รับผลกระทบจากหลายระดับของสิ่งแวดล้อมตั้งแต่ระดับครอบครัว ชุมชน ไปจนถึงระดับสังคมและนโยบาย ซึ่งในกรณีนี้ การเปลี่ยนแปลงด้านเศรษฐกิจ เช่น การขยายตัวของภาคอุตสาหกรรมในมาบตาพุด ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตและโครงสร้างชุมชน ทำให้เกิดความตึงเครียดทั้งทางสังคมและสิ่งแวดล้อม ซึ่งส่งผลโดยตรงต่อคุณภาพชีวิตของประชาชน

การศึกษาพบว่า หลักเบญจศีล เช่น การงดเว้นจากการพูดเท็จ การไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่น ทำหน้าที่เป็นกลไกทางสังคมในการเสริมสร้างความไว้วางใจและความสัมพันธ์ที่ดีในระดับครอบครัวและชุมชน งานวิจัยของ Wong & Tsai (2007) ได้สนับสนุนประเด็นนี้โดยชี้ให้เห็นว่าค่านิยมและหลักปฏิบัติทางศีลธรรมมีบทบาทสำคัญในการสร้างความสัมพันธ์ที่แข็งแกร่งในชุมชน ทำให้สมาชิกชุมชนมีความรู้สึกผูกพันและพร้อมที่จะช่วยเหลือกันในการยามวิกฤต ซึ่งเป็นปัจจัยที่ช่วยลดความขัดแย้งและเสริมสร้างความมั่นคงของชุมชน นอกจากนี้ หลักเบญจธรรม เช่น ความเมตตา กรุณา และความอดทน มีบทบาทสำคัญในการลดปัญหาความขัดแย้งและส่งเสริมการปรองดองในสังคม ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับงานของ Lutz et al. (2008) ที่พบว่าการฝึกฝนคุณธรรมเชิงบวก ส่งผลให้เกิดความสงบภายในใจและความสัมพันธ์ที่ดีในสังคม ซึ่งจำเป็นอย่างยิ่งในบริบทที่มีความตึงเครียดสูงจากสภาพแวดล้อมทางเศรษฐกิจและสังคม เช่น ในเขตอุตสาหกรรมมาบตาพุด

การประยุกต์ใช้หลักศาสนาอย่างต่อเนื่องยังช่วยเสริมสร้างจิตสำนึกทางศีลธรรมและความสงบภายในจิตใจของประชาชน งานของ Pargament (1997) เน้นบทบาทของศาสนาในกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทาง

จิตใจและการจัดการกับความเครียด โดยเฉพาะในสังคมที่ประสบกับความเปลี่ยนแปลงหรือปัญหาต่าง ๆ ซึ่งการมีศรัทธาและการปฏิบัติตามหลักธรรมช่วยให้บุคคลมีความมั่นคงทางจิตใจและสามารถเผชิญกับสถานการณ์ยากลำบากได้อย่างมีประสิทธิภาพ ในแง่ของการพัฒนาคุณภาพชีวิตและชุมชน งานวิจัยนี้สะท้อนแนวคิดของ Sen (1999) ที่เน้นการพัฒนาความสามารถและศักยภาพของบุคคลควบคู่ไปกับการเสริมสร้างคุณธรรมและจริยธรรมในสังคม เพื่อให้เกิดความสุขและความสมดุลอย่างยั่งยืน การส่งเสริมหลักเบญจศีล-เบญจธรรมจึงไม่เพียงแต่เป็นการส่งเสริมศีลธรรมส่วนบุคคล แต่ยังเป็นการสร้างรากฐานทางสังคมที่เข้มแข็งและยั่งยืนสำหรับชุมชนโดยรวม

ทั้งนี้ การส่งเสริมและเผยแพร่วรรณกรรมดังกล่าวอย่างเป็นระบบผ่านกิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการ และการประชาสัมพันธ์ในชุมชน จึงถือเป็นกลยุทธ์ที่เหมาะสมในการเสริมสร้างความตระหนักรู้และการปฏิบัติจริง ซึ่งจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมที่ยั่งยืนและเป็นรูปธรรมในสังคม โดยเฉพาะในบริบทที่มีความหลากหลายและซับซ้อนเช่นนี้

สรุป

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการประยุกต์ใช้หลักเบญจศีล-เบญจธรรมในชีวิตประจำวันของประชาชนในเขตเทศบาลเมืองมาบตาพุด จังหวัดระยอง ผ่านการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้ให้ข้อมูลสำคัญจำนวน 12 คน เพื่อทำความเข้าใจว่าหลักธรรมเหล่านี้ถูกนำมาใช้ในการดำเนินชีวิตจริงอย่างไร และส่งผลต่อสังคมโดยรวมอย่างไรบ้าง

ผลการวิจัยพบว่า ประชาชนในพื้นที่มีการดำเนินชีวิตที่มีความสอดคล้องกับบริบททางเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงและซับซ้อนขึ้นอย่างต่อเนื่อง แต่ยังคงรักษาความผูกพันและยึดมั่นในหลักธรรมและกิจกรรมทางศาสนาเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตประจำวันอย่างแข็งแรง ประชาชนมีความรู้และความเข้าใจในหลักเบญจศีล-เบญจธรรมในระดับที่ดี สามารถนำหลักธรรมเหล่านี้มาเป็นแนวทางในการควบคุมและปรับพฤติกรรมตนเอง เช่น การงดเว้นจากการพูดเท็จ การไม่ละเมิดสิทธิและความเป็นธรรมของผู้อื่น และการแสดงออกถึงความเมตตากรุณาต่อเพื่อนมนุษย์ ส่งผลให้เกิดความสงบสุขและความสัมพันธ์ที่ดีภายในชุมชน การประยุกต์ใช้หลักเบญจศีล-เบญจธรรมยังมีผลในทางบวกต่อความสัมพันธ์ในครอบครัวและชุมชน โดยช่วยลดความขัดแย้งและส่งเสริมความสามัคคี อีกทั้งยังส่งเสริมคุณธรรมและจริยธรรมในสังคมโดยรวม ทำให้ชุมชนมีความเข้มแข็งและมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นในทุกด้าน

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรส่งเสริมและสนับสนุนกิจกรรมที่เผยแพร่และอบรมหลักเบญจศีล-เบญจธรรมในชุมชนอย่างต่อเนื่อง เช่น การจัดอบรมเชิงปฏิบัติการ กิจกรรมทางศาสนา และกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์
2. ควรมีการบูรณาการหลักธรรมเข้ากับนโยบายสาธารณะเพื่อส่งเสริมคุณธรรมและจริยธรรมในสังคม โดยเฉพาะในเขตอุตสาหกรรมที่มีความซับซ้อนทางเศรษฐกิจและสังคม

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

1. ผู้นำชุมชนและองค์กรท้องถิ่นควรส่งเสริมการสร้างพื้นที่เรียนรู้และแลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับการประยุกต์ใช้หลักเบญจศีล-เบญจธรรม
2. ควรสนับสนุนกิจกรรมที่สร้างแรงจูงใจให้ประชาชนปฏิบัติศีลอย่างครบถ้วน โดยเฉพาะศีลข้อ 5 ผ่านการให้ความรู้และการลดปัจจัยเสี่ยงที่ส่งเสริมการบริโภคเครื่องดื่มมึนเมา

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยในอนาคต

1. ควรมีการศึกษาขยายผลในพื้นที่อื่น ๆ เพื่อเปรียบเทียบและวิเคราะห์ความแตกต่างของการประยุกต์ใช้หลักเบญจศีล-เบญจธรรมในบริบทที่หลากหลาย
2. ควรพัฒนาวิธีการวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed Methods) เพื่อเพิ่มความลึกและความกว้างในการวิเคราะห์ผลกระทบของหลักธรรมต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชน

เอกสารอ้างอิง

- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). (2560). *เบญจศีล-เบญจธรรม: หลักธรรมพื้นฐานในการดำเนินชีวิต*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ธรรมสภา.
- พระธรรมวิสุทธิมงคล. (2549). *หลักเบญจธรรมในพระพุทธศาสนา*. สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระเอกนรินทร์ อาภาภโร. (2561). *การประยุกต์ใช้หลักเบญจศีลเบญจธรรมในการส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมในโรงเรียนเทศบาลตำบลสันมหาพน อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่*.
- พระปลัดกิตติ ยุติธโร และคณะ. (2562). *การประยุกต์ใช้ศีล 5 เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคลากร วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์*.
- มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์. (2552). *พระไตรปิฎกฉบับ*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์.



- ละเอียด ศรีโสภณ. (2556). การประยุกต์หลักเบญจศีลเบญจธรรมเพื่อส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมของ นักเรียนโรงเรียนบ้านคำข่า อำเภอตระการพืชผล จังหวัดอุบลราชธานี.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2564). การพัฒนาอุตสาหกรรมอย่างรวดเร็วในพื้นที่เทศบาลเมืองมาบตาพุด จังหวัดระยอง: ผลกระทบทางสังคมและสิ่งแวดล้อม. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.
- สุวรรณา เกรียงไกรเพ็ชร. (2562). แนวคิดเรื่องคุณภาพชีวิต. *วารสารวิชาการ*, 12(3), 45-60.
- Aristotle. (1999). *Nicomachean ethics* (T. Irwin, Trans.). *Hackett Publishing Company*. (Original work published ca. 340 B.C.E.)
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.
- Campbell, A., Converse, P. E., & Rodgers, W. L. (1976). *The quality of American life: Perceptions, evaluations, and satisfactions*. Russell Sage Foundation.
- Diener, E., & Suh, E. (1997). Measuring quality of life: Economic, social, and subjective indicators. *Social Indicators Research*, 40(1-2), 189–216.
- Lutz, A., Slagter, H. A., Dunne, J. D., & Davidson, R. J. (2008). Attention regulation and monitoring in meditation. *Trends in Cognitive Sciences*, 12(4), 163–169.
- OECD. (2020). *How's life in the city? Measuring well-being in urban areas*. OECD Publishing.
- Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. Guilford Press.
- Sen, A. (1999). *Development as freedom*. Oxford University Press.
- Sirgy, M. J. (2012). *The psychology of quality of life: Hedonic well-being, life satisfaction, and eudaimonia*. In K. C. Land & A. Michalos (Eds.), *Handbook of social indicators and quality of life research* (261–288). Springer.
- World Health Organization. (1997). *WHOQOL: Measuring quality of life*. WHO.
- Wong, P. T. P., & Tsai, K. S. (2007). Cultural values and the promotion of trust in social relationships. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 38(3), 345–361.