

การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยศีล
Quality Development with Precept

วรเทพ เวียงแก
Worateb Wiangkae
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตอีสาน
Mahamakut Buddhist University Isan Campus
Author for Correspondence: Email: worateb1999@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่ออธิบายเกี่ยวกับศีลกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต มนุษย์มีความต้องการทางกาย ได้แก่ ปัจจัย 4 คือ เครื่องนุ่งห่ม อาหาร ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค และมีความต้องการทางจิตใจหรือทางศาสนา หมายถึง มีหลักธรรมที่ใช้เป็นแนวทางดำเนินชีวิต คือ การประพฤติปฏิบัติที่ดีงาม อันเป็นรากฐานของกิจการทั้งปวง พร้อมกันนี้ต้องมีศีล คือ ข้อปฏิบัติหรือข้อควบคุมกายและวาจาให้เว้นจากการทำความชั่ว

ศีล ถือเป็นระเบียบวินัย ในการนำมาฝึกฝนอบรมบุคคลในด้านความประพฤติสุจริตทางกาย วาจาและอาชีวะ เพื่อให้มนุษย์มีคุณภาพชีวิตที่ดี รู้จักใช้เหตุผล เข้าใจชีวิต ทำประโยชน์ให้สังคม มีความรักเพื่อแผ่คนอื่น รู้จักเมตตากรุณาและให้อภัยผู้อื่น มองโลกในแง่ดี มีความเชื่อที่ถูกต้องและความสัมพันธ์ที่ดีต่อสภาพแวดล้อม รักษาผลประโยชน์ของสังคม

คำสำคัญ: การพัฒนา;คุณภาพชีวิต; ศีล

Received: 05/11/63, Revised: 06/12/63, Accepted:11/12/63

Abstract

This article aimed to describe Sila (Precepts) to develop the quality of life. The human being require physical need that is composed of four requisites - clothing, food, shelter and medicine, and psychological or religion need that means the religion doctrine for doing good which is the basic of all functions. On the other hand, the human beings must follow the precepts (Sila) that are the principles for controlling the physical and psychological actions in order to refrain from doing bad.

The precepts (Sila) are the regulations for educating the persons on good conduct in act, word and livelihood. Moreover, the precepts (Sila) can help them to be good quality of lives, reasonable, life understanding, social benefit doer, kindness, optimism, right view, good relationship with social environment and social benefit protection.

Keywords: Development; Quality of Life; Precept

แนวคิดในการพัฒนาคุณภาพชีวิต

คุณภาพชีวิตมีบทบาทสำคัญทั้งในด้านความผาสุกของมนุษย์ในการดำรงชีวิตและการสร้างผลงานที่มีคุณค่า การพิจารณาองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการกำหนดคุณภาพชีวิต ควรต้องมีความเหมาะสมกับสภาพความเป็นจริงของชีวิต โดยไม่สร้างความเดือดร้อนหรือเบียดเบียนผู้อื่นให้เกิดความทุกข์ ดังนั้น มนุษย์ควรมุ่งแสวงหาสิ่งที่เป็นสาระสำคัญของชีวิต เปรียบเสมือนประทีปส่องทางชีวิต

การจะพัฒนาตนตามหลักพระพุทธศาสนา มุ่งหมายให้ผู้ฝึกตนได้รับประโยชน์ตั้งแต่ขั้นต้นในการลงมือปฏิบัติ กล่าวคือ เริ่มแต่การรู้จักปฏิบัติตนที่ดีต่อสภาพสิ่งแวดล้อมภายนอก เรียกว่า การสำรวมอินทรี (ม.อ. (ไทย) 14/453 - 463/504 - 510) มีสำรวมตา สำรวมหู สำรวมจมูก สำรวมลิ้น สำรวมกาย และสำรวมใจ เพื่อจะได้ใช้เป็นพื้นฐานของศีล คือ เจตนางดเว้นจากความชั่วทางกายและเจตนางดเว้นจากความชั่วทางวาจา เรียกว่า พัฒนาด้านความประพฤติหรือพัฒนาด้านพฤติกรรมที่ดี อันเป็นช่องทางให้จิตใจพัฒนาและช่วยแก้ปัญหาองกาม (พระธรรมปิฎก, (ป.อ.ปยุตโต), 2543, หน้า 238) บุคคลผู้พัฒนาตนเอง เรียกว่า ผู้มีบุญมีกุศล และบุคคลผู้ไม่พัฒนาตนเองเรียกว่า ผู้ขาดบุญขาดกุศล

ความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ทางกายภาพ

ความต้องการทางกาย และจิตใจ เป็นเหตุปัจจัย ให้มีการพัฒนามนุษย์ให้ดีขึ้น หรือ เสวงได้ เนื่องจากความต้องการนั้น เข้าไปสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อม ทั้งภายในและภายนอก มีดังต่อไปนี้

1. ความต้องการทางร่างกาย หมายถึง ความต้องการปัจจัย 4 คือ ความต้องการทางเศรษฐกิจ ได้แก่ เครื่องนุ่งห่ม อาหาร ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค
2. ความต้องการทางสังคม หมายถึง ความปรารถนาสร้างหลักฐานทางครอบครัว หลักฐานในหมู่คณะ ในชาติ และกว้างออกไปถึงความต้องการผูกพันระหว่างชาติ เช่น สถาบันครอบครัว สถาบันชาติ เป็นต้น
3. ความต้องการทางจิตใจหรือทางศาสนา หมายถึง ความจำเป็นต้องมีศีล คือ การละเว้นจากความชั่ว และมีธรรม คือ การประพฤติปฏิบัติที่ดีงาม อันเป็นรากฐานของกิจการทั้งปวง และต้องการให้หลักธรรมทางศาสนาเป็นเครื่องมือพัฒนาคน เพื่อควบคุมคนให้มีความประพฤติที่ดีงามแก่สังคมของตน ความกลัวเป็นพื้นฐาน เช่น ปรากฏการณ์ธรรมชาติบางอย่างที่อธิบาย ไม่ได้ก็ให้ความสำคัญ เคารพนับถือ บูชา เช่น บขาคันไม้ ภูเขา เทพเจ้า ต่าง ๆ เป็นต้น ความต้องการรู้แจ้งเห็นจริง หมายถึง การใช้เหตุผลเพื่อเข้าใจชีวิต ความต้องการรักษาผลประโยชน์ของหมู่คณะ สังคม ให้ปลอดภัย ความต้องการเสรีภาพในการดำเนินชีวิตไม่ตกเป็นเหยื่อของสิ่งใด และความต้องการให้ผู้มีความสามารถ ทำคุณประโยชน์แก่สังคม (พระมหาสมชาย เกตแก้ว, 2537: 30- 35)

ความหมายของคุณภาพชีวิต

คุณภาพ หมายถึง ลักษณะที่ดีเด่นของบุคคลหรือสิ่งของ ชีวิต หมายถึง ความเป็นอยู่ (พจนานุกรมราชบัณฑิตยสถาน ฉบับปี พ.ศ. 2542: 253) หากนำ 2 คำ คือ “คุณภาพ” และ “ชีวิต” มารวมกันเป็นคุณภาพชีวิต จึงหมายถึง ลักษณะความเป็นอยู่ที่ดีมีความสุขของบุคคลหรือสิ่งของ

พิพัฒน์ จันทรา (2542: 14) กล่าวว่า คุณภาพชีวิตเป็นการมองชีวิตของมนุษย์โดยภาพรวมเพราะมนุษย์ประกอบด้วยร่างกาย จิตใจ สติปัญญา อารมณ์ ความรู้สึกนึกคิด และในขณะเดียวกันมนุษย์มีความสำคัญต่อการเมือง เศรษฐกิจ ดังนั้น จึงไม่สามารถกล่าวถึงมนุษย์ในแง่ใดแง่หนึ่งเท่านั้น แต่ต้องมองมนุษย์ในทุกแง่มุมหรือทุกด้าน เพราะฉะนั้น คุณภาพชีวิตของมนุษย์จึงพิจารณาชีวิตของแต่ละบุคคล เช่น

วัย เพศ การศึกษาในวิชาสาขาต่าง ๆ และภูมิหลังของมนุษย์

ทิพย์พรรณ นพวงศ์ ณ อยุธยา (2543: 9) ได้ให้ความหมายคุณภาพชีวิตว่า หมายถึง บุคคลที่สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขตามฐานะ สามารถพึ่งพาตนเองได้โดยไม่เป็นภาระของผู้อื่น แต่สามารถทำประโยชน์ให้ผู้อื่นได้ เป็นบุคคลที่รู้จักรักตัวเองบ้าง แล้วจะมีความรักไว้เผื่อแผ่คนอื่น รู้จักเมตตากรุณาและให้อภัยผู้อื่นได้ รู้จักมองโลกในแง่ดี ไม่คิดร้ายต่อผู้อื่น

องค์การอนามัยโลก (WHO, 1995,unpaged; อ้างถึงใน ชูติมา เทียนใส, 2551: 7) ได้ให้ความหมายของคุณภาพชีวิตไว้ว่า เป็นการรับรู้ของแต่ละบุคคลต่อสถานะในชีวิตของพวกเขา ภายใต้บริบทของวัฒนธรรมและความหมายของระบบในสังคมที่พวกเขาอาศัยอยู่ และจะสัมพันธ์กับเป้าหมาย ความคาดหวัง มาตรฐานของสังคมและสิ่งอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง与他们พวกเขา เป็นแนวความคิดที่กว้างเต็มไปด้วยความซับซ้อน ครอบคลุมในแง่ของสุขภาพร่างกายของแต่ละคน สภาพจิตใจ ระดับของความเป็นอิสระ สัมพันธภาพทางสังคม ความเชื่อและความสัมพันธ์ที่มีต่อสภาพแวดล้อม จุดเด่นของความหมายของคุณภาพชีวิตที่ WHO มองก็คือ คุณภาพชีวิตที่เป็นนามธรรม (Subjective) โดยจะรวมเอาหัวข้อที่เป็นทั้งส่วนดีและส่วนไม่ดีของชีวิตเอาไว้ อีกทั้งมีหลายมิติไม่ว่าจะเป็นทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม สิ่งแวดล้อม ฯลฯ

องค์การยูเนสโก (UNESCO, 1993: 40) ได้นิยามคำว่าคุณภาพชีวิต หมายถึง ระดับความเป็นอยู่ในสังคมและระดับความพอใจในความต้องการส่วนหนึ่งของมนุษย์

สภาคณาจารย์และข้าราชการมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ (2552: 16) ให้ความหมายไว้ว่า คุณภาพชีวิต หมายถึง ลักษณะความเป็นอยู่ที่ดีของบุคคลที่ประกอบด้วยปัจจัยพื้นฐานที่พอเพียงและสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขตามอัตภาพของแต่ละบุคคล ทั้งด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ ความรู้สึกนึกคิด เศรษฐกิจส่วนบุคคลหรือครอบครัว เป็นบุคคลที่รู้จักรักตนเอง เผื่อแผ่ผู้อื่น มองโลกในแง่ดี มีความเชื่อ มีสัมพันธภาพที่ดีต่อสิ่งแวดล้อม

สรุปได้ว่า คุณภาพชีวิต หมายถึง บุคคลที่สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขตามฐานะ ภายใต้บริบทของวัฒนธรรมและความหมายของระบบในสังคมที่พวกเขาอาศัยอยู่ประกอบด้วยปัจจัยพื้นฐานที่พอเพียง มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง จิตใจ สติปัญญา อารมณ์ ความรู้สึกนึกคิดเป็นไปในทางบวก มีฐานะทางเศรษฐกิจสามารถพึ่งพาตนเองได้โดยไม่เป็นภาระของผู้อื่น สามารถทำประโยชน์ให้ผู้อื่นได้ เป็นบุคคลที่รู้จักรักตัวเอง มีความรักเผื่อแผ่คนอื่น รู้จักเมตตากรุณาและให้อภัยผู้อื่น รู้จักมองโลกในแง่ดี มีความเชื่อที่ถูกต้องและความสัมพันธ์ที่ดีต่อสภาพแวดล้อม ไม่คิดร้ายต่อผู้อื่น

ความสำคัญในการพัฒนาคุณภาพชีวิต

การนำหลักของศีลมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน ซึ่งมีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่ง เพื่อจะได้พัฒนาตนเองให้สามารถปฏิบัติหน้าที่กิจกรรมได้อย่างปกติสุข และยังได้ชื่อว่าเป็นผู้ปฏิบัติเพื่อความเป็นอยู่อยู่ใกล้นิพพานยิ่งขึ้นอีกด้วย นับเป็นการปฏิบัติที่ไม่เสื่อมถอย ทำตนให้ตั้งอยู่ในศีลเป็นเบื้องต้นก่อน รู้จักวิธีคุ้มครองรักษาอินทรี รู้จักประมาณในการบริโภค และรู้จักเพิ่มพูนสิ่งสมบ่าเพญความเพียร (อง.จตุกก. (ไทย) 21/37/60 – 62) เป็นต้น เพื่อทำตนเองให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี เพราะถ้ายังไม่สิ้นกิเลสอาสวะ มนุษย์ก็จำเป็นต้องพัฒนาตน จนกระทั่งบรรลุถึงปรารถนาสูงสุด (ขุ.จ. (บาลี) 30/673/333) คือ ความหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง จากความเป็นทุกข์สู่สุข ซึ่งสามารถสละโลกียวิสัยเสียได้ แล้วย่อมไม่มาเกิดสู่ภพใด ๆ อีก

ต่อไป จัดเป็นผู้พัฒนาตนได้แล้วและเป็นแสงสว่างของตน (คณาจารย์แห่งโรงพิมพ์เลี้ยงเชิง, 2535: 1) คือ สร้างที่พึ่งถาวรอย่างใด ๆ ก็ที่พึ่งอันหาได้ยากนี้ ทำให้ไม่ได้เลย

วัตถุประสงค์ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต

วัตถุประสงค์ของการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยหลักของศีล เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับพัฒนาการของมนุษย์ จากความอยู่รอดด้วยกิเลส มาสู่ความเป็นอยู่ด้วยปัญญา นอกจากเป็นหลักและเป็นประโยชน์ในการพัฒนาตนเองแล้ว ยังทำให้เกิดความกรุณาต่อผู้อื่นด้วย คือ ทำให้เกิดความเข้าใจและเห็นอกเห็นใจเพื่อนมนุษย์ คิดจะช่วยเหลือ ตลอดจนช่วยให้สามารถวางตนเป็นกัลยาณมิตร สามารถคิดหาวิธีช่วยแก้ไขปัญหา วัตถุประสงค์ของการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดี คือ เพื่อฝึกฝนพัฒนาคนให้รู้จักปฏิบัติต่อชีวิต หรือดำเนินชีวิตอย่างถูกต้องมีความสุข ให้รู้จักแก้ปัญหาชีวิต หาทางออกจากความทุกข์ได้ด้วยดี โดยไม่ก่อให้เกิดโทษพิชภัยแก่ผู้อื่นและสังคม ให้รู้จักแสวงหาและเสพความสุขทางวัตถุอย่างถูกต้อง ปราศจากโทษพิชภัย ไร้การเบียดเบียน และพร้อมที่จะใช้สิ่งอำนวยความสุขนั้น ๆ ในทางที่เกื้อกูลแก่ผู้อื่นและสังคม วัตถุประสงค์ที่สำคัญอีกอย่างหนึ่ง คือ เพื่อให้พึ่งตนเองได้ โดยไม่ต้องขึ้นต่อวัตถุภายนอกทุกอย่างไป จะพึงวัตถุภายนอกในกรณีที่จำเป็นต่อสุขภาพ อนามัย ความจำเป็นด้านปัจจัย ๔ มีเครื่องนุ่มห่ม อาหาร ที่อยู่อาศัยและยารักษาโรค แต่ไม่ใช่แสวงหาเพื่อมอมเมาจิตใจให้เกิดการสะสมจนไม่รู้จักเพียงพอ ฉะนั้น จุดมุ่งหมายเพื่อให้รู้ความสำคัญในการพัฒนาชีวิต จะได้แก้ปัญหาได้อย่างถูกต้อง รวดเร็วและทันต่อเหตุการณ์ไม่ประมาทในการทำกิจการ โดยผ่านกระบวนการฝึกฝนอย่างเป็นระบบ เพื่อการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องได้ผลดี

ศีล

การพัฒนาตนด้วยหลักศีล โดยเนื้อหาสาระสำคัญ เพื่อให้บุคคลสามารถดำรงตนให้อยู่ร่วมกับสังคมหรืออยู่ร่วมกับคนอื่นได้อย่างปกติสุข ทั้งศีลที่เป็นสิกขาบททั่วไปและศีลที่เป็นองค์มรรค คือ อธิศีลสิกขา

6.1 คำแปลของศีล มีคำแปลหลายอย่าง ได้แก่

1) แปลว่า ศีระ หมายความว่า ศีระะ ถ้าคนมีศีระะขาดก็ตาย ถ้าศีระะขาดเจ็บก็ไม่สบาย ฉันทใด ถ้าคนศีลขาดก็ตายจากความดีต่าง ๆ

2) แปลว่า ปกติ หมายความว่า รักษากาย วาจา ให้เรียบร้อยดีเป็นปกติ

3) แปลว่า เย็น หมายความว่า เย็นกาย เย็นใจ ไม่มีภัย ไม่มีเวร ไม่มีศัตรู ไม่มีความเดือดร้อน มีแต่ความสุข

4) แปลว่า เกษม หมายความว่า ปลอดภัย ไม่มีอันตราย มีแต่ความสุขกาย สบายใจอยู่เสมอ

5) แปลว่า ตั้งกายกรรม วาจากรรม ไว้ด้วยดี หมายความว่า รักษากายให้ตั้งอยู่ในสุจริต 3 รักษา วาจาให้ตั้งอยู่ในสุจริต 4 ไว้เป็นปกติ

6) แปลว่า เข้าไปรับรองกุศลกรรมไว้ หมายความว่า เมื่อบุคคลมีศีลดีแล้ว คุณธรรมอื่น ๆ ที่ดีงาม เช่น ขันติ เมตตา สัจจะ สันโดษ วิริยะ ปัญญา เป็นต้น ก็เกิดขึ้นตามลำดับ (พระธรรมธีรราชมหามุนี, (โชดก ญาณสิทธิ), 2546: 74 - 75)

จากคำแปลของศีล ทำให้เห็นได้ว่า บุคคลผู้ปฏิบัติตามศีลจะเป็นบุคคลที่มีความเรียบร้อย อ่อนน้อม วาจาสุภาพ กล่าวหรือทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ ไม่เบียดเบียน ไม่ลักขโมย ไม่ว่าร้าย ไม่โกหก ซึ่งการปฏิบัติตามศีล ดังกล่าว ย่อมทำให้เกิดการมีคุณภาพชีวิตที่ดีมีความสุขและสังคมก็มีความสงบร่มเย็นด้วยเช่นกัน

6.2 ลักษณะ หน้าที่ ผลปรากฏ เหตุเกิดของศีล

- 1) ลักษณะของศีล คือ มีการรักษากาย วาจาให้เรียบร้อยดีงาม
- 2) หน้าที่ของศีล คือ มีการกำจัดความทุกข์
- 3) ผลปรากฏของศีล คือ มีความสะอาดกาย วาจา ใจ (กายโสเจยย วิจิโสเจยย มโนโสเจยย)
- 4) เหตุเกิดของศีล คือ หิริ (ละอายชั่ว) และโอตตปปะ (กลัวบาป) (พระธรรมธีรราชมหามุนี, (โชคกฤษฎาสิทธิ), 2546, หน้า 75 - 76)

การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยศีล

ศีลในการฝึกฝนตน

ศีลในแง่ของการฝึกฝนตน คือ การฝึกฝนอบรมตนซึ่ง เรียกว่า อธิศีล หรือ ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรม ในทางความประพฤติอย่างสูงหรือการฝึกฝนอบรมความประพฤติทางกาย วาจา คือ ระเบียบวินัย การอยู่ร่วมกับผู้อื่นและในสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ด้วยดี ให้เกื้อกูลไม่เบียดเบียน ไม่ทำลาย เป็นพื้นฐานแห่งการฝึกอบรม จิตใจใน อริยจิตตสิกขา เรียกสั้น ๆ ว่า ศีล (พระธรรมปิฎก, (ป.อ.ปยุตฺโต), 2543, หน้า 341 – 342) และศีลยังหมายถึง ระเบียบความประพฤติหรือระเบียบความเป็นอยู่ทั้งส่วนตัว และที่เกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อมทางกายาวาจา ตลอดถึงทำมาหาเลี้ยงชีพ ซึ่งได้กำหนดวางไว้เพื่อทำให้ความเป็นอยู่นั้น กลายเป็นสภาพอันเป็นประโยชน์ต่อการปฏิบัติหน้าที่การงานต่าง ๆ ประจำวัน โดยเป็นไปเพื่อความหมายอันดีงาม นั่นคือ การทำให้คนในสังคม หรือ ชุมชนมีระเบียบวินัย ขณะเดียวกันศีลก็เป็นเครื่องป้องกันความชั่วไปในตัวอีกสัດหนึ่งด้วย แล้วศีลยังช่วยส่งเสริมโอกาสสำหรับทำความดี โดยฝึกคนให้รู้จักสร้างความสัมพันธ์ ด้วยกายาวาจาที่ดีงาม กับสภาพแวดล้อม ในทางอุดมคติแล้วศีลนั้น ต้องการให้มนุษย์อยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข ปราศจากการเบียดเบียน ทำร้ายกันและกัน และช่วยเหลือกันตามฐานะทางสังคมจะอำนวยให้อีกด้วย (พระธรรมปิฎก, (ป.อ.ปยุตฺโต), 2543: 419)

นอกจากนั้น ศีล ครอบคลุมไปถึง การไม่ละเมิดระเบียบวินัยหรือการไม่เจตนาล่วงเกินเบียดเบียนผู้อื่น ถ้ามองในด้านการกระทำ ศีล หมายถึง ความไม่ละเมิด และการไม่เบียดเบียน สารของศีลอยู่ที่ความสำรวม หมายถึง การสำรวมระวังคอยปิดกั้น หลีกเว้นไม่ให้ความชั่วเกิดขึ้นนั่นเองเป็นศีล และสภาพจิตของผู้ไม่คิดจะละเมิด ไม่คิดเบียดเบียนใครนั้นแหละเป็นตัวศีล (พระธรรมปิฎก, (ป.อ.ปยุตฺโต), 2543:767)

ศีลเป็นระเบียบทางสังคม

ศีลที่เป็นระเบียบทางสังคม หมายถึง ศีลที่เป็นระเบียบทางสังคม หรือระบบการนั้น ๆ ศีลจึงมีความเข้มงวดกวดขัน เคร่งครัด หยาบ ประณีต และรายละเอียดต่าง ๆ กัน ดังมี ศีล 5 ศีล 8 ศีลของคฤหัสถ์ ศีล 10 สำหรับสามเณร ศีล 227 สำหรับพระภิกษุสงฆ์ เป็นต้น

ศีลพัฒนาตนเองจนถึงขั้นวิมุตติหลุดพ้น

ศีลเป็นเหตุให้พัฒนาตนเองจนถึงขั้นวิมุตติหลุดพ้น หมายถึง ศีลที่ทำให้เกิดสภาพความเป็นอยู่ที่ดี เกื้อกูลแก่การปฏิบัติกิจต่าง ๆ เพื่อเข้าถึงจุดหมายที่ดีงามโดยลำดับ ไปจนถึงจุดหมายสูงสุดของชีวิต ในกัมมัตถิยสูตร กล่าวถึงสาระสำคัญของกุศลศีล ว่าสามารถเป็นเหตุให้ดับทุกข์ได้ โดย พระอานนทได้ทูลถาม พระพุทธเจ้าเกี่ยวกับผลแห่งศีลที่เป็นกุศล และพระองค์ได้ตรัสตอบว่าศีลที่เป็นกุศล ทำให้สามารถดับทุกข์ได้ มีลำดับการพัฒนา ได้แก่ ศีลที่เป็นกุศล เป็นเหตุให้เกิดอวิปปฏิสาร (ความไม่เดือดร้อนใจ) อวิปปฏิสาร เป็นเหตุให้เกิดปราโมทย์ ปราโมทย์ เป็นเหตุให้เกิดปิติ ปิติ เป็นเหตุให้เกิดปัสสัทธิ ปัสสัทธิ เป็นเหตุให้เกิดสุข สุข เป็น

เหตุให้เกิดสมาธิ สมาธิ เป็นเหตุให้เกิดญาณทัสสนะ ยถาญาณทัสสนะ เป็นเหตุให้เกิดนิพพิทาและวิราคะ นิพพิทาและวิราคะ เป็นเหตุให้เกิดวิมุตติ ญาณทัสสนะ วิมุตติญาณทัสสนะ เป็นธรรมสูงสุด (อง.เอกาทสก. (ไทย) 24/1/1 - 3)

ศีลทำให้สมาธิของสังคหรือชุมชนนั้นอยู่ร่วมกันด้วยดี หมายถึง ศีลทำให้สังคสงบเรียบร้อย สมาธิต่างดำรงอยู่ด้วยดี และมุ่งหน้าปฏิบัติกิจของตน โดยสะดวก

ศีลจัดเป็นเครื่องมือเพื่อฝึกหัดขัดเกลิตนเอง

ศีลทำให้กิเลสอย่างหยาบเบาบางลง ด้วยการควบคุมยับยั้งสังวร ปรึการแสดงออกทางกายวาจาให้เกื้อกูลแก่สภาพความเป็นอยู่และการอยู่ด้วยกันด้วยดี ซึ่งเป็นความจำเป็นพื้นฐานสำหรับพัฒนาชีวิตของตนให้พร้อมที่จะเป็นเครื่องรับกุศลธรรมทั้งหลาย เฉพาะอย่างยิ่ง คือ เป็นพื้นฐานของ

สมาธิ หรือการฝึกปรีคุณธรรมทางจิตใจที่สูงขึ้นไป (ที.ปา.(ไทย) 11/305/272)

ศีลเพื่อนำมาพัฒนาตนเองและสังค ศีลเพื่อเสริมสร้างความดีงามของชีวิตและสังค คือ หลักคำสอนในสังคทุกสูตรทั้งหมด เรียก คิหิวินัย หมายถึง วินัยของคฤหัสถ์ เป็นศีลสำหรับประชาชน มี 2 ระดับ มีดังนี้

ธรรมชั้นศีล คือ ศีลในแง่ธรรม หมายถึง หลักความประพฤติระดับกายวาจาและอาชีวะที่นำมาแนะนำสั่งสอน โดยเน้นที่ปัจเจกชนเป็นสำคัญ ในขั้นนี้ มีความหมายไปถึง อธิศีลสิกขา หมายถึง การฝึกความประพฤติสุจริตทางกาย วาจาและอาชีวะ ได้แก่ รวมเอาองค์มรรค สัมมาวาจา สัมมากรรมันตะและสัมมาอาชีวะเข้ามาด้วยกัน ว่าโดยสาระคือ การดำรงตนด้วยดีในสังค รักษาระเบียบวินัย ปฏิบัติหน้าที่และความรับผิดชอบทางสังคให้ถูกต้อง มีความสัมพันธ์ทางสังคที่ดีงามเกื้อกูลประโยชน์ ช่วยรักษาและส่งเสริมสภาพแวดล้อม โดยเฉพาะในทางสังค ให้อยู่ในภาวะเอื้ออำนวยแก่การที่ทุก ๆ คนจะสามารถดำเนินชีวิตที่ดีงาม หรือ ปฏิบัติตามมรรคกันได้ด้วยดี กล่าวโดยย่อ อธิศีลสิกขา คือ ความประพฤติด้านศีล ตัวอย่างพุทธพจน์ที่แสดงเรื่องศีลในแง่ธรรม สำหรับคฤหัสถ์ผู้ครองเรือนที่แสดงถึงบทบาทของศีลและปัญญาของบุตริดาต่อบิดามารดา ดังนี้

“บุตริดาที่สามารถยังมารดาบิดาผู้ทุศีล

ผู้ไม่มีศรัทธาให้ตั้งมั่นในศรัทธา ศีล จาคะ และปัญญาได้

การกระทำอย่างนั้น ชื่อว่า บุตรได้ตอบแทนแก่มารดาบิดา” (อง.ทูก. (ไทย) 20/34/78)

วินัยที่เป็นศีล คือ ศีลในแง่ที่เป็นวินัย หมายถึง กฎระเบียบข้อบังคับที่กำหนดวางกันขึ้นเป็นบัญญัติทางสังค เพื่อกำกับความประพฤติของบุคคล ตามความมุ่งหมายเฉพาะของหมู่ชน หรือชุมชนนั้น โดยมากมุ่งเพื่อสนับสนุนการปฏิบัติตามธรรมให้แน่นแฟ้นยิ่งขึ้น และผู้ฝ่าฝืน ต้องได้รับโทษตามความรับผิดชอบต่อชุมชนหรือ สังคนั้นอีกชั้นหนึ่ง ต่างจากผลทางจิตใจตามกฎธรรมชาติ นั่นคือ วิธีฝึกคนให้มีศีล ซึ่งเป้าหมายของวินัยที่เป็นศีล (พระธรรมปิฎก, (ป.อ.ปยุตโต), 2543: 768) ได้แก่ ศีลระดับสังคสงฆ์ มีเป้าหมายที่สำคัญอยู่ 10 ประการ คือ เพื่อความดีงามที่เป็นไปโดยความเห็นชอบร่วมกันของสงฆ์ ความผาสุกแห่งสงฆ์ กำราบคนหน้าด้าน ไม่รู้จักอาย ความอยู่ผาสุกแห่งเหล่าภิกษุผู้มีศีลดีงาม ปิดกั้นความเสื่อมเสีย ความทุกข์ ความเดือดร้อนที่จะมีในปัจจุบัน บำบัดความเสื่อมเสีย ความทุกข์ ความเดือดร้อนที่จะมีในภายหลัง ความเสื่อมเสียยิ่งขึ้นไปของคนที่ยังไม่เสื่อมเสีย ความเสื่อมเสียยิ่งขึ้นไปของคนผู้เสื่อมเสียแล้ว ความดำรงมั่นแห่งสังคธรรม และส่งเสริมความเป็นระเบียบเรียบร้อย สนับสนุนวินัยให้

หนักแน่น (อง.ทสก.(บาลี) 24/31/74) ส่วนในอังคุตตรนิกาย ได้เพิ่มเข้ามาอีก 2 ข้อ คือ เพื่อเอื้อ
อนุเคราะห์แก่คฤหัสถ์ทั้งหลาย และเพื่อตัดรอนฝักฝ่ายของภิกษุผู้มีความปรารถนาชั่วร้าย (อง.ทก.(บาลี)
20/436/123)

การพัฒนาตนด้วยศีลที่เป็นองค์มรรค หมายถึง การฝึกฝนอบรมในด้านความประพฤติ
ระเบียบวินัย ความสุจริตทางกายวาจาและอาชีวะ ในระดับการพัฒนาศีล ท่านเรียกว่า อธิศีลสิกขา
เรียกกันสั้น ๆ ว่า ศีล วิธีแก้ปัญหโดยวิธีนี้ เป็นวิธีของอารยชนระดับพื้นฐาน เรียกตามบาลีว่า หลักของ
อริยมรรค แปลว่า ทางดำเนินสู่ความดับทุกข์ที่ทำให้เป็นอริยชนหรือวิถีดำเนินชีวิตที่ประเสริฐ อริยมรรคนี้ แบ่ง
ระดับการพัฒนาศีลที่เป็นองค์มรรคเป็น 3 อย่าง คือ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ (พระธรรม
ปิฎก, (ป.อ.ปยุตโต), 2546: 12 - 13) ดังต่อไปนี้

สัมมาวาจา (เจรจาชอบ) หมายถึง การพูดหรือเจรจาชอบ มี 4 ประการ
คือ เว้นมุสาวาท คือ เว้นการพูดเท็จ ขณะเดียวกันให้พูดคำจริง เรียกว่า สัจจาจา เว้นปสุณาวาจา คือ เว้นการ
พูดส่อเสียด ขณะเดียวกันให้พูดคำสมานสามัคคี เรียกว่า สามัคคีกรณาวาจา เว้นผรุสวาจา คือ เว้นจากพูดคำ
หยาบคาย ขณะเดียวกันให้พูดแต่คำอ่อนหวานสุภาพ ไพเราะ น่าฟัง ที่เรียกว่า สันหวาจา เว้นสัมผัปปลาปะ
คือ เว้นการพูดเพ้อเจ้อ เหลวไหลไร้สาระ ขณะเดียวกันให้พูดแต่คำมีประโยชน์ สร้างสรรค์ นำมาแต่คุณธรรม
ปรงจิตใจให้รำไร เบิกบาน เรียกว่าอตัลลสัณหิตาวาจา (อง.จตุกก. (บาลี) 21/148-149/189) ดังพระพุทธพจน์
ตรัสแสดงสัมมาวาจาว่า

“ภิกษุทั้งหลาย สัมมาวาจา เป็นไฉน ? นี้เรียกว่าสัมมาวาจา คือ
เจตนางดเว้นจากการพูดเท็จ เจตนางดเว้นจากวาจาส่อเสียด
เจตนางดเว้นจากวาจาหยาบ เจตนางดเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ”
(ม.ม.ุ(ไทย) 12/135/126 - 128)

สัมมากัมมันตะ หมายถึง การงานชอบ คือ การกระทำชอบมี 3 ประการ
ได้แก่ เว้นจากปาณาติบาต หมายถึง เว้นการทำลายชีวิตทั้งคนและสัตว์ทุกจำพวก ขณะเดียวกันให้ความ
ช่วยเหลือเกื้อกูลแก่กัน เว้นอทินนาทาน คือ เว้นการเอาทรัพย์สมบัติ สิ่งของคนอื่นที่ไม่อนุญาต หรือ ไม่มี
เจตนาที่จะให้ ขณะเดียวกันควรจะบริจาคทรัพย์ให้ทานตามโอกาสและฐานะ เว้นกาเมสุมิฉฉาจา คือ เว้น
ความประพฤติดีในกาม หมายถึง ไม่ล่วงเกินในสามี ภรรยาอันเป็นที่รักยิ่งของคนอื่น ขณะเดียวกันประพฤติ
สทธานโณโส คือ พอใจในคู่ครองของตนเองเท่านั้น (ที.ปา.(ไทย) 11/347/362 - 364) ดังพระพุทธพจน์ตรัส
สัมมา กัมมันตะ ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย สัมมากัมมันตะ เป็นไฉน ? นี้เรียกว่า
สัมมากัมมันตะ คือ เจตนางดเว้นจากการตัดรอนชีวิต
เจตนางดเว้นจากการถือเอาของที่เขาไม่ได้ให้
เจตนางดเว้นจากการประพฤติดีในกามทั้งหลาย” (ม.ม.ุ(ไทย) 12/135/126)

สัมมาอาชีวะ หมายถึง การเลี้ยงชีพชอบ ได้แก่ เว้นมิฉฉาชีพ เลี้ยงชีพด้วย
สัมมาชีพ ขณะเดียวกันมีความขยันหมั่นเพียรในการประกอบอาชีพ การงาน หน้าที่อันสุจริต เช่นทำงานไม่ให้
อาภูล หมายถึง ไม่ค้ำงาน ไม่ผิดผ่อนงาน ไม่จับจดงาน ไม่ยุ่งเหยิงสับสน เป็นต้น

เมื่อกล่าวถึงหลักการของสัมมาอาชีวะ พึงเข้าใจว่าเป็นการแสวงหาทรัพย์แล้วใช้สอยทรัพย์นั้นโดยชอบธรรม ตั้งแต่ปัจจัย 4 อันเป็นพื้นฐานในการครองชีพ และผลตอบแทนในด้านจิตใจด้วย ไม่ใช่ทำงานเพื่อวัตถุหรือเพียงเพื่อได้ทรัพย์มาเท่านั้น มีประเด็นควรพิจารณา 3 ประการ ดังต่อไปนี้

1) มุ่งให้คนมีปัจจัย 4 ที่พอเพียงที่จะเป็นอยู่ได้ แต่ไม่ได้มุ่งว่าจะมีมากหรือน้อย คือ มุ่งให้คนทำงานเป็น มากกว่าจะมานั่งนับทรัพย์สิน ซึ่งเป็นผลของการทำงานอีกต่อหนึ่ง มีใช้เป้าหมายของพระพุทธศาสนา ดังจะเห็นได้จาก ธรรมะที่เกี่ยวกับการปกครองบ้านเมือง หน้าที่ของพระเจ้าแผ่นดินข้อที่หนึ่ง (ที.ปา.(บาลี) 11/35/65) คือ ทาน หมายถึง การช่วยเหลือด้วยวัตถุสิ่งของแก่ประชาชน คือนำสิ่งของไปช่วยเหลือชาวบ้านไม่ให้เก็บไว้จนเต็มท้องพระคลังหลวง ถ้าพิจารณาให้ครบด้าน จะเห็นว่า เป็นการนำรายได้หลวงไปบริหารประเทศให้พลเมืองอยู่ดี กินดี และดำรงชีวิตได้ ด้วยองค์กรของรัฐเข้าประทับประคอง

2) ความสมบูรณ์ด้วยทรัพย์ มีใช้จุดมุ่งหมายแสวงหา แต่เป็นเพียงสิ่งเป็นอุปการะแก่การดำรงชีวิต อันเนื่องมาจากศีลเป็นตัวผลิตให้ ด้วยการทำงานสุจริตนั้น จุดมุ่งหมายจริง ๆ คือ ต้องการให้เกิดการพัฒนาด้านจิตใจและปัญญา มากกว่ามาประกอบอาชีพเพื่อหาทรัพย์มาบำรุงตนฝ่ายเดียว แต่ทรัพย์ภายในอย่างอื่นต้องแสวงหาเพิ่มด้วยเช่นกัน

3) สัมมาชีพ มิได้หมายถึง มีหน้าที่ในการใช้แรงงาน เพื่อให้เกิดทรัพย์สินสมบัติเท่านั้น แต่ยังหมายถึง การทำหน้าที่ การดำรงตำแหน่ง การมีคุณธรรม ศีลธรรมในหน้าที่ กิจการงานของตนเอง เช่น เป็นครู ต้องมีธรรมะสำหรับครู เป็นต้น ไม่ใช่สอนเพื่อหวังแต่เงินเดือนตอบแทนเพียงอย่างเดียว ขณะเดียวกันจะต้องถ่ายทอดความรู้ ความสามารถ วิชาการที่ก้าวหน้าแก่ศิษย์ ตามหน้าที่ จัดว่าเป็นสัมมาชีพของครู คือ มีการใช้แรงงานการสอนวิชาการและมีผลผลิต คือ รายได้ต่อเดือนเพื่อนำไปเลี้ยงตนและคนที่เกี่ยวข้อง และเสียภาษีช่วยรัฐ

4) สัมมาอาชีวะโดยทางธรรม หมายถึง ความสัมพันธ์ระหว่างแรงงานกับอาชีวะและผลตอบแทน โดยพิจารณาแบ่งเป็น 2 อย่าง คือ สำหรับคฤหัสถ์ ได้แก่ การใช้แรงงานในหน้าที่เป็นเรื่องของอาชีวะโดยตรง คือ เป็นไปเพื่อได้ผลตอบแทนเป็นทรัพย์สินเงินทอง ใช้เป็นปัจจัยเลี้ยงชีพ เช่นอาชีพ กรรมกร ครู ทหาร ตำรวจ อัยการ ผู้พิพากษา นายกรัฐมนตรี เป็นต้น ส่วนของพระสงฆ์ ได้แก่ การใช้แรงงานในหน้าที่ไม่เป็นเรื่องของอาชีวะ ไม่มีความมุ่งหมายในด้านอาชีวะ คือ ไม่เกี่ยวกับอาชีวะเลย เพราะไม่เป็นไปเพื่อได้ผลตอบแทนเป็นปัจจัยเครื่องยังชีพ แต่ปฏิบัติงานเพื่อธรรมและเพื่อผดุงธรรมในโลก ถ้าเอาแรงงานที่พึงใช้ในหน้าที่ มาใช้ในการแสวงหาปัจจัยเครื่องยังชีพ จัดว่าเป็นมิฉฉาชีพ(ม.อ.(บาลี) 14/275/186)

5) สัมมาอาชีวะในแง่การพัฒนาจิตใจและปัญญา ได้แก่ การรู้จักทำงาน ใช้แรงงาน เมื่อได้ทรัพย์อันเกิดจากกิจกรรมนั้น ๆ แล้ว ก็รู้จักวิธีคิด วิธีปฏิบัติต่อทรัพย์ คือ ให้มีความรู้ ความเข้าใจคุณค่าแท้ คุณค่าเทียม และเป็นไปด้วยนิสสรณปัญญา หมายถึง การรู้เท่าทันต่อทรัพย์ไม่ตกเป็นทาสของทรัพย์สิน ไม่หลงมัวเมาในสมบัติที่ตนหาได้แล้วนั้น คือ ให้เป็นนายของทรัพย์ ต่อจากนั้น ก็นำทรัพย์ที่หามาได้ ทำให้เกิดประโยชน์ต่อเพื่อนมนุษย์ แก่ตนเอง ครอบครัว สังคมประเทศชาติ ตามลำดับ มีหลักในการปฏิบัติ คือ การแสวงหาทรัพย์โดยชอบธรรม ไม่ข่มเหง หรือ เบียดเบียนเขาได้มา ส่วนการใช้ทรัพย์ คือ บริหารทรัพย์ เป็น 3 ส่วน ได้แก่ เลี้ยงตน (และคนที่เกี่ยวข้องกับตน) ให้เป็นสุข ช่วยเหลือแบ่งปันแก่คนอื่น เช่น บริจาคเสื้อผ้า ข้าวสารแก่ผู้ประสบภัยพิบัติ เป็นต้น และบำเพ็ญสาธารณะประโยชน์ เช่น สร้างเครื่องมือแพทย์แก่โรงพยาบาล สร้างโรงเรียน สร้างสะพานข้ามแม่น้ำ ขุดบ่อน้ำขุดสระน้ำ เป็นต้น (อง.ทสก.(บาลี) 24/91/194)

6) สัมมาอาชีวะที่มีคุณค่าทางจิตใจและปัญญา ได้แก่ เมื่อมีทรัพย์ก็ไม่มัวเมา ไม่ใช่จ่ายทรัพย์ไปในทางให้โทษแก่ตนและสังคม เช่น เล่นการพนันฟุตบอล หวย ไก่ชน เสพยาเสพติด นำไปลงทุนทางผิดต่อศีลธรรม

และกฎหมาย เป็นต้น ดังนั้น ทรัพย์จึงมีผลต่อจิตใจและปัญญาเพื่อการดำรงชีพอยู่อย่างปกติสุข ถ้าขาดหลักสัมมาอาชีวะ ย่อมผิดศีลได้เช่นกัน

7) สัมมาอาชีวะในความหมายฝ่ายคฤหัสถ์ ได้แก่ สัมมาอาชีวะสำหรับคฤหัสถ์ ผู้ครองเรือน ทางพระพุทธศาสนาสอนให้รู้จักพัฒนาด้านสัมมาอาชีวะ คือ ให้รู้จักการหาทรัพย์ การใช้จ่ายทรัพย์ และความสุขที่เกิดจากการใช้ทรัพย์ มีความหมายโดยสาระทางพุทธธรรม คือ หลักการแสวงหาทรัพย์ มีอยู่ 4 ประการ ได้แก่

ก. อุฏฐานสัมปทา ความขยันหมั่นเพียรในการแสวงหา ไม่ เกียจคร้านกิจการงานทุกอย่าง ทำงานไม่ทอดทิ้งงาน ไม่อาภูล ไม่จับจด

ข. อารักขสัมปทา รู้จักวิธีรักษาทรัพย์ที่ได้มานั้น รู้จักบำรุงดูแล หาของใหม่มาแทนของเก่า รู้จักซ่อมแซมปรับปรุงให้ใช้งานได้ดีและการบริหารทรัพย์ควรให้คนมีความซื่อสัตย์ไว้ใจได้ดูแลทรัพย์สิน

ค. กัลยาณมิตตตา การรู้จักคบหา เสวนา กับบัณฑิต หรือ สัตบุรุษ คนดี ผู้มีศีล เว้นคนทุศีล โจร ผู้ก่อการร้าย ผู้มีอิทธิพลซึ่งเป็นภัยต่อสังคมและประเทศชาติ

ง. สมชีวิตา คือ ใช้จ่ายอย่างฉลาด ได้แก่มีรายไ้รายรับ และรายเหลือ (อง.อุฎฐก. (บาลี) 23/144/289)

8) อาชีพที่ขัดต่อการพัฒนาด้านสัมมาอาชีวะสำหรับคฤหัสถ์ นอกจากการประกอบอาชีพที่สุจริตแล้ว บุคคลผู้หวั่นความเจริญด้านสัมมาอาชีวะพึงหลีกเลี่ยงโทษ ในการประกอบอาชีพค้าขายสิ่งที่ไม่เหมาะสม และให้โทษ 5 อย่าง คือ

ก. ค้าขายอาวุธ

ข. ค้าขายมนุษย์

ค. ค้าขายเนื้อสัตว์

ง. ค้าขายน้ำเมา (รวมถึงสิ่งเสพติดทุกประเภท เช่น ยาบ้า ฝิ่น เป็นต้น)

จ. ค้าขายยาพิษ (อง.ปญจก.(บาลี) 22/177/233)

สรุป

มนุษย์มีความต้องการทางกาย ได้แก่ ความต้องการปัจจัย 4 คือ เครื่องนุ่งห่ม อาหาร ที่อยู่อาศัย และ ยารักษาโรค และมีความต้องการทางจิตใจหรือทางศาสนา หมายถึง มีหลักธรรมที่ใช้เป็นแนวทางดำเนินชีวิต คือ การประพฤติปฏิบัติที่ดีงาม อันเป็นรากฐานของกิจการทั้งปวง และต้องการให้หลักธรรมทางศาสนาเป็น เครื่องมือพัฒนาคน พร้อมกันนี้ต้องมีศีล คือ ข้อปฏิบัติหรือข้อควบคุมกายและวาจาให้เว้นจากการทำความชั่ว

มนุษย์มีความต้องการทางกายและจิตใจนั้น แท้จริง คือ ต้องการมีคุณภาพชีวิตที่ดี หมายถึง สามารถ ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขตามฐานะ ภายใต้บริบทของวัฒนธรรมและความหมายของระบบใน สังคมที่พวกเขาอาศัยอยู่ประกอบด้วยปัจจัยพื้นฐานที่พอเพียง มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง จิตใจ สติปัญญา อารมณ์ ความรู้สึกนึกคิดเป็นไปในทางบวก มีฐานะทางเศรษฐกิจสามารถพึ่งพาตนเองได้โดยไม่เป็นภาระของ ผู้อื่น

ศีล ถือเป็นหลักในการนำมาฝึกฝนอบรมบุคคลในด้านความประพฤติ ระเบียบวินัย ความ สุจริตทางกาย วาจาและอาชีวะ เพื่อทำให้มนุษย์มีคุณภาพชีวิตที่ดี มีความประพฤติที่ดีงามแก่ตนเองและสังคม รู้จักใช้เหตุผล เข้าใจชีวิต ทำประโยชน์ให้สังคมได้ รู้จักรักตัวเอง มีความรักเพื่อแผ่คนอื่น รู้จักเมตตากรุณาและ ให้อภัยผู้อื่น มองโลกในแง่ดี มีความเชื่อที่ถูกต้องและความสัมพันธ์ที่ดีต่อสภาพแวดล้อม ไม่คิดร้ายต่อผู้อื่น ไม่ ตกเป็นเหยื่อของสิ่งใด รักษาผลประโยชน์ของหมู่คณะ สังคม ให้ปลอดภัย

บรรณานุกรม

ที.ปา.(บาลี) 11/35/65
ที.ปา.(ไทย) 11/347/362 - 364
ที.ปา.(ไทย) 11/303/272
ม.มู.(ไทย) 12/135/126 - 128
ม.มู.(ไทย) 12/135/126
ม.อุ.(บาลี) 14/275/186
ม.อุ.(ไทย) 14/453 - 463/504 - 510
อง.ทุก.(บาลี) 20/436/123
อง.ทุก. (ไทย) 20/34/78
อง.จตุกก. (บาลี) 21/148-149/189
อง.จตุกก. (ไทย) 21/37/60 - 62
อง.ปณจก.(บาลี) 22/177/233
อง.อฏฐก. (บาลี) 23/144/289
อง.ทสก.(บาลี) 24/31/74
อง.ทสก.(บาลี) 24/91/194
อง.เอกาทสก. (ไทย) 24/1/1 - 3
ช.จุ.(บาลี) 30/673/333

คณาจารย์แห่งโรงพิมพ์เลียงเชียง. (2535) .พุทธศาสนสุภาษิต เล่ม 1 ฉบับมาตรฐาน. พิมพ์ครั้งที่ 2.
กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เลียงเชียง.
ชุตินา เทียนใส,ร.ท.หญิง. คุณภาพชีวิตในการทำงานของข้าราชการทหารชั้นประทวน กรมพลาดิการ
ทหารบก จังหวัดนนทบุรี. (2551). วิทยานิพนธ์ รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการ
บริหารทั่วไป. วิทยาลัยการบริหารรัฐกิจ : มหาวิทยาลัยบูรพา.
ทิพย์พรรณ นพวงศ์ ณ ออยุธยา. “คุณภาพชีวิตที่ดี”. (2543). วารสารประชากรศึกษา. 3(1) : 9-10.
เทพเวที, พระ. (ประยุทธ์ ปยุตโต). (2542). พุทธธรรมฉบับปรับปรุงและขยายความ. พิมพ์ครั้งที่ 9.
กรุงเทพฯ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
ธรรมธีรราชมหารัณ, พระ.(โชคก ญาณสิทธิ). (2546). วิปัสสนาญาณโสภณ.พิมพ์ครั้งที่ 3.กรุงเทพฯ :
ศรีอนันต์
การพิมพ์.
ธรรมปิฎก, พระ. (ป.อ.ปยุตโต). (2542). การพัฒนาที่ยั่งยืน. พิมพ์ครั้งที่ 5.กรุงเทพฯ : สหธรรมิก.
_____. (2543). พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์. พิมพ์ครั้งที่ 9.กรุงเทพฯ มหาวิทยาลัย
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
_____. (2546). วิธีคิดตามหลักพุทธธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 7.กรุงเทพฯ : ศยาม.

- พิพัฒน์ จันทรา. คุณภาพชีวิตการทำงานข้าราชการครู ในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา
จังหวัดสระแก้ว. (2542). **วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (การบริหารการศึกษา)**. บัณฑิตวิทยาลัย :
มหาวิทยาลัยบูรพา.
- สภาคณาจารย์และข้าราชการมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่. คุณภาพชีวิตของบุคลากรมหาวิทยาลัย
ราชภัฏเชียงใหม่. (2552). **รายงานการวิจัย**. มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่.
- สมชาย เกิดแก้ว,พระมหา. พระพุทธศาสนาในสังคมที่เปลี่ยนแปลง : ศึกษาเปรียบเทียบการ
ตักบาตรของพุทธศาสนิกชนในเขตบางกอกน้อย กรุงเทพมหานครและอำเภอศรีประจันต์
จังหวัดสุพรรณบุรี. (2537). **วิทยานิพนธ์ปริญญาอักษรศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย :
มหาวิทยาลัยมหิดล.
- UNESCO. (1993). **Quality of Life: An Orientation to Population Education**.
Bangkok: UNESCO.