

การประยุกต์ใช้หลักอิทธิบาท 4 ของประชาชน ในการดำเนินชีวิตใน ศตวรรษที่ 21*

APPLICATION OF THE FOUR BASES OF POWER OF THE PEOPLE IN LIVING IN THE 21ST CENTURY

พระปรกณ สมจาโร (นุชม่วง), พระครูสมุห์ศุภชัย สุภธมโม (ไชยชาญยุทธ),
และ พระครูบวรชัยวัฒน์

PhraPakorn Smajarlo (Nuchmuang), Phrasamu supphachai suphathammo,
and Phrakru Bowonchaiwat

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตศรีธรรมโศกราช

Mahamakut Buddhist University Srithammasokkaraj Campus, Thailand

Corresponding Author's Email: pakornnuchmuang@gmail.com

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์คือ 1) เพื่อศึกษาหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา 2) เพื่อศึกษาการนำหลักธรรมไปใช้ในการดำเนินชีวิตในศตวรรษที่ 21 และ 3) เพื่อวิเคราะห์การประยุกต์หลักอิทธิบาท 4 ในการดำเนินชีวิต การวิจัยเป็นเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth Interview) จากกลุ่มตัวอย่างประชาชน จำนวน 15 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อทำการวิจัย เป็นแบบสัมภาษณ์เชิงลึกและได้นำมาเรียบเรียงพรรณนา

ผลวิจัยพบว่า การประยุกต์ใช้หลักอิทธิบาท 4 ของประชาชนในศตวรรษที่ 21 ที่เต็มไปด้วยความเปลี่ยนแปลงด้านเทคโนโลยี สังคม วัฒนธรรม และเศรษฐกิจ เพื่อรับมือกับความท้าทายเหล่านี้มีประสิทธิภาพ ประกอบด้วย 1) ฉันทะ(ความพอใจ) คือ มีความรักในสิ่งที่ทำ และมีความสุขกับสิ่งที่ทำ 2) วิริยะ(ความเพียร) คือ ความสม่ำเสมอ ไม่ท้อถอยในการทำงาน 3) จิตตะ(ความเอาใจใส่) คือ การให้ความสำคัญกับทุกสิ่งที่กำลังกระทำ เพื่อลดความเหลื่อมล้ำ และลดความขัดแย้งในสังคม และ 4) วิมังสา (ความไตร่ตรอง) คือ การประเมินประสิทธิภาพของกิจกรรมที่จัดขึ้น และปรับเปลี่ยนการทำงานให้เหมาะสมกับบริบทของศตวรรษที่ 21 โดยยึดมั่นในพระธรรมวินัยเป็นหลัก เพื่อให้พระพุทธศาสนาดำรงอยู่ได้อย่างยั่งยืนและเป็นประโยชน์ต่อทุกคน สรุปได้ว่า การประยุกต์ใช้หลักอิทธิบาท 4 ของประชาชนในการดำเนินชีวิตในศตวรรษที่ 21 คือ การมีความ "มุ่งมั่นตั้งใจ เพียรพยายาม และใช้ปัญญาไตร่ตรอง" โดยการปรับตัวให้เข้ากับยุคสมัยใหม่และใช้เครื่องมือที่ทันสมัยอย่างชาญฉลาด และรักษาพระธรรมวินัยอย่างมีเหตุผล

* Received 25 July 2025; Revised 10 August 2025; Accepted 12 August 2025

คำสำคัญ : หลักอริบาท 4, การดำเนินชีวิต, ศตวรรษที่ 21

Abstract

This research aims to 1) study Buddhist principles; 2) examine the application of these principles to life in the 21st century; and 3) analyze the application of the Four Bases of Iddhipada to people's lives. This qualitative research utilized in-depth interviews with a sample of 15 people. The data collection tool used in-depth interviews, which were compiled to describe the application of the Four Bases of Iddhipada to people in the 21st century, amidst technological, social, cultural, and economic changes, to effectively address these challenges.

These principles include: 1) Chanda (Satisfaction), which refers to loving and enjoying what one does; 2) Viriya (Effort), which refers to being consistent and persistent in one's work; 3) Citta (Attention), which refers to giving importance to everything one is doing to reduce inequality and conflict in society; and 4) Vimansa (Contemplation), which refers to evaluating the effectiveness of organized activities. and adapting work practices to suit the context of the 21st century, adhering to the Dhamma-Vinaya as a core principle, so that Buddhism can survive sustainably and benefit everyone. In summary, the application of the Four Bases of Power for people to live in the 21st century is to be "determined, diligent, and thoughtful" by adapting to the modern era, using modern tools intelligently, and maintaining the Dhamma-Vinaya rationally.

Keywords: The Four Bases of Power, Living, 21st Century

บทนำ

พระพุทธศาสนาเป็นมากกว่าศาสนา แต่ยังเป็นปรัชญาในการดำเนินชีวิต ที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในทุกมิติของชีวิต เพื่อให้เกิดความสงบสุข ความเข้าใจ และการพัฒนาตนเองอย่างยั่งยืนด้วยหลักธรรมคำสอนต่าง ๆ อีกทั้งหลักคำสอนไม่ได้เป็นเพียงข้อห้ามหรือข้อปฏิบัติอย่างเดียว แต่เป็นเครื่องมือในการฝึกฝนจิตใจและปัญญาของผู้ปฏิบัติตาม เพื่อรับมือกับความท้าทายในโลกปัจจุบัน พระพุทธศาสนายังมีส่วนข้องในการทำงานในสังคมปัจจุบัน หากมองย้อนไปในระยะเวลา 20 ปี ให้หลัง (หรือมากกว่านั้น) คำสอนทางพระพุทธศาสนาที่พระพุทธองค์ทรงบัญญัติไว้เป็นคือความจริงทุกสิ่งอย่างที่นำไปตามธรรมชาติ คือการการขึ้น ตั้งอยู่ และดับ

ไป การที่จะนำหลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์หรือปรับใช้ให้เกิดประโยชน์อย่างถึงที่นั้น ผู้ปฏิบัติควรที่จะมองให้เห็นก่อนว่า หลักธรรมคำสอนไม่ได้เป็นเรื่องที่ไกลตัวแต่อย่างใด โดยที่แก่นแท้ของพระพุทธศาสนาและความเข้าใจในธรรมชาติของชีวิตพระพุทธศาสนามีได้เริ่มต้นจากการประกาศตนเป็นศาสนา แต่เป็นการค้นพบความจริงเกี่ยวกับธรรมชาติของชีวิตและจักรวาลของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า การตรัสรู้ของพระองค์ไม่ได้เป็นการเปิดเผยจากอำนาจภายนอก แต่เป็นการหยั่งรู้ด้วยพระปัญญาอันบริสุทธิ์ถึง อริยสัจ 4 ซึ่งเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา **อริยสัจ 4** (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย) ประกอบด้วย **ทุกข์ (Dukkha)** ความจริงว่าด้วยความไม่สบายกายไม่สบายใจ ความบีบคั้น ความไม่สมบูรณ์ การเปลี่ยนแปลง ซึ่งเป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนต้องเผชิญไม่ว่าจะเป็นการเกิด แก่ เจ็บ ตาย ความพลัดพรากจากสิ่งที่รัก หรือการประสบกับสิ่งที่ไม่ปรารถนา ทุกข์ในพระพุทธศาสนาไม่ได้หมายถึงเพียงความเศร้าโศกเสียใจเท่านั้น แต่รวมถึงสภาวะที่จิตใจไม่เป็นอิสระจากกิเลส **สมุทัย (Samudaya)** ความจริงว่าด้วยเหตุแห่งทุกข์ นั่นคือ ตัณหา ซึ่งหมายถึงความอยาก ความทะยานอยากในสิ่งต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นกามตัณหา (ความอยากในกามคุณ) ภวตัณหา (ความอยากมี อยากเป็น) หรือวิภวตัณหา (ความอยากไม่มี ไม่อยากเป็น) ตัณหานี้เป็นรากฐานของความยึดมั่นถือมั่น ซึ่งนำไปสู่การปรุงแต่งจิตและก่อให้เกิดทุกข์ **นิโรธ (Nirodha)** ความจริงว่าด้วยการดับทุกข์ นั่นคือสภาวะที่ตัณหาถูกดับสิ้นไป จิตใจเป็นอิสระจากกิเลสทั้งปวง เข้าสู่ภาวะแห่งความสงบสูงสุด หรือ พระนิพพาน ซึ่งเป็นเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา **มรรค (Maggā)** ความจริงว่าด้วยหนทางแห่งการดับทุกข์ นั่นคือ อริยมรรคมีองค์ 8 อันเป็นทางสายกลางที่นำไปสู่การดับทุกข์ ประกอบด้วย สัมมาทิฐิ (ความเห็นชอบ) สัมมาสังกัปปะ (ความดำริชอบ) สัมมาวาจา (เจรจาชอบ) สัมมากัมมันตะ (การกระทำชอบ) สัมมาอาชีวะ (การเลี้ยงชีพชอบ) สัมมาวายามะ (ความเพียรชอบ) สัมมาสติ (ความระลึกชอบ) และสัมมาสมาธิ (ความตั้งมั่นชอบ) (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) (2551) อริยมรรคมีองค์ 8 นี้เป็นหลักปฏิบัติที่เป็นองค์รวม ครอบคลุมทั้งด้านปัญญา ศีล และสมาธิ การทำความเข้าใจอริยสัจ 4 คือการมองเห็นความจริงของชีวิตตามที่เป็นจริง โดยไม่หลอกตัวเอง ไม่หลีกเลียง และไม่จมปลักกับอารมณ์ แต่ใช้ปัญญาพิจารณาหาสาเหตุและหนทางแก้ไข นี่คือจุดเริ่มต้นของการประยุกต์ใช้พระพุทธศาสนาในชีวิตประจำวัน เพราะเมื่อเราเข้าใจธรรมชาติของทุกข์ เราจะเริ่มมองหาทางออก และนั่นคือการเปิดประตูสู่การพัฒนาตนเอง พระพุทธศาสนากับการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน (คุณ โทษณ์, 2537) หลักธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนาไม่ใช่เพียงข้อห้ามหรือข้อปฏิบัติที่ตายตัว แต่เป็นเครื่องมือที่ยืดหยุ่น สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้ในทุกบริบทของชีวิต ตั้งแต่เรื่องส่วนตัวไปจนถึงความสัมพันธ์กับผู้อื่น และการทำงานในสังคมได้อย่างดี

ในสังคมปัจจุบัน พระพุทธศาสนาไม่ได้จำกัดอยู่เพียงการปฏิบัติส่วนบุคคลเท่านั้น แต่ยังสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการทำงานและสร้างสังคมที่ดีขึ้นได้ โดยเฉพาะในช่วง 20 ปีที่ผ่านมา แนวคิดเรื่อง การมีคุณธรรม จริยธรรมในการทำงาน ได้รับความสนใจมากขึ้น ซึ่ง

สอดคล้องกับ (พระครูสิทธิธรรมธารณ์, 2563) ได้ศึกษางานวิจัยเกี่ยวกับ การศึกษาพระพุทธศาสนาในศตวรรษที่ 21 ผลการวิจัยพบว่า พระพุทธศาสนาเป็นรากฐานทางวัฒนธรรมที่สำคัญของสังคมไทยและได้หล่อหลอมหลักธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนาสู่สังคมไทยมายาวนาน เมื่อสังคมโลกและสังคมไทยก้าวเข้าไปสู่สังคมในศตวรรษที่ 21 หรือ ยุคโลกไร้พรมแดน (Border-less world) ส่งผลให้สังคมไทยต้องเผชิญกับภาวะวิกฤติในหลายๆ ด้านเพิ่มมากขึ้นเช่น ปัญหาเศรษฐกิจ ปัญหาสังคมและปัญหาสิ่งแวดล้อม เป็นต้น การศึกษาหลักธรรมของพระพุทธศาสนาในศตวรรษที่ 21 สิ่งที่ต้องปรับปรุง 2 ส่วน คือ 1) ทักษะการสอนพระพุทธศาสนา เพื่อการพัฒนาความเป็นมนุษย์ในด้านพฤติกรรมพัฒนาได้ด้วยศีล ด้านจิตใจพัฒนาได้ด้วยสมาธิ ให้เข้าใจง่ายจดจำง่ายและสามารถนำไปใช้ได้จริง และ 2) การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศในการศึกษาพระพุทธศาสนา การเผยแผ่ให้หลักธรรมของพระพุทธศาสนาให้เหมาะสมกับกลุ่มผู้บริโภครัฐและพุทธจักรจำเป็นต้องร่วมมือกันแก้ไขปัญหา และสนับสนุนการนำหลักธรรมของพระพุทธศาสนามาเผยแผ่ให้ประชาชนสามารถเข้าใจง่าย สามารถประยุกต์เข้ากับการดำเนินชีวิตชีวิต ควบคู่กับการสร้างคุณภาพชีวิต พระพุทธศาสนาจึงไม่ใช่การเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตอย่างสิ้นเชิง แต่เป็นการ ปรับเปลี่ยนทัศนคติและมุมมอง ในการมองโลกและชีวิต การตระหนักรู้ถึงความจริงของธรรมชาติ และการนำหลักธรรมมาเป็นเข็มทิศนำทางในการตัดสินใจและการกระทำในทุก ๆ วัน เมื่อเราเข้าใจว่าหลักธรรมไม่ได้เป็นเรื่องไกลตัว เราจะพบว่าพระพุทธศาสนาเป็นปรัชญาที่ลึกซึ้งและให้คุณค่าต่อการดำเนินชีวิตอย่างแท้จริง ในช่วงศตวรรษที่ 21 ที่เป็นช่วงระยะเวลาที่มีความน่าตื่นเต้นเพราะเป็นช่วงที่ทุกคนเข้าถึงเทคโนโลยีที่มีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา สอดคล้องกับ (พระมหากัลยวรรธน์ มีชัย และ พระชยพล บุญถาวร, 2564) ได้ศึกษางานวิจัยเกี่ยวกับ การบริหารการจัดการความรู้ตามแบบพุทธวิธีในยุคศตวรรษที่ 21 พบว่า การจัดการความรู้ตามแบบพุทธวิธีในยุคศตวรรษที่ 21 จะต้องเชื่อมโยงกับกระบวนการทางสังคม ระบบเศรษฐกิจที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ และต้องสอดคล้องกับความเจริญก้าวหน้าทางด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี และการเปลี่ยนแปลงในทุกด้านที่เป็นไปอย่างรวดเร็วต่อเนื่อง ระบบการศึกษาแบบเดิมที่เน้นความรู้ไม่อาจพัฒนาคนให้มีคุณภาพโดยรอบด้านได้ บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) การจัดการศึกษาและการจัดการเรียนรู้ 2) ศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการบริหารจัดการความรู้ 3) กลยุทธ์ในการบริหารจัดการความรู้แบบพุทธวิธีในศตวรรษที่ 21 แนวทางพระพุทธศาสนาอาศัย 2 ส่วนในการส่งเสริมการเรียนรู้เพื่อความเป็นเลิศของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 ประกอบด้วย 2 ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ 1 คือ ผู้เรียน ต้องเป็นผู้ประกอบด้วยหลักธรรมอิทธิบาท 4 คือ 1) ฉันทะ 2) วิริยะ 3) จิตตะ 4) วิมังสา ส่วนที่ 2 คือ ผู้สอน เป็นผู้ประกอบด้วยคุณธรรมในการสอน ถ่ายทอดความรู้ คือ ผู้บริหารการศึกษา ครูอาจารย์ อยู่ในฐานะที่เป็นผู้นำและเป็นแบบอย่างที่ดีของนักเรียน นักศึกษา เมื่อสังคมเข้าสู่ยุคแห่งความเจริญ การเข้าถึงหลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนาก็ต้องการปรับเปลี่ยนด้วยเช่นกัน แต่ท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงมีหนึ่งอย่างที่สำคัญคือการใช้

ชีวิตอย่างปกติสุขและปลอดภัย แม้ว่าพระพุทธศาสนาจะเป็นปรัชญาที่ลึกซึ้งและสามารถประยุกต์ใช้ได้ในทุกมิติของชีวิต แต่ในยุคปัจจุบันก็ยังคงมีปัญหาและความท้าทายหลายประการในการนำหลักธรรมคำสอนมาปรับใช้ให้เกิดประโยชน์อย่างแท้จริง โดย (พระครูปลัดเฉลิมพร อภิวิโร, 2564) ได้ศึกษาเกี่ยวกับ การดำเนินชีวิตสมัยใหม่สู่ความสำเร็จในการทำงานโดยใช้หลักอริยาบท 4 ความสำเร็จในการดำเนินชีวิตในสังคมปัจจุบัน ซึ่งมีใช้เกิดขึ้นแค่เพียงวันใดวันหนึ่ง แต่ทุกคนอยากมีความสุขและรู้สึกว่าตนเองประสบความสำเร็จในการใช้ชีวิตในทุก ๆ วัน และในทุกด้านของชีวิตอีกด้วย ไม่ว่าจะเป็นเรื่องครอบครัวเรื่องการทำงาน เรื่องการเงินหรือเรื่องธุรกิจต่าง ๆ ดังนั้น การที่จะเอาหลักธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตให้มีความมั่นคงในแต่ละด้านที่ตนเองต้องการนั้น ควรต้องเอาหลักธรรมในพระพุทธศาสนามาใช้ให้เกิดประโยชน์การจะหาสมดุลระหว่างการดำเนินชีวิตทางโลกกับการปฏิบัติธรรมให้เหมาะสมเป็นเรื่องที่ท้าทายการนำหลักอริยาบท 4 มาประยุกต์ใช้ในช่วงศตวรรษที่ 21 โดย (สุภัทสรุ วรันทมัตย และ พระมหาญาณวัฒน์ จิตวฑฒโน, 2566) ได้วิจัยเกี่ยวกับ SUPAT Model : รูปการณ์เรียนรู้สู่การพัฒนาวัฒนธรรมผู้เรียนร่วมกับหลักอริยาบท 4 ในศตวรรษที่ 21 พบว่าการคิดค้นพัฒนาวัฒนธรรมของตนเองขึ้นมาเพื่อให้สอดคล้องกับความต้องการทักษะในศตวรรษที่ 21 (21st Century Skills) ประกอบด้วย 3 ทักษะ ดังนี้ 1) ทักษะด้านการเรียนรู้และนวัตกรรม 2) ทักษะด้านสารสนเทศ สื่อ และเทคโนโลยี 3) ทักษะด้านชีวิตและการทำงานและในการจัดการเรียนรู้สู่การพัฒนาวัฒนธรรมผู้เรียนนั้นจะต้องสอดแทรกหลักอริยาบท 4 ในทุก ๆ ขั้นตอนของการจัดการเรียนรู้โดยรูปแบบ SUPAT Model จึงจะส่งผลให้ประสบความสำเร็จ และได้มาซึ่งนวัตกรรมของผู้เรียน เป็นเรื่องที่สร้างความท้าทายต่อผู้วิจัยเป็นอย่างมาก ทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจในการนำหลักอริยาบท 4 มาประยุกต์ใช้ในศตวรรษที่ 21 ให้เกิดประโยชน์ในการดำเนินชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา
2. เพื่อศึกษาการนำหลักธรรมไปใช้ในการดำเนินชีวิตในศตวรรษที่ 21
3. เพื่อวิเคราะห์การประยุกต์หลักอริยาบท 4 ในการดำเนินชีวิต

วิธีดำเนินงานวิจัย

การวิจัยเรื่อง การประยุกต์ใช้หลักอริยาบท 4 ของประชาชนในการดำเนินชีวิตในศตวรรษที่ 21” เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth Interview) กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) โดยได้กำหนดวิธีการดำเนินการวิจัยไว้ดังนี้

1. ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (key informant) ในการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ได้แก่ กลุ่มประชาชน จำนวน 15 คน ประกอบด้วย

- กลุ่มประชาชนผู้ที่มีความสนใจในพระพุทธศาสนา
จำนวน 5 คน
- กลุ่มประชาชนที่มีความรู้และความเข้าใจในหลักธรรม
จำนวน 5 คน
- กลุ่มประชาชนที่มีความเข้าใจในประเด็นของการประยุกต์หลักธรรม
จำนวน 5 คน

รวมจำนวน 15 คน และ ผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูลการสัมภาษณ์จากกลุ่มผู้ให้ข้อมูล 3 ใน 5 คน/ คำถามของคำถามแต่ละตอน มาในรูปแบบของความเรียง

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เพื่อทำการวิจัย เป็นแบบสัมภาษณ์เชิงลึกแบ่งออกเป็น 6 ตอน ประกอบด้วย

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์

ตอนที่ 2 ท่านสามารถยกตัวอย่างสถานการณ์ในชีวิตประจำวัน เช่น การทำงาน การเรียนรู้ การพัฒนาตนเอง หรือการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ที่ท่านได้ **ตั้งใจ** อย่างแน่วแน่ แม้จะต้องเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงหรือข้อมูลที่ล้าหลังไหลเข้ามาอย่างรวดเร็วในศตวรรษที่ 21 ได้หรือไม่อย่างไร?

ตอนที่ 3 ในยุคที่เทคโนโลยีและข้อมูลข่าวสารมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ท่านได้นำหลัก **ความเพียรพยายาม** มาใช้ในการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะ หรือปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวอย่างไรบ้าง?

ตอนที่ 4 ท่านมีวิธีการหรือแนวคิดในการ **จัดจ่อ** และใช้สมาธิกับสิ่งที่กำลังทำอยู่ในปัจจุบันอย่างไร เพื่อให้งานหรือภารกิจที่สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ท่ามกลางสิ่งรบกวนจากภายนอกหรือความหลากหลายของข้อมูลในศตวรรษที่ 21?

ตอนที่ 5 ท่านได้นำหลัก **การพิจารณาทบทวน** การประเมินผลการกระทำ การตัดสินใจหรือการเรียนรู้จากประสบการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันของท่านอย่างไร เพื่อให้เกิดการปรับปรุงและพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องในยุคที่ทุกอย่างเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว?

ตอนที่ 6 ในความคิดเห็นของท่าน **หลักกสิกรรม** 4 มีความสำคัญและเกี่ยวข้องกับ การดำเนินชีวิตประจำวันของท่านในยุคปัจจุบัน (ศตวรรษที่ 21) อย่างไรบ้าง?

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล ในการสัมภาษณ์เป็นเครื่องมือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองจากการศึกษาจากตำราและทฤษฎีต่าง ๆ เป็นคำถามที่มีความครอบคลุมตามขอบเขตของการวิจัย

และนำแบบสัมภาษณ์ไปตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือจากผู้เชี่ยวชาญด้านการวิจัย 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา โดยต้องมีค่า (CVI : Content Validity Index) มากกว่า 0.80 หรือเท่ากับ 1.00

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า การประยุกต์ใช้หลักอิทธิบาท 4 ของประชาชน ในการดำเนินชีวิตในศตวรรษที่ 21 ใช้วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) นำข้อมูลที่ได้มาจัดระบบข้อมูล แยกประเภทข้อมูลตามวัตถุประสงค์ โดยเรียงลำดับเป็นประเด็นสำคัญประกอบการพรรณนาวิเคราะห์ และสรุปออกมาเป็นเรียงความในด้านต่าง ๆ วัตถุประสงค์ เพื่อความสำเร็จในทุก ๆ ด้าน เช่น

1. **ด้านการเรียนรู้และการศึกษา** ในโลกที่ข้อมูลข่าวสารมีมากมายและเข้าถึงได้ง่าย การเรียนรู้ไม่ได้จำกัดอยู่แค่ในห้องเรียนอีกต่อไป แต่เป็นการเรียนรู้ตลอดชีวิต อิทธิบาท 4 จะช่วยให้การเรียนรู้มีประสิทธิภาพสูงสุด ฉันทะ (ความพอใจใฝ่รัก) เริ่มต้นจากการค้นหาสิ่งที่น่าสนใจและรักที่จะเรียนรู้จริง ๆ เช่น ถ้าคุณชอบเรื่องศิลปะ การเรียนประวัติศาสตร์ศิลปะหรือการฝึกวาดภาพจะกลายเป็นเรื่องสนุก ไม่ใช่ภาระ ความพอใจนี้จะสร้างแรงขับเคลื่อนให้คุณอยากศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง วิริยะ (ความเพียรพยายาม) การเรียนรู้ก็มีอุปสรรค ไม่ว่าจะ เป็นเนื้อหาที่ยาก ความเบื่อหน่าย หรือความท้อแท้เมื่อทำผิดพลาด วิริยะ จะเป็นเกราะป้องกันให้คุณไม่ยอมแพ้ เช่น การจัดตารางเวลาอ่านหนังสืออย่างสม่ำเสมอ การแก้โจทย์ยาก ๆ ซ้ำแล้วซ้ำเล่า หรือการพยายามฝึกทักษะจนกว่าจะชำนาญ จิตตะ (ความเอาใจจดจ่อ) ในยุคที่เต็มไปด้วยสิ่งรบกวนจากโซเชียลมีเดีย การมีสมาธิจดจ่อเป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่ง จิตตะ ช่วยให้เรามีสติอยู่กับสิ่งที่กำลังทำ เช่น การปิดแจ้งเตือนโทรศัพท์ขณะเรียน การตั้งใจฟังสิ่งที่ครูสอน หรือการจดบันทึกประเด็นสำคัญอย่างตั้งใจ ทำให้การเรียนรู้มีคุณภาพมากขึ้นวิมังสา (การไตร่ตรอง) เมื่อเรียนรู้แล้ว ไม่ควรจำเพียงอย่างเดียว แต่ต้องใช้ปัญญาพิจารณาว่าสิ่งที่เรารู้รู้นั้นถูกต้องหรือไม่ มีจุดไหนที่ต้องปรับปรุงบ้าง เช่น การทบทวนบทเรียนหลังเลิกเรียน การทำแบบฝึกหัดเพื่อทดสอบความเข้าใจ และการวิเคราะห์ข้อผิดพลาดในการสอบเพื่อไม่ให้เกิดขึ้นซ้ำอีก

2. **ด้านการทำงานและการประกอบอาชีพ** ในโลกของการทำงานที่มีการแข่งขันสูง การเปลี่ยนแปลงทางเทคโนโลยี และรูปแบบการทำงานที่หลากหลาย อิทธิบาท 4 ช่วยให้คุณเป็นพนักงานที่มีคุณค่าและเติบโตในสายอาชีพได้อย่างยั่งยืน ฉันทะ (ความพอใจใฝ่รัก) การได้ทำงานที่ชอบย่อมเป็นสิ่งที่ดีที่สุดในชีวิต แต่ถ้าไม่สามารถทำอย่างนั้นได้ ฉันทะ ก็หมายถึงการสร้าง ความพอใจในสิ่งที่ทำ โดยการมองเห็นคุณค่าของงานที่ได้รับผิดชอบ เช่น การมองว่างานที่ทำมีส่วนช่วยให้องค์กรเติบโต หรือการพัฒนาทักษะใหม่ ๆ จากงานที่ทำอยู่ วิริยะ (ความเพียรพยายาม) การทำงานต้องอาศัยความอดทนและความพยายามอย่างต่อเนื่อง วิริยะ คือการไม่ย่อท้อต่อปัญหาที่เกิดขึ้น เช่น การทำงานล่วงเวลาเพื่อส่งงานให้ทันกำหนด การเรียนรู้โปรแกรม หรือทักษะใหม่ ๆ ที่จำเป็นต่องาน หรือการเผชิญหน้ากับความท้าทายทางธุรกิจด้วยความมุ่งมั่น

จิตตะ (ความเอาใจจดจ่อ) การทำงานอย่างมีประสิทธิภาพต้องอาศัยสมาธิและสติ จิตตะ ช่วยให้คุณไม่หลงลืมรายละเอียดเล็ก ๆ น้อย ๆ และทำงานได้อย่างรอบคอบ เช่น การจดจ่อกับการประชุมเพื่อไม่ให้พลาดข้อมูลสำคัญ การตรวจสอบเอกสารก่อนส่งให้ลูกค้า หรือการมีสมาธิกับการเขียนโค้ดเพื่อลดข้อผิดพลาด วิมังสา (การไตร่ตรอง) การทำงานให้ดีขึ้นได้ต้องมีการประเมินผลและปรับปรุงอยู่เสมอ วิมังสา คือการคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล เช่น การทบทวนผลงานที่ผ่านมาเพื่อหาจุดที่ต้องแก้ไข การขอคำแนะนำจากหัวหน้าหรือเพื่อนร่วมงานเพื่อพัฒนาตนเองหรือการศึกษาแนวโน้มนำใหม่ ๆ

3. ด้านการพัฒนาตนเองและชีวิตส่วนตัว หลักอภิยาบท 4 ไม่ได้จำกัดอยู่แค่การเรียนรู้หรือการทำงานเท่านั้น แต่ยังสามารถใช้เป็นเครื่องมือในการพัฒนาตนเองในทุกมิติของชีวิต ฉันทะ (ความพอใจใฝ่รัก) การพัฒนาตนเองจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อคุณมีแรงบันดาลใจและความสุขในการทำสิ่งนั้น ๆ เช่น การอยากมีสุขภาพดีทำให้คุณมี ฉันทะ ในการออกกำลังกาย การอยากพัฒนาทักษะการพูดต่อหน้าสาธารณะ ทำให้คุณสนุกกับการฝึกฝน วิริยะ (ความเพียรพยายาม) การพัฒนาตัวเองต้องใช้เวลาและความสม่ำเสมอ วิริยะ คือการทำอย่างต่อเนื่องแม้ในวันที่ไม่มีแรงบันดาลใจ เช่น การตื่นเช้ามาออกกำลังกายทุกวัน การฝึกสมาธิอย่างสม่ำเสมอ หรือการเรียนรู้ภาษาต่างประเทศวันละ 10 นาที จิตตะ (ความเอาใจจดจ่อ) การมีสมาธิจะช่วยให้การพัฒนาตนเองมีประสิทธิภาพมากขึ้น เช่น การจดจ่อกับการฝึกสมาธิเพื่อพัฒนาจิตใจ การตั้งใจฟังพอดแคสต์เกี่ยวกับการพัฒนาตนเองอย่างเต็มที่ หรือการอ่านหนังสือโดยไม่ถูกรบกวน วิมังสา (การไตร่ตรอง) การพัฒนาตนเองต้องมีการประเมินผลอย่างสม่ำเสมอ วิมังสา คือการมองย้อนกลับไปว่าสิ่งที่ทำได้ผลหรือไม่ เช่น การจดบันทึกความก้าวหน้าของการออกกำลังกาย การประเมินว่าการฝึกสมาธิช่วยให้จิตใจสงบขึ้นหรือไม่ หรือการทบทวนว่าทักษะที่ฝึกฝนมาสามารถนำไปใช้ได้จริงในชีวิตประจำวัน

ผลการวิจัย

จากวิธีการดำเนินงานวิจัย เรื่อง การประยุกต์ใช้หลักอภิยาบท 4 ของประชาชนในการดำเนินชีวิตในศตวรรษที่ 21 ผู้วิจัย ได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง เช่น - กลุ่มประชาชนผู้ที่มีความสนใจในพระพุทธศาสนา - กลุ่มประชาชนที่มีความรู้และความเข้าใจในหลักธรรม - กลุ่มประชาชนที่มีความเข้าใจในประเด็นของการประยุกต์หลักธรรม ตามวัตถุประสงค์ ดังนี้

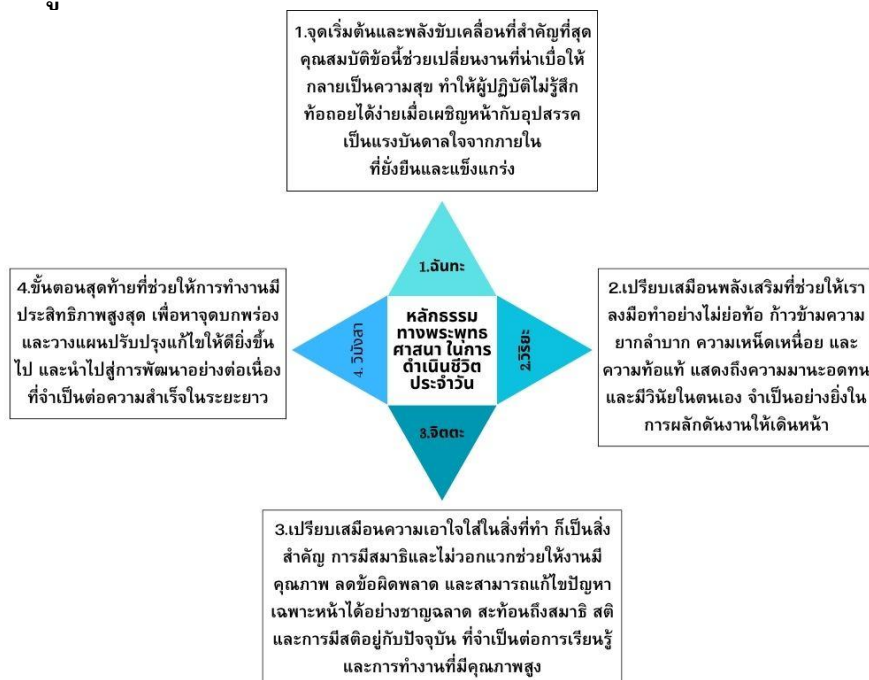
1. ผลการศึกษาหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา พบว่า หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา เป็นรากฐานของความดีงาม ที่สามารถนำไปประยุกต์และใช้ได้ในทุกยุคและทุกสมัย เป็นการนำหลักธรรมเพื่อการพัฒนาจิตในแลพัฒนาปัญญา สามารถเข้าใจความจริงของชีวิตที่ต้องเผชิญได้อย่างมีสติ

2. ผลการศึกษาการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในการดำเนินชีวิตในศตวรรษที่ 21 พบว่า ในยุคที่มีการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและเทคโนโลยี หลักธรรมทางพระพุทธศาสนายังคงมีความสำคัญและสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้หลายด้าน เช่น ด้านการจัดการความเครียดและการจัดการความวิตกกังวล ด้านการสร้างสัมพันธที่ดี ด้านการพัฒนาตนเองและการพัฒนาการทำงาน

3. ผลการวิเคราะห์การประยุกต์หลักอริยบท 4 ในการดำเนินชีวิต พบว่า หลักอริยบท 4 เป็นหลักธรรมที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในทุกด้านของชีวิต รวมถึงธุรกิจ เศรษฐกิจ และในยุคโลกาภิวัตน์ที่เต็มไปด้วยการแข่งขันที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว การนำหลักธรรมเหล่านี้มาช่วยให้ประชาชน บุคลากร องค์กร หรือหน่วยงานต่าง ๆ สามารถบรรลุเป้าหมายและประสบผลความสำเร็จได้อย่างยั่งยืน

สรุปได้ว่า หลักอริยบท 4 ได้แก่ ฉันทะ, วิริยะ, จิตตะ, และวิมังสา เป็นระบบแนวคิดที่สมบูรณ์แบบในการนำพาชีวิตไปสู่ความสำเร็จอย่างยั่งยืน ไม่ว่าจะเป็นด้านการเรียน การทำงาน หรือการดำเนินชีวิตประจำวัน ในยุคที่เต็มไปด้วยความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว การประยุกต์ใช้หลักอริยบท 4 จึงมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการดำรงชีวิตและสร้างความสำเร็จที่ยั่งยืน เนื่องจากหลักธรรมเหล่านี้ได้ทำงานร่วมกันเป็นระบบ ช่วยให้ผู้นับถือสามารถรับมือกับความท้าทายที่หลากหลายได้อย่างมีประสิทธิภาพ

องค์ความรู้ใหม่



อภิปรายผล

หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นรากฐานสำคัญที่สามารถนำมาปรับใช้ได้ในทุกยุคทุกสมัย โดยเฉพาะในศตวรรษที่ 21 ซึ่งเต็มไปด้วยความเปลี่ยนแปลงและความท้าทาย บทสรุปและเนื้อหาเพิ่มเติมสำหรับการอภิปรายผลทั้ง 3 ข้อ มีดังนี้

1. หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา รากฐานของความดีงามและสติปัญญา หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นมากกว่าเพียงแค่ชุดคำสอนทางศาสนา แต่เป็น แนวทางปฏิบัติเพื่อพัฒนาจิตและปัญญา ที่ช่วยให้เราเข้าใจความจริงของชีวิตได้อย่างลึกซึ้ง ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของความทุกข์ ความสุข หรือการเปลี่ยนแปลง การศึกษาหลักธรรมช่วยให้เรามีเครื่องมือในการจัดการกับความรู้สึกลึกซึ้งภายในของตนเอง เช่น การฝึก สติ เพื่อให้เท่าทันอารมณ์ และการฝึก สมาธิ เพื่อสร้างความสงบและความมั่นคงทางจิตใจ ซึ่งเป็นรากฐานสำคัญในการเผชิญหน้ากับปัญหาต่างๆ อย่างมีสติและปัญญา การพัฒนาจิตเหล่านี้ไม่ได้จำกัดอยู่แค่ในวัดวาอาราม แต่สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้จริง เพื่อให้เราสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีสติและไม่หวั่นไหวไปกับสิ่งเร้ารอบตัว

2. การประยุกต์ใช้หลักธรรมในศตวรรษที่ 21 การจัดการความเครียดและการพัฒนาตนเองในยุคดิจิทัลที่ชีวิตดำเนินไปอย่างรวดเร็วและเต็มไปด้วยความเครียด หลักธรรมทางพุทธศาสนาได้กลายเป็น เครื่องมือสำคัญในการเยียวยาจิตใจ และพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างยั่งยืน การจัดการความเครียดและความวิตกกังวล สอนให้เราเข้าใจต้นเหตุของความทุกข์และหนทางดับทุกข์ ซึ่งช่วยให้เรามองปัญหาอย่างเป็นระบบ ไม่จมอยู่กับอารมณ์ และหาวิธีแก้ไขที่ต้นเหตุ แทนการแก้ที่ปลายเหตุ นอกจากนี้ การฝึกสติและสมาธิยังช่วยลดความฟุ้งซ่าน ทำให้จิตใจสงบ และสามารถจัดการกับความเครียดได้ดีขึ้น

3. การวิเคราะห์การประยุกต์หลักอริยบท 4 กุญแจสู่ความสำเร็จที่ยั่งยืน อริยบท 4 หรือ หลักธรรมที่นำไปสู่ความสำเร็จ (ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา) เป็นหลักการที่สามารถนำไปปรับใช้ได้ในทุกแวดวง ไม่ว่าจะเป็นในระดับบุคคล องค์กร หรือแม้แต่ในบริบททางธุรกิจและเศรษฐกิจที่มีการแข่งขันสูง ฉันทะ (ความพอใจรักใคร่) คือการมีใจรักในสิ่งที่ทำ มีเป้าหมายที่ชัดเจน และมีความมุ่งมั่นที่จะทำให้สำเร็จ ในยุคที่เต็มไปด้วยการเปลี่ยนแปลงนี้ การมีฉันทะจะช่วยสร้างแรงบันดาลใจและพลังขับเคลื่อนในการสร้างสรรค์สิ่งใหม่ ๆ โดยไม่รู้สึกลำบากหรือท้อถอยไปเสียก่อน วิริยะ (ความพากเพียร) คือความมุ่งมั่นและไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค หลักการนี้มีความสำคัญอย่างยิ่งในยุคที่มีการแข่งขันสูง การลงมือทำอย่างสม่ำเสมอและมีความอดทนเป็นสิ่งที่จำเป็นที่ช่วยให้เราก้าวข้ามความล้มเหลวและไปถึงเป้าหมายได้ในที่สุด จิตตะ (ความเอาใจใส่) คือการมีสมาธิจดจ่ออยู่กับสิ่งที่ทำอย่างไม่ขาดตกบกพร่อง การทำสิ่งต่าง ๆ โดยมีจิตตะจะช่วยให้เราทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพและรอบคอบ ลดความผิดพลาด และเพิ่มคุณภาพของผลงานให้ดียิ่งขึ้น วิมังสา (การไตร่ตรอง) คือการใช้ปัญญาพิจารณาไตร่ตรองผลที่ได้รับจากการกระทำ การทบทวนและปรับปรุงสิ่งที่เราทำอย่างต่อเนื่องจะช่วยให้เราสามารถเรียนรู้จาก

ข้อผิดพลาด ปรับปรุงกระบวนการทำงาน และนำไปสู่ความสำเร็จที่ยั่งยืนในระยะยาว

ในศตวรรษที่ 21 ที่เต็มไปด้วยความเปลี่ยนแปลง ความท้าทาย และโอกาสใหม่ๆ การมีหลักยึดเหนี่ยวในการดำเนินชีวิตเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง "อิทธิบาท 4" ซึ่งเป็นหลักธรรมในพระพุทธศาสนา สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ (พระวิศิษฐ์ โชติโก, พระราชนทร์ วิจารณ์, และ บุญส่ง สิ้นธนู, 2563) ได้วิจัยเกี่ยวกับ “ศึกษาประสิทธิภาพการบริหารงานตามหลักอิทธิบาท 4 ของผู้นำชุมชนในเขตเทศบาลตำบลหนองเล็ง อำเภอเมือง จังหวัดบึงกาฬ” พบว่า แนวคิดในการทำงานให้ประสบผลสำเร็จตามหลักอิทธิบาทที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทความหมายของอิทธิบาท 4 หมายถึงหลักธรรมนำไปสู่ความสำเร็จ คือฉันทะความพอใจ, มีใจรักในงานที่ทำด้วยใจรักวิริยะความพากเพียรอดทนต่อความลำบากบากบั่นไม่ย่อท้อจะเป็นอาชีพใด ๆ ก็ตามขอให้ทำอย่างสุจริตจิตใจดี ผักใฝ่ฝายใจรักด้วยความพยายามด้วยเอาจิตพยายามอาชีพนั้น ๆ ให้บรรลุผลสำเร็จ วิมังสาใช้ปัญญาสอบสวนในงานที่ทำ ติดตามหาเหตุผลและปรับปรุงแก้ไขเพื่อจะประสบผลสำเร็จให้ได้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป การนำหลักอิทธิบาท 4 มาประยุกต์ใช้ในทุกมิติของชีวิตจึงเป็นกุญแจสำคัญสู่ความสำเร็จที่ยั่งยืนและการพัฒนาตนเองอย่างแท้จริง ไม่ว่าจะเป็นเรื่องเล็กน้อยในชีวิตประจำวันไปจนถึงเป้าหมายที่ยิ่งใหญ่ในอาชีพการงาน ล้วนต้องอาศัยคุณธรรมทั้งสี่ประการนี้เป็นรากฐานในการก้าวเดินไปข้างหน้า เราสามารถพัฒนาตนเอง ประสบความสำเร็จ และมีความสุขในยุคปัจจุบันได้อย่างยั่งยืน อิทธิบาท 4 ประกอบด้วยหลัก 4 ประการ ได้แก่

1) ฉันทะ (Chanda) ความพอใจ, ความรักในสิ่งที่ทำ คือ ความใฝ่ใจ รักใคร่ที่จะทำสิ่งนั้น ๆ ด้วยความเต็มใจ ไม่ใช่การถูกบังคับหรือทำเพราะหน้าที่เพียงอย่างเดียว เป็นแรงขับเคลื่อนเบื้องต้นที่ทำให้เกิดความปรารถนาที่จะลงมือทำและทำให้สำเร็จ การประยุกต์ใช้ในศตวรรษที่ 21 การเลือกอาชีพ/สายงาน ในยุคที่ข้อมูลข่าวสารเข้าถึงได้ง่ายและมีทางเลือกมากมาย การค้นหาสิ่งที่เรามีความชอบ ความถนัด และความหลงใหลอย่างแท้จริง จะช่วยให้เรามีพลังในการเรียนรู้ พัฒนา และเผชิญกับความท้าทายในสายงานนั้น ๆ ได้อย่างมีความสุขและยั่งยืน การเรียนรู้ตลอดชีวิต (Lifelong Learning) ศตวรรษที่ 21 ต้องการทักษะใหม่ ๆ ตลอดเวลา การมีฉันทะในการเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ไม่ว่าจะเป็นภาษา เทคโนโลยี หรือทักษะเฉพาะทาง จะทำให้เราไม่ตกยุคและสามารถปรับตัวได้เร็ว การทำธุรกิจส่วนตัว/สตาร์ทอัพ ผู้ประกอบการที่ประสบความสำเร็จมักเริ่มต้นจากความหลงใหลในสิ่งที่พวกเขาทำ สิ่งนี้จะช่วยให้พวกเขามีแรงผลักดันที่จะฟันฝ่าอุปสรรคและสร้างสรรค์นวัตกรรม การสร้างแรงจูงใจภายใน แทนที่จะรอให้คนอื่นมาจูงใจ เราควรฝึกสร้างแรงจูงใจจากภายในตนเอง โดยการค้นหาสิ่งที่เราสนใจและลงมือทำด้วยความรัก อุปสรรคที่พบบ่อย การทำในสิ่งที่ตนเองไม่รัก การทำเพราะถูกบังคับ หรือทำตามกระแสสังคมโดยไม่คำนึงถึงความสุขส่วนตัว ซึ่งนำไปสู่ความเบื่อหน่ายและประสิทธิภาพที่ลดลง

2) วิริยะ (Viriya) ความเพียร, ความพยายาม คือ ความพากเพียรพยายามทำสิ่งนั้น ๆ อย่างต่อเนื่องไม่ท้อถอยเมื่อเผชิญกับอุปสรรค อุปสรรคคือบททดสอบความตั้งใจ ไม่ใช่เหตุผลให้หยุด การประยุกต์ใช้ในศตวรรษที่ 21 โดยการพัฒนาทักษะดิจิทัล ทักษะด้านดิจิทัลเป็นสิ่งจำเป็น การเรียนรู้ coding, data analysis, AI หรือ machine learning ต้องอาศัยความพยายามอย่างต่อเนื่อง ไม่ใช่เรียนรู้แค่ผิวเผิน การเผชิญหน้ากับความล้มเหลว ในยุคที่ความล้มเหลวเป็นส่วนหนึ่งของการเรียนรู้และสร้างสรรค์ (Fail Fast, Learn Faster) วิริยะจะช่วยให้เราสามารถลุกขึ้นใหม่จากความผิดพลาด วิเคราะห์ข้อบกพร่อง และพยายามต่อไป การสร้างวินัยในตนเอง ไม่ว่าจะเป็นการออกกำลังกาย การควบคุมอาหาร การอ่านหนังสือ หรือการทำงานจากที่บ้าน ล้วนต้องอาศัยวิริยะในการสร้างวินัยให้เกิดขึ้นอย่างสม่ำเสมอ การตั้งเป้าหมายที่ท้าทาย การมีเป้าหมายที่ใหญ่ขึ้นและท้าทายขึ้น จะกระตุ้นให้เราต้องใช้ความพยายามมากขึ้น เพื่อให้บรรลุเป้าหมายเหล่านั้น อุปสรรคที่พบบ่อย คือ ความขี้เกียจ การผลัดวันประกันพรุ่ง การยอมแพ้ง่าย ๆ เมื่อเจอปัญหา หรือการขาดความอดทน 3) จิตตะ (Citta) ความเอาใจใส่, ความจดจ่อ คือการเอาใจใส่โฟกัส คิดค้นพิจารณาในสิ่งที่ทำนั้น ไม่ปล่อยปละละเลย มีสติอยู่กับสิ่งที่ทำอย่างเต็มที่ เพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่ดีที่สุด การประยุกต์ใช้ในศตวรรษที่ 21 การทำงานแบบ Deep Work ในยุคที่มีสิ่งรบกวนมากมาย โฆษณาลมเดียว การฝึกจิตตะเพื่อจดจ่อกับการทำงานแบบลึกซึ้ง (Deep Work) จะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพและคุณภาพของงานได้อย่างมหาศาล การเรียนรู้ในยุคข้อมูลท่วมท้น การมีจิตตะช่วยให้เราสามารถคัดกรองข้อมูลที่สำคัญ เลือกรับรู้ และจดจ่อกับเนื้อหาที่เป็นประโยชน์ ไม่ถูกข้อมูลที่ไม่จำเป็นครอบงำ การแก้ไขปัญหาเชิงสร้างสรรค์ เมื่อเผชิญกับปัญหาที่ซับซ้อนการมีจิตตะในการวิเคราะห์เจาะลึก และคิดหาทางออกอย่างรอบด้าน จะนำไปสู่การแก้ปัญหาที่ยั่งยืน การพัฒนาสติและความคิด การฝึกสติ (Mindfulness) เพื่อให้จิตใจอยู่กับปัจจุบันขณะ ไม่ฟุ้งซ่าน เป็นพื้นฐานสำคัญของการมีจิตตะในการดำเนินชีวิตและทำงาน อุปสรรคที่พบบ่อย การถูกรบกวนง่าย ขาดสมาธิทำงานหลายอย่างพร้อมกัน (Multitasking) จนไม่มีชิ้นไหนดีจริง การคิดฟุ้งซ่าน หรือการปล่อยใจให้ไหลไปตามอารมณ์

4) วิมังสา (Vimamsa) การพิจารณา, การไตร่ตรอง, การตรวจสอบ คือ การใช้ปัญญาพิจารณา ตรวจสอบ ค้นคว้า ทดลอง ใคร่ครวญ หาเหตุผลในสิ่งที่ทำและผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น เพื่อให้เกิดการพัฒนา ปรับปรุงให้ดียิ่งขึ้นไป การประยุกต์ใช้ในศตวรรษที่ 21 การประเมินผลและปรับปรุง (Iterative Process) ไม่ว่าจะเป็นการพัฒนาผลิตภัณฑ์ การทำโครงการ หรือการเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ การมี วิมังสา ในการ ประเมิน ผลลัพธ์ ที่ได้ การหาจุดแข็งจุดอ่อน และปรับปรุงแก้ไขอยู่เสมอ จะนำไปสู่ความสำเร็จที่ยั่งยืน การคิดเชิงวิพากษ์ (Critical Thinking) ในยุคที่ข่าวปลอม (Fake News) และข้อมูลบิดเบือนมีอยู่มากมาย วิมังสาช่วยให้เราสามารถไตร่ตรอง ตรวจสอบแหล่งที่มา และไม่หลงเชื่ออะไรง่าย ๆ การเรียนรู้จากประสบการณ์ (Learning from Experience) การรู้จักบททวนความสำเร็จและความ

ล้มเหลวของตนเอง ว่าอะไรคือสาเหตุที่ทำให้เป็นเช่นนั้น และจะทำไมให้ดีขึ้นในอนาคต และสามารถปรับกลยุทธ์ตามผลตอบรับได้ ซึ่งเป็นกระบวนการของวิม้งสา คือ การพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง (Continuous Improvement) การไม่หยุดนิ่งที่จะเรียนรู้และพัฒนา ไม่คิดและไม่ยึดติดกับวิธีเก่า ๆ เท่านั้นก็จะประสบผลสำเร็จได้อย่างแน่นอน

สรุป/ข้อเสนอแนะ

อิทธิบาท 4 หรือ "หนทางสู่ความสำเร็จ" เป็นธรรมะอันล้ำค่าที่พระพุทธองค์ทรงสอนไว้ ไม่ได้เป็นเพียงหลักปฏิบัติทางศาสนาเท่านั้น แต่ยังเป็นเสมือนแผนที่นำทางชีวิตที่ทรงพลังและ ซึ่งสามารถนำมาประยุกต์ใช้เพื่อนำพาชีวิตไปสู่ความสำเร็จได้อย่างยั่งยืนในยุคที่เต็มไปด้วยความผันผวนและความท้าทายในปัจจุบันหลักอิทธิบาท 4 ซึ่งประกอบด้วย ฉันทะ วิริยะ จิตตะ และวิม้งสา ยังคงเป็นหัวใจสำคัญที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้เพื่อนำพาชีวิตให้ก้าวไปสู่ความสำเร็จได้อย่างยั่งยืนในศตวรรษที่ 21 ที่เต็มไปด้วยการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ในยุคที่ผู้คนต้องเผชิญกับตัวเลือกมากมาย การค้นหาและสร้าง ฉันทะ (ความพอใจรักใคร่) หรือความหลงใหลในสิ่งที่ทำอย่างแท้จริงจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง การมีเป้าหมายที่ชัดเจนและมีแรงบันดาลใจจากภายในจะช่วยสร้างพลังขับเคลื่อนให้เราก้าวเดินต่อไปได้ แม้จะต้องเผชิญกับอุปสรรคหรือความท้าทายต่าง ๆ เราควรค้นหาสิ่งที่เราสนใจและถนัดอย่างแท้จริง ทั้งในด้านการทำงาน การศึกษา และการดำเนินชีวิต เพื่อให้เรามีแรงบันดาลใจในการพัฒนาตนเองอยู่เสมอ ควบคู่ไปกับฉันทะ คือ วิริยะ (ความพากเพียร) ซึ่งเป็นความมุ่งมั่นและไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค การลงมือทำอย่างเต็มที่ มีวินัย และไม่ยอมแพ้ต่อความล้มเหลวเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งในยุคที่มีการแข่งขันสูงนี้ การมีวิริยะช่วยให้เราก้าวข้ามความท้อแท้และไปถึงเป้าหมายได้ในที่สุด นอกจากนี้ การมีสมาธิจดจ่อกับสิ่งที่ทำอย่างไม่ขาดตกบกพร่อง หรือ จิตตะ (ความเอาใจใส่) ก็เป็นเรื่องที่ท้าทายแต่สำคัญอย่างยิ่งในโลกที่เต็มไปด้วยสิ่งรบกวนจากเทคโนโลยีและโซเชียลมีเดีย การมีสมาธิจะช่วยให้เราทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถตัดสินใจได้อย่างรอบคอบ และลดความผิดพลาดในการทำงาน ท้ายที่สุด วิม้งสา (การไตร่ตรอง) คือการใช้ปัญญาพิจารณาและทบทวนผลที่ได้รับจากการกระทำอยู่เสมอ การเรียนรู้จากข้อผิดพลาดและปรับปรุงกระบวนการทำงานอย่างต่อเนื่องจะช่วยให้เราพัฒนาตนเองได้อย่างไม่หยุดยั้ง และนำไปสู่ความสำเร็จที่ยั่งยืนในระยะยาว

ดังนั้น การประยุกต์ใช้หลักอิทธิบาท 4 จึงเป็นมากกว่าการทำตามหลักธรรมคำสอนทางศาสนา แต่เป็นแนวทางปฏิบัติที่เป็นรูปธรรมที่ช่วยให้เราสามารถรับมือกับความท้าทายต่างๆ ในศตวรรษที่ 21 ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และนำไปสู่ความสำเร็จที่แท้จริงในทุกมิติของชีวิต

เอกสารอ้างอิง

- คุณ โทชนันท์. (2537). พุทธศาสนากับชีวิตประจำวัน. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์ .
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2551). พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์. (พิมพ์ครั้งที่ 12). กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระครูสิทธิธรรมาภรณ์, พระราชปรีชามุนี, พวงเพชร พลวิเศษ และ พิทยพล กองพงษ์. (2563). การศึกษาพระพุทธศาสนาในศตวรรษที่ 21. วารสารมหาจุฬานาครทรรศน์, 7(11), 440-451.
- พระวิศิษฐ์ โชติโก, พระราเชนทร์ วิสารโท, และ บุญส่ง สิ้นธุ์นอก. (2563). ศึกษาการประยุกต์ใช้หลักอริยบท 4 การบริหารงานของผู้นำชุมชนในเขตเทศบาลตำบลหนองเล็ง อำเภอมือเมือง จังหวัดบึงกาฬ. วารสารวิชาการสถาบันพัฒนาพระวิทยากร, 3(1), 8-14.
- พระครูปลัดเฉลิมพร อภิวิโร. (2564). การดำเนินชีวิตสมัยใหม่สู่ความสำเร็จในการทำงานโดยใช้หลักอริยบท 4. วารสารมหาจุฬานาครทรรศน์, 8(5), 18-26.
- พระมหากัลยวรรธน์ มีชัย, และ พระชัยพล บุญถาวร. (2564). การบริหารจัดการความรู้ตามแบบพุทธวิธีใน ยุคศตวรรษที่ 21. วารสาร มจร.พุทธโสธรปริทรรศน์, 1(2), 94-107.
- สุภัทสร่า วันทมาตย์ และพระมหาญาณวัฒน์ ฐิตวฑฒโน. (2566). SUPAT Model: รูปแบบการเรียนรู้สู่การพัฒนาบัณฑิตกรรมผู้เรียนร่วมกับหลักอริยบท 4 ในศตวรรษที่ 21. วารสารครุศาสตร์ปริทรรศน์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 10(2), 519-528