



การบูรณาการหลักฆราวาสธรรมสำหรับการดำเนินชีวิต

The Integration of Doctrines in Gharāvāsa Dharma for Life Practices

¹พระครูสุเขตพัชรคุณ (ยนต์ คุณภโร)

¹Phrakrusukhettpacharakun (Yon Khunakaro)

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

¹Corresponding Author's Email: 6301101016@mcu.ac.th

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มุ่งศึกษาการบูรณาการหลักฆราวาสธรรมสำหรับการดำเนินชีวิตในบริบทของสังคมปัจจุบัน ซึ่งอยู่ภายใต้กระแสการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องในทุกมิติ ทั้งด้านเศรษฐกิจ วัฒนธรรม และเทคโนโลยี การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อโครงสร้างทางสังคมและวิถีชีวิตของผู้คนอย่างลึกซึ้ง โดยเฉพาะผลกระทบจากโลกาภิวัตน์ที่ทำให้สังคมไทยต้องเผชิญกับความไม่แน่นอนในระบบประชาธิปไตย วิกฤตเศรษฐกิจ การครอบงำทางวัฒนธรรม ตลอดจนอิทธิพลของระบบสารสนเทศไร้พรมแดน ในบริบทดังกล่าว การบูรณาการหลักฆราวาสธรรม ได้แก่ สัจจะ (ความจริงใจและซื่อตรง) ทมะ (การควบคุมตนเอง) ขันติ (ความอดทน) และ จาคะ (การเสียสละ) ถือเป็นแนวทางสำคัญที่ช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัวและสร้างสมดุลท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น หลักสัจจะช่วยเสริมสร้างความไว้วางใจและความซื่อตรงในสังคม หลักทมะส่งเสริมการมีวินัยและการรู้จักควบคุมตนเอง หลักขันติช่วยให้บุคคลสามารถอดทนและเผชิญกับสถานการณ์ที่ท้าทายได้อย่างมั่นคง ขณะที่หลักจาคะส่งเสริมการเสียสละและการแบ่งปัน ซึ่งช่วยลดความเห็นแก่ตัวและสร้างความสามัคคีในสังคม การนำหลักฆราวาสธรรมมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันไม่เพียงแต่ช่วยให้บุคคลสามารถรับมือกับความท้าทายต่าง ๆ ได้อย่างมีสติและสมดุล แต่ยังสามารถส่งเสริมให้เกิดความสุขทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว และสังคมโดยรวม อันจะนำไปสู่การสร้างสังคมที่เข้มแข็งและยั่งยืนท่ามกลางกระแสการเปลี่ยนแปลงที่รุนแรงและรวดเร็วในยุคปัจจุบัน

คำสำคัญ : การบูรณาการ, ฆราวาสธรรม, โลกาภิวัตน์, การดำเนินชีวิต, สังคมไทย.

Abstract

This academic article aims to study the integration of the principles of Gharāvāsa Dharma (householder's virtues) for living in the context of contemporary society, which is undergoing continuous and multidimensional changes in areas such as economy, culture, and technology. These changes profoundly impact social structures and people's ways of life,



particularly due to globalization, which has led Thai society to face uncertainties in democratic systems, economic crises, cultural domination, and the influence of borderless information systems. In this context, the integration of the principles of Gharāvāsa Dharma-Sacca (honesty and integrity), Dama (self-control), Khanti (patience), and Cāga (sacrifice)-serves as a crucial framework for individuals to adapt and find balance amidst ongoing changes. The principle of Sacca fosters trust and integrity in society, while Dama promotes discipline and self-regulation. Khanti enables individuals to endure and face challenging situations with resilience, and Cāga encourages generosity and sharing, reducing selfishness and fostering social harmony. Applying the principles of Gharāvāsa Dharma in daily life not only helps individuals navigate various challenges with mindfulness and balance but also promotes happiness at the individual, family, and societal levels. This approach contributes to building a strong and sustainable society amid the rapid and intense changes of the modern era.

Keywords: Synthesis, Gharāvāsa Dharma, Globalization, Way of Life, Thai Society.

บทนำ

สังคมและวัฒนธรรมเป็นสิ่งที่มีความพลวัต เปลี่ยนแปลงและเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา เนื่องจากมนุษย์เป็นสัตว์สังคมที่มีศักยภาพในการเรียนรู้และสื่อสารผ่านระบบสัญลักษณ์ ซึ่งพัฒนาเป็นภาษาอันเป็นเอกลักษณ์แตกต่างจากสัตว์สังคมอื่น ๆ บนโลกใบนี้ ความสามารถในการเรียนรู้และสร้างสัญลักษณ์ทางภาษาทำให้มนุษย์สามารถคิดค้นสิ่งใหม่ ๆ ทางวัฒนธรรมได้อย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้วัฒนธรรมของแต่ละกลุ่มไม่หยุดนิ่ง แต่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ ซึ่งอาจเกิดจากความจำเป็นทางสังคม ความคิดริเริ่ม หรือการค้นพบสิ่งใหม่ ๆ ของผู้คนภายในกลุ่มเอง ตลอดจนการรับอิทธิพลจากภายนอกผ่านการติดต่อแลกเปลี่ยนกับกลุ่มอื่น การเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมในแต่ละสังคมย่อมส่งผลทั้งในทางบวกและทางลบ ด้านบวกคือ ผู้คนสามารถปรับตัวเข้ากับวัฒนธรรมที่เปลี่ยนไปได้อย่างราบรื่น ลดความขัดแย้งภายในสังคม ขณะที่ด้านลบ คือ การปรับตัวไม่ทัน จนนำไปสู่ความขัดแย้งที่อาจส่งผลกระทบต่อศีลธรรมและความเป็นมนุษย์ ปัจจุบัน สังคมไทยกำลังเผชิญกับยุคแห่งความเสื่อมถอยทางศีลธรรมและคุณค่าความเป็นมนุษย์ ซึ่งสะท้อนผ่านปรากฏการณ์ทางสังคมและปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง (Srisakorn Vallipodom, 2025)

การเปลี่ยนแปลงในสังคมว่า มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นอย่างมาก โดยเฉพาะในสังคมยุคปัจจุบัน ทั้งในระดับท้องถิ่น ระดับชาติ และระดับโลก การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วในหลายด้าน เช่น การคมนาคมและการติดต่อสื่อสาร (Communication) ที่ก้าวหน้าไปจนสามารถเชื่อมโยงผู้คนทั่วโลกได้อย่างไรพร้อมแดน แม้ว่าจะอยู่ห่างกันคนละทวีปหรือซีกโลก แต่กลับสามารถสื่อสารกันได้ราวกับอยู่ใกล้กันเพียงเอื้อมมือ สิ่งเหล่านี้สะท้อนให้เห็นถึงพลวัตของสังคมและค่านิยมที่เปลี่ยนแปลงไปในยุคปัจจุบัน ค่านิยม (Value) ในสังคมไทย



ปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างมาก และรวดเร็วยิ่งกว่าที่คาดคิด สาเหตุสำคัญมาจากการรับอิทธิพลของวัฒนธรรมตะวันตกและวัฒนธรรมจีนในด้านต่าง ๆ ทำให้วัฒนธรรมเหล่านี้แพร่หลายเข้าสู่สังคมไทยอย่างรวดเร็ว ส่งผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมทางสังคมและค่านิยมของคนไทยในปัจจุบันอย่างมีนัยสำคัญ (Thassanee Thongsawang, 1994)

สังคมในอดีต ผู้คนส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เต็มไปด้วยความมั่นคง (Stability) ความแน่นอน (Certainty) ความเรียบง่าย (Simplicity) และความสะดวกสบาย (Comfort) หรือที่เรียกรวมกันว่า SCSC สภาวะเช่นนี้ทำให้จิตใจของผู้คนรู้สึกปลอดภัยและมั่นคง จนกลายเป็นความเคยชินและความเชื่อมั่นในสิ่งที่เป็นอยู่ เมื่อสังคมก้าวเข้าสู่ยุคแห่ง VUCA (Volatility, Uncertainty, Complexity, Ambiguity) ซึ่งเต็มไปด้วยความผันผวน ความไม่แน่นอน ความซับซ้อน และความคลุมเครือ ผู้คนเริ่มเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงที่ส่งผลกระทบต่อความมั่นคงทางจิตใจ พื้นที่ที่เคยรู้สึกปลอดภัยเริ่มสั่นคลอน ทำให้เกิดความกังวล ความไม่มั่นใจ และความหวาดกลัวต่ออนาคตที่ไม่แน่นอน บางคนพยายามต่อต้านการเปลี่ยนแปลง ในขณะที่บางคนรู้สึกกดดันจนประสิทธิภาพในการใช้ชีวิตลดลง การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วนี้บังคับให้ผู้คนต้องเร่งพัฒนาตัวเอง เพราะหากไม่สามารถปรับตัวได้ ก็อาจเผชิญกับความยากลำบากในการใช้ชีวิตในสังคมที่มีการแข่งขันสูง (Patcharaporn Duangchuen, 2018)

การนำหลักธรรมของพระพุทธศาสนาเพื่อนำไปใช้ในการดำรงชีวิตประจำวันตามลักษณะของปัญหาตามสติปัญญา และความประสงค์ของแต่ละบุคคล ดังนั้น ระดับคำสอนของพระพุทธศาสนาจึงมีหลายระดับ ทั้งที่เป็นสังฆธรรมเบื้องต้น เบื้องกลาง และเบื้องสูง มีทั้งส่วนที่เรียกว่าเป็นโลกียธรรมและโลกุตระธรรม ศิลเป็นคำสอนระดับเบื้องต้นหรือระดับพื้นฐาน คำสอนทั้งหมดเป็นระบบการปฏิบัติ เพราะเหตุที่คำสอนเป็นสังฆธรรม คือเกิดจากประสบการณ์จริง คำสอนจะให้ผลอย่างแท้จริงเฉพาะผู้ที่นำไปปฏิบัติเท่านั้น ศิลก็อยู่ในลักษณะเดียวกัน แม้ว่าจะ เป็นคำสอนระดับพื้นฐาน แต่ถ้าผู้นำไปปฏิบัติอย่างถูกต้องแล้ว จะมีความสัมพันธ์กับระบบอื่น ๆ และพัฒนาขึ้นไปจนถึงระดับสูงสุด ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “ศิลมิลักษณะอย่างนี้ สมาธิมิลักษณะอย่างนี้ ปัญญามิลักษณะอย่างนี้ สมาธิอันบุคคลอบรมโดยมีศิลเป็นฐาน ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก ปัญญาอันบุคคลอบรมโดยมีสมาธิเป็นฐาน ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก จิตอันบุคคลอบรมโดยมีปัญญาเป็นฐาน ย่อมหลุดพ้นโดยชอบจากอาสวะทั้งหลาย คือ กามาสวะ ภาวาสวะ และอวิชชาสวะ” (Mahachulalongkornrajavidyalaya University, 1996)

การอยู่ร่วมกันในครอบครัว หรือการครองเรือน ตลอดจนการดำรงชีวิตในสังคมอย่างมีความสุข จำเป็นต้องอาศัยการพัฒนาบุคลิกให้สมบูรณ์ ตามหลักพุทธปรัชญา การพัฒนาบุคลิกที่สมบูรณ์ต้องเป็นการพัฒนาแบบองค์รวม ซึ่งครอบคลุมทั้งกาย จิต และปัญญา หลักธรรมที่ใช้ในการพัฒนาชีวิตของผู้ครองเรือนแบบองค์รวม ได้แก่ ขรรยาวาสธรรม 4 ประการ ได้แก่ สังขจะ คือ ความจริงใจและความซื่อสัตย์ต่อกัน ทมะ คือ การรู้จักข่มใจ ควบคุมอารมณ์ บังคับตนเอง และปรับตัวเข้ากับการงานและสิ่งแวดล้อมได้ดี ขันติ คือ ความอดทน จาคะ คือ ความเสียสละ เผื่อแผ่ แบ่งปัน และมีน้ำใจ หากแต่ละคนพยายามปลูกฝังและบำรุงให้หลักธรรมเหล่านี้เจริญออกมาโดยทั่วกัน ย่อมก่อให้เกิดความสุขและความร่มเย็นแก่สังคม อีกทั้งยังเป็นรากฐานสำคัญในการพัฒนาประเทศให้เจริญก้าวหน้าและมั่นคง (Prasit Wongsrithep and colleagues, 2019)



จากข้อมูลที่กำลังมาข้างหน้า การบูรณาการหลักธรรมเข้ากับการดำเนินชีวิตในยุคปัจจุบัน ซึ่งเต็มไปด้วยความผันผวน ความไม่แน่นอน ความซับซ้อน และความคลุมเครือ จึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง เนื่องจากหลักธรรมสามารถเป็นแนวทางในการดำรงชีวิตอย่างมีสติและสมดุล ในบรรดาหลักธรรมที่เกี่ยวข้อง สीलขันธวรรคถือเป็นหมวดธรรมที่มีความสำคัญ เพราะได้รวบรวมคำสอนเกี่ยวกับ ศิล ซึ่งเป็นพื้นฐานของการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องและดีงาม การมีศีลช่วยให้บุคคลสามารถควบคุมพฤติกรรมทางกายและวาจา ลดการเบียดเบียนทั้งตนเองและผู้อื่น รวมถึงเสริมสร้างสังคมให้อยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข ดังนั้น การศึกษาและนำเสนอเนื้อหาจาก สीलขันธวรรคในบทความวิชาการนี้ จะช่วยให้เกิดความเข้าใจในหลักศีลอย่างลึกซึ้ง และสามารถประยุกต์ใช้ได้จริงในชีวิตประจำวัน ดังที่จะอธิบายในแต่ละหัวข้อต่อไป

การดำเนินชีวิตภายใต้สภาพแวดล้อมปัจจุบัน

การดำเนินชีวิตของผู้คนในแต่ละภูมิภาคมีทั้งความคล้ายคลึงและแตกต่างกัน โดยขึ้นอยู่กับปัจจัยหลากหลายด้าน ไม่ว่าจะเป็นสภาพทางภูมิศาสตร์ วัฒนธรรมดั้งเดิม ความเชื่อ ศาสนา และประเพณีท้องถิ่น ซึ่งปัจจัยเหล่านี้มีส่วนสำคัญในการหล่อหลอมวิถีชีวิตและสร้างอัตลักษณ์เฉพาะตัวให้กับแต่ละชุมชน ความแตกต่างเหล่านี้ไม่เพียงแต่สะท้อนให้เห็นถึงค่านิยมของคนในพื้นที่ แต่ยังแสดงให้เห็นถึงรูปแบบการดำเนินชีวิตที่โดดเด่นและเป็นเอกลักษณ์ของแต่ละท้องถิ่นอีกด้วย วิถีชีวิตของมนุษย์ในสังคมถูกหล่อหลอมและกำหนดโดยวัฒนธรรม ตั้งแต่เกิดจนตาย ทุกย่างก้าวในชีวิตประจำวัน ตั้งแต่ตื่นนอนจนถึงเข้านอน ล้วนสัมพันธ์กับวัฒนธรรมทั้งสิ้น ไม่ว่าจะเป็นการแปร่งฟัน การแต่งตัว การเลือกเครื่องประดับ การทำงาน การพักผ่อน หรือแม้แต่กิจกรรมยามว่าง เช่น การเล่นกีฬา หรือการดูโทรทัศน์ ล้วนเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมที่เราซึมซับมาตั้งแต่เด็ก วัฒนธรรมไม่เพียงแต่กำหนดพฤติกรรมในชีวิตประจำวันเท่านั้น แต่ยังเป็นรากฐานสำคัญที่กำหนดรูปแบบของสถาบันต่าง ๆ ในสังคม ไม่ว่าจะเป็นครอบครัว ระบบเศรษฐกิจ การเมือง การศึกษา หรือศาสนา วัฒนธรรมเป็นตัวกำหนดกรอบความคิดและค่านิยมของสังคม ว่าอะไรควรทำหรือไม่ควรทำ อะไรเป็นที่ยอมรับหรือควรหลีกเลี่ยง รวมถึงการกำหนดเป้าหมายในชีวิตที่คนในสังคมควรมุ่งมั่น ทุกการกระทำของมนุษย์ ไม่ว่าจะเป็นการกิน การดื่ม การพูด การอ่าน การเขียน การคิด การทำงาน การพักผ่อน หรือการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น ล้วนอยู่ภายใต้กรอบของวัฒนธรรมทั้งสิ้น วัฒนธรรมจึงเปรียบเสมือนกาวที่เชื่อมร้อยชีวิตมนุษย์เข้าไว้ด้วยกัน สร้างระเบียบแบบแผนและความสอดคล้องให้สังคมสามารถดำเนินไปได้อย่างมีแบบแผนและสันติสุข (Wannaporn Anantawong and colleagues, 2018)

ขณะเดียวกัน สถานการณ์หรือปรากฏการณ์ที่เคยถูกมองว่าไม่ปกติ ไม่คุ้นเคย หรือไม่ได้เป็นมาตรฐานตามวิถีเดิม อาจเปลี่ยนแปลงไปเมื่อเกิดเหตุการณ์สำคัญหรือวิกฤติบางอย่าง ส่งผลให้สิ่งเหล่านั้นกลายเป็นเรื่องปกติและได้รับการยอมรับเป็นมาตรฐานใหม่ ทักษะชีวิตเป็นสิ่งที่จำเป็นและสำคัญที่มนุษย์ต้องมี ต้องเรียนรู้และปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์หรือสิ่งแวดล้อมที่ไม่คุ้นเคย ซึ่งเรียกว่า ความปกติใหม่ โดยต้องเตรียมความพร้อมและฝึกฝนทักษะใหม่ ๆ อยู่เสมอ ผ่านการปรับตัวและเผชิญหน้ากับปัญหา สามารถแก้ปัญหาและดำเนินชีวิตโดยใช้ทักษะต่าง ๆ ซึ่งเรียกว่า ทักษะชีวิต ทักษะชีวิตประกอบด้วย ทักษะทางความคิด ทักษะทางจิตใจ ทักษะทางการ



กระทำ และทักษะทางสังคม นอกจากนี้ ยังต้องมี ทักษะการใช้เทคโนโลยี และ การเรียนรู้ตลอดชีวิต อีกด้วย ดังนั้น ทุกคนจึงต้องมีความเข้าใจเกี่ยวกับทักษะชีวิต เพื่อพัฒนาตนเองให้มี ความรู้ ทักษะ และเจตคติ ที่เหมาะสม สามารถดำเนินชีวิตตามบทบาทหน้าที่ของตนเองในสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ในโลกปัจจุบัน ซึ่งจะทำให้สามารถดำรงชีวิตได้อย่างเหมาะสมภายใต้ ความปกติใหม่ (Warinthorn Phanfuenfu, 2022)

พฤติกรรมของบุคคลที่แสดงออกผ่านการใช้เวลาในการทำกิจกรรม ความสนใจ และความคิดเห็น ซึ่งในแต่ละบุคคลหรือกลุ่มคนจะมีรายละเอียดของรูปแบบในการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกันออกไป ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับอิทธิพลของปัจจัยต่าง ๆ ตามแต่บริบทของสภาพแวดล้อมที่บุคคลหรือกลุ่มบุคคลนั้นอาศัยอยู่ (Kanokwara Puangpramong and Sanit Noonan, 2018) ดังนั้น ด้วยความที่ตัวตนของมนุษย์มีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ มนุษย์จึงแสวงหาความรู้เพื่อแสดงคุณค่าในตนเอง ซึ่งจำเป็นต้องพิจารณาผ่านหลักคุณค่าของชีวิต หากดำรงอยู่ในสังคมโดยปราศจากการไตร่ตรองอย่างลึกซึ้ง ย่อมอาจถูกจำกัดด้วยอคติจากสามัญสำนึก แต่เมื่อสามารถมองเห็นปัญหารอบตัวได้อย่างชัดเจนขึ้น ย่อมทำให้แต่ละคนสามารถกำหนดแนวทางในการดำเนินชีวิตของตนเอง และตั้งเป้าหมายเพื่อขับเคลื่อนตนให้ก้าวไปสู่จุดมุ่งหมายนั้นได้ตามความเป็นจริง

พระครูโอภาสสรวิธาน (ชาตรี อาสภ) และคณะได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับการดำรงชีวิตของบุคคล โดยแบ่งออกเป็นหลายระดับ ซึ่งสะท้อนถึงมิติที่หลากหลายในการใช้ชีวิต ตั้งแต่ระดับพื้นฐานไปจนถึงระดับที่เกี่ยวข้องกับความเข้าใจในชีวิตและการพัฒนาตนเอง รวมถึงการปรับตัวในสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่อง เช่น การสร้างโลกทัศน์ที่เปิดกว้าง การมองโลกและชีวิตจากมุมมองที่หลากหลาย การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ลึกซึ้ง ตลอดจนการสร้างแรงจูงใจให้มนุษย์แสวงหาคคุณค่าในชีวิต อีกมุมมองหนึ่ง มนุษย์เป็นสิ่งมีชีวิตที่มีสติปัญญาและความสามารถในการคิด จึงมักมองหาหลักคำสอนเพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต โดยแต่ละคนย่อมมีอัตลักษณ์เฉพาะตัว มีมุมมองต่อการใช้ชีวิตที่แตกต่างกัน อย่างไรก็ตาม มีแนวคิดหลักเกี่ยวกับการดำเนินชีวิต 5 แนวคิดที่สำคัญ ได้แก่ ประโยชน์นิยม สุขนิยม ศานตินิยม มนุษยนิยม และศิลปะนิยม ความหลากหลายในพฤติกรรมท่ามกลางความไม่แน่นอน บางการกระทำอาจดูไร้ความหมาย แต่หากมุ่งหวังเติมเต็มคุณค่าของตนเอง ย่อมต้องอาศัยความกล้าไม่น้อย ทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว สังคม และสิ่งแวดล้อม การเปลี่ยนแปลงของสังคมในยุคชีวิตวิถีใหม่ทำให้ผู้คนต้องปรับตัวให้เข้ากับเทคโนโลยีและโลกอินเทอร์เน็ต ต้องปรับพฤติกรรมด้านการเว้นระยะห่างทางสังคม การดูแลสุขภาพของตนเองและผู้อื่น รวมถึงการรักษาสมดุลในการใช้ชีวิต ในสังคมที่มีเสรีภาพ การดำเนินชีวิตย่อมอยู่บนพื้นฐานของมนุษยนิยม ซึ่งยอมรับความหลากหลายและความแตกต่างในแนวคิด ความเชื่อ และการสืบทอดวัฒนธรรม ส่งผลให้พฤติกรรมทางสังคมแตกต่างกันไปตามบริบทของวัฒนธรรม การเมือง และเศรษฐกิจ ด้วยรากฐานความคิดที่แตกต่างกันเช่นนี้ มนุษย์จึงมีแนวทางในการดำเนินชีวิตและผลลัพธ์จากการใช้ชีวิตที่แตกต่างกันไปตามมุมมองและโลกทัศน์ของแต่ละบุคคล (Phrakruopassaratikhun (Chatrri Asapho) and colleagues, 2021)

ตัวอย่างเช่น ผู้คนจำนวนมากเริ่มหันมาใส่ใจสุขภาพมากยิ่งขึ้น โดยเลือกออกกำลังกายเป็นประจำ เช่น การวิ่งหรือโยคะในสวนสาธารณะ ขณะเดียวกัน วิถีชีวิตของชาวชนบทก็เปลี่ยนแปลงไป โดยนำเทคโนโลยีเข้ามาช่วยในการค้าขายและสื่อสารกับผู้บริโภคโดยตรง วิถีรุ่นยุคใหม่มีแนวโน้มเรียนรู้ผ่านแพลตฟอร์มออนไลน์มากขึ้น



แทนที่การเรียนในห้องเรียนแบบดั้งเดิม คนวัยทำงานจำนวนไม่น้อยเลือกทำงานจากที่บ้านเพื่อความยืดหยุ่นและสมดุลในชีวิตส่วนตัว ครอบครัวหลายครัวเรือนเริ่มใช้พลังงานทางเลือก เช่น แผงโซลาร์เซลล์ เพื่อรักษาสิ่งแวดล้อมและลดค่าใช้จ่าย ผู้สูงอายุหันมาเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาเพื่อส่งเสริมสุขภาพทั้งกายและใจ ขณะที่คนรุ่นใหม่เปิดกว้างต่อความหลากหลายและยืนหยัดในหลักสิทธิมนุษยชนมากขึ้นในชีวิตประจำวัน

จากข้อมูลข้างต้น การดำเนินชีวิตของคนในแต่ละภูมิภาคนั้นถูกหล่อหลอมโดยปัจจัยหลากหลายด้าน ทั้งภูมิศาสตร์ วัฒนธรรม ความเชื่อ และประเพณีท้องถิ่น ซึ่งล้วนส่งผลต่อการสร้างอัตลักษณ์เฉพาะตัวของชุมชนและสะท้อนถึงค่านิยมในแต่ละพื้นที่ วิถีชีวิตประจำวันของคนในสังคมถูกกำหนดโดยวัฒนธรรมที่บ่มเพาะพฤติกรรมต่าง ๆ เช่น การทำงาน การพักผ่อน และการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น นอกจากนี้ วัฒนธรรมยังมีบทบาทสำคัญในการกำหนดค่านิยมและกรอบความคิดที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตของบุคคลในสังคมนั้น ๆ ในยุคปัจจุบันที่ทุกสิ่งเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว การพัฒนาทักษะชีวิตจึงกลายเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง ทักษะชีวิตไม่เพียงแต่รวมถึงทักษะทางความคิดและการกระทำเท่านั้น แต่ยังครอบคลุมถึงทักษะทางสังคมและการใช้เทคโนโลยีเพื่อปรับตัวให้ทันกับ “ความปกติใหม่” ที่เกิดขึ้น บุคคลจึงจำเป็นต้องเรียนรู้และพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้สามารถตอบสนองต่อการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ในสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ ความหลากหลายในการดำเนินชีวิตยังสะท้อนให้เห็นถึงแนวคิดที่แตกต่างกัน เช่น ประโยชน์นิยมและมนุษยนิยม ซึ่งเป็นแนวทางที่ช่วยให้บุคคลสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างสมดุลในสังคมที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา แนวคิดเหล่านี้ไม่เพียงแต่ช่วยในการปรับตัว แต่ยังส่งเสริมให้เกิดความเข้าใจและยอมรับในความแตกต่างของกันและกันอีกด้วย

ปัญหาการเปลี่ยนแปลงของสังคม

ภายใต้สภาพแวดล้อมของสังคมปัจจุบัน ความเปลี่ยนแปลงเป็นสิ่งที่ไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ การศึกษาและทำความเข้าใจสภาพแวดล้อมจึงจำเป็นต้องพิจารณาให้สอดคล้องกับบริบทที่เกี่ยวข้องเพื่อให้สามารถปรับตัวและตอบสนองต่อการเปลี่ยนแปลงได้อย่างเหมาะสม การเปลี่ยนแปลงทางสังคมเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นอย่างไม่หยุดนิ่งและส่งผลกระทบต่อชีวิตมนุษย์ในหลายมิติ โดยเฉพาะในสังคมไทยที่ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่ทั้งทางเศรษฐกิจ วัฒนธรรม และเทคโนโลยีตลอดหลายทศวรรษที่ผ่านมา การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ไม่เพียงแต่ส่งผลกระทบต่อระบบเศรษฐกิจและการเมืองเท่านั้น แต่ยังซึมลึกไปถึงความสัมพันธ์ภายในครอบครัว ซึ่งถือเป็นหน่วยสำคัญที่สุดของสังคมอีกด้วย (Kanokwan Ananthasathorn, 2019)

พระณัฐวดี พันทะลี ได้แสดงทัศนะเกี่ยวกับปัญหาที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงทางสังคม โดยระบุว่า การเกิดขึ้นของระบบสังคมรูปแบบใหม่ได้นำมาซึ่งปัญหาต่อหลายประเทศ รวมถึงประเทศไทย ทั้งนี้ มีผู้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับกระแสโลกาภิวัตน์และผลกระทบที่เกิดขึ้นต่อโลกและประเทศไทยในหลายด้าน (Phra Nathawut Phantalay, 2020) ซึ่งสามารถสรุปได้ดังนี้

1. ผลกระทบต่อระบอบประชาธิปไตย ระบบโลกไม่ได้ส่งเสริมให้ระบอบประชาธิปไตยของไทยพัฒนาไปในทางที่ดีขึ้น แม้ว่าการเปลี่ยนแปลงรัฐบาลของไทยจะเป็นไปตามวิถีทางของรัฐธรรมนูญที่มีรัฐสภาและ



สมาชิกสภาผู้แทนราษฎรที่มาจาก การเลือกตั้ง แต่รัฐบาลยังคงขาดเสถียรภาพ โดยเฉพาะรัฐบาลผสมที่พรรคการเมืองและนักการเมืองอาศัยเงินเป็นปัจจัยสำคัญในการเข้าสู่อำนาจเพื่อตอบสนองผลประโยชน์ของตนเองและพรรคพวก กระแสโลกาภิวัตน์ทางการเมืองได้นำไปสู่ยุค “ทุนธิปไตยไร้พรมแดน” ซึ่งอาจเป็นจุดจบของระบอบประชาธิปไตย ประเทศที่ยากจนไม่มีอำนาจต่อรองและต้องยอมรับอิทธิพลของกลุ่มประเทศทุนนิยมขนาดใหญ่และบริษัทข้ามชาติ ซึ่งเข้ามาแสวงหาผลประโยชน์ในรูปแบบของ “ลัทธิล่าอาณานิคมยุคใหม่” โดยใช้เงินและระบบสื่อสารไร้พรมแดนเป็นเครื่องมือ

2. ผลกระทบต่อวัฒนธรรมและเศรษฐกิจ ระบบสื่อสารที่เสรีทำให้โลกไร้พรมแดนและวัฒนธรรมมีความใกล้ชิดกันมากขึ้น วัฒนธรรมอเมริกัน ซึ่งเป็นวัฒนธรรมบริโภคนิยมและวัตถุนิยม ได้เข้าครอบงำสังคมโลก ส่งผลให้เงินตรากลายเป็นสิ่งที่ทุกคนแสวงหา ตลาดทุนและการเงินเสรีเปิดโอกาสให้กลุ่มทุนข้ามชาติเข้ามาแสวงหากำไรไร้พรมแดน มีอำนาจเหนือรัฐและระบบเศรษฐกิจระดับชาติ โดยสร้างเครือข่ายเศรษฐกิจขึ้นมาควบคุมผ่านมาตรการทางภาษีและการกำหนดมาตรฐานสินค้า เช่น ISO 9000 และ ISO 14000

3. ผลกระทบของระบบสารสนเทศ ระบบสารสนเทศที่ทำให้การติดต่อทั่วโลกเป็นไปอย่างรวดเร็วกลายเป็นเครื่องมือสำคัญที่ช่วยขับเคลื่อนโลกเข้าสู่ยุคที่เงินตรามีบทบาทสูงสุด โดยมีตลาดเงินและตลาดทุนเป็นหัวใจของระบบเศรษฐกิจ

4. วิฤตเศรษฐกิจและผลกระทบของโลกาภิวัตน์ วิฤตเศรษฐกิจฟองสบู่ที่เกิดขึ้นในประเทศไทยและประเทศอื่น ๆ ในเอเชีย สะท้อนให้เห็นถึงความล้มเหลวของระบบเศรษฐกิจภายใต้โลกาภิวัตน์ ซึ่งกำลังทำลายเสถียรภาพของระบบเศรษฐกิจโลกโดยรวม

เมื่อเปรียบเทียบการดำเนินชีวิตของผู้คนในสังคมปัจจุบันเป็นไปด้วยความเร่งรีบและความเปลี่ยนแปลงที่ไม่หยุดนิ่ง หากย้อนมองไปในอดีต ผู้คนอาจไม่ให้ความสำคัญกับการศึกษามากนัก แต่ในยุคปัจจุบัน การแสวงหาความรู้ สถานะทางสังคม และบทบาทในสังคมกลายเป็นสิ่งจำเป็นที่ทุกคนต้องขวนขวาย เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างอดีตกับปัจจุบัน จะเห็นได้ว่าความเจริญทางวัตถุและเทคโนโลยีได้แผ่ขยายเข้าสู่พื้นที่ชนบทมากขึ้น ส่งผลให้วิถีชีวิตและค่านิยมเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ในบริบทเช่นนี้ การนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้จึงมีความสำคัญไม่น้อย เพราะช่วยสร้างสมดุลและเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงอันวุ่นวายของสังคมยุคใหม่

การเปลี่ยนแปลงทางสังคมในยุคปัจจุบันเป็นปรากฏการณ์ที่ไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ และส่งผลกระทบต่อชีวิตมนุษย์ในหลายมิติ ทั้งทางเศรษฐกิจ วัฒนธรรม เทคโนโลยี และการเมือง โดยเฉพาะในสังคมไทยที่ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่ตลอดหลายทศวรรษที่ผ่านมา การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ไม่เพียงแต่ส่งผลกระทบต่อระบบเศรษฐกิจและการเมืองเท่านั้น แต่ยังกระทบถึงความสัมพันธ์ภายในครอบครัว ซึ่งเป็นหน่วยพื้นฐานของสังคม กระแสโลกาภิวัตน์ได้นำมาซึ่งปัญหาต่าง ๆ เช่น การเสื่อมถอยของระบอบประชาธิปไตย การครอบงำของวัฒนธรรมบริโภคนิยม และวิฤตเศรษฐกิจที่เกิดจากระบบทุนนิยมไร้พรมแดน นอกจากนี้ ความเร่งรีบและความก้าวหน้าทางเทคโนโลยียังทำให้วิถีชีวิตและค่านิยมของคนในสังคมเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว การนำ



หลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้จึงเป็นแนวทางสำคัญในการสร้างสมดุลและช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัวท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงที่วุ่นวายของสังคมยุคใหม่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

หลักขราวาสธรรม

ก่อนที่จะนำหลักขราวาสธรรมมาบูรณาการในการดำเนินชีวิต เราจำเป็นต้องทำความเข้าใจความหมายและความสำคัญของหลักขราวาสธรรมอย่างลึกซึ้งเสียก่อน โดยผู้ศึกษาได้ดำเนินการรวบรวมและค้นคว้าข้อมูลอย่างละเอียด ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ความเป็นอยู่ของมนุษย์นั้นมีสองทางในทางพระพุทธศาสนา คือ ทางแห่งนักบวชและทางแห่งคฤหัสถ์ เส้นทางสองอย่างนี้แตกต่างกันในความเป็นอยู่ของชีวิต มนุษย์จะเลือกเดินทางไหน พระพุทธเจ้าทรงสอนให้ปฏิบัติศีลและธรรมเพื่อพ้นทุกข์ เข้าสู่พระนิพพานเป็นความสุขที่แท้จริง อีกทางหนึ่งเป็นของคฤหัสถ์ที่เป็นทางแห่งความทุกข์ คือ มีความสุขน้อยแต่ทุกข์มาก แต่มนุษย์ก็มีจำนวนมากที่ไม่สามารถปฏิบัติธรรมแสวงหาความสุข คือ พระนิพพานได้ เพราะยังต้องการความสุขของความเป็นมนุษย์ คือ กิน กาม เกียรติ แต่พระพุทธเจ้าใช้ว่าพระองค์จะทรงสอนทางปฏิบัติบรรลุดุจธรรมอย่างเดียวไม่ พระพุทธเจ้าก็ยังทรงอนุเคราะห์ในการตรัสสอนให้มนุษย์ดำรงชีวิตให้มีความสุขแบบคฤหัสถ์ที่ยังมีกิเลสอยู่ การสอนให้มีศีลและธรรมะในการปฏิบัติตามหลักมนุษย์ทั่วไป หลักธรรมที่เป็นแนวปฏิบัตินั้นก็คือ ขราวาสธรรม ธรรมสำหรับคฤหัสถ์ ธรรมสำหรับชาวบ้านที่มีชนนักบวช ชาวบ้านที่มีศีลมีธรรมะก็สามารถพบกับความสุขได้ตามแบบฉบับความสุขของการครองเรือน การครองเรือน คือ การดำเนินชีวิตครอบครัว โดยความตกลงใจอยู่ร่วมกันกันฉันสามีภรรยา ไม่ว่าจะโดยพฤตินัยหรือโดยนิตินัย รวมทั้งการมีและการปกครองดูแลบุตรและบริวารในครอบครัวอีกด้วย (Prakit Kijjaruwattanakul, 2008)

ขราวาสธรรม ประกอบด้วยคำ 2 คำ คือ ขราวาส แปลว่า ผู้ดำเนินชีวิตในทางโลก ผู้ครองเรือน หรือชาวบ้าน หมายถึง ผู้ครองเรือน ก็คือ คฤหัสถ์ ธรรม แปลว่า ความถูกต้อง ความดีงาม นิสัยที่ดีงาม คุณสมบัติ ดังนั้น ขราวาสธรรม จึงแปลว่า คุณสมบัติของผู้ประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิตทางโลก หลักธรรมสำหรับการครองเรือน หรือ ธรรมของผู้ครองเรือน มี 4 ประการ ได้แก่ สัจจะ คือ ความจริง เช่น ซื่อสัตย์ต่อกัน ทมะ คือ การฝึกฝนปรับปรุงตน เช่น รู้จักข่มใจ ควบคุมอารมณ์ บังคับตนเอง ปรับตัวเข้ากับภาระงานและสิ่งแวดล้อมให้ได้ดี ขันติ คือ ความอดทน จาคะ คือ ความเสียสละ เผื่อแผ่ แบ่งปัน มีน้ำใจ (Phrathammapidok (P. A. Payutto), 2003)

สมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า (พิมพ์ ธมฺมธโร) ได้เสนอแนวคิดเพื่อสนับสนุนแนวทางการครองเรือนตามหลักขราวาสธรรม 4 (Somdejphramahavirawong (Phim Dhammatharo), 1987) ซึ่งประกอบด้วยองค์ประกอบหลักดังนี้

1) **สัจจะ** ความซื่อสัตย์ซื่อตรง พุดจริง ทำจริง จริ่งใจต่อกัน เป็นหลักสำคัญที่จะให้เกิดความไว้วางใจและไม่ตรีจิตสนิทต่อกัน ขาดสัจจะเมื่อใดย่อมเป็นเหตุให้เกิดความระแวงแคลงใจกัน เป็นจุดเริ่มต้นแห่งความริ้วฉาน ซึ่งยากนักที่จะประสานให้คืนดีได้ดังเดิม



2) **ทมะ** การฝึกฝน การข่มใจ ฝึกนิสัย ปรับตัว ฝึกหัดตัดนิสัย ปรับปรุงตนให้เจริญก้าวหน้าด้วยสติปัญญา การรู้จักบังคับควบคุมอารมณ์ ข่มใจระงับความรู้สึกต่อเหตุบกพร่องของกันและกัน รู้จักฝึกฝนปรับปรุงตน แก้ไขข้อบกพร่อง ปรับนิสัยและอัธยาศัยให้กลมกลืน ประสานเข้าหากันได้ ไม่เป็นคนถือด้านเอาแต่ใจและอารมณ์ของตน คนที่ขาดธรรมข้อนี้ย่อมปล่อยให้ข้อแตกต่างปลีกย่อยทางอุปนิสัยและการอบรม กลายเป็นเหตุแตกแยกสามัคคีใหญ่โต จนไม่สามารถแก้ไขได้

3) **ขันติ** ความอดทน อดกลั้น ต่อความหนักและความร้ายแรงทั้งหลาย ตั้งหน้าทำหน้าที่การทำงานด้วยความขยันหมั่นเพียร เข้มแข็ง ทนทาน ไม่วินิจฉัย มั่นในจุดหมาย ไม่ท้อถอย นอกจากมีข้อแตกต่างขัดแย้งทางอุปนิสัย การอบรม และยังคงต้องมีความอดทนต่อความลำบากตรากตรำ และเรื่องหนักใจต่างๆ ในการประกอบกิจการอาชีพ เป็นต้น มีสติอดกลั้น คิดอุบายใช้ปัญญาหาทางแก้ไขเหตุการณ์ให้ลุล่วงไปด้วยดี แสดงกิริยาวาจาสุภาพประมาทซึ่งใช้คำพูดให้เกิดความเสียหาย และผู้น้อยซึ่งแสดงอาการเหยียดหยามก็สามารถอดทน โดยไม่มีการโต้ตอบบุคคลเหล่านั้นเพื่อรักษามิตรภาพอันดีเอาไว้

4) **จาคะ** ความเสียสละ สละกิเลส สละความสุขสบายและผลประโยชน์ส่วนตนให้ใจกว้าง พร้อมทั้งจะรับฟังความทุกข์ ความคิดเห็น และความต้องการของผู้อื่น พร้อมทั้งจะร่วมมือช่วยเหลือเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่คับแคบเห็นแก่ตนหรือเอาแต่ใจตัว ความเผื่อแผ่แบ่งปัน ตลอดถึงความมีน้ำใจเอื้อเฟื้อต่อกัน จะต้องรู้จักความเป็นผู้ให้ด้วย และยังหมายถึงการให้น้ำใจแก่กัน การแสดงน้ำใจเอื้อเฟื้อต่อกัน ตลอดจนการเสียสละความพอใจและความสุขส่วนตัวได้

ความเป็นมาและความสำคัญของพระสูตร พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงตอบปัญหาที่อาฬวกยักษ์ถามไว้หลายประการ โดยเฉพาะอย่างยิ่งทรงแสดง ฆราวาสธรรม หรือธรรมะของผู้ครองเรือน 4 ประการ ได้แก่ สัจจะ ทมะ ขันติ และจาคะ ซึ่งเป็นหลักธรรมสำคัญที่ควรยึดมั่นไว้ในใจ เพราะช่วยส่งเสริมให้ชีวิตประสบความสำเร็จก้าวหน้า ทั้งในปัจจุบันและในโลกหน้าด้วย

นอกจากนี้ หลักฆราวาสธรรมยังเป็นแนวทางสำคัญในการแก้ไขปัญหาสังคม ซึ่งไม่ว่ายุคใดสมัยใดก็ต้องการเผชิญ ได้แก่

1. **ความหวาดระแวงและไม่ไว้วางใจซึ่งกันและกัน** เช่น พ่อแม่หวาดระแวงลูก สามีภรรยาขาดความเชื่อมั่นต่อกัน ก่อให้เกิดปัญหาครอบครัวและสังคม

2. **ความไม่รู้** ความเขลาเบาปัญญา ทำให้ไม่ทันโลก ทันคน และไม่เข้าใจกลไกของกิเลสในใจตนเอง

3. **ความยากจนและความเหลื่อมล้ำทางสังคม** ส่งผลให้เกิดความมานะถือตัว การแบ่งชนชั้น และการดูถูกกัน

4. **ความเห็นแก่ตัว** ก่อให้เกิดการเอาตัวเอียง ขาดความเห็นอกเห็นใจ และบั่นทอนความสามัคคีในสังคม

หากแต่ละคนได้น้อมนำ หลักฆราวาสธรรมไปปฏิบัติย่อมช่วยลดปัญหาทางสังคมและสร้างความสงบสุขให้แก่ชีวิต ครอบครัว และสังคมโดยรวม (Phrapaiphap Phutthadhammakhaya Temple Publishing House, 2019) พระพุทธเจ้าทรงตรัสว่า ฆราวาสธรรมคือหลักปฏิบัติสำหรับผู้ที่เป็นคนคฤหัสถ์ ผู้ที่อยู่ครองคู่สามี



ภรรยา กัน ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญมากกว่า เพราะถ้าครอบครัวไม่มีความสุขในบ้านที่มีสามีภรรยาแล้ว ก็เกิดปัญหาทางครอบครัวและสังคม ดังนั้น ครอบครัวเป็นสังคมเล็กๆ แต่สามารถทำให้เกิดความสุขที่ยิ่งใหญ่ และตรงกันข้ามสามารถสร้างปัญหาที่ยิ่งใหญ่ได้ โทษของการขาดฆราวาสธรรมโดยรวมก็คือ เมื่อขาดสัจจะ ย่อมเกิดปัญหา ถูกหวาดระแวง เมื่อขาดธรรมะ ย่อมเกิดปัญหาความโง่เขลา เมื่อขาดขันติ ย่อมเกิดปัญหาความยากจน และเมื่อขาดจาคะ ย่อมเกิดปัญหาความเห็นแก่ตัวเกิดขึ้นในสังคม (Phra Maharingkay Takla, 2013)

จากที่กล่าวมาข้างต้น พอสรุปได้ว่า หลักฆราวาสธรรมเป็นธรรมะสำหรับผู้ครองเรือนที่พระพุทธเจ้าทรงสอนเพื่อให้คนทุกชนชั้นสามารถดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขและประสบความสำเร็จ ประกอบด้วย 4 ประการ ได้แก่ สัจจะ (ความซื่อสัตย์) ทมะ (การควบคุมตนเอง) ขันติ (ความอดทน) และ จาคะ (การเสียสละ) หลักธรรมนี้ช่วยสร้างความไว้วางใจในครอบครัวและสังคม พัฒนาตนเองให้มีวินัย ฝึกฝนจิตใจให้แข็งแกร่ง และส่งเสริมการแบ่งปันเพื่อลดความเห็นแก่ตัว การนำหลักฆราวาสธรรมมาปฏิบัติไม่เพียงแต่ช่วยแก้ปัญหาส่วนตัว แต่ยังช่วยลดปัญหาสังคม เช่น ความหวาดระแวง ความยากจน และความเหลื่อมล้ำ ส่งผลให้ครอบครัวและสังคมอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข

บทสรุป

การเปลี่ยนแปลงทางสังคมในยุคปัจจุบันเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ และส่งผลกระทบต่อหลายด้าน ไม่ว่าจะเป็นเศรษฐกิจ วัฒนธรรม เทคโนโลยี หรือการเมือง โดยเฉพาะสังคมไทยที่ต้องเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่ตลอดหลายทศวรรษที่ผ่านมา ปรากฏการณ์เหล่านี้ไม่เพียงกระทบต่อระบบเศรษฐกิจและการเมืองเท่านั้น แต่ยังส่งผลถึงความสัมพันธ์ในครอบครัวและวิถีชีวิตของคน ความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีและกระแสโลกาภิวัตน์นำมาซึ่งปัญหาต่าง ๆ เช่น การเปลี่ยนแปลงค่านิยม การครอบงำของบริโภคนิยม และความเหลื่อมล้ำทางเศรษฐกิจ

ท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงที่ซับซ้อนนี้ การนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้จึงเป็นแนวทางสำคัญในการสร้างสมดุลให้กับชีวิต โดยเฉพาะ หลักฆราวาสธรรม ซึ่งเป็นแนวทางสำหรับผู้ครองเรือนที่ต้องเผชิญกับความท้าทายในโลกปัจจุบัน หลักธรรม 4 ประการ ได้แก่ สัจจะ (ความซื่อสัตย์) ทมะ (การควบคุมตนเอง) ขันติ (ความอดทน) และ จาคะ (การเสียสละ) ล้วนเป็นคุณธรรมที่ช่วยพัฒนาตนเอง เสริมสร้างความสัมพันธ์ที่ดี และส่งเสริมความสงบสุขในสังคม การบูรณาการหลักฆราวาสธรรมเข้ากับการดำเนินชีวิตไม่เพียงช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัวและดำรงตนได้อย่างเหมาะสม แต่ยังช่วยลดปัญหาสังคม เสริมสร้างคุณธรรม และนำไปสู่ความสุขที่แท้จริง ทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว และสังคมโดยรวม หลักธรรมเหล่านี้เป็นรากฐานสำคัญในการสร้างสังคมที่มีความสมดุลและยั่งยืนในยุคแห่งการเปลี่ยนแปลง

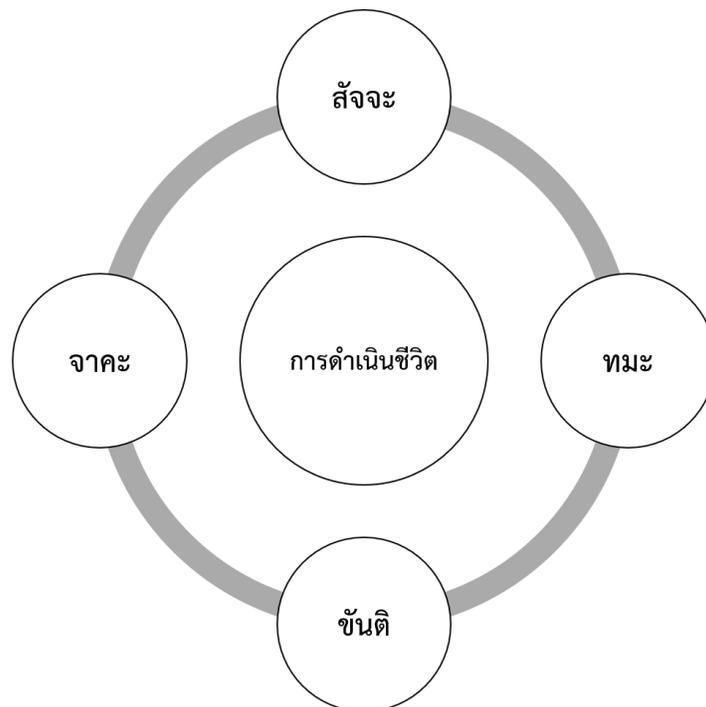
องค์ความรู้ใหม่ที่ได้รับ

หลักพุทธธรรมที่เหมาะสมกับการดำเนินชีวิตคือ “หลักฆราวาสธรรม” หรือที่เรียกกันว่า “ฆราวาส 4” ซึ่งเป็นหลักธรรมที่เหมาะสมสำหรับการครองเรือน เมื่อทำการสังเคราะห์และบูรณาการองค์ความรู้แล้ว สามารถ



อธิบายได้ว่า การบูรณาการหลักขราวาสธรรม 4 นี้จะสอนให้เรา รู้จักการดำเนินชีวิตทางโลกอย่างผู้ประสบความสำเร็จ โดยขราวาสธรรมประกอบด้วย 2 คำ คือ “ขราวาส” หมายถึง ผู้ดำเนินชีวิตในทางโลกหรือผู้ครองเรือน และ “ธรรม” หมายถึง ความถูกต้อง ความดีงาม หรือคุณธรรมที่ดีงาม หลักขราวาสธรรมประกอบด้วย ธรรมะ 4 ประการ คือ สัจจะ ทมะ ขันติ และจาคะ

ดังนั้น หากบุคคลต้องการประสบความสำเร็จทั้งในชีวิต การงาน ตำแหน่ง ฐานะ และความรัก บุคคลนั้นต้องสร้างสัจจะ ทมะ ขันติ และจาคะให้เกิดขึ้นกับตนตามหลักขราวาสธรรม 4 ยิ่งถ้าบุคคลสามารถพัฒนาคุณธรรมเหล่านี้จนเป็นคุณสมบัติพื้นฐานของตนได้ จะทำให้สามารถสร้างเกียรติยศ สร้างปัญญา สร้างทรัพย์สมบัติ และสร้างหมู่ญาติมิตรได้สำเร็จ ด้วยกำลังความเพียรของตนเอง ซึ่งสามารถนำเสนอให้เห็นได้ตามภาพที่ปรากฏ



ภาพแสดงการบูรณาการหลักขราวาสธรรมสำหรับการดำเนินชีวิต

(ที่มา : ผู้เขียน)

จากภาพข้างต้น การบูรณาการหลักขราวาสธรรมกับการดำเนินชีวิตสามารถอธิบายได้ผ่านหลักขราวาสธรรม 4 ประการ ได้แก่ สัจจะ (ความจริงใจและซื่อสัตย์) ทมะ (การรู้จักควบคุมตนเอง) ขันติ (ความอดทน) และจาคะ (การเสียสละ) ซึ่งล้วนเป็นหลักการที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้เพื่อสร้างความสำเร็จและความสงบสุขในชีวิตได้ ดังนี้

1. ด้านสัจจะ การรักษาความจริงใจและซื่อสัตย์เป็นรากฐานสำคัญของความน่าเชื่อถือ ทั้งในชีวิตส่วนตัวและการทำงาน ผู้ที่ยึดมั่นในสัจจะย่อมได้รับความไว้วางใจจากผู้อื่น ส่งผลให้สามารถสร้างความสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้นในครอบครัวและสังคม รวมถึงเสริมสร้างภาพลักษณ์ที่ดีในอาชีพการงาน



2. **ทมะ** การควบคุมตนเองและมีวินัยเป็นกุญแจสำคัญในการพัฒนาตนเองและดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพ การรู้จักยับยั้งชั่งใจช่วยให้สามารถตัดสินใจได้อย่างรอบคอบ และหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่อาจนำไปสู่ปัญหา ทั้งยังส่งเสริมให้เกิดความสมดุลในชีวิต

3. **ขันติ** ความอดทนเป็นคุณสมบัติที่ช่วยให้เราสามารถเผชิญกับอุปสรรคและความท้าทายในชีวิตได้อย่างมั่นคง ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการทำงาน การเรียน หรือการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ความอดทนช่วยสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจ และเป็นแรงผลักดันให้ก้าวผ่านปัญหาไปสู่ความสำเร็จ

4. **จาคะ** การรู้จักเสียสละและแบ่งปันเป็นคุณธรรมที่ช่วยสร้างสังคมที่เอื้อเฟื้อและเต็มไปด้วยความเมตตา ผู้ที่มีจาคะย่อมสามารถละทิ้งความเห็นแก่ตัว และมุ่งสร้างประโยชน์ให้กับส่วนรวม ส่งผลให้เกิดความสามัคคีและความสุขในชุมชน

เมื่อบูรณาการหลักฆราวาสธรรมทั้ง 4 ประการนี้เข้ากับการดำเนินชีวิต บุคคลจะสามารถพัฒนาตนเองให้เป็นผู้มีคุณธรรม มีความสุขทั้งภายในและภายนอก และประสบความสำเร็จในทุกด้าน ทั้งในครอบครัว การงาน และสังคมโดยรวม หลักการเหล่านี้ไม่เพียงแต่ช่วยให้ชีวิตมีความสมดุล แต่ยังส่งเสริมให้สังคมอยู่ร่วมกันอย่างสันติอีกด้วย

References

- Kanokwan Ananthasathorn. (2019). Social changes and their impact on family relationships in Thai society. *Journal of Social Sciences and Humanities*, 34(2), 45-59.
- Kanokwara Puangpramong and Sanit Noonan. (2018). Modern Thai rural society and the factors influencing lifestyle. *Journal of Social Science and Sociology*, 34(2), 45-59.
- Mahachulalongkornrajavidyalaya University. (1996). *The Thai Tripitaka: The edition of Mahachulalongkornrajavidyalaya*. Bangkok: Mahachulalongkornrajavidyalaya Printing House.
- Patcharaporn Duangchuen. (2018). Organizational leadership in the VUCA world. *Christian University Journal*, 24(3), 450-458.
- Phra Maharingkay Takla. (2013). Lay Buddhist principles in Lanna scriptures: "Eight Days of Growth." Master's Thesis in Arts, Chiang Mai University.
- Phra Nathawut Phantalay. (2020). Social change in the 21st century. *Academic Journal of Buddhism in the Mekong River Basin*, 3(2), 44-55.
- Phrakruopassaratikhun (Chattri Asapho) and colleagues. (2021). The Philosophy of Life and the New Way of Life. *Mahachulalongkornrajavidyalaya University Journal of Phutthasothorn Paritran*, 1(2), 108-124.

- Phrapaiphap Phutthadhammakhaya Temple Publishing House. (2019). Study guide on the Tripitaka: Master's Level (20th ed.). Nakhon Pathom: Metta Printing Co., Ltd.
- Phrathammapidok (P. A. Payutto). (2003). A dictionary of Buddhist terms: A compendium. Bangkok: Mahachulalongkornrajavidyalaya Printing House.
- Prakit Kijjaruwattanakul. (2008). Applying Buddhist principles to solve family problems in contemporary society. Master's Thesis in Buddhist Studies, Mahachulalongkornrajavidyalaya University.
- Prasit Wongsrithep and colleagues. (2019). The principles of lay Buddhist practice and their application to life development for householders. Dharmatrathan Academic Journal, 19(3), 265-273.
- Somdejphramahavirawong (Phim Dhammatharo). (1987). Mongkhon Yod Chiwit Chabap Somboon. Bangkok: Thammasapha.
- Srisakorn Vallipodom. (2025). Thai society and the changing human condition. Retrieved February 27, 2025, from <https://lek-prapai.org/home/view.php?id=943>
- Thassanee Thongsawang. (1994). Thai society. Bangkok: Department of Sociology, Faculty of Social Sciences, Srinakharinwirot University, Prasanmit.
- Wannaporn Anantawong and colleagues. (2018). The way of life and identity of the Kiriwong community. Proceedings from the 9th Hat Yai National and International Academic Conference, Hatyai University, 27-41.
- Warinthorn Phanfuenfu. (2022). Learning life skills under the new normal. Research Journal of Ratchaburi Rajabhat University, 9(2), 149-158.