



การปฏิบัติตนตามหลักโลกียธรรมของพุทธศาสนิกชน
ในตำบลสีพยา อำเภอกำแพงแสน จังหวัดจันทบุรี
LOKI DHAMMA PRACTICE OF BUDDHISTS IN SI PHAYA SUBDISTRICT,
THAMAI, CHANTHABURI

วิทยานิพนธ์
ของ
พระศุภรงค์ ปชฺโชโต (จันทกิจ)

ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี
กรกฎาคม 2557

การปฏิบัติตนตามหลักโลกียธรรมของพุทธศาสนิกชน
ในตำบลสีพยา อำเภอกำแพง จังหวัดจันทบุรี
LOKI DHAMMA PRACTICE OF BUDDHISTS IN SI PHAYA SUBDISTRICT,
THAMAI, CHANTHABURI

วิทยานิพนธ์
ของ
พระศุภรงค์ ปฐุโขโต (จันทกกิจ)

เสนอต่อมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี

กรกฎาคม 2557



ใบรับรองวิทยานิพนธ์

เรื่อง

การปฏิบัติตนตามหลักโลกียธรรมของพุทธศาสนิกชนในตำบลสีพยา อำเภอกำแพงแก้ว จังหวัดจันทบุรี

Loki Dhamma Practice of Buddhists in Si Phaya Subdistrict, Thamai, Chanthaburi

พระศุภรงค์ ปชฺโชโต (จันทกิจ)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานสอบวิทยานิพนธ์
(รองศาสตราจารย์ธีรศักดิ์ อินทรมาตย์)

..... ประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์
(รองศาสตราจารย์พรทิพา นิโรจน์)

..... กรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์
(ดร. นักรบ เถียรอำ)

..... กรรมการสอบวิทยานิพนธ์
(ดร. สุทธิติ ขัตติยะ)

ได้รับอนุมัติจากมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณีให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(รองศาสตราจารย์พรทิพา นิโรจน์)

วันที่ ๑ เดือน กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๗

พระศุภรังค์ ปฐุโชโต (จันทกิจ). (2557). การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน
ในตำบลสิพยา อำเภอบำใหม่ จังหวัดจันทบุรี. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (สังคมศาสตร์เพื่อการ
พัฒนา). จันทบุรี : มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี.

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

รองศาสตราจารย์พรทิพา นิโรจน์ ศศ.ม. (สังคมวิทยา)

ประธานกรรมการ

นักรบ เถียรอำ ป.ร.ค. (รัฐประศาสนศาสตร์)

กรรมการ

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1) ศึกษาระดับการปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของ
พุทธศาสนิกชน และ 2) เพื่อเปรียบเทียบการปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชนใน
ตำบลสิพยา อำเภอบำใหม่ จังหวัดจันทบุรี กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ครั้งนี้ จำนวน 181 คน เครื่องมือที่ใช้
เป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ
ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่า t-test การทดสอบค่า F-test และการทดสอบ
ความแตกต่างเป็นรายคู่ของเชฟเฟ (Scheffe')

ผลการวิจัยพบว่า 1) ระดับการปฏิบัติตน ตามหลักโลกิยธรรม ของพุทธศาสนิกชน อยู่ใน
ระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ระดับการปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรม
ของพุทธศาสนิกชน อยู่ในระดับปานกลาง เรียงตามลำดับจากคะแนนเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย
3 ลำดับ และอันดับสุดท้าย ได้แก่ สุขเกิดจากการประกอบกิจการที่ปราศจากโทษ สุขเกิดจากการมีทรัพย์
สุขเกิดจากการจ่ายบริโภคนะ สุขเกิดจากความไม่ต้องเป็นหนี้ 2) เปรียบเทียบการปฏิบัติตน ตามหลัก
โลกิยธรรม ของพุทธศาสนิกชน พบว่า กลุ่มตัวอย่างในเขตพื้นที่ในตำบลสิพยา โดยภาพรวม และ
รายด้านที่มีปัจจัยด้าน เพศ อายุ สถานภาพสมรส การศึกษา อาชีพ ต่างกัน จะมีการปฏิบัติตน
ตามหลักโลกิยธรรม ไม่แตกต่างกัน ส่วนกลุ่มตัวอย่างในเขตพื้นที่ในเขตพื้นที่ในตำบลสิพยา
โดยภาพรวมและรายด้านที่มีปัจจัยด้าน รายได้ของครอบครัวโดยเฉลี่ยต่อเดือน สภาวะเกี่ยวกับ
ความสุข ต่างกัน จะมีการปฏิบัติตน ตามหลักโลกิยธรรม แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
ที่ระดับ .05 3) ผลการวิเคราะห์การปฏิบัติตน ตามหลักโลกิยธรรม ของพุทธศาสนิกชน และ
ข้อเสนอแนะ ด้านสุขเกิดจากความไม่ต้องเป็นหนี้ ควรสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการใช้จ่าย
และส่งเสริมการออมภายในตำบล

Pra Suparong Patsoto (Jantagit). (2014). **Loki Dhamma Practice of Buddhists in Si Phaya Subdistrict, Thamai, Chanthaburi**. Thesis. M.A. (Social Sciences for Development). Chanthaburi : Rambhai Barni Rajabhat University.

Thesis Advisors

Associate Professor Porntipa Niroj M.A. (Sociology)

Chairman

Nakrob Tianam Ph.D. (Public Administration)

Member

Abstract

The purposes of the research were to study the level of Loki Dhamma practice of Buddhists in Si Phaya Subdistrict, Thamai, Chanthaburi and to compare their practice among different groups of them. The sample consisted of 181 Buddhists. The instrument was a rating scale questionnaire. The statistics used were percentage, mean, standard deviation, t-test and F-test.

The results found were : 1) The Buddhists in Si Phaya Subdistrict practiced the Loki Dhamma at a moderate level. While they practiced the Loki Dhamma, they lived happily with their jobs, property, paying for consuming things and no debt. 2) The Buddhists who were different gender, age, marital status, education and occupation practiced the Loki Dhamma similarly whereas those who were different income and family life practiced the Loki differently at .05 level.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์ด้วยดี โดยได้รับความอนุเคราะห์และความช่วยเหลืออย่างดียิ่งจาก รองศาสตราจารย์พรทิพา นิโรจน์ ประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ดร.นักรบ เถียรอำกร กรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่ได้ให้คำแนะนำปรึกษาตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ อย่างละเอียดทุกขั้นตอน รวมถึงคณาจารย์ทุกท่านของคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี ที่ได้ถ่ายทอด ความรู้ ความเข้าใจ ในภาควิชา ที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยรวมถึงความรู้ในภาควิชาประกอบหลักสูตรสังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา

ผู้วิจัยเห็นถึงจิตใจอันเป็นกุศลของคณาจารย์ และผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่าน ดังปรากฏชื่อในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ รวมถึงเจ้าหน้าที่ของมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี ตลอดจนผู้ที่ให้การส่งเสริมสนับสนุนทุกท่านที่ได้อนุเคราะห์ให้ความสะดวกในการศึกษาเป็นอย่างดี จนทำให้การศึกษาและงานวิจัยครั้งนี้สำเร็จได้ด้วยดี อาตมาภาพจึงขอเจริญพรขอบใจจากจิตใจอันเป็นกุศลเช่นกัน

คุณค่าและประโยชน์อันพึงมีจากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอบเป็นกตัญญูกตเวทีตาแด่พระพุทธศาสนา บิดามารดา ครูอุปัชฌาย์อาจารย์ และผู้มีพระคุณทุกท่าน ขอเจริญพร

พระศุภรังค์ ปฐโชโต (จันทกิจ)

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	6
ประโยชน์ของการวิจัย.....	6
ขอบเขตของการวิจัย.....	6
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	7
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	10
สมมติฐานในการวิจัย.....	11
2 แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	12
แนวคิดเกี่ยวกับความสุขใน โลกียธรรม.....	12
ความสุขของคฤหัสถ์.....	12
ระดับของความสุขในพุทธศาสนา.....	15
แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับความสุข.....	21
ความหมายของความสุข.....	21
ประเภทของความสุข.....	23
องค์ประกอบของความสุข.....	24
แบบแผนแหล่งของความสุข.....	27
ความสุขในทัศนะของนักศาสนา และนักปรัชญาในซีกโลกตะวันออก.....	30
ความสุขในทัศนะของนักปรัชญาตะวันออก : อินเดีย.....	30
ความสุขในทัศนะของนักปรัชญาตะวันออก : จีน.....	31
ความสุขในทัศนะของนักศาสนา และนักปรัชญาในซีกโลกตะวันตก.....	33
ความสุขในทัศนะของพระศาสนาจักรคาทอลิก.....	33
ความสุขในทัศนะของนักปรัชญาตะวันตก.....	34
แนวความคิดอยู่เย็นเป็นสุข.....	37
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	44

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	49
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	49
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	50
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	51
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	52
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	52
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	53
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	53
การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	53
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	54
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	68
สรุปผลการวิจัย.....	68
อภิปรายผลการวิจัย.....	69
ข้อเสนอแนะ.....	72
บรรณานุกรม.....	73
ภาคผนวก.....	78
ภาคผนวก ก รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ.....	79
ภาคผนวก ข หนังสือขอความอนุเคราะห์.....	81
ภาคผนวก ค แบบสอบถามเพื่อการวิจัย.....	87
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	92

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1 จำนวนประชากร และกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามหมู่บ้าน.....	50
2 จำนวน และค่าร้อยละ ของการปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรม ของพุทธศาสนิกชน ในตำบลสีพยา ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลจำแนกรายด้าน.....	54
3 จำนวน และค่าร้อยละของการปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรม ของพุทธศาสนิกชน ในตำบลสีพยา จำแนกตาม สภาวะเกี่ยวกับความสุข.....	56
4 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับสภาวะเกี่ยวกับความสุขจำแนกเป็นรายด้าน.....	56
5 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับสภาวะเกี่ยวกับความสุขจำแนกเป็นรายข้อ.....	57
6 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับการปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน ในตำบลสีพยา อำเภอท่าใหม่ จังหวัดจันทบุรีจำแนกเป็นรายด้าน.....	58
7 ค่าเฉลี่ย ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบ ความแตกต่าง ของ การปฏิบัติตน ตามหลักโลกิยธรรม โดยภาพรวมและรายด้าน จำแนกตามเพศ.....	59
8 แสดงความแปรปรวนของค่าเฉลี่ย การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน ของคนในตำบลสีพยา โดยภาพรวม และรายด้าน จำแนกตามอายุ.....	60
9 แสดงความแปรปรวนของค่าเฉลี่ย การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน ของคนในตำบลสีพยา โดยภาพรวม และรายด้าน จำแนกตามสถานภาพสมรส.....	61
10 แสดงความแปรปรวนของค่าเฉลี่ยการปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของ พุทธศาสนิกชน ของคนในตำบลสีพยา โดยภาพรวม และรายด้าน จำแนกตาม ระดับการศึกษา.....	62
11 แสดงความแปรปรวนของค่าเฉลี่ย การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน ของคนในตำบลสีพยา โดยรวมและรายด้าน จำแนกตามอาชีพ.....	63
12 แสดงความแปรปรวนของค่าเฉลี่ย การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน ของคนในตำบลสีพยา โดยภาพรวม และรายด้าน จำแนกตามรายได้ของครอบครัว โดยเฉลี่ยต่อเดือน.....	64
13 แสดงการทดสอบเป็นรายคู่ของ การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน โดยรวมจำแนกตาม รายได้ของครอบครัวโดยเฉลี่ยต่อเดือน.....	65
14 แสดงการทดสอบเป็นรายคู่ของ การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน ด้านสุขเกิดจากการมีทรัพย์ จำแนกตาม รายได้ของครอบครัวโดยเฉลี่ยต่อเดือน..	66

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
15 แสดงการทดสอบเป็นรายคู่ของ การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน สุขเกิดจากความไม่ตึงเป็นหนี้ จำแนกตาม รายได้ของครอบครัวโดยเฉลี่ยต่อเดือน	66
16 ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบ ความแตกต่าง ของการปฏิบัติตนตาม หลักโลกิยธรรมโดยภาพรวมและรายด้าน จำแนกตามสถานะเกี่ยวกับความสุข....	67

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมา

ตามหลักธรรมของพระพุทธศาสนา ในอริยสัจ 4 ประการ กล่าวไว้ว่า ทุกข์ เป็นสภาพที่ทนได้ยาก เมื่อเกิดขึ้นแล้วทำให้ไม่สบายกายไม่สบายใจ การมีอยู่ของทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ และตาย ล้วนเป็นทุกข์ ความเศร้าโศก ความโกรธ ความอิจฉาริษยา ความวิตกกังวล ความกลัวและความผิดหวังล้วนเป็นทุกข์ การพลัดพรากจากของที่รักก็เป็นทุกข์ ความเกลียดก็เป็นทุกข์ ความอยาก ความยึดมั่นถือมั่น ความยึดติดในขั้นทั้ง 5 ล้วนเป็นทุกข์ โดยที่มาของทุกข์ก็คือ สมุทัย ตัวเหตุให้เกิดทุกข์หรือเหตุแห่งทุกข์ เป็นเพราะอวิชชา ผู้คนจึงไม่สามารถเห็นความจริงของชีวิต ต้องตกอยู่ในเปลวเพลิงแห่งตัณหา ความโกรธ ความอิจฉาริษยา ความเศร้าโศก ความวิตกกังวล ความกลัว และความผิดหวัง และตัวที่จะดับทุกข์ได้ คือ นิโรธ ความดับทุกข์ การเข้าใจความจริงของชีวิต นำไปสู่การดับความเศร้าโศกทั้งมวล ทำให้เกิดความสงบและความเบิกบาน แต่ต้องอาศัยการปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ คือ มรรค หนทางนำไปสู่ความดับทุกข์ อันได้แก่ อริยมรรค 8 ซึ่งได้รับการหล่อเลี้ยงด้วยการดำรงชีวิตอย่างมีสติ ความมีสตินำไปสู่ สมาธิ และปัญญา ซึ่งจะปลดปล่อยให้พ้นจากความทุกข์และความโศกเศร้าทั้งมวล อันจะนำไปสู่ สันติสุข ที่ไม่มีสิ่งอื่นเจือปน (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). 2543 : 278)

ความสำคัญของสุข ในพระพุทธศาสนา ยังได้มุ่งประโยชน์สุข แก่บุคคลและสังคม (รังษี สุทนธ์. 2537 : 57) ได้แก่

1. ทิฐฐัมมิกัตถะ คือ ประโยชน์ในปัจจุบัน ได้แก่ การตั้งตัวได้อย่างมั่นคงมีทรัพย์สินใช้จ่ายไม่ขัดสน หลักปฏิบัติเพื่อให้ได้รับประโยชน์ในปัจจุบันมี 4 ประการ ได้แก่ อุฏฐานสัมปทา มีความหมั่นขยัน อารักขสัมปทา รักษาทรัพย์ที่หามาได้ กัลยาณมิตตตา คบเพื่อนที่ดี และสมชีวิตเถียงชีวิตตามสมควรแก่กำลังทรัพย์ที่หามาได้

2. สัมปราชิกัตถะ คือ ประโยชน์ในภายหน้า ในอนาคตของชาติปัจจุบันนี้ หรือในชาติต่อไป เป็นความอุ่นใจ ว่าได้ทำความดีไว้พร้อมแล้ว สามารถหวังความเจริญในอนาคต หรือหวังสุคติในชาติต่อไปได้ หลักปฏิบัติเพื่อให้ได้รับประโยชน์ในภายหน้ามี 4 ประการ ได้แก่ สัทธา สัมปทา มีศรัทธาที่ถูกต้อง สิดสัมปทา มีศีลบริสุทธิ์ตามภูมิชั้นของตน จากสัมปทา ทำการบริจาคอย่างสมบูรณ์ และปัญญาสัมปทา มีปัญญาเพียบพร้อม รู้จักบาปบุญคุณโทษ

3. ประมัตถะ คือ ประโยชน์อย่างยิ่ง ได้แก่ นิพพาน ความดับกิเลสและกองทุกข์ได้สิ้นเชิง ซึ่งจะบรรลุได้ด้วยการดำเนินตามอริยมรรคมีองค์ 8 ประการเมื่อปฏิบัติตามอริยมรรค ย่อมได้รับผลตามสมควรแก่การปฏิบัติ

วิธีปฏิบัติให้ถึงความสุข ซึ่งความสุขมี 2 ประเภท คือ โลกียสุข สุขที่เกี่ยวข้องกับโลก และโลกุตตรสุข สุขเหนือโลก

1. โลกียสุข สำหรับความสุขของคลุหัตถ์มี 4 ประการ คือ สุขเกิดจากความมีทรัพย์ สุขเกิดจากการจ่ายบริโภคนิสัย สุขเกิดจากความไม่ต้องเป็นหนี้ สุขเกิดจากการประกอบกิจการงานที่ปราศจากโทษ

2. โลกุตตรสุข สุขของพระอริยบุคคล ผู้พ้นจากกิเลสบางส่วนหรือสิ้นเชิง การกำจัดกิเลสได้หมดสิ้นนั้นพระพุทธศาสนาถือว่า เป็นความสุขอย่างยิ่ง (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). 2543 : 251)

ดังนั้น สุขในโลภธรรม หรือความสุขทางพุทธศาสนานั้น ถือว่าเป็นเรื่องสำคัญที่ทุกคนค้นหา และแสวงหาด้วยการเข้าวัดปฏิบัติธรรม รักษาศีล และเจริญภาวนา ตามสมควรแก่กรรม ลด ละ เลิก สิ่งเสพติด สิ่งให้โทษรักษาศีล 5 ศีล 8 อยู่เสมอ เจริญภาวนา เพื่อให้ใจสงบจากอาสวะกิเลส และเป็นการป้องกันใจไม่ให้เศร้าหมอง เพราะกิเลส การที่ยึดเอาหลักกรรมมาปฏิบัติก็เพื่อจะให้ใจสงบให้ใจสบายเกิดความสุขเพราะการปฏิบัติธรรม รักษาศีล เจริญภาวนานั้นเป็นหลักกรรมที่จะนำพาให้คนพบกับความสุขในทางใจอย่างแท้จริง และเป็นคุณธรรมจริยธรรมที่จะนำพาให้คนเข้าถึงความจริงของชีวิต รู้จักคุณค่าของชีวิต ชีวิตจะพบกับความสุขได้คนนั้นต้องปฏิบัติธรรม ทุกคนต้องมีธรรม ในทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า โลกุตตรธรรม ธรรมอันพ้นวิสัยโลก คือ มรรค 4 ผล 4 นิพพาน 1 เป็นธรรมที่ทำให้พ้นจากทุกข์ พบกับสันติสุข สุขอย่างแท้จริง ไม่อิงอาภิส และธรรมอีกอย่างคือ โภภิธรรม ธรรมอันเป็นวิสัยของโลก ธรรมที่ทำให้ความสุขในทางโลกที่มนุษย์ปรารถนามนุษย์แสวงหามา เพราะธรรมเหล่านี้ตกอยู่ในฐานะที่ต้องแปรผัน เปลี่ยนแปลง ทรุดโทรม มีขึ้นมีลง เกิดขึ้นดับไป เจริญขึ้นแล้วเสื่อมลง ไม่คงที่ ไม่ใช่สุขที่แท้จริง แต่ว่าคนเราทุกวันนี้มักจะมองข้ามหลักกรรมไป จึงทำให้โลกทั้งโลกต้องตกอยู่ในสภาพร้อนรุ่ม เกิดความทุกข์ เกิดความร้อนใจ ไม่สบายกาย ไม่สบายใจ อย่าง เช่น คนในตำบลสียา กำลังประสบอยู่ เพราะว่าคนบางกลุ่ม หันไปหลงค่านิยมทางวัตถุนิยมทุกคนแสวงหามาเพื่อสนองความต้องการจึงทำให้เกิดความทุกข์เพราะขาดคุณธรรมจริยธรรม

เมื่อก้าวถึงตัวชี้วัดความสุข บางประเทศใช้ตัวชี้วัดทางเศรษฐกิจ จีดีพี (GDP : Gross Domestic Product) แปลเป็นไทย ว่าผลิตภัณฑ์มวลรวมของประเทศ ซึ่งหมายถึง มูลค่าตลาดทั้งหมดของสินค้า และการบริการในประเทศในหนึ่งปี ตัวเลขดังกล่าว ได้มาจากตัวเลขการบริโภค

การลงทุน การใช้จ่ายของรัฐบาล บวกตัวเลขการส่งออกลบด้วยตัวเลขการนำเข้า จีดีพี รวมมูลค่าตลาดทั้งหมดในประเทศ ไม่ว่าจะเป็นการลงทุนหรือดำเนินการโดยบริษัทของประเทศใด ขณะที่ GNP (Gross National Product) วัดโดยใช้มูลค่าตลาดของสัญชาติตนเองทั้งในและต่างประเทศ ซึ่งเป็นเรื่องยุ่งยากซับซ้อน จึงนิยมใช้ จีดีพี มากกว่า (เสรี พงศ์พิศ. 2548 : 58)

จึงเป็นที่วิพากษ์วิจารณ์ทั่วโลกว่า การวัดความเจริญด้วยตัวเลขการเติบโตทางเศรษฐกิจแบบนี้ไม่ได้แสดงการเติบโตจริงๆ หรือเติบโตในคุณภาพชีวิต มีชีวิตดีขึ้น มีความสุขมากขึ้น เพราะได้มีหลักฐานทั่วโลกที่ชี้ให้เห็นว่า การเติบโตทางเศรษฐกิจ การมีทรัพย์สินเงินทองมากไม่ได้แปลว่า มีคุณภาพชีวิตและมีความสุขมากขึ้นตามไปด้วยเสมอไป มีหลายประเทศที่มีจีดีพีอยู่ระดับเดียวกัน แต่แตกต่างกันอย่างมากในเรื่องสุขภาพและการศึกษาแห่งชาติ ประเทศยากจนบางประเทศมีตัวเลขคุณภาพชีวิตดีกว่าประเทศร่ำรวยกว่าบางประเทศ เช่น อายุยืนกว่า เด็กตายน้อยกว่า คนมีสุขภาพจิตดีกว่า ความเครียดน้อยกว่า และมีตัวชี้วัดการอยู่ดีมีสุขอีกหลายตัวดีกว่า มีการวิพากษ์วิจารณ์เกณฑ์การวัดจีดีพีเองด้วยว่าไม่สมบูรณ์ และไม่ตรงกับความเป็นจริง (เสรี พงศ์พิศ. 2548 : 58)

จีดีพีไม่ได้แยกระหว่างสิ่งที่พึงปรารถนา และสิ่งที่ไม่พึงปรารถนา นักวิจารณ์บางคนเปรียบจีดีพีเหมือนคนทำบัญชีที่รู้จักบวกอย่างเดียวนับ แต่สายตาสั้น มองเห็นแค่ปลายจมูกตัวเอง จีดีพีจึงเป็นเพียงการบวกตัวเลขการใช้จ่ายของประชาชน แล้วเรียกว่าการเติบโต อ้างว่าเป็นการเติบโตที่ดี โดยไม่สนใจว่าเงินไปไหนและทำไม ยิ่งจ่ายค่ายา ค่าหมอ จ่ายค่าอาหารขยะ นั่งอยู่ในรถติดเป็นชั่วโมงๆ ค่าธรรมเนียมแบบซ่อนเร้น ที่สถาบันการเงินเจ้าของบัตรเครดิตเก็บสูงๆ ก็ยังดีทั้งหมดทำให้เศรษฐกิจดี ตัวเลขโตขึ้น (เสรี พงศ์พิศ. 2548 : 58)

วันนี้ปรากฏชัดแล้วว่า ประเทศที่มีการเติบโตทางเศรษฐกิจสูง นั้นมีปัญหา ความเครียดการทำงานหนัก มีความกลัวความไม่มั่นคงของชีวิตมากขึ้น แล้วยังได้ล่าหาเงินให้มากขึ้น โดยที่ไม่ได้มีความสุขมากขึ้นจริงนักวิชาการวิจัย พบว่า ระหว่างปีค.ศ. 1975-1995 จีดีพีของสหรัฐอเมริกาเพิ่มขึ้นถึงร้อยละ 43 แต่คนอเมริกันไม่ได้มีความสุขเพิ่มขึ้นเลย (เสรี พงศ์พิศ. 2548 : 58)

นอกจากนี้ยังมีงานวิจัยที่พบว่า ปัจจัยที่ทำให้คนมีความสุขมี 7 อย่าง คือ สุขภาพจิตที่ดี มีความพอใจและการงานที่มั่นคง ชีวิตส่วนตัวที่มั่นคงและมีความรัก ชุมชนที่ปลอดภัย คุณค่าทางศีลธรรมและเสรีภาพ ผู้คนเริ่มให้ความสนใจประเทศเล็กๆ ซึ่งมีพลเมืองประมาณ 1 ล้านคน คือ ภูฏาน ซึ่งยังปกครอง ในระบอบสมบูรณาญาสิทธิราช มีพระมหากษัตริย์เป็นประมุข ประเทศนี้วัดความเจริญของประเทศด้วย ความสุข GNH (Gross National Happiness) ผู้นำภูฏาน ปฏิเสธที่จะเอาตัวเลขเศรษฐกิจเพื่อวัดความเจริญ คุณภาพชีวิต และความสุข ความสุขก็เป็นสิ่งที่วัดได้ ที่สำคัญต้องสร้างสมดุลระหว่างวัตถุนิยม (Materialism) และจิตวิญญาณนิยม (Spiritualism) และใช้ประโยชน์จาก

วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีอย่างมีสติ วันนี้รายได้ประชาชาติต่อหัวของชาวภูฏานอยู่ที่ประมาณคนละ 300-500 เหรียญดอลลาร์สหรัฐ ต่อปี (เสรี พงศ์พิศ. 2548 : 58)

ตัวชี้วัดความสุขเป็นตัวชี้วัดที่ครอบคลุม บูรณาการรอบด้าน รวมเอาการพัฒนาเศรษฐกิจ การอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม การส่งเสริมวัฒนธรรมและธรรมาภิบาลเข้าด้วยกัน มีฐานคิดจากหลักพุทธศาสนา ทางสายกลาง ความพอดี พอเพียง พอใจ ความรู้จักพอจึงเป็นความร่ำรวยที่แท้จริง คนจนที่แท้จริงคือคนไม่รู้จักพอ จิตใจวนเวียนไล่ล่าหาเงินซึ่งมากเท่าไรก็ไม่เคยพอ เงินกลายเป็นเป้าหมายของชีวิต ไม่ใช่เครื่องมืออย่างที่เราควรเป็น (นิเวศน์ เหมวชิรรากร. 2550 : 87)

คนส่วนใหญ่เชื่อว่า ถ้ามีเงินจะมีความสุขมากขึ้น คนรวยย่อมมีความสุขมากกว่าคนจน ยิ่งรวยมาก ความสุขก็มากขึ้น เพราะเชื่อว่า เงินสามารถซื้อความสุขได้แม้ว่าจะไม่ใช่ความสุขทุกอย่างแต่ก็ซื้อได้มาก เงินสามารถซื้ออาหารอร่อย ๆ รับประทานได้ เงินสามารถพาไปท่องเที่ยวได้มากขึ้นและไกลขึ้น เงินซื้อบ้าน และซื้อรถยนต์ที่ทำให้มีหน้ามีตาในหมู่เพื่อน ๆ และคนรู้จัก เงินทำให้ส่งลูกไปเรียนโรงเรียนดี ๆ หรือไปเรียนต่างประเทศได้เพราะฉะนั้น คงปฏิเสธไม่ได้ว่า เงินกับความสุขไม่เกี่ยวกับ นั่นคือสิ่งที่คนที่ยังไม่ค่อยมีเงิน หรือคิดว่าตนยังมีเงินไม่พอจะคิด คนเหล่านั้นมักจะฝันว่า ถ้ามีเงินมากขึ้น คงจะมีความสุขมาก เพราะสิ่งที่คิดอยากจะได้แต่ยังทำไม่ได้ เพราะมีเงินไม่พอ และนั่นคือความสุขที่กำลังพยายามไขว่คว้า แต่เมื่อมีเงินพอและได้ใช้หรือบริโภคสิ่งที่ ฝันไว้แล้ว สิ่งนั้นจะไม่ใช่ความสุข อีกต่อไป โดยจะเริ่มฝันถึง ความสุข ใหม่ ที่ต้องใช้เงินมากขึ้นไปอีก เงินคือความสุขหรือเงินเป็นสิ่งที่หลอกลวงต้องช่วยกันหาคำตอบ (นิเวศน์ เหมวชิรรากร. 2550 : 95)

ความสุขของคนนั้น เพื่อที่จะอธิบายให้เป็นระบบ น่าจะต้องอิงกับความต้องการของมนุษย์ ซึ่งแมสโลว์ (Abraham Maslow) นักจิตวิทยาชื่อดังบอกว่ามี 5 ระดับ นั่นคือ ความต้องการเบื้องต้น ได้แก่ อาหารและน้ำ ความต้องการระดับสองคือ ต้องการความปลอดภัยและความมั่นคงในชีวิต เมื่อได้รับการตอบสนองแล้ว ความต้องการจะยกระดับขึ้นไปเป็นระดับ 3 ซึ่งก็คือ การได้รับการยอมรับในหมู่ญาติมิตรและเพื่อนฝูงให้เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ขึ้นต่อไปก็คือ การมีสถานะที่โดดเด่นในสังคม และสุดท้ายก็คือ ความต้องการที่จะบรรลุถึงตัวตนที่แท้จริง ซึ่งในทางพระอาจจะเรียกว่านิพพานไปเลย เงินซื้อความสุขด้านอาหารได้น้อย ความสุขของการกินนั้นเชื่อว่าส่วนใหญ่อยู่ที่ความหิวและรสชาติของอาหาร ซึ่งไม่ได้เกี่ยวข้องกับราคามากนัก คนทั่วไปอาจจะรู้สึกว่าการกินนั้นอร่อยมาก แต่นั่นเป็นเพราะไม่ค่อยได้กินมัน แต่ถ้าได้กินบ่อย ๆ อาจจะบอกว่าพะเนางเนื้ออร่อยกว่า ดังนั้น สำหรับความสุขในด้านของการกินแล้วคิดว่า ถ้าไม่จนเกินไป จะมีความสุขไม่ต่างกับเศรษฐีมากนัก (นิเวศน์ เหมวชิรรากร. 2550 : 95)

ความสุขที่จะได้จากความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย เป็นความสุขที่เกิดขึ้นในใจเมื่อมีบ้านอยู่ อาศัยที่ปลอดภัย มีงานที่มั่นคง เมื่อป่วยไข้ได้รับการรักษาที่ดี มีความอุ่นใจว่า ถ้าเกิดปัญหาที่ไม่คาดคิดทางการเงินสามารถแก้ไขได้ และที่สำคัญเมื่อแก่ตัวลงสามารถเลี้ยงดูตัวเองได้ การมีเงินสะสมน้อยหรือไม่มีสวัสดิการการรักษายาบาลเพียงพอ ก็ย่อมที่จะทำให้มีความกังวลและเป็นทุกข์ ความรู้สึกมั่นคงปลอดภัยนั้น เป็นความสุขในระดับหนึ่งเท่านั้น นั่นหมายความว่า ถ้ามีความมั่นคงเพิ่มขึ้นไปอีก ส่วนที่เพิ่มนั้นจะก่อให้เกิดความสุขเพิ่มน้อยมาก ข้อสรุปก็คือ ต้องมีเงินในระดับหนึ่งเพื่อความมั่นคงในชีวิตถ้าจะทำให้ไม่เกิดทุกข์จากความกังวล การได้รับการยอมรับในหมู่ญาติมิตร และเพื่อนฝูงนั้นเงินจะมีส่วนไม่มากนัก การมีน้ำใจดีใจเอื้ออารีน่าจะมีความสำคัญกว่าและสิ่งนี้ไม่สามารถซื้อได้ด้วยเงิน ดังนั้น ความสุขจากการที่เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม จึงเป็นเรื่องที่ไม่เกี่ยวกับเงิน (นิเวศน์ เหมวชิรวรากร. 2550 : 57)

การมีสถานะที่โดดเด่นในสังคมเป็นความต้องการในระดับที่สูงขึ้นมา และน่าจะเป็นความสุขอย่างหนึ่งที่เงินอาจจะซื้อได้ และคงเป็นเหตุผลสำคัญ เช่น ใช้เงินซื้อบ้าน รถยนต์ที่หรูหรา และเครื่องแต่งกายราคาแพง เพื่อที่จะแสดงความโดดเด่นให้คนทั่วไปเห็นและยอมรับ ความสุขในด้านนี้จะมีด้านมืด นั่นก็คือ ผู้ที่ใช้จ่ายของหรูมักจะพบคนที่ใช้จ่ายที่หรูกว่า และความรู้สึกที่ด้อยกว่า โดยการเปรียบเทียบนั้น บ่อยครั้ง กลบความสุขที่ควรจะได้รับ และทำให้การใช้เงินซื้อสถานะของตนเองเพื่อให้เกิดความสุขนั้นไร้ผล เพราะแทนที่จะเป็นสุขก็อาจจะกลายเป็นความทุกข์ได้ คนที่มีเงินน้อยเกินไปจะหาความสุขได้ยาก เพราะความสุขหลายอย่างต้องใช้เงินซื้อหา มาในอีกด้านหนึ่ง คนที่มีเงินมากเกินไปไม่ได้หมายความว่าต้องมีความสุขมากกว่าคนที่มีเงินปานกลาง เพราะเงินนั้นซื้อความสุขได้ถึงระดับหนึ่งเท่านั้น คนที่มีเงินพอประมาณสามารถที่จะมีความสุขมากได้เช่นกัน เพราะความสุขนั้น ส่วนใหญ่มาจากสุขภาพกายและสุขภาพใจที่ซื้อไม่ได้ด้วยเงิน ดังนั้น ถ้าเป็นคนที่มีเงินพอประมาณ และใช้ชีวิตที่พอประมาณ ก็น่าจะมีชีวิตที่มีความสุขไม่แพ้คนรวยโดยทั่วไป (นิเวศน์ เหมวชิรวรากร. 2550 : 57)

ทุกคนต้องดิ้นรนแสวงหาให้ได้มาซึ่งความต้องการขั้นพื้นฐาน คืออาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม และยารักษาโรค สิ่งเหล่านี้เป็นปัจจัยสำคัญในความเป็นอยู่ของมนุษย์ และที่มนุษย์ต้องดิ้นรนแสวงหา นั่น เพื่อความสุข เพื่อความอยู่รอด ทั้งตัวเองและครอบครัว ทุกคนต้องประกอบอาชีพเพื่อให้ได้มาซึ่งทุน คือ เงิน ในการที่จะต้องมีไว้ใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน พุทธศาสนิกชนในตำบลสีพยาก็มีสภาพไม่แตกต่าง จากพุทธศาสนิกชนที่อื่นๆ ทำให้ผู้วิจัย สนใจที่จะศึกษาว่า ความสุขในโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชนในตำบลสีพยา อำเภอท่าใหม่ จังหวัดจันทบุรี นั้นเป็นอย่างไรบ้าง เพื่อที่จะได้นำผลวิจัยที่ได้เป็นข้อมูลในการเสริมสร้างความสุขของชุมชนในโอกาสต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับการปฏิบัติตนตามหลักโลกียธรรมของพุทธศาสนิกชน ในตำบล สี่พยาอำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม
2. เพื่อเปรียบเทียบการปฏิบัติตนตามหลักโลกียธรรมของพุทธศาสนิกชนใน ตำบล สี่พยา อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม จำแนกตามสถานภาพส่วนบุคคล สภาวะเกี่ยวกับความรู้

ประโยชน์ของการวิจัย

ผลของการวิจัยครั้งนี้ทำให้ได้ข้อมูลระดับการปฏิบัติตนตามหลักโลกียธรรมของ พุทธศาสนิกชน ในตำบลสี่พยา อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม ซึ่งจะเป็นข้อมูล เพื่อใช้เป็นแนวทาง ในการวางแผน และจัดทำโครงการปรับปรุง แก้ไขพัฒนา ในการอบรมสั่งสอน พุทธศาสนิกชน ในตำบลสี่พยา อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

1.1 ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ผู้นำครัวเรือน ที่อาศัยอยู่ตำบลสี่พยา อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม จำนวน 11 หมู่บ้านรวมทั้งสิ้น จำนวน 331 คน (องค์การบริหารส่วน ตำบลสี่พยาบ่อพุ. 2554 : 12)

1.2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ผู้นำครัวเรือน ที่อาศัยอยู่ตำบลสี่พยา จำนวน 11 หมู่บ้าน กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตารางกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง สำเร็จรูปตาม แบบของ เกรจซี่ และ มอร์แกน (Krejcie and Morgan. 1970 : 608) ได้จำนวน 181 คน แล้วสุ่ม อย่างง่ายมาทุกหมู่บ้านตามสัดส่วนของกลุ่มตัวอย่างกับประชากร

2. ตัวแปรที่ศึกษา

2.1 ตัวแปรอิสระ แบ่งเป็นดังนี้

2.1.1 สถานภาพส่วนบุคคล

- 1) เพศ
- 2) อายุ
- 3) สถานภาพสมรส
- 4) ระดับการศึกษา
- 5) อาชีพ
- 6) รายได้

2.1.2 สภาวะเกี่ยวกับความสุข

- 1) การมีสุขภาวะ
- 2) ครอบครัวอบอุ่น
- 3) ชุมชนเข้มแข็ง
- 4) เศรษฐกิจเข้มแข็งและเป็นธรรม
- 5) สภาพแวดล้อมและระบบนิเวศสมดุล
- 6) สังคมประชาธิปไตยที่มีธรรมาภิบาล

2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ผลของการปฏิบัติตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน ประกอบด้วย

- 2.2.1 สุขเกิดจากการมีทรัพย์
- 2.2.2 สุขเกิดจากการจ่ายบริโศก
- 2.2.3 สุขเกิดจากความไม่ต้องเป็นหนี้
- 2.2.4 สุขเกิดจากการประกอบการทำงานที่ปราศจากโทษ

นิยามศัพท์เฉพาะ

เพื่อให้การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีความชัดเจนขึ้น ผู้ศึกษาจึงให้ความความหมายของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

1. ผลของการปฏิบัติตามหลักโลกิยธรรม หมายถึง ธรรมสำหรับผู้ครองเรือน ประกอบด้วย

1.1 ความสุขเกิดจากการมีทรัพย์ หมายถึง โภคทรัพย์ทั้งหลายที่กุลบุตรต้องขยันหมั่นเพียร ใช้กำลังเรี่ยวแรงอาบเหงื่อต่างน้ำ จึงได้โภคทรัพย์มา และโภคทรัพย์ที่ได้มานี้ต้องประกอบด้วยความชอบธรรม ฉะนั้น เมื่อกุลบุตรพิจารณาเห็นว่า โภคทรัพย์ทั้งหลายที่ตนได้มาด้วยความขยันหมั่นเพียร ประกอบด้วยความชอบธรรมนี้ ย่อมได้รับความสุขโสมนัส ความสุขเช่นนี้เรียกว่า ความสุขเกิดจากการมีทรัพย์

1.2 ความสุขที่เกิดจากการใช้จ่ายทรัพย์บริโศก หมายถึง การได้ใช้สอยบ้าง ทำบุญบ้าง ด้วยโภคทรัพย์ที่หามาได้ด้วยความขยันหมั่นเพียร อันประกอบด้วยความชอบธรรม เมื่อกุลบุตรนึกย้อนถึงการใช้จ่ายทรัพย์ของตน ย่อมโสมนัสยินดี ความสุขเช่นนี้เรียกว่า ความสุขที่เกิดจากการได้ใช้จ่ายทรัพย์

1.3 ความสุขเกิดจากการไม่ต้องเป็นหนี้ หมายถึง การที่บุคคลไม่ต้องไปกู้ยืมทรัพย์สินจากใคร ไม่ว่าจะน้อยหรือมากก็ตาม ฉะนั้น บุคคลจึงปลอดกังวล และได้รับความสุขโสมนัสจากการไม่ต้องเป็นหนี้ เช่นนี้เรียกว่า ความสุขที่เกิดจากการไม่ต้องเป็นหนี้

1.4 ความสุขที่เกิดจากการประกอบการทำงานที่ปราศจากโทษ คือ การเป็นผู้ประกอบการงานทางกาย ทางวาจา และทางใจที่ไม่มีโทษ ดังนั้น เมื่อพิจารณาเห็นว่า ตนได้ประกอบการทำงานทางกาย ทางวาจา และทางใจที่ไม่มีโทษเช่นนี้ ย่อมได้รับความสุขโสมนัสความสุขเช่นนี้เรียกว่า ความสุขที่เกิดจากการประกอบการทำงานอันปราศจากโทษ

2. สภาวะเกี่ยวกับความสุข หมายถึง ภาวะที่บุคคลสามารถทำหน้าที่ได้อย่างเต็มศักยภาพ ประกอบด้วย

2.1 การมีสุขภาพ หมายถึง ภาวะที่บุคคลปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ มีร่างกายแข็งแรง มีอายุยืนยาว มีจิตใจดี ยึดมั่นในคุณธรรม จริยธรรม ดำเนินชีวิตอย่างมีสติสัมปชัญญะ และใฝ่รู้สามารถ “คิดเป็นทำเป็น” มีเหตุผล อยู่ในสังคมได้อย่างเป็นปกติสุข โดยสามารถแยกได้เป็น 3 องค์ประกอบย่อย คือ

2.1.1 สุขภาพกายดี หมายถึง การมีร่างกายที่แข็งแรง มีภาวะโภชนาการที่ดี มีพฤติกรรมการดำรงชีวิตที่เหมาะสมไม่มีโรคประจำตัวหรือโรคเรื้อรังส่งผลให้ห่างไกลจากโรคภัยไข้เจ็บและมีอายุยืนยาวอย่างมีคุณภาพ

2.1.2 สุขภาพจิตดี หมายถึง มีคุณธรรม จริยธรรม ความสามารถของบุคคลที่จะใช้กลไกในการปรับตัวที่ถูกต้อง สามารถปรับอารมณ์ความรู้สึกสู่สภาวะสมดุลได้ด้วยตนเอง โดยที่ตนเองและสภาวะแวดล้อมไม่เดือดร้อน มีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น ตลอดจนการมีจิตใจที่ดีงาม มีคุณธรรมและจริยธรรม มีความเอื้อเฟื้อ เผื่อแผ่ มีจิตสำนึกความเป็นไทย

2.1.3 มีสติปัญญา และใฝ่รู้ รู้เท่าทันและปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของสังคมได้ และสามารถใช้ประสบการณ์ ศักยภาพและทักษะความสามารถของตนเองให้เป็นประโยชน์ในการปฏิบัติภารกิจต่างๆได้อย่างเต็มประสิทธิภาพ

2.2 ครอบครัวอบอุ่น หมายถึง กลุ่มบุคคลที่มีความผูกพันกันทางอารมณ์และจิตใจ ในการดำเนินชีวิตร่วมกันอย่างมีจุดหมายในบรรยากาศที่สงบสุข ด้วยการทำหน้าที่ของครอบครัวได้อย่างเหมาะสมและมีสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมั่นคง โดยแยกได้เป็น 3 องค์ประกอบ คือ

2.2.1 บทบาทหน้าที่ของครอบครัว หมายถึง การทำหน้าที่ของครอบครัวที่จะดูแลความต้องการและสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีของสมาชิกในครอบครัวโดยสมาชิกต้องรู้จักทำมาหากิน มีความรับผิดชอบในบทบาทหน้าที่ต่อตนเองและต่อสมาชิกในครอบครัว

2.2.2 สัมพันธภาพในครอบครัว หมายถึง การอยู่ร่วมกันของสมาชิกหลายช่วงวัย ที่มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน มีความผูกพัน เคารพกันและกัน และเอื้ออาทรต่อกัน

2.2.3 การพึ่งพิงตนเองของครอบครัว หมายถึง ครอบครัวมีรายได้พอเพียง เพื่อที่จะสามารถจัดการให้สมาชิกในครอบครัวดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมั่นคง มีที่อยู่อาศัยที่ปลอดภัยอย่างสุขสบาย และสามารถเข้าถึงปัจจัยพื้นฐานในการดำรงชีวิต

2.3 ชุมชนเข้มแข็ง หมายถึง ชุมชนที่มีการรวมตัวกันเป็นปึกแผ่น มีศักยภาพในการพึ่งตนเองและการเรียนรู้ในระดับสูง มีองค์กรในชุมชน กลุ่มผู้นำการเปลี่ยนแปลง และภาคีเครือข่ายการพัฒนาที่เข้มแข็งของชุมชน รวมทั้งมีความสามัคคี เอื้ออาทร อยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข และสร้างไว้ซึ่งคุณค่าของประเพณี วัฒนธรรม และภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ของชุมชน/ท้องถิ่นหรือเอกลักษณ์ความเป็นไทยได้อย่างต่อเนื่อง โดยสามารถแบ่งออกได้เป็น 3 องค์ประกอบย่อย คือ

2.3.1 ชุมชนพึ่งตนเองได้ คือ ชุมชนที่มีการรวมตัวกันอย่างมั่นคง เป็นปึกแผ่น สามารถพึ่งพิงตนเองทางเศรษฐกิจ ทรัพยากร และภูมิปัญญาของชุมชนได้เป็นหลัก มีกลุ่มผู้นำองค์กรในชุมชนและกระบวนการเรียนรู้ของชุมชนหรือภาคีเครือข่ายการพัฒนา เพื่อเพิ่มศักยภาพและขีดความสามารถของชุมชนอย่างต่อเนื่อง

2.3.2 ชุมชนเกื้อกูลกัน คือ ชุมชนที่มีความรัก ความเอื้ออาทร ความสามัคคี และมีจิตสำนึกหวงแหนความเป็นชุมชนของคนร่วมกัน

2.3.3 การมีส่วนร่วมของชุมชน หมายถึง คนในชุมชนได้ร่วมคิด ร่วมตัดสินใจ ร่วมทำ ร่วมรับผิดชอบด้วยความผูกพัน และมีอิสระเพื่อแก้ไขปัญหา หรือพัฒนาความเป็นอยู่ของชุมชน หรือรักษาคุณค่าของประเพณี วัฒนธรรม และภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ของชุมชน/ท้องถิ่นหรือเอกลักษณ์ความเป็นไทยให้ดีขึ้นและอย่างต่อเนื่อง กับกลุ่มต่างๆในชุมชน ซึ่งองค์ประกอบนี้จะเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญอย่างหนึ่งของชุมชนเข้มแข็ง

2.4 เศรษฐกิจเข้มแข็งและเป็นธรรม เศรษฐกิจที่เชื่อมโยงระหว่างปัจเจกบุคคลที่มีสัมมาชีพที่มั่นคง มีความมั่นคงและปลอดภัยในการทำงาน อยู่ภายใต้เศรษฐกิจที่มีการเจริญเติบโตอย่างมีคุณภาพ เสถียรภาพและมีการกระจายรายได้และกระจายผลประโยชน์การพัฒนาในกลุ่มต่างๆ ในสังคมอย่างเป็นธรรมและเท่าเทียม นำไปสู่การลดความเหลื่อมล้ำของรายได้และหลุดพ้นจากปัญหาความยากจน โดยสามารถแยกได้เป็น 3 องค์ประกอบย่อย คือ

2.4.1 การมีสัมมาชีพ คือการทำงานที่สุจริต ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่นทำงานอย่างเต็มความสามารถ โดยมีหลักประกันความมั่นคง และความปลอดภัยในการทำงาน

2.4.2 เศรษฐกิจเข้มแข็ง เป็นระบบเศรษฐกิจที่มีการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจอย่างมีเสถียรภาพ ยั่งยืน บนรากฐานทางเศรษฐกิจที่มั่นคงจากความสามารถในการพึ่งพาตนเองได้ มีภูมิคุ้มกันทางเศรษฐกิจ มีประสิทธิภาพการผลิต และสามารถปรับตัวได้ทันต่อการเปลี่ยนแปลง

2.4.3 ความเป็นธรรมทางเศรษฐกิจ หมายถึง ระบบเศรษฐกิจที่เปิดโอกาสการเข้าถึงกิจกรรมทางเศรษฐกิจและปัจจัยการผลิตที่จะนำไปสู่การลดความยากจน ลดช่องว่างของการกระจายรายได้และกระจายความมั่งคั่งอย่างทั่วถึง

2.5 สภาพแวดล้อมและระบบนิเวศสมดุล หมายถึง การดำรงชีวิตอยู่ในสังคมที่มีความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน มีสิ่งแวดล้อมที่มีคุณภาพ และมีระบบนิเวศที่สมดุล เกื้อกูลต่อการดำรงชีวิตให้อยู่ในสังคมอย่างมีความสุขและยั่งยืน โดยสามารถแยกได้เป็น 4 องค์ประกอบย่อย

2.5.1 ความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน หมายถึง สภาพแวดล้อมที่มีความปลอดภัยในการดำรงชีวิตตลอดจนการประกอบอาชีพ ไม่มีปัญหาความรุนแรงในสังคม

2.5.2 สิ่งแวดล้อมมีคุณภาพดี หมายถึง การที่มลภาวะต่างๆ ได้รับการดูแลควบคุม และแก้ไขให้พื้นที่คนสู่สภาพที่ดี ซึ่งเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิต ความสามารถในการปฏิบัติการกิจ

2.5.3 ระบบนิเวศที่สมดุล เป็นระบบที่สรรพสิ่งต่างๆ พึ่งพิงและพึ่งพาอาศัยกันและกันอย่างได้ดุลทางธรรมชาติ การดำเนินชีวิตที่พอเหมาะพอควรสอดคล้องกับความสามารถในการรองรับของระบบนิเวศ เป็นปัจจัยสำคัญที่จะไม่ทำให้ทรัพยากรธรรมชาติ

2.6 สังคมประชาธิปไตยที่มีธรรมาภิบาล คนมีศักดิ์ศรี มีสิทธิเสรีภาพมีความสัมพันธ์ต่อกันบนพื้นฐานของความยุติธรรม ขอมรับเคารพและปฏิบัติต่อผู้อื่นโดยคำนึงถึงความเท่าเทียมกัน และร่วมบริหารจัดการประเทศกับภาครัฐ เพื่อให้เกิดธรรมาภิบาลที่มีความโปร่งใส คุ้มค่า และเป็นธรรม นำไปสู่สังคมสมานฉันท์ มีสันติสุขอย่างยั่งยืน สามารถอยู่ร่วมกับนานาชาติอย่างมีประสิทธิภาพ

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ มุ่งศึกษาการปฏิบัติตามหลักโลกภิวัตน์ ของพุทธศาสนิกชนในตำบลสีพยา อำเภอนาโพธิ์ จังหวัดจันทบุรี

ตัวแปรอิสระ

(I.V.)

ตัวแปรตาม

(D.V.)



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

สมมติฐานในการวิจัย

จากการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัย ได้ตั้งสมมติฐานเกี่ยวกับ ความสุขในหลักจริยธรรมของพุทธศาสนิกชนในตำบลสีพยา อำเภอท่าใหม่ จังหวัดจันทบุรี ดังนี้

1. ผู้นำครัวเรือน ที่มี เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้แตกต่างกัน มีการปฏิบัติตามหลักหลักจริยธรรม แตกต่างกัน
2. ผู้นำครัวเรือน ที่มีสภาวะเกี่ยวกับความสุข แตกต่างกัน มีการปฏิบัติตามหลักหลักจริยธรรมแตกต่างกัน

บทที่ 2

แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และได้นำเสนอตามหัวข้อดังต่อไปนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับความสุขในโลภียธรรม
 - 1.1 ความสุขของคฤหัสถ์
 - 1.2 ระดับของความสุขในพุทธศาสนา
2. แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับความสุข
 - 2.1 ความหมายของความสุข
 - 2.2 ประเภทของความสุข
 - 2.3 องค์ประกอบของความสุข
 - 2.4 แบบแผนแหล่งของความสุข
3. ความสุขในทัศนะของนักศาสนา และนักปรัชญาในซีกโลกตะวันออก
 - 3.1 ความสุขในทัศนะของนักปรัชญาตะวันออก : อินเดีย
 - 3.2 ความสุขในทัศนะของนักปรัชญาตะวันออก : จีน
4. ความสุขในทัศนะของนักศาสนา และนักปรัชญาในซีกโลกตะวันตก
 - 4.1 ความสุขในทัศนะของพระศาสนจักรคาทอลิก
 - 4.2 ความสุขในทัศนะของนักปรัชญาตะวันตก
5. แนวคิดความอยู่เย็นเป็นสุข
6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดเกี่ยวกับความสุขในโลภียธรรม

ความสุขของคฤหัสถ์

จากการศึกษา แนวคิดเกี่ยวกับความสุขในโลภียธรรม ผู้วิจัยสามารถรวบรวมข้อมูลได้ดังนี้

พระสุริยัน ชูช่วย (2548 : 25) ได้กล่าวว่า ความสุขของคฤหัสถ์ หรือเรียกว่าโลภียสุข คือความสุขแบบชาวโลก ที่มีคามอยาก ความปรารถนา ที่จะให้ได้มาในสิ่งที่ต้องการ เป็นความสุขที่พระพุทธศาสนาสอนแก่ผู้ที่มีชีวิตอยู่เป็นคฤหัสถ์หรือผู้ที่ครองเรือนมีอยู่ 4 ประการ ดังนี้

1. อตติสุข สุขเกิดจากความมีทรัพย์ คือความภูมิใจ เอิบอ้อมใจ ว่าตนมีโชคทรัพย์ที่ได้มาด้วยน้ำพักน้ำแรงความขยันหมั่นเพียรของตนและโดยชอบธรรม

2. โภคสุข สุขเกิดจากการใช้จ่ายทรัพย์ คือ ความภูมิใจ เอิบอ้อมใจ ว่าตนได้ใช้ทรัพย์ที่ได้มาโดยชอบธรรมนั้น เลี้ยงชีพ บำรุงบิดามารดา สามีภรรยา บุตร มิตร และบำเพ็ญสาธารณะประโยชน์

3. อนนสุข สุขเกิดจากความไม่เป็นหนี้ คือ ความภูมิใจ เอิบอ้อมใจว่า ตนเป็นอิสระไม่มีหนี้สินติดค้างใคร

4. อนวัชสุข สุขเกิดจากความประพฤติดีไม่มีโทษ คือ ความภูมิใจ เอิบอ้อมใจว่า ตนมีความประพฤติสุจริต ไม่บกพร่องเสียหาย ใคร ๆ ดิเตือนไม่ได้ทั้งทางกาย วาจา และใจ

ความสุขระดับนี้ ถึงแม้ว่าจัดเป็นโลกียสุข แต่ก็ถือว่าเป็นความสุข ที่ควรแสวงหาตามโลกียวิสัยของมนุษย์ปุถุชนคนทั่วไป เพราะเป็นความสุขที่ชอบธรรมไม่มีการเบียดเบียนกัน การแสวงหาความสุขแบบนี้ทำให้ชีวิตมีคุณค่า มีสุขภาพจิตดี และมีผลเป็นสุขตามแบบชาวโลก

สมหวัง วิทยาปัญญานนท์ (2545 : ออนไลน์) ได้กล่าวว่า สุขของคฤหัสถ์หรือปุถุชนทั่ว ๆ ไป ในปัจจุบันนี้จะทำอะไรก็ต้องใช้ทรัพย์ในการแลกเปลี่ยน (หรือเงินตราตนเอง) เพื่อนำสิ่งของต่างๆ มาบริโภคอุปโภคในชีวิตประจำวัน

1. สุขจากการมีทรัพย์ ถึงแม้ไม่ได้ใช้เงิน ก็รู้สึกอบอุ่นใจ เพราะมีเงินอยู่ในมือเรามีทรัพย์สิน บ้านเรือน ที่ดิน รถยนต์ สิ่งอำนวยความสะดวกอยู่ในตัวเรา การที่เราจะมีทรัพย์เราก็ต้องรู้จักหาเงินเก็บด้วย

2. สุขจากการใช้ทรัพย์ เพื่อนำทรัพย์ที่เราถืออยู่ไปใช้ เพื่อเลี้ยงดูตนเองและครอบครัว บริวาร เลี้ยงดูพ่อแม่ บุพการี เลี้ยงเพื่อนฝูงญาติมิตร เอาไปทำทาน ช่วยเหลือคนยากจน ทุกข์เจ็ญ เอาไปทำบุญบำรุงพุทธศาสนา เอาไปปลดหนี้ เอาไปทำธุรกิจ และเอาไปเสียภาษีต่างๆ

3. สุขจากการไม่เป็นหนี้ เมื่อเราใช้เงินเกินตัว สุรุ่ยสุร่าย ใช้มากกว่าที่หา มาไม่รู้จักรประมาณในการใช้จ่าย หรือไม่รู้จัการบริหารเงินของตนเอง ก็จำเป็นต้องไปกู้หนี้ยืมสิน ทรัพย์ของคนอื่นมาใช้ แม้ว่าจะเป็นสุขจากการเอาเงินคนอื่นมาใช้จ่ายในขณะนั้น แต่ในที่สุดก็ต้องทุกข์ สุดท้ายคือต้องหาเงินไปใช้เขาทั้งเงินต้น และดอกเบี้ย สมคำที่กล่าวว่า การเป็นหนี้ เป็นทุกข์ในโลก ยิ่งหาเงินมาใช้เขาไม่ทัน หนี้เก่าก็ยังใช้คืนเขาไม่หมดก็ต้องมากู้หนี้ใหม่อีก เจ้าหนี้เก่าไม่ให้ยืม ก็หันไปกู้เจ้าหนี้รายใหม่ บางคนก็หันไปเล่นแชร์ ก็ถูกบางคนเชิดเงินหนีแชร์ไปเลย ก็ยังเห็นบ่อยๆ

4. สุขจากการประกอบอาชีพที่ไม่มีโทษ ถึงแม้จะมีทรัพย์ ใช้ทรัพย์ และไม่เป็นหนี้ แต่ก็หาความสุขไม่ได้ เพราะเงินที่ได้มาไม่สุจริต ไปโกงเขามา ไปลักขโมยของคนอื่นเขามา ไปขายยาบ้าได้เงินมา ไปปลอมปนสินค้าได้กำไรเพิ่มเติมเขามา ไปรับจ้างฆ่าคน ฆ่าสัตว์ เหล่านี้เป็นต้น

ก็ยังเป็นทุกข์อยู่ เพราะต้องหลบๆ ซ่อนๆ กลัวตำรวจจับ เวลาจะใช้ทรัพย์ก็ต้องแอบๆ กลัวคนอื่นจะ มาทำร้ายและกลัวถูกตำรวจจับ

พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต) (2551 : ออนไลน์) กล่าวว่า สุขของคฤหัสถ์ หรือ คิหิสุข หรือ กามโภคิสุข 4 สุขของชาวบ้าน สุขที่ชาวบ้านควรพยายามเข้าถึงให้ได้สม่ำเสมอ สุขอันชอบ ธรรมที่ผู้ครองเรือนควรมี

1. อตติสุข คือ สุขเกิดจากความมีทรัพย์ คือ ความภูมิใจ เอิบอิ่มใจ ว่าตนโภคทรัพย์ ที่ได้มาด้วยน้ำพักน้ำแรงความขยันหมั่นเพียรของตน และโดยชอบธรรม
2. โภคสุข คือ สุขเกิดจากการใช้จ่ายทรัพย์ คือ ความภูมิใจ เอิบอิ่มใจ ว่าตนได้ใช้ทรัพย์ ที่ได้มาโดยชอบนั้น เลี้ยงชีพ เลี้ยงผู้ควรเลี้ยง และบำเพ็ญประโยชน์
3. อนณสุข คือ สุขเกิดจากความไม่เป็นหนี้ คือ ความภูมิใจ เอิบอิ่มใจ ว่าตนเป็นไท ไม่มีหนี้สินติดค้างใคร
4. อนวัชชสุข (สุขเกิดจากความประพฤตินี้ไม่มีโทษ คือ ความภูมิใจ เอิบอิ่มใจ ว่าตนมีความประพฤติสุจริต ไม่บกพร่องเสียหาย ใครๆ ดิฉินไม่ได้ ทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ

พระราชภาวนาวิสุทธิ (ไชยบุญ ฐมฺมชโย) (2552 : ออนไลน์) ได้กล่าวว่า สุขคฤหัสถ์ ผู้บริโภคมได้ความสุข 4 ประการ คือ อตติสุขยัง สุขเกิดจากการมีทรัพย์ โภคสุขยัง สุขเกิดแต่การ ใช้จ่ายทรัพย์ อะนะณะสุขยัง สุขเกิดจากความไม่เป็นหนี้ อะนะวัชชสุขยัง สุขเกิดจากการประกอบการ งานที่ปราศจากโทษ ย่อมได้รับความสุขตามกาลสมัย

1. ความสุขเกิดจากการมีทรัพย์ หมายถึง โภคทรัพย์ทั้งหลายที่กุลบุตรต้องขยันหมั่นเพียร ใช้กำลังเรี่ยวแรงอาบเหงื่อต่างน้ำ จึงได้โภคทรัพย์มา และโภคทรัพย์ที่ได้มานี้ต้องประกอบด้วย ความชอบธรรม ฉะนั้น เมื่อกุลบุตรพิจารณาเห็นว่า โภคทรัพย์ทั้งหลายที่ตนได้มาด้วยความ ขยันหมั่นเพียร ประกอบด้วยความชอบธรรมนี้ ย่อมได้รับความสุขโสมนัส ความสุขเช่นนี้เรียกว่า ความสุขเกิดจากการมีทรัพย์
2. ความสุขที่เกิดจากการใช้จ่ายทรัพย์บริโภค หมายถึง การได้ใช้สอยบ้าง ทำบุญบ้าง ด้วยโภคทรัพย์ที่หามาได้ด้วยความขยันหมั่นเพียร อันประกอบด้วยความชอบธรรม เมื่อกุลบุตร นึกย้อนถึงการใช้จ่ายทรัพย์ของตน ย่อมโสมนัสยินดี ความสุขเช่นนี้เรียกว่า ความสุขที่เกิดจากการได้ใช้ ใช้จ่ายทรัพย์
3. ความสุขเกิดจากการไม่ต้องเป็นหนี้ หมายถึง การที่กุลบุตรไม่ต้องไปกู้ยืมทรัพย์จากใคร ไม่ว่าจะน้อยหรือมากก็ตาม ฉะนั้น กุลบุตรจึงปลอดกังวล และได้รับความสุขโสมนัสจากการ ไม่ต้องเป็นหนี้ เช่นนี้เรียกว่า ความสุขที่เกิดจากการไม่ต้องเป็นหนี้

4. ความสุขที่เกิดจากการประกอบการทำงานที่ปราศจากโทษ คือ การเป็นผู้ประกอบการทางกาย ทางวาจา และทางใจที่ไม่มีโทษ ดังนั้น เมื่อพิจารณาเห็นว่า ตนได้ประกอบการทำงานทางกาย ทางวาจา และทางใจที่ไม่มีโทษเช่นนี้ ย่อมได้รับความสุขโสมนัส ความสุขเช่นนี้เรียกว่า ความสุขที่เกิดจากการประกอบการทำงานอันปราศจากโทษ

ระดับของความสุขในพุทธศาสนา

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้รวบรวมเอกสาร ตำราต่างๆที่เกี่ยวข้องแนวคิดเกี่ยวกับความสุข ซึ่งมีนักวิชาการหลายท่านได้ให้ ระดับของความสุขผู้วิจัยสามารถรวบรวมได้ดังนี้

พระธรรมปิฎก (2536 : 121-122) ได้กล่าวแบ่งความสุขออกเป็น 3 ระดับดังนี้

สุขระดับที่ 1 ด้านรูปธรรมที่ตามองเห็นหรือได้เห็นกับตา คือ การมีสุขภาพดี การมีทรัพย์สินเงินทอง การมีอาชีพการงานเป็นหลักเป็นฐาน การมียศ มีฐานะ มีตำแหน่ง เป็นที่ยอมรับในสังคม มีมิตรสหายบริวาร และการมีชีวิตครอบครัวที่ดี

สุขระดับที่ 2 ด้านนามธรรมที่ตามองไม่เห็น คือ เรื่องของคุณธรรมความดีงาม การมีความสุขที่เกิดจากความมั่นใจในคุณค่าของชีวิต การได้บำเพ็ญประโยชน์ช่วยเหลือเกื้อกูลเพื่อนมนุษย์ มีความศรัทธาในสิ่งดีงามเป็นหลักของจิตใจ และการมีปัญญาที่ทำให้รู้จักการปฏิบัติต่อสิ่งรอบข้างหรือคนรอบข้างอย่างถูกต้องเหมาะสม และแก้ไขปัญหาดัง ๆ ที่เกิดขึ้นได้ ทำให้มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดี

สุขระดับที่ 3 ด้านนามธรรมขั้น โลกุตตระที่อยู่ในทางธรรม คือ ความเป็นผู้มีจิตใจที่เป็นอิสระด้วยความรู้เท่าทันต่อสิ่งทั้งหลาย รู้และเข้าใจถึงความเป็นไปของโลกและชีวิตตามความเป็นจริงจนไม่หวั่นไหวเมื่อมีสิ่งใดมากระทบ วางใจและปฏิบัติได้ถูกต้องตามเหตุปัจจัย ปล่อยให้สิ่งต่างๆ เป็นไปตามธรรมชาติที่ควรจะเป็นโดยไม่เข้ามากระทบกระทั่งบีบคั้นจิตใจ เป็นผู้ที่มีความสุขกับตนเองตลอดเวลา ถือว่ามีชีวิตที่สมบูรณ์

นอกจากนี้พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต) (2538 ก : 561-563) ได้กล่าวว่าระดับของความสุขในพุทธศาสนา แบ่งเป็น 3 ระดับ คือ

1. ขั้นทรม เป็นการเสวยความสุขอย่างหมกมุ่นมัวเมา มุ่งแสวงหาและปรนเปรอคนด้วยสิ่งเสพเสวยต่าง ๆ มีการปลุกเร้าและกระตุ้นระดับปกติ

2. ขั้นดี เป็นการเสวยสุขที่มีศีลธรรม คือ การเสวยสุขตามปกติอธิบายมุขโดยยอมรับและรู้เท่าทันตามจริง เมื่อมีความสุขมักมีทุกข์มาคู่ ดังนั้น ไม่หมกมุ่น ไม่ประมาท

3. ขั้นดีเลิศ เป็นการเสวยสุขอย่างประณีต ดีงาม ไม่ก่อปัญหาทั้งแก่ตนและสังคม สันโดย อยู่ร่วมกันโดยธรรม ชักจูงไปในทางเจริญดีงามที่ประณีตสุข

พุทธทาสภิกขุ (2542 : 8 – 10) ได้กล่าวถึงความสุขมี 3 ระดับ คือ

1. สุข เพราะไม่เบียดเบียน ไม่เห็นแก่ตัว
2. สุข เพราะอยู่เหนืออำนาจามหรือเป็นความสุขเป็นความสุขเพราะอยู่เหนือกิเลสที่จะมากระทบตัวเรา เป็นความรักหลงใหลในสิ่งต่างๆ
3. สุข เพราะละตัวตนเสียได้ เพราะ ถ้าละเรื่องนี้ได้ก็จะไม่ยึดมั่นว่าตัวกูของกู อยากจะเหนือผู้อื่น

จากการให้ระดับของความสุขให้ดังกล่าวสรุปได้ว่า ระดับของความสุข คือ ขั้นตราม
ขั้นดี ขั้นดีเลิศ

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต) (2549 : ออนไลน์) ได้กล่าว ถึงความสุข 5 ขั้น ว่าฝึกตน
ยิ่งขึ้นไป ดำเนินชีวิตให้ถูก ความสุขยิ่งเพิ่มพูน เมื่อทำตัวเป็นพระพรหมได้ครบถ้วนสมบูรณ์แล้วก็
มาทำชีวิตให้เข้าถึงความสุข ความสุข 5 ขั้น คือ

ขั้นที่ 1 คือ สุขจากการเสพวัตถุ หรือสิ่งบำรุงบำเรอภายนอกที่นำมาปรนเปรอ ตา หู
จมูก ลิ้น กาย ของเรา ข้อนี้เป็นความสุขสามัญที่ทุกคนในโลกปรารถนาอันมาก

ความสุขประเภทนี้ขึ้นต่อสิ่งภายนอก เพราะว่าเป็นวัตถุ หรืออามิสภายนอก เมื่อเป็นสิ่ง
ภายนอก อยู่นอกตัว ก็ต้องหา ต้องเอา เพราะฉะนั้นสภาพจิตของคนที่หาความสุขประเภทนี้จึงเต็ม
ไปด้วยความคิดที่จะได้จะเอา แล้วก็ต้องหา และดิ้นรนทะยานไป เมื่อได้มาก ก็มีความสุขมาก แล้วก็
เพลิดเพลินไปกับความสุขเหล่านั้น พอได้มาก ๆ เข้า ต่อมาก็คิดว่าตัวเองเก่งมาก ๆ ไป ๆ มา ๆ
โดยไม่รู้ตัวก็มีภาวะอย่างหนึ่งเกิดขึ้น คือ ชีวิตและความสุขของตัวเองต้องไปขึ้นกับวัตถุเหล่านั้น
อยู่ลำพังง่าย ๆ อย่างเก่า ไม่สุขเสียแล้ว ตอนที่เกิดมาใหม่ ๆ นี้ ไม่ต้องมีอะไรมากก็พอจะมีความสุข
ได้ ต่อมาวัตถุมาก เสพมาก ที่นี้ขาดวัตถุเหล่านั้นไม่ได้เสียแล้ว กลายเป็นว่าสูญเสียอิสรภาพ ชีวิต
และความสุขต้องไปขึ้นกับวัตถุภายนอก แต่เข้าใจผิดคิดว่าตัวเองเก่ง อันนี้เป็นข้อสำคัญที่คนเรา
หลงลืมไป ทางธรรมจึงเตือนไว้เสมอว่าเรา อย่าสูญเสียอิสรภาพนี้ไป พร้อมทั้งอย่าสูญเสีย
ความสามารถที่จะเป็นสุข

สิ่งที่คนเราจะพัฒนากันมากก็คือ การพัฒนาความสามารถที่จะหาสิ่งเสพมาบำเรอ
ความสุข แม้แต่การศึกษา ทำไปทำมาก็ไม่รู้ตัวว่ากลายเป็นการพัฒนาความสามารถที่จะหาสิ่งเสพ
บำเรอความสุข แต่อีกด้านหนึ่งของชีวิตที่ลืมนึกไปคือการพัฒนาความสามารถที่จะมีความสุข ถ้าเราไม่
พัฒนาความสามารถที่จะมีความสุข หรือแม้แต่ไม่รักษามันไว้เราก็สูญเสียความสามารถที่จะมี
ความสุข

อาการของคนสูญเสียความสามารถที่จะมีความสุข ก็คือยังอยู่ในโลกนานไปก็ยัง
กลายเป็นคนที่สุขยากขึ้น คนจำนวนมากสมัยนี้มีลักษณะอย่างนี้ คืออยู่ในโลกนานไป เติบโตขึ้น

กลายเป็นคนที่สุขได้ยากขึ้น ต่างจากคนที่รักษาคุณภาพของชีวิตไว้ได้ โดยพัฒนาความสามารถที่จะมีความสุขควบคู่ไปด้วย จะเป็นคนที่ไม่มีลักษณะตรงข้าม คือยังอยู่ในโลกนานไป ก็ยังเป็นคนที่สุขได้ง่ายขึ้น

ถ้าเป็นคนที่สุขได้ง่ายขึ้น ก็ดี 2 ชั้น คือ เราพัฒนาสองด้านไปพร้อมกัน ทั้งพัฒนาความสามารถที่จะหาสิ่งเสพบำเรอความสุขด้วย และพัฒนาความสามารถที่จะมีความสุขด้วย ผลก็คือเราหาสิ่งมาบำเรอความสุขได้เก่ง ได้มากด้วย และพร้อมกันนั้นเราก็เป็นคนที่สุขได้ง่ายด้วย เราก็เลยสุขซ้อนทวีคูณ

ส่วนคนที่สูญเสียความสามารถที่จะมีความสุข แม้จะหาสิ่งเสพบำเรอความสุขได้มาก แต่ความสุขก็ที่เคยมีก็หายไป เพราะข้างนอกได้มา 1 แต่ข้างในก็ลดลงไป 1 เลยเหลือ 0 ที่เดิมกระบวนการวิ่งหาความสุขจึงดำเนินไปไม่รู้จบสิ้น เพราะความสุขวิ่งหนีเราไปเรื่อย ๆ

เพราะฉะนั้น จะต้องพัฒนาความสามารถที่จะมีความสุขไว้ด้วยคู่กัน เป็นคนที่สุขได้ง่ายก็เป็นอันว่าสบาย อย่างน้อยก็ฝึกตัวเองไว้ อย่าให้ความสุขต้องขึ้นกับวัตถุมากเกินไป

ศีล 5 เป็นตัวอย่างของวิธีฝึกไม่ให้เราสูญเสียอิสรภาพ โดยไม่เอาความสุขไปขึ้นต่อวัตถุมากเกินไป แปลวันก็รักษาศีล 8 ครั้งหนึ่ง ลองหัดดูซิว่าให้ความสุขของเราไม่ต้องขึ้นกับการบำเรอบำเรอทางกายด้วยวัตถุ เริ่มด้วยข้อวิกาลโภชนาฯ ไม่ต้องบำเรอลิ้นด้วยอาหารอร่อยอยู่เรื่อย ไม่คอยตามใจลิ้น กินแค่เที่ยง เพียงที่ที่ร่างกายต้องการเพื่อให้มีสุขภาพดี แข็งแรง ตลอดจนข้อ อุจจาระฯ ไม่บำเรอตัวด้วยการนอน ไม่ต้องนอนบนฟูก ลองนอนง่าย ๆ บนพื้น บนเถื่อธรรมดา ลองไม่ดูการบันเทิงซี ทุก 8 วัน เอาครั้งเดียว จะเป็นการรักษาอิสรภาพของชีวิตไว้ และฝึกให้เราใช้ชีวิตอยู่ได้โดยไม่ต้องขึ้นกับวัตถุมากเกินไป

พอฝึกได้แล้วต่อมาเราจะพูดถึงวัตถุหรือสิ่งบำรุงความสุขเหล่านั้นว่า "มีก็ดี ไม่มีก็ได้" ต่างจากคนที่ไม่พัฒนาความสามารถที่จะมีความสุข ซึ่งจะเอาความสุขไปขึ้นต่อวัตถุ ถ้าไม่มีวัตถุเหล่านั้นเสพแล้วอยู่ไม่ได้ ทุรนทุราย ต้องพูดถึงวัตถุหรือสิ่งเสพเหล่านั้นว่า "ต้องมีจึงจะอยู่ได้ ไม่มีอยู่ไม่ได้" คนที่เป็นอย่างนี้จะแย่ ชีวิตนี้สูญเสียอิสรภาพ คนยังอายุมากขึ้นสถานการณ์ก็ไม่แน่นอน ถึงเวลาเจ็บไข้ได้ป่วย ร่างกายเสพความสุขจากสิ่งเหล่านั้นไม่ได้ เช่น ลิ้นไม่รับรสชาติ กินอาหารก็ไม่อร่อย ถ้าไม่ฝึกไว้ ความสุขของตัว ไปอยู่ที่วัตถุเหล่านั้นเสียหมดแล้ว และตัวก็เสพมันไม่ได้ จิตใจก็ไม่สามารถที่จะมีความสุขด้วยตนเอง ก็จะลำบากมาก ทุกข์มาก เพราะฉะนั้นท่านจึงสอนให้ฝึกไว้ รักษาศีล 8 นี่แปลวันครั้งหนึ่ง จะได้ไม่สูญเสียอิสรภาพนี้ไป

เพราะฉะนั้นเอาจริง ๆ "มีก็ดี ไม่มีก็ได้" นี่ไว้ถามตัวเอง เป็นการตรวจสอบอยู่เสมอว่าเราถึงขั้นนี้หรือยัง หรือต้องมีจึงจะอยู่ได้ ถ้ายังพูดได้ว่า มีก็ดี ไม่มีก็ได้ ก็เบาใจได้ว่า เรายังมีอิสรภาพ

อยู่ต่อไปถ้าเราฝึกเก่งขึ้นไปอีก อาจจะมาถึงขั้นที่พูดได้ในบางเรื่องว่า "มีก็ได้ ไม่มีก็ได้" ถ้าได้อย่างนี้ ก็ยิ่งดีขึ้นไปอีก

คนที่พูดได้อย่างนี้ จะมีความรู้สึกของพวกนี้เกะกะ เราอยู่ของเราง่าย ๆ ดีแล้ว มีก็ได้ ไม่มีก็ได้ ไม่มีเราที่สบาย ชีวิตเป็นอิสระ โปร่งเบาความสุขเริ่มไม่ขึ้นต่อวัตถุมามีสิ่งเสพภายนอก ความสุขเริ่มไม่ต้องการ

ความสุขที่ต้องการ แสดงว่าเราขาด คือยังไม่มีความสุขนั้นเราหาได้ที เสพทีก็มีสุขที่ แต่ระหว่างนั้นต้องอยู่ด้วยการรอ อยู่ด้วยความหวัง บางทีก็ถึงกับทรมานทรมาย กระวนกระวาย เพราะฉะนั้น จะต้องทำตัวให้มีความสุขด้วยตนเองสำรองไว้ให้ได้ ด้วยวิธีฝึกสมาธิสภาพของชีวิต และรักษาความสามารถที่จะมีความสุขไว้

ขั้นที่ 2 พอเจริญคุณธรรม เช่น มีเมตตา กรุณา มีศรัทธา เราก็มีความสุขเพิ่มขึ้นอีกประเภทหนึ่ง แต่ก่อนนี้ชีวิตเคยต้องได้วัตถุมหาเสพต้องได้ ต้องเอา เมื่อได้จึงมีความสุข ถ้าคือเสียก็มีความสุข แต่คราวนี้ คุณธรรมทำให้ใจเราเปลี่ยนไป เหมือนพ่อแม่ที่มีความสุขเมื่อให้แก่ลูก เพราะรักลูก ความรักคือเมตตา ทำให้อยากให้ลูกมีความสุขพอให้แก่ลูกแล้วเห็นลูกมีความสุข ตัวเองก็มีความสุข เมื่อพัฒนาเมตตา กรุณา ขยายออกไปถึงใคร ให้แก่คนนั้น ก็ทำให้ตัวเองมีความสุขศรัทธาในพระศาสนา ในการทำความดี และในการบำเพ็ญประโยชน์เป็นต้น ก็เช่นเดียวกัน เมื่อให้ด้วยศรัทธา ก็มีความสุขจากการให้ นั้น ดังนั้นคุณธรรมที่พัฒนาขึ้นมาในใจ เช่น เมตตา กรุณา ศรัทธา จึงทำให้เรามีความสุขจากการให้ การให้กลายเป็นความสุข

ขั้นที่ 3 ความสุขเกิดจากการดำเนินชีวิตถูกต้องสอดคล้องกับความเป็นจริงของธรรมชาติ ไม่หลงอยู่ในโลกของสมมติ ที่ผ่านมานั้นเราอยู่ในโลกของสมมติมาก และบางทีเราก็หลงไปกับความสุขในโลกของสมมตินั้น แล้วก็ถูกสมมติ ล่อหลอกเอา อยู่ด้วยความหวังสุขจากสมมติที่ไม่จริงจังยั่งยืน และพาให้ตัวแปลกแยกจากความจริงของธรรมชาติ และขาดความสุขที่พึงได้จากความเป็นจริงในธรรมชาติเหมือนคนทำสวนที่มีหวังความสุขจากเงินเดือน เลยมองข้ามผลที่แท้จริงตามธรรมชาติจากการทำงานของตัว คือความเจริญงอกงามของต้นไม้ ทำให้ทำงานด้วยความฝืนใจ เป็นทุกข์ ความสุขอยู่ที่การได้เงินเดือนอย่างเดียว ได้แต่รอความสุขที่อยู่ข้างหน้า แต่พอใจมาอยู่กับความเป็นจริงของธรรมชาติ อยากเห็นผลที่แท้จริงตามธรรมชาติของการทำงาน ของตน คือ อยากเห็นต้นไม้เจริญงอกงาม หายหลงสมมติ ก็มีความสุขในการทำสวน และได้ความสุข จากการชื่นชมความเจริญงอกงามของต้นไม้อยู่ตลอดเวลา ดังนั้น คนที่ปรับชีวิตได้ เข้าถึงความจริงของธรรมชาติ จึงสามารถหาความสุขจากการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องตามความเป็นจริงของธรรมชาติ ได้เสมอ พอปัญญา มาบรรจบให้วางใจถูก ชีวิตและความสุขก็ถึงความสมบูรณ์

ขั้นที่ 4 ความสุขจากความสามารถปรุ่แต่ง คนเรานี้มีความสามารถในการปรุ่แต่ง ซึ่งเป็นลักษณะพิเศษของมนุษย์ ปรุ่แต่งทุกข์ก็ได้ ปรุ่แต่งสุขก็ได้ โดยเฉพาะที่เห็นเด่นชัดก็คือ ปรุ่แต่งความคิดมาสร้างสิ่งประดิษฐ์ จนมีเทคโนโลยีต่าง ๆ มากมาย

ที่สำคัญก็คือในใจของเราเอง เรามักจะใช้ความสามารถในทางที่เป็นผลร้ายแก่ตนเอง แทนที่จะปรุ่แต่งความสุข เรามักจะปรุ่แต่งทุกข์ คือเก็บเอาอารมณ์ที่ไม่ดี ที่ขัดใจ ขัดหู ขัดตา เอามารุ่นคิดให้ไม่สบายใจ ขุ่นมัว เศร้าหมอง โดยเฉพาะคนที่สูงอายุนี้ ต้องระวังมาก ใจคอยจะเก็บอารมณ์ที่กระทบกระเทือน ไม่สบาย แล้วก็มาปรุ่แต่ง ให้เกิดความกลุ้มใจ ว้าเหว่ เหงา เรียกใช้ความสามารถไม่เป็น

พระพุทธเจ้าทรงสอนให้เรารู้จักใช้ความสามารถในการปรุ่แต่งแทนที่จะปรุ่แต่งทุกข์ ก็ปรุ่แต่งสุข เก็บเอาแต่อารมณ์ที่ดีมาปรุ่แต่งใจให้สบาย แม้แต่หายใจ ที่ยังให้ปรุ่แต่งความสุขไปด้วย ลองฝึกดูก็ได้เวลาหายใจเข้า ก็ทำใจให้เบิกบาน เวลาหายใจออก ก็ทำใจให้โปร่งเบาตามสอนไว้ว่า สภาพจิต 5 อย่างอย่างนี้ ควรปรุ่แต่งให้มีในใจอยู่เสมอ คือ

1. ปราโมทย์ ความร่าเริงเบิกบานใจ
2. ปีติ ความอิ่มใจ
3. ปัสสัทธิ ความสงบเย็น ผ่อนคลายกายใจ ไม่เครียด
4. สุข ความพอใจ โปร่งโล่งใจ คล่องใจ สะดวกใจ ไม่มีอะไรมาบีบคั้น หรือติดขัดคับข้อง และ
5. สมานิ ภาวะที่จิตอยู่กับสิ่งที่ต้องการ ได้ตามต้องการ ไม่มีอะไรมารบกวน จิตอยู่ตัวของมัน

ขออ้าว่า 5 ตัวนี้สร้างไว้ประจำใจให้ได้ เป็นสภาพจิตที่ดีมาก ผู้เจริญในธรรมจะมีคุณสมบัติของจิตใจ 5 ประการนี้ พระพุทธเจ้าตรัสว่า ตโต ปาโมชฺชพฺพโล ทุกฺขสฺสन्दํ กริสฺสตี แปลว่า ภิกษุปฏิบัติถูกต้องแล้ว มากด้วยปราโมทย์ มีจิตใจร่าเริงเบิกบานอยู่เสมอ จักทำทุกข์ให้หมดสิ้นไป ท่านพูดไว้ถึงอย่างนี้

ฉะนั้น ท่านผู้เกษียณอายุนั้น ถึงเวลาแล้ว ควรจะใช้เวลาให้เป็นประโยชน์ ถือเป็นโอกาสดี มาปรุ่แต่งใจ แต่ก่อนนี้ปรุ่แต่งแต่ทุกข์ทำให้ใจเครียด ขุ่นมัว เศร้าหมอง ตอนนี้ปรุ่แต่งใจให้มีธรรม 5 อย่างนี้ คือ ปราโมทย์ มีความร่าเริงเบิกบานใจ ปีติ ความอิ่มใจ ปัสสัทธิ ความผ่อนคลาย สงบเย็นกายใจ สุข โล่งโปร่งใจ สมานิ สงบใจตั้งมั่น ไม่มีอะไรมารบกวน อยู่ตัว สบายเลย ทำใจให้ได้ อย่างนี้อยู่เสมอ ท่องไว้เลย 5 ตัวนี้ คือ ปราโมทย์ ปีติ ปัสสัทธิ สุข สมานิ พระพุทธเจ้าประทานไว้แล้ว ทำไมเราไม่เอามาใช้ นี่แหละความสามารถในการปรุ่แต่งจิต เอามาใช้ สบายแน่ และก็เจริญงอกงามในธรรมด้วย

โดยเฉพาะ ที่ในผู้สูงอายุนั้นก็เป็นธรรมดาว่าจะต้องมีเวลาพักและเวลาว่างที่ว่างจากกิจกรรม มากกว่าคนหนุ่มสาวและคนวัยทำงานที่เขายังมีกำลังร่างกายแข็งแรงดี ว่างจากงานเขาก็ไปเล่นไปทำกิจกรรมอื่น ๆ ได้มาก แต่ท่านที่สูงอายุ นอกจากออกกำลังบริหารร่างกายบ้างแล้ว ก็ต้องการเวลาพักผ่อนมากหน่อย จึงมีเวลาว่าง ซึ่งไม่ควรปล่อยให้กายว่างแต่ใจวุ่น

เพราะฉะนั้น ในเวลาที่ว่าง ไม่มีอะไรทำ และก็ยังไม่ว่างนอนหลับ หรือนอนแล้ว ก่อนจะหลับ ก็พักผ่อนจิตใจให้สบาย ขอเสนอวิธีปฏิบัติง่าย ๆ ไว้อย่างหนึ่งว่า ในเวลาที่ว่างอย่างนั้น ให้สวดลมหายใจเข้าและหายใจออกอย่างสบาย ๆ สม่ำเสมอ ให้ใจอยู่กับลมหายใจที่เข้าและออกนั้น พร้อมกันนั้นก็พูดในใจไปด้วย ตามจังหวะลมหายใจเข้าและออกว่า

จิตใจเบิกบานหายใจเข้า

จิตใจโล่งเบาหายใจออก

ในเวลาที่พูดในใจอย่างไร ก็ทำใจให้เป็นอย่างนั้นจริง ๆ ด้วย หรืออาจจะเปลี่ยนเป็นสำนวนใหม่ก็ได้ว่า

หายใจเข้า สูดเอาความสดชื่น

หายใจออก ฟอกใจให้สดใส

ถูกกับตัวแบบไหน ก็เลือกเอาแบบนั้น หายใจพร้อมกับทำใจไปด้วยอย่างนี้ตามแต่จะมีเวลาหรือพอใจ ก็จะได้การพักผ่อนที่เสริมพลังทั้งร่างกายและจิตใจ ชีวิตจะมีความหมาย มีคุณค่า และมีความสุขอยู่เรื่อยไป

ขั้นที่ 5 สดท้าย ความสุขเหนือการปรุงแต่ง คราวนี้ไม่ต้องปรุงแต่ง คืออยู่ด้วยปัญญา ที่รู้เท่าทันความจริงของโลกและชีวิต การเข้าถึงความจริงด้วยปัญญาเห็นแจ้ง ทำให้ว่างจิตว่างใจ ลงตัวสนิทสบาย กับทุกสิ่งทุกอย่าง อยู่อย่างผู้เฒ่าเฒ่าชีวิต

สภาพจิตนี้จะเปรียบเทียบได้เหมือนสารพัดที่เฒ่าเฒ่าการขับรถ สารพัดผู้ชำนาญในการขับรถ นั้น จะขับม้าให้นารถเข้าถนน และวิ่งด้วยความเร็วพอดี ตอนแรกต้องใช้ความพยายาม ใช้แซ่ ดึงบังเหียนอยู่พักหนึ่ง แต่พอรถมันวิ่งเข้าที่เข้าทางดี ความเร็วพอดี อยู่ตัวแล้ว สารพัดผู้เฒ่าเฒ่าผู้ชำนาญแล้วนั้น จะนั่งสงบสบายเลย แต่ตลอดเวลานั้นเขาไม่มีความประหวั่น ไม่มีความหวาด จิตเรียบสนิท ไม่เหมือนคนที่ยังไม่ชำนาญ จะขับรถนี้ ใจคอไม่ดี หวาดหวั่น ใจคอยกังวลโน่นนี่ ไม่ลงตัว แต่พอรู้เข้าใจความจริงเฒ่าเฒ่าดี ด้วยความรู้ที่แท้และ จะปรับความรู้สึกให้ลงตัว เป็นสภาพ จิตที่เรียบสงบสบายที่สุด

คนที่อยู่ในโลกด้วยความรู้เข้าใจโลกและชีวิตตามเป็นจริง จิตเฒ่าเฒ่ากับโลกและชีวิต วาง จิตลงตัวพอดี ทุกอย่างเข้าที่อยู่ที่ตัวสนิทอย่างนี้ ท่านเรียกว่าเป็นจิตอุเบกขา เป็นจิตที่สบาย ไม่มีอะไร กวนเลยเรียบสนิท เป็นตัวของตัวเอง ลงตัว เมื่อทุกสิ่งเข้าที่ของมันแล้ว คนที่จิตลงตัวเช่นนี้ จะมี

ความสุขอยู่ประจำตัวอยู่ตลอดเวลา เป็นสุขเต็มอ้อมอยู่ข้างใน ไม่ต้องหาจากข้างนอก และเป็นผู้มีชีวิตที่พร้อมที่จะทำเพื่อผู้อื่นได้เต็มที่ เพราะไม่ต้องห่วงกังวลถึงความสุขของตนและไม่มีอะไรที่จะต้องทำเพื่อตัวเองอีกต่อไป จะมองโลกด้วยปัญญาที่รู้ความจริง และด้วยใจที่กว้างขวางและรู้สึกเอื้อกุล

แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับความสุข

ความหมายของความสุข

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้รวบรวมเอกสาร ตำราต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดเกี่ยวกับความสุขซึ่งมีนักวิชาการหลายท่านได้ให้ความหมายของความสุขผู้วิจัยสามารถรวบรวมได้ดังนี้

ดูพวย (Dupuy. 1977 : 125) ได้ให้ความหมายของความสุขว่า เป็นความรู้สึกจากภายในของแต่ละบุคคลต่อเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่เป็นอยู่ เป็นความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อชีวิตประจำวันและหน้าที่การงาน ความสุขในชีวิตเกิดจากความรู้สึกเฉพาะของแต่ละบุคคลที่ตอบสนองต่อเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่เป็นอยู่จริงในเวลานั้น แล้วแสดงออกมาในรูปของความรู้สึกที่มีความสุข ซึ่งเป็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลาในแต่ละบุคคลและมีความแตกต่างกันไปตามการรับรู้ของแต่ละบุคคล

ออธ (Orem. 1991 : 15) ได้กล่าวถึงความสุขว่า คือ ภาวะที่มีความสมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ และสังคม นอกจากนี้ความสุขยังเป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นภายในจิตใจของบุคคลเกี่ยวกับภาวะของตนเองว่ามีความพึงพอใจ มีความยินดีที่ได้บรรลุถึงอุดมคติหรือเป้าหมายของตน

วู (Wu. 1992 : 141-145) ปรัชญาเมธีของจีนได้กล่าวว่า ความสุข หมายถึงการมีชีวิตที่ดี ความสุข คือการมีอายุยืนยาว ความรุ่งเรือง สุขภาพ ความไม่มีโรค ความสงบ การรู้สึกผ่อนคลายจากความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตาย สิ่งเหล่านี้นับว่าเป็นสิ่งที่มีคุณค่าที่สุดสำหรับชีวิต คำสอนขงจื้อนับว่ามีอิทธิพลที่สุดต่อวัฒนธรรมความเชื่อของคนจีนโดยให้ความสำคัญกับครอบครัว ลูกหลาน ชีวิตของแต่ละคนเป็นการเชื่อมต่อกับบรรพบุรุษ การสืบต่อวงศ์ตระกูล ครอบครัวจึงเป็นศูนย์กลางของชีวิตของบุคคล เพื่อให้บรรลุเป้าหมายบุคคลจึงต้องทำงานหนักเพื่อรักษาและขยายครอบครัว

พระธรรมโกศาจารย์ (2545 : 57) ได้กล่าวถึงความสุขว่า สภาพจิตที่เป็นปกติดีนั้นแหละเป็นความสุข สุขก็เพราะว่าจิตปกติไม่ขึ้น ไม่ลง ไม่เอียงขวา เอียงซ้าย ไม่มีอะไรผูกมัดจิตใจ เป็นอิสระเป็นไทยแก่ตัว อย่างนี้เรียกว่า ปกติจิตที่ปกติไม่มีอะไร รู้อะไรเกิดขึ้น อะไรตั้งอยู่ อะไรดับไป แล้วควรแก้ไขสิ่งนั้นอย่างไร อย่างนี้จิตใจก็สบาย ไม่ค่อยมีปัญหา รวมความว่าชีวิตของเราต้องการความสุขทั้งกาย ทั้งใจ ทางอารมณ์ เราก็ต้องมีสติ มีปัญญา พยายามที่จะรักษาจิตใจไว้ให้ปกติอยู่ตลอดเวลา รู้จักประมาณในการกิน การอยู่ การนุ่งห่มใช้สอย การปฏิบัติหน้าที่และการพักผ่อน สภาพร่างกาย จิตใจก็จะมีสุขสมบูรณ์ปรารถนา

ขงยุทธ์ วงศ์กริรมสานต์ (2550 : ออนไลน์) กล่าวว่า ความสุข หมายถึง การที่เราได้รับความพึงพอใจ ความหวังจากสิ่งต่างๆรอบตัว

กรมสุขภาพจิต (2549 : ออนไลน์) ได้กล่าวว่า ปัจจัยหลายอย่างทั้งจากปัจจัยภายนอกและภายในตัวบุคคลมีผลต่อความสุขของตัวบุคคล ความสุขของคนนั้นมีปัจจัยมากกว่าเรื่องเงินและเสรีภาพ โดยความจริง 12 ข้อของความสุขนั้นมีดังนี้

1. ความสุขเป็นประสบการณ์ที่เป็นรูปธรรมและสามารถวัดได้ ด้วยวิธีการต่าง ๆ เช่น การสอบถาม การวัดกระแสคลื่นไฟฟ้าในสมอง เป็นต้น นอกจากนั้นความสุขคือสิ่งที่ผูกพันโดยตรงกับความทุกข์เมื่อความสุขมากขึ้นความทุกข์ก็ลดลง

2. การแสวงหาความสุขนั้นเป็นธรรมชาติของคน โดยคนจะหาวิธีสร้างความสุขโดยเปรียบเทียบต้นทุนที่ลงไปและผลที่จะได้รับจากวิธีต่าง ๆ

3. สังคมที่ดีที่สุดคือสังคมที่มีคนที่มีความสุขมากที่สุด ดังนั้นนโยบายสาธารณะควรมีเป้าหมายเพื่อสร้างความสุขและลดความทุกข์ให้มากที่สุด

4. สังคมจะมีความสุขหากคนในสังคมมีเป้าหมายร่วมกัน เนื่องจากความสุขของคนขึ้นอยู่กับพฤติกรรมของผู้อื่น ๆ ถ้าทุกคนยอมรับเป้าหมายของความสุขในสังคม จึงจะสามารถร่วมกันจัดระบบของสังคมให้เกิดประโยชน์สาธารณะขึ้นได้

5. การมีเพื่อน มีครอบครัว มีงานทำ เป็นความสุขที่นอกเหนือจากเรื่องเงิน ดังนั้นปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลไม่ใช่เป็นเพียงกระบวนการสู่เป้าหมายแต่เป็นสิ่งที่สำคัญที่สร้างความสุขของคนด้วย

6. คนมักมีความทุกข์กับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ เพราะคนมีความยึดติดกับสถานภาพปัจจุบัน ชอบสภาพแวดล้อมที่คุ้นเคย เพราะข้อเท็จจริงชี้ว่าความปลอดภัยในสังคมและสุขภาพจิตจะด้อยลงในสภาพสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงสูง

7. คนมักใส่ใจกับสถานะทางสังคมของตนอย่างยิ่ง โดยคนมีธรรมชาติที่ต้องการจะดีกว่าผู้อื่น นี่คือสาเหตุสำคัญที่ทำให้สังคมไม่ได้มีความสุขเพิ่มขึ้นถึงแม้จะมีความก้าวหน้าในการพัฒนาไปมาก เมื่อมีคนรู้สึกดีขึ้นก็จะมีคนอื่นที่รู้สึกแย่ลงโดยเปรียบเทียบ การที่คนทำงานเพิ่มขึ้นมีรายได้เพิ่มขึ้นก็ทำให้คนอื่นมีความทุกข์มากขึ้น

8. คนมีการปรับตัวกับสิ่งใหม่อยู่เสมอ เมื่อได้สิ่งที่ดีขึ้นแล้วระยะหนึ่งก็จะรู้สึกเคยชิน ดังนั้นการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจจึงไม่ทำให้คนรู้สึกมีความสุขยาวนาน รายได้ในปีต่อไปจะต้องเพิ่มขึ้นมากกว่าที่เคยได้รับคนจึงจะรู้สึกมีความสุข

9. ความสุขขึ้นอยู่กับปัจจัยภายในของบุคคลมากกว่าปัจจัยภายนอก

สุมน อมรวิวัฒน์ (2549 : ออนไลน์) ความสุขมี 4 ประการคือ

1. มีความรักและการแบ่งปัน
2. เข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างความจริง ความงาม และความเป็นธรรม
3. ประพฤติชอบมีความสุข สันติ และไม่เบียดเบียน
4. บริโภคสิ่งต่างๆ ด้วยปัญญาไม่ตกอยู่ในอิทธิพลของกระแส

ศิริบุรณ์ สายโกสุม (2550 : 5) ได้กล่าวว่า ความสุข (Filed in Happy health) เป็นคำธรรมดาสามัญที่สุดเท่าที่เรานึกได้เมื่ออยากจะอวยพรหรือมอบสิ่งๆ ดีๆ ให้แก่กัน จากรายงานการศึกษาเรื่องความสุขทำให้ได้ทราบความหมายที่ลึกซึ้งและวิธีการอันจะนำมาซึ่งความสุขตามที่หลายๆ คนปรารถนา ลองมาร่วมกันค้นหาความหมายของความสุข มีการศึกษาเกี่ยวกับความสุขสืบต่อกันมาหลายศตวรรษและมีคำมากมายที่ให้เรียกความสุข ได้แก่ ความเป็นอยู่อันดี คุณภาพชีวิต ความพึงพอใจในชีวิต แบ่งเป็น 2 อย่าง คือ

1. ภาวะทางอารมณ์ทางบวกความร่าเริงสนุกสนาน
2. ความพึงพอใจในชีวิตทั้งมวลหรือบางส่วนของชีวิต

จากความหมายความสุขดังกล่าวสรุปได้ว่า ความหมายความสุข คือความสุขภายใน ความสุขภายนอก

ประเภทของความสุข

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้รวบรวมเอกสาร ตำราต่างๆ ที่เกี่ยวข้องแนวคิดเกี่ยวกับความสุขซึ่งมีนักวิชาการหลายท่านได้ให้ ประเภทของความสุขผู้วิจัยสามารถรวบรวมได้ดังนี้

พระธรรมปิฎก (2538 ข : 58 - 61) ได้กล่าวถึงความสุขว่ามี 2 แบบ เป็นความสุขจากภายใน หมายถึง มีความสงบในใจตนเอง หรือ มีความสุข จากการรู้เท่าทันเข้าใจความจริงของสิ่งทั้งหลายเป็นความสุขทางปัญญา เนื่องจากเห็นความจริง เนื่องจากเห็นแจ้งความจริงเป็นความโปร่งใส ไม่มีความติดขัดบีบคั้น

อภิสิทธิ์ ชำรงวารงูร (2542 : 21-53) ได้กล่าวว่า สุขภาพจิตคือสุขประกอบด้วยภาวะจิตและร่างกายมีความสุข และสิ่งแวดล้อมที่อยู่อาศัยก็เป็นปัจจัยสำคัญ โดยแบ่งความสุขของคนเรามี 8 เรื่องใหญ่ๆ ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของสุขภาพจิต คือ

1. ความสุขจากการมีหลักประกันชีวิต ซึ่งหมายถึง เกิด แก่ เจ็บ ตาย มีผู้ดูแลไม่เป็นไปตามบุญตามกรรม และการมีทรัพย์สิน ที่ดินที่ทำกิน
2. ความสุขจากการมีสุขภาพกายและทางใจดี
3. ความสุขจากการมีชุมชนที่เข้มแข็ง
4. ความสุขจากการที่มีครอบครัวอบอุ่น

5. ความสุขจากการมีความภาคภูมิใจ การที่ลูกหลานได้ค้ำชูตนเองได้การมีภูมิปัญญาที่จะถ่ายทอดสู่ลูกหลานและผู้สนใจ

6. ความอิสรภาพ การมีอิสระในการคิด การพูดและทำโดยไม่สร้างความเดือดร้อนต่อผู้อื่นและสิ่งแวดล้อม

7. ความสุขจากการบรรลุธรรม ซึ่งหมายถึงการมีปัญญาที่จะรู้เท่าทันความเปลี่ยนแปลงทั้งภายในตนเองและสิ่งแวดล้อม

8. มีสิ่งแวดล้อม ดิน น้ำ ป่า ต้นไม้ใหญ่

จากประเภทของความสุขดังกล่าวสรุปได้ว่า ประเภทของความสุข คือ ความสุขจากภายใน **องค์ประกอบของความสุข**

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้รวบรวมเอกสาร ตำราต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดเกี่ยวกับความสุข ซึ่งมีนักวิชาการหลายท่านได้ให้ องค์ประกอบของความสุขผู้วิจัยสามารถรวบรวมได้ดังนี้

แอนดรูว์ และวิทธี (Andrews and Whitley, 1978 : 43-47) ได้กล่าวว่า ความสุขมีองค์ประกอบดังนี้

1. อารมณ์ทางบวก
2. ความพึงพอใจในชีวิต
3. ปราศจากอารมณ์ทางลบหรือความเศร้าโศก

ข้อเสนอนี้ได้รับการสนับสนุนจากการวิจัยเพิ่มมากขึ้นในปัจจุบัน อาจมีองค์ประกอบเพิ่มเติมเกี่ยวกับความสุขอีกได้แก่ การบรรลุความปรารถนาแห่งตน เช่น บรรลุยังเป้าหมายในชีวิต การมีความเจริญงอกงาม มิติของความสุขภายในจิตใจที่มีความใกล้เคียงกันคือ การได้ใช้เวลาว่าง การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอันเป็นที่รัก เช่น สามี ลูก เป็นต้น หรือการดื่มด่ำไปกับความงามของธรรมชาติ

วู (Wu, 1992 : 141-145) ปรัชญาเมธิของจีนได้กล่าวว่า ระบบค่านิยมของขงจื้อแบ่งความสุขเป็นองค์ประกอบเป็น 4 ด้านได้แก่

1. องค์ประกอบของครอบครัว ความรับผิดชอบต่อครอบครัว การเชื่อฟังผู้ใหญ่
2. องค์ประกอบของกลุ่ม ขอมรับโครงสร้างของลำดับชั้นทางสังคม ไว้วางใจผู้มีอำนาจทำให้เกิดความเป็นปึกแผ่น ความกลมกลืนและเป็นไปตามบรรทัดฐานของกลุ่ม

3. องค์ประกอบการทำงาน คือ การศึกษา การเรียนรู้ ทักษะการทำงานหนัก การอดออม

4. องค์ประกอบในการประพฤติปฏิบัติ ความสงบสุข ความถ่อมตนและความมีวินัย
ความสุขตามปรัชญาของขงจื้อ เน้นที่ความเป็นอยู่อันดีของครอบครัว สังคมมากกว่าความสุขส่วนบุคคล

วัฒนธรรมจีนจึงเน้นการแบ่งปันความสำเร็จให้แก่กลุ่ม การทำประโยชน์ให้แก่สังคมถือเป็นความสุขสูงสุด ความพยายามหาความสุขใส่ตนถือเป็นสิ่งไม่มีคุณค่า น่าละอาย

ดูพาย (Dupuy, 1997 : 125) องค์กรประกอบของความสุขทั้ง 6 ด้าน เกิดจากการประมวลจากความรู้สึกในภาพรวมของบุคคลแล้วสะท้อนออกมา องค์กรประกอบแต่ละด้านสรุปได้ดังนี้

1. ความวิตกกังวล (Anxiety) เป็นผลมาจากการคิดประเมิน ตัดสินสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นว่าทำให้เกิดอันตรายแก่บุคคลมากน้อยเพียงใด ความแตกต่างในการคิดประเมินขึ้นอยู่กับ การรับรู้ กระบวนการคิดตัดสินของแต่ละบุคคลในสถานการณ์หนึ่ง ๆ โดยบุคคลจะมีปฏิกิริยาตอบสนองในลักษณะของความรู้สึกว่าเครียด หงุดหงิด กลัว หวั่นวิตก ซึ่งจากลักษณะการประเมิน ความวิตกกังวลของดูพาย ประเมินเกี่ยวกับอาการกระสับกระส่าย ความตึงเครียด ความเครียด แรงกดดัน ความวิตกกังวล และ ความหวั่นใจ ลักษณะของข้อคำถามในแบบวัดนั้นจะวัดถึงระดับ ความรุนแรงของความวิตกกังวลในการดำเนินชีวิต

2. ภาวะซึมเศร้า (Depressed Mood) เป็นภาวะจิตใจที่หม่นหมอง หดหู่ เศร้า รวมถึง ความรู้สึกท้อแท้ หมดหวัง มองโลกในแง่ร้าย ต่ำหนีดตัวเอง รู้สึกตนเองไร้ค่า ซึ่งส่วนใหญ่ มักเกี่ยวข้องกับอาการสูญเสีย ระดับความรุนแรงแบ่งออกเป็น 3 แบบ แบบแรก คือ ซึมเศร้าในระดับต่ำ (Mind Depression) มีลักษณะของภาวะอารมณ์ที่ไม่สดชื่น จิตใจหม่นหมอง ซึ่งอาจเกิดเป็นครั้งคราวเมื่อมีเหตุการณ์ เช่น สูญเสียบุคคลหรือสิ่งของที่มีค่า เมื่อพ้นระยะนี้แล้วก็สามารถดำเนินชีวิตได้ตามปกติได้ แบบที่สอง คือ ซึมเศร้าระดับปานกลาง (Moderate Depression) เป็นภาวะอารมณ์ ที่รุนแรงกว่าแบบแรก ทำให้ประสิทธิภาพการทำงานลดลงกว่าเดิม ซึ่งอาจกระทบกระเทือนต่อการ ปฏิบัติกิจวัตรประจำวันแต่ก็ยังสามารถดำเนินชีวิตได้ตามปกติ แบบที่สาม คือ ซึมเศร้าระดับรุนแรง (Severe Depression) เป็นภาวะอารมณ์ที่มีความเศร้าอย่างมาก มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทั่วไป อย่างเห็นได้ชัด เช่น ไม่สามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้ มีอารมณ์เพื่อฝัน หลงผิด ประสาทหลอน แต่ในข้อคำถามในแบบวัดด้านภาวะซึมเศร้ามักถามเกี่ยวกับอารมณ์เสียใจ เศร้าหมอง หมดกำลังใจ ท้อแท้ สิ้นหวัง ว่ารบกวนกับชีวิตประจำวันบ่อยเพียงใด ซึ่งถือว่าเป็นภาวะซึมเศร้าระดับปานกลาง

3. ภาวะสุขภาพทั่วไป (General Health) จากแนวคิดของดูพาย ภาวะสุขภาพถือเป็นด้านหนึ่งของความสุขทางใจ เนื่องจากการทำงานของร่างกายและจิตใจมีความสัมพันธ์กันโดยความเจ็บปวด ความผิดปกติของร่างกาย ความเจ็บปวดที่เกิดขึ้นนั้นส่งผลกระทบต่อจิตใจโดยตรงทำให้จิตใจมี ความทุกข์หรือกังวลต่ออาการเจ็บป่วยที่กำลังประสบอยู่ ซึ่งล้วนทำให้ไม่มีความสุขไปด้วย ลักษณะ ของข้อคำถามด้านภาวะสุขภาพจะมีความหมายไปในทางลบ คือมีลักษณะสภาพจิตใจที่ถูกรบกวน หรือทำให้ไม่สบายใจจากความเจ็บป่วยหรือความผิดปกติทางกายนั้นๆ

4. ความมีชีวิตชีวา (Vitality) เป็นความรู้สึกที่มีพลังกระชุ่มกระชวย มีขวัญและกำลังใจ สนใจในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ไม่รู้สึกเหนื่อยหืดเหนื่อยหรือหมดแรงหมดพลัง กลางคืนนอนหลับพักผ่อนได้เพียงพอต่อความต้องการและตื่นนอนด้วยความรู้สึกที่สดชื่น มีความรู้สึกเบิกบานใจ

5. ความผาสุกทางบวก (Sense of Positive Well-being) หมายถึง ความพึงพอใจในชีวิต เป็นความรู้สึกว่าชีวิตมีความสุข สมบูรณ์ เป็นสิ่งที่บ่งบอกถึงความรู้สึกด้านบวก เช่น ภูมิใจในความสำเร็จ มีความรู้สึกที่ชีวิตเต็มไปด้วยสิ่งที่น่าสนใจ

6. การควบคุมตนเอง (Self-control) เป็นการควบคุมพฤติกรรม ความคิด อารมณ์และความรู้สึกของตนให้มีความมั่นคง ทำให้บุคคลสามารถเผชิญปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่งผลให้ความเครียดหรือความวิตกกังวลเกี่ยวกับอุปสรรคในการดำเนินชีวิตลดลง มีความสามารถในการปรับตัวกับความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ในชีวิตได้อย่างดี ในแบบวัดของคูพาย ผู้ที่สามารถควบคุมตนเองได้จะมีความรู้สึกในด้านบวก

ประเวศ วะสี (2547 : ออนไลน์) ได้กล่าวว่า ความสุขนั้นประกอบไปด้วยความผาสุก (Well-Being) ทั้ง 4 ประการ

1. ความผาสุกทางกาย (Physical Well-Being) ได้แก่ ความจำเป็นพื้นฐานหรือปัจจัย 4 คือ อาหาร ที่อยู่อาศัย สุขอนามัย เครื่องนุ่งห่ม รวมทั้งความจำเป็นอื่น ๆ ตามแต่ฐานานุกรม อาทิ การขนส่ง การคมนาคมต่าง ๆ การท่องเที่ยวพักผ่อนหย่อนใจ สาธารณูปโภคและสาธารณูปการ

2. ความผาสุกทางใจ (Mental Well-Being) ได้แก่ ความมีอิสระเสรี ความสันโดษ ความพอดี การมีสุขภาพจิตดี ร่าเริง แจ่มใส ปฏิบัติตามหลักคำสอนของศาสนา มีความเครียดน้อย มีความสุขได้ง่าย เห็นความสำคัญของคุณค่าและความดี

3. ความผาสุกทางสังคม (Social Well-Being) เช่น ความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน ความมั่นคงในชีวิต เช่น มีเงินออม มีสวัสดิการที่ดี ความเอื้ออาทรมีน้ำใจของชุมชน ชุมชนเข้มแข็ง โรงเรียนดี ลูกหลานมีโอกาสทางการศึกษาสูง มีการอนุรักษ์วัฒนธรรมประเพณีที่ดีงามมีสิ่งแวดล้อมที่ดีทั้งทางธรรมชาติและทางสังคม มีความเสมอภาคและความเป็นธรรมทางสังคมสังคมสันติธรรม ปราศจากอบายมุข และไม่มีการคอร์รัปชันในทุกระดับของสังคม

4. ความผาสุกทางจิตวิญญาณ (Spiritual Well-Being) เช่น การปฏิบัติตามระบบมัชฌิมาปฏิปทา (ทางสายกลาง) หรือมรรค เพื่อการพ้นทุกข์ การพัฒนาคุณภาพ สมรรถภาพ และสุขภาพของจิต พัฒนาทางปัญญาจนรู้จริงแก้ไขปัญหาได้ ลดความโลภ และความเห็นแก่ตัว

สมัชชาสุขภาพแห่งชาติ (2548 : ออนไลน์) ความสุขภายในของแต่ละคนมักได้รับผลกระทบมาจากปัจจัยภายนอก องค์ประกอบของความอยู่เย็นเป็นสุขประกอบไปด้วย

1. ความสุขภายใน คือ ความสุขที่เกิดขึ้นภายในจิตใจ ไม่ได้ขึ้นกับการมีหรือไม่มีปัจจัยภายนอกโดยตรง ความสุขภายในมักเป็นในระดับจิตและปัญญา แบ่งออกเป็นความสุขจากการมีอิสรภาพ ความภาคภูมิใจ การเข้าถึงหลักศาสนา (ศีล) ความสงบ (สมาธิ) ความไม่ยึดมั่น (ปัญญา) ความสุขภายในส่วนใหญ่สามารถเรียนรู้และเกิดขึ้นเฉพาะตนแต่อาจจะต้องอาศัยกลไกการมีสนับสนุนจากระบบสังคมโดยเฉพาะเรื่องของการมีอิสรภาพที่มักผูกกับระบบสังคม การเมือง เศรษฐกิจ

2. ความสุขภายนอก คือ มักสัมพันธ์กับปัจจัยต่างๆ ในการดำรงชีวิตรวมทั้งความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ด้วยกันและปัจจัยทางสิ่งต่างๆ แบ่งออกได้เป็น การมีปัจจัย 4 พอเพียง มีความมั่นคงในชีวิต ครอบครัวอบอุ่น การมีชุมชนเข้มแข็ง มีสิ่งแวดล้อมที่ดี

จากองค์ประกอบความสุขดังกล่าวสรุปได้ว่า องค์ประกอบความสุข คือ ความผาสุกทางกาย ความผาสุกทางใจ ความผาสุกทางสังคม ความผาสุกทางจิตวิญญาณ

แบบแผนแหล่งของความสุข

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้รวบรวมเอกสาร ตำราต่างๆ ที่เกี่ยวข้องแนวคิดเกี่ยวกับความสุข ซึ่งมีนักวิชาการหลายท่านได้ให้ทำแบบแผนแหล่งของความสุข ผู้วิจัยสามารถรวบรวมได้ดังนี้

ลู และชิ (Lu and Shi. 1997 : 181-183) ได้ทำแบบแผนแหล่งของความสุขโดยทำกับประชากรได้หวัน ได้แหล่งความสุข 9 ด้านดังนี้

1. การได้รับการยอมรับนับถือ เช่น คำชมเชย การให้เกียรติ
2. การมีความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่ดี เช่น ครอบครัวอบอุ่น ลูกประสบความสำเร็จในชีวิต
3. ความพึงพอใจจากการได้รับการตอบสนองความต้องการทางวัตถุ หาเงินได้มากมีเงินเพียงพอในการใช้จ่ายใช้สอย
4. ความสำเร็จในการทำงาน เช่น มีความคิดสร้างสรรค์ในการทำงาน ทำงานบรรลุเป้าหมาย
5. มีความสบายใจ รู้สึกผ่อนคลาย เช่น เข้าใจความหมายของชีวิตหรือเชื่อในโชคชะตามันเป็นเช่นนั้นเอง
6. มีความสุขจากการที่คนอื่นยอมเสียสละ เช่น ได้หยุดพักผ่อนในขณะที่คนอื่นทำงานหนัก
7. รู้สึกถึงการควบคุมตนเองและมีความประจักษ์ในตน เช่น บรรลุเป้าหมายในชีวิตหรือพยายามให้ดีที่สุดและได้รับคำวิจารณ์ที่ตนปรารถนา
8. อารมณ์ทางบวก เบิกบานใจ ผ่อนคลาย ไม่มีอะไรทำให้โกรธ
9. สุขภาพ เช่น ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ

ศิริบุรณ์ สายโกสุม (2550 : 9) ได้กล่าว วิทเมอร์ สวีนีและมายเออร์ (Witmer, Sweeney and Myers. 1998 : 105) ได้เสนอ กองล้อแห่งความสุข หรือ ความสุขสบาย (Wheel and Wellness) เพื่อเป็นรูปแบบในการรักษาแบบองค์รวมโดยรวมเอาหลักการ ผลจากการศึกษาวิจัยทางการแพทย์ สังคมและจิตวิทยา มาเป็นพื้นฐานในการพัฒนาความเป็นอยู่อันดีของบุคคลตลอดทุกช่วงชีวิต เป็นการเน้นการป้องกัน การพัฒนาแบบองค์รวม อันเป็นทิศทางใหม่ในการดูแลสุขภาพ ตัวอย่าง เช่น ไม่เน้นการใช้ยาและการผ่าตัดในการรักษาโรคหัวใจ การบำบัดยังรวมถึงการจัดการความเครียด การปรับปรุงการสื่อสาร การปรับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การปรับแบบการดำเนินชีวิต เช่น ออกกำลังกาย โภชนาการ การฝึกสมาธิ กองล้อแห่งความสุขหรือความสุขสบายของบุคคล ประกอบด้วยงานชีวิต 5 ด้าน ดังนี้

1. จิตวิญญาณ เป็นการตระหนักรู้ เป็นความรู้สึกที่ลึกซึ้งถึงความเป็นหนึ่งเดียวหรือ รู้สึกเชื่อมโยงกับจักรวาล เป็นความเชื่อ ค่านิยม ศาสนา เป็นลักษณะที่เป็นแกนของบุคคลที่มี สุขภาพดี เป็นแหล่งของมิติต่างๆ ของความสุขสบายอื่นๆ เช่น การทำกิจกรรมทางศาสนาหรือการ ฝึกทางจิตวิญญาณอื่นๆ

2. การให้ทิศทางแก่ตนเองเพื่อไปสู่เป้าหมายระยะยาว ประกอบด้วย

- 2.1 ความรู้สึกในคุณค่าแห่งตน ความนับถือตนเอง เห็นอัตรโนทัศน์ บัณฑิตสำคัญ ของการมีอัตรโนทัศน์ทางบวก คือ ความเป็นอิสระแก่ตน การสนับสนุนทางสังคม การควบคุม ตนเองจากภายใน หรือความเชื่อในประสิทธิภาพแห่งตน ความนับถือตนเองสูง เป็นปัจจัยสำคัญต่อ การป้องกันโรคภัยไข้เจ็บและเสริมสร้างความเป็นอยู่อันดี

- 2.2 การควบคุมตนเอง การควบคุมจากภายในตน (Internal Locus of Control) ความวิตกกังวลต่ำ มีพฤติกรรมที่ดูแลสุขภาพ เช่น สามารถควบคุมน้ำหนัก ออกกำลังกาย

- 2.3 ความเชื่อสอดคล้องกับความเป็นจริง มนุษย์เราไม่ได้ถูกรบกวนจากสิ่งอื่นแต่ เกิดจากความคิดของเรา คนที่มีสุขภาพดีจะสามารถประมวลผลข้อมูลอย่างถูกต้องและมีการรับรู้ ตามความเป็นจริง สามารถยอมรับตนเองว่าไม่สมบูรณ์แบบทุกอย่าง

- 2.4 ตระหนักในอารมณ์ของตนเองและจัดการกับสิ่งนี้ได้ มีการแสดงออกทางอารมณ์ อย่างเหมาะสมรวมทั้งมีอารมณ์ทางบวก

- 2.5 การแก้ปัญหาคิดสร้างสรรค์ คนที่แก้ปัญหาคิดอย่างมีประสิทธิภาพ มักควบคุมตนเองได้ ความคิดไร้เหตุผลน้อย วิพากษ์วิจารณ์ตนเองต่ำ ทนต่อความกดดัน การปรับ ตนเหมาะสม คนที่มีความคิดสร้างสรรค์สูงมักมีความนับถือตนเองสูงและมีความพอใจในตนเอง

- 2.6 อารมณ์ขันโดยเฉพาะการได้หัวเราะทำให้กล้ามเนื้อคลายเพิ่มพูนระบบ ภูมิคุ้มกันทนต่อความกดดัน การปรับตนเหมาะสม

2.7 โภชนาการ มีความสัมพันธ์ของการกินและสุขภาพ อารมณ์ การกระทำและความยืนยาวของชีวิต

2.8 การออกกำลังกาย เป็นสิ่งที่จำเป็นต่อการป้องกันโรคและส่งเสริมสุขภาพ ความแข็งแรงและความเชื่อมั่น

2.9 การดูแลตนเอง มีนิสัยระมัดระวังในความปลอดภัย ปกป้องตนเองจากอันตรายเพิ่มพูน คุณภาพชีวิต

2.10 การจัดการความเครียด บุคคลที่สามารถจัดการกับความเครียด มีระบบภูมิคุ้มกันความเครียด วิธีการจัดการกับความเครียด เช่น การฝึกการสื่อสารและพฤติกรรมกล้าแสดงออก การแก้ปัญหา การสนับสนุนทางสังคม

2.11 เอกลักษณ์ทางเพศ รู้ถึงความเป็นหญิงหรือชายของตนตามการนิยามและโครงสร้างทางวัฒนธรรม มีความเชื่อมั่นหรือความสบายใจในความเป็นชายหรือหญิงของตน

2.12 เอกลักษณ์ทางวัฒนธรรม เป็นความคิดที่มีหลายมิติโดยรวมเอาเอกลักษณ์ทางชาติพันธุ์ ความประทับใจในเอกลักษณ์ทางวัฒนธรรมทำให้บุคคลมีความเข้มแข็งและมีความเจริญงอกงาม

3. งานและเวลาว่าง เพศชายที่ได้รับการยอมรับในการทำงานเพิ่มพูนความเชื่อมั่นและการควบคุมตนเอง ในเพศหญิงการมีรายได้มีผลต่อความเป็นอยู่อันดี ความรู้สึกว่าจะมีความสามารถในการทำงานมีผลด้านบวกต่อความพึงพอใจในชีวิต เวลาว่างหรือการเล่น “ได้แก้กิจกรรมทางกายภาพ สังคม ปัญญา ทำด้วยความสมัครใจ สร้างสรรค์ ช่วยเพิ่มพูนความรู้สึกถึงความเป็นอยู่อันดี

4. มิตรภาพ รวมเอาความสัมพันธ์ทางสังคมทั้งหมดของบุคคลกับคนอื่นทั้งเป็นรายบุคคลหรือกับชุมชน ความสนใจทางสังคมเป็นธรรมชาติภายในของมนุษย์ เป็นความห่วงใยและการให้คุณค่าแก่บุคคลอื่น การได้รับการสนับสนุนทางสังคม ตอบสนองความต้องการพื้นฐานทางสังคมของบุคคลทำให้ไม่รู้สึกโดดเดี่ยวสัมพันธ์กับความนับถือตนเอง

5. ความรัก ความรู้สึกว่าเป็นที่รัก เป็นความสัมพันธ์ที่ยั่งยืน ผูกพันใกล้ชิด เกื้อกูลกัน ความรักช่วยปกป้องบุคคลจากโรคทางกายและใจ เพิ่มอายุให้ยืนยาว

งล้อแห่งความผาสุกหรือความสุขสบายเป็นการรวบรวมลักษณะของคนสุขภาพดีตลอดช่วงชีวิตช่วยเป็นพื้นฐานในการพัฒนามนุษย์เพื่อให้มีความเป็นอยู่อันดีโดยมีพื้นฐานจากจุดแข็งและทรัพยากรในตัวบุคคลและอาจมีการปรับเปลี่ยนแบบการดำเนินชีวิตบางด้าน

สรุปได้ว่ากระบวนการทัศน์ของความสุขที่กล่าวมาทั้งหมดมีลักษณะหลายอย่างร่วมกันและมีความคล้ายคลึงกันโดยการเน้นอารมณ์ทางบวก ความสามารถในการควบคุมตนเองและการมีความสัมพันธ์ที่เหมาะสม เป็นต้น มีข้อแตกต่างระหว่างโลกตะวันตกโลกและตะวันออกเกี่ยวกับ

กระบวนการทางความสุข ตะวันออกจะเน้นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมากกว่าโดยให้ความสำคัญกับครอบครัวและสังคม ขณะที่กระบวนการทางตะวันตกเน้นที่ตัวบุคคล

ความสุขในทัศนะของนักศาสนา และนักปรัชญาในซีกโลกตะวันออก

ความสุขในทัศนะของนักปรัชญาตะวันออก : อินเดีย

ปรัชญาตะวันออกมีมากมายหลายสำนักที่สำคัญ ได้แก่ ปรัชญา ยุคพระเวท ปรัชญาจารวาก และปรัชญาเซน เป็นต้น

1. ปรัชญายุคพระเวท (เริ่มต้นประมาณ 1,000 ปีก่อนพุทธกาล) ในคัมภีร์สุตตนิบาต พราหมณ์หมักมิกสูตร ได้พรรณนาให้เห็นชีวิตความเป็นอยู่ของนักปราชญ์ไว้ว่า ปราชญ์โบราณเหล่านี้เป็นนักพรต พวกเขาฝึกการควบคุมตนเอง หลีกเลียงความสุขทางผัสสะทั้ง 5 ทรัพย์สินสมบัติของพวกเขามีได้ประกอบด้วยฝูงสัตว์ เงินทองหรือข้าวเปลือก แต่ประกอบด้วยความบริสุทธิ์และการศึกษาหาความรู้ (Dutt. 1960 : 2)

นักปรัชญายุคพระเวท มิได้ให้ความสำคัญกับความสุขทางผัสสะ แต่มุ่งที่จะทำจิตของตนให้บริสุทธิ์และการศึกษาหาความรู้อันเป็นกิจกรรมทางปัญญา จุดประสงค์ของการปฏิบัติเป็นไปเพื่อชีวิตหน้า กล่าวคือ เมื่อร่างกายดับจากโลกนี้ไปแล้ว ก็จะได้ไปเกิดในสวรรค์ การปฏิบัติต่าง ๆ เช่น การบำเพ็ญพรตภาวนา การประกอบพิธีบูชาญ การศึกษาคัมภีร์ พระเวท ฯลฯ มีจุดมุ่งหมายเพื่อทำให้วิญญาณบริสุทธิ์ โดยความสุขสูงสุดอยู่ที่การได้ไปเกิดในสวรรค์

2. ปรัชญาจารวาก เป็นปรัชญาวัตถุนิยม (สันนิษฐานว่าเป็นลัทธิที่เกิดขึ้นเกิดก่อนพุทธศาสนา ในประเทศอินเดีย) คำสอนเน้นถึงในเรื่องความสุขความสำราญทางโลก กล่าวคือ สิ่งที่เรารับรู้ทางประสาทสัมผัสเท่านั้นที่เป็นจริง สิ่งต่าง ๆ ประกอบขึ้นจากธาตุ 4 (ดิน น้ำ ลม ไฟ) แม้กระทั่งจิตหรือวิญญาณของมนุษย์ ไม่มีโลกหน้า ไม่มีชีวิตหลังตาย ความสุขคือจุดหมายสูงสุดของชีวิต ความตายคือโมกษะ (หลุดพ้น) ในขณะที่มีชีวิตอยู่จึงควรแสวงหาความสุข ความบันเทิงเริงรมย์แก่ตัวเองให้มากที่สุด โดยเน้นความสุขของแต่ละบุคคล (สุจิตรา อ่อนค้อม. 2523 : 21-22)

3. ปรัชญาเซน มีทัศนะเกี่ยวกับความสุขว่า การที่บุคคลหมกมุ่นอยู่กับความสุขความสำราญจะทำให้วิญญาณหรือชีวะเสียดทานะดั้งเดิมของตน และตกอยู่ใต้อำนาจของวัตถุ ซึ่งกรรมเป็นตัวสร้างขึ้นมาคุมขังชีวะไว้กับภพ กรรมเป็นวัตถุแทรกซึมอยู่ในชีวะทั้งหมด และทำให้ชีวะมีน้ำหนักตกลงสู่ระดับโลกีย์ (ชีวะมีพันธะ) ทำให้ต้องเวียนว่ายตายเกิดอีก จุดมุ่งหมายของชีวิตจึงได้แก่การทำตนให้พ้นจากกรรม (ชีวะเป็นอิสระ) ด้วยมรรคกรรมได้ในที่สุด ชีวะที่เข้าถึงความหลุดพ้นหรือโมกษะ จะไปพำนักเสวยวิมุตติสุขชั่ววันรันดร ณ นิवासสถานของผู้บริสุทธิ์ (สุทธศิลา) ซึ่งอยู่

ยอดสุดของจักรวาล จะเห็นได้ว่า เซน สอนให้มนุษย์หลีกเลี่ยงความทุกข์สบายทางกาย และสอนให้
 ทรมาณตนให้ลำบาก เพื่อการหลุดพ้นกรรม เต็มใจทรมาณตน เพื่อบูชาศาสนาอย่างมั่นคง

ความสุขในทัศนะของนักปรัชญาตะวันออก : จีน

นักปรัชญายุคต้นและยุคกลางของจีนคนสำคัญ ได้แก่ ขงจื๊อ เหลาจื๊อ (Laotzu) บั๊กจื๊อ
 (รับอิทธิพลมาจากลัทธิขงจื๊อ และลัทธิเต๋า) และเม่งจื๊อ ส่วนนักปรัชญายุคสุดท้ายของจีนที่สำคัญ
 คือ จังจื๊อ เอี่ยงจื๊อ ช่งจื๊อ

ลักษณะปรัชญาจีนมีความไม่สมบูรณ์ / บกพร่องในการอธิบายการเกิดของโลก (Theory
 of World) และการวิวัฒนาการแห่งความรู้ (Theory of Knowledge) นักปรัชญาของจีนมักจะตั้ง
 ปัญหาไว้ให้คิดแต่เพียงว่า “จะอย่างไร” แต่มักไม่คิดค้นต่อว่า “ทำไมจึงเป็นเช่นนั้น” จึงทำให้
 ปรัชญาจีนไม่สมบูรณ์เหมือนปรัชญาอินเดีย อย่างไรก็ตามลัทธิปรัชญาจีนอยู่ภายใต้อิทธิพลของ
 การเมือง

นักปรัชญายุคต้นแบ่งเป็น 3 กลุ่ม

1. กลุ่มเน้นฟื้นฟูผู้นำลัทธิธรรมนิยมการปกครองเก่ามาใช้ ได้แก่ ขงจื๊อ และเม่งจื๊อ
2. กลุ่มเน้นปรับปรุงลัทธิธรรมนิยมใหม่ให้ทันสมัย ได้แก่ บั๊กจื๊อ
3. กลุ่มธรรมชาตินิยม คือ ปลดปล่อยสังคมเป็นไปตามธรรมชาติ ไม่คิดแก้ไขอะไร ได้แก่

เหลาจื๊อ

แม้ว่าแนวคิดจะแตกต่างกัน แต่มีจุดมุ่งหมายอย่างเดียวกัน คือ ความสงบสุขของคนและ
 สังคม

ขงจื๊อ เมื่ออยู่ในห้วงทุกข์ ประสพมรสุมชีวิตมักกล่าวคำว่า “สวรรค์” เสมอ ถ้าพระเจ้ามีจริง
 โลกควรได้รับความยุติธรรมกว่านี้ ถึงแม้ว่าท่านจะสอนให้ทำพิธีบวงสรวงพระเจ้าตามจารีตประเพณี
 ในสมัยโบราณ แต่ท่านก็สอนประชาชนว่า “จงเคารพบูชาผีศาจและพระเจ้า แต่ควรอยู่ให้ห่างๆ
 อย่างหลงมกมายในสิ่งเหล่านี้จนเกินไป” ขงจื๊อเคยตอบเจ้าผู้ครองนครผู้ว่าความเจริญ ความเสื่อม
 ของรัฐ มิใช่เป็นบัญชาพระเจ้า แต่ ความเจริญและความเสื่อม สุขหรือทุกข์ย่อมสำคัญอยู่ที่ตัวบุคคล
 (เสถียร โพธิ์นันทะ. 2514 : 117)

ขงจื๊อ มีทัศนะต่อการเมืองว่า การเมืองควรมี “สากลนิยม” ไม่มีชาติชั้นวรรณะ ประชาชน
 มีความเป็นอยู่อย่างเสมอภาค ทุกคนทำงานเป็นหลักฐาน คนชรา พุฒสภาพ และเด็กได้รับการเลี้ยงดู
 อย่างดี ผู้ปกครองต้องใช้วิธีคัดเลือกเอาคนที่ดีที่สุด มีความสามารถที่สุด จากประชาชนขึ้นมาเป็น
 รัฐบาล อุดมการณ์ทางการเมืองของลัทธิขงจื๊อ เรียก “ได้ทั้ง” แปลว่า ความเสมอภาคอันยิ่งใหญ่
 ค่าของความเป็นมนุษย์ คือ การมีชีวิต เพื่อต้องการใช้ชีวิตให้เป็นประโยชน์ต่อมวลมนุษย์ด้วยกัน
 (ลำดวน ศรีมณี. 2535 : 120)

โดยสรุปหลักปฏิบัติเพื่อให้เกิดสุขของขงจื้อ เน้น “ตง-สฺ” หมายถึง ให้ประพฤติดีทางกาย และจิตใจงดงาม ดังนี้

1. ตง แปลว่า มีจิตใจมั่นคง ไม่เอนเอียงไปทางชั่วทางผิด ได้แก่ ความจงรักภักดีตั้งอยู่ในความยุติธรรม มีความซื่อสัตย์สุจริต
2. สฺ แปลว่า เอาใจเขามาใส่ใจเรา หมายถึง การปฏิบัติต่อผู้อื่น เหมือนกับที่ต้องการให้คนอื่นปฏิบัติต่อเรา

เหลาจื๊อ (Laotzu) เป็นผู้เขียนวรรณกรรมสำคัญ ได้แก่ คัมภีร์เต๋าเต็กเก็ง (Tao Teh Ching) แปลว่า คัมภีร์ว่าด้วยคุณสมบัติของเต๋า เนื้อหาของเต๋า สอนให้ครองชีวิตอย่างสงบ ไม่ให้ทำอะไรฝืนธรรมชาติ ให้ใช้ชีวิตแบบสันโดษ เหลาจื๊อได้กล่าวเป็นสุภาษิตไว้ว่า (เต๋าเต็กเก็ง บทที่ 3) ว่า “คนที่ยืนหยัดเท่า เพื่อจะอยู่เหนือผู้อื่น ผู้นั้นย่อมยืนอยู่ไม่ได้นาน คนที่ก้าวขายาวเกินไป เพื่อจะล้าหน้าคนอื่น ย่อมไปได้ไม่ไกล คนที่แสดงว่าตนเองมีพระเดชพระคุณ กลับจะกลายเป็นคนถูกเขาเนรคุณ ไม่มีคนนับถือ”

โดยสรุปกล่าวได้ว่า ลัทธิเต๋า ยึดถือว่าสุขทุกข์อยู่ที่ใจ ให้ควบคุมจิตใจให้บริสุทธิ์ ให้ถือสันโดษและสละโลภีขีวสัย ดังกล่าวไว้ว่า “ตราบใดที่มนุษย์ฝืนธรรมชาติ สันติสุขจะเกิดขึ้นไม่ได้ ท่านได้วางหลักปฏิบัติเพื่อการดำรงชีวิตที่ก่อสุขไว้ 5 ประการ

1. รู้จักพอ คือ สันโดษ มีชีวิตเรียบง่ายไม่โลภจะเกิดสุข
2. ปฏิบัติตนตามหลักปัญญาญาณ คือ
 - 2.1 รู้จักและเข้าใจกฎธรรมชาติ
 - 2.2 รู้จักตนเอง
 - 2.3 รู้จักปรับตัวเหมือนน้ำที่แปรสภาพไปตามลักษณะของภาชนะ
3. มองโลกในแง่ดี
4. เป็นนายของความรู้ คือ ใช้ความรู้ให้เกิดประโยชน์
5. ยึดเต๋าเป็นอุดมคติ คือ ดำเนินชีวิตแบบเต๋า เพื่อพบกับอิสระ ความสุข ความเรียบง่าย และมีความสุขแม้ในสภาพที่น่าจะเป็นทุกข์ และเป็นทุกข์ในสภาพที่น่าเป็นสุข เช่น ยิ่งรวยก็ยิ่งทุกข์ ยิ่งเป็นภาระ / หวงแหนสมบัติ ยามวิบัติก็โสกเศร้ารุนแรง ความรวยไม่อาจซื้อความสุขทางใจที่เป็นอมตะได้ ควรใช้ชีวิตที่เรียบง่ายแต่ทำจิตใจให้สูง (Simple Life and High Thinking)

บั๊กจื๊อ เน้นความสันโดษ มีชีวิตที่ง่าย ๆ แต่ความรักร่วมกัน (รักคนอื่นให้เหมือนกับรักตนเอง) บุชายของบัณฑิต ท่านได้เน้นถึงความสุขในชีวิต ความสุขที่แท้จริงคือความสุขที่อยู่กับตัวเอง 3 อย่าง คือ

1. บิดามารดามีชีวิตอยู่บริบูรณ์ พี่น้องมีความรักสามัคคีต่อกัน

2. ตำราธรรมะวังไม่ทำชั่วเสียหาย

3. มีคนดี / มีความสามารถมาเลี้ยงดู

บักจื้อ เน้นการแสวงหาความสุขในโลกนี้ มีความสุขจนถึงตายก็จบ

สำหรับลัทธิปรัชญาขงจื๊อที่สาคัญคือ แนวคิดของจ้งจื้อที่เน้นสุขทางจิตนิยม และเอี้ยจื้อที่เน้นสุขทางวัตถุ / โลภียสุข คือ ความสุขในกามคุณ

จ้งจื้อ ความสุขในทัศนะของจ้งจื้อ ถือว่าความสุขที่ชาวโลกไขว่คว้า ไม่ว่าจะเป็นอายุที่ยืนนาน ร่ำรวยมั่งคั่ง มียศศักดิ์สูง ร่างกายแข็งแรง นอนหลับสบาย มีอุปกรณ์เครื่องประดับงดงาม ได้รับการบำเรอด้วยกามคุณอย่างเต็มที่ เป็น “ความสุขจอมปลอม” ล้วนเป็นสุขที่เกิดจากความกดดันทั้งสิ้น จ้งจื้อถือว่า การครองชีพอย่างสงบวิเวก ไม่ไปยุ่งเกี่ยวกับสิ่งใด เป็นสุขอย่างแท้จริง ความสุขที่แท้จริง ต้องมิได้มาจากเนื้อหนัง เกียรติยศอันแท้จริงต้องเป็น เกียรติยศที่พ้นจากการสรรเสริญเยินยอ ไม่ผูกมัดกับการเปรียบเทียบ เพราะธรรมชาติของมนุษย์ต้องการแค่ปัจจัย 4 และความสงบไม่ทะยานอยาก นอกเหนือธรรมชาติ หรือไม่พอใจในสถานะที่ตัวมี

เอี้ยจื้อ ความสุขในทัศนะของเอี้ยจื้อ ลัทธิคำสอนของเอี้ยจื้อ เน้นหนักในเรื่อง โลภียสุข คือ สุขในกามคุณ โดยเน้นการแสวงหาความสุขในโลกนี้เป็นสำคัญ ไม่มีนรก ไม่มีสวรรค์ ความสุขที่แท้จริง คือ ความสุขทางกายที่สัมผัสกับรูป รส กลิ่น เสียง เมื่อมีชีวิตต้องเสพสุขให้พอโดยการกิน การดื่ม การเสพกามให้มากที่สุด การใช้ชีวิตแสวงหาความสุขในปัจจุบันอย่างเต็มที่ ไม่ต้องคิดถึงอนาคต (เสถียร โพธิ์นันทะ. 2514 : 391)

ความสุขในทัศนะของนักศาสนา และนักปรัชญาในซีกโลกตะวันตก

ความสุขในทัศนะของพระศาสนจักรคาทอลิก มนุษย์ถูกกำหนดไว้เพื่อพระเป็นเจ้า และถูกเรียกเข้าสู่ความบรมสุขนิรันดร์ทั้งวิญญาณและร่างกาย (พระสันตะปาปา เบเนดิก ที่ 16. 2550 : 224-225)

ความบรมสุข ซึ่งเป็นความสุขแท้จริง มนุษย์สามารถเข้าถึงได้โดยอาศัยคุณธรรมแห่งพระพรหรรษาของพระคริสตเจ้า ตามมโนธรรมที่ถูกต้อง แสวงหาและรักความจริง ความดี และหลีกเลี่ยงความชั่ว การเห็นพระเป็นเจ้าในชีวิตนิรันดร์ ในที่ซึ่งเราจะเข้ามามีส่วนร่วมในพระธรรมชาติของพระเป็นเจ้าอย่างเต็มที่ เข้าสู่พระสิริรุ่งโรจน์ของพระคริสตเจ้าและในความชื่นชมยินดีแห่งชีวิตพระตรีเอกภาพ ความสุขนี้อยู่เหนือความสามารถของมนุษย์ เป็นพระพรเหนือธรรมชาติของพระเป็นเจ้าที่ให้แก่เรา เป็นเหมือนพระพรหรรษาซึ่งนำไปสู่ความบรมสุขที่สัญญาไว้นั้น ทำให้เราต้องตัดสินใจเลือกทางศีลธรรมอย่างมั่นใจเกี่ยวกับความดีงามของโลก และปลูกเราให้รัก

พระเป็นเจ้าเหนือกว่าสิ่งอื่นใดทั้งปวง (พระสันตะปาปา เบเนดิก ที่ 16. 2550 : 226) นับเป็นเป้าหมายสุดท้ายของการกระทำของมนุษย์

ฉะนั้น การปฏิบัติตามคำสอนที่ว่าด้วยบรมสุข จึงไม่เพียงแต่พบความสุขบนโลกนี้เท่านั้น แต่เป็นหนทางซึ่งนำไปสู่พระอาณาจักรสวรรค์ (ความบรมสุขนิรันดร์) ดังคำสอนที่ว่า

ผู้มีใจยากจน ย่อมเป็นสุข เพราะอาณาจักรสวรรค์เป็นของเขา

ผู้เป็นทุกข์โศกเศร้า ย่อมเป็นสุข เพราะเขาจะได้รับการปลอบโยน

ผู้มีใจอ่อนโยน ย่อมเป็นสุข เพราะเขาจะได้รับแผ่นดินเป็นมรดก

ผู้หิวกระหายความยุติธรรม ย่อมเป็นสุข เพราะเขาจะอิ่ม

ผู้มีใจเมตตา ย่อมเป็นสุข เพราะเขาจะได้รับพระเมตตา

ผู้มีใจบริสุทธิ์ ย่อมเป็นสุข เพราะเขาจะได้เห็นพระเจ้า

ผู้สร้างสันติ ย่อมเป็นสุข เพราะเขาจะได้ชื่อเป็นบุตรของพระเจ้า

ผู้ถูกเบียดเบียนข่มเหงเพราะความเชื่อสัตย์ต่อพระเจ้า ย่อมเป็นสุข

เพราะอาณาจักรสวรรค์เป็นของเขา

ท่านทั้งหลายย่อมเป็นสุข เมื่อถูกเขาดูหมิ่น ข่มเหง และใส่ร้ายต่าง ๆ นานา

พวกเรารอชื่นชมยินดีเถิด เพราะบำเหน็จรางวัลของท่านในสวรรค์นั้นยิ่งใหญ่ นักเขาได้เบียดเบียนบรรดาประกาศกที่อยู่ก่อนท่านดังนี้ด้วยเช่นเดียวกัน (ฝ่ายงานอภิบาลและธรรมทูต อัครสังฆมณฑลกรุงเทพฯ พ. 2546 : 442-443)

ความสุขในทัศนะของนักปรัชญาตะวันตก

นักปรัชญาตะวันตกมีทัศนะเกี่ยวกับความสุขใน 2 กลุ่มใหญ่ กล่าวคือ

กลุ่มปัญญานิยม (Intellectualism) ที่ถือว่าความสุขมิได้เป็นสิ่งที่ดีที่สุดและมีได้มีค่าในตัวเอง ค่าของมันอยู่ที่ มันเอื้ออำนวยให้สิ่งอีกสิ่งหนึ่งที่ดีกว่า (ปัญญาหรือความรู้) เกิดขึ้น เพราะถือว่าปัญญาหรือความรู้เป็นสิ่งดีที่สุดสำหรับมนุษย์ เป็นจุดหมายของมนุษย์ ส่วนความสุขเป็นเพียงวิถีที่จะนำไปสู่จุดหมายเท่านั้น โดยนักปรัชญาในยุคนี้ที่กล่าวถึงความสุข ได้แก่ โสกราตีส เพลโต และอริสโตเติล เป็นต้น และ 2) กลุ่มสุขนิยม (Hedonism) ซึ่งถือว่าความสุขเป็นสิ่งที่ดีที่สุดและมีค่าในตัวเอง การกระทำต่าง ๆ ของมนุษย์มิได้เป็นไปเพื่อคุณค่าในตัวเองของการกระทำนั้น แต่เป็นเพียงวิถี (Means) ที่จะนำไปสู่จุดหมาย (End) คือ ความสุข โดยมีนักปรัชญาตะวันตกที่เป็นตัวแทนของสุขนิยม ได้แก่ เอพิคิวรัส, เซอร์เรมิ เบ็นธัม และจอห์น สจ๊วต มิลล์ เป็นต้น

1. ปัญญานิยม (Intellectualism) นักคิดฝ่ายปัญญานิยม ให้ความสำคัญกับปัญญา (ความสามารถในการใช้เหตุผล เพื่อแสวงหาความจริง) หรือความรู้ว่าเป็นสิ่งดีสูงสุดและมีค่าใน

ตัวเอง ความสุขเป็นเพียงวิถีที่จะนำไปสู่กิจกรรมทางปัญญา ซึ่งเป็นสิ่งที่แยกมนุษย์ออกจากสัตว์ นักคิดกลุ่มปัญญานิยมที่ควรกล่าวถึง คือ โซคราตีส เพลโต และอริสโตเติล

2.1 โซคราตีส (Socrates) เป็นนักปรัชญาชาว กรีก เขาเชื่อว่า คนทุกคนต้องการทำความดี แต่เหตุผลที่ทำให้เขาทำความชั่ว เพราะเขาไม่รู้ ซึ่งในที่นี้หมายถึง การรู้จักตัวเอง (Know Themselves) ในฐานะที่เป็นมนุษย์ ถ้าเราเข้าใจธรรมชาติของมนุษย์อย่างแท้จริง เราก็จะเข้าใจดีว่า ในฐานะที่เป็นมนุษย์เราควรทำอะไร เขาจึงพยายามสอนประชาชน มิให้หลงใหลอยู่กับความสุขทางกายเพราะจะทำให้วิญญาณไม่บริสุทธิ์ ตัวเขาเองก็พยายามปฏิบัติตามเป็นตัวอย่าง ดังจะเห็นได้จากประวัติของเขาว่า เขาดำเนินชีวิตอย่างง่าย ๆ ไม่สนใจต่อทรัพย์สินสมบัติหรือชื่อเสียงเกียรติยศ เพราะสิ่งเหล่านี้มีแต่ล่อลวงให้วิญญาณเกลือกกลิ้งอยู่กับกิเลสตัณหา มนุษย์จึงควรหลีกเลี่ยงความสุขทางกาย และหันมาปฏิบัติกิจกรรมแห่งวิญญาณ นั่นคือการใช้ปัญญาไตร่ตรองหาสิ่งอันเป็น สัจธรรม เพื่อจะได้ยึดเป็นหลักในการดำรงชีวิต และเมื่อตายวิญญาณจะได้เข้าสู่โลกแห่งความจริง (สุจิตรา อ่อนค้อม, 2523 : 15)

2.2 เพลโต (Plato) เป็นนักปรัชญาร่วมสมัย และเป็นศิษย์ของ โซคราตีส ในทัศนะของเพลโต คนดีมีคุณธรรมเท่านั้นที่จะมีความสุขได้ เพราะวิญญาณของเขาอยู่ในสภาพที่สามารถสัมผัสกับความสุขได้ ซึ่งความสุขในที่นี้มิได้หมายถึงความสุขทางกาย (เช่นเดียวกับโซคราตีส) โดยความสุขที่สูงส่ง คือ ความสุขทางวิญญาณ มนุษย์จะรู้จักความสุขชนิดนี้ได้ต่อเมื่อวิญญาณสัมผัสกับโลกแห่งความจริง ซึ่งอยู่เป็นอิสระจากโลกแห่งผัสสะ (World of Sense) อันหมายถึงโลกของแบบ (World of Ideas) ดังนั้น ความสุขจึงแบ่งออกเป็น 2 แบบ คือ 1) ความสุขทางกาย ซึ่งเป็นความสุขทางผัสสะ เช่น ความสุขที่ได้จากการกิน การดื่ม เป็นต้น และ 2) ความสุขทางใจ ซึ่งเป็นความสุขที่เกิดขึ้นเมื่อวิญญาณเป็นอิสระจากกิเลสตัณหาทางกาย อย่างไรก็ตาม เพลโต เชื่อว่าความสุขเป็นสภาพที่เปลี่ยนแปลงและไม่คงที่ ความสุขเป็นเพียงกระบวนการ (Process) ที่จะทำให้สิ่งหนึ่งเป็นอีกสิ่งหนึ่งซึ่งคงที่และไม่เปลี่ยนแปลง ความสุขจึงมิใช่สิ่งที่มีค่าที่สุด

2.3 อริสโตเติล (Aristotle) เป็นศิษย์ของเพลโต ได้ให้ความหมายของคำว่า ความสุข เป็นความดีอย่างสมบูรณ์แบบ (Summum Bonum) เป็นความดีสูงสุด (Supreme good) มนุษย์เราทำทุกสิ่งก็เพื่อความสุข และความสุข ก็คือ กิจกรรมของจิตที่สอดคล้องกับความดีงาม เป็นความรู้สึกที่ดี เรียกว่า สุขภาวะ (Well being) ซึ่งเป็นการนิยามความสุขในแง่ของมาตรฐาน การที่มนุษย์พยายามทำสิ่งที่ดีให้กับตนเองนั้น ก็เพราะทำเพื่อเกียรติยศ ชื่อเสียง ความปรารถนา เหตุผล หรือเพื่อคุณธรรม ความดีงาม แต่สิ่งเหล่านี้หาเป็นสิ่งที่ดีสิ่งสุดท้ายไม่ เพราะจริง ๆ แล้วทุกๆ สิ่ง ที่มนุษย์ทำมาทั้งหมด ก็เพื่อความสุขนั่นเอง และเป็นแรงจูงใจสุดท้าย (Final end) ของการกระทำของมนุษย์ เป็นความดีสูงสุด (Highest good) หรือเป็นสิ่งที่ดีสุดท้าย (Final good) ความสุขเป็นสิ่งที่คนทั่วไปยึดถือร่วมกัน

ว่าเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดของชีวิต มนุษย์ทุกคนต่างทำทุกสิ่งเพื่อความสุข ด้วยเหตุผลที่ว่าความสุขเป็นวิธีสำหรับจุดหมายในตัวของมันเองไม่ได้เป็นวิธีไปสู่สิ่งใดอีกแล้ว (กัมจิกา ชัยสวัสดิ์, 2546 : 11) ความสุขในทัศนะของอริสโตเติล จึงจำแนกเป็น 2 ระดับ คือ 1) ความสุขระดับการรับรู้ (Perception) ทางผัสสะ เรียกว่า Pleasure และ 2) ความสุขระดับที่เกิดจากกิจกรรมทางปัญญา เรียกว่า สุขุมงคล (Happiness) เป็นความสุขสูงสุด เป็นจุดหมายในตัวเอง เป็นผลจากการปฏิบัติคุณธรรมของบุคคล เป็นสิ่งดีสุดท้าย และเป็นสิ่งที่มนุษย์แสวงหา

2. สุขนิยม (Hedonism) แบ่งออกเป็น 2 แบบ คือ

2.1 สุขนิยมแบบอัตนิยม (Egoistic Hedonism) เน้นความสุขของ แต่ละบุคคลเป็นสำคัญ เชื่อว่า ควรหาความสุขให้ตัวเองให้มากที่สุดโดยไม่ต้องคำนึงถึงผู้อื่น หน้าที่ที่พึงมีต่อผู้อื่นจะเป็นไปได้ก็ต่อเมื่อมันนำความสุขมาสู่ตัวเรา อาจจะโดยตรงหรือทางอ้อม ถ้ามันไม่นำความสุขมาสู่ตัวเราเลยก็ไม่จำเป็นต้องไปเกี่ยวข้องหรือสัมพันธ์กับผู้อื่น (Ewing, 1997 : 16) นักปรัชญาคนสำคัญในกลุ่มนี้ คือ เอبيقูรัส

เอبيقูรัส (Epicurus, 1967 : 341-270) เป็นนักปรัชญาชาวกรีกที่ได้รับอิทธิพลมาจาก เดโมคริตุส (Democritus) ผู้ให้กำเนิดลัทธิอะตอม (Atomism) ในแง่ที่เป็นทฤษฎีเอبيقูรัส เป็นผู้ให้กำเนิดลัทธิเอพิคิวเรียน (Epicurianism) ซึ่งมีลักษณะเป็นสสารนิยม (Materialism) โดยเชื่อว่า สสารเท่านั้นที่เป็นจริง วิญญาณของมนุษย์ก็มีลักษณะเป็นสสาร จึงมีแตกมีดับเช่นเดียวกับสสาร ไม่มีโลกหน้า ที่มนุษย์จะได้รับการพิจารณาความดีหรือความชั่ว ขณะมีชีวิตอยู่จึงควรแสวงหาความสุขให้แก่นั่นให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ดังคำขวัญที่ว่า “จงกิน ดื่ม และหาความสุขสำราญเสีย เพราะพรุ่งนี้เราตาย”

โจเซฟ จีลาส และ เบอร์แมน (Joseph, Gerard, and Brennan, 1973 : 61) แม้ว่าเอبيقูรัสจะเป็นสุขนิยมในแง่ที่ว่าความสุขและความสำราญเท่านั้น เป็นสิ่งประเสริฐสุดของชีวิต แต่เขาก็มิได้สอนให้มัวเมาในความสุข หากสอนให้ดำเนินสายกลาง ให้ถ้อยสันโดษ ไม่ทะเยอทะยาน ชีวิตที่ประเสริฐ คือ ชีวิตที่มีความเป็นอยู่ง่าย ๆ และสงบ จึงควรปลีกตัวออกจากสังคม การเข้าไปผูกพันกับสังคมเท่ากับขาดความเป็นอิสระ แต่ก็มิได้สอนให้มนุษย์ใช้ชีวิตอย่างโดดเดี่ยว โดยไม่สัมพันธ์กับผู้อื่น เพราะจะทำให้พบกับความว้าเหว เขาจึงสอนให้เลือกทางสายกลาง คือ มิตรภาพ การมีมิตรภาพต่อผู้อื่น และมีชีวิตอยู่ในสังคมที่เป็นมิตร จึงเป็นสิ่งประเสริฐอีกสิ่งหนึ่ง

2.2 สุขนิยมสากล (Universalistic Hedonism) เน้นความสุขของทุก ๆ คนในสังคม (Ewing, 1975 : 35) ดังคำสอนของเฮอริเบิร์ต สเปนเซอร์ (Jeremy Bentham, 2009 : 1748-1832) เป็นนักปรัชญาชาวอังกฤษ เป็นผู้ให้กำเนิดลัทธิประโยชน์นิยม (Utilitarianism) โดยในภายหลังจอห์น สจิวท มิลล์ (John Stuart Mill) ได้ปรับปรุงให้เป็นระบบรัดกุมยิ่งขึ้น

เซอร์เบอรี เป็นริ้ม (Jeremy Bentham, 2009 : 1748-1832) มีทัศนะว่าการกระทำทุกอย่างของมนุษย์ มีจุดหมายอยู่ที่ความสุขและหลีกเลี่ยงความทุกข์หรือความเจ็บปวด แต่ความสุขที่บริสุทธิ์ เป็นสิ่งที่หาได้ยาก ดังนั้น การเลือกที่จะกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งจึงต้องอาศัยความรอบคอบ โดยการคำนวณความสุข ต้องพิจารณาจากความสุขของคนทุกคน มิใช่ความสุขของผู้หนึ่งผู้ใดโดยเฉพาะ โดยขึ้นอยู่กับปัจจัยสำคัญ 7 ปัจจัย (Frankena, 1982 : 29) คือ ความเข้มข้น (Intensity) ระยะเวลา (Duration) ความแน่นอน (Certainty) ความใกล้ (Propinquity) ผลผลิตภาวะ (Fecundity) ความบริสุทธิ์ (Purity) และการแผ่ขยาย (Extent) โดยทั้ง 7 ปัจจัยนี้เป็นมิติ (Dimensions) ที่เกี่ยวข้องกับความสุขและความทุกข์ (Quinton, 2002 : 33) สำหรับคุณภาพของความสุข เบ็นธัม เชื่อว่าความสุขที่สิ่งต่างๆ ได้ให้แก่มนุษย์ มีค่าเหมือนกัน สิ่งสองสิ่งถ้าหักเอาความทุกข์ออกแล้ว มันให้ปริมาณความสุขเท่ากัน มันก็ดีเท่ากัน โดยไม่ต้องคำนึงถึงประเภท ลักษณะ หรือธรรมชาติของความสุขที่มันให้เรา ถ้าความสุขไม่มีความแตกต่างกันทางด้านคุณภาพ ความสุขของสัตว์กับความสุขของคนก็ดีเท่ากัน

จอห์น สจ๊วต และมิลล์ (John, Stuart and Mill, 1949 : 1806-1873) นักปรัชญาชาวอังกฤษ จึงได้ปรับปรุงลัทธิสุขนิยมเสียใหม่ โดยเขาถือว่าความสุขที่สิ่งต่าง ๆ ได้ให้แก่นั้นมีความแตกต่างทางคุณภาพ จอห์น สจ๊วต และมิลล์ เป็นผู้วางรากฐานให้ประโยชน์นิยมเป็นระบบที่รัดกุมยิ่งขึ้น กล่าวคือ ความสุขของมนุษย์มีสองอย่าง ประกอบด้วย ความสุขทางกายกับความสุขทางใจ ส่วนสัตว์มีแต่ความสุขทางกายเท่านั้น โดยมิลล์ถือว่าความสุขทางใจสูงกว่าความสุขทางกาย ความสุขของมนุษย์และสัตว์จึงต่างกันนั่นเอง

กล่าวโดยสรุป สามารถเปรียบเทียบแนวความคิดเกี่ยวกับความสุขตามหลักศาสนา และนักปรัชญาของตะวันตก-ตะวันออกได้ดังนี้

1. แนวความคิดต่อความสุข ตามหลักศาสนาทั้งตะวันตกและตะวันออกไม่แตกต่างกันนัก คือ เน้นสุขทางจิตใจ เพียงแต่ทางตะวันตกเน้นการใช้เหตุผลทางปัญญาเพื่อสู่สุข ในขณะที่โลกตะวันออกเน้นการปล่อยวางเรียบง่าย
2. แนวความคิดต่อความสุข ตามนักปรัชญาตะวันตกและตะวันออกมีความแตกต่างกัน โดยเฉพาะที่สำคัญ คือ ต่างกันในประเภทของความสุข

แนวความคิดอยู่เย็นเป็นสุข

จากการศึกษา แนวความคิดอยู่เย็นเป็นสุขสามารถรวบรวมข้อมูลได้ ดังนี้

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (มกราคม 2552 : ออนไลน์) ได้กล่าวว่าการอบแนวคิดการพัฒนาประเทศในแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 8 และ 9 และสร้าง

สังคมอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกันในช่วงแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 10 ฉะนั้นการใช้เพียง GDP เป็นเครื่องมือชี้วัดการพัฒนาจึงไม่เพียงพอ เนื่องจากไม่สามารถแสดงถึงสถานะของทรัพยากรธรรมชาติที่ถูกใช้ไประบบนิเวศและสิ่งแวดล้อมที่เสื่อมโทรม ไม่สะท้อนมิติการพัฒนาด้านจิตใจซึ่งเป็นปัจจัยหลักของความสุขของมนุษย์รวมทั้งไม่สะท้อนมูลค่าและต้นทุนทางสังคมอื่นๆ ที่สูญเสียไปจากการเร่งรัดพัฒนาเศรษฐกิจ

นอกจากนั้น เครื่องชี้วัดที่สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (สศช.) ได้พัฒนาเพิ่มเติมให้สามารถวัดครอบคลุมทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม และทรัพยากรธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อมในช่วงของแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 8 และ 9 คือ ดัชนีชี้วัดความอยู่ดีมีสุข ดัชนีชี้วัดความเข้มแข็งทางเศรษฐกิจ และดัชนีชี้วัดการพัฒนาที่ยั่งยืนนั้น ถึงแม้จะสามารถสะท้อนมิติเชิงคุณภาพ ประสิทธิภาพ และความเป็นธรรมได้ชัดเจนมากขึ้น แต่ก็ยังไม่สามารถใช้เป็นเครื่องมือวัดสถานภาพ ระดับการพัฒนา ผลสำเร็จและผลกระทบของการพัฒนาประเทศที่มุ่งสู่สังคมอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกันตามวิสัยทัศน์ของแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 10 เนื่องจากขอบเขตของนิยามความสุขได้ขยายจากมิติของการดำรงชีวิตและแนวปฏิบัติของปัจเจกบุคคล ครอบครัว ชุมชน และสังคมไทยไปสู่การวัดในด้านจิตใจ คุณธรรม จริยธรรม ความถูกต้องดีงามต่างๆ ด้วย ดังนั้น จึงมีความจำเป็นที่จะต้องพัฒนาดัชนีความอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกันในสังคมไทยขึ้น

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ จึงได้ดำเนินการพัฒนาดัชนีชี้วัดความอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกันในสังคมไทย โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ

1. สร้างเครือข่ายการพัฒนาดัชนีชี้วัดความอยู่เย็นเป็นสุขในสังคมไทยขึ้น บนพื้นฐานการมีส่วนร่วมของภาคีการพัฒนาที่เกี่ยวข้องให้เป็นที่ยอมรับ เห็นความสำคัญ และเกิดการนำไปใช้ประโยชน์ร่วมกัน
2. ใช้เป็นเครื่องมือในการบ่งชี้สถานะของประเทศ แนวโน้มการเปลี่ยนแปลง และใช้ติดตามประเมินผลการพัฒนา รวมทั้ง สามารถนำไปใช้ปรับทิศทางการพัฒนาประเทศ และกำหนดนโยบายให้เกิดความอยู่เย็นเป็นสุข
3. ใช้เป็นเครื่องมือในการขับเคลื่อนแนวคิด และสร้างกระแสหลักในสังคม ให้เกิดการปรับเปลี่ยนวิถีคิด และค่านิยมของคนไทยเพื่อให้เกิดคุณค่าใหม่ในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข
4. วางแนวทางการพัฒนาฐานข้อมูลและตัวชี้วัดที่จำเป็นต่อการจัดทำดัชนีชี้วัดความอยู่เย็นเป็นสุข ให้สามารถใช้ในการวิเคราะห์ วางแผน ติดตามประเมินผล และรายงานผลได้อย่างต่อเนื่องทันต่อสถานการณ์

จากการพิจารณาบทบาทของการพัฒนาดัชนีเกี่ยวกับความสุขทั้งในส่วนภายในประเทศ และภายนอกประเทศ ทั้งการสำรวจความคิดเห็นและข้อเสนอแนะจากผู้ที่เกี่ยวข้องในระดับหน่วยงาน

และประชาชนในพื้นที่ได้ข้อสรุปที่สำคัญว่า ความสุขที่ยั่งยืนเกิดจาก การพัฒนาที่มีความสมดุล ระหว่างจิตใจ และร่างกาย และมีความเชื่อมโยงในทุกระดับจากระดับ บุคคล ไปสู่ครอบครัว ชุมชน และประเทศ โดยมนุษย์ต้องเรียนรู้ที่จะดำรงชีวิต หรือมีวิถีชีวิตที่สอดคล้องกับสภาพแวดล้อม” ซึ่งข้อสรุปดังกล่าวสามารถนำไปสู่การพัฒนากรอบแนวคิดพื้นฐาน องค์ประกอบของความอยู่เย็น เป็นสุขร่วมกันในสังคมไทยและการพัฒนาดัชนีชีวิต ดังนี้

แนวคิดพื้นฐาน การพัฒนาขึ้นอยู่กับแนวคิดพื้นฐานสำคัญ 3 ประการ คือ

1. คำนึงถึงความสอดคล้องกับ “วิสัยทัศน์ประเทศไทย” ในแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 10 มุ่งพัฒนาประเทศไทยสู่ “สังคมอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกัน (Green and Happiness Society) คนไทย มีคุณธรรมนำความรอบรู้ รู้เท่าทันโลก ครอบครัวยั่งยืน ชุมชนเข้มแข็ง สังคมสันติสุข เศรษฐกิจ มีคุณภาพ เสถียรภาพ และเป็นธรรม สิ่งแวดล้อมมีคุณภาพ และทรัพยากรธรรมชาติยั่งยืน อยู่ภายใต้ ระบบบริหารจัดการประเทศที่มีธรรมาภิบาล ดำรงไว้ซึ่งระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ ทรงเป็นประมุข และอยู่ในประชาคมโลกได้อย่างมีศักดิ์ศรี”

2. ยึดหลักการปฏิบัติตาม “ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง” ซึ่งชี้ถึง “แนวทางการดำรง อยู่และปฏิบัติตนของประชาชนทุกระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ชุมชน จนถึงระดับรัฐให้ดำเนินไป ในทางสายกลาง โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจให้เกิดความสมดุลและพร้อมรองรับการเปลี่ยนแปลง อย่างรวดเร็วและกว้างขวาง ทั้งด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อมและวัฒนธรรมจากโลกภายนอกได้เป็น อย่างดี” โดยยึดหลัก “ความพอเพียง” ซึ่งมีคุณลักษณะที่สำคัญ 3 ประการ คือ “ความพอประมาณ” “ความมีเหตุผล” และ “ระบบภูมิคุ้มกัน” โดยที่การขับเคลื่อนกระบวนการพัฒนาทุกขั้นตอนต้องใช้ “คุณธรรม” และ “ความรอบรู้” นำการพัฒนา

ฉะนั้น ภายใต้อำนาจปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง การพัฒนาต้องอยู่ภายใต้หลักคุณธรรม คือการกระทำที่นำไปสู่ความสมดุลของทุกมิติที่เป็นองค์ประกอบของสังคมและเชื่อมโยงกันในทุก ระดับ ตั้งแต่ระดับบุคคล (กาย ใจ สติปัญญา) ระดับชุมชน (ส่วนกลางกระจายอำนาจให้แก่ท้องถิ่น) และระดับสังคม (การมีระบบเศรษฐกิจสังคมซึ่งเป็นธรรม) ดังนั้นสามารถกล่าวได้ว่า ค่านิยมของ การดำรงชีวิตและการพัฒนาสังคมไทยตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง คือ “ความสุข” หรือ “ความอยู่เย็นเป็นสุข” เนื่องจากสะท้อนความสมดุลและความเป็นธรรมในทุกมิติของการพัฒนา และให้ความสำคัญในเชิงคุณค่าของความสุขมากกว่ารายได้หรือความมั่งคั่ง เน้นคุณค่าทางจิตใจ มากกว่าวัตถุ และเป็นสิ่งที่มีคุณค่าที่ทุกคนสามารถแบ่งปันกันได้

3. ยึดแนวคิดการพัฒนาแบบบูรณาการเป็นองค์รวมที่ยึด “คนเป็นศูนย์กลางการพัฒนา” ซึ่งเป็นแนวคิดการพัฒนาสู่ความพอเพียงที่ปรับจากการมุ่งเน้นการเติบโตทางเศรษฐกิจมาเป็นการ พัฒนาที่ยึด “คน” เป็นตัวตั้ง ให้ความสำคัญกับผลประโยชน์และความอยู่ดีมีสุขของประชาชนเป็น

หลัก และใช้การพัฒนาเศรษฐกิจเป็นเครื่องมือช่วยพัฒนาให้คนมีความสุขและคุณภาพชีวิตที่ดี ซึ่งมีหลักการสำคัญ คือ

3.1 ปรับวิธีคิดและวิธีการพัฒนาจากแยกส่วนตามภารกิจและหน้าที่มาเป็นแบบบูรณาการเชื่อมโยงทุกมิติ เป็นองค์รวมที่มีคนเป็นศูนย์กลาง ซึ่งสอดคล้องกับการสร้าง “ความอยู่เย็นเป็นสุข” ที่มีลักษณะเป็นองค์รวม ในทุกปัจจัยที่เกี่ยวข้องและตอบสนองต่อการรักษาสมดุล และการมีวิถีชีวิตอยู่ร่วมกันอย่างสอดคล้องตามสภาพแวดล้อม ไม่รบกวนเบียดเบียนสิ่งแวดล้อมให้เกิดการเสียสมดุล

3.2 ยึดหลัก “ภูมิสังคม” ตามความแตกต่างของความหลากหลายทางธรรมชาติและ ความหลากหลายทางวัฒนธรรมตามสภาพแวดล้อมของพื้นที่และวิถีชีวิตของชุมชนและสังคมนั้นๆ โดยเฉพาะความแตกต่างระหว่างภูมิภาค และระหว่างชนบทกับเมือง ดังนั้น การพัฒนาดัชนีชีวิตในแต่ละองค์ประกอบจึงต้องพิจารณาจำแนกตามความแตกต่างเชิงพื้นที่ระหว่างชนบท เมือง ระหว่างภูมิภาคและจังหวัด เพื่อให้ดัชนีสะท้อนความแตกต่างของความอยู่เย็นเป็นสุขในแต่ละพื้นที่

3.3 ปรับกระบวนการพัฒนาจาก “บนลงล่าง” มาเป็นจาก “ล่างขึ้นบน” ยึดหลัก “การมีส่วนร่วมของประชาชน” ในกระบวนการพัฒนาและตัดสินใจ

3.4 พัฒนาอย่างเป็นไปตามลำดับขั้นตอน เริ่มต้นจากการพึ่งตนเองให้ได้ก่อนแล้วจึงพัฒนาไปสู่การรวมกลุ่มพึ่งพากันและกัน และสร้างเครือข่ายการพัฒนาเชื่อมโยงสู่ภายนอกเพื่อความสุขและความเจริญก้าวหน้าในลำดับต่อไป ซึ่งเป็นแนวทางที่สอดคล้องกับแนวความคิดการสร้างความสุขที่มีหลายระดับ เริ่มตั้งแต่ระดับบุคคลและสามารถขยายไปสู่ครอบครัว ชุมชน สังคม เพื่อสร้างสังคมอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกันอย่างยั่งยืน

ความหมายและองค์ประกอบความอยู่เย็นเป็นสุข จากกรอบแนวคิดพื้นฐานและหลักการจัดทำดัชนีสามารถนำไปสู่การกำหนดความหมายและองค์ประกอบการพัฒนาความอยู่เย็นเป็นสุขในสังคมไทย รวมทั้งประเด็นในการพัฒนาดัชนีชีวิตได้ ดังนี้

การกำหนดความหมายและองค์ประกอบ “ความอยู่เย็นเป็นสุข” ความหมาย มีดังนี้

ความอยู่เย็นเป็นสุข”หมายถึง “สภาวะที่คนมีคุณภาพชีวิตที่ดี ดำรงชีวิตอย่าง มีดุลยภาพ ทั้งจิต กาย ปัญญา ที่เชื่อมโยงกับเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อมอย่างเป็นองค์รวมและสัมพันธ์กัน ได้ถูกต้องดีงาม นำไปสู่การอยู่ร่วมกันอย่างสันติระหว่างคนกับคน และการอยู่ร่วมกันอย่างสมดุลระหว่างคนกับธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม”

ตามความหมายของความอยู่เย็นเป็นสุขดังกล่าวข้างต้น ได้ครอบคลุมทุกมิติของวิถีการดำรงชีวิตของคนไทยที่บูรณาการเชื่อมโยงกันจนเกิดภาวะแห่งความสุข มีสภาวะที่ดี ทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสติปัญญาอย่างมีสมดุล ยึดมั่นในคุณธรรมจริยธรรม ดำเนินชีวิตภายใต้หลัก

ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง มีจิตสำนึกต่อประโยชน์ส่วนรวม คิดและทำอย่างถูกต้องและมีเหตุผล รวมทั้งมีความสามารถในการประกอบสัมมาชีพ ที่นำมาซึ่งรายได้ที่พอเพียงกับการจัดหาปัจจัยสำหรับการดำรงชีวิตที่มีคุณภาพ และความมั่นคงของตนเองและครอบครัวภายใต้ระบบเศรษฐกิจที่มีคุณภาพ มีเสถียรภาพ และกระจายการพัฒนายอย่างเป็นธรรม ครอบครัวอยู่ร่วมกันด้วยความรัก และมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน อยู่ในชุมชนที่เข้มแข็ง มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันมีสภาพแวดล้อมที่ดีที่มีความปลอดภัย มีระบบนิเวศที่สมดุลเอื้อต่อการดำรงชีวิตที่มีคุณภาพทั้งร่างกายและจิตใจ ประชาชนทุกคนมีสิทธิ เสรีภาพ รวมทั้งศักดิ์ศรีความเป็นคนเท่าเทียมกัน ภายใต้สังคมที่มีวัฒนธรรมประชาธิปไตยและธรรมาภิบาล

องค์ประกอบ “ความอยู่เย็นเป็นสุข” จากความหมายของความอยู่เย็นเป็นสุขข้างต้น สามารถแจกแจงปัจจัยพื้นฐานร่วมในการสร้างความสุขของมนุษย์ได้ 6 องค์ประกอบหลักได้แก่

1. การมีสุขภาพะ
2. ครอบครัวอบอุ่น
3. ชุมชนเข้มแข็ง
4. เศรษฐกิจเข้มแข็งและเป็นธรรม
5. สภาพแวดล้อมและระบบนิเวศสมดุล และ
6. สังคมประชาธิปไตยที่มีธรรมาภิบาล

ซึ่งนิยามในแต่ละองค์ประกอบหลักสามารถนำไปสู่การกำหนดเป็นองค์ประกอบย่อยของความอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกันในสังคมไทยได้ดังนี้

1. การมีสุขภาพะ ภาวะที่บุคคลปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ มีร่างกายแข็งแรง มีอายุยืนยาว มีจิตใจดี ยึดมั่นในคุณธรรม จริยธรรม ดำเนินชีวิตอย่างมีสติสัมปชัญญะ และใฝ่รู้ สามารถ “คิดเป็น ทำเป็น” มีเหตุมีผล อยู่ในสังคมได้อย่างเป็นปกติสุข โดยสามารถแยกได้เป็น 3 องค์ประกอบย่อย คือ

1.1 สุขภาพกายดี หมายถึง การมีร่างกายที่แข็งแรง มีภาวะโภชนาการที่ดีมีพฤติกรรม การดำรงชีวิตที่เหมาะสมไม่มีโรคประจำตัวหรือโรคเรื้อรังส่งผลให้ห่างไกลจากโรคภัยไข้เจ็บและมีอายุยืนยาวอย่างมีคุณภาพ

1.2 สุขภาพจิตดี มีคุณธรรม จริยธรรม ความสามารถของบุคคลที่จะใช้กลไกในการปรับตัวที่ถูกต้อง สามารถปรับอารมณ์ความรู้สึกสู่ภาวะสมดุลได้ด้วยตนเอง โดยที่ตนเองและสภาวะแวดล้อมไม่เดือดร้อน มีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น ตลอดจนการมีจิตใจที่ดีงาม มีคุณธรรมและจริยธรรม มีความเอื้อเฟื้อ เผื่อแผ่ มีจิตสำนึกความเป็นไทย

1.3 มีสติปัญญา และใฝ่รู้ รู้เท่าทันและปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของสังคมได้ และสามารถใช้ประสบการณ์ ศักยภาพและทักษะความสามารถของตนเองให้เป็นประโยชน์ในการปฏิบัติภารกิจต่างๆ ได้อย่างเต็มประสิทธิภาพ

2. ครอบครัวอบอุ่น หมายถึง กลุ่มบุคคลที่มีความผูกพันกันทางอารมณ์และจิตใจ ในการดำเนินชีวิตร่วมกันอย่างมีจุดหมายในบรรยากาศที่สงบสุข ด้วยการทำหน้าที่ของครอบครัว ได้อย่างเหมาะสมและมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมั่นคง โดยแยกได้เป็น 3 องค์ประกอบ คือ บทบาทหน้าที่ของครอบครัว สัมพันธภาพในครอบครัว และการพึงพิงตนเองของครอบครัว โดยสามารถแยกได้เป็น 3 องค์ประกอบย่อย คือ

2.1 บทบาทหน้าที่ของครอบครัว หมายถึง การทำหน้าที่ของครอบครัวที่จะดูแลความต้องการและสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีของสมาชิกในครอบครัวโดยสมาชิกต้องรู้จักทำมาหากิน มีความรับผิดชอบในบทบาทหน้าที่ต่อตนเองและต่อสมาชิกในครอบครัว

2.2 สัมพันธภาพในครอบครัว หมายถึง การอยู่ร่วมกันของสมาชิกหลายช่วงวัยที่มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน มีความผูกพัน เคารพกันและกัน และเอื้ออาทรต่อกัน

2.3 การพึงพิงตนเองของครอบครัว หมายถึง ครอบครัวมีรายได้พอเพียงเพื่อที่จะสามารถจัดการให้สมาชิกในครอบครัวดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมั่นคง มีที่อยู่อาศัยที่ปลอดภัยอย่างสุขสบาย และสามารถเข้าถึงปัจจัยพื้นฐานในการดำรงชีวิต

3. ชุมชนเข้มแข็ง หมายถึง ชุมชนที่มีการรวมตัวกันเป็นปึกแผ่น มีศักยภาพในการพึ่งตนเองและการเรียนรู้ในระดับสูง มีองค์กรในชุมชน กลุ่มผู้นำการเปลี่ยนแปลง และภาคีเครือข่ายการพัฒนาที่เข้มแข็งของชุมชน รวมทั้งมีความสามัคคี เอื้ออาทร อยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข และธำรงไว้ซึ่งคุณค่าของประเพณี วัฒนธรรม และภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ของชุมชน/ท้องถิ่นหรือเอกลักษณ์ความเป็นไทยได้อย่างต่อเนื่อง โดยสามารถแบ่งออกได้เป็น 3 องค์ประกอบย่อย คือ

3.1 ชุมชนพึ่งตนเองได้ คือ ชุมชนที่มีการรวมตัวกันอย่างมั่นคง เป็นปึกแผ่น สามารถพึ่งพิงตนเองทางเศรษฐกิจ ทรัพยากร และภูมิปัญญาของชุมชนได้เป็นหลัก มีกลุ่มผู้นำ องค์กรในชุมชนและกระบวนการเรียนรู้ของชุมชนหรือภาคีเครือข่ายการพัฒนา เพื่อเพิ่มศักยภาพและขีดความสามารถของชุมชนอย่างต่อเนื่อง

3.2 ชุมชนเกื้อกูลกัน คือ ชุมชนที่มีความรัก ความเอื้ออาทร ความสามัคคี และมีจิตสำนึกหวงแหนความเป็นชุมชนของตนร่วมกัน

3.3 การมีส่วนร่วมของชุมชน หมายถึง คนในชุมชนได้ร่วมคิด ร่วมตัดสินใจ ร่วมทำ ร่วมรับผิดชอบด้วยความผูกพัน และมีอิสระเพื่อแก้ไขปัญหา หรือพัฒนาความเป็นอยู่ของชุมชนหรือรักษาคุณค่าของประเพณี วัฒนธรรม และภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ของชุมชน/ท้องถิ่นหรือ

เอกลักษณ์ความเป็นไทยให้ดีขึ้นและอย่างต่อเนื่อง กับกลุ่มต่างๆ ในชุมชน ซึ่งองค์ประกอบนี้จะเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญอย่างหนึ่งของชุมชนเข้มแข็ง

4. เศรษฐกิจเข้มแข็งและเป็นธรรม เศรษฐกิจที่เชื่อมโยงระหว่างปัจเจกบุคคลที่มีสัมมาชีพที่มั่นคง มีความมั่นคงและปลอดภัยในการทำงาน อยู่ภายใต้เศรษฐกิจที่มีการเจริญเติบโตอย่างมีคุณภาพ เสถียรภาพและมีการกระจายรายได้และกระจายผลประโยชน์การพัฒนาในกลุ่มต่างๆ ในสังคมอย่างเป็นธรรมและเท่าเทียม นำไปสู่การลดความเหลื่อมล้ำของรายได้และหลุดพ้นจากปัญหาความยากจน โดยสามารถแยกได้เป็น 3 องค์ประกอบย่อย คือ

4.1 การมีสัมมาชีพ คือการทำงานที่สุจริต ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่นทำงานอย่างเต็มความสามารถ โดยมีหลักประกันความมั่นคง และความปลอดภัยในการทำงาน

4.2 เศรษฐกิจเข้มแข็ง เป็นระบบเศรษฐกิจที่มีการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจอย่างมีเสถียรภาพ ยั่งยืน บนรากฐานทางเศรษฐกิจที่มั่นคงจากความสามารถในการพึ่งพาตนเองได้ มีภูมิคุ้มกันทางเศรษฐกิจ มีประสิทธิภาพการผลิต และสามารถปรับตัวได้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงของสถานการณ์โลก

4.3 ความเป็นธรรมทางเศรษฐกิจ หมายถึง ระบบเศรษฐกิจที่เปิดโอกาสการเข้าถึงกิจกรรมทางเศรษฐกิจและปัจจัยการผลิตที่จะนำไปสู่การลดความยากจน ลดช่องว่างของการกระจายรายได้และกระจายความมั่งคั่งอย่างทั่วถึง

5. สภาพแวดล้อมและระบบนิเวศสมดุล หมายถึง การดำรงชีวิตอยู่ในสังคมที่มีความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน มีสิ่งแวดล้อมที่มีคุณภาพ และมีระบบนิเวศที่สมดุล เกื้อกูลต่อการดำรงชีวิตให้อยู่ในสังคมอย่างมีความสุขและยั่งยืน โดยสามารถแยกได้เป็น 4 องค์ประกอบย่อย คือ

5.1 ความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน หมายถึง สภาพแวดล้อมที่มีความปลอดภัยในการดำรงชีวิตตลอดจนการประกอบอาชีพ ไม่มีปัญหาความรุนแรงในสังคม

5.2 สิ่งแวดล้อมมีคุณภาพดี หมายถึง การที่มลภาวะต่างๆ ได้รับการดูแลควบคุม และแก้ไขให้ฟื้นคืนสู่สภาพที่ดี ซึ่งเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิต ความสามารถในการปฏิบัติการกิจและความสุขของบุคคลและสังคม

5.3 ระบบนิเวศที่สมดุล เป็นระบบที่สรรพสิ่งต่างๆ พึ่งพิงและพึ่งพาอาศัยกันและกันอย่างได้ดุลทางธรรมชาติ การดำเนินชีวิตที่พอเหมาะพอควรสอดคล้องกับความสามารถในการรองรับของระบบนิเวศ เป็นปัจจัยสำคัญที่จะไม่ทำให้ทรัพยากรธรรมชาติ และระบบนิเวศเสื่อมโทรมลงส่งผลดีต่อคุณภาพชีวิตและการประกอบอาชีพ

6. สังคมประชาธิปไตยที่มีธรรมาภิบาล คนมีศักดิ์ศรี มีสิทธิเสรีภาพ มีความสัมพันธ์ต่อกันบนพื้นฐานของความยุติธรรม ยอมรับเคารพและปฏิบัติต่อผู้อื่นโดยคำนึงถึงความเท่าเทียมกัน

และร่วมบริหารจัดการประเทศกับภาครัฐ เพื่อให้เกิดธรรมาภิบาลที่มีความโปร่งใส คำนึงค่า และเป็นธรรม นำไปสู่สังคมสมานฉันท์ มีสันติสุขอย่างยั่งยืน สามารถอยู่ร่วมกับนานาอารยประเทศได้อย่างเป็นมิตร สามารถแยกได้เป็น 3 องค์ประกอบย่อย คือ

6.1 การมีจิตสำนึกประชาธิปไตย หมายถึง ประชาชนมีความตื่นตัว รู้จักรักษาสិทธิหน้าที่ และเสรีภาพในส่วนของตนเองและประพฤติปฏิบัติตามสิทธิหน้าที่ของตนเอง และเคารพสิทธิ หน้าที่ของบุคคลอื่นตลอดจนมีความกระตือรือร้นเข้าร่วมบริหารและพัฒนาประเทศ

6.2 สังคมที่มีธรรมาภิบาล หมายถึง การบริหารจัดการเศรษฐกิจการเมือง และสังคมที่ดี มีระบบโครงสร้าง กฎเกณฑ์ กระบวนการและกลไกการดำเนินงาน และการตรวจสอบที่มีคุณธรรม นิติธรรม ความโปร่งใส ให้ความสำคัญกับกระบวนการมีส่วนร่วม และความคุ้มค่าในการใช้ทรัพยากร

6.3 ความสมานฉันท์ทางสังคม สังคมที่อยู่ร่วมกันฉันท์กัลยาณมิตร มีความพอใจร่วมกัน มีความเห็นพ้องกัน พร้อมยอมรับความแตกต่างหลากหลายด้านเชื้อชาติ ความเชื่อ วัฒนธรรม และศาสนาของกลุ่มคนในสังคม เพื่อประโยชน์ของส่วนรวม

จากการแนวความคิดอยู่เย็นเป็นสุขดังกล่าวสรุปได้ว่า อยู่เย็นเป็นสุข คือ การมีสุขภาวะครอบคลุมอบอุ่น ชุมชนเข้มแข็ง เศรษฐกิจเข้มแข็งและเป็นธรรม สภาพแวดล้อมและระบบนิเวศสมดุล สังคมประชาธิปไตยที่มีธรรมาภิบาล

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

พระมหาสุวรณ เลือบสุวรณ (2540 : บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่อง การศึกษาเปรียบเทียบทัศนคติที่มีต่อการไปวัดในวันพระของพุทธศาสนิกชนกับการไปโบสถ์ในวันอาทิตย์ของคริสต์ศาสนิกชน : ศึกษาเฉพาะกรณีวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎ์กับคริสตจักรแสงสว่าง โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นประชาชนที่ไปวัดในวันพระและไปโบสถ์ในวันอาทิตย์ แห่งละ 100 คน รวม 200 คน ผลการศึกษาพบว่า การปฏิบัติธรรมในวันพระและการไปโบสถ์ในวันอาทิตย์มีวัตถุประสงค์ในลักษณะเดียวกัน คือ เพื่อสร้างโอกาสให้นักบวชและศาสนิกชนได้ปฏิบัติตามหลักคำสอนของศาสนาของตนมากยิ่งขึ้น เพื่อความสงบสุขในชีวิต โดยมุ่งปฏิบัติตามหลักคำสอนแบบดั้งเดิม แต่มีการประยุกต์รูปแบบให้เหมาะสมกับสถานการณ์มากขึ้น และยังพบว่า ในอนาคตจะมีคนไปปฏิบัติศาสนกิจในวันสำคัญตามหลักคำสอนในศาสนาของตนมากขึ้น

ปพาณี วิฑิตวัฒนา และคณะ (2542 : บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่อง การพัฒนาสันติสุขด้วยกระบวนการศีลธรรม โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ปฏิบัติธรรมอย่างต่อเนื่อง มีการเก็บรวบรวมข้อมูล 15,000 ชุด ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่รักษาศีล 5 หรือศีล 8 และผู้ได้รับ

ประสบการณ์ศีลธรรมเป็นผู้มีเหตุผลเชิงศีลธรรม เป็นผู้เข้าใจเรื่องโลกและชีวิตถูกต้อง เป็นผู้มีทัศนคติดีต่อตนเองและผู้อื่นในระดับดีมาก จากคุณลักษณะทั้ง 3 ประการดังกล่าว ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมศีลธรรมในระดับดีมากตามมา นอกจากนี้พบว่า คุณลักษณะพื้นฐาน 3 ประการ คือ การได้รับประสบการณ์ศีลธรรม การรักษาศีล 5 และการนั่งสมาธิ แสดงอิทธิพลอย่างเด่นชัดต่อการมีคุณลักษณะสันติสุข โดยเฉพาะเมื่อมีอิทธิพลของการรักษาศีล 8 เพิ่มขึ้น ทำให้ปัจจัยด้านอายุ และการศึกษาที่มีอิทธิพลน้อยมาก

ถนัด ตรีเลิศวิเชียร (2546 : บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่องศีลปะการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขตามหลักพุทธธรรมผลการศึกษาพบว่า พุทธธรรมคือคำสอนของพระพุทธเจ้าเป็นคำสอนที่มุ่งให้เกิดประโยชน์แก่บุคคลทุกประเภททั้งบรรพชิต (นักบวช) และคฤหัสถ์ (ผู้ครองเรือน) คือครอบคลุมสังคมทั้งหมด เริ่มต้นพุทธธรรมแสดงให้เห็นธรรมชาติที่แท้จริงของชีวิตมนุษย์เท่าที่ปรากฏในปัจจุบันโดยไม่สนใจที่จะแสวงหาคำตอบทางอภิปรายอันเกี่ยวกับความเป็นมาของชีวิตมนุษย์ก่อนหน้านี้เกินกว่าความจำเป็นที่จะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อการแก้ปัญหาชีวิตหรือการดับทุกข์อันเป็นจุดหมายของชีวิต

ยุภา เทิดอุดมธรรม (2547 : บทคัดย่อ) การศึกษาหลักพุทธธรรมที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม การให้การพยาบาลตามบทบาทเชิงวิชาชีพ : ศึกษากรณีพยาบาลวิชาชีพสังกัดกระทรวงสาธารณสุข จังหวัดสุราษฎร์ธานี ผลการวิจัยพบว่า

1. การวิจัยที่เกี่ยวกับหลักพุทธธรรมที่นำมาประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานการพยาบาลพบว่า หลักพรหมวิหาร 4 และฉราวาสธรรม 4 ทำให้พยาบาลเป็นผู้ที่ประพฤติก่อคุณต่อผู้อื่น มีความอímเอิบใจเมื่อผู้อื่นมีความสุข สามารถวางใจเป็นกลางต่อปัญหาที่เกิดขึ้น มีความซื่อสัตย์ เสียสละ อดทนและอดกลั้น นับเป็นหลักธรรมที่ก่อผลการปฏิบัติงานในวิชาชีพการพยาบาล ส่งผลให้พยาบาลปฏิบัติงานอย่างมีประสิทธิภาพและมีความสุข

2. พฤติกรรมการให้การพยาบาลในบทบาทเชิงวิชาชีพของพยาบาลวิชาชีพโดยรวมอยู่ในระดับบ่อยครั้ง และเมื่อพิจารณาแต่ละด้าน พบว่า พฤติกรรมการพยาบาลด้านการป้องกัน พฤติกรรมการพยาบาลด้านการส่งเสริมสุขภาพ และพฤติกรรมการพยาบาลด้านการฟื้นฟูสมรรถภาพ อยู่ในระดับบ่อยครั้ง ส่วนพฤติกรรมการพยาบาลด้านการดูแลรักษาอยู่ในระดับทุกครั้ง

3. ลักษณะทางพระพุทธศาสนา พบว่า มีการปฏิบัติตามหลักพรหมวิหาร 4 อยู่ในระดับทุกครั้ง ส่วนการปฏิบัติตามหลักฉราวาสธรรม 4 และวิถีชีวิตแบบพุทธอยู่ในระดับบ่อยครั้ง

4. พยาบาลวิชาชีพมีสุขภาพจิต อยู่ในระดับค่อนข้างดี

5. การปฏิบัติตนตามหลักพรหมวิหาร 4 การปฏิบัติตนตามหลักมรรคาธรรม 4 วิธีชีวิตแบบพุทธ และสุขภาพจิตมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมทำให้การพยาบาลตามบทบาทเชิงวิชาชีพโดยรวมและแต่ละด้านทั้ง 4 ด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

6. ปัจจัยภูมิหลัง ได้แก่ อายุ สถานภาพ และประสบการณ์การทำงานของการพยาบาลที่แตกต่างกัน ส่งผลให้พยาบาลมีพฤติกรรมในการพยาบาลในบทบาทเชิงวิชาชีพโดยรวมและรายด้านทั้ง 4 ด้าน แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

พระมหาสมชาย สิริจนฺโท (หานนท์) (2547 : บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่อง พุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางของ พระเทพวรคุณ(สมาน สุเมโธ) จากการศึกษา พบว่า ผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตของพระเทพวรคุณ (สมาน สุเมโธ) สงเคราะห์ลงเป็น 2 ด้าน ได้แก่ 1) ผลในด้านกายภาพที่มีต่อสังคมและชุมชน 2) ผลในด้านจิตใจและปัญญาที่มีต่อสังคมและชุมชน ซึ่งในข้อแรกมีผลต่อการพึ่งตนเอง หน้าที่ในครอบครัว การอนุรักษ์วัฒนธรรมท้องถิ่นอีสาน การสืบสานประเพณี โครงการและการพัฒนาองค์กรสงฆ์และชุมชน ส่วนในข้อที่สอง เป็นการส่งเสริมความรู้ด้านปรัชญา และวิชาการทางพระพุทธศาสนา และเป็นการส่งเสริมความรู้เชิงอนุรักษ์

มานิตา สุขสำราญ (2548 : บทคัดย่อ) การศึกษาพฤติกรรมของผู้ปกครองนักเรียนโรงเรียนพุทธศาสนาวินิจฉัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในการนำหลักพุทธธรรมมาปฏิบัติภายในครอบครัว ผลการศึกษาพบว่า

ตอนที่ 1 หลักพุทธธรรมเกี่ยวกับครอบครัว ได้แก่ หลักสมชีวิธรรม 4 หลักพรหมวิหาร 4 หลักมรรคาธรรม 4 หลักกัลยาณมิตรธรรม 4 หลักสังคหวัตถุ 4 และหลักทศ 6

ตอนที่ 2 พฤติกรรมของผู้ปกครองในการนำหลักพุทธธรรมมาปฏิบัติ เพื่อครอบครัวของผู้ปกครอง นักเรียนโรงเรียนพุทธศาสนาวินิจฉัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จากการศึกษาในตอนนี้พบว่า มีการปฏิบัติตนและอบรมสั่งสอนบุตร ตามหลักสมชีวิธรรม 4 หลักพรหมวิหาร 4 หลักมรรคาธรรม 4 หลักกัลยาณมิตรธรรม 4 หลักสังคหวัตถุ 4 และหลักทศ 6 อยู่ในระดับมาก ในทุกเรื่อง

ตอนที่ 3 แนวทางการนำหลักพุทธธรรมมาปฏิบัติภายในครอบครัว โดยการปฏิบัติตนตามหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา จะสร้างความเข้าใจภายในครอบครัว โดยปรับให้มีทัศนคติที่ดีต่อกัน มีความคิดเห็นตรงกันยอมรับซึ่งกันและกันไม่ขัดแย้งกัน เมื่อทำได้ดังนี้สมาชิกในครอบครัวจะมีความปรารถนาดี ให้ความช่วยเหลือเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกัน การปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องนี้เป็นสิ่งสำคัญต่อการอยู่ร่วมกันของสังคมและการดำรงชีวิต ดังนั้นการปรับตนให้รู้จักความจำเป็นในเรื่อง การใช้ยาทรัพย์ การรู้จักเก็บออม การรู้จักหา เพื่อการใช้จ่ายที่ถูกต้อง จะเป็นการสร้างอุปนิสัยที่ดีสำหรับสมาชิกในครอบครัว

เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์ (2549 : บทคัดย่อ) ทำการวิจัยเรื่องดัชนีความสุขของประเทศ ไทย พบว่าตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อระดับความสุขของคนแบ่งออกเป็นตัวแปรด้านจุลภาคและมหภาค ในกลุ่มตัวแปรจุลภาคประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา การมีงานทำ และระดับรายได้โดยเพศหญิงจะมีความสุขมากกว่าเพศชาย คนที่แต่งงานแล้วอยู่ด้วยกันจะมีความสุขมากกว่าคนโสดหรือหย่าร้าง ระดับการศึกษาและรายได้ยิ่งสูงเท่าไร ทำให้คนมีความสุขมากขึ้นเท่านั้น ส่วนในระดับมหภาค ความสุขของคนนั้นจะเกี่ยวข้องกับด้านเศรษฐกิจซึ่งสัมพันธ์ทางบวกกับระดับความสุข อัตราเงินเฟ้อมีอิทธิพลต่อระดับความสุขมากที่สุด รองลงมาได้แก่ อัตราการว่างงานและอัตราการเติบโตทางเศรษฐกิจ

โสภณ ขำทัพ (2550 : บทคัดย่อ) ศึกษาการปฏิบัติอานาปานสติกับพฤติกรรมการปฏิบัติงานของผู้บริหาร โรงเรียนรางวัลพระราชทาน จังหวัดนนทบุรี ผลการศึกษาพบว่า

1. ด้านข้อมูลทางสถานภาพของผู้บริหารโรงเรียน รางวัลพระราชทาน ซึ่งมี 7 ด้าน ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา ประสบการณ์ในการทำงาน ตำแหน่งหน้าที่ในโรงเรียน สังกัดของโรงเรียนและขนาดของโรงเรียนที่ ต่างกัน ส่งผลให้การปฏิบัติงาน ของผู้บริหารโรงเรียน ไม่แตกต่างกัน
2. ด้านระดับพฤติกรรมที่แสดงออกของผู้บริหารโรงเรียนรางวัลพระราชทาน ซึ่งมี 4 ด้าน ได้แก่ วิถีชีวิตแบบพุทธ ความเชื่อทางพระพุทธศาสนาเถรวาท ความเข้าใจในหลักการพัฒนาจิตด้วยอานาปานสติ และคุณธรรมของผู้บริหาร โรงเรียนตามแนวพุทธปรัชญา มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติงานของผู้บริหารโรงเรียนเป็นอย่างยิ่ง

แอนนา สำราญ (2550 : บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่องการวัดระดับความสุขของประชาชน ในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลกมลา อำเภอกะรุ จังหวัดภูเก็ต ผลการศึกษาพบว่า ประชาชนผู้ตอบแบบสอบถามในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลกมลา จำนวน 370 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ช่วงอายุ 20-35 ปี มีอาชีพรับจ้าง รายได้อยู่ในช่วง 5,000-10,00 บาท การศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษา และนับถือศาสนาอิสลาม ระดับความสุขของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลกมลา โดยรวมอยู่ในระดับมาก

นิศานาถ ถิ่นทะเล (2550 : บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่องการวัดระดับความสุขของประชาชน : กรณีศึกษาเขตพื้นที่องค์การบริหาร ส่วนตำบลเกาะขาวน้อย อำเภอยะรัง จังหวัดพังงา ผลการศึกษาพบว่าระดับความสุขของประชาชน ในเขตเขตพื้นที่องค์การบริหาร ส่วนตำบลเกาะขาวน้อย อำเภอเกาะขาวจังหวัดพังงา อยู่ในระดับมากที่สุดจำนวนหนึ่งด้าน คือด้านชีวิตครอบครัว มีระดับความสุขมาก จำนวน 3 ด้าน คือด้านการมีและการกระจายรายได้ ด้านการมีงานทำอย่างทั่วถึงและด้านสุขภาพอนามัยระดับความสุขปานกลาง จำนวน 4 ด้านคือ ด้านการมีสาธารณูปโภค ด้านความรู้และ

การศึกษา ด้านสภาพแวดล้อม และด้านการบริหารจัดการที่ดีทั้งภาครัฐและเอกชน เมื่อเฉลี่ยในภาพรวมแล้วระดับความสุขของประชาชนอยู่ในระดับปานกลาง

พิสมัย วัฒนาวรสกุล (2551 : บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่องปัจจัยพยากรณ์ความสุขในชีวิตของพนักงานองค์การรัฐบาลและเอกชนในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ พบว่าพนักงานในองค์การเอกชนนั้นมีแนวโน้มที่จะมีบุคลิกภาพแบบการรับรู้คุณค่าในตนเองกลวิธีการจัดการปัญหาเชิงสร้างสรรค์

จากการศึกษาความเป็นมา เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน ตามกรอบการการปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรม คือ ความสุขจากการเสวยวัตถุหรือสิ่งบำรุงบำเรอภายนอกที่นำมาปรนเปรอ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ของเรา ข้อนี้เป็นความสุขสามัญที่ทุกคนในโลกปรารถนากันมาก ความสุขประเภทนี้ขึ้นต่อสิ่งภายนอก เพราะว่าเป็นวัตถุ หรืออามิส เมื่อเป็นสิ่งภายนอกอยู่นอกตัว ก็ต้องหา ต้องเอา เพราะฉะนั้นสภาพจิตของคนที่ต้องการความสุขประเภทนี้จึงเต็มไปด้วยความคิดที่จะได้จะเอา แล้วก็ต้องหา และดิ้นรนทะยานไป เมื่อได้มาก ก็มีมีความสุขมาก แล้วก็เพลิดเพลินไปกับความสุขเหล่านั้น พอได้มาก ๆ เข้า ต่อมาก็คิดว่าตัวเองเก่งมาก ๆ ไปๆ มาๆ โดยไม่รู้ตัวก็มีภาวะอย่างหนึ่งเกิดขึ้น คือ ชีวิตและความสุขของตัวเองต้องไปขึ้นกับวัตถุเหล่านั้น อยู่ลำพังง่ายๆ อย่างเก่า ไม่สุขเสียแล้ว ตอนที่เกิดมาใหม่ๆ นี้ ไม่ต้องมีอะไรมากก็พอจะมีความสุขได้ ต่อมาเมื่อวัตถุมาก เสพมาก ที่นี้ขาดวัตถุเหล่านั้นไม่ได้เสียแล้ว กลายเป็นว่าสูญเสียอิสรภาพ ชีวิตและความสุขต้องไปขึ้นกับวัตถุภายนอก แต่เข้าใจผิดคิดว่าตัวเองเก่ง อันนี้เป็นข้อสำคัญที่คนเราหลงลืมไป ทางธรรมจึงเตือนไว้เสมอว่าเราอย่าสูญเสียอิสรภาพนี้ไป พร้อมทั้งอย่าสูญเสียความสามารถที่จะเป็นสุข สิ่งที่เราจะพัฒนากันมากก็คือ การพัฒนาความสามารถที่จะหาสิ่งเสพมาบำเรอความสุข แม้แต่การศึกษา ทำไปทำไมก็ไม่รู้ตัวว่ากลายเป็นการพัฒนาความสามารถที่จะหาสิ่งเสพมาบำเรอความสุข แต่อีกด้านหนึ่งของชีวิตที่ลืมนั่นก็คือการพัฒนาความสามารถที่จะมีความสุข ถ้าเราไม่พัฒนาความสามารถที่จะมีความสุข หรือแม้แต่ไม่รักษามันไว้เราก็สูญเสียความสามารถที่จะมีความสุข

ดังนั้น ถ้าเป็นคนที่มีเงินพอประมาณ และใช้ชีวิตที่พอประมาณ ก็น่าจะมีชีวิตที่มีความสุข ไม่แพ้คนรวยโดยทั่วไป ทุกคนต้องดิ้นรนแสวงหาให้ได้มาซึ่งความต้องการขั้นพื้นฐาน คืออาหารที่อยู่อาศัยเครื่องนุ่งห่ม และยารักษาโรค สิ่งเหล่านี้เป็นปัจจัยสำคัญในความเป็นอยู่ของมนุษย์ และที่มนุษย์ต้องดิ้นรนแสวงหา นั่น เพื่อความสุข เพื่อความอยู่รอด ทั้งตัวเองและครอบครัว ทุกคนต้องประกอบอาชีพเพื่อให้ได้มาซึ่งทุน คือ เงิน ในการที่จะต้องมีไว้ใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน พุทธศาสนิกชนในตำบลสีพยาก็มีสภาพไม่แตกต่าง จากพุทธศาสนิกชนที่อื่นๆ ทำให้ผู้วิจัย สนใจที่จะศึกษาว่าความสุขในโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชนในตำบลสีพยา อำเภอท่าใหม่ จังหวัดจันทบุรี นั้นเป็นอย่างไรบ้าง เพื่อที่จะได้นำผลวิจัยที่ได้เป็นข้อมูลในการเสริมสร้างความสุขของชุมชนในโอกาสต่อไป

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรม ของพุทธศาสนิกชนใน ตำบลสีพยา อำเภотаใหม่ จังหวัดจันทบุรี โดยมีขั้นตอนการดำเนินงานดังนี้

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การวิเคราะห์ข้อมูล
5. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ผู้นำครัวเรือน ที่อาศัยอยู่ตำบลสีพยา อำเภوتاใหม่ จังหวัดจันทบุรี จำนวน 11 หมู่บ้านรวมทั้งสิ้น จำนวน 331 คน (องค์การบริหารส่วนตำบลสีพยา - บ่อพุ. 2554 : 12)

2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ผู้นำครัวเรือน ที่อาศัยอยู่ตำบลสีพยา จำนวน 11 หมู่บ้าน กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตารางกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง สำเร็จรูปตามแบบของ เกรจ์ซี่ และมอร์แกน (Krejcie and Morgan. 1970 : 608) ได้จำนวน 181 คน ในระดับความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ .05 ด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่ายมาทุกหมู่บ้านตามสัดส่วนของกลุ่มตัวอย่างกับประชากร รายละเอียดดังตาราง 1

ตาราง 1 จำนวนประชากร และกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามหมู่บ้าน

ประชาชน	จำนวนประชากร	กลุ่มตัวอย่าง
	(N)	(n)
หมู่ที่ 1 สีพยากกลาง	42	22
หมู่ที่ 2 สีพยาบน	19	11
หมู่ที่ 3 สีพยาบน	40	21
หมู่ที่ 4 สีพยาล่าง	36	20
หมู่ที่ 5 พลุยาง	42	22
หมู่ที่ 6 สีพยากกลาง	31	17
หมู่ที่ 7 สีพยา	45	25
หมู่ที่ 8 สำโรง	34	18
หมู่ที่ 9 สำโรง	18	10
หมู่ที่ 10 หุ้งไก่อ่เดือน	11	7
หมู่ที่ 11 หุ้งไก่อ่เดือน	13	8
รวม	331	181

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม (Questionnaires) ที่ผู้วิจัยได้ดัดแปลงมาจากการศึกษาทฤษฎีและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลให้ครอบคลุมเนื้อหาตามกรอบแนวคิดและวัตถุประสงค์ของการวิจัย โดยแบ่งลักษณะแบบสอบถามเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 บัญชีส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส การศึกษา อาชีพ รายได้ ลักษณะคำถามเป็นแบบเลือกตอบ (Check List) และเติมข้อความ (Open - ended) จำนวน 6 ข้อ

ส่วนที่ 2 เป็นแบบสอบถาม สภาวะเกี่ยวกับความสุข มี จำนวน 18 ข้อ แบ่งเป็น 6 ด้าน ด้านละ 3 ข้อ การมีสุขภาวะ ครอบครัวอบอุ่น ชุมชนเข้มแข็ง เศรษฐกิจเข้มแข็งและเป็นธรรม สภาพแวดล้อมและระบบนิเวศสมดุล สังคมประชาธิปไตยที่มีธรรมาภิบาล

เกณฑ์การพิจารณา

1. มีสภาวะความสุข ในระดับมาก คือ คะแนนมากกว่าค่าเฉลี่ย ได้แก่ ค่าเฉลี่ย 3.75-5.00
2. มีสภาวะความสุข ในระดับน้อย คือ คะแนนน้อยกว่าค่าเฉลี่ย ได้แก่ ค่าเฉลี่ย 1.00-3.74

ส่วนที่ 3 เป็นแบบสอบถามผลของการปฏิบัติตนตามหลักโลภยธรรมของพุทธศาสนิกชน มีจำนวน 12 ข้อ ด้านละ 3 ข้อ สืบจากการมีทรัพย์ สืบจากการใช้ทรัพย์ สืบจากการไม่เป็นหนี้ สืบจากการประกอบอาชีพที่ไม่มีโทษ

เกณฑ์พิจารณา

ใช้การแบ่งเกณฑ์ตามแนวคิดของเบส (Best) โดยกำหนดเกณฑ์ผลการปฏิบัติตนตามหลักโลภยธรรม ดังนี้

4.51 – 5.00	หมายถึง	อยู่ในระดับมากที่สุด
3.51 – 4.50	หมายถึง	อยู่ในระดับมาก
2.51 – 3.50	หมายถึง	อยู่ในระดับปานกลาง
1.51 – 2.50	หมายถึง	อยู่ในระดับน้อย
1.00 – 1.50	หมายถึง	อยู่ในระดับน้อยที่สุด

วิธีหาคุณภาพเครื่องมือ

1. การหาความตรง (Validity) ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถาม ที่สร้างขึ้นไปปรึกษาผู้เชี่ยวชาญ ในด้านงานวิจัย จำนวน 5 ท่าน (ภาคผนวก ก) ตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่อง เพื่อให้แบบสอบถามที่ ประยุกต์ขึ้นมานี้ สามารถนำไปใช้วัดได้ตรงตามจุดมุ่งหมาย คือ มีความตรงเชิงพินิจ (Face Validity)
2. การหาความเชื่อมั่น (Reliability) ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามที่ผ่านการตรวจสอบจาก ผู้เชี่ยวชาญไปทดลองใช้ (Try Out) กับกลุ่มประชากรที่มีคุณลักษณะคล้ายคลึงกับประชากร เป้าหมายมากที่สุด ได้แก่ ประชากรตำบลบ่อพุ อำเภอบ้านใหม่ จังหวัดฉะเชิงเทรา จำนวน 30 คน แล้วนำมาวิเคราะห์หาความเชื่อมั่นของแบบสอบถามโดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ตามวิธีของครอนบาช (Cronbach, 1990 : 202-204) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม ดังนี้

แบบสอบถามทั้งฉบับได้ค่าความเชื่อมั่น 0.8020

แบบสอบถามสภาวะเกี่ยวกับความสุขได้ ค่าความเชื่อมั่น 0.8754

แบบสอบถามการปฏิบัติตนตามหลักโลภยธรรมของพุทธศาสนิกชนได้ ค่าความ เชื่อมั่น 0.8043

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ประชุมชี้แจงให้กลุ่มตัวอย่างตามรายชื่อที่สุ่มได้จำนวน 181 คน เพื่อทราบถึง ความหมายของข้อคำถามแต่ละข้อ หลังจากนั้นจึงแจกแบบสอบถามให้กลุ่มตัวอย่างเพื่อตอบ แบบสอบถาม แล้วผู้วิจัยเป็นผู้ไปรับแบบสอบถามคืน พร้อมทั้งทำการตรวจสอบความสมบูรณ์

ครบถ้วนของแบบสอบถามทุกชุดในวันเดียวกัน หากแบบสอบถามชุดใดตอบไม่สมบูรณ์ครบถ้วน ผู้วิจัยจะให้ผู้ตอบแบบสอบถามชุดดังกล่าวตอบเพิ่มเติมให้ครบถ้วนทุกข้อคำถาม แล้วจึงนำแบบสอบถามทุกชุดไปลงรหัสและบันทึกในคอมพิวเตอร์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยจะทำการวิเคราะห์และประมวลผลข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป โดยใช้วิธีการทางสถิติ ดังนี้

1. การวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลในแบบสอบถามส่วนที่ 1 โดยการหาค่าแจกแจงความถี่ และร้อยละ
2. วิเคราะห์ข้อมูล สภาวะเกี่ยวกับความสุข วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา โดยการวิเคราะห์หาค่า ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
3. วิเคราะห์ข้อมูลผลการปฏิบัติตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา โดยการวิเคราะห์หาค่า ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
4. ทดสอบความแตกต่างระหว่างตัวแปรอิสระซึ่งได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล และระดับสภาวะเกี่ยวกับความสุขกับตัวแปรตาม การปฏิบัติตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน ในตำบลสีพยา อำเภอนาทม จังหวัดจันทบุรี โดยใช้ สถิติเชิงอนุมาน t-test การวิเคราะห์ความแปรปรวน F-test และในกรณีที่พบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของตัวแปร อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 จะวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธีของเชฟเฟ (Scheffe')

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน
 - 1.1 ค่าแจกแจงความถี่ และค่าร้อยละ
 - 1.2 ค่าเฉลี่ยเลขคณิต และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. สถิติที่ใช้ในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือคือสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาช (Cronbach's Coefficient Alpha)
3. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน
 - 3.1 การทดสอบค่า t-test (Independent Simple Test) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05
 - 3.2 การทดสอบค่า F-test ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ในกรณีที่ตัวแปรอิสระมีค่ามากกว่า 2 ค่าขึ้นไป
 - 3.3 หาค่าความแตกต่างรายคู่ด้วยวิธีของเชฟเฟ (Scheffe') ในกรณีวิเคราะห์ความแปรปรวนแล้ว พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นผลการศึกษาการปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชนในตำบลสีพยา อำเภอลำใหม่ จังหวัดจันทบุรี โดยนำเสนอผลการวิจัยตามลำดับ ดังนี้

1. สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล
2. การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล
3. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

เพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกันในการแปลความหมายของการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่างๆ แทนความหมายของการแปลข้อมูล ดังนี้

$\bar{X}$	แทน	ค่าคะแนนเฉลี่ย
S.D.	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
N	แทน	จำนวนประชากร
p	แทน	ความน่าจะเป็นของค่าสถิติ
t	แทน	ค่าสถิติการเปรียบเทียบแบบที (t-test)
F	แทน	ค่าสถิติการเปรียบเทียบแบบเอฟ (F-test)
MS	แทน	ค่า Mean Squares
SS	แทน	ค่า Sum of Squares
df	แทน	ค่า Degree of Freedom
*	แทน	ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคล

ตอนที่ 2 ระดับ สภาวะเกี่ยวกับความสุข

ตอนที่ 3 ผลของการปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน

ตอนที่ 4 การทดสอบสมมติฐานการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคล

ตาราง 2 จำนวน และค่าร้อยละ ของการปฏิบัติตามหลักโลกียธรรม ของพุทธศาสนิกชนในตำบลสีพยา ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลจำแนกรายด้าน

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (n = 181)	ร้อยละ (100.00)
1. เพศ		
ชาย	87	48.10
หญิง	94	51.90
2. อายุ		
48 ปี ลงมา	58	32.00
49 – 61 ปี	67	37.00
62 ปีขึ้นไป	56	30.90
ต่ำสุด 22 ปี		
สูงสุด 88 ปี		
เฉลี่ย 56.16 ปี		
3. สถานภาพสมรส		
โสด	20	11.00
สมรส/อยู่ด้วยกัน	120	66.30
หม้าย/อย่าร้าง/แยกกันอยู่	41	22.70
4. ระดับการศึกษา		
ประถมศึกษา	114	63.00
มัธยมศึกษา/เทียบเท่า	49	27.10
อนุปริญญา/เทียบเท่า	10	5.50
ปริญญาตรี/เทียบเท่า	8	4.40

ตาราง 2 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม	จำนวน (n = 181)	ร้อยละ (100.00)
5. อาชีพ		
รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ	11	6.10
ค้าขาย	38	21.00
เกษตรกร	94	51.90
รับจ้างทั่วไป	38	21.00
6. รายได้		
ต่ำกว่า 5000 บาท	61	33.70
5,000 – 10,000 บาท	59	32.60
10,000 บาทขึ้นไป	61	33.70
ต่ำสุด 1,500 บาท		
สูงสุด 40,000 บาท		
เฉลี่ย 9,694.48 บาท		

จากตาราง 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลจำแนกเป็นรายด้าน ปรากฏผลดังนี้
ด้านเพศ กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิงคิดเป็นร้อยละ 51.90 และเพศชายคิดเป็นร้อยละ 48.10

ด้านอายุ กลุ่มตัวอย่างมีอายุ 49-61 ปี คิดเป็นร้อยละ 37.00 อายุ 48 ปี ลงมา คิดเป็นร้อยละ 32.00 และอายุ 61 ปีขึ้นไปคิดเป็นร้อยละ 30.00

ด้านสถานภาพสมรส กลุ่มตัวอย่างที่สมรส/อยู่ด้วยกัน คิดเป็นร้อยละ 66.30 รองลงมาคือ กลุ่มตัวอย่างที่เป็น หม้าย/อย่าร้าง/แยกกันอยู่ คิดเป็นร้อยละ 22.70 และกลุ่มตัวอย่างที่เป็น โสด คิดเป็นร้อยละ 11.00

ด้านระดับการศึกษา กลุ่มตัวอย่างส่วนมาก มีระดับการศึกษาประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 63.00 รองลงมา มีระดับการศึกษามัธยมศึกษา/เทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 27.10 มีการศึกษาอนุปริญญา/เทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 5.50 และปริญญาตรี/เทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 4.40

ด้านอาชีพ กลุ่มตัวอย่างประกอบอาชีพเกษตรกรมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 51.90 รองลงมา มีอาชีพค้าขายและอาชีพรับจ้างทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 21.00 และรับราชการ/รัฐวิสาหกิจ ร้อยละ 6.10

ด้านรายได้เฉลี่ยต่อเดือน กลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ต่ำกว่า 5,000 บาทและ 10,000 บาทขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 33.70 และกลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ระหว่าง 5,000-10,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 32.60

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลระดับความสุข

ตอนที่ 2 ระดับสภาวะเกี่ยวกับความสุข

ตาราง 3 จำนวน และค่าร้อยละของการปฏิบัติตามหลักโลกียธรรม ของพุทธศาสนิกชนในตำบล สีพยา จำแนกตาม สภาวะเกี่ยวกับความสุข

สภาวะเกี่ยวกับความสุข	จำนวน	ร้อยละ
ระดับน้อย	49	27.10
ระดับมาก	132	72.90
รวม	181	100.00

จากตาราง 3 แสดงว่า สภาวะเกี่ยวกับความสุขกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีสภาวะเกี่ยวกับความสุข ระดับมากคิดเป็นร้อยละ 72.90 มีสภาวะเกี่ยวกับความสุขระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 27.10 ดังรายละเอียดในตาราง

ตาราง 4 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับสภาวะเกี่ยวกับความสุขจำแนกเป็น รายด้าน

สภาวะเกี่ยวกับความสุข	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	ลำดับ
การมีสุขภาพ	3.93	.56	มาก	2
ครอบครัวอบอุ่น	3.96	.55	มาก	1
ชุมชนเข้มแข็ง	3.92	.64	มาก	3
เศรษฐกิจเข้มแข็งและเป็นธรรม	3.60	.57	มาก	6
สภาพแวดล้อมและระบบนิเวศสมดุล	3.76	.61	น้อย	5
สังคมประชาธิปไตยที่มีธรรมาภิบาล	3.84	.57	มาก	4
รวม	3.75	.50	มาก	

จากตาราง 4 แสดงว่า ระดับสภาวะเกี่ยวกับความสุขแสดงว่าโดยรวมกลุ่มตัวอย่าง มีระดับสภาวะเกี่ยวกับความสุขในระดับมาก ($\bar{X} = 3.75$)

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า กลุ่มตัวอย่าง มี ระดับสภาวะเกี่ยวกับความสุขใน ระดับมาก เรียงลำดับจากมากไปน้อย 3 ลำดับ คือ ครอบครัวอบอุ่น ($\bar{X} = 3.96$) การมีสุขภาพ ($\bar{X} = 3.93$) ชุมชนเข้มแข็ง ($\bar{X} = 3.92$)

รองลงมา กลุ่มตัวอย่างที่มีสภาวะเกี่ยวกับความสุข เรียงลำดับจากน้อยไปมาก 3 ลำดับคือ เศรษฐกิจเข้มแข็งและเป็นธรรม ($\bar{X} = 3.60$) สภาพแวดล้อมและระบบนิเวศสมดุล ($\bar{X} = 3.76$) และ สังคมประชาธิปไตยที่มีธรรมาภิบาล ($\bar{X} = 3.84$) ตามลำดับ

ตาราง 5 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับสภาวะเกี่ยวกับความสุขจำแนกเป็นรายชื่อ

สภาวะเกี่ยวกับความสุข	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	ลำดับ
1. ท่านมีร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์	3.56	.71	มาก	7
2. ท่านมีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น	3.98	.86	มาก	2
3. ท่านรู้เท่าทันและปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงได้ อย่างรวดเร็ว	3.58	.78	มาก	6
4. สมาชิกในครอบครัวมีคุณภาพชีวิตที่ดี	3.74	.80	มาก	3
5. สมาชิกในครอบครัวท่านมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกันเสมอ	4.01	.75	มาก	1
6. ครอบครัวท่านดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมั่นคง	3.71	.84	มาก	4
7. ชุมชนท่านมีการรวมตัวกันอย่างมั่นคง	3.48	.76	น้อย	10
8. คนในชุมชนมีการช่วยเหลือเกื้อกูลกัน	3.45	.80	น้อย	11
9. ท่านมีส่วนร่วมในการพัฒนาความเป็นอยู่ของชุมชน	3.53	.98	น้อย	8
10. ท่านมีความมั่นคงปลอดภัยในการทำงาน	3.44	.87	น้อย	12
11. ปัจจุบันเศรษฐกิจของครอบครัวเป็นไปตามความต้องการ	3.35	.98	น้อย	16
12. ปัจจุบันราคาพืชผลทางเกษตรเป็นไปตามความต้องการ	3.20	.99	น้อย	18
13. ชุมชนของท่านมีความปลอดภัยในชีวิตแลทรัพย์สิน	3.39	.88	น้อย	15
14. ท่านมีความรู้สึก ว่า ทรัพยากรธรรมชาติในชุมชน ของท่านมีอยู่ อย่างเพียงพอ	3.26	.80	น้อย	17
15. ทรัพยากรธรรมชาติในชุมชนของท่านยังคงความสมบูรณ์ ไว้ได้	3.41	.83	น้อย	14

ตาราง 5 (ต่อ)

สภาวะเกี่ยวกับความสุข	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	ลำดับ
16. ท่านมีความสนใจในการเลือกตั้งทุกระดับ	3.69	.83	มาก	5
17. ท่านมีความพึงพอใจในการบริหาร ของ อบต.	3.43	.87	น้อย	13
18. คนในชุมชนอยู่ร่วมกันอย่าเป็นมิตร	3.50	.84	มาก	9
รวม	3.49	.78	มาก	

จากตาราง 5 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับสภาวะเกี่ยวกับความสุขแสดงว่าโดยรวมกลุ่มตัวอย่างมีระดับสภาวะเกี่ยวกับความสุขในระดับมาก ($\bar{X} = 3.49$)

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีระดับสภาวะเกี่ยวกับความสุขในระดับมากเรียงลำดับจากมากไปน้อย 3 ลำดับ คือ สมาชิกในครอบครัวท่านมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกันเสมอ ($\bar{X} = 4.01$) ท่านมีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น ($\bar{X} = 3.98$) และสมาชิกในครอบครัวมีคุณภาพชีวิตที่ดี ($\bar{X} = 3.74$)

รองลงมา กลุ่มตัวอย่างที่มีสภาวะเกี่ยวกับความสุข เรียงลำดับจากน้อยไปมาก 3 ลำดับ คือ ปัจจุบันราคาพืชผลทางเกษตรเป็นไปตามความต้องการ ($\bar{X} = 3.20$) ท่านมีความรู้สึกว่าการขยายการรวมชาติในชุมชนของท่านมีอยู่อย่างเพียงพอ ($\bar{X} = 3.26$) และปัจจุบันเศรษฐกิจของครอบครัวเป็นไปตามความต้องการ ($\bar{X} = 3.35$) ตามลำดับ ดังรายละเอียดในตาราง

ตอนที่ 3 การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน

ตาราง 6 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับการปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชนในตำบลสีพยา อำเภอลำไหม จังหวัดจันทบุรีจำแนกเป็นรายด้าน

การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรม	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	ลำดับ
สุขเกิดจากการมีทรัพย์	4.44	.674	ปานกลาง	2
สุขเกิดจากการจ่ายบริ โภค	4.16	.597	ปานกลาง	3
สุขเกิดจากความไม่ต้องเป็นหนี้	4.08	.772	ปานกลาง	4
สุขเกิดจากการประกอบการทำงานที่ ปราศจากโทษ	4.64	.517	ปานกลาง	1
รวม	4.33	.552	ปานกลาง	

จากตาราง 6 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับการปฏิบัติตามหลักโลภิยธรรมของพุทธศาสนิกชนแสดงว่าโดยรวมกลุ่มตัวอย่างมีระดับการปฏิบัติตามหลักโลภิยธรรมของพุทธศาสนิกชนในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 4.33$)

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีระดับการปฏิบัติตามหลักโลภิยธรรมของพุทธศาสนิกชนในระดับสูงเรียงลำดับจากมากไปน้อย 3 ลำดับและ อันดับสุดท้าย คือ สุขเกิดจากการประกอบกรงงานที่ปราศจากโทษ ($\bar{X} = 4.64$) สุขเกิดจากการมีทรัพย์สิน ($\bar{X} = 4.44$) สุขเกิดจากการจ่ายบริ โภค ($\bar{X} = 4.16$) ลำดับสุดท้าย สุขเกิดจากความไม่ต้องเป็นหนี้ ($\bar{X} = 4.08$) ตามลำดับ ดังรายละเอียดในตาราง

การทดสอบสมมติฐานการวิจัย

ตอนที่ 4 การทดสอบสมมติฐานการวิจัยการปฏิบัติตามหลักโลภิยธรรมของพุทธศาสนิกชนในตำบลสีพยา อำเภอกำแพง จังหวัดจันทบุรี

ตาราง 7 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบ ความแตกต่าง ของ การปฏิบัติตามหลักโลภิยธรรม โดยภาพรวมและรายด้านจำแนกตามเพศ

การปฏิบัติตามหลักโลภียธรรม	เพศชาย		เพศหญิง		t	p
	(n = 87)		(n = 94)			
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
สุขเกิดจากการมีทรัพย์สิน	4.36	.704	4.52	.638	-1.68	.093
สุขเกิดจากการจ่ายบริ โภค	4.08	.590	4.24	.596	-1.82	.070
สุขเกิดจากความไม่ต้องเป็นหนี้	3.97	.796	4.17	.741	-1.75	.081
สุขเกิดจากการประกอบกรงานที่ปราศจากโทษ	4.59	.532	4.67	.503	-1.03	.300
รวม	4.25	.574	4.40	.522	-1.87	.062

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี

จากตาราง 7 ผลวิเคราะห์ข้อมูลเปรียบเทียบความแตกต่าง ของการปฏิบัติตามหลัก
 โลภยธรรมของพุทธศาสนิกชนที่มีเพศต่างกัน พบว่า กลุ่มตัวอย่างในเขตพื้นที่ในตำบลสีพยา
 โดยรวมที่มีเพศต่างกันมีการปฏิบัติตามหลักโลภยธรรมไม่แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าสุขเกิดจากการมีทรัพย์สิน สุขเกิดจากการจ่ายบริ โภคสุขเกิดจาก
 ความไม่ต้องเป็นหนี้ สุขเกิดจากการประกอบกรงานที่ปราศจากโทษ ของพุทธศาสนิกชนที่มี
 เพศต่างกัน จะมีการปฏิบัติตามหลักโลภยธรรม ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 8 แสดงความแปรปรวนของค่าเฉลี่ย การปฏิบัติตามหลักโลภยธรรมของพุทธศาสนิกชน
 ของคนในตำบลสีพยา โดยภาพรวมและรายด้านจำแนกตามอายุ

การปฏิบัติตามหลัก โลภยธรรม	แหล่งความ แปรปรวน	SS	df	MS	F	p
สุขเกิดจากการมีทรัพย์สิน	ระหว่างกลุ่ม	2.635	2	1.318	2.963	.054
	ภายในกลุ่ม	79.155	178	.445		
	รวม	81.790	180			
สุขเกิดจากการจ่ายบริ โภค	ระหว่างกลุ่ม	.140	2	.070	.194	.824
	ภายในกลุ่ม	63.992	178	.360		
	รวม	64.131	180			
สุขเกิดจากความไม่ต้องเป็นหนี้	ระหว่างกลุ่ม	.333	2	.166	.277	.759
	ภายในกลุ่ม	107.029	178	.601		
	รวม	107.362	180			
สุขเกิดจากการประกอบ การงานที่ปราศจากโทษ	ระหว่างกลุ่ม	3.551	2	1.775	7.085	.001*
	ภายในกลุ่ม	44.605	178	.251		
	รวม	48.156	180			
รวม	ระหว่างกลุ่ม	1.221	2	.610	2.028	.135
	ภายในกลุ่ม	53.569	178	.301		
	รวม	54.790	180			

จากตาราง 8 ผลวิเคราะห์ความแปรปรวนพบว่า การปฏิบัติตามหลักโลภยธรรมของ
 พุทธศาสนิกชน ที่มีอายุต่างกัน มีการปฏิบัติตามหลักโลภยธรรมโดยรวมไม่แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน ที่มีอายุต่างกัน มีการปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมใน ด้านสุขเกิดจากการมีทรัพย์ สุขเกิดจากการจ่ายบริโศก สุขเกิดจากความไม่ต้องเป็นหนี้ ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 9 แสดงความแปรปรวนของค่าเฉลี่ย การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน ของคนในตำบลสี่พยา โดยภาพรวม และรายด้าน จำแนกตามสถานภาพสมรส

การปฏิบัติตนตามหลัก โลกิยธรรม	แหล่งความ แปรปรวน	SS	df	MS	F	p
สุขเกิดจากการมีทรัพย์	ระหว่างกลุ่ม	1.350	2	.675	1.494	.227
	ภายในกลุ่ม	80.440	178	.452		
	รวม	81.790	180			
สุขเกิดจากการจ่ายบริโศก	ระหว่างกลุ่ม	.734	2	.367	1.030	.359
	ภายในกลุ่ม	63.398	178	.356		
	รวม	64.131	180			
สุขเกิดจากความไม่ต้องเป็นหนี้	ระหว่างกลุ่ม	2.254	2	1.127	1.908	.151
	ภายในกลุ่ม	105.108	178	.590		
	รวม	107.362	180			
สุขเกิดจากการประกอบ การงานที่ปราศจากโทษ	ระหว่างกลุ่ม	.619	2	.310	1.159	.316
	ภายในกลุ่ม	47.537	178	.267		
	รวม	48.156	180			
รวม	ระหว่างกลุ่ม	1.045	2	.522	1.730	.180
	ภายในกลุ่ม	53.745	178	.302		
	รวม	54.790	180			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 9 ผลวิเคราะห์ความแปรปรวนพบว่า การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน ที่มีสถานภาพสมรส ต่างกัน มีการปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมโดยรวมไม่แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน ที่มีสถานภาพสมรส ต่างกัน การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมใน ด้านสุขเกิดจากการมีทรัพย์ ด้านสุขเกิดจากการจ่ายบริ โภค ด้านสุขเกิดจากความไม่ต้องเป็นหนี้ ด้านสุขเกิดจากการประกอบภาระงาน ที่ปราศจากโทษ ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 10 แสดงความแปรปรวนของค่าเฉลี่ยการปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน ของคนในตำบลสี่ขา โดยภาพรวม และรายด้าน จำแนกตามระดับการศึกษา

การปฏิบัติตนตามหลัก โลกิยธรรม	แหล่งความ แปรปรวน	SS	df	MS	F	p
สุขเกิดจากการมีทรัพย์	ระหว่างกลุ่ม	1.508	3	.503	1.108	.347
	ภายในกลุ่ม	80.282	177	.454		
	รวม	81.790	180			
สุขเกิดจากการจ่ายบริ โภค	ระหว่างกลุ่ม	2.159	3	.720	2.055	.108
	ภายในกลุ่ม	61.973	177	.350		
	รวม	64.131	180			
สุขเกิดจากความไม่ต้องเป็นหนี้	ระหว่างกลุ่ม	2.935	3	.978	1.658	.178
	ภายในกลุ่ม	104.427	177	.590		
	รวม	107.362	180			
สุขเกิดจากการประกอบ ภาระงานที่ปราศจากโทษ	ระหว่างกลุ่ม	.173	3	.058	.213	.887
	ภายในกลุ่ม	47.983	177	.271		
	รวม	48.156	180			
รวม	ระหว่างกลุ่ม	1.142	3	.381	1.256	.291
	ภายในกลุ่ม	53.648	177	.303		
	รวม	54.790	180			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 10 ผลวิเคราะห์ ความแปรปรวน พบว่า การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน ที่มีระดับการศึกษาต่างกันมีการปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมโดยรวม ไม่แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน ที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีการปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมใน ด้านสุขเกิดจากการมีทรัพย์ ด้านสุขเกิดจากการจ่ายบริโภคน ด้านสุขเกิดจากความไม่ต้องเป็นหนี้ ด้านสุขเกิดจากการประกอบกิจการที่ปราศจากโทษ ไม่แตกต่างกัน ดังรายละเอียดในตาราง

ตาราง 11 แสดงความแปรปรวนของค่าเฉลี่ย การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชนของคนในตำบลสี่พญา โดยรวมและรายด้าน จำแนกตามอาชีพ

การปฏิบัติตนตามหลัก โลกิยธรรม	แหล่งความ แปรปรวน	SS	df	MS	F	p
สุขเกิดจากการมีทรัพย์	ระหว่างกลุ่ม	.631	3	.210	.459	.712
	ภายในกลุ่ม	81.159	177	.459		
	รวม	81.790	180			
สุขเกิดจากการจ่ายบริโภคน	ระหว่างกลุ่ม	1.252	3	.417	1.175	.321
	ภายในกลุ่ม	62.879	177	.355		
	รวม	64.131	180			
สุขเกิดจากความไม่ต้องเป็นหนี้	ระหว่างกลุ่ม	.857	3	.286	.475	.700
	ภายในกลุ่ม	106.504	177	.602		
	รวม	107.362	180			
สุขเกิดจากการประกอบ กิจการที่ปราศจากโทษ	ระหว่างกลุ่ม	.712	3	.237	.886	.450
	ภายในกลุ่ม	47.444	177	.268		
	รวม	48.156	180			
รวม	ระหว่างกลุ่ม	.347	3	.116	.377	.770
	ภายในกลุ่ม	54.442	177	.308		
	รวม	54.790	180			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 11 ผลวิเคราะห์ ความแปรปรวน พบว่า การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของ พุทธศาสนิกชน ที่มีอาชีพต่างกัน มีการปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมโดยรวมไม่แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน ที่มีอาชีพต่างกัน มีการปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมใน ด้านสุขเกิดจากการมีทรัพย์ ด้านสุขเกิดจากการจ่ายบริโภคน ด้านสุขเกิดจากความไม่ต้องเป็นหนี้ ด้านสุขเกิดจากการประกอบกิจการงานที่ปราศจากโทษ ไม่แตกต่างกัน ดังรายละเอียดในตาราง

ตาราง 12 แสดงความแปรปรวนของค่าเฉลี่ย การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน ของคนในตำบลสี่พยา โดยภาพรวม และรายด้าน จำแนกตามรายได้ของครอบครัวโดยเฉลี่ย ต่อเดือน

การปฏิบัติตนตามหลัก โลกิยธรรม	แหล่งความ แปรปรวน	SS	df	MS	F	p
สุขเกิดจากการมีทรัพย์	ระหว่างกลุ่ม	3.244	2	1.622	3.676	.027*
	ภายในกลุ่ม	78.546	178	.441		
	รวม	81.790	180			
สุขเกิดจากการจ่ายบริโภค	ระหว่างกลุ่ม	.878	2	.439	1.235	.293
	ภายในกลุ่ม	63.254	178	.355		
	รวม	64.131	180			
สุขเกิดจากความไม่ต้องเป็นหนี้	ระหว่างกลุ่ม	8.621	2	4.310	7.770	.001*
	ภายในกลุ่ม	98.741	178	.555		
	รวม	107.362	180			
สุขเกิดจากการประกอบ กิจการงานที่ปราศจากโทษ	ระหว่างกลุ่ม	1.341	2	.671	2.550	.081
	ภายในกลุ่ม	46.815	178	.263		
	รวม	48.156	180			
รวม	ระหว่างกลุ่ม	2.877	2	1.438	4.932	.008*
	ภายในกลุ่ม	51.913	178	.292		
	รวม	54.790	180			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 12 ผลวิเคราะห์ความแปรปรวนพบว่า การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน ที่มีรายได้ของครอบครัวโดยเฉลี่ยต่อเดือนต่างกัน มีการปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมโดยรวมมีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน ที่มีรายได้ของครอบครัวโดยเฉลี่ยต่อเดือนต่างกัน มีการปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมใน ด้านสุขเกิดจากการจ่ายบริโภค สุขเกิดจากการประกอบการทำงานที่ปราศจากโทษ ไม่แตกต่างกัน ส่วนสุขเกิดจากการมีทรัพย์ สุขเกิดจากความไม่ต้องเป็นหนี้ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังนั้น จึงต้องทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ด้วยวิธีของเชฟเฟ (Scheffe') ดังรายละเอียดในตาราง

ตาราง 13 แสดงการทดสอบเป็นรายคู่ของ การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน โดยรวมจำแนกตาม รายได้ของครอบครัวโดยเฉลี่ยต่อเดือน

การปฏิบัติตนตาม หลักโลกิยธรรม	ต่ำกว่า 5000 บาท	5000 – 10000 บาท	10000 บาทขึ้นไป
$\bar{X}$	4.27	4.51	4.21
ต่ำกว่า 5,000 บาท	-	-.24	.06
5,000 – 10,000 บาท		-	.29*
10,000 บาทขึ้นไป			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 13 แสดงว่า เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชนโดยรวม เป็นรายคู่ จำแนกตามรายได้ของครอบครัวโดยเฉลี่ยต่อเดือน พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 2 คู่ ได้แก่ คู่ที่ 1 5,000 – 10,000 บาท กับ 10,000 บาทขึ้นไป

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี

ตาราง 14 แสดงการทดสอบเป็นรายคู่ของ การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน
ด้านสุขเกิดจากการมีทรัพย์ จำแนกตาม รายได้ของครอบครัวโดยเฉลี่ยต่อเดือน

การปฏิบัติตนตามหลัก โลกิยธรรม	$\bar{X}$	ต่ำกว่า 5,000 บาท	5,000 – 10,000 บาท	10,000 บาทขึ้นไป
ต่ำกว่า 5,000 บาท		-	-.20	.13
5,000 – 10,000 บาท		.20	-	.33*
10,000 บาทขึ้นไป				-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 14 แสดงว่า เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของ
พุทธศาสนิกชน ด้านสุขเกิดจากการมีทรัพย์ เป็นรายคู่ จำแนกตามรายได้ของครอบครัวโดยเฉลี่ย
ต่อเดือน พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 1 คู่ ได้แก่ คู่ที่ 1
5,000 – 10,000 บาทกับ 10,000 บาทขึ้นไป

ตาราง 15 แสดงการทดสอบเป็นรายคู่ของ การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน
สุขเกิดจากความไม่ต้องเป็นหนี้ จำแนกตาม รายได้ของครอบครัวโดยเฉลี่ยต่อเดือน

การปฏิบัติตนตามหลัก โลกิยธรรม	$\bar{X}$	ต่ำกว่า 5,000 บาท	5,000 – 10,000 บาท	10,000 บาทขึ้นไป
ต่ำกว่า 5,000 บาท			-.44*	.05
5,000 – 10,000 บาท				
10,000 บาทขึ้นไป				

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 15 แสดงว่า เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของ
พุทธศาสนิกชน สุขเกิดจากความไม่ต้องเป็นหนี้ เป็นรายคู่ จำแนกตามรายได้ของครอบครัวโดย
เฉลี่ยต่อเดือน พบว่า มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 จำนวน 4 คู่ ได้แก่
คู่ที่ 1 ต่ำกว่า 5,000 บาท กับ 5,000 – 10,000 บาท

ตาราง 16 ค่าเฉลี่ย ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบ ความแตกต่าง ของ การปฏิบัติตนตามหลักโลภิชธรรมโดยภาพรวมและรายด้าน จำแนกตามสภาวะเกี่ยวกับความสุข

การปฏิบัติตนตามหลัก

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 16 ผลวิเคราะห์ข้อมูลเปรียบเทียบความแตกต่าง ของการปฏิบัติตนตามหลักโลภิชธรรมของพุทธศาสนิกชนที่มีสภาวะเกี่ยวกับความสุขต่างกัน พบว่า กลุ่มตัวอย่างในเขตพื้นที่ในตำบลสีพยา โดยรวมที่มีสภาวะเกี่ยวกับความสุขต่างกันมีการปฏิบัติตนตามหลักโลภิชธรรมมีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า พุทธศาสนิกชนที่มีสภาวะเกี่ยวกับความสุขด้าน สุขเกิดจากความไม่ต้องเป็นหนี้ ต่างกัน จะมีการปฏิบัติตนตามหลักโลภิชธรรม ไม่แตกต่างกัน ส่วนสุขเกิดจากการมีทรัพย์ สุขเกิดจากการจ่ายบริ โภค สุขเกิดจากการประกอบการงานที่ปราศจากโทษ มีความคิดเห็นเกี่ยวกับความสุขต่างกันมีความสุข ไม่ต่างกัน จะมีการปฏิบัติตนตามหลักโลภิชธรรมไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยเรื่อง การปฏิบัติตน ตามหลักโลกิยธรรม ของพุทธศาสนิกชนในตำบล สี่พญา อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม มีวัตถุประสงค์ในการศึกษาดังนี้คือ

1. เพื่อศึกษาระดับการปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน ในตำบลสี่พญา อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม
2. เพื่อเปรียบเทียบการปฏิบัติตน ตามหลักโลกิยธรรม ของพุทธศาสนิกชน ในตำบล สี่พญา อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ผู้นำครัวเรือนที่นับถือพระพุทธศาสนา ที่อาศัยอยู่ ตำบลสี่พญา อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม จำนวน 11 หมู่บ้านรวมทั้งสิ้น จำนวน 331 คนได้กำหนด กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 181 คนโดยสุ่มตัวอย่างแบบมีระบบ

แบบสอบถามในการเก็บข้อมูล ผู้วิจัยได้สร้างแบบสอบถามที่เน้นการปฏิบัติตนตาม หลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน ทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ สุขเกิดจากการมีทรัพย์ สุขเกิดจากการจ่าย บริโภค สุขเกิดจากความไม่ต้องเป็นหนี้ สุขเกิดจากการประกอบกิจการงานที่ปราศจากโทษ เครื่องมือ ที่ใช้คือแบบสอบถาม สถิติค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานทดสอบความแตกต่าง ของค่าเฉลี่ยของตัวแปรอิสระกับตัวแปรตาม t-test ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของตัวแปรอิสระ มากกว่า 2 กลุ่มขึ้นไป ด้วย F-test ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05

สรุปผลการวิจัย

- 1 ระดับการปฏิบัติตน ตามหลักโลกิยธรรม ของพุทธศาสนิกชน ในตำบลสี่พญา อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม

จากการศึกษาระดับการปฏิบัติตน ตามหลักโลกิยธรรม ของพุทธศาสนิกชน โดยรวม พบว่า ระดับการปฏิบัติตน ตามหลักโลกิยธรรม ของพุทธศาสนิกชน อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อ พิจารณาเป็นรายด้านพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีระดับการปฏิบัติตน ตามหลักโลกิยธรรม ของพุทธศาสนิกชน อยู่ในระดับปานกลาง เรียงตามลำดับจากคะแนนเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย 3 ลำดับ และ อันดับสุดท้าย ได้แก่ สุขเกิดจากการประกอบกิจการงานที่ปราศจากโทษ ค่าเฉลี่ย 4.64 สุขเกิดจากการมีทรัพย์ ค่าเฉลี่ย 4.44 สุขเกิดจากการจ่ายบริโภค ค่าเฉลี่ย 4.16 ลำดับสุดท้าย สุขเกิดจากความไม่ต้องเป็นหนี้ ค่าเฉลี่ย 4.08

2. เปรียบเทียบการปฏิบัติตน ตามหลักโลกิยธรรม ของพุทธศาสนิกชน ใน ตำบลสี่พญา อำเภอท่าใหม่ จังหวัดจันทบุรี

จากการศึกษา เปรียบเทียบการปฏิบัติตน ตามหลักโลกิยธรรม ของพุทธศาสนิกชนใน ตำบลสี่พญา อำเภอท่าใหม่ จังหวัดจันทบุรี พบว่า กลุ่มตัวอย่างในเขตพื้นที่ในตำบลสี่พญา โดยภาพรวม และรายด้านที่มีปัจจัยด้าน เพศ อายุ สถานภาพสมรส การศึกษา อาชีพ ต่างกัน จะมีการปฏิบัติตน ตามหลักโลกิยธรรม ไม่แตกต่างกัน ส่วนกลุ่มตัวอย่างในเขตพื้นที่ในเขตพื้นที่ในตำบลสี่พญา โดยภาพรวม และรายด้านที่มีปัจจัยด้าน รายได้ของครอบครัวโดยเฉลี่ยต่อเดือน สภาวะเกี่ยวกับความสุข ต่างกัน จะมีการปฏิบัติตน ตามหลักโลกิยธรรม แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05

อภิปรายผลการวิจัย

จากการวิจัยเรื่อง การปฏิบัติตน ตามหลักโลกิยธรรม ของพุทธศาสนิกชน ในตำบลสี่พญา อำเภอท่าใหม่ จังหวัดจันทบุรี มีประเด็นสำคัญ สมควรนำมาอภิปรายผล ดังนี้

สมมติฐานข้อที่ 1 ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ผู้นำครัวเรือนในตำบลสี่พญา ที่มีเพศต่างกัน มีการปฏิบัติตน ตามหลักโลกิยธรรม โดยรวม และรายด้าน ไม่แตกต่างกัน ซึ่งปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้ว่า อาจเกิดจากผู้ตอบแบบสอบถาม มีงานและเวลาว่าง เพศชายที่ได้รับการยอมรับในการทำงาน เพิ่มพูนความเชื่อมั่นและการควบคุมตนเอง ในเพศหญิงการมีรายได้มีผลต่อความเป็นอยู่อันดี ความรู้สึกว่ามีความสามารถในการทำงานมีผลด้านบวกต่อความพึงพอใจในชีวิต เวลาว่าง หรือการเล่น ได้แก่กิจกรรมทางกายภาพ สังคม ปัญญา ทำด้วยความสมัครใจ สร้างสรรค์ ช่วยเพิ่มพูน ความรู้สึกถึงความเป็นอยู่อันดี ซึ่งสอดคล้องกับ โสภณ ขำทัพ (2550 : บทคัดย่อ) ศึกษาการปฏิบัติอานาปานสติ กับพฤติกรรมการปฏิบัติงานของผู้บริหาร โรงเรียนรางวัลพระราชทาน จังหวัดจันทบุรี ผลการศึกษา พบว่า ด้านข้อมูลทางสถานภาพของผู้บริหารโรงเรียน รางวัลพระราชทาน ซึ่งมี 7 ด้าน ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา ประสบการณ์ในการทำงาน ตำแหน่งหน้าที่ในโรงเรียน สังกัดของโรงเรียน และขนาดของโรงเรียนที่ ต่างกัน ส่งผลให้การปฏิบัติงาน ของผู้บริหารโรงเรียนไม่แตกต่างกัน

สมมติฐานข้อที่ 2 ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ผู้นำครัวเรือนใน ตำบลสี่พญา ที่มีอายุ ต่างกัน มีการปฏิบัติตน ตามหลักโลกิยธรรม โดยรวมไม่แตกต่างกัน ซึ่งปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้ อาจเกิดจากผู้ตอบแบบสอบถามเข้าถึงหลักศาสนา (ศีล) ความสงบ (สมาธิ) ความไม่ยึดมั่น (ปัญญา) สอดคล้องกับ นายโสภณ ขำทัพ (2550 : บทคัดย่อ) ศึกษาการปฏิบัติอานาปานสติกับพฤติกรรมการปฏิบัติงานของผู้บริหาร โรงเรียนรางวัลพระราชทาน จังหวัดจันทบุรี ผลการศึกษาพบว่า

1. ด้านข้อมูลทางสถานภาพของผู้บริหารโรงเรียนรางวัลพระราชทาน ซึ่งมี 7 ด้าน ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา ประสบการณ์ในการทำงาน ตำแหน่งหน้าที่ในโรงเรียน สังกัดของโรงเรียนและขนาดของโรงเรียนที่ต่างกัน ส่งผลให้การปฏิบัติงาน ของผู้บริหารโรงเรียน ไม่แตกต่างกัน

2. ด้านระดับพฤติกรรมที่แสดงออกของผู้บริหาร โรงเรียนรางวัลพระราชทาน ซึ่งมี 4 ด้าน ได้แก่ วิถีชีวิตแบบพุทธ ความเชื่อทางพระพุทธศาสนาเถรวาท ความเข้าใจในหลักการพัฒนาจิตด้วยอานาปานสติ และคุณธรรมของผู้บริหาร โรงเรียนตามแนวพุทธปรัชญา มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติงานของผู้บริหารโรงเรียนเป็นอย่างยิ่ง

สมมติฐานข้อที่ 3 ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ผู้นำครุเรือนใน ตำบลสีพยา ที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน มีการปฏิบัติตน ตามหลักโลกียธรรม โดยภาพรวมและรายด้านไม่แตกต่างกัน ซึ่งปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้ อาจเกิดจากผู้ตอบแบบสอบถาม มีครอบครัว มีงานทำ การมีเพื่อน เป็นความสุขที่นอกเหนือจากเรื่องเงิน ดังนั้นปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลไม่ใช่เป็นเพียงกระบวนการสู่เป้าหมาย แต่เป็นสิ่งสำคัญที่สร้างความสุขของคนด้วย ซึ่งสอดคล้องกับ โสภณ จำทัพ (2550 : บทคัดย่อ) ศึกษาการปฏิบัติอานาปานสติกับพฤติกรรมการปฏิบัติงานของผู้บริหาร โรงเรียนรางวัลพระราชทาน จังหวัดนนทบุรี ผลการศึกษาพบว่า ด้านข้อมูลทางสถานภาพของผู้บริหารโรงเรียนรางวัลพระราชทาน ซึ่งมี 7 ด้าน ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา ประสบการณ์ในการทำงาน ตำแหน่งหน้าที่ในโรงเรียน สังกัดของโรงเรียน และขนาดของโรงเรียนที่ต่างกัน ส่งผลให้การปฏิบัติงาน ของผู้บริหารโรงเรียน ไม่แตกต่างกัน

สมมติฐานข้อที่ 4 ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ผู้นำครุเรือนใน ตำบลสีพยา ที่มีการศึกษาต่างกัน มีการปฏิบัติตน ตามหลักโลกียธรรม ภาพรวมและรายด้านไม่แตกต่างกัน ซึ่งปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้ อาจเกิดจากผู้ตอบแบบสอบถามมีสติปัญญา และใฝ่รู้ รู้เท่าทันและปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของสังคมได้ และสามารถใช้ประสบการณ์ ศักยภาพและทักษะความสามารถของตนเองให้เป็นประโยชน์ในการปฏิบัติภารกิจต่างๆ ได้อย่างเต็มประสิทธิภาพ นายโสภณ จำทัพ (2550 : บทคัดย่อ) ศึกษาการปฏิบัติอานาปานสติกับพฤติกรรมการปฏิบัติงานของผู้บริหาร โรงเรียนรางวัลพระราชทาน จังหวัดนนทบุรี ผลการศึกษาพบว่า 1) ด้านข้อมูลทางสถานภาพของผู้บริหารโรงเรียนรางวัลพระราชทาน ซึ่งมี 7 ด้าน ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา ประสบการณ์ในการทำงาน ตำแหน่งหน้าที่ในโรงเรียน สังกัดของโรงเรียน และขนาดของโรงเรียนที่ต่างกัน ส่งผลให้การปฏิบัติงาน ของผู้บริหารโรงเรียนไม่แตกต่างกัน 2) ด้านระดับพฤติกรรมที่แสดงออกของผู้บริหารโรงเรียนรางวัลพระราชทาน ซึ่งมี 4 ด้าน ได้แก่ วิถีชีวิตแบบพุทธ ความเชื่อทางพระพุทธศาสนาเถรวาทความเข้าใจในหลักการพัฒนาจิตด้วยอานาปานสติ และคุณธรรมของผู้บริหาร โรงเรียนตามแนวพุทธปรัชญา มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติงานของผู้บริหารโรงเรียนเป็นอย่างยิ่ง

สมมติฐานข้อที่ 5 ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ผู้นำครัวเรือนใน ตำบลสี่พยา ที่มีอาชีพต่างกัน มีการปฏิบัติตน ตามหลักโลกียธรรม โดยภาพรวมและรายด้าน ไม่แตกต่างกัน ซึ่งปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้ ที่เป็นเช่นนี้อาจเป็นเพราะว่ามีอาชีพที่มั่นคง ทรัพย์สินความมั่นคง มีความปลอดภัยในชีวิต สอดคล้องกับ ประเวศ วะสี (2547 ข : 52) ความผาสุกทางสังคม (Social Well-Being) เช่น ความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินความมั่นคงในชีวิต เช่น มีเงินออม มีสวัสดิการที่ดี ความเอื้ออาทรมีน้ำใจของชุมชน ชุมชนเข้มแข็ง โรงเรียนดี ลูกหลานมีโอกาสทางการศึกษาสูง มีการอนุรักษ์วัฒนธรรมประเพณีที่ดีงาม มีสิ่งแวดล้อมที่ดีทั้งทางธรรมชาติและทางสังคม มีความเสมอภาคและความเป็นธรรมทางสังคมสังคมสันติธรรม ปราศจากอบายมุข และไม่มีการคอร์รัปชันในทุกระดับของสังคม

สมมติฐานข้อที่ 6 ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ผู้นำครัวเรือนใน ตำบลสี่พยา ที่มีรายได้ของครอบครัวโดยเฉลี่ยต่อเดือนต่างกัน มีการปฏิบัติตน ตามหลักโลกียธรรม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ด้านที่แตกต่างคือ สุขเกิดจากการมีทรัพย์ สุขเกิดจากความไม่ต้องเป็นหนี้ เพราะครอบครัวมีรายได้พอเพียงเพื่อที่จะสามารถจัดการให้สมาชิกในครอบครัวดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมั่นคง มีที่อยู่อาศัยที่ปลอดภัยอย่างสุขสบาย และสามารถเข้าถึงปัจจัยพื้นฐานในการดำรงชีวิตสอดคล้องกับเกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์ (2549 : บทคัดย่อ) ทำการวิจัยเรื่องดัชนีความสุขของประเทศไทย พบว่าตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อระดับความสุขของคนแบ่งออกเป็นตัวแปรด้านจุลภาคและมหภาค ในกลุ่มตัวแปรจุลภาคประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา การมีงานทำ และ ระดับรายได้โดยเพศหญิงจะมีความสุขมากกว่าเพศชาย คนที่แต่งงานแล้วอยู่ด้วยกันจะมีความสุขมากกว่าคนโสดหรือหย่าร้าง ระดับการศึกษาและรายได้ยิ่งสูงเท่าไร ทำให้คนมีความสุขมากขึ้นเท่านั้น ส่วนในระดับมหภาค ความสุขของคนนั้นจะเกี่ยวข้องกับด้านเศรษฐกิจซึ่งสัมพันธ์ทางบวกกับระดับความสุข อัตราเงินเฟ้อมีอิทธิพลต่อระดับความสุขมากที่สุด รองลงมาได้แก่ อัตราการว่างงานและอัตราการเติบโตทางเศรษฐกิจ

สมมติฐานข้อที่ 7 ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ผู้นำครัวเรือนใน ตำบลสี่พยา ที่สภาวะเกี่ยวกับความสุข ต่างกัน มีการปฏิบัติตน ตามหลักโลกียธรรม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ด้านที่แตกต่างสุขเกิดจากการมีทรัพย์ สุขเกิดจากการประกอบกิจการงานที่ปราศจากโทษ เพราะ สุขภาวะที่บุคคลปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ มีร่างกายแข็งแรง มีอายุยืนยาว มีจิตใจดี ยึดมั่นในคุณธรรม จริยธรรม ดำเนินชีวิตอย่างมีสติสัมปชัญญะ และใฝ่รู้ สามารถ “คิดเป็นทำเป็น” มีเหตุมีผล อยู่ในสังคมได้อย่างเป็นปกติสอดคล้องกับ นิศานาถ ถิ่นทะเล (2550 : บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่องการวัดระดับความสุขของประชาชน : กรณีศึกษาเขตพื้นที่องค์กรการบริหาร ส่วนตำบลเกาะยาวน้อย อำเภอเกาะยาว จังหวัดพังงา ผลการศึกษาพบว่าระดับความสุขของประชาชน ในเขตเขตพื้นที่องค์กรการบริหาร

ส่วนตำบลเกาะขาวน้อย อำเภอเกาะยาวจังหวัดพังงา อยู่ในระดับมากที่สุดจำนวนหนึ่งด้าน คือด้านชีวิตครอบครัว มีระดับความสุขมากจำนวน 3 ด้าน คือด้านการมีและการกระจายรายได้ ด้านการมีงานทำอย่างทั่วถึงและด้านสุขภาพอนามัยระดับความสุขปานกลาง จำนวน 4 ด้านคือ ด้านการมีสาธารณูปโภค ด้านความรู้และการศึกษา ด้านสภาพแวดล้อม และด้านการบริหารจัดการที่ดีทั้งภาครัฐและเอกชน เมื่อเฉลี่ยในภาพรวมแล้วระดับความสุขของประชาชนอยู่ในระดับปานกลาง

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการศึกษาวิจัยครั้งนี้

จากผลการศึกษาดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยขอเสนอแนะเกี่ยวกับเรื่อง การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชนใน ตำบลสี่พยา อำเภอท่าใหม่ จังหวัดจันทบุรี ดังต่อไปนี้ ด้านสุขเกิดจากความไม่ต้องเป็นหนี้ ควรสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการใช้จ่าย และส่งเสริมการออมภายในตำบล

ข้อเสนอแนะในการศึกษาวิจัยครั้งต่อไป

1. การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเรื่อง การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรม ของพุทธศาสนิกชน ควรมีการศึกษา การปฏิบัติตามหลักธรรมอื่นๆ ในพระพุทธศาสนา เช่น ศีล 5
2. ควรศึกษาปัจจัยที่มีผลการปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรม เช่น วัฒนธรรมท้องถิ่น การมีส่วนร่วม
3. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบการปฏิบัติตามหลักธรรมอื่นๆ ในพระพุทธศาสนา



บรรณานุกรม

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี

บรรณานุกรม

- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2549). **ความจริง 12 ข้อของความ สุข**. (ออนไลน์).
แหล่งที่มา : <http://www.dmh.go.th/news/view.asp?id=1038>. 16 พฤศจิกายน 2550.
- กรรมะ อูระ และคณะ. (2550). **ภูฏานต้นธาร “ความสุขมวลรวมประชาชาติ 2” คิดใหม่เกี่ยวกับ
การพัฒนา**. กรุงเทพฯ : สวนเงินมีมา.
- กัญฐิกา ชัยสวัสดิ์. (2546). **ภาวะความสุขและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของหญิงตั้งครรภ์ที่มาฝากครรภ์
ณ โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์**. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (สุขภาพจิต). กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย.
- เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์. (2549). **การพัฒนาดัชนีชี้วัดความสุขของประเทศ**. (ออนไลน์).
แหล่งที่มา : <http://www.thaihealth.or.th/cms/detail.php?id=2068>. 16 พฤศจิกายน 2550.
- ถนัด ตรีเลิศวิเชียร. (2546). **ศิลปะการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขตามหลักพุทธธรรม**. วิทยานิพนธ์
ศศ.ม. (ไทยศึกษา). กรุงเทพฯ : โครงการบัณฑิตศึกษา สถาบันราชภัฏธนบุรี.
- นิเวศน์ เหมวชิรวรากร. (2550). **รวยหุ่นอย่างพอเพียง**. กรุงเทพฯ : ซีเอ็ดดูเคชั่น.
- นิตานถ ถิ่นทะเล. (2550). **การวัดระดับความสุขของประชาชน : กรณีศึกษาเขตพื้นที่องค์การ
บริหารส่วนตำบลยาวน้อย อำเภอกะยง จังหวัดพังงา**. การค้นคว้าอิสระ ปร.ม
(รัฐประศาสนศาสตร์). ขอนแก่น : มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ประเวศ วะสี. (2547 ก). **การประชุมเรื่องวาระแห่งชาติ : เมืองไทยแข็งแรง**. กรุงเทพฯ : กระทรวง
สาธารณสุข.
- _____. (2547 ข). **ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงกับความสุขของสังคมไทย**. (ออนไลน์).
แหล่งที่มา: http://econ.aru.ac.th/index.php?option=com_content&task=view&id=26&Itemid=1. 20 มกราคม 2551.
- ปพาณี ฐิติวัฒนา และคณะ. (2542). **การพัฒนาสันติสุขด้วยกระบวนการศิลปะ**. กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ฝ่ายงานอภิบาลและธรรมทูตอัครสังฆมณฑลกรุงเทพฯ. (2546). **คำสอนพระศาสนจักรคาทอลิก
ภาค 3 : ชีวิตในพระคริสตเจ้า**. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : พี.ที.เอ.เบสท์ ซัพพลาย.
- พุทธทาสภิกขุ. (2542). **ความสุขสามระดับ**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : สุขภาพใจ.
- พระธรรมโกศาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ). (2545). **ชีวิตที่มีสุข ความสุขยิ่งกว่าความสงบใจไม่มี**.
กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). (2536). **ข้อคิดชีวิตทวนกระแส**. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : มูลนิธิพุทธธรรม.
- _____. (2538 ก). **พุทธธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- _____. (2538 ข). **ชีวิตที่สมบูรณ์**. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพฯ : สหธรรมมิก.
- _____. (2543). **พัฒนาปัญญา**. กรุงเทพฯ : สหธรรมมิก.
- _____. (23 กรกฎาคม 2549). **ความสุข 5 ชั้น** (ออนไลน์). แหล่งที่มา : <http://www.budmgt.com/lifeways/lw01/happiness5levels.ht>. 20 มีนาคม 2552.
- _____. (2551). **สุขของคฤหัสถ์.สังคมไทย**. (ออนไลน์). แหล่งที่มา <http://www.84000.org/tipitaka/dic/dseek.php?text>. 20 มีนาคม 2552.
- พระมหาสมชาย สิริจินโท (หานนท์). (2547). **พุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางของพระพุทธคุณ (สมาน สุเมโธ)**. วิทยานิพนธ์ พธ.ม. (พระพุทธศาสนา). อุดรฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระมหาสุวรรณ เคลือบสุวรรณ. (2540). **การศึกษาเปรียบเทียบทัศนคติที่มีต่อการไปวัดในวันพระของพุทธศาสนิกชนกับการไปโบสถ์ในวันอาทิตย์ของคริสต์ศาสนิกชน : ศึกษาเฉพาะกรณีวัดมหาธาตุวรราชรังสฤษฎิ์กับคริสตจักรแสงสว่าง**. วิทยานิพนธ์. อ.ม. (ศาสนาเปรียบเทียบ). กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล.
- พระราชภาวนาวิสุทธิ (ไชยบุญ ฐมฺมชโย). (2552). **มงคลที่ ๑๘ ทำงานไม่มีโทษ อามิสฺสุขนิรามิสฺสุข**. (ออนไลน์). แหล่งที่มา : http://www.dmc.tv/pages/dhamma_for_people/mongkol04-09.html. 4 พฤษภาคม 2552
- พระสันตะปาปา เบเนดิก ที่ 16. (2550). **ประมวลคำสอนพระศาสนจักรคาทอลิก**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : จูน พับลิชชิง.
- พระสุริยัน ชูช่วย. (2548). **การแสวงหาความสุขและคุณค่าของชีวิต กรณีศึกษาทัศนะ กลุ่มคนต่างวัยในกรุงเทพมหานคร**. กรุงเทพฯ : ธรรมสภา.
- พิสมัย วัฒนาวรสกุล. (2551). **ปัจจัยพยากรณ์ความสุขในชีวิตของพนักงานองค์การรัฐบาลและเอกชนในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่**. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (จิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ). เชียงใหม่ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- มานิตา สุขสำราญ. (2548). **การศึกษาพฤติกรรมของผู้ปกครองนักเรียนโรงเรียนพุทธศาสนาวันอาทิตย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในการนำหลักพุทธธรรมมาปฏิบัติภายในครอบครัว**. วิทยานิพนธ์ พธ.ม. (พระพุทธศาสนา). อุดรฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

- ขงยุทธ์ วงศ์กริมศานต์. (2550). ความสุข. (ออนไลน์). แหล่งที่มา : <http://www.pop.co.th/variety/event.phtml?id=3636-32k>. 20 มีนาคม 2552.
- ยุภา เทิดอุดมธรรม. (2547). การศึกษาหลักพุทธธรรมที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมในการพยาบาลตามบทบาทเชิงวิชาชีพ : ศึกษากรณีพยาบาลวิชาชีพสังกัดกระทรวงสาธารณสุข จังหวัดสุราษฎร์ธานี. วิทยานิพนธ์ พท.ม. (พระพุทธศาสนา). อุรุยา : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- รังสี สุทนต์. (2537). สุนัขติดจากพระไตรปิฎก. กรุงเทพฯ : สุขภาพใจ.
- ลำดวน ศรีมณี. (2535). จริยธรรมและจริยศาสตร์ตะวันออก. กรุงเทพฯ : สหธรรมมิก.
- ศิริบูรณ์ สายโกสุม. (2550). วารสารฉบับการประชุมใหญ่สามัญประจำปี 2550 ของสมาคมสุขภาพจิตแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- สมหวัง วิทยาปัญญานนท์. (2545). สุขของคลุ่ห้ส่ก. (ออนไลน์). แหล่งที่มา : <http://www.budmgt.com/lifeways/lw02/happyofhuman.html>. 20 มีนาคม 2552.
- สมัชชาสุขภาพแห่งชาติ. (2548). ไขความหมายแห่งความสุข. (ออนไลน์). แหล่งที่มา : <http://www.hsto.oe.th/contentphp?articleId=672>. 20 มีนาคม 2552.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2552). ความอยู่เป็นสุขร่วมกันในสังคมไทย. ปีแรกแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 10. (ออนไลน์). แหล่งที่มา : <http://www.nesdb.go.th/>. 20 มีนาคม 2552.
- สุจิตรา อ่อนค้อม. (2523). ทรรศนะเรื่องความสุขในพุทธปรัชญา. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (ปรัชญา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุมน อมรวิวัฒน์. (2549). การสร้างคนไทยให้เป็นคนเก่ง ดีและมีความสุข. (ออนไลน์). แหล่งที่มา : <http://www.gactina.is.in.th/?md=content&ma=show&id=10>. 20 มีนาคม 2552.
- เสถียร โพธิ์นันทะ. (2514). เมธีตะวันออก. กรุงเทพฯ : บรรณาการ.
- เสรี พงศ์พิศ. (2548). ปรัชญาชีวิต: คิดนอกกรอบ. กรุงเทพฯ : พลังปัญญา.
- โสภณ ขำทัพ. (2550). ศึกษาการปฏิบัติอานาปานสติกับพฤติกรรมกาปฏิบัติงานของผู้บริหารโรงเรียนรางวัลพระราชทาน จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ พท.ม. (พระพุทธศาสนา). อุรุยา : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- อภิสิทธิ์ ชำรงวารการ. (2542). เกริ่นนำ. คำคุณ. 9 (3) : 21-53.

- แอนนา ลำราญ. (2550). **การวัดระดับความสุขของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบล
กมลา อำเภอกะรุ จังหวัดภูเก็ต**. วิทยานิพนธ์ ปร.ม. (การปกครองท้องถิ่น). ขอนแก่น :
วิทยาลัยการปกครองท้องถิ่น มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- Andrews, F.M. and Whithey. (1978). **Social indicators of well being**. New York : Plenum.
- Argyle, M., and Crossland .J. (1991). “The diminutions of positive emotions,” **British journal of
Social Psychology**. 26 : 127-137.
- Dupuy, H. J. (1977). **A measuring health : A guide to rating scales and questionnaires**.
New York : Oxford university press.
- Dutt, Nalinaksha. (1960). **Early Monistic Buddhism**. Culcutta : Oriental Press.
- Epicurus. (1967). **The Encyclopedia of Philosophy** Vol. 3. New York : Macmillan.
- Ewing, K. (1997). **Designing and implementing instruction on the World Wide Web**.
(Online). Available : <http://lrs.stcloud.msus.edu/ispi/proceeding.html>. 8 November
2009.
- Frankena, William K. (1982). **Ethics**. 2 nd ed. New Delhi : Prentice Hall of India.
- Gerard Brennan. (1973). **Ethics and Morals**. New York : Harper and Row.
- John Stuart Mill. (1949). **The Classical Utilitarianism**. New York : Hackett Publishing
Company.
- Joseph, G., Gerard, J. and Brennan, J. (1973). **Ethics and Morals**. English : Joanna Cotler
Books.
- Krejcie, R. V. and Morgan, D. W. (1970). “Determining Sample Size for Research Activities,”
Educational and Psychological Measurement. 30(3) : 607-610.
- Lu, Luo, and Shih, J.B. (1997). “Source of happiness : A quality approach,” **The Journal of
Social Psychology**. 137(2) : 181-187.
- Orem, O.E. (1991). **Nursing : Concepts of practice**. 6 th ed. Louis : Mosby Year Book.
- Poisson-Quniton Sylvie, Mimran Reine and Maheo-Le Co Adic. Michèle. (2002). **Grammaire
expliquée du français**. Paris : CLE International.
- Witmer, J. M., Sweeney, T. J., and Myers, J. E. (1998). **The Wheel of Wellness**. Greensboro :
Authors.
- Wu, Y. (1992). **Source of inner happiness**. Taipei : Tong Da Books.



ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี



ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. ผศ.อรรวิทย์ เฉลิมพงษ์ อาจารย์ประจำมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี
จังหวัดจันทบุรี
2. ผศ.บุษยา ประทุมยศ อาจารย์ประจำมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี
จังหวัดจันทบุรี
3. นางจารุณี ตฤณมัยทิพย์ อาจารย์ประจำวิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า
จังหวัดจันทบุรี
4. นายวิไลต สกฤตรัตน์ ผู้อำนวยการโรงเรียนท่าใหม่ “พูลสวัสดิ์ราษฎร์นุกูล”
จังหวัดจันทบุรี
5. นายสำเนา ชายหาด ผู้อำนวยการโรงเรียน โยธานิมิต
จังหวัดจันทบุรี

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี



ภาคผนวก ข
หนังสือขอความร่วมมือในการวิจัย

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี



ที่ ศธ ๐๕๕๒.๑๓/ว ๐๒๕๘

มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี
อ.เมือง จ.จันทบุรี ๒๒๐๐๐

๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๕๔

เรื่อง ขอความร่วมมือในการทำวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์อรรวิทย์ เถลิ้มพงษ์

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อการวิจัยและเค้าโครงวิจัยโดยย่อ จำนวน ๑ ชุด

เนื่องด้วย พระศุภรังค์ ปชฺโชโต (จันทกิจ) นักศึกษาปริญญาโท หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “การปฏิบัติตนตามหลักโลกียธรรมของพุทธศาสนิกชนใน ตำบลสีพยา อำเภอกาฬสินธุ์ จังหวัดจันทบุรี” โดยมีรองศาสตราจารย์พรทิพา นิโรจน์ เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และดร.นักรบ เถียรอำ เป็นกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ในการนี้ทางมหาวิทยาลัยพิจารณาเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความเชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือที่นักศึกษารวบรวมขึ้นเพื่อใช้ในการวิจัย

จึงเรียนมาเพื่อ ขอพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ด้วย จักขอบคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ว่าที่ร้อยตรีหญิง อูบาสี)

ผู้ช่วยคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทร. ๐-๓๕๓๑ ๕๑๑๑ ต่อ ๑๑๓๘

โทรสาร. ๐-๓๕๔๗-๑๐๖๑

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี



ที่ ศธ ๐๕๕๒.๑๓/ว ๐๒๕๘

มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี

อ.เมือง จ.จันทบุรี ๒๒๐๐๐

๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๕๘

เรื่อง ขอความร่วมมือในการทำวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์บุษยา ประทุมยศ

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อการวิจัยและเค้าโครงวิจัยโดยย่อ จำนวน ๑ ชุด

เนื่องด้วย พระศุภรังค์ ปฐโชโต (จันทกิจ) นักศึกษาปริญญาโท หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชนใน ตำบลสีพยา อำเภอบ้านใหม่ จังหวัดจันทบุรี” โดยมีรองศาสตราจารย์พรทิพา นิโรจน์ เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และดร.นักรบ เถียรอำ เป็นกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ในการนี้ทางมหาวิทยาลัยพิจารณาเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความเชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือที่นักศึกษารวบรวมขึ้นเพื่อใช้ในการวิจัย

จึงเรียนมาเพื่อ ขอพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ด้วย จักขอบคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ว่าที่ร้อยตรีหญิง อูบาสี)

ผู้ช่วยคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทร. ๐-๓๕๓๑ ๕๑๑๑ ต่อ ๑๑๓๘

โทรสาร. ๐-๓๕๔๗-๑๐๖๑

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี



ที่ ศธ ๐๕๕๒.๑๓/ว ๐๒๕๘

มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี

อ.เมือง จ.จันทบุรี ๒๒๐๐๐

๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๕๘

เรื่อง ขอความร่วมมือในการทำวิจัย

เรียน นางจารุณี ตฤณมัยทิพย์

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อการวิจัยและเค้าโครงวิจัยโดยย่อ จำนวน ๑ ชุด

เนื่องด้วย พระสุภรงค์ ปชโชโต (จันทกิจ) นักศึกษาปริญญาโท หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “การปฏิบัติตนตามหลักโลกียธรรมของพุทธศาสนิกชนใน ตำบลสีพยา อำเภอบ้านใหม่ จังหวัดจันทบุรี” โดยมีรองศาสตราจารย์พรทิพา นิโรจน์ เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และดร.นักรบ เกียรธำ เป็นกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ในการนี้ทางมหาวิทยาลัยพิจารณาเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความเชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือที่นักศึกษารวบรวมขึ้นเพื่อใช้ในการวิจัย

จึงเรียนมาเพื่อ ขอพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ด้วย จักขอบคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ว่าที่ร้อยตรีชูวงศ์ อุบลี)

ผู้ช่วยคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทร. ๐-๓๕๓๑ ๕๑๑๑ ต่อ ๑๑๓๘

โทรสาร. ๐-๓๕๔๓-๑๐๖๑

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี



ที่ ศธ ๐๕๕๒.๑๓/ว ๐๒๕๘

มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี

อ.เมือง จ.จันทบุรี ๒๒๐๐๐

๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๕๔

เรื่อง ขอความร่วมมือในการทำวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการ โรงเรียนท่าใหม่ “พูลสวัสดิ์ราษฎร์นุกูล”

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อการวิจัยและเค้าโครงวิจัยโดยย่อ จำนวน ๑ ชุด

เนื่องด้วย พระศุภรังค์ ปชโชโต (จันทกิจ) นักศึกษาปริญญาโท หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “การปฏิบัติตนตามหลักโลกียธรรมของพุทธศาสนิกชนใน ตำบลสีพยา อำเภوتاใหม่ จังหวัดจันทบุรี” โดยมีรองศาสตราจารย์พรทิพา นิโรจน์ เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และดร.นักรบ เกียรธำ เป็นกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ในการนี้ทางมหาวิทยาลัยพิจารณาเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความเชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือที่นักศึกษารวบรวมขึ้นเพื่อใช้ในการวิจัย

จึงเรียนมาเพื่อ ขอพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ด้วย จักขอบคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ว่าที่ร้อยตรีชูวงศ์ อุบลี)

ผู้ช่วยคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทร. ๐-๓๕๓๑ ๕๑๑๑ ต่อ ๑๑๓๘

โทรสาร. ๐-๓๕๔๓-๑๐๖๑

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี



ที่ ศธ ๐๕๕๒.๑๓/ว ๐๒๕๘

มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี

อ.เมือง จ.จันทบุรี ๒๒๐๐๐

๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๕๔

เรื่อง ขอความร่วมมือในการทำวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการ โรงเรียน โขธานิมิต

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อการวิจัยและเค้าโครงวิจัยโดยย่อ จำนวน ๑ ชุด

เนื่องด้วย พระสุภรณ์ ปชโชโต (จันทกิจ) นักศึกษาปริญญาโท หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “การปฏิบัติตนตามหลักโลกียธรรมของพุทธศาสนิกชนใน ตำบลลีพสา อำเภอบ้านใหม่ จังหวัดจันทบุรี” โดยมีรองศาสตราจารย์พรทิพา นิโรจน์ เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และดร.นักรบ เถียรอำ เป็นกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ในการนี้ทางมหาวิทยาลัยพิจารณาเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความเชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดีจึงขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือที่นักศึกษารวบรวมขึ้นเพื่อใช้ในการวิจัย

จึงเรียนมาเพื่อ ขอพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ด้วย จักขอบคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ว่าที่ร้อยตรีชูวงศ์ อุบลี)

ผู้ช่วยคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทร. ๐-๓๕๓๑ ๕๑๑๑ ต่อ ๑๑๓๘

โทรสาร. ๐-๓๕๔๓-๑๐๖๑

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี



ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี

แบบสอบถาม เรื่องการปฏิบัติตามหลักโลภยกรรมของพุทธศาสนิกชน
ในตำบลสีพยา อำเภอนาทม จังหวัดจันทบุรี

คำชี้แจง แบบสอบถามฉบับนี้สำหรับ ประชาชน ตำบลสีพยา อำเภอนาทม จังหวัดจันทบุรี

ตอนที่ 1 สถานภาพส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☐ ที่อยู่หน้าข้อความและเติมข้อความในช่องว่าง
ให้สมบูรณ์ตามความเป็นจริง

1. เพศ

☐ 1) ชาย

☐ 2) หญิง

2. อายุ.....ปี

3. สถานภาพสมรส

☐ 1) โสด

☐ 2) สมรส

☐ 3) แยก

☐ 4) หม้าย

☐ 5) หย่าร้าง

4. ระดับการศึกษา

☐ 1) ประถมศึกษา

☐ 2) มัธยมศึกษา/เทียบเท่า

☐ 3) อนุปริญญา/เทียบเท่า

☐ 4) ปริญญาตรี/เทียบเท่า

☐ 5) สูงกว่าปริญญาตรี

5. อาชีพ

☐ 1) รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ

☐ 2) ค้าขาย

☐ 3) เกษตรกร

☐ 4) รับจ้างทั่วไป

☐ 5) อื่นๆ ระบุ.....

6. รายได้ของครัวเรือนโดยเฉลี่ยต่อเดือน.....บาท

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี

ตอนที่ 2 สภาวะเกี่ยวกับความสุข

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด
เพียงคำตอบเดียว และทุกข้อ

สภาวะเกี่ยวกับความสุข	มากที่สุด (5)	มาก (4)	เฉยๆ (3)	น้อย (2)	น้อย ที่สุด (1)
การมีสุขภาพ					
1. ท่านมีร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์					
2. ท่านมีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น					
3. ท่านรู้เท่าทันและปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงได้อย่างรวดเร็ว					
ครอบครัวอบอุ่น					
4. สมาชิกในครอบครัวมีคุณภาพชีวิตที่ดี					
5. สมาชิกในครอบครัวท่านมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกันเสมอ					
6. ครอบครัวท่านดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมั่นคง					
ชุมชนเข้มแข็ง					
7. ชุมชนท่านมีการรวมตัวกันอย่างมั่นคง					
8. คนในชุมชนมีการช่วยเหลือเกื้อกูลกัน					
9. ท่านมีส่วนร่วมในการพัฒนาความเป็นอยู่ของชุมชน					
เศรษฐกิจเข้มแข็งและเป็นธรรม					
10. ท่านมีความมั่นคงปลอดภัยในการทำงาน					
11. ปัจจุบันเศรษฐกิจของครอบครัวเป็นไปตามความต้องการ					
12. ปัจจุบันราคาพืชผลทางเกษตรเป็นไปตามความต้องการ					

สภาวะเกี่ยวกับความสุข	มากที่สุด	มาก	เฉยๆ	น้อย	น้อยที่สุด
	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
สภาพแวดล้อมและระบบนิเวศสมดุล					
13. ชุมชนของท่านมีความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน					
14. ท่านมีความรู้สึกที่ ทรพยากรธรรมชาติในชุมชนของท่านมีอยู่อย่างเพียงพอ					
15. ทรัพยากรธรรมชาติในชุมชนของท่านยังคงความสมบูรณ์ไว้ได้					
สังคมประชาธิปไตยที่มีธรรมาภิบาล					
16. ท่านมีความสนใจในการเลือกตั้งทุกระดับ					
17. ท่านมีความพึงพอใจในการบริหาร ของ อบต.					
18. คนในชุมชนอยู่ร่วมกันอย่าเป็นมิตร					

ตอนที่ 3 การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรมของพุทธศาสนิกชน

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด
เพียงคำตอบเดียว และทุกข้อ

การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรม	ระดับการปฏิบัติ				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
สุขเกิดจากการมีทรัพย์					
1. ท่านรู้จักการเก็บออมอย่างสม่ำเสมอ					
2. ท่านรู้สึกพึงพอใจกับฐานะความเป็นอยู่ของท่าน					
3. ท่านรู้สึกสบายใจที่สามารถทำให้ครอบครัวมีความเป็นปึกแผ่นมั่นคง					

การปฏิบัติตนตามหลักโลกิยธรรม	ระดับการปฏิบัติ				
	มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
สุขเกิดจากการจ่ายบริโภคน					
4. ท่านรู้จักใช้จ่าย บำรุงตนให้สะดวกสบายตามควร แก่อัตภาพ					
5. ท่านใช้จ่ายซื้อของแต่สิ่งจำเป็น					
6. ท่านนำทรัพย์สินไปทำงาน ช่วยเหลือ คนยากจน ทุกข์เข็ญ เอาไปทำนุบำรุงพุทธศาสนาอยู่เสมอ					
สุขเกิดจากความไม่ต้องเป็นหนี้					
7. รายได้ของท่านเพียงพอกับความจำเป็นที่ต้องใช้จ่าย					
8. รายได้ของท่านเพียงพอเพื่อเลี้ยงดูตนเองและ ครอบครัว					
9. ท่านไม่พยายามก่อหนี้ยืมสินผู้อื่น					
สุขเกิดจากการประกอบกิจการงานที่ ปราศจากโทษ					
10. ท่านรู้สึกพอใจกับงานที่ทำอยู่					
11. ท่านประกอบ อาชีพสุจริตไม่สร้างความ เดือดร้อนใจให้ทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น					
12. ท่านรู้สึกประสบความสำเร็จและ ความก้าวหน้า ในชีวิต					

ขอขอบคุณ เป็นอย่างสูงที่ช่วยตอบแบบสอบถามนี้
และขอให้ท่านประสบความสำเร็จสมความมุ่งหวังทุกประการ

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี



ประวัติย่อผู้วิจัย

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ-นามสกุล	พระศุภรงค์ ปชโชโต (จันทกิจ)
วัน เดือน ปี เกิด	5 เมษายน 2493
ที่อยู่ปัจจุบัน	ตำบลสีพยา อำเภอท่าใหม่ จังหวัดจันทบุรี
ตำแหน่ง	เจ้าอาวาสวัดพุทธคยาราม
สถานที่ทำงาน	วัดพุทธคยาราม ตำบลสีพยา อำเภอท่าใหม่ จังหวัดจันทบุรี
ประวัติการศึกษา	
2551	ศิลปศาสตรบัณฑิต ศศ.บ. (พัฒนาชุมชน) มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี จังหวัดจันทบุรี
2557	ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต ศศ.ม. (สังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา) มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี จังหวัดจันทบุรี

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี