

หลักพหุสูตในมงคล 38 กับการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนา

พัชรพฤษชัย ช่อมจันท์^{1*} และ มานิตย์ อรรคชาติ²

¹หลักสูตรครุศาสตรบัณฑิต, สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา, มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

²คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

*ผู้ประพันธ์บรรณกิจ จดหมายอิเล็กทรอนิกส์: 6640117123@nrru.ac.th

ข้อมูลบทความ	บทคัดย่อ
บทความวิจัย คำสำคัญ: พหุสูต, มงคล 38, การพัฒนาคุณภาพชีวิต วันที่รับบทความ: 24 มกราคม 2569 วันที่แก้ไข: 28 สิงหาคม 2569 วันที่ตอบรับตีพิมพ์: 29 สิงหาคม 2569	บทความวิชาการนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาหลักพหุสูตในมงคล 38 และความสัมพันธกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนา โดยศึกษาผ่านกระบวนการทำความเข้าใจ ในประเด็นต่าง ๆ ให้ชัดเจน และการปฏิบัติที่นำไปสู่การพัฒนาศักยภาพทางการเรียนรู้อย่างยั่งยืน โดยแยกมองเป็นประเด็นต่าง ๆ ที่สำคัญ เพื่อให้ได้ข้อมูลและเพื่อให้ผลการศึกษาออกมาเป็นที่น่าสนใจและมีประสิทธิภาพสูงสุดด้วย จากการศึกษาพบว่าหลักพหุสูตในมงคล 38 นั้น เป็นหลักธรรมสำคัญที่ส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต การพัฒนาปัญญา และการสร้างคุณภาพชีวิตที่ดี โดยเน้นความสำคัญของการศึกษา การรับฟัง และการแสวงหาความรู้อย่างต่อเนื่อง ซึ่งมีความสอดคล้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตใน 4 มิติ ได้แก่ มิติทางปัญญา สังคม อารมณ์ และจิตวิญญาณ

Bahussutta in the Maṅgala Sutta: A Buddhist Perspective on Life Quality Development

Patcharapruek Somjanthuek^{1*} and Manit Akkhachat²

¹Bachelor of Educational Program in Buddhist Studies, Nakhon Ratchasima Rajabhat University

²Department of Humanities and Social Sciences, Nakhon Ratchasima Rajabhat University

*Corresponding author, e-mail: 6640117123@nrru.ac.th

ARTICLE INFO	ABSTRACT
<i>Research article</i> Keywords: Bahussuta, 38 Maṅgala Principles, Life Quality Development <i>Received:</i> 24 January 2026 <i>Revised:</i> 28 August 2026 <i>Accepted:</i> 29 August 2026	This academic article aims to investigate the principle of Bahussuta (Learning) in the 38 Maṅgala Suttas and its relationship with life quality development according to Buddhist principles. The study explores the understanding and implementation of sustainable learning potential through a comprehensive analysis of critical dimensions. The research methodology focuses on clarifying essential aspects to achieve optimal and effective outcomes. The study reveals that the Bahussuta principle in the 38 Maṅgala Suttas is a fundamental doctrine promoting lifelong learning, intellectual development, and quality of life enhancement. By emphasizing the significance of continuous education, active listening, and persistent knowledge acquisition, this principle demonstrates a profound correlation with four essential life dimensions: intellectual, social, emotional, and spiritual.

บทนำ

ในยุคปัจจุบันที่สังคมเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งในด้านเทคโนโลยี สารสนเทศ และ โครงสร้างเศรษฐกิจ การดำเนินชีวิตของมนุษย์ต้องเผชิญกับความท้าทายและความกดดันรอบด้าน ความรู้และการรับรู้ข่าวสารกลายเป็นปัจจัยสำคัญในการตัดสินใจและการแก้ปัญหา อย่างไรก็ตาม การรับรู้ข้อมูลเพียงอย่างเดียวยังไม่เพียงพอต่อการสร้างความมั่นคงในชีวิต หากขาดการคัดกรอง การวิเคราะห์ และการนำไปใช้อย่างมีจริยธรรม พระพุทธศาสนาในฐานะระบบคำสอนเพื่อการดำเนินชีวิต ได้เสนอแนวทางการพัฒนาตนเองผ่านหลักธรรมอันทรงคุณค่ามากมาย ซึ่งหนึ่งในหมวดธรรมที่ได้รับการยอมรับว่ามีความเป็นรูปธรรมและสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้จริงในชีวิตประจำวัน คือ “มงคล 38 ประการ” (มงคลสูตร) อันเป็นหลักธรรมที่ว่าด้วยเหตุแห่งความสุขและความเจริญรุ่งเรืองของชีวิต

ในบรรดามงคล 38 ประการ “ความเป็นพหูสูตร” (มงคลข้อที่ 7) นับเป็นจุดเริ่มต้นที่สำคัญของการพัฒนาตนเองในด้านสติปัญญา พหูสูตร แปลว่า ผู้ได้ยินได้ฟังมาก หรือผู้มีความรู้กว้างขวาง แต่ในทางพระพุทธศาสนา ความเป็นพหูสูตรไม่ได้หมายถึงเพียงการสะสมข้อมูลหรือการมีความรู้ทางทฤษฎีเท่านั้น หากยังครอบคลุมถึงองค์ประกอบสำคัญ 5 ประการ ได้แก่ การฟังมาก (สุตะ) การจำได้ (ธารณะ) การท่องบ่นหรือคล่องปาก (วาจาสุปริจิตะ) การเพ่งพิศพิจารณาในใจ (มนสานุปรักขิตะ) และการแทงทะลุด้วยทิวะหรือเกิดความเข้าใจอย่างแจ่มแจ้ง (ทิวะสุปฏิทิตะ) องค์ประกอบเหล่านี้สะท้อนให้เห็นว่าความเป็นพหูสูตรคือกระบวนการเรียนรู้เชิงลึกที่เชื่อมโยงระหว่างการรับรู้ การคิดวิเคราะห์ และการเข้าถึงความจริง เพื่อนำไปสู่การพัฒนาปัญญาที่แท้จริง

การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนาเน้นความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย จิตใจ และปัญญา ไม่ใช่เพียงความสำเร็จทางวัตถุหรือฐานะทางสังคม การนำหลักพหูสูตรมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตจึงมีความสำคัญอย่างน้อยสามมิติ กล่าวคือ ด้านการพัฒนาปัญญาและการแก้ปัญหา: พหูสูตรช่วยให้บุคคลมีฐานข้อมูลและความรู้ที่ถูกต้องในการพิจารณาสิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริง ทำให้สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาในชีวิต และเท่าทันต่อความเปลี่ยนแปลงของโลกได้อย่างมีสติ ด้านการพัฒนาพฤติกรรมและสังคม (ศีล): ความรู้ที่เป็นพหูสูตรย่อมนำไปสู่การนำความรู้ไปใช้ในทางที่ถูกต้อง (สัมมาวาจา และ สัมมากรรมันตะ) ไม่นำความรู้ไปหลอกลวงหรือเบียดเบียนผู้อื่น แต่ใช้ความรู้เพื่อสร้างสรรค์ประโยชน์แก่ตนเองและสังคม และด้านการพัฒนาจิตใจ การเข้าใจธรรมชาติของชีวิตและสังขารผ่านการศึกษารู้อย่างลึกซึ้ง ช่วยลดความแค้น ความวิตกกังวล และสร้างความมั่นคงทางอารมณ์ เกิดเป็นความสงบเย็นภายในจิตใจ

หากพิจารณาในบริบทของสังคมร่วมสมัย การขาดแคลนหลักพหูสูตรมักนำไปสู่ปัญหาการหลงเชื่อข้อมูลเท็จ (Fake News) การขาดทักษะการคิดเชิงวิพากษ์ (Critical Thinking) และการใช้ความรู้ไปในทางที่ผิดศีลธรรม ดังนั้น การศึกษาวิเคราะห์หลักพหูสูตรในมงคล 38 จึงไม่ใช่เพียงเรื่องของความคัมภีร์โบราณ แต่เป็นการดึงเอาเครื่องมือทางปัญญามาตอบสนองและแก้ไขปัญหามนุษย์ในยุคปัจจุบัน

บทความวิชาการฉบับนี้จึงมุ่งศึกษาและวิเคราะห์โครงสร้าง องค์ประกอบ และความสำคัญของหลักพหูสูตรในมงคล 38 ประการ พร้อมทั้งนำเสนอแนวทางการประยุกต์ใช้หลักธรรมดังกล่าวเพื่อการพัฒนา

คุณภาพชีวิตในมิติที่สำคัญ ได้แก่ มิติทางปัญญา มิติทางสังคม มิติทางอารมณ์ และมิติทางจิตวิญญาณ เพื่อค้นหาแนวทางที่จะช่วยให้มนุษย์สามารถพัฒนาตนเองอย่างรอบด้านและมีความสุขอย่างแท้จริง

ความเป็นมาของมงคลสูตรในพระพุทธศาสนา

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ พระวิหารเชตวัน อารามของท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐี ใกล้พระนครสาวัตถี ครั้นนั้นแล ครั้นปฐมยามล่วงไปเทวดาตนหนึ่งมีศรีศมิงามยิ่งนัก ยังพระเชตวันมหาวิหารทั้งสิ้นให้สว่างไสว เข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับ ถวายบังคมแล้ว ยืนอยู่ ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่ง และได้กราบทูลพระผู้มีพระภาคด้วยคาถาว่า

“พหู เทวา มนุสสา จ มงคลานิ อจินตยฺ อากงขมานา โสตถานํ พุริทํ มงคลมุตตมํ ฯ”

พระผู้มีพระภาคตรัสพระคาถาตอบว่า

“อเสวนา จ พาลานํ ปณติตานญจ เสวนา ปุชา จ ปุชนียานํ เอตมมงคลมุตตมํ ฯ
 ปฏฐิรูปเทสวาโส จ ปุพฺเพ จ กตปุญญตา อตตสมมาปณิธิ จ เอตมมงคลมุตตมํ ฯ
 พาหุสจฺจญจ สิปปญจ วินโย จ สุสิกฺขิตฺโต สุภาสิตา จ ยา วาจา เอตมมงคลมุตตมํ ฯ
 มาตาปิตุอุปภูฏานํ ปุตตทวารสฺส สงคฺโห อนากุลา จ กมมนฺตา เอตมมงคลมุตตมํ ฯ
 ทานญจ ฌมฺมจริยา จ ญฺาตกานญจ สงคฺโห อนวชฺชานิ กมฺมานิ เอตมมงคลมุตตมํ ฯ
 อารตี วิรตี ปาปา มชฺชปานา จ สลฺยโม อปฺปมาโท จ ฌเมสฺส เอตมมงคลมุตตมํ ฯ
 คารโว จ นิวาโต จ สนฺตญฺฐี จ กตญฺญตา กาเลน ฌมฺมสฺสวณํ เอตมมงคลมุตตมํ ฯ
 ขนฺตี จ โสวจสฺสตา สมณานญจ ทสฺสนํ กาเลน ฌมฺมสากจฺฉา เอตมมงคลมุตตมํ ฯ
 ตโป จ พรหมจริยญจ อริยสจฺจานทสฺสนํ นิพฺพานสจฺฉิกิริยา จ เอตมมงคลมุตตมํ ฯ
 ฌฺญฐสฺส โลกธมฺเมหิ จิตฺตํ ยสฺส น กมฺปติ อโสภํ วิรชํ ฌเม เอตมมงคลมุตตมํ ฯ
 เอตาทิสานิ กตวาน สพฺพตถมปฺราชิตา สพฺพตถ โสตถี คจฺฉนฺติ ตนฺเตสํ มงคลมุตตมนฺติ ฯ”

(ขุ.ขุ. (บาลี) 25/4/6)

พระคาถาบาลีดังกล่าวในขุททกนิกาย ขุททกปาฐะนั้น แปลความหมายเป็นภาษาไทยให้เป็นประโยคที่เข้าใจได้ง่าย ดังนี้คือ

“เทวดาและมนุษย์เป็นอันมาก ผู้หวังความสวัสดิ์ พากันคิดมงคลทั้งหลาย ขอพระองค์ จงตรัสสุดมงคล พระผู้มีพระภาคเจ้า มีพระดำรัสถึงมงคลทั้ง 38 ประการ ซึ่งประกอบไปด้วย 1. การไม่คบคนพาล 2. การคบบัณฑิต 3. การบูชาบุคคลที่ควรบูชา 4. การอยู่ในประเทศอันสมควร 5. ความเป็นผู้มีบุญวาสนาอันกระทำแล้วในกาลก่อน 6. การตั้งตนชอบ 7. เป็นพหูสูต 8. มีศีลปะ 9. วินัยที่ศึกษาดีแล้ว 10. วาจาสุภาสิต 11. การบำรุงมารดาบิดา 12. การสงเคราะห์บุตร 13. สงเคราะห์ภรรยา /สามี 14. การงานอันไม่อาภูล (คั่งค้าง) 15. ทาน 16. การประพฤติธรรม 17. การสงเคราะห์ญาติ 18. กรรมอันไม่มีโทษ 19. การงดการเว้นจากบาป 20. ความสำรวมจากการดื่มน้ำเมา 21. ความไม่ประมาทในธรรมทั้งหลาย 22. ความเคารพ 23. ความประพฤติถ่อมตน 24. ความสันโดษ 25. ความกตัญญู 26. การพึงธรรมโดยกาล 27. ความอดทน 28. ความเป็นผู้ว่าง่าย 29. การได้เห็นสมณะ

30.สนทนารธรรมโดยกาล 31.ความเพียร 32.การประพัตติในพรหมจรรย์ 33.การเห็นอริยสัจ 34.การกระทำพระนิพพานให้แจ้ง 35. ย่อมไม่หวั่นไหวในโลกธรรมทั้งหลาย 36.จิตไม่เศร้าโศก 37.ปราศจากธุลี 38.เป็นจิตเกษม นี่เป็นอุดมมงคล เหล่าเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย เมื่อได้ทำมงคลเช่นนี้ๆแล้ว เป็นผู้ไม่ปราศัย(แพ้วพาย) ในข้าศึกทุกหมู่เหล่า ย่อมถึงความสวัสดิ(ความสุข)ในที่ทุกสถาน สิ่งเหล่านี้เป็นอุดมมงคล ของเทวดาและมนุษย์เหล่านั้น ฯ” (ขุ.ขุ. (ไทย) 25/5-6/6-8)

พหุสูตนั้นเป็นอย่างไร

พหุสูต หมายถึง บุคคลผู้เรียนรู้อย่างมาก หรือนักปราชญ์ที่มีความรู้กว้างขวางและลึกซึ้งในศาสตร์ต่าง ๆ โดยมีรายละเอียดที่น่าสนใจดังนี้

ความหมายและลักษณะของพหุสูต

ในทางพระพุทธศาสนา พหุสูตมีความหมายที่ลึกซึ้งกว่าเพียงการสะสมความรู้ แต่เป็นการเรียนรู้อย่างมีคุณภาพและสามารถนำความรู้ไปใช้ประโยชน์ได้อย่างแท้จริง ตามทฤษฎีของ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต) (2560) ได้อธิบายว่า พหุสูตเป็นผู้ที่มีความรู้มาก แต่ต้องควบคู่ไปกับปัญญาที่สามารถวิเคราะห์และเข้าใจความรู้นั้นอย่างถ่องแท้

คุณลักษณะสำคัญของพหุสูต

จากการศึกษาของ อธิราช อรรถนโณ (2562) ได้สรุปคุณลักษณะของพหุสูต ประกอบด้วย

- มีความรอบรู้ในศาสตร์ต่าง ๆ อย่างกว้างขวาง
- สามารถเชื่อมโยงความรู้ระหว่างศาสตร์ได้อย่างเป็นระบบ
- มีความใฝ่รู้และพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง
- สามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้แก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ความสำคัญของการเป็นพหุสูต

นักวิชาการด้านการศึกษ สุมณ อมรวิวัฒน์ (2561) ได้อธิบายถึงความสำคัญของพหุสูตว่า เป็นคุณลักษณะสำคัญของผู้นำทางปัญญาในสังคมสมัยใหม่ ซึ่งไม่เพียงแต่ต้องมีความรู้มาก แต่ต้องสามารถคิดวิเคราะห์ สังเคราะห์ และสร้างองค์ความรู้ใหม่ได้

กระบวนการพัฒนาสู่การเป็นพหุสูต

การจะเป็นพหุสูตนั้นไม่ใช่เรื่องง่าย ต้องอาศัยสิ่งต่าง ๆ เช่น

- การเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง
- การฝึกฝนทักษะการคิดวิเคราะห์
- การเปิดใจรับความรู้ใหม่ ๆ
- การปฏิบัติและประยุกต์ใช้ความรู้

สรุปได้ว่า พหุสูตเป็นแนวคิดที่มีความหมายลึกซึ้งเกินกว่าการเพียงสะสมความรู้ แต่หมายถึงบุคคลที่มีความรอบรู้อย่างแท้จริง โดยมีคุณลักษณะสำคัญคือ การมีองค์ความรู้กว้างขวาง สามารถเชื่อมโยงและวิเคราะห์ความรู้ระหว่างศาสตร์ต่าง ๆ ได้อย่างเป็นระบบ นักปราชญ์และนักวิชาการได้ให้ความสำคัญกับการ

พัฒนาตนเองไปสู่การเป็นพหุสูต ซึ่งไม่ใช่เพียงแค่การสะสมข้อมูล หากแต่ต้องควบคู่ไปกับการพัฒนาปัญญา การคิดวิเคราะห์ และความสามารถในการประยุกต์ใช้ความรู้เพื่อแก้ปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ

กระบวนการพัฒนาสู่การเป็นพหุสูตต้องอาศัยความมุ่งมั่น ใฝ่รู้ และการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง โดยมีคุณสมบัติสำคัญ ได้แก่ ความกระตือรือร้นในการแสวงหาความรู้ ความสามารถในการเชื่อมโยงองค์ความรู้ และทักษะการคิดอย่างเป็นระบบในบริบทของสังคมปัจจุบัน พหุสูตถือเป็นคุณลักษณะสำคัญของผู้นำทางปัญญา ที่ไม่เพียงแต่มีความรู้มาก แต่ยังสามารถสร้างสรรค์และต่อยอดองค์ความรู้ใหม่ ๆ ได้อย่างต่อเนื่อง การเป็นพหุสูตจึงไม่ใช่เรื่องของ การสะสมข้อมูล แต่เป็นศิลปะแห่งการเรียนรู้และการพัฒนาตนเองอย่างไม่มีที่สิ้นสุด

การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนา

การพัฒนา หมายถึง การเปลี่ยนแปลงที่มีการกระทำให้เกิดขึ้น หรือมีการวางแผนกำหนดทิศทางไว้แบบล่วงหน้า โดยการเปลี่ยนแปลงนี้ ต้องเป็นไปในทิศทางที่ดีขึ้น หากว่าเปลี่ยนแปลงไปในทางไม่ดีก็ไม่เรียกว่าการพัฒนา ตรงกับภาษาอังกฤษว่า “Development” คือ การเปลี่ยนแปลงทีละเล็กละน้อย โดยผ่านลำดับขั้นตอนและวิธีการต่าง ๆ ไปสู่ลำดับที่สามารถ ขยายตัวขึ้น และเติบโตไปในทางที่ดี มีการปรับปรุงดีขึ้นเหมาะสมไปมากกว่าเดิม

โดยรูปศัพท์ “การพัฒนา” มาจากคำภาษาอังกฤษว่า Development แปลว่า การเปลี่ยนแปลงทีละเล็กละน้อย เหมาะสมกว่าเดิมหรืออาจก้าวหน้าไปถึงขั้นที่ สมบูรณ์เป็นที่น่าพอใจ ส่วนความหมายจากรูปศัพท์ในภาษาไทยนั้น หมายถึง การทำความเจริญ การเปลี่ยนแปลงในทางที่เจริญขึ้น การคลี่คลายไปในทางที่ดี ถ้าเป็นกริยา ใช้คำว่า พัฒนา หมายความว่า ทำให้เจริญ คือ ทำให้เติบโตได้ งอกงาม ทำให้งอกงามและมากขึ้น เช่น เจริญทางไมตรี

ในทางพุทธศาสนา การพัฒนา มาจากคำภาษาบาลีว่า วัฒนะ ซึ่งแปลว่า เจริญ สามารถแบ่งออกได้ 2 ส่วน คือ การพัฒนาคน เรียกว่า ภาวนา และการพัฒนาสิ่งอื่น ๆ ที่ไม่ใช่คน อาทิ วัตถุสิ่งแวดลอมต่าง ๆ เรียกว่า พัฒนา / วัฒนา เช่น การสร้างถนน บ่อน้ำ อ่างเก็บน้ำ เป็นต้น ซึ่งเป็นเรื่องของ การเพิ่มพูนขยายทำให้มาก หรือทำให้เติบโตขึ้นทางวัตถุและได้เสนอข้อคิดไว้ว่า คำว่า การพัฒนา หรือ คำว่า เจริญ นั้นไม่ได้แปลว่า ทำให้ มากขึ้น เพิ่มพูนขึ้นอย่างเดียวนั่น แต่มีความหมายว่า ตัดหรือทิ้ง เช่น เจริญพระเกศา คือ ตัดผม มีความหมายว่า รก เช่น น สียา โลกขพมโน แปลว่า อย่าเป็นคนรกโลกอีกด้วย

ด้วยเหตุนี้ การพัฒนาในทางพระพุทธศาสนา หมายถึง การพัฒนาคนให้มีความสุข มีสภาพ แวดลอมที่เหมาะสม การพัฒนาในความหมายนี้ มีลักษณะเดียวกันกับการพัฒนาในความหมายทางด้านการวางแผน คือ เป็นเรื่องของมนุษย์เท่านั้น แตกต่างกันเพียงการวางแผนให้ความสำคัญที่วิธีการดำเนินงาน ส่วนพุทธศาสนามุ่งเน้นผลที่เกิดขึ้น คือ ความสุขของมนุษย์

จากความหมาย จะเห็นได้ว่าการพัฒนา มีความหมาย ที่คล้ายคลึงกันและแตกต่างการออกไปบ้าง ซึ่งถ้าหากพิจารณาจากความหมายเหล่านี้ อาจสรุปได้ว่า การพัฒนา หมายถึง กระบวนการเปลี่ยนแปลงของสิ่งใด

สิ่งหนึ่งให้ดีขึ้น ทั้งทางด้านคุณภาพ ปริมาณ และสิ่งแวดล้อม ด้วยการวางแผนโครงการและดำเนินงานโดยมนุษย์ เพื่อประโยชน์แก่ตัวของมนุษย์ (พระชัยชนะ อิทธิเตโช และ พระมหาอดิศักดิ์ ปิยสีโล, 2563)

การพัฒนาคุณภาพชีวิต หมายถึง คุณภาพในด้านสุขภาพ สังคม เศรษฐกิจ การศึกษา การเมือง และศาสนา ซึ่งเป็นค่าเทียบเคียง ไม่มีกฎเกณฑ์ตายตัวแน่นอน กล่าวคือทุกคนหรือทุกประเทศอาจจะกำหนดมาตรฐานต่างกันไปตามความต้องการและความต้องการในคุณภาพชีวิตนี้ย่อมจะเปลี่ยนแปลงไปได้ตามกาลเวลาและภาวะ (ยุพา อุดมศักดิ์, 2547) คุณภาพชีวิต เป็นสิ่งที่แต่ละคนกำหนดและสร้างขึ้น จะเป็นเช่นไรและมีแนวโน้มไปในลักษณะไหนขึ้นอยู่กับความเข้าใจและการรับรู้ภาพชีวิตที่ตนปรารถนา และความสามารถที่จะแสดงออกมาตามที่เข้าใจที่ตนเข้าใจและต้องการนั้น (นิศารัตน์ ศิลปเดช, 2540) คุณภาพชีวิต อาจมีความแตกต่างกันออกไปในแต่ละสังคม ซึ่งแต่ละสังคมย่อมมีแบบแผนการดำรงชีวิต ความคิดอ่านและวิถีชีวิตต่างกันออกไป ดังนั้น วิธีการตายตัวที่จะวัดหรือบ่งชี้คุณภาพชีวิตจึงไม่อาจกำหนดแน่นอนลงไปได้ คนมีฐานะร่ำรวยอาจมีคุณภาพชีวิตดีกว่าคนฐานะยากจนกว่าก็ได้ ทั้งนี้ความต้องการในคุณภาพชีวิตอาจเปลี่ยนไปตามกาลเวลาและสถานการณ์ (ปรีชา โมฬี และคณะ, 2541)

สรุปได้ว่า คุณภาพชีวิตเป็นเสมือนงานศิลปะส่วนบุคคล ที่ไม่มีสูตรสำเร็จตายตัว แต่เกิดจากการผสมผสานระหว่างความปรารถนา ศักยภาพส่วนตัว และบริบทแวดล้อม โดยครอบคลุมมิติสำคัญ อาทิ สุขภาพ สังคม เศรษฐกิจ การศึกษา การเมือง และจิตวิญญาณ แต่ละบุคคลย่อมมีอิสระในการกำหนดและออกแบบคุณภาพชีวิตของตนเอง ขึ้นอยู่กับการรับรู้ ความเข้าใจ และความสามารถในการแปลงความคิดสู่การปฏิบัติ ไม่จำเป็นต้องยึดกรอบเดียวกันทุกสังคม เพราะแต่ละสังคมล้วนมีวิถีชีวิต ความคิด และบริบทที่แตกต่างกัน ความมั่งคั่งทางวัตถุไม่ใช่เครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตเพียงอย่างเดียว หากแต่เป็นเรื่องของการสร้างความสมดุล ความพึงพอใจ และความหมายในชีวิตมากกว่า คุณภาพชีวิตจึงเป็นการเดินทางที่ต่อเนื่อง ยืดหยุ่น และปรับเปลี่ยนได้ตามเวลาและสถานการณ์

การพัฒนาคุณภาพชีวิตจากหลักพุทธในมงคล 38

การพัฒนาคุณภาพชีวิตในทางพระพุทธศาสนามีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการเสริมสร้างความเจริญอกงามทั้งทางกายและจิตใจ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการนำหลักพุทธมาประยุกต์ใช้ในมงคล 38 ซึ่งเป็นหลักธรรมที่นำไปสู่ความเจริญในชีวิต

1. ความหมายของพุทธในบริบทของมงคล 38

พุทธ หมายถึง การเป็นผู้ใฝ่เรียนรู้ มีความรอบรู้ และสามารถนำความรู้มาพัฒนาตนเองและสังคมตามทัศนะของ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต), (2560) กล่าวว่า "พุทธคือการเรียนรู้อย่างมีคุณภาพ ไม่ใช่เพียงการสะสมข้อมูล แต่เป็นการเข้าใจอย่างลึกซึ้งและสามารถประยุกต์ใช้ได้"

2. กระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผ่านหลักพุทธ

2.1 การแสวงหาความรู้

- ศึกษาจากแหล่งความรู้ที่หลากหลาย

- เปิดใจรับฟังและเรียนรู้จากประสบการณ์ของผู้อื่น
- พัฒนาทักษะการเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างต่อเนื่อง

2.2 การวิเคราะห์และสังเคราะห์ความรู้

ธีระพร อวรรณโณ (2562) อธิบายว่า การพัฒนาปัญญาผ่านพหุสตประกอบด้วย

- ความสามารถในการคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ
- เชื่อมโยงความรู้ระหว่างศาสตร์ต่าง ๆ
- สร้างองค์ความรู้ใหม่จากการบูรณาการความรู้

3. หลักธรรมสำคัญในมงคล 38 ที่เกี่ยวข้องกับพหุสต

3.1 การฟังธรรม (สัปปุริสสังเสวะ)

- เป็นพื้นฐานสำคัญของการแสวงหาความรู้
- ฝึกทักษะการรับฟังอย่างลึกซึ้งและมีวิจารณญาณ

3.2 การศึกษาอย่างต่อเนื่อง

- มุ่งเน้นการเรียนรู้ตลอดชีวิต
- พัฒนาตนเองอย่างสม่ำเสมอ

4. ประโยชน์ของการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยพหุสต

4.1 การพัฒนาทางปัญญา

- เกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้งในชีวิตและสรรพสิ่ง
- สามารถแก้ปัญหาอย่างมีวิจารณญาณ

4.2 การพัฒนาทางจิตใจ

- เกิดความเมตตากรุณา
- มีจิตใจเปิดกว้างและยอมรับความแตกต่าง

5. การประยุกต์ใช้พหุสตในชีวิตประจำวัน

- ศึกษาเรียนรู้จากแหล่งข้อมูลที่หลากหลาย
- ฝึกการคิดอย่างเป็นระบบ
- นำความรู้มาปรับใช้ในการดำเนินชีวิต

6. เงื่อนไขสำคัญของการพัฒนาพหุสต

- ความใฝ่รู้
- ความอดทน
- การมีวินัยในตนเอง
- การมีสติและสมาธิ

สุนน อมรวิวัฒน์ (2561) กล่าวว่า "พหุสตไม่ใช่เพียงการสะสมความรู้ แต่เป็นกระบวนการพัฒนาปัญญาอย่างต่อเนื่อง ที่จะนำไปสู่การเข้าใจชีวิตและสรรพสิ่งอย่างแท้จริง"

การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนา โดยใช้หลักพุทธในมงคล 38 นั้น ถือเป็นเรื่องที่น่าให้ความสำคัญยิ่งเพราะการเป็นพหูสูตนั้น จะทำให้คุณภาพชีวิตของตนเอง มีโอกาสที่จะพัฒนา ต่อยอดให้เจริญก้าวหน้าได้ทั้งในด้านต่างๆ นอกจากจะเป็นพหูสูตแล้ว ในมงคลที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้กล่าวถึงทั้ง 38 อย่าง ก็เป็นเรื่องสำคัญไม่แพ้กัน เช่น การตั้งตนชอบ หรือการมีวินัย เป็นต้น ซึ่งก็เป็นองค์ประกอบหนึ่งที่จะทำให้พัฒนาคุณภาพชีวิตให้มีประสิทธิภาพได้นั่นเอง

การพัฒนาคุณภาพชีวิตแบบครอบคลุมทั้ง 4 มิติ

การพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยใช้หลักพุทธในมงคล 38 เป็นแนวทางที่สำคัญในการพัฒนาตนเองอย่างองค์รวม ซึ่งครอบคลุมทั้ง 4 มิติ ดังนี้

1. มิติทางปัญญา

หลักพุทธเน้นการแสวงหาความรู้อย่างต่อเนื่อง โดยมุ่งให้บุคคลพัฒนาทักษะทางปัญญาผ่านการศึกษารเรียนรู้ด้วยตนเอง การฟังและการศึกษาจากแหล่งความรู้ต่าง ๆ อย่างมีวิจารณ์ญาณ การพัฒนาปัญญาตามหลักพุทธสูตรประกอบด้วย การสั่งสมความรู้ การคิดวิเคราะห์ การใช้เหตุผล และการนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน ซึ่งจะช่วยให้บุคคลมีความเข้าใจโลกและชีวิตอย่างลึกซึ้ง

2. มิติทางสังคม

หลักพุทธส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น การเรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข โดยเน้นการรับฟัง การเคารพความคิดเห็นของผู้อื่น การสร้างเครือข่ายทางสังคมที่มีคุณภาพ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมชุมชน และการให้ความช่วยเหลือผู้อื่น การพัฒนาทักษะทางสังคมนี้อาจช่วยให้บุคคลสามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ดี มีความเข้าใจซึ่งกันและกัน และสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

3. มิติทางอารมณ์

การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพุทธให้ความสำคัญกับการควบคุมและจัดการอารมณ์ การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ การรู้จักตนเอง การยอมรับความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น การมีสติในการรับมือกับสถานการณ์ต่าง ๆ อย่างเหมาะสม และการมองโลกในแง่ดี ซึ่งจะช่วยให้บุคคลสามารถจัดการกับความเครียด ความกดดัน และอุปสรรคในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

4. มิติทางจิตวิญญาณ

หลักพุทธมุ่งเน้นการพัฒนาจิตใจให้เกิดความสงบ มีคุณธรรม และมีความหมายในชีวิต การฝึกสมาธิ การภาวนา การทำความเข้าใจชีวิตอย่างลึกซึ้ง การปฏิบัติตนตามหลักธรรม การมีคุณธรรมจริยธรรม การเห็นคุณค่าของชีวิตและการดำรงอยู่ การมีจุดมุ่งหมายในชีวิต การให้ทาน การช่วยเหลือผู้อื่น และการพัฒนาจิตใจให้เป็นอิสระจากกิเลส สิ่งเหล่านี้จะนำไปสู่ความสุขทางจิตวิญญาณ ความสงบ และความเป็อิสระทางจิตใจ

บทสรุป (Conclusion)

การพัฒนาคุณภาพชีวิตเป็นภารกิจสำคัญยิ่งของมนุษยชาติ ในโลกปัจจุบันที่มีความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว การแสวงหาความรู้และพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่ง หลักพหุสูตรในมงคล 38 ตามแนวพระพุทธศาสนาถือเป็นแนวทางที่ทรงคุณค่าในการพัฒนาตนเองอย่างองค์รวมและยั่งยืน ความหมายของพหุสูตรมีความลึกซึ้งกว่าการเรียนรู้แบบผิวเผิน นักวิชาการด้านพระพุทธศาสนา สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้อธิบายว่า พหุสูตรคือการเป็นผู้ใฝ่เรียนรู้ที่มีความรอบรู้ ไม่เพียงแต่การสะสมความรู้ แต่เป็นการเรียนรู้อย่างมีคุณภาพ สามารถวิเคราะห์ เชื่อมโยง และประยุกต์ใช้ความรู้ได้อย่างเป็นระบบ กระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผ่านหลักพหุสูตรมีองค์ประกอบที่สำคัญ ประกอบด้วย การแสวงหาความรู้ ศึกษาจากแหล่งความรู้ที่หลากหลาย ทั้งจากตำรา เอกสาร สื่ออิเล็กทรอนิกส์ และประสบการณ์ตรง พัฒนาศักยภาพการเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างต่อเนื่อง ผ่านการศึกษา การฝึกอบรม และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เป็นต้น หรือ การวิเคราะห์และสังเคราะห์ความรู้ คือ คิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ มีเหตุผล และอย่างลึกซึ้งเชื่อมโยงความรู้ระหว่างศาสตร์ต่าง ๆ อย่างบูรณาการ สร้างองค์ความรู้ใหม่จากการผสมผสานและตีความข้ามศาสตร์ ประโยชน์ของการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยพหุสูตรครอบคลุม 2 มิติหลักที่สำคัญคือ การพัฒนาทางปัญญา กับ การพัฒนาทางจิตใจ สรุปสำคัญได้ว่า พหุสูตรเป็นมากกว่าการสะสมความรู้ แต่เป็นกระบวนการพัฒนาปัญญาอย่างต่อเนื่อง เพื่อนำไปสู่ความเข้าใจชีวิตและสรรพสิ่งอย่างลึกซึ้ง ซึ่งจะช่วยยกระดับคุณภาพชีวิตทั้งในด้านปัญญา จิตใจ และการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขและมีความหมาย โดยครอบคลุมทั้ง 4 มิติ คือ มิติทางปัญญา สังคม อารมณ์ และจิตวิญญาณนั่นเอง

เอกสารอ้างอิง

- ธีระพร อวรรณโณ. (2562). จิตวิทยาการเรียนรู้และพัฒนาปัญญา. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- นิสาร์ตัน ศิลปะเดช. (2540). ประชากรกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต (พิมพ์ครั้งที่ 2). พิเศษการพิมพ์.
- ปรีชา โมภี และคณะ. (2541). สังคมศึกษา 2. แสงจันทร์การพิมพ์.
- พระชัยชนะ อิทธิเตโช และ พระมหาดิศักดิ์ ปิยสีโล. (2563). การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนา. วารสาร มจร การพัฒนาลังคม, 5(3), 207-208.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหามกุฏราชวิทยาลัย. (2470). พระไตรปิฎกฉบับภาษาบาลี ฉบับสยามรัฐ. โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต). (2560). การศึกษาเพื่อพัฒนามนุษย์. มูลนิธิพุทธธรรม.
- สุนน อมรวิวัฒน์. (2561). การเรียนรู้เพื่อพัฒนาปัญญามนุษย์. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ยุพา อุดมศักดิ์. (2547). เรื่องภาวะสังคมไทย. สำนักพิมพ์สุภาพใจ.