

บทบาทของมหาจุฬารามต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต

THE ROLE OF MAHACHULA ARSOM FOR DEVELOPING QUALITY OF LIFE

พระครูปลัดอุทัย พลเทโว

Phrakhruplad U-thai Balatevo

ศูนย์ปฏิบัติธรรมมหาจุฬาราม

Meditation Centers Mahachula Arsom

uthaipigsu@gmail.com

Received: June 21, 2021

Revised: June 29, 20

Accepted: June 30, 2021

บทคัดย่อ

มหาจุฬารามเป็นสถาบันหนึ่งที่สนับสนุนการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้กับ นิสิตของมหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยทุกระดับ รวมถึง เยาวชน และองค์กรต่าง ๆ ที่เข้ามาขอรับการสนับสนุนโดยการ นำหลักสติปัฏฐาน 4 เป็นเครื่องมือสำหรับการพัฒนา ซึ่งมุ่งเน้นเป้าหมายให้

ผู้ปฏิบัติเป็นคนดี อย่างไรก็ตาม การพัฒนาคุณภาพชีวิตนั้นไม่ได้มีแต่เพียงการเป็นคนดีเท่านั้น แต่ ยังมีอีก 3 มิติ คือ (1) มิติด้านร่างกาย คือ การมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ (2) มิติด้าน ความสัมพันธ์กับสังคม คือ การมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น (3) มิติด้านสิ่งแวดล้อม คือ ความสงบร่มเย็น และการ ปราศจากมลพิษด้านต่าง ๆ ทั้งนี้ การพัฒนาคุณภาพชีวิตควรเริ่มต้นด้วยการพัฒนาภายในมหาจุฬารามก่อน คือ 1. บุคลากรต้องมีศักยภาพและเป็นตัวอย่างแก่ผู้เข้ารับการอบรม 2. การบริหารจัดการ แนวทาง และ รูปแบบการปฏิบัติต้องสอดคล้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตแบบองค์รวม และ 3. สถานที่มีความสะดวกและ เหมาะสมกับการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ของสถาบัน ดังนั้น ข้อเสนอเพิ่มเติมในบทความนี้ต่อบทบาทของ มหา จุฬาราม คือ “ศูนย์พุทธบูรณาการเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต”

คำสำคัญ: มหาจุฬาราม, การพัฒนาคุณภาพชีวิต, พุทธบูรณาการ

Abstract

Mahachula Arsom is the one of Mahachulalongkornrajavidyalaya University supports the development of quality of life. The four foundations of mindfulness use as a tool for developing youths and organizations that come to get the support. The goal make a good person. It is not only to make a good person but also there are 3 methods for developing of life. (1) Physical dimension: healthy, free from diseases. (2) Dimension of relationship with society: good interaction with other (3) The environment: calm, and free from pollution. In this case, there should start with quality improvement in Mahachula Ashrom. 1) Personnel must have the potential and be an example to the trainees. 2) Guidelines Management and practices must be consistent with the quality of life development in a holistic. 3) The place is convenient and suitable for the activities of the institute. The additional proposal in this article on the role of Mahachulalongkram is "Integral Buddhist Center for the Improvement of the Quality of Life."

Keywords: Mahachula Arsom, developing of quality of life, Buddhist integration.

บทนำ

“มนุษย์” ตามมุมมองทางเศรษฐศาสตร์สามารถตีค่าเป็นทุนได้ แต่อย่างไรก็ตาม คำว่า “ทุน” นี้ไม่ได้เป็นแต่เพียงตัวเงินอย่างเดียว “ทุนมนุษย์” หมายถึง ผลรวมของทักษะ ความรู้ ความสามารถ และคุณสมบัติเฉพาะส่วนบุคคล โดยเกิดจากการเสริมสร้าง สังคม และรวบรวมมาตั้งแต่เยาว์วัย เริ่มจากครอบครัว สังคม โรงเรียน และสถาบันการศึกษาในระดับต่างๆ รวมถึงการเรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรมทั้งแบบที่เป็นทางการ และไม่เป็นทางการ ยิ่งมนุษย์มีโอกาสได้มีการเรียนรู้และสะสมประสบการณ์มากเท่าใดก็จะมีทุนมนุษย์มากขึ้นเท่านั้น”(ศิริภัสสรค์ วงศ์ทองดี, 2547) ซึ่งโดยลักษณะของ “ทุนมนุษย์เป็นสินทรัพย์ที่จับต้องไม่ได้ (Intangible Asset) ประเภทหนึ่งที่มีความสำคัญ และแตกต่างจากสินทรัพย์ประเภทอื่น เนื่องจากทุนมนุษย์ไม่สามารถซื้อขายได้ และเป็นประโยชน์กับเจ้าของกรรมสิทธิ์เท่านั้น นอกจากนั้นทุนมนุษย์ยังปราศจากค่าเสื่อมราคาซึ่งแตกต่างจากสินทรัพย์ประเภทอื่น ๆ”(กลัย ปิ่นเพชร, เฉลิมชัย กิตติศักดิ์นาวัน และ จิราวรรณ คงคล้าย, 2560)

จากความหมายที่ได้ยกมากล่าวนี้ “สามารถแบ่งประเภทของ ทุนมนุษย์ ออกเป็นหลายลักษณะ เช่น ทุนธรรมชาติ ทุนทางสังคม เป็นต้น ซึ่งทุนมนุษย์ในปัจจุบันได้รับการยอมรับจากภาครัฐและเอกชนว่า เป็นปัจจัยสำคัญในการผลักดันองค์กรให้สามารถก้าวไปถึงเป้าหมายที่วางเอาไว้อย่างมีประสิทธิภาพ”(วิกิพีเดีย สารานุกรมเสรี, 2561) ทั้งนี้ Lynda Gratton และ Sumantra Ghoshal ได้ให้ความหมายของ “ทุนมนุษย์” ว่าหมายถึงส่วนผสมของ 3 สิ่ง 1. ทุนทางปัญญา (Intellectual Capital) ประกอบด้วย ความรู้และความสามารถในการเรียนรู้ ความเชี่ยวชาญเฉพาะ ทักษะประสบการณ์ที่คนสะสมไว้ รวมทั้งความรู้ที่อยู่ในตัวเราที่เรียกว่า Tacit Knowledge 2. ทุนทางสังคม (Social Capital) ประกอบด้วยเครือข่ายความสัมพันธ์ 3. ทุนทางอารมณ์ (Emotional Capital) ประกอบด้วยคุณลักษณะต่าง ๆ เช่น การรับรู้ตนเอง (Self Awareness) ความมีศักดิ์ศรี (Integrity) การมีความยืดหยุ่น (Resilience)(นิสตาร์ก เวชยานนท์ 2551) จากที่กล่าวถึง

ความหมายและประเภทของทุนมนุษย์นี้เป็นไปเพื่อต้องการที่จะชี้ให้เห็นว่าความสำคัญของสิ่งที่อยู่ภายในตัวมนุษย์นั้นจะต้องได้รับการพัฒนาทั้งในระดับปัจเจกบุคคล คือ การเรียนรู้ด้วยตนเอง หรือการใช้ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเองเป็นเครื่องมือในการพัฒนาตนเองในระดับต่อไป อย่างไรก็ตาม การจะพัฒนาให้เกิดความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น จำเป็นอย่างยิ่งที่จะได้รับการสนับสนุนองค์ความรู้ หรือการฝึกฝนจากองค์กรหรือสถาบันที่มีอยู่ในสังคม ทั้งนี้ ถือว่าสถาบันสำหรับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์เป็นอีกรูปแบบหนึ่งของการฝึกฝนและเพิ่มเติมทุนมนุษย์ให้มีมากขึ้น และมีบทบาทสำคัญต่อการกำหนดทิศทางของมนุษย์ในการมีคุณภาพชีวิตที่ดี ซึ่งจะนำมาสู่ผลรวมคือการอยู่ร่วมกันอย่างสันติ

สถาบันสำหรับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ที่มีการจัดตั้งขึ้น มีทั้งส่วนงานที่เป็นของภาครัฐ สถาบันการศึกษา รวมถึงสถาบันองค์กรเอกชน ทั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ที่เป็นไปในทิศทางเดียวกันคือ เพื่อพัฒนามนุษย์ให้มีทุนสำหรับการดำเนินชีวิต “การพัฒนากิจกรรมใด ๆ ก็ตาม โดยเฉพาะการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ควรต้องกำหนดโครงสร้างพื้นฐานหรือหน่วยงานรับผิดชอบ การมีหน่วยงานพัฒนาทรัพยากรมนุษย์จะทำให้ผู้รับผิดชอบด้านการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์มีความสะดวก เห็นความชัดเจนในการปฏิบัติงานมากขึ้น ซึ่งอาจมองอนาคตให้สอดคล้องกับโครงสร้างพื้นฐานในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ที่กำหนดไว้ให้มากที่สุด”(จิตติมา อัครธิพิงศ์, 2556) ดังนั้น มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ถือเป็นส่วนหนึ่งของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย สังกัด ส่วนธรรมนิเทศ สำนักส่งเสริมพระพุทธศาสนาและบริการสังคม โดยมีวัตถุประสงค์ในการจัดตั้ง ดังนี้ (1) เป็นศูนย์ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระนิสิต มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (2) เป็นศูนย์ปฏิบัติธรรมของประชาชนทั่วไป (3) เป็นศูนย์อบรมจริยธรรมแก่เด็กและเยาวชน (4) เป็นศูนย์กิจการด้านส่งเสริมศีลธรรม (5) เป็นศูนย์บริการสถานที่สำหรับค้นคว้าด้านวิชาการของคณะอาจารย์และนิสิต (ส่วนธรรมนิเทศ, 2561)

จากที่ได้กล่าวถึงเกี่ยวกับเรื่องศักยภาพที่มีอยู่ภายในตัวของมนุษย์ หรือ เรียกด้วยภาษาทางเศรษฐศาสตร์ว่า ทุนมนุษย์ ดังนั้น มีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องดึงศักยภาพที่มีอยู่ภายในตัวของคนเหล่านั้นออกมาใช้ให้เกิดประโยชน์สำหรับตนเองและเป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม โดยการนำอัตลักษณ์ขององค์กรมาเป็นเครื่องมือสำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิต ทั้งนี้ ผู้เขียนในฐานะ เป็นรองผู้อำนวยการส่วนธรรมนิเทศ กำกับดูแลมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ซึ่งมีส่วนในการกำกับดูแลและพัฒนาองค์กรให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น จึงได้ตั้งคำถามว่า ทำอย่างไรในการที่จะต้องดึงศักยภาพและสร้างทุนมนุษย์ให้มีคุณภาพและนำไปใช้อย่างได้ผลดี ซึ่งถือว่าเป็นประเด็นปัญหาที่สำคัญเป็นอย่างยิ่ง คำถามจึงเกิดขึ้นว่า “ทำอย่างไร มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จะตอบโจทย์การพัฒนาได้มากกว่าที่เป็นอยู่” ดังนั้น บทความชิ้นนี้จึงมุ่งประเด็นที่ต้องการศึกษา โดยกำหนดวัตถุประสงค์ของการศึกษา ดังนี้ (1) เพื่อศึกษาบทบาทหน้าที่ของมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยกับการให้บริการฝึกอบรมศีลธรรม คุณธรรม จริยธรรมและวิปัสสนา ว่ามีรูปแบบและวิธีการปฏิบัติอย่างไรบ้าง (2) เพื่อเสนอทางเลือกเพิ่มเติมกับบทบาทของมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยในการพัฒนาคุณภาพชีวิตว่าควรเป็นอย่างไร และควรทำอย่างไร

บทบาทของมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยในการอบรมศีลธรรม และวิปัสสนา

การศึกษาในหัวข้อนี้ ผู้เขียนจะได้กล่าวถึงรายละเอียดเกี่ยวกับประวัติความเป็นมาของมหาจุฬารามวาสี เพื่อเป็นการปูพื้นฐานความเข้าใจเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ของการก่อตั้ง พร้อมกับการอธิบายบทบาทหน้าที่และความรับผิดชอบของมหาจุฬารามวาสีในฐานะที่เป็นส่วนหนึ่งของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ประวัติความเป็นมาของมหาจุฬารามวาสี

มหาจุฬารามวาสี เกิดขึ้นในสมัยที่สมเด็จพระพุฒาจารย์ (เกี่ยว อุปเสโณ) อดีตผู้ปฏิบัติหน้าที่สมเด็จพระสังฆราช โดยการระดมความคิดเห็นและรวบรวมทรัพย์สินจากแรงศรัทธาของประชาชนผู้มาปฏิบัติธรรม ณ สำนักธรรมวิจิตร มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์ (ชื่อเดิมในเวลานั้น) ได้ร่วมกันบริจาคทรัพย์ซื้อที่ดินจำนวน 79 ไร่ 2 งาน 31 ตารางวา ตั้งอยู่เลขที่ 301 หมู่ 7 ตำบลพญาเย็น อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา เป็นสวนมะพร้าวและลำไยของนางชวนชื่น ศิริวงษ์ จัดซื้อในนามของมูลนิธิมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เมื่อวันที่ 12 กรกฎาคม 2517 ในราคา 350,000 บาท (สามแสนห้าหมื่นบาทถ้วน) ต่อมาเมื่อวันที่ 9 พฤศจิกายน 2544 ได้ดำเนินการเปลี่ยนชื่อโฉนดที่ดิน เป็นชื่อมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ที่ดินแปลงนี้ เป็นสถานที่สงบร่มรื่นดีมีภูเขา ป่าไม้ ลำธาร และห่างไกลจากความแออัดและสิ่งรบกวนที่ก่อให้เกิดมลภาวะ ซึ่งนับว่าเป็นสถานที่ที่เหมาะสม และสัปปายะต่อการปฏิบัติธรรมอย่างยิ่ง คณะกรรมการจึงมีมติร่วมกันให้มีชื่อว่าสำนักปฏิบัติธรรม “มหาจุฬารามวาสี” และได้กำหนดบทบาทหน้าที่ของมหาจุฬารามวาสี “ตามคำสั่งมหาวิทยาลัย ที่ 492/2553” (พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), 2555) ซึ่งประกอบด้วยหน้าที่ ดังนี้ ประกอบด้วย “(1) ดำเนินการเร่งรัดพัฒนาอาคารและสถานที่ให้เป็นไปตามผังแม่บทพัฒนามหาจุฬารามวาสีให้สำเร็จวัตถุประสงค์ตามนโยบายของมหาวิทยาลัย (2) จัดทำแผนการใช้งานอาคารสถานที่ให้คุ้มค่ากับการลงทุน (3) จัดหาทรัพยากรเพื่อพัฒนามหาจุฬารามวาสีให้เป็นศูนย์ปฏิบัติธรรมที่มีประสิทธิภาพตามนโยบายของมหาวิทยาลัยและตามประกาศมหาวิทยาลัย” (มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2557) จะเห็นได้ว่า การก่อตั้งมหาจุฬารามวาสี ถึงแม้จะเป็นไปตามข้อกำหนดของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย แต่เมื่อพิจารณา โดยเนื้อหาหลักของการก่อตั้งแล้ว ถือว่าเป็นไปเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคลากรและผู้ที่เกี่ยวข้องทั่วไป ซึ่งจะได้กล่าวรายละเอียดเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่และความรับผิดชอบในหัวข้อต่อไป

บทบาทหน้าที่และความรับผิดชอบ

มหาจุฬารามวาสี เป็นส่วนหนึ่งของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ดังนั้น จึงมีประกาศมหาวิทยาลัย ให้ปฏิบัติภารกิจตามนโยบายและวัตถุประสงค์ ด้านหน้าที่ ความรับผิดชอบ และพันธกิจได้แก่ “ปฏิบัติงานจัดกิจกรรมส่งเสริม สนับสนุน การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน กิจกรรมและบริการอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการฝึกอบรมคุณธรรมของมหาวิทยาลัยและชุมชนใกล้เคียงจังหวัดนครราชสีมาและปฏิบัติงานอื่นตามที่ได้รับมอบหมาย” (ประกาศมหาวิทยาลัย, 2562) พันธกิจที่ได้กำหนดไว้นั้น มหาจุฬารามวาสีได้ดำเนินการมาอย่างต่อเนื่อง และมีการพัฒนาด้านต่าง ๆ จะขอกกล่าวเริ่มใน พ.ศ. 2542 จนถึงปัจจุบันนี้ ที่ผู้ศึกษาในฐานะเจ้าหน้าที่ปฏิบัติงานในพื้นที่ได้ปฏิบัติตามนโยบายและวัตถุประสงค์ของมหาวิทยาลัย ได้ดำเนินกิจกรรมในหลากหลายอย่าง ในที่นี้จะแบ่งเป็น 2 ประเภทคือ

ก) งานด้านการฝึกอบรม ประกอบด้วย (1)โครงการฝึกอบรมศีลธรรมแก่เด็กและเยาวชน (2) โครงการบรรพชาสามเณรภาคฤดูร้อน (4) โครงการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเนื่องในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา (5)โครงการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานบริการชุมชน (6)โครงการปฏิบัติธรรมของข้าราชการกองทัพเรือ (7)โครงการปฏิบัติธรรมของข้าราชการกรมราชทัณฑ์ (8) โครงการปฏิบัติธรรมของโรงเรียนบาลีเตรียมอุดมศึกษา มจร. (9) โครงการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของมหาวิทยาลัยนิสิตไทยและนานาชาติ ระดับปริญญาตรี ปริญญาโท และ ปริญญาเอก

จะเห็นได้ว่า งานด้านการฝึกอบรมประกอบด้วย เยาวชน บุคคลทั่วไป และนิสิตของมหาวิทยาลัยทุกระดับการศึกษา ซึ่งมีระยะเวลาของการฝึกปฏิบัติที่แตกต่างกัน ตามกรอบเวลาที่ มหาจุฬาลงกรณ หรือมหาวิทยาลัยเป็นผู้กำหนดให้ จะมีบางส่วนที่แตกต่างจากกลุ่มผู้เข้าอบรมอื่นบ้าง คือ กลุ่มของนิสิตที่สามารถเลือกการฝึกปฏิบัติตามเวลาที่เอื้ออำนวยให้ และสำหรับบางคนที่มีความตั้งใจและต้องการที่จะปฏิบัติอย่างจริงจังอาจจะเลือกการปฏิบัติต่อเนื่องตามที่ระเบียบมหาวิทยาลัยกำหนดการปฏิบัติได้ตามคุณวุฒิ เช่น ระดับปริญญาเอก ที่กำหนดการฝึกปฏิบัติไว้ 45 วัน เป็นต้น พร้อมกันนั้น บางคนเลือกที่จะมาฝึกปฏิบัติเป็นการเฉพาะ โดยไม่ได้มาร่วมกับโครงการเพื่อต้องการความก้าวหน้าในการปฏิบัติอย่างจริงจัง

ข) งานด้านการพัฒนาอาคารสถานที่พักและการปรับปรุงพื้นที่ (1)ศาลาสหทัยราษฎร์ รองรับได้ 200 รูป/คน (2)อาคารลานปฏิบัติธรรมรองรับได้ 900 รูป/คน (3)อาคารปฏิบัติธรรมเตชะไกรศรีรองรับได้ 200 รูป/คน (4) อาคารเรือนพักสัณหาศรม ๒ หลัง รองรับได้ 50 - 100 รูป/คน (5)ห้องน้ำ-ห้องสุขานอกอาคาร 7 หลังประมาณ 63 ห้อง (6)กุฏิกรรมฐานรองรับสำหรับพระภิกษุ 13 หลัง (7)ถนนลาดยางภายในมหาจุฬาลงกรณระยะทาง 1,300 เมตร (8)อาคารสำหรับรับประทานอาหาร ๑ หลังรองรับได้ 50 รูป/คน (9)อาคารสำนักงานสำหรับประสานงานกิจกรรม 1 หลัง (10)ปลูกต้นไม้เฉลิมพระเกียรติในโอกาสทรงครองราชย์ 60 ปี ปลูกต้นไม้ 6 ไร่ (11)ปลูกป่าต้นไม้เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถในหลวงรัชกาลที่ 9 ปลูกต้นไม้ 16 ไร่ (12)สร้างฝายมีชีวิตอาคาร จำนวน 2 ฝาย (13)สร้างลานปฏิบัติธรรมกลางแจ้งอนุสรณ์สมเด็จพระพุทธาจารย์ (เกี่ยว อุปเสโณ)

การพัฒนาพื้นที่ภายในบริเวณมหาจุฬาลงกรณ ถือว่าเป็นการสร้างความสะดวกสบายให้เอื้ออำนวยแก่ผู้ที่ได้เข้ามาใช้บริการให้เกิดความรู้สึกที่ดี และส่งผลต่อการฝึกปฏิบัติด้วย ทั้งนี้ ตามที่ได้กล่าวถึงการดำเนินงานจะเห็นได้ว่า มหาจุฬาลงกรณได้มีบทบาทสำคัญ ทั้งด้านการฝึกอบรมคุณธรรม จริยธรรม วิปัสสนากรรมฐาน แก่บุคลากรภายในองค์กรและนิสิตทุกระดับชั้นของมหาวิทยาลัย พร้อมกับการอบรมให้กับผู้คนในชุมชนและสังคมในการพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยการใช้หลักธรรมในพระพุทธศาสนาสำหรับเป็นเครื่องมือของการฝึกอบรม ซึ่งมีแนวปฏิบัติอย่างชัดเจน คือ การเจริญสติด้วยการใช้หลักสติปัฏฐาน 4 ซึ่งถือว่าเป็นอัตลักษณ์ของการปฏิบัติและมีรูปแบบที่ชัดเจน

รูปแบบและวิธีการปฏิบัติ

มหาจุฬาลงกรณราชู ใช้รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยใช้หลักปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน 4 ยึดหลักสติปัฏฐานสูตร ที่ปรากฏในพระไตรปิฎก มีสาระที่สำคัญ ดังนี้

ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางสายเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุนิพพาน เพื่อทำให้แจ้งนิพพาน ทางนี้ คือ สติปัฏฐาน 4 ประการ สติปัฏฐาน 4 ประการ อะไรบ้าง คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ 1. พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ 2. พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ 3. พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ 4. พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้(ม.ญ. (ไทย) 12/106/101)

อย่างไรก็ตาม แนวปฏิบัติเกี่ยวกับสติปัฏฐาน 4 นั้น มีปรากฏอยู่ในหลายแห่งด้วยกัน แต่เพื่อไม่ให้เนื้อหา มีลักษณะของการกล่าวซ้ำในเรื่องเดิม ผู้เขียนจึงได้ยกมาเฉพาะในสติปัฏฐานสูตรเท่านั้น ทั้งนี้ รายละเอียดที่ปรากฏในพระสูตรอื่น ๆ เช่น ทีฆนิกาย มหาวรรค (รายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) 10/373/182) และทั้งสองพระสูตรนี้จัดอยู่ในพระสูตรที่มีอรรถกถาลึกซึ้ง (พระภิกษุญาณพิศาลเมธี วิ., 2555) โดยอรรถกถา ดังนี้ ทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสินี มหาวรรค อรรถกถา และ มัชฌิมนิกาย ปปัญจสุทธานิ มุลปณณาสกอรรถกถา (รายละเอียดใน ที.ม.อ. (ไทย) 2/2/288/221., ม.ญ.อ. (ไทย) 17/1/1659) ทั้งนี้ การนำเสนอสติปัฏฐาน 4 นี้ ถือว่าเป็นการนำต้นแบบของการปฏิบัติที่มหาจุฬาลงกรณราชูใช้เป็นแนวทาง โดยมีรายละเอียดคำอธิบายเพิ่มเติมจาก พระโสภณมหาเถระ อัครมहाบัณฑิต (มหาสิสยาตอ) (รายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ อัครมहाบัณฑิต (มหาสิสยาตอ), 2549) อย่างไรก็ตาม ขั้นตอนการปฏิบัติถูกอธิบายด้วยรายละเอียดปลีกย่อยในอิริยาบถย่อยอีกมากมาย ซึ่งจะยกตัวอย่างอิริยาบถที่น่าสนใจตามทัศนะของผู้เขียน 3 อิริยาบถ ดังนี้

1. วิธีการเดินจงกรม อิริยาบถเดินเป็นอาการเคลื่อนไหวทางกายอย่างหนึ่ง สามารถเป็นสื่อให้เกิดความตั้งมั่นได้เช่นกัน แนวทางในการปฏิบัติเบื้องต้น คือ ความตั้งใจในการเดินไปและกลับ ในจังหวะต่าง ๆ ตามระยะทางที่กำหนดไว้ เรียกว่า เดินจงกรม ระยะหรือจังหวะ โดยกำหนดให้เดินเป็นระยะหรือเป็นจังหวะ รวมแล้วมี 6 ระยะ

2. วิธีการนั่งสมาธิ เมื่อเดินจงกรมไปจนครบเวลาที่กำหนดแล้ว ให้เตรียมจัดอาสนะสำหรับนั่งไว้ เวลาจะนั่งให้ค่อยๆ ย่อตัวลงพร้อมกับภาวนาว่า นั่งหนอ นั่งหนอ ภาวนาเรื่อยไปจนกว่าจะนั่งเสร็จเรียบร้อยให้นั่งขัดสมาธิ ขาขวาทับขาซ้าย มือขวาทับมือซ้าย ตั้งตัวให้ตรง อาจจะนั่งเก้าอี้หรือนั่งพับเพียบก็ได้ เมื่อนั่งเรียบร้อยแล้วให้หลับตา เอาสติมาจับอยู่ที่ท้อง เวลาหายใจเข้าท้องพอง ให้ภาวนาว่า พองหนอ ใจที่นึกกับท้องที่พองต้องให้ทันกันพอดี อย่าให้ก่อนหรือหลังกว่ากัน เวลาหายใจออกท้องยุบให้ภาวนาว่า ยุบหนอ ใจที่นึกกับท้องที่ยุบต้องให้ทันกันเช่นกัน สิ่งสำคัญ คือ ให้สติจับอยู่ที่อาการพอง - ยุบเท่านั้น อย่าไปดูลมที่จมูกและอย่าตะเบ็งท้อง ให้นั่งภาวนาเช่นนี้ประมาณ 15- 30 นาที เป็นอย่างน้อยเท่ากับเวลาเดินจงกรม การนั่งกำหนดพอง - ยุบ จะแบ่งเป็นระยะเช่นกัน รวมแล้ว 4 ระยะ คือ นั่งกำหนด 2 ระยะ พองหนอ-ยุบหนอ นั่งกำหนด 3

ระยะ พองหนอ – ยุบหนอ – นั่งหนอ นั่งกำหนด 4 ระยะ พองหนอ – ยุบหนอ – นั่งหนอ – ถูกหนอ คำว่า ถูกหนอ นี้ หมายถึง ให้ทำความรู้สึกไปที่บริเวณต่าง ๆ ของร่างกายที่สัมผัสกับพื้น

3. วิธีการนอนสมาธิ ในเวลานอนให้กำหนดปฏิบัติ มี 4 ระยะ เช่นกัน คือ พองหนอ – ยุบหนอ – นอนหนอ – ถูกหนอ ในการกำหนดถูกหนอนั้น ให้กำหนดส่วนของร่างกายที่สัมผัสกับที่นอน เช่น ศีรษะ สะโพก ขา เป็นต้น ในขณะที่นอนกำหนดอยู่นั้น ถ้าเวทนาอย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น เช่น เจ็บปวด เมื่อย คัน เป็นต้น ให้ปล่อยพอง – ยุบ แล้วเอาสติไปกำหนดบริเวณที่เจ็บ ปวด เมื่อย คัน พร้อมกับภาวนาว่า เจ็บหนอ ๆ หรือ ปวดหนอ ๆ สุดแต่เวทนาใดเกิดขึ้น เมื่อเวทนาหายแล้วให้กลับไปพิจารณาพองหนอ-ยุบหนอใหม่ จนกว่าจะครบกำหนดเวลา ถ้าจิตคิดถึงบ้าน คิดถึงรายได้ หรือคิดถึงกิจการงานที่ค้างอยู่ให้กำหนดว่า คิดหนอ ๆ จนกว่าจะหยุดคิด เมื่อหยุดคิดแล้วให้กลับไปกำหนดพองหนอ – ยุบหนอต่อไป

อย่างไรก็ตาม รายละเอียดเกี่ยวกับอิริยาบถของการปฏิบัติเหล่านี้สามารถศึกษาได้ที่ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิเถร) การอธิบายวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน(พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิเถร), 2561) การยกสติปัฏฐาน 4 เป็นการอธิบายการใช้แนวปฏิบัติที่ชัดเจน พร้อมกับการยืนยันหลักปฏิบัติด้วยการนำเสนอด้วยข้อมูลชั้นปฐมภูมิ ซึ่งว่าเป็นจุดเด่นที่สามารถสร้างความน่าสนใจสำหรับผู้ปฏิบัติเป็นอย่างมาก พร้อมกับการนำเสนอความคิดเรื่อง “ความสบายะ อันหมายถึง สิ่งสบาย สภาพเอื้อ สิ่งที่เกี่ยวข้อง สิ่งที่เกี่ยวข้องการอยู่ดีและการที่จะพัฒนาชีวิต สิ่งที่เหมาะสม อันเกี่ยวเนื่องในการเจริญภาวนา ให้ได้ผลดี ช่วยให้สมาธิตั้งมั่นไม่เสื่อมถอย” (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2546)

ดังนั้น สถานที่ปฏิบัติธรรมกับบุคลากรในการสอนวิธีการปฏิบัติธรรม และการบริหารจัดการจึงต้องเอื้ออำนวยต่อกันและกันจึงจะถือว่าเป็นสถาบันในการพัฒนาทุนมนุษย์ที่จะสามารถสร้างศักยภาพให้กับมนุษย์ได้อย่างเต็มที่ ซึ่งมหาจุฬาลงกรณถือว่าเป็นอีกหนึ่งสถาบันที่จัดว่าเหมาะสมกับการสร้างทุนมนุษย์ อย่างไรก็ตามการจะมีบทบาทในการสร้างทุนมนุษย์เพื่อให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีนั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องเพิ่มเติมบทบาทในการพัฒนาทุนมนุษย์ให้รอบด้านมากกว่าที่เคยปฏิบัติมาซึ่งต้องมีกลยุทธ์การพัฒนามหาจุฬาลงกรณให้สอดคล้องสถานการณ์โลกปัจจุบันด้วย

จากเนื้อหารายละเอียดเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ของมหาจุฬาลงกรณกับการให้บริการฝึกอบรมศีลธรรม และวิปัสสนา แก่บุคลากร นิสิต ของมหาวิทยาลัย และเยาวชน นักเรียนในพื้นที่ ตลอดจนภาคส่วนของรัฐและเอกชน ตามพันธกิจที่ได้รับมอบหมายแล้ว ประเด็นที่ผู้นำเสนอบทความมีทัศนะเพิ่มเติมต่อบทบาทหน้าที่ตามที่ได้กำหนดไว้ ซึ่งมีรายละเอียดตามหัวข้อต่อไปนี้

รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิต

มหาจุฬาลงกรณ ใช้รูปแบบกิจกรรมโครงการปฏิบัติธรรม โดยกำหนดกลยุทธ์พัฒนาสิ่งแวดล้อมและภูมิทัศน์ให้เหมาะสมกับโครงการต่าง ๆ ของมหาจุฬาลงกรณ โดยมีปณิธานสำคัญของการเป็น "ปัญญาของแผ่นดิน" และมีพันธกิจหลักเพื่อสร้างความเป็นเลิศทางด้านศีล สมาธิ และปัญญา บนพื้นฐานคุณธรรมเพื่อนิสิตของมหาวิทยาลัยและสังคมไทยได้รับประโยชน์ รวมถึงการพัฒนาสิ่งแวดล้อมและภูมิทัศน์เชิงนิเวศน์ (Eco

Mahachala Arsom) ที่มีเป้าหมายชัดเจนของการสร้างให้เกิดการพัฒนาอย่างยั่งยืน (Sustainable Development) ทั้งภายในอาศรมและชุมชนโดยรอบ ด้วยการสร้างให้เกิดดุลยภาพของมิติเชิงเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อม อันจะนำมาซึ่งความมีประสิทธิภาพของการใช้ทรัพยากร ความเท่าเทียมกันของสังคม และคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นของบุคลากร นิสิต และชุมชนโดยรอบ การพัฒนาคุณภาพชีวิตให้กับบุคคลกลุ่มต่าง ๆ โดยใช้หลักและวิธีการ ดังนี้

1. โครงการอบรมศีลธรรมแก่เด็กและเยาวชน กลุ่มเป้าหมาย คือนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 – 6 จำนวน 500 คน ระยะเวลาจัดอบรม 2 คืน 3 วัน เน้นเรื่องหน้าที่สำนึกดี มีความกตัญญูทักเวที โดยวิธีสวดมนต์ นั่งสมาธิ สมาทานศีล 5 รักษาเบญจธรรม เว้นอบายมุข เป้าหมายคือ รู้แนวทางปฏิบัติตนเป็นคนดี
2. โครงการบรรพชาสามเณรภาคฤดูร้อน กลุ่มเป้าหมาย คือ เด็กอายุ 9- 12 ปี จำนวน 60 รูป ระยะเวลา 15 วัน เน้นเรื่องพุทธประวัติ ธรรมสำหรับวัยรุ่น หลักธรรมที่ใช้ในการอบรมคือ ศีล 10 ไตรสิกขา สติปัฏฐาน 4 เป้าหมายคือ การเป็นเยาวชนที่ดีของครอบครัวและสังคม
3. โครงการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานบริการชุมชน กลุ่มเป้าหมาย คือ ประชาชนทั่วไป จำนวน 50 คนต่อเดือน ระยะเวลาในการปฏิบัติ 3 - 7 วัน เน้นการรักษาศีล 8 วิธีการเจริญกรรมฐาน และการสอบอารมณ์กรรมฐาน หลักธรรมที่ใช้ในการฝึกอบรม คือ สติปัฏฐาน 4 ประกอบด้วย 1. กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน 2. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน 3. จิตตานุปัสสนา สติปัฏฐาน 4. อัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป้าหมายคือ การปฏิบัติตนเป็นพุทธมามกะที่ดี

จะเห็นได้ว่า รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามการกำหนดกลยุทธ์การพัฒนาคุณภาพชีวิตให้กับบุคคลกลุ่มต่าง ๆ ที่มาฝึกฝนและปฏิบัติที่มหาจุฬาราชวิทยาลัยมีลักษณะเป็นการอธิบายด้วย หลักการง่าย ๆ คือ การเป็นคนดีของครอบครัวและสังคม ดังนั้น จึงสามารถวิเคราะห์ว่า “การมีคุณภาพชีวิตที่ดี คือ การเป็นคนดี” ดังนั้น จึงตั้งคำถามเพิ่มเติมว่า การเป็นคนดีเพียงพอแล้วใช่หรือไม่กับการมีคุณภาพชีวิตที่ดี ซึ่งหัวข้อต่อไป ผู้เขียนจะนำเสนอทัศนะเกี่ยวกับการมีคุณภาพชีวิตที่ดีว่า ควรมีลักษณะเป็นอย่างไร

ความหมายและคุณสมบัติของการมีชีวิตที่ดี

ราชบัณฑิตยสถาน ให้ความหมายของการมีชีวิตที่ดี เกิดจากการตีความในคำว่า คุณภาพ กับคำว่า ชีวิต ซึ่งพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน ได้อธิบาย ไว้ว่า คุณภาพ หมายถึง ลักษณะความดี ลักษณะประจำบุคคล หรือ สิ่งของ ส่วนคำว่า ชีวิต หมายถึง ความเป็นอยู่ ดังนั้น คุณภาพชีวิต จึงหมายถึง ความเป็นอยู่ที่ดีของบุคคล (ราชบัณฑิตยสถาน, 2554) สอดคล้องกับ องค์การยูเนสโก (UNESCO) ความรู้สึกของการอยู่อย่างพอใจ มีความสุข ระดับความเป็นอยู่ในสังคม และระดับความพอใจในองค์ประกอบต่าง ๆ ที่มี ส่วนสำคัญต่อความต้องการของบุคคลหรือในฐานะส่วนหนึ่งของมนุษย์ (UNESCO, 1993) และ องค์การอนามัยโลก (WHO) เป็นการรับรู้ แต่ละบุคคลต่อสถานะในชีวิตของพวกเขา ภายใต้บริบทของวัฒนธรรมและความหมายของระบบในสังคมที่พวกเขาอาศัยอยู่ และจะสัมพันธ์กับเป้าหมาย ความคาดหวัง มาตรฐานของสังคม และสิ่งอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับพวกเขา เป็นแนวความคิดที่กว้างเต็มไปด้วยความซับซ้อน ครอบคลุมในแง่ของ องค์ประกอบใน ๔

มิติ คือ มิติด้านสุขภาพกาย มิติด้านสุขภาพจิต มิติด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และมิติด้านสภาพแวดล้อม (THE WHOQOL GROUP, 1995) ทั้งนี้ เมื่อมุ่งมาเฉพาะประเทศไทย ผ่านร่างยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ. 2560-2579) ซึ่งหนึ่งในประเด็นเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ปรากฏในบทนำโดยมีใจความสำคัญ ดังนี้

สถานภาพด้านความมั่นคงของไทย และแนวโน้มสถานการณ์ความมั่นคงของไทยในระยะยาว การวิเคราะห์สถานภาพด้านความมั่นคงของไทย โดยใช้ผลการจัดอันดับการพัฒนา ด้านต่าง ๆ ตามวงรอบโดยองค์การระหว่างประเทศต่างๆ นั้น สถานภาพการพัฒนาของไทยเทียบกับนานาประเทศ เป็นดังนี้ 1) การจัดอันดับด้านคุณภาพชีวิตมนุษย์ ในด้านคุณภาพชีวิตมนุษย์มีการจัดอันดับที่สำคัญ ได้แก่ ดัชนีการพัฒนามนุษย์ (Human Development Index: HDI) และ ดัชนีคุณภาพชีวิต (Quality of Life Index) จากการสำรวจ พบว่า ประเทศไทยยังคงประสบปัญหาความยากจน มีอัตราการขาดการเข้าถึง รวมถึงมีอัตราการเสียชีวิต จากอุบัติเหตุทางรถยนต์มากเป็นอันดับต้นของโลก อย่างไรก็ตาม ไทยยังคงมีจุดแข็งด้านค่าครองชีพที่ไม่สูง และมีค่าเฉลี่ยด้านสุขภาพและบริการด้านสาธารณสุขอยู่ในระดับดี (สำนักนายกรัฐมนตรี, 2561)

โดยมีแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 ซึ่งสอดคล้องกับร่างยุทธศาสตร์ชาติ ซึ่งมีประเด็นที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต หรือ การมีชีวิตที่ดี ซึ่งมีใจความสำคัญ ดังนี้

ยึด “คนเป็นศูนย์กลางการพัฒนา” คือมุ่งสร้างคุณภาพชีวิตและสุขภาวะที่ดีสำหรับคนไทย พัฒนาคนให้เป็นคนที่มีความสมบูรณ์มีวินัย ใฝ่รู้ มีความรู้ มีทักษะ มีความคิดสร้างสรรค์ มีทัศนคติที่ดี มีความรับผิดชอบต่อสังคม มีจริยธรรมและคุณธรรม พัฒนาคนทุกช่วงวัยและเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างมีคุณภาพ รวมถึงการสร้างคนให้ใช้ประโยชน์และอยู่กับสิ่งแวดล้อมอย่างเกื้อกูล อนุรักษ์ พื้นฟูและใช้ประโยชน์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมอย่างเหมาะสม (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี, 2561)

จากความหมายของการมีชีวิตที่ดี ซึ่งสามารถวิเคราะห์ได้ว่า มีความหมายในลักษณะเดียวกันกับการมีคุณภาพชีวิตที่ดี ดังนั้น การมีชีวิตที่ดีจึงไม่ได้เป็นเพียงการเป็นคนดีเท่านั้น แต่ยังมีมิติอื่น ๆ คือ (1) มิติด้านกาย คือ การมีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรงปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ (2) มิติด้านความสัมพันธ์กับสังคม คือ การอยู่ร่วมกันด้วยความรัก ความเมตตา และการเกื้อกูลต่อกันและกัน และ (3) มิติด้านสิ่งแวดล้อม คือ การมีสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการอยู่อาศัย เช่น อากาศดีและไม่เป็นมลพิษ หรือ การบริหารจัดการขยะที่ดีไม่เป็นแหล่งเพาะเชื้อโรค เป็นต้น

ดังนั้น คำอธิบายเรื่อง การมีคุณภาพชีวิตที่ดีที่กำหนดโดยองค์การนานาชาติ และเรียงลำดับมาจนถึงระดับประเทศไทยที่ใช้ร่างยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ. 2560-2579) โดยมีแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 เป็นเครื่องมือสำหรับการกำหนดทิศทางให้มี ความชัดเจนมากยิ่งขึ้น ทั้งนี้ ในส่วนของกลยุทธ์ของมหาจุฬาลงกรณฯ น่าจะสังเคราะห์เข้าได้กับ มิติด้านจิตใจ และ มิติด้านความสัมพันธ์กับสังคม เพราะการเป็นคนดีอันเกิดจากผลของการปฏิบัติตามแนวทางที่มหาจุฬาลงกรณฯ กำหนดไว้นั้น ย่อมมีมิติด้านจิตใจที่ได้รับการพัฒนาในระดับหนึ่งที่สามารถ ทำให้จิตใจดีตามไปด้วย พร้อมกันนี้ เมื่อจิตใจดีขึ้นแล้วการมี

ปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้างและองค์กร หรือระดับสังคมย่อมเป็นไปในทางที่ดีได้ อย่างไรก็ตาม ต้องตระหนักถึงมิติของการพัฒนาคุณภาพชีวิต ให้รอบด้าน หรือเรียกว่า การพัฒนาอย่างเป็นองค์รวม ดังนั้น ในหัวข้อต่อไป ผู้เขียนจะนำเสนอทางเลือกเพิ่มเติมบทบาทของมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่จะเป็นอย่างไร

กลยุทธ์การพัฒนาคุณภาพชีวิตของมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

จากรายละเอียดทั้งหมดที่ได้นำเสนอเกี่ยวกับกลยุทธ์การพัฒนาคุณภาพชีวิตของมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย โดยมีรูปแบบการปฏิบัติที่ใช้หลักสติปัญญา ๔ เป็นแนวทางสำหรับการปฏิบัติที่ชัดเจน และได้กำหนดโครงการปฏิบัติต่างๆ โดยมีกำหนดห้วงระยะเวลาและตารางการปฏิบัติ ตลอดจนมีพระวิปัสสนาจารย์ที่ได้รับการฝึกอบรมและแนวทางการปฏิบัติที่มีรูปแบบอย่างชัดเจน ซึ่งได้คัดเลือกจากพระวิปัสสนาจารย์ที่สำเร็จหลักสูตรวิปัสสนาภาวนา จากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยเป็นหลัก สำหรับการสอนและการสอบอารมณ์ให้แก่ผู้ปฏิบัติเพื่อจะได้เป็นแนวทางสำหรับการปฏิบัติด้วยตนเองได้ในระดับหนึ่ง เมื่อต้องฝึกฝนตนเองที่บ้าน หรือขณะการทำงาน อย่างไรก็ตาม เมื่อวิเคราะห์เพิ่มเติมด้วยรอบความคิดเรื่อง สัปายะ และ มิติเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่มีมากกว่าการเป็นคนดี ดังนั้น ข้อเสนอเพิ่มเติมของผู้เขียนบทความมีมุมมองต่อมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยว่าควรเป็นสถานที่สำหรับการพัฒนาและเพิ่มเติมการเรียนรู้ให้กับ ทุณมนุษย์ เพื่อใช้สำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิต ตามมิติของการพัฒนาคุณภาพชีวิต อาจจะใช้ชื่อเรียกว่า “ศูนย์พุทธบูรณาการเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต” โดยใช้มิติของการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามองค์กรสากลที่ได้กำหนดไว้ ดังนี้

1. มิติด้านร่างกาย ถึงแม้ว่ามหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยจะเป็นศูนย์การฝึกปฏิบัติทางด้านจิตใจเป็นหลักก็ตาม แต่มิติของการดูแลสุขภาพร่างกายก็ไม่สามารถละเลยได้ อาจจะใช้ตัวอย่างของ พระสงฆ์เริ่มตั้งแต่การกินอาหารที่มีปรากฏในพุทธพจน์หรือบทพิจารณาอาหารว่า “ไม่ได้กินเพื่อความเมาเมามัน เพลิดเพลินสนุกสนาน” และ การไม่กินอาหารในตอนเย็นของพระสงฆ์ซึ่งตรงกับข้อมูลทางการแพทย์ที่ให้ความเห็นว่า อาหารเย็นนั้นไม่สำคัญมากเท่าไร เป็นต้น

2. มิติด้านความสัมพันธ์กับสังคม มิติด้านนี้ถือว่าเป็นมิติที่สำคัญอย่างมาก เพราะถือว่า มนุษย์เป็นสัตว์สังคมที่ต้องอาศัยอยู่ร่วมกัน จึงไม่สามารถปฏิเสธการอยู่ร่วมกับคนอื่น หรือ องค์กรและสถาบันต่าง ๆ ได้ ดังนั้น การนำเสนอหลักธรรมสำหรับการอยู่ร่วมกันเพื่อตอบข้อสงสัยให้กับผู้ที่มาฝึกฝนปฏิบัติได้เข้าใจว่าควรทำอะไรเมื่อต้องมาอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น พร้อมกับนำเสนอวิธีการอยู่ร่วมกัน เช่น การยกตัวอย่าง การอยู่ร่วมกันของคณะสงฆ์ในสมัยพุทธกาล โดยมีการนำเสนอตัวอย่างจากพระไตรปิฎกและสังเคราะห์ให้เห็นภาพที่ชัดเจนว่าประกอบด้วยปัจจัยต่าง ๆ ว่า มีอะไรบ้าง เป็นต้น

3. มิติด้านสิ่งแวดล้อม ซึ่งมิติด้านนี้ถือว่า มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยคือตัวอย่างที่ต้องแสดงให้เห็นอย่างชัดเจนแก่ผู้ฝึกปฏิบัติ เพราะโดยสถานที่และสิ่งแวดล้อมนั้น โดยกลยุทธ์ของมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยนั้นได้เน้นความสัปปายะให้เกิดขึ้นแก่ผู้มาฝึกปฏิบัติในทุกด้าน เช่น ที่พักอาศัยมีความเหมาะสม และบริเวณภายในมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

นั้นมีธรรมชาติที่รุ่มร่าด้วยต้นไม้ นานาชนิดเหมาะแก่การพัฒนาร่างกายและจิตใจ และไม่ก่อให้เกิดมลพิษด้านต่าง ๆ ที่จะส่งผลกระทบต่อการใช้ปฏิบัติ

ข้อเสนอเพิ่มเติมกับบทบาทของมหาจุฬารามกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตยังคงใช้ กรอบหลัก คือ การปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน 4 และได้เพิ่มเติมมิติการพัฒนาคุณภาพชีวิต 3 ด้าน ซึ่งถือว่าเป็นการนำเสนอการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นองค์รวม เพื่อเป็นการตอบคำถามเกี่ยวกับ การสร้างทุนมนุษย์เพื่อให้มีศักยภาพในการดำเนิน 2 ระดับ คือ 1. การดำเนินชีวิตระดับปัจเจก คือ การบริหารจัดการตนเองได้อย่างมีความสุข ซึ่งส่งผลถึง 2. การดำเนินชีวิตระดับสังคม คือ การมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

สรุป

มหาจุฬาราม ถือว่าเป็นสำนักปฏิบัติธรรมที่มีรูปแบบการปฏิบัติที่ชัดเจน และมีการนำหลักสติปัฏฐาน 4 ซึ่งเป็นแนวทางการปฏิบัติในพระพุทธศาสนาเป็นเครื่องมือในการปฏิบัติ ทั้งที่เป็นรูปแบบการปฏิบัติภายในมหาจุฬาราม และสามารถนำมาปรับใช้สำหรับการดำเนินชีวิตประจำวัน โดยเน้นไปที่การพัฒนาจิตเป็นประการสำคัญ ซึ่งผู้เขียนในฐานะดำรงตำแหน่ง รองผู้อำนวยการส่วนธรรมนิเทศ กำกับดูแลมหาจุฬาราม โดยถือว่า มหาจุฬาราม เป็นอีกหนึ่งสถาบันที่มีศักยภาพในการส่งเสริมการพัฒนาทุนมนุษย์ เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต อย่างไรก็ตาม การพัฒนาเฉพาะทางด้านจิตตามกลยุทธ์ที่ได้กำหนดไว้ ผู้เขียนมีทัศนะว่ายังขาดมิติด้านอื่น ๆ อีก คือ มิติการพัฒนาทางด้านร่างกาย มิติด้านความสัมพันธ์กับสังคม และมิติด้านสิ่งแวดล้อม และเมื่อรวมกับการพัฒนาจิตที่เป็นกลยุทธ์ของมหาจุฬารามแล้ว จะถือว่าเป็นการพัฒนาอย่างเป็นองค์รวม ดังนั้น การพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้ง 4 มิติ เพื่อให้เกิดความสมบูรณ์ มหาจุฬารามเองต้องได้รับการพัฒนาให้พร้อมทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ 1. บุคลากร คือ พระวิปัสสนาจารย์ หรือ เจ้าหน้าที่ภายในองค์กรจะต้องมีความรู้และเป็นตัวอย่างของการนำหลักการปฏิบัติมาใช้ได้จริง 2. การบริหารจัดการ คือ การสร้างกิจกรรมต่าง ๆ ให้มีความเหมาะสมสำหรับผู้เข้ารับการฝึกอบรม และ 3. สถานที่ คือ การมีธรรมชาติและสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการดำเนินกิจกรรมของผู้เข้ารับการฝึกอบรม ซึ่งทั้งสามด้านนี้จะสอดคล้องแนวคิดเรื่องการพัฒนาคุณภาพชีวิต 4 มิติ โดยบทบาทเพิ่มเติมของ มหาจุฬาราม อาจจะมีลักษณะที่เรียกว่า “ศูนย์พุทธบูรณาการเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต”

เอกสารอ้างอิง

- จิตติมา อัครธิพิงศ์. (2556). เอกสารประกอบการสอนวิชาการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ Human Resource Development. มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต).(2546). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**.กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม.
- พระโสภณมหาเถระ อัครมหาบัณฑิต (มหาสิสยาตอ). พระคันธสाराภังค์ เรียบเรียง. พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ.9, Ph.D.) ตรวจชำระ. (2549). **มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์.
- พระภวนาพิศาลเมธี วิ. (2555). **เอกสารประกอบการสอน รายวิชา สติปัฏฐานภาวนา**. หลักสูตร พุทธศาสตร์ มหบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.นครปฐม: ศูนย์บัณฑิตศึกษาวิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโอส.
- พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต). คำสั่งแต่งตั้งคณะกรรมการพัฒนามหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในหนังสือสวดมนต์ทำวัตรเช้า-เย็น แปล (2555). รวบรวมจัดพิมพ์โดย พระครูศรี นิคมพิทักษ์ (พิรพล วิโรจน์) และคณะ. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมิก จำกัด.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **สูตรตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค (ภาษาไทย)**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2554). **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2542**. กรุงเทพมหานคร: บริษัทนานมีบุ๊ค.
- ศิริภัสสรค์ วงศ์ทองดี. (2557). การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2546). **อรรถกถา มัชฌิมนิกาย ปปัญจสุทนี มูลปณณาสกอรรถกถา (ภาษาไทย)**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2547). ประกาศมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เรื่องภารกิจ อำนาจหน้าที่และความรับผิดชอบของส่วนงานในมหาวิทยาลัย. ส่วนธรรมนิเทศ,ประวัติความเป็นมา, ออนไลน์. [แหล่งที่มา] [www.http://dcd.mcu.ac.th](http://dcd.mcu.ac.th) [10 ก.ย. 61].
- พระธรรมธีรราชมหามุนี. (โชดก ญาณสิทธิเถร). การอธิบายวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://abhidhamonline.org/thesis/thesis6/thesis63.htm> [12 ก.ย. 61].
- วิกิพีเดียสารานุกรมเสรี, **ทุนมนุษย์**, ออนไลน์, [แหล่งที่มา] <https://th.wikipedia.org> [10 ก.ย.61].
- สำนักนายกรัฐมนตรี. **ร่างยุทธศาสตร์ชาติ ระยะ 20 ปี (พ.ศ.2560-2579)**. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา www.thaigov.go.th/landin [14 กรกฎาคม 2561].
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี. **แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม**

แห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ.2560 – 2565). [ออนไลน์]. แหล่งที่มา:

http://www.nesdb.go.th/ewt_news.php?nid=6420, หน้า 4. [12 มิถุนายน 2561].

UNESCO. (1993). *Quality of Life : Orientation to Population Education*. (Bangkok: UNESCO.

THE WHOQOL GROUP. (1995). *The World Health Organization Quality of Life Assessment : position paper from the World Health Organization*. *Social Sciences Medicine*: 41 (10).