

การตั้งเป้าหมายความสำเร็จตามแนวโพธิสัตว์จรรยา

Goal Setting to Achievement According to Bodhisattavacariya

วรารัตน์ พัฒนวรเศรษฐ์¹

Wararat Pattanaworasate

E-mail: Originalpatta@gmail.com

Received: May 24, 2022 Revised: October 04, 2022

Accepted: October 30, 2022

บทคัดย่อ

การตั้งเป้าหมายเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้ชีวิตของบุคคลประสบความสำเร็จ และการมีบุคคลต้นแบบจะทำให้การดำเนินตามเป้าหมายเป็นไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาการตั้งเป้าหมายความสำเร็จ 2) ศึกษาการตั้งเป้าหมายความสำเร็จตามแนวโพธิสัตว์จรรยา 3) บูรณาการการตั้งเป้าหมายความสำเร็จด้วยโพธิสัตว์จรรยา เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพโดยใช้ข้อมูลจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและมีการสัมภาษณ์เชิงลึกจากผู้ทรงคุณวุฒิฝ่ายพระภิกษุ จำนวน 5 รูป และฝ่ายคฤหัสถ์จำนวน 7 ท่าน จากนั้นนำมาวิเคราะห์และสังเคราะห์รูปแบบการตั้งเป้าหมายความสำเร็จด้วยโพธิสัตว์จรรยา และนำเสนอผลงานด้วยวิธีการบรรยายเชิงคุณภาพและการบูรณาการ ผลการวิจัยพบว่า 1) การตั้งเป้าหมายความสำเร็จของบุคคลเริ่มจากการจินตนาการ การกำหนดเป้าหมาย การมองอนาคต การริเริ่มวางแผน การลงมือกระทำและการฝ่าฟันอุปสรรคโดยยึดมั่นในเป้าหมาย 2) การตั้งเป้าหมายความสำเร็จตามแนวโพธิสัตว์จรรยา ประกอบด้วยความมุ่งมั่น รอบรู้ ตั้งใจและเอื้อเฟื้อ 3) เมื่อบูรณาการการตั้งเป้าหมายความสำเร็จด้วยแนวโพธิสัตว์จรรยาแล้วจะต้ององค์ความรู้การตั้งเป้าหมายประกอบด้วย รอบรู้ ตั้งใจมั่นและความเพียร 4) รูปแบบการบูรณาการตั้งเป้าหมายความสำเร็จด้วยโพธิสัตว์จรรยา คือ IME Model เมื่อใช้ IME Model ในการตั้งเป้าหมายแล้ว จะทำให้บุคคลสามารถประสบความสำเร็จได้และมีประโยชน์ต่อตนเองและส่วนรวม

คำสำคัญ: (การตั้งเป้าหมายความสำเร็จ), (โพธิสัตว์จรรยา)

¹ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, Mahamakut Buddhist University, Thailand.

Abstract

Setting goals is essential to a successful person's life. Having a role model will make it possible to achieve person's goals effectively. The objectives of the dissertation entitled Goal setting to Achievement According to Bodhisattavacariya were as follows: 1) to study success goal setting 2) to study success goal setting according to Bodhisattva Path 3) to integrate success goal setting with Bodhisattavacariya. This is a qualitative research using data from related documents and research and an in-depth interview with 5 monks and 7 lay experts. By using this information, researcher then analyzes and synthesizes success goal setting model with Bodhisattavacariya and presents the work with a qualitative and integrated descriptive method. The results of the research showed that 1) Setting goals for success is essential in life. starting with imagination goal setting, foresight, planning initiatives, action and overcome obstacles by sticking to goals. 2) Setting goals according to Bodhisattavacariya is a goal setting using wisdom and compassion as the basis for setting goals. The composition of the goal achievement according to Bodhisattavacariya is effortful, knowledgeable, determined and generous. 3) After integrating goal-setting for success with the Bodhisattavacariya, the goal-setting principle that consists of wisdom, determination and effort. This can be applied in a person's daily life. 4) The IME Model represents an integrating success goals with Bodhisattvacariya, where I = Intelligence in setting goal , M = Mindful with the goal and E = Effort in reaching the goal. Therefore, when using the IME Model in goal setting will enable a person to be able to achieve good goals which will be beneficial for both oneself and the public.

Keywords: (Goal setting to achievement), (Bodhisattavacariya), (Integrating),
(Goal setting to achievement according to Bodhisattavacariya)



1. บทนำ

การตั้งเป้าหมายเป็นส่วนที่สำคัญในการทำให้ชีวิตของคนประสบความสำเร็จ โดยความสำเร็จของคนนั้นเริ่มต้นจากความคิดที่อยากประสบความสำเร็จ และเมื่อมีความคิดแล้วจากนั้นคือการลงมือทำอย่างมีวินัย แม้ในระหว่างทางจะต้องเจอกับผลสะท้อนกลับทั้งทางบวกและทางลบ บุคคลจึงต้องมีความปรารถนาอย่างแรงกล้าในการพัฒนาตนเอง การเรียนรู้และปรับ

กระบวนการต่างๆ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ต้องการ นอกจากนี้ในชีวิตของแต่ละคน ในเรื่องแต่ละเรื่องจะมีทางเลือกและโอกาสต่างๆเข้ามามากมาย หากไม่ได้ตั้งเป้าหมายไว้ก่อนอาจทำให้เสียเวลาไปกับเรื่องต่างๆที่ไม่ได้นำไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ จากการศึกษาของศาสตราจารย์นอร์คอส พบว่าชาวอเมริกันร้อยละ 45 มีการตั้งเป้าหมายที่จะทำเมื่อถึงปีใหม่² และจากการรายงานของ US News & World พบว่าร้อยละ 80 ของเป้าหมายที่ตั้งไว้ตอนวันขึ้นปีใหม่ นั้น ล้มเหลวภายในเดือนกุมภาพันธ์ และมีเพียงร้อยละ 8 เท่านั้นที่สามารถบรรลุเป้าหมายเมื่อถึงวันสิ้นปีได้³ เป้าหมายยังสามารถแบ่งได้เป็นระดับจากเป้าหมายใหญ่ไปจนถึงเป้าหมายเล็ก โดยเป้าหมายเล็กจะต้องมีความสอดคล้องกับเป้าหมายใหญ่ ยกตัวอย่างระดับของเป้าหมายใหญ่ เช่น การที่รัฐบาลมีการกำหนดยุทธศาสตร์ชาติ พ.ศ. 2561-2580 (ยุทธศาสตร์ชาติ : 2561-2580) เพื่อเป็นเป้าหมายในการพัฒนาประเทศ โดยเมื่อทำการกำหนดยุทธศาสตร์และตัวชี้วัดระดับประเทศแล้ว ต่อมาหน่วยงานต่างๆที่เกี่ยวข้องทำการกำหนดเป้าหมายและตัวชี้วัดของหน่วยงานให้สอดคล้องกับยุทธศาสตร์ชาติ⁴

ทฤษฎีการตั้งเป้าหมายของเอ็ดวิน ล็อก (Edwin Locke's Goal setting theory) กล่าวว่าไว้ว่าหลักการการตั้งเป้าหมายให้สำเร็จประกอบด้วย เป้าหมายชัดเจน (Clarify) เป้าหมายที่มีความท้าทาย (Challenge) การทำให้มีส่วนร่วมในเป้าหมาย (Commitment) ข้อมูลป้อนกลับ (Feedback) และความซับซ้อนของงาน (Task Complexity) ที่ไม่ยากหรือไม่ง่ายเกินไป⁵

ทฤษฎีความคาดหวังของวรูม (Vroom's Expectancy theory) มีองค์ประกอบคือ V.I.E โดย V = Valence หมายถึง ระดับความรุนแรงของความตองการและความพึงพอใจของบุคคลในเป้าหมาย มีรางวัลคือคุณค่าหรือความสำคัญของรางวัลที่บุคคลให้ กับรางวัลนั้น I = Instrumentality หมายถึง สื่อเครื่องมือ วิธีทางที่จะนำไปสู่ความพึงพอใจเป็นเครื่องมือของผลลัพธ์

² Norcross, J. C., & Vangarelli, D. J., **The resolution solution: longitudinal examination of New Year's change attempts**, Journal of Substance Abuse, 1(2), 127-134. Retrieved from [https://doi.org/10.1016/s0899-3289\(88\)80016-6](https://doi.org/10.1016/s0899-3289(88)80016-6), 1988.

³ Morgenroth, T., Michelle K. Ryan, K. P., **The Motivational Theory of Role Modeling: How Role Models Influence Role Aspirants' Goals**, Review of General Psychology, 19(4), 465-483. Retrieved from <https://journals.sagepub.com/doi/10.1037/gpr0000059>, 2015.

⁴ สำนักงานเลขาธิการของคณะกรรมการยุทธศาสตร์ชาติและสำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, **ยุทธศาสตร์ชาติ พ.ศ.2561-2580**, สืบค้นจาก https://www.nesdc.go.th/download/document/SAC/NS_SumPlanOct2018.pdf, 2561.

⁵ Locke, E. A. and Latham, G. P., **A theory of goal setting and task performance**, (NJ: PrenticeHall. 1990).

(Outcomes) หรือรางวัลระดับที่ 1 ที่จะนำไปสู่รางวัลอีกอย่างหนึ่ง E = Expectancy หมายถึง ความคาดหวังถึงความเป็นไปได้ของการได้ซึ่งผลลัพธ์หรือรางวัลที่ต้องการเมื่อแสดงพฤติกรรมบางอย่าง (การเชื่อมโยงระหว่างผลงานกับความพยายาม) บุคคลจะพิจารณาทางเลือกต่างๆที่มีอยู่ โดยจะเลือกทางที่เชื่อว่าจะนำไปสู่ผลตอบแทนหรือรางวัลที่ต้องการมากที่สุด ทฤษฎีความคาดหวังของวรูมมีข้อสังเกตคือ บุคคลใดจะได้รับการจูงใจที่จะใช้ความพยายามในการปฏิบัติงานอย่างมีประสิทธิภาพ หรือให้สำเร็จต่อเป้าหมาย ก็ต่อเมื่อเชื่อในความสามารถของตนเองว่า ความพยายามในการปฏิบัติงานจะมีผลในทางดี และผลการปฏิบัติงานจะช่วยให้ได้ผลตอบแทนตามที่ต้องการหรือพึงปรารถนา⁶

การกำหนดเป้าหมายลักษณะ SMART หรือ Smart goal เป็นเป้าหมายที่เป็นรูปธรรม ต้องกำหนดให้เป็นขั้นตอน เป้าหมายนั้นอาจเป็นระยะสั้น หรือเป้าหมายระยะยาวก็ได้ แต่เป้าหมายที่ดีประกอบด้วย S : Specific หมายถึง มีความเฉพาะเจาะจง มีความชัดเจน M : Measurable หมายถึง สามารถวัดและประเมินผลได้ A: Attainable หมายถึง ความเป็นจริงเพื่อให้สามารถบรรลุได้ เป็นที่ยอมรับได้ของผู้ปฏิบัติ R : Relevant หมายถึง ต้องมีความเกี่ยวข้องที่ดีกับตัวเรา และองค์กร T : Time bound หมายถึง ต้องมีกรอบระยะเวลาที่แน่นอนและชัดเจน และไม่ยาวเกินไป⁷

ในทางพระพุทธศาสนาเถรวาท พระโพธิสัตว์เป็นผู้ที่มีเป้าหมายที่ยิ่งใหญ่ในการบรรลุเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า โดยจะต้องเป็นผู้ที่มีธรรม 8 ประการ (ธรรมสโมธาน) คือ ความเป็นมนุษย์ ความถึงพร้อมด้วยเพศ ความถึงพร้อมด้วยเหตุ ได้พบพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้บรรพชา ความถึงพร้อมแห่งคุณ การกระทำที่ยิ่งได้ทำในสิ่งที่เหนือมนุษย์ทั่วไป และความพอใจในพุทธภูมิ⁸

พระโพธิสัตว์เป็นผู้ที่มีจริยาบำเพ็ญบารมีตลอดเวลาเพื่อให้บรรลุเป้าหมายคือการสำเร็จเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า⁹ ซึ่งประกอบด้วย 1. ทาน คือ การให้ของที่สะอาด ประณีต การให้ตาม

⁶ Vroom, V, **Work and motivation**, (New York: Wiley, 1964).

⁷ Blanchard, K., Zigarmi, P., & Zigarmi, D, **Leadership and the one minute manager: Increasing effectiveness through situational leadership**, (New York: William Morrow and Company, 1985).

⁸ บรรจบ บรรณรุจิ, **พระโพธิสัตว์ในนิกายเถรวาท**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุภาพใจ, 2529).

⁹ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539).

กาล การให้ของที่สมควร การเลือกให้คือเลือกสิ่งที่ไม่ดีออกแล้วถวายแต่สิ่งที่ดีพร้อมกันนั้นก็แสวงบุคคลที่สมควรรับ การให้เป็นนิตย์ การทำจิตใจให้ผ่องใสขณะกำลังให้ 2. ศิล คือ การรักษากาย วาจาให้เรียบร้อย มีความประพฤติดีงามมีจิตใจที่ประกอบด้วยความสงบเย็นเป็นปกติและมีรูปลักษณะงดงาม 3. เนกขัมมะ คือการกำหนดใจอยู่เสมอว่า จะไม่เข้าไปหมกมุ่นกับรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่น่าใคร่น่าพอใจโดยไม่มีเหตุอันควร และการมีสติสำรวมระวังตลอดเวลา 4. ปัญญา คือการมีความรอบรู้และเข้าใจเหตุผลของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง และใช้ปัญญาเป็นเครื่องนำทางในการทำหน้าที่การงานปกติหรือใช้ปัญญาแก้ปัญหา 5. วิริยะ คือความเพียรพยายาม มุ่งมั่น บากบั่น ไม่ทอดทิ้ง 6. ขันติ คือการมีความอดทน ความอดกลั้น ความไม่ดูร้าย ความไม่เกรี้ยวกราด สามารถใช้สติปัญญา ควบคุมตนให้อยู่ในเหตุผล และมีความเข้มแข็งแห่งจิต 7. สัจจะ คือการพูดจริง ทำจริง และมีความจริงทั้งจริงใจ จริงวาจา และจริงการเป็นหลัก ใช้สัจจะเป็นเครื่องนำทางในการทำหน้าที่การงานปกติ 8. อธิษฐาน คือความตั้งใจมั่น ปักใจมั่น การตัดสินใจอย่างเด็ดเดี่ยว และการดำเนินชีวิตตามจุดมุ่งหมายอย่างแน่วแน่ 9. เมตตา คือความรัก ความปรารถนาดีต่อผู้อื่น ใช้เมตตาธรรมเป็นเครื่องนำทาง ในการทำหน้าที่การงานปกติหรือใช้เมตตาธรรมเป็นหลักในแก้ปัญหาอยู่ตลอดเวลา 10. อุเบกขา คือการวางใจเป็นกลาง ไม่เอนเอียงไปด้วยความยินดียินร้าย¹⁰ พระโพธิสัตว์เป็นผู้ที่มีคุณลักษณะ 4 ประการคือ อุตสาหะ คือ ความเพียรอันมั่นคง อุมมังคะ คือ การมีปัญญาอันเชี่ยวชาญหาญกล้า อวัตถานะ คือ การพยายามยังจิตให้ประกอบด้วยอธิษฐานที่มั่นคง หิตจริยา คือ ความเมตตาแก่สัตว์เป็นเบื้องหน้า¹¹

จากที่กล่าวมาแล้ว ผู้วิจัยจึงมีทำการวิจัยเกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายเพื่อให้เกิดความสำเร็จในชีวิต โดยมีบุคคลต้นแบบคือพระโพธิสัตว์ที่มีปณิธานที่ยิ่งใหญ่ มีแนวทางปฏิบัติคือการบำเพ็ญบารมี 10 ประการ มีคุณลักษณะเฉพาะตน 4 ประการที่บุคคลสามารถนำไปเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพและทำให้สามารถประสบความสำเร็จตามเป้าหมายได้

2. วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาการตั้งเป้าหมายความสำเร็จ
2. เพื่อศึกษาการตั้งเป้าหมายความสำเร็จตามแนวโพธิสัตว์จริยา
3. เพื่อบูรณาการการตั้งเป้าหมายความสำเร็จด้วยโพธิสัตว์จริยา

¹⁰ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี, ทศบารมี ในพุทธศาสนาเถรวาท, พิมพ์ครั้งที่ 4, (นครปฐม : โรงพิมพ์มหาสมุทรวิทยาลัย, 2543).

¹¹ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ 12, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2546).

3. วิธีดำเนินการวิจัย

ประเภทของงานวิจัย การศึกษาวิจัยเรื่องนี้เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) เป็นหลัก โดยใช้การวิเคราะห์ข้อมูลจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง (Documentary Research) และมีการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) จากบุคคลซึ่งเป็นผู้รอบรู้และมีประสบการณ์ในประเด็นที่สัมภาษณ์ หรือเป็นบุคคลที่รู้รายละเอียดในประเด็นที่สัมภาษณ์ สามารถให้รายละเอียดข้อมูลที่เป็นข้อเท็จจริง คือเป็น Key Informants เพื่อรวบรวมข้อเท็จจริงให้ได้อย่างลึกซึ้ง เพื่อสนับสนุนข้อมูลให้มีความน่าเชื่อถือ

เครื่องมือวิจัย ใช้เครื่องมือสัมภาษณ์เป็นแบบไม่มีโครงสร้าง (In-depth informal interview) เป็นการสัมภาษณ์โดยใช้คำถามปลายเปิด เพื่อให้ผู้ถูกสัมภาษณ์ที่เป็นบุคคลเป้าหมายสามารถแสดงความคิดเห็นได้อย่างมีอิสระตรวจสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือสัมภาษณ์ โดยผู้วิจัยได้นำไปให้ผู้เชี่ยวชาญทางด้านพระพุทธศาสนาเกี่ยวกับโพธิสัตตวจรียาและการตั้งเป้าหมายทั้งที่เป็นพระภิกษุและคฤหัสถ์ เพื่อตรวจสอบความเชื่อมั่น (Reliability) ของข้อคำถามภาคสนามตามระเบียบวิธีวิจัย เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีความแม่นยำและมีความน่าเชื่อถือได้มากที่สุด ในประเด็นของคำถามที่สัมภาษณ์ มีลักษณะคำถามกว้างๆ และมีความยืดหยุ่นสูง นอกจากนี้เพื่อให้ผู้สัมภาษณ์สามารถปรับเปลี่ยนคำถามได้ตามความเหมาะสมกับผู้ให้สัมภาษณ์แต่ละคนได้ จึงมีแบบรายการสัมภาษณ์ (Interview guide) เป็นแนวทางในการพูดคุย ซักถามและจดบันทึก

ประชากร/กลุ่มตัวอย่าง ใช้การคัดเลือกตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) กับประชากรเป้าหมาย แบบไม่ใช้ความน่าจะเป็น (Nonprobability sampling) โดยพิจารณาจากลักษณะของกลุ่มเป้าหมายตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยร่วมกับการใช้วิธีการอ้างอิงด้วยบุคคลและผู้เชี่ยวชาญในการอ้างอิงต่อเนื่องแบบปากต่อปาก (Snowball Sampling Technique) จากบุคคลที่กล่าวถึงจนข้อมูลมีความอิ่มตัว โดยกำหนดเกณฑ์ในการคัดเลือก (Inclusion Criteria) จากกลุ่มเป้าหมาย ที่ประกอบด้วย ผู้เชี่ยวชาญด้านการตั้งเป้าหมายบุคคล และผู้เชี่ยวชาญด้านการโพธิสัตตวจรียาเถรวาท

การวิเคราะห์ข้อมูล นำข้อมูลที่ได้จากการสำรวจเอกสารและสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) ไปใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพในการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) แต่ละประเด็นอย่างเป็นระบบ โดยใช้การจัดระเบียบข้อมูล จัดหมวดหมู่ และการสังเคราะห์ข้อมูลสู่ข้อสรุปการวิจัย

4. ผลการวิจัย

การตั้งเป้าหมายความสำเร็จ

การตั้งเป้าหมายความสำเร็จพบประเด็นสำคัญดังนี้

การตั้งเป้าหมายบุคคลประกอบด้วย 6 ขั้นตอนคือ

1. จินตนาการ: การวาดมโนภาพให้ชัดเจน ทั้งภาพของเป้าหมายและภาพความสำเร็จ เมื่อบรรลุเป้าหมายนั้นๆ บุคคลสามารถเพิ่มความชัดเจนของมโนภาพให้มากขึ้นโดยการวาดบนกระดาษหรือทำเป็นเอกสาร การนำภาพเป้าหมายความสำเร็จออกมาประกาศให้ผู้อื่นได้รับทราบ จะเป็นแรงผลักดันสนับสนุนให้บุคคลมีความพยายามให้ไปถึงเป้าหมายได้มากยิ่งขึ้น

2. กำหนดเป้าหมาย: กำหนดเป้าหมายให้มีความชัดเจนและท้าทาย โดยเป้าหมายจะต้องไม่ยากหรือง่ายเกินไป ต้องมีกรอบเวลาให้ชัดเจน สามารถวัดผลได้ และมีการทบทวนเป้าหมายทุกวันหรือเป็นประจำเพื่อให้เป็นกำลังใจและรู้สึกตื่นเต้นในการทำสิ่งต่างๆ เพื่อให้บรรลุเป้าหมาย¹²

3. มองอนาคต: คือความเป็นไปได้ในการบรรลุเป้าหมายนั้น ซึ่งในขั้นนี้บุคคลจะต้องทำการทบทวนศักยภาพของตนเอง วิเคราะห์ความสามารถของตนเองและสภาพแวดล้อมที่มีผลต่อการบรรลุเป้าหมาย หากเมื่อวิเคราะห์แล้วพบว่า การไปให้ถึงเป้าหมายจะต้องใช้ความสามารถทักษะ หรือใช้ทรัพยากรใด บุคคลจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องพัฒนาตนเองและสร้างสิ่งแวดล้อมต่างๆ ที่จะเอื้อให้เกิดความพร้อมในการไปถึงเป้าหมาย

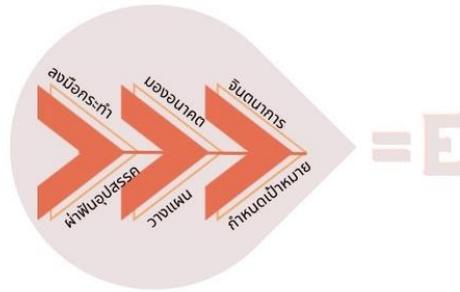
4. วางแผน: วางแผนเป็นลำดับขั้นโดยเริ่มจากแผนเพื่อไปสู่เป้าหมายเล็กไปจนถึงเป้าหมายใหญ่ กำหนดกรอบระยะเวลาที่เหมาะสม ผล กำหนดการวัดผลไว้อย่างชัดเจน โดยการสำเร็จตามเป้าหมายเล็กที่ละขั้นนี้ จะทำให้บุคคลมีกำลังใจในการไปให้ถึงเป้าหมายใหญ่

5. ลงมือกระทำ: เริ่มจากการลงมือทำตามแผนที่วางไว้ และหากพบกับปัญหาหรืออุปสรรคใดๆ บุคคลจะต้องเป็นผู้ที่มี Growth mindset มีความเชื่อมั่น มีระเบียบวินัยและความเพียรในการดำเนินไปให้ถึงเป้าหมาย

6. ฝ่าฟันอุปสรรค: การที่จะประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย บุคคลอาจจะพบกับเหตุการณ์ที่ไม่เป็นไปตามแผน บุคคลจึงจำเป็นต้องมีความมุ่งมั่นต่อเป้าหมาย มีวิสัยทัศน์เชิงบวก เรียนรู้จากทั้งความสำเร็จและจากความผิดพลาดเกิดขึ้น เพื่อทำการปรับเปลี่ยนแผนตามสถานการณ์แต่ยังคงเป้าหมายและกรอบเวลาเดิมไว้

การตั้งเป้าหมายสู่ความสำเร็จ จะต้องมียอดประกอบที่กำหนดทิศทาง 6 ประการคือการจินตนาการ การกำหนดเป้าหมาย การมองอนาคต การวางแผน การลงมือ และการฝ่าฟันอุปสรรค เปรียบเหมือนกับหางลูกศรที่เป็นตัวกำหนดทิศทางของลูกศรตามภาพที่ 1 หางลูกศร: องค์ประกอบของการตั้งเป้าหมายความสำเร็จ

¹² Locke E.A. and Latham G.A, *Building a Practically Useful Theory of Goal Setting and Task Motivation.* (American Psychologist, 2002), 57(9), 705–717.



ภาพที่ 1 หางลูกศร: องค์ประกอบของการตั้งเป้าหมายความสำเร็จ

การตั้งเป้าหมายจึงเป็นระบบที่ทำให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการปฏิบัติกิจกรรมหนึ่งๆที่สัมพันธ์กันโดยเริ่มจากการจินตนาการ วาดภาพเป้าหมายและตัวเราเมื่อสำเร็จตามเป้าหมายนั้น ยิ่งภาพมีความชัดเจนก็จะเป็นจุดเริ่มต้นที่มีพลังในการนำไปสู่ขั้นตอนการกำหนดเป้าหมาย ซึ่งการกำหนดเป้าหมายนั้นจะต้องกำหนดเป้าหมายให้มีความชัดเจน เมื่อทำการกำหนดเป้าหมายเรียบร้อยแล้วให้ทำการมองอนาคตคือความเป็นไปได้ในการบรรลุเป้าหมายนั้น ซึ่งในขั้นนี้บุคคลจะต้องทำการทบทวนศักยภาพของตนเองว่าสามารถบรรลุเป้าหมายได้หรือไม่ หากพบว่ายังขาดความรู้ ความสามารถ ทักษะ หรือส่วนประกอบใด ให้จัดรายการที่จำเป็นต้องเรียนหรือต้องกระทำเพื่อให้สามารถบรรลุเป้าหมายได้ จากนั้นทำการวางแผนในการไปสู่เป้าหมาย โดยในขั้นตอนการวางแผนนี้ หากเป้าหมายมีขนาดใหญ่มาก บุคคลอาจทำการวางแผนเป็นลำดับขั้น โดยเริ่มจากเป้าหมายเล็กไปจนถึงเป้าหมายใหญ่ กำหนดกรอบเวลา ซึ่งจำเป็นต้องเป็นระยะเวลาที่สมเหตุสมผล อาจจะเร็วหรือช้าขึ้นอยู่กับเป้าหมายนั้นๆ นอกจากนี้จะต้องกำหนดการวัดผลไว้อย่างชัดเจน เพื่อให้บุคคลดำเนินการตามเป้าหมายได้โดยไม่ออกนอกเส้นทาง โดยการสำเร็จตามเป้าหมายเล็กๆทีละขั้นนี้ จะทำให้บุคคลมีกำลังใจในการไปให้ถึงเป้าหมายที่ยิ่งใหญ่ต่อไป

เมื่อทำการวางแผนแล้ว บุคคลจะต้องเริ่มลงมือกระทำตามแผน และหากพบกับปัญหาและอุปสรรคใดๆ หรือพบว่าแผนที่วางไว้เป็นแผนที่ไม่สมบูรณ์ มีข้อผิดพลาด บุคคลจะต้องเป็นผู้ที่มี Growth mindset มีความเชื่อมั่น มีระเบียบวินัยและความเพียรในการดำเนินไปให้ถึงเป้าหมาย โดยบุคคลจะต้องทำการฝ่าฟันอุปสรรคโดยการเรียนรู้จากทั้งความสำเร็จ และจากความผิดพลาด จากนั้นนำมาปรับเปลี่ยนแผนได้ตามสถานการณ์แต่ยังคงเป้าหมายและกรอบเวลาเดิมไว้ ทั้งนี้เพราะการตั้งเป้าหมายเป็นสิ่งสำคัญในการดำเนินชีวิต เป้าหมายที่ดีนั้นจะต้องมีความชัดเจน ทำทหาย มีความเป็นไปได้จริง ความความซับซ้อนที่เหมาะสม มีการกำหนดกรอบระยะเวลาการดำเนินการ มีความเกี่ยวข้องที่ดีกับตัวบุคคลเองและคนรอบข้าง มีการวัดผลได้ โดยบุคคลจะต้องมีความพึงพอใจเป็นแรงจูงใจในการกระทำ มีเครื่องมือช่วยให้สามารถทำได้ และมีการได้รับรางวัลหรือสิ่งตอบแทนเมื่อทำได้สำเร็จตามเป้าหมาย

การตั้งเป้าหมายความสำเร็จตามแนวโพธิสัตว์จริยา

การตั้งเป้าหมายความสำเร็จตามแนวโพธิสัตว์จริยา เป็นการนำการบำเพ็ญบารมี 10 ประการคือ ทานบารมี ศีลบารมี เนกขัมมบารมี ปัญญาบารมี วิริยบารมี ชั้นติบารมี สัจจบารมี อธิษฐานบารมี เมตตาบารมี และอุเบกขาบารมี¹³ มาประกอบกับคุณลักษณะของพระโพธิสัตว์ คือ อุตสาหะ อุมมังคะ อดทนและหิตจริยา รวมถึงหลักธรรมสนับสนุนที่เกี่ยวข้องคือสัมมัตตปธาน 4 อิทธิบาท 4 สัมปยุตธรรม 7 อินทรีย์ 5 และพรหมวิหาร 4 มาสังเคราะห์ได้เป็นแนวทางการตั้งเป้าหมายความสำเร็จตามแนวโพธิสัตว์จริยาที่ประกอบด้วย

1. มุ่งมั่น เป็นความเพียรอันมั่นคงเพื่อการบรรลุเป้าหมายความสำเร็จที่จำเป็นต้องมี ธรรมแห่งบารมีคือวิริยบารมี เป็นความเพียรพยายาม มุ่งมั่น บากบั่น และชั้นติบารมี เป็นความอดทน ความอดกลั้น ความไม่คร่ำคร่า ใช้ขันติในแก้ปัญหา โดยมีหลักธรรมสนับสนุนคือ สัมมัตตปธาน 4 ซึ่งเป็นธรรมให้เกิดความเพียรอันยิ่งใหญ่ และยังมีหลักธรรมที่ทำให้ความเพียรให้สำเร็จคือ อิทธิบาท 4

2. รอบรู้ เป็นความมีปัญญาชาญที่หาญกล้าเพื่อการบรรลุเป้าหมายความสำเร็จที่จำเป็นต้องมี ธรรมแห่งบารมีคือปัญญาบารมี ใช้ปัญญาเป็นเครื่องนำทางในการทำหน้าที่การงาน ปกติหรือใช้ปัญญาแก้ปัญหาอยู่ตลอดเวลา โดยมีหลักธรรมสนับสนุนคือสัมปยุตธรรม 7 ประการ คือ การรู้เหตุ รู้ผล รู้ตน รู้ประมาณ รู้กาล รู้บุคคล รู้ชุมชน

3. ตั้งใจ เป็นความตั้งใจมั่นคงเพื่อการบรรลุเป้าหมายความสำเร็จที่จำเป็นต้องมี ธรรมแห่งบารมีคืออธิษฐานบารมี เป็นการมีธรรมที่ตั้งไว้ในใจเป็นฐานที่มั่นของบุคคล มีสัจจบารมี เป็นความจริงใจ ซื่อสัตย์จริงวาจา พูดจริง ทำจริง มีความรับผิดชอบต่อกงาน ต่อวาจาและต่อความดี และเนกขัมมบารมี เป็นการมีสติสำรวมระวังตลอดเวลา โดยมีหลักธรรมสนับสนุนคือสัมปยุตธรรม 7 คือ การรู้เหตุ รู้ผล รู้ตน รู้ประมาณ รู้กาล รู้บุคคล รู้ชุมชน และอินทรีย์ 5 คือศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา

4. เอื้อเฟื้อ เป็นความเอื้อเฟื้อเพื่อการบรรลุเป้าหมายความสำเร็จที่จำเป็นต้องมี ธรรมแห่งบารมีคือ เมตตาบารมี ทานบารมี ศีลบารมี และอุเบกขาบารมี โดยมีหลักธรรมสนับสนุนคือ พรหมวิหาร 4 บุคคลผู้มีเมตตา มีจิตปรารถนาเห็นผู้อื่นเป็นสุข มีความรักต่อผู้อื่นโดยไม่แบ่งแยก ไม่มีเงื่อนไขในความเมตตา มีจิตใจอันเอื้อเฟื้อทั้งต่อมิตรและศัตรู ทั้งนี้การมีเมตตาจะต้อง

¹³ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ฟื้น ชุตินฺธรมหาเถร), พระคัมภีร์ชาดกแปล ฉบับ ส.อ.ส.:

ประกอบด้วยศีลคือมีเมตตาอยู่ในขอบเขตของศีลและมีอุเบกขาคือการมีเมตตาแล้วจะต้องไม่เกิดทุกข์ในตน จะต้องรู้จักการปล่อยวางในเวลาที่เหมาะสม

การตั้งเป้าหมายความสำเร็จตามแนวโพธิสัตว์จรียาประกอบด้วยความมุ่งมั่น รอบรู้ ตั้งใจและเอื้อเฟื้อ ซึ่งเปรียบเหมือนกับแกนกลางของลูกศรตามภาพที่ 2



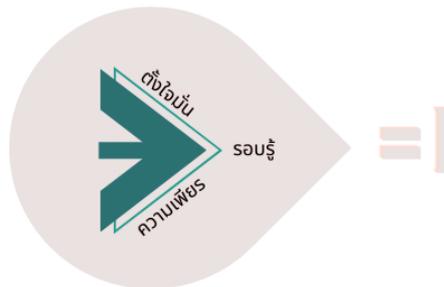
ภาพที่ 2 แกนกลางลูกศร: องค์ประกอบของการตั้งเป้าหมายความสำเร็จตามแนวโพธิสัตว์จรียา

การตั้งเป้าหมายความสำเร็จของพระโพธิสัตว์มีส่วนประกอบ 4 ประการคือ ส่วนประกอบที่ 1 มีความมุ่งมั่น มีความเพียรพยายามกระทำสิ่งต่างๆที่จำเป็นจนกว่าจะถึงเป้าหมาย มีความพยายามในการปฏิบัติวิริยบารมีและขันติบารมี โดยมีความพยายาม มุ่งมั่น บากบั่นและอดทน ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคทั้งปวง มีความเพียรที่ยิ่งใหญ่ คือความเพียรในการยับยั้งอกุศล ความเพียรละอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว ความเพียรทำกุศลที่ยังไม่เกิดขึ้น และความเพียรในการรักษากุศลที่เกิดขึ้นแล้วให้มีความเจริญออกงาม ซึ่งการจะเกิดความเพียรและความอดทนนี้ได้ พระโพธิสัตว์ยังจะต้องมีฉันทะคือความพอใจทั้งในการกระทำและความพอใจในจุดหมายในการบรรลุเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ส่วนประกอบที่ 2 ปัญญาหรือความรู้ พระโพธิสัตว์ใช้ปัญญาเป็นเครื่องนำทางจนกว่าจะบรรลุเป้าหมาย ใช้ปัญญาในการดำเนินชีวิตทั้งในสภาวะปกติและสภาวะที่เผชิญกับปัญหา ใช้ปัญญาในการมองให้เห็นถึงความเป็นจริงในเรื่องราวต่างๆ โดยการรู้แจ้งในเหตุ ผล ต้น ประมาณ กาล บุคคล และชุมชน ส่วนประกอบที่ 3 ความตั้งใจมั่นคง พระโพธิสัตว์เป็นผู้ที่มีปณิธานที่แรงกล้า มีความตั้งใจมั่นในเป้าหมาย มีการบำเพ็ญอริยฐานบารมี สัจจบารมีและเนกขัมมบารมี โดยเป็นการที่พระโพธิสัตว์มีความแน่วแน่ต่อเป้าหมาย ไม่ว่าจะมีความอุปสรรคหรือต้องใช้เวลาานานเพียงใด พระโพธิสัตว์ยังคงมีจิตตั้งมั่นจนกว่าจะบรรลุเป้าหมายที่ต้องการ โดยในความตั้งมั่นนี้มีองค์ประกอบคือมีความซื่อสัตย์ จริงใจและมีความรับผิดชอบต่อเป้าหมาย รวมถึงการมีสติสำรวมระวังตลอดเวลา มีการฝึกฝนให้จิตตั้งมั่นโดยใช้หลักอินทรีย์ 5 และทำให้สามารถรู้แจ้งได้ในเหตุ ผล ต้น ประมาณ กาล บุคคล และชุมชน ส่วนประกอบที่ 4 เอื้อเฟื้อ พระโพธิสัตว์เป็นผู้มีเมตตาและความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีความปรารถนาให้ผู้อื่นเป็นสุข โดยมีการบำเพ็ญเมตตาบารมี ทานบารมี ศีลบารมีและอุเบกขาบารมี โดยเมื่อมีเมตตา มีจิตปรารถนาให้ผู้อื่นเป็นสุข แต่การมีเมตตานี้เองจะต้องอยู่ในขอบเขตของศีล และอยู่ในขอบเขตของอุเบกขา เนื่องจากเมื่อพระโพธิสัตว์ต้องการช่วยเหลือผู้ใด จะต้องช่วยในเรื่องที่ถูกต้อง ไม่ผิดศีล และหากทำการช่วยจนถึงที่สุดแล้ว ยังไม่สามารถช่วยได้ พระโพธิสัตว์จะต้องมีอุเบกขาธรรม เพื่อให้ไม่เกิด

ทุกชิ้นในตนเอง และเกิดการปล่อยวางเมื่อถึงเวลาอันเหมาะสม ทั้งนี้เพราะเป้าหมายความสำเร็จของพระโพธิสัตว์ตามแนวพระพุทธศาสนา คือ พระนิพพาน ส่วนการบำเพ็ญบารมีในหมู่ผู้ที่นับถือพระพุทธศาสนาเถรวาท คือ “ทศบารมี” เป็นการบำเพ็ญบารมีตามวิธีการความเป็นเลิศหรือความบริบูรณ์ 10 ประการ เพื่อให้ผู้ปฏิบัติได้บรรลุถึงเป้าหมาย ผสานเข้ากับคุณลักษณะธรรมจริยาการบำเพ็ญที่มั่นคงต่อเนื่องของพระโพธิสัตว์ คือพุทธภูมิธรรม 4 ประการ¹⁴

บูรณาการการตั้งเป้าหมายความสำเร็จด้วยโพธิสัตว์จริยา

เมื่อนำการตั้งเป้าหมายความสำเร็จของบุคคลที่ประกอบด้วย การจินตนาการ การกำหนดเป้าหมาย การมองอนาคต การวางแผน การลงมือกระทำ และการฝ่าฟันอุปสรรค มาทำการบูรณาการด้วยการตั้งเป้าหมายตามแนวโพธิสัตว์จริยาคือความมุ่งมั่น รอบรู้ ตั้งใจและเอื้อใจ จะได้เป็นการบูรณาการการตั้งเป้าหมายความสำเร็จด้วยโพธิสัตว์จริยาที่ประกอบด้วยรอบรู้ ตั้งใจ มั่นและความเพียร ดังภาพที่ 3



ภาพที่ 3 หัวลูกศร: การบูรณาการการตั้งเป้าหมายความสำเร็จด้วยโพธิสัตว์จริยา

การบูรณาการการตั้งเป้าหมายความสำเร็จด้วยโพธิสัตว์จริยาประกอบด้วยรอบรู้ ตั้งใจมั่นและความเพียร เนื่องมาจากความรอบรู้หรือปัญญาเป็นพื้นฐานของการตั้งเป้าหมาย ความสำเร็จตามแนวโพธิสัตว์จริยา โดยปัญญาบารมีเป็นธรรมเนียมปฏิบัติตามแนวของพระโพธิสัตว์ ธรรมแห่งปัญญาบูรณาการกับธรรมอื่น ๆ ตามแนวธรรมแห่งพุทธศาสนาด้วยความเพียรในทุก การกระทำ จะทำให้เป้าหมายความสำเร็จที่คาดหวังไว้ประสบความสำเร็จได้ ปัญญาจะทำให้มีความมุ่งมั่นได้อย่างถูกต้อง บุคคลผู้มีปัญญา มีวิริยะ มีความเพียรพยายาม ย่อมมีความกล้าแกร่ง ไม่ท้อถอย ในการประกอบภาระหน้าที่ที่ทั้งง่ายและยากได้อย่างเท่าเทียมกัน บุคคลผู้มีปัญญาบารมี อย่างมั่นคง มีความเพียรอย่างมั่นคงในการกระทำต่อหน้าที่ของตน จะเป็นบุคคลที่มีความรับผิดชอบ ทำหน้าที่การงานสำเร็จได้ตามวัตถุประสงค์ของตน บุคคลผู้มีปัญญาจะสามารถมอง

¹⁴ มหามกุฏราชวิทยาลัย, อรรถกถาภาษาไทย, (นครปฐม: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2525).

ชีวิตทั้งของตนเองและผู้อื่นได้ทะลุปรุโปร่ง ทั้งในอดีต ปัจจุบัน และอนาคต จะมองเหตุการณ์ภายนอกได้รอบด้านเชื่อมโยงเหตุไปหาผล และเชื่อมโยงผลไปหาเหตุ เข้าใจสภาวะของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง ปัญญาที่เกิดจากความรู้ภายในด้วยโยนิโสมนสิการ และปัญญาที่เกิดจากความรู้ภายนอกด้วยประสบการณ์ ให้รู้ชัด รู้ลึกในเรื่องนั้น ๆ การนำปัญญาบารมีซึ่งเป็นแนวธรรมปฏิบัติของพระโพธิสัตว์ บูรณาการกับการกระทำในหน้าที่การงานต่างๆ เพื่อให้สังคมโดยรวมนำอยู่ ทำให้เกิดประโยชน์สุขทั้งในส่วนตน และในส่วนของสังคม ในส่วนของความตั้งใจมั่น ผู้วิจัยพบว่าเมื่อทำการตั้งเป้าหมายแล้ว จะต้องมีความตั้งใจแน่วแน่ในการไปให้ถึงจุดหมาย โดยอริยฐานบารมี เป็นธรรมปฏิบัติตามแนวของพระโพธิสัตว์ ธรรมแห่งอริยฐานบารมีร่วมกับธรรมแห่งสังฆบารมี จะทำให้เป้าหมายความสำเร็จที่คาดหวังไว้ประสบความสำเร็จได้ การมีอริยฐานอย่างต่อเนื่องของบุคคล จะทำให้มีความตั้งใจ มีความมุ่งมั่นได้อย่างถูกต้อง บุคคลผู้มีอริยฐานบารมี ย่อมมีความกล้าแกร่งไม่ท้อถอย ในการประกอบภาระหน้าที่สำเร็จได้ทั้งง่ายและยาก บุคคลผู้มีอริยฐานบารมีอันมั่นคง ย่อมเป็นพลังทำให้วัตถุประสงค์ประสบความสำเร็จได้ และในส่วนของความเพียรผู้วิจัยพบว่าความเพียรที่ไม่ย่อท้อ แน่วแน่ต่อเป้าหมายโดยไม่วินิจฉัยต่ออุปสรรคและการมีระเบียบวินัยในการปฏิบัติตามแผนที่ตั้งไว้ เป็นสิ่งสำคัญในการทำให้บรรลุผลสำเร็จตามเป้าหมายได้ ความเพียรจะมีความมั่นคงถึงขั้นเป้าหมายที่คาดหวังบรรลุผลสำเร็จได้นั้น บุคคลจะต้องมีการบำเพ็ญวิริยบารมี ขันติบารมี และหลักธรรมอื่นตามแนวพระพุทธศาสนา¹⁵

5. บทสรุป

จากที่กล่าวมาแล้วสามารถสรุปได้ดังนี้คือ ปัญญาเป็นเครื่องนำทางในการตั้งเป้าหมายความสำเร็จตามแนวโพธิสัตว์จริยา นอกจากเป็นส่วนที่ทำให้เป้าหมายมีความชัดเจน ประเมินความสามารถของตนเองและสภาวะแวดล้อม วางแผนที่มีกรอบระยะเวลาการดำเนินการที่แน่นอน และฟันฝ่าอุปสรรคที่เกิดขึ้นได้แล้ว ปัญญานี้ยังเป็นปัญญาที่ประกอบด้วยความเมตตาเอื้อเฟื้อต่อตนเองและบุคคลรอบข้าง ให้ความยินดีกับผู้อื่นโดยที่ยังอยู่ในกรอบแห่งศีลและอุเบกขา นอกจากปัญญาแล้วการตั้งใจมั่นที่เป็นส่วนประกอบในการตั้งเป้าหมายความสำเร็จตามแนวโพธิสัตว์จริยา เป็นความตั้งใจมั่นที่มีความซื่อสัตย์ทั้งในคำพูดและการกระทำ เมื่อได้ตั้งใจแล้วจะมีสักจจะคือตั้งใจทำอย่างที่ทำอย่างแท้จริง ไม่เปลี่ยนแปลง นอกจากนี้ยังมีการฝึกจิตใจให้มีความสงบ ไม่ฟุ้งซ่าน ทบทวนทั้งความสำเร็จ ความล้มเหลว ปัจจัยที่เกี่ยวข้อง สภาวะของตนเอง สภาวะของบุคคลรอบข้าง สถานการณ์ในองค์กรหรือสังคมที่เกิดขึ้นและเรื่องราวต่างๆ ได้อย่างรอบคอบ

¹⁵ สมเด็จพระสังฆราชเจ้า กรมหลวงวชิรญาณวงศ์, พระโอวาทธรรมบรรยาย, (นครปฐม : โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, 2559), หน้า 61.

นอกจากนี้ยังมีความเพียรที่เป็นส่วนประกอบในการตั้งเป้าหมาย ซึ่งเป็นความเพียรในการสิ่งที่ถูกต้องและเป็นกุศล ค้นหาวิธีการที่ไม่เบียดเบียนทั้งตนเองและผู้อื่นเพื่อไปสู่เป้าหมายที่ตั้งใจไว้ IME Model แสดงให้เห็นว่าการตั้งเป้าหมายความสำเร็จด้วยแนวโพธิสัตตวจรียนั้นจะต้องเกิดจากตนเอง โดย I และ ME มีความหมายตามภาษาอังกฤษคือ ตนเอง เมื่อตนเองเป็นผู้มีปัญญาที่เฉียบแหลมและใช้ปัญญาในทิศทางที่ถูกต้องประกอบด้วยเมตตา ตนเองยังต้องเป็นผู้มีความตั้งใจมั่นกับเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้ไม่ว่าจะพบเจอปัญหาใดๆ ตนเองจะเป็นผู้ที่ใช้ปัญญาในการคิดวิเคราะห์แก้ไข ปัญหาต่างๆ นอกจากนี้ตนเองยังต้องเป็นผู้มีความเพียรอย่างชาญฉลาด อยู่ในกรอบของความถูกต้อง เมื่อทุกสิ่งจะต้องเริ่มจากตนเองแล้ว ตนเองจึงเป็นผู้ตัดสินใจในการใช้การตั้งเป้าหมาย ความสำเร็จตามแนวโพธิสัตตวจรียา เพื่อให้ประสบผลสำเร็จตามเป้าหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพ และมีประโยชน์ต่อทั้งตนเองและผู้อื่น

6. องค์ความรู้จากการวิจัย

เมื่อนำส่วนประกอบของลูกศรมาเป็นสัญลักษณ์แทนเครื่องมือในการนำไปสู่เป้าหมายตามแนวโพธิสัตตวจรียา (Successful Arrow Dynamic in Boddhisattava' Path) ซึ่งประกอบด้วย 3 ส่วนคือส่วนหัวลูกศร ส่วนแกนกลางลูกศร และส่วนหางลูกศร ตามภาพที่ 4



ภาพที่ 4 Successful Arrow Dynamic in Boddhisattava's Path: IME Model

ส่วนหัวลูกศรคือปัญญา (Intelligence = I) เป็นส่วนที่สำคัญที่สุดในการตั้งเป้าหมาย ในการบูรณาการที่เกิดเป็นองค์ความรู้การตั้งเป้าหมายตามแนวโพธิสัตตวจรียาพบว่าในส่วนของหัวลูกศรจะประกอบด้วยรอบรู้ ตั้งใจมั่นและความเพียร ตามภาพที่ 3 แต่เมื่อสรุปเป็น Model แล้ว ผู้วิจัยได้นำองค์ประกอบหลอมรวมเป็นปัญญา เนื่องจากในการตั้งใจมั่น การปฏิบัติความเพียร จะมีปัญญาเป็นเครื่องนำทางให้กับทุกการกระทำ ปัญญายังเป็นส่วนที่ทำให้จินตนาการ การกำหนดเป้าหมายมีความชัดเจน มีการมองอนาคตโดยประเมินสถานะความสามารถของตนเองและสภาวะแวดล้อม มีการวางแผนที่สามารถวัดผลความสำเร็จของแผนได้ มีการอบระยะเวลาการดำเนินการที่แน่นอน มีกำหนดเวลาในการลงมือทำ และใช้ปัญญาในการฟันฝ่าอุปสรรคที่เกิดขึ้นในระหว่างทางการดำเนินไปสู่เป้าหมาย

ผู้วิจัยจึงสรุปได้ว่าปัญญาเป็นเครื่องนำทางในการตั้งเป้าหมายความสำเร็จตามแนวโพธิสัตตวจรียา โดยบุคคลเมื่อเริ่มวาดภาพเป้าหมายความสำเร็จ จะต้องใช้ปัญญาประกอบการตั้งเป้าหมายเป็นอันดับแรก

ส่วนแกนกลางลูกศรคือตั้งใจมั่น (Mindful = M) เป็นส่วนทำให้เกิดความมั่นคงของเป้าหมาย จากองค์ประกอบของการตั้งเป้าหมายความสำเร็จตามแนวโพธิสัตตวจรียาตามภาพที่ 2 จะเห็นได้ว่า แกนกลางลูกศรประกอบด้วย มุ่งมั่น รอบรู้ ตั้งใจและเอื้อเฟื้อ ซึ่งผู้วิจัยหลอมรวมเป็นความตั้งใจมั่น ในฐานะที่เป็นปณิธานที่หนักแน่นมั่นคงของพระโพธิสัตว์ในการบรรลุเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

ผู้วิจัยจึงสรุปได้ว่า เมื่อบุคคลมีความตั้งใจมั่นในเป้าหมายแล้ว จะทำให้สามารถวิเคราะห์ประเมินสถานการณ์และเลือกวิธีการที่เหมาะสมเพื่อให้สามารถประสบผลสำเร็จ หากแม้ว่าเมื่อดำเนินตามแผนที่วางไว้แล้วจะไม่ได้ผลลัพธ์ตามที่ต้องการ บุคคลจะไม่ละทิ้งเป้าหมาย แต่จะทำการวิเคราะห์หาแนวทางใหม่จนกระทั่งประสบผลสำเร็จตามเป้าหมายได้

ส่วนหางลูกศรคือความเพียร (Effort = E) เป็นส่วนที่กำหนดทิศทางให้ลูกศรไปสู่เป้าหมายได้ตามที่ตั้งใจไว้ จากองค์ประกอบของการตั้งเป้าหมายความสำเร็จตามภาพที่ 1 จะเห็นได้ว่าส่วนหางของลูกศรประกอบด้วยภารกิจตนนการ การกำหนดเป้าหมาย การมองอนาคต การวางแผน การลงมือกระทำ และการฝ่าฟันอุปสรรค ผู้วิจัยจึงได้หลอมรวมการกระทำทั้งหมดนี้เป็นความเพียร เนื่องจากความเพียรจะเป็นตัวกำหนดทิศทางของลูกศร ความเพียรในที่นี้จะเป็นความเพียรที่มีความพอใจในเป้าหมายที่ต้องการ เมื่อมีความพอใจในการทำกิจการงานใดแล้ว จะทำให้บุคคลมีความเพียรพยายามด้วยความอดทนและมีวินัย มีการลงมือกระทำทันที ไม่ผัดวันประกันพรุ่ง ไม่ย่อท้อต่อความยากลำบาก ไม่ยอมแพ้ให้กับอุปสรรคใดๆ มีความเพียรในการตรวจสอบ วิเคราะห์และแก้ไขปัญหา รวมถึงค้นหาวิธีการเพื่อนำไปสู่จุดมุ่งหมายให้ได้

รูปแบบการบูรณาการการตั้งเป้าหมายความสำเร็จด้วยโพธิสัตตวจรียาจึงแสดงได้เป็น IME Model ที่ประกอบด้วย ปัญญา ตั้งใจมั่น และความเพียร ดังภาพ 4 โดยบุคคลเมื่อใช้ IME Model ในการตั้งเป้าหมายความสำเร็จแล้ว จะทำให้เป้าหมายนั้นเป็นเป้าหมายที่สมบูรณ์ และการประสบผลสำเร็จตามเป้าหมายจะทำให้เกิดคุณค่าต่อทั้งตนเองและส่วนรวม



เอกสารอ้างอิง

- บรรจบ บรรณรุจิ. **พระโพธิสัตว์ในนิภายเถรวาท**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์สุภาพใจ, 2529.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ 12. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2546.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.
- มหามกุฏราชวิทยาลัย. **อรรถกถาภาษาไทย**. นครปฐม: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย. 2525.
- สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี. **ทศบารมี ในพุทธศาสนาเถรวาท**. พิมพ์ครั้งที่ 4. นครปฐม : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2543.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ฟื้น ชุตินฺธรมหาเถร). **พระคัมภีร์ชาดกแปล ฉบับ ส.อ.ส.: อรรถกถา นิบาตเอกนิบาต ภาค 1**. กาญจนบุรี : สหાયการพิมพ์, 2539.
- สมเด็จพระสังฆราชเจ้า กรมหลวงวชิรญาณวงศ์. **พระโอวาทธรรมบรรยาย**. (นครปฐม : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2559.
- สำนักงานเลขานุการของคณะกรรมการยุทธศาสตร์ชาติและสำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. **ยุทธศาสตร์ชาติ พ.ศ.2561–2580**. สืบค้นจาก https://www.nesdc.go.th/download/document/SAC/NS_SumPlanOct2018.pdf, 2561.
- Blanchard, K., Zigarmi, P., & Zigarmi, D. **Leadership and the one minute manager: Increasing effectiveness through situational leadership**. New York: William Morrow and Company, 1985.
- Locke, E. A. and Latham, G. P. **A theory of goal setting and task performance**. NJ: PrenticeHall. 1990.
- Locke E.A. and Latham G.A. **Building a Practically Useful Theory of Goal Setting and Task Motivation**. American Psychologist, 2002.
- Morgenroth, T, Michelle K. Ryan, K. P. **The Motivational Theory of Role Modeling: How Role Models Influence Role Aspirants' Goals**. Review of General Psychology. 19(4), 465–483. Retrieved from <https://journals.sagepub.com/doi/10.1037/gpr0000059>. 2015.
- Norcross, J. C., & Vangarelli, D. J. **The resolution solution: longitudinal examination of New Year's change attempts**. Journal of Substance Abuse, 1(2), 127–134. Retrieved from [https://doi.org/10.1016/s0899-3289\(88\)80016-6](https://doi.org/10.1016/s0899-3289(88)80016-6), 1988.
- Vroom, V. **Work and motivation**. New York: Wiley, 1964.