



ศึกษาความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาล  
ในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม

ลัดดา ไทยปรีชา

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรศาสนศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา

คณะศาสนาและปรัชญา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

พฤษภาคม ๒๕๕๙

(ลิขสิทธิ์นี้เป็นของมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย)



ศึกษาความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาล  
ในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม

ลัดดา ไทยปรีชา

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา

คณะศาสนาและปรัชญา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

พฤษภาคม ๒๕๕๙

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย)

ศึกษาความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาล  
ในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม

ลัดดา ไทยปรีชา

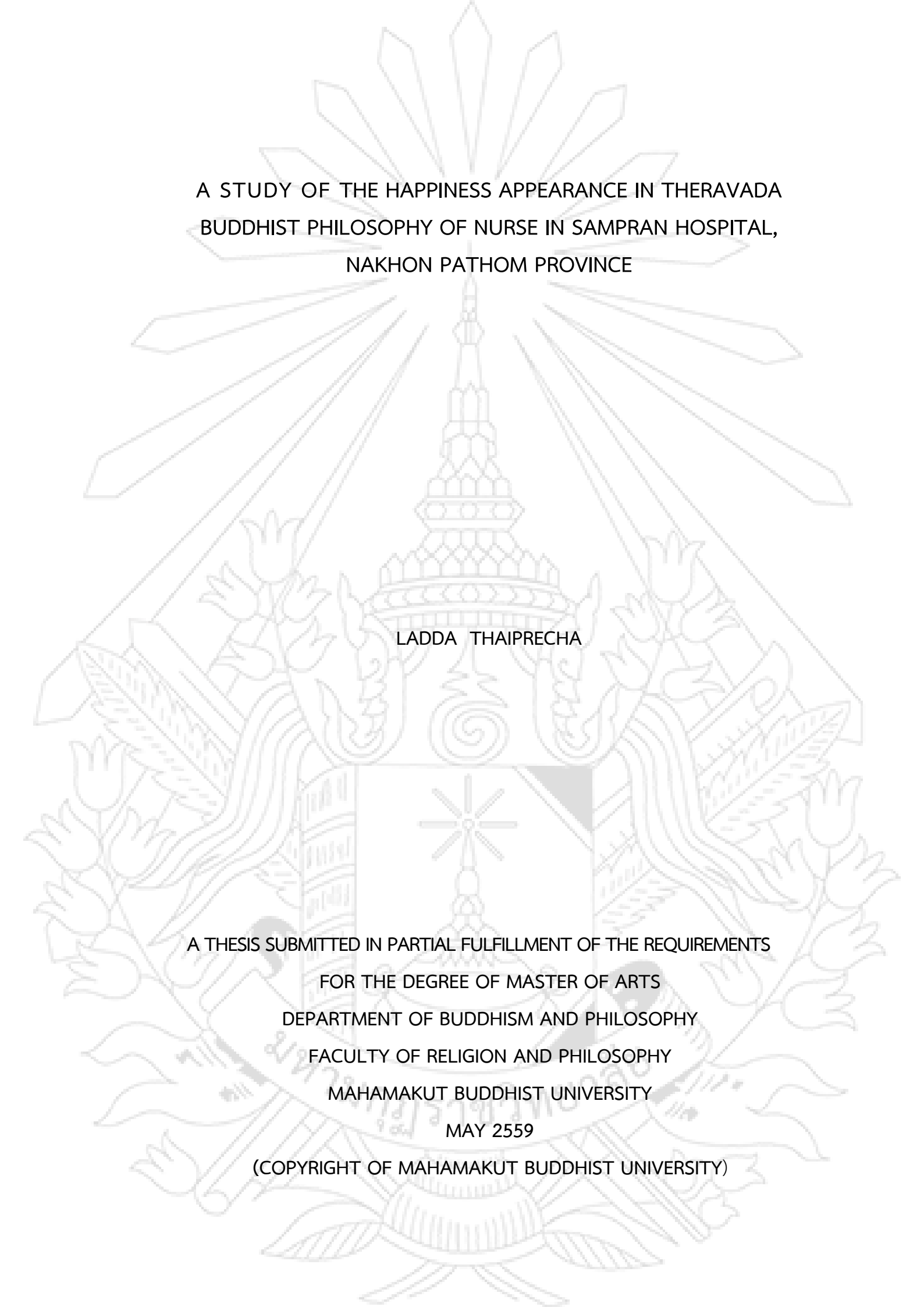
วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา

คณะศาสนาและปรัชญา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

พฤษภาคม ๒๕๕๙

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย)



A STUDY OF THE HAPPINESS APPEARANCE IN THERAVADA  
BUDDHIST PHILOSOPHY OF NURSE IN SAMPRAN HOSPITAL,  
NAKHON PATHOM PROVINCE

LADDA THAIPRECHA

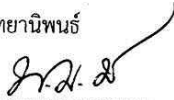
A THESIS SUBMITTED IN PARTIAL FULFILLMENT OF THE REQUIREMENTS  
FOR THE DEGREE OF MASTER OF ARTS  
DEPARTMENT OF BUDDHISM AND PHILOSOPHY  
FACULTY OF RELIGION AND PHILOSOPHY  
MAHAMAKUT BUDDHIST UNIVERSITY  
MAY 2559

(COPYRIGHT OF MAHAMAKUT BUDDHIST UNIVERSITY)

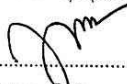


คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์และคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ได้พิจารณา  
วิทยานิพนธ์ของ นางสาวลัดดา ไทยปรีชา ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม  
หลักสูตรศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา ของมหาวิทยาลัย  
มหามกุฏราชวิทยาลัยได้

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

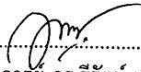


..... อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก  
(พระมหามหาวินทร์ ปุริสุตโตโม, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.)



..... อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม  
(ดร.เมธา หริมเทพาธิป)

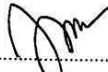
คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์



..... ประธานกรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธีรธัม แสงแก้ว)




..... กรรมการ  
(พระมหามหาวินทร์ ปุริสุตโตโม, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.)



..... กรรมการ  
(ดร.เมธา หริมเทพาธิป)



..... กรรมการ  
(พระมหาสมมติ คุณโสโก, ดร.)



..... กรรมการ  
(รองศาสตราจารย์ วีรดิษฐ์ กางทอง)

คณะศาสนาและปรัชญา อนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม  
หลักสูตรศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา ของมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย



..... คณบดีคณะศาสนาและปรัชญา  
(พระศรีมงคลเมธี, ดร.)

วันที่ 31 เดือน มีนาคม พ.ศ. 2559

5720150232005 : สาขาวิชา: พุทธศาสนาและปรัชญา; ศน.ม. (ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต)

คำสำคัญ : ศึกษาความสุข/พุทธปรัชญาเถรวาท/พยาบาลโรงพยาบาลสามพรานจังหวัดนครปฐม

ลัดดา ไทยปรีชา : ศึกษาความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม (A Study of the Happiness According to Theravada Buddhist Philosophy of Nurses in Sampran Hospital, Nakhonpathom Province) คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ : พระมหามหาวินทร์ ปุริสุตโตโม ผศ.ดร., ดร. เมธา หริมเทพาธิป, 140 หน้า ปี พ.ศ. 2559.

การวิจัยมีวัตถุประสงค์ ดังนี้ 1) เพื่อศึกษาความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท 2) เพื่อศึกษาความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม และ 3) เพื่อวิเคราะห์ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ โดยศึกษาพระไตรปิฎกและเอกสารที่เกี่ยวข้องและมีการเก็บข้อมูลจากพยาบาลวิชาชีพ จำนวน 10 คน ประกอบการวิเคราะห์และสรุป

ผลการวิจัย พบว่า

1) ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท เป็นหลักธรรมในพระพุทธศาสนาซึ่งให้ความเป็นจริงและเป็นสิ่งสำคัญในการดำรงชีวิตและการปฏิบัติงานของคฤหัสถ์ หรือผู้ครองเรือน มี 4 ประการ ได้แก่ อตถิสุข โภคสุข อนนสุข และอนวัชชสุข สามารถนำไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิตให้เกิดมีความสุขอย่างแท้จริง ให้เกิดคุณประโยชน์สุขค้ำค่ากับการที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ 2) พยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม เข้าใจว่า ความสุขตามแนวดังกล่าว เป็นหลักธรรมคำสอนให้ตนเองและครอบครัวระมัดระวังและไม่ประมาทในการใช้ชีวิต รู้จักเหตุผล รู้จักการประมาณตน มีความรัก ความเมตตา กรุณา และเข้าใจว่าพยาบาล เป็นผู้มิบบทบาทหน้าที่ดูแลและให้การช่วยเหลือบุคคลเจ็บป่วย ให้การฟื้นฟูสภาพ การป้องกันโรค การส่งเสริมสุขภาพและการช่วยเหลือกระทำการรักษาโรค ด้วยหลักวิทยาศาสตร์และศิลปะการพยาบาล พยาบาลจะต้อง ลด ละ เลิก จากกามตัณหา ส่งเสริมสร้างสรรค์ การอยู่ร่วมกันในสังคม 3) การปฏิบัติตามหลักพุทธปรัชญา เถรวาท เรื่องสุข 4 ประการ อย่างสม่ำเสมอ ทำให้การดำรงชีวิตมีความสุขสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ ทำให้เกิดความสุขและสันติ

5720150232005 : MAJOR: BUDDHISM AND PHILOSOPHY; M.A. (MASTER OF ART)

KEYWORDS: THEHAPPINESS/THERAVADA BUDDHIST PHILOSOPHY/NURSE

LADDA THAIPRECHA : A STUDY OF THE HAPPINESS ACCORDING TO THERAVADA BUDDHIST PHILOSOPHY OF NURSES IN SAMPRAN HOSPITAL, NAKHON PATHOM PROVINCE. ADVISORY COMMITTEE: PHRAMAHA MAGHAVIN PURISUTTAMO, (ASST.PROF.DR.), DR. METAH RIMTEPATIP, 140 PP, B. E. 2016 (2559)

The objectives of this thesis were; 1. To study happiness according to Theravada Buddhist philosophy, 2. To study happiness according to Theravada Buddhist philosophy of the nurses in Sampran Hospital in Nakhon Pathom Province, and 3. To analyze happiness according to Theravada Buddhist philosophy of the nurses in Sampran Hospital in Nakhon Pathom Province. The study was qualitative and its data were collected from the Tipitaka, documentary and 10 certified nurses.

**The results of the study found that:**

1) The happiness according to Theravada Buddhist philosophy emphasized on the facts and performance of lay-people based on 4 factors; happiness resulting from economic security, enjoyment of wealth, bliss of debtlessness, and bliss of blamelessness. All these four factors of happiness could be applied in living a life to achieve the real happiness and advantages of human beings. 2) The nurses in Sampran Hospital in Nakhon Pathom Province believed that the mentioned happiness was the principle making them and their families live the life carefully, realize causes and results, be satisfied with whatever they own, and have loving-kindness and compassion, and they also realized that the nurses' responsibilities were to take care, assist, rehabilitate, prevent the disease, encourage the wellness, and cure the patients. Furthermore, the nurses must reduce and refrain from sensual desire, but promote co-living a life in society. 3) The regular practice in the four happiness principles in Theravada Buddhist philosophy could enable living a life full of physical and mental happiness and create peace and happiness in society.

## ประกาศคุณูปการ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยดี ด้วยความสนับสนุนจากคณาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญในมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยทุกท่านที่ได้ประสิทธิประสาทวิชาความรู้และให้คำแนะนำแนวทางในการทำวิทยานิพนธ์ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในพระคุณเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกล่าวนามเพื่อขอบพระคุณเป็นอย่างสูงในโอกาสนี้ คือ ผศ.ดร. อธิวัฒน์ แสงแก้ว ประธานกรรมการ ที่ให้คำแนะนำตรวจแก้ไขวิทยานิพนธ์และขอบพระคุณคณะกรรมการสอบทุกท่าน ที่ได้ชี้แนะข้อบกพร่องในงานวิจัยให้เสร็จสมบูรณ์

นอกจากนี้แล้ว ผู้วิจัยขอบพระคุณ พระมหามหาวินทร์ ปุริสุตโตโม (ผศ.ดร.) อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก และ ดร. เมธา หริมเทพาธิป อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม กรรมการผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ที่ได้ให้คำแนะนำ แก้ไข เพิ่มเติมเนื้อหาและข้อคิดเห็นต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์หลายประการให้แก่ผู้วิจัย ทำให้การศึกษางานวิจัยเสร็จสมบูรณ์ได้ด้วยดี

ขอบคุณ รศ.ดร.จ่านง คันธิก, รศ.(พิเศษ) ดร.สุกิจ ชัยมุสิก และผศ.ดร.บุญร่วม คำเมืองแสน ที่ให้ความอนุเคราะห์ตรวจสอบเครื่องมือ ให้คำแนะนำในด้านต่าง ๆ คณาจารย์เจ้าหน้าที่มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ทุกท่านที่อำนวยความสะดวกให้บริการแนะนำด้วยดีและเพื่อนนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญาทุกท่านที่ให้คำปรึกษาแนะนำช่วยเหลือ คอยให้กำลังใจ แลกเปลี่ยนข้อมูลในการทำวิจัยครั้งนี้ รวมถึงท่านผู้เจ้าของผลงานวิชาการอันทรงคุณค่าทุกท่านที่ผู้วิจัยได้นำมาประกอบงานวิจัยฉบับนี้

ขอบคุณผู้อำนวยการโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม และข้าราชการ/เจ้าหน้าที่พยาบาลโรงพยาบาลสามพราน ทุกท่าน ที่ให้ความเมตตาอนุเคราะห์ร่วมมือเป็นอย่างดีในการเก็บรวบรวมข้อมูลที่ใช้ในการวิจัยนี้สำเร็จได้ด้วยดี

กราบขอบพระคุณ คุณแม่สง่า ไทยปรีชา และพี่ ๆ ทุกคนที่ให้กำลังใจและสนับสนุนผู้วิจัยด้วยดีเสมอมา

คุณค่าและประโยชน์ของวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบเป็นกตัญญูกตเวทิตาแด่บุพการีบูรพาจารย์และผู้มีพระคุณทุกท่านทั้งในอดีตและปัจจุบัน ที่ทำให้ผู้วิจัยเป็นผู้มีการศึกษาและประสบความสำเร็จมาจนตราบเท่าทุกวันนี้

ลัดดา ไทยปรีชา



## สารบัญคำย่อ

พระไตรปิฎกที่ผู้วิจัยใช้เป็นหลักในการศึกษาค้นคว้าเพื่อเขียนวิทยานิพนธ์ มีดังนี้ พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๙ ในการอ้างอิง โดยให้ชื่อย่อของคัมภีร์พระไตรปิฎกในเชิงอรรถของงานวิจัย ซึ่งมีคำย่อและคำเต็มเรียงตามลำดับคัมภีร์ ดังต่อไปนี้

คำย่อ	คำเต็ม
<b>พระวินัยปิฎก</b>	
วิ.มหา.	วินัยปิฎก มหาวิภังค
วิ.ม.	วินัยปิฎก มหาวคค
<b>พระสุตตันตปิฎก</b>	
ที.ม.	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวคค
สั.ม.	สุตตันตปิฎก สัยุตตนิกาย มหาวารวคค
อง.ทุก.	สุตตันตปิฎก องคุดตนิกาย ทุกนิပါတ
อง.ติก.	สุตตันตปิฎก องคุดตนิกาย ติกนิပါတ
อง.จตุกก.	สุตตันตปิฎก องคุดตนิกาย จตุกกนิပါတ
อง.ปถจก.	สุตตันตปิฎก องคุดตนิกาย ปถจกนิပါတ
อง.สตตก.	สุตตันตปิฎก องคุดตนิกาย สตตกนิပါတ
อง.นวก.	สุตตันตปิฎก องคุดตนิกาย นวกนิပါတ
อง.ทสก.	สุตตันตปิฎก องคุดตนิกาย ทสกนิပါတ
ขุ.อุ.	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย อุทาน
ขุ.อิติ.	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย อิติวุตตก
ขุ.เถร.	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย เถรคาถา
ขุ.ม.	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย มหานิทเทศ

### การอ้างอิง

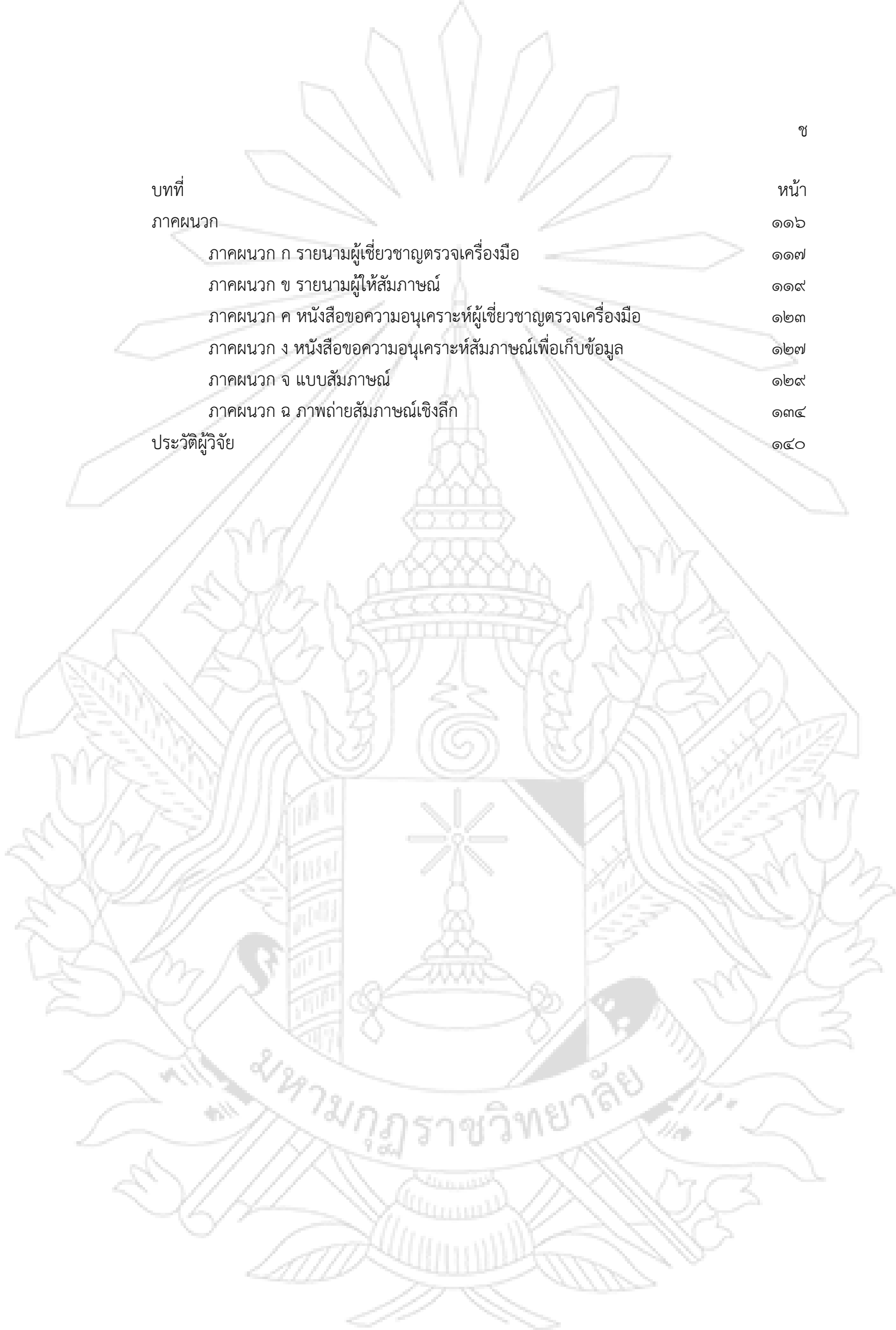
ชื่อย่อคัมภีร์พระไตรปิฎกมี ๓ ตอน คือ เลขเล่ม/เลขข้อ/เลขหน้า เช่น สั.ม. เล่มที่ ๑๙ ข้อที่ ๕๐๖ หน้าที่ ๓๑๓. หมายถึง พระสุตตันตปิฎก สัยุตตนิกาย มหาวารวคค เล่มที่ ๑๙ ข้อที่ ๕๐๖ หน้าที่ ๓๑๓ เป็นต้น

# สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
ประกาศศุญประกอบการ	ค
สารบัญคำย่อ	ง
สารบัญ	จ
สารบัญแผนภูมิ	ซ
บทที่	
๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๒
๑.๓ ขอบเขตของการวิจัย	๓
๑.๔ วิธีดำเนินการวิจัย	๓
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะ	๔
๑.๖ เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๕
๑.๗ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย	๑๓
๑.๘ กรอบแนวคิดการวิจัย	๑๓
๒ ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท	๑๕
๒.๑ ความหมายของความสุข	๑๕
๒.๒ ประเภทของความสุข	๑๙
๒.๓ บ่อเกิดของความสุข	๒๘
๒.๓.๑ ความสุขเกิดจากกามคุณ	๒๙
๒.๓.๒ ความสุขเกิดจากรูปฌาน	๒๙
๒.๓.๓ ความสุขเกิดจากนิพพาน	๓๐
๒.๔ ความสุขอย่างหยาบและความสุขอย่างแท้จริง	๓๑
๒.๔.๑ ความสุขอย่างหยาบ	๓๑
๒.๔.๒ ความสุขอย่างแท้จริง	๓๒
๒.๕ ดัชนีชี้วัดความสุขในพุทธปรัชญาเถรวาท	๓๓
๒.๕.๑ วัดจากจิตใจ	๓๓
๒.๕.๒ วัดจากความสมานฉันท์	๓๓
๒.๕.๓ วัดจากความพอเพียง	๓๔

บทที่	หน้า
๒.๕.๓ วัดจากปัจจัยสนับสนุนคุณภาพชีวิต	๓๔
๒.๖ ความสุขของคฤหัสถ์ ๔ ประการ ตามหลักพุทธปรัชญาเถรวาท	๓๕
๓ ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม	๔๔
๓.๑ ความหมายของการพยาบาล	๔๔
๓.๒ บทบาทและหน้าที่ของการพยาบาล	๔๕
๓.๓ องค์ประกอบที่สำคัญในการปฏิบัติหน้าที่ของพยาบาล	๕๑
๓.๔ จรรยาบรรณของพยาบาล	๕๓
๓.๕ การพยาบาลตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท	๖๐
๓.๖ กฎหมายเกี่ยวกับพยาบาล	๖๔
๓.๗ ประวัติของโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม	๗๐
๓.๘ ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม	๗๓
๔ วิเคราะห์ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม	๘๐
๔.๑ ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท	๘๐
๔.๒ ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม	๘๓
๔.๓ วิเคราะห์ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาล สามพรานจังหวัดนครปฐม	๙๒
๕ บทสรุปและข้อเสนอแนะ	๑๐๕
๕.๑ บทสรุป	๑๐๕
๕.๑.๑ สรุปความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท	๑๐๖
๕.๑.๒ สรุปความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาล สามพราน จังหวัดนครปฐม	๑๐๖
๕.๑.๓ สรุปการวิเคราะห์ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาล ในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม	๑๐๖
๕.๑.๔ ผลการสัมภาษณ์เชิงลึก	๑๐๖
๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๑๐๘
๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย	๑๐๘
๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย	๑๐๘
บรรณานุกรม	๑๑๐

บทที่	หน้า
ภาคผนวก	๑๑๖
ภาคผนวก ก รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ	๑๑๗
ภาคผนวก ข รายนามผู้ให้สัมภาษณ์	๑๑๙
ภาคผนวก ค หนังสือขอความอนุเคราะห์ผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ	๑๒๓
ภาคผนวก ง หนังสือขอความอนุเคราะห์สัมภาษณ์เพื่อเก็บข้อมูล	๑๒๗
ภาคผนวก จ แบบสัมภาษณ์	๑๒๙
ภาคผนวก ฉ ภาพถ่ายสัมภาษณ์เชิงลึก	๑๓๔
ประวัติผู้วิจัย	๑๔๐



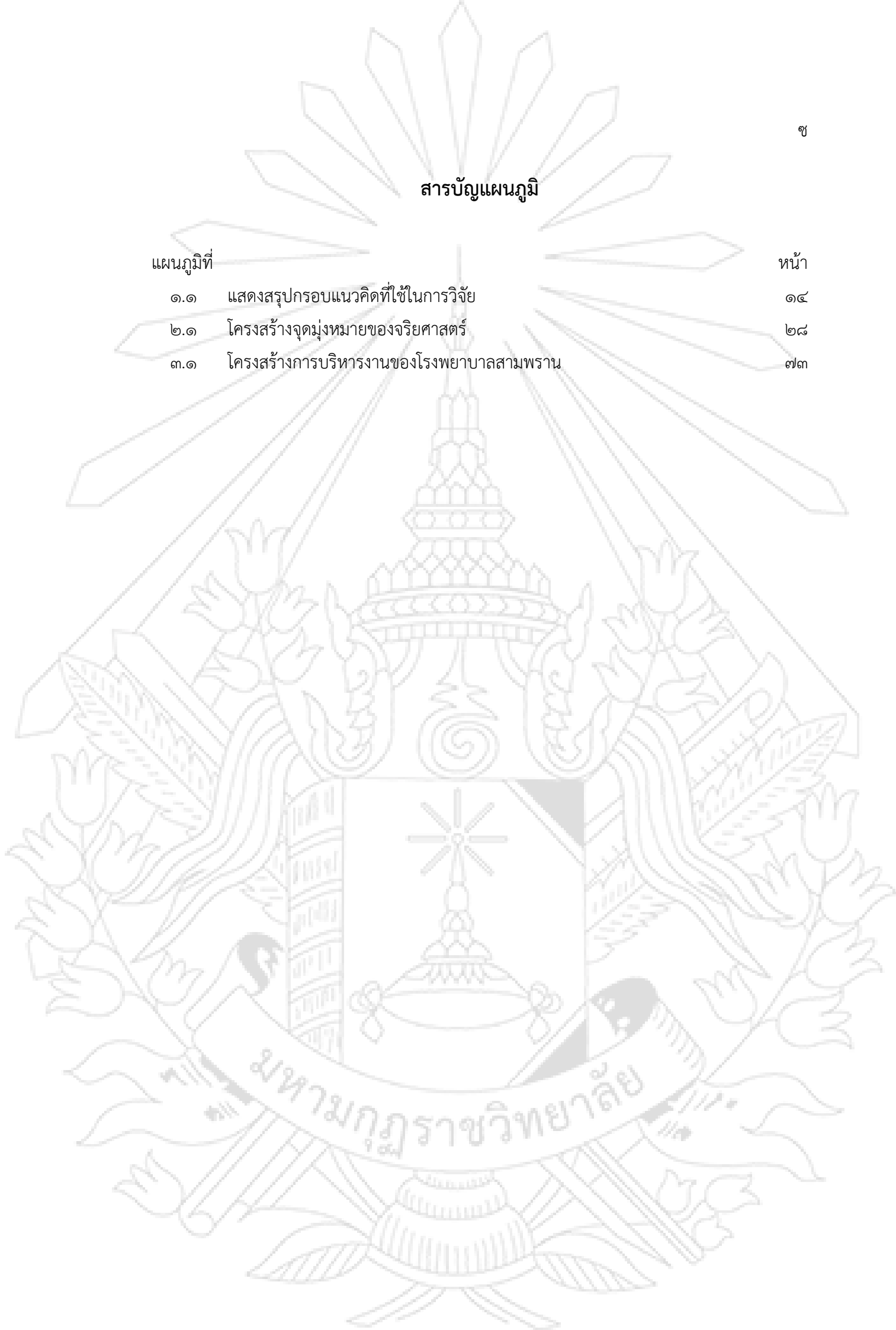
## สารบัญแนกมึ

แผนภูมิที่

- ๑.๑ แสดงสรุปรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย
- ๒.๑ โครงสร้างจุดมุ่งหมายของจริยศาสตร์
- ๓.๑ โครงสร้างการบริหารงานของโรงพยาบาลสามพราน

หน้า

- ๑๔
- ๒๘
- ๗๓





## บทที่ ๑

### บทนำ

#### ๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

จากสภาพสังคมยุคปัจจุบัน มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทุกด้าน เพราะวิทยาการต่าง ๆ เป็นเครื่องช่วยให้มนุษย์ได้รับความสะดวกสบายจากสิ่งต่าง ๆ เช่น เทคโนโลยีและสิ่งแวดล้อมเริ่มเข้ามามีบทบาทในการดำเนินชีวิตและสิ่งที่เราคาดไม่ถึงก็เป็นเหตุที่ทำให้มนุษย์ต้องมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา เพื่อความอยู่รอดในการดำเนินชีวิตและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในชีวิตประจำวันให้สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านสังคม เศรษฐกิจ การเมืองและวัฒนธรรม การเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ทำให้เกิดความไม่สมดุลระหว่างความเจริญทางด้านวัตถุกับการพัฒนาทางจิตใจ ดังนั้น ทรัพยากรมนุษย์เป็นปัจจัยสำคัญที่จะนำสู่การพัฒนาประเทศให้มั่นคงและยั่งยืน

ผลกระทบดังกล่าวส่งผลต่อการกระตุ้นและเพิ่มพูนความเข้มแข็งแก่สภาพจิตใจของพนักงานในองค์กร ให้มีสภาวะจิตใจที่เข้มแข็ง มีสติ มีปัญญา มีความสุขและมีกำลังใจที่ดี ยอมรับความเปลี่ยนแปลงที่อาจจะเกิดขึ้นและสามารถดำรงชีวิตอยู่ในช่วงสภาวะเศรษฐกิจถดถอยได้อย่างเป็นสุข ซึ่งจะส่งผลต่อคนรอบข้างของพนักงานซึ่งจะได้รับความสุขที่เกิดขึ้นนี้ตามไปด้วย

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสร้างสุขภาพ (สสส.) ได้ส่งเสริมและสนับสนุนให้มีการดำเนินโครงการสร้างเสริมองค์กรสุขภาพ (Healthy Organization) หรือที่รู้จักกันในนาม Happy Workplace ซึ่งเป็นโครงการที่มุ่งส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ดีของบุคลากรที่ปฏิบัติงานในหน่วยงาน หรือสถานประกอบการต่าง ๆ จุดมุ่งหมายเพื่อให้หน่วยงานต่าง ๆ ได้มีแนวทางการสร้างความสุขโดยให้พนักงาน หรือบุคลากรทุกคนทำงานกันอย่างมีความสุข ซึ่งความสุขนั้นจะต้องครอบคลุมอย่างน้อย ๘ ประการ คือ ความสุขด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม ด้านกิจกรรมผ่อนคลาย ด้านสมอง ด้านทางแห่งความสงบ ด้านการเงินและความสุขด้านครอบครัว (พากร วังศิริรัตน์, ๒๕๕๔, หน้า ๒)

โรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม มีความสำคัญในฐานะเป็นองค์กร หรือหน่วยงานรัฐ มีอำนาจและหน้าที่กำกับดูแล ควบคุม ออกระเบียบ ประกาศ คำสั่ง และปฏิบัติตามนโยบายของกระทรวงสาธารณสุข มีบุคลากรเป็นพยาบาล พนักงาน ซึ่งเกิดจากความต้องการและความจำเป็นทางสังคม มีหน้าที่รับใช้ให้บริการผู้ป่วยทั่วไปและผู้ป่วยเฉพาะทาง ตลอดทั้งให้คำปรึกษาปัญหาให้ผู้ป่วยเกิดมีกำลังใจต่อสู้กับชีวิตอีกต่อไปได้ ในการบริการให้บรรลุจุดมุ่งหมายในการให้บริการนั้นจะต้องประกอบด้วยปัจจัยหลายอย่าง เช่น คน เงิน วัตถุ เทคโนโลยีและการจัดการที่ดี ซึ่งหากโรงพยาบาลสามพราน มีปัจจัยต่าง ๆ เหล่านี้พร้อมย่อมทำให้การบริการของพยาบาลดำเนินงานอย่างมีประสิทธิภาพ และการดำเนินชีวิตของพยาบาลย่อมมีความสุข จากการตรวจสอบปัญหาพบว่าสาเหตุมักจะเป็น

ปัญหาในเชิงจริยธรรม คือปัญหาการเงิน ขาดกำลังพล คนเกียจงาน อาคารสถานที่คับแคบ อุปกรณ์เครื่องมือทางการแพทย์มีไม่เพียงพอและเสี่ยงต่อภาวะการติดเชื้อโรค ส่งผลกระทบต่อขวัญและกำลังใจ เกิดความเครียดไม่มีความสุขในการทำงานและการดำเนินชีวิตในครอบครัว (โรงพยาบาลสามพราน, ๒๕๕๗, หน้า ๘)

ในทางพุทธปรัชญาเถรวาทนั้น มีหลักคำสอนในเรื่องการพัฒนาคุณภาพชีวิต เพราะเมื่อมีการพัฒนาทางด้านร่างกายและจิตใจจะนำไปสู่การพัฒนาองค์กร หน่วยงาน สังคมและเป็นการพัฒนาที่ทำให้เกิดผลของการพัฒนาอย่างแท้จริง โดยการให้ความสำคัญกับความสุขทางจิตใจอันเกิดจากความมีอิสรภาพที่พึ่งตนเองได้และความเข้มแข็งของตนเอง ซึ่งเป็นเครื่องชี้ให้เห็นระดับการพัฒนาประการหนึ่ง หลักธรรมในพระพุทธศาสนาที่เป็นหลักการพัฒนาคุณภาพชีวิต ที่เป็นเครื่องพัฒนาชีวิตไปสู่ความเจริญ คือ สุข ๔

สุข ๔ คือ อตฺถิสุข (สุขเกิดจากความมีทรัพย์) โภคสุข (สุขเกิดจากการใช้จ่ายทรัพย์) อนนฺตสุข (สุขเกิดจากความไม่เป็นหนี้) และอนวัชชสุข (สุขเกิดจากความประพฤติที่ไม่มีโทษ) (อง.จตุกก, เล่ม ๒๑, ข้อ ๖๒, หน้า ๑๐๖) เป็นหลักการพัฒนาคุณภาพชีวิต เพื่อนำชีวิตไปสู่ความเจริญรุ่งเรือง เพื่อที่จะนำไปแก้ปัญหาค่าต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในเหตุการณ์ปัจจุบัน เพราะความเจริญและการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ การเมืองและสังคมวัฒนธรรม เริ่มเสื่อมโทรมทางด้านศีลธรรม จริยธรรม สนใจแต่เทคโนโลยี ไม่สนใจสิ่งแวดล้อม ซึ่งทำให้วิถีชีวิตขาดความมั่นคง เลื่อนไหลไปตามกระแสสังคม เกิดการเห็นแก่ตัว อำนาจกิเลสครอบงำ ขาดปัญญาเป็นพื้นฐานของชีวิตที่จะบริหารการดำเนินชีวิตอย่างมีระบบระเบียบให้ถูกต้อง ดังนั้น สุข ๔ จึงเป็นสิ่งจำเป็นต่อพยาบาลที่ควรใช้ในการดำเนินชีวิต

ด้วยเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยในฐานะผู้ปฏิบัติงานจึงสนใจทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม เพื่อจะให้เป็นข้อเสนอสู่ในการนำไปแก้ปัญหาค่าการปฏิบัติงานและการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข ทั้งนี้เพื่อให้ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องได้นำผลการวิจัยไปใช้เป็นแนวทางในการปรับปรุงแก้ไขปัญหาค่าต่าง ๆ ในการปฏิบัติงานต่อไป

## ๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท

๑.๒.๒ เพื่อศึกษาความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม

๑.๒.๓ เพื่อวิเคราะห์ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม

### ๑.๓ ขอบเขตของการวิจัย

#### ๑.๓.๑ ขอบเขตด้านประชากร

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่

๑. พยาบาลวิชาชีพของแต่ละกลุ่มงาน/แผนกงานของพยาบาลโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม พ.ศ. ๒๕๕๘ จำนวน ๑๐ คน

#### ๑.๓.๒ ขอบเขตด้านเนื้อหา

๑. ศึกษาความสุขของคฤหัสถ์ ๔ ประการ ที่ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎก

๒. ศึกษาหนังสือ บทความ วารสาร เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### ๑.๓.๓ ขอบเขตด้านพื้นที่

๑. โรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม เลขที่ ๓๕/๑๐ หมู่ ๑ ถนนเพชรเกษม ตำบล ท่าตลาด อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม

#### ๑.๓.๔ ขอบเขตด้านเวลา

๑. งานวิจัยนี้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลในช่วงเวลาตั้งแต่ เดือนตุลาคม ๒๕๕๗ จนถึง เดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๕๘

### ๑.๔ วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูลจากเอกสาร (Documentary Research) และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยมีขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย ดังนี้

๑.๔.๑ รวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Sources) คือ พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พุทธศักราช ๒๕๓๘

๑.๔.๒ รวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Sources) คือ หนังสือ บทความ วารสาร และเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๔.๓ นำประเด็นสำคัญเรื่อง ความสุขของคฤหัสถ์ ๔ ประการ ตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของเจ้าหน้าที่พยาบาลไปทำแบบสอบถามสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อความเชื่อมั่น คือ พยาบาลวิชาชีพของแต่ละกลุ่มงาน/แผนกงานของพยาบาลโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม จำนวน ๑๐ คน

๑.๔.๔ ศึกษาความสุขของคฤหัสถ์ ๔ ประการ ตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของเจ้าหน้าที่พยาบาลจากข้อมูลทั้งหมดที่ได้มาด้วยการอธิบายรวบรวมเรียบเรียงให้เหมาะสมกับเนื้อหาของงานวิจัย

๑.๔.๕ นำข้อมูลความรู้ที่ได้จากการวิจัยความสุขของคฤหัสถ์ ๔ ประการ ตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของเจ้าหน้าที่พยาบาลมาวิเคราะห์ ตีความร่วมกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่พยาบาล จำนวน ๑๐ คน และรวบรวมข้อมูลให้ถูกต้องตามระเบียบวิธีวิจัย

## ๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะ

การวิจัยครั้งนี้ เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ตรงกัน ผู้วิจัยจึงกำหนดคำนิยามศัพท์ไว้ ดังนี้

**ความสุข** หมายถึง ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท ในที่ได้แก่ ความสุขของคฤหัสถ์ ๔ ประการ คือ อตติสุข โภคสุข อนนสุข และอนวชชสุข ของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม

**สุข** หมายถึง หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่จะนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีของพยาบาล โรงพยาบาลสามพราน อย่างมีความสุข ประกอบด้วย

**๑. อตติสุข** หมายถึง สุขเกิดแต่ความมีทรัพย์ อันได้แก่ เจ้าหน้าที่พยาบาลโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม เอาใจใส่ขยันซื่อสัตย์ในการทำงาน ได้ทรัพย์มาเลี้ยงชีพอย่างมีความสุข

**๒. โภคสุข** หมายถึง สุขเกิดแต่การใช้จ่ายทรัพย์บริโภค อันได้แก่ เจ้าหน้าที่พยาบาลโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม ได้ทรัพย์มารู้จักแบ่งปันส่วนใช้จ่ายและเก็บรักษาไว้ใช้สอยในยามจำเป็น

**๓. อนนสุข** หมายถึง สุขเกิดแต่ความไม่เป็นหนี้ อันได้แก่ เจ้าหน้าที่พยาบาลโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม รู้จักประหยัดมัธยัสถ์ ไม่ฟุ่มเฟือย ใช้จ่ายทรัพย์อย่างระมัดระวัง

**๔. อนวชชสุข** หมายถึง สุขเกิดแต่ความประพฤติที่ไม่มีโทษ อันได้แก่ เจ้าหน้าที่พยาบาลโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม ประกอบอาชีพสุจริต ละเว้นอาชีพที่เป็นโทษ สร้างความเข้าใจและพัฒนาการดำเนินชีวิตอย่างพอเพียง เพิ่มประสิทธิภาพและประสิทธิผลให้กับองค์กร

**พยาบาลวิชาชีพ** หมายถึง เจ้าหน้าที่พยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม ที่สำเร็จการศึกษาอย่างต่ำปริญญาตรี หรือเทียบเท่าได้ชั้นทะเบียนและได้รับอนุญาตประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ชั้น ๑ ซึ่งสภาการพยาบาลได้กำหนดขอบเขตการปฏิบัติงานของพยาบาลวิชาชีพขั้นพื้นฐานไว้ คือ ๑. เป็นผู้ปฏิบัติการพยาบาล ใช้ความรู้ทางศาสตร์การพยาบาล ประเมินปัญหาสุขภาพให้การวินิจฉัย วางแผนป้องกันและส่งเสริมสุขภาพ รวมทั้งวางแผน การพยาบาล พยาบาลแก่ผู้รับบริการ ครอบครัว และชุมชน ประสานความร่วมมือกับบุคลากรในทีมสุขภาพที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้กระบวนการดูแลผู้ป่วยและครอบครัวดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ มีส่วนร่วมในการประชุมปรึกษาหารือ/ตรวจเยี่ยมผู้ป่วยร่วมกับบุคลากรในทีมสุขภาพ ฝ้าสังเกตวิเคราะห์อาการและอาการเปลี่ยนแปลงของผู้ป่วย ควบคุมดูแลสิ่งแวดล้อมในหอผู้ป่วยให้เอื้อต่อการดูแลพยาบาลและมีความเหมาะสมสำหรับเป็นแหล่งฝึกปฏิบัติของนักศึกษาในทีมสุขภาพทุกระดับ รวมถึงการป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อโรค ป้องกันความเสี่ยงอันตรายที่จะเกิดกับผู้ป่วยร่วมประชุมปรึกษารือกับบุคลากรในหน่วยงาน เพื่อประเมินปัญหาและร่วมหาแนวทางในการแก้ไขเพื่อพัฒนาคุณภาพของการรักษาพยาบาล จัดเตรียมอุปกรณ์เครื่องมือและเครื่องใช้ที่จำเป็น การรักษาพยาบาลให้อยู่ในสภาพที่พร้อมใช้ได้ตลอดเวลาสอนสุขศึกษาและให้คำปรึกษาแก่ผู้รับบริการครอบครัวและประชาชนทั่วไป ควบคุมคุณภาพของการพยาบาลในหอผู้ป่วย โดยใช้มาตรฐาน การพยาบาลและคู่มือในการปฏิบัติการพยาบาลต่าง ๆ ให้คำแนะนำและช่วยเหลือบุคลากรด้านการพยาบาลใน การ

แก้ปัญหาทางการพยาบาล เป็นแบบอย่างที่ดีในการปฏิบัติการพยาบาล ๒. ด้านการบริหารจัดการมีส่วนร่วมในการสร้างทีมการพยาบาลที่มีประสิทธิภาพในการดูแลผู้ป่วยและครอบครัว มีส่วนร่วมในการวิเคราะห์ปัญหาและแก้ไขอุปสรรคที่เกิดจากระบบงานบุคคลและสิ่งแวดล้อมมีส่วนร่วมในโครงการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพอนามัยของหน่วยงาน ร่วมประชุมปรึกษาหารือกับผู้บริหารทางการพยาบาล เพื่อประเมินคุณภาพของการให้การพัฒนาหอผู้ป่วย หรือหน่วยงานให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ในการพัฒนาหอผู้ป่วยมีส่วนร่วมในกิจกรรมขององค์กรวิชาชีพการพยาบาล ๓. ด้านวิชาการมีส่วนร่วมในการปฐมนิเทศพยาบาลเข้าปฏิบัติงานใหม่และผู้เข้ามารับการอบรมสอน หรือเป็นที่เลี้ยงให้แก่นักศึกษาพยาบาล มีส่วนร่วมในการจัดทำโครงการจัดทำคู่มือการสอนและการให้ความรู้แก่ผู้ป่วย ครอบครัวและประชาชนทั่วไปให้ความร่วมมือ หรือมีส่วนร่วมในการทำวิจัยทางการพยาบาลและนำผลการวิจัยมาใช้ในการปรับปรุงคุณภาพการพยาบาลในหน่วยงานที่ปฏิบัติงาน ได้แก่ กลุ่มเวชปฏิบัติ ครอบครัวและชุมชน กลุ่มงานศัลยกรรมกลุ่มงานทันตกรรม กลุ่มงานพยาบาล กลุ่มงานเทคนิคบริการ กลุ่มงานรังสีและฝ่ายบริหารทั่วไป

**โรงพยาบาลสามพราน** หมายถึง โรงพยาบาลสามพรานในจังหวัดนครปฐม ซึ่งเป็นหน่วยงานราชการและสถานที่ให้บริการประชาชนที่เจ็บป่วย พร้อมทั้งให้ความรู้และเทคนิคในเรื่องการระวังป้องกันรักษาและส่งเสริมฟื้นฟูสุขภาพผู้ป่วย

**พุทธปรัชญาเถรวาท** หมายถึง ความสุขของคฤหัสถ์ ๔ ประการ ตามหลักคำสอนในพระพุทธศาสนานิกายเถรวาท ได้แก่ ๑) อตถิสุขิ (สุขเกิดแต่ความมีทรัพย์) ๒) โภคสุขิ (สุขเกิดแต่ การจ่ายทรัพย์บริโภค ๓) อนณสุขิ (สุขเกิดแต่ความไม่ต้องเป็นหนี้ และ ๔) อนวชชสุขิ (สุขเกิดแต่ ประกอบการงานที่ปราศจากโทษ

## ๑.๖ เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาเรื่อง ศึกษาความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม ครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาส่วนที่เกี่ยวข้องกับความสุขของพยาบาลทั้งโดยทั่วไป และตามพุทธปรัชญาเถรวาท ที่ปรากฏในเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาเป็นประโยชน์ต่อการวิจัย โดยผู้วิจัยได้นำมากล่าวพอสังเขป ดังนี้

### ๑.๖.๑ เอกสารที่เกี่ยวข้อง

**กิริติ บุญเจือ** (๒๕๒๘, หน้า ๒๙) ได้กล่าวถึงอริสโตเติลในหนังสือชุดพื้นฐานปัญญาจริยศาสตร์ สำหรับผู้เริ่มเรียนว่า จุดหมายสูงสุดของชีวิตอยู่ที่การหาความรู้โดยการถอดสิ่งสากลจากสิ่งเฉพาะหน่วย ซึ่งจะนำไปสู่การมีชีวิตด้วยความกลมกลืน ทั้งภายในตนเองและกับสิ่งแวดล้อมหมายถึง การปฏิบัติเพื่อเข้าถึงความดี อาจจะมีผิดมีถูกได้ ในที่สุดจะไปหยุดอยู่ที่ความสุข ความสุขที่แท้จริงนั้นคนจะได้เข้าถึง ต้องมีการปฏิบัติ หรือแสวงหาอย่างถูกต้อง



**จางง อติวัฒนสิทธิ์** (๒๕๔๗, หน้า ๑๒๘) ได้กล่าวในหนังสือ ศาสนา ชีวิตและสังคมว่า ความสะอาดแห่งจิต คือ จิตใจที่บริสุทธิ์ปราศจากสิ่งที่มาปรุงแต่งให้เกิดความเศร้าหมอง ซึ่งหมายถึง ปราศจากความโกรธ อาฆาต อิจฉาริษยา ความละโมภและความเห็นแก่ตัว ความที่มีใจที่สะอาดบริสุทธิ์ เป็นพื้นฐานสำคัญของการมองโลกในแง่ดี ส่งผลให้เกิดความรักความสามัคคีและความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน พระพุทธศาสนาให้ความสำคัญแก่ความสงบสุขแห่งจิตใจเหนือกว่าความสุขอันเกิดจากการมีทรัพย์สิน หรือการครอบครองทรัพย์สิน

**สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก** (เจริญ สุวฑฺฒโน) (๒๕๕๗, หน้า ๒๘ – ๓๐) ได้กล่าววิธีการเพื่อความสงบสุขของชีวิตในหนังสือ “วิธีสร้างบุญบารมี” ว่าพระพุทธศาสนาสุภาวียุติบทหนึ่งกล่าวไว้แปลความว่า “ละเหตุทุกข์ได้ เป็นสุขในที่ทั้งปวง” ความหมายโดยตรงและโดยง่ายก็คือ ไม่ทำเหตุที่จะทำให้เกิดความทุกข์ ก็จะไม่ทุกข์ ก็จะเป็นสุข ไม่ว่าจะอยู่แห่งหนตำบลใดก็จะมีสุข ก็จะเป็นสุข ทุกคนอยากเป็นสุข ยิ่งสามารถเป็นสุขในที่ทั้งปวง หรือตลอดเวลาเมื่ออยากเช่นนั้นเป็นผล ก็ต้องทำเหตุให้ตรงกับผลเช่นนั้น เหตุทุกข์คือความไม่ดีทุกประการ อันความไม่ดีทุกประการเกิดจากใจ เช่นเดียวกับความดีทุกประการที่เกิดจากใจ ท่านจึงว่าความทุกข์เกิดจากใจ ความสุขก็เกิดจากใจ หรืออีกอย่างหนึ่งก็ว่าความทุกข์เกิดจากความคิด ความสุขก็เกิดจากความคิด ความคิด หรือใจจึงเป็นความ สำคัญที่สุดสำหรับทุกคนจะมีสุข หรือทุกข์ก็อยู่ที่ใจ อยู่ที่ความคิดของใจ ใจคิดให้ละเหตุทุกข์ การพูดการทำกรรมทั้งปวงก็จะเป็นการละเหตุทุกข์ ความทุกข์ย่อมไม่มี ย่อมมีความสุข ย่อมเป็นสุข ละเหตุทุกข์ได้ เพียงไร ย่อมมีสุขเพียงนั้น ความคิดใครในสิ่งที่น่าปรารถนาพอใจ ความอยากมี อยากเป็น ความอยากไม่มีไม่เป็น นี่เป็นความคิดที่เป็นเหตุทุกข์ ทำความคิดนี้ให้เบาบางเพียงไร ความทุกข์จะลดน้อยลงเพียงนั้น ความสุขจะมีมากเพียงนั้น ปรารถนาจะละเหตุแห่งทุกข์ เพื่อเป็นสุขในที่ทั้งปวง ทั้งในภพนี้และในภพหน้า ต้องละความคิดดังกล่าว ซึ่งจะสามารถละได้ก็ต่อเมื่อใช้สติพิจารณา ความรู้สึกในใจ ให้เห็นความอยากที่เกิดขึ้นดังกล่าว ทั้งอยากได้สิ่งน่าใคร่ น่าปรารถนาพอใจ ทั้งอยากมี อยากเป็น อยากไม่มี ไม่เป็น ดูให้เห็น เห็นอย่างรู้ ว่าเป็นเหตุทุกข์ ต้องละเหตุทุกข์ต้องละความอยากเหล่านั้นให้ได้ ละให้ได้ทุกครั้งให้เห็นและ ที่รู้ว่าเป็นความอยาก พยายามดูใจตนเองให้เห็นดังกล่าว พยายาม ดังสิ่งที่เห็นเหตุทุกข์ดังกล่าว ทำไปเรื่อย ๆ จะมีสุขในที่ทั้งปวงได้แน่นอน

**พระพรหมคุณาภรณ์** (ป.อ. ปยุตฺโต) (๒๕๕๑, หน้า ๗๘) ได้กล่าวไว้ในหนังสือจาริกบุญ – จาริกธรรม ว่าในโลกนี้ไม่ว่าจะมองอะไร ก็เป็นอนิจจังทั้งสิ้น มีแต่ความเปลี่ยนแปลงไป เพราะฉะนั้นเราอย่าเอาชีวิตและความสุขของเราไปฝากไว้กับสิ่งภายนอก เช่น ทรัพย์สิน เงินทอง เป็นต้น ก็จะไม่ไ้สาระที่แท้จริง ซึ่งล้วนแต่เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ อนิจจังและอนัตตา เราต้องเร่งสร้างความดีงาม สิ่งทีประเสริฐให้เกิดขึ้นแก่ชีวิตด้วยการปฏิบัติธรรม เพื่อเป็นบุญกุศลที่ติงามและเราจะได้มีจิตใจที่ดี เบิกบานและได้ประสบพบเจอกับความสุขที่แท้จริง

**พระเทพเวที** (ประยูร ปยุตฺโต) (๒๕๓๖, หน้า ๙) ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “ความรักจากวาเลนไทน์” ว่าความรักจะทำให้คนอื่นมีความสุขนั้นต้องการกระทำที่สำคัญก็คือ การให้ การให้เป็นการ

ปฏิบัติการที่ชัดเจนและต้องใช้เวลาที่สุดในการให้ผู้อื่นมีความสุข ดังนั้น ผู้ที่มีความรัก จึงมีความสุขในการให้และให้ด้วยความสุข

**พระพรหมคุณาภรณ์** (ป.อ. ปยุตฺโต) (๒๕๔๒, หน้า ๕๕๖) ได้กล่าวในหนังสือ พุทธธรรม : ฉบับขยายความ ซึ่งสรุปความ สุขในพระพุทธศาสนาได้ ๓ ระดับ คือ ๑ กามสุข ได้แก่ สุขอันเนื่องด้วยกาม เป็นความสุขทางผัสสะที่ต้องอิงอาศัยวัตถุ เช่น ความสุขจากการกิน ดื่ม เทียว เป็นต้น ซึ่งเป็นความสุขของปุถุชนทั่วไป จัดเป็นความสุขชั่วคราว ส่วนฉนสุข ได้แก่ สุขอันเนื่องด้วยฉน หรือสมาธิเป็นความสุขด้านจิตใจที่ไม่อิงอาศัยวัตถุ ความสุขระดับฉนนี้เป็นความสุขที่สามารถทำให้เกิดทำให้มีได้ โดยการบำเพ็ญเพียรทางจิต ฉนนี้จัดอยู่ในระดับสมาธิและนิพพานสุข ได้แก่ สุขอันเนื่องด้วยนิพพาน อันหมายถึง การดับตัณหา ดับทุกข์ได้ เป็นสุขที่อยู่ในขั้นที่จิตมีอิสรภาพ หรือขั้นวิมุตติ ซึ่งมีปัญญาเห็นแจ้งจริงในสิ่งทั้งหลาย โดยไม่เข้าไปยึดติด หรือถูกรอบงำด้วยความแปรปรวนของโลกและชีวิต ความสุขขั้นนิพพานนี้จัดอยู่ในความสุขระดับปัญญา

**พระธรรมโกศาจารย์** (พุทธทาสภิกขุ) (๒๕๑๒, หน้า ๙ - ๑๘) ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “ความสุขในการทำงาน” ว่าการทำงานทุกชนิดต้องจิตว่างคือ ว่างจากความคิดนึก หรือรู้สึกที่มีความหมายเป็นตัวกู ของกู (ถ้ายังมีกิเลส) ทำหน้าที่เพื่อหน้าที่ เขาทำงานเพื่องาน ทำหน้าที่เพื่อหน้าที่ ถ้าจิตว่างก็จะเต็มไปด้วยสติปัญญา การทำงานให้จิตว่างคือทำให้การทำงานเป็นของสนุก ถ้าทำงานด้วยจิตว่างการทำงานก็กลายเป็นของทุกข์

**วคิน อินทสระ** (๒๕๓๓, หน้า ๑๓๔) ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “ความเข้าใจเกี่ยวกับชีวิต” ว่าคุณธรรมต้องตามด้วยความสุข คุณธรรมเป็นเหตุ ความสุขเป็นผล เรามีความอดทน มีความเสียสละ อันเป็นคุณธรรมก็เพื่อให้ได้รับความสุขในบั้นปลาย สุภาษิตไทยก็มีว่า “อดเปรี้ยวไว้กินหวาน” หากพึงให้ออดทนสร้างสมคุณธรรม เพื่อความสุขในบั้นปลายชีวิต คนทั่วไปก็มีความเพลิดเพลินในการประกอบความดีและควรได้รับความสุขเป็นการตอบแทน ตรงกันข้ามกับคนชั่วควรจะหาความสุขได้ยาก

นอกจากนี้ **วคิน อินทสระ** (๒๕๒๙, หน้า ๖๖ - ๖๘) ยังได้กล่าวไว้ในหนังสือ “เพื่อชีวิตที่ดี” ว่า ความสุขเป็นความหวานใจอย่างยิ่งของคนทั้งหลาย ด้วยเหตุนี้มนุษย์และสัตว์โลกทุกชนิดถึงใฝ่หาความสุขกันทั่วหน้าเท่าที่จะหาได้ในหมู่มนุษย์บางพวกเห็นว่า ความสุขที่ดีที่สุดโดยไม่ต้องคำนึงถึงคุณภาพของความสุขขอให้มีความสุขก็แล้วกันพวกนี้มักจะทุ่มเทชีวิตลงไปเป็นทาสของการแสวงหาความสุขทุกรูปแบบไม่ว่าจะได้มาทางใด เมื่อได้มาก็รื่นเริงสรรเสริญ ถ้าไม่ได้มาก็เศร้าโศกเสียใจ

**สุเชาว์ พลอยชุม** (๒๕๕๒, หน้า ๕๘) ได้กล่าวในหนังสือ “พุทธปรัชญาในสุดตันตปิฎก” สรุปว่า ความสุขของชาวโลก หรือคนทั่วไปแล้ว หากกล่าวสั้น ๆ ก็คือ มีสิน, กินได้, ไร้หนี้และมีงานทำ ความสุขทั้ง ๔ อย่างดังกล่าวนี้ก็คือ ภาวะตรงกันข้ามกับความจน อันเป็นที่มาของความทุกข์อีกหลายอย่างของชาวโลกนั่นเองและความสุขทั้ง ๔ อย่างนี้ พระพุทธศาสนาถือว่า ข้อที่ ๔ มีความสำคัญกว่า ๓ ข้อแรก

### ๑.๖.๒ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

**จำนง สวมประจำ** (๒๕๕๐, ๑๑๖ หน้า) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาหลักธรรมสำหรับฆราวาสในพระสูตรที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงแก่นานาภินทิกเศรษฐี” ผลการวิจัยพบว่า การแสดงความเคารพบุคคลสูงสุดในปัจจุบันเราจะเคารพโดยการกราบ ถือเป็น การเคารพสูงสุด เช่น กราบพระพุทธ กราบพระธรรม กราบพระสงฆ์ ถวายบังคมพระมหากษัตริย์ กราบบิดามารดา เป็นต้น การใช้ชีวิตโดยไม่เป็นหนี้ เป็นคุณธรรมที่ควรนำมาใช้ในชีวิตประจำวันเป็นแบบอย่างที่ดีคือการน้อมนำทฤษฎีเศรษฐกิจแบบพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ มาใช้โดยมีหลักการที่เดินทางสายกลาง รู้จักพอประมาณ มีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ภายใต้เงื่อนไขความรู้คือ รอบรู้ รอบคอบ ระมัดระวังและเงื่อนไขคุณธรรม คือ ซื่อสัตย์ สุจริต ขยัน อดทน สติปัญญา แบ่งปันไปสู่ชีวิต เศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อมสมดุล มั่นคง ยั่งยืน

**ชุติกัญจน์ เปาทุย** (๒๕๕๓, ๑๒๖ หน้า) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ระดับความสุขในการทำงานของพยาบาล : กรณีศึกษาเฉพาะ โรงพยาบาลศิริราช” ผลการวิจัยพบว่า ระดับความสุขในการทำงานของพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช โดยรวม อยู่ในระดับสูงมีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X} = ๓.๗๐$ ) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ความสุขทางใจ มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ( $\bar{X} = ๓.๘๘$ ) รองลงมา คือ ด้านความสุขทางกาย และด้านความสุขทางสังคม มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X} = ๓.๖๖$  และ  $๓.๕๗$ ) ด้านการรับรู้ต่อการบริหารงานกับทรัพยากรบุคคล พยาบาลโรงพยาบาลศิริราช โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X} = ๓.๓๑$ ) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านงานสัมพันธ์ทางสังคมในหน่วย มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ( $\bar{X} = ๓.๕๖$ ) รองลงมาคือ ด้านโอกาสความก้าวหน้าในงาน มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X} = ๓.๕๑$ ) สำหรับด้านที่มีค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ ด้านนโยบายและการบริหาร มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X} = ๓.๓๔$ ) ส่วนด้านสภาพแวดล้อมและสภาพการทำงาน ด้านรายได้ ค่าตอบแทนและสวัสดิการ มีค่าเฉลี่ย ( $\bar{X} = ๓.๑๔$  และ  $๒.๙๘$ ) ตามลำดับ

**ถนัด ตรัยเลิศวิเชียร** (๒๕๔๖, ๑๒๗ หน้า) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศิลปะการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขตามหลักพุทธธรรม” ผลการวิจัยพบว่า พุทธธรรมคือ คำสอนของพระพุทธเจ้า เป็นคำสอนที่มุ่งให้เกิดประโยชน์แก่บุคคลทุกประเภท ทั้งประเภทบรรพชิตและคฤหัสถ์คือ ครอบคลุมสังคมทั้งหมด ซึ่งสรุปหลักการได้ว่า มนุษย์ควรมีความสัมพันธ์ต่อกันโดยยึดหลักไม่เบียดเบียนกัน มีความอดทนและมีความเมตตากรุณาต่อกัน เพื่อความสงบสุขของสังคมร่วมกัน

**นิกร ศิริกุล** (๒๕๕๐, ๑๐๓ หน้า) ได้กล่าวถึงความสุขของมนุษย์ไว้ในวิทยานิพนธ์เรื่อง “ความสุขของมนุษย์ตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท” ไว้ว่า ความสุขของมนุษย์นั้นโดยสรุปแล้วก็มีอยู่ ๒ อย่างด้วยกันก็คือ ความสุขระดับของโลกียสุข นั่นก็คือ ความสุขที่เกิดจากกามสุขและกามสุขที่เกิดจากฌานทั้งสองอย่างนี้ถือว่าเป็นได้จากปุถุชนบุคคลทั่วไป แม้ในสังคมปัจจุบันนี้ก็ยังเห็นอยู่ ส่วนกามสุขที่เป็นขั้นของ โลกุตระสุข เป็นสุขที่ปราศจากพันธนาการทั้งปวงจะเห็นได้ก็ต่อเมื่อการได้ประพาสปฏิบัติจนถึงขั้นสูงสุดก็คือ พระนิพพานนั่นเอง

**พระโฆสิต สุเมโธ** (๒๕๔๘, ๑๖๑ หน้า) (คัมภีร์) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “หลักพุทธธรรม เพื่อแก้ปัญหาพฤติกรรมการเล่นการพนันหวยในชุมชน” ผลการวิจัยพบว่า ๑) อรรถิสุข หลักธรรมข้อนี้สอนให้ผู้ปฏิบัติรู้จักความสุขและแสวงหาความสุขให้ถูกทาง เมื่อรู้ว่าความสุขเกิดขึ้นเพราะมีทรัพย์ ก็ต้องพยายามทำงานหาทรัพย์มาเพื่อทำให้เกิดความสุขนั้น แต่ต้องเป็นการแสวงหาทรัพย์ด้วยความสุจริตไม่ผิดกฎหมาย การได้ทรัพย์มาด้วยการทุจริตฉ้อโกง หรือได้มาในทางที่ผิดศีลธรรม ในทางพระพุทธศาสนาถือว่าเป็นทรัพย์ที่ได้มาไม่บริสุทธิ์ ถึงแม้มีก็อยู่ไม่เป็นสุข ๒) โภคสุข เมื่อทำงานหาทรัพย์มาได้แล้ว จะใช้จ่ายซื้อหาสิ่งใดก็สะดวกสบาย เพราะความสะดวกสบายนี้เองเป็นความสุข ซึ่งทำให้ตนต้องการแสวงหา แต่ถ้าการใช้จ่ายทรัพย์ไม่มีหลักเกณฑ์ไม่ถูกต้องตามหลักพุทธธรรมแล้ว ก็อาจทำให้ตนเองใช้จ่ายทรัพย์อย่างไม่มีขอบเขต ใช้จ่ายอย่างฟุ่มเฟือย เมื่อถึงคราวจำเป็นต้องใช้ทรัพย์กลับไม่มีเงินจ่ายก็จะทำให้ตนเองเดือดร้อนเป็นทุกข์ขึ้นมาได้ ๓) อนนสุข หลักธรรมข้อนี้สอนให้ผู้ปฏิบัติตามได้ รู้ว่าความสุขอีกประการหนึ่งคือ การดำเนินชีวิตที่เรียบง่ายตามฐานะการงานของตนที่ทำได้ เรียกว่า “เศรษฐกิจพอเพียง” ตามโครงการตามแนวพระราชดำริพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ สามารถอยู่อย่างมีความสุขได้ ซึ่งสอดคล้องกับหลักคำสั่งสอนทางพระพุทธศาสนาในเรื่องสันโดษ ถึงแม้จะไม่ร่ำรวยก็ยังดีไม่เป็นหนี้สิน ๔) อนวัชชสุข หลักธรรมข้อนี้สอนให้ผู้ปฏิบัติตามได้รู้ว่า ความสุขของคฤหัสถ์อีกอย่างหนึ่งคือ การทำงานที่ไม่มีโทษ หรือไม่ผิดกฎหมายและไม่ผิดหลักศีลธรรมทางพระพุทธศาสนา การทำงานเพื่อหาทรัพย์บางครั้งไม่จำเป็นต้องเป็นงานใหญ่โต แต่ขอเป็นงานที่ไม่ผิดกฎหมายและผิดศีลธรรม ถือว่าเป็นการงานที่ไม่มีโทษ ผู้ทำงานหาทรัพย์นั้นไม่ต้องวิตกกังวลว่าตนจะถูกเบียดเบียนจากผู้อื่น เพราะเป็นการงานที่สุจริต เมื่อจิตใจไม่มีความกังวลแล้วก็ทำงานอย่างมีความสุขและทรัพย์ที่ได้มาก็บริสุทธิ์ เมื่อการเลี้ยงชีพด้วยการงานที่ไม่มีโทษจึงมีความสุข

**พระมหาหมณินทร์ ปุริสุตโตโม** (อามาตมนตรี) (๒๕๕๒, หน้า ๑๐๒ – ๑๐๔) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “การประยุกต์ใช้หลักปัจฉิมทิศในการส่งเสริมสถาบันครอบครัวของประชาชน แขวงบางพลัด เขตบางพลัด กรุงเทพมหานคร พ.ศ. ๒๕๕๑” ผลการวิจัย พบว่า ข้อความว่า ช่วยกันทำมาหากินอย่างสุจริตทำประจำ มีร้อยละ ๙๒.๕ ข้อความว่า ซื่อสัตย์และรักใคร่ซึ่งกันและกัน ทำประจำ มีร้อยละ ๘๒.๐ ข้อความว่า รับฟังความคิดเห็นของกันและกัน ทำประจำ มีร้อยละ ๗๒.๙ ข้อความว่า เกิดปัญหาในครอบครัวขึ้นช่วยกันแก้ปัญหา ทำประจำ ๗๑.๔ ข้อความว่า ช่วยเหลือเกื้อกูลญาติของทั้งสองฝ่าย ทำประจำ มีร้อยละ ๖๖.๒ ข้อความว่า ยกย่องนับถือกันและกันในสถานที่ต่าง ๆ ทำประจำ มีร้อยละ ๖๔.๗ ข้อความว่า ไม่ฟุ่มเฟือยในการใช้จ่ายทรัพย์ ทำประจำ มีร้อยละ ๖๒.๔ และข้อความว่า ไม่ดูหมิ่นดูแคลนกันและกัน ทำประจำ ๖๐.๙ และจากข้อความที่ถามนี้ แสดงให้เห็นว่าประชาชนที่เป็นสามี/ภรรยาส่วนใหญ่แล้วมีการประยุกต์ใช้หลักปัจฉิมทิศในการส่งเสริมสถาบันครอบครัว ให้เกิดความสุขของครอบครัว พุทธศาสนาแสดงไว้ว่า ครอบครัวอาจมีความสุข ๔ แบบนี้ได้ (๑) อรรถิสุข สุขเกิดจากการมีทรัพย์ที่หามาด้วยน้ำพักน้ำแรง (๒) โภคสุข สุขเกิดจากการใช้จ่ายทรัพย์เลี้ยงตัวครอบครัว เลี้ยงผู้ควรเลี้ยงและบำเพ็ญคุณประโยชน์ (๓) อนนสุข สุขเกิดจากการไม่เพิ่มหนี้ สุขจาก



ความเป็นไท (๔) อนุรักษ์สุข สุขเกิดจากความประพฤติไม่มีโทษเลี้ยงชีพชอบ ประพฤติชอบไม่บกพร่อง เสียหายใครติเตียนไม่ได้

**พระมหาอำนาจ พลปนโณ (สวัสติ) (๒๕๕๕, ๑๗๕ หน้า)** ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “การบูรณาการแนวคิดเชิงมนุษยนิยมในวรรณกรรมไทยเรื่องสั้นรางวัลซีไรต์” สรุปไว้ว่าการมีชีวิตที่ดีคือ ชีวิตที่มีความสุขเป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนมีความต้องการโดยธรรมชาติ เป็นชีวิตที่เหมาะสมกับมนุษย์ “คนดี” คือคนที่มีความสุข หมายถึง การได้สนองความต้องการและมีความสมปรารถนาในสิ่งที่ตนเองต้องการ ปัจจัยสี่ เราก็ได้เป็นความสุขทั้งในระดับทางโลกและทางธรรมคือ มนุษย์มีความสามารถที่จะพัฒนาตนเองได้ จากการที่ถูกกดขี่ข่มเหง ถูกเอารัดเอาเปรียบเรื่องการศึกษา เศรษฐกิจ เป็นต้น มนุษย์จึงต้องเรียกร้องต่อสู้เพื่อให้ได้ในสิ่งที่ตนเองปรารถนา แต่อย่างไรก็ตามมนุษย์ยังต้องแสวงหาความสุขที่แท้จริงอยู่ร่ำไป และความสุขที่สังคมไม่ถูกปิดกั้นสิทธิเสรีภาพ เป็นความสุขที่มนุษย์ทุกคนสามารถแสดงเจตจำนง ของตนเองออกมา ความสุขที่มนุษย์มีความต้องการมี ๖ ชั้น คือความสุขขั้นพื้นฐาน (Fundamental happiness) จนถึงขั้นสูงสุดคือ ความสุขอันยิ่งใหญ่ เป็นความสุขที่ไม่สามารถบอกจุดตั้งต้นได้และจุดสิ้นสุดได้ เรียกว่า อมตสุข (Eternal happiness) ความต้องการ ๖ ประการ มีดังนี้ ๑. ความต้องการตามธรรมชาติของมนุษย์ ๒. ต้องการความปลอดภัยทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ๓. ต้องการความรัก การยอมรับจากบุคคลอื่น ๔. ต้องการเห็นคุณค่าของตนเอง ๕. ต้องการมีอิสรภาพและ ๖. ต้องการมีความรักให้กับสรรพสิ่งเรียกว่า “เป็นความรักที่ไร้อึดตาย หรือความรักอันไร้ขอบเขต” (Universal love) ความสุขในขั้นนี้เป็นความสุขที่เกิดจากความรักความเมตตาอันไร้ขอบเขตเป็นความสุข ซึ่งพร้อมที่จะกระทำสิ่งที่ดีและมีประโยชน์โดยไม่มีเงื่อนไข

**แม่ชัชฌิรัตน์ โพธิสวัสติ (๒๕๕๒, ๑๐๓ หน้า)** ได้ทำการศึกษาวิเคราะห์เรื่อง “ความสุขตามแนวพุทธปรัชญา เถรวาท” ผลการวิจัยพบว่า ความสุข คือสภาพที่ทนไถ่จ่ายชั่วคราว ซึ่งตรงข้ามกับความทุกข์ โดยมีทั้งขั้นที่ต้องอิงอาศัยวัตถุและอารมณ์ภายนอกและความสุขขั้นที่ไม่ต้องอิงอาศัยปัจจัยภายนอก เป็นความสุขที่เกิดขึ้นในระดับจิตระดับต่ำ กลางและสูง ตามอารมณ์แห่งความสุขของภาวะจิตและพฤติกรรมของการเสวยสุข ผลการวิเคราะห์ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท จึงให้ทราบว่าแนวคิดทฤษฎีของความสุขตามทัศนะของปรัชญาตะวันตกและปรัชญาตะวันออก โดยมีบ่อเกิดของความสุขจากประสาทสัมผัสของการมีคุณธรรม ส่วนความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทกล่าวถึง ความสุขประเภทโลกียสุขและ โลกุตระสุข โดยแบ่งเป็นกามสุข ฌานสุขและนิพพานสุข ซึ่งมีหลักธรรมเป็นเหตุให้เกิดความสุขสูงสุด ซึ่งเริ่มจากศีล สมาธิ ปัญญา อันเป็นองค์รวมของมรรคมงคล ๘ ประการ

**วิทิพย์อร บัญพันธ์กุล (๒๕๕๖, บทคัดย่อ หน้า ก - ข)** ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมเพื่อ การดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุขของนักธุรกิจในนิคมอุตสาหกรรมสมุทรสาคร” ผลการวิจัยพบว่า ๑. นักธุรกิจในนิคมอุตสาหกรรมสมุทรสาคร มีการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมเพื่อการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาในแต่ละด้าน โดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากสูงไปหาต่ำ พบว่า ด้านอนุรักษ์สุข มีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาได้แก่



ด้านอัตถิสุข ด้านอนนสุขและด้านที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดได้แก่ ด้านโภคสุขและจากการสัมภาษณ์เชิงลึก แสดงให้เห็นว่านักธุรกิจมีความรู้ความเข้าใจว่า การดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุขเป็นผลจากการทำงานโดย สุจริตธรรม มีความขยันหมั่นเพียร ไม่คดโกงใครและหลักพุทธธรรมที่นำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนิน ชีวิตด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก พบว่า ๑) ด้านอัตถิสุข คือ ประกอบสัมมาอาชีวะ ๒) ด้านโภคสุข คือ การใช้จ่ายด้วยหลักโภควิภาค ๓) ด้าน อนนสุข คือ ใช้ชีวิตแบบสันโทษ ๔) ด้านอนวัชชสุข คือ ประพฤติดี ๕ ๒. นักธุรกิจในนิคมอุตสาหกรรม-กรรมสมุทรสาครที่มี เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับ การศึกษา ทุนจดทะเบียน จำนวนพนักงานและสภาพแรงงาน ต่างกัน มีการประยุกต์ใช้หลักพุทธ ธรรมเพื่อการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข โดยรวมไม่แตกต่างกันและจากการสัมภาษณ์เชิงลึกแสดงให้เห็น ว่า ตัวแปรเหล่านี้ไม่มีผลโดยตรงต่อการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมเพื่อการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข เพราะการดำเนินชีวิตของนักธุรกิจมุ่งไป ยังเป้าหมายเป็นสำคัญ ๓. ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการ ประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุขของนักธุรกิจนิคมอุตสาหกรรมสมุทรสาคร มี ดังนี้ ๑) ด้านอัตถิสุข คือ บุคคลที่มีทรัพย์จะต้องหมั่นประกอบความขยันหมั่นเพียร สู้งานบากบั่น มี ความอดทนไม่ย่อท้อ สู้ชีวิต ๒) ด้านโภคสุข คือ ควรใช้จ่ายทรัพย์อย่างเหมาะสม ระมัดระวังไม่ ฟูมเฟือย ๓) ด้านอนนสุข คือ การไม่มีหนี้จัดเป็นความสุขและเป็นลาภอันประเสริฐ อยู่อย่าง เศรษฐกิจพอเพียง ๔) ด้านอนวัชชสุข คือ ควรประกอบอาชีพสุจริต วางตนอยู่ในศีลธรรม ไม่ผิด กฎหมายและข้อเสนอแนะที่ได้จากการสัมภาษณ์เชิงลึก พบว่านักธุรกิจต้องสร้างตนเองและครอบครัว มีความสุขและสร้างคุณประโยชน์ต่อสังคม ๔ องค์ความรู้ใหม่ของการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุขของนัก ธุรกิจจะเกิดขึ้นเป็นรูปธรรมและยั่งยืนได้ ก็ต่อเมื่อนักธุรกิจจะต้องนำหลักพุทธธรรมไปประยุกต์ใช้ใน การดำเนินชีวิต คือ หลักศีล หลักกฏฐัมมิกัตถะ หลักสันโดษ และหลักโภควิภาค ซึ่งเป็นผลทำให้มี ชีวิตที่ดีและการดำเนินชีวิตมีความสุขตาม “PWCDGH” Model

**สุราทิพย์ แสงเดือนฉาย** (๒๕๕๖, ๓๓๙ หน้า) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “การประยุกต์ใช้ หลักพุทธปรัชญากับหลักการทำงานอย่างมีความสุขของพนักงานบริษัท เวสเทิร์น ดิจิตอล (ประเทศไทย) จำกัด” ผลการวิจัยพบว่า ๑. พนักงานบริษัท เวสเทิร์น ดิจิตอล (ประเทศไทย) จำกัด มีการ ประยุกต์ใช้หลักพุทธปรัชญากับหลักการทำงานอย่างมีความสุขโดยรวม อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อ พิจารณาเป็นรายด้าน โดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากสูงไปหาต่ำ พบว่า ด้านครอบครัวดี มีค่าเฉลี่ย สูงสุดเท่ากับ ๓.๘๘ รองลงมาได้แก่ ด้านมีคุณธรรม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๓.๕๘ ด้านน้ำใจงาม มีค่าเฉลี่ย เท่ากับ ๓.๕๖ ด้านผ่อนคลายเป็นค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๓.๕๒ ด้านปลดหนี้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๓.๕๑ ด้าน สังคมดี มีค่าเฉลี่ยเท่า กับ ๓.๔๕ ด้านหาความรู้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๓.๓๗ และด้านที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ได้แก่ ด้านมีสุขภาพดี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๓.๐๑ ๒. พนักงานบริษัท เวสเทิร์น ดิจิตอล (ประเทศไทย) จำกัด ที่มีสภาพอายุงาน รายได้เดือน รายจ่ายต่อเดือน ต่างกัน มีการประยุกต์ใช้หลักพุทธปรัชญากับ หลักการทำงานอย่างมีความสุข (HWP) โดยรวมไม่แตกต่างกัน และจากการสัมภาษณ์เชิงลึกแสดงให้เห็น ว่า ตัวแปรเหล่านี้ไม่มีผลโดยตรงต่อการประยุกต์ใช้หลักพุทธปรัชญากับหลักการทำงานอย่างมี ความสุข (HWP) เพราะ การทำงานของพนักงานมุ่งทำเพราะเห็นคุณค่าของงาน จึงมีความสุขที่ได้

ทำงาน (เป้าหมายเพื่อให้ครอบครัวของตนมีความเป็นอยู่ที่ดีและมีปัจจัยในการดำรงชีพ) ดังนั้น จึงอดทนต่ออุปสรรคต่าง ๆ ปัจจัยอื่น ๆ จึงไม่สำคัญและพนักงานที่มีการศึกษาต่างกันมีการประยุกต์ใช้หลักพุทธปรัชญากับหลักการทำงานอย่างมีความสุข (HWP) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ๐.๐๕ โดยค่าเฉลี่ยของการประยุกต์ใช้หลักพุทธปรัชญากับหลักการทำงานอย่างมีความสุข (HWP) ของพนักงานที่มีการศึกษาระดับปริญญาตรีขึ้นไปเท่ากับ ๓.๖๖ ค่าเฉลี่ยของพนักงานที่มีการศึกษาระดับประถมศึกษาเท่ากับ ๓.๕๙ ค่าเฉลี่ยของพนักงานที่มีการศึกษาระดับ ปวส. หรืออนุปริญญาเท่ากับ ๓.๕๔ และค่าเฉลี่ยของพนักงานที่มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษาเท่ากับ ๓.๔๔ ค่าเฉลี่ยของพนักงานที่มีการศึกษาระดับปริญญาตรีขึ้นไปสูงกว่าการศึกษาระดับอื่น ๆ โดยมีค่าแปรผลอยู่ในระดับมาก ๓. ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปัญหาและแนวทางแก้ไขปัญหาเกี่ยวกับการประยุกต์ใช้หลักพุทธปรัชญากับหลักการทำงานอย่างมีความสุข (HWP) ของพนักงานบริษัท เวสเทิร์น ดิจิตอล (ประเทศไทย) จำกัด ปัญหาที่พบมากที่สุด เช่น รายได้ไม่พอต่อการใช้จ่าย ขาดความมีน้ำใจซึ่งกันและกัน ต่างคนต่างทำงาน ไม่ช่วยเหลือกัน แนวทางแก้ไขปัญหา เช่น การรู้จักเก็บออม ไม่ฟุ่มเฟือย ต้องพูดคุยและต้องปรับความเข้าใจกันและการทำงานเป็นทีม เป็นต้น ๔. องค์ความรู้เกี่ยวกับการบูรณาการรูปแบบการประยุกต์ใช้หลักพุทธปรัชญากับหลักการทำงานอย่างมีความสุข (HWP) ของพนักงานบริษัท เวสเทิร์น ดิจิตอล (ประเทศไทย) จำกัด คือ FSO Model

**สุมาลี สุขอร่าม** (๒๕๕๔, ๑๗๕ หน้า) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “การประยุกต์ใช้พุทธจริยธรรมในการประกอบธุรกิจ กรณีศึกษา : บริษัท แฟรี่แลนด์สรรพสินค้า จำกัด นครสวรรค์” ผลการวิจัยพบว่า ผู้บริหารมีการดูแลความปลอดภัยให้พนักงานได้อยู่ดีกินดีการทำพิธีกรรม ก็จะมีช่วงสงกรานต์ หรือปีใหม่และวันสำคัญทางศาสนาก็จะมีการทำบุญเลี้ยงพระและอุทิศส่วนกุศลให้กับบุคลากรและผู้บริหารที่ล่วงลับไปแล้วเป็นประจำทุกปีและพบอีกว่าคนปรารถนามี ทรัพย์ ยศ เกียรติ ไม้ตรี เป็นต้นเกิดจากมีการอบรมและให้ความรู้ต่อพนักงานถึงหน้าที่และความรับผิดชอบให้มีความเอาใจใส่ จัดแจงสินค้าและให้บริการลูกค้าอย่างขยันขันแข็ง ด้วยความเต็มใจ รักษาระบบการจัดซื้อให้สมดุลให้หมุนเวียนได้ตลอดทั้งปี ไม่ให้สะดุด หรือติดขัดเรื่องเงิน การติดต่อประสานงานกับบุคคลอื่นก็ต้องมีการเลือกสรรและพิจารณาลูกค้าว่าควรเชื่อถือให้ความไว้วางใจ หรือเครดิตมากน้อยเพียงใด และพบว่า สุขเกิดจากความไม่เป็นหนี้ หมายความว่า ได้ความภูมิใจ ความโล่งใจความเบาใจ ที่ตนไม่เป็นหนี้ใคร ไม่ถูกใครมาทวงถามหนี้ ไม่มีภาระต้องเสียดอกเบี้ยและพบอีกว่า สุขที่เกิดจากการทำงานที่ปราศจากโทษนั้น พนักงานที่นี้ได้ รับอยู่เป็นประจำแล้ว เพราะการทำงานที่นี้เป็นการทำงานที่ไม่มีโทษ เป็นสัมมาอาชีพ ไม่เบียดเบียนใครให้ได้รับความเดือดร้อนและที่สำคัญที่นี้มีธรรมะให้ประพฤติปฏิบัติตามกำลังที่ตนเองจะทำได้ จึงเท่ากับว่าพุทธจริยธรรมข้อนี้มีอยู่แล้วในการทำงานที่แฟรี่แลนด์

สรุปได้ว่า ความสุขตามหลักพุทธปรัชญาเถรวาท มนุษย์มีความต้องการความสุขขั้นพื้นฐานของมนุษย์เป็นความสุขอยู่ในระดับของโลกียสุข ที่เกิดจากกามสุขและมีปัจจัยภายนอกและสิ่งแวดล้อมเกี่ยวข้องต่อความต้องการของมนุษย์ ที่ผ่านมามีผู้วิจัยเรื่องความสุขในลักษณะเชิง

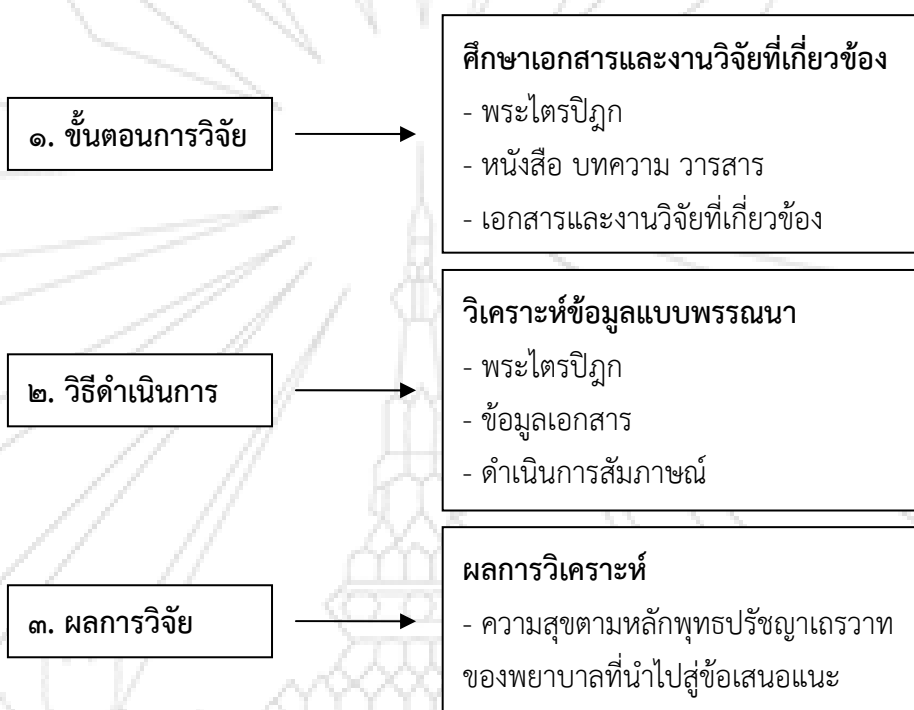
คุณภาพ ซึ่งยังไม่มีใครวิจัยเรื่องความสุขของเจ้าหน้าที่พยาบาลตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท ซึ่งเป็นในเชิงการนำไปประยุกต์ใช้ของเจ้าหน้าที่พยาบาล โรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม

### ๑.๗ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับการวิจัย

- ๑.๗.๑ ทำให้ทราบความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท
- ๑.๗.๒ ทำให้ทราบความสุขของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม
- ๑.๗.๓ ทำให้ทราบการวิเคราะห์ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม
- ๑.๗.๔ ทำให้สามารถนำผลของการวิจัยไปใช้เป็นประโยชน์ในการศึกษาและค้นคว้าเกี่ยวกับเรื่องนี้ต่อไป

### ๑.๘ กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย

จากการศึกษาวิจัยเรื่อง ศึกษาความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม ครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัยในส่วนของแนวทางการศึกษาความสุขของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม ตามแนว พุทธปรัชญาเถรวาท ที่ปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎก ตามแนวคิดทฤษฎีหลักสุข ๔ ประการ สำหรับคฤหัสถ์ ผู้บริโภคม จากข้อมูลปฐมภูมิ คือ คัมภีร์ในสุตตนตปิฎก องคุดตรนิกาย จตุกกนิปาต (อง.จตุกก. ๒๑/๖๒/๑๐๕) ซึ่งเป็นหลักพุทธปรัชญาเถรวาท เพื่อความสุขและได้ใช้เป็นแนวทางให้พยาบาลได้ดำเนินวิถีชีวิตตามกรอบแนวคิด พัฒนาตนเองเพื่อความพ้นทุกข์ สังคมมีความสุขและสงบสันติสุข สามารถแก้ไขปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นความจริงและมีเหตุผล ซึ่งพอจะสรุปเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย ดังนี้



แผนภูมิที่ ๑.๑ แสดงสรุปกรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

## บทที่ ๒

### ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท

พระพุทธศาสนาถือว่า ที่มาของความสุข หรือความทุกข์ของชีวิตนั้นก็คือตัวชีวิตนั่นเอง ไม่ใช่มาจากการกำหนด หรือการบันดาลจากสิ่งภายนอกใด ๆ เพราะชีวิตมีลักษณะของทุกข์ติดมาตั้งแต่เกิดแล้ว ฉะนั้นถ้าไม่รู้จักรับรู้ชีวิตให้ดี ไม่รู้จักรู้วิธีแก้ทุกข์อย่างถูกต้องแล้ว ชีวิตก็จะมีทุกข์มากยิ่งขึ้น แต่ถ้ารู้บริหารชีวิตให้ดี รู้จักรู้วิธีแก้ทุกข์อย่างถูกต้อง ก็สามารถมีชีวิตอยู่อย่างมีทุกข์น้อยลงจนถึงไม่มีทุกข์เลยก็ได้ (สุเขาวรรณ พลอยชุม, ๒๕๕๒, หน้า ๕๐) ฉะนั้น มนุษย์ไม่ว่าจะเป็นชนชาติ เชื้อชาติ สัญชาติ ภาษาใดก็ตาม ทุกคนย่อมมีความปรารถนาความสุขและมุ่งแสวงหาด้วยกัน นับตั้งแต่เกิดจนถึงวันตาย ในบทนี้ผู้วิจัยทำการศึกษาระเบียบที่สำคัและเกี่ยวข้องกับความสุข ซึ่งควรแก่การศึกษา ได้แก่ ความหมายของความสุข ประเภทของความสุข บ่อเกิดของความสุข ความสุขอย่างหยابและความสุขอย่างแท้จริง ดัชนีชี้วัดความสุขในทางพุทธปรัชญาเถรวาทและแนวคิดตามหลักพุทธปรัชญาเถรวาท เพื่อให้ทราบถึงความสุขที่จะได้รับการปฏิบัติตามหลักพุทธปรัชญาเถรวาท ชัดเจนยิ่งขึ้น

#### ๒.๑ ความหมายของความสุข

พจนานุกรมราชบัณฑิตยสถาน ได้ให้ความหมายของคำว่า “สุข” หมายถึง ความสบายกาย สบายใจ ความสำราญ ความปราศจากโรค (๒๕๔๒, หน้า ๑๒๐๑) สอดคล้องกับ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) ที่กล่าวว่า ความสุข หมายถึง ความสบายกาย ความสบายใจ หรือความภูมิใจ เอิบอิมใจในการดำเนินชีวิตของตน (๒๕๔๖, หน้า ๒๘๙) ส่วนทางด้าน สุเขาวรรณ พลอยชุม กล่าวว่า ความสุขหมายความว่า เป็นภาวะที่ทนได้ง่าย หรือไม่ต้องทน ส่วนทุกข์มีความหมายว่า เป็นภาวะที่ทนได้ยาก หรือว่าทนไม่ได้ คือต้องแก้ไขให้มันผ่านพ้นไป (๒๕๕๒, หน้า ๑๓๒) ซึ่งสอดคล้องกับ วัชระ งามจิตร เจริญ กล่าวว่า ความสุขคือ สภาวะที่ทนได้ง่าย โดยทั่วไปความสุขจึงหมายถึง ความรู้สึกสบาย หรือ สภาวะที่คนพึงใจและปรารถนาที่ได้เสพเสวย (๒๕๕๖, หน้า ๔๒๖) ส่วนทางด้าน ปราณี งามสูตร และ จำรัส ดั่งสุวรรณ ที่กล่าวถึงความสุขไว้ว่าคือ ความสงบมิใช่ความทะเยอทะยานอยากไปเสียทุกอย่าง แต่ก็ไม่ได้หมายถึง การไม่ช่วยเหลือตนเอง หรือการขอความช่วยเหลือผู้อื่นตลอด คือต้องมีอาชีพ สุจริตมีความมุนะพยายาม มีความทะเยอทะยานในขอบเขต (๒๕๔๕, หน้า ๑๔๐) ในขณะที่ อรุณี กรศรีทิพา ได้ระบุว่า ความสุขนั้นไม่ได้อยู่ภายนอก แต่ความสุขอยู่ข้างในตัวมนุษย์ต่างหาก จิตใจและ อารมณ์ความรู้สึกและสิ่งๆที่คิดเกี่ยวกับตนเองจะทำให้มีความสุข หรือไม่มีความสุขก็ได้และมีความสุข หากมีความรู้สึกนับถือ เห็นคุณค่าของตนเองสูง การเห็นคุณค่าของตนเองอาจเกิดขึ้นเป็นครั้งคราวใน



ยามที่ดื่มสุรา จากคำเียนยอ อำนาจเงินตรา หรือโดยการหลอกลวงตนเอง แต่การมีความรู้สึกเห็นคุณค่าตนเองที่คงอยู่ยาวนานและน่าเชื่อถือที่สุดก็คือ การฝึกฝนคุณลักษณะส่วนที่ดีที่สุดของตนเอง ภาพลักษณ์ของตนที่แท้จริงและเป็นเชิงบวกนั้น มีพื้นฐานมาจากการเป็นตัวของตัวเอง ได้แก่ สำนึกอยู่อย่างแท้จริงว่าตนเองเป็นใครและทำไมถึงดำเนินชีวิตรวมแบบของตนอย่างนี้ ความสุขที่ยืนยาวไม่สามารถมีได้ด้วยการแสวงหาวัตถุที่พึงพอใจ ความสุขนั้นจำเป็นต้องอาศัยการมีส่วนร่วมทำในสิ่งที่เห็นว่ามีคุณค่าทำสิ่งนั้นให้ตีสอกสนานไปกับสิ่งนั้นและภูมิใจในสิ่งที่ได้กระทำไป สิ่งเหล่านี้จะเป็นตัวเร่งให้เกิดความสุขและสิ่งเหล่านี้จะเกิดขึ้นได้นั้นจำเป็นต้องอาศัยการปรับปรุงแก้ไขและการเป็นตัวของตัวเอง การบรรลุให้ได้ชัยชนะสูงสุดในด้านที่เหมาะสมกับตนเองเท่านั้นที่จะทำให้มีความสุขสนุกสนานมากกว่าความกังวลใจและการทำสิ่งที่ชอบให้ดีที่สุดไม่ใช่เรื่องที่ยาก อารมณ์ความรู้สึกสร้างสรรค์นั้น เกาะกุมและนำความสุขใจมาให้กับตนเอง อารมณ์เหล่านี้มาจากความห่วงใย การเอาใจใส่ การมุ่งความสนใจ การช่างคิดช่างฝันอย่างต่อเนื่องและจากแรงปรารถนาที่จะสร้างสรรค์อย่างแรงกล้า การกระทำตามแรงบันดาลใจนั้นจะทำให้มีความสุข เช่น การเดินรำให้เก่ง การรู้จักรัก การเลี้ยงดูบุตรให้ดี การเล่นกอล์ฟให้ชำนาญ การทำอาหารให้อร่อย การถามคำถามให้ถูกต้อง การกำกับหนังให้ได้คุณภาพ การสร้างลักษณะที่เฉพาะตัวและการมุ่งความสนใจในสิ่งที่รักนั้นจะทำให้มีความสุข (๒๕๔๙, หน้า ๘๗ - ๘๙) ทางด้าน **วิทยากร เชียงกุล** ระบุว่า ความสุข คือ ความรู้สึกพึงพอใจในชีวิต หรือการมีอารมณ์ความรู้สึกในทางบวกเป็นสัดส่วนที่สูงกว่าอารมณ์ในทางลบ คนที่มีความสุขจะมองว่าโลกเป็นที่ ๆ ปลอดภัยมากกว่า เป็นคนที่ตัดสินใจได้เก่งกว่า ร่วมมือกับคนอื่นได้ง่ายกว่า มีชีวิตที่มีสุขภาพดี มีพลังและความพอใจมากกว่าคนที่ไม่มีความสุขในยามที่มีอารมณ์หดหู่และคิดแต่เรื่องที่ทำให้กลุ่มใจชีวิตทั้งพลอยหดหู่ไปด้วย ในทางตรงกันข้ามหากอารมณ์เข้มแข็งก็จะคิดอะไรออกไปได้กว้าง คิดสร้างสรรค์ คิดแบบคนขี้เล่นสนุกสนานก็จะสร้างความสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ ตระหนักถึงภาพพจน์ของตนเองและมีความหวังในอนาคตดีขึ้นมาก อารมณ์ในทางบวกจะเป็นเชื้อเพลิงในการสร้างความสุข ยิ่งมีอารมณ์ทางบวกมาก ก็ยิ่งเป็นสุขได้มากขึ้น นักจิตวิทยาหลายคนได้ค้นพบคล้ายกันว่า เมื่อคนเรามีความสุขก็จะยินดีที่จะช่วยคนอื่นเพิ่มขึ้น ความสุขจึงไม่ใช่แต่การรู้สึกในทางที่ดีเท่านั้น แต่ยังทำให้เกิดการทำความดีด้วย นักจิตวิทยาเรียกปรากฏการณ์นี้ว่า Feel Good Phenomenon (การรู้สึกดีทำให้เกิดการทำดี) (๒๕๔๘, หน้า ๑๑ - ๑๒) นับได้ว่าทุกชีวิตที่กำเนิดมาอยู่บนโลก ย่อมมีเป้าหมายในการดำเนินชีวิตและจุดประสงค์อย่างหนึ่ง ที่ทุกชีวิตปรารถนา หรือต้องการมากที่สุดคือ “ความสุข” โดยทั่วไปแล้วมักจะเรียกสิ่งที่มีคุณค่าด้านภายในจิตใจอันเป็นคุณค่าที่สูงที่สุดของจุดประสงค์ในการดำเนินชีวิตว่า “ความสุข” ดังนั้น เพื่อความชัดเจน หากจะกล่าวถึงทัศนะทางจริยศาสตร์ที่ว่าด้วยสิ่งมีคุณค่าภายในจิตใจอันเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ ขอกล่าวรายละเอียดตามที่ผู้รู้เสนอแนะอันเป็นแนวคิดทางพระพุทธศาสนาเถรวาท

ในสังคมปัจจุบันความสุข ถือว่าเป็นสิ่งที่สำคัญ เพราะความสุขนั้นทำให้สังคมมนุษย์มองเห็นว่าเป็นสิ่งที่ให้ความสะดวก ความสะดวกสบาย ให้ความสำราญ ความสะดวกปลอดภัยกับเขาได้มากกว่าสิ่งอื่นใดและมีความสุขเป็นสิ่งสำคัญเช่นกันในทางพระพุทธศาสนา กล่าวคือ จุดประสงค์ของการเผย

แม้พระพุทธศาสนาก็เพื่อให้มนุษย์ได้หลุดพ้นจากความทุกข์ แต่เป็นความทุกข์ที่เกิดจากการเกิด แก่ เจ็บ ตาย หรือทุกข์ในวัฏสงสาร คือ การต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่อย่างนี้รำไป อันเป็นของคู่กันกับธรรมชาติของสรรพสิ่งที่บังเกิดขึ้นมาแล้วจะต้องเป็นอย่างนี้เหมือนกัน คือ มีการเกิดขึ้นตั้งอยู่เพียงชั่วคราวแล้วก็ดับไปในที่สุด ตามหลักการของไตรลักษณ์ อันนี้เป็นการแสดงให้เห็นถึงความเป็นจริงของชีวิตและมนุษย์เราสามารถเข้าถึงความสุขได้ด้วยตนเองอย่างแท้จริง อนึ่ง ความจริงชีวิตและมนุษย์เราสามารถเข้าถึงความสุขได้ด้วยตนเองอย่างแท้จริง อนึ่ง ความสุขในทางพระพุทธศาสนา หมายเอาความสุขที่ปราศจากสภาวะที่หมดสิ้นไปของกิเลสทั้งหลายทั้งปวง หรือภาวะปราศจากตัณหา คือ ความอยากทั้งปวงแล้ว อันเป็นวิมุตติสุข คือ ความสุขที่เกิดจากการหลุดพ้นจากเครื่องผูกมัด ร้อยรัดทั้งปวง คือ กิเลส

ความหมายของความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทนั้น ซึ่งสามารถที่จะให้ความหมายได้เป็นประเด็นสำคัญ ดังนี้

๒.๑.๑ ความสุข ความสุขมีนักวิชาการและผู้รู้ได้ให้ความหมายไว้มากมาย ซึ่งผู้วิจัยขอยกมาเพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจกับสภาวะความรู้สึกเกี่ยวกับความสุขมาพอสังเขป ดังนี้

สุข หมายถึง การทำความดี หรือกรรมดีทั่ว ๆ ไปที่เรียกว่า บุญ สุขจัดให้ย่อรวมเข้าได้เป็น ๓ ระดับ คือ ๑. กามสุข สุขเนื่องด้วยกาม ๒. ฌานสุข หรือ (ทิฐฐธรรมนิพพาน) สมาปัตติสุข สุขเนื่องด้วยฌาน หรือสุขเนื่องด้วยสมาบัติ ๘ แยกเป็น ๒ ระดับย่อย ได้แก่ (๑) สุขในรูปฌาน หรือสุขเนื่องด้วยรูปฌาน ๔ (๒) สุขในอรูปรฌาน หรือสุขเนื่องด้วยอรูปรฌาน ๔ และ ๓. นิโรธสมาปัตติสุข สุขเนื่องด้วยนิโรธสมาบัติ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), ๒๕๕๒, หน้า ๕๓๑)

สุข หมายถึง ความสุข ความสะดวก ความสบาย ความสำราญ ความไม่เบียดเบียนกัน เป็นสุขในโลก (วิ.ม. ๔/๕/๙)

สุข หมายถึง สภาพของจิตใจที่สมปรารถนา ตรงข้ามกับความทุกข์ (กิริติ บุญเจือ, ๒๕๒๒, หน้า ๒๖๑)

สุข (สุ + ขนุ อวธารณ + กวี) ความสุข, ความสะดวก, ความสบาย, ความสำราญ (พระมหาสมปอง มุทิโต, ๒๕๔๒, หน้า ๑๓๖)

สุข (น.) ความสุข, ความอภิมรย์, ความสนุกสนาน, ความโลมมัน, ความเกษมศานต์, การสรวลเสเฮฮา, ความเกษมสำราญ, ความเบิกบานใจ, ความครึกครื้น, ความปรีดีเปรม, ความพอใจ, ความรื่นเริง, ความอímอกอímใจ, ความครímอกครímใจ, ความยินดี, ความปิติ, ความรู้สึกสบาย, ความร่าเริงใจ, ความสำราญ, ความเพลิดเพลิน, ความปรีดาปราโมทย์, ความชื่นชม, ความยินดีปรีดา, ความสุขสำราญ (คณะผู้ดำเนินโครงการวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๒๑, หน้า ๕๙๙)

สุข (ก) รื่นเริง, ร่าเริง, ผ่องใส, แจ่มใส, เฮฮา, สนุกสนาน, สรวลเสเฮฮา, ชุ่มชื่น, เบิกบาน, สดใส, อารมณ์ดี, เป็นสุข, สำราญใจ, สดชื่น, มีชีวิตชีวา, ชื่นบาน, สุขี, กระจ่มกระจ่วย, ปลอดภัย, โปรง, โล่ง เป็นสุข, สบาย, เริงร่า, ปลาบปลื้ม, มีความสุข, ตื่นเต้น, อímเอิบใจ, ปลื้ม, ปิติ, อímอก

อิมใจ, สบายใจ, ดีอกดีใจ, เป็นปลื้ม, สบายอกสบายใจ, ปลื้มปิติ, สำราญบานใจ (คณะผู้ดำเนินโครงการวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๒๑, หน้า ๕๙๙)

ศัพท์ที่เป็นไวยากรณ์ของความสุขในพระพุทธศาสนาใช้คำมีความหมายเหมือนกัน (เอกัตถะ) แต่รูปคำต่างกัน (นานาพจน์) แทนคำว่า “สุข” ไว้มากมาย เท่าที่ประมวลได้ ดังนี้

๑. ผาสุ หรือผาสุก หมายถึง ความสุข ความสะดวก ความสบาย ความสำราญ สภาวะที่สบาย หรือความสุขที่เบียดเบียนความสุข (วิ.ม.หา. ๑/๔๑๒/๔๔๖)

๒. สาท หมายถึง ความสุข ความสะดวก ความสบาย ความสำราญ ความสุขกาย ความสำราญทางกาย การเสพละเอียดความสุขเกิดจากการสัมผัส (ส.ม. ๑๙/๕๐๖/๓๑๓)

๓. ปิติ (ปี ตปฺปน + ตี) ความยินดี ความร่าเริง (พระมหาสมปอง มุทิตโต, ๒๕๔๒, หน้า ๑๓๔)

๔. হাস (หส หาส + ณ) ความยินดี ความร่าเริง ความสบายใจ (พระมหาสมปอง มุทิตโต, ๒๕๔๒, หน้า ๑๓๔)

๕. อตฺตมนตา (อตฺตมน + ตา) ความยินดี ความร่าเริง ความมีใจเป็นของตน (พระมหาสมปอง มุทิตโต, ๒๕๔๒, หน้า ๑๓๔)

๖. วิตฺติ (วิทฺ ลาเภ + ตี) ความยินดี ความร่าเริง มีความอิมใจ ความปราโมทย์ มีความเบิกบานบันเทิง ความร่าเริง ยิ้มแย้ม ปลื้มใจ ยินดี เพราะประกอบด้วยกามคุณ ๕ (พระมหาสมปอง มุทิตโต, ๒๕๔๒, หน้า ๑๓๕)

๗. ตฺฏฐ (ตฺส ปิตฺมฺหิ + ตี) ความยินดี ความร่าเริง ความสบายใจ เหตุแห่งความยินดี ความยินดีย่อมนำสุขมาให้ (พระมหาสมปอง มุทิตโต, ๒๕๔๒, หน้า ๑๓๕)

๘. อานนฺท (อา + นนฺท นนฺทเน + เอ) ความยินดี ความร่าเริง สิ่งทีบุคคลยินดีอยู่เนื่อง ๆ (พระมหาสมปอง มุทิตโต, ๒๕๔๒, หน้า ๑๓๕)

๙. ปมฺท (ป + มฺท หาส + อ) ความยินดี ความร่าเริง (พระมหาสมปอง มุทิตโต, ๒๕๔๒, ๑๓๕)

๑๐. อาโมท (อา + มฺท หาส + อ) ความยินดี ความร่าเริง มีเหตุแห่งความร่าเริง (พระมหาสมปอง มุทิตโต, ๒๕๔๒, หน้า ๑๓๕)

๑๑. สนฺโตส (ส + ตฺส สนฺโตเส + อ) ความยินดี ความร่าเริง มีความพอใจ มีสันโดษ (พระมหาสมปอง มุทิตโต, ๒๕๔๒, หน้า ๑๓๕)

๑๒. นนฺทิ (นนฺท นนฺทเน + อี) ความยินดี ความร่าเริง (พระมหาสมปอง มุทิตโต, ๒๕๔๒, หน้า ๑๓๕)

๑๓. ปาโมชฺช (ป + มฺท หาส + ฌ) ความยินดี ความร่าเริง ความปราโมทย์เนื่องจากการไม่เป็นหนี้เป็นเหตุ (พระมหาสมปอง มุทิตโต, ๒๕๔๒ หน้า ๑๓๖)

๑๔. ปโมท (ป + มฺท หาส + ณ) ความยินดี ความร่าเริง เพราะปฏิบัติถูกทาง ความยินดีที่ประกอบด้วยภาวนาจิต (พระมหาสมปอง มุทิตโต, ๒๕๔๒, หน้า ๑๓๖)

สรุปได้ว่า สุข หมายถึง ความสุข ความสะดวก ความสบาย ความสำราญ ตามหลักธรรมในพระพุทธศาสนา ได้แก่ สุขเกิดจากการมีทรัพย์ สุขจากการใช้จ่ายทรัพย์ สุขจากการไม่เป็นหนี้และสุขจากการประพடுத்தที่ไม่มีโทษ เพื่อที่จะนำไปปรับใช้ในการพัฒนาการดำเนินชีวิตที่ดีของเจ้าหน้าที่พยาบาล โรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม

## ๒.๒ ประเภทของความสุข

ในพระสูตรต้นตปิฎก พระพุทธเจ้าทรงจำแนกความสุขไว้หลายประเภท หลายระดับ เช่น ความสุขของคฤหัสถ์กับความสุขของบรรพชิต กามสุขกับเนกขัมมสุข โลภียสุขกับโลกุตตรสุข สุขของปุถุชนกับสุขพระอริยะ เป็นต้น แต่ในที่นี้มีนักวิชาการและผู้รู้กล่าวถึงประเภทความสุขจำแนกออกเป็น ๒ ประเภท ดังนี้ คือ

๒.๒.๑ ความสุขแบบโลกียสุข (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต)) (๒๕๔๓, หน้า ๑๙) กล่าวว่าความสุขที่เป็นโลกียะ เรียกว่า โลภียสุข ซึ่งในปัจจุบันชาวโลกมีความโน้มเอียงไปในทางชกแจงและมีสิ่งล่อเร้าเราให้โน้มเอียง หรือทำให้เราเอาชีวิตไปฝากไว้กับวัตถุเสพบริโภคที่เรียกกันว่า การบริโภคนิยม ถ้าเรามีความรู้เท่าทันในการบริโภควัตถุ เราก็จะฝึกตัวเอง เตรียมตัวพร้อมเพื่อจะรักษาความเป็นอิสรภาพของชีวิตจิตใจไว้ให้ได้ ความสุขของเราก็จะเกี่ยวเนื่องกับวัตถุน้อยลงและตรงกันข้ามเราก็จะได้รับความสุขจากวัตถุเท่าที่มีอยู่เหล่านี้น้อยลงอย่างเต็มที่ พร้อมทั้งมีชีวิตที่ดั่งงาม ไม่ลุ่มหลงมัวเมาผิดพลาด พร้อมทั้งจะพัฒนาให้เกิดมีความสุขแบบอื่น ๆ อีกมากมายที่ลึกซึ้ง หรือที่สูงขึ้นไปเพิ่มขึ้นอีกด้วย

**พระราชวรมณี** (ประยูร ปยุตโต) (๒๕๑๘, หน้า ๑๒๐) กล่าวว่า โลภียสุข (ความสุขอันเป็นวิสัยของโลก) นัยแรกนี้นิยามความสุข หมายถึง สภาพที่ทนได้ง่าย ประกอบด้วย สุขเวทนา (ความรู้สึกละเอียดสบายทางกายก็ตาม ทางใจก็ตาม) สุขินทรีย์ (ความสุขความสบายทางกาย) และโสมนัส = อินทรีย์ (ความแช่มชื่น สบายใจ สุขใจ) เป็นต้น โดยเวทนาเป็นส่วนหนึ่งของขันธ์ ๕ (รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ) ความสุขจึงอยู่ภายใต้กฎไตรลักษณ์ คือ อนิจจตา (ความเป็นของไม่เที่ยง) ทุกขตา (ความเป็นทุกข์) และอนตตตา (ความเป็นอนัตตา หรือไม่ใช่ตน) ความสุขในลักษณะนี้จึงเป็นความสุขที่เกี่ยวข้องกับภพและภุมิ อันเป็นแดนที่เกิดของสัตว์ ความสุขจึงมีทั้งความสุขในกาม ความสุขในรูปฉนและความสุขในอรุณฉน แต่ก็ยังเป็นความสุขชนิดที่มีอาพาธ มีความรู้สึกอึดอัด ไม่โปร่งใสและถูกรบกวนฉนที่ว่าเป็นสุขจึงยังมีความทุกข์ปะปนอยู่ จึงมิใช่ความสุขที่แท้จริง

ยุคปัจจุบันผู้คนนับวันจะเห็นวัตถุเป็นสิ่งสำคัญยิ่งกว่าอวัยวะ เห็นทรัพย์มีค่ามากกว่าชีวิต โดยเฉพาะถ้าเป็นวัตถุ หรือสินค้าที่ติดยึดห้อยดั่ง ๆ ด้วยแล้ว ผู้คนจะยอมทำทุกอย่างเพื่อให้ได้มา หรือรักษามันเอาไว้ ผู้คนส่วนใหญ่จะเห็นว่าความสุขอยู่ที่การบริโภค หรือการได้ครอบครองวัตถุและมีแนวโน้มที่จะยึดติดหลงใหลไปกับแบรนด์เนม หรือยึดห้อยดั่ง เพราะมันเกี่ยวข้องกับภาพลักษณ์ของผู้ใช้ คือช่วยทำให้ภาพลักษณ์ของตัวเองดีและทำให้รู้สึกภูมิใจ เห็นว่าตัวเองมีคุณค่าขึ้นมา ความสุขที่เกิดขึ้นจากการบริโภคนิยม ไม่ใช่เป็นเรื่องเสพรสอร่อยทางตา หู จมูก ลิ้นและกาย ที่เรียกว่า กามคุณห้า



เท่านั้น มันยังเป็นการเสพเพื่อผลทางใจ เช่น เพื่อให้รู้สึกดีกับตัวเอง หรือรู้สึกว่าตนเป็นคนทันสมัยที่ดีกว่าคนแบบเก่า กล่าวคือ เพื่อมีตัวตนใหม่เป็นที่น่าปรารถนา น่าชื่นชม ยุคนี้เป็นยุคมีความสุขจากการบริโภคนิยมโดยแท้ เพราะไม่ว่าจะอยู่ในมุมไหนของโลก ไม่มีที่ไหนที่สามารถหลีกเลี่ยงอิทธิพลของบริโภคคนอยุ่ได้เลย ตัวชี้วัดง่าย ๆ ก็คือ โค้ก ที่ไหน ๆ ก็มีโค้ก สิ่งที่กำลังมานี้ล้วนเป็นความสุขของชาวโลก ยุคบริโภคนิยม หรือวัตถุนิยมนั่นเอง (พระไพศาล วิสาโล, ๒๕๕๓, หน้า ๕๔)

**ธีรโชติ เกิดแก้ว** (๒๕๕๓, หน้า ๒๙๙) กล่าวว่า ความสุขระดับโลกียสุข ได้แก่ ความสุขทางกายและทางใจที่ยังเกี่ยวข้องกับโลก ยังไม่สามารถสลัดโลกียวิสัยได้อย่างสิ้นเชิง เช่น ความสุขที่เกิดจากการให้ทาน การรักษาศีล สวดมนต์ ความสุขทางเศรษฐกิจ เป็นต้น ความสุขระดับนี้ทั้งสุขทางกายที่เกิดจากการแสวงหาและบริโภคสิ่งเหล่านั้นอย่างชอบธรรมและความสุขทางใจที่เกิดจากการทำความดีและการเจริญธรรมในระดับที่ระงับกิเลสได้ชั่วคราว

๒.๒.๒ ความสุขแบบโลกุตตระ หรือนิพพานสุข หมายถึง สภาพที่ดับกิเลสและกองทุกข์ทั้งหมด เป็นสภาพที่ปราศจากตัณหาโดยสิ้นเชิงไม่ต้องอาศัยปัจจัยปรุงแต่งจึงไม่มีลักษณะของการเกิดขึ้นตั้งอยู่และดับไป ประกอบด้วย สอุปาทิเสสนิพพาน (ดับกิเลส ยังมีเบญจขันธ์เหลือ) และ อนุปาทิเสสนิพพาน (ดับกิเลส ไม่มีเบญจขันธ์เหลือ) ความสุขระดับที่สองนี้ จึงหมายถึงสภาพที่สิ้นกิเลสทั้งปวงหรือปราศจากตัณหา นับเป็นสภาพที่สมบูรณ์ในตัวเอง เป็นสิ่งดีสูงสุดของมนุษย์ ถือเป็นภาวะแห่งความสุขสูงสุด (The State of the Highest Happiness) กล่าวคือ อทุกขมสุขเวทนา (ความรู้สึกละเอียด ๆ จะสุขก็ไม่ใช่ทุกข์ก็ไม่ใช่) และอุเบกขินทรีย์ (ความรู้สึกละเอียด ๆ) สำหรับระดับของความสุขในพุทธศาสนาแบ่งเป็น ๓ ระดับ (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), ๒๕๓๘, หน้า ๕๖๑ - ๕๖๔) คือ

๑. ชั้นพรหม เป็นการเสวยความสุขอย่างหมกมุ่นมัวเมา มุ่งแสวงหาและปรนเปรอตนเองด้วยสิ่งเสพเสวยต่าง ๆ มีการปลุกเร้าและกระตุ้นระดับปกติ
๒. ชั้นดี เป็นการเสวยสุขที่มีศีลธรรม คือ การเสวยสุขตามปกติโดยยอมรับและรู้เท่าทันความเป็นจริง เมื่อมีความสุขมักมีทุกข์มาคู่กันเสมอ ดังนั้น ไม่หมกมุ่น ไม่ประมาท
๓. ชั้นดีเลิศ เป็นการเสวยสุขอย่างประณีต ดึงาม ไม่ก่อปัญหาทั้งแก่ตนเองและสังคม มีสันโดษ อยู่ร่วมกันโดยธรรม ชักจูงไปในทางเจริญดีงามที่ประณีตสุข

จากข้อเสนอดังกล่าว ความสุข จึงอยู่ในสถานะทางจิตใจ โดยตั้งอยู่ตรงข้ามกับความทุกข์ ซึ่งหมายถึง สภาพที่ทนได้ยาก (พระราชวรมณี, ๒๕๑๘, หน้า ๑๒๐) ประกอบด้วย ทุกขเวทนา (ความรู้สึกละเอียดไม่สบายทางกายก็ตาม ทางใจก็ตาม) ทุกขอินทรีย์ (ความทุกข์ ความไม่สบาย เจ็บปวดทางกาย) และโทมนัสอินทรีย์ (ความเสียใจ ทุกข์ใจ) จะเห็นได้ว่า พุทธจริยศาสตร์ เน้นทางจิตใจโดยสอนวิธีดับทุกข์เพื่อเข้าถึงความสุข ดังปรากฏในคำสอนเรื่องอริยสัจ ๔ ได้แก่ ทุกข์ (ความทุกข์) ทุกข์สมุทัย (เหตุเกิดแห่งทุกข์) ทุกขนิโรธ (ความดับทุกข์) และทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา (ปฏิบัติที่นำไปสู่ความดับแห่งทุกข์) อันเป็นกระบวนการสำคัญของ ๒ ใน ๘ ของมรรค คือ สัมมาทิฐิ หรือเห็นชอบ (Right View) และสัมมาสังกัปปะ หรือดำริชอบ (Right Thought) ซึ่งหมายรวมถึงสาระของ อธิปัญญา คือ การมองดูรู้จักและเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง หรือรู้เท่าทันธรรมตาของสังขาร



ธรรมทั้งหลายที่ทำให้เป็นอยู่และการทำการต่าง ๆ ด้วยปัญญา (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), ๒๕๓๘, หน้า ๖๐๑ - ๖๐๔)

**ธีรโชติ เกิดแก้ว** (๒๕๕๓, หน้า ๒๙๘) กล่าวว่า ความสุขระดับโลกุตระ ได้แก่ ความสุขที่เกิดจากการหลุดพ้นจากกิเลสเป็นลำดับขั้น จัดเป็นความสุขทางใจที่กล่าวถึงภาวะจิตที่สะอาดบริสุทธิ์ และรู้แจ้งสภาวะธรรมทั้งหลายตามความเป็นจริง เรียกว่า นิรามิสสุข เป็นความสุขอันเป็นเรื่องภายในจิตใจที่เกิดจากการปฏิบัติด้วยสติปัญญา เพื่อดับกิเลสได้หมดสิ้น ก็สามารถดับกองทุกข์ได้ทั้งหมดเป็นสภาวะที่ไม่มีความทุกข์ใด ๆ เลย หรือเรียกว่า สภาวะนิพพานเป็นความสุขขณะที่ไม่มีลักษณะ

ความสุขระดับนี้จะเข้าถึงได้ด้วยหลักอริยมรรค อันเป็นแนวทางแห่งการปฏิบัติของบุคคลเพื่อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ที่เรียกว่า ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา ได้แก่ อริยมรรค ซึ่งแปลว่า มรรค หรือหนทางอันประเสริฐ มีองค์ประกอบอยู่ ๘ ประการ ดังนี้ (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), ๒๕๓๘, หน้า ๒๑๕)

๑) สัมมาทิฎฐิ ความเห็นชอบ หมายถึง เห็นอริยสัจ ๔ เข้าใจสภาพความเป็นจริงของชีวิต รู้เห็นปัญหาชีวิตเรื่องความทุกข์ต่าง ๆ สาเหตุเกิดของปัญหา พร้อมทั้งเห็นกฎของไตรลักษณ์ เป็นต้น

๒) สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ หมายถึง ความคิดชอบ ความคิดถูกต้อง หรือความตรึกตรองไปในทางที่ดีมีความหมาย ๓ อย่าง คือ

(๑) อวิหิงสาสังกัปปะ ความดำริในอันไม่เบียดเบียนผู้อื่น

(๒) อัพยาบาทสังกัปปะ ความดำริในอันไม่ผูกพยาบาทปองร้ายผู้อื่น

(๓) เนกขัมมสังกัปปะ ความคิดดำริในอันจะปลดเปลื้องความเกี่ยวข้องใน ทางกาม

พระพุทธเจ้าทรงอธิบายถึง สัมมาสังกัปปะไว้ว่า ความดำริในการออกจากกาม ความดำริในการไม่พยาบาท ความดำริในการไม่เบียดเบียน (ที.ม. ๑๐/๔๐๒/๓๓๕)

๓) สัมมาวาจา การเจรจา หรือวาจาชอบ อันหมายถึง การสำรวมระวังในการพูดไม่ผิด ให้พูดแต่วจีสัจจิต กล่าวคือ

(๑) ไม่พูดคำเท็จทำให้ผู้อื่นเสียหาย

(๒) ไม่พูดส่อเสียดให้คนอื่นเข้าใจผิดทะเลาะเบาะแว้งกัน แต่กความสามัคคี

(๓) ไม่พูดคำหยาบ ให้เกิดความเสียหายแก่ผู้อื่น

(๔) ไม่พูดเพ้อเจ้อ พูดแต่คำที่ถูกต้องประกอบด้วยสาระประโยชน์

พระพุทธเจ้าทรงอธิบายถึงสัมมาวาจาไว้ว่า เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากการพูดเท็จ เจตนาเป็นเหตุละเว้นจากการพูดส่อเสียด เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากการพูดคำหยาบ เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ (ที.ม. ๑๐/๔๐๒/๓๓๕)

๔. สัมมากัมมันตะ การงานชอบ หรือการกระทำที่ชอบ หมายถึง การประพฤติของทางกายที่เรียกว่า กายสุจจิต ๓ อย่าง คือ

(๑) เว้นจากการ ฆ่า ทำร้าย หรือทรมานร่างกายผู้อื่น สัตว์อื่นให้ลำบากด้วยวิธีการ

(๒) เว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ได้ให้

(๓) เว้นจากการประพาศติผิดในกาม

และเพื่อไม่เบียดเบียนทำร้าย ไม่ละเมิดทรัพย์สินของผู้อื่นไม่ว่าด้วยจะได้มาด้วยวิธีการใด ๆ ก็ตาม รวมทั้งไม่ให้ละเมิดทางเพศกับคนที่ไม่ใช่คู่ครองของตนเองโดยการสำรวมสังวรเรื่องไม่ให้สำ สอนทางเพศอันจะเป็นเหตุให้เกิดโรคร้ายตามมา ดังที่พระพุทธเจ้าทรงอธิบายถึง สัมมากัมมันตะไว้ว่า “เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ได้ให้ เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากการประพาศติผิดในกาม (ที.ม. ๑๐/๔๐๒/๓๓๖)

๕. สัมมาอาชีวะ การเลี้ยงชีพชอบ หมายถึง การเลี้ยงชีพโดยสุจริต เป็นอาชีพที่สุจริตไม่เป็น อาชีพที่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน หรือชีพที่ผิดกฎหมายบ้านเมืองและศีลธรรมอันดีงาม หรือมีอาชีพที่ ถูกต้องเป็นสัมมาอาชีพ จะต้องเว้นจากการขายสินค้าต่อไปนี้ คือ

- (๑) ค้าขายเครื่องประหารที่ทำลายกัน เช่น ระเบิด อาวุธต่าง ๆ
- (๒) ค้าขายมนุษย์เพื่อไปเป็นทาสรับใช้ผู้อื่น
- (๓) ค้าขายเนื้อสัตว์ อันหมายถึง การเลี้ยงสัตว์ต่าง ๆ เพื่อฆ่าแล้วนำเนื้อมาขาย
- (๔) ค้าขายสุราน้ำเมาและยาเสพติดทุกชนิด
- (๕) ค้าขายยาพิษ หรือสารพิษต่าง ๆ ซึ่งเป็นสิ่งที่ทำลายมนุษย์และสัตว์

พระพุทธเจ้าทรงอธิบายถึงสัมมาอาชีวะ ไว้ว่า อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ละมิจฉาอาชีวะแล้ว สำเร็จการเลี้ยงชีพด้วยสัมมาอาชีวะ (ที.ม. ๑๐/๔๐๒/๓๓๖)

๖. สัมมาวายามะ ความเพียรนับว่าเป็นสิ่งจำเป็นในการทำงานทุกอย่าง ยิ่งเป็น การบำเพ็ญ เพียรทางจิตแล้วก็ยิ่งจำเป็นมาก ความเพียรที่ชอบในที่นี้ หมายถึง ความเพียร ๔ อย่าง คือ

- (๑) สังวรปธาน เพียรระวังความชั่วที่เป็นบาปอกุศล
- (๒) ปหานปธาน เพียรพยายามละความชั่วร้ายที่เป็นบาปอกุศล
- (๓) ภาวนาปธาน เพียรพยายามก่อสร้างความดีที่เป็นบุญกุศลที่ยังไม่เกิดขึ้น ให้เกิด
- (๔) อนรักขนาปธาน เพียรรักษาคุณความดีที่เป็นบุญกุศลที่ได้ทำแล้ว

๗. สัมมาสติ ความระลึกชอบ หมายถึง การสำรวมใจ หรือทำให้สงบตามแนวสติปัฏฐาน (ที่ตั้งแห่งจิต) ทั้ง ๔ เป็นการพิจารณาให้รู้เห็นเนื่อง ๆ เพื่อมิให้เกิดความยึดมั่นในร่างกาย

(๑) พิจารณาเห็นเรื่องต่าง ๆ ในร่างกาย เช่น ลมหายใจ อิริยาบถ การเคลื่อนไหวตลอดจน ส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย

(๒) พิจารณากำหนดรู้เรื่องของเวทนา ความสุข ความทุกข์และความไม่สุขไม่ทุกข์เวทนา เกิดขึ้นอย่างไร ตั้งอยู่อย่างไร ดังไปอย่างไร

(๓) ตั้งสติระลึกชอบเห็นจิต หมายถึง การกำหนดรู้พฤติกรรมของจิตของตนอย่างละเอียด จิตรักก็รู้ว่าจิตรัก จิตโกรธก็รู้ว่าจิตโกรธ จิตลุ่มหลงก็รู้ว่าจิตลุ่มหลง จิตหดหู่ ฟุ้งซ่าน

(๔) พิจารณาเห็นธรรม ได้แก่ การรู้สิ่งที่มีอยู่ในจิต เช่น จิตมีนิรวณ นิรวณเกิดขึ้นในจิต มีอยู่ในจิต ดับไปจากจิต ไม่ว่าจะ เป็นกุศลธรรม หรืออกุศลธรรม ก็ให้เห็นความจริงว่าเป็นเพียงสักแต่ว่าธรรม

๘. สัมมาสมาธิ ความตั้งใจชอบ ความตั้งใจชอบเป็นหนทางที่จะนำไปสู่ ความพ้นทุกข์ สัมมาสมาธิในที่นี้ หมายถึงความตั้งใจชอบ โดยการเข้าสมาธิชนิดที่เป็นอัปนาสมาธิ คือ สมาธิแน่วแน่ สมบูรณ์เต็มที่ ซึ่งเกิดจากการปฏิบัติกรรมฐาน ๔๐ อย่าง อย่างใดหนึ่งจนบรรลุฌาน ๔ นั้น ระดับฌาน ๔ นั้น คือ รูปฌาน ๔ ได้แก่ ปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน

คนที่ทำจิตให้แน่วแนวจนถึงจตุตถฌานแล้ว เรียกว่า เป็นผู้ปฏิบัติสามารถพิจารณาสังขารด้วย วิปัสสนาปัญญา ก็สามารถตัดกิเลสให้สิ้นไปได้และถ้าจะทำจิตใจให้เป็นสมาธิยิ่งกว่านั้นก็ออกจากจตุตถฌานนั้นแล้วเข้าสู่รูปฌาน อีก ๔ ชั้น คือ

- (๑) ชั้นอากาศานัญญาตนะ คือ กำหนดที่ว่างหาที่สุตมิได้เป็นอารมณ์
- (๒) ชั้นวิญญาณัญญาตนะ คือ กำหนดวิญญาณหาที่สุตมิได้เป็นอารมณ์
- (๓) ชั้นอากิญจัญญาตนะ คือ กำหนดภาวะที่ไม่มีอะไร ๆ เป็นอารมณ์
- (๔) ชั้นเนวสัณญานาสัณญาตนะ คือ กำหนดภาวะมีสัณญาก็ไม่ใช่ ไม่มีสัณญาก็ไม่ใช่เป็นอารมณ์ เลยขึ้นไปกว่านั้นอีกชั้นหนึ่ง คือ

(๕) ชั้นสัณญาเวทิตนโรธสมาบัติ ซึ่งผู้เข้าถึงสัณญาเวทิตนโรธนี้จะหมดความรู้สึกทางกาย เป็นอันที่สุดในการทำจิตให้เป็นสมาธิ ในชั้นสัณญาเวทิตนโรธนี้ จิตไม่มีสัณญาและเวทนา มีแต่ ธรรมชาติบริสุทธิ์ผุดผ่อง อริยมรรค หรือทางอันประเสริฐ ที่มีองค์ประกอบ ๘ ประการตั้งแต่ สัมมาทิฏฐิ จนถึงข้อปฏิบัติประการสุดท้ายคือ สัมมาสมาธิ ดังกล่าวมาแล้วว่าเป็นทางดำเนินไปเพื่อให้ถึงจุดหมายปลายทาง หรืออุดมการณ์อันสูงส่งของชีวิตนั้น คือ พระนิพพาน

อริยมรรค หมายถึง ทางแห่งความประเสริฐ อันเป็นหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ เพื่อให้ผู้ประพฤติปฏิบัติหลุดพ้นจากกองทุกข์ทั้งปวง หรือนำไปสู่เป้าหมายทางพระพุทธศาสนา คือ “พระนิพพาน” หลักของอริยมรรคมีองค์ ๘ เป็นหลักการปฏิบัติที่วางไว้เป็นแนวทางนำไปสู่ความสุข ในทางพระพุทธศาสนาที่ถือว่าเป็นความสุขที่หลุดพ้นจากสังสารวัฏ คือ การไม่มีเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไปและจัดเป็นความสุขระดับโลกุตระที่มีความละเอียดอ่อนมีความประณีต หมายถึง “นิพพาน” ลักษณะสำคัญของนิพพานที่สืบเนื่องมาจากความหมายว่า “ดับ” ซึ่งนับว่ามีจุดเด่นน่าสนใจมีอยู่ ๓ อย่าง คือ

๑. ดับวิชชา หมายถึง การเกิดญาณที่ชนะอันสูงสุด หยั่งรู้สัจธรรม
๒. ดับกิเลส หมายถึง กำจัดความชั่วร้ายและของเสียต่าง ๆ ภายในจิตใจ หมดเหตุที่จะเกิด ปัญหาความเดือดร้อนวุ่นวายต่าง ๆ แก่ชีวิตและสังขาร
๓. ดับทุกข์ หมายถึง ความหมดทุกข์ บรรลุธรรมอันสูงสุด ความดับระดับที่สามนี้ คือ ความสุข หรือความดับทุกข์สิ้นทุกข์ (พระสุริย์โย ชูช่วย, ๒๕๔๖, หน้า ๒๐)

พระพุทธเจ้าทรงแสดงความสุขที่ปรากฏในพระสูตรต่าง ๆ ที่ได้ตรัสไว้ ณ สถานที่ต่าง ๆ ผู้วิจัย ขอนำความสุขที่พระพุทธองค์ทรงจำแนกไว้เป็นความสุข ๒ บ้าง ๓ บ้าง ๔ บ้าง และความสุข ๑๐ ประการบ้าง ตามที่ปรากฏอยู่พระสูตรต่าง ๆ ซึ่งจะนำมาแสดงไว้ในที่นี้ด้วย ดังนี้

ในอังคุตตรนิกาย ทุกนิပါတ สุขวรรค พระพุทธเจ้าแสดงความสุขให้ภิกษุทั้งหลายฟังโดยจำแนกความสุขแบบคู่ขนานไว้ ๑๓ ข้อ ดังนี้

๑. สุขของคฤหัสถ์กับสุขของบรรพชิต
๒. กามสุข สุขเกิดจากกามกับเนกขัมมสุข สุขเกิดจากความปลอดโปร่งจากกาม
๓. อุปธิสุข สุขเจือกิเลส สุขกลัวทุกข์ ได้แก่ สุขในไตรภูมิ หรือโลกียสุขกับนิรูปธิสุข สุขไม่เจือกิเลส สุขไม่กลัวทุกข์ ได้แก่ โลกุตตรสุข
๔. สุขมีอาสวะ คือ สุขที่ยังเจือด้วยกิเลส กับสุขไม่มีอาสวะ คือสุขที่ไม่เจือด้วยกิเลสคือสุขระดับโลกุตตระ
๕. สุขอิงอาศัยอามิส เป็นสุขอาศัยเหยื่อล่อสุขทางเนื้อหนัง กับสุขไม่มีอามิส เป็นสุขที่ไม่อิงอาศัยเหยื่อล่อสุขทางเนื้อหนัง
๖. สุขของพระอริยะ กับสุขของปุถุชน
๗. สุขทางกาย กับสุขทางใจ
๘. สุขที่มีปีติ กับสุขที่ไม่มีปีติ
๙. สุขเกิดแต่ความยินดี กับสุขเกิดแต่ความวางใจเป็นกลาง
๑๐. สมานิสุข คือ สุขที่ถึงขั้นอัปนาสมาธิ หรืออุچارสมาธิ กับอสมานิสุข คือ สุขที่ยังไม่ถึงขั้นอัปนาสมาธิ หรืออุچارสมาธิ
๑๑. สุขเกิดแต่ฌานมีปีติเป็นอารมณ์ กับสุขเกิดแต่ฌานไม่มีปีติเป็นอารมณ์
๑๒. สุขที่เกิดจากฌานมีความยินดีเป็นอารมณ์ กับสุขที่เกิดจากฌานมีอุเบกขาเป็นอารมณ์
๑๓. สุขที่มีรูปฌานเป็นอารมณ์ กับสุขที่อรูปรฌานเป็นอารมณ์ (อง.ทก. ๒๐/๖๕ - ๗๗/๑๐๒ - ๑๐๕)

พระพุทธเจ้าทรงแสดงถึงธรรมเครื่องอยู่เป็นสุข ๒ ประการ คือ

๑. คัมภรชทวารในอินทรีย์ทั้งหลาย หรือการสำรวมอินทรีย์ ได้แก่ การระวัง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่ยินดียินร้ายในเวลาเห็นสุข เป็นต้น
  ๒. รู้จักประมาณในการบริโภค (ขุ.อิติ. ๒๕/๒๙/๓๗๖)
- ลักษณะของสุข ๒ ประการนี้ เป็นความสุขที่ไม่อึดอัด ไม่คับแค้น ไม่กระวนกระวายในปัจจุบัน ที่อยู่นี้และหลังจากตายจากโลกนี้แล้วย่อมไปสู่สุคติ

พระพุทธเจ้าทรงแสดงถึงธรรมว่า ผู้ปรารถนาความสุข ๓ ประการ คือ

๑. ขอความสรรเสริญ จงเกิดแก่เรา
  ๒. ขอโภคสมบัติทั้งหลายจงเกิดแก่เรา
  ๓. หลังตายแล้ว เราจักไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์ (ขุ.อิติ. ๒๕/๗๖/๔๓๖)
- ลักษณะของสุข ๓ ประการนี้ เป็นความสุขที่พึงเกิดขึ้นโดยต้องรักษาศีล

ในขุททกนิกาย มุจจลินทสูตร พระพุทธเจ้าทรงแสดงสุข ๔ ประการ แก่พญามุจจลินนาคราชว่าเป็นความสุขที่ยอดเยี่ยมในโลก ได้แก่

๑. ความยินดีในวิเวก ย่อมมีความสุข
  ๒. การไม่เบียดเบียน คือ การระมัดระวังไม่ทำร้ายสัตว์มีชีวิต เป็นสุขในโลก
  ๓. การละกามทั้งหลายเสียได้เป็นความสุขอย่างยิ่ง
  ๔. การกำจัดความถือตัวเสียได้นั้นแหละเป็นความสุขอย่างยิ่ง (ขุ.อิติ. ๒๕/๑๑/๑๘๙ - ๑๙๐)
- ลักษณะของสุข ๔ ประการนี้ เป็นความสุขที่พึงทำให้เกิด โดยการสำรวมกาย สำรวมใจ อันจะนำมาซึ่งการปฏิบัติที่ต้งามในขณะปัจจุบันและส่งผลถึงความมั่นใจในความสุขของตนต่อไปในโลกหน้า
- พระสารีบุตร ได้แสดงความสุข ๑๐ แก่พระอุททายี โดยเริ่มจากความสุขอันเป็นระดับต่ำสุดแล้วค่อย ๆ ประณีตขึ้นตามลำดับถึงสุขในสัญญาเวทิตนโรธ สมาปัตติสุข ดังนี้

๑. กามสุข
๒. สุขในรูปฌานที่ ๑ เรียกว่า ปฐมฌาน
๓. สุขในรูปฌานที่ ๒ เรียกว่า ทุตติยฌาน
๔. สุขในรูปฌานที่ ๓ เรียกว่า ตุตติยฌาน
๕. สุขในรูปฌานที่ ๔ เรียกว่า จตุตถฌาน
๖. สุขในรูปฌานที่ ๑ เรียกว่า อากาสนัญญาตนฌาน
๗. สุขในรูปฌานที่ ๒ เรียกว่า วิญญาณัญญาตนฌาน
๘. สุขในรูปฌานที่ ๓ เรียกว่า อากิญจัญญาตนฌาน
๙. สุขในรูปฌานที่ ๔ เรียกว่า เนวสัญญานาสัญญาตนฌาน
๑๐. สุขในสัญญาเวทิตนโรธสมาบัติ (อง.นวก. ๒๓/๓๔/๕๐๐ - ๕๐๓)

ลักษณะของสุข ๑๐ นั้น สามารถสรุปให้เห็นขั้นตอนและประเภทที่ชัดเจนได้ดังนี้

สุขข้อแรกเป็นการถึงกามสุข เนื่องด้วยกาม นอกนั้นเป็นลักษณะของความสุขที่ไม่ต้องอาศัยการเสพ การบริโภค คือความสุขที่ได้จากฌาน ซึ่งมีความอิสระจากสิ่งภายนอก จนกระทั่งถึงขั้นนิโรธ ซึ่งเป็นชื่อของนิพพาน

จากประเภทของความสุขทั้ง ๑๐ ชั้น สามารถสรุปได้เป็น ๓ ระดับตามลักษณะสัมพันธ์กับบุคคลผู้แสวงความสุขได้ ดังนี้

๑. กามสุข สุขที่อันเนื่องด้วยกาม เป็นความสุขของมนุษย์ที่ยังอยู่ในโลกเป็นความสุขที่อาศัยวัตถุ หรืออามิส แล้วเกิดความยินดีเป็นเหตุให้เกิดสุข มีความอยาก ความปรารถนา ความต้องการ ความพอใจ กามในที่นี้ หมายถึง กิเลสกาม คือ กิเลส ที่ทำให้ใคร่ ความอยากที่เป็นตัวกิเลส กับวัตถุ กาม คือ วัตถุอันน่าปรารถนา สิ่งที่น่าปรารถนา สิ่งที่ยอยากได้ ซึ่งผู้อยากได้กาม ได้กามที่ต้องการแล้ว ย่อมเป็นผู้อิ่มเอมใจแน่แท้ (ขุ.อุ. ๒๕/๑๒/๑๒๖.)

กาม ได้แก่ วัตถุกาม กับ กิเลสกาม

วัตถุกาม คือ รูป เสียง กลิ่น รส และโผฏฐัพพะ ที่น่าพอใจ เช่น เครื่องนุ่งห่ม ไม้ สุกกร โค กระบือ ทาสหญิง ชาย ที่สวน บ้าน นิคม เป็นต้น ซึ่งเป็นวัตถุที่มีชีวิต หรือสิ่งของที่ทำให้หายินดีอย่างใดอย่างหนึ่งเป็นวัตถุกาม



กิเลสสาม คือ ความพอใจ ความกำหนด ได้แก่ ความพอใจด้วยอำนาจ ความใคร่ ความกำหนดด้วยอำนาจความใคร่ ความทะยานอยากด้วยอำนาจความใคร่ เป็นต้น ผู้เสพ ได้แก่ มนุษย์ ปุถุชนและอริยบุคคลชั้นโสดาบันและสกทาคามี

๒. ฌานสุข สุขเนื่องด้วยฌาน เกิดจากการที่จิตได้สัมผัสกับสมาธิเป็นความสุขทางจิต มีได้เกิดจากที่ประสาทสัมผัสทั้ง ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รสและสัมผัส เป็นความสุขที่มีทุกข์เจือปนในขณะที่จิตอยู่ในฌาน เพราะจิตหลุดพ้นจากกิเลสตัณหาได้ชั่วคราว ผู้เสพ ได้แก่ พระอริยบุคคล ตั้งแต่พระโสดาบันจนถึงพระอรหันต์

๓. นิพพานสุข สุขเนื่องด้วยนิพพาน หรือสุขเพราะสิ้นไปของตัณหาเป็นความสุขที่ไม่ต้องอาศัยปัจจัยอะไรปรุงแต่งจึงพ้นจากความแปรปรวน คือ พ้นจากภาวะของความไม่เที่ยงและประกอบไปด้วยทุกข์ คือ พ้นจากการเกิด การแก่ การเจ็บ การตาย ไม่มีความเศร้าโศก ไม่มีกิเลส ไม่มีความเศร้าหมอง เป็นภาวะแห่งความสุขขั้นสูงสุด ผู้เสพได้แก่ พระอริยบุคคล ตั้งแต่พระโสดาบันจนถึง พระอรหันต์ (ขุ.ม. ๒๙/๑/๑)

**พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) (๒๕๒๓, หน้า ๓๔)** ได้กล่าวถึง ชีวิตที่สมบูรณ์ ควรจะพัฒนาชีวิตตามหลักพระ พุทธศาสนาให้เข้าถึงประโยชน์สุขทุกชั้นไว้เป็น ๓ ระดับ ดังนี้

๑. ประโยชน์สุขระดับที่ ๑ ด้านรูปธรรม ที่ตามองเห็น หรือเห็นได้กับตา คือ การมีสุขภาพดี การมีทรัพย์สินเงินทอง การมีอาชีพการงานเป็นหลักฐาน การมียศ ฐานะตำแหน่ง การเป็นที่ยอมรับในสังคม การมีมิตรสหายบริวารและการมีชีวิตครอบครัวที่ดี

๒. ประโยชน์ระดับที่ ๒ ด้านนามธรรม ที่ล้าเลยจากตามองเห็น คือเรื่องของคุณธรรมความดีงาม การมีความสุขที่เกิดจากความมั่นใจในคุณค่าของชีวิต การได้บำเพ็ญประโยชน์ช่วยเหลือเกื้อกูลแก่เพื่อนมนุษย์ ความมีศรัทธาในสิ่งที่ดีงาม ที่เป็นหลักของจิตใจและการมีปัญญาที่ทำให้รู้จักปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลายได้ถูกต้องและแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ ทำให้ชีวิตเป็นอยู่ด้วยดี

๓. ประโยชน์ระดับที่ ๓ ด้านนามธรรมชั้นโลกุตตระที่อยู่เหนือกระแสความไหลเวียนของโลกธรรม คือความเป็นผู้มีจิตใจเป็นอิสระ ด้วยความรู้เท่าทันต่อสิ่งทั้งหลาย รู้โลกและชีวิตตามความเป็นจริง จนกระทั่งว่าโลกธรรมเกิดขึ้นมากระทบกระทั่งก็ไม่หวั่นไหว วางใจและปฏิบัติได้ถูกต้องตามเหตุปัจจัย ปล่อยให้กฎธรรมชาติทั้งหลายก็เป็นกฎธรรมชาติอยู่ตามธรรมชาติ ความทุกข์ที่มีอยู่ในธรรมชาติ ก็คงเป็นทุกข์ของธรรมชาติไป ไม่เข้ามากระทบกระทั่งบีบคั้นจิตใจของเราได้ เป็นผู้มีสุขอยู่กับตนเองตลอดทุกเวลา ก็จบได้เท่านี้ ชีวิตก็สมบูรณ์แล้ว (๒๕๓๗, หน้า ๕๘ - ๕๙) นอกจากนี้ท่าน พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ) ได้กล่าวถึงความสุขมีสามระดับ คือ

ระดับที่หนึ่ง สุข เพราะไม่เบียดเบียน เป็นความสุขค่อนข้างจะเป็นเรื่องสังคม หรือของหมู่คณะ ถ้าไม่เบียดเบียนกันก็จะเป็นสุข หรือไม่เห็นแก่ตัว

ระดับที่สอง สุข เพราะอยู่เหนืออำนาจมาก หรือเป็นความสุข เพราะอยู่เหนือกิเลสที่จะมากระทบตัวเราเป็นความรักความหลงใหลในสิ่งต่าง ๆ หรือการกำหนดยินดี อารมณ์ที่เกิด จึงถือว่าเป็นกามอย่างหนึ่ง การที่หลงใหลทั้งบุคคล วัตถุ ก่อให้เกิดความทุกข์ได้ทั้งสิ้น

ระดับที่สาม สุข เพราะละตัวตนเสียได้ เพราะถ้าละเรื่องนี้ได้ก็จะไม่ยึดมั่นว่า ตัวของตนเอง อาจจะเหนือผู้อื่น สิ่งที่สำคัญที่สุดในสามข้อนี้ คือ ไม่มีตัวตนของตนถ้าคิดได้เสียแต่แรกก็จะไม่เบียดเบียนใครและก็จะไม่เห็นแก่ตัว

**สนอง วรอุไร** (๒๕๔๙, หน้า ๖๗ - ๖๘) ได้กล่าวถึง ชีวิตที่ประสบความสำเร็จ สิ่งสำคัญที่สุดที่ต้องมีคือ ต้องมีความสุข ความสุขมี ๓ ประเภท ดังนี้

๑. กามสุข คือ สุขจากตาเห็นของสวยงาม สุขจากจมูกได้กลิ่นหอม ลิ้นสัมผัสรสอร่อย สุขประเภทนี้สั้นและมีทุกข์เจือปน มาเร็วไปเร็ว อยู่กับเราเพียงชั่วคราว เช่น อาหารอร่อยจานแรก ช้อนแรก อร่อยมากแค่นั้น ถึงช้อนที่ลิบความอร่อยจะเริ่มลดลง พอขามที่สองมา ความอร่อยจะหายไปหมดเลย กลายเป็นความรู้สึกอึดอัดมาแทนที่ เพราะนี่เป็นความสุขเพียงชั่วคราวที่มีทุกข์เจือปน

๒. จิตสงบ คือ สุขซึ่งละเอียดและยืดยาวกว่า แต่ยังไม่เท่าความสุขสุดท้าย

๓. จิตที่เป็นอิสระ ซึ่งเป็นความสุขที่ดีที่สุดที่มนุษย์สามารถเข้าถึงได้ คือ สุขจากจิตที่เป็นอิสระ ไม่ตกเป็นทาสอะไรกระทบจิตก็ไม่ตกเป็นทาสใคร ทำได้ทุกขณะตื่นจะมีความสุขตลอด โดยไม่ต้องแสวงหา ไม่ต้องดิ้นรน

**บุญมี แทนแก้ว** ได้กล่าวถึง การจัดจุดมุ่งหมายของจริยศาสตร์ไว้ถึง ๒ อย่าง ดังนี้

๑. การประพจน์จริยศาสตร์เพื่อความสุข สุขประเภทนี้ แบ่งออกเป็น ๒ อย่าง ดังนี้

๑.๑ ความสุขส่วนตัว ส่วนนี้จัดว่าสำคัญสำหรับแต่ละบุคคล เพราะตนเป็นที่รักสิ่งใดที่ตนรัก มักจะแสวงหามาเพื่อตนก่อน แม้จะเบียดเบียน เอาเปรียบ กดขี่ ช่มเหง กำจัดคนอื่นเพื่อให้ได้มาซึ่งความรักความพอใจของตนก็เอา ทั้งนี้เพราะความสุขที่ตนหวังนั่นเอง บางทีแม้จะไม่ใช่วัตถุโดยตรง แต่เป็นสิ่งที่อนุโลมเข้าได้กับวัตถุก็พยายามแสวงหา เช่น เสียงที่ไพเราะอ่อนหวาน กลิ่นที่หอม การได้เห็นรูปที่สวยงาม การได้สัมผัสอารมณ์ที่พอใจ ขอบใจของตน เป็นต้น ก็จัดอยู่ในข้อนี้ทั้งนั้น

๑.๒ ความสุขส่วนรวม หรือความสุขทั่วไป อันเป็นความสุขที่เกิดขึ้นกับคนส่วนมาก เช่น การช่วยเหลือสังคม ช่วยอนุเคราะห์ สงเคราะห์สาธารณกุศล สาธารณประโยชน์ เช่น สร้างถนนหนทาง สร้างสะพาน สร้างโรงเรียน สร้างโรงพยาบาลและอื่น ๆ โดยหวังว่า ตนเองจะได้รับประโยชน์ มีชื่อเสียง ได้รับความนับถือ หรือหวังประโยชน์อย่างอื่น ข้อนี้โดยมากจะเน้นในทางวัตถุ หรือสิ่งที่เป็นรูปธรรมเป็นเบื้องต้น ถ้าไม่มีสิ่งใดที่ปรากฏให้เห็นในทางรูปธรรม พวกนี้มักจะไม่ประพจน์

จุดประสงค์ของการประพจน์จริยศาสตร์ในข้อที่ว่า “เพื่อความสุข” นี้จัดอยู่ในประเภท โลกีย์สุข เพราะเป็นความสุขที่คนทั่วไปปรารถนาทั้งผู้บำเพ็ญและผู้ได้รับ จัดเป็นความสุขระดับต่ำ บำเพ็ญปฏิบัติได้ง่าย ได้ผลเร็วเห็นทันตา

๒. การประพจน์จริยศาสตร์เพื่อความสุขหลุดพ้น สุขประเภทนี้ แบ่งออกเป็น ๒ อย่าง ดังนี้

๒.๑ ความสุขโดยอาศัยปัญญา กล่าวคือ พยายามศึกษาให้เข้าใจโดยพยายามหาความรู้ให้ลึกซึ้ง รอบคอบ โดยใช้จิตคิดใคร่ครวญพิจารณา อย่าใช้ปัญญาเพียงผิวเผิน หรือใช้สุขอย่างปัญญาระดับ “ปริตรตารัมมณปัญญา” เพราะยังยึดมั่นอยู่ในความรัก ความใคร่ ความพอใจในอารมณ์อยู่ หรือใช้ปัญญาระดับ “มหัคคตารัมมณปัญญา” เพราะยังยึดมั่นอยู่ในสิ่งที่มีรูปเป็นอารมณ์

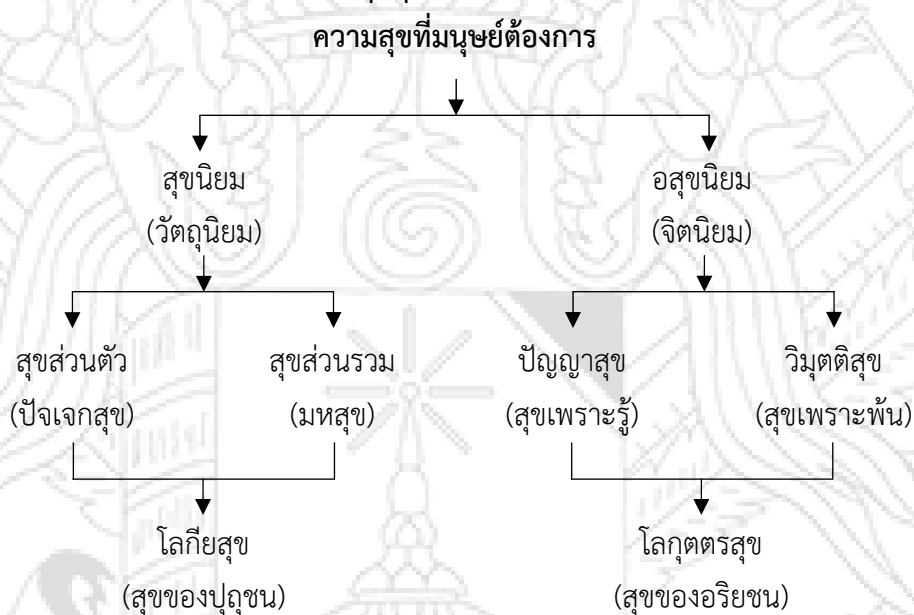
อยู่ แต่ควรใช้ปัญญาระดับ “**อัปมาณารัมมณปัญญา**” เพราะเป็นมรรคปัญญา สามารถรู้แจ้งเห็นจริงอย่างวิเศษในลักษณะอันแท้จริงแห่งพระนิพพาน

๒.๒ ความสุขโดยอาศัยความหลุดพ้น จะเป็นความหลุดพ้นแห่งจิต เพราะจิตปราศจากราคะ ด้วยกำลังสมาธิที่เรียกว่า “**เจโตวิมุตติ**” หรือความหลุดพ้นด้วยปัญญา หลุดพ้นอำนาจการเจริญปัญญาที่จิตพ้นจากอวิชชา ด้วยปัญญาที่รู้เห็นตามเป็นจริงที่เรียกว่า “**ปัญญาวิมุตติ**” จุดประสงค์ของการประพจน์จริยศาสตร์ข้อที่ว่า “**เพื่อความหลุดพ้น**” นี้จัดอยู่ในประเภทโลกุตตรสุข เพราะเป็นความสุขของอริยชน ผู้ห่างไกลจากกิเลสได้แล้ว จัดเป็นความสุขระดับสูง อาจจะปฏิบัติได้ยาก แต่มีทางที่จะปฏิบัติได้ (๒๕๔๕, หน้า ๕๔ – ๕๕)

ความสุขข้างต้นนั้นเป็นการยืนยันให้เห็นว่า มนุษย์สามารถมีความสุขในแบบที่เป็นอิสระ หรือไม่ต้องอาศัยยามิสได้ ซึ่งเป็นความสุขที่เป็นจุดมุ่งหมายของพระพุทธศาสนา

สรุปได้ว่า ประเภทของความสุขของมนุษย์เกิดขึ้นด้วยการมีอายตนะภายในและอายตนะภายนอกที่มารกระทบ หรือสัมผัสทำให้เกิดอารมณ์มีกิเลสเข้ามาแทรกซ้อนทั้งทางกายและจิตใจ

### โครงสร้างจุดมุ่งหมายของจริยศาสตร์



แผนภูมิที่ ๒.๑ โครงสร้างจุดมุ่งหมายของจริยศาสตร์

### ๒.๓ ปόเกิดของความสุข

เป็นธรรมดาที่ใคร ๆ ก็อยากมีความสุข เพราะอยู่ดี ๆ คงจะไม่มีใครอยากทุกข์ใจ เนื่องจากความทุกข์นำพาโรคร้ายไข้เจ็บมาให้ บั่นทอนจิตใจและทำให้อายุสั้น ความสุขนับว่าเป็นสิ่งสุดยอดที่มนุษย์ทุกคนปรารถนา หรือทุกคนต้องการมัน ดังนั้น มนุษย์จึงแสวงหาแต่ความสุขด้วยวิธีการต่าง ๆ ซึ่งเป็นเรื่องธรรมดาของมนุษย์และทุก ๆ คน ก็มีวิธีการเป็นของตนอยู่แล้ว แต่มนุษย์จะประสบ

ความสำเร็จ หรือได้รับความสุขตามที่ตนต้องการหรือไม่และได้รับความสุขในชีวิตมีมาก หรือมีน้อย เพียงใด ก็ขึ้นอยู่กับความเพียรและสติปัญญาบารมีของแต่ละบุคคล ซึ่งจะได้กล่าวตามลำดับความสำคัญ ดังนี้

### ๒.๓.๑ ความสุขที่เกิดจากกามคุณ

ความสุขที่เกิดจากกามคุณ ๕ เป็นความสุขที่มีความเกี่ยวเนื่องกับประสาทสัมผัสกันระหว่างอายตนะภายใน คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย กระทบกับอายตนะภายนอก ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รสและ โผฏฐัพพะ จนเกิดความรู้สึกขึ้น เราเรียกว่า เวทนา คือ การเสวยอารมณ์ที่เป็นความสุขบ้างทุกข์บ้าง พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), ๒๕๕๐, หน้า ๑๗๕ – ๑๗๖) ได้กล่าวถึงบ่อเกิดของความสุขจากกามคุณนี้ว่าทางพระพุทธ ศาสนาสอนให้ประกอบไปด้วยเบญจศีลและเบญจธรรม ได้แก่ ศีล ๕ คู่กับ กัลยาณธรรม ๕ ซึ่งเป็นธรรมของคนดีอย่างละ ๕ ประการ ทั้งศีล ๕ และกัลยาณธรรม ๕ ประการนี้เป็นของคู่กัน จึงเรียกว่า ศีลธรรม กล่าวคือ ศีลเป็นข้อควรเว้น หรือห้ามล่วงละเมิด ส่วนกัลยาณธรรมเป็นข้ออนุญาตให้นำไปปฏิบัติ ผู้รักษาเบญจศีลควรมีไว้ประจำใจ คือ (Virtues enjoined by the five precepts) เมตตาและกรุณา เป็นรักใคร่ปรารถนาให้มีความสุขและความสงสารคิดช่วยให้พ้นทุกข์ (loving – kindness and compassion) คู่กับศีลข้อที่ ๑ สัมมาอาชีวะ การหาเลี้ยงชีพในทางที่ชอบ (right means of livelihood) คู่กับศีลข้อที่ ๒ กามสังวร การสำรวมในกาม คือ การรู้จักควบคุมตนในทางกามารมณ์ไม่ให้หลงไหลในรูป เสียง กลิ่น รสและสัมผัส เกินความพอดี (sexual restraint) คู่กับศีลข้อที่ ๓ สัจจะ ความซื่อตรง กล่าวคือ พูดจริง ทำจริง (truthfulness) คู่กับศีลข้อที่ ๔ และสติสัมปชัญญะ คือ มีสติรู้สึกตัวอยู่เสมอว่า สิ่งใดควรทำและไม่ควรทำ หรือมีสติระวังมิให้เป็นคนประมาท (mindfulness temperance) คู่กับศีลข้อที่ ๕ จึงทำให้ได้รับความสุขพอสมควร ถ้าผู้เสพกามคุณมีศีลและกัลยาณธรรมทำประการนี้แล้ว ตนเองและทุกคนในสังคมจะมีแต่ความสุข ความเจริญพอสมควรแก่ฐานะของตน ๆ เพราะทางพระพุทธศาสนาถือว่า มนุษย์ในฐานะที่เป็นปุถุชนอยู่ การสัมผัสทางกามสุข มิใช่เป็นสิ่งที่ชั่วร้ายอะไรหนักหนา มันเป็นสิทธิอันชอบธรรมที่มนุษย์ทุกคนพึงมีได้ แต่ต้องอยู่ในขอบเขตที่จำกัดพอดีพองามเท่านั้นเอง

การรู้จักประมาณในการแสวงหากามสุขนั้นย่อมมีผลดีต่อตนเองและต่อสังคม สุขที่เหนือกามสุขก็ยังมีฉานสุข ซึ่งอาจเรียกได้ว่าสุขทางใจ คือ ภาวะที่จิตบรรลุถึงสมาธิระดับหนึ่ง ฉานสุขนั้นเป็นแดนต่อระหว่างกามสุขกับนิพพานสุขอันเป็นความสุขสูงสุดทางพุทธศาสนา ฉานสุขมิได้เกิดจากประสาทสัมผัสทั้ง ๕ ไม่เสพเสวยกามคุณทั้งห้าคือ รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส ความสุขที่มีมีทุกข์เจือปนในขณะที่จิตกำลังอยู่ในฉานเหมือนกามสุข

### ๒.๓.๒ ความสุขที่เกิดจากรูปฌาน

คำว่า ฉาน แปลว่า เฝง หมายถึง ภาวะจิตที่เฝงอารมณ์ จนใจแน่วแน่เป็นอัปนาสมาธิ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), ๒๕๕๐, หน้า ๘๘) ภาวะจิตที่มีสมาธิ แต่สมาธินั้นมีความประณีต สนิท ชัดเจน ผ่องใสและมีกำลังมากน้อยต่าง ๆ กัน แยกได้เป็นหลายระดับ ความต่างของแต่ละระดับนั้นกำหนดด้วยคุณสมบัติของจิตที่เป็นองค์ประกอบพร้อมของสมาธิในขณะนั้น ๆ องค์ประกอบ



เหล่านี้ได้แก่ วิตก คือการจรดจิตลงในอารมณ์ วิจารณ์ คือการที่จิตเคล้าอยู่กับอารมณ์ ปีติ คือความเอิบอิมใจ สุข ความสบายใจ สุขใจ เอกกัตตตา คือภาวะที่จิตมีอารมณ์แน่วแน่เป็นหนึ่งเดียว คือตัวสมาธินั่นเอง

วิตกและวิจารณ์ มีส่วนช่วยเหลือกันและกัน โดยวิตกทำหน้าที่ยกจิตขึ้นสู่อารมณ์กรรมฐานแล้ว วิจารณ์ก็เข้ามาประคองจิตนั้นไว้ไม่ให้ตกไป ซึ่งเรื่องนี้ พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตตวณฺโณ) ได้เปรียบเทียบลักษณะของวิตกกับวิจารณ์ไว้ ดังนี้

๑) วิตกเปรียบเทียบเหมือนเสียงระฆังที่ตั้งขึ้นครั้งแรก ส่วนวิจารณ์เปรียบเทียบเหมือนเสียงครวญดังหึ่ง ๆ ของระฆังหลังจากการตีแล้ว

๒) วิตกเปรียบเทียบเหมือนการกระพือปีกของนกใหญ่ที่บินขึ้นไปในอากาศครั้งแรก ส่วนวิจารณ์เปรียบเทียบเหมือนอาการที่นกนั้นกางปีกให้กินลมพอดี ร่อนไปในอากาศโดยมีตอกระพือปีก

๓) วิตกเปรียบเทียบเหมือนเครื่องบินที่บินขึ้นจากทางวิ่ง (รันเวย์) ของสนามบินขึ้นสู่อากาศ ส่วนวิจารณ์เปรียบเทียบเหมือนเครื่องบินนั้นบินตรงตัวไปในอากาศแล้ว

ดังนั้น วิจารณ์จึงมีลักษณะที่นิ่มนวลและเรียกว่าวิตก เพราะวิจารณ์ทำหน้าที่ประคองจิตไว้ในอารมณ์มิให้ตกไป (พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตตวณฺโณ), ๒๕๕๑, หน้า ๑๓๐)

### ๒.๓.๓ ความสุขที่เกิดจากนิพพาน

นิพพาน หมายถึง สภาพที่ดับกิเลสและกองทุกข์ได้แล้ว เพราะไร้กิเลสไร้ทุกข์ เป็นอิสรภาพสมบูรณ์ (พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตตวณฺโณ), ๒๕๕๑, หน้า ๑๓๙) นิพพานสุข คือ สุขอันเนื่องด้วยนิพพาน มีบ่อเกิดมาจากปัญญา หรือการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ทางพระพุทธศาสนายกย่องนิพพานว่าเป็นความสุขขั้นสูงสุด หรือเป็นบรมสุขนิพพานนั้น ท่านผู้รู้กล่าวว่าเป็นอรุปรธรรม เป็นนามแต่ไม่ใช่นามขันธ์ นิพพานจึงเป็นขันธวิมุตติ คือ พ้นจากความเป็นขันธ์และพ้นจากกาลทั้ง ๓ ด้วยนิพพานจึงเป็นกาลวิมุตติ อรุปรธรรม ได้แก่ มรรค ผลและนิพพาน จัดเป็นอสังขตธรรม คือ ธรรมอันปัจจัยอะไร ประงแต่ไม่ได้ เมื่อเป็นเช่นนี้ จึงเป็นสภาวะธรรมที่เที่ยงแท้ เป็นบรมสุขและเป็นอนัตตา คือว่างจากตัวตนคือ กิเลส ด้วยเหตุนี้ ท่านจึงแสดงว่า “นิพพานเป็นความสุขอย่างยิ่ง นิพพานเป็นความว่างอย่างยิ่ง มนุษย์ทั้งหลายย่อมไปสู่สถานที่ไม่เกิดที่ไปแล้วไม่เศร้าโศก”

นิพพาน เมื่อก้าวโดยสภาพ นิพพานก็เป็นอนัตตาในข้อที่ว่าเป็นสิ่งที่ว่างเปล่าปราศจากตัวตน ดำรงอยู่ในสภาพที่ว่างเปล่าอย่างนั้นตลอดกาลคือ ไม่มีปัจจัยอะไรที่จะมาประงแต่ให้กลายเป็นไม่ว่างไม่ได้เหตุนี้ ท่านจึงแสดงว่า “นิพพาน ปรม สุขญญ์ แปลว่า พระนิพพาน เป็นสภาวะที่ว่างอย่างยิ่ง

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) (๒๕๕๒, หน้า ๒๔๘) ได้อธิบายไว้ว่า แม้นิพพานจะเป็นสุขและผู้บรรลุนิพพานก็เป็นผู้มีความสุขจริง แต่ไม่ติดในความสุข ไม่ว่าจะชนิดใด ๆ รวมทั้งไม่ติดใจในนิพพานสุขด้วย เมื่อรับรู้อารมณ์ต่างจากภายนอกพระอรหันต์ยังเสวยเวทนาที่เนื่องจากอารมณ์เหล่านั้น ทั้งที่เป็นสุข เป็นทุกข์และไม่สุข ไม่ทุกข์ เช่นเดียวกับคนทั่วไป ต่างกันตรงที่ว่า ท่านเสวยเวทนาโดยปราศจากกิเลสร้อยรัด เวทนานั้นไม่เป็นเหตุให้เกิดตัณหา เป็นการเสวยแต่เวทนาทางกาย ไม่เสวย



เวทนาทางจิต จึงไม่เกิดความร่ำร้อนภายใน หรืออีกนัยหนึ่งคือ ท่านเสวยเวทนาชนิดที่ไม่มีอนุสัยตกค้าง ซึ่งปุถุชนทั่วไปเมื่อเสวยสุขก็มีราคะอนุสัยตกค้าง เสวยทุกข์ก็มี ปฏิฆานุสัยตกค้างและเมื่อเสวยอารมณ์เฉย ๆ ก็มีวิฆานุสัยตกค้าง เพิ่มความเคยชินและความแก่กล้าให้แกกเลสเหล่านั้นมากยิ่งขึ้น แต่สำหรับ พระอรหันต์ สุขทุกข์จากภายนอกไม่สามารถเข้าไปกระทบถึงภาวะที่ดับเย็นเป็นสุขในภายในได้ ความสุขของท่านจึงเป็นความสุขที่อิสระ ถึงแม้อารมณ์ทั้ง ๖ จะแปรปรวนเคลื่อนหายลับไป และขั้นทั้ง ๕ จะผันแปรกลายเป็นอื่น ท่านก็ยังคงอยู่เป็นสุขเช่นเดิม

สรุปได้ว่า บ่อเกิดของความสุข เกิดจากความต้องการทางกาย ทางวาจาและทางใจ ที่มีความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องด้วยการอยู่ภายใต้อิทธิพลของตัณหารับการเสวยทางอารมณ์ ถ้าหากไม่ต้องการเสวยอารมณ์จะต้องดับสัญญาและเวทนาจะเป็นขั้นสูงสุด หรือเป็นบรมสุข

## ๒.๔ ความสุขอย่างหยาบและสุขอย่างแท้จริง

ความสุขที่คนทั่ว ๆ ไปเข้าใจกันอยู่นั้น พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ) (๒๕๔๐, หน้า ๑๒๐ - ๑๒๓) เรียกว่า เป็นความสุขเทียม หรือความสุขอย่างหยาบ ซึ่งมีลักษณะ ดังนี้

### ๒.๔.๑ ความสุขอย่างหยาบ

๑. การได้ตามใจตัวไปเสียทุกอย่าง เป็นอารมณ์ปรารถนาทางตา หู จมูก ลิ้นและกายสัมผัส เป็นการยากได้อะไรมาลบเคลื่อนความอยากพอที่จะไม่รู้สึกร่ำร้อน แต่ในที่สุดก็ไม่เกิด ความสงบ

๒. ความฟุ่มเฟือย คือ การมีสิ่งสวยงามสะอาดสบายเกินกว่าที่จะพึงมี ทำให้เกิดความพอใจในระยะแรก ๆ รวากับว่าเราจะไม่มีความต้องการอื่นอีก แต่ในที่สุดสิ่งนั้นก็กลายเป็นของเกะกะน่ารำคาญ ดังที่เจ้าชายสิทธัตถะเคยผ่านมา

๓. ความเพลิน หรือนันทิ คือ ความพอใจในรสที่ถูกอารมณ์อย่างแรงกล้าอย่างใดอย่างหนึ่ง แม้มีเพียงอย่างเดียวก็ได้ เรียกว่า เป็นสมาธิของกาม

๔. ความสบาย หรือสัพปาเย คือการได้อะไรพอเหมาะ ๆ กับความต้องการที่ไม่มากเกินไป เกินขอบเขต เช่น ได้กินอยู่ ได้สมาคม หรือสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมกับตน ซึ่งอาจใช้เป็นอุปกรณ์หาความสุขสูงขึ้น

๕. ความสุข เป็นความรู้สึกที่ได้รับความพอใจจากการทำความดีสำเร็จ รู้สึกภูมิใจ กับความสำเร็จที่เกิดจากน้ำพักน้ำแรงของตน ความสุขในความหมายนี้อาจเป็นเครื่องมือสำหรับศึกษาในด้านจิตใจ เพื่อค้นหาความสงบอย่างสูงได้ง่ายขึ้น แต่ยังไม่ใช่ความสงบตามความหมายของธรรมจึงเป็นความสุขได้เพียงฝ่ายโลกและเป็นเรื่องเฉพาะตัว

แนวความคิดต่อความสุขข้างต้น เป็นลักษณะของความสุขแบบเทียม เป็นความสุขอยู่ในระดับที่หยาบ คือ การได้รับความสะดวกสบาย หรือการได้สนองความอยากของตนฝ่ายเดียว ความสุขนี้ยังต้องอาศัยเหตุปัจจัยภายนอก ซึ่งต่างก็ตกอยู่ในสภาพของความไม่แน่นอน อันเป็นธรรมชาติของทุกสิ่งที่ต้องเกิด

## ๒.๔.๒ ความสุขอย่างแท้จริง

ความสุขอย่างแท้จริงมีลักษณะ ดังนี้

๑. ศิล เป็นความสงบทางกาย วาจา ซึ่งจะเป็นเหตุให้ใจสงบลงได้
๒. สมาธิ เป็นการสงบความรู้สึกที่รู้แจ้งที่รู้แจ้งจิตใจด้วยการทำตามสมาธิในรูปแบบใดรูปแบบหนึ่ง ซึ่งเป็นเหตุให้เกิดปัญญาที่จะสามารถทำลายเชื้อของกิเลสลงได้
๓. ปัญญา เป็นความรู้แจ้ง ที่สามารถขัดเกลากิเลสในส่วนลึกลงได้ เนื่องจากเกิดความรู้เห็นสิ่งที่หลากหลายตามความเป็นจริง
๔. ความหน่าย เห็นว่าสิ่งทั้งปวงในโลกเป็นเพียงมายา ไม่เที่ยงเป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เกิดความระอา ไม่ทะเยอทะยานอยากอีก
๕. ความสำรอกสิ่งยึดมัจฉิต ความเบื่อหน่ายในโลภียอารมณ์ จิตใจห่างออกจากสิ่งที่เคยยึดติด
๖. ความหลุดพ้น เมื่อไม่ยึดติดก็สามารถหลุดจากโลกทั้ง กามภพ รูปภพและอรุภพได้
๗. ความบริสุทธิ์ มีความเป็นอิสระเพราะหลุดได้จากทั้งคุณและโทษ ดีและชั่ว บุญบาป
๘. ความสงบ เป็นความสงบจากความทุกข์และกิเลส จึงไม่มีการเกิดขึ้นของวิภูฏสังขาร
๙. บรมสันติ เป็นที่เข้าไปสงบของสังขาร ไม่มีการเกิด การดับ หรือการตาย สามารถคงตัวเองอยู่ได้โดยไม่ต้องมีอะไรมาสร้าง หรือปรุงแต่ง สงบจากความวุ่นวายต่าง ๆ อย่างเด็ดขาด (วิทีพยอร์ บุญพันธุกุล, ๒๕๕๖, หน้า ๕๙ - ๖๐)

**คนสมณะ** (๒๕๕๘, หน้า ๑๐) กล่าวว่า คนที่มีความสุขอย่างแท้จริงนั้น จะไม่ทำอะไรดังต่อไปนี้

๑. คนที่มีความสุขจะไม่แสดงความเห็นแก่ตัวกับผู้อื่น หมายความว่า คนที่มีความสุขเขาไม่เห็นแก่ตัว เพราะเขาไม่เชื่อว่า ความเห็นแก่ตัวนำมาซึ่งความสุข แต่ความสุขจะเกิดขึ้นได้จาก “การให้” มากกว่าและอย่าไปตีความว่าต้องให้เยอะ ๆ ถึงสุขใจ จะให้มากให้น้อยขึ้นอยู่กับฐานะของแต่ละคนอีกอย่าง “การให้” ไม่ใช่ต้องให้เงินอย่างเดียว ให้ความรัก, ให้ความจริงใจ, ให้ความซื่อสัตย์ก็คือ “ให้” เช่นกัน
๒. คนที่มีความสุขจะไม่เปรียบเทียบตัวเองกับคนอื่น เพราะจะทำให้ไร้ความสุข ยิ่งหากไปเทียบกับคนที่มีฐานะมากกว่า ใจของตัวก็จะทรมานทรมานอยากมั่งมีเงินทอง แล้วจะมีความสุขตรงไหน
๓. คนที่มีความสุขถือว่าความผิดพลาดคือบทเรียนของชีวิต ดังนั้นจะไม่จมอยู่กับความผิดนั้นนาน ๆ จนกลายเป็นทุกข์และ
๔. คนที่มีความสุขจะไม่ปล่อยให้ความคิดในด้านลบมาทำให้ตัวเองโกรธ หรือโมโห โทโส ตรงกันข้ามคนมีความสุขจะมองโลกในแง่บวก แต่ไม่ได้เป็นคนคิดร้ายใครก่อนและไม่หุบเขา

สรุปได้ว่า ความสุขอย่างหยาบและมีความสุขอย่างแท้จริง หมายถึง สุขที่เกิดขึ้นชั่วขณะแล้วก็หายไป เป็นความสุขอย่างหยาบและสุขที่นิรันดร์กาลด้วยการทำวิปัสสนากรรมฐานและรักษาศีลเป็นนิจ อันก่อให้เกิดความสุขอย่างแท้จริง

## ๒.๕ ดัชนีวัดความสุขในพุทธปรัชญาเถรวาท

หลักคำสอนในพระพุทธศาสนา ไม่ได้กล่าวถึงดัชนีชี้วัดความสุขโดยตรง แต่แนวคิดจากหลายคำสอนในหลาย ๆ เรื่อง ซึ่งแต่ละเรื่องมีหลักการและวิธีนำความสุขมาให้ผู้ปฏิบัติเชื่อมโยงไปยังบุคคลอื่นจนถึงสังคมในที่สุด แนวทางและแนวปฏิบัติ แนวคิด หรือหลักการที่เป็นเครื่องชี้วัดความสุข ๔ ประการ คือ

**๒.๕.๑ วัดจากจิตใจ :** เบญจศีล เบญจธรรม สันติภาพจัดเป็นภาพเอกลักษณะที่พึงประสงค์ของทุกสังคม ดังนั้น ดัชนีความสุขในประเด็นนี้จึงประเมิน ได้จากความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินในเรื่องต่อไปนี้

๑. ความปลอดภัยในชีวิต หมายถึง ทุกชีวิตจะต้องไม่ถูกละเมิด ไม่ว่าจะทางใดก็ตาม ทุกคนอยู่ร่วมกันด้วยความรัก ความปรารถนาดี ความสงสาร เห็นอกเห็นใจ ดังนั้น ความสุขโดยมวลรวมจึงอยู่ที่ทุกชีวิตมีความปลอดภัยจากมนุษย์ภัย หมายถึง ภัยที่เกิดจากการกระทำของมนุษย์ต่อมนุษย์ เช่น การประทุษร้ายร่างกาย การฆ่าฟันกัน เป็นต้น

๒. ความปลอดภัยในทรัพย์สิน หมายถึง ทรัพย์สินของคนในสังคมจะไม่ถูกละเมิด เนื่องจากคนในสังคมต่างประกอบสัมมาอาชีพด้วยความขยัน อดทน พอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่

๓. ความปลอดภัยทางเพศ หมายถึง ภัยทางเพศทุกเรื่องจะต้องไม่เกิดขึ้นในสังคม เนื่องจากคนในสังคมต่างมีความสำรวม ระมัดระวังทางเพศ ไม่สำส่อนทางเพศรักเดียว ใจเดียว

๔. ความปลอดภัยจากการโกหก หลอกลวง ต้มตุ๋น เรื่องเหล่านี้ จะต้องไม่เกิดขึ้นในสังคม เพราะคนในสังคมยึดมั่นในสัจจะ มีความจริงใจต่อกัน

๕. ความปลอดภัยจากการทำร้ายตัวเอง หมายความว่าทุกสังคมจะต้องปราศจากสิ่งที่ทำลายชีวิต ได้แก่ สุรา ยาเสพติดและแหล่งอบายมุขอื่น ๆ ที่สำคัญก็คือคนในสังคมไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับสิ่งเหล่านั้น เนื่องจากเป็นผู้มีปัญญาในการจำแนกแยกแยะสิ่งดีชั่วถือเอาสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อชีวิตและสังคมได้ (วิทีพอร์ บุญพันธ์กุล, ๒๕๕๖, หน้า ๖๐ - ๖๑)

**๒.๕.๒ วัดจากความสามัคคี :** ความสามัคคี หลักการที่นำมาเป็นดัชนีวัดความสุขอีกเรื่องหนึ่งก็คือ เห็นได้จากพุทธดำรัสที่ตรัสถึงเรื่องนี้ไว้ว่า “สุขา สงฆสส สามัคคี” แปลความว่า ความพร้อมเพียงของหมู่คณะทำให้เกิดสุข ความสามัคคี หลักการที่จะทำให้คนในสังคมนะเล็งถึงกัน เป็นการระลึกกันด้วยความดีงามที่ต่างคนต่างปฏิบัติต่อกันคือ หลักสาราณียธรรม ๖ ประการ คือ

๑. เมตตาภาวกรรม คือ การกระทำต่อกันด้วยความรัก

๒. เมตตาวจีกรรม คือ พุดกันด้วยความรัก

๓. เมตตามโนกรรม คือ คิดเรื่องที่เป็นประโยชน์ต่อกันด้วยความรัก

๔. สาธารณโภคี คือ แบ่งปันสิ่งต่าง ๆ ที่ได้มา โดยชอบธรรมให้แก่กันด้วยน้ำใจ รวมถึงใช้สิ่งต่าง ๆ เป็นสาธารณสมบัติกลางร่วมกัน

๕. สีลสามัญญตา คือ รักความเป็นระเบียบ วินัย มีศีลธรรมเหมือนกัน

๖. ทัฏฐิสามัญญตา คือ มีความเห็นร่วมกัน (ช.อิตติ. ๒๕/๓๕๔/๒๑๗)

**๒.๕.๓ วัดจากความพอเพียง :** เศรษฐกิจเพียงพอ เรื่องเศรษฐกิจเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่จะสร้างความสุขให้แก่มนุษย์ทุกคนทั่วไปและเป็นเครื่องชี้วัดความสุขของคนในสังคมได้เป็นอย่างดีซึ่งแนวคิดนี้จะสวนทางกับการพัฒนาเศรษฐกิจของประเทศส่วนใหญ่ในโลก ที่เน้นเศรษฐกิจแบบทุนนิยมที่ต้องแข่งขันกันเพื่อความอยู่รอด เป็นเศรษฐกิจที่ปลุกเร้าความโลภที่เป็นสาเหตุสำคัญของปัญหาทางสังคมได้ในหลายเรื่อง ที่สำคัญเศรษฐกิจแบบนี้ไม่สามารถทำให้คนบรรลุความสุขที่แท้จริงได้ ความสุขที่เกิดจากความพอเพียงทางวัตถุที่เสมี ๔ ประการ คือ

๑. อติสุข สุขเกิดจากความมั่งคั่งทรัพย์คือ ความภูมิใจ เอิบอ้อมใจ ว่าตนมีทรัพย์ที่ได้มาด้วยน้ำพักน้ำแรง ความขยันหมั่นเพียรของตนและโดยชอบธรรม

๒. โภคสุข สุขเกิดจากการใช้จ่ายทรัพย์ คือ ความภูมิใจ เอิบอ้อมใจ ว่าตนได้ใช้ทรัพย์ที่ได้มา โดยชอบนั้นเลี้ยงชีพเลี้ยงผู้ควรเลี้ยงและบำเพ็ญประโยชน์

๓. อนณสุข สุขเกิดจากความไม่เป็นหนี้ คือ ความภูมิใจ เอิบอ้อมใจ ว่าตนเป็นไท ไม่มีหนี้สินติดค้างใคร

๔. อนวัชชสุข สุขเกิดจากความประพฤติไม่มีโทษ คือ ความภูมิใจ เอิบอ้อมใจ ว่าตนมีความประพฤติสุจริต ไม่บกพร่องและเสียหาย ใคร ๆ ก็ติเตียนไม่ได้ ทั้งทางกาย ทางวาจาและทางใจ (อง.จตุกก. ๒๑/๖๒/๑๗๕)

**๒.๕.๔ วัดจากปัจจัยสนับสนุนคุณภาพชีวิต :** ความสุขในประเด็นนี้เป็นความสุขที่เกิดจากปัจจัยสนับสนุนทั้งปัจจัยทางธรรมชาติ ปัจจัยทั้งวัตถุและตัวบุคคลรอบข้าง ความสุขสบายที่เกิดจากปัจจัยภายนอก หรือปัจจัยสนับสนุนคนให้บรรลุธรรม เพื่อเข้าถึงความสุขทางใจที่มีค่าสูงกว่าความสุขทางกาย ได้แก่ หลักสัปปายะ ๗ ประการ คือ

๑. อวารสัปปายะ ที่อยู่อาศัยที่เหมาะสม เช่น เงียบสงบ ไม่พลุกพล่าน สำหรับที่อยู่อาศัยของคนทั่วไป ที่เหมาะสมแก่การสร้างความสุข หรือคุณภาพของชีวิตจะต้องเป็นที่อยู่อาศัยที่มีความสะอาด มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย ตั้งอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี โดยภาพรวมของตัวชี้วัดความสุข ข้อนี้ คือทุกคนในสังคมต้องมีที่อยู่อาศัยที่ถูกต้องลักษณะ

๒. โคจรสัปปายะ แหล่งอาหาร เครื่องบริโภค อุปโภคที่หาได้สะดวก ไม่ขาดแคลน โดยภาพรวมของดัชนีวัดความสุขข้อนี้ก็คือ สังคมจะต้องมีเครื่องยังชีพที่พอเพียง ไม่ขาดแคลน

๓. ภัตสัปปายะ พูดคำที่เหมาะสม ได้แก่คำพูดที่สุภาพ ไพเราะ อ่อนหวานเป็นคำสั่งจะมีสารประโยชน์ ภาพรวมของดัชนีความสุขข้อนี้ ก็คือคนในสังคมมีการพูดจาท่อกันอย่างถูกธรรมตามที่กล่าวแล้ว

๔. บุคคลสัปปายะ บุคคลที่เป็นคนดี มีคุณธรรม ทรงภูมิรู้ ภูมิธรรม สามารถเป็นที่ปรึกษาให้คำแนะนำหรือแนวทางที่ถูกต้องได้เป็นอย่างดี ที่สำคัญอยู่ใกล้แล้วมีความสุข ภาพรวมของดัชนีวัดความสุขข้อนี้ก็คือสมาชิกทุกคนในสังคมต้องเป็นคนดีมีคุณภาพทั้งภายในและภายนอก

๕. โภชนสัปปายะ อาหารที่ดีมีประโยชน์ในสัดส่วนหรือปริมาณที่พอเพียงแก่ความต้องการของร่างกาย ภาพรวมของดัชนีวัดความสุขข้อนี้ก็คือ ทุกชีวิตต้องมีอาหารกินอย่างเพียงพอมีความสุขในการเลือกบริโภคสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกายอย่างเหมาะสม



๖. อุตุสัปปายะ ดิน ฟ้า อากาศ สภาพแวดล้อมที่ดี เอื้ออำนวยต่อการพัฒนาการของชีวิตทั้งร่างกายและจิตใจ ภาพรวมของดัชนีวัดความสุขข้อนี้ คือสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติของทุกสังคมต้องมีคุณภาพ ทั้งในแง่ของดิน น้ำ อากาศ ป่าไม้ ซึ่งถือว่าเป็นปัจจัยสนับสนุนคุณภาพชีวิตที่สำคัญยิ่ง

๗. อิริยาปถสัปปายะ อิริยาบถที่เหมาะสม หมายถึง การใช้อิริยาบถได้สอดคล้องกับกิจกรรม มีการปรับเปลี่ยนอิริยาบถได้อย่างสอดคล้องกับจังหวะของชีวิตหมายถึง การออกกำลังอย่างเหมาะสม ในสัดส่วนที่ให้ผลดีกับสุขภาพ ภาพรวมของดัชนีวัดความสุขข้อนี้ แบบประยุกต์ก็คือทุกคนในสังคมมีสุขภาพที่แข็งแรง ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ เนื่องจากมีการบริหารร่างกายอยู่เป็นประจำ (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), ๒๕๔๓, หน้า ๒๔๔)

สรุปได้ว่า ดัชนีชี้วัดความสุขในพระพุทธศาสนา หมายถึง กฎเกณฑ์สำหรับวัดความมาตรฐานในสภาวะความเป็นจริงของการกระทำในการพัฒนาการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพ

## ๒.๖ ความสุขของคฤหัสถ์ ๔ ประการ ตามหลักพุทธปรัชญาเถรวาท

พุทธปรัชญาเถรวาท เป็นหลักธรรมที่ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎก เป็นธรรมะซึ่งเป็นข้อแนะนำสั่งสอนและข้อปฏิบัติที่พระพุทธเจ้าได้ให้ไว้ เป็นสิ่งที่มีคุณค่าสูงต่อชาวโลกเป็นอย่างยิ่ง ถ้าคนยึดมั่นถือมั่นและประพฤติปฏิบัติตามเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอแล้วชีวิตทั้งชีวิตของมนุษย์นี้ก็จะมีความสมบูรณ์พูนสุข เกิดมาทั้งทีก็จะไม่เสียทีที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ ฉะนั้นแล้ว สามารถนำมาปรับใช้ในการดำเนินชีวิตให้เกิดมีความสุขอย่างแท้จริง ให้เกิดคุณประโยชน์สุขคู่คุณค่ากับการที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ หรือเรียกว่าผู้ประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิตประจำวันอย่างมีความสุข บุคคลเช่นนี้ คือ ผู้ที่ได้เข้าถึงจุดมุ่งหมายแห่งการมีชีวิตอยู่และได้ดำเนินชีวิตของตนในการพัฒนาเศรษฐกิจ หรือการประกอบอาชีพ เน้นการอยู่ร่วมกันอย่างสมดุลเพื่อความสุขร่วมกัน ดังนั้น จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่เราจะต้องหันมาศึกษาถึงหลักความเป็นมาและเนื้อหาที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสนั้นมีเนื้อความและสาระโดยมุ่งถึงวัตถุประสงค์อย่างไร ในพระไตรปิฎกอันเป็นพระคัมภีร์ที่บันทึกคำสอนของพระพุทธเจ้าไว้โดยตรงได้ตรัสถึงสุขทางเศรษฐกิจที่แสดงไว้ในอานันยสูตร อังคุดตริกนิกาย จตุกกนิปาต มี ๔ ประการ โดยมีเนื้อความเป็นมา ดังนี้

ครั้งนั้นแล อนาถบิณฑิกคหบดีเข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับ

ถวายอภิวัตแล้วนั่ง ณ ที่สมควร พระผู้มีพระภาคจึงได้ตรัสกับอนาถบิณฑิก

คหบดีดังนี้ว่า คหบดี สุข ๔ ประการนี้ คฤหัสถ์ผู้บริโศภกาม พึงได้รับตามกาลตาม

สมัยสุข ๔ ประการ อะไรบ้าง คือ

๑. อตถิสุข (สุขเกิดจากความมีทรัพย์)

๒. โภคสุข (สุขเกิดจากการใช้จ่ายทรัพย์)

๓. อนณสุข (สุขเกิดจากความไม่เป็นหนี้)

๔. อนวัชชสุข (สุขเกิดจากความประพฤติที่ไม่มีโทษ) (อง.จตุกก. ๒๑/๖๒/๑๐๕)



ความสุขของผู้ครองเรือนทุกคนย่อมปรารถนาความสุขแก่ตนและครอบครัว ย่อมปรารถนาความสะอาดสบายในการดำเนินชีวิตและประกอบอาชีพและย่อมปรารถนาความเป็นอิสระในเรื่องการใช้จ่ายทรัพย์สินของตัวเอง ความปรารถนาอันนี้จะสำเร็จได้ก็ต่อเมื่อได้แสวงหาความสุข ๔ ประการนี้ช่วยให้เราเห็นกรอบของการดำเนินชีวิตเกี่ยวกับการผลิตที่เป็นขั้นของการแสวงหาทรัพย์รวมถึงการจัดการทรัพย์สินที่หามาได้อย่างถูกต้องตามหลักธรรมเป็นสำคัญ เป็นแนวความคิดต่อความสุขให้ปุณฺชนที่ต้องอาศัยทรัพย์ในการยังชีพได้ถือเป็นหลักปฏิบัติเพื่อสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างราบรื่น เป็นความสุขขั้นพื้นฐานอันจะเป็นปัจจัยต่อการปฏิบัติตนให้เกิดความสุขในระดับที่สูงขึ้นไปและเราจะเห็นได้ชัดเจนก็คือ ความสุขที่ยังอยู่ในขั้นของโลกียะ ซึ่งเป็นขั้นที่มนุษย์ทุกคนนั้นต่างก็มีอยู่ในของตนเอง

เนื้อหาสาระที่นำเสนอมาจึงจะเห็นได้ว่า หลักการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุขที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้เป็นนัยที่ระบุว่าพระองค์ทรงให้ความสำคัญในเรื่องความสุขและทรงวางหลักการในเรื่องความสุข ที่มีผู้วิจัยได้รวบรวมแนวคิดของผู้รู้หลายท่านไว้ ดังนี้

พระพุทธเจ้าทรงแสดงถึงอติสุข หรือสุขที่เกิดจากความมีทรัพย์ คือ มีความภูมิใจ มีความเอิบอímใจ เมื่อหาทรัพย์ได้ด้วยความขยันหมั่นเพียร สะสมขึ้นได้ด้วยกำลังของตนเอง เป็นของชอบธรรม ย่อมได้รับความสุขได้ความโสมนัสว่าเราหาทรัพย์มาได้ด้วยความชอบธรรมนั้น ดังที่พระองค์ตรัสว่า

กฺุลบุตรในโลกลนี้ มีโภคทรัพย์ที่หามาได้ด้วย ความหมั่นเพียร เก็บรวบรวมด้วย น้ำพัก น้ำแรง อาบเหงื่อต่างน้ำ ประกอบด้วยธรรม ได้มาโดยธรรม เขาได้รับสุขโสมนัสว่า เรามีโภคทรัพย์ที่หามาได้ด้วย ความขยันหมั่นเพียร เก็บรวบรวมด้วย น้ำพัก น้ำแรง อาบเหงื่อต่างน้ำ ประกอบด้วยธรรม ได้มาโดยธรรมนี้เรียกว่า อติสุข (อง.จตุกก. ๒๑/๖๒/๑๐๖)

**๑. อติสุข (Atthi - Sukha) พระเทพเวที (ป.อ. ปยุตโต) (๒๕๓๑, หน้า ๔๘) กล่าวว่า อติสุข** สุขเกิดจากการมีทรัพย์ เป็นหลักประกันของชีวิต โดยเฉพาะความอุ่นใจปลอบปลื้มภูมิใจว่าเรามีทรัพย์ที่หามาได้ด้วยเรี่ยวแรงกำลังความขยันหมั่นเพียรโดยชอบธรรม

**พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ) (๒๕๓๘, หน้า ๖๘) กล่าวว่า อติสุข** สุขเกิดแต่การมีทรัพย์ เป็นการรู้สึกเป็นสุขใจ ภูมิใจด้วยความรู้สึกที่ว่า ตนเองมีทรัพย์ที่เกิดขึ้นจากความพยายามพากเพียรของตนเองและได้ทรัพย์มาครองโดยหนทางที่ชอบธรรม ซึ่งทรัพย์นั้นอาจจะเป็นทั้งสิ่งมีชีวิต เช่น ช้าง ม้า วัว ควาย หรือไม่มีชีวิต เช่น รถ บ้าน ที่ดิน เงิน ทอง เป็นต้น

**พระเทพวิสุทธินายก (อุบล นนทโก) (๒๕๕๒, หน้า ๒๙๙) กล่าวว่า อติสุข**ว่า สุขแต่การมีทรัพย์ หมายความว่า ทรัพย์โดยตรง ได้แก่ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ยาแก้โรค เพราะเป็นสิ่งจำเป็นของมนุษย์ขาดเสียมิได้ ทรัพย์โดยอ้อม คือ เงิน ทอง ของใช้แลกเปลี่ยนกับทรัพย์โดยตรง ทรัพย์ทั้งสองประเภทนี้เป็นสิ่ง จำเป็นของคฤหัสถ์ คฤหัสถ์ต้องหมั่นทำงานใช้กำลังแขนขา อาบเหงื่อต่างน้ำให้ได้มา โดยทางที่ถูกต้อง ไม่ลัก ฉ้อโกง ปล้นจี้เอาของผู้อื่นมา ได้มาแล้วต้องรู้จักรักษา รู้จักจ่ายให้พอสมควร

แก่ฐานะ ประคับประคองให้ทรัพย์สินมีอยู่เสมอมิให้ขาด ก็ย่อมมีความสุข ความอึดใจว่า “ทรัพย์สินมีอยู่เสมอ”

**พระราชธรรมนิเทศ** (ระแบบ จิตตภาโณ) (๒๕๓๘, หน้า ๒๖๗) กล่าวว่า อตฺถิสุข หมายถึง สุขเกิดจากการมีทรัพย์สิน ทั้งที่เคลื่อนที่ได้และเคลื่อนที่ไม่ได้ ใครก็ตามมีทรัพย์สินมากก็เป็นสุขแบบชาวบ้าน การครองเรือนต้องมีมาก ๆ จึงรู้สึกมีความสุข มองไปอะไรก็เป็นของเราไปหมด ครีมีดี สบายใจมันใหญ่โต อตฺตาก็เกิดขึ้นมา เป็นเป้าหมายในการดำรงชีวิตของผู้ครองเรือน

**พันเอกปิ่น มุทุกันต์** (๒๕๓๕, หน้า ๓๕๔) กล่าวว่า อตฺถิสุข หมายถึง ความมั่งมีทรัพย์สินเงินทอง เป็นคฤหัสถ์ ถ้าไม่มีทรัพย์สินก็ยากที่จะหาความสุขได้ จะมีแต่ทุกข์และความวิตกกังวลร้อยแปด ลงได้เป็นคฤหัสถ์แล้วไม่มีทรัพย์สินก็ไม่ผิดกับเป็นทหาร แต่ไม่มีอาวุธ พระองค์ทรงดำหนิความยากจนไว้ว่า “ทลิตฺทโย ทุกฺโข โลก” ความจนเป็นทุกข์ในโลก นี่ก็แสดงให้เห็นได้ชัดว่าพระองค์ทรงประสงค์ที่จะให้ศาสนิกบำเพ็ญตัวเป็นคนจนหรือไม่

**สุจิตรา อ่อมค้อม** (๒๕๔๕, หน้า ๗๐) กล่าวว่า อตฺถิสุข หมายถึง สุขเกิดจากการมีทรัพย์สิน คือ ความภูมิใจเอิบอ้อมและอุ่นใจว่าตนได้ใช้ทรัพย์สินที่ได้มาด้วยน้ำพักน้ำแรง ความขยันหมั่นเพียรของตน และโดยทางชอบธรรม

**สุเทพ สุวีรางกูร** (๒๕๕๓, หน้า ๒๓๗) กล่าวว่า อตฺถิสุข หมายถึง การมีความรู้ความสามารถ ขยันอดทนหาทรัพย์สินหาได้โดยสุจริตชอบธรรม อันไม่ผิดกฎหมายและศีลธรรม แล้วเกิดความภาคภูมิใจ สุขใจ ความเอิบอ้อมยินดี มีปิติในทรัพย์สินที่หามาได้ด้วยน้ำพักน้ำแรง หรือด้วยแรงกายแรงใจของตนเอง

**อภิญวัฒน์ โพธิ์सान** (๒๕๕๑, หน้า ๑๐๗) กล่าวว่า อตฺถิสุข หมายถึง การมีทรัพย์สินเป็นหลักประกันชีวิตของคฤหัสถ์ว่าจะได้สุขวิธีหนึ่ง ดังนั้น ทางใด หรือวิธีการอันสุจริตใดจะทำทรัพย์สินให้เกิดมีได้ก็ให้เร่งชวนขยายกระทำอย่างตั้งใจ เพื่อเป็นหลักประกันของชีวิต โดยเฉพาะความอุ่นใจปลาบปลื้มใจ ภูมิใจว่าเรามีเงินทองมีทรัพย์สินสมบัติที่หาได้มาด้วยเรี่ยวแรง หรือกำลังแห่งความขยันหมั่นเพียรของตนโดยชอบธรรม การมีเงินมีทอง มีทรัพย์สินสมบัติ สำหรับชีวิตคฤหัสถ์ถือว่าเป็นชีวิตที่แสดงถึงฐานะทางสังคมของบุคคลเพื่ออยู่กันเป็นชุมชน เป็นกลุ่มคน อันจะทำให้คนอื่นยอมรับตนได้วิธีหนึ่ง ด้วยเหตุ ดังนั้น การมีทรัพย์สินจึงถือได้ว่าเป็นหลักประกันต่อชีวิตของคฤหัสถ์ว่าจะได้สุข เป็นความปลาบปลื้มใจ ภูมิใจอย่างโลก ๆ ในสังคมของตนได้

**สุวิทย์ คงทอง** (๒๕๒๗, หน้า ๙๓) กล่าวว่า อตฺถิสุข การมีทรัพย์สินสมบัติ ทรัพย์สินสมบัติมีความจำเป็นต่อคฤหัสถ์ผู้อยู่ครองเรือน คนเราทุกคนมีสังคมของตนอยู่ ๖ พวก คือ ๑. บิดามารดา ๒. ครูอาจารย์ ๓. บุตรภรรยา ๔. มิตรสหาย ๕. บ่าวคนใช้ ลูกจ้าง หรือคนที่ต่ำกว่าเราและ ๖. สมณะชีพราหมณ์ผู้ทรงศีล คฤหัสถ์ต้องให้ความช่วยเหลือ อุทิศตนจนเจือในปัจจุบัน ๔ แก่บุคคล ๖ พวกนี้ ทรัพย์สินสมบัติเป็นเหตุให้ได้มาซึ่งปัจจัย ๔ ดังนั้น ทรัพย์สินสมบัติถ้ามีมากทำให้การอยู่ในสังคมดีขึ้น

สรุปได้ว่า อตฺถิสุข คือ สุขจากการมีทรัพย์สินและสิ่งของ ที่หามาได้ด้วยการทำงานที่สุจริตขยันหมั่นเพียร เก็บออมใช้จ่ายอย่างประหยัด เพื่อเป็นเกราะคุ้มครองป้องกันตนเอง เมื่อยามเดือดร้อนและจำเป็น

พระพุทธเจ้าทรงแสดงถึง โภคสุข หรือสุขเกิดจากการจ่ายทรัพย์ การกินการใช้และทำสิ่งที่ดีงามทั้งหลายด้วยโภคทรัพย์ที่หามาได้ด้วยความขยันหมั่นเพียรและชอบธรรม ย่อมได้รับความสุขจากการใช้จ่ายทรัพย์นั้น ดังที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า

กุลบุตรในโลกนี้ใช้สอยโภคทรัพย์และทำบุญด้วยโภคทรัพย์ที่หามาได้ด้วยความหมั่นเพียร เก็บรวบรวมด้วยน้ำพักน้ำแรง อาบเหงื่อต่างน้ำ ประกอบด้วยธรรมได้มาโดยธรรม เขาได้รับสุขโสมนัสว่า เราใช้สอยโภคทรัพย์และทำบุญด้วยโภคทรัพย์ที่หามาได้ด้วยความขยันหมั่นเพียร เก็บรวบรวมด้วยน้ำพักน้ำแรง อาบเหงื่อต่างน้ำ ประกอบด้วยธรรม ได้มาโดยธรรมนี้ เรียกว่า โภคสุข (อง.จตุกก. ๒๑/๖๒/๑๐๖)

**๒. โภคสุข (Bhoga – Sukhu)** พระเทพเวที (ป.อ. ปยุตโต) (๒๕๓๑, หน้า ๔๘) กล่าวว่า โภคสุข สุขเกิดจากการบริโภค หรือใช้จ่ายทรัพย์ คือ ไม่ใช่ว่ามีทรัพย์แล้ว เอามาเก็บไว้เฉย ๆ ไม่ได้ใช้จ่ายอะไร อย่างที่ว่า มีเงินทองมากมายเหมือนน้ำทะเลแต่ดื่มกินไม่ได้ หรือเป็นทุกข์เพราะการมีทรัพย์นั้น แต่รู้จักใช้จ่ายทรัพย์นั้นให้เกิดประโยชน์แก่ชีวิตของตน ตนเองก็เป็นสุขและเลี้ยงดูคนที่อยู่ในความรับผิดชอบ แล้วก็ทำประโยชน์แก่ผู้อื่นบำเพ็ญสิ่งที่มีคุณค่าแก่สังคม แก่เพื่อนมนุษย์ ช่วยเหลือสงเคราะห์กัน

**พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ)** (๒๕๓๘, หน้า ๖๘) กล่าวว่า โภคสุข สุขเกิดจากการจ่ายทรัพย์ คือ เมื่อได้ทรัพย์มาแล้วก็นำมาใช้ในทางที่ชอบธรรม คือ เลี้ยงดูตนเอง ครอบครัวยุติ ทำบุญ หรือบำเพ็ญบริจาคเป็นสาธารณกุศล เป็นการใช้จ่ายเรื่องที่เหมาะสมที่พอควรแก่ฐานะของตนโดยไม่ขัดข้อง เพราะทางพระพุทธศาสนาสอนว่า ผู้บริโภคคนเดียวย่อมไม่ได้สุข

**พระเทพวิสุทธิญาณ (อุบล นนทโก)** (๒๕๕๒, หน้า ๓๐๐) กล่าวว่า โภคสุข สุขเกิดแต่การจ่ายทรัพย์บริโภค หมายถึง ความว่า เมื่อได้ทรัพย์แล้วต้องรู้จักแบ่งเป็นส่วน ๆ ตามที่ทรงแสดงไว้ในสังคาลสูตรว่า คฤหัสถ์ได้ทรัพย์แล้ว พึ่งแบ่งทรัพย์ออกเป็น ๔ ส่วน ย่อมสมานมิตรไว้ได้ พึ่งใช้สอยโภคทรัพย์ส่วนหนึ่งพึ่งประกอบการงานด้วยทรัพย์ ๒ ส่วน พึ่งเก็บทรัพย์ส่วนที่ ๔ ไว้ใช้ในยามมีอันตรายและพึ่งใช้สอยด้วย ทำด้วย ตามอรรถนาลสูตรก็ย่อมมีความสุข อิมใจว่า “เราจ่ายทรัพย์สบาย”

**พันเอกปิ่น มุกขนันต์** (๒๕๓๕, หน้า ๓๕๔) กล่าวว่า โภคสุข ความสุขที่จะเกิดจากทรัพย์นั้นมีอยู่ ๒ ชั้น ๒ คราว คือ สุขตอนจ่ายอีกครั้งหนึ่ง การจ่ายทรัพย์เป็นหลักแห่งความสุขมีความสำคัญไม่น้อยกว่า การหาทรัพย์เลย เพราะความตระหนี่ ก็ทุกข์รู้แต่จ่าย จ่ายไม่เป็นก็ทุกข์

**สุจิตรา อ่อนค้อม** (๒๕๔๕, หน้า ๗๐) กล่าวว่า โภคสุข คือ สุขเกิดจากการใช้จ่ายทรัพย์ คือ ความภูมิใจ เอิบอímใจ ว่าตนได้ใช้ทรัพย์ที่ได้มาโดยชอบธรรมนั้นเลี้ยงตัว เลี้ยงครอบครัว เลี้ยงผู้ที่ควรเลี้ยงและบำเพ็ญคุณประโยชน์

**สุเทพ สุวีรางกูร** (๒๕๕๓, หน้า ๒๓๘) กล่าวถึง โภคสุข ว่าเป็นการรู้เข้าใจในการบริหารจัดการใช้จ่ายทรัพย์ตามความจริงมีเหตุผลที่ได้กล่าวมาแล้ว เกิดผลเป็นคุณค่าความหมาย ประโยชน์สูงสุดเป็นการถือเอาสารประโยชน์แท้จากทรัพย์ที่หามาได้

**อภิญาวัฒน์ โพธิ์सान** (๒๕๕๑, หน้า ๑๐๗) กล่าวว่า โภคสุข การมีเงินมีทอง มีทรัพย์สมบัติ สำหรับชีวิตคฤหัสถ์แล้ว ถือว่าเป็นชีวิตที่สะดวกซื้อ สะดวกใช้ สะดวกต่อการเป็นอยู่ในชีวิตทางสังคม แต่กระนั้นก็เชื่อว่าทรัพย์สินเงินทองมากมายแล้วเอาแต่เก็บไว้เฉย ๆ ไม่ได้ใช้จ่ายอะไรเลย เป็นอย่างที่ว่าเงินทองมากมายเหมือนน้ำทะเลที่มาก แต่ดื่มกินไม่ได้ หรือเป็นทุกข์ เพราะทรัพย์สมบัตินั้นอย่างนี้ถือว่าทรัพย์สินนั้นเป็นหมันสำหรับคนที่มั่งมีทรัพย์ เพราะไม่มีประโยชน์ หรือไม่เกิดประโยชน์อะไรเลย แต่ควรที่จะรู้จักใช้ทรัพย์สินที่ตนมีให้เกิดประโยชน์แก่ชีวิตตนเองและคนอื่น คือตนเองก็ได้สุข เพราะการใช้จ่ายใช้สอยทรัพย์นั้นและเลี้ยงดูคนที่อยู่ในความรับผิดชอบให้ได้สุขจากทรัพย์สินเงินทองที่มีอยู่นั้น ตลอดจนได้ทำสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น บำเพ็ญสิ่งที่มีคุณค่าแก่สังคมแก่เพื่อนมนุษย์ ช่วยเหลือสงเคราะห์กันด้วยทรัพย์สินนั้น ดังนั้น จึงถือได้ว่าการมีเงินทอง มีทรัพย์ใช้สอยเป็นหลักประกันต่อชีวิตของคฤหัสถ์ว่าจะได้สุขอย่างโลก ๆ ได้

**สุวิทย์ คงทอง** (๒๕๒๗, หน้า ๙๓) กล่าวว่า โภคสุข การรู้จักใช้จ่ายทรัพย์สมบัติ ทรัพย์สมบัติที่มีอยู่ต้องรู้จักจ่ายจึงจะนำความสุขมาให้แก่ตน ถ้าไม่รู้จักจ่ายก็จะนำความทุกข์มาสู่ตน การรู้จักจ่ายคือจ่ายเฉพาะสิ่งที่เป็นประโยชน์ให้พอดีกับความต้องการของชีวิต เช่น กินอาหารก็แต่พอดี กินอย่าให้มีส่วนเกิน คือไม่กินส่วนเกิน ถ้ากินส่วนเกินจะเป็นทุกข์ กินในสิ่งที่ร่างกายต้องการในเรื่องอื่น เช่น ที่อยู่อาศัย เครื่อง นุ่งห่ม ก็เช่นเดียวกัน ใช้แต่พอดีที่จำเป็น นอกจากใช้แก่ตนแล้ว ยังมีบุคคล ๖ จำพวก ซึ่งเป็นสังคมของแต่ละคน เราจะต้องใช้จ่ายอุดหนุนจนเจือตามสมควร

สรุปได้ว่า โภคสุข หมายถึง การเรียนรู้และเข้าใจบริหารจัดการใช้จ่ายทรัพย์ เมื่อมีทรัพย์สินเงินทอง จะต้องรู้จักใช้จ่าย ด้วยการแบ่งปันเป็นส่วน ๆ เพื่อความภาคภูมิใจ ความสุขใจ ความปลาบปลื้มใจ ด้วยความระมัดระวังและไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต

พระพุทธเจ้าทรงแสดงถึง อนุตตสุข คือ สุขจากความไม่เป็นหนี้ ไม่ติดหนี้สิน ไม่ว่าจะน้อย หรือมาก เพราะความเป็นหนี้สินเป็นทุกข์ในโลก ทุกข์ของเจ้าของหนี้คือ ความวิตกว่าจะไม่ได้รับทรัพย์สมบัติของตนคืน ส่วนทุกข์ของลูกหนี้คือ ร้อนใจว่าเจ้าหนี้จะมาทวง ดังที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ว่า

กุลบุตรในโลกนี้ไม่เป็นหนี้ใคร ไม่ว่าจะน้อย หรือมากก็ตาม เขาได้รับสุข

โสมนัสว่า เราไม่เป็นหนี้ใคร ไม่ว่าจะน้อย หรือมากนี้ เรียกว่า อนุตตสุข (อง.จตุกก. ๒๑/๔๒/

๑๐๖)

**๓. อนุตตสุข (Anana – Sukha)** พระเทพเวที (ป.อ. ปยุตโต) (๒๕๓๑, หน้า ๔๘) กล่าวว่า อนุตตสุข สุขเกิดจากความไม่เป็นหนี้ว่า เป็นความภาคภูมิใจ เอิบอิมใจว่า ตนเป็นไท ไม่มีหนี้สินติดค้างใคร

**พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ)** (๒๕๓๘, หน้า ๖๘) กล่าวว่า อนุตตสุข สุขเกิดแต่ความไม่เป็นหนี้ การเป็นหนี้เป็นทุกข์ในโลก แม้ในสังคมปัจจุบันจะมีค่านิยมว่า ใครที่สามารถกู้เงินจากแหล่งเงินทุนต่าง ๆ ได้ แสดงถึงความเป็นผู้มีเครดิตแต่ในสภาวะที่เป็นจริง คนที่เป็นหนี้ หาความสงบใจได้ยาก บุคคลที่สามารถประดับประดาตนไม่ให้ เป็นหนี้สินของคนอื่น เพราะความขยันในการหา



ทรัพย์ย่อมมีความอิจฉาใจที่ไม่เห็นข้อบกพร่องของตนเอง ทำให้เกิดความมั่นใจว่าไม่มีใครมาทางหน้าหรือตำหนิได้

**พระเทพวิสุทธิญาณ** (อุบล นนทโก) (๒๕๕๒, หน้า ๓๐๐) กล่าวว่า อนณสุข สุขเกิดแต่ความไม่เป็นหนี้ หมาย ความว่า เมื่อได้แบ่งทรัพย์ออกเป็นส่วน ๆ ใช้เองทำบุญบ้าง ลงทุนประกอบอาชีพบ้าง เก็บไว้ในยามฉุกเฉินบ้าง ก็เป็นไท ไม่ตกเป็นทาสใคร ไม่ต้องกู้หนี้ใคร มองเห็นโทษในการเป็นหนี้ ตามพระบาลีว่า อธิมาทานํ ทุกขํ โลกํ การกู้หนี้เป็นทุกข์ในโลก เมื่อตนไม่มีหนี้ติดตัว ก็ย่อมมีความสุข อิจฉาใจว่า “เราไม่มีหนี้สบาย”

**พระราชธรรมนิเทศ** (ระแบบ จิตตภาโณ) (๒๕๓๘, หน้า ๒๖๗) กล่าวว่า อนณสุข สุขเกิดแต่ความไม่ต้องเป็นหนี้ ในแง่ปัจจุบัน ถือว่าการเป็นหนี้เขาแสดงความมีเครดิตดี คือสามารถที่จะกู้ยืมคนอื่นได้ แต่อย่างไรก็ตามเรามองกันในแง่ของข้อเท็จจริง ถ้าเราไม่เป็นหนี้เลยแต่มีทรัพย์ สามารถซื้อหาจับจ่ายมาได้ หนี้สินไม่มีวันเวลา ๒๔ ชั่วโมง รู้สึกว่า ๒๔ ชั่วโมง จริง ๆ แค่นี้เป็นหนี้เป็นสินเขา ๒๔ ชั่วโมง มันเร็ววันเวลามันเร็ว เตี้ยวดอกเบี้ยเพิ่มขึ้น ๆ ต้องใช้เขา ในที่นี้ไม่ได้หมายถึงหนี้ในการลงทุน เป็นหนี้ที่จะต้องหยิบยืมเขามาแล้วเอามาใช้จ่ายหมดโดยหาทางส่งคืนยากลำบาก ซึ่งเป็นความทุกข์หรือแม้ในขั้นของการลงทุนถ้าไม่ต้องไปเป็นหนี้สินใคร ไม่เป็นหนี้ธนาคารเลย สามารถดำเนินกิจการได้ย่อมดีกว่าเป็นหนี้เขา

**พันเอกปิ่น มุกขนันต์** (๒๕๓๕, หน้า ๓๕๕) กล่าวว่า อนณสุข เรื่องหนี้เป็นเรื่องที่คนทั่วไปมักจะมองข้าม ก่อนจะเป็นหนี้ เขามักจะไม่รู้สึกว่าการที่เราไม่เป็นหนี้เขานั้นเป็นความสุข แต่เมื่อเป็นหนี้แล้วจึงรู้ว่า การเป็นหนี้สินนั้นเป็นความทุกข์และเป็นทุกข์ที่น่ากลัวอยู่ไม่ใช่น้อย พระพุทธเจ้าตรัสเตือนไว้ว่า “อธิมา ทานํ ทุกขํ โลกํ” การกู้หนี้เป็นทุกข์ในโลก แต่ก็มีหลายแห่งที่ทรงรับสารภาพความจริงของคฤหัสถ์ว่า ในบางกรณีเราอาจหลีกเลี่ยงการเป็นหนี้ไม่ได้ พระองค์ก็ไม่ได้ทรงแสดงว่าการเป็นหนี้เป็นบาป กรรม มีแต่ทรงสอนให้คู่หนี้มีความสัตย์ซื่อต่อกัน ทรงประณามคนโกงหนี้ว่า

โย หเว อธิมาทาย ภูณขมาโน ปลายติ

น หิ เต อธิมตถิติ ตา ชณญา วสโล อิติ

แปลว่า ผู้ใดกู้หนี้เขาแล้ว ปฏิเสธว่าไม่ได้กู้ผู้นั้นเป็นคนเลว

**สุจิตรา อ่อนค้อม** (๒๕๔๕, หน้า ๗๐) กล่าวว่า อนณสุข สุขเกิดจากความไม่เป็นหนี้ คือความภูมิใจ เอิบอิจฉาใจว่าตนเป็นสุข ไม่มีหนี้สินติดค้างใคร

**สุเทพ สุวีรางกูร** (๒๕๕๓, หน้า ๒๓๘) กล่าวว่า อนณสุข การไม่ได้กู้ยืมใคร ๆ มา ไม่มีหนี้สินติดค้างใคร ไม่ได้สร้างพันธะข้อผูกมัดกับใคร ๆ ในการจ่ายในวันข้างหน้า เพราะการเป็นหนี้เป็นทุกข์อย่างหนึ่งในโลก นอกจากจะมีแต่ความทุกข์แล้ว การเป็นหนี้ หลบหนีหนีหน้าปฏิเสธไม่มี หนี้และไม่จ่ายคืน ถือได้ว่าเป็นคนแย่ ถ้อยและทรามต้องสำเหนียก ระมัดระวังในการเป็นหนี้

**อภิวัฒน์ โพธิ์สถาน** (๒๕๕๑, หน้า ๑๐๗) กล่าวว่า อนณสุข พระพุทธศาสนาถือว่าการเป็นหนี้หรือการสร้างหนี้เป็นทางสร้างทุกข์ให้เกิดแก่ตน โดยพระพุทธองค์เองตรัสไว้ว่า อธิมา ทานํ ทุกขํ โลกํ แปลว่า “การเป็นหนี้เป็นทุกข์ในโลก” พุทธศาสนาเห็นว่าเป็นหนี้คนอื่นมักก่อให้เกิดความทุกข์ใจ



ความกังวลใจแก่ผู้เป็นหนี้ว่า ตนมีหนี้สินติดค้างเขาอยู่ ถ้าไม่ส่งเขาเขาก็จะยึดสิ่งที่จำนองจำนำไว้ หรือว่าถ้าตนไม่มีผิดผ่อนเขาอย่างไร จึงจะไม่ให้เสียน้ำใจกัน เป็นต้น และจากหลักการมองว่าการเป็นหนี้เป็นทุกข์นี้ แน่นนอนว่าหลักเศรษฐศาสตร์แนวพุทธแย้งต่อหลักการของลัทธิทุนนิยมของชาวตะวันตก ที่สนับสนุนส่งเสริมให้คนเป็นหนี้ นัยว่าเพื่อเป็นการสร้างทุนสร้างโอกาสธุรกิจการค้าให้แก่ตน แม้ว่าพุทธศาสนาจะมีได้มองว่าการเอาดอกเบี้ยถือว่าเป็นบาป เช่น ศาสนาอิสลามก็ตาม แต่พุทธศาสนาจะสนับสนุนหลักการว่า การประกอบกิจการทางเศรษฐกิจควรประกอบกิจการเพิ่มพูนไปที่ละน้อยด้วยต้นทุนทางเศรษฐกิจของตน จนเป็นเศรษฐกิจที่มั่นคงขึ้นตามลำดับแห่งต้นทุนทางเศรษฐกิจของตนที่ใหญ่ขึ้นเรื่อย ๆ ไม่ควรคิดก้าวกระโดดแบบโลกโดยการพึ่งพาทุนคนอื่นเหตุเพราะมีความเสี่ยงสูงและอาจไม่มั่นคง บุคคลควรประกอบกิจการทางเศรษฐกิจของตนไปแบบพอเพียงเป็นดังเช่น “ตัวปลวก” ที่ค่อย ๆ ก่อเพิ่มพูน “จอมปลวก” ให้ใหญ่โตขึ้นด้วยต้นทุนแห่งความสามารถของตนไปที่ละน้อย ๆ จนเป็นจอมปลวกใหญ่ที่มีฐานมั่นคงไม่หักโค่นลงง่าย ๆ ด้วยแรงลมและแรงฝนฉะนั้น

**สุวิทย์ คงทอง** (๒๕๒๗, หน้า ๙๔) กล่าวว่า อนนสุข การไม่เป็นหนี้ การเป็นหนี้ผู้อื่นทำให้จิตใจเป็นกังวล กังวลในเรื่องที่จะใช้หนี้ กังวลในเรื่องเงินที่จะเหลือพอจ่ายหรือไม่ กังวลที่ขอผลัดเจ้าหนี้อย่างไรจึงจะเหมาะสม จะหาทางออกอย่างไรดีที่จะขอผิดหนี้ไว้ก่อน สรุปลแล้วหาความสุขสงบของจิตไม่ได้ แต่ถ้าไม่เป็นหนี้ผู้ใด ความวิตกกังวลในเรื่องนี้จะไม่เกิดขึ้น อารมณ์จะไม่เสีย ไม่เป็นคนโกรธง่าย น่าเข้าใกล้พูดคุยด้วย ความสุขสบายจะเกิดขึ้นในชีวิต

สรุปได้ว่า อนนสุข หมายถึง สุขมากในการไม่เป็นหนี้ ผู้ใดเป็นหนี้ย่อมมีความทุกข์กายและทุกข์ใจและทั้งหนักอกหนักใจอย่างมาก หมายความว่า จะต้องพยายามทำงานอย่างหนักและเหน็ดเหนื่อยลำบาก เพื่อจะนำเงินมาใช้จ่ายหนี้เขาตามเวลา หรือตามสัญญาตกลงกันไว้ ถ้าไม่ใช้หนี้ หรือผิดนัดผิดสัญญา ย่อมจะเป็นทุกข์ไม่รู้จะหลบหน้าไปทางไหน หรือจะแก้ตัวอย่างไร หากแก้ปัญหาไม่ได้ อาจคิดฆ่าตัวตาย แม้จะตายไป แต่ก็หนีหนี้ความทุกข์ติดตัวตลอดทุกภพชาติ

พระพุทธเจ้าทรงแสดงถึง อนวัชชสุข หรือสุขเกิดจากการประพาสสุจริตไม่มีโทษ การประกอบกิจการอันไม่มีโทษ มีความประพาสสุจริต ไม่บกพร่องเสียหายโดยประการใด ๆ ใคร ตีเตือนมิได้ทั้งกาย วาจาและทางใจ ไม่ประพาสตนให้เป็นที่ถูกตำหนิ ย่อมได้รับความสุขอันเกิดจาก การไม่มีโทษนั้น ดังที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ว่า

อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ประกอบด้วยกายกรรมที่ไม่มีโทษ วชิกรรมที่ไม่มีโทษและมโนกรรมที่ไม่มีโทษ เขาได้รับสุขโสมนัสว่าเราประกอบด้วยกายกรรมที่ไม่มีโทษ วชิกรรมที่ไม่มีโทษ มโนกรรมที่ไม่มีโทษนี้ เรียกว่า อนวัชชสุข (อง.จตุกก. ๒๑/๖๒/๑๐๖)

**๔. อนวัชชสุข (Anavajj – Sukha) พระเทพเวที** (ป.อ. ปยุตโต) (๒๕๓๑, หน้า ๔๘) กล่าวว่า อนวัชชสุข สุขเกิดจากความประพาสสุจริตไม่มีโทษว่า คือ ความภูมิใจ เอิบอ้อมใจ ว่าตนมีความประพาสสุจริต ไม่บกพร่องเสียหาย ใครตีเตือนไม่ได้ ทั้งทางกาย ทางวาจาและทางใจ

**พระธรรมโกศาจารย์** (พุทธทาสภิกขุ) (๒๕๓๘, หน้า ๖๘) กล่าวว่า อนวัชชสุข สุขเกิดจากการประกอบกิจการที่ปราศจากโทษ เป็นข้อที่ทำความสุขใจ เพราะรู้สึกว่าการประกอบอาชีพของตน

อยู่ในกรอบของกฎหมาย ศีลธรรม เป็นสัมมาอาชีพะ มีความสุขเมื่อครอบครองทรัพย์นั้นอยู่ ไม่ต้องกลัว โดนยึดทรัพย์ มีความสุขเมื่อใช้จ่าย เพราะเป็นทรัพย์ที่หามาได้ด้วยความสามารถ

**พระเทพวิสุทธิญาณ** (อุบล นนทโก) (๒๕๕๒, หน้า ๓๐๐) กล่าวว่า อนวัชชสุข สุขเกิดแต่ ประกอบการงานที่ปราศจากโทษ หมายความว่า เมื่อมีทรัพย์ใช้จ่ายเพียงพอและไม่ต้องเป็นหนี้ ก็ไม่ต้องดิ้นรนประกอบการงานที่ไม่มีโทษ เช่น การโจรกรรม หรือมิฉฉาชีพ หรืออนเสนากรรมด้วยกาย วาจา หรือแม้ด้วยใจ ตั้งใจประกอบการงานที่ไม่มีโทษด้วยกาย วาจาและใจ ก็ย่อมมีความสุขอิมใจว่า “การงานของเราปราศจากโทษสบาย”

**พระราชธรรมนิเทศ** (ระแบบ จิตตภาโณ) (๒๕๓๘, หน้า ๒๖๗ – ๒๖๘) กล่าวว่า อนวัชชสุข สุขที่เกิดขึ้นจากการทำงานที่ปราศจากโทษ เป็นความสุขทางใจ มองดูการได้ทรัพย์เงินทองทั้งหมด ด้วยสายตาที่แจ่มใสมาก แต่ถ้ามีสิ่งของบางอย่างที่ไปฉ้อโกง ไปขูดรีดเค้นคอใครมา ดูแล้วก็ขวาง ๆ ตา หากมีมโนธรรมสูง มองยิ่งตะขิดตะขวงใจ ฉะนั้น การงานที่ปราศจากโทษ คือการได้มาซึ่งสิ่งของต่าง ๆ และงานอาชีพไม่ผิดกฎหมาย ไม่ผิดศีลธรรมนี้ คือความสุขที่แท้จริง

**พันเอกปิ่น มุทุกันต์** (๒๕๓๕, หน้า ๓๕๕ – ๓๕๖) กล่าวว่า อนวัชชสุข นี้ก็เป็นความสุข กระแสหนึ่ง ที่คนทั่วไปมักจะไม่คิด คิดว่ามีเงินใช้มาก ๆ แล้วก็พอ ในที่นี้พระองค์ทรงตั้งขึ้นเป็น ประเด็นหลักทีเดียว การงาน หมายถึง การทำมาหากินตลอดจนการสนุกและการหาความเพลิดเพลินต่าง ๆ คนจะให้มีความสุขแต่ต้องพำนักตัวไว้กับงานไม่มีโทษ คือ ไม่ผิดกฎหมาย ไม่ผิดศีลธรรม ไม่เป็นที่ครหาของปวงชนคนทำมาหากิน โดยงานที่ผิดนั้น แม้จะมั่งมีก็สุขไม่ครบ เพราะความผิดที่ตัวทำจะเป็นหนามแทงใจตลอดเวลา พลาดท่าเลยล้มครืนเอาจริง ๆ การหากินกับงานที่มีโทษผิดนั้น แม้จะมั่งมีก็สุขไม่ครบ เพราะความผิดที่ตัวทำจะเป็นหนามแทงใจตลอดเวลา พลาดท่าเลยล้มครืนเอาจริง ๆ การหากินกับงานที่มีโทษผิดนั้น ก็ไม่ผิดอะไรกับกินปลาทั้งก้าง กินได้มากได้เร็วกว่าคนอื่น แต่ระวัง ประเดี๋ยวก้างทิ่มคอแล้วจะนั่งทำตาปริบ ๆ คุณคนอื่นเขาหยิบขึ้นปลามัน

**สุจิตรา อ่อนค้อม** (๒๕๔๕, หน้า ๗๐) กล่าวว่า อนวัชชสุข สุขเกิดจากการประกอบการงานที่ปราศจากโทษ คือ ความภูมิใจ เอิบอิมใจว่า ตนมีความประพฤติสุจริต ไม่บกพร่องเสียหาย ใครติเตียนไม่ได้ทั้งทางกาย ทางวาจาและทางใจ

**สุเทพ สุวีรางกูร** (๒๕๕๓, หน้า ๒๓๘) กล่าวว่า อนวัชชสุข เป็นการกระทำปกติ ไม่มีโทษภัยอันตรายทางกาย วาจาและจิตใจ การกระทำที่สุจริต ปราศจากโทษภัยอันตราย ไม่บกพร่องเสียหาย อยู่ในกรอบกฎหมายและศีลธรรม เมื่อทำแล้วไม่มีความผิดเกิดขึ้นตามมา จึงจำเป็นต้องคิดพิจารณา ตรวจสอบดูก่อนแล้วค่อยลงมือทำ การงานทุกอย่างที่ไม่ผิดกฎหมาย จารีตประเพณี สังคม วัฒนธรรม และศีลธรรม ถือเป็นงานที่ไม่มีโทษภัยอันตราย การงานที่มีโทษภัยอันตราย ผิดกฎหมายและศีลธรรม เป็นงานที่ไม่ดี มีแต่ความเสื่อม ไม่มีความมั่นคงปลอดภัย

**อภิวัฒน์ โพธิ์สถาน** (๒๕๕๑, หน้า ๑๐๘) กล่าวว่า อนวัชชสุข พุทธศาสนาก็คือว่าการประกอบการงานที่ “ดีสุจริต ไร้โทษ” ไม่ว่าจะเป็นทางกายกรรม เช่น อาชีพครู อาจารย์ นักพูด นักเขียน ทนายความ ฯลฯ ทางมโนกรรม เช่น อาชีพที่ปรึกษา ฯลฯ หรืออาชีพที่ประกอบการผสมกันทั้งทาง

กาย วาจาและใจอื่น ๆ ย่อมทำให้ผู้ประกอบการมีความมั่นใจในการดำเนินชีวิตของตน ไม่ต้องกลัวเกรงใครจะตำหนิ ตีเตียน จับผิด หรือจับปรับ ตัดคุกเขา/เธอจะเข้าไปในสมาคมใดก็มีความมองอาจ แกล้วกล้าในการเข้าไป แต่ตรงกันข้ามการประกอบการที่ “ชั่ว ทุจริต มีโทษ” ย่อมจะก่อให้เกิดผลที่ตรงกันข้าม คือ ไม่มี ความมั่นใจในการดำเนินชีวิตของตน ต้องใช้ชีวิตแบบกลัวเกรงใครจะตำหนิ ตีเตียนจับผิด หรือจับปรับตัดคุกทั้งไม่มีความมองอาจแกล้วกล้าในการเข้าสมาคมกับคนอื่น ๆ ดังนั้น พุทธศาสนาจึงถือว่า การประพฤติดี สุจริตไร้โทษ เป็นทางก่อให้เกิดสุขแก่ชีวิตของคุณุศลผู้ใช้ชีวิตครองเรือนในชีวิตทางสังคมของพวกเขา

**สุวิทย์ คททอง** (๒๕๒๗, หน้า ๙๔) กล่าวว่า อนุวัชชสุข การประกอบการงานที่ปราศจากโทษ เราผู้อยู่ครองเรือน การทำงาน การประกอบอาชีพ เป็นหน้าที่ของเราในการดำรงชีพ แต่ถ้าการทำงานนั้นเป็นงานที่ผิดศีลธรรมและกฎหมาย จะนำความทุกข์มาสู่ตนและครอบครัว เมื่อเป็นเช่นนี้ จะมีความสุขในการครองเรือนได้อย่างไร ถ้าผู้ครองเรือนต้องการจะมีความสุข ก็ควรประกอบการงานที่ปราศจากโทษทั้งด้านศีลธรรมและทั้งด้านกฎหมาย เช่น ทำการค้าก็ไม่โกงกำไรเกินไป เอากำไรแต่พอดี ไม่หลีกเลียงของหนีภาษีและผิดกฎหมาย สรุปลแล้วทำงานตามที่ตนมีหน้าที่ให้ดีที่สุด ตนมีหน้าที่อะไรก็ทำหน้าที่นั้น ให้ถือหลักว่าไม่ทำอะไรที่เป็น การเบียดเบียนตนเอง หรือผู้อื่น หรือทั้งตนเองและทั้งผู้อื่น ตรงกันข้ามให้ทำงานนั้นเป็นไปเพื่อประโยชน์ตนเองและผู้อื่น หรือทั้งตนเองและผู้อื่น

สรุปได้ว่า อนุวัชชสุข คือ สุขเกิดจากการประกอบอาชีพสุจริต ด้วยการนำมาหาเลี้ยงครอบครัวให้เป็นไปอย่างซื่อสัตย์สุจริต การประกอบอาชีพอย่างซื่อตรง ไม่คดโกงใคร ไม่สร้างความเดือดเนื้อร้อนใจและความรำคาญทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น ถ้าหากข้องแวะและเกี่ยวพันกับอาชีพทุจริตด้วยประการใด ๆ ก็แล้วแต่ มักจะสร้างความทุกข์มาให้กับครอบครัวและตนเองให้เกิดการทะเลาะ มีปากมีเสียง แยกแยกภายในครอบครัว ซึ่งการเลี้ยงชีวิตด้วยอาชีพทุจริต ไม่เคยจะสร้างความสุขให้แต่อย่างใดเลย

## บทที่ ๓

### ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาล ในโรงพยาบาลสามพราน

การพยาบาลเป็นการปฏิบัติโดยตรงต่อบุคคล ครอบครัว ชุมชนและสังคมเป็นบริการในระดับสถาบันสังคม พระราชบัญญัติวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ฉบับปี พ.ศ. ๒๕๔๐ ระบุว่า การพยาบาล หมายความว่า การกระทำต่อมนุษย์เกี่ยวกับการดูแลและการช่วยเหลือเมื่อเจ็บป่วย การฟื้นฟูสุขภาพ การป้องกันโรคและการส่งเสริมสุขภาพ รวมทั้งการช่วยเหลือแพทย์กระทำการรักษาโรค ทั้งนี้ โดยอาศัยหลักวิทยาศาสตร์และศิลปะการพยาบาล

การจัดบริการสุขภาพในปัจจุบันเน้นการควบคุมคุณภาพการบริการ ๕ ประเด็นหลัก คือ การทำให้ประจักษ์ต่อสายตาของผู้รับบริการ การสร้างความไว้วางใจให้แกผู้รับบริการ การตอบสนองความต้องการผู้รับบริการอย่างทันท่วงที การประกันคุณภาพการบริการและการมีความใส่ใจในความรู้สึกของผู้รับบริการ ผลการศึกษาความคาดหวังของผู้ป่วยต่อการบริการพยาบาลแสดงให้เห็นอย่างชัดเจนว่า ผู้ป่วยต้องการพยาบาลที่มีความรู้ มีจริยธรรมประจำใจ ให้การพยาบาลถูกต้อง รวดเร็ว มีลักษณะใส่ใจ เอื้ออาทรต่อปัญหาของผู้ป่วย สื่อสารได้ดีและที่สำคัญคือต้องแสดงพฤติกรรมบริการที่น่าเชื่อถือ มีคุณภาพและไว้วางใจได้ เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับบริการที่มีมาตรฐานสูงและมีความปลอดภัย

ดังนั้น ผู้ประกอบวิชาชีพพยาบาล จึงต้องเป็นผู้ที่มีความรับผิดชอบสูงเป็นผู้ที่สังคมและผู้รับบริการให้ความไว้วางใจและมีความชำนาญในการปฏิบัติมีความรู้ในศาสตร์ทางการพยาบาลและศาสตร์อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง มีศิลปะในการนำความรู้ไปปฏิบัติการพยาบาล เพื่อให้เกิดผลลัพธ์ทางสุขภาพอย่างมีประสิทธิภาพในการปฏิบัติให้บรรลุตามมาตรฐานดังกล่าวมาข้างต้น พยาบาลจำเป็นต้องใช้หลักจริยธรรมเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจและมีการประกาศจรรยาบรรณวิชาชีพเป็นแนวทางในการประพฤติและปฏิบัติ ทั้งนี้ เพื่อความปลอดภัยของผู้รับบริการและสังคมโดยรวม (เนตรสวรรค์ จินตนา วลี, ๒๕๕๓, หน้า ๒๘)

#### ๓.๑ ความหมายของการพยาบาล

ความหมายของการพยาบาล ได้ถูกสร้างขึ้นเพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติการพยาบาลมาเป็นเวลานานนับตั้งแต่สมัยฟลอเรนซ์ ไนติงเกิล (Florence Nightingale) จนถึงปัจจุบัน ซึ่งมีนักทฤษฎีการพยาบาลหลายท่านได้พยายามพัฒนากรอบแนวคิด ทฤษฎีและความหมายที่เป็นประเด็นสำคัญเกี่ยวกับการพยาบาลไว้ ดังนี้

**จินดา ธิรพันธุ์** (๒๕๔๑, หน้า ๒๙ – ๓๐) กล่าวว่า การพยาบาลเป็นศาสตร์และศิลป์สู่การปฏิบัติที่มีเหตุผล คือ การนำความรู้ทางชีวภาพ ทางสังคมศาสตร์และความรู้มนุษยศาสตร์มาผสมผสานสู่การปฏิบัติให้งานบริการสุขภาพบรรลุประโยชน์สูงสุดต่อการช่วยเหลือผู้ป่วยให้เกิด (Health For All)

**ฟลอเรนซ์ นิติงเกล** (Florence Nightingale) ได้กล่าวว่า พยาบาลควรที่จะทำเพื่อบรรเทา และป้องกันผู้ป่วยจากความทุกข์ทรมาน หรือความเจ็บปวด (กมลรัตน์ ศักดิ์สมบูรณ์, ๒๕๔๐, หน้า ๑)

**เวอร์จิเนีย เฮนเดอร์สัน** (Virginia Henderson) กล่าวว่า การพยาบาล เป็นการปฏิบัติแทนผู้ป่วยในสิ่งที่ผู้ป่วยไม่สามารถปฏิบัติด้วยตนเองได้ โดยมีองค์ประกอบหลัก ๑๔ ประการ ในการให้การพยาบาล แนวคิดทางการพยาบาลของเฮนเดอร์สันดูเหมือนจะสนับสนุนการพึ่งพาผู้อื่น ทั้งที่เป้าหมายหลักของทฤษฎีคือ การช่วยเหลือผู้ป่วยให้สามารถที่จะพึ่งตนเองได้เร็วที่สุดเท่าที่จะทำได้ (ณัฐณี เลิศเรืองเจริญ, ๒๕๕๑, หน้า ๑๔)

**ไฮด์การ์ด เพพลาว** (Hidgard Peplau) กล่าวว่า การพยาบาล คือ กระบวนการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของพยาบาลและผู้ป่วยเพื่อการรักษา โดยมีเป้าหมายของการปฏิสัมพันธ์ คือ เพื่อค้นหาผู้ป่วยไม่สามารถตกลงกันได้เกี่ยวกับเป้าหมาย หรือวิธีการที่จะบรรลุเป้าหมายอย่างไรก็ตามทั้งผู้ป่วยและพยาบาลควรจะเริ่มต้นจากการมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน (จิรสุภา ชูบุญ, ๒๕๕๓, หน้า ๔๑)

สรุปได้ว่า พยาบาล คือ ผู้ที่กระทำกิจกรรมตามอำนาจหน้าที่ที่ได้ศึกษาฝึกอบรมมาบำบัดรักษา ช่วยเหลือ ฟื้นฟูและส่งเสริมสุขภาพพลานามัยผู้ป่วยให้การดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข

### ๓.๒ บทบาทและหน้าที่ของการพยาบาล

ธรรมชาติของมนุษย์นั้น แม้จะรู้ว่ากระบวนการ เกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นกฎเที่ยงแท้ของชีวิตที่ไม่มีใครฝืนได้ ก็ยังมีความต้องการที่ปรับปรุงให้ชีวิตดำเนินไปตามกระบวนการของวงจร (Life cycle) นี้อย่างดีที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ การเกิด แก่ เจ็บ ตาย ของมนุษย์จะต้องดำเนินไปอย่างมีเกียรติศักดิ์ของความเป็นมนุษย์ การพยาบาลเป็นการกระทำทางหนึ่งที่เกิดขึ้นเพื่อสนองความต้องการ การนี้ของมนุษย์พยาบาลจึงมีบทบาทและหน้าที่ ดังต่อไปนี้

#### ๓.๒.๑ บทบาทของการพยาบาล

##### วิชาชีพพยาบาล (Nursing Profession)

พยาบาลเป็นวิชาชีพหนึ่ง ซึ่งวิชาชีพ หรือ Profession หมายถึง งานที่ตนได้ปฏิญาณว่าจะอุทิศทำไปตลอดชีวิต เป็นงานที่ต้องได้รับการอบรมสั่งสอนมานาน เป็นงานที่มีขนบธรรมเนียมและจรรยาบรรณของหมู่คณะโดยเฉพาะได้รับค่าตอบแทนลักษณะค่าธรรมเนียม (Fee) หรือค่ายกครุ มิใช่ค่าจ้าง (Wage) ลักษณะสำคัญของการเป็นวิชาชีพ ได้แก่

๑. มีองค์ความรู้เฉพาะของตน ผู้ประกอบวิชาชีพจะต้องเข้ารับการศึกษ ฝึกอบรมให้มีความรู้ในศาสตร์เฉพาะของวิชาชีพนั้น ๆ



๒. ความเป็นอิสระในการประกอบวิชาชีพ เป็นการประกอบวิชาชีพที่มีมาตรฐานการปฏิบัติ เป็นการเฉพาะสำหรับวิชาชีพนั้น ๆ โดยมีองค์ความรู้เป็นพื้นฐาน บุคคลอื่นไม่สามารถจะมาสั่งการให้ปฏิบัติได้ นอกจากการปกครองตนเองภายในวิชาชีพเดียวกันยังเป็นอิสระจากการควบคุมของคนนอกวิชาชีพ เช่น ถ้าสมาชิกคนใดกระทำความผิด การพิจารณาจะเริ่มจากคณะกรรมการขององค์กรวิชาชีพก่อน

๓. มีกฎหมายรองรับการประกอบวิชาชีพ หมายถึง จะต้องมีการขึ้นทะเบียนเพื่อขออนุญาตประกอบวิชาชีพ ได้แก่ ใบประกอบวิชาชีพ

๔. มีจรรยาบรรณตราขึ้น เพื่อผู้ประกอบวิชาชีพดำรงตน หรือประพฤติตนอยู่ในความถูกต้อง ตีงามต่อผู้รับบริการ ต่อเพื่อนผู้ร่วมวิชาชีพ ต่อตนเองและสังคมส่วนรวม

๕. มีสำนึกที่จะให้บริการ เมื่อถูกเรียกร้องการบริการจะต้องเต็มใจที่จะให้บริการแก่ผู้มารับบริการได้เสมอ บางครั้งอาจจะต้องสละความสุขส่วนตัว มีความภาคภูมิใจในวิชาชีพของตน

**ปิยอร สิริระเต็มพงษ์** (อ้างใน ลออ หุตางกูร, ๒๕๓๔, หน้า ๒๙) สรุปว่าลักษณะงาน การพยาบาลในการให้บริการพยาบาลมีลักษณะเฉพาะ แบ่งออกเป็น ๒ ลักษณะ คือ

๑. การพยาบาลในสถานบริการรักษาที่รับผู้ป่วยใน เช่น โรงพยาบาลเป็นการให้บริการ การพยาบาลแก่ผู้รับบริการตลอด ๒๔ ชั่วโมง แบ่งเวลาการปฏิบัติงานเป็น ๓ เวร คือ เวรเช้า เวรบ่ายและ เวรดึก ลักษณะของการปฏิบัติงานในโรงพยาบาล เป็นกิจกรรมที่มีลักษณะของการทำงานเป็นทีม ซึ่งมีทั้งทีมการพยาบาลและทีมสุขภาพ กิจกรรมที่ทำครอบคลุมใน ๔ ด้าน คือ การรักษาพยาบาล การป้องกันโรค การส่งเสริมสุขภาพและฟื้นฟูสุขภาพ แต่ที่เป็นกิจกรรมหลักในการให้บริการในโรงพยาบาล ส่วนใหญ่มี ๒ ด้าน คือการรักษาพยาบาลและการฟื้นฟูสุขภาพ

๒. ด้านการบริหารจัดการมีส่วนร่วมในการสร้างทีมการพยาบาลที่มีประสิทธิภาพในการดูแลผู้ป่วยและครอบครัว มีส่วนร่วมในการวิเคราะห์ปัญหาและแก้ไขอุปสรรคที่เกิดจากระบบงานบุคคล และสิ่งแวดล้อมมีส่วนร่วมในโครงการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพอนามัยของหน่วยงาน ร่วมประชุมปรึกษาหารือกับผู้บริหารทางการพยาบาล เพื่อประเมินคุณภาพของการให้การพัฒนาหอผู้ป่วย หรือหน่วยงานให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ในการพัฒนาหอผู้ป่วยมีส่วนร่วมในกิจกรรมขององค์กรวิชาชีพ การพยาบาล

๓. ด้านวิชาการ มีส่วนร่วมในการปฐมนิเทศพยาบาลเข้าปฏิบัติงานใหม่และผู้เข้ามารับการอบรมสอน หรือเป็นที่เลี้ยงให้แก่นักศึกษาพยาบาลระดับปริญญาตรี พยาบาลเทคนิค หรือผู้ช่วยพยาบาล มีส่วนร่วมในการจัดทำคู่มือการสอนและการให้ความรู้แก่ผู้ป่วย ครอบครัวและประชาชนทั่วไปให้ความร่วมมือ หรือมีส่วนร่วมในการทำวิจัยทางการพยาบาลและนำผลการวิจัยมาใช้ในการปรับปรุงคุณภาพการพยาบาลในหน่วยงานที่ปฏิบัติงาน (นันทนา น้ำฝน, ๒๕๓๘, หน้า ๙ - ๑๐)

### ๓.๒.๒ หน้าที่ของการพยาบาล

#### ๑) หน้าที่ของการพยาบาลต่อการเกิดของมนุษย์

การช่วยเหลือให้มีการเกิดที่ดี นับว่าเป็นการพยาบาล เริ่มต้นตั้งแต่การช่วยเหลือสตรีมีครรภ์ให้มีสุขภาพสมบูรณ์ทั้งกายและใจ ให้รู้เท่าถึงการณในการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกายและจิตใจของตนเองและการเจริญของทารกในครรภ์ ช่วยเหลือด้านจิตใจของผู้มีครรภ์ตามจำเป็นเพื่อความพร้อมในการมีบุตร ช่วยให้ครอบครัวเข้าใจถึงวิธีการป้องกันอันตรายและส่งเสริมสุขภาพทารกในครรภ์และช่วยให้มีการตระเตรียมสำหรับการเลี้ยงดูทารก หาท่างเพื่อป้องกันแก้ไขเมื่อเล็งเห็นว่าอาจมีอันตรายเกิดขึ้นต่อครรภ์ หรือการคลอด ช่วยการคลอดให้มีความปลอดภัยแก่ทั้งมารดาและทารก ให้ การบริหารทารกและช่วยเหลือมารดาจนกว่าจะสามารถช่วยเหลือและเลี้ยงดูบุตรด้วยตนเองได้

พยาบาลมีหน้าที่ช่วยทำนุบำรุงชีวิตทารกในครรภ์เพื่อให้เกิดผลดีและไม่ละเมิดสิทธิในการมีชีวิตของทารกนั้น ไม่ร่วมมือร่วมใจกับการกระทำใด ๆ ที่เป็นการทำลายทารก เช่น การทำแท้งด้วยวิธีการต่าง ๆ หรือกลั่นแกล้งเพื่อความเสียหาย หรืออันตรายแก่ทารก หรือบิดามารดาแต่พึงส่งเสริมให้ชีวิตที่เจริญขึ้นใหม่นั้นได้รับการต้อนรับด้วยดีจากบิดามารดาและสมาชิกอื่น ๆ ในครอบครัว และมีพื้นฐานที่จะเจริญเติบโตได้ดี

เพื่อการพิทักษ์สิทธิในชีวิตของทารกในครรภ์ สังคมได้มีกฎหมายห้ามทำแท้ง เว้นไว้แต่ในกรณีที่แพทย์เห็นว่าจำเป็นต้องกระทำเพื่อให้มารดารอดชีวิต หรือที่เรียกว่า การทำแท้งเพื่อการรักษา (Therapeutic abortion) ซึ่งจะพบโอกาสที่จำเป็นต้องทำเช่นนี้ เมื่อไม่มีหนทางอื่นใดที่จะช่วยชีวิต ไว้ได้ อย่างไรก็ตามในปัจจุบัน ภาวะซึ่งมีผู้เห็นว่าจำเป็นควรจะทำแท้งเพื่อการรักษาได้เพิ่มมากขึ้น เช่น ภาวะที่การตั้งครรภ์นั้นเป็นอันตรายต่อสุขภาพกาย หรือสุขภาพจิตของมารดา หรือเมื่อรู้ว่าทารกในครรภ์มีความพิการอย่างแรง เพื่อป้องกันมิให้เกิดมารับทุกข์ทรมาน หรือเกิดมาเป็นภาระหนักแก่ครอบครัว หรือสังคม ฯลฯ พยาบาลผู้มีหน้าที่ช่วยผดุงชีวิต จะต้องใช้มโนธรรมและเหตุผลด้านสิทธิมนุษยชน จึงหนักในการพิจารณาควร หรือไม่ควรในแต่ละกรณี เพื่อตัดสินใจว่าควรจะสนับสนุนร่วมมือในความคิดเห็นนั้น ๆ อย่างไรหรือไม่

หน้าที่ของพยาบาลอีกประการหนึ่ง เพื่อการเกิดสิ่งที่ดีในโลกยุคปัจจุบัน ซึ่งประเทศต่าง ๆ มีประชากรเพิ่มหนาแน่นขึ้นอย่างรวดเร็ว จนนำวิตถถึงความขาดแคลน อดอยากและแก่งแย่งที่จะเพิ่มมากขึ้นในสังคมอนาคต คือ หน้าที่แนะนำช่วยเหลือเพื่อลดอัตราการให้กำเนิดชีวิต ทั้งนี้เพื่อให้แต่ละครอบครัวในชุมชนสามารถเตรียมสุขภาพกายใจและเศรษฐกิจฐานะของตนให้พร้อมพอที่จะอำนวยความสะดวกให้เกิดผลดี เติบโตอย่างมีคุณภาพและมีความสุขกันได้อย่างทั่วถึง วิธีที่ใช้ในการคุมกำเนิดนี้อาจทำได้ทั้งโดยการช่วยกันป้องกันของหญิงและชายในขณะเดียวกัน หรือโดยทางหญิงฝ่ายเดียว หรือชายฝ่ายเดียวก็ได้และอาจเป็นการคุมชั่วคราว หรือคุมอย่างถาวร เช่น โดยการใช้สิ่งกีดขวาง หรือทำลายสเปิร์ม (Sperm) รบกวนการฝังตัวของไข่ที่ผสมแล้ว ไข่ยากำจัดวงจรเจริญของไข่ไว้ชั่วคราว หรือโดยการปิดกั้นทางติดต่อระหว่างไข่กับสเปิร์มอย่างถาวรในหญิง หรือชาย ฯลฯ ในการ

ช่วยเหลือแนะนำเพื่อการคุมกำเนิดนี้ พยาบาลมีหน้าที่ช่วยป้องกันมิให้ใช้วิธีคุมกำเนิดแบบถาวร เมื่อมีชีวิตปลอดภัยอื่น ๆ ที่จะใช้หลีกเลี่ยงได้ ทั้งนี้เพื่อช่วยรักษาสมรรถภาพทั้งหมดรวมทั้งสมรรถภาพในการให้กำเนิดบุตรของคุณให้สมบูรณ์ไว้และมีสภาวะที่จะช่วยส่งเสริมให้คุณและโทษอันเป็นเหตุผลให้เกิดความรับผิดชอบและมีวินัยตนเองในการควบคุมการกระทำใด ๆ ซึ่งจะมีผลต่อการให้กำเนิดแก่ทารก

### ๒) หน้าที่ของการพยาบาลต่อการเจริญเติบโตของมนุษย์

การเลี้ยงดูเด็กให้เจริญเติบโตขึ้นด้วยดีนั้นเป็นหน้าที่โดยตรงของพ่อแม่ หรือครอบครัว มาตั้งแต่เริ่มต้นสังคมนุษย์ อย่างไรก็ตาม สังคมได้ขยายเติบโตขึ้น พ่อแม่มีความจำเป็นต้องทำงานประจำนอกบ้านมากขึ้น มีพัฒนาการในการจัดระบบสังคมเพื่อแบ่งปันหน้าที่และให้บริการเฉพาะแต่ละด้านแก่ส่วนรวม โดยการเตรียมเจ้าหน้าที่ขึ้นเพื่อบริการนั้น ๆ เช่น มีส่วนงานโรงเรียนเพื่อให้บริการศึกษาอบรมแก่เยาวชนทั่วไป มีส่วนงานด้านส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันและรักษาโรคแก่ประชาชน มีส่วนงานเลี้ยงดูเด็กกำพร้า ตลอดจนมีส่วนงานรับเลี้ยงดูเด็กที่พ่อแม่ต้องประกอบอาชีพ หรือไม่สามารที่จะเลี้ยงดูบุตรด้วยตนเองได้ เป็นต้น บุคคลนอกครอบครัว รวมทั้งพยาบาลจึงเริ่มมีบทบาทเกี่ยวข้องในการเจริญเติบโตของเด็กมากขึ้น

บทบาทของพยาบาล ซึ่งเกี่ยวข้องกับการเจริญเติบโตของเด็ก หรือเยาวชน ไม่ว่าจะเป็น การให้บริการในศูนย์ส่งเสริมสุขภาพอนามัยชุมชน สถานบริการทารก สถานเลี้ยงดูเด็กกำพร้า หรือเด็กพิการ โรงเรียน โรงพยาบาล หรือในงานด้านการศึกษา งานผู้ใหญ่ก็ตาม ย่อมมีจุดหมายปลายทางสิ่งเดียวกัน คือมุ่งที่จะช่วยให้เยาวชนแต่ละคนเจริญพัฒนาได้อย่างเต็มที่ตามวัย ทั้งทางร่างกาย อารมณ์ คุณนิสัย สติปัญญาและความสามารถทั่วไป

เพื่อผลสำเร็จในจุดมุ่งหมายดังกล่าวนี้ พยาบาลพึงพยายามกระทำทุกโอกาสที่จะช่วยส่งเสริมสุขภาพกายและจิตของเด็ก โดยการศึกษาสังเกตให้เข้าใจธรรมชาติของความต้องการและพัฒนาการของเด็ก คิดค้นวิธีการเพื่อส่งเสริมสุขภาพและพัฒนาการ อำนวยบรรยากาศเพื่อพัฒนาการนั้นและปฏิบัติตนเป็นมิตร เป็นที่พึ่ง เป็นครู เป็นแบบอย่างผู้ใหญ่ที่ดีแก่เด็ก หรือเยาวชนตลอดจนเป็นมิตร เป็นที่ปรึกษาและเป็นผู้ช่วยเหลือแก่มารดาบิดาของเขา

พยาบาลพึงส่งเสริมพัฒนาการของเด็กทั้งที่เป็นปกติและที่อยู่ในระยะเจ็บป่วย หรือพิการ โดยช่วยฝึกฝนและจัดอำนวยให้เด็กแต่ละคนได้มีกิจกรรมที่จำเป็นต่อพัฒนาการตามขีดสมรรถภาพของแต่ละคน พึงพยายามป้องกันการชะงักงันในพัฒนาการ ป้องกันความพิการและโรคแทรกซ้อนมิให้เกิดขึ้น ให้ความอบอุ่นใจและช่วยเหลือให้เด็กป่วยฟื้นคืนสู่สุขภาพปกติโดยเร็วที่สุดเท่าที่จะเป็นได้

### ๓) หน้าที่ของการพยาบาลต่อเพื่อนมนุษย์ในวัยชรา

หลังจากการเจริญเติบโตเต็มที่ทางชีวภาพแล้ว ความเสื่อมจะเริ่มสืบคลานมาสู่บุคคลด้วยอัตราเร็วช้าต่างกัน หน้าที่ของการพยาบาลในด้านนี้ คืออาการช่วยเหลือความเสื่อมนั้นให้เกิดขึ้น

ในอัตราที่ช้าที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ ช่วยส่งเสริมให้บุคคลเตรียมตัวเพื่อวัยชราที่ดีและช่วยเหลือผู้ชราให้มีความสุขและผดุงสมรรถภาพในการมีชีวิตไว้ให้ได้มากที่สุด

ช่วยชะลอความเสื่อม หรือชราภาพ ย่อมตั้งต้นตั้งแต่การปูพื้นฐานสุขภาพในการเกิดการส่งเสริมสุขภาพกายใจและสมรรถภาพในการดำรงชีวิตในระยะเจริญเติบโต ตลอดจนมาถึงวัยชรา ซึ่งพยาบาลมีบทบาทและหน้าที่ในการช่วยเหลือดังได้กล่าวมาแล้วในการเกิดและการเจริญเติบโตของเพื่อนมนุษย์ นอกจากนั้น พยาบาลพึงศึกษาให้เข้าใจอิทธิพลของมนุษย์สัมพันธ์ต่อสุขภาพจิตและกายของบุคคลและช่วยสร้างเสริมบรรยากาศและความรู้ความเข้าใจนี้ เพื่อให้มีสัมพันธภาพอันดีระหว่างเพื่อนมนุษย์ ซึ่งจะช่วยลดความเครียด (Stress) ในชีวิต ส่งเสริมความสงบสุขทางใจและช่วยชะลอชราภาพได้

นอกจากจะช่วยชะลอชราภาพแล้ว พยาบาลมีหน้าที่ที่จะช่วยเพื่อนมนุษย์ให้เตรียมตัวเพื่อการวัยชราที่ดี เช่น การเลือกสรรค่านิยม หรือหลักธรรมที่จะช่วยให้เป็นผู้มีใจกว้าง มีธรรมและเมตตาคุณเพิ่มขึ้นในวัยชรา ผักผ่อนการแบ่งและใช้เวลาในชีวิตประจำวันให้แก่นานในหน้าที่ การสังคมและงานอดิเรกที่ช่วยผ่อนคลายความเคร่งเครียด เพื่อสร้างความชำนาญในงานอดิเรกและสุนนียส์ที่จะเป็นประโยชน์ต่อการป้องกันความสับสนและการรักษาสมรรถภาพต่อไปในวัยชรา เป็นต้น

ตามวิสัยธรรมชาติ บุคคลย่อมเดินทางไปถึงวัยชรา ซึ่งสมรรถภาพทางกายจะเสื่อมถอยลงมากที่สุดในภาวะนี้บุคคลซึ่งครั้งหนึ่งเคยมีพลังและสมรรถภาพในการเลี้ยงดูครอบครัว และสร้างสรรค์สังคม อาจรู้สึกเสียดาย ขมขื่น หรืออับยศที่ต้องหมดสมรรถภาพลง หรือรู้สึกว่าคุณค่าในอดีตของตนได้ถูกลืมและมีความโหม่นสน้อยใจแฝงอยู่อย่างมากได้ พยาบาลมีหน้าที่ศึกษาสังเกตให้เข้าใจปัญหาและความต้องการทั้งด้านร่างกายและจิตใจของผู้ชราและช่วยสร้างเสริมเพื่อให้สุขภาพดีเป็นสุข มีโอกาสบำเพ็ญประโยชน์ตามสมรรถภาพ มีเกียรติและดำรงความภาคภูมิใจในตนเอง บทบาทของพยาบาลในหน้าที่ด้านนี้อาจปฏิบัติในสถานที่และโอกาสต่าง ๆ กัน นับแต่ในครอบครัวของตนเอง ในการสังคมทั่ว ๆ ไป ในการให้บริการพยาบาลแก่ชุมชนในสถานสงเคราะห์คนชราและในโรงพยาบาล พร้อมทั้งการส่งเสริมให้บุคคลทั่วไปปฏิบัติต่อคนชราในทางสร้างสรรค์เช่นเดียวกัน

ในยามเจ็บป่วย หรือพิการลง ร่างกายของผู้ชราย่อมมีกำลังต้านทางโรคน้อยและจะมีความกลัว ท้อถอยชีวิต หรือเสียกำลังใจมากยิ่งขึ้น ในภาวะนี้ พยาบาลพึงใช้ความละเอียดอ่อนมากขึ้น พึงให้การดูแลช่วยเหลืออย่างใกล้ชิด ป้องกันโรคแทรกซ้อน อาหารในความทุกข์และช่วยแก้ปัญหาด้านความจริงใจ ด้วยกิริยามารยาทที่ให้เกียรติแก่வுฒมิ เพื่อช่วยให้ผู้ชราที่มีกำลังใจที่จะต่อสู้ความเจ็บป่วยสนใจที่จะฟื้นฟูและทำนุบำรุงสุขภาพของตนเองต่อไป พยาบาลพึงเข้าใจธรรมชาติของพยาธิสภาพจากความชรา เช่น การชำรุดของเซลล์สมอง ซึ่งทำให้สติปัญญาและวุฒิภาวะชำรุดไปด้วย ในสภาพดังกล่าวนี้ พยาบาลผู้ดูแลมีสภาวะในการช่วยพิทักษ์ชีวิตเกียรติศักดิ์และสิทธิมนุษยชนของผู้ชราและพึงปฏิบัติหน้าที่ด้วยมโนธรรมอันสูง



#### ๔) หน้าที่ของพยาบาลต่อผู้เจ็บป่วยทั่ว ๆ ไป

การเจ็บป่วยย่อมเกิดขึ้นได้เสมอในธรรมชาติของคนทุกวัย ไม่ว่าจะวิทยาศาสตร์ การแพทย์และสุขภาพอนามัยของประชาชนจะเจริญก้าวหน้าไปได้มากเพียงไรและในโอกาสที่เจ็บป่วยนั้น บุคคลต้องการรักษาและการพยาบาลดูแลตามมาตรฐานของมนุษย์ โดยเหตุนี้เองการพยาบาลจึงเกิดขึ้นและวิวัฒนาการมาเป็นหน้าที่หลักของวิชาชีพพยาบาล การพยาบาลเพื่อนมนุษย์ในยามเจ็บป่วย มีจุดมุ่งหมายสำคัญ พอสรุปได้เป็น ๔ ประการ คือ

- (๑) ช่วยบรรเทาความทุกข์ทรมานและเวทนาจากความเจ็บป่วย
- (๒) ป้องกันการลุกลามของโรคและภาวะแทรกซ้อน
- (๓) ส่งเสริมสมรรถภาพในการปรับตัวต่อสู้โรคและช่วยให้คืนสู่สุขภาพปกติโดยเร็วที่สุด

- (๔) ช่วยป้องกันมิให้กลับเป็นโรคนั้น ๆ ซ้ำอีก เมื่ออยู่ในวิสัยที่จะป้องกันได้

พยาบาลพึงให้การพยาบาลแก่ผู้ป่วยในความดูแลของตนอย่างเต็มความสามารถเพื่อบรรเทาผลตามความมุ่งหมายดังกล่าวข้างต้น โดยไม่คำนึงถึงเชื้อชาติ สัญชาติ ศาสนา ชั้นวรรณะ ตระกูล ฐานะ ลัทธิการเมือง เพศ หรือวัย พยาบาลพึงศึกษาให้มีความรู้เกี่ยวกับธรรมชาติทางกายและจิตใจของมนุษย์ รวมทั้งวิชาการอื่น ๆ ที่จะช่วยให้สามารถตัดสินใจและให้การพยาบาลที่บังเกิดผลดีต่อผู้ป่วย ปฏิบัติการพยาบาลโดยยึดมั่นในหลักวิชาและหลักการที่ได้ยอมรับว่าถูกต้อง หรือเป็นความจริง และพึงให้ความเห็นใจช่วยเหลือแก่ผู้ป่วยรวมทั้งญาติ มิตร หรือสมาชิกในครอบครัวของเขา เพื่อช่วยบรรเทาความทุกข์ ความเวทนา ความกลัวและวิตกกังวล ซึ่งเกิดขึ้นเกี่ยวเนื่องกับความเจ็บป่วยนั้น

การช่วยเหลือชีวิตของเพื่อนมนุษย์ในยามที่เขาช่วยตนเองไม่ได้นั้น เป็นงานที่ต้องใช้ความละเอียดอ่อนและความเพียรอย่างสูง เช่น ต้องการความสนใจตรวจสอบสังเกตอาการเปลี่ยนแปลงอย่างใกล้ชิด ต้องการความพร้อมที่จะช่วยแก้ไขภาวะอันตรายที่จะพึงเกิดกับผู้ป่วย ต้องการนำความรู้และประสบการณ์ในอดีตมาใช้ในการวินิจฉัยการณปัจจุบัน ทำนายเหตุการณ์ ป้องกันและหาทางปรับปรุงแก้ไขวิธีการช่วยเหลือ ต้องการติดตามประเมินผลการกระทำทุกอย่างที่ได้ให้แก่ผู้ป่วยแต่ละคน เพื่อปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมและทันการ ต้องการความสามารถเห็นใจและเป็นที่พึ่งของผู้ป่วยในภาวะอ่อนแอทางอารมณ์ ต้องการความสามารถส่งเสริมกำลังใจและผดุงเกียรติศักดิ์แห่งความเป็นคนของเขาในทุกโอกาส เป็นต้น

กำลังใจของผู้ป่วยอาจถูกทำลายและเกียรติศักดิ์แห่งความเป็นคนของเขาอาจถูกละเมิดอย่างมากได้ ด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ หรือด้วยจิตอันหยาบของผู้พยาบาล เช่น คิดว่าผู้ป่วยที่ซิมมาก หรือป่วยหนักจะไม่มีความรู้สึกต่อน้ำเสียง คำพูด หรือการกระทำต่าง ๆ จากผู้คนแวดล้อมแล้ว จึงอาจพูดวิพากษ์วิจารณ์อาการของเขาโดยไม่คำนึงว่าผู้ป่วยจะรู้เรื่อง หรือได้ยิน เปิดเผยร่างกาย ส่วนที่ควรปกปิดของเขา หรือทำการพยาบาลด้วยมรรยาทและน้ำมือที่หยาบกระด้าง หรือทอดทิ้งเขาให้อยู่ในลักษณะขาดการช่วยเหลือและสมหวัง เป็นต้น พยาบาลพึงเป็นผู้หวังการณ์ในแง่ดี



(Optimistic) อยู่เสมอในชีวิตของผู้ป่วยและพึงป้องกันมิให้การกระทำของตนเป็นเครื่องบั่นทอนกำลังใจและ ชีวิตของเขา

ข้อควรระวังอีกประการหนึ่งในการช่วยผดุงกำลังใจของผู้ป่วย คือการตอบคำถามหรือชี้แจงความจริงเกี่ยวกับภาวะโรคแก่ผู้ป่วยและญาติ การรู้ความจริงเกี่ยวกับโรคที่เป็นนี้อาจมีผลร้ายต่อจิตใจได้พอ ๆ กับการไม่รู้ความจริง ผู้ป่วยอาจไม่พร้อมที่จะรับความจริงทั้ง ๆ ที่รู้เข้าเพื่อจะรู้ความจริงในกรณีเช่นนี้ เมื่อรู้แล้วจะเกิดความกลัวและท้อถอยได้มาก พยาบาลพึงศึกษาให้เข้าใจธรรมชาติสติปัญญาและความสามารถในการให้กำลังใจแก่ผู้ป่วยและญาติได้ดียิ่งขึ้น

#### ๕) หน้าที่ของการพยาบาลต่อผู้ประสวาระสุดท้ายของชีวิต

การจบฉากชีวิต หรือความตายนั้น มาถึงบุคคลในลักษณะที่ต่างกัน เช่น อาจมาถึงอย่างฉับพลัน โดยบุคคลไม่ทันรู้ตัว หรือคืบคลานเข้ามาอย่างช้า ๆ และก่อความหวาดกลัวให้แก่ผู้ที่ยังไม่พร้อมที่จะตาย หรือก่อความทรมานแสนสาหัสในวาระสุดท้ายนั้น หรือได้รับการต้อนรับโดยดุจนิจากผู้เตรียมใจพร้อมที่จะตาย หรือมาถึงในวาระที่ระบบประสาทของบุคคลไม่อาจจะรับรู้ต่อความตายนั้นเสียแล้ว เป็นต้น (ลออ หุตางกูร, ๒๕๒๓, หน้า ๖๓ - ๖๔)

สรุปได้ว่า หน้าที่ของพยาบาล เปรียบเสมือนแม่บ้านที่จะต้องดูแลทุกอย่างตั้งแต่การเกิด แก่ เจ็บและตาย ด้วยการบริการ จัดการ การป้องกันรักษาและฟื้นฟูประชาชนทุกคนในสังคม

### ๓.๓ องค์ประกอบที่สำคัญในการปฏิบัติหน้าที่ของพยาบาล

องค์ประกอบในที่นี้ หมายถึง องค์ประกอบในด้านความเป็นศิลปะของวิชาชีพพยาบาลและเป็นองค์ประกอบที่มีพื้นฐานอยู่บนจริยธรรม ซึ่งหมายถึงสิ่งที่ควรปฏิบัติต่อผู้ป่วยในฐานะที่มนุษย์ พึงปฏิบัติต่อกัน องค์ประกอบเหล่านี้ ได้แก่

๑) ความเอื้ออาทร (caring) ความเอื้ออาทรเป็นสิ่งสำคัญของความสัมพันธ์ระหว่างพยาบาลกับผู้ป่วย ความเอื้ออาทรคล้ายคลึงกับการให้ความอบอุ่นใจ แต่มีความหมายที่ลึกซึ้งกว่าความเอื้ออาทรเกิดขึ้นจากการตระหนักในคุณค่าของบุคคล ความเข้าใจในชีวิตมนุษย์และก่อให้เกิดความรู้สึกปรารถนาดีต่อกัน ความรู้สึกความเอื้ออาทรกันระหว่างบุคคลเป็นความรู้สึกที่ยากแก่การอธิบาย ความป่วยไข้ทางร่างกายเป็นสิ่งที่อาจเกิดจากหลายสาเหตุเช่นเดียวกับการป่วยไข้ทางใจ การรักษาทางกายต้องอาศัยวิธีการรักษาภายนอก ส่วนการรักษาทางใจต้องอาศัยความรู้สึก ความเข้าใจในจิตใจของผู้ป่วย อันเป็นผลให้เกิดการปฏิบัติในลักษณะความเอื้ออาทรคือมีน้ำใจ เอื้อเฟื้อใส่ใจความรู้สึกของผู้ป่วย การแสดงออกของความเอื้ออาทรคือความอ่อนโยน ความเคารพต่อความเป็นตัวของตัวเองของผู้ป่วย ความห่วงใย การปฏิบัติหน้าที่ด้วยความเอื้ออาทรก่อให้เกิดความรู้สึกคุ้นเคยเป็นกันเองและอบอุ่นใจแก่ผู้ป่วย

๒) ความเชื่อถือและไว้วางใจ (trust and confidence) ความรู้สึกเชื่อถือและไว้วางใจ คือความรู้สึกที่เกิดจากตระหนัก หรือรู้ว่าในบางส่วนของโลกส่วนตัวนั้นไม่เป็นอิสระ เราต้องการความ

ช่วยเหลือและในความรู้สึกดังกล่าวมีบุคคลหนึ่งที่เอื้ออาทรต่อเรา ให้ความอบอุ่นแก่เราสามารถช่วยเหลือและเป็นมิตรต่อเรา ความรู้สึกเชื่อถือและไว้วางใจจึงเป็นสิ่งที่ทำให้บุคคลกล้าเปิดเผยเรื่องราวของตน กล้าปรึกษาหารือและขอความเห็นในการปฏิบัติหน้าที่ของพยาบาล ความรู้สึกเชื่อถือและไว้วางใจที่ผู้ป่วยมีต่อพยาบาล จะช่วยก่อให้เกิดผลดีต่อกระบวนการพยาบาลและก่อให้เกิดความร่วมมือระหว่างพยาบาลกับผู้ป่วย

**๓) ความรู้สึกเอาใจเขามาใส่ใจเรา (empathy)** ความรู้สึกเอาใจเขามาใส่ใจเราไม่ได้หมายถึง ความเข้าใจอย่างทีอธิบายกันในเชิงจิตวิทยาว่าพฤติกรรมอย่างหนึ่งเกิดขึ้นเพราะเหตุใดต้องปฏิบัติอย่างไร แต่ความรู้สึกเอาใจเขามาใส่ใจเรา หมายถึง การรู้และยอมรับว่าคนแต่ละคนย่อมมีโลกส่วนตัวของตัวเอง มีความคิด มีความเชื่อ ความรู้สึกของตนเองที่แตกต่างจากคนอื่น มีโลกทัศน์ที่แตกต่างกัน ความรู้สึกเอาใจเขามาใส่ใจเราที่มีต่อผู้ป่วยก็คือ การรับรู้สภาพความรู้สึก ความคิดของผู้ป่วยเสมือนหนึ่งว่าเราเป็นผู้ป่วยขณะนั้น เช่น ผู้ป่วยที่มีความเชื่อมั่นศรัทธาและเคร่งครัดต่อศัลยกรรมจะรู้สึกอึดอัดและลำบากใจต่อการที่จะต้องตัดลิ้นในวางแผนครอบครัว หรือการต้องตัดลิ้นใจ ยุติการตั้งครรภ์ ด้วยเหตุผลทางด้านสุขภาพอนามัย ความรู้สึกเอาใจเขามาใส่ใจเราจะช่วยทำให้พยาบาลไม่โกรธเคืองผู้ป่วยที่อาจขัดขืน หรือลังเลต่อการปฏิบัติตามคำแนะนำและไม่ด่วนตัดสินใจแทนผู้ป่วยทันทีแม้ว่าสิ่งนั้นจะเป็นสิ่งที่พยาบาลเห็นว่าดีและเหมาะสมก็ตาม

**๔) ความเห็นอกเห็นใจ (sympathy)** ความเห็นอกเห็นใจเป็นการแสดงออกของความรู้สึกทางสังคมที่สมบูรณ์ของบุคคล เมื่อใดก็ตามที่บุคคลแสดงออกถึงความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน แสดงให้เห็นว่าบุคคลนั้นอยู่ในสภาพของความเจริญทางวิญญูติ สามารถตระหนักและเข้าใจบุคคลอื่นในภาวะของบุคคลเช่นเดียวกับตน การแสดงออกถึงความเห็นอกเห็นใจคือการรับรู้ในปัญหาของผู้ป่วย การให้ความสนใจ ความเมตตาและการเข้ามามีส่วนในการหาทางแก้ปัญหาอันอาจมีการโต้แย้งว่า การแสดงความเห็นใจจึงมีข้อพึงระวังว่าจะต้องทำให้ผู้ป่วยเกิดความรู้สึกเข้มแข็งอบอุ่นและสามารถเผชิญปัญหา ตัดสินใจ วิธีการแก้ปัญหาได้อย่างมั่นใจ ความเห็นอกเห็นใจที่ถูกต้อง คือการทำให้ผู้ป่วยรู้สึกว่าเขาไม่ได้ถูกทอดทิ้ง มีคนเข้าใจ ให้คำปรึกษาและเป็นผู้ให้กำลังใจแก่เขา ไม่ใช่เป็นเพียงผู้ที่ให้แต่ความช่วยเหลือตามที่ผู้ป่วยเรียกร้อง

**๕) การให้ความเคารพ (respect)** วิชาชีพพยาบาลต้องพบปะต่อบุคคลจำนวนมาก ซึ่งมีความแตกต่างกันทั้งในด้านชาติวุฒิ คุณวุฒิและวิญญูติ การแสดงความเคารพต่อคุณลักษณะทั้ง ๓ ประการ ของมนุษย์นี้ถือเป็นกฎธรรมชาติ เป็นสิทธิมนุษยชนที่พึงได้รับและรักษาไว้ พยาบาลให้ การเคารพต่อคุณลักษณะทั้ง ๓ ประการของผู้ป่วยเท่า ๆ กับการให้ความเคารพต่อตนเอง การสังเกตบุคลิกลักษณะและท่าทางของผู้ป่วยเป็นแนวทางหนึ่งที่พยาบาลจะสามารถบอกตนเองได้ว่า ตนควรจะใช้คำพูด แสดงกิริยา หรือปฏิบัติต่อผู้ป่วยอย่างไร เช่น ในสังคมไทยมีธรรมเนียมประเพณีของ การเคารพอาวุโส หรือวิญญูติ การเรียกผู้ป่วยด้วยคำนำหน้าที่เหมาะสมจึงเป็นสิ่งที่พึงระวัง การเรียกผู้ป่วยชนบทที่มีอาวุโสด้วยคำว่า ลุง ป้า น้า อา ย่อมสุภาพและเป็นกันเองว่าจะเรียกชื่อเฉย ๆ เช่นเดียวกับการเรียกผู้ป่วยในกรุงเทพฯ ด้วยคำว่า นาย นาง หรือคุณ ย่อมสุภาพและเหมาะสมกว่าการเรียกชื่อ

เฉย ๆ หรือใช้คำว่า “เรา” การแสดงความเคารพต่อผู้ป่วยที่เป็นพระภิกษุ หรือนักบวชศาสนาอื่นเป็นมารยาทอันดีและแสดงออกถึงความเป็นผู้มีจริยธรรมในการให้ความเคารพต่อภาวะความเป็นมนุษย์ของบุคคล ขณะเดียวกันพยาบาลก็มีสิทธิที่จะได้รับความเคารพทั้ง ๓ ประการ นี้จากบุคคลอื่นเช่นกัน

**๖) ความเป็นผู้มีอารมณ์ขัน (humour)** ชีวิตของมนุษย์ย่อมมีทั้งสุขและทุกข์ผสมผสาน การมีอารมณ์ขันก่อให้เกิดผลดีต่อสุขภาพจิต ช่วยลดความตึงเครียดและช่วยสร้างบรรยากาศที่ดี การรู้จักมีอารมณ์ขันในการมองสิ่งต่าง ๆ และเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่ต้องเผชิญเป็นผลดีทั้งต่อความรู้สึกของพยาบาลและของผู้ป่วย แต่พึงระมัดระวังว่าการมีอารมณ์ขันนี้อาจมีผลร้ายต่อผู้ป่วยอย่างมหันต์ถ้าขาดการมีศิลปะและเป็นไปในทางล้อเลียนอันอาจก่อให้เกิดความรู้สึกอับอายและขุ่นเคืองใจแก่ผู้ป่วย เช่น การกล่าวคำล้อเลียนแก่ผู้ป่วยสตรีที่มีสามีอายุน้อยกว่าหลายปีว่า “ใจจะหลานชายมาเยี่ยมแล้วหรือยังวันนี้” เป็นต้น ความเป็นผู้มีอารมณ์ขันจะช่วยทำให้พยาบาลและผู้ป่วยเกิดความรู้สึกเป็นกันเอง ยอมรับและเผชิญความเป็นจริงที่เกิดขึ้นได้ อารมณ์ขันจึงอาจเป็นยาที่วิเศษสำหรับผู้ป่วย ถ้ารู้จักใช้ให้พอเหมาะพอควร (ลออ หุตางกูร, ๒๕๒๓, หน้า ๑๙๘ - ๒๐๑)

สรุปได้ว่า องค์ประกอบสำคัญในการปฏิบัติหน้าที่ของพยาบาล จะต้องมียุติธรรมอันกว้างไกล พยายามมองให้ถึงข้างในจิตใจของคนป่วย เข้าใจและเข้าถึงจิตใจของผู้ป่วยแล้วนำมาเป็นปัญหาที่จะต้องแก้ไข หรือพัฒนาจิตใจของผู้ป่วยให้มีสภาพเป็นปกติ เกิดความสุขทั้งผู้ป่วยและครอบครัว

### ๓.๔ จรรยาบรรณของพยาบาล

พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒ ได้ให้คำอธิบายว่า จรรยาบรรณ หมายถึง ประมวลความประพฤติที่ผู้ประกอบวิชาชีพการงานแต่ละอย่างกำหนดขึ้น เพื่อรักษาและส่งเสริมเกียรติคุณชื่อเสียงและฐานะของสมาชิก อาจเขียนเป็นลายลักษณ์อักษรหรือไม่ก็ได้ (หน้า ๒๘๙) ดังนั้น จรรยาบรรณจึงเป็นหลักของความประพฤติและปฏิบัติของกลุ่มบุคคลแต่ละอาชีพ สำหรับเป็นเครื่องเตือนสติและที่ยึดเหนี่ยวจิตใจให้เกิดมีคุณธรรมและจริยธรรม

#### ก. จรรยาบรรณพยาบาลตามหลักการของสมาคมพยาบาลแห่งสหรัฐอเมริกา (A. N. A.)

จรรยาบรรณของพยาบาล ได้มีการกำหนดหลักการที่ถือเป็นหลักสากลและได้รับการปรับปรุงมาโดยตลอดจากอดีตจนถึงปัจจุบัน สมาคมพยาบาลแห่งสหรัฐอเมริกา (The American Nurses Association, A.N.A.) เป็นสถาบันหนึ่งที่ทำให้ความสนใจและร่างจรรยาบรรณสำหรับพยาบาล นับตั้งแต่ ค.ศ. ๑๙๒๐, ๑๙๓๐, ๑๙๔๐ ได้มีการปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมยิ่งขึ้นใน ค.ศ. ๑๙๗๓ และใน ค.ศ. ๑๙๗๖ สมาพันธ์พยาบาลนานาชาติ (The International Council of Nurses, I.C.N.) ได้นำไปปรับปรุงเป็นจรรยาบรรณสำหรับปฏิบัติวิชาชีพพยาบาลโดยทั่วไป

สาระสำคัญของจรรยาบรรณของพยาบาลตามหลักของสมาคมพยาบาลแห่งสหรัฐอเมริกา (A.N.A.) มีดังต่อไปนี้

๑) พยาบาลพึงให้การพยาบาลแก่มนุษย์ด้วยความเคารพในศักดิ์ศรีและความแตกต่างของแต่ละบุคคล โดยไม่จำกัดในเรื่องสถานภาพทางสังคม เศรษฐกิจ คุณสมบัติเฉพาะของผู้ป่วย หรือสภาพของปัญหาทางด้านสุขภาพอนามัยของผู้ป่วย

๒) พยาบาลพึงควรเคารพสิทธิส่วนตัวของผู้ป่วยด้วยการรักษาเรื่องราวของผู้ป่วยไว้เป็นความลับ

๓) พยาบาลพึงให้การปกป้องคุ้มครองแก่ผู้ป่วย สังคม ในกรณีที่ความปลอดภัยทางด้านสุขภาพอนามัยถูกกระทบกระเทือนจากการกระทำที่อาจเกิดจากความไม่รู้ การขาดศีลธรรม หรือการกระทำที่ผิดกฎหมายของบุคคลหนึ่งบุคคลใด

๔) พยาบาลมีหน้าที่และความรับผิดชอบต่อการตัดสินใจและให้การพยาบาลแก่ผู้ป่วย แต่ละราย

๕) พยาบาลพึงดำรงไว้ซึ่งความรู้ความสามารถในการพยาบาล

๖) พยาบาลพึงตัดสินใจด้วยความถี่ถ้วน ใช้ปรัชญาและข้อมูลอื่น ๆ อย่างเพียงพอเป็นหลักในการที่จะขอคำปรึกษาหารือ การยอมรับหน้าที่ความรับผิดชอบ ตลอดถึงการมอบหมายหน้าที่ให้แก่ผู้อื่นปฏิบัติแทน

๗) พยาบาลพึงมีส่วนร่วมและสนับสนุนในกิจกรรมที่ส่งเสริมความก้าวหน้าและความรู้ของวิชาชีพ

๘) พยาบาลพึงมีส่วนร่วมและสนับสนุนในการพัฒนาและส่งเสริมมาตรฐานของการพยาบาล

๙) พยาบาลพึงมีส่วนร่วมในการที่จะกำหนดและดำรงรักษาไว้ซึ่งสถานภาพของ การปฏิบัติ การพยาบาลที่มีคุณภาพสูง

๑๐) พยาบาลพึงมีส่วนร่วมในการที่จะปกป้องคุ้มครองสังคมจากข้อมูล หรือความเข้าใจผิด และดำรงรักษาไว้ซึ่งความสามัคคีของวิชาชีพ

๑๑) พยาบาลพึงร่วมมือกับสมาชิกของวิชาชีพทางด้านสุขภาพและบุคคลอื่น ๆ ในสังคม เพื่อส่งเสริมชุมชนและสนองต่อความต้องการทางด้านสุขภาพอนามัยของสังคม (สิวลี ศิวีโล, ๒๕๔๘, หน้า ๒๑๓ - ๒๑๔)

**ข. จรรยาบรรณวิชาชีพการพยาบาลของสมาคมพยาบาลแห่งประเทศไทย พ.ศ. ๒๕๒๘**

**๑) จรรยาบรรณวิชาชีพการพยาบาลต่อประชาชน**

๑.๑) พึงประกอบวิชาชีพด้วยความมีสติ ตระหนักในคุณค่าและศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์

๑.๒) ปฏิบัติต่อประชาชนด้วยความเสมอภาคในสิทธิมนุษยชน โดยไม่คำนึงถึงเชื้อชาติ ศาสนาและสถานภาพของบุคคล

๑.๓) ละเว้นการปฏิบัติที่มีอคติและการใช้อำนาจหน้าที่เพื่อประโยชน์ส่วนตน

๑.๔) พึงเก็บรักษาเรื่องส่วนตัวของผู้รับบริการไว้เป็นความลับ เว้นแต่ด้วยความยินยอมของผู้นั้น หรือเมื่อต้องปฏิบัติตามกฎหมาย

๑.๕) พึ่งปฏิบัติหน้าที่โดยใช้ความรู้ความสามารถอย่างเต็มที่ในการวินิจฉัยและ  
แก้ปัญหา

๑.๖) พึ่งป้องกันภัยอันตรายที่จะมีผลต่อสุขภาพอนามัยของประชาชน

**๒) จรรยาบรรณวิชาชีพการพยาบาลต่อสังคมและประเทศชาติ**

๒.๑) พึ่งประกอบกิจวิชาชีพให้สอดคล้องกับนโยบายอันยังประโยชน์แก่สาธารณชน

๒.๒) พึ่งรับผิดชอบร่วมกับประชาชนในการริเริ่ม สนับสนุนกิจกรรมที่ก่อให้เกิดสันติ  
สุขและยกระดับคุณภาพชีวิต

๒.๓) พึ่งอนุรักษ์และส่งเสริมศิลปวัฒนธรรมประจำชาติ

๒.๔) พึ่งประกอบวิชาชีพโดยมุ่งส่งเสริมความมั่นคงของชาติ ศาสนาและสถาบัน  
กษัตริย์

**๓) จรรยาบรรณวิชาชีพการพยาบาลต่อวิชาชีพ**

๓.๑) พึ่งตระหนักและถือปฏิบัติในหน้าที่ความรับผิดชอบ ตามหลักการแห่งวิชาชีพ

๓.๒) พัฒนาความรู้และวิธีปฏิบัติให้ได้มาตรฐานแห่งวิชาชีพ

๓.๓) พึ่งศรัทธาและสนับสนุนให้ความร่วมมือในกิจกรรมแห่งวิชาชีพ

๓.๔) พึ่งสร้างและธำรงไว้ให้ได้ซึ่งสิทธิอันชอบธรรมในการประกอบวิชาชีพการ  
พยาบาล

๓.๕) พึ่งเผยแพร่ชื่อเสียงและคุณค่าแห่งวิชาชีพให้เป็นที่ปรากฏแก่สังคม

**๔) จรรยาบรรณวิชาชีพการพยาบาลต่อผู้ร่วมวิชาชีพและผู้ประกอบวิชาชีพอื่น**

๔.๑) ให้เกียรติ เคารพในสิทธิของผู้ร่วมวิชาชีพและผู้อื่น

๔.๒) เห็นคุณค่าและยกย่องผู้มีความรู้ความสามารถในสาขาต่าง ๆ

๔.๓) พึ่งรักษาไว้ซึ่งความสัมพันธ์อันดีกับผู้ร่วมงาน ทั้งภายในและภายนอกวิชาชีพ

๔.๔) ยอมรับความต้องการพื้นฐานของมนุษย์และชักนำให้ประพฤติปฏิบัติในทางที่ถูก  
ที่ควร

๔.๕) พึ่งอำนวยความสะดวกและให้ความร่วมมือแก่ผู้ร่วมงาน ในการปฏิบัติภารกิจอัน

ชอบธรรม

๔.๖) ละเว้นการส่งเสริม หรือปกป้องผู้ประพฤติผิด เพื่อประโยชน์แห่งตน หรือ  
ผู้กระทำการนั้น ๆ

**๕) จรรยาบรรณวิชาชีพการพยาบาลต่อตนเอง**

๕.๑) ประพฤติและประกอบกิจแห่งวิชาชีพให้ถูกต้องตามกฎหมาย

๕.๒) ยึดมั่นในคุณธรรมและจริยธรรมแห่งวิชาชีพ

๕.๓) ประพฤติปฏิบัติตนให้เป็นแบบอย่างที่ดี ทั้งในด้านการประกอบกิจแห่งวิชาชีพ  
และเรื่องส่วนตัว

๕.๔) ใฝ่รู้ พัฒนาความคิดให้กว้างและยอมรับการเปลี่ยนแปลง



๕.๕) ประกอบกิจแห่งวิชาชีพด้วยความเต็มใจและเต็มกำลังความสามารถ

๕.๖) ปฏิบัติหน้าที่ด้วยความมีสติ รอบรู้ เชื้อมั่นและมีวิจารณ์ญาณอันรอบคอบ (รพีพรรณ คงดำรงเกียรติ, ๒๕๔๔, หน้า ๒๕ - ๒๖)

**ค. ข้อบังคับสภาการพยาบาลว่าด้วยข้อจำกัดและเงื่อนไขในการประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์และการรักษาจริยธรรมแห่งวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ พ.ศ. ๒๕๓๐**

**๑) หลักทั่วไป**

๑.๑) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ย่อมดำรงตนให้สมควรในสังคมโดยธรรมและเคารพต่อกฎหมายของบ้านเมือง

๑.๒) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ย่อมประกอบวิชาชีพด้วยเจตนาดีโดยไม่คำนึงถึงฐานะ เชื้อชาติ สัญชาติ ศาสนา สังคม หรือลัทธิการเมือง

๑.๓) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ย่อมไม่ประพฤติ หรือกระทำการใด ๆ อันอาจจะเป็นเหตุให้เสื่อมเสียเกียรติศักดิ์แห่งวิชาชีพ

**๒) การประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ว่าด้วยการปฏิบัติต่อผู้ป่วยหรือผู้รับบริการ**

๒.๑) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ต้องรักษามาตรฐานของการประกอบวิชาชีพการพยาบาลหรือการผดุงครรภ์ในระดับที่ดีที่สุด ด้วยการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันและควบคุมโรค การรักษาพยาบาลและการฟื้นฟูสภาพแก่ผู้ป่วย หรือผู้รับบริการ โดยไม่เรียกร้อยสินจ้างรางวัลพิเศษนอกเหนือจากค่าบริการที่ควรได้รับตามปกติ

๒.๒) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ต้องไม่ลွ้งใจ หรือชักชวนผู้ใดให้มารับบริการการพยาบาล หรือการผดุงครรภ์เพื่อผลประโยชน์ของตน

๒.๓) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ต้องไม่ให้ หรือรับผลประโยชน์เป็นค่าตอบแทนเนื่องจากการรับ หรือส่งผู้ป่วย หรือผู้รับบริการเพื่อรับบริการทางการพยาบาล หรือการผดุงครรภ์

๒.๔) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ต้องปฏิบัติต่อผู้ป่วย หรือผู้รับบริการโดยสุภาพและปราศจากการบังคับขู่เข็ญ

๒.๕) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ต้องไม่หลอกลวงผู้ป่วย หรือผู้รับบริการ ให้หลงเข้าใจผิดเพื่อประโยชน์ของตน

๒.๖) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ต้องไม่ประกอบวิชาชีพโดยไม่คำนึงถึงความปลอดภัยและความสิ้นเปลืองของผู้ป่วย หรือผู้รับบริการ

๒.๗) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ต้องไม่สั่งใช้ หรือสนับสนุนการใช้ยาตำราลับ รวมทั้งใช้อุปกรณ์ทางการแพทย์อันไม่เปิดเผยส่วนประกอบ

๒.๘) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ต้องไม่ออกใบรับรองอันเป็นเท็จโดยเจตนา หรือให้ความเห็นโดยไม่สุจริตในเรื่องใด ๆ อันเกี่ยวกับวิชาชีพของตน

๒.๙) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ต้องไม่เปิดเผยความลับของผู้ป่วย หรือผู้รับบริการ ซึ่งตนทราบมาเนื่องจากการประกอบวิชาชีพเว้นแต่ด้วยความยินยอมของผู้ป่วย หรือผู้รับบริการ หรือเมื่อต้องปฏิบัติตามกฎหมาย หรือตามหน้าที่

๒.๑๐) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ต้องไม่ปฏิเสธการช่วยเหลือผู้ที่อยู่ในระยะอันตรายจากการเจ็บป่วย เมื่อได้รับคำขอร้องและตนอยู่ในฐานะที่จะช่วยได้

๒.๑๑) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ต้องไม่ประกอบกิจการในทางสาธารณะ หรือสถานที่สาธารณะเว้นแต่ในเหตุฉุกเฉินในการปฐมพยาบาล หรือในการปฏิบัติหน้าที่การงานของกระทรวง ทบวง กรม กรุงเทพมหานคร เมืองพัทยา องค์การบริหารส่วนจังหวัด เทศบาล สุขาภิบาล องค์การบริหารส่วนท้องถิ่นอื่นตามที่รัฐมนตรีประกาศในราชกิจจานุเบกษา หรือสภากาชาดไทย

๒.๑๒) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ต้องไม่ใช้ หรือสนับสนุนให้มีการประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ การประกอบวิชาชีพเวชกรรม หรือการประกอบโรคศิลปะโดยผิดกฎหมาย

๒.๑๓) ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์ชั้นหนึ่งจะทำการผดุงครรภ์ได้แต่เฉพาะรายที่มีครรภ์ปกติและคลอดอย่างปกติ ตลอดจนการพยาบาลมารดาและทารกในรายที่มีครรภ์ผิดปกติ หรือคลอดผิดปกติ ถ้าไม่สามารถหาผู้ประกอบวิชาชีพเวชกรรมทำการคลอดได้ภายในเวลาอันสมควรและเห็นประจักษ์ว่าถ้าละเลยไว้จะเป็นอันตรายแก่มารดา หรือทารก ก็ให้ทำคลอดในรายเช่นนั้นได้ แต่ห้ามมิให้ใช้คีมสูง หรือทำการผ่าตัดในการทำคลอด หรือฉีดยารัดมดลูกก่อนคลอด

๒.๑๔) ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์ชั้นสอง จะทำการผดุงครรภ์ได้เฉพาะรายที่มี  
ครรภ์ปกติและคลอดอย่างปกติคลอดจนการพยาบาลมารดาและทารก

๒.๑๕) ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์ จะต้องใช้ยาทำลายและป้องกันการติดเชื้อ  
สำหรับหยอดตา หรือป้ายตาทารกเมื่อคลอดแล้วทันที

๒.๑๖) ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์ จะต้องบันทึกการรับฝากครรภ์ และการทำ  
คลอดทุกรายลงในสมุดบันทึกการผดุงครรภ์ ตามแบบของสภาการพยาบาลและต้องรักษาสมุดนั้นไว้  
เป็นหลักฐานการบันทึกการรับฝากครรภ์และการทำคลอดตามวรรคหนึ่งของกระทรวง ทบวง กรม  
กรุงเทพมหานคร เมืองพัทยา องค์การบริหารส่วนจังหวัด เทศบาล สุขาภิบาล องค์การบริหารส่วน  
ท้องถิ่นอื่นตามที่รัฐมนตรีประกาศในราชกิจจานุเบกษา หรือสภาอากาศไทย จะใช้สมุดบันทึกการผดุง  
ครรภ์ของกระทรวง ทบวง กรม กรุงเทพมหานคร เมืองพัทยา องค์การบริหารส่วนจังหวัด เทศบาล  
สุขาภิบาล องค์การบริหารส่วนท้องถิ่นอื่นตามที่รัฐมนตรีประกาศในราชกิจจานุเบกษา หรือสภาอากาศ  
ไทยก็ได้และต้องรักษาสมุดนั้นไว้เป็นหลักฐาน

๒.๑๗) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล จะให้ยาผู้ป่วยได้เฉพาะผู้ที่ประกอบวิชาชีพ  
เวชกรรม หรือผู้ประกอบโรคศิลปะซึ่งเป็นผู้บำบัดโรคได้สั่งไว้ หรือเมื่อเป็นการปฐมพยาบาล

### ๓) การปฏิบัติต่อผู้ร่วมวิชาชีพ

๓.๑) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบ  
วิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ พึงยกย่องให้เกียรติและเคารพในศักดิ์ศรีซึ่งกันและกัน

๓.๒) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบ  
วิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ต้องไม่ทับถมให้ร้าย หรือกลั่นแกล้งกัน

๓.๓) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบ  
วิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ต้องไม่ชักจูงผู้ป่วย หรือผู้รับบริการผู้อื่นมาเป็นของตน

### ๔) การปฏิบัติต่อผู้ร่วมงาน

๔.๑) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบ  
วิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ พึงยกย่องให้เกียรติและเคารพในศักดิ์ศรีของผู้ร่วมงาน

๔.๒) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบ  
วิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ต้องไม่ทับถมให้ร้าย หรือกลั่นแกล้งผู้ร่วมงาน

๔.๓) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบ  
วิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ พึงส่งเสริมและสนับสนุนการประกอบวิชาชีพของผู้ร่วมงาน

### ๕) การทดลองต่อมนุษย์

๕.๑) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบ  
วิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ทำการทดลองต่อมนุษย์ ต้องได้รับความยินยอมจากผู้ถูกทดลอง  
และต้องพร้อมที่จะป้องกันผู้ถูกทดลองจากอันตรายที่อาจเกิดขึ้นจากการทดลองนั้น ๆ

๕.๒) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ต้องปฏิบัติต่อผู้ถูกทดลองเช่นเดียวกับการปฏิบัติต่อผู้ป่วยหรือผู้รับบริการในการประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ตามข้อ ๑ โดยอนุโลม

๕.๓) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ต้องรับผิดชอบต่ออันตราย หรือผลเสียหายเนื่องจาก การทดลองที่บังเกิดต่อผู้ถูกทดลอง อันมิใช่ความผิดของผู้ถูกทดลองเอง

#### ๖) การโฆษณาการประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์

๖.๑) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ต้องไม่โฆษณา ใช้ จ้าง หรือยินยอมให้ผู้อื่นโฆษณา การประกอบ วิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ความรู้ความชำนาญในการประกอบวิชาชีพ ของตน

๖.๒) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ต้องไม่โฆษณา ใช้ จ้าง หรือให้ผู้อื่นโฆษณาการประกอบ วิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ความรู้ความชำนาญในการประกอบวิชาชีพของผู้อื่น

๖.๓) การโฆษณาตาม ๖.๑ และ ๖.๒ อาจกระทำในกรณีต่อไปนี้

(๑) การแสดงผลงานในวารสารทางวิชาการ หรือในการประชุมวิชาการ

(๒) การแสดงผลงานในหน้าที่ หรือในการบำเพ็ญประโยชน์สาธารณะ

(๓) การแสดงผลงาน หรือความก้าวหน้าทางวิชาการ สมาคม หรือมูลนิธิ

(๔) การประกาศเกียรติคุณเป็นทางการโดยสถาบันวิชาการ สมาคม หรือมูลนิธิ

ทั้งนี้ ต้องละเว้นการแสวงหาประโยชน์ที่จะเกิดต่อการประกอบวิชาชีพการพยาบาล และการผดุงครรภ์ส่วนบุคคล

๖.๔) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ อาจแสดงข้อความเกี่ยวกับการประกอบวิชาชีพการพยาบาล และการผดุงครรภ์ของตนที่สถานที่ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ หรือสำนักงานได้ เพียงข้อความเฉพาะเรื่องต่อไปนี้

(๑) ชื่อ ชื่อสกุล และอาจมีคำประกอบชื่อได้เพียงคำอภิไธย ตำแหน่งทาง วิชาการ ฐานันดรศักดิ์ ยศและบรรดาศักดิ์เท่านั้น

(๒) ชื่อปริญญา วุฒิบัตร หรือหนังสืออนุมัติ หรือหนังสือแสดงคุณวุฒิอย่างอื่นซึ่งตนได้รับมาโดยวิธีการถูกต้องตามกฎหมายของสภาการพยาบาล หรือสถาบันนั้น ๆ

(๓) สาขาของวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์

(๔) เวลาทำการ

๖.๕) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ อาจแจ้งความการประกอบวิชาชีพการพยาบาลและ การผดุง

ครรภ์ เฉพาะการแสดงที่อยู่ ที่ตั้งสำนักงาน หมายเลขโทรศัพท์และหรือข้อความที่อนุญาตในข้อ ๖.๔ เท่านั้น

๖.๖) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ผู้ทำการเผยแพร่ หรือตอบปัญหาทางสื่อมวลชน ถ้าแสดงตนว่าเป็นผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ต้องไม่แจ้งสถานที่ทำการประกอบวิชาชีพส่วนตัวเป็นทำนองการโฆษณาและต้องมีการแจ้งความตามข้อ ๖.๕ ในที่เดียวกัน หรือขณะเดียวกันนั้นด้วย

๖.๗) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ต้องระมัดระวังตามวิสัยที่พึงมีให้การประกอบวิชาชีพ การพยาบาลและการผดุงครรภ์ของตนแพร่ออกไปในสื่อมวลชนเป็นทำนองโฆษณาความรู้ความสามารถ

๖.๘) ในการประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ผู้ประกอบวิชาชีพ การพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ต้องแสดงใบอนุญาตของตนไว้ในที่เปิดเผยซึ่งเห็นได้ง่าย ณ สถานที่ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ หรือสำนักงานของตน

๖.๙) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ผู้ได้ย้ายสถานที่ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์สำนักงาน หรือย้ายที่อยู่ ให้แจ้งเป็นหนังสือต่อเลขาธิการสภาการพยาบาลภายในกำหนด สิบห้า วัน นับแต่วันย้าย

ในการแจ้งย้ายให้แจ้งเลขบ้าน ชื่อสถานที่ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ สำนักงาน หรือชื่อหมู่บ้าน ซอย ถนน ตำบล หรือแขวง อำเภอ หรือเขต จังหวัด รหัสไปรษณีย์ และหมายเลขโทรศัพท์ (ถ้ามี) (สภาการพยาบาล, ๒๕๔๑, หน้า ๑๙ - ๒๔)

สรุปได้ว่า จรรยาบรรณวิชาชีพการพยาบาล เป็นวินัย หรือข้อประพฤติปฏิบัติที่จะต้องยึดเหนี่ยวในการปฏิบัติงานอย่างสม่ำเสมอและเป็นแนวทางในการทำงานให้เกิดประสิทธิภาพต่อวิชาชีพ และต่อองค์กรให้เกิดความศรัทธาเชื่อมั่นของประชาชนทุกคน

### ๓.๕ การพยาบาลตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท

พระพุทธศาสนาถือว่า ลากทั้งหลายมีความไม่มีโรคเป็นอย่างยิ่ง (อาโรคยปรมา ลากา) เมื่อเกิดมาเป็นมนุษย์ไม่ว่าเป็นเพศชาย หรือหญิง ถ้าไม่มีสุขภาพดี จะไม่สามารถปฏิบัติบทบาทของตนเองได้อย่างสมบูรณ์เต็มที่ เมื่อบุคคลเข้ามาบวชในคณะสงฆ์ ต้องมีการตรวจสอบให้แน่ใจว่าผู้ขอบวช (อุปสัมปทาเปกขะ) นั้น มีสุขภาพดีคือ ไม่เป็นโรคที่ร้ายแรงและทั้งคนรังเกียจ คือ โรคเรื้อน โรคฝี โรคกลาก โรคมองคร่อและโรคลมบ้าหมู



สุขภาพดีเป็นสิ่งที่คนเราต้องแสวงหามาให้ได้ในชีวิต โดยการใช้ความพากเพียรพยายามของตัวเอง การสวดมนต์อ่อนนวยพระเจ้า หรือองค์อวตารที่มีอำนาจวิเศษ ไม่ทำให้ชีวิตคนเรามีสุขภาพดีขึ้นมาได้อย่างแน่นอน แต่ละคนต้องพยายามฝ่าฟันอย่างหนักเพื่อให้มีสุขภาพดี เมื่อคนเรามีสุขภาพดีแล้ว ควรจะใช้พลังให้เหมาะสม เพื่อให้พลังนั้นมีอยู่ต่อไป (มานพ นักการเขียน, ๒๕๔๕, หน้า ๗๒)

ดังนั้น การพยาบาลตามแนวพุทธศาสตร์ จึงเน้นไปที่การศึกษาในเรื่องต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

#### ก. ความเจ็บป่วยเป็นเรื่องธรรมชาติ

พระพุทธเจ้าสอนให้เราเข้าใจความจริง หรือธรรมชาติตามเป็นจริง แต่พวกเราต่างอยู่ห่างธรรม หรือกิเลสหนาปัญญาหยาบนัก จึงมักจะไม่เข้าใจเข้าใจไม่หมด หรือบางครั้งแม้จะยอมรับเหตุผล แต่ใจก็ยังคัดค้านอยู่ดี

เรื่องของชีวิตก็เช่นเดียวกัน พระพุทธองค์แม้จะยืนยันว่า มันมีทั้งแง่เป็นคุณ สวยงามน่ารัก ใคร่ น่าปรารถนา (อัสสาทะ) แต่แง่ที่มีความเปลี่ยนแปลงบังคับไม่ได้ (อาทีนาวะ) ดูเหมือนจะเด่นชัดกว่า เลยเป็นเหตุให้พวกเราคิด ไปเลยว่าพระพุทธเจ้ารวมทั้งพระสงฆ์ด้วย สอนให้เรามองโลกในแง่ร้าย แง่ลบอย่างเดียว เมื่อฟังแล้วเกิดท้อแท้ ไม่มีกำลังใจในการต่อสู้ชีวิตเอาเลย

ความจริงพระพุทธเจ้าก็พูดถึงโลกในแง่ดี แง่บวกไว้มากมายเช่นกัน แม้จะน้อยกว่าแง่ลบก็ตาม เพราะถึงพระพุทธองค์จะไม่เน้นด้านนี้นัก พวกเราก็มืดติดกันอย่างเหนียวแน่นอยู่แล้ว พอยึดมากก็ทุกข์มาก เมื่อยึดน้อยก็ทุกข์น้อยไม่ยึดเลยก็ไม่ทุกข์คือยิ่งสุขสงบที่สุด การสอนไม่ให้ยึดถือตัวตนนี้ จึงเป็นเรื่องยาก ดังนั้น พระพุทธองค์จึงต้องเน้นย้ำประเด็นนี้บ่อย ๆ

ชีวิต หรือร่างกายและจิตนี้ โดยธรรมชาติก็ถูกปรุงแต่งขึ้น ด้วยเหตุปัจจัยต่าง ๆ โดยธรรมชาติก็มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา เป็นทุกข์ทนได้ยากไม่มีตัวตนที่แท้จริงเลย ความเจ็บป่วยจึงเป็นธรรมชาติของชีวิต หรือร่างกายและจิตใจนี้ ความเจ็บป่วยมาพร้อมกับชีวิตแล้วแต่แรกเริ่ม ความเจ็บป่วยคือส่วนหนึ่งของความทุกข์ (ทุกข์) ความเปลี่ยนแปลง (อนิจจัง) ของชีวิตและความที่เราบังคับบัญชาชีวิตเองมิได้ (อนัตตา) มิใช่หรือ (พระศรีปริยัติโมลี (สมชัย กุศลจิตโต), ๒๕๔๕, หน้า ๓๓ - ๓๕)

ในพระธรรมบทพระพุทธเจ้าตรัสถึงสภาพของร่างกายและจิตใจ หรือชีวิตไว้ชัดเจนจนน่ากลัวว่า ร่างกายนี้เต็มไปด้วยแผล (อรุกาย) สร้างขึ้นด้วยท่อนกระดูก (สมุสสิติ) เจ็บป่วยอยู่เป็นนิจ (อตุริ) เป็นรังแห่งโรคภัยไข้เจ็บ (โรคนิทธิ) และแตกทำลายง่ายมาก (ปภงคุณิ) ความเป็นสิ่งรองรับโรคภัยและแตกทำลายง่ายของชีวิตร่างกายนี้ นำไปสู่การพูดถึงชีวิตมนุษย์ว่าน้อยนุ้ก ไม่ซ้าก็แตกสลายไป โดยเปรียบเทียบชีวิตกับการอุปมา ดังต่อไปนี้

๑) ชีวิตเปรียบด้วยน้ำค้างบนยอดหญ้าในยามเช้า พอพระอาทิตย์สาดแสงแรงกล้าน้ำค้างก็เหือดแห้งไป

๒) ชีวิตมนุษย์เปรียบด้วยฟองน้ำเวลาฝนตกหนักไม่ช้าฟองน้ำก็แตกสลาย

๓) ชีวิตมนุษย์เปรียบด้วยไม้ขีดลงบนน้ำ พอลากไม้ผ่านไปรอยก็หายไป

๔) ชีวิตสั้นไปเร็ว เหมือนกะแสน้ำเขียว ไหลลงจากภูเขา

- ๕) ชีวิตเล็กน้อยและหลุดลอยไปง่าย ๆ เหมือนก้อนน้ำลายอยู่ปลายลิ้น  
 ๖) ชีวิตเหมือนขึ้นเนื้อตั้งอยู่ในกระทะเหล็กร้อนที่เขาสุ่มไฟเผาอยู่ตลอดเวลา  
 ๗) ชีวิตเปรียบเหมือนโคที่คนฆ่าโคกำลังจูงไปสู่สถานที่ฆ่า (อง.สตตก. ๒๓/๗๔/๑๖๗)

ชีวิต หรือร่างกายนี้ จึงเปรียบเสมือนเด็กอ่อนซี่โรคคนหนึ่ง ซึ่งเราจะต้องดูแลและประคบประหงมอย่างหนัก ด้วยเรื่องอาหาร hyukya อาการและการพักผ่อนอย่างเหมาะสม เด็กอ่อนซี่โรคคนนี้จึงจะเจริญเติบโตขึ้นอย่างมีสุขภาพทั้งกายและใจ

ดังนั้น งานดูแลรักษาสุขภาพของเราเองและของประชาชนทั่วไป จึงเป็นงานหนักและสำคัญมาก นับเป็นงานลดความทุกข์และเพิ่มความสุขให้แก่ตนและสังคมโดยรวมโดยแท้

### ข. แนวคิดเรื่องโรค

ในอังกุตตรนิกาย แสดงไว้ว่า โรคมมี ๒ ชนิด คือ ๑) โรคทางกาย (กายโก โรโค) ๒) โรคทางใจ (เจตสิโก โรโค)

ดังพุทธวจนะที่ว่า

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ดูเหมือนว่า บุคคลทั้งหลายสามารถพ้นจากโรคทางกายได้เป็นเวลา ๑ ปี บ้าง ๒ ปี บ้าง ๓ ปี บ้าง ๔ ปี บ้าง ๕ ปี บ้าง ๑๐ ปี บ้าง ๒๐ ปี บ้าง ๔๐ ปี บ้าง ๕๐ ปี บ้าง หรือแม้ยิ่งกว่า ๑๐๐ ปี บ้าง แต่ในโลกนี้ บุคคลที่พ้นจากโรคทางใจแม้เพียงชั่วครู่ยามมีน้อยนัก นอกจากบุคคลที่พ้นจากกิเลสทั้งหลาย (คือพระอรหันต์)

เป้าหมายสำคัญในการแสดงธรรมของพระพุทธเจ้า คือการให้การรักษาโรคทางใจแก่ชาวโลก ข้อนี้คือเหตุผลที่ว่าทำไมพระพุทธเจ้าจึงทรงได้รับการสรรเสริญจากสาวกของพระองค์ว่าเป็นแพทย์ของชาวโลกทั้งมวล (สพพโลกติจจโก) (ขุ.เถร. ๒๖/๗๒๒/๔๖๒)

ในสมัยพุทธกาล โรคติดต่อร้ายแรงมี ๕ ชนิด คือ โรคเรื้อน โรคฝี โรคกลาก โรคมองคร่อและโรคลมบ้าหมู ในอังกุตตรนิกาย ทสกนิบาต ได้ระบุโรคทางกายต่าง ๆ ไว้ดังนี้ มีโรคตา โรคหู โรคจมูก โรคลิ้น โรคกาย โรคศีรษะ โรคที่ใบหู โรคปาก โรคฟัน โรคไอ โรคหืด โรคไข้หวัด โรคไข้พิษ โรคไข้เซื่องซึม โรคในท้อง โรคลมสลบ โรคบิด โรคจุกเสียด โรคลงราก โรคเรื้อน โรคฝี โรคกลาก โรคมองคร่อ โรคลมบ้าหมู โรคหืดเปียย โรคหืดตัน โรคคุดทะราด โรคหูด โรคละอองบวม โรคอาเจียนโลหิต โรคดีเดือด โรคเบาหวาน โรคเริม โรคพุพอง โรคริดสีดวง (อง.ทสก. ๒๔/๖๐๑/๑๒๘)

### ค. แนวคิดเรื่องคนไข้

พระพุทธเจ้าทรงแสดงคนไข้ไว้ ๓ ประเภท คือ

- ๑) คนไข้บางคนได้อาหารยาคนพยาบาล ซึ่งสมควร หรือมีก็ตาม ก็ไม่หายจากอาพาธ
- ๒) คนไข้บางคนได้อาหารยาคนพยาบาล ซึ่งสมควร หรือไม่มีก็ตาม ก็หายจากอาพาธ
- ๓) คนไข้บางคนต่อเมื่อได้อาหารยาคนพยาบาล ซึ่งสมควรจึงหายจากอาพาธนั้น เมื่อไม่ได้อาหารยาคนพยาบาล ซึ่งสมควรก็ไม่หายจากอาพาธนั้น (อง.ติก. ๒๐/๒๒/๑๖๙)

พระพุทธเจ้าทรงระบุว่า คนไข้ที่ประกอบด้วย ๕ อย่างนี้ เป็นผู้ที่ยาพยาบาลห้ามยาก คือ

๑) มักทำสิ่งซึ่งไม่เป็นที่สบายคือ ชอบฝืนคำสั่งหมอบ เช่น ชอบกินของแสลง ห้ามเดิน จะเดิน ห้ามพูดจะพูด เป็นต้น

๒) ไม่รู้ประมาณในสิ่งที่สบาย

๓) ไม่กินยา

๔) มาบอกอาการป่วยตามความจริง แก่คนพยาบาลใช้ผู้ปรารถนาสิ่งที่เป็นประโยชน์ว่า อาการป่วยเพิ่มขึ้น ทุเลา หรือทรงอยู่

๕) ไม่อดทนต่อทุกขเวทนาทางกายที่เกิดขึ้นแล้วอันเป็นเวทนามถ้ำแข็ง เจ็บปวด ไม่เป็นที่พอใจถึงขนาดจะคร่ำชีวิต

ส่วนคนไข้ที่ประกอบด้วย ๕ อย่างนี้ เป็นผู้ที่พยาบาลง่าย คือ

๑) มักทำสิ่งอันเป็นที่สบายคือ ไม่ฝืนคำสั่งหมอบ

๒) รู้ประมาณในสิ่งอันเป็นที่สบาย

๓) กินยา

๔) บอกอาการป่วยตามความจริงแก่คนพยาบาลใช้ผู้ปรารถนาสิ่งที่เป็นประโยชน์ว่า อาการป่วยเพิ่มขึ้น ทุเลา หรือทรงอยู่

๕) อดทนต่อทุกขเวทนาทางกายที่เกิดขึ้น อันเป็นเวทนามถ้ำแข็ง เจ็บปวดไม่เป็นที่พอใจถึงขนาดจะคร่ำชีวิต (อง.ปญจก. ๒๒/๑๒๓/๒๐๓)

#### ง. แนวคิดเรื่องคนพยาบาลไข้

พระพุทธเจ้าทรงระบุว่า คนพยาบาลไข้ที่ประกอบด้วย ๕ อย่างนี้ ไม่ควรที่จะพยาบาลคนไข้ คือ

๑) ไม่สามารถที่จะจัดยา

๒) ไม่รู้ของควร ของแสลง นำของแสลงเข้าไปให้ นำของไม่แสลงออก

๓) เป็นผู้เห็นแก่อำภิสจึงพยาบาล ไม่มีเมตตาจิตพยาบาล

๔) รั้งเกียดที่จะนำอุจจาระ ปัสสาวะ อาเจียน หรือเขฬะ (น้ำลาย) ไปเท

๕) ไม่สามารถที่จะชี้แจงซักชวน ปลุกใจ ปลอบใจคนไข้ด้วยธรรมกถา เป็นครั้งคราว

คนพยาบาลไข้ที่ประกอบด้วย ๕ อย่างนี้ ควรที่จะพยาบาลคนไข้ คือ

๑) สามารถที่จะจัดยา

๒) รู้ของควร ของแสลง นำของแสลงออก นำของควรเข้าไปให้

๓) มีเมตตาจิตพยาบาล ไม่มุ่งอำภิสพยาบาล

๔) ไม่รั้งเกียดที่จะนำอุจจาระ ปัสสาวะ อาเจียน หรือเขฬะ (น้ำลาย) ไปเท

๕) เป็นผู้สามารถที่จะชี้แจงซักชวน ปลุกใจ ปลอบใจคนไข้ด้วยธรรมกถาเป็นครั้งคราว

(อง.ปญจก. ๒๒/๑๒๔/๒๐๔)

พุทธศาสนิกชนได้สร้างโรงพยาบาลไม่เพียงพอแต่สำหรับมนุษย์เท่านั้น แต่ยังสำหรับสัตว์อีกด้วย พบได้จากพระเจ้าอโศกมหาราชของอินเดียได้ทรงสร้างโรงพยาบาลดังกล่าว จารึกศิลาฉบับที่ ๒ ยืนยันได้ว่า

ในสถานที่ทั้งปวงนั้น พระเจ้าอยู่หัวปริยทรรสี (พระเจ้าอโศกมหาราช) ผู้เป็นที่รักแห่งทวยเทพ ได้โปรดให้จัดบริการในด้านเวชกรรมไว้ ๒ ประการ คือ การรักษาโรคของมนุษย์ประการหนึ่ง การรักษาโรคของสัตว์ประการหนึ่ง เครื่องสมุนไพรที่เป็นยาสำหรับ มนุษย์ไม่มี ณ สถานที่ใด ก็โปรดให้นำเข้ามา ให้ปลูกขึ้นไว้ ณ สถานที่นั้น (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), ๒๕๔๑, หน้า ๓๗)

สรุปได้ว่า การพยาบาลตามแนวพุทธศาสนานั้น เป็นการศึกษาระหว่างทางโลกและทางธรรมของชีวิตมนุษย์ การเกิด แก่ เจ็บและตาย เป็นไปตามธรรมชาติ เรื่องของสุขภาพจึงจะต้องดูแลระวังรักษาและประพฤติปฏิบัติอย่างมีสติเกิดปัญญา

### ๓.๖ กฎหมายเกี่ยวกับพยาบาล

พยาบาล คือ ผู้ประกอบวิชาชีพแขนงหนึ่งที่อยู่ปฏิบัติงานภายใต้กฎหมายควบคุมการประกอบวิชาชีพที่ได้ตราขึ้นมา เพื่อช่วยเหลือ หรือเปิดโอกาสให้ผู้ประกอบวิชาชีพสามารถปฏิบัติหน้าที่ได้ตามกรอบที่กำหนดไว้ อีกประการหนึ่งคือ การสงวนอาชีพสำหรับผู้ประกอบวิชาชีพในแต่ละสาขา ป้องกันมิให้ผู้อื่นที่ไม่ได้เป็นพยาบาลมาประกอบอาชีพ หรือปฏิบัติหน้าที่ด้านพยาบาลได้ กฎหมายควบคุมการประกอบอาชีพที่สำคัญของพยาบาลที่ใช้กันอยู่ในปัจจุบันมี ๓ ฉบับ คือ

- ๑) พระราชบัญญัติวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ พ.ศ. ๒๕๒๘
- ๒) พระราชบัญญัติวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ (ฉบับที่ ๒) พ.ศ. ๒๕๔๐
- ๓) ข้อบังคับสภาการพยาบาลว่าด้วยข้อจำกัดและเงื่อนไขในการประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์และการรักษาจริยธรรมและวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ พ.ศ. ๒๕๓๐ (วรรณา ศรีโรจนกุล, ๒๕๔๘, หน้า ๑)

#### ก. ขอบข่ายหน้าที่ของพยาบาลตามกฎหมาย

เพื่อให้การปฏิบัติงานของพยาบาลสอดคล้องกับระเบียบกระทรวงสาธารณสุข สภาการพยาบาล จึงได้เสนอกฎหมายใหม่มาแก้ไขเพิ่มเติมพระราชบัญญัติวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ พ.ศ. ๒๕๒๘ ซึ่งพระราชบัญญัติฉบับนี้ได้ประกาศในราชกิจจานุเบกษา เมื่อวันที่ ๒๓ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๔๐ เรียกชื่อว่า พระราชบัญญัติวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ (ฉบับที่ ๒) พ.ศ. ๒๕๔๐ มาตราที่แก้ไขเพิ่มเติม คือ มาตรา ๔ ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการกำหนดนิยามของวิชาชีพ การพยาบาลและการผดุงครรภ์ ดังนี้

**มาตรา ๔** ในพระราชบัญญัตินี้

“วิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์” หมายความว่า วิชาชีพที่เกี่ยวกับการพยาบาลและการผดุงครรภ์

“**การพยาบาล**” หมายความว่า การกระทำต่อมนุษย์เกี่ยวกับการดูแลและการช่วยเหลือเมื่อเจ็บป่วย การฟื้นฟูสภาพ การป้องกันโรคและการส่งเสริมสุขภาพ รวมทั้งการช่วยเหลือแพทย์กระทำการรักษาโรค ทั้งนี้โดยอาศัยหลักวิทยาศาสตร์และศิลปะการพยาบาล

“**การผดุงครรภ์**” หมายความว่า การกระทำเกี่ยวกับการดูแลและการช่วยเหลือหญิงมีครรภ์ หลังคลอดและทารกแรกเกิด รวมถึงการตรวจ การทำคลอด การส่งเสริมสุขภาพและป้องกันความผิดปกติในระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอดและระยะหลังคลอด รวมทั้งการช่วยเหลือแพทย์กระทำการรักษาโรค ทั้งนี้โดยอาศัยหลักวิทยาศาสตร์และศิลปะการผดุงครรภ์

“**การประกอบวิชาชีพการพยาบาล**” หมายความว่า การปฏิบัติหน้าที่การพยาบาลต่อบุคคล ครอบครัวและชุมชน โดยการกระทำต่อไปนี้

(๑) การสอน การแนะนำ การให้คำปรึกษาและการแก้ปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพอนามัย

(๒) การกระทำต่อร่างกายและจิตใจของบุคคล รวมทั้งการจัดสภาพแวดล้อม เพื่อการแก้ปัญหาความเจ็บป่วยการบรรเทาอาการของโรค การลุกลามของโรคและการฟื้นฟูสภาพ

(๓) การกระทำตามวิธีที่กำหนดไว้ในการรักษาโรคเบื้องต้นและการให้ภูมิคุ้มกันโรค

(๔) ช่วยเหลือแพทย์กระทำการรักษาโรค

ทั้งนี้ โดยอาศัยหลักวิทยาศาสตร์และศิลปะการพยาบาลในการประเมินสภาพ การวินิจฉัยปัญหา การวางแผน การปฏิบัติและการประเมินผล

“**ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล**” หมายความว่า บุคคลซึ่งได้ขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลจากสภาการพยาบาล

“**ใบอนุญาต**” หมายความว่า ใบอนุญาตซึ่งสภาการพยาบาลออกให้แก่ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล การผดุงครรภ์ หรือการพยาบาลและการผดุงครรภ์ (สภาการพยาบาล, ๒๕๔๒, หน้า ๒ - ๔)

#### ข. การควบคุมการประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์

**มาตรา ๒๗** ห้ามมิให้ผู้ใดซึ่งมิได้เป็นผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล หรือมิได้เป็นผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์ หรือมิได้เป็นผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ การทำ การพยาบาล หรือการผดุงครรภ์ หรือแสดงด้วยวิธีใด ๆ ให้ผู้อื่นเข้าใจว่าตนเป็นผู้มีสิทธิ์ประกอบวิชาชีพดังกล่าว โดยมิได้ขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาต เว้นแต่ในกรณีอย่างใดอย่างหนึ่ง ดังต่อไปนี้

(๑) การพยาบาล หรือการผดุงครรภ์ที่กระทำต่อตนเอง

(๒) การช่วยเหลือ หรือเยียวยาแก่ผู้ป่วยตามหน้าที่ตามกฎหมาย หรือตามธรรมจรรยา โดยมิได้รับประโยชน์ตอบแทนแต่การกระทำดังกล่าวต้องมีใช่เป็นการฉ้อฉล หรือสารใด ๆ เข้าไปร่างกายของผู้ป่วย หรือการให้ยาอันตราย ยาควบคุมพิเศษ วัตถุออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาท หรือยาเสพติดให้โทษ ตามกฎหมายว่าด้วยการนั้น

(๓) นักเรียน นักศึกษา หรือผู้รับการฝึกอบรมในความควบคุมของสถาบันการศึกษาวิชาการพยาบาล หรือการผดุงครรภ์ของรัฐ หรือที่ได้รับอนุญาตจากทางราชการให้จัดตั้ง หรือสถาบัน



การศึกษาที่คณะกรรมการรับรอง ทั้งนี้ในความควบคุมของเจ้าหน้าที่ผู้ฝึกหัด หรือผู้ให้ การฝึกอบรม ซึ่งเป็นผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล การผดุงครรภ์ หรือการพยาบาลและการผดุงครรภ์

(๔) บุคคลซึ่งกระทรวง ทบวง กรม กรุงเทพมหานคร เมืองพัทยา องค์การบริหารส่วนจังหวัด เทศบาล สุขาภิบาล องค์การบริหารส่วนท้องถิ่นอื่นตามที่รัฐมนตรีประกาศในราชกิจจานุเบกษา หรือ สภาวิชาชีพไทยมอบหมายให้กระทำการพยาบาล หรือการผดุงครรภ์ในความควบคุมของเจ้าหน้าที่ซึ่ง เป็นผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล การผดุงครรภ์ หรือการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ตามระเบียบที่ รัฐมนตรีกำหนดโดยประกาศในราชกิจจานุเบกษา

(๕) ผู้ประกอบโรคศิลปะ ผู้ประกอบวิชาชีพเวชกรรม หรือผู้ประกอบวิชาชีพอื่นตามข้อจำกัด และเงื่อนไขตามกฎหมายว่าด้วยการประกอบวิชาชีพนั้น

(๖) การพยาบาล หรือการผดุงครรภ์ของที่ปรึกษา หรือผู้เชี่ยวชาญของทางราชการ หรือ ผู้สอนในสถาบันการศึกษา ซึ่งมีใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล การผดุงครรภ์ หรือ การพยาบาลและการผดุงครรภ์ของต่างประเทศ ทั้งนี้ ให้เป็นไปตามข้อบังคับของสภาการพยาบาล

(๗) บุคคลซึ่งปฏิบัติงานเกี่ยวกับการพยาบาล หรือการผดุงครรภ์ เพื่อช่วยเหลือเจ้าหน้าที่ซึ่ง เป็นผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล การผดุงครรภ์ หรือการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ในกรณีที่มีสา ธารณภัย หรือเกิดภัยพิบัติอย่างร้ายแรง

(๘) บุคคลซึ่งช่วยเหลือดูแลผู้ป่วยในสถานพยาบาลในความควบคุมของผู้ประกอบวิชาชีพการ พยาบาล การผดุงครรภ์ หรือการพยาบาลและการผดุงครรภ์ตามระเบียบซึ่งรัฐมนตรีกำหนด โดย ประกาศในราชกิจจานุเบกษา

**มาตรา ๒๘** การขึ้นทะเบียน การออกใบอนุญาต การต่ออายุใบอนุญาต การออกหนังสืออนุมัติ หรือวุฒิบัตรเกี่ยวกับความรู้ หรือความชำนาญเฉพาะทางและหนังสือแสดงวุฒิอื่นในวิชาชีพการ พยาบาลและการผดุงครรภ์ ให้เป็นไปตามข้อบังคับสภาการพยาบาล

**มาตรา ๒๙** การขึ้นทะเบียนและออกใบอนุญาตให้แบ่งเป็นสามประเภท คือ ผู้ประกอบ วิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์และผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุง ครรภ์

ผู้ประกอบวิชาชีพในแต่ละประเภทตามวรรคหนึ่งให้แบ่งเป็นสองชั้นคือ ชั้นหนึ่งและชั้นสอง ใบอนุญาตเพิ่มเติมทุกประเภทให้มีอายุห้าปีนับแต่วันที่ออกใบอนุญาต

**มาตรา ๓๐** ผู้มีสิทธิขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพตามมาตรา ๒๙ ต้อง มีความรู้ดังนี้ คือ

(๑) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ผู้ประกอบวิชาชีพผดุงครรภ์ หรือผู้ประกอบวิชาชีพการ พยาบาลและการผดุงครรภ์ ชั้นหนึ่งต้อง

(ก) ได้รับปริญญา หรือประกาศนียบัตรเทียบเท่าปริญญาในสาขาการพยาบาล การผดุง ครรภ์ หรือการพยาบาลและการผดุงครรภ์ จากสถาบันการศึกษาในประเทศไทยที่คณะกรรมการ รับรองและสอบความรู้แล้ว หรือ

(ข) ได้รับปริญญา หรือประกาศนียบัตรเทียบเท่าปริญญาในสาขาการพยาบาล การผดุงครรภ์ หรือการพยาบาลและการผดุงครรภ์ จากสถาบันการศึกษาในประเทศไทยและได้รับอนุญาตให้เป็นผู้ประกอบวิชาชีพในประเทศที่ตนได้รับปริญญา หรือประกาศนียบัตรซึ่งคณะกรรมการได้ตรวจสอบหลักฐานการศึกษาและสอบความรู้แล้ว แต่ถ้าเป็นผู้ที่มีสัญชาติไทยไม่ต้องเป็นผู้ได้รับอนุญาตให้เป็นผู้ประกอบวิชาชีพในประเทศที่ผู้นั้นได้รับปริญญา หรือประกาศนียบัตรก็ได้

(๒) ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลผู้ประกอบวิชาชีพการผดุงครรภ์ หรือการพยาบาลและการผดุงครรภ์ชั้นสองต้อง

(ก) ได้รับประกาศนียบัตรในสาขาการพยาบาล การผดุงครรภ์ หรือการพยาบาลและการผดุงครรภ์ จากสถาบันการศึกษาในประเทศไทยที่คณะกรรมการรับรองและสอบความรู้แล้ว หรือ

(ข) ได้รับประกาศนียบัตรในสาขาการพยาบาล การผดุงครรภ์ หรือการพยาบาลและการผดุงครรภ์ จากสถาบันการศึกษาในประเทศและได้รับอนุญาตให้เป็นผู้ประกอบวิชาชีพในประเทศที่ตนได้รับประกาศนียบัตรซึ่งคณะกรรมการได้ตรวจสอบหลักฐานการศึกษาและสอบความรู้แล้วแต่ถ้าเป็นผู้ที่มีสัญชาติไทยไม่ต้องเป็นผู้ได้รับอนุญาตให้เป็นผู้ประกอบวิชาชีพในประเทศที่ผู้นั้นได้รับปริญญา หรือประกาศนียบัตรก็ได้

**มาตรา ๓๑** ผู้ขอขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตต้องเป็นสมาชิกสามัญแห่งสภาการพยาบาล และมีคุณสมบัติอื่นตามที่กำหนดไว้ในข้อบังคับสภาการพยาบาล

เมื่อผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล การผดุงครรภ์ หรือการพยาบาลและการผดุงครรภ์ผู้ใดขาดจากสมาชิกภาพให้ใบอนุญาตของผู้นั้นสิ้นสุดลง

ให้ผู้ซึ่งขาดจากสมาชิกภาพตามวรรคสองส่งคืนใบอนุญาตต่อเลขาธิการภายในสิบห้าวันนับแต่ที่ทราบการขาดจากสมาชิกภาพ

**มาตรา ๓๒** ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล การผดุงครรภ์ หรือการพยาบาลและการผดุงครรภ์ต้องรักษารจธรรมแห่งวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ตามที่ได้กำหนดไว้ในข้อบังคับสภาการพยาบาล

**มาตรา ๓๓** บุคคลผู้ซึ่งได้รับความเสียหายเพราะผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล การผดุงครรภ์ หรือการพยาบาลและการผดุงครรภ์ประพฤติผิดจรรยาธรรมแห่งวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ มีสิทธิกล่าวหาผู้ก่อให้เกิดความเสียหายนั้น โดยทำเรื่องยื่นต่อสภาการพยาบาล

กรรมการมีสิทธิกล่าวโทษผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล การผดุงครรภ์ หรือการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ว่าประพฤติผิดจรรยาธรรมแห่งวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ โดยแจ้งเรื่องต่อสภาการพยาบาล

สิทธิการกล่าวหาตามวรรคหนึ่ง หรือสิทธิการกล่าวโทษตามวรรคสองสิ้นสุดลงเมื่อพ้นหนึ่งปีนับแต่วันที่ผู้ได้รับความเสียหาย หรือผู้กล่าวโทษรู้เรื่องการประพฤติผิดจรรยาธรรมแห่งวิชาชีพดังกล่าว และรู้ตัวประพฤติผิด ทั้งนี้ไม่เกินสามปีนับแต่วันที่มีการประพฤติผิดจรรยาธรรมแห่งวิชาชีพ

การถอนเรื่องการกล่าวหา หรือการกล่าวโทษที่ได้ยื่นเรื่อง หรือแจ้งไว้แล้วนั้น ไม่เป็นเหตุให้ระงับการดำเนินการตามพระราชบัญญัตินี้

**มาตรา ๓๔** เมื่อสภาการพยาบาลได้รับเรื่องการกล่าวหา หรือการกล่าวโทษตามมาตรา ๓๓ หรือในกรณีที่คณะกรรมการมีมติว่ามีพฤติการณ์อันสมควรให้มีการพิจารณาเกี่ยวกับจริยธรรมแห่งวิชาชีพของผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล การผดุงครรภ์ หรือการพยาบาลและการผดุงครรภ์ผู้ใดให้เลขาธิการเสนอเรื่องดังกล่าวต่อประธานอนุกรรมการจริยธรรมโดยไม่ชักช้า

**มาตรา ๓๕** ให้คณะกรรมการได้รับการแต่งตั้งคณะอนุกรรมการจริยธรรมจากสมาชิกสามัญประกอบด้วยประโนคนหนึ่งและอนุกรรมการมีจำนวนรวมกันไม่น้อยกว่าสามคนมีหน้าที่แสวงหาข้อเท็จจริงในเรื่องที่ได้รับตามมาตรา ๓๔ แล้วทำรายงานพร้อมทั้งความเห็นเสนอต่อคณะกรรมการเพื่อพิจารณา

**มาตรา ๓๖** เมื่อคณะกรรมการได้รับรายงานและความคิดเห็นของคณะอนุกรรมการจริยธรรมแล้ว ให้คณะกรรมการพิจารณารายงานและความคิดเห็นดังกล่าว แล้วมีมติอย่างใดอย่างหนึ่งดังต่อไปนี้

(๑) ให้คณะอนุกรรมการจริยธรรมแสวงหาข้อเท็จจริงเพิ่มเติมเพื่อเสนอให้คณะกรรมการพิจารณา

(๒) ให้คณะอนุกรรมการสอบสวนทำการสอบสวน ในกรณีที่เห็นว่าข้อกล่าวหา หรือข้อกล่าวโทษนั้นไม่มีมูล

(๓) ให้ยกเว้นข้อกล่าวหา หรือข้อกล่าวโทษ ในกรณีที่เห็นว่าข้อกล่าวหา หรือข้อกล่าวโทษนั้นไม่มีมูล

**มาตรา ๓๗** ให้คณะกรรมการแต่งตั้งคณะอนุกรรมการสอบสวนจากสมาชิกสามัญประกอบด้วยประธานคนหนึ่งและอนุกรรมการมีจำนวนรวมกันไม่น้อยกว่าสามคนมีหน้าที่สอบสวน สรุปผลการสอบสวนและเสนอสำนวนการสอบสวน พร้อมทั้งเสนอความเห็นต่อคณะกรรมการเพื่อวินิจฉัยชี้ขาด

**มาตรา ๓๘** ในการปฏิบัติหน้าที่ของคณะอนุกรรมการจริยธรรมและของคณะอนุกรรมการสอบสวนตามพระราชบัญญัตินี้ ให้อนุกรรมการจริยธรรมและอนุกรรมการสอบสวนเป็นเจ้าพนักงานตามประมวลกฎหมายอาญา มีอำนาจเรียกบุคคลใด ๆ มาให้ถ้อยคำและมีหนังสือแจ้งให้บุคคลใด ๆ ส่งเอกสาร หรือวัตถุเพื่อประโยชน์แก่การดำเนินงานของคณะอนุกรรมการดังกล่าว

**มาตรา ๓๙** ให้ประธานอนุกรรมการสอบสวนแจ้งข้อกล่าวหา หรือข้อกล่าวโทษพร้อมทั้งส่งสำเนาเรื่องที่กล่าวหา หรือกล่าวโทษ ให้ผู้ถูกกล่าวหา หรือผู้ถูกกล่าวโทษไม่น้อยกว่าสิบห้าวันเริ่มทำการสอบสวน

ผู้ถูกกล่าวหา หรือผู้ถูกกล่าวโทษมีสิทธิทำคำชี้แจง หรือนำพยานหลักฐานใด ๆ มาให้คณะอนุกรรมการสอบสวน คำชี้แจง หรือพยานหลักฐานนั้น ให้ยื่นต่อประธานอนุกรรมการสอบสวนในสิบห้าวันนับแต่วันที่ได้รับแจ้งจากประธานอนุกรรมการสอบสวน หรือภายในกำหนดเวลาที่คณะกรรมการสอบสวนจะขยายให้

**มาตรา ๔๐** เมื่อคณะกรรมการสอบสวนทำการสอบสวนเสร็จสิ้นแล้วให้เสนอสำนวนการสอบพร้อมทั้งความเห็นต่อคณะกรรมการโดยไม่ชักช้าเพื่อวินิจฉัยชี้ขาด

**มาตรา ๔๑** เมื่อคณะกรรมการได้รับสำนวนการสอบสวนและความคิดเห็นของคณะกรรมการสอบสวนแล้ว ให้คณะกรรมการพิจารณาสำนวนการสอบสวนและความคิดเห็นดังกล่าว คณะกรรมการอาจให้คณะกรรมการสอบสวนทำการสอบสวนเพิ่มเติมก่อนวินิจฉัยชี้ขาดก็ได้

คณะกรรมการมีอำนาจวินิจฉัยชี้ขาดอย่างใดอย่างหนึ่งดังต่อไปนี้

- (๑) ยกข้อกล่าวหา หรือข้อกล่าวโทษ
- (๒) ว่ากล่าวตักเตือน
- (๓) ภาคทัณฑ์
- (๔) พักใช้ใบอนุญาตมีกำหนดเวลาตามที่เห็นสมควร แต่ไม่เกินสองปี
- (๕) เพิกถอนใบอนุญาต

ภายใต้บังคับมาตรา ๒๖ คำวินิจฉัยชี้ขาดของคณะกรรมการตามมาตรา ๔๑ ให้ทำเป็นคำสั่ง สภาการพยาบาลและให้ถือเป็นที่สุด

**มาตรา ๔๒** ให้เลขาธิการแจ้งคำสั่งสภาการพยาบาลตามมาตรา ๔๑ ไปยังผู้ถูกกล่าวหา หรือผู้ถูกกล่าวโทษเพื่อทราบโดยไม่ชักช้าและให้บันทึกข้อความตามคำสั่งนั้นไว้ในทะเบียนผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล การผดุงครรภ์ หรือการพยาบาลและการผดุงครรภ์ด้วย

**มาตรา ๔๓** ภายใต้ข้อบังคับมาตรา ๒๗ ห้ามมิให้ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล การผดุงครรภ์ หรือการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ซึ่งอยู่ในระหว่างถูกสั่งพักใช้ใบอนุญาต หรือซึ่งถูกสั่งเพิกถอนใบอนุญาตประกอบวิชาชีพดังกล่าว หรือแสดงด้วยวิธีใด ๆ ให้ผู้อื่นเข้าใจว่าตนเป็นผู้มีสิทธิประกอบวิชาชีพดังกล่าว นับแต่วันที่ทราบคำสั่งสภาการพยาบาลที่สั่งพักใช้ใบอนุญาต หรือสั่งเพิกถอนใบอนุญาตนั้น

**มาตรา ๔๔** ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล การผดุงครรภ์ หรือการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ซึ่งอยู่ในระหว่างถูกสั่งพักใช้ใบอนุญาต ผู้ใดกระทำการฝ่าฝืนมาตรา ๔๓ และถูกลงโทษจำคุกตามมาตรา ๔๖ โดยคำพิพากษาถึงที่สุด ให้คณะกรรมการสั่งเพิกถอนใบอนุญาตของผู้นั้นนับตั้งแต่วันที่ศาลมีคำพิพากษาถึงที่สุด

**มาตรา ๔๕** ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล การผดุงครรภ์ หรือการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ซึ่งถูกสั่งเพิกถอนใบอนุญาตอาจขอรับใบอนุญาตอีกได้เมื่อพ้นสองปีนับแต่วันที่ถูกสั่งเพิกถอนใบอนุญาต ถ้าคณะกรรมการได้พิจารณาคำขอรับใบอนุญาตและปฏิเสธการออกใบอนุญาตผู้นั้นจะยื่นคำขอรับใบอนุญาตได้อีกต่อเมื่อสิ้นระยะเวลาหนึ่งปีนับแต่วันที่คณะกรรมการปฏิเสธการออกใบอนุญาต ถ้าคณะกรรมการปฏิเสธการออกใบอนุญาตเป็นครั้งที่สองแล้ว ผู้นั้นเป็นอันหมดสิทธิขอรับใบอนุญาตอีกต่อไป (สภาการพยาบาล, ๒๕๔๒, หน้า ๑๘ - ๒๗)

สรุปได้ว่า กฎหมายเป็นคำสั่ง ข้อบังคับ ระเบียบปฏิบัติที่พยาบาลทุกคนจะต้องประพฤติปฏิบัติในการปฏิบัติงาน เป็นกรอบในการทำงานไม่ให้กระทำผิด หรือความประมาทในการปฏิบัติงาน

### ๓.๗ ประวัติของโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม

#### ๓.๗.๑ ประวัติของโรงพยาบาลสามพราน

โรงพยาบาล ที่ตั้งปัจจุบันมีที่ดินประมาณ ๑๑ ไร่ อาคารบริการต่าง ๆ คับแคบ ไม่เพียงพอสำหรับการให้บริการประชาชนทั้งผู้ป่วยนอก ผู้ป่วยใน นอกจากนี้สภาพอาคารบริการต่าง ๆ ก็มีสภาพเก่าและทรุดโทรม ในปี ๒๕๔๘ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลสามพราน คือ ดร. นายแพทย์ธัญธรรมาวัช ติจุผุสสดี คณะกรรมการบริการโรงพยาบาล ได้รับความเมตตาจากท่านเจ้าอาวาสวัดไร่ขิง ให้โรงพยาบาลสามพราน ได้เช่าที่ดินราคาถูกเพื่อขยายโรงพยาบาลสามพราน (วัดไร่ขิง) เปิดให้บริการให้ครบ ๕ สาขาหลัก และตามแผนพัฒนาสุขภาพเครือข่ายบริการที่ ๕ ได้กำหนดให้โรงพยาบาล สามพรานเป็นโรงพยาบาลชุมชนระดับ M<sub>๑</sub> จึงเป็นความท้าทายขององค์กรที่ต้องพัฒนาโรงพยาบาลให้มีศักยภาพเพิ่มขึ้น

#### ๓.๗.๒ ขอบเขตการให้บริการ

โรงพยาบาลสามพรานเป็นโรงพยาบาลขนาด ๖๐ เตียง เปิดให้บริการ ๖๐ เตียง และจะยกฐานะเป็นโรงพยาบาลชุมชนระดับ M<sub>๑</sub> (ให้บริการ ๑๒๐ เตียง) มีพื้นที่เครือข่ายบริการ คือ อำเภอสามพรานและมีพื้นที่รับผิดชอบ คือ ตำบลท่าตลาด จำนวน ๑๐ หมู่บ้าน โรงพยาบาลสามพราน มีแพทย์เฉพาะทาง ได้แก่ สูติ - นรีเวชกรรม, อายุรกรรม, ศัลยกรรม, ศัลยกรรมออร์โธปิดิกส์, โสต คอ นาสสิก จักษุวิทยา, กุมารเวชกรรม, ทันตกรรมและบริการการแพทย์แผนไทย แพทย์ทางเลือกและฝังเข็ม นอกจากนี้ยังเป็นแหล่งฝึกอบรมของนักศึกษาพยาบาล นักศึกษาและทันตภิบาล ข้อมูลปี ๒๕๔๖ มีผู้รับบริการผู้ป่วยนอก ๙๓๖ คน/วัน ผู้ป่วยใน ๙,๖๙๒ ครั้ง/ปี วันนอนเฉลี่ย ๓.๑๘ อัตราการคลอดเตียงร้อยละ ๑๔๐.๗๔ อัตราการใช้เตียง ร้อยละ ๑๖๑.๕๓

#### (๑) สาขาที่มีการให้บริการ

๑. เป็นโรงพยาบาลทุติยภูมิให้บริการ ๖๐ เตียง และถูกยกระดับให้เป็นโรงพยาบาลชุมชน M<sub>๑</sub> ให้บริการตรวจรักษาโรคทั่วไปและภาวะฉุกเฉิน ได้แก่ โรคทางอายุรกรรม, กุมารเวชกรรม, ศัลยกรรมทั่วไป, ศัลยกรรมออร์โธปิดิกส์, สูติ = นรีเวชกรรม, จักษุวิทยา, โสต คอ นาสสิก, บริการทันตกรรม, กายภาพบำบัด, การแพทย์แผนไทยแพทย์ทางเลือก เช่น การฝังเข็มและนวดไทย

๒. ให้บริการผ่าตัดใหญ่ ได้แก่ ผ่าตัดคลอดทางหน้าท้อง, ผ่าตัดไส้ติ่ง, ผ่าตัดไส้เลื่อน, ผ่าตัดข้อเข่า, ผ่าตัดมดลูก



### ๓.๗.๓ การบริหารการพยาบาล

#### ก. วิสัยทัศน์โรงพยาบาลสามพราน

“จะเป็นโรงพยาบาลที่มุ่งพัฒนาระบบบริหารจัดการให้สอดคล้องกับหลักการบริหารกิจการบ้านเมืองที่ดีและเป็นโรงพยาบาลที่มีคุณภาพ ได้มาตรฐาน บริการประทับใจ”

#### ข. เป้าหมายและวัตถุประสงค์กลุ่มการพยาบาล

“มีการกำหนดความมุ่งหมาย/เจตจำนง ปรัชญา ขอบเขต/เป้าหมายและวัตถุประสงค์ของการจัดการพยาบาลเป็นลายลักษณ์อักษรอย่างชัดเจน”

#### ค. วิสัยทัศน์กลุ่มการพยาบาล

“พัฒนาการพยาบาล มุ่งมั่นสู่มาตรฐานบริการแบบองค์รวม”

#### ง. พันธกิจกลุ่มการพยาบาล

๑. ควบคุมคุณภาพการพยาบาลตามมาตรฐานการพยาบาลตามจรรยาบรรณการวิชาชีพพยาบาล

๒. จัดบริการพยาบาลที่มีคุณภาพแบบองค์รวม โดยใช้กระบวนการพยาบาลให้ครอบคลุม

๓. พัฒนาบุคลากรให้มีความรู้ ด้านคุณธรรมจริยธรรมในการตอบสนองความต้องการและความคาดหวังต่อผู้รับบริการ

๔. ประสานความร่วมมือระหว่างพยาบาลกับองค์กรวิชาชีพอื่น ๆ

๕. ส่งเสริมและสนับสนุนงานวิจัยการพัฒนาคุณภาพการพยาบาล

#### จ. ความมุ่งหมาย/เจตจำนง (Purpose Statement)

บริหารการพยาบาลอย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อให้การบริการพยาบาลได้มาตรฐานวิชาชีพตอบสนองความต้องการและความคาดหวังของผู้รับบริการและสร้างการมีส่วนร่วมในทีมสุขภาพ

#### ฉ. ขอบเขต

๑. บริหารจัดการและพัฒนาบุคลากร

๒. พัฒนาคุณภาพการจัดการพยาบาล

๓. ควบคุมคุณภาพการบริการพยาบาล

๔. ประสานความร่วมมือกับองค์กรวิชาชีพอื่น ๆ

๕. เกื้อกูลสังคม

#### ช. เป้าหมายและวัตถุประสงค์

๑. กลุ่มงานพยาบาลมีการบริหารจัดการอัตรากำลังที่มีประสิทธิภาพ มีความเพียงพอในการปฏิบัติงานและมีขีดสมรรถนะตามความจำเป็น

๒. ทีมการพยาบาลให้การพยาบาลตามมาตรฐานและจริยธรรมวิชาชีพดูแลปฏิบัติโดยใช้กระบวนการพยาบาลดูแลอย่างต่อเนื่องและครอบคลุมแบบองค์รวม

๓. ประชาชนได้รับการดูแลอย่างต่อเนื่องปลอดภัยไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน ได้รับการตอบสนองความต้องการได้รับการพิทักษ์ตามสิทธิผู้ป่วยและพึงพอใจในการบริการ

๔. ทีมสหวิชาชีพ ร่วมกันดูแลผู้ป่วย ครอบครัวบุคคล ครอบครัวและชุมชนอย่างต่อเนื่อง

๕. บุคลากรทางการแพทย์ มีความสุขในการทำงานและเกิดความสามัคคีในหมู่คณะ

### ซ. เข็มมุ่ง (Hoshin)

ประเด็นสำคัญที่มุ่งเน้นการพัฒนาคุณภาพ (LED ๒.๔)

หน่วยงานมีเป้าหมายและแผนปฏิบัติการที่ชัดเจน (GEN. ๑.๒) แผนงานสอดคล้องกับพันธกิจและวิสัยทัศน์ของโรงพยาบาล (LED. ๒.๑)

กลุ่มการพยาบาลมีประเด็นสำคัญที่มุ่งเน้นในการพัฒนาคุณภาพ

๑. พัฒนาการบริหารความเสี่ยงทางการแพทย์

ให้แต่ละหน่วยงานวิเคราะห์ ความเสี่ยงทางการแพทย์ ซึ่งมีความสอดคล้อง หรือเป็นตัวเดียวกับความเสี่ยงทางคลินิก มีระบบการจัดทำรายงานความเสี่ยงทางการแพทย์

๒. พัฒนาการบันทึกทางการแพทย์

ทบทวนการบันทึกทางการแพทย์ เนื้อหา ปัญหาเกี่ยวกับการพยาบาลว่าเป็นอย่างไร มีการประชุม อบรมให้ความรู้แก่บุคลากรทางการแพทย์เกี่ยวกับการบันทึกทางการแพทย์

มีการนิเทศ ติดตาม ควบคุม การบันทึกทางการแพทย์เพื่อประเมินผลทุก ๓ เดือน

๓. พัฒนาการใช้กระบวนการพยาบาลในการปฏิบัติการพยาบาล

มีการประชุม อบรม ทบทวนกระบวนการพยาบาลในการปฏิบัติการพยาบาล

มีการสุ่มตรวจเวชระเบียนเพื่อติดตามการใช้กระบวนการพยาบาล

๔. พัฒนาระบบการป้องกัน การติดเชื้อทางการแพทย์

มีการประชุม อบรมให้ความรู้เกี่ยวกับระบบการป้องกันการติดเชื้อทางการแพทย์

(โรงพยาบาลสามพราน, ๒๕๔๘, หน้า ๑ - ๒)

สรุปได้ว่า พยาบาลโรงพยาบาลสามพราน พึงระลึกยึดถือประเพณีและปฏิบัติให้สอดคล้องวิสัยทัศน์และพันธกิจ เพื่อให้บริการประสบผลสำเร็จมีประสิทธิภาพเกิดความศรัทธาของประชาชนอย่างสูงสุดและความเจริญรุ่งเรืองมั่นคงต่อหน่วยงาน

## โครงสร้างการบริหารงานของโรงพยาบาลสามพราน



แผนภูมิที่ ๓.๑ โครงสร้างการบริหารงานของโรงพยาบาลสามพราน

### ๓.๘ ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม

จากการศึกษาความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องศึกษาไปตามระดับขั้นของการปฏิบัติ ซึ่งผู้วิจัยเห็นว่าขั้นของการปฏิบัติมีความ

เหมาะสมในระดับที่แตกต่างกัน ผู้วิจัยจึงได้ดำเนินวิธีการออกแบบสัมภาษณ์และนำประเด็นสำคัญเกี่ยวกับความสุขของพยาบาลโรงพยาบาลสามพรานตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท (สุข ๔ ประการ) ไปสัมภาษณ์ประชากรที่เกี่ยวข้องคือ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลสามพราน เพื่อหาความเชื่อมั่นและสนับสนุนการศึกษาวิเคราะห์ในบทที่ ๔ ให้ตรงประเด็นในหัวข้อ ดังนี้

### ๓.๘.๑ คุณค่าและประโยชน์สุขของคฤหัสถ์ ๔ ประการ

สุขของคฤหัสถ์ ๔ ประการ เป็นหลักธรรมพุทธปรัชญาเถรวาท คือ สุขอันชอบธรรมที่ผู้ครองเรือนควรมีและควรชวนชายให้มียู่เสมอมี ๔ ประการ ซึ่งมีคุณค่าต่อสังคม เพราะเป็นธรรมที่สอนให้ตนเองและครอบครัวระมัดระวังและไม่ประมาทการใช้ชีวิต รู้จักเหตุผล รู้จักการประมาณ มีความรัก ความเมตตากรุณาซึ่งกันและกัน ย่อมมีความสุขเจริญรุ่งเรือง มีความผาสุก สังคมมีความสุขและเกิดความสันติสุข ถ้าประพฤติปฏิบัติตามหลักสุขของคฤหัสถ์ ๔ ประการ ตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทแล้ว จะได้รับประโยชน์หลายอย่าง คือ

๑. กามสุข เป็นความสุขของคนทั่วไปคือ เรื่องกามสุข เพราะเกี่ยวข้องกับมนุษย์ส่วนใหญ่ หรือชาวบ้านชาวเมืองและมวลชาวโลก เป็นความสุขสนองผัสสะ อาศัยการเสพ ฟังพาขึ้นต่ออามิสวัตถุ เป็นความสุขจากการได้ การเอา เพื่อตัวเอง ให้แก่ตัวเอง ให้ตัวเอง ๆ ได้เสพ ซึ่งเมื่อคนปฏิบัติต่อมันไม่ถูก บริหารไม่เป็น จัดการไม่ดี ก็เป็นบ่อเกิดของปัญหาสารพัดในโลกนี้ ที่ขัดแย้งแย้งชิงเบียดเบียน ข่มเหงกัน ตั้งแต่ระดับบุคคล จนถึงระดับโลก จึงต้องย้ำว่า ถ้าจะแก้ปัญหามนุษย์ให้ตรงจุดให้ได้ผล ก็ต้องแก้ที่นี้คือ ให้นมนุษย์พัฒนาปัญญาที่รู้เท่าทันและบริหารจัดการกามสุขนี้ให้ถูกต้อง ให้ถูกทาง อย่างน้อยให้คุณเหนือโทษ ให้การเกื้อกูลเหนือการเบียดเบียน

๒. ความสุขทางสังคม ที่ว่าเป็นความสุขจากความเป็นมิตร มิใช่ตรีจิต มิตรภาพ การอยู่ร่วมกันในสังคมด้วยเมตตากรุณา เป็นต้น ถ้าว่าโดยหลักธรรม หลักใหญ่สำหรับความสุขข้อนี้ก็ ได้แก่ พรหมวิหาร ๔ และสังคหวัตถุ ๔ ถ้าจะให้สังคมประชาธิปไตยมั่นคง ก็ไปให้ถึงสาราณียธรรม ๖ กันเลย ความสุขทางสังคมนี โดยพื้นฐานย่อมมุ่งไปที่หลักพรหมวิหาร ๔ คือ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ก็จะยกพ่อแม่มาเป็นตัวอย่าง เพราะธรรมชาติเอื้ออยู่แล้วให้พ่อแม่มีคุณธรรมชุดนี้ ท่านยกแม่ขึ้นมาเป็นตัวอย่างว่า แม่อยากให้ลูกมีความสุข เห็นลูกร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ ไม่เจ็บ ไม่ไข้ ไม่ป่วย สมใจตัว นี่คือได้สนองความต้องการพื้นฐานที่อยากให้ลูกมีความสุขแล้ว แม่ก็มีความสุข อย่างนี้เรียกว่า เมตตา ที่นี้ พ่อลูกเจ็บไข้ได้ป่วยแม่แต่นิดหน่อย แม่ก็มีจิตใจห่วง ทนอยู่ไม่ได้ ก็ร่วมกับพ่อ ต้องไปหาทางแก้ไขบำบัดเยียวยา ลูก ให้หายเจ็บหายไข้หายป่วยให้ได้ ถ้าลูกยังไม่หายทุกข์ ยังไม่กลับเป็นสุข แม่และพ่อก็สุขไม่ได้ พ่อลูกหายป่วยเป็นปกติขึ้นมา แม่และพ่อก็สมใจ ได้สนองความต้องการที่อยากให้ลูกมีความสุข แล้วแม่และพ่อก็มีความสุข อย่างนี้เรียกว่า กรุณา ถ้าลูกเติบโตเจริญงอกงาม มีรูปร่างสวยงามสง่า ประสบความสำเร็จในการศึกษาได้คะแนนสูง หรือได้งานดีมีความก้าวหน้าในตำแหน่งหน้าที่ คือดียิ่งขึ้นไป แม่และพ่อก็สมใจ สมปรารถนา ได้สนองความต้องการที่อยากให้ลูกมีความสุข แล้วแม่และพ่อก็มีความสุข อย่างนี้เรียกว่า มุทิตา แต่ครบแค่นี้ ยังไม่ครบพรหมวิหาร ได้แก่ โอ ยังไม่ช่วยให้ลูกเติบโตจริง จะได้แต่ลูกแห่งอ่อนเอาอกับแม่พ่อเรื่อยไป ท่านยกตัวอย่างตอนลูกออก

เรื่อน มีครอบครัว รับผิดชอบตัวเอง เขาแต่งงานมีครอบครัวแล้ว เมื่อมีปัญหาอยู่แล้วว่า ลูกเราโตแล้ว เขารับผิดชอบตัวเอง และถึงเวลาที่เขาจะต้องรับผิดชอบตนเอง ความต้องการ หรืออยากให้ลูกอยู่ในความถูกต้องสมควรตามเหตุผล ไม่ทำความผิดพลาดเสียหาย ดำเนินไปตามธรรม โดยมีใจเป็นกลางวางเรียบนิ่งไม่หวั่นไหวเอนเอียงลงตัวอย่างนี้ เรียกว่า อุเบกขา

๓. ความสุขในการพัฒนาของชีวิต อยู่ในประเภทของความสุขภายในที่ว่าสร้างขึ้นเองได้ โดยเฉพาะที่ต้องถือว่าสำคัญมากคือ เป็นความสุขที่เกิดพร้อมกันไปกับการพัฒนาของชีวิต หรือความสุขที่ดำเนินไปด้วยกันกับความก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรม เมื่อเราพัฒนาชีวิตของเราคือ พัฒนากาย พัฒนาศีล พัฒนาจิตใจ พัฒนาปัญญา จะเรียกว่าเจริญภาวนา หรือเรียกว่าปฏิบัติธรรม เมื่อการพัฒนาชีวิต เจริญภาวนา หรือปฏิบัติธรรมนั้นเดินหน้าไป ก็จะมีความสุขขุดนี้ขึ้นมา ดังที่บอกแล้วว่าเป็นความสุขข้างใน ธรรมชุดนี้เป็นภาวะของจิต มีอยู่ด้วยกัน ๕ ชุด เป็นคุณสมบัติที่เป็นไปภายใน โดยตรงกับตนเองท่านเรียกว่า ธรรมสมาธิ มี ๕ ข้อ คือ

๑) ปราโมทย์ ความร่าเริงเบิกบานใจ หรือร่าเริงบันเทิงใจ เป็นคุณสมบัติพื้นฐานของจิตใจ ซึ่งทุกคนควรจะมีตลอดเวลา

๒) ปีติ ความอิ่มใจ ปลาบปลื้มใจ พอมีปราโมทย์ ใจร่าเริงแล้ว ก็จะเกิดมีปีติ

๓) ปัสสัทธิ ความสงบเย็น เรียบรื่นใจ ผ่อนคลายกายใจ ไม่เครียด ฟุ้งสั่นเกิดว่าปัสสัทธิ คือความผ่อนคลายนี้ เป็นจุดเชื่อมถึงกันระหว่างกายกับใจ ถ้ากายเครียด ใจก็เครียด ถ้าใจเครียด กายก็เครียด พอมีปีติ อิ่มใจแล้ว ปัสสัทธิก็มา ก็จะสงบเย็นผ่อนคลาย

๔) สุข ความฉ่ำชื่นรื่นใจ คล่องใจ ไม่มีอะไรกดดันบีบคั้น พอปัสสัทธิมาแล้ว สุขก็ตามมา

๕) สมาธิ ภาวะที่จิตมั่นแน่ว อยู่ตัว ไม่มีอะไรกววนและจิตนั้นอยู่กับสิ่งที่ต้องการได้ตามต้องการ สุขมาแล้ว สมาธิก็เกิดได้ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), ๒๕๕๗, หน้า ๑๑๐๘ – ๑๑๑๔)

สรุปได้ว่า ประโยชน์สุขของคฤหัสถ์ ๔ ประการ เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับตำราวิถีชีวิต เพื่อประโยชน์ในการพัฒนาชีวิตให้มีความยั่งยืน มีความมั่นคง เกิดความสงบสุขกับตนเอง ครอบครัวและสังคมส่วนรวม

### ๓.๘.๒ การดำเนินชีวิตตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท

การดำเนินชีวิตของคฤหัสถ์ตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทในปริบทต่าง ๆ ที่มีวิถีชีวิตและประกอบอาชีพที่แตกต่างกัน การดำเนินชีวิตของบุคคลในปัจจุบัน ต้องการประสบความสำเร็จและมีความสุขมากที่สุดในชีวิตอย่างแท้จริง ก็ต้องดำเนินชีวิตให้ถูกต้องคือ จะต้องปฏิบัติถูกต้องต่อชีวิตตนเองและต่อสภาพแวดล้อมทั้งทางสังคม ทางธรรมชาติและทางวัตถุโดยทั่วไป รวมทั้งเทคโนโลยี คนที่รู้จักดำเนินชีวิตให้ถูกต้องย่อมมีชีวิตที่ดีงามละมีความสุขที่แท้จริง ซึ่งหมายถึงการหาความสุขที่เอื้อต่อการเกิดมีความสุขของผู้อื่นด้วย (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), ๒๕๕๑, หน้า ๒



การดำเนินชีวิตเป็นเรื่องสำคัญ ถ้าไม่มีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง หรือไม่มีเป้าหมายชีวิตที่ชัดเจน ชีวิตก็จะประสบความสำเร็จได้ก็ขึ้นอยู่กับ การดำเนินชีวิตที่ต้องอาศัยปัจจัยหลายอย่างเป็นตัวประกอบ เช่น สติ ปัญญา ความกล้าหาญ และความอดทน เป็นต้น สมดังคณะกรรมการวิชาศิลปะการดำเนินชีวิตได้ให้ทรรศนะไว้ ดังนี้

๑. การดำเนินชีวิตประเภทรู้เท่าทันชีวิต หมายถึง การดำเนินชีวิตด้วยสติปัญญา คือ “คิดก่อนทำ” ไม่ปล่อยชีวิตไปตามบงการของกิเลส อันมีความโลภ ความโกรธและความหลง เป็นต้น แต่ให้เป็นไปด้วยสติปัญญา คือมีความรู้ตัวก่อนทำว่าสิ่งที่ตนทำ หรือกำลังทำอยู่นั้นถูก หรือผิด ดีหรือชั่ว มีคุณหรือมีโทษ เป็นประโยชน์ หรือมิใช่ประโยชน์ จะให้ผลเป็นความสุขความเจริญ หรือความทุกข์ ความเสื่อม แล้วเลือกทำสิ่งที่ถูกต้องดีงามมีคุณประโยชน์และจะให้ผลเป็นความสุข ความเจริญ ไม่ทำสิ่งผิดชั่วมีโทษ ไม่เป็นประโยชน์และจะให้ผลเป็นความทุกข์ ความเสื่อม การดำเนินชีวิตแบบรู้เท่าทันต้องอาศัย สติคือ การระลึกรกระทำของตนให้ทันทั้งก่อนทำ ขณะทำและแม้แต่เมื่อทำไปแล้วกับปัญญาคือ ความคิดที่แยกกาย เฉลียวฉลาด รอบรู้ สามารถตัดสินใจได้ถูกต้องว่าสิ่งที่ตนจะทำ กำลังทำ หรือทำไปแล้วนั้นถูกผิด ดีชั่ว เป็นคุณเป็นโทษเป็นประโยชน์มิใช่ประโยชน์อย่างไร ทางออกที่ถูก ต้องควรจะเป็นอย่างไร ได้ตรงกับความจริงไม่เห็นผิดเป็นชอบ หรือ “เห็นกงจักรเป็นดอกบัว” (คณะ กรรมการวิชาศิลปะการดำเนินชีวิต ศูนย์วิชาบูรณาการหมวดวิชาศึกษาทั่วไป, ๒๕๕๓, หน้า ๑๒๓)

การดำเนินชีวิตที่ก่อให้เกิดความสุขนั้น ต้องมีจุดมุ่งหมายปลายทาง กล่าวคือ เข้าใจชีวิตรู้วิธีการดำเนินชีวิตและพยายามตรวจดูการดำเนินชีวิต ดังนี้

๑. ต้องมีเป้าหมายและแนวทางดำเนินชีวิตที่ชัดเจน
๒. ต้องศึกษาแนวทางดำเนินชีวิตไปสู่เป้าหมาย โดยศึกษาหลาย ๆ แนวทาง เพื่อเลือกแนวทาง ที่ลัดตรงเป้าหมายและเหมาะสมกับสภาพชีวิตและวัยของตนให้มากที่สุด
๓. ต้องรู้จักองค์ประกอบชีวิต วิธีการดำเนินชีวิต และสภาพชีวิตของตนและฝึกปรือให้เกิดเป็นทักษะ หรือความชำนาญในการดำเนินชีวิตของตน กล่าวคือ
  - ๑) ชีวิตประกอบด้วยร่างกาย จิตใจและปัญญา ที่อิงอาศัยกันเหมือนรถยนต์ที่ต้องมีทั้งตัวรถและผู้ขับขี่ ซึ่งจะต้องได้รับการดูแลรักษาให้อยู่ในสภาพพร้อมทั้ง ๒ อย่าง ชีวิตจึงจะดำเนินไปได้
  - ๒) ต้องรู้ว่าชีวิตจะดำรงและดำเนินไปได้ต้องได้รับการบำรุงเลี้ยงด้วยวัตถุ หรือปัจจัยพื้นฐาน ๔ ประการ คือ อาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่มและยารักษาโรค ซึ่งจำเป็นต้องพัฒนาความรู้ความสามารถที่จะแสวงหา สร้างสรรค์และพัฒนาวัตถุอย่างนั้นให้อื้ออำนวยต่อการดำรงชีวิตของตน
  - ๓) ต้องรู้ว่าชีวิตต้องการพักผ่อนและมีการเปลี่ยนกริยาบทสลับกับการทำงาน เพื่อให้ร่างกายและจิตใจได้พักผ่อนคลายความเครียดจากการทำงานมาระยะหนึ่งและพร้อมที่จะทำงานอย่างสดชื่นอีกครั้งหนึ่ง
  - ๔) ต้องรู้วิธีแก้ไขเมื่อชีวิตมีปัญหา หรือรู้แหล่งที่จะช่วยแก้ไข เช่น โรงพยาบาล

๕) ต้องมีหลักในการสังเกตตรวจสอบความก้าวหน้าของชีวิตกับเป้าหมายเป็นระยะเพื่อให้หลงทางเสียเวลาและเพื่อเป็นกำลังใจให้ก้าวหน้าต่อไป

๖) ต้องตรวจสอบสุขภาพกาย สุขภาพจิต ตามระยะเวลาและบำรุงรักษาร่างกายและจิตใจให้แข็งแรง มีอายุยืนนาน พร้อมแก่การทำงานและการประกอบกิจกรรม เพื่อเป็นประโยชน์ตามประสงค์อย่างมีสุข

๗) ต้องเว้นจากสิ่งเสพติดเป็นนินมาที่เป็นเหตุให้ขาดสติ เพื่อป้องกันความเสียหายที่จะเกิดแก่ตนเอง แก่ผู้อื่นและแก่ส่วนรวม

๘) ต้องรู้จักหยุด รู้จักพอเมื่อถึงเป้าหมาย เพื่อปลดปล่อยตนให้เป็นอิสระจากความทุกข์ ความดิ้นรน

๙) ต้องรู้ว่าการดำเนินชีวิตของบุคคลต้องเกี่ยวข้องกับผู้อื่น ดังนั้น จึงต้องมีมนุษยธรรมคือ (ศีล) และปฏิบัติตามข้อตกลง กฎหมายและกฎเกณฑ์ของสังคม เพื่อให้ทุกคนอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ได้รับการคุ้มครองผลประโยชน์ในการกิน การอยู่ การประกอบอาชีพและ การดำเนินชีวิตด้านอื่น ๆ อย่างยุติธรรม ไม่ต้องเคร่งเครียด หวาดระแวงจากการแข่งขัน เบียดเบียนแย่งชิงซึ่งกันและกันอย่างไม่เป็นธรรม

๑๐) ต้องรู้ว่าชีวิตจะมีความสุขยิ่งขึ้น ถ้าบุคคลในสังคมได้มีการเอื้อเพื่อแบ่งปันกันด้วยความเต็มใจ จึงต้องฝึกการให้ การเสียสละและสงเคราะห์ซึ่งกันและกันไว้เสมอ

๑๑) ต้องรู้ว่าสภาวะแวดล้อมทางธรรมชาติที่สงบ สวยงาม ร่มรื่นและบุคคลแวดล้อมที่น่าพึงใจมีผลทำให้เกิดความสุข จึงต้องมีการคัดเลือกและพัฒนาสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติและทางสังคมคือ มนุษย์ด้วยกันเอง ให้เอื้ออำนวยต่อความสุขของบุคคลด้วย เช่น รู้จักการเลือกคบเพื่อน รู้จักการเลือกคู่ครอง เป็นต้น (คณะกรรมการวิชาศิลปการดำเนินชีวิต ศูนย์วิชาบูรณาการหมวดวิชาศึกษาทั่วไป, ๒๕๕๓, หน้า ๑๒๘ - ๑๓๑)

๒. การดำเนินชีวิตประเภทที่มีการพัฒนาที่ยั่งยืน การดำเนินชีวิตตามแนวนี้จะควบคู่ไปกับการพัฒนาความสุขไปด้วย เป็นความสุขทั้งของตน ของผู้อื่นและของคนหมู่มาก เป็นผลดีทั้งแก่ตน ผู้อื่น สิ่งแวดล้อมทางวัฒนธรรมชาติ ผู้ที่ดำเนินชีวิตตามแนวทางนี้จะเป็นทั้ง คนเก่ง คนดีมีความสุขและความยั่งยืน เนื่องจากทุกองค์ประกอบของชีวิตคือ ร่างกาย จิตใจ สังคม ธรรมชาติและวัตถุ ได้รับการพัฒนาพร้อมกัน

การดำเนินชีวิตตามแนวนี้พัฒนาขึ้นจากแนวคิดของพระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺตโน) ผู้ที่วางการศึกษาไทยให้การยอมรับอย่างสูงในปัจจุบัน ประกอบด้วยขั้นตอนต่าง ๆ ดังนี้

- ๑) ปลุกจิตสำนึกในการเรียนรู้และการฝึกฝนพัฒนาตนให้เป็นผู้ “ใฝ่รู้สู้สิ่งยาก”
- ๒) มีศีลและปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของสังคม
- ๓) ฝึกฝนเพิ่มควมมีอิสระจากวัตถุภายนอกคือ กินอยู่แต่พอดี”
- ๔) ฝึกการบริจาค การเสียสละ การสงเคราะห์
- ๕) รู้เท่าทันความรู้สึกและแรงจูงใจภายในของตนและปรับให้เป็น “แรงจูงใจใฝ่ดีใฝ่สร้างสรรค์”

๖) ปรับแต่งจิตของตนให้มีกำลัง มีความสุขและความดีงามด้วยสมาธิ

๗) ฝึกฝนพัฒนาปัญญาในระดับสูงให้เข้าใจความจริงของชีวิตและโลกเพื่อความเป็นอิสระเหนือความสุข ความทุกข์ทั้งปวง (คณะกรรมการวิชาศิลปะการดำเนินชีวิต ศูนย์วิชาบูรณาการหมวดวิชาศึกษาทั่วไป, ๒๕๕๓, หน้า ๑๓๔)

๓. การดำเนินชีวิตตามแนวพุทธปรัชญาโดยทั่วไป บุคคลทั่วไปนั้น ส่วนใหญ่จะนำหลักคำสอนทางศาสนามาใช้ในการดำเนินชีวิต ซึ่งบางท่านอาจทราบบ้าง ไม่ทราบบ้างก็ตามแต่ ซึ่งการดำเนินชีวิตเหล่านี้ได้รับการถ่ายทอดมาจากพ่อแม่ ปู่ ย่า ตา ยาย ในครอบครัว

บุคคลทั่วไปได้นำหลักพุทธปรัชญามาเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต ก็เพื่อให้ชีวิตพบกับความสงบสุข เพื่อส่งเสริมเกี่ยวกับการประกอบอาชีพธุรกิจการงานให้ประสบความสำเร็จ แล้วนำรายได้มาจุนเจือครอบครัวในด้านรายจ่าย ดังนั้น หลักพุทธปรัชญา จึงประกอบด้วยหลักคำสอนที่เหมาะสมต่อการนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตทั้งส่วนบุคคล ครอบครัว ธุรกิจและการนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตในสังคมได้

มนุษย์ทุกคนย่อมมีลักษณะที่เหมือนกันอย่างหนึ่งคือ รักสุข เกลียดทุกข์และอยากมีชีวิตอยู่หรือไม่อยากตาย สิ่งเหล่านี้แสดงให้เห็นถึงธรรมชาติของชีวิตในลักษณะสากล เมื่อมีการรักษาชีวิตให้คงอยู่ต่อไปแล้วที่สำคัญสำหรับชีวิตต่อมาก็คือ ชีวิตดำรงอยู่เพื่ออะไร หรือชีวิตควรเป็นอย่างไร ถ้าเราไม่รู้ชีวิตควรเป็นอย่างไรแล้ว มนุษย์ก็ย่อมที่จะมีชีวิตอยู่โดยปราศจากจุดมุ่งหมาย หรือมองไม่เห็นความสำคัญในการใช้ชีวิต อาจจะใช้ชีวิตที่ไม่ต่างไปจากสัตว์ คำตอบสำหรับเรื่องนี้มีหลายคำตอบ เช่น ชีวิตคือ งาน ชีวิตคือ การทดลอง ชีวิตคือ การเรียนรู้ ชีวิตคือ การแสวงหา ฯลฯ คำตอบที่แตกต่างกันนั้นมาจากการมองโลกมนุษย์เกิดมาแล้วก็ต้องดำรงชีวิตอยู่ในสังคม มนุษย์จึงจำเป็นที่จะต้องอยู่รวมกันเป็นสังคม หลักการดำเนินชีวิตของมนุษย์นั้นส่วนมากก็มักจะมีแบบแผนมาจากสังคมที่ตนเองดำรงอยู่ ซึ่งแต่ละสังคมก็มีหลักการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกันไปตามสภาพแวดล้อมและโลกทัศน์ ชีวิตมนุษย์ย่อมต้องการในสิ่งที่ตนประสงค์ที่พึงพอใจ นั่นคือความสุข ซึ่งความต้องการนี้มีหลายทางด้วยกัน พอสรุปจะได้เพียง ๓ ทาง คือ

๑. ความต้องการทางชีววิทยา (Biological Needs) หมายถึง ความต้องการอันเกิดจากทางร่างกาย อันเป็นความต้องการพื้นฐานที่จำเป็นที่สุด เช่น ปัจจัย ๔ อย่าง คือ

๑) ความต้องการอาหาร มนุษย์จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องพยายามสร้างที่ทำมาหากินให้มีประโยชน์ที่สุดและคุ้มค่าที่สุด

๒) ความต้องการเครื่องนุ่งห่ม เพื่อปกปิดร่างกาย เพื่อความอบอุ่น ป้องกันอันตรายและแสดงถึงความเป็นอารยชน หรือผู้ที่เจริญแล้ว

๓) ความต้องการที่อยู่อาศัย เพื่อป้องกันฝนฟ้า สัตว์ร้ายและเพื่อความสุขสบายในชีวิตของตน

๒. ความต้องการทางสังคม (Social Needs) เพราะมนุษย์เป็นสัตว์สังคม ชอบอยู่กันเป็นกลุ่ม ทั้งนี้อาจจะเพื่อความอบอุ่นใจ เพื่อสงเคราะห์หอนุเคราะห์กันและกัน จึงมีการแต่งงานมีคู่ครองมีบุตรสืบ

สกุล มีเพื่อนฝูง ตลอดทั้งมีมิตรประเทศเพื่อช่วยเหลือกันและกันในด้านการค้าขาย การศึกษา การเมือง และการทหาร เป็นต้น และนอกจากนี้ยังต้องการความโดดเด่นเพื่อมีเกียรติยศ อำนาจ ชื่อเสียง บริวาร อีกด้วย

๓. ความต้องการทางใจ (Mental Needs) อันเป็นความต้องการอันลึกซึ้ง ซึ่งอยู่เบื้องหลัง ความต้องการด้านอื่น ๆ ซึ่ง **บุญมี แทนแก้ว** กล่าวไว้ว่า

๑) ความต้องการความอบอุ่น ความปลอดภัยและหลักประกันชีวิต ความต้องการชนิดนี้ มักจะพึงพาอาศัยอำนาจสูงสุดที่สามารถคอยดลบันดาลให้ตนสมปรารถนา เช่น อำนาจทางศาสนา หรืออำนาจสิ่งสูงสุด เช่น พระผู้เป็นเจ้า เป็นต้น

๒) ความต้องการความดี ความสมบูรณ์ อันเป็นที่ตั้งงาม อันเป็นสิ่งที่ทุกคนยอมปรารถนา ไม่ว่าจะเป็นผู้ดี มั่งมี หรือคนยากจน

๓) ความต้องการบรรลุจุดหมายปลายทางของชีวิต ซึ่งมีอยู่สองทาง คือทางดีกับทางชั่ว ดังนั้น ศาสนิกชนพึงปฏิบัติเพื่อบรรลุจุดหมายปลายทางนั้นที่เห็นว่าถูกต้อง

๔) ความต้องการความสุขพิเศษ นั่นคือ ความต้องการความสุขที่แท้จริง เช่น พระพุทธศาสนาสอนให้เข้าใจในเรื่องไตรลักษณ์คือ อนิจจัง ทุกขังและอนัตตาและสอนให้บรรลุพระนิพพานอันเป็นบรมสุข เป็นต้น

๕) ความต้องการที่พึงอันประเสริฐ มนุษย์มีลักษณะอย่างหนึ่งที่คล้ายกันกับสัตว์คือ มีความกลัว เช่น กลัวฟ้าร้อง ฟ้าแลบ น้ำขึ้นและลมพายุ เป็นต้น จึงมักหาที่พึ่ง เช่น เทพเจ้าและภูเขา ป่าไม้ เป็นต้น

๖) ความต้องการปรัชญาชีวิต เพราะมนุษย์อยู่ในท่ามกลางสิ่งแวดล้อมทุกชนิดคือ แวดล้อมเหล่านั้นย่อมมีลักษณะ ๓ อย่าง คือ เกิดขึ้น ตั้งอยู่และสลายไป ถ้าเราศึกษาให้เข้าใจ สิ่งแวดล้อมด้วยดี เราจะสามารถเข้าใจชีวิตได้ดี ดังนี้ เมื่อชีวิตเรามีสภาวะเช่นนั้นเราจึงจะมีความสุข ไม่ยึดติดในสิ่งใดมากเกินไป อาจเกิดทุกข์ได้ (๒๕๕๒, หน้า ๒๘ - ๒๙)

สรุปได้ว่า การดำเนินชีวิตของแต่ละบุคคลย่อมแตกต่างกัน ตามสภาวะของการเปลี่ยนแปลงของโลก โดยเฉพาะการดำเนินชีวิตตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท จะต้องรอบรู้ รอบคอบและเข้าใจ ด้วยการใช้สติปัญญา ความเสียสละ ความกล้าหาญ อดทน มุ่งมั่น ตั้งใจให้การเอื้อเฟื้อผู้อื่น เพื่อให้ประสบผลสำเร็จ เกิดความสุขแก่ตนเอง ครอบครัวและสังคมมีความสงบสันติ

## บทที่ ๔

### วิเคราะห์ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาล ในโรงพยาบาลสามพราน

งานวิจัยเรื่อง ศึกษาความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม มีวัตถุประสงค์ คือ ๑) เพื่อศึกษาความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท ๒) เพื่อศึกษาความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม และ ๓) เพื่อวิเคราะห์ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎก หนังสือ บทความ วารสารและเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและ บทสัมภาษณ์เชิงลึก (Indepth Interview) ของกลุ่มพยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาล สามพราน จังหวัดนครปฐม สำหรับเนื้อหาบทนี้ ผู้วิจัยจะทำการวิเคราะห์หลักพุทธปรัชญาเถรวาท เพื่อความสุขของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม เบื้องต้นนี้จะสรุปประเด็นต่าง ๆ ที่ได้ศึกษามาแล้ว คือ บทที่ ๒ ที่ว่าด้วย ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท และบทที่ ๓ ที่ว่าด้วย ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม ต่อไป

#### ๔.๑ ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท

จากการศึกษาบทที่ ๒ ทำให้ทราบว่า มนุษย์ในสังคมต้องการความสุขและถือความสุขเป็น สิ่งจำเป็นในการดำเนินชีวิต เพราะทำให้เกิดความสะดวก ความสบาย ความสำเร็จสำราญ จิตใจปลอดโปร่ง แต่การดำเนินชีวิตและความเป็นอยู่ของคนในปัจจุบันมีความแตกต่างกันไป ด้วยปัจจัยหลายอย่างที่มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตความเป็นอยู่ เช่น ความเจริญทางเทคโนโลยี การสื่อสารที่ไร้พรมแดน และปัญหาด้านการเมือง การเศรษฐกิจและสังคมวัฒนธรรม ได้สร้างความเจริญในด้านวัตถุสิ่งของอย่างต่อเนื่อง และสร้างปัญหากับการดำเนินชีวิตและความเสื่อมถอยทางด้านจิตใจของคนทุกสาขาอาชีพ ซึ่งส่วนมากแล้วเกิดจากการดำเนินชีวิตประจำวันที่ประพฤติปฏิบัติผิดพลาดตามหลักพุทธปรัชญาเถรวาททั้งสิ้น จึงเป็นโครงสร้างทางสังคมที่ด้อยคุณภาพ ส่งผลกระทบในทางลบแก่คนในสังคม

ดังนั้น ผู้วิจัยมีความเห็นว่า ปัญหาต่าง ๆ ที่กล่าวมานั้น ทุกคนจะต้องร่วมกันหันมาสนใจและให้ความสำคัญต่อการประพฤติปฏิบัติ ตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทอย่างจริงจัง โดยเสนอหลัก การปฏิบัติตามหลักพระพุทธศาสนาที่เหมาะสมกับทุกสาขาอาชีพที่นำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน



ได้อย่างเป็นรูปธรรมและสมควรกับบริบทในแต่สังคมอาเซียน ซึ่งอาจจะสามารถลดปัญหาได้ และมีความเชื่อมั่นได้ว่า หากทุกคนปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตแบบไร้จุดหมายคือ ไม่ทำตามอำนาจความอยาก แต่ใช้หลักปฏิบัติตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทแล้ว ไม่แต่จะทำให้ชีวิตมีความสุขอย่างเดียวยังเป็นผู้ออกแบบชีวิตที่ดีและพัฒนาตนเองสู่ความสุขอันนิรันดร โดยไม่เป็นปัญหาและกระทบต่อตนเอง ด้านการเมือง ด้านเศรษฐกิจและสังคมวัฒนธรรม ทั้งเป็นการส่งเสริมศักยภาพให้กับตนเองและนำพาสังคมสู่ความอุดมด้วยปัญญาอย่างยั่งยืน ดังนั้น จึงเสนอหลักพุทธปรัชญาเถรวาท ที่เกี่ยวข้องกับความสุขของพยาบาล คือ สุข เพื่อเป็นพื้นฐานอันมั่นคงของการดำเนินชีวิตอย่างยั่งยืน ดังต่อไปนี้

#### ๔.๑.๑ สุข

คำว่า “สุข” แปลว่า ความสบาย พจนานุกรมราชบัณฑิตยสถาน ให้ความหมายของคำว่า “สุข” หมายถึง ความสบายกาย สบายใจ ความสำราญ ความปราศจากโรค นอกจากนี้ ยังมีนักปราชญ์และนักวิชาการ ได้อธิบายขยายความของคำว่า “สุข” ตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทดังต่อไปนี้

คัมภีร์ในวินยปิฎก มหาวคค ให้ความหมายคำว่า “สุข” หมายถึง ความสุข ความสะดวก ความสบาย ความสำราญ ความไม่เบียดเบียนกันเป็นสุขในโลก

**พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต)** ให้ความหมายคำว่า “สุข” หมายถึง การทำความดีหรือกรรมดีทั่ว ๆ ไปที่เรียกว่าบุญ สุขจัดให้ย่อรวมเข้าได้เป็น ๓ ระดับ คือ ๑. กามสุข สุขเนื่องด้วยกาม ๒. ฌานสุข หรือ (ทิวฐธรรมนิพพาน) สมาบัติสุข สุขเนื่องด้วย ฌาน หรือสุขเนื่องด้วยสมาบัติ ๘ แยกเป็น ๒ ระดับย่อย ๒.๑ สุขในรูปฌาน หรือสุขเนื่องด้วยรูปฌาน ๔ ๒.๒ สุขในอรุฌาน หรือสุขเนื่องด้วยอรุฌาน ๔ และ ๓. นิโรธสมาบัติสุข สุขเนื่องด้วยนิโรธสมาบัติ

**กิริติ บุญเจือ** ให้ความหมายคำว่า “สุข” หมายถึง สภาพของจิตใจที่สมปรารถนา ตรงข้ามกับความทุกข์

ความสุขถือว่าเป็นสิ่งที่สำคัญ เพราะความสุขนั้นทำให้สังคมมนุษย์มองเห็นว่าเป็นสิ่งที่ให้ความสะดวก ความสบาย ให้ความสำราญ ความปลอดภัยกับเขาได้มากกว่าสิ่งอื่นใดและความสุขเป็นสิ่งที่สำคัญเช่นกันในทางพระพุทธศาสนา กล่าวคือ จุดประสงค์ของการเผยแผ่พระพุทธศาสนาก็เพื่อให้มนุษย์ได้หลุดพ้นจากความทุกข์ แต่เป็นความทุกข์ที่เกิดจากการเกิด แก่ เจ็บ ตาย หรือทุกข์ในวิภูฏสงสาร คือ การต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่อย่างนี้ร่ำไป อันเป็นของคู่กันกับธรรมชาติของสรรพสิ่งที่ยังเกิดขึ้นมาแล้วจะต้องเป็นอย่างนี้เหมือนกัน คือ มีการเกิดขึ้นตั้งอยู่เพียงชั่วคราวแล้วก็ดับไปในที่สุด ตามหลักการของไตรลักษณ์ อันนี้เป็นการแสดงให้เห็นถึงความเป็นจริงของชีวิตและมนุษย์เราสามารถเข้าถึงความสุขได้ด้วยตนเองอย่างแท้จริง อนึ่ง ความจริงชีวิตและมนุษย์เราสามารถเข้าถึงความสุขได้ด้วยตนเองอย่างแท้จริง อนึ่ง ความสุขในพระพุทธศาสนา หมายเอาความสุขที่ปราศจากสภาวะที่หมดสิ้นไปของกิเลสทั้งหลายทั้งปวง หรือภาวะปราศจากตัณหา คือ ความอยากทั้งปวงแล้วอันเป็นวิมุติสุขคือ ความสุขที่เกิดจากการหลุดพ้นจากเครื่องผูกมัดร้อยรัดทั้งปวงคือ กิเลส

ความสุขระดับต่าง ๆ ในสุดตนตปิฎก ขุททกนิกาย อุทาน ได้สรุประดับความสุขเป็น ๓ ระดับ ดังนี้ ๑. กามสุข สุขที่อันเนื่องด้วยกาม เป็นความสุขของมนุษย์ที่ยังอยู่ในโลกเป็นความสุขที่อาศัยวัตถุ

หรืออามิส แล้วเกิดความยินดีเป็นเหตุให้เกิดสุข มีความอยาก ความปรารถนา ความต้องการความพอใจ กามในที่นี้ หมายถึง กิเลสกาม คือ กิเลสที่ทำให้ใคร่ ความอยากที่เป็นตัวกิเลส กับวัตถุกาม คือ วัตถุอันน่าปรารถนา สิ่งทีปรารถนา สิ่งทีอยากได้ ซึ่งผู้อยากได้กาม ได้กามทีต้องการแล้ว่อมเป็นผู้อึดเอมใจแน่นแท้ ๒. ฌานสุข สุขเนื่องด้วยฌาน เกิดจากการทีจิตใจได้สัมผัสกับสมาธิเป็นความสุขทางจิต มิได้เกิดจากทีประสาทสัมผัสทั้ง ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รสและสัมผัส เป็นความสุขทีมีทุกข์เจือปนในขณะทีจิตอยู่ในฌาน เพราะจิตหลุดพ้นจากกิเลสตัณหาได้ชั่วคราว ผู้เสพ ได้แก่ พระอริยบุคคลตั้งแต่พระโสดาบันจนถึงพระอรหันต์ ๓. นิพพานสุข สุขเนื่องด้วยนิพพาน หรือสุขเพราะสิ้นไปของตัณหา เป็นความสุขทีไม่ต้องอาศัยปัจจัยอะไรปรุงแต่ง จึงพ้นจากความแปรปรวน คือพ้นจากภาวะความไม่เที่ยงและประกอบไปด้วยทุกข์ คือพ้นจากการเกิด การแก่ การเจ็บและการตาย ไม่มีความเศร้าโศก ไม่มีกิเลส ไม่มีความเศร้าหมองเป็นภาวะแห่งความสุขขั้นสูงสุด ผู้เสพได้แก่ พระอริยบุคคล ตั้งแต่ พระโสดาบันจนถึงพระอรหันต์และนอกจากนี้ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) ได้แบ่งความสุขเป็น ๓ ระดับ คือ ๑. ชั้นทรม เป็นการเสวยความสุขอย่างหมกมุ่นมัวเมา มุ่งแสวงหาและปรนเปรอตนเองด้วยสิ่งเสพเสวยต่าง ๆ มีการปลุกเร้าและกระตุ้นระดับปกติ ๒. ชั้นดี เป็นการเสวยสุขทีมีศีลธรรมคือ การเสวยสุขตามปกติ อบายมุขโดยยอมรับและรู้เท่าทันความเป็นจริง เมื่อมีความสุขมักมีทุกข์มาคู่กันเสมอ ดังนั้น ไม่หมกมุ่น ไม่ประมาท และ ๓. ชั้นดีเลิศ เป็นการเสวยสุขอย่างประณีตติงาม ไม่ก่อปัญหาทั้งแก่ตนเองและสังคม มีสันโดษ อยู่ร่วมกันโดยธรรม ชักจูงไปในทางเจริญติงามทีประณีตสุข

ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท เป็นเรื่องของการสร้างหลักฐานและความมั่นคงของชีวิตในทางวัตถุ พระพุทธศาสนาถือว่า เป็นความสุขระดับหนึ่งของชีวิตเรียกว่า กามสุข เป็นความสุขขั้นพื้นฐานทีสุดทีมนุษย์สามารถจะมีได้ จึงกล่าวได้ว่า กามสุขคือ สุขอันเนื่องด้วยวัตถุ หรือเกิดจากวัตถุในขณะเดียวกัน พระพุทธศาสนาก็ชี้ให้เห็นความจริงเกี่ยวกับกามสุขว่า เป็นความสุขทียังเกลือกกลั้วอยู่กับสิ่งสกปรก (มิพหุสุข) เป็นความสุขแบบหยาบ ๆ (ปุถุชนสุข) และเป็นความสุขขั้นต่ำ (อนริยสุข) กล่าวได้ว่า กามหรือวัตถุให้สุขน้อยกว่าทุกข์ทั้งนี้ เพราะกามสุข หรือวัตถุนั้นขึ้นอยู่กับการต้องการ ความรัก ความพอใจ หากสิ่งนั้นทำให้ไม่พอใจ สิ่งนั้นก็กลายเป็นทุกข์ทันที กาม หรือวัตถุทั้งปวงนั้นไม่อาจจะให้ความสุขทีแท้จริงได้ ล้วนมีความทุกข์แอบแฝงเสมอ นอกจากนี้ยังมีคำสอนทีเตือนให้รู้ว่ากามสุขมีทุกข์แอบแฝงเสมอ พระพุทธเจ้าทรงตรัสเรียกภัยทุกข์ โรค อันเป็นที่ช่องของปุถุชนว่าเป็นกาม ชนทั้งหลายเห็นภัยในอุปาทาน ซึ่งเป็นแดนเกิดแห่งชาติและมรณะ ย่อมหลุดพ้นเพราะไม่ถือมั่นในเพราะความสิ้นไปแห่งชาติ ซึ่งความโศกเศร้า เสียใจ ภัยอันตราย ล้วนเกิดจากความรักจากสิ่งอันเป็นที่รักและจากกามทั้งสิ้น

หลักพุทธปรัชญาเถรวาท เป็นหลักธรรมทีปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎก มีหลักธรรมทีสำคัญเกี่ยวข้องกับความสุขของคฤหัสถ์ หรือความสุขของผู้ครองเรือนก็คือ สุข ๔ ประการ ทรงแสดงถึงข้อแนะนำ สั่งสอนและข้อปฏิบัติ เป็นสิ่งทีมีคุณค่าต่อชาวโลก ทีทุกคนยอมปรารถนาความสุขแก่ตนเองและครอบครัว ย่อมปรารถนาความสะดวกสบายในการดำเนินชีวิตแลประกอบอาชีพและยอมปรารถนาความเป็นอิสระในเรื่องการใช้ทรัพย์สินของตัว ความปรารถนาถ้าหากคนยึดมั่นและประพฤติ

ปฏิบัติตามเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอแล้วชีวิตนี้ก็จะมีความสมบูรณ์พูนสุข สามารถนำมาปรับใช้ ในการดำเนินชีวิตให้มีความสุขอย่างแท้จริง ให้เกิดคุณประโยชน์สุขคู่มากับการที่ได้เกิดมาเป็น มนุษย์ หรือเรียกว่าผู้ประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิตประจำวันอย่างมีความสุข ผู้ที่ได้เข้าถึง จุดมุ่งหมายแห่งการมีชีวิตอยู่และได้ดำเนินชีวิตของตนในการพัฒนาเศรษฐกิจ หรือการประกอบอาชีพ เน้นการอยู่ร่วมกันอย่างสมดุลเพื่อความสุขร่วมกัน

ในสุดตนตปิฎก องคตตริณิกาย จตฺกุกนิปาต ได้แสดงหลักการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุขและวาง หลักการในเรื่องความสุขของคฤหัสถ์ หรือความสุขของผู้ครองเรือน ๔ ประการ ได้แก่

๑. อตฺถิสุข (Atthi – Sukha) สุขที่เกิดจากความมีทรัพย์ คือ มีความภูมิใจ มีความเอิบอ้อมใจ เมื่อหาทรัพย์ได้ด้วยความขยันหมั่นเพียร สะสมขึ้นได้ด้วยกำลังของตนเอง เป็นของชอบธรรมย่อม ได้รับความสุขได้ความโสมนัสว่าเราหาทรัพย์มาได้ด้วยความชอบธรรมนั้น

๒. โภคสุข (Bhoga – Sukha) สุขเกิดจากการจ่ายทรัพย์ คือ การกินการใช้และทำสิ่งที่ใฝ่ตาม ทั้งหลายด้วยโภคทรัพย์ที่หามาได้ด้วยความขยันหมั่นเพียรและชอบธรรม ย่อมได้รับความสุขจาก การ ใช้จ่ายทรัพย์นั้น

๓. อนนฺตสุข (Anana – Sukha) สุขจากความไม่เป็นหนี้ คือ ไม่ติดหนี้สิน ไม่ว่าจะน้อย หรือมาก เพราะความเป็นหนี้สินเป็นทุกข์ในโลก ทุกข์ของเจ้าของหนี้คือ ความวิตกว่าจะไม่รับทรัพย์สมบัติของ ตนคือ ส่วนทุกข์ของลูกหนี้ คือ ร้อนใจว่าเจ้าหนี้จะมาทวง

๔. อนวฺชชสุข (Anavajj – Sukha) สุขเกิดจากการประพาสสุจริตไม่มีโทษ คือ การประกอบ การงานอันไม่มีโทษ มีความประพาสสุจริต ไม่บกพร่องเสียหายโดยประการใด ๆ ใครดีเตือนมิได้ทั้งกาย วาจาและทางใจ ไม่ประพาสตนให้เป็นที่ถูกตำหนิ ย่อมได้รับความสุขอันเกิดจาก การไม่มีโทษนั้น

## ๔.๒ ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม

พยาบาล คือ ผู้ประกอบวิชาชีพพยาบาล มีหน้าที่ดูแลและให้การช่วยเหลือเมื่อบุคคลเกิด เจ็บป่วย ให้การฟื้นฟูสภาพ การป้องกันโรคและการส่งเสริมสุขภาพ รวมทั้งการช่วยเหลือกระทำ การ รักษาโรค โดยอาศัยหลักวิทยาศาสตร์และศิลปะการพยาบาล จึงต้องเป็นผู้ที่มีความรับผิดชอบสูง เป็นผู้ที่สังคมและผู้รับบริการให้ความไว้วางใจและมีความชำนาญในการปฏิบัติ พยาบาลจำเป็นต้อง ใช้หลักจริยธรรมเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวใจและมีการประกาศจรรยาบรรณวิชาชีพเป็นแนวทางประพาส ปฏิบัติ ซึ่งผู้วิจัยเห็นว่าขั้นตอนของการปฏิบัติมีความสำคัญ มีความจำเป็นและเพื่อให้สอดคล้องกับ หลักการบริหารการพยาบาลของโรงพยาบาลสามพรานของผู้ปฏิบัติ ดังนี้

### ๔.๒.๑ บทบาทหน้าที่และองค์ประกอบสำคัญในการปฏิบัติหน้าที่ของพยาบาล

บทบาทและหน้าที่ของพยาบาลมีความสำคัญและจำเป็นในการปฏิบัติงานของพยาบาลเป็น อย่างยิ่ง เพราะการพยาบาลเป็นการกระทำทางหนึ่งที่เกิดขึ้นเพื่อสนองความต้องการของมนุษย์ตาม

กระบวนการ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ที่จะปรับปรุงให้ชีวิตดำเนินไปตามกระบวนการของวงจรและมีนักวิชาการ เช่น ฟาริดา อิบราฮิม (Farida Ibrahim) ได้สรุปลักษณะสำคัญไว้ ดังนี้

๑. บทบาทให้การดูแล พยาบาลจะให้การดูแลตามแผนการรักษาที่กำหนด เมื่อประเมินปัญหาของผู้ใช้บริการได้แล้ว สำหรับด้านการส่งเสริมสุขภาพให้คนได้รับการตอบสนองความต้องการ พื้นฐาน พยาบาลต้องตัดสินใจให้เหมาะสม

๒. บทบาทครูพยาบาล มีหน้าที่ให้ความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง เกี่ยวกับภาวะสุขภาพ และการปฏิบัติตัวที่ถูกต้องเหมาะสม พยาบาลต้องประเมินความพร้อมเพื่อการเรียนรู้ วางแผนสอน ผู้ใช้บริการและครอบครัว

๓. บทบาทผู้จัดการ ในการปฏิบัติการพยาบาลในหอผู้ป่วย พยาบาลต้องทำหน้าที่บริหารพร้อมกันไป ทั้งด้านบริหารคน บริหารการพยาบาล บริหารสภาพแวดล้อมและยังต้องพัฒนาวิชาชีพ โดยมุ่งเน้นการวิจัยการพยาบาล

๔. บทบาทผู้นำพยาบาล ความสามารถทำให้ผู้อื่นเชื่อถือและปฏิบัติให้เป็นไปตามเป้าหมาย สุขภาพดี มีการใช้อำนาจหน้าที่ที่เหมาะสม สามารถนำแนวคิดเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงเข้ามาใช้แก้ไขสถานการณ์และพัฒนาประสิทธิภาพของงาน

๕. บทบาทผู้ให้การปรึกษาหรือ การปรึกษาเป็นกระบวนการช่วยเหลือ เพื่อการตระหนักในภาวะเครียดและการปรับตัวได้เหมาะสม พยาบาลต้องมีทักษะในการสื่อสารมีความเป็นผู้นำเพียงพอที่จะวิจารณ์สถานการณ์ สังเคราะห์ข้อมูลและประสบการณ์ที่ผ่านมา ตลอดจนประเมินผลความก้าวหน้า

๖. บทบาทผู้ร่วมงาน พยาบาลต้องทำงานเป็นทีมสุขภาพ จึงต้องมีทักษะในการสร้างสัมพันธภาพเรียนรู้งานและเทคโนโลยีที่เกี่ยวข้องกับผู้ใช้บริการทั้งหมด

๗. บทบาทผู้แทนผู้ใช้บริการ พยาบาลต้องเป็นคนกลางระหว่างผู้ใช้บริการกับครอบครัวและแพทย์ เพราะพยาบาลทราบข้อมูลและปัญหาของผู้ใช้บริการทั้งหมด สามารถช่วยให้ผู้รับบริการได้รับการดูแลที่รวดเร็วและปลอดภัย

๘. บทบาทผู้เปลี่ยนแปลง พยาบาลสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้ใช้บริการ หรือสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมกับสภาพผู้ใช้บริการทั้งที่บ้านและโรงพยาบาล

๙. บทบาทผู้ประสานด้านศาสนาและวัฒนธรรม พยาบาลต้องเรียนรู้ ลักษณะวัฒนธรรมและศาสนาของผู้ใช้บริการ เพื่อนำไปวางแผนการพยาบาลให้สอดคล้องและปรับเปลี่ยนให้เข้ากับระบบความเชื่อของผู้ใช้บริการ

หน้าที่หลักของวิชาชีพพยาบาล การพยาบาลเพื่อนมนุษย์ในยามเจ็บป่วย มีจุดมุ่งหมายสำคัญพอสรุปได้เป็น ๔ ประการ คือ

- (๑) ช่วยบรรเทาความทุกข์ทรมานและเวทนาจากความเจ็บป่วย
- (๒) ป้องกันการลุกลามของโรคและภาวะแทรกซ้อน
- (๓) ส่งเสริมสมรรถภาพในการปรับตัวต่อสู้โรคและช่วยให้คืนสู่สุขภาพปกติโดยเร็วที่สุด



(๔) ช่วยป้องกันมิให้กลับเป็นโรคนั้น ๆ ซ้ำอีก เมื่ออยู่ในวิสัยที่จะป้องกันได้ การพยาบาลตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท เน้นการศึกษาในเรื่องต่าง ๆ ดังนี้

๑. ความเจ็บป่วยเป็นเรื่องธรรมชาติ ในสุดตนตปิฎก องคุตตรนิกาย สุตตกนิปาต ได้แสดงไว้ว่า สภาพของร่างกายและจิตใจ หรือชีวิตไว้ชัดเจนจนน่ากลัวว่า ร่างกายนี้เต็มไปด้วยแผล (อรุกาย) สร้างขึ้นด้วยท่อนกระดูก (สมุสสสิตฺ) เจ็บป่วยอยู่เป็นนิจย (อตฺร) เป็นรังแห่งโรครภัยไข้เจ็บ (โรคนิทธิ) และแตกทำลายง่ายมาก (ปภงฺคณฺ) ความเป็นสิ่รองรับโรครภัยและแตกทำลายง่ายของชีวิตร่างกายนี้ นำไปสู่การพุดถึงชีวิตมนุษย์ว่าน้อยนั้ก ไม่ซ้าก็แตกสลายไป โดยเปรียบเทียบชีวิตกับการอุปมาดังต่อไปนี้

๑) ชีวิตเปรียบด้วยน้ำค้ำบนยอดหญ้าในยามเช้า พอพระอาทิตย์สาดแสงแรงกล้า น้ำค้ำก็เหือดแห้งไป

๒) ชีวิตมนุษย์เปรียบด้วยฟองน้ำเวลาฝนตกหนักไม่ซ้าฟองน้ำก็แตกสลาย

๓) ชีวิตมนุษย์เปรียบด้วยไม้ซัดลงบนน้ำ พอลากไม้ผ่านไประอยก็หายไป

๔) ชีวิตสั้นไปเร็ว เหมือนกะแสน้ำเชี่ยว ไหลลงจากภูเขา

๕) ชีวิตเล็กน้อยและหลุดลอยไปง่าย ๆ เหมือนก้อนน้ำลายอยู่ปลายลิ้น

๖) ชีวิตเหมือนขึ้นเนื้อตั้งอยู่ในกระทะเหล็กร้อนที่เขาสุมไฟเผาอยู่ตลอดวัน

๗) ชีวิตเปรียบเหมือนโคที่คนฆ่าโคกำลังจูงไปสู่สถานที่ฆ่า

๒. แนวคิดเรื่องโรค ในสุดตนตปิฎก ขุททกนิกาย เถรคาถา ได้แสดงไว้ว่า บุคคลทั้งหลายสามารถพ้นจากโรคทางกายได้เป็นเวลา ๑ ปีบ้าง ๒ ปีบ้าง ๓ ปีบ้าง ๔ ปีบ้าง ๕ ปีบ้าง ๑๐ ปีบ้าง ๒๐ ปีบ้าง ๔๐ ปีบ้าง ๕๐ ปีบ้าง หรือแม้ยิ่งกว่า ๑๐๐ ปีบ้าง แต่ว่าในโลกนี้ บุคคลที่พ้นจากโรคทางใจแม้เพียงชั่วครู่ยามมีน้อยนั้ก นอกจากบุคคลที่พ้นจากกิเลสทั้งหลาย (คือพระอรหันต์)

เป้าหมายสำคัญในการแสดงธรรมของพระพุทธเจ้า คือการให้การรักษาโรคทางใจแก่ชาวโลก ข้อนี้คือเหตุผลที่ว่าทำไมพระพุทธเจ้าจึงทรงได้รับการสรรเสริญจากสาวกของพระองค์ว่าเป็นแพทย์ของชาวโลกทั้งมวล (สพฺพโลกตักิจฺจโก)

๓. แนวคิดเรื่องเกี่ยวกับคนไข้ ในสุดตนตปิฎก องคุตตรนิกาย ติกนินิปาต ได้แสดงคนไข้ไว้ ๓ ประเภท คือ

๑) คนไข้บางคนได้อาหารยาคนพยาบาล ซึ่งสมควร หรือมีก็ตาม ก็ไม่หายจากอาพาธ

๒) คนไข้บางคนได้อาหารยาคนพยาบาล ซึ่งสมควร หรือไม่มีก็ตาม ก็หายจากอาพาธ

๓) คนไข้บางคนต่อเมื่อได้อาหารยาคนพยาบาล ซึ่งสมควรจึงหายจากอาพาธนั้น เมื่อไม่ได้ อาหารยาคนพยาบาล ซึ่งสมควรก็ไม่หายจากอาพาธนั้น

ในสุดตนตปิฎก องคุตตรนิกาย ปถกนินิปาต ได้แสดงไว้ว่า คนไข้ที่ประกอบด้วย ๕ อย่างนี้ เป็นผู้ที่ยาบาลห้ามยาก คือ

๑) มักทำสิ่งซึ่งไม่เป็นที่สบายคือ ชอบฝืนคำสั่งหมอ เช่น ชอบกินของแสลง ห้ามเดิน จะเดิน ห้ามพุดจะพุด เป็นต้น



๒) ไม่รู้ประมาณในสิ่งที่สบาย

๓) ไม่กินยา

๔) มาบอกอาการป่วยตามความจริง แก่คนพยาบาลใช้ผู้ปรารถนาสิ่งที่เป็นประโยชน์ว่า อาการป่วยเพิ่มขึ้น ทุเลา หรือทรงอยู่

๕) ไม่อดทนต่อทุกขเวทนาทางกายที่เกิดขึ้นแล้วอันเป็นเวทนามากล้ำแข็ง เจ็บปวด ไม่เป็นที่พอใจถึงขนาดจะคร่าชีวิต

ส่วนคนไข้ที่ประกอบด้วย ๕ อย่างนี้ เป็นผู้ที่พยาบาลง่าย คือ

๑) มักทำสิ่งอันเป็นที่สบายคือ ไม่ฝืนคำสั่งหมอ

๒) รู้ประมาณในสิ่งอันเป็นที่สบาย

๓) กินยา

๔) บอกอาการป่วยตามความจริงแก่คนพยาบาลใช้ผู้ปรารถนาสิ่งที่เป็นประโยชน์ว่า อาการป่วยเพิ่มขึ้น ทุเลา หรือทรงอยู่

๕) อดทนต่อทุกขเวทนาทางกายที่เกิดขึ้น อันเป็นเวทนามากล้ำแข็ง เจ็บปวดไม่เป็นที่พอใจถึงขนาดจะคร่าชีวิต

๔. แนวคิดเรื่องคนพยาบาลใช้ ในสุดตนต์ปิฎก องคุตตรนิกาย ปมจกนิปาต ได้แสดงไว้ว่า คนพยาบาลใช้ที่ประกอบด้วย ๕ อย่างนี้ ไม่ควรที่จะพยาบาลคนไข้ คือ

๑) ไม่สามารถที่จะจัดยา

๒) ไม่รู้ของควร ของแผลง นำของแผลงเข้าไปให้ นำของไม่แผลงออก

๓) เป็นผู้เห็นแก่อำภิสัจจะพยาบาล ไม่มีเมตตาจิตพยาบาล

๔) รังเกียจที่จะนำอุจจาระ ปัสสาวะ อาเจียน หรือเขฬะ (น้ำลาย) ไปเท

๕) ไม่สามารถที่จะชี้แจงซักชวน ปลุกใจ ปลอบใจคนไข้ด้วยธรรมกถา เป็นครั้งคราว

คนพยาบาลใช้ที่ประกอบด้วย ๕ อย่างนี้ ควรที่จะพยาบาลคนไข้ คือ

๑) สามารถที่จะจัดยา

๒) รู้ของควร ของแผลง นำของแผลงออก นำของควรเข้าไปให้

๓) มีเมตตาจิตพยาบาล ไม่มุ่งอำภิสพยาบาล

๔) ไม่รังเกียจที่จะนำอุจจาระ ปัสสาวะ อาเจียน หรือเขฬะ (น้ำลาย) ไปเท

๕) เป็นผู้สามารถที่จะชี้แจงซักชวน ปลุกใจ ปลอบใจคนไข้ด้วยธรรมกถาเป็นครั้งคราว

#### ๔.๒.๒ ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน

##### จังหวัดนครปฐม

สุขของคฤหัสถ์ ๔ ประการ เป็นหลักธรรมพุทธปรัชญาเถรวาท คือ สุขอันชอบธรรมที่ผู้ครองเรือนควรมีและควรชวนชวายเป็นผู้มีอยู่เสมอ มี ๔ ประการ ซึ่งมีคุณค่าต่อสังคม เพราะเป็นธรรมที่สอนให้ตนเองและครอบครัวระมัดระวังและไม่ประมาทการใช้ชีวิต รู้จักเหตุผล รู้จักการประมาณ มีความรัก ความเมตตากรุณาซึ่งกันและกัน ย่อมมีความสุขเจริญรุ่งเรือง มีความผาสุก สังคมมีความสุขและเกิดความ

สันติสุข เมื่อประพฤติปฏิบัติตามหลักสุขของคฤหัสถ์ ๔ ประการ ตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทแล้ว จะได้รับประโยชน์หลายอย่าง คือ

๑. กามสุข เป็นความสุขของคนทั่วไปคือ เรื่องกามสุข เพราะเกี่ยวข้องกับมนุษย์ส่วนใหญ่ หรือชาวบ้านชาวเมืองและมวลชาวโลก เป็นความสุขสนองผัสสะ อาศัยการเสพ พึงพาขึ้นต่ออามิส วัตถุ เป็นความสุขจากการได้ การเอา เพื่อตัวเอง ให้แก่ตัวเอง ให้ตัวเอง ๆ ได้เสพ ซึ่งเมื่อคนปฏิบัติต่อ มันไม่ถูก บริหารไม่เป็น จัดการไม่ดี ก็เป็นบ่อเกิดของปัญหาสารพัดในโลกนี้ ที่ขัดแย้งแย้งชิงเบียดเบียน ช่มเหงกัน ตั้งแต่ระดับบุคคล จนถึงระดับโลก จึงต้องย้ำว่า ถ้าจะแก้ปัญหามนุษย์ให้ตรงจุด ให้ได้ ผล ก็ต้องแก้ที่นี้คือ ให้นุรักษ์พัฒนาปัญญาที่รู้เท่าทันและบริหารจัดการกามสุขนี้ให้ถูกต้อง ให้ถูกทาง อย่างน้อยให้คุณเหนือโทษ ให้การเกื้อกูลเหนือการเบียดเบียน

๒. ความสุขทางสังคัม ที่ว่าเป็นความสุขจากความเป็นมิตร มีไม่ตรีจิต มิตรภาพ การอยู่ร่วมกันในสังคัมด้วยเมตตากรุณา เป็นต้น ถ้าว่าโดยหลักธรรม หลักใหญ่สำหรับความสุขข้อนี้ได้แก่ พรหมวิหาร ๔ และสังคหวัตถุ ๔ ถ้าจะให้สังคัมประชาธิปไตยมั่นคง ก็ไปถึงสาราณียธรรม ๖ กัน เลย ความสุขทางสังคัมนี้ โดยพื้นฐานย่อมมุ่งไปที่หลักพรหมวิหาร ๔ คือ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ก็จะยกพ่อแม่มาเป็นตัวอย่าง เพราะธรรมชาติเอื้ออยู่แล้วให้พ่อแม่มีคุณธรรมชุดนี้ ท่านยกแม่ขึ้นมา เป็นตัวอย่างว่า แม่อยากให้ลูกมีความสุข เห็นลูกร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ ไม่เจ็บ ไม่ใช่ ไม่ป่วย สมใจ ตัว นี้คือได้สนองความต้องการพื้นฐานที่อยากให้ลูกมีความสุขแล้ว แม่ก็มีความสุข อย่างนี้เรียกว่า เมตตา ที่นี้ พ่อลูกเจ็บไข้ได้ป่วย แม่แต่นิดหน่อย แม่ก็มีจิตใจห่วงวันไหน ทนอยู่ไม่ได้ ก็ร่วมกับพ่อ ต้องไปหาทางแก้ไขบำบัดเยียวยา ลูก ให้หายเจ็บหายไข้หายป่วยให้ได้ ถ้าลูกยังไม่หายทุกข์ ยังไม่กลับเป็นสุข แม่และพ่อก็สุขไม่ได้ พ่อลูกหายป่วยเป็นปกติขึ้นมา แม่และพ่อก็สมใจ ได้สนองความต้องการที่อยาก ให้ลูกมีความสุข แล้วแม่และพ่อก็มีความสุข อย่างนี้เรียกว่า กรุณา ถ้าลูกเติบโตเจริญงอกงาม มีรูป กาย สวยงามสง่า ประสบความสำเร็จในการศึกษาได้คะแนนสูงหรือได้งานดีมีความก้าวหน้าในตำแหน่ง หน้าที่ คือดียิ่งขึ้นไป แม่และพ่อก็สมใจ สมปรารถนา ได้สนองความต้องการที่อยากให้ลูกมีความสุข แล้วแม่และพ่อก็มีความสุข อย่างนี้เรียกว่า มุทิตา แต่ครบแค่นี้ ยังไม่ครบพรหมวิหาร ได้แค่อ้อ ยังไม่ช่วยให้ลูกเติบโตจริง จะได้แต่ลูกแหงนเอาอกกับแม่พ่อเรื่อยไป ท่านยกตัวอย่างตอนลูกออกเรือน มี ครอบครัว รับผิดชอบตัวเอง เขาแต่งงานมีครอบครัวแล้ว เมื่อมีปัญหาอยู่แล้ว ลูกเราโตแล้ว เขา รับผิดชอบตัวเอง และถึงเวลาที่เขาจะต้องรับผิดชอบตนเอง ความต้องการ หรืออยากให้ลูกอยู่ใน ความถูกต้องสมควรตามเหตุผล ไม่ทำความผิดพลาดเสียหาย ดำเนินไปตมธรรม โดยมีใจเป็นกลางวาง เรียบนิ่งไม่ห่วงวันไหนเอนเอียงลงตัวอย่างนี้ เรียกว่า อุเบกขา

๓. ความสุขในการพัฒนาของชีวิต อยู่ในประเภทของความสุขภายในที่สร้างขึ้นเองได้ โดยเฉพาะที่ต้องถือว่าสำคัญมากคือ เป็นความสุขที่เกิดพร้อมกันไปกับการพัฒนาของชีวิต หรือความสุขที่ ดำเนินไปด้วยกันกับความก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรม เมื่อเราพัฒนาชีวิตของเราคือ พัฒนากาย พัฒนาศีล พัฒนาจิตใจ พัฒนาปัญญา จะเรียกว่าเจริญภาวนา หรือเรียกว่าปฏิบัติธรรม เมื่อการพัฒนา ชีวิต เจริญภาวนา หรือปฏิบัติธรรมนั้นดำเนินไป ก็จะมีความสุขชุดนี้ขึ้นมา ดังที่บอกแล้วว่าเป็น

ความสุขข้างใน ธรรมชุดนี้เป็นภาวะของจิต มีอยู่ด้วยกัน ๕ ชุด เป็นคุณสมบัติที่เป็นไปภายในโดยตรง กับตนเองท่านเรียกว่า ธรรมสมาธิ มี ๕ ข้อ คือ

๑) ปราโมทย์ ความร่าเริงเบิกบานใจ หรือร่าเริงบันเทิงใจ เป็นคุณสมบัติพื้นฐานของจิตใจ ซึ่งทุกคนควรจะมีตลอดเวลา

๒) ปีติ ความอิ่มใจ ปลาบปลื้มใจ พอมีปราโมทย์ ใจร่าเริงแล้ว ก็จะมีปีติ

๓) ปัสสัทธิ ความสงบเย็น เรียบร้อยใจ ผ่อนคลายกายใจ ไม่เครียด ฟุ้งสั่นเกินว่า ปัสสัทธิ คือความผ่อนคลายนี้ เป็นจุดเชื่อมถึงกันระหว่างกายกับใจ ถ้ากายเครียด ใจก็เครียด ถ้าใจเครียด กายก็เครียด พอมีปีติ อิ่มใจแล้ว ปัสสัทธิก็มา ก็จะสงบเย็นผ่อนคลาย

๔) สุข ความฉ่ำชื่นรื่นใจ คล่องใจ ไม่มีอะไรกดดันบีบคั้น พอปัสสัทธิมาแล้วสุขก็ตามมา

๕) สมาธิ ภาวะที่จิตมั่นแน่ว อยู่ตัว ไม่มีอะไรกวนและจิตนั้นอยู่กับสิ่งที่ต้องการได้ตามต้องการ สุขมาแล้ว สมาธิก็เกิดได้

การดำเนินชีวิตของคฤหัสถ์ตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทในปริบทต่าง ๆ ที่มีวิถีชีวิตและประกอบอาชีพที่แตกต่างกัน การดำเนินชีวิตของบุคคลในปัจจุบัน ต้องการประสบความสำเร็จและมีความสุขมากที่สุดในชีวิตอย่างแท้จริง ก็ต้องดำเนินชีวิตให้ถูกต้องคือ จะต้องปฏิบัติถูกต้องต่อชีวิตตนเองและต่อสภาพแวดล้อมทั้งทางสังคม ทางธรรมชาติและทางวัตถุโดยทั่วไป รวมทั้งเทคโนโลยี คนที่รู้จักดำเนินชีวิตให้ถูกต้องย่อมมีชีวิตที่ดีงามละมีความสุขที่แท้จริง ซึ่งหมายถึงการหาความสุขที่เอื้อต่อการเกิดมีความสุขของผู้อื่นด้วย

การดำเนินชีวิต เป็นเรื่องสำคัญ ถ้าไม่มีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง หรือไม่มีเป้าหมายชีวิตที่ชัดเจน ชีวิตก็จะประสบความสำเร็จได้ก็ขึ้นอยู่กับดำเนินชีวิตที่ต้องอาศัยปัจจัยหลายอย่างเป็นตัวประกอบ เช่น สติ ปัญญา ความกล้าหาญ และความอดทน เป็นต้น สมดังคณะกรรมการวิชาการศิลปการดำเนินชีวิตได้ให้ทรรศนะไว้ ดังนี้

๑. การดำเนินชีวิตประเภทรู้เท่าทันชีวิต หมายถึง การดำเนินชีวิตด้วยสติปัญญา คือ “คิดก่อนทำ” ไม่ปล่อยชีวิตไปตามบงการของกิเลส อันมีความโลภ ความโกรธและความหลง เป็นต้น แต่ให้เป็นที่ไปด้วยสติปัญญา คือมีความรู้ตัวก่อนทำว่าสิ่งที่ตนทำ หรือกำลังทำอยู่นั้นถูก หรือผิด ดีหรือชั่ว มีคุณหรือมีโทษ เป็นประโยชน์ หรือมิใช่ประโยชน์ จะให้ผลเป็นความสุขความเจริญ หรือความทุกข์ ความเสื่อม แล้วเลือกทำสิ่งที่ถูกต้องดีงามมีคุณประโยชน์และจะให้ผลเป็นความสุข ความเจริญ ไม่ทำสิ่งผิดชั่วมีโทษ ไม่เป็นประโยชน์และจะให้ผลเป็นความทุกข์ ความเสื่อม การดำเนินชีวิตแบบรู้เท่าทันต้องอาศัย สติคือ การระลึกการกระทำของตนให้ทันทั้งก่อนทำ ขณะทำและแม้แต่เมื่อทำไปแล้วกับปัญญา คือ ความคิดที่แยกกาย เฉลียวฉลาด รอบรู้ สามารถตัดสินใจได้ถูกต้องว่าสิ่งที่ตนจะทำ กำลังทำหรือทำไปแล้วนั้นถูกผิด ดีชั่ว เป็นคุณเป็นโทษเป็นประโยชน์มิใช่ประโยชน์อย่างไร ทางออกที่ถูกต้องการจะเป็นอย่างไร ได้ตรงกับความจริงไม่เห็นผิดเป็นชอบ หรือ “เห็นกงจักรเป็นดอกบัว”

การดำเนินชีวิตที่ก่อให้เกิดความสุขนั้น ต้องมีจุดมุ่งหมายปลายทาง กล่าวคือ เข้าใจชีวิตรู้วิธีการดำเนินชีวิตและพยายามตรวจสอบการดำเนินชีวิต ดังนี้

๑. ต้องมีเป้าหมายและแนวทางดำเนินชีวิตที่ชัดเจน
๒. ต้องศึกษาแนวทางดำเนินชีวิตไปสู่เป้าหมาย โดยศึกษาหลาย ๆ แนวทาง เพื่อเลือกแนวทางที่ลัดตรงเป้าหมายและเหมาะสมกับสภาพชีวิตและวัยของตนให้มากที่สุด
๓. ต้องรู้จักองค์ประกอบชีวิต วิธีการดำเนินชีวิต และสภาพชีวิตของตนและฝึกปรือให้เกิดเป็นทักษะ หรือความชำนาญในการดำเนินชีวิตของตน กล่าวคือ
  - ๑) ชีวิตประกอบด้วยร่างกาย จิตใจและปัญญา ที่อิงอาศัยกันเหมือนรถยนต์ที่ต้องมีทั้งตัวรถและผู้ขับขี่ ซึ่งจะต้องได้รับการดูแลรักษาให้อยู่ในสภาพพร้อมทั้ง ๒ อย่าง ชีวิตจึงจะดำเนินไปได้
  - ๒) ต้องรู้ว่าชีวิตจะดำรงและดำเนินไปได้ต้องได้รับการบำรุงเลี้ยงด้วยวัตถุ หรือปัจจัยพื้นฐาน ๔ ประการ คือ อาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่มและยารักษาโรค ซึ่งจำเป็นต้องพัฒนาความรู้ความสามารถที่จะแสวงหา สร้างสรรค์และพัฒนาวัตถุนั้นให้เอื้ออำนวยต่อการดำรงชีวิตของตน
  - ๓) ต้องรู้ว่าชีวิตต้องการพักผ่อนและมีการเปลี่ยนกริยาบทสลับกับการทำงาน เพื่อให้ร่างกายและจิตใจได้พักผ่อนคลายความเครียดจากการทำงานมาระยะหนึ่งและพร้อมที่จะทำงานอย่างสดชื่นอีกครั้งหนึ่ง
  - ๔) ต้องรู้วิธีแก้ไขเมื่อชีวิตมีปัญหา หรือรู้แหล่งที่จะช่วยแก้ไข เช่น โรงพยาบาล
  - ๕) ต้องมีหลักในการสังเกตตรวจสอบความก้าวหน้าของชีวิตกับเป้าหมายเป็นระยะเพื่อมิให้หลงทางเสียเวลาและเพื่อเป็นกำลังใจให้ก้าวหน้าต่อไป
  - ๖) ต้องตรวจสอบสุขภาพกาย สุขภาพจิต ตามระยะเวลาและบำรุงรักษาร่างกาย และจิตใจให้แข็งแรง มีอายุยืนนาน พร้อมแก่การทำงานและการประกอบกิจกรรม เพื่อเป็นประโยชน์ตามประสงค์อย่างมีสุข
  - ๗) ต้องเว้นจากสิ่งเสพติดเป็นมีนเมาที่เป็นเหตุให้ขาดสติ เพื่อป้องกันความเสียหายที่จะเกิดแก่ตนเอง แก่ผู้อื่นและแก่ส่วนรวม
  - ๘) ต้องรู้จักหยุด รู้จักพอเมื่อถึงเป้าหมาย เพื่อปลดปล่อยตนให้เป็นอิสระจากความทุกข์ ความดิ้นรน
  - ๙) ต้องรู้ว่าการดำเนินชีวิตของบุคคลต้องเกี่ยวข้องกับผู้อื่น ดังนั้น จึงต้องมีมนุษยธรรมคือ (ศีล) และปฏิบัติตามข้อตกลง กฎหมายและกฎเกณฑ์ของสังคม เพื่อให้ทุกคนอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ได้รับการคุ้มครองผลประโยชน์ในการกิน การอยู่ การประกอบอาชีพและการดำเนินชีวิตด้านอื่น ๆ อย่างยุติธรรม ไม่ต้องเคร่งเครียด หวาดระแวงจากการแข่งขัน เบียดเบียนแย่งชิงซึ่งกันและกันอย่างไม่เป็นธรรม
  - ๑๐) ต้องรู้ว่าชีวิตจะมีความสุขยิ่งขึ้น ถ้าบุคคลในสังคมได้มีการเอื้อเพื่อแบ่งปันกันด้วยความเต็มใจ จึงต้องฝึกการให้ การเสียสละและสงเคราะห์ซึ่งกันและกันไว้เสมอ
  - ๑๑) ต้องรู้ว่าสภาวะแวดล้อมทางธรรมชาติที่สงบ สวยงาม ร่มรื่นและบุคคลแวดล้อมที่น่าพึงใจมีผลทำให้เกิดความสุข จึงต้องมีการคัดเลือกและพัฒนาสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติและทาง



สังคมคือ มนุษย์ด้วยกันเอง ให้เอื้ออำนวยต่อความสุขของบุคคลด้วย เช่น รู้จักการเลือกคบเพื่อน รู้จักการเลือกคู่ครอง เป็นต้น

๒. การดำเนินชีวิตประเภทที่มีการพัฒนาที่ยั่งยืน การดำเนินชีวิตตามแนวนี้จะควบคู่ไปกับ การพัฒนาความสุขไปด้วย เป็นความสุขทั้งของตน ของผู้อื่นและของคนหมู่มาก เป็นผลดีทั้งแก่ตน ผู้อื่น สิ่งแวดล้อมทางวัฒนธรรมชาติ ผู้ที่ดำเนินชีวิตตามแนวทางนี้จะเป็นทั้ง คนเก่ง คนดีมีความสุขและความยั่งยืน เนื่องจากทุกองค์ประกอบของชีวิตคือ ร่างกาย จิตใจ สังคม ธรรมชาติและวัตถุ ได้รับการพัฒนาพร้อมกัน

การดำเนินชีวิตตามแนวนี้พัฒนาขึ้นจากแนวคิดของพระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) ผู้ที่วางการศึกษาไทยให้การยอมรับอย่างสูงในปัจจุบัน ประกอบด้วยขั้นตอนต่าง ๆ ดังนี้

- ๑) ปลูกจิตสำนึกในการเรียนรู้และการฝึกฝนพัฒนาตนให้เป็นผู้ “ใฝ่รู้สู้สิ่งยาก”
- ๒) มีศีลและปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของสังคม
- ๓) ฝึกฝนเพิ่มควมมีอิสระจากวัตถุภายนอกคือ กินอยู่แต่พอดี”
- ๔) ฝึกการบริจาด การเสียสละ การสงเคราะห์
- ๕) รู้เท่าทันความรู้สึกและแรงจูงใจภายในของตนและปรับให้เป็น “แรงจูงใจใฝ่ดีใฝ่สร้างสรรค์”
- ๖) ปรับแต่งจิตของตนให้มีกำลัง มีความสุขและความดิงามด้วยสมาธิ
- ๗) ฝึกฝนพัฒนาปัญญาในระดับสูงให้เข้าใจความจริงของชีวิตและโลกเพื่อความเป็นอิสระ

เหนือความสุข ความทุกข์ทั้งปวง

๓. การดำเนินชีวิตตามแนวพุทธปรัชญาโดยทั่วไป บุคคลทั่วไปได้นำนักพุทธปรัชญามาเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต ก็เพื่อให้ชีวิตพบกับความสงบสุข เพื่อส่งเสริมเกี่ยวกับการประกอบอาชีพ ธุรกิจการงานให้ประสบความสำเร็จ แล้วนำรายได้มาจุนเจือครอบครัวในด้านรายจ่าย ดังนั้น หลักพุทธปรัชญา จึงประกอบด้วยหลักคำสอนที่เหมาะสมต่อการนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตทั้งส่วนบุคคล ครอบครัว ธุรกิจและการนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตในสังคมได้

มนุษย์ทุกคนย่อมมีลักษณะที่เหมือนกันอย่างหนึ่งคือ รักสุข เกลียดทุกข์และอยากมีชีวิตอยู่หรือไม่อยากตาย สิ่งเหล่านี้แสดงให้เห็นถึงธรรมชาติของชีวิตในลักษณะสากล เมื่อมีการรักษาชีวิตให้คงอยู่ต่อไปแล้วที่สำคัญสำหรับชีวิตต่อมาก็คือ ชีวิตดำรงอยู่เพื่ออะไร หรือชีวิตควรเป็นอย่างไร ถ้าเราไม่รู้ชีวิตควรเป็นอย่างไรแล้ว มนุษย์ก็ย่อมที่จะมีชีวิตอยู่โดยปราศจากจุดมุ่งหมาย หรือมองไม่เห็นความสำคัญในการใช้ชีวิต อาจจะใช้ชีวิตที่ไม่ต่างไปจากสัตว์ คำตอบสำหรับเรื่องนี้มีหลายคำตอบ เช่น ชีวิตคือ งาน ชีวิตคือ การทดลอง ชีวิตคือ การเรียนรู้ ชีวิตคือ การแสวงหา ฯลฯ คำตอบที่แตกต่างกันนั้นมาจากการมองโลกมนุษย์เกิดมาแล้วก็ต้องดำรงชีวิตอยู่ในสังคม มนุษย์จึงจำเป็นที่จะต้องอยู่รวมกันเป็นสังคม หลักการดำเนินชีวิตของมนุษย์นั้นส่วนมากก็มักจะมีแบบแผนมาจากสังคมที่ตนเองดำรงอยู่ ซึ่งแต่ละสังคมก็มีหลักการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกันไปตามสภาพแวดล้อมและโลกทัศน์ ชีวิตมนุษย์ย่อมต้องการโนสิ่งทีตนประสงค์ที่พึงพอใจ นั่นคือความสุข ซึ่งความต้องการนี้มีหลายทางด้วยกัน พอสรุปจะได้เพียง ๓ ทาง คือ



๑. ความต้องการทางชีววิทยา (Biological Needs) หมายถึง ความต้องการอันเกิดจากทางร่างกาย อันเป็นความต้องการพื้นฐานที่จำเป็นที่สุด เช่น ปัจจัย ๔ อย่าง คือ

๑) ความต้องการอาหาร มนุษย์จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องพยายามสร้างที่ทำมาหากินให้มีประโยชน์ที่สุดและคุ้มค่าที่สุด

๒) ความต้องการเครื่องนุ่งห่ม เพื่อปกปิดร่างกาย เพื่อความอบอุ่น ป้องกันอันตราย และแสดงถึงความเป็นอารยชน หรือผู้ที่เจริญแล้ว

๓) ความต้องการที่อยู่อาศัย เพื่อป้องกันฝนฟ้า สัตว์ร้ายและเพื่อความสุขสบายในชีวิตของตน

๒. ความต้องการทางสังคม (Social Needs) เพราะมนุษย์เป็นสัตว์สังคม ชอบอยู่กันเป็นกลุ่ม ทั้งนี้อาจจะเพื่อความอบอุ่นใจ เพื่อสงเคราะห์อนุเคราะห์กันและกัน จึงมีการแต่งงานมีคู่ครองมีบุตรสืบสกุล มีเพื่อนฝูง ตลอดจนยังมีมิตรประเทศเพื่อช่วยเหลือกันและกันในด้านการค้าขาย การศึกษา การเมืองและการทหาร เป็นต้น และนอกจากนี้ยังต้องการความโดดเด่นเพื่อมีเกียรติยศ อำนาจ ชื่อเสียง บริวาร อีกด้วย

๓. ความต้องการทางใจ (Mental Needs) อันเป็นความต้องการอันลึกซึ้ง ซึ่งอยู่เบื้องหลังความต้องการด้านอื่น ๆ ซึ่ง **บุญมี แทนแก้ว** กล่าวไว้ว่า

๑) ความต้องการความอบอุ่น ความปลอดภัยและหลักประกันชีวิต ความต้องการชนิดนี้มักจะพึงพาอาศัยอำนาจสูงสุดที่สามารถคอยดลบันดาลให้ตนสมปรารถนา เช่น อำนาจทางศาสนา หรืออำนาจสิ่งสูงสุด เช่น พระผู้เป็นเจ้า เป็นต้น

๒) ความต้องการความดี ความสมบูรณ์ อันเป็นที่ตั้งงาม อันเป็นสิ่งที่ทุกคนยอมปรารถนาไม่ว่าจะเป็นผู้ดี มั่งมี หรือคนยากจน

๓) ความต้องการบรรลุจุดหมายปลายทางของชีวิต ซึ่งมีอยู่สองทาง คือทางดีกับทางชั่ว ดังนั้น ศาสนิกชนพึงปฏิบัติเพื่อบรรลุจุดหมายปลายทางนั้นที่เห็นว่าถูกต้อง

๔) ความต้องการความสุขพิเศษ นั่นคือ ความต้องการความสุขที่แท้จริง เช่น พระพุทธศาสนาสอนให้เข้าใจในเรื่องไตรลักษณ์คือ อนิจจัง ทุกขังและอนัตตาและสอนให้บรรลุพระนิพพานอันเป็นบรมสุข เป็นต้น

๕) ความต้องการที่พึงอันประเสริฐ มนุษย์มีลักษณะอย่างหนึ่งที่คล้ายกันกับสัตว์คือ มีความกลัว เช่น กลัวฟ้าร้อง ฟ้าแลบ น้ำขึ้นและลมพายุ เป็นต้น จึงมักหาที่พึ่ง เช่น เทพเจ้าและภูเขাপ่าไม้ เป็นต้น

๖) ความต้องการปรัชญาชีวิต เพราะมนุษย์อยู่ในท่ามกลางสิ่งแวดล้อมทุกชนิด คือสิ่งแวดล้อมเหล่านั้นย่อมมีลักษณะ ๓ อย่าง คือ เกิดขึ้น ตั้งอยู่และสลายไป ถ้าเราศึกษาให้เข้าใจสิ่งแวดล้อมด้วยดี เราจะสามารถเข้าใจชีวิตอย่างดี ดังนี้ เมื่อชีวิตเรามีสภาวะเช่นนั้นเราจึงจะมีความสุขไม่ยึดติดในสิ่งใดมากเกินไป อาจเกิดทุกข์ได้

### ๔.๓ วิเคราะห์ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาล สามพราน จังหวัดนครปฐม

จากการศึกษารายละเอียดของความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม ในหลากหลายบริบท ที่มีการดำเนินวิถีชีวิตและ การปฏิบัติงานอย่างมีความสุขของพยาบาล ตามแบบของคฤหัสถ์ทั่วไป ซึ่งเป็นการดำเนินชีวิตตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท ที่ได้รับความสุขหลังจากการปฏิบัติตามหลักธรรมคำสอนอย่างสม่ำเสมอ ทำให้พบว่าการดำรงวิถีชีวิตของมนุษย์ที่มีความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ จะทำให้เกิดความสุขและสันติสุข อันหมายถึง ความสบายกาย ความสบายใจ หรือความภูมิใจ เอิบอímใจในการดำเนินชีวิตของตน ซึ่งจะให้ประโยชน์และคุณค่าต่อจิตใจอันเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ เนื่องจากผู้วิจัยได้ปฏิบัติงานเป็นพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน และหลากหลายบริบทที่จะเข้าไปปัญหาในการดำเนินวิถีชีวิตอาชีพพยาบาลด้วยกัน จึงจะทำการวิเคราะห์ความสุขตามแนว พุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม ตามข้อมูลที่ได้ศึกษา โดยนำแนวความคิดตามหลักพุทธปรัชญาเถรวาท มาวิเคราะห์เพื่อแก้ไขปัญหาและเสนอแนะความสุขส่วนตนและมีความสุขส่วนรวม เพื่อให้การปฏิบัติงานมีประสิทธิภาพและการดำเนินวิถีชีวิตอย่างมีความสุข ในการดำเนินตามหลักพุทธปรัชญาเถรวาท การดำเนินวิถีชีวิตของพยาบาลและคนในสังคมให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ทั้งโดยส่วนตัวและส่วนรวมของสังคมและเพื่อให้ประสบผลสำเร็จตามเป้าหมายอันสูงสุดคือ ความสันติสุขในการดำเนินชีวิตตามหลักพุทธปรัชญาเถรวาท อาจทำให้มนุษย์คิดได้ว่าในโลกนี้ไม่ว่าจะทำอะไรต้องเป็นความจริงและเป็นอนิจจังทั้งสิ้นและมีแต่ความเปลี่ยนแปลงไป ฉะนั้น อย่าไปยึดกับความไม่แท้จริงหรือเอาชีวิตและความสุขของเราฝากฝังไว้กับสิ่งภายนอก เช่น วัตถุ รูปร่าง หน้าตา เป็นสิ่งที่ไม่ได้สาระที่แท้จริง ล้วนแต่เป็นสิ่งที่ของไม่เที่ยง เป็นอนิจจัง เป็นทุกขังและอนัตตา จะต้องคิดทำแต่สิ่งดี ๆ มีความรู้และเข้าใจตระหนักถึงคุณค่าในหลักสุข ๔ ประการ ซึ่งเป็นหลักพุทธปรัชญาเถรวาท ที่เหมาะสมต่อการพัฒนาเกี่ยวกับปัจจัยการดำเนินชีวิตของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน ที่เป็นคุณค่าและประโยชน์ต่อตนเองและเพื่อสังคม มีชีวิตด้วยการปฏิบัติตามหลักธรรมและวัฒนธรรมประเพณีอันดีงามแล้วเราจะได้มีจิตใจที่ดี เบิกบาน แจ่มใส ประสบพบแต่ความสุขความเจริญอย่างแท้จริง สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ ศิริรัตน์ วีระสมวงศ์ กล่าวว่า มีความเข้าใจ เมื่อมีหลักสุข ๔ ประการ จะสามารถให้เราดำเนินชีวิตอย่างสงบสุข มีความสุขต่อเงินเดือนที่ได้ มีการวางแผนการใช้จ่ายเงิน ไม่ก่อให้เกิดหนี้สิน ประกอบอาชีพอย่างสุจริต ยึดถือในจริยธรรมในวิชาชีพของตน ก่อให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง และครอบครัวและอาชีพของตน สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ ขาดยา อนันต์ธราทรัพย์ กล่าวว่า มีความเข้าใจ การใช้หลักสุข ๔ ประการ ในการดำเนินชีวิตจะทำให้เราเกิดความสุขได้โดยง่าย คือ สุขจากการมีทรัพย์ สุขจากการใช้จ่ายทรัพย์ สุขจากการไม่เป็นหนี้ และสุขจากการประพฤติสุจริตที่ไม่มีโทษ สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ ณัฐธยาน์ อุดลยโพธิธรรม กล่าวว่า มีความเข้าใจ เพราะได้ตระหนักถึงคุณค่าในหลักสุข ๔ ประการ และสามารถนำมาปรับใช้ในวิชาชีพพยาบาลได้ พอใจและมี

ความสุขในการทำงาน สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **จุไรรัตน์ บุญสิทธิ์** กล่าวว่า มีความเข้าใจ แต่เข้าใจไม่มาก คิดว่าพยาบาลโรงพยาบาลสามพราน บางส่วนก็มีหลักสูตร ๔ ประการ บางส่วนก็อาจจะขาดข้อใดข้อหนึ่ง ทำให้การดำเนินชีวิตการทำงานทำหน้าที่มีปัญหาสอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **นิตา วงศ์จีน** กล่าวว่า พอจะเข้าใจในหลักสูตร ๔ แต่ยังไม่เข้าถึง แต่ได้พยายามใช้หลักเศรษฐกิจพอเพียง และเดินทางสายกลาง จะทำให้เกิดความสุขในการดำเนินวิถีชีวิตประจำวันได้นั้น พอเพียง หมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผลและความจำเป็น ต้องมีระบบภูมิคุ้มกันตัวที่ดีพอสมควรและหลัก อริยมรรคมีองค์ ๘ (ทางสายกลาง) ประกอบด้วย ๑. ความเห็น หรือความเข้าใจที่ถูกต้อง (สัมมาทิฐิ) ๒. ความคิด ที่ถูกต้อง (สัมมาสังกัปปะ) ๓. การพูดที่ถูกต้อง (สัมมาวาจา) ๔. การงานที่ถูกต้อง (สัมมา กัมมันตะ) ๕. การเลี้ยงชีพที่ถูกต้อง (สัมมาอาชีวะ) ๖. ความเพียรพยายามที่ถูกต้อง (สัมมาวายามะ) ๗. ความระลึกรู้ได้ที่ถูกต้อง (สัมมาสติ) ๘. ความตั้งใจที่ถูกต้อง (สัมมาสมาธิ) มาปรับใช้ให้มีคุณค่ากับการ ดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขได้ สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **ฉันทนา ภัทรเจริญสิน** ได้กล่าวเสริมว่า พอจะเข้าใจบ้าง แต่ได้ยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ฯ มาปรับใช้ในการ ดำเนินวิถีชีวิตประจำวัน หมายความว่า มีกินมีอยู่ ไม่ฟุ่มเฟือย ไม่หรุหรา พอในความต้องการ มีความโลภน้อยก็เบียดเบียนคนอื่นน้อย หมายความว่า พอประมาณ ไม่สุดโต่ง ไม่โลภอย่างมาก คนเราก็ อยู่เป็นสุข สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **สุนันทา ทำสระคู** กล่าวว่า ตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท แต่คิดว่าน่าจะเหมาะสมและนำมาปรับใช้ในชีวิตประจำวัน สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **สุภาพร เพ็งมานะยล** กล่าวว่า หลักสูตร ๔ ประการ เป็นหลักหลักธรรมสำหรับการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข เพราะได้ชื่อว่า สุข ๔ จะต้องเป็นความสุขของคนทั่วไป สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **กฤษดา นิจกาล** กล่าวว่า พอจะเข้าใจบ้างในหลักสูตร ๔ ประการ เพราะทุกวันนี้ก็พยายามเก็บรักษาทรัพย์ไว้บ้าง และไม่มีหนี้ สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **เกื้อกุล วัฒนานุกุล** กล่าวว่า มีความเข้าใจในหลักสูตร ๔ ประการ พอสมควร เมื่อได้อ่านและทำความเข้าใจแล้วนั้น ก็ได้กระทำอยู่แล้วในปัจจุบันนี้ พบว่า ความเป็นอยู่ของครอบครัวมีความสมบูรณ์ในชีวิต ใช้จ่ายอย่างเหมาะสมและระมัดระวัง

สรุปได้ว่า จากการสัมภาษณ์ทั้งสิบท่าน เห็นว่า มีความเข้าใจหลักสูตร ๔ ประการ เพราะสุข ๔ มี อยู่ในพุทธปรัชญาเถรวาท เป็นคำสอนที่เป็นความจริง ถ้าหากนำไปปรับใช้ประพฤติปฏิบัติ มีผลต่อการดำเนินชีวิตให้เกิดความสุขที่แท้จริง เกิดความสันติสุขต่อสังคมส่วนรวม

การนำหลักพุทธปรัชญาเถรวาทมาเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตนั้น ก็เพื่อให้ชีวิตของแต่ละ ท่านที่ได้กล่าวมาแล้วเบื้องต้นได้พบกับความสุข อันจะเป็นผลในการส่งเสริมการประกอบอาชีพ ตลอดจนการปฏิบัติหน้าที่ของตนเองให้ประสบความสำเร็จ มีรายได้เพิ่มขึ้นนำมาจุนเจือครอบครัว สังคมและประเทศชาติ จึงกล่าวได้ว่า หลักพุทธปรัชญาเถรวาท ประกอบด้วยคำสอนที่เหมาะสมต่อ ทุกเพศทุกวัยที่จะนำมาใช้ในการดำเนินชีวิตทั้งส่วนตัวและส่วนรวม หรือประโยชน์ทั้งสองใน การดำเนินชีวิตในสังคมปัจจุบันได้ ซึ่งสรุปหลักธรรมในหลักสูตร ๔ ประการ ที่มีนุชย์สมควรประพฤติ ปฏิบัติตามหลักธรรม เพื่อการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข ดังนี้

๑. อติสุข สุขจากการมีทรัพย์ คือ ความภูมิใจเอิบอ้อมและอุ่นใจว่าตนได้ใช้ทรัพย์ที่ได้มาด้วยน้ำพักน้ำแรง ความอดทนขยันหมั่นเพียรของตนและโดยทางชอบ สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **ศรีรัตน์ วีระสมวงศ์** กล่าวว่า ทรัพย์ที่หามาได้ด้วยการทำงานอย่างสุจริต อดทน มีมานะบากบั่นต่อความยากลำบากและเก็บไว้ใช้เมื่อจำเป็น จนเกิดความภาคภูมิใจ อิ่มเอิบใจ มีความสบายใจและเกิดความเป็นสุขและสามารถนำมาปรับใช้ในชีวิตประจำวันและการปฏิบัติงานได้ สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **ชาตยา อนันต์ธราทรัพย์** กล่าวว่า การมีทรัพย์ จะคิดทำอะไร อยากได้อะไร ย่อมจะสามารถทำได้ทุกอย่าง ตามที่เราต้องการ อย่างน้อยเก็บออมไว้ใช้ในยามจำเป็นและเพื่อแบ่งปันไว้บริจาค ไว้ทำบุญ ทำทาน ตามฐานะที่จำเป็น ยังสอดคล้องกับ สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **ณัฐธยาน์ อุดลยไพจิตรธรรม** กล่าวว่า จะมีทรัพย์มากน้อยเท่าไร ถ้าพอใจในทรัพย์ที่หามาได้ด้วยความสุจริต ย่อมทำให้การดำเนินชีวิตจะมีความสุข อยู่ร่วมกับสังคมอย่างสันติสุข สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **จุไรรัตน์ บุญสัตย์** กล่าวว่า การมีทรัพย์ย่อมมีสุขและจะต้องรู้การบริการจัดการที่ดี เพราะการที่จะได้ทรัพย์มาได้นั้นจะต้องทำงาน ออกแรง ออกความคิด มีความยากลำบาก เหน็จเหนื่อยกับการทำงานนั้น ๆ เพื่อแรกกับทรัพย์ที่เราจะได้มาใช้และเก็บเอาไว้ใช้และรู้จักแบ่งปันส่วนไว้ใช้ในยามจำเป็น สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **นิสา วงศ์จิ้น** กล่าวว่า จะได้ทรัพย์สิน เงิน ทอง มาไว้ใช้จะต้องแสวงหาด้วยยากลำบากถึงจะได้ทรัพย์มา เพราะฉะนั้น จึงต้องแรกด้วยน้ำพักน้ำแรง และจะต้องทำด้วยความสุจริต เมื่อได้ทรัพย์มาต้องรู้จักเก็บรู้จักใช้เท่าที่จำเป็น ไม่ฟุ่มเฟือย มีความอยากได้พอประมาณ ย่อมจะเกิดความสุขทั้งตนเองและครอบครัวสุข สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **ฉันทนา ภัทรเจริญสิน** กล่าวว่า ทรัพย์เป็นสิ่งจำเป็นทุกคน ทุกคนจะต้องแสวงหาจะได้ทรัพย์นั้นมาด้วยความยากลำบาก ต้องมีความขยันอดทน งานจะหนัก หรืองานจะเบา ถึงอากาศจะร้อน หรือหนาวสักเพียงใดต้องยอมสู้ทนไม่ทอดถอนใจอุปสรรคและไม่ทะเลาะทอเยยานมีความอยากได้ในสิ่งที่ไม่จำเป็นและต้องพอใจในสิ่งที่มีอยู่ การดำเนินวิถีชีวิตย่อมก่อให้เกิดความสุขทั้งส่วนตนและส่วนรวม สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **สุภาพร เพ็งมานะยล** กล่าวว่า ทรัพย์เป็นของที่หายากลำบาก เมื่อได้มาแล้วจะต้องระมัดระวังในการใช้ โดยเฉพาะเศรษฐกิจในปัจจุบันนี้ การเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา พยายามศึกษาภาวะเศรษฐกิจ เพื่อความไม่ประมาทในการใช้ทรัพย์และการดำเนินชีวิตจะไม่ผิดพลาด สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **สุนันทา ทำสระคู** กล่าวว่า ความสุขจากการมีทรัพย์ จะต้องแลกกับการเสียเหงื่อ ความยากลำบากตรากตรำจากการทำงาน เหมือนกับคำพังเพยที่ว่า งานคือเงิน บันดาลสุข เป็นความจริงแท้ ยากนักจะได้ทรัพย์มาโดยง่าย สอดคล้องกับ การให้สัมภาษณ์ของ **กฤษดา นิจกาล** กล่าวว่า ทุกคนต้องการทรัพย์ จึงต้องไฝหามาเลี้ยงชีพ ถึงจะยากแสนร่ำเค็ญสักเพียงใดก็ตาม เพื่อมาจุนเจือครอบครัวให้อยู่อย่างมีความสุขให้ได้ สอดคล้องกับ การให้สัมภาษณ์ของ **เกื้อกุล วัฒนานุกุล** กล่าวว่า ทรัพย์สินมีคุณค่าและประโยชน์มากมายและทุกคนมีความประสงค์ต้องการมาใช้ เพื่อการดำเนินชีวิตประจำวัน แต่จะต้องแลกกับความยากลำบากและต้องอดทน หมั่นเพียรหามาจับจ่ายใช้สอย ใช้อย่างประหยัดมัธยัสถ์ รู้จักใช้ รู้จักเก็บและแบ่งปันส่วนอย่างมีระเบียบแบบแผน



สรุปได้ว่า จากการสัมภาษณ์ทั้งสิบท่าน มีความเห็นที่สอดคล้องกันว่า อรรถิสุข สุขจากการมีทรัพย์ ได้ทรัพย์มาอย่างบริสุทธิ์ ด้วยกำลังร่างกาย สติปัญญาและความสามารถ ความอดทน ขยันหมั่นเพียร แสวงหาทรัพย์ทุกวิถีทาง ด้วยการประกอบอาชีพที่สุจริต เพื่อการดำเนินวิถีชีวิตของตนเอง ครอบครัวและสังคมอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

๒. โภคสุข สุขจากการใช้จ่ายทรัพย์ สุขเกิดจากการจ่ายทรัพย์ คือ เมื่อได้ทรัพย์มาแล้วก็นำมาใช้ในทางที่ชอบธรรม คือ เลี้ยงดูตนเอง ครอบครัว สงเคราะห์ญาติ ทำบุญ หรือบำเพ็ญบริจาคเป็นสาธารณกุศล เป็นการใช้สอยเรื่องที่เหมาะสมที่พอควรแก่ฐานะของตนโดยไม่ขัดข้อง เพราะทางพระพุทธศาสนาสอนว่า ผู้บริโภคคนเดียวย่อมไม่ได้สุข สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **ศรีรัตน์ วีระสมวงศ์** กล่าวว่า การมีทรัพย์และได้ทรัพย์มาแล้วจะต้องระมัดระวังในการใช้จ่าย รู้จักประมาณตน มีน้อยใช้น้อย ใช้จ่ายที่จำเป็น ไม่ฟุ่มเฟือยและรู้การวางแผนในการใช้จ่าย เพื่อความไม่ประมาท การดำเนินชีวิตของตนเอง ครอบครัวและอยู่ร่วมกับสังคมอย่างมีความสุขได้ดี สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **ชาตยา อนันต์ธราทรัพย์** กล่าวว่า เมื่อได้ทรัพย์มารู้จักทำบัญชีการใช้จ่ายภายในครอบครัว (บัญชีครัวเรือน) รู้จักวางแผนแบ่งปันปันส่วนใช้ให้พอกับฐานะ ไม่เดือดร้อนในการใช้จ่ายทรัพย์ ปฏิบัติใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตให้เหมาะสม สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **ณัฐธยาน์ อุดลยโพธิธรรม** กล่าวว่า ทรัพย์ที่เราได้มามีความสำคัญและจำเป็นสำหรับการใช้จ่าย จะต้องรู้จักเก็บรักษาและใช้จ่ายอย่างระมัดระวัง ให้มีความต้องการแต่พอเหมาะ ไม่ก่อหนี้ สร้างหนี้ ไม่ก่อความเดือดร้อนให้กับตนเอง ครอบครัวและสังคมประเดี๋ยวจะเกิดปัญหาฆ่าตัวตายเพื่อหนีปัญหาชีวิตแต่ทิ้งภาระให้กับคนที่ใช้ชีวิตอยู่ข้างหลัง ดังนั้นอย่าประมาทในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **จุไรรัตน์ บุญสัตย์** กล่าวว่า การไม่มีหนี้เป็นลาภอันประเสริฐ มีทรัพย์ไม่รู้จักการแบ่งส่วนและวางแผนการใช้จ่าย ใช้จ่ายเกินฐานะและความจำเป็นเช่นนี้ ย่อมเกิดปัญหาตามมากับตนเองและครอบครัวรวมทั้งสังคม ประเทศชาติขาดความมั่นคง อยู่อย่างไม่มีความสุข สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **นิสา วงศ์จิ้น** กล่าวว่า ไม่มีหนี้กับใคร เป็นความปลอดภัยให้กับการดำเนินชีวิต ให้รู้จักระมัดระวังอย่าประมาทในการดำเนินชีวิต สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **ฉันทนา ภัทรเจริญสิน** กล่าวว่า ทรัพย์เป็นของหายาก แต่เมื่อได้มาก็มักจะใช้จ่ายหมดเร็วเช่นกัน เพราะการไม่รู้จักการวางแผนและช่วงมีสินค้าที่ซื้อ ๑ และมีลดราคา แจกแลกแถม สร้างความสนใจใช้จ่ายอย่างไม่ระมัดระวังขาดสติคิดแต่อยากได้ของแจกแลกแถมลดต่อ ๆ ไปก็จะสร้างและก่อหนี้ให้กับตนเองและครอบครัวก่อความเดือดร้อน ไม่มีเงินจะไปใช้หนี้เขานี้ เป็นปัญหาของชีวิตครอบครัวแตกแยกขาดความสมบูรณ์ของครอบครัว ขาดความสงบสุขในครอบครัว เป็นต้น สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **สุภาพร เพ่งมานะยล** กล่าวว่า ผู้ที่มีทรัพย์และรู้จักใช้จ่ายและเก็บรักษาทรัพย์นั้นไว้ ย่อมก่อให้เกิดความสุข ไม่ประมาทในชีวิต ไม่คล้อยจิตไปกับกิเลส สารมารถบังคับจิตของตนเองได้นับเป็นผู้ที่ประเสริฐของครอบครัวและสังคม สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **สุนันทา ทำสระคู** กล่าวว่า ทรัพย์สินเงินทองเมื่อได้มา ต้องให้ความสำคัญในการใช้จ่าย บริหารทรัพย์อย่างระมัดระวังอย่าจ่ายเกินตัว ไม่มีวอบายมุขและสิ่งเสพติดทั้งหลาย จะทำให้ชีวิตมีแต่ความสุข



ความสมบูรณ์ในการดำเนินชีวิต ทรัพย์สินเงินทองทุกคนมีความต้องการ เมื่อได้มาแล้วควรระวังอย่าใช้จ่ายเกินตัว หลงใหลใช้จ่ายสิ่งไม่จำเป็น ไม่รู้จักแบ่งทรัพย์สินในการทำบุญ ทำทาน เพื่อเสริมสร้างบุญบารมี ก่อหนี้สินรันทนตัว สร้างความเดือดร้อน มีปัญหาครอบครัว เกิดความทุกข์ สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **กฤษฎา นิจกาล** กล่าวว่า กินอยู่แต่พอดี มีทรัพย์สินไว้ใช้อย่างพอเหมาะ รู้จักบ่มเพาะและสะสมเก็บรักษาไว้ในยามจำเป็น สร้างความสมดุลอย่างพอเพียง ไม่สร้างภาระหนี้ให้กับคนอื่น ยืนหยัดด้วยตัวเอง แม้ไม่มีเงินจะอดมือกินมือก็อดทน สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **เกื้อกุล วัฒนาบุญกุล** กล่าวว่า มีทรัพย์สินน้อยใช้จ่ายพอประมาณ มีทรัพย์สินมากรู้จักคละคลานเก็บรักษา มีสติพึงไว้บรรจบให้ครบบาท เช่น ได้เงินมา ๑ บาท ควรจะใช้จ่ายเท่าที่จำเป็นสัก ๗๕ สตางค์ เหลืออีก ๒๕ สตางค์ ควรเก็บออมรักษาเอาไว้ทุก ๆ ครั้ง ก็จะเพิ่มพูนขึ้นมาทีหลัง ถึงแม้มันจะเข้าไปบ้าง ย่อมจะเกิดความสุขได้

สรุปได้ว่า จากการสัมภาษณ์ทั้งสิบท่าน มีความเห็นที่สอดคล้องกันว่า โภคสุข สุขจากการใช้จ่ายทรัพย์สิน เมื่อได้ทรัพย์สินเงินทองมาแล้ว จะต้องรู้จักการบริหารจัดการในการใช้จ่ายทรัพย์สินนั้น อย่างระมัดระวัง อย่าตามใจกิเลส อย่าให้กิเลสมาครอบงำจิต พยายามบังคับจิต คิดถึงความเป็นอยู่ของครอบครัวและสังคม เพื่อให้เกิดความสงบสุขและสันติสุขต่อส่วนรวม

๓. อนณสุข สุขจากการไม่เป็นหนี้ การเป็นหนี้เป็นทุกข์ในโลก แม้ในสังคมปัจจุบันจะมีค่านิยมว่า ใครที่สามารถกู้เงินจากแหล่งเงินทุนต่าง ๆ ได้ แสดงถึงความเป็นผู้มีเครดิตแต่ในสภาวะที่เป็นจริง คนที่เป็นหนี้ หากความสงบใจได้ยาก บุคคลที่สามารถระดับระครองตนไม่ให้เป็นที่หนี้สินของคนอื่น เพราะความขยันในการหาทรัพย์สินย่อมมีความอึดใจที่ไม่เห็นข้อบกพร่องของตนเอง ทำให้เกิดความมั่นใจว่าไม่มีใครมาทวงหนี้ หรือตำหนิได้ สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **ศรีรัตน์ วีระสมวงศ์** กล่าวว่า คนมีหนี้สินนับได้ว่าเป็นความจำเป็นของแต่ละบุคคล โดยเฉพาะในยุคปัจจุบันคนมีหนี้กันแทบทุกคน เพราะเศรษฐกิจมาบีบบังคับ มีสิ่งเย้ายวนให้หลงใหล ค่าครองชีพที่สูง ค่าใช้จ่ายที่แพง และสิ่งมอมเมา สุรายาเสพติด การพนัน กามราคะมากมาย สิ่งเหล่านี้ก่อให้เกิดการมีหนี้ จิตไม่สามารถบังคับกิเลสได้ จึงตกเป็นทาสของกิเลส ก่อความเดือดร้อนรำคาญ เกิดปัญหาฆ่าตัวตาย ครอบครัวแตกแยก เกิดความทุกข์เข็ญใจ จะหนีก็ไม่พ้นเจ้าหนี้มาทวงถาม ต่อว่าดูดำ ทุบตีตามมาเป็นปัญหาให้กับตำรวจ สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **ชาติยา อนันต์ธราทรัพย์** กล่าวว่า การไม่มีหนี้เป็นลาภอันประเสริฐสุด จะต้องพยายามไม่ก่อหนี้กับใคร ถึงแม้จะมีความจำเป็นสักเพียงใด จะอดจะอยาก จะอดมือมีมือก็ยอมทน เพื่อความเป็นอยู่ที่สง่าผ่าเผย ไม่หลบหลีกปลีกหนีใคร ไม่ควรใครจะมาทวงถาม สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **ณัฐยาน์ อุดลยไพจิธรรม** กล่าวว่า การไม่เป็นหนี้ดีที่ สุดแล้วเป็นหนี้มีแต่ความทุกข์ใจ ไม่มีเงินจ่ายดอกเบี้ย ทบทั้งดอกและทบทั้งต้นหนี้ทวีคูณสูงขึ้น มีทรัพย์สินสมบัติก็เอาไปขายใช้หนี้หมด แถมจะยังไม่พอใช้หนี้ ไม่มีทรัพย์สินจะเหลือไว้ใช้จ่ายเลี้ยงครอบครัว หมดอาลัยต่อชีวิตคิดแต่จะฆ่าตัวตายเพื่อหนีปัญหาชีวิต มันก็ไม่พ้นก่อทุกข์ให้กับครอบครัวไม่จบสิ้น สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **จุไรรัตน์ บุญสัตย์** กล่าวว่า ไม่มีหนี้ มีสุขอันเหลือหลาย มีหนี้มีแต่ทุกข์มากถ้ากลายเป็นสร้างปัญหามากมายถึงสังคม สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **นิสา วงศ์จิน** กล่าวว่า ไม่มี

หนี้ ย่อมมีแต่ความสบายใจ หน้าตาแจ่มใส อิ่มเอิบใจ ตรงกันข้ามกับคนที่หนี้นั้นย่อมเป็นทุกข์ ทุกข์ ทั้งกายและทุกข์ทั้งใจ สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **ฉันทนา ภัทรเจริญสิน** กล่าวว่า ไม่มีหนี้มีแต่ความเป็นไท ไม่มีหนี้ติดตัวถือว่าเป็นทาสของความเป็นหนี้ อย่าพยายามก่อหนี้ เพื่อประโยชน์ตนเอง คิดให้ถ่วงถี่ ตระหนักให้ถ่วงทั่ว ย่อมจะเกิดความเจริญรุ่งเรืองมีแต่ความสงบสุขยั่งยืนนาน สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **สุภาพร เฟ่งมานะยล** กล่าวว่า การไม่เป็นหนี้มันขึ้นอยู่กับกิเลสของตัวเอง และสิ่งแวดล้อมรอบข้าง โดยเฉพาะปัญหาทางเศรษฐกิจ ต้องพยายามแสวงหาความรู้ความเข้าใจการใช้จ่ายเป็นสำคัญ สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **สุนันทา ทำสระคู** กล่าวว่า บางคนชอบจะสร้างหนี้ เพราะความฟุ้งเฟ้อตามแบบสมัยนิยมคนปัจจุบัน เห็นใครมีอะไรก็อยากจะมีตามใครว่าอะไรจะงามก็อยากจะได้สิ่งงาม ๆ ตาม ไม่ดำเนินชีวิตอย่างพอเพียง เพียงแต่อยากจะทำเหมือนคนอื่นเขามี ไม่เกิดประโยชน์แต่อย่างใด มีโทษและปัญหาติดตามตลอด สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **กฤษดา นิจกาล** กล่าวว่า ความไม่มีหนี้ มีความปลื้มปิติยินดีเป็นอย่างยิ่งจะไปที่ไหนก็ตาม จะนอน จะกิน จะพูดกับใครก็ตามมีความสบายอกสบายใจ มันอกมันใจในการสนทนากับผู้อื่น สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **เกื้อกุล วัฒนานุกูล** กล่าวว่า ไม่ก่อหนี้สิน ไม่สร้างหนี้ ไม่คิดจะเป็นหนี้กับใคร นับว่ามีความสุขที่สุด ดังนั้นทุก ๆ คน พยายามอย่าก่อหนี้สินกับใคร ถึงแม้จะมีแหล่งเงินทุนมีเงินทุนสนับสนุนหรือเป็นผู้มีเครดิตที่ดีอย่าไปหลงเชื่อ คิดและทำความเข้าใจให้ดี จงพยายามขยันหมั่นเพียรแสวงหาทรัพย์และรู้จักเก็บออมบำรุงรักษาไว้ให้ดี

สรุปได้ว่า จากการสัมภาษณ์ทั้งสิบท่าน มีความเห็นที่สอดคล้องกันว่า อนุสนธิ สุขจากการไม่เป็นหนี้ เป็นสุขจริงแน่แท้ สุขทั้งกายและใจ การดำเนินชีวิตก็มีความสุข สังคมก็มีความสุข เมื่อมีความรู้ความเข้าใจในการจัดหาทรัพย์ที่ได้แล้วจัดสรรปันส่วนตามที่จำเป็น ประพฤติปฏิบัติตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ประพฤติปฏิบัติตามกฎหมายและระเบียบกฎหมายทางสังคม ยึดถือในหลักธรรมคำสั่งสอนในพระพุทธศาสนา เชื่อว่าย่อมจะมีความสุขความเจริญของชีวิตอย่างแท้จริง

๔. อนุวัชสุข สุขเกิดจากความประพฤติที่ไม่มีโทษ คือ ความภูมิใจ เอิบอิ่มใจ ว่าตนมีความประพฤติสุจริตไม่บกพร่องเสียหาย ใครติเตียนไม่ได้ ทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **ศรีรัตน์ วีระสมวงศ์** กล่าวว่า สุขจากความประพฤติที่ไม่มีโทษ นับว่ามีคุณค่ามาก คือ ประพฤติทางกายก็มีความสุขสุจริต ทำแต่สิ่งที่ดีที่งาม ไม่ก่อความเดือดร้อนรำคาญผู้อื่นแต่อย่างใด ไม่เบียดเบียนใคร มีจิตใจเมตตาช่วยเหลือผู้ตกทุกข์และเดือดร้อน ไม่เอาัดเอาเปรียบใครเป็นคุณค่าที่จะต้องกระทำอย่างสม่ำเสมอ สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **ชาติยา อนันต์ธราทรัพย์** กล่าวว่า ประพฤติและปฏิบัติในทางสุจริต ไม่บกพร่องและความเสียหายให้กับผู้ใด ให้ความเมตตากรุณากับทุกคนอย่างจริงใจ ไม่เสแสร้งแกล้งทำ ทำอย่างเสมอต้นเสมอปลายและไม่หวังสิ่งตอบแทนแต่อย่างใด สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **ณัฐธยาน์ อุดลยโพธิธรรม** กล่าวว่า ความมีคุณธรรมจริยธรรมในวิชาชีพพยาบาล จะต้องตระหนักถึงคุณค่าอยู่เสมอ ไม่ละทิ้งทอดทิ้ง จะเป็นเชื้อชาตินับถือศาสนาใดก็ตามจะต้องดูแลเอาใจใส่ตามจรรยาบรรณวิชาชีพ และสอดคล้องกับ สุธาทิพย์ แสงเดือนฉาย กล่าวว่า หลักการทำงานอย่างมีความสุขของพนักงานคือ ความมีคุณธรรม และสอดคล้องกับ

**สุมาลี สุขอร่าม** กล่าวว่า สุขที่เกิดจากการทำงานที่ปราศจากโทษ เป็นสัมมาอาชีพ ไม่เบียดเบียนใคร ให้ได้รับความเดือนร้อนและที่สำคัญที่นี่มีธรรมะให้ประพฤติปฏิบัติตามกำลังที่ตนเองจะทำได้ สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **จูไรรัตน์ บุญสัจย์** กล่าวว่า ประพฤติปฏิบัติดีตามหลักคำสั่งสอนของพระพุทธศาสนา โดยเฉพาะการรักษาศีล ๕ ได้แก่ ไม่ฆ่าสัตว์ทำร้ายสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ของผู้อื่น ไม่กล่าวเท็จ ไม่ผิดลูก ผิดเมียผู้อื่น ไม่เสพของมีนเมา เป็นพื้นฐานการประพฤติปฏิบัติของคนทั่วไป นับว่าเป็นคนดีมีคุณธรรมอยู่ในจิตใจอยู่แล้ว ควรกระทำอย่างสม่ำเสมอ เหมาะสมสำหรับการดำเนินชีวิตควบคู่กับหลักสุข ๔ ประการ สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **นิสา วงศ์จิ้น** กล่าวว่า กระทำการทำงานที่สุจริต ไม่ใช่เล่นๆ เหลี่ยม เททุบาย ไม่เอารัดเอาเปรียบ มีจิตอาสาเสียสละเพื่อส่วนรวมและไม่หวังผลตอบแทนอย่างสอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **ฉันทนา ภัทรเจริญสิน** กล่าวว่า ทำสิ่งใดทำด้วยความตั้งใจ ไม่เลือกปฏิบัติ ยึดความถูกต้อง พยายามเข้าถึง เข้าใจแล้วนำมาปฏิบัติ สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **สุภาพร เฟ่งมานะยล** กล่าวว่า รักในงานที่ทำและได้รับมอบหมาย ขยันอดทน ซื่อสัตย์ เอาใจใส่อย่างจริงจัง พิจารณาไตร่ตรองงานอย่างระมัดระวัง สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **สุนันทา ทำสระคู** กล่าวว่า มีความเอาใจใส่งานในหน้าที่และศึกษาฝึกฝนการทำงานในหน้าที่ของเพื่อนร่วมงานอย่างไตร่ตรอง สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **กฤษฎา นิจกาล** กล่าวว่า ประกอบอาชีพสุจริต ร่วมแรงร่วมใจทำงาน มีความสามัคคีในหมู่คณะ รับฟังความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ทำงานอย่างเป็นทีมย่อมจะเป็นความสุขในการทำงานให้กับหน่วยงานเป็นอย่างดี สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **เกื้อกุล วัฒนานุกูล** กล่าวว่า ต้องประพฤติปฏิบัติแต่สิ่งที่ดีและมีจรรยาบรรณในวิชาชีพ คิดดี พูดดี ทำดี มีความรู้ความเข้าใจในวิชาชีพ สามารถรับฟังปัญหาของผู้อื่น ไม่ถือตัวเป็นกันเอง มีความเข้าใจปัญหาของผู้อื่นได้

สรุปได้ว่า จากการสัมภาษณ์ทั้งสิบท่าน มีความเห็นที่สอดคล้องกันว่า อนาคต สุขเกิดจากความประพฤติที่ไม่มีโทษ คือ หาทรัพย์ได้ด้วยการประกอบอาชีพสุจริต ไม่ลัก ชิง ปล้นจี้ ฉ้อฉล

หลักพุทธปรัชญาเถรวาท เมื่อนำมาใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตและการปฏิบัติงานนั้น ย่อมเสริมสร้างบุญบารมีเป็นมหาคุณศุภผลที่ยิ่งใหญ่ คนทั่วไปสรรเสริญว่าเป็นว่าผู้เป็นสัตบุรุษ เป็นผู้มีความดีคุณธรรมและจริยธรรมตามหลักคำสอนในพุทธปรัชญาเถรวาท นอกจากจะมีวิธีปฏิบัติเพื่อรักษาสังคมยังมีวิธีเพื่อรักษาตนอีกด้วย หมายถึง การขัดเกลาตนเองให้มีคุณธรรมสูงขึ้นและมีหลักธรรมที่เกี่ยวข้องให้การดำเนินชีวิตเกิดความสุข จากการให้สัมภาษณ์ของ **ศรีรัตน์ วิระสมวงศ์** กล่าวว่า ทรัพย์ที่แสวงหามาได้ เกิดความอิมเอิบ ปลาบปลื้มยินดี มีเงินเก็บไว้ใช้ไม่กอนี้สิน หลักธรรมที่ควรนำมาสอดแทรก คือ ฆราวาสธรรม ๔ หลักธรรมที่ส่งเสริมให้ทุกอาชีพดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมั่นคง ได้แก่ สัจจะ ซื่อสัตย์ในคำมั่นสัญญา ทมะ การฝึกฝนตนเองให้มีทักษะในเรื่องต่าง ๆ ชนติ ความอดทนต่อสถานการณ์ต่าง ๆ และจาคะ การบริจาคสิ่งของ หรือทรัพย์สินที่ควรจะให้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ **จำนง สวมประคำ** ซึ่งสรุปว่า การใช้ชีวิตโดยไม่เป็นหนี้ เป็นคุณธรรมที่ควรน้อมนำมาใช้ในชีวิตประจำวันเป็นแบบอย่างที่ดีคือการน้อมนำทฤษฎีเศรษฐกิจแบบพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ มาใช้โดยมีหลักการที่เดินทางสายกลาง รู้จักพอประมาณ มีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี

ภายใต้เงื่อนไขความรู้คือ รอบรู้ รอบคอบ ระมัดระวังและเงื่อนไขคุณธรรม คือ ซื่อสัตย์ สุจริต ขยัน อดทน สติปัญญา แบ่งปันนำไปสู่ชีวิตเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อมสมดุล มั่นคง ยั่งยืน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ **สุเขาวน พลอยขุม** ซึ่งสรุปว่า ความสุขของชาวโลก หรือคนทั่วไปแล้ว หากกล่าวสั้น ๆ ก็คือ มีสิน, กินได้, ไร้หนี้และมีงานทำ สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **ชาติยา อนันต์ธราทรัพย์** กล่าวว่า เมื่อนำหลักสุข ๔ ไปปฏิบัติแล้วทำให้วิถีชีวิตความเป็นอยู่ดีขึ้นมีเงินเหลือเก็บออมไว้ใช้ คนนับนำถือเอาและหลักธรรมที่ควรปลูกฝัง คือ อิทธิบาท ๔ ได้แก่ ฉันทะ รักใคร่ในการปฏิบัติงาน วิริยะ อดทน บากบั่นต่อความยากลำบาก จิตตะ ฝึกฝนในการทำงานและวิมังสา พิจารณาไตร่ตรองอย่างรอบคอบ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ **วิทิพย์อร บุษพันธ์กุล** ซึ่งสรุปว่า หลักพุทธธรรมในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข คือ บุคคลที่มีทรัพย์จะต้องหมั่นประกอบความขยันหมั่นเพียร สู้งาน บากบั่น มีความอดทนไม่ย่อท้อ ผู้ชีวิต ควรใช้จ่ายทรัพย์อย่างเหมาะสม ระมัดระวังไม่ฟุ่มเฟือย การไม่มีหนี้จัดเป็นความสุขและเป็นลาภอันประเสริฐ อยู่อย่างเศรษฐกิจพอเพียงและประกอบอาชีพสุจริต วางตนอยู่ในศีลธรรม ไม่ผิดกฎหมาย ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ **วศิน อินทสระ** ซึ่งสรุปว่า คุณธรรมต้องตามด้วยความสุข คุณธรรมเป็นเหตุ ความสุขเป็นผล เรามีความอดทน มีความเสียสละ อันเป็นคุณธรรมก็เพื่อให้ได้รับความสุขในบั้นปลาย สุภาจิตไทยก็มีว่า “อดเปรี้ยวไว้กินหวาน” หากพึงให้ออดทนสร้างสมคุณธรรม เพื่อความสุขในบั้นปลายชีวิต คนทั่วไปก็มีความเพลิดเพลินในการประกอบความดีและควรได้รับความสุขเป็นการตอบแทน ตรงกันข้ามกับความชั่ว ควรจะหาความสุขได้ยาก สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **ณัฐธยาน์ อดุลยโพธิธรรม** กล่าวว่า การทำให้ชีวิตเปลี่ยนแปลงในทางที่ดี ครอบครัวมีความสุข มีเงินเหลือใช้และหลักธรรมที่ควรมาบูรณาการ คือ หลักกสิกรรมอันมีกตละ เป็นหลักธรรมการปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับฐานะของตนที่มีหน้าที่การงาน ได้แก่ การแสวงหาทรัพย์ การจัดสรรทรัพย์ที่ได้มาและการใช้สอยทรัพย์ที่จัดสรรออกเป็นส่วน ๆ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ **พระมหาหมณวินทร์ ปุริสุตโต** (อามาตมนตรี) ซึ่งสรุปว่า ช่วยกันทำมาหากินอย่างสุจริต ซื่อสัตย์และรักใคร่ซึ่งกันและกัน รับฟังความคิดเห็นของกันและกัน เกิดปัญหาในครอบครัวขึ้นต้องช่วยกันแก้ปัญหา ช่วยเหลือเกื้อกูลญาติของทั้งสองฝ่าย ยกย่องนับถือกันและกันในสถานที่ต่าง ๆ ไม่ฟุ่มเฟือยในการใช้จ่ายทรัพย์และไม่ดูหมิ่นดูแคลนกันและกัน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ **วศิน อินทสระ** ที่กล่าวว่า ความสุขเป็นความหวานใจอย่างยิ่งของคนทั้งหลาย ด้วยเหตุนี้มนุษย์และสัตว์โลกทุกชนิดถึงใฝ่หาความสุขกันทั่วหน้าเท่าที่จะหาได้ในหมู่มนุษย์บางพวกเห็นว่า ความสุขที่ดีที่สุดโดยไม่ต้องคำนึงถึงคุณภาพของความสุขขอให้มีความสุขก็แล้วกันพวกนี้มักจะทุ่มเทชีวิตลงไปเป็นทาสของการแสวงหาความสุขทุกรูปแบบไม่ว่าจะได้มาทางใด เมื่อได้มาก็รื่นเริงสรรเสริญ ถ้าไม่ได้มาก็เศร้าโศกเสียใจ สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **จุไรรัตน์ บุญสัตย์** กล่าวว่า ความเป็นอยู่ที่ดี มีการพัฒนาพฤติกรรมความเป็นอยู่ที่ดี หลักธรรมที่นำมาใช้ คือ หลักสันโดษ หลักธรรมความเป็นบุคคลผู้มีความยินดีโดยสม่ำเสมอ ได้แก่ ยถาสารูปสันโดษ คือ ความยินดีตามที่ได้ ยถาผลสันโดษ คือ ความยินดีตามกำลังที่มีอยู่และยถาสารูปสันโดษ คือ ความยินดีตามสมควร ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ **พระโฆสิต สุขเมธ** (คัมท้าว) ซึ่งสรุปว่า หลักธรรมสอนให้ผู้ปฏิบัติรู้จักความสุขและแสวงหาความสุขให้ถูกต้อง เมื่อรู้ว่าคุณสุขเกิดขึ้น



เพราะมีทรัพย์ ก็ต้องพยายามทำงานหาทรัพย์มาเพื่อทำให้เกิดความสุขนั้น แต่ต้องเป็นการแสวงหาทรัพย์ด้วยความสุจริตไม่ผิดกฎหมาย การได้ทรัพย์มาด้วยการทุจริตฉ้อโกง หรือได้มาในทางที่ผิดศีลธรรม ในทางพระพุทธศาสนาถือว่าเป็นทรัพย์ที่ได้มาไม่บริสุทธิ์ ถึงแม้ถืออยู่ไม่เป็นสุข เมื่อทำงานหาทรัพย์มาได้แล้ว จะใช้จ่ายซื้อหาสิ่งใดก็สะดวกสบาย เพราะความสะดวกสบายนี้เองเป็นความสุข ซึ่งทำให้ตนต้องการแสวงหา แต่ถ้าการใช้จ่ายทรัพย์ไม่มีหลักเกณฑ์ไม่ถูกต้องตามหลักพุทธธรรมแล้ว ก็อาจทำให้ตนเองใช้จ่ายทรัพย์อย่างไม่มีความสุข ใช้จ่ายอย่างฟุ่มเฟือย เมื่อถึงคราวจำเป็นต้องใช้ทรัพย์กลับไม่มีเงินจ่ายก็จะทำให้ตนเองเดือดร้อนเป็นทุกข์ขึ้นมาได้ ความสุขอีกประการหนึ่งคือ การดำเนินชีวิตที่เรียบง่ายตามฐานะการงานของตนที่ทำได้เรียกว่า “เศรษฐกิจพอเพียง” ตามโครงการตามแนวพระราชดำริพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ สามารถอยู่อย่างมีความสุขได้ ซึ่งสอดคล้องกับหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาในเรื่อง สันโดษ ถึงแม้จะไม่ร่ำรวยก็ยังดีไม่เป็นหนี้ ความสุขของคฤหัสถ์อีกอย่างหนึ่งคือ การทำงานที่ไม่มีโทษ หรือไม่ผิดกฎหมายผู้ทำงานหาทรัพย์นั้นไม่ต้องวิตกกังวลและไม่ผิดหลักศีลธรรมทางพระพุทธศาสนา การทำงานเพื่อหาทรัพย์บางครั้งไม่จำเป็นต้องเป็นงานใหญ่โต แต่ขอให้เป็นการที่ไม่ผิดกฎหมายและไม่ผิดศีลธรรม ถือว่าเป็นการงานที่ไม่มีโทษ ผู้ทำงานหาทรัพย์นั้นไม่ต้องวิตกกังวลว่าตนจะถูกเบียดเบียนจากผู้อื่น เพราะเป็นการงานที่สุจริต เมื่อจิตใจไม่มีความกังวลแล้วก็ทำงานอย่างมีความสุขและทรัพย์ที่ได้มาก็บริสุทธิ์ เมื่อการเลี้ยงชีพด้วยการงานที่ไม่มีโทษจึงมีความสุข ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ **พระพรหมคุณาภรณ์** (ป.อ. ปยุตฺโต) ซึ่งสรุปว่า ในโลกนี้ไม่ว่าจะมองอะไร ก็เป็นอนิจจังทั้งสิ้น มีแต่ความเปลี่ยนแปลงไป เพราะฉะนั้น เราอย่าเอาชีวิต และความสุขของเราไปฝากไว้กับสิ่งภายนอก เช่น ทรัพย์สิน เงินทอง เป็นต้น ก็จะได้สาระที่แท้จริง ซึ่งล้วนแต่เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ อนิจจังและอนัตตา เราต้องเร่งสร้างความดีงาม สิ่งทีประเสริฐให้เกิดขึ้นแก่ชีวิตด้วยการปฏิบัติธรรม เพื่อเป็นบุญกุศลที่ติงามและเราจะได้มีจิตใจที่ดี เบิกบานและได้ประสบพบเจอกับความสุขที่แท้จริง สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **นิสา วงศ์จิน** กล่าวว่า สังคมยอมรับและยกย่อง สร้างขวัญและกำลังใจให้กับครอบครัว หลักธรรมที่นำมาประยุกต์ใช้ คือ หลักเบญจศีล เป็นข้อห้ามของมนุษย์ไม่ให้มีพฤติกรรมอย่างสัตว์โลกทั่วไป มีดังนี้ เว้นจากการทำลายชีวิตสัตว์ เว้นจากการลักทรัพย์ เว้นจากการประพฤติดัดในกาม เว้นจากการพูดเท็จและเว้นจากการดื่มน้ำเมา ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ **พระมหาอำนาจ พลปนฺโน** (สวสดี) ซึ่งสรุปว่า การมีชีวิตที่ดีคือ ชีวิตที่มีความสุขเป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนมีความต้องการโดยธรรมชาติ เป็นชีวิตที่เหมาะสมกับมนุษย์ “คนดี” คือ คนที่มีความสุข หมายถึง การได้สนองความต้องการและมีความสมปรารถนาในสิ่งที่ตนเองต้องการ ปัจจัยสี่ เราก็ได้เป็นความสุขทั้งในระดับทางโลกและทางธรรมคือ มนุษย์มีความสามารถที่จะพัฒนาตนเองได้ จากการที่ถูกกดขี่ข่มเหง ถูกเอารัดเอาเปรียบเรื่องการศึกษา เศรษฐกิจ เป็นต้น มนุษย์จึงต้องเรียกร้องต่อสู้เพื่อให้ได้ในสิ่งที่ตนเองปรารถนา แต่อย่างไรก็ตามมนุษย์ยังต้องแสวงหาความสุขที่แท้จริงอยู่ร่ำไปและความสุขที่สังคมไม่ถูกปิดกั้นสิทธิเสรีภาพ เป็นความสุขที่มนุษย์ทุกคนสามารถแสดงเจตจำนงของตนเองออกมา ความสุขที่มนุษย์มีความต้องการมี ๖ ชั้น คือความสุขขั้นพื้นฐาน (Fundamental happiness) จนถึงขั้นสูงสุดคือ ความสุขอันยิ่งใหญ่ เป็นความสุขที่ไม่สามารถบอก



จุดตั้งต้นได้และจุดสิ้นสุดได้ เรียกว่า อมตสุข (Bternal happiness) ความต้องการ ๖ ประการ มี ดังนี้

๑. ความต้องการตามธรรมชาติของมนุษย์
๒. ต้องการความปลอดภัยทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ
๓. ต้องการความรัก การยอมรับจากบุคคลอื่น
๔. ต้องการเห็นคุณค่าของตนเอง
๕. ต้องการมีอิสรภาพและ
๖. ต้องการมีความรักให้กับสรรพสิ่งเรียกว่า “เป็นความรักที่ไร้อึดตา หรือความรักอันไร้ขอบเขต” (Universal love) ความสุขในขั้นนี้เป็นความสุขที่เกิดจากความรักความเมตตาอันไร้ขอบเขตเป็นความสุขซึ่งพร้อมที่จะกระทำสิ่งที่ดีและมีประโยชน์โดยไม่มีเงื่อนไข ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ **จ้านง อติวัฒนสิทธิ์** ที่กล่าวว่า ความสะอาดแห่งจิต คือ จิตใจที่บริสุทธิ์ปราศจากสิ่งที่มาปรุงแต่งให้เกิดความเศร้าหมอง ซึ่งหมายถึง ปราศจากความโกรธ อาฆาต อิจฉาริษยา ความละโมภและความเห็นแก่ตัว ความที่มีใจที่สะอาด บริสุทธิ์ เป็นพื้นฐานสำคัญของการมองโลกในแง่ดี ส่งผลให้เกิดความรักความสามัคคีและความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน พระพุทธศาสนาให้ความสำคัญแก่ความสงบสุขแห่งจิตใจเหนือกว่าความสุขอันเกิดจากการมีทรัพย์สิน หรือการครอบครองทรัพย์สิน สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **ฉันทนา ภัทรเจริญสิน** กล่าวว่า เพื่อนร่วมงานเป็นมิตรที่ดี ครอบครัวยิ้มแย้ม เบิกบานใจหลักธรรมที่เสริมสร้าง คือ หลักเบญจธรรม เป็นหลักของการประพฤติปฏิบัติเป็นพื้นฐานในการดำเนินชีวิต ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ **ณัด ตรัยเลิศวิเชียร** กล่าวว่า คำสอนของพระพุทธเจ้า เป็นคำสอนที่มุ่งให้เกิดประโยชน์แก่บุคคลทุกประเภท ทั้งประเภทบรรพชิตและคฤหัสถ์คือ ครอบคลุมสังคมทั้งหมด ซึ่งสรุปหลักการได้ว่า มนุษย์ควรมีความสัมพันธ์ต่อกันโดยยึดหลักไม่เบียดเบียนกัน มีความอดทนและมีความเมตตากรุณาต่อกัน เพื่อความสงบสุขของสังคมร่วมกัน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ **กิริติ บุญเจือ** ที่กล่าวว่า จุดหมายสูงสุดของชีวิตอยู่ที่การหาความรู้โดยการถอดสิ่งสากลจากสิ่งเฉพาะหน่วย ซึ่งจะนำไปสู่การมีชีวิตด้วยความกลมกลืน ทั้งภายในตนเอง และกับสิ่งแวดล้อมหมายถึง การปฏิบัติเพื่อเข้าถึงความดี อาจจะมีผิดมีถูกได้ ในที่สุดจะไปหยุดอยู่ที่ความสุข ความสุขที่แท้จริงนั้นคนจะได้เข้าถึง ต้องมีการปฏิบัติ หรือแสวงหาอย่างถูกต้อง สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **สุภาพร เฟ่งมานะยล** กล่าวว่า ชีวิตแจ่มใสครอบครัวมั่นคง หลักธรรมที่เกี่ยวข้อง คือ บุญกิริยาวัตถุ ๓ เป็นหลักพื้นฐานของการสังคมให้มีความเอื้อเพื่อเกื้อกูลกัน เข้าใจกัน และเป็นกัลยาณมิตร ได้แก่ ทานมัย สีสัมมัยและภาวนามัย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ **ชุตติกาญจน์ เปาทุย** กล่าวว่า ระดับความสุขในการทำงานของพยาบาลโรงพยาบาล ศิริราช โดยรวมอยู่ในระดับสูงพบว่า ความสุขทางใจมีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาคือ ด้านความสุขทางกายและด้านความสุขทางสังคม ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ **พระเทพเวที** (ประยูรย์ ปยุตโต) ที่กล่าวว่า ความรักจะทำให้คนอื่นมีความสุขนั้นต้องการกระทำที่สำคัญก็คือ การให้ การให้เป็นการปฏิบัติที่ชัดเจนและต้องใช้มากที่สุดในการให้ผู้อื่นมีความสุข ดังนั้น ผู้ที่มีความรัก จึงมีความสุขในการให้และให้ด้วยความสุข สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **สุนันทา ทำสระคู** ครอบครัวยุคใหม่เป็นต้นแบบของสังคม เพื่อนร่วมงานให้ความร่วมมือทำกิจกรรมเป็นอย่างดี หลักธรรมที่นำมาประพฤติปฏิบัติ คือ หลักกุตลกรรมบท ๑๐ เป็นหลักฝึกอบรมความประพฤติทางกาย เรียกว่า กายสุจริต ๓ การฝึกอบรมในด้านวาจา เรียกว่า วาจาสุจริต ๓ และการฝึกอบรมในด้านจิตใจ เรียกว่า มโนสุจริต ๓ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ **แม่ชี**

**มณีนรีตัน โปธิสวัสติ** ซึ่งสรุปว่า ความสุขคือ สภาพที่ทนได้ง่ายชั่วคราว ซึ่งตรงข้ามกับความทุกข์ โดยมีทั้งชั้นที่ต้องอิงอาศัยวัตถุและอารมณ์ภายนอก และความสุขชั้นที่ไม่ต้องอิงอาศัยปัจจัยภายนอก เป็นความสุขที่เกิดขึ้นในระดับจิตระดับต่ำ กลางและสูง ตามอารมณ์แห่งความสุขของภาวะจิตและพฤติกรรมของการเสวยสุข ผลการวิเคราะห์ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท จึงให้ทราบว่า แนวคิดทฤษฎีของความสุขตามทัศนะของปรัชญาตะวันตกและปรัชญาตะวันออก โดยมีบ่อเกิดของความสุขจากประสาทสัมผัสของการมีคุณธรรม ส่วนความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทกล่าวถึง ความสุขประเภทโลกียสุขและ โลกุตระสุข โดยแบ่งเป็นกามสุข ฌานสุขและนิพพานสุข ซึ่งมีหลักธรรมเป็นเหตุให้เกิดความสุขสูงสุด ซึ่งเริ่มจากศีล สมาธิ ปัญญา อันเป็นองค์รวมของมรรคมืองค์ ๘ ประการ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ **พระธรรมปิฎก** (ป.อ. ปยุตโต) ซึ่งสรุปว่า ความสุขในพระพุทธศาสนามี ๓ ระดับ คือ ๑ กามสุข ได้แก่ สุขอันเนื่องด้วยกาม เป็นความสุขทางผัสสะที่ต้องอิงอาศัยวัตถุ เช่น ความสุขจากการกิน ดื่ม เทียว เป็นต้น ซึ่งเป็นความสุขของปุถุชนทั่วไป จัดเป็นความสุขชั่วคราว ส่วนฌานสุข ได้แก่ สุขอันเนื่องด้วยฌาน หรือสมาธิเป็นความสุขด้านจิตใจที่ไม่อิงอาศัยวัตถุ ความสุขระดับฌานนี้เป็นความสุขที่สามารถทำให้เกิด ทำให้มีได้ โดย การบำเพ็ญเพียรทางจิต ฌานนี้จัดอยู่ในระดับสมาธิและนิพพานสุข ได้แก่ สุขอันเนื่องด้วยนิพพาน อันหมายถึง การดับตัณหา ดับทุกข์ได้ เป็นสุขที่อยู่ในขั้นที่จิตมีอิสรภาพ หรือขั้นวิมุตติ ซึ่งมีปัญญาเห็นแจ้งจริงในสิ่งทั้งหลาย โดยไม่เข้าไปยึดติด หรือถูกครอบงำด้วยความแปรปรวนของโลกและชีวิต ความสุขขั้นนิพพานนี้จัดอยู่ในความสุขระดับปัญญา สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **กฤษดา นิจกาล** กล่าวว่า เหมาะสมกับการดำเนินชีวิตในยุคปัจจุบัน หลักธรรมนำมาใช้คือ อริยมรรคมืองค์ ๘ (ทางสายกลาง) ได้แก่ สัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ สัมมาวาจา วาจาชอบ สัมมากัมมันตะ การงานชอบ สัมมาอาชีวะ การเลี้ยงชอบ สัมมาวายามะ ความเพียรชอบ สัมมาสติ ความระลึกชอบ และสัมมาสมาธิ การตั้งใจชอบ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ **นิกร ศิริกุล** กล่าวว่า ความสุขของมนุษย์นั้นโดยสรุปแล้วก็มีอยู่ ๒ อย่างด้วยกันก็คือ ความสุขระดับของโลกียสุข นั่นก็คือ ความสุขที่เกิดจากกามสุขและกามสุขที่เกิดจากฌานทั้งสองอย่างนี้ถือว่าเป็นสุขที่ได้จากปุถุชนบุคคลทั่วไป แม้ในสังคมปัจจุบันนี้ก็ยังเห็นอยู่ ส่วนกามสุขที่เป็นขั้นของ โลกุตระสุข เป็นสุขที่ปราศจากพันธนาการทั้งปวงจะเห็นได้ก็ต่อเมื่อการได้ประพฤติปฏิบัติจนถึงขั้นสูงสุดก็คือ พระนิพพานนั่นเอง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ **พระธรรมโกศาจารย์** (พุทธทาสภิกขุ) ซึ่งสรุปว่า ความสุขในการทำงานว่า การทำงานทุกชนิดต้องจิตว่าง คือ ว่างจากความคิดนึก หรือรู้สึกที่มีความหมายเป็นตัณหา ของกู (ถ้ายังมีกิเลส) ทำหน้าที่เพื่อหน้าที่ เขาทำงานเพื่องาน ทำหน้าที่เพื่อหน้าที่ ถ้าจิตว่างก็จะเต็มด้วยสติปัญญา การทำงานให้จิตว่างคือทำให้การทำงานเป็นของสนุก ถ้าทำงานด้วยจิตว่างการทำงานก็กลายเป็นของทุกข์ สอดคล้องสอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์ของ **เกื้อกุล วัฒนานุกุล** กล่าวว่า การดำเนินชีวิตอยู่อย่างสง่าผ่าเผย มีชื่อเสียง ได้รับคำยกย่องและชมเชยจากเพื่อนร่วมงานหัวหน้าหน่วยงานและสังคม หลักธรรมที่ควรปรับใช้เพื่อให้เกิดปัจจัยสนับสนุนคนให้บรรลุธรรม เข้าถึงความสุขทางใจมากกว่าความสุขทางกาย คือหลักสัปปายะ ๗ ประการ ได้แก่ อวาสาสัปปายะ ที่อยู่อาศัยที่เหมาะสม โคจรสัปปายะ แหล่งอาหาร

เครื่องบริโภค อุปโภคที่หาได้สะดวก ไม่ขาดแคลน ภัตตสัปปายะ พุดคำที่เหมาะสม ได้แก่คำพุดที่  
 สุภาพ ไพเราะ อ่อนหวานเป็นคำสัจจะมีสารประโยชน์ บุคคลสัปปายะ บุคคลที่เป็นคนดี มีคุณธรรม  
 ทรงภูมิรู้ ภูมิธรรม สามารถเป็นที่ปรึกษาให้คำแนะนำ หรือแนวทางที่ถูกต้องได้เป็นอย่างดี โภชนสัปปา  
 ยะ อาหารที่ดีมีประโยชน์ในสัดส่วนหรือปริมาณที่พอเพียงแก่ความต้องการของร่างกาย อุตุสัปปา  
 ยะ ดิน ฟ้า อากาศ สภาพแวดล้อมที่ดี เอื้ออำนวยต่อการพัฒนาการของชีวิตทั้งร่างกายและจิตใจ  
 อิริยาปถสัปปายะ อิริยาปถที่เหมาะสม หมายถึง การใช้อิริยาปถได้สอดคล้องกับกิจกรรม มีการ  
 ปรับเปลี่ยนอิริยาปถได้อย่างสอดคล้องกับจังหวะของชีวิต หมายถึง การออกกำลังอย่างเหมาะสม ใน  
 สัดส่วนที่ให้ผลดีกับสุขภาพ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ **สุมาลี สุขอร่าม** กล่าวว่า ผู้บริหารมีการ  
 ดูแลความปลอดภัยให้พนักงานได้อยู่ดีกินดีการทำพิธีกรรม ก็จะมีช่วงสงกรานต์ หรือปีใหม่และวัน  
 สำคัญทางศาสนาก็จะมีการทำบุญเลี้ยงพระและอุทิศส่วนกุศลให้กับบุพการีและผู้บริหารที่ล่วงลับไป  
 แล้วเป็นประจำทุกปีและพบอีกว่าคนปรารถนามี ทรัพย์ ยศ เกียรติ ไม้ตรี เป็นต้นเกิดจากมีการอบรม  
 และให้ความรู้ต่อพนักงานถึงหน้าที่และความรับผิดชอบให้มีความเอาใจใส่ จัดแจงสินค้าและให้บริการ  
 ลูกค้าย่างขยันขันแข็ง ด้วยความเต็มใจ รักษาระบบการจัดซื้อให้สมดุลให้หมุนเวียนได้ตลอดทั้งปี  
 ไม่ให้สะดุด หรือติดขัดเรื่องเงิน การติดต่อประสานงานกับบุคคลอื่น ก็ต้องมีการเลือกสรร และ  
 พิจารณาลูกค้าว่าควรเชื่อถือให้ความไว้วางใจ หรือเครดิตมากน้อยเพียงใดและพบว่า สุขเกิดจากความ  
 ไม่เป็นหนี้ หมายความว่า ได้ความภูมิใจ ความโล่งใจความเบาใจ ที่ตนไม่เป็นหนี้ใคร ไม่ถูกใครมาทวง  
 ถามหนี้ ไม่มีภาระต้องเสียดอกเบี้ยและพบอีกว่า สุขที่เกิดจากการทำงานที่ปราศจากโทษนั้น พนักงาน  
 ที่นี้ได้รับอยู่เป็นประจำแล้ว เพราะการทำงานที่นี้เป็นการทำงานที่ไม่มีโทษ เป็นสัมมาอาชีพ ไม่  
 เปียดเบียนใครให้ได้รับความเดือดร้อนและที่สำคัญ ที่มีธรรมะให้ประพฤติปฏิบัติตามกำลัง ที่ตนเอง  
 จะทำได้ จึงเท่ากับว่าพุทธจริยธรรมข้อนี้มีอยู่แล้วในการทำงาน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ **สมเด็จพระ  
 ญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก** (เจริญ สุวฑฺฒโน) ที่กล่าวว่า วิธีการละ  
 เหตุทุกข์ได้ เป็นสุขในที่ทั้งปวง ความหมายโดยตรงและโดยง่ายก็คือ ไม่ทำเหตุที่จะทำให้เกิดความ  
 ทุกข์ ก็จะไม่มีความทุกข์ ก็จะเป็นสุข ไม่ว่าจะอยู่แห่งหนตำบลใดก็จะมีสุข ก็จะเป็นสุข ทุกคนอยากเป็น  
 สุขยังสามารถเป็นสุขในที่ทั้งปวง หรือทุกเวลา เมื่ออยากเช่นนั้นเป็นผล ก็ต้องทำเหตุให้ตรงกับผล  
 เช่นนั้น เหตุทุกข์คือความไม่ดีทุกประการ อันความไม่ดีทุกประการเกิดจากใจ เช่นเดียวกับความดีทุก  
 ประการที่เกิดจากใจ ท่านจึงว่าความทุกข์เกิดจากใจ ความสุขก็เกิดจากใจ หรืออีกอย่างหนึ่งก็ว่าความ  
 ทุกข์เกิดจากความคิด ความสุขก็เกิดจากความคิด ความคิด หรือใจจึงเป็นความสำคัญที่สุดสำหรับทุก  
 คนจะมีสุข หรือทุกข์ก็อยู่ที่ใจ อยู่ที่ความคิดของใจ ใจคิดให้ละเหตุทุกข์ การพูดการทำความทั้งปวงก็  
 จะเป็นการละเหตุทุกข์ ความทุกข์ย่อมไม่มี ย่อมมีความสุข ย่อมเป็นสุข ละเหตุทุกข์ได้ เพียงไร ย่อมมี  
 สุขเพียงนั้น ความคิดใครในสิ่งที่น่าปรารถนาพอใจ ความอยากมี อยากเป็น ความอยากไม่มีไม่เป็น นี้  
 เป็นความคิดที่เป็นเหตุทุกข์ ทำความคิดนี้ให้เบาบางเพียงไร ความทุกข์จะลดน้อยลงเพียงนั้น ความสุข  
 จะมีมากเพียงนั้น ปรารถนาจะละเหตุแห่งทุกข์ เพื่อเป็นสุขในที่ทั้งปวง ทั้งในภพนี้และในภพหน้า ต้อง  
 ละความคิดดังกล่าว ซึ่งจะสามารถละได้ก็ต่อเมื่อใช้สติพิจารณา ความรู้สึกในใจ ให้เห็นความอยากที่

เกิดขึ้นดังกล่าว ทั้งอยากได้สิ่งนำใคร่ นำปรารถนาพอใจ ทั้งอยากมี อยากเป็น อยากไม่มี ไม่เป็น ดูให้เห็น เห็นอย่างรู้ ว่านั่นเป็นเหตุทุกข์ ต้องละเหตุทุกข์ต้องละความอยากเหล่านั้นให้ได้ ละให้ได้ทุกครั้งที่เห็นและที่รู้ว่าเป็นความอยาก พยายามดูใจตนเองให้เห็นดังกล่าว พยายาม ดังสิ่งที่เห็นเหตุทุกข์ดังกล่าว ทำไปเรื่อย ๆ จะมีสุขในที่ที่พึงพอใจแน่นอน

สรุปได้ว่า สุข ๔ ได้แก่ สุขจากการมีทรัพย์ สุขจากการจ่ายทรัพย์ สุขจากการไม่เป็นหนี้ สุขเกิดจากความประพฤติสุจริตที่ไม่มีโทษ หลักธรรมนำวิถีชีวิต ที่เหมาะสมเข้ากับเหตุการณ์ปัจจุบัน โดยเฉพาะปัญหาทางสังคม ปัญหาทางเศรษฐกิจ เช่น ความยากจน คนมากขึ้น ขาดงานทำ รายได้ตกต่ำ ราคาสินค้าเพิ่มขึ้น คนมีหนี้ ประเทศด้อยพัฒนา เกิดปัญหาความเครียดฆ่าตัวตาย หรือก่ออาชญากรรมทำให้ครอบครัวแตกแยก คนห่างไกลพระพุทธศาสนา มีกิเลสหนาเห็นแก่ตัว แข่งแย่งกันกินและอาศัย คนสังคมแตกแยก ยิ่ง ฟัน ตี แทะ ไม่ย่อหย่อน ด่าทอ ลักทรัพย์ และมั่วสุมสิ่งเสพติดและอบายมุข มีเหตุ มีผล เป็นความจริงตามหลักพุทธปรัชญา จิตเป็นตัวกำหนดรู้ควบคุมและบังคับกิเลสไม่ให้คล้อยตาม นำหลักธรรมที่เกี่ยวข้องมาบูรณาการการดำเนินวิถีชีวิต ย่อมจะทำให้ชีวิตเกิดการพัฒนาและเปลี่ยนแปลงไปในทางบวกอย่างเหมาะสมกับเหตุการณ์ของโลกในปัจจุบัน



## บทที่ ๕

### บทสรุปและข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาวิเคราะห์เอกสารงานวิจัยเล่มนี้ ผู้วิจัยมุ่งเน้นศึกษาความสุขของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม ตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท โดยเน้นศึกษาเฉพาะพยาบาลวิชาชีพชำนาญการ ผู้วิจัยได้ตั้งวัตถุประสงค์ไว้ ๓ ประการ คือ ๑) เพื่อศึกษาความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท ๒) เพื่อศึกษาความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม ๓) เพื่อวิเคราะห์ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม ผู้วิจัยได้ศึกษาในรูปแบบงานวิจัยเชิงคุณภาพ ด้วยการค้นคว้าเอกสารจากข้อมูลปฐมภูมิในพระไตรปิฎกและเอกสารที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งใช้ระเบียบวิธีแบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ประชากรที่ใช้ในการวิจัย คือ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการของโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม จำนวน ๑๐ คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสัมภาษณ์ โดยแบ่งออกเป็น ๓ ตอน ประกอบด้วย ตอนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลผู้ให้สัมภาษณ์ ได้แก่ ชื่อ ระดับการศึกษา สถานที่ทำงาน ตำแหน่ง จำนวน ๔ ข้อ ตอนที่ ๒ ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม ลักษณะของคำถามเป็นแบบปลายเปิด ได้แก่ ความเข้าใจและตระหนักถึงคุณค่าในหลักสุข ๔ ประการ ซึ่งเป็นหลัก พุทธปรัชญาเถรวาทที่เหมาะสมต่อการพัฒนาเกี่ยวกับปัจจัยการดำเนินชีวิตของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม และการนำหลักสุข ๔ ประการ ซึ่งเป็นหลักพุทธปรัชญาเถรวาท มาใช้ให้เกิดความสุขของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม ใน ๔ ด้าน ได้แก่ ด้านอภิสุข (สุขจากการมีทรัพย์) ด้านโภคสุข (สุขจากการใช้จ่ายทรัพย์) ด้านอนนสุข (สุขจากการไม่เป็นหนี้) และด้านอนวัชชสุข (สุขจากการประพฤติสุจริตไม่มีโทษ) และตอนที่ ๓ เป็นข้อคำถามปลายเปิด จำนวน ๑ ข้อ ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปัญหาและแนวทางแก้ไขปัญหาความสุขตามแนว พุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม ดังนั้นผู้วิจัยจะได้สรุปผลการวิจัยเพื่อตอบวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ มีดังนี้

#### ๕.๑ บทสรุป

การศึกษาวิจัยเรื่อง ศึกษาความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม เป็นการศึกษาเกี่ยวกับความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท ศึกษาความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพรานและศึกษาวิเคราะห์ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน ซึ่งผู้วิจัยนำมาสรุปผลได้ดังต่อไปนี้



### ๕.๑.๑ สรุปความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท

พุทธปรัชญาเถรวาท เป็นหลักธรรมคำสอนและข้อปฏิบัติของพระพุทธเจ้า เป็นสิ่งที่มีคุณค่าสูงหากทุกคนยึดถือและประพฤติปฏิบัติตามเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอแล้วชีวิตของมนุษย์จะมีแต่ความสมบูรณ์พูนสุข ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท เป็นหลักธรรมในพระพุทธศาสนาซึ่งให้เห็นความเป็นจริงและเป็นสิ่งสำคัญในการดำรงชีวิตและการปฏิบัติงานของคฤหัสถ์ หรือผู้ครองเรือนทุกคนย่อมปรารถนาและแสวงหาความสุขแก่ตนและครอบครัว ย่อมปรารถนาความสะอาดสบายในการดำเนินชีวิตและประกอบอาชีพย่อมปรารถนาความเป็นอิสระ คือ สุข ๔ ประการ เพื่อประสบความสำเร็จในการดำรงชีวิตประจำอย่างมีความสุขและสันติสุขของสังคม ได้แก่ อตถิสุข (สุขจากการมีทรัพย์) โภคสุข (สุขจากการจ่ายทรัพย์) อนนสุข (สุขจากการไม่เป็นหนี้) และอนวัชชสุข (สุขจากการประพฤติสุจริตไม่มีโทษ) สามารถนำไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิตให้เกิดมีความสุขอย่างแท้จริง ให้เกิดคุณประโยชน์สุขคู่ค้ำกับการที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ หรือเรียกว่าผู้ประสบความสำเร็จในการดำรงชีวิต

### ๕.๑.๒ สรุปความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม

ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม มีคุณค่าต่อสังคม เพราะเป็นธรรมที่สอนให้ตนเองและครอบครัวระมัดระวังและไม่ประมาทการใช้ชีวิต รู้จักเหตุผล รู้จักการประมาณตน มีความรัก ความเมตตา กรุณา พยาบาล เป็นผู้มีบทบาทหน้าที่ดูแลและให้การช่วยเหลือบุคคลเจ็บป่วย ให้การฟื้นฟูสุขภาพ การป้องกันโรคและการส่งเสริมสุขภาพและรวมทั้งการช่วยเหลือกระทำการรักษาโรค ด้วยหลักวิทยาศาสตร์และศิลปะการพยาบาล พยาบาลจะต้อง ลด ละ เลิก จากกามตัณหา ส่งเสริมสร้างสรรค์การอยู่ร่วมกันในสังคมด้วยเมตตา กรุณาและประพฤติปฏิบัติตามหลักธรรมความสุข เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ก้าวหน้าด้วยการปฏิบัติธรรม

### ๕.๑.๓ สรุปการวิเคราะห์ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม

จากการปฏิบัติตามหลักพุทธปรัชญาเถรวาท (สุข ๔ ประการ) อตถิสุข (สุขจากการมีทรัพย์) โภคสุข (สุขจากการจ่ายทรัพย์) อนนสุข (สุขจากการไม่เป็นหนี้) และอนวัชชสุข (สุขจากการประพฤติสุจริตไม่มีโทษ) เป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ ทำให้การดำรงวิถีชีวิตมีความสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ ทำให้เกิดความสุขและสันติสุข มีคุณค่าและประโยชน์ต่อจิตใจอันเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดในการดำเนินชีวิตของทุกคน

### ๕.๑.๔ ผลการสัมภาษณ์เชิงลึก (Indepth Interview)

ผลการสัมภาษณ์เชิงลึกเจาะจงบุคคลที่เกี่ยวข้องเพื่อความแน่นอน หรือยืนยันคำตอบของผลการวิจัยเชิงคุณภาพเอกสาร มีดังนี้

๕.๑.๔.๑ เหมาะสมต่อการพัฒนาการดำเนินชีวิตของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม เพราะหลักสุข ๔ ซึ่งเป็นหลักพุทธปรัชญาเถรวาท อันเป็นคุณธรรมแห่งความสุขในการดำเนินชีวิตและการปฏิบัติงานไว้ ๔ ประการ อันได้แก่ อตถิสุข สุขจากการมีทรัพย์

โภคสุข สุขจากการจ่ายทรัพย์ อนนสุข สุขจากการไม่เป็นหนี้ และอนวัชชสุข สุขจากการประพฤติ สุจริตที่ไม่มีโทษ ทั้งนี้ นำไปพัฒนาการดำรงชีวิตและปฏิบัติงานของพยาบาล ด้วยการปลูกฝังจิตสำนึก ให้เกิดความภาคภูมิใจที่แสวงหาทรัพย์ (อัตถิสุข) มาด้วยน้ำพักน้ำแรง ความขยันหมั่นเพียรและอดทน ของตนโดยชอบธรรมและนำทรัพย์มาใช้สอยเรื่องที่เหมาะสมที่พอควรแก่ฐานะของตนไม่ขัดข้อง (โภค สุข) รู้จักประหยัดเก็บออมทรัพย์ ไม่ฟุ้งเฟ้อ ฟุ่มเฟือย ไม่ก่อกวน (อนนสุข) ประคบหาเลี้ยงชีพอย่าง สุจริต กระทำการด้วยปัญญา รักษาความไม่ประมาทเสมอชีวิต (อนวัชชสุข) เพื่อการพัฒนาคุณภาพ ชีวิตและการปฏิบัติงานให้เจริญก้าวหน้าและมั่นคง

๕.๑.๔.๒ มีคุณค่าและประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตและการปฏิบัติงานของพยาบาล ในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม โดยหลักสุข ๔ อันได้แก่ อัตถิสุข โภคสุข อนนสุข และ อนวัชชสุข มีคุณค่ากับพยาบาล ทำให้การดำเนินวิถีชีวิตความเป็นอยู่ของครอบครัวอยู่อย่างร่มเย็น เป็นสุข มีกำลังใจต่อสู้กับความยากลำบาก ปัญหาและอุปสรรคเกี่ยวอุปสงค์ อุปทานด้านเศรษฐกิจ การเมือง สังคมและสิ่งแวดล้อม สร้างขวัญและกำลังใจต่อปัญหาชีวิต แก้ปัญหาชีวิตอย่างมีสติใช้ สมมติเป็นเกราะป้องกันภัย

๕.๑.๔.๓ นำหลักสุข ๔ ไปใช้แล้วจะทำให้การดำเนินชีวิตและการปฏิบัติงาน ชีวิตมีความเจริญงอกงาม ชีวิตภายในครอบครัวมีความสะดวก สบาย ความสำราญ ความสนุกสนาน ร่าเริง แจ่มใส ปราศรณาสั่งใดได้ตามที่ต้องการ ไม่ขัดสน หรือขัดข้องปัญหาเรื่องการเงิน มีความสุขและ ประสพผลสำเร็จในการปฏิบัติงาน มีความมั่นคงในอาชีพ มีและมีกัลยาณมิตรที่ดี

๕.๑.๔.๔ นำหลักธรรมที่เกี่ยวข้องมาใช้กับความสุขของพยาบาลในโรงพยาบาลสาม พราน จังหวัดนครปฐม มีหลักธรรมส่งเสริมให้ทุกอาชีพดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมั่นคง คือ ฆราวาสธรรม ๔ หลักธรรมนำประสพผลสำเร็จมาสู่การงาน คือ อิทธิบาท ๔ หลักธรรมการปฏิบัติตน ให้เหมาะสมกับฐานะของตนที่มีหน้าที่การงาน คือ ภิภุชสัมมิภักตละ หลักธรรมความเป็นอยู่ที่ดี มีการ พัฒนาพฤติกรรมความเป็นอยู่ที่ดี คือ สันโดษ หลักข้อห้ามและหลักของความประพฤติปฏิบัติเป็น พื้นฐานการดำเนินชีวิต คือ เบญจศีล - เบญจธรรม หลักของการสังคมให้มีความเอื้อเพื่อเกื้อกูลกัน คือ บุญกิริยาวัตถุ ๓ หลักฝึกอบรมความประพฤติทางกาย วาจาและใจ คือ กุศลกรรมบถ ๑๐ หลัก ธรรมที่ควรปรับใช้เพื่อให้เกิดปัจจัยสนับสนุนคนให้บรรลุดุธรรม คือ สัปายะ ๗ และหลักธรรมที่ เหมาะสมกับการดำเนินชีวิต คือ อริยมรรค ๘

๕.๑.๔.๕ ผลข้อเสนอแนะเกี่ยวกับแนวทางในการนำหลักธรรมในเรื่องสุข ๔ ไปใช้ กับพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม ให้ได้ผลนั้น หน่วยงานและผู้บังคับบัญชา ควร มีการฝึกอบรมปลูกฝังจิตสำนึก ประพฤติปฏิบัติเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับผู้ใต้บังคับบัญชา จัดทำ โครงการเข้าวัดปฏิบัติธรรม เข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสา ส่งเสริมกิจกรรมเศรษฐกิจพอเพียง สนับสนุนจัด ตั้งกลุ่มสหกรณ์ออมทรัพย์ สร้างสรรค์คิดค้นงานวิจัย สร้างขวัญและกำลังใจความดีความชอบด้วย ความเป็นธรรม

สรุปได้ว่า พยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม ทั้ง ๑๐ คน ให้คำตอบ สอดคล้องกันว่า หลักพุทธปรัชญาเถรวาท คือ หลักสุข ๔ (หลักธรรมแห่งความสุขของคฤหัสถ์) ได้แก่ อตถิสุข โภคสุข อนนสุข และอนวัชสุข มีความเหมาะสม มีคุณค่าและประโยชน์ที่จะนำไปใช้ หรือประยุกต์ใช้กับการพัฒนาการดำเนินชีวิตและการปฏิบัติงานของพยาบาล โดยการฝึกอบรม/ นำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเป็นอาชีพเสริม ปลูกจิตสำนึกเรื่องของการบริหารจัดการเงิน สอดแทรก คุณธรรมจริยธรรมในการฝึกอบรม เพาะบ่มนิสัยของการประหยัด ให้พยาบาลรู้จักการแสวงหาทรัพย์ โดยสุจริต ขยันหมั่นเพียร อดทนทำงาน ประหยัดใช้จ่ายอย่างเหมาะสม ไม่ฟุ่มเฟือยก่อนหนี้สิน หาเลี้ยงชีพโดยชอบธรรม กระทบความดีทั้งกายและจิตใจอย่างสม่ำเสมอ ทุ่มเทกำลังกายและกำลังใจทำงาน อย่างเต็มสุดความสามารถ มีความรักสมัครสมานสามัคคี สำนึกประโยชน์ส่วนรวมเป็นมากกว่าส่วนตน เป็นที่ตั้ง เพิ่มความเชื่อมั่นให้ประชาชน และสร้างภาพลักษณ์ที่ดีต่ออาชีพ

## ๕.๒ ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะและข้อค้นพบ (Fact Findings) จากการวิจัยแล้วสามารถสรุปผล โดยแบ่งเป็น ๒ ระดับ ดังนี้

### ๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

จากผลการวิจัย จึงมีข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย ดังนี้

ผลการศึกษาความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม โดยรวม ควรทำการฝึกอบรมและปลูกฝังคุณธรรมและจริยธรรมให้กับบุคลากร พยาบาล เพิ่มทักษะการเรียนรู้ทางวิชาชีพพยาบาล ศึกษาดูงานในวิชาชีพกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ออกหน่วยเป็นจิตอาสาติดตามผลการปฏิบัติในชุมชน ศึกษาวิจัยในงานพยาบาล สร้างขวัญและกำลังใจให้กับกำลังพล จัดหาอุปกรณ์ให้ทันสมัย สร้างความตระหนักรู้และเห็นความสำคัญของการ ปฏิบัติงาน ปฏิบัติตนตามแนวทางแบบเศรษฐกิจพอเพียง ยึดความประหยัด ตัดทอนค่าใช้จ่ายในทุก ด้าน ลดละความฟุ่มเฟือย ประกอบอาชีพด้วยความถูกต้องสุจริต ละเลิกการแก่งแย่งผลประโยชน์ หาหนทางให้ชีวิตพ้นจากความทุกข์ยาก ใฝ่หาความรู้ให้เกิดมีรายได้ ปฏิบัติตนในแนวทางที่ดี ลดละสิ่งชั่ว ให้หมดสิ้น ยึดหลักการบริหารงานแบบมีส่วนร่วมคือ วัด บ้าน โรงเรียน

### ๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย

การดำเนินชีวิตประจำวันอย่างมีความสุขของพยาบาล เชื่อว่ามีความสำคัญและมีประโยชน์ ต่อวิถีชีวิตและการปฏิบัติงาน เพราะเป็นการพัฒนาจิตใจไม่ให้เกิดกิเลส เพื่อมุ่งให้จิตใจเป็นอิสระจากการบีบคั้นของกิเลส อันเป็นรากเหง้าของความทุกข์ ผู้วิจัยเห็นว่า หลักพุทธปรัชญาเถรวาท เพื่อให้เกิดความสุขแก่พยาบาลและสามารถแก้ไขปัญหาได้ในระดับหนึ่งอย่างแท้จริง งานวิจัยศึกษาความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม หากมีผู้ประสงค์ จะทำวิจัยในเรื่องนี้ หรือหัวข้อการวิจัยที่ใกล้เคียงกับเรื่องดังกล่าว ควรศึกษาเกี่ยวกับตามประเด็น ดังนี้

๑. คว้าศีกษาเรื่อง “ความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่อการปฏิบัติงานตามหลัก พุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในสังกัดสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครปฐม”

๒. คว้าศีกษาเรื่อง “วิเคราะห์การดำเนินชีวิตตามหลักพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในสังกัดสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครปฐม”

๓. คว้าศีกษาเรื่อง “การประยุกต์ใช้หลักพุทธปรัชญาเถรวาทในการฝึกอบรมของพยาบาลในสังกัดสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครปฐม”

๔. คว้าศีกษาเรื่อง “ความคาดหวังการนำหลักพุทธปรัชญาเถรวาทมาใช้ในการปฏิบัติงานของพยาบาลในสังกัดสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครปฐม”

๕. คว้าศีกษาเรื่อง “วิเคราะห์การดำเนินชีวิตตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของพยาบาลในสังกัดสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครปฐม”



มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

## บรรณานุกรม

### ๑. ภาษาไทย

#### ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (๒๕๓๙). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.** เฉลิม พระเกียรติ สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พุทธศักราช ๒๕๓๙ เล่มที่ ๑, ๔, ๑๐, ๑๙, ๒๐, ๒๑, ๒๒, ๒๓, ๒๔, ๒๕, ๒๖, ๒๙. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

#### ข้อมูลทุติยภูมิ

##### ๑) หนังสือทั่วไป

กมลรัตน์ ศักดิ์สมบูรณ์. (๒๕๔๐). **ทฤษฎีการพยาบาลและกระบวนการพยาบาล.** กรุงเทพมหานคร : ม.ป.ท.

กীরติ บุญเจือ, ศ.ดร.. (๒๕๒๒). **สารานุกรมปรัชญา.** กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช.

\_\_\_\_\_. (๒๕๒๘). **ชุดพื้นฐานปรัชญา – จริยศาสตร์สำหรับผู้เริ่มเรียน.** กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช จำกัด..

คณะผู้ดำเนินโครงการวิจัยและพัฒนาระบบช่วยแปลภาษาอังกฤษเป็นไทย มหาวิทยาลัย เกษตรศาสตร์ (๒๕๒๑). **อรรถาภิธาน.** กรุงเทพมหานคร : ซีเอ็ดดูเคชั่น จำกัด.

คณะกรรมการวิชาศิลปะการดำเนินชีวิต ศูนย์วิชาบูรณาการหมวดศึกษาศาสตร์ศึกษาทั่วไป. (๒๕๕๓). **ศิลปะการดำเนินชีวิต.** พิมพ์ครั้งที่ ๑๐. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

จำนง อติพัฒนสิทธิ์. (๒๕๔๗). **ศาสนา ชีวิต และสังคม.** กรุงเทพมหานคร: สุขภาพใจ.

ธีรโชติ เกิดแก้ว, ผศ. (๒๕๕๓). **พุทธปรัชญา มติการมองโลกและชีวิตตามความจริง.** กรุงเทพมหานคร : บริษัท คอมเมอร์เชียลเวิลด์ มีเดีย จำกัด.

นันทนา น้ำฝน. (๒๕๓๘). **เอกลักษณ์ของพยาบาลวิชาชีพ.** สงขลา : เหมการพิมพ์.

บุญมี แทนแก้ว, ผศ. (๒๕๕๒). **จริยธรรมกับชีวิต.** กรุงเทพมหานคร : โอเดียนสโตร์.

ปราณี รามสูตร และจรัส ดั่งสุวรรณ. (๒๕๔๕). **การเสริมสร้างชีวิตให้เป็นสุข.** พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร : ธารการพิมพ์.

ปิ่น มุทุกันต์, พ.อ. (๒๕๓๕). **พุทธศาสน์ ภาค ๓.** กรุงเทพมหานคร : มหามกุฏราชวิทยาลัย.

พระเทพเวที (ป.อ. ปยุตโต). (๒๕๓๖). **ความรักจากวาเลนไทน์.** กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

\_\_\_\_\_. (๒๕๓๔). **ธรรมนุญชีวิต.** กรุงเทพมหานคร: การศาสนา.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). (๒๕๔๑). **จารีกโศก.** กรุงเทพมหานคร : คณะกรรมการจัดงานรำลึกพระคุณ ม.ร.ว. สอางค์ เทวกุล ในวาระอายุครบ ๑๐๐ ปี.



- \_\_\_\_\_ . (๒๕๓๗). **ชีวิตที่สมบูรณ์**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก จำกัด.
- \_\_\_\_\_ . (๒๕๕๓). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๙. กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (๒๕๕๐). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- \_\_\_\_\_ . (๒๕๕๒). **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ**. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- \_\_\_\_\_ . (๒๕๕๑). **วิธีคิดตามหลักพุทธธรรม**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์สยาม.
- พระเทพวิสุทธิญาณ (อุบล นนทโก). (๒๕๕๒). **อธิบายธรรมวิภาค ปริเฉทที่ ๑**. กรุงเทพมหานคร : มหามกุฏราชวิทยาลัย.
- พระไพศาล วิสาโล (๒๕๕๓). **เป็นไทย เป็นสุข เป็นพุทธและความสุข**. กรุงเทพมหานคร : สามลดา.
- พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ). (๒๕๑๒). **ความสุขในการทำงาน**. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา.
- \_\_\_\_\_ . (๒๕๒๓). **ความสุขที่แท้**. กรุงเทพมหานคร: สุขภาพใจ.
- \_\_\_\_\_ . (๒๕๔๐). **ขุมนุมปาฐกถา ชุด พุทธธรรม**. กรุงเทพมหานคร : สุขภาพใจ.
- พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตตฺโน). (๒๕๕๑). **การบริหารจิต**. กรุงเทพมหานคร : เซเว่น พรีนติ้ง กรุ๊ป จำกัด.
- พระมหาสมปอง มุทีโต. (๒๕๔๒). **คัมภีร์อภิธานวรรณนา**. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา.
- พระราชธรรมนิเทศ (ระแบบ จิตตฺญาโณ). (๒๕๓๘). **ธรรมปริทรรศน์**. กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย.
- พระศรีปริยัติโมลี (สมชัย กุสลจิตโต). (๒๕๕๕). **พุทธธรรมกับสุขภาพ : ทางออกของผู้ป่วยเอดส์**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ประชากรธรรม.
- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (๒๕๕๑). **ปรัชญาเบื้องต้น**. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดนวสารสินการพิมพ์.
- มานพ นักการเรียน, รศ. (๒๕๔๕). **พระพุทธศาสนากับศาสตร์สมัยใหม่**. กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณ ราชวิทยาลัย.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (๒๕๕๒). **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน**. กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์, ๒๕๕๖.
- ลออ หุดางกูร. (๒๕๒๓). **จรรยาสำหรับพยาบาล**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: อักษรไทย.
- \_\_\_\_\_ . (๒๕๓๘). **หลักพื้นฐานเพื่อการพยาบาลชีวิต - สังคม**. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยรังสิต.
- วศิน อินทสระ. (๒๕๓๓). **ความเข้าใจเกี่ยวกับชีวิต**. กรุงเทพมหานคร: ปัญญา.

วรรณภา ศรีโรจนกุล, พญ. (๒๕๔๘). **กฎระเบียบวิธีการปฏิบัติ – การวิสัญญีสำหรับวิสัญญีพยาบาล ตำราพื้นฟูวิชาการวิสัญญีวิทยา**. กรุงเทพมหานคร : ราชวิทยาลัยวิสัญญีแพทย์แห่งประเทศไทย.

วิทยากร เชียงกุล. (๒๕๔๘). **จิตวิทยาในการสร้างความสุขและความสำเร็จ**. กรุงเทพมหานคร : สายธาร.  
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก (เจริญ สุวฑฺฒโน). (๒๕๕๗). **วิธีสร้างบุญบารมี**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๙ และ ๒๕. กรุงเทพมหานคร : พิมพ์สวย.

สนอง วรอุไร. (๒๕๔๙). **ทำชีวิตให้ได้ดีและมีสุข**. พิมพ์ครั้งที่ ๒๐. กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์ดีงแอนด์พับลิชตริง.

สภาการพยาบาล. (๒๕๕๑). **กฎหมายกับการประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์**.  
นนทบุรี : เดอะเบสท์กราฟฟิคแอนด์ปρί้นท์.

สิวลี ศิวีโล, รศ. (๒๕๔๘). **จริยศาสตร์สำหรับพยาบาล**. พิมพ์ครั้งที่ ๘. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สุจิตรา อ่อนค้อม. (๒๕๔๕). **ศาสนาเปรียบเทียบ**. กรุงเทพมหานคร : ดวงแก้ว.

สุเชาว์น พลอยชุม, รศ. (๒๕๕๒). **พุทธปรัชญาในสุดตันตปิฎก**. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด บางกอกบล็อก.

สุเทพ สุธีรางกูร. (๒๕๕๓). **สังฆธรรมนำชีวิต**. กรุงเทพมหานคร: กอไผ่.

สุเมธ เมธาวิทยกุล, ผศ. (๒๕๓๔). **ปรัชญาเบื้องต้น**. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.

สุวิทย์ คงทอง. (๒๕๒๗). **พุทธศาสน์**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: กรุงเทพมหานครพิมพ์.

อภิวัฒน์ โพธิ์सान. (๒๕๕๑). **พุทธศาสน์แนวปฏิบัติเพื่อชีวิต**. มหาสารคาม : มหาสารคามมหาวิทยาลัยมหาสารคาม.

อรุณี กรศรีทิพา. (๒๕๔๙). [ผู้แปล]. **วิถี ๘๐/๒๐ การดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข**. กรุงเทพมหานคร: เอ็กซ์พอร์ตเน็ต.

## ๒) บทความในวารสาร

พากร วังศิริอักษร. (๒๕๕๔). **สาส์นจากประธานอุตสาหกรรม จังหวัดพระนครศรีอยุธยา, วารสารความสุขสร้างได้อย่างไร**. ปีที่ ๑ ฉบับที่ ๑ หน้า ๒.

พระมหาหมัชวินทร์ ปุริสุตโตโม (อามาตมนตรี). (๒๕๕๖). **การประยุกต์ใช้หลักปัจฉิมทิศในการส่งเสริมสถาบันครอบครัวของประชาชน แขวงบางพลัด เขตบางพลัด กรุงเทพมหานคร พ.ศ. ๒๕๕๑**.

**บัณฑิตศาสตร์ มจร.** ปีที่ ๑๑ ฉบับที่ ๒ (เมษายน – กันยายน ๒๕๕๖) : ๑ – ๒.

### ๓) วิทยานิพนธ์/สารนิพนธ์/รายงานการวิจัย

จิรสุมภา ชูบุญ. (๒๕๕๓). “การนำหลักพุทธจริยศาสตร์ไปใช้ในการปฏิบัติหน้าที่ของพยาบาล : ศึกษาเฉพาะกรณีโรงพยาบาลปทุมธานี จังหวัดปทุมธานี”. **สารนิพนธ์ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย.

จำนง สวมประคำ. (๒๕๕๐). “ศึกษาหลักธรรมสำหรับฆราวาสในพระสูตรที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงแก่ อนาถปิณฑิกเศรษฐี”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

ชุติกายุจน์ เปาหุย. (๒๕๕๓). “ศึกษาระดับความสุขในการทำงานของพยาบาล : กรณีศึกษาเฉพาะ โรงพยาบาลศิริราช”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศิลปากร.

ณัฐณี เลิศเรืองเจริญ (๒๕๕๑). “การใช้หลักอิทธิบาท ๔ ในการปฏิบัติหน้าที่ของพยาบาล : ศึกษาเฉพาะกรณีโรงพยาบาลมหาชัย ๒ อำเภอกระทุ่มแบน จังหวัดสมุทรสาคร”. **สารนิพนธ์ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย.

ถนัด ตรัยเลิศวิเชียร. (๒๕๔๖). “ศิลปะการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขตามหลักพุทธธรรม”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : โครงการบัณฑิตศึกษา สถาบันราชภัฏธนบุรี.

นิกร ศิริกุล. (๒๕๕๐). “ความสุขของมนุษย์ตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย.

เนตรสวรรค์ จินตนาวัลย์. (๒๕๕๓). “ความสุขในการปฏิบัติงานของพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลจังหวัดสมุทรสาคร”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศิลปากร.

ปิยอร ลีระเต็มพงษ์. (๒๕๕๒). “ความสุขในการทำงานของพยาบาล งานแพทย์ศัลยกรรมและศัลยกรรมออร์โธปิดิกส์โรงพยาบาลศิริราช”. **วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศิลปากร.

พระไพฑิธ สุมะโร (คุ่มท้าว). (๒๕๔๘). “หลักพุทธธรรมเพื่อแก้ปัญหาพฤติกรรมการเล่นการพนันห่วยในชุมชน”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย.

พระมหาอำนาจ พลปนโณ (สวัสตี). (๒๕๕๕). “บูรณาการตามแนวคิดเชิงมนุษยนิยมในวรรณกรรมไทยเรื่องสั้นรางวัลซีไรต์”. **วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตร์ดุสิตบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย.

พระสุริย์ชัย ชูช่วย (๒๕๔๖). “การแสวงหาความสุขและคุณค่าของชีวิต : กรณีศึกษาทัศนะกลุ่มคนต่างวัยในกรุงเทพมหานคร”. **วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล.

แม่ชีมณีรัตน์ โพธิสวัสต์. (๒๕๕๒). “ศึกษาวิเคราะห์ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท”.

**วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย.

รพีพรรณ คงดำรงเกียรติ. (๒๕๔๔). “พฤติกรรมการสอนและรูปแบบการสอนวิชาจริยศาสตร์สำหรับพยาบาลของอาจารย์พยาบาล”. **วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล.

วิทิพย์อร บุญพันธุ์กุล. (๒๕๕๖). “การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมเพื่อการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุขของนักธุรกิจในนิคมอุตสาหกรรมสมุทรสาคร”. **วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตร์ดุขฎิบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย.

สุธาทิพย์ แสงเดือนฉาย. (๒๕๕๕). “การประยุกต์ใช้หลักพุทธปรัชญากับหลักการทำงานอย่างมีความสุขของพนักงานบริษัท เวสเทิร์น ดิจิตอล (ประเทศไทย) จำกัด”. **วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตร์ดุขฎิบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย.

สุมาลี สุขอร่าม. (๒๕๕๔). “การประยุกต์ใช้พุทธจริยธรรมในการประกอบธุรกิจ กรณีศึกษา : บริษัท แฟรี่แลนด์สรรพสินค้า จำกัด นครสวรรค์”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

#### ๔) บทความในหนังสือพิมพ์

คนสมณะ. (๒๕๕๘, ๑๐ พฤษภาคม). “อยากรู้ไหมว่าคุณมีความสุขี่เปล่า ? : ประทีปส่องใจ”. **ไทยรัฐ.** หน้า ๑๐.

#### ๕) เอกสารที่ยังไม่ได้ตีพิมพ์

โรงพยาบาลสามพราน. (๒๕๕๗). **ข้อมูลพื้นฐานโรงพยาบาลสามพราน.** นครปฐม : โรงพยาบาลสามพราน.

\_\_\_\_\_. (๒๕๕๘). **การบริหารการพยาบาล.** นครปฐม : โรงพยาบาลสามพราน.

#### ๖) การสัมภาษณ์

ศรีรัตน์ วีระสมวงศ์. (๒๕๕๘, ๒๐ พฤศจิกายน). พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม. สัมภาษณ์.

ชาตยา อนันต์ธราทรัพย์. (๒๕๕๘, ๒๕ พฤศจิกายน). พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม. สัมภาษณ์.

ณัฐยานันต์ อดุลย์โพธิธรรม. (๒๕๕๘, ๒๙ พฤศจิกายน). พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม. สัมภาษณ์.

จุไรรัตน์ บุญสัจย์. (๒๕๕๘, ๒ ธันวาคม). พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลสามพราน จังหวัด นครปฐม. สัมภาษณ์.

นิสา วงศ์จิ้น. (๒๕๕๘, ๕ ธันวาคม). พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลสามพราน จังหวัด นครปฐม. สัมภาษณ์.

ฉันทนา ภัทรเจริญสิน. (๒๕๕๘, ๑๐ ธันวาคม). พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม. สัมภาษณ์.

สุนันทา ทำสระคู. (๒๕๕๘, ๑๗ ธันวาคม). พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม. สัมภาษณ์.

สุภาพร เฟ่งมานะยล. (๒๕๕๘, ๒๓ ธันวาคม). พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม. สัมภาษณ์.

กฤษฎา นิจกาล. (๒๕๕๘, ๒๖ ธันวาคม). พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ โรงพยาบาลสามพราน จังหวัด นครปฐม. สัมภาษณ์.

เกื้อกุล วัฒนานุกุล. (๒๕๕๘, ๒๙ ธันวาคม). พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม. สัมภาษณ์.





ภาคผนวก



ภาคผนวก ก

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ

## รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ

### ๑. รศ. ดร.จ่านง คันธิก

#### การศึกษา

ป.ธ. ๙, พ.ม., ศน.บ., (ศาสนาและปรัชญา)

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

M.A. (Philosophy) B.H.U., Ph.D. (Buddhist Studies),

Magadh University

#### ตำแหน่งปัจจุบัน

อาจารย์ประจำคณะมนุษยศาสตร์

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

### ๒. รศ.(พิเศษ) ดร.สุกิจ ชัยมุสิก

#### การศึกษา

Ph.D. (Political Science), Banaras Hindu University

M.A. (Political Science), Banaras Hindu University

B.A. (Political Science), Banaras Hindu University

#### ตำแหน่งปัจจุบัน

อาจารย์พิเศษประจำบัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

### ๓. ผศ. ดร.บุญร่วม คำเมืองแสน

#### การศึกษา

ศน.บ. (ภาษาอังกฤษ) มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

M.A. (Buddhist Studies), University Of Delhi

ร.ป.ม. (รัฐประศาสนศาสตร์) มหาวิทยาลัยพิษณุโลก

Ph.D. (Philosophy), Dr. B.R. Ambedkar University

Ph.D. (Political Science), Magadh University

#### ตำแหน่งปัจจุบัน

หัวหน้าภาควิชาศาสนศาสตร์

คณะศาสนาและปรัชญา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย



ภาคผนวก ข  
รายนามผู้ให้สัมภาษณ์

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

## รายนามผู้ให้สัมภาษณ์

### ๑. นางสาวศิริรัตน์ วีระสมวงศ์

อายุ	๕๑ ปี
อยู่บ้านเลขที่	๒๗/๓๔ หมู่ ๑ ต.ท่าตลาด อ.สามพราน จ.นครปฐม
การศึกษา	ป.ตรี พยาบาลศาสตร์บัณฑิต
สถานที่ทำงาน	รพ.สามพราน จ.นครปฐม
ตำแหน่ง	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
วันที่ให้สัมภาษณ์	๒๐ พ.ย. ๒๕๕๘
สถานที่ให้สัมภาษณ์	รพ.สามพราน จ.นครปฐม

### ๒. นางชิตยา อนันต์ธราทรัพย์

อายุ	๔๖ ปี
อยู่บ้านเลขที่	๗๑/๑๐๖ หมู่ ๔ ต.ท่าตำหนัก อ.นครชัยศรี จ.นครปฐม
การศึกษา	ป.ตรี พยาบาลศาสตร์บัณฑิต
สถานที่ทำงาน	รพ.สามพราน จ.นครปฐม
ตำแหน่ง	พยาบาลวิชาชีพ ชำนาญการ
วันที่ให้สัมภาษณ์	๒๕ พ.ย. ๒๕๕๘
สถานที่ให้สัมภาษณ์	รพ.สามพราน จ.นครปฐม

### ๓. นางณัฐธยาน์ อุดุลโยพิริธรรม

อายุ	๔๑ ปี
อยู่บ้านเลขที่	๑๕๖/๑๐๑ หมู่ ๖ ต.คลองใหม่ อ.สามพราน จ.นครปฐม
การศึกษา	ป.ตรี พยาบาลศาสตร์บัณฑิต
สถานที่ทำงาน	รพ.สามพราน จ.นครปฐม
ตำแหน่ง	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
วันที่ให้สัมภาษณ์	๒๙ พ.ย. ๒๕๕๘
สถานที่ให้สัมภาษณ์	รพ.สามพราน จ.นครปฐม

### ๔. นางจุไรรัตน์ บุญสัตย์

อายุ	๔๗ ปี
อยู่บ้านเลขที่	๕/๑๖ หมู่ ๒ ซ.ทองดี ถ.เพชรเกษม ต.ยายชา อ.สามพราน จ.นครปฐม
การศึกษา	ป.ตรี พยาบาลศาสตร์บัณฑิต
สถานที่ทำงาน	รพ. สามพราน จ.นครปฐม



ตำแหน่ง	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
วันที่ให้สัมภาษณ์	๒ ธ.ค. ๒๕๕๘
สถานที่ให้สัมภาษณ์	รพ.สามพราน จ.นครปฐม

**๕. นางสาวนิสา วงศ์จิ้น**

อายุ	๓๕ ปี
อยู่บ้านเลขที่	๖๑/๑ หมู่ ๗ ต.คลองใหม่ อ.สามพราน จ.นครปฐม
การศึกษา	ป.ตรี พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ
สถานที่ทำงาน	รพ. สามพราน จ.นครปฐม
ตำแหน่ง	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
วันที่ให้สัมภาษณ์	๕ ธ.ค. ๒๕๕๘
สถานที่ให้สัมภาษณ์	รพ.สามพราน จ.นครปฐม

**๖. นางฉันทนา ภัทรเจริญสิน**

อายุ	๔๙ ปี
อยู่บ้านเลขที่	๙๙๙/๗๐๒ หมู่บ้านเศรษฐกิจ ๓๑ แขวงบางแคเหนือ เขตบางแค กรุงเทพฯ
การศึกษา	ป.ตรี พยาบาลศาสตรบัณฑิต
สถานที่ทำงาน	รพ. สามพราน จ.นครปฐม
ตำแหน่ง	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
วันที่ให้สัมภาษณ์	๑๐ ธ.ค. ๒๕๕๘
สถานที่ให้สัมภาษณ์	รพ.สามพราน จ.นครปฐม

**๗. นางสาวสุภาพร เฟ่งมานะยล**

อายุ	๔๒ ปี
อยู่บ้านเลขที่	๓๕/๑๐ หมู่ ๑ ต.ท่าตลาด อ.สามพราน จ.นครปฐม
การศึกษา	ป.ตรี พยาบาลศาสตรบัณฑิต
สถานที่ทำงาน	รพ.สามพราน จ.นครปฐม
ตำแหน่ง	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
วันที่ให้สัมภาษณ์	๑๗ ธ.ค. ๒๕๕๘
สถานที่ให้สัมภาษณ์	รพ.สามพราน จ.นครปฐม

**๘. นางสาวสุนันทา ทำสระคู**

อายุ	๓๖ ปี
อยู่บ้านเลขที่	๒๑๘ หมู่ ๕ ต.โพรงมะเดื่อ อ.เมือง จ.นครปฐม
การศึกษา	ป.ตรี พยาบาลศาสตรบัณฑิต
สถานที่ทำงาน	รพ.สามพราน จ.นครปฐม





ภาคผนวก ค

หนังสือขอความอนุเคราะห์ผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ



## บันทึกข้อความ

หน่วยงาน บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย โทร. ๐-๒ ๔๔๔-๖๐๐๐ ต่อ ๓๐๖๐

ที่ ศธ ๖๐๐๖/๔๘๔

วันที่ ๑๔ กันยายน ๒๕๕๘

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ตรวจเครื่องมือวิจัย

เจริญพร รศ.ดร.จ่านง คันธิก

ด้วย นางสาวลัดดา ไทยปรีชา เลขทะเบียนนักศึกษา ๕๗๒๐๑๕๐๒๓๒๐๐๕ นักศึกษา  
หลักสูตรศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา (Buddhism and  
Philosophy) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย มีความประสงค์จะขอให้ท่าน  
เป็นผู้ทรงคุณวุฒิฯ ตรวจเครื่องมือวิจัย เพื่อเก็บข้อมูลเขียนวิทยานิพนธ์/สารนิพนธ์

ดังนั้น บัณฑิตวิทยาลัยจึงเรียนมายังท่าน เพื่อขอความอนุเคราะห์ให้ท่าน ตรวจเครื่องมือ  
วิจัย ให้นักศึกษาเพื่อเขียนงานวิทยานิพนธ์/สารนิพนธ์ต่อไป สำหรับวันและเวลานักศึกษาจะเป็นผู้ไป  
ติดต่อกับท่านด้วยตนเอง

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์

(พระมหากษัตริย์ ภาณุวสุโธ, ผศ.ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย



## บันทึกข้อความ

หน่วยงาน บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย โทร. ๐-๒ ๕๕๕-๖๐๐๐ ต่อ ๑๐๖๐

ที่ ศธ ๖๐๐๒/๕๘๕

วันที่ ๑๔ กันยายน ๒๕๕๘

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ตรวจเครื่องมือวิจัย

เจริญพร รศ.(พิเศษ) ดร. สุกิจ ชัยมุสิก

ด้วย นางสาวลัดดา ไทยปรีชา เลขทะเบียนนักศึกษา ๕๗๒๐๑๕๐๒๓๐๐๕ นักศึกษา  
หลักสูตรศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา (Buddhism and  
Philosophy) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย มีความประสงค์จะขอให้ท่าน  
เป็นผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจเครื่องมือวิจัย เพื่อเก็บข้อมูลเขียนวิทยานิพนธ์/สารนิพนธ์

ดังนั้น บัณฑิตวิทยาลัยจึงเรียนมายังท่าน เพื่อขอความอนุเคราะห์ให้ท่าน ตรวจเครื่องมือ  
วิจัย ให้นักศึกษาเพื่อเขียนงานวิทยานิพนธ์/สารนิพนธ์ต่อไป สำหรับวันและเวลานักศึกษาจะเป็นผู้ไป  
ติดต่อกับท่านด้วยตนเอง

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์

(พระมหากษัตริย์ ภาณุจุโณ, ผศ.ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

จรรพ/ลิ  
ก. ๘๓๓๓

18 พ.ค. 58





## บันทึกข้อความ

หน่วยงาน บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย โทร. ๐-๒ ๕๕๕-๖๐๐๐ ต่อ ๑๐๖๐

ที่ ศธ ๖๐๐๒/๕๘๖

วันที่ ๑๕ กันยายน ๒๕๕๘

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ตรวจเครื่องมือวิจัย

เจริญพร ผศ.ดร. บุญร่วม คำเมืองแสน

ด้วย นางสาวลัดดา ไทยปรีชา เลขทะเบียนนักศึกษา ๕๗๒๐๑๕๐๒๓๒๐๐๕ นักศึกษา  
หลักสูตรศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา (Buddhism and  
Philosophy) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย มีความประสงค์จะขอให้ท่าน  
เป็นผู้ทรงคุณวุฒิฯ ตรวจเครื่องมือวิจัย เพื่อเก็บข้อมูลเขียนวิทยานิพนธ์/สารนิพนธ์

ดังนั้น บัณฑิตวิทยาลัยจึงเรียนมายังท่าน เพื่อขอความอนุเคราะห์ให้ท่าน ตรวจเครื่องมือ  
วิจัย ให้นักศึกษาเพื่อเขียนงานวิทยานิพนธ์/สารนิพนธ์ต่อไป สำหรับวันและเวลาดังกล่าวจะเป็นผู้ไป  
ติดต่อกับท่านด้วยตนเอง

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์

(พระมหาบุญศรี ญาณวฑฺฒโน, ผศ.ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

ร.น.  
14 ก.ย. 2558



ภาคผนวก ง

หนังสือขอความอนุเคราะห์สัมภาษณ์เพื่อเก็บข้อมูล

ที่ ศธ ๖๐๐๒/๓๕๖



มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย  
๒๔๘ หมู่ที่ ๑ ถนนศาลายา-นครชัยศรี  
ต.ศาลายา อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม ๗๓๑๗๐  
โทร. ๐๒-๕๔๔-๖๐๐๐ โทรสาร. ๐๒-๕๔๔-๖๐๖๐

๕ ตุลาคม ๒๕๕๘



เรื่อง ขออนุญาตเคราะหในการเก็บข้อมูล  
เจริญพร ผู้อำนวยการโรงพยาบาลสุภาพร

ด้วย นางสาวลัดดา ไทยปรีชา เลขประจำตัว ๕๗๒๐๓๕๐๒๓๒๐๐๕ นักศึกษาหลักสูตร  
ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา (Buddhism and Philosophy) บัณฑิต  
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย มีความประสงค์จะขอให้ท่านอนุญาตในการเก็บข้อมูล เพื่อ  
เป็นข้อมูลเขียนงานวิทยานิพนธ์

ดังนั้น บัณฑิตวิทยาลัยจึงเจริญพรมายังท่าน เพื่อขออนุญาตเคราะหในการเก็บข้อมูล  
ดังกล่าว สำหรับวันและเวลานักศึกษาจะเป็นผู้ไปติดต่อกับท่านด้วยตนเอง

จึงเจริญพรมาเพื่อขออนุญาตเคราะห

เรียน ผอ.โรงพยาบาลสุภาพร

ขอเจริญพร

- [พิมพ์สมศวรร (อ.อ.อ.) เกียรติก้อง  
ภักม (และดำเนินการต่อไป

*[Handwritten signature]*  
๓๓.๕๕

(พระมหาบุญศรี ญาณวฑฺฒโน, ผศ.ดร.)  
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

- *[Handwritten signature]*  
- *[Handwritten signature]*  
1๕.1๐.๕๖

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย  
อาคารสมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส (B 7.1)  
๒๔๘ หมู่ที่ ๑ ถนนศาลายา-นครชัยศรี ต.ศาลายา อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม ๗๓๒๐๐  
โทร. ๐-๒๕๔๔-๖๐๐๐ ต่อ ๑๐๖๐ โทรสาร : ๐-๒๕๔๔-๖๐๕๑



ภาคผนวก จ  
แบบสัมภาษณ์

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย



## แบบสัมภาษณ์

### เรื่อง

ศึกษาความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน

จังหวัดนครปฐม

\*\*\*\*\*

### คำชี้แจง

แบบสัมภาษณ์ชุดนี้ใช้สัมภาษณ์ พยาบาลวิชาชีพกลุ่มงาน/แผนกงานของพยาบาลโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม เพื่อให้ได้ข้อมูลตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ โดยแบ่งแบบสัมภาษณ์ออกเป็น ๓ ตอน ดังนี้

**ตอนที่ ๑** ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลผู้ให้สัมภาษณ์

**ตอนที่ ๒** ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม จำนวน ๔ ข้อ

**ตอนที่ ๓** ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปัญหาและแนวทางแก้ไขปัญหาความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม จำนวน ๑ ข้อ

**ตอนที่ ๑** ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลผู้ให้สัมภาษณ์

๑. ชื่อ ..... ชื่อสกุล .....

อายุ ..... ปี อยู่บ้านเลขที่ ..... หมู่ที่ ..... ซอย .....

ถนน ..... ตำบล ..... อำเภอ.....

จังหวัด ..... รหัสไปรษณีย์ ..... โทร.....

E - mail.....

๒. ระดับการศึกษา .....

๓. สถานที่ทำงาน .....

๔. ตำแหน่ง .....



## ตอนที่ ๒ ความสุขตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท

๑. ท่านมีความเข้าใจและตระหนักถึงคุณค่าในหลักสุข ๔ ประการ ซึ่งเป็นหลักพุทธปรัชญาเถรวาทที่เหมาะสมต่อการพัฒนาเกี่ยวกับปัจจัยการดำเนินชีวิตของพยาบาลในโรงพยาบาล สามพราน จังหวัดนครปฐม หรือไม่อย่างไร

.....

.....

.....

.....

๒. ท่านคิดว่าจะนำหลักสุข ๔ ประการ ซึ่งเป็นหลักพุทธปรัชญาเถรวาทมาใช้ให้เกิดความสุขของพยาบาลในโรงพยาบาลสามพราน จังหวัดนครปฐม อย่างไร ได้แก่

๑) อตถิสุข (สุขจากการมีทรัพย์)

.....

.....

.....

๒) โภคสุข (สุขจากการใช้จ่ายทรัพย์)

.....

.....

.....

๓) อนนสุข (สุขจากการไม่เป็นหนี้)

.....

.....

.....

๔) อนวัชชสุข) สุขจากการประพฤตีสัจริตที่ไม่มีโทษ

.....

.....

.....

๓. เมื่อนำหลักสุข ๔ ประการ ไปใช้แล้วจะทำให้การดำเนินชีวิตและการปฏิบัติงานของท่าน  
จะดีขึ้น หรือไม่อย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

๔. ท่านคิดว่าควรนำหลักธรรมอะไรบ้างที่เกี่ยวข้องมาใช้กับความสุขของพยาบาล

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

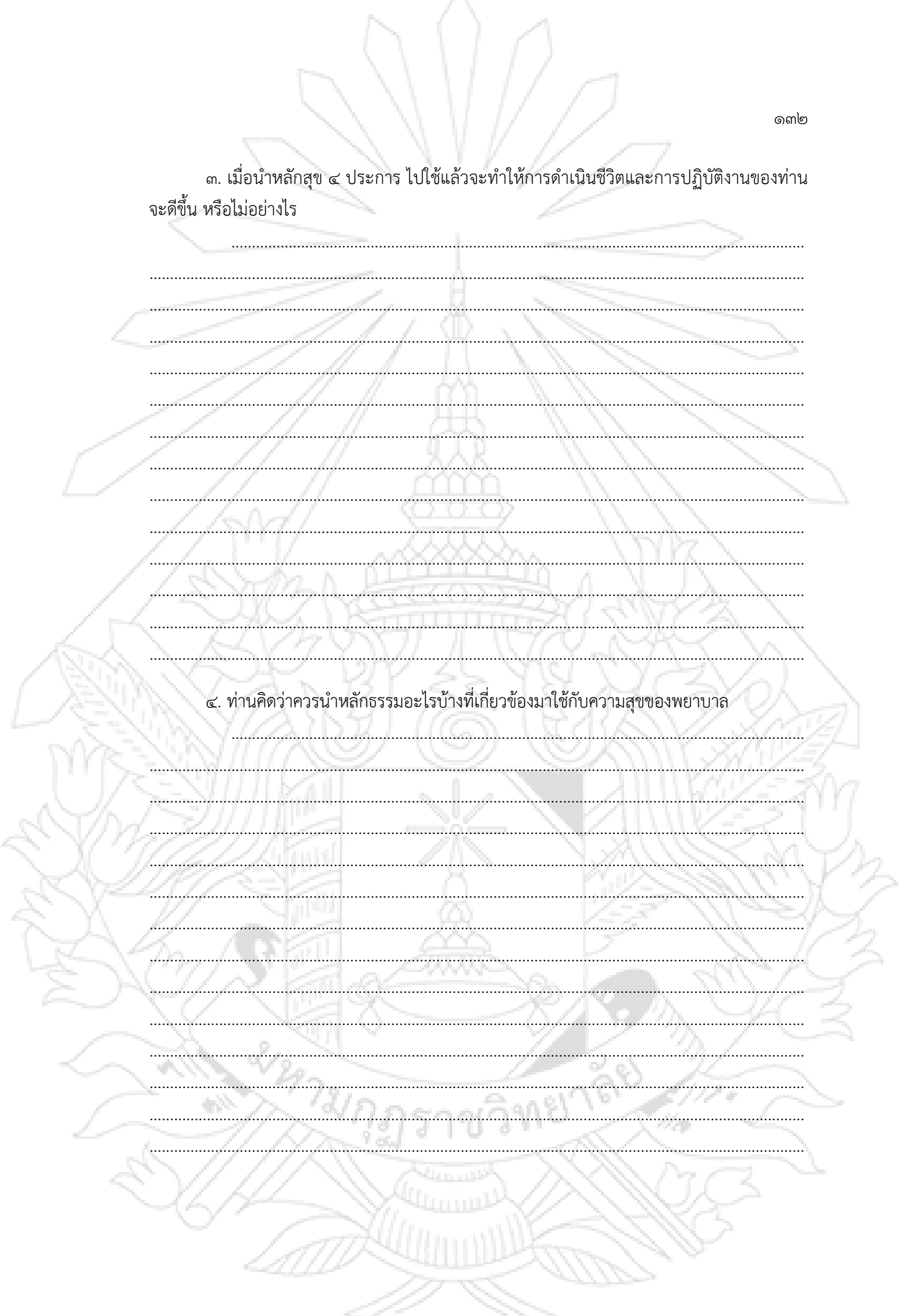
.....

.....

.....

.....

.....





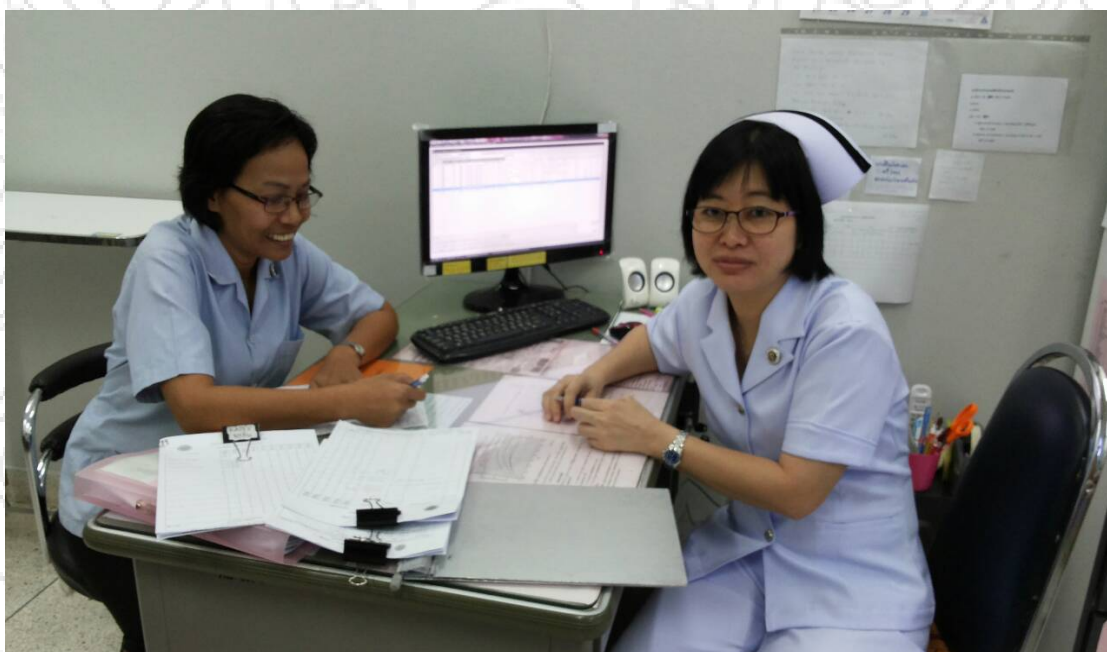


ภาคผนวก ฉ  
ภาพถ่ายสัมภาระณเชิงลึก

ภาพถ่ายจากการสัมภาษณ์เชิงลึก (Indepth Interview)

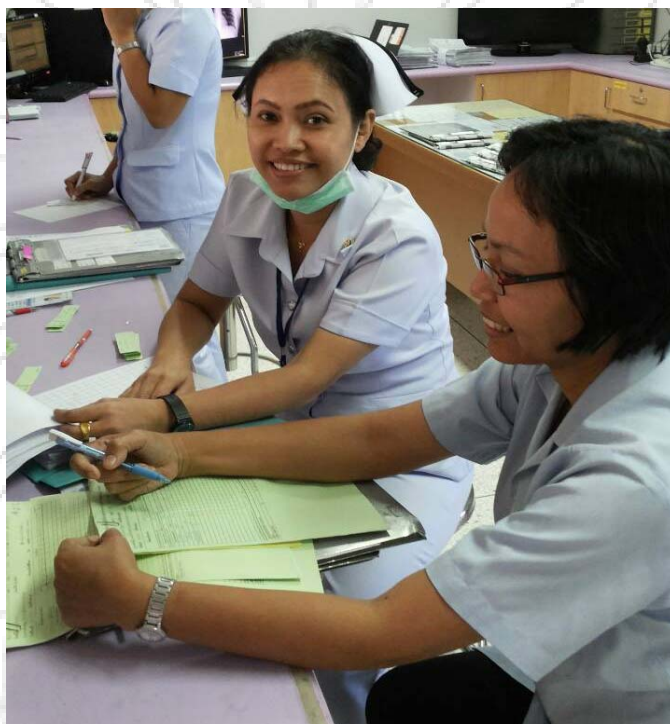


นางสาวศรีรัตน์ วีระสมวงศ์ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รพ.สามพราน จ.นครปฐม  
เมื่อวันที่ ๒๐ พ.ย. ๒๕๕๘



นางชัตยา อนันต์ธราทรัพย์ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รพ.สามพราน จ.นครปฐม  
เมื่อวันที่ ๒๕ พ.ย. ๒๕๕๘





นางณัฐยานัน อุดลยโพธิธรรม พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รพ.สามพราน จ.นครปฐม  
เมื่อวันที่ ๒๙ พ.ย. ๒๕๕๘



นางจุไรรัตน์ บุญสัจย์ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รพ.สามพราน จ.นครปฐม  
เมื่อวันที่ ๒ ธ.ค. ๒๕๕๘



นางสาวนิสา วงศ์จীন พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รพ.สามพราน จ.นครปฐม  
เมื่อวันที่ ๕ ธ.ค. ๒๕๕๘



นางฉันทนา ภัทรเจริญสิน พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รพ.สามพราน จ.นครปฐม  
เมื่อวันที่ ๑๐ ธ.ค. ๒๕๕๘



นางสาวสุภาพร เฟ่งมานะยล พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รพ.สามพราน จ.นครปฐม  
เมื่อวันที่ ๑๗ ธ.ค. ๒๕๕๘



นางสาวสุนันทา ทำสระคู พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รพ.สามพราน จ.นครปฐม  
เมื่อวันที่ ๒๓ ธ.ค. ๒๕๕๘





นายกฤษดา นิจกาล พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ รพ.สามพราน จ.นครปฐม  
เมื่อวันที่ ๒๖ ธ.ค. ๒๕๕๘



นางเกื้อกุล วัฒนานุกูล พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รพ.สามพราน จ.นครปฐม  
เมื่อวันที่ ๒๙ ธ.ค. ๒๕๕๘

## ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ - สกุล : นางสาวลัดดา ไทยปรีชา  
วัน เดือน ปี เกิด : ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๑๔  
สถานที่เกิด : อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม  
สถานที่อยู่ปัจจุบัน : ๒ หมู่ ๒ ตำบลทุ่งน้อย อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม ๗๓๐๐๐

### การศึกษา

พ.ศ. ๒๕๓๐ : ธรรมศึกษาชั้นตรี  
พ.ศ. ๒๕๓๕ : พยาบาลและผดุงครรภ์ วิทยาลัยบรมราชชนนีบำรุงคนราดูล  
จังหวัดนนทบุรี  
พ.ศ. ๒๕๔๒ : พยาบาลศาสตร์บัณฑิต มหาวิทยาลัยคริสเตียน จังหวัดนครปฐม  
พ.ศ. ๒๕๕๔ : พยาบาลเวชปฏิบัติ การรักษาพยาบาลเบื้องต้นวิทยาลัย  
พยาบาลบรมราชชนนีนครราชบุรี จังหวัดราชบุรี

### ประสบการณ์การทำงาน

พ.ศ. ๒๕๓๗ - ปัจจุบัน : พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลสามพราน  
จังหวัดนครปฐม