

กุญแจชีวิต

วุฒิภาวะทางอารมณ์กับการแก้ปัญหาตามแนวพุทธ

จากปัญหาสู่ปัญญา

The Key to Life:

Emotional Maturity and Buddhist Problem Solving

ความ
กลัว

♥ สติ

ความกังวล

☸ เมตตา

ความทุกข์

☸ ปัญญา

☸ วุฒิภาวะ

เขียนโดย

พระครูสังฆวิริยกิจ (ระพิน พุทธิสารโ)

กุญแจชีวิต : วุฒิภาวะทางอารมณ์กับการแก้ปัญหาตามแนวพุทธจากปัญหาสู่ปัญญา

The Key to Life: Emotional Maturity and Buddhist Problem Solving

พระครูสังฆวิริยกิจ (ระพิน พุทธิสาร) (2568)

คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Email Raphind@yahoo.com

บทคัดย่อ

บทความเรื่อง กุญแจชีวิต : วุฒิภาวะทางอารมณ์กับการแก้ปัญหาตามแนวพุทธ เป็นบทความวิชาการที่มุ่งศึกษา แนวทางการแก้ปัญหาตามแนวพุทธ ใช้วิธีการศึกษาจากเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องได้ผล ได้ผลการศึกษาเป็น “กุญแจ” ทำให้ให้เป็นเครื่องมือในการออกจากปัญหาด้วยปัญญา กุญแจจึงเป็นประหนึ่ง ปัญญาที่ใช้ออกจากปัญหาตามแนวพุทธ ซึ่งปรากฏผลเป็นพุทธวิธี แนวทางและผลปฏิบัติที่เกิดขึ้นในครั้ง พุทธกาล ใช้เป็นเครื่องมือวิธีการในการเดินออกจากปัญหาด้วยปัญญา เป็นเครื่องแทงทะลุต่อปัญหาได้ดัง ปรากฏนับแต่ครั้งพุทธกาล **องค์ความรู้ใหม่** วิธีการออกจากปัญหาด้วยปัญญาตามแนวพุทธที่ปรากฏนับแต่ครั้ง พุทธกาล

คำสำคัญ,กุญแจชีวิต,วุฒิภาวะทางอารมณ์,การแก้ปัญหาตามแนวพุทธ

Abstract

The article, "The Key to Life: Emotional Maturity and Problem Solving According to Buddhist Principles," is an academic paper that aims to study problem-solving approaches according to Buddhist principles. Using a methodology based on relevant documents and research, the findings yield a "key"—a tool for overcoming problems through wisdom. This key, therefore, represents the wisdom used to solve problems according to Buddhist principles. The results are presented as Buddhist methods, approaches, and practices that occurred during the time of the Buddha. These serve as tools and methods for navigating problems with wisdom, penetrating and overcoming difficulties as has been demonstrated since the time of the Buddha. New knowledge: A method of solving problems with wisdom, according to Buddhist principles, that has existed since the time of the Buddha.

Keywords: The key to life, emotional maturity, Buddhist problem-solving.

บทนำ

จากบทสนทนาทางไลน์ มีข้อความเป็นภาพรูปภาพกุญแจจากกัลยาณมิตรท่านหนึ่งส่งมาให้ตาม ภาพประกอบ 1 และข้อความเป็นคำบอกเล่าอธิบายเสริมที่มาของกุญแจดอกดังกล่าว “...เขากล้า มาทำบิบน้ำตาในห้องประชุม แล้วยัดกุญแจห้อง ใส่มือน้อง จำได้ติดตาเลย ไม่เคยขอ เอามาให้แล้วพูดเป็นทำนองว่า ไป ทวงแล้ว เขาผิดที่ไม่ให้กุญแจนี้...” (แมวเหมียว เมงมิ,2568) ผู้เขียนฟังพล็อตเรื่องผสมดอกกุญแจแบบสนุก ๆ ในบทบาทสมมติของแต่ละคน แต่ให้นี้สนุกต่อจึงนำมาเขียนเป็นประโยคตอบกลับไปว่า “กุญแจชีวิต” ที่อาจ ใช้คำว่า นอกเหนือจากกุญแจ ที่ทำจากวัตถุเฉพาะแล้ว ยังมีชีวิตอยู่ในนั้น เพราะมันไปสัมพันธ์กับชีวิตของผู้เล่า

ชีวิตผู้เขียน ชีวิตของคนที่ทำให้กุญแจมา และคนที่เกี่ยวข้องอีกหลายประการ อีกความหมายหนึ่งกุญแจเป็นได้ทั้ง การ “ซัง” กักกัน หรือทำให้มีพื้นที่เฉพาะ อีกนัยหนึ่งก็เป็น ส่วนสำคัญที่ทำให้เกิดการ “ไข” เพื่อเข้าไปค้น จนกระทั่งพบ สิ่งใหม่ หรือสิ่งที่ต้องการ หรือไขออกจากความคิด หรือสิ่งที่ขุมซังได้ เป็นต้น รวมทั้งเมื่อวันที่ 3 พฤษภาคม 2568 ผู้เขียนได้เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการสนทนากลุ่มเฉพาะนิสิตปริญญาเอก สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์ ภาควิชารัฐศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ มจร เรา ของ นายธีระพันธ์ จัดพล เรื่อง **“พุทธบูรณาการเพื่อพัฒนาภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของอาสาสมัครจิตอาสาผ่านหลักการกุญแจเก้าดอกของสถาบันพลังจิตธรรมะ จักรวาล โดยเทศบาลเมืองหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์”** ที่ในแก่นของการพูดคุยเป็นความรู้ กุญแจ 9 ดอก แนวทางการพัฒนาศักยภาพภาวะผู้นำการ ประกอบด้วย (1) กุญแจแห่งความเพียร (2) กุญแจแห่งปัญญา (3) กุญแจแห่งการสำรวจตน (4) กุญแจแห่งการสื่อสารและทักษะทางปัญญา (5) กุญแจแห่งการแก้ไขปัญหา (6) กุญแจแห่งการคิดบวกและการให้อภัย (7) กุญแจแห่งภาวะผู้นำ (8) กุญแจแห่งการยอมรับความหลากหลาย (9) กุญแจแห่งการเป็นผู้ให้ ซึ่งในงานวิจัยได้สังเคราะห์บูรณาการร่วมกับหลักธรรมในทางพระพุทธศาสนา คือ หลักไตรสิกขา 1) ด้านศีล ความประพฤติดีทางกายและวาจา 2) ด้านสมาธิ การฝึกอบรมจิตให้สงบนิ่ง 3) ด้านปัญญา การใช้หลักการและเหตุผล ซึ่งทั้งหมดเป็นงานวิจัยข้อสงวนสิทธิ์เอาไว้พอได้ความ เมื่อทั้งสองเรื่องสองกรณี ภาวการประจวบเหมาะกันพอดีในคำว่ากุญแจ จึงได้นำมาคิดเขียนเกี่ยวกับ “กุญแจ” ที่จะใช้ “ไข” ความคิดสร้าง “ปัญญา” ออกจาก “ปัญหา” ตามแนวพุทธ ประหนึ่งต้องการสื่อว่า กุญแจ เป็นเครื่องมือ สร้างวุฒิภาวะทางอารมณ์ สร้างความตระหนักรู้ จนกลายเป็นภาวะของการตื่น ตื่นรู้ หรือรับรู้ต่อปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้น จนกระทั่งกลายเป็นส่วนสำคัญของการก้าวเดินไปสู่ชีวิตที่มีความสุข ปลอดภัยได้อย่าง เข้าใจมีสติและมีความสุขกับการใช้ชีวิตได้ ซึ่งในการเขียนบทความนี้จะได้นำมาเล่าแบ่งปันสะท้อนคิดต่อไป

การสนทนากลุ่มเฉพาะ (Focus Group Discussion)

พุทธบูรณาการเพื่อพัฒนาภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของอาสาสมัครจิตอาสาผ่านหลักการกุญแจเก้าดอกของสถาบันพลังจิตธรรมะ จักรวาล โดยเทศบาลเมืองหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์

BUDDHADHAMMA INTEGRATION FOR TRANSFORMATIONAL LEADERSHIP DEVELOPMENT OF VOLUNTEERISTS THROUGH THE NINE KEY PRINCIPLES OF THE INSTITUTE OF PALANGIT DHARM JAKRAWAN BY HUA HIN MUNICIPALITY PRACHUAP KHIRI KHAN PROVINCE

หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต
สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์

วันเสาร์ที่ ๓ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๔
เวลา ๑๓.๐๐ น. เป็นต้นไป

ผ่านระบบออนไลน์ ZOOM Video Conferencing
ID: 4567898999

นายธีระพันธ์ จัดพล
๒๖๐๑๑๐๕๒๓๓

ภาพที่ 1 การร่วมเป็นผู้ทรงคุณวุฒิสนทนากลุ่มเฉพาะเรื่องกุญแจเก้าดอกกับการพัฒนาภาวะผู้นำจิตอาสา (ภาพ พระปลัดสมนึก อธิปัตย์, 3 พฤษภาคม 2568)



ภาพที่ 2 กุญแจที่ถูกส่งทางไลน์พร้อมข้อความประกอบภาพ อันเป็นที่มาของชื่อบทความ (ที่มาภาพ แมวเหมียว เมงมิ และภาพตัดแปลงจำลองจาก AI, 2 พฤษภาคม 2568)

จากภาพ 1-2 ทั้งสองเหตุการณ์เป็นเนื้อเรื่องด้วย “กุญแจ” ในบทความนี้จึงถูกสร้างมาจากคำอธิบายร่วมของ 2 เหตุการณ์นั้น โดยใช้มุมมอง หากคิดบวก กุญแจ ก็เป็นเครื่องมือ หากตรงกันข้าม กุญแจ ก็กลายเป็น “อุปสรรค” สำหรับการใช้ชีวิต และทำให้การใช้ชีวิตเปลี่ยนไปทันที ดังนั้นการมอบกุญแจ การถือกุญแจ และการใช้กุญแจ จึงเป็นหน้าที่ของตัวเจ้าของเอง ที่จะต้อง (๑) ปกป้องสิ่งที่แสวงหาด้วยการนำกุญแจมาปกป้องรักษาไว้ หรือ (๒) ไขสิ่งที่อยู่ด้านในมาเป็นสิ่งสนับสนุนเครื่องมือในการดำเนินชีวิต ดังนั้น กุญแจ จึงเป็นทั้ง ปกป้อง รักษา พิทักษ์ หรือการปล่อยออก คลายออก ในมิตินี้กุญแจจึงเป็นทั้ง “คุณ” และ “โทษ” แต่อยู่ที่วิธีการใช้ หรือการนำไปใช้นั่นเอง

พระพุทธเจ้ากับบทบาทผู้ให้กุญแจ

จากบทบาทของพระพุทธเจ้า จะพบว่า (๑) พระพุทธเจ้าเป็นเพียงผู้บอก (๒) พระพุทธเจ้าเป็นเพียงผู้ชี้ทาง (๓) พระพุทธเจ้าเป็นเพียงผู้สอนธรรม ที่ยกมาทั้งหมดต้องการบอกเพียงว่า พระพุทธเจ้ามีทำที่อ่อนน้อมหรือฐานะของพระองค์ท่านจึงเป็นประหนึ่งผู้ชี้ทางให้ บอกทางเดินให้ แต่คนที่จะต้องปฏิบัติหรือดำเนินการเองคือตัวท่านเอง ประหนึ่งเป็นกุญแจ หรือผู้ชี้ทาง ดังนั้นการศึกษาพระพุทธศาสนา จึงเป็นหน้าที่ของผู้ศึกษาเอง ส่วนศึกษาแล้วจะได้ผลอย่างไร มีแนวปฏิบัติอย่างไรเป็นผลของผู้ศึกษาเองด้วยเช่นกัน

“...ในเมื่อนิพพานก็ดำรงอยู่ ทางไปนิพพานก็ดำรงอยู่ เราผู้ชักชวนก็ดำรงอยู่ แต่ก็สาวกของเราอันเราโอวาทสั่งสอนอยู่อย่างนี้ บางพวกเพียงส่วนน้อย ยินดีนิพพานอันมีความสำเร็จล่งส่วน บางพวกก็ไม่ยินดี ในเรื่องนี้ เราจะทำอย่างไรได้ **คาดคะเนแต่ผู้บอกทางให้...**”

(คณกโมคคัลลานสูตร)

พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงว่า ไม่ว่าพระองค์จะอุบัติหรือไม่อุบัติขึ้นในโลกก็ตาม ความเป็นจริงของธรรม ความเป็นธรรมชาติของธรรม ไม่เคยเปลี่ยน เป็นจริงอย่างไรก็เป็นจริงอย่างนั้น แต่เมื่อพระองค์ได้ทรงตรัสรู้ธรรมตามความเป็นจริงแล้ว จึงได้ทรงแสดงว่า สังขารทั้งปวง ไม่เที่ยง สังขารทั้งปวง เป็นทุกข์ และ ธรรมทั้งปวง เป็นอนัตตา

อุปปาทสูตร (ว่าด้วยธรรมนิยาม)

จากพุทธพจน์ที่ยกมา พระพุทธเจ้าจึงมีบทบาทในฐานะผู้ให้กุญแจ ที่เชื่อมระหว่างความจริงที่มีอยู่แล้ว พระพุทธเจ้าเป็นผู้นำมาอธิบายขยายความ ชี้ทางและเสริมข้อสงสัยให้เกิดผลในทางปฏิบัติ ในการนำไปใช้ ดังนั้นพระพุทธเจ้าจึงเป็นผู้ที่ทำให้เกิดประสบการณ์ การเรียนรู้ และความเข้าใจใหม่ ดังนั้นประโยคที่กล่าวในครั้งพุทธกาลแก่บุคคลหลายคน ทั้งพระเจ้าปเสนทิโกศล กับปัญหาครอบครัวว่าด้วยชาติตระกูลของมเหสี จนกระทั่งกลายเป็นความรุนแรงส่งผลเป็นการรัฐประหารส่งผลต่อตำแหน่งพระเจ้าแผ่นดินและชีวิตของพระเจ้าปเสนทิโกศลเอง การทำสงครามฆ่าล้างเผ่าพันธุ์ศากยวงศ์เป็นผลเนื่องต่อมา (พระระพิน พุทธิสารโ, 2555) แต่กุญแจหรือการไขช่วยให้เกิดปัญญาตามความจริงที่เกิดขึ้น และชะลอความรุนแรงที่จะเกิดขึ้นให้ยืดเวลาปะทุออกไปช่วงระยะหนึ่ง การเข้าไปช่วยเคลียร์ความคิด ปรับความเข้าใจใหม่อีกครั้ง จึงเป็นประหนึ่ง “ไข” ความรู้สึกที่ข้องขัด บาดหมาง หรือความทุกข์ในใจให้ เบาบางหรือทุเลา บรรเทาได้ด้วยเช่นกัน

ตาราง 1 ตัวอย่างพุทธวิธีการแก้ปัญหาตามแนวพุทธ “กุญแจชีวิตของพระพุทธเจ้าครั้งพุทธกาล

พระพุทธเจ้าผู้ให้กุญแจ	ผู้รับกุญแจจากพระพุทธเจ้า	หลักธรรม / แนวคิดสำคัญ
พระพุทธเจ้า และ พระเจ้าปเสนทิโกศล กับเหตุการณ์ปลดฐานันดรศักดิ์ของवासภะขัตติยา และวิฑูทกะ (พระระพิน พุทธิสารโ, 2555)	พระเจ้าปเสนทิโกศล - พระเจ้าปเสนทิโกศลเป็นโอรสของพระเจ้ามหาโกโศล - พระนาม "ปเสนทิ" (Pasenadi) มาจากภาษาสันสกฤต แปลว่า "ผู้รู้เรื่อง ผู้ชนะศึก" - พระองค์ทรงขึ้นครองราชย์ที่เมืองสาวัตถิ เมืองหลวงของแคว้นโกศล ซึ่งเป็นหนึ่งในแคว้นใหญ่แห่งชมพูทวีป - ทรงเป็นกษัตริย์ผู้มีศรัทธาในพระพุทธศาสนา และเสด็จมาฟังธรรมจากพระพุทธเจ้าประจำ	วิธีการแก้ปัญหาความรุนแรงด้วยการเปลี่ยนคำว่า “เลือดพ่อสำคัญกว่าเลือดแม่” ลดความรุนแรงในครอบครัว
พระพุทธเจ้า และ ศายกวงศ์ และโกถิยวงศ์ ในเหตุการณ์แย่งน้ำ	ศากยะและโกถิยวงศ์	เปลี่ยนระบบคิดออกจากปัญหาคำว่า “เลือดกับน้ำอันไหนสำคัญกว่ากัน” เปลี่ยนจากสงครามเป็นการแบ่งปันและการอยู่ร่วมกันอย่างสงบสันติ
พระพุทธรเจ้า และ นายยสะ (หรือพระยสะ) (วิ.มหา. (ไทย) 4/26/32)	นายยสะ (พระยสะ)	เปลี่ยนคำว่า “รุ่นวาย” เป็นไม่รุ่นวาย ปรับมุมมองชีวิตก็เปลี่ยน ได้บวชและศึกษาพระพุทธศาสนา

<p>พระพุทธเจ้ากับองคุลีมาล (พระปัสตระพิน พุทธิสารโร ,2566)</p>	<p>องคุลีมาล</p> <ul style="list-style-type: none"> - ชื่อเดิมว่า อหิงสกะ (แปลว่า ผู้ไม่เบียดเบียน) เป็นศิษย์เอกของอาจารย์ ทิศาปาโมกข์ - ถูกหลอกให้ทำบาปโดยบอกว่า ถ้าฆ่าคนให้ได้ 1,000 คน จะได้วิชาสูงสุด - อหิงสกะกลายเป็นโจรนามว่า องคุลีมาล (แปลว่า ผู้มีมัลลีนีมือ) เพราะเก็บนิ้วของเหยื่อร้อยเป็นพวงมัลลีน - ฆ่าคนไปแล้ว 999 คน เหลืออีก 1 คน เขาหมายจะฆ่าพระพุทธเจ้า 	<p>พระพุทธเจ้าทรงสอนธรรม เหตุการณ์เมื่อองคุลีมาลไล่สังหารพระพุทธเจ้า</p> <p>โดยเหตุการณ์ที่พระพุทธเจ้าเสด็จเข้าไปในป่าที่องคุลีมาลอยู่ โดยจงใจให้โจรพบตน องคุลีมาลวิ่งตามแต่ไม่ทัน ทั้งที่พระองค์เดินอย่างช้า ๆ</p> <p>จึงร้องว่า:"หยุดก่อน สมณะ! หยุดก่อน!"</p> <p>พระพุทธเจ้าตรัสตอบ: "เราหยุดแล้ว แต่เธอยังไม่หยุด"</p> <p>ความหมายลึกซึ้ง</p> <ul style="list-style-type: none"> - พระพุทธเจ้าหมายถึง หยุดจากกรรม หยุดจากความโกรธ หยุดจากบาป - แต่องคุลีมาลยังเต็มไปด้วย ตัณหา ราคะ โทสะ จึงยังไม่ "หยุด" จริง <p>คำพูดนี้กระแทกใจองคุลีมาลอย่างแรง จนสติสัมปชัญญะเกิดขึ้น และทิ้งอาวุธทันที ขออุปสมบทต่อพระพุทธเจ้า พระองค์ก็รับบวชให้ทันทีด้วยคำว่า: "เอหิภิกขุ" (พระพุทธเจ้าทรงบวชให้)</p> <hr/> <p>ผลของการฟังธรรมและการบวช</p> <ul style="list-style-type: none"> - องคุลีมาลตั้งใจบำเพ็ญเพียรจนกระทั่งบรรลุธรรม - เหยื่อจากความรุนแรงในอดีต โกรธแค้น ขว้างปาเขาเมื่อบิณฑบาต แต่องคุลีมาลก็อดทน มุ่งมั่นจนผ่านเหตุการณ์นั้น - แม้ในภายหลัง ก็สามารถ บรรลุพระอรหันต์ ได้ <hr/> <p>แนวคิดคำสอนสำคัญของพระพุทธเจ้า (จากองคุลีมาลสูตร) "บุคคลเคยประมาท แต่ภายหลังไม่ประมาท ย่อมทำโลกนี้ให้สว่างได้ เหมือนพระจันทร์พ้นจากเมฆ"</p>
--	---	--

		<p>"การไม่เบียดเบียนสัตว์ทั้งหลาย คือ พรหมจรรย์อย่างแท้จริง"</p>
<p>พระพุทธเจ้ากับ นางกุนทลเกสีเถรี (ช.ธ. (ไทย) 25/102-103/62:พระกุนทลเกสีเถรีวัตถุ)</p>	<p>นางกุนทลเกสี</p> <ul style="list-style-type: none"> - เดิมนางเป็นธิดาของตระกูลพราหมณ์ผู้มั่งคั่งในแคว้นมคธ - หลงรักโจรสื่อ สัตถะ ที่ถูกจับได้ และ จะ ถูก ประหาร นางขอชีวิตเขาไว้และแต่งงานด้วย - ต่อมาโจรสื่อฆ่านางเพื่อชิงทรัพย์ แต่นางไหวตัวทันและปลักโจรสื่อตกเหวเสียชีวิต - นางเกิดความสลดใจในชีวิต จึงออกบวชเป็นนักบวชในลัทธิอื่น และเรียนรู้คำสอนมากมาย จนเป็นนักโต้วาที 	<p>การพบพระพุทธเจ้า</p> <p>นางเดินทางไปทำไต่วาทีกับพระพุทธเจ้า เพราะมั่นใจว่าไม่มีใครสามารถตอบคำถามของนางได้</p> <p>พระพุทธเจ้าทรงตรัสเพียง ประโยคเดียว นางก็บรรลุธรรมทันที</p> <hr/> <p>คำสอนของพระพุทธเจ้า</p> <p>นางถามพระพุทธเจ้าว่า: “สิ่งใดเป็นผู้ชนะสิ่งทั้งปวง?” พระพุทธเจ้าทรงตรัสตอบสั้น ๆ แต่ลึกซึ้งว่า: “ตัณหาดับแล้ว ย่อมชนะสิ่งทั้งปวง” ความหมาย : ผู้ใดชนะ “ตัณหา” (ความทะยานอยาก ความอยากยึดครอง) ได้ ผู้นั้นชื่อว่าชนะสิ่งทั้งปวงแล้ว เพราะตัณหาเป็นรากเหง้าของทุกข์ทั้งหลาย</p> <hr/> <p>ผลแห่งการฟังธรรม</p> <p>เมื่อได้ฟังเพียงคำตรัสสั้น ๆ นี้ นางก็เกิด ดวงตาเห็นธรรม ทันที ด้วยเหตุว่า นางเคยสั่งสมบุญและปัญญามาก่อน และคำตอบนี้โดนใจที่สุด เพราะตรงต่อจริตที่กำลังค้นหาความจริงอย่างแท้จริง หลังจากนั้น นางขอบวชในพระธรรมวินัย และไม่นานก็บรรลุ พระอรหันต์ ได้รับการยกย่องว่าเป็นผู้มีปัญญาเฉียบแหลม</p>
<p>พระพุทธเจ้าสอนธรรม นางปาฎาจารย์ (ช.วิ. (ไทย) 26/218-219/591)</p>	<p>นางปาฎาจารย์เป็นธิดาของเศรษฐีใหญ่ในเมืองสาวัตถี มีชีวิตที่สุขสบาย แต่ภายหลังหนีไปอยู่กับชายคนรับใช้เพราะความรัก ต่อมาเคราะห์ซ้ำกรรมส่งผล :</p> <ul style="list-style-type: none"> - ลูกสองคนเสียชีวิต - สามีเสียชีวิตจากงู 	<p>พระพุทธเจ้าทรงสอนธรรม</p> <p>เมื่อพระพุทธเจ้าทรงทอดพระเนตรเห็นนางในสภาพบอบช้ำทั้งร่างกายและจิตใจ ทรงให้พระอานนท์นำผ้ามอบให้นางสวม และตรัสสอนธรรมะด้วยความเมตตา</p> <p>พระองค์ตรัสว่า: “เธอเสียใจในสิ่งที่ไม่ควรเสียใจ เธอคร่ำครวญในสิ่งที่เปลี่ยนแปลงไม่ได้ นี่คือ</p>

	<p>- พ่อแม่และพี่ชายเสียชีวิต จากเหตุอุบัติเหตุบ้าน ถล่ม</p> <p>กลายเป็นหญิงวิกลจริต เดิน เร่ร่อนเปลือยกายในเมือง ให้คน ในเมืองมองเป็นที่ขบขันเวทนา ฯ</p>	<p>สังขารอันไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็น อนัตตา”</p> <p>และยังกล่าวเพิ่มเติมในลักษณะนี้: “ผู้มีปัญญาย่อมเห็นว่า สรรพสิ่งที่เกิดขึ้น ในโลกนี้ ไม่มีสิ่งใดเป็นของเรา ไม่มีเรา ไม่มีตัวตนของเรา ทั้งหมดล้วนเสื่อมสลายไป ตามธรรมชาติ”</p> <hr/> <p>ผลจากการฟังธรรม</p> <p>นางปาฎาจารย์ได้ฟังธรรม ของ พระพุทธเจ้าแล้ว เกิดความเข้าใจในไตร ลักษณ์ (อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา) จิตใจ สงบลง เห็นความจริงของชีวิต และไม นานก็สามารถบรรลุ พระอรหันต์ เป็น หนึ่งในพระอรหันตเถรีที่มีปัญญาเฉียบ แหลม ได้รับการยกย่องจากพระพุทธเจ้า ว่า: “เป็นเลิศในด้านผู้ทรงวินัยในหมู่ ภิกษุณีทั้งหลาย”</p>
--	---	---

จากตาราง 1 เป็นเพียงกรณีตัวอย่างที่ปรากฏในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาและยกมาเป็นเพียง บางส่วน เพื่อสื่อให้เห็นแนวทางการให้ทางซึ่งขุมปัญญาของพระพุทธเจ้า ประหนึ่งเป็นกุญแจ ในการก้าวข้าม ปัญหา ความยากลำบากให้ก้าวเดินไปข้างหน้าต่อไป

กุญแจแห่งปัญญาตามแนวพุทธ

ในครั้งพุทธกาลพระพุทธเจ้าใช้กรอบของการใช้ปัญญา เพื่อแก้ปัญหา ประหนึ่งมอบกุญแจความคิด เพื่อไขความคิดให้ออกมาเป็นปัญญา ดังนั้นพอปรับวิธีการเผยแผ่พระพุทธศาสนาเพื่อให้เข้ากับ “อิม” ของ กุญแจ เลยปรับวิธีการนำเสนอว่าพระพุทธเจ้า หรือหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาเป็นประหนึ่งกุญแจ ที่ส่ง ให้คนมีปัญญา มีกระบวนการพัฒนาตนเองตามหลักไตรสิกขา เริ่มแต่กระบวนการทางสังคมที่เรียกว่าศีล หรือ จริยธรรมทางสังคม ส่งต่อไปเป็นกระบวนการของความมุ่งมั่นทุ่มเทต่อองค์ความรู้นำไปสู่การพัฒนาการหรือ สร้างกระบวนการพัฒนาตัวเองอย่างทุ่มเท โดยใช้กระบวนการทางปัญญามาเป็นฐานในการพัฒนาดังปรากฏ เป็นกรณีศึกษาที่ปรากฏในครั้งพุทธกาล ซึ่งสามารถยกมาเทียบเคียงได้ เช่น

กรณีที่ 1 กุญแจไขมุมมอง ทรัพย์สินไขจะเป็นที่สุดของชีวิตก็หาไม่ นางกุลทลเกสี เกิดมาในตระกูล เศรษฐี อยู่ในปราสาทแบบเศรษฐี บังเอิญให้พบรัก เป็นรักแรกพบกับนักโทษอาชญากรรม เมื่อสอดตาออกไป นอกหน้าต่างและสบตากับนักโทษกำลังถูกใส่ตรวนเพื่อนไปยังแดนประหาร เกิดรักแรกพบ ปฏิสัมพันธ์แบบสุดเนื้อ สุดตัว เป็นลมล้มตึง ชนิดถ้าไม่ได้มาเป็นคู่ตุนาหงัน จะสิ้นใจให้ได้ จนพ่อแม่ต้องตามใจ และนำเงินไปไถ่ตัว นักโทษมาเป็นลูกเขย แต่ความรัก ความฝัน และความหวัง ก็กับความจริงไม่ได้เป็นเรื่องเดียวกัน เพราะรักของ นางไม่ได้เป็นอย่างที่คิด เพราะสามีของนาง **“กลับคิดฆ่า”** เมียตัวเองเพื่อต้องการทรัพย์สิน นางกุลทลเกสี ต้องแก้ปัญหา แก้ไขความผิดพลาดของตัวเองที่พลาดตั้งแต่เริ่มแรก ด้วยได้สามีที่เป็นโจร แม้จะได้รับการ ช่วยเหลือก็ยังมีจิตเป็นโจร ยังชอบการปล้น ชิงทรัพย์ ทั้งที่เป็นครอบครัวเดียวกัน แต่งงานกันแล้ว “มี

พฤติกรรมฉ้อฉลเป็นปกติธุระ” โดยใช้ความไว้วางใจเชื่อใจจากความเป็นคนในครอบครัว ถ้าเป็นภาษาร่วมสมัยคือโกงคนในครอบครัว นางจึงใช้ปัญญา แก้ปัญหาอย่างมีวิมุติภาวะ โดยการอำพราง ว่าทรัพย์เหล่านี้เป็นของพี่อย่างไรเสียก็คนครอบครัวเดียวกัน พี่จะมาหาหนูเพื่อทรัพย์ทำไม แต่ถ้าพี่ไม่เชื่อ อยากรื้อเสียหนูขอไหว้ เจ้าที่อารักษ์ เสียก่อน จากนั้นเมื่อสามีเผลอ จึงผลักสามีโจรตกเขาตายไป แพลแบบศัพท์ร่วมสมัย นางก็ใช้สติปัญญาในการแก้ปัญหา โดยใช้เทคนิคการเจรจาต่อรอง จนกระทั่งผ่านปัญหาไปได้ และในที่สุดพบกุญแจชีวิตด้วยคำสอนของพระพุทธเจ้า และขอบวชเป็นนางภิกษุณีในที่สุด ดังพุทธพจน์ที่ พระพุทธเจ้าตรัสคาถาแก้ภิกษุทั้งหลาย ตามที่ปรากฏใน เรื่องพระกุนทลเกสีเถรี ที่ว่า “...ธรรมะบทหนึ่ง ที่คนฟังแล้วสงบระงับได้ ย่อมดีกว่าคาถาที่ไร้ประโยชน์ตั้ง ๑๐๐ คาถา...ผู้ชนะข้าศึกจำนวนพันคุณด้วยพันในสงคราม หาชื่อว่าผู้ชนะที่ยอดเยี่ยมไม่ แต่ผู้ชนะตนได้ จึงชื่อว่า ผู้ชนะที่ยอดเยี่ยม...” (ขุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑๐๒-๑๐๓/๖๒:พระกุนทลเกสีเถรีวัตถุ)



ภาพที่ 3 นางกุนทลเกสี กับการแสวงหาความจริงผ่านกุญแจความคิดและการบวช (ภาพจำลองจาก AI, 9 มีนาคม 2569)

กรณีที่ 2 กุญแจไขความวุ่น สู่ความไม่วุ่นวาย ของพระยสสะ กับประโยคที่ว่านี่วุ่นวายหนอ ที่นี้ขัดข้องหนอ พระยสสะเถระ เป็นบุตรนางสุชาดา (ผู้ถวายข้าวมธุปายาสแก่พระโคตมพุทธเจ้า) กับเศรษฐีชาวเมืองพาราณสี ก่อนบวชท่านมีเรือนอาศัย 3 หลัง มีประโคมดนตรีสตรีรายล้อมด้วยโลกียสุข คิณหนึ่งท่านหลับไปก่อนประโคมดนตรีจบ ท่านจึงตื่นขึ้นมากลางดึก เห็นสตรีนอนมีกิริยาน่าเกลียดน่ากลัว ท่านจึงเกิดความเบื่อหน่ายและออกจากปราสาทไป พลังบ่นไปว่า "ที่นี่วุ่นวายหนอ ที่นี้ขัดข้องหนอ" (วิ.มหา. (ไทย) 4/26/32) ไปตลอดทาง จนเข้าเขตป่าอิสิปตนมฤคทายวัน (พระพุทธเจ้าทรงแผ่ญาณเพื่อตรวจดูเวไนยสัตว์ผู้ที่พอจะบรรลุ) เมื่อ ยสกุญบุตรเดินมาใกล้ พระพุทธเจ้าตรัสว่า "“ยสสะ ที่นี้ ไม่วุ่นวาย ที่นี้ ไม่ขัดข้อง มาเถิด ยสสะ จงนั่งลง เราจักแสดงธรรมแก่เธอ” (วิ.มหา. (ไทย) 4/26/32) บทสรุปคือเห็นธรรมได้บวช



ภาพที่ 4 นายยสะ ผู้ใช้ความวุ่นวาย เป็นเครื่องมือสู่การแสวงหาความไม่วุ่นวาย (ภาพจำลองจาก AI, 9 มีนาคม 2569)

กรณีที่ 3 กุญแจไขสัจจะว่าด้วย ตาย และไม่ตาย ที่ธรรมชาติ ใคร ๆ ก็ต้องตาย เมล็ดพันธุ์ผักกาดแห่งชีวิต พระกีสาคโคตมีเถรี (ขุ.วิ. (ไทย) 26/220-223/591) เดิมเกิดในสกุลคนเชื้อใจ ในกรุงสาวัตถี ครั้งหนึ่ง เศรษฐีตระกูลหนึ่งในเมืองสาวัตถีประสบเคราะห์กรรมคือเงินและทองกลายเป็นถ่าน แต่เมื่อนางกีสาคโคตมีมาแตะถ่านเหล่านั้น ถ่านก็กลับกลายเป็นเงินและทองอย่างเดิม เศรษฐีจึงสว่ขอท่านมาเป็นลูกสะใภ้ แต่ก็ไม่วายที่จะถูกคนเหล่านั้นเหยียดหยามว่ามาจากตระกูลคนยากจน ต่อมานางจึงให้กำเนิดบุตรแต่บุตรนั้นก็ได้ตายจากไป เมื่ออายุเพียง 3 ขวบ การตายของบุตรจึงทำให้นางตกอยู่ในความทุกข์อย่างหนัก ถึงขนาดอุ้มศพลูกไปทุกหนทุกแห่ง จนกระทั่งมาพบพระพุทธเจ้าขณะประทับอยู่ ณ วัดเชตวัน เมืองสาวัตถี พระพุทธองค์ทรงแนะนำอุบายคลายความทุกข์โดยการให้นางไปเสาะหาเมล็ดพันธุ์ผักกาดจากบ้านที่ไม่เคยมีคนตาย ปรากฏว่านางต้องผิดหวัง เพราะบ้านทุกหลัง ล้วนแต่มีคนตายทั้งสิ้น ในที่สุดนางจึงได้ซื้อสรุปว่า ความตายเป็นเรื่องธรรมดาของคนหรือสิ่งมีชีวิต ไม่มีใครเกิดมาแล้วไม่ตาย การตายของบุตรนาง จึงเป็นเรื่องธรรมดาเรื่องหนึ่งของชีวิต ครั้นคิดได้แล้วนางจึงสำเร็จเป็นพระโสดาบันบุคคล พร้อมทั้งขอบวชเป็นนางภิกษุณีต่อมา ดังอุทานธรรมที่พระนางกีสาคโคตมีเถรีได้กล่าวไว้ว่า “...อริยมรรคมืองค์ 8 เป็นข้อปฏิบัติให้ถึงอมตธรรม เราได้เจริญแล้ว แม้นิพพานเราก็ทำให้แจ้งแล้ว เราได้พบกระจกคือธรรมแล้ว...ตัดลูกครเสียได้ ปลงภาระได้แล้ว กระทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว **กีสาคโคตมีเถรีผู้มีจิตหลุดพ้นดีแล้ว...**” (ขุ.วิ. (ไทย) 26/22-223/591)



ภาพที่ 5 พระกีสาคโตมี กับการแสวงหาความจริงผ่านกุญแจความคิด ว่าด้วยเรื่องลูกตาย และเม리트 ผักกาดจากบ้านที่ไม่มีคนตาย (ภาพจำลองจาก AI, 9 มีนาคม 2569)

จากที่ยกกรณีตัวอย่างมาเป็นเพียงบางส่วน ซึ่งยังมีอีกหลายกรณีศึกษา หรือมีอีกหลายปัญหา ที่ต้องได้รับการแก้ไข หรือปรับเพื่อให้เกิดความถูกต้อง โดยปัญหาเหล่านั้นให้ใช้ปัญญาเข้าไปเป็นเครื่องมือเพื่อแก้ไข ดังที่เกิดขึ้นในครั้งพุทธกาล ผลจากเหตุการณ์ถูกเล่าส่งต่อมาเป็นชุดข้อมูล ความรู้ จนกระทั่งปัจจุบัน เรียกว่า กุญแจที่เป็นคำพูด (คำสอน) สู่กุญแจแห่งความคิดและนำไปสู่การสร้างปัญญา ลด บรรเทา ปัญหาที่จะเกิดขึ้นได้ ดังกรณีของการใช้คำว่า “เลือดกับน้ำอันไหนสำคัญกว่า” จึงเป็นที่มาของการยุติสงครามแย่งน้ำในกลุ่มของประยูรญาติที่กำลังยกพลเพื่อทำสงครามแย่งน้ำกัน (พระมหาหรรษา ธมฺมหาโส, 2553) หรือกรณีของพระเจ้าปเสนทิโกศล เลือดพ่อกับเลือดแม่อันไหนสำคัญกว่า (พระระพิน พุทธิสาร, 2555) หรือ พ่อเป็นกษัตริย์ ลูกจะเป็นกษัตริย์ด้วยหรือไม่ ปรับจิต ปรับวิจิต ทำให้เกิดทัศนคติใหม่ นำไปสู่การลดปัญหาความรุนแรงในครอบครัวลง เป็นต้น ดังที่ยกมาเป็นกรณีศึกษาดังปรากฏ

ชาวพุทธพึงใช้กุญแจแห่งปัญญา

หากพิจารณาพัฒนาการของพระพุทธศาสนาตั้งแต่สมัยพุทธกาล จะพบว่าพระพุทธศาสนาเสนอหลักคำสอนที่มีลักษณะเป็น “หลักการกลาง” หรือระบบคิดที่เปิดโอกาสให้มนุษย์นำไปประยุกต์ใช้ตามบริบทของชีวิตและสังคม หลักธรรมต่าง ๆ จึงเปรียบเสมือน “กุญแจ” สำหรับไขปัญหาและค้นหาความจริงของชีวิต เมื่อมนุษย์นำหลักธรรมเหล่านี้ไปใช้ ก็สามารถพัฒนาได้ทั้งในระดับปัจเจกบุคคล ชุมชน และสังคมโดยรวม

ในประวัติศาสตร์ของสังคมไทย หลักคิดทางพระพุทธศาสนาได้ถูกนำมาใช้เป็นเครื่องมือขับเคลื่อนสังคมในหลายมิติ ตัวอย่างเช่น **ทศพิธราชธรรม** ซึ่งเป็นหลักธรรมสำหรับผู้ปกครอง ถูกนำมาใช้เป็นกรอบคุณธรรมของผู้นำและสถาบันกษัตริย์ในการบริหารบ้านเมือง (รัฐธรรมนูญ เทศแก้ว, 2560) เพื่อสร้างความเป็นธรรมและความผาสุกแก่ประชาชน นอกจากนี้ แนวคิด **เศรษฐกิจพอเพียง** ซึ่งได้รับแรงบันดาลใจจากหลักพุทธธรรม (เกษมณี ทิศนา, ประสพสุข ฤทธิเดช, ปวีณา แก้วอาจ, 2559) เช่น ความพอดี ความไม่ประมาท และการดำรงชีวิตอย่างสมดุล ก็ถูกนำมาใช้เป็นแนวทางพัฒนาสังคมและเศรษฐกิจของประเทศไทยในยุคปัจจุบัน

แนวคิดเรื่องกฤษฎาตามกรอบที่ศึกษานำเสนอ จึงมุ่งถึงเครื่องมือทางปัญญาที่ช่วยเปิดทางไปสู่ความรู้และการแก้ปัญหา หลักธรรมในพระพุทธศาสนาหลายประการ เช่น อริยสัจ 4, อิทธิบาท 4, หรือ ไตรสิกขา (พระครูสารกิจประยุกต์, 2560; ฐิติภาภรณ์ วงษา อำนาจ สาเขตร์, 2568; อรุณรัชช ศาสตร์สกุล, 2565) สามารถทำหน้าที่เป็น “กฤษฎา” ที่ช่วยให้นักศึกษาเข้าใจปัญหา ค้นหาสาเหตุ และพัฒนาแนวทางแก้ไขอย่างเป็นระบบ เมื่อบุคคลหรือสังคมใช้กฤษฎาเหล่านี้ได้อย่างเหมาะสม ก็จะนำไปสู่การสร้างองค์ความรู้ใหม่ การพัฒนาศักยภาพของมนุษย์ และการเปลี่ยนแปลงเชิงบวกในสังคม

ที่สำคัญพระพุทธเจ้าทรงยืนยันพระองค์เองว่าเป็นเพียง “ผู้ชี้ทาง” (teacher) ประหนึ่งกฤษฎาไขความจริง มิใช่ผู้บังคับให้เชื่อหรือปฏิบัติตาม มนุษย์จึงมีเสรีภาพในการพิจารณา ทดลอง และนำหลักธรรมไปใช้ตามความเหมาะสม หลักการนี้สะท้อนแนวคิดเรื่องการใช้ปัญญาและการพึ่งตนเอง ซึ่งเป็นหัวใจสำคัญของพระพุทธศาสนา ดังนั้น เมื่อกล่าวว่า “ชาวพุทธใช้กฤษฎา” จึงหมายถึงการใช้หลักธรรมเป็นเครื่องมือหรือวิธีการ (tools และ how-to) ในการทำความเข้าใจชีวิตและโลก หลักธรรมเหล่านี้ช่วยเปิดประตูแห่งปัญญา ทำให้มนุษย์สามารถแก้ปัญหา พัฒนาตนเอง และสร้างสังคมที่ดีงามได้อย่างยั่งยืน โดยแต่ละคนสามารถเลือกใช้ “กฤษฎา” ที่เหมาะสมกับสถานการณ์ของตนเอง เพื่อก้าวไปสู่ความเข้าใจและการพันทุข์ตามแนวทางแห่งพระพุทธศาสนา.

หากพิจารณาของพัฒนาการตามหลักพระพุทธศาสนา จะพบว่าพระพุทธศาสนามีคำสอนหรือหลักการที่เป็นกลาง ๆ ที่ถูกนำมาประยุกต์ใช้ หรือสลับใช้เพื่อการแก้ปัญหา พัฒนาสังคม พัฒนาชุมชน หรือพัฒนาระบบต่างๆ ดังที่ประเทศไทยใช้หลักคิดเรื่อง ทศพิธราชธรรมมาใช้ขับเคลื่อนสังคมผ่านผู้นำ การใช้หลักเศรษฐกิจพอเพียง มาใช้ขับเคลื่อนสังคมไทย ดังนั้นกฤษฎา จึงเป็นประหนึ่งเครื่องมือในการไข เพื่อค้นหาความรู้ ขุดความรู้ นำไปสู่การใช้ การปรับ การสร้างองค์ความรู้ต่อจากนั้น ทำให้เกิดผลเชิงประจักษ์อีกหลายประการ และในเวลาเดียวกันความรู้เหล่านั้นเป็นได้ทั้งเครื่องมือ (Tools) เป็นได้ทั้งวิธีการ (How to) ทำให้เกิดการขับเคลื่อน ดังนั้นพระพุทธศาสนา จึงมีทั้งแนวคิด หลักปฏิบัติจำนวนมาก จึงมีสถานะเป็นประหนึ่งกฤษฎาแห่งชีวิต ที่จะทำให้ชีวิต มีทางออกจากปัญหา สูปัญญาต่อไป พระพุทธเจ้าไม่ได้สมททานความคิดและความเชื่อว่าเป็นเจ้าของ แต่เสนอเพียงว่า เป็นผู้บอก ส่วนใครจะใช้ ไม่ใช่คำสอน (กฤษฎา) เป็นเอกลักษณ์ของผู้นั้น เรียกว่าส่งเสริมความเป็นมนุษย์ให้เกิดความเข้าใจและนำไปใช้ได้อย่างเหมาะสมด้วย

กฤษฎาชีวิตตามแนวพุทธจากผู้ใช้เชิงปฏิบัติ

จากข้อมูลที่มีแนวคิดเรื่อง “กฤษฎา” จะพบว่าหลักกฤษฎา มีผู้ศึกษา และนำมาเป็นกลไกการพัฒนาคน ซึ่งในหลักการนั้นอาจมีผู้ศึกษาออกแบบไว้ เรียกว่า “กฤษฎาแก้ดอก” ที่ผู้วิจัยได้นำความรู้ 2 ส่วนมาอธิบายเทียบเคียง กระบวนการพัฒนากฤษฎา กับกลไกการพัฒนาคนตามแนวพุทธศาสนา ซึ่งสามารถนำเสนอเทียบเคียงได้ดังตาราง ดังนี้

หลักกฤษฎา 9 ดอก	หลักไตรสิกขา
(1) กฤษฎาแห่งความเพียร (2) กฤษฎาแห่งปัญญา (6) กฤษฎาแห่งการคิดบวกและการให้อภัย	1) ด้านศีล จริยธรรมทางสังคม ความมีคุณธรรม ย่อมเป็นหัวใจ หรือกลไกสำคัญของการใช้ชีวิต เป็นกฤษฎาอีกดอกหนึ่งของการใช้ชีวิตในฐานะมนุษย์คน ต้องมีจริยธรรม
(4) กฤษฎาแห่งการสื่อสารและทักษะทางปัญญา (5) กฤษฎาแห่งการแก้ไขปัญหา (3) กฤษฎาแห่งการสำรวจตน	2) ด้านสมาธิ การฝึกอบรมจิตให้สงบนิ่ง ความมุ่งมั่น ทำเท่า และดำเนินชีวิตด้วยความระมัดระวังใส่ใจ ละเมียดในทุกเรื่อง

(7) กฎแห่งภาวะผู้นำ (8) กฎแห่งการยอมรับความหลากหลาย (9) กฎแห่งการเป็นผู้ให้	3) ด้านปัญญา การใช้หลักการและเหตุผล
---	-------------------------------------

ในงานวิจัยมีผู้ทำการศึกษาไว้ โดยให้คำสำคัญคือ “กฎแห่ง” ซึ่งมีความหมายเป็นเครื่องมือ หรือช่องทางในการศึกษาและพัฒนาตนเอง ดังปรากฏในงานเรื่อง ปรัชญากฎแห่งเก๋าคอกกับการพัฒนามนุษย์ ของสถาบันพลังจิต ธรรมะ จักรวาล (ชณภา ปุณณันท์, 2563) ที่เสนอผลการศึกษาว่า

กฎแห่งเก๋าคอกเป็นปรัชญาที่ผ่านกระบวนการและขั้นตอนการแสวงหาความจริงจากผู้ที่เป็นทุกข์ทางใจ มนุษย์มีความต้องการพื้นฐานที่ต่างกัน แต่สิ่งสำคัญคือแนวทางในการตอบสนองความต้องการนั้นจะมีวิธีการอย่างไร ปรัชญากฎแห่งเก๋าคอกเป็นปรัชญาที่สามารถนำมาใช้กับมนุษย์ที่ต้องการมีชีวิตที่สมบูรณ์แบบ เพราะผ่านการแสวงหาและค้นพบความจริงจากความทุกข์ทางใจของมนุษย์ ดังนั้นกฎแห่งแต่ละดอกจะใช้ในสถานการณ์ที่ต่างกัน แต่ละสถานการณ์อาจจะใช้ปรัชญากฎแห่งเก๋าคอกหลายข้อ แต่ผลลัพธ์สูงสุดของปรัชญาคือ “การพัฒนามนุษย์ให้มีความสมบูรณ์แบบ” เป็นการพัฒนาจิตและเจริญปัญญา รวมไปถึงเป็นการพัฒนาตนเองให้มีศักยภาพความเป็นผู้นำ มีความเมตตาต่อมนุษย์ด้วยกัน และเป็นการฝึกพัฒนาตนด้วยตนเอง เพราะปรัชญากฎแห่งเก๋าคอกผู้อื่นจะไม่สามารถนำมาใช้ได้ เพราะมนุษย์เป็นผู้ที่รู้เท่าทันจิตตนเองมากกว่าผู้อื่น

ในงานศึกษาของ อีระพันธ์ จัตุพล และคณะ (2567) ในเรื่อง กฎแห่งเก๋าคอก : ความเพียร การเรียนรู้ ความเป็นเลิศ นวัตกรรมร่วมสมัย เสนอไว้ว่า

กฎแห่งเก๋าคอก : ความเพียร การเรียนรู้ สำหรับปัจจุบันและอนาคต สามารถรับมือกับยุค Disruption โลกที่มีความผันผวน คาดเดายาก ซับซ้อน ขาดความชัดเจน แบบ VUCA และ BANI ในศตวรรษที่ 21 นี้ เพื่อสร้างคุณค่า และการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข ตามแนวทางของพระพุทธศาสนาได้

ในงานของ นันทภา นุชาภัทร (2563) ในบทความเรื่อง แนวทางการพัฒนาทุนมนุษย์ในองค์กรอย่างยั่งยืนด้วยหลักการกฎแห่งเก๋าคอก ที่เสนอว่า

การพัฒนาทุนมนุษย์อย่างยั่งยืนภายในองค์กรเป็นกระบวนการสำคัญในการเสริมสร้างและบ่มเพาะทรัพยากรมนุษย์ซึ่งให้ความสำคัญกับการฝึกฝนทักษะและความรู้ที่เกี่ยวข้อง ส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างพนักงาน หลักการกฎแห่งเก๋าคอกเป็นแนวทางที่จำเป็นสำหรับการส่งเสริมการเติบโตและการพัฒนาความเชี่ยวชาญและความสามารถในการสาขากฎปฏิบัติที่เกี่ยวข้อง ในแต่ละขั้นตอน และเป็นหลักการในการเป็นแนวทางในการเรียนรู้และแสวงหาทักษะที่จำเป็นสำหรับการประกอบวิชาชีพ รวมถึงความสามารถในการปรับตัวและความคล่องตัวในการเรียนรู้เพื่อตอบสนองต่อสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงผ่านการตรวจสอบตนเองและการประเมินตนเอง

ในงานของ รักยิ่ง โรจนเกตุปัญญา (2566) ที่ศึกษาเรื่อง การใช้หลักการกฎแห่งเก๋าคอก ของสถาบันพลังจิต ธรรมะ จักรวาล เพื่อสร้างภาวะผู้นำในยุควิถีใหม่ ที่เสนอว่า

การใช้หลักการกฎแห่งเก๋าคอก เพื่อสร้างภาวะผู้นำในยุควิถีใหม่ (New Normal) เป็นการพัฒนาภาวะผู้นำในมิติด้านพฤติกรรม ปัญญา จิตใจและสังคม ผู้นำต้องมีทักษะในการบริหารจัดการองค์กรให้เหมาะสมกับสภาพสังคมและภาวะวิกฤติต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจึงต้องอาศัยภาวะผู้นำที่มี

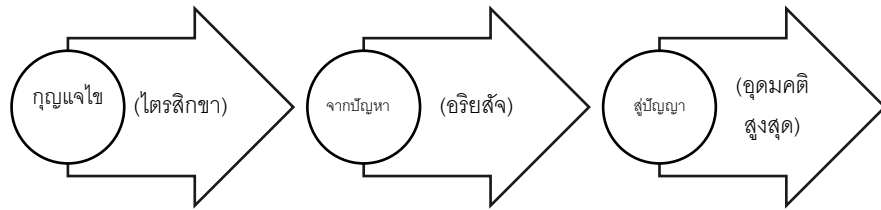
ประสิทธิภาพด้วยการสร้างผู้นำให้แข็งแกร่งในทุกด้าน ภาวะผู้นำในยุควิถีใหม่ ควรจะมีพื้นฐานอันประกอบด้วย 1) ด้านพฤติกรรมผู้นำควรมีความอดทนในตน อดทนในงาน 2) ด้านปัญญาควรหมั่นศึกษาและพัฒนาความรู้อย่างต่อเนื่อง 3) ด้านจิตใจผู้นำควรสำรวจตน รู้จักวิเคราะห์ตนเอง ยอมรับในความแตกต่างของผู้อื่น 4) ด้านสังคมผู้นำควรเตรียมพร้อมรับมือกับความเปลี่ยนแปลงในบริษัทต่างๆ เพื่อนำพาองค์กรบรรลุเป้าหมายสู่ความสำเร็จอย่างยั่งยืน

ในงานของ กุลณา โรจนเกตุปัญญา (2566) เรื่อง การเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้ายที่ได้รับการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมโดยใช้หลักการกฤษฎาแก้ดอก ที่มีการประยุกต์ใช้ความรู้ในการจัดการกับโรคและชีวิตประจำวันให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น ในการนำแนวทางไปส่งเสริมคุณภาพชีวิตทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม

โดยแนวคิด “กฤษฎา” ในงานวิจัยและบทความที่ถูกนำเสนอและนำมาประกอบบทความนี้ เป็นแนวทางสำคัญในการพัฒนามนุษย์ทั้งด้านจิตใจ ปัญญา และการดำเนินชีวิต ตามหลักไตรสิกขา หรือบูรณาการหลักพระพุทธศาสนา โดยมีลักษณะเป็น “เครื่องมือ” หรือ “กฤษฎา” สำหรับไขไปสู่ความจริงของชีวิตและการแก้ปัญหาความทุกข์ของมนุษย์ ดังในงานศึกษาของ ชนภา ปุณณันท์ (2563) อธิบายว่า กฤษฎาเป็นปรัชญาที่เกิดจากกระบวนการแสวงหาความจริงจากประสบการณ์ความทุกข์ทางใจของมนุษย์ ซึ่งมนุษย์แต่ละคนมีความต้องการพื้นฐานแตกต่างกัน แต่สามารถใช้กฤษฎาเหล่านี้เป็นแนวทางในการตอบสนองและพัฒนาชีวิตให้สมบูรณ์ขึ้น โดยกฤษฎาแต่ละดอกอาจนำไปใช้ในสถานการณ์ที่แตกต่างกัน และเป้าหมายสูงสุดคือการพัฒนามนุษย์ให้มีศักยภาพ มีภาวะผู้นำ และมีเมตตาต่อผู้อื่น ผ่านการพัฒนาตนเองและการรู้เท่าทันจิตใจของตน หรือในงาน ธีระพันธ์ จัตพล และคณะ ชี้ว่าแนวคิดกฤษฎาเกี่ยวข้องกับความเพียรและการเรียนรู้ ซึ่งสามารถช่วยให้มนุษย์ปรับตัวกับโลกยุคใหม่ที่มีความผันผวนและไม่แน่นอน เช่น บริษัท VUCA และ BANI ในศตวรรษที่ 21 เพื่อสร้างคุณค่าและการอยู่ร่วมกันอย่างสันติ รวมถึง นันทภา นุชาภัทร เสนอว่าหลักกฤษฎาแก้ดอกสามารถใช้ในการพัฒนาทุนมนุษย์ในองค์กรอย่างยั่งยืน โดยเน้นการเรียนรู้ การพัฒนาทักษะ ความสัมพันธ์ในองค์กร และความสามารถในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง ดังนั้นในภาพรวมของ รักยิ่ง โรจนเกตุปัญญา ชี้ว่าหลักกฤษฎาสามารถใช้พัฒนาภาวะผู้นำในยุควิถีใหม่ (New Normal) โดยครอบคลุมด้านพฤติกรรม ปัญญา จิตใจ และสังคม ส่วน กุลณา โรจนเกตุปัญญา นำแนวคิดนี้ไปใช้เสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรัง โดยช่วยให้ผู้ป่วยเรียนรู้ ปรับตัว และจัดการชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ เมื่อกกล่าวโดยสรุป แนวคิด “กฤษฎา” เปรียบเสมือนเครื่องมือทางปัญญาในการพัฒนามนุษย์ ซึ่งสอดคล้องกับหลักพระพุทธศาสนาที่มุ่งใช้ปัญญาแก้ปัญหาและความทุกข์ เพื่อมุ่งไปสู่การดับทุกข์หรือ “นิโรธ”

องค์ความรู้ใหม่

จากบทความทั้งหมดที่ยกมาต้องการสื่อว่า กฤษฎาคือเครื่องมือสำหรับพัฒนามนุษย์ ซึ่งในทางพระพุทธศาสนาทุกหลักธรรมล้วนมีกลไกเพื่อการพัฒนา สร้าง หรือกำกับให้เกิดกระบวนการในการพัฒนา และในการพัฒนานั้นหัวใจสำคัญคือทำให้เกิดทางสว่าง วิธีการ หรือแนวทางที่จะนำไปสู่การแก้ปัญหาได้อย่างแท้จริง ตามแผนภาพที่นำเสนอต้องการสื่อให้เห็นว่าปัญหาต้องแก้ด้วยปัญญา กฤษฎา จึงเป็นประหนึ่งไขแสวงหาวิธีการ แนวปฏิบัติโดยมีปลายทางเป็นความรู้และสามารถออกจากปัญหาได้ หรือทุกข์ก็แก้ทุกข์ เป็นวิธีการออกจากปัญหาด้วยปัญญาตามแนวพุทธ จนเป็น “นิโรธ” ธรรมในที่สุด



ภาพที่ 6 กุญแจไขออกจากปัญหาด้วยปัญญาตามแนวพุทธ

บทสรุป

ดังนั้นนัยยะของกุญแจชีวิตตามแนวพุทธ อันมีที่มาจากกุญแจแห่งชีวิต ซึ่งอยู่ที่มุมเอาไว้มองว่าจะมองอย่างไรในฐานะที่เป็นปรากฏการณ์หรือ มองในฐานะเป็นเครื่องมือสู่ปฏิบัติการ เพื่อให้ออกมาเป็นผลจากการดำเนินการนั้น ๆ บทสรุปต้องออกมาเป็นการใช้ปัญหามาสู่ปัญญา (เห็นทุกข์จึงเห็นธรรม) ใช้กุญแจเป็น “มรรควิธี” ในการไขออกจากปัญหา (ทุกข์) โดยใช้กระบวนการทางพระพุทธศาสนา สร้างการเรียนรู้ พัฒนา (ไตรสิกขา) จนเป็นปัญญา เป็นนิโรธออกจากปัญหา สู่ปัญญาอย่างยั่งยืน หรืออาจใช้คำว่าสร้างปัญญาในการเข้าไปแก้ปัญหามา เพื่อเติมเต็มชีวิตที่เหลืออยู่ให้มีความสุขกับการใช้ชีวิตหรือวิธีการดำเนินชีวิตที่เหมาะสม ตามกรอบเรื่องของกุญแจสู่สรรพสิ่งที่เรียกว่าอิสรภาพทางจิตวิญญาณ ตามแนวพระพุทธศาสนา “เห็นทุกข์ แล้วเห็นธรรม” นั่นเอง

เอกสารอ้างอิง

- กุลณา โรจนเกตุปัญญา. (2566). การเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้ายที่ได้รับการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมโดยใช้หลักการกุญแจแก้ดอก. *วารสารสหวิทยาการทางสังคมศาสตร์*. 1(3) : 1-12.
- แฉ่มมณี ทิศนา, ประสพสุข ฤทธิเดช, ปวีณา แก้วอาจ. (2559). ถอดรหัสปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงสู่การสอนกระบวนการคิด. *Journal for Developing the Social and Community*. 3(2), 187-192.
- ชนภา ปุณณนนท์. (2563). ปรัชญากุญแจแก้ดอกกับการพัฒนามนุษย์ ของสถาบันพลังจิต ธรรมะจักรวาล. *วารสารมหาจุฬานาครธรรม์*. 7(5), 12-20.
- ฐิฎาภรณ์ วงษา อำนาจ สาเขตร์. (2568). การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักไตรสิกขา. *วารสารชัยมงคลปริทรรศน์*. 5 (2), 81-88.
- ธีระพันธ์ จิตพล พิศิษฐ์ ศุภศิริเรืองชัย ฐิฎา โรจนสกุลเกตุ. (2567). กุญแจแก้ดอก : ความเพียร การเรียนรู้ ความเป็นเลิศ นวัตกรรมร่วมสมัย. *วารสารบัณฑิตศึกษาวิชาการ*. 2 (1), 20-31.
- นันทปภา นุชภัทร. (2566). แนวทางการพัฒนาทุนมนุษย์ในองค์กรอย่างยั่งยืนด้วยหลักการกุญแจแก้ดอก. *วารสารสหวิทยาการทางสังคมศาสตร์*. 1 (4):1-13.
- พระครูสารกิจประยุต. (2560). การประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ ในการแก้ไขปัญหาคชีวิต. *Dhammathas Academic Journal*. 17(2), 257-268.
- พระมหาหรรษา ธมฺมหาโส. (2553). สงครามน้ำในลุ่มน้ำแม่ตาซ่าง จ.เชียงใหม่: หลักการและเครื่องมือในการ

- จัดการความขัดแย้งเชิงพุทธ. *สารนิพนธ์พุทธศาสตร์ดุสิตบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)* : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระระพี พุทธิสารโร. (2555). พุทธิวิธียุติความรุนแรง : กรณียุติความรุนแรงต่อการฆ่าล้างเผ่าพันธุ์ตากยวงศ์”, *การประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 4 มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม*. วันที่ 12-13 กรกฎาคม 2555 หน้า 205-6.
- พระปลัดระพี พุทธิสารโร และคณะ. (2566). พระสูตรวิเคราะห์ : ความเชื่อต่อความรุนแรงในฐานะเป็นเครื่องมือ ขององคฺุณมาล (สูตร). *วารสารชัยมงคลปริทรรศน์*. 3(2),1-13.
- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- แมวเหมียว เมงมิ. (2568). 2 พฤษภาคม 2568. *สัมภาษณ์*.
- รักยิ่ง โรจนเกตุปัญญา. (2566). การใช้หลักการกฤษณชาติแก้แค้น ของสถาบันพลังจิต ธรรมะ จักรวาล เพื่อสร้างภาวะผู้นำในยุควิถีใหม่. *วารสารสหวิทยาการนวัตกรรมปริทรรศน์*. 6 (2), 148-159.
- รัฐธรรมนุญ เทศแก้ว. (2560). ภาวะผู้นำในศตวรรษที่ 21. *Journal of Graduate MCU KhonKaen Campus*. 4(2), 64-73.
- อรุณรัชต์ ศาสตร์สกุล.(2565). ทักษะการคิดเชิงคำนวณกับอิทธิบาท 4 หลักธรรมแห่งความสำเร็จ. *วารสารมจร บาลีศึกษาพุทธโฆสปริทรรศน์*. 8(3), 232-242.

กุญแจชีวิต

วุฒิภาวะทางอารมณ์กับการแก้ปัญหาตามแนวพุทธ

จากปัญหาสู่ปัญญา



The Key to Life:

Emotional Maturity and Buddhist Problem Solving



ความโกรธ

ความกลัว

ความกังวล

ความทุกข์



สติ



เมตตา



ปัญญา



วุฒิภาวะ

เขียนโดย

พระครูสังฆวิริยกิจ (ระพิน พุทธิสารโ)

