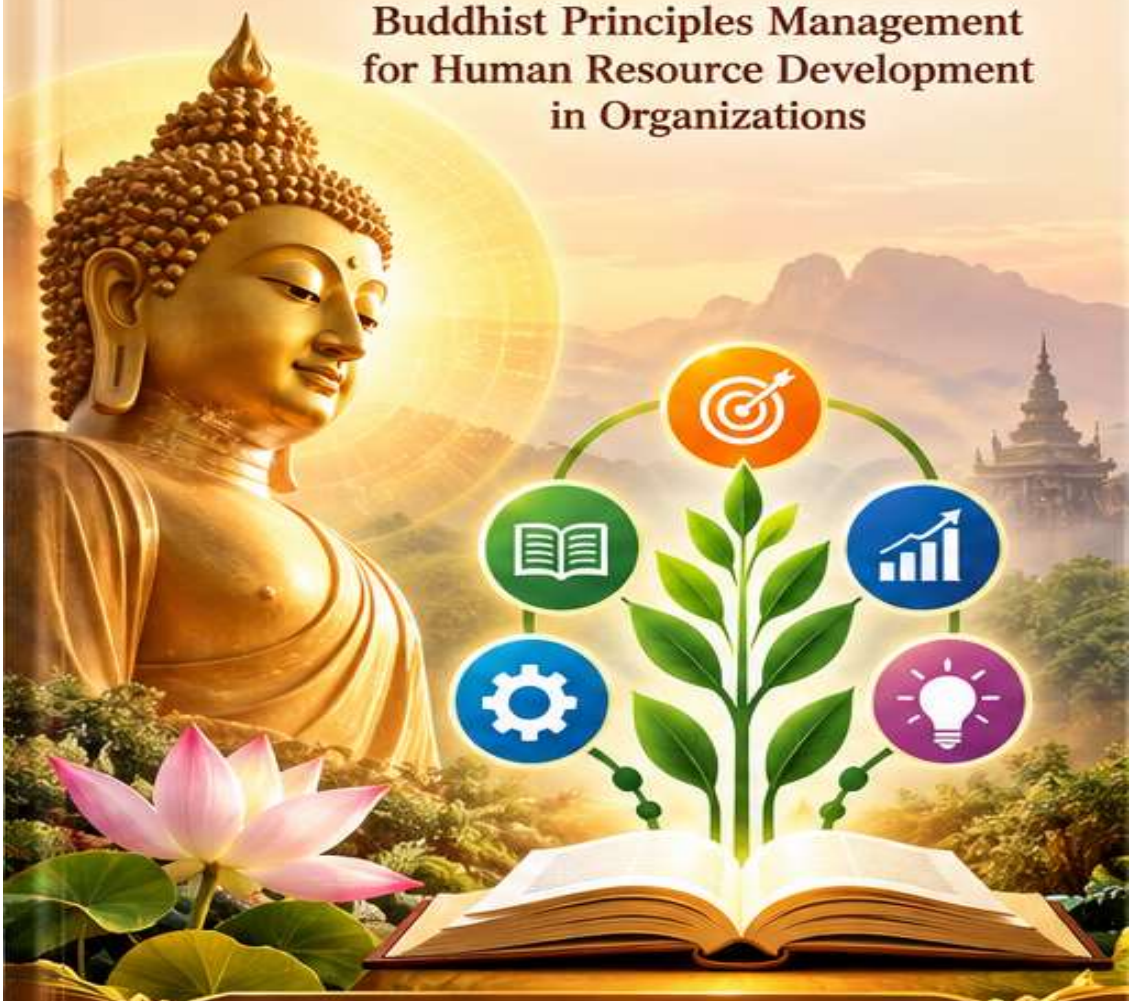
การจัดการหลักพุทธธรรม เพื่อพัฒนาบุคลากรในองค์การ

Buddhist Principles Management
for Human Resource Development
in Organizations



ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภัทราพร จันตะนี
รองศาสตราจารย์ ดร.อภินันท์ จันตะนี
สำนักปัญญาประดิษฐ์เชิงนวัตกรรม

พุทธศักราช 2569

คำนำ

การจัดทำหนังสือเรื่อง “**การจัดการหลักพุทธธรรมเพื่อพัฒนาบุคลากรในองค์การ**” เล่มนี้จัดทำขึ้นเพื่อเป็นกรอบความรู้ในการทำความเข้าใจเศรษฐกิจสมัยใหม่อย่างเป็นระบบ โดยมุ่งเน้นการ “ออกแบบระบบเศรษฐกิจ” มากกว่าการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า เนื้อหาครอบคลุมตั้งแต่เสถียรภาพเศรษฐกิจมหภาค ทั้งเงินเฟ้อ ค่าเงิน และหนี้สาธารณะ ซึ่งเป็นฐานความเชื่อมั่นของประเทศ ไปจนถึงการเติบโตบนผลิตภาพที่ขับเคลื่อนด้วยนวัตกรรม โครงสร้างพื้นฐาน และการยกระดับขีดความสามารถการแข่งขัน หนังสือให้ความสำคัญกับเศรษฐกิจฐานข้อมูลและการตัดสินใจเชิงนโยบายบนหลักฐาน เพื่อเพิ่มประสิทธิผลของนโยบายการคลังยุคใหม่ที่ใช้งบประมาณอย่างคุ้มค่าและมุ่งผลลัพธ์จริง พร้อมทั้งวิเคราะห์บทบาทของภาษีในฐานะเครื่องมือสร้างความเป็นธรรมและแรงจูงใจทางเศรษฐกิจ ควบคู่กับการพัฒนาตลาดแรงงานผ่านการ up-skill และ reskill ให้สอดคล้องกับเศรษฐกิจดิจิทัลและ AI เนื้อหายังให้ความสำคัญกับ SMEs และผู้ประกอบการรายย่อยในการเข้าถึงทุน ตลาด เทคโนโลยี และมาตรฐาน รวมถึงระบบการเงินและความเชื่อมั่นในยุคเงินทุนเคลื่อนย้ายรวดเร็ว หนังสือเชื่อมโยงประเด็นห่วงโซ่อุปทานและการค้าโลกกับความผันผวนระหว่างประเทศ พร้อมผลักดันเศรษฐกิจสีเขียวเพื่อการลดคาร์บอนและสร้างงานใหม่ และปิดท้ายด้วยแนวคิดความยืดหยุ่นต่อวิกฤต ทั้งภัยพิบัติ พลังงาน อาหาร และกลไกช่วยเหลือฉุกเฉิน เพื่อสร้างเศรษฐกิจที่มั่นคง เป็นธรรม และพร้อมต่ออนาคตอย่างยั่งยืน

ในการนี้ขอขอบพระคุณท่านผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญในสาขาทางเศรษฐกิจและสาขาที่เกี่ยวข้องที่กรุณาได้สละเวลาเพื่อตรวจประเมินคุณภาพหนังสือเล่มนี้ด้วยกัลยาณมิตร หากจะมีเนื้อหาหรือข้อมูลที่ไม่ทันกับเหตุการณ์หรือเทคโนโลยีสารสนเทศและในยุคปัญญาประดิษฐ์เกี่ยวข้องสภาพเศรษฐกิจที่ผันผวนไปตามพฤติกรรมของผู้บริโภคมักเปลี่ยนแปลงไปตามวิถีใหม่ในสังคมโลก หากท่านผู้อ่านจะกรุณาแนะนำมายังผู้จัดทำหนังสือเล่มนี้ พร้อมขอน้อมรับเพื่อปรับปรุงแก้ไขในโอกาสต่อไป



(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภัทราพร จันตะนี)
สำนักปัญญาประดิษฐ์เชิงนวัตกรรม
มูลนิธิแสงสีวิชาการ พ.ศ.2569

สารบัญ

บทที่ 1 ความรู้เกี่ยวกับสัมมนาหลักพุทธธรรมเพื่อพัฒนาบุคคล หน้า

1.1 ความหมายและความสำคัญการจัดสัมมนา..... 7
1.2 แนวคิดและทฤษฎีการจัดการ..... 14
1.3 การปฏิบัติตามศีลทางพุทธศาสนา 18
1.4 การกำหนดสติและสมาธิ..... 21
1.5 การพัฒนาปัญญาตามหลักคุณธรรมของศาสนา..... 25
1.6 สรุปองค์ความรู้..... 28

บทที่ 2 การวิเคราะห์หลักพุทธธรรม

2.1 การไม่เบียดเบียนสรรพสิ่ง..... 30
2.2 การมีสติสัมปชัญญะ..... 33
2.3 การกระทำที่เหมาะสม..... 37
2.4 การมีความเมตตา..... 40
2.5 การเผชิญความทุกข์..... 44
2.6 หลักธรรมที่สามารถนำมาซึ่งความสุขในชีวิต..... 47
2.7 สรุปองค์ความรู้..... 52

บทที่ 3 การบูรณาการหลักธรรมร่วมกับองค์ความรู้อื่น

3.1 การบูรณาหลักพุทธธรรมกับจิตวิทยา..... 54
3.2 การบูรณาหลักพุทธธรรมกับสังคมศาสตร์..... 58
3.3 การบูรณาหลักพุทธธรรมกับการศึกษา..... 62
3.4 การบูรณาหลักพุทธธรรมกับเทคโนโลยียุคดิจิทัล..... 65
3.5 การบูรณาหลักพุทธธรรมกับสุขภาพ..... 68
3.6 การบูรณาหลักพุทธธรรมกับสิ่งแวดล้อม..... 71
3.7 สรุปองค์ความรู้..... 75

บทที่ 4 การพัฒนาคุณลักษณะพื้นฐานการจัดการเชิงพุทธ

4.1 การปฏิบัติด้วยจิตใจเป็นกลาง..... 77
4.2 การพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง 81
4.3 การฝึกฝนตนให้เห็นใจกับทีมงาน..... 84
4.4 การยึดมั่นในหลักธรรมและจรรยาบรรณ..... 88

4.5 การฝึกสติให้มีสมาธิในการทำงานวิชาการ 92

4.6 การสร้างสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมความสามารถทางวิชาการ..... 95
4.7 สรุปองค์ความรู้..... 98

บทที่ 5 การพัฒนาบุคคลสายวิชาชีพทางการจัดการ

5.1 การจัดอบรมสายวิชาชีพ..... 101
5.2 การสร้างโอกาสให้มีการทดลองและปฏิบัติจริง..... 105
5.3 การพัฒนาทักษะการตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา..... 108
5.4 การเสริมสร้างทักษะการสื่อสารและการจัดการทีม..... 112
5.5 การเรียนรู้และการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง..... 116
5.6 การพัฒนาสติปัญญาของบุคคลด้วยหลักพุทธธรรม..... 119
5.7 สรุปองค์ความรู้..... 123

บทที่ 6 การคิดเชิงวิเคราะห์และสังเคราะห์เชิงพุทธ

6.1 การใช้หลักคำสอนของพุทธศาสนาเพื่อการวิเคราะห์..... 126
6.2 การฝึกฝนอย่างมีสติและมีสมาธิ 130
6.3 การสังเคราะห์ข้อมูลเพื่อสร้างความเข้าใจในหลักธรรมคำสอน..... 133
6.4 การประยุกต์ใช้ธรรมะในชีวิตประจำวัน..... 137
6.5 การพัฒนาวิธีคิดตามแนวทางพุทธศาสนาอย่างเป็นระบบ..... 140
6.6 การพัฒนาคุณธรรมและจริยธรรม..... 144
6.7 สรุปองค์ความรู้..... 148

บทที่ 7 การสร้างเครือข่ายข้อมูลทางการจัดการ

7.1 การบูรณาการระบบข้อมูล..... 150
7.2 การสร้างความสัมพันธ์กับเครือข่ายภายนอก..... 154
7.3 การจัดการข้อมูลด้านความรู้..... 158
7.4 การปรับปรุงเทคโนโลยีอย่างต่อเนื่องด้านการจัดการ..... 162
7.5 การฝึกอบรมและพัฒนาทักษะพนักงานด้านการจัดการ..... 166
7.6 การจัดการเพื่อสร้างเครือข่ายข้อมูลภายในให้มีคุณธรรม..... 170
7.7 สรุปองค์ความรู้..... 174

บทที่ 8 การใช้เทคโนโลยีดิจิทัลทางพุทธการสื่อสาร

8.1 การสร้างและจัดการเนื้อหาดิจิทัลทางพุทธศาสนา..... 176
8.2 การใช้โซเชียลมีเดียด้านคำสอนพระพุทธศาสนาอย่างมีประสิทธิภาพ..... 181

8.3 การจัดเว็บสัมมนาและเว็บคาสต์..... 186
8.4 การใช้เทคโนโลยี AR และ VR..... 192
8.5 การสร้างชุมชนออนไลน์..... 197
8.6 สรุปองค์ความรู้..... 203

บทที่ 9 การวิเคราะห์พุทธภาวะการเปลี่ยนแปลงสังคมโลก

9.1 การศึกษาผลกระทบของเทคโนโลยีใหม่ๆ ต่อการปฏิบัติธรรม..... 205
9.2 การใช้พุทธศาสนาในการจัดการกับความเครียดในสังคมสมัยใหม่..... 210
9.3 การพัฒนาหลักสูตรและกิจกรรมทางพุทธสำหรับชุมชนและองค์กร..... 214
9.4 การศึกษาผลกระทบของการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจต่อพุทธศาสนา..... 218
9.5 การนำหลักพุทธมาใช้ในการแก้ไขปัญหาทางสังคม..... 222
9.6 สรุปองค์ความรู้..... 227

บทที่ 10 การเป็นพลเมืองดีมีคุณค่าและมีศีลธรรม

10.1 ความซื่อสัตย์..... 229
10.2 ความเสียสละ..... 233
10.3 การมีสติและเมตตา..... 237
10.4 การเคารพกฎหมายและระเบียบสังคม..... 241
10.5 การมีส่วนร่วมในชุมชน..... 245
10.6 การพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง..... 249
10.7 สรุปองค์ความรู้..... 253

บทที่ 11 การศึกษาเศรษฐกิจที่เกี่ยวกับชีวิตประจำวัน

11.1 การวางแผนการใช้จ่าย..... 255
11.2 การออมเงิน..... 260
11.3 การลงทุน..... 264
11.4 การบริโภคอย่างมีสติ 268
11.5 การป้องกันความเสี่ยงทางการเงิน..... 273
11.6 การใช้ทรัพยากรอย่างยั่งยืน..... 276
11.7 สรุปองค์ความรู้..... . 280

บทที่ 12 การวิเคราะห์การเงินและการคลังเพื่อชีวิต

12.1 การตรวจสอบรายรับและรายจ่าย..... 282
12.2 การจัดทำและติดตามงบประมาณส่วนบุคคล..... 287

12.3 การวางแผนการออมและการลงทุน..... 292
12.4 การจัดการหนี้สิน 296
12.5 การเตรียมความพร้อมสำหรับเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิด..... 300
12.6 การทำประกันชีวิตและสุขภาพ..... 304
12.6 สรุปองค์ความรู้..... 306

บทที่ 13 การบูรณาการหลักพุทธธรรมกับนวัตกรรม AI เพื่อพัฒนาบุคลากรยั่งยืน

13.1 แนวคิดบูรณาการพุทธธรรมกับนวัตกรรมปัญญาประดิษฐ์เพื่อจัดการองค์การ.... 309
13.2 พัฒนาศักยภาพบุคลากรด้วยไตรสิกขาและปัญญาประดิษฐ์มีคุณธรรม..... 313
13.3 บริหารบุคลากรตามหลักพุทธธรรมด้วยปัญญาประดิษฐ์อย่างมีจริยธรรม..... 319
13.4 สร้างนวัตกรรมและองค์การเรียนรู้ตามหลักพุทธธรรมด้วยปัญญาประดิษฐ์..... 324
13.5 พัฒนาองค์การอย่างยั่งยืนด้วยพุทธธรรมและนวัตกรรมปัญญาประดิษฐ์..... 330
13.6 สรุปองค์ความรู้..... 335

บรรณานุกรม..... 339
ดัชนีค้นคำ..... 344
ประวัติและผลงานวิชาการผู้เขียนหนังสือ..... 357

บทที่ 1
ความรู้เกี่ยวกับสัมมนาหลักพุทธธรรมเพื่อพัฒนาบุคคล

ความรู้เกี่ยวกับสัมมนาตามหลักพุทธธรรมเพื่อพัฒนาบุคลากรในองค์การ ซึ่งเป็นการนำหลักการจัดการทางพุทธศาสนาหรือการนำหลักธรรมคำสอนของศาสนาพุทธจากพระไตรปิฎกมาใช้ในการจัดการและพัฒนาทั้งบุคคลและองค์กร โดยเน้นคุณธรรมและจริยธรรม รวมทั้งการพัฒนาที่ยั่งยืน หลักการสำคัญประกอบด้วยความไม่เที่ยง ซึ่งเน้นการยอมรับความเปลี่ยนแปลง เพื่อการตัดสินใจที่ยืดหยุ่นได้; กรรม ซึ่งเชื่อมโยงการกระทำที่ดีไปยังผลลัพธ์ที่ดี สมถะ การฝึกสติให้มีสมาธิและสงบเพื่อการตัดสินใจที่มีประสิทธิภาพและปัญญา การใช้ปัญญาในการวิเคราะห์และตัดสินใจโดยไม่ให้อารมณ์มีอิทธิพล นอกจากนี้ยังเน้นการพัฒนาที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อมและร่วมมือกันในการทำงานเพื่อผลลัพธ์ที่โปร่งใสและยุติธรรม ซึ่งทั้งหมดนี้ไม่เพียงช่วยให้การจัดการเป็นไปอย่างมีจริยธรรมและยั่งยืนเท่านั้น แต่ยังส่งผลให้องค์กรมีภาพลักษณ์ที่ดีและน่าเชื่อถือด้วย

1.1 ความหมายและความสำคัญการจัดสัมมนา

การจัดการสัมมนาเป็นกิจกรรมที่มีความหมายและความสำคัญในหลายด้าน โดยสามารถสรุป ดังนี้

การสัมมนา (Seminar) หมายถึง การประชุมเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และความคิดเห็นเพื่อหาข้อสรุปในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ผลของการสัมมนา ถือว่าเป็นการเสนอแนะผู้ที่เข้าร่วมสัมมนา อาจนำไปปฏิบัติตามหรือไม่ก็ได้ ทั้งนี้ การสัมมนา เป็นการจัดในลักษณะอภิปรายและแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ประสบการณ์ หรือเป็นการระดมความคิดเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ซึ่งอาจเหมาะสำหรับกรณีที่ผู้เข้าร่วมสัมมนามีประสบการณ์ ผู้เข้าร่วมสัมมนาทุกคนมีความเท่าเทียมกันในการแสดงความคิดเห็น ไม่มีวิทยากร มีแต่ผู้ประสานงานหรือผู้จัดดำเนินการคอยอำนวยความสะดวกให้ผู้เข้าร่วมสัมมนาจะเลือกผู้นำกลุ่มการสัมมนาจากผู้เข้าร่วมสัมมนาด้วยกัน เพื่อเป็นตัวแทนในการรายงานการอภิปรายและดำเนินการสัมมนาไปตามช่วงเวลาที่กำหนดไว้

1.1.1 ประเภทของการสัมมนา

การประชุมสัมมนา โดยกิจกรรมที่ทั้งหน่วยงานของรัฐบาลและเอกชนนิยมจัดเพื่อสร้างความรู้ ระดมความคิดหรือตัดสินเรื่องสำคัญภายในองค์กร ซึ่งการสัมมนาหรือการประชุมเชิงปฏิบัติ สามารถแบ่งได้ 12 รูปแบบดังต่อไปนี้ https://www.charnveeresortkhaoyai.com/th/blog/seminar/ [สืบค้น 22 ธันวาคม 2565]

1) การอภิปรายแบบคณะ (Panel Discussion) เป็นการประชุมสัมมนาเพื่อถ่ายทอดความรู้ให้กับผู้เข้าร่วมสัมมนาจำนวนมาก โดยผู้ทรงคุณวุฒที่มีความเชี่ยวชาญและประสบการณ์ในหัวข้อที่สัมมนา มี 3-8 คน ซึ่งผู้บรรยายแต่ละคนจะบรรยายในหัวข้อเดียวกัน มีจุดประสงค์เพื่อให้ผู้ร่วมสัมมนาได้รับความรู้เชิงลึก

2) การอภิปรายแบบซิมโพเซียม (Symposium) เป็นการประชุมสัมมนาสำหรับการอภิปรายเชิงวิชาการจากผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความรู้และประสบการณ์เกี่ยวกับหัวข้อสัมมนาอย่างน้อย 2-5 คน ซึ่งแต่ละคนต้องเตรียมการบรรยายของตัวเองมา โดยไม่ซ้ำกัน โดยมีเวลาในการบรรยายครั้งละประมาณ 10-15 นาที มีจุดประสงค์เพื่อให้ผู้เข้าร่วมสัมมนาได้รับความรู้ทางวิชาการเกี่ยวกับหัวข้อการบรรยายในเชิงลึก

3) การประชุมเชิงปฏิบัติการ (Work Shop) เป็นการประชุมสัมมนาที่มีความรู้ด้วยการบรรยายและการลงมือปฏิบัติ โดยส่วนใหญ่ในช่วงเช้าของการสัมมนาจะเป็นส่วนของการบรรยาย ส่วนช่วงบ่ายจะเป็นการเข้า Work Shop ลงมือปฏิบัติจริง สำหรับจุดประสงค์ของการประชุมเชิงปฏิบัติการคือ ต้องการให้ผู้เข้าร่วมสัมมนาสามารถนำความรู้ที่ได้จากผู้เชี่ยวชาญไปลงมือปฏิบัติได้จริง

4) การอภิปรายระดมสมอง (Brainstorming) เป็นการประชุมสัมมนาที่ให้ผู้เข้าร่วมสามารถแสดงความคิดเห็นที่เกี่ยวข้องกับหัวข้อสัมมนาได้อย่างมีอิสระ แต่เป็นการสัมมนากลุ่มเล็กที่มีผู้เข้าร่วมไม่เกิน ๑๕ คน เพื่อให้ทุกคนได้แสดงความคิดเห็นได้อย่างครบถ้วน ภายใต้การควบคุมของประธานการประชุม สำหรับการอภิปรายระดมสมองมีจุดประสงค์เพื่อระดมความคิดอย่างสร้างสรรค์จากบุคคลที่เกี่ยวข้องจนได้บทสรุปที่ชัดเจน

5) การอภิปรายแบบตอบกลับ (Circular Response) เป็นการอภิปรายแบบถาม-ตอบ (Dialogue) เป็นการประชุม สัมมนา แบบกลุ่มย่อยไม่เกิน 15 คน ซึ่งผู้เข้าร่วมสัมมนาทุกคนจะนั่งเป็นวงกลม เริ่มต้นสัมมนาด้วยการตั้งสมาชิก 1 คน ทำหน้าที่ประธานการสัมมนา หลังจากประธานเสนอหัวข้อเรียบร้อย ผู้เข้าร่วมที่อยู่ทางขวามือจะเป็นผู้เริ่มการอภิปราย เมื่อจบคนถัดไปจะอภิปรายต่อเรียงกันเป็นวงกลม หากในระหว่างนั้นมีข้อโต้แย้ง ต้องรอให้ถึงรอบอภิปรายเวียนมาถึงตัวเองก่อน จึงสามารถแสดงความคิดเห็นได้ สำหรับการประชุมรูปแบบนี้มีจุดประสงค์ให้ผู้เข้าร่วมสัมมนาแสดงความคิดเห็นได้อย่างอิสระ ภายใต้บรรยากาศที่เป็นกันเอง

6) การอภิปรายแบบกลุ่ม (Group Discussion) เป็นการประชุมสัมมนา ที่มีจำนวนผู้เข้าสัมมนาจำนวนมาก แต่ถูกแบ่งกลุ่มย่อยกลุ่มละไม่เกิน 8 คน จึงนิยมจัดโต๊ะแบบวงกลมหรือสี่เหลี่ยม โดยสมาชิก 1 คนทำหน้าที่ประธานกลุ่ม และ 1 คนทำหน้าที่เลขานุการ เพื่อจดบันทึกความคิด ในการสัมมนาจะกำหนดหัวข้อสัมมนาและให้ตัวแทนของแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอแนวความคิดของกลุ่ม ซึ่งตลอดการสัมมนามีผู้นำอภิปรายทำหน้าที่ควบคุมและสรุปผล เมื่อการสัมมนาเสร็จสิ้น สำหรับการอภิปรายแบบกลุ่มมีจุดประสงค์เพื่อให้ผู้เข้าร่วมแสดงความคิดเห็นในเวลาที่จำกัด จึงเหมาะกับการประชุม สัมมนาภายในห้องเรียน

7) การประชุมทางวิชาการ (Academic Meeting) การประชุมทางวิชาการ เป็นการประชุม สัมมนาเพื่อให้กลุ่มนักวิชาการหรือนักวิจัยได้นำเสนอผลงานวิจัยของตัวเองออกสู่สาธารณะ ซึ่งนอกจากมีจุดประสงค์เพื่อนำเสนอผลงานแล้ว ยังเป็นเวทีให้นักวิชาการ นักวิจัยในสายอาชีพเดียวกัน ได้พบปะพูดคุยและแลกเปลี่ยนข้อมูลวิชาการกันด้วย

8) การอภิปรายแบบปุจฉาวิสัชนา (Colloquy) เป็นการประชุม สัมมนาที่ประกอบด้วยผู้เข้าร่วมสัมมนาไม่เกิน 8 คน โดยมี 1 คน เป็นผู้ดำเนินการอภิปราย ทำหน้าที่ควบคุมการอภิปรายและเชื่อมโยงคำถามคำตอบให้เข้าใจง่ายขึ้น ครึ่งหนึ่งของผู้เข้าร่วมสัมมนาเป็นตัวแทนของผู้ที่ต้องการเสนอคำถาม และอีกครึ่งหนึ่งเป็นผู้ที่มีความรู้เชิงลึกเกี่ยวกับหัวข้อที่อภิปราย ทำหน้าที่ตอบคำถามของผู้เสนอ สำหรับการอภิปรายแบบปุจฉาวิสัชนามีจุดประสงค์ให้ผู้เข้าร่วมสัมมนาเกิดความรู้ความเข้าใจและได้คำตอบในเรื่องที่สงสัยมากขึ้น

9) การสัมมนาอภิปรายโดยการสวมบทบาทสมมุติ (Role Playing) เป็นการประชุมสัมมนาที่ให้ผู้เข้าร่วมสัมมนาแสดงความคิดเห็นผ่านบทบาทต่าง ๆ ในสถานการณ์ที่สมมุติขึ้น โดยอาจใช้วิธีเลือกผู้เข้าร่วมสัมมนาหรือใช้วิธีจับฉลากเลือกก็ได้ สำหรับการสัมมนาอภิปรายโดยการสวมบทบาทสมมุติมีจุดประสงค์เพื่อให้

ผู้เข้าร่วมสัมมนาสามารถแสดงความคิดเห็นและมีส่วนร่วมของผู้เข้าร่วมสัมมนาอย่างเต็มที่ อีกทั้งยังทำให้บรรยากาศโดยรวมน่าสนใจมากขึ้นอีกด้วย

10) การประชุมแบบคอนเวนชัน (Convention) การประชุมแบบคอนเวนชัน เป็นการประชุม สัมมนาที่มีจำนวนผู้เข้าร่วมจำนวนมากภายในห้องประชุมขนาดใหญ่ ส่วนใหญ่เป็นการประชุมของบุคคลจากองค์กรหรืออาชีพเดียวกัน สำหรับการประชุมแบบคอนเวนชันมีจุดประสงค์เพื่อสรุปประชามติ วางแนวทางการปฏิบัติงานเกี่ยวกับองค์กร หรือเพื่อแถลงนโยบายขององค์กรให้ผู้เข้าร่วมสัมมนาทราบ

11) การประชุมแบบร่วมโครงการ (Joint-Venture Letting) การประชุมแบบร่วมโครงการเป็นการประชุม สัมมนาระหว่างหน่วยงานรัฐ หน่วยงานรัฐวิสาหกิจ หรือองค์กรระหว่างประเทศที่ดำเนินกิจกรรมหรือโครงการร่วมกันตั้งแต่ 2 หน่วยงานขึ้นไป สำหรับการประชุมรูปแบบนี้จะไม่มีข้อบังคับใดชัดเจน การดำเนินการขึ้นอยู่หน่วยงานที่เป็นผู้รับรอง สำหรับการประชุมแบบร่วมโครงการมีวัตถุประสงค์เพื่อเสนอโครงการและตอบข้อสงสัยเกี่ยวกับผลงานที่ทำร่วมกัน

12) การประชุมแบบรับช่วง (Sub-Contract Letting) เป็นการประชุมสัมมนารวมกันของภาคเอกชนหรือหน่วยงานรัฐวิสาหกิจที่มีหน้ารับผิดชอบดำเนินการกิจการขนาดเล็กหรือโครงการย่อยที่แยกมาจากโครงการใหญ่ที่มีองค์กรอื่นเป็นผู้รับผิดชอบอยู่แล้ว สำหรับการประชุมแบบรับช่วงมีจุดประสงค์เพื่อรับทราบข้อมูลโครงการขนาดย่อมเพื่อรับช่วงต่อไป

1.1.2 การสัมมนาที่มีประสิทธิภาพ

องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการจัดรูปแบบการสัมมนา

1) **การกำหนดขนาดของกลุ่มผู้เข้าร่วมสัมมนา** กลุ่มขนาดเล็ก สมาชิกตั้งแต่ 5-50 คน กลุ่มขนาดกลาง สมาชิกตั้งแต่ 51-100 คน กลุ่มขนาดใหญ่ สมาชิกตั้งแต่ 101 คนขึ้นไป

2) **การกำหนดหัวข้อเรื่องและจุดมุ่งหมายของการจัดสัมมนา** มีความสำคัญต่อการนำรูปแบบวิธีการการ เลือกและเชิญวิทยากรและการจัดเตรียมกำหนดการ

3) **การกำหนดสถานที่สำหรับจัดสัมมนา** ควรมีความพร้อมในทุกด้านโดยคำนึงถึงขนาดและความจุของสถานที่ ตลอดจนเครื่องอำนวยความสะดวกของการคมนาคมและการติดต่อสื่อสาร การสัมมนาแต่ละครั้งมีกิจกรรมที่ใช้ในขณะสัมมนาหลายกิจกรรม เช่น การอภิปราย การประชุมกลุ่มย่อย และเทคนิคการประชุมแบบต่าง ๆ สามารถเลือกใช้เป็นแนวทางในการสัมมนาตามความเหมาะสมของ รูปแบบและสถานการณ์นั้น ๆ

1.1.3 การสัมมนาพุทธธรรม

การสัมมนาหลักพุทธธรรม เป็นการนำคำสอนของพระพุทธเจ้า ซึ่งพระองค์ได้ค้นพบสิ่งที่เกิดจากธรรมชาติจึงเรียกว่า “กฎไตรลักษณ์” คืออนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ซึ่งเป็นมีสิ่งที่มีอยู่หรือปรากฏตามธรรมชาติเรียกว่าสามัญลักษณะคือลักษณะ ๓ อย่าง ที่ปรากฏให้เห็นอยู่ตามธรรมชาติและมีมาหลายหมื่นหลายแสนล้านปี [ออนไลน์] ที่มา: http://www.buddhathailand.org/forum.php?796 [9 ตุลาคม 2566]

1.1.4 รูปแบบของการสัมมนา

การสัมมนาแต่ละครั้งมีกิจกรรมที่ใช้ในขณะสัมมนาหลายกิจกรรม เช่น การอภิปราย การ ประชุมกลุ่มย่อย และเทคนิคการประชุมแบบต่าง ๆ สามารถเลือกใช้เป็นแนวทางในการสัมมนาตาม ความเหมาะสมของรูปแบบและสถานการณ์นั้น ๆ เทคนิคและวิธีการต่าง ๆ ในการสัมมนามี ดังนี้

พจนานุกรมฉบับบัณฑิตยสถาน (2546, น. 979) การอภิปราย ตามความหมายใน พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2546 ได้ให้ความหมายไว้ว่า การอภิปราย หมายถึง การพูดจาหรือการปรึกษาหารือกัน

สมพงศ์ เกษมสิน (2519, น. 5) การอภิปราย หมายถึง การที่บุคคลกลุ่มหนึ่งมีเจตนาจะ พิจารณาเรื่องใดเรื่องหนึ่งปรึกษาหารือกัน ออกความคิดเห็นเพื่อแก้ปัญหาที่มีอยู่หรือเพื่อเป็นการ แลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็น ถ่ายทอดประสบการณ์ที่ได้รับให้ได้ทราบซึ่งในที่สุดก็มีการตัดสินตกลงใจร่วมกัน

สุจริต เพียรชอบ (2516, น. 1) การสัมมนา หมายถึง การที่บุคคลกลุ่มหนึ่ง ประมาณ 5 - 20 คน มีความรู้ความสนใจในเรื่องเดียวกัน หรือมีปัญหาในทานองเดียวกันมา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่ง กันและกัน ฉะนั้นลักษณะสัมมนาดังกล่าวพอสรุปได้ ดังนี้

๑) จำนวนผู้สัมมนาประมาณ 5 - 20 คน
๒) จะต้องเป็นการปรึกษาหารือเป็นกลุ่ม
๓) จุดมุ่งจะต้องแก้ปัญหาร่วมกัน หรือ แลกเปลี่ยนความรู้ ความคิด ทัศนคติและ ประสบการณ์ร่วมกัน
๔) ผู้มาสัมมนาจะต้องสนใจในเรื่องอย่างเดียวกัน จุดมุ่งหมายของการสัมมนา
(1) เพื่อฝึกความคิดแบบประชาธิปไตย
(2) เพื่อช่วยให้ผู้ร่วมสัมมนาได้ทำงานร่วมกัน รู้จักปรับตัวและรู้จักเป็นผู้นาและผู้ตามที่ดี
(3) การสัมมนามีจุดมุ่งหมายเพื่อหาข้อเท็จจริง
(4) เพื่อนาความรู้หรือข้อคิดเห็นมาแก้ปัญหาสังคม
(5) เพื่อนำความรู้ ความคิดเห็นที่ได้จากการสัมมนาไปใช้ปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

1.1.5 ประเภทของการอภิปราย

การอภิปรายใช้กันมาอย่างกว้างขวางในวงสังคม ซึ่งส่วนมากแบ่งออกได้ 3 แบบคือ

1) **การอภิปรายกลุ่ม** (Group discussion) เป็นการอภิปรายที่ใช้คนไม่จำกัดจำนวนผู้อภิปรายจะเป็นทั้งผู้พูดและผลัดกันเป็นผู้ฟังเพราะการอภิปรายแบบนี้จะไม่มีผู้ฟัง ผู้อภิปรายจะมี จำนวนไม่เกิน ๒๐ คน การอภิปรายแบบนี้มักใช้กันมากในวงการศึกษาหรือหน่วยราชการโดยทั่วไป

2) **การอภิปรายในที่ชุมชน** (Public discussion) เป็นการอภิปรายที่ประกอบด้วยบุคคล 2 ฝ่าย คือ มีผู้อภิปรายเป็นผู้พูดและผู้ฟังอีกฝ่ายหนึ่งเมื่อการอภิปรายยุติลงจะมีการเปิดให้ซักถาม (Forum-period) การอภิปรายนี้มีประโยชน์มากที่สุดในการให้ความรู้ ความคิด ประสบการณ์ ข้อเท็จจริงและเป็นการแก้ปัญหาสังคมโดยส่วนรวมดีที่สุด

3) **การอภิปรายแบบโต้วาที**

การโต้วาที (Debate) เป็นการอภิปรายแบบโต้แย้งกันอย่างมีเหตุผล โดยมีผู้ ค้านฝ่ายหนึ่งและผู้เสนออีกฝ่ายหนึ่ง หาเหตุผลมาหักล้างความคิดซึ่งกันและกัน ฝ่ายใดมีเหตุผลดีกว่า อีกฝ่ายหนึ่ง ฝ่ายมีเหตุผล

กว่าก็จะได้รับชัยชนะ โดยมีประธานเป็นผู้ตัดสินหรือดำเนินการโต้วาทีให้ เป็นไปอย่างเรียบร้อย วิธีการนี้ใช้สำหรับหาข้อมูลหรือนโยบายที่ต้องการ เลือกสิ่งหนึ่งสิ่งใดไปปฏิบัติ และยังตกลงกันไม่ได้ ต้องอาศัยวิธีการอภิปรายนี้ในการประชุมตัดสิน วิธีนี้ส่วนมากใช้ในการประชุม พิจารณาเรื่องสำคัญหรือใช้ในที่ประชุมสภา

1.1.6 ตัวอย่าง-รูปแบบการประชุมสัมมนา

การประชุมสัมมนา โดยกลุ่มคนวัยทำงาน เนื่องจากเป็นกิจกรรมที่ทั้งหน่วยงานของรัฐบาลและเอกชนนิยมจัดเพื่อสร้างความรู้ ระดมความคิด หรือตัดสินเรื่องสำคัญภายในองค์กร แต่ถึงอย่างนั้นบางคนอาจเข้าใจว่าการประชุม สัมมนามีเพียงรูปแบบเดียวเท่านั้น คือ การนั่งฟังบรรยายจากผู้ทรงคุณวุฒิในห้องประชุมใหญ่ ๆ เท่านั้น ทั้งที่ในความจริงแล้วมีรูปแบบการจัดประชุมสัมมนา 16 รูปแบบ แต่ที่เห็นกันบ่อยๆ จะมีใช้ทั่วไปประมาณ 12 รูปแบบ https://www.charnveeresortkhaoyai.com/th/blog/seminar/ [สืบค้น 22 ธันวาคม 2565]

1) การอภิปรายแบบคณะ (Panel Discussion) เป็นการประชุม สัมมนาเพื่อถ่ายทอดความรู้ให้กับผู้เข้าร่วมสัมมนาจำนวนมาก โดยผู้ทรงคุณวุฒที่มีความเชี่ยวชาญและประสบการณ์ในหัวข้อที่สัมมนา จำนวน 3-8 คน ซึ่งผู้บรรยายแต่ละคนจะบรรยายในหัวข้อเดียวกัน มีจุดประสงค์เพื่อให้ผู้ร่วมสัมมนาได้รับความรู้เชิงลึก

2) การอภิปรายแบบซิมโพเซียม (Symposium) เป็นการประชุม สัมมนาสำหรับการอภิปรายเชิงวิชาการจากผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความรู้และประสบการณ์เกี่ยวกับหัวข้อสัมมนาอย่างน้อย 2-6 คน ซึ่งแต่ละคนต้องเตรียมการบรรยายของตัวเองมา โดยไม่ซ้ำกัน โดยมีเวลาในการบรรยายครั้งละประมาณ 10-15 นาที มีจุดประสงค์เพื่อให้ผู้เข้าร่วมสัมมนาได้รับความรู้ทางวิชาการเกี่ยวกับหัวข้อการบรรยายในเชิงลึก

3) การประชุมเชิงปฏิบัติการ (Work Shop) เป็นการประชุม สัมมนาที่มีทั้งการให้ความรู้ด้วยการบรรยายและการลงมือปฏิบัติ โดยส่วนใหญ่ในช่วงเช้าของการสัมมนาจะเป็นส่วนของการบรรยาย ส่วนช่วงบ่ายจะเป็นการเข้า Work Shop ลงมือปฏิบัติจริง สำหรับจุดประสงค์ของการประชุมเชิงปฏิบัติการคือ ต้องการให้ผู้เข้าร่วมสัมมนาสามารถนำความรู้ที่ได้จากผู้เชี่ยวชาญไปลงมือปฏิบัติได้จริง

4) การอภิปรายระดมสมอง (Brainstorming) เป็นการประชุม สัมมนาที่ให้ผู้เข้าร่วมสามารถแสดงความคิดเห็นที่เกี่ยวข้องกับหัวข้อสัมมนาได้อย่างมีอิสระ แต่เป็นการสัมมนากลุ่มเล็กที่มีผู้เข้าร่วมไม่เกิน 15 คน เพื่อให้ทุกคนได้แสดงความคิดเห็นได้อย่างครบถ้วน ภายใต้การควบคุมของประธานการประชุม สำหรับการอภิปรายระดมสมองมีจุดประสงค์เพื่อระดมความคิดอย่างสร้างสรรค์จากบุคคลที่เกี่ยวข้องจนได้บทสรุปที่ชัดเจน

5) การอภิปรายแบบตอบกลับ (Circular Response) หรือ การอภิปรายแบบถาม-ตอบ (Dialogue) เป็นการประชุม สัมมนา แบบกลุ่มย่อยไม่เกิน 15 คน ซึ่งผู้เข้าร่วมสัมมนาทุกคนจะนั่งเป็นวงกลม เริ่มต้นสัมมนาด้วยการตั้งสมาชิก 1 คน ทำหน้าที่ประธานการสัมมนา หลังจากประธานเสนอหัวข้อเรียบร้อย ผู้เข้าร่วมที่อยู่ทางขวามือจะเป็นผู้เริ่มการอภิปราย เมื่อจบคนถัดไปจะอภิปรายต่อเรียงกันเป็นวงกลม หากในระหว่างนั้นมีข้อโต้แย้ง ต้องรอให้ถึงรอบอภิปรายเวียนมาถึงตัวเองก่อน จึงสามารถแสดงความคิดเห็นได้ สำหรับการประชุมรูปแบบนี้มีจุดประสงค์ให้ผู้เข้าร่วมสัมมนาแสดงความคิดเห็นได้อย่างอิสระ ภายใต้บรรยากาศที่เป็นกันเอง

6) การอภิปรายแบบกลุ่ม (Group Discussion) เป็นการประชุม สัมมนา ที่มีจำนวนผู้เข้าสัมมนาจำนวนก แต่ถูกแบ่งกลุ่มย่อยกลุ่มละไม่เกิน 8 คน จึงนิยมจัดโต๊ะแบบวงกลมหรือสี่เหลี่ยม โดยสมาชิก 1 คนทำ

หน้าที่ประธานกลุ่ม และ 1 คนทำหน้าที่เลขานุการ เพื่อจดบันทึกความคิด ในการสัมมนาจะกำหนดหัวข้อสัมมนาและให้ตัวแทนของแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอแนวความคิดของกลุ่ม ซึ่งตลอดการสัมมนามีผู้นำอภิปรายทำหน้าที่ควบคุมและสรุปผล เมื่อการสัมมนาเสร็จสิ้น สำหรับการอภิปรายแบบกลุ่มมีจุดประสงค์เพื่อให้ผู้เข้าร่วมแสดงความคิดเห็นในเวลาที่จำกัด จึงเหมาะกับการประชุม สัมมนาภายในห้องเรียน

7) การประชุมทางวิชาการ (Academic Meeting) การประชุมทางวิชาการ เป็นการประชุม สัมมนาเพื่อให้กลุ่มนักวิชาการหรือนักวิจัยได้นำเสนอผลงานวิจัยของตัวเองออกสู่สาธารณะ ซึ่งนอกจากมีจุดประสงค์เพื่อนำเสนอผลงานแล้ว ยังเป็นเวทีให้นักวิชาการ นักวิจัยในสายอาชีพเดียวกัน ได้พบปะพูดคุยและแลกเปลี่ยนข้อมูลวิชาการกันด้วย

8) การอภิปรายแบบปุจฉาวิสัชนา (Colloquy) เป็นการประชุม สัมมนาที่ประกอบด้วยผู้เข้าร่วมสัมมนาไม่เกิน 8 คน โดยมี 1 คน เป็นผู้ดำเนินการอภิปราย ทำหน้าที่ควบคุมการอภิปรายและเชื่อมโยงคำถามคำตอบให้เข้าใจง่ายขึ้น ครึ่งหนึ่งของผู้เข้าร่วมสัมมนาเป็นตัวแทนของผู้ที่ต้องการเสนอคำถาม และอีกครึ่งหนึ่งเป็นผู้ที่มีความรู้เชิงลึกเกี่ยวกับหัวข้อที่อภิปราย ทำหน้าที่ตอบคำถามของผู้เสนอ สำหรับการอภิปรายแบบปุจฉาวิสัชนามีจุดประสงค์ให้ผู้เข้าร่วมสัมมนาเกิดความรู้ความเข้าใจและได้คำตอบในเรื่องที่สงสัยมากขึ้น

9) การสัมมนาอภิปรายโดยการสวมบทบาทสมมุติ (Role Playing) เป็นการประชุม สัมมนาที่ให้ผู้เข้าร่วมสัมมนาแสดงความคิดเห็นผ่านบทบาทต่างๆ ในสถานการณ์ที่สมมุติขึ้น โดยอาจใช้วิธีเลือกผู้เข้าร่วมสัมมนาหรือใช้วิธีจับฉลากเลือกก็ได้ สำหรับการสัมมนาอภิปรายโดยการสวมบทบาทสมมุติมีจุดประสงค์เพื่อให้ผู้เข้าร่วมสัมมนาสามารถแสดงความคิดเห็นและมีส่วนร่วมของผู้เข้าร่วมสัมมนาอย่างเต็มที่ อีกทั้งยังทำให้บรรยากาศโดยรวมน่าสนใจมากขึ้นอีกด้วย

10) การประชุมแบบคอนเวนชัน (Convention) การประชุมแบบคอนเวนชัน เป็นการประชุม สัมมนาที่มีจำนวนผู้เข้าร่วมจำนวนมากภายในห้องประชุมขนาดใหญ่ ส่วนใหญ่เป็นการประชุมของบุคคลจากองค์กรหรืออาชีพเดียวกัน สำหรับการประชุมแบบคอนเวนชันมีจุดประสงค์เพื่อสรุปประชามติ วางแนวทางการปฏิบัติงานเกี่ยวกับองค์กร หรือเพื่อแถลงนโยบายขององค์กรให้ผู้เข้าร่วมสัมมนาทราบ

11) การประชุมแบบร่วมโครงการ (Joint-Venture Letting) การประชุมแบบร่วมโครงการเป็นการประชุม สัมมนาระหว่างหน่วยงานรัฐ หน่วยงานรัฐวิสาหกิจ หรือองค์กรระหว่างประเทศที่ดำเนินกิจกรรมหรือโครงการร่วมกันตั้งแต่ 2 หน่วยงานขึ้นไป สำหรับการประชุมรูปแบบนี้จะไม่มีข้อบังคับใดชัดเจน การดำเนินการขึ้นอยู่หน่วยงานที่เป็นผู้รับรอง สำหรับการประชุมแบบร่วมโครงการมีวัตถุประสงค์เพื่อเสนอโครงการและตอบข้อสงสัยเกี่ยวกับผลงานที่ทำร่วมกัน

12) การประชุมแบบรับช่วง (Sub-Contract Letting) เป็นการประชุม สัมมนารวมกันของภาคเอกชนหรือหน่วยงานรัฐวิสาหกิจที่มีหน้ารับผิดชอบดำเนินการกิจการย่อย หรือโครงการย่อยที่แยกมาจากโครงการใหญ่ที่มีองค์กรอื่นเป็นผู้รับผิดชอบอยู่แล้ว สำหรับการประชุมแบบรับช่วงมีจุดประสงค์ เพื่อรับทราบข้อมูลโครงการย่อยที่รับช่วงต่อ



ภาพที่ 1.1 การประชุมสัมมนากลุ่มย่อยไม่เกิน 5 คน
ที่มา : https://www.charnveeresortkhaoyai.com/th/blog/seminar/ [สืบค้น 22 ธันวาคม 2568]

สำหรับความหมายของการประชุม สัมมนา คือ การประชุมของกลุ่มคน เพื่อถ่ายทอดความรู้ แลกเปลี่ยนองค์ความรู้ ฝึกฝนทักษะ หาแนวทางการแก้ปัญหา และแนวทางการปฏิบัติในเรื่องเดียวกัน โดยผู้เข้าร่วมประชุมสัมมนาสามารถแสดงความคิดเห็น ซักถาม และขอคำแนะนำในหัวข้อนั้นๆ ได้อย่างเป็นอิสระ โดยมีจุดประสงค์เพื่อให้ได้แนวทางการปฏิบัติที่เหมาะสม ตามจุดประสงค์ในการจัดประชุม สัมมนา ดังนั้นการประชุมสัมมนามีความสำคัญดังนี้

1) การประชุม สัมมนาช่วยให้การทำงานมีประสิทธิภาพ ตรงตามวัตถุประสงค์ และได้รับการยอมรับมากขึ้น เนื่องจากผ่านการระดมความคิดจากผู้ที่เกี่ยวข้องกับหัวข้อการประชุม

2) การประชุม สัมมนาเป็นหนึ่งในกรรมวิธีระดมความคิดของคนภายในองค์กรที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งทำให้การสรุปแนวทางและแก้ปัญหาเรื่องต่างๆ เป็นไปในทิศทางเดียวกันมากขึ้น

3) การประชุม สัมมนา ช่วยให้การสื่อสารภายในองค์กรมีความรวดเร็วที่สุด และเป็นไปในทิศทางเดียวกันเพราะผ่านการตกผลึกความคิดจากทุกคนในที่ประชุมเรียบร้อยแล้ว

4) การประชุม สัมมนาเป็นเครื่องมือในการถ่ายทอดความรู้จากบุคคลที่มีประสบการณ์ไปยังคนกลุ่มใหญ่ได้ง่ายและรวดเร็ว ด้วยชุดความรู้เดียวกัน ลดข้อผิดพลาดจากการสื่อสารภายในองค์กร

5) การประชุม สัมมนา เป็นการส่งเสริมความสัมพันธ์ของบุคลากรในองค์กร เพราะได้พบปะ ซักถามข้อสงสัย สื่อสารแลกเปลี่ยนความคิด ถ่ายทอดองค์ความรู้ และประสบการณ์ซึ่งกันและกัน ก่อให้เกิดความรู้สึกเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันภายในองค์กรมากขึ้น



ภาพที่ 1.2 การประชุมสัมมนากลุ่มย่อยไม่เกิน 5 คน
ที่มา : https://www.charnveeresortkhaoyai.com/th/blog/seminar/ [สืบค้น 22 ธันวาคม 2568]

1.2 แนวคิดและทฤษฎีการจัดการ

การจัดการเป็นหัวข้อที่กว้างขวางและครอบคลุมมากมาย ด้านล่างนี้คือสรุปหัวข้อหลักๆ 5 ข้อในแนวคิดและทฤษฎีการจัดการ

การจัดการ (Management) หมายถึง การนำนโยบายและแผนงานรวมทั้งองค์การที่จัดตั้งไว้แล้ว มาดำเนินการหรือปฏิบัติไปตามแผนและนโยบายนั่นเอง ซึ่งเป็นการดำเนินงานเพื่อตัดสินใจในทางปฏิบัติ ในองค์การ การนำ และการควบคุมทรัพยากรพื้นฐานขององค์การ อันได้แก่ ทรัพยากร การเงิน สินทรัพย์ถาวร ข้อมูลและทรัพยากรมนุษย์ เพื่อจะช่วยให้องค์การบรรลุเป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล สำหรับการบริหาร (Administration) เป็นการกำหนดนโยบาย วิสัยทัศน์ การวางแผนและการจัดตั้งองค์กรขึ้น พร้อมทั้งบริหารสั่งการ/กำกับเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ โดยได้มีผู้ให้แนวคิดเกี่ยวกับ “การจัดการ” ไว้ดังนี้

พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 (2542 : 298, 609) **“การจัดการ”** หมายถึง การสั่งงาน ควบคุมงาน ดำเนินงาน และ **“การบริหาร”** หมายถึง ดำเนินการจัดการ

อภินันท์ จันตะนี (2554 : 104) ได้อธิบายถึงแนวคิดเกี่ยวกับการบริหารและการจัดการ ซึ่งมีในองค์การภาครัฐและภาคเอกชน ดังนี้

1) **การจัดการ** (Management) เป็นขั้นตอนการดำเนินงานส่วนใหญ่ใช้ในภาคเอกชน ซึ่งประกอบด้วย การวางแผน (Planning) การจัดองค์การ (Organizing) การประสานงาน (Coordinating) การนำหรือจูงใจ (Leading) และการควบคุม (Controlling) โดยเน้นการใช้ทรัพยากรอย่างมีประสิทธิภาพและมีประสิทธิผล

2) **การบริหาร** (Administration) โดยผู้บริหารได้กำหนด นโยบาย (Policy) การวางแผน (Planning) การจัดองค์การ (Organizing) การสั่งการ (Directing) และการควบคุม (Controlling) ส่วนใหญ่ใช้ในองค์กรของรัฐมากกว่าองค์กรของเอกชน

ดังนั้น แนวคิดเกี่ยวกับการจัดการและการบริหารดังกล่าว สรุปได้ว่า **การจัดการ** ใช้ในขั้นดำเนินการที่มุ่งเน้นการปฏิบัติงานเพื่อให้เป็นไปตามเป้าหมาย เช่น การวางแผน การจัดองค์กร การประสานงาน การนำหรือจูงใจและการควบคุมคุณภาพเพื่อให้กิจกรรมหรือภารกิจ สามารถดำเนินกิจการอยู่ได้อย่างมีประสิทธิภาพและบรรลุวัตถุประสงค์ที่องค์กรตั้งไว้ ส่วน**การบริหาร** คือกำหนดนโยบายที่สำคัญ การวางแผน การจัดองค์การ การสั่งการหรืออำนวยการและการกำกับควบคุม ให้เป็นไปตามนโยบายและแผนฯ โดยการบริหารจัดการเพื่อให้องค์การบรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้(บริหาร+การจัดการ) จึงประกอบด้วย กำหนดนโยบาย การวางแผน การจัดองค์การ การสั่งการ การประสานงาน การนำ/จูงใจ และการควบคุมคุณภาพ ซึ่งองค์การที่ประสบความสำเร็จ ต้องมีทั้งการบริหารและการจัดการหรือบริหารจัดการด้วย

วิลเลี่ยม เอ็ดเวิดส์ เดมมิ่ง (William Edward Deming, 1946) ให้แนวคิดว่า การจัดการ คือการทำงานให้เสร็จโดยผู้อื่น ด้วยการปรับรื้อองค์กรสามารถทำงานได้รวดเร็วขึ้น

ร็อบบินส และเคาล์เตอร์ (Stephen P. Robbins and Mary Coulter, 1996) ให้ความหมายการจัดการว่า เป็นกระบวนการของความร่วมมือเพื่อให้เกิดการร่วมกันเพื่อดำเนินกิจกรรมการทำงานให้ประสบผลสำเร็จอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลต่อตนเองและผู้อื่น

2.1.1 แนวคิดทางการจัดการ

การจัดการ (management) มีการใช้ในภาคเอกชนหรือภาคธุรกิจมากกว่าภาครัฐหรือราชการ ซึ่งมีวัตถุประสงค์ในการจัดตั้งเพื่อมุ่งแสวงหากำไร (Profits) หรือกำไรสูงสุด (Maximum profits) สำหรับผลประโยชน์ที่จะตกแก่สาธารณะถือเป็นวัตถุประสงค์รองหรือเป็นผลพลอยได้ (By product) จึงมีความแตกต่างจากวัตถุประสงค์ในการจัดตั้งหน่วยงานภาครัฐที่จัดตั้งขึ้นเพื่อให้บริการสาธารณะทั้งหลาย (Public services) แก่ประชาชน การบริหารหรือการจัดการภาครัฐ ปัจจุบันจึงนิยมเรียกรวมว่า การบริหารจัดการ (Management administration) และมีความเกี่ยวข้องกับภาคธุรกิจมากขึ้น เช่น การนำแนวคิดผู้บริหารสูงสุด (Chief Executive Officer) หรือ ซีอีโอ (CEO) มาปรับใช้ในวงราชการ การบริหารราชการด้วยความรวดเร็ว การลดพิธีการต่าง ๆ ที่ไม่จำเป็น การลดขั้นตอนการปฏิบัติราชการ (One stop service) และการจูงใจด้วยการให้รางวัลตอบแทน เป็นต้น นอกเหนือจากการที่ภาครัฐได้เปิดโอกาสให้ภาคเอกชนหรือภาคธุรกิจเข้ามารับสัมปทานจากภาครัฐ เช่น ให้สัมปทานโทรศัพท์มือถือ การขนส่ง การผลิตเหล้า บุหรี่ โดยทาง ภาคธุรกิจก็ได้ทำ

ประโยชน์ให้แก่สาธารณะหรือประชาชนได้เช่นกัน ดังเช่น จัดโครงการคืนกำไรให้สังคมด้วยการลดราคาสินค้า ขายสินค้าในราคาถูก หรือการบริจาคเงินช่วยเหลือสังคมเนื่องในโอกาสต่าง ๆ เป็นต้น

2.1.2 ทฤษฎีเกี่ยวกับการจัดการ

วิชาทางการจัดการเป็นวิชาที่สามารถนำไปใช้ได้ในสาขาต่าง ๆ มากมายทั้งหน่วยงานของรัฐและองค์กรเอกชนทางธุรกิจ ไม่ต่ำกว่า 80% และยังเป็นที่นิยมของผู้เรียนเฉพาะในสาขาวิชาการจัดการ หรือสาขาวิชาการจัดการทั่วไป สำหรับสาขาอื่นๆ ที่นำวิชาการจัดการไปประยุกต์ใช้ เช่น สาขาวิชาการจัดการโลจิสติกส์ สาขาวิชาการจัดการธุรกิจระหว่างประเทศ สาขาวิชาการจัดการสารสนเทศทางธุรกิจ สาขาวิชาการจัดการเทคโนโลยีสารสนเทศ สาขาวิชาการจัดการพลังงาน สาขาวิชาเทคโนโลยีการจัดการ สาขาวิชาการจัดการวิศวกรรมศาสตร์ สาขาวิชาการจัดการสาธารณสุข ฯลฯ ทั้งนี้เพราะศาสตร์ทางด้านการจัดการเป็นศาสตร์ที่กว้าง ซึ่งความจำเป็นในการประยุกต์หลักการจัดการมาใช้ในองค์กรทั้งรัฐและเอกชน ดังนั้นจึงสมควรจะได้ศึกษาทฤษฎีการจัดการเพื่อนำไปประยุกต์ใช้ ดังนี้

โดยทฤษฎีที่เกี่ยวกับการจัดการ ได้พัฒนาขึ้นจาก“**แนวคิดการจัดการ**”โดยนำแนวคิดการจัดการเพื่อทดสอบด้วยกระบวนการวิจัย เมื่อผลการทดสอบว่าเป็นจริงก็มาตั้งเป็น“หลักการจัดการ” จากการจัดการ ก็นำมาทดสอบโดยผ่านกระบวนการวิจัยอีกครั้ง เมื่อผลการทดสอบเป็นจริงขึ้นมาก็นำมาเป็น “ทฤษฎีการจัดการ”

1) ทฤษฎีเกี่ยวกับการจัดการ (Theory of Management)

เทเลอร์ (Federick Winslow Taylor : 1856 - 1915): ทฤษฎีการจัดการตามหลักวิทยาศาสตร์ ได้รับยกย่องให้เป็นบิดาการจัดการแบบวิทยาศาสตร์ โดยเสนอหลักการสำคัญ คือ

(1) ต้องใช้วิธีการทำงานที่ดีที่สุด “One Best Way”

(2) ใช้วิธีการทางวิทยาศาสตร์ในการจัดการงานบุคคล

(3) ให้พนักงานทำตามขั้นตอน/วิธีที่กำหนดไว้

(4) แบ่งความรับผิดชอบในงานอย่างชัดเจน การเน้นคนเหมือนเครื่องจักร

(5) การศึกษาเวลาและการเคลื่อนไหวในการทำงาน (Time and Motion Study)

โดยที่ **เทเลอร์** (Taylor) ได้ให้รายละเอียดเกี่ยวข้องกับการปฏิบัติงานไว้ สรุปได้ดังนี้

1) การใช้ระบบค่าตอบแทนรายชิ้น ทำมากได้มาก ทำน้อยได้น้อย

2) หลักการเสียเวลา: เป็นการศึกษาเพื่อหาเวลามาตรฐานการทำงานแต่ละชิ้นว่า ควรจะใช้เวลาเท่าใด ใช้หลัก Put the right man in the right job

3) หลักการทำงานตามแบบวิทยาศาสตร์: ฝ่ายบริหารควรกำหนดวิธีการและมาตรฐานการปฏิบัติงานโดยใช้วิธีวิทยาศาสตร์ที่สามารถวัดและตรวจสอบได้ (Method and Tools)

4) หลักการแยกงานด้านการวางแผนออกจากงานปฏิบัติ : งานด้านวางแผนเป็นหน้าที่ของฝ่ายบริหาร และงานด้านการปฏิบัติเป็นหน้าที่ของคนงาน

5) หลักการควบคุมโดยฝ่ายจัดการ: ผู้จัดการควรได้รับการฝึกที่ดี สามารถวางแผนและควบคุมการปฏิบัติงานได้

6) หลักการจัดระเบียบการปฏิบัติงาน: การปฏิบัติงาน

ต้องมีกฎระเบียบ เพื่อให้การทำงานมีประสิทธิภาพ

2) ปีเตอร์ เอฟ ครักเกอร์ (Peter F.Drucker, 1954 **-** 2005**)** ได้อธิบายว่า “การจัดการคือศาสตร์และศิลปะ ในการทำงานให้สำเร็จลุล่วงตามวัตถุประสงค์ และเป้าหมายที่วางไว้ โดยอาศัยฝีมือบุคคลอื่น” ซึ่งดรักเกอร์ ได้กล่าวว่า“ในยุคเศรษฐกิจปัจจุบันทรัพยากรที่สำคัญที่สุดจะไม่ใช่เรื่องแรงงาน เงินทุนหรือที่ดินอีกต่อไปแต่จะเป็นเรื่องความรู้” โดยได้พัฒนาทฤษฎีการจัดการสมัยใหม่ ที่เน้นการให้การจัดการ (เริ่มยุคใหม่) เป็น**ทฤษฎีการจัดการ** มี 4 ข้อ คือ

1) การวางแผน (Planning)
2) การจัดองค์กร (Organizing)
3) การนำ/จูงใจ (Leading)
4) การควบคุม (Control)

3) ทฤษฎีของฟาโยล (Henry Fayol ; 1841-1925) เป็นได้ทั้งบริหารและการจัดการ คือ **”ทฤษฎีการบริหารจัดการ”**

1) การวางแผน (Planning)
2) การจัดองค์กร (Organizing)
3) การบังคับบัญชา (Directing)
4) การประสานงาน (Coordinating)
5) การควบคุมงาน (Controlling)

4) อภินันท์ จันตะนี ได้พัฒนา **“ทฤษฎีการบริหารจัดการ”** โดยจดลิขสิทธิ์ 2563 : **PPOCC**) มีองค์ประกอบ ดังนี้

นโยบาย (Policy) เป็นวิสัยทัศน์เพื่อชี้นำการตัดสินใจและบรรลุผลลัพธ์ที่เป็นเหตุเป็นผลและถูกนำไปใช้เป็นขั้นตอน โดยทั่วไปนโยบายจะถูกนำมาใช้ของหน่วยงานกำกับดูแลภายในองค์กร

การวางแผน (Planning) เป็นข้อกำหนดที่เป็นแนวทางในการปฏิบัติ สำหรับการวางแผน คือกระบวนการคิดพิจารณาไว้ล่วงหน้าว่าจะทำอะไร ทำอย่างไร ทำที่ไหน และทำเมื่อไหร่ โดยมีวิธีปฏิบัติให้มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลจากการวางแผน

การจัดองค์การ (Organizing) เป็นการจัดระบบของงานและบุคคลหรือตำแหน่งเพื่อใช้ทรัพยากรในการบริหารจัดการอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล ด้วยการจัดแบ่งกลุ่มงาน การกำหนดอำนาจหน้าที่และความรับผิดชอบ พร้อมการประสานงานและการควบคุมอย่างเป็นระบบ ซึ่งจะช่วยในการปฏิบัติงานบรรลุผลตามเป้าหมายขององค์การ

การประสานงาน (Coordinating) เป็นขั้นตอนการติดต่อสื่อสารเพื่อให้ความเข้าใจตรงกันในการร่วมมือปฏิบัติงานให้สอดคล้อง ทั้งเวลา และกิจกรรมที่จะต้องกระทำให้บรรลุวัตถุประสงค์อย่าง สมานฉันท์และมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลเพื่อให้งานดำเนินไปอย่างราบรื่น ไม่เกิดการทำงานที่ซ้ำซ้อนและขัดแย้งกัน ได้สร้างความกลมเกลียวและความเข้าใจอันดีในองค์กร

การควบคุม (Controlling) เป็นกระบวนการหรือกลไกซึ่งองค์กรกำหนดขึ้นเพื่อให้มั่นใจว่า กิจกรรมที่ดำเนินการจะประสบความสำเร็จและได้ผลลัพธ์ตามวัตถุประสงค์ที่ได้กำหนดไว้ โดยกำหนดเป็นขั้นตอนการ

ตรวจสอบกิจกรรมเพื่อให้เกิดความมั่นใจว่าสามารถบรรลุวัตถุประสงค์ตามแผนหรือเป้าหมายที่กำหนดไว้ ซึ่งหน้าที่สำคัญในการบริหารจัดการ คือการควบคุมมีความสัมพันธ์กับการวางแผนและการควบคุมเป็นเครื่องมือสำคัญ

โดยสรุปการจัดการในภาคเอกชนมุ่งหวังแสวงหากำไรสูงสุด แตกต่างจากภาครัฐที่เน้นให้บริการสาธารณะเป็นหลัก การนำหลักการและแนวคิดจากภาคธุรกิจมาปรับใช้ในราชการ เช่น การใช้หลัก CEO ในการบริหาร, การจัดการแบบ One stop service, และการใช้ระบบการให้รางวัลเพื่อจูงใจ เพิ่มความรวดเร็วและลดความซับซ้อนในการบริหารงานราชการ ทฤษฎีการจัดการที่พัฒนามาจากหลักการจัดการ มีการนำมาใช้และพัฒนาในหลากหลายสาขาอย่างต่อเนื่อง เพื่อตอบสนองและบรรลุวัตถุประสงค์ของการจัดการทั้งในองค์กรเอกชนและรัฐ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในยุคที่ความรู้เป็นทรัพยากรสำคัญ การศึกษาและการประยุกต์ทฤษฎีการจัดการจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่ง

1.3 การปฏิบัติตามศีลทางพุทธศาสนา

การปฏิบัติตามศีลทางพุทธศาสนามีความสำคัญอย่างยิ่งในการดำรงชีวิตที่มีจริยธรรมและสันติภาพ สามารถสรุปความสำคัญของการปฏิบัติตามศีลได้ 5 ประการ ดังนี้

1.3.1 การรักษาจริยธรรม

การปฏิบัติตามศีล 5 ช่วยให้บุคคลมีจริยธรรมที่ดี ไม่ทำลายชีวิตผู้อื่น, ไม่ขโมย, ไม่ประพฤติผิดทางเพศ, ไม่พูดปด, และไม่ดื่มสุราหรือใช้สารเสพติด ซึ่งทั้งหมดนี้ช่วยส่งเสริมชีวิตที่สงบและมีความสุข ซึ่งการรักษาศีล 5 ในพระพุทธศาสนาเป็นการปฏิบัติที่สะท้อนถึงการมีจริยธรรมที่ดีและเป็นพื้นฐานของการดำเนินชีวิตที่มีความสุขและสงบ โดยมีข้อปฏิบัติที่สามารถทำได้จริง ดังนี้

1) การไม่ฆ่าสัตว์

การรักษาข้อนี้ไม่เพียงแต่หลีกเลี่ยงการทำร้ายหรือฆ่าสัตว์โดยตรงเท่านั้น แต่ยังรวมถึงการส่งเสริมความเมตตาต่อสรรพชีวิตและการใช้ชีวิตแบบไม่ใช้ความรุนแรงด้วย

2) การไม่ลักขโมย

การปฏิบัติตนให้สุจริต ไม่เอาทรัพย์สินของผู้อื่นมาเป็นของตนโดยไม่ถูกต้อง หลีกเลี่ยงการโกงหรือการกระทำที่ละเมิดสิทธิทรัพย์สินของผู้อื่น

3) การไม่ประพฤติผิดทางเพศ

หลีกเลี่ยงการกระทำทางเพศที่ไม่เหมาะสมหรือสร้างความเดือดร้อนแก่ผู้อื่น การมีความรับผิดชอบต่อคู่ครองและการเคารพสิทธิในความเป็นส่วนตัวของผู้อื่น

4) การไม่พูดปด

ปฏิบัติตนให้ซื่อสัตย์ ไม่พูดเท็จหรือพูดจาที่เบี่ยงเบนจากความจริง รวมทั้งไม่กระทำในสิ่งที่สร้างความแตกแยกหรือความขัดแย้ง

5) ไม่ดื่มสุราหรือใช้สารเสพติด

หลีกเลี่ยงการบริโภคสุราหรือสารเสพติดที่ส่งผลเสียต่อจิตใจและร่างกาย การไม่ดื่มสุราช่วย

ให้จิตใจมีความชัดเจนและควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้ดี

ดังนั้น การรักษาศีล 5 ช่วยให้บุคคลสามารถดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุขและสงบ สร้างความเข้าใจและเคารพซึ่งกันและกันในสังคมพุทธศาสนิกชนด้วย

1.3.2 การสร้างความสงบภายใน

การปฏิบัติตามศีลพุทธช่วยลดกิเลสและความยึดมั่นในกิจกรรมที่เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ นำไปสู่การมีจิตใจที่สงบและมั่นคง อีกทั้งช่วยให้สามารถปฏิบัติธรรมและทำสมาธิได้อย่างมีประสิทธิผล ซึ่งการสร้างความสงบภายในตามหลักพระพุทธศาสนามีหลายวิธีซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริงในชีวิตประจำวัน โดยพระพุทธศาสนาให้ความสำคัญกับการฝึกฝนทั้งในด้านจิตใจและการปฏิบัติธรรม เพื่อพัฒนาจิตใจให้บริสุทธิ์และพ้นจากกิเลส ตัวอย่างการปฏิบัติที่สามารถช่วยให้ได้มาซึ่งความสงบภายใน ดังนี้

1) การรักษาศีล 5: การรักษาศีล 5 ประกอบด้วย การงดเว้นจากการฆ่าสัตว์, การงดเว้นจากการขโมย, การงดเว้นจากการประพฤติผิดในทางเพศ, การงดเว้นจากการพูดเท็จ, และการงดเว้นจากการดื่มสุราหรือยาเสพติด ซึ่งการรักษาศีลจะช่วยสร้างจิตใจให้มั่นคงและบริสุทธิ์

2) การปฏิบัติสมาธิ: การฝึกสมาธิช่วยให้จิตใจสงบ มีสมาธิสม่ำเสมอและลดความวุ่นวายในใจ สามารถเริ่มต้นจากการสังเกตลมหายใจเข้าออกเพื่อให้จิตจดจ่ออยู่กับปัจจุบัน

3) การทำวิปัสสนาคติ: เป็นการปฏิบัติเพื่อเห็นถึงความไม่เที่ยง, ทุกข์ และไม่มีตัวตนของสรรพสิ่ง ช่วยให้เกิดปัญญาและลดการยึดมั่นถือมั่นในสิ่งต่างๆ

4) การฟังธรรมะและศึกษาพระไตรปิฎก: การได้ฟังหรือศึกษาคำสอนของพระพุทธเจ้าจะช่วยเปิดใจและให้ความเข้าใจในหลักธรรมคำสอนได้ดียิ่งขึ้น ซึ่งจะนำไปสู่การประพฤติปฏิบัติที่ถูกต้อง

5) การทำบุญและเมตตาภาวนา: การทำบุญเพื่อแบ่งปันและการสวดมนต์เมตตาภาวนาช่วยให้จิตใจอ่อนโยนและเกิดความสุขจากการให้ ซึ่งเป็นพื้นฐานของความสงบและการสร้างกุศลกรรม

ดังนั้น การปฏิบัติตามหลักธรรมดังกล่าวข้างต้นนี้ ซึ่งนำไปสู่การมีจิตใจที่สงบและมีปัญญาในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขและไม่ทุกข์ร้อนจากกิเลสต่าง ๆ

1.3.3 การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น

การยึดมั่นในศีลพุทธช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้คนรอบข้าง โดยการพูดจาด้วยความจริงใจและไม่ทำร้ายผู้อื่น ทำให้เกิดความไว้วางใจและความเคารพซึ่งกันและกัน ซึ่งการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้คนรอบข้างเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยให้ชีวิตสังคมเป็นไปอย่างราบรื่นและเต็มไปด้วยความสุข ในพระพุทธศาสนามีหลักการที่ช่วยในการสร้างและรักษาความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น ตัวอย่างการปฏิบัติที่สามารถประยุกต์ใช้ได้จริง ดังนี้

1) การใช้วาจาสุภาพและมีเมตตา: พูดจาด้วยคำพูดที่อ่อนโยนและเอาใจใส่ความรู้สึกของผู้อื่น หลีกเลี่ยงการใช้คำพูดที่รุนแรงหรือทำให้ผู้อื่นเสียใจ ซึ่งการพูดคุยด้วยความจริงใจและเมตตาจะสร้างความไว้วางใจและความเคารพต่อกัน

2) การฟังอย่างใส่ใจ: การให้ความสนใจกับผู้พูดและฟังอย่างตั้งใจแสดงให้เห็นถึงการเคารพและให้เกียรติ การฟังที่ดีช่วยให้เข้าใจผู้อื่นมากขึ้นและสามารถตอบสนองได้อย่างเหมาะสม

3) การแสดงความเอื้ออาทรและการช่วยเหลือ: การแบ่งปันและช่วยเหลือผู้อื่นโดยไม่หวังผลตอบแทนช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่ดี การทำบุญร่วมกันหรือการสนับสนุนเมื่อผู้อื่นต้องการความช่วยเหลือ

4) การให้อภัยและไม่เก็บความแค้น: การให้อภัยผู้ที่ทำผิดพลาดต่อเราและไม่เก็บความขุ่นเคืองใจเป็นหลักธรรมที่พระพุทธองค์สอนว่าช่วยลดความทุกข์ในใจและสร้างความปรองดอง

5) การร่วมทำกิจกรรมทางศาสนาหรือสังคม: การร่วมทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น เช่น การไปวัด การทำกิจกรรมทางสังคม หรือการเข้าร่วมกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาวะชุมชน ช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่ดีและการเชื่อมโยงกับผู้อื่นในทางบวก

ดังนั้น การปฏิบัติตามหลักธรรมข้างต้นนี้ ไม่เพียงแต่ช่วยให้คุณมีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นเท่านั้น แต่ยังช่วยเสริมสร้างคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นและมีความสุขมากยิ่งขึ้น

1.3.4 การลดกระบวนการสร้างกรรม

การยึดถือศีลอย่างเคร่งครัดช่วยให้ลดการสร้างกรรมที่เป็นเหตุให้เกิดผลกรรมที่ไม่พึงประสงค์ในชาติปัจจุบันและชาติหน้า ช่วยให้หลุดพ้นจากวัฏสงสารได้ง่ายขึ้น ซึ่งการลดกระบวนการสร้างกรรมที่เป็นเหตุให้เกิดผลกรรมที่ไม่พึงประสงค์ตามหลักธรรมในพระพุทธศาสนามีวิธีการที่สามารถปฏิบัติได้ในชีวิตประจำวัน ซึ่งจะช่วยให้หลุดพ้นจากวัฏสงสารและนำไปสู่การบรรลุนิพพานได้ง่ายขึ้น คือตัวอย่างการปฏิบัติได้ดังนี้

1) การรักษาศีลอย่างเคร่งครัด: การรักษาศีล 5 หรือศีล 8 อย่างจริงจังเป็นการป้องกันไม่ให้กระทำการที่เป็นอกุศลกรรม เช่น การงดเว้นจากการฆ่าสัตว์, การไม่ขโมย, การไม่ล่วงประเวณี, การไม่พูดเท็จ, และการไม่ดื่มสุราหรือใช้สารเสพติดที่ทำให้จิตใจมืนเมาการปฏิบัติสมาธิอย่างสม่ำเสมอ: การฝึกฝนจิตใจให้มีสมาธิที่ดีผ่านการนั่งสมาธิเป็นประจำ ช่วยให้จิตใจสงบและสามารถควบคุมกิเลสได้ดีขึ้น ทำให้หลีกเลี่ยงการกระทำที่นำไปสู่การสร้างกรรมไม่ดีการพูดคุยและการกระทำด้วยเมตตา: คำพูดและการกระทำที่เต็มไปด้วยความเมตตาและความกรุณาไม่เพียงแต่ช่วยให้สัมพันธภาพดีขึ้น แต่ยังเป็นการหลีกเลี่ยงการกระทำที่อาจทำร้ายผู้อื่นทั้งทางตรงและทางอ้อม
การตระหนักรู้ถึงกฎแห่งกรรม: การเข้าใจว่าทุกการกระทำมีผลตอบแทนที่ตามมา ช่วยให้ตัดสินใจกระทำในสิ่งที่ถูกต้องและหลีกเลี่ยงการกระทำที่อาจนำไปสู่ผลกรรมที่ไม่ดี การศึกษาและการฝึกฝนตามหลักธรรมะ: การศึกษาพระไตรปิฎกและการฟังธรรมเทศนาจะช่วยให้เข้าใจหลักการและวิธีการปฏิบัติที่

1.3.5 การสร้างบุญกุศลและศีลสะสม

การปฏิบัติตามศีลช่วยให้สร้างบุญกุศลและศีลสะสมที่จะนำไปสู่การเกิดในภพภูมิที่ดีกว่าในอนาคต รวมถึงเป็นการเตรียมพร้อมสำหรับการทำบุญครั้งต่อไป ซึ่งการสร้างบุญกุศลและศีลสะสมเป็นพื้นฐานสำคัญในพระพุทธศาสนา ซึ่งจะช่วยนำไปสู่การเกิดใหม่ในภพภูมิที่ดีกว่าและเสริมสร้างความสงบสุขในชีวิตปัจจุบัน นี่คือการปฏิบัติที่ช่วยในการสร้างบุญกุศลและศีลสะสม

1) การรักษาศีล 5

ศีล 5 ประกอบด้วย การงดจากการฆ่าสัตว์, การงดจากการลักทรัพย์, การงดจากการประพฤติผิดในกาม, การงดจากการพูดเท็จ, และการงดจากการดื่มสุราและสิ่งเสพติด การรักษาศีลเป็นพื้นฐานของการสร้างบุญกุศล

2) การทำบุญให้ทาน

การให้ทานเป็นการแบ่งปันทรัพย์สินหรือความช่วยเหลือแก่ผู้อื่นโดยไม่หวังผลตอบแทน การให้ทานสามารถรวมไปถึงการให้อาหารแก่สัตว์, การบริจาคเงินหรือของใช้ให้กับผู้ต้องการ หรือการให้ความช่วยเหลือทางอารมณ์และจิตใจแก่ผู้อื่น

3) การปฏิบัติสมาธิ

การฝึกสมาธิช่วยให้จิตใจสงบและลดความกังวล การนั่งสมาธิอย่างสม่ำเสมอจะช่วยสะสมความบริสุทธิ์ในจิตใจและเสริมสร้างบุญกุศลได้

4) การฟังธรรมะและสวดมนต์

การฟังพระธรรมเทศนาหรือสวดมนต์ช่วยให้เข้าใจและคิดพิจารณาถึงหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า การทำความเข้าใจในธรรมะจะนำไปสู่การปฏิบัติที่ถูกต้องตามหลักคำสอน

5) การทำงานอาสาสมัคร

การทำงานอาสาในชุมชนหรือวัด เช่น การช่วยเหลือในกิจกรรมต่าง ๆ ที่วัด การเข้าร่วมโครงการสร้างสาธารณประโยชน์ หรือการช่วยเหลือผู้ด้อยโอกาส สามารถเพิ่มบุญกุศลและศีลสะสมได้เป็นอย่างดี

ดังนั้น การปฏิบัติเหล่านี้จะช่วยให้คุณสร้างบุญกุศลและศีลสะสมได้ ส่งผลให้จิตใจสงบและชีวิตมีความสุขมากขึ้นตามหลักการของพระพุทธศาสนา

1.4 การกำหนดสติและสมาธิ

การกำหนดสติและการพัฒนาสมาธิเป็นส่วนสำคัญของการพัฒนาส่วนบุคคลและการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ ด้านล่างนี้คือสรุปหัวข้อรองที่สำคัญ 5 ประการ เกี่ยวกับการกำหนดสติและสมาธิ

1.4.1 การฝึกสติ

การฝึกสติเป็นการฝึกอบรมจิตใจให้มีความตระหนักรู้ในปัจจุบันและรับรู้ความคิด ความรู้สึก และประสบการณ์โดยไม่ตัดสิน ซึ่งส่งผลให้เกิดความสามารถในการจัดการความเครียดและการตอบสนองต่อสถานการณ์ต่างๆ อย่างมีสติมากขึ้น ซึ่งการฝึกสติเป็นส่วนหนึ่งของการปฏิบัติทางพระพุทธศาสนาที่ช่วยให้จิตใจมีความสงบและมีสติตลอดเวลา คือการฝึกสติที่ปฏิบัติได้จริง ดังนี้

1) การหายใจเข้าออกสติ

เริ่มต้นด้วยการนั่งหรือนอนในท่าที่สบาย ปิดตาและโฟกัสไปที่ลมหายใจ เน้นรับรู้การหายใจเข้าออกตามธรรมชาติโดยไม่เพิ่มหรือลดจังหวะ ค่อยๆ รับรู้ถึงการเคลื่อนไหวของลมหายใจและรู้สึกถึงความเป็นอยู่ในปัจจุบัน

2) การเดินอย่างมีสติ

การปฏิบัติการเดินสติเป็นการเดินอย่างมีสติ โดยมีการรับรู้การเคลื่อนไหวของเท้าทุกขั้นตอน ตั้งใจกับการวางเท้าแต่ละครั้งบนพื้น รับรู้ถึงสัมผัสของเท้ากับพื้นและการเคลื่อนไหวของร่างกาย

3) การกินอาหารอย่างมีสติ

ให้ความสนใจกับอาหารที่กิน สังเกตรสชาติ กลิ่น และความรู้สึกที่ปรากฏในปากและลำคอขณะกิน รับรู้ถึงกระบวนการเคี้ยวและการกลืน ซึ่งจะช่วยให้รับรู้ถึงการทานอาหารมากขึ้นและช่วยในการควบคุมปริมาณที่กิน

4) การสังเกตุความคิด

นั่งสมาธิในท่าที่สบายและเริ่มสังเกตุความคิดที่ผ่านเข้ามาในจิตใจ ไม่ต้องตัดสินหรือยึดติดกับความคิดเหล่านั้น แค่รับรู้ว่ามีความคิดนั้นขึ้นมาและปล่อยให้มันผ่านไป

5) การใช้สติในกิจกรรมประจำวัน

ปรับใช้สติในกิจวัตรประจำวัน เช่น ขณะอาบน้ำ สังเกตความรู้สึกของน้ำที่ไหลผ่านร่างกาย หรือขณะแปรงฟัน รับรู้ถึงการเคลื่อนไหวของแปรงฟันและรสชาติของยาสีฟัน

ดังนั้น การฝึกสติเหล่านี้จะช่วยให้คุณมีความสงบ ลดความวิตกกังวล และพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดียิ่งขึ้น

1.4.2 การฝึกสมาธิ

การฝึกสมาธิเน้นการมุ่งเน้นความสนใจไปที่วัตถุหรือกิจกรรมหนึ่งๆ ซึ่งช่วยให้สามารถรักษาระดับความสนใจได้นานขึ้น และลดการสูญเสียความสนใจเนื่องจากความเหนื่อยหน่ายหรือการรบกวนจากภายนอก ซึ่งการฝึกสมาธิเป็นหนึ่งในพื้นฐานสำคัญของการปฏิบัติทางพระพุทธศาสนา ซึ่งช่วยให้จิตใจสงบและมีสมาธิมากขึ้น การฝึกสมาธิที่สามารถปฏิบัติได้จริง ดังนี้

1) สมาธิอนาปานสติ

การฝึกสมาธิโดยการรับรู้ลมหายใจเข้าออก ให้ความสนใจอยู่กับการเคลื่อนไหวของลมหายใจที่ปลายจมูกหรือที่หน้าอก เน้นความรู้สึกของลมหายใจเข้าและออกโดยไม่ต้องควบคุมจังหวะ

2) สมาธิบรมณาภิกขุ

การฝึกสมาธิโดยการนึกถึงพระพุทธรูปหรือภาพสัญลักษณ์ทางพระพุทธศาสนาที่เคารพ ให้ภาพนั้นชัดเจนและคงที่ในจิตใจเป็นเวลานาน

3) สมาธิกรรมฐานสี่

ประกอบด้วยการเจริญเมตตา, กรุณา, มุทิตา, และอุเบกขา โดยเริ่มจากการส่งเมตตาให้กับตนเองและขยายไปยังผู้อื่น เสริมสร้างความสุขและความสงบในใจ

4) สมาธิกับการเดินจงกรม

เป็นการฝึกสมาธิขณะเดินโดยมีความตระหนักถึงการย้ายน้ำหนักของร่างกายจากเท้าหนึ่งไปยังอีกเท้าหนึ่ง สังเกตุการเดินแต่ละก้าวอย่างช้าๆ และมีสติ

5) สมาธิกับกิจกรรมประจำวัน

การนำสมาธิมาใช้ในกิจกรรมที่ทำทุกวัน เช่น ขณะล้างจานหรืออาบน้ำ ให้ตระหนักรู้ถึงการสัมผัสและการเคลื่อนไหวของร่างกาย รับรู้ความรู้สึกและกลิ่นที่เกิดขึ้น

ดังนั้น การฝึกสมาธิข้างต้นนี้ ได้ช่วยให้คุณสามารถรักษาสติและความสงบของจิตใจได้ดีขึ้น ช่วยในการลดความวิตกกังวลและปรับปรุงคุณภาพชีวิตในทุก ๆ ด้าน

1.4.3 การทำสมาธิแบบไดนามิก: ทฤษฎีนี้สอนวิธีการทำสมาธิในขณะที่ทำกิจกรรม เช่น การเดินหรือกิจกรรมที่ต้องการการเคลื่อนไหว ช่วยให้สามารถฝึกสมาธิได้แม้ในสภาวะที่มีความต้องการร่างกายและจิตใจที่สูง ซึ่งการทำสมาธิแบบไดนามิกเป็นวิธีการฝึกสมาธิที่ใช้การเคลื่อนไหวและกิจกรรมเป็นพื้นฐานในการปฏิบัติ ช่วยให้สามารถรักษาสติและความตั้งใจได้แม้ในขณะที่ร่างกายกำลังเคลื่อนไหวหรือทำกิจกรรมต่าง ๆ คือการทำสมาธิแบบไดนามิกที่ปฏิบัติได้จริง ดังนี้

1) การเดินจงกรม

ให้เริ่มต้นด้วยการเดินอย่างช้าๆ โดยมีสติสัมปชัญญะอยู่กับการเคลื่อนไหวของเท้าและการหายใจ โฟกัสที่การสัมผัสของเท้ากับพื้นและการย้ายน้ำหนักตัวจากหนึ่งเท้าไปยังเท้าอีกข้างหนึ่ง

2) การทำงานบ้าน

ใช้กิจกรรมการทำความสะอาดบ้านเช่น การกวาด การถูพื้น เป็นโอกาสในการฝึกสมาธิ โดยรับรู้ถึงการเคลื่อนไหวของร่างกาย การสัมผัสของไม้กวาดกับพื้น และเสียงที่เกิดขึ้นระหว่างการทำความสะอาด

3) การเล่นกีฬา

ใช้การเล่นกีฬาเช่น การวิ่ง หรือการเล่นโยคะ เป็นการฝึกสมาธิแบบไดนามิก โดยให้ความสนใจอยู่กับการหายใจและการเคลื่อนไหวของร่างกายในแต่ละท่าที่ทำ

4) การเล่นดนตรี

หากคุณเล่นเครื่องดนตรี ให้ใช้เวลานี้เพื่อฝึกสมาธิ โดยมุ่งเน้นไปที่การสัมผัสและเสียงที่เกิดขึ้น รวมถึงการไหลของจังหวะในขณะเล่น

5) การทำงานศิลปะ

การวาดภาพหรือปั้นดินเผาสามารถเป็นการฝึกสมาธิแบบไดนามิกได้ เน้นการรับรู้ถึงการสัมผัสของปากกาหรือพู่กันกับกระดาษ หรือการสัมผัสของมือกับดินเผา ให้ความสนใจอยู่กับกระบวนการสร้างสรรค์และความรู้สึกที่เกิดขึ้น

ดังนั้น การฝึกสมาธิแบบไดนามิกดังกล่าวนี้ช่วยให้คุณสามารถรักษาสติได้ในสถานการณ์ต่างๆ ที่ต้องการการเคลื่อนไหวและกิจกรรมของร่างกาย ซึ่งนำไปสู่ความสามารถในการจัดการกับความเครียดและการตอบสนองต่อสถานการณ์ได้ดีขึ้น

1.4.4 การฝึกสมาธิแบบท่านั่ง (Zazen)

การทำสมาธิแบบนั่งนิ่งและมุ่งความสนใจไปที่ลมหายใจ หรือการนับลมหายใจ เป็นวิธีการที่สำคัญในการพัฒนาการควบคุมจิตใจและลดการกระจัดกระจายของความคิด ซึ่งการทำสมาธิแบบท่านั่งหรือ Zazen เป็นหนึ่งในรูปแบบพื้นฐานของการปฏิบัติธรรมที่ช่วยส่งเสริมความสงบและสติในการรับรู้จิตใจตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ คือการฝึกสมาธิแบบท่านั่งที่ปฏิบัติได้จริง ดังนี้

1) สมาธิอนาปานสติ

การฝึกสมาธิด้วยการตั้งสติอยู่กับลมหายใจ ให้ความสนใจไปที่ลมหายใจเข้าออกโดยตระหนักรู้ถึงอาการต่างๆ ที่เกิดขึ้นที่จมูก หรือที่ชายโครง ปล่อยให้จิตใจติดตามลมหายใจโดยอัตโนมัติโดยไม่หวั่นไหว

2) การนับลมหายใจ

เริ่มต้นด้วยการนับหนึ่งเมื่อหายใจเข้า และนับสองเมื่อหายใจออก ทำต่อไปจนถึงสิบ จากนั้นเริ่มต้นนับใหม่อีกครั้ง นี้ช่วยให้จิตใจไม่เสียสมาธิและเกิดความตั้งมั่นในการฝึก

3) การมองลึกไปในจิตใจ

ในท่านั่งสมาธิ ให้ใช้เวลาสำรวจความคิด ความรู้สึก และอารมณ์ที่ผ่านเข้ามาในจิตใจโดยไม่ ยึดติดหรือตอบสนอง รับรู้มันเป็นเพียงปรากฏการณ์ที่ผ่านไป

4) การสวดมนต์

ใช้คำบางคำที่มีความหมายสำหรับตนเอง เช่น "สุข" หรือ "สันติ" ในขณะหายใจเข้าและหายใจออก เพื่อช่วยในการจดจ่อและลดความกระสับกระส่ายของจิตใจ

5) การตั้งคำถามในใจ

ใช้คำถามทางจิตวิญญาณเช่น "ฉันคือใคร?" หรือ "จุดมุ่งหมายของชีวิตคืออะไร?" ในขณะนั่งสมาธิเพื่อกระตุ้นการสำรวจภายในและค้นหาความเข้าใจลึกซึ้งยิ่งขึ้น

ดังนั้น การฝึกสมาธิเหล่านี้จะช่วยให้คุณพัฒนาความสามารถในการควบคุมจิตใจและส่งเสริมความสงบเป็นพื้นฐานสำคัญในการพัฒนาสติและความตระหนักรู้ในชีวิตประจำวัน

1.4.5 การนำการฝึกสติและสมาธิไปใช้ในชีวิตประจำวัน

การนำแนวคิดและเทคนิคการฝึกสติและสมาธิไปใช้ในชีวิตประจำวัน เช่น ในการทำงาน การเรียน หรือการตัดสินใจต่างๆ สามารถช่วยเพิ่มประสิทธิภาพและลดความเครียดได้ ซึ่งการฝึกสติและสมาธิไม่เพียงแต่มีประโยชน์ในการปฏิบัติธรรมเท่านั้น แต่ยังสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพและลดความเครียดได้ดีอีกด้วย ตัวอย่างการนำการฝึกสติและสมาธิไปใช้ในชีวิตประจำวันที่สามารถปฏิบัติได้จริงดังนี้

1) การทำงานอย่างมีสติ

ก่อนเริ่มทำงานแต่ละครั้ง ให้ใช้เวลาสักครู่ในการปรับจิตใจให้สงบ โดยอาจเริ่มจากการหายใจเข้าออกลึกๆ สักสามครั้ง เพื่อช่วยให้จิตใจมีสมาธิและพร้อมเผชิญกับงานที่ต้องทำ

2) การรับประทานอาหารอย่างมีสติ

ใช้เวลาในการรับประทานอาหารโดยไม่รีบร้อน สังเกตรสชาติ กลิ่น และความรู้สึกของอาหารที่เข้าปาก เป็นการฝึกสติที่ช่วยให้รู้สึกเต็มที่กับการรับประทานและสามารถช่วยควบคุมปริมาณอาหารได้ดีขึ้น

3) การใช้เวลาพักผ่อนอย่างมีสติ

ในช่วงเวลาพักผ่อน หรือเมื่อรู้สึกเครียดจากงาน ให้ทำการฝึกสมาธิสั้นๆ โดยเน้นที่การหายใจเข้าออก เพื่อช่วยลดระดับความเครียดและเรียกความสงบกลับคืนมา

4) การใช้สติในการตัดสินใจ

ก่อนการตัดสินใจสำคัญๆ ให้หยุดพักและนำสติมาประกอบการตัดสินใจ สามารถช่วยให้มองเห็นปัญหาและทางเลือกได้อย่างชัดเจน ลดผลกระทบจากความรู้สึกและอารมณ์ชั่ววูบ

5) การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันอย่างมีสติ

ไม่ว่าจะเป็นการขับรถไปทำงานหรือการทำความสะอาดบ้าน ให้ใช้โอกาสเหล่านี้เพื่อฝึกสติโดยรับรู้และเข้าใจในสิ่งที่กำลังทำอยู่ ซึ่งช่วยให้คุณอยู่กับปัจจุบันและลดความเครียดจากความวิตกกังวลเกี่ยวกับอนาคตหรือการหมกมุ่นอยู่กับอดีต

ดังนั้น การปรับใช้การฝึกสติและสมาธิในชีวิตประจำวันเป็นวิธีที่ยอดเยี่ยมในการส่งเสริมสุขภาพจิตที่ดีและช่วยให้มีความสุขและผ่อนคลายมากขึ้นในชีวิต

โดยสรุปการกำหนดสติและการพัฒนาสมาธิเป็นพื้นฐานสำคัญในการพัฒนาตนเองและการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ เป็นกระบวนการฝึกอบรมจิตใจให้มีความตระหนักรู้และรับรู้ถึงปัจจุบันโดยไม่ตัดสิน ทั้งนี้ การฝึกสติปฏิบัติได้หลากหลายวิธี เช่น การฝึกการหายใจเข้าออกสติ, การเดินอย่างมีสติ, การกินอาหารอย่างมีสติ, การสังเกตุความคิด, และการใช้สติในกิจกรรมประจำวัน การฝึกสมาธิ เช่น สมาธิอนาปานสติ, สมาธิบรมณาภิกขุ และการทำสมาธิแบบไดนามิก, ช่วยเพิ่มการรับรู้และความสามารถในการควบคุมความคิด ส่งผลให้มีความสามารถในการจัดการความเครียดและปรับปรุงคุณภาพชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1.5 การพัฒนาปัญญาตามหลักคุณธรรมของศาสนา

การพัฒนาปัญญาตามหลักคุณธรรมของศาสนาเป็นหลักในการนำศีลธรรมและค่านิยมทางศาสนามาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาการคิดและการตัดสินใจของบุคคล คือหัวข้อรองที่สำคัญ 5 ประการ ดังนี้

1.5.1 การเรียนรู้คำสอนและหลักศาสนา

การเข้าใจลึกซึ้งถึงคำสอนและหลักศีลธรรมของศาสนาที่ตนนับถือ เป็นพื้นฐานในการสร้างแนวคิดและวิธีคิดที่ถูกต้องตามหลักคุณธรรมของศาสนานั้นๆ ซึ่งการเรียนรู้คำสอนและหลักศาสนาพุทธที่ปฏิบัติได้จริงในชีวิตประจำวัน สามารถยกตัวอย่างได้ดังนี้

1) การปฏิบัติธรรม: หมายถึง การปฏิบัติตามหลักคำสอน อาทิเช่น การนั่งสมาธิเป็นประจำ ซึ่งจะช่วยให้ใจสงบและมีสติมากขึ้นในชีวิตประจำวัน

2) การเจริญเมตตากรุณา: เป็นการฝึกหัดให้จิตใจเต็มไปด้วยความเมตตาและกรุณาต่อผู้อื่น ช่วยให้มีความสุขในการใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นและลดความขัดแย้ง

3) การรักษาศีล 5: เป็นการปฏิบัติตัวตามหลักศีลธรรมพื้นฐาน เช่น ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ขโมย ไม่ประพฤติผิดในทางเพศ ไม่พูดเท็จ และไม่ดื่มสุรา ซึ่งช่วยให้ชีวิตมีความสงบและมีความสุข

4) การสวดมนต์: การสวดมนต์ในทุกวันเป็นการฝึกฝนจิตใจให้สงบและระลึกถึงพุทธธรรม ช่วยให้ผู้ปฏิบัติได้ทบทวนคำสอนและปรับตัวให้เข้ากับหลักธรรม

5) การทำบุญและเสียสละ: การทำบุญไม่จำกัดเฉพาะการให้ทานแต่ยังรวมถึงการให้โอกาส การให้อภัย และการเสียสละเวลาหรือความสะดวกสบายเพื่อผู้อื่น ช่วยส่งเสริมให้สังคมที่อบอุ่นและเข้าใจกันมากขึ้น

ดังนั้น การฝึกฝนตามหลักเหล่านี้จะช่วยให้ผู้ปฏิบัติมีความสุขและสงบกายสงบใจได้จริง ตลอดจนพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นทั้งในด้านจิตใจและสังคม

1.5.2 การปฏิบัติตามหลักศีลธรรม

การนำหลักคุณธรรมและสอนของศาสนามาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน เช่น การประพฤติปฏิบัติตนเป็นคนดี มีจิตใจที่เมตตากรุณา เป็นต้น ช่วยให้สามารถสร้างความเข้าใจและความสามารถในการตัดสินใจที่ถูกต้อง

ซึ่งการปฏิบัติตามหลักศีลธรรมของศาสนาพุทธในชีวิตประจำวันสามารถแสดงออกได้ผ่านหลากหลายวิธี ซึ่งนอกเหนือจากการรักษาศีล 5 แล้ว ยังมีหลักธรรมอื่นๆ ที่สามารถประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน ดังนี้

1) ความซื่อสัตย์: นอกจากการไม่โกหกตามหลักศีล 4 แล้ว การใช้ชีวิตด้วยความซื่อสัตย์ยังรวมถึงการไม่หลอกลวง การทำงานอย่างมีจริยธรรม และการสื่อสารกับผู้อื่นด้วยความจริงใจ

2) ไม่เบียดเบียนผู้อื่น: การใช้ชีวิตโดยไม่ทำร้ายหรือเบียดเบียนผู้อื่น ทั้งทางกายและวาจา การหลีกเลี่ยงการใช้คำพูดที่รุนแรงหรือทำให้ผู้อื่นเจ็บปวด

3) การไม่ประมาท: ใช้ชีวิตด้วยความระมัดระวัง หลีกเลี่ยงการกระทำที่อาจนำไปสู่ผลเสียต่อตนเองและผู้อื่น รวมถึงการหลีกเลี่ยงการดื่มสุราหรือสิ่งเสพติดที่ทำให้สติปัญญาเสื่อม

4) การใช้วาจาอย่างมีสติ: พยายามพูดในสิ่งที่สร้างสรรค์ มีคุณค่า และไม่ทำให้ผู้อื่นเจ็บใจ การใช้คำพูดให้เกิดประโยชน์สูงสุดและเป็นไปในทางที่สร้างสันติ

5) การเคารพสิทธิและเสรีภาพของผู้อื่น: ใช้ชีวิตด้วยการเคารพในความเชื่อ ความคิดเห็น และวิถีชีวิตของผู้อื่น โดยไม่พยายามบีบบังคับให้ผู้อื่นปฏิบัติตามค่านิยมหรือความเชื่อส่วนตัวของเรา

ดังนั้น การประยุกต์ใช้หลักศีลธรรมดังกล่าว ไม่เพียงช่วยให้ชีวิตประจำวันของเราดีขึ้นเท่านั้น แต่ยังช่วยให้สังคมที่เราอาศัยอยู่มีความสงบสุขและมีคุณธรรมมากยิ่งขึ้น

1.5.3 การใช้สติปัญญาในการตัดสินใจ

การพัฒนาสติปัญญาที่ดีต้องอาศัยความสามารถในการพิจารณาผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นจากการตัดสินใจของตน โดยอิงตามหลักคุณธรรมและคำสอนของศาสนา ซึ่งการใช้สติปัญญาในการตัดสินใจอย่างมีคุณธรรมและตามหลักศาสนาพุทธสามารถประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้หลายวิธี ตัวอย่างการใช้สติปัญญาในการตัดสินใจที่ปฏิบัติได้จริง ดังนี้

1) การพิจารณาผลกระทบระยะยาวและระยะสั้น: ก่อนตัดสินใจทำอะไร ให้พิจารณาถึงผลกระทบที่จะเกิดขึ้นทั้งในระยะสั้นและระยะยาว อย่างเช่น การตัดสินใจลงทุนหรือการเปลี่ยนแปลงอาชีพ ควรพิจารณาถึงความเสี่ยง โอกาส และผลกระทบที่จะตามมาต่อตนเองและคนรอบข้าง

2) การพิจารณาจากหลายมุมมอง: ก่อนตัดสินใจอย่างใดอย่างหนึ่ง ให้พิจารณาจากหลายมุมมองไม่ใช่เพียงแค่มุมมองส่วนตัวเท่านั้น แต่ยังรวมถึงมุมมองของผู้อื่นที่เกี่ยวข้อง ซึ่งจะช่วยให้เห็นผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นอย่างรอบด้าน

3) การตั้งคำถามกับตนเอง: ก่อนทำการตัดสินใจสำคัญๆ ให้ตั้งคำถามกับตนเองว่า “การตัดสินใจนี้มีความจำเป็นแค่ไหน?” และ “มีวิธีอื่นที่ดีกว่านี้หรือไม่?” การตั้งคำถามเหล่านี้จะช่วยให้เราได้พิจารณาทางเลือกที่ดีที่สุด

4) การใช้หลักของความเหมาะสมและเป็นธรรม: ในทุกการตัดสินใจ ควรนำหลักของความเหมาะสมและความเป็นธรรมมาประกอบการตัดสินใจ ทำให้เราไม่เพียงแต่คำนึงถึงผลประโยชน์ส่วนตัว แต่ยังคำนึงถึงผลดีต่อส่วนรวม

5) การปรึกษาผู้รู้หรือผู้มีประสบการณ์: ก่อนที่จะตัดสินใจในเรื่องสำคัญๆ ควรปรึกษาผู้ที่มีความรู้หรือมีประสบการณ์ในด้านนั้นๆ การได้รับข้อมูลหรือคำแนะนำจากผู้อื่นจะช่วยให้การตัดสินใจของเรามีพื้นฐานที่มั่นคงยิ่งขึ้น

ดังนั้น การใช้หลักการดังกล่าวนี้ เพื่อการตัดสินใจจะช่วยให้การตัดสินใจของเรามีความสอดคล้องกับหลักคุณธรรมและสามารถนำไปสู่ผลลัพธ์ที่ดีทั้งสำหรับตัวเราเองและสังคมครับ

1.5.4 การฝึกฝนการทำสมาธิหรือการครุ่นคิด

หลายศาสนาส่งเสริมการทำสมาธิหรือการครุ่นคิดเป็นวิธีในการทำความสะอาดจิตใจและเพิ่มพูนปัญญา ช่วยให้มีการตัดสินใจที่ถูกต้องและมีประสิทธิภาพตามหลักศาสนา ซึ่งการฝึกฝนการทำสมาธิหรือการครุ่นคิดเป็นวิธีที่สำคัญในศาสนาพุทธสำหรับการทำความสะอาดจิตใจและพัฒนาปัญญา โดยมีตัวอย่างวิธีการทำสมาธิหรือการครุ่นคิดที่สามารถปฏิบัติได้จริง ดังนี้

1) สมาธิอานาปานสติ: เป็นการฝึกสมาธิโดยการสังเกตการหายใจเข้าออก โดยเน้นการรับรู้ลมหายใจที่ปลายจมูกหรือที่ริมฝีปาก ฝึกจิตให้ตั้งมั่นอยู่กับปัจจุบันและปล่อยวางความคิดอื่นๆ ช่วยในการพัฒนาสมาธิและลดความว้าวุ่นของจิตใจ

2) การสวดมนต์: เป็นวิธีการทำสมาธิที่ใช้คำสวดเป็นจุดศูนย์กลางในการฝึกจิตให้สงบ การสวดมนต์ซ้ำๆ ช่วยให้จิตไม่เพ้อเจ้อและคงอยู่กับปัจจุบันได้ดี

3) การเดินจงกรม: การเดินไปมาอย่างมีสติเป็นอีกหนึ่งวิธีการทำสมาธิในศาสนาพุทธ โดยจะเน้นการรับรู้การเคลื่อนไหวของร่างกาย การเหยียบลงบนพื้น และการตั้งใจเดินอย่างมีจุดมุ่งหมาย

4) การครุ่นคิดเรื่องคุณธรรม: เป็นการทำสมาธิที่เน้นการครุ่นคิดเกี่ยวกับคุณสมบัติอันพึงประสงค์ต่างๆ เช่น การคิดถึงคุณสมบัติของพระพุทธเจ้า เพื่อเลียนแบบและพัฒนาคุณธรรมนั้นๆ ในตนเอง

5) การสำรวจตนเอง: ใช้เวลาส่วนหนึ่งในแต่ละวันเพื่อครุ่นคิดและทบทวนการกระทำของตนเองในแต่ละวันว่ามีความเหมาะสมและตรงตามหลักธรรมหรือไม่ การทบทวนเช่นนี้ช่วยให้เราสามารถปรับปรุงและพัฒนาตัวเองในทางที่ดีขึ้น

ดังนั้น การปฏิบัติเหล่านี้ช่วยส่งเสริมการมีสติและปัญญาในการตัดสินใจ รวมทั้งส่งเสริมให้มีจิตใจที่สงบและมีสุขภาพจิตที่ดี

1.5.5 การเรียนรู้และปฏิบัติจากตัวอย่างที่ดี

การศึกษาชีวิตและการปฏิบัติของบุคคลที่เป็นแบบอย่างในศาสนา (เช่น ศาสดา, นักบุญ) ช่วยให้เข้าใจถึงวิธีการประยุกต์ใช้หลักคุณธรรมและคำสอนในสถานการณ์ต่าง ๆ โดยการเรียนรู้และปฏิบัติจากตัวอย่างที่ดีในพระพุทธศาสนานั้นมีหลายด้านที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้จริงในชีวิตประจำวัน คือตัวอย่างของการเรียนรู้และปฏิบัติจากแบบอย่างที่ดีในพระพุทธศาสนา มีดังนี้

1) การปฏิบัติตามหลักธรรมะของพระพุทธเจ้า: การทำความเข้าใจและปฏิบัติตามพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เช่น การปฏิบัติตนตามหลัก อริยสัจ 4 และมรรคมี 8 ซึ่งช่วยให้พัฒนาจิตใจและการใช้ชีวิตให้เป็นไปอย่างมีคุณธรรมและมีความสุข

2) การปฏิบัติตามวิถีชีวิตของพระอรหันต์: ศึกษาและเลียนแบบพระอรหันต์ที่เป็นแบบอย่างในการปฏิบัติธรรมจนได้บรรลุเป้าหมายสูงสุดของชีวิต คือ การหลุดพ้นจากทุกข์

3) การเรียนรู้จากเรื่องราวชีวิตของพระสงฆ์และบุคคลสำคัญ: ศึกษาประวัติและการปฏิบัติของพระสงฆ์ผู้มีธรรมะ อย่างพระมหากษัตริย์อโศกมหาราช ที่ได้เปลี่ยนแปลงจากผู้ปกครองที่ใช้ความรุนแรงไปสู่การเป็นผู้นำที่ดำเนินชีวิตตามหลักธรรมะอย่างเต็มที่

4) การฝึกฝนสมาธิและสติ: ฝึกปฏิบัติสมาธิตามแบบอย่างของพระพุทธเจ้า ซึ่งเป็นการฝึกจิตให้มีสมาธิและพัฒนาสติปัญญา ช่วยให้เราสามารถควบคุมอารมณ์และปฏิบัติตัวอย่างมีสติสัมปชัญญะ

5) การเรียนรู้จากหลักธรรมคำสอนที่แสดงผ่านกิจกรรมเชิงปฏิบัติ: สำรวจและเข้าร่วมกิจกรรมธรรมทานที่จัดขึ้นโดยวัดหรือชุมชน ทำให้เข้าใจหลักการให้ที่มีอยู่ในพระพุทธศาสนา และนำไปสู่การใช้ชีวิตที่อยู่อาศัยอย่างเป็นสุขและมีความสงบ

ดังนั้น การนำเอาเรื่องราวและหลักธรรมเหล่านี้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันช่วยให้ผู้ปฏิบัติมีชีวิตที่ดีขึ้น มีจิตใจที่เข้มแข็งและผ่านพ้นความทุกข์ได้ดียิ่งขึ้น

โดยสรุปการพัฒนาปัญญาตามหลักคุณธรรมของศาสนาเป็นการนำหลักศีลธรรมและค่านิยมทางศาสนามาใช้เพื่อพัฒนาวิธีคิดและการตัดสินใจที่ถูกต้อง ในพระพุทธศาสนา การฝึกปฏิบัติธรรมอย่างสม่ำเสมอ เช่น การนั่งสมาธิ และการสวดมนต์ ช่วยฝึกจิตให้สงบและมีสติ การเรียนรู้และปฏิบัติตามศีล 5 เช่น ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ขโมย ไม่ประพฤติผิดทางเพศ ไม่พูดเท็จ และไม่ดื่มสุรา จะช่วยให้ชีวิตมีความสงบและเป็นไปในทางที่มีคุณธรรม นอกจากนี้ การทำบุญและการเสียสละยังส่งเสริมให้เกิดการให้อย่างมีความสุขและเกิดความเข้าใจและการให้อภัยในสังคม การพัฒนาปัญญาและการใช้สติในการตัดสินใจตามหลักศีลธรรมจึงเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยให้บุคคลนั้นสามารถนำพาชีวิตให้ดำเนินไปอย่างมีความสุขและสงบสุขได้

1.6 สรุปองค์ความรู้

การปฏิบัติตามศีลทางพุทธศาสนาเป็นหลักใหญ่ที่ช่วยส่งเสริมการดำรงชีวิตที่มีจริยธรรมและสันติภาพ ซึ่งรวมถึงการรักษาศีล 5 ที่เป็นหลักมูลค่าทางจริยธรรมในการไม่ทำลายชีวิต, ไม่ลักขโมย, ไม่ประพฤติผิดทางเพศ, ไม่พูดปด, และไม่ใช้สุราหรือสารเสพติด การปฏิบัติศีลนี้ช่วยให้ผู้คนมีชีวิตที่สงบและมีความสุข การกำหนดสติและการฝึกสมาธิยังเป็นส่วนหนึ่งของการปฏิบัติที่ส่งเสริมการรับรู้และการจัดการกับความเครียดได้ดียิ่งขึ้น โดยมุ่งเน้นที่การฝึกจิตใจให้ตระหนักรู้ในปัจจุบันและพัฒนาปัญญาตามหลักคุณธรรมของศาสนา ซึ่งทั้งหมดนี้มีผลให้ผู้ปฏิบัติมีความเข้าใจที่ดีต่อคำสอนและสามารถนำไปสู่การตัดสินใจและการดำเนินชีวิตอย่างมีสติและมีปัญญามากขึ้น สำหรับการจัดการสัมมนาถือเป็นกิจกรรมที่มีความสำคัญในหลายด้าน เนื่องจากเป็นการประชุมเพื่อแลกเปลี่ยนความรู้และความคิดเห็นที่ช่วยให้ผู้เข้าร่วมสามารถหาข้อสรุปหรือแนวทางปฏิบัติต่อไปได้ การสัมมนามักจัดในลักษณะที่เปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมทุกคนมีส่วนร่วมอย่างเท่าเทียมกัน โดยไม่มีวิทยากรโดยเฉพาะ แต่มีผู้ประสานงานหรือผู้ดำเนินการที่อำนวยความสะดวก กิจกรรมสัมมนามีหลายรูปแบบ เช่น การอภิปรายแบบคณะ, ซิมโพเซียม, การประชุมเชิงปฏิบัติการ, การอภิปรายระดมสมอง, และการอภิปรายแบบกลุ่ม ซึ่งแต่ละรูปแบบมีวัตถุประสงค์และวิธีการจัดการที่แตกต่างกัน เพื่อให้เกิดผลลัพธ์ที่ต้องการและตอบสนองความต้องการของผู้เข้าร่วมสัมมนามากที่สุด โดยทฤษฎีการจัดการเป็นศาสตร์ที่พัฒนาขึ้นจากแนวคิดการจัดการซึ่งผ่านการทดสอบด้วยกระบวนการวิจัย และเมื่อผลการทดสอบว่าเป็นจริง จึงถูกยกระดับเป็นหลักการและทฤษฎีการจัดการที่ใช้ได้กับหลายสาขาวิชาและองค์กร ต่าง ๆ ทั้งในระดับรัฐและเอกชน ทฤษฎีเหล่านี้ช่วยให้องค์กร

สามารถบริหารจัดการทรัพยากรและบุคคลได้อย่างมีประสิทธิภาพ เช่น ทฤษฎีการจัดการตามหลักวิทยาศาสตร์ของเทเลอร์ที่เน้นการหาวิธีการทำงานที่ดีที่สุดและแบ่งแยกหน้าที่การงานอย่างชัดเจน หรือทฤษฎีการจัดการของดรักเกอร์ที่มองการจัดการเป็นศิลปะและวิทยาศาสตร์ในการทำงานให้สำเร็จตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้ โดยอาศัยฝีมือบุคคลอื่น นอกจากนี้ยังมีทฤษฎีการจัดการของฟาโยลที่เน้นการวางแผน การจัดองค์กร การบังคับบัญชา การประสานงาน และการควบคุมงาน เหล่านี้เป็นตัวอย่างของทฤษฎีที่แสดงถึงการประยุกต์หลักการจัดการในแง่มุมต่าง ๆ ของการบริหารองค์กร ทั้งนี้ การพัฒนาปัญญาตามหลักคุณธรรมของศาสนาเป็นการนำหลักศีลธรรมและค่านิยมทางศาสนามาใช้เพื่อพัฒนาวิธีคิดและการตัดสินใจที่ถูกต้อง ในพระพุทธศาสนา การฝึกปฏิบัติธรรมอย่างสม่ำเสมอ เช่น การนั่งสมาธิ และการสวดมนต์ ช่วยฝึกจิตให้สงบและมีสติ การเรียนรู้และปฏิบัติตามศีล 5 เช่น ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ขโมย ไม่ประพฤติผิดทางเพศ ไม่พูดเท็จ และไม่ดื่มสุรา จะช่วยให้ชีวิตมีความสงบและเป็นไปในทางที่มีคุณธรรม นอกจากนี้ การทำบุญและการเสียสละยังส่งเสริมให้เกิดการให้อย่างมีความสุขและเกิดความเข้าใจและการให้อภัยในสังคม การพัฒนาปัญญาและการใช้สติในการตัดสินใจตามหลักศีลธรรมจึงเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยให้บุคคลนั้นสามารถนำพาชีวิตให้ดำเนินไปอย่างปกติความสุขได้ตลอดไปในที่สุด

เอกสารอ้างอิง-1

กรมการศาสนา. (2540). *คู่มือพระสังฆาธิการ ว่าด้วยเรื่องการคณะสงฆ์และการพระศาสนา*. โรงพิมพ์ การศาสนา.

คนึงนิตย์ จันทบุตร. (2532). *สถานะและบทบาทของพระพุทธศาสนาในประเทศไทย*. กลุ่มประสานงานศาสนาเพื่อสังคม.

จำนงค์ ทองประเสริฐ. (2556). *พระพุทธศาสนากับสังคมและการเมือง*. โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

จำนงค์ อดิวัฒนสิทธิ์. (2538). *พฤติกรรมการบวชของคนไทย*. คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

ราชบัณฑิตยสถาน. (2556). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554*. บริษัท นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์ จำกัด.

อภินันท์ จันตะนี. (2565). *ทฤษฎีองค์การและการจัดการ*. บริษัท จรัลสนิทวงศ์การพิมพ์ จำกัด.

Bandura, A. (1969). *Principles of behavior modification*. Holt, Rinehart and Winston.

Robbins, S. P., & Coulter, M. (1996). *Management*. Prentice Hall.

บทที่ 2
การวิเคราะห์หลักพุทธธรรม

หลักพุทธธรรมในพระพุทธศาสนามีจำนวนมากและล้วนมีความสำคัญต่อการปฏิบัติธรรมและการดำเนินชีวิตของผู้ที่นับถือศาสนานี้ รวมถึงแนวทางในการคิด การพูด และการกระทำที่ถูกต้องและเหมาะสมตามหลักศีลธรรม ซึ่งการวิเคราะห์หลักพุทธธรรมนั้นอาจจะมีหลายมุมมอง แต่ที่สำคัญคือการเข้าใจในแก่นแท้ของแต่ละหลักธรรมและการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน หลักของการไม่เบียดเบียนเป็นการปฏิบัติที่หลีกเลี่ยงการทำร้ายผู้อื่นทั้งทางกายและวาจา ส่งเสริมการมีสติและเมตตาต่อสรรพสัตว์ การมีสติเป็นหลักสำคัญในการรักษาจิตใจให้เป็นปกติสุข ไม่ประมาทที่ทำให้ผู้ปฏิบัติสามารถมีความตั้งมั่นในการทำกิจกรรมต่างๆ อย่างมีสมาธิ การกระทำที่เหมาะสม หลักส่งเสริมให้ทำกิจกรรมต่างๆ ด้วยความคิดที่ถูกต้องและเหมาะสม ไม่ก่อให้เกิดผลเสียต่อตนเองและผู้อื่น การนำหลักพุทธธรรมมาใช้ในชีวิตประจำวันจะช่วยให้ผู้ปฏิบัติสามารถมีชีวิตที่สงบและเป็นสุขมากขึ้น โดยมีจิตใจที่ไม่หวั่นไหวต่อสิ่งยั่วยุและความทุกข์ต่างๆ นอกจากนี้ยังส่งผลให้สังคมมีความสงบสุข ลดปัญหาความขัดแย้งและเพิ่มความเข้าใจซึ่งกันและกัน ฉะนั้นสัมมาทิฏฐิหรือความเข้าใจที่ถูกต้องในพระพุทธศาสนาหมายถึงการมีความเข้าใจอย่างถูกต้องต่อธรรมชาติของชีวิตและโลก เช่น การรู้จักอนิจจัง (ความไม่เที่ยง) ทุกขัง (ความทุกข์) และอนัตตา (ไม่มีตัวตนที่แท้จริง) หลักการเหล่านี้ช่วยให้เราเห็นความจริงของโลกและชีวิตอย่างมีสติและไม่ยึดติด การปฏิบัติที่เกี่ยวข้องกับสัมมาทิฏฐิได้แก่ การตระหนักรู้ความไม่เที่ยงโดยการสังเกตการเปลี่ยนแปลงทั้งในระดับจิตใจและกายภาพ, การยอมรับความทุกข์และพยายามเข้าใจและจัดการกับมัน การปฏิบัติเพื่อลดความยึดมั่นต่อตัวตน การพิจารณาความสัมพันธ์และการตอบสนองต่อสถานการณ์ต่างๆ อย่างมีปัญญา และการนำปัญญาเข้ามาใช้ในการตัดสินใจทุกครั้ง เพื่อนำพาชีวิตให้มีความสงบและความสมดุลในชีวิตยิ่งขึ้น

2.1 การไม่เบียดเบียนสรรพสิ่ง

หลักนี้ส่งเสริมให้ละเว้นจากการทำร้ายผู้อื่นทั้งทางกายและวาจา และยังรวมถึงการมีสติและเมตตาต่อสรรพสัตว์ โดยการไม่เบียดเบียนสรรพสิ่งถือเป็นหลักธรรมที่สำคัญในพระพุทธศาสนา เพื่อส่งเสริมให้ผู้คนใช้ชีวิตอย่างมีจิตใจที่เป็นสุขและเต็มไปด้วยความเมตตา การปฏิบัติเพื่อไม่เบียดเบียนสรรพสิ่งที่ปฏิบัติได้จริงในชีวิตประจำวัน ดังต่อไปนี้

2.1.1 การปฏิบัติตนตามหลักไม่ฆ่าสัตว์

การหลีกเลี่ยงการทำร้ายหรือฆ่าสัตว์ใดๆ ทั้งสัตว์เลี้ยงและสัตว์ป่า เช่น การเลือกบริโภคอาหารมังสวิรัติหรือเจเป็นบางมื้อหรือตลอดชีวิต เพื่อลดการทำร้ายสัตว์ ซึ่งการปฏิบัติตนตามหลักไม่ฆ่าสัตว์ในพระพุทธศาสนาสามารถปฏิบัติได้ ดังนี้

1) การเลือกบริโภคอาหารมังสวิรัติหรือกินเจ: เป็นการลดการทำร้ายสัตว์โดยตรง ผ่านการเลือกอาหารที่ไม่มีส่วนผสมของเนื้อสัตว์ อาจปฏิบัติเป็นบางมื้อหรือทั้งชีวิต