

จากสังเขปนิยสถาน สู่การพัฒนาตน

ชัยญ์ชญา ธรรมาเวทย์

นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา
ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
Email: monaliza1955@gmail.com

บทคัดย่อ

หน้าที่สำคัญอย่างหนึ่งของพุทธบริษัท 4 ในพระพุทธศาสนา คือ การพัฒนาตนให้เปลี่ยนแปลงในทางที่เจริญขึ้นอย่างถูกต้องตามหลักพระพุทธศาสนา หลักธรรมที่เป็นตัวชี้วัดความสำเร็จเชิงรูปธรรมของการพัฒนาตน คือ ภาวนา 4 ซึ่งประกอบด้วย (1) กายภาวนา การมีความสัมพันธ์เกื้อกูลกับสิ่งแวดล้อมทางกายในทางที่เป็นคุณ (2) ศีลภาวนา การมีความสัมพันธ์เกื้อกูลกับสิ่งแวดล้อมทางสังคม ตั้งอยู่ในกฎระเบียบ ไม่เบียดเบียน สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างเกื้อกูล (3) จิตภาวนา การมีจิตที่สมบูรณ์ด้วยคุณธรรมอย่างมั่นคง มีความเบิกบานผ่องใส สงบสุข (4) ปัญญาภาวนา การเสริมสร้างความรู้ คิด เข้าใจ การหยั่งรู้ความจริง การรู้เข้าใจโลกและชีวิตตามความเป็นจริง

การจาริกแสวงบุญไปยัง ณ สังเขปนิยสถาน เพื่อทำการสักการะ ถวายความเคารพแด่พระผู้มีพระภาคเจ้านั้น เสริมสร้างให้เกิดคุณค่า 3 ประการ คือ (1) คุณค่าต่อบุคคล เป็นการละความชั่ว แรงทำความดี มีความเบิกบานทางใจ (2) คุณค่าต่อสังคม เป็นการกระตุ้นให้พุทธศาสนิกชนมีความตื่นตัวในการศึกษาปฏิบัติ และปฏิบัติธรรมให้มากขึ้น (3) คุณค่าต่อพระพุทธศาสนา เป็นการทำนุบำรุงพระพุทธศาสนาให้เข้มแข็งมั่นคงสืบไป เมื่อพุทธศาสนิกชนได้เดินทางไปแสวงบุญ และน้อมนำหลักภาวนา 4 มาบูรณาการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน ก็จะส่งผลให้เกิดคุณค่าในการพัฒนาตน ชุมชน สังคม และประเทศชาติต่อไป

คำสำคัญ : การพัฒนาตน, สังเขปนิยสถาน, ภาวนา 4

From the Four Holy Places of Buddhism to Self-development

Chanchaya Dhammavat

Student of Doctor of Philosophy in Buddhist Psychology Department of Psychology

Faculty of Humanities, Mahachulalongkornrajavidyalaya University,

Email: monaliza1955@gmail.com

Abstract

One of the most significant duties of the 4 Buddhist companies in Buddhism is to develop and adjust oneself to the proper growth based on the principles of Buddhism. The Dharma principles including concrete success indicators of self-development are the 4 Developments in Buddhism (Bhavana IV) which consist of: (1) Physical development: living one's life with positive and supportive relationship with the physical environment (2) Moral development: living one's life with supportive relationship with social environment based on the rules without persecution but supportive living with others (3) Spiritual development: living one's life with mature soul comprising moral, pleasantness and peace of mind, and (4) Wisdom development: the creation of knowledge, thoughts, and the awareness, the insight into the truth, the world, and the life based on reality.

The Buddhists' pilgrimage to the Four Holy Places to pay homage and respect to the Buddha results in 3 values: (1) personal value comprising abstaining from bad deeds but pertaining to good deeds with soulful pleasant (2) social value relating to encouraging Buddhists to actively study Buddhism and practice Dhamma more and (3) Buddhism Value relating to the continuous preservation and strengthening of Buddhism. The Buddhists' pilgrimage to the Four Holy Places with the implementation of the 4 Developments of Buddhism in their daily life will, therefore, lead to the value of self-development, as well as the development of the community, the society and the country.

Keywords : Self-development, the Four Holy Places of Buddhism, the 4 Developments in Buddhism (Bhavana IV)

บทนำ

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งการพัฒนาตน คุณค่าของมนุษย์ตามหลักพระพุทธศาสนาจะวัดคุณค่าจากการกระทำ (กรรม) หรือความประพฤติ มิได้วัดจากชาติกำเนิด (ขุ.สุ. (ไทย) 25/142/532) คุณค่าของมนุษย์เกิดจากการพัฒนาตน การฝึกฝนอบรมตนเองอยู่เสมอ ซึ่งพระพุทธศาสนาสรรเสริญผู้ที่พัฒนาตน ฝึกฝนตนดีแล้วว่าเป็นผู้ที่ประเสริฐสุด (ขุ.อิตติ. (ไทย) 25/84/451) สังฆนียสถาน 4 ตำบล ประเทศอินเดีย และเนปาล ประกอบด้วย สถานที่ที่ประสูติ สถานที่ตรัสรู้ สถานที่แสดงปฐมเทศนา และสถานที่ ดับขันธปรินิพพานขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า หรือที่เรียกว่า ดินแดนพุทธภูมิ เป็นสถานที่สำคัญทางพระพุทธศาสนาที่พุทธศาสนิกชนปรารถนาที่จะเดินทางไปถวายการสักการะ เพื่อยังให้เกิดความเจริญใจด้วยศรัทธาเสมือนได้เข้าเฝ้าพระพุทธองค์ ผู้แสวงบุญส่วนใหญ่เชื่อว่าการเดินทางแสวงบุญ ณ สังฆนียสถาน 4 ตำบล เป็นการสั่งสมบุญบารมีตามความเชื่อทางพระพุทธศาสนา ส่วนอันสืบจากการสักการณั้มีการสังฆนียสถานทั้ง 4 นั้น ได้แก่ การเพิ่มคุณค่าทางจิตใจ ช่วยตอกย้ำความศรัทธา เกิดความรู้สึกซาบซึ้ง ความปลาบปลื้มใจ มีความสุขสงบ เย็น เกิดปิติภายในใจ เกิดความรู้สึกสะท้อนใจ เมื่อระลึกถึงการจากไปของพระพุทธองค์ ระลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณ เกิดแรงกระตุ้นและมีพลังทางใจในการสร้างความดี ยังความไม่ประมาท พร้อมที่จะน้อมนำหลักธรรมคำสอนของพระพุทธองค์ มาปฏิบัติ และนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน การจาริกแสวงบุญ ณ สังฆนียสถาน 4 ตำบล ด้วยความศรัทธา และน้อมนำหลักธรรมคำสอนของพระพุทธองค์มาปฏิบัติเรียกได้ว่าเป็นการพัฒนาตน ฝึกฝนใจ เพื่อเพิ่มคุณค่าในตน

นิยามการเดินทางแสวงบุญ ณ สังฆนียสถาน

การเดินทางแสวงบุญ หรือการจาริกแสวงบุญ หมายถึง การเดินทางไปยังสถานที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา เพื่อที่จะทำการสักการะถวาย

ความเคารพแด่พระผู้มีพระภาคเจ้าด้วยอามิสบูชา และการปฏิบัติบูชา

การเดินทางแสวงบุญมีมาตั้งแต่ครั้งสมัยพุทธกาล ในสมัยนั้นการเดินทางยากลำบากมาก และอุปสรรคที่คาดไม่ถึงเกิดขึ้นเสมอ ผู้แสวงบุญที่มีพลังศรัทธาอย่างแรงกล้าเท่านั้นจึงจะเป็นผู้ที่ผ่านอุปสรรคต่าง ๆ ในการเดินทางเพื่อมาขอเข้าเฝ้าพระผู้มีพระภาคเจ้า

สำหรับคำว่า **สังเวช** หมายความว่า การกระตุ้นเตือน หรือเร้าใจ คือ เร้าใจให้คิดได้หรือได้คิดให้สำนึกที่จะเลิกละความผิดพลาด และให้หันมาอยากทำความดี ให้ไม่ประมาท (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต), 2558)

ทั้งนี้ สังฆนียสถาน 4 ตำบล ประกอบด้วย สถานที่ประสูติ สถานที่ตรัสรู้ สถานที่แสดงปฐมเทศนา และสถานที่ดับขันธปรินิพพาน ดังนี้

1. สถานที่ประสูติ

สวนลุมพินีวัน คือ สถานที่ประสูติของเจ้าชายสิทธัตถะมกุฎราชกุมารแห่งศากยวงศ์ เมื่อ 80 ปี ก่อนพุทธศักราชสวนลุมพินีวันตั้งอยู่กึ่งกลางระหว่างกรุงกบิลพัสดุ์กับกรุงเทวทหะ ตั้งอยู่ในแคว้นสักกะบนฝั่งแม่น้ำโรหิณี เป็นพระราชอุทยานที่ร่มรื่น มีโขดเขาล้อมรอบด้วยหมู่ไม้นานาพันธุ์ เป็นสถานที่พักผ่อนหย่อนใจของชาวกบิลพัสดุ์ และชาวเทวทหะ

ปัจจุบันสวนลุมพินีวันอยู่ในเขตประเทศเนปาล ติดชายแดนประเทศอินเดียทางเหนือเมืองโคราฆปุระ ห่างจากเมืองติเลาราโกท (หรือกรุงกบิลพัสดุ์) ทางทิศตะวันออก 11 กิโลเมตร และห่างจากสิทธารถนคร (หรือกรุงเทวทหะ) ทางทิศตะวันตก 11 กิโลเมตร มีเนื้อที่ประมาณ 2,000 ไร่ ทางกรมเรียกสถานที่นี้ว่า “รุมมินเด” มีสภาพเป็นชนบท โครงการพัฒนาสวนลุมพินี แบ่งเขตอุทยาน ออกเป็น 3 เขต ได้แก่ 1) เขตสวนลุมพินี เป็นเขตโบราณสถาน 2) เขตวัดนานาชาติ และ 3) เขตหมู่บ้านลุมพินีใหม่เป็นสถานที่พัก มีโรงแรมร้านอาหาร ที่พักผู้แสวงบุญ สวนลุมพินีวันได้รับการยกย่องจากองค์การยูเนสโกให้เป็นมรดกโลก

ประเภทมรดกทางวัฒนธรรม เมื่อปีพุทธศักราช 2540

2. สถานที่ตรัสรู้

โพธิมณฑล เป็นสถานที่ที่พระมหาโพธิสัตว์ สัทธัตถะได้ตรัสรู้อนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ ณ โพธิบัลลังก์ ได้ร่มพระศรีมหาโพธิ์ ในวันเพ็ญ เดือน 6 เมื่อ 45 ปี ก่อนพุทธศักราช ภายหลังการตรัสรู้พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงเสวยวิมุตติสุข (ความสุขอันเกิดจากความหลุดพ้น) ทรงประทับอยู่ ณ โพธิมณฑล เป็นเวลา 7 สัปดาห์ ปัจจุบันเรียกว่า **พุทธคยา** หรือ **วัดมหาโพธิ์** (Mahabodhi Temple) ซึ่งเป็นคำเรียกกลุ่มพุทธสถานสำคัญ ได้แก่ ต้นพระศรีมหาโพธิ์ พระแท่นวัชรอาสน์ พระพุทธเมตตาภายในวิหารพระเจดีย์ และอนิมิสเจดีย์

พุทธคยา ตั้งอยู่ที่อำเภอคยา รัฐพิหาร ประเทศอินเดีย ห่างจากริมฝั่งแม่น้ำเนรัญชรา 350 เมตร นับจากพระแท่นวัชรอาสน์ สัญลักษณ์ที่สำคัญของพุทธคยา คือ องค์เจดีย์สี่เหลี่ยมที่สูงถึง 51 เมตร ฐานวัดโดยรอบได้ 121.29 เมตร ล้อมรอบด้วยโบราณวัตถุ โบราณสถานสำคัญ เรียกว่า สัสตมหาสถาน ปัจจุบันพุทธคยาอยู่ในความดูแลของคณะกรรมการร่วม พุทธ - ฮินดู และได้รับการยกย่องจากองค์การยูเนสโกให้เป็นมรดกโลก ประเภทมรดกทางวัฒนธรรม เมื่อปีพุทธศักราช 2545

3. สถานที่แสดงปฐมเทศนา

สารนาถ หรือ **ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน** ตั้งอยู่ในแคว้นเมืองพาราณสี เป็นสถานที่ที่พระผู้มีพระภาคเจ้า ทรงแสดงปฐมเทศนาโปรดพระปัญจวัคคีย์ในวันเพ็ญอาสาฬหมาส เมื่อ 45 ปี ก่อนพุทธศักราช และเมื่อพระอัญญาโกณฑัญญะได้ดวงตาเห็นธรรมหลังจากสดับพระธรรมเทศนาครั้งแรก ภายในอาณาบริเวณสารนาถมีโบราณสถานที่สำคัญต่าง ๆ ได้แก่ **ธัมเมกขสถูปเจดีย์** เป็นสถูปเจดีย์โบราณทรงคว่ำบาตร มียอดทรงกรวยสูงประมาณ 80 ฟุต วัดโดยรอบประมาณ 120 ฟุต สันนิษฐานว่า

บริเวณนี้เป็นสถานที่ที่พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงปฐมเทศนา **ธรรมราชาธิกสถูป** เป็นสถานที่ที่พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงโปรดพระปัญจวัคคีย์อีก 4 องค์ที่เหลือจากการฟังธรรมจักร ได้แก่ พระวัปปะ พระภัททิยะ พระมหานามะ พระอัสสชิ **ยศเจดีย์สถาน** เป็นสถานที่ที่เชื่อกันว่าพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงอิทธิปาฏิหาริย์โปรดพระยสกุบุตรได้ ดวงตาเห็นธรรม และนำไปบิดาได้เป็นปฐมอุบาสก ส่วนมารดาและภรรยาได้เป็นปฐมอุบาสิกา ณ สถานที่แห่งนี้อีกด้วย **มูลคันธกุฎี** เป็นสถานที่เชื่อกันว่าเป็นที่ประทับจำพรรษาแรกและพรรษาที่ 12 ของพระผู้มีพระภาคเจ้า ลักษณะเป็นอาคารปลูกสร้างแบบอินเดียโบราณ มีเสาหินพระเจ้าอโศกมหาราช สูง 50 ฟุต แม้จะหักออกเป็น 4 ท่อน ก็ยังเก็บไว้เป็นอย่างดี ส่วนหัวสิงห์หรือโคกได้เก็บรักษาไว้ในพิพิธภัณฑสถานที่สำคัญอย่างหนึ่งของสารนาถ คือ **หลักศิลาจารึกของพระเจ้าอโศกมหาราช** จารึกด้วยอักษรพราหมี และภาษาบาลีบนหลักศิลา แปลความว่าเป็นคำเตือนภิกษุและชีผู้ที่จำพรรษาอยู่ที่วัดนี้ให้มั่นอยู่ในพระธรรมวินัยอย่างเคร่งครัด ทำให้นึกถึงพระเจ้าอโศกมหาราช ผู้อุปถัมภ์ของพระพุทธศาสนาว่าพระองค์เอาธุระกับพระพุทธศาสนาอย่างใกล้ชิดจริงจริง พระพุทธศาสนาในยุคนี้จึงรุ่งโรจน์อย่างไม่มีผู้ใดทัดเทียมได้ (พระเทพโพธิวิเทศ (วีรยุทธ์ วีรยุทธโธ), 2556)

พิพิธภัณฑสถาน ตั้งอยู่ด้านหน้าของสถูปเจดีย์ ลักษณะเป็นอาคารหินทราย เป็นที่เก็บรักษาโบราณวัตถุจากการขุดค้นได้ในบริเวณสารนาถ มีประติมากรรมพระพุทธรูปปางปฐมเทศนา ขัดสมาธิ มีศิลาจารึกส่วนที่เป็นหัวเสาซึ่งพระเจ้าอโศกมหาราชทรงประดิษฐานไว้มีลักษณะรูปสิงโต 4 ตัว หันหลังเข้าหากัน หันหน้าออกสู่ทิศด้านล่างของสิ่งที่มีอักษรเทวนาครี้ออกความได้ว่า “ความจริงเท่านั้น มีชัยชนะเหนือทุกสิ่ง” ด้วยความหมายนี้ รัฐบาลอินเดียจึงได้ใช้รูปสิงห์จตุรทิศเป็นตราของราชการ นอกจากนั้นยังมี พระอวลโกลิเตศวร

ในลัทธิมหายานรูปพระศรีอริยเมตไตรย และศิลปวัตถุ นับพันชิ้นมาจัดแสดงให้ผู้แสวงบุญได้เข้าชม

4. สถานที่ตั้งชั้นธรณีนิพนพาน

ศาลาโนทยาน ตั้งอยู่ตรงที่อำเภอกุสินคร รัฐอุตตรประเทศ พระเจ้าอโศกมหาราชมีดำริให้ก่อสร้าง **พระสถูปปรินิพพาน** ขนาดใหญ่ขึ้นในจุดที่พระผู้มีพระภาคเจ้าเสด็จดับขันธปรินิพพาน ภายใต้อนุสาวรีย์ และสร้าง**พุทธวิหารปรินิพพาน** มีขนาดความยาว 23 ฟุต 9 นิ้ว กว้าง 5 ฟุต 6 นิ้ว องค์พระยาว 10 ฟุต สูง 2 ฟุต 1 นิ้ว มีผู้ศรัทธา นำผ้าจีวรสีทองเหลืองอร่ามมาถวายมิได้ขาดอีกสถานที่หนึ่ง คือ **มกุฏพันธเจดีย์** เป็นสถานที่ถวายพระเพลิงพุทธสรีระ โดยตั้งเชิงตะกอนขึ้นเมื่อถวายพระเพลิงแล้วจึงก่อพระสถูปขึ้นตั้งอยู่บนเนินสูงประมาณ 50 ฟุต ณ ที่ถวายพระเพลิงนั้นท่ามกลางทาง 4 แพร่ง

พระอานนท์ได้ทูลถามพระผู้มีพระภาคเจ้าว่า เมื่อพระองค์เสด็จดับขันธปรินิพพานไปแล้ว ผู้มีศรัทธาควรไปยัง ณ สถานที่ใด เพื่อให้เกิดความเจริญใจด้วยศรัทธาเหมือนเข้าเฝ้าพระพุทธองค์ พระพุทธองค์ได้ตรัสตอบว่า ภิกษุทั้งหลาย สังฆะนียสถาน 4 แห่งนี้เป็นสถานที่ที่กุลบุตรผู้มีศรัทธาควรไปดู สังฆะนียสถาน 4 แห่ง คือ (1) สังฆะนียสถานที่กุลบุตรผู้มีศรัทธาควรไปดูด้วยระลึกว่า ‘ตถาคตประสูติในที่นี้’ (2) สังฆะนียสถานที่กุลบุตรผู้มีศรัทธาควรไปดูด้วยระลึกว่า ‘ตถาคตตรัสรู้อนัตตสัมมาสัมโพธิญาณในที่นี้’ (3) สังฆะนียสถานที่กุลบุตรผู้มีศรัทธาควรไปดูด้วยระลึกว่า ‘ตถาคตทรงประกาศธรรมจักรอันยอดเยี่ยมในที่นี้’ (4) สังฆะนียสถานที่กุลบุตรผู้มีศรัทธาควรไปดูด้วยระลึกว่า ‘ตถาคตเสด็จดับขันธปรินิพพานด้วยอนุปาติเสสนิพพานธาตุในที่นี้’ ภิกษุทั้งหลาย สังฆะนียสถาน 4 แห่งนี้แลเป็นสถานที่ที่กุลบุตรผู้มีศรัทธาควรไปดู (อง.จตุกก. (ไทย) 21/118/180)

ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา ผู้มีศรัทธาจะ มาดูด้วยระลึกว่า ‘ตถาคตประสูติในที่นี้’ ... ว่า

‘ตถาคตได้ตรัสรู้อนัตตสัมมาสัมโพธิญาณในที่นี้’ ... ว่า ‘ตถาคตประกาศธรรมจักรอันยอดเยี่ยมในที่นี้’ ... ว่า ‘ตถาคตได้เสด็จดับขันธปรินิพพานด้วยอนุปาติเสสนิพพานธาตุในที่นี้’ “อานนท์ ชนเหล่าใดเหล่าหนึ่งจาริกไปยังเจดีย์จักมีจิตเลื่อมใสตายไป ชนเหล่านั้นทั้งหมดหลังจากตายแล้วจะไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์” (ที.ม. (ไทย) 10202/151)

จากข้อความในพระไตรปิฎกข้างต้นนี้สอดคล้องกับความจริงที่ว่า พุทธศาสนิกชนทั่วโลกผู้มีจิตศรัทธาอย่างแรงกล้าเดินทางหลังไหลมายังสังฆะนียสถาน 4 ตำบลนี้ เพื่อถวายการสักการบูชาต่อพระผู้มีพระภาคเจ้าเป็นเวลากว่าสองพันห้าร้อยปีมาแล้ว

ปัจจุบันการเดินทางจากประเทศไทยมายังสังฆะนียสถาน 4 ตำบลสะดวกขึ้นมากกว่าอดีตชาวไทยจึงมีโอกาสดำเนินการเดินทางมาแสวงบุญเป็นจำนวนมาก และสามารถเลือกวิธีการเดินทางได้แก่ 1) **การเดินทางเป็นหมู่คณะ** ซึ่งเป็นวิธีที่นิยมมากที่สุดเพราะได้รับความสะดวกในเรื่องของการเดินทาง ที่พัก อาหาร และกิจกรรมต่าง ๆ ระหว่างที่อยู่ในประเทศอินเดีย-เนปาล 2) **การเดินทางเป็นส่วนตัว** ซึ่งจะต้องติดต่อที่พัก อาหาร การเดินทางเองทั้งหมด หรือจะติดต่อผ่านวัดไทยในประเทศอินเดีย ส่วนใหญ่**กิจกรรมที่ทำในระหว่างการแสวงบุญ** ณ สังฆะนียสถานทั้ง 4 นั้น ได้แก่ (1) **กิจกรรมภาคปริยัติ** คือ การบรรยายของพระธรรมทูตเพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับพุทธประวัติ ประวัตินิพพานของพุทธสถานแต่ละแห่ง พระอริยสาวกต่าง ๆ หลักธรรมคำสอนที่สอดคล้องกับสังฆะนียสถาน และนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน (2) **กิจกรรมภาคปฏิบัติ** คือ การถวายความเคารพด้วยอามิสบูชา ได้แก่ การถวายเครื่องสักการะต่าง ๆ เช่น การกล่าวคำบูชาสังฆะนียสถาน การบูชาด้วยดอกไม้และธูปเทียน การปิดทองคำเปลว การพรมน้ำอบน้ำหอม การถวายสังฆทาน การถวายภัตตาหารเช้า - เพล และการทอดผ้าป่าสามัคคี เป็นต้น และการถวายความเคารพด้วยปฏิบัติบูชา ได้แก่

การไหว้พระสวดมนต์ การเจริญสติภาวนา การนั่งสมาธิ การเดินจงกรมขณะกระทำประตักษิณรอบพุทธสถาน การแผ่เมตตา อธิษฐานจิต เป็นต้น กล่าวโดยสรุปได้ว่า กิจกรรมที่กระทำในช่วงเวลาจาริกแสวงบุญของชาวไทยนั้นดำเนินไปตามหลักไตรสิกขา ภาวนา 4 คือ การให้ทาน การรักษาศีล การอบรมจิต และการเจริญปัญญา นอกจากนี้ผู้แสวงบุญจำเป็นต้องเรียนรู้ และทำความเข้าใจในเรื่องการดำเนินชีวิต และสังคมของชาวอินเดีย เช่น การแบ่งชนชั้นวรรณะ การปรับตัวต่อการรับประทานอาหารอินเดีย คนอินเดียส่วนใหญ่มีความอดอยาก บ้านเมืองที่แออัดจอแจไม่เป็นระเบียบ การจรรยาที่ไร้กฎระเบียบ ความไม่ซื่อสัตย์ในการค้าขาย ความยากจนทำให้เกิดเด็กขอทานเป็นจำนวนมาก ชาวอินเดียชอบยาหม่องตราลิงของไทยมากที่สุด เป็นต้น

คุณค่าที่ได้จากการจาริกแสวงบุญ ณ สังเวชนียสถาน 4 ตำบล

1. คุณค่าต่อบุคคล ได้แก่ ละเว้นความชั่วร้ายกระทำความดี ทั้งกาย วาจา ใจ มีความไม่ประมาท เกิดปีติสุข มีพระรัตนตรัยเป็นสรณะ ซึ่งคุณค่าต่อบุคคลเหล่านี้ สอดคล้องกับคำกล่าวของ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) ในหนังสือ ตามทางพุทธกิจ ซึ่งสรุปความได้ดังนี้

เมื่อได้มาสู่สังเวชนียสถานก็จะได้รับความรู้สึก ร่มเย็น เบิกบาน ผ่องใส ทั้งกายและใจซึ่งอันนั้นจะเป็นบุญเป็นกุศลจะทำให้ชีวิตมีความสุขขึ้น เบิกบานครบถ้วน เป็นการปฏิบัติตามคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าด้วย เพราะว่าพระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนหลักธรรมที่เป็นหัวใจ เป็นหลักกลาง หรือ เป็นข้อสรุปทางพระพุทธศาสนาที่เรียกว่า หัวใจของพระพุทธศาสนา

หัวใจของพระพุทธศาสนา มี 3 ประการ คือ

1) สัพพปาปสส อกรรม การไม่กระทำความชั่วทั้งปวง

2) กุศลสุสุมปทา การบำเพ็ญกุศล คือ ความดีให้ถึงพร้อม

3) สจิตตปริโยทปนํ การทำจิตใจของตนให้บริสุทธิ์ผ่องใส

ข้อสำคัญที่เป็นแก่น คือ จิตใจของเราต้องมีความเข้มแข็งเบิกบานผ่องใส จะแสดงออกมาทางกาย วาจา ออกมาในชีวิตความประพฤติการดำเนินชีวิตทั้งหมด

2. คุณค่าต่อสังคม ได้แก่ กระตุ้นให้พุทธศาสนิกชนมีความตื่นตัวในการศึกษาปริยัติ และปฏิบัติธรรมมากขึ้น ทำให้สังคมชาวพุทธเข้มแข็ง รักษาไว้ซึ่งพระรัตนตรัยทั้งในตน และในสังคม ทำให้เกิดการเชื่อมโยงของกลุ่มชาวพุทธ ขยายความเป็นกัลยาณมิตร และเพิ่มความสามัคคี

3. คุณค่าต่อพระพุทธศาสนา ได้แก่ การสืบทอดพระสัทธรรม ส่งเสริมการศึกษาด้านปริยัติธรรม และการปฏิบัติธรรม เจริญภาวนา ทำนุบำรุงพระพุทธศาสนาให้เข้มแข็งมั่นคงสืบไป

แนวคิดการพัฒนาตน

ความหมายของการพัฒนาตน

การพัฒนาตน หมายถึง ความตั้งใจอย่างแรงกล้าที่จะพัฒนาคุณค่า คุณสมบัติที่อยู่ภายในตัวตนให้เปลี่ยนแปลงไปในทางที่เจริญขึ้นอย่างถูกต้องตามหลักศีลธรรม โดยเน้นด้านการพัฒนาจิตใจ เพื่อให้เกิดความปกติสุขในการดำรงชีวิต

ความสำคัญของการพัฒนาตน

การพัฒนาตนมีความสำคัญ คือ นอกจากทำให้พฤติกรรมที่มีปัญหาหมดไปแต่เพื่อให้สามารถจัดการกับปัญหาที่จะเกิดขึ้นในอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ความสำคัญของการพัฒนาตน มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1) เพื่อให้ได้รู้จักตนเองทั้งจุดอ่อน และจุดแข็ง เพื่อจัดความรู้สึกที่ขัดแย้งภายในตัวบุคคลออกไป มาสู่การยอมรับตนตรงตามความเป็นจริง

2) เพื่อพร้อมที่จะปรับตัวในทางที่ดีขึ้น สมัครงใจที่จะขจัดคุณลักษณะที่เป็นโทษ และสร้างคุณลักษณะที่เป็นประโยชน์กับชีวิต และสังคม

3) เพื่อวางแผนทางในการพัฒนาชีวิตอย่างเป็นระบบ ให้ไปสู่เป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพ (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), 2558)

สาเหตุที่ต้องพัฒนาดน

1) เพราะคนมีพฤติกรรมหลายอย่างที่ผู้อื่นไม่สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้ ยกเว้นตนเอง ตั้งใจที่จะเปลี่ยนแปลงเท่านั้น

2) เพราะพฤติกรรมบางอย่างทำลายคุณภาพของตน เป็นพฤติกรรมที่มีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับการมีปฏิริยาต่อตนเอง

3) เพราะการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของคนนั้นเป็นเรื่องยาก นอกจากมีความตั้งใจอย่างแน่วแน่ที่จะเปลี่ยนแปลงตนเอง

การพัฒนาดนตามหลักพระพุทธศาสนา

หลักธรรมที่เป็นตัวชี้วัดความสำเร็จในเชิงรูปธรรมของการพัฒนาดน คือ กาวนา 4 ซึ่งเป็นเป้าหมายสูงสุดในการพัฒนาดนให้เป็นผู้อบรมตนดีแล้ว ทั้งด้านกาย ศีล จิต ปัญญา (พ. จ. (ไทย) 30/18/115.)

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้อธิบายหลักกาวนา 4 ไว้อย่างละเอียด ซึ่งสามารถสรุปความสำคัญได้ ดังนี้ (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), 2545)

กาวนา 4 คือ การเจริญ การพัฒนาทางด้านสมณะและวิปัสสนา เพื่อให้ภาพลักษณ์ภายนอกและคุณธรรมภายในตนดีขึ้น แบ่งออกเป็น 4 ด้านคือ

1) กายกาวนา หรือ การพัฒนากาย คือ การมีความสัมพันธ์เกื้อกูลกับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพในทางที่เป็นคุณ มิให้เกิดโทษ

2) ศีลกาวนา หรือ การพัฒนาศีล คือ การมีความสัมพันธ์เกื้อกูลกับสิ่งแวดล้อมทางสังคม

เพื่อนมนุษย์ ตั้งอยู่ในกฎระเบียบ ไม่เบียดเบียน สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างเกื้อกูล

3) จิตกาวนา หรือ การพัฒนาจิต คือ การมีจิตที่สมบูรณ์ด้วยคุณธรรม มีความเข้มแข็งมั่นคง มีความเบิกบานผ่องใส สงบสุข

4) ปัญญากาวนา หรือ การพัฒนาปัญญา คือ การเสริมสร้างความรู้ ความคิด ความเข้าใจ การหยั่งรู้ความจริง การรู้และเข้าใจโลก และชีวิตตามความเป็นจริง

การพัฒนาดนมีความสำคัญต่อตนเอง บุคคลอื่น และสังคม ดังนี้ (พระครูพิมลปัญญานุกุล, 2560)

1) การพัฒนาดนต่อตนเอง คือ การเตรียมความพร้อมให้ตนเองในทุกด้าน เพื่อรับมือ และสอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงของสถานการณ์ที่แตกต่างกันด้วยความรู้สึกละเอียด เช่น การพัฒนาพฤติกรรมให้เหมาะสมกับโอกาส เวลา สถานที่ การเสริมสร้างคุณลักษณะที่สังคมต้องการในบริบทที่เป็นกุศล การสร้างความรู้สึกละเอียดเห็นคุณค่าในตนเอง เรียนรู้ตนเองเพื่อการพัฒนาเป็นต้น ซึ่งถือเป็นแนวทางในการพัฒนาดนไปสู่เป้าหมายชีวิตที่ถูกต้อง

2) การพัฒนาดนต่อบุคคลอื่น คือ การปรับปรุงและพัฒนาตนเพื่อให้ตนเป็นสิ่งแวดล้อมที่ดีต่อบุคคลอื่น ทั้งบุคคลในครอบครัวและสังคม สามารถเป็นตัวอย่างหรือเป็นต้นแบบให้เกิดการพัฒนาในบุคคลอื่น ๆ ได้ เป็นการส่งเสริมให้สังคมอยู่ร่วมกันอย่างเป็นปกติสุข ส่งผลให้ครอบครัว ชุมชน

3) การพัฒนาดนต่อสังคมโดยรวม คือ การพัฒนาตนในมุมมองของผู้ปฏิบัติงานในหน่วยงานที่สังกัด ล้วนต้องมีการพัฒนาทรัพยากรบุคคลให้ทันต่อพัฒนาการของรูปแบบการทำงาน เทคโนโลยีเทคนิควิธีต่าง ๆ ที่จำเป็นต่อการเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน และคุณภาพของผลผลิต ซึ่งส่งผลต่อความมั่นคงของชาติ

บุคคลที่จะพัฒนาตนเองได้ จะต้องเป็นผู้มุ่งมั่นที่จะเปลี่ยนแปลงหรือปรับปรุงตนเอง โดยมีความเชื่อหรือแนวคิดพื้นฐาน

จากสังเขปนิยสถานสู่การพัฒนาตน

หลักธรรมที่เป็นตัวชี้วัดความสำเร็จในเชิงรูปธรรมของการพัฒนาตน คือ ภาวนา 4 นั้น สอดคล้องกับกิจกรรมที่ผู้แสวงบุญของชาวไทยนั้น ดำเนินไปตาม หลักไตรสิกขา หลักภาวนา 4 รวมถึงคุณค่าที่ได้จากการจาริกแสวงบุญ คือ หัวใจพระพุทธศาสนา ซึ่งหลักไตรสิกขา หลักภาวนา 4 นั้น ก็สามารถสรุปประมวลที่ “หัวใจพระพุทธศาสนา” คือ ละชั่ว ทำดี ทำให้ผ่องใส

ผู้แสวงบุญที่มีศรัทธาอันแรงกล้า นั้น เมื่อกลับมาดำเนินชีวิตประจำวันได้นำคุณค่าที่ได้จากการแสวงบุญ ณ สังเขปนิยสถาน มาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันโดยการพัฒนาตนเป็นการพัฒนาความประพฤติของบุคคลที่ได้รับการอบรมดีแล้ว มีพฤติกรรมที่แสดงออกทางกาย วาจาด้วยความสำรวมระวัง (มีการอบรมกาย วาจาที่ดีแล้ว ดำรงอยู่อย่างมีสติ งดเว้นจากการทำบาปทั้งปวง มีการประพฤติตนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคม (มีศีลที่อบรมดีแล้ว) รวมถึงมีความประพฤติภายในจิตใจที่มีสมาธิ ผ่องใส (มีจิตที่อบรมดีแล้ว) อีกทั้งประกอบด้วยปัญญาที่คิดใคร่ครวญไตร่ตรองตามหลักความจริง และน้อมไปทางกุศล (มีปัญญาที่อบรมดีแล้ว) (เอื้ออารีย์ วัยวัฒน์, 2558) จึงรวมเรียกได้ว่า เป็นการพัฒนาตนให้มีคุณค่าที่สูงขึ้น และช่วยทำนุบำรุงพระพุทธศาสนาให้ยั่งยืนสืบไป

บทสรุป

ผู้แสวงบุญที่หมั่นอบรม พัฒนาตนเองด้วยการฝึกฝนตามหลักกายภาวนา และศีลภาวนาดีแล้ว ย่อมเป็นผู้สำรวมระวัง เป็นอยู่อย่างมีสติ งดเว้นจากการทำบาปทั้งปวง ประพฤติตนเป็นประโยชน์

ต่อสังคม และผู้แสวงบุญที่หมั่นอบรม พัฒนาตนเอง ด้วยการฝึกฝนตามหลักจิตภาวนา และปัญญาภาวนาดีแล้ว ย่อมเป็นผู้ที่มีจิตที่เป็นสมาธิ เบิกบาน ผ่องใส ประกอบด้วยปัญญาในการคิด ใคร่ครวญ ไตร่ตรอง ตามหลักของเหตุของผล และน้อมนำไปทางกุศล เมื่อปฏิบัติเช่นนี้ เรียกได้ว่าเป็นการปฏิบัติบูชาต่อพระผู้มีพระภาคเจ้า

เอกสารอ้างอิง

- พระครูพิมลปัญญาบุญต (บุญทา อินตะปัญญา). (2560). *กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้*. วิทยานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระเทพโพธิวิเทศ (วีรยุทธ์ วีรยุทธ์). (2556). *สู่แดนพุทธองค์ อินเดีย-เนปาล (ฉบับนักเดินทาง)*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ อีฐ หิน ดิน พราย.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). (2558). *ลักษณะแห่งพระพุทธศาสนา*. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิพุทธธรรม.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). (2545). *หลักแม่บทของการพัฒนาตน*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). (2558). *ตามทางพุทธกิจ*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ บริษัท อัมรินทร์ปริ้นติ้งกรุ๊ป จำกัด.
- เอื้ออารีย์ วัยวัฒน์. (2558). *กระบวนการพัฒนาพฤติกรรมเชิงจริยธรรมของชาวพุทธ: กรณีศึกษาผู้จาริกแสวงบุญ ณ สังเขปนิยสถาน 4 ตำบล ประเทศอินเดีย-เนปาล*. วิทยานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.