

การสังเคราะห์ความสุขของมนุษย์ตามแนวคิด ตะวันตก-ตะวันออก เพื่อการพัฒนาดัชนีชีวิต

สุพรรณิ ไชยอำพร*

คมพล สุวรรณภูมิ**

บทคัดย่อ

บทความนี้ มุ่งศึกษาเปรียบเทียบแนวความคิดตะวันตก-ตะวันออกที่มีผลต่อตัวชีวิต และแนวปฏิบัติในการขับเคลื่อนสู่ความสุข ซึ่งจากการศึกษาทั้งในระดับศาสตราจารย์ นักปรัชญา และนักคิด พบว่า ในระดับศาสนาไม่มีความต่างกัน กล่าวคือ ต่างก็เน้นความสุขทางใจ และการหลุดพ้น แต่ในทัศนะของนักปรัชญา และนักคิด ยังคงให้ความหมายของความสุขแตกต่างกันบ้างทั้งในมิติเวลาประเภท (ทั้งความสุขทางจิตใจ และความสุขทางกาย) และระดับการตอบสนอง (ขั้นพื้นฐาน หรือระดับกามคุณ และระดับละเอียดอ่อนขั้นสูงเพื่อมุ่งเข้าสู่สุขนิรันดร์) ซึ่งนำไปสู่ดัชนีชีวิต ที่แตกต่างกัน อันมีผลต่อการขับเคลื่อนการทำงานที่แตกต่างกัน

ดัชนีชีวิตความสุขที่มีอิทธิพลต่อหน่วยงานต่าง ๆ ได้แก่ ดัชนีชีวิตของสำนักงานพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ซึ่งได้มีการผสมผสานแนวความคิดตะวันออกมาใช้ แต่ยังไม่สามารถครอบคลุมกลุ่มเป้าหมายได้อย่างแท้จริง เช่น ไม่ครอบคลุมถึงกลุ่มผู้สูงอายุ กลุ่มผู้พิการ กลุ่มรักร่วมเพศ ฯลฯ อีกทั้งยังไม่ครอบคลุมมิติความมั่นคงของมนุษย์ที่แตกต่างหลากหลายทางวัฒนธรรม เช่น ยังไม่สะท้อนตัวชีวิตความอบอุ่นของครอบครัวที่สอดคล้องกับวิถีการดำเนินชีวิตในสังคมวัฒนธรรมไทยปัจจุบัน

แม้บางตัวชีวิตยังคงคุณค่า หรือศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ ซึ่งเป็นความสุขสมัยใหม่ ที่เหมาะสมกับความเป็นสังคมเมือง ไม่แตกต่างไปจากสังคมตะวันตกที่เน้นสิทธิเสรีภาพ และความเสมอภาคทางการเมือง แต่ก็ยังไม่สามารถตอบสนองความต้องการในสังคมชนบทไทยซึ่งต่างก็มีความต้องการหลักประกันความอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกัน เช่นสวัสดิการในชุมชน ดังนั้น ตัวชีวิตที่สามารถช่วยในการขับเคลื่อนงานความสุขในสังคมไทย จึงควรให้ครอบคลุมประเด็นที่แตกต่างหลากหลายออกไป ตามวิถีการดำเนินชีวิตของคนในแต่ละสังคมวัฒนธรรมของไทย

* รองศาสตราจารย์ คณะพัฒนาสังคมและสิ่งแวดล้อม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์

** ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี

Abstract

This article attempts to compare Western and Eastern concepts relating to the happiness index and practice; literature reviews of religious prophets, philosophers and thinkers reveal that at the religious level there is no differences in the indicator, i.e., all emphasize happiness of the mind and being free from bondage. At the philosophical level, there are some differences in terms of time dimension, type (regarding both mental and physical happiness) and responsive level (basic, sexual and higher leading to permanent happiness), which lead to producing different indicators and resulting in different work motivation.

Among the indicators used by most organizations is the one constructed by the National Social and Economic Development Office, which combines some Eastern and Western concepts but does not cover all target groups, e.g., the elderly, the handicapped, homosexuals, etc. Additionally, it does not cover human security from different cultural perspectives, for example, the warm family relation in Thai culture.

Though some the lines of indicators are good measures of modern happiness in the urban life style along Western society which emphasizes rights, liberty and political equality, they cannot serve Thai rural community welfare. It is therefore that Thai happiness indicators should cover various aspects along cultural lines.

เกริ่นนำ

เจตนารมณ์ในการเขียนบทความนี้ ก็เพื่อชี้ให้เห็นถึงทิว (Concept) เกี่ยวกับความสุขของนักคิด นักปรัชญา และนักศาสนาในโลกตะวันตก-ตะวันออก ที่มีแตกต่างกัน อันนำไปสู่การปฏิบัติตามแนวความคิดที่ต่างกันออกไปในการเสริมสร้างความสุขให้กับผู้คนในสังคม อีกทั้ง มุ่งวิเคราะห์เพื่อให้เกิดการพัฒนาตัวชี้วัดความสุข ในมุมมองของนักสังคมวัฒนธรรม ด้วยหวังให้เกิดสัมมาปฏิบัติ (การปฏิบัติที่ถูกต้องของคลองธรรม) อันเป็นหลักประกันสำหรับสัมมาพัฒนาในท้ายที่สุด นอกจากเจตนาที่กล่าวมาแล้วยังมีเจตนาเพื่อให้บทความนี้ได้ตอบสนอง

แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ.2550-2554) ที่มุ่งสร้าง ความอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกันในสังคมไทย อีกทั้งยังมุ่งนำความรู้ไปใช้เพื่อ ประกอบการเรียนการสอนรายวิชาเช่น วิชาวัฒนธรรมกับการพัฒนา และหากมี โอกาสก็จะได้พัฒนาเป็นงานวิจัย เพื่อตอบสนองต่อการขับเคลื่อนงานด้านนี้ใน สังคมไทย

ความสุข นับเป็นพลังที่สำคัญยิ่งประการหนึ่งของสังคม เป็นสิ่งที่มนุษย์ ทุกคนปรารถนา การแสวงหาความสุขจึงฝังแน่นอยู่ในธรรมชาติของมนุษย์ ความสุขมีทั้งที่เกิดขึ้นจากภายในจิตใจ เช่น ความสุขระดับจิตใจ ปัญญาหรือจิต วิญญูณ ฯลฯ และความสุขที่เกิดขึ้นจากปัจจัยภายนอก เช่น การมีหรือการ ครอบครองปัจจัยในการดำรงชีวิต การมีความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับ สิ่งแวดล้อม ฯลฯ แม้ว่าปัจจุบันในยุคที่ความสัมพันธ์มีความซับซ้อนมากขึ้น มีการ เชื่อมโยงถึงกันหมดในทุกภาคส่วนของสังคมโลก ทั้งในระดับปัจเจกบุคคล ระดับ ครอบครัว ระดับชุมชน และระดับประเทศ ผลกระทบที่เกิดขึ้นจากจุดหนึ่งจะส่งผล ไปยังอีก จุดหนึ่งอย่างรวดเร็ว ย่อมทำให้ความสุขของแต่ละบุคคลมีความแตกต่าง หลากหลายมากขึ้น

ในการรวบรวมแนวความคิดที่เกี่ยวข้องกับความสุขซึ่งยังไม่มี การตกลงชัดเจน ทำให้งานการขับเคลื่อนเป็นไปอย่างไม่เต็มที่นัก และอาจก่อให้เกิด ผลเสียในระยะยาว ในการนำเสนอบทความนี้จึงพยายามรวบรวมแนวความคิด และวิเคราะห์ให้เห็นความแตกต่างของแนวคิดตะวันตก-ตะวันออกโดยรวบรวม มาจาก 3 ระดับ คือ 1) ระดับผู้นำทางศาสนา¹ 2) นักปรัชญา และ 3) นักคิด ของทั้งโลกตะวันตกและตะวันออก ซึ่งการวิเคราะห์ให้เห็นความแตกต่างนี้ ก็

¹ ศาสนา ในที่นี้หมายถึง ลัทธิความเชื่อของมนุษย์ อันประกอบด้วยคุณลักษณะเด่นชัด ซึ่งเป็นที่ยอมรับ ของสังคม 5 ประการ กล่าวคือ 1) ศาสดา หรือผู้ก่อตั้งศาสนา (Founder) 2) คัมภีร์ศาสนา หรือ หลักธรรมคำสอนของศาสนา (Scripture) 3) นักบวช หรือผู้สืบต่อศาสนา (Priests or Disciples) และ/ หรือศาสนิกชน (Follower) 4) ศาสนสถาน หรือสถานที่สำคัญของศาสนา หรือปูชนียสถาน (Holy Place) และ 5) สัญลักษณ์ หรือเครื่องแสดงออกของศาสนา ด้านพิธีกรรม (Ritual Performance) และปูชนียวัตถุ (Symbolic) ซึ่งในการศึกษานี้ ตัวแทนศาสนาในซีกโลกตะวันตก คือ ศาสนาคริสต์ ส่วนตัวแทนศาสนาใน ซีกโลกตะวันออก คือ ศาสนาพุทธ

สามารถเชื่อมโยงไปสู่การพิจารณาดัชนีชี้วัดที่เหมาะสมกับบริบทของสังคม วัฒนธรรมไทย อีกทั้งภารกิจที่น่าพิจารณาเพื่อการขับเคลื่อนสู่ความอยู่เย็นเป็น สุขร่วมกัน และตอบสนองความต้องการของมนุษยชาติโดยเฉพาะความ ต้องการของสังคมไทย

แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับความสุข

แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับ “ความสุข” สามารถประมวลได้ ดังนี้

1. ความสุขในทัศนะของนักศาสนา และนักปรัชญาในซีกโลกตะวันออก

1.1 ความสุขตามแนวทางปรัชญาในสมัยก่อนพุทธองค์

ในยุคก่อนพุทธองค์ ผู้คนต่างให้ความสนใจในวิชาธรรมกันมาก ปรากฏมีเจ้าลัทธิต่างๆ มากมาย ได้กำหนดความปรารถนาต่อความเกิด ความ ตาย และสุขทุกข์ต่าง ๆ กัน โดยสามารถจำแนกได้ 2 จำพวก คือ 1) พวกที่เห็น ว่าตายแล้วเกิด มีความเชื่อ 2 แนวทาง คือ พวกเห็นว่าเกิดเป็นอะไรก็เป็นอยู่ อย่างนั้นไม่จุติแปรผันไป กับพวกที่เห็นว่าเกิดแล้วจักแปรผัน เช่น ซาติใหม่อาจ กลายเป็นนก เป็นต้น และ 2) พวกเห็นว่าตายแล้วสูญ เชื่อว่าตายแล้วสูญโดย ประการทั้งปวง กับตายแล้วสูญในบางสิ่งบางอย่าง

เป็นเหตุให้กล่าวถึงสุขทุกข์แตกต่างกัน คือ 1) สุขทุกข์ไม่มีเหตุ บัจจัย สัตว์จะได้สุขได้ทุกข์ก็ได้เอง และ 2) สุขทุกข์มีเหตุปัจจัย สัตว์จะได้สุข และทุกข์เพราะเหตุปัจจัย

จะเห็นได้ว่า “สุขทุกข์” มีการกล่าวถึงไว้อย่างชัดเจนตามปรัชญา พราหมณ์ ตั้งแต่สมัยยุคก่อนพุทธองค์ จนกลายเป็นหนึ่งในมูลเหตุจูงใจให้พระ พุทธองค์ทรงออกผนวช

1.2 ความสุขในทัศนะของพุทธศาสนา

ความสุข มีความสำคัญมากต่อการปฏิบัติธรรม พระพุทธศาสนา เน้นย้ำถึง “โลกธรรม” กล่าวคือ ธรรมที่ครอบงำสัตว์โลกอยู่ และสัตว์โลกย่อม เป็นไปตามธรรม อันประกอบด้วย อารมณ์ที่น่าปรารถนา (อิฏฐารมณ์) ได้แก่

ลาม ยศ สรรเสริญ สุข ฯลฯ และอารมณ์ที่ไม่น่าปรารถนา (อนิฏฐารมณ์) ได้แก่ เสื่อมลาม เสื่อมยศ นินทา ทุกข์ ฯลฯ เมื่ออย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น ให้พิจารณาว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา อายายนดีในส่วนที่น่าปรารถนา อายายนร้ายในส่วนที่ไม่น่าปรารถนา (พระครูวิสุทธิสดุดคุณ, 2550)

ดังนั้น ตามสูตรต้นตปิฎก พระพุทธเจ้าทรงจำแนกความสุขไว้หลายแบบหลายประการ พอจำแนกได้สองแบบใหญ่ ๆ ด้วยกัน คือ

1.2.1 โลภียสุข (ความสุขอันเป็นวิสัยของโลก) นัยแรกนี้นิยามความสุข หมายถึง สภาพที่ทนได้ง่าย (พระราชวรมณี, 2518: 120) ประกอบด้วย สุขเวทนา (ความรู้สึกสุขสบายทางกายก็ตาม ทางใจก็ตาม) สุขินทรีย์ (ความสุขความสบายทางกาย) และโสมนัส- สินทรีย์ (ความแช่มชื่น สบายใจ สุขใจ) เป็นต้น โดยเวทนาเป็นส่วนหนึ่งของขั้น 5 (รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ) ความสุขจึงอยู่ภายใต้กฎไตรลักษณ์ คือ อนิจจตา (ความเป็นของไม่เที่ยง) ทุกขตา (ความเป็นทุกข์) และอนตตตา (ความเป็นอนัตตาหรือไม่ใช่ตน) ความสุขในลักษณะนี้จึงเป็นความสุขที่เกี่ยวข้องกับภพและภุมิ อันเป็นแดนที่เกิดของสัตว์ ความสุขจึงมีทั้งความสุขในภม ความสุขในรูปผาน และความสุขในอรูผาน แต่ก็ยังเป็นความสุขชนิดที่มีอาพาธ มีความรู้สึกอึดอัด ไม่โปร่งใส และถูกรบกวผานที่ว่า เป็นสุขจึงยังมีความทุกข์ปะปนอยู่ จึงมิใช่ความสุขที่แท้จริง

1.2.2 โลกุตตรสุข หรือนิพพานสุข หมายถึง สภาพที่ดับกิเลสและกองทุกข์ ทั้งหมด เป็นสภาวะที่ปราศจากตัณหาโดยสิ้นเชิง ไม่ต้องอาศัยปัจจัยปรุงแต่ง จึงไม่มีลักษณะของการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ประกอบด้วย สอุปาทิเสสนิพพาน (ดับกิเลส ยังมีเบญจขันธ์เหลือ) และอนุปาทิเสสนิพพาน (ดับกิเลส ไม่มีเบญจขันธ์เหลือ) ความสุข นัยที่สองนี้ จึงหมายถึง ภาวะที่สิ้นกิเลสทั้งปวง หรือปราศจากตัณหา นับเป็นสภาวะที่สมบูรณ์ในตัวเอง เป็นสิ่งดีสูงสุดของมนุษย์ ถือเป็นภาวะแห่งความสุขสูงสุด (The State of the Highest Happiness) กล่าวคือ อทุกขมสุขเวทนา (ความรู้สึกเฉย ๆ จะสุขก็ไม่ใช่ ทุกข์ก็ไม่ใช่) และอุเบกขินทรีย์ (ความรู้สึกเฉย ๆ)

สำหรับ ระดับของความสุขในพุทธศาสนา แบ่งเป็น 3 ระดับ (พระธรรมปิฎก ป.อ.ปยุตโต, 2538: 561-564) คือ

1) ขั้นตราม เป็นการแสวงหาความสุขอย่างหมกมุ่นมัวเมา มุ่งแสวงหา และปรนเปรอตนด้วยสิ่งเสพเสวยต่าง ๆ มีการปลุกเร้าและกระตุ้นระดับปกติ

2) ขั้นดี เป็นการแสวงหาความสุขที่มีศีลธรรม คือ การแสวงหาตามปกติ อบายมุขโดยยอมรับและรู้เท่าทันตามจริง เมื่อมีความสุขมักมีทุกข์มาคู่ ดังนั้น ไม่หมกมุ่น ไม่ประมาท

3) ขั้นดีเลิศ เป็นการแสวงหาอย่างประณีต ดึงาม ไม่ก่อปัญหาทั้งแก่ตนและสังคม สันโดษ อยู่ร่วมกันโดยธรรม ชักจูงไปในทางเจริญถึงงามที่ปราณีตสุข

จากข้อเสนอดังกล่าว ความสุข จึงอยู่ในสถานะทางจิตใจ โดยตั้งอยู่ตรงข้ามกับความทุกข์ ซึ่งหมายถึง สภาพที่ทนได้ยาก (พระราชวรมุนี, 2518 : 120) ประกอบด้วย ทุกขเวทนา (ความรู้สึกรู้สึกทุกข์ไม่สบายทางกายก็ตาม ทางใจก็ตาม) ทุกขินทรีย์ (ความทุกข์ ความไม่สบาย เจ็บปวดทางกาย) และโทมนัสสินทรีย์ (ความเสียใจ ทุกข์ใจ) จะเห็นได้ว่า พุทธจริยศาสตร์ เน้นทางจิตใจ โดยสอนวิธีดับทุกข์เพื่อเข้าถึงความสุข ดังปรากฏในคำสอนเรื่องอริยสัจ 4 ได้แก่ ทุกข์ (ความทุกข์) ทุกขสมุทัย (เหตุเกิดแห่งทุกข์) ทุกขนิโรธ (ความดับทุกข์) และทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา (ปฏิปทาที่นำไปสู่ความดับแห่งทุกข์) อันเป็นกระบวนการสำคัญของ 2 ใน 8 ของมรรค คือ สัมมาทิฎฐิหรือเห็นชอบ (Right View) และสัมมาสังกัปปะหรือดำริชอบ (Right Thought) ซึ่งหมายรวมถึง สาระของอริปัญญา คือ การมองดูรู้จักและเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง หรือรู้เท่าทันธรรมชาติของสังขารธรรมทั้งหลายที่ทำให้เป็นอยู่และการทำการต่าง ๆ ด้วยปัญญา (พระธรรมปิฎก, 2538 : 601-604)

1.3 ความสุขในทัศนะของนักปรัชญาตะวันออก : อินเตีย

ปรัชญาตะวันออกมีมากมายหลายสำนักที่สำคัญ ได้แก่ ปรัชญายุคพระเวท ปรัชญาจรวาก และปรัชญาเซน เป็นต้น

1.3.1 ปรัชญายุคพระเวท (เริ่มต้นประมาณ 1,000 ปีก่อนพุทธกาล) ในคัมภีร์สฤตตนิบาต พรหมณธัมมิกสูตร ได้พรรณนาให้เห็นชีวิตความเป็นอยู่ของนักปราชญ์ไว้ว่า ปราชญ์โบราณเหล่านี้เป็นนักพรต พวกเขาฝึกการควบคุมตนเอง หลีกเลี้ยงความสุขทางผัสสะทั้ง 5 ทรัพย์สินสมบัติของพวกเขามีได้ประกอบด้วยฝูงสัตว์ เงินทองหรือข้าวเปลือก แต่ประกอบด้วยความบริสุทธิ์และการศึกษาหาความรู้ (Dutt, Nalinaksha, 1960: 2)

นักปรัชญายุคพระเวท มิได้ให้ความสำคัญกับความสุขทางผัสสะ แต่มุ่งที่จะกำจัดของตนให้บริสุทธิ์และการศึกษาหาความรู้อันเป็นกิจกรรมทางปัญญา จุดประสงค์ของการปฏิบัติเป็นไปเพื่อชีวิตหน้า กล่าวคือ เมื่อร่างกายดับจากโลกนี้ไปแล้ว ก็จะได้ไปเกิดในสวรรค์ การปฏิบัติต่าง ๆ เช่น การบำเพ็ญพรต ภาวนา การประกอบพิธีบูชาขัยัญ การศึกษาคัมภีร์ พระเวท ฯลฯ มีจุดมุ่งหมายเพื่อทำให้วิญญาณบริสุทธิ์ โดยความสุขสูงสุดอยู่ที่การได้ไปเกิดในสวรรค์

1.3.2 ปรัชญาจรวาก เป็นปรัชญาวัตถุนิยม (สันนิษฐานว่าเป็นลัทธิที่ขึ้นเกิดก่อนพุทธศาสนา ในประเทศอินเดีย) คำสอนเน้นถึงในเรื่องความสุข ความสำราญทางโลก กล่าวคือ สิ่งที่เรารับรู้ทางประสาทสัมผัสเท่านั้นที่เป็นจริง สิ่งต่าง ๆ ประกอบขึ้นจากราตุ 4 (ดิน น้ำ ลม ไฟ) แม้กระทั่งจิตหรือวิญญาณของมนุษย์ ไม่มีโลกหน้า ไม่มีชีวิตหลังตาย ความสุขคือจุดหมายสูงสุดของชีวิต ความตายคือโมกษะ (หลุดพ้น) ในขณะที่มีชีวิตอยู่จึงควรแสวงหาความสุขความบันเทิงเรีงรมย์แก่ตัวเองให้มากที่สุด โดยเน้นความสุขของแต่ละบุคคล (สัจิตรา อ่อนค้อม, 2523: 21-22)

1.3.3 ปรัชญาเซน มีทัศนะเกี่ยวกับความสุขว่า การที่บุคคลหมกมุ่นอยู่กับความสุขความสำราญจะทำให้วิญญาณหรือชีวะเสียดังเดิมของตน และตกอยู่ใต้อำนาจของวัตถุ ซึ่งกรรมเป็นตัวสร้างขึ้นมาคุมขังชีวะไว้กับภพกรรมเป็นวัตถุแทรกซึมอยู่ในชีวะทั้งหมด และทำให้ชีวะมีน้ำหนักตกลงสู่ระดับโลกีย์ (ชีวะมีพันธะ) ทำให้ต้องเวียนว่ายตายเกิดอีก จุดมุ่งหมายของชีวิตจึงได้แก่การทำตนให้พ้นจากกรรม (ชีวะเป็นอิสระ) ด้วยมรรณกรรมได้ในที่สุด ชีวะ

ที่เข้าถึงความหลุดพ้นหรือโมกษะ จะไปพำนักเสวยวิมุตติสุขชั่ววันรันดร ณ นิवासสถานของผู้บริสุทธ์ (สุทธศีลา) ซึ่งอยู่ยอดสุดของจักรวาล

จะเห็นได้ว่า เซน สอนให้มนุษย์หลีกเลี่ยงความทุกข์สบายทางกาย และสอนให้ทรมาณตนให้ลำบาก เพื่อการหลุดพ้นกรรม เต็มใจทรมาณตน เพื่อบูชา ศาสนาอย่างมั่นคง

1.4 ความสุขในทัศนะของนักปรัชญาตะวันออก : จีน

นักปรัชญายุคต้นและยุคกลางของจีนคนสำคัญ ได้แก่ ขงจื้อ เหลาจื้อ (Laozu) บัคจื้อ (รับอิทธิพลมาจากลัทธิขงจื้อ และลัทธิเต๋า) และเม่งจื้อ ส่วนนักปรัชญายุคสุดท้ายของจีนที่สำคัญ คือ จังจื้อ เอี้ยงจื้อ ช่งจื้อ

ลักษณะปรัชญาจีนมีความไม่สมบูรณ์ / บกพร่องในการอธิบายการเกิดของโลก (Theory of World) และการวิวัฒนาการแห่งความรู้ (Theory of Knowledge) นักปรัชญาของจีนมักจะต้องตั้งปัญหาไว้ให้คิดแต่เพียงว่า “จะทำอย่างไร” แต่มักไม่คิดค้นต่อว่า “ทำไมจึงเป็นเช่นนั้น” จึงทำให้ปรัชญาจีนไม่สมบูรณ์เหมือนปรัชญาอินเดีย อย่างไรก็ตามลัทธิปรัชญาจีนอยู่ภายใต้อิทธิพลของการเมือง

นักปรัชญายุคต้นแบ่งเป็น 3 กลุ่ม

1) กลุ่มเน้นฟื้นฟูนัลัทธิธรรมเนียมการปกครองเก่ามาใช้ ได้แก่ ขงจื้อ และเม่งจื้อ

2) กลุ่มเน้นปรับปรุงลัทธิธรรมเนียมใหม่ให้ทันสมัย ได้แก่ บัคจื้อ

3) กลุ่มธรรมชาตินิยม คือ ปล่อยให้สังคมเป็นไปตามธรรมชาติ ไม่คิดแก้ไขอะไร ได้แก่ เหลาจื้อ

แม้ว่าแนวคิดจะแตกต่างกัน แต่มีจุดมุ่งหมายอย่างเดียวกัน คือ ความสงบสุขของตนและสังคม

1.4.1 ขงจื้อ เมื่ออยู่ในห้วงทุกข์ ประสพมรสุมชีวิตมักกล่าวคำว่า “สวรรค์” เสมอ ถ้าพระเจ้ามีจริง โลกควรได้รับความยุติธรรมกว่านี้ ถึงแม้ว่าท่านจะสอนให้ทำพิธีบวงสรวงพระเจ้าตามจารีตประเพณีในสมัยโบราณ แต่ท่านก็สอนประชาชนว่า “จงเคารพบูชาผีฟ้าและพระเจ้า แต่ควรอยู่ให้ห่าง ๆ

อย่าหลงงมงายในสิ่งเหล่านี้จนเกินไป” ขงจื้อเคยตอบเจ้าผู้ครองนครลู่ ว่าความเจริญ ความเสื่อมของรัฐ มิใช่เป็นบัญญัติพระเจ้า แต่ ความเจริญและความเสื่อมสุขหรือทุกข์ย่อมสำคัญอยู่ที่ตัวบุคคล (เสถียร โพธิ์นันทะ, 2514: 117)

ขงจื้อ มีทัศนะต่อการเมืองว่า การเมืองควรมี “สากลนิยม” ไม่มีชาติชั้นวรรณะ ประชาชนมีความเป็นอยู่อย่างเสมอภาค ทุกคนทำงานเป็นหลักฐาน คนชรา ทุพพลภาพ และเด็กได้รับการเลี้ยงดูอย่างดี ผู้ปกครองต้องใช้วิธีคัดเลือกเอาคนที่ดีที่สุดในความสามารถที่สุด จากประชาชนขึ้นมาเป็นรัฐบาล อุดมการณ์ทางการเมืองของลัทธิขงจื้อ เรียก “ได้ทั้ง” แปลว่า ความเสมอภาคอันยิ่งใหญ่ ค่าของความเป็นมนุษย์ คือ การมีชีวิต เพื่อต้องการใช้ชีวิตให้เป็นประโยชน์ต่อมวลมนุษยชาติด้วยกัน (ลำดวน ศรีมณี, มปป. : 120)

โดยสรุปหลักปฏิบัติเพื่อให้เกิดสุขของขงจื้อ เน้น “ตง-สู” หมายถึง ให้ประพฤติดีทางกาย และจิตใจงดงาม ดังนี้

1) ตง แปลว่า มีจิตใจมั่นคง ไม่เอนเอียงไปทางชั่วทางผิด ได้แก่ ความจงรักภักดีตั้งอยู่ในความยุติธรรม มีความซื่อสัตย์สุจริต

2) สู แปลว่า เอาใจเขามาใส่ใจเรา หมายถึง การปฏิบัติต่อผู้อื่น เหมือนกับที่ต้องการให้คนอื่นปฏิบัติต่อเรา

1.4.2 เหลาจื้อ (Laotzu) เป็นผู้เขียนวรรณกรรมสำคัญ ได้แก่ คัมภีร์เต๋าเต็กเก็ง (Tao Teh Ching) แปลว่า คัมภีร์ว่าด้วยคุณสมบัติของเต๋า เนื้อหาของเต๋า สอนให้ครองชีวิตอย่างสงบ ไม่ให้ทำอะไรฝืนธรรมชาติ ให้ใช้ชีวิตแบบสันโดษ เหลาจื้อได้กล่าวเป็นสุภาษิตไว้ว่า (เต๋าเต็กเก็ง บทที่ 3) ว่า “คนที่ยืนเขย่งเท้า เพื่อจะอยู่เหนือผู้อื่น ผู้นั้นยอมยืนอยู่ไม่ได้นาน คนที่ก้าวขายาวเกินไป เพื่อจะล้ำหน้าคนอื่น ย่อมไปได้ไม่ไกล คนที่แสดงว่าตนเองมีพระเดชพระคุณ กลับจะกลายเป็นคนถูกเขาเนรคุณ ไม่มีคนนับถือ”

โดยสรุปกล่าวได้ว่า ลัทธิเต๋า ยึดถือว่าสุขทุกข์อยู่ที่ใจ ให้ความคุมจิตใจ ให้บริสุทธิ์ ให้ถือสันโดษและสละโลกีย์วิสัย ดังคำกล่าวที่ว่า “ตราบไตที่มนุษย์ฝืนธรรมชาติ สันติสุขจะเกิดขึ้นไม่ได้ ท่านได้วางหลักปฏิบัติเพื่อการดำรงชีวิตที่ก่อสุขไว้ 5 ประการ

- 1) รู้จักพอ คือ สันโดษ มีชีวิตเรียบง่ายไม่โลภจะเกิดสุข
- 2) ปฏิบัติตนตามหลักปัญญาญาณ คือ
 - รู้จักและเข้าใจกฎธรรมชาติ
 - รู้จักตนเอง
 - รู้จักปรับตัวเหมือนน้ำที่แปรสภาพไปตามลักษณะของภาชนะ
- 3) มองโลกในแง่ดี
- 4) เป็นนายของความรู้ คือ ใช้ความรู้ให้เกิดประโยชน์
- 5) ยึดเต๋าเป็นอุดมคติ คือ ดำเนินชีวิตแบบเต๋า เพื่อพบกับอิสระ

ความสุข ความเรียบง่าย และมีความสุขแม้ในสภาพที่น่าจะเป็นทุกข์ และเป็นทุกข์ในสภาพที่น่าเป็นสุข เช่น ยิงรวยก็ยิงทุกข์ ยิงเป็นภาระ / หวงแหนสมบัติ ยามวิบัติก็โศกเศร้ารุนแรง ความรวยไม่อาจซื้อความสุขทางใจที่เป็นอมตะได้ ควรใช้ชีวิตที่เรียบง่ายแต่ทำจิตใจให้สูง (Simple Life and High Thinking)

1.4.3 บัคจื่อ เน้นความสันโดษ มีชีวิตที่ง่าย ๆ แผ่ความรักร่วมกัน (รักคนอื่นให้เหมือนกับรักตนเอง) บุษายกย่องบัณฑิต ท่านได้เน้นถึงความสุขในชีวิต ความสุขที่เม่งจื่อถือว่าดีที่สุดในมืออยู่ 3 อย่าง คือ

- 1) บิดามารดามีชีวิตอยู่บริบูรณ์ พี่น้องมีความรักสามัคคีต่อกัน
- 2) สำราญระวังไม่ทำชั่วเสียหาย
- 3) มีคนดี / มีความสามารถมาเลี้ยงดู

บัคจื่อ เน้นการแสวงหาความสุขในโลกนี้ มีความสุขจนถึงตายก็จบ

สำหรับลัทธิปรัชญายุคสุดท้ายของจีนที่สำคัญคือ แนวคิดของจิ้งจื่อที่เน้นสุขทางจิตนิยม และเอี้ยวจื่อที่เน้นสุขทางวัตถุ / โลภียสุข คือ ความสุขในกามคุณ

1.4.4 จิ้งจื่อ ความสุขในทัศนะของจิ้งจื่อ ถือว่าความสุขที่ชาวโลกไขว่คว้า ไม่ว่าจะเป็นอายุที่ยืนนาน ร่ำรวยมั่นคง มียศศักดิ์สูง ร่างกายแข็งแรง นอนหลับสบาย มีอารมณ์เครื่องประดับงดงาม ได้รับการบำเรอด้วยกามคุณอย่างเต็มที่ เป็น “ความสุขจอมปลอม” ล้วนเป็นสุขที่เกิดจากความกดดันทั้งสิ้น จิ้งจื่อถือว่า การครองชีพอย่างสงบวิเวกไม่ไปยุ่งเกี่ยวกับสิ่งใด เป็นสุขอย่างแท้จริง ความสุขที่แท้จริงต้องมีได้มาจากเนื้อหนัง เกียรติยศอันแท้จริงต้องเป็น

เกียรติยศที่พ้นจากการสรรเสริญเยินยอ ไม่ผูกมัดกับการเปรียบเทียบ เพราะ
 ธรรมชาติของมนุษย์ต้องการแค่ปัจจัย 4 และความสงบ ไม่ทะยานอยาก
 นอกเหนือธรรมชาติ หรือไม่พอใจในสภาวะที่ตัวมี

1.4.5 เอี้ยงจื้อ ความสุขในทัศนะของเอี้ยงจื้อ ลัทธิคำสอนของเอี้ยงจื้อ
 เน้นหนักในเรื่องโลกียสุข คือ สุขในกามคุณ โดยเน้นการแสวงหาความสุขใน
 โลกนี้เป็นสำคัญ ไม่มีนรก ไม่มีสวรรค์ ความสุขที่แท้จริง คือ ความสุขทางกาย
 ที่สัมผัสกับรูป รส กลิ่น เสียง เมื่อมีชีวิตต้องเสพสุขให้พอโดยการกิน การดื่ม
 การเสพกามให้มากที่สุด การใช้ชีวิตแสวงหาความสุขในปัจจุบันอย่างเต็มที่ ไม่
 ต้องคิดถึงอนาคต (เสถียร โพธิ์นันทะ, 2514 : 391)

ตารางที่ 1 สรุปทัศนะสำคัญที่เกี่ยวข้องกับความสุขของนักปรัชญาชาวจีน

นักปรัชญา	ทัศนะที่เกี่ยวข้องกับความสุข
ขงจื้อ	มีลักษณะ <i>จิตนิยม</i> สอนให้มีจิตใจมั่นคง ไม่เอนเอียงสู่ สิ่งชั่ว ปฏิบัติในลักษณะเอาใจเขามาใส่ใจเรา
เหลาจื้อ และจิ้งจื้อ	มีลักษณะเป็น <i>ธรรมนิยม</i> และ <i>จิตนิยม</i> ให้ยึดเต๋า (เน้น เสียสละ รักในธรรมชาติที่สงบ มีความสุขท่ามกลางป่า เขาลำเนาไพร สันโดษ)
บักจื้อ	<i>เทวนิยม</i> เน้นจิตใจที่รักและเผื่อแผ่ ใช้ชีวิตเรียบง่าย
เม่งจื้อ	<i>จิตนิยม</i> ทำใจให้สบาย โดยการแสวงหาความสุขที่เป็น โลภียะ ไม่มีนิพพาน
เอี้ยงจื้อ	<i>วัตถุนิยม</i> เน้นสุขในกามคุณ โดยเชื่อว่าทุกสิ่งในโลกไม่ เทียง ตายแล้วไม่กลับมาเกิดอีก ไม่มีอนาคตมีแต่ ปัจจุบัน
ซ่งจื้อ	<i>จิตนิยม</i> เน้นว่าจิตมนุษย์ไม่บริสุทธิ์ ต้องได้รับการศึกษา อบรมจึงจะทำให้จิตบริสุทธิ์ได้

หากเปรียบเทียบพุทธ-ปรัชญาจีน จะเห็นได้ว่า มีส่วนสอดคล้อง คล้ายคลึงในเรื่องสุขทางใจ ส่วนสุขทางกายจะสุขแท้จริงแค่ไหนอยู่ที่การใช้ ปัญญาไตร่ตรอง หรือเลือกปฏิบัติ

1) หลักปฏิบัติระดับต้น *เบญจศีล-เบญจธรรม* เทียบได้กับหลักของ ขงจื้อ เหลาจื้อ จังจื้อ

2) หลักปฏิบัติระดับกลาง *กุศลกรรมบท 10* เทียบได้กับเต๋า และกลุ่ม วัตรอุนิยม และจิตินิยม เป็นทางแห่งความดี เพื่อก้าวสู่สุขที่ดีเลิศ (ความเจริญ และคุณธรรมขั้นสูงขึ้นไป) ไม่หลงลาภยศสรรเสริญ

3) ระดับสูง คือ มรรคมีองค์ 8 เป็นคุณธรรมขั้นสูงที่สามารถทำให้ผู้ ปฏิบัติเข้าถึงนิพพานได้ เป็นทางแห่งการหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวง

โดยสรุป นักปรัชญาคนสำคัญของโลกตะวันออก เน้นความสุขทาง จิตใจเป็นสำคัญ แม้บางท่านจะยอมรับความสุขทางกาย

2. ความสุขในทัศนะของนักศาสนา และนักปรัชญาในซีกโลกตะวันตก

2.1 ความสุขในทัศนะของพระศาสนจักรคาทอลิก มนุษย์ถูก กำหนดไว้เพื่อพระเป็นเจ้า และถูกเรียกเข้าสู่ความบรมสุขนิรันดรทั้งวิญญาณ และร่างกาย (พระสันตะปาปา เบเนดิก ที่ 16, 2550 : 224-225)

ความบรมสุข ซึ่งเป็นความสุขแท้จริง มนุษย์สามารถเข้าถึงได้โดย อาศัยคุณธรรม แห่งพระพรหรรษทานของพระคริสเจ้า ตามมโนธรรมที่ถูกต้อง แสวงหาและรักความจริง ความดี และหลีกเลี่ยงความชั่ว

การเห็นพระเป็นเจ้าในชีวิตนิรันดร ในที่ซึ่งเราจะเข้ามามีส่วนร่วมใน พระธรรมชาติของพระเป็นเจ้าอย่างเต็มที่ เข้าสู่พระสิริรุ่งโรจน์ของพระคริสเจ้า และในความชื่นชมยินดีแห่งชีวิตพระตรีเอกภาพ ความสุขนี้อยู่เหนือ ความสามารถของมนุษย์ เป็นพระพรเหนือธรรมชาติของพระเป็นเจ้าที่ให้เปล่า เป็นเหมือนพระพรหรรษทานซึ่งนำไปสู่ความบรมสุขที่สัญญาไว้ นั่น ทำให้เราต้อง ตัดสินใจเลือกทางศีลธรรมอย่างมั่นใจเกี่ยวกับความดีงามของโลก และปลุกเร้า เราให้รักพระเป็นเจ้าเหนือกว่าสิ่งอื่นใดทั้งปวง (พระสันตะปาปา เบเนดิก ที่ 16, 2550: 226) นับเป็นเป้าหมายสุดท้ายของการกระทำของมนุษย์

ฉะนั้น การปฏิบัติตามคำสอนที่ว่าด้วยบรมสุข จึงไม่เพียงแต่พบความสุขบนโลกนี้เท่านั้น แต่เป็นหนทางซึ่งนำไปสู่พระอาณาจักรสวรรค์ (ความบรมสุขนิรันดร) ดังคำสอนที่ว่า

ผู้มีใจยากจน ย่อมเป็นสุข เพราะอาณาจักรสวรรค์เป็นของเขา
ผู้เป็นทุกข์โศกเศร้า ย่อมเป็นสุข เพราะเขาจะได้รับการปลอบโยน
ผู้มีใจอ่อนโยน ย่อมเป็นสุข เพราะเขาจะได้รับแผ่นดินเป็นมรดก
ผู้หิวกระหายความยุติธรรม ย่อมเป็นสุข เพราะเขาจะอิ่ม
ผู้มีใจเมตตา ย่อมเป็นสุข เพราะเขาจะได้รับพระเมตตา
ผู้มีใจบริสุทธิ์ ย่อมเป็นสุข เพราะเขาจะได้เห็นพระเจ้า
ผู้สร้างสันติ ย่อมเป็นสุข เพราะเขาจะได้ชื่อเป็นบุตรของพระเจ้า
ผู้ถูกเบียดเบียนข่มเหงเพราะความซื่อสัตย์ต่อพระเจ้า ย่อมเป็นสุข
เพราะอาณาจักรสวรรค์เป็นของเขา
ท่านทั้งหลายย่อมเป็นสุข เมื่อถูกเขาดูหมิ่น ข่มเหง และใส่ร้ายต่าง ๆ

นาเนา

พวกเราจงชื่นชมยินดีเถิด เพราะบำเหน็จรางวัลของท่านในสวรรค์นั้นยิ่งใหญ่

เขาได้เบียดเบียนบรรดาประกาศกที่อยู่ก่อนท่านดังนี้ด้วย

เช่นเดียวกัน

(มธ 5: 3-12 อ้างถึงใน ฝ่ายงานอภิบาลและธรรมทูตอัครสังฆมณฑลกรุงเทพฯ ฯ, 2546: 442-443)

2.2 ความสุขในทัศนะของนักปรัชญาตะวันตก

นักปรัชญาตะวันตกมีทัศนะเกี่ยวกับความสุขใน 2 กลุ่มใหญ่ กล่าวคือ

1) กลุ่มปัญญานิยม (Intellectualism) ที่ถือว่าความสุขมิได้เป็นสิ่งที่ดีที่สุดและมีได้มีค่าในตัวเอง ค่าของมันอยู่ที่ มันเอื้ออำนวยให้สิ่งอีกสิ่งหนึ่งที่ดีกว่า (ปัญญาหรือความรู้) เกิดขึ้น เพราะถือว่าปัญญาหรือความรู้เป็นสิ่งที่ดีที่สุดสำหรับมนุษย์ เป็นจุดหมายของมนุษย์ ส่วนความสุขเป็นเพียงวิถีที่จะนำไปสู่จุดหมายเท่านั้น โดยนักปรัชญาในยุคนี้ที่กล่าวถึงความสุข ได้แก่ โสกราตีส

(Socrates, 469-399 B.C.) เพลโต (Plato) และอริสโตเติล (Aristotle, 384-322 B.C.) เป็นต้น และ 2) กลุ่มสุขนิยม (Hedonism) ซึ่งถือว่าความสุขเป็นสิ่งที่ดีที่สุดและมีค่าในตัวเอง การกระทำต่าง ๆ ของมนุษย์มีได้เป็นไปเพื่อคุณค่าในตัวเองของการกระทำนั้น แต่เป็นเพียงวิถี (Means) ที่จะนำไปสู่จุดหมาย (End) คือ ความสุข โดยมีนักปรัชญาตะวันตกที่เป็นตัวแทนของสุขนิยม ได้แก่ เอพิคิวรุส (Epicurus, 341-270 B.C.) เยอรัมเบ็นธัม (Jeremy Bentham 1748-1832) และจอห์น สจิวท มิลล์ (John Stuart Mill, 1806-1873) เป็นต้น

2.2.1 ปัญญานิยม (Intellectualism)

นักคิดฝ่ายปัญญานิยม ให้ความสำคัญกับปัญญา (ความสามารถในการใช้เหตุผล เพื่อแสวงหาความจริง) หรือความรู้ว่าเป็นสิ่งดีสูงสุดและมีค่าในตัวเอง ความสุขเป็นเพียงวิถีที่จะนำไปสู่กิจกรรมทางปัญญา ซึ่งเป็นสิ่งที่แยกมนุษย์ออกจากสัตว์ นักคิดกลุ่มปัญญานิยมที่ควรกล่าวถึง คือ โซคราติส เพลโต และอริสโตเติล

2.2.1.1 โซคราติส (Socrates, 469-399 B.C.) เป็นนักปรัชญาชาวกรีก เขาเชื่อว่า คนทุกคนต้องการทำความดี แต่เหตุผลที่ทำให้เขาทำความชั่วเพราะเขาไม่รู้ ซึ่งในที่นี้หมายถึง การรู้จักตัวเอง (Know Themselve) ในฐานะที่เป็นมนุษย์ ถ้าเราเข้าใจธรรมชาติของมนุษย์อย่างแท้จริง เราจะเข้าใจดีว่าในฐานะที่เป็นมนุษย์เราควรทำอะไร

เขาจึงพยายามสอนประชาชน มิให้หลงใหลอยู่กับความสุขทางกาย เพราะจะทำให้วิญญาณไม่บริสุทธิ์ ตัวเขาเองก็พยายามปฏิบัติตามเป็นตัวอย่าง ดังจะเห็นได้จากประวัติของเขาว่า เขาดำเนินชีวิตอย่างง่าย ๆ ไม่สนใจต่อทรัพย์สินสมบัติหรือชื่อเสียงเกียรติยศ เพราะสิ่งเหล่านี้มีแต่จุดให้วิญญาณเกลือกกลั้วอยู่กับกิเลสตัณหา มนุษย์จึงควรหลีกเลี่ยงความสุขทางกาย และหันมาปฏิบัติกิจกรรมแห่งวิญญาณ นั่นคือการใช้ปัญญาไตร่ตรองหาสิ่งอันเป็น สัจธรรม เพื่อจะได้ยึดเป็นหลักในการดำรงชีวิต และเมื่อตายวิญญาณจะได้เข้าสู่โลกแห่งความจริง (สุจิตรา อ่อนค้อม, 2523: 15)

2.2.1.2 เพลโต (Plato) เป็นนักปรัชญาร่วมสมัย และเป็นศิษย์ของโสกราตีส ในทัศนะของเพลโต คนดีมีคุณธรรมเท่านั้นที่จะมีความสุขได้ เพราะวิญญาณของเขาอยู่ในสภาพที่สามารถสัมผัสกับความสุขได้ ซึ่งความสุขในที่นี้มีได้หมายถึงความสุขทางกาย (เช่นเดียวกับโสกราตีส) โดยความสุขที่สูงส่งคือ ความสุขทางวิญญาณ มนุษย์จะรู้จักความสุขชนิดนี้ได้ต่อเมื่อวิญญาณสัมผัสกับโลกแห่งความจริง ซึ่งอยู่เป็นอิสระจากโลกแห่งผัสสะ (World of Sense) อันหมายถึงโลกของแบบ (World of Ideas) ดังนั้น ความสุขจึงแบ่งออกเป็น 2 แบบ คือ 1) ความสุขทางกาย ซึ่งเป็นความสุขทางผัสสะ เช่นความสุขที่ได้จากการกิน การดื่ม เป็นต้น และ 2) ความสุขทางใจ ซึ่งเป็นความสุขที่เกิดขึ้นเมื่อวิญญาณเป็นอิสระจากกิเลสตัณหาทางกาย

อย่างไรก็ดี เพลโต เชื่อว่าความสุขเป็นสภาพที่เปลี่ยนแปลงและไม่คงที่ ความสุขเป็นเพียงกระบวนการ (Process) ที่จะทำให้สิ่งหนึ่งเป็นอีกสิ่งหนึ่งซึ่งคงที่และไม่เปลี่ยนแปลง ความสุขจึงมิใช่สิ่งที่มีค่าที่สุด

2.2.1.3 อริสโตเติล (Aristotle, 384-322 B.C.) เป็นศิษย์ของเพลโต ได้ให้ความหมายของคำว่า ความสุข เป็นความดีอย่างสมบูรณ์แบบ (Summum Bonum) เป็นความดีสูงสุด (Supreme good) มนุษย์เราทำทุกสิ่งก็เพื่อความ สุขและความสุข ก็คือ กิจกรรมของจิตที่สอดคล้องกับความดีงาม เป็นความรู้อีกที่ดี เรียกว่า สุขภาวะ (Well being) ซึ่งเป็นการนิยามความสุขในแง่ของมาตรฐานการที่มนุษย์พยายามทำสิ่งที่ดีให้กับตนเองนั้น ก็เพราะทำเพื่อเกียรติยศ ชื่อเสียง ความปรารถนา เหตุผล หรือเพื่อคุณธรรมความดีงาม แต่สิ่งเหล่านี้หาเป็นสิ่งที่ดี สิ้นสุดท้ายไม่ เพราะจริง ๆ แล้ว ทุก ๆ สิ่ง ที่มนุษย์ทำมาทั้งหมดก็เพื่อความ สุขนั่นเอง และเป็นแรงจูงใจสุดท้าย (Final end) ของการกระทำของมนุษย์ เป็นความดีสูงสุด (Highest good) หรือเป็นสิ่งที่ดีสุดท้าย (Final good) ความสุขเป็นสิ่งที่คนทั่วไปยึดถือร่วมกันว่าเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดของชีวิต มนุษย์ทุกคนต่างทำทุกสิ่งเพื่อความ สุข ด้วยเหตุผลที่ว่าความสุขเป็นวิถีสำหรับจุดหมายในตัวของมันเองไม่ได้เป็นวิถีไปสู่สิ่งใดอีกแล้ว (McGill VJ., 1968 และ Kenny AN., 1995 อ้างถึงใน กัญฉิกา ชัยสวัสดิ์, 2546: 11)

ความสุขในทัศนะของอริสโตเติล จึงจำแนกเป็น 2 ระดับ คือ

- 1) ความสุขระดับการรับรู้ (Perception) ทางผัสสะ เรียกว่า Pleasure และ
- 2) ความสุขระดับที่เกิดจากกิจกรรมทางปัญญา เรียกว่า Happiness เป็นความสุขสูงสุด เป็นจุดหมายในตัวเอง เป็นผลจากการปฏิบัติคุณธรรมของบุคคล เป็นสิ่งดีสุดท้าย และเป็นสิ่งที่มนุษย์แสวงหา

2.2.2 สุขนิยม (Hedonism) แบ่งออกเป็น 2 แบบ คือ

2.2.2.1 สุขนิยมแบบอัตนิยม (Egoistic Hedonism) เน้นความสุขของแต่ละบุคคลเป็นสำคัญ เชื่อว่า ควรหาความสุขให้ตัวเองให้มากที่สุดโดยไม่ต้องคำนึงถึงผู้อื่น หน้าที่ที่พึงมีต่อผู้อื่น จะเป็นไปได้ก็ต่อเมื่อมันนำความสุขมาสู่ตัวเรา อาจจะโดยตรงหรือทางอ้อม ถ้ามันไม่นำความสุขมาสู่ตัวเราเลยก็ไม่จำเป็นต้องไปเกี่ยวข้องหรือสัมพันธ์กับผู้อื่น (Ewing, 1975: 16) นักปรัชญาคนสำคัญในกลุ่มนี้ คือ เอبيقูรัส

เอبيقูรัส (Epicurus, 341-270 B.C.) เป็นนักปรัชญาชาวกรีกที่ได้รับอิทธิพลมาจากเดโมคริตุส (Democritus) ผู้ให้กำเนิดลัทธิอะตอม (Atomism) ในแง่ที่เป็นทฤษฎีเอبيقูรัส เป็นผู้ให้กำเนิดลัทธิเอพิคิวเรียน (Epicurianism) ซึ่งมีลักษณะเป็นสสารนิยม (Materialism) โดยเชื่อว่าสสารเท่านั้นที่เป็นจริง วิญญาณของมนุษย์ก็มีลักษณะเป็นสสาร จึงมีแตกมีดับเช่นเดียวกับสสาร ไม่มีโลกหน้า ที่มนุษย์จะได้รับการพิจารณาความดีหรือความชั่ว ขณะมีชีวิตอยู่จึงควรแสวงหาความสุขให้แก่ตนให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ดังคำขวัญที่ว่า “จงกิน ดื่ม และหาความสำราญเสีย เพราะพรุ่งนี้เราก็ตาย” (Joseph Gerard Brennan, 1973 : 61) แม้ว่าเอبيقูรัสจะเป็นสุขนิยมในแง่ที่ว่าความสุขและความสำราญเท่านั้น เป็นสิ่งประเสริฐสุดของชีวิต แต่เขาก็มิได้สอนให้มัวเมาในความสุข หากสอนให้ดำเนินสายกลาง ให้ถือสันโดษ ไม่ทะเยอทะยาน ชีวิตที่ประเสริฐ คือ ชีวิตที่มีความเป็นอยู่ง่าย ๆ และสงบ จึงควรปลีกตัวออกจากสังคม การเข้าไปผูกพันกับสังคมเท่ากับขาดความเป็นอิสระ แต่ก็มิได้สอนให้มนุษย์ใช้ชีวิตอย่างโดดเดี่ยว โดยไม่สัมพันธ์กับผู้อื่นเลย เพราะจะทำให้พบกับ

ความว่าแห้ว เขาจึงสอนให้เลือกทางสายกลาง คือ มิตรภาพ การมีมิตรภาพต่อผู้อื่น และมีชีวิตอยู่ในสังคมที่เป็นมิตร จึงเป็นสิ่งประเสริฐอีกสิ่งหนึ่ง

2.2.2.2 สุขนิยมสากล (Universalistic Hedonism) เน้นความสุขของทุก ๆ คนในสังคม (Ewing, 1975: 35) ดังคำสอนของเยอรัมเบ็นธัม (Jeremy Bentham, 1748-1832) เป็นนักปรัชญาชาวอังกฤษ เป็นผู้ให้กำเนิดลัทธิประโยชน์นิยม (Utilitarianism) โดยในภายหลังจอห์น สจิวต มิลล์ (John Stuart Mill) ได้ปรับปรุงให้เป็นระบบรัดกุมยิ่งขึ้น

เยอรัมเบ็นธัม (Jeremy Bentham, 1748-1832) มีทัศนะว่าการกระทำทุกอย่างของมนุษย์ มีจุดหมายอยู่ที่ความสุขและหลีกเลี่ยงความทุกข์หรือความเจ็บปวด แต่ความสุขที่บริสุทธิ์ เป็นสิ่งที่หาได้ยาก ดังนั้น การเลือกที่จะกระทำให้สิ่งใดสิ่งหนึ่งจึงต้องอาศัยความรอบคอบ โดยการคำนวณความสุขต้องพิจารณาจากความสุขของคนทุกคน มิใช่ความสุขของผู้หนึ่งผู้ใดโดยเฉพาะ โดยขึ้นอยู่กับปัจจัยสำคัญ 7 ปัจจัย (Frankena, 1963: 29) คือ ความเข้มข้น (Intensity) ระยะเวลา (Duration) ความแน่นอน (Certainty) ความใกล้เคียง (Propinquity) ผลิตภาวะ (Fecundity) ความบริสุทธิ์ (Purity) และการแผ่ขยาย (Extent) โดยทั้ง 7 ปัจจัยนี้เป็นมิติ (Dimensions) ที่เกี่ยวข้องกับความสุขและความทุกข์ (Quinton, 1973: 33) สำหรับคุณภาพของความสุข เบ็นธัม เชื่อว่าความสุขที่สิ่งต่าง ๆ ได้ให้แก่มนุษย์ มีค่าเหมือนกัน สิ่งสองสิ่งถ้าหักเอาความทุกข์ออกแล้ว มันให้ปริมาณความสุขเท่ากัน มันก็ดีเท่ากัน โดยไม่ต้องคำนึงถึงประเภท ลักษณะ หรือธรรมชาติของความสุขที่มันให้เรา ถ้าความสุขไม่มีความแตกต่างกันทางด้านคุณภาพ ความสุขของสัตว์กับความสุขของคนก็ดีเท่ากัน

จอห์น สจิวต มิลล์ (John Stuart Mill, 1806-1873) นักปรัชญาชาวอังกฤษ จึงได้ปรับปรุงลัทธิสุขนิยมเสียใหม่ โดยเขาถือว่าความสุขที่สิ่งต่าง ๆ ได้ให้แก่เรานั้นมีความแตกต่างทางคุณภาพ จอห์น สจิวต มิลล์ เป็นผู้วางรากฐานให้ประโยชน์นิยมเป็นระบบที่รัดกุมยิ่งขึ้น กล่าวคือ สุขของมนุษย์มีสองอย่าง ประกอบด้วย สุขทางกายกับสุขทางใจ ส่วนสัตว์

มีแต่ความสุขทางกายเท่านั้น โดยมีลส์ถือว่าความสุขทางใจสูงกว่าความสุขทางกาย ความสุขของมนุษย์และสัตว์จึงต่างกันในเรื่องนี้

กล่าวโดยสรุป สามารถเปรียบเทียบแนวความคิดเกี่ยวกับความสุขตามหลักศาสนา และนักปรัชญาของตะวันตก-ตะวันออกได้ดังนี้

1) แนวความคิดต่อความสุข ตามหลักศาสนาทั้งตะวันออกและตะวันตกไม่แตกต่างกันนัก คือ เน้นสุขทางจิตใจ เพียงแต่ทางตะวันตกเน้นการใช้เหตุผลทางปัญญาเพื่อสุข ในขณะที่ โลกตะวันออกเน้นการปล่อยวางเรียบง่าย

2) แนวความคิดต่อความสุข ตามนักปรัชญาตะวันออกและตะวันตกมีความแตกต่างกัน โดยเฉพาะที่สำคัญ คือ ต่างกันในประเภทของความสุข ดังปรากฏรายละเอียดในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงแนวความคิดที่เกี่ยวข้องกับความสุขของมนุษย์ตามแนวคิดตะวันตก-ตะวันออก

สรุปแนวคิดสำคัญ	แนวคิดตะวันตก	แนวคิดตะวันออก
1. เหตุแห่งสุขทุกข์		
1) สุขทุกข์มีเหตุปัจจัย	- ปรัชญาปัญญานิยม เหตุผลที่ทำให้เขาทำความชั่ว เพราะเขาไม่รู้ - ปรัชญาสุขนิยม ความสุข เป็นกิจกรรมของจิตที่สอดคล้องกับความดีงาม	- พุทธปรัชญา - ปรัชญายุคต้นและยุคกลางของจีน สุขทุกข์อยู่ที่ใจ
2) สุขทุกข์ไม่มีเหตุปัจจัย	- ศาสนจักรคาทอลิก มนุษย์ถูกกำหนดไว้เพื่อพระเป็นเจ้า	- พุทธปรัชญา

ตารางที่ 2 (ต่อ)

สรุปแนวคิดสำคัญ	แนวคิดตะวันตก	แนวคิดตะวันออก
2. ความจริงแท้ของสุขทุกข์		
1) สุขทุกข์ เป็นหนึ่งใน "โลกธรรม"	- ปรัชญาสุขนิยม สสารเท่านั้นที่เป็นจริง	- พุทธปรัชญา - ปรัชญาวัตถุนิยมและยุคกลาง ของจีน
2) ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา ตามกฎไตรลักษณ์		- พุทธปรัชญา - ปรัชญาวัตถุนิยมและยุคกลาง ของจีน
3. เป้าหมายของความสุข		
1) โลกีย์สุข		
- ขณะที่มีชีวิตอยู่	- ปรัชญาสุขนิยม ความสุขและความสำราญเท่านั้นเป็นสิ่งประเสริฐสุดของชีวิต	- ปรัชญาจรรยา วัตถุนิยม รักรัฐธาตุ 4 ทาง ประสาธสัมผัส (ความตายคือการหลุดพ้น)
	- ศาสนจักรคาทอลิก ความบรมสุข	- พุทธปรัชญา ความสุขที่มีความทุกข์ปะปนอยู่ มิใช่ความสุขที่แท้จริง
	- ปรัชญาปัญญานิยม การรู้จักตัวเอง ในฐานะที่เป็นมนุษย์	- ปรัชญาวัตถุนิยมและยุคกลาง ของจีน (เหล่าจื๊อ) ไม่ให้ทำอะไรฝืนธรรมชาติ ให้ใช้ชีวิตแบบสันโดษ
- ที่ไม่มีชีวิตอยู่	- ศาสนจักรคาทอลิก การเห็นพระเป็นเจ้าในชีวิต นิรันดร	- พุทธปรัชญา ความสุขที่มีความทุกข์ปะปนอยู่ แต่เปลี่ยนสภาพ ไปตามภพภูมิ

ตารางที่ 2 (ต่อ)

สรุปแนวคิดสำคัญ	แนวคิดตะวันตก	แนวคิดตะวันออก
	- ปรัชญาปัญญานิยม วิญญาณจะได้เข้าสู่โลกแห่ง ความจริง	- ปรัชญายุคพระเวท ปฏิบัติเป็นไปเพื่อชีวิตหน้า (เมื่อร่างกายดับโลกนี้ไปแล้ว) - ปรัชญาเซน หลุดพ้นจาก กรรมด้วยมรณกรรม - พุทธปรัชญา สภาพที่ดับ กิเลสและกองทุกข์ ทั้งหมด เป็นสิ่งดีสูงสุดของมนุษย์
2) โลกุตตรสุข หรือ นิพพานสุข		
4. ระดับของ ความสุข		
1) ชั้นทราม	- ปรัชญาสุขนิยม มนุษย์จะได้รับการพิจารณา ความดีความชั่ว ขณะมีชีวิตอยู่จึงควรแสวงหา ความสุขให้แก่ตนให้มากที่สุด เท่าที่จะทำได้	- พุทธปรัชญา เป็นการแสวงหา สุขอย่างหมกมุ่นมัวเมา มุ่ง แสวงหาและปรนเปรอตนเอง - ปรัชญาจรรยา แสวงหาความบันเทิง เรีงรมณ์แก่ตน - ปรัชญายุคต้นและยุคกลาง ของจีน (เอี๋ยงจื้อ) สุขในกามคุณ
2) ชั้นดี	- ศาสนจักรคาทอลิก เป็นความสุขแท้จริง ตามมโนธรรมที่ถูกต้อง	- พุทธปรัชญา เป็นการแสวงสุขตามปกติ อบายมุข โดยยอมรับและ รู้เท่าทันตามจริง

ตารางที่ 2 (ต่อ)

สรุปแนวคิดสำคัญ	แนวคิดตะวันตก	แนวคิดตะวันออก
3) ชั้นดีเลิศ	<ul style="list-style-type: none"> - ปรัชญาปัญญานิยม คนดีมีคุณธรรม จะมีความสุขได้ - ศาสนจักรคาทอลิก ความสุขที่อยู่เหนือ ความสามารถของมนุษย์ เป็น พระพรเหนือธรรมชาติของพระ เป็นเจ้า - ปรัชญาปัญญานิยม ความสุขทางวิญญาณ อีสรระจาก โลกแห่งผัสสะ 	<ul style="list-style-type: none"> - พุทธปรัชญา สันโดษ เป็นประณีตสุข - ปรัชญายุคพระเวท วิญญาณบริสุทธิ์ โดยไป เกิดในสวรรค์ - ปรัชญาเซน ไปพำนักแสวงวิมุติสุขชั่ว นิรันดร
5. สถานะของความสุข		
1) สถานะทางร่างกาย	<ul style="list-style-type: none"> - ปรัชญาปัญญานิยม - ปรัชญาสุขนิยม 	<ul style="list-style-type: none"> - พุทธปรัชญา - ปรัชญายุคพระเวท - ปรัชญาจรรยา - ปรัชญาเซน - ปรัชญายุคต้นและยุค กลางของจีน
2) สถานะทางจิตใจ	<ul style="list-style-type: none"> - ศาสนจักรคาทอลิก - ปรัชญาปัญญานิยม - ปรัชญาสุขนิยม 	<ul style="list-style-type: none"> - พุทธปรัชญา - ปรัชญายุคพระเวท - ปรัชญาเซน - ปรัชญายุคต้นและยุค กลางของจีน

ตารางที่ 2 (ต่อ)

สรุปแนวคิดสำคัญ	แนวคิดตะวันตก	แนวคิดตะวันออก
6. จุดเห็น		
1) ปัจเจกบุคคล	<ul style="list-style-type: none"> - ศาสนจักรคาทอลิก มนุษย์ ถูกกำหนดไว้เพื่อพระเป็นเจ้า - ปรัชญาปัญญานิยม ความสุขเป็นความดีสูงสุด - ปรัชญาสุขนิยม สุขนิยมแบบอัตนิยม 	<ul style="list-style-type: none"> - พุทธปรัชญา โดยสอนวิธีดับทุกข์เพื่อเข้าถึงความสุข (อริยสัจ 4) - ปรัชญายุคพระเวท หลีกเลียงความสุขทางผัสสะ 5 (ทำจิตใจของตนให้บริสุทธิ์ และการศึกษาคหาความรู้ อันเป็นกิจกรรมทางปัญญา) - ปรัชญาจากราก เน้นความสุขของแต่ละบุคคล / วัตถุนิยม - ปรัชญาเซน กรรมเป็นวัตถุที่แทรกซึมอยู่ในชีวะทั้งหมด (ทรมานตนให้ลำบาก เพื่อหลุดพ้นกรรม) - ปรัชญายุคตันและยุคกลางของจีน (ขงจื้อ) สุขหรือทุกข์ย่อมสำคัญอยู่ที่ตัวบุคคล
2) สังคม	<ul style="list-style-type: none"> - ปรัชญาสุขนิยม สุขนิยมสากล 	<ul style="list-style-type: none"> - ปรัชญายุคตันและยุคกลางของจีน อุดมการณ์ทางการเมืองของลัทธิขงจื้อ เรียก “ไต้ทัง” แปลว่า ความเสมอภาคอันยิ่งใหญ่ ค่าของความเป็นมนุษย์ คือ การมีชีวิต เพื่อต้องการใช้ชีวิตให้เป็นประโยชน์ต่อมวลมนุษย์ด้วยกัน

3. ความสุขในทัศนะของนักคิด

มุมมองของความสุข สามารถอธิบายได้ในศาสตร์หลายแขนง อาทิ นักจิตวิทยา มองว่าความสุขเป็นคุณลักษณะทางบุคลิกภาพ นักชีววิทยา มองว่าความสุขเป็นผลมาจากการทำงานของสารเคมีในร่างกาย นักปรัชญา มองว่าความสุขเป็นเรื่องเกี่ยวกับศีลธรรม นักสังคมศาสตร์ มองว่าความสุขเป็นเรื่องเกี่ยวกับสภาวะทางสังคม ความสุขจึงเป็นเรื่องของบุคคลแต่ละคนหรือเป็นปรากฏการณ์ทางจิตใจของแต่ละคน ซึ่งนักสังคมศาสตร์ มองว่าความสุขของแต่ละบุคคลเป็นรากฐานของสังคม (Glatzer, 2003) ฯลฯ

3.1 ความสุขในทัศนะของนักคิดตะวันออก

นักคิดตะวันออก มีอยู่เป็นจำนวนมาก จึงขอนำเสนอเฉพาะผู้ที่มีแนวความคิดโดดเด่น อันจะนำมาสู่การพัฒนาตัวชีวิต และการกำหนดแนวปฏิบัติ เพื่อให้เกิดสุขในสังคมแตกต่างกัน ที่สำคัญ ได้แก่

3.1.1 อมาตยา เซน (Amartya Sen)

อมาตยา เซน นักเศรษฐศาสตร์เจ้าของรางวัลโนเบลสาขาเศรษฐศาสตร์ พ.ศ.2541 เป็นชาวอินเดีย เกิดและได้รับการศึกษาในอินเดียจนถึงระดับปริญญาตรี แล้วไปศึกษาต่อด้านเศรษฐศาสตร์-ปรัชญาในระดับปริญญาโท และปริญญาเอกที่มหาวิทยาลัยเคมบริดจ์ ประเทศอังกฤษ เซน ดำรงตำแหน่งเป็นศาสตราจารย์ในมหาวิทยาลัยหลายแห่ง อาทิ มหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด ประเทศสหรัฐอเมริกา มหาวิทยาลัยออกซฟอร์ด มหาวิทยาลัยเคมบริดจ์ ลอนดอน สกอลอफीโคโนมิคส์แอนดีโพลิติคอล ไซเอ็นซ์ ประเทศอังกฤษ เป็นต้น

ทฤษฎีสมรรถภาพของอมาตยา เซน (Sen's Capability Theory) พยายามแสดงให้เห็นถึงการประพัตินของปัจเจกบุคคลในความเป็นจริง ซึ่งวิจารณ์ระบบเศรษฐกิจแบบสวัสดิการ (Welfare Economics) และอรรถประโยชน์นิยม (Utilitarianism) ในกระแสหลัก โดยอธิบายให้เห็นว่า ผู้คนไม่ได้เป็นเพียงสินค้า หรือทุนมนุษย์ที่สามารถจะทำการผลิตเพิ่มขึ้นได้ หากมีทักษะ ความรู้ และความอดุสาหะ รวมไปถึง ความสามารถในการเลือกใช้ชีวิตตามคุณค่าที่พวกเขายึดถือ ซึ่งตรงข้ามกับแนวความคิดแบบนีโอคลาสสิก ในเรื่องการทำกำไร

สูงสุดของปัจเจกบุคคล และตลาดเสรีสมบูรณ์แบบ ที่มีลักษณะเป็นนามธรรม และไม่สมจริง

ในขณะที่ ปัจเจกบุคคลสะสมทรัพย์ ทำให้มีสิทธิ์ในการควบคุมและแลกเปลี่ยนปัจจัยการผลิต เนื่องจากความสัมพันธ์ในการสะสมทรัพย์ของปัจเจกบุคคล สามารถกำหนดการได้รับสินค้าจริง บริการจริง และลักษณะของสินค้าที่ได้มา (เช่น สินค้าเพื่อการบริโภค การได้รับทักษะ หรือการลงทุน) ทำให้ปัจเจกบุคคลได้มาซึ่งสมรรถภาพ (เรียกว่า “วิธีสมรรถภาพ”) และจากนั้น สมรรถภาพของปัจเจกบุคคลทำให้เขาหรือเธอทำสิ่งต่าง ๆ ได้แน่นอนจริง ๆ ซึ่ง อมาตยาเซน เรียก “การทำและการเป็น” ว่า “การทำหน้าที่” ความอยู่ดีมีสุขของปัจเจกบุคคลจะแสดงถึง “การทำหน้าที่” จริงของเขาหรือเธอ ซึ่งไม่ใช่เพียงแค่ทำให้บรรลุผลในสิ่งที่ชอบมากกว่าตามอรรถประโยชน์นิยมแบบนีโอคลาสสิกเท่านั้น แต่ยังรวมถึงการบรรลุความพึงพอใจ ความสุข และการมีสมรรถภาพลักษณะอื่น ๆ เช่น เสรีภาพ ทักษะ และอำนาจในทางบวก เป็นต้น ซึ่งเป็นพื้นฐานของการอยู่รอดและเกียรติภูมิ ซึ่งตรงข้ามกับ ระบบเศรษฐกิจแบบสวัสดิการที่ใช้หลักเหตุผลมากกว่า (Super-rational) (ศูนย์ภูฐานศึกษา, 2547: 6-7) เช่น เน้นว่าการพัฒนาไม่ใช่แค่เพื่อการเติบโตทางเศรษฐกิจ แต่ต้องก่อให้เกิดสุข เกิดหลักประกันหรือสวัสดิการพื้นฐาน เพื่อให้มนุษย์มีความสุข มีอิสรภาพอย่างแท้จริง

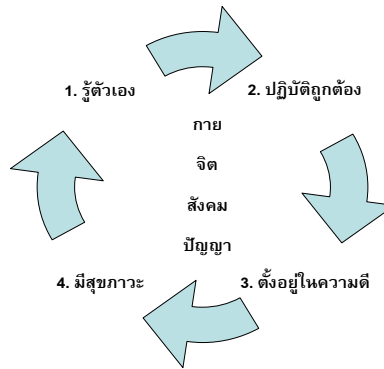
อย่างไรก็ตาม งานของเซน ยังคงอยู่ภายใต้แนวความคิดอรรถประโยชน์ของปัจเจกบุคคล การกระทำเป็นทางเลือก (Mean) และเป้าหมาย (End) และค่อนข้างเป็นกลางเกี่ยวกับลักษณะเฉพาะทางวัฒนธรรม

3.1.2 พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช

สำหรับสังคมไทย แนวความคิดที่มีอิทธิพลในปัจจุบันและน่าจะก่อให้เกิดสุขได้อย่างยั่งยืน ได้แก่ แนวความคิดของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช โดยพระองค์ได้มีพระบรมราโชวาท และพระราชดำรัส ซึ่งมีลักษณะพิเศษต่างจากตำรับตำราและการเรียนรู้ทั่ว ๆ ไป กล่าวคือ พระองค์ทรงเน้นให้ “รู้ตัวเอง” เมื่อไม่รู้ตัวเอง ก็ตั้งอยู่ในความดีไม่ได้ แต่พระบรมราโชวาท และพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวเน้นให้ “รู้ตัวเอง” คือ รู้กาย รู้

ใจ หรือรู้ความรู้สึกนึกคิดของตัวเอง หรือที่เรียกว่าสติ เมื่อรู้ตัวเองก็สามารถกำกับให้ปฏิบัติได้ถูกต้องทั้งทางกาย ทางจิต ทางสังคม และทางปัญญา หรือที่เรียกว่า ภาวนา หรือการทำให้เจริญ 4 ประการ อันก่อให้เกิดประโยชน์สุขอย่างยั่งยืน ได้แก่ กายภาวนา จิตภาวนา ศีลภาวนา และปัญญาภาวนา

“...ศีล นั้นหมายถึง สังคมหรือการอยู่ร่วมกัน เมื่อปฏิบัติถูกต้อง ทำให้ตั้งอยู่ในความดี...” การตั้งอยู่ในความดี ทำให้มีสุขภาวะ สุขภาวะทำให้รู้ตัวเอง ดังปรากฏรายละเอียดในแผนภูมิที่ 1



แผนภูมิที่ 1 แสดงการพัฒนา กาย จิต สังคม และปัญญา

โดยพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงเห็นถึงการปฏิบัติ จึงจะเข้าใจลึกซึ้งและเกิดภาวะจิตใจเป็นสุขงดงามก่อให้เกิดความสุขร่วมกับสาธารณะ

มนุษย์เมื่อรู้ตัวเองและเข้าถึงความจริง จะประสบความสำเร็จอันล้ำเหลือ เกิดมิตรภาพอันไพศาล เกิดความสุขอันประณีตอย่างไม่เคยพบมาก่อน และอยากให้เพื่อนมนุษย์ได้ประสบความสำเร็จเช่นนี้บ้าง ความสุขจากการรู้ตัวเอง การเข้าถึงความจริง การเข้าถึง ความงาม การเข้าถึงความดี เป็นความสุขราคาถูก (Happiness at Low Cost) จึงเป็นไปได้สำหรับทุกคน แง่งซึ่งกันไม่ได้ แต่สร้าง หรือปมเพาะและช่วยกันสร้างได้ จึงเป็นไปได้เพื่อการอยู่ร่วมกันด้วยสันติ (ท่านที่สนใจในแนวความคิดของพระองค์ท่าน กรุณาติดตามอ่านจากหนังสือคำพ่อสอน)

3.1.3 ประเวศ วะสี

ประเวศ วะสี ได้กล่าวถึง หลักการของความอยู่เย็นเป็นสุข ว่า คือ ดุลยธรรม ซึ่งหมายถึง การกระทำที่นำไปสู่ความสมดุลของการอยู่ร่วมกัน อันประกอบด้วย ดุลยภาพของกาย จิต สังคม และสิ่งแวดล้อม หรืออาจเรียกว่า เกิดความเป็นธรรมทางสังคม ซึ่งมีลักษณะเป็นองค์รวม (Wholeness) หรือ ความเป็นทั้งหมดซึ่งจะมากำหนดส่วนย่อย (เช่น การเมือง ระบบราชการ เป็นต้น) โดยอาศัยหนทางที่เรียกว่า มรรค 12 แห่งสังคมอยู่เย็นเป็นสุข ได้แก่ อุดมการณ์สูงสุด 1 คือ การอยู่ร่วมกันด้วยสันติ สดมภ์ 3 คือ จิตวิวัฒน์ (การพัฒนาจิตให้กว้าง ไม่เห็นแก่ตัว) ชุมชนท้องถิ่นเข้มแข็ง (การกระจายอำนาจ ไปสู่ท้องถิ่น ไม่รวมศูนย์) เศรษฐกิจดุลยนิยม (การเปลี่ยนจากเศรษฐกิจทุนนิยมเป็นเศรษฐกิจดุลยนิยม) และสัมมนาพัฒนา 8 คือ การพัฒนาเพื่อ อุดมการณ์สูงสุด และส่งเสริมสดมภ์ โดยมีองค์ประกอบ 8 ประการ ได้แก่ การศึกษา ศาสนา สุขภาพ การอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมและพลังงาน การสื่อสาร วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ความสัมพันธ์ระหว่างประเทศ และกฎหมาย (ประเวศ วะสี, 2548 : 7-44) ภายใต้ยุทธศาสตร์การขับเคลื่อนสังคมอยู่เย็นเป็นสุข ได้แก่ การสร้างวิสัยทัศน์ร่วม การขับเคลื่อนกระบวนการนโยบายสาธารณะ เพื่อความอยู่เย็นเป็นสุข การส่งเสริมการพัฒนาอย่างบูรณาการโดยมีพื้นฐาน อยู่บนการมีส่วนร่วมที่เพิ่มขึ้น การพัฒนาเครื่องชีวิตความอยู่เย็นเป็นสุข การจัดเวทีแลกเปลี่ยนความคิดเห็นทั้งระดับชาติและระดับท้องถิ่น และการสร้าง ผู้นำเพื่ออนาคต

3.1.4 สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ

มีการปรับกระบวนการทัศน์การพัฒนาที่มุ่งสร้างความสมดุลยั่งยืน มากขึ้น โดยเริ่มตั้งแต่แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 (พ.ศ.2540-2544) เป็นต้นมา แนวคิดการพัฒนาได้ปรับเปลี่ยนไปสู่การพัฒนา แบบองค์รวมที่มีคนเป็นศูนย์กลาง พร้อมกับการน้อมนำปรัชญาเศรษฐกิจ พอเพียงมาเป็นแนวทางการพัฒนาประเทศ เพื่อให้การพัฒนาและบริหาร ประเทศเป็นไปในทางสายกลาง บนพื้นฐานความสมดุลเชิงพลวัตของการ

พัฒนาที่เชื่อมโยงอย่างบูรณาการทั้งมิติตัวคน สังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อม เพื่อให้เกิดการพัฒนาที่ยั่งยืน และความอยู่ดีมีสุขของคนไทยให้มุ่งสู่ “สังคมอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกัน” ซึ่งหมายถึง สภาวะที่คนมีคุณภาพชีวิตที่ดี ดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพทั้งจิต กาย ปัญญา ที่เชื่อมโยงกับเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อม อย่างเป็นองค์รวมและสัมพันธ์กันได้อย่างถูกต้อง ดึงมา นำไปสู่การอยู่ร่วมกันอย่างสันติระหว่างคนกับคน และการอยู่ร่วมกันอย่างสมดุลระหว่างคนกับธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ซึ่งมีลักษณะเป็นองค์รวมตามเป้าหมายหลักของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ.2550-2554)

3.2 ความสุขในทัศนะของนักคิดตะวันตก

นักคิดตะวันตกที่สำคัญและน่านำสู่การปรับประยุกต์ และพัฒนาใช้เพื่อสร้างหรือพัฒนาตัวชีวิต และวางแนวปฏิบัติ เพื่อขับเคลื่อนให้เกิดความสุขในสังคม ได้แก่

3.2.1 Edward Diener

นักจิตวิทยา มหาวิทยาลัยอิลลินอยส์ สหรัฐอเมริกา (อภิญญา ตันทวีวงศ์ และคณะ, 2548 : 4-7) ผู้ได้รับฉายาว่า “ด็อกเตอร์แฮปปี้เนส” จากการศึกษาเรื่องราวที่ว่าด้วยความสุขของมนุษย์มานานร่วม 25 ปี โดยลงมือทำงานวิจัยที่น่าสนใจชิ้นหนึ่งร่วมกับบุตรชาย เป็นการสำรวจความคิดเห็นของคนจากสังคมต่าง ๆ ทั่วโลกว่าตนเองมี สุขภาวะแค่ไหน โดยใช้แบบประเมิน SWO (Subjective Well-being) เป็นคะแนน 1-7 ระดับ ทำให้ได้พบความจริงว่า ความเชื่อเดิมที่ว่า “เงินมาก สุขมาก ไม่จริง (ถูกถมทับไว้)” กล่าวคือ การจัดอันดับความมั่งคั่งทางเศรษฐกิจกับความรู้สึกว่าตนมีสุข กลับได้ข้อสรุปว่า คนในประเทศเม็กซิโก ชิลี สาธารณรัฐเช็ก กลับมีความรู้สึกว่าจะมีความสุขมากกว่าประเทศญี่ปุ่น หรือเกาหลีใต้ ท่านยังพบจากการสัมภาษณ์ผู้ที่ถูกจัดอันดับบุคคลที่ร่ำรวย 400 อันดับแรกในสหรัฐอเมริกา โดยนิตยสารเศรษฐกิจชื่อ ฟอর্বส์ (Forbes) พบว่า คนเหล่านี้สุขกว่าคนทั่วไปเล็กน้อยเท่านั้น มิใช่ความสุขจะเพิ่มเป็นเงาตามเงินในกระเป๋า นอกจากนี้ Joe Dominguez และ Vicky Robin เขียน “จะเลือกเงินหรือชีวิต” (Your Money or

Your Life) ซึ่งมูลนิธิโกมล คีมทอง แปลไว้เมื่อปี 2546 ได้อธิบายที่สุขมากกว่าเล็กน้อย เพราะเส้นโค้งแห่งความอึดอึด หรือเส้นโค้งความสุขที่ระบุว่า การบริโภคที่เหมาะสมจึงจะเกิดสุข แต่ถ้าบริโภคมากไปจะบั่นทอนความสุข

3.2.2 Daniel Kahneman

เดเนียล คาร์นีมัน (Daniel Kahneman อ้างถึงใน อภิญา ตันทวีวงศ์ และคณะ, 2548: 10) นักจิตแพทย์เจ้าของรางวัลโนเบล เป็นหนึ่งในนักวิชาการที่ได้ร่วมในการศึกษาคิดค้นและสร้างสรรค์วิธีการอันซับซ้อน เพื่อนำไปสู่คำตอบทางวิทยาศาสตร์ที่ว่า อะไรทำให้คนเราเกิดความสุข โดยสร้างสถานการณ์จำลอง ข้อสรุปนี้พบไปในทิศทางร่วมกันว่าความสุขเป็นเรื่องปัจเจกภายในมากกว่าปัจจัยภายนอก ข้อสันนิษฐานว่าปัจจัยที่จะนำไปสู่ความสุขเต็ม ๆ (เช่น ความร่ำรวย การศึกษาสูง ๆ มีครอบครัว มีการพักผ่อนหน้าจอยที่วิเศษ นาน ๆ) ไม่จริง แต่ปัจจัยที่น่ามีผล คือ การเข้าหากิจกรรมทางศาสนา หรือการใช้เวลาอย่างมีคุณภาพกับครอบครัวและมิตรสหาย

3.2.3 องค์การสหประชาชาติ (United Nations)

องค์การสหประชาชาติ ให้ความสำคัญการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง โดยตั้งแต่ศตวรรษที่ 18 สำนักอรรถประโยชน์ (Utilitarian) ได้ศึกษาถึงแนวทางการพัฒนาที่จะสร้างความอยู่ดีมีสุข (Utility) เฉพาะรายได้ และเศรษฐกิจของคน แต่ก็ยังไม่สามารถสร้างความสุข ที่แท้จริง การพิจารณามิติด้านสังคมจึงเกิดขึ้น โดยเน้นด้านคุณภาพชีวิต (Well-being) (อาทิ ด้านการศึกษา การสาธารณสุข) เพื่อแก้ปัญหาความยากจน และการว่างงานเป็นสำคัญ ต่อมาในช่วงกลางปีพ.ศ.2503 มหาวิทยาลัยแห่งสหประชาชาติ (United Nations University : UNU) ได้พัฒนาเครื่องชี้วัดการพัฒนาด้านสังคมขึ้น และในปีพ.ศ.2527 สำนักงานโครงการพัฒนาแห่งสหประชาชาติ (UNDP) ได้พัฒนาดัชนีการพัฒนามนุษย์ (Human Development Index : HDI) ซึ่งมี 3 องค์ประกอบหลัก คือ การมีสุขภาพดี การศึกษา และรายได้ ซึ่งมีการเผยแพร่สู่สาธารณชนอย่างเป็นทางการ สำหรับการวัดความสุขยังไม่แพร่หลาย เพราะมีนิยามแตกต่างกัน และมีความเป็นนามธรรมค่อนข้างมาก

อย่างไรก็ตาม ในช่วงปีพ.ศ.2547 ประเทศภูฏาน ได้เสนอดัชนีความสุขมวลรวมประชาชาติ (Gross National Happiness : GNH) โดยวิวัฒนาการมาจากลักษณะที่เป็นส่วนประกอบของสังคมภูฏาน ตั้งแต่ก่อนปีพ.ศ.2502 ซึ่งระบบสังคม-เศรษฐกิจยังอยู่ในกรอบของค่านิยมแบบชาวพุทธและศักดินา โดยอดีตพระราชาธิบดี จิกเม ดอร์จี วังชุก (Jigme Dorji Wangchuck) ทรงริเริ่มเป็นพระองค์แรก และได้ทรงมีพระราชดำรัสเกี่ยวกับเป้าหมายของการพัฒนาว่า "...เป็นการสร้างความเจริญมั่งคั่งและความสุขของประชาชน..." เนื่องในโอกาสที่ภูฏานเข้าเป็นสมาชิกองค์การสหประชาชาติเมื่อปีพ.ศ.2514 ต่อมาพระราชาธิบดีจิกเม ซิงเย วังชุก (Jigme Singye Wangchuck) ทรงเป็นผู้เพิ่มเติมรายละเอียด โดยทรงประกาศในปีแรกที่ทรงขึ้นครองราชย์ว่า "...นโยบายของประเทศเรา คือ การผดุงเอกราชให้มั่นคง เพื่อให้บรรลุการพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจ ความมั่งคั่งและความสุขสำหรับประเทศของเราและประชาชน..." (ศูนย์ภูฏานศึกษา, 2547: 33-35)

กล่าวโดยสรุป หากพิจารณา "ความสุข" อย่างเป็นองค์รวมในมิติที่มาของความสุขจะพบว่า ความสุขมีที่มาได้ 2 ทาง คือ 1) ความสุขภายใน เป็นความสุขที่เกิดขึ้นภายในจิตใจ ไม่ได้ขึ้นอยู่กับว่ามีหรือไม่มีปัจจัยภายนอกโดยตรง มักจะเป็นความสุขในระดับจิตและปัญญา และ 2) ความสุขภายนอก มักจะสัมพันธ์กับปัจจัยต่าง ๆ ในการดำรงชีวิต ความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ด้วยกัน และปัจจัยทางสิ่งแวดล้อม ซึ่งพอที่จะพัฒนาแนวคิดไปสู่ตัวชี้วัดหรือดัชนีความสุขได้

4. การพัฒนาตัวชี้วัดความสุข

แนวความคิดในระยะหลังของนักปรัชญาช่วงท้าย ๆ รวมถึง นักคิดตะวันตกที่ได้รับอารยธรรมทุนนิยม ซึ่งยิ่งพัฒนายิ่งก่อให้เกิดวิกฤต หากต้องการจะออกจากวิกฤตของอารยธรรมวัตถุนิยม บริโภคนิยม เงินนิยม จำเป็นต้องมุ่งเข้าหาจิตสำนึกใหม่ซึ่งให้ความสำคัญกับจิตวิญญาณ (Spirituality) ดังปรากฏข้อเขียนในหนังสือ Mega Trend 2000 : Conscious Capitalism และหนังสือ Spiritual Politics Changing the World from Inside Out

ในขณะที่ องค์การระหว่างประเทศ ต่างให้ความสนใจพัฒนาตัวชี้วัดที่จะมาอธิบายผลของการพัฒนา แทนรายได้ต่อหัวประชากร ตั้งแต่ ค.ศ.1960 โดยเริ่มต้นจากการวัดและรายงานเครื่องชี้วัดภาวะสังคม อาทิ ระดับการศึกษา สุขภาพ การจ้างงาน ฯลฯ ซึ่งต่อมาได้พัฒนาเป็นแนวคิดการวัดคุณภาพชีวิต (Quality of Life) ความเป็นอยู่ที่ดี (Well-being) การพัฒนาสังคม (Social Development) ความมั่นคงของมนุษย์ (Human Security) การพัฒนาเฉพาะด้าน เช่น บทบาทของสตรี เด็ก เยาวชน และผู้ด้อยโอกาส ฯลฯ การพัฒนาที่ยั่งยืน และดัชนีความสุข ปรากฏรายละเอียดดังนี้

4.1 ดัชนีชี้วัดการพัฒนาคน (Human Development Index : HDI) พัฒนาโดยสำนักงานโครงการพัฒนาแห่งสหประชาชาติ (UNDP) มีแนวคิดการพัฒนาคนใน 3 มิติ ทั้ง ในด้านสุขภาพ (การมีชีวิตที่ยืนยาว และมีสุขภาพดี) การศึกษา และเศรษฐกิจ (รายได้) เพื่อขยายแนวคิดการพัฒนาประเทศ โดยไม่เน้นรายได้เพียงด้านเดียว

4.2 ดัชนีการพัฒนาคู่-ชาย (Gender-related Development Index : GDI) พัฒนาโดยสำนักงานโครงการพัฒนาแห่งสหประชาชาติ (UNDP) ใช้ดัชนีการพัฒนาคู่ของ HDI แต่เพิ่มเติมความไม่เท่าเทียมในเรื่องความสำเร็จระหว่างเพศชายและหญิง

4.3 ดัชนีชี้วัดคุณภาพชีวิต พัฒนาโดย UNESCAP มองคุณภาพชีวิตในฐานะที่เป็นภาพรวมขององค์ประกอบต่าง ๆ ที่มีปฏิสัมพันธ์กันใน 7 ด้าน คือ สุขภาพ การใช้สติปัญญา ชีวิตการทำงาน ชีวิตครอบครัว ชุมชน สภาพแวดล้อม และวัฒนธรรม

4.4 ดัชนีชี้วัดการพัฒนาที่ยั่งยืน พัฒนาโดย United Nations Commission on Sustainable Development (UNCSD) ซึ่งยึดหลัก Pressure-state-response Framework (PSR) โดยจัดแบ่งเป็น 4 หมวด ได้แก่ หมวดสังคม เศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อม และสถาบัน/องค์กร

4.5 ดัชนีอยู่ดีมีสุขของเด็กและเยาวชน (Child and Youth Well-being Index : CWI) พัฒนาโดย Foundation for Child Development ซึ่งมี

วัตถุประสงค์เพื่อวัดผลการพัฒนาเด็กและเยาวชนในประเทศสหรัฐอเมริกา ประกอบด้วย ความอยู่ดีมีสุขทางเศรษฐกิจ ของครอบครัว สุขภาพ (ความปลอดภัย / พฤติกรรม) การศึกษา ความสัมพันธ์ทางสังคม (ความสุขทางอารมณ์ ความเชื่อมโยงในชุมชน)

4.6 เป้าหมายการพัฒนาแห่งสหประชาชาติ (MDG) พัฒนาโดยผู้นำประเทศต่าง ๆ ทั่วโลก 189 ประเทศ (รวมประเทศไทย) ได้ตกลงร่วมกันที่จะลดช่องว่างของการพัฒนา และมุ่งส่งเสริมการพัฒนาดน ภายในปีพ.ศ.2533-2558 โดยมีเป้าหมายหลัก 8 ข้อ ได้แก่ 1) ขจัดความยากจนและความหิวโหย 2) เด็กทุกคนได้รับการศึกษาระดับประถมศึกษา 3) ส่งเสริมความเท่าเทียมกันทางเพศและส่งเสริมบทบาทสตรี 4) ลดอัตราการตายของเด็ก 5) พัฒนาสุขภาพของสตรีมีครรภ์ 6) ต่อสู้กับเอดส์ มาเลเรีย และโรคสำคัญอื่น ๆ 7) รักษา และจัดการสิ่งแวดล้อมอย่างยั่งยืน และ 8) ส่งเสริมการเป็นหุ้นส่วนเพื่อการพัฒนาในประชาคมโลก

4.7 ความสุขมวลรวมประชาชาติ (GNH) ของประเทศภูฏาน ใช้วัดความสุข ที่แท้จริงของคนในสังคมที่เกิดจากการพัฒนาด้านวัตถุและจิตใจควบคู่กันไป ภายใต้หลักการสำคัญ 4 ประการ คือ การพัฒนาเศรษฐกิจอย่างยั่งยืน การอนุรักษ์และส่งเสริมคุณค่าทางวัฒนธรรม การอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม และการมีธรรมาภิบาล

4.8 ดัชนีโลกแห่งความสุข (Happy Planet Index : HPI) พัฒนาโดย New Economics Foundation วัดความสามารถในการจัดสรรทรัพยากรให้เกิดประสิทธิภาพต่อความอยู่ดีมีสุขของมนุษย์ ประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ คือ ความยืนยาวของชีวิต ความพอใจในชีวิต และความต้องการบริโภคทรัพยากรธรรมชาติ ดังปรากฏรายละเอียดในตารางที่ 3

แต่อย่างไรก็ตาม ตัวชี้วัดความสุขต่าง ๆ ที่กล่าวถึง ยังขาดตัวชี้วัดในมิติของคุณค่า หรือศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ สำหรับวัดความสามารถในการดำเนินชีวิตได้ตาม แบบแผนสังคมวัฒนธรรมแห่งตนที่มีความครอบคลุมทั้งสังคมเมืองที่มีความเจริญ และสังคมชนบทที่ห่างไกลความเจริญ อีกทั้งยัง

บรรณานุกรม

- ก. กุหนที แปลและเรียบเรียง. 2533. **ปรัชญาชีวิตในสุภาสิตจีน**. พิมพ์ครั้งที่ 4.
กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ธรรมชาติ.
- กระแสร้ มายาภรณ์ รวบรวม. 2522. **วรรณคดีเปรียบเทียบเบื้องต้น**.
กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์บรรณกิจ.
- กัณฐิกา ชัยสวัสดิ์. 2546. **ภาวะความสุขและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของหญิงตั้งครรภ์
ที่มาฝากครรภ์ ณ โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์**. วิทยานิพนธ์ปริญญา
มหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- กীরติ บุญเจือ. 2538. **ชุดพื้นฐานปรัชญา จริยศาสตร์สำหรับผู้เริ่มต้น**.
กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช.
- กรมสุขภาพจิต. 2548. **ดัชนีชี้วัดความสุขของคนไทย**. กรุงเทพมหานคร :
โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- คณะกรรมการขับเคลื่อนยุทธศาสตร์ประชาชนอยู่ดีมีสุข. 2550. **แนวทางการ
ดำเนินโครงการภายใต้แผนงานยุทธศาสตร์ประชาชนอยู่ดีมีสุขระดับ
จังหวัด พ.ศ.2550**. เอกสารอัดสำเนา.
- คณะกรรมการคาทอลิกเพื่อพระคัมภีร์. 2545. **พระคัมภีร์ ภาคพันธสัญญาใหม่**.
กรุงเทพมหานคร : องค์การอมตธรรมเพื่อชีวิต.
- คริส เบเกอร์. 2550. **รายงานการพัฒนาดนของประเทศไทย ปี 2550 :
เศรษฐกิจพอเพียงกับการพัฒนาคน**. กรุงเทพมหานคร : คีน พับบลิชซิง.
- จ๊ากเกอลีน แอตคินสัน. 2538. **ศิลปะในการบริหารเวลา**. ปราชญา กล้าผจญ แปล
และ เรียบเรียง. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ฟางข้าว.
- เจมส์ แวน ฟลีต. ม.ป.พ.. **จุดอันตรายของนักบริหาร**. กรุงเทพมหานคร :
เดอะบอสส์.
- ฉลอง มาปรีดา. 2537. **คุณธรรมสำหรับผู้บริหาร**. กรุงเทพมหานคร :
โอเดียนสโตร์.

- ดวงพร หิรัญรัตน์. 2543. ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตาม
แนวโรเจอร์สต่อความสุขของเด็กในสถานกำพร้า. วิทยานิพนธ์ปริญญา
มหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เดือน คำดี. 2541. ศาสนศาสตร์. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- โตณัลด์ เค.สแควเรอร์. บรรณาธิการ. 2529. ธรรมิกสังคมนิยม พุทธศาสนิกข.
กรุงเทพมหานคร : เรือนแก้วการพิมพ์.
- ธรรมรส โชติบุญชร. 2519. มนุษย์สัมพันธ์. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร :
โรงพิมพ์พิมพ์เกษตร.
- นโยบายและแผน, สำนัก. สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ. ม.ป.พ..
คุณลักษณะที่พึงประสงค์ของคนไทยในยุคโลกาภิวัตน์. กรุงเทพมหานคร
: สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ. เอกสารอัดสำเนา.
- ประเวศ วะสี. 2545. พ.ร.บ.สุขภาพแห่งชาติ : ธรรมนูญสุขภาพของคนไทย
เครื่องมือนวัตกรรมทางสังคม. นนทบุรี : สำนักงานปฏิรูประบบ
สาธารณสุขแห่งชาติ.
- _____. 2547. ศักดิ์ศรีแห่งความเป็นคน ศักยภาพแห่งความสร้างสรรค์.
กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.
- _____. 2548. การพัฒนามนุษย์แนวใหม่เพื่ออนาคตที่ยั่งยืน.
กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.
- _____. 2548. มรรค 12 สู่ประเทศไทยอยู่เย็นเป็นสุข. เอกสารประกอบการ
ประชุม สมัชชาสุขภาพแห่งชาติ. นนทบุรี : สำนักงานปฏิรูประบบ
สาธารณสุขแห่งชาติ.
- _____. 2549. พระเจ้าอยู่หัวกับรหัสพัฒนาใหม่. กรุงเทพมหานคร :
โรงพิมพ์พิมพ์ดีจำกัด.
- _____. ม.ป.พ.. วิธีสร้างความสำเร็จและความสุขในวิชาชีพ. นนทบุรี :
กองทุนวุฒิชกรรม.

_____ . มปป.. **ทิศทางอนาคตไทยเพื่อความสุขถ้วนหน้า**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.

ฝ่ายงานอภิบาลและธรรมทูตอัครสังฆมณฑลกรุงเทพฯ ๙. 2542. **คำสอนพระศาสนจักรคาทอลิก ภาค 3 : ชีวิตในพระคริสตเจ้า**. พิมพ์ครั้งที่ 4.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อัสสัมชัญ.

พระครูวิสุทธิสุขัตตคุณ (สายชล สุภาจาโร). 2550. **ประวัติพระพุทธรูปทองคำ**.

พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : วัดไตรมิตรวิทยาราม. (ซีดีรอม).

พระเทพวิสุทธิเมธี (ปัญญาหนันทภิกขุ). ม.ป.พ.. **ความสุข : ทำอย่างไรจึงจะพบสุข**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ธรรมสภา.

พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต). 2536. **ทำความดีมีความสุข**. ธรรมบรรยาย เนื่องในวันทำบุญคณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. เอกสารอัดสำเนา.

พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต). 2538. **พุทธธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ 6 กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

_____ . มปป.. **ความสุขตามหลักพุทธธรรม**. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต). 2548. **สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ**. พิมพ์ครั้งที่ 4 กรุงเทพมหานคร : สหธรรมิก.

พระมหาจรัญ คมภีโร (อับแสง). 2547. **การศึกษาเปรียบเทียบเรื่องความสุขตามทัศนะปรัชญาสุขนิยมกับพระพุทธศาสนาเถรวาท**. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย.

พระมหานิยม อีสิวโส (หาญสิงห์). 2545. **การศึกษาเปรียบเทียบแนวความคิดเรื่องความสุขในทฤษฎีจริยศาสตร์ของจอห์น สจ๊วต มิลล์กับพุทธจริยศาสตร์**. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย.

พระราชวรมนี (ป. อ. ปยุตฺโต). 2518. **พจนานุกรมพุทธศาสตร์**. กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระสันตะปาปา เบเนดิก ที่ 16. 2550. **ประมวลคำสอนพระศาสนจักรคาทอลิก.**
พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : บริษัท จูน พับลิชซิ่ง จำกัด.
พิมพ์พรรณ เทพสุเมธานนท์. 2543. **พื้นฐานการศึกษาทางศาสนาและจริยธรรม**
ตำราวิชา EF603. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
ภูมิพลอดุลยเดช, พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว. 2543. **คำพ่อสอน.**
กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์กรุงเทพฯ.
มานิต รัตนสุวรรณ. 2541. **นักบริหารแห่งศตวรรษที่ 21 ใน เกียรติชัย**
พงศ์พาณิชย์ บรรณาธิการ. คลังสมองสามสิบสองสิงห์ดำ.
กรุงเทพมหานคร : บพิธการพิมพ์.
รัฐจวน อินทรกำแหง. 2528. **จริยธรรมกับบัณฑิต.** เอกสารการอบรมสัมมนา
นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัย โครงการส่งเสริมและพัฒนาการศึกษาของ
ทบวงมหาวิทยาลัย. 21-25 มกราคม 2528.
รินธรรม อโศกตระกูล และคณะ. 2549. **จิตวิญญาณแห่งความสุข.**
กรุงเทพมหานคร : อู่การพิมพ์.
ลำดวน ศรีมณี. 2538. **ปรัชญาอินเดีย.** นครปฐม : โรงเรียนนายร้อยตำรวจ.
_____. มปป. **จริยธรรมและจริยศาสตร์ตะวันออก.** กรุงเทพมหานคร :
โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมมิก จำกัด.
วณี ปิ่นประทีป และสุรณี พิพัฒน์โรจนกมล บรรณาธิการ. 2548. **รวมตัวชีวิต**
เกี่ยวกับความอยู่เย็นเป็นสุข. กรุงเทพมหานคร: ธนัชการพิมพ์.
วารุณี อมรทัต. 2526. **จิตวิทยาเพื่อชีวิตที่ดี.** งานแปลของสำนักงาน
คณะกรรมการการวิจัยแห่งชาติ อันดับที่ 48. พิมพ์ครั้งที่ 2. แปลจาก
Psychology for Better Living by Lyle Tussing. กรุงเทพมหานคร :
โรงพิมพ์คุรุสภา ลาดพร้าว.
วิทย์ วิศวะเวทย์. 2520. **จริยศาสตร์เบื้องต้น.** พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร :
สำนักพิมพ์อักษรเจริญทัศน์.

สนธิ ศรีสำแดง. 2512. **ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับปรัชญาและศาสนา.**

กรุงเทพมหานคร : ตรีเพชรการพิมพ์.

สุจิต เมืองสุข. 2548. **บัญญัติ 9 ประการ สู้อยู่เย็นเป็นสุข. หนังสือพิมพ์ข่าวสด.**

(10 กรกฎาคม).

สุจิตรา อ่อนค้อม. 2523. **ทรรศนะเรื่องความสุขในพุทธปรัชญา. วิทยานิพนธ์
ปริญญามหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.**

สุวรรณ เพชรนิล. 2536. **ปรัชญาอินเดียโบราณ. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัย
รามคำแหง.**

เสถียร โพธิ์นันทา. 2514. **เมธีตะวันออก. กรุงเทพมหานคร : บรรณาการ.**

ส่วนส่งเสริมการบริหารราชการจังหวัด. 2550. **คู่มือการดำเนินโครงการภายใต้
แผนงานยุทธศาสตร์อยู่ดีมีสุขระดับจังหวัด พ.ศ.2550. เอกสารอัดสำเนา.**

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. 2549. **รายงาน
การติดตามประเมินผลการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมของประเทศใน
ระยะแผน ฯ ฉบับที่ 9 (พ.ศ.2545-2549).**

<http://www.nesdb.go.th/Default.aspx?tabid=79>.

_____. 2550. **ร่างการพัฒนาดัชนีชี้วัดความอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกันใน
สังคมไทย. <http://www.nesdb.go.th/Default.aspx?tabid=36>.**

_____. 2550. **รายงานสถานการณ์ความอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกันใน
สังคมไทย. กรุงเทพมหานคร : สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจ
และสังคมแห่งชาติ.**

ศูนย์ภูฐานศึกษา. 2547. **ความสุขมวลรวมประชาชาติ มุ่งสู่กระบวนทัศน์ใหม่
ในการพัฒนา. แปลโดย เจษณี สุขจิรัตติกาล. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์
สวนเงินมีนา.**

อรพินท์ ถาวรล้ำเลิศ. 2549. **ความสุขในการทำงาน. กรุงเทพมหานคร:
เรื่องทองการพิมพ์.**

อภิญา ตันทวี่วงศ์ พินิจ ฟ้าอำนาจผล ภิญา ราชย์ปอง และกิตติมาภรณ์ จิต
ราทร. 2548. **กลเม็ดเด็ดสุข**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.
เอ็ม หิริยัณหะ. 2520. **ปรัชญาอินเดีย**. แปลโดย วิจิตร เกิดวิสิษฐ์.
กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.

- Bishop, Donald H. 1975. **Indian Thought**. New Delhi : Wiley Eastern Private.
- Bunting, Bruce W. and Tashi Wangchuk. 1993. **Bhutan: An Environmental Ethic for the 21st Century**. Paper presented at the London Conference on Bhutan, SOAS, March 22 and 23.
- Dutt, Nalinaksha. 1960. **Early Monistic Buddhism**. Culcutta : Culcutta Oriental Press.
- Ewing, A.C. 1975. **Ethics**. Suffolk : The Chaucer Press.
- Gaspar, D. 1997. Sen's Capability Approach and Nussbaum's Capabilities Ethic. **Journal of International Development**. 9 (No2) : 281-302.
- Glatzer W. 2000. Happiness : Classic Theory in the Light of Current Research. **Journal Happiness Studies** (Online).
www.Kluweronline.com/issn/1389-4978/Contents.
- Hardie, W.F.R.. 1968. **The Final Good in Aristotle's Ethics**. London : Macmillan Press.
- Jacques P. Thiroux. 1977. **Ethics : Theory and Practice**. California : Glencoe Press.
- Jame R. Rest, and Thomas Licdona. 1976. **Moral Development and Behavior**. New York : Holt Rinehart and Winston, Co..
- John Stuart Mill. 1949. **Utilitarianism**. New York : Liberal Arts Press.
- Joseph Gerard Brennan. 1973. **Ethics and Morals**. New York :

- Harper and Row.
- Kenney AN. 1995. **Aristotle on the Perfect Life**. Oxford : Oxford University Press.
- Kohlberg, Lawrence. 1975. Moral Education for Society in Moral Transition. **Educational Leadership**. 33, 1(Oct.75), 46-54.
- McGill VJ. 1968. **The Idea of Happiness**. 2nd ed. New York : Institute for Philosophical Research.
- Mill, John Stuart. 1949. **Utilitarianism**. New York : Liberal Arts Press.
- Muller,F Max. 1969. **Seared Books of the East**. Delhi : Motial Banarsidass.
- Norberg-Hodge, Helena. 1991. **Ancient Futures: Learning from Ladakh**. San Francisco: Sierra Club Books.
- Quinton, Anthony. 1973. **Utilitarian Ethics**. Essex : The Anchor Press.
- Randolph, Alexander Anarew. 1989. Education for Goodness Sake : Cognitive Theory Ethics and Moral-values. in **EDD Dissertation Abstract**. Columbia University Teacher College.
- Royal Government of Bhutan. Planning Commission. 1991. **Seventh Five Year Plan (1992-1997)**. Vol.1 and 2. Thimphu.
- Schumacher, E.F.. 1991. Buddhist Economics. **Parabola**. 16 (Spring) : 63-9.
- Sen,A. 1998. Human Development and Financial Conservatism. **World Development**. 26 (No4) : 733-741.
- UNDP. 1990. **Human Development Report**. New York: Oxford University Press.
- William K. Frankena. 1963. **Ethics**. New Jersey : Prentice-Hall.