

วิธีการประยุกต์ใช้หลักมูทิตาในพระพุทธศาสนา

THE METHOD OF APPLICATION ACCORDING TO MUDHITA PRINCIPLE IN BUDDHISM

พระปรภากร อุคคเตโช (เบ็ญพะยอม), พระครูสิริสุตานุยุต, และปรกรณ์ มหากันธา

PhraPrakar Ukhtecho (Pangpayom), Phrakru Sirisutanuyut, Prakorn Mahakanta

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์สาปูน

Chompoo23101990@gmail.com

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ คือ 1) เพื่อศึกษาหลักมูทิตาในพระพุทธศาสนา 2) เพื่อศึกษาหลักการพัฒนามูทิตาในพระพุทธศาสนา และ3) เพื่อวิเคราะห์วิธีการประยุกต์ใช้หลักการมูทิตาในพระพุทธศาสนา เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลจากเอกสาร แล้วทำการวิเคราะห์เชิงพรรณนา (Descriptive Analysis) ผลการวิจัยพบว่า 1) หลักมูทิตาในพระพุทธศาสนา พบว่า มูทิตา หมายถึง ความเบิกบานพลอยยินดี เมื่อผู้อื่นได้ดีหรือได้รับความสำเร็จ มีความสุข ความเจริญก้าวหน้า มูทิตาจึงเป็นคุณธรรมที่สามารถกำจัดความอิจฉาริษยาได้ หลักมูทิตายังเป็นส่วนประกอบหนึ่งในหลักพรหมวิหาร ซึ่งสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับการบริหารงานของผู้บริหาร 2) หลักการพัฒนามูทิตาในพระพุทธศาสนา พบว่า ต้องพัฒนาจากจิตใจก่อน เมื่อจิตใจเกิดมูทิตาแล้วก็จะแสดงต่อด้วยการกระทำหรือด้วยคำพูด การพัฒนามูทิตาด้วยหลักสมาธิ จึงเป็นการฝึกจิตให้สงบ ฝึกให้จิตดี เกิดปัญญา คิดดี ทำดี แล้วจะเกิดมูทิตาต่อผู้อื่นด้วยความบริสุทธิ์ใจ 3) วิเคราะห์วิธีการประยุกต์ใช้หลักการมูทิตาในพระพุทธศาสนา พบว่า มีหลักการประยุกต์ใช้มูทิตากับการพัฒนาจิต กับความศรัทธา และกับความกตัญญู ส่วนรูปแบบการประยุกต์ใช้มูทิตา พบว่ามีรูปแบบของการไหว้ การกล่าวสรรเสริญ และการสักการะ/สิ่งของ ซึ่งหลักมูทิตามีวิธีการประยุกต์ใช้ในหลากหลายโอกาสและเหตุการณ์ อาทิ ประยุกต์ใช้หลักมูทิตากับการดำเนินชีวิตประจำวัน กับการบริหารงาน กับการเฉลิมฉลอง กับการต้อนรับแขกบ้านแขกเมือง และกับการเข้ารับตำแหน่งใหม่ เป็นต้น

คำสำคัญ : การประยุกต์, มูทิตา, พระพุทธศาสนา

Abstract

This research entitled “The method of application according to mudhita principle in Buddhism” has the objectives as follows: 1) to study the principle of empathy in Buddhism. 2) to study principles of empathy in Buddhism and 3) to analyze methods of applying the principle of empathy in Buddhism. It is a documentary research by collecting information from documents. The findings of this research are as follows: 1) The principle of empathy in Buddhism found that empathy means joy and joy. When others have been successful or have been successful, happy and prosperous. So it is a virtue that can get rid of jealousy. The principle of empathy is also a

component of the principle of Brahma. Which can be applied to the administration of executives.

2) The principle of empathy development in Buddhism found that it must first develop from the mind. When the mind is rejoicing, it continues with actions or words. The development of empathy through meditation This is to train the mind to be calm, to train the good mind, to be wise, to think well, to do good, and to become proud to others. 3) Analyzing the method of applying the principle of empathy in Buddhism, it was found that there was a principle for applying empathy to spiritual development. With faith And with gratitude As for the form of application of pleasure Found that there was a form of worship Praising And worship / things The principle of empathy is applied in a variety of occasions and events, such as applying the principle of empathy to everyday life. With administration With celebration With welcoming guests to the city And with the new position

Keywords : Application, Mudhita principle, Buddhism

บทนำ

พระโคตมพุทธเจ้าหรือพระพุทธเจ้าองค์ปัจจุบัน มีพระนามเดิมว่า เจ้าชายสิทธัตถะ เป็นพระราชโอรสของพระเจ้าสุทโธทนะและพระนางสิริมหามายา ประสูติในราชตระกูล ศากยวงศ์ แห่งกบิลพัสดุ์ ขณะที่พระพุทธองค์ประสูตินั้น มีเหล่าทวยเทพได้เข้าเฝ้าและต่างช่วยกันประคองพระโพธิสัตว์ไว้ ดังปรากฏหลักฐานในพระไตรปิฎกว่า “เวลาที่พระโพธิสัตว์ประสูติจากพระครรภ์ของพระมารดา ยังไม่ทันสัมผัสแผ่นดิน เทพบุตร 4 องค์ช่วยกันประคองพระโพธิสัตว์ไปไว้เบื้องพระพักตร์ของพระมารดา”(ม.อ. (ไทย) 14/207/240) จากการที่เหล่าเทพบุตรเข้ามาเฝ้าพร้อมต้อนรับพระโพธิสัตว์นั้น เป็นการแสดงความมุทิตา(พลอยยินดี) ในการประสูติของพระพุทธองค์ผู้เสด็จมาโปรดสัตว์ทั้งหลาย ที่จะช่วยให้สัตว์ทั้งหลายได้หลุดพ้นจากทุกขเวทนา หลังจากเจ้าชายสิทธัตถะประสูติได้ 5 วัน พระเจ้าสุทโธทนะได้เชิญพราหมณ์ผู้เชี่ยวชาญในไตรเวทย์จำนวน 108 ท่าน มาฉันโภชนาหารและให้พราหมณ์ 8 ท่าน ทำนายลักษณะของพระโอรสและขนานพระนาม การที่พระเจ้าสุทโธทนะได้เชิญพราหมณ์มาฉันโภชนาหารนั้น เป็นการทำพิธีเพื่อการแสดงความยินดีที่พระองค์ได้ราชาภิเษก ขณะเดียวกัน พราหมณ์ทั้งหลายที่ได้รับเชิญนั้น ได้แสดงออกถึงความมุทิตา คือ พลอยยินดีกับพระเจ้าสุทโธทนะ และจากเหตุการณ์เมื่อครั้งเจ้าชายสิทธัตถะออกมหาภิเนษกรมณ์ (ราชบัณฑิตยสถาน, 2556, หน้า 886) จนกระทั่งทรงเจริญญาณ บรรลุนุตรสัมมาสัมโพธิญาณเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มีปรากฏการณ์ของการแสดงมุทิตาต่อพระพุทธเจ้า ดังความว่า “ขณะนั้น อัสจรรยก็บังเกิด มีพื้นมหาปฐพีอันกว้างใหญ่ก็หวั่นไหว พกษาชาติทั้งหลายก็ผลิดอกออกช่องามตระการตา เทพเจ้าทุกชั้นฟ้าก็แซ่ซ้องสาธุการ ไปรยปรายบุพผามาลัยทำการสักการบูชา เปล่งวาจาว่า พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงอุบัติขึ้นแล้วในโลก ด้วยปิตินดีเป็นอัสจรรยที่ไม่เคยมีในกาลก่อน(พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช), 2548)

หลังจากการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า ได้มีการเผยแผ่พระพุทธศาสนาโดยคณะสงฆ์ และเริ่มมีความขัดแย้งกันภายในหมู่สงฆ์ เช่น กรณีพระเทวทัต กรณีของภิกษุชาวโกสัมพี ซึ่งสามารถจำแนกความขัดแย้งออกเป็น 2 ประเด็น คือ ความขัดแย้งในแง่ของธรรม (ทฎฐิสามัญญตาวิบัตติ) คือการที่บุคคลหรือกลุ่มบุคคลมีความต้องการ ความเห็น

พรรคชนะ ค่านิยม และโครงสร้างที่มีความขัดกัน ไม่ลงรอยกัน ความขัดแย้งในแง่ของธรรมมีหลายนัย กล่าวคือ ความบาดหมาง การทะเลาะ การแก่งแย่ง การวิวาท การมุ่งร้าย การถกเถียงกัน และประเด็นที่สอง ความขัดแย้งในแง่ของวินัย (ศีลสามัญญตาวิบัติ) หมายถึง ความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในหมู่สงฆ์ที่เรียกว่า อธิกรณ์ เป็นความขัดแย้งที่เกี่ยวข้องกับความประพฤติที่ไม่เสมอกัน แตกต่างกัน จนเป็นเหตุที่เกิดความแตกต่างและกลายเป็นความแตกแยกในที่สุด (อภิขัยโพธิ์ประสิทธิ์ศาสตร์, 2551, หน้า 4 – 5) ทำให้เกิดเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจในการปฏิบัติตนต่อเพื่อนมนุษย์โดยชอบ ซึ่งก็คือ หลักพรหมวิหาร 4

พรหมวิหารธรรมหรือพรหมวิหาร 4 เป็นหลักทำให้เกิดเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจในการปฏิบัติตนต่อเพื่อนมนุษย์โดยชอบ คำว่า พรหมวิหาร 4 หมายถึง ธรรมที่เป็นเครื่องอยู่อย่างประเสริฐ เป็นธรรมประจำใจและปฏิบัติตนต่อเพื่อนมนุษย์โดยชอบ โดยมุทิตาเป็นส่วนประกอบหนึ่งของหลักพรหมวิหาร มุทิตา หมายถึง ความพลอยยินดี ในเมื่อผู้อื่นอยู่ดีมีสุข มีจิตผ่องใสบันเทิง ประกอบด้วยความแช่มชื่น เบิกบานอยู่เสมอ ต่อสัตว์ทั้งหลายผู้ดำรงอยู่ปกติสุข พลอยยินดีด้วยเมื่อเขาได้ดีมีสุข เจริญอกงามยิ่งขึ้น นอกจากนี้ มุทิตา หมายถึง ความเป็นผู้มีใจชื่นชมยินดีในเมื่อผู้อื่นได้ดีหรือได้รับความสำเร็จอย่างใดอย่างหนึ่ง เป็นอาการที่เกิดขึ้นในใจเองโดยมิได้บังคับ เกิดขึ้นเพราะจิตใจปราศจากความอิจฉาริษยา เกิดขึ้นเพราะเป็นผู้มีปกติยอมรับในผลสำเร็จหรือความดีของคนอื่น(พระเทพมงคลญาณ (เสริมชัย ชยมงคล), 2532, หน้า 49)

การแสดงออกซึ่งมุทิตาจิต นั้นมิใช่หมายถึงการนำสักการะไปถวาย การนำกระเช้าดอกไม้ไปให้ การเลี้ยงกันหรือการกล่าวอวยพรกันเท่านั้น มุทิตาที่แท้จริงมุทิตานั้น จะต้องเริ่มต้นเกิดที่จิตใจก่อน(สำนักพัฒนาการประชาสัมพันธ์, 2558, หน้า 1) คนที่ทำให้จิตเกิดมุทิตาได้ จึงเป็นบุคคลพิเศษที่ยกระดับจิตใจให้สูงกว่าคนธรรมดาสามัญได้แล้ว เป็นคนเปิดใจกว้าง ยอมรับความดีของผู้อื่นและพร้อมเสมอที่จะแสดงความชื่นชมยินดีด้วยเมื่อผู้อื่นได้ดี ผู้ทำได้ดังนี้ท่านว่าเป็นผู้ยกระดับจิตใจถึงขั้นระดับเป็นพระพรหม เพราะมุทิตาจิตนั้นเป็น “พรหมธรรม” หรือ “พรหมวิหารธรรม”(ที.สี. (ไทย) 9/87/53) วิธีกำจัดความรู้สึกอิจฉาริษยาต้องสร้างมุทิตาจิตให้เกิดขึ้นแทนที่โดยการค่อย ๆ มองหาความดีของคนอื่น แม้จะมีเพียงน้อย หากให้พบมากลบความไม่ดีของเขาเสีย โดยไปพูดถึง แล้วหัดชมผู้อื่น นำเอาส่วนดีที่พบมาชม และพยายามทำให้เกิดความเคยชื่นและชมให้มาก ๆ เมื่อชมเป็นแล้วก็แสดงความยินดีในความสำเร็จ ประพฤติแบบนี้ ไม่นานมุทิตาก็จะเกิดเต็มจิต ความหงุดหงิดงุ่นง่านก็จะหมดไป(พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2525, หน้า 10) อย่างไรก็ตาม ปัญหาของสังคมไทยในปัจจุบันคือ การขาดมุทิตาต่อกัน ซึ่งโทษการขาดมุทิตาธรรมในสังคมไทยนั้น คือการเกิดขึ้นเพราะจิตใจมีแต่ความอิจฉาริษยาภาวะที่คิดปองร้าย ความพิโรธ ความแค้น ความดุด่า ความเกรี้ยวกราด ความไม่แช่มชื่นแห่งจิตเพราะขาดหลักมุทิตา บุคคลที่มีความริษยา ไม่ยอมรับในความดีและความสำเร็จของคนอื่น แสดงความไม่ชื่นชมยินดีกับความดีของคนอื่นได้ด้วยความไม่เต็มใจ คือความคิดประทุษร้ายบุคคลที่มีจิตเต็มไปด้วยความอาฆาต ความพยาบาท สังคมทั้งในระบบการเมืองการปกครองจึงล่มจมเพราะมีแต่ริษยาซึ่งกันและกัน เป็นต้น(พระมหาทอง ฐานงกร (โป๊ะหนองแขง), 2560, หน้า 210)

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงต้องศึกษาวิธีการประยุกต์ใช้หลักมุทิตาในพระพุทธศาสนา เพื่อนำหลักมุทิตาในพระพุทธศาสนามาเผยแผ่ให้กับสังคมปัจจุบัน เพื่อให้คนในสังคมไม่มีความอิจฉาริษยาซึ่งกันและกัน ไม่เอาर्डเอาเปรียบกัน ให้มีความเห็นอกเห็นใจกัน และมีความยินดีเมื่อเห็นบุคคลอื่นได้ดี เพื่อให้สังคมเกิดความสงบสุข อยู่ร่วมกันโดยสันติ และเป็นกำลังสำคัญในช่วยสืบทอดอายุพระพุทธศาสนาให้เจริญมั่นคงยืนยาวสืบไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาหลักมูทิตาในพระพุทธศาสนา
2. เพื่อศึกษาหลักการพัฒนา มูทิตาในพระพุทธศาสนา
3. เพื่อวิเคราะห์วิธีการประยุกต์ใช้หลักกรรมมูทิตาในพระพุทธศาสนา

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้ เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) ที่ศึกษาหลักมูทิตาในพระพุทธศาสนา โดยมีรายละเอียดของวิธีการดำเนินการวิจัยดังนี้

1. ศึกษาจากคัมภีร์ เอกสาร ข้อมูล ทั้งที่เป็นหนังสือ คือพระไตรปิฎก วิทยานิพนธ์ งานวิจัย ตำราวิชาการ บทความต่าง ๆ จากห้องสมุด ข่าวสารหนังสือพิมพ์ เทปบรรยาย โทรทัศน์ ค้นหาจากอินเทอร์เน็ต และอื่น ๆ
2. นำข้อมูลที่ได้เก็บรวบรวมมาศึกษา วิเคราะห์ สังเคราะห์ และเสนอความคิดเห็นของผู้วิจัย เรียบเรียงเขียนเป็นงานวิจัย

ผลการศึกษา

จากการศึกษาวิจัย ผู้วิจัยสรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ ดังนี้

1. หลักมูทิตาในพระพุทธศาสนา

หลักมูทิตาในพระพุทธศาสนา พบว่า มูทิตา หมายถึงความเบิกบานพลอยยินดี เมื่อผู้อื่นได้ดี เมื่อผู้อื่นได้รับความสำเร็จ มีความสุข มีความเจริญก้าวหน้า ก็พลอยชื่นชมยินดีในสิ่งที่เขาได้รับ ไม้มีความอิจฉาริษยาในความสำเร็จของเขา ขณะเดียวกัน มีจิตใจผ่องใสบันเทิง แ่มชื่นเบิกบานอยู่เสมอ การแสดงความคิดเห็นสามารถแสดงกับผู้ที่ประสบความสำเร็จ เช่น การเลื่อนฐานะ ตำแหน่ง ยศ เป็นต้น มูทิตาเป็นคุณธรรมที่สามารถกำจัดความอิจฉาริษยาได้ เพราะการอิจฉาริษยาผู้น้อยย่อมมีแต่ความทุกข์จิตใจจะหาความสุขสงบไม่ได้ แต่บุคคลที่มีมูทิตาจะมีความสุขใจ หน้าที่าสดชื่น แจ่มใส เป็นที่รักของคนทั่วไป

หลักมูทิตามีความสำคัญต่อการส่งเสริมให้การปกครองไปในทางที่ดี กล่าวคือ ผู้ปกครองที่มีมูทิตาจะขาดความริษยาเมื่อเห็นผู้อื่นได้ดี ขณะเดียวกัน จะมีความเมตตาต่อผู้อื่นเมื่อเห็นเขาเดือดร้อน ตกทุกข์ และให้ความช่วยเหลือด้วยความบริสุทธิ์ใจ

หลักมูทิตาเป็นส่วนประกอบหนึ่งในหลักพรหมวิหาร คือ เมตตา กรุณา มูทิตา และอุเบกขา หลักพรหมวิหารสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับการบริหารงานของผู้บริหาร โดยยึดปฏิบัติในการปกครองตนด้วยการมีความความกระตือรือร้น เป็นมิตรและมองโลกในแง่ดี ประพฤติปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ผู้ร่วมงานและผู้อื่น ต้องรู้จักยกย่องและชมเชยผู้ร่วมงานที่ทำความดีตามความเหมาะสม เผยแพร่ผลงานที่ดีของผู้ร่วมงานทุกคน ชื่นชมผลงานการปฏิบัติงานของบุคคลอื่นด้วยความบริสุทธิ์ใจ เป็นกำลังใจให้ผู้ร่วมงานหรือบุคคลอื่นประสบผลสำเร็จในงานที่ได้รับมอบหมาย การที่ผู้บริหารมีมูทิตาจะช่วยส่งเสริมสนับสนุนให้คนในองค์กรอยู่ร่วมกันได้อย่างสงบสุข นำพองค์กรให้บรรลุสู่เป้าประสงค์ขององค์กรได้

หลักมูทิตายังสามารถจัดเป็นรูปแบบเพื่อนำไปใช้กับการพัฒนาอาชีพในด้านอื่น อาทิ รูปแบบการใช้กับวิชาชีพพยาบาล คือ พยาบาลต้องเป็นผู้มีมูทิตา โดยไม่มีการเลือกปฏิบัติหรือเลือกให้บริการเฉพาะแต่ผู้ป่วยที่มีฐานะเพียงเพื่อต้องการทรัพย์จากการบริการเขาเหล่านั้น มูทิตาจึงจะเป็นมูทิตาที่บริสุทธิ์ให้บริการผู้ป่วยทุกคนอย่างเท่าเทียมและมีมูทิตาเมื่อผู้บริการท่านอื่นได้รับของกำนัลจากการปฏิบัติงาน พยาบาลต้องมีมูทิตาเพื่อผู้ป่วยที่รักษาหายจากอาการเจ็บป่วยแล้วได้กลับไปใช้ชีวิตตามปกติของเขาได้ เช่นนี้จึงเป็นการนำรูปแบบของมูทิตาไปใช้กับการพัฒนาอาชีพ

มูทิตายังมีรูปแบบที่ใช้ได้กับการสร้างเสริมความเข้มแข็งของครอบครัว อาทิ บิดามารดาแสดงความเมตตา กรุณา มูทิตา อันเป็นความรู้สึกที่บิดามารดาแสดงต่อบุตร ซึ่งจะทำให้บุตรมีบุคลิกภาพและนิสัยใจคอที่ดี มีความรัก ความอบอุ่น เป็นคนอ่อนโยน ละมุนละไมและมีความสุข การแสดงมูทิตาต่อบุตรหลานเมื่อบุตรหลานเล่าเรียนสำเร็จ หรือได้ทำงาน ได้เลื่อนตำแหน่ง มีหน้าที่การงานที่ดี อย่างไรก็ตาม สิ่งสำคัญของบิดามารดาที่ต้องแสดงออกคือ การเสริมสร้างปัญญาให้กับบุตร ฝึกเตรียมความพร้อมให้กับบุตรสามารถดำรงชีวิตด้วยตนเอง ขณะเดียวกัน บุตรหลานสามารถแสดงมูทิตาต่อบิดา มารดา ญาติ พี่น้อง เมื่อพวกเขาเหล่านั้นได้รับสิ่งที่เป็นมงคล การแสดงมูทิตายังสามารถแสดงออกในรูปแบบของการดูแลเอาใจใส่บิดามารดาเลี้ยงดูท่านในวัยชรา

2. หลักการพัฒนา มูทิตา ในพระพุทธศาสนา

การพัฒนาเป็นการทำให้เจริญก้าวหน้าหรือการเปลี่ยนแปลงไปสู่ทิศทางที่พึงปรารถนา ในพุทธศาสนา พระสงฆ์มีหน้าที่ช่วยเหลือมนุษย์และสัตว์อื่น ๆ ให้พ้นจากความทุกข์ทั้งทางด้านวัตถุ และจิตใจ ทั้งในปัจจุบันและในอนาคต ลักษณะสำคัญของการพัฒนา คือเป็นการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ มีลักษณะเป็นกระบวนการ เป็นพลวัต เป็นแผนและโครงการ เป็นวิธีการ เป็นปฏิบัติการ เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากการกระทำของมนุษย์ ผลที่เกิดขึ้น มีความเหมาะสมหรือพึงพอใจ และมีเกณฑ์หรือเครื่องชี้วัด

การพัฒนา มูทิตา ในพระพุทธศาสนา พบว่า จะต้องเริ่มต้นเกิดที่จิตใจก่อน เมื่อจิตใจเกิดมูทิตาแล้วก็จะแสดงต่อด้วยการกระทำหรือด้วยคำพูด ผู้ที่ทำให้จิตเกิดมูทิตาได้จึงเป็นบุคคลพิเศษที่ยกระดับจิตใจให้สูงกว่าคนธรรมดาสามัญ การพัฒนา มูทิตา เป็นการเปิดใจกว้างยอมรับความดีของผู้อื่น และพร้อมเสมอที่จะแสดงความชื่นชมยินดีด้วย เมื่อผู้อื่นได้ดี เพราะมูทิตาจิตนั้นเป็น “พรหมธรรม” หรือ “พรหมวิหารธรรม” มูทิตานี้เกิดได้ยากแต่ที่เกิดได้ง่ายนั้น เพราะมีการฝึกปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ การพัฒนา มูทิตา ตามหลักพรหมวิหารธรรมนั้น จึงเป็นการพัฒนาตามลำดับขั้น กล่าวคือ พัฒนาขั้นแรกด้วยการมีเมตตาธรรมก่อน จากนั้นให้มีความกรุณาต่อผู้อื่น แล้วจะเกิด ความมูทิตาขึ้นในใจ และใช้อุเบกขาเพื่อรักษาความเป็นกลาง ไม่เอนเอียงไปทางใดทางหนึ่ง

การพัฒนา มูทิตา หรือการเจริญมูทิตานั้น สามารถพัฒนาได้กับการดำเนินชีวิตประจำวัน โดยการระงับใจมิให้ริษยาเมื่อเห็นผู้อื่นได้ดีกว่าตน ระงับความโลภที่อยากได้สมบัติของผู้อื่น ให้ฝึกหัดคิดพลอยยินดีกับผู้อื่น และหมั่นพิจารณาตรวจดูจิตมิให้ความริษยาเกิดขึ้น เมื่อไม่มีความริษยาแล้ว มูทิตาก็เกิดขึ้นนั้นย่อมเป็นมูทิตาที่บริสุทธิ์ การเจริญมูทิตาจึงเป็นการอบรมกาย วาจา ใจ เพื่อให้มีมูทิตาที่เจริญขึ้น เพิ่มมากขึ้นจนแผ่กระจายไปยังผู้อื่น

การพัฒนาหลักมูทิตายังสามารถพัฒนาได้ด้วยการสร้างความศรัทธาให้เกิดขึ้น เพราะเมื่อบุคคลใดมีความศรัทธาในตัวบุคคลอื่นแล้วย่อมแสดงออกถึงการมีมูทิตาเกิดขึ้นด้วยความบริสุทธิ์ใจ เมื่อเห็นบุคคลที่ศรัทธาได้รับสิ่งอันเป็นมงคลก็ย่อมแสดงมูทิตาต่อบุคคลนั้น เปรียบได้กับการมีความศรัทธาในพระพุทธเจ้า ผู้นำทางให้มนุษย์หลุด

พ้นจากวัฏสังสาร โดยเชื่อว่าอนิสสของการมีศรัทธาจะนำพาตนเองไปสู่สิ่งที่ดีทั้งในโลกนี้และโลกหน้า ด้วยเหตุนี้ การพัฒนามุทิตาจึงควรนำหลักศรัทธามาเป็นตัวเชื่อมเพื่อนำไปสู่การพัฒนามุทิตา

การพัฒนามุทิตาด้วยหลักกตัญญู เป็นอีกหลักการหนึ่งที่จะสามารถนำมาใช้ ด้วยว่าความกตัญญูเป็น คุณธรรมพื้นฐานของมนุษย์ ในสังคมมนุษย์ที่เกี่ยวข้องกับสิ่งอื่นและสัมพันธ์กับชีวิตผู้อื่น ชีวิตทางกายภาพดำรงอยู่ได้ เพราะได้รับการอุปการะเลี้ยงดูจากบุคคลต่าง ๆ มีบิดา มารดา ครูบา อาจารย์ ญาติพี่น้อง เป็นต้น การรู้จักคุณ และ ตอบแทนท่านผู้มีพระคุณนั้น หมายถึงการรำลึกถึงพระคุณที่เคยให้ความอุปการะด้วยความเคารพยำเกรง ดังนั้น การ พัฒนามุทิตาด้วยหลักกตัญญูจึงเป็นการแสดงออกต่อผู้ที่มีพระคุณ ดังที่พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ว่า บุคคลผู้ ประกอบด้วยคุณธรรม 4 ประการ เหมือนถูกเชื้อมาประดิษฐานไว้ในสวรรค์ ซึ่งธรรม 4 ประการนั้น คือ การสุจริต วชิสุจริต มโนสุจริต และความเป็นคนกตัญญูกตเวที

การพัฒนามุทิตาด้วยการบูชาความดี การยอมรับคุณความดีของกันและกัน เพื่อให้สังคมอยู่ร่วมกันด้วยความ เรียบร้อยดีงาม การบูชาจึงเป็นหลักธรรมที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง แต่การบูชาที่ต้นต้นต้องประกอบด้วยปัญญา เพราะปัญญาเป็นพื้นฐานในการพิจารณาถึงเหตุผลต่าง ๆ แยกแยะว่าสิ่งใดควรแก่การบูชา สิ่งใดควรงดเว้นการบูชา เพราะมิเช่นนั้นแล้วจะเป็นการบูชาคนผิด บูชาสิ่งที่ผิดแทนที่จะเป็นคุณกลับเป็นโทษก็เป็นได้ การบูชาการกราบไหว้ การเคารพนี้พุทธศาสนิกชนควรปฏิบัติให้เป็นนิสัย ยึดถือปฏิบัติตามหลักธรรมอย่างจริงจังและควรทำความเข้าใจ ยึดถือหลักทางศาสนาอย่างแท้จริง การบูชาจะเป็นการสืบทอดอายุพระพุทธศาสนาให้ยั่งยืนสืบไป การบูชายังแสดง ให้เห็นว่าไม่ว่าบุคคลใดหรือสิ่งของที่มีประโยชน์ต่อสังคม ควรส่งเสริมให้มีการบูชา ยอมรับ ยกย่องกันและกัน การ บูชาจึงเป็นหลักธรรมที่สำคัญควรที่จะเอาใจใส่ให้มาก รวมทั้งเห็นคุณค่าของสิ่งนั้น ๆ ให้มากกว่ามีความสำคัญและมี ประโยชน์ การบูชาจึงมีความสำคัญต่อการแสดงออกด้วยการยกย่องเชิดชูหรือการแสดงออกเพื่อการยอมรับนับถือ คนดีมีคุณธรรม การบูชาเป็นการแสดงออกด้วยความบริสุทธิ์ใจ เป็นหลักธรรมที่สำคัญอีกข้อในการประพฤติปฏิบัติ ของมนุษย์เพื่อการอยู่ร่วมกันในสังคม

หลักการพัฒนามุทิตาด้วยหลักสมาธิ การฝึกสมาธิเป็นการพัฒนาในด้านจิตใจซึ่งมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง เพราะจิตใจเป็นฐานของพฤติกรรม เนื่องจากพฤติกรรมทุกอย่างเกิดขึ้นจากความตั้งใจหรือเจตนาและเป็นไปตาม เจตจำนงนั้น และมีแรงจูงใจที่อยู่เบื้องหลัง ถ้าจิตใจได้รับการพัฒนาให้ตั้งง่าแล้วก็จะควบคุมดูแล และนำพฤติกรรม ไปในทางที่ตั้งง่าด้วย แม้ความสุขความทุกข์ในที่สุดก็อยู่ที่ใจ ยิ่งกว่านั้น ปัญญาจะเจริญงอกงามได้ ต้องอาศัยจิตใจที่ เข้มแข็งสู้ปัญหา เอาใจใส่ มีความเพียรพยายามที่จะคิดค้นไม่ท้อถอย จิตที่ฝึกดีแล้วจึงเป็นฐานที่จะให้ปัญญาแก่การ ทำงาน การพัฒนามุทิตาด้วยหลักสมาธิ จึงเป็นการพัฒนาจิตใจให้มีปัญญา รู้เท่าทันต่อความโลภ ความริษยาที่จะ เกิดขึ้นในใจ เพราะเมื่อใดที่ความโลภริษยาเกิดขึ้นแล้ว ความพลอยยินดีหรือมุทิตาก็จะดับสูญสิ้นไป ไม่สามารถที่จะ เกิดมุทิตาต่อผู้อื่นได้อย่างบริสุทธิ์ ดังนั้นแล้ว หลักการพัฒนามุทิตาด้วยหลักสมาธิจะช่วยกำจัดสิ่งที่ไม่ดี หรือการ คิดร้ายต่อผู้อื่น ดังนั้น การพัฒนามุทิตาด้วยหลักสมาธิ จึงเป็นการฝึกจิตให้สงบ ฝึกให้จิตดี เกิดปัญญา คิดดี ทำดี แล้วจะเกิดมุทิตาต่อผู้อื่นด้วยความบริสุทธิ์ใจได้

การแสดงออกถึงการมีมุทิตาต่อกัน พบว่ามีการแสดงออกตั้งแต่ครั้งสมัยพุทธกาลจนถึงสมัยปัจจุบัน กล่าวคือ การแสดงมุทิตาต่อพระพุทธเจ้าตอนประสูติโดยเหล่าเทพบุตรด้วยการกล่าวสรรเสริญ การแสดงมุทิตาตอน พระพุทธเจ้าประสูติได้ 3 วัน ของอสิตาบสด้วยการกราบ การแสดงมุทิตาตอนพระพุทธเจ้าประสูติได้ 5 วัน ของ

พรหมณ์ 108 คน ด้วยการรับโภชนาหาร การแสดงมุทิตาของพระเจ้าสุทโธทนะต่อพระราชโอรส 2 ครั้งด้วยการกราบ การแสดงมุทิตาของเหล่าทวยเทพตอนพระพุทธเจ้าตรัสรู้ด้วยการร่ายรำ ขับร้องและสรรเสริญ การแสดงมุทิตาของมุลินทนาคราชหลังจากพระพุทธเจ้าตรัสรู้ด้วยการแผ่เบี่ยงปกเศียรพระพุทธเจ้า การแสดงมุทิตาของตปุสสะและภัลลิกะหลังจากพระพุทธเจ้าตรัสรู้ด้วยการนำข้าวสาคูก้อนและสัตตุงเข้าไปถวายและแสดงตนเป็นปฐมอุบาสกของถึงพระรัตนะ 2 ประการ คือ พระพุทธเจ้าและพระธรรม เป็นสภะที่พึ่งตลอดชีวิต การแสดงมุทิตาของปัญจวัคคีย์ด้วยการอภิวาทหลังรับรู้การตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า

รูปแบบการแสดงมุทิตาในพระพุทธศาสนา พบว่า มีการแสดงมุทิตาด้วยการไหว้ ในส่วนของพระภิกษุสงฆ์จะนั้น ผู้อุปสมบทภายหลังควรไหว้ผู้อุปสมบทก่อน ควรไหว้ภิกษุชานาสังวาสผู้มีพรรษาแก่กว่า เป็นธรรมวาที และควรไหว้พระเถาตคตผู้เป็นพระอรหันต์ ตรัสรู้เองโดยชอบ ขณะเดียวกัน พิธีการแสดงมุทิตาในพระสงฆ์ที่แตกต่างจากบุคคลทั่วไปคือ การแสดงมุทิตาด้วยการทำสามิจิกรรม ซึ่งเป็นธรรมเนียมของสงฆ์อย่างหนึ่ง ที่ภิกษุสามเณรพึงทำความชอบต่อกันเพื่อความสามัคคี อยู่ร่วมกันด้วยความสงบสุข หมายถึงการขอมาโทษกัน ให้อภัยกัน ซึ่งรูปแบบการแสดงมุทิตาด้วยการทำสามิจิกรรมนี้จะประกอบด้วย การไหว้ การกล่าวคำมา การถวายสักการะ ด้วยดอกไม้ รูปเทียน เป็นต้น

จากการศึกษาพบว่า ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันมีรูปแบบการแสดงมุทิตาด้วยการถวายสักการะต่อผู้ที่ล่วงลับด้วยเป็นการระลึกถึงพระคุณูปการที่บุคคลนั้นได้ทำประโยชน์ต่อประเทศชาติ สังคมส่วนรวมไว้ ดังตัวอย่างการถวายสักการะสมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก (เจริญ สุวฑฺฒโน) และยังพบว่ามีการแสดงมุทิตาในงานเฉลิมฉลองต่าง ๆ อาทิ งานเฉลิมฉลองสิริราชสมบัติครบ 60 ปี ของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวในรัชกาลที่ 9 การแสดงมุทิตาด้วยขบวนพ็อนแห่เครื่องทูลเชิญพระขวัญ รับเสด็จ รัชกาลที่ 7 ประพาสเมืองเชียงใหม่ การถวายมุทิตาจิต สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก การแสดงมุทิตาจิตต่อพระเถา กุนตสาโร (หลวงปู่เถา กุนตสาโร) ของพระบาทสมเด็จพระปรเมนทรรามาธิบดีศรีสินทรมหาวชิราลงกรณฯ รัชกาลที่ 10 การแสดงมุทิตาจิตต่อเจ้าคณะจังหวัดลำพูนครั้งได้รับการแต่งตั้งเป็นเจ้าคณะจังหวัดลำพูน และการแสดงมุทิตาสักการะพระราชปริยัติกวี, ศ.ดร. อธิการบดีในอายุวัฒนมงคล 59 ปี เป็นต้น

3. วิเคราะห์วิธีการประยุกต์ใช้หลักการมุทิตาในพระพุทธศาสนา

1) หลักการประยุกต์ใช้มุทิตาในพระพุทธศาสนา พบว่า มีการประยุกต์ใช้ด้วยวิธีการต่าง ๆ ดังนี้

1.1) การประยุกต์ใช้มุทิตากับการพัฒนาจิต การฝึกจิตเพื่อลดความริษยาอันเป็นต้นเหตุที่ตัดทอนมิให้มุทิตาเกิดขึ้น ผู้ที่เจริญมุทิตาต้องตัดเหตุของความริษยาให้ได้ก่อน การตัดริษยาออกไปได้นั้น ต้องใช้ปัญญาในการวินิจฉัยถึงเหตุและผลที่จะตนเองควรตัดความริษยานั้นออก แล้วจึงพัฒนาจิตของตนให้เกิดมุทิตาต่อไปได้ การเจริญมุทิตาด้วยการพลอยยินดีเมื่อเห็นผู้อื่นได้ดั้นนั้น ให้ปฏิบัติโดยการแผ่จิตที่หวังดีนี้ออกไปโดยเจาจงหรือไม่เจาจง โดยกำหนดจิตคิดในทางที่เป็นคุณต่อผู้อื่น อวยพรให้เขารักษาสิ่งที่เขาได้ให้คงอยู่กับเขาอย่างยาวนานที่สุด

1.2) หลักการประยุกต์ใช้มุทิตากับหลักศรัทธา ด้วยเหตุที่ว่าความศรัทธาเป็นบ่อเกิดที่จะนำไปสู่การแสดงมุทิตาต่อกัน ดังที่ความศรัทธาที่มนุษย์ทั้งหลายมีต่อพระพุทธเจ้า นำไปสู่การคิดดี ทำดีต่อกัน ด้วยเชื่อว่าหากทำดีต่อกันแล้วจะได้รับอานิสงส์ของผลบุญนั้น หลักความศรัทธาจึงเป็นตัวเชื่อมเพื่อนำไปสู่การเกิดมุทิตา

1.3) หลักการประยุกต์ใช้มิติกำกับหลักกตัญญู เป็นการกำหนดความประพฤติการปฏิบัติตนในการรู้บุญ รู้คุณของผู้คนที่เคยเกื้อหนุน ทั้งบิดา มารดา ครู อาจารย์ ด้วยการตอบแทนบุญคุณกับเขาทั้งหลายเหล่านั้น

2) รูปแบบการประยุกต์ใช้มิติตาในพระพุทธศาสนา พบว่า มีการแสดงมิติตาในรูปแบบต่าง ๆ ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน มีการประยุกต์ใช้ที่หลากหลายรูปแบบดังนี้

2.1) การไหว้ การไหว้มีสัญลักษณ์ของการแสดงออกถึงความเคารพ นับถือ บุคคลใดที่ถูกผู้อื่นไหว้ย่อมมีเกียรติและศักดิ์ศรี ขณะเดียวกันในหมู่สงฆ์จะมีวิธีการปฏิบัติของการไหว้ ซึ่งพระพุทธองค์ทรงกำกับไว้ว่าบุคคลที่ภิกษุควรไหว้ 3 จำพวก คือ 1) ผู้อุปสมบทภายหลังครวไหว้ผู้อุปสมบทก่อน 2) ครวไหว้ภิกษุนานาสังวาสผู้มีพรรษาแก่กว่า เป็นธรรมวาที และ 3) ครวไหว้พระตถาคตผู้เป็นพระอรหันต์ ตรัสรู้เองโดยชอบในโลกพร้อมทั้งเทวโลก มารโลก พรหมโลก ในหมู่สัตว์พร้อมทั้งสมณพราหมณ์เทวดา การไหว้ในสมัยพุทธกาลยังมีปรากฏว่า อสิตดาบส ได้อภิวัตพระเจ้าสุทโธทนะ และกราบพระบาททั้งสองของพระพุทธเจ้า และแม้แต่พระเจ้าสุทโธทนะ ก็ได้ไหว้พระราชโอรสถึง 2 ครั้ง รวมถึงการไหว้พระพุทธเจ้าจากปัญจวัคคีย์ทั้ง 5

การไหว้จึงเป็นการแสดงออกถึงการให้เกียรติ แสดงถึงความมีสัมมาคารวะแก่กันและกัน แสดงถึงการขอบคุณ การขอโทษ การยกย่อง หรืออื่น ๆ ตามแต่โอกาส การไหว้ในปัจจุบันนั้น มีการไหว้พระรัตนตรัย อันได้แก่ พระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ ทั้งยังรวมไปถึงโบราณสถานหรือศาสนสถานอันเนื่องจากพุทธศาสนา การไหว้ผู้มีพระคุณหรือผู้อาวุโส ได้แก่ บิดา มารดา ปู่ ย่า ตา ยาย ญาติผู้ใหญ่ ครูบาอาจารย์ หรือผู้ที่ควรเคารพ และการไหว้บุคคลทั่วไปและบุคคลเสมอกัน วัยไม่สูงกว่าผู้ไหว้ การไหว้นั้น ผู้ไหว้ยังได้รับอานิสงส์ในโลกหน้าด้วยการมีรูปงาม ผิวพรรณดี มั่งคั่งด้วยโภคทรัพย์และสูงศักดิ์ด้วย

2.2) การกล่าวสรรเสริญ รูปแบบการประยุกต์ใช้มิติตาด้วยการกล่าวสรรเสริญ พบตั้งแต่สมัยพุทธกาลเริ่มจากการประสูติของพระพุทธเจ้า ด้วยการทูลของเหล่าเทพบุตร เป็นการแสดงมิติตาด้วยการกล่าวสรรเสริญถึงความยิ่งใหญ่ของพระพุทธเจ้าในภายหน้า รวมถึงการแสดงมิติตาด้วยการร่ำรำ่า ขับร้อง การกล่าวคำสรรเสริญ ล้วนแล้วแต่เป็นรูปแบบการประยุกต์ใช้มิติตาทั้งสิ้น แม้แต่ในปัจจุบัน ยังมีการใช้รูปแบบดังกล่าวอย่างต่อเนื่อง อาทิ การกล่าวสรรเสริญเมื่อไปแสดงความยินดีกับการรับตำแหน่งใหม่ การกล่าวสรรเสริญถึงผู้ที่มีคุณประโยชน์ต่อประเทศชาติ ต่อสังคมส่วนรวม หรือระหว่างบุคคลต่อบุคคล

2.3) การสักการะ/สิ่งของ เป็นการแสดงออกถึงรูปแบบการประยุกต์ใช้มิติตาอีกรูปแบบหนึ่ง ซึ่งในปัจจุบันการมอบสิ่งของเป็นการแสดงมิติตาอีกรูปแบบหนึ่งที่มีความนิยมเป็นอย่างมาก สิ่งของที่มอบให้แก่ผู้อื่น มีลักษณะที่แตกต่างกันตามแต่โอกาสหรือสถานการณ์ เหตุการณ์นั้น ๆ นอกจากนี้ การถวายสักการะกับผู้ที่ล่วงลับไป ซึ่งเป็นการระลึกถึงมิติตาจิตในพระคุณูปการของท่าน ดังที่มีการถวายสักการะสมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก (เจริญ สุวฑฺฒโน)ผู้มีพระคุณอันประเสริฐที่ได้สิ้นพระชนม์ ได้มีการขอแสดงความอาลัยและระลึกถึงมิติตาจิตในพระคุณูปการของสมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราชฯ ในฐานะเป็นพระเถระของประชาชนโดยแท้ และผู้นำคณะสงฆ์สูงสุดแห่งโลกพระพุทธศาสนาองค์แรก และในพิธีกรรมของหมู่สงฆ์ยังมีการแสดงมิติตาด้วยรูปแบบการทำสามัคคีธรรมของคณะสงฆ์ ซึ่งมีองค์ประกอบของเครื่องสักการะ คือ ดอกไม้ ธูปเทียน เพื่อขมาลาโทษระหว่างพระสงฆ์ด้วยกัน

3) วิธีการประยุกต์ใช้แนวทางมูทิตาในพระพุทธศาสนา พบว่า มีการวิธีการประยุกต์ใช้ในหลากหลายโอกาสและเหตุการณ์ โดยสรุปได้ดังนี้

3.1) วิธีการประยุกต์ใช้แนวทางมูทิตากับการเผยแผ่ของพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าได้ทรงใช้หลักมูทิตาเพื่อสร้างให้พระภิกษุผู้เผยแผ่ศาสนาเป็นผู้ที่มีความเมตตา มีความยินดีต่อผู้อื่น ๆ เมื่อเห็นผู้อื่นได้รับสิ่งของโดยให้มีอุเบกขา คือ ความวางเฉยในความริษยา และสร้างความปรองดองให้เกิดแก่หมู่สงฆ์ ขณะเดียวกัน การแสดงมูทิตาจากผู้ที่เลื่อมใสในพระพุทธศาสนา มีการแสดงออกด้วยการถวายข้าวปลาอาหาร สิ่งของ ผ้าครอง และการมอบสิ่งปลูกสร้างที่เป็นวิหาร เพื่อการถวายเป็นพุทธบูชาเป็นต้น พระพุทธองค์ยังทรงใช้วิธีเจริญมูทิตาภาวนาด้วยการแผ่จิตไปให้กับบุคคลอื่น ที่แม้จะไม่ใช่ญาติของตนเอง แสดงให้เห็นว่า แม้แต่พระสงฆ์ผู้เจริญแล้วก็ต้องมีจิตที่ประกอบด้วยมูทิตาเพื่อการเผยแผ่พระพุทธศาสนา เพราะหากไม่มีจิตที่เมตตาต่อผู้อื่นแล้ว มูทิตาย่อมไม่เกิดขึ้น จึงเป็นเหตุให้พระพุทธศาสนาเจริญอยู่ถึงกาลปัจจุบัน

3.2) วิธีการประยุกต์ใช้แนวทางมูทิตากับการดำเนินชีวิตประจำวัน คือการฝึกให้มีความพลอยยินดี กิริยาที่พลอยยินดี ภาวะที่พลอยยินดี โดยปราศจากความริษยาเมื่อผู้อื่นอยู่ดีมีสุข ซึ่งการจะประพฤติตนโดยไม่ให้เกิดความริษยาต่อผู้อื่น เมื่อเห็นผู้อื่นได้รับสิ่งที่เป็นมงคลหรือได้มาซึ่งลาภ ยศ สักการะ หรือแม้แต่ตำแหน่ง ชื่อเสียงเงินทองนั้น ต้องมีฝึกการเจริญมูทิตาให้เกิดขึ้นกับการดำเนินชีวิตประจำวัน ให้มีจิตที่บริสุทธิ์เพื่อเกิดการเกื้อกูลต่อผู้อื่น ทั้งกลับบุคคลในครอบครัวของตนเองและบุคคลอื่น ๆ เพื่อนร่วมงานหรือเพื่อนมนุษย์ด้วยกันบนโลก หรือมีความเมตตาต่อสรรพสัตว์ที่มีบุคคลต่อมนุษย์

3.3) วิธีการประยุกต์ใช้แนวทางมูทิตากับการบริหารงาน การนำหลักมูทิตามาใช้ในการบริหารงาน เป็นสิ่งที่ผู้บริหารควรประพฤติปฏิบัติ บริหารงานด้วยการมีคุณธรรม ทำจิตใจแจ่มใส จิตใจสุขุมเยือกเย็น ความพลอยยินดี เมื่อผู้อื่นได้ดีมีสุข และแสดงถึงความเมตตาเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่อดหนุนจุนเจือ เมื่อเห็นผู้อื่นประสบความสำเร็จและมีน้ำใจพลอยยินดี เมื่อประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน อย่างไรก็ตาม มูทิตาจะเกิดขึ้นได้ต้องเริ่มจากการมีเมตตาก่อน เพื่อสลัดซึ่งความพยาบาท แล้วกรุณาจะเกิดขึ้น คือ การไม่คิดร้ายต่อผู้อื่น เมื่อไม่คิดร้ายต่อผู้อื่นแล้วจะไม่เกิดความลำเอียง ไม่คิดว่าจะชอบหรือไม่ชอบเมื่อพบเห็นการกระทำที่ไม่ถูกใจ แล้วมูทิตาจะเริ่มเกิดขึ้น เมื่อไม่มีความพยาบาท ไม่คิดร้าย ไม่ลำเอียงแล้ว จิตจะบริสุทธิ์จนนำไปสู่การมีความพลอยยินดีเกิดขึ้นจากความจริงใจเมื่อเห็นผู้อื่นได้ดี มีความปรารถนาที่จะเห็นผู้อื่นได้ดี หรือสังคมดี

3.4) วิธีการประยุกต์ใช้แนวทางมูทิตากับการเฉลิมฉลอง วิธีการมูทิตาจิตสามารถประยุกต์ใช้เข้ากับเหตุการณ์เฉลิมฉลอง เพื่อแสดงความยินดีได้ มูทิตาที่เกิดขึ้นจากการเฉลิมฉลองนี้ จะสร้างไมตรีจิต เชื่อมความสัมพันธ์นำไปสู่มิตรไมตรีที่จะเกิดขึ้นอย่างยั่งยืนต่อไปในอนาคต

3.5) วิธีการประยุกต์ใช้แนวทางมูทิตากับการต้อนรับแขกบ้านแขกเมือง พบว่า มีการต้อนรับแขกบ้านแขกเมือง หรือผู้ปกครองเมือง มีการแสดงมูทิตาด้วยการแต่งขบวนพ็อนแห่พร้อมทั้งเครื่องสักการะในพิธี การแสดงออกนี้เป็นการแสดงออกถึงการมีมูทิตาต่อผู้มาเยือน โดยทั้งนี้ ยังเป็นการแสดงออกทางการเมือง ที่บ่งบอกถึงการยอมรับการอยู่ใต้อาณัติของผู้มาเยือน ซึ่งในปัจจุบัน มีการนำพิธีการนี้มาใช้ในการต้อนรับผู้ปกครองที่มาประจำการในหน้าที่ อาทิ พิธีการต้อนรับผู้ว่าราชการจังหวัด

3.6) วิธีการประยุกต์ใช้แนวทางมูทิตากับการเข้ารับตำแหน่งใหม่ พบว่า มีการประยุกต์ใช้มูทิตาสามารถใช้กับการรับตำแหน่งใหม่ ซึ่งเป็นการแสดงมูทิตายินดีกับตำแหน่งใหม่ที่ผู้อื่นได้รับ แม้ว่าจะเป็นฝ่ายตรงข้ามหรือมีความแตกต่างทางความคิด ก็ย่อมที่จะใช้โอกาสนี้แสดงมูทิตาทอดกันได้

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะเชิงนโยบายที่สำคัญดังนี้

1) ภาครัฐ ควรส่งเสริมกิจกรรมเพื่อสร้างเสริมการมีมูทิตาทอดกันสังคมส่วนร่วมให้เกิดพื้นฐานของการมีจิตที่เกื้อกูลต่อกันด้วยความจริงใจ

2) ภาครัฐ ควรสนับสนุนงบประมาณให้กับองค์กรทางศาสนาเพื่อนำไปใช้กับการพัฒนาจิต อันเป็นฐานรากของการคิดดี ทำดี การเสริมสร้างปัญญาให้เกิดขึ้นเพื่อใช้กับการดำรงชีวิตที่ไม่มีความริษยาต่อกัน

2. ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

1) ภาครัฐ ควรส่งเสริมการประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดีแก่เหล่าข้าราชการ เพื่อให้มีมูทิตาต่อการให้บริการแก่ประชาชน

2) ภาครัฐ ควรเปิดช่องทางและสนับสนุนงบประมาณการแสดงการมีมูทิตาต่อพระสงฆ์ที่สูงอายุและพระสงฆ์ที่อาพาธ

3. ข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัยครั้งต่อไป

1) การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาวิจัยเฉพาะเรื่องของมูทิตาในพระพุทธศาสนาและเฉพาะในประเทศไทย ยังไม่ครอบคลุมถึงการแสดงมูทิตาของประเทศอื่น ๆ ดังนั้น การวิจัยครั้งต่อไปจึงควรดำเนินการศึกษาเปรียบเทียบการมีมูทิตาของประเทศอื่น ๆ ด้วย

2) การวิจัยในครั้งต่อไปควรจัดให้มีการประชุมกลุ่มย่อย (Focus Group) เพื่อรับฟังความคิดเห็นและเปิดโอกาสให้ผู้เชี่ยวชาญในสาขาวิชาต่าง ๆ มีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น

เอกสารอ้างอิง

(ก) ข้อมูลชั้นปฐมภูมิ

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

(ข) ข้อมูลทุติยภูมิ

1) หนังสือ

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน. (2525). **วัฒนธรรมไทย**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์กรุงเทพมหานคร.

พระเทพมงคลญาณ (เสริมชัย ชยมงคล). (2532). **ธรรมสร้างสุข**. กรุงเทพมหานคร : วัดหลวงพ่อดิศรธรรมกายาราม.

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) ป.ธ. 9 ราชบัณฑิต. (2548). **พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด คำวัด**.

วัดราชโอรสาราม : กรุงเทพมหานคร.

รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติครั้งที่ 7 “วิถีพุทธ วิถีชุมชน รากฐานชีวิตคนเชิงสังคมล้ำนาในสังคมวิถีใหม่”
วันที่ 28 กุมภาพันธ์ 2564 ณ วิทยาลัยสงฆ์สาปูน มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ราชบัณฑิตยสถาน. (2556). **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์นานมีบุ๊คส์พับลิเคชันส์ จำกัด.

สำนักพัฒนาการประชาสัมพันธ์. (2558). **ปัญหาสังคมไทยในปัจจุบัน**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ กรุงเทพมหานคร.

อภิชัย โพธิ์ประสิทธิ์ศาสน์. (2551). **พระพุทธศาสนาหายาน**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ มหาวิทยาลัย.

2) วิทยานิพนธ์

พระมหาก้อง ฐานจุกโร (โป๊ะหนองแวง). (2560). “การศึกษาพฤติกรรมที่ปรากฏในพุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพระพุทธศาสนา**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.