

บทเรียน เรื่อง หลักธรรมอริยสัจ ๔ ศาสนา ศีลธรรม จริยธรรม
กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒

ชุดที่ ๑ ความรู้เกี่ยวกับหลักธรรมอริยสัจ ๔
โรงเรียนบรรหารแจ่มใสวิทยา ๕

ชุดกิจกรรม เรื่อง หลักธรรมอริยสัจ ๔ ศาสนา ศีลธรรม จริยธรรม กลุ่มสาระ
สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ มีจำนวน ๑๒ ชุด ดังนี้
หลักธรรมอริยสัจ ๔ (ความจริงอันประเสริฐ ๔ ประการ)

ชุดที่ ๑ เรื่อง ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับหลักธรรมอริยสัจ ๔

หมวดทุกข (ธรรมที่ควรรู้)

ชุดที่ ๒ เรื่อง ชั้นธ ๕

ชุดที่ ๓ เรื่อง หลักธรรม : นิยาม ๕

หมวดสมุทัย (ธรรมที่ควรละ)

ชุดที่ ๔ เรื่อง อกุศลวิตก ๓ ภาพ ๓

หมวดนิโรธ (ธรรมที่ควรบรรล)

ชุดที่ ๕ เรื่อง ภาวนา ๔ วิมุตติ ๕

หมวดมรรค (ธรรมที่ควรเจริญ)

ชุดที่ ๖ เรื่อง สัทธรรม ๓

ชุดที่ ๗ เรื่อง ทิฏฐธัมมิกัตถประโยชน์กับการทำงาน (ครองตน)

ชุดที่ ๘ เรื่อง ฆราวาสธรรม ๔ หรือ ธรรมสำหรับชีวิต(ครองเรือน)

ชุดที่ ๙ เรื่อง สังคหัตถุ ๔ มาใช้ในองค์กร(อยู่ร่วมในสังคม)

ชุดที่ ๑๐ เรื่อง อิทธิบาท ๔ สำหรับการทำงานหรือทำสิ่งใดๆ เพื่อให้งาน

ประสบความสำเร็จ

ชุดกิจกรรมที่ศึกษาอยู่นี้เป็นชุดกิจกรรมที่ ๑ เรื่อง ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับอริยสัจ ๔
หวังเป็นอย่างยิ่งว่า นักเรียนทุกคนคงจะได้รับความรู้และความเพลิดเพลินในการศึกษา สามารถ
พัฒนาการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และปฏิบัติตามหลักธรรมเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

คำแนะนำสำหรับครู

ชุดกิจกรรม เรื่อง หลักธรรมอริยสัจ ๔ ชุดที่ ๑ เรื่อง ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับหลักธรรมอริยสัจ ๔ หน่วยที่ ๒ หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา สารศาสนา ศิลปธรรม จริยธรรม

กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ที่เน้นการฝึกทักษะ

กระบวนการคิดอย่างมีวิจารณญาณ

ครูควรปฏิบัติดังนี้

๑. ศึกษาชุดกิจกรรมคู่มือแผนการจัดการเรียนรู้ในเรื่องเดียวกันมาล่วงหน้า
อย่างละเอียด

๒. เตรียมสื่ออุปกรณ์การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ที่จะต้องใช้ทำกิจกรรม
ในแต่ละครั้งให้พร้อมก่อน หากมีปัญหาจะได้แก้ไขก่อนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

๓. จัดกิจกรรมโดยเน้นการฝึกทักษะกระบวนการคิดอย่างมีวิจารณญาณ เพื่อให้
นักเรียนเกิดพัฒนาการทางด้านต่างๆ เช่น ทักษะการคิด วิเคราะห์ มีวิจารณญาณ การเผชิญ
ปัญหา และการหาแนวทางในการแก้ปัญหาได้ถูกต้องเหมาะสม

๔. ขณะปฏิบัติกิจกรรมควรกระตุ้นให้นักเรียนได้เรียนรู้อย่างตั้งใจ ครูสังเกต
และประเมินพฤติกรรมนักเรียนทั้งรายบุคคลและรายกลุ่ม เพื่อให้การจัดกิจกรรมการเรียนรู้บรรลุ
ตามจุดประสงค์อย่างมีคุณภาพ

๕. เมื่อทำใบกิจกรรม และแบบบันทึกการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ครบทุกขั้นตอน
แล้วให้นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียนในกระดาษคำตอบ

๖. ตรวจสอบคำตอบใบกิจกรรมจากใบเฉลยกิจกรรม และแบบบันทึกการคิด
อย่างมีวิจารณญาณ ตรวจสอบกระดาษคำตอบของแบบทดสอบก่อนเรียน หลังเรียน เพื่อพัฒนา
การเรียนรู้ของนักเรียน ทั้งด้านผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ

๗. ครูคอยควบคุมการใช้ชุดกิจกรรมอย่างระมัดระวังและรวดเร็วทันเวลา

๘. เมื่อเสร็จสิ้นกิจกรรมการเรียนรู้ในแต่ละครั้ง ครูควรเน้นให้นักเรียนเก็บสื่อ
อุปกรณ์ให้เป็นระเบียบเรียบร้อย หากชำรุดก็ซ่อมแซมเพื่อเก็บไว้ใช้ในครั้งต่อไป

คำแนะนำสำหรับนักเรียน

ชุดกิจกรรมที่นักเรียนจะศึกษาต่อไปนี้เป็นชุดกิจกรรม เรื่อง หลักธรรมอริยสัจ ๔ ชุดที่

๑

เรื่อง ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับหลักธรรมอริยสัจ ๔ เป็นชุดกิจกรรมที่เน้นกระบวนการให้นักเรียนได้คิดและลงมือปฏิบัติกิจกรรมตามกำหนดด้วยตนเองเพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุด นักเรียนควรปฏิบัติ

ตามคำชี้แจงต่อไปนี้

๑. ชุดกิจกรรม เรื่อง ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับหลักธรรมอริยสัจ ๔ นี้ ใช้เวลา ๑ ชั่วโมง ศึกษาสาระสำคัญและจุดประสงค์การเรียนรู้ แล้วจะทราบว่าเมื่อจบบทเรียนนี้แล้วนักเรียนจะสามารถทำอะไรได้บ้าง

๒. ทำแบบทดสอบก่อนเรียนตามความเข้าใจด้วยความซื่อสัตย์

๓. ศึกษาใบความรู้ และทำใบกิจกรรมเรื่อง ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับหลักธรรมอริยสัจ ๔

๔. นักเรียนแต่ละคนฝึกทักษะกระบวนการคิดอย่างมีวิจารณญาณในกิจกรรม ตามแนวการสอนคิดของเพ็ญพิศุทธิ์ เนคมานูรกิจ ๓ ขั้นตอน ดังนี้

๔.๑ ขั้นเสนองานหรือสถานการณ์

๔.๒ ขั้นฝึกความสามารถในการคิด

๔.๒.๑ ขั้นรวบรวมข้อมูล

๔.๒.๒ ขั้นจัดระบบข้อมูล

๔.๒.๓ ขั้นการตั้งสมมุติฐาน

๔.๒.๔ ขั้นการสรุปอ้างอิง

๔.๒.๕ ขั้นการสรุปและตัดสินใจ

๔.๒.๖ ขั้นประเมินกระบวนการคิด

๕. นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ ๔ – ๕ คน (หรือคนเดียว)

๖. นำผลการคิดของแต่ละคนมาเสนอต่อกลุ่มและสรุปเป็นความคิดของกลุ่ม

๗. นำเสนอความคิดของกลุ่มหน้าชั้นเรียน

๘. นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายและซักถามในกรณีที่มีปัญหาที่นำเสนอกับสถานการณ์ไม่สอดคล้องกัน

๙. นักเรียนสนทนาถึงวิธีการที่จะนำหลักธรรมอริยสัจ ๔ ไปประยุกต์ใช้ใน ชีวิตประจำวัน

๑๐. นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียนในกระดาษคำตอบ

สาระสำคัญของชุดกิจกรรม

๑. สาระการเรียนรู้

สาระที่ ๑ ศาสนา ศีลธรรม จริยธรรม

มาตรฐาน ส ๓๓๑๐๒ สังคมศึกษา ๖ (พระพุทธศาสนา) รูและเข้าใจประวัติความสำคัญ ศาสดา หลักธรรมของพระพุทธศาสนา หรือศาสนาที่ตนนับถือและศาสนาอื่น มีศรัทธาที่ถูกต้อง ยึดมั่นและปฏิบัติตามหลักธรรมเพื่ออยู่รวมกันอย่างสันติสุข

ตัวชี้วัด

ส ๑.๑ ม ๖/๑ อธิบายธรรมคุณและขอธรรมสำคัญในกรอบอริยสัจ ๔ หรือหลักธรรม ของศาสนาที่ตนนับถือตามที่กำหนด เห็นคุณค่าและนำไปพัฒนาแก้ปัญหาของชุมชนและสังคม

ส ๑.๒ ม ๖/๒ วิเคราะห์การปฏิบัติตนตามหลักธรรมทางศาสนาที่ตนนับถือเพื่อการดำรงตน อย่างเหมาะสมในกระแสความเปลี่ยนแปลงของโลก และการอยู่รวมกันอย่างสันติสุข

๒. สาระสำคัญ

หลักธรรมอริยสัจ ๔ เป็นหลักธรรมที่สอนใหม่มนุษย์ทุกข์ ที่เกิดแห่งทุกข์ และขอปฏิบัติ เพื่อให้ถึงซึ่งความดับแห่งทุกข์

๒. จุดประสงค์การเรียนรู้

- ๒.๑ วิเคราะห์องค์ประกอบของหลักธรรมอริยสัจ ๔ ได้
- ๒.๒ เลือกใช้หลักธรรมอริยสัจ ๔ ในการแก้ปัญหาตามสถานการณ์ได้
- ๒.๓ มีทักษะกระบวนการคิดอย่างมีวิจารณญาณตามที่กำหนด

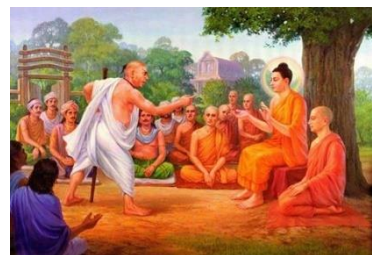
๓. วิธีการเรียนรู้

- ๓.๑ อานทำความเข้าใจขอแนะนำการเรียนรู้จากชุดกิจกรรมการเรียนรู้ให้ชัดเจน
- ๓.๒ สร้างความรู้สึกที่ดีให้กับตนเองว่าเป็นผู้มีพรอมที่จะเรียนรู้ทุกสิ่งอย่างสร้างสรรค์
- ๓.๓ ปฏิบัติตามกิจกรรมที่เตรียมไว้ในชุดกิจกรรมตามลำดับขั้นตอนอย่างเคร่งครัด

ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับหลักธรรมอริยสัจ ๔

ความสำคัญของพระพุทธศาสนา

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่มุ่งแสดงคำสั่งสอนเพื่อช่วยเหลือมนุษย์ในโลกนี้ให้หลุดพ้นจากความทุกข์ เพราะมนุษย์ต้องอยู่เป็นกลุ่มในสังคมที่ทุกคนยอมรับว่าเป็นสังคมที่มีความเจริญรุ่งเรือง เพียบพร้อมไปด้วยอุปกรณ์อำนวยความสะดวกสบายในการดำรงชีพ แต่ขณะเดียวกันก็เกิดความไม่สงบขาดความมั่นคงด้านจิตใจ ขาดหลักที่พึ่งทางใจทำให้มีปัญหาต่อการดำรงชีวิตของตนเองและสวนรวมหลักธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าจึงมุ่งที่สอนให้มนุษย์มีหลักที่พึ่งทางใจ และมีแนวทางประพฤติปฏิบัติที่จะทำให้เกิดมงคลแก่ชีวิต อันจะทำให้มนุษย์สามารถอยู่รวมกันเป็นสังคมด้วยความสงบสุขและเจริญก้าวหน้า



ความสำคัญของพระพุทธศาสนา

พุทธธรรม เป็นเครื่องนำทางในการดำเนินชีวิตธรรมทุกขอหากปฏิบัติตามอย่างจริงจังจะเป็นประโยชน์แก่ชีวิตอย่างมากทั้งสิ้น พุทธธรรมนั้นสอนทั้งการดำเนินชีวิตที่จะทำให้ชีวิตตนมีค่าหรือเป็นชีวิตที่ประเสริฐ ชีวิตที่อยู่ด้วยความเจริญและคุณธรรมและสอนการดำเนินชีวิตให้สังคมอยู่รวมกันอย่างสามัคคี สงบ และเกิดประโยชน์แก่สวนรวม

หลักธรรมทางพระพุทธศาสนามีเป็นจำนวนมาก หลักธรรมที่จัดว่าเป็นแม่บทของพุทธธรรมทั้งหมดได้แก่ อริยสัจ ๔ ซึ่งจะช่วยให้เรามีความเข้าใจความเป็นจริงของธรรมชาติ และรู้จักชีวิตของตนเองอย่างแท้จริง

อริยสัจ ๔

อริยสัจ แปลว่า “ความจริงอันประเสริฐ หรือความจริงของพระอริยบุคคล” หมายถึง ถ้าผู้ใดสามารถรู้หรืออริยสัจ ๔ ด้วยปัญญา ผู้นั้นก็จะเป็นพระอริยบุคคลและที่ทำให้เป็นผู้ประเสริฐนั้นก็เพราะในขณะที่รู้อริยสัจ ๔ ก็เลสทั้งหลายก็ถูกทำลายหายไปจากจิตของผู้นั้นด้วยคือ จิตจะมีสภาพใส สะอาด บริสุทธิ์ พนจากสภาพสามัญชนกลายเป็นพระอริยบุคคลหรือเป็นบุคคลที่ประเสริฐ อริยสัจดังกล่าวนี้ เจ้าชายสิทธัตถะทรงเป็นผู้ค้นพบหรือได้ตรัสรู้เป็นบุคคลแรกในโลก จึงทำให้พระองค์กลายเป็นพระพุทธเจ้า หรือเป็นบุคคลผู้ประเสริฐกว่าเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย

อริยสัจ หรือจตุราริยสัจ หรืออริยสัจ ๔ เป็นหลักคำสอนหนึ่งของพระโคตมพุทธเจ้า แปลว่า ความจริงอันประเสริฐ ความจริงของพระอริยบุคคล หรือความจริงที่ทำให้ผู้เข้าถึงกลายเป็นอริยะ มีอยู่สี่ประการ คือ

ทุกข์ คือ สภาพที่ทนได้ยาก ภาวะที่ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ สภาพที่บีบคั้น กล่าวโดยย่อ ทุกข์ก็คือ อุปาทานขันธ หรือขันธ ๕

สมุทัย คือ สาเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ ได้แก่ ตัณหา ๓ คือ *กามตัณหา*-ความทะยานอยากในกาม *ภวตัณหา*-ความทะยานอยากในภพ ความอยากเป็นโน่นเป็นนี่ ความอยากที่ประกอบด้วยภวทฤษฎี หรือสัสสตทฤษฎี และ *วิภวตัณหา*-ความทะยานอยากในความปราศจากภพ ความอยากไม่เป็นโน่นเป็นนี่ ความอยากที่ประกอบด้วยวิภวทฤษฎีหรืออจุณทฤษฎี

นิโรธ คือ ความดับทุกข์ ได้แก่ ดับสาเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ กล่าวคือ ดับตัณหาทั้ง ๓ ได้อย่างสิ้นเชิง

มรรค คือ แนวปฏิบัติที่นำไปสู่หรือนำไปถึงความดับทุกข์ มีองค์ประกอบอยู่แปดประการ

กิจในอริยสัจ ๔

กิจในอริยสัจ คือสิ่งที่ต้องทำต่ออริยสัจ ๔ แต่ละข้อ ได้แก่

๑. ปริญญา - ทุกข์ ควรรู้ คือการทำความเข้าใจปัญหาหรือสภาวะที่เป็นทุกข์อย่างตรงไปตรงมา ตามความเป็นจริง เป็นการเผชิญหน้ากับปัญหา

๒. ปหานะ - สมุทัย ควรละ คือการกำจัดสาเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ เป็นการแก้ปัญหาคือเหตุต้นตอ

๓. สัจฉิกิริยา - นิโรธ ควรทำให้แจ้ง คือการเข้าถึงภาวะดับทุกข์ หมายถึงภาวะที่ไร้ปัญหาซึ่งเป็นจุดมุ่งหมาย

๔. ภาวนา - มรรค ควรเจริญ คือการฝึกอบรมปฏิบัติตามทางเพื่อให้ถึงความดับแห่งทุกข์ หมายถึงวิธีการหรือทางที่จะนำไปสู่จุดหมาย

กิจทั้งสี่นี้จะต้องปฏิบัติให้ตรงกับมรรคแต่ละข้อให้ถูกต้อง การรู้จักกิจในอริยสัจนี้เรียกว่ากิจญาณ

กิจญาณเป็นส่วนหนึ่งของญาณ ๓ หรือญาณทัสสนะ (สัจญาณ, กิจญาณ, กตญาณ) ซึ่งหมายถึงการหยั่งรู้ครบสามรอบ ญาณทั้งสามเมื่อเข้าคู่กับกิจในอริยสัจทั้งสี่จึงได้เป็นญาณทัสสนะมีอาการ ๑๒ ดังนี้

๑. สัจญาณ หยั่งรู้ความจริงสี่ประการว่า

๑. นี่คือทุกข์

๒. นี่คือเหตุแห่งทุกข์

๓. นี่คือความดับทุกข์

๔. นี่คือทางแห่งความดับทุกข์

๒. กิจญาณ หยั่งรู้หน้าที่ต่ออริยสัจว่า

๑. ทุกข์ควรรู้

๒. เหตุแห่งทุกข์ควรละ

๓. ความดับทุกข์ควรทำให้ประจักษ์แจ้ง

๔. ทางแห่งความดับทุกข์ควรฝึกหัดให้เจริญขึ้น

๓. กตญาณ หยั่งรู้ว่าได้ทำกิจที่ควรทำได้เสร็จสิ้นแล้ว

๑. ทุกข์ได้กำหนดรู้แล้ว

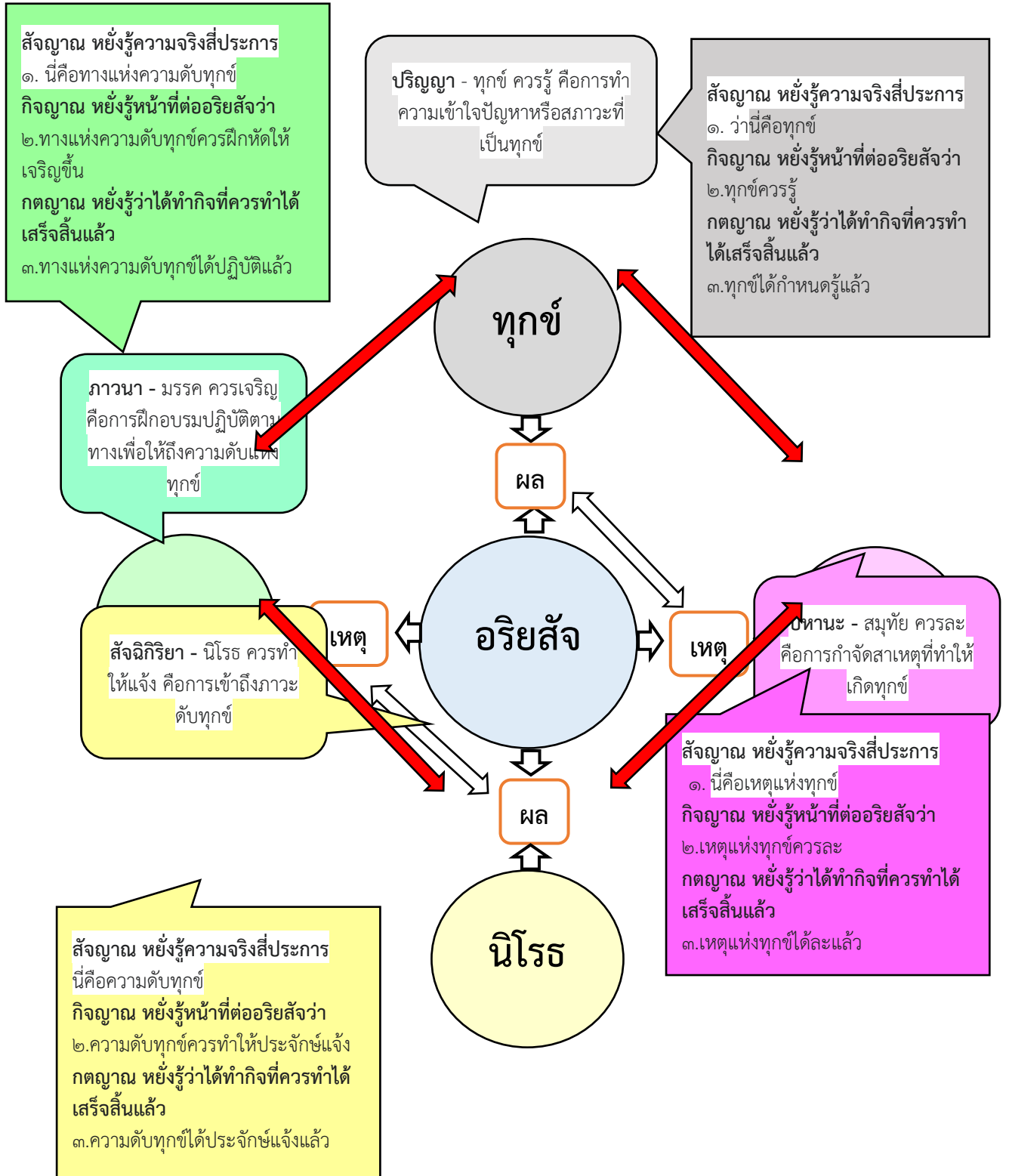
๒. เหตุแห่งทุกข์ได้ละแล้ว

๓. ความดับทุกข์ได้ประจักษ์แจ้งแล้ว

๔. ทางแห่งความดับทุกข์ได้ปฏิบัติแล้ว

ความหมายของหลักธรรมอริยสัจ ๔ แต่ละขอ เพื่อจำง่ายเป็นได้ดังนี้

ฝั่งแสดงความรู้ตามหลักอริยสัจ ๔



ทุกข : ความทุกข์

ทุกข์ หรือ ทุกข์ (บาลี: ทุกฺข) เป็นหลักธรรมสำคัญในศาสนาพุทธ แปลว่าทนอยู่ในสภาพเดิมได้ยาก โดยทั่วไปหมายถึง สิ่งขารทั้งปวง อันได้แก่ ชั้น ๕ ซึ่งเป็นที่ตั้งของกองทุกข์

ในทางพระพุทธศาสนา การกำหนดทุกข์ถือเป็นกิจในอริยสัจ ๔ ที่ชาวพุทธต้องทำเพื่อละและปล่อยวางในลำดับต่อไปในกิจทั้งสี่ในอริยสัจ อันได้แก่ รู้ทุกข์ เพื่อค้นหาสาเหตุในการดับทุกข์ (สมุทัย) แล้วจึงตั้งจุดมุ่งหมายในการดับทุกข์ (นิโรธ) และดำเนินตามเส้นทางสู่ความดับทุกข์ (มรรค) คือสละ ละ ปล่อยวาง ไม่ยึดติดในใจด้วยอำนาจกิเลส

ทุกข์ จัดเป็นหนึ่งในชื่อเรียกที่เป็นไวพจน์ของชั้นซึ่งถูกใช้เป็นอย่างมากในพระไตรปิฎก

ทุกข์ในอริยสัจ

ทุกข์ถือเป็นความจริงอันประเสริฐข้อที่ ๑ ในอริยสัจ ๔ จึงเรียกว่าทุกข์สัจ มี ๑๑ อย่าง ได้แก่ :-

๑. **ชาติ** หมายถึง ความเกิด ความบังเกิด ความหยั่งลงเกิด เกิดจำเพาะ ความปรากฏแห่งชั้น ความได้อายุตระนครบ ในหมู่สัตว์นั้นๆ ของเหล่าสัตว์นั้นๆ

๒. **ชรา** หมายถึง ความแก่ ภาวะของความแก่ ฟันหลุด ผมหงอก หน้ย่นเป็นเกลียว ความเสื่อมแห่งอายุ ความแก่หง่อมแห่งอินทรีย์ ในหมู่สัตว์นั้นๆ ของเหล่าสัตว์นั้นๆ

๓. **มรณะ** หมายถึง ความเคลื่อน ภาวะของความเคลื่อน ความแตกทำลาย ความหายไป มฤตยู ความตาย ความทำกาละ ความทำลายแห่งชั้น ความทอดทิ้งซากศพไว้ ความขาดแห่งชีวิตินทรีย์ จากหมู่สัตว์นั้นๆ ของเหล่าสัตว์นั้นๆ

๔. **โสกะ** หมายถึง ความแห้งใจ กิริยาที่แห้งใจ ภาวะแห่งบุคคลผู้แห้งใจ ความผาก ณ ภายใน ความแห้งผาก ณ ภายใน ของบุคคลผู้ประกอบด้วย ความพิบัติอย่างใดอย่างหนึ่ง ผู้ถูกระดมคือ ทุกข์อย่างใดอย่างหนึ่ง กระทบแล้ว

๕. **ปริเทวะ** หมายถึง ความคร่ำครวญ ความร่ำไรร่ำพัน กิริยาที่คร่ำครวญ กิริยาที่ร่ำไร ร่ำพัน ภาวะของบุคคลผู้คร่ำครวญ ภาวะของบุคคลผู้ร่ำไรร่ำพัน ของบุคคลผู้ประกอบด้วย ความพิบัติอย่างใดอย่างหนึ่ง ผู้ถูกระดมคือทุกข์ อย่างใดอย่างหนึ่งกระทบแล้ว

๖. **ทุกข์ (กาย)** หมายถึง ความลำบากทางกาย ความไม่สำราญทางกาย ความเสวยอารมณ์ อันไม่ดีที่เป็นทุกข์เกิดแต่ กายสัมผัส

๗. **โทมนัส** หมายถึง ความทุกข์ทางจิต ความไม่สำราญทางจิต ความเสวยอารมณ์อันไม่ดีที่เป็นทุกข์เกิดแต่ มโนสัมผัส (สัมผัสทางใจ นึกคิดขึ้นมา)

๘. **อุปายาส** หมายถึง ความแค้น ความคับแค้น ภาวะของบุคคลผู้แค้น ภาวะของบุคคลผู้คับแค้น ของบุคคล ผู้ประกอบด้วยความพิบัติ อย่างใดอย่างหนึ่ง ผู้ถูกระดมคือ ทุกข์ อย่างใดอย่างหนึ่ง กระทบแล้ว

๙. **ความประจวบกับสิ่งไม่เป็นที่รัก** หมายถึง ความประสบ ความพรั่งพร้อม ความร่วม ความระคน ด้วยรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ (ความรู้สึกทางกาย) อันไม่น่าปรารถนา ไม่น่าใคร่

ไม่น่าพอใจ หรือด้วย บุคคลผู้ปรารถนาสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ ปรารถนาสิ่งที่ไม่เกื้อกูล ปรารถนา ความไม่ผาสุก ปรารถนาความไม่เกษมจากโยคะ (กิเลส) ซึ่งมีแก่นั่น

๑๐. ความพลัดพรากจากสิ่งที่รัก หมายถึง ความไม่ประสบ ความไม่พร้อมพร้อม ความไม่ ร่วม ความไม่ระคน ด้วยรูป เสียง กลิ่น รส โสภณัญฑะ อันน่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ หรือด้วย บุคคลผู้ปรารถนาประโยชน์ ปรารถนาสิ่งที่เกื้อกูล ปรารถนาความผาสุก ปรารถนาความเกษม จาก โยคะ คือ มารดา บิดา พี่ชาย น้องชาย พี่หญิง น้องหญิง มิตร อมาตย์ หรือ ญาติสาโลหิต ซึ่งมีแก่นั่น

๑๑. ปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้น หมายถึง ความปรารถนาย่อมบังเกิดแก่ สัตว์ผู้มีความเกิด เป็นธรรมดา สัตว์ผู้มีความแก่เป็นธรรมดา สัตว์ผู้มีความเจ็บเป็นธรรมดา สัตว์ผู้มีความตายเป็น ธรรมดา สัตว์ผู้มี โสภณัญฑะทุกขโทมนัสอุปายาสเป็นธรรมดา อย่างนี้ว่า โอหนอ ขอเราไม่พึงมี ความเกิดเป็นธรรมดา ขอความเกิดอย่ามีมาถึงเราเลย ขอเราไม่พึงมีความแก่เป็นธรรมดา ขอความ แก่อย่ามีมาถึงเราเลย ขอเราไม่พึงมีความเจ็บเป็นธรรมดา ขอความเจ็บอย่ามีมาถึงเราเลย ขอเรา ไม่พึงมีความตายเป็นธรรมดา ขอความตายอย่ามีมาถึงเราเลย ขอเราไม่พึงมี โสภณัญฑะทุกข โทมนัสอุปายาส เป็นธรรมดา ขอโสภณัญฑะทุกขโทมนัสอุปายาส อย่ามีมาถึงเราเลย สัตว์ไม่พึงได้ สมความปรารถนา

สรุปว่าอุปาทานชั้น ๕ ทั้งหมดนั่นเองที่เป็นทุกขสังข เป็นโทษ เป็นภัยที่สุด.

ปกติแล้วเรามักเห็นว่า บางครั้งท่านใช้ความหมายของทุกขควบคู่ไปกับทุกขเวทนา, จนทำให้เข้าใจกันว่า ทุกขหมายถึงความทุกขเจ็บปวด เป็นต้น แต่หากพิจารณาตามข้อความที่ยกมานี้ จะพบว่า ใน ๑๑ ข้อนี้ มีถึง ๖ ข้อ (เกินครึ่ง) ที่ไม่ได้หมายถึงเพียงทุกขเวทนาเท่านั้น แต่หมายถึง ชั้นทั้งหมด. ๖ ข้อนี้ ได้แก่ชาติ, ชรา, มรณะ, ความประจวบกับสิ่งไม่เป็นที่รัก ความพลัดพราก จากสิ่งที่รัก ปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้น

เมื่อว่ากันทั่วไปตามไวยาหารโลกตามหลักวิชาการทางพระพุทธศาสนาแล้ว ในขณะที่เกิด (ปฏิสนธิขณะ) และขณะที่ตาย (จุติขณะ) ของสรรพสัตว์นั้น ไม่ว่าจะเกิดและตายอย่างพิสดารผาด โผนโจนทะยานเท่าใดก็ตาม แต่ช่วงเวลาไม่ถึงเสี้ยววินาทีที่จะเกิดและตายนั้น จะไม่มีใครเกิด และ ตายอย่างมีทุกขเวทนา, และเมื่อว่าโดยปรมาตย์ให้ละเอียดลงไป การเกิดขึ้น (อุปาทานขณะ) ความ แก่ (ฐิตานุขณะ) และความตาย (ภังคานุขณะ) ของชั้น ๕ ก็ไม่ได้มีกับทุกขเวทนาเท่านั้นด้วย แต่มี กับชั้น ๕ แทบทั้งหมด. ส่วนความประจวบกับสิ่งไม่เป็นที่รัก, ความพลัดพรากจากสิ่งที่รัก ,ปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้น นั้นเมื่อว่าโดยตรงแล้วตัณหาจะไม่มีทุกขเวทนาเด็ดขาด. และความ ประจวบ ความพลัดพรากนั้น ก็มีกับชั้นทั้งหมด. ส่วนความปรารถนาแล้วไม่ได้สิ่งนั้นเมื่อว่าโดยตรง แล้ว ก็ไม่เกิดกับทุกขเวทนาเช่นกัน และเมื่อกกล่าวโดยรวมแล้วยังจัดได้ว่ามีกับชั้น ๕ ทั้งหมด ด้วยเช่นกัน.

ฉะนั้นทุกขจึงไม่ใช่แต่เพียงทุกขเวทนาเท่านั้น แต่หมายถึงชั้น ๕ ทั้งหมด ดังนั้นในพระ สูตรทั่วไป เช่น จุฬเวททีลสูตร เป็นต้น รวมถึงอรรถกถาต่างๆ เช่น อรรถกถาสติปัฏฐานสูตร เป็น

ต้น ท่านจึงได้อธิบายให้สุขเวทนาและอุเบกขาเวทนาว่าเป็นทุกข์ด้วย เพราะเป็นสิ่งที่แปรเปลี่ยนไป และเป็นสังขารธรรมเป็นต้นนั่นเอง.

นอกจากนี้ยังอาจแบ่งทุกข์ในอริยสัจ ๔ ได้เป็น ๒ กลุ่มคือ

สภาวะทุกข์ คือทุกข์ประจำ ทุกข์ที่มีอยู่ด้วยกันทุกคน ไม่มียกเว้น ได้แก่ ความเกิด ความแก่ ความตาย

ปภินณฑทุกข์ คือทุกข์จร ทุกข์ที่จรมาเป็นครั้งคราว ได้แก่ ความเศร้าโศก ความพรั่นเพื่อรำพัน ความไม่สบายใจ ความน้อยใจ ความคับแค้นใจ ความประสพกับสิ่งที่ไม่ชอบ ความพลัดพรากจากสิ่งที่ชอบ ความผิดหวังไม่ได้ตามที่ต้องการ

ความแตกต่างของความหมายในภาษาไทย

บทความนี้อาจต้องการตรวจสอบต้นฉบับ ในด้านไวยากรณ์ รูปแบบการเขียน การเรียบเรียง คุณภาพ หรือการสะกด คุณสามารถช่วยพัฒนาบทความได้

ในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา มีศัพท์ที่เกี่ยวกับทุกข์อย่างน้อย ๔ ศัพท์ ซึ่งใช้ทั่วไปในคัมภีร์ และมักจะถูกเข้าใจสับสนอยู่เสมอด้วย, ๔ ศัพท์นี้ได้แก่ ทุกข์ ทุกขเวทนา ทุกขตา และทุกขลกขณฺ์ ซึ่งเขียนในรูปแบบภาษาไทยได้ว่า ทุกข์ (ชั้น ๕), ทุกขเวทนา (ความรู้สึกทุกข์), ทุกขตา (ทุกข์ลักษณะ), และทุกขลักษณะ (ทุกขตา) จึงขอให้คำจำกัดความไว้ดังนี้ :-

๑. ทุกข์ หมายถึง ชั้น ๕

๒. ทุกขเวทนา หมายถึง เวทนาชั้น ๑ ซึ่งเป็นเพียง ๑ ในชั้นที่มีอยู่ทั้งสิ้น ๕ ประการ

๓. ทุกขตา หมายถึง อาการที่ทนดำรงอยู่ไม่ได้เลยเป็นต้นของชั้น ๕ (เป็นไวพจน์ของทุกขลักษณะ)

๔. ทุกขลกขณฺ์ หมายถึง อาการที่หมดสิ้นไปเป็นต้นของชั้น ๕ (เป็นไวพจน์ของทุกขตา)

บรรดา ๔ คำนี้ คำว่า ทุกข์ (ทุกข์) มีใช้มากที่สุด และยังถูกเข้าใจผิดมากที่สุดอีกด้วย เพราะมักใช้แทนคำว่า ทุกขเวทนา กันตามความหมายในภาษาไทย และบางครั้งก็ยังแผลงศัพท์ไปใช้แทนคำว่าทุกขตาและคำว่าทุกขลักษณะอีกด้วย เช่น เขียนว่า ทุกขตา (ทุกข์) เป็นต้น ซึ่งที่จริงแล้ว ใช้แทนกันไม่ได้ เพราะทุกขตาหมายถึงทุกขลักษณะ แต่ทุกข์หมายถึงชั้น ๕ ที่มีทุกขลักษณะนั้น.

ความแตกต่างของทุกข์ และทุกขลักษณะ

ทุกข์ กับ ทุกขลักษณะ เป็นคนละอย่างกันเพราะเป็น ลักษณะวันตะและลักษณะ ของกันและกัน ดังนี้ :-

ทุกข์ (ทุกข์) - หมายถึง ชั้น ๕ ทั้งหมด เป็นปรมาตถ์ เป็นสภาวะธรรม มีอยู่จริง, คำว่า "ทุกข์"เป็นคำไวพจน์ชื่อหนึ่งของชั้น ๕.

ทุกขลักษณะ (ทุกขตา,ทุกขลกขณฺ์) - หมายถึง เครื่องกำหนดชั้น ๕ ทั้งหมดซึ่งเป็นตัวทุกข์.ทุกขลักษณะทำให้เราทราบได้ว่าชั้น ๕ เป็นทุกข์ บีบคั้น น่ากลัวมาก ซึ่งได้แก่ อาการความบีบคั้นบังคับให้เปลี่ยนแปลงไปอยู่เป็นเนื่องนิจของชั้น ๕ เช่น อาการที่ชั้น ๕ บีบบังคับตนจากที่

เคยเกิดขึ้น ก็ต้องเสื่อมสิ้นไปเป็นขั้น ๕ อันใหม่, อากาที่ขั้น ๕ จากที่เคยมีขึ้น ก็ต้องกลับไปเป็นไม่มีอีกครั้ง เป็นต้น. และตกอยู่ภายใต้กฎธรรมชาติ ของ **ธรรมนิยาม**

ธรรมนิยาม ๓ (กำหนดแห่งธรรมดา, ความเป็นไปอันแน่นอนโดยธรรมดา, กฎธรรมชาติ — orderliness of nature; natural law)

๑. **สพเพ สงขารา อนิจจา** (สังขารคือสังขตธรรมทั้งปวงไม่เที่ยง — all conditioned states are impermanent)

๒. **สพเพ สงขารา ทุกขา** (สังขารคือสังขตธรรมทั้งปวงเป็นทุกข์ — all conditioned states are subject to oppression, conflict or suffering)

๓. **สพเพ ธมมา อนตตา** (ธรรมคือสังขตธรรมและอสังขตธรรม หรือสังขารและวิสังขารทั้งปวงไม่ใช่ตน — all states are not-self or soulless)

หลักความจริงนี้ แสดงให้เห็นลักษณะ ๓ อย่าง ที่เรียกว่า ไตรลักษณ์ ของสภาวะธรรมทั้งหลาย (ดู [๗๖] ไตรลักษณ์) พระพุทธเจ้าจะอุบัติหรือไม่ก็ตาม หลักทั้งสามนี้ ก็คงมีอยู่เป็นธรรมดา พระพุทธเจ้าเป็นแต่ทรงค้นพบ และนำมาเปิดเผยแสดงแก่ไฉน.

นิยาม ๕ (กำหนดอันแน่นอน, ความเป็นไปอันมีระเบียบแน่นอนของธรรมชาติ, กฎธรรมชาติ — orderliness of nature; the five aspects of natural law)

๑. **อุตุนิยาม** (กฎธรรมชาติเกี่ยวกับอณูหภูมิ หรือปรากฏการณ์ธรรมชาติต่างๆ โดยเฉพาะดินน้ำอากาศ และฤดูกาล อันเป็นสิ่งแวดล้อมสำหรับมนุษย์ — physical inorganic order; physical laws)

๒. **พีชนิยาม** (กฎธรรมชาติเกี่ยวกับการสืบพันธุ์ มีพันธุกรรมเป็นต้น — physical organic order; biological laws)

๓. **จิตตนิยาม** (กฎธรรมชาติเกี่ยวกับการทำงานของจิต — psychic law)

๔. **กรรมนิยาม** (กฎธรรมชาติเกี่ยวกับพฤติกรรมของมนุษย์ คือ กระบวนการให้ผลของการกระทำ — order of act and result; the law of Kamma; moral laws)

๕. **ธรรมนิยาม** (กฎธรรมชาติเกี่ยวกับความสัมพันธ์และอาการที่เป็นเหตุเป็นผลแก่กันแห่งสิ่งทั้งหลาย — order of the norm; the general law of cause and effect; causality and

สรุป : เหตุใหญ่ทุกข

สรุป แปลว่า “เหตุใหญ่ทุกขเกิด” หมายความว่า ความทุกข์ทั้งหมดในอริยสัจ (มหาสมุทร ที่เกิดของชีวิต) ชีวิตเหล่านั้นมิได้เกิดขึ้นมาลอยๆ จะต้องมีส่วนเหตุบางอย่างที่ทำให้ทุกข์เกิดขึ้น พระพุทธองค์นอกจากจะทรงรู้จักตัวความทุกข์อย่างแจ่มแจ้งแล้ว ยังทรงรู้อันถึงสาเหตุอันแท้จริงที่ทำให้เกิดความทุกข์นั้นด้วย โดยพระองค์ทรงชี้ว่า ต้นเหตุ คือความอยากเกินพอดีที่มีอยู่ในจิตใจนั่นเอง เปนตัวเหตุใหญ่เกิดความทุกข์ ต้นเหตุนี้มีอยู่ ๓ ประการคือ

๑. กามตัณหา คือ ความทะยานอยากในกาม ความอยากได้ทางกามารมณ์, ฉันทะ (ความพอใจ) ราคะ (ความกำหนัด) นันทิ (ความเพลิน) ตัณหา (ความทะยานอยาก) ใดๆ มีอยู่ใน รูป, สัตว์ย่อมเกี่ยวข้อง ย่อมติด ในรูปนั้น ด้วยฉันทราคะ เป็นต้น นั้น เพราะฉะนั้น สัตว์นั้น จึงถูก เรียกว่า "สัตว์ (ผู้ข้องติด) เป็นไปเพื่อความเพลิดเพลินใน ชั้น ๕ ความอยากได้อย่างโนนอย่างนี้ ซึ่งเกิดจากตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ เช่น ตาเห็นรูปสวยงาม ก็เกิดความอยากได้ อยาก ได้บานสวยๆ ราคาแพง อยากได้เสื้อผ้าสวยๆ อยากได้รถยนต์คันงาม เป็นต้น ความอยาก ทำนองนี้เป็นความอยากในสิ่งที่รักใคร และนาพอใจ เป็นความอยากที่ไม่รูจบ เมื่อไม่ได้ตามความ ประสงค์ก็จะเกิดทุกข์

๒. ภวตัณหา คือ ความทะยานอยากในภพ ความอยากเป็นโน่นเป็นนี่ ความอยาก ที่ประกอบด้วยภวทิฏฐิหรือสัสสตทิฏฐิ (อ่านว่า สัตตะตะติถิ) แปลว่า ความเห็นว่าเที่ยง เป็นทิฐิที่ ตรงกันข้ามกับ อจเฉททิฐิ (ความเห็นว่าขาดสูญ) ศาสนาพุทธถือว่าทั้งสัสสตทิฐิและอจเฉททิฐิเป็น มิจฉาทิฐิ สัสสตทิฐิ เป็นลัทธิความเห็นที่มีมาก่อนสมัยพุทธกาล โดยเห็นว่าอัตตาหรือตัวตนเป็นสิ่ง เที่ยงแท้ ไม่มีการเปลี่ยนแปลง ไม่ขาดสูญ แม้ตายแล้วก็เพียงร่างกายเท่านั้นที่สลายหรือตายไป แต่ สิ่งที่เรียกว่าอาตมันหรืออัตตา ชีวะ เจตภูติ ยังเป็นอมตะ ไม่มีวันตาย ไม่มีวันสูญ จะไปถือเอา ปฏิสนธิในกำเนิดของภพอื่นต่อไป

๓. วิภวตัณหา คือ วิภวตัณหา-ความทะยานอยากในความปราศจากภพ ความ อยากไม่เป็นโน่นเป็นนี่ ความอยากที่ประกอบด้วยวิภวทิฏฐิหรืออจเฉททิฏฐิ (อ่านว่า อจเฉท ติถิ) แปลว่า ความเห็นว่าขาดสูญ เป็นความเห็นที่ปฏิเสธหรือตรงกันข้ามกับ สัสสตทิฐิ อจเฉททิฐิ คือความเห็นว่าสัตว์โลกทั้งปวงเมื่อตายหรือละจากอัตภาพนี้ไปแล้วก็เป็นอันขาดสูญ ไม่มีอะไรที่จะไปเกิดหรือไปปฏิสนธิในภพอื่นอีก สิ่งที่เรียกว่าอาตมัน หรืออัตตา ชีวะ เจตภูติ ก็สูญ ไปเช่นเดียวกัน เรียกว่าขาดสูญไปทั้งหมดไม่มีอะไรเหลือให้ไปเกิดในสุคติหรือทุคติอีก อจเฉททิฐิ มีผลกระทบต่อผู้เห็นตามนั้น คือทำให้เป็นคนประมาทขาดสติ เห็นแก่ตัว ปฏิเสธบุญ บาป ปฏิเสธนรกสวรรค์ ทำอะไรโดยไม่กลัวบาปกรรม มุ่งแต่หาความสุขในกามารมณ์ เบียดเบียน แก่งแย่งกันและกัน รบราฆ่าฟันกันเพื่อความเป็นใหญ่ ใช้ชีวิตให้คุ้มค่าง่อนที่จะตายไป ความอยากไม่เป็นความอยากไม่มี จัดเป็นความอยากที่ประกอบด้วยความเบื่อหน่ายในสภาพที่เบ นอยู่ในปัจจุบัน โดยต้องการจะหลีกเลี่ยงหนีพ้นจากสภาพนั้นไป เช่น อยากไม่เป็นคนโง่ อยากไม่ เป็นคนพิการและอยากไม่เป็นคนยากจน เป็นต้น ซึ่งความอยากไม่เป็นนี้ถ้าไม่ปฏิบัติตามที่ตนต้อง การแล้วก็จะทำให้เกิดทุกข์ เช่นเดียวกัน

ตัณหา คือ ความอยากทั้ง ๓ ประการนี้ ถ้าอยากจนเกินพอดี คือ ไม่ได้คำนึงถึง ความเป็นไปได้หรือเป็นไปได้ไม่ควร ควรหรือไม่ควร เป็นต้น ย่อมทำให้เกิดเป็นเหตุทุกข์นำไปสู่ อกุศลวิตก ๓ (ความตรึกที่เป็นอกุศล, ความนึกคิดที่ไม่ดี — unwholesome thoughts)

๑. กามวิตก (ความตรึกในทางกาม, ความนึกคิดในทางแสหาหรือพัวพันติดข้องในสิ่งสนองความอยาก — thought of sensual pleasures)

๒. พยาบาทวิตก (ความตรึกในทางพยาบาท, ความนึกคิดที่ประกอบด้วยความขัดเคืองเพ่งมองในแง่ร้าย — thought full of hatred or ill-will; malevolent thought)

๓. วิหิงสาวิตก (ความตรึกในทางเบียดเบียน, ความนึกคิดในทางทำลาย ทำร้ายหรือก่อความเดือดร้อนแก่ผู้อื่น — thought of violence or cruelty; cruel thought)

นิโรธ : ความทุกขดับ

นิโรธ (อ่านว่า นิโรค) แปลว่า ความดับ (ทุกข์) คือความสำรอกออก, สลัดทิ้ง, ปลดปล่อย, ไม่มีเยื่อใยสมุทัยอันเป็นบ่อเกิดทุกข์ได้สิ้นเชิง หมายถึง การทำลายสมุทัยและดับสมุทัยคือตัวต้นเหตุให้สิ้นไปจนไม่เกิดขึ้นได้อีกเหมือนไฟที่สิ้นเชื้อ ด้วยอำนาจการดำเนินตามมรรคจนได้บรรลุมรรคนั้นๆ

นิโรธ จัดเป็นอริยสัจอันดับที่ ๓ ในอริยสัจ ๔ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค โดยภาวะคือ นิพพานนั่นเอง

นิโรธ ๕ หมายถึง ความดับกิเลส ภาวะไร้กิเลสและไม่มีทุกข์เกิดขึ้นนิโรธเป็นธรรมะที่สามารถนำไปใช้ในชีวิตรประจำวันได้นิโรธ มี ๕ ประการ โดยมีชื่อเรียกอย่างอื่นอีก เช่น

๑. ปหาน ๕ (การละกิเลส ๕ ประการ)
๒. วิมุตติ ๕ (ความหลุดพ้น ๕ ประการ)
๓. วิเวก ๕ (ความสงัด ความปลีกออก ๕ ประการ)
๔. วิจารณ์ ๕ (ความคลายกำหนด ความสำรอกได้ ๕ ประการ)
๕. โวสสัคคะ ๕ (ความสละ ความปล่อย ๕ ประการ)

นิโรธ ๕ ได้แก่

๑. **วิกขัมภณนิโรธ** ดับด้วยข่มไว้ คือ การดับกิเลสของท่านผู้บำเพ็ญฌาน ถึงปฐมฌานขึ้นไป ย่อมข่มนิรณมไว้ได้ ตลอดเวลาที่อยู่ในฌานนั้น

๒. **ตทังคนิโรธ** ดับด้วยองค์นั้นๆ คือ ดับกิเลสด้วยธรรมที่เป็นคู่ปรับ หรือธรรมที่ตรงข้าม เช่น ดับสักกายทิฏฐิด้วยความรู้ที่กำหนดแยกรูปนามออกได้ เป็นการดับชั่วคราวในกรณีนั้นๆ

๓. **สมุจเฉทนิโรธ** ดับด้วยตัดขาด คือ ดับกิเลสเสร็จสิ้นเด็ดขาด ด้วยโลกุตตรมรรค ในขณะที่แห่งมรรคนั้น ชื่อ สมุจเฉทนิโรธ

๔. **ปฏิบัติสัทธินิโรธ** ดับด้วยสงบระงับ คือ อาศัยโลกุตตรมรรค ดับกิเลสเด็ดขาดไปแล้ว บรรลุโลกุตตรผล กิเลสเป็นอันสงบระงับไปหมดแล้ว ไม่ต้องขวนขวายเพื่อดับอีก ในขณะแห่งผลนั้น ชื่อ ปฏิบัติสัทธินิโรธ

๕. **นิสสรณนิโรธ** ดับด้วยสลัดออกได้ หรือดับด้วยปลดปล่อยไป คือ ดับกิเลสเสร็จสิ้นแล้ว ดำรงอยู่ในภาวะที่ดับกิเลสแล้วนั้น ยั่งยืนตลอดไป ภาวะนั้นชื่อนิสสรณนิโรธ ได้แก่อมตธาตุ คือ นิพพาน

ความรู้หรือปัญญาที่ทำให้จิตใจของบุคคลสามารถละตัณหาได้ หรือสามารถทำลายตัณหาให้หมดไปจากจิตใจและจิตที่บรรลุนิโรธแล้ว จะมีลักษณะสกัดจากกิเลส ไม่ยึดมั่นในตัวตน รวมไปถึงไมโลภ ไมโกรธ ไมหลงอีกด้วย คงเหลือแต่ธรรมชาติของความสงบสุขอย่างยิ่ง ซึ่งทางพระพุทธศาสนาเรียกสภาวะอย่างนี้ว่า “นิพพาน” ซึ่งได้มาด้วยการเจริญ

ภาวนา ๔ (การเจริญ, การทำให้เป็นให้มีขึ้น, การฝึกอบรม, การพัฒนา : cultivation; training; development)

๑. กายภาวนา (การเจริญกาย, พัฒนากาย, การฝึกอบรมกาย ให้รู้จักติดต่อกันเกี่ยวกับสิ่งทั้งหลายภายนอกทางอินทรียทั้งห้าด้วยดี และปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณมิให้เกิดโทษ ให้กุศลธรรมงอกงาม ให้อกุศลธรรมเสื่อมสูญ, การพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ : physical development)

๒. สីลภาวนา (การเจริญศีล, พัฒนาความประพฤติ, การฝึกอบรมศีล ให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดี เกื้อกูลแก่กัน : moral development)

๓. จิตภาวนา (การเจริญจิต, พัฒนาจิต, การฝึกอบรมจิตใจ ให้เข้มแข็งมั่นคงเจริญงอกงามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีเมตตากรุณา ขยันหมั่นเพียร อดทนมีสมาธิ และสดชื่น เบิกบาน เป็นสุขผ่องใส เป็นต้น : cultivation of the heart; emotional development)

๔. ปัญญาภาวนา (การเจริญปัญญา, พัฒนาปัญญา, การฝึกอบรมปัญญา ให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นโลกและชีวิตตามสภาวะ สามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ ทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลสและปลอดพ้นจากความทุกข์ แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญา : cultivation of wisdom; intellectual development)

ในบาลีที่มานี้ ท่านแสดงภาวนา ๔ นี้ ในรูปที่เป็นคุณบทของบุคคล จึงเป็น ภาวิตกาย ภาวิตศีล ภาวิตจิต ภาวิตปัญญา (ผู้ได้เจริญกาย ศีล จิต และปัญญาแล้ว) บุคคลที่มีคุณสมบัติชุดนี้ครบถ้วนย่อมเป็นพระอรหันต์

มรรค : ขอบปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์

มรรค (สันสกฤต: มรค; บาลี: มคค) คือ หนทางสู่ความดับทุกข์ เป็นหนึ่งในอริยสัจ ๔ จึงเรียกอีกอย่างว่า ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา หรือการลงมือปฏิบัติเพื่อให้พ้นจากทุกข์ ประกอบด้วยองค์ประกอบ ๘ ประการ (อัชฎางคิกมรรค)

เนื้อหา

ในอัมมจักกัปปวัตตนสูตร พระพุทธเจ้าตรัสว่าอริยมรรคมีองค์ ๘ หรือ อัชฎางคิกมรรคนี้เป็นทางสายกลาง[๑] คือเป็นข้อปฏิบัติอันพอดีที่จะนำไปสู่ความหลุดพ้น[๒]

ตามวิภังคสูตร พระพุทธเจ้าทรงอธิบายรายละเอียดไว้ดังนี้[๓]

๑. สัมมาทิฎฐิ (ความเห็นที่ถูกต้อง) หมายถึง ความรู้ในอริยสัจ ๔

๒. สัมมาสังกัปปะ (ความคิดที่ถูกต้อง) หมายถึง ความคิดในการออกจากกาม ความไม่พยายาบาท และการไม่เบียดเบียน

๓. สัมมาวาจา (วาจาที่ถูกต้อง) หมายถึง การเว้นจากการพูดเท็จ หยาบคาย ส่อเสียด และเพื่อเจ้อ

๔. สัมมากัมมันตะ (การปฏิบัติที่ถูกต้อง) หมายถึง เจตนาละเว้นจากการฆ่า การเอาของที่เจ้าของไม่ได้ให้ และการประพฤติดิถีในกาม

๕. สัมมาอาชีวะ (การหาเลี้ยงชีพที่ถูกต้อง) หมายถึง การเว้นจากมิจฉาชีพ

๖. สัมมาวายามะ (ความเพียรที่ถูกต้อง) หมายถึง สัมมปปธาน ๔ คือ ความพยายามป้องกันอกุศลที่ยังไม่เกิด ละอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว ทำกุศลที่ยังไม่เกิด และดำรงรักษากุศลที่เกิดขึ้นแล้ว

๗. สัมมาสติ (การมีสติที่ถูกต้อง) หมายถึง สติปัฏฐาน ๔

๘. สัมมาสมาธิ (การมีสมาธิที่ถูกต้อง) หมายถึง ฌาน ๔

ในจุฬเวทลลสูตร พระพุทธเจ้าทรงจัดสัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ เข้าในสี่ลขันธ ทรงจัดสัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ ทรงจัดเข้าในสมาธิขันธ และทรงจัดสัมมาทิฐิ และสัมมาสังกัปปะ เข้าในเป็นปัญญาขันธ

มัชฌิมาปฏิปทา (วาตามสมมติของมนุษย์)

มัชฌิมาปฏิปทา คือ การดำเนินชีวิตสายกลางอย่างถูกต้องพอดีสอดคล้องกับความเป็นจริงของกฎธรรมชาติ ที่จะให้การปฏิบัติจัดดำเนินการต่างๆ ของมนุษย์ เกิดผลดีที่พึงมุ่งหมายได้สูงสุดเต็มสภาวะของธรรมชาติ โดยไม่กลายเป็นสุดโต่งที่พลาดไป ทั้งทางตั้งเครียดบีบคั้นตัวและทางย่อหย่อนมุ่งแต่เอามาบำเรอตัว

พระพุทธเจ้า ตรัสรู้อะไร? (ว่าตามคน)

บนฐานแห่งมัชฌิมาเทศนา วางปฏิปัติการที่เป็นมัชฌิมาดังได้เล่าแล้วเมื่อเริ่มภาคแรกว่า ภายใต้ร่มมหาโพธิ์ ณ ริมฝั่งแม่น้ำเนรัญชรา พระพุทธเจ้าเมื่อตรัสรู้แล้ว หลังจากเสวยวิมุตติสุข ๑ สัปดาห์ ได้เสด็จออกจากสมาธิ แล้วทรงพิจารณาปฏิจจสมุพบาท ที่ได้ตรัสรู้นั้นตลอดเวลา ๓ ยามแห่งราตรี ต่อมา เมื่อสิ้นระยะเสวยวิมุตติสุข ๗ สัปดาห์แล้ว เมื่อปรารภการที่จะทรงประกาศธรรมสั่งสอนประชาชนต่อไป ทรงพระดำริว่า ธรรมที่เราได้บรรลุแล้วนี้ เป็นของลึกซึ้ง เห็นได้ยาก รู้ตามได้ยาก...ฐานะนี้ย่อมเป็นสิ่งที่เห็นได้ยาก กล่าวคือ อิทัปปัจจยตา ปฏิจจสมุพบาท; แม้ฐานะนี้ก็เห็นได้ยาก กล่าวคือ...นิพพาน

เมื่อทรงพระดำรินี้แล้ว ก็น้อมพระทัยไปในทางที่จะไม่เสด็จไปสั่งสอนธรรม แต่หลังจากนั้น ทรงมองเห็นว่า ในหมู่สัตว์คือประชาชนเหล่านั้น พวกที่ในดวงตามีธุลีน้อย ก็มีอยู่ คนพวกนี้จะเข้าใจได้ ถ้าไม่ได้สติธรรมก็จะเสื่อมเสียประโยชน์ไป และทรงมองดูหมู่สัตว์คือมวลมนุษย์ซึ่งมีอินทรีย์อ่อนแก่ต่างๆ กัน เหมือนในกอบัวซึ่งมีดอกบัวในระยะต่างๆ บางส่วนขึ้นพ้นน้ำ รอสัมผัสแสงอาทิตย์ ก็จะบานในวันนี้ บางส่วนอยู่เสมอน้ำ จักบานในวันพรุ่งนี้ ส่วนดอกบัวที่ยังอยู่ในน้ำ ก็จักบานในวันต่อไป

(พระพุทธเจ้าตรัสบัวไว้ ๓ เหล่านี้ แต่ในอรรถกถามีเหล่าที่ ๔ เพิ่มเข้ามา คือดอกบัวจมอยู่ใต้น้ำที่กลายเป็นภักษาของปลาและเต่า)

จากนั้นพุทธกิจในการประกาศธรรมก็เริ่มต้น โดยทรงพิจารณาว่า จะทรงแสดงธรรมแก่ใครเป็นปฐมแล้วก็เสด็จไปยังอิสิปตนมฤคทายวัน ทรงแสดงปฐมเทศนา คือเทศน์ครั้งแรก ที่มีชื่อว่า อัมมจักกัปปวัตตนสูตร

เรียกกันง่ายๆ ว่า พระธรรมจักร แก่พระเบญจวัคคีย์

ในการเทศน์ครั้งแรกนั้น ทรงเริ่มด้วยการให้พระเบญจวัคคีย์รู้จักแยกวิถีใหม่ของพระพุทธศาสนา เรียกว่าทางสายกลาง คือมีขณิกปฏิบัติ ออกจากวิถีสุดโต่ง ๒ ฝ่ายที่แพร่หลายอยู่และพระเบญจวัคคีย์ก็ได้คุ้นมากับตัวแล้วในเวลานั้น คือ การหมกมุ่นสยบอยู่ในกามสุข (กามสุขัลลิกานุโยค) กับการทรมานบีบคั้นตัวเองให้ยากลำบาก (อัตตกิลมณานุโยค) เมื่อทำความเข้าใจเบื้องต้นพอให้มองเห็นวิถีมีขณิกอย่างใหม่แล้ว ก็ทรงแสดงเนื้อตัวของพุทธธรรม คืออริยสัจ ๔

ปฐมเทศนา ประกาศพระธรรมจักรนี้ ทำให้พระเบญจวัคคีย์ ซึ่งล้วนเป็นพราหมณ์มาเก่าก่อน และออกบวชเป็นฤๅษีดาบสมาจนแก่ ล้วนชำชองในวิถีของสังคัมและลัทธิต่างๆ ของยุคสมัย เมื่อฟังธรรมแล้ว ก็ได้ความรู้และเปลี่ยนความคิดใหม่ โดยเฉพาะหัวหน้าคือท่านโกณฑัญญะได้ดวงตาเห็นธรรม ขอบวชเป็นปฐมสาวก เป็นเหตุการณ์แห่งความเปลี่ยนแปลงและแปลกใหม่ทางปัญญาความรู้ความคิดครั้งยิ่งใหญ่ ที่ถึงขั้นเป็นแผ่นดินไหว

ในปฐมเทศานี้ ไม่ปรากฏคำว่า อิทัปปัจจยตา ปฏิจจสมุปบาท หรือปัจจยาการ ไม่มีคำว่าปัจจยักขัย หรือนิพพาน ที่ตรัสเมื่ออยู่กับพระองค์เองว่าเป็นธรรมที่ตรัสรู้ แต่มีคำใหม่ว่าอริยสัจ ๔ ซึ่งไม่ได้ตรัสถึงมาก่อนนั้น แต่ตรัสให้พระเบญจวัคคีย์รู้ในคราวนั้นว่าเป็นธรรมที่พระองค์ตรัสรู้

แล้วก็จะสังเกตได้ด้วยว่า อริยสัจ ๔ ที่ตรัสในปฐมเทศานี้ ไม่มีรายละเอียดมากอย่างที่ตรัสในหลายโอกาสหลังจากนี้ เช่นว่า อริยสัจข้อที่ ๒ ก็ตรัสแล้วว่า ตัณหาเป็นทุกขสมุทัย คือเหตุเกิดแห่งทุกข์ อริยสัจข้อที่ ๓ ก็ตรัสแล้วว่า ความดับไปของตัณหา เป็นทุกขนิโรธ คือความดับไปแห่งทุกข์ ๑

แต่ต่อมา ในบางโอกาส ได้ตรัสหลักอริยสัจ โดยแสดงรายละเอียดด้วยการนำปฏิจจสมุปบาทมาอธิบายอริยสัจ ให้เห็นกระบวนการของทุกข์ตลอดสาย คือใน อริยสัจข้อที่ ๒ ก็เริ่มตั้งแต่ “อวิชชาปัจจยา...” ว่า อวิชชาเป็นปัจจยัย เรื่อยมาตลอดสายจนเกิดเป็นความทุกข์ มิใช่ตรัสแค่ตอนกลางว่า ตัณหาเป็นทุกขสมุทัย คือเหตุเกิดแห่งทุกข์ และในอริยสัจข้อที่ ๓ ก็ตรัสมาตั้งแต่ “อวิชชา...นิโรธา” ว่าดับอวิชชาได้ เรื่อยมาตลอดกระบวนการจนทุกข์ดับหายไป มิใช่ตรัสแค่ตอนกลางว่า ความดับไปของตัณหา เป็นทุกขนิโรธ คือความดับไปแห่งทุกข์ ๒ บางครั้งก็ตรัสให้เห็นว่า การปฏิบัติมรรค (ข้อ ๔ ในอริยสัจ) เป็นทางนำไปสู่การรู้เข้าใจปัจจยาการ ๓ แต่ที่ตรัสอธิบายโยงอริยสัจกับปฏิจจสมุปบาทอย่างนี้ ตามปกติพบแต่ที่ตรัสแก่ภิกษุทั้งหลาย นี่คือตรัสแก่ผู้มีพื้นความรู้เข้าใจธรรมมาพอสมควรแล้ว

เมื่อพระพุทธเจ้าเสด็จไปแสดงธรรมในถิ่นแดนต่างๆ บางทีก็ได้ทรงพบกับบุคคลใหม่ๆ เช่นพราหมณ์ที่ยังไม่รู้จักพระองค์ว่าเป็นใคร มีคำสั่งสอนเป็นอย่างไร เป็นเหตุให้ตรัสเล่าเรื่องราวและคำสอนพอให้เขารู้จักพระองค์ให้ถูกต้อง จึงมีหลายครั้งหลายโอกาสที่ได้ตรัสเล่าเรื่องการตรัสรู้และคำสอนของพระองค์ ที่จะให้บุคคลเหล่านี้เข้าใจได้ เช่นอย่างที่ตรัสแก่ เวยุชพราหมณ์ และแก่โพธิราชกุมาร ในโอกาสอย่างนี้ มักได้พบแต่ที่ตรัสว่า ใน ๓ ยามของราตรีที่ตรัสรู้ นั้น ทรงบรรลุวิชชา ๓ ๑ ในแต่ละยามตามลำดับ โดยที่อาสาชกขญาณความรู้ที่ทำให้สิ้นอาสวะ ในยามสุดท้ายนั้นแหละเป็นการตรัสรู้ และญาณความรู้ที่ทำให้สิ้นอาสวะ ก็คือ รู้ อริยสัจ ๔

ที่วานี้ก็คือ พระพุทธเจ้าตรัสเล่าว่า พระองค์ตรัสรู้ อริยสัจ ๔ โดยไม่ตรัสถึงปฏิจจสมุปบาทหรือปัจจยาการเลย แต่ที่ตรัสกำกับคุณท้ายว่า “ขจัดอวิชชาแล้ว วิชชาเกิดขึ้นแล้ว”

ตามที่ได้พูดมายืดยาวนี้ ก็เพื่อสรุปง่ายๆ ว่า ปฏิจจสมุปบาทหรือปัจจยาการ และไตรลักษณ์ เป็นกฎธรรมชาติ คือความจริงที่มีอยู่เป็นอยู่ตามธรรมดาของมัน ซึ่งสำคัญอย่างยิ่ง เพราะสิ่งทั้งหลายทั้งปวงต้องขึ้นต่อ

มัน ต้องเป็นไปตามความจริงของมัน และพระพุทธเจ้าก็ได้ตรัสรู้ ทรงค้นพบกฎธรรมชาติทั้งสองนี้

เมื่อตรัสรู้แล้ว พระพุทธเจ้าทรงมีพระมหากรุณาปรารภนาดีจะทรงนำมาตรัสเล่าบอกกล่าวให้มนุษย์รู้ เข้าใจ จะได้เอาความรู้ที่นั่นมาใช้ให้เป็นประโยชน์แก่ชีวิตแก่สังคมและแก่โลกทั้งหมด แต่กฎธรรมชาติที่ว่านั้น เป็นเรื่องแสนยากที่คนทั่วไปจะเข้าใจได้ จึงตกลงพระทัยจะไม่สอน

แต่แล้วทรงมองอีกครั้งหนึ่งในแง่ว่า ในหมู่คนที่แตกต่างกันนี้ มีบางส่วนที่มีอินทรีย์แก่กล้า เมื่อได้ฟัง จะรู้เข้าใจ ส่วนคนอื่น ๆ ผู้สอนต้องใช้วิธีสอนยกย่องไปในการที่จะช่วยให้เขาค่อยๆ รู้เข้าใจตามๆ ต่อๆ กันไป

ในที่สุด พระพุทธเจ้าก็เสด็จไปประกาศธรรม คือตรัสบอกเล่าสอนความจริงที่ได้ตรัสรู้นั้น แต่ปรากฏว่า โดยทั่วไป มิได้ทรงสอนกฎธรรมชาตินั้นเต็มหลักตามสภาวะของมันโดยตรง แต่ได้ทรงนำความจริงของปัจจุสมุขบาท/ปัจจยาการมาประยุกต์สั่งสอนในรูปลักษณะหรือระบบการนำเสนอที่ทรงเรียกชื่อว่า อริยสัจ ๔

อริยสัจ ๔ ก็คือหลักความจริงตามกฎธรรมชาติแห่งปัจจยาการ ที่พระพุทธเจ้าทรงประยุกต์นำมาสั่งสอนในรูปลักษณะที่จะสื่อสารสู่ปฏิบัติการเพื่อการใช้ประโยชน์ของประชาชนในโลกแห่งสมมติ (ที่มีการบัญญัติจัดตั้งเป็นบุคคล เป็นสถาบัน เป็นต้น)

กฎแห่งปัจจยาการในที่นี้ มีความหมายโยงไปถึงและครอบคลุมกฎแห่งไตรลักษณ์ด้วย และไตรลักษณ์นั้นมนุษย์ทั่วไปพอจะเข้าถึงในการสื่อสารสามัญได้ในระดับหนึ่ง ดังที่ปรากฏในคำสอนทั่วไปไม่น้อย

จากความจริงของธรรมชาติ สู่ปฏิบัติการที่ได้ผลจริงของมนุษย์

- จากปัจจยาการของธรรมชาติ สู่อริยสัจสำหรับมนุษย์

มาดูกันสักนิดว่า จากความจริงตามธรรมชาติของปัจจุสมุขบาท มาเป็นความจริงของมนุษย์ที่เรียกว่า อริยสัจ อย่างไร

กระบวนปัจจยาการของปัจจุสมุขบาท วางพ้อเห็นภาพดังนี้

สมุขยาว: อวิชชา ☞ สังขาร ☞ ฯลฯ ☞ เวทนา ☞ ตัณหา ☞ ฯลฯ ☞ ทุกข

นิโรธวาร: อวิชชาดับ ☞ สังขารดับ ☞ ฯลฯ ☞ เวทนาดับ ☞ ตัณหาดับ ☞ ฯลฯ ☞ นิโรธ

ว่าตามกฎธรรมชาติ ปัจจยาการมี ๒ กระบวน หรือ ๒ สายเท่านั้น เมื่อจะสื่อสารกับคนในโลก พระพุทธเจ้าทรงนำมาตรัสแสดงสั่งสอนเป็นระบบนำเสนอที่มี ๔ ข้อ เรียกว่า อริยสัจ ๔ ดังนี้

๑. ปัจจยาการแรก เป็นกระบวนการเกิดขึ้นของทุกข์ โดยมีปัจจัยต่อเนื่องกันมาเป็นสายจนมีผลเกิดขึ้นคือ ทุกข์ เมื่อว่าตามธรรมชาติ ตลอดทั้งสายนั้นเป็นกระบวนการอันเดียวจากเหตุไปสู่ผล มองเห็นเหมือนเป็นเส้นเป็นแห่งอะไรอันหนึ่ง ไม่มีจุดสนใจ และรอการชี้แจง ยากที่จะเข้าใจ

เพื่อจะสื่อกับมนุษย์ พระพุทธเจ้าทรงจับเอาทุกข์ตัวเดียว ที่เป็นผลสุดท้ายอยู่ปลายกระบวน แต่เป็นเรื่องที่ใกล้ชิดติดตัวคนซึ่งเขาประสบพบวุ่นวายอยู่กับมัน ทรงยกขึ้นมาตั้งให้เด่นเป็นตัวปัญหา ที่จะดึงความสนใจให้คนสะดุดแล้วหยุดมอง เป็นจุดเริ่มต้นให้คนเข้ามาหา มาถามมาถามมาถามกัน ในการที่จะพิจารณาเพื่อหาทางแก้ไข จัดวางเป็นหลักความจริงข้อแรก เป็นจุดตั้งต้น เรียกว่า **อริยสัจ ข้อที่ ๑ คือ ทุกข**

ในการที่จะแก้ปัญหาดับทุกข์นั้น ก็ต้องรู้จักทุกข์ ทำความเข้าใจปัญหา กลายเป็นเรื่องใหญ่ เป็นข้อที่สำคัญเริ่มแรก

๒. เมื่อมีทุกข์ประสบปัญหา จะแก้ไข ก็ต้องสืบสาวค้นหาสาเหตุให้รู้บรรดาปัจจัยที่จะต้องจัดการสลาย และเมื่อว่าตามปัจจยาการแรก ที่เป็นกระบวนการเกิดขึ้นของทุกข์นั้น บรรดาปัจจัยที่ต่อเนื่องกันเป็น

สายตั้งแต่อดีตมาตลอดกระบวน ถึงจุดที่จะมีทุกข์เป็นผลเกิดขึ้น รวมเรียกเป็นคำเดียวว่าการก่อกำเนิด ประกอบด้วยบรรดาเหตุปัจจัยที่จะต้องรู้เข้าใจและแก้ไขกำจัดให้หมดสิ้นไป (มักจับจุดเน้นที่ต้นเหตุ) จัดวางเป็นหลักความจริงข้อต่อมา เรียกว่า อริยสัจ ข้อที่ ๒ คือ สมุทัย แปลกันว่าเหตุเกิดแห่งทุกข์

๓. ปัจจัยการกระบวนที่สอง เป็นกระบวนการดับสลายหายไปของทุกข์ ด้วยการขจัดปัจจัย ต่อเนื่องกันมาเป็นสายจนให้เกิดผลเป็น นิโรธ คือ การที่ทุกข์ดับหายไป แก้ปัญหาได้ ไม่มีทุกข์ เป็นภาวะไร้ทุกข์

ในการสื่อสารกับมนุษย์ พระพุทธเจ้าทรงจับเอานิโรธตัวเดียว คือ ภาวะหายทุกข์หมดปัญหา ที่เป็นผลสุดท้ายปลายกระบวน ซึ่งเป็นความสำเร็จที่ต้องการ ทรงยกขึ้นตั้งให้เด่นเป็นจุดหมาย เป็นสัจจะหนึ่งต่างหาก

นิโรธนี้ตั้งเป็นข้อขึ้นมาพร้อมด้วยการแสดงความหมายตั้งแต่ให้เห็นว่าการดับทุกข์แก้ปัญหานั้น เป็นสิ่งที่เป็นไปได้ เป็นงานที่จำเป็นต้องทำและมีความสำคัญมาก ยิ่งกว่านั้น นิโรธมิใช่เป็นเพียงการดับทุกข์ได้หมดปัญหาไปเท่านั้น แต่เป็นภาวะปลอดภัยไร้ทุกข์ ซึ่งดีงาม สมบูรณ์ เป็นภาวะแห่งอิสรภาพ อันสะอาดผ่องใส สว่าง ปลอดโปร่งโล่งเบา เป็นความเกษม สันติ สงบซึ่ง เป็นสุขเลิศล้ำเหนือจะรำพรรณนา พาให้คนสนใจ ใฝ่ใจ พร้อมใจ มีกำลังที่จะเพียรพยายามก้าวไปในมรรคา เป็นจุดตั้งต้นให้คนลงมือทำเริ่มปฏิบัติโดยไม่กลัว ความยาก จัดวางเป็นหลักความจริงอย่างหนึ่ง เรียกว่า อริยสัจ ข้อที่ ๓ คือ นิโรธ

๔. เมื่อมองไปถึงจุดหมาย ที่พอจะรู้เข้าใจว่าสำคัญ จำเป็น และดีอย่างไร พร้อมใจและมีกำลังที่จะเริ่มการแล้ว ก็มาเข้าสู่มรรคาที่จะปฏิบัติ มรรคาที่จะปฏิบัตินั้นชดอยู่แล้ว ก็คือกระบวนการดับทุกข์ ในช่วงตอนของปัจจัยการย้อนทาง คือการดับของบรรดาปัจจัย ที่ต่อเนื่องกันมาเป็นสายจนถึงจุดที่จะให้เกิดผลเป็น นิโรธคือความดับทุกข์นั้น ตลอดช่วงของกระบวนปัจจัยการที่เป็นการดับสลายปัจจัยของทุกข์นั้น ก็เป็นสัจจะ

อย่างหนึ่ง จัดเป็น อริยสัจ ข้อที่ ๔ คือ มรรค ๑ อย่างไรก็ตาม “มรรค” เป็นคำเรียกสิ่งที่มีมนุษย์ทำได้ ปฏิบัติได้ คือ เดินทาง หรือก้าวไปในทางปฏิบัติ (ปฏิบัติในภาษาบาลีแปลว่า ดำเนิน, เดินทาง) แต่การดับปัจจัยต่างๆ ในปัจจัยการนี้ เป็นความเป็นไปของธรรมชาติ ตามความจริงที่เราเรียกว่ากฎของมัน

ในทางปฏิบัติ เมื่อกฎหรือความจริงของธรรมชาติเป็นอย่างนี้ๆ คนต้องการผลหรือจะให้เกิดความเป็นไปตามกฎธรรมชาตินั้น ก็ต้องทำการของตนเองให้เป็นไปตามกฎธรรมชาตินั้น ดังเช่นในกรณีนี้ กฎปัจจัยการว่า “เพราะอวิชชาดับ สังขารก็ดับ” นี้คือความจริงของธรรมชาติ แต่สำหรับมนุษย์ก็มีคำถามในทางปฏิบัติว่า ทำอย่างไรจะให้อวิชชาดับ แล้วก็มีคำตอบว่ามนุษย์ก็ต้องไปพัฒนาปัญญา ไปหาความรู้สิ นี้คือ จากความรู้ เข้าใจความจริงหรือกฎของธรรมชาติ ก็วางวิธีปฏิบัติของมนุษย์ขึ้นมา ที่จะให้มีความเป็นไปและเกิดเป็นผลตามกฎธรรมชาตินั้น วิธีปฏิบัติของมนุษย์อย่างนี้ ก็คือที่เรียกว่า “มรรค”

นี่คือ เพื่อให้มีปฏิบัติการของมนุษย์ ที่จะให้เกิดความเป็นไปของธรรมชาติ ที่นำไปสู่ผลเป็นนิโรธ พระพุทธเจ้าก็ได้ทรงจัดตั้งวางระบบวิธีและกระบวนการปฏิบัติขึ้นมาสำหรับมนุษย์ เป็นรายละเอียดมากมายในการพัฒนามนุษย์นั้น ด้านวินัย ด้านจิตใจ ด้านปัญญา เป็นต้น รวมเรียกเป็นสัจจะอีกอย่างหนึ่ง ดังได้บอกแล้วว่าจัดเป็น อริยสัจ ข้อที่ ๔ คือ มรรค

เพนอันว่า จากความรู้เข้าใจเข้าถึงธรรมอันเป็นความจริงของธรรมชาติ ที่เรียกว่าปฏิจจสมุปปาทหรือปัจจัยการ พ่วงด้วยไตรลักษณ์ พระพุทธเจ้าได้ทรงประยุกต์แสดงธรรมนั้นเป็นระบบคำสอนที่จะสื่อสารสู่ประชาชน ให้เขาู้เข้าใจนำไปปฏิบัติให้สำเร็จประโยชน์ได้จริง เรียกว่าอริยสัจ ๔

ในอริยสัจ ๔ ประการนั้น ข้อที่มนุษย์ต้องทำต้องปฏิบัติ เป็นเรื่องของมนุษย์ ก็คือข้อที่ ๔ ได้แก่มรรค ส่วนข้ออื่นทั้ง ๓ คือ ทุกข์ สมุทัย และนิโรธ มนุษย์เพียงแต่ตระหนักรู้สภาวะและความเป็นไปของมัน ตามที่เป็นความจริงในธรรมชาติ มนุษย์ทำอะไรต่อมันโดยตรงไม่ได้ เมื่อต้องการจะให้มันเป็นอย่างไร (เช่น ในข้อ ๒

จะให้กิเลสอะไรลดหาย, ในข้อ ๓ จะให้บรรลุผลอะไร) ก็ต้องไปทำในข้อ ๔ คือมรรคนี้ โดยปฏิบัติการให้ตรง เหตุปัจจัย ที่จะให้มีความเป็นไปตามปัจจัยการของธรรมชาติที่จะเกิดเป็นผลตรงตามที่ต้องการนั้น (แมแต่จะรู้จักเขาใจมัน การรู้จักนั้นก็เป็นการปฏิบัติในมรรค คือเป็นสัมมาทิฐิ) ข้อที่ ๔ คือมรรคนี้จึงเป็นเรื่องประจำตัวของมนุษย์ เป็นชีวิตของเขา ดังที่เรียกว่ามรรค ก็คือทางดำเนินชีวิต หรือทางชีวิต

การรู้ความจริงของธรรมชาติ แล้วนำความรู้นั้นมาใช้ประโยชน์ในปฏิบัติการของมนุษย์ อย่างมรรค ในอริยสัจ ๔ นี้ มีตัวอย่างเทียบได้ในชีวิตประจำวัน เช่น เมื่อเกิดไฟไหม้ คนรู้เข้าใจธรรมชาติของไฟว่าเกิดขึ้นอย่างไร และจะดับไปอย่างไร จึงนำความรู้นั้นมาปฏิบัติในการดับไฟ เทียบดังนี้

อริยสัจ ๔	หลักการดับไฟทุกซ์
สมุทัย: - อวิชชา → สังขาร...ตัณหา → อุปาทาน... นิโรธ: - อวิชชาดับ...ตัณหาดับ → อุปาทานดับ... มรรค: - ประพฤติศีล พัฒนาจิตใจ พัฒนาปัญญา ปัญญา	ไฟไหม้ สาเหตุ: - เชื้อไฟ + ออกซิเจน + อุณหภูมิถึงขีด ไฟดับ: - ไม่มีเชื้อไฟ ☹️ ขาด O.๒ 🕯️ อุณหภูมิต่ำ วิธีปฏิบัติในการดับไฟ: - รักษาภาวะปลอดเชื้อไฟ สาดน้ำ ฉีดน้ำใส่ ฉีดคาร์บอนไดออกไซด์ ฯลฯ

(ดูเทียบนี้ที่จริงไม่ตรงกันนัก อยางหนึ่งเป็นกระบวนแบบ → อีกอย่างหนึ่งเป็นแบบ + แต่ในที่นี้มุ่งให้เห็นการนำความรู้ในความจริงของธรรมชาติมาใช้ประโยชน์ ซึ่งตัวอย่างเรื่องการดับไฟนี้ เขาใจได้ง่าย)

ในคัมภีร์ ท่านนิยมให้เปรียบเทียบกับการมีโรคแล้วเจ็บป่วย ซึ่งน่าจะเทียบกันได้ดีมาก จะได้เห็นทั้งกระบวนการเกิดเป็นโรคพร้อมด้วยอาการของความเจ็บไข้ และกระบวนการรักษาของแพทย์ แต่ในที่นี้เห็นว่า จะซับซ้อนไม่น้อย ท่านที่มีความรู้ทางแพทย์ดี ก็จะเทียบให้เอง

- ทำหน้าที่ต่ออริยสัจแต่ละขอ ใหญ่ถูกต้อง

การรู้อาใจและทำหน้าที่ต่ออริยสัจแต่ละขอใหญ่ถูกต้อง เป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่ง จะพูดไวสั้นๆ พอป้องกันความเข้าใจและการปฏิบัติ ไม่ให้ผิดพลาด

หน้าที่ต่ออริยสัจ ๔ นั้น เรียกตามถ้อยคำเดิมว่า กิจในอริยสัจ ได้แก่

๑. กิจในทุกซ์ = ปริญา (กำหนดรู้) ๑ คือ รู้จักเข้าใจเท่าทันทุกซ์, รู้เข้าใจปัญหาและกำหนดรู้ขอบเขตของมัน เหมือนแพทย์วินิจฉัยโรค

๒. กิจในสมุทัย = ปหานะ (ละ) คือ กำจัดต้นตอหรือสาเหตุของทุกซ์ ของปัญหา ทำให้หมดสิ้นไป

๓. กิจในนิโรธ = สัจฉิกิริยา (ทำให้แจ้ง) คือ ประจักษ์แจ้ง เข้าถึงภาวะที่ปลอดทุกซ์ ปราศจากปัญหา

บรรลุจุดหมาย

๔. กิจในมรรค = ภาวนา (เจริญ) คือ ดำเนินหรือปฏิบัติตามวิธีการที่จะนำไปสู่จุดหมาย ลงมือทำที่ว่างป้องกันมิให้เข้าใจและประพฤติปฏิบัติผิดพลาด ก็เช่นว่า

- ในข้อแรก คือทุกซ์ เรามีหน้าที่ปริญา รู้จักเข้าใจเท่าทันมัน เพื่อจะได้พร้อมที่จะแก้ไขสลายทุกซ์ให้ตรงเรื่อง ถูกจุดถูกที่ และหมดจดเต็มที่ เราไม่มีหน้าที่ไปเป็นทุกซ์มีทุกซ์หรือแบกทุกซ์เอาไว้แต่อย่างใดเลย ในข้ออื่นต่อไป เราก็ต้องทำหน้าที่ต่อมันให้ตรงตามกิจในแต่ละข้อนั้นๆ

- ถ้าเข้าใจหลักเท่าที่ได้พูดมา จะมองเห็นว่า ๓ ข้อต้น คือ ทุข์ สมุทัย และนิโรธนั้น เป็นเรื่องของ สภาวะธรรม ที่เป็นไปตามปัจจัยการหรือพ้นจากปัจจัยการ ตามธรรมดาของธรรมชาติ ดังได้บอกแล้วว่ามนุษย์ จะทำอะไรแก่มันโดยตรงไม่ได้ (จึงอยู่ในภาคมัชฌิมนธรรมเทศนา) มีเพียงข้อที่ ๔ คือมรรคอย่างเดียวที่เป็นเรื่องของมนุษย์ที่จะทำอะไรปฏิบัติได้ ส่วนใน ๓ ข้อแรก เราได้แค่รู้เข้าใจมัน เช่นรู้จักหรือหน้าที่ต่อมันว่าอย่างนั้นๆ แล้ว เมื่อจะให้กิจนั้นๆ เป็นไปจนสำเร็จ ก็ต้องมาทำมาปฏิบัติในข้อมรรค

ย้ำว่า สามข้อแรก คือ ทุข์ สมุทัย และนิโรธ อยู่ในภาคแห่งธรรมดาของธรรมชาติ คือภาคมัชฌิมนธรรมเทศนา จึงมีข้อที่ ๔ คือมรรคอย่างเดียว ที่เป็นเรื่องปฏิบัติการของมนุษย์ ซึ่งจัดเป็นภาคมัชฌิมาปฏิบัติ

- คำว่า “อริยสัจ” มีแนวความหมายที่ควรรู้อีกอย่าง

ในแง่ของภาษาหรือถ้อยคำ มีข้อควรรู้เข้าใจเกี่ยวกับความหมายของคำว่า “อริยสัจ” พอเป็นความรู้ ประกอบไว้เล็กน้อย อริยสัจ ถ้าเขียนตามคำเต็มในภาษาบาลี ก็เป็น อริยสัจจ (อริยสจจ) ซึ่งแยกได้เป็น ๒ คำ คือ อริย + สัจจ

อริย แปลกันมาว่า ประเสริฐ และสัจจ คือสัจจะ ก็แปลว่าความจริงรวมกันแล้วจึงแปลตามตัวว่า ความจริงอันประเสริฐ

แต่มีเรื่องราวที่เป็นภูมิหลังทางประวัติศาสตร์ ซึ่งเมื่อได้รู้แล้ว ก็จะช่วยให้มองเรื่องราวรวมทั้ง ความหมายของคำว่าอริยสัจนี้ลึกลงไปอีก คำบาลี “อริย” ที่เขียนอย่างไทยเป็น อริยะ และแปลกันมาว่าประเสริฐ นี้ มีรูปในภาษาสันสกฤตว่า “อารย” ซึ่งเขียนอย่างไทยเป็น อารยะ เมื่อว่าตามความเป็นมาดั้งเดิม คำว่า อริยะ หรืออารยะนี้ เป็นคำเรียกชื่อเผ่าพันธุ์ของชนโบราณพวกหนึ่ง (ชาวตะวันตกเขียนเป็น Aryans ซึ่งไทยเรา เรียกตามว่า “อารยัน”) เดิมอยู่ในเอเชียกลาง พวกอริยะ/อารียะ/อารยะ/อารยันนี้ถนัดในการสู้รบ ได้อพยพ ลงมาเข้าครองอิหร่าน (Iran มีความหมายว่า ‘Land of the Aryans’, MS Encarta, ๒๐๐๙) แล้วจาก อิหร่านได้ยกมาบุกรุกชมพูทวีป

เมื่อเข้าครองชมพูทวีปมั่นคงแล้ว ได้มีการจัดระบบสังคมโดยอ้างว่าพระพรหมสร้างโลก และทรง จัดแบ่งคนเป็น ๔ วรรณะ คือ กษัตริย์ (เจ้านาย)

พราหมณ์ (นักบวช, เจาดำรง) แพศย์ (พอค) และศูทร (คนชั้นต่ำ ทาสและกรรมกร) พวกอริยะ/ อริยะ/อารยะ/อารยันนี้เป็น ๓ วรรณะต้น กตคนพื้นถิ่นเดิมลงเป็นศูทร แล้ววรรณะทั้ง ๔ นั้นก็สืบทอดมาตาม ชาติกำเนิด คำว่าอริยะ/อารยะที่เป็นชื่อของเผ่าชนผู้ชนะ ได้กลายเป็นคำแสดงสถานะที่สูงล้ำเลิศอะไรๆ ที่ดี งาม ก็ต้องเป็นอริยะ ดังความหมายที่ไทยเราแปลอริยะ ว่าประเสริฐ

เมื่อเจ้าชายสิทธัตถะได้ค้นพบธรรมตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าแล้ว แม้ว่าโดยพระชาติ จะทรงเป็นชนชาว อริยะ/อารยัน ในวรรณะกษัตริย์ (ขัตติโย ชาตียา, ที.ม.๑๐/๕๕/๕๙) แต่ได้ทรงตั้งสังขะขึ้น ให้เป็นชุมชน ปราศจากวรรณะและทรงสอนคนให้ไม่ถือวรรณะ ไม่ถือสูงต่ำดูถูกกันโดยชาติกำเนิด แต่ให้นับถือกันด้วยกรรม คือการทำธรรมที่ประพฤติ และทรงสอนให้คนเข้าใจความหมายของอริยะที่ว่าประเสริฐเลิศล้ำนั้นใหม่ ว่าคน เป็นอริยะ/อารยะมิใช่โดยชาติกำเนิด แต่เป็นโดยศีล (ความประพฤติ) โดยธรรม (คุณภาพจิตใจ) โดยปัญญา มิใช่ด้วยความเป็นนักรบเก่งกล้าแต่ไปเบียดเบียนเขา ดังที่ตรัสเป็นคาถาว่า คนจะเป็นอริยะด้วยการเบียดเบียน ทำร้ายชีวิตทั้งหลาย ก็หาไม่แต่ด้วยอหิงสาต่อชีวิตทั้งปวง จึงเรียกว่าเป็นอริยะ/อารยะ (ขุ.ธ.๒๕/๒๙/๕๐)

พระพุทธเจ้าทรงนำประชาชนให้เปลี่ยนความคิดความเข้าใจใหม่มาองความเป็นอริยะ/อารยะว่าอยู่ที่ ความจริงความดีงามที่ธรรมที่ปัญญา ดังเห็นได้ชัดในการที่ทรงใช้คำเรียกใหม่ๆ มากมายที่มี “อริย” นำหน้า

เช่น อริยสาวก อริยสาวิกา (ต่อมามีอริยบุคคล) อริยธรรม (อารยธรรม) อริยวินัย อริยวงศ์ ตลอดมาถึงคำว่า อริยสัจจ์นี้

จากภูมิหลังที่เล่ามานี้ จึงเห็นได้ว่า ผู้รู้ชาวตะวันตกในยุคแรกๆ ที่ศึกษาพระพุทธศาสนา ซึ่งมีความรู้ทางประวัติศาสตร์ รู้จักเรื่องชนชาติอารยันมาก่อน เมื่อมาพบคำว่า อริยสัจจ์/อารยสัจยะ จึงแปลว่า Aryan Truth ก่อนมานิยมใช้ Noble Truth ในบัดนี้

ว่าตามที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ “อริยสัจจ์” แปลความหมายได้หลายอย่าง คือ ความจริงของชนผู้อริยะ, ความจริงที่เป็นอริยะ, ความจริงที่พระอริยะทั้งหลาย (ชนผู้อารยะ) รู้เข้าใจ, ความจริงที่ทำให้ผู้ตรัสรู้ เป็นอริยะ ความจริงที่เป็นอย่างนั้น (คงอยู่อย่างนั้น ไม่ผันแปร ไม่เป็นอย่างอื่น)

พูดได้ว่า พระพุทธเจ้าทรงนำความคิดความเข้าใจของคนไปในทิศทางใหม่สู่ความจริงแห่งสัจจะของกฎธรรมชาติที่เปนสากล การประกาศสัจจะที่ประจักษ์ด้วยปัญญามนุษย์นี้ ทานไขคำว่าเปนการหมุนธรรมจักรคือ วงล้อแห่งธรรม ที่ใครๆ ไฉไลสมณะ พราหมณ์ เทวะ มาร พรหม ตานไวโหมนกลับไม่ได้ เปนปรากฏการณ์ที่ โลกธาตุสั่นไหว ปรากฏแสงสว่างยิ่งล้ำเหนือเทวานุภาพ

ความรู้กระบวนการของธรรมชาติ

ประยุกต์ สู่ ปฏิบัติการในการพัฒนามนุษย์

ระบบของมัชฌิมาปฏิปทา

- อริยสัจ ๔ ออกแสดงทางมรรคชีวิต ที่เป็นมัชฌิมาปฏิปทา

จากปฏิจกสมุปบาท และไตรลักษณ์ ที่เป็นความจริงตามธรรมดาของธรรมชาติ มาเป็นอริยสัจ อันเป็นความจริงเพื่อความรู้เข้าใจภายในปัญญาวิสัยของมนุษย์ และในอริยสัจ ๔ นั้น ก็มีมรรค ซึ่งเป็นการนำความรู้ในความจริงของธรรมชาติ ที่เปิดเผยออกมาเป็นมัชฌิมาธรรมเทศนานั้น มาจัดวางเป็นระบบปฏิบัติการในการพัฒนาความเป็นอยู่การดำเนินชีวิต โดยมนุษย์สามารถใช้ความรู้ในความจริงของธรรมชาตินั้นมาใช้มาปฏิบัติ เพื่อประโยชน์แก่มนุษย์และแก่โลกทั้งหมดได้อย่างดีที่สุด

ทั้งหมดที่ว่ามานี้ ในความหมายหนึ่งก็คือ การที่มนุษย์หลุดพ้นเป็นอิสระจากอำนาจของ(ความเชื่อต่อ) พระพรหมเทพผู้เป็นใหญ่ ที่สร้างและจัดสรรบันดาลชีวิตและสังคมของมนุษย์ โดยที่มนุษย์สามารถจัดการกับชีวิตกับสังคมกับโลกเอง ด้วยปัญญาที่เข้าถึงความจริงสากลของธรรมชาตินั้น

ดังว่าแล้ว อริยสัจ ๓ ขอแรก เปนเรื่องของความจริงตามธรรมดาของธรรมชาติหรือกฎธรรมชาติ ที่ นำเสนอต่อปัญญามนุษย์ โดยจัดวางตั้งไว้เป็นฐานเป็นที่อ้างอิง ซึ่งปฏิบัติการของมนุษย์ในอริยสัจที่ ๔ จะตั้ง ่องไปและให้เกิดผลสมตามหรือสอดคล้องกับความจริงของธรรมชาติในอริยสัจ ๓ ขอแรกนั้น

เมื่อการปฏิบัติหรือดำเนินมรรคสอดคล้องสมตามความจริงของกฎธรรมชาติ ดังที่แสดงในอริยสัจทั้ง ๓ ข้อต้นนั้น ก็เป็นการปฏิบัติ เป็นวิถีชีวิตที่ตรงกลางพอดีที่จะให้บรรลุจุดหมาย เรียกว่าเป็นมัชฌิมาปฏิปทา ดังที่ แปลกันว่าเป็นทางสายกลาง ซึ่งมีลักษณะที่บอกกำกับไว้คร่าวๆ ว่า ไม่กลายเป็นสุดโต่งที่พลาดไป ทั้งทางตั้ง เครียดบีบคั้นตัวให้ยากลำบาก และทางย่อหย่อนที่สยบอยู่กับการบำเรอตัว

- กระบวนการดำเนินชีวิตที่ดี เริ่มด้วยมีปัญญานำหนากะบวน

มรรคที่เป็นการพัฒนาชีวิตบนฐานแห่งความจริงของกฎธรรมชาตินั้น ดำเนินไปตามกระบวนการปัจเจก การฝายนิโรธ ที่ตั้งต้นว่า “อวิชชา...นิโรธา สงขารนิโรธ” คือดับอวิชชา นี่คือการดับทุกข์ปลอดไร้

ปัญหาดำเนินไปด้วยการพัฒนาปัญญายิ่งขึ้นไป จนอวิชชาดับหาย กลายเป็นมีวิชา เข้าถึงภาวะที่ทุกข์สลาย ปัญหาหายหมดไป ดังนั้น มรรคจึงเริ่มด้วยปัญญา และปัญญาเริ่มแรกนั้นก็ต้องการให้มีพอเป็นทุนตั้งต้น

ปัญญาที่เป็นทุนของแต่ละคนนั้น เรียกว่า “**ทัญญู**” (แปลว่า การมองเห็น, ปัญญาเท่าที่มีอยู่รู้เข้าใจมองเห็นอะไรๆ) คือ บุคคลนั้นมีความรู้ความเข้าใจอะไรอย่างไรแค่ไหน ความรู้ความเข้าใจเท่าที่เขามีนั่น ก็ลงตัวเป็นความเห็น ความเชื่อ เป็นความยึดถือ เป็นหลักการที่ยึดถือไว้ เรียกได้ว่าเป็นข้อสรุปหรือเป็นผลรวมแห่งความรู้ความเข้าใจของเขา หรือปัญญาเท่าที่มีที่ถึงในเวลานั้น เรียกสั้นๆ ว่าทัญญู ซึ่งเชื่อถือยึดถือมองเห็นอย่างนั้นได้แค่นั้น แล้วทัญญูนั่นก็จะเป็นตัวนำในกระบวนการดำเนินชีวิตของเขา เมื่อบุคคลมีปัญญารู้เข้าใจเป็นทัญญูที่มองเห็นแค่ไหนอย่างไร เขาก็คิดการ ดำริเรื่องราวต่างๆ เรียกว่า “**สังกัปป**” ไปตามทัญญู ในแนวทางของความเชื่อความยึดถือเข้าใจมองเห็นอย่างนั้น และได้แค่นั้น จะเรียกว่าคิดสนองทัญญู ก็ได้ แต่ในทางกลับกัน ก็สามารถทำให้สังกัปปคิดแผกผันในทางที่ย้อนกลับมาปรับแก้แปรเปลี่ยนทัญญูได้ (ตัวทำงานหรือวิธีการจัดการกับความคิดที่ควรใช้ให้มาก ได้แก่ **โยนิโสมนสิการ**)

๒ อย่าง คือ **ทัญญู** และ **สังกัปป** (“สังกัปป” ก็โต) นี้ เปนพวก ปัญญา เมื่อคนสังกัปป ดำริ คิดการอะไรอย่างไร เขาก็จะแสดงออกมาสู่การปฏิบัติเป็นพฤติกรรม ด้วย “**วาจา**” เป็นการพูดจาปราศรัยบอกกล่าวเจรจา ด้วย “**กัมมันตะ**” เป็นการกระทำและทำการต่างๆ ทางกาย เช่น ใช้มือ เท้า ศีรษะ และด้วย “**อาชีวะ**” เป็นงานการทำงานเลี้ยงชีพ โดยเป็นไปตามสังกัปป ที่ออกมาจากทัญญูของเขา คือปัญญาวิสัยที่เขาเป็นอย่างนั้นๆ

๓ อย่าง คือ **วาจา** **กัมมันตะ** และ **อาชีวะ** นี้ เปนจำพวก **ศีล** การทำงานของปัญญาที่ดี การที่คิดแล้ว จะแสดงออกทำการทางกายวาจาอาชีวะที่ดี ต้องอาศัยจิตใจเป็นแดนเป็นแหล่งดำเนินให้เป็นไป

ก็แลในจิตใจนี้ นอกจากตัวแกนนำในการคิดในการที่จะทำอะไรๆ คือเจตนาที่ตั้งใจจำนงแล้ว ตัวที่เป็นแรงขับเคลื่อนขับเคลื่อนหรือบางทีเรียกว่าแรงจูงใจ ก็คือความอยากความปรารถนาหรือความต้องการ ที่เรียกว่า “**ฉันทะ**” เมื่อคนสังกัปปนั้น ความคิดการอะไรๆ ต่างๆ ก็จะดำเนินไปกับฉันทะที่ต้องการใคร่ใฝ่ปรารถนาอย่างนั้นๆ

ฉันทะนั้น มี ๒ อย่าง คือ

๑. ตัณหาฉันทะ เรียกสั้นๆ ว่า **ตัณหา** คือความอยากให้ตัวตนได้เสพเสวยสนองรับการปรนเปรอ หรือได้เสริมขยายความยิ่งใหญ่ เช่นอวดโอ้โก้เก๋ เป็นข้อที่ไม่ควรให้เกิดให้มีขึ้น

๒. กุศลฉันทะ เรียกสั้นๆ ว่า **ฉันทะ** คือความอยากความพอใจให้คนนั้นๆ ให้สิ่งหรือสัตว์นั้นๆ อยู่ในภาวะที่ดีงามหมดจดสดใสเต็มเปี่ยมสมบูรณ์ของเขาของมัน และอยากทำให้เขาให้มันดีงามสมบูรณ์อย่างนั้น มีชื่อเต็มว่า “**กัตตุกัมยตาฉันทะ**” เป็นคุณธรรมที่สำคัญและจำเป็นอย่างยิ่ง

ฉันทะที่อยู่ใจดำเนินไปกับความคิดนี้ ดังที่บอกแล้วว่าเป็นแรงขับเคลื่อนหรือขับเคลื่อนต้นทางของความพยายาม คือ “**วายามะ**” ที่จะเดินหน้าก้าวไปในการคิดค้นพิจารณาไตร่ตรองมองเหตุผลพูดจาชี้แจงแถลงความ ทำกิจการทั้งหลาย ซึ่งเป็นความแก่วอกแวกหลุดหน้าบุกฝ่าไปไม่ระย่อท้อถอย จึงเรียกอีกชื่อหนึ่งว่า **วิริยะ** (ที่ท่านหนุนมากคือพยายามในการละมิจฉาทัญญู และทำปัญญาที่เป็นสัมมาทัญญูให้เต็ม)

ในการพยายามก้าวไปกับสังกัปปในการคิดค้นพูดจาทำการนั้น ก็ต้องมีภาวะที่ใจตื่นพร้อม อยู่กับกิจอยู่ กับงาน ไม่ใจลอยผลอไหล ไม่พลาด ไม่หลงลืม จับได้ตามทันอยู่กับการที่ทำ อยู่กับเรื่องที่เกี่ยวข้องนั้นๆ อันใดผิด-ร้าย ก็เลิก-ละ-กัน-ทันยังได้ อันใดถูก-ใช่ ก็จับทันมันไว้ การเพียรพยายามจึงจะสำเร็จผล นี้คือมี “**สติ**”

เมื่อมีสติ ใจตื่นพร้อม ทันต่อความเป็นไป ไม่ผลอไม่พลาด จับเรื่องจับงานไว้ให้แล้ว ก็ต้องมี “**สมาธิ**” คือภาวะที่ใจเป็นหนึ่งเดียว ตั้งมั่น มุ่งแน่ว อยู่ตัว ได้ที่ ซึ่งเอาคุณสมบัติเกี่ยวข้องที่เป็นกำลังพลตัวทำงานของจิต

มารวมกันมันแนบงูแหวไปที่เรื่องทำงานนั้น กิจกรรมทุกอย่างของชีวิตจึงจะดำเนินไปได้อย่างดีที่สุด เฉพาะอย่างยิ่งคือสร้างโอกาสให้ปัญญาทำงานจัดการกับสิ่งทั้งหลาย และพัฒนาไปได้อย่างดีที่สุด

๓ อย่าง คือ **วายามะ** (รวมทั้งฉันทะที่เปิดตัวเริ่มนำหนาวายามะนั้น) สติ และ สมาธิ นี้ เป็นพวก จิต (แต่นิยมเรียกดวยชื่อว่า สมาธิ ที่ถือเปิดตัวแทน)

เป็นอันว่า มรรค (หรือ ปฏิปทา) คือทางดำเนินชีวิต หรือกระบวนการชีวิตของคนนี้ มีองค์ประกอบ ๘ ประการ คือ ทิฐิฐิ สังกัปป์ วาจา กัมมันตะ อาชีวะ วายามะ สติ และ สมาธิ จัดรวมเป็น ๓ พวกหรือ ๓ หมวด คือ ปัญญา ศีล และ จิต/สมาธิ

มรรคา ทางชีวิตนี้ ที่ดำเนินไปผิด ก็เป็นมรรคซึ่งมีองค์ประกอบ ๘ ที่ผิดเป็นมิจฉา เริ่มด้วยทิฐิผิด เรียกว่ามิจฉาทิฐิ แลก็มี มิจฉาสังกัปป์ มิจฉาวาจา มิจฉากัมมันตะ มิจฉาอาชีวะ มิจฉาวายามะ มิจฉาสติ และมิจฉาสมาธิ ถ้าดำเนินไปผิดอย่างนี้ มรรคก็เป็น มิจฉามรรค (นิยมเรียกว่า มิจฉาปฏิปทา)

ที่นี้ ถ้ามรรคา ทางชีวิตนั้น จะดำเนินไปถูกต้อง ก็ต้องเป็นมรรคซึ่งมีองค์ ๘ ที่ถูกต้อง เป็นสัมมา เริ่มด้วยมีทิฐิถูกต้อง เรียกว่าสัมมาทิฐิแล้วก็มี สัมมาสังกัปป์ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ ถ้าดำเนินไปถูกต้องอย่างนี้ มรรคก็เป็น สัมมามรรค ที่นิยมเรียกว่า สัมมาปฏิปทา เรียกให้งามว่า อริยอัฏฐังคิกมรรค (หรือ อริยอัชฎังคิกมรรค)

แน่นอนว่า เราต้องการมรรคที่เป็นสัมมาปฏิปทา เป็นทางชีวิตที่ถูกต้อง เป็นกระบวนการสัมมามรรคของคน ที่ทำให้กระบวนการปัจจัยการ นิโรธวารของธรรมชาติดำเนินไป

ดังได้บอกแล้วข้างต้น มรรคเริ่มด้วยปัญญา และปัญญาเริ่มแรกนั้นก็ต้องให้มีพอเป็นทุนตั้งต้น ที่นี้ ปัญญาที่เป็นทุนของแต่ละคนนั้น เรียกว่า “**ทิฐิ**” และได้บอกแล้วว่า กระบวนการที่ถูกต้อง เป็นสัมมามรรคนั้น เริ่มต้นด้วยทิฐิที่ถูกต้อง ที่เป็นสัมมา คือเริ่มต้นด้วย สัมมาทิฐิ

นี่คือจุดสำคัญ เพราะถ้าจุดเริ่มต้นถูกต้อง เป็นสัมมาทิฐิ ก็จะตามมาด้วยสัมมาทั้งหลาย ตั้งแต่ สัมมาสังกัปป์ เป็นต้นไป รวมกันเป็นสัมมามรรค หรือสัมมาปฏิปทา ที่จะนำไปถึงจุดหมาย จึงต้องรู้ไว้เป็นบทนำว่า สัมมาทิฐิ ปัญญาเห็นชอบ ที่เป็นทุนเริ่มต้นนั้น คือทิฐิ ที่รู้เข้าใจยึดถือเชื่อถือมองเห็นตามหลักการว่าอย่างไร

พูดอย่างกว้างๆ สัมมาทิฐิ ปัญญาเห็นชอบ เห็นถูกต้อง ก็คือ ความรู้เข้าใจมองเห็นตลอดจนเชื่อตาม หลักการของความเป็นเหตุเป็นผล ที่อ้างอิงความจริงของธรรมชาติแห่งความเป็นไปตามเหตุปัจจัยของปัจจัยการ และธรรมดาของไตรลักษณ์

จะพูดง่ายๆ รวมๆ ก็ได้ว่า **สัมมาทิฐิ** นั้น คือปัญญาเข้าใจเชื่อในหลักอริยสัจ ๔ (เพราะอริยสัจ ๔ ก็คือระบบเหตุผล ที่นำเสนอกฎธรรมชาติแห่งปัจจัยการ ดังที่ได้พูดมาแล้ว)

อย่างไรก็ตาม ในตอนเริ่มเข้าสู่มรรคานี้ ความรู้เข้าใจเชื่อถือ ชนิดที่เกื้อกูล เป็นไปเพื่อประโยชน์สุขแก่ชีวิตและสังคม จำพวกความรู้ที่รู้ชั่ว เชื่อว่าบุญ-บาปมี เชื่อว่ากรรมดี-ชั่ว มีผลมีวิบาก เชื่อว่าทานมีผล เป็นต้น ก็เป็นทิฐิต้นทุน ที่จะช่วยให้ก้าวหน้าไปในมรรคได้ ท่านเรียกว่าเป็นสัมมาทิฐิที่ยังมีอาสวะ เป็นสัมมาทิฐิขั้นโลกีย์ เป็นความรู้ความเข้าใจที่ทำให้มองเห็นถูกต้อง (อยู่ในแนวทางของความเป็นเหตุเป็นผล ที่จะไปต่อเชื่อมกับความเข้าใจสภาวะและความเป็นไปตามเหตุปัจจัยได้) เข้าทางได้

เมื่อมีสัมมาทิฐิตั้งมั่นแล้ว ก็นับว่ามีปัญญาต้นทุนที่จะเริ่มดำเนินก้าวไปได้ในมรรคชีวิต ที่เป็นสัมมาปฏิปทา จึงสรุปแสดงระบบของมรรคมีองค์ ๘ ที่เป็นมัจฉิมมาปฏิปทา พอเห็นรูปเค้า ดังนี้

๒. ปัจจัยภายใน: โยนิโสมนสิการ “ทำในใจโดยแยบคาย” รู้จักคิดรู้จักพิจารณา เช่น คิดวิเคราะห์ แยกแยะ คิดค้นสืบสาวเหตุปัจจัย ปัจจัยภายนอกก็มาเชื่อมโยงกับปัจจัยภายในได้ด้วย อย่างใน ๒ ข้อนี้ ครู อาจารย์ กัลยาณมิตร ก็มาแนะนำสอนบอกวิธีให้คนนั้นๆ ฝึกตัวให้รู้จักคิดรู้จักโยนิโสมนสิการ นี่คือปัจจัยภายนอกมาช่วยชักนำเป็นปัจจัยให้เกิดปัจจัยภายใน

การประสานปัจจัยภายในกับปัจจัยภายนอก การที่คนอาศัยปัจจัยภายนอก เช่น คำสอนคำบอกเล่าชักนำ หรือรู้จักใช้ปัจจัยภายนอกเป็นเครื่องนำในการฝึกตนของเขา ที่จะทำให้กระบวนการชีวิตของตนพัฒนาขึ้นไปนี้ เรียกว่าเป็น “สิกขา” คือการศึกษา การเรียนรู้ การฝึกการหัด

พระพุทธเจ้าทรงใช้ความรู้ในการพัฒนามรรค มาจัดตั้งวางระบบสิกขาคือศึกษานั้นขึ้น โดยสอดคล้องกับกระบวนการพัฒนาชีวิตของคน ที่มี ๓ แขน คือ ปัญญา พุทธิกรรมแห่งศีล และจิตใจหรือสมาธิ แต่ในสิกขานี้ ทรงลำดับใหม่ เป็นพุทธิกรรมแห่งศีล จิตใจหรือสมาธิ และปัญญา เรียกว่า ไตรสิกขา คือ การศึกษา ๓ ด้าน

เป็นอันว่า กระบวนมรรค มี ๓ คือ **ปัญญา ศีล สมาธิ/จิตใจ**

ระบบสิกขา มี ๓ คือ **ศีล สมาธิ/จิตใจ ปัญญา**

ทำไมจึงลำดับใหม่ แทนที่จะเริ่มที่ปัญญา กลายเป็นเริ่มที่ศีลคือด้านพุทธิกรรม นี่คือว่า มรรคซึ่งเป็นกระบวนการชีวิตในตัวคนก็เป็นของมันอย่างนั้น ดังได้บอกแล้วว่ามรรคคือกระบวนการชีวิตเริ่มด้วยปัญญาสัมมาทิฐิเป็นตัวนำ แล้วกระบวนการก็ดำเนินไปตามธรรมดาแห่งธรรมชาติของมัน

แต่การศึกษานี้เป็นการจัดการของคน ที่ทำจากข้างนอกเข้าไป ซึ่งต้องดูให้เหมาะว่าจะทำอะไรอย่างไรที่จะไปขับเคลื่อน ไปหนุนไปดันไปดันให้กระบวนการชีวิตนั้นพัฒนาไปอย่างได้ผลดี บางทีก็ไปเสริมไปซ่อมเป็นจุดเป็นตอน มันเหมาะกันหรือต้องการตรงไหน ก็ไปจัดการตรงนั้น

เรื่องระบบสิกขา/การศึกษานี้ จะพูดอีกยาวข้างหน้า ในที่นี้จะพูดแค่พอเห็นลักษณะทั่วไปของตรสิกขาที่ต่างออกไปจากมรรค แต่มาจัดแต่งเสริมเติมมรรคนั้นให้สมบูรณ์ โดยจัดให้คนศึกษาเพื่อพัฒนามรรคของเขา

- สิกขาเป็นการจัดการจากข้างนอก:

เอา **วินัย** ที่เป็นข้อสิกขาบทเพนกฎกติกา ให้คนฝึกเพื่อพัฒนา **ศีล**

เอา **กรรมฐาน** ให้คนฝึกเพื่อพัฒนา **สมาธิจิต**

เอา **อุเทศนิเทศปริจฉาสากัจฉาปัญหาวิจัย** ให้คนฝึกเพื่อพัฒนา **ปัญญา**

- สิกขาเริ่มต้นที่ศีล คือเรื่องพุทธิกรรมทางกายวาจา ที่แสดงออกภายนอก เปนส่วนที่ปรากฏในการดำเนินชีวิต และไปเกี่ยวข้องกับคนอื่น สิ่งอื่น ที่นอกตัว ที่แวดล้อม คือทางสังคม และทางกายภาพ ซึ่งจำเป็นสำหรับการที่จะมีชีวิตอยู่ไรรอดโหด หึงจำเป็นต้องบริหารจัดการให้เปนไปดวยดี ไหวเร็วไวทันการแต่เริ่มต้น

- ในเรื่องพุทธิกรรมนี้แหละ เมื่อคนมีชีวิตเปนอยู่ ก็จำเป็นต้องมีพุทธิกรรม พอแสดงพุทธิกรรมตอบสนองอะไรอย่างไร โดยเร็วไว ก็จะเกิดเปนพุทธิกรรมเคยชิน ซึ่งติดตัวไปเรียกไดว่าตลอดชีวิต การศึกษาจึงรับเขามานำพาจัดการในการฝึกหัดหรือชวนให้ทำในทางที่จะมีพุทธิกรรมเคยชินที่ดีไปแต่ตน เฉพาะอย่างยิ่งด้วยการฝึกวินัย ซึ่งจะทำให้ใดเปนศีลคือเปนปกติประจำตัวอยางนั้น และเมื่อออกไปแพรในสังคม ก็เปนวัฒนธรรมที่เปนลักษณะความเจริญหรือไมของสังคมนั้น

- เรื่องของศีลที่ปรากฏตามพุทธิกรรมทางกายวาจาการหาเลี้ยงชีพนี้ เทียบกับเรื่องจิตใจ และปัญญา ก็เปนของหยาบ ปรากฏ มองเห็นงาย และจัดการได้สะดวกกว่า และในเวลาที่เราจัดการกับพุทธิกรรมนี้ ก็เปนธรรมชาติตามกระบวนการของชีวิต ที่องคฝายจิตใจ และองคฝายปัญญา ก็ยอมทำงานหรือดำเนินไปด้วย เรา

จึงใช้การฝึกพฤติกรรมนี้แหละ เป็นสื่อให้ไตร่ตรองจิตใจ และฝึกปัญญาไปด้วยกัน เฉพาะอย่างยิ่ง ปัญญาที่จะต้องใหญ่เขาใจพฤติกรรมหรือเรื่องที่ฝึกนั้น และถ้าจะฝึกศึกษาให้โตผลดี ก็เน้นโดยตระหนักไว้อย่างดี ฝึกศึกษาด้วยความรู้อย่างไม่เพียงเรื่องที่ทำ แต่รู้อะไรเหตุผล ความหมาย เป็นต้น ของกรณีนั้นๆ ให้ได้อย่างดี ก็จะเป็นการพัฒนาสัมมาทิฐิ ที่เป็นตัวนำกระบวนการชีวิต ตรงจุดหัวใจของการพัฒนา ก็จะเป็นการศึกษาที่สมชื่อแท้จริง

- พฤติกรรมที่เป็นเรื่องของศีลนี้ ดังว่าแล้ว เป็นเรื่องออกมาข้างนอกเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม เมื่อมีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมดี อยู่รวมสังคมได้ดีก็เอื้อกัน ตั้งแต่ไม่มีความหวาดระแวงภัยและความเดือดร้อนใจมารบกวนแปดตนไป ก็เป็นพื้นฐานให้แกการพัฒนาจิตใจและพัฒนาปัญญา และให้โอกาสแก่การพัฒนาจิตใจและพัฒนาปัญญานั้น เช่นจิตใจอ่อนโยนไปสู่ความสงบ ประณีตขึ้นพร้อมที่จะมีความสุข มีเวลามีโอกาสมีความสุขมากขึ้นที่จะคิดค้นคว้าไตร่ตรองเรื่องราวและทำการที่จะให้ปัญญาได้พัฒนา

- เมื่อเป็นเรื่องที่คนจัดการได้ ไม่ใช่ต้องไปในกระบวนการตามลำดับอย่างในมรรค ศึกษาคือการศึกษาดูว่าตรงไหน สอนไหนหย่อน อ่อนไป บกพรอง หรือควรจะให้เข้มคมพิเศษ ก็ไปจัดการซ่อมเสริม เติมแต่ง เน้นการฝึกทำให้เข้มแข็งมั่นคงเป็นจุดเป็นสวนเป็นแห่งๆ ไป ก็ได้

- ในแดนของจิตใจและปัญญา เอาเป็นว่ายังไม่ต้องพูดถึง แต่แห่งหนึ่งที่ควรเน้นไว้ คือ ที่จัดแดนจิตใจไว้ก่อนปัญญานั้น เพราะจิตใจเป็นที่ทำงานของปัญญา จึงเน้นการฝึกเตรียมจิตใจให้พร้อมที่สุดสำหรับการทำงานของปัญญา เช่น ให้เป็นสมาธิมีจิตที่สงบใส ปัญญาจะได่มองเห็นชัดเจน ไม่มีอะไรบดบังไม่มีอะไรบัง ให้เป็นจิตที่มีดีตรมชัดตุดเบกขา คือใจลงตัวกับทุกสิ่งมองดูนิ่ง ให้ปัญญาเห็นชัดเต็มที่ตรงตามที่มีมันเป็นไมเออเอียง ไม่ขาดไม่เกินเรื่องศึกษาคือการศึกษา ขอพักไว้แค่นี้ก่อน

- เมื่อจบการศึกษา คนก็พัฒนาเป็น “ภาวิต”

ดังที่ว่าแล้ว หน้าที่ต่อมรรค ได้แก่ ภาวนา แปลว่า พัฒนา หรือเจริญ คือ ลงมือทำ ปฏิบัติ จึงมีคำที่เรียกรวมว่า “มรรคภาวนา”

เพื่อช่วยให้มรรคภาวนา คือการพัฒนากระบวนการชีวิตนี้ก้าวหน้าไปอย่างดีที่สุด ก็จึงจัดตั้งระบบการศึกษาที่เรียกว่า “ไตรสิกขา” ขึ้นมา

เมื่อการศึกษาได้ผลดี มรรคภาวนาดำเนินไปสำเร็จสมบูรณ์ ก็ทำให้บุคคลนั้นๆ เป็น “ภาวิต” คือเป็นคนพัฒนาแล้ว แยกเป็น ๔ ด้าน คือ

๑. ภาวิตกาย มีกายที่พัฒนาแล้ว คือมีความสัมพันธ์ต่อสิ่งแวดล้อมด้านธรรมชาติและวัตรธรรม รู้จักชื่นชมรมณีย์ ดูเป็นฟังเป็น กินเป็น ใช้เป็น

๒. ภาวิตศีล ศีลที่พัฒนาแล้ว คือมีความสัมพันธ์ที่ดีงามเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมทางสังคม อยู่กันด้วยไมตรี ไม่เบียดเบียน ช่วยเหลือกัน

๓. ภาวิตจิต มีจิตใจที่พัฒนาแล้ว คือมีคุณภาพจิตดี มีคุณธรรม จิตใจเข้มแข็ง เช่น พากเพียร อดทน มีสติ มีปราโมทย์ ปีติ ปัสสัทธิ สุข สมาธิ

๔. ภาวิตปัญญา มีปัญญาที่พัฒนาแล้ว คือมีความรู้เข้าใจเข้าถึงสัจธรรม ที่ทำจิตใจให้เป็นอิสระ รู้จักใช้ปัญญาแก้ปัญหา และทำการให้สำเร็จ

พัฒนาคนได้ ความสุขก็พัฒนาด้วย

มรรคาแห่งความสุข: ด้วยความสุข สู่ความเกษม

เจ้าชายโพธิราชกุมาร ราชโอรสของพระเจ้าอุเทนแห่งพระนครโกสัมพี กราบทูลพระพุทธเจ้าว่า พระองค์มีความเห็นว่า คนจะถึงความสุขด้วยความสุขหาได้ไม่ ความสุขต้องลู้งได้ด้วยความสุขขยาก ๑

พระพุทธเจ้าตรัสตอบว่า ครึ่งก่อนโน้น เมื่อยังไม่ได้ตรัสรู้ พระองค์ก็เคยคิดอย่างนั้น ต่อมาพระองค์เสด็จออกผนวชเที่ยวค้นคว้าว่าอะไรดี ทรงแสวงหาสันติวิธปฏิบัติ ได้ทดลองวิธีการต่างๆ จนกระทั่งได้ทรงบำเพ็ญตบะทรมาณร่างกายมากมายมีความสุขขยากแสนสาหัส รวมแล้วยาวนานถึง ๖ ปี

ในที่สุดทรงสรุปได้ว่า นั่นมิใช่ทาง จึงทรงละเลิก แล้วเข้าสู่ทางสายกลาง ดำเนินมัชฌิมาปฏิปทา ที่มีสุขอย่างบริสุทธิ์ตั้งแต่เริ่มแรก จนในที่สุดก็ได้ตรัสรู้โดยทรงค้นพบอริยสัจ ๔ ที่เป็นความจริงแห่งธรรมดาของธรรมชาติ

ในจุฬาลงกูฏ พระพุทธเจ้าทรงอธิบายการทำหน้าที่พระศาสดาของพระองค์ แล้วตรัสสรุปความเป็นคาถาของพระพุทธเจ้าว่า “ไปโมชฺชพฺพลา โทถ, เขมํ ปตฺถเถถ ภิกฺขโว” ๒ แปลว่า “ภิกษุทั้งหลาย พวกเธอจงเป็นผู้มากด้วยปราโมทย์ พึงปรารถนาความเกษมเถิด”

คำตรัสนี้ถือได้ว่าเป็นพระดำรัสสั่งด้วยพระทัยปรารถนาดีมีพระมหากรุณา แก่บรรดาผู้ดำเนินมรรคาที่พระองค์ทรงสอนไว้ ที่เรียกว่ามัชฌิมาปฏิปทา จะเรียกว่าปฏิบัติธรรมหรืออะไรก็ตาม ก็คือมรรคาชีวิต หรือการดำเนินชีวิต อย่างที่มีการแนะนำกันมาให้ทำงานด้วยความสุข เรียบอย่างมีความสุข ฯลฯ ก็รวมอยู่ในการดำเนินมรรคา เพียงแต่อาจต้องถามแทรกเล็กน้อย ที่ว่าสุขนั้น เป็นความสุขที่เป็นไปเองด้วยปัจจัยภายในหรือเป็นความสุขแบบพึ่งพา ต้องอาศัยขึ้นต่อปัจจัยล่อเร้าจากข้างนอก

ความสุขที่จริงแท้ เป็นอิสระของตัวเอง เริ่มต้นก็เกิดมีเป็นไปตามเหตุปัจจัยภายในที่ตนเองสร้างขึ้น และให้คงอยู่มีอยู่เป็นไปได้ตามปรารถนา มรรคาที่เป็นมัชฌิมาปฏิปทานั้น เป็นทางชีวิตของความสุขที่เป็นอิสระและยั่งยืนไม่ขึ้นต่อปัจจัยภายนอก ตั้งแต่ความสุขอิสระโดยสัมพัทธ์ จนเป็นความสุขล้วนที่ไร้ทุกข์ เป็นสุขที่เป็นอิสระสมบูรณ์สิ้นเชิง

ในพุทธดำรัสสอนให้เป็นผู้มากด้วยปราโมทย์ พึงปรารถนาความเกษมนั้น ก็คือภาวะจิตประจำตัวที่มีตั้งแต่เริ่มต้นดำเนินเดินทาง ไปจนตลอดถึงจุดหมายคือสมบูรณ์

ปราโมทย์นั้นท่านให้มีไว้ประจำตัวเป็นสภาพพื้นจิต ไม่แต่ที่นี้ ในที่อื่นพระพุทธเจ้าก็ตรัสเน้นไว้ เช่นว่า “ผู้มากด้วยปราโมทย์ จักทำทุกขีให้หมดสิ้นไป” “ภิกษุผู้มากด้วยปราโมทย์...พึงลูถึงสันตปาอันเป็นสุขซึ่งสงบสังขาร”*

“ปราโมทย์” คือความร่าเริงแจ่มใส สดชื่นเบิกบานใจ เป็นภาวะจิตที่ปลอดโปร่งโล่งคล่องเบาสบาย ไม่มีความขุ่นข้องหมองใจ ไร้ความขุ่นมัวเศร้าหมอง ไม่มีความขัดเคืองขุ่นใจ ไม่ติดข้องอยู่กับความอยากได้นั่นจะเอาเนี่ย ไม่ซึมเศร้าเหงาหงอย ไม่หดหู่ท้อแท้ ไม่ฟุ้งซ่านหรือร้อนรนกระวนกระวาย ไม่กลัวไม่กังวล ไม่มัวล้งเล เป็นสภาพจิตที่ไม่กินพลังงาน ไม่เผาผลาญตัว เปิดกว้าง มีพลังมาเอง

ปราโมทย์เป็นภาวะจิตต้นทางสู่สมาธิ หรือทำให้จิตพร้อมที่จะเป็นสมาธิ และทำให้ใจมีกำลัง ทำให้จิตปลอดโปร่งโล่งคล่องเหมาะหรือสะดวกแก่การทำงานของปัญญา

พร้อมกับการมีจิตปราโมทย์ ก็ตรัสบอกให้ปรารถนาความเกษม นี้คือบนพื้นจิตที่โล่งคล่อง ก็มองไปถึงจุดหมาย

ความ “เกษม” คืออย่างไร พึงเข้าใจด้วยอุปมา ท่านเปรียบเหมือนคนว่ายน้ำ จะข้ามฝั่ง หรือเรือแตก จะว่ายน้ำไปหาฝั่งให้พ้นภัย ถึงจะดีใจว่าตนว่ายน้ำเก่งและมีกำลังแข็งแรง ก็ยังพะวงถึงการรักษาตัวให้อยู่รอด โดยคำนึงถึงสิ่งแวดล้อมรอบตัวและระยะของกาลเวลา トラบไต่ยังว่ายอยู่ในน้ำก็ไม่โล่งใจไม่ปลอดภัยจริง อีกทั้งเมื่อยังว่ายน้ำอยู่ ก็ยากที่จะทำกิจอะไรได้อีก

แต่พอขึ้นฝั่งได้ ก็โล่งใจ ขึ้นไปยืนบนฝั่งแม่น้ำ ทอดสายตามองดูพื้นน้ำและกระแสน้ำ แล้วมองออกไป กว้างไกลรอบตัว เห็นทุ่งโล่ง ดงไม้ ทิวเขา มองขึ้นไปเห็นท้องฟ้าโล่งแจ่มใส สุดหายใจได้อากาศอึมครึมกายชื่นใจ จะทำอะไร ก็เป็นไทแก่ตัว ที่จะทำได้ผลดีเต็มที่ตามปรารถนา ภาวะที่ขึ้นจากน้ำได้ขึ้นยืนบนฝั่งอย่าง ปลอดภัย ใจโล่งสดชื่นเป็นอิสระไร้กังวลอย่างนี้ เรียกว่าความเกษม ท่านให้ปรารถนาภาวะชีวิตจิตใจที่เป็น ความเกษมอย่างนี้ ที่ขยายออกไป ก็เป็นความเกษมของสังคม และของโลกนี้

ความเกษมที่พูดมานี้ เป็นชื่อที่แสดงลักษณะอย่างหนึ่งของนิพพานนั่นเอง ภาวะแห่งความเกษมนี้จึง ช่วยให้เข้าใจความหมายของนิพพานด้วย

ที่นี้ ที่ตรัสบอกให้ปรารถนานั้น ความปรารถนาในกรณีอย่างนี้ เป็นความปรารถนาต่อสภาวะที่หมดจด ดิงามเป็นกุศล เรียกว่าเป็น “ฉันทะ” (เรียกวายๆ ก็ได้วา กุศลฉันทะ หรือธรรมฉันทะ) เป็นความอยากความ ปรารถนาที่จะทำให้สำเร็จให้ลุล่วงสภาวะดิงามที่เรียกว่าความเกษมนั้น เป็นความอยากที่เป็นแรงขับเคลื่อนเริ่มต้น ในการที่จะเพียรพยายามทำการให้ก้าวไปสู่ความสำเร็จถึงจุดหมาย (เรียกอีกชื่อหนึ่งว่า กัตตูกัมยตาฉันทะ) ท่าน จึงย้ำนักให้มีฉันทะ คือความอยากความพอใจใฝ่ปรารถนาอันนี้ ที่จะนำใจให้เริ่มทำการ และเดินหน้าก้าวไปใน ความเพียรพยายามตลอดมรรคา

ความอยากที่เรียกว่าฉันทะนี้ เป็นเรี่ยวแรงกำลังของจิตใจเอง ตรงข้ามกับตัณหาซึ่งเป็นเรี่ยวแรงแบบ เจื่อนไข ที่ใช้พลังงานของชีวิตให้สิ้นเปลือง คนที่ทำงานทำการด้วยฉันทะ จะมีเรี่ยวแรงกำลังในตัวเอง ไม่เหน็ด ไม่เหนื่อย จะทำงานทำการอะไร ก็เป็นการสร้างสรรค์ทั้งนั้น ทำให้เป็นเรื่องง่ายดายที่จะทำงานด้วยความสุข จะเรียนก็เรียนอย่างมีความสุขและก็คืออยู่ในวิถีแห่งความเกษมนั่นเอง

เมื่อทำกิจทำการทำอะไร ที่ดีๆ โดยมีฉันทะ ใจก็มีกำลัง และทำด้วยความสุขดังที่ว่า พอทำก้าวหน้า ไป ใจก็เกิดมีปราโมทย์ พอปราโมทย์มา ก็ยังมีกำลัง แล้วก็ยิ่งทำกิจทำการนั้นด้วยความสุข

ท่านจึงให้มีปราโมทย์เป็นภาวะพื้นจิต และพร้อมกันนั้นก็ยังมีฉันทะเป็นแรงเริ่มทำการ ที่จะขับเคลื่อนความ เพียรพยายาม โดยมีปัญญา อันเป็นสัมมาทิฐิ ตระหนักรู้ถึงความเกษมที่เป็นจุดหมาย คนก็ก้าวไปในมรรคา ตลอดถึงจุดหมาย ด้วยปราโมทย์ พร้อมด้วยฉันทะ โดยมีปัญญามองเห็นภาวะแห่งความเกษมของชีวิต ของ สังคม และของทั้งโลกนี้ ดังที่ได้กล่าวมานั้น

หลักธรรมควรเจริญ

สัทธรรม ๓

สัทธรรม ๓ (ธรรมอันดี, ธรรมที่แท้, ธรรมของสัตบุรุษ, หลักหรือแก่นศาสนา — good law; true doctrine of the good; essential doctrine)

๑. ปริยัติสัทธรรม (สัทธรรมคือคำสั่งสอนจะต้องเล่าเรียน ได้แก่ พุทธพจน์ — the true doctrine of study; textual aspect of the true doctrine; study of the Text or Scriptures)

๒. ปฏิบัติสัทธรรม (สัทธรรมคือปฏิบัติอันจะต้องปฏิบัติ ได้แก่ อรรถกถาหรือไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา — the true doctrine of practice; practical aspect of the true doctrine)

๓. ปฏิเวธสัทธรรม (สัทธรรมคือผลอันจะพึงเข้าถึงหรือบรรลุด้วยการปฏิบัติ ได้แก่ มรรคผล และนิพพาน — the true doctrine of penetration; realizable or attainable aspect of the true doctrine)

ข้อ ๓ คือ ปฏิเวธสัทธรรม บางแห่งเรียก อธิคมสัทธรรม มีความหมายอย่างเดียวกัน.

ทิฏฐธัมมิกัตถประโยชน์กับการทำงาน

สังคมโลกในยุคปัจจุบันอาจกล่าวได้ว่าเป็นสังคมที่เต็มไปด้วยความไร้ระเบียบในการควบคุมการทำงานในชีวิต ตัวแปรสำคัญของสภาวะดังกล่าวนั้นซ่อนตัวอยู่บนพื้นฐานของการได้มาของทรัพย์ จัดการทรัพย์สิน การไม่รู้จักกับการเลือกคบบุคคล และการไม่รู้จักใช้จ่าย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เรื่องทรัพย์สิน หรือเงิน ใครบอกว่าเงินเป็นเพียงตัวเลข ถ้าไม่เรียนรู้ก็จัดการไม่เป็น ถ้าไม่มีความรู้สึกรู้จักคิด สำนึก จริยธรรม ศีลธรรม ฯลฯ ก็ไม่ง่ายที่จะบริหารจัดการเงิน ที่สุดก็กลายเป็นหนี้สิน รายจ่ายมากกว่ารายรับ ชุมชนที่เข้มแข็งดูได้ไม่ยาก ถ้ามีกลุ่มออกทรัพย์เข้มแข็ง ทายได้เลยว่า ชุมชนนี้ไม่ใช่ชุมชนอ่อนแอ อาจไม่ร่ำรวย แต่น่าจะจัดการชีวิตของตนเองได้ดี อย่างน้อยมีผู้นำชื่อสัตย์สุจริตไม่โกง เพราะกลุ่มออมทรัพย์ที่ล้มเหลวส่วนใหญ่ผู้นำโกงเอง คำว่า “วินัย” จึงสำคัญ บัญชีรายจ่ายครัวเรือนเป็นเครื่องมือสร้างวินัยชีวิต รู้จักจัดการเงิน จัดการชีวิตอย่างมีแบบแผน

คำถามมีว่า พระพุทธศาสนามีมุมมองเกี่ยวกับทรัพย์สินอย่างไร โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อวิเคราะห์ถึงท่าทีของวินัยสงฆ์ที่พระพุทธเจ้าทรงมีบัญญัติว่า “ภิกษุใดรับกัฐิ ให้อริยทรัพย์ ซึ่งทอง เงิน หรืออินดีทอง เงิน อันเขาเก็บไว้ให้ เป็นนิสสัคคิยปาจิตตีย์”[๑] วินัยบัญญัติดังกล่าวเป็นเหตุให้สรุปได้ว่า “เงินตราคือศัตรูของพรหมจรรย์” และทรงแนะนำให้เห็นทรัพย์ที่แท้จริง คือความสันโดษ ดังที่พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ว่า “ความสันโดษเป็นทรัพย์อย่างยิ่ง”[๒] การตีความตามตัวอักษรของพระดำรัสดังกล่าว เงินได้กลายเป็นสิ่งที่จะต้องห้ามตามหลักวินัย

ของพระสงฆ์ ถึงอย่างไรก็ตาม เมื่อวิเคราะห์ในท่าทีของวิถีคฤหัสถ์ การแสวงหาทรัพย์สินไม่ใช่เป็นสิ่งที่พระพุทธรเจ้าทรงปฏิเสธแต่อย่างใด ดังจะเห็นได้จากที่พระพุทธรเจ้าทรงตรัสถึงการมีทรัพย์ถือว่าเป็นความสุขอย่างหนึ่ง เรียกว่า “อติสุข”[๓] ในขณะที่เดียวกันทรงเน้นย้ำถึงวิธีการแสวงหาทรัพย์ด้วยหลักทฤษฎีธัมมิกัตถประโยชน์หรือที่เรามักคุ้นกับคำว่า “คาถาหัวใจเศรษฐี”

ทฤษฎีธัมมิกัตถประโยชน์ เป็นพระสูตรที่พระพุทธรเจ้าทรงแสดงเพื่อเป็นแนวในการครองชีพสำหรับคฤหัสถ์ผู้ครองเรือน มีความเป็นมาที่ปรากฏในทีฆชาณสูตร[๔] ว่า สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ นิคมของชาวโกฬิยะชื่อว่า กักรปตตะ เขตกรุงโกฬิยะ ครั้งนั้น โกฬิยะบุตร ชื่อว่า ทีฆชาณได้เข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับ ถวายอภิวัตแล้วนั่ง ณ ที่สมควร แล้วกราบทูลถามพระพุทธรเจ้าว่า ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ พวกข้าพระองค์เป็นคฤหัสถ์ เป็นกามโลกิ อยู่ครองเรือนเบียดเบียนบุตร ใช้จันทร์ของชาวากาสี ทัดทรงดอกไม้ของหอม และเครื่องลูบไล้ ยินดีทองและเงิน ขอพระผู้มีพระภาคโปรดแสดงธรรมที่จะพึงเป็นไปเพื่อเกื้อกูลในภพนี้เพื่อสุขในภพนี้และเพื่อเกื้อกูลในภพหน้าแก่พระองค์ทั้งหลายเถิด พระพุทธรเจ้าได้ทรงอธิบายถึง ทฤษฎีธัมมิกัตถประโยชน์ ๔ ประการ คือ ๑) อุฏฐานสัมปทา (การถึงพร้อมด้วยความหมั่น) ๒) อารักขสัมปทา (ความถึงพร้อมด้วยการรักษา) ๓) กัลยาณมิตตตา (ความเป็นผู้มีมิตรดี) และ ๔) สมชีวิตา (ความเป็นอยู่เหมาะสม) หลักธรรมดังกล่าวที่พระพุทธรเจ้าทรงนำเสนอถือได้ว่าเป็นแนวคิดและเครื่องมือที่สำคัญในการนำมาพัฒนาฐานะของตน

ดังนั้น พระพุทธรศาสนาไม่ได้ปฏิเสธเงินตรา หากแต่พระพุทธรเจ้าทรงวางหลักการไว้เป็นภูมิคุ้มกันสำหรับพระสงฆ์ต่อท่าทีของเงินตรา เพื่อป้องกันไม่ให้อุศลธรรมเกิดขึ้นจากการเข้าไปเกี่ยวข้องกับทรัพย์สิน และไม่ให้เกิดอยู่ภายใต้อำนาจของเงินตราที่อาจจะพัฒนาไปเป็นอสรพิษที่ย้อนกลับมาทำร้ายหรือทำลายวิถีชีวิตของการประพฤติพรหมจรรย์ได้ แต่นั่นมิได้หมายความว่า พระพุทธรศาสนาจะปฏิเสธทั้งหมด กล่าวคือ สำหรับวิถีชีวิตของคฤหัสถ์หรือผู้ครองเรือน พระพุทธรเจ้าทรงแนะนำแนวทาง คือ ขยันหาทรัพย์ รักษาทรัพย์ให้ดี คบหากัลยาณมิตร และเลี้ยงชีวิตแบบเรียบง่ายไม่ฟุ้งเฟ้อ ดังได้กล่าวมาแล้ว แนวคิดหรือหลักทฤษฎีธัมมิกัตถประโยชน์ น่าจะเป็นทางออกให้กับผู้ที่ต้องการสร้างฐานะและความมั่นคงให้กับชีวิต และเพื่อให้เกิดความชัดเจนของเนื้อหา ผู้เขียน กำหนดกรอบของการนำเสนอ ดังนี้

- ๑) ศึกษาความหมายของทฤษฎีธัมมิกัตถประโยชน์
 - ๒) ศึกษาความสำคัญของทฤษฎีธัมมิกัตถประโยชน์
 - ๓) ศึกษาประเภทของทฤษฎีธัมมิกัตถประโยชน์
๒. ความหมายของทฤษฎีธัมมิกัตถประโยชน์

ทฤษฎีธัมมิกัตถประโยชน์[๕] หมายถึง ธรรมที่เป็นไปเพื่อให้ได้มาซึ่งประโยชน์ในปัจจุบัน[๖] หรือหลักธรรมอันอำนวยประโยชน์สุขขั้นต้น ประโยชน์สุขสามัญที่มองเห็นกันในชาตินี้ ที่คนทั่วไปปรารถนา มีทรัพย์ ยศ เกียรติไมตรี เป็นต้น ที่จะสำเร็จด้วยธรรม ๔ ประการ[๗] มีดังต่อไปนี้

๑) อุฏฐานสัมปทา ถึงพร้อมด้วยความหมั่น เช่น ขยันหมั่นเพียร เลี้ยงชีพด้วยการหมั่นประกอบการทำงาน เป็นผู้ขยันไม่เกียจคร้านในการทำงานนั้น ประกอบด้วยปัญญาเครื่องสอดส่องอันเป็นอุบายในการทำงานนั้นให้สามารถทำได้สำเร็จ

๒) อารักขสัมปทา ถึงพร้อมด้วยการรักษาโภคทรัพย์ที่หามาได้ด้วยความขยันหมั่นเพียรโดยชอบธรรม เขารักษาคุ้มครองโภคทรัพย์เหล่านั้นไว้ได้พร้อมมูล ไม่ให้ถูกลัก หรือ ทำลายไปโดยภัยต่าง ๆ

๓) กัลยาณมิตตตา คบคนดี ไม่คบคนชั่ว อยู่อาศัยในบ้านหรือนิคมใด ย่อมดำรงตนเจรจา สนทนากับบุคคลในบ้านหรือนิคมนั้น ซึ่งเป็นผู้มีสมาจารบริสุทธ์ ผู้ถึงพร้อมด้วยศรัทธา ศีล จาคะ และปัญญา

๔) สมชีวิตา อยู่อย่างพอเพียง รู้ทางเจริญทรัพย์และทางเสื่อมแห่งโภคทรัพย์ แล้วเลี้ยงชีพพอเหมาะ ไม่ให้สุรุ่ยสุร่ายฟุ่มเฟือยนัก ไม่ให้ฝืดเคืองนัก ด้วยคิดว่า รายได้ของเราจะต้องเหลือรายจ่าย และรายจ่ายของเราจักต้องไม่เหนือรายได้

ทฤษฎีนี้มีกัตถประโยชน์ที่กล่าวมาในเบื้องต้นนั้น จัดได้ว่าเป็นแนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับการจัดการชีวิตให้มั่นคง มีประโยชน์สุขในปัจจุบันทันด่วน ไม่ต้องรอชาติหน้า ผู้เขียนมองว่า หลักธรรมชุดนี้เป็นยุทธศาสตร์ในการพัฒนาชีวิตให้เกิดความสถาพรและมั่นคง โดยจะต้องประพฤติตามหลักธรรมดังกล่าวให้ครบ ทั้ง ๔ ประการ กล่าวคือ ๑) อุฏฐานสัมปทา ถึงพร้อมด้วยความหมั่นเพียร ๒) อารักขสัมปทา ถึงพร้อมด้วยการรักษา ๓) กัลยาณมิตตตา การคบเพื่อนที่ดีมีคุณธรรม และ ๔) สมชีวิตา การดำรงชีพของตนพอเหมาะตามสมควรแก่ชีวิต หลักการทั้ง ๔ ประการนี้ เรียกสั้น ๆ ได้ว่า “ขยันหา รักษาดี มีกัลยาณมิตร ใช้ชีวิตแบบพอเพียง”

๓. ความสำคัญของทฤษฎีมีกัตถประโยชน์

ท่ามกลางกระแสเชี่ยวกรากของความผันผวนทางเศรษฐกิจ ความขัดแย้งทางการเมือง รวมทั้งในกลางกระแสอันเชี่ยวกรากของความผันผวนทางเศรษฐกิจ ความขัดแย้งทางการเมือง การอ่อนกำลังของสายสัมพันธ์ทางสังคม ผู้คนจำนวนมากต้องเผชิญกับความไม่แน่นอนและความเสี่ยงในการดำรงชีวิตมากขึ้น การตกงาน การสูญเสียตำแหน่ง การเสียดายได้ การประสบอุบัติเหตุ การตกเป็นเหยื่อของอาชญากรรม สามารถเกิดขึ้นได้กับทุกคน ทุกเพศ ทุกวัย ในทุกเวลาและสถานที่ ปัจจัยเหล่านี้จึงต้องอาศัยตัวแปรที่สามารถสร้างความเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจต่อตนเอง และต้องเป็นการจัดการบริหารความมั่นคงในฐานะที่เรียกว่า การพัฒนาที่ยั่งยืน (sustainable development)

หลักทฤษฎีมีกัตถประโยชน์มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตเพื่อยังชีวิตให้สำเร็จประโยชน์ จัดเป็นการบริหารการจัดการทรัพย์ และสามารถแก้ปัญหาดังกล่าวมาแล้วข้างต้น อย่างถูกวิธี ดังที่ พระธรรมปิฎก ได้กล่าวไว้ว่า “คนที่จะเรียกได้ว่ารู้จัก รู้จักใช้ทรัพย์ หรือหาเงินเป็น ใช้เงินเป็น เป็นคนที่ทำมาหากินที่ดี ตั้งตัวสร้างหลักฐานได้ และใช้ทรัพย์สมบัติให้เป็นประโยชน์ เป็นผู้ปฏิบัติหน้าที่ทางเศรษฐกิจอย่างถูกต้อง เพราะปฏิบัติตามหลักธรรมคือ ทฤษฎีมีกัตถประโยชน์” [๘] และดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่าธรรม ๔ ประการ คือ อุฏฐานสัมปทา อารักขสัมปทา กัลยาณมิตตตา และสมชีวิตา...กุลบุตรในโลกนี้มีโภคทรัพย์ที่หามาได้ด้วยความขยันหมั่นเพียร เก็บรวบรวมด้วยน้ำพักน้ำแรง อาบเหงื่อต่างน้ำ ประกอบด้วยธรรม ได้มาโดยธรรม...คนขยันหมั่นเพียรในการทำงาน ไม่ประมาท รักษาทรัพย์ที่หามาได้...เป็นเหตุนำสุขมาให้ในโลกทั้ง ๒ คือ ประโยชน์เกื้อกูลในภพนี้และภพหน้า[๙]

เมื่อวิเคราะห์จากปัจจัยต่าง ๆ อย่างรอบด้านแล้วทฤษฎีมีกัตถประโยชน์ ย่อมก่อให้เกิดประโยชน์แก่ผู้ปฏิบัติ ดังนี้

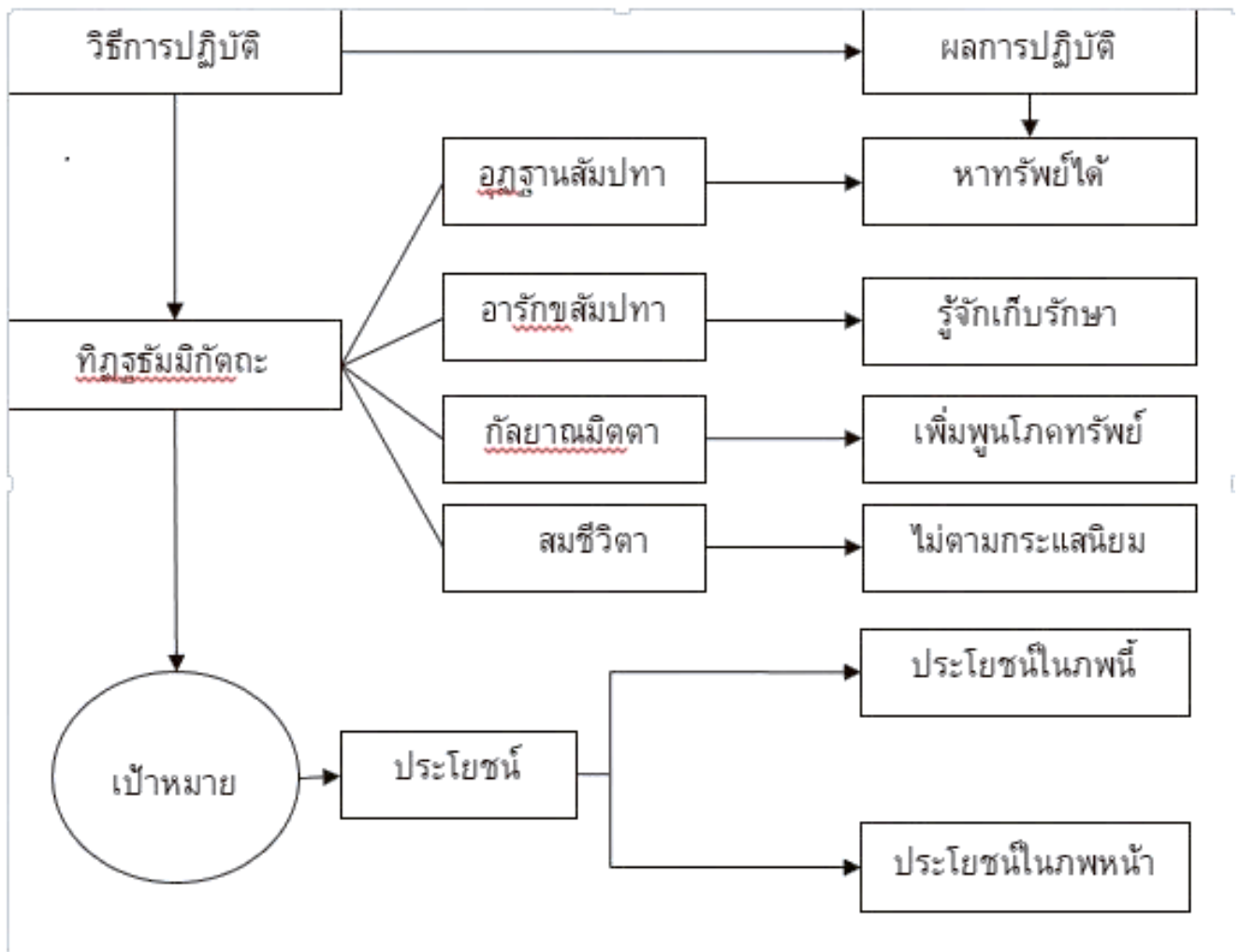
๑) การถึงพร้อมด้วยความหมั่นเพียร ย่อมทำให้หาทรัพย์ได้ ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสรับรองไว้ว่า “บุคคลผู้ทำการเหมาะเจาะไม่ทอดธุระไม่ทอดธุระ ขยันหมั่นเพียร ย่อมหาทรัพย์ได้”[๑๐]

๒) การถึงพร้อมด้วยการรักษา ย่อมทำให้สามารถสร้างอนาคตให้มีฐานะที่มั่นคง

๓) การมีกัลยาณมิตตตา ย่อมทำให้สามารถเพิ่มพูนโภคทรัพย์ ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสในประเด็นนี้ว่า “มิตรมีอุปการะ มิตรร่วมสุขร่วมทุกข์ มิตรแนะนำประโยชน์ และมิตรมีความรักใคร่ ...เมื่อบุคคลสมสมโภคทรัพย์อยู่ตั้งตัวฝั่งสร้างรัง โภคทรัพย์ของเขาก็ย่อมเพิ่มพูนขึ้น ดุจจอมปลวกที่ตัวปลวกก่อขึ้น ฉะนั้น”[๑๑]

๔) ความเป็นอยู่เหมาะสม ย่อมทำให้สามารถควบคุมจิตใจไม่ให้หลงตามกระแสนิยม ใช้สอยสิ่งของ เพื่อให้เกิดแต่คุณค่าแท้ คือ คำนึงถึงแต่ประโยชน์จากสิ่งของนั้น ๆ

จากความสำคัญของทฤษฎีนี้มีกัตตประโยชน์ที่น่าเสนอไปแล้ว สามารถแสดงเป็นรูปแบบแผนภูมิ



ดังต่อไปนี้

๔. ประเภทของหลักทฤษฎีนี้มีกัตตประโยชน์

ทฤษฎีนี้มีกัตตประโยชน์ หรือธรรมที่เป็นไปเพื่อประโยชน์ในปัจจุบัน ซึ่งเป็นหลักอันอำนวยการประโยชน์ในการทำงาน มี ๔ ประเภท ดังต่อไปนี้

๑.อุปฐานสัมปทา เป็นการประกอบอาชีพด้วยการขยันทำงาน ขยันขันแข็งในการหาทรัพย์โดยทางสุจริต คนเกียจคร้านทำงาน หาได้ชื่อว่าเป็นชาวพุทธที่สมบูรณ์แบบไม่ พระพุทธเจ้าไม่เคยประณามความร่ำรวย หลักเกี่ยวกับอุปฐานสัมปทาหรือถึงพร้อมด้วยความหมั่น ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสในประเด็นนี้ว่า กุลบุตรในโลกนี้เลี้ยงชีพด้วยการงานใด จะเป็นกสิกรรม พาณิชยกรรม โครภจกรรม เป็นช่างศร รับราช หรือศิลปะอย่างใดอย่างหนึ่งก็ตาม เป็นผู้ขยันไม่เกียจคร้านในการทำงานที่จะต้องช่วยกันทำนั้น ประกอบด้วยปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาอันเป็นอุบายในการทำงานที่จะต้องช่วยกันทำนั้น สามารถทำได้ สามารถจัดได้ นี้เรียกว่า อุปฐานสัมปทา[๑๒]

ข้อสังเกตที่น่าสนใจคือ พระพุทธเจ้าได้ตรัสถึงความขยันในหน้าที่การงานโดยมีฐานคือปัญญาเป็นเครื่องพิจารณา ประเด็นนี้ ดังที่ขงจื้ออธิบายไว้ว่า “คนฉลาดและขยัน ควรส่งเสริมให้เป็นใหญ่ คนฉลาดและขี้

เกียจ ควรเลี้ยงไว้เป็นที่ปรึกษา คนโง่และขี้เกียจ ยังพอบังคับให้ทำงานได้ คนโง่และขยัน ต้องเอาไปตัดหัวทิ้ง เพราะจะทำให้งานเสีย” [๑๓]

คุณภาพของคน สามารถแบ่งออกได้ ๔ ประเภท ในการใช้งาน คือ ๑) ฉลาดและขยัน ๒) ฉลาดแต่ขี้เกียจ ๓) โง่และขี้เกียจ และ ๔) โง่แต่ขยัน ดังต่อไปนี้

๑) ฉลาดและขยัน คนประเภทนี้ควรมีการส่งเสริม คำจูง เพราะต่อไปในภายภาคหน้าจะได้เป็น หัวหน้างานที่มีประสิทธิภาพได้

๒) ฉลาดแต่ขี้เกียจ คนประเภทนี้เราจะสามารถจูงใจให้ทำงานด้วยรางวัลหรือการลงได้หรือสามารถ สร้างระบบมาควบคุมบังคับได้ และคนประเภทนี้ถึงแม้จะคิดทฤษฎีกับหัวหน้างาน เขาก็จะไม่ทำเพราะขี้เกียจ

๓) โง่และขี้เกียจ คนประเภทนี้ถึงแม้จะขี้เกียจแต่ก็สามารถใช้อำนาจหรือหน้าที่ในการบังคับในการ ทำงานได้และถึงแม้ว่าจะโง่ไม่มีความรู้ แต่เขาก็จะทำอะไรที่ไม่นอกเหนือคำสั่งเพราะจะขี้เกียจ อย่างมากก็จะ ทำตามที่หัวหน้าสั่งงานไปให้จบๆ เท่านั้น หลักๆแล้วแค่คอยสั่งงานเท่านั้น ไม่ต้องปวดหัวว่าเขาจะทำอะไรให้ เตือตร้อน

๔) โง่แต่ขยัน คนประเภทนี้ไม่ควรนำมามอบหมายงานใดๆทั้งนั้น เพราะเมื่อทำแล้วมักจะสร้างความ เตือตร้อนและความหายนะมาสู่เราเสมอ

จากชุดคุณภาพของคนดังที่ได้นำเสนอไปแล้ว แนวคิดที่ถือได้ว่าพระพุทธเจ้าทรงสนับสนุนและ รองรับในการปฏิบัติงานคือประเภทคนฉลาดและขยัน เพราะจะทำให้เกิดประสิทธิภาพและผลของงาน การประกอบอาชีพต่าง ๆ จึงควรมีความขยันหมั่นเพียรในการปฏิบัติหน้าที่การงาน และการประกอบอาชีพที่ สุจริต ฝึกฝนให้ตนเองมีความชำนาญการและรู้จริงในการงานที่เราทำนั้นพร้อมทั้งตรวจตราหาวิธีการที่เหมาะสมที่ ดีจัดการ และดำเนินการให้ได้ผลดี ภูมูฐานสัมปทาจึง จัดเป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าซึ่งว่าด้วยการถึงพร้อม ด้วยความหมั่นขยันเพียร ในการปฏิบัติหน้าที่ การงานและการประกอบอาชีพที่สุจริต ฝึกฝนให้มีความชำนาญ และรู้จริง รู้จักใช้ปัญญาสอดส่องตรวจหาวิธีการที่เหมาะสมที่ดีจัดการและดำเนินการให้ได้ผลดี การ ทำงานทุกอย่างจึงต้องอาศัยความขยัน ความบากบั่น และสิ่งที่สำคัญคือความอดทนต่อการทำงาน เพราะความ อดทนเป็นเครื่องมือที่สำคัญในการเผชิญหน้าและต่อสู้กับอุปสรรคต่าง ๆ ด้วยจิตใจไม่ย่อท้อ ท้อถอย ยอมแพ้

ในทางกลับกัน การทำงานทุกชนิด ทุกประเภท หากเราไม่ขยัน มีแต่ความเกียจคร้าน ก็จะกลายเป็น ทางเสื่อมแห่งโภคทรัพย์และความสำเร็จโดยแท้จริง กรณีเช่น

หากเราเป็นนักเรียนเกียจคร้านศึกษาเล่าเรียน เอาแต่หนีโรงเรียนไปเที่ยวเตร่ ไปมั่วสุมคบเพื่อนไม่ดี ไม่นานก็ต้องสอบตก ความรู้ไม่มี ไม่สามารถสร้างความรู้ไปต่อยอดหรือเรียนรู้สิ่งอื่นได้ และสุดท้ายก็ต้องออกจาก โรงเรียน

หากเราเป็นชาวไร่ชาวนา ถึงหน้านาก็ไม่ออกไปไถ คราด หว่าน ปักดำ เอาแต่นอนบิณฑิขี้เกียจขณะที่ ชาวนาคนอื่นเขาเริ่มหว่านกันแล้ว ผลผลิตของเราก็จะโตช้ากว่า พอถึงหน้าเก็บเกี่ยวก็จะเก็บเกี่ยวไม่ได้ หรือ เก็บเกี่ยวได้ก็ได้ผลผลิตไม่ดีเท่ากับคนอื่น

หากเราเป็นข้าราชการกินเงินเดือนของรัฐ เอาแต่ตื่นสายไปทำงานเพียงเพื่อตอกบัตรเซ็นชื่อให้ตรง เวลา เวลาที่เหลือก็เอาแต่นั่งไขว่ห้าง อ่านหนังสือพิมพ์ คุยกัน เดินไปเดินมา หนีงานไปเที่ยวตามศูนย์การค้า บ้าง นอกจากตัวเองจะไม่เจริญก้าวหน้าในหน้าที่การงานแล้ว ยังทำให้รัฐขาดรายได้หรือเสียประโยชน์ที่พึงได้ อีกด้วย

ทรัพย์สมบัติจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อบุคคลมีความขยันหมั่นเพียรในการทำงาน และในการทำงานจะต้องไม่อ้างเหตุผลต่าง ๆ ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสในสังคาลสูตรว่า คหบดีบุตร การหมกมุ่นในความเกียจคร้านมีโทษ ๖ ประการนี้ คือ

- ๑) มักอ้างว่าหนาวนัก แล้วไม่ทำงาน
- ๒) มักอ้างว่าร้อนนัก แล้วไม่ทำงาน
- ๓) มักอ้างว่าเวลาเย็น แล้วไม่ทำงาน
- ๔) มักอ้างว่ายังเข้าอยู่ แล้วไม่ทำงาน
- ๕) มักอ้างว่าหิวนัก แล้วไม่ทำงาน
- ๖) มักอ้างว่ากระหายนัก แล้วไม่ทำงาน

ผู้ที่หวังความสำเร็จด้วยโภคทรัพย์ ควรเว้นจากการอ้างเหตุผลเหล่านี้เสีย เพราะหากมีอ้างเหตุผลผิดเพี้ยนอย่างนี้แล้ว โภคทรัพย์ที่ยังไม่เกิดขึ้นก็จะไม่เกิดขึ้น ที่เกิดขึ้นแล้วก็จะถึงความสิ้นไป ดังนั้นคนที่มีความหมั่นขยันจะต้องไม่ให้ความสำคัญแก่ธรรมชาติภายนอกเหล่านี้ อากาศจะหนาวหรือร้อนก็ไม่ตาย ถ้าทำงาน เย็นหรือเข้าอยู่ก็เป็นเวลาที่ทำงานดีคืออากาศไม่ร้อน หิวหรือกระหายก็ไม่เป็นไรทำงานไปสักพักก็รับประทานได้ บรรเทาความหิวความกระหายก็ทำงานได้ เมื่ออยู่ท่ามกลางสิ่งเหล่านี้ถ้าขึ้นไปอ้างเป็นเหตุให้ไม่ต้องทำงานเลยก็ไม่ต้องทำกัน ด้วยเหตุนี้ท่านจึงแสดงว่าผู้หวังความสำเร็จด้วยโภคทรัพย์ จะต้องไม่เกียจคร้านทำงานเพียงเพราะอ้างเหตุผลต่างๆ ดังกล่าวมาแล้ว

เพราะฉะนั้น ความเกียจคร้านจึงเป็นอุปสรรคด่านแรกที่ทำให้คนเราไม่ประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน ข้ายังเป็นการไม่ให้เกียรติในงานที่ทำอยู่ ดังนั้นไม่ว่าตัวเราจะเป็นใคร มีหน้าที่การงานอะไร ล้วนจะต้องขจัดความเกียจคร้านออกไปให้ห่างไกล ต้องสร้างนิสัยเป็นคนขยันหมั่นเพียร บากบั่น มุ่งคงต่อการทำงานจึงเจริญก้าวหน้า กอรบกับความมีใจรักในสิ่งที่ทำ และพอใจใฝ่รักในจุดหมายของสิ่งที่ทำนั้น อยากรู้อย่างไร ให้สำเร็จ อยากรู้ว่างานนั้นหรือสิ่งนั้นบรรลุถึงจุดหมาย พุดง่าย ๆ ว่ารักงานและรักจุดหมายของงาน พุดให้ลึกลงไปทางธรรมว่า ความรักความใฝ่ใจ ปรารถนาต่อภาวะดีงามเต็มเปี่ยมสมบูรณ์ ซึ่งเป็นจุดหมายของสิ่งที่กระทำหรือซึ่งจะเข้าถึงได้ด้วยการกระทำนั้น อยากรู้สิ่งนั้น ๆ เข้าถึงหรือดำรงอยู่ในภาวะที่ดี ที่ประณีต ที่งดงาม ที่สมบูรณ์ที่สุดของมัน หรืออยากให้ภาวะดีงามเต็มเปี่ยมสมบูรณ์ของสิ่งนั้น ๆ ของงานนั้น เกิดมีเป็นจริงขึ้น อยากรู้ทำให้สำเร็จผลตามจุดหมายที่ดีงามนั้น

จึงกล่าวได้ว่า การจัดการความมั่นคงในการทำงาน ขึ้นเบื้องต้น เราควรมีความพึงพร้อมด้วยความหมั่นหรือความขยัน ซึ่งจะช่วยให้ประสบความสำเร็จในด้านความมั่งคั่ง การดำเนินชีวิตของการทำงาน ความสุข คือ การได้ทำงานและมองไปยังเป้าหมายคือความสำเร็จ มีความโยงใยสัมพันธ์กันเริ่มต้นที่ขยันแสวงหาทรัพย์เพื่อความมั่นคงในชีวิต มีความขยันหมั่นเพียร ขยันขันแข็งในการทำงานที่เรากระทำอยู่

๒. อารักขสัมปทา คือ ความถึงพร้อมด้วยการรักษา เป็นการรู้จักคุ้มครองเก็บรักษาโภคทรัพย์ที่ตนได้ทำไว้ด้วยความขยันหมั่นเพียร โดยชอบธรรมด้วยกำลังแรงงานของตนมิให้เป็นอันตรายสูญเสียโดยมิใช่เหตุ เป็นการรู้จักรักษาทรัพย์ที่ได้มาแล้วให้คงอยู่ เพื่อจะได้ใช้ประโยชน์ในคราวจำเป็น เพราะคนบางคนหาทรัพย์ได้แต่ไม่รู้จักรักษาได้มาเท่าไรใช้หมดไป ก็ไม่มีวันจะตั้งหลักปักฐานได้ ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสในประเด็นนี้ว่า กุลบุตรในโลกนี้มีโภคทรัพย์ที่หามาได้ด้วยความขยันหมั่นเพียร เก็บรวบรวมด้วยน้ำพักน้ำแรง อาบเหงื่อต่างน้ำ ประกอบด้วยธรรม[๑๕] ได้มาโดยธรรม[๑๖] เขารักษาคุ้มครองโภคทรัพย์นั้นด้วยคิดว่า ทำอย่างไร โภคทรัพย์

เหล่านี้ของเรา จึงไม่ถูกพระราชาริบ โจรไม่ลัก ไฟไม่ไหม้ น้ำไม่พัดไป ทายาทผู้ไม่เป็นที่รักไม่ลักไป นี้เรียกว่า อารักขสัมปทา

การประกอบอาชีพนอกจากมีหลักฉันทะคือความขยันหมั่นเพียรในการจัดการดูแลกิจการของตนแล้ว ยังต้องรู้จักรักษาทรัพย์ที่ได้มาไม่ให้พิบัติไปด้วยภัยต่าง ๆ เช่น โจรภัย เป็นต้น ในยุคนั้นนอกจากจะต้องคิดถึงเรื่องความปลอดภัยของทรัพย์สินที่หามาได้ เราอาจจะต้องคิดถึงวิธีการที่ทำให้ทรัพย์ของเรางอกเงยขึ้น ซึ่งพระองค์เน้นสอนให้เราใช้ปัญญาเป็นหลักในการคิด พิจารณา และคำนวณเสมอหากกล่าวในเชิงปฏิบัติแล้ว ก็อาจกล่าวได้ว่า อย่างแรกให้รู้จักใช้ทรัพย์ให้เป็นประโยชน์ในการดำรงชีวิตอย่างถูกต้อง อย่างที่สองเป็นการเก็บออมรักษาทรัพย์ไว้เพื่อประโยชน์ในกาลข้างหน้า และอย่างที่สามคือการรู้จักประหยัดอย่างกระหมัดกระหม่อม การเก็บเล็กผสมน้อยเพื่อเป็นทุนก้อนใหญ่ หากได้ทรัพย์มาหมดสิ้นไปโดยเปล่าประโยชน์ นอกจากนั้นก็ไมควรถือจะเอาทรัพย์หมดสิ้นไปโดยเปล่าประโยชน์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งต้องดเว้นหลักเลียงจากอบายมุข ๖ ประการ คือ

- ๑) การหมกมุ่นในการเสพของมีนคือสุราและเมรัยอันเป็นเหตุแห่งความประมาท
- ๒) การหมกมุ่นในการเที่ยวไปตามตรอกซอกซอย ในเวลากลางคืน
- ๓) การเที่ยวดูมหรสพ
- ๔) การหมกมุ่นในการเล่นการพนัน
- ๕) การหมกมุ่นในการคบคนชั่วเป็นมิตร
- ๖) การหมกมุ่นในความเกียจคร้าน[๑๘]

เพราะพฤติกรรมที่ไม่ดีเหล่านี้ย่อมเป็นทางรั่วไหลแห่งทรัพย์ ทรัพย์ที่ได้มาควรจะนำไปใช้ในทางที่เป็นประโยชน์ เช่น บำรุงเลี้ยงบิดาให้เป็นสุข บำรุงเลี้ยงครอบครัวให้เป็นสุข สงเคราะห์มิตรตามสมควร อุปถัมภ์บำรุงพระศาสนาตามกำลังศรัทธาความสามารถ ช่วยเหลือบ้านเมืองตามหน้าที่พลเมืองดี หากรู้จักแสวงหาทรัพย์ และใช้จ่ายทรัพย์อย่างถูกต้องชอบธรรมก็จะทำให้มีหลักฐานมั่นคง ตั้งตัวทางเศรษฐกิจได้ และทำให้มีความมั่นคงทางทรัพย์สิน เป็นต้น

ในสังคาลสูตร ที่ขนิทาย ปาฏิภวรรค พระพุทธเจ้าแนะนำให้ใช้จ่ายทรัพย์โดยการแบ่งทรัพย์ออกเป็น ๔ ส่วน คือ “หนึ่งส่วน [ส่วนที่ ๑] ใช้จ่ายเลี้ยงตน เลี้ยงครอบครัว ดูแลคนที่เกี่ยวข้อง และทำสาธารณประโยชน์ สองส่วน [ส่วนที่ ๒ และ ๓] ใช้เป็นทุนประกอบกิจการอาชีพ อีกส่วนหนึ่ง [ส่วนที่ ๔] เก็บไว้เป็นหลักประกันชีวิต และกิจคราวจำเป็น”[๑๙]

จากข้อความดังกล่าว การแบ่งทรัพย์ออกเป็น ๔ ส่วนดังนี้

๑) ส่วนที่ ๑ สำหรับใช้จ่ายเลี้ยงตน เลี้ยงครอบครัว เลี้ยงคนที่ควรบำรุงเลี้ยงและทำประโยชน์โดยการจัดแบ่งเงินส่วนนี้ไว้เพื่อใช้จ่ายภายในครอบครัว การเลี้ยงดูครอบครัว การเลี้ยงดูบุพพการี หรือบุคคลที่อยู่ใน การดูแลของผู้ถือทรัพย์ เป็นส่วนที่เสริมสร้างคุณภาพหรือตอบสนองต่อความต้องการของชีวิต

๒) ส่วนที่ ๒ และส่วนที่ ๓ สำหรับการลงทุนประกอบกิจการ เป็นส่วนที่จัดแบ่งไว้เพื่อการทำธุรกิจ การงาน เพื่อเป็นทุนในการประกอบอาชีพ การจัดทรัพย์สินจาก ๔ ส่วนนำมาประกอบธุรกิจ ๒ ส่วนนั้นเพราะให้ความสำคัญว่าการลงทุนเพื่อประกอบธุรกิจการงาน จัดว่าเป็นการพัฒนาอาชีพให้ก้าวสู่ระดับที่สูงขึ้น

๓) ส่วนที่สี่ สำหรับเก็บไว้ใช้ในคราวจำเป็นเร่งด่วน คือการจัดสรรทรัพย์ไว้เพื่อใช้ในคราวฉุกเฉินหรือ เหตุการณ์ที่ไม่ได้คิดวางแผนไว้ล่วงหน้า เช่นการเจ็บไข้ได้ป่วยหรืออุบัติเหตุ เป็นต้น

ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่า ต้องรู้จักเก็บทรัพย์ใช้จ่ายอย่างประหยัดอดออม สร้างนิสัยรักการเก็บอดออม มีการ ประหยัดมัธยัสถ์ รู้จักรักษาทรัพย์ให้รอดปลอดภัยจากพวกมิฉฉาชีพหรือไม่ให้พิบัติไปด้วยภัยต่าง ๆ ประการที่

สำคัญคือรู้จักใช้จ่ายทรัพย์สินที่ได้มาอย่างถูกต้อง ประเด็นที่เกี่ยวกับอารักขสัมปทา คือการถึงพร้อมด้วยรักษา ผู้เขียนได้ข้อสรุปเกี่ยวกับการรักษาโดยมีวิปฏิบัติดังนี้

๑) การสะสมทรัพย์ คือแบ่งทรัพย์ส่วนหนึ่งจากที่หามาได้เก็บไว้ใช้ในคราวจำเป็นหรือเพื่อสร้างอนาคตให้มีฐานะที่มั่นคง

๒) การป้องกันอันตรายที่จะเกิดแก่ทรัพย์ เช่น ระวังมิให้โจรผู้ร้ายมาลักขโมยแย่งชิงไป การเก็บของมีค่าไว้ในบ้านต้องเก็บให้ปลอดภัยมิดชิด ไม่ควรแต่งกายด้วยของมีค่าเพราะนอกจากจะไม่ปลอดภัยทรัพย์สินแล้ว ยังอาจจะเป็นอันตรายแก่ตนเองอีกด้วย

๓) การถนอมทรัพย์ คือ รู้จักใช้รู้จักถนอมสิ่งของเครื่องใช้ต่าง ๆ ให้ใช้การได้นานที่สุดเท่าที่จะทำได้ เมื่อชำรุดพอที่จะซ่อมไว้ใช้ได้ก็ต้องซ่อม นอกจากนี้ก็ต้องช่วยกันรักษาทรัพย์สินในประเทศหรือเงินไทยไม่ให้รั่วไหลออกไปต่างประเทศ หรือซื้อของต่างประเทศที่เป็นของฟุ่มเฟือยไม่จำเป็นแก่การครองชีพ

๔) การป้องกันทรัพย์ที่เป็นกรรมสิทธิ์ คือ ต้องมีสิทธิ์หรือสิทธิครอบครองในทรัพย์สินสมบัตินั้นโดยชอบธรรมและถูกต้องตามกฎหมาย เช่น บ้านต้องมีทะเบียนบ้าน ที่ดินต้องมีหนังสือสำคัญแสดงความเป็นเจ้าของ เป็นต้น

๓. กัลยาณมิตรตตา เป็นการรู้จักคบเพื่อนฝูงที่ดีงามเพราะเพื่อนมีส่วนอย่างสำคัญในการสร้างหรือทำลายฐานะดังที่พระพุทธเจ้าตรัสในประเด็นนี้ว่า

กุลบุตรในโลกนี้วางตัวเหมาะสม เจริญ สนทนากับคนในหมู่บ้านหรือในนิคมที่ตนอาศัยอยู่ จะเป็นคหบดี บุตรคหบดี คนหนุ่มผู้เคร่งศีล หรือคนแก่ผู้เคร่งศีลก็ตาม ผู้ถึงพร้อมด้วยศรัทธา ถึงพร้อมด้วยศีล ถึงพร้อมด้วยจาคะ และถึงพร้อมด้วยปัญญา คอยศึกษาสัทธาสัมปทาของท่านผู้ถึงพร้อมด้วยศรัทธาตามสมควร คอยศึกษาศีลสัมปทาของท่านผู้ถึงพร้อมด้วยศีลตามสมควร คอยศึกษาจาคสัมปทาของท่านผู้ถึงพร้อมด้วยจาคะตามสมควร และคอยศึกษาปัญญาสัมปทาของท่านผู้ถึงพร้อมด้วยปัญญาตามสมควร นี้เรียกว่า กัลยาณมิตรตตา[๒๐]

จึงกล่าวได้ว่า การประกอบอาชีพ จะต้องเลือกปฏิสัมพันธ์กับผู้ที่เป็นกัลยาณมิตร กล่าวคือมีเพื่อนที่ดีจะสนับสนุนให้เราหาทรัพย์ รักษาทรัพย์ และใช้จ่ายทรัพย์อย่างสมเหตุสมผล ไม่คบหรือเสวนากับเพื่อนที่ซุกงูไป ในทางที่เสื่อมเสียโดยเฉพาะการผูกมิตรกับคนที่เหมาะสมที่เรียกว่ากัลยาณมิตร คือ ผู้มีความรู้ มีประสบการณ์ที่ดี ผู้ที่ปฏิบัติตัวดี ผู้มีศีล ผู้มีใจบุญชอบช่วยเหลือผู้อื่น ผู้ถึงพร้อมด้วยศรัทธาในศาสนาพุทธ ผู้ที่สามารถจะแนะนำสิ่งดี ๆ และช่วยเหลือเราได้หากถึงคราวจำเป็น

คนเราเมื่อเกิดมาแล้วย่อมมีเพื่อนด้วยกันทุกคน นับตั้งแต่ยังอยู่ในเยาว์วัยก็ต้องการมีเพื่อนเล่นด้วยกันทั้งนั้น หรือบางทีไม่มีคนเป็นเพื่อนเล่นก็ยังมีสัตว์ต่างๆ เช่น หมา แมว เป็นเพื่อนเล่นแก้ขัดไปได้ การมีเพื่อนนั้นเป็นสิ่งที่ดี เพราะมนุษย์เราจะอยู่คนเดียวตามลำพังไม่ได้ แต่การคบเพื่อนนั้นก็ต้องระมัดระวังให้ดี เพราะถ้าคบเพื่อนดีก็อาจทำให้กลายเป็นคนดีอย่างเพื่อน และถ้าคบเพื่อนชั่วก็อาจเป็นคนชั่วตามเพื่อนไปได้เช่นเดียวกัน คนโบราณท่านจึงได้สอนไว้เป็นคติเตือนใจว่า “คบคนดีเป็นศรีแก่ตัว คบคนชั่วอัปราชัย”

ไม่มีใครในโลกนี้สามารถประสบความสำเร็จได้เลยโดยใช้เพียงความสามารถของตนเองคนเดียว ดังนั้นไม่ว่าการทำงานให้สำเร็จหรือการดำรงชีวิตอยู่ให้มีความสุข คนเราจะขาดเพื่อนไม่ได้เลย อย่างไรก็ตาม การเริ่มต้นทำงานให้ก้าวหน้าก็เหมือนการเริ่มต้นคบกับใครสักคน ต้องอาศัยเวลาในการทำมาความรู้จักและทำความเข้าใจซึ่งกันและกัน การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับคนอื่นไว้ด้วยน้ำใจไมตรีถือเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งที่เราควรจะมีให้ผู้อื่นก่อนเสมอ และผลที่ได้คือเราจะได้รับความไว้วางใจจากเพื่อนร่วมงานกลับมาเป็นสิ่งตอบแทนอันจะนำพาให้เราไปสู่ความเจริญก้าวหน้า อย่างไรก็ตามแม้จะได้รับความไว้วางใจมาแล้ว เราต้องแบ่งแยกและมอง

ให้ออกว่า ใครที่จะเป็นเพื่อนร่วมงานที่เราสามารถไว้วางใจเขาได้เช่นกัน เริ่มจากการมองหา เพื่อนที่ดีในที่ทำงาน ให้ได้หรือที่เรียกกันว่า กัลยาณมิตร

กัลยาณมิตร ก็คือคนที่มีลักษณะในการทำงานเป็นไปเพื่อเกื้อกูลประโยชน์ให้แก่ส่วนรวมมากกว่าจะทำอะไรเพื่อตัวเองเพียงอย่างเดียว คนประเภทนี้มักจะชอบช่วยเหลือผู้อื่น ในขณะที่งานของตนก็ใส่ใจดูแลเต็มความสามารถและมักไม่มีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนร่วมงาน เจ้านาย หรือลูกน้อง ใครมาร่วมงานทำงานด้วย งานนั้นก็มักจะสำเร็จและไม่มีปัญหามากนัก หากจะมีปัญหาที่ก็จะรีบพากันแก้ไข คนแบบนี้เป็นคนที่เราต้องคบหาและให้ความจริงในการทำงานด้วยให้มากที่สุด ส่วนเพื่อนร่วมงานอีกประเภทที่ควรมีไว้บ้างก็คือ เพื่อนร่วมงานแบบ พันธมิตร คนประเภทนี้ถ้ามีผลประโยชน์ในงานนั้นก็มักจะมาร่วมด้วย แต่ถ้าตนเองไม่มีผลประโยชน์ก็จะไม่เข้ามายุ่ง รวมถึงแสดงน้ำใจว่าจะช่วยเหลือ อย่างไรก็ตามเพื่อนร่วมงานประเภทนี้ก็จำเป็นต้องคบหาไว้บ้าง เพราะอาจเป็นประโยชน์กับเราเองในบางกรณีที่ต้องร่วมงานกัน เช่น อาจต้องอาศัยรถราไปทำงานด้วย หรือมีการเปลี่ยนแปลงหน้าที่ที่ต่างคนต่างก็ได้รับประโยชน์ แต่ก็ไม่ควรจริงจังมากนักในเรื่องส่วนตัว เพื่อนร่วมงานประเภทสุดท้ายที่ไม่ควรยุ่งเกี่ยวกับเลย ก็คือ “ปายมิตร” คนประเภทนี้โดยพื้นฐานแล้วมักขี้เกียจทำงาน ชอบที่จะมาสายและกลับก่อน ไม่ค่อยรับผิดชอบงาน ทำงานแล้วมักมีปัญหาเกิดขึ้นอยู่เรื่อยไปในเนื้องาน และไม่ค่อยชอบที่จะลงมือแก้ไข เอาแต่โทษคนอื่น นอกจากนั้นความประพฤติส่วนตัวก็มักจะเป็นไปในทางที่ไม่ดี ชอบผิดศีลธรรมบ่อยๆ เช่น เมื่อเลิกงานก็ชอบชวนไปดื่มเหล้า เล่นการพนัน เที่ยวกลางคืน รักการสังสรรค์ รักงานเลี้ยงเป็นที่สุด เพื่อนประเภทนี้ไม่ควรร่วมงานด้วย และควรยุ่งเกี่ยวเท่าที่จำเป็นจริงๆ เท่านั้น

ลักษณะกัลยาณมิตรในทางพระพุทธศาสนา มีดังต่อไปนี้

๑. เป็นมิตรมีอุปการะ คือ มิตรที่คอยช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ก่อให้เกิดประโยชน์ดังต่อไปนี้

๑.๑ เมื่อเพื่อนตกอยู่ในความประมาท ก็ช่วยเหลือคุ้มครองเพื่อนไม่ให้ต้องได้รับอันตราย เช่น ในเวลาที่เพื่อนมึนเมา ขาดสติ สัมปชัญญะ หรือทำการงานด้วยความไม่ประมาท ก็ต้องช่วยตักเตือนให้เพื่อนมีความระมัดระวังหรือทำงานให้รอบคอบ

๑.๒ เมื่อเพื่อนตกอยู่ในความประมาท ก็ช่วยเหลือคุ้มครองเพื่อนไม่ให้ต้องได้รับอันตราย เช่น ในเวลาที่เพื่อนมึนเมา ขาดสติสัมปชัญญะ หรือทำการงานด้วยความประมาท ก็ต้องช่วยตักเตือนให้เพื่อนมีความระมัดระวังหรือทำงานให้รอบคอบ

๑.๓ เมื่อมีภัยอันตราย เป็นที่พึงพำนักได้ คือ เวลาเพื่อนตกอยู่ในอันตรายใด ๆ ก็ไม่ทอดทิ้งเพื่อนให้คุ้มครองเพื่อนเสมอ

๑.๔ เมื่อมีกิจจำเป็น ช่วยออกทรัพย์เกินกว่าที่ออกปากเวลาที่เพื่อนมีความเดือดร้อนในด้านการเงิน การทองขึ้นมา และมาขอความช่วยเหลือ ก็เต็มใจช่วยเหลืออย่างเต็มสติปัญญาความสามารถและบางที่อาจช่วยเหลือเพื่อนมากกว่าที่เพื่อนออกปากขอเสียอีก

๒. มิตรร่วมสุขร่วมทุกข์ เป็นมิตรที่เรียกว่า “สหาย” มีลักษณะสำคัญดังนี้

๒.๑ บอกความลับแก่เพื่อน คนเรานั้นเมื่อมีความลับแล้วมักจะเก็บไม่อยู่ รู้สึกอึดอัดใจมาก แต่ถ้าเที่ยวบอกความลับให้ใครต่อใครรู้ไปทั่ว ก็เป็นอันตรายเหมือนกัน ต่อเมื่อมั่นใจว่าใครเป็นเพื่อนแท้ เพื่อนร่วมทุกข์ร่วมสุขจริงๆ จึงค่อยบอกความลับของตนได้ เพื่อจะได้ปรึกษาหารือกันว่าทำอะไร หรือจะหาวิธีป้องกันหรือแก้ปัญหาอย่างไร บางทีเพื่อนก็อาจจะแนะนำหาช่องทางแก้ปัญหาให้ได้

๒.๒ ปิดความลับของเพื่อน เมื่อเพื่อนไว้วางใจจนบอกความลับของตนให้แล้ว มิตรแท้จำเป็นต้องรักษาความลับของเพื่อนไว้อย่างสุดชีวิต ไม่แพร่พรายความลับของเพื่อนให้คนอื่นทราบ เพราะอาจเป็นอันตรายต่อเพื่อน หรือกระทบกระเทือนต่อเกียรติยศชื่อเสียงของเพื่อนได้

๒.๓ เมื่อมีภัยอันตรายไม่ทอดทิ้ง เวลาเพื่อนตกอยู่ในภัยอันตรายใดๆ ก็ไม่ทอดทิ้งเพื่อนให้ต้องต่อสู้ อย่างโดดเดี่ยว ร่วมต่อสู้กับภัยอันตรายนั้นๆ อย่างเคียงไหล่กับเพื่อน อย่างนี้เรียกว่าเป็น “เพื่อนตาย” ได้

๒.๔ แม้ชีวิตก็สละให้ได้ เมื่อเป็นเพื่อนที่รักใคร่กันจริงๆ แล้ว ย่อมยอมสละสละให้แก่กันได้ แม้กระทั่งชีวิตของตนในเมื่อจำเป็น[๒๑]

๓. มิตรณะประโยชน์ คือ มิตรที่แนะนำในสิ่งที่จะเป็นประโยชน์เป็นความเจริญก้าวหน้าของเพื่อนเท่านั้น ประกอบด้วยลักษณะดังนี้

๓.๑ เมื่อเพื่อนจะทำชั่วเสียหาย ก็คอยห้ามปรามไว้ โดยชี้แนะให้เพื่อนเห็นว่าการทำความชั่วนั้นจะนำไปสู่ความทุกข์เดือดร้อนในภายหน้า แล้วก็ให้สติเห็นยั้งระวังจิตใจเพื่อให้รู้สึกผิดชอบชั่วดี

๓.๒ คอยแนะนำให้ตั้งอยู่ในความดี เมื่อห้ามปรามเพื่อนไม่ทำตามแล้ว ก็ต้องแนะนำว่าอะไรที่ดีที่ชอบที่ควร แล้วชักชวนให้เพื่อนหันไปทำความดี บำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์แก่ตนและสังคม

๓.๓ ให้ได้ฟังได้รู้สิ่งที่ไม่เคยได้รู้ได้ฟัง เพื่อนที่ดีจะต้องช่วยแนะนำให้ได้ความรู้ในเรื่องที่เพื่อนยังที่ยังไม่รู้หรือช่วยแนะนำความรู้ในวิชาที่เพื่อนยังไม่เข้าใจให้เข้าใจเพื่อให้เพื่อนมีความรู้แจ่มแจ้งและกว้างขวางยิ่งขึ้น

๓.๔ บอกทางสุขทางสวรรค์ให้ อะไรที่จะเป็นไปเพื่อความ สุขความเจริญ ความก้าวหน้าของเพื่อนฝูงแล้ว ก็ไม่ริรอที่จะแนะนำเพื่อนเพราะเพื่อที่คิดนั้นจะต้องหวังความสุขความเจริญของเพื่อน ไม่อิจฉาริษยาในเมื่อเพื่อนได้ดี ในด้านศาสนา สำหรับคนที่เชื่อเรื่องนรกสวรรค์ในชาติหน้า ก็ควรจะแนะนำการกระทำอย่างไรที่เป็นบาปที่จะนำไปสู่การกระทำอย่างไรที่เป็นบุญเป็นกุศลที่จะนำไปสู่สวรรค์ แล้วก็ห้ามเพื่อนจากการกระทำที่จะนำไปสู่การ และสนับสนุนให้เพื่อนทำในสิ่งที่จะนำไปสู่สวรรค์[๒๒]

๔. มิตรมีน้ำใจ การคบกันเป็นเพื่อนฝูงนั้น มิใช่อยู่ที่ทรัพย์สินเงินทองซึ่งเป็นเรื่องทางวัตถุ แต่สิ่งที่สำคัญอย่างยิ่งคือ “จิตใจ” หรือ “น้ำใจ” โดยวิธีนี้คนมีเงินกับคนจนก็คบกันได้ คนมีเกียรติฐานะสูงกับคนสามัญก็คบกันได้ มิตรมีน้ำใจมีลักษณะดังนี้

๔.๑ เมื่อเพื่อนมีทุกข์ ก็พลอยทุกข์ไปด้วย ดังคำกล่าวที่ว่า “มีทุกข์ร่วมด้าน มีสุขร่วมเสพ” มิใช่ใช้ว่าเมื่อเพื่อนมีทุกข์เรากลับไม่ยินดียินร้าย ปลอ่ยให้เพื่อนไปตกระกำลำบากเพียงฝ่ายเดียว เราต้องยื่นมือเข้าช่วยยามเพื่อนพบเจอกับภาวะการณ์ของความทุกข์

๔.๒ เมื่อเพื่อนมีสุข ก็พลอยสุขด้วย อย่างนี้เรียกว่า “เพื่อนร่วมสุขร่วมทุกข์” มิใช่เวลาเพื่อนมีความสุขก็พลอยมีสุข แต่พอเพื่อนมีทุกข์ ก็ตีตัวออกห่าง ไม่รวมทุกข์ด้วย

๔.๓ เมื่อมีผู้ติเตียนเพื่อน ก็ช่วยยับยั้งแก้ไขให้ คือออกมารับแทนและช่วยแก้ไขให้ผู้ติเตียนเพื่อนนั้นเข้าใจให้ถูก

๔.๔ เมื่อมีผู้สรรเสริญเพื่อน ก็พูดส่งเสริมสนับสนุนว่า ที่เขาสรรเสริญนั้นถูกต้องแล้ว เพราะเพื่อนมีคุณความดีจริงอย่างนั้น ควรแก่การสรรเสริญยกย่องจริงๆ[๒๓]

ดังนั้น การที่คนเรามีมิตรที่ดีหรือกัลยาณมิตร เฉพาะในส่วนมิตรทางโลกมีส่วนสำคัญมากในการสร้างฐานะทางสังคมให้เจริญก้าวหน้า เป็นเพื่อนช่วยคิดช่วยทำ การงาน หรือในคราวที่ประสบกับปัญหาอุปสรรคต่างๆ เพื่อนก็จะสามารถช่วยเราทำ และช่วยเราคิดได้ เพราะการมีเพื่อนถือเป็นปัจจัยเกื้อหนุนให้เราประสบความสำเร็จได้ดีอีกทางหนึ่ง อย่างที่คำคมกล่าวเอาไว้ว่า “นกไม่มีชน คนไม่มีเพื่อน ยากจะเลื่อนตนเองขึ้นสู่ที่สูง”[๒๔] ส่วน

มิตรที่ทางพระพุทธศาสนาให้ความสำคัญก็คือกัลยาณมิตร เพราะกัลยาณมิตรนั้นนอกจากจะประโยชน์ทั้งทางโลกโลกียวิสัยคือความเจริญในหน้าที่การงานแล้วกัลยาณมิตรนั้นยังมีประโยชน์ทางด้านโลกกุตระหรือทางธรรมอีกด้วย กล่าวคือ นอกจากจะทำให้เจริญในชีวิตปัจจุบันแล้ว ถ้าได้กัลยาณมิตรที่อุดมด้วยภูมิธรรมต่างๆ ก็จะสามารถแนะนำสั่งสอนให้เรามีโอกาสได้บรรลุธรรมตามด้วย ซึ่งเป็นการได้ประโยชน์ทั้งในโลกปัจจุบันและอนาคตคือมรรคผลนิพพาน

๔. สมชีวิตา เป็นการรู้จักครองชีพตามสมควรแก่ฐานะไม่ให้ฟุ่มเฟือยเกินไป ไม่ให้ฝืดเคืองเกินไป ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสในประเด็นว่า

กุลบุตรในโลกนี้รู้ทางเจริญแห่งโภคทรัพย์และทางเสื่อมโภคทรัพย์แล้วเลี้ยงชีพแต่พอเหมาะ ไม่ให้ฟุ่มเฟือยนัก ไม่ให้ฝืดเคืองนักด้วยคิดว่า ด้วยการใช้จ่ายอย่างนี้ รายรับของเราจักเกินรายจ่าย และรายจ่ายของเราจักไม่เกินรายรับ เปรียบเหมือนคนชั่งของ หรือลูกมือของคนชั่งของ ยกตราชั่งขึ้นดูก็รู้ได้ว่า ต้องลดลงเท่านี้ หรือเพิ่มขึ้นเท่านี้ ฉะนั้น กุลบุตรก็ฉนั้นเหมือนกัน รู้ทางเจริญแห่งโภคทรัพย์และทางเสื่อมแห่งโภคทรัพย์แล้วเลี้ยงชีพแต่พอเหมาะ ไม่ให้ฟุ่มเฟือยนัก ไม่ให้ฝืดเคืองนักด้วยคิดว่า ด้วยการใช้จ่ายอย่างนี้ รายรับของเราจักเกินรายจ่ายและรายจ่ายของเราจักไม่เกินรายรับ ถ้ากุลบุตรผู้นี้ใช้จ่ายโภคทรัพย์เหมือนคนกินผลมะเดื่อ[๒๕] ถ้ากุลบุตรนี้มีรายรับมาก แต่เลี้ยงชีพอย่างฝืดเคือง ก็จะมีผู้กล่าวหาเขาได้ว่า กุลบุตรผู้นี้จักตายอย่างไม่สมฐานะ แต่เพราะกุลบุตรนี้รู้ทางเจริญแห่งโภคทรัพย์และทางเสื่อมแห่งโภคทรัพย์แล้วเลี้ยงชีพแต่พอเหมาะ ไม่ให้ฟุ่มเฟือยนัก ไม่ให้ฝืดเคืองนักด้วยคิดว่า ด้วยการใช้จ่ายอย่างนี้ รายรับของเราจักเกินรายจ่ายและรายจ่ายของเราจักไม่เกินรายรับ นี้เรียกว่า สมชีวิตา[๒๖]

การรู้จักวางแผนในการใช้จ่ายแต่ละอย่างไม่ให้รายจ่ายมากกว่ารายรับเป็นอยู่อย่างพอดีและเพียงพอ ไม่ให้ฝืดเคืองเกินไปและไม่ฟุ่มเฟือย การจะทำได้เช่นนี้ต้องมีการวางแผนทางการเงินที่ดี คือต้องรู้ว่าตัวเองมีทรัพย์อยู่เท่าไร ต้องมีการใช้จ่ายอะไรบ้างในแต่ละวันและจะสามารถหากเงินมาได้อีกเท่าไร ก็คือการรู้จักทำบัญชีรายจ่ายเพื่อให้เกิดความชัดเจนในระยะเป็ยบชั้นตอนของรายรับและรายจ่าย นอกจากนี้เราต้องประเมินสินทรัพย์ที่มีอยู่ด้วยไม่ว่าจะเป็นสินทรัพย์ที่มีอยู่ในรูปของเงินสด รถ บ้าน หรือที่ดิน ฯลฯ รวมถึงภาระหนี้สินทั้งระยะสั้น และระยะยาว เพื่อนำไปประมาณการและวางแผนทางการเงินในขั้นต่อไป

ในปัจจุบันการมีความรู้และทักษะในการวางแผนทางการเงินเป็นสิ่งสำคัญต่อการดำเนินชีวิตเป็นอย่างมาก ประการแรกเป็นแนวทางการวางแผนการดำเนินงานทางการเงิน ประการที่สองกำหนดขีดจำกัดของรายจ่ายของเรา ประการที่สำคัญที่สุดก็คือส่งเสริมให้เรารู้จักวิเคราะห์การประกอบอาชีพอย่างระมัดระวังมากยิ่งขึ้น ผลจากการวิเคราะห์นี้อาจจะนำมาตัดสินใจขยายกิจการหรือจำกัดงบประมาณของตนได้ ในทางกลับกันหากเราไม่รู้จักการบริหารจัดการค่าใช้จ่ายของตนเองให้เหมาะสมกับเงินที่หามาได้ การใช้จ่ายโดยไม่มีเป้าหมายทางการเงินอย่างเหมาะสม การไม่รู้จักทางเลือกในการรักษาและเพิ่มมูลค่าของเงิน รวมทั้งความไม่มีวินัยทางการเงิน อาจทำให้เราต้องทำงานหนักไปตลอดชีวิตเพียงเพื่อให้มีเงินจ่ายเฉพาะหน้า การวางแผนการเงินเป็นทักษะชีวิตที่จำเป็นสำหรับทุกคน เราควรมีความรู้เข้าใจเรื่องการเงินของตนเองอย่างรอบด้านทั้งในการหาเงิน การใช้จ่าย การเก็บรักษาและการเพิ่มพูนค่าเงินอย่างชาญฉลาด ที่สำคัญเราต้องลงมือปฏิบัติ เพื่อสร้างนิสัยทางการเงินที่ดี ใครอยากสบายทั้งในวันนี้และวันข้างหน้า คงต้องเริ่มวางแผนการตั้งแต่เดี๋ยวนี้นี้ คนส่วนใหญ่คุ้นเคยกับ “การใช้เงิน” ก่อนที่จะ “หาเงินได้” โดยพ่อแม่ ผู้ปกครอง ให้เงินเราใช้ตั้งแต่เรายังเป็นเด็ก เราจึงมีความสุขจากการใช้เงินทั้งที่ยังหาเงินไม่ได้ ต่อมาเมื่อเราหาเงินได้เองจากการทำงาน ปัญหา

ทางการเงินจึงเกิดขึ้น เพราะคิดว่าการหาเงินได้มากขึ้น จะสร้างความสุข ความสบายในชีวิตได้มากขึ้น แต่กลายเป็นว่าเงินที่หาได้เพิ่มขึ้น กลับไม่เคยเพียงพอกับค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้นเลย การมีความรู้เรื่องการวางแผนทางการเงินจึงเป็นเรื่องที่สำคัญ ซึ่งถ้าเราทำได้ตามที่พระพุทธเจ้าสอนไว้ในวิธีการใช้จ่ายตามหลักการที่กล่าวมาคือ การใช้จ่ายอย่างมีสติพิจารณาถึงความจำเป็น คุณค่า ประโยชน์และมีใช้ประโยชน์ของสิ่งที่เราต้องการย่อมสามารถทำให้เราหลุดพ้นจากปัญหาทางการเงินได้

ดังนั้น การทำงานหรือการประกอบอาชีพต่าง ๆ จึงควรรู้จักใช้จ่ายทรัพย์เพื่อเลี้ยงชีวิตอย่างสมเหตุสมผล คือ รู้จักกำหนดรายรับและรายจ่ายให้มีความพอดี มิให้ฝืดเคืองหรือฟุ่มเฟือย ไม่ใฝ่สูงจนเกินตน เกินภาวะและฐานะของตนที่ควรจะเป็น หรือไม่โลภอยากได้มากเกินกำลังของตน แต่จะค่อยเพิ่มศักยภาพความสามารถของตนไปทีละน้อยเหมือนกับปลวกสร้างจอมปลวกหรือแมงเช่นกับนกยักน้ำหนักที่ค่อย ๆ เพิ่มขีดความสามารถในการยกน้ำหนักของตนในท่าต่างๆ ขึ้นไปที่ละน้อย ไม่พรวดพลาดเพิ่มน้ำหนักไปที่ละหลายๆ ทันที เพราะจะเกินกำลังความสามารถของตนในการยก อันจะก่อให้เกิดโทษเป็นอันตรายแก่สุขภาพได้

๕. สรุป

ธรรมของพระพุทธเจ้านั้น ถึงแม้ว่าจะมีมานาน เป็นเวลา ๒,๕๐๐ กว่าปี แต่ทุกหลักธรรมยังคงทันสมัยอยู่เสมอสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้หลายเรื่องแม้แต่การครองใจคน ใช้ในการดำเนินชีวิตและทำมาหากิน ซึ่งจะว่าไปแล้วก็เป็นวิธีหนึ่งของชีวิต เพราะทุกคนต้องประกอบอาชีพ ผลของการนำธรรมมาประยุกต์ เป็นที่ประจักษ์โดยไม่มีข้อสงสัย เพราะทุกเรื่องที่พระพุทธเจ้าสอน เป็นความจริง ดังนั้นไม่ว่าจะปฏิบัติเมื่อสองพันกว่าปี หรือปฏิบัติวันนี้หรือในอนาคตต่อไป โลกจะล้าหน้าด้วยวิทยาการขนาดไหน ธรรมก็ประยุกต์ตามได้ทัน ได้ผลอย่างแท้จริง

ทิวฐธัมมิกัตถประโยชน์ จึงเป็นอีกชุดหลักธรรม ซึ่งเป็นหลักธรรมเพื่อประโยชน์ปัจจุบันหรือหลักธรรมอันอำนวยประโยชน์สุขขั้นต้น อันสำเร็จประโยชน์ในหน้าที่การงาน ด้วยองค์ประกอบ ๔ ประการ คือ

๑. อุภูฐานสัมปทา ถึงพร้อมด้วยความหมั่น คือ ขยันหมั่นเพียรในการงานปฏิบัติหน้าที่การงาน ประกอบอาชีพสุจริต มีความขำนาญ รู้จักใช้ปัญญาสอดส่องตรวจตรา หาอุบายวิธี สามารถจัดดำเนินการได้ผลดี

๒. อารักขสัมปทา ถึงพร้อมด้วยการรักษา คือ รู้จักคุ้มครองเก็บรักษาโภคทรัพย์และผลงานของตน ไม่ให้เป็นอันตรายหรือเสื่อมเสีย โดยมีหลักคือ รู้จักสะสมทรัพย์เพื่อสร้างอนาคตให้มีฐานะมั่นคง รู้จักป้องกันอันตรายที่จะเกิดแก่ทรัพย์ รู้จักถนอมทรัพย์ สิ่งของต่าง ๆ ให้ใช้การได้นานที่สุด รู้จักป้องกันทรัพย์ที่เป็นกรรมสิทธิ์โดยชอบธรรมและถูกกฎหมาย

๓. กัลยาณมิตรตตา คบคนดีเป็นมิตร คือ รู้จักกำหนดบุคคลในท้องถิ่นที่อาศัย เลือกเสวนาสำเนียงศึกษาเยี่ยงอย่างท่านผู้ทรงคุณมีศรัทธา ศีล จาคะ ปัญญา โดยเลือกคบหามิตร คือ มิตรมีอุปการะ มิตรร่วมทุกข์ร่วมสุข มิตรแนะนำสิ่งที่มีประโยชน์ และมิตรแท้ที่มีความรักใคร่ด้วยใจจริง

๔. สมชีวิตตา มีความเป็นอยู่อย่างเหมาะสม คือ รู้จักกำหนดรายได้และรายจ่ายเลี้ยงชีวิตแต่พอดี มิให้ฝืดเคืองหรือฟุ่มเฟือย หารายได้เหนือรายจ่าย มีประหยัดเก็บไว้ ไม่ฟุ่มเฟือยสุรุ่ยสุร่ายเกินไป และไม่ฝืดเคืองจนเกินไป จนต้องกินอยู่แร้นแค้น ปล่อยร่างกายให้ได้รับทุกข์ เจ็บไข้ได้ป่วย หรือไม่บำรุงรักษาบิดามารดา ปล่อยให้ได้รับความทุกข์ อย่างนี้ถือว่าเป็นคนไม่ดีอย่างยิ่ง

จากชุดหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงนำเสนอทั้ง ๔ ประการนี้ย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์สำเร็จในปัจจุบัน ทั้งนี้เพราะผู้ที่คิดจะตั้งตัวได้ในปัจจุบัน จำเป็นจะต้องตั้งอยู่ในธรรมเหล่านี้อย่างเคร่งครัด ถ้าปราศจากธรรมเหล่านี้เสียแล้ว แม้แต่เพียงแค่ประกอบตัวให้มีชีวิตรอดก็ยาก

ขรวาสาธรรม ๔

+++++

แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับหลักขรวาสาธรรม ๔ หรือ ธรรมสำหรับชีวิตครองเรือน ๔ ประการมีดังนี้

๑. สัจจะ ความซื่อสัตย์ จริ่งใจต่อกันเป็นหลักสำคัญที่จะให้เกิดความไว้วางใจและไม่ตรีจิตสนิทต่อกัน ขาดสัจจะเมื่อใดย่อมเป็นเหตุให้เกิดความหวาดระแวงแคลงใจกันเป็นจุดเริ่ม ต้นแห่งความริ้วฉาน ซึ่งยากนักที่จะประสานให้คืนดีได้ดั้งเดิม

๒. ทมะ การรู้จักบังคับควบคุมอารมณ์ข่มใจระงับความรู้สึกต่อเหตุบกพร่องของกันและกัน รู้จักฝึกฝนปรับปรุงตน แก้ไขข้อบกพร่อง ปรับนิสัยและอัธยาศัยให้กลมกลืนประสานเข้าหากันได้ ไม่เป็นคนถือด้านเอาแต่ใจและอารมณ์ของตน คนที่ขาดธรรมข้อนี้ ย่อมปล่อยให้ข้อแตกต่างปลีกย่อยทางอุปนิสัยและการอบรมกลายเป็นเหตุแตกแยกสามัคคีใหญ่โต และถ้าไม่สามารถปรับตนเข้าหากันได้ ก็เป็นอันต้องทลายชีวิตคู่ครองแยกทางขาดจากกัน

๓. ขันติ ความอดทน อดกลั้น ต่อความหนักและความร้ายแรงทั้งหลาย ชีวิตของผู้อยู่ร่วมกัน นอกจากมีข้อแตกต่างขัดแย้งทางอุปนิสัย การอบรม และความต้องการบางอย่าง ซึ่งจะต้องหาทางปรับปรุงเข้าหากันแล้วบางรายอาจจะมีเหตุล่อลวงเกินรุนแรง แสดงออกจากฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง ซึ่งอาจจะเป็นถ้อยคำหรือกิริยาอาการ จะโดยตั้งใจหรือไม่ก็ตาม เมื่อเกิดเหตุเช่นนี้ อีกฝ่ายหนึ่ง จะต้องรู้จักอดกลั้นระงับใจ ไม่ก่อเหตุให้เรื่องลุกลามกว้างขยายต่อไปความร้ายจึงจะระงับลงไป นอกจากนี้ ยังจะต้องมีความอดทนต่อความล าบากตรากตรำและเรื่องหนักใจต่างๆ ในการประกอบภาระงานอาชีพเป็นต้น โดยเฉพาะเมื่อเกิดภัยพิบัติ ความตกต่ำคับขัน ไม่มีทิพยตีพายุ แต่มีสติอดกลั้นคิดอุบายใช้ปัญญาหาทางแก้ไขเหตุการณ์ให้ลุล่วงไปด้วยดี ชีวิตของคู่ครองที่ขาดความอดทน ย่อมไม่อาจประคับประคองพากันให้รอดพ้นเหตุร้ายต่างๆ อันเป็นประดุจมรสุมแห่งชีวิตไปได้

๔. จาคะ ความเสียสละ ความเผื่อแผ่ แบ่งปันตลอดถึงความมีน้ำใจเอื้อเฟื้อต่อกัน ชีวิตบุคคลที่จะมีความสุข จะต้องรู้จักความเป็นผู้ให้ด้วย มิใช่คอยจ้องแต่จะเป็นผู้รับเอาฝ่ายเดียว การให้ในที่นี้ มิใช่หมายแต่เพียงการเผื่อแผ่แบ่งปันสิ่งของอันเป็นสิ่งที่มองเห็นและเข้าใจได้ง่ายๆ เท่านั้น แต่ยังหมายถึงการให้ที่น้ำใจแก่กัน การแสดงน้ำใจเอื้อเฟื้อต่อกัน ตลอดจนการเสียสละความพอใจและความสุขส่วนตนได้ เช่น ในคราวที่คู่ครองประสบความทุกข์ ความเจ็บไข้ หรือมีธุระกิจใหญ่เป็นต้น ก็เสียสละความสุขความพอใจของตน ขวนขวายช่วยเหลือ เอาใจใส่ดูแล เป็นที่พึ่งอาศัย เป็นกำลังใจส่งเสริม หรือช่วยให้กำลังใจได้โดยประการใดประการหนึ่ง ตามความเหมาะสมรวมความว่า เป็นผู้จิตใจกว้างขวาง เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่เสียสละ ไม่คับแคบเห็นแก่ตัว ชีวิตครอบครัวที่ขาดจาคะ ก็คล้ายการลงทุนที่ปราศจากผลกำไรมาเพิ่มเติม ส่วนที่มีมาแต่เดิมก็คงที่หรือค่อยร่อยหรอพร่องไป หรือเหมือนต้นไม้ที่ไม่มีได้รับการบำรุง ก็มีแต่อับเฉา ร่วงโรย ไม่มีความสุขชื่นงอกงาม

สรุปแนวคิด ขรวาสาธรรม ๔ ประการคือ สัจจะคือความซื่อสัตย์ จริ่งใจต่อกันเป็นหลักสำคัญที่จะให้เกิดความไว้วางใจและไม่ตรีจิตสนิทต่อกัน ทมะ การรู้จักบังคับควบคุมอารมณ์ข่มใจระงับความรู้สึกต่อเหตุบกพร่องของกันและกัน รู้จักฝึกฝนปรับปรุงตน แก้ไขข้อบกพร่องปรับนิสัยและอัธยาศัยให้กลมกลืนประสานเข้าหากันได้ ขันติ ความอดทน อดกลั้น ต่อความหนักและความร้ายแรงทั้งหลาย จาคะ ความเสียสละ ความเผื่อแผ่ แบ่งปันตลอดถึงความมีน้ำใจเอื้อเฟื้อต่อกัน จากที่ได้ศึกษามาข้างต้นนี้มีข้อประสงค์เป็นข้อปฏิบัติจำกัดเฉพาะในระหว่างคู่ครองเพียง ๒ คนเท่านั้น แต่มุ่งหมายให้ใช้ทั่วไปในชีวิตการครองเรือนทั้งหมดโดยยึดถือเป็นคุณธรรมพื้นฐานของจิตใจ ในการที่จะสร้างความสัมพันธ์อันดีงามกับคนทั้งหลายที่อยู่ร่วมหรือติดต่อเกี่ยวข้องกันให้เหมาะสมตามฐานะนั้นๆ เพื่อประโยชน์สุขทั้งแก่ชีวิตของตนเอง และแก่ชีวิตของคนอื่นๆ ในสังคม

ความหมายของขรวาสาธรรม ๔

ท่านพระภิกษุที่ทรงคุณวุฒิและนักการ ศาสนาหลายท่านได้ให้ความหมายของขรวาสาธรรม ๔ พร้อมทั้งอธิบายของขรวาสาธรรม ไว้ในลักษณะต่าง ๆ ดังนี้

พระราชวรมุณี (ประยูรต์ ปยุตโต) ๕๖ ได้ให้ความหมายของขรวาสาธรรมว่า

หมายถึงธรรมสา สำหรับขรวาสา ธรรมสา สำหรับการครองเรือน หลักการครองชีวิตของคฤหัสถ์

๑. **สัจจะ** หมายถึง ความจริง ซื่อสัตย์ จริงใจ พุดจริง ทำจริง

๒. **ทมะ** หมายถึง การฝึกฝน การข่มใจ ฝึกนิสัย ปรับตัว รู้จักควบคุมจิตใจ ฝึกหัดตัดนิสัย แก้ไขข้อบกพร่อง ปรับปรุงตนให้เจริญก้าวหน้าด้วยสติปัญญา

๓. **ขันติ** หมายถึง ความอดทน ตั้งหน้าทำหน้าที่การงานด้วยความขยันหมั่นเพียร เข้มแข็ง ทนทาน ไม่หวั่นไหว มั่นในจุดหมาย ไม่ท้อถอย

๔. **จาคะ** หมายถึง ความเสียสละ สละกิเลส สละความสุขสบาย และผลประโยชน์ส่วนตนได้ใจกว้าง พร้อมทั้งรับฟังความทุกข์ ความคิดเห็นและความต้องการของคนอื่น พร้อมทั้งจะร่วมมือช่วยเหลือเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่คับแคบเห็นแก่ตนหรือเอาแต่ใจตัว พระราชวรมุณี (ประยูรต์ ปยุตโต) ได้ให้ความหมายเพิ่มเติมในด้านสัจจะไว้ดังนี้ คัมภีร์ฝ่ายอภิธรรม แยกสัจจะคือความจริงเป็น

๒ ระดับ ๑. **สมมติสัจจะ (Conventional Truth)** ความจริงโดยสมมติ (เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า โวหารสัจจะ ความจริงโดยโวหารหรือโดยส านวนพูด) คือ ความจริงตามมติร่วมกันตามที่ได้ตกลงกันไว้หรือหมายรู้ร่วมกันเป็นเครื่องมือสื่อสาร พอให้ส ารแจ้งประโยชน์ในชีวิตประจำวัน เช่น คน สัตว์ คนชั่ว โตะ แก้อี้ เป็นต้น

๒. **ปรมัตถสัจจะ (Ultimate Truth)** ความจริงโดยปรมัตถ์ คือ จริงตามความหมายสูงสุด ตามความหมายแท้อย่างยิ่ง คือ การหยั่งรู้สัจธรรมที่จะท ำให้ความยึดติดถือมั่นหลงผิดทั้งหลาย สลายหมดไป ท ำให้ว่างใจว่างท ำที่ต่อสิ่งทั้งหลายอย่างถูกต้อง หลุดพ้นจากกิเลสและทุกข์ มีจิตใจเป็นอิสระ ผ่องใสเบิกบาน มีความสุขที่แท้จริง สิ่งที่เป็นจริงโดยปรมัตถ์ เช่น นามธรรม รูปธรรม เวทนา สัญญา สังขาร เป็นต้น

พุทธทาสภิกษุ ได้ให้ความหมายของขรวาสาธรรม ออกเป็น ๒ ประการ คือ

ประการแรกเป็นธรรมธรรมดาที่จะต้องประพฤติปฏิบัติ ประการที่ ๒ เป็นธรรมที่ใช้เป็นหลักในการที่จะนำไปสู่การปฏิบัติธรรมข้ออื่น ๆ ให้สำเร็จ

๑. **เป็นธรรมธรรมดาที่จะต้องประพฤติปฏิบัติ** สัจจะ หมายถึง ซื่อตรงต่อเพื่อนฝูง ซื่อตรงต่อลูกเมีย ซื่อตรงต่อเวลา ซื่อตรงต่อการทำงาน ทมะ หมายถึง ข่มใจ อย่าให้เกิดโทสะ อย่าให้เกิดความรัก หรือความเกลียด ขันติ หมายถึง อดทนต่อความร้อน ความหนาว ความเหนื่อย อดทนต่อคำด่า จาคะ หมายถึง การให้ทาน รู้จักเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่เพื่อนบ้าน มิตรสหาย

๒. **เป็นธรรมที่ใช้เป็นหลักในการที่จะน ำไปสู่การปฏิบัติธรรมข้ออื่น ๆ ให้สำเร็จ** สัจจะ หมายถึง ความจริงใจ ความตั้งใจจริงที่จะปฏิบัติในสิ่งนั้น เมื่อจะท ำสิ่งใด หรือปฏิบัติธรรมข้อ

พระราชวรมุณี (ประยูรต์ ปยุตโต), คุณธรรมและจริยธรรมสา สำหรับเด็กและเยาวชนรุ่นใหม่, (กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๒๘), หน้า ๔๓. ไตแล้วก็ควรตั้งใจจริง ทำอย่างสุดความสามารถ ท ำให้ถึงที่สุด ดังเช่น เมื่อพระพุทเจ้าทำความเพียรเพื่อตรัสรู้ ก็ได้ตั้งสัจจาธิษฐานว่า แม้จะเหลือเพียงแต่กระดูก ก็จะไม่ลุกขึ้นจากที่นั้น ถ้าไม่บรรลุสัมมาสัมโพธิญาณ ในการศึกษาเล่าเรียนก็เหมือนกัน ถ้ามีสัจจะหรือสัจจาธิษฐาน คือท ำให้มันจริง ๆ ตั้งใจจริง ๆ ก็จะช่วยให้ทุกคนประสบความสำเร็จที่ตั้งใจ ทมะ หมายถึงบังคับตัวเองบังคับใจตนเอง ไม่ให้หลงไปตามแรงของสิ่งที่มีมายั่ว ซึ่งแม้จะยากเย็นเพียงใด ก็ต้องพยายามบังคับให้ได้ ในการบังคับนั้น ต้องใช้ไหวพริบและความฉลาดเข้าต่อสู้ เพราะจิตใจเมื่อถูกบังคับก็จะขัดขึ้นยิ่งกว่าข้างที่ตกมันเสียอีก ซึ่งการบังคับจิตใจของตนเอง นั้นก็มี ๒ วิธีด้วยกันคือ กรณีแรกคือ การ

ปลอบประโลมจิตใจค่อยๆ ปลอบโยน กรณีที่สอง คือ การบังคับโดยตรงการตัดใจไม่ให้ทำ ในสิ่งนั้น ซึ่งทั้ง ๒ วิธีนี้ ต้องเลือกใช้ให้เหมาะสมกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ขั้นตอน เมื่อมีทมะแล้วยังต้องใช้ขั้นตอนเข้ารับ ต้องอดทนต่อการบีบคั้นของกิเลสไม่ว่าจะเป็นราคะ โทสะ โมหะ หรืออื่นๆ ต้องใช้ความอดทนอย่าหลงไปตามสิ่งยั่วหรือกิเลส จาคะ หมายถึงบริจาคออกไป สละสิ่งที่ไม่ต้องการที่มีอยู่ในจิตใจให้หลุดออกไป ระบายความสับสน วุ่นวายออกไปจากจิตใจ อาจจะโดยการสวดมนต์หรือการพักผ่อนให้ถูกวิธี ฆราวาสธรรม คือ สัจจะ ทมะ ขั้นตอน จาคะ นี้เป็นเครื่องมือกำจัดมาร เป็นเครื่องมือที่จะสร้างสิ่งที่ปรารถนาในทุกกรณี ไม่ใช่เฉพาะเป็นธรรมของฆราวาสเท่านั้น แม้แต่บรรพชิตที่ต้องการจะบรรลุมรรคผลนิพพาน ก็ยังต้องใช้ธรรมข้อนี้ด้วยเช่นกัน

พุทธทาสภิกขุ ได้กล่าวว่า สัจจะ หมายถึงความจริงลงไปในเรื่องที่จะกระทำและสัจจาธิฐาน คือ ตั้งจิตด้วยสัจจะมั่นคงลงไปในการที่จะทำ ในการที่จะประพฤติเพื่อละกิเลส ทมะ หมายถึงการบังคับตัวเอง เป็นธรรมที่จะใช้สกัดกั้นความโกรธในขั้นเริ่มต้นแต่ถ้าบังคับไม่ได้หรือบังคับไม่อยู่ก็ใช้ธรรมะข้ออื่น เช่น ปัญญา ขั้นตอน และอื่นๆ เข้าช่วย ขั้นตอน หมายถึงความอดทน ความอดได้ รอได้ ค่อยได้ เป็นเครื่องห้ามความผลุนผลัน ความโกรธ ขั้นตอนเป็นแกนกลางในการประพฤติพรหมจรรย์ ของผู้ปฏิบัติ เพื่อพรตทั้งหลาย คนส่วนใหญ่มักไม่ชอบอดทน เนื่องจากเห็นว่าเป็นเรื่องเสียเกียรติหรือขี้แพ้ อะไร านองนั้นแต่ถ้ารู้จักฝึกความอดทนหรือฝึกให้มีขั้นตอนได้มากๆ ก็จะเป็นคนที่ไม่โกรธง่าย จาคะ หมายถึงสละการให้ทาน สละกิเลสตามโอกาสที่ต้องสละ เป็นรูรั่วที่ระบายกิเลสออก ทตตชิว ภิกขุ ได้กล่าวไว้ว่า ฆราวาสธรรม เป็นธรรมที่ทำให้ผู้ปฏิบัติเป็นฆราวาสที่ศักดิ์สิทธิ์ ที่มีคุณธรรมและยังได้ให้ความหมายพร้อมทั้งอธิบายถึงความหมายของฆราวาสธรรมแต่ละข้อดังนี้

ข้อที่ ๑ สัจจะ หมายถึง ความสัตย์ ความซื่อ แบ่งตามศัพท์ได้เป็น ๓ ลักษณะ คือ

- ก. มีความจริง (จริงคือไม่เล่น)
- ข. มีความตรง (ตรงคือความประพฤติทางกาย วาจา ตรง ไม่บิดพลิ้ว ไม่บ่ายเบี่ยง)
- ค. มีความแท้ (แท้คือไม่เหลวไหล)

พุทธทาสภิกขุ, ฆราวาสธรรม, (กรุงเทพมหานคร : การพิมพ์พระนคร, ๒๕๒๓), หน้า ๕๕. ในทางปฏิบัติ สัจจะ หมายถึง ความจริงใจ คือ ถ้าทำอะไรแล้วทุ่มหมดตัว ซึ่งถ้าแบ่งในทางปฏิบัติ จะแบ่งได้ ๕ ลักษณะ คือ

๑. จริงต่อหน้าที่ คือไม่ว่าตนเองมีหน้าที่อะไรก็ทุ่มเทและทำ หน้าที่นั้นให้ดีที่สุด
๒. จริงต่อการทำงาน คือถ้าได้รับมอบหมายงานอะไรก็ตามที่ตั้งใจทำให้ดีที่สุด เท่าที่จะทำได้ แม้ว่างานนั้นจะไม่ใช่งานที่สำคัญหรืองานที่ใหญ่โตก็ตาม
๓. จริงใจกับเวลา หมายถึงใช้เวลาให้เป็นประโยชน์มากที่สุด ให้คุ้มค่าที่สุด
๔. จริงต่อบุคคล หมายถึงคบกับใครก็ตามที่มีความจริงใจ ไม่ใช่คบเพื่อหวังผลประโยชน์
๕. ตรงต่อความดี หมายถึงไม่ว่าจะทำอะไรก็ตามจะต้องมีคุณธรรมคอยกำกับอยู่เสมอไม่ทำให้คนอื่นได้รับความเดือนร้อน

ข้อที่ ๒ ทมะ หมายถึงพยายามปรับปรุงตนเองให้ดียิ่งขึ้นเรื่อยๆ ขจัดนิสัยที่ไม่ดีออกไปเสียจากตนเอง พยายามฝึกหัดบังคับใจตนเอง โดยเริ่มจากบังคับทีละเล็กทีละน้อย เมื่อทำบ่อยๆ ครั้งก็จะทำให้เกิดเป็นนิสัย

ข้อที่ ๓ ขั้นตอน คือความอดทน ซึ่งเป็นลักษณะที่แสดงให้เห็นถึงความเข้มแข็งทางจิตใจ ขั้นตอนมี ๔ ลักษณะ คือ

๑. อดทนต่อความลำบากตรากตรำ ได้แก่ อดทนต่อสภาพดินฟ้าอากาศภูมิประเทศที่ทุรกันดาร ทำให้โดยไม่มีย่อท้อ

๒. อดทนต่อความทุกข์เวทนา คืออดทนต่อความเจ็บไข้ได้ป่วย

๓. อดทนต่อความเจ็บใจ คืออดทนต่อการกระทบกระเทือนเปรียบเปรยการทำให้เจ็บอกเจ็บใจ

๔. อดทนต่อ านาภิเลส คือการไม่เอาแต่ใจตนเอง ไม่ยอมสบายต่อความฟุ้งเฟ้อต่างๆ และเป็นข้อที่
ต้องใช้ความอดทนมากที่สุด

ข้อที่ ๔ จาคะ หมายถึงความเสียสละ ตัดใจ ตัดกรรมสิทธิ์ของตน ตัดความยึดถือความเสียสละ มี ๒
นัยคือ

๑. สละวัตถุ หมายถึง การแบ่งปันกันกิน แบ่งปันกันใช้รวมทั้งการทำบุญให้ทาน

๒. สละอารมณ์ หมายถึง ไม่ผูกโกรธใคร ไม่พยาบาท

การฝึกคุณธรรมทั้ง ๔ ประการ คือ สัจจะ ทมะ ขันติ จาคะ อย่างสม่าเสมอก็จะเป็นผู้ที่มีจิตใจผ่องใส แม้จะ
เป็นฆราวาสก็จะมีคุณสมบัติสิทธิ์ในตัว

หลวงกณิน อรรถโยธิน ได้กล่าวไว้ว่าเป็นธรรมโดยตรงของฆราวาส เป็นธรรมนำมาซึ่งความสุข
ความเจริญ เป็นสามัคคีธรรมอันควบคุมบุคคลไว้ให้กลมเกลียวกัน ผู้ปฏิบัติย่อมเกิดความไพบุลย์และตั้งตระกูล
ให้ถาวรมีความสุขเจริญ สัจจะ หมายถึง สัตย์ซื่อแก่กันชื่อตรงต่อกัน เป็นคุณธรรมที่สำคัญในการคบหาของ
ประชาชน ถ้าหากแต่ละบุคคลต่างประพฤติซื่อตรง ไว้วางใจซึ่งกันและกันย่อมจะนำความเจริญมาสู่บุคคลผู้
ประพฤติปฏิบัติ ทมะ หมายถึง รู้จักข่มจิตของตน ความข่มใจ เป็นคุณธรรมส คัญอีกประการหนึ่งเพราะคน
ทั้งหลายย่อมมีอัธยาศัยแตกต่างกัน ถ้าไม่มีการข่มใจ ปล่อยให้ประพฤติไปตามกิเลส ย่อมทำให้แตกสามัคคีกัน
โดยง่าย จึงควรต้องมีอุบายข่มใจของตนเมื่อถูกกิเลสเข้าครอบงำ อย่าหุนหัน กระทบลงไปตามอำนาจของกิเลส
ผู้ที่มีทมะยอมเป็นผู้ที่อยู่ห่างจากความผิดพลั้ง ทั้งเป็นผู้อารักขาสมาคคี ขันติ หมายถึง อดทน อดกลั้น เมื่อ
มีเหตุการณ์ต่างๆ มากกระทบ ท ทำให้เกิดโทสะ เมื่อใช้ทมะ คือ รู้จักข่มใจตนเข้าช่วยแล้ว แต่ยังไม่ส าร็จ ก็ต้อง
ใช้ขันติ อดกลั้นเข้าช่วยอีกแรงหนึ่ง คือ ต้องรู้จักอดกลั้นต่อเหตุการณ์อันจะยั่วให้เกิดโทสะ จาคะ หมายถึง
สละให้ปันสิ่งของ ของตนแต่คนที่ควรให้ปัน การให้เป็นกิจส คัญประการหนึ่งของชนผู้อยู่เป็นหมู่เหล่า เป็น
การผูกไมตรีซึ่งกันและกัน เพราะคนเกิดมา มีสุข มีทุกข์ มีฐานะ มีอาชีพ แตกต่างกัน ดังนั้น จึงควรมีน้ำ ใจ
ไมตรี อารีย์ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แก่กัน

สรุปความหมายของฆราวาสธรรม ๔ เป็นธรรมนำมาซึ่งความสุขความเจริญ ความสามัคคีอัน
ควบคุมบุคคลไว้ให้กลมเกลียวกัน และชีวิตของผู้ครองเรือนต้องมีการสมาคม กับคนอื่นต้องมีความจริงใจต่อ
เขาต้องรู้จักข่มจิตของตนเมื่อประสบเหตุการณ์ไม่ดีต้องมีความอดทนเพื่อต่อสู้กับชีวิตและในบางครั้งต้อง
บริจาคสมบัติของตนเมื่อเห็นคนอื่นเดือดร้อน ฆราวาสธรรมข้อที่ ๑ สัจจะ หมายถึง ความสัตย์ ความซื่อ มี
ความจริง มีความตรง มีความแท้ ข้อที่ ๒ ทมะ หมายถึงพยายามปรับปรุงตนเองให้ดียิ่งขึ้นเรื่อยๆ ขจัดนิสัยที่
ไม่ดีออกไปเสียจากตนเอง พยายามฝึกหัดบังคับใจตนเอง โดยเริ่มจากบังคับทีละเล็กทีละน้อย เมื่อท าบ่อยๆ
ครั้งก็จะทำให้เกิดเป็นนิสัย ข้อที่ ๓ ขันติคือความอดทน ซึ่งเป็นลักษณะที่แสดงให้เห็นถึงความเข้มแข็งทาง
จิตใจ ข้อที่ ๔ จาคะ หมายถึงความเสียสละ ตัดใจ ตัดกรรมสิทธิ์ของตน ตัดความยึดถือความเสียสละ มี ๒ คือ
๑. สละวัตถุ หมายถึง การแบ่งปันกันกิน แบ่งปันกันใช้รวมทั้งการทำบุญให้ทาน ๒ สละอารมณ์ หมายถึง ไม่ผูก
โกรธใครไม่พยาบาทโดยเฉพาะผู้นำของเยาวชนในโรงเรียนที่จะเป็นแบบอย่างที่ดีแก่นักเรียนหรือเยาวชนทั่วไป
ควรได้รับการปลูกฝังด้วยหลักธรรมฆราวาสธรรม ๔ ซึ่งเน้นความมีคุณธรรมทั้งด้านความมีสัจจะ ความมีทมะ
ความมีขันติ และมีจาคะ ให้เกิดขึ้นอย่างดีด้วย เพื่อให้มีจริยธรรมและมีคุณธรรม เพราะหลักฆราวาสธรรม ๔
หมายถึง ธรรมส ารับคฤหัสถ์ในการครองชีวิต

ความสำคัญของฆราวาสธรรม ๔ ในการศึกษาเอกสาร ที่เกี่ยวข้องในเรื่องนี้ความส คัญของฆราวาส
ธรรม ๔ หรือ ธรรมส ารับชีวิตครองเรือน ๔ ประการผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดทฤษฎีและหลักการ ความส คัญ
ของฆราวาสธรรม๔ ได้รวบรวม บทความ ต่างๆ จากผู้ทรงคุณวุฒิดังต่อไปนี้

๑. สัจจะ ความซื่อสัตย์ จริ่งใจต่อกัน เป็นหลัก สาคัญที่จะให้เกิดความไว้วางใจและไม่ตรีจิตสนิทต่อกันขาดสัจจะเมื่อใดย่อมเป็นเหตุให้เกิดความหวาดระแวงแคลงใจกันเป็นจุดเริ่มต้นแห่งความริ้วฉาน ซึ่งยากนักที่จะประสานให้คืนดีได้ดังเดิม

๒. ทมะ การรู้จักบังคับควบคุมอารมณ์ ช่มใจระงับความรู้สึกต่อเหตุบกพร่องของกันและกัน รู้จักฝึกฝนปรับปรุงตน แก้ไขข้อบกพร่อง ปรับนิสัยและอัธยาศัยให้กลมกลืนประสานเข้าหากันได้ ไม่เป็นคนถือด้านเอาแต่ใจและอารมณ์ของตน คนที่ขาดธรรมข้อนี้ ย่อมปล่อยให้ข้อแตกต่างปลีกย่อยทางอุปนิสัยและการอบรมกลายเป็นเหตุแตกแยกสามัคคีใหญ่โต และถ้าไม่สามารถปรับตนเข้าหากันได้เป็นอันต้องทำลายชีวิตคู่ครองแยกทางขาดจากกัน

๓. ขันติ ความอดทน อดกลั้น ต่อความหนักและความร้ายแรงทั้งหลาย ชีวิตของผู้อยู่ร่วมกัน นอกจากมีข้อแตกต่างขัดแย้งทางอุปนิสัย การอบรม และความต้องการบางอย่างซึ่งจะต้องหาทางปรับปรุงเข้าหากันแล้วบางรายอาจจะมีเหตุล่วงเกินรุนแรง แสดงออกจากฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง ซึ่งอาจจะเป็นถ้อยคำหรือกิริยาอาการ จะโดยตั้งใจหรือไม่ก็ตาม เมื่อเกิดเหตุเช่นนี้ อีกฝ่ายหนึ่งจะต้องรู้จักอดกลั้นระงับใจ ไม่ก่อเหตุให้เรื่องลุกลามกว้างขยายต่อไปความร้ายจึงจะระงับลงไป นอกจากนี้ ยังจะต้องมีความอดทนต่อความลำบากตรากตรำ และเรื่องหนักใจต่างๆ ในการประกอบกิจการอาชีพเป็นต้น โดยเฉพาะเมื่อเกิดภัยพิบัติ ความตกต่ำ คับขัน ไมตรีโพลีพิพาย แต่มีสติอดกลั้นคิดอุบายใช้ปัญญาหาทางแก้ไขเหตุการณ์ให้ลุล่วงไปด้วยดี ชีวิตของคู่ครองที่ขาดความอดทน ย่อมไม่อาจประคับประคองพากันให้รอดพ้นเหตุร้ายต่างๆ อันเป็นประดุจมรสุมแห่งชีวิตไปได้

๔. จาคะ ความเสียสละ ความเผื่อแผ่ แบ่งปันตลอดถึงความมีน้ำ ใจเอื้อเฟื้อต่อกัน ชีวิตบุคคลที่จะมีความสุข จะต้องรู้จักความเป็นผู้ให้ด้วย มิใช่คอยจ้องแต่จะเป็นผู้รับเอาฝ่ายเดียว การให้ในที่นี้ มิใช่หมายถึงแต่เพียงการเผื่อแผ่แบ่งปันสิ่งของอันเป็นเรื่องที่มองเห็นและเข้าใจได้ง่ายๆ เท่านั้น แต่ยังหมายถึงการให้หัวใจแก่กัน การแสดงน้ำ ใจเอื้อเฟื้อต่อกัน ตลอดจนการเสียสละความพอใจและความสุขส่วนตนได้ เช่น ในคราวที่คู่ครองประสบความทุกข์ ความเจ็บไข้หรือมีธุระกิจใหญ่เป็นต้น ก็เสียสละความสุขความพอใจของตน ขวนขวายช่วยเหลือ เอาใจใส่ดูแล เป็นที่พึ่งอาศัย เป็นกำลังใจส่งเสริม หรือช่วยให้กำลังใจได้โดยประการใดประการหนึ่ง ตามความเหมาะสมรวมความว่า เป็นผู้จิตใจกว้างขวาง เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่เสียสละ ไม่คับแคบเห็นแก่ตัวชีวิตครอบครัวที่ขาดจาคะ ก็คล้ายการลงทุนที่ปราศจากผลกำไรมาเพิ่มเติม ส่วนที่มีมาแต่เดิมก็คงที่หรือค่อยร่อยหรอพร่องไป หรือเหมือนต้นไม้ที่ไม่ได้รับการบำรุง ก็มีแต่อับเฉา ร่วงโรย ไม่มีความสดชื่นงอกงาม

สรุปความสำคัญของฆราวาสธรรม ๔ ประการ คือ สัจจะ ทมะ ขันติ และจาคะ มุ่งหมายให้ใช้ประชาชนทั่วไปในชีวิตการครองเรือนทั้งหมด ยึดถือเป็นคุณธรรมพื้นฐานของจิตใจในการที่จะสร้างความสัมพันธ์อันดีงามกับคนทั้งหลาย ที่จะอยู่ร่วมหรือติดต่อกันให้เหมาะสมตามฐานะนั้นๆ เพื่อประโยชน์สุขทั้งแก่ชีวิตของตนเอง และแก่ชีวิตของคนอื่นๆ ในสังคม

สรุปกระบวนการ/ขั้นตอนหลักฆราวาสธรรม ๔ เป็นชุดของกระบวนการชุดหนึ่งที่ประกอบด้วยขั้นตอนของพัฒนาการ ๔ ขั้นตอน ซึ่งมีพลัง ที่จะนำไปสู่การแก้ปัญหาต่างๆ ทั้งในระดับชีวิตปัจเจก-บุคคล และสังคมส่วนรวมคล้ายคลึงกับกระบวนการแสวงหาความรู้ทางวิทยาศาสตร์ (Scientific method) ที่ประกอบด้วยขั้นตอน สำคัญต่างๆ เช่น การสังเกตปรากฏการณ์ การตั้งสมมติฐานเพื่ออธิบายสาเหตุของปรากฏการณ์นั้นๆ การพิสูจน์สมมติฐานตามที่ตั้งไว้ การสรุปผลการพิสูจน์เพื่อสร้างเป็นทฤษฎีทั่วไป เป็นต้น คุณธรรม ๔ ประการ ที่แฝงไว้ด้วย คุณค่า ความสำคัญ ที่ยิ่งใหญ่ ดุจเดียวกับกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ เพราะคุณธรรม ๔ ประการนี้ เป็นกระบวนการชุดหนึ่ง ที่มีพลังในการแก้ปัญหา ของมนุษย์คล้ายคลึงกับกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ พระบรมราชาวาทเรื่องคุณธรรม ๔ ประการ ที่สอดคล้องกับหลักฆราวาสธรรม ๔ นั้น เริ่มต้นข้อแรก ด้วยการรักษา ความสัจ ตลอดจน มีความ

จริงใจต่อตนเอง ที่จะปฏิบัติตามสัจจะที่ตั้งใจรักษานั้นๆ แต่ในขณะที่มีคุณธรรมและสิ่งดีงามมากมายในโลกนี้ที่เราควรปฏิบัติ ซึ่งยอมเป็นไปไม่ได้ ที่เราจะ สามารถปฏิบัติ ทุกเรื่องได้หมดในเวลาเดียวกัน

องค์ประกอบของพรวาสาธรรม ๔ "พรวาสาธรรม ๔ เป็นหลักธรรมคำสอน ของพระบรมศาสดา สัมมาสัมพุทธเจ้า" คุณธรรมสี่ประการนี้ ถ้าแต่ละคนพยายามปลูกฝังและบำรุงให้เจริญงอกงามโดยทั่วกันแล้ว จะช่วยให้ประเทศชาติบังเกิดความสุขความร่มเย็นและมีโอกาสที่จะปรับปรุงพัฒนา ให้มั่นคงก้าวหน้าต่อไปได้ ดังประสงค์ คุณธรรมสี่ดังกล่าว ก็คือข้อปฏิบัติธรรมโดยตรงของคฤหัสถ์ทั้งหลาย ของผู้ครองเรือนทั้งหลาย ใน **อนาคต** เมื่อคุณ คิดจะหาผู้ครอง เพื่อแต่งงานสร้างครอบครัว จะเลือกคน ที่เรียกว่ามีลักษณะใน "พรวาสาธรรม ๔ ประการ"

๑.รูปสวย ๑.เรือนร่างดูดีมีเสน่ห์เสมอ สวยตามวัยอย่างเหมาะสม ๒.เรือนบ้านต้องสะอาดน่าอยู่ไม่สกปรกรู้จักตกแต่งให้สวยงาม ๓.เรือนครัวต้องสะอาดทำอาหารอร่อยน่ากิน ทำให้มีรสชาติถูกปากของคนในครอบครัว

๒.รวยทรัพย์ ๑.ขยันทำงานในหน้าที่ของตนให้เหมาะสม ๒.ดูแลรักษารู้จักใช้ทรัพย์ที่หามาได้ลงทุนให้ทรัพย์เพิ่มขึ้น ๓.นำทรัพย์ที่มาใช้จ่ายพอเหมาะสมกับชีวิตและฐานะของตนไม่ก่อหนี้สินให้ครอบครัวมัวเมาอบายมุข

๓.นับวิชา ๑.รู้จักใช้เหตุ-ผล ไม่ใช่อารมณ์เอาความพอใจของตนเองเป็นที่ตั้ง เช่น ในการทำงาน ในการสั่งสอน

๒. รู้จักตนว่าเป็นอะไรมีหน้าที่ทำอะไร เช่น เป็นสามี เป็นภรรยา เป็นลูก ๓.รู้จักสถานที่และเวลา ทำให้ถูกไม่ผิดนัด

๔.มารยาท ๑.ทำกิริยาอาการให้ดูดีเหมาะสม เช่น เมื่อควรไหว้ก็ไหว้ให้สวยถูกต้อง เมื่อกินก็ไม่ตะกละตะกลาม

๒. กิริยาอาการในการใช้คำพูด เช่น ใช้คำพูดสุภาพอ่อนหวาน – ไม่พูดแทรก พูดทำร้ายจิตใจคนอื่น

๕.ชาติผู้ดี ๑.ดีนอก คือประวัติความเป็นมาของครอบครัว พ่อแม่ ปู่ย่าตายาย ดี ไม่ประกอบกรรมผิดกฎหมายหรือศีลธรรม ๒.ดีใน ตัวคนนั้น ต้องทำตนดีเป็นแบบอย่างที่ดี ไม่ทำตนให้เสื่อมเสียชื่อเสียงของครอบครัว เป็นต้น

๖.มีคุณธรรม เป็นบ่อเกิดของความดีของครอบครัว ๑. รู้จักทำตนให้ดีเป็นแบบอย่างของครอบครัว ไม่ทำหรือนำในทางผิด เช่น กินเหล้า เล่นการพนัน ติดโทรศัพท์แล้วพาเกียจคร้านการทำงาน ๒.เป็นผู้นำไปในทางดี รู้จักบุญต้องทำ บาปต้องละไม่ทำผิด ศีลธรรมของศาสนา เป็นต้น

สังคหวัตถุ ๔ พุทธวิธีครองใจคน

มนุษย์สัมพันธ์ หมายถึง การสร้างความเข้าใจอันดีเพื่อความสืบพันธ์อันแน่นแฟ้นระหว่างบุคคล ตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาเรียกว่า สังคหวัตถุ ๔ ธรรมะอันเป็นเครื่องสงเคราะห์ เกี่ยวเนื่องกันของบุคคลในสังคม ได้แก่ ทาน ปิยวาจา อตถจริยา และสมานัตตตา ซึ่งมีท่านผู้รู้เรียงร้อยถ้อยคำให้คล้องจองและมีความหมายอันเหมาะสมไว้ว่า

- โอบเอื้ออารี วจีไพเราะ สงเคราะห์ปวงชน และวางตนเหมาะสม

โอบเอื้ออารี หรือ ทาน การให้ หมายถึง น้ำใจอันเต็มเปี่ยมไปด้วยความปรารถนาดี ให้เพราะอยากให้ ให้แล้วเกิดปิติ อิ่มสุข น่าสังเกตว่า คนที่สุขภาพจิตดี อิ่มแล้ว พอแล้ว เต็มแล้ว ในความต้องการสิ่งต่างๆ เขาจะให้ด้วยความปรารถนาจะให้อย่างเดียวโดยไม่เคยหวังสิ่งตอบแทน การให้นั้นอาจให้สิ่งของ เงินทอง ทรัพย์สมบัติ หรือ

ให้คำสอนคำแนะนำ ให้ความปรารถนาดี ให้ความรัก และที่พระพุทธเจ้าตรัสว่าเป็นการให้ที่ประเสริฐ คือ ให้อภัยแก่ผู้ทำผิด ตลอดจนถึงแก่ศัตรูผู้ปองร้าย นอกจากนี้การแผ่ส่วนบุญก็ถือเป็นการให้ได้ด้วยประโยชน์ของการให้ คือ ได้บุญ จิตใจสงบ เป็นสุข เกิดปิติ และที่สำคัญอีกประการหนึ่ง คือ การให้เป็นการตัดกิเลส ฟอกกิเลส ความอยากความต้องการอันไม่สิ้นสุดของเราลงได้ เกิดความพอแล้ว อิ่มแล้วให้เกิดสุขอย่างแท้จริง โดยเฉพาะการให้ความรัก “ยิ่งให้ยิ่งเกิด ยิ่งให้ยิ่งได้” ถ้าปรารถนาจะได้เพื่อนแท้หรือคนรักที่จริงใจ ก็จงให้ความรักและปรารถนาดีอย่างบริสุทธิ์ใจแก่เขาก่อน (แต่มีข้อแม้ว่า ต้องเป็นการให้ที่ไม่มีเงื่อนไขเพื่อการตอบแทน)

วจีไพเราะ คือ ปิยวาจา คำพูดอันทำให้คนอื่นรักใคร่ ถ้าเรารู้ธรรมชาติของคนว่า ต้องการเป็นที่ยอมรับ ต้องการคำชมเชย กำลังใจจากคนอื่น ก็จงให้เขาเถิด มองหาจุดดี จุดเด่นของเขามาเป็นคำชมเชย ให้กำลังใจเพื่อการพัฒนา ความไพเราะอ่อนหวานของการใช้คำพูด การใช้ภาษา อยู่ที่มีการเลือกใช้ให้เหมาะสม และถูกกาลเทศะ บุคคลสุภาพเรียบร้อย และมีหางเสียง รู้จักกล่าวคำ “ขอบคุณ” หรือ “ขอโทษ” ตามโอกาสอันควร

สงเคราะห์ปวงชน คือ อุตถจริยา ทำตัวให้เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นและสังคม ผูกฝนตนเองให้มีสมรรถภาพพอที่จะช่วยคนอื่นได้ทั้งกำลังกาย กำลังความคิด สติปัญญา หรือกำลังทรัพย์ แล้วก็ลงมือทำ จากเรื่องเล็กๆ น้อยๆ ให้ติดเป็นนิสัย อย่างที่เรียกว่า “จิตสาธารณะ” มีความพร้อมที่จะช่วยสังคม แม้ว่าจะไม่มีใครเห็น เช่น

- ปิดน้ำ ปิดไฟ ที่ไม่มีคนต้องการใช้แล้วในห้องเรียน หรือที่บ้าน
- เก็บเศษแก้ว หนาม หรือของแหลมคม ที่ตกตามพื้นทางเดินซึ่งอาจเป็นอันตรายแก่คนอื่น โดยเก็บเหียงไปให้พื้นที่จะเป็นอันตราย
- เลื่อนขวดน้ำปลา น้ำส้มให้เพื่อนร่วมโต๊ะเวลากินอาหาร
- ลุกให้ที่นั่งแก่คนอื่น (ที่เขาลำบากกว่าเรา) ในรถโดยสาร

วางตนเหมาะสม คือ สมานัตตตา ทำตัวเสมอต้นเสมอปลาย ไม่เย่อหยิ่งจองหอง เมื่อเปลี่ยนฐานะไปอย่างใดก็ไม่ลืมตัว สามารถเข้ากับคนได้ทุกชนชั้นถ้าเราคิดว่าคนทุกคนเกิดมามีความเป็นคนเท่าเทียมกัน เพราะต่างก็เกิดมาเพื่อดำรงอยู่อย่างสัตว์โลกชนิดหนึ่งแล้วก็ต้องแตกสลาย คือ เสียชีวิตในที่สุด เรียกได้ว่า...ทุกคนเกิดมาเป็นเพื่อนร่วมเกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น...มีบทกลอนประทับใจสำนวนหนึ่ง

ดอกไม้เก็บมาฝาก	เก็บมาจากหัวใจฉัน
เบ่งบานมานานวัน	ก้านลเธอด้วยไมตรี
เป็นดอกไม้ความรัก	งดงามนักชอกกลืนสี
เป็นดอกไม้ความดี	เพาะปลูกที่ในหัวใจ
รดน้ำด้วยความซื่อ	สองอ้อมมือพรวนดินให้
ใส่ปุ๋ยด้วยน้ำใจ	อากาศให้จากดวงตา
ให้แสงจากแรงรัก	ให้ฟิงพักเมื่อแดดกล้า
ให้ด้วยแรงศรัทธา	ที่มากค่าแห่งจิตใจ
ลุกขึ้นสู้อีกครั้ง	ตั้งความหวังขึ้นมาใหม่
อย่าเพ่งหมดแรงใจ	ล้มลงได้ก็ลุกได้
ดอกไม้เก็บมาฝาก	เก็บมาจากความจริงใจ
สู้นะ...สู้ต่อไป	กำลังใจ...ฉันให้เธอ

สังคหวัตถุ ๔ หมายถึง เครื่องมือ หรือหลักธรรม ๔ ประการ ที่ช่วยประสานคนหมู่มากให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข เป็นเครื่องช่วยขจัดความขัดแย้งที่เกิดขึ้นทำให้นอนอยู่ร่วมกันด้วยความรัก สามารถนำไปใช้ได้ตั้งแต่ระดับครอบครัวจนถึงระดับสังคม เป็นธรรมที่ก่อให้เกิดความผาสุกในบ้านเมือง และประเทศชาตินั่นเอง

ความหมายสังคหวัตถุ ๔ จากท่านผู้รู้ต่างๆ

อารี กล่าวถึง สังคหวัตถุ ๔ ในเชิงที่ว่า เป็นธรรมอันเป็นเครื่องช่วยเหลือกัน เป็นการผูกมิตร วิธีที่จะผูกมิตรนั้น ต้องมีสิ่งที่ยึดเหนี่ยว และประสานน้ำใจกันไว้ให้ต่างคนต่างมีความรักใคร่นิยมชมชอบซึ่งกันและกัน

พระศรีปริยัติโมลี ได้ให้ความหมายของสังคหวัตถุ ๔ ในเชิงที่ว่า เป็นหลักธรรมพื้นฐานที่แสดงพฤติกรรมออกมาโดยคำนึงถึงการช่วยเหลือผู้อื่น และการทำประโยชน์ให้แก่ส่วนรวม

ปฎิมากร ได้ให้ความหมายของสังคหวัตถุ ๔ ในเชิงที่ว่า เป็นพฤติกรรมที่เอื้อต่อสังคมโดยใช้หลักธรรมพื้นฐานที่แสดงออกมาโดยคำนึงถึงการช่วยเหลือผู้อื่น และการกระทำ ประโยชน์ให้กับส่วนรวมที่เรียกว่า สังคหวัตถุ ๔

พิพัฒน์ กล่าวไว้ว่า สังคหวัตถุ ๔ ในเชิงที่ว่า เป็นหลักธรรมที่ใช้ยึดเหนี่ยวจิตใจบุคคลให้อยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างปกติสุข สามารถใช้เป็นวิธีการในการดำเนินชีวิตภายใต้ความรับผิดชอบในสังคมทั้งในระดับบุคคล และธุรกิจองค์กรโดยมีความสอดคล้องกับบริบทของสังคมภายใต้พื้นฐานการสงเคราะห์เกื้อกูลซึ่งกันและกัน

๑. ทาน ในสังคหวัตถุ ๔ คือ การให้ การสงเคราะห์หรือช่วยเหลือผู้อื่นด้วยการให้สิ่งของที่ตนมีให้แก่ผู้ที่ต้องการผู้ขาดแคลนหรือผู้เดือดร้อน สิ่งของที่นำมา มาให้นั้นต้องเป็นสิ่งของที่ได้อามาโดยสุจริตเป็นประโยชน์ คือ ผู้ให้ก็เป็นสุข อิ่มเอิบใจ ผู้รับก็ก็สามารถบรรเทาทุกข์ความเดือดร้อน รวมทั้งการให้ความรู้ การแนะนำที่ถูกต้อง ชัดเจนและเป็นจริงด้วย

๒. ปิยวาจา ในสังคหวัตถุ ๔ คือ การใช้วาจาด้วยถ้อยคำที่สุภาพ และถ้อยคำที่มีประโยชน์ พูดด้วยถ้อยคำที่เป็นจริง และถ้อยคำที่ไม่กระทบกระทั่งผู้อื่น พูดแต่ในสิ่งที่เป็นประโยชน์ รู้จักกล่าวขอโทษ รู้จักกล่าวขอบคุณ ซึ่งผู้ปฏิบัติได้ยอมทำให้เกิดความเลื่อมใสศรัทธาในตัวผู้พูดจนให้ละเว้นความชั่ว ทำให้การงานสำเร็จ เป็นประโยชน์ในการดำรงชีวิตและการงานอย่างยิ่ง

๓. อตถจริยา ในสังคหวัตถุ ๔ คือ การประพฤติตนให้เป็นประโยชน์แก่ทั้งตนเอง และผู้อื่น รู้จักการเสียสละไม่เห็นแก่ตัว ไม่เห็นแก่ความสุขสบายส่วนตัว ทุ่เมทะร่างกาย แรงใจในการบำเพ็ญสาธารณประโยชน์ และช่วยเหลือผู้อื่น พร้อมรู้จักแก้ไขปัญหาด้วยปัญญา

๔. สมานัตตตา ในสังคหวัตถุ ๔ คือ การวางตัวให้เหมาะสมเสมอต้นเสมอปลาย รู้จักวางตนให้เหมาะสมกับฐานะ มีจิตใจมั่นคงไม่หวั่นไหวเปลี่ยนแปลงง่าย และดำรงตนไว้ไม่ให้ตกไปในความชั่ว ปฏิบัติกับเพื่อนร่วมหรือผู้อื่นอย่างเท่าเทียมกัน รวมทั้งอยู่ร่วมทุกข์ร่วมสุข ร่วมแก้ไขปัญหากับเพื่อนร่วมงานในองค์กรแนวทางตามหลักสังคหวัตถุ ๔ ประการ จากผู้รู้ต่างๆ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ให้ความหมายไว้ว่า **สังคหวัตถุ มี ๔ ประการ** ดังนี้

๑. ทาน คือ การรู้จักให้ รู้จักเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ช่วยเหลือด้วยการแบ่งปันสิ่งของให้แก่ผู้อื่นที่ควรให้ ตลอดจนแก้ปัญหา และศิลปวิทยาารวมไปถึงการให้อภัยแก่ผู้อื่น ทำให้สังคมอยู่กันอย่างมีความสุข เพราะการช่วยเหลือซึ่งกันละกัน

๒. ปิยวาจา คือ การพูดจามารัก ปราศรัยด้วยถ้อยคำสุภาพอ่อนหวาน ไพเราะ เป็นที่รัก พูดด้วยถ้อยคำที่น่าฟัง ชี้แจงในสิ่งที่เป็นประโยชน์ ให้กำลังใจ ทำให้เกิดความพอใจแก่ผู้ได้ยินได้ฟัง ก่อให้เกิดมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน

๓. อุตถจริยา คือ การบำเพ็ญให้เป็นประโยชน์แก่ผู้เกี่ยวข้องหรือผู้อื่น เป็นการปฏิบัติสิ่งที่เป็นประโยชน์ซึ่งกันและกัน มีน้ำใจช่วยเหลือผู้อื่นโดยไม่หวังผลตอบแทน ด้วยกำลังความคิด กำลังกาย และกำลังทรัพย์ การทำ ตนให้เป็นประโยชน์เท่าที่จะทำได้ เช่น ส่งเสริมจริยธรรม ส่งเสริมให้ผู้อื่นได้รับสิ่งที่ดี การช่วยเหลือผู้อื่นจะทำให้หมู่คณะ และสังคม และประเทศชาติมีความก้าวหน้า ได้รับความสำเร็จในสิ่งต่างๆ เป็นอย่างดี

๔. สมานัตตตา คือ การปฏิบัติตนเสมอต้นเสมอปลาย การทำตัวให้เข้ากันได้ เป็นเพื่อนร่วมทุกข์ร่วมสุขกัน ไม่เอาเปรียบ ร่วมเผชิญ และแก้ปัญหาเพื่อประโยชน์สุขร่วมกัน ไม่ถือเราถือเขา รู้จักผูกมิตรกับผู้อื่น เช่น ในยามที่ตนตกทุกข์ได้ยากก็ไม่ทอดทิ้งยังช่วยเหลือ ย่อมเกิดความสุข และความสามัคคีในหมู่คณะ

วิทย์ และเสถียรพงษ์ ได้อธิบายถึงองค์ประกอบที่เกี่ยวกับสังคหัตถ์ ๔ ในเชิงที่ว่า

๑. ทาน คือ การรู้จักให้ รู้จักเสียสละ หรือปันสิ่งของให้แก่บุคคลอื่น โดยปราศจากความตระหนี่ถี่เหนียว ไม่เป็นคนเห็นแก่ประโยชน์ของตนเพียงฝ่ายเดียว คุณธรรมข้อนี้ ทำให้ผู้ปฏิบัติไม่เป็นคนไม่ละโมภ และไม่เห็นแก่ตัว

๒. ปิยวาจา คือ การพูดจาด้วยถ้อยคำที่ไพเราะ พูดจาด้วยถ้อยคำที่อ่อนหวาน และมีความจริงใจ ไม่พูดหยาบคาย ไม่พูดกระทบกระทั่งผู้อื่น พูดแต่ในสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ตน และผู้อื่น ภายใต้ความเหมาะสมกับกาลเทศะ การพูดให้เป็นปิยวาจานั้น ยึดหลักดังต่อไปนี้

- **เว้นจากการพูดเท็จ** คือ พูดแต่คำสัตย์ ไม่พูดจาโกหกหลอกลวงผู้อื่น เพื่อแสวงหาสิ่งที่เป็นผลประโยชน์ให้แก่ตนเอง ได้เห็นได้ฟังอย่าไรก็พูดไปอย่างนั้น ไม่พูดเสริมความ ยุยงจนทำให้เกิดความแตกแยก

- **เว้นจากการพูดส่อเสียด** คือ ไม่พูดจายุยงให้เขาแตกร้าง โดยเอาความทางนี้ไปบอกทางโน้น หรือเอาความทางโน้นมาบอกทางนี้ เมื่อได้ยินได้ฟังเรื่องราวที่เป็นชวนวุ่นก่อก่อให้เกิดการแตกความสามัคคีก็หาทางระงับเสีย

- **เว้นจากการพูดคำ** หยาบ คือ พูดด้วยถ้อยไพเราะ คำ อ่อนหวานสุภาพ ไม่เอะอะโวยวายไม่พูดเรื่องหยาบคาย เมื่อฟังแล้วมีความสบายใจ

- **เว้นจากการพูดเพื่อเจ้า** คือ ไม่พูดในสิ่งที่เหลวไหลไร้สาระหรือพูดววนจนจับใจความไม่ได้ แต่ควรพูดในสิ่งที่เป็นประโยชน์มีสาระมีเหตุผล

๓. อุตถจริยา คือ ประพฤติในสิ่งที่เป็นประโยชน์ และในสิ่งที่ดีงามแก่คนรอบข้าง ด้วยการปฏิบัติตามแนวทางดังนี้

๓.๑ มีความประพฤติชอบทางกาย เรียกว่า “กายสุจริต” ได้แก่

- เว้นจากการทำ ลายชีวิต
- เว้นจากการลักทรัพย์ ฉ้อโกงทรัพย์
- เว้นจากการประพฤตินอกใจในกาม

๓.๒ มีความประพฤติชอบทางวาจา เรียกว่า “วจีสุจริต” ได้แก่

- เว้นจากการพูดเท็จ
- เว้นจากการพูดส่อเสียด

- เว้นจากการพูดคำหยาบ
- เว้นจากการพูดเพื่อเจ้อ

๓.๓ มีความประพฤติชอบทางใจ เรียกว่า “มโนสุจริต” ได้แก่

- ไม่โลภอยากได้ของผู้อื่น
- ไม่พยายามบงการผู้อื่น
- เห็นชอบในสิ่งที่ดีงาม

๔. สมานัตตา คือ การเป็นผู้มีความสม่ำเสมอ หรือมีความประพฤติเสมอด้านเสมอปลาย การที่เราจะประพฤติตนให้เป็นผู้มี “สมานัตตา” นั้นต้องยึดหลักเกณฑ์ดังต่อไปนี้

- **บุคคลาธิฐาน** คือ บุคคลที่เป็นตัวตั้ง หมายความว่า ถ้าเรามีตำแหน่งมีฐานะสูงส่งขึ้นจะต้องไม่หลงลืมตัว เคยแสดงความเคารพนับถือผู้ใดก็แสดงความเคารพนับถืออย่างนั้น

- **ธรรมาธิฐาน** คือ ธรรมที่เป็นที่ตั้ง หมายความว่า บุคคลทุกคนย่อมมีความเสมอภาคกันพระศรีปริยัติ

หลักธรรมสังคหวัตถุไว้ว่าประกอบด้วย ๔ ประการได้แก่

๑. ทาน หมายถึง การให้ การเฉลี่ยเผื่อแผ่แก่กันและกัน ซึ่งเป็นข้อสำคัญเพราะว่าทุกๆ คนนั้นย่อมต้องการความช่วยเหลือจากกันอยู่ในด้านต่างๆ ในด้านวัตถุทรัพย์สินเงินทอง เครื่องอุปโภคต่างๆ ในด้านกำลังกาย ช่วยกระทำกิจการของกันและกันทางกาย ในด้านวาจา พูดจาช่วยเหลือกันในเรื่องที่ควรพูด ในด้านสติปัญญา ช่วยให้ความรู้ให้การแนะนำในข้อที่ควรจะแนะนำต่างๆ การให้การเฉลี่ยเผื่อแผ่ทุกคนทั้งผู้ใหญ่ทั้งผู้น้อยต่างก็ควรจะมีทาน คือ ให้การช่วยเหลือกัน ผู้ใหญ่ให้การช่วยเหลือผู้น้อย ผู้น้อยก็ให้การช่วยเหลือผู้ใหญ่น้อยด้วยจิตใจมุ่งที่จะช่วยให้บรรลุถึงประโยชน์ที่ต้องการ หรือเพื่อที่จะให้พ้นจากอุปสรรคขัดข้องทั้งหลาย

๒. ปิยวาจา หมายถึง การเจรจาถ้อยคำ ซึ่งเป็นที่รักเป็นที่จับใจแก่กันและกันอันเป็นถ้อยคำ สุภาพเพราะวาจาที่พูดออกไปนั้น ถ้าเป็นวาจาที่ไม่สุภาพไม่เป็นที่รักที่พอใจ ก็เป็นวาจาที่อาจเสียดแทงน้ำใจของผู้อื่น ทำให้ผู้อื่นเกิดความเสียใจ เจ็บใจ ไม่สบายใจ เพราะฉะนั้น จึงสมควรที่ทุกคนต้องมีสติควบคุมใจ ควบคุมการพูดของเราให้ไพเราะก็คือสตินั่นเอง ดังนั้นการพูดหรือการแสดงออกทุกครั้งต้องมีสติอยู่เสมอ

๓. อัถถจริยา หมายถึง การประพฤติประโยชน์ให้แก่กันและกัน คือ การทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อสถาบัน เช่น โรงพยาบาล มหาวิทยาลัย สังคมที่ตนอาศัยอยู่ตลอดถึงประเทศชาติ สิ่งใดที่เป็นโทษก็ควรละเว้นไม่กระทำ การประพฤติตนให้เป็นประโยชน์สามารถปฏิบัติได้ทั้งกาย วาจาใจ ในทุกเวลา และทุกโอกาส

๔. สมานัตตา หมายถึง ความเป็นผู้วางตนสม่ำเสมอ หรือเสมอด้านเสมอปลาย หมายถึง การรักษาระเบียบวินัยอันใดที่ทุกคนพึงปฏิบัติทั้งผู้ใหญ่น้อยตามหน้าที่ ที่บัญญัติเอาไว้เป็นระเบียบของสถานที่ ของหน่วยงาน เช่น กฎระเบียบของสถาบันการศึกษา กฎระเบียบของสถานที่ราชการต่างๆ เป็นต้น ตลอดถึงกฎหมายบ้านเมือง ในทางพระพุทธศาสนาก็คือ พระวินัยบัญญัติสา หรือพระภิกษุทั้งหลายนั่นเอง

สังคหวัตถุ ๔ กับสมาชิกที่ดีในองค์กร

การใช้หลักธรรมสังคหวัตถุ ๔ ต่อการแสดงพฤติกรรมกรเป็นสมาชิกที่ดีในองค์กร เพื่อให้บุคลากรในองค์กรอยู่ร่วมกันได้อย่างปกติสุข เป็นหลักธรรมะที่ช่วยส่งเสริมให้เกิดความสามัคคีกันในหมู่คณะไม่ว่าจะเป็นองค์กรที่มีขนาดเล็กหรือองค์กรขนาดใหญ่ย่อมมีแนวโน้มที่เหมือนกัน ดังนี้

๑. **ทาน** คือ การเผื่อแผ่ แบ่งปัน ให้ความช่วยเหลือสงเคราะห์ทั้งทางทรัพย์สินของ ปัจจัยสี่ที่จำเป็น ไม่ว่าจะเป็นอาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย หรือยารักษาโรค รวมทั้งการแบ่งปัน การให้คำ แนะนำ ให้ความรู้ ศิลปวิทยาการ ความรู้ความสามารถที่เรามีอยู่ให้กับเพื่อนร่วมงานในองค์กร

๒. **ปิยวาจา** คือ การใช้คำพูดหรือวาจาที่ไพเราะ ชัดเจน ไม่พูดส่อเสียด ดูถูกดูแคลน พูดด้วยคำที่สุภาพนอบนวล จริงใจ ไม่พูดโกหกเสแสร้ง ชี้แจงแนะนำสิ่งที่เป็นประโยชน์ มีเหตุมีผล มีหลักฐานอ้างอิง ไม่พูดเพื่อจ้อ บิดเบือนจากความเป็นจริง การใช้ถ้อยคำ ที่แสดงถึงความเห็นอกเห็นใจ เข้าใจผู้อื่น พูดแล้วเกิดความสามัคคี ไม่ทะเลาะเบาะแว้งกัน

๓. **อิตถจริยา** คือ การทำประโยชน์ให้แก่ผู้อื่น ช่วยเหลือตามกำลังร่างกายที่ตนมีอยู่ ไม่ได้ถูกบังคับทำด้วยความเต็มใจที่จะช่วยเหลือผู้อื่น ขวนขวายช่วยทำกิจกรรมต่างๆ ที่เป็นสาธารณประโยชน์ มุ่งให้เกิดประโยชน์แก่ส่วนรวม รวมทั้งช่วยแก้ปัญหาให้กับองค์กรด้วย

๔. **สมานัตตตา** คือ การเอาตัวเข้าไปสมาน การวางตัวเสมอต้นเสมอปลาย หนักแน่น ให้ความเสมอภาคกับทุกคนอย่างเท่าเทียมกัน ไม่เอาัดเอาเปรียบ ร่วมทุกข์ร่วมสุขช่วยเหลือเกื้อกูลกันแก้ปัญหา ช่วยกันคิด ในทางสร้างสรรค์ เพื่อให้องค์กรอยู่เย็นเป็นสุข

แนวทางการนำสังคหัตถุ ๔ มาใช้ในองค์กร

๑. เมื่อบุคลากรในองค์กรมีความเดือดร้อนในด้านปัจจัยทั้งสี่ บุคลากรในองค์กรควรให้ความช่วยเหลือ หมายถึง การให้ทานอันเป็นสิ่งของเครื่องใช้ต่างๆ พูนหรือทรัพย์สินสิ่งของ ตลอดจนให้ความรู้ความเข้าใจและให้คำแนะนำ และรวมไปถึงการให้อภัยแก่เพื่อนร่วมงาน เมื่อเพื่อนร่วมงานทำงานผิดพลาดหรือไม่ประสบความสำเร็จ เพื่อให้บุคลากรในองค์กรเป็นบุคลากรที่มีน้ำใจงาม น้ำใจดี มีความรัก ความสามัคคี เป็นหนึ่งอันเดียวกันมากขึ้น

๒. เมื่อบุคลากรในองค์กรมีความเดือดร้อนในการทำงาน ต้องการความช่วยเหลือบุคลากรในองค์กรควรให้ความช่วยเหลือด้วยการพูดให้กำลังใจ แสดงความเห็นอกเห็นใจ ให้คำแนะนำ ชี้แจงอย่างถูกต้อง ไม่พูดจาดูหมิ่น เสียดสีเพื่อนร่วมงาน แต่พูดจากับบุคลากรหรือเพื่อนร่วมงานในองค์กรด้วยความไพเราะน่าฟัง

๓. เมื่อบุคลากรในองค์กรต้องการความช่วยเหลือทางด้านร่างกาย บุคลากรในองค์กรก็ให้ความสำคัญ ขวนขวายช่วยเหลืออย่างเต็มกำลังความสามารถ หรือการให้ความสำคัญกับองค์กรของตนเองด้วยการช่วยเหลือกิจการต่างๆ ภายในองค์กร บำเพ็ญสาธารณประโยชน์ รวมทั้งช่วยแก้ไขปัญหภายในองค์กรด้วยความเต็มใจ

๔. เมื่อเกิดปัญหาขึ้นในองค์กร บุคลากรก็เข้าไปช่วยในการแก้ไขปัญหา โดยให้ความเสมอภาค ไม่เอาเปรียบผู้อื่น อยู่ร่วมทุกข์ร่วมสุข ร่วมรับรู้ ร่วมแก้ไขปัญหา เพื่อให้เกิดประโยชน์สุขร่วมกันกับเพื่อนร่วมงาน และองค์กรทุกครั้ง

ดังนั้น การนำหลักธรรม **สังคหัตถุ ๔** มาช่วยในการปฏิบัติงานของบุคลากรเพื่อให้เกิดการร่วมงาน และประพัตติที่ดีต่อองค์กร และเพื่อนร่วมงาน อันจะช่วยส่งเสริมให้เกิดความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคลากรในองค์กรด้วยกันเองและระหว่างองค์กรกับบุคลากรมากขึ้น ซึ่งจะส่งผลให้การปฏิบัติงานเป็นไปด้วยความความสุข ความสามัคคี ความสำเร็จ ในการปฏิบัติงาน รวมไปถึงการสร้างความรักภักดีต่อองค์กรของ

บุคลากร และยังช่วยส่งเสริมให้บุคลากรเกิดความเข้าใจซึ่งกันและกัน รู้จักบทบาทหน้าที่ของตนเองมากขึ้น ให้ความสำคัญกับตนเองว่าเป็นส่วนหนึ่งขององค์กรที่จะเข้าไปช่วยแก้ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นภายในองค์กรด้วยความเต็มใจ

อิทธิบาท ๔

อิทธิบาท ๔ หมายถึง หลักธรรม ๔ ประการ สำหรับการทำงานหรือทำสิ่งใดๆ เพื่อให้งานประสบความสำเร็จตามมุ่งหวังไว้ ซึ่งประกอบด้วย

๑. ฉันทะ (ความรัก และความพอใจ)

๒. วิริยะ (ความเพียร)

๓. จิตตะ (ความเอาใจจดจ่อ ความเอาใจใส่)

๔. วิมังสา (การใช้ปัญญาไตร่ตรอง ตรวจสอบ)

๑. ฉันทะ หมายถึง ความรัก และความพอใจในสิ่งนั้นๆ คือ เมื่อทำสิ่งใดก็ทำด้วยความพอใจ ด้วยความรักในสิ่งนั้น ทำสิ่งนั้นด้วยความเต็มใจ ไม่เบื่อหน่ายในกิจที่ทำ (การเต็มใจ)

๒. วิริยะ หมายถึง ความเพียรในการกระทำสิ่งนั้นๆ คือ เมื่อทำสิ่งใดก็ทำด้วยความขยันหมั่นเพียร ด้วยความพยายาม และมีมานะอดทนสาหัส ไม่ทอดทิ้งกิจที่ทำนั้น (การตั้งใจ)

๓. จิตตะ หมายถึง ความเอาใจใส่ ความเอาใจจดจ่อในสิ่งที่ทำ ไม่วางธุระในสิ่งนั้นๆ คือ เมื่อทำสิ่งใดก็ทำด้วยความรู้จักไตร่ตรอง ทำด้วยปัญญา รู้จักพิจารณาใคร่ครวญ รู้จักพินิจพิเคราะห์ ทดลอง ทดสอบ ตรวจสอบหาสาเหตุด้วยความรอบคอบ (การเข้าถึง)

๔. วิมังสา หมายถึง การใช้ปัญญาพิจารณาไตร่ตรอง ตรวจสอบในสิ่งนั้นๆ คือ เมื่อทำสิ่งใดก็ทำด้วยความรู้จักไตร่ตรอง ทำด้วยปัญญา รู้จักพิจารณาใคร่ครวญ รู้จักพินิจพิเคราะห์ ทดลอง ทดสอบ ตรวจสอบหาสาเหตุด้วยความรอบคอบ (การเข้าใจ)

“อิทธิบาท” มาจากคำว่า

– อิทธิ หมายถึง **ความสำเร็จ**

– บาท หมายถึง **วิถีทางที่จะนำไปสู่**

ดังนั้น คำว่า “อิทธิบาท” หากแปลตามคำจึงหมายความว่า **วิถีทาง หรือ หลักการ ที่จะนำไปสู่จุดหมายปลายทางหรือไปสู่ความสำเร็จได้** ซึ่งมี ๔ ประการ หรือเรียกว่า อิทธิบาท ๔

อิทธิบาท ถือเป็นแนวทางปฏิบัติที่จะทำให้ประสบความสำเร็จตามความประสงค์ ๔ อย่าง ซึ่งเป็นหลักใกล้เคียงกับหลักการพึ่งตนเอง แต่แสดงให้เห็นว่าพึ่งตนเองอย่างไร ทำอย่างไรจึงจะสำเร็จ ซึ่งคำว่า อิทธิ นอกจากจะแปลว่า ความสำเร็จแล้ว ยังแปลว่า ฤทธิ์ของมนุษย์ที่แสดงได้ จะโดยวิธีทางวิทยาศาสตร์หรือจิตศาสตร์ก็ตาม ซึ่งต้องอาศัยหลักอิทธิบาท ๔

พุทธทาสภิกขุ อธิบายว่า การทำงานแบบใดๆ โดยไม่รู้สีกตัว มีระดับมากน้อยแตกต่างกัน คนที่ทำงานด้วยความพอใจ ขยันขันแข็ง เอาใจใส่ใคร่ครวญอยู่เสมอ นั่น เรียกว่า มีอิทธิบาท ๔ ประการ มีการปฏิบัติโดย

ไม่ได้ตั้งใจ ซึ่งอิทธิบาททั้ง ๔ ประการนี้ ถ้าปฏิบัติได้ครบถ้วนสมบูรณ์ ไม่ว่าจะเป็เด็กหรือผู้ใหญ่ก็ตาม ย่อมที่จะประสบความสำเร็จดังประสงค์

อิทธิบาท ๔

๑. **ฉันทะ (aspiration)** แห่งอิทธิบาท ๔ คือ ความพอใจ รักใคร่ เต็มใจ และฝักใฝ่ในงานอยู่เสมอ ทุ่มเทความสามารถ และปรารถนาเพื่อที่จะทำงานนั้นให้ดีที่สุด ด้วยการรักในงานของตน ชอบในงานของตน งานในที่นี้หมายถึง สิ่งที่เราทำ ผู้ใดมีงานอะไรแล้วมีความรักใคร่พอใจในงานนั้น เรียกว่า มีฉันทะ คนที่ขาดฉันทะ ไม่พอใจในงานของตน มักจะทำงานด้วยความเหน็ดเหนื่อยใจ และชอบทิ้งงานให้จับจดและคั่งค้าง ความอยากหรือความฝักใฝ่ที่เกิดจากฉันทะนี้ มิได้มีความหมายเหมือนกับความอยากได้เพื่อให้ได้มาซึ่งการเสพเสวยแก่ตนในทุกสิ่งทุกอย่าง หรือที่เรียกว่า ตัณหา เพราะความอยากที่เกิดจากฉันทะนั้น เป็นความอยากในทางสุจริตที่ต้องมีการทุ่มเทกำลังกาย และกำลังใจเพื่อให้สิ่งนั้นสำเร็จตามความมุ่งหมาย ภายใต้พื้นฐานของคุณธรรม และความดี



องค์ประกอบของฉันทะ

๑. ความยินดีในสิ่งที่ทำ นั้นๆ
๒. ความพอใจในสิ่งที่ทำ นั้นๆ
๓. ความเต็มใจในขณะที่ทำสิ่งนั้นๆ
๔. ความมีใจรักในขณะที่ทำสิ่งนั้นๆ
๕. ความอยากหรือฝักใฝ่ที่จะทำสิ่งนั้นๆให้บรรลุถึงจุดหมาย

ทั้งนี้ ลักษณะของฉันทะที่เกิดขึ้นมิได้เพียงใช้สำหรับการกระทำในการทำงานเพียงอย่างเดียว แต่สามารถนำไปใช้เป็นหลักการดำเนินชีวิตในด้านอื่นๆได้ด้วยเช่นกัน ได้แก่

- ความยินดี และพอใจในฐานะทางครอบครัว
- ความยินดี และพอใจในทรัพย์สินที่ตนมี
- ความยินดี และพอใจในความสามารถของตน
- ความยินดี และพอใจในคู่ครองของตน
- ความยินดี และพอใจในตำแหน่ง และหน้าที่ของตนในสังคม
- ความยินดี และพอใจในศาสนาหรือลัทธิที่ตนนับถือ

ฯลฯ

ฉันทะ เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นในจิตภายใต้หลักธรรม คือ โยนิโสมนสิการ คือ การรู้จักคิด วิเคราะห์ หรือคิดในทางที่ถูก และเหมาะสมเพื่อให้เกิดความสำเร็จตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ภายใต้สภาวะแห่งเหตุ และผล ดังนั้นเมื่อเกิดฉันทะ คือ ความพอใจหรือยินดีในสิ่งนั้นแล้ว ย่อมทำให้เป็นผู้ที่รู้จักใช้โยนิโสมนสิการ คือ การคิดวิเคราะห์หาแนวทางที่จะดำเนินต่อไป ซึ่งจะนำมาสู่การเกิดวิริยะ คือ ความเพียรในแนวทางนั้น ต่อไป

๒. **วิริยะ (exertion)** แห่งอิทธิบาท ๔ คือ ความเพียรพยายาม ความอดุสาหะ และมานะบากบั่น ที่จะทำงานหรือทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้ดีที่สุด ไม่ท้อถอยเมื่อเกิดอุปสรรค และความยากลำบากต่างๆ ด้วยการมองปัญหาหรืออุปสรรคที่ขัดขวางต่อการทำสิ่งนั้นเป็นสิ่งที่ท้าทาย และต้องเอาชนะให้สำเร็จ

วิริยะ เป็นความเพียรที่ประกอบความดี มีความขยันหมั่นเพียร ไม่ทอดธุระ เป็นเครื่องพุงความพอใจ ไม่ให้ท้อถอยในการทำงาน เพราะว่างานทุกชนิดมักจะง่ายตอนคิด แต่มักจะติดตอนทำจึงจำเป็นต้องใช้ความพยายามเรื่อยไปจนกว่าจะสำเร็จตามความพอใจที่ปลูกไว้

วิริยะ หรือ ความเพียรนี้ มีความจำเป็นสำหรับการปฏิบัติงานหรือการกระทำต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดในขณะนั้น เพราะหากต้องการความสำเร็จตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ก็ต้องจำเป็นต้องมีความพยายามเป็นสำคัญ แต่ความพยายามนี้ มิใช่หมายครอบคลุมถึง การปฏิบัติหรือการกระทำที่ไม่มีวันหยุด หรือ ไม่รู้ซึ่งพื้นฐานของตนเอง ที่มาจากหลักธรรมแห่งโยนิโสมนสิการ คือ การรู้จักคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุ และผลในคัมภีร์ของธรรม เช่นกัน

ประเภทของวิริยะ

๑. สังวรปธาน หมายถึง เพียรระวัง คือ การกระทำสิ่งใดๆจะต้องรู้จักพึงระวังรอบคอบด้วยการรู้จักเหตุ และผล ไม่ตั้งอยู่ในความประมาทหรืออกุศลกรรมทั้งปวง
๒. ปหานปธาน หมายถึง เพียรละ คือ การรู้จักละ ลด หรือหลีกเลี่ยงจากอกุศลกรรมทั้งปวงที่จะเป็นเหตุทำให้การกระทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดไม่ประสบความสำเร็จ
๓. ภวานापธาน หมายถึง เพียรบำเพ็ญ คือ การรู้จักเพียรตั้งมั่น และอุทิศตนต่อการกระทำในสิ่งหนึ่งสิ่งใดอย่างสม่ำเสมอ
๔. อนุรักษนาปธาน หมายถึง เพียรตามรักษาไว้ คือ รู้จักรักษาหรือทำให้ความเพียรในสิ่งนั้นๆคงอยู่กับตนเป็นนิจ

องค์ประกอบของวิริยะ

๑. ความเพียรในการทำสิ่งนั้นๆในทางที่ถูกตามเหตุ และผล ภายใต้พื้นฐานตามหลักคุณงามความดี
๒. การมีความกล้า และความแน่วแน่ที่จะทำในสิ่งนั้นๆ
๓. การไม่ละทิ้งซึ่งการงานหรือสิ่งที่กำลังทำอยู่
๔. การความอดุสาหะ และอดทนต่อความยากลำบากอย่างเป็นนิจ

ทั้งนี้ ลักษณะของวิริยะที่เกิดขึ้น มิได้อยู่ในกรอบสำหรับการทำงานเท่านั้น แต่สามารถนำไปประยุกต์ใช้เป็นหลักการดำเนินชีวิตในด้านอื่นๆ ได้แก่

- ความเพียรในการเจริญธรรม การเจริญภาวนา หรือการรักษาศีล
- ความเพียรในการศึกษาเล่าเรียน ฯลฯ

ด้วยเหตุนี้ วิริยะจึงเป็นหลักที่มีความสำคัญอันจะนำไปสู่การประพฤติปฏิบัติในการงานหรือการกระทำต่อสิ่งใดๆ ภายใต้พื้นฐานของหลักการเหตุ และผลที่เกิดจากโยนิโสมนสิการ เพื่อมุ่งให้สิ่งนั้นๆดำเนินไปสู่จุดหมาย และสำเร็จตามที่ได้ตั้งไว้ โดยมีความเพียรที่ดำเนินไปในลักษณะของการปฏิบัติตามหลักปธาน ๔ ในข้างต้น

แต่ทั้งนี้ ความเพียรที่มีมากเกินไป มักจะทำให้เกิดความฟุ้งซ่าน ความไม่มีสติ ความเหน็ดเหนื่อย จนนำไปสู่การการเกิดอุปสรรค และปัญหาในสิ่งนั้น ส่งผลต่อความท้อแท้ตามมาได้ นอกจากนั้น หากมุ่งเพียรต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งมากเกินไป มักจะทำให้เกิดการล้าที่จะกระทำต่อสิ่งอื่นได้ง่ายเช่นกัน

๓. จิตตะ (thoughtfulness) แห่งอิทธิบาท ๔ คือ การเอาใจใส่ และให้ใจจดจ่ออยู่กับอยู่กับสิ่งที่ทำ มีสมาธิ มั่นคงอยู่กับงาน ไม่ปล่อยปละละเลยในงานที่ทำ และทำงานด้วยความตั้งใจที่จะให้งานนั้นสำเร็จ แต่หากใคร



ทำการสิ่งใดด้วยความเป็นคนประมาท ไม่เอาใจใส่กับงานที่ตนทำ ทำอะไรthings ขว้างๆ งานนั้นย่อมไม่สำเร็จตามเป้าประสงค์หรือหากสำเร็จ แต่ก็เป็นความสำเร็จที่ไม่มีประสิทธิผลในงาน

ทั้งนี้ จิตตะ หมายถึง จิตใจ คือ ส่วนที่ทำหน้าที่รู้สึกนึกคิด ซึ่งความรู้ที่เกิดมาจากจิตนั้น เป็นความรู้ที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน อดีตกาล หรือกำลังจะเกิดในอนาคต ล้วนเป็นความรู้ที่ฝังอยู่ในจิต หรือที่ผ่านมาแล้วทั้งสิ้น หมายถึง จิตสังขมความรู้ที่เกิดขึ้นในกาลทั้ง ๓ นั้นเอง ส่วนจิตตะในที่นี้ หมายถึง สภาวะทางอารมณ์ที่สะท้อนมาจากจิต อาทิ ความเข้มแข็ง ความมั่นคง ความมุ่งมั่น และความจดจ่อ ต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดที่ทำอยู่นั้น

องค์ประกอบของจิตตะ

๑. มีความสนใจในสิ่งที่จะทำนั้นอย่างจริงจัง
๒. การเอาใจใส่ในขณะที่กระทำสิ่งนั้นๆ
๓. การมีใจที่เป็นสมาธิในขณะที่กระทำสิ่งนั้นๆ
๔. การที่มีจิตใจมุ่งมั่น และแน่วแน่ในขณะที่กระทำสิ่งนั้นๆ

ทั้งนี้ ลักษณะของจิตตะที่เกิดขึ้น มีได้อยู่ในกรอบสำหรับการทำงานเท่านั้น แต่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันด้านอื่นๆ ได้แก่

- การเอาใจใส่ และมุ่งมั่นในการเจริญธรรม
- การเอาใจใส่ และมุ่งมั่นในการศึกษาเล่าเรียน ฯลฯ

จิตตะ มีความสัมพันธ์กับสมาธิ คือ หมายถึง จิตเป็นเครื่องผลักดัน และควบคุมการเกิดของสมาธิ โดยสภาวะจิตที่มีความแน่วแน่ และจดจ่อต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด ภาวะที่เกิดขึ้นกับจิตนี้จึงเรียกว่า สมาธิ ซึ่งเป็นเครื่องเสริมประสิทธิภาพในการจะกระทำสิ่งใดๆ ให้ประสบความสำเร็จ เพราะจิตที่เป็นสมาธิแน่วแน่อยู่กับสิ่งที่กำลังทำ อยู่ โดยไม่เกิดความฟุ้งซ่าน ย่อมทำให้งานประสบความสำเร็จได้ดี ไม่ผิดพลาด และมีประสิทธิภาพตามเป้าหมายที่วางไว้

๔. วิมังสา (investigation) แห่งอิทธิบาท ๔ คือ การสอบสวน ไตร่ตรอง และพิจารณาตรวจสอบในสิ่งที่กำลังทำนั้นๆ รวมถึงการรู้จักค้นคว้า ทดลอง คิดค้น และรู้จักคิดแก้ไขปรับปรุงงาน ให้ก้าวหน้าอยู่เสมอ

ทั้งนี้ ปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อความสำเร็จในการทำสิ่งใดๆ ย่อมเกิดจากปัจจัยจากข้อนี้เป็นสิ่งสำคัญ เพราะการใช้วิมังสา คือ การคิด วิเคราะห์ อย่างมีเหตุ และผล ย่อมทำให้เข้าใจต่อกระบวนการ วิธีการ และแนวทางในการดำเนินงานที่ถูกต้อง เหมาะสม รวมถึงย่อมรู้จักแนวทางในการแก้ไขปัญหาที่อาจเกิดขึ้นได้ดี แต่หากไม่มีการใช้ปัญญาก่อนทำหรือขณะทำสิ่งใดๆ แล้ว ย่อมนำมาซึ่งปัญหา และอุปสรรคในสิ่งนั้นๆ ส่งผลต่อการท้อแท้ การทำสิ่งนั้นไม่สำเร็จ หรือหากสำเร็จก็จะไม่เกิดประสิทธิผลอย่างเต็มที่

องค์ประกอบของวิมังสา

๑. การใช้ปัญญาคิด วิเคราะห์ก่อนที่จะลงมือปฏิบัติหรือระหว่างปฏิบัติในสิ่งนั้นๆ
๓. การใช้ปัญญาคิดวิเคราะห์ในสิ่งนั้นๆ ตามคัมภีร์ของคลองธรรม
๒. การแก้ไข ปรับปรุงข้อบกพร่อง และพัฒนาในสิ่งนั้นๆ ด้วยปัญญา

ทั้งนี้ ลักษณะของวิมังสาที่เกิดขึ้น มีได้เหมาะสำหรับนำไปใช้ในการงานเท่านั้น แต่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันด้านอื่นๆ ได้แก่

- การรู้จักคิด วิเคราะห์ในการเจริญธรรม
- การรู้จักคิด วิเคราะห์ในบทเรียน
- การรู้จักคิด วิเคราะห์ก่อนที่จะพูดหรือทำในสิ่งใดๆ ฯลฯ



วิมังสา คือ การรู้จักคิด วิเคราะห์ ที่มักคู่กับคำว่า ปัญญา คือ ความรู้ หรือ ความรู้แจ้ง เป็นความรู้ ความเข้าใจ ต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งในเหตุ และผล รวมถึงองค์ประกอบ และพื้นฐานของสิ่งๆนั้น สามารถตัดสินใจ และปองชี้สิ่งนั้นได้เป็นมาอย่างไร มีลักษณะอย่างไร รวมถึงรู้แยกแยะสิ่งต่างๆว่าถูกผิด ดีชั่ว ตั้งนั้นแล้ว การมีปัญญาก็เป็นการรอบรู้ในทุกๆด้าน และพึงใช้ปัญญาก่อนที่จะทำเพื่อให้เกิดความเข้าใจ และลึกซึ้งก่อน เพื่อให้การนั้นๆดำเนินไปตามเป้าหมายที่วางไว้ และไม่เกิดปัญหาอุปสรรค พร้อมยังประสิทธิภาพในสิ่งนั้นให้สำเร็จตามวัตถุประสงค์

ประโยชน์ของอิทธิบาท ๔

๑. ประโยชน์ของฉันทะ คือ ทำให้เป็นผู้มีความพอใจ และมีใจรักต่องาน ทำให้เกิดความรู้สึกเต็มใจในการทำงาน เกิดการทำงานด้วยความสุข ไม่รู้สึกเบื่อหน่ายง่าย ไม่เกิดอาการท้อแท้ ช่วยให้งานดำเนินต่อไปอย่างต่อเนื่อง และเกิดการสร้างสรรค์ในงานของตนเองครบครันและสังคม

๒. ประโยชน์ของวิริยะ คือ ทำให้เป็นคนมีเพียร และขยันในการทำงาน ไม่มีความเกียจคร้าน มุ่งมั่นที่จะทำงานให้เสร็จ ผู้ที่ขาดความขยัน ย่อมทำงานขาดๆเกินๆหรือมักทำงานนั้นไม่สำเร็จ หรือหากสำเร็จก็สำเร็จล่าช้า และไม่มีประสิทธิภาพ

๓. ประโยชน์ของจิตตะ คือ ทำให้เป็นคนมีความมุ่งมั่น และจดจ่อกับงานที่ทำ จิตมีความแน่วแน่ และมั่นคงต่อปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้น ช่วยให้งานดำเนินต่อไปอย่างต่อเนื่องตามกระบวนการ ทราบความเป็นไปของงานอยู่เสมอ

๔. ประโยชน์ของวิมังสา คือ ทำให้เป็นผู้ที่รู้จักคิด วิเคราะห์ในงาน ช่วยทำให้ทราบ และเข้าใจในกระบวนการของงาน และหากเกิดปัญหาก็ย่อมเกิดแนวทางในการแก้ปัญหาได้โดยง่ายตาย งานไม่ผิดพลาด และทำงานตามกรอบที่วางไว้ให้ประสบความสำเร็จ ถ้าขาดวิมังสาจะทำให้เป็นคนทำงานไม่มีหลักการ ทำงานไม่มีแนวทาง ไม่มีแบบแผน ซึ่งยากที่จะเกิดความสำเร็จได้โดยง่าย

ดังนั้น ฉันทะ และวิริยะ เป็นหลักปฏิบัติที่ช่วยให้บุคคลมีความมั่นใจในการที่จะเผชิญหน้ากับปัญหา และอุปสรรคในการทำงาน
