

การพึ่งตนเองตามหลักนาถกรณธรรมในพระพุทธศาสนา
SELF-RELIANCE ACCORDING TO THE PRINCIPLES OF
NATHAKARANADHAMMA IN BUDDHISM

พรเพ็ญ อนุปัญญาวัฒน์

Phornphen Anupanyawat

นักวิชาการอิสระ

Independent academic

Corresponding Author E-mail : muay947@gmail.com

บทคัดย่อ

การพึ่งตนเองตามหลักนาถกรณธรรมในพระพุทธศาสนา ประเด็นสำคัญหลักใหญ่ คือ (1) การสร้างที่พึ่งแก่ตนเอง ได้แก่ ศีล ช่วยให้พึ่งตนเองในด้านความประพฤติ ทางกาย และวาจาที่ดียิ่งเป็นสุภาพชนเป็นมิตรต่อสาธารณะชนได้ทุกชนชั้น พหุสัจจะ การศึกษาทรงจำไว้มาก เป็นที่พึ่งแก่ตนเองในด้านความคิด เข้าวินิจฉัยเพื่อเป็นข้อมูลนำมาประกอบสำหรับการแก้ปัญหาต่าง ๆ โสวจิตตสา ช่วยให้เป็นคนอ่อนโยน มีมารยาท ผู้ดี วิริยารัมภะ ช่วยให้เป็นคนมีมานะเป็นนักต่อสู้กับปัญหาและอุปสรรคที่เกิดแก่ตนเอง สันตญฺญี ช่วยให้เรามีสภาพจิตที่ปกติไม่ยินดีในร้ายต่อทรัพย์สินสมบัติและหน้าที่การงานของคนอื่น ไม่ใช่แย่งมาหรือใช้อำนาจที่ไม่ชอบธรรม ส่วน สติ ช่วยให้ทำงานด้วยความไม่ประมาท และปัญญา ช่วยให้พิจารณาสิ่งต่าง ๆ โดยรอบคอบมีเหตุผลที่ควรแก่งานชนิดนั้น (2) การสร้างที่พึ่งที่เกี่ยวกับคนอื่น คือ กัลยาณมิตรตถตา การคบเพื่อนที่ดีย่อมนำประโยชน์สุขมาให้ ถ้าคบเพื่อนเลว ก็เลวไปด้วยเพราะคบคนเช่นใดก็เป็นคนเช่นนั้น และ กิงกรณียะสุ ทักขตา สงเคราะห์ลงในการพึ่งพากันและกับทางสังคม เนื่องจากต้องคอยช่วยเหลือส่งเสริมให้การอุดหนุนในด้านมนุษยธรรมต่อเพื่อนมนุษย์

คำสำคัญ: การพึ่งตนเอง; นาถกรณธรรม; พระพุทธศาสนา

Abstract

Self-reliance according to the principles of Nāthakaranadhamma in Buddhism. The main important issues are: (1) Creating a refuge for oneself, including morality, helps to be self-reliant in good conduct, physical and speech, and to be polite and friendly to the public of all classes. Bhāhusajja, education remembers a lot. It is self-reliant in thinking. Intelligence to be used as information for solving various problems. Sovajasta helps to be gentle. Have good manners. Viriyarambha helps

one to be diligent and one who fights against problems and obstacles that occur to oneself. Santuṭṭhī helps us to have a normal state of mind that is not complacent towards other people's possessions and careers. It is not usurping or using unjust power. As for mindfulness, it helps you work with carelessness, and wisdom helps you consider things carefully and have reasons appropriate for that kind of work. (2) Creating refuge in relation to others is kalyanamitta. Associating with good friends brings benefits and happiness. If you associate with bad friends, you will also be bad, because no matter what kind of people you associate with, you will become such a person. And in the case of Jesus, Dakkhata helps in relying on each other and society. Because we have to help and promote humanitarian support to our fellow humans.

Keyword: Self-reliance; Nāthakaranadhamma; Buddhism

บทนำ

หลักการพึ่งตนเอง เป็นหลักการที่มีการกล่าวถึงและนำมาใช้ในการพัฒนาสังคมอย่างแพร่หลายมาก ในสังคมปัจจุบัน จนอาจกล่าวได้ว่า การพึ่งตนเองเป็นแนวทางการพัฒนาอย่างหนึ่งซึ่งตั้งต้นจากความเข้าใจในธรรมชาติของคน ในฐานะที่เป็นมนุษย์ อย่างน้อยที่สุดก็ย่อมมีพลัง สติปัญญาความสามารถที่อยู่บนพื้นฐานทางธรรมชาติ และสาเหตุที่ช่วยตนเองไม่ได้ก็เพราะถูกปิดกั้นในการที่จะพัฒนาตนเองจากปัจจัยสิ่งแวดล้อม ครอบครัว เศรษฐกิจ สังคม การเมือง สามารถกำหนดเป้าหมายและการตัดสินใจของตนเองได้ ยืนอยู่บนความสามารถของตนเองได้ สามารถใช้ประโยชน์จากทรัพยากรที่มีอยู่ได้ และมีความสามารถที่จะพึ่งตนเอง การพัฒนาหรือการสร้างที่พึ่งตนเองต้องเริ่มต้นจากตนเองเพื่อสร้างสภาพแวดล้อมที่ดี ซึ่งรูปแบบนี้ได้เกิดขึ้นมาตั้งแต่สมัยพุทธกาลที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนในนาถสูตร(อง.ทสก. 24/18/34-38) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560) ตามหลักฐานที่ปรากฏในทุติยนาถสูตร ครึ่งหนึ่งพระพุทธเจ้าประทับอยู่ ณ เขตวันพระอารามที่อนาถปิณฑิกเศรษฐีสร้างถวาย พระพุทธเจ้าได้รับสั่งเรียกภิกษุทั้งหลายมาประชุมพร้อมกันแล้วทรงตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงเป็นผู้มีที่พึ่งอยู่เถิดอย่าเป็นผู้ไม่มีที่พึ่งอยู่เลยบุคคล ผู้ไม่มีที่พึ่งย่อมอยู่เป็นทุกข์” (อง.ทสก. 24/17/25)(มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560)แต่เมื่อวิเคราะห์จากพระสูตรทั้งสองสูตร คือ ปฐมนาถสูตรพบว่าพระสูตรนี้ไม่มีรายละเอียดว่า เหตุใดพระพุทธเจ้าจึงตรัสเรียกประชุมสงฆ์แล้วทรงตรัสถึงนาถกรรมธรรมและพระพุทธเจ้าก็ไม่ทรงปรารภบุคคล เหตุการณ์หรือสถานที่ที่เป็นสาเหตุให้ต้องตรัสนาถกรรมธรรม

เพียงแต่ทรงขยายความและว่านาถกรรมธรรมแต่ละข้อมีลักษณะอย่างไร ทรงย้ำว่าผู้ที่ปฏิบัติจะมีแต่ความเจริญ โดยไม่มีความเสื่อม และก่อนจะจบพระสูตรทั้งปฐมนาสสูตร และทุติยนาสสูตรพระพุทธเจ้าทรงย้ำว่า “ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงเป็นผู้มีที่พึ่งอยู่เถิดอย่าเป็นผู้ไม่มีที่พึ่งอยู่เลยบุคคลผู้ไม่มีที่พึ่งย่อมอยู่เป็นทุกข์” พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงพระธรรมเทศนาไว้ใน “ปฐมนาสและทุติยนาสสูตร (อง.ทสก. 24/17-18/31-38) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560) ซึ่งว่าด้วยเรื่องของธรรมสำหรับการพึ่งตนเอง ประกอบด้วยหลักธรรม 10 ข้อได้แก่ 1) ความประพฤติดี 2) ความใฝ่รู้ 3) ความมีเพื่อนที่ดี 4) ความว่าง่าย 5) ความขวนขวายในกิจการ 6) ความฝึกฝนในคุณธรรม 7) ความขยันหมั่นเพียร 8) ความพอเพียง 9) มีสติ และ 10) ประกอบด้วยปัญญา (พระธรรมเมธาภรณ์, 2542)

หลักนาถกรรมธรรมนี้พระพุทธเจ้าทรงสอนแก่เหล่าพระภิกษุที่เชตวันมหาวิหาร (อง.ทสก. 24/17/25) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560) และพระสารีบุตรได้สาธยายให้ฟังอีกครั้งในภายหลัง (ที.ปา. 11/359/438) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560) ซึ่งสอนให้ร่วมกันสร้างคุณงามความดีที่อันเกิดจากการกระทำของตนเองเท่านั้น การจะมีความสุขได้นั้น ก็ต้องเกิดจากการพึ่งพาตนเอง และไม่ควรยึดถือวัตถุ ซึ่งมีอยู่จำนวน 10 ประการ ที่นักปราชญ์ราชบัณฑิตต่างยกย่องว่าเป็นหลักการอันเป็นเอกในการพัฒนาตนเอง เริ่มตั้งแต่ระดับธรรมดาแบบโลกธรรม คือ เรื่องโลก เรื่องการดำเนินชีวิตทั่วไปของคน ไปจนถึงระดับจริยธรรม คือ ธรรมของผู้เจริญ ผู้ปรารถนาจะขัดเกลาก่อนตนเองให้พ้นไปจากกิเลสทั้งหลาย ซึ่งในนาถกรรมสูตร มีรูปแบบที่ครอบคลุมไว้ทั้งหมด

ดังนั้น ผู้เขียนจึงได้ศึกษาแนวทางการพึ่งตนเองตามหลักนาถกรรมธรรมที่มีปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา เพื่อวิเคราะห์แนวทางการปฏิบัติตามหลักนาถกรรมธรรม ซึ่งเป็นคุณธรรมที่มีความเหมาะสมที่จะนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันเพราะมีรูปแบบหรือกระบวนการเป็นขั้นตอน โดยเรียงลำดับจากขั้นพื้นฐานไปถึงขั้นสูงสุด

หลักนาถกรรมธรรมในพระพุทธศาสนา

นาถกรรมธรรม หมายถึง ธรรมสำหรับสร้างที่พึ่ง (ธรรมเครื่องกระทำที่พึ่ง) 10 ประการ นาถกรรมธรรม แปลว่า ธรรมอันเป็นที่พึ่งของคนในโลกนี้ อันเป็นหลักการสำคัญของการครองชีวิตตามหลักของ อตตาทิ อตตโนนาโถ ตนแลเป็นที่พึ่งแห่งตน แต่ตนที่จะเป็นที่พึ่งของตนได้ ก็ต่อเมื่อตัวตนบุคคลนั้นต้องมีคุณธรรมเป็นหลักในการพึ่งของตน ตอนต้นของพระสูตรนำไปสู่องค์ธรรมพระพุทธเจ้ารับสั่งแก่ผู้ฟังในขณะนั้นคือพระภิกษุว่า ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงอยู่อย่างมีที่พึ่งอย่าอยู่โดยไม่มีที่พึ่ง เพราะตถาคตสงสารเธอทั้งหลาย จึงขอให้เธอทั้งหลายอยู่อย่างมีที่พึ่งเถิด อย่าอยู่โดยไม่มีที่พึ่งเลย เธอทั้งหลายจงมีตนเป็นที่พึ่ง อย่ามีสิ่งอื่นเป็นที่พึ่ง จงมีธรรมเป็นที่พึ่ง อย่ามีสิ่งอื่นเป็นที่พึ่งเลย (อง.ทสก. 24/17/56) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560)

นาถกรรมธรรมนี้ ท่านเรียกว่าเป็น พหุการธรรม หรือ ธรรมมีอุปการะมาก เพราะเป็นกำลังหนุนในการบำเพ็ญคุณธรรมต่าง ๆ ยังประโยชน์ตนและประโยชน์ผู้อื่นให้สำเร็จได้อย่างกว้างขวางไพศาล ได้แก่ (1) ศีล

มีความประพฤติดี (2) พากุสัจจะ ได้เล่าเรียนสดับฟังมาก (3) กัลยาณมิตตตา มีมิตรดีงาม (4) โสวัจัสสตาเป็นคนว่าง่าย ฟังเหตุผล (5) กิงกรณียะสุ ทักขตา เอาใจใส่กิจธุระของเพื่อนร่วมหมู่คณะ (6) อัมมกามตาเป็นผู้ใฝ่ใคร่ธรรม (7) วิริยะ ความขยันหมั่นเพียร (8) สันตุญญีมีความสันโดษ (9) สติ มีสติ (10) ปัญญา มีปัญญาเข้าใจสิ่งทั้งหลาย ตามความเป็นจริง (พระพรหมคุณาภรณ์, 2551)

นาถกรรมธรรมเหล่านี้ ฟังสังเกตว่าเป็น อริยมรรคมีองค์ 8 ประการในรูปของธรรมปฏิบัติท่านเรียกว่า พหุการธรรม คือ ธรรมที่มีอุปการะมาก ที่ในแง่ของความเป็นจริงแล้ว การปฏิบัติตนให้ถูกต้องตามสถานะของอริยะสัจ 4 ล้วนแต่เป็นพหุการธรรมด้วยกันทั้งนั้น หลักธรรมเหล่านี้จะเอื้อประโยชน์แก่คนในรูปเป็นที่พึ่งได้หรือไม่ กลับไปอยู่ที่เขามีธรรมเหล่านี้มากพอต่อการให้ตนได้พึ่งหรือไม่ เหมือนกับการมีสติมากพอต่อการช่วยในขณะนั้น หากใช้เพราะธรรมพึ่งไม่ได้ไม่ ดังนั้นเมื่อพูดถึงกรณีนี้ ยกตัวอย่างในภาคปฏิบัติจนเกิดผลตามที่ตนต้องการว่า พระธรรมย่อมรักษาผู้ประพฤติธรรม เหมือนร่มใหญ่ป้องกันผู้กั้นร่มไม่ให้เปียกฝนในเวลาฝนตก ฉะนั้น คำว่า “นาถกรรมธรรม” แปลว่า ธรรมอันกระทำที่พึ่ง ธรรมสร้างที่พึ่ง คุณธรรมที่ทำให้ตนเป็นที่พึ่งของตนได้ (พระพรหมคุณาภรณ์, 2550) หมายความว่า เมื่อบุคคลนำคุณธรรมเหล่านี้มาปฏิบัติ ย่อมสามารถจะพึ่งตนเองได้ไม่ขาดที่พึ่ง เพราะถ้าไม่มีที่พึ่งให้กับตนเองแล้วย่อมอยู่เป็นทุกข์ทางพระพุทธศาสนาสอนมนุษย์ให้รู้จักพึ่งตนเอง เพราะมนุษย์เรานั้น เป็นสัตว์สังคมจำเป็นต้องพึ่งพาอาศัยกัน แต่ไม่ทั้งหมดที่ต้องพึ่งพาอาศัยคนอื่น เช่นพ่อแม่อาจต้องสิ้นชีวิตไปในวันหนึ่ง ทำให้เราต้องขาดที่พึ่งทำให้เราไม่สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ สิ่งนี้ก็ไม่ใช่ เพราะถ้าเราขาดพ่อแม่อันเป็นที่พึ่ง แต่เราก็มีวิชาชีพติดตัววิชาชีพติดตัวนี้แหละที่เป็นที่พึ่งอย่างหนึ่ง มนุษย์ทุกคนอาจหาที่พึ่งทางกาย เพราะถ้าขาดปัจจัย 4 อันเป็นเครื่องหล่อเลี้ยงชีวิตแล้วก็ไม่สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ ที่พึ่งทางกาย (ปัจจัย 4 อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค) จึงเป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับมนุษย์อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ แต่ถ้าแสวงหาปัจจัย 4 ดังกล่าวเพียงแค่เลี้ยงร่างกายเท่านั้นก็หาใช่เป็นที่พึ่งอันประเสริฐแก่ตนไม่ เพราะถ้าเลี้ยงแต่ร่างกายชีวิตให้เป็นอยู่ก็ไม่สามารถพ้นจากความทุกข์ได้ อาทิเช่น เมื่อยังมีชีวิตอยู่ปัจจัย 4 ไม่เคยบกพร่องเลย แต่ชีวิตประจำวันเขาไม่เคยหาความสงบสุขได้เลย เพราะแม้แต่แสวงหาทรัพย์ภายนอกเลี้ยงแต่กายเท่านั้น เพื่อหวังเป็นที่พึ่งแก่ตนไปจนตลอดชีวิตโดยหาได้มีธรรมอันเป็นที่พึ่งแก่ตนไม่ ครั้นเมื่อตายลงโดยไม่มีเสบียง (บุญความดี หรือบารมี) ไว้สำหรับภพอื่น ทรัพย์ภายนอกที่ตนหวังว่าจะเป็นที่พึ่งหาได้เป็นที่พึ่งแก่ตนสำหรับภพอื่นก็ไม่ได้ช่วยเป็นที่พึ่งได้ เพราะฉะนั้นการหาที่พึ่งทางกายโดยเฉพาะหาปัจจัยภายนอก เช่นทรัพย์สมบัติมาเป็นที่พึ่งแก่ตนเอง ไม่ใช่ที่พึ่งแก่ตนเองอย่างแท้จริง ดังนั้นมนุษย์ทุกคนในโลกใบนี้จำเป็นต้องมีธรรมเป็นที่พึ่งแก่ตน และมีธรรมะเป็นเครื่องมือให้กับตนได้นำไปใช้กับชีวิตประจำวัน

ฉะนั้น จึงควรคิดพึ่งตนเองให้ได้ อย่าคิดแต่จะพึ่งทรัพย์ภายนอก หรือคนอื่น และการพึ่งตนเองนั้นจะต้องประพฤติตนให้เป็นคนดีมีคุณธรรม หรือมีธรรมเป็นที่พึ่งทั้ง 10 ประการจึงจะพึ่งตนได้ ถ้าประพฤติชั่ว ย่อมไม่สามารถพึ่งตนเองได้ เพราะความดี หรือธรรมอันเป็นที่พึ่งแก่ตนเท่านั้นจึงจะเป็นที่พึ่งของตนได้ ส่วนความชั่วมีแต่จะสร้างความพินาศให้แก่ชีวิตของมนุษย์ ในทางพระพุทธศาสนาได้สอนหลักธรรมเพื่อให้มนุษย์เป็นที่พึ่งแก่ตนเอง ดังนั้นพระพุทธศาสนาดำรงอยู่ได้จนถึงปัจจุบันนี้ก็เนื่องจากพุทธบริษัทต่างช่วยกันทำนุบำรุง

และเผยแผ่ให้สืบเนื่องยาวนานต่อไป การปฏิบัติตามหลักธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าด้วยความเคารพ ว่า
ง่ายสอนง่าย ถือได้ว่าเป็นสิ่งสำคัญ พระพุทธองค์ซึ่งเป็นผู้ประเสริฐที่สุดในโลก ทรงให้ความสำคัญต่อพระธรรม
ทรงเคารพพระธรรม ด้วยทรงมองเห็นว่าพระธรรมนี้แหละที่จะเป็นที่พึ่งแก่เราได้

ความสำคัญของนาถกรรมธรรม

ความสำคัญของนาถกรรมธรรม พระผู้มีพระภาคตรัสหลักธรรมว่าด้วยธรรมเครื่องกระทำที่พึงหรื
อนาถกรรมธรรม 10 ประการ คือ

1. เป็นผู้มีศีล นับได้ว่าเป็นคุณธรรมข้อแรกในธรรมทั้งสิบประการ เพราะศีลเป็นเบื้องต้นแห่งความดี
ทั้งหลาย เป็นพื้นฐาน หรือกรอบแห่งความดีทั้งหลาย เปรียบประดุจมารดาแห่งกัลยาณธรรมทั้งหลาย และเป็น
บ่อเกิดแห่ง กุศลธรรมทั้งปวง เพราะฉะนั้น บุคคลพึงรักษาศีล ขำระศีลของตนให้บริสุทธิ์ ดังนั้น ศีลจึงเป็นการ
สำรวมด้วยการไม่ล่วงละเมิดทางกาย ทางวาจา “มีความประพฤติดีงามสุจริต รักษาระเบียบวินัย มีอาชีวะ
บริสุทธิ์”(พระพรหมคุณาภรณ์,2550) อันเป็นเหตุให้ ผู้รักษาลุดพ้นจากทุกข์ มีปกติเห็นภัยในโทษแม้เล็กน้อย
สมาทานศึกษาอยู่ในสิกขาบททั้งหลายไว้ในตน

2. เป็นพหูสูต ทรงพระสูตรทั้งหลายรวมทั้งพระวินัยปิฎกและนิกาย สัมมุตตะเป็น ผู้ได้ฟังมากซึ่ง
ธรรมทั้งหลายที่มีความงามในเบื้องต้น มีความงามในท่ามกลาง มีความงามในที่สุดประกาศพรหมจรรย์พร้อม
ทั้งอรรถและพยัญชนะ บริสุทธิ์ บริบูรณ์ครบถ้วน แล้วทรงจำไว้ได้คล่องปาก ขึ้นใจแทงตลอดดีด้วยทิวฐิ (รู้แจ้ง
ธรรมโดยผลและเหตุด้วยปัญญา) (อง.จตุกก.อ. 2/22/300) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2556)

3. เป็นผู้มิตมิตร (มิตรที่มีคุณธรรม คือศีลเป็นต้น) มีสหายดี (เพื่อนร่วมงานที่ดี) มีเพื่อนดี (เพื่อนที่รัก
ใคร่สนิทสนม รู้ใจกัน ซื่อสัตย์ต่อกัน) (อง.ทสก.อ. 3/17/322) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2556)

4. เป็นผู้ว่าง่าย ประกอบด้วยธรรมเป็นเครื่องทำให้เป็นผู้ว่าง่าย อวดทนรับฟังคำ พร่ำสอนโดยเคารพ
แม้ถูกว่ากล่าวด้วยคำหยาบคายก็ทนได้ไม่โกรธไม่กระทำเหมือนบางคน ที่เมื่อถูกท่านให้อโวาทแล้วตอบโต้
หรือไม่ฟังเดินไปเสีย (อง.ทสก.อ. 3/8/42) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2556)

5. เป็นผู้ขยัน ไม่เกียจคร้านในการงานที่จะต้องช่วยกันทำทั้งงานสูงและงานต่ำของเพื่อนพรหมจรรย์
ทั้งหลาย ประกอบด้วยปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาอันเป็นอุบายในการงานที่จะต้องช่วยกันทำนั้น สามารถทำได้
สามารถจัดได้

6. เป็นผู้ใคร่ธรรม (รักพระพุทธพจน์ คือพระไตรปิฎก (อง.ทสก.อ. 3/17/322) (มหาจุฬาลงกรณราช
วิทยาลัย, 2556) ใฝ่ความรู้ใฝ่ความจริง รู้จักพูดรู้จักรับฟัง ทำให้เกิดความพอใจ นำร่วมปรึกษาสนทนา ชอบ
ศึกษา ยินดีปรีดาในหลักธรรมหลักวินัยที่ละเอียดลึกซึ้งยิ่ง ๆ ขึ้นไป) เป็นผู้ฟังและผู้แสดงธรรมอันเป็นที่พอใจ มี
ปราโมทย์อย่างยิ่งในอภิธรรม ในอภินิย (ธรรมที่เป็นเครื่องระงับกิเลส)

7. เป็นผู้ปรารถนาความเพียรเพื่อละอกุศลธรรม เพื่อให้กุศลธรรมเกิด มีความเข้มแข็ง มีความบากบั่น
มั่นคง ไม่ทอดธุระในกุศลธรรมทั้งหลายอยู่

8. เป็นผู้สันโดษด้วยจีวร ปิณฑบาต เสนาสนะ และคิลานปัจจัยเภสัชบริขารตามแต่จะได้

9. เป็นผู้มืสติ คือ ประกอบด้วยสติปัญญาเป็นเครื่องรักษาตนอย่างยิ่ง ระลึกถึงสิ่งที่ทำและคำพูดที่พูดมานานได้

10. เป็นผู้มืปัญญา คือประกอบด้วยปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาเห็นทั้งความเกิดและความดับอันเป็นอริยะ ข้าแรกกิเลสให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ (อง.ทสก. 24/17/31-33) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560)

หลักธรรม 10 ประการนี้มีประโยชน์แก่นมนุษย์อย่างยิ่ง เพราะเป็นเครื่องช่วยให้มนุษย์พึ่งตนเองได้ ดังนั้นความสำคัญของนาถกรรมธรรมมีความสำคัญกับตนเองและผู้อื่นผู้เป็นส่วนร่วมที่ดีของหมู่ชน ซึ่งจะช่วยให้หมู่ชนอยู่ร่วมกันด้วยดีมีธรรม คือหลักประพตติ พึ่งตนเองได้ คือ ทำตนให้เป็นที่พึ่งของตนได้ พร้อมทั้งจะรับผิดชอบตนเอง ไม่ทำตัวให้เป็นปัญหาหรือเป็นภาระถ่วงหมู่คณะหรือหมู่ญาติ ด้วยการประพฤติธรรมสำหรับสร้างที่พึ่งตนเอง (เรียกว่า นาถกรรมธรรม) (พระพรหมคุณาภรณ์, 2545) การพึ่งตนเองมีลักษณะทางพฤติกรรมที่เด่นๆ อยู่หลายลักษณะ คือ (1) เคารพตัวเอง (2) ศึกษาหาความรู้อยู่เป็นนิจ (3) ฝึกฝนตนเองให้มีความสามารถและเชี่ยวชาญ (4) ใช้ความรู้ความสามารถของตนเองให้เต็มที่ ก่อนจะขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น (5) มีความเข้มแข็งอดทน ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคและปัญหาทั้งปวงมีกำลังใจยืนหยัดอยู่บทหนึ่งพูดถึงการฝึกพึ่งตนเองไว้อย่างน่าฟังว่าตนของตนเตือนตนให้พ้นผิด ตนเตือนจิตตนได้ใครจะเหมือนตนเตือนตนไม่ได้ใครจะเตือน ตนชวนเตือนตนให้พ้นภัยเลย”

การพยายามพึ่งตนเองจะก่อให้เกิดการพัฒนาตนเอง เพราะขณะที่ตนทำย่อมจะได้พบอุปสรรคและปัญหาบางประการ ตนก็จะได้พยายามหาทางแก้ไข หากตนไม่สามารถแก้ไขได้ก็จะพยายามปรึกษาหารือคนอื่น นั่นคือการได้มีโอกาสศึกษาเล่าเรียนไปในตัว ทำให้เพิ่มพูนความรู้มากขึ้นเพิ่มพูนทักษะมากขึ้นเป็นการพัฒนาตนเองทางหนึ่ง คนที่พยายามพึ่งตนเอง จะทำให้ผู้อื่นเต็มใจที่จะให้ความช่วยเหลือเพราะไม่มีใครอยากช่วยคนที่ไม่ช่วยตัวเอง ลักษณะการพึ่งตนเองจะเป็นเครื่องกระตุ้นให้เกิดคุณลักษณะที่ดีอย่างอื่น เช่น ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง ทำให้เกิดนิสัยมุ่งมั่นพยายามเกิดมานะ หรือแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง เกิดความคิดริเริ่มสร้างสรรค์และเห็นตนเองมีค่า ดังนั้นคนที่พยายามพึ่งตนเองยืนบนลำแข้งของตนเอง เปรียบเหมือนคนที่ออกกำลังกายอยู่เสมอทำร่างกายแข็งแรงผลที่จะเกิดขึ้นกับผู้ปฏิบัติเอง ผู้ไม่ปฏิบัติก็ไม่เกิดผลขึ้น คนที่พยายามพึ่งตนเองย่อมจะทำตนให้เจริญรุ่งเรืองเพราะ “ตนแลเป็นที่พึ่งตนเอง” (พระพรหมคุณาภรณ์, 2545)

องค์ประกอบของนาถกรรมธรรม

การพึ่งตนเองตามหลักพุทธธรรมนั้น มีหลายประการด้วยกันดังได้กล่าวไว้เบื้องต้น ซึ่งในข้อนี้จะได้กล่าวถึงองค์ประกอบของนาถกรรมธรรมที่ทำให้ผู้ปฏิบัติตามพึ่งตนได้ เป็นที่พึ่งผสมผสานระหว่างที่พึ่งภายนอกและที่พึ่งภายใน 10 ประการเรียกว่า “นาถกรรมธรรม” (ที.ปา. 11/359/438) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560) หมายถึง ธรรมสร้างที่พึ่ง หรือคุณธรรมที่กระทำตนให้เป็นที่พึ่งของตนและคนอื่นได้ ดังต่อไปนี้

องค์ประกอบที่ 1 ศีล คือ การดำเนินชีวิตโดยสุจริต ทั้งทางกาย วาจา และมีระเบียบแบบแผนในการดำเนินชีวิตและในการอยู่ร่วมสังคม หรืออีกนัย ศีล คือความมีวินัย และการปฏิบัติตามกฎเกณฑ์กติกาใน

การอยู่ร่วมกันเพื่อให้มีความสัมพันธ์ที่ดีในสังคม ชีวิตและสังคมจะได้เรียบร้อยราบรื่นไม่สับสนวุ่นวาย เป็นเหตุปัจจัยให้กิจที่ทำได้รับผลดีและมีความเจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้นไป ศิลปินหรือศิลปินอย่างหนึ่งที่มีค่า ไม่ต้องซื้อ ก็สามารถนำมาประดับได้ และไม่ต้องกลัวใครแย่งชิง ทั้งสามารถนำมาประดับได้ตลอดเวลาทุกวัน และประดับได้จนตราบนานกาล ไม่เหมือนกับเครื่องประดับทั่วไป ซึ่งใช้ได้สำหรับคนบางประเภท และบางวัยเท่านั้น เมื่อประดับด้วยเครื่องประดับคือศิลปะแล้วก็ทำให้สวยงาม น่าเข้าใกล้ เย็นใจต่อผู้พบเห็น ซึ่งถ้าบุคคลขาดศิลปะแล้ว ในพระพุทธศาสนาได้กล่าวไว้อย่างชัดเจน ดังนี้ 1. ตายไปแล้วเกิดในอบาย คือเกิดในกำเนิดสัตว์เดรัจฉานเกิดในกำเนิดเปรต เกิดในภูมิของอสุรกาย และเกิดในนรกภูมิใดภูมิหนึ่งตามกรรมชั่วที่ตนทำไว้ 2. ทำให้ทรัพย์สมบัติที่มีอยู่ฉิบหาย ทำให้ยากจน 3. ทำให้ได้รับความทุกข์ความเดือนร้อนในปัจจุบัน และในชาติต่อไป ศิลปินมีอยู่หลายระดับหรือหลายประเภท ท่านจัดแบ่งไว้เพื่อให้เหมาะกับสภาพชีวิตและสังคมหรือชุมชนนั้น ๆ ในการที่จะปฏิบัติเพื่อเข้าถึงจุดหมายของตน (พระพรหมคุณาภรณ์, 2550) ซึ่งชาวพุทธที่จะรักษาศิลปะสามารถทำได้ โดยการงดเว้น หรือเรียกว่า วิริติ ทางพระพุทธศาสนา กล่าวถึง วิริติ 3 ประการ คือ

1. สมาทานวิริติ งดเว้นด้วยการสมาทาน เช่น การงดเว้นด้วยตัวเองและสมาทานรับจาก ผู้มีศิลปะหรือขอศิลปะจากพระสงฆ์นั่นเอง
2. สัมปัตตวิริติ งดเว้นด้วยเหตุที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้า หมายถึงไม่ได้ตั้งใจจะรักษาศิลปะมาก่อนแต่พอมารับหรือเจอเหตุการณ์ที่จะทำให้ตนประพฤติดี ก็เกิดวิริติ งดเว้นในขณะนั้นเอง
3. สมุจเฉตวิริติ งดเว้นได้เด็ดขาด คือ การงดเว้นของพระอริยบุคคลทุกประเภทอันเป็นการงดเว้นจากเบญจเวร ได้เด็ดขาด โดยไม่ต้องสมาทาน เช่น ให้ฆ่าสัตว์ หรือให้ดื่มเหล้าท่านผู้อยู่ในสมุจเฉตวิริติ ก็จะยอมตายเสียดีกว่าที่จะประพฤติดีศิลปะ

องค์ประกอบที่ 2 พาหุสัจจะ มาจากมูลศัพท์เดิมว่า พหุ + สุต กล่าวคือ พหุ แปลว่า มากหลาย และ สุต (สุ + ต) แปลว่า ฟังแล้ว เรียนแล้ว เมื่อแปลเป็นไทยว่า พหุสุต หมายถึง คนผู้ได้ยินได้ฟังมาก ศัพท์ว่า พหุ สุตนี้ เมื่อลงปัจจัย ภาว ตัทธิธ ตามไวยากรณ์บาลีแล้ว รูปศัพท์จะแปลเป็น พาหุสัจจะ แปลว่า ความเป็นผู้ได้ยินได้ฟังมาก สุต แปลว่า ได้ยินหรือได้ฟัง หมายถึง การเรียนโดยตรง ดังนั้น พาหุสัจจะ สุต มีความหมายเหมือนกับพหุสุต (ปิ่น มุกขนัต, 2549) ได้ศึกษาสืบมาก คือ ศึกษาเล่าเรียนสดับรับฟังมาก ความรู้ใดเป็นสายวิชาของตน หรือตนศึกษาในศิลปวิทยาแขนงใด ก็ศึกษาให้ชำนาญ มีความเข้าใจกว้างขวางลึกซึ้ง รู้ชัดเจน และใช้ได้จริง ซึ่งผู้ที่พาหุสัจจะคงแก่เรียนได้คือผู้ที่สนใจศึกษาความรู้ใส่ตนอยู่เสมอ รักการศึกษาล่าเรียน ตั้งใจศึกษาหาความรู้อย่างจริงจังไม่ทอดธุระ โดยมีคุณสมบัติดังนี้ 1. พาหุสสุตา เรียนมากคือ เล่าเรียนสดับฟังไว้มาก 2. ธตา จดจำไว้ได้ คือจับหลักหรือสาระทรงจำไว้ได้แม่นยำ 3. วจสา ปริจิตา คล่องปาก ชำนาญ คือท่องบ่นหรือใช้พูดอยู่เสมอจนคล่องแคล่วแม่นยำ 4. มนसानุเปกขิตา พังซันใจ คือใส่ใจนึกพิจารณาจนเจตนานึกครั้งใดก็ปรากฏเนื้อความสว่างชัด 5. ทิฏฐิยา สุปฏิวิธยา เข้าใจชัดเจนด้วยทิวฏฐิ คือมีความเข้าใจลึกซึ้งมองเห็นประจักษ์แจ้งด้วยปัญญาทั้งในแง่ความหมายและเหตุผล (อง.ปญจก. 22/261/644) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560)

ดังนั้น ความเป็นพหูสูตในที่นี้หมายถึง การเรียนปิฎก 3 ได้แก่ พระวินัยปิฎกพระสุตตันตปิฎกและพระอภิธรรมปิฎก (ขุ.ธ. 25/271/116) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560) สุตะ คือ การฟังมีสุตะน้อย คือ การได้ยินได้ฟังน้อย เกียจคร้าน หลงลืมสติ มีปัญหาทราวม มีสุตะมาก คือ การได้ยินได้ฟังมาก ปราศจากความเพียร มีสติ ตั้งมั่น มีปัญญา (ม.อ. 14/92/107) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560) สุตะเป็น 1 ในองค์ประกอบ 5 ประการ ที่สนับสนุนสัมมาทิฐิ สุตะ คือ การสดับฟังหาความรู้ (อง.ปญจก. 22/63/111) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560)

สรุปได้ว่า ความหมายในคัมภีร์พระพุทธศาสนา พหุสัจจะ คือความเป็นผู้ได้ยินได้ฟังมากเป็นทางหลักเฉียงสำหรับบุคคลผู้ได้ยินได้ฟังน้อย เป็นทางดับสนิทสำหรับบุคคลผู้ได้ยินได้ฟังน้อยเป็น 1 ในสัทธรรม 7 ประการ เป็น 1 ในจระณะธรรม 15 ประการ การพูดเรื่องพหุสัจจะจะเป็นเรื่องดีสำหรับผู้เป็นพหูสูต เป็นเรื่องไม่ดีสำหรับผู้มีสุตะน้อยพหุสัจจะมีความหมายเหมือนกับพหูสูต และ สุต (สุตะ) คือ ความเป็นผู้สดับมาก เป็น 1 ใน 8 คุณสมบัติของภิกษุผู้สั่งสอนภิกษุณี พหุสัจจะ ได้แก่ ผู้ที่ทรงสุตะ สั่งสมสุตะ เป็นผู้ได้ฟังมากซึ่งธรรมทั้งหลายที่มีความงามในเบื้องต้น..ในท่ามกลาง.. ในที่สุด ประกาศพรหมจรรย์พร้อมทั้งอรรถและพยัญชนะบริสุทธิ์ บริบูรณ์ครบถ้วนแล้ว ทรงจำไว้ได้ คล่องปาก ขึ้นใจ แทะตลอดดีด้วยทิฐิ ความเป็นพหูสูต หมายถึง การเรียนพระไตรปิฎก 3 คือ การสดับฟัง หาความรู้ ผู้ได้ฟังธรรม ฯ การมีสุตะมาก คือ การได้ยินได้ฟังมาก การมีสุตะน้อย คือ การได้ยินได้ฟังน้อย พหุสูต เป็น 1 ในองค์ประกอบ 5 ประการ ที่สนับสนุนให้เกิดสัมมาทิฐิ

องค์ประกอบที่ 3 กัลยาณมิตรตตาคือ การคบหาคนดีเป็นเพื่อน เป็นที่ปรึกษาปัญหาของชีวิต กัลยาณมิตรในความหมายทางพระพุทธศาสนา หมายถึง บุคคลที่ชักนำไปสู่การมีปัญญาและความดีเช่น พ่อแม่ ครูอาจารย์ พระศาสนา กัลยาณมิตร มีบทบาทมากในการชักนำบุคคลไปสู่การเรียนรู้และส่งเสริมให้มีการเรียนรู้อย่างถูกต้อง หากมีกัลยาณมิตรช่วยแนะนำบุคคลก็จะถึงการเรียนรู้ได้เร็วขึ้น พระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญบทบาทของกัลยาณมิตรเป็นอย่างสูง เช่น ตรัสว่ากัลยาณมิตรเป็นบุพภาคของการเกิดขึ้นของปัญญาบ้าง หรือ กัลยาณมิตรเป็นธรรมะทั้งหมดบ้าง ดังนั้นบุคคลพึงแสวงหากัลยาณมิตรและพึงเป็นกัลยาณมิตรของผู้อื่น ความสัมพันธ์ทุกชนิดควรเป็นไปด้วยกัลยาณธรรม กล่าวคือสัมพันธ์กันแล้วทำให้ฉลาดขึ้น ไม่ใช่ทำให้เขาโง่ง ฟังตนเองได้น้อยลงเข้าใจผิดเกิดความโลภ ความโกรธ ความหลงในสิ่งคาลาวาสุต พระองค์ได้ตรัสลักษณะของมิตรแท้และมิตรเทียมเอาไว้ โดยมิตรเทียม ได้แก่ คนปกอลอก คนดีแต่พูด คนหัวประจบ คนชักชวนในทางฉิบหาย(ที.ปา.11/20/438) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560) และได้แสดงลักษณะของมิตรแท้ ว่า ทุกข์ทุกข์ด้วย สุข สุขด้วย ปกป้องเพื่อนเมื่อถูกกล่าวถึงในทางเสียหาย และรับรองคนที่พูดสรรเสริญเพื่อน

องค์ประกอบที่ 4 โสวัจสสตา คือ เป็นคนอ่านสอนง่าย ไม่ดื้อรั้นกระด้าง รู้จักรับฟังเหตุผลและข้อเท็จจริง พร้อมทั้งจะแก้ไขปรับปรุงตนเอง ไม่ลุแก่อำนาจของอัตตาธิปไตย นอกจากนั้นพระมหาโมคคัลลานะก็ได้แสดงถึงลักษณะของคนว่าง่ายไว้ 16 ประการ ดังนี้

1. ไม่ใฝ่ต่ำ คือ ไม่ลู่ออกแก่ความอยาก
2. ไม่ยกตัว คือ ไม่ยกตนข่มท่าน

3. ไม่ถือเดียดตลาค คือ ไม่ชี้โกรธ ไม่ฉุนเฉียว
4. ไม่ผูกโกรธ คือ ไม่ผูกอาฆาตจองเวร
5. ไม่รังเกียจ เหยียดหยาม คือ ไม่รังเกียจเพราะฤทธิ์ของความโกรธ
6. ไม่ต่อว่าต่อขาน คือ ไม่พูดคำที่แสดงความโกรธ
7. ไม่โต้เถียง คือ ไม่โต้ตอบผู้ตักเตือน
8. ไม่ตะเพิด คือ ไม่รุกรานผู้ตักเตือน
9. ไม่ย่นคำ คือ ไม่ปรักปรำหรือย่นคำพูดผู้ตักเตือน
10. ไม่กลบเกลื่อน คือ พูदनอเรื่อง ไม่แก้ตัวบิดพลิ้ว
11. พอใจตอบ คือ เมื่อถูกซักถามก็พอใจตอบ ไม่ปิดบัง
12. ไม่ลบหลู่ ไม่ตีเสมอ คือ ไม่ดูถูกดูแคลนหรือต่อว่าผู้ตักเตือน
13. ไม่ริษยา ตระหนี่ คือ ไม่ใจแคบ
14. ไม่โอ้อวด เจ้าเล่ห์ คือ ไม่พูดอวดตัว หรือเล่นเล่ห์เพทุบาย
15. ไม่เป็นคนกระด้าง ดูหมิ่นผู้อื่น คือ เป็นคนอ่อนน้อมถ่อมตน ไม่ยกตนข่มท่าน
16. ไม่ถือแต่ความเห็นของตัวเองไม่ดื้อรั้น คือ ไม่ทำอะไรตามใจตัวเอง เป็นผู้เชื่อฟัง (อง.ทุก.

20/385/411) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560)

องค์ประกอบที่ 5 กิ๊งกรณียะสุ ทักขตา คือ การเอาใจใส่ต่อการงานภาระกิจของหมู่คณะญาติเพื่อน พ้องและชุมชน รู้จักใช้ปัญญาไตรตรองหาวิธีให้ดำเนินการที่เหมาะสม ให้สำเร็จเรียบร้อย ดิغام ซึ่งเป็นการช่วย ทำกิจธุระของผู้อื่น ด้วยความขยัน และด้วยความสามารถของตน นอกจากนั้นยังเป็นการสร้างที่พึ่งให้แก่ตนเอง แล้วยังเป็นการสร้างความรัก เคารพ และเป็นเพื่อความสามัคคีพร้อมเพรียงกันอีกด้วย ดังข้อความปรากฏใน สาราณียธรรมสูตร ดังความว่า “ธรรมที่เป็นที่ตั้งแห่งความระลึกถึง เรียกว่า สาราณียธรรม มี 6 ประการ คือ 1. ตั้งใจช่วยกิจธุระของผู้อื่นด้วยเมตตา 2. ตั้งใจแนะนำสั่งสอนผู้อื่นด้วยเมตตา 3. ตั้งเมตตาจิตแผ่ความ พิจารณาดีไปยังผู้อื่น คือ มีความเมตตาต่อผู้อื่นอยู่เสมอ 4. แบ่งปันลาภที่ตนได้มาโดยชอบธรรมแก่ผู้อื่น คือ ให้ เอื้อเฟื้อเผื่อต่อผู้อื่น ไม่ตระหนี่ถี่เหนียว เห็นแก่ตัวบริโภคนิสัยแต่ผู้เดียว 5. มีศีลอย่างน้อยก็ศีล 5 ไม่ ประพฤติให้เป็นที่ยังเกลียดของสังคม 6. มีทวิภูมิตถวิสัยเหมือนผู้อื่นในสังคม เช่นเชื่อในเรื่องบุญบาป เรื่องกฎแห่งกรรมเรื่องตายแล้วเกิดใหม่ตามหลักพระพุทธศาสนา ไม่เป็นคนหัวรั้นชอบถกเถียงกันในเรื่อง ความเห็นที่ผิดทำนองคลองธรรม “อะยัมปิธัมโม นาถะกะระโณ นี้คือธรรมที่ทำที่พึ่งแก่ตนอีกข้อ หนึ่ง”(อง.ฉก.22/282/322) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560)

องค์ประกอบที่ 6 ธัมมกามตา ผู้ใคร่ในธรรม คือ รักความถูกต้อง รักความยุติธรรม ความเสมอภาค ในสังคม หรือชอบศึกษา ค้นคว้า สอบถามหาความรู้ความจริง รู้จักพูด รู้จักรับฟัง สร้างความรู้สึกละอายใจ อย่างสบายใจ ชวนให้ผู้อื่นอยากเข้ามาปรึกษาและร่วมสนทนา

องค์ประกอบที่ 7 วิริยารัมภะ มีความเพียรขยัน คือ เพียรทำความดี เพียรละความชั่วทุกอย่างเอาใจต่อหน้าที่อย่างเด็ดเดี่ยว ไม่ทอดทิ้งกลางคัน ไม่ปฏิเสธความรับผิดชอบไม่ว่ากรณีใด ๆ ความเพียรนี้ เป็นค่ากลาง ๆ อาจจะใช้ในทางที่ผิดก็ได้ เช่น เพียรพยายามจะฆ่าคน เพียรพยายามจะลักขโมย อาจจะใช้ในทางที่ถูกก็ได้ เช่น เพียรศึกษาเล่าเรียน เพียรทำมาหากิน เพียรทำลายกิเลส เป็นต้น ซึ่งถ้าเพียรในทางที่ชอบท่านเรียกว่า สัมมาวายามะ เพียรชอบ แต่เพียรในทางผิดท่านเรียกว่า มิจฉาวายามะ เพียรผิด ความเพียรที่เป็นสัมมาวายามะ หรือ เพียรชอบแบ่งออกเป็น 2 ประการ ได้แก่ (1) ความเพียรทางกาย เช่น ทำการงานด้วยกาย หรือปฏิบัติธรรม ทำสมาธิ เดินจงกรม เป็นต้น (2) ความเพียรทางจิต เช่นความเพียรในการละชั่ว ได้แก่ การตั้งใจ อธิฐานในใจว่าจะ ไม่อิจฉาริษยาใคร ไม่ประทุษร้าย แต่มีจิตเพียรเพื่อประกอบความดีตั้งใจ อธิฐานว่าจะปฏิบัติสัปปายะ จะตั้งสัจจะบารมี ออกบวช เป็นต้น ความเพียรทุกชนิดไม่ว่าความเพียรในทางโลก เช่น ความเพียรในการศึกษาเล่าเรียนและในการประกอบธุระหน้าที่หรือประกอบกิจการงาน เป็นต้น หรือความเพียรในทางธรรม คือเพียรละชั่ว ประพฤติดี และเพียรทำใจของตนให้สะอาด ต้องอาศัยขันติ คือความอดทนเป็นตัวหนุนความเพียรจึงจะประสบผลสำเร็จได้ง่ายแต่ถ้าปราศจากขันติเสียแล้วก็ยากที่จะประสบผลสำเร็จได้ซึ่งความอดทนทางพระพุทธศาสนา เรียกว่า ขันติ มี 3 ประการ คือ (1) อิตถีขันติ คือทนต่อการตรากตรำในการทำงาน (2) อธิวาสณขันติ อดทนต่อการเจ็บไข้ได้ป่วย และ (3) ตีติกขาขันติ อดทนต่อความ เจ็บใจ หรืออดทนต่อกำลังของกิเลส

องค์ประกอบที่ 8 สันตฎฐี คือ ความสันโดษ ในทางพระพุทธศาสนาให้ความหมายของสันโดษไว้ 3 ความหมาย ดังนี้

1. ยถาลาภสันโดษ คือ ยินดีตามมีตามได้ ความหมายก็คือ สิ่งใดก็ตามที่เรามีอยู่และได้มาใหม่ เรา ยินดีพอใจในสิ่งนั้น ไม่ว่าของนั้นจะน้อย หรือมากเพียงใด

2. ยถาพลสันโดษ คือ ยินดีตามกำลัง ความหมายก็คือ อย่าทำอะไรให้เกินกำลังของตนเอง เกินกำลังสติปัญญาของตนเองเพื่อที่จะได้ทรัพย์มา ซึ่งถ้าทำเกินกำลังแล้วจะทำให้เดือดร้อนสันโดษในข้อนี้พระพุทธศาสนาสื่อถึง ความรู้จักประมาณในตน รู้จักตัวเอง

3. ยถาสารูปสันโดษ คือ ยินดีตามสมควร ความหมายก็คือ ยินดีด้วยของที่สมควรแก่เพศ ภาวะ และฐานะของตน คือสิ่งใดก็ตามถ้าทำลงไปด้วยความเหมาะสมแก่เพศ ภาวะและฐานะของตน ผู้กระทำให้ ยินดีพอใจทำในสิ่งที่เหมาะสมที่สมควร เช่นนี้เรียกว่า ยถาสารูปสันโดษ (ม.ม.13/285/614) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560)

ดังนั้น สันโดษ คือ ยินดี พอใจในทรัพย์สมบัติ ตำแหน่งหน้าที่และผลสำเร็จต่าง ๆ ที่ตนได้สร้างหรือแสวงหาได้มาด้วยเรี่ยวแรง ความเพียรพยายาม และความรู้ความสามารถของตนเอง โดยทางชอบธรรมและไม่มัวเมาเห็นแก่ความสุขทางวัตถุ

องค์ประกอบที่ 9 สติ มีสติคงมั่น คือ รู้จักกำหนดจดจำ ระลึกการที่ทำ คำที่พูดกิจที่ทำแล้วและที่ต้องทำต่อไปได้ จะทำอะไรก็รอบคอบรู้จักยับยั้งชั่งใจ ไม่ผลีผลาม ไม่เลินเล่อ ไม่เลื่อนลอยไม่ประมาทไม่ยอม

ถาล้างในทางผิดพลาด ไม่ปล่อยปละละเลยทั้งโอกาสในการสร้างคุณความดีระมัดระวังจิตใจของตนไม่ให้ถูกกิเลสครอบงำคำว่า สติ มีความหมายตรงกับคำว่า ไม่ประมาท ดังพุทธพจน์ว่า “ภิกษุทั้งหลาย บรรดารอยเท้าสัตว์บกทั้งหลาย รอยเท้าช้างเป็นรอยเท้าใหญ่ รอยเท้าสัตว์บกอื่น ๆ ย่อมสามารถรวมลงในรอยเท้าช้างได้หมด ฉะนั้นใด ธรรมทั้งหลายบรรดาที่เป็นกุศลทั้งหมด ก็รวมลงในเรื่องความไม่ประมาททั้งหมดฉนั้น” (อง.ทสก. 24/28/449) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560) ดังนั้น คำว่า สติ ที่แปลว่า ระลึกได้คือ ระลึกได้ไม่ประมาท และจะพบ คำว่า สติ คู่ กับคำว่า สัมปชัญญะ หมายถึง ความรู้ตัวโดยที่คนเราจะมีสติได้ท่านกล่าวว่ามีอยู่ 4 ประการ คือ 1. สติสัมปชัญญะ คือ มีสติสัมปชัญญะอยู่เสมอ 2. ไม่คบคนมีจิตปั่นป่วน 3. คบคนที่มีสติปัญญามั่นคง 4. มีสติ มีใจแน่วแน่ในการมีสติ คือ อยากเป็นคนที่มีสติมั่นคง

องค์ประกอบที่ 10 ปัญญา คือ มีปัญญายังรู้เหตุผล รู้ดี รู้ชั่ว คุณโทษประโยชน์ มิใช่ประโยชน์ มองสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงของมัน มีเหตุผลรู้จักใช้ยนิโสมนสิการในการพิจารณาเรื่องต่าง ๆ จนรู้แจ้งในสภาวะของสิ่งทั้งหลาย (ที.ปา. 11/357/281) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560) ปัญญาในทางพระพุทธศาสนาแบ่งออกเป็น 2 ชนิดได้แก่

1. โลกียปัญญา คือ ปัญญาทางโลก คือ ปัญญา รู้จักรักษาตัว ปัญญา รู้จักทำมาหากินหรือปัญญา ความรู้ที่ศึกษากันในทางโลก ตั้งแต่ระดับอนุบาล จนถึงระดับมหาวิทยาลัย เพื่อพาตัวรอดและตั้งตัวได้ในโลก ปัญญาประเภทนี้มีชาวโลกแสวงหากันมาก จนถึงตั้งเป็นหลักการศึกษานี้ของชาติ ที่ทุกคนในชาติต้องศึกษาและควรศึกษาหรือควรได้รับการศึกษา สำหรับปัญญาทางโลก คือ ปัญญาในทางเลี้ยงชีพ ทำมาหากินเพื่อให้อยู่สบายเจริญก้าวหน้าในทางโลกนั่นเอง บางทีก็เป็นเหตุให้ทำบุญ บางทีก็เป็นเหตุให้ทำบาป

2. โลกุตตรปัญญา คือปัญญาทางโลกุตระ หรือปัญญาในทางธรรม หมายถึงการรู้จักบาป บุญ คุณ โทษ ประโยชน์ มิใช่ประโยชน์ เช่น ปัญญาในการรู้เข้าใจในคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า และนำไปสู่ปัญญาขั้นทำลายกิเลสของพระอริยบุคคล ตั้งแต่ขั้นพระโสดาบัน จนถึงพระอรหันต์ เป็นปัญญาเพื่อความสิ้นทุกข์โดยตรง หรือเพื่อความสิ้นทุกข์ในที่สุดซึ่งปัญญาทั้ง 2 ประเภทนั้น มนุษย์สามารถมีปัญญาได้ โดยพระพุทธศาสนาได้กล่าวถึงเหตุของการเกิดปัญญาไว้ 3 ประการ (ที.ปา. 11/228/231) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2560) ได้แก่

(1) สุตมยปัญญา คือ ปัญญาเกิดจากการฟัง ได้แก่ ปัญญาที่เกิดจากการฟังมาจากผู้อื่นเช่น จากการศึกษาเล่าเรียน จากครู จากการอ่านหนังสือ หรือจากการดูในด้านทัศนศึกษาปัญญาประเภทนี้มีการชวนชวากันมากในปัจจุบัน เพื่อให้เกิดขึ้นแก่คนในชาติ โดยชาติต่าง ๆ ทั่วโลกได้สร้างสถาบันการศึกษาในระดับต่าง ๆ ในชาติของตนขึ้น ผลิตหนังสือหรือตำราเรียนประเภทต่าง ๆ จัดให้มีโสตทัศนศึกษาและโสตทัศนูปกรณ์ขึ้น ดังนั้น สุตมยปัญญานี้จึงมีความสำคัญมากต่อการพัฒนาตนเองและสังคมในชาติผู้มีปัญญาประเภทนี้ คือได้รับการศึกษาดีจนจบปริญญาสาขาใดสาขาหนึ่ง หรือหลาย ๆ สาขา ในการศึกษาทุกระดับ ย่อมสร้างที่พึ่งให้แก่ตนได้อย่างหนึ่ง คนในโลกทั่วไปจึงมักแสวงหาปัญญาชนิดนี้กันมากกว่าปัญญาอีก 2 ข้าง

ปลาย เพราะเป็นปัญญาที่ทำให้เกิดขึ้นไม่ยากนัก และนิยมแสวงหาปัญญาชนิดนี้กันมากในปัจจุบัน เพราะคนทั่วไปสามารถทำให้เกิดขึ้นได้

(2) จินตามยปัญญา คือ ปัญญาเกิดจากการคิด ปัญญาชนิดนี้เกิดจากการค้นคิดพิจารณาหาเหตุผล บุคคลไม่ได้ฟังมาจากผู้อื่นหรือไม่ได้อ่านหนังสือหรือตำราเรียนใด ๆ หรือไม่ได้จากแหล่งอื่นใดที่คนอื่นทำขึ้น แต่ได้ทำปัญญาของตนให้เกิดมีขึ้นด้วยการขบคิดค้นคว้าของตนเองคิดหาเหตุผลเอาเองจนเกิดปัญญารู้ชัดขึ้นในเรื่องนั้น ๆ อย่างที่นักวิทยาศาสตร์ได้ค้นคิดประดิษฐ์สิ่งใหม่ขึ้นมาเป็นอันมากในปัจจุบัน ก็ต้องใช้ปัญญาในข้อนี้มากปัญญาชนิดนี้ ทางพระพุทธศาสนาเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า โยนิโสมนสิการ การทำไว้ในใจโดยอุบายแยบคาย คือ การใช้ความคิดให้ถูกวิธีการมองสิ่งทั้งหลายด้วยการพิจารณาสืบหาต้นคว้า การแสวงหาเหตุผลตลอดสาย การแยกแยะออกวิเคราะห์ด้วยความคิดที่เป็นระเบียบ โดยอุบายวิธีให้เห็นสิ่งนั้น หรือปัญหานั้น ตามสภาวะ และตามความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัยสถาบันวิจัยค้นคว้าในเรื่องต่างในสถาบันการศึกษาและในทางวิทยาศาสตร์เป็นอันมากในปัจจุบัน ที่ได้เกิดขึ้นเพื่อให้ได้ปัญญาชนิดนี้

(3) ภาวนามยปัญญา คือ ปัญญาเกิดจากการอบรม เป็นปัญญาที่เกิดแต่การฝึกอบรมลงมือปฏิบัติ ปัญญาตัวนี้เองเป็นปัญญาที่ต้องการมากในทางพระพุทธศาสนา โดยเฉพาะการทำที่พึงแก่ตน เพราะทำให้ได้ความสงบสุขด้านจิตใจ ไปจนถึงการสิ้นทุกข์ในที่สุด เพราะปัญญาที่เกิดจากภาวนา คือการพัฒนาจิตใจของตนให้สูง ปัญญาชนิดนี้เป็นปัญญาที่สัมผัสสิ่งทั้งหลายด้วยตัวของตัวเอง ถ้าเปรียบเทียบกับความรู้ซึ่งถึงความร้อนของไฟ ปัญญาประเภทนี้เปรียบเหมือนเราไปจับไฟแล้วก็รู้ซึ่งถึงความร้อนของมันเพราะเราได้จับต้องด้วยตัวของเราเอง

สรุป

ที่พึงในแนวนาถรณ์ธรรมนี้ ประเด็นสำคัญหลักใหญ่ คือ (1) การสร้างที่พึงแก่ตนเอง ได้แก่ ศีล ช่วยให้พึ่งตนเองในด้านความประพฤติ ทางกาย และวาจาที่ดำรงเป็นสุภาพชนเป็นมิตรต่อสาธารณะชนได้ทุกคนชั้น พหุสัจจะ การศึกษาทรงจำไว้มาก เป็นที่พึ่งแก่ตนเองในด้านความคิด เขว้าปัญญาเพื่อเป็นข้อมูลนำมาประกอบสำหรับการแก้ปัญหาต่าง ๆ โสวัจัสสตา ช่วยให้เป็นคนอ่อนโยน มีมารยาทผู้ดี วัริยารัมภะ ช่วยให้เป็นคนมุนานะเป็นนักต่อสู้กับปัญหาและอุปสรรคที่เกิดแก่ตนเอง และการทำงานที่มุ่งมั่นด้วยใจเด็ดเดี่ยวกล้าหาญ สันตุฎฐี ช่วยให้เรามีสภาพจิตที่ปกติไม่ยินดียินร้าย ต่อทรัพย์สินสมบัติและหน้าที่การงานของคนอื่น แต่เป็นกำลังใจให้ตนเองมีพลังต่อสู้โดยสันติวิธีในการได้มาซึ่งหน้าที่การงานตำแหน่งทางสังคม ไม่ใช่แย่งมาหรือใช้อำนาจที่ไม่ชอบธรรม ส่วน สติ ช่วยให้ทำงานด้วยความไม่ประมาท และปัญญา ช่วยให้พิจารณาสิ่งต่าง ๆ โดยรอบคอบมีเหตุผลที่ควรแก่งานชนิดนั้น (2) การสร้างที่พึงที่เกี่ยวกับคนอื่น คือ ข้อกัลยาณมิตรตาด การคบเพื่อนที่ดียอมนำประโยชน์สุขมาให้ ถ้าคบเพื่อนแล้ว ก็เลวไปด้วยเพราะคบคนเช่นใดก็เป็นคนเช่นนั้น และข้อ กิงกรณียะสุ ทักขตา สงเคราะห์ลงในการพึ่งพากันและกับทางสังคม เนื่องจากต้องคอยช่วยเหลือส่งเสริมให้การอุทหนุน

ในด้านมนุษยธรรมต่อเพื่อนมนุษย์ เช่น ช่วยผู้ประสบภัยจากภัยอันตรายบนท้องถนนช่วยเหลือเพื่อนบ้าน ช่วยเหลือนักเรียนด้วยกัน เป็นต้น

เอกสารอ้างอิง

ปิ่น มุทุกันต์. (2549). มงคลชีวิต. กรุงเทพมหานคร: สร้างสรรค์บุ๊คส์.

พระธรรมเมธาภรณ์ (ระแบบ วิฑูรย์). (2542). *โลกและชีวิตในวิถีแห่งธรรม*. กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2551). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์*. พิมพ์ครั้งที่ 12. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

_____. (2550). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม*. พิมพ์ครั้งที่ 12. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จันทร์เพ็ญ.

_____. (2545). *ธรรมานุชีวิตพุทธจริยธรรมเพื่อชีวิตที่ดีงาม*. พิมพ์ครั้งที่ 10. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัทสหธรรมมิก จำกัด.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2560). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

_____. (2556). *อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.