

บทที่ ๓

ฆราวาสธรรมกับการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

คนเราที่จะเป็นผู้ครองเรือนได้ดีไม่ใช่ขึ้นอยู่กับวัยหรืออายุ ไม่ใช่ว่าตัวโตแล้วก็จะสามารถครองเรือนได้ดีทุกคน แต่ใครจะมีความสามารถเหมาะสมเพียงใด อยู่ที่คุณสมบัติของตัวผู้นั้น คือศีลธรรม เป็นคนมีเหตุผล ไม่ใช่ทำอะไรตามอารมณ์ คุณสมบัติความดีความงามทั้งสี่อันมีอยู่ในจิตใจของคน เช่น ความเมตตา กรุณา ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความกตัญญู กตเวที และอื่นๆ

คนที่มีศีลธรรมคือคนที่มีความดีทางใจ ความดีในจิตใจของผู้ครองเรือนนั้น พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงไว้ ๔ ข้อนี้เป็นข้อจำเป็นขาดไม่ได้ ถ้าขาดข้อใดข้อหนึ่งการครองเรือนจะเสีย เหมือนเราจะปลูกบ้านปลูกเรือน ต้องมีเสาอย่างน้อยสี่เสา ถ้าตัวเรือนเอาไว้ บ้านจึงเป็นบ้าน และลักษณะจิตใจของผู้ครองเรือนอย่างน้อยต้องมี ๔ คุณสมบัติ ซึ่งพระพุทธเจ้าตรัสว่า “ฆราวาสธรรม”^๑

๓.๑ ข้อควรปฏิบัติของฆราวาส

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เมื่อครั้งที่ยังไม่เข้าสู่บรรพชาในชาติสุดท้ายของพระองค์นั้น ทรงมีพระนามว่า สิทธัตถะ เป็นราชโอรสของพระมหากษัตริย์แคว้นหนึ่งในชมพูทวีป ผู้ทรงมีอำนาจและรุ่งเรืองมากในยุคนั้น ซึ่งเมื่อพระองค์ประสูติ ได้มีบรรดาโหราจารย์ต่าง ๆ ได้ให้คำพยากรณ์ว่า หากแม้พระองค์อยู่ในฆราวาสก็จะได้เป็นมหาราชองค์หนึ่ง

แต่ต่อมาพระพุทธองค์ทรงเบือนหน้าต่อชีวิตมนุษย์ ที่ต้องมีการ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ไปโดยเปล่าประโยชน์ ไม่มีสิ่งใดที่เป็น แก่นสารในชีวิต หรือเป็น ความสุขอันแท้จริง เลย พระพุทธองค์จึงเพียรหาครูบาอาจารย์ เพื่อที่จะหาหนทาง หรือวิธีการที่จะประพฤติดตนให้หลุดพ้นจากสิ่งที่ยึด นั่นคือ กฎแห่งกรรม ที่มนุษย์เราทุกคนจะต้องหมุนเวียนว่าย ตาย เกิด อยู่ใน วัฏสงสารตามวาระเวลาแห่ง กรรมดี หรือ กรรมชั่ว ที่จะอุบัติขึ้น

แต่ก็ไม่มีผู้ใดที่สามารถสอนให้พระองค์สามารถหลุดพ้นจากสิ่งเหล่านี้ได้ และในที่สุดพระพุทธองค์ก็ได้ทรงบำเพ็ญเพียรการประพฤติดปฏิบัติด้วยพระองค์เองในทุกอิริยาบถ ไม่ว่าจะเป็น การเดิน ยืน นั่ง หรือนอน จนบรรลุเข้าสู่ พระโพธิญาณ พร้อมด้วย พระปัญญาธิคุณ พระวิสุทธิคุณ

^๑ พ.อ.ปิ่น มุกขนันต์, เรือนชั้นใน-เรือนชั้นนอก, พิมพ์ครั้งที่ ๑๖, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทสร้างสรรค์บุ๊คส์ จำกัด, ๒๕๔๒), หน้า ๓๓.

พระกรุณาธิคุณ และพระเมตตาอันสูงส่ง ซึ่งพระองค์ได้นำ พระธรรมคำสอน ที่พระองค์ทรง ตรัสรู้ด้วยพระองค์เอง ออกโปรดต่อผู้ใกล้ชิดที่ยังมีความเป็น ปุถุชน แต่เป็นผู้ที่ขวนขวาย และใฝ่ในพระธรรม จนบรรลุเข้าสู่การเป็น โสดาบัน สกิทาคามี อนาคามี และ อรหันต์เจ้า เป็นลำดับ จนบังเกิดมีพระรัตนตรัย คือ พระพุทธ พระธรรม และ พระอริยสงฆ์ ขึ้นใน พุทธศาสนา

พระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้ธรรมอันบริสุทธิ์และมีแก่นสารแท้จริงทั้งสิ้น คือ เป็นคำสอนที่ใช้ได้ทุกยุคสมัย ถึงปัจจุบัน ธรรมของพระพุทธองค์ก็เป็นคำที่เที่ยงแท้มีสาระประโยชน์ แม้นมนุษย์ ปุถุชนผู้ยังต้องประกอบสัมมาชีพและมีครอบครัวอยู่ก็สามารถนำไปใช้ได้ ดังที่พระพุทธองค์ได้ทรงตรัสว่า “ตถาคตได้แสดงหมดจดแล้วบริบูรณ์แล้ว ธรรมของตถาคตนั้นแหละเป็นตัวแทนของตถาคต ขอให้เหล่าพรหมเทพเทวะ ญาติโยมทั้งหลาย จงสนใจในธรรมคำสอนของตถาคตเถิด และทุกสิ่งทุกอย่างก็จะสูญหายไปในการเวลาครบห้าพันปี”

แต่มนุษย์ทุกคนยังเป็นผู้ที่หลงอยู่ในทิฐิ โมหะ และในสิ่งที่พึงปรารถนา คือ ยึดถือทรัพย์สมบัติเป็นใหญ่ และสิ่งที่มีความผูกพันต่าง ๆ คือ สิ่งที่เป็นวัตถุนอกกาย ตลอดจนผู้ที่เป็ญาติมิตรหรือผู้ที่อยู่ในครอบครัว เพราะฉะนั้น พระพุทธองค์จึงได้ทรงตรัสเอาไว้เป็นสิ่งที่เตือนใจอย่างชัดเจนว่า “ดูเถิดโยมทั้งหลาย สิ่งเหล่านี้เป็นของนอกกาย จิตวิญญาณหลุดจากร่างกายหายพานี้ไป มีอะไรบ้างที่ติดตัวไป ให้พิจารณาเถิด มีแต่กรรมดีและกรรมชั่วในการกระทำของตัวเราเองเท่านั้นที่จะติดตัวไป”

พระธรรมคำสั่งสอนในครั้งพุทธกาลนั้น ไม่ได้ให้ฆราวาสละทุกสิ่งทุกอย่างเพื่อเข้าสู่เพศบรรพชิต แต่เป็นการเริ่มต้นจากฆราวาสซึ่งเป็นมนุษย์ปุถุชน ผู้ยังมีกิเลสอยู่มาก มีภาระหน้าที่ต้องรับผิดชอบ และมีครอบครัวที่ต้องดูแลรับผิดชอบ พระพุทธองค์ทรงสอนเน้นให้ฆราวาสรู้จักแบ่งเวลาการใช้ชีวิตประจำวัน ให้เป็นสาระประโยชน์ที่ถูกต้อง โดยแบ่งเวลาออกเป็น ๓ ส่วน ซึ่งเป็นหลักการประพฤติปฏิบัติ คือ

๓.๑.๑ หลักสัมมาอาชีพ^๒

ฆราวาสต้องมีการประกอบสัมมาอาชีพ เพื่อให้เกิดมีทรัพย์ในการแลกเปลี่ยนปัจจัยที่สำคัญที่ จำเป็นต่อการดำรงชีวิตประจำวันของตนและครอบครัว ผู้เกี่ยวข้อง บริวาร เป็นต้น และต้องเป็นสัมมาอาชีพที่สุจริต ไม่เบียดเบียนผู้อื่น โดยมีแนวทางที่เป็นหลักสำคัญอยู่ ๓ ประการ คือ

^๒ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **ธรรมานุญิวัด**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๘๐, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์โนเบิล พรินต์, ๒๕๕๔), หน้า ๗๑-๑๑๐.

๑. มีความซื่อสัตย์สุจริตต่อหน้าที่ของตนเองหรือผู้ที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนทรัพย์สินที่เป็นของส่วนรวมในสัมมาอาชีพที่ตนกระทำอยู่ คือ ต้อง ไม่แสวงหาประโยชน์โดยเอาตำแหน่งหน้าที่การงานเป็นเครื่องมือบังหน้าหรือใช้อำนาจหน้าที่กอบโกยผลประโยชน์หรือโกงเอาทรัพย์สินของส่วนรวมมาเป็นของตน ตลอดจนหลอกลวงหรือฉ้อโกงเพื่อนร่วมงานหรือใช้เป็นเครื่องมือในการแสวงหาผลประโยชน์ รวมถึงการ บีบบังคับหรือกดขี่เบียดเบียนหรือหาเรื่องใส่ร้ายป้ายสีให้เกิดความเสียหายเสียชื่อเสียง

๒. มีความมูมานะบากบั่น และขยันหมั่นเพียรในการประกอบสัมมาอาชีพโดยไม่เกียจคร้านหรือท้อแท้เบื่อหน่าย คือ เป็นผู้ที่มีความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติงานในสัมมาอาชีพให้เกิดผลสำเร็จโดยไม่หวั่นต่อปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้นทั้งปวง

๓. มีความรับผิดชอบต่อสัมมาอาชีพของตน โดยคำนึงถึงการกระทำที่ไม่เป็นการเบียดเบียนต่อตนเอง หรือผู้อื่น หรือกระทำการใดที่อาจก่อให้เกิดความเสียหายต่อหน้าที่ที่รับผิดชอบขึ้นได้ ทั้งนี้ การเบียดเบียน นั้นหมายถึง การ ไม่กระทำผิดต่อหน้าที่ของตนเอง การ ไม่เอาเปรียบผู้อื่น ตลอดจนการ โยนความรับผิดชอบให้ผู้อื่น

๓.๑.๒ หลักครอบครัว

การสร้างความสงบ ความสันติสุข ให้เกิดขึ้นในครอบครัว โดยการให้ความดูแลเอาใจใส่ต่อผู้ที่อยู่ในครอบครัวให้มีความสุข มีความรักใคร่กลมเกลียวกัน มีความเข้าใจใน ความรับผิดชอบใน ความผูกพันต่าง ๆ ตลอดจนภาระหน้าที่ที่มีต่อกันเพื่อการอยู่ร่วมทุกข์ร่วมสุขด้วยความอบอุ่นและสามัคคีปรองดองกัน โดยมีหลักสำคัญที่ควรปฏิบัติใน ๔ ประการ คือ

๑. บำรุงบิดามารดาที่ยังมีชีวิตอยู่ บิดามารดานั้นถือว่าเป็นผู้มีพระคุณที่ให้กำเนิดเรามา ฉะนั้นจึงมีความจำเป็นจะต้องปฏิบัติต่อท่าน เพื่อเป็นการตอบแทนพระคุณของท่าน โดยเชื่อฟังและประพฤติตนตามโอวาทของท่าน ให้อยู่ในทางที่ถูกต้องเอาใจใส่ดูแลบำรุงรักษาสุขภาพร่างกายและจิตใจของท่าน ช่วยประกอบภารกิจ และการงานต่าง ๆ รวมทั้ง รักษาชื่อเสียงวงศ์ตระกูลที่สืบทอดต่อมา

๒. บำรุงสามีภรรยา สามีภรรยานั้น ต่างมีหน้าที่ที่จะต้องปฏิบัติกันอย่างถูกต้อง เพราะทั้งสองต่างก็พร้อมใจที่จะอยู่ ร่วมทุกข์ ร่วมสุข ด้วยกันทั้งสองฝ่าย จึง ควรที่จะศึกษา และ รักษา ภาวะจิตใจ ให้เกียรติ ยกย่องซึ่งกันและกัน ไม่กระทำการใด ๆ ที่เป็นการดูหมิ่น หรืออาจเกิดการ ผิดพลาดจนทำให้เกิดความเสียใจและแตกแยกกัน

๓. เลี้ยงดูและให้การศึกษาคูบวชบุตรธิดา บุตรธิดานั้น เป็น ผู้ที่จะสืบตระกูล หรือสืบทอด ในการกระทำของพ่อ-แม่ หน้าที่ขั้นต้นของบิดามารดา ต้องดูแลเลี้ยงดู และ อบรมให้เป็นคนดี จนกว่าจะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ รวมถึง การส่งเสริมให้ได้รับการศึกษา จนสามารถมีความรู้ที่จะนำไปใช้

ประกอบอาชีพเลี้ยงตัวได้ เมื่อจะมีครอบครัวก็รู้จักแนะนำในเรื่อง การดำเนินชีวิตครอบครัว ที่จะทำให้เกิดความสุข ตลอดจนในการประพาศดินให้ เป็นประโยชน์ต่อสังคม และการ ปฏิบัติตนตามคำสอนของพระพุทธองค์

๔. คุณผู้ใกล้ชิดและบริวาร ปกติแล้ว ผู้ที่ประกอบและสร้างความดี ย่อมมีผู้ใกล้ชิด และมีบริวารเป็นผู้คอยรับใช้ช่วยเหลือในกิจการงาน ฉะนั้น จึงต้องให้รู้จัก มีการดูแล โดยให้ที่อยู่อาศัย ให้ปัจจัยในการใช้จ่ายในสิ่งที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต ตอบแทนแรงงานที่คอยรับใช้ ช่วยขจัดปัดเป่าบรรเทาทุกข์ตามที่สมควร และให้การ บำรุงขวัญและกำลังใจ รวมทั้ง อบรมสั่งสอนให้เป็นผู้มีคุณธรรม

๓.๑.๓ หลักศาสนกิจ

เป็นส่วนที่สำคัญยิ่งต่อจิตวิญญาณ เป็นภาระหน้าที่ที่พุทธศาสนิกชนจะต้องกระทำ เพื่อให้เกิดบุญกุศล และอานิสงฆ์ทั้งหลาย ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของการทำบุญ ทำกุศล การฟังธรรม เทศนา ตลอดจนการรักษาศีล เจริญภาวนา ปฏิบัติธรรมสมาธิ เพื่อให้เกิดความสงบเข้าสู่จิตใจอย่างแท้จริง โดยมีหลักดังนี้คือ

๑. การสร้างอานิสงฆ์บุญกุศล

มนุษย์มีการกระทำในอดีตชาติเป็นกรรมดี และกรรมชั่ว ของแต่ละผู้แต่ละนาม ซึ่งเป็นสิ่งผลักดันให้มาเกิด เพื่อชดใช้หนี้กรรมนั้น ๆ มนุษย์เราจึงเกิดมาแตกต่างกันไปตามกรรมของตน เพราะมีกรรมดี กรรมชั่วที่จะส่งผลให้มาเกิดเป็น เศรษฐี พ่อค้า ข้าราชการ หรือยากจนไร้ หรือแม้แต่ ลักษณะรูปพรรณของแต่ละผู้ ที่เกิดมามีสูง ต่ำ ดำ ขาว หรือไม่ครบอาการ ๓๒ ประการ ก็เป็นเรื่องของกรรมดี และกรรมชั่วของตนสลับกันไปตามวาระแห่งกรรม

พระพุทธองค์จึงสอนให้มนุษย์เรา รู้จักหมั่นสร้างบุญ สร้างกุศล เพื่อการ ชดใช้หนี้กรรมต่อเจ้ากรรมนายเวร ให้หมดสิ้นไป เพราะเหล่า เจ้ากรรมนายเวร ก็คือ ดวงวิญญาณและสรรพสัตว์ทั้งหลายที่มนุษย์ได้เคยล่วงเกินต่อกันด้วย กาย วาจา ใจ จนก่อเกิดเป็นหนี้กรรมซึ่งกันและกัน มีการผูกอาฆาตพยาบาทติดตามตน เพื่อรอระยะเวลาการชดใช้หนี้กรรมมาโดยตลอด

และเมื่อถึงวาระการชดใช้หนี้กรรม ก็จะเป็นเหตุให้อีกฝ่ายหนึ่งต้องประสบแต่ความ ทุกข์ ภัย ทุกข์ใจ ในทุก ๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นด้าน สัมมาอาชีพ ครอบครัว สุขภาพร่างกาย และ จิตใจ ตลอดจน การประพาศปฏิบัติธรรม ก็จะมีแต่ความเดือดร้อน ประสบแต่วิบากกรรม หรือมีอุปสรรคต่าง ๆ นานา จนเกิดความวิบัติ และความวุ่นวาย ต่อผู้ที่ต้องชดใช้หนี้กรรมตามวาระของตน

พระพุทธองค์ได้ทรงบัญญัติไว้ว่า การทำบุญทำกุศลต่อผู้มีศีลบริสุทธิ์จะได้บุญเช่นใด ผู้ที่มีศีลรองลงมาหรือทำบุญกับผู้มิดีจะ ผู้มีพระคุณหรือแม้แต่ทำบุญต่อ สัตว์เดรัจฉานที่หิวโหยจะได้บุญเช่นใด

นั่นคือ การทำบุญทำกุศลจะมีอานิสงส์ เกิดขึ้นเป็นทอดๆ กันลงมา อันได้แก่ การทำบุญกับพระพุทธองค์ พระอริยสงฆ์ บิณฑบาต พรหม เทพ เทวา ผู้ทรงศีล หรือสมมุติสงฆ์ ผู้ปฏิบัติปฏิบัติชอบ มนุษย์ หรือแม้แต่ สัตว์เดรัจฉานทั้งหลาย นั้น พระพุทธองค์ก็ยังทรงนับว่าเป็นการทำบุญทำทานต่อผู้ยากไร้ ก็จะเกิดเป็นอานิสงส์บุญกุศลแก่ผู้นั้นได้เช่นกัน และขั้นตอนสุดท้าย คือ การอุทิศส่วนกุศล เป็นบุญทานให้กับเหล่าดวงวิญญาณ และสรรพสัตว์ทั้งหลาย

การที่พระพุทธองค์ได้บัญญัติให้การทำบุญทำกุศลกับ บิณฑบาต นั้น มีอานิสงส์รองลงมาจาก พระพุทธองค์ และ พระอริยสงฆ์ นั้น เพราะ บิณฑบาต เปรียบเสมือนเป็นพระอรหันต์ของผู้เป็นบุตร ธิดา ที่เราจึงสมควรที่จะมีความ กตัญญูกตเวทิตา รู้จักการ ตอบแทนพระคุณของท่าน

การทำบุญทำกุศล เพื่อการชดใช้หนี้กรรมให้กับเจ้ากรรมนายเวรได้เป็นอย่างดีตามคำสอนของพระพุทธองค์ ก็คือการทำ สังฆทาน ซึ่งการทำสังฆทานนี้ มิใช่เป็นการกระทำตามประเพณีนิยม ที่แพร่หลายอยู่ในแบบปัจจุบัน แต่ว่าเป็นการทำ สังฆทานตามสมัยครั้งพุทธกาล คือเป็นการนำ ภัตตาหาร พร้อมด้วย เครื่องสักการะ อันประกอบด้วย ดอกไม้ รูป เทียน ถวายต่อ พระผู้ทรงศีล หรือที่ ประพฤติดี ประพฤติชอบ ด้วย อาหารคาว-หวานที่บริสุทธิ์ ปราศจากเนื้อสัตว์ที่เป็น การเบียดเบียนชีวิต และเลือดเนื้อสัตว์ทั้งปวง

เพราะการที่นำอาหารที่ประกอบขึ้นจากเนื้อสัตว์ไปทำบุญนั้น ก็จะเป็น การทำบุญ และได้บาปไปพร้อมกัน ด้วยเป็นการเบียดเบียนต่อชีวิต สรรพสัตว์ ที่เป็น เพื่อนร่วมทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกันทั้งสิ้น ซึ่งเป็นสิ่งที่ขัดต่อคำสอนใน สิลข้อแรกของพระพุทธองค์ อย่างเห็นได้ชัด เราควรจะต้องพิจารณาว่า ผลบุญที่เกิดขึ้นนี้ จะพอเพียงกับ ผลบาป ที่เราจะได้รับใน การทำบุญด้วยเนื้อสัตว์ หรือไม่ เพราะการทำบุญทำกุศลในปัจจุบันเป็นเพียง การทำบุญตามประเพณี กันเท่านั้นเอง มิใช่ การทำบุญที่ถูกต้อง อย่างแท้จริงตาม คำสอนของพระพุทธองค์

การทำบุญทำกุศลตามประเพณี นั้น คือ การกระทำที่เปลี่ยนแปลงไปตามวาระเวลา ในแต่ละพื้นเมือง แต่ละสถานที่ ถึงแม้ว่า พระธรรมคำสั่งสอน จะมาจากพระพุทธองค์เหมือนกัน แต่ก็ถูกบิดเบือน และเปลี่ยนแปลงไปในแต่ละแคว้นเมือง จนบังเกิดเป็นขนบธรรมเนียมประเพณีที่แตกต่างกันไป สุดแท้แต่แคว้นเมืองใดจะยึดถือปฏิบัติเช่นใด ก็กลายเป็นประเพณีของแคว้นเมืองนั้นไป

สำหรับประเทศไทยปัจจุบันก็นิยมทำบุญทำกุศลโดยการยึดถือเอาวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา และวันที่สำคัญ จนกลายเป็นขนบธรรมเนียมประเพณีเช่นกัน

๒. วันสำคัญทางพระพุทธศาสนา และประเพณี

วันสำคัญของพระพุทธศาสนาที่เรารู้จักกันดีนั้น ได้แก่ วันมาฆบูชา วันวิสาขบูชา วันอาสาฬหบูชา วันเข้าพรรษา และ วันออกพรรษา ซึ่งเป็นวันที่ชาวพุทธทั้งหลายได้ยึดถือปฏิบัติกันมา เป็นประเพณีอันดีงาม และมีความสำคัญยิ่งต่อพระพุทธศาสนา เป็นการแสดงการน้อมระลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณของพระพุทธองค์ โดยการจัดดอกไม้ ธูป เทียน เพื่อการเดินทักษิณาวรรต ถวายเป็นพุทธบูชา ธรรมบูชา และ สังฆบูชา

๓. การฟังพระธรรมเทศนา

การฟังพระธรรมเทศนาเป็นเครื่องขัดเกลาจิตใจที่หมกมุ่นอยู่ในตัวเรตลอดจนเป็นการ จรรโลงจิตใจ ให้มุ่งประพฤติปฏิบัติตนแต่ในสิ่งที่ดีงาม และปัจจัยสำคัญยิ่งก็ คือ เป็นการเตือนสติตัวเราเอง ให้รู้ถึง เหตุแห่งทุกข์ และความวุ่นวาย หรือความวิบัติต่างๆ ที่เป็นผลสืบเนื่องมาจาก การกระทำที่ผิดพลาดของเรา บังเกิดเป็น หนี้กรรม ที่ได้กระทำไว้ในอดีต ให้รู้ว่าการกระทำใดที่เป็น บุญ และการกระทำใดที่เป็น บาป เพื่อให้เกิด ความละอายในบาป ที่เกิดจากการกระทำของตนเอง เกิด ความเกรงกลัวต่อบาป ที่เป็น ผลของกรรม ที่จะติดตามมาภายหลัง และได้เป็นสิ่งที่เตือนตนให้ ละจากการกระทำที่เป็นบาปเพื่อ มุ่งกระทำแต่สิ่งที่ดีงาม ที่เป็นบุญเพียงอย่างเดียว

ดังนั้น จึงสามารถสรุปให้เป็น หัวใจของการฟังพระธรรมเทศนา ได้ดังนี้

๑) เพื่อให้ เกิดความรู้ เพราะการได้ฟังธรรมย่อมเป็นประโยชน์ เกิดความรู้ความเข้าใจ ในคำสอนต่าง ๆ ที่พระพุทธองค์ได้ทรงตรัสไว้ ซึ่งคำสอนเหล่านั้นเป็น คำตาย คือ ใช้ได้ทุกยุคทุกสมัย

๒) เพื่อให้รู้จักนำความรู้ที่ได้รับจากการฟังธรรมเทศนา มา พิจารณาให้เกิดปัญญา โดยการแยกแยะเปรียบเทียบ กับตัวเองใน การประพฤติปฏิบัติ และการกระทำ ของตนเองในอดีตที่ผ่านมา ว่ามีสิ่งใดบกพร่องผิดพลาดที่ควรแก้ไข เพื่อใช้ความรู้นั้นเป็น เครื่องช่วยแก้ไข และในทำนองเดียวกัน คือการนำมาพิจารณาประพฤติปฏิบัติในปัจจุบันเพื่อให้เกิดผล และนำผลที่เกิดขึ้น มาตรวจสอบ และประมวลไว้เป็นข้อพิจารณา เป็นความรู้อันใหม่ ที่เกิดขึ้น เป็นบรรทัดฐานที่จะใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อไป คือ ตัวปัญญา นั่นเอง

๓) เพื่อให้ รู้จักนำปัญญาที่เกิดขึ้นไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน เพื่อตัวเอง ครอบครัว และส่วนรวม กล่าวคือ นำปัญญาไปใช้ในการประกอบสัมมาอาชีพ เพื่อหาทรัพย์ นำมาใช้จ่ายจุนเจือครอบครัวและทั้งยังนำไปใช้ประโยชน์ในการแนะนำให้ความช่วยเหลือ ให้เกิดประโยชน์กับผู้อื่นได้อีกด้วย

๔. การรักษาศีลเจริญภาวนา

สิ่งที่จะเป็นเครื่องเตือนสติ และควบคุมให้มนุษย์เราละจากการทำบาปได้อย่างดีก็คือ การประพฤติปฏิบัติอยู่ในศีล ที่พระพุทธองค์ได้ทรงบัญญัติขึ้น เพื่อรักษาศีลให้หมดจดบริสุทธิ์ และจากนั้น ก็จะต้องรู้จักการ สำรวมกาย วาจา ใจ เข้าสู่การ เจริญภาวนา คือ การรู้จัก ทำจิตใจให้ เกิดความสงบ ในช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง เพื่อให้เกิดความคิดพิจารณาในเรื่องต่าง ๆ หรือ การปฏิบัติ ทำสมาธิ ควบคู่กันไป ซึ่งหากฆราวาสผู้ใดได้ดำเนินตามแนวทางทั้งการรักษาศีล และเจริญภาวนา ควบคู่กันไปแล้ว จะเกิดผลประโยชน์ขึ้นกับตัวเองดังนี้คือ

๑) เกิดความสงบที่จิต

๒) เป็นผู้ที่มีการสำรวมทั้ง กาย วาจา ใจ

๓) เป็นผู้ที่มีสติดำรงมั่นคง ไม่หวั่นไหวต่อสิ่งต่าง ๆ หรือเป็นผู้ไม่ประมาท

๔) เป็นผู้ที่เกิดความรู้ในการพิจารณามุ่งสู่ปัญญา

๕) เกิดปัญญาที่แท้จริง

ฉะนั้น หากฆราวาสได้ดำรงชีวิตโดยการประพฤติปฏิบัติอยู่ในทั้ง ๓ ทางใหญ่ ๆ ที่ กล่าวมา คือ

๑) หลักสัมมาอาชีพ

๒) หลักครอบครอง

๓) หลักศาสนกิจ

เป็นหลักที่จะทำให้เป็นผู้ที่เรียกว่าได้ประพฤติปฏิบัติตามแนวทางที่พระพุทธองค์ทรง สอนให้เดิน เรียกว่า เดินทางในทางที่ถูกต้อง ที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง และครอบครอง ตลอดจน ส่วนรวม โดย จะไม่มีการเบียดเบียนเกิดขึ้นทั้งต่อตนเอง และผู้อื่น

หลักธรรมสำหรับการครองชีวิตที่ดีของฆราวาสหลักธรรมของผู้ครองเรือน กำหนด เรียกในภาษาพระว่าฆราวาสธรรมแปลว่าธรรมของฆราวาสคือผู้ครองเรือนหรือหลักธรรมสำหรับการ อยู่ครองเรือนโดยที่ฆราวาสซึ่งหมายถึงคนมีเหย้ามีเรือน มีครอบครัว หรือที่เรียกว่าคฤหัสถ์คือผู้ ครองเรือนนั้น จะเป็นคนมีฐานะมั่นคง มีครอบครัวเป็นปึกแผ่นเป็นฝั่งเป็นฝามั่นคง มีความสุขตาม วิสัยของชาวบ้านทั่วไปจะต้องรู้จักปรับปรุงตนเองให้ก้าวหน้า รู้จักปลูกฝังกุศลธรรมให้เกิดขึ้นใน ใจยึดถือปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ประการคือสัจจะ ทมะ ขันติและจาคะแต่ละประการมี ความหมายในแนวปฏิบัติดังนี้

๑) สัจจะสัตย์ซื่อต่อกันหมายถึงการดำรงมั่นในสัจจะการมีความจริง ความซื่อตรง ซื่อสัตย์ จริงใจ พุดจริง ทำจริงโดยจะทำอะไรก็ให้เป็นที่ยึดถือไว้วางใจกัน กล่าวในเชิงปฏิบัติ

ได้แก่ความซื่อตรงต่อคู่ชีวิตของตน ผู้ครองเรือนที่ดีต้องมีความรับผิดชอบต่อคู่ครองของตัวเองมีความ
จริงใจต่อคู่ครองไม่ประพฤติตนเป็นคนหน้าไหว้หลังหลอกหรือประพฤตินอกใจคู่ครอง

ถ้าจะ ความสัตย์ซื่อต่อกันนี้เป็นคุณธรรมพื้นฐานที่ทำให้คู่ครองไว้วางใจกันและกันได้
หากปราศจากคุณธรรมข้อนี้ย่อมทำให้คู่ครองสามิภรรยาอยู่ร่วมกันด้วยความหวาดระแวง และทำ
ให้อยู่กันไม่เย็น เช่น สามิภรรยาประพฤติให้เป็นทีกันแห่งแคลงใจกันโดยฝ่ายภรรยาจะว่าสามิ
จะไปหมกมุ่นกับสตรีอื่นเกรงว่าจะนำทรัพย์ที่ช่วยกันแสวงหามาได้ไปปรนเปรอสตรีอื่นเป็นผู้ไม่รักตน
จริงคิดแต่จะปกปิดฝ่ายสามิก็คิดสงสัยภรรยาว่าจะคบชู้กับชายอื่นกลัวว่าภรรยาของตนจะชักยอก
ทรัพย์ไปบำเรอชายอื่นเช่นนี้ชีวิตคู่ครองเรือนหรือชีวิตครอบครัวของเขาทั้งสองนั้นก็รอวันที่จะ
แตกแยกหย่าร้างเลิกรากันไปในที่สุด แต่ถ้าสามิภรรยาเป็นหลักภรรยาธรรมคือจะซื่อตรง จริงใจ
ต่อกัน โดยเมื่อมีปัญหาอะไร ก็ปรึกษากันด้วยความบริสุทธิ์ใจไม่ปิดบังอำพรางกัน แม้แต่เรื่อง
การเงินการทอง เรื่องปากเรื่องท้องหรือมีปัญหาทางเศรษฐกิจ ก็บอกกันตามความจริงว่าเก็บไว้
เท่าไร จ่ายเท่าไรและข้อสำคัญคือไม่คิดนอกใจกันเช่นนี้ก็จะทำให้ชีวิตครอบครัวนั้นดำเนินไปได้
อย่างราบรื่น ดังนั้นผู้ครองเรือนด้วยกันจึงต้องมีความจริงใจต่อกันเป็นพื้นฐานต้องไม่ประพฤติ
ตนเป็นคนหน้าไหว้หลังหลอกไม่คิดจะทรยศกันในทุกกรณีมีความซื่อสัตย์ต่อกันด้วยใจจริง

นอกจากนี้สัจจะยังเป็นคุณธรรมที่สำคัญในการคบหากับคนทุกชั้นวรรณะเพราะความ
ซื่อตรงต่อกันเป็นเครื่องสมานสามัคคีให้มิตรภาพระหว่างผู้คบหากันให้ยั่งยืนยาวนาน

ผู้มีความซื่อสัตย์จะทำอะไรก็ยอมมีผู้เชื่อถือไว้วางใจและจะไปในที่ใดก็มีคนต้อนรับ
และยินดีช่วยเหลือเมื่อตกทุกข์ได้ยาก ฉะนั้นสัจจะคือความซื่อสัตย์ต่อกันจึงเป็นธรรมสำหรับผู้
ครองเรือนที่ควรมีไว้ประจำใจ

๒. ทมะรู้จักข่มจิตของตนคือฝึกตน หมายถึงการรู้จักฝึกฝนตนเอง บังคับควบคุม
ตนเองได้หรือการข่มใจ ฝึกนิสัย ปรับตัว รู้จักควบคุมจิตใจ ฝึกหัดคตินิสัย แก้ไขข้อบกพร่อง
ปรับปรุงตนให้เจริญก้าวหน้าด้วยสติปัญญา

โดยผู้ครองเรือนที่ดีต้องหัดข่มใจข่มอารมณ์ของตนเองได้ สามารถระงับยับยั้งใจ
ตัวเองได้ในทุกกรณี ไม่เป็นคนเจ้าอารมณ์ไร้เหตุผล ไม่โกรธง่าย เมื่ออีกฝ่ายหนึ่งทำหรือพูดไม่ถูกใจ
เป็นการระงับเหตุทะเลาะกัน ต้องให้อภัยกัน ในขณะเดียวกันก็จำเป็นต้องหาทางหรือหาวิธีปรับปรุง
ตนเองให้ดียิ่งๆ ขึ้นไปในด้านความประพฤติด้านการทำมาหากิน

๓. ขันติอดทนหมายถึงความอดทนมุ่งหน้าประกอบหน้าที่การงานด้วยความ
ขยันหมั่นเพียร เข้มแข็ง ไม่หวั่นไหวมั่นในจุดหมายไม่ท้อถอย ขันติในที่นี้ มุ่งในแง่วิริยะ คือเพียร
อดทนไม่หวั่นไหวย่อท้อต่ออุปสรรคแห่งชีวิต

โดยผู้ครองเรือนที่ดีต้องอดทนได้เสมอเมื่อเผชิญเหตุการณ์ต่างๆ ต้องมีใจเข้มแข็งหนักแน่น ไม่ว้าวามทนต่อความล่อลวงล้าล้าเกินกัน ไม่ยอมแพ้ต่ออุปสรรคง่ายๆ เช่นอดทนต่อความลำบากตรากตรำในการทำงาน ในการประกอบอาชีพ อดทนต่อความเจ็บไข้ได้ป่วยไม่ใจเสาะเกินไปไม่แสดงอาการอ่อนแอออกมาเป็นต้น

ความอดทนได้นี้เป็นเหตุให้เป็นคนกล้าทำงานและกล้าเสี่ยงไม่หลบเลี่ยงงาน หรือไม่เป็นคนเกียจคร้านเพราะผู้อดทนเสมอเท่านั้นจึงมักได้รับความสำเร็จในทุกๆ เรื่องลักษณะของขันตินี้ตรงกับคำพังเพยที่ว่า“ฝนทั่งให้เป็นเข็ม”

๔. จาคะ รู้จักเสียสละหมายถึงการมีน้ำใจไม่หวงแหนของกินของใช้ต่างๆ แม้กับคู่ครองของตนผู้ครองเรือนที่ดีจะต้องใจกว้าง มีความโอบอ้อมอารีวิจิไพเราะต่อคู่ครอง ต่อเพื่อน ตลอดจนญาติๆ ของคู่ครองเสมอหน้ากันเหมือนปฏิบัติต่อตัวเองต่อเพื่อนและญาติของตัวเอง

กล่าวอีกนัยหนึ่ง คือการสามารถเสียสละความสุขสบายและประโยชน์ส่วนตน เพื่อคู่ครองหรือคนในครอบครัวได้เช่น อดหลับอดนอนพยาบาลกันในยามเจ็บไข้ได้ป่วย เป็นต้นหรือความมีน้ำใจช่วยเหลือเกื้อกูล พร้อมทั้งจะรับฟังความทุกข์ ความคิดเห็นและความต้องการของคู่ครองไม่คับแค้นเห็นแก่ตนหรือเอาแต่ใจตัวเอง

พระวาสาธรรมทั้ง ๔ ประการนี้ สรุปเป็นคำคล้องจองเพื่อให้จำง่ายว่า “จริงใจ ฝึกฝนทนได้ ให้งาน” เป็นหลักธรรมโดยตรงของพระวาสาผู้ครองเรือนโดยเป็นหลักธรรมที่จำเป็นในการครองชีวิตคู่อยู่ร่วมกันและเป็นหลักธรรมช่วยควบคุมให้บุคคลในตระกูลมีความสมานสามัคคีกลมเกลียวกันทำให้ชีวิตคู่ของผู้ครองเรือนมีความสุขร่มเย็นตามสมควรแก่พระวาสาวิสัย ดังนั้นผู้ครองเรือนจึงจำเป็นต้องตระหนักอยู่เสมอและจำต้องสร้างสรรค์ให้เกิดมีขึ้นในจิตใจตนเป็นประจำประโยชน์และคุณค่าทางจริยธรรมของพระวาสาธรรม

หลักสัจจะย่อมเป็นเหตุให้เป็นที่ไว้วางใจได้ ไม่ทำให้เกิดความหวาดระแวงต่อกัน เพราะเป็นคนพูดจริง ทำจริง ไม่โลเลเหลวไหลซึ่งเป็นเหตุให้มีความก้าวหน้าในชีวิตการงาน มีคนเชื่อถือยำเกรงได้รับเกียรติและผลสำเร็จในการงานอย่างดีเลิศ

หลักทมะย่อมเป็นเหตุให้อยู่กันด้วยความราบรื่น ไม่กระทบกระทั่งกัน มีความใจเย็นมีความสามารถในการทำงาน ยับยั้งตัวเอง ช่มใจตัวเองได้เมื่อจะทำผิดไม่พูดผิดทำผิดเพราะอารมณ์ชั่ววูบ สามารถปรับปรุงพิจารณาตนเองตลอดเวลาไม่มีมิตรภาพกับบุคคลทั่วไป ไม่มีเวรร้ายกับใครๆ เพราะการทะเลาะถกเถียงกันเป็นต้น

หลักขันติย่อมเป็นเหตุให้ปฏิบัติหน้าที่ของตนได้ผลดี ไม่ก่อความรังเกียจให้แก่ผู้ใกล้ชิดหาทรัพย์สมบัติได้ เป็นเหตุให้การครองเรือนมีหลักประกันด้านทรัพย์สินมั่นคงไม่ทำผิดเพราะทนต่อความอยากไม่ได้

หลักจาจะยอมเป็นเหตุให้มีใจกว้าง ไม่คับแคบเห็นแก่ตัว มีอริยาศยดีงาม โอบอ้อม อาริมีจิตใจเอิบอ้อมเป็นสุขเมื่อช่วยเหลือผู้อื่นแล้ว มีความเป็นอยู่ในครอบครัวอบอุ่นซึ่งเป็นเหตุให้รักษาน้ำใจของคู่ครองไว้ได้

ประโยชน์และคุณค่าทางจริยธรรมทั้งหมดนี้ล้วนเป็นเหตุให้การครองเรือนเป็นไปด้วยความราบรื่น ไม่มีปากมีเสียงกันในครอบครัวและมีความเจริญก้าวหน้าในทางเศรษฐกิจและสังคมโดยส่วนเดียว

ฉรวาสธรรม ๔ เป็นหลักธรรมคำสอนของพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า คุณธรรมสี่ประการนี้ ถ้าแต่ละคนพยายามปลูกฝัง และบำรุงให้เจริญงอกงามโดยทั่วกันแล้ว จะช่วยให้ประเทศชาติบังเกิดความสุขความร่มเย็น และมีโอกาสที่จะปรับปรุงพัฒนาให้มั่นคงก้าวหน้าต่อไปได้ดังประสงค์

คุณธรรมสี่ดังกล่าวก็คือข้อปฏิบัติธรรมโดยตรงของคฤหัสถ์ทั้งหลาย ของผู้ครองเรือนทั้งหลาย ที่เรียกว่า "ฉรวาสธรรม ๔ ประการ" พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงปกครองแผ่นดินไทยด้วยธรรมะด้วยการแสดงพระองค์เป็นตัวอย่างโดยตลอด มีพระบรมราโชวาท อันเป็นไปด้วยพระธรรมมาโดยตลอด ต่อเนื่อง สม่ำเสมอและ "ฉรวาสธรรม ๔" ไม่เคยเก่าเลย เป็นอกาลิก ไม่ขึ้นกับกาลสมัย ไม่เสื่อมสิ้นอายุไปตามยุคเวลา เพราะเวลาที่ผ่านมา หรือในบัดนี้ หรืออนาคตต่อไป ก็จะมีฉรวาส ที่จำเป็นต้องน้อมนำ ฉรวาสธรรม ๔ ประการ ดังกล่าว มาประดับแก่ตน ประพฤติปฏิบัติให้ตัวเอง ก้าวไปสู่ความเป็นอริยบุคคลในภพหน้า ๑) การรักษาความสัตย์ ความจริงใจ ต่อตนเองที่จะประพฤติปฏิบัติ แต่สิ่งที่เป็นประโยชน์และเป็นธรรม ๒) การรู้จักข่มใจตนเอง ฝึกใจตนเอง ให้ประพฤติปฏิบัติตนอยู่ในความสัตย์ความดีนั้น ๓) การอดทน อดกลั้น และอดออม ที่จะไม่ประพฤติล่วงความสัตย์สุจริต ไม่ว่าจะด้วยเหตุประการใด ๔) การรู้จักละวางความชั่ว ความทุจริต และรู้จักเสียสละประโยชน์ส่วนน้อยของตน เพื่อประโยชน์ส่วนใหญ่ของบ้านเมือง

ฉรวาสใดหมั่นน้อมนำ "ฉรวาสธรรม ๔" มาฝึกฝน อบรม พัฒนาดตน นั้นยอมจะเปรียบได้ว่า ได้เป็นฉรวาสผู้มั่นคงจงรักภักดี ในพระเจ้าอยู่หัว ในพระบรมศาสดา สัมมาสัมพุทธเจ้าอย่างแท้จริง

ฉรวาสธรรม คือ หลักธรรมสำหรับผู้ครองเรือน ที่จำเป็นต้องมีอยู่ประจำ เพื่อเสริมให้มีความสุขยิ่งขึ้น พระพุทธองค์ได้ตรัสกะยัถ์ ชื่ออวภะ ปรากฏอยู่ในอวภะสูตร มี ๔ ประการ

คือ ๑) สัจจะ คือ ความจริง ดำรงมั่นอยู่ในสัจจะ เชื่อตรง เชื่อสัตย์ จริ่งใจ พุดจริง ทำจริง เป็นเหตุ นำมาซึ่งความเชื่อถือ หรือไว้วางใจได้ ๒) ทมะ คือ ฝึกตน ปรับปรุงตน บังคับควบคุมตนเองได้ รู้จักปรับตัว และแก้ไขปรับปรุงตน ให้เจริญก้าวหน้าอยู่เสมอ รวมทั้งการยอมรับและแก้ไขสิ่งบกพร่องของตนด้วย ๓) ขันติ คือ อุดมคติ อุดมคติต่อความหนาว ร้อน หิว กระจาย ทนตรากตรำ ทนต่อความเจ็บใจ ทนข่มอารมณ์ของตนได้ ทนต่อความขั้ววนต่าง ๆ อุดมคติต่ออำนาจฝ่ายต่ำ อุดมคติต่อการทำงาน ๔) จาคะ คือ เสียสละ เอื้อเฟื้อ เกื้อกูล ช่วยเหลือบำเพ็ญประโยชน์ สละความโกรธ ความเห็นแก่ตัว มีใจกว้างร่วมงานกับคนอื่นได้ สละอารมณ์ขุ่นมัวภายในจิตใจได้

ทมะ ธรรมข้อนี้เป็น "หัวใจ" ของธรรมข้ออื่น ๆ อีกมาก ถ้าใครขาดธรรมข้อนี้แล้ว ชีวิตจะไม่ก้าวหน้าหรือพัฒนาไม่ขึ้นเอาเลยทีเดียว ทมะ คือ ฝึกฝนหรือปรับปรุงตน นั่นก็หมายความว่า ใครที่มี ทมะเป็นธรรมประจำในจิตใจแล้ว คนนั้นไขลานเดิน คือ สามารถที่จะฝึกฝนและปรับปรุงตน ให้ดีขึ้นให้สูงขึ้นไปตามลำดับ จนถึงขั้นสูงสุดได้ไม่ยากนัก อย่าว่าแต่เพียงความสุขขั้นธรรมดาสามัญเลย เราต้องยอมรับความจริงว่า บุคคลทุกคนที่เกิดมา ย่อมจะต้องมี "เชื้อแห่งความโง่" ติดมาบ้างไม่มากก็น้อย ดังนั้นใครที่เกิดมาแล้ว ไม่มีการฝึกฝนปรับปรุงตน มันก็จะดักดานย่ำเท้าอยู่กับที่ ไม่ว่าจะเป็นได้รับการสั่งสอน หรือศึกษาเล่าเรียนอะไร ก็ไม่อาจที่จะพัฒนาตนเองให้ดีขึ้นได้ ถ้าหากว่าผู้นั้นขาดทมะ ดังนั้น ผู้หวังความก้าวหน้า หวังความเจริญทั้งร่างกายและจิตใจ หวังความสุขที่สมบูรณ์ ก็จำเป็นที่จะต้องน้อมนำเอาทมะเข้ามาไว้ในตนให้ได้ แล้วธรรมะข้ออื่น ๆ ก็จะตามเข้ามาเป็นแถว นั่นก็คือชีวิตก็ย่อมจะประสบความสำเร็จ ไม่แต่เฉพาะของผู้ครองเรือนเท่านั้น แม้ในชีวิตของนักบวชก็ย่อมจะบรรลุธรรมขั้นสูงสุดได้ นั่นคือการบรรลุพระนิพพาน อันเป็นยอดของความสุข

๓.๒ หลักธรรมที่สนับสนุนมรรกาธรรม

มรรกาธรรมเป็นธรรมมรรกาธรรม เป็นธรรมสำหรับการครองเรือน ผู้ครองเรือนควรมีความจริง เชื่อตรง จริ่งใจ พุดจริง ทำจริง มีการฝึกฝน ข่มใจ ฝึกนิสัย แก้ไขข้อบกพร่อง ปรับปรุงตน ให้เจริญก้าวหน้าด้วยสติปัญญา มีความอดทน ตั้งหน้าทำหน้าที่การงานด้วยความขยันหมั่นเพียร เข้มแข็ง ทนทาน ไม่หวั่นไหว มั่นในจุดหมาย ไม่ทอดทิ้ง มีความเสียสละ สละกิเลส สละความสุขสบายและผลประโยชน์ส่วนตนได้ ใจกว้างพร้อมที่จะรับฟังความทุกข์ ความคิดเห็น และความต้องการของผู้อื่น พร้อมที่จะร่วมมือ ช่วยเหลือ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่คับแคบเห็นแก่ตนหรือเอาแต่ใจ

ตัว” ในมุมมองของผู้วิจัยคิดว่ามีหลักธรรมที่สนับสนุนพรวาสนธรรมที่ทำให้ผู้ครองเรือนนั้นเมื่อประพฤติปฏิบัติตามหลักธรรมดังนี้จะทำให้เป็นผู้ครองเรือนที่มีความเป็นอยู่อย่างมีความสุขทั้งในทางชีวิตส่วนตัว การทำงาน ครอบครัวซึ่งมีหลักธรรมที่สนับสนุนพรวาสนธรรมดังนี้

๓.๒.๑ ไตรสิกขา^๔

พระพุทธองค์ทรงแสดงหลักการศึกษาตามแนวทางพระพุทธศาสนาไว้ในพระไตรปิฎกว่าภิกษุทั้งหลาย สิกขา ๓ ประการ มีดังนี้ ๑) อริสัจสิกขา ๒) อริจิตตสิกขา ๓) อริปัญญาสิกขา^๕

ไตรสิกขา สิกขาสาม คือข้อปฏิบัติที่ต้องศึกษา ๓ อย่าง คืออริสัจสิกขา อริจิตตสิกขา อริปัญญาสิกขา เรียกว่าสั้นๆ สั้นๆ ว่า สัจ สมมติ ปัญญา^๖ในสัจเหล่านั้น คำว่า เจตนาเชื่อว่าสัจ ได้แก่เจตนาของบุคคลผู้คงเว้นจากบาปกรรมมีปัญญาดีเป็นต้นอยู่ หรือเจตนาของบุคคลกำลังบำเพ็ญวัตรปฏิบัติอยู่^๗

๑. อริสัจสิกขา คือการฝึกความประพฤติสุจริตทางกาย วาจา และอาชีวะ ได้แก่รวมเอาองค์มรรคข้อ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ เข้ามา ว่าโดยสาระ คือการดำรงตนด้วยดีในสังคม รักษาระเบียบวินัย ปฏิบัติหน้าที่และความรับผิดชอบทางสังคมให้ถูกต้อง มีความสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีงามเกื้อกูลเป็นประโยชน์ ช่วยรักษาและส่งเสริมสภาพแวดล้อม โดยเฉพาะในทางสังคม ให้อยู่ในภาวะเอื้ออำนวยแก่การที่ทุกๆ คนจะสามารถดำเนินชีวิตที่ดีงามหรือปฏิบัติตามมรรคกันได้ด้วยดี

สัจเป็นที่พึงเป็นเบื้องต้นเป็นความประพฤติความสำรวมเป็นความระวังเป็นหัวหน้า

^๔ดูรายละเอียดใน พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๑๓-๑๔๔.

^๕ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรมฉบับปรับปรุงและขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๑๕, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมมิก จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๙๑๔.

^๖ ดูรายละเอียดใน ชุ.ม. (ไทย) ๒๕/๑๐/๔๘-๔๙.

^๗ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๒๑.

^๘ พระพุทธโมสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลและเรียบเรียงโดยสมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), พิมพ์ครั้งที่ ๖, (Taiwan: The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation, ๒๕๔๘), หน้า ๑๐.

เป็นประธานเพื่อความถึงพร้อมแห่งธรรมที่เป็นกุศลนี้เชื่อว่าอิศลสิกขา^๘ อะไร เชื่อว่าศีล เจตนาเชื่อว่าศีล เจตสิกเชื่อว่าศีล การไม่ล่วงละเมิดชื่อว่าศีล^๙

ศีลเป็นสิกขาขั้นต้นที่สุด จึงมีขอบเขตกว้างขวางมาก แบ่งได้หลายระดับ ครอบคลุมถึงการแสดงออกและการบังคับควบคุมตนด้านภายนอกทั้งหมด ความสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมทั้งทางสังคมและธรรมชาติ เกณฑ์อย่างต่ำที่สุดของศีลคือ ไม่เบียดเบียนผู้อื่น เช่นเดียวกับไม่เบียดเบียนตนเองด้วย ไม่ทำลายสภาพแวดล้อมทางสังคมที่เกื้อกูลแก่ชีวิตที่ดำรงหรือเกื้อกูลมรรคนั้นต่อจากนั้นได้แก่การฝึกฝนทางวินัยเพื่อความดีงามยิ่งขึ้นไป ถ้าสามารถว่านั้นก็ก้าวไปถึงการทำ การต่างๆ ที่เกื้อกูลผู้อื่น ช่วยสร้างเสริมจัดสรรสภาพแวดล้อมซึ่งปิดกั้นโอกาสแห่งความชั่วร้าย เพื่อพูนโอกาสแห่งการดำเนินชีวิตและการปฏิบัติกิจเพื่อความดีงามหรือคุณค่าที่ยิ่งๆ ขึ้นไป

๒. อธิจิตตสิกขา คือการฝึกปรือในด้านคุณภาพและสมรรถภาพของจิต ได้แก่รวมเอาองค์มรรคข้อสัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ เข้ามา ว่าโดยสาระคือ การฝึกให้มีจิตใจเข้มแข็ง มั่นคงแน่วแน่ ควบคุมตนได้ดี มีสมาธิ มีกำลังใจสูง ให้เป็นจิตที่สงบ ผ่องใส เป็นสุข บริสุทธิ์ ปราศจากสิ่งรบกวนหรือทำให้เศร้าหมอง อยู่ในสภาพเหมาะแก่การใช้งานมากที่สุด โดยเฉพาะการใช้ปัญญาอย่างลึกซึ้งและตรงตามความเป็นจริง

๓. อธิปัญญา คือการฝึกปรือปัญญาให้เกิดความรู้ความเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงจนถึงความหลุดพ้น มีจิตใจเป็นอิสระ ผ่องใส เบิกบานโดยสมบูรณ์ ได้แก่รวมเอาองค์มรรคข้อ สัมมาทิฐิ และสัมมาสังกัปปะ สองอย่างแรกเข้ามา คือ การฝึกอบรมให้เกิดปัญญาบริสุทธิ์ที่รู้แจ้งชัดตรงตามสภาพความเป็นจริง ไม่เป็นความรู้ความคิดความเข้าใจที่ถูกบิดเบือนเคลือบคลุม ย้อมสีอำพราง หรือพร่ามัวเป็นต้น เพราะอิทธิพลของกิเลสมีวิชาและคณาเป็นผู้นำที่ครอบงำจิตอยู่ การฝึกปัญญาเช่นนี้ต้องอาศัยการฝึกจิตให้บริสุทธิ์ผ่องใสเป็นพื้นฐาน แต่ในเวลาเดียวกัน เมื่อปัญญาที่บริสุทธิ์รู้เห็นตามเป็นจริงที่เกิดขึ้นแล้ว ก็ช่วยให้จิตนั้นสงบลง มั่นคง บริสุทธิ์ ผ่องใสอย่างแน่อนยิ่งขึ้น และส่งผลออกไปในการดำเนินชีวิตคือ ทำให้วางใจ วางท่าที มีความสัมพันธ์กับสิ่งทั้งหลายอย่างถูกต้อง และใช้ปัญญาที่บริสุทธิ์ ไม่เอนเอียง ไม่มีกิเลสแอบแฝง คิดพิจารณาแก้ไข ปัญหาต่างๆ ทำกิจทั้งหลายในทางที่เป็นไปเพื่อประโยชน์สุขอย่างแท้จริง^{๑๐}

การดำรงตนอยู่ด้วยดี มีชีวิตที่เกื้อกูล ท่ามกลางสภาพแวดล้อมที่ตนมีส่วนร่วมช่วยสร้างสรรค์รักษาให้อื้ออำนวยแก่การมีชีวิตที่ดีงามร่วมกัน เป็นพื้นฐานที่ดีสำหรับการพัฒนา

^๘ พุ.ม. (ไทย) ๒๕/๑๐/๔๘.

^๙ พุ. ป. (ไทย) ๓๑/๓๕/๖๐

^{๑๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรมฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า ๕๑๔-๕๑๖.

คุณภาพจิตและการเจริญปัญญา การพัฒนาคุณภาพจิต หรือการปรับปรุงจิตให้มีคุณภาพสูงที่เอื้อแก่การมีชีวิตที่ดีงามและพร้อมที่จะใช้งานในทางปัญญาอย่างได้ผลดีที่สุด ตลอดทั้งการมองดูรู้จักและเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง หรือรู้เท่าทันธรรมชาติของสังขารธรรมทั้งหลาย ที่ทำให้เป็นอยู่และทำการต่างๆ ด้วยปัญญา คือรู้จักวางใจวางท่าทีและปฏิบัติต่อโลกและชีวิตได้อย่างถูกต้องเหมาะสม ในทางที่เป็นไปเพื่อแผ่ขยายประโยชน์สุข มีจิตใจผ่องใส ไร้ทุกข์ เป็นอิสระเสรี และสดชื่นเบิกบาน^{๑๑}

บรรพาสโดยทั่วไปหากสามารถรักษาศีล ๕ ข้อทำให้ชีวิตอยู่เย็นเป็นสุขกันมากแล้ว ถึงลำบากจากทุกข์เท่าไรก็ยังผ่อนคลายเป็นเครื่องผ่อนหนัก เพราะผลของศีลเป็นมหากุศลที่เป็นสะพานที่จะนำไปสู่สันติสุขในชีวิต ทั้งทางโลกและทางธรรม ในการประพฤติดุริยธรรม ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน และสมถกรรมฐาน ทางเดียวที่จะช่วยบำบัดทุกข์บำรุงสุขเพื่อนมนุษย์และสัตว์ทั้งปวง คือความมีสติ ขยับยั้งชั่งตรอง ซึ่งต้องอาศัยหลักปฏิบัติด้วย การประสบสันติสุขได้ต้องอาศัยธรรมะเป็นที่คุ้มครองใจ เมื่อคุ้มครองใจได้ก็คุ้มครองไปถึงกายด้วย และคุ้มครองไปถึงผู้อื่นจากผู้ใกล้ชิดลูกหลาน คนในครอบครัว ญาติ เพื่อนฝูง การงาน ต่อๆ ไป^{๑๒}

บรรพาสธรรมและไตรสิกขานั้นสามารถครอบคลุมทำให้เกิดการพัฒนาทางสังคม พัฒนาการทางอารมณ์ และพัฒนาการทางปัญญาตามลำดับ ไตรสิกขาโดยพื้นฐานนั้นจะต้องฝึกอบรมคนให้มีวินัย มีความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม ทำให้บุคคลมีความงอกงามทางอารมณ์ มีจิตใจที่เข้มแข็งประณีต และมีความงอกงามทางพุทธิปัญญา เป็นคนที่คิดมีเหตุผล ไตรสิกขาทำให้บุคคลมีความประพฤติดุริยธรรมมั่นคง มีศีลที่เป็นไปโดยปกติธรรมชาติของตนเอง ไม่ต้องฝืนใจหรือตั้งใจคอยควบคุมรักษา คิดแก้ปัญหาและทำกิจต่างๆ ด้วยปัญญาบริสุทธิ์ เมื่อฝึกปฏิบัติหรือดำเนินชีวิตที่หลักธรรมของไตรสิกขาแล้ว ระบบดำเนินชีวิตทั้งหมดก็กลายเป็นระบบมรรค ซึ่งถือว่าบุคคลที่ดำเนินชีวิตที่ประกอบด้วยหลักบรรพาสธรรมและมีไตรสิกขาจะทำให้บุคคลนั้นมีความสุข เป็นที่น่าไว้วางใจของบุคคลทั่วไป เป็นที่ยอมรับเชื่อถือของผู้คนในครอบครัว และสังคม

^{๑๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๐๔.

^{๑๒} ดร.ศิริ กรินชัย, **ธรรมทาน**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ช.โมฆิตพิพัฒน์ จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๑๒๔.