

บทที่ ๔

แนวทางการแก้ปัญหาการดื่มสุราของชาวบ้านดอนแคนตามหลักพุทธธรรม

บทนี้จะเป็นการศึกษาถึงแนวทางการแก้ปัญหาการดื่มสุราของชาวบ้านดอนแคนตามหลักพุทธธรรม ผู้วิจัยได้ตั้งเป็นแนวทางการแก้ปัญหาไว้ ๓ ประเด็นด้วยกันคือ ๑) การแก้ปัญหาด้านสุขภาพชีวิตส่วนบุคคล ๒) การแก้ปัญหาด้านสุขภาพจิตและชีวิตบุคคลในครอบครัว และ ๓) การแก้ปัญหาผลกระทบต่อสังคมโดยรวม ดังจะได้อธิบายดังต่อไปนี้

๔.๑ การแก้ปัญหาการดื่มสุราด้านสุขภาพชีวิตส่วนบุคคล

การดื่มสุราจัดได้ว่ามีผลกระทบต่อสังคมไทยเป็นอย่างมาก ทั้งผลกระทบต่อบุคคลผู้ดื่ม ครอบครัว ชุมชน และระดับประเทศ ดังกล่าวแล้วในบทที่ผ่านมา ในประเด็นที่เกี่ยวกับปัญหาอันส่งผลต่อผู้ดื่มสุรานั้นมีมากมายหลายประการ ซึ่งในทางพระพุทธศาสนาได้วางหลักการที่จะยุติปัญหาดังกล่าวได้ ด้วยการนำหลักพุทธธรรมเข้าไปเยียวยา ผู้วิจัยได้นำหลักธรรมที่ถือว่าเป็นบทพื้นฐานแห่งชีวิตที่สามารถลดระดับปัญหา และสามารถนำไปเป็นทางออกจากปัญหาการดื่มสุราของปัจเจกบุคคลกลายเป็นบุคคลต้นแบบ เป็นตัวอย่างของคนอื่น ด้วยหลัก ๓ ประการ คือ

๑. หลักอภัยมุข
๒. เบญจศีล
๓. สติ สัมปชัญญะ

๑. หลักอภัยมุข

อภัยมุข ๖ ประการ อันเป็นหนทางเสื่อมแห่งตน^๑ อภัยมุข คือ ทางแห่งความเสื่อมทางแห่งความพินาศ เหตุย่อยยับแห่งโภคทรัพย์อันเป็นเหตุนำมาซึ่งความหายนะ^๒ นั้นคนที่จมปลักอยู่ในอภัยมุขนี้ เป็นฆราวาสพวักที่จมปลัก มีความขากจน มีความเสื่อมสุขภาพอนามัย แล้วก็ยังเบียดเบียนกันอีก เพราะความหลงใหลในสิ่งที่เป็นอภัยมุข^๓ ได้แก่

^๑ ที.ป. (ไทย) ๑๑/๒๔๙/๒๐๒.

^๒ พระเทพเวที (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม, (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕), หน้า ๑๗๖.

^๓ พุทธทาสภิกขุ, หลักธรรมของผู้ครองเรือน, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, มปป.), หน้า ๘.

๑. การหมกมุ่นในการเสพของมีนเมาคือสุราและเมรัย อันเป็นเหตุเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท ซึ่งมีโทษ ๖ ประการ คือ (๑) เสียวทรัพย์ทันตาเห็น (๒) ก่อการทะเลาะวิวาท (๓) เป็นบ่อเกิดแห่งโรคภัยต่างๆ (๔) เป็นเหตุเสียชื่อเสียง (๕) เป็นเหตุให้ไม่รู้จักราย (๖) เป็นเหตุทอนกำลังปัญญา^๔

๒. การหมกมุ่นในการเที่ยวเตร่ตามตรอกซอกซอยในเวลากลางคืน มีโทษ ๖ ประการคือ (๑) ชื่อว่าไม่คุ้มครองไม่รักษาตัวเอง (๒) ชื่อว่าไม่คุ้มครอง ไม่รักษาบุตรภรรยา (๓) ชื่อว่าไม่คุ้มครองทรัพย์สมบัติ (๔) เป็นที่สงสัยของคนอื่นด้วยเหตุต่างๆ เช่นว่าจะเป็นขโมย (๕) มักถูกใส่ร้ายป้ายสีด้วยเรื่องไม่เป็นความจริง (๖) ทำให้เกิดความลำบากมากมายหลายอย่าง^๕

๓. การเที่ยวดื่มหรสพ มีโทษตามสถานที่ไปเที่ยวทำให้ไม่เป็นอันประกอบอาชีพการงาน มีโทษ ๖ ประการ คือ (๑) มีการรำที่ไหนไปทีนั้น (๒) มีการขับร้องที่ไหนไปทีนั้น (๓) มีการประโคมที่ไหนไปทีนั้น (๔) มีเสภาที่ไหนไปทีนั้น (๕) มีการบรรเลงที่ไหนไปทีนั้น (๖) มีเถิดเทิงที่ไหนไปทีนั้น^๖

๔. การหมกมุ่นในการเล่นการพนันอันเป็นเหตุแห่งความประมาท มีโทษ ๖ ประการ คือ (๑) ผู้ชนะย่อมก่อเวร (๒) ผู้แพ้ย่อมเสียขายทรัพย์ที่เสียไป (๓) เสียวทรัพย์ทันตาเห็น (๔) ถ้อยคำที่เป็นพยานในศาลก็เชื่อถือไม่ได้ (๕) ถูกมิตรอำมาตย์หมิ่นประมาท (๖) ไม่มีใครประสงค์จะแต่งงานด้วย^๗

๕. การหมกมุ่นในการคบคนชั่วเป็นมิตร มีโทษตามลักษณะเพื่อนที่คบด้วยดังคำที่กล่าวไว้ว่า เข้าฝูงกาเป็นกาเข้าฝูงหงส์เป็นหงส์ มีโทษ ๖ สถาน คือ (๑) เขามีนกเลงการพนันเป็นเพื่อน (๒) เขามีนกเลงเจ้าชู้เป็นเพื่อน (๓) เขามีนกเลงสุราเป็นเพื่อน (๔) เขามีคนลวงโลกเป็นเพื่อน (๕) เขามีคนโกงเป็นเพื่อน (๖) เขามีโจรเป็นเพื่อน^๘

๖. การหมกมุ่นในความเกียจคร้าน มีโทษตามอาการ ๖ ประการ คือ (๑) มักอ้างว่าหนาวเกินไป แล้วไม่ทำงาน (๒) มักอ้างว่าร้อนเกินไป แล้วไม่ทำงาน (๓) มักอ้างว่าเย็นเกินไป แล้วไม่ทำงาน (๔) มักอ้างว่ายังเชาอยู่ แล้วไม่ทำงาน (๕) มักอ้างว่าหิวเกินไป แล้ว

^๔ ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๒๔๘/๒๐๒ - ๒๐๓.

^๕ ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๒๔๘/๒๐๓.

^๖ ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๒๕๐/๒๐๓ - ๒๐๔.

^๗ ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๒๕๑/๒๐๔.

^๘ ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๒๕๒/๒๐๔ - ๒๐๕.

ไม่ทำงาน (๖) มักอ้างว่ากระหายเกินไป แล้วไม่ทำงาน เมื่อเขาหาทางปลดปล่อยการทำงานอยู่
อย่างนี้ โภคะที่ยังไม่เกิดก็ไม่เกิดขึ้น ที่เกิดขึ้นแล้วก็นับวันแต่จะหมดสิ้นลงไปเรื่อย ๆ^๕

หลักอบายมุข ๖ คือ การดื่มน้ำเมา การเที่ยวกลางคืน การเที่ยวดูมหรสพ การเล่นเกม
พนัน การคบคนชั่วเป็นมิตร และความเกียจคร้านในการทำงาน หลักทั้ง ๖ ประการนี้เป็น
ทางออกเบื้องต้นจากปัญหาการดื่มสุราดังกล่าว โดยพิจารณาให้เห็นคุณและโทษของสิ่งเหล่านั้น
แม้การเที่ยวกลางคืน การเที่ยวดูมหรสพการเล่นต่างๆ การเล่นเกมพนัน การคบคนชั่วเป็นมิตร
และความเกียจคร้านในการทำงาน จะไม่ใช่ประเด็นที่เกี่ยวกับสุรา แต่เป็นส่วนหนึ่งที่เอื้อให้คนดื่ม
สุราและติดสุราในที่สุด ซึ่งการจะนำหลักธรรมดังกล่าวไปปฏิบัติในเชิงรูปธรรมนั้น ผู้ที่ดื่มสุรานั่น
เมื่อรู้โทษของสุราดังกล่าวแล้วต้องมีความเข้มแข็งทางด้านจิตใจ โดยคิดเสมอว่าหนทางดังกล่าว
เป็นความเสื่อมที่จะเกิดขึ้นทั้งแก่ตนและแก่บุคคลที่อยู่ร่วมกัน เมื่อสามารถกระทำได้นั้น โรคภัย
ไข้เจ็บก็จะทุเลาเบาบางลงไป และสามารถหายได้ในที่สุด สำหรับผู้ที่มีผลกระทบไม่มาก โดยสรุป
เป็นประเด็นได้ดังนี้

๑.พิจารณาให้เห็นโทษของการดื่มสุรา ที่มีผลกระทบต่อตนเองอันมีความเสื่อม
ทรพย์ มีการทะเลาะวิวาท เป็นต้น

๒. พิจารณาให้เห็นโทษของอบายมุขที่เหลืออีก ๕ ประการ ว่ามีส่วนสนับสนุนให้
บุคคลเข้าไปพัวพันหรือเกี่ยวข้องกับการดื่มสุราอย่างไร

๓.กำหนดระงับใจของตนให้เห็นคุณประโยชน์ของการละเว้นจากอบายมุขทั้ง ๖
ประการนั้น อันมีความเป็นผู้ไม่มีโรคภัย และสังคมยอมรับ เป็นต้น

๔. ตั้งใจสมาทานงดเว้นจากอบายมุขทั้ง ๖ อย่างเด็ดขาด โดยคิดหวังถึงความเจริญ
ของตนและครอบครัวเป็นสำคัญหากบุคคลสามารถปฏิบัติตนได้ตามวิธีการดังกล่าว ย่อมสามารถที่
จะเป็นผู้ทำตนให้ห่างไกลจากการหมกมุ่นในการดื่มสุราได้เป็นเบื้องต้น

๒. เบญจศีล

มนุษย์เกิดมาย่อมมีรูปพรรณสัณฐานต่างกัน สุดแต่แต่เหตุแต่งมา ทำให้บางคนมีรูป
งาม บางคนมีรูปทราม ผู้มีรูปงามย่อมเป็นที่ชอบของผู้พบเห็น ตรงกันข้ามกับผู้มีรูปทรามย่อมไม่
เป็นที่ชอบใจ เหมือนดอกไม้ที่ทั้งสวยและยังมิกลิ่นหอม และที่ไม่สวยซ้ำยังมิกลิ่นเหม็น ถ้าเป็น
ดอกไม้สวย มิกลิ่นหอม ก็ย่อมเป็นที่ชอบใจของคนทั้งหลาย แต่ถ้าเป็นดอกไม้ที่มีรูปและมีสีอันไม่
สวยงาม ซ้ำยังมิกลิ่นเหม็นแล้วย่อมไม่มีคนปรารถนาเลย เช่นเดียวกับคนที่มีรูปงามน้ำใจดี ย่อมเป็น
ที่รักใคร่นับถือของคนทั่วไป ถึงมีรูปงามถ้าไม่มีคุณธรรมประจำใจก็ผู้คนที่รูปชั่วตัวดำแต่มี

^๕ ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๒๕๓/๒๐๕.

คุณธรรมประจำใจไม่ได้ และถ้ายังเป็นคนรูปชั่วแล้วยังใจร้ายใจดำด้วย ก็จะหาคนคบค้าสมาคมด้วยไม่ได้เลยส่วนใจนั้นก็มักเป็นไปตามพื้นเดิม แต่ก็ยังมีทางแก้ไขให้ดีขึ้นได้ด้วยการตั้งใจดี เช่นเดียว กับของที่ไม่หอมมาแต่เดิม เขายังอบให้หอมได้ พระพุทธองค์ได้ทรงกำหนดวางแบบแผนแห่งความประพฤติไว้เป็นหลักฐาน การตั้งใจประพฤติตามบทบัญญัตินั้นชื่อว่า สิล เมื่อบำเพ็ญสิลให้บริบูรณ์แล้ว ก็จะพบแนวทางสำหรับประพฤติกความดี และสามารถปฏิบัติตามคุณธรรมอย่างอื่นได้ยั่งยืน ไม่แปรผัน สิลนั้น มี ๕ ประการ

๑. เว้นจากการฆ่าสัตว์มีชีวิต
๒. เว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ได้ให้ด้วยอาการเป็นโจร
๓. เว้นจากการประพฤติดิฉินกาม
๔. เว้นจากการกล่าวคำเท็จ
๕. เว้นจากการดื่มน้ำเมา คือสุราและเมรัย^{๑๑}

๑. เว้นจากการฆ่าสัตว์มีชีวิต หมายเอาทั้งมนุษย์และสัตว์ดิรัจฉาน ที่ยังมีชีวิตอยู่ แม้ที่สุดซึ่งยังอยู่ในครรภ์ทุกประเภทไม่มีกำหนด สิลข้อบัญญัติขึ้นเพื่อหวังจะให้รู้จักปลูกเมตตาจิตในสัตว์ทุกจำพวก เพราะเมตตาจิตนี้เป็นความดี สามารถมีทั่วไปทั้งในหมู่มนุษย์และสัตว์ดิรัจฉาน เช่น การเลี้ยงดูลูกของตัวเองด้วยความรัก แต่เมตตาจิตใจในหมู่มนุษย์สามารถขยายไปถึงหมู่สัตว์ด้วยกันอื่นๆ อีกมากมายไม่จำกัด และตลอดถึงสัตว์ดิรัจฉานด้วยการอบรมให้เมตตาจิตเกิดขึ้น เมื่อขยายออกไปมากเพียงใด ก็จะแผ่ความสุขให้เกิดมีแก่สรรพสัตว์มากเพียงนั้น เราสร้างกายรักชีวิต และกลัวภัยต่างๆ อันจะทำอันตรายแก่ร่างกายและชีวิตต้องคอยระวังหลบหลีกอยู่เสมออันใด มนุษย์และสัตว์ดิรัจฉานอื่นๆ ก็ฉนั้น ผู้ที่เล็งเห็นแต่ความสุขของตัวเองอย่างเดียว ไม่แลเหลียวถึงสุขของผู้อื่นบ้าง ขาดเมตตาจิตติดตัสสุขของผู้อื่นเสียสิ้นบ้าง ผู้นั้นเชื่อว่าประพฤติดิฉินกาม มิใช่จะห้ามแต่เพียงการฆ่ามนุษย์อื่นเท่านั้น แม้การฆ่าตัวเองก็ไม่สมควร ผู้ฆ่าตัวตายถือว่าเป็นผู้สิ้นคิดแล้วเป็นที่ดูหมิ่นของคนทั้งปวง ทำให้เกิดความอับอายขายหน้าแก่วงศ์ตระกูลและพวกพ้องของตน เกิดมาเป็นคนแล้วถึงจะตกทุกข์ได้ยากเพียงใด ก็ไม่ควรทำเช่นนั้น เพราะการเกิดเป็นมนุษย์ เป็นสมบัติที่ได้โดยยากเมื่อได้แล้ว ก็ไม่ควรปล่อยให้เสียเปล่าจากประโยชน์ ถึงชีวิตจะสิ้นไป ก็ให้สิ้นไปด้วยดีในทางนักรบราญ์ธรรมเสริญ

๒. เว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ได้ให้ด้วยอาการเป็นโจร กิริยาที่ถือเอา หมายถึง การถือเอาด้วยอาการเป็นโจร สิ่งของที่เขาไม่ได้ให้ หมายถึง สิ่งของที่มีเจ้าของ ทั้งที่มี

^{๑๑} อัง.ปญจก.(บาลี) ๒๒/๑๓๘/๒๓๒, ขุ.อิติ.อ.(บาลี) ๒๕๕ – ๓๐๔., มงฺกลสูตร.(บาลี) ๑/๒๑๐ –

วิญญาณและไม่มีวิญญาณอันเจ้าของไม่ได้ยกให้เป็นกรรมสิทธิ์ และสิ่งของที่ไม่ใช่ของใคร แต่มีผู้รักษาหวงแหน ได้แก่ สิ่งของที่อยู่ทิสมาฐานในศาสนานั้นๆ และสิ่งของที่เป็นของกลางในหมู่ชนอันไม่พึงแบ่งกัน ทรัพย์ที่ได้มาด้วยโจรกรรมเช่นนี้ ไม่ทำความสุขให้เกิดแก่ผู้ใด เหมือนทรัพย์ที่หามาได้ในทางสุจริต ผู้ที่หาเลี้ยงชีพในทางที่ชอบได้ทรัพย์มา ทรัพย์นั้นย่อมทำความอิ่มใจให้เกิดแก่ผู้ใดในเบื้องต้น ต่อมาก็ให้ความสุข เพราะไม่ต้องเป็นหนี้ท่าน ไม่ต้องกลัวว่าเขาจะมารบกวนทวงถามให้เกิดความรำคาญ ไม่ต้องกลัวต่อการจับกุมไปลงโทษ ส่วนผู้ที่หาเลี้ยงชีพด้วยการโจรกรรม หาทรัพย์ได้มาในเบื้องต้น พอได้มาก็ทำให้เกิดความร้อใจ เพราะต้องซ่อนเร้นไว้ ต้องหลบหน้าซ่อนตัวกลัวเขาจะจับได้ต้องระวังไม่ให้ใครรู้ใครเห็น ในที่สุดก็ไม่เป็นปัจจัยให้กลับตั้งตัวได้ เพราะจะต้องทำโจรกรรมเช่นนั้นต่อไปอีก จนกว่าจะได้เสวยผลของโจรกรรมสักคราวหนึ่งหรือหลายคราว ผู้หวังความเจริญแก่ตน ต้องเว้นให้ขาดจากการหาเลี้ยงชีพด้วยโจรกรรมเสีย

๓. เว้นจากการประพฤติดินกาม คำว่า กาม ในที่นี้ ได้แก่ กิริยาที่รักใคร่กันในประเทศนี้ สิลข้อนี้อธิบายด้วยหวังจะป้องกันความแตกร้างในสังคม ทำให้คนที่อยู่ในสังคมไว้วางใจกันและกันได้ เพราะความประพฤติดินทางประเพณีนั้น เป็นชนวนที่จะให้เกิดความแตกร้างในระหว่างสามีภรรยาได้ ทั้งสามีและภรรยาผู้นั้นยังจะผูกใจเป็นศัตรูต่อชายหญิงที่เป็นชู้กันอีก ในที่สุดสามีภรรยาผู้นั้น ก็จะไม่วางใจซึ่งกันและกัน เพราะบุรุษหรือสตรีที่มีคู่ครองแล้วควรยินดีด้วยคู่ครองของตน ส่วนผู้ที่ยังไม่มีถ้าจะเลือกหาคู่ครอง ก็ควรเลือกคนที่ไม่มีเจ้าของมาเป็นคู่เพื่ออยู่ร่วมกันอย่างผาสุก ผู้รักสงบ รักชื่อเสียง อย่าได้ประพฤติดังละเมิดข้อนี้เป็นอันตราย ความดูอำนาจแก่ราคะอย่างใดอย่างหนึ่งอันมิได้เป็นไปตามธรรมดาในทางที่ชอบ ถูกห้ามด้วยสิลข้อนี้นทุกประการ

๔. เว้นจากการกล่าวคำเท็จ สิลข้อนี้อธิบายด้วยหวังจะห้ามการพูดจาเหลวไหล หลอกลวง ทุกคนย่อมชอบและนับถือความจริงด้วยกันทั้งนั้น ผู้ที่พูดด้วยถ้อยคำที่ไม่เป็นจริงย่อมจะทำให้ผู้ฟังไม่เชื่อถือในคำพูดของตน บางทีอาจทำประโยชน์ของผู้อื่นให้เสียไปได้ การแสดงมุสา มีโทษเฉพาะแต่ทางวาจาอย่างเดียว แม้ทางกายก็อาจเป็นได้ เช่น เขียนหนังสือมุสาเขาหรือสันนิษฐานที่ทำให้เขาเข้าใจว่าเป็นการปฏิเสธในข้อที่ไม่ควรปฏิเสธ มุสาจึงเป็นได้ทั้งกายและทางวาจา ถึงไม่พูดด้วยปาก แต่ทำด้วยกายเพื่อจะให้เขาเข้าใจผิด ก็จัดเป็นมุสาวาทเหมือนกัน

๕. เว้นจากการดื่มน้ำเมา คือสุราและเมรัย อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาทน้ำเมาที่เป็นแต่เพียงของดอง เช่น เมรัย คือ น้ำตาลเมาก็ยังไม่ได้กลั่น ส่วนสุรา คือ เมรัยที่ถูกกลั่นเพื่อให้มีรสชาติเข้มข้นขึ้น สุราเมรัยนี้ เป็นเครื่องทำให้ผู้ดื่มเมาแล้วครองสติไม่อยู่อารมณ์แปรปรวนขาดความเป็นตัวของตัวเอง ไม่สามารถควบคุมพฤติกรรมของตัวเองไว้ได้ปรกติเป็นคนดี ก็กลายเป็นคนชั่วไปได้ แม้กิริยาใดที่ไม่เหมาะสม ในเวลาปรกติเขาทำไม่ได้ กิริยานั้นในเวลาที่เขาเมาแล้วเขาทำได้ทุก

อย่าง ดังนั้น สุราและเมรัย จึงได้ชื่อว่าเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท เหตุที่บัญญัติศีลข้อนี้ขึ้นมา ก็เพื่อป้องกันมิให้ละเมิดข้อห้าม ๔ ข้อข้างต้น เพราะผู้ดื่มน้ำเมา เมาแล้วย่อมเป็นผู้เสียสติ สามารถทำสิ่งที่ไม่เคยทำ พูดสิ่งที่ไม่เคยพูดได้ ดังนั้นผู้หวังยึดมั่นในทางที่ดี จำต้องมีสติสัมปชัญญะครองตนอยู่เสมอ ซึ่งมีโทษมี ๖ ประการ^{๑๑} คือ

(๑) เป็นเหตุให้เสียทรัพย์ คือ ผู้ดื่มสุราเป็นประจำจะทำให้คิดและละทิ้งได้ยาก จำเป็นต้องจ่ายทรัพย์เพื่อซื้อสุราเป็นนิตย์ อีกอย่างหนึ่ง ชนชั้นกรรมาชีพ ต้องใช้แรงงานจึงได้ทรัพย์มาเพื่อดื่มสุราจนเมาเะกะระราน สร้างความรำคาญให้เกิดแก่ผู้อื่น เสียมารยาทอันเรียบร้อย มีสติพินเพื่อน เสียการเสียวงาน ในที่สุดก็กลายเป็นคนหย่อนสมรรถภาพ ตกงาน ทำให้ขาดหนทางที่จะหาทรัพย์ได้ แม้ไม่ถึงขั้นนั้น เมื่อดื่มสุราจนเมา มีสติพินเพื่อนก็ควบคุมการงานผิดพลาด จนเกิดความเสียหาย ไม่เป็นทางเกิดทรัพย์กลับจะทำให้หน่วยงานนั้นๆขาดทุน เสียคุณประโยชน์ไป

(๒) เป็นเหตุก่อการทะเลาะวิวาท ในเวลาปรกติคนเราทุกคนรักความสงบไม่ชอบก่อการทะเลาะวิวาทกับใคร หากจะมีผู้หนึ่งผู้ใดมาก่อนเหตุ ชวนวิวาทขึ้นก่อนพอดทนได้ ก็จะอดทนไม่ได้ตอบ เว้นแต่บันดาลโทสะขึ้นมาถึงขั้นรุนแรงอดกลั้นไว้ไม่อยู่ น้ำเมาย่อมเป็นเหตุบันดาลให้เกิดโทสะได้ง่าย ได้ยินใครพูดอะไรไม่พอที่จะทำให้โกรธ ก็เกิดโทสะขึ้นมา ก่อเหตุทะเลาะวิวาทกับเขาง่ายๆ บางคราวหาสาเหตุมิได้ถึงกับทำร้ายเขาก่อนก็มี ทั้งนี้ก็เป็นเพราะเสียสติอยู่ดีๆ ก็ทำคนทั้งหลายให้กลายเป็นศัตรูของตน

(๓) เป็นเหตุเกิดโรค คนติดสุรามักจะเป็นโรคต่างๆ เช่น โรคตับ เมื่อขบขันแน่นเสียด รับประทานอาหารไม่ได้ มักจะอาเจียน อ่อนเพลียไม่มีเรี่ยวแรง นอนไม่หลับ เป็นต้นบรรดาสิ่งที่ซึมเข้าเส้นโลหิตมากก็ตามน้อยก็ตาม มักจะทำให้เสียความสำราญ หรือทำลายความสุขในชีวิตเป็นที่สุด จึงได้ชื่อว่ายาพิษ น้ำเมาก็เป็นยาพิษเช่นเดียวกัน จึงทำความไม่ผาสุกให้เกิดแก่ผู้ดื่มมากบ้างน้อยบ้างตามฤทธิ์ของมัน

(๔) เป็นเหตุเสียชื่อเสียง ชื่อเสียงที่ดีจัดว่าเป็นศักดิ์ศรีของคน ทำให้เป็นที่นิยมนับถือของประชุมชน เป็นเหตุส่งเสริมการประกอบอาชีพของเขาให้เป็นไปโดยสะดวกชื่อเสียงที่ดีนั้นกว่าจะอบรมขึ้นมาได้ ก็ต้องประพฤติกความดีมาช้านานจนคนทั้งหลายเห็นว่า ความประพฤติเช่นนั้นเป็นปกติมารยาทของเขา ไม่ใช่เสแสร้งทำความดีไประยะหนึ่ง เขาจะสรรเสริญก็หาไม่ และชื่อเสียงที่ดีเมื่อมีแล้วจะเสียหายนั้นง่ายนัก เช่น คนผู้เคยทำความดีมีผู้นิยมนับถือ ไม่รักษาชื่อเสียงและเกิดประพฤติน่าเกลียด มีผู้รู้เห็นแม้เพียงครั้งเดียว ก็จะได้รับ การนิทา ทำให้เสียชื่อเสียง คนทั้งหลายก็สิ้นความนับถือ ดังคำว่า ความดีทำลาย ความชั่วทำลาย คนที่เมาสุราจะไม่มีสติคอยยับยั้งระวังความประพฤติของตัวเอง จนเกิดมีความประพฤติเสียหายในที่สุด

^{๑๑} ที.ป. (ไทย) ๑๑/๒๔๘/๒๐๒ - ๒๐๓.

(๕) เป็นเหตุประพาศติมารยาทน่าอดสู ตามปรกติใจของคนเรา ย่อมมีสติเป็นผู้ควบคุมจึงรู้ว่าสิ่งที่ทำลงไปนั้นถูกหรือผิด ควรหรือไม่ประคับประคองความประพฤติให้ดำเนินไปในแนวทางที่ถูกต้อง ผู้ดื่มสุราจนเมาแล้วย่อมทำให้สติฟุ้งเฟ้อ กำลังสติหย่อนสมรรถภาพใช้การไม่ได้ดีเท่าที่ควรไม่สามารถควบคุมความประพฤติของตัวเองได้ จึงทำให้แสดงมารยาทที่น่าอดสูออกมาในลักษณะต่างๆ ที่คนปรกติจะไม่ประพฤติกิน

(๖) ทอนกำลังปัญญา เข้าวคือความนึกคิดที่แล่นไป บางคนก็วิ่งวุ่น บางคนก็เนือยคือเชื่องช้า ทั้งนี้เป็นสิ่งที่เป็นอย่างนี้แต่กำเนิด แต่ถึงอย่างไรก็ยังมีอุบายวิธีที่จะพัฒนาให้ดีขึ้นได้ โดยหมั่นใช้ความคิดหาเหตุผลในสิ่งต่างๆ จนเกิดความแตกฉาน จะทำให้เขารู้ของผู้นั้นดีขึ้น ถ้าไม่หมั่นตรึงตรองในสิ่งต่างๆ เขาก็เนือยลง ยิ่งไปกว่านั้น ถ้ามีสิ่งอะไรมาทำมันสมองให้พิการ ก็ยังทำให้เขารู้เนือยได้เร็วยิ่งขึ้น โดยเฉพาะคนดื่มสุรา เมื่อมันสมองถูกฤทธิ์ของสุราครอบครองจนมันเมาแล้ว พอโลหิตอ่อนลง เขาก็อ่อนลงไปตามกัน เขาจึงมีความคิดฟุ้งเฟ้อไปจากเดิม ถ้าจะถามว่าเป็นเพราะอะไร คงได้คำตอบว่าเพราะสุราเป็นเหตุทอนกำลังปัญญา

ศีล ๕ ประการดังกล่าว จัดเป็นข้อปฏิบัติของชาวพุทธ ผู้ที่นับถือพระพุทธศาสนาอย่างแท้จริง ต้องรักษาให้ได้ ยิ่งบ้างหย่อนบ้างตามภูมิความสามารถของตน ข้อที่สำคัญที่สุดคือข้อที่ ๕ การงดเว้นจากการดื่มสุราเมรัยอันทำให้ประมาท ส่วนศีลอีก ๔ ข้อนั้น เป็นผลกระทบต่อเนื่องจากการประพฤติดศีลข้อที่ ๕ นั้น ซึ่งการจะงดเว้นจากการดื่มสุราได้นั้นพึงปฏิบัติตามขั้นตอนดังนี้

๑. สมาทานวิริติ ตั้งใจว่าจะงดเว้น ไม่ประพฤติล่วงละเมิดศีลทั้ง ๕ ข้อตลอดชีวิต

๒. ลงมือปฏิบัติตามด้วยความมีสติทุกลมหายใจเข้าออก ว่าเราทำเพื่อสร้างประโยชน์แก่ตน และสังคม

๓. คิดถึงประโยชน์ที่จะได้รับการปฏิบัติตามศีลตามแนวทางพระพุทธ-ศาสนา ที่ว่า ศีลทำให้สวย ศีลทำให้รวย และศีลช่วยให้รอด

๔. นึกถึงประโยชน์ที่แท้จริงของศีล คือ ความสงบสุขแห่งใจของตน

เมื่อสามารถกำหนดได้ดังนี้แล้ว ย่อมสามารถหาหนทางระงับจากเหตุอันจะเกิดแก่ตนได้ ทั้งความเป็นภัยทางร่างกายและภัยอันเกิดแก่จิตใจของตนเอง ไม่ว่าจะเป็นโรคภัยไข้เจ็บร้ายแรงอันเป็นผลพวงจากสุรา เช่น โรคตับ โรคทางเดินหายใจ และความเครียดถึงขั้นทำให้เป็นโรคจิต ภาวะเสื่อมได้ ศีลจัดว่าเป็นปฐมบทที่จะกำหนดแนวทางให้คนละ เว้น จากสุราด้วยการงดเว้นอย่างเด็ดขาด ไม่ใช่เป็นเพียงแค่ศีลสังคัมเท่านั้น

๓. สติ สัมปชัญญะ

สติสัมปชัญญะ เป็นธรรมที่มีอุปการะมาก^{๑๒} เกื้อกูลในการทำความคิดทุกอย่าง พระธรรมทั้งมวลสรุปลงที่สติสัมปชัญญะตามหลักไตรสิกขา คือ สีล สมาธิ ปัญญา ก็ต้องอาศัยสติสัมปชัญญะ ทั้งนั้นสติ หมายถึง ความระลึกได้ มีความรอบคอบ ไม่ลืม ไม่เผลอ ไม่ประมาทเป็นพื้นฐาน สัมปชัญญะ หมายถึง ความรู้สึกรู้ตัว ไม่หลงลืม รู้สึกรู้ตัวอยู่เสมอทุกขณะจิตที่กำลังทำอะไรอยู่ที่เกี่ยวข้องกับปัจจุบัน ไม่ส่งใจไปในอดีตหรืออนาคต สติสัมปชัญญะเป็นสติที่มีปัญญาสนับสนุน ให้น้อมนำเข้ามาดูจิตใจตัวเอง มองตัวเองในการกระทำ การพูดการคิด เป็นสภาวะที่รู้เท่าทัน ไม่หลงผิดไปตามกิเลส ตัณหาและอารมณ์ที่มากระทบ เมื่อมีสมาธิสมบูรณ์แล้ว จึงจะเกิดสัมปชัญญะขึ้นได้ สติคือความระลึกได้ สัมปชัญญะ คือการรู้ตัวหลักธรรมข้อนี้ ทำให้บุคคลรู้จักตนเองว่าเป็นใคร กำลังทำอะไรอยู่ และรู้ว่าทำอะไรสามารถครองตนระงับอารมณ์ต่างๆ ได้ธรรมข้อนี้สามารถที่จะแก้ปัญหาคาถาในประเด็นสุขภาพชีวิตส่วนบุคคลได้โดยผู้ผู้นั้นต้องมีความพร้อมที่จะละ เลิก และข้องเกี่ยวกับสุราเมรัยโดยเด็ดขาดโดยกำหนดใจว่า

๑. มีความระลึกอยู่เสมอถึงพิษภัยของสุรานั้น ว่าเป็นเหตุให้สุขภาพของผู้ดื่มต้องทรุดโทรม และต้องเสียค่าใช้จ่ายในการรักษาอย่างมากมาย

๒. พิจารณาให้เห็นคุณค่าแท้ และโทษที่แท้จริงของสุราที่มีผลกระทบต่อร่างกาย

๓. มีความรู้สึกรู้ตัวอยู่เสมอ และไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับเครื่องดื่มคือสุรานั้นในการหาทางออกจากปัญหาคาถาเพื่อแก้ปัญหสุขภาพส่วนบุคคลนั้น เป็นการใช้หลักธรรมในทางพระพุทธศาสนา เพื่อแก้ปัญหอันเกิดขึ้นแก่ตัวบุคคลผู้ดื่มสุราเป็นเครื่องย้ำเตือนว่า ไม่มีใครเตือนสติเราได้มากกว่าเรา ตนเตือนตนให้พ้นผิด เป็นหลักการที่จริงแท้ ซึ่งการณดังกล่าวนี้ ผู้หวังความสุขความเจริญแก่ตนควรพิจารณาให้เห็นถึงประโยชน์ และส่วนได้ส่วนเสียของสุราเสียก่อน แล้วกำหนดละเว้น ด้วยอาศัยหลักธรรมทั้ง ๓ ประการ คือ อบรมมุข ๖ เป็นเครื่องชี้ให้เห็นโทษทัณฑ์ของการเข้าไปเกี่ยวข้องกับสุราว่ามีผลเป็นอย่างไร เช่น เสียทรัพย์ทันตา หรือเกิดโรคร้ายต่างๆ เป็นต้น และมีรูปแบบอย่างไรที่จะเอื้อให้เข้าไปคลุกคลีกับการดื่มสุรา เช่น การคบคนชั่วเป็นมิตรซึ่งจะชักนำไปในทางฉิบหายต่างๆ อันมีการเที่ยวกลางคืน และตกผลึกที่การดื่มสุราแล้วเมาในที่สุด ส่วนเบญจศีลเป็นเสมือนตะปูที่คอกย้ำให้รู้ว่าเมื่อเรารู้ภัยแล้วควรที่จะหยุดเสียแล้วด้วยหลักการที่มีอยู่ เป็นการงดเว้นจากการดื่มสุรานั้นอย่างเด็ดขาด และสติสัมปชัญญะเป็นเสมือนยามรักษาการณ์ ที่คอยระแวดระวังภัยต่างๆ รอบตัวเรา ไม่ให้ผิดพลาดพลั้งอีกครึ่งหนึ่ง

^{๑๒} อภ.ทก. (ไทย) ๒๐/๑๘๐/๑๒๕.

สรุปได้ว่า พุทธธรรมทั้ง ๓ ประการ เป็นเครื่องช่วยสนับสนุนกันและกัน ในอันที่จะดี
 กรอบให้กับผู้ดื่มสุราหาทางออกจากเหตุนั้นได้ และระงับเหตุนั้นอย่างยั่งยืน โดยทั้งนี้ผู้ที่ดื่มสุรา
 ต้องมีจิตใจที่หนักแน่น คิดถึงประโยชน์อันเกิดจากการงดดื่มสุรานั้น ซึ่งจะมีผลต่อสุขภาพของผู้
 นั้นเองทีเดียว

๔.๒ การแก้ปัญหาการดื่มสุราด้านสุขภาพจิตและชีวิตบุคคลในครอบครัว

ในการหาทางออก หรือการแก้ปัญหาด้านสุขภาพจิตและชีวิตบุคคลในครอบครัวโดย
 มีสุราเป็นโจทย์ใหญ่นั้น เพราะชีวิตของครอบครัวถือว่าเป็นหน่วยแรกของสังคมที่มีบทบาท
 สนับสนุน ส่งเสริม หรือก่อปัญหาให้เกิดแก่สังคมใหญ่ระดับชาติได้ จากการทำกลุ่มสนทนาเห็นชัด
 ว่า การดื่มสุรานั้นทำให้เกิดผลกระทบต่อคนในครอบครัว ดังนั้นเพื่อแก้ไขปัญหาความรุนแรงใน
 ครอบครัว

ผู้วิจัยได้ศึกษาวิธีแก้ปัญหา โดยนำหลักพุทธธรรมที่สามารถนำมาใช้แก้ปัญหา โดยได้
 ศึกษาในหลักธรรมที่เป็นพื้นฐานของชาวพุทธ ๒ ประการ ดังนี้

๑. หลักฆราวาสธรรม

๒. หลักทศ ๖

๑. หลักฆราวาสธรรม

ฆราวาสธรรม คือธรรมที่เป็นเครื่องมือให้บุคคลดำรงชีวิตอยู่ในเพศของปกติชนได้
 อย่างราบรื่น โดยไม่ทำตัวให้เป็นภัยต่อสังคม และยังเป็นเครื่องขลิบใจระหว่างบุคคลภายใน
 ครอบครัวให้อยู่กันอย่างมีความสุขได้ ซึ่งเป็นปัจจัยหนึ่งจะช่วยส่งเสริมให้คุณภาพชีวิตครอบครัวดี
 ขึ้น มีอยู่ ๔ ประการ คือ

๑. สัจจะ ความซื่อสัตย์

๒. ทมะ ความข่มใจ

๓. ขันติ ความอดทน

๔. จาคะ ความเสียสละ^{๑๑}

๑. สัจจะ ความซื่อสัตย์ หมายถึง การรักษาความสัตย์สุจริต ไม่คิดคดทรยศ หักหลัง
 ตั้งอยู่บนความซื่อสัตย์ต่อกันและมีความจริงใจต่อกัน ไม่มีความลับระหว่างสามีภรรยา ก่อนชีวิต

^{๑๑} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๔๖/๓๕๔.

แต่งงานอยู่ด้วยกัน มีความจริงใจต่อกันอย่างไร พึงหันหน้าเข้าหากันแสดงความคิดเห็นต่อกันด้วยเหตุด้วยผล ไม่คิดนอกใจไปมีหญิงคนอื่นประพฤตินอกใจภรรยาตน

๒. ทมะ รู้จักข่มใจตนเอง หมายความว่า การรู้จักควบคุมอารมณ์ของตนไม่ให้เกิดความหุนหัน เป็นเหตุให้แสดงกริยาหรือวาจาอันไม่สมควรออกมา ในขณะที่ประสบเหตุการณ์น่าหวาดหวั่นต่างๆ รู้จักห้ามใจไม่ให้หลงไปในอารมณ์ใฝ่ต่ำ ไม่คิดที่จะเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับสุรา โดยคิดถึงครอบครัวเป็นสำคัญ

๓. ขันติ ความอดทนอดกลั้น จัดเป็นอดทนต่อความลำบากตรากตรำ อดทนต่อความเจ็บช้ำน้ำใจเมื่อถูกข่มขู่หรือถูกปรีดาจากบุคคลอื่น โดยสามารถควบคุมอารมณ์ของตน ให้มีสติยังคิดได้ มีความบากบั่นพยายามต่อสู้กับอุปสรรคต่างๆ เพื่ออนาคตของลูก

๔. จาคะ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ การสละเวลา เงินทอง สิ่งของและความสุขของตนเพื่อผู้อื่นมีความสุขและพ้นทุกข์ได้นั้น เป็นการทำให้ครอบครัว ใช้เวลาที่เสียไปเพื่อการดีมีสุรามาเป็นเวลาที่ควรอยู่กับครอบครัว ปันเวลาในการอบรมสั่งสอนลูก ให้ความรู้สึที่ดีต่อภรรยาและลูก ทำให้ครอบครัวไม่วิ่วเหว สามารถลดช่องว่างระหว่างคนในครอบครัวได้^{๔๔}

ในครอบครัวพอถือว่าเป็นผู้มีบทบาทสำคัญ ที่จะชักนำลูก ๆ ในการพัฒนาจิตใจมีจิตใจดี มีคุณธรรม จริยธรรมสูง มีความเสียสละ ให้ความรัก ความยกย่องซึ่งกันและกันให้เกียรติและศรัทธาซึ่งกันและกัน มีพฤติกรรมที่แสดงต่อกันด้วยความรัก ไม่ใช่อารมณ์ในการตัดสินปัญหา ควรเป็นผู้มีเหตุผล เข้าใจปัญหา รับสภาพความจริง และหาวิธีแก้ปัญหาก่อนจะขัดแย้งในครอบครัวให้ได้ถ้ามีปัญหา แต่ควรที่จะขัดไม่ให้เป็นปัญหาเลยดียิ่งดี

คุณธรรมทั้ง ๔ ประการนี้ เป็นเสมือนกาวที่ช่วยประสานความเป็นครอบครัวให้แน่นแฟ้นยิ่งขึ้น โดยพ่อซึ่งเป็นผู้นำครอบครัวนั้น ต้องมีความตั้งใจจริง มีความอดทน อดกลั้น และสละความแห่งความเมาออกไป โดยคิดถึงประโยชน์อันจะเกิดมีแก่ครอบครัว ทั้งความเป็นอยู่ในปัจจุบัน และอนาคตของลูกๆ นั้นเป็นหนทางหนึ่งที่จะช่วยทำให้สุขภาพจิตและสุขภาพกายของบุคคลในครอบครัวมีความสุข เป็นครอบครัวที่อบอุ่นได้

๒. หลักทศ ๖

บุคคลที่เราจะต้องติดต่อสัมพันธ์ด้วยกันนอกจากบุคคลในครอบครัว ญาติพี่น้องแล้ว ยังมีผู้บังคับบัญชา เพื่อนร่วมงาน และผู้ใต้บังคับบัญชา บุคคลเหล่านั้นถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคมมนุษย์ที่อยู่ร่วมกันจะต้องคบหาสมาคมกัน โดยเริ่มจากจุดเล็กๆ ที่บ้าน ถ้าความสัมพันธ์หรือ

^{๔๔} ปิ่น มุทุกันต์, พันเอก, แนวสอนธรรมตามหลักสูตรนักธรรมตรี, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อมรการพิมพ์, ๒๕๑๔) หน้า ๔๕๘ – ๔๖๕.

มนุษย์สัมพันธ์ในบ้านดีแล้ว มนุษย์สัมพันธ์นอกบ้านมักจะดีไปด้วยหลักธรรมเรื่องทิส ๖ ในพระพุทธศาสนา เป็นหลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับชีวิตมนุษย์ที่มีชีวิตร่วมกันอยู่ในสังคม มนุษย์มีปฏิสัมพันธ์ต่อกันในชีวิตประจำวัน มีความสัมพันธ์กันในหน่วยงาน องค์กรต่างๆ ทั้งภาครัฐและภาคเอกชน มนุษย์เป็นสัตว์สังคมติดต่อกับสัมพันธ์ซึ่งกันและกันตั้งแต่สถาบันเล็กสุดของสังคมคือครอบครัว จนถึงใหญ่สุดคือสถาบันชาติ

หลักธรรมในเรื่องทิส ๖ ในสังคาลกสูตรนี้ จัดได้ว่าเป็นธรรมที่เป็นพื้นฐานในการรู้จักคน คำว่ารู้จักคน คือรู้จักตัวตนของคนที่เราคบด้วย และรู้จักหน้าที่ที่เราจะต้องกระทำต่อบุคคลนั้นๆ ด้วย เป็นการกระทำหน้าที่ตามหลักของพระพุทธศาสนาอันสามารถทำให้ครอบครัว และบุคคลใกล้ชิดมีความสุขได้ ซึ่งหลักการในเรื่องทิส ๖ นั้นเป็นการรู้จักทำหน้าที่ของแต่ละบุคคลระหว่างบิดามารดากับบุตร ครูอาจารย์กับศิษย์ สามเณรกับภรรยา มิตรกับมิตร เจ้านายกับลูกน้อง และคฤหัสถ์กับพระสงฆ์

๑) บิดามารดา เป็นทิสเบื้องต้น

ทิสเบื้องต้น คือ บิดามารดา ที่ท่านจัดว่าเป็นทิสเบื้องต้นนั้นด้วยเหตุผลที่ว่าท่านเป็นผู้มีอุปการะมาก่อน ให้การเลี้ยงดูบุตรธิดามาก่อน ให้การศึกษา ให้ที่อยู่อาศัย ให้การอบรมบ่มนิสัยให้ตั้งอยู่ในศีลธรรมอันงาม ซึ่งท่านมีหน้าที่ที่จะต้องทำ^{๕๕} ดังนี้

๑. ห้ามไม่ให้ทำความชั่ว
๒. ให้ตั้งอยู่ในความดี
๓. ให้ศึกษาศิลปวิทยา
๔. หาภรรยา (สามี) ที่สมควรให้
๕. มอบทรัพย์สมบัติให้ในเวลาอันสมควร^{๕๖}

พระพุทธเจ้าตรัสถึงความหวังหรือความปรารถนาของมารดาบิดาที่จะได้รับจากบุตร จึงปรารถนาที่จะมีบุตรไว้ในปุตตสูตรว่า

มารดาบิดาผู้ฉลาดเมื่อเห็นฐานะ ๕ ประการ จึงปรารถนาบุตร ด้วยหวังว่า บุตรที่เราเลี้ยงแล้วจักเลี้ยงเรา จักช่วยทำกิจของเรา วงศ์ตระกูลจักดำรงอยู่ได้นาน จักปฏิบัติตนให้สมควรแก่การรับทรัพย์มรดก และเมื่อเราทั้งสองตายแล้วจักทำบุญอุทิศให้ มารดาบิดาผู้ฉลาด เมื่อเห็นฐานะเหล่านี้ จึงปรารถนาบุตร^{๕๗}

^{๕๕} ทิ.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๖๗/๒๑๒.

^{๕๖} ทิ.ปา. (บาลี) ๑๑/๒๖๗/๑๖๔. , ทิ.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๖๗/๒๑๓.

^{๕๗} อญ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๓๕/๖๑.

ดังนั้น คุณธรรมที่สำคัญหรือหน้าที่ที่สำคัญที่สุดที่บิดามารดาพึงกระทำต่อบุตร ๕ ประการนั้น มีหลักปฏิบัติดังนี้

๑. ห้ามบุตรจากความชั่ว บิดามารดาห้ามปรามหรือชี้โทษชั่วให้ลูกได้ทราบและห้ามมิให้กระทำความชั่วเหล่านั้น เช่น

๑.๑. ชี้ให้เห็นโทษของอบายมุข ๖ ประการ คือ คีมน้ำเมา เที่ยวกลางคืน เที่ยวคูการละเล่น เล่นการพนัน คบคนชั่วเป็นมิตร^{๑๘} ห้ามลูกของตนมิให้ประพฤติเพราะทางเหล่านี้เป็นทางแห่งความวิบัติ พาตนให้เป็นทุกข์ โดยชี้ให้เห็นโทษและคุณ

๑.๒ ให้รู้จักมิตรปฏิรูป หรือมิตรเทียม เป็นบุคคลที่พึงเว้นให้ไกลเสียมี ๔ ประเภท คือ (๑) คนที่ถือเอาแต่ประโยชน์จากผู้อื่นฝ่ายเดียว (๒) คนดีแต่พูด (๓) คนหัวประจบ (๔) คนชักนำเพื่อนไปในทางเสื่อมเสีย^{๑๙}

๑.๓ ให้รู้จักมิตรแท้ คือมิตรที่มีใจดีมี ๔ จำพวก คือ (๑) มิตรมีอุปการะ (๒) มิตรร่วมสุขร่วมทุกข์ (๓) มิตรแนะประโยชน์ (๔) มิตรมีความรักใคร่^{๒๐}

๒. แนะนำให้ตั้งอยู่ในความดี นอกจากห้ามมิให้กระทำความชั่วแล้ว ต้องหมั่นพร่ำสอนให้กระทำความดี ตั้งอยู่ในความดีความชอบ เช่น สอนให้ลูกรู้จักประกอบกิจการงานที่เป็นประโยชน์ หมั่นชวนขวยในการหาทรัพย์ รู้จักรักษาทรัพย์ที่หามาได้ แล้วไม่ให้เสื่อมไปโดยไม่จำเป็น ให้รู้จักประมาณในการใช้จ่ายเพื่อเลี้ยงชีวิตตามฐานะกำลังทรัพย์ของตน ไม่ให้ฟุ่มเฟือยจนเกินไป หรือฝืดเคืองจนเกินไป สอนให้ลูกรู้จักเสียดสละความสุขของตนเพื่อประโยชน์ส่วนรวมหรือประโยชน์ของชาติ

๓. ให้ศึกษาศิลปวิทยา เมื่อบุตรมีอายุครบตามกฎหมาย จะต้องศึกษาเล่าเรียนแล้ว ก็ชวนขวยหาที่ศึกษาให้ แล้วส่งเสริมให้มีการศึกษาคี ๑ ในวิชาการที่ลูกถนัดเพื่อเป็นวิชาเลี้ยงชีพต่อไป

๔. หากผู้ครองที่สมควรให้ เมื่อบุตรเจริญเติบโตเป็นหนุ่มเป็นสาว ควรแก่การครองเรือนแล้ว ก็เลือกหาหรือช่วยพิจารณาผู้ครองที่มีความประพฤติดี ทำหน้าที่ของความเป็นสามีภรรยาด้วยความเหมาะสมกับชาติสกุล เพราะผู้ครองถือว่ามีความสำคัญสำหรับชีวิตของลูก เพื่อที่ลูกจะได้อยู่ครองเรือนครองรักกันอย่างมีความสุขตลอดไป

๕. มอบทรัพย์ให้ในสมัย เมื่อบุตรมีครอบครัวเป็นฝั่งเป็นฝาแล้ว ควรแบ่งทรัพย์มรดกให้เพื่อเป็นทุนในการประกอบกิจการให้มีฐานะมั่นคง การแบ่งทรัพย์ให้ลูกนั้นควรทำเป็น ๒

^{๑๘} ทิ.ปา.(ไทย) ๑๑/๒๔๗/๒๐๒.

^{๑๙} ทิ.ปา.(ไทย) ๑๑/๒๕๔/๒๐๗.

^{๒๐} ทิ.ปา.(ไทย) ๑๑/๒๖๐/๒๐๕.

ระยะ คือ ระยะที่ยังมีชีวิตอยู่ เช่น การแบ่งให้ลูกไปลงทุนประกอบอาชีพระยะที่สอง เมื่อบิดามารดาแก่เฒ่าเห็นว่าใกล้ต่อความตายแล้ว ก็จัดแบ่งทรัพย์มรดกให้แก่ลูกๆ ด้วยความเรียบร้อย อย่าให้ลูกต้องมาฟ้องสิทธิ์ต่อมรดกเมื่อภายหลัง อันจะทำให้เสียชื่อเสียงของวงศ์ตระกูลนอกจากหน้าที่ที่ตนรับผิดชอบต่อบุตรแล้ว การที่จะพาตนเองและครอบครัวดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างราบรื่นนั้นมนุษย์ต้องมีการปฏิสัมพันธ์กันกับบุคคลอื่นมารดาบิดาประกอบอาชีพซึ่งเป็นสืบทอดมาจากรุ่นก่อน ก็เพื่อความมั่นคงของครอบครัว ความมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีไม่เพียงจะเป็นเสน่ห์อย่างเดียวนั้น แต่เป็นความประทับใจของผู้ได้คบหาสมาคมด้วย เพราะคนมีมนุษยสัมพันธ์ดีจะเป็นคนสบาย ไม่ถือตัว ร่าเริง คบแล้วสบายใจ ใครๆ จึงชอบ คนมีมนุษยสัมพันธ์ดีจึงมีเพื่อน มีคนอยากคบค้าสมาคมด้วย เราสามารถสร้างและมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีได้ เช่น การมีมนุษยสัมพันธ์อันดีด้วยหลักธรรมประจำใจคือพรหมวิหารธรรม อันได้แก่ เมตตา กรุณา มุทิตา และ อุเบกขา^{๒๑}

เมื่อบุตรธิดาได้รับการอนุเคราะห์มาตั้งแต่กำเนิดแล้ว ควรเป็นผู้มีกตัญญูทดแทนเวทียุติหลักปฏิบัติที่บุตรพึงกระทำตอบสนองต่อบิดามารดา ๕ ประการ^{๒๒} คือ

๑. ด้วยตั้งใจไว้ว่าท่านเลี้ยงเรามา เราจักเลี้ยงท่านตอบ ถูกทุกคนต้องระลึกรู้ถึงบุญคุณที่บิดามารดาได้เลี้ยงเรามาจนกว่าจะเจริญเติบโตต้องลำบากมาก่อน คอยประคบ-ประหงม อาน้ำชำระกาย ยามป่วยไข้ต้องอดหลับอดนอน ยุงไม่ให้ไต่ไรไม่ให้ตอม คอยเฝ้าดูแลให้การศึกษา เมื่อลูกโตขึ้น สามารถทำกิจการต่างๆ ได้แล้ว ท่านแก่เฒ่าลงต้องเลี้ยงดูท่านให้เป็นสุข อย่าให้ท่านต้องทนทุกข์เดือดร้อนในการหาเลี้ยงชีพ เมื่อท่านเจ็บป่วยต้องพยาบาล ป้อนข้าว ป้อนน้ำ นวดเพนปรนนิบัติท่าน ดังที่ท่านเคยปฏิบัติต่อเรามาก่อนเพื่อให้ท่านเป็นสุขในบั้นปลายชีวิต

๒. จักรับทำกิจของท่าน บิดามารดาท่านมีกิจอย่างใดอย่างหนึ่งทั้งภายในบ้านและนอกบ้าน เราควรช่วยทำกิจของท่านให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยความเรียบร้อย โดยไม่让您หนักใจหรือเป็นห่วงกังวลในกิจการนั้นๆ เป็นต้นว่า การทำไร่นา การประกอบธุรกิจห้างร้านต่างๆ อันเป็นกิจการส่วนของครอบครัว

๓. จักดำรงวงศ์สกุล จะต้องปฏิบัติตนดำรงวงศ์ตระกูลให้ยั่งยืนถาวรสร้างความเจริญให้แก่วงศ์ตระกูลด้วยคุณสมบัติและวัตถุสมบัติ เป็นที่นิยมนับถือของคนทั่วไป อย่าให้ตระกูลของตนเสื่อม หรือถูกติฉินนินทาในทางร้าย ปฏิบัติตามขนบธรรมเนียมประเพณีของวงศ์ตระกูล รักษาทรัพย์สินมรดกของท่านให้คงอยู่ และอีกประการหนึ่งคือจักรักษาไว้ซึ่งนามสกุลของตระกูลไม่ให้เสื่อมเสีย อย่าให้เขาพูดคำว่า คนนามสกุลนี้เป็นโจรถูกตำรวจจับกุมคุมขัง เป็นต้น ซึ่งเป็น

^{๒๑} ไชย ณ พล อัครศุภเศรษฐ์, การสร้างเสน่ห์และความประทับใจ, (กรุงเทพมหานคร : พลัสเพลส, ม.ป.ป.), หน้า ๑๒๖.

^{๒๒} ที.ป. (ไทย) ๑๑/๒๖๗/๒๑๒.

บ่อนทำลายชื่อเสียงของตระกูล ลูกคนใดทำดังกล่าวถือว่าลูกคนนั้น เป็นผู้กตัญญูต่อวงศ์ตระกูล ทำให้ชื่อเสียงวงศ์ตระกูลเสื่อมเสียหาย

๔. จักปฏิบัติตนให้เป็นผู้สมควรรับทรัพย์มรดก ผู้ที่ควรแก่การเป็นทายาทสืบวงศ์ตระกูลนั้น ประพฤติตนดี สุภาพเรียบร้อย ไม่เป็นคนหมกมุ่นอยู่ในอบายมุข อันเป็นทางพลาญทรัพย์สมบัติของท่านให้หมดไป ประพฤติตนให้ท่านมองเห็นว่าสามารถที่จะจรรับภาระครอบครัวหรือรับกิจการต่างๆ ของท่านได้ โดยที่จะไม่นำพากิจการของท่านนั้นไปสู่อบาย คือทำให้กิจการล่มสลาย เพราะความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ยังไม่มีภาวะที่จะรักษามรดกไว้ได้ ซึ่งทั้งนี้ต้องดูจากพฤติกรรมต่างๆ ดังนั้น ลูกจะต้องตั้งตนอยู่ในกรอบของศีลธรรม ทำตัวเองให้เป็นที่ไว้วางใจ ทำตนให้เป็นคนเสมอต้นเสมอปลาย อย่าทำหน้าไหว้หลังหลอก

๕. เมื่อท่านตายไปแล้ว ทำบุญอุทิศไปให้ บุตรธิดาจะต้องระลึกอยู่เสมอว่า ท่านเป็นผู้ให้เรามาก่อน ตั้งแต่เลือดเนื้อ ชีวิต ความรู้ ทรัพย์สิน มรดก อุปการคุณเหล่านี้ บุตรธิดาจะต้องระลึกถึงอยู่เสมอ เมื่อท่านล่วงลับไปแล้วจึงต้องทำบุญอุทิศส่วนกุศลไปให้ท่าน เพื่อแสดงความกตัญญูตเวทีตามกำลังของเราเมื่อลูกเห็นตัวอย่างที่ดีๆ จากพ่อแม่ ก็จะนำเอารูปแบบดีๆ วิธีการพูดคุย ให้ความรัก ให้เกียรติ ความเสียสละ การยกย่อง การพัฒนาจิตใจ ไปใช้พัฒนาตนเองด้วยรูปแบบดีๆ ทั้งหลายก็จะหลอมเป็นพฤติกรรมดีๆ ของลูกๆ และสามารถนำไปสู่ห่างไกลจากสิ่งเสียดสีให้โทษได้ เป็นการยกตัวอย่างจากตัวเอง เพราะการสื่อการสอนที่ดีที่สุด คือการกระทำให้ดู ไม่ใช่การสอนด้วยปาก^{๒๓} ครอบครัวมีความมั่นคง บุตรได้แสดงออกถึงความกตัญญูตเวทีต่อบิดามารดาผู้ซึ่งเป็นบุพพการี บิดามารดาได้ทำหน้าที่ของตน ในฐานะผู้นำของครอบครัวอย่างสมบูรณ์ บุตรและธิดาได้รับการปลูกฝังความประพฤติที่ดีงามเกี่ยวกับกิริยามารยาท จริยธรรม คุณธรรม ประพฤติชอบด้วยกาย วาจา และใจ เป็นผู้ตั้งอยู่ในสัมมาทิฐิ ด้วยการปฏิบัติตามหน้าที่ของบุตรธิดาเป็นการแสดงออกถึงความรับผิดชอบต่อบุพพการี ทำให้เกิดความปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ซึ่งต่างฝ่ายก็ได้ปฏิบัติตนต่อกันด้วยจิตสำนึกในความผูกพันของตน และความสุขก็จะเกิดขึ้นภายในครอบครัว

สุขภาพจิตสุขภาพกายของบุคคลในครอบครัวทั้งมารดา และบุตร รวมถึงญาติผู้ใหญ่ จะมีคุณภาพหรือมีความสงบได้ก็เพราะผู้นำครอบครัวรู้จักหน้าที่ของตน ทำหน้าที่ของตน แต่ละคนนั้น ต้องเป็นหน้าที่ที่ประกอบด้วยคุณธรรมตามหลักของทศเบื่องหน้า โดยใส่ใจอยู่ว่า

๑. ครอบครัวจะดำเนินไปสู่ทิศทางใดนั้นขึ้นอยู่กับหัวหน้าครอบครัว หรือผู้นำครอบครัว ที่จะบริหารดำเนินการให้เป็นไป โดยรู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา ปรีกษาหารือแนวทางปฏิบัติร่วมกัน

^{๒๓} จุฑา บุรีภักดิ์, มนุษย์สัมพันธ์สำหรับครู, (กรุงเทพมหานคร : Smile Print, ๒๕๔๗), หน้า ๒๖.

๒. ผู้นำครอบครัวต้องทำตัวเป็นแบบอย่างที่ดี นอกจากในฐานะความเป็นพ่อแล้ว ต้องทำตัวให้เป็นในฐานะที่เป็นลูกที่ดีของพ่อแม่ เพื่อให้เป็นแบบอย่างแก่ลูกๆ

๓. เมื่อผู้นำสร้างความอบอุ่นแก่ครอบครัว ครอบครัวก็จะเป็นสุขห่างไกลจากสุรา ยาเสพติดได้ หากกังวลกับอนาคตของลูกๆ ได้พ่อจะต้องทำตัวให้เป็นแบบอย่างที่ดีของลูก โดยไม่ทำทุจริตผิดกฎหมายและผิดศีลธรรม ตั้งตนอยู่ในกรอบของความดีตามหลักของสัมมาอาชีวะและสัมมากรรมันตะหรือหลักศีลธรรม ประเพณีวัฒนธรรมที่ดีงามและสร้างความรักความอบอุ่นให้แก่ครอบครัวให้มาก เพื่อให้ลูกมีความอบอุ่น คอยสั่งสอนอบรมให้รู้จักพูด รู้จักคิด และการดำเนินชีวิตที่ดีงาม โดยยึดหลักของพรหมวิหารธรรม^{๒๔}

๒) ครูอาจารย์ เป็นทิศเบื้องขวา

ครูอาจารย์ คือผู้ที่มอบวิชาความรู้ให้กับศิษย์ เป็นอีกผู้หนึ่งที่สอนแนะนำความดีซึ่งพระพุทธองค์ได้กำหนดหน้าที่ของครูไว้ในสังคาลสูตร^{๒๕} ดังนี้

๑. แนะนำดี อาจารย์ที่ดีจะต้องคอยแนะนำตักเตือนศิษย์ของตนอยู่เสมอเป็นต้นว่า แนะนำให้รู้จักสิ่งใดควรกระทำ สิ่งใดไม่ควรกระทำ ตักเตือนเมื่อศิษย์ทำผิดหรือตั้งอยู่ในความประมาท แม้บางครั้งจะต้องลงโทษให้เจ็บปวดก็ควรทำ ไม่ตามใจศิษย์ในทางที่ผิด ๆ

๒. ให้เรียนดี อาจารย์ที่ดีจะต้องเอาใจใส่ในการศึกษาของศิษย์ ให้ศิษย์ได้ศึกษาศิลปวิทยาการต่าง ๆ ตามกำลังสติปัญญาของศิษย์

๓. บอกศิษย์ด้วยดีในศิลปวิทยาทั้งหมด อาจารย์ที่ดีจะต้องประกอบด้วยเมตตาปรารถนาให้ศิษย์ของตนเจริญด้วยความรู้ มีความสามารถ สอนวิชาการต่างๆ ไม่ปิดบังอำพรางวิชาความรู้ของตน หรือหวงแหนความรู้ต่อศิษย์

๔. ยกย่องให้ปรากฏในเพื่อนฝูง อาจารย์ที่ดีจะต้องยกย่อง เพื่อให้ศิษย์ของตนแสดงความรู้ความสามารถให้ปรากฏในหมู่เพื่อนฝูงและประชาชน

๕. ทำความป้องกันในทิศทั้งหลาย อาจารย์ที่ดีจะต้องให้ความคุ้มครองป้องกันศิษย์ของตน บอกทิศทางแห่งความเจริญให้ศิษย์ แนะนำในการประกอบสัมมาอาชีพแก่ศิษย์

^{๒๔} ชีวโรจน์ เกิดแก้ว, พระพุทธศาสนากับปัญหาสังคม, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สี่ตะวัน, ๒๕๔๓), หน้า ๑๒๓.

^{๒๕} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๖๘/๒๑๓.

เมื่อศิษย์ได้รับความเอ็นดูอนุเคราะห์จากครูอาจารย์ดังกล่าวมานี้แล้ว ควรทำหน้าที่ของศิษย์ที่ติดตอบแทนคุณครูอาจารย์^{๒๖} ดังนี้

๑. ด้วยลูกขึ้นยืนรับ เมื่อศิษย์เห็นครูอาจารย์ของตนเดินมา ต้องมีความชื่นชมยินดีรีบลุกขึ้นทำการปฏิสันถาร รับของจากมือมาถือไว้ แล้วนำไปวางไว้ในที่ควร ทำความเคารพ ไม่ควรนั่งหรือยืนในที่สูงกว่าอาจารย์หรือเสมอกัน ควรนั่งในที่ต่ำกว่าเป็นการให้เกียรติท่าน

๒. ด้วยเข้าไปยืนคอยรับใช้ ในธุระต่างๆ ที่ท่านต้องการให้ช่วยเหลือทำธุระอย่างใดอย่างหนึ่ง เมื่อท่านใช้ก็ควรทำให้ด้วยความเต็มใจ ไม่ใช่ทำด้วยเสียไม่ได้ หรือไม่เต็มใจ

๓. ด้วยการเชื่อฟังคำสั่งสอนของอาจารย์ เพราะอาจารย์จะสอนในสิ่งที่ดีสิ่งที่ดีควรและไม่ควร การฝ่าฝืนคำสั่งสอนย่อมไม่ได้คุณความดี เราต้องการความรู้ความดีจากอาจารย์ จึงควรเชื่อฟังอาจารย์

๔. ด้วยการปรนนิบัติ ศิษย์ควรมีความรักและเคารพในอาจารย์ ดูแลเอาใจใส่ให้ความรักความเคารพท่าน

๕. ด้วยการเรียนศิลปวิทยาโดยเคารพ ศิษย์จะต้องเอาใจใส่ ตั้งใจฟัง จดจำไว้ เมื่อเลิกเรียนแล้วก็ตั้งใจทบทวนคำสอนวิชาการนั้น ๆ ให้แตกฉานสถาบันทางการศึกษาได้บุคลากรที่มีคุณภาพ สถาบันการศึกษาที่ประกอบด้วยครูอาจารย์ ผู้มีคุณธรรม มีจริยธรรม เป็นกัลยาณมิตรที่ดีกับนักเรียน นิสิตนักศึกษา ครูอาจารย์ย่อมนำศิษย์สู่ผลสำเร็จได้ ด้วยเหตุผลที่ว่า นอกจากบิดามารดาที่เป็นครูคนแรกและเป็นแบบอย่างของบุตรธิดาแล้ว ครูอาจารย์คือแบบอย่างที่ดีที่สุดของศิษย์ ครูอาจารย์ผู้ประกอบด้วยจิตวิญญาณของความเป็นครู ย่อมนำพาศิษย์ไปในทางที่ถูกต้อง การพัฒนาเด็กเยาวชนนักเรียน นิสิตนักศึกษาให้มีคุณธรรม จริยธรรม จึงเป็นเรื่องสำคัญ การปลูกฝังให้ศิษย์ปฏิบัติตามหน้าที่ของตน

การนำเอาคำสั่งสอนของครูอาจารย์มาเป็นบรรทัดฐานในการหยุดคัมสุรา ก็เป็นแนวทางหนึ่ง ซึ่งสามารถที่จะทำให้สังคมเกิดความสงบสุขได้ ครอบครัวมีความอบอุ่นเพราะผู้จะยุติความเครียดหรือเลิกพฤติกรรมที่ประพฤตินาจนมาแล้วนั้น จำเป็นต้องได้กัลยาณมิตรที่เป็นครูอาจารย์คอยแนะนำแนวทางให้ โดยมีวิธีการดังนี้

๑. ระลึกรู้ถึงคำสั่งแนะนำสั่งสอนของครูอาจารย์ที่แนะนำให้เลิกเกี่ยวข้องกับสุรายาเสพติด

๒. นำพฤติกรรมและวิถีชีวิตของครูอาจารย์ที่ไม่เกี่ยวข้องกับสุรายาเสพติดมาเป็นแนวทางในการปฏิบัติ

๓. ลงมือปฏิบัติตามเพื่อการละได้อย่างเด็ดขาด

^{๒๖} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๖๘/๒๑๓.

๓) บุตรและภรรยา เป็นทิศเบื้องหลัง

สถาบันครอบครัวเป็นสถาบันที่เล็กที่สุดของสังคม ซึ่งสมาชิกในครอบครัวประกอบด้วย สามี ภรรยา และบุตรธิดา แต่ละคนมีหน้าที่รับผิดชอบต่อครอบครัว ต่อตนเองในระหว่างอยู่ร่วมกัน การที่จะอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขนั้น ต้องมีการปรับตัวเองให้เข้ากับสภาพแวดล้อมรอบด้านที่ตนสัมพันธ์อยู่ด้วย การสำรวจตนเอง การมองตนเอง หาข้อบกพร่องของตนแล้วแก้ไข เป็นสิ่งที่มองข้ามไม่ได้สำหรับการอยู่ร่วมกันในครอบครัวความสัมพันธ์ความราบรื่นในครอบครัวเป็นความสำคัญในการครองเรือน ภรรยา แปลว่าหญิงที่บุรุษเลี้ยง แต่ก็ไม่ได้หมายความว่า ผู้หญิงทุกคนบุรุษควรเลี้ยง หญิงที่บุรุษเลี้ยงมาเป็นภรรยา จะต้องมีความสัมพันธ์ที่ดีพร้อมที่จะเป็นภรรยา บุรุษจะต้องศึกษาให้เข้าใจในเรื่องการมีภรรยา เพราะเป็นเรื่องสำคัญในชีวิต อาจทำให้ชีวิตของบุรุษเจริญก็ได้ วิบัติก็ได้ มีความสุขก็ได้ ประสบกับความระทมทุกข์ตลอดชีวิตก็ได้ เมื่อรับไว้เป็นภรรยาแล้ว สามีจะต้องปฏิบัติตนให้สมกับเป็นสามี เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ราบรื่นภายในครอบครัว สามีที่ดีควรจะสงเคราะห์ อนุเคราะห์ภริยาดด้วยฐานะ ๕ ประการ คือ^{๒๗}

๑. ด้วยยกย่องว่าเป็นภรรยา ให้เกียรติต่อภรรยา นับเป็นคุณธรรมประการหนึ่ง สามีที่ดีจะต้องใช้คำพูดที่ดี อ่อนหวาน ตามความนิยมต่อภรรยาของตน ไม่ใช่จากหาหยาบคาย กระโชกโฮกฮากคำทอภรรยา เหมือนเวลาเมาสุราเพราะไม่มีสติ กล่าวยกย่องภรรยาให้ปรากฏในหมู่ญาติมิตรสหาย รับรองเปิดเผยว่าเป็นภรรยาของตนในโอกาสที่สมควร

๒. ด้วยไม่ดูหมิ่น สามีที่ดีต้องไม่ดูหมิ่นภรรยาของตน เช่น การไม่รับรองว่าเป็นภรรยา ทำให้ภรรยาได้รับความอับอายอดสู เป็นต้น การทุบตีกดขี่ คำว่าด้วยวาจาหยาบคาย เป็นการดูหมิ่นภรรยา

๓. ด้วยไม่ประพฤตินอกใจ สามีที่ดีต้องไม่ประพฤตินอกใจภรรยาของตนคือไม่ไปทำชู้ด้วยหญิงอื่น เพราะเป็นการฝ่าฝืนใจภรรยา ขาดความซื่อตรงต่อกัน ทำให้ภรรยาได้รับความทุกข์โทมนัส เป็นเหตุให้ครอบครัวขาดปกติสุข จึงควรยินดีพอใจในภรรยาของตนเท่านั้น

๔. ด้วยมอบความเป็นใหญ่ให้ สามีที่ดีต้องยกย่องความเป็นใหญ่ในเรื่องมอบหมายภาระกิจการภายในบ้านเรือน การครัว การเก็บหอมรอมริบเงินทอง โดยให้อำนาจแก่ภรรยาจัดแทนตน ให้สมกับคำว่า แม่ศรีเรือน เพราะผู้หญิงชอบความเป็นใหญ่

๕. ด้วยให้เครื่องแต่งตัว เครื่องนุ่งห่ม ธรรมชาติของผู้หญิง ย่อมรักสวยรักงาม ชอบเครื่องประดับตกแต่งร่างกาย สามีจึงควรให้เครื่องแต่งตัวแก่ภรรยาของตนตามฐานะตามกาลเวลาคนโบราณถือคติว่าผู้เป็นภรรยาคือช้างเท้าหลัง หมายความว่า คอยช่วยเหลือสามีคอยเอาใจ

^{๒๗} ที.ป. (ไทย) ๑๑/๒๖๕/๒๑๒.

ใส่กิจการต่าง ๆ เริ่มตั้งแต่ดูแลกิจการภายในบ้าน ภรรยาที่ดีควรปฏิบัติตามหลัก ๕ ประการ ๒๕ ดังนี้

๑. จัดการงานดี ภรรยาที่ดีต้องเป็นผู้ขยันในการกระทำกิจการบ้านเรือนงานครัวให้เรียบร้อย ปิดกวาดบ้านเรือนให้สะอาดหมดจด จัดวัสดุสิ่งของให้เป็นระเบียบ ไม่ปล่อยให้รกรุงรัง

๒. สงเคราะห์คนข้างเคียงของสามีดี ภรรยาที่ดีจะต้องรู้จักเอาใจสงเคราะห์คนข้างเคียงสามี เช่น ญาติพี่น้อง มารดาบิดา มิตรสหายของสามี การสงเคราะห์ ได้แก่ การต้อนรับเอาใจใส่ช่วยเหลือกิจการต่างๆ ตลอดจนการให้ปันสิ่งของต่างๆ อันเป็นการสงเคราะห์ด้วยอามิส

๓. ไม่ประพฤตินอกใจสามี ภรรยาที่ดีต้องเป็นผู้ซื่อสัตย์ต่อสามี ไม่ประพฤติล่วงใจ หรือประพฤติดนให้เป็นทีระแวงสงสัย เช่นการไปเที่ยวกับบุรุษอื่น การลักลอบคบหาสมาคมกับบุรุษอื่นในทางชั่วสาว อันเป็นเหตุให้สามีต้องเสื่อมเสียเกียรติยศ แม้สามีจะยากจนตกทุกข์ได้ยากด้วยประการใดๆ ก็ไม่ควรเอาใจออกห่าง การคิดที่จะละทิ้งสามีตนและพอใจในบุรุษอื่นก็เป็นการนอกใจแล้ว

๔. รักษาทรัพย์ที่สามีหามาได้ ภรรยาที่ดีต้องเป็นผู้รู้จักรักษาทรัพย์สมบัติที่สามีหามาไว้ได้ ไม่ใช่จ่ายฟุ่มเฟือย หรือนำไปล้างผลาญด้วยการเล่นการพนัน เที่ยวเตร่เป็นต้น ต้องรู้จักประหยัดทรัพย์ รู้จักรักษาจับจ่ายในสิ่งที่จำเป็นเท่านั้น

๕. ขยันไม่เกียจคร้านในกิจการทั้งปวง ภรรยาที่ดีต้องเป็นคนขยัน ไม่เกียจคร้านในการงานทั้งปวง แม้จะเหนื่อยยากปานใดก็ช่วยทำกิจของสามีด้วยความอดทน ไม่ท้อแท้ใจถึงกับละทิ้งหน้าที่ของตนไป

การปฏิบัติหน้าที่ต่อกันอย่างถูกต้องของสามีภรรยา เป็นการสร้างสายใยความรักให้มั่นคง อันเอื้อให้ชีวิตคู่มีความมั่นคงปราศจากความแตกแยก^{๒๔} ครอบครัวมีความสุข สามีและภรรยาที่มีความเข้าใจในเรื่องการครองเรือน ครอบครัวย่อมมีความสุข สมาชิกในครอบครัวที่มีความรักความสามัคคี ย่อมเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ผู้พบเห็น ซึ่งเป็นหลักการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้อื่น ญาติมิตรก็ปรารถนาที่จะคบหาสมาคมด้วย สามีภรรยาที่ปฏิบัติตนเข้าใจในหน้าที่ต่อกันย่อมดำรงชีวิตคู่ได้อย่างมีความสุข ดังคำพังเพยที่ว่า “ผัวแก้ว เมียขวัญ”

วิชัย เทียนถาวร และทัศนารถณ์ ขำปัญญา ได้กล่าวถึงคุณลักษณะของครอบครัวที่พึงต้องการไว้ ๘ ประการ คือ

๑. สมาชิกทุกคนในครอบครัวมีความรักใคร่กลมเกลียว สมานฉันท์ช่วยเหลือเกื้อกูล เอื้ออาทร มีการพูดจาให้เกิดความเข้าใจซึ่งกันและกัน มีการแก้ปัญหาาร่วมกันอย่างสรรค์

^{๒๔} วีรโชติ เกิดแก้ว, พระพุทธศาสนากับปัญหาสังคม, หน้า ๑๒๖.

๒. สมาชิกในครอบครัว มีการทำกิจกรรมร่วมกัน และรู้จักใช้เวลาให้เป็นประโยชน์

๓. พ่อ แม่ และสมาชิกในครอบครัวมีความรับผิดชอบ ประกอบอาชีพสุจริต รู้จักประหยัด และร่วมกันเสริมสร้างฐานะของครอบครัวให้มั่นคง

๔. พ่อ แม่ หรือหัวหน้าครอบครัวต้องทำตนเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิต อย่างมีคุณธรรม ไม่เลือกปฏิบัติไม่ทำร้ายกันและกัน อบรมเลี้ยงดูสมาชิกในครอบครัวให้เป็นคนดี และมีประโยชน์ต่อสังคมปฏิบัติตนตามหลักคุณธรรมของศาสนา

๕. พ่อ แม่ หัวหน้าครอบครัว หรือผู้ใหญ่ในครอบครัว ถ่ายทอดการเรียนรู้ และภูมิปัญญาแก่สมาชิก และส่งเสริมให้ได้รับการศึกษา มีความสนใจใฝ่รู้ พัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ และรู้จักให้เหตุผล

๖. สมาชิกในครอบครัวมีสุขภาพดี รู้จักดูแลสุขภาพอนามัยของตนเองสถานที่อยู่อาศัยให้สะอาดถูกสุขลักษณะ และเป็นระเบียบเรียบร้อย

๗. สมาชิกในครอบครัวบำเพ็ญตนเป็นประโยชน์ต่อสังคม มีส่วนร่วมในการทะนุบำรุงสิ่งแวดล้อม ศิลปะ และวัฒนธรรมไทย

๘. สมาชิกปฏิบัติตามครรลองประชาธิปไตยในครอบครัว เคารพกฎหมายรู้จักใช้สิทธิ และปฏิบัติตามหน้าที่พลเมืองดี มีความเชื่อมั่นและปฏิบัติตนส่งเสริมการปกครองตามระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์เป็นประมุข^{๒๕}

การรู้จักสงเคราะห์ห่อนุเคราะห์ซึ่งกันและกัน ระหว่างสามีกับภรรยาตามหลักของทศ ๖ ขื่อนี้ เป็นหลักการที่สามารถล้อมครอบครัวให้เกิดความรักได้ โดยการพัฒนาดนให้เป็นคนที่มีคุณค่าในสังคม ด้วยการรู้จักหน้าที่ของตนเอง มีความรับผิดชอบในฐานะที่เป็นพ่อต้องเลี้ยงดูบุตรและภรรยา ต้องเคารพในสิทธิของผู้อื่น ไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่นไม่ว่าจะเป็นสิทธิทางร่างกายหรือจิตใจของบุตรและภรรยา และปรับปรุงคุณภาพของตนเองให้มีประโยชน์ต่อครอบครัว มิใช่ปล่อยให้ตนเป็นกาฝากของครอบครัวและสังคม โดยต้องปรับปรุงทั้งด้านร่างกายและจิตใจ รวมถึงสติปัญญาและความสามารถ^{๒๖}

^{๒๕} คณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานสตรีแห่งชาติ สำนักงานปลัดนายกรัฐมนตรี ทำเนียบรัฐบาล, เอกสารการประชุม TOT, เมษายน ๒๕๓๘, (อ้างอิง : วิชัย เทียนถาวร และทัศนภรณ์ จำปัญญา, การพัฒนาครอบครัว (ฉบับปรับปรุง), (กรุงเทพมหานคร : สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, ๒๕๓๘), หน้า ๖๕ – ๖๖.

^{๒๖} พรหมทิพย์ ศิริวรรณบุศย์, มนุษย์สัมพันธ์, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๕), หน้า ๑๒๕ – ๑๒๖.

ความรักนั้น เป็นแรงสนับสนุนอันสำคัญที่ครอบครัวจะดำรงอยู่ได้อย่างยั่งยืนหมายถึงทุกคนที่เป็นสมาชิกภายในครอบครัว ต่างก็ถือรักต่อกันและกันอย่างไม่รู้ลืม และไม่ลืมที่จะแสดงความรักกันอยู่เสมอ เช่น ความรักระหว่างพ่อกับแม่ ความรักระหว่างพ่อแม่กับลูก ความรักของลูกที่มีต่อพ่อแม่ ซึ่งความรักนั้นจะเป็นสายสัมพันธ์เชื่อมโยงร้อยรัดครอบครัวไว้ด้วยกันอย่างเหนียวแน่น ซึ่งความรักที่वानั้น เป็นความรักด้วยความหวังดี ซึ่งถือว่าเป็นหลักการอย่างหนึ่งที่พ่อพึงประกอบให้มืออยู่อย่างสม่ำเสมอ จึงจะทำให้ครอบครัวอยู่เป็นสุข สภาวะแห่งปัญหาความรุนแรงทางอารมณ์ในบ้านจะไม่เกิดขึ้นได้เลย

๔) มิตรและอำมาตย์ เป็นทิศเบื้องซ้าย

คนเราทุกคนมีพรรคพวกหรือมิตรสหาย การคบค้าสมาคมกันเป็นเรื่องปกติของคนในสังคม แต่การคบกันนั้นจะอยู่ในระดับใด อาจเป็นเพื่อนแท้หรืออาจเป็นเพื่อนเทียมแล้วค่อยพัฒนาศึกษาพฤติกรรมซึ่งกันและกันเรื่อย ๆ จนเป็นเพื่อนสนิท โดยภาพรวม มิตรมีหลักปฏิบัติต่อมิตร ๕ ประการ^{๓๓} คือ

๑. ด้วยการให้ปัน บุคคลควรประพฤติต่อมิตรด้วยการให้ปัน เพราะการให้ปันนั้น เป็นการยึดเหนี่ยวน้ำใจของมิตรไว้ได้ ถ้าไม่มีการให้ปันย่อมไม่อาจยึดเหนี่ยวน้ำใจของมิตรไว้ได้ การให้ปันนั้นมิใช่แต่จะยึดเหนี่ยวน้ำใจมิตรภายนอกเท่านั้น แม้มิตรภายใน เช่น ภรรยา มารดา บิดา พี่น้อง ก็ต้องให้ปันแก่กันและกันอยู่เสมอ จึงยึดเหนี่ยวน้ำใจของกันและกันไว้ได้อย่างถาวร

๒. ด้วยเจรจาถ้อยคำอันเป็นที่รัก บุคคลที่มีความรักในมิตรสหาย ควรกล่าวแต่วาจาที่อ่อนหวานไพเราะแก่กัน ไม่ควรใช้คำหยาบคาย เมื่อพบกันก็ทักทายด้วยคำพูดที่ไพเราะสุภาพ

๓. ด้วยประพฤติประโยชน์ คือการช่วยขวนขวาย ช่วยกิจการของมิตรหรือแนะนำการทำงาน คำขายให้มิตร แม้การช่วยตักเตือน แนะนำมิตรให้ตั้งอยู่ในความดีไม่ให้ทำความชั่วก็เป็นการทำประโยชน์แก่มิตรเหมือนกัน

๔. ด้วยความเป็นผู้มีตนเสมอ วางตนเสมอกับมิตรนั้น ท่านหมายความว่าเฉพาะในด้านความดีเท่านั้น มิใช่เพื่อนทำความชั่วอย่างใดก็ทำบ้างให้เท่าเทียมกัน ความเป็นผู้ไม่ถือตัว ไม่ยกตนข่มผู้อื่น รู้จักเคารพบนอบต่อผู้ที่เจริญโดยชาติ โดยวัย โดยคุณสมบัติ ก็เป็นการมีตนเสมอเหมือนกัน

๕. ด้วยไม่แก่งกล่าวให้คลาดจากความจริง ความซื่อสัตย์สุจริตต่อกันเป็นสิ่งสำคัญมากของการคบมิตร ดังนั้น จึงต้องกล่าวคำจริงต่อมิตรเท่านั้น ไม่ควรกล่าวให้คลาดเคลื่อน

^{๓๓} ที.ป. (ไทย) ๑๑/๒๓๐/๒๑๕.

จากความเป็นจริง ไม่เป็นคนเลาะแหละเมื่อมิตรได้รับการปฏิบัติดังกล่าวจากมิตรแล้ว ก็อนุเคราะห์ด้วยหน้าที่ที่เพื่อนควรทำต่อเพื่อน^{๓๒} ดังนี้

๑. ป้องกันป้องปรามและรักษามิตรผู้ประมาทแล้ว

๒. ป้องกันรักษาทรัพย์ของมิตรผู้ประมาทแล้ว

๓. เมื่อมิตรมีภัยเอาเป็นที่พึ่งพำนักได้

๔. ไม่ละทิ้งในยามวิบัติ

๕. นับถือตลอดถึงวงศ์ตระกูลของมิตร

บุคคลผู้จะทำหน้าที่มิตรสหายให้มีความสนิทสนม มีคนอยากคบหา อยากเข้าใกล้ อยากมีปฏิสัมพันธ์ด้วยนั้น ต้องประกอบด้วยองค์ธรรมเหล่านี้ คือ (๑) ให้สิ่งที่ให้ได้อย่าง (๒) ทำสิ่งที่ทำได้ยาก (๓) อุดหนุนถ้อยคำที่อุดหนุนได้ยาก (๔) เปิดเผยความลับของตนแก่เพื่อน (๕) ปิดความลับของเพื่อนไม่ให้แพร่งพรายออกไปภายนอก (๖) ไม่ทอดทิ้งในยามวิบัติคราเพื่อนประสบทุกข์ยากไว้ (๗) เมื่อเพื่อนสิ้นโภคทรัพย์ก็ไม่ดูหมิ่น (๘) เป็นที่รักที่พอใจของเพื่อน (๙) ทำตัวให้เป็นที่เคารพนับถือ (๑๐) ทำตัวให้มีเกียรติคุณเป็นที่ควรแก่การยกย่อง (๑๑) เป็นนักพูดรู้หลักการ และวิธีการพูดโน้มน้าวให้เพื่อนเห็นหลักแห่งการละชั่วทำความดี (๑๒) เป็นผู้อดทนต่อถ้อยคำ อุดหนุนต่อการพยายามที่จะชักจูงให้เพื่อนเป็นคนดี (๑๓) เป็นผู้พูดถ้อยคำลึกซึ้ง เป็นคำพูดที่จับจิตใจให้เพื่อนหวนคิดหวนคิดหลังได้ (๑๔) ไม่ชักนำหรือชี้นำเพื่อนไปในฐานะที่ไม่สมควรต่าง ๆ เช่น เรื่องของอบายมุข อันเป็นปากทางแห่งความเสื่อมเสียต่าง ๆ^{๓๓}

การสร้างสามัคคีระหว่างมิตรสหาย เป็นเรื่องสำคัญของผู้อยู่ร่วมกัน มนุษย์เป็นสัตว์สังคมจำเป็นต้องมีการคบหาสมาคมกับบุคคลอื่น การคบหาที่มีความจริงใจต่อกันเรียกว่ามิตรแท้ มนุษย์ที่คบหากันเป็นมิตรแท้ต่อกัน ย่อมมีความสามัคคี รักและกลมเกลียวกัน ผู้ปฏิบัติหน้าที่ของมิตรได้อย่างสมบูรณ์ย่อมเป็นที่รักของมิตรสหายทั้งหลาย พลังแห่งความสามัคคีย่อมเป็นพลังที่มหาศาล กิจกรรมต่างๆ ทั้งที่เป็นองค์การของรัฐหรือเอกชนที่ทำร่วมกันย่อมสำเร็จ การอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่มเป็นคณะ ก็อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข และมีความมั่นคงตลอดไป

การจะเลิกดื่มสุรานั้น ต้องอาศัยเพื่อนที่ดีเป็นผู้คอยเกื้อหนุน หรือสนับสนุนชวนกันทำกิจกรรมต่างๆ ที่เป็นประโยชน์แก่สังคม อย่างเช่น โครงการต่างๆ ของเครือข่ายองค์กรงดเหล้า ของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ มูลนิธิเมาไม่ขับ เป็นต้น ซึ่งการได้เห็นโทษและประโยชน์จากการดื่มสุร่าอย่างเป็นรูปธรรม จะทำให้คนนั้นเลิกได้อย่างเด็ดขาด และสามารถพัฒนาตนให้เป็นผู้มีคุณค่าได้

^{๓๒} ที.ป.า. (ไทย) ๑๑/๒๓๐/๒๑๕.

^{๓๓} อ.สุตต.ก. (ไทย) ๒๓/๓๖ - ๓๗/๕๖ - ๕๗.

๕) ทาส กรรมกร พนักงาน ลูกจ้าง เป็นทาสเบื้องต่ำ

ผู้บริหารต้องสนใจทั้งคน งาน และความสำเร็จตามเป้าหมาย ผู้บริหารบางคนอาจจะมุ่งเน้นให้คนทำงานมีความพึงพอใจและมีความสุขในการทำงาน แต่ไม่ได้ผลงานผู้บริหารบางคนก็มุ่งเน้นที่งาน และให้ความสนใจน้อยมากเกี่ยวกับสภาพสังคมและจิตใจของคนทำงาน ผู้บริหารที่มีประสิทธิภาพจึงเป็นผู้บริหารที่สามารถทำให้เกิดความสมดุลระหว่างคนและงาน

พระพุทธศาสนาได้กำหนดหน้าที่ของนายจ้าง หรือผู้บริหารผู้จัดการ ที่จะพึงสงเคราะห์ หรืออนุเคราะห์ ลูกจ้าง กรรมกร คนงาน พนักงาน ผู้เป็นเสมือนทาสเบื้องล่าง๑๖ ไว้ดังนี้

๑. ด้วยจัดการงานให้ทำตามสมควรแก่กำลัง การจัดงานให้พนักงานทำตามคำนึงถึงกำลังกาย กำลังความสามารถ กำลังความรู้ด้วย งานจึงจะได้ผล เช่น พนักงานเป็นผู้หญิง ก็จัดงานที่ผู้หญิงทำได้ ถ้าเป็นชายก็คำนึงถึงกำลังกาย แล้วจัดงานที่พอแก่กำลังให้ทำ อย่าใช้งานเกินกำลังของเขาไป

๒. ด้วยให้อาหารและรางวัล ผู้บริหารที่ดี คือผู้ที่เห็นพนักงานของตนเป็นมนุษย์ มีจิตใจเหมือนๆ กันกับตน รู้จักหิว รู้จักร้อน รู้จักเหนื่อยเหมือนกัน จึงไม่ควรปล่อยให้อดอยากยากแค้น ควรให้รับประทานอาหารพอสมควร บางครั้งก็ให้รางวัลตามสมควรเพื่อเป็นการส่งเสริมให้กำลังใจในกาลที่เห็นสมควร บางครั้งก็มอบเครื่องนุ่งห่มให้เป็นรางวัล

๓. ด้วยรักษาในคราวเจ็บไข้ เมื่อคราวพนักงานเจ็บป่วยลง ก็ควรพยายามรักษาให้หาย ไม่ใช่ “ยามดีไข้ ยามไข้ไม่รักษา” การรักษาในยามป่วยไข้เป็นสิ่งสำคัญทางจิตใจมาก ทำให้พนักงานรู้สึกจงรักภักดีมากขึ้น เพราะเห็นว่านายจ้างไม่ทิ้งตน

๔. ด้วยแจกของมีรสแปลกประหลาดให้กิน เมื่อนายจ้างมีอาหารสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่มีรสแปลกใหม่ ๆ ที่พนักงานไม่เคยรับประทาน ก็แบ่งให้เขารับประทานบ้าง การแบ่งนี้ต้องแบ่งโดยไม่เลือกที่รักมักที่ชัง เช่น เลี้ยงอาหารปีใหม่ งานวันเกิดของตน เป็นต้น

๕. ด้วยปล่อยในสมัย ต้องรู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา ต้องให้ออกาสแก่พนักงานได้พักผ่อนเที่ยวเตร่บ้างในบางโอกาส การปล่อยในสมัย หมายถึง กาลสมัยที่มีงานหนักขัตุฤกษ์ เช่น หุุดพักในวันขึ้นปีใหม่ วันสงกรานต์ เป็นต้นลูกจ้าง กรรมกรแรงงาน คนงาน คนรับใช้ พนักงาน ผู้อยู่ได้บังคับบัญชา เมื่อได้รับการสงเคราะห์ หรือ อนุเคราะห์ดังกล่าว พึงปฏิบัติต่อเจ้านาย ผู้บริหารงาน ผู้ที่ทำหน้าที่สูงกว่าตามสายงานที่เป็นผู้บังคับบัญชา^{๓๔} ดังนี้

๑. ลูกขึ้นทำงานก่อน ลูกจ้างที่ดีจะต้องเป็นคนขยันขันแข็งในการทำงาน ต้องทำหน้าที่ที่ตนเองได้รับมอบหมายก่อนนายจ้าง ไม่ต้องให้นายจ้างสั่งซ้ำบ่อยๆ

^{๓๔} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๖๑/๒๑๕.

๒. เลิกการงานที่หลัง ลูกจ้างที่ดีเมื่อถึงเวลาเลิกงานแล้วก็ตาม ถ้านายจ้างยังไม่เลิกงานก็ต้องคอยจนกว่านายจ้างจะเลิกก่อน หรือรอจนกว่านายจ้างจะสั่งให้เลิก

๓. ถือเอาแต่ของที่นายจ้างให้ ลูกจ้างที่ดีจะต้องเป็นผู้ที่นายจ้างไว้วางใจ จะต้องมีความซื่อสัตย์สุจริต ไม่หลีกเลียงงาน พยายามปรับปรุงงานให้เจริญก้าวหน้าอยู่เสมอ

๔. ทำการงานให้ดีขึ้น เมื่อนายจ้างสั่งงานหรือมอบหมายงานให้ทำ จะต้องทำงานนั้นให้สำเร็จด้วยดีทันต่อระยะที่กำหนดไว้

๕. นำคุณของนายไปสรรเสริญ ต้องนำความดีงามของนายไปสรรเสริญในที่ต่างๆ ตลอดจนไม่นินทาว่าร้ายนายจ้าง จะต้องสรรเสริญในการทำงานของเจ้านายตนต้องรู้จักรักษาความในไม่ให้ออก ความนอกไม่ให้เข้าหลักการเกี่ยวกันระหว่างนายกับลูกน้องนี้นั้น สามารถสร้างครอบครัวให้มีสุขได้ เพราะส่วนใหญ่แล้วคนที่เมาสุรานั้นไม่สามารถที่จะทำงานได้ เพราะสภาพร่างกายไม่ไหวมักจะถูกนายจ้างดักเตือน ถึงขั้นปลดออกจากการเป็นพนักงาน หากพนักงานคนใดคงเว้นจากสุรา สมองในการทำงานก็สามารถพัฒนาการได้ สามารถที่จะทำงานให้มีประสิทธิภาพเกิดคุณประโยชน์ต่อสถานที่ทำงาน ทำให้นายจ้างประกาศคุณงามความดีและส่งเสริมให้มีเกียรติในหน้าที่การงาน เมื่อเขามีหน้าที่การงานที่ดีขึ้น เศรษฐกิจภายในครอบครัวก็ดีขึ้น ปัญหาภายในครอบครัวก็จะไม่เกิดมี เวลาที่เหลือจากการทำงานก็สามารถมอบให้กับเมียและลูก มีเวลาอบรมคุณธรรมความดีให้แก่ลูก เป็นครอบครัวที่อบอุ่นได้ อย่างกรณีสุริยนต์ ศรีชื่น ซึ่งเริ่มดื่มสุราตั้งแต่อายุ ๒๑ ปี เพราะคิดว่าเป็นเครื่องประกอบทางสังคมและการทำงานมีหน้ามีตา ดื่มหนักจนเสียการเสียนาง ต้องถูกภาคทัณฑ์ ตัดเงินเดือน ตัดโบนัส จากนั้นนายจ้าง มีปัญหาครอบครัว ภายหลังเลิกดื่มสุราแล้วครอบครัวก็กลับมาอบอุ่นหน้าที่การงานก็ดีขึ้น ฐานะทางการเงินมั่นคง และได้เป็นแกนนำในการงดเหล้าในสภาอุตสาหกรรมด้วย^{๓๕}

๖) สมณพราหมณ์ หรือ พระสงฆ์ เป็นทิศเบื้องบน

นักบวชหรือพระสงฆ์ถือว่าเป็นหลักใจสำคัญของศาสนิกชน ในสมัยโบราณองค์กรทางสังคมมีน้อย ไม่สลับซับซ้อนมากมายอย่างปัจจุบัน วัดจึงกลายเป็นสถาบันทางสังคม ที่มีความสำคัญที่ประชาชนให้การยอมรับและพึ่งพาอาศัยได้อย่างเต็มที่ ประชาชนแต่ละครอบครัวมีความผูกพันอย่างต่อเนื่องอยู่กับวัด วัดจึงเป็นศูนย์รวมชุมชนที่ทำหน้าที่สนับสนุน ส่งเสริม สงเคราะห์ประชาชนในรูปแบบต่างๆ พระสงฆ์ซึ่งเป็นผู้อำนวยการศูนย์รวมดังกล่าว จึงมี

^{๓๕} “เลิกเหล้าเปลี่ยนชะตาชีวิต”, จดหมายข่าวเครือข่ายองค์กรงดเหล้า, ปีที่ ๔ ฉบับที่ ๒๘ พฤษภาคม ๒๕๕๐ : ๑๔.

ความสำคัญในการที่จะพัฒนาจิตใจของประชาชนให้มีคุณงามความดีอยู่ในใจเสมอ ซึ่งพระสงฆ์นั้น
พึงมีหน้าที่ที่จะต้องปฏิบัติเพื่อประสานสัมพันธ์กับประชาชน^{๓๖} ดังนี้

๑. ห้ามไม่ให้ทำความชั่ว ท่านจะสอนบุคคลให้รู้จักอะไรดี อะไรชั่วและสอน
ให้ละความชั่วอันนั้น

๒. ให้ตั้งอยู่ในความดี สอนให้บุคคลรู้จักประโยชน์ในสิ่งที่ดี เช่น ความสุจริต
เป็นเหตุให้เจริญ แล้วให้ตั้งมั่นอยู่ในความสุจริตนั้น

๓. อนุเคราะห์ด้วยน้ำใจอันงาม อนุเคราะห์ด้วยการแผ่เมตตาไปในบุคคล
เพื่อให้เกิดสิริมงคล เป็นต้น

๔. ให้ได้ฟังสิ่งที่ยังไม่เคยฟัง พรา้สอนด้วยอรรถธรรมต่าง ๆ ที่บุคคลยังไม่เคย
ฟัง

๕. ทำสิ่งที่เคยฟังแล้วให้แจ่มแจ้ง แม้บางเรื่องบุคคลจะเคยฟังมาแล้วแต่ยังไม่
แจ่มแจ้งชัด ก็ขยายใจความให้แจ่มแจ้งยิ่งขึ้น

๖. บอกทางสวรรค์ให้ แนะนำให้บุคคลประพฤติกรรมดี เช่นทำอย่างไรจึงจะ
ได้ไปสวรรค์ แล้วสอนให้บุคคลตั้งตนในทางที่ชอบ คือ บำเพ็ญทาน รักษาศีล เจริญภาวนา เป็นต้น

เมื่อประชาชนได้รับเมตตาอนุเคราะห์จากสมณพราหมณ์หรือพระสงฆ์
ดังกล่าวพึงทำปฏิสัมพันธ์ตอบด้วยหลักธรรมนี้^{๓๗}

๑. ด้วยกายกรรมประกอบด้วยเมตตา บุคคลต้องเป็นผู้ชวนชวยกระทำการ
ทุกอย่างที่เป็นประโยชน์แก่สมณะผู้ประพฤติธรรม ด้วยความปรารถนาดีต่อสมณะผู้ประพฤติ
พรหมจรรย์

๒. ด้วยวจิกรรมประกอบด้วยเมตตา บุคคลต้องใช้วาจาให้เป็นประโยชน์
เกื้อกูลแก่สมณะ ดังคำที่ว่า การได้เจรมาเป็นบุญปาก คือ เมื่อมีโอกาสได้สนทนากับพระภิกษุแล้ว
มักจะได้อะไรดี ๆ ตอบแทน หรือ ควรพูด ควรกล่าวถึงพระภิกษุด้วยจิตเป็นกุศล

๓. ด้วยมโนกรรมประกอบด้วยเมตตา บุคคลต้องคิดช่วยเหลือทำ
ประโยชน์แก่สมณะไม่คิดร้ายทำลายท่าน

๔. ด้วยความเป็นผู้ไม่ปิดประตู บุคคลต้องรู้จักกล่าวเชิญชวน เมื่อท่าน
เข้าไปเยี่ยมถึงเรือนชานของคนด้วยความเลื่อมใสศรัทธา

๕. ด้วยให้อามิสทานเนื่อง ๆ บุคคลต้องบำรุงด้วยปัจจัยสี่ คือ ผ้าจีวร
ภัตตาหาร ยารักษาโรค ที่พำนักอาศัยและพึงปฏิบัติตามหลักของการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่าง

^{๓๖} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๐๔/๒๐๖.

^{๓๗} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๐๔/๒๐๖.

คลุ้สกับพระสงฆ์คือ (๑) ไม่ละเลยการเขียนเขียนภิกษุ (๒) ไม่ทอดทิ้งการฟังธรรม (๓) ศึกษาใน
อริสัล คือความเป็นผู้มีศีลอันบริสุทธิ์ยิ่ง (๔) มีความเลื่อมใสมากในภิกษุผู้เป็นเถระ ผู้เป็นนวกะ และ
ผู้เป็นมัชฌิมะ (๕) ฟังธรรมอย่างไม่คอยคิดโต้แย้งเพ่งโทษ (๖) ไม่แสวงหาผู้รับทักษิณานอกศาสนา
(๗) ทำอุปการะบำรุงภิกษุเฉพาะในศาสนานี้ก่อน^{๓๘} (๘) ไม่ชวนชวายเป็นมิใช่ลาภของภิกษุทั้งหลาย
(๙) ไม่ชวนชวายเป็นมิใช่ประโยชน์ของภิกษุทั้งหลาย (๑๐) ไม่ชวนชวายเป็นอยู่ไม่ได้ของ
ภิกษุทั้งหลาย (๑๑) ไม่ด่าว่าร้ายไม่บริภาษภิกษุทั้งหลาย (๑๒) ไม่ยุยงภิกษุทั้งหลายให้แตกกัน (๑๓)
กล่าวสรรเสริญพระพุทธเจ้า (๑๔) กล่าวสรรเสริญพระธรรม (๑๕) กล่าวสรรเสริญพระสงฆ์^{๓๙}

พระสงฆ์มีจุดแข็ง คือ เป็นผู้นำทางจิตวิญญาณ เป็นที่เคารพนับถือของพุทธศาสนิกชน
เป็นผู้ชี้ทางถูกแก่สังคม และเป็นที่พึ่งทางจิตใจของประชาชน และมีพระสงฆ์ไทยในปัจจุบันได้
สร้างเครือข่ายพระสงฆ์นักพัฒนาขึ้นมา โดยมีบทบาทเพื่อเป็นที่พึ่งทางสังคมในการพัฒนาทั้งด้าน
เศรษฐกิจชุมชน และด้านคุณภาพชีวิต คุณภาพจิตใจ สร้างกระบวนการเรียนรู้ในแนวทางรู้จักพึ่งพา
ตนเองได้ของประชาชน^{๔๐} ดังกรณีตัวอย่างหลวงปู่บุญรอด อภิบุญโญ ที่สามารถยกระดับหมู่บ้าน
ไทรทอง จังหวัดกาฬสินธุ์ ที่เคยเป็นหมู่บ้านที่มีปัญหาครอบครัวอันเกิดจากการดื่มสุราอย่างหนัก
ให้เป็นหมู่บ้านปลอดเหล้าและยาเสพติดได้อย่างถาวร^{๔๑}

จากความในสังคาลสูตรอันว่าด้วยทิส ๖ นั้น ทำให้เห็นความสัมพันธ์ของบุคคลใน
สังคมตามแนวทางพระพุทธศาสนา ซึ่งเป็นลักษณะถ้อยทีถ้อยอาศัยซึ่งกันและกันโดยอิงอาศัย
หลักธรรมที่เรียกว่า สังคหัตถุ ธรรมเป็นเครื่องสังเคราะห์กันและกัน ที่ว่ามารดาบิดาเป็นทิสเบื้อง
หน้า อาจารย์เป็นทิสเบื้องขวา บุตรภรรยาเป็นทิสเบื้องหลังมิตรอำมาตย์เป็นทิสเบื้องซ้าย ทาส
กรรมกรเป็นทิสเบื้องต่ำ สมณพราหมณ์เป็นทิสเบื้องบน คลุ้สในสกุลผู้สามารถ ครอบงำน้อมทิส
เหล่านี้ บัณฑิตผู้ถึงพร้อมด้วยศีลเป็นคนละเอียดและมีไหวพริบ มีความประพฤดิเยี่ยมตนไม่ดื้อ
กระด้าง ผู้เช่นนั้นย่อมได้ยศ คนหมั่นไม่เกียจคร้านย่อมไม่หวั่นไหวในอันตรายทั้งหลาย คนมีความ
ประพฤดิไม่ขาดสายมีปัญหา ผู้เช่นนั้นย่อมได้ยศ คนผู้สงเคราะห์แสวงหามิตรที่ดี รู้เท่าถ้อยคำที่เขา
กล่าวปราศจากตระหนี่ เป็นผู้แนะนำแสดงเหตุผลต่างๆ เนื่องจาก ผู้เช่นนั้น ย่อมได้ยศ การให้ ๑ เจริญ

^{๓๘} อ.สุตต.ก. (ไทย) ๒๓/๓๑/๔๓ – ๔๘.

^{๓๙} อ.อรรถก. (ไทย) ๒๓/๘๓/๔๑๕.

^{๔๐} เครือข่ายพระสงฆ์นักพัฒนา, เอกสารคู่มือการดำเนินงาน โครงการงดเหล้าเข้าพรรษา ประจำปี
๒๕๕๐, (สนับสนุนโดย สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ(สสส.) และสำนักงานเครือข่ายองค์กร
งดเหล้า (สกล.) : สำนักประสานงานเครือข่ายพระสงฆ์นักพัฒนา, ๒๕๕๐), หน้า ๒. (เอกสารอัดสำเนาเขียนเล่ม)

^{๔๑} ดูรายละเอียดใน เครือข่ายพระสงฆ์นักพัฒนา, หมู่บ้านปลอดเหล้า, (กาฬสินธุ์ : จำปาทอง พริน
ติ้ง, ๒๕๕๕)

ไพบระ ๑ การประพจน์ให้เป็นประโยชน์ ๑ ความเป็นผู้มีตนเสมอในธรรมทั้งหลายในคนนั้นๆ ตาม
 ควร ๑ ธรรมเครื่องยึดเหนี่ยวน้ำใจในโลกเหล่านี้แล เป็นเหมือนสักรถอันแล่นไปอยู่ ถ้าธรรม
 เครื่องยึดเหนี่ยวเหล่านี้ไม่พึงมีไซ้ มารดาและบิดาไม่พึงได้ความนับถือหรือความบูชาเพราะเหตุ
 แห่งบุตร เพราะบัณฑิตทั้งหลายพิจารณาเห็นธรรมเครื่องยึดเหนี่ยวเหล่านี้โดยชอบ ฉะนั้น บัณฑิต
 เหล่านี้จึงถึงความใหญ่และเป็นผู้อันหมู่ชนสรรเสริญทั่วหน้า^{๔๒}

จะเห็นได้ว่า หลักพุทธธรรมทั้ง ๒ ประการ คือ หลักฆราวาสธรรม และหลักทศ ๖ ใน
 สังคาลสูตรนั้น สามารถที่จะเป็นหลักธรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคลในครอบครัวและบุคคล
 ที่อยู่รอบข้างให้มีความสุขได้อย่างถาวร โดยเป็นหลักธรรมที่สามารถนำมาใช้บำบัดอาการติดสุรา
 ของผู้นำครอบครัวได้แล้ว ทำให้ผู้นำครอบครัวนั้นหันมาใส่ใจกับครอบครัวมากยิ่งขึ้น เพราะเห็น
 คุณค่าของครอบครัว และบุคคลที่เกี่ยวข้องเป็นญาติมิตรที่อยู่ใกล้ชิด เมื่อหัวหน้าครอบครัวมี
 ความสุข ครอบครัวก็จะเป็นสุข สังคมพลอยได้รับความสุขไปด้วย เมื่อเครือข่ายต่างทั้ง ๖ เครือข่าย
 อันได้แก่ ทศทั้ง ๖ ประสานร่วมแรงแข่งขัน ทำตามหน้าที่ของตนอย่างเข้มแข็ง สามารถที่จะลด
 ปัญหาการดื่มสุราในสังคมไทยได้ เพราะคนไทยโดยส่วนใหญ่ในปัจจุบันเริ่มเห็นโทษของการดื่ม
 สุรา และมองเห็นผลพลอยได้ที่แท้จริงจากการงดดื่มสุราคือความสุขทั้งกาย และสุขทั้งใจ

๔.๓ การแก้ปัญหาผลกระทบต่อสังคมโดยรวม

สุรา จัดได้ว่าเป็นปัญหาเบื้องต้นที่ทำให้คนเริ่มลุ่มหลงยาเสพติด โดยเฉพาะในกลุ่ม
 สตรี ที่เริ่มจากการดื่มเบียร์ และไวน์ที่มีเชื้อแอลกอฮอล์เจือปนน้อย แต่เมื่อดื่มมากก็สามารถที่จะทำ
 ให้เกิดอาการเมาได้ การแก้ไขระดับสังคมหรือชุมชน มีจุดหมายให้เกิดความเปลี่ยนแปลงทัศนคติ
 ค่านิยมทางสังคม เช่น ศักดิ์ศรีของลูกผู้ชาย การดื่มสุราเป็นสื่อในการเข้าสังคมการแก้ไขโดย
 ภาพรวมในระดับสังคม สามารถแก้ไขได้ด้วยการวางกรอบมาตรการทางสังคม ประกาศมหาเถร
 สมาคม หรือแม้แต่การสร้างเครือข่ายทางสังคม ดังจะเห็นได้จาก โครงการต่างๆ เช่น โครงการงด
 เหล้าเข้าพรรษา โครงการให้เหล้าเท่ากับแข่ง

ในประเด็นนี้ผู้วิจัยต้องการนำหลักพุทธธรรมที่ได้ศึกษามาแล้วมาใช้แก้ปัญหาดังกล่าว
 เพื่อหาทางออกอันก่อให้เกิดผลกระทบต่อสังคมโดยรวม ใน ๓ หลักธรรมด้วยกันคือ

๑. ขันติ โสรัจจะ
๒. เบญจธรรม
๓. ทิฏฐธัมมิกัตถธรรม

^{๔๒} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๐๕/๑๔๗.

๑. ขันติ โสรัจจะ

๑) ขันติ ความอดทน

๒) โสรัจจะ ความเสถียร^{๔๓}

๑) ขันติ แปลว่า ความอดทน เป็นลักษณะของผู้มีน้ำใจเข้มแข็งหนักแน่น เป็นสมบัติของนักรบ เหมือนช้างที่ออกสู่สงครามจะต้องเป็นช้างที่อดทนต่อภัยอันตรายจากข้าศึก ความอดทนเป็นคุณสมบัติของนักปกครองด้วย เป็นมงคลเหตุแห่งความเจริญด้วย ขันติ เป็นคำพูดง่าย ๆ แต่แฝงไว้ซึ่งความหมายอย่างลึกซึ้ง เพราะมักจะได้ฟังและใช้พูดกันอยู่เสมอว่า น้ำอด น้ำทน อดได้ ทนได้ หรือน้ำใจทรหดอดทนความอดทนในที่นี้ หมายถึงความอดทนในฝ่ายเดียว ซึ่งกันไปทั้งฝ่ายโลกและฝ่ายธรรม ว่าโดยประเภทมี ๓ คือ

(๑) อดทนต่อความลำบากตรากตรำ เช่น ทนหนาว ทนร้อนทนต่อคำสั่งสอน ทนในการศึกษาเล่าเรียน และทนในการประกอบกิจการอาชีพ ด้วยความซื่อสัตย์สุจริต

(๒) อดทนต่อทุกขเวทนา เช่น เมื่อเวลาเกิดเจ็บไข้ได้ป่วยภายใน หรือกายเป็นบาดแผลเป็นต้น ไม่แสดงอาการทรมานทรมานจนเกินกว่าเหตุไป

(๓). อดทนต่อความเจ็บใจ เช่น ในคราวที่ได้ประสบภัยล่อลวงว่าเสียชื่อเสียง คำสาปแช่งของผู้อื่น เป็นต้น

ความอดทนนั้น ว่าโดยลักษณะมี ๓ คือ^{๔๔}

(๑) ตีติกาขันติ อดทนด้วยการกลั้นไว้ได้ นั้น ข้อนี้ต้องใช้สติอยู่เสมอว่า คนที่อยู่ร่วมกันเป็นหมู่เป็นคณะ ต้องกระทบกระทั่งกันบ้างเป็นธรรมดา ถ้าได้ยินได้ฟังเสียงที่ไม่เพราะหู ก็ต้องอดทน โดยนำเอาความดีเข้าต่อสู้เพื่อชนะความไม่ดีนั้นและไม่ก่อเหตุวิวาททู่เถียงกันขึ้นไม่ต้องทะเลาะวิวาทกันเพราะคำพูด

(๒) ตปขันติ อดทนจนเป็นตบะเดชะ นั้น ข้อนี้มีความสำคัญมากยิ่งขึ้นไปอีก คนที่อยู่หนึ่งๆ เฉยๆ คอยระวังคำพูดของตนอยู่เสมอ โดยมากมักจะเป็นคนมีตบะทุกคน คนที่พูดมาก จู้จี้บ่นจนรำคาญ ว่าคนโน้นบ้าง คนนี้บ้าง มักจะเสียตบะเพราะจะทำให้คนอื่นขาดความเคารพเกรงกลัว ส่วนคนที่มีความระวังเคร่งขรึมไม่ค่อยจู้จี้กับใคร พูดบ้างเป็นครั้งคราว มักจะมีคนเกรงกลัว มีตบะเดชะอยู่ในตัว และอดทนเผื่อความชั่วในจิตใจให้หมดไป

(๓) อริสาสนขันติ ได้แก่การทนได้ ทรงไว้ได้เหมือนลักษณะของแผ่นดิน แม้ต้นไม้ ภูเขา และอื่นๆ แผ่นดินก็ยังทรงไว้ได้ อดทน จนเปลี่ยนเรื่องร้ายให้กลายเป็นเรื่องดี คือ

^{๔๓} วิมพา.(บาลี) ๕/๓๓๕ อัง.ทุก.(บาลี) ๒๐/๑๑๘.

^{๔๔} ที.สี.อ.(บาลี) ๕/๒๑๒. ขนฺตี ปรมํ ตโปติ อริสาสนขนฺติ นาม ปรมํ ตโป.

ยอมรับความลำบากกายลำบากใจ ยอมรับด้วยใบหน้าชื่นบาน เขาจะดำหนิเตียน คำว่า หยาบคาย เสียดสีให้เจ็บใจอย่างไรก็ทนได้ ไม่แสดงการโต้ตอบ ในที่สุดเรื่องก็สงบไปเอง พระบรมศาสดาถูก พรรคพวกของนางมาคันทียาใส่ความปรีภาย

พระองค์ด้วยคำค่าต่างๆ นานา กล่าวหาว่าพระองค์เป็นอูฐ เป็นลา เป็นต้นถึง ๗ วัน พระองค์ก็ไม่หวั่นไหว พระอนนทกราบทูลให้เสด็จหนีไปผู้เมืองอื่น พระองค์กลับตรัสถามว่า ถ้า ถูกคนในเมืองนั้นคำอีกจะทำอย่างไร พระอนนททูลว่า หนีไปเมืองอื่นอีกพระองค์ตรัสซักว่าถ้าถูก คนเมืองนั้นคำอีกจะทำอย่างไร พระอนนททูลว่า หนีไปเมืองอื่นๆ ต่อไป พระองค์ตรัสว่า อย่าง นั้นไม่สมควร เรื่องเกิดที่ไหน ควรให้ระงับไปในที่นั้น^{๔๕}

๒) โสรัจจะ แปลว่า ความเสงี่ยม ได้แก่การรู้จักทำจิตใจให้แช่มชื่นผ่องใสเบิกบาน มีกายวาจาสงบเสงี่ยมเรียบร้อย เพราะเมื่ออดทนได้แล้วก็ไม่แสดงกิริยากาย วาจาให้ผิดปกติ คนที่ถูก หมิ่นประมาทให้ได้รับความเจ็บใจ ไม่แสดงการโต้ตอบ เพราะอดทนได้แต่ยังแสดงอาการผิดปกติ เช่น หน้าบูดบึ้งเมื่อเกิดความโกรธขึ้น หรือครวญครางเมื่อทุกข์เวทนาครอบงำ เป็นต้น เพราะยังขาด ธรรมะคือโสรัจจะ แต่สำหรับผู้มีขันติ อดทนต่อความเจ็บใจได้แล้ว ยังรู้จักทำใจให้สงบแช่มชื่นเบิก บานอีกด้วย เหมือนไม่มีอะไรเกิดขึ้นเพราะมีธรรมะคือโสรัจจะ ธรรมข้อนี้ย่อมเข้าสนับสนุนขันติ ให้สูงเด่นขึ้น

ขันติ และ โสรัจจะ ชื่อว่า ธรรมอันทำให้งาม คืองามภายนอก และงามภายใน ความสะอาดงดงามของรูปกายอันธรรมาปรุ้งแต่งมาแต่กำเนิดและอาศัยการตกแต่งด้วยเสื้อผ้า อาภรณ์ต่าง ๆ ชื่อว่าความงามภายนอกอันความงามภายในนี้ ย่อมเป็นที่นิยมกันทั่วไป ซึ่งได้ในคำ ว่า “ไถ่งามเพราะขน คนงามเพราะแต่ง” แต่ถึงดังนั้นก็ตาม บุคคลจะอาศัยแต่ความงามภายนอก อย่างเดียวนั้นไม่พอ ต้องอาศัยความงามภายในเข้าสนับสนุนด้วยจึงจะเป็นคนงามโดยสมบูรณ์ อาการที่ใจสงบ อดทนไว้ได้แม้ในขณะที่มีอารมณ์ชั่วร้ายมากระทบกระทั่งก็ไม่แสดงออกให้ปรากฏ ทางกายและวาจา ชื่อว่าความงามภายใน อันความงามภายในนั้น เป็นความงามที่นิยมกันยิ่งนัก เพราะผู้ที่สมบูรณ์ด้วยขันติและโสรัจจะย่อมมีใจหนักแน่น ไม่แสดงอาการสูงๆ ต่ำๆ แม้จะประสบ ความดีใจหรือเสียใจก็อดกลั้นได้รักษากาย วาจา ใจ ให้สุภาพเรียบร้อยเป็นปกติ สมภาวะของตน นำ เคารพนับถือ พระบรมศาสดาได้ตรัสแก่เหล่าภิกษุชาวเมืองโกสัมพี ผู้แตกความสามัคคีกันว่า “ข้อที่ เธอทั้งหลายผู้บวชแล้วในพระธรรมวินัยที่เรากล่าวชอบแล้วอย่างนี้ ควรเป็นผู้อดกลั้นและเป็นผู้สงบ เสงี่ยม จะพึงงามในพระธรรมวินัยนี้”^{๔๖}

^{๔๕} พุ.ธ.อ.(บาลี) ๒/๔๕-๕๐.

^{๔๖} อ.ป.ญจก.(บาลี) ๒๒/๒๘๓

พุทธธรรมคือ ชันติ โสรัจจะ นี้ สามารถที่จะสร้างสังคมปลอดเหล้า เป็นสังคมสงบสุขได้ ดังที่กล่าวไว้แล้วว่า การดื่มสุราทำสังคมเปลี่ยน วัฒนธรรมเปลี่ยน ค่านิยมเปลี่ยนซึ่งเปลี่ยนในที่นี้ คือ การเปลี่ยนไปในทางที่ไม่ดี เช่น ค่านิยมที่ว่าการดื่มสุราเป็นการเข้าสังคมหรือเป็นความนิยมของสังคม แต่หากเราเปลี่ยนความคิดใหม่ว่า ไม่ไหลไปตามกระแสสังคมดังกล่าว มีความอดทนอดกลั้น มองให้เห็นประโยชน์และโทษของสุราแล้วจึงค่อยตัดสินใจเป็นการนำหลักประกอบการตัดสินใจ ไม่รีบด่วนในการตัดสินใจ นั่นเป็นทางที่ดี ดังคำกล่าวของพระอาจารย์มิตซูโอะ ที่ว่า แค่เพียงการดำรงชีวิตให้อยู่รอดในโลกนี้ไม่ใช่เรื่องง่ายโดยเฉพาะอย่างยิ่งการมีชีวิตอยู่อย่างมีคุณภาพ มีการพัฒนา ต้องใช้ความอดทนในการดำรงชีวิต นับตั้งแต่เป็นเด็กแรกเกิดไปจนถึงวันสุดท้ายของชีวิต เด็กเล็กๆ ต้องมีความอดทนชีวิตจึงจะพัฒนาได้ เริ่มตั้งแต่ การฝึกกิน ฝึกถ่าย ฝึกเข้านอนให้เป็นเวลา ไปจนถึงการค่อยๆ ฝึกให้มีระเบียบวินัยในชีวิต รู้จักแบ่งเวลาให้เหมาะสม^{๔๗}

๒. เบญจธรรม

คำว่า เบญจธรรม หรือ กัลยาณธรรม แปลว่า ธรรมอันงาม^{๔๘} คำว่า ธรรม หมายถึงสภาพที่ทรงหรือดำรงรักษาไว้ ในที่นี้หมายถึงส่วนที่ดี มี ๕ ประการคู่กับศีล ๕ เรียกว่า กัลยาณธรรม จึงมีความหมายว่า ธรรมอันงามเป็นเครื่องบำรุงจิตใจให้งดงาม สร้างอหิชาศรัทธาที่ดียิ่งและปราณีต ศีลเป็นเหตุให้งดเว้นไม่ทำสิ่งที่เป็นโทษ ถ้ามีเพียงศีล ก็มีเพียงการงดเว้นจากโทษ แต่ยังไม่ได้ทำความดีอะไรให้กับตัวเอง ต่อเมื่อมีธรรมอยู่ด้วย จึงจะเป็นเหตุให้ทำความดี เช่น รักษาศีลไม่ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต เกิดไปพบคนนอนหลับอยู่บนทางรถไฟ มีรถไฟแล่นมาแต่ไกล ควรจะปลุกหรือบอกเขาได้ แต่ไม่ปลุก จนเขาถูกรถไฟทับตาย อย่างนี้ศีลไม่ขาด เพราะไม่ได้ฆ่าเขา แต่ขาดธรรมคือเมตตา ต่อเมื่อปลุกให้เขารับหลีกออกจากทางรถไฟด้วยเมตตาจิต จึงได้ชื่อว่ามีธรรม กัลยาณธรรมมี ๕ ประการ ๑. เมตตากรุณา ๒. สัมมาอาชีวะ ๓. กามสังวร ๔. สัจจะ ๕. สติสัมปชัญญะ^{๔๙}

๑) เมตตากรุณา ความรัก ความสงสารเมตตา ความรัก ความปรารถนาให้เขามีความสุข แม้ไม่ตรีจิตคิดจะให้สัตว์ทั้งปวงเป็นสุขทั่วหน้า^{๕๐} คนที่มีจิตใจประกอบด้วยเมตตาคิดเกื้อกูลให้ผู้อื่นมีความสุขนั้น ถึงจะประพฤติดิพพลาดต่อกันบ้าง ก็ให้อภัยกันโดยไม่ถือโทษโกรธ

^{๔๗} พระอาจารย์มิตซูโอะ คเวสโก, มีขันติคือให้พรแก่ตัวเอง, พิมพ์ครั้งที่ ๑๓, (กรุงเทพมหานคร : หจก.สามลดา, ๒๕๕๑), หน้า ๑๘.

^{๔๘} พิลิตู เจริญสุข, เบญจศีล-เบญจธรรม, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๔๓), หน้า ๕๒.

^{๔๙} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๑๔๐ – ๑๔๑.

^{๕๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๓๗.

เคื่องกัน เหมือนมารดา บิดา ผู้เปี่ยมด้วยเมตตา ไม่ถือโทษโกรธเคือง หรือพยายามในบุตร แต่ถ้าขาดเมตตาต่อกันแล้ว ก็ตรงกันข้าม เมตตา เป็นหน้าที่ของมนุษย์ทุกคนควรให้แก่กันและกัน ตนเกิดมาแต่แรกต้องอาศัยเมตตาของผู้อื่น จึงมีชีวิตยืนยาวมาได้ ชั้นแรกมารดา บิดาบำรุงเลี้ยงดูและฝึกปรือเรามาก่อน หรือคนกำพร้าขาดมารดาบิดา ก็ยังได้รับความอนุเคราะห์จากท่านผู้มีเมตตา ตั้งอยู่ในฐานะเป็นมารดาบิดาเช่นนั้นเหมือนกัน ต่อจากนั้นพอเติบโตไปอยู่ในสำนักครูอาจารย์ ท่านคอยดูแลเอาใจใส่ สั่งสอนให้รู้วิชา ฝึกหัดอรรถาธิบายและกิริยามารยาทให้เรียบร้อย สอนให้รู้จักบาปบุญคุณโทษ สิ่งที่เป็นประโยชน์และมีโทษ ประโยชน์ ต่อมาถึงวัยที่ต้องประกอบกิจการงาน ก็ยังได้รับเมตตาจิตจากผู้บังคับบัญชาและมิตรสหาย เพื่อนร่วมงานที่ตนมีธุระเกี่ยวข้องอยู่ด้วย ถ้าไม่ได้รับเมตตาจากท่านผู้อื่นมาโดยตลอด ไหนเลยจะสามารถตั้งอยู่ได้ เมื่อตนเป็นผู้ใหญ่ขึ้นถึงเวลาที่ต้องแสดงเมตตาแก่ผู้อื่นบ้าง ก็ควรทำ โลกมนุษย์เป็นอยู่ได้ เพราะทุกคนปฏิบัติต่อกันอย่างนี้

กรุณา ความสงสารคิดจะช่วยให้พ้นทุกข์, ความห่วงใย เมื่อเห็นผู้อื่นมีทุกข์ คิดหาทางช่วยเหลือปลดปล่อยทุกข์ของเขา^{๕๐} คือ เมื่อเห็นผู้อื่นได้รับความทุกข์ ก็พลอยห่วงใย สงสาร เป็นเหตุให้คิดช่วยปลดปล่อยทุกข์ภัยของกันและกัน

ความมีเมตตากรุณาแก่กันและกัน เป็นธรรมอันงามก็จริงอยู่ แต่จะแสดงออกมาต้องเป็นคนฉลาดและรู้วิธีที่จะแสดงออกจึงจะไม่มีโทษและเป็นประโยชน์ด้วย เหมือนกันการเดินทางไกลโดยทางเรือพบคนตกน้ำ ตัวเองว่ายน้ำไม่เป็นหรือเป็นคนแต่ไม่แข็งแรงพอที่จะช่วยผู้อื่นในน้ำได้ถ้ากระโดดลงไป ก็คงช่วยเขาไม่ได้หรือบางทีเอาตัวเองไม่รอด หรือเรื่องเล็กไม่พอจะรับผู้โดยสารขึ้นได้อีกคนหนึ่ง ถ้ารับขึ้นเรือ เรือก็ล่มจะเป็นอันตรายแก่ตนและคนอื่นในลำเรือ อย่างนี้ฟังเข้าใจว่า ความสามารถไม่พอจะแสดงเมตตาในลักษณะนี้ต้องรู้จักผ่อนผันช่วยเหลือ ด้วยการเกาะเรือหรือไม้ช่วยนำให้ถึงฝั่ง หรือชวนขวายร้องเรียกให้ผู้อื่นช่วยอีกประการหนึ่ง ถ้าจะแสดงเมตตากรุณาแก่ผู้หนึ่ง แต่ทำลายประโยชน์ของคนทั้งหลาย เช่นเห็นเขาจับผู้ร้ายมา คิดจะช่วยให้ผู้ร้ายรอดพ้นจากอาญาแผ่นดินเข้าแย่งชิงให้หลุดรอดไปอย่างนี้ ถึงทำร้ายให้ปลดปล่อยไปได้ชั่วคราว แต่ก็ได้ชื่อว่า ทำผู้ร้ายนั้นให้รอดพ้นกลับไปเบียดเบียนคนทั้งหลายอีก และกิริยาที่เข้าแย่งชิงผู้ร้ายจากเจ้าหน้าที่นั้น ก็เป็นการหมิ่นอาญาแผ่นดิน มีโทษตามกฎหมายอีกชั้นหนึ่ง อย่างนี้ควรเข้าใจว่า เป็นกิจไม่สมควร การแสดงเมตตากรุณาที่ถ้าบุคคลประกอบให้ถูกที่แล้วย่อมอำนวยผลดีให้เกิดแก่ผู้ประกอบและผู้ได้รับ

ในการนำหลักเมตตากรุณามาเป็นเครื่องมือบำบัดภัยจากสุรานั้น พึงตั้งจิตมองให้เห็นผลกระทบที่สังคมจะได้รับจากพิษภัยของสุรา แล้วมองให้เห็นถึงโทษภัยอันจะเกิดเพราะสุรา คิดง่ายเช่น หากประชากรคนหนึ่งดื่มสุราจนติดแล้วร่างกายไม่สามารถที่จะทำงาน ได้กลายเป็นคน

^{๕๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๘.

เลี่ยนาคต หากว่าประชากรทั้งประเทศติดสุราแล้วสังคมจะเป็นอย่างไร สังคมก็จะกลายเป็นสังคม พิกการ วัฒนธรรมอันงามก็พลอยเสื่อมสูญไป ดังนั้น การมีเมตตาให้ความรัก กรุณาให้ความสงสาร คิดถึงผลลัพธ์ที่สังคมจะต้องแบกภาระดังกล่าว ก็พลอยมีความต้องการที่จะร่วมกันขจัดปัญหา ดังกล่าว ซึ่งมีวิธีการดังกล่าวคือ

๑. นึกถึงผลกระทบที่สังคมจะได้รับจากปัญหาการดื่มสุราของพลเมืองเช่น การก่ออาชญากรรมต่างๆ เช่น การทะเลาะวิวาทเพราะเมาสุราแล้วเกิดเหตุเสียชีวิต การลักขโมย ข่มขืนแล้วฆ่า เป็นต้น การเสียเงินเพื่อบำบัด รักษาผู้ที่มีโรคภัยอันเกิดจากสุรา และเสียงบประมาณ เพื่อดำเนินการเกี่ยวกับการป้องกันปัญหาอันเกิดจากการเมาสุราแล้วขับ จนเกิดอุบัติเหตุ

๒. นึกถึงประโยชน์ที่สังคมจะได้รับ หากสามารถทำให้ประชากรไทยงดดื่ม เหล้าได้อย่างเด็ดขาด เช่น ความสุขมวลรวมของประเทศดีขึ้น เศรษฐกิจดีขึ้นเพราะประชาชนเมื่อละ เลิกจากการดื่มสุราแล้ว ย่อมสามารถมีเงินเก็บสะสมมาก และขยันทำงานมากยิ่งขึ้น

๓. ดำเนินการส่งเสริม ให้โอกาส และให้กำลังใจบุคคลที่เคยดื่มสุราในการที่ เขาตั้งใจที่จะงดดื่มสุรา โดยชี้แนะให้เห็นประโยชน์และโทษของสุราด้วยความหวังดีต่อเขา

๒) สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีวิตชอบ

สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีวิตชอบ คือเว้นจากเลี้ยงชีวิตโดยทางที่ผิด เช่น โกงเขา หลอกหลวง สอพลอ บีบบังคับขู่เข็ญ ค้าคน ค้ายาเสพติด ค้ายาพิษ เป็นต้น^{๕๒} คุณธรรมข้อนี้อุดหนุนผู้ มีศีลให้สามารถรักษาศีลได้มั่นคง คนมีศีลแต่ยากจนขัดสน และเป็นโจรเป็นขโมยก็เพราะขาด สัมมาอาชีวะ ถ้ามีสัมมาอาชีวะจะไม่ยากจนจะไม่เป็นขโมย อาชีพเป็นภาระหน้าที่ที่จำเป็นสำหรับ ทุกคน เพราะทุกคนต้องกินต้องใช้เครื่องบริโภคที่จำเป็น ได้แก่ ปัจจัย ๔ คือ ผ้านุ่งห่ม อาหาร ที่อยู่ อาศัย ยารักษาโรค และทางประกอบอาชีพที่ชอบนั้น แม้เว้นมิจอาชีพแล้ว ก็ต้องประกอบด้วยกิจริยา ที่ประพฤตินิยมในการหาเลี้ยงชีพอีก ซึ่งมี ๓ อย่างคือ

๑. ประพฤติเป็นธรรมในหน้าที่การงาน ได้แก่ การทำกิจกรรมอะไรๆ ก็ทำโดย สุจริต ไม่บิดพลิ้วหลีกเลียงงานที่ทำนั้น เพื่อให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

๒. ประพฤติเป็นธรรม ในบุคคล คือ เป็นคนซื่อตรงไม่หลอกหลวงเขาเช่น ผู้ขายของ เราตั้งราคาสินค้าไว้แล้วผู้ซื้อจะเป็นผู้มีบรรดาศักดิ์หรือสามัญชนก็ตาม ตนก็ขายตามราคา ที่ตั้งไว้นั่นเอง ไม่เห็นแก่ได้ เช่น พอเห็นเป็นคนแปลกหน้ามา ก็ไม่ฉวยโอกาสขึ้นราคาแก่เขา เช่นนี้ ชื่อว่า ประพฤติเป็นธรรมในบุคคล

^{๕๒} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๓๑.

๓. ประพฤติเป็นธรรมในวัตถุ ได้แก่ เมื่อรู้ว่าเป็นของไม่จริง ก็ไม่หลอกลวง เขาว่าเป็นของจริง ต้องพูดตามที่เป็นจริง เช่น ผู้ขายของ เมื่อสิ่งใดเป็นของปลอมก็บอกเขาว่าปลอม สิ่งใดเป็นของจริงก็บอกว่าจริง ไม่เอาของปลอมมาดองเขาว่าเป็นของจริง เช่นนี้ ชื่อว่า ประพฤติเป็นธรรมในวัตถุ

ผู้ที่เลือกหาการงานควรเว้นการงานที่มีโทษเสีย แม้จะทำให้ได้ทรัพย์มากก็ตาม ทรัพย์ที่เกิดจากการงานที่มีโทษ ไม่ทำให้เกิดประโยชน์ได้เต็มที่ การงานที่ต้องเสี่ยงโชคเช่น การพนัน ก็ไม่ควรจะเลือกเอา เพราะถ้าพลาดท่าก็มีแต่ความสูญเสีย ถ้าได้ทรัพย์ก็ไม่ถาวรเพราะ คนประกอบกิจการควรมีอุตสาหกรรม อย่าทอดทิ้ง จงดูเยี่ยงแมลงผึ้งบินหาเกสรดอกไม้ นามาทิละน้อยๆ ยังสามารถทำน้ำผึ้ง เลี้ยงตัวและลูกน้อยได้ตลอดฤดูหนาวที่ก้นดาดดอกไม้ เมื่อเขาหมั่นทำการงาน ได้ทรัพย์มาจับจ่ายเลี้ยงคนและครอบครัวบ้าง เก็บไว้เพื่อเหตุการณ์ในวันข้างหน้าบ้าง ถึงไม่มากแต่เพียงคราวละน้อยๆ ก็พอจะทำให้มีความสุขได้แลไม่ประกอบทุจริต เพราะความเลื่อมซีพเข้าบีบ คั้นเป็นการรักษาจิตใจให้บริสุทธิ์

หลักเบญจธรรมข้อสัมมาอาชีพะ คือการเลี้ยงชีพในทางที่ชอบ เป็นหลักธรรมอีก ข้อหนึ่งที่ส่งเสริมให้คนเลิกดื่มสุราไม่ก่อให้เกิดปัญหาสังคม ดังผลการศึกษาในเรื่องผลกระทบที่ ผ่านมาทำให้รู้ว่าสาเหตุส่วนหนึ่งที่ทำให้คนดื่มสุราคือความเครียดจากการงานเพราะการงาน บางอย่างไม่เอื้อต่อสภาวะของบุคคลนั้นๆ ทำให้เขาทำงานไปวันๆ และบางครั้งงานที่หาเงินง่ายคือ งานประเภททุจริต ทำให้บางคนต้องเข้าไปสู่วังวนอาชญากรรมโดยไม่ตั้งใจ และเมื่อเหตุดังกล่าว ก่อให้เกิดความเครียดจึงต้องหาทางออกด้วยการดื่มสุรา ดังนั้น การที่รัฐนานโยบายสร้างงานสร้าง รายได้ในทางสุจริตแก่ประชาชน จึงเป็นโครงการที่ดี เพราะการจะให้คนดื่มสุรานั้น ต้องหางานที่ เป็นรายได้เสริมให้กับเขาด้วย เช่น หลวงปู่บุญรอด อภิบุญโญ ดำเนินการส่งเสริมอาชีพต่างๆ แก่ ชุมชนบ้านไทรทอง เช่น แปลงทดลองทางการเกษตร ทำอิฐบล็อกจากฟางงานทางฝีมือเสริมรายได้^{๕๓} และผู้ใหญ่อภัยวงศ์ หาดทรายการ ผู้ใหญ่บ้านบ้านนาคำไฮ จังหวัดสกลนคร ที่ส่งเสริมอาชีพในเชิง พัฒนาทั้งการทำนาทำสวนพริก ปลูกถั่วลิสง โดยตลาดสารเคมี และมีโครงการให้เด็กๆ ทั้งหมู่บ้านมา เรียนวาดแผนโบราณ^{๕๔}

^{๕๓} เครือข่ายพระสงฆ์นักพัฒนา, หมู่บ้านปลอดเหล้า, หน้า ๒๕.

^{๕๔} “นาคำไฮ หมู่บ้านกลับใจ สัมกองทุนเหล้า”, จดหมายข่าวเครือข่ายองค์กรงดเหล้า, ปีที่ ๔ ฉบับที่ ๒๘ มิถุนายน – สิงหาคม พ.ศ.๒๕๕๐ :๑๔.

๓) กามสังวร ความสำรวมในกาม

กามสังวร คือ ความสำรวมในกาม, การรู้จักยับยั้งควบคุมตนในทางกามารมณ์ไม่ให้หลงไหลหมกมุ่นใน รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส^{๕๕} ให้ประพฤติในทางที่ชอบ เมื่อเป็นเยาวชนก็ให้ระวังควบคุมใจและกายไม่ให้ออกนอกถิ่นนอกทางเว้น ความระมัดระวัง ไม่ประพฤติเป็นคนมักมากในกาม แสดงถึงความบริสุทธิ์ผ่องใสของชายหญิงให้กระจ่างแจ่มใสคุณธรรมข้อนี้จำแนกตามเพศของบุคคลเป็น ๒ คือ

๑. สทาร์สัน โดย ความพอใจด้วยภรรยาของตน^{๕๖} ไม่ผูกสมักรักใคร่กับหญิงอื่น ช่วยกันหาเลี้ยงชีพไม่ละทิ้งกัน เลี้ยงดูกันเช่นนี้ได้ชื่อว่ายินดีเฉพาะภรรยาของตนอย่างอุกฤษฏ์ (เคร่งครัด) ผู้ที่ไม่สันโดษด้วยภรรยาของตน เทียวหญิงโสเภณี ไม่เป็นกามะสุมิจนจารแต่ก็ยอมให้โทษแก่ตน ๓ สถาน คือ (๑) ต้องเสียทรัพย์เป็นค่าบำเรอแก่หญิงนั้นทุกคราวไป (๒) ย่อมเป็นบ่อเกิดของโรคร้ายต่างๆ เช่น โรคเอดส์ (๓) ย่อมเป็นผู้ใกล้ชิดต่ออันตราย เพราะหญิงแพศยา ย่อมสมักรักใคร่อยู่กับชายหลายคน ทำให้เกิดการหึงหวงกันขึ้น เป็นเหตุให้ก่อการทะเลาะวิวาท ทำอันตรายแก่กันได้

๒. ปติวัตร คือ ความจงรักในสามี, ความซื่อสัตย์และภักดีต่อสามี^{๕๗} และผูกสมักรักใคร่กับสามีของตนเท่านั้น ไม่ควรมีใจไปคิดผูกพันกับชายที่ไม่ใช่สามีตน แม้สามีเสียชีวิตแล้ว ตนเองก็มีสิทธิ์ที่จะมีสามีใหม่ได้ แต่ยังมีความรักใคร่นับถือในสามีผู้ซึ่งเสียชีวิตไปแล้ว ไม่ผูกสมักรักใคร่ในชายอื่นด้วยปฏิพัทธ์ หญิงผู้นี้ชื่อว่า ปติวัตร จงรักภักดีต่อสามี หญิงบางพวกเป็นผู้มักมากในกามหรือเห็นผิดเป็นชอบ ยอมทำตัวเป็นหญิงแพศยานับว่าเป็นที่บัดสีแก่เพื่อนฝูงและผู้ที่ได้พบเห็นเป็นอย่างยิ่ง คล้ายกับว่าหมดหนทางประกอบอาชีพอย่างอื่นแล้ว หญิงที่ประพฤติอย่างนี้ ย่อมขาดจากสมาคมด้วยสตรี มิได้ออกหน้าออกตา แม้เข้าสมาคม ณ ที่ใดๆ ต้องปลีกตัวอยู่เอกเทศหนึ่งต่างหาก เท่ากับว่าเป็นผู้อากัปก ดังนั้นควรชวนชายหาเลี้ยงชีพในทางอื่นที่สุจริตจนสุดกำลังความสามารถ ยังดีกว่าที่จะยอมตนเป็นหญิงแพศยาเช่นนั้น ความสำรวมในกามส่องความประพฤติดีงามของชายหญิงผู้มีศีลยิ่งขึ้น

หลักเบญจธรรมข้อกามสังวร ความสำรวมในกาม เป็นธรรมที่ช่วยจรโลงครอบครัวยุติได้ และเป็นธรรมที่ไม่ให้คนไปเกี่ยวข้องกับสุราอันจะนำพาปัญหามาให้ครอบครัว จะเห็นได้ว่า สิ่งใดก็ตามหากมีสองมักมีปัญหาน้อย แต่ถ้ามีมากกว่านั้นก็จะมีความปัญหามากตามมา เช่น ชีวิตครอบครัว หากสามีภรรยาอยู่กันสองคน ก็เพราะอยู่ด้วยความรักมักมีแต่ความอบอุ่น แต่เมื่อมีบุคคล

^{๕๕} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๑๓.

^{๕๖} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๗๓ – ๒๗๔.

^{๕๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๔๘.

ที่ ๓ ขึ้นมา ซึ่งมักจะถูกตีตราว่าเป็นชั่ว แม้จะเป็น ไปในเชิงผู้ทางกาย หรือความคะนองทางวาจา ยังเป็นเหตุให้ครอบครัวแตกร้าง ดังจะเห็นได้จากข่าวในหน้าหนังสือพิมพ์ที่ฆ่ากันตายเพราะความหึงหวง ซึ่งการจะก่อคดีได้ก็มาจากสุราเป็นตัวกระตุ้นให้คนขาดความยับยั้งคิด

ดังนั้น การที่นำหลักพุทธธรรมดังกล่าวมาใช้แก้ปัญหาดังกล่าวของไทย ก็เป็นเครื่องช่วยประสานความรักระหว่างสังคมเล็กๆ อันเป็นหน่วยแรกของสังคมไทยให้เหนียวแน่น แล้วสามีหรือภรรยาที่จะไม่หาทางออกจากปัญหาเรื่องความหึงหวงด้วยสุรา แล้วก็คดีอาญาขึ้นมา

๔) สัจจะ ความซื่อสัตย์

ความจริงใจ ได้แก่ ซื่อสัตย์ จริงวาจา ได้แก่ พูดจริง และจริงการ ได้แก่ ทำจริง^{๔๘} คนที่มีความจริง จะเป็นเด็กหรือผู้ใหญ่ก็ตาม ย่อมเป็นคนซื่อตรงต่อมิตรสหาย จงรักภักดีในเจ้านายของตน มีความกตัญญูทดแทนในท่านผู้มีพระคุณ มีความเที่ยงธรรม รู้จักรับผิดชอบชั่วดี และว่าไปตามผิดตามถูกในบุคคลในเรื่องทั่วไป กล่าวโดยลักษณะเฉพาะก็เป็นคนที่มีวาจาสัตย์ เป็นที่เชื่อถือได้ ความประพฤติเป็นคนตรงมีลักษณะ ๔ ประการ คือ

๑. ความเที่ยงธรรม คือ ความประพฤติเป็นธรรมในกิจการอันเป็นที่หน้าที่ของตน ไม่ทำภารกิจให้ผิดพลาดด้วยอำนาจอคติ ๔ ประการ คือ ถีนทาคติ ความชอบพอกัน โทสาคติ ความเกลียดชัง โมหาคติ ความหลงไม่รู้จริง ภัยาคติ ความกลัว^{๔๙} พึงเห็นตัวอย่างในผู้พิพากษา ผู้วินิจฉัยอรรถคดี ต้องเป็นผู้มีความยุติธรรมเป็นหลัก ไม่ถืออคติ ๔ เป็นเหตุทำลายความยุติธรรม ต้องพิจารณาวินิจฉัยด้วยเหตุผลเช่นนี้ชื่อว่า ผู้มีความเที่ยงธรรม

๒. ความซื่อตรง คือความเป็นผู้ประพฤติซื่อตรงต่อมิตร ไม่คิดร้ายต่อมิตรนั้น ควรละเว้นจากโทษ ๔ สถาน คือ ปอกลอกเพื่อน เกรจาปราศรัยไม่สงเคราะห์จริงประจบสอพลอ ซักชวนในทางเสื่อมเสีย^{๕๐} และพึงประกอบด้วยคุณสมบัติ ๔ สถาน คืออุปการะเกื้อหนุนมิตร ร่วมทุกข์ร่วมสุขด้วย คอยชักเตือนให้สติแนะนำสิ่งที่เป็นประโยชน์มีความรักใคร่กันจริง^{๕๑}

๓. สวามิภักดิ์ คือ ความจงรักภักดีในเจ้านายของตน เมื่อยอมยกบุคคลใดให้เป็นเจ้านายของตนแล้ว ก็ประพฤติซื่อสัตย์สุจริต จงรักภักดีในบุคคลนั้น แม้ชีวิตก็ยอมสละแทนได้ถึงจะทำกิจการอะไรก็ตามโดยสุจริต เพื่อประโยชน์แก่เจ้านายของตนมีความสวามิภักดีในเจ้านายของตน

^{๔๘} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๑๘.

^{๔๙} อ.จตุกก.(บาลี) ๒๑/๑๓/๒๓.

^{๕๐} ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๒๕๔/๒๐๗.

^{๕๑} ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๒๖๐/๒๐๕.

๔. ความกตัญญู หมายความว่า การรู้จักระลึกถึงในอุปการคุณ หรือบุญคุณ ที่ได้รับจากบุคคลใดบุคคลหนึ่ง และหมายรวมเอาถึงจากสิ่งที่มีชีวิต และไม่มีชีวิตอื่นๆ ที่อยู่ใต้อาณัติของคุณแก่ตนจะมากจะน้อยก็ตาม แล้วหาโอกาสตอบแทนอุปการคุณนั้นตามกำลัง และความสามารถอย่างถึงที่สุด ซึ่งในทางพระพุทธศาสนาถือว่ามีความสำคัญมากท่านสอนไม่ให้ละเลยโดยเด็ดขาด แม้จะเป็นเรื่องเล็กน้อยก็ตาม ในบาลีบางแห่งถึงกับบอกว่า “บุรุษพึงพักอยู่ในเรือนของบุคคลใดตลอดราตรีหนึ่ง หรือพึงได้ข้าวน้ำในที่ใด ไม่ควรคิดชั่วต่อบุคคลนั้นแม้ด้วยใจ”^{๖๒} เพราะการทำเช่นนั้น เท่ากับเป็นการขัดกับหลัก “กตัญญู” ซึ่งท่านบอกว่าเป็นเรื่องที่ “น่าดีเถียนคนที่ไม่รู้คุณที่เขาทำแล้ว ผู้ไม่ทำคุณให้ใคร และผู้ไม่ทำตอบแทนคุณที่เขาทำก่อน ความกตัญญูไม่มีในคนใด การคบคนนั้นย่อมไร้ประโยชน์”^{๖๓}

หลักเบญจธรรมข้อสี่จะนี้ เป็นการส่งเสริมความตั้งใจจริงในการกระทำการหักห้ามใจจากสุรา จะเห็นได้จากโครงการงดเหล้าแต่ละโครงการที่คณะสงฆ์กระทำอยู่นอกจากการให้ผู้เข้าร่วมโครงการตั้งสัจจะว่าจะไม่ข้องเกี่ยวกับสุรายาเสพติดทุกชนิด ไม่ว่าจะเป็นการดื่ม การเสพ การค้าขาย เป็นต้น ยังมีการตั้งกลุ่มสัจจะออมทรัพย์ขึ้นด้วยหวังที่จะส่งเสริมให้คนที่มึสัจจะ ไม่เกี่ยวข้องกับสุรา ยาเสพติด มีทุนทำกิน และมีงานทำ^{๖๔}

๕) สติสัมปชัญญะ ความระลึกได้ ความรู้ตัว^{๖๕}

ความมีสติรอบคอบ คือ ความมีสติตรวจตราไม่เลินเล่อ ตรงกันข้ามกับความประมาท สติคือความระลึกนึกคิดได้ประกอบกับสัมปชัญญะ ความรู้ตัว สติต้องมีสัมปชัญญะกำกับอยู่ด้วยเสมอ จึงเป็นสติที่ถูกต้อง ความมีสติที่ถูกต้อง ความมีสติรอบคอบไม่เลินเล่อรู้จักประมาณในอาหารที่จะพึงบริโภค อาหารโดยปรกติมีประโยชน์สำหรับบำรุงร่างกาย และซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอ แต่ถ้าบริโภคมากเกินไปจนเกินประมาณหรือบริโภคอาหารที่บูดเน่า ย่อมให้โทษแก่ร่างกายได้ หรือบริโภคน้อยเกินไป ไม่พอแก่ความต้องการของร่างกาย ความไม่เลินเล่อในการทำงาน คือ ไม่ทอดทิ้งธุระ เอาใจใส่หมั่นตรวจสอบประกอบให้ชอบแก่กาลเทศะไม่ปล่อยให้การทำงานค้างค้าง เช่น ทำนาทำสวนก็ให้ทันฤดูกาล ขายของก็ต้องรู้จักครว ทำราชการก็ต้องเข้าใจวิธีดำเนินและรักษาระเบียบผู้จักกาลเทศะ ไม่เลินเล่อเช่นนี้ จึงจะประกอบการทำงานให้มีผลไพบูลย์ มีสัมปชัญญะในการประพฤติ ความรอบคอบ

^{๖๒} พุ.เปต.อ. (บาลี) ๒/๒/๒๓๖.

^{๖๓} พุ.ชา.ทก.อ. (บาลี) ๓/๔/๔๒๕.

^{๖๔} เครือข่ายพระสงฆ์นักพัฒนา, หมู่บ้านปลอดเหล้า, หน้า ๔๕.

^{๖๕} อภ.ทก. (ไทย) ๒๐/๑๘๐/๑๒๕.

รู้จักระวางไตรตรองให้เห็นเหตุผลเสียก่อนว่าจะมีคุณหรือโทษ มีประโยชน์หรือไม่ ควรทำหรือไม่ ควรพูดหรือไม่ เมื่อทราบว่ามีคุณประโยชน์แล้วจึงทำและพูด

กัลยาณธรรมทั้ง ๕ ประการนี้ เป็นธรรมที่ส่งเสริมให้หรือสนับสนุนให้สังคมได้ คนที่มีคุณภาพ ไม่เป็นคนไร้สมรรถภาพที่คลุกคลีอยู่กับสิ่งเสพติดให้โทษโดยเฉพาะสุรา ซึ่งธรรมทั้ง ๕ คือ เมตตากรุณา สัมมาอาชีวะ กามสังวร ศัจจะ และสติสัมปชัญญะ เป็นหลักพุทธธรรมที่สามารถประสานสังคมระดับเล็กจนถึงสังคมระดับใหญ่ เป็นการล้อมรั้วให้แก่ประชากร สิ่งสำคัญในการพัฒนาประเทศให้เจริญนั้นคือ การสร้างคนให้มีความรักความเมตตาต่อกัน สนับสนุนอาชีพ การงานที่สุจริต ส่งเสริมความรักในครอบครัว มีความจริงใจต่อกันและกัน และใช้สติสัมปชัญญะ ในการควบคุมตนทั้งในการทำงาน และการดำรงชีวิตอยู่เมื่อมีหลักธรรมดังกล่าวอยู่แล้ว ย่อมสามารถที่จะสกัดวงจรของสุราได้

๓. ทัศนคติที่มีต่อธรรม

นอกจากนี้พระพุทธเจ้าทรงสอนถึงปัจจัยพื้นฐานอันเป็นความจำเป็น (Need) ถ้าเป็นผู้ครองเรือนก็ทรงสอนต่อไปถึงการแสวงหาทรัพย์ การใช้จ่ายทรัพย์ เพื่อให้สามารถสร้างฐานะครอบครัวให้อยู่ดีกินดี มีความมั่นคง เริ่มด้วยหลักการสร้างความร่ำรวย เรียกว่า “ทัศนคติที่มีต่อสังวัตตนิกรรม เรียกสั้นๆ ว่า ทัศนคติที่มีต่อสัง หรือเรียกติดปากอย่างไทยๆ ว่าทัศนคติที่มีต่อประโยชน์ หมายถึง ธรรมที่เป็นไปเพื่อประโยชน์ในปัจจุบัน, หลักธรรมอันอำนวยประโยชน์สุขเบื้องต้น”^{๖๖} พระพุทธเจ้าตรัสถึงหลักธรรมดังกล่าวในทิมขานุสูตรโดยมีใจความว่า ธรรม ๔ ประการนี้ย่อมเป็นไปเพื่อเกื้อกูลในภพนี้ เพื่อสุขในภพนี้แก่กุลบุตร ธรรม ๔ ประการ คือ

- ๑) อุฏฐานสัมปทา (ความถึงพร้อมด้วยความหมั่น)
- ๒) อารักขสัมปทา (ความถึงพร้อมด้วยการรักษา)
- ๓) กัลยาณมิตตตา (ความเป็นผู้มีมิตรดี)
- ๔) สมชีวิตา (ความเป็นอยู่เหมาะสม)^{๖๗}

๑) อุฏฐานสัมปทา ความถึงพร้อมด้วยความหมั่น คือ ขยันหมั่นเพียรในการปฏิบัติหน้าที่การงาน ประกอบอาชีพอันสุจริต มีความขยันชาญ รู้จักใช้ปัญญาสอดส่อง ตรวจสอบ หาอุปายวิธี สามารถจัดดำเนินการให้ได้ผลดี ความขยันเป็นอุปกรณ์อันดับแรกและสำคัญที่สุดในการสร้างฐานะให้มั่นคง ไม่มีเศรษฐีคนใดสร้างความร่ำรวยขึ้นมาได้ด้วยความเกียจคร้าน ยิ่งรวยยิ่งขยันคน

^{๖๖} พระเทพเวที (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๑๖.

^{๖๗} อ.อุทฺตม. (ไทย) ๒๓/๕๔/๓๔๐.

ขยันเท่านั้นจึงจะสร้างตัวได้ ดังคำกล่าวที่ว่า “ไม่มีความยากจนในหมู่นคนที่ขยัน” แต่ข้อที่ควรระวังก็คือ ต้องขยันในข้อที่ถูกที่ควร กล่าวคือการทำงานที่นั่นต้องเป็นงานที่สุจริตปราศจากโทษ (อนวัชกรรม) ถ้าขยันในทางที่ผิดก็จะนำความเดือดร้อนมาให้ เช่น ขยันผลิตยาเสพติดขาย เป็นต้น

๒) อารักขสัมปทา ความถึงพร้อมด้วยการรักษา คือ รู้จักคุ้มครองเก็บรักษาโภคทรัพย์ และผลงานอันตนได้ทำไว้ด้วยความขยันหมั่นเพียรโดยชอบธรรม ด้วยกำลังงานของตนไม่ให้เป็นอันตรายหรือเสื่อมเสีย เมื่อขยันทำงานที่ปราศจากโทษ มีรายได้ขึ้นมาแล้วต้องรู้จักประหยัด อุดหนุน จัดสรรหารายได้ไว้เป็นสัดส่วน ส่วนใดควรใช้จ่ายเพื่อเลี้ยงชีพส่วนใดควรเก็บออมไว้เพื่อทำทุนหรือใช้จ่ายในยามจำเป็น ไม่เป็นคนสุรุษสุรายใช้จ่ายเกินตัวคนที่ไม่ประหยัดจะไม่มีโอกาสร่ำรวยหรือสร้างฐานะได้เลย มิแต่จะสร้างความตกต่ำและความเดือดร้อนให้แก่ตนและสังคม

๓) กัลยาณมิตตตา ความเป็นผู้มีมิตรดี คือ รู้จักกำหนดบุคคลในถิ่นที่อาศัยเลือกเสวนาสำเนียงศึกษาเยี่ยงอย่างท่านผู้ทรงคุณ มีศรัทธา ศีล จาคะ ปัญญา การร่วมงานกับคนดีจะช่วยช่วยให้เพิ่มพูนรายได้ได้เร็ว คนดีจะช่วยเป็นกำลังสนับสนุนการทำงานให้เจริญรุ่งเรืองยิ่งขึ้นไป สามารถขยายกิจการให้ใหญ่โตและกว้างไกลออกไป และคนดีจะช่วยเป็นหูเป็นตาแทน ธุรกิจใหญ่ๆ ไม่มีใครทำสำเร็จเพียงลำพังตัวคนเดียว ต่างก็ต้องอาศัยความรู้ความสามารถของคนอื่นช่วยทั้งนั้น การร่วมงานกับคนดีจึงเป็นวิธีการสร้างฐานะให้มั่นคงวิธีหนึ่ง

๔) สมชีวิตา ความเป็นอยู่เหมาะสม คือ รู้จักกำหนดรายได้และรายจ่ายเลี้ยงชีวิตแต่พอดี มิให้ฝืดเคืองหรือฟุ่มเฟือย ให้รายได้อยู่เหนือรายจ่าย มีการประหยัดเก็บออมไว้เมื่อมีทรัพย์แล้วควรนำทรัพย์นั้นมาใช้จ่ายเลี้ยงชีพให้พอเหมาะพอดีแก่ฐานะ ไม่ให้อึดอัดฝืดเคืองจนเกินไป พักผ่อนให้เพียงพอแก่ความต้องการของร่างกาย บำรุงรักษาสุขภาพกายและใจ ให้แข็งแรง จะได้มีพลังทำงานไปได้อีกนาน หากสุขภาพทรุดโทรม ความหายนะอื่นๆ ก็จะตามมา^{๖๘}

หลักการใช้ชีวิตทั้ง ๔ ประการนี้ เมื่อมีอยู่ในคนใด คนนั้นย่อมแก้ปัญหาความยากจนของตนได้อย่างแน่นอน บางคนนำเอาตัวอักษรตัวแรก ของหลักธรรมทั้ง ๔ คือ อุ อา กะ สะ มาสอนว่านี่แหละ คือ หัวใจเศรษฐกิจ ก็อยากจะเน้นในที่นี้ว่าหัวใจเศรษฐกิจจะขลัง ทำให้คนร่ำรวยได้ด้วยการนำไปปฏิบัติ หากมัวนำไปนั่งบริกรรมอยู่อย่างเดียว ก็อย่าหวังเลยว่าร่ำรวยมั่งคั่งขึ้นมาได้

การจัดการเกี่ยวกับทรัพย์ที่เราหามาได้แล้ว ในทางพระพุทธศาสนายังสอนให้รู้จักการจัดการเกี่ยวกับทรัพย์สินเหล่านั้น ถ้าพูดให้เป็นภาษาทางวิชาการก็คือ รู้จักการบริหารการคลัง

^{๖๘} พระเทพเวที (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๑๖.

หรือการบริหารเงินนั่นเอง พระพุทธศาสนาใช้คำว่า โภควิภาค ๔ คือการแบ่งโภคะหรือหลักการแบ่งทรัพย์โดยจัดสรรออกเป็น ๔ ส่วนดังนี้

๑. เอเคน โภเค ญญเขย จำนวน ๑ ส่วน เก็บไว้ใช้จ่ายเลี้ยงชีพสำหรับตนเลี้ยงคนที่ควรบำรุง กล่าวคือ บุคคลที่อยู่ในความรับผิดชอบเลี้ยงดู และทำประโยชน์ต่าง ๆ

๒. ทวีหิ กมมัม ปโยชเย จำนวน ๒ ส่วน เก็บไว้ลงทุนในการประกอบกิจการหรือขยายงานให้ใหญ่และกว้างขวางยิ่งขึ้น

๓. จตุตถญจ นิชาเปยฺย จำนวนอีก ๑ ส่วน ซึ่งเป็นส่วนที่ ๔ นั้น ให้เก็บออมเอาไว้ใช้เมื่อมีความจำเป็นเร่งด่วนจริง ๆ เท่านั้น^{๖๕}

จากโภควิภาคนี้ จะเห็นได้ว่าพระพุทธเจ้าทรงเน้นให้เป็นผู้มีวินัยในตัวเองเกี่ยวกับการจัดการรายได้ ไม่ต้องการให้เป็นคนสุรุษสุร่าย และถ้ากิจการที่ทำนั้นดี มีผลกำไรคุ้มค่าก็ให้ขยายกิจการออกไปอีก ในส่วนนี้ให้แบ่งทรัพย์มาลงทุนสูงถึง ๒ ใน ๔ ของรายได้เลยทีเดียว

หลักพุทธธรรมที่เกี่ยวกับการแก้ปัญหาผลกระทบต่องสังคมโดยรวม ทั้ง ๓ กลุ่ม คือ ชันติ โสรัจจะ เบญจธรรม และ ทิฏฐธัมมิกัตถธรรม จัดว่าเป็นหลักธรรมที่ใช้ระงับป้องกัน และส่งเสริมหลักของการดำเนินเกียสุรา โดยสรุปได้เป็นประเด็นดังนี้

๑. หลักธรรมที่ใช้ระงับ การดื่มสุรา คือ ชันติ โสรัจจะ เพราะธรรมดังกล่าวนี้ ใช้เป็นเครื่องมือในการควบคุมใจของคนที่เคยเกี่ยวข้องกับสุราแล้ว ให้ละความต้องการที่จะดื่มสุราหรือเกี่ยวข้องกับสุราในเชิงธุรกิจ โดยคิดว่ากำไรจากการขายสุราเป็นการฆ่าคนทางอ้อม สามารถหักห้ามใจตนไม่ให้หลงไปกับคำโฆษณาบ้ายของสื่อที่เกี่ยวกับธุรกิจน้ำเมาต่างๆ

๒. หลักธรรมที่ใช้ป้องกัน ไม่ให้คนรุ่นใหม่ หรือคนที่ยังไม่เคยดื่มสุราเข้าไปเกี่ยวข้องกับสุรา คือ เบญจธรรม เพราะเบญจธรรมนั้นเป็นเสมือนรั้วที่ล้อมไว้ป้องกันภัยให้กับประชากรทุกวิถีทาง เริ่มตั้งแต่มีความรักความเมตตา มีงานทำ มีความรักความอบอุ่นในครอบครัว มีความสัตย์ซื่อจริงใจต่อกัน และสิ่งสำคัญคือการได้ปลูกฝังความมีสติสัมปชัญญะให้พร้อม เพื่อเป็นเครื่องมือในการคิดก่อนทำอย่างดีที่สุด

๓. หลักธรรมที่ใช้ส่งเสริมคุณภาพชีวิตแก่ประชากรในสังคม คือการส่งเสริมให้เขารู้จักที่จะอยู่รอดด้วยธรรม การจะให้คนกินปลา ไม่ใช่การหาปลามาให้เขากินแต่สามารถสนับสนุนในการหาปลาด้วยการให้เบ็ด และแนะวิธีการจับปลาให้เขา เหมือนการจะส่งเสริมให้คนมีเงิน ไม่ใช่การนำเงินไปแจกให้คนใช้ เมื่อเขาใช้เงินหมดก็คงจนเหมือนเดิม เหมือนรัฐบาลบางรัฐบาลที่ แต่การที่จะให้เขามีเงินนั้น ต้องแนะวิธีการในการหาเงิน และให้เขาถูเงินเพื่อไปทำงานนั้น

^{๖๕} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๒๗ - ๑๒๘.

ให้เสร็จสิ้น ไม่ใช่ให้เปล่า หลักธรรมข้อนี้ เป็นการส่งเสริมให้คนมีอนาคตที่ดีด้วยการขยันหาทรัพย์เงินทองด้วยความซื่อสัตย์สุจริต รักษาทรัพย์ที่หามาได้เพื่อใช้จ่ายในยามจำเป็น รู้จักคบคนดีเป็นเพื่อนเพื่อเขาจะได้แนะนำในสิ่งที่ดีๆ และเลี้ยงชีวิตของตนให้เหมาะสมกับความเป็นอยู่ ไม่ให้ฟุ่มเฟือยจนเกินไป และไม่ใช่มอมชอมจนเกินงาม นั่นเป็นการที่จะทำให้สังคมเจริญปราศจากการดื่มสุราอย่างถาวร

สรุปการนำหลักพุทธธรรมเพื่อแก้ปัญหาการดื่มสุราของชาวบ้านคอนแคน ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาในประเด็นปัญหาด้านสุขภาพส่วนบุคคลของผู้ดื่มสุรา สุขภาพจิตสุขภาพจิตสมาชิกในครอบครัวและญาติพี่น้อง ตลอดจนถึงปัญหาสังคม ได้สรุปผลการศึกษาดังนี้

๑. ในการหาทางออกจากปัญหาการดื่มสุราเพื่อแก้ปัญหาสุขภาพส่วนบุคคลนั้นเป็นการรู้จักใช้หลักธรรมในทางพระพุทธศาสนา เพื่อแก้ปัญหาอันเกิดขึ้นแก่ตัวบุคคลผู้ดื่มสุรา ด้วยอาศัยหลักธรรมทั้ง ๓ ประการ คือ (๑) อปายมุข ๖ เป็นเครื่องชี้ให้เห็นโทษทัณฑ์ของการเข้าไปเกี่ยวข้องกับสุราว่ามีผลเป็นอย่างไร เช่น เสียทรัพย์ทันตา หรือเกิดโรคร้ายต่างๆ เป็นต้น และมีรูปแบบอย่างไรที่จะเอื้อให้เข้าไปคลุกคลีกับการดื่มสุรา เช่น การคบคนชั่วเป็นมิตรซึ่งจะชักนำไปในทางฉิบหายต่างๆ อันมีการเที่ยวกลางคืน และตกผลึกที่การดื่มสุราแล้วเมาในที่สุด (๒) ส่วนเบญจศีล เป็นเสมือนตะปูที่ตอกย้ำให้รู้ว่าเมื่อเรารู้ภัยแล้วควรที่จะหยุดเสียแล้วด้วยหลักการที่มีอยู่เป็นการงดเว้นจากการดื่มสุรานั้นอย่างเด็ดขาด และ (๓) สติสัมปชัญญะเป็นเสมือนยามรักษาการณ์ ที่คอยระแวดระวังภัยต่างๆ รอบตัวเรา ไม่ให้ผิดพลาดพลั้งอีกครึ่งหนึ่ง

๒. หลักพุทธธรรมที่ใช้เพื่อแก้ปัญหาด้านสุขภาพจิตและชีวิตบุคคลในครอบครัวมี ๒ ประการ คือ (๑) หลักฆราวาสธรรม เป็นการกระตุ้นให้เห็นคุณค่าของครอบครัว คือการอยู่ร่วมกันระหว่างสามีภรรยา บุตรธิดา ญาติพี่น้อง เป็นธรรมที่ใช้ครอบครัวบำบัด ก่อนมองประโยชน์ตนให้คิดถึงประโยชน์ของคนอื่นเป็นอันดับแรก (๒) หลักทิส ๖ ในสังคาลกสูตรนั้น เป็นหลักธรรมที่กำหนดหน้าที่ของคน ให้คนรู้จักหน้าที่ของตนที่พึงทำต่อบุคคลอื่น และควรทำตามหน้าที่ของตนอย่างเข้มแข็ง หลักพุทธธรรมทั้ง ๒ ประการนี้สามารถประสานครอบครัวให้เกิดความอบอุ่น เมื่อสังคมระดับย่อยเป็นสุขย่อมอำนวยสู่สังคมระดับใหญ่ต่อไป

๓. หลักพุทธธรรมที่เกี่ยวกับการแก้ปัญหาลักษณะต่อสังคมโดยรวม มี ๓ กลุ่มคือ (๑) หลักธรรมที่ใช้ระงับ การดื่มสุรา คือ ขันติ โสรัจจะ เพราะธรรมดังกล่าวนี้ ใช้เป็นเครื่องมือในการควบคุมใจของคนที่เคยเกี่ยวข้องกับสุราแล้ว ให้ละความต้องการที่จะดื่มสุรา (๒) หลักธรรมที่ใช้ป้องกัน ไม่ให้คนรุ่นใหม่ หรือคนที่ยังไม่เคยดื่มสุราเข้าไปเกี่ยวข้องกับสุรา คือ เบญจธรรม เพราะเบญจธรรมนั้นเป็นเสมือนรั้วที่ล้อมไว้ป้องกันภัยให้กับประชากรทุกวิถีทาง และ (๓) หลักธรรมที่

ใช้ส่งเสริมคุณภาพชีวิตแก่ประชากรในสังคม คือการส่งเสริมให้เขารู้จักที่จะอยู่รอดด้วยธรรม ได้แก่ วิทยุธรรมมีกัถธรรม หลักธรรมข้อนี้ เป็นการส่งเสริมให้คนมีอนาคตที่ดี ด้วยการขยันหาทรัพย์สินเงินทองด้วยความซื่อสัตย์สุจริตรักษาทรัพย์ที่หามาได้เพื่อใช้จ่ายในยามจำเป็น รู้จักคบคนดีเป็นเพื่อนเพื่อเขาจะได้แนะนำในสิ่งที่ดีๆ และเลี้ยงชีวิตของตนให้เหมาะสมกับความเป็นอยู่