

บทที่ ๔

แนวทางการประยุกต์ใช้อิทธิบาท ๔ เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต

ในบทนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาวิธีการประยุกต์ใช้อิทธิบาท ๔ เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต เพื่อให้ทราบความหมายของการพัฒนาชีวิต ทั้งการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามความหมายทั่วไป และการพัฒนาชีวิตตามความหมายของพระพุทธศาสนา ดังนี้

๔.๑ ความหมายของการพัฒนาชีวิต

การพัฒนาชีวิต เป็นสิ่งที่ทุกชีวิตต้องพัฒนา เพื่อให้ชีวิตของตนนั้น ดำเนินไปสู่ความเจริญรุ่งเรืองก้าวหน้าต่อไป ซึ่งในที่นี้ ได้ให้ความหมายของการพัฒนาชีวิตไว้ ดังนี้

การพัฒนา คือ การทำให้เจริญขึ้น โดยมีคุณภาพเพิ่มขึ้น การพัฒนาชีวิต คือ การทำชีวิตให้เจริญงอกงามขึ้นไปจนกว่าจะถึงจุดมุ่งหมายแห่งความเป็นอิสระ คืออิสรภาพ หรือภาวะไร้ปัญหาไร้ทุกข์ ประกอบด้วยความเต็มอิ่ม ไม่มีความพร่อง ไม่มีความขาดแคลน เป็นชีวิตที่มีความเต็มในตัวของมันเอง

๔.๑.๑ การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามความหมายทั่วไป

การพัฒนา มักจะถูกตีความให้หมายถึงการทำให้ทันสมัย (Modernization) การเจริญเติบโตทางวัตถุ (Material Growth/Progress) การใช้เทคโนโลยีใหม่ (New Technology) สิ่งเหล่านี้คือการพัฒนาประเทศสู่ความทันสมัย ความเจริญความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ส่งผลกระทบต่อสังคม จากความเรียบง่ายกลายเป็นความฟุ้งเฟ้อแบบสังคมบริโภคนิยม (Consumerism) ก่อให้เกิดปัญหาสังคมตามมามากมาย จนทำให้สภาพทางสังคมนั้นเริ่มเสื่อมโทรมทางด้านศีลธรรม จริยธรรม เป็นความจริงที่ได้กระตุ้นใหม่ในอนาคตมองเห็นวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณีเป็นของล้าหลังล้าสมัยโบราณไม่ทันสมัย สนใจแต่เทคโนโลยีที่ถูกป้อนเข้ามาจนหลีกเลี่ยงไม่ได้ หมกมุ่นตัวเองไปกับไอที ไม่สนใจสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ข้าง ขาดปัญญาพื้นฐานของชีวิตที่จะรู้จักเป็นอยู่ให้ถูกต้อง ไม่เข้าใจระบบการดำเนินชีวิตของตน และไม่ตระหนักถึงการที่จะพัฒนาการดำเนินชีวิตนั้นให้เป็นอยู่ด้วยดี จึงว่่ายเวียนอยู่ในวังวนแห่งปัญหาของชีวิต ที่เราเรียกว่าไม่มีสุขภาวะ^{๙๘}

การพัฒนาคุณภาพชีวิต จึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องพัฒนาให้มีคุณภาพ เพราะมนุษย์เป็นปัจจัยที่สำคัญยิ่งต่อการพัฒนาสิ่งต่าง ๆ ดังนั้น จึงจำเป็นที่จะต้องสร้างคนให้มีความรู้มีความสามารถมีทักษะพื้นฐานที่จำเป็น มีลักษณะนิสัยจิตใจที่ดีงาม มีความพร้อมที่จะต่อสู้เพื่อตนเองและสังคม^{๙๙} มีความพร้อมที่จะประกอบกิจการงานอาชีพได้ การศึกษาพัฒนาคุณภาพชีวิตก็เพื่อที่จะให้ได้พัฒนาไปใน

^{๙๘} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), “สุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธ”, พุทธจักร, ปีที่ ๕๙ ฉบับที่ ๑๑ (พฤศจิกายน ๒๕๔๘), หน้า ๕-๑๐.

^{๙๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), ภาวะผู้นำ: ความสำคัญต่อการพัฒนาคน พัฒนาประเทศ, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๔๖), หน้า ๒๕.

ทิศทางที่ถูกต้องเหมาะสม และเจริญยิ่งขึ้นไป จึงเป็นสิ่งจำเป็นต่อชีวิตของคนเราอีกประการหนึ่งที่นอกเหนือจากปัจจัย ๔ ในการดำรงชีวิตให้มีคุณภาพ หลักการพัฒนาคุณภาพชีวิต จึงหมายถึง คุณงามความดี การกระทำความดี เพื่อสร้างสมคุณงามความดีต่าง ๆ ให้งอกงามไพบูลย์ สร้างความเจริญก้าวหน้าให้กับชีวิตตลอดจนถึงการทำมาหาเลี้ยงชีพ และยังได้เอื้ออำนวยแก่การทํากิจต่าง ๆ ที่ดียิ่ง ๆ ขึ้นไป พร้อมกันนั้น ก็ยังเป็นการฝึกอบรมชีวิตด้านกาย วาจา และใจ ของบุคคลนั้น ให้มีความพร้อมยิ่งขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งเน้นถึงความสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมทางสังคม คือการอยู่ร่วมกันด้วยดีระหว่างมนุษย์ด้วยกัน ในสภาพที่เกื้อกูลกัน สมาชิกแต่ละคนนอกจากจะสามารถดำรงตนอยู่ได้ด้วยดีแล้ว ยังมีโอกาสที่จะกระทำความดีงามหรือเข้าถึงสิ่งมีค่าสูงขึ้นอีกด้วย คุณภาพชีวิต แปลว่า ลักษณะของชีวิตที่มีคุณภาพ หรือคุณสมบัติของชีวิตที่ดี หรือสิ่งที่ทำให้ชีวิตมีคุณภาพ หรือคุณสมบัติของชีวิตที่ดี หรือสิ่งที่ทำให้ชีวิตมีคุณภาพ หมายถึงองค์ประกอบและลักษณะต่าง ๆ ที่แสดงถึงสภาพของชีวิตที่ดำรงอยู่ด้วยดี เป็นส่วนร่วมที่เกื้อกูลซึ่งกันและกัน สังคมและธรรมชาติมีความพร้อม และสามารถที่จะพัฒนาตัวเองให้เจริญงอกงามสู่ความสันติสุขและอิสรภาพสมบูรณ์

๔.๑.๒ การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามความหมายของพระพุทธศาสนา

ในทางพระพุทธศาสนานั้น การพัฒนาชีวิตให้ดำเนินไปอย่างถูกต้องนั้นแหละเป็นธรรมอยู่ในตัว วิถีชีวิตที่ถูกต้องดีงามนั้นเราเรียกกันว่า มรรค เป็นของคู่กันกับหลักการอีกอย่างหนึ่ง คือ สิกขา คือต้องมีการฝึกฝนหรือฝึกหัด ที่ภาษาไทยเราเรียกว่า ศึกษา เพราะฉะนั้น การศึกษา ก็คือการฝึกฝนให้ชีวิตดำเนินไปในวิถีที่ถูกต้องดีงาม มรรคเป็นวิถีชีวิตที่ดีงามถูกต้อง หรือตัวการดำเนินชีวิต ส่วนการศึกษาเป็นการทำให้เกิดการดำเนินชีวิตอย่างถูกต้อง หรือการฝึกฝนคนให้เข้าสู่วิถีชีวิตที่ถูกต้องดีงามนั่นเองในทางพุทธศาสนาก็เลยใช้การฝึกฝนนี้ในความหมายอย่างเดียวกับการพัฒนา ไป ๆ มา ๆ การพัฒนาชีวิตก็คือการศึกษานั่นเอง เพราะฉะนั้น การศึกษาก็คือการพัฒนาชีวิต ให้ดำเนินไปในวิถีชีวิตที่ถูกต้องดีงาม トラバโตชีวิตของเรายังไม่สมบูรณ์ ยังมีความพร่อง ยังมีความไม่เต็ม ยังมีทุกข์ ยังมีปัญหา トラบนั่นเรายังต้องพัฒนาชีวิตกันเรื่อยไป หมายความว่าเรายังต้องมีการศึกษากันเรื่อยไปตลอดชีวิต จนกว่าจะถึงจุดหมายดังกล่าว"ทางพระพุทธศาสนามีคำที่มีความหมายว่าทำให้เจริญงอกงาม หรือฝึกฝนให้เจริญยิ่งขึ้นไป ซึ่งมีความหมายอย่างเดียวกับพัฒนานี้หลายคำ คำที่มีความหมายกระชับจำเพาะที่จำกัดขอบเขต ที่ใช้กับการทำชีวิตให้เจริญงอกงาม ได้แก่คำว่า ภาวนา เมื่อได้ศัพท์เฉพาะสำหรับการพัฒนาชีวิตแล้ว เราก็กะยกการใช้ถ้อยคำกันออกไปให้ชัดเจนได้ ไม่สับสน คือ ถ้าพัฒนาสิ่งที่เป็นรูปธรรมภายนอก เช่น พัฒนาวัตถุ พัฒนาสังคม พัฒนากิจการต่าง ๆ ก็ใช้คำว่า พัฒนาถ้าพัฒนาชีวิต หรือพัฒนาคน พัฒนามนุษย์ ก็ใช้คำว่าภาวนา

คุณภาพชีวิตทางพระพุทธศาสนาถือว่าเป็นองค์รวมขององค์ประกอบต่าง ๆ ซึ่งจำแนกได้ ๒ ประเภท คือ รูปกับนาม หรือเรียกง่าย ๆ ว่ากายกับใจ ชีวิตจะเรียกได้ว่ามีคุณภาพอย่างแท้จริงก็ต่อเมื่อส่วนประกอบทุกส่วนมีคุณภาพนั่นคือ ชีวิตที่มีคุณภาพจะประกอบด้วยกายที่มีคุณภาพกายและคุณภาพใจ อย่างไรก็ตาม ชีวิตไม่ใช่สิ่งที่ตั้งอยู่นิ่ง ๆ แต่เป็นองค์รวมที่เคลื่อนไหวเมื่อพูดถึงคุณภาพชีวิตที่เคลื่อนไหวหรือชีวิตที่ดำเนินไปในโลกท่ามกลางสภาพแวดล้อมจะมีวัตถุ กิจกรรม และเรื่องราวต่าง ๆ ที่ต่อเนื่องกับชีวิตเพิ่มขยายออกไปไม่ใช่เฉพาะกายกับใจล้วน ๆ เท่านั้น วัตถุกิจกรรม และเรื่องราวต่าง ๆ เกี่ยวกับชีวิตเหล่านี้จัดเป็นส่วนประกอบของคุณภาพชีวิต โดยแยกเป็นคุณภาพธรรมดาสามัญที่มองเห็นกันอยู่ประเภทหนึ่งและคุณภาพที่ล้าลึกเลยไปจากที่มองเห็นด้วยตาอีก

ประการหนึ่ง ตัวอย่างเช่นคนบางคนมีทรัพย์สินเงินทอง และสิ่งครอบครองบริโภคด้านวัตถุพร้อมบริบูรณ์ จัดได้ว่าในด้านที่ตามองเห็นเขาเป็นคนที่มีความสุขหรืออาจเป็นคนที่มีความสุขทุกข้มากก็ได้ คุณภาพชีวิตที่ดีแท้จริงต้องพร้อมทั้งด้านหรือระดับที่มองเห็นและด้านหรือระดับที่เลียดจากที่มองเห็น ในทางพระพุทธศาสนา

การประพฤติปฏิบัติธรรมในทางพระพุทธศาสนานั้น ในทางปฏิบัติจะต้องทำให้มีความสมดุลกัน กล่าวคือไม่เน้นข้อใดข้อหนึ่งโดยเฉพาะ แต่จะต้องปฏิบัติให้สอดคล้องประสานความเชื่อมโยงกัน หลักอริยบท ๔ นั้น กล่าวไว้แล้วว่าเป็นบาทฐานแห่งความสำเร็จ ซึ่งการพัฒนาชีวิตของบุคคลนั้นมืองค์ประกอบอยู่ด้วยกันหลายส่วน เริ่มจากการศึกษาเล่าเรียนในวัยเรียน การพัฒนาจิตใจให้มีคุณภาพมีคุณธรรมในการดำเนินชีวิต เพื่อที่จะได้ใช้คุณธรรมนั้น ๆ ประกอบหน้าที่ความรับผิดชอบการทำงานได้อย่างถูกต้องเหมาะสมและเป็นธรรม ทำให้บุคคลนั้นเป็นบุคคลที่มีคุณภาพของครอบครัว สังคม และประเทศชาติ ซึ่งการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านต่าง ๆ ดังกล่าว มืองค์ธรรมเกี่ยวข้องมากมายที่เกิดขึ้นพร้อมอริยบท ๔ ซึ่งไม่ได้เกิดขึ้นอย่างโดดเดี่ยว แต่เกี่ยวเนื่องหลักธรรมข้ออื่น ๆ อันเป็นองค์รวมและเชื่อมโยงถึงกัน เพียงแต่อธิบายคนละบทบาทเท่านั้น การประพฤติปฏิบัติในด้านการเรียน การพัฒนาจิตใจ การทำงาน สามารถประสบผลสำเร็จได้ด้วยดี โดยมีอริยบท ๔ เป็นบาทฐานในการประพฤติปฏิบัติในด้านต่าง ๆ ก่อนที่จะเข้าสู่เนื้อหาสาระละเอียดควรทำความเข้าใจในนิยามศัพท์ ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาดน ดังนี้

การพัฒนาดน^{๑๐๐} ตรงกับภาษาอังกฤษว่า self-development และยังมีคำที่มีความหมายใกล้เคียงกับคำว่าพัฒนาดน ที่มักใช้แทนกันบ่อย ๆ ได้แก่การปรับปรุงตน (self-improvement) การบริหารตน (self-management) และการปรับตน (self-modification) หมายถึงการเปลี่ยนแปลงตัวเองให้เหมาะสมเพื่อสนองความต้องการและเป้าหมายของตนเอง หรือเพื่อให้สอดคล้องกับสิ่งที่สังคมคาดหวัง ความหมายของการพัฒนาดน อาจกล่าวได้เป็น ๒ นัย คือ

ความหมายที่ ๑ การพัฒนาดน คือการที่บุคคลพยายามที่จะปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนด้วยตนเองให้ดีขึ้นกว่าเดิม เหมาะสมกว่าเดิม ทำให้สามารถดำเนินกิจกรรม แสดงพฤติกรรมเพื่อสนองความต้องการ แรงจูงใจ หรือเป้าหมายที่ตนตั้งไว้

ความหมายที่ ๒ การพัฒนาดน คือการพัฒนาศักยภาพของตนด้วยตนเองให้ดีขึ้นทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม เพื่อให้ตนเป็นสมาชิกที่มีประสิทธิภาพของสังคม เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น ตลอดจนเพื่อการดำรงชีวิตอย่างสันติสุขของตน

จากความหมายจะเห็นได้ว่าบุคคลที่จะพัฒนาดนเองได้ จะต้องเป็นผู้มุ่งมั่นที่จะเปลี่ยนแปลงหรือปรับปรุงตัวเอง โดยมีความเชื่อหรือแนวคิดพื้นฐานในการพัฒนาดนที่ถูกต้อง ซึ่งจะช่วยให้ส่งเสริมให้การพัฒนาดนเองประสบความสำเร็จ แนวคิดที่สำคัญมีดังนี้

๑) มนุษย์ทุกคนมีศักยภาพที่มีคุณค่าอยู่ในตัวเอง ทำให้สามารถฝึกหัดและพัฒนาดนได้ในเกือบทุกเรื่อง

^{๑๐๐}http://www.novabizz.com/NovaAce/Learning/Self_Development.htm#ixzz3zeOlmKoW

๒) ไม่มีบุคคลใดที่มีความสมบูรณ์พร้อมทุกด้าน จนไม่จำเป็นต้องพัฒนาในเรื่องใด ๆ อีก

๓) แม้บุคคลจะเป็นผู้ที่รู้จักตนเองได้ดีที่สุด แต่ก็ไม่สามารถปรับเปลี่ยนตนเองได้ในบางเรื่อง ยังต้องอาศัยความช่วยเหลือจากผู้อื่นในการพัฒนาตน การควบคุมความคิด ความรู้สึก และการกระทำของตนเองมีความสำคัญเท่ากับการควบคุมสิ่งแวดล้อมภายนอก

๔) อุปสรรคสำคัญของการปรับปรุงและพัฒนาตนเอง คือ การที่บุคคลมีความคิดติดยึด ไม่ยอมปรับเปลี่ยนวิธีคิดและการกระทำ จึงไม่ยอมสร้างนิสัยใหม่ หรือฝึกทักษะใหม่ ๆ ที่จำเป็นต่อตนเอง

๕) การปรับปรุงและพัฒนาตนเองสามารถดำเนินการได้ตลอดเวลาและอย่างต่อเนื่อง เมื่อพบปัญหาหรือข้อบกพร่องเกี่ยวกับตนเอง

ความสำคัญของการพัฒนาตน กล่าวคือบุคคลล้วนต้องการเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ หรืออย่างน้อยก็ต้องการมีชีวิตที่เป็นสุขในสังคม ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายและความต้องการของตนเองพัฒนาตนเองได้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในสังคมโลก การพัฒนาตนจึงมีความสำคัญดังนี้

๑) ความสำคัญต่อตนเอง จำแนกได้ดังนี้

ก) เป็นการเตรียมตนให้พร้อมในด้านต่าง ๆ เพื่อรับกับสถานการณ์ทั้งหลายได้ด้วยความรู้สึที่ดีต่อตนเอง

ข) เป็นการปรับปรุงสิ่งที่บกพร่อง และพัฒนาพฤติกรรมให้เหมาะสมจัดคุณลักษณะที่ไม่ต้องการออกจากตัวเองและเสริมสร้างคุณลักษณะที่สังคมต้องการ

ค) เป็นการวางแผนทางให้ตนเองสามารถพัฒนาไปสู่เป้าหมายในชีวิตได้อย่างมั่นใจ

ง) ส่งเสริมความรู้สึกในคุณค่าแห่งตนสูงให้ขึ้นมีความเข้าใจตนเอง สามารถทำหน้าที่ตามบทบาทของตนได้เต็มศักยภาพ

๒) ความสำคัญต่อบุคคลอื่น เนื่องจากบุคคลย่อมต้องเกี่ยวข้องสัมพันธ์กัน การพัฒนาในบุคคลหนึ่งย่อมส่งผลต่อบุคคลอื่นด้วย การปรับปรุงและพัฒนาตนเองจึงเป็นการเตรียมตนให้เป็นสิ่งแวดล้อมที่ดีของผู้อื่น ทั้งบุคคลในครอบครัวและเพื่อนในที่ทำงาน สามารถเป็นตัวอย่างหรือเป็นที่อ้างอิงให้เกิดการพัฒนาในคนอื่น ๆ ต่อไป เป็นประโยชน์ร่วมกันทั้งชีวิตส่วนตัวและการทำงานและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขในชุมชน ที่จะส่งผลให้ชุมชนมีความเข้มแข็งและพัฒนาอย่างต่อเนื่อง

๓) ความสำคัญต่อสังคมโดยรวม ภารกิจที่แต่ละหน่วยงานในสังคมต้องรับผิดชอบ ล้วนต้องอาศัยทรัพยากรบุคคลเป็นผู้ปฏิบัติงาน การที่ผู้ปฏิบัติงานแต่ละคนได้พัฒนาและปรับปรุงตนเองให้ทันต่อพัฒนาการของรูปแบบการทำงานหรือเทคโนโลยีการพัฒนาเทคนิควิธี หรือวิธีคิดและทักษะใหม่ ๆ ที่จำเป็นต่อการเพิ่มประสิทธิภาพการทำงานและคุณภาพของผลผลิต ทำให้หน่วยงานนั้นสามารถแข่งขันในเชิงคุณภาพและประสิทธิภาพกับสังคมอื่นได้สูงขึ้น ส่งผลให้เกิดความมั่นคงทางเศรษฐกิจของประเทศโดยรวมได้ หลักธรรมในทางพระพุทธศาสนาที่จะนำมาประพาสปฏิบัติ เพื่อให้บุคคลนั้นได้พัฒนาทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจนั้น คืออิทธิบาท ๔ ประการ ได้แก่ ฉันทะ คือความพอใจ วิริยะ คือความเพียร จิตตะ คือความตั้งใจ และวิมังสา คือการพิจารณาไตร่ตรอง ซึ่งผู้วิจยจักได้

อธิบายวิธีการประพฤติปฏิบัติในหลักธรรมที่กล่าวมานี้ เพื่อเป็นประโยชน์ในการที่จะพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้ง ๓ ด้าน คือการพัฒนาการศึกษา การพัฒนาจิตใจ และการพัฒนาการทำงานเป็นลำดับไป

๔.๒ วิธีปฏิบัติตามแนวคิดอิทธิบาท ๔

การประพฤติปฏิบัติตามแนวคิดอิทธิบาท ๔ นั้น สามารถทำลายความเบื่อหน่าย ความเกียจคร้าน ความท้อถुर และความโง่เขลา อันเป็นอุปสรรคต่อความสำเร็จ อิทธิบาท ๔ อันประกอบไปด้วย ๑) ฉันทะ ความพอใจรักใคร่ในสิ่งนั้น ๒) วิริยะ ความเพียรพยายามทำในสิ่งนั้น ๓) จิตตะ การเอาใจฝักใฝ่ในสิ่งนั้น ๔) วิมังสา การพิจารณาใคร่ครวญหาเหตุผลในสิ่งนั้น โดยทั้ง ๔ หลักการนี้มีการประพฤติปฏิบัติ สามารถทำให้เกิดขึ้นได้ ยกตัวอย่างกรณีศึกษาการสอนของพระพุทธเจ้า กล่าวคือในหมวดธรรมทั้งหลายที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ เมื่อพิจารณาจะสังเกตได้ว่า พระพุทธเจ้าทรงแสดงผลได้และผลเสียได้เสมอ เพื่อให้เกิดฉันทะแก่ผู้ปฏิบัติ^{๑๐๑} การสอนของพระพุทธเจ้ามีลักษณะ ดังนี้ คือ

๑) สันทัสสนา อธิบายให้เห็นชัดเจนแจ่มแจ้ง เหมือนจูงมือไปดูให้เห็นกับตา

๒) สมาทปนา ชักจูงให้เห็นจริงชวนให้คล้อยตาม จนยอมรับและน้อมนำไปปฏิบัติ

๓) สมุตเตชนา เร้าใจให้แก้อั้วกล้า บังเกิดกำลังใจ ปลุกให้มีอุตสาหะแข็งขัน มั่นใจว่าจะทำให้สำเร็จได้ ไม่หวั่นไหวและย่อท้อต่อความเหนื่อยยาก

๔) สัมปหังสนา ชโลมใจให้เข้มแข็ง ร่าเริงเบิกบานพึงไม่เบื่อและเปี่ยมด้วยความหวัง เพราะมองเห็นประโยชน์ที่ตนพึงจะได้รับจากการปฏิบัติ

การอธิบายธรรมของพระพุทธเจ้าก็คือ ปรโตโฆสะที่ตนนั้นเอง แต่การที่บุคคลจะมีความเข้าใจในคำอธิบายนั้น ๆ ได้ บุคคลจะต้องประกอบไปด้วยปัจจัยภายในคือ โยนิโสมนสิการ ซึ่งโยนิโสมนสิการนั้นทางพระพุทธศาสนา^{๑๐๒} ท่านได้แบ่งไว้ เป็น ๑๐ วิธีคิด ดังนี้

๑. วิธีคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัย เป็นวิธีพิจารณาปรากฏการณ์ต่าง ๆ ให้รู้จักสภาวะตามที่เป็นจริง หรือพิจารณาปัญหาค้นหาหนทางแก้ไข ด้วยการสืบสาวหาสาเหตุและปัจจัยต่าง ๆ ที่สัมพันธ์ส่งผลสืบทอดกันมา เรียกว่า วิธีคิดแบบอิทัปปิจจยาหรือ วิธีคิดแบบปัจจัยการ ในทางปฏิบัติแยกวิธีคิดนี้ได้ ๒ ประเภท คือ

ก) คิดแบบปัจจัยสัมพันธ์ คือ เมื่อพบเหตุการณ์หรือเรื่องที่พิจารณาอย่างหนึ่งอย่างใด ก็มองห้อยย้อนและสืบสาวชักโยงออกไปถึงปัจจัยต่าง ๆ ทั้งหลายที่เข้ามาสัมพันธ์นั้น ก่อให้เกิดผลหรือปรากฏการณ์นั้น ๆ ขึ้น เช่น พระพุทธเจ้าตรัสสอนบ่อย ๆ ให้พระสาวกพิจารณาว่า “เมื่อสิ่งนั้นมี สิ่งนี้จึงมี เพราะสิ่งนั้นเกิดขึ้น สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น ฯลฯ”

ข) คิดแบบสอบสวน คือ เมื่อประสบพบเห็นสิ่งใด ๆ ที่ควรพิจารณา ก็คอยตั้งคำถามแก่ตนว่าทำไมเพราะอะไร เช่น พระพุทธเจ้าทรงตั้งปัญหาถามพระองค์เองก่อนตรัสรู้ ว่า “ต้นเหตุเกิดขึ้น เพราะอะไรเป็นปัจจัยให้เกิดต้นเหตุ เป็นต้น หรือคิดสืบสาวหาสาเหตุจิตใจต่อไป

๒. วิธีคิดแบบแยกแยะส่วนประกอบ เป็นวิธีคิดที่กระจายเนื้อหาที่มุ่งเพื่อเข้าใจสิ่งต่าง ๆ ตามสภาวะของมัน ตามธรรมดา สิ่งทั้งหลายก็ตี ปรากฏการณ์ต่างๆ ก็ดีเรื่องราวต่าง ๆ ที่อุบัติขึ้นก็ดี

^{๑๐๑} อด.ต.ก.(ไทย) ๒๐/๓๕๖/๕๖๕.

^{๑๐๒} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒), หน้า ๘๔๒.

เกิดจากส่วนประกอบย่อย ๆ มารวมกันเข้า เมื่อแยกแยะกระจายออกไปให้เห็นองค์ประกอบย่อย ๆ ต่าง ๆ ได้แล้ว จึงจะรู้จักสิ่งนั้น เรืองรานั้น ๆ ได้ถูกต้องแท้จริง จึงจับจุดที่เป็นปัญหาได้ และจึงจะแก้ปัญหาได้ เช่น พระพุทธศาสนาแยกแยะชีวิตออกเป็นส่วนประกอบย่อยต่าง ๆ เช่น เป็นขันธ ๕ เป็นต้น

การแยกแยะส่วนประกอบของสิ่งนั้น ๆ ออกเป็นส่วนย่อยจนละเอียดสุดไม่สามารถแยกแยะออกไปได้ เพื่อให้เห็นภาพความจริงได้ชัดเจน ไม่ผิดพลาด เน้นการมองลึกโดยนัยปริมัตถ์จากสิ่งที่สมมติบัญญัติ เช่น คนทั่วไปมองเห็นว่า มนุษย์เป็นหญิงสวยงาม ชายรูปหล่อ เป็นต้น แต่เมื่อนำวิธีการเข้าไปจับวิเคราะห์แล้ว ตามนัยแห่งปริมัตถ์แยกเป็นเพียง ขันธ ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ และธาตุ ๔ คือดิน น้ำ ลม ไฟ ประกอบกันอยู่อย่างนี้ จึงไม่ใช่บุคคล ตัวตน เรา เขา ชาย หญิง เป็นต้น

๓. วิธีคิดแบบสามัญลักษณ์ หรือรู้เท่าทันธรรมดา เป็นวิธีมองเหตุการณ์ สถานการณ์ ความเป็นไปของสิ่งทั้งหลายอย่างรู้เข้าใจธรรมชาติของมัน ซึ่งจะต้องเป็นไปอย่างนั้นในฐานะที่มันเป็นสิ่งซึ่งเกิดจากเหตุปัจจัยต่าง ๆ ประชุมกัน จึงจะต้องเป็นไปตามเหตุปัจจัยเหล่านั้น กล่าวคือการที่มันเกิดขึ้นแล้วจะต้องดับไป ไม่เที่ยง ไม่คงที่ ไม่คงอยู่ตลอดไป มีภาวะที่ถูกปัจจัยต่าง ๆ ที่ขัดแย้งบีบคั้นได้ ไม่มีอยู่และไม่สามารถดำรงอยู่โดยไตรลักษณ์ หรือสามัญลักษณ์ จึงเรียกว่า วิธีคิดแบบสามัญลักษณ์ วิธีคิดแบบนี้ที่ถูกต้องต้องดำเนินไปให้ครบ ๒ ขั้นตอน คือ

ก) ขั้นที่หนึ่ง รู้เท่าทันและยอมรับความจริง เป็นขั้นวางใจวางท่าต่อสิ่งทั้งหลายโดยสอดคล้องกับความเป็นจริงของธรรมชาติ เป็นท่าที่แห่งปัญญา เช่น เมื่อประสบสถานการณ์ที่ไม่ปรารถนาขึ้น ตั้งขึ้น สำนึกขึ้นในเวลานั้นว่า เราจะมองตามความเป็นจริง ไม่มองด้วยตามความอยากของเราที่อยากให้เป็นหรืออยากไม่ให้เป็น รู้ว่าสิ่งนั้นเป็นอย่างนั้นตามเหตุปัจจัยของมันเปลื้องตัวอิสระได้ ไม่เอาตัวไปให้ถูกกดถูกบีบ

ข) ขั้นที่สอง แก่ไขและทำการไปตามเหตุปัจจัย เป็นขั้นปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลายโดยสอดคล้องกับความเป็นจริงของธรรมชาติ เป็นท่าที่แห่งปัญญา คือ รู้ว่าสิ่งทั้งหลายจะเป็นอย่างไรก็ยอมเป็นไปตามเหตุปัจจัย ไม่ใช่ขึ้นต่อความอยากคามปรารถนาของเราหรือใคร ๆ เมื่อเราต้องการให้มันเป็นอย่างนั้น ก็ต้องทำที่เหตุปัจจัยให้ได้เป็นอย่างนั้น แล้วแก้ไขหรือจัดการที่ตัวเหตุปัจจัยนั้นๆ เมื่อทำเหตุปัจจัยได้พร้อมบริบูรณ์ที่จะให้เป็นอย่างนั้น มันก็ต้องเป็นอย่างนั้น ถ้าเหตุปัจจัยไม่พร้อมที่จะให้เป็น มันก็ไม่เป็น แล้วก็รู้และแก้ไขกันที่เหตุปัจจัยนั้นแหละ ไม่ใช่แก้ด้วยความอยาก เมื่อปฏิบัติได้อย่างนี้ ก็ดำรงตนอยู่เป็นอิสระ อยู่อย่างอิสระ ทำการได้ดีที่สุด พร้อมทั้งไม่มีความทุกข์

๔. วิธีคิดแบบอริยสัจ ๔^{๑๐๓} เป็นวิธีคิดที่ต่อเนื่องจากวิธีคิดแบบสามัญลักษณ์หรือรู้เท่าทันธรรมดา คือ เมื่อเข้าใจจิตธรรมชาติของสิ่งทั้งหลายวางใจได้และตกลงใจว่าจะแก้ปัญหาที่ตัวเหตุตัวปัจจัย จากนั้นก็ดำเนินความคิดต่อไปตามวิธีคิดแบบอริยสัจสี่นี้มีหลักการสำคัญ คือ การเริ่มต้นจากปัญหาหรือทุกข์โดยกำหนดรู้ ทำความเข้าใจปัญหาหรือความทุกข์ให้ชัดเจน แล้วสืบค้นหาสาเหตุเพื่อเตรียมแก้ปัญหา พร้อมกันนั้นก็กำหนดเป้าหมายของตนให้แน่ชัดว่าคืออะไรจะเป็นไปได้หรือไม่ จะ

^{๑๐๓} พ.ว. (ไทย) ๒๖/ ๑๒๖๒-๑๒๗๐/๕๔๕-๖๔๐.

เป็นไปได้อย่างไร แล้วคิดวางวิธีปฏิบัติที่จะกำจัดสาเหตุของปัญหาโดยสอดคล้องกับการที่จะบรรลุจุดหมายที่ได้กำหนดไว้นั้น ทั้งนี้อาจจัดวางเป็นขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ ๑ กำหนดรู้ แจกแจงแกลงปัญหา ทำความเข้าใจปัญหา สภาพและขอบเขตของปัญหาให้เข้าใจชัดเจนว่าเป็นอะไรคืออะไร เป็นที่ตรงไหนเหมือนแพทย์ตรวจดูอาการของโรค ดูความผิดปกติของร่างกาย วินิจฉัยให้รู้ว่าเป็นอะไรที่ตรงไหน รู้เข้าใจโรคและร่างกายเฉพาะอย่างยิ่งส่วนซึ่งเป็นที่ตั้งของโรคให้ชัดเจน (ทุกซ์)

ขั้นที่ ๒ สืบสวนเหตุแห่งทุกซ์ที่จะพึงละ วิเคราะห์ค้นหามูลเหตุหรือต้นตอของปัญหา ซึ่งจะองแก้ไขกำจัดหรือทำให้หมดสิ้นไป ตามปกติขั้นนี้ตรงกับวิธีคิดแบบที่ ๑ คือวิธีคิดแบบปัจจัยการนั่นเอง เหมือนแพทย์ค้นหาสมมุติฐานของโรคหาสาเหตุของโรคซึ่งจะนำไปสู่การรักษาที่ถูกต้องตรงจุดมิใช่รักษาแต่เพียงอาการ (สมุทัย)

ขั้นที่ ๓ เล็งหมายชัดซึ่งการดับทุกซ์ที่จะทำให้สำเร็จ เล็งเห็นชัดเจนถึงภาวะปราศจากปัญหาซึ่งมุ่งหมายว่าคืออะไร เป็นไปได้จริงหรือไม่อย่างไร มีความชัดเจนเกี่ยวกับเป้าหมายและหลักการทั่วไป หรือตัวกระบวนการของการแก้ปัญหาก่อนที่จะวางรายละเอียดและกลวิธีปลีกย่อยในขั้นดำเนินการ เหมือนแพทย์รู้ว่าโรคนั้น ๆ รักษาได้มองเห็นกระบวนการของโรคชัดเจนว่าจะหายไปได้อย่างไร (นิโรธ)

ขั้นที่ ๔ จัดวางวิธีการดับทุกซ์ที่จะต้องปฏิบัติ เมื่อมีความชัดเจนเกี่ยวกับเป้าหมายและหลักการทั่วไปแล้ว ก็กำหนดวางวิธีการแผนการและรายการที่จะต้องทำในการที่จะแก้ไขกำจัดสาเหตุของปัญหาให้สำเร็จ โดยสอดคล้องกับเป้าหมายและหลักการทั่วไปนั้นเพื่อเตรียมแก้ไขปัญหาคต่อไป (มรรค)

๕. วิธีคิดแบบอรรถธรรมสัมพันธ์ หรือคิดตามหลักการและความมุ่งหมาย เป็นวิธีคิดในระดับปฏิบัติการหรือลงมือทำ คือ การที่จะกระทำการต่าง ๆ โดยรู้และเข้าใจถึงหลักการและความมุ่งหมายของเรื่องนั้น ๆ จะดำเนินไปเพื่อจุดหมายอะไร เพื่อให้เป็นการปฏิบัติที่ได้ผลตามความมุ่งหมายนั้น ไม่กลายเป็นการปฏิบัติที่คลาดเคลื่อนเลื่อนลอยมกมาย เช่น เมื่อจะลงมือทำงานอะไรนั้น ก็ตรวจสอบตนเองให้ชัดเจนว่าเข้าใจหลักการและความมุ่งหมายของงานนั้นดีแล้วหรือไม่ โดยอาจคอยตั้งคำถามว่า อันนี้เพื่ออะไร ๆ เป็นต้น

วิธีคิดอย่างนี้เป็นการศึกษาให้เข้าใจความสัมพันธ์ระหว่าง ธรรม กับ อรรถ หรือ หลักการ กับความมุ่งหมาย นำไปสู่การปฏิบัติถูกต้องที่เรียกว่า ธรรมานุธรรมปฏิบัติ ทำให้ข้อปฏิบัติย่อยเข้ากันได้ สอดคล้องกันและส่งผลแก่หลักการใหญ่เป็นไปเพื่อจุดหมายที่ต้องการ

๖. วิธีคิดแบบเห็นคุณเห็นโทษแล้วหาทางออก เป็นวิธีคิดในการมองให้ครบทั้งข้อดีข้อเสีย และทางแก้ไข หาทางออกให้หลุดรอดปลอดพ้นจากข้อบกพร่องต่าง ๆ เป็นวิธีมองสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงอีกแบบหนึ่ง เน้นการศึกษาและยอมรับความจริงตามที่สิ่งนั้น ๆ เป็นอยู่ทุกแง่ทุกมุม เพื่อให้รู้และเข้าใจถูกต้องตามความเป็นจริงทั้งด้านดี ด้านเสีย จุดอ่อน จุดแข็ง ศัพท์ทางธรรมดาเรียกว่า วิธีคิดโดยรู้^{๑๐๔} อัสสาทะ คิดหาคุณค่า คิดหาข้อดี อาทีนวะ คิดหาโทษ คิดหาข้อเสีย และนิสสรณะ คิดหาทางออกการยอมรับทั้งด้านดีทั้งด้านเสีย และเป็นวิธีคิดที่ต่อเนื่องกับการปฏิบัติมาก มี

^{๑๐๔} พ.พุทธ.(ไทย) ๓๑/๑๒๘/๑๘๘.

ลักษณะสำคัญ ๒ ประการ คือ ต้องมองเห็นทั้งด้านดี และด้านเสีย หรือทั้งคู่มองทั้งโทษ ต้องมองเห็นทางออก เห็นจุดหมาย และรู้จุดหมายที่จะไป เป็นต้น

๗. วิธีคิดแบบคุณค่าแท้ คุณค่าเทียม เป็นการพิจารณาเกี่ยวกับปฏิเสวนาเช่น การใช้สอยหรือบริโภค เป็นวิธีคิดแบบสกดหรือบรรเทาตัณหาตัดทางไม่ให้กิเลสเข้ามาครอบงำจิตใจแล้วชักจูงพฤติกรรมต่อไป

วิธีคิดแบบนี้ ใช้มากในชีวิตประจำวัน เพราะเกี่ยวข้องกับการบริโภคใช้สอยปัจจัยสี่ และวัสดุอุปกรณ์อำนวยความสะดวกต่าง ๆ ทางเทคโนโลยี มีหลักการโดยย่อว่า บุคคลเข้าไปเกี่ยวข้องกับสิ่งต่าง ๆ เพราะเรามีความต้องการ สิ่งใดที่สามารถสนองความต้องการของบุคคลได้ สิ่งนั้นก็มิประโยชน์มีคุณค่าแก่บุคคล จำแนกได้เป็น ๒ ประเภทตามชนิดของความต้องการ คือ

๑. คุณค่าแท้ หมายถึง ความหมายคุณค่าหรือประโยชน์ของสิ่งที่สนองความต้องการของชีวิตโดยตรง มนุษย์นำมาใช้ในการแก้ปัญหาของตน เพื่อประโยชน์สุขทั้งของตนเองและผู้อื่น คุณค่านี้อาศัยปัญญาเป็นเครื่องตีค่า จะเรียกว่าคุณค่าที่สนองปัญญาก็ได้ เช่น อาหาร มีคุณค่าเป็นประโยชน์สำหรับหล่อเลี้ยงร่างกายให้ดำรงชีวิตอยู่ต่อไปได้ มีสุขภาพดี มีกำลังเกื้อกูลแก่การปฏิบัติหน้าที่ เป็นต้น (คุณค่าแท้เกี่ยวข้องกับเรื่องด้วยธรรมชาติ)

๒. คุณค่าเทียม หมายถึง ความหมายคุณค่าหรือประโยชน์ของสิ่งที่มนุษย์พกให้แก่สิ่งนั้นเพื่อปรนเปรอการเสพสรวเลศนา เพื่อเสริมความมั่งคั่งยิ่งใหญ่ของตัวตนที่ยึดถือไว้ คุณค่านี้อาศัยตัณหาเป็นเครื่องตีค่า จะเรียกว่าคุณค่าที่สนองตัณหาก็คือได้เช่นอาหารมีคุณค่าอยู่ที่ความเอร็ดอร่อย เสริมความสนุกสนาน หรือความโก้หรูหรารองรถยนต์ มีราคา ความสวยงามเป็นเครื่องแสดงหรือเครื่องวัดฐานะ เป็นต้น

วิธีคิดแบบนี้ มุ่งให้เข้าใจและเลือกเสพคุณค่าแท้ที่เป็นประโยชน์ต่อชีวิตอย่างแท้จริงเพื่อประโยชน์สุขทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น คุณค่าแท้นั้นนอกจากจะเป็นประโยชน์แก่ชีวิตอย่างแท้จริงแล้ว ยังเกื้อกูลต่อความเจริญงอกงามของกุศลธรรม เช่นความมีสติทำให้พ้นจากความเป็นทาสของวัตถุ เป็นต้น

๘. วิธีคิดแบบอุปายปลูกเร้าคุณธรรม เป็นวิธีคิดแบบเร้ากุศล หรือคิดแบบกุศลภาวนา เป็นวิธีคิดในแนวสกดกันหรือบรรเทาและขัดเกลาตัณหา ส่งเสริมความเจริญงอกงามแห่งกุศลธรรม และสร้างเสริมสัมมาทิฐิที่เป็นโลกียะ

หลักการมีอยู่ว่าประสบการณ์ คือสิ่งที่ได้ประสบหรือได้รับรู้อย่างเดียวกับบุคคลที่ประสบหรือรับรู้ต่างกัน อาจมองเห็นและคิดนึกปรุงแต่งไปคนละอย่างสุดแต่โครงสร้าง แนวทางความเคยชินที่เป็นเครื่องปรุงของจิต คือสังขาร ที่ผู้นั้นได้สั่งสมไว้หรือสุดแต่การทำใจในขณะนั้น ๆ คนหนึ่งมองแล้ว คิดปรุงแต่งไปในทางดีงาม แต่อีกคนหนึ่งมองแล้ว คิดปรุงแต่งไปในทางไม่ดีไม่งาม เป็นโทษเป็นอกุศล รวมถึงเรื่องของเวลาคราวหนึ่งคิดดีคราวหนึ่งคิดร้าย การทำใจที่ช่วยตั้งต้นและชักนำความคิดให้เดินไปในทางที่ดีงามและเป็นประโยชน์ เรียกว่าวิธีคิดแบบอุปายปลูกเร้าคุณธรรม

วิธีคิดในแบบนี้ มีความสำคัญในแง่ที่ทำให้เกิดความคิดและการกระทำที่ดีงามเป็นประโยชน์ในขณะนั้น ๆ และช่วยแก้ไขนิสัยความเคยชินร้าย ๆ ของจิตที่ได้สั่งสมไว้แต่เดิมพร้อมกับสร้างนิสัยความเคยชินใหม่ที่ดียิ่งให้แกจิตไปในเวลาเดียวกัน เช่น การคิดถึงความตาย เมื่อคิดถึงแล้วก็เกิดความสลดหดหู่ ความเศร้าความเหี่ยวแห้งใจ ตลอดจนเกิดความดีใจเมื่อนึกถึงความตายของคน

บุคคลนั้นเกลียดชัง แต่ถ้าในขณะที่บุคคลคิดนั้นมีโยนิโสมนสิการอยู่ด้วย บุคคลก็จะเกิดความรู้สึกตื่นตัว เราใจไม่ประมาทเร่งชวนช่วยปฏิบัติกิจหน้าที่ ทำสิ่งดีงามเป็นประโยชน์ ตลอดจนรู้เท่าทันความจริงที่เป็นคติธรรมดาของสังขาร เป็นต้น เรียกได้ว่าเป็นการคิดถึงความตายที่ถูกต้อง องค์กรประกอบสำคัญที่คอยพุงความคิดให้อยู่ในโยนิโสมนสิการ^{๑๐๕} ได้แก่สติ ซึ่งช่วยยับยั้งความคิดที่หลงลอยไปเป็นอโยนิโสมนสิการมี ๒ คือ เพื่อความรู้ตามสภาวะ ซึ่งมีลักษณะที่แน่นอนเป็นอย่างเดียว แลเพื่อเสริมสร้างกุศลธรรม ซึ่งมีลักษณะแผกผันไปได้หลากหลายนั้น มีจุดแยกอยู่ที่ขณะตั้งต้นความคิด และสติอาจมีบทบาทสำคัญในการเลือกทางแยกที่จุดตั้งระหว่างโยนิโสมนสิการแบบต่าง ๆ นี้ เช่นเดียวกับที่สติสามารถเลือกกระหว่างโยนิโสมนสิการ กับอโยนิโสมนสิการได้

๙. วิธีคิดแบบมีสติเป็นอยู่ในขณะนี้ปัจจุบัน เป็นวิธีคิดที่มีปัจจุบันธรรมตาเป็นอารมณ์ ความจริง เป็นเพียงส่วนหนึ่งของวิธีคิดแบบอุปายปลูกเร้าคุณธรรม ข้อที่ใช้ สติกำกับไปด้วย วิธีคิดในแบบนี้ที่แยกแสดงออกมาเป็นอีกข้อหนึ่งต่างหากนั้นเป็นเพราะมีแง่ที่ควรทำความเข้าใจเป็นพิเศษ และเป็นวิธีคิดที่มีความสำคัญโดยลำพังตัวของมันเอง

ข้อที่จะต้องทำความเข้าใจเป็นพิเศษนั้น คือ การที่ผู้เข้าใจผิดเกี่ยวกับความหมายของการเป็นอยู่ในปัจจุบัน โดยเข้าใจไปว่า พุทธศาสนาสอนให้คิดถึงสิ่งที่อยู่เฉพาะหน้ากำลังเป็นไปในปัจจุบันเท่านั้น ไม่คิดพิจารณาเกี่ยวกับอดีต หรืออนาคตตลอดจนไม่คิดเตรียมการวางแผนเพื่อกาลภายหน้า

ลักษณะความคิดชนิดที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน เป็นการคิดที่อยู่ในแนวทางของความรู้หรือคิดด้วยอำนาจปัญญา เป็นการคิดที่สามารถรวมเอาเรื่องที่เป็นอยู่ในขณะนี้ เรื่องที่ล่วงผ่านมาแล้ว และเรื่องของกาลภายหน้าเข้าในการเป็นอยู่ในปัจจุบันเช่น การคิดพิจารณาเกี่ยวกับเรื่องในอดีต ถือเป็นการคิดที่นำมาใช้เป็นบทเรียนก่อให้เกิดความไม่ประมาทระมัดระวังป้องกันภัยในอนาคต เป็นต้น

คำว่า ปัจจุบัน ในทางธรรม มิใช่เพ่งที่เหตุการณ์ที่กำลังเกิดขึ้น แต่หมายถึง สิ่งที่เกี่ยวข้องในขณะนั้น ๆ เป็นสำคัญ ดังนั้น สิ่งก็ตามความหมายของคนทั่วไปไม่ว่าจะเป็นอดีตหรืออนาคต ก็อาจกลายเป็นปัจจุบัน ตามความหมายของนามธรรมได้สรุปง่าย ๆ ว่า ความเป็นปัจจุบันกำหนดเอาที่ความเกี่ยวข้อง ต้องรู้ ต้องทำเป็นสำคัญสิ่งที่เป็นปัจจุบันคลุมถึงเรื่องราวทั้งหลายที่เชื่อมโยงต่อกันมา

วิธีคิดแบบนี้มุ่งที่จะช่วยแบ่งแยกความคิดถึงอดีตและอนาคตตามแนวทางของต้นเหตุที่เพื่อผันเลื่อนลอย ผลาญเวลาและคุณภาพของจิตใจให้สูญเปล่าการคิดที่ถูกวิธีจะช่วยให้เกิดประโยชน์ในการปฏิบัติในทางปัจจุบันให้ถูกต้องได้ผลดียิ่งขึ้นเป็นการสนับสนุนให้มีการตระเตรียมและวางแผนในกิจการล่วงหน้า

๑๐. วิธีคิดแบบวิภาษวาท^{๑๐๖} เป็นวิธีคิดที่ใช้การพูดแยกแยะ จำแนก แจกแจงแถลงความแบบวิเคราะห์ เป็นการมอง และแสดงความจริง โดยแยกแยะออกให้เห็นในแต่ละด้านให้ครบทุกด้าน ไม่ใช่จับเอาบางแง่บางประเด็น ขึ้นมาวินิจฉัยตีคลุมลงไปอย่างนั้นทั้งหมดความจริงวิภาษวาทเป็นชื่อเรียกกระบวนการความคิดของพระพุทธศาสนาทั้งหมด มีความหมายครอบคลุมวิธีคิดที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้นหลาย ๆ อย่าง

^{๑๐๕} ส.ม.(ไทย) ๑๙/ ๕๐/๔๔-๔๕.

^{๑๐๖} อง.ทสก.(ไทย) ๒๔/๙๔/๒๒๑.

วิธีคิดแบบนี้ทำให้ความคิดและการวินิจฉัยเรื่องราวต่าง ๆ ชัดเจนตรงไปตรงมาตามความเป็นจริง เท่าความจริง พอดีกับความจริง เพื่อให้เข้าใจความหมายของวิชชาทชัดเจนยิ่งขึ้น ขอจำแนกวิธีคิดแบบวิชชาทออกไปในลักษณะต่าง ๆ ดังนี้

๑. จำแนกในด้านของความจริง

- จำแนกตามที่เป็นอยู่จริงของสิ่งนั้น ๆ มองความจริงให้ตรงตามที่เป็นอยู่ในแง่หนึ่ง ด้านนั้น ไม่ใช่จับเอาความจริงเพียงแง่หนึ่งมาตีคลุมเป็นอย่างนั้นไปหมด

- จำแนกโดยมองความจริงของสิ่งนั้น ๆ ให้ครบทุกแง่ทุกด้าน ไม่มองแคบ ๆ ไม่ติดอยู่กับส่วนเดียวแง่เดียวของสิ่งนั้น แต่มองให้หลายแง่หลายด้าน เช่นคน ๆ หนึ่งอาจจะดีในแง่หนึ่ง แต่ไม่ดีในแง่หนึ่ง การคิดจำแนกในแง่นี้เป็นส่วนเสริมกันกับข้อแรกให้ได้ผลสมบูรณ์ และมีผลรวมไปถึงการเข้าใจในภาวะที่องค์ประกอบต่าง ๆ มารวมกันโดยครบถ้วน จึงเกิดขึ้นเป็นสิ่งนั้น ๆ เป็นการเห็นที่กว้างไปถึงลักษณะด้านต่าง ๆ และองค์ประกอบต่าง ๆ ของมัน

๒. จำแนกโดยส่วนประกอบ วิเคราะห์แยกแยะ ให้รู้ว่สิ่งนั้นเกิดขึ้นจากองค์ประกอบย่อยต่าง ๆ มาชุมนุมกันเข้า ไม่ติดอยู่ภายนอกหรือถูกลวงโดยภาพรวมของสิ่งนั้น ๆ เช่น การแยกแยะคนออกเป็นนามและรูปเป็นขั้น ๕ แบ่งซอยออกจนเห็นภาวะที่ไม่เป็นอัตตา

๓. จำแนกโดยลำดับขณะ แยกแยะวิเคราะห์ปรากฏการณ์ตามลำดับ แห่งเหตุแห่งปัจจัย ให้มองเห็นตัวเหตุปัจจัยที่แท้จริงที่เกิดขึ้นในแต่ละขณะ เป็นวิธีที่ใช้มากในฝ่ายอภิธรรม เช่นโจรปล้นบ้านและฆ่าเจ้าทรัพย์ตาย หากคิดจำแนกโดยลำดับขณะแล้วจะเห็นว่า โจรโลภอยากได้ทรัพย์ แต่เจ้าทรัพย์เป็นอุปสรรคต่อการใช้ทรัพย์นั้น ความโลภทรัพย์จึงเป็นเหตุให้โจรมีโทสะต่อเจ้าทรัพย์โจรจึงฆ่าเจ้าทรัพย์ ตัวเหตุที่แท้ของการฆ่าคือโทสะ หาใช่โลภะไม่ โลภะเป็นเพียงเหตุให้ลักทรัพย์ และเป็นปัจจัยให้โทสะเกิดเท่านั้น ในภาษาสามัญจะพูดว่า โจรฆ่าคนเพราะความโลภ แต่ถ้าพิจารณาตามขบวนการที่เป็นไปตามลำดับขณะความโลภเป็นเพียงตัวการเริ่มต้นในเรื่องนั้นเท่านั้น

๔. จำแนกโดยความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัยสืบสาวหาเหตุปัจจัยต่าง ๆ ที่สัมพันธ์สืบทอดกันมาของสิ่งหรือปรากฏการณ์ต่าง ๆ ทำให้มองเห็นความจริงที่สิ่งทั้งหลายไม่ได้ตั้งอยู่ลอย ๆ แต่เกิดขึ้นโดยอาศัยเหตุแห่งปัจจัย การคิดจำแนกในแง่นี้ตรงกับวิธีคิดแบบที่ ๒ คือ วิธีคิดแบบสืบสาวหาเหตุปัจจัย ตามแนวคิดนี้พระพุทธเจ้าจึงทรงแสดงธรรมอย่างที่เราเรียกว่า อิทัปปัจจยตาหรือปฏิจจสมุปบาทเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า มัชฌิมนธรรมเทศนาหรือวิธีคิดแบบมัชฌิมนธรรม

การจำแนกโดยสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย นอกจากช่วยไม่ให้เผลอ มองสิ่งต่าง ๆ อย่างโดดเดี่ยวขาดลอย แล้วยังครอบคลุมไปถึงการที่จะให้รู้จักกับเหตุปัจจัยได้ตรงกับผลของมัน ความชัดเจนที่มักเกิดขึ้นแก่คนทั่วไป ๓ อย่าง คือ

- การนำเอาเรื่องราวอื่น ๆ นอกกรณีมาปะปะสับสนกับเหตุปัจจัยเฉพาะกรณี วิธีคิดแบบนี้ช่วยให้แยกเอาเรื่องราวหรือปัจจัยอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้องออกไปจากเหตุปัจจัยที่แท้จริงรวมถึงการจับผลให้ตรงกับเหตุด้วย

- ความไม่ตระหนักถึงภาวะที่ปรากฏการณ์หรือผลที่คล้ายกัน ซึ่งอาจเกิดจากเหตุปัจจัยที่ต่างกันหรืออย่างเดียวกัน เช่นการได้ทรัพย์มาอาจเกิดจากขยันทำการทำงาน จากการทำให้ผู้อื่นทรัพย์พอใจ หรือจากการลักขโมยก็ได้เป็นต้น

- การไม่ตระหนักถึงเหตุปัจจัยส่วนพิเศษนอกเหนือจากเหตุปัจจัยที่เหมือนกัน คนมักมองเฉพาะแต่เหตุปัจจัย บางอย่างที่ตนนั้นหมายว่า จะให้เกิดผลอย่างนั้น ๆ ครั้นต่างบุคคลทำเหตุปัจจัยอย่างเดียวกันแล้ว คนหนึ่งได้รับผลที่ต้องการ อีกคนหนึ่งไม่ได้รับผลนั้น ก็เห็นว่าเหตุปัจจัยนั้นไม่ได้ผลจริง

๕. จำแนกโดยเงื่อนไข มองโดยพิจารณาเงื่อนไขประกอบด้วย เช่น ถ้าถามว่าบุคคลนี้ควรคบหรือไม่ ถ้าพระภิกษุเป็นผู้ตอบก็อาจกล่าวว่าถ้าคบแล้ว อกุศลธรรมเจริญกุศลธรรมเสื่อมก็ไม่ควรคบ แต่ถ้าคบแล้วกุศลเสื่อมกุศลธรรมเจริญก็ควรคบ การตอบแบบวิภาษวาท จะวินิจฉัยโดยพิจารณาเงื่อนไขต่าง ๆ คือ

ความโน้มเอียง ความพร้อม นิสัย ความเคยชินต่าง ๆ ซึ่งเด็กได้สั่งสมไว้โดยการอบรมเลี้ยงดูและอิทธิพลทางวัฒนธรรม เป็นต้น เท่าที่อยู่ในขณะนั้น มีความสามารถพื้นฐานของเด็กที่จะเล่นไป

โยนิโสมนสิการ คือ เด็กรู้จักใช้โยนิโสมนสิการโดยปกติหรือไม่และแค่ไหนเพียงไร

กัลยาณมิตร^{๑๐๗} คือ บุคคลหรืออุปกรณ์ที่จะช่วยชี้แนะแนวทางการคิดความเข้าใจอย่างถูกต้องต่อสิ่งที่พบเห็น หรือที่จะชักนำให้เด็กเกิดโยนิโสมนสิการ อย่างได้ผลหรือไม่ ไม่ว่าจะเป็นกัลยาณมิตรในครอบครัว ในสื่อมวลชนนั้น ๆ หรือทั่ว ๆ ไปในสังคมก็ตาม

ประสบการณ์ คือ สิ่งที่ปล่อยให้แพร่หรือให้เด็กพบเห็นนั้น มีลักษณะหรือคุณสมบัติที่เร้าหรือยั่ว เป็นต้น รุนแรงมากน้อยถึงระดับใด

วิภาษวาท ในฐานะวิธีตอบปัญหาอย่างหนึ่ง วิภาษวาทปรากฏอยู่บ่อย ๆ ในรูปของการตอบปัญหาและท่านจัดเป็นวิธีตอบปัญหาอย่างหนึ่ง ในบรรดาวิธีตอบปัญหา ๔ อย่าง มีชื่อเฉพาะเรียกว่าวิภาษวาทพยากรณ์ ซึ่งก็คือการนำเอาวิภาษวาทไปใช้ในการตอบปัญหา เพื่อความเข้าใจชัดเจนในเรื่องนี้ ถึงทราบวิธีตอบปัญหา ปัญหาพยากรณ์ ๔ อย่าง คือ เอกังสพยากรณ์การตอบอย่างเดียวเด็ดขาด, วิภาษพยากรณ์ การแยกแยะตอบ, ปฏิปุจฉาพยากรณ์การตอบโดยย้อนถาม, ฐปนพยากรณ์ การยังตอบหรือหยุดตอบ

วิธีตอบ ๔ อย่างนี้ แบ่งตามลักษณะของปัญหา ดังนั้นปัญหาจึงแบ่งได้เป็น ๔ ประเภทตรงกับวิธีตอบเหล่านั้น จะยกตัวอย่างปัญหาตามที่แสดงไว้ในคัมภีร์รุ่นหลังมาแสดงประกอบความเข้าใจดังนี้

เอกังสพยากรณ์ปัญหา^{๑๐๘} ปัญหาที่ควรแยกแยะหรือจำแนกตอบเช่น ถามว่าสิ่งที่ไม่เที่ยง ได้แก่ จักขุใช้ไหม พึงตอบได้ทีเดียวแน่นอนลงไปว่าใช่

วิภาษพยากรณ์ปัญหา ปัญหาที่ควรแยกแยะหรือจำแนกตอบเช่น ถามว่าสิ่งที่ไม่เที่ยง ได้แก่ จักขุใช้ไหม พึงแยกแยะตอบว่าไม่เฉพาะจักขุเท่านั้นแม้โสตะชานะ เป็นต้นก็ไม่เที่ยง

ปฏิปุจฉาพยากรณ์ปัญหา ปัญหาที่ไม่ควรตอบโดยย้อนถาม เช่นถามว่าจักขุฉันใดโสตะก็ฉันนั้น โสตะฉันใดจักขุก็ฉันนั้นใช่ไหม พึงย้อนถามว่า มุ่งความหมายแง่ใด ถามใด หมายถึง แง่ใช้ดูหรือเห็น ก็ไม่ใช่ แต่ถ้ามุ่งความหมายแง่ว่าไม่เที่ยงก็ใช่

^{๑๐๗} วิ.จุ.(ไทย)๖/๑๗/๓๔.

^{๑๐๘} ที.ปา.(ไทย)๑๑/๓๑๒/๒๙๑.

รูปนัยปัญหา ปัญหาที่พึงยับยั้ง หรือพึงเสีย ไม่ควรตอบ เช่น ถามว่าชีวะกับสรีระ คือสิ่งเดียวกันไหมพึงยับยั้งเสียไม่ต้องตอบ

สรุปโดยทั่วไปหลักการโยนิโสมนสิการทั่วไป เมื่อมีโยนิโสมนสิการสัมมาทิฐิก็เกิดขึ้นได้ เมื่อสัมมาทิฐิเกิดขึ้น องค์ประกอบมูลฐานของมรรควิธีแห่งการแก้ปัญหา หรือมรรคาแห่งความดับทุกข์ก็เกิดขึ้น จากนั้นกระบวนการแห่งการศึกษาก็ดำเนินต่อไป

สรุปความว่าวิธีปฏิบัติตามแนวคิดอิทธิบาท ๔ นั้น ในการทำงาน การพัฒนาต่าง ๆ ให้ประสบความสำเร็จนั้น มีการนำเสนอหลักการและวิธีการปฏิบัติมากมาย แต่ในทางพระพุทธศาสนาแล้ว พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ว่าการทำางานใด ๆ ให้สำเร็จนั้น บุคคลนั้นจะต้องมีธรรมะประจำใจ ธรรมะนั้นเรียกว่า อิทธิบาท ๔ ประกอบด้วย ๑. ฉันทะ คือ ความพอใจ หมายถึง มีใจรัก มีความต้องการ มีความสุขที่จะทำสิ่งนั้นอยู่เสมอ ๒. วิริยะ คือ ความเพียร หมายถึง ความขยันหมั่นเพียรในสิ่งที่ทำ อุตุนไม่ทอดย ีมีความเข้มแข็ง พุ่มร่างกายแรงใจ ๓. จิตตะ คือ ความคิดหมายถึง มีใจจดจ่อ ทำสิ่งนั้นด้วยความฝักใฝ่ เอาใจใส่ ไม่ปล่อยใจให้ฟุ้งซ่านเลื่อนลอยไป ๔. วิมังสา คือ ความไตร่ตรอง หมายถึง การหมั่นใช้ปัญญาพิจารณาใคร่ครวญ ตรวจสอบวัดผล คิดค้นวิธีแก้ไขปรับปรุงในสิ่งที่กำลังทำเมื่อบุคคลสามารถปฏิบัติตามหลัก อิทธิบาท ๔ ได้อย่างครบถ้วนแล้ว งานการต่าง ๆ จะสามารถสำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี มีการพัฒนาให้ดีขึ้นอยู่เสมอความสำเร็จและความเจริญต่าง ๆ ก็จะมา

๔.๒.๑ การประพฤติดตามแนวคิดฉันทะ

เมื่อบุคคลคิดจะทำงานสิ่งใด ต้องปลูกฉันทะขึ้น คือทำความพอใจรักใคร่ในงานนั้นก่อนที่ทานใช้ภาษาบาลีว่า ฉนฺทฺ ฺขณฺติ (ทำความพอใจให้เกิดขึ้น^{๑๐๙}) การที่จะทำเช่นนั้นได้ต้องพิจารณาโดยแยบคายให้เห็นผลได้ผลเสีย คือถ้าทำงานนั้นจะเกิดผลดีอย่างไรและถ้าไม่ทำจะเกิดผลเสียอย่างไร เมื่อบุคคลเห็นผลได้ผลเสียแล้วฉันทะย่อมจะเกิดขึ้น และในลักษณะเดียวกัน ถ้าบุคคลจะให้คนอื่นทำงานสิ่งหนึ่งสิ่งใด บุคคลก็ควรจะต้องชี้ให้เห็นผลได้และผลเสียให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจ เพื่อช่วยปลูกฉันทะขึ้นในใจของบุคคลนั้น ๆ

ฉะนั้น ในทางปฏิบัติการทำงานใด ๆ ก็ตามบุคคลจะต้องปลูกฉันทะ คือความพอใจในงานนั้น ๆ ให้เกิดขึ้นก่อนเสมอคือ

ก) ในฐานะที่เราเป็นผู้มอบงาน ผู้มอบงานที่ดีจะต้องชี้แจงให้ผู้รับมอบมองเห็นผลได้เสียด้วย เพื่อปลูกฉันทะขึ้นในใจของเขา ยิ่งเป็นงานที่ต้องทำด้วยความเหนื่อยยากมากความเป็นในการสร้างความพอใจก็ยิ่งมีมากขึ้น เช่นจะส่งทหารไปทำการรบซึ่งต้องเสี่ยงภัยผู้บังคับบัญชาจะต้องหาวิธีปลูกฉันทะจนเกิดกำลังใจเพียงพอจึงจะได้ผล

ข) ในฐานะผู้รับมอบงาน ก็จะต้องพิจารณาให้เห็นผลของงาน เพื่อให้เกิดฉันทะในงานนั้นการทำงานจะได้ผลดีเป็นพิเศษ

สรุปความว่า ฉันทะนี้เป็นข้าศึกโดยตรงกับความเบื่อหน่าย เมื่อมีฉันทะแล้วทำให้ไม่เบื่อ งาน ไม่รู้สึกท้อแท้ในการทำงาน ตรงกันข้าม ฉันทะทำให้เกิดกำลังใจภายในที่จะต่อสู้ป้องกันสร้างสรรค์สิ่งที่ตนรัก เพราะฉะนั้น เมื่อมี ความรักเกิดขึ้นแล้วงานที่หนักก็กลายเป็นเบา ที่ยากก็จะกลายเป็นง่าย ดูแต่หนุ่ม ๆ สาว ๆ รักกันก็แล้วกัน ถึงแม้จะต้องบุกน้ำลุยโคลนหรือผ่านป่าช้าดงเสือไปหาคนรักก็

^{๑๐๙}ม.ม. (ไทย) ๑๒/ ๕๙/๔๖-๔๗.

กล้าทำได้ และเมื่อได้คุยกับ คนรักก็ลืมนั่ง ลืม เหนื่อย ลืมหิว ถึงคนรักงานที่ตนทำก็แสดงลักษณะ คล้าย ๆ กันไม่ต้องอนโกล ดูแต่พระสงฆ์นี้ก็ได้อะไร เพราะรักสมณธรรมมิใช่หรือ ถึงกับยอมโกนผมโกนคิ้ว ทรมาณตัวอยู่อย่างอดอยากปากแห้งประโยชน์ของฉันทะ เป็นอย่างนี้

๔.๒.๒ การประพจน์ตามแนวคิดวิริยะ

ในทางปฏิบัติ การปลูกฝังความเพียรในการทำงานบุคคลจะต้องพิจารณาถึงเหตุผลอยู่ ๒ ทางคือ

ก) นึกถึงความจำเป็นของงาน คือบุคคลต้องการความสำเร็จของงาน แต่ปัจจัยสำคัญที่จะให้เราถึงความสำเร็จคือความเพียร การที่บุคคลจะต้องการความสำเร็จ แต่ไม่สร้างความเพียร กลับไปเกียจคร้านเสีย เป็นการขัดตัวเอง ความสำเร็จของงานนั้นก็แล้วแต่งานถ้างานใหญ่มากสำคัญมาก ผู้ทำก็ยิ่งต้องปรารถนาความเพียรมากจึงจะพอกัน เหมือนเราจะขับรถไปยังจุดหมายปลายทาง จะใช้น้ำมันมากน้อยเท่าไรก็แล้วแต่จุดหมายของบุคคลจะอยู่ใกล้หรือไกล อยากจะไปไกลแต่จะใช้น้ำมันน้อยก็ย่อมไม่สำเร็จ

ข) นึกถึงคุณค่าของชีวิต คนเกียจคร้านที่หลบเลี่ยงงานมักจะอ้างความกลัวแก่ กลัวตาย แต่ถ้าพิจารณาโดยรอบคอบแล้วถึงจะไม่ทำงานเลยก็แก่ก็ตายอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ เมื่อเป็นเช่นนี้ บุคคลจะให้มันแก่เปล่าตายเปล่าทำไม คุณค่าของชีวิตอยู่ทำงาน บุคคลทำงานเสียจะไม่ดีกว่าหรือ กล่าวโดยสรุปแล้ว วิริยะ คือ ๑.แรงปลูกฉันทะขึ้นให้มากแล้วฉันทะจะหนุนให้เกิดวิริยะ ๒.คบหาสมาคมกับคนที่ขยันขันแข็ง อย่ามั่วสมาคมกับคนเกียจคร้านเชื่องช้า

สรุปความว่า วิริยะโดยตรงก็คือกำจัดความเกียจคร้านเสียได้ ถ้าพิจารณาให้ยาวความไป บุคคลจะเห็นว่างานต่าง ๆ ที่จะสำเร็จได้ผลดี ผู้ทำจะต้องทำให้ถูกต้องตามหลักวิชาถูกต้องตามจังหวะและเหตุการณ์แวดล้อมของแต่ละงาน ยกตัวอย่างเช่น บุคคลชุดบ่อจะเอาน้ำก็จะต้องชุดต่อเนื่องลงไป จนถึงน้ำและใส่ปลอกกัน บ่อพังเรียบร้อยแล้วจึงหยุด ถ้าใครชุดบ่อแบบทำ ๆ หยุด ๆ เดือนละศอกละ คืบ จะเป็นอย่างไร บ่อที่ชุดแล้วก็ จะ ทับลมลงไปต้องชุดกันใหม่ซ้ำไป แต่การที่คนเราจะทำงานต่อเนื่องได้ดังนี้ต้องอาศัยวิริยะในใจ

๔.๒.๓ การประพจน์ตามแนวคิดจิตตะ

เมื่อท่านจะทำงานสิ่งใด จงพยายามศึกษารายละเอียดของงานนั้นให้เข้าใจ อาจใช้สำนวน อีกอย่างหนึ่งว่า “ความต้องการของงาน” คือให้รู้งานที่เราจะทำนั้นมันต้องการอะไรบ้าง ยกตัวอย่าง เช่น จะปลูกต้นไม้เราก็ต้องรู้ความต้องการของงานปลูกต้นไม้ที่ว่า ต้องรดน้ำเวลาไหน ให้ปุ๋ยกี่วันครั้ง อากาศอย่างไร อะไรเป็นศัตรูพืช ต้องการร่วมแสงแดด อากาศ เป็นอย่างไร เมื่อได้ศึกษาความต้องการของงานดีแล้วก็ตรวจตราให้เป็นไปตามหลักเกณฑ์ ในวงการขนาดใหญ่ เขาถึงกับจ้างผู้ตรวจงานไว้ และผู้ตรวจงานก็วางแผนการตรวจทำตารางการปฏิบัติงานไว้พร้อม เพื่อกันผลล้น แม้ทางปฏิบัติธรรมพระพุทธเจ้าก็ทรงวางแผนไว้กันผลล้น นั่นคือทรงวางหลักพิจารณา คืออภินิหารปัจเจกชนไว้ให้

ฉะนั้นในทางปฏิบัติ

- ๑) เมื่อทำงานใดบุคคลจะต้องมีความรับผิดชอบในงานนั้น คือ มุ่งความสำเร็จของงาน
- ๒) พยายามตรวจตราสอบดูความต้องการของงานอยู่เสมอ
- ๓) ระวังความเสื่อมต่าง ๆ อันจะเกิดขึ้นแก่งานนั้น

สรุปความว่าเรื่องการทำงานนั้นเป็นทฤษฎีพิเศษ คืองานแทบทุกอย่างมักมีความเปลี่ยนแปลง หรือแปรสภาพไป ผิดจากที่ผู้ทำคาดการณ์ไว้ ทั้งนี้เพราะขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อมหลายประการ ยกตัวอย่างเช่น บุคคลปลูกบ้านเรือน เราคิดเหมือนกันว่าประตูหน้าต่างจะต้องติดกลอนไว้เพื่อกันขโมย แล้วก็ได้มอบหมายให้คนเฝ้ารักษาคอยปิด เปิดแล้วด้วยถึงกระนั้นก็นอนใจไม่ได้ เพราะว่าตัวคนเฝ้านั้นเองอาจเผลอเลอ ไม่ได้ลงกลอน ขโมยก็เข้าบ้าน ได้ นี่ยกตัวอย่าง เราจะป้องกันเหตุดังกล่าวได้ก็ด้วยตนเองเป็นคนที่มือทิบาทข้อจิตตะ คือเอาใจใส่ตรวจตราอยู่เสมอ จริ่งอยู่ความเสียหายบางอย่างย่อมอยู่นอกวิสัย แม้เราจะตรวจตราอยู่อย่างไอก็เสียหายจนได้ แต่ถ้า มีจิตตะเอาใจฝักใฝ่อยู่แล้ว คนก็จะแก้ไขเหตุการณ์ได้ทันทั่วทั้งที่ เหมือนคนที่ดูแลบ้านเรือนของตนดี ย่อมชนของมีค่าออกจากบ้านได้ทันก่อนที่ไฟจะลามมาถึง

๔.๒.๔ การประพฤติดตามแนวคิดวิม้งสา

เมื่อจะทำงานสิ่งใดต้องศึกษาวิธีทำให้แม่นยำ และวิจัยหาวิธีทำที่ดีกว่า ถ้าเป็นงานใหญ่หรือตนไม่แน่ใจก็จัดให้มีการประชุมระดมปัญญาของหมู่คณะเข้าช่วย หรือปรึกษาหารือท่านผู้รอบรู้ประกอบด้วย ดังนั้นในทางปฏิบัติจะต้องแบ่งงานออกเป็นขั้น ๆ คือ

- ๑) วางแผนงาน
- ๒) ทำงานตามแผน
- ๓) ตรวจวิจัยผลงาน

กล่าวคือการกระทำกิจการงานต่าง ๆ นั้น ต้องประกอบไปด้วยการทำงานที่ใช้สมองมิใช่แต่เพียงว่าใช้กำลังหรือแรงเพียงอย่างเดียว

สรุปความว่า วิม้งสาก็คือปัญญา เป็นแสงสว่างพอใจ ถอยออกมาเทียบกับสิ่งภายนอกเสียก่อนก็ได้ คนเรามักจะมีมือมีเท้าสมบูรณ์ แต่ก็ยังจำเป็นต้องมีอวัยวะอื่นอีกอย่างหนึ่งคือ ตา เวลาทำงานเราจะต้องอาศัยลิ้มตาดูด้วย เราจึงจะรู้ว่าตัวหนังสือที่เขียนนั้นเรียบร้อยหรือไม่ และแม้มีตาแล้วในที่บางแห่งยังต้องมีแสงสว่าง ช่วยให้เรามองเห็นอีกด้วย จึงจะทำไม่ผิด วิม้งสาถ้าจะเปรียบก็เหมือนตาหรือเหมือนแสงสว่างนั่นเอง นอกจาก ช่วยให้เราทำงานไม่ผิดแล้วยังช่วยให้เรามองเห็นลู่ทางที่จะทำงานให้ได้ผลดีขึ้นด้วย ชี้ให้เห็นความเจริญของโลกในส่วนรวมด้วยก็ได้ ในสมัยก่อนยานพาหนะอย่างดีก็มีม้า โค ช้าง เกวียน เรืออ้อเรือแจว แต่อาศัยที่มนุษย์เราใช้วิม้งสาประกอบการทำงาน คิดค้นเรื่อยมา จนถึงมีรถยนต์ เรือยนต์ รถไฟ เครื่องบิน ฯลฯ ที่เราเห็นอยู่ทุกวันนี้ วิวัฒนาการมาด้วยแรงวิม้งสาททั้งสิ้น

ในการประพฤติดปฏิบัติตามแนวคิดอิทธิบาท ๔ นั้น ต้องมีฉันทะ คือพอใจในงานที่ทำ และมีความเพียรพยายามเอาใจใส่ในหน้าที่การงานนั้นอย่างต่อเนื่อง ด้วยการพิจารณาอย่างรอบคอบรอบด้าน การศึกษาเล่าเรียนจะประสบผลสำเร็จพัฒนาขึ้น การพัฒนาจิตใจคือการยกระดับจิตใจให้สูงขึ้นรวมทั้งการพัฒนาหน้าที่การงานให้ดีขึ้นได้นั้นต้องมีธรรมประจำใจ คืออิทธิบาท ๔ ประการ เป็นหลักธรรมสำหรับพัฒนาบุคคลให้เป็นคนดีของสังคมทำให้สังคมอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขประกอบด้วย ฉันทะ มีใจรัก วิริยะ พากเพียรทำ จิตตะ เอาจิตฝักใฝ่ วิม้งสา ใช้ปัญญาสอบสวนหลักธรรมดังกล่าว เปรียบเสมือนต้นทุนชีวิต ช่วยให้ประสบความสำเร็จในทุกกิจการที่กระทำทั้งทางด้านการศึกษา การประกอบอาชีพ การดำรงชีวิต ทำให้สามารถพึ่งพาตนเองได้ รวมตลอดถึงเป็นที่พึ่งของคนอื่นได้ด้วย ซึ่งสามารถบูรณาการในการจัดกระบวนการเรียนรู้ได้

๔.๓ แนวทางการประยุกต์ใช้อิทธิบาท ๔ เพื่อการพัฒนาการเรียน

๔.๓.๑ การเรียนรู้หรือการศึกษาตามแนวทางพระพุทธศาสนา

คำว่า “การศึกษา” มาจากคำว่า “สิกขา”^{๑๑๐} โดยทั่วไปหมายถึง “กระบวนการเรียน “การฝึกอบรม” “การค้นคว้า” “การพัฒนาการ” และการรู้แจ้งเห็นจริงในสิ่งทั้งปวง” จะเห็นได้ว่าการศึกษาในพระพุทธศาสนามีหลายระดับ ตั้งแต่ระดับต่ำสุดถึงระดับสูงสุด เมื่อแบ่งระดับอย่างกว้าง ๆ มี ๒ ประการคือ

๑. การศึกษาระดับโลกียะ มีความมุ่งหมายเพื่อดำรงชีวิตในทางโลก

๒. การศึกษาระดับโลกุตระ มีความมุ่งหมายเพื่อดำรงชีวิตเหนือกระแสโลก

ในการศึกษาหรือการพัฒนาตามหลักพระพุทธศาสนานั้น พระพุทธเจ้าสอนให้คนได้พัฒนาอยู่ ๔ ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านศีล ด้านจิตใจ และด้านสติปัญญา โดยมีจุดมุ่งหมายให้มนุษย์เป็นทั้งคนดีและคนเก่ง มิใช่เป็นคนดีแต่โง่ หรือเป็นคนเก่งแต่โง่ การจะสอนให้มนุษย์เป็นคนดีและคนเก่งนั้น จะต้องมียุทธศาสตร์ในการศึกษาที่ถูกต้องเหมาะสม ซึ่งในการพัฒนามนุษย์นั้นพระพุทธศาสนามุ่งสร้างมนุษย์ให้เป็นคนดีก่อน แล้วจึงค่อยสร้างความเก่งทีหลัง นั่นคือสอนให้คนเรามีคุณธรรม ความดีงามก่อนแล้วจึงให้มีความรู้ความเข้าใจหรือสติปัญญาภายหลัง

หลักในการศึกษาของพระพุทธศาสนานั้นจะมีลำดับขั้นตอนการศึกษา โดยเริ่มจาก สีสสิกขา ต่อด้วยจิตตสิกขาและขั้นตอนสุดท้ายคือ ปัญญาสิกขา ซึ่งขั้นตอนการศึกษาทั้ง ๓ นี้ รวมเรียกว่า “ไตรสิกขา”^{๑๑๑} ซึ่งมีความหมายดังนี้

๑. สีสสิกขา การฝึกศึกษาในด้านความประพฤติทางกาย วาจา และอาชีพ ให้มีชีวิตสุจริตและเกื้อกูล

๒. จิตตสิกขา การฝึกศึกษาด้านสมาธิ หรือพัฒนาจิตใจให้เจริญได้ที่

๓. ปัญญาสิกขา การฝึกศึกษาในปัญญาสูงขึ้นไป ให้รู้คิดเข้าใจมองเห็นตามเป็นจริง ไตรสิกขานี้ เมื่อนำมาแสดงเป็นคำสอนในภาคปฏิบัติทั่วไป ได้ปรากฏในหลักที่เรียกว่า โอวาทปาฏิโมกข์^{๑๑๒}

นอกจากนี้ยังมีวิธีการเรียนรู้ตามหลักโดยทั่วไป ซึ่งพระพุทธเจ้าตรัสไว้ ๕ ประการ คือ

๑. การฟัง หมายถึงการตั้งใจศึกษาเล่าเรียนในห้องเรียน

๒. การจำได้ หมายถึงการใช้วิธีการต่าง ๆ เพื่อให้จำได้

๓. การสาธยาย หมายถึงการท่อง การทบทวนความจำบ่อย ๆ

๔. การเพ่งพินิจด้วยใจ หมายถึงการตั้งใจจินตนาการถึงความรู้นั้นไว้เสมอ

๕. การแทงทะลุด้วยความเห็น หมายถึงการเข้าถึงความรู้อย่างถูกต้อง เป็นความรู้อย่างแท้จริง ไม่ใช่ติดอยู่แต่เพียงความจำเท่านั้น แต่เป็นความรู้ความจำที่สามารถนำมาประพฤติปฏิบัติได้

^{๑๑๐} ๐.จตุกก.(ไทย)๒๑/๒๖๐/๓๗๗.

^{๑๑๑} ที.ปา.(ไทย)๑๑/๒๒๘/๒๓๑.

^{๑๑๒} ที.ม.(ไทย)๑๐/๙๐/๕๐

จะเห็นได้ว่า สीलสิกขา จิตตสิกขา และปัญญาสิกขา การศึกษาทั้ง ๓ ขั้นนี้ ต่างก็เป็นพื้นฐานกันและกัน ซึ่งในการศึกษา พุทธศาสนามุ่งสอนให้คนเป็นคนดี คนเก่งและสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข จากกระบวนการศึกษาที่กล่าวมาทั้ง ๓ ขั้นตอนของพุทธศาสนานี้ หากสามารถนำไปปฏิบัติอย่างจริงจัง ก็จะทำให้เกิดผลดีกับผู้ปฏิบัติ ซึ่งหลักการทั้ง ๓ นั้น เป็นที่ยอมรับจากชาวโลก ทำให้พุทธศาสนาได้แพร่หลายไปในประเทศต่าง ๆ ทั่วโลก จึงนับได้ว่าพุทธศาสนาเป็นศาสตร์แห่งการศึกษาอย่างแท้จริง

๔.๓.๒ การเรียนรู้ตามแนวจิตวิทยา

เมื่อมนุษย์เกิดมามีมนุษย์ต้องเรียนรู้ที่จะพูดเพื่อสื่อสารกับบุคคลอื่นรอบข้าง เรียนรู้ที่จะเดิน เล่น อ่านหนังสือ เขียนหนังสือ และกระทำกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อให้ดำรงชีวิตอยู่ได้ การเรียนรู้เป็นพื้นฐานของการดำเนินชีวิต นักจิตวิทยาเชื่อว่ามนุษย์มีการเรียนรู้ตั้งแต่แรกเกิดจนถึงก่อนตาย สัตว์ต่าง ๆ ก็ต้องเรียนรู้เช่นกัน เช่น ลิงเรียนรู้วิธีการเก็บลูกมะพร้าว และสุนัขเรียนรู้การขับถ่ายให้เป็นที่พฤติกรรมของมนุษย์และสัตว์เหล่านี้เป็นผลเนื่องมาจากการเรียนรู้ การเรียนรู้เป็นกระบวนการที่สำคัญซึ่งช่วยให้เข้าใจพฤติกรรมของมนุษย์และสัตว์ ดังนั้นบุคคลจึงจำเป็นต้องเข้าใจกระบวนการต่าง ๆ ของการเรียนรู้

การเรียนรู้ หมายถึง การได้รับความรู้ พฤติกรรม ทักษะ คุณค่า หรือความพึงใจ ที่เป็นสิ่งแปลกใหม่หรือปรับปรุงสิ่งที่มีอยู่ และอาจเกี่ยวข้องกับการสังเคราะห์สารสนเทศชนิดต่าง ๆ ผู้ประมวลทักษะของการเรียนรู้เป็นได้ทั้งมนุษย์ สัตว์ และเครื่องจักรบางชนิด ความก้าวหน้าในการเรียนรู้เมื่อเทียบกับเวลาเป็นแนวโน้มเป็นเส้นโค้งแห่งการเรียนรู้ การเรียนรู้ของมนุษย์อาจเกิดขึ้นจากส่วนหนึ่งของการศึกษา การพัฒนาส่วนบุคคล การเรียนการสอน หรือการฝึกฝน การเรียนรู้อาจมีการยึดเป้าหมายและอาจมีความสนใจเป็นตัวช่วย การศึกษาว่าการเรียนรู้เกิดขึ้นได้อย่างไรเป็นส่วนหนึ่งของสาขาวิชาประสาทจิตวิทยา จิตวิทยาการศึกษา ทฤษฎีการเรียนรู้ และศึกษาศาสตร์ การเรียนรู้ อาจทำให้เกิดพฤติกรรมการเรียนรู้ หรือการวางเงื่อนไขแบบดั้งเดิม ซึ่งพบในสัตว์หลายชนิด หรือทำให้เกิดกิจกรรมที่ซับซ้อนมากขึ้นอย่างเช่นการเล่น ซึ่งพบได้เฉพาะในสัตว์ที่มีเขาวนปัญญาการเรียนรู้ อาจก่อให้เกิดความตระหนกอย่างมีสำนึกหรือไม่มีสำนึกก็ได้

มนุษย์เรานั้น มีการเรียนรู้เกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา เนื่องจากการดำเนินชีวิตในวันหนึ่ง ๆ เราทุกคนอาจต้องเผชิญสถานการณ์ต่าง ๆ ที่คล้ายคลึงกับที่เคยประสบการณ์มาแต่ไม่ได้เป็นสถานการณ์ที่ตรงกันเลยทีเดียว มนุษย์จึงได้เรียนรู้ที่จะปรับปรุงตัวด้วยการแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ กับสถานการณ์ที่ตนประสบอยู่ เป็นไปได้ยากยิ่งที่เมื่อถามถึงคำจำกัดความของการเรียนรู้ แล้วจะสามารถบอกได้ทันที ว่า การเรียนรู้ คือ อะไร

การเรียนรู้คือกระบวนการที่ทำให้บุคคลเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ความคิด บุคคลนั้นสามารถเรียนได้จากการได้ยินการสัมผัส การอ่าน การใช้เทคโนโลยี การเรียนรู้ของเด็กและผู้ใหญ่จะต่างกัน เด็กจะเรียนรู้ด้วยการเรียนในห้อง การซักถาม ผู้ใหญ่มักเรียนรู้ด้วยประสบการณ์ที่มีอยู่ แต่การเรียนรู้จะเกิดขึ้นจากประสบการณ์ที่ครู/อาจารย์ผู้สอนนำเสนอ โดยการปฏิสัมพันธ์ระหว่างครู/อาจารย์ผู้สอนและผู้เรียน ครู/อาจารย์ผู้สอนจะเป็นผู้สร้างบรรยากาศทางจิตวิทยาที่เอื้ออำนวยต่อการเรียนรู้ ที่จะให้เกิดขึ้นเป็นรูปแบบใดก็ได้เช่น ความเป็นกันเอง ความเข้มงวดกวดขัน หรือความไม่มีระเบียบวินัย สิ่งเหล่านี้ผู้สอนจะเป็นผู้สร้างเงื่อนไข และสถานการณ์เรียนรู้ให้กับผู้เรียนการเรียนรู้จึง

จะพัฒนาขึ้นได้ ดังนั้น ผู้สอนจะต้องพิจารณาเลือกรูปแบบการสอนรวมทั้งการสร้างปฏิสัมพันธ์กับผู้เรียน

๔.๓.๓ ฉันทะกับการพัฒนาการเรียนรู้

การสร้างความปลอดภัยในการศึกษานั้น ถือว่าเป็นเรื่องที่สำคัญมากประการหนึ่ง กล่าวคือ การจะทำการใด ๆ เช่นการศึกษาเล่าเรียน การพัฒนาจิตใจให้สูงขึ้น การประกอบกิจการต่างนั้น บุคคลต้องมีฉันทะคือความพอใจในสิ่งนั้น ๆ เสียก่อน ถ้าบุคคลมีความพอใจในสิ่งนั้นเป็นอันดับแรกแล้ว สิ่งที่ต้องทำนั้นจะเป็นผลสำเร็จออกมาได้ด้วยดี ฉันทะ คือความพอใจนี้หมายความว่า พออกพอใจในสิ่งที่จะลงมือทำหรือมีใจรักนั่นเอง เมื่อมีใจรักการเรียน รักงานที่ทำแล้ว เมื่อลงมือทำก็จะส่งผลให้บุคคลนั้นทำด้วยความสุขใจ สิ่งที่ต้องทำลงไปนั้นถึงแม้จะเป็นเรื่องที่ยากลำบากก็กลายเป็นเรื่องที่ย่าย ความสำเร็จและความเจริญรุ่งเรืองก้าวหน้าก็จะบังเกิดขึ้น กล่าวคือมองเห็นหนทางแห่งความสำเร็จนั่นเอง ต่างกับบุคคลที่ไม่มีฉันทะ คือไม่มีความพอใจ เมื่อจะกระทำการสิ่งใดแล้ว ผลที่ออกมาจะไม่สำเร็จหรือสำเร็จผลของงานนั้น ๆ จะออกมาในรูปแบบที่ไม่น่าพึงพอใจ

ยังเป็นเรื่องของการศึกษาเล่าเรียนด้วยแล้ว ต้องมีหลักธรรม คือฉันทะ คือความพอใจในการที่จะศึกษาเล่าเรียน การเรียนจึงจะประสบผลสำเร็จได้ ถ้าไม่มีความพอใจในการที่จะศึกษาเล่าเรียนการเรียนก็ไม่พัฒนาขึ้น ถ้ามีฉันทะ คือ ความพอใจแล้วนั้นทำให้เกิดความสุขกายสบายใจไม่เครียด จะมีความสุขในสิ่งที่ทำเพราะบุคคลมีความพอใจที่จะกระทำสิ่งนั้นเมื่อได้ทำสิ่งนั้น ๆ แล้วไม่ว่าจะเป็นการศึกษาเล่าเรียนและการทำงานที่ทำได้ ย่อมบรรลุความสำเร็จเข้าถึงความสมบูรณ์อยู่ในภาวะอันดีงามได้และสามารถพัฒนาให้เจริญขึ้นได้ หรือพูดแยกออกไปว่า ฉันทะ คือ ความพอใจนั้นสามารถนำพาการเรียนการปฏิบัติธรรมหรืองานที่ทำนั้นกำลังดำเนินหน้าไปสู่จุดหมาย

การศึกษาเล่าเรียนจะพัฒนาให้ประสบผลสำเร็จได้นั้นเพราะมี ฉันทะ คือ ความพอใจในการเรียนเป็นประการแรกก่อนการเรียนจึงจะเรียนสำเร็จตามความประสงค์และสามารถพัฒนาขึ้นได้ ที่กล่าวมานี้ได้ชี้ให้เห็นถึงผลของการมีฉันทะ คือความพอใจในสิ่งที่เป็นกุศลที่นำมาซึ่งความเจริญ ส่วนความพอใจที่เป็นฝ่ายอกุศลนั้นจะส่งผลให้เรามีแต่ความเสื่อม จักได้ชี้แจงเปรียบเทียบพอได้ใจความ กล่าว คือความพอใจในอกุศล คือ ความอยากของตัณหานั้นจะส่งผลให้เรานั้นเสื่อม เพราะว่าความอยากของตัณหานั้นทำให้เกิดความสุขความชื่นชมเมื่อได้สิ่งนั้นมาให้บุคคลเสพเสวยรสอร่อย หรือปรนเปรอความยิ่งใหญ่พองขยายของตัวตน เป็นความฉ่ำชื่นใจที่เศร้าหมองหมกหมักตัว กัดกินความดี กักตุนไว้ในความคับแคบและไม่พัฒนา และมักติดตามมาด้วยความหวงแหนกังวลเศร้าเสียตายและหวั่นกลัวหวาดระแวง^{๑๑๓} เป็นสิ่งที่ควรหลีกเลี่ยงเสีย ดังนั้นชี้ให้เห็นว่าฉันทะ คือ ความพอใจในทางที่เป็นกุศลนั้นจะนำพาให้บุคคลพบแต่ความสุขความเจริญ เช่นเดียวกันกับการศึกษาเล่าเรียนจะพัฒนาให้เจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไปได้นั้นต้องมีฉันทะ คือความพอใจในการที่จะศึกษาเล่าเรียนก่อนการพัฒนาถึงจะเจริญขึ้นได้

^{๑๑๓} พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖), หน้า, ๘๔๔-๘๔๕.

๔.๓.๔ วิริยะกับการพัฒนาการเรียนรู้

วิริยะ หมายถึงความเพียรในสิ่งนั้น กล่าวคือความขยันหมั่นเพียร หมายถึง เพียรขยันใน การที่จะกระทำสิ่งนั้น ๆ ให้สำเร็จลง การที่จะให้สิ่งที่เรานั้นสำเร็จลงได้ต้องมีความเพียรเป็นสำคัญ วิริยะ แปลว่าความเพียรพยายาม ซึ่งเป็นปฏิกิริยาที่เกียจสันหลังยาวไม่เอาถ่าน หนักไม่เอาเบาก็ไม่สู้ คนที่เกียจไม่มีความขยันนั้นมักบ่นว่าร้อนนัก หนาวนัก แล้วไม่ทำงาน ผลัดวันประกันพรุ่ง การศึกษา และการงานก็เช่นกันถ้าขาดความขยันหมั่นเพียรเสียแล้วการงานที่ทำการเรียนก็ไม่พัฒนาไปข้างหน้า คนที่ไม่มีความเพียร จะกระทำสิ่งใด ๆ ก็ไม่เป็นผลสำเร็จ จะพัฒนาสิ่งใดก็ไม่เป็นผลสำเร็จและไม่ เจริญก้าวหน้ามีแต่ทำให้เสื่อมลง ยิ่งเป็นการศึกษาเล่าเรียนด้วยแล้วต้องมีความเพียรพยายามในการ เรียน

ความเพียรหรือความขยันนี้เป็นเรื่องที่สำคัญมากประการหนึ่งที่จะพัฒนาการศึกษาเล่า เรียนให้เจริญขึ้น ซ้ำให้เห็นว่า การจะกระทำสิ่งใด ๆ ก็ตามถ้าขาดความเพียรพยายามเสียแล้วสิ่งนั้น ๆ จะไม่บรรลุประสงค์หรือไม่มีหนทางที่จะสำเร็จได้นั่นเอง การศึกษาเล่าเรียนก็เช่นกันถ้าขาดความ ขยันหมั่นเพียรแล้วการเรียนก็ล้มเหลวไม่ประสบความสำเร็จ การพัฒนาก็ไม่ขึ้นไม่เจริญขึ้นแต่ถ้า บุคคลมี วิริยะ คือ ความเพียรพยายามแล้วการศึกษาเล่าเรียนก็สำเร็จลงได้ ในพระไตรปิฎกได้กล่าวไว้ ชัดเจนว่า “บุคคลจะล่วงความทุกข์ได้เพราะความเพียร” ถ้ามองว่าความเพียรนั้นเกิดจากอะไร ตอบว่า เกิดจากความพอใจ คือ ฉันทะ ที่กล่าวไว้ข้างต้นนั่นเอง ฉะนั้นปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ แม้จะลำบาก ลักเพียงใดถ้าบุคคลมีความขยันหมั่นเพียรแล้วอุปสรรคและปัญหานั้นก็หมดไป การพัฒนาการเรียนรู้ก็ เกิดขึ้นได้จากความเพียร พุทธศาสนิกได้กล่าวไว้ว่า วิริเยนทุกขะมัจเจติ คนล่วงทุกข์ได้เพราะความเพียร

เพราะฉะนั้น จึงว่าหากผู้ใดมีความเพียรเป็นนิमितเป็นสัญลักษณ์เครื่องหมายอยู่ในจิต แล้ว ย่อมสามารถจะประหารหรือขับไล่ความไม่ดีทั้งสองอย่างนั้นออกไปเสีย ไม่ให้เกิดขึ้นมาได้ เพราะ อาศัยความเพียรนี้เป็นตัวกำกับ เป็นสิ่งที่มีประสิทธิภาพยับยั้งความรู้สึกให้มีมานะอดสาหะประกอบ ในสิ่งนั้น ๆ ให้สำเร็จไป เพราะเหตุนี้จึงจำเป็นที่จะต้องอธิบายเรื่องความเพียรให้ฟัง เพราะว่าเรื่อง ความเพียรเมื่อใครหากจะมีให้เกิด ให้มีขึ้นในตัวของตนแล้ว ความเพียรอันนี้ย่อมสามารถจะอุดหนุน ในการพัฒนาการศึกษาเล่าเรียนและกิจการต่าง ๆ นั้น ให้สำเร็จและพัฒนาขึ้นไปได้ทุกอย่าง ดังที่ได้ กล่าวมาแล้ว

๔.๓.๕ จิตตะกับการพัฒนาการเรียนรู้

จิตตะ หมายถึง ความเอาใจใส่ฝักใฝ่ในสิ่งนั้น หมายความว่าความตั้งใจในการประกอบ หน้าที่นั้นใจสำเร็จ เช่นเดียวกันกับการพัฒนาการศึกษาเล่าเรียน ต้องเริ่มที่ใจรักในการที่จะทำให้การ เรียนพัฒนาขึ้นดีขึ้นและเจริญขึ้น หมายความว่าความตั้งใจที่มั่นคงในการเรียนให้ดีขึ้นพัฒนาขึ้นนั้น ต้องมีความตั้งใจดี จิตตะ คือการเอาใจใส่ในการศึกษาเล่าเรียน หรือตั้งใจนั่นเองการเรียนนั้นถ้าไม่มี ความตั้งใจและเอาใจใส่แล้วการเรียนการไม่รุดหน้าการที่จะพัฒนาก็ไม่เกิดผลเพราะขาดการเอาใจ ฝักใฝ่ในการเรียนขาดความตั้งใจกลายเป็นความเบื่อหน่ายไปที่สุด ถ้าบุคคลมีจิตตะธรรม คือ ความเอา ใจใส่และตั้งใจในการศึกษาเล่าเรียนแล้วจะทำให้เกิดสมาธิแน่วแน่มั่นคงไม่หวั่นไหวกับสิ่งใด ใจของ บุคคลก็จะมีพลังในการเรียนไม่เบื่อเรียน เมื่อบุคคลมีความตั้งใจและเอาใจใส่ดีแล้ว

การเขียน การอ่านก็จะมีผลกับผู้เรียน กล่าวคือ เรียนเก่ง สมาธิดีมั่นคงและมีความจำที่ดี การเรียนก็พัฒนาขึ้นตามลำดับ การพัฒนาการศึกษานี้ต้องมีจิตตะ คือความเอาใจใส่มีจิตจดจ่อกับ

เรื่องของการเรียนเพียรอ่าน จิตตะ คือความเอาใจใส่ที่สำคัญมากเพราะเป็นปัจจัยที่สำคัญในการพัฒนาการศึกษาเล่าเรียนให้ดีและให้เจริญยิ่งขึ้นไป ถ้าการศึกษาไม่มีการเอาใจใส่ไม่มีความตั้งใจแล้ว การพัฒนาที่ไม่สามารถเกิดขึ้นได้เพราะขาดการเอาใจใส่และความตั้งใจนั่นเอง ดังนั้นการพัฒนาการศึกษาให้ได้ผลดีนั้นต้องมีจิตตะ คือ ความเอาใจฝักใฝ่และตั้งใจต่อการศึกษาเล่าเรียน การเรียนถึงจะพัฒนาและเจริญขึ้นได้

๔.๓.๖ วิมังสาเกี่ยวกับการพัฒนาการเรียนรู้

วิมังสา หมายถึง ความหมั่นสอดส่องในเหตุผลของสิ่งนั้นวิมังสาธรรมนี้ เป็นการใช้ปัญญาพิจารณาสอบสวนหรือความไตร่ตรองนั่นเอง การพัฒนาต่าง ๆ นั้นจะสำเร็จประโยชน์ได้ต้องมีปัญญา โดยเฉพาะในเรื่องของการศึกษาเล่าเรียนแล้ววิมังสา คือการใคร่ครวญพิจารณาไตร่ตรองจึงมีผลและความสำคัญอย่างมากต่อการที่จะทำให้ดีขึ้นเจริญขึ้นไปข้างหน้า ในทางพระพุทธศาสนาได้กล่าวถึงเรื่องของปัญญาไว้ ผู้วิจยจะได้ยกขึ้นมาให้พอได้ใจความ ดังนี้ คำว่า “ปัญญา” ในทางพระพุทธศาสนาหมายถึงความรู้ คือมีความรู้ในเรื่องเหตุและผลของสิ่งต่าง ๆ อย่างชัดเจน โดยเฉพาะรู้สิ่งที่ควรทำ รู้สิ่งที่ควรเว้น ปัญญาเป็นสิ่งที่คอยกำกับศรัทธาหรือว่าความรักความเชื่อ ของบุคคลให้เป็นไปอย่างมีเหตุผล จะได้ไม่หลงมกมาย หลงผิดจนก่อให้เกิดเป็นความทุกข์ ความเจ็บปวด อันเนื่องมาจากความไม่รู้หรือว่าความเขลา

พุทธศาสนาจึงถือว่าปัญญาคือแสงสว่างของโลก แสงสว่างเสมอด้วยปัญญาไม่มี^{๑๑๔} เนื่องจากแสงสว่างนี้สามารถทำให้จิตใจของบุคคลสว่างไสวและบริสุทธิ์ ในไตรสิกขาอันประกอบด้วย ศีล สมาธิ ปัญญานั้น มีแต่ปัญญาสิกขาเท่านั้นที่จะทำให้บุคคลบริสุทธิ์ เป็นอิสระหลุดพ้นออกมาจากสิ่งทั้งปวงที่เป็นสาเหตุของความทุกข์ ไม่ตกเป็นทาสในสิ่งที่บุคคลรัก และแม้แต่สิ่งที่บุคคลเกลียด นี้คือความยิ่งใหญ่ของปัญญา ปัญญาจะเกิดขึ้นได้มี ๓ ทางด้วยกันคือ ๑. สดับตรับฟัง ๒. ตรัสตรอง ๓. อบรมจิต ซึ่งก็หมายถึงจะต้องมีการศึกษาหาข้อมูลอย่างรอบด้านและนำมาคิดค้น ไตร่ตรองอยู่อย่างสม่ำเสมอ ด้วยสติสัมปชัญญะ พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า ปัญญาพึงทราบได้ด้วยการถามการตอบมาก และต้องอาศัยเวลา อาศัยการใส่ใจปัญญาถึงจะเกิดได้ และตรัสว่า ความเจริญที่เรากล่าวว่าเป็นยอดคือความเจริญด้วยปัญญา เช่นเดียวกับที่ตรัสว่าความเสื่อมที่นับว่าเลวร้ายยิ่งกว่าความเสื่อมทั้งหลายก็คือความเสื่อมจากปัญญา

สรุปความว่า การประยุกต์ใช้อธิบา ๔ เพื่อการพัฒนาการเรียนรู้ นั้นชี้ให้เห็นว่า ฉันทะ มีใจรัก คือ พอใจจะทำสิ่งนั้นการศึกษาเล่าเรียน ก็ต้องเรียนด้วยใจรัก ต้องเรียนให้เป็นผลสำเร็จ มิใช่สักแต่เรียนเพราะความจำใจเรียนให้ได้รับใบประกาศ หรือเรียนเพียงแค่ว่าผ่านไปเอาแค่จบอย่างนี้ไม่เป็นประโยชน์สำหรับผู้เรียน วิริยะ พากเพียรทำ คือ ขยันหมั่นเพียร หมั่นกระทำสิ่งนั้นคือ การศึกษาด้วยความพยายาม เข้มแข็ง อดทนไม่ทอดทิ้งอุปสรรคแม้การเรียนจะลำบากสักเพียงใดอดทน จิตตะ เอาใจฝักใฝ่ คือตั้งจิตรับรู้ในสิ่งที่ทำหรือความตั้งใจเรียนนั่นเอง กล่าวคือเรียนนั้นต้องเรียนด้วยความตั้งใจไม่ปล่อยให้ความคิดไม่ปล่อยจิตให้ฟุ้งซ่านเลื่อนลอย วิมังสา ใช้ปัญญาสอบสวน คือ หมั่นใช้ปัญญาพิจารณาใคร่ครวญในการเรียนการศึกษาที่ผ่านมา ตรวจตราหาเหตุผลและตรวจสอบข้อบกพร่องในสิ่งที่เราเรียนมา การพิจารณานี้จะทำให้บุคคลมีปัญญาเพราะว่าได้ไตร่ตรอง ใคร่ครวญ

^{๑๑๔} ส.ส.(ไทย)๑๕/๑๓/๑๓.

ในข้อบกพร่องความผิดถูก ถ้าผิดก็แก้ไขปรับปรุง กล่าวสั้น ๆ คือ พอใจเรียน ขยันเรียน ตั้งใจเรียน และใช้ปัญญาพิจารณาใคร่ครวญสอบสวน ดังนี้ ถ้าได้นำหลักธรรม คืออิทธิบาท ๔ ประการมาใช้ในการพัฒนาการศึกษาแล้วย่อมนำประโยชน์มาให้ และทำให้การพัฒนาการศึกษานั้นเจริญขึ้นอย่างแน่นอนดังที่ได้กล่าวมาแล้ว

๔.๔ แนวทางการประยุกต์ใช้อิทธิบาท ๔ เพื่อการพัฒนาจิตใจ

๔.๔.๑ ความหมายของการพัฒนาจิต การพัฒนาจิต คือการยกระดับคุณภาพจิตใจของมนุษย์ให้สูงขึ้น ด้วยวิธีการทำจิตใจให้สงบ เกิดปัญญา แก้ไขปัญหาในชีวิตประจำวัน อยู่ในโลกแห่งความเป็นจริงได้อย่างไม่มีความทุกข์ ปฏิบัติหน้าที่ไปอย่างดีที่สุดในทุกๆ ด้าน หมายถึง การฝึกฝนจิตใจให้สงบ มีสติสัมปชัญญะ มีสมาธิ มีเหตุผล มีความขยันหมั่นเพียร มีความอดทน มีพลังทางจิต ทำให้เกิดมีสุขภาพจิตดี มีจิตใจเข้มแข็ง นุ่มนวล ควรค่าต่อการทำงานเป็นต้น ซึ่งตรงกันข้ามกับการฝึกกายนั้นเอง แต่มีข้อแตกต่างกันตรงที่ว่า การฝึกกายนั้นจะต้องทำให้ร่างกายเคลื่อนไหวและออกกำลังกายในอิริยาบถต่าง ๆ จะทำให้ร่างกายสลายขึ้นและมีพลัง ส่วนการฝึกฝนจิตและ พัฒนาจิตจะต้องทำให้จิตหยุดนิ่ง เช่นการมีจิตใจ จดจ่อ ตั้งมั่นในการทำงาน อ่านหนังสือ ฟังเพลง เป็นต้นหรือ การทำสมาธิการนั่งนั้น จะเกิดพลัง และมีความสุขสบายขึ้น^{๑๑๕}

จิตมีลักษณะดังนี้

๑. ดันรน (ผ่นทน) ดันรนไปเพื่อจะหาอารมณ์ที่เป็นเหยื่อ มีรูปและเสียง เป็นต้น
๒. กวัดแกว่ง (จปถ) ไม่หยุดอยู่ในอารมณ์หนึ่ง อารมณ์ใดนาน
๓. รักษายาก (ทุรกข) รักษาให้อยู่กับที่ไม่ให้คิดถึงเรื่องต่าง ๆ นั้นทำได้ยาก
๔. ห้ามยาก (ทุนนิวรย) ป้องกันไม่ให้คิดถึงเรื่องที่บุคคลไม่ต้องการนั้นทำได้ยาก
๕. ช่มได้ยาก (ทุนนิคคห) ฝึกได้ยาก
๖. เป็นธรรมชาติที่รวดเร็ว (ลหุ) เกิดขึ้นแล้วดับไป
๗. มักตกไปตามอารมณ์ที่ชอบ (ยตถ กามนิปาติน)
๘. ไปได้ไกล (ทรงคม)
๙. เทียวไปดวงเดียว (เอกจรี) เกิดทีละดวง รับอารมณ์ได้ครั้งละ ๑ อย่าง
๑๐. ไม่มีรูปร่าง (อสรีริ) ไม่มีรูปร่างแต่สัมผัสได้
๑๑. มีคูหา คือ ร่างกายเป็นที่อยู่อาศัย (คูหาสย)

แม้ว่าจิตจะมีลักษณะดังกล่าวแล้ว ผู้มีปัญญา สามารถฝึกฝนจิตนี้ให้ตรงได้ คือ นำประโยชน์ไปใช้ได้เหมือนนายช่างครดัดลูกศรที่คดให้ตรงได้ ดังพุทธพจน์ว่า “จิตที่ดันรน กวัดแกว่ง รักษายาก ห้ามยาก” ผู้มีปัญญาสามารถควบคุมให้ตรงได้เหมือนนายช่างครดัดลูกศรให้ตรงฉะนั้น^{๑๑๖} ในชีวิตความเป็นอยู่มนุษย์รับรู้สิ่งต่าง ๆ ผ่าน ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ สิ่งที่ได้รับเข้ามา มีทั้งสิ่งที่เรา

^{๑๑๕} พระมหาบุญเลิศ ธมมทสสี , “พระพุทธศาสนากับการพัฒนาจิต, การตามดูจิตเพื่อรู้ ความจริงของชีวิต”, ใน พระพุทธศาสนากับจริยศาสตร์ , (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า, ๒๘๓.

^{๑๑๖} พุ.ธ.(ไทย) ๒๓/๓๓-๓๔/๓๕.

ชอบใจและไม่ชอบใจ หากเป็นเรื่องที่เราชอบใจและหรือเป็นเรื่องที่เราไม่ชอบใจ จิตจะปรุงแต่งไปตามความรู้สึกนั้น เราจึงสะสมความโลภ โกรธ หลง ไว้ในจิตโดยไม่รู้ตัว เมื่อจิตซึมซับกิเลสเหล่านี้ไว้ ปริมาณกิเลสที่สะสมอยู่จะเปลี่ยนคุณภาพจิต ให้เป็นไปตามอำนาจของกิเลส โดยที่เราไม่ปรารถนาให้เป็นเช่นนั้น เช่นหากเราโกรธบ่อย ๆ กิเลสคือความโกรธจะซึมซับเข้าไปในจิตเปลี่ยนคุณภาพของจิต ทำให้เป็นคนโกรธง่าย เจ้าอารมณ์ ฉุนเฉียว แม้บางครั้งเป็นเรื่องขัดใจเล็ก ๆ น้อย ๆ ก็ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ได้ เป็นต้น

การทำสมาธิ ทำให้จิตสะอาดและบริสุทธิ์ขึ้น จิตจะพัฒนาและเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี เช่น มีอารมณ์เย็นลง ความโกรธลดความรุนแรงลง มีสติตั้งมั่นรู้ตัวควบคุมอารมณ์ได้ ลดทิฐิมานะ ความถือตัว ความฟุ้งซ่านและความเครียดลดลง อดทนต่อสิ่งที่มากระทบจิตใจได้ เข้าใจผู้อื่นและรู้จักการให้อภัย จนกระทั่งความรักเมตตาปรารถนาดี เกิดทั่วมหันใจจิตใจ ก่อให้เกิดคุณประโยชน์ อย่างสูงค่าในการดำเนินชีวิต กล่าวคือ ช่วยส่งเสริมสุขภาพ สร้างความรู้ มีศักยภาพในการทำงานแก้ไข ปัญหาส่วนตัวได้ จึงมีการพัฒนาสังคมส่วนรวมได้ทุกระดับอย่างไม่มีขีดจำกัดต่อไปจนกว่า จะประสบ สันติสุขตามที่มวลมนุษยชาติปรารถนา การพัฒนาจิตที่เห็นผลอย่างชัดเจน คือทำให้เราลดความเห็นแก่ตัว รู้จักการปล่อยวางและการให้อภัยจนเกิดขึ้นซึ่งความเมตตากรุณา และความเอื้ออาทรต่อกัน อันเป็นผลดีต่อตนเอง ครอบครัว ประเทศชาติ และสังคมโลกโดยรวม^{๑๑๗}

การพัฒนาจิตเป็นการเพิ่มขีดความสามารถทางจิตใจ จิตเป็นธรรมชาติชนิดหนึ่ง ที่เป็นนามธรรม ไม่มีรูปร่าง เป็นองค์ประกอบที่เรียกว่า “นามขันธ์” ในขันธ์๕ อันเป็นสภาวะธรรมที่แท้จริงของสัตว์ บุคคล จิตทำหน้าที่ ด้านการรับรู้ ความรู้สึก ความจำ ความคิด พระพุทธศาสนาถือว่า จิตมีความงามตามธรรมชาติ ความงามในการกระทำและความสามารถในการสร้างสรรค์ความงาม^{๑๑๘} จิตมีความสามารถรับรู้อารมณ์ ๖ ช่องทางคือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ และสามารถปรุงแต่งอารมณ์ต่างๆ คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสที่ต้องกาย อารมณ์ที่ต้องใจให้เป็นไปตามความต้องการเพื่อส่วยอารมณ์ ๓ แบบ คือความรู้สึกสุข ทุกข์ และเฉย ๆ สามารถตอบสนองต่ออารมณ์ถึง ๓ ช่องทาง คือ กาย วาจา ใจ ให้เป็นไปเพื่อประโยชน์และความสุขได้หรือให้เป็นไปเพื่อโทษและความทุกข์ก็ได้ ด้วยเหตุนี้จิตในทัศนะพระพุทธศาสนา จึงเป็นประธานในการกระทำ มีศักยภาพที่ยิ่งใหญ่ในการกระทำ และมีความงามยิ่งกว่าความงามทั้งปวง^{๑๑๙}

ผลจากการพัฒนาจิตในทางพระพุทธศาสนานั้น นอกจากจะทำให้มีการเปลี่ยนแปลงสภาวะของจิตใจให้สงบ เป็นสุขตั้งมั่น เหมาะต่อการใช้งานแล้วยังสามารถพัฒนาจิตวิญญาณของบุคคล ให้มีกุศลธรรมงอกงามขึ้นในจิตใจ ส่งผลให้เกิดความภาคภูมิใจและมองเห็นคุณค่าในตนเอง มีความอดทน อดกลั้น ไม่ทำร้ายหรือเบียดเบียนผู้อื่น ทั้งให้ผลคือความสุขได้ ๓ ระดับ คือความสุข ฌาน สุข และนิพพานสุข ผลสองอย่างแรกเป็นสุขเวทนาที่ต้องส่วยอารมณ์ จัดอยู่ในระดับเดียวกับความสุข

^{๑๑๗} พระมหาบุญเลิศ ธมฺมทสฺสี, “พระพุทธศาสนากับการพัฒนาจิต, การตามดูจิตเพื่อรู้ความจริงของชีวิต , ในพระพุทธศาสนากับจริยศาสตร์ , หน้า, ๒๘๓ - ๒๘๕.

^{๑๑๘} ดูรายละเอียดใน **อรรถกถาจิตตูปาทกัณท์** , อภ.สง.อ.(ไทย) ๗๕/๒๒๘.

^{๑๑๙} พิชญ์รัชต์ บุญช่วย, “การเพิ่มขีดความสามารถทางจิตใจกับการพัฒนาจิตในพระพุทธศาสนา” , ใน**พระพุทธศาสนากับจริยศาสตร์**, (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๒๗๑. หน้า ๒๗๑.

ที่เกิดจากการเพิ่มขีดความสามารถทางจิตใจ แต่ผลอย่างหลังเป็นความสุขเนื่องด้วยภาวะไร้ตัณหา ไม่อิงอาศัยกระบวนการรับรู้ที่เกิดขึ้นต่ออารมณ์โลกภายนอกเป็นความสุขที่ทำให้ชีวิตนี้มีความเป็นอิสระ^{๑๒๐}

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) อธิบายลักษณะจิตที่มีสมาธิว่า^{๑๒๑} จิตที่เป็นสมาธิหรือมีคุณภาพดีมีสมรรถภาพสูง มีลักษณะดังนี้

๑. แข็งแรง มีพลังมาก เปรียบเหมือนกระแสน้ำที่ถูกควบคุมให้ไหลพุ่งไปในทิศทางเดียวย่อมมีกำลังแรงกว่าน้ำที่ถูกปล่อยให้ไหลพวักกระจายออกไป

๒. ราบเรียบ สงบซึ้ง เหมือนสระหรือบึงน้ำใหญ่ที่มีน้ำนิ่ง ไม่มีลมพัด ต้องไม่มีสิ่งรบกวนให้กระเพื่อมไหว

๓. ไส กระจางมองเห็นอะไร ๆ ได้ชัด เหมือนน้ำสงบนิ่ง ไม่เป็นริ้วคลื่น และผุ่นละออง ที่มีจะตกตะกอนนอนก้นหมด

๔. นุ่มนวลควรค่าแก่งานหรือเหมาะต่อการใช้งาน เพราะไม่เครียด ไม่กระด้าง ไม่วุ่น ไม่ขุ่นมัว ไม่สับสน ไม่กระวนกระวายจิตที่เป็นสมาธิขั้นสมบูรณ์ในสมาธิที่ถึงขั้นฌาน พระอรรถกถาจารย์กล่าวว่าจิตประกอบด้วยองค์ ๘ องค์ ๘ นั้นท่านนับจากคำบรรยายที่เป็นพุทธพจน์นั่นเอง กล่าวคือ ๑. ตั้งมั่น ๒. บริสุทธิ์ ๓. ผ่องใส ๔. โปร่งโล่งเกลี้ยงเกลา ๕. ปราศจากสิ่งเศร้าหมอง ๖. นุ่มนวล ๗. ควรแก่การงาน ๘. อยู่ตัวไม่วอกแวกหวั่นไหว ท่านว่าเป็นจิตที่มีองค์ประกอบ เหมาะต่อการนำไปใช้ได้ดีที่สุด ไม่ว่าจะเอาไปใช้งานทางปัญญา พิจารณาให้เกิดความรู้ความเข้าใจถูกต้องแจ่มชัด หรือใช้ในทางการสร้างพลังจิตเกิดอภิญญาสมบัติ เป็นต้น ลักษณะเด่นที่สุดของจิตที่เป็นสมาธิซึ่งสัมพันธ์กับความมุ่งหมายของสมาธิ คือ ควรแก่การงานหรือเหมาะต่อการใช้งาน งานสำคัญทางพระพุทธศาสนา คือ งานทางปัญญาการใช้จิตที่พร้อมดีเป็นสนาม ปฏิบัติการทางปัญญาในการพิจารณา สภาวะธรรม ให้เกิดความรู้แจ้งตามความเป็นจริง สมาธิจึงเป็นภาวะที่ใจสว่างโล่งโปร่งเป็นอิสระ รู้ตื่น เบิกบาน รู้แจ้ง เห็นจริงเมื่อบุคคลเห็นอะไร บุคคลนั้นจะเริ่มคิดตามโปรแกรมที่เราถูกกำหนดไว้ การที่เราจะชอบหรือจะชัง รักหรือเกลียด ตามประเภทของสิ่งเร้า ซึ่งเรียกว่าอารมณ์มากระทบ อารมณ์มี ๓ ประเภท คือ

๑. อนุสัยธรรม เป็นสิ่งที่น่าปรารถนาน่าพอใจ ภาพสวย เสียงชม

๒. อนิฏฐาธรรม^{๑๒๒} เป็นสิ่งที่ไม่น่าปรารถนาไม่น่าพอใจ ภาพน่าเกลียด เสียงด่า

๓. มัชฌิมาธรรม เป็นสิ่งกลาง ๆ วันใดได้รับอิฏฐาธรรม เช่นมีคนมาชม เราก็ชื่นชมชื่นวันไหนมีคนมาด่าเราก็หงุดหงิดหัวเสียทั้งวัน จิตใจเราขึ้นหรือลงไปตามอิทธิพล ของสิ่งเร้าจิตใจของเราตกอยู่ใต้ความกรุณาของสถานการณ์ เราไม่เป็นอิสระพอที่จะมีความสุขตามที่เรากำลังต้องการที่เป็นเช่นนี้ เพราะเราไม่ฝึกจิตให้เลือกยินดีในสิ่งที่ควรยินดีและวางเฉยในสิ่งที่มารบกวนเราจิตที่ไม่ได้รับ

^{๑๒๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรมฉบับปรับปรุงและขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๕๕๕-๕๕๖.

^{๑๒๑} อ่างโน, จุฑามาศ วาริแสงทิพย์, “พระพุทธศาสนากับการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบองค์รวม”, ในพระพุทธศาสนากับจริยศาสตร์, (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๔๘๓.

^{๑๒๒} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๓๗๓/ ๒๒๔.

การฝึก มักจะฝึกถึงอิฐธรรมที่น่าปรารถนาในชีวิตจริง เราฝึกถึงสิ่งที่น่าปรารถนา เพื่อออกจากความจริงที่น่าเบื่อหน่าย^{๑๒๓}

๔.๔.๒ ฉันทะกับการพัฒนาจิตใจ

ฉันทะ หมายถึง ความพอใจในสิ่งนั้นการใช้หลักธรรม คือ ฉันทะ แปลว่า ความพอใจ ความพอใจในที่นี้ คือความพอใจในธรรม คือ พิจารณาในสิ่งที่ละชั่วทำดีนั่นเอง ในการที่จะพัฒนาจิตใจให้สูงขึ้น เพื่อกำจัดสิ่งรังควาน หรือทำลายจิตใจและอารมณ์ ให้จิตใจได้รับความสงบเยือกเย็น และสิ่งที่จะนำมาแก้ไข หรือชักพอกใจให้สะอาดปราศจากมลทินคือกิเลสมีโลภะ ความโลภ ฯลฯ ได้นั้น นอกจากความพอใจในธรรมและปฏิบัติตามธรรมแล้วไม่มี ส่วนมากก็จะไม่เข้าถึงจิตเจตสิก หรือเข้าถึงได้ไม่พอที่จะให้เกิดประโยชน์ กล่าวคือ ไม่เข้าใจในใจนั่นเอง เพราะกิเลสในใจเราขุ่นมัวไม่สงบ บุคคลนั้นถ้ามีความพอใจในธรรมคือฉันทะแล้ว การที่จะพัฒนาใจบุคคลให้ดีขึ้นสูงขึ้นก็เป็นเรื่องที่จะกระทำได้โดยไม่ยากนัก กล่าวคือ ความพอใจใน ศีล เพราะศีลนั้นแปลว่าปกติหรือการรักษา กาย วาจา ใจให้เรียบร้อยปกติจึงชื่อว่าศีลนั่นเอง

ถ้าเราพอใจในศีลแล้วการพัฒนาจิตใจให้เป็นปกติสม่ำเสมอไม่ถูกรบกวนด้วยข้าศึกคือกิเลสที่อยู่ในใจบุคคล จิตใจบุคคลก็จะสามารถพัฒนาให้สูงขึ้นได้ เพราะฉะนั้น การที่มีฉันทะพัฒนาจิตใจนั้นเป็นสิ่งที่สำคัญมากประการหนึ่ง ในการบรรลุธรรมของพระอริยสาวกและสาวิกาทิ้งหลายดังที่ได้กล่าวมาแล้วก็เช่นกัน คือต้องมีความพอใจในการพัฒนาจิตใจสูงขึ้นนั่นเอง เมื่อพัฒนาจิตใจสูงขึ้น

การได้ดวงตาเห็นธรรมก็บรรลุผล เพราะจิตใจนั้นได้รับการพัฒนานั่นเอง ตรงกันข้ามกับบุคคลที่ไม่มีการพัฒนาจิตใจ เพราะการแสดงออกแต่ละอย่างล้วนออกไปจากใจ ถ้าใจเราไม่มีความพอใจในธรรมไม่ได้รับการอบรมแล้ว การแสดงออกทางด้านการประพฤติจะไม่น่าดู ซึ่งจะกระทบกระเทือนกับทั้งตนเองและผู้อื่น การแสดงออกไปเพื่อตนเองในทางผิดธรรมย่อมทำความชั่วที่ว่า เมื่อตัวเองมันมาทำลายตนเองเข้าไปอีก โลกกับธรรม บุคคลกับธรรม จึงขัดแย้งกัน ดังนั้น การพัฒนาจิตใจเป็นปัจจัยที่สำคัญมากเพราะใจของบุคคลเป็นนายของกายตน การกระทำ การพูด การคิด ก็เกิดมาจากจิตใจเป็นผู้สั่งการทั้งสิ้น ถ้าบุคคลมีความพอใจในการพัฒนาใจตนตามธรรม คือศีลเป็นต้นแล้ว จิตใจบุคคลจะสูงขึ้นพัฒนาขึ้น มนุษย์เรานี้จะประเสริฐกว่าสัตว์ทุกชนิดบนโลกนี้นั้นก็เพราะการพัฒนาจิตใจให้สูงขึ้นนั่นเอง

๔.๔.๓ วิริยะกับการพัฒนาจิตใจ

วิริยะ หมายถึงความเพียรในสิ่งนั้น ในการที่จะพัฒนาจิตใจบุคคลให้สูงขึ้นนั้นได้กล่าวมาแล้วพอได้ใจความจากข้อข้างต้น ในการที่จะพัฒนาจิตใจของบุคคลให้สูงขึ้นไปอีกนั้นต้องอาศัยวิริยะ คือ ความเพียรพยายาม ในทางพระพุทธศาสนานั้นได้กล่าวถึงความเพียรไว้ ๔ ประการด้วยกัน คือ เพียรระวัง เพียรละ เพียรทำให้เกิดขึ้น และเพียรรักษา จักได้อธิบายเป็นลำดับไปพอได้ใจความเพียรในข้อแรก คือ เพียรระวังไม่ให้บาปอกุศลกรรมเกิดขึ้นในใจบุคคล หรือเรียกว่า สังวรปธานนั่นเอง คือ เพียรพยายามปิดกั้นบาป ปิดกั้นอกุศลปิดกั้นความชั่วที่ยังไม่เกิด ไม่ให้เกิดขึ้นในจิตใจ ได้แก่ การ

^{๑๒๓} พระราชมุนี (ประยูร ธรรมจิตโต), รวมปาฐกถาธรรมชุดสุขภาพใจ, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์สยาม, ๒๕๔๐), หน้า ๗๔ - ๗๕.

ปิดประตูบาป ปิดประตูความชั่วไว้ ไม่ให้เกิดขึ้นในจิตใจมี สติระวังอินทรีย์ ทั้ง ๖ อย่างคือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เพียรในข้อที่สอง คือเพียรละบาปที่เกิดขึ้นแล้ว คือ ความตั้งใจละบาปอกุศล ที่เกิดขึ้นแล้ว ในสันดานจิตใจของบุคคลให้หมดสิ้นไปคือ เพียรพยายามเลิกละ หรือ กำจัดบาป กำจัดอกุศล กำจัด ความชั่วที่เกิดขึ้นแล้วให้หมดสิ้นไปจากจิตใจ หรือเรียกว่าปหานปธานนั่นเอง คือ บาปอกุศลที่มีใน จิตใจเราแล้วเพียรพยายามละ เลิกเสีย เพียรในข้อที่สาม คือ เพียรทำให้เกิดขึ้น คือเพียรให้กุศล เกิดขึ้นในสันดานแล้ว ควรที่จะตั้งใจสร้างคุณความดีคือ ทานมัย สีลมัย ภาวนามัย เป็นต้น ที่ยังไม่มีให้ มีขึ้น ที่มีอยู่แล้วให้เจริญยิ่งขึ้นไปหรือเรียกว่าภาวนาปธานนั่นเอง เพียรในข้อที่สี่ เรียกว่า เพียรรักษา คือเพียรรักษากุศลที่เกิดขึ้นแล้วไม่ให้เสื่อม คือ การตั้งใจรักษาความดี หรือรักษาบุญกุศลที่มีอยู่แล้วไม่ให้ เสื่อม ไม่ละทิ้งความดี ทำให้นั่นคงยิ่งขึ้นไป เหมือนเกลือรักษาความเค็ม และไม่ให้ความชั่วเข้ามา แทนที่ ความเพียร ๔ อย่างนี้ เป็นความเพียรชอบ ควรประกอบให้มีในตน หรือเรียกว่าอนุรักษนา ปธาน นั่นเอง เมื่อเรามีความเพียรพยายามครบทั้งสี่ประการนี้แล้ว จิตใจของเราก็จะได้รับการพัฒนาที่ สูงขึ้น

ความพากเพียรพยายามในกิจที่ชอบธรรม เนื่องจากในโลกนี้มีกิจที่ต้องทำมากมาย เมื่อ ทำแล้วจะให้ประสบผลสำเร็จ ต้องอาศัยความเพียรพยายามทุ่มเททั้งกาย วาจา ใจ ชนิดเอาชีวิตเป็น เดิมพัน บางบุคคลก็ทุ่มเทอยากเป็นมหาเศรษฐี แต่บางบุคคลก็ใช้ความเพียรไปทำความชั่ว ลักขโมย จี้ ปล้นหรือฆ่ามนุษย์ด้วยกัน เป็นต้น ส่วนความเพียรในความหมายของกัลยาณมิตรนั้น ท่านหมายถึง เรื่องความเพียรพยายามละเว้นจากบาปอกุศลและเพียรพยายามที่จะพอกพูนกุศลให้เกิดขึ้นมาในใจ ซึ่งเป็นความเพียรที่เป็นไป เพื่อการได้บรรลุมรรคผลนิพพาน ดังที่ได้กล่าวมาแล้วในวัตถุประสงค์ข้อที่ ๓ นั่นเอง

๔.๔.๔ จิตตะกับการพัฒนาจิตใจ

จิตตะ หมายถึง ความเอาใจใส่ฝึกฝนในสิ่งนั้นการพัฒนาที่ผ่าน ๆ มาบุคคลเน้นพัฒนาบ่าว คือกายมาก และให้ความสำคัญแก่นาย คือจิตน้อยเกินไป ทำให้จิตอ่อนแอไม่มีพลัง เป็นผู้บังคับบัญชา ที่หย่อนสมรรถภาพ ปล่อยให้ลูกน้องคือกายทำในสิ่งที่ไม่ดีงาม ก่อความเดือดร้อนให้แก่ตนเองและ สังคมมากขึ้นตามลำดับ ร่างกายที่แข็งแรงอยู่ภายใต้การบังคับบัญชาของจิตที่อ่อนแอ ย่อมจะ ก่อให้เกิดอันตรายได้มากกว่า อนึ่ง ธรรมชาติของจิตก็เหมือนกับน้ำ คือน้ำจะไหลลงสู่ที่ต่ำเสมอ หาก บุคคลต้องการไม่ให้น้ำไหลไปสู่ที่ต่ำ ก็ต้องสร้างทึนบหรือเขื่อนที่แข็งแรงกันเอาไว้ จิตก็เช่นเดียวกัน ขอบโน้มเอียงไปสู่ที่ต่ำ (อุบาย) เสมอ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง จิตที่อ่อนแอ ไม่มีพลังจะถูกชักนำไปสู่ทางต่ำ ได้ง่าย

การป้องกันไม่ให้จิตมุ่งหน้าไปสู่ที่ต่ำก็ทำได้ โดยการสร้างทึนบให้แก่จิต คือ ฝึกให้จิตมี พลังที่เข้มแข็งต้านกระแสของความชั่วได้ การเพิ่มพลังให้แก่จิตนี้เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า "การพัฒนา จิตใจ"อุปกรณที่สำคัญและดีที่สุดสำหรับการพัฒนาจิตใจก็คือหลักธรรมคำสอนในทางพระพุทธศาสนา ประการแรกก็ต้องมีจิตตะ คือ การเอาใจใส่ฝึกฝนหรือความตั้งใจเสียก่อน ถ้ามีความตั้งใจแล้วจะมีชัยไป กว่าครึ่ง หมายความว่า เริ่มต้นได้ดีนั่นเอง ประการแรกนั้นต้องดูที่จิตใจในตัวบุคคลก่อนว่ามีอกุศลคือ บาปอยู่ในจิตใจของเราหรือไม่ เพราะบาปอกุศลนั้นแหละที่ปิดกั้นไม่ให้จิตใจของบุคคลพัฒนาขึ้น ดังนั้น การพัฒนาจิตใจต้องมีการปฏิบัติธรรมและอบรมถ้าจิตได้รับการอบรม การพัฒนาให้มีความฉลาดมี เหตุมีผล รอบคอบในสิ่งดีและชั่วทั้งหลายพอประมาณ ย่อมจะดำเนินกิจการต่าง ๆ เช่นการศึกษา

การทำงาน ก็ไปด้วยความราบรื่นดีงามไม่ค่อยผิดพลาด ผิดกับจิตที่ไม่ได้รับการอบรมการพัฒนา
อยู่มาก

การพัฒนาจิตก็เท่ากับการส่งเสริมความฉลาด รอบคอบในกิจการต่าง ๆ ให้ดียิ่งขึ้น ความ
เจริญทางจิตใจที่ได้รับการอบรมพัฒนาย่อมเป็นผลดีกว่าความเจริญทางด้านวัตถุที่ไม่ได้พัฒนาจิต
ไปพร้อมกันอยู่มาก ดังนั้นการพัฒนาจิตเพื่อความรอบคอบในตนและกิจการงานทั้งหลาย จึงควรสนใจ
อย่างน้อยให้พอ ๆ กันกับการพัฒนาทางด้านวัตถุ ปัจจุบันการพัฒนาจิตใจควบคู่ไปกับการพัฒนาด้าน
วัตถุมีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะพัฒนาการด้านวัตถุอย่างเดียวก่อให้เกิดปัญหามากมายด้วย
ความเครียดและความเห็นแก่ตัวของบุคคลในสังคม เพื่อป้องกันและขจัดปัญหาดังกล่าว จึงควร
ส่งเสริมให้ทุกคนพัฒนาจิตด้วยการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นการพัฒนาจิตให้รู้เท่าทันโลก รู้จัก
ชีวิตตามความเป็นจริง เพื่อลดละความยึดมั่นถือมั่นในตัวตน อันจะเป็นผลให้จิตบริสุทธิ์และเกิด
ปัญญา การฝึกพัฒนาจิตใจของตนเองในด้านสติด้วยการศึกษาเรื่องสติและฝึกเจริญสติเป็นประจำจะ
ทำให้มีสติตั้งมั่น จึงทำให้มีการคิดพิจารณา ทำความเข้าใจจดจำสิ่งต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี ดังที่ได้กล่าว
มาแล้ว

๔.๔.๕ วิมิงสากับการพัฒนาจิตใจ

วิมิงสา หมายถึงความหมั่นสอดส่องใคร่ครวญในเหตุผลของสิ่งนั้น หมายความว่า การ
พิจารณาหาเหตุผลในสิ่งที่ถูกต้องด้วยปัญญานั้นเอง วิมิงสาธรรมนี้เป็นตัวปัญญา ในการที่จะพัฒนา
จิตใจของบุคคลให้ละเอียดสุขุมรอบคอบนั้นต้องมีปัญญาในการมีจะทำให้จิตใจบุคคลนั้นเจริญ จักได้
อธิบายความหมายของปัญญามีสองระดับให้พอได้ใจความเพื่อจักได้นำมาชี้แจงให้เข้าใจและจะได้
นำมาพัฒนาจิตใจให้สูงขึ้นเป็นลำดับไป ทว่าปัญญามีสองระดับนั้นคือปัญญาทางโลก และปัญญาทาง
ธรรมปัญญาทางโลกนั้น ไม่มีศีลเป็นตัวคุม จึงเป็นปัญญาแบบมือใครยาวสาวได้สาวเอา หรือปัญญา
แบบตัวใครตัวมัน ไม่ต้องคำนึงหรือนึกถึงศีลธรรม แบบคนฉลาดที่ขาดศีลธรรม เอาเปรียบคนที่โง่กว่า
ตน จึงเป็นการกระทำที่เบียดเบียนผู้อื่นอยู่เสมอ ทำให้โลกวุ่นวายมีปัญหายู่อเสมอ

ส่วนปัญญาทางธรรมในพระพุทธศาสนามีข้อบังคับ หรือข้อบ่งชี้ชัดเจนว่าจะต้องเป็น
ปัญญาที่เกิดจากสมาธิ อันมีศีลเป็นเครื่องควบคุมจึงจะเป็นสัมมาปัญญา หรือปัญญาที่ถูกต้องทางพุทธ
หรือจะพูดว่าปัญญาทางโลกเป็นเพียงแค่สัญญา หรือความจำก็ได้ ในทางพระพุทธศาสนานั้นคำว่า
ปัญญา แปลว่า ความรู้ทั่ว คือรู้ทั่วถึงเหตุถึงผล รู้อย่างชัดเจน, รู้เรื่องบาปบุญคุณโทษ, รู้สิ่งที่ควรทำ
ควรเว้น เป็นต้น เป็นธรรมที่คอยกำกับศรัทธา เพื่อให้เชื่อประกอบด้วยเหตุผล ไม่ให้หลงเชื่ออย่างม
งาย ปัญญานั้น ทำให้เกิดได้ ๓ วิธี คือ โดยการสดับตรับฟัง การศึกษาเล่าเรียน (สุตมยปัญญา^{๑๒๔})
โดยการคิดค้น การตรึกตรอง (จินตามยปัญญา) โดยการอบรมจิต การเจริญภาวนา (ภาวนามย
ปัญญา)ปัญญา ที่เป็นระดับ อธิปัญญา คือปัญญาอย่างสูง การพัฒนาจิตใจด้วยหลักวิมิงสาธรรมนี้ก็
เช่นกัน กล่าวคือ มีการสดับตรับฟังที่ดี การมีวิมิงสา คือการคิดตรึกตรองใคร่ครวญพิจารณาหาเหตุผล
และการอบรมปฏิบัติ ดังนี้

การพัฒนาจิตใจของบุคคลก็สูงขึ้น การพัฒนาจิตตามหลักธรรมในพระพุทธศาสนานั้น
เมื่อจิตใจของบุคคลได้รับการพัฒนาแล้ว โดยการสดับตรับฟัง การศึกษาเล่าเรียน โดยการอบรมจิต

^{๑๒๔} ที.ปา.(ไทย)๑๑/๓๐๕/๒๗๑.

และโดยการอบรมปฏิบัติแล้วจิตใจจะสูงขึ้นเจริญขึ้น เพราะเป็นเรื่องของการใช้สติปัญญาไตร่ตรองของตนเอง. ความทุกข์ทางจิตใจพบได้บ่อยเมื่อเกิดความเกินความพอเหมาะพอควร ในเรื่องต่าง ๆ เช่น ความวิตกกังวล ความเครียด ความเหนื่อยอ่อน การพักผ่อนไม่เพียงพอ ปัญหาสุขภาพ การเจ็บป่วย การเดินทาง ค่าใช้จ่าย ความอยากได้ อยากมี อยากเป็น ความรัก ความหลงเชื่อ ความไม่ยอมได้ ไม่ยอมมี ไม่อยากเป็น ความโกรธ ความไม่เท่าเทียม ความแข่ง ความเบื้อหน่าย ความท้อแท้ ความพ่ายแพ้ ความไม่สมหวัง ความเสียใจ ความไม่สบายใจที่เกินความพอเหมาะพอควร เป็นต้น. ถ้าบุคคลมีวิมิงสา คือ การพิจารณาใคร่ครวญด้วยปัญญา ความทุกข์ทางจิตใจที่เกิดจากความเกินพอดีในเรื่องต่าง ๆ

การพัฒนาใด ๆ ก็ไม่สำคัญเท่าการพัฒนาคน และการพัฒนาคนต้องพัฒนาที่จิตใจ อุปกรณ์ในการพัฒนาจิตใจที่ดีที่สุดก็คือคำสอนของพระพุทธศาสนา สอนให้คนไม่ทำความชั่วกระทำแต่ความดี และทำจิตใจให้ผ่องใส และบุคคลต้องมีความเชื่อ ในศาสนาของตนเป็นทุนเดิมจึงพร้อมที่จะปฏิบัติตาม เพราะฉะนั้น การพัฒนาจิตใจตามหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนา เน้นเรื่องการฝึกจิตเป็นสำคัญ เพราะมนุษย์มีจิตเป็นตัวนำการ กระทำทุกอย่าง จะต้องมีการพิจารณา คตินึกตรึกตรองเสียก่อน การฝึกจิตหรือการบริหารจิต จึงเป็นการกระทำเพื่อให้จิตมีสภาพตั้งมั่น มีสติระลึกรู้ตัว มีสัมปชัญญะรู้สึกตัวทั่วพร้อมตลอดเวลาทำให้สุขภาพจิตดี ผ่องใส ทำจิตใจให้เปี่ยมล้นด้วยคุณธรรม รู้ดี รู้ชั่ว ซึ่งเป็นแนวทางให้เกิดการพัฒนาในการที่จะยกระดับและพัฒนาจิตใจของบุคคลให้สูงขึ้นจากอภุศลกรรมได้นั้นประการแรกต้องมีฉันทะ คือความพอใจก่อน หมายความว่าจิตใจของบุคคลต่ำก็เพราะอภุศลทำให้เกิดขึ้น

การที่จะทำให้จิตใจเราสูงขึ้นได้ก็ต้องมีความพอใจในการที่จะละอภุศลกรรมที่ทำให้ใจบุคคลต่ำถ้าใจบุคคลไม่มีอภุศล คือ โลภะ โทสะ แลโมหะ แล้วจิตใจของเราจะสูงขึ้นนั่นเอง ประการที่สองต้องมีวิริยะ คือ ความเพียร หมายความว่า เพียรระวังไม่ให้บาปเกิดขึ้นในสันดาน คือ เพียรพยายามปิดกั้นบาป ปิดกั้นอภุศลปิดกั้นความชั่วที่ยังไม่เกิด ไม่ให้เกิดขึ้นในจิตใจ ได้แก่ การปิดประตูบาป ปิดประตูความชั่วไว้ ไม่ให้เกิดขึ้นในจิตใจมี สติระวังอินทรีย์ ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เพียรละบาปที่เกิดขึ้นแล้ว คือความตั้งใจละบาปอภุศล ที่เกิดขึ้นแล้วในสันดานให้หมดสิ้นไปคือ เพียรพยายามเลิกละ หรือ กำจัดบาปกำจัดอภุศล กำจัดความชั่วที่เกิดขึ้นแล้วให้หมดสิ้นไปจากจิตใจ เพียรให้กุศลเกิดขึ้นในสันดาน การตั้งใจสร้างคุณความดีคือ ทานมัย สілมัยภาวนามัย เป็นต้น ที่ยังไม่ให้ มีขึ้น ที่มีอยู่แล้ว ให้เจริญยิ่งขึ้นเพียรรักษากุศลที่เกิดขึ้นแล้วไม่ให้เสื่อม คือ การตั้งใจรักษาความดี หรือ รักษาบุญกุศลที่มีอยู่แล้วไม่ให้เสื่อม ไม่ละทิ้งความดี ทำให้มันคงยิ่งขึ้นไป เหมือนเกลือรักษาความเค็ม และไม่ให้ความชั่วเข้ามาแทน

๔.๕ แนวทางการประยุกต์ใช้อิทธิบาท ๔ เพื่อการพัฒนาหน้าที่และการงาน

ในหัวข้อนี้ผู้วิจัยจักได้อธิบายความหมายของคำว่า หน้าที่และการงานโดยสังเขป เพื่อเป็นการเข้าใจในเนื้อความของการพัฒนาหน้าที่และการงานเป็นลำดับ ดังนี้

๔.๕.๑ ความหมายของคำว่าหน้าที่ หน้าที่ หมายถึง กิจที่ต้องทำ หรือควรทำ เป็นสิ่งที่กำหนดให้ทำ หรือห้ามมิให้กระทำ ถ้าทำก็จะก่อให้เกิดผลดี เกิดประโยชน์ต่อตนเอง ครอบครัว หรือสังคมส่วนรวม หรืออาจจะหมายถึง กิจที่จะต้องทำด้วยความรับผิดชอบ

๔.๕.๒ ความหมายของคำว่าการทำงาน การงาน หรืองานการ หมายถึงสิ่งที่ต้องทำภาระหน้าที่ที่ต้องกระทำนั่นเอง

การที่จะพัฒนาการงานให้ดีขึ้นได้นั้น ต้องเกี่ยวข้องกับบุคคล ๒ ฝ่าย คือ นายจ้างกับลูกจ้าง ผู้วิจัยจึงได้นำความหมายและคุณธรรมของคำว่านายจ้างและลูกจ้างในทางพระพุทธศาสนา มาอธิบายว่า การที่จะพัฒนางานให้สำเร็จประโยชน์นั้น นายจ้างและลูกจ้างนั้นมีหน้าที่และคุณธรรมในทางพระพุทธศาสนาอย่างไร ในการทำงานนั้นหากไม่มีการแข่งขันการพัฒนาการทำงานก็จะมีน้อยหรือไม่มีเลยชีวิตของคนเราก็เช่นกันหากไม่มีเป้าหมายหรืออะไรมาบีบบังคับเราก็จะใช้ชีวิตเรื่อย ๆ สบาย ๆ ไปวัน ๆ ทำให้เราขาดการพัฒนาได้ การแข่งขันนี้ ไม่ได้หมายถึงเฉพาะการแข่งขันกับผู้อื่นเท่านั้นแต่รวมถึงการแข่งขันกับตนเอง แข่งขันกับเวลา แข่งขันกับสถิติ ในชีวิตการทำงาน จึงต้องมีเป้าหมายที่ท้าทายอยู่ตลอดเวลา เพราะจะทำให้เรามีการพัฒนา และปรับปรุงประสิทธิภาพในการทำงานอย่างต่อเนื่องผลตอบแทนสูงสุดที่เราจะได้จากการพัฒนาประสิทธิภาพในการทำงานไม่ได้อยู่ที่ผลงานของเราหรือผลงานของหัวหน้า หรือองค์กร แต่อยู่ที่การพัฒนาศักยภาพของสมองของเราให้มากขึ้นต่างหากซึ่งหากสมองของเรามีศักยภาพในการคิด วางแผน และทำ ที่สูงขึ้นแล้วการที่เราอยากทำงานกับองค์กรใด ตำแหน่งงานใด เงินเดือนมากเท่าใดรับรองได้ว่าไม่ใช่เรื่องยากอีกต่อไปครับ เทคนิคในการพัฒนาประสิทธิภาพในการทำงาน ในการมีจะพัฒนางานให้มีประสิทธิภาพและเจริญขึ้นได้นั้น ควรตั้งเป้าหมายไว้ ๕ ประการ ดังนี้ คือ

๑) ตั้งเป้าหมายในการพัฒนางานต้องมีเป้าหมายที่ชัดเจนและท้าทายในการพัฒนา^{๑๒๕} งาน เป็นต้นเป้าหมายจะเปรียบเสมือนการจุดไฟสร้างแรงจูงใจให้กับเราเองจะทำให้เรารู้ว่า เราควรทำงานหนักไปเพื่อใคร และทำไม

๒) คิดและทำอย่างเป็นระบบการทำงานนั้น ไม่ได้อาศัย ประสบการณ์ แต่เพียงอย่างเดียวแต่ต้องอาศัยการพัฒนาระบบงานที่ดีด้วย

๓) จัดลำดับความสำคัญของงานโดยพิจารณาจาก ๒ ปัจจัย คือ ความสำคัญ กับความเร่งด่วนงานใดสำคัญมาก เร่งด่วนมาก ให้ทำก่อนงานใดสำคัญมาก แต่ไม่เร่งด่วน ก็มอบหมายให้คนที่ฝีมือทำไปก่อนงานใดสำคัญน้อย แต่เร่งด่วนมาก ก็อาจให้ลูกทีมที่ทำงานเร็ว ทำแทนงานใดไม่สำคัญ ไม่เร่งด่วน ก็อาจต้องพิจารณาตัดออกไปบ้างประเด็นก็คือ อย่าทอดงานไว้กับตัวเพียงคนเดียว หัดกระจายงานบ้าง

๔) วางแผนอย่างรอบคอบ จะทำให้เราทำงานน้อยลงวางแผนให้มาก คิดให้รอบคอบหาแนวทางและทางเลือกที่หลากหลายเพื่อเปรียบเทียบหาแนวทางและทางเลือกที่ดีหรือเป็นไปได้ที่สุดแล้วเราจะได้แผนงานที่ดี เวลาปฏิบัติตามแผนก็จะง่ายขึ้น

^{๑๒๕} พระธรรมปิฎก, (ป.อ.ปยุตฺโต), **การพัฒนาที่ยั่งยืน**, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพฯ : สหธรรมิก, ๒๕๕๓), หน้า ๒๓๘.

๕) คิดไว้เสมอ วันนี้ต้องดีกว่าเมื่อวาน พรุ่งนี้ต้องดีกว่าวันนี้หากเรามีความเชื่อเช่นนี้ เราก็จะพัฒนาตนเอง พัฒนาการทำงานอยู่เสมอ ผลที่ได้ก็จะทำให้เราทำงานได้สำเร็จตามเป้าหมายที่ต้องการ

๔.๕.๓ ความหมายคำว่าหน้าที่และการงานตามแนวทางพระพุทธศาสนา

๔.๕.๓.๑ หน้าที่และการงานของพุทธศาสนิกชนโดยทั่วไป

คือศึกษาและปฏิบัติธรรมชาวพุทธที่ดีควรให้ความสนใจศึกษาค้นคว้าหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา และน้อมนำหลักธรรมที่ได้ศึกษาแล้วมาประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมแก่ฐานะของตน รวมทั้งการแสดงความดีเป็นชาวพุทธที่ดีด้วยการทำบุญบำเพ็ญกุศล เข้าร่วมพิธีกรรมทางพระพุทธศาสนาในโอกาสสำคัญต่างๆ

ด้านการอุปถัมภ์พระพุทธศาสนาพระภิกษุสามเณรนอกจากมีหน้าที่ในการศึกษาธรรมปฏิบัติธรรม และสั่งสอนธรรมแล้ว ยังต้องปฏิบัติศาสนกิจอื่นๆ เพื่อความดีงามและความสงบสุขของประชาชน ด้วยการแนะนำสั่งสอนประชาชนให้เป็นคนดีมีคุณธรรม ดังนั้นเพื่อแสดงออกถึงความกตัญญูต่อคุณูปการของพระภิกษุสามเณร ชาวพุทธที่ดีจึงควรช่วยอุปถัมภ์ บำรุงและส่งเสริมพระภิกษุสามเณร เพื่อให้มีกำลังในการปฏิบัติศาสนกิจ สืบต่ออายุพระพุทธศาสนาให้มั่นคงสืบไป^{๑๒๖}

การทำนุบำรุงวัดและพุทธศาสนสถาน พระพุทธศาสนามีวัดเป็นศูนย์กลางสำหรับการบำเพ็ญกุศล การฝึกอบรม และการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้กับประชาชน โดยมีพระสงฆ์ในฐานะศาสนบุคคลเป็นผู้ชี้แนะแนวทางการดำเนินชีวิต วัดจึงเป็นอุทยานการศึกษาเพราะเป็นแหล่งการเรียนรู้สำคัญทางศิลปวัฒนธรรมของชาติ วัดบางแห่งยังได้รับการขึ้นทะเบียนเป็นโบราณสถานของชาติและมรดกโลก เป็นต้น

การที่จะพัฒนางานให้สำเร็จประโยชน์นั้นต้องเกี่ยวข้องกับบุคคล ๒ คือ นายจ้างและลูกจ้าง

๔.๕.๓.๒ หน้าที่ที่นายจ้างพึงปฏิบัติต่อลูกจ้างตามหลักพระพุทธศาสนา

ความสัมพันธ์ระหว่างนายจ้างและลูกจ้างในสถานประกอบการนั้น มีความสำคัญเบื้องต้นในปฏิสัมพันธ์อันดีที่จะก่อเกิดระเบียบในการปฏิบัติงานให้มีประสิทธิภาพ ตามเป้าหมายของแต่ละสถานประกอบการต่าง ๆ ได้วางไว้ การมีน้ำใจของลูกจ้างและความเอื้ออาทรที่นายจ้างมีให้แก่กันและกันย่อมแสดงถึงการยอมรับในการมีส่วนร่วมของแต่ละองค์ประกอบ ด้วยความเกี่ยวพันตามหลักทศ ๖ ในทศเหฏฐิมทิส (ทศเบื้องต้น) ผู้วิจัยจึงได้นำหลักธรรมในส่วนนี้มาใช้ในการแก้ไขปัญหาระหว่างนายจ้างและลูกจ้าง โดยมีสิ่งที่ต้องปฏิบัติต่อกันให้สอดคล้องตามหลักธรรมดังนี้^{๑๒๗}

นายจ้างพึงบำรุงคนรับใช้และคนงาน ผู้เป็นทศเบื้องต้น ดังนี้

^{๑๒๖} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), ธรรมานุญชีวิต, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๕), หน้า ๑๐.

^{๑๒๗} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๗๑/๒๑๕.

ตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาได้กำหนดหน้าที่ของนาย, นายจ้าง (ผู้บริหาร, ผู้จัดการ) พึงสงเคราะห์ อนุเคราะห์ กรรมกร คนงาน พนักงาน ลูกจ้าง ผู้เป็นทิศเบื้องล่างโดย หน้าที่ ๕ ประการ คือ

๑) ให้ทำงานตามกำลังความสามารถ โดยเริ่มจากการรับสมัครและสัมภาษณ์งานให้ตรงกับลักษณะงานที่จะต้องมีการว่าจ้าง ตลอดไปจนถึงการสอนงานการทดลองงานรวมถึงมีการประเมินผลงานในขั้นตอนต่างๆ สามารถทำให้ผู้บังคับบัญชาหรือนายจ้างรับรู้ถึงลักษณะอุปนิสัยของพนักงานว่าเหมาะสมกับลักษณะงานประเภทใด ก่อให้เกิดความเหมาะสมในการประมาณการล่วงหน้าว่างานที่มอบหมายให้แก่พนักงานจะประสบผลสำเร็จมากน้อยเพียงใด

๒) ให้ค่าจ้างรางวัล สมควรแก่งานและความเป็นอยู่ ในการทำงานที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับ การว่าจ้าง การประเมินผลงานถือว่าเป็นแรงจูงใจ ทำให้ขวัญและกำลังใจของลูกจ้างที่มีต่อสถานประกอบการมากยิ่งขึ้น ดังพุทธสุภาษิตที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงตรัสว่า “ผู้ให้ย่อมเป็นที่รัก” และทำให้ลูกจ้างมีกำลังใจในการทำงาน จะส่งผลให้ผลงานของลูกจ้างที่ทำให้ให้นายจ้างนั้นมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

๓) จัดสวัสดิการดี มีช่วยรักษาพยาบาลในยามเจ็บป่วย เป็นการแสดงออกซึ่งน้ำใจที่ นายจ้างผู้เป็นเจ้าของสถานประกอบการนั้น มีแก่ลูกจ้างหรือผู้ที่อยู่ใต้บังคับบัญชา เป็นส่วนเชื่อมโยงสายสัมพันธ์อันดี เป็นการสร้างความรักความผูกพันที่ลูกจ้างมีต่อองค์กร หรือสถานประกอบการมากยิ่งขึ้น และยังแสดงถึงความห่วงใยที่นายจ้างพึงจะมีให้แก่ลูกจ้าง เช่น มีการช่วยเหลือรักษาพยาบาลที่ นอกเหนือจากที่กฎหมายครอบคลุม เป็นต้น

๔) ได้ของแปลก ๆ พิเศษมาแบ่งปัน ในส่วนนี้มีอยู่หลายต่อหลายรูปแบบแล้วแต่ โอกาสที่จะต้องคำนึงถึง บุคคล เวลา และสถานที่ เพื่อที่จะได้ถูกใจทั้งผู้ให้และผู้รับ เป็นของพิเศษสำหรับลูกจ้าง ที่ลูกจ้างต้องการหรืออยากจะได้ เพื่อเป็นการสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างนายจ้าง และลูกจ้างในการทำงานร่วมกัน

๕) ให้มีวันหยุดและพักผ่อนหย่อนใจตามโอกาสอันควร นอกเหนือจากวันหยุดพักผ่อนที่เป็นไปตามกฎหมายกำหนดแล้ว นายจ้างควรจะมีวันหยุดพิเศษ หรือพาลูกจ้างในสถานประกอบการ ในเที่ยวสถานที่ต่างๆ หรือให้โอกาสลูกจ้างได้หยุดพักผ่อนในวันสำคัญ ๆ กับครอบครัวเพื่อพักผ่อนทั้งร่างกายและจิตใจ และเป็นการผ่อนคลาย หรือคลายเครียดจากการโหมทำงานให้กับนายจ้าง หน้าที่ที่ ลูกจ้างพึงปฏิบัติต่อนายจ้างตามหลักพระพุทธศาสนา

๔.๕.๓ ๓ ฉันทะกับการพัฒนาหน้าที่และการงาน

ฉันทะ ในที่นี้คือ ฉันทะในกุศลกรรม คือ ความอยากในสิ่งที่ดีงาม สิ่งที่เกิดจากจิตใจดีใจ สิ่งที่เป็นผลดีแก่ความเจริญงอกงามในทางที่เป็นไปเพื่อประโยชน์แก่ตนเองและผู้อื่น ฉันทะสัมพันธ์กับการกระทำ คือ กระทำเพื่อให้รู้ความจริง และเพื่อสร้างภาวะดีงามให้เกิดขึ้น ฉันทะจะนำไปสู่วิริยะจิตตะและวิมังสาตามลำดับ ดังนั้น เมื่อบุคคลจะกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง หรืองานใดงานหนึ่ง ควรเริ่มต้นด้วย ฉันทะ คือ ความพอใจ และควรรักษาให้ดำรงอยู่ในสภาวะที่ต่อเนื่อง บุคคลนั้นจะมีความซาบซึ้งในคุณค่าของภาวะที่ดีงามของสิ่งนั้นที่การทำงานพาไป จิตใจจะแน่วแน่ มีสัมมาสติ สัมมาสมาธิในงานที่ทำ ฉันทะ คือความพอใจนั้น เป็น การกระทำที่แสดงถึง ความสนใจใฝ่รู้ ความรักพอใจในสิ่งที่กระทำ และผลของการกระทำความมุ่งมั่นในสิ่งที่กระทำนั้นบรรลุเป้าหมายและการใช้วิธีที่ถูกต้องในการ

บรรลุเป้าหมาย ตามหลักพุทธศาสนาธรรมะข้อแรกที่สำคัญมาก คือฉันทะหรือความรักในงานที่ทำงานเป็นธรรมะอย่างหนึ่ง บุคคลรักงาน ไม่ใช่เพราะอยากได้เงิน อยากมีชื่อเสียงหรือมีหน้ามีตา แต่รักเพราะเห็นคุณค่าของงาน เมื่อมีความรักในงาน บุคคลจึงมีความสุขที่ได้ทำงาน

ฉันทะ คือความพอใจนี้จึงตรงข้ามกับตัณหาคือความอยาก ทำงานด้วยตัณหาคือทำงานเพราะอยากได้เงินทอง หรือลาภยศสรรเสริญ แต่ทำงานด้วยฉันทะคือทำงานเพราะรักงานนั้น เนื่องจากเห็นว่ามีความค่าและมีประโยชน์ จึงมีความสุขที่ได้ทำงานนั้น ถ้ามีฉันทะในงานใดก็จะขยันทำงานนั้นการงานที่บุคคลทำก็พัฒนาขึ้น ต่างจากตัณหาซึ่งทำให้ไฝเสพแต่ไม่ไฝทำ ดังนั้นทำเมื่อไรก็ทุกข์เมื่อนั้น จนกว่าจะได้ผลตอบแทนเป็นเงินหรือชื่อเสียงถึงจะมีความสุข การทำงานด้วยฉันทะกับการทำงานด้วยตัณหาจึงให้ผลที่แตกต่างกันมาก งานอะไรก็ตามไม่ว่าจะเล็กน้อย อย่างคนทำสวน ถ้าทำด้วยฉันทะ เห็นประโยชน์ของการที่จะพัฒนาและเห็นคุณค่าของงาน การทำงานก็มีความสุขได้ เช่น เห็นว่างานของตนมีส่วนช่วยให้คนในองค์กรมีความสุข หรือภูมิใจที่ตนได้เป็นส่วนหนึ่งขององค์กรที่ทำประโยชน์ให้แก่ประเทศชาติ ทำให้คนไทยมีพละทานามัยที่สมบูรณ์ มีคุณภาพชีวิตที่ดีแล้วยังแผ่แผ่ถึงประเทศเพื่อนบ้านด้วย จะเป็นคนสวนหรือเป็นคนรถล้นมีส่วนสร้างความสำเร็จอย่างนี้ขึ้นมาได้

ถ้ามองไดอย่างนี้ก็จะทำงานอย่างมีความสุขงานก็พัฒนา ไม่รู้สีกว่างานของตนต่ำต้อยไร้คุณค่า ไม่ได้มีความหมายแค่ดูแลต้นไม้ใบหญ้าหย่อมเล็ก ๆ เท่านั้น ปัญหาคือว่าบุคคลจะสามารถเห็นไกลอย่างนี้ได้หรือไม่ ถ้ามองเห็นได้การพัฒนาการที่มีฉันทะ คือทำด้วยใจรัก ฉันทะ ความพอใจ ความรักงานและจุดหมายของงานก็เกิดขึ้น อยากให้สิ่งนั้นสำเร็จอยากให้งานที่บุคคลทำนั้นพัฒนาอย่างงดงามประณีต มีความสมบูรณ์ก็ต้องมี ฉันทะ คือ ความพอใจ ความมีใจรักในสิ่งที่ทำ และพอใจใฝ่รักในจุดหมายของสิ่งที่ทำนั้น ๆ ให้สำเร็จอยากให้งานนั้นหรือสิ่งนั้นบรรลุเป้าหมายและพัฒนา ก็ต้องมีฉันทะ คือ ความพอใจในงานนั้นงานที่ทำการพัฒนาได้

๔.๕.๓ ๔ วิริยะกับการพัฒนาหน้าที่และการงาน

วิริยะ เป็นการกระทำที่แสดงถึงความรู้สึกที่ต้องการทำงานให้สำเร็จลงโดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคใด ๆ ที่เกิดขึ้นโดยมองว่าอุปสรรคต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นเป็นสิ่งที่ท้าทายในการทำงานให้สำเร็จ คือต้องมี วิริยะหรือความเพียร ความขยันหมั่นเพียรนี้เป็นเครื่องนำทางให้บุคคลได้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ การที่จะพัฒนางานให้เจริญไปข้างหน้า ต้องมีความเพียรขยันทำไม่ย่อท้อต่อปัญหาอุปสรรคและความลำบาก งานทุกอย่างจะสำเร็จและพัฒนาได้ต้องอาศัยความขยันหมั่นเพียร ความมีวิริยะจึงเป็นเครื่องมืออีกอย่างหนึ่งที่จะนำคุณไปสู่ความสำเร็จได้ ยิ่งคุณขยันเท่าไรการพัฒนาผลตอบแทนที่คุณจะได้รับมันก็มีมากเท่านั้น ที่สำคัญความวิริยะจะเกิดขึ้นได้ก็ด้วยความรักในงานจากฉันทะนั้นเอง และความวิริยะไม่ใช่การทำงานแบบเอาเป็นเอาตาย

แต่เป็นการหมั่นฝึกฝนตนเองต่างหาก และจิตตะหรือความจดจ่อกับงานที่ทำ วิริยะนั้นมักจะตามมาเมื่อมีฉันทะ คือถ้ารักงานเมื่อไร ก็จะขยันทำงานเมื่อนั้น วิริยะ คือ ความมุ่งมั่นทุ่มเท เป็นความมุ่งมั่นทุ่มเททั้งกายและใจ ในการที่จะพัฒนาการทำงานและการเรียนรู้และทำให้เข้าใจให้รู้ถึงพลังอันเป็นแก่นแท้ของคำว่าวิริยะนั้นก่อนว่า เมื่อบุคคลมีความเพียรพยายามอย่างเต็มที่แล้วการทำงานรวมทั้งการศึกษาก็จะสำเร็จผลและพัฒนาขึ้นได้ ดังนั้น คำว่า "วิริยะจึงหมายถึงความเพียรพยายามอย่างสูง วิริยะนี้มาคู่กับความอดทนอดกลั้น เป็นความรู้สึกไม่ย่อท้อต่อปัญหาและมีความหวังที่จะเอาชนะอุปสรรคทั้งปวง

โดยมีศรัทธาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวเตือนใจ ความอดทนเป็นเครื่องมือสำหรับคนใจเย็นและใจงามด้วย ไม่ใช่ฆะลุตุตันรบเร้าและรุ่มร้อน เพราะมันจะทำให้มีโอกาสผิดพลาดได้ง่าย หรือสูญเสียความอดทนในที่สุด ดังนั้นความวิริยะอุสาหะ จึงเป็นวิถีทางของบุคคลที่หาญกล้าและท้าทายต่ออุปสรรคใดๆ ทั้งมวลบุคคลที่มีวิริยะ คือความขยันหมั่นเพียรในการประกอบภาระงานแล้งงานที่ทำนั้นก็จะสำเร็จและสามารถพัฒนางานนั้นให้เจริญขึ้นไปข้างหน้าได้ ถ้ามว่า "ความวิริยะมันเกิดจากอะไร" คำตอบก็คือ "เกิดจากศรัทธาหรือฉันทะนั่นเอง" และเป็นศรัทธาที่มั่นคงด้วยไม่ว่าจะมีอุปสรรคใด ๆ มากระทบก็ตามก็จะไม่เปลี่ยนแปลง แต่อาจปล่อยวางหรือวางเฉยในบางเวลาบางสถานการณ์บ้าง เพื่อรอสถานะที่เหมาะสมกว่า ความวิริยะไม่ใช่ความดุดันอย่างเอาเป็นเอาตายหรือต้องให้ได้เสมอ แต่มันคือความยับยั้งและเลือกที่จะทำบางอย่างเพื่อรักษาศรัทธาไว้หรือเพื่อรอวาระที่เหมาะสมอันหมายถึงการบรรลุผลแห่งศรัทธา ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว จะเห็นได้ว่าถ้าบุคคลมีวิริยะ คือความเพียรในการทำงานโดยไม่ย่อท้องานที่ทำนั้นก็จะสำเร็จและพัฒนางานนั้นให้เจริญขึ้นได้

๔.๕.๓.๕ จิตตะกับการพัฒนาหน้าที่และการงาน

การพัฒนางานด้วยจิตตะ คือ มีจิตจดจ่อและตั้งมั่น คำว่าจิตตะนั้น หมายถึงความมีใจจดจ่อหรือความตั้งใจจริง เป็นการกระทำที่แสดงถึง ความรู้สึกที่มีความมุ่งมั่นในการทำงานด้วย ความแน่วแน่ จดจ่อในสิ่งนั้น เมื่อมีสิ่งใดมารบกวนก็ไม่สามารถที่จะละทิ้งงานนั้นได้ ด้วยเห็นว่างานที่ทำนั้นมีความสำคัญต่อตนเอง ผู้อื่น ตลอดจนถึงสภาพแวดล้อมด้วย จึงได้อุทิศกายและจิตใจในการทำงานนั้น เมื่อเรามีความตั้งใจเด็ดเดี่ยวงานที่เราทำงานนั้นก็สำเร็จและพัฒนาขึ้นได้ ความเอาใจรับผิดชอบงาน ผู้ปฏิบัติงานจะต้องมีจิตใจ หรือ สมาธิจดจ่อกับงานที่ทำ รวมถึง มีความรอบคอบและความรับผิดชอบในงานที่ทำอย่างเต็มสติกำลังและความสามารถของตน จิตตะ คือ ใจที่จดจ่อและรับผิดชอบ เมื่อมีใจที่จดจ่อแล้วก็จะเกิดความรอบคอบตาม คำนึงยิ่งใหญ่มาก

ปัจจุบัน สังคมซับซ้อน มีสิ่งใหม่ ๆ เกิดขึ้นมากมาย แต่ละคนมีภาระหน้าที่ ที่ต้องทำมากมาย ไม่รู้จะทำอะไรก่อน เวลาอ่านหนังสือก็คิดถึงงานที่รับผิดชอบ เวลาอ่านทำงานก็คิดว่าต้องอ่านหนังสือเพื่อเตรียมตัวสอบ ไม่สามารถมีจิตจดจ่ออยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งได้นาน ผลคือ ทำอะไรก็ไม่ดีสักอย่างทำผิด ๆ ถูก ๆ อยู่อย่างนั้นการพัฒนางานก็ไม่เกิดขึ้น แต่ถ้าเรามีใจที่จดจ่อต่อสิ่งที่เราคิดเราทำ และรับผิดชอบแล้ว ไม่ว่าจะเป็นการเรียนหรือการงานก็ตามความสำเร็จและการพัฒนา ทุกอย่างก็จะดีขึ้นไปเอง ความเอาใจจดจ่อต่อการทำงานนี้เป็นสิ่งที่สำคัญมาก เพราะว่างานจะสำเร็จผลและพัฒนาขึ้นได้ต้องอาศัยความตั้งใจ การเรียนก็เช่นเดียวกันถ้าเรามีความตั้งใจ เราก็จะมีความรอบรู้มากขึ้นเรื่อย ๆ ด้วยใจที่จดจ่อตั้งมั่นและใฝ่เรียนรู้ของเรา เมื่อมีความรอบรู้มากขึ้นก็จะเกิดความรอบคอบตามมา

เมื่อมีความรอบคอบแล้วการตัดสินใจทำอะไรก็จะเกิดความผิดพลาดน้อยตามไปด้วย ความรอบคอบจะเกิดขึ้นไม่ได้เลยหากไม่รอบรู้ ดังนั้น การที่คนจะรอบรู้ได้นั้น ต้องหมั่นศึกษาเรียนรู้อยู่เป็นเนืองนิจ ติดตามข่าวสารบ้านเมืองสม่ำเสมอ ต้องอ่านหนังสืออย่าให้ขาดและหลากหลายโดยไม่ยึดติดกับเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ประการสำคัญต้องฝึกตั้งคำถามกับตัวเองกับเรื่องราวต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นรอบตัวเราพร้อมกับค้นหาคำตอบให้ได้ การฝึกสนทนากับผู้รู้บ่อย ๆ ก็เป็นสิ่งจำเป็น ซึ่งเมื่อเราทำได้อย่างนี้แล้ว เราก็จะเป็นผู้ที่เข้าใจความรู้ไปโดยปริยาย เมื่อเราเข้าใจความรู้แล้ว ก็ไม่ใช่เรื่องยากที่จะวิเคราะห์สังเคราะห์เนื้อแท้ของเรื่องราวต่าง ๆ ออกมาสู่การตัดสินใจของหมู่คณะหรือ

แม้แต่เรื่องส่วนตัวของเราเอง ดังนั้น จิตตะ คือ ความเอาใจใส่และความตั้งใจความรอบคอบจึงแฝงไปด้วยความรู้ตามสภาพจริงของมัน อันเป็นแนวปฏิบัติที่คนรุ่นใหม่ต้องสร้างให้เกิดเป็นนิสัยแก่ตนเอง การทำงานรวมทั้งการเรียนรู้ให้สำเร็จนั้นต้องมีจิตตะ คือ ความเอาใจจดจ่อและตั้งใจจริง การงานและการเรียนรู้ก็จะพัฒนาขึ้นได้

๔.๕.๓.๖ วิมังสาเกี่ยวกับการพัฒนาหน้าที่และการงาน

วิมังสาเป็นการกระทำที่แสดงถึงความรู้สึกที่ได้ใช้ปัญญาในการพิจารณาใคร่ครวญและการค้นหาและแก้ไขข้อบกพร่องในการทำงาน โดยได้มีการทดลองและหาแนวทางใหม่ ๆ เพื่อนำมาใช้ในการทำงาน ส่งเสริมให้งานเสร็จสิ้น และบรรลุเป้าหมายได้อย่างสมบูรณ์เรียบร้อย การพินิจพิเคราะห์และใช้ปัญญาตรวจสอบงานผู้ปฏิบัติงานจะต้องทำงานด้วยปัญญาด้วยสมมตคิด รวมถึงการมีความเข้าใจในงานอย่างลึกซึ้งทั้งในแง่ขั้นตอนและผลสำเร็จ ผลสัมฤทธิ์ของงานและงานนั้นพัฒนาได้นั้นต้องมี วิมังสา คือ การทบทวนในสิ่งที่ได้คิดได้ทำมา อันเกิดจาก การมีใจรัก (ฉันทะ) แล้วทำด้วยความมุ่งมั่น (วิริยะ) อย่างใจจดใจจ่อและรับผิดชอบ (จิตตะ) โดยใช้วิจารณ์ญาณอย่างรอบรู้และรอบคอบ(วิมังสา) จึงนำไปสู่การทบทวนตัวเอง และทบทวนขบวนการ ทบทวนในสิ่งที่ได้คิดสิ่งได้ทำผ่านมามีเกิดผลดีผลเสียอย่างไร ทั้งที่เป็นเรื่องส่วนตัวของบุคคลเองและเป็นเรื่องที่ร่วมคิดร่วมทำกับคนอื่น เพื่อปรับปรุงปรับแก้ไขให้ดียิ่งขึ้น

การพิจารณานั้นใคร่ครวญ หมายถึง การใช้สติสัมปชัญญะ และปัญญาเพ่งดูเหตุปัจจัยต่าง ๆ ในเมื่อจะประกอบการทำงานนั้น ๆ ถึงจะใช้เวลานานหนอยก็ยังดีกว่าทำอะไรรีบร้อนใจเร็วด่วนไปได้ โดยขาดการวิมังสา คือ การใคร่ครวญก่อนทำ บางครั้งทำอะไรรีบร้อนก็อาจเสียหายได้เป็นอันตรายถึงแก่ชีวิตได้ เพราะฉะนั้น เวลาจะทำอะไรก็ตาม ต้องใช้สติปัญญาใคร่ครวญพิจารณาดูก่อนแล้วจึงค่อยทำ จะทำให้การทำงานหรือสิ่งที่ทำอยู่นั้นมีประสิทธิภาพงานนั้นจะพัฒนาขึ้นและสำเร็จได้ตามจุดประสงค์ การทำงานอย่างใดอย่างหนึ่ง ที่จะประสบผลสำเร็จได้ ผู้ทำจะต้องมีหลักเกณฑ์ในการทำงาน คือต้องพิจารณาให้รู้ก่อนว่า ถ้าบุคคลทำงานสิ่งนี้ ผลออกมาจะเป็นอย่างไร เมื่อรู้ว่าการงานนั้น ๆ ถ้าทำแล้วจะเป็นผลดีแก่ตนและสังคมอย่างมากก็ควรทำ หรือถ้ามีผลค่อนข้างมากก็ควรทำ ถ้ามีผลดีน้อยและยังว่างงานอยู่ก็ควรทำรองาน แต่ทั้งหมดต้องเป็นงานไม่มีโทษ แต่ถ้าบุคคลพิจารณาเห็นว่างานนั้น ๆ ไม่มีประโยชน์ก็ไม่ควรทำเพราะจะทำให้บุคคลนั้นเสียเวลาเปล่า

บางทีจะทำให้บุคคลได้รับโทษ เพราะการทำงานนั้น ๆ ก็เป็นไปได้ ฉะนั้นก่อนจะทำอะไรลงไป จึงควรพิจารณาให้ดีก่อนแล้วจึงลงมือทำความว่า “ธรรมะในงาน ธรรมะในใจ” ธรรมะไม่ได้มีอยู่แต่ในเนืองงานเท่านั้น แต่ยังอยู่ในกระบวนการทำงานหรือวิธีการทำงานด้วย เช่น ทำงานด้วยวิธีการที่ถูกต้อง มีจริยธรรม ซื่อตรง ไม่หลอกลวง ไม่เอาเปรียบใคร ไม่โกงใคร ถูกต้องตามจรรยาบรรณ เช่น การเรียนหนังสือเป็นสิ่งที่ดี ใคร ๆ ก็ยอมรับ แต่วิธีการเรียนอาจไม่ถูกต้องก็ได้ เช่น ลอกรายงานของเพื่อน โกงข้อสอบ แบบนี้ไม่ใช่ธรรมะ การทำงานราชการเป็นสิ่งที่ดี เพราะเป็นงานที่ช่วยเหลือสาธารณะ แต่ถ้าไปเอาผลงานของคนอื่นมาอ้างเป็นของตน อย่างนี้ก็เรียกว่าไม่มีธรรมะในการทำงาน นอกจากวิธีการถูกต้องแล้ว

ธรรมะในงานยังหมายถึง หลักการทำงานที่ช่วยให้งานสำเร็จตรงตามเป้าหมาย เช่น ทำงานโดยอาศัยหลักอริยสัจ ๔ เช่น ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค คนไทยเรารู้จักคุ้นเคยกับหลักธรรมข้อนี้มานานแล้ว ถ้าเรารู้จักเอามาใช้กับการทำงาน ก็เรียกว่าทำงานอย่างมีธรรมะได้ เช่น รู้ว่าอะไรเป็นปัญหา จากนั้นก็หาเหตุ แล้วกำหนดเป้าหมายให้แน่ชัด จากนั้นก็หาวิธีทำให้บรรลุเป้าหมายดังกล่าว นอกจากหลักอริยสัจ ๔ แล้วยังมีหลักอิทธิบาท ๔ ได้แก่ ความมีใจรักในงานที่ทำ (หรือฉันทะ) ความเพียร(หรือวิริยะ) ความจดจ่อใส่ใจ (หรือจิตตะ) การหมั่นไตร่ตรอง (วิมังสา) อิทธิบาท ๔ นี้พุทธศาสนาถือว่าเป็นธรรมะที่นำไปสู่ความสำเร็จโดยตรงในที่จะพัฒนาการทำงานให้เจริญขึ้น ถ้าเรามีวิธีการทำงานที่ดี เช่น รู้จักวางใจได้ถูกต้อง ก็สามารถทำให้งานนั้นพัฒนาตัวบุคคลได้

การวางใจถูกต้องก็ถือว่าเป็นธรรมะอย่างหนึ่งได้เหมือนกัน เช่น ทำงานโดยไม่กลัวความยากลำบาก เห็นอุปสรรคเป็นของดีที่ช่วยให้ตัวบุคคลมีประสบการณ์มากขึ้น หรือเห็นว่าอุปสรรคทำให้งานมีรสชาติ กลายเป็นเรื่องสนุกท้าทายความสามารถ การมีทัศนคติหรือมีมุมมองแบบนี้ก็ทำให้งานกลายเป็นสิ่งที่พัฒนาหน้าที่การงานตัวบุคคลด้วย ทำให้เป็นคนสู้งาน มีความมั่นใจในตนเอง และมีความสุขกับการทำงาน แม้งานจะยังไม่เสร็จแต่ประโยชน์ก็เกิดขึ้นแล้วกับคนทำงาน อย่างนี้เรียกว่ามีธรรมะในงาน ในทางตรงข้ามถ้าทำงานโดยไม่มีธรรมะแบบนี้ ก็อาจจะทำงานแบบไม่ใส่ใจ ไม่กระตือรือร้น ทำแบบลวก ๆ นอกจากงานจะไม่สำเร็จแล้ว บุคคลที่ทำงานก็มีความทุกข์ แล้วยังได้นิสัยที่ไม่ดีติดตัว เช่น เป็นคนไม่สู้งาน กลัวความยากลำบาก นอกจากนี้วิธีการทำงานที่ดี มีธรรมะเป็นพื้นฐาน ก็ยังก่อให้เกิดมิตรภาพ สร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ร่วมงาน ไม่ใช่บุคคลคนเดียวเท่านั้นที่ได้ประโยชน์ เช่นมีความรู้ความสามารถมากขึ้นเท่านั้น คนอื่น ๆ ที่ทำงานกันก็ได้ประโยชน์เช่นกัน เช่น ได้เพื่อนมากขึ้น มีความไว้วางใจและช่วยเหลือกัน รวมทั้งมีความมั่นใจที่จะทำสิ่งยากได้ ทั้งหมดนี้เกิดขึ้นได้ถ้าบุคคลเอาธรรมะมาใส่ขณะทำงาน

การจะทำอะไรนั้น ไม่ควรใจเร็วด่วนได้ บุ่มบ่ามทำ เพราะอาจทำให้เกิดความผิดพลาดได้ง่ายงานที่ทำก็ไม่พัฒนาขึ้น เนื่องจากสายตาของบุคคลที่มองสิ่งต่าง ๆ ทุกวันนั้นมักจะมองแบบไม่บริสุทธิ์ มองแบบเจือปนด้วยกิเลส ตัณหา อุปาทาน จึงเสี่ยงต่อการวินิจฉัยที่ผิด ๆ บ่อยครั้ง มีคนกล่าวไว้ว่า “คิดทุกสิ่งที่ทำ แต่อย่าทำทุกสิ่งที่คิด” คนที่คิดทุกสิ่งที่ทำ คือการคิดให้ดีกว่าลงมือทำนั่นเอง จะเห็นว่าการคิดใหม่ทำใหม่ของบุคคลก็มีอะไรเปลี่ยนแปลงเพิ่มมาอยู่เรื่อย ไม่มากก็น้อย ความคิดไม่ได้อยู่ร่องรอยเดิมเท่าไรนัก แต่ก็ดีกว่าทำอะไรรวดเร็วเกินไปโดยไม่ค่อยมีเวลาได้คิด ส่วนบุคคลที่ทำทุกอย่างที่คิด คงนำความวุ่นวายปั่นป่วนมาสู่ชีวิตและสังคมไม่น้อยทีเดียว เพราะความคิดของมนุษย์ซับซ้อนและไร้ขอบเขตมีทั้งดีและไม่ดี การลงมือทำทุกอย่างที่คิดเป็นเรื่องสุวิสัยที่จะทำตามได้คงสับสนและเหน็ดเหนื่อยเต็มทน เพราะแต่ละวันแต่ละคนคิดได้ร้อยแปดพันเก้าเรื่อง คงวิ่งไล่กวาดทำตามความคิดไม่ได้ทุกอย่างเป็นแน่แท้

โดยสรุปแนวทางการประยุกต์ใช้อิทธิบาท ๔ เพื่อการพัฒนาหน้าที่การงาน ที่ว่า ฉันทะ มีใจรัก คือ พอใจจะทำสิ่งนั้น และทำด้วยใจรัก ต้องการทำให้เป็นผลสำเร็จ มีใช้สักแต่ทำพอให้เสร็จ ๆ หรือเพียงเพราะอยากได้รางวัลหรือผลกำไร ฉันทะ ได้แก่ ความพึงพอใจในสิ่งที่ทำอยู่บุคคลควรรักงาน รักเพื่อนร่วมงาน รักหมู่คณะ และสถาบัน เมื่อบุคคลมีความพอใจมีความรักในสิ่งที่ตนทำ สิ่งต่าง ๆ ที่ตนแสดงพฤติกรรมออกมาก็จะดีด้วย มนุษย์ควรให้ความรักแก่กัน ตั้งแต่รักกันภายในครอบครัว รักกันในกลุ่มงานและสังคมวิริยะ พากเพียรทำ คือ ขยัน หมั่นกระทำให้สิ่งนั้นด้วยความพยายาม เข้มแข็ง

อดทนไม่หือถอยต่ออุปสรรควิธีะ ได้แก่ ความเพียรพยายามการมีความขยัน อดทนมีมานะ บากบั่น จนประสบผลสำเร็จ ดังสุภาษิตที่ว่า มีความพยายามที่ไหนที่นั่นย่อมประสบความสำเร็จ เช่น ต้องการเรียนเก่ง นักศึกษาก็ต้องหมั่นท่องอ่านทำรายงาน ทำแบบฝึกหัด รับผิดชอบต่อการเรียนมีวินัย ความพยายามจะทำให้นักศึกษาสอบได้ดี จิตตะ เอาจิตฝึกฝฝ คือ ตั้งจิตรับรู้ในสิ่งที่ทำ และทำสิ่งนั้นด้วยความคิดไม่ปล่อยจิตให้ฟุ้งซ่าน เลื่อนลอยจิตตะ ได้แก่ ความตั้งใจ การฝึกฝฝอย่างจริงจัง ไม่ว่าจะเป็นการเรียนหรือการทำงานเอาใจใส่ต่องานที่ทำ มีความตั้งใจว่าจะทำทุกอย่างให้ดี ทำให้ได้ มีเจตนาแน่วแน่มทุกอย่างย่อมสำเร็จ วิมังสา ใช้ปัญญาสอบสวน คือ หมั่นใช้ปัญญาพิจารณาใคร่ครวญ ตรวจตราหาเหตุผลและตรวจสอบข้อบกพร่องในสิ่งที่ทำนั้น งานที่บุคคลทำก็จะสำเร็จสามารถพัฒนาขึ้นได้แน่นอน ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว

แนวทางการประยุกต์ใช้อธิบาท ๔ เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต หลักคำสอนของพระพุทธศาสนา เท่าที่นำมาบรรยายในที่นี้ หากนำไปประพฤติปฏิบัติอย่างจริงจังแล้ว จะทำให้บุคคลผู้ปฏิบัติได้รับประโยชน์และพัฒนาขึ้นโดยการประพฤติตามหลักอธิบาท ๔ กล่าวคือ ๑. ฉันทะ หมายถึง ความพอใจรักใคร่ การกระทำใด ๆ ที่เรามีใจรักเป็นพื้นฐานจะเป็นสิ่งที่เรามีความถนัดและมีความภาคภูมิใจที่ได้สร้างสรรค์สิ่งนั้นขึ้นมา ซึ่งแตกต่างจากการกระทำใด ๆ ที่ มุ่งหวังผลกำไรเป็นพื้นฐานแต่เป็นสิ่งที่เราไม่ชอบไม่มีใจรักในสิ่งนั้น ความรักความชอบในสิ่งใดจะเป็นตัวกระตุ้นให้บุคคลเกิดความพยายามที่จะต่อสู้กับปัญหาและอุปสรรคที่จะเกิดขึ้น การไปถึงสิ่งที่บุคคลต้องการนั้นจะต้องใช้พลังงานในการขับเคลื่อนค่อนข้างสูง และหากไม่ประสบความสำเร็จก็จะท้อใจและเลิกกลางคัน ๒. วิริยะ หมายถึงความขยันพากเพียรกระทำงานใด ๆ โดยไม่ย่อท้อและกระทำต่อเนื่องไม่ขาดตอนจนประสบความสำเร็จ แม้จะเผชิญปัญหาอุปสรรคต่าง ๆ ก็มีความพยายามที่จะเอาชนะปัญหาอุปสรรคต่าง ๆ อย่างอาจหาญจนกว่าจะประสบความสำเร็จตามที่มุ่งหวัง วิริยะ จึงเปรียบเหมือนระบบกลไกภายใน เป็นจักรเฟืองที่จะขับเคลื่อนให้เกิดการกระทำอย่างต่อเนื่อง แม้จะไม่ประสบความสำเร็จในครั้งแรก ๓. จิตตะ หมายถึงความเอาใจใส่ ในการทำงานอย่างสม่ำเสมอความไม่ทอดทิ้ง มีจิตจดจ่ออยู่กับสิ่งนั้น หรืออาจเรียกว่ามีสมาธิในการทำงานนั้น ซึ่งจะทำให้ผลงานที่ได้มีคุณภาพ

การกระทำครั้งแล้วครั้งเล่าอย่างใจจดใจจ่อด้วยจิตที่เป็นสมาธิ ทำให้การกระทำถูกบันทึกลงในจิตใต้สำนึก และแปลงกลับมาเป็นพลังงานส่งให้ระบบกลไกภายในทำงานต่อไปอย่างไม่รู้จักเหน็ดเหนื่อย ๔. วิมังสา หมายถึงความหมั่นดูแล ตรวจสอบผลของการกระทำกับผลที่ได้ด้วยการใช้สติปัญญาที่แหลมคมในการค้นหาประเด็นปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้น และแสวงหาหนทางที่กระจ่างชัดเห็นวิธีแก้ไขปัญหาอุปสรรคดังกล่าวอย่างชัดเจนลึกในยุทธวิธีในการแก้ไขปัญหาอุปสรรคนั้น อธิบาท ๔ นี้ จะเกิดเป็นองค์รวมภายในตัวบุคคล ขอบุคคลเริ่มต้นในสิ่งที่เรารักเราชอบ การก่อร่างสร้างตัวการเริ่มต้นธุรกิจที่จะเป็นผู้ประกอบการใหม่จะบังเกิดขึ้นอย่างแน่นอน ดังนั้น"อธิบาท ๔" จึงมีความหมายกับคนรุ่นใหม่ที่ต้องการจะเดินทางไปไปสู่ความสำเร็จในชีวิตและการงาน เพราะหากทำได้ตามกระบวนการแล้ว สังคมความรู้ ชุมชนความรู้ และปัจเจกชนความรู้ คงอยู่ไม่ไกลเกินฝัน ประการสำคัญ"อธิบาท ๔"ไม่ได้เกิดขึ้นอย่างโดดเดี่ยวจากหลักธรรมข้ออื่น ๆ อันเป็นองค์รวมและเชื่อมโยงถึงกัน

๑. ฉันทะ ได้แก่ ความพึงพอใจในสิ่งที่ทำ ๒.วิริยะ ได้แก่ ความเพียรพยายามการมีความขยัน๓. จิตตะ ได้แก่ ความตั้งใจ การฝึกฝฝอย่างจริงจัง ๔. วิมังสา ได้แก่ ความสุขุม รอบคอบ

ใคร่ครวญพิจารณาสิ่งที่ทำด้วยปัญญาเพียงแต่อธิบายคนละบทบาทเท่านั้น สิ่งสำคัญบุคคลนั้นได้ใคร่ครวญในเรื่องเหล่านี้มากน้อยเพียงใด เพราะในโลกปัจจุบันโลกที่สังคมวิหิงขามากจนเกินล้น จึงกลายเป็นโลกที่ฉาบฉวยและวุ่นวายสูงสุด นั้นแปลว่าบุคคลต้องฝึกฝนตนเองหลายเท่าตัวเพื่อจะเข้าใจและเข้าถึงหลักธรรมที่ก่อกำเกิดการพัฒนาที่จุดเริ่มต้นของตนเองอย่างแท้จริง

กล่าวโดยสรุป บุคคลต้องมีพอใจในงานที่ทำ และมีความเพียรพยายามเอาใจใส่ในหน้าที่การงานนั้นอย่างต่อเนื่อง ด้วยการพิจารณาอย่างรอบคอบรอบด้าน การศึกษาเล่าเรียนจะประสบผลสำเร็จพัฒนาขึ้น การพัฒนาจิตใจคือการยกระดับจิตใจให้สูงขึ้นรวมทั้งการพัฒนาหน้าที่การงานให้ดีขึ้นได้นั้นต้องมีธรรมประจำใจ คืออิทธิบาท ๔ ประการ เป็นหลักธรรมสำหรับพัฒนาบุคคลให้เป็นบุคคลที่ดีของสังคมทำให้สังคมอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ประกอบด้วย ฉันทะ มีใจรัก วิริยะ พากเพียรทำ จิตตะ เอาจิตฝึกฝั วิมังสา ใช้ปัญญาสอบสวน หลักธรรมดังกล่าว เปรียบเสมือนต้นทุนชีวิต ช่วยให้ประสบความสำเร็จในทุกกิจการที่กระทำทั้งทางด้านการศึกษา การประกอบอาชีพ การดำรงชีวิตทำให้สามารถพึ่งพาตนเองได้ รวมตลอดถึงเป็นที่พึ่งของคนอื่นได้ด้วย ซึ่งสามารถบูรณาการในการจัดกระบวนการเรียนรู้ได้