

บทที่ ๔

แนวทางการดำเนินชีวิตตามหลักพุทธธรรมของชาวบ้านแฮมเหนือ

บทนี้เป็นการศึกษาแนวทางการดำเนินชีวิตตามหลักพุทธธรรมของชาวบ้านแฮมเหนือ ผู้วิจัยได้ศึกษาแบ่งเป็นสองกลุ่มคือชาวบ้านทั่วไปที่อยู่ในพื้นที่และกลุ่มนักปราชญ์และผู้นำท้องถิ่น จำนวนรวม ๑๔ คน โดยอาศัยการประเมินพฤติกรรมจากการตอบแบบการสัมภาษณ์เชิงลึกศึกษา ปัญหาหลายด้านทั้งทาง ด้านเศรษฐกิจ ด้านสังคม ด้านอารมณ์ ด้านสิ่งแวดล้อม บทนี้จะศึกษาการ แนวทางการดำเนินชีวิตตามหลักพุทธธรรม ๔ ด้าน

๔.๑ แนวทางการดำเนินชีวิตด้านเศรษฐกิจตามหลักพุทธธรรม

จากการลงพื้นที่และสัมภาษณ์ชาวบ้านที่อยู่หมู่บ้านแฮมเหนือและนักปราชญ์ประจำหมู่บ้านพร้อมทั้งพระสงฆ์ในวัดประจำหมู่บ้าน เกี่ยวกับปัญหาที่ชาวบ้านมาปรึกษาพระสงฆ์เรื่องปัญหา อะไรมากที่สุด ก็พบว่าปัญหาเรื่องเป็นหนี้และเรื่องเศรษฐกิจเรื่องปากท้องรายได้ที่จะมาใช้จ่ายใน ชีวิตประจำวันและปัจจัยพื้นฐานในการดำเนินชีวิตเพื่อให้การดำเนินชีวิตต่อไปได้ เพราะปัญหาราคา ข้าวตกต่ำซึ่งเป็นรายได้หลักของชาวบ้านหมู่บ้านแฮมเหนือ ดังคำสัมภาษณ์ พระครูกิตติพิบูลธรรม เรื่อง ที่ชาวบ้านมาปรึกษาปัญหาอะไรมากที่สุดพบว่า “เกี่ยวกับหนี้สิน ข้าวไม่เป็นราคา ข้าวเป็นเบี้ยเป็น หนอนรักษาไม่ถูกวิธีแก้ไขอย่างไรอย่างนี้เป็นต้นส่วนมากคือปัญหาหนี้สินเป็นหลัก หนี้เกี่ยวกับยืมเงิน ธนาการเพื่อการเกษตรและสหกรณ์ มาลงทุนและก็ไม่คุ้ม ค่าขายข้าวไม่ได้ราคา”^๑ จากการที่ได้ศึกษา มานี้ันเกิดจากรายได้ในการทำนาไม่เพียงพอแก่การดำเนินชีวิตเลยเกิดปัญหาทางด้านเศรษฐกิจเกิด ความไม่สมดุลรายรับไม่พอกับรายจ่ายเพราะรายจ่ายในการดำเนินชีวิตจะต้องจ่ายทุกวันจ่ายรายวัน เช่น ตั้งแต่เรื่องอาหารการกินจะต้องซื้อกินแทบทุกอย่างบ้านไหนมีลูกต้องเข้าโรงเรียนก็ต้องจ่ายทุกวัน และ จ่ายรายวันรายเดือนเช่น รายเดือนก็มีค่าใช้จ่ายทั้งค่าน้ำค่าไฟ รายปีก็มีเช่นค่าใช้จ่ายในการทำ ประกันตนกับทางภาครัฐและเอกชนและจ่ายเงินกองทุนหมู่บ้านและจ่ายดอกเบี้ย ธนาการเพื่อ การเกษตรและสหกรณ์อีก และค่าฌาปนกิจศพ

ผู้วิจัยได้ศึกษาการแก้ปัญหาของของกลุ่มนักปราชญ์ประจำหมู่บ้านและพบว่านักปราชญ์ และผู้นำท้องถิ่นท่านมีวิธีการแก้ปัญหาทางด้านรายได้หรือด้านเศรษฐกิจให้ชาวบ้านอย่างไรพบว่าแนะ ให้ชาวบ้านควรจะทำอาชีพเสริมและใช้ชีวิตแบบพอเพียง ไม่มากจนเกินไปและไม่น้อยจนเกินไปดังนั้น ชาวบ้านควรมีแนวทางในการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงและพึ่งพาตนเองก่อนให้ได้มากที่สุดเหมือนกับ ปราชญ์ชุมชนแนะนำคือ ชาวบ้านควรจะทำอาชีพเสริมคือ ปลูกผัก กินเอง ปลูกมัน และเลี้ยงโค หา รายได้เสริมเพื่อจะมาใช้จ่ายในชีวิตประจำวันและรู้จักหาและรู้จักเก็บออมและประหยัดในการใช้จ่าย ไม่ฟุ่มเฟือยมากจนเกินตัวเป็นต้น ส่วนมากพบปัญหาในการทำมาหาเลี้ยงชีพประจำวันคือ ปัญหาเรื่อง เศรษฐกิจปากท้องนั่นเอง

^๑ สัมภาษณ์ พระครูกิตติพิบูลธรรม, ๑๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐.

๔.๑.๑ แนวทางการดำเนินชีวิตด้านเศรษฐกิจตามหลักพุทธธรรม

แนวทางการดำเนินชีวิตของชาวนาหมู่บ้านแหมเหนือที่ดำเนินอยู่นั้นสอดคล้องกับหลักธรรมในพระพุทธศาสนาแนวทางในการดำเนินชีวิตเรื่องเศรษฐกิจ เป็นเรื่องปากท้องการอยู่ดีกินดี ความอุดมสมบูรณ์ เมื่อเศรษฐกิจดีเป็นเหตุให้ไม่มีโจรผู้ร้ายเกิดขึ้นในบ้านเมือง ในกฎทันทสูตร^๒ มีข้อความที่พระพุทธเจ้าตรัสเล่าเรื่องเกี่ยวกับพระเจ้าวิจิตรราชในประเด็นปัญหาเกี่ยวกับปากท้องผู้วิจัยจะนำเสนอตั้งนี้พระพุทธเจ้าได้ตรัสเรื่องพระเจ้าวิจิตรราชในการบริหารกิจการบ้านเมืองโดยมีเนื้อความเกี่ยวกับการแก้ปัญหาเศรษฐกิจซึ่งพระเจ้าวิจิตรราชได้ถามถึงวิธีการแก้ปัญหากับปุโรหิตได้รับคำตอบให้แจกพืชให้แก่ผู้ที่ขยันในการทำพณิชยกรรมพราหมณ์ปุโรหิตกราบทูลว่า ‘บ้านเมืองของพระองค์ยังมีเสี้ยนหนาม มีการเบียดเบียน โจรยังปล้นบ้าน ปล้นนิคม ปล้นเมืองหลวง ดักจู่ในทางเปลี่ยวเมื่อบ้านเมืองยังมีเสี้ยนหนาม พระองค์จะโปรดให้ฟื้นฟูพิธีกรรมขึ้นก็จะชื่อว่าทรงกระทำสิ่งที่ไม่สมควร พระองค์มีพระราชดำริอย่างนี้ว่า ‘เรายังปราบปรามเสี้ยนหนามคือโจร ด้วยการประหาร จองจำ ปรับ โหมตานิโทษ หรือเนรเทศ’ อย่างนี้ไม่ใช่การกำจัดเสี้ยนหนามคือโจรที่ถูกต้อง เพราะว่า โจรที่เหลือนอกจากกำจัดไปแล้วจักมาเบียดเบียนบ้านเมืองของพระองค์ในภายหลังได้ การกำจัดเสี้ยนหนามคือโจนที่ถูกต้อง ต้องอาศัยวิธีการต่อไปนี้ คือ

(๑) ขอให้พระองค์พระราชทานพันธุ์พืชและอาหารให้แก่พลเมืองผู้ขะมักเขม้นในเกษตรกรรมและการเลี้ยงปศุสัตว์ในบ้านเมืองของพระองค์

(๒) ขอให้พระองค์พระราชทานต้นทุนให้แก่พลเมืองผู้ขะมักเขม้นในพณิชยกรรมในบ้านเมืองของพระองค์

(๓) ขอให้พระองค์พระราชทานอาหารและเงินเดือนแก่ข้าราชการที่ขยันขันแข็งในบ้านเมืองของพระองค์พลเมืองเหล่านั้นจักชวนชวายเป็นหน้าที่การงานของตนไม่พากันเบียดเบียนบ้านเมืองของพระองค์ และจักมีกองพระราชทรัพย์อย่างยิ่งใหญ่นบ้านเมืองก็จะอยู่ร่มเย็นไม่มีเสี้ยนหนามไม่มีการเบียดเบียนประชาชนจะขึ้นขมยินดีต่อกันมีความสุขกับครอบครัวอยู่อย่างไม่ต้องปิดประตูบ้าน

พระเจ้ามหาวชิตราชทรงรับคำของพราหมณ์ปุโรหิตแล้ว ได้พระราชทานพันธุ์พืชและอาหารแก่พลเมืองที่ขะมักเขม้นในเกษตรกรรมและการเลี้ยงปศุสัตว์พระราชทานต้นทุนให้แก่พลเมืองผู้ขะมักเขม้นในพณิชยกรรมพระราชทานอาหารและเงินเดือนแก่ข้าราชการที่ขยันขันแข็งในบ้านเมืองของพระองค์ พลเมืองเหล่านั้นชวนชวายเป็นหน้าที่การงานของตนไม่พากันเบียดเบียนบ้านเมืองของพระองค์และได้มีกองพระราชทรัพย์อย่างยิ่งใหญ่ บ้านเมืองอยู่ร่มเย็น ไม่มีเสี้ยนหนามไม่มีการเบียดเบียน ประชาชนต่างขึ้นขมยินดีต่อกันมีความสุขกับครอบครัวอยู่อย่างไม่ต้องปิดประตูบ้าน

นี่คือแนวทางในการดำเนินชีวิตและการแก้ปัญหาในสมัยครั้งพุทธกาลในเมื่อเศรษฐกิจดีปากท้องอัมปัญหาต่าง ๆ ก็หมดไป เป็นการแก้ปัญหาในการปกครองโดยใช้หลักการที่เกิดประโยชน์ทั้งผู้ปกครองและผู้ถูกปกครองได้ประโยชน์ร่วมกันสังคมเกิดความผาสุกอุดมสมบูรณ์ตลอดไปในทางพระพุทธศาสนานั้นจุดมุ่งหมายนั้นให้มนุษย์มีความสุขไม่มีทุกข์ประกอบสัมมาชีพโดยสุจริตไม่

^๒ ที.สี. (ไทย) ๔/๓๓/๑๓๐.

เบียดเบียนตนเองและผู้อื่นทั้งโดยตรงและทางอ้อมทางกายก็ดีทางวาจาก็ดีเน้นเรื่องการทำมาหากิน เรื่องปากท้องเป็นเรื่องสำคัญ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค เป็นปัจจัยพื้นฐานในการดำเนินชีวิต ดังนั้นการดำเนินชีวิตจึงเป็นศิลปะในการดำเนินชีวิต นับตั้งแต่การทำมาหากิน วิธีการทำมาหากินตลอดจนเมื่อได้ทรัพย์มาแล้วยังต้องมีศิลปะในการรักษาและมีศิลปะในการใช้สอยอีกด้วย

ปัญหาด้านเศรษฐกิจของชาวบ้านแฮมเหนือตั้งที่นักปราชญ์แนะนำไว้ให้รู้จักทำอาชีพเสริมหารายได้เสริมและรู้จักออมประหยัดในการใช้จ่ายมั่งฟุ่มเฟือยในการใช้ชีวิตผู้วิจัยมีความเห็นสอดคล้องกับหลักธรรมของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ตรัสไว้ คือ หลักทฤษฎีธัมมิกัตถสังวัตตนิกธรรม^๓ ในพระพุทธศาสนาได้มีข้ออธิบายไว้ในพระไตรปิฎกว่าพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่าพราหมณ์ธรรม ๔ ประการนี้ย่อมเป็นไปเพื่อเกื้อกูลในภพนี้ เพื่อสุขในภพนี้แก่กุลบุตรธรรม ๔ ประการ คือหลักธรรม ทฤษฎีธัมมิกัตถประโยชน์ (๑) อุฏฐานสัมปทา (๒) อารักขสัมปทา (๓) กัลป์ยาณมิตตตา (๔) สมชีวิตา

๑) อุฏฐานสัมปทา คือ “พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า กุลบุตรในโลกนี้เลี้ยงชีพด้วยการงานใด จะเป็นกสิกรรม พาณิชยกรรม โครกขกรรม เป็นช่างศร รับราชการ หรือ ศิลปะอย่างใดอย่างหนึ่งก็ตาม เป็นผู้ขยันไม่เกียจคร้านในการที่จะต้องช่วยกันทำนั้น สามารถทำได้ สามารถจัดได้ว่า อุฏฐานสัมปทา”^๔

๒) อารักขสัมปทา คือ “กุลบุตรในโลกนี้มีโภคทรัพย์ที่หามาได้ด้วยความขยันหมั่นเพียรเก็บรวบรวมด้วยน้ำพักน้ำแรงอาบเหงื่อต่างน้ำประกอบด้วยธรรมเขารักษาคุ้มครองโภคทรัพย์นั้นด้วยคิดว่าโภคทรัพย์เหล่านี้ของเรา จึงจะไม่ถูกพระราชาริบ โจรไม่ลัก ไฟไม่ไหม้ น้ำไม่พัดไป ทายาทผู้ไม่เป็นที่รักไม่ลักไป นี้ “เรียกว่าอารักขสัมปทา”^๕

๓) กัลป์ยาณมิตตตา คือ “กุลบุตรในโลกนี้วางตัวเหมาะสมเจรจาสอนทนากับคนในหมู่บ้านหรือในนิคมที่ตนอาศัยอยู่จะเป็นคนหบดีบุตรคนหบดีคนหนุ่มผู้เคร่งครัดหรือคนแก่ผู้เคร่งครัดตามผู้ถึงพร้อมด้วยศรัทธา ถึงพร้อมด้วยศีล ถึงพร้อมด้วยจาคะ และถึงพร้อมด้วยปัญญา คอยศึกษาศรัทธา สัมปทาของท่านผู้ถึงพร้อมด้วยศรัทธาตามสมควรคอยศึกษาศีลสัมปทาของท่านผู้ถึงพร้อมด้วยศีลตามสมควรคอยศึกษาจาคะสัมปทาของท่านผู้ถึงพร้อมด้วยจาคะตามสมควรและคอยศึกษาปัญญาสัมปทาของท่านผู้ถึงพร้อมด้วยปัญญาตามสมควรนี้เรียกว่ากัลป์ยาณมิตตตา”^๖

๔) สมชีวิตา คือ “กุลบุตรในโลกนี้รู้ทางเจริญแห่งโภคทรัพย์และทางเสื่อมแห่งโภคทรัพย์แล้วเลี้ยงชีพแต่พอเหมาะไม่ให้ฟุ่มเฟือยนักไม่ให้ฝืดเคืองนักด้วยคิดว่าด้วยการใช้จ่ายอย่างนี้ รายรับของเราจักเกินรายจ่ายและรายจ่ายของเราจักไม่เกินรายรับเปรียบเหมือนคนชั่งของหรือลูกมือของคนชั่งของยกตราชั่งขึ้นดูก็รู้ได้ว่าต้องลดลงเท่านี้หรือเพิ่มขึ้นเท่านี้ฉันใดกุลบุตรก็ฉันนั้นเหมือนกันรู้ทางเจริญแห่งสมชีวิตา”^๗

นี่คือหลักธรรมที่ชาวบ้านหมู่บ้านแฮมเหนือควรแก่การที่จะนำมาปฏิบัติให้เกิดผลในด้านเศรษฐกิจหรือที่เรารู้จักกันในชื่อธรรมที่ว่าหัวใจเศรษฐกิจ แปลว่าธรรมที่เป็นไปเพื่อให้ได้มาซึ่งประโยชน์

^๓ ๐.ง.อ.อ.อ. (ไทย) ๒๓/๕๔/๓๔๐.

^๔ ๐.ง.อ.อ.อ. (ไทย) ๒๓/๕๔/๓๔๐.

^๕ ๐.ง.อ.อ.อ. (ไทย) ๒๓/๕๔/๓๔๑.

^๖ ๐.ง.อ.อ.อ. (ไทย) ๒๓/๕๔/๓๔๑.

^๗ ๐.ง.อ.อ.อ. (ไทย) ๒๓/๕๔/๓๔๐.

ในปัจจุบันหมายถึงประโยชน์อันพึงได้รับจากการประกอบกิจการหรือมีอาชีพที่สุจริตถูกต้องทั้งกฎหมายและศีลธรรมผลประโยชน์ที่ได้จากการประกอบกิจนั้นเป็นผลที่ได้ทันตาเห็นไม่ต้องรอถึงชาติหน้าผลประโยชน์ที่ได้จากการประกอบกิจ อาจเป็นเงิน สิ่งของ ชื่อเสียง เกียรติยศ การยกย่องสรรเสริญ หรือกล่าวอย่างง่าย ๆ ว่าเป็นประโยชน์อาจเป็นวัตถุหรือผลตอบแทนด้านจิตใจก็ได้อาจเป็นสิ่งที่บุคคลทั่วไปปรารถนาการที่บุคคลใดบุคคลหนึ่งจะได้ประโยชน์นั้นจะต้องแสวงหาอย่างมีหลักการและแผนการซึ่งหลักการหรือแผนการนี้เรียกว่า ธรรมที่เป็นไปเพื่อให้ได้มาซึ่งประโยชน์ปัจจุบันนั่นเอง และหลักธรรมเหล่านี้มีมาตั้งแต่สมัยพุทธกาลและเป็นหลักธรรมที่ใช้ได้มาทุกยุคทุกสมัยจนถึงปัจจุบัน ๒๕๖๐ ปีมาแล้ว

๔.๑.๒ ด้านความยากจน

ผู้วิจัยได้ลงพื้นที่ในหมู่บ้านที่กำหนดในการวิจัยคือหมู่บ้านแหมเหนือก็ได้พบว่าชาวบ้านยังมีความยากจนเพราะเศรษฐกิจไม่ดีจึงเกิดความยากจนตามมาชาวชนบทหลักประกันในด้านรายได้เพื่อให้การดำเนินชีวิตดำเนินไปได้อย่างถูกต้องตามหลักที่ควรจะเป็นสิ่งหนึ่งชาวบ้านไม่ได้พึ่งพาตนเองมากนักถ้าชาวบ้านพึ่งพาตนเองให้ได้มากที่สุดเพราะชาวบ้านเป็นผู้ผลิตแต่สมัยก่อนนั้นชาวบ้านผลิตเพื่อการยังชีพและพึ่งพาตนเองได้ในระดับหนึ่งแต่หลังจากโลกเปลี่ยนไปสังคมชาวบ้านก็ต้องปรับตัวตามยุคตามสมัยแต่ชาวบ้านรู้เท่าไม่เท่าทันแหล่งเสื่อมของนายทุนที่คอยจะเอารัดเอาเปรียบหาผลประโยชน์จากชาวบ้านอยู่ตลอดเวลาและล่ำรวยจากชาวบ้านสร้างความเจริญให้ตนเองมากมายแต่ชาวบ้านก็ คือ ชาวบ้านที่ยังยากจนอยู่จากอดีตจนถึงปัจจุบัน

ดังนั้น ชาวบ้านควรพึ่งพาตนเองให้ได้มากที่สุดและขยันหารายได้ทำอาชีพเสริมและปรับเปลี่ยนวิธีคิดในการทำนาหาเงินหาแนวทางในการลดต้นทุนและหาวิธีแบบใหม่ในการทำนาหรือในการดำเนินชีวิตไม่ควรผลิตมากจนเกินไปจนกลายเป็นการทำธุรกิจในรูปแบบที่ไม่มีความรู้เลยเสียเปรียบพ่อค้านายทุนตลอดชาวบ้านควรมีหลักในการดำเนินชีวิต

ก.แนวทางการแก้ปัญหาความยากจน

แนวทางการดำเนินชีวิตของชาวบ้านหมู่บ้านแหมเหนือตามที่ผู้วิจัยได้พบนั้นสอดคล้องกับหลักธรรมในทางพระพุทธศาสนา คือ หลักอิทธิบาท ๔ ในสมัยพุทธกาล ที่ปรากฏในมหาปริณีพพานสูตร พระพุทธเจ้าแสดงถึงการเจริญอิทธิบาท ๔ ประการไว้ว่า อานนทฺ กรุงราชคฤห์นารีนรมย์ ภูเขาคิชฌกูฏนารีนรมย์ อิทธิบาท ๔ ผู้ใดผู้หนึ่งเจริญทำให้มากแล้ว ทำให้ดุจยานแล้ว ทำให้เป็นที่ตั้งแล้ว ให้ตั้งมั่นแล้ว สัมสมแล้ว ปรารภดี ผู้นั้นเมื่อมุ่งหวัง พึงดำรงอยู่ได้หนึ่งกัลป์ อิทธิบาท ๔ ตถาคตเจริญทำให้มากแล้ว ทำให้เป็นดุจยานแล้วทำให้เป็นที่ตั้งแล้ว ให้ตั้งมั่นแล้ว สัมสมแล้ว ปรารภดี ตถาคตเมื่อมุ่งหวังพึงดำรงอยู่ได้หนึ่งกัลป์หรือเกินกว่าหนึ่งกัลป์ (๑ กัลป์ เท่ากับอายุไขของคนในยุค นั้น ๆ จะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับยุคสมัย เช่นในสมัยพระพุทธเจ้า ๘๐-๑๐๐ เป็นต้น) อิทธิบาท ๔ เป็นหลักธรรมแห่งความสำเร็จแก่ผู้ลงมือปฏิบัติตามชาวบ้านควรจะนำมาปฏิบัติอย่างยิ่ง

อิทธิบาท ๔ คุณเครื่องให้ถึงความสำเร็จ,คุณะธรรมที่นำไปสู่ความสำเร็จแห่งผลที่มุ่งหมาย มี ๔ ประการ

^๘ ที.มหา. (ไทย) ๑๐/๑๗๙/๒๑๘.

๑) ฉันทะ= ความพอใจ คือ ความต้องการที่จะทำ ใฝ่ใจรักจะทำสิ่งนั้นอยู่เสมอ และปรารถนาจะทำให้ดียิ่ง ๆ ขึ้นไป

๒) วิริยะ = ความเพียร คือ ขยันหมั่นประกอบสิ่งนั้นด้วยความพยายาม เข้ม แข็ง อดทน เอาธุระ ไม่ทอดทิ้ง

๓) จิตตะ=ความคิดมุ่งมั่นไป คือ ตั้งจิตรับรู้ในสิ่งที่ทำและทำในสิ่งนั้นด้วยความคิดเอาจิตฝึกใฝ่ไม่ปล่อยใจให้ฟุ้งซ่านเลื่อนลอยไป อุทิศตัวอุทิศใจให้แก่สิ่งที่ทำ

๔) วิมังสา=ความไตร่ตรอง หรือ ทดลอง คือ หมั่นใช้ปัญญาพิจารณาใคร่ครวญ ตรวจสอบเหตุผลและตรวจสอบข้อที่ยังหย่อนในสิ่งที่ทำนั้น มีการวางแผน วัดผลคิดค้นวิธีแก้ไขปรับปรุง เป็นต้น^๙

ท่าน ว. วชิรเมธี ได้อธิบายอย่างละเอียดอีกครั้งในหนังสือ “ความสุขในกำมือ” ว่าเราจะทำงานอะไรก็ตามถ้าอยากมีความสุขความสำเร็จสิ่งสำคัญต้องยึดหลัก “อิทธิบาท ๔” แปลว่า มรรควิธีสู่ความสำเร็จ^{๑๐} ถ้าทำตามแล้วความสุขเราไม่ต้องวิ่งไปหาแต่จะเป็นของแถมที่ได้มาฟรี ข้อในอิทธิบาท ๔ อันประกอบด้วย

ข้อแรก ว่าด้วยเรื่องรักในสิ่งที่ทำ คือความจริงจังครั้งไคล้หลงไหลเราต้องตกหลุมรักอะไรสักอย่าง ความสุขจะเกิดขึ้นทันทีโดยไม่ต้องแยกว่าวันนี้เราจะต้องไปทำงาน พอทำงานเสร็จฉันจะไปเที่ยวเพื่อความสุข ถ้าเราได้ในสิ่งที่รัก ความสุขจะเกิดขึ้นโดยอัตโนมัติ ไปทำงานทุกวันก็มีความสุขทุกวัน ฉะนั้น ถ้าเราอยากทำงานให้มีความสุข และให้ประสบความสำเร็จ ข้อแรกที่ต้องมีคือความรักในงานที่ทำ ภาษาพระเรียกว่า ฉันทะ ถ้าเรารักในสิ่งที่ทำไม่ว่า จะอย่างไร สิ่งแรกที่ได้ ก็คือ ความสุขนั่นเอง

ข้อสอง เราต้องทำงานนั้นอย่างขยันขันแข็งอุปสรรคขวากหนามจะยิ่งใหญ่หนักหนาสาหัสแค่ไหนก็ตามต้องสู้ไม่ถอย มีความบากบั่นมุ่งมั่น ขยันขันแข็ง ไม่ท้อแท้ ซึ่งภาษาพระเรียกว่า วิริยะ วิริยะ มาจากรากศัพท์ วีระ แปลว่า แก่กล้าอาจหาญเหมือนที่เราเหมือนที่เขาเรียกคนแก่กล้าในสนามรบ เรียกว่า วีรบุรุษ ฉะนั้น คนที่จะมีวิริยะจะต้องใจถึง เจออุปสรรคแล้วไม่กลัว แต่ถ้าเจออุปสรรค ให้มองว่าเป็นแค่ความท้าทายของชีวิต คนส่วนมากพอเจออุปสรรค มักจะมองว่าในแง่ลบ เช่น มาทำงานแล้วมีคู่แข่ง แทนที่จะมองคู่แข่งเป็นครู ทำให้เข็มไม่เลี้ยวใจมั่นกระตือรือร้นอยากเอาชนะ แต่กับคิดลบว่า ฟ้าให้ฉันมาแล้วทำไมต้องให้มันมาเกิดด้วย ถ้าคิดอย่างนี้จะท้อ

ข้อที่สาม จิตตะ ทำความเพียรให้ทำต่อเนื่องเหมือนสายน้ำ บางคนขยันหมั่นเพียรเหมือนกัน กังวาล เคยสังเกตกังกาไม่เวลานับวัน พอวิ่งไปสักพักมันก็จะหยุดนิ่งแล้วหันซ้ายหัน ขวา คือบทยจะขยันก็ขยัน พอขยันได้สักพักเบตเตอร์หมด ก็เลิกขยัน ยังไม่ทันได้สัมผัสผลลัพธ์ก็ท้อเสียแล้ว ดังนั้นจะทำอะไรต้องเกาะติดภาษาพระเรียกว่า จิตตะ ซึ่งจะก่อให้เกิดความเชี่ยวชาญในงานที่เราทำ ความเชี่ยวชาญจะไม่เกิดขึ้นเพราะการเดินผ่าน หรือทำบางอย่างเพียงผิวเผิน ความเชี่ยวชาญทั้งหมดนั้นมันจะต้องเกิดจากการทำซ้ำ ๆ แล้วย้ำบ่อย ๆ

^๙ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาของธรรมสภา, ๒๕๕๖), หน้า ๑๖๐.

^{๑๐} ว. วชิรเมธี, หนังสือความสุขในกำมือ, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัทอมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่งจำกัด, ๒๕๕๖), หน้า ๔๙-๗๗.

ข้อที่สี่ นี่สำคัญที่สุด ภาษาพระเรียกว่า วิมิงสา ภาษาบ้านเรียกว่าคิดเชิงสร้างสรรค์หรือใช้อีกคำก็คือคิดต่างถ้าคิดเหมือนคนอื่นเราก็สำเร็จเท่าเขา แต่ถ้าคิดต่างเราก็สำเร็จแบบเราคิดขึ้นมาใหม่ วิมิงสานี้อาจง่าย ๆ ว่า คิดนอกกรอบก็ได้ คนที่ประสบผลสำเร็จ คนเหล่านี้เขาคิดในเชิงสร้างสรรค์ทั้งสิ้นโดยเหตุนี้ถ้าเราคิดจะประสบผลสำเร็จ ถ้าคิดเหมือนเขาก็จะสำเร็จเท่าเขา ถ้าเราคิดต่างเราก็จะประสบผลสำเร็จอีกระดับหนึ่ง คนส่วนใหญ่ไม่กล้าคิดต่างเพราะความกลัว เราทุกคนต่างก็มีรองความคิดอยู่ พอไม่กล้าคิดต่างยากที่จะประสบผลสำเร็จเหตุที่คนส่วนใหญ่ไม่ประสบผลสำเร็จ เพราะกลัวไม่กล้าก้าวข้ามเส้น ๆ หนึ่งที่มีคนขีดเอาไว้ ว่าตรงนี้อย่างนี้ตรงนี้ห้ามข้ามไปนะ คนส่วนใหญ่พอมาเจอเส้นแบบนี้จึงไม่กล้า การคิดต่างจึงไม่เกิดขึ้น

พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ)^{๑๑} ได้กล่าวไว้ว่า อธิบาท ๔ คือ บทของพระธรรม เช่นว่า จะมีฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา ที่เรียกว่า อธิบาท นี่ต้องมีและมีได้โดยไม่รู้สึกตัวคนที่มีการทำงาน ย่อมทำงานด้วยความพอใจ ความขยันขันแข็ง ความเอาใจใส่ใคร่ครวญอยู่เสมอ นี่เรียกว่า เขามีอธิบาท ทั้งสี่ประการอยู่โดยไม่รู้สึกตัว

เสนอแนวทางและวิธิตี ชาวนาควรมีวิธีคิดที่แตกต่างจากเดิม ๆ ที่เคยทำอยู่ให้มีความหลากหลาย ดังที่ท่าน ว.วชิรเมธี อธิบายหลักอธิบาทข้อที่ ๔ ไว้อย่างน่าสนใจคือ ข้อ วิมังสา “คิดเชิงสร้างสรรค์หรือใช้อีกคำก็คือคิดต่างถ้าคิดเหมือนคนอื่นเราก็สำเร็จเท่าเขา แต่ถ้าคิดต่างเราก็สำเร็จแบบเราคิดขึ้นมาใหม่ วิมิงสานี้อาจง่าย ๆ ว่า คิดนอกกรอบก็ได้ คนที่ประสบผลสำเร็จ คนเหล่านี้เขาคิดในเชิงสร้างสรรค์ทั้งสิ้นโดยเหตุนี้ถ้าเราคิดจะประสบผลสำเร็จ ถ้าคิดเหมือนเขาก็จะสำเร็จเท่าเขา ถ้าเราคิดต่างเราก็จะประสบผลสำเร็จอีกระดับหนึ่ง คนส่วนใหญ่ไม่กล้าคิดต่างเพราะความกลัว เราทุกคนต่างก็มีรองความคิดอยู่ พอไม่กล้าคิดต่างยากที่จะประสบผลสำเร็จเหตุที่คนส่วนใหญ่ไม่ประสบผลสำเร็จ”

สรุปโดยใช้คำง่าย ๆ ก็คือชาวนาควรมีใจรัก กับกับการทำมาแล้วทำในสิ่งที่รักอย่างไร เสนอแนวทางหรือวิธีทำให้ประสบผลสำเร็จ ชาวนาควรมีปฏิบัติตามหลักอธิบาท ๔ ทุกข้อ และอย่างน้อยข้อที่ ๒ คือ วิริยะ = ความเพียร คือ ขยันหมั่นประกอบสิ่งนั้นด้วยความพยายาม เข้มแข็ง อดทน เอาธุระ ไม่ท้อถอย ข้อนี้เป็นข้อที่คุณสมบัติของชาวนาควรมีเป็นอย่างยิ่งก็รุ่ง พากเพียรทำ คือ ขยันหมั่นเพียร มุมานะพยายาม ทำจดสุดความรู้ความสามารถ จดจำจอต คือ อุทิศตนถึงขั้นหาเป็นลายกนก ผืนเป็นโครงสร้าง ปักจิตปักใจลงไปในเหมือนเราดอกเสมาเข็มลงไปในจิตใต้สำนึก อยู่กับสิ่งนั้นรวมเป็นสิ่งนั้น และวินิจจัย ก็คือ เรียนรู้ที่จะกล้าคิดแตกต่าง และคิดในเชิงสร้างสรรค์ประการสำคัญที่สุดอยากประสบผลสำเร็จที่ยิ่งใหญ่ และเป็นที่น่าจดจำ อยู่ใกล้ ๆ คนประเภทรุ่งอรุณเข้าไว้ ใครที่รู้ตัวว่าสนธยาไปก็แก้ไขเสีย ไม่ใช่พยายามบอกคนอื่นแต่ลืมบอกตัวเองเพราะตัวเองก็เป็นสนธยาคนหนึ่งเหมือนกัน ปัญหาและอุปสรรคของชาวนาไทยนั้นส่วนหนึ่งมาจากภายใน โดยเฉพาะชาวนาไทยที่นับถือพุทธศาสนายังขาดในด้านการปฏิบัติตนตามหลักธรรมทางพุทธศาสนา โดยเฉพาะหลักอธิบาท ๔ ซึ่งบางประเทศนั้นเขาปฏิบัติตัวจนเป็นเรื่องปกติหลักแห่งความสำเร็จนี้เป็นหลักพื้นฐานแห่งความสำเร็จ

^{๑๑} พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ), *การทำงานที่เป็นสุข*, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๔๙), หน้า ๓๐.

๔.๑.๓ ด้านหนี้สิน

จากการลงพื้นที่ชวณบ้านแหมเหนือเป็นหนี้อยู่กับหลายรูปแบบที่ชวณายืมมาลงทุนในการประกอบอาชีพทำนาหรือใช้จ่ายในครัวเรือนในยามจำเป็นนั้นมีอยู่ ๒ ลักษณะ คือ หนี้ในระบบ และ หนี้นอกระบบละเอียด ดังนี้

หนี้ในระบบ

คือ หนี้ที่ชวณายืมมาจาก ธนาคารของทางภาครัฐที่จัดตั้งขึ้นเพื่อให้เกษตรกรกู้ยืมโดยตรงนั้นคือธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์ หรือ ธนาคาร ธ ก ส มีทั้งให้ยืมระยะสั้นและระยะยาวอีก และยังมีกองทุนหมู่บ้านอีกหลายกองทุน เช่น กองทุนเงินล้าน มีล้านที่ ๑ ล้านที่ ๒ อีกนี้คือหนี้ในระบบที่ชวณายืมมาลงทุนในการทำนาส่วนอีกหนี้คือนอกระบบ

หนี้นอกระบบ

คือ หนี้ที่ชวณายืมมาจากคนอื่นที่ไม่ใช่น้อยอย่างเป็นทางการแรกเริ่มชวณายืมจากเครือญาติก่อนถ้าไม่มีหรือไม่ได้สุดท้ายก็ต้องยืมจากนายทุนทั้งหลายซึ่งมีทุกรูปแบบทั้งรายวันทั้งรายเดือนและชวณารู้ว่าเจ้าของตัวจริงคือใครเห็นมีแต่พนักงานเก็บเงินที่ใส่หมวกกันน็อกหรือที่เรียกกันว่าพวก “พนักงานหมวกกันน็อก” นี้คือหนี้นอกระบบ

ชวณบ้านแหมเหนือยังทำนามากยังเป็นหนี้มากและมีหลายเหตุปัจจัยด้วยกันในการเป็นหนี้ ดังที่ได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่าเรื่องหนี้สินของ ธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์ ทุกคนก็ต้องจ่ายดอกเบี้ยถ้าคิดเป็นเดือนไม่ต่ำกว่า ๗-๘ พันบาทถ้ามีบุตรในการเล่าเรียนเรียนหนังสือมันต้องเพิ่มไปอีกถ้าไม่มีลูกเรียนก็ยังดีขึ้น^{๑๒} เวลาชวณบ้านมีปัญหาบางส่วนก็ไปปรึกษาพระสงฆ์และเรื่องที่ไปปรึกษาส่วนมากก็จะเป็นเรื่องหนี้ ดังคำที่ได้ให้สัมภาษณ์ไว้ ว่าเกี่ยวกับหนี้สินข้าวไม่เป็นราคาเป็นเบี้ยเป็นหนอนรักษาไม่ถูกวิธีแก้ไขวิธีได้อาชีพนี้เป็นต้นส่วนมากคือปัญหาหนี้สินนี้แหละหนี้เกี่ยวกับยืมเงินธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์ มาลงทุนและก็ไม่คุ้มค้าขายข้าวไม่ได้ราคา^{๑๓} ดังคำให้สัมภาษณ์ นายไสว ช่วยรักษ “เรื่องหนี้สิน ของ ธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์ ทุกคนก็ต้องจ่ายดอกเบี้ยถ้าคิดเป็นเดือนไม่ต่ำกว่า ๗-๘ พันบาท ถ้ามีบุตรในการเล่าเรียนเรียนหนังสือมันต้องเพิ่มไปอีกถ้าไม่มีลูกเรียนก็ยังดี”^{๑๔} “รายจ่ายเยอะมากเดือนละหมื่นกว่าบาท ส่งหลานเรียน ม.รังสิต ถือว่าหนักมากค่าน้ำค่าไฟ จ่ายในครัวเรือนส่งหลานเรียนอีก”^{๑๕}

จากข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์เรื่องรายจ่ายของชวณานั้นมากกว่ารายรับรายจ่ายนั้นจ่ายตลอดจ่ายรายวัน ราย เดือน รายปี และ อื่น ๆ อีกมาก แต่รายรับนั้นมีแต่รอขายข้าวซึ่งปีละครั้งเท่านั้นจึงไม่สมดุลกัน

ก.แนวทางการแก้ปัญหาด้านหนี้สินตามหลักพุทธธรรม

จากการศึกษานั้นได้พบชวณเป็นหนี้ในลักษณะที่กล่าวมาแล้วนั้นแนวทางในการแก้ปัญหาจากการสัมภาษณ์พระครูกิตติพิบูลธรรมเจ้าคณะตำบลบ้านแหมก็ได้ให้คำแนะนำชวณหมู่บ้านแหมเหนือไว้อย่างน่าสนใจว่า ท่านแนะชวณบ้านไม่ควรเกี่ยวข้องกับการเล่นการพนัน ควรตั้งใจ

^{๑๒} สัมภาษณ์ นายไสว ช่วยรักษ, ๑๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐.

^{๑๓} สัมภาษณ์ พระครูกิตติพิบูลธรรม, ๑๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐.

^{๑๔} สัมภาษณ์ นายไสว ช่วยรักษ, ๑๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐.

^{๑๕} สัมภาษณ์ นายอัน บัวใหญ่, ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐.

ทำงานชานาไม่ควรเข้าไปเกี่ยวข้องนั้นคือทางแห่งความเสื่อมชานาสนใหญ่ มีเวลาวางในการทำนามักนิยมใช้ชีวิตไปในทางที่ไม่ควรไม่มีระเบียบในการดำเนินชีวิตเวลาวางชานามักจะหาเล่นการพนัน เล่น หวย เล่นไฮโล ตามงานต่าง ๆ งานศพ งาน เทศการต่าง ๆ ชานาไม่ควรประพฤตินอย่างนั้น

สอดคล้องกับหลักธรรมในพระพุทธศาสนาอบายมุข ๔ และอบายมุข ๖ หลักธรรมข้อที่ชานาควรหลีกเลี่ยงเป็นอย่างยิ่งคือทางแห่งความเสื่อมของทรัพย์ที่หามาได้, เหตุเครื่องฉิบหาย, เหตุย่อยยับแห่งโรคทรัพย์, ทางแห่งความพินาศชานาไม่ควรเข้าไปข้องเกี่ยวกับสิ่งเหล่านี้ มี ๔ อย่าง คือ

- ๑) อิตถิธุดตะ = ความเป็นนักเลงหญิง, นักเที่ยวผู้หญิง
- ๒) สุราธุดตะ = เป็นนักเลงสุรา, นักดื่ม
- ๓) อักขธุดตะ = เป็นนักการพนัน
- ๔) ปาปมิตตะ = คบคนชั่ว

อบายมุข ๔ อย่างนี้ ตรีสกับผู้ครองเรือนที่มีหลักฐานแล้ว และ ตรีสต่อท้ายทิวฐัมมิภักสังวัตตนิกรรม ๔ มุ่งความเป็นทางพินาศแห่งโรคที่หาได้แล้ว^{๑๖} เป็นนักเลงหญิง เป็นนักเลงสุรา เป็นนักเลงการพนัน คบคนชั่วเป็นมิตร คบคนชั่วเป็นมิตรมี และยังมีหลักแห่งความเสื่อมอีกในทางพระพุทธศาสนา คือ อบายมุข ๖ ข้อ ดังนี้ คือ

(๑) ติดสุราและของมีนเมา-ชานาควรจะไม่ไปยุ่งเกี่ยวกับของมีนเมาทั้งสิ้นเพราะจะทำให้เสียเงินเสียทองและขาดสติในการดำเนินชีวิต ผลที่ตามมาคือ มี ๖ อย่าง

- ๑) ทรัพย์หมดไป เห็นชัด ๆ
- ๒) ก่อการทะเลาะวิวาท
- ๓) เป็นปอเกิดแห่งโรค
- ๔) เสียเกียรติเสียชื่อเสียง
- ๕) ทำให้ไม่รู้อาย
- ๖) ทอนกำลังปัญญา

(๒) ชอบเที่ยวกลางคืน-ควรงดเว้นการเที่ยวกลางคืนดูการละเล่นต่าง ๆ เพราะจะทำให้เสียทรัพย์และเสียเวลาในการทำมาหากิน

- ๑) ชื่อไม่รักษาตัว
- ๒) ชื่อไม่รักษาลูกเมีย
- ๓) ชื่อไม่รักษาทรัพย์สมบัติ
- ๔) เป็นที่ระแวงสงสัย
- ๕) เป็นเป้าให้เขาใส่ความหรือข่าลือ
- ๖) เป็นทางมาของเรื่องเดือดร้อนเป็นอันมาก

(๓) ชอบเที่ยวดูการเล่น-ดูการละเล่นต่าง ๆ ไม่เกิดประโยชน์แก่ตนเองและครอบครัว

- ๑) ไร้ที่ไหนไปทีนั้น
- ๒) - ๖) ขี้บ้อง, ดนตรี, เสภา, เพลง, เกิดเหิงที่ไหนไปทีนั้น

(๔) เล่นการพนัน-จะทำให้เสียทรัพย์ที่ตนเองหามาได้อย่างยากและบาก

^{๑๖} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาของธรรมสภา, ๒๕๕๖), หน้า ๑๕๐

๑) เมื่อขณะยอมก่อเวร

๒) เมื่อแพ้กัเสียชีวิตานทรัพย์ที่เสียไป

๓) ทรัพย์หมดไปเห็นชัด ๆ

๔) เข้าที่ประชุมเขาไม่เชื่อถ้อยคำ

๕) เป็นที่หมิ่นประมาทของเพื่อนฝูง

๖) ไม่เป็นที่พึงประสงค์ของผู้ที่จะหาคู่ครองให้ลูกของเขา เพราะเห็นว่า

จะเลี้ยงลูกเมียไม่ไหว

(๕) คบคนชั่วเป็นมิตร-ชวานาควรคบมิตรหรือเพื่อนที่ดีในการช่วยเหลือซึ่งกัน

และกัน

๑) เป็นนักเลงพนัน

๒) เป็นนักเลงหญิง

๓) นักเลงเหล้า

๔) นักलगของปลอม

๕) นักหลอกลวง

๖) นักเลงหัวไม้

(๖) เกียจคร้านการงาน-ชวานาควรจะขยันในการทำมาหากินเลี้ยงชีพตนเอง และครอบครัวไม่ควรเกียจคร้านในการทำงาน^{๑๗}๑)-๖) หนานัก ร้อนนัก เย็นไปแล้ว ยังเข้านัก หิวนัก อิ่มนัก
อบายมุขหมวนนี้ ตรัสแก่สังคาลกมานพ ก่อตรัสเรื่องทิศทั้ง ๖

ชวานาควรจะเว้นการเล่นการพนันทุกชนิดเพราะเป็นหนทางแห่งความเสื่อมทั้งหลาย
เป็นนักเลงหญิง การดื่มสุราคบคนชั่วเป็นมิตรติดสุราของมีนเมาเที่ยวกลางคืนดูการละเล่นเกียจคร้าน
การงานชวานาต้องขยันทำมาหากินโดยสุจริตตามแนวทางพระพุทธศาสนาที่ให้ไว้มาแล้วอย่าง
ยาวนานและชาวพุทธเองควรจะเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ แบ่งปัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกันชวานาควรจะดำเนิน
ชีวิตอย่างมีสติและปัญญาโดยมีสติคล่องใจอยู่ตลอดเวลาในการทำนุและการใช้ชีวิตประจำวันเพราะ
มีสิ่งที่ล่อตาล้อใจมากมายจากสื่อ หรือการโฆษณา ในทุกรูปแบบทั้งในเรื่อง ยา สมุนไพร ยาวิเศษ
รักษาได้ทุกอย่างโดยส่วนมากชวานานั่นรู้เท่าไม่ถึงสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ที่มีมากขึ้นทุกวัน ชวานาควรใช้
ปัญญาในการดำเนินชีวิตตลอดเวลาควรจะดำเนินชีวิตแบบเดิมตามแนวทางแบบพอเพียงแก่ สถานะ
ของตัวเองตามภูมิปัญญาสมัยเก่าตามวิถีแบบธรรมชาติ ไม่หลงตามแบบนิยมบริโภคนิยมซึ่งเดินตาม
วัตถุนิยมที่ไม่มีที่สิ้นสุด

๔.๒ แนวทางการดำเนินชีวิตด้านสังคมตามหลักพุทธธรรม

ก. ด้านสุขภาพ ทางกาย

จากการลงพื้นที่พบว่าชวานามีปัญหาเรื่องสุขภาพอยู่ ๒ ด้านด้วยกัน คือ สุขภาพกาย และ
สุขภาพใจ จากการใช้สารเคมีมากในการทำนาจึงทำให้เกิดปัญหาสุขภาพกาย

^{๑๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๕๐.

ดังคำสัมภาษณ์ นาย คำบุ พุ่มจันทร์ ว่า “ค่าใช้จ่ายในการทำนาลงทุนสูง ศัตรูพืชเยอะเป็นอุปสรรคในการทำนา ศัตรูพืชเริ่มใช้มากใช้สารเคมีมาก”^{๑๘} ชาวนาอีกคนที่ให้สัมภาษณ์ คือ นาย ชันธ ฉัตรสุวรรณ ว่า “อีกปัญหาชีวิตคือเจ็บไข้ได้ป่วยของชาวนา รู้สึกว่าทางรัฐบาลหรือทางโรงพยาบาลใช้ยาราคาถูกมาให้ทำแค่ออให้ผ่าน ๆ เท่านั้น ถ้าซ่อมรถก็คือซ่อมพอให้วิ่งได้ เวลาไปหาหมอรู้สึกว่าล้าช้ำมาก ด้านสุขภาพก็ไม่ดีเพราะโรคภัยไข้เจ็บไม่รู้มากับอะไรรู้สึกว่ามาก สารเคมีก็เป็นอีกส่วนที่ทำให้เป็นโรค การรักษาพยาบาลก็แย่ให้ผ่าน ๆ”^{๑๙}

ปัญหาสุขภาพทางกายนั้นการรักษาก็มีหลายวิธีและชาวนาสามารถเข้าถึงการรักษาพยาบาลทางโรงพยาบาลของทางภาครัฐที่มีการรักษาอยู่ทั่วไปชาวนาสามารถเข้าถึงสิทธิต่าง ๆ ได้อย่างทั่วถึงชาวนาไม่ควรใช้สารเคมีมากเกินไปในการประกอบอาชีพควรลดปริมาณลงหรือไม่ใช้เลยยิ่งดีเพราะหมายถึงชาวนาจะไม่มีความเสี่ยงจากการเป็นโรคต่าง ๆ เป็นทางออกที่เริ่มต้นการปฏิบัติตนเองก่อนที่จะเกิดปัญหาเรื่องสุขภาพตามมา

ข.ด้านสุขภาพทางใจ

ส่วนปัญหาทางสุขภาพใจของชาวนานี้จะเป็นปัญหาสำคัญเพราะชาวนามีปัญหามาก ดังนั้นความทุกข์กายที่เกิดขึ้นกับชาวนาและความทุกข์ตามมามากเพราะความเครียดจากการทำนาและจากหนี้สินที่ก่อขึ้นส่งผลถึงสภาวะทางด้านจิตใจของชาวนาเป็นอย่างยิ่ง ทำให้วิตกกังวน วาดระแวง หดหู่ ซึมเศร้า เกิดภาวะกดดันทางด้านจิตใจเกิดขึ้นส่งผลถึงความสัมพันธ์กับญาติพี่น้องครอบครัวขาดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันบางครั้งชาวนามีทางออกถึงขั้นมีความคิดอยากทำร้ายตัวเองก็มี หรือคิดถึงขั้นอยากฆ่าตัวตายก็มี การรักษาโรคทางใจนั้นในทางพระพุทธศาสนามีหลักปฏิบัติดังต่อไปนี้

แนวทางแก้ปัญหของชาวนานานี้สอดคล้องกับหลักธรรมการแก้ปัญหาเรื่องจิตใจ และความเครียดนั้น ในทางพุทธศาสนานั้นต้องแก้จากสาเหตุของความเครียดว่าเกิดมาจากอะไร ถ้าเกิดทางด้านจิตใจนั้นจะต้องมีการฝึกหรือมีการพัฒนาจิตใจ ดังที่เราเคยได้ยินบ่อย ๆ จิต เป็นนาย กาย เป็นบ่าว เมื่อจิตป่วยกายก็ป่วยด้วยเช่นกันซึ่งการพัฒนาสุขภาพทางจิตตามแนวทางของพระพุทธศาสนาจะต้องใช้หลักธรรมที่เรียกว่าธรรมโอสธ ประกอบด้วย คือ การฝึก สมถกรรมฐาน หรือ วิปัสสนากรรมฐาน หรือ เรียกว่า แนวทางการแก้ปัญหาทางด้านอารมณ์ คือ หลักกรรมฐาน ๒

หลักกรรมฐาน หรือ ภาวนา หมายถึง การทำให้เกิดให้มีขึ้นการฝึกอบรมพัฒนาด้านจิตใจ^{๒๐} ได้แก่ ๑. สมถกรรมฐาน คือ การฝึกอบรมจิตให้เกิดความสงบ การฝึกสมาธิ ๒. วิปัสสนากรรมฐาน คือ การฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งตามเป็นจริง การเจริญปัญญา ไตรลักษณ์ ๓ หลัก ไตรลักษณ์หมายถึง ลักษณะ ๓ ประการ แห่งสังขารธรรมทั้งหลาย มุ่งแสดงลักษณะของสิ่งทั้งหลาย ซึ่งปรากฏให้เห็นว่าเป็นอย่างนั้น^{๒๑} ได้แก่ อนิจจตา คือ ความไม่เที่ยง ความไม่คงที่ ความไม่ยั่งยืน ภาวะที่เกิดขึ้นแล้วเสื่อมสลายไป ทุกขตา คือ ความเป็นทุกข์ ภาวะที่ถูกบีบคั้น เกิดขึ้นแล้วสลายตัว ภาวะที่กดดัน ผืนและขัดแย้งอยู่ในตัว เพราะปัจจัยปรุงแต่งให้มีสภาพเปลี่ยนแปลง คงอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้

^{๑๘} สัมภาษณ์ กำนัน คำบุพุมจันทร์, ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐.

^{๑๙} สัมภาษณ์ นายชันธ ฉัตรสุวรรณ, ๑๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐.

^{๒๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ปอ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๓๐, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์พลีธรรม, ๒๕๕๕), หน้า ๗๐.

^{๒๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๘๙.

ภาวะที่ไม่สมบูรณ์บกพร่อง ก่อให้เกิดทุกข์แก่ผู้เข้าไปยึดด้วยตัณหา อุปาทาน อนัตตตา คือ ความเป็นของไม่ใช่ตน ความไม่มีตัวตนที่แท้จริงของมันเอง พระพุทธเจ้าได้ตรัสกับภิกษุทั้งหลายว่า ทางนี้เป็นทางสายเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุอายุธรรม ๓ เพื่อทำให้แจ้งนิพพาน ทางนี้ คือ สติปัฏฐาน ๔ ประการ สติปัฏฐาน ๔ ประการ คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้^{๒๒} พิจารณาเห็นกายในกายอยู่มีความเพียร มีสัมปชัญญะมีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะมีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

หลักธรรมเหล่านี้ชาวนาครจะนำมาปฏิบัติในยามที่มีปัญหาเรื่องอารมณ์ในเมื่อชาวนาครส่วนใหญ่เขตหมู่บ้านแหมเหนือส่วนใหญ่เป็นชาวนาพุทธควรจะนำหลักธรรมที่มีอยู่นำมาปฏิบัติเพื่อให้เกิดความสงบสุขต่อตนเองและสังคมรอบข้าง

ค. ด้านการดำเนินชีวิต

ผู้วิจัยได้ลงพื้นที่ในหมู่บ้านที่กำหนดในการวิจัยคือหมู่บ้านแหมเหนือ ก็ได้พบปัญหาทางด้านสังคมที่ตามมาจากปัญหาข้อแรก การย้ายถิ่น เพราะปัญหาเรื่องเศรษฐกิจไม่ดีเลยมีการย้ายถิ่น จึงทำให้ ชาวนาขาดการดูแลกันอย่างใกล้ชิด พ่อไม่ได้อยู่กับลูก ลูกไม่ได้อยู่กับแม่ เพราะต้องไปทำมาหาเลี้ยงชีพเหตุเพราะความยากจน ดังที่ นาย ชันธ ฉัตรสุวรรณ ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “หากินตามบัตรประชาชนหมายความว่า คอยลูกฝากเงินมาให้ใช้แล้วเราก็ต้องใช้บัตรประชาชนในเบิกการถอนทุกครั้ง ถ้าลูกไม่ส่งมาก็ไม่ได้กินเวลามีปัญหาในเรื่องการเงิน คือ ยืมในระบบนอกระบบขอให้ยืม ยืมหมดไม่ได้คำนึงว่าจะเป็นหนี้เท่าไร หนี้สินก็เพิ่มขึ้นมากขึ้นมากขึ้น ลำบากมาก”^{๒๓} นั้นแสดงว่า ลูกไม่ได้อยู่กับพ่อแม่เพราะไปทำงานต่างถิ่นเพราะมีค่าใช้จ่ายมากในการดำเนินชีวิต

ดังคำให้สัมภาษณ์นาย ชันธ ฉัตรสุวรรณ ว่า “ทุกอย่างตั้งแต่เริ่ม ก็จ่ายเลย มันไม่เหมือนสมัยก่อนใช้วัวใช้ควายลงทุนแค่ไม่ถึงร้อยไถนาแปรก็เสร็จแค่ซื้อตัวไถเท่านั้น ทุกวันนี้เริ่มก็ หำร่อยบาทก่อน ชั่วโมงต่อไปถ้าไม่พอก็ต้องเริ่มต่อไปอีก จ้างอย่างเดียว หนัก ๆ ป่วยกับค่าแรงงาน แรงงานในที่นี้ไม่ได้หมายถึงคนหมายถึงรถเทคโนโลยี ค่าอาหารการกินซื้อทุกอย่างและซื้อทุกอย่าง อย่างอื่นก็ซื้อไปด้วยกันหมดไม่ปลูก ปลูกเป็น ส่วนน้อยที่ปลูกถ้าคิดเป็น เปอร์เซ็นต์นั้น จุดศูนย์ มีแต่ซื้อกิน ตื่นมาก็เข้าร้านค้า”^{๒๔}

จะเห็นได้ว่าแนวทางการดำเนินชีวิตที่ชาวนานั้นไม่มีทิศทางในการดำเนินชีวิตที่ควรจะเป็น เพราะไม่มีหลักในการจัดการกับปัญหาที่ตนเองประสบอยู่การแก้ปัญหาเป็นการแก้เพื่อให้ผ่านไปได้ในวันนี้เท่านั้นเป็นการแก้ปัญหาในระยะสั้น ๆ เช่น มีปัญหาเรื่องการเงินก็ยืมเท่านั้นไม่มีวิธีคิดและวิธีจัดการกับปัญหาระยะยาวหรือการมองการไกลหรือมองปัญหาไม่ครบด้านและจัดการกับปัญหาอย่างไม่เป็นแนวทางไม่เป็นระบบ

ซึ่งในทางพระพุทธศาสนานั้นมีแนวทางในการดำเนินชีวิตที่พระผู้มีพระภาคเจ้าคนพบเป็นทางที่มนุษย์ควรนำมาเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตและปฏิบัติ นั้น คือ ทางสายกลางหรือ หลักอริยมรรคมีองค์ ๘ ควรนำมาเป็นหลักและปฏิบัติตามอย่างยิ่งเพราะเป็นหลักธรรมที่ครบสมบูรณ์แบบ

^{๒๒} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๕-๑๐๖/๑๐๑.

^{๒๓} สัมภาษณ์ นายชันธ ฉัตรสุวรรณ, ๑๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐.

^{๒๔} สัมภาษณ์ นายคำบุ พุ่มจันทร์, ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐.

และเป็นทางที่จะทำให้ผู้ปฏิบัติตามแล้วจะได้ผลแห่งการปฏิบัตินั้นตามที่พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสไว้ในพระไตรปิฎก ดังมีข้อความดังต่อไปนี้ คือ อริยมรรคมีองค์ ๘ นี้ หรือที่รู้จักกันในหลักธรรมชื่อ มัชฌิมาปฏิปทา หลักทางสายกลางนั้นเองพระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้เรื่องอริยสัจ ๔ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ทางแห่งการพ้นทุกข์ ทุกข์นั้นเป็นผลที่เกิดขึ้นแล้วพระองค์จึงค้นพบสาเหตุแห่งการเกิดทุกข์แล้ว ก็ดับเสียแห่งสาเหตุของทุกข์นั้นเสียหนึ่งในหลักธรรมข้อนี้ คือ มรรคมีองค์ ๘ ขาวนาที่ดำเนินชีวิตนั้น เป็นทุกข์เพราะการสร้างหนี้ การกู้หนี้ยืมสินต่าง ๆ ตามหลักธรรมข้อนี้ก็ต้องหาสาเหตุที่ต้องเป็นหนี้ที่ทำให้เกิดทุกข์ก็คือ การสร้างหนี้จากการทำนาที่มากจนเกินไปต้องการผลิตให้ได้มากยิ่งทำมากยิ่งผลิตมากการใช้จ่ายก็สูงตามเพราะการทำนานั้นมีความเสี่ยงตลอดขาวนาควรทำนาแต่พอเพียงแก่การดำเนินชีวิตคำนึงถึงการบริโภคในครัวเรือนก่อนที่เหลือค่อยขายพอรู้สาเหตุแล้วเราก็นำความแก้ไขให้ตรงจุดสอดคล้องกับหลักธรรมมรรคมีองค์ ๘ ดังมีรายละเอียดดังนี้ คือ มัชฌิมาปฏิปทานั้น ได้แก่ อริยมรรคมีองค์ ๘^{๒๕} คือ

๑. สัมมาทิฐิ (เห็นชอบ)
๒. สัมมาสังกัปปะ (ดำริชอบ)
๓. สัมมาวาจา (เจรจาชอบ)
๔. สัมมากัมมันตะ (กระทำชอบ)
๕. สัมมาอาชีวะ (เลี้ยงชีพชอบ)
๖. สัมมาวายามะ (พยายามชอบ)
๗. สัมมาสติ (ระลึกชอบ)
๘. สัมมาสมาธิ (ตั้งจิตมั่นชอบ)

พระพุทธเจ้าได้ตรัสกับภิกษุทั้งหลายว่านี่คือมัชฌิมาปฏิปทานั้นที่ตถาคตได้ตรัสรู้แล้ว อันเป็นปฏิปทา ก่อให้เกิดจักขุ ก่อให้เกิดญาณ เป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อพระนิพพาน เป็นหลักธรรมที่ขาวนาควรนำมาปฏิบัติตามหลักมรรคมีองค์ ๘ ประการเป็นพื้นฐานสำคัญที่มุ่งหมายให้สำเร็จ มรรคมีองค์ ๘ หรือ แปลว่าทางมีองค์ ๘ ประการอันประเสริฐ คือ ทางมัชฌิมาปฏิปทา แปลว่าทางสายกลางพระองค์ได้ตรัสที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน แก่ปัญจวัคคีย์ทั้ง ๕ เป็นการแสดงธรรมครั้งแรกเรียกว่าปฐมเทศนา คือ ธัมมจักกัปปวัตตนสูตรหรืออริยสัจสี่ และมรรคมีองค์แปดเป็นอริยสัจข้อที่ ๔ เพราะเป็นข้อปฏิบัติอันพอดีที่จะนำไปสู่จุดหมายแห่งความหลุดพ้นเป็นอิสระและเป็นหนทางดับทุกข์ไม่ติดขัดในที่สุดทั้งสอง คือ (๑) กามสุขัลลิกานุโยค การหมกหมุ่นอยู่ด้วยกามสุข และ (๒) อัตตakilมณานุโยค การประกอบความลำบากเดือดร้อนแก่ตนเอง

สัมมาทิฐิ สัมมาทิฐิ คือ ความรู้ในทุกข์ ความรู้ใน สมุทัย ความรู้ทุกขนิโรธ ความรู้ใน ทุกขโรธคามินีปฏิปทา^{๒๖} คือ เริ่มด้วยความเข้าใจปัญหาของตนเองก่อนและมีจุดหมายที่จะเดินทางไปให้ถึงด้วยความเข้าใจทางสายกลางจึงเป็นทางแห่งความรู้และมีเหตุผลที่ที่สามารถนำไปปฏิบัติอย่างถูกต้องตามหลักของพระพุทธองค์

สัมมาทิฐิ

^{๒๕} วิ.มท. (ไทย) ๔/๑๔/๒๑.

^{๒๖} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๓๕/๑๒๖.

เมื่อครั้งที่พระผู้มีพระภาคเจ้าประทับ ณ พระเวทวัน อารามของอนาถปิณฑิกเศรษฐี เขตกรุงสาวัตถี ณ ที่นั้นพระสารีบุตรเรียกภิกษุทั้งหลายมากล่าวว่า ท่านผู้มีอายุทั้งหลาย ภิกษุเหล่านั้นรับคำแล้ว ท่านสารีบุตรจึงกล่าวเรื่องนี้ว่า “ท่านผู้มีอายุทั้งหลาย มีคนกล่าวกันว่า สัมมาทิฐิ สัมมาทิฐิ ด้วยเหตุอะไรบ้าง พระอริยสาวกจึงชื่อว่า สัมมาทิฐิ มีความเห็นตรงมีความเลื่อมใสแน่วแน่ในธรรม มาสู่พระสัทธรรมนี้” ภิกษุเหล่านั้นกล่าวว่า “ท่านผู้มีอายุ พวกกระผมมาจากที่ไกล ก็เพื่อจะรู้ทั่วถึงเนื้อความแห่งภาษิตนั้น ในสำนักของท่านพระสารีบุตร พวกกระผมขอโอกาส ขอท่านพระสารีบุตรจงอธิบายเนื้อความแห่งภาษิตนั้นให้แจ่มแจ้งเถิด ภิกษุทั้งหลายได้ฟังคำอธิบายของท่านแล้ว จักทรงจำไว้ได้”^{๒๗} สัมมาทิฐิเป็นทางหลักเลื่องสำหรับบุคคลผู้มีความเห็นผิด

“จนทะ ทางที่ขุขระจะพึงมีทางที่ราบเรียบอื่นเพื่อใช้เป็นทางหลักเลื่องหนึ่ง ท่าน้ำที่ขุขระจะพึงมีท่าน้ำที่ราบเรียบอื่นเพื่อใช้เป็นทางเลื่อง แม้ฉันทะความไม่เปียดเบียนก็ฉันทะเหมือนกันเป็นทางหลักเลื่องสำหรับบุคคลผู้เปียดเบียน”^{๒๘}

(๑) สัมมาทิฐิ เป็นทางเพื่อความดับสนิทสำหรับบุคคลผู้มีความเห็นผิด

“จนทะ เป็นไปไม่ได้เลยที่บุคคลนั้นในเปือกตมลึก จักยกบุคคลอื่นผู้จมอยู่ในเปือกตมลึกขึ้นได้ “เป็นไปได้ที่บุคคลตนเองไม่จมเปือกตมลึกจักยกบุคคลอื่นที่จมอยู่ในเปือกตมลึกขึ้นได้”

“เป็นไปไม่ได้ที่บุคคลนั้นตนเองไม่ฝึก ไม่แนะนำตนไม่ดับสนิท จักฝึกสอนผู้อื่นแนะนำผู้อื่นช่วยให้ผู้อื่นดับสนิทได้”

“เป็นไปได้ที่บุคคลนั้นตนเองฝึกตน แนะนำตนดับสนิท จักฝึกผู้อื่นช่วยให้ผู้อื่นดับสนิทได้ แม้ฉันทะ ความไม่เปียดเบียนก็ฉันทะเหมือนเป็นทางเพื่อความดับสนิทสำหรับบุคคลผู้เปียดเบียน”^{๒๙}

(๒) สัมมาสังกัปปะ

สัมมาสังกัปปะ คือ ความดำริในการออกจากกาม ความดำริในการไม่พยาบาทความดำริในการไม่เปียดเบียน^{๓๐}

ในพระไตรปิฎกได้กล่าวถึงสัมมาสังกัปปะจากครั้งที่พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ พระเชตะวัน อารามของอนาถปิณฑิกเศรษฐี เขตกรุงสาวัตถี ครั้นในเวลาเย็นได้ตรัสกับพระมหาจนทะ

“จนทะ อกุศลธรรมทั้งหมดเป็นธรรมนำบุคคลไปสู่ความเสื่อม(แต่) กุศลธรรมทั้งหมดเป็นธรรมนำบุคคลไปสู่ความเจริญ แม้ฉันทะ ความไม่เปียดเบียนก็ฉันทะเหมือนกัน เป็นทางเพื่อความเจริญบุคคลผู้เปียดเบียน”^{๓๑}

สัมมาสังกัปปะ คือ ความดำริชอบ หรือ ความนึกคิดในทางที่ถูกต้อง ตรงกันข้ามกับความดำริผิด ที่เรียกว่า มิจฉาสังกัปปะ ซึ่งมี ๓ อย่าง คือ

๑) กามสังกัปป หรือ กามวิตก คือ ความดำริที่เกี่ยวข้องกับกามความนึกคิดที่จะแสวงหาสิ่งเสพ ความคิดอยากได้ หรือหมกมุ่นพัวพันติดข้องอยู่กับ สิ่งสนองความต้องการทางประสาททั้ง ๕

^{๒๗} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๘๙/๘๑.

^{๒๘} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๘๕/๗๕.

^{๒๙} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๘๗/๗๘.

^{๓๐} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๓๕/๑๒๖.

^{๓๑} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๘๖/๗๗.

หรือ สิ่งสนองตัณหา อุปาทานต่าง ๆ ความคิดในทางเห็นแก่ตัว เป็นความนึกคิดในฝ่ายราคะ หรือ โลภะ

๒) พยาบาทสังกัปป์ หรือ พยาบาทวิตก คือ ความดำริที่ประกอบด้วยความขัดเคือง ไม่พอใจ เคียดแค้น ซิงซัง คิดเห็นในแง่ร้ายต่าง ๆ ชาติความเมตตาเป็นความนึกคิดในฝ่ายโทสะแรงถูก กระทบ

๓) วิหิงสาสังกัปป์ หรือ วิหิงสาวิตก คือ ความดำริในทางที่จะเบียดเบียน ทำร้าย การคิดที่จะข่มเหงรังแก ต้องการก่อทุกข์ ทำให้คนและสัตว์ทั้งหลายเดือดร้อน ไม่มีความกรุณา เป็นความนึกคิดในฝ่ายโทสะแรงจะออกไปกระทบ

ความดำริแบบนี้เป็นเรื่องปกติของคนส่วนมากเพราะตามธรรมดา เมื่อปุณฺณรู้อารมณ์ อย่างใดอย่างหนึ่ง จะโดยการเห็นได้ยิน ได้ สัมผัส เป็นต้น และคือ ความดำริชอบ หรือ ความนึกคิดในทางที่ถูกต้องตรงข้ามกับมิจฉาสังกัปป์ เรียกว่า สัมมาสังกัปป์ มี ๓ อย่างเช่นเดียวกัน

๑) เนกขัมมสังกัปป์ หรือ เนกขัมมวิตก คือ ความดำริที่ปลอดโลภะหรือประกอบด้วย โลภะ ความนึกคิดที่ปลอดโปร่งจากกาม ไม่หมกมุ่นพัวพันติดใครในสิ่งเสพสนองความอยากต่าง ๆ ความคิดที่ปราศจากความเห็นแก่ตัว ความคิดเสียสละ และความคิดที่เป็นคุณหรือกุศลทุกอย่าง จัดเป็นความนึกคิดที่ปลอดราคะหรือโลภะ

๒) อพยาบาทสังกัปป์ หรือ อพยาบาท วิตก คือ ความดำริที่ไม่มีความเคียดแค้น ซิงซัง ขัดเคือง หรือ การเพ่งมองในแง่ร้ายต่าง ๆ โดยเฉพาะมุ่งเอาธรรมที่ตรงข้าม คือ เมตตา ซึ่งหมายถึงความปรารถนาดี ความมีไมตรี ต้องการให้ผู้อื่นมีความสุข จัดเป็นความคิดที่ปลอดโทสะ ๓) อวิหิงสาสังกัปป์ หรือ อวิหิงสา วิตก คือ ความดำริที่ปลอดจากการเบียดเบียน ปราศจากความคิดที่จะก่อทุกข์แก่ผู้อื่น โดยเฉพาะมุ่งเอาธรรมที่ตรงข้าม คือ กรุณา ซึ่งหมายถึงความคิดช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นจากทุกข์ เป็นความคิดปลอดโทสะเช่นเดียวกัน^{๓๒}

(๓). สัมมาวาจา

“สัมมาวาจาเป็นอย่างไรคือ เจตนางดเว้นจากการพูดเท็จเจตนางดเว้นจากการพูดส่อเสียด เจตนางดเว้นจากการพูดคำหยาบ เจตนางดเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ นี้เรียกว่า สัมมาวาจา”^{๓๓}

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคเจ้าเสด็จจาริกไปแคว้นโกศลกับภิกษุหมู่ใหญ่ถึงบ้านพราหมณ์ ชื่อสาลาของชาวโกศล พราหมณ์และคหบดีชาวบ้านสาลาได้ฟังข่าวว่า

“ความประพฤตินี้ สม่่าเสมอ คือ ความประพฤติธรรมทางวาจามี ๔ ประการคือบุคคลในโลกนี้”^{๓๔}

๑) เป็นคนพูดเท็จ คือ อยู่ในสภาพอยู่ในบริษัท อยู่ท่ามกลางหมู่ญาติ อยู่ท่ามกลางทหาร หรือ อยู่ท่ามกลางราชสำนัก ถูกเขาอ้างเป็นพยานซักถามว่าท่านรู้สิ่งใด จงกล่าวสิ่งนั้น บุรุษนั้นไม่รู้ก็กล่าวว่า รู้ หรือ รู้ ก็กล่าวว่าไม่รู้ ไม่เห็นก็กล่าวว่า เห็น หรือ เห็นก็กล่าวว่าไม่เห็น กล่าวเท็จก็รู้เพราะตนเป็นเหตุบ้าง เพราะบุคคลอื่นเป็นเหตุบ้าง เพราะคือเห็นแก่อำิสเล็กน้อยบ้าง

^{๓๒} พระพรหมคุณภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม** (ฉบับเดิม), (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๑๒), หน้า ๒๓๓-๒๓๔, ๒๓๖.

^{๓๓} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๗๕/๑๒๖.

^{๓๔} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๔๐/๔๗๔.

๒) เป็นผู้พูดเสียดสี คือ ฟังความฝายนี้นี้แล้วไปบอกฝ่ายโน้นเพื่อทำลายฝายนี้นี้หรือฟังความฝายนี้นี้แล้วมาบอกฝายนี้นี้มาทำลายฝายนี้นี้ ยุยงคนที่สามัคคีกัน ส่งเสริมคนที่แตกแยกกัน ชื่นชมยินดีเพลิติเพลินต่อผู้ที่แตกแยกกัน พูดแต่ถ้อยคำที่แตกแยกกัน

๓) เป็นผู้พูดคำยามหรือพูดแต่คำยามคาย กล้า แข็ง เผ็ดร้อน หยาบคายร้ายกาจแก่ผู้อื่น ไกลต่อความโกรธไม่เป็นไปเพื่อสมาธิ

๔) เป็นผู้พูดเพ้อเจ้อ คือ พูดไม่ถูกเวลา พูดคำไม่จริงพูดคำไม่อิงประโยชน์ ไม่มีที่กำหนด ไม่ประกอบด้วยประโยชน์โดยไม่เหมาะสมแก่เวลา

“ความประพฤติ สม่่าเสมอ คือ ความประพฤติธรรมวาจา มี ๔ ประการ คือ บุคคลบางคนบนโลกนี้”^{๓๕}

๑) เป็นคนละเว้นขาดจากการพูดเท็จ คือ อยู่ในสภายอยู่ในบริษัท อยู่ท่ามกลางหมู่ญาติ อยู่ท่ามกลางทหาร หรือ อยู่ท่ามกลางราชสำนัก ถูกเขาอ้างเป็นพยานซักถามว่าท่านรู้สิ่งใด จงกล่าวสิ่งนั้น บุรุษนั้นไม่รู้ก็กล่าวว่า รู้ หรือ รู้ ก็กล่าวว่าไม่รู้ ไม่เห็นก็กล่าวว่า ไม่เห็น หรือ เห็นก็กล่าวว่า เห็นไม่กล่าวเท็จทั้งที่รู้เพราะตนเป็นเหตุบ้าง เพราะบุคคลอื่นเป็นเหตุบ้าง เพราะเหตุคือ เห็นแก่อำิสเล็กน้อยบ้าง

๒) เป็นผู้ละเว้นขาดจากการพูดเสียดสี คือ ฟังความฝายนี้นี้แล้วไม่ไปบอกฝ่ายโน้นเพื่อทำลายฝายนี้นี้หรือฟังความฝายนี้นี้แล้วไม่มาบอกฝายนี้นี้เพื่อทำลายฝายนี้นี้ ยุยงคนที่สามัคคีกัน สมานคนที่แตกแยกกัน ส่งเสริมคนที่ปรองดองกันชื่นชมยินดีเพลิติเพลินต่อผู้ที่สามัคคีกัน พูดแต่ถ้อยคำที่สร้างสรรค์สามัคคีกัน

๓) เป็นผู้ละเว้นขาดจากการพูดคำยามหรือพูดแต่คำไม่มีโทษ ไพเราะน่ารัก จับใจ เป็นคำของชาวเมือง คนส่วนมากรักใคร่พอใจ

๔) เป็นผู้ละเว้นขาดจากการพูดเพ้อเจ้อ คือ พูดถูกเวลา พูดแต่คำจริงพูดอิงประโยชน์ พูดอิงธรรม พูดอิงวินัย พูดคำที่มีหลักฐาน มีที่อ้างอิง มีที่กำหนด ประกอบด้วยประโยชน์เหมาะสมแก่เวลา

(๕) สัมมากัมมันตะ

“สัมมากัมมันตะ เป็นอย่างไร”^{๓๖} คือ เจตนางดเว้นจากการฆ่าสัตว์เจตนางดเว้นจากการลักทรัพย์เจตนางดเว้นจากการประพฤติผิดในกามนี้เรียกว่า สัมมากัมมันตะ”

“ความประพฤติสม่าเสมอ คือ ความประพฤติธรรมทางกายมี ๓ ประการ”

๑) เป็นผู้เว้นขาดจากการฆ่าสัตว์ คือ วา วา ทณชาวุธ และ ศัสตราวุธ มีความละอาย มีความเอ็นดู มุ่งประโยชน์เกื้อกูลต่อสรรพสัตว์อยู่”^{๓๗}

๒) เป็นผู้ละเว้นขาดจากการลักทรัพย์ คือ ไม่ถือเอาทรัพย์อันเป็นอุปกรณ์เครื่องปล้มใจของผู้อื่นซึ่งอยู่ในบ้านในป่าที่เจ้าของมิได้ให้ด้วยจิตเป็นเหตุขโมย

๓) เป็นผู้ละเว้นจากการประพฤติผิดในกาม คือ ไม่เป็นผู้ประพฤติล่วงในสตรีที่อยู่ในปกครองของมารดาที่อยู่ในปกครองของบิดา ที่อยู่ในปกครองของพี่ชาย น้องชาย ที่อยู่ในปกครองของ

^{๓๕} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๔๑/๔๗๖-๔๗๗.

^{๓๖} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๓๕/๑๒๖.

^{๓๗} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๔๑/๔๗๖.

พิสาวชิงน้องสาวที่อยู่ในปกครองของญาติ ที่ประพฤดิธรรม มีสามีมีกฎหมายคุ้มครองโดยที่สุด แม้สติที่บุรุษสวมด้วยพวงมาลัยหมายไว้

(๕) สัมมาอาชีวะ

ความหมายที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา สัมมาอาชีวะ คือ อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ ละมิฉาชีวะแล้ว สำเร็จการเลี้ยงชีพด้วยสัมมาอาชีวะ^{๓๘} คำว่า สัมมาชีพ ในทางธรรมมิได้หมายเพียงใช้แรงงานให้เกิดผลผลิตแล้วได้รับปัจจัยมาเลี้ยงชีพเท่านั้นหมายถึงการเลี้ยงชีพอย่างถูกต้องและชอบธรรมด้วย โดยการใช้ปัญญาในการใช้ทรัพย์นั้น ไม่ให้เกิดทุกข์กับการใช้ทรัพย์หรือปัจจัยนั้น ๆ

(๖) สัมมาวายามะ

“ภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า สัมมาวายามะ สัมมาสติ เป็นอย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้

๑) พิจารณาเห็นกายในกายอยู่มีความเพียรมีสัมปชัญญะมีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

๒) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่

) พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่

๔) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่มีความเพียรมีสัมปชัญญะมีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ ภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า สัมมาสติ”^{๓๙}

“ธรรมนี้ เป็นของสำหรับผู้ปรารถนาความเพียร มิใช่สำหรับคนเกียจคร้าน”^{๔๐} “ภิกษุทั้งหลาย เรารู้ชัดถึงคุณธรรม ๒ คือ

๑) ความเป็นผู้สันโดษในกุศลธรรมทั้งหลาย

๒) ความเป็นผู้ไม่ยอมถอยหลังในการบำเพ็ญเพียร เพราะฉะนั้นแล เธอทั้งหลาย พึงศึกษาดังนี้ เราจักตั้งความเพียรอันไม่ถอยหลังถึงจะเหลือแต่หนังเอ็นและกระดูก เนื้อและเลือดในสรีระจะแห้งเหือดไปก็ตามที ยังไม่บรรลุผลที่บุคคลพึงถึงได้ด้วยเรี่ยวแรงของบุรุษ ด้วยความลำบาก บั่นของบุรุษแล้วที่จะหยุดยั้งความเพียรเสีย เป็นอันไม่มีเธอทั้งหลายพึงศึกษาฉะนั้นแล”^{๔๑}

(๗) สัมมาสติ

ภิกษุในธรรมวินัยนี้พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียรมีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่มีความเพียรมีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้ พิจารณาเห็นจิตในจิตมีความเพียรมีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้^{๔๒} สัมมาสติ เป็นอย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้

๑.พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

๒. พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่

^{๓๘} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๓๔/๑๒๖.

^{๓๙} ม.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๒/๓๓๖.

^{๔๐} อัง.อญฺฐก. (ไทย) ๒๓/๑๒๐/๒๓๗.

^{๔๑} อัง.ทุก. (ไทย) ๒๐/๒๕๑/๖๔.

^{๔๒} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๓๕/๑๒๖.

๓. พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่

๔. พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัด
อภิชณาและโทมนัสในโลกได้ ภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า สัมมาสติ^{๔๓}

(๘) สัมมาสมาธิ

สัมมาสมาธิ เป็นองค์มรรคข้อสุดท้าย และเป็นข้อที่มีเนื้อหาสำหรับศึกษามากเพราะเป็น
เรื่องของจิตของการฝึกอบรมจิตใจขั้นลึกซึ้ง เป็นเรื่องละเอียดประณีต

“สัมมาสมาธิ ประกอบด้วยองค์ ๕ ได้แก่

๑. มีปิติแผ่ไป

๒. มีสุขแผ่ไป

๓. มีการกำหนดรู้จิตผู้อื่นแผ่ไป

๔. มีแสงสว่าง ๑ แผ่ไป

๕. ปัจจเวกขณะญาณเป็นนิมิต

นี่ คือธรรม ๕ ประการที่ควรเจริญ”^{๔๔} สัมมาสมาธิ คือ ภิกษุในธรรมวินัยสงัดจากกามและ
อกุศลทั้งหลายบรรลุปฐมฌานที่มีวิตก วิจารณ์ ปิติ และสุขอันเกิดจากวิเวกอยู่ เพราะวิตกวิจารณ์สงบ
ไปแล้ว บรรลุตติยฌานที่มีความผ่องภายใน มีภาวะจิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ไม่มีวิตกมาวิจารณ์ มีแต่ปิติ
และสุขอันเกิดจากสมาธิอยู่เพราะปิติจางคลายไป มีอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะ เสวยสุขด้วยนามกาย
บรรลุตติยฌานที่พระอรหันต์ทั้งหลายสรรเสริญว่า “ผู้อุเบกขา มีสติ อยู่เป็นสุข” เพราะละสุขละทุกข์ได้
เพราะโสมมณัสและโทมนัสดับไปก่อนแล้ว บรรลุตตตฌานที่ไม่มีทุกข์ไม่มีสุข มีสติ บริสุทธิ์เพราะ
อุเบกขาอยู่^{๔๕}

ผู้วิจัย มีความเห็นว่าหลักอริยมรรคมีองค์ ๘ ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้านั้น ใช้แก้ปัญหา
การดำเนินชีวิตได้อย่างมั่นคงเพราะสมาธิ คือรู้โดยถูกต้อง สัมมาสังกัปปะคิดโดยถูกต้อง
สัมมาวาจาเจรจาชอบหรือเจรจาถูกต้องสัมมาภังคะมันตะกระทำชอบ สัมมาอาชีวะเลี้ยงชีพชอบ
สัมมาวายามะ พยายามชอบสมาสตรัสถ้อยชอบการไม่เบียดเบียนตัวเองและผู้อื่น มีสติมั่นคงและทำ
ในสิ่งดีงามเห็นและเข้าใจทุกสิ่งตามเป็นจริง คิดแต่สิ่งดีงาม จากหลักธรรมข้อนี้ คือ ขาวนา จะต้อง
มีศีล และมีสมาธิ และมีปัญญา ศีลแปลว่าปกติและศีลนี้ละที่ทำให้มนุษย์แตกต่างไปจากสัตว์ทั่วไปถ้า
มนุษย์ไม่มีศีลแล้วคงไม่แตกต่างจากสัตว์ และการไม่เบียดเบียน ขาวนาไม่ควรทำร้ายสิ่งแวดล้อมมาก
เกินไปและทำร้ายสรรพสิ่งที่อยู่ตามธรรมชาติมากเกินไปโดยการใชยาฆ่าหญ้า ฆ่าแมลง และปุ๋ยเคมี
มากเกินไปทำร้ายสรรพสิ่งที่อยู่ตามธรรมชาติมากเกินไปโดยการใชยาฆ่าหญ้า ฆ่าแมลง และปุ๋ยเคมี
มากเกินไปทำร้ายสรรพสิ่งที่อยู่ตามธรรมชาติเสียหาย และส่งผลกระทบต่อวิถีการ
ดำเนินชีวิตของขาวนาเองจากการดำเนินชีวิตที่ขาดศีลคือขาดความเป็นปกติของตนเอง จากศีลขาวนา
ควรจะมีสมาธิในการทำนาและมีสติในการทำนาพิจารณาให้ดีในการดำเนินชีวิตในสมัยใหม่ที่เป็นสมัย
บริโภคนิยม ขาวนาเองควรมีสติในการยืมเงินการส้างหนี้ เพราะการส้างหนี้้นไม่คำนึงถึงว่าจะต้อง
จ่ายดอกเบี้ยด้วย ขาวนาไม่มีสติในการยืมเงินขอให้ยืมหมด และไม่ใช้ปัญญาด้วยในการแก้ปัญหา
และใช้ปัญญาในการดำเนินชีวิตรู้เท่าทันสังคมสมัยใหม่โดยการใช้ปัญญาในการดำเนินชีวิตในด้าน

^{๔๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๒/๓๓๖.

^{๔๔} ม.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๕/๓๘๐.

^{๔๕} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๓๕/๑๒๖.

เศรษฐกิจนั้น โดยใช้หลักธรรม ที่กล่าวมาแล้วนั้นเป็นหลักธรรมในการดำเนินชีวิตเลี้ยงชีพโดยชอบ ประกอบการงานที่ถูกต้องตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา จากการลงพื้นที่พบว่าชาวบ้านยังไม่มีแนวทางในการดำเนินชีวิตยังมีการเล่นการพนันอยู่บ้างบางครั้งในเวลากลางและยังไม่มีทิศทางในการดำเนินชีวิตยังไม่มีหลักในการดำเนินชีวิตยังใช้ชีวิตแบบผ่านไปวันวันชาวบ้านควรจะเดินตามหลักของพระพุทธศาสนาที่ตนนับถืออยู่เพราะชาวบ้านหมู่บ้านแหมเหนือก็มีการไปวัดมีการทำบุญอย่างต่อเนื่อง ทุก ๆ เทศกาลตลอดทั้งปีตามประเพณี หรือ ตามฮีตสิบสอง คลองสิบสี่ ตามแนวทางของคนอีสานทุกที่ นิยมจัดงานเทศกาลและเกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนาตลอด

ชาวบ้านหมู่บ้านแหมเหนือมีความเข้าใจหลักธรรมอยู่บ้างเพราะการที่ได้ไปวัดฟังธรรมจากพระและผู้รู้เล่าให้ฟังแต่ที่สังเกตเห็น คือ ขาดการนำมาปฏิบัติเข้าใจหลักธรรมแล้วต้องนำมาปฏิบัติจึงจะเกิดประโยชน์แก่ชาวนาเองและอีกหลักธรรมหนึ่งที่ชาวบ้านควรเรียนรู้และนำมาปฏิบัติคือ หลักธรรมในการครองเรือนคฤหัสถ์หรือความสุขของคฤหัสถ์ที่^{๔๖} ปรากฏในพระไตรปิฎกมี ข้อความว่า กามโกศิ บุคคลที่แสวงหาโภคทรัพย์โดยชอบธรรม ด้วยการงานที่ไม่ผิด ครั้นแสวงหาได้แล้ว บำรุงตนให้เป็นสุข และแจกจ่ายทำบุญทั้งเป็นผู้ไม่มัวเมาไม่หมกมุ่น ไม่จดจ่อ เห็นโทษ มีปัญญาเป็น เครื่องสลัดออก ใช้สอยโภคทรัพย์เหล่านั้นนี้ควรสรรเสริญโดย ๔ สถาน คือ ควรสรรเสริญโดยสถานที่ ๑ นี้ว่า แสวงหา โภคทรัพย์โดยชอบธรรมด้วยการงานที่ไม่ผิด'ควรสรรเสริญโดย สถานที่ ๒ นี้ว่า 'บำรุงตนให้เป็นสุข' ควรสรรเสริญโดยสถานที่ ๓ นี้ว่าแจกจ่าย ทำบุญ ควรสรรเสริญโดยสถานที่ ๔ นี้ว่าไม่มัวเมา ไม่หมกมุ่นไม่จดจ่อ เห็นโทษ มีปัญญาเป็นเครื่องสลัดออก ใช้สอยโภคทรัพย์เหล่านั้น

จากข้อความที่ปรากฏในพระไตรปิฎกนี้ ถ้าชาวบ้านนำมาปฏิบัติตามจะเกิดประโยชน์มาก ในเรื่องการใช้จ่ายทรัพย์อย่างมีสติและใช้ปัญญามีหลักการและใช้ทรัพย์ให้เกิดประโยชน์สูงสุด

ท่านพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต) ยังได้ขยายความให้ชัดเรื่องคฤหัสถ์^{๔๗} ว่าในการดำเนินชีวิตเพื่อยึดเป็นรูปแบบในการใช้ชีวิตในการครองเรือนของคนทั่วไปที่ครองเรือนเป็นคฤหัสถ์นั้น คือ หลักคิสุข หรือ กามโกศิสุข ๔ สุขของชาวบ้านควรพยายามเข้าถึงให้ได้เสมอ สุขอันชอบธรรมที่ผู้ครองเรือนควรมี

(๑) อตติสุข สุขเกิดจากการมีทรัพย์ คือ ความภูมิใจ เอิบอímใจ ว่าตนมีโภคทรัพย์ที่ได้มาด้วยน้ำพักน้ำแรงความขยันหมั่นเพียรของตน และโดยชอบธรรม

(๒) โภคสุข สุขจากการใช้จ่ายทรัพย์ คือ ความภูมิใจ เอิบอímใจ ว่าตนได้ใช้ทรัพย์ที่ได้มาโดยชอบนั้น เลี้ยงชีพ เลี้ยงผู้ควรเลี้ยง และบำเพ็ญประโยชน์

(๓) อนนสุข สุขจากความไม่เป็นหนี้ คือ ความภูมิใจ เอิบอímใจ ว่าตนเป็นไท ไม่มีหนี้สินติดค้างใคร

(๔) อนวัชสุข สุขเกิดจากความประพฤตินี้ไม่มีโทษ คือ ความภูมิใจ เอิบอímใจ ว่าตนมีความประพฤติ ไม่บกพร่องเสียหาย ใคร ๆ ก็ติเตียนไม่ได้ ทั้งทางกาย ทางวาจา และใจนี้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตของชาวบ้านตามหลักธรรมของพระพุทธศาสนาถ้าชาวบ้านปฏิบัติได้จะมีความสุขเป็นอย่างยิ่ง

^{๔๖} อย.จตุกก. (ไทย) ๒๔/๙๑/๒๑๑.

^{๔๗} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๓๐, หน้า ๑๔๗.

๔.๓ แนวทางการดำเนินชีวิตด้านอารมณ์ตามหลักพุทธธรรม

ชาวนาหมุ่มบ้านแหมเหนือตามที่ได้ศึกษามาทราบว่ามี ๒ ด้านอารมณ์ด้วยกัน คือ อิฏฐารมณ์ และ อนิฏฐารมณ์ ด้านอารมณ์ที่ปรารถนาด้าน บวก (อารมณ์ดี) และด้านอารมณ์ที่ไม่ปรารถนาด้านลบ (อารมณ์ไม่ดี) ด้านอารมณ์ที่ปรารถนาด้าน บวก อิฏฐารมณ์ (อารมณ์ดี) การดำเนินชีวิตมีความเป็นอยู่ตามสภาพทั่วไปและจะมีอารมณ์สนุกสนานเป็นบางครั้งในช่วงที่มีการพบกันและมิงงานบุญหรือเทศกาลต่าง ๆ เพราะพวกเขาจะได้พบญาติพี่น้องที่จากไปทำงานต่างถิ่นในเมืองใหญ่ ๆ กลับมาเยี่ยมบ้านในงานเทศกาลในแต่ละปีพวกเขาจะมีความสุขสนุกสนานและรวมตัวกันทำกิจกรรมในวัดหรือในที่ต่าง ๆ ที่เป็นจุดจัดงานและด้วยความที่ชาวบ้านมีเวลาว่างจากการทำนามากพอเขาจึงมีการรวมตัวและจัดงานฉลองเทศกาลต่าง ๆ ทั้งสิบสองเดือนหรือทั้งปีก็ได้

อิฏฐารมณ์ ด้านอารมณ์ที่ปรารถนาด้าน บวก (อารมณ์ดี) การที่ชาวนามารวมตัวกันทำกิจกรรมต่าง ๆ ในงานเทศกาลนั้นและมีความสุขนั้นแสดงว่าชาวนามีหลักในการอยู่ร่วมกันและการคบมิตรและผูกมิตรสัมพันธ์ที่ดีมีความจริงใจ ซื่อสัตย์ต่อกันและรู้จักชมอารมณ์ในการอยู่ร่วมกันในสังคมชุมชนที่ตัวเองอยู่จึงทำให้พวกเขาสนุกสนานรวมกันทำกิจกรรมต่าง ๆ จนประสบผลสำเร็จตามวัตถุประสงค์ของงานนั้นในแต่ละครั้ง

๔.๓.๑ แนวทางด้านอารมณ์ ในทางชอบ (อิฏฐารมณ์)

สอดคล้องกับหลักธรรมในทางพระพุทธศาสนานั้น คือ ฆราวาสธรรม ธรรมสำหรับครองเรือน ธรรมของผู้ครองเรือน มี ๔ อย่าง คือ ๑. สัจจะ ความจริง เช่นซื่อสัตย์ต่อกัน ๒. ทมะ ความฝึกฝนปรับปรุงตน เช่น รู้จักรขุมใจ ควบคุมอารมณ์ บังคับตนเองปรับตัวเข้ากับงานและสิ่งแวดล้อมให้ได้ ๓. ขันติ ความอดทน ๔. จาคะความเสียสละ เพื่อแม่ แม่ปัน มีน้ำใจ^{๔๘} นี่คือหลักธรรมที่ชาวบ้านแหมเหนือที่นำมาใช้ในการชีวิตประจำวันในการพัฒนาอารมณ์และฝึกตนฝึกฝนปรับปรุงตน เช่น รู้จักรขุมใจ ควบคุมอารมณ์ ในการอยู่รวมกันกับคนหมู่มากอย่างสันติและมีความสุขตามสภาพสังคมของชาวนา

อนิฏฐารมณ์ เป็นอารมณ์ที่ไม่ปรารถนาด้านลบ (อารมณ์ไม่ดี) อีกด้านหนึ่งนั้นชาวนามีหนี้สินที่เกิดขึ้นจากการกู้ยืมเกิดความเครียดเกิดขึ้นบ่อย ๆ พอถึงเวลาที่ต้องจ่ายดอกเบี้ยหรือถึงเวลาที่เขามาทางถามชาวนาหมุ่มบ้านแหมเหนือสาเหตุของความเครียดนั้นมาจากการทำมาหากินแล้วรายได้ไม่พอกัยรายจ่ายจึงก่อหนี้ขึ้น ดังคำให้สัมภาษณ์ กำนัน คำบุ พุ่มจันทร์, ว่า “ชาวนาที่ยากจนเพราะไม่มีวิธีการแก้ปัญหาจึงอยากให้ทางราชการมาอบรมเรื่องอาชีพถ้ามีความคิดที่ดีชาวนามาจะได้ไปดำเนินต่อให้มีผู้มาฝึกอาชีพให้ ถ้าที่ปัญหาเรื่องเงินนั้น ชาวนาจะยืมอย่างเดียวเรื่องยืมเงินนั้นไม่กลัว กลัวอย่างเดียวคือไม่ให้ยืมจึงทำให้ชาวนามีหนี้กันมากเพราะการยืมหนี้ถ้าเกิดความเครียดเกินขึ้นนั้นต้องปล่อยไปก่อนแล้วค่อยหาวิธีแก้บางคนก็ไม่ยอมปล่อยไปจึงทำให้เกิดการลักเล็กขโมยเงินขึ้นเพราะแก้ไม่ได้เลยเอาทางนี้เป็นทางออกแต่สำหรับบ้านเรานั้นก็ไม่ค่อยเกิดเรื่องทำร้ายฆ่าพ่อที่แม่นั้นไม่มี”^{๔๙}

^{๔๘} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ ผลิธัมม์ ในเครือ บริษัท สำนักพิมพ์ เพ็ทแอนด์โฮม จำกัด ๒๕๕๘), หน้า ๕๔

^{๔๙} สัมภาษณ์ กำนันคำบุ พุ่มจันทร์, ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐.

สัมภาษณ์ นาง นพรัตน์ ขาญจิต ว่า “ขาดเงิน ๆ นั้นละไม่พอ ปีนี้อย่างไม่พอใหญ่ เพราะรายจ่ายมากใช้หนี้ ธนาการเพื่อการเกษตรและสหกรณ์ เหล่านี้ละ”^{๕๐} การที่ชาวนายืมหนี้ทั้งในระบบและนอกระบบจึงเกิดความเครียดเวลาถึงเวลาที่ถึงกำหนดที่ต้องจ่ายดอกเบี้ยหรือถึงเวลาส่ง เวลาชาวนาเกิดความเครียดชาวนามีวิธีการต่าง ๆ กัน

คำถามที่ว่า เวลามีปัญหาเรื่องอารมณ์หรือความเครียดแล้วทำอย่างไร? ดังคำสัมภาษณ์นางนพรัตน์ ขาญจิตว่า “คุยกันว่าจะทำอย่างไร ปรีกกินอย่าให้เกิดความเครียด ถ้าเครียดแล้วจะลำบากถ้าจะเครียดก็เดินหนีไปก่อน ต่างคนต่างหนีไปก่อนหาทำงานให้มันลืมถ้าอยู่ใกล้กันเดียวทะเลาะกันหายแล้วคอยมาหากันต่างคนต่างกลับมาเมื่อหายโกรธ”^{๕๑} ชาวนาอีกรายให้ข้อมูลว่าเวลาเกิดความเครียด ว่า “ในการทำนาก็ยืมเงินดอกกละชิ ยืมรัฐบาล ธ ก ส กองทุนหมู่บ้าน นอกระบบก็ไม่อยากยืม เวลาที่มีความโกรธ ก็เดินหนี ไปเลี้ยงวัว เลี้ยงควาย หายโกรธ แล้วกลับมา”^{๕๒} ถ้ามีการทะเลาะเบาะแว้ง ก็เข้าวัดไปทำงานที่วัดนั่งสมาธิ ใจดีแล้วคอยมา ถ้ารุนแรงเอาพระพุทธรูปพระธรรมพระสงฆ์ เข้าชม ปัญหาที่ไม่ลูกกลาม^{๕๓} ชาวนาจึงเกิดความเครียดได้ง่ายกว่าอาชีพอื่น ๆ และปัญหาเรื่องสุขภาพก็ตามมา จะเห็นว่าชาวนามีวิธีแก้ปัญหาเรื่องความเครียดทางด้านอารมณ์ คล้าย ๆ กัน คือ การเดินหนี หรือเดินไปตามท้องนาเพื่อให้ผ่อนคลายและลืมเรื่องนั้น ๆ

๔.๓.๒ แนวทางด้านอารมณ์ไม่ชอบ (อนิฏฐารมณ์)

สอดคล้องกับหลักธรรมในด้านจิตใจโดยการฝึกจิตพัฒนาใจด้านอารมณ์แก้ปัญหาเรื่องจิตใจ และความเครียดนั้น ในทางพุทธศาสนานั้นต้องแก้จากสาเหตุของความเครียดว่าเกิดมาจากอะไร ถ้าเกิดทางด้านจิตใจนั้นจะต้องมีการฝึกหรือมีการพัฒนาจิตใจ ดังที่เราเคยได้ยินบ่อย ๆ จิต เป็นนาย กายเป็นบ่าว เมื่อจิตป่วย กายก็ป่วยด้วยเช่นกัน ซึ่งการพัฒนาสุขภาพทางจิตตามแนวทางของพระพุทธศาสนาจะต้องใช้หลักธรรมที่เรียกว่าธรรมโอสธ ประกอบด้วย คือ การฝึก สมถกรรมฐาน และ วิปัสสนากรรมฐาน หรือ เรียกว่า กรรมฐาน ๒ หลักกรรมฐาน หรือ ภาวนา หมายถึง การทำให้เกิดให้มีขึ้นการฝึกอบรมพัฒนาจิตใจ^{๕๔} ได้แก่

๑. สมถกรรมฐาน คือ การฝึกอบรมจิตให้เกิดความสงบ การฝึกสมาธิ

๒. วิปัสสนากรรมฐาน คือ การฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งตามเป็นจริง การเจริญปัญญา

๑. สมถะ คือ แปลง่าย ๆ ว่าความสงบ แต่ที่ใช้ทั่วไป หมายถึงวิธีทำใจให้สงบ ขยายความว่า ได้แก่ ข้อปฏิบัติต่าง ๆ ในการฝึกอบรมจิตให้เกิดความสงบจนตั้งมั่นเป็นสมาธิถึงขั้นได้ ฌานระดับต่าง ๆ จุดมุ่งหมายของสมถะ คือ สมาธิ ซึ่งหมายถึงสมาธิขั้นสูงที่ทำให้เกิดฌาน

^{๕๐} สัมภาษณ์ นางนพรัตน์ ขาญจิต, ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐.

^{๕๑} สัมภาษณ์ นางนพรัตน์ ขาญจิต, ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐.

^{๕๒} สัมภาษณ์ นางนาง วงศ์ชัย, ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐.

^{๕๓} สัมภาษณ์ นายอัน บัวใหญ่, ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐.

^{๕๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ปอ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๓๐,

หลักการของสมณะ คือ กำหนดใจไว้กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง (เรียกว่า “อารมณ์”) ให้แน่วแน่มั่น จิตน้อมตั้งอยู่ในสิ่งนั้นสงเดียว (เรียกว่า จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง หรือจิตมีอารมณ์อันเดียว) ความแน่วแน่มั่นหรือตั้งมั่นของจิตนี้เรียกว่า “สมาธิ”

เมื่อสมาธิแนบสนิทเต็มที่แล้ว ก็จะเกิดภาวะจิตที่เรียกว่า “ฌาน” ซึ่งแบ่งเป็นระดับต่าง ๆ ระดับที่กำหนดเอารูปธรรมเป็นอารมณ์ เรียกว่ารูปฌาน หรือ เรียกว่า ฌาน มี ๔ ชั้น ระดับที่กำหนด อรูปธรรมเป็นอารมณ์เรียกว่าอรูปฌาน มี ๔ ชั้น ทั้งรูปฌาน ๔ ทั้งอรูปฌาน ๔ เรียกรวมกันว่า “สมาบัติ”

ภาวะจิตในฌานนั้น เป็นภาวะที่สุขสงบผ่องใส ไม่มีความเศร้าหมองขุ่นมัว ไม่มีสิ่งรบกวนให้ สดุด หรือ ติดข้องอย่างใด ๆ เรียกว่าปราศจากนิวรณ์ ท่านอนุโลมเรียกเป็นความหลุดพ้นจากกิเลสตลอดเวลาที่ยังอยู่ในฌานนั้น ๆ (แต่เมื่อออกจากฌานแล้วนั้นกิเลสกับมีได้อย่างเดิมท่านจึงเรียกว่า เป็นวิกขัมภณนิโรธ หรือ วิกขัมภณวิมุตติ คือ ดับกิเลส หรือหลุดพ้นด้วยเอาสมาธิข่มไว้ ดังได้กล่าวแล้วข้างต้น)

นอกจากฌานแล้ว สมณะยังมีผลพลอยได้ที่สืบเนื่องมาจากฌานอีก คืออาจทำให้เกิดความสามารถพิเศษเรียกว่า อภิญญา ๕ อย่าง ได้แก่ แสดงฤทธิ์ได้ อ่านใจคนอื่นได้ ระลึกชาติได้ หูทิพย์ และตาทิพย์

อย่างไรก็ดี เมื่อใช้อย่างหลวม ๆ หรือ พูดย่างกว้าง ๆ สมณะก็คือ การทำใจให้สงบ หรือ ทำจิตให้เป็นสมาธิ และบางครั้งก็หมายถึงตัวสมาธินั่นเอง

ว่าตามความจริงความหมายของสมณะ ที่ว่าคือตัวสมาธินั้นแหละ เป็นความหมายที่ตรงตามหลักวิชาทั้งฝ่ายอภิธรรมทั้งฝ่ายพระสูตร เพราะไม่ว่าเจริญสมณะ จนได้ฌานสมาบัติ หรือ อภิญญาฌาน เป็นผลสำเร็จสูงพิเศษเพียงใดก็ตาม เนื้อแท้ของสมณะ หรือ ตัวสมณะหรือแก่นของสมณะที่ได้ผลขั้นนั้น ก็คือสมาธิ^{๕๕}

๒. วิปัสสนา คือ แปลง่าย ๆ ว่าการเห็นแจ้ง หรือวิธีทำให้เห็นแจ้ง หมายถึงข้อปฏิบัติต่าง ๆ ในการเห็นแจ้งฝึกฝนปัญญาให้เกิดการเห็นแจ้งให้แจ้งรู้ชัดสิ่งทั้งหลายตรงต่อสภาวะของมัน คือ ให้เข้าใจตามความเป็นจริงหรือตามที่สิ่งเหล่านั้นมันเป็นของมันเอง (ไม่ใช่เห็นไปตามที่เราวาดภาพให้มันเป็น ด้วยความชอบความชัง ความอยากได้ หรือ ความชดใจเรา) รู้แจ้งชัดเข้าใจจริง จนถอนความหลงผิด รู้ผิด และยึดติดในสิ่งทั้งหลายได้ ถึงขั้นเปลี่ยนท่าทีต่อโลกและชีวิตใหม่ ทั้งท่าทีแห่งการมอง การรับรู้ การวางจิตใจ และความรู้สึกรู้สีกทั้งหลาย

ความรู้ความเข้าใจถูกต้อง ที่เกิดขึ้นเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ในระหว่างการปฏิบัติ เรียกว่า “ฌาน” มีหลายระดับฌานสำคัญในขั้นสุดท้ายเรียกว่า วิชชาเป็นภาวะตรงข้ามที่กำจัดอวิชชา คือ ความหลงผิดไม่รู้แจ้งไม่รู้จริงให้หมดไป

ภาวะจิตที่มีฌานหรือวิชชานั้น เป็นภาวะที่สุขผ่องใส และ เป็นอิสระ เพราะล่อยตัวจากการถูกอำนาจครอบงำของกิเลส เช่น ความชอบความชังความติดใจและความชดใจ เป็นต้น ไม่ถูกบังคับ หรือชักจูงโดยกิเลสเหล่านั้นให้มองเห็นรับรู้สิ่งต่าง ๆ อย่างบิดเบือน จนพาความคิดและการกระทำที่ติดตามมาให้หันเหไปและไม่ต้องเจ็บปวดหรือเร่าร้อน เพราะถูกบีบคั้นหรือหรือ ต่อสู้กิเลส

^{๕๕} พระพรหมคุณาภรณ์ (ปอ.ปยุตฺโต), , **พุทธธรรม** ฉบับขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๔๐, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม์ จำกัด, ๒๕๕๘), หน้า ๔๒๖.

เหล่านั้น ฌานและวิชาจึงเป็นจุดมุ่งของวิปัสสนา เพราะนำไปสู่วิมุตติ คือ ความหลุดพ้นเป็นอิสระที่แท้จริง ซึ่งยั่งยืนถาวร (ท่านเรียกว่า สมุจเฉทนิโรธ หรือ สมุจเฉทวิมุตติ แปลว่า ดับกิเลส หรือหลุดพ้นโดยเด็ดขาด)

ถ้าพูดอย่างรวบรัดก็ว่าผลที่มุ่งหมายของสมณะ คือ ฌาน ผลของวิปัสสนาคือ ฌาน หรือว่าสมณะนำไปสู่ฌาน วิปัสสนานำไปสู่ฌาน

ผู้ปฏิบัติสมณะ (สำนวนแบบเรียกว่า บำเพ็ญ หรือเจริญสมณะ) อาจทำแต่สมณะอย่างเดียว โดยมุ่งหวังจะชื่นชมเสพผลของสมณะ คือ ฌานสมาบัติ และอภิ ญาณ ๕ ไม่ต้องเกี่ยวข้องกับวิปัสสนาเลยก็ได้ เรียกว่าหยุดอยู่เพียงชั้นสมาธิ ไม่ก้าวไปถึงขั้นปัญญา

แต่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนา ต้องอาศัยสมณะไม่มากนักน้อย คือ อาจเจริญสมณะจนได้ฌานสมาบัติก่อนแล้ว จึงก้าวต่อไปสู่วิปัสสนา คือ เอาฌานคือเอาฌานเป็นบาทของวิปัสสนา (เรียกว่าเจริญวิปัสสนา ที่มีฌานเป็นบาท) ก็ได้ อาจเริ่มเจริญวิปัสสนาไปก่อนแล้ว จึงเจริญสมณะตามหลังก็ได้และเจริญควบคู่กันไปก็ได้

แม้แต่ผู้ที่ได้ชื่อว่าเจริญวิปัสสนาล้วน (สุทธวิปัสสนายานิก) ไม่เอาสมณะเลยก็หมายถึงไม่เอาสมณะในความหมายโดยนัยปริยาย หรือความหมายที่เคร่งครัด คือ ไม่ได้ทำสมณะจนได้ฌานสมาบัติก่อนเจริญวิปัสสนา แต่ความเป็นจริงก็อาศัยสมณะในความหมายกว้าง ๆ คือ อาศัยสมาธินั่นเองสมาธิของผู้เจริญวิปัสสนาอย่างนี้ อาจเริ่มต้นด้วย ขณิกสมาธิ (สมาธิชั่วขณะ) ก็ได้ แต่เมื่อถึงขณะที่บรรลุสมุจเฉทผลสมาธินั้นจะแน่วแน่สนิท (เป็นอัปปนาสมาธิ) ถึงระดับปฐมฌาน (ฌานที่ ๑ หรือรูปฌานที่ ๑)

ผลที่เกิดจากสมณะอย่างเดียวไม่ว่าจะเป็นฌานสมาบัติหรืออภิ ญาณที่สูงพิเศษเพียงไร ก็ยังเป็นโลกีย์ เป็นของปุถุชน คือคนมีกิเลส เสื่อมถอยได้ เช่น ฤทธิ์ที่พระเวทหัตได้เจโตวิมุตติ ของพระโคตมิกะ และฌานสมาบัติของภิกษุสามเณร ฤาษี และคฤหัสถ์บางท่านที่มีเรื่องเล่าต่อกันมาในคัมภีร์ต่าง ๆ^{๕๖}

ฌานสมาบัติและอภิ ญาณ ที่เกิดจากสมณะนั้น เป็นของมีมาก่อนพุทธกาล เช่น อาพาตาส กาลาโคตร ได้ถึงอรุปรมาณ ๓ อุททกตาส รามบุตร ได้ถึงอรุปรมาณ ๔ เป็นต้น เป็นของมีได้ในลัทธิภายนอกพระพุทธศาสนา มิใช่จุดหมายของพระพุทธศาสนา เพราะไม่มาให้หลุดพ้นจากกิเลสและทุกข์ได้อย่างแท้จริงนักบวชบางลัทธิทำสมาธิจนได้ฌาน ๔ แต่ยังมี มิจฉาทิฎฐิที่เกี่ยวกับเรื่องอัตตา และยึดถือภาวะในฌานนั้นว่าเป็นนิพพาน ก็มี ลัทธิเช่นนี้พระพุทธศาสนาปฏิเสธ

ผลที่ต้องการจากสมณะตามหลักพระพุทธศาสนา คือการสร้างบาทฐานของวิปัสสนา จุดหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนาสำเร็จได้ด้วยวิปัสสนา คือ การฝึกอบรมปัญญาที่มีสมาธิเป็นบานฐาน หากบรรลุจุดหมายสูงสุดด้วย และยังได้ผลพิเศษแห่งสมณะด้วยก็จัดว่าเป็นผู้มีคุณสมบัติพิเศษ ได้รับการยกย่องนับถืออย่างสูงแต่หากบรรลุจุดหมายแห่งวิปัสสนาอย่างเดียว ไม่ได้ผลพิเศษแห่งสมณะก็ยิ่งเลิกละกว่าได้ผลพิเศษแห่งสมณะคือได้ฌานสมาบัติและอภิ ญาณ ๕ แต่ยังไม่พ้นจากอวิชชาละกิเลสต่าง ๆ

อนึ่ง ไม่ต้องพูดถึงจุดหมายสูงสุดแต่ขั้นสมาธิท่านก็กล่าวว่า พระอนาคามีถึงแม้จะไม่ได้ฌานสมาบัติไม่ได้ฌานอภิ ญาณ ก็ชื่อว่าเป็นผู้บำเพ็ญสมาธิสมบูรณ์ เพราะสมาธิของพระอนาคามีผู้

^{๕๖} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๒๗-๔๒๘.

มนุษย์เรานั้นอาศัยอยู่ในโลกโดยมีธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมเป็นองค์ประกอบสำคัญเราจะอยู่กับสิ่งแวดล้อมอย่างไรให้เกิดความสมดุลมากที่สุดดังนั้นเราจะต้องไม่ทำลายสิ่งแวดล้อมและไม่โลภอยากได้มาเป็นของตนเองโดยการทำลายทรัพยากรธรรมชาติหรือหลงผิดคิดเอาธรรมชาติมาเป็นของตนเองหรือเกิดความโลภความอยากได้มนุษย์ก็จะทำลายล้าง ซึ่งกันและกันพร้อมทั้งทำลายธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ในสมัยพุทธกาลนั้นมนุษย์อาศัยอยู่กับธรรมชาติตลอดและอยู่กับสิ่งแวดล้อมที่เป็นธรรมชาติ จะเห็นได้จากประวัติพระพุทธเจ้านั้นเกี่ยวข้องกับธรรมชาติตลอดตั้งแต่ ประสูติ ตรัสรู้ ปรีณิพพาน และการแสดงธรรมต่าง ๆ ล้วนแต่เกี่ยวข้องกับธรรมชาติทั้งนั้นและพระพุทธเจ้านั้นจะไม่เบียดเบียนหรือทำลายสิ่งแวดล้อมเลยแม้กระทั่งเรื่องที่ทำลายนั้นจะเป็นเรื่องเล็ก ๆ น้อยก็ตาม

ดังที่ปรากฏในพระไตรปิฎกตอนหนึ่งว่า สมัยหนึ่งพระพุทธเจ้าเสด็จจากกุเชาภิคมภู เพื่อจำพรรษาสำหรับตน ทอดพระเนตรเห็นภูเขื่อนงามที่พระธินยะกุมภการบุตรก่อสร้างขึ้น เพื่ออยู่จำพรรษาของตน พระองค์ ตรัสถามว่า “นั่นอะไรดูน่าชม สีเหมือนแมลงค่อมทอง” ครั้นภิกษุทั้งหลายกราบทูลเรื่องนั้นให้ทรงทราบ พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงดำนิว่า “ภิกษุทั้งหลาย การกระทำของโมฆบุรุษนั้นไม่ควร ไม่ค่อยตาม ไม่เหมาะสม ไม่ใช่กิจของสมณะ ไม่ควรทำเลย โฉนโมฆบุรุษจึงขยำโคลนก่อภู ด้วยดินเล่า โมฆบุรุษนั้นชื่อว่าไม่มีความเอ็นดู ความอนุเคราะห์ ความไม่เบียดเบียนสัตว์ทั้งหลาย พวกเธอจงไปทำลายภูเขื่อนงามเสีย อย่าให้เพื่อนพรหมจารีในภายหลังเบียดเบียนหมู่สัตว์เลย ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุไม่พึงทำภูเขื่อนงาม ภิกษุใดทำ ต้องอาบัติทุกกฏ”^{๖๐}

จะเห็นได้ว่า พระวินัยข้อนี้ความมุ่งหมายที่จะอนุรักษ์ความอุดมสมบูรณ์ของธรรมชาติของดิน และสิ่งแวดล้อม ในสัปตปาณสิกขาบทที่ ๒ พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติว่า “ก็ภิกษุได้รู้ ว่าน้ำมีสัตว์มีชีวิตก็ยังมีชีวิต ต้องอาบัติปาจิตตีย์”^{๖๑} สิกขาบทนี้นั้นเน้นย้ำลงไปอีกว่าแม้สัตว์เล็กน้อยอยู่ในน้ำ มนุษย์ก็ไม่ควรทำลายนั้นแสดงให้เห็นว่ามนุษย์ไม่ควรทำร้ายสิ่งมีชีวิตและไม่ควรมีความไม่คิดประทุษร้ายสิ่งมีชีวิตต่าง ๆ

ในสมัยพุทธกาลการแก้ปัญหาเรื่องสิ่งแวดล้อมกำหนดโทษไว้สองอย่าง คือ ปัญหาที่มีโทษหนัก และปัญหาที่มีโทษเบา พระพุทธเจ้าทรงปรับโทษหนักเนื่องจากการล่วงละเมิดสิ่งแวดล้อมอย่างรุนแรงถึงขั้นให้ขาดจากความเป็นภิกษุ เทียบเท่ากับการถูกเนรเทศออกจากแคว้นแคว้น คือ เมื่อปรับโทษหนักถึงขั้นปาราชิกแล้ว สมัยพุทธกาลมีตัวอย่างปรับโทษหนัก ปาราชิกที่เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม คือ การลักทรัพย์สิน หรือ วัตถุที่มีเจ้าของ ได้แก่ การลักขโมยทรัพย์ที่อยู่ในนา มีต้นไม้ต่าง ๆ เป็นต้น^{๖๒} ถ้าภิกษุมิจิตคิดจะลักแล้วทำให้เคลื่อนที่ต้องอาบัติหนักปาราชิกการขโมยหรือการลักเช่นนี้ถือเป็นโทษหนักและ ยังมีโทษไม่หนักคือเป็นโทษสถานเบาเช่น “การทำลายสิ่งแวดล้อมให้เสียหายโดยการตัดไม้ทำลายป่า ขำสัตว์วันมนุษย์ เผาหญ้า ก่อไฟผิง ถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ บ้วนน้ำลายลงในน้ำ และรดของเชียวมีสนามหญ้า เป็นต้น การเล่นน้ำจนชุ่มจนใช้อาบ ต้ม และประโยชน์ใช้สอยอย่างอื่น ๆ ไม่ได้ พระพุทธเจ้าทรงปรับเป็นโทษเบาเป็น ปรับอาบัติปาจิตตีย์”^{๖๓} แต่ถ้าเป็นทุกกฏ เป็นการตักเตือนให้สำนึกผิดและให้สำรวมระวังมากขึ้น

^{๖๐} วิมहा (ไทย) ๑/๘๕/๗๔-๗๕.

^{๖๑} วิมहा (ไทย) ๒/๓๘๘/๕๐๔.

^{๖๒} วิมहा (ไทย) ๑/๘๓/๘๒.

^{๖๓} วิมहा (ไทย) ๒/๓๓๕-๓๓๖/๔๗๐-๔๗๑.

จากข้อความที่ปรากฏในพระไตรปิฎกนั้นแสดงให้เห็นว่าพระพุทธเจ้านั้นให้ความสำคัญกับสิ่งแวดล้อมเป็นอย่างมาก ยังมีหลักธรรมใน ทางพระพุทธศาสนามีหลักธรรมที่จะทำให้มนุษย์ไม่เกิดความโลภไม่เกิดความคิดร้ายและไม่เกิดความหลงที่ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎก คือ หลัก กุศลมูล^{๖๔} กุศลมูล ๓ “๑. กุศลมูล คือ อโลภะ ความไม่ย่อภาค ๒. กุศลมูล คือ อโทสะ ความไม่คิดประทุษร้าย ๓. กุศลมูล คือ อโมหะ ความไม่หลงและพระพุทธเจ้ายังตรัสวิธีการดำเนินชีวิตของมนุษย์ควรจะดำเนินชีวิตโดยไม่ประมาทคือไม่สุดโต่งจนเกินไปและไม่น้อยจนเกินไปในพระไตรปิฎกพระพุทธเจ้าได้ตรัสเรื่องทางสายกลางมีขมิมาปฏิบัติ”^{๖๕}

การทำการทำมาหากินนั้นเป็นการจัดการ เรื่องพืชและสัตว์ ดิน น้ำ และ สภาพสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญในการผลิตทางการเกษตรหรือการทำนาที่เหมาะสมในทางพระพุทธศาสนานั้นเน้นไปในเรื่องการอยู่กับธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมอย่างลงตัวไม่ทำร้ายซึ่งอยู่กับธรรมชาติแบบอนุรักษ์เพื่อรักษาความอุดมสมบูรณ์

ชาวนาควรเรียนรู้หลักธรรมเกี่ยวกับความโลภความโกรธ ความหลง มนุษย์เราจะมีอยู่ในตัวเราทุกคน เวลาเกิดความโลภอยากได้นั้นอยากได้นั้น เกิดการทำลายธรรมชาติ ป่าไม้ธรรมชาติถูกทำลายเพราะมนุษย์เกิดความโลภเกิดความหลงเกิดขึ้นในใจแล้วสามารถทำลายได้ทุกอย่างดังนั้นชาวนาควรมีหลักธรรมที่มายึด เหนียวจิตใจตนเองและรับรู้อารมณ์ตนเองว่าในอาการลักษณะใด ถ้าไม่ได้ตามที่ตนเองปรารถนาจะเกิดความโกรธเกิดขึ้นและอีกตัวหนึ่งคือความหลงหลักธรรมนี้ คือ^{๖๖} กุศลมูล ๓

๑. อโลภะ ความไม่ย่อภาค ไม่มีความโลภอยากได้และไม่ทำลายธรรมชาติถ้าเป็นชาวนาที่จะอยู่แบบพอเพียงไม่มีความย่อภาคหรือ ไม่ย่อภาคธรรมชาติที่มีอยู่และอยู่กับธรรมชาติและใช้ธรรมชาติให้น้อยที่สุดและอยู่กับธรรมชาติอย่างกลมกลืนและเคารพธรรมชาติ และมีจิตใจเมตตามีความเอื้อเฟื้อไม่เห็นแก่ตัวไม่หาประโยชน์จากธรรมชาติที่มีอยู่พระพุทธศาสนาและพระสาวกใช้ชีวิตอย่างแนบแน่นเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันและไม่หาผลประโยชน์จากธรรมชาติเลย

๒. อโทสะ ความไม่คิดประทุษร้ายกุศลมูล ไม่โกรธกันและกัน ไม่เบียดเบียนกันและกันไม่ฆ่าและไม่ทำร้ายกันอยู่ด้วยกันอย่างสันติไม่ทำลายกันไม่ว่าทาง กาย ทาง วาจา ทางใจ มีใจเมตตาต่อกันและกันโลกนี้จะน่าอยู่และเกิดความสันติเกิดขึ้นในสังคม

๓. อโมหะ ความไม่หลงถ้ามนุษย์เราไม่มี ๓ ตัวนี้อยู่ในตัวสังคมจะน่าอยู่มากขึ้นการทำลายกันและกันก็จะไม่เกิดรวมถึงการเบียดเบียนทรัพยากรธรรมชาติก็จะไม่เกิดขึ้นสิ่งแวดล้อมก็จะอุดมสมบูรณ์และน่าอยู่และหลักธรรมที่ควรปฏิบัติสำหรับชาวนาในเรื่องสิ่งแวดล้อมอีก หลักธรรม หนึ่ง คือ การไม่เบียดเบียนผู้อื่น คือ ปาปณิกสูตร เป็นหลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับคุณธรรมความดี ธรรม ๓ ประการนี้ไม่เป็นไปเพื่อเบียดเบียนตนเองไม่เป็นไปเพื่อเบียดเบียนผู้อื่น และไม่เป็นไปเพื่อเบียดเบียนทั้ง ๓ ประการ^{๖๗} คือ

๑. กายสุจริต (ความประพฤติชอบด้วยกาย)

^{๖๔} ที.ส. (ไทย) ๑๑/๓๐๕/๒๕๙.

^{๖๕} วิมพา (ไทย) . ๔/๑๔/๒๑.

^{๖๖} วิ.จุ (ไทย) ๖/๒๑๗/๓๓๕.

^{๖๗} อง.ติก. (ไทย) ๒๐/๑๘-๑๙/๑๖๑.

๒. วจีสุจริต (ความประพฤติชอบด้วยวาจา)

๓. มโนสุจริต (ความประพฤติชอบด้วยใจ)

ธรรม ๓ ประการนี้แล ไม่เป็นไปเพื่อเบียดเบียนตนเอง ไม่เป็นไปเพื่อเบียดเบียนผู้อื่น และ ไม่เป็นไปเพื่อเบียดเบียนทั้ง ๒ ฝ่าย และในทางพระพุทธศาสนานั้นเน้นในทางสันโดษ ความสันโดษ หมายถึง ความยินดีความพอใจในของตน ที่ได้มาโดยชอบด้วยความเพียรพยายาม ความยินดีด้วยปัจจัยสี่ ตามมีตามได้หามาได้ด้วยความเพียรพยายามของตน ไม่โลภ ไม่ริษยาใคร^{๖๘} ได้แก่ ยินดีตามที่ได้ คือ ยินดีตามกำลัง คือ ยินดีตามสมควร

แนวทางในการดำเนินชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม คือ ถ้าชาวบ้านแหมเหนือมีหลักธรรมก็จะ ทำให้ไม่มีความความโลภ มีความเอื้อเฟื้อ ไม่เห็นแก่ตัว ไม่โทสะ ไม่เบียดเบียน ไม่ฆ่า ไม่ทำลายแค่นี้ หมู่บ้านแหมเหนือก็จะแก้ปัญหาทางด้านการดำเนินชีวิตด้านสิ่งแวดล้อมได้เพราะชาวบ้านไม่มีความ โลภไม่ต้องการของมากมายและไม่ทำลายสิ่งแวดล้อมที่เป็นของส่วนรวมไม่มีการทำร้ายกันและกันไม่ หลงผิดก็จะมีสุขในการดำเนินชีวิตอย่างถูกต้องและสังคมก็จะน่าอยู่มากยิ่งขึ้น

สรุปว่า หลักการดำเนินชีวิตที่ชาวบ้านแหมเหนือนำมาใช้ในการดำเนินชีวิตนั้น สอดคล้องกับหลักพุทธธรรมในทางพระพุทธศาสนาหลายข้อด้วยกัน ขึ้นอยู่กับลักษณะของการ ประกอบอาชีพทางด้านใด เช่น

ด้านเศรษฐกิจ หลักธรรมที่ชาวบ้านนำมาปฏิบัติในการดำเนินชีวิต คือ หลักทฤษฎีธัมมิกัตถ- สัตตนิกรธรรม หรือที่รู้จักกัน คือ คาถาเศรษฐี อุ อ ก ส นั้นเอง เพียรหา รักษาดี มีกัลยาณมิตร เลี้ยงชีพโดยชอบ และหลักอริยมรรค หรือมรรคมีองค์ ๘ ในการดำเนินชีวิต ตามทางสายกลาง ไม่มาก เกินไปหรือไม่น้อยจนเกินไปในการดำเนินชีวิต และทางด้านการทำนาในทุก ๆ ด้านในทุก ๆ ขบวนการในการผลิตข้าวตั้งแต่เริ่มการผลิตจนถึงการขายผลผลิต

ด้านสังคม หลักธรรมที่ชาวบ้านปฏิบัติในด้าน ความยากจนนั้น คือ อิทธิบาท ๔ ชาวนามี ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา ในการทำงาน ด้านหนี้สิน ชาวนามิควรช้องแะอบายมุข ๔ และ ๖

ด้านอารมณ มี ๒ ลักษณะ คือ อิฏฐารมณ และ อนิฏฐารมณ หลักธรรมที่ชาวบ้าน คือ หลัก ฆราวาสธรรม ในการอยู่ร่วมกันในสังคมคนหมู่มาก และ กรรมฐาน ๒ ในการระงับความเครียดหรือ ความโกรธ เพราะชาวบ้านมีความเครียดมาก

ด้านสิ่งแวดล้อม หลักการไม่โลภ ไม่โกรธ ไม่หลง คือ กุศลมูล จะได้ไม่เบียดเบียน ธรรมชาติมากจนเกิดความเสียหายส่งผลกระทบต่อทางดานอื่น ๆ อีกมากมาย

แนวทางในการดำเนินชีวิตตามหลักพุทธธรรมที่ของชาวบ้านแหมเหนือนำมาใช้ในการ ดำเนินชีวิตตามสอดคล้องกับหลักธรรมที่กล่าวมาข้างต้นนี้

^{๖๘} อดิ. (ไทย) ๒๐/๑๐๕-๑๐๖/๑๖๑.