

# สัปบุริสธรรม

อุบาลิกา คุณรัญจวน อินทรกำแหง





# ลัทธิปริยัติธรรม

ความสำเร็จที่แท้จริงของชีวิตมนุษย์

คือ

การช่วยให้เพื่อนมนุษย์มีโอกาสได้รับความสำเร็จด้วย  
ให้เขามีโอกาสได้รับความชุ่มชื่นใจเช่นเดียวกับเราบ้าง

ตามควรแก่สถานะแห่งตน



คำปราศรัย

๒๒๘๘ ๒๒๒๕

# สัปบุริสธรรม



อุบาสิกา    คุณรัญจวน    อินทรกำแหง

# สัปปุริสธรรม

เลขมาตรฐานสากลประจำหนังสือ : ๙๗๔-๓๗๔-๑๒๒-๔

พิมพ์ครั้งที่ ๑ พฤศจิกายน ๒๕๔๗ จำนวน ๕,๐๐๐ เล่ม  
พิมพ์ครั้งที่ ๒ สิงหาคม ๒๕๔๘ จำนวน ๔,๐๐๐ เล่ม  
พิมพ์ครั้งที่ ๓ พฤษภาคม ๒๕๔๙ จำนวน ๑,๐๐๐ เล่ม

ภาพปกและภาพประกอบ คุณพิบูลย์ หัตถกิจโกศล

พิมพ์ที่ บริษัท ฟ้าอภัย จำกัด  
โทรศัพท์ ๐-๒๓๗๕-๘๕๑๑  
โทรสาร ๐-๒๓๗๕-๗๘๐๐

ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา นางสาวลัดดา ปิยะวงศ์รุ่งเรือง

ลิขสิทธิ์เป็นของ กองทุนธรรมสวัสดิ์  
๑๖๕ สุขุมวิท ๔ (นานาใต้) กรุงเทพฯ ๑๐๑๑๐

---

อนุญาตและอนุโมทนาแก่ผู้ประสงค์จะจัดพิมพ์เป็นธรรมทาน  
ขอความกรุณาแจ้งให้กองทุนธรรมสวัสดิ์ทราบด้วย

## คำปรารภ

การจัดพิมพ์หนังสือธรรมะเล่มเล็กเป็นธรรมทานของ  
กองทุนธรรมสวัสดิ์ เล่มแรกคือเรื่อง “นกอินทรีเลี้ยงลูก”  
ซึ่งเป็นธรรมบรรยายให้แก่ที่ประชุมการอบรม “โครงการฝึก  
อบรมตนเพื่อควมามีชีวิตพรหมจรรย์ที่หมดจดงดงาม” ของ  
“ธรรมาศรมธรรมมาตา” ที่สวนโมกขพลาราม

คุณอุทัยวรรณ ตั้งมั่นสกุล ได้เข้ารับการอบรมใน  
โครงการฯ นี้รุ่นแรก ได้มีน้ำใจศรัทธาและตั้งใจเรียบเรียงตลอด  
จนดูแลการจัดพิมพ์เป็นรูปเล่ม จัดแจกเป็นธรรมทานแก่ผู้สนใจ  
ในธรรม เมื่อ พ.ศ.๒๕๔๓ และได้จัดทำต่อมามากเป็นระยะ ๆ  
ร่วมกับเพื่อนในธรรมบางท่านที่มีความสนใจร่วมกัน รวมได้  
ประมาณ ๒๐ เล่ม ในขณะนี้ ธรรมะที่เลือกมาเรียบเรียงจัด  
พิมพ์นี้มาจากธรรมบรรยายในโอกาสต่าง ๆ ซึ่งส่วนมากเป็น  
การบรรยายในการอบรมที่สวนโมกขพลารามในวาระต่าง ๆ กัน

กองทุนธรรมสวัสดิ์ มีจุดมุ่งหมายสำคัญประการหนึ่ง  
คือ การเผยแผ่ธรรมและแบ่งปันธรรมะแก่เพื่อนมนุษย์ เพื่อ  
ช่วยกันสร้างสรรค์สันติสุขให้บังเกิดในชีวิต ทั้งในส่วนตน  
ครอบครัว และสังคม จึงมีความปิติยินดีและอนุโมทนาเป็น  
อย่างยิ่งต่อคุณอุทัยวรรณและเพื่อน ๆ ที่มีจิตศรัทธาคิดริเริ่ม  
ดำเนินการในเรื่องนี้

ขณะนี้คณะกรรมการกองทุนธรรมสวัสดิ์ ซึ่งมี คุณ  
พรจันทร์ จันทวิมล เป็นประธานกรรมการ ร่วมกับ คุณเมตตา  
อุทกะพันธ์ แห่ง บริษัท อมารินทร์พรินติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด  
ดําให้ขยายการบริจาคหนังสือธรรมะเล่มเล็กเป็นธรรมทานแก่  
ห้องสมุดพร้อมปัญญา ของกรมราชทัณฑ์ ทั่วประเทศ เป็น  
การตลอดไป

ในส่วนตัวนั้น มีความสำนึกระลึกไว้ในพระคุณของพระ  
ธรรมอยู่เหนือเศียรเกล้ามาโดยตลอด จึงมีความแน่ใจว่า ผู้ใด  
ยอมเปิดใจรับแสงสว่างแห่งพระธรรม ผู้นั้นย่อมสามารถพลิก  
ฟื้นคืนจากความทุกข์ เข้าสู่ความผ่องใสเบิกบาน และสงบเย็น  
ได้ไปตามลำดับแห่งการปฏิบัติ เป็นแน่นอน

จึงขออนุโมทนาต่อทุกท่านที่ได้มีส่วนช่วยเหลือสนับสนุน  
ให้การบำเพ็ญธรรมทานนี้เป็นไปได้ในวงกว้างยิ่งขึ้น ขออานิสงส์  
นี้จึงเป็นปัจจัยให้ได้ประสบแต่ความผ่องแผ้วและความสุขสวัสดิ์  
ตลอดถึงท่านผู้อ่านทุกท่านที่ได้เปิดใจรับแสงสว่างแห่งพระธรรม  
ด้วยความปีติยินดีและด้วยความเคารพในพระธรรม

วิจิตร ธรรมะแก้ว

๖ เมษายน ๒๕๔๘



## คำนำ

สัปปริสธรรม เป็นธรรมบรรยายอีกเรื่องหนึ่ง ที่ลูก ๆ  
จัดพิมพ์เป็นอาจารย์บูชา ในวาระ ๘๔ ปี คุณแม่รัญจวน  
อินทรกำแหง ด้วยตระหนักถึงคุณค่าของหลักธรรมข้อนี้

ผู้ใดมีสัปปริสธรรมเป็นธรรมประจำใจ ย่อมได้ชื่อว่า  
เป็นบัณฑิต คือ ผู้รู้ ในเหตุ ผล ตน ประมาณ กาล ประชุมชน  
และบุคคล เป็นผู้รู้ความเหมาะสมในทุกกรณี อันจะนำมา  
ซึ่งความผาสุกแก่ตน และสันติสุขแก่สังคม

ขอทุกท่านพึงได้รับประโยชน์จากธรรมบรรยายนี้  
โดยทั่วกัน

คณะศิษย์ผู้จัดทำ

บรรณาธิการ: ศาสตราจารย์ ดร. วิจิตร ติงสวณิช

หนังสือพิมพ์รายสัปดาห์ของกรุงเทพมหานคร ซึ่งมี  
วัตถุประสงค์ เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนการรวมตัวกัน  
ของประชาชนชาวไทย ในการดำเนินกิจกรรมอันดีงาม  
เพื่อพัฒนาประเทศไทยให้มีความเจริญก้าวหน้า  
และมีความสงบเรียบร้อย ภายใต้อาณัติ  
ของรัฐบาลไทย และเพื่อส่งเสริมและสนับสนุน  
การรวมตัวของประชาชนชาวไทยในต่างประเทศ  
เพื่อที่จะช่วยกันพัฒนาประเทศไทยให้มีความ  
เจริญก้าวหน้าและมีความสงบเรียบร้อย ภายใต้อาณัติ  
ของรัฐบาลไทย

- ความหมายและองค์ประกอบ
- สัมปฤทธิธรรมในชีวิตคู่
- ฆราวาสธรรม
- สัมปฤทธิธรรมกับการพัฒนาสังคม
- ธรรมกำกับใจนักพัฒนาสังคม

กิตติคุณบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
กรุงเทพฯ ๒๕๒๖

# สัจปฐิธรรม

ธรรมสวัสดี

เหตุที่นำสัจปฐิธรรมมาพูดกันในวันนี้ ก็เพราะมีความรู้สึกรว่า สัจปฐิธรรม หรือ สัจปฐิธรรม ๗ เป็นหลักธรรมที่จำเป็นอย่างยิ่งในการดำเนินชีวิต เป็นธรรมที่จะช่วยให้บุคคลผ่านพ้นอุปสรรค และนำไปสู่ความสำเร็จ ความเจริญก้าวหน้า ทั้งในทางโลกและทางธรรม

บรรยาย ณ เสถียรธรรมสถาน เมื่อ พ.ศ.๒๕๓๕

## ความหมายและองค์ประกอบ

**สัปปริสธรรม** หมายถึง ธรรมของผู้เป็นบัณฑิต คือ ผู้รู้ รู้สิ่งที่ควรรู้อย่างทั่วถึง ก่อนจะลงมือทำการอย่างใดอย่างหนึ่ง อันจะเป็นผลให้เกิดความถูกต้องและราบรื่นในการประกอบกิจการนั้น

สิ่งที่ควรรู้ ๗ ประการ มีอะไรบ้าง

๑. **ธัมมัญญ** คือ ความเป็นผู้รู้จักเหตุที่จะกระทำ ทำเพราะอะไร ทำไมจึงต้องทำ และทำลงไปแล้ว จะเกิดผลตามมาอย่างไร ไม่ใช่หลับหูหลับตาทำตามเขาเรื่อยไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งจะต้องใคร่ครวญดูว่า การกระทำนั้นมีจุดมุ่งหมายที่เป็นสัมมาทิฐิหรือไม่ หรือเป็นการกระทำอย่างเลื่อนลอยตามอารมณ์ เพียงเพื่อสนองความอยากที่เข้าครอบงำจิตใจในขณะนั้น

๒. **อัตถัญญ** ความเป็นผู้รู้จักผล ว่าผลนี้เกิดมาจากเหตุใด เป็นการใคร่ครวญซ้ำ สอบทานซ้ำให้รอบคอบถี่ถ้วนอีกครั้งหนึ่ง เพื่อไม่ให้เกิดความประมาทจนเกิดความผิดพลาดตามมา

๓. **อัตตัญญู** ความเป็นผู้รู้จักสถานะแห่งตน  
ว่ามีอยู่ เป็นอยู่ และพร้อมอยู่หรือไม่ อย่างไร

ตามวิสัยโลก สถานะแห่งตนก็คือ สมรรถนะ  
ในความรู้ ความสามารถ ความถนัด สติปัญญา  
ประสบการณ์ ความเข้าใจในเหตุที่จะกระทำ ตลอดจน  
จนความสนใจ จุดยืนหรืออุดมการณ์ ความเสียสละ  
อุทิศตน ความพร้อมในด้านต่าง ๆ เช่น เวลา  
สุขภาพ

ส่วนอัตตัญญูตามวิสัยธรรม ก็หมายถึงความ  
พร้อมภายใน ด้วยพลังแห่งสติ สมาธิ และปัญญา ที่  
จะมั่นคง ยืนหยัดอยู่ได้เมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์  
แห่งเหตุนั้น ๆ สามารถรู้เท่าทันต่อผัสสะได้มากน้อย  
เพียงใดแม้ต้องเกี่ยวข้องกับผู้คนจำนวนมาก จิตใจยัง  
อ่อนไหว รวนเร กระทบกระเทือนง่ายหรือไม่

จะต้องรู้จักตนเองอย่างชัดเจน เทียงตรง โดย  
ไม่หลงตัวเอง หรือเข้าใจว่าเราดี เราเก่งกว่าที่เป็นจริง  
ขณะเดียวกันก็ไม่หลงว่าเราด้อยกว่าเขาไปเสียหมด จน  
ทำอะไรไม่ได้สักอย่าง

**๔. มัตตัญญู** ความเป็นผู้รู้จักอัตราที่ถูกต้อง พอเหมาะ พอดีแห่งกรณีนั้น ๆ ความถูกต้องพอดี หรือที่เรียกกันทั่วไปว่าพอประมาณนั้น เป็นสิ่งที่รู้ได้ยาก มากประการหนึ่ง ต้องอาศัยทั้งประสบการณ์ และความ รอบคอบด้วยสติ สมาธิ ปัญญา

หลักสำคัญก็คือ ความพอดีนั้นต้องเป็นประโยชน์ และไม่ก่อให้เกิดปัญหา เป็นการกระทำด้วยสัมมา- ติฎฐิอย่างถูกต้องโดยธรรมในหนทางแห่งมัชฌิมา ปฏิปทา ไม่เอาอัตตาของตัวเองเป็นที่ตั้ง ทุ่มเท กระทำโดยมุ่งที่ประโยชน์ของงานโดยไม่มีตัวผู้กระทำ

**๕. กาลัญญู** ความเป็นผู้รู้จักกาลเวลาที่ เหมาะสมตามควรแก่กรณีที่ตนจะเข้าไปเกี่ยวข้อง รู้ จังหวะ โอกาสที่เหมาะสม ควร เช่น ไม่ไปพบผู้ใหญ่ในเวลา รับประทานอาหาร ในขณะที่กำลังต้องการพักผ่อน การ จัดงานก็ต้องคำนึงถึงดินฟ้าอากาศหรือฤดูกาล เป็นต้น

**๖. ปริสัทญญู** ความเป็นผู้รู้จักสังคมหรือ ประชุมชนที่เกี่ยวข้องในทุกแง่มุม เมื่อต้องทำงาน สัมพันธ์กับคนหมู่มาก ก็ต้องรู้จักหมู่นั้นให้ดีว่า มีกั

กลุ่ม ก็ชุมชน ก็ชมรม ก็แก๊ง ดูว่ามีแง่มุมใดบ้างที่ควรศึกษา เขามีความสนใจเหมือนกันหรือแตกต่างกันอย่างไร มีท่าที ทัศนคติ ความคิดเห็น ต่อเรื่องที่เรา กำลังจะเข้าไปทำอย่างไรบ้าง

แต่ละกลุ่ม แต่ละชมรมมีอุดมการณ์อย่างไร มีอะไรเป็นปัญหาหลัก ปัญหารอง ที่ผ่านมามีวิธีแก้ปัญหายังไร ใช้ความรุนแรงหรือความอะลุ่มอล่วย ตั้งรับหรือเดินหน้าชน ใช้คุณธรรม หรือเงิน หรืออำนาจ เข้ามาแก้ปัญหา เมื่อเข้าไปติดต่อก็จะรู้ทางหนีทีไล่ ที่เหมาะสมแก่สถานการณ์

นอกจากนั้นก็ควรจะต้องรู้ถึงเกณฑ์เฉลี่ยของเพศ อายุ ระดับการศึกษา ของคนเหล่านี้ ตลอดจนวัฒนธรรม ประเพณี พื้นฐานทางคุณธรรมจริยธรรม เพื่อประเมินความเป็นไปได้ที่จะดำเนินการต่อไป

๗. บุคคลปโรปรัญญ เป็นผู้รู้ในสิ่งที่ควรรู้เกี่ยวกับบุคคลแต่ละคนที่เข้าไปเกี่ยวข้อง ศึกษาเจาะลึกลงไปถึงข้อมูลส่วนบุคคลของผู้เป็นแกนนำ เป็นหัวหน้า เป็นตัวจักรสำคัญ หรือตัวถ่วงสำคัญของชุมชนนั้น ให้ละเอียดลออทุกแง่ทุกมุมให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้

แง่มุมที่ควรรู้จักก็ในลักษณะเดียวกับข้อ ๖ และอาจศึกษาเลยไปถึงค่านิยม อุดมคติ อัจฉริยะ อหังการมมังการ ความเคยชินที่ฝังแน่นจนเป็นกิจวัตร ของเขาด้วย ยิ่งรู้จักเขามากเพียงใด ก็จะสามารถทำ ความสนิทสนมคุ้นเคยเมื่อเข้าไปติดต่อกับเขาได้มาก เพียงนั้น

ด้วยเหตุนี้ท่านจึงกล่าวว่า บุคคลใด เมื่อจะ ประกอบการงานอันใด ถ้าพยายามสร้างสมคุณธรรม คุณสมบัติ ๗ ประการนี้ให้เกิดขึ้นได้แล้ว ก็ย่อม สามารถดำรงชีวิตอยู่โดยปราศจากอุปสรรค ทั้งโดย ส่วนตัวและการงาน ทั้งในวิสัยโลกและวิสัยธรรม จะมีแต่ความเจริญโดยส่วนเดียว สัปปริสธรรมเป็นเรื่อง ของการใช้ทั้งเหตุผลและน้ำใจประกอบกัน มีหลักช่วย ให้จำได้ง่ายว่า ต้องศึกษา เหตุ ผล ตน ประมาณ กาล ประชุมชน บุคคล ให้พร้อมก่อนลงมือกระทำ





## สัปปุริสธรรมในชีวิตคู่

จะขอยกตัวอย่างการนำสัปปุริสธรรมไปใช้ในการดำเนินชีวิต เช่น การเลือกคู่ครองว่าจะสามารถนำไปเป็นหลักพิจารณาได้อย่างไรบ้าง

### ๑. ว่าด้วยเหตุ : ทำไมต้องมีคู่ครอง

มีหลักการหรือจุดหมายอย่างไรในการที่จะมีคู่ครอง ไม่ใช่ถือว่าเป็นธรรมชาติของมนุษย์ ก็จับคู่กันไปตามเรื่องตามราว บางทีก็เพราะเหงา หรือเพราะจิ้งหะโอกาสมันเอื้ออำนวย อย่างนี้ไม่ถูกต้อง เราควรจะต้องถามตัวเองก่อนว่า เราจะมีคู่รักทำไม จะแต่งงานทำไม ก็อาจจะคิดได้ว่า

เพื่อมีกัลยาณมิตรเป็นผู้ร่วมทางชีวิต ไม่ว่าจะ  
อยู่ในวัยใดก็ตาม เมื่ออยากจะมีคู่สักคน เคยคิดอย่าง  
นี้ก่อนหรือเปล่า เคยนึกว่าอยากมีคู่เพราะต้องการ  
กัลยาณมิตรที่พร้อมจะร่วมทุกข์ ร่วมสุข ร่วมปัญหา  
กับเราในทุกกรณีบ้างไหม

“ร่วมทางชีวิต” นี้คือการเดินทางร่วมกันไปตลอด  
ชีวิต ไม่ใช่ทดลองอยู่ด้วยกันชั่วคราวชั่วคราว อยู่กันได้  
ก็อยู่ อยู่ไม่ได้ก็แยกกันไป บุคคลใดเห็นอย่างนั้น ก็จะมี  
การกระทำที่ไม่แตกต่างจากสิ่งมีชีวิตอื่นที่ไม่ใช่คน ซึ่ง  
พบกันแล้วพอใจก็ประกอบเหตุปัจจัยไปตามธรรมชาติ  
เสร็จแล้วก็แยกกันไป ฤๅใจเมื่อใดก็มาร่วมกันใหม่  
อย่างนี้ไม่ใช่การกระทำของผู้เป็นมนุษย์

นอกจากนี้ก็เพื่อเป็นการรวมพลังสร้างสรรค์  
ครอบครัว พลังของคน ๒ คน ซึ่งพร้อมด้วยสติปัญญา  
และคุณธรรม ที่จะมารวมกันเพื่อสร้างสรรค์ครอบครัว  
ให้เป็นปึกแผ่น อบอุ่น มั่นคง

เพื่อการพัฒนาสังคม ครอบครัวเป็นรากฐานสำคัญของสังคม สิ่งที่เกิดขึ้นในสังคมนรอบตัวเราล้วนมาจากพื้นฐานในครอบครัวทั้งสิ้น สังคมจะดีหรือเลวน่าอยู่หรือไม่ น่าอยู่ มีปัญหาหรือไร้ปัญหา เราทุกคนเป็นผู้สร้าง เราจะมอบมรดกของปู่ย่าตาทวดชิ้นนี้ให้แก่ลูกหลานของเราในสภาพใด นี่เป็นสิ่งที่จะต้องคิดกันให้มาก

## ๒. ว่าด้วยผล : ได้อะไรจากการมีคู่ครอง

เมื่อมีภรรยาคนดีร่วมทางชีวิต เราย่อมเป็นอยู่ด้วยความมั่นใจ อบอุ่น และเป็นสุข แม้ความใคร่ตามธรรมชาติจะจืดจางไป ก็ยังมีความรัก ความจริงใจต่อกัน มีเพื่อนที่จะปรึกษาหารือ ช่วยเหลือกันไปได้ตลอดชีวิต

## ๓. ว่าด้วยตน : มีความพร้อมแล้วหรือยัง

ตนเองมีความเข้าใจในเรื่องของชีวิตคู่มากน้อยแค่ไหน อยู่คนเดียวมีปัญหามากไหม ไปอยู่ ๒ คน ปัญหาต้องมากขึ้นเป็นทวีคูณ ตัวเองยังเอาใจตัวเอง

ไม่ได้หมดทุกอย่าง เดียวก็ชอบ เดียวก็ไม่ชอบ ทั้ง ๆ  
ที่เป็นคนทำให้ตัวเอง ไม่ใช่คนอื่นทำให้ ทำกับข้าวกิน  
เองก็ยังไม่อร่อยบ้าง ไม่อร่อยบ้าง บางวันอยากเททิ้งทั้ง  
หม้อ แล้วพร้อมใหม่ที่จะรับปัญหาเมื่อมีอีกคนหนึ่งมา  
อยู่ร่วมด้วย พร้อมที่จะลดความเป็นอิสระของตัวเองลง  
ได้ไหม จะยอมตามใจคนอื่นได้บ้างหรือเปล่า

นอกจากนั้นก็ต้องดูว่า เราพอใจที่จะครองชีวิต  
คู่จริง ๆ หรือ อย่าเพียงแต่ตาม ๆ เขาไป เพื่อนคน  
นั้นเขาก็แต่ง คนโน้นเขาก็แต่ง เราจะมาเอกาเดียวดาย  
อยู่ได้ยังไง ว่าแห้ว การแต่งงานนี้มันตามกันไม่ได้ ต้อง  
เป็นเรื่องของความพอใจและความเหมาะสมหลาย  
อย่าง หลายกรณี

ต้องดูสถานะใจของตัวเองด้วยว่า มีความใจเย็น  
ใจกว้างเพียงใด อดทนได้ ยอมได้ รอได้ พร้อมที่จะ  
เปิดโอกาสให้อีกฝ่ายหนึ่ง ยิงไปเจอคนเก่ง รับได้ไหม  
ที่จะไม่มาแข่งกันเองในระหว่างคู่ชีวิต ครอบครัวยุค  
ทำงานนอกบ้านด้วยกันทั้งคู่ น้อยนักที่จะมีความอบอุ่น

ในครอบครัว เวลารักกันละก็ ต่างฝ่ายต่างยอมได้ทุกอย่าง แต่พออยู่ด้วยกันสักพัก ความยึดมั่นถือมั่นในอัตตามันก็ไหล่ออกมา

เพราะฉะนั้นต้องนึกดูให้ดี ว่าใจกว้างพอจะยอมรับอีกฝ่ายหนึ่งได้ไหม ทั้งจุดเด่นและจุดด้อยของเขา ความผิดพลาดตามวิสัยปุถุชนย่อมจะต้องเกิดขึ้นบ้างไม่มากก็น้อย พร้อมทั้งจะให้ภัยหรือเปล่า จุดนี้สำคัญมาก ถ้าใครไม่รู้จักสถานะแห่งตนในข้อนี้ จะต้องเอาให้ได้อย่างใจฉันท เเธอของฉันทจะต้องดีเสมอ สมบูรณ์เสมอ มีข้อบกพร่องอะไร ยอมไม่ได้ อกภัยไม่ได้ เวลาที่พบกันครั้งแรก ต่างก็เอาของดี ๆ มาอวดกัน ใจกว้าง ใจดี สपोर्ट เมตตากรุณา ไม่เห็นแก่ตัว เเธอก่อนเสมอ ผู้หญิงก็พร้อมจะเดินตามเป็นข้างเท้าหลัง ผู้ชายก็พร้อมที่จะประคับประคอง แต่พอพ้นวัยหวานวันหวานอะไร ๆ ที่ซ่อนเอาไว้ก็ออกมาหมด แล้วพร้อมไหมที่จะรับสภาพนี้

ครูอาจารย์ พ่อแม่ ก็ต้องสอนศิษย์ สอนลูก หลานให้มองในแง่นี้ด้วย อย่าดูแต่เพียงฐานะ ตำแหน่ง หน้าที่การงาน อำนาจ เขามีเงินมาก เขาก็ไม่แคร์เรา จึงควรที่จะสำรวจสถานะแห่งตนของกันและกันเสีย ให้รอบถ้วน ข้อดีเขามีอะไร ข้อบกพร่องของเขาเราทน ได้ไหม ถ้าพทนได้ แก่ไข ดึงเตือนกันได้ มันก็พอจะ ไปกันได้ แต่ถ้าไม่สามารถจะทนกันได้ ก็ถอนตัวออก มาก่อน จนกว่าจะแน่ใจว่าแก้ไขปรับปรุงได้

๔. ว่าด้วยความพอดี : จะทำหน้าที่ในชีวิตคู่ ได้โดยไม่มีปัญหาใหม่

ความพอเหมาะพอดีแค่ไหน จึงจะไม่ก่อให้เกิด ปัญหาในการครองชีวิตคู่ ผู้หญิงที่ทำงานนอกบ้าน หากว่าไม่แต่งงาน หน้าที่การงานก็ต้องมาเป็นอันดับแรก แต่ เมื่อแต่งงานแล้ว ผู้หญิงต้องนึกว่า มีหน้าที่อะไรเพิ่มขึ้น มา หน้าที่ของภรรยา หน้าที่ของแม่บ้าน และหน้าที่ ของแม่ซึ่งเป็นหน้าที่ที่สำคัญที่สุด

สิ่งที่สังคมขาดเป็นอย่างยิ่งในเวลานี้ก็คือขาดแม่  
จริงไหม ที่เป็นปัญหาของสังคมทุกวันนี้ ก็เพราะสังคม  
ขาดแม่ ไม่มีแม่อยู่ที่บ้าน เพราะว่าแม่ต้องออกไป  
ทำงานกันหมด ลูกกลับมา ก็พบแต่ตัวบ้าน ตู้เย็น แก้ว  
เตี้ยนอน วิทยุ โทรทัศน์ วิดีโอ มีเงินที่แม่ให้ไว้ใช้  
สิ่งเหล่านี้คืออะไร คือวัตถุใช้ใหม่ นี่แหละ ทำไมใจของ  
ลูกจึงมักแข็งกระด้าง ไม่ค่อยเห็นใจพ่อแม่ จนพ่อแม่  
บางคนออกปากว่า ลูกไม่รู้จักระมัดระวังต่อพ่อแม่  
เลย ก็เพราะพ่อแม่โดยทั่วไป จะเจตนาหรือไม่ก็ตาม  
เอาอะไรมาเลี้ยงลูก เอาวัตถุใช้ใหม่ วัตถุมันแข็ง  
กระด้าง มันไม่มีน้ำใจ ไม่มีความรู้สึก ไม่มีความอบอุ่น  
อ่อนโยน ที่จะให้แก่ลูก แล้วเราจะมาหวังให้ลูกมีความ  
อ่อนโยนนุ่มนวล กตัญญูรู้คุณ อยู่กับบ้าน ไม่ออกไป  
เที่ยวทะเลนอน ๆ นอกบ้านได้อย่างไร

ฉะนั้น ผู้หญิงที่ไม่แต่งงาน งานนำหน้ามาเป็น  
อันดับหนึ่ง เห็นด้วย ท่วมเทลงไปให้เต็มที่ แต่ถ้า  
แต่งงานแล้ว งานยังออกหน้าอยู่ นั่นเรียกว่าขาดหน้าที่

ของความเป็นแม่และความเป็นแม่บ้าน บ้านจึงเป็น house ไม่ใช่ home สังคมทุกวันนี้ขาด home sweet home ยิ่งขึ้นทุกวัน

ดิฉันเชื่อว่าหลายท่านที่นั่งอยู่ในที่นี้ เห็นด้วยตามที่ดิฉันพูด ว่าครอบครัวเป็นรากฐานที่สำคัญของสังคม และครอบครัวจะมั่นคง อบอุ่น เป็นสุข ก็เพราะแม่ แต่ก็ไม่ใช่ว่าพ่อจะหนีความรับผิดชอบนะ ถ้าพ่อถือว่าแม่จะต้องเป็นคนอยู่โงง เป็นหน้าที่ของแม่ที่จะต้องดูแลบ้านและลูก พ่อเป็นนกกที่จะบินไปได้ตามใจทุกหนทุกแห่ง นั่นก็หาได้ทำหน้าที่ของตัวเองอย่างถูกต้องไม่ ไม่สมควรแก่การที่จะเป็นพ่อหรือสามี ถ้าเป็นอย่างนั้นอย่าแต่งงาน อยู่คนเดียว จะได้ไม่ทำบาปให้กับคนอื่นเขา ไม่สร้างความเจ็บปวดร้าวรานให้เกิดขึ้นกับครอบครัว

ฉะนั้น ที่บอกว่า นี่เป็นพ่อ นั่นเป็นแม่ ของจงเข้าใจเถิดว่า พ่อแท้ ๆ แม่แท้ ๆ เกิดจากการทำหน้าที่ของพ่อและแม่ ไม่ใช่เพียงแต่ให้กำเนิดเขามา



ถ้าให้เขาเกิดมา แล้วเอาเขามาทิ้ง ๆ ขว้าง ๆ ไม่ได้  
ให้ความอบอุ่น ไม่ได้สอนให้เขามีสัมมาทิฐิ ทำให้ไม่  
รู้ว่าอะไรถูกอะไรผิด เห็นกงจักรเป็นดอกบัว นี่แหละ  
คือการทำลายคน ทำลายสังคม

หลาย ๆ คนในวงสังคมนี้ก็คงมีความรู้สึกเช่น  
เดียวกับดิฉัน แต่ก็ละเลยที่จะทำหน้าที่ของตัวเองอย่าง  
ถูกต้อง เพราะอะไร ก็เพราะความเห็นแก่ตัว เพราะ  
ละเลยต่อจริยธรรม นี่เป็นข้อแสดงให้เห็นว่าจริยธรรม  
หรือธรรมะมีความจำเป็นต่อการเป็นรากฐานในจิตใจ  
ของมนุษย์มากเพียงใด

ความพอดีนี้มีความสำคัญมาก ที่จะช่วยประคับ  
ประคองชีวิตคู่ให้เดินทางไปได้ตลอดรอดฝั่ง เคยอยู่คน  
เดียว ตัดสินใจทุกอย่างด้วยตนเอง ตอนนี้อยู่คนเดียว  
แล้ว จะมาตัดสินใจอะไรตามอำเภอใจไม่ได้ ต้องช่วย  
กันคิด ร่วมกันตัดสินใจ เมื่อเกิดปัญหาหะหว่างกัน หรือ  
ปัญหาภายนอก ต้องใช้หลักธรรมเข้ามาคลี่คลาย

## ๕. ว่าด้วยเวลา จังหวะ และโอกาส : รอได้ไหม อดใจได้ไหม

ทั้งสองฝ่ายจะต้องรู้จักการอดทนและรอคอย จะพูด จะทำอะไรต่อกัน ต้องดูเวลา จังหวะ โอกาส และอาจรวมไปถึงสถานที่อันเหมาะสม อยากรจะต่อว่า แสลงอน ตะบึงตะบอน ก็ต้องดูจังหวะ ดูโอกาส ดูท่าทีของอีกฝ่ายก่อน เพื่อไม่ให้เกิดการเสียหน้า หรือดูหมิ่น คักดีศรีซึ่งกันและกัน อันจะนำมาซึ่งความแตกร้าง ต้องรู้จักอดใจ ช่มใจ ให้คอยได้ ยอมได้ รอเวลาได้ โดยเฉพาะเมื่อเกิดความโกรธ

ที่รอกันไม่ได้ก็เพราะเอาแต่ใจตัวเอง ถ้ารู้จักรอเวลา ให้โอกาสแก่กัน สถานการณ์ก็มักจะลดความรุนแรงลง ใจเย็นแล้วค่อยมาพูดกันใหม่

## ๖. ว่าด้วยประมุขชน : รู้จักครอบครั้ว ญาติมิตร สังคมาบข้างของเขาแคไหน

ก่อนจะตัดสินใจเลือกใครเป็นคู่ครอง จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องทำความรู้จักคุ้นเคยกับบิดา มารดา

ญาติมิตร เพื่อนฝูง ของอีกฝ่ายให้รอบคอบเสียก่อน เพื่อศึกษาความเป็นไปได้ในการยอมรับซึ่งกันและกัน ทั้งในแง่ที่เขาจะยอมรับเรา และเราจะยอมรับเขาได้มากน้อยเพียงใด จะได้ไม่มาเหยียดหยาม ดูถูก หรือ สบประมาทกันในภายหลัง จนเป็นเหตุให้เกิดการ ทะเลาะเบาะแว้ง และแยกทางกันในที่สุด

วัฒนธรรมไทยแต่เดิมมา เราอยู่กันเป็น ครอบครัวใหญ่ แต่งงานแล้วก็ไม่ได้แยกครอบครัว ออกไป มีความอบอุ่น ปู่ย่าตายายช่วยเหลือเกื้อกูลกัน แต่พอวัฒนธรรมตะวันตกเข้ามา หนุ่มสาวสมัยใหม่ก็ กลับเห็นว่า อยู่กับคนแก่ไม่ดี น่ารำคาญ จะทำให้ความสุขสดชื่นของตนจืดจางไป แยกไปอยู่กันตามลำพังดีกว่า ครั้นพอมีลูกจึงได้คิด ไม่มีพี่เลี้ยง หรือมีก็ไว้ใจสู้แม่ของเราคนเดียวไม่ได้ แม่ก็เลยถูกลูกคนนั้นหิ้วไปที่ คนนี้หิ้วมาที่ ให้ไปช่วยดูแลหลาน จึงเป็นไปไม่ได้ที่จะไม่เอาญาติเสียเลย

เพื่อนฝูงก็เหมือนกัน ต่างฝ่ายต่างมีเพื่อนรักที่สนิทชิดเชื้อกันมาก่อน จะไปแยกขาดให้เขามีแต่เราคนเดียวได้อย่างไร จึงควรศึกษาเสียให้ถี่ถ้วนว่าจะยอมรับกันได้แค่ไหน

๗. ว่าด้วยบุคคล : ตัวเขา และคนสำคัญของเขา เป็นอย่างไร

เป็นการเจาะลึกลงไปถึงตัวบุคคลแต่ละคน นับตั้งแต่ตัวเขาเอง มีนิสัยใจคอ ส่วนดี ส่วนเสีย จุดเด่น จุดด้อย ชอบบกพร่องอย่างไรบ้าง ศึกษาให้ละเอียดทุกแง่มุม นำมาไตร่ตรองให้รอบคอบ ในเรื่องของความเป็นไปได้ที่จะอยู่ร่วมกัน เข้ากันได้ มองให้ยาวไกลไปถึงวันข้างหน้า อย่าคิดเพียงแค่วันนี้

แม้ส่วนบกพร่องที่ดูว่าเป็นเรื่องเล็กๆ น้อยๆ เช่น กิริยามารยาท พฤติกรรมบางอย่างบางประการ ซึ่งเวลารักกันชอบกันก็เห็นเป็นความน่าเอ็นดู ให้อภัยกันได้ แต่พออยู่ด้วยกันไปนานๆ เข้าเห็นซ้ำๆ ซากๆ ที่น่ารักก็กลายเป็นน่าชัง น่าเบื่อ น่ารำคาญ จนถึงกับ

ทนไม่ได้ หลายคู่ต้องเลิกกันไปเพราะเรื่องเล็ก ๆ  
น้อย ๆ เหล่านี้ แต่มันก็เป็นเรื่องที่เราได้ยากหากรู้จัก  
กันเพียงผิวเผิน ต้องใช้เวลาสังเกตกันพอสมควร

คนสำคัญที่เขายกย่องนับถือ เชื่อฟัง เราก็ต้อง  
ดูเหมือนกันว่าเป็นคนอย่างไร รสนิยม อุดมการณ์พอ  
จะคุยกันรู้เรื่องไหม เพราะคนเหล่านี้มักจะมีอิทธิพล  
ต่อความคิด ความเชื่อ การตัดสินใจ และการกระทำ  
ของเขาอยู่มากทีเดียว



## ฆราวาสธรรม

หากว่าได้ครองคู่กันแล้ว จะใช้ธรรมะใดมาเป็น  
คุณธรรมประจำใจ เพื่อรักษาชีวิตคู่ให้ปรองดองราบรื่น  
และร่มเย็นเป็นสุข ก็ขอเสนอธรรมะที่ชื่อว่า **ฆราวาส  
ธรรม** อันประกอบด้วย สัจจะ ทมะ ชันติ จาคะ

๑. **สัจจะ** คือความซื่อสัตย์ จริงใจ ต้องรักษา  
สัจจะที่ให้ไว้ต่อกันแต่แรก เช่น จะรักเดียวใจเดียว จะ  
ให้เกียรติกันและกัน ฯลฯ ไว้ให้มั่นคง

สัจจะนี่มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์  
ท่านมหาตมา คานธี ถือสัจจะเป็นอุดมคติประจำใจ ท่าน  
ได้กล่าวคำขวัญที่เป็นคติไว้มากมาย เช่น “สัจจะนี่แหละ  
คือพระเจ้าของข้าพเจ้า ถ้าหากมนุษย์ปราศจาก  
พระเจ้าเช่นนี้แล้ว มนุษย์ย่อมจะสูญเสียพันธู์เป็นแน่นอน”  
นั่นแสดงว่า มนุษย์ที่ปราศจากสัจจะนั้นหาใช่มนุษย์ไม่

สัจจะจึงเป็นคุณธรรมอันประเสริฐสูงสุดของ  
มนุษย์ แล้วสังคมทุกวันนี้ทำกับสัจจะอย่างไร เอา  
สัจจะมาขาย มาเตะ มากระที่บเล่น จนสัจจะไม่มีความ  
หมาย จนเด็ก เยาวชน คนหนุ่มสาวของเรา ไม่รู้จักว่า  
สัจจะคืออะไร หันไปทางไหน ก็ไม่รู้จะเอาอะไรหรือใคร  
เป็นตัวอย่างของความมีสัจจะ

เพราะเหตุที่สัจจะเป็นสิ่งที่รักษาไว้ได้ยาก จึง  
จำเป็นต้องมี **ทมะ** คือความข่มใจ ข่มใจ บังคับใจ  
ให้สามารถรักษาสัจจะนั้นไว้ให้ได้ หากจะมีอุปสรรค  
อันใดที่จะมาบั่นทอนทำลายมิให้รักษาสัจจะไว้ได้  
ก็จะพยายามฟันฝ่า กัดฟันสู้ ไม่ยอมแพ้ ไม่ยอมให้

อุปสรรคนั้นมามีอิทธิพล มีอำนาจเหนือใจของเราได้ จะเจ็บปวด ขมขื่น ลำบากยากเข็ญเพียงใดก็จะสู้ เอาชนะให้จงได้

นอกจากนั้นก็ต้องมีขันติ คือความอดทน อดกลั้น อดทนนั้นหมายถึง การทนต่อความลำบาก ทางกาย ความเหนื่อยยากทุกประการที่เป็นภาระรับผิดชอบ ส่วนอดกลั้น คือ การทนต่ออารมณ์ ต่อผัสสะที่มากกระทบ ไม่หลงไหลไปตามอำนาจการ ยั่วชวน ยื้อยุต ซึ่งจะทำให้ได้ก็ด้วยการฝึกปฏิบัติทางจิต ให้พร้อมด้วยสติ สมาธิ ปัญญา

และข้อสุดท้ายก็คือ จาคะ การให้หรือการสละ ซึ่งคนทั่วไปมักจะนึกถึงแต่การให้ทาน โดยเฉพาะอย่างยิ่งการให้ทานด้วยวัตถุ แต่จาคะในฆราวาสธรรม ๔ นี้ เล็งถึงจาคะข้างใน คือ การสละความโลภ ความโกรธ ความหลง ออกไปเสียจากใจ

ฆราวาสธรรม ๔ นี้ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ พระราชทานเป็นพระบรมราชาวาท ที่รู้จักกันในนาม คุณธรรม ๔ ประการ



นี่เป็นตัวอย่างของการนำลัทธิปริยัติธรรมมาใช้ในชีวิตประจำวัน ต้องการจะทำอะไรให้ราบรื่น เรียบร้อย สัมฤทธิ์ผล ก็จงนำหลัก ๗ ประการนี้ไปพิจารณา ใคร่ครวญ จนเห็นว่าสอดคล้อง ประสานกลมกลืนกันดีแล้วจึงค่อยลงมือทำ



## สัปปุริสธรรมกับการพัฒนาสังคม

ขอยกตัวอย่างในการใช้สัปปุริสธรรมอีกเรื่องหนึ่ง เพื่อให้มองเห็นวิธีการที่จะนำมาใช้ได้ชัดเจนยิ่งขึ้น กรณีนี้บุคคลผู้หนึ่งมีอุดมการณ์อยากทำงานเพื่อพัฒนาสังคม ใจนี้ก็อยากจะทำอะไร ๆ เพื่อให้สังคมอยู่เย็นเป็นสุข ก่อนจะลงมือทำก็เอาหลัก ๗ ประการของสัปปุริสธรรมมาพิจารณา

ประการแรก ถ้ามถึงเหตุ ว่าเหตุใดจึงนึกอยากจะพัฒนาสังคม ทำไมสังคมจึงต้องพัฒนา มีจุดมุ่งหมายในการพัฒนาอย่างไร เพื่ออะไร

ก็จะได้คำตอบว่า เพราะเห็นว่าสังคมทุกวันนี้มี ปัญหา มีการเบียดเบียน แกร่งแย่ง ชิงดีชิงเด่น ประทุษร้ายกัน ขาดคุณธรรม มีความเห็นแก่ตัวมากขึ้น ถ้าสามารถทำให้คนมีจิตใจสูง ปราศจากการเห็นแก่ตัวได้ สังคมก็就会有ความร่มเย็นเป็นสุข

แล้วจะทำอะไรจึงจะพัฒนาให้คนมีคุณธรรม เช่นนั้นได้ ก็มีองค์ประกอบหรือปัจจัยอื่น ๆ เพิ่มเติมเข้ามา จะไปเรียกพ่อแม่แต่ละคน แต่ละครอบครัว มา รับการอบรมคุณธรรม ก็คงเป็นไปไม่ได้ จึงต้องมองไปที่รากฐานคือการศึกษา ทำอย่างไรจึงจะมีการปรับเปลี่ยนเป้าหมายของการศึกษา ให้มุ่งเน้นไปที่คุณธรรม จริยธรรมได้

สถาบันการศึกษาตั้งแต่เด็กเล็กระดับอนุบาลขึ้นไป มา จนถึงระดับประถม มัธยม ต้องได้รับการกระตุ้น ให้เน้นการส่งเสริมให้นักเรียนทำหน้าที่ทุกอย่างโดย ไม่เรียกร้องสิ่งตอบแทน แทนที่จะตั้งเงื่อนไข ว่าถ้าช่วย เก็บขยะที่โรงเรียนแล้วจะได้อะไรเป็นรางวัล ช่วยทำงาน

ให้โรงเรียนแล้วจะได้ก็คะแนน แต่จะปล่อยให้สิ่งตอบแทนมีมาเองตามเหตุปัจจัย นี่คือการฝึกลดละความเห็นแก่ตัว ให้นักเรียนลองนึกเองว่าจะทำอะไรให้โรงเรียนได้บ้าง

สถาบันอุดมศึกษาก็จะต้องรับช่วงเป้าหมายในการปลูกฝังคุณธรรมต่อไป จะคิดว่ามหาวิทยาลัยมีหน้าที่ให้วิชาการ วิชาชีพ เท่านั้นไม่ได้ แต่จะต้องเน้นให้เห็นว่า *ความสำเร็จที่แท้จริงของชีวิตมนุษย์ คือการช่วยให้เพื่อนมนุษย์มีโอกาสได้รับความสำเร็จด้วย ให้เขามีโอกาสได้รับความชุ่มชื่นใจเช่นเดียวกับเราบ้าง ตามควรแก่สถานะแห่งตน เพราะแต่ละคนมีสติปัญญา ความถนัด ความสามารถไม่เท่ากัน จึงเป็นข้อจำกัดที่เป็นเหตุให้ทุกคนไม่สามารถเท่าเทียมกันได้*

อย่างที่มีละครของภัทราวดีเรื่องหนึ่ง ได้ยินชื่อและทราบเค้าโครงเรื่องแล้วรู้สึกชอบใจ “เก็บดาวดวงใหม่ไปใส่ฟ้า” นั่นแหละคือการแสดงถึงความสำเร็จของชีวิตมนุษย์ด้วยการเปิดโอกาสให้แก่ผู้อื่น ให้คน

ที่ตามมาข้างหลังได้มีโอกาสบ้างตามสถานะแห่งตน  
อย่าครองอยู่คนเดียวตลอด ไม่มีวันเกษียณ

อีกสถาบันหนึ่งที่สำคัญ ก็คือครอบครัว พ่อ  
แม่ควรจะปลูกฝังจิตสำนึกในการทำหน้าที่ให้ถูกต้องเสีย  
ตั้งแต่เพิ่งรู้ความ เลี้ยงลูกให้มีสัมมาทิฐิ ให้รู้ว่าคุณค่า  
ของชีวิตอยู่ที่ความไม่เห็นแก่ตัว

หนังสือเรื่อง “บ้านพิลึก” เคยได้อ่านกันบ้างหรือ  
เปล่า ทราบว่ามีผู้นำมาทำเป็นละครโทรทัศน์ด้วย ที่มี  
ชื่อว่าพิลึกนั้นเพราะไม่ทำตามค่านิยมของสังคม เช่น  
สังคมเห็นว่าเกียรติยศคือการต้องแต่งตัวตามแฟชั่น  
ทั้ง ๆ ที่แต่งแล้วไม่กล้าเดินอย่างสง่าผ่าเผย ต้อง  
กระมิดกระเมี้ยนก็มี แต่ก็แต่งตามเขาไป บ้านนี้เขา  
ไม่ทำอย่างนั้น อะไรที่จะทำให้เกิดความสะดวกสบาย  
สุขภาพ เขาก็ใช้ สนามของเขาปลูกผัก ปลูกไม้ผล รั้ว  
ก็ปลูกไม้กินได้ เพื่อประหยัดและเป็นประโยชน์ต่อ  
สุขภาพ ในขณะที่เพื่อนบ้านดูโทรทัศน์ วิดีโอ หรือเล่น  
เกม บ้านนี้เขามีความสุขกันด้วยการอ่านหนังสือ เขามี

หนังสือมากมายก่ายกองไว้แสวงหาความรู้ ความ  
บันเทิง และมีเวลาที่จะกินข้าวกันพร้อมหน้าพร้อมตา  
ได้พูดคุยสนทนากัน

องค์ประกอบอีกประการหนึ่งที่สำคัญมาก ก็คือ  
**สื่อมวลชน** ดังที่เราได้ทราบกันอยู่ ว่าสื่อมวลชนมี  
บทบาทและอิทธิพลต่อสังคมมากเพียงใด ทำอย่างไร  
ที่จะให้สื่อมวลชนมีสำนึกในสิ่งนี้ และช่วยกันกระตุ้น  
เร่งเร้า เผยแพร่ ให้สังคมได้ตระหนักถึงคุณค่าของความ  
มีน้ำใจ ความไม่เห็นแก่ตัว

ประการที่สอง **ผลที่จะได้รับจากการพัฒนา**  
ตามแนวทางที่กล่าวมาข้างต้น ทุกชีวิตในสังคมก็จะมี  
โอกาสได้อยู่ร่วมกันด้วยความรู้สึกอบอุ่น มั่นคง เป็น  
สุข และเสมอภาคตามสถานะแห่งตน อย่างปราศจาก  
ความแบ่งแยก ผลอย่างนี้เป็นนามธรรม ที่ดูเหมือน  
จะเกิดได้ช้า ไม่น่าใจ ก็เลยพากันละเลย จนเป็นต้น  
เหตุแห่งความหายนะของสังคม

อัครัตถุญญ ตัวผู้มีอุดมการณ์หรืออุดมคติ  
อยากจะทำงานนี้เพื่อพัฒนาสังคม จำเป็นอย่างยิ่ง  
ที่จะต้องสำรวจดูความพร้อมแห่งตนเสียก่อนในทุก  
แง่มุม เช่น ความศรัทธาในงาน จริงใจแค่ไหน ต้อง  
การทำงานนี้เพื่ออะไร เพราะเมื่อเวลาผ่านไป อุดม-  
การณ์ที่เข้มข้น บริสุทธิ์ สวยงาม ก็มักจะค่อย ๆ  
ละลายไป ตกเป็นเหยื่อของความโลภ ความโกรธ ความ  
หลง ของตัณหา อุปาทาน อย่างน่าเสียดายและน่า  
ใจหาย นี้เพราะศรัทธาไม่มั่นคง ศรัทธานั้นยังมีความ  
หวังที่จะได้รับผลตอบแทนสอดแทรกอยู่ ยังมีความเห็น  
แก่ตัว เห็นแก่ลาภยศสรรเสริญ หรือคิดว่าอุดมการณ์  
พัฒนาสังคมเป็นสิ่งทันสมัย เป็นการตามกระแสโดย  
ไม่มีจุดยืนที่แน่นอนมั่นคง

นอกจากนี้ก็ต้องตรวจดูความพร้อมใน  
การที่จะเสียสละ เช่น ครอบครัวยังให้อีกหรือไม่  
มีเวลาเพียงพอไหม การเล่าเรียน การทำงาน  
สุขภาพทางกายทางใจ ตลอดจนสติปัญญา ความ

สามารถ มีพร้อมแล้วหรือยัง นอกจากนั้นยังต้องมี  
ความรู้ ความเข้าใจ และประสบการณ์ ควรต้องเพิ่ม  
พูนให้เพียงพอก่อน

ที่สำคัญมากก็คือ ความพร้อมที่จะสำรวจใจของ  
ตนเองอย่างซื่อตรงและสุจริตอยู่เสมอว่า ทำงานเพื่อ  
เพิ่มอัตราหรือลดอัตรา ค่ายกย่องชมเชยที่ได้รับ  
จะทำให้อัตราที่ซ่อนเอาไว้หลุดออกมาโดยไม่ได้ตั้งใจ  
แล้วก็แก้ไขเสียด้วยการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมในใจ  
ของตนเอง อย่าเพิกนในการช่วยใจของคนอื่นจนลืม  
ช่วยใจของตนเอง

และที่สำคัญยิ่งไปกว่านั้นก็คือ ความพร้อมที่จะ  
รับฟังคำวิพากษ์วิจารณ์ทุกรูปแบบ เมื่ออาจหาญส่ง  
ตัวเองออกมาช่วยงานของสังคม ก็ต้องพร้อมที่จะรับฟัง  
คำวิเคราะห์ วิพากษ์วิจารณ์ จากคนทุกประเภทในสังคม  
ที่มีทั้งหยาบ กระด้าง ประณีต แหลมนคม เห็นแก่ตัว  
เอาเปรียบ สารพัดรูปแบบ ผู้ที่คิดจะพัฒนาสังคม



สิ่งแรกที่สุด จะต้องพัฒนาตัวเองให้มีจิตที่พร้อมด้วยสติ  
สมาธิ ปัญญา ถ้าไม่พร้อมจะถูกสังคมผลักดันกเหว ทุกข์  
เจียนตาย

มัตตัญญู ความรู้ประมาณในการกระทำ รู้จัก  
ความพอเหมาะพอดีในการพูด การติดต่อกับบุคคล  
ประชุมชน หรือองค์กรต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง ด้วยความ  
ระมัดระวังที่จะไม่ก่อให้เกิดปัญหาตามมา ทั้งนี้จะต้อง  
ระลึกไว้ในใจเสมอว่า

ต้องมีสัมมาทิฐิเป็นตัวนำ เพราะจะช่วยยับยั้ง  
ให้เกิดสติ ไม่ทำอะไรสุดโต่ง ตกขอบ ไปตามอำนาจของ  
ความโลภ โกรธ หลง ประคับประคองใจให้อยู่ในความ  
พอเหมาะพอดี

ต้องระลึกถึงสถานะแห่งตนไว้เสมอ ว่ามีความรู้  
ความสามารถ สติปัญญา ประสบการณ์ มากน้อย  
เพียงใด จะไม่ทำอะไรเกินความสามารถจนเกิดผลใน  
ทางลบ

กาลัญญู รู้จังหวะ โอกาส เวลาที่เหมาะสม  
ในการพูด การกระทำ การติดต่อ ต้องมีการกำหนด  
โครงการอย่างรอบคอบ มีระบบ ขั้นตอน วิธีการที่  
รัดกุม หากไม่มีระเบียบวินัย กฎเกณฑ์ในตัวเอง ทำ  
อะไรตามสบาย ตามใจตัวเอง ขาดการกำหนดลำดับ  
ขั้นตอนของการทำงาน ก็จะทำให้เป็นผู้ไม่รู้กาลเทศะ  
ผิดจังหวะ และเสียโอกาส

ปรีชญู ศึกษาประชุมชนที่เข้าไปเกี่ยว-  
ข้องอย่างละเอียดถี่ถ้วนในทุกด้าน พวกเขามีภูมิหลัง  
อุดมคติ ทักษะคติต่อชีวิต ต่องาน ต่อปัญหาและการ  
แก้ปัญหาอย่างไร วิธีชีวิตของคนกลุ่มนี้อยู่ภายใต้  
อำนาจของวัตถุประสงค์หรือไม่ เขามีคุณธรรมกันมากน้อย  
เพียงใด เป็นต้น

บุคคลโรปริญญู การรู้จักบุคคล ก็หยิบ  
เอา key person ของกลุ่มต่างๆ มาพิจารณา  
ทั้งที่เป็นฝ่ายสนับสนุนและฝ่ายต่อต้าน รู้จักเขาให้ดี

ให้มาก เพื่อจะได้เตรียมว่าจะตั้งใจผู้ต่อต้านให้หันกลับ  
มาสนับสนุน และผูกใจผู้สนับสนุนให้มีศรัทธา  
เหนียวแน่นได้อย่างไร

สัจปรีธรรมอาจเกิดขึ้นได้ตามธรรมชาติ ใน  
บุคคลที่มีความรอบคอบ ถี่ถ้วน ไม่ประมาท ลองย้อน  
ไปพิจารณาดูก็จะเห็นว่า ความสำเร็จที่ผ่านมาในชีวิต  
ล้วนมีสัจปรีธรรมแทรกอยู่ไม่มากก็น้อย



## ธรรมกำกับใจนักพัฒนาสังคม

ขอฝากธรรมะสำหรับผู้สนใจการพัฒนาสังคม  
ที่ควรมีกำกับใจไว้เสมอ ได้แก่

๑. อริยมรรคมีองค์ ๘ ซึ่งมีสัมมาทิฐิเป็น  
ตัวนำ

๒. ฆราวาสธรรม ๔

๓. อิทธิบาท ๔ บาทฐานของความสำเร็จ ซึ่ง  
ประกอบด้วย ฉันทะ-ความพอใจ วิริยะ-ความพากเพียร  
จิตตะ-ความมุ่งมั่น และวิมังสา-การใคร่ครวญเพื่อการ  
แก้ไขปรับปรุง

๔. และคุณธรรมอีกประการหนึ่งที่สำคัญมากก็คือ **หิริโอตตปปะ** หิริ-ความละอายที่จะกระทำในสิ่งผิด เปรียบเหมือนไม่กล้าเปลื้องผ้าในที่สาธารณะ และโอตตปปะ-ความเกรงกลัวต่อบาปคือความชั่วร้าย ไม่กล้าเข้าใกล้ เพราะเกรงจะเป็นอันตรายเหมือนดังเข้าใกล้งูพิษ

ก็ขอฝากให้นำสัปปุริสธรรม ๗ และข้อธรรมอื่น ๆ ที่ได้ขยายความประกอบในวันนี้ ไปใช้ให้เป็นประโยชน์แก่ตนและสังคมโดยทั่วกัน

ธรรมสวัสดิ์

กิ่งก้านที่งอกขึ้นใหม่มีลักษณะคล้ายกับกิ่งก้านที่ตายแล้ว  
 เมื่อถึงฤดูใบไม้ผลิจะงอกขึ้นใหม่เป็นกิ่งก้านที่แข็งแรง  
 และเจริญเติบโตต่อไปได้

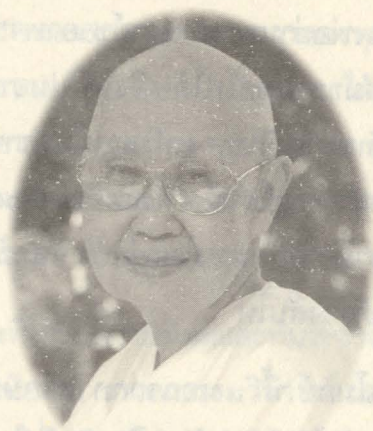


การที่พืชมีลักษณะเช่นนี้ทำให้มันสามารถปรับตัว  
 ได้กับสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป

ลักษณะของพืช

๑. ลำต้นตรง ๒. ใบยาวรี ๓. ดอกสีขาว

ลักษณะของพืชที่เรากำลังศึกษาอยู่นี้  
 มีความสำคัญต่อเกษตรกรเป็นอย่างมาก



## ประวัติย่อ

อุบาสิกา คุณรัญจวน อินทรกำแหง เริ่มต้นชีวิต  
การเป็นครูตั้งแต่อายุ ๑๙ ปี ได้ทำงานอยู่ในแวดวงการ  
ศึกษามาโดยตลอด จนเมื่อได้สัมผัสชีวิตด้วยใจในสิ่งที่เรียกกัน  
ว่า “ความทุกข์” จึงได้สลัดชีวิตทางโลกเข้าสู่ชีวิตของผู้ประพฤดิ  
ธรรม ภายใต้การอบรมของ ท่านพระอาจารย์ชา สุภัทโท แห่ง  
วัดหนองป่าพง จังหวัดอุบลราชธานี

เมื่อหลวงพ่ót่านพระอาจารย์ชาอาพาธหนัก ไม่สามารถจะสอนและอบรมธรรมต่อไปได้ จึงได้ไปมอบตนเป็นศิษย์ของท่านอาจารย์พุทธทาสภิกขุ แห่งสวนโมกขพลาราม อำเภอไชยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี ตั้งแต่ พ.ศ.๒๕๒๕ และได้อยู่ศึกษาปฏิบัติธรรม ณ สวนโมกข์ จนกระทั่งท่านอาจารย์พุทธทาสภิกขุได้ล่วงลับไป

ณ สวนโมกข์ นี้ นอกจากการศึกษาและปฏิบัติธรรมในส่วนตนแล้ว ยังได้เป็นกำลังสำคัญผู้หนึ่งในการอบรมอาณานิสิตภาวนา ทั้งแก่ชาวไทยและชาวต่างประเทศ ตามที่สวนโมกข์ได้จัดเป็นประจำทุกเดือน

นอกจากนี้ยังได้ใช้ช่วงเวลาระหว่างนี้ จัดรายการ “ธรรมสนทนา” ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์ ช่อง ๑๑ ตั้งแต่ พ.ศ.๒๕๓๐ จนถึงปัจจุบัน เป็นรายการที่ได้รับความนิยมจากผู้ชมทุกระดับ และได้รับการสนองตอบจากผู้ชมว่า “พูดธรรมะเข้าใจง่าย แต่ก็ถึงแก่นของพระธรรม”

อุบาสิกา คุณรัญจวน อินทรกำแหง มีหลักในการเผยแผ่ธรรมะว่า ต้องให้ผู้ฟังได้มีความรู้และความเข้าใจที่ถูกต้องถึงหัวใจคำสอนของพระพุทธรศาสนา จึงจะสามารถนำมาปฏิบัติจนบังเกิดความสุขสงบเย็นที่แท้จริงได้



เมื่อ พ.ศ.๒๕๔๒ คณะกรรมการกองทุนการศึกษาเพื่อ  
 สันติภาพ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) ได้มอบรางวัลและ  
 ประกาศเชิดชูเกียรติแก่ อุบาสิกา คุณธัญจวน อินทรกำแหง ว่า  
 “เป็นบุคคลที่มีผลงานดีเด่น ในด้านการสร้างสันติภาพและ  
 สันติสุขในสังคมไทย” เป็นบุคคลแรกที่ได้รับรางวัลนี้

งานเขียนที่ได้รับความนิยมและพิมพ์ซ้ำมีหลายเรื่อง เช่น  
 ภาพชีวิตจากนวนิยาย วรรณกรรมวิจารณ์ ลอยธรรมะมาลัย  
 สวนโมกข์ทำไม? ทำไมสวนโมกข์? เป็นต้น วรรณกรรมธรรมะ  
 เล่มเล็กที่ได้พิมพ์แจกเป็นธรรมทานมาแล้ว มีประมาณ ๒๐ เรื่อง  
 และจะยังคงจัดพิมพ์ต่อไป

## ธรรมบรรยาย

ที่จัดพิมพ์โดยกองทุนธรรมสวัสดิ์และคณะศิษย์

๑. การปฏิบัติที่ใจ
๒. ธรรม
๓. นกอินทรีเลี้ยงลูก
๔. กิเลส
๕. ไตรลักษณ์
๖. อุปสรรคของการปฏิบัติธรรม
๗. สติและอนุสติ
๘. การสร้างจิตเจียบ, การสร้างสรรคัมภสมสงบ
๙. ประโยชน์ของเก้าอี้มีก็ต่อเมื่อมันว่าง
๑๐. เรียนรู้ธรรมะจากนิยายเด็ก
๑๑. ความสำคัญของจิต
๑๒. จิตศีลธรรม-จิตปรมาตมธรรม
๑๓. ชม่าตัวตายทำไม?
๑๔. เป็นอยู่อย่างไร ไม่เป็นทุกข์
๑๕. ครูคือผู้สร้างโลก
๑๖. ปัจจเวกชนธ์
๑๗. สัมปยุตธรรม
๑๘. ความน่ากลัวของสิ่งที่เรียกว่า "สุข"
๑๙. การปฏิรูปการศึกษาพุทธศาสนาเพื่อพัฒนาชีวิต



สังกัปปุณฺณิยสัจจธรรม หรือ สังกัปปุณฺณิยสัจจธรรม ๗ เป็นหลักธรรมที่เข้าใจเป็น  
อย่างง่ายในพระพุทธศาสนาเป็นชีวิต เป็นธรรมที่ช่วยให้บุคคลพ้นจากทุกข์  
และนำไปสู่ความสุขที่แท้จริง ความเจริญก้าวหน้า ทั้งในทางโลกและทางธรรม

สังกัปปุณฺณิยสัจจธรรมเป็นเครื่องขจัดทุกข์ทั้งปวงและนำไปสู่ปรารถนา  
มีหลักง่ายๆที่เข้าใจได้ง่ายว่า ตัองศึกษา เหตุ ผล ตน ปะมาณ ปาล  
ประมุขมสน บุคคลให้พร้อมก่อนลงมือทำอะไร