

หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน

พระพุทธศาสนา ม.๖

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๖

กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม

ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑



ผู้เรียบเรียง

ศ. ดร. วิทย์ วิศทเวทย์
ศ. พิเศษ เสฐียรพงษ์ วรรณปก

ผู้ตรวจ

ศ. พิเศษ จำนงค์ ทองประเสริฐ
รศ. ชูศักดิ์ ทิพย์เกษร
นายสำรวย สารัตถ์

บรรณาธิการ

นายสมเกียรติ ภูระหงษ์

จัดพิมพ์และจำหน่ายทั่วประเทศโดย
บริษัท อักษรเจริญทัศน์ อจก. จำกัด
142 ก. เพชรเกษม ๖๖ แขวงคลองเตย เขตคลองเตย กทม. 10110
Tel./Fax. **0-2622-2999** (อัตโนมัติ 20 คู่สาย)
www.aksorn.com
พิมพ์ที่ : บริษัท ไทยร่มเกล้า จำกัด โทร. 0-2903-9101-6

พิมพ์ครั้งที่ ๑
สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติ
ISBN : 978-616-203-290-5
รหัสสินค้า ๓๖๑๓๐๐๓

ค้นความรู้ขยายความคิดจาก



ที่พิมพ์กำกับหัวข้อสำคัญในหนังสือเรียนหลักสูตรแกนกลางฯ
ผ่าน www.aksorn.com ไปยังแหล่งความรู้ทั่วไทย-ทั่วโลก

คำนำ

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่คนไทยส่วนใหญ่นับถือ ดังนั้นจึงเป็นสิ่งจำเป็นที่เยาวชนไทยจะต้องศึกษาเรียนรู้ ทั้งนี้เพื่อจะได้เห็นคุณค่าและตระหนักในความสำคัญของพระพุทธศาสนา อันจะนำไปสู่ความร่วมมือกันในการทำนุบำรุงพระพุทธศาสนาให้เจริญรุ่งเรืองมั่นคงสืบไป รวมทั้งจะได้มีโอกาสเรียนรู้หลักธรรมที่มีคุณค่าเพื่อนำไปใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต ซึ่งถ้าคนไทยส่วนใหญ่รู้จักปฏิบัติตนตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาแล้ว นอกจากผู้ปฏิบัติตามจะพบแต่ความสุขความเจริญแล้ว ยังจะส่งผลทางอ้อมให้สังคมไทยมีสันติสุขมีความสุขสงบร่มเย็นมากขึ้น

ในการเรียบเรียงหนังสือเรียนพระพุทธศาสนา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔-๖ นี้ ได้จัดทำตามตัวชี้วัด และสาระการเรียนรู้แกนกลางตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ โดยจัดแบ่งหนังสือเรียนออกเป็น ๓ เล่ม สำหรับใช้ประกอบการเรียนการสอนชั้นละ ๑ เล่ม

สำหรับเนื้อหาสาระในบางหัวข้อที่มีความจำเป็นต้องเรียนซ้ำ ๆ กันในทุกชั้น ก็เรียบเรียงเนื้อหาให้มีแนวคิดหลักและสาระของเรื่องให้มีความแตกต่างกันออกไป โดยลำดับความยากง่ายให้เหมาะสมกับผู้เรียนในแต่ละชั้น รวมทั้งอาศัยกรอบความคิดในการจัดทำสาระการเรียนรู้พระพุทธศาสนา ของสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการประกอบด้วย

ทั้งนี้เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความรู้ความเข้าใจประวัติ ความสำคัญ พุทธประวัติ หลักธรรมของพระพุทธศาสนา มีศรัทธาที่ถูกต้อง ยึดมั่นและปฏิบัติตามหลักธรรมเพื่อพัฒนาตนเอง ครอบครองและสังคมได้ รวมทั้งเพื่อจะได้เกิดความตระหนักและปฏิบัติตนเป็นพุทธศาสนิกชนที่ดี และร่วมกันธำรงรักษาพระพุทธศาสนาให้มีความเจริญรุ่งเรืองตลอดไป ตลอดจนสามารถนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาและศาสนาอื่น ๆ มาประยุกต์เพื่อใช้เป็นแนวทางปฏิบัติในการดำรงชีวิต รวมถึงการแก้ปัญหาและพัฒนาสังคมในด้านต่าง ๆ โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

หวังเป็นอย่างยิ่งว่า หนังสือเรียนพระพุทธศาสนา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๖ เล่มนี้ จะเป็นสื่อการเรียนการสอนที่ช่วยในการอำนวยความสะดวกแก่ครูผู้สอน ให้ความรู้และช่วยพัฒนาศักยภาพของผู้เรียนให้บรรลุมาตรฐานตามที่หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม กำหนดไว้ทุกประการ

คณะผู้เรียบเรียง



สารบัญ

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑

ประวัติและความสำคัญของพระพุทธศาสนา

- | | |
|---|----|
| ● พระพุทธศาสนาเป็นศาสตร์แห่งการศึกษา | ๑ |
| ● พระพุทธศาสนาเน้นความสัมพันธ์ของเหตุปัจจัยและวิธีการแก้ปัญหา | ๒ |
| ● ความสำคัญของพระพุทธศาสนา | ๕ |
| | ๑๐ |

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒

พุทธประวัติ พระสาวก ศาสนิกชนตัวอย่าง และชาดก

- | | |
|-----------------------------|----|
| ● พุทธประวัติ | ๑๔ |
| ● ประวัติพุทธสาวก พุทธสาวิก | ๒๐ |
| ● ชาวพุทธตัวอย่าง | ๒๗ |
| ● ชาดก | ๔๓ |
| | ๕๙ |

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓

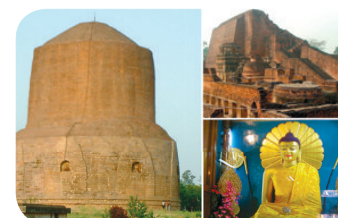
หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

- | | |
|---------------|----|
| ● พระรัตนตรัย | ๖๓ |
| ● อริยสัจ ๔ | ๖๔ |

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๔

พุทธศาสนสุภาษิต คำศัพท์ทางพระพุทธศาสนา และพระไตรปิฎก

- | | |
|--------------------------|-----|
| ● พุทธศาสนสุภาษิต | ๙๔ |
| ● คำศัพท์ทางพระพุทธศาสนา | ๑๐๔ |
| ● พระไตรปิฎก | ๑๐๕ |





หน่วยการเรียนรู้ที่ ๕

หน้าที่ชาวพุทธและมารยาทชาวพุทธ

- หน้าที่ชาวพุทธ
- มารยาทชาวพุทธ

๑๐๙
๑๑๐
๑๑๙



หน่วยการเรียนรู้ที่ ๖

วันสำคัญทางพระพุทธศาสนาและศาสนพิธี

- วันสำคัญทางพระพุทธศาสนา
- ศาสนพิธี

๑๒๓
๑๒๔
๑๔๑



หน่วยการเรียนรู้ที่ ๗

การบริหารจิตและการเจริญปัญญา

- การบริหารจิตและการเจริญปัญญา
- การเจริญปัญญาแบบโยนิโสมนสิการ

๑๕๑
๑๕๒
๑๕๕



หน่วยการเรียนรู้ที่ ๘

พระพุทธศาสนากับการแก้ปัญหาและการพัฒนา

- ผลกระทบจากการพัฒนาที่ขาดพุทธธรรม
- พระพุทธศาสนากับการพัฒนาแบบยั่งยืน

๑๖๑
๑๖๒
๑๖๓



หน่วยการเรียนรู้ที่ ๙

หลักธรรมทางศาสนากับการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

- ค่านิยม จริยธรรม เพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข
- การจัดความขัดแย้งเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข
- หลักธรรมทางศาสนากับการพัฒนาสังคม
- แนวทางในการจัดกิจกรรมทางศาสนา เพื่อการพัฒนาสังคม

๑๗๔
๑๗๗
๑๘๑
๑๘๕

บรรณานุกรม

๑๘๘



หน่วยการเรียนรู้ที่



ประวัติและความสำคัญ ของพระพุทธศาสนา

ตัวชี้วัด

- วิเคราะห์พระพุทธศาสนาว่าเป็นศาสตร์แห่งการศึกษา ซึ่งเน้นความสัมพันธ์ของเหตุปัจจัยกับวิธีการแก้ปัญหาหรือแนวคิดของศาสนาที่ตนนับถือตามที่กำหนด (ส ๑.๑ ม.๔-๖/๙)
- วิเคราะห์พระพุทธศาสนาในการฝึกตนไม่ให้ประมาท มุ่งประโยชน์และสันติภาพบุคคล สังคม และโลก หรือแนวคิดของศาสนาที่ตนนับถือตามที่กำหนด (ส ๑.๑ ม.๔-๖/๑๐)

สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- พระพุทธศาสนาเป็นศาสตร์แห่งการศึกษา
- พระพุทธศาสนาเน้นความสัมพันธ์ของเหตุปัจจัยและวิธีการแก้ปัญหา
- พระพุทธศาสนาฝึกตนไม่ให้ประมาท
- พระพุทธศาสนามุ่งประโยชน์สุขและสันติภาพแก่บุคคล สังคม และโลก

พระพุทธศาสนาสอนว่ามนุษย์ทุกคนมีศักยภาพ

ในตนเอง สามารถฝึกฝนพัฒนาตนเองไปจนถึงจุดสูงสุดได้ด้วยความเพียร ด้วยสติปัญญาของตนเอง โดยไม่ต้องพึ่งพาสังค์กัณฑ์ภายนอกมาบันดาล ในการพัฒนาตนนั้นบุคคลพึงปฏิบัติดำเนินตามหลักไตรสิกขา คือ พัฒนาด้านการควบคุมพฤติกรรมทางกาย วาจา ให้มีระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียน เอื้ออาทรแก่คนอื่นและสังคมส่วนรวม (อิทธิศีลสิกขา) พัฒนาด้านความเพียรทางจิต สติสมาธิ เพื่อสร้างจิตให้มีคุณภาพ (อิทธิจิตตสิกขา) และพัฒนาทางด้านความรู้ ความเข้าใจ ตลอดจนถึงเจตคติที่ถูกต้อง (อิทธิปัญญาสิกขา) โดยอาศัยกัลยาณมิตร ผู้ที่มีความรู้และประสบการณ์คอยชี้แนะแนวทางให้คิดเป็น หรือรู้จักคิดวินิจฉัย แก้ปัญหาด้วยเหตุผล ตามขั้นตอนแห่งอริยสัจ

๑. พระพุทธศาสนาเป็นศาสตร์แห่งการศึกษา

๑.๑ ความหมายของการศึกษาในทัศนะของพระพุทธศาสนา

การศึกษาตรงกับคำศัพท์ภาษาบาลีว่า **“สิกขา”** หมายความว่า การฝึกอบรมตนให้ถึงอภิญญา หรือการพัฒนาตนให้ถึงอภิญญา ตามหลักพระพุทธศาสนาได้แบ่งการพัฒนาตนให้ถึงอภิญญาออกเป็น ๔ ด้าน ดังนี้

๑) การพัฒนากาย คือ การรักษาสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง มีสุขภาพดี มีความเป็นอยู่ที่ถูกสุขลักษณะ รวมไปถึงการรู้จักปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมทางวัตถุได้อย่างถูกต้องและเกิดประโยชน์ด้วย เช่น กินอาหารเพื่อมุ่งให้ร่างกายมีกำลัง มีสุขภาพดี มีใช้กินเพื่อความเอร็ดอร่อย หรือเพื่อความหรูหราฟุ่มเฟือย

๒) การพัฒนาศีล คือ การควบคุมกาย วาจา ใจไม่ให้มีพฤติกรรมออกมาในทางเบียดเบียนตนเองและคนอื่น เช่น ทางกาย ก็ไม่ทำร้ายข่มเหงรังแกคนอื่น ทางวาจา ก็ไม่พูดเท็จ ไม่พูดคำหยาบ ไม่พูดส่อเสียด ที่จะทำให้นคนอื่นเสียหายและเสียประโยชน์ คือ ให้อยู่ร่วมกันด้วยดีในสังคม

๓) การพัฒนาจิตใจ คือ การทำจิตใจให้มีคุณสมบัติที่ดีงามพร้อมใน ๓ ด้าน ดังนี้

๓.๑) ด้านความดีงาม เช่น มีเมตตา มีความรัก ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีความเป็นมิตรไมตรีต่อคนรอบข้าง มีความกรุณา มีความกตัญญู มีสัมมาคารวะ มีความคิดช่วยเหลือ เมื่อเห็นคนอื่นมีความทุกข์

๓.๒) ด้านความแข็งแกร่ง เช่น มีจิตใจที่เด็ดเดี่ยวแน่วแน่ต่อเป้าหมายที่วางไว้ มีสติ (รู้จักยับยั้งชั่งใจ) มีวิริยะ (ความพากเพียร) มีขันติ (ความอดทน) มีสมาธิ (ความตั้งมั่นแห่งจิต) มีสัจจะ (ความจริง)

๓.๓) ด้านความสุข เช่น จิตใจมีความสดชื่น ร่าเริงเบิกบาน สะอาด สงบ ปลอดภัย มีปิติปราโมทย์ ไม่เครียด ไม่กระวนกระวาย ไม่ขุ่นมัวหมองเศร้า

๔) การพัฒนาปัญญา คือ การรู้จักเพิ่มความรู้ความเข้าใจให้แก่ตัวเอง เริ่มตั้งแต่รู้จักเรียนรู้ศิลปวิทยาที่ดี มีประโยชน์สำหรับการดำรงชีวิต เป็นผู้ชวนชวายุใคร่เรียนรู้สิ่งต่างๆ อยู่เสมอ เพื่อก้าวให้ทันความเปลี่ยนแปลงของโลก ตลอดจนรู้จักคิด รู้จักวินิจฉัย รู้จักใช้ปัญญาในการแก้ไข ปัญหาชีวิตด้านต่างๆ เป็นต้น

๑.๒ บุรพภาคของการศึกษา

ทางพระพุทธศาสนานั้น แม้จะมีความเชื่อว่ามนุษย์ทุกคนมีศักยภาพที่จะพัฒนาตนเองให้ถึงอภิญญาในด้านต่างๆ ได้ด้วยตัวเองก็จริง แต่ในกระบวนการพัฒนาดังนั้น จะต้องอาศัยองค์ประกอบอื่นๆ เป็นตัวสนับสนุนในเบื้องต้นอีกด้วยจึงจะสำเร็จได้ด้วยดี องค์ประกอบนี้เรียกว่า **“บุรพภาคแห่งการศึกษา”** มีอยู่ ๒ ประการ ดังนี้

องค์ประกอบภายนอก	องค์ประกอบภายใน
เงื่อนไขภายนอกที่สนับสนุนให้การพัฒนาตนเองเป็นไปด้วยดี เช่น ได้รับการถ่ายทอดการสอนอบรมที่ดีจากพ่อแม่ ครูบาอาจารย์ เพื่อนที่ดี รวมถึงหนังสือ สื่อมวลชน และวัฒนธรรมอันดีงาม ซึ่งได้ให้ข่าวสารและความรู้ที่ถูกต้อง ให้ทัศนคติอันดีงาม เหล่านี้ถือว่าเป็นสภาพแวดล้อมทางสังคมที่ดี ซึ่งองค์ประกอบภายนอกนี้เรียกว่า “ปรโตโฆสะ”	ตัวผู้ศึกษาอบรมจะต้องเป็นคนรู้จักคิด รู้จักพิจารณา รู้จักใช้เหตุผลในการดำเนินชีวิต และใช้ความคิดอย่างถูกวิธี คิดเป็น คือมองสิ่งทั้งหลายตามหลักของเหตุผล แยกแยะสิ่งนั้นๆ หรือปัญหานั้นๆ ออกให้เห็นตามสภาวะและความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย องค์ประกอบนี้เรียกว่า “โยนิโสมนสิการ”
	

องค์ประกอบทั้งสองเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กันและเกื้อหนุนกัน โดยอาศัยกระบวนการศึกษาต่างๆ และอาศัยความเกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อมและอิทธิพลภายนอกเป็นแรงผลักดัน หรือเป็นปัจจัยที่เกื้อหนุน ถ้าได้รับการถ่ายทอด แนะนำ และชักจูงจากแหล่งความรู้ที่ถูกต้อง ก็จะนำไปสู่การคิดที่ถูกต้อง เกิดสัมมาทิฐิอันจะเป็นบันไดก้าวขึ้นสู่กระบวนการศึกษาที่แท้จริง

ในทางตรงกันข้าม ถ้าได้รับการแนะนำจากแหล่งข้อมูลที่ไม่ถูกต้อง ก็จะนำไปสู่การคิดที่ผิด การเห็นที่ผิด เป็นมิจฉาทิฐิ ดังกรณีของสังกุมาร (บวชเป็นพระองค์เดียวในเวลาต่อมา) เบื้องต้นได้รับการแนะนำที่ผิดๆ จากครูผู้ไม่ทำตนเป็นกัลยาณมิตร ก็เกิดความคิดที่ผิดทำนองคลองธรรมจนกลายเป็นมหาโจรปล้นฆ่าชีวิตคนเป็นจำนวนมาก ต่อมาได้รับคำสั่งสอนที่ถูกต้องจากพระพุทธเจ้า จึงเกิดสัมมาทิฐิ ซึ่งเป็นความเห็นที่ถูกต้อง จนกระทั่งละเว้นจากบาปอกุศลทั้งปวงได้ในที่สุด

๑.๓ กระบวนการศึกษา

กระบวนการศึกษาทางพระพุทธศาสนาเน้นไปที่สัมมาทิฐิ คือ ความคิดเห็นที่ถูกต้องรวมไปถึงความเชื่อถือนิยาม ค่านิยม เจตคติต่างๆ ที่เป็นไปในทางถูกต้องดีงาม เมื่อมีสัมมาทิฐิเป็นฐานแล้ว กระบวนการศึกษาภายในตัวบุคคลก็ดำเนินไปได้และเป็นไปด้วยดี กระบวนการศึกษานี้สามารถแบ่งรายละเอียดออกเป็นอริยมรรคมีองค์ ๘ และสรุปลงเป็นขั้นตอนใหญ่เรียกว่า **“ไตรสิกขา”**

ไตรสิกขา	สาระสำคัญ
 การฝึกฝนอบรมในด้านความประพฤติ	ระเบียบวินัย ความสุจริตทางกายและวาจา คือ ละเว้นจากการฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิดในกาม พุดเท็จ พุดส่อเสียด พุดคำหยาบ พุดเพ้อเจ้อ รวมถึงการสุจริต ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น เรียกว่า “อริศีลสิกขา”
 การฝึกฝนอบรมในด้านจิตใจ	การปลูกฝังคุณธรรม การเสริมสร้างคุณภาพ สมรรถภาพ และสุขภาพของจิต คือ มีจิตเป็นสมาธิ ความมีจิตใจดีงาม เข้มแข็ง ว่องไวและปลอดโปร่งเป็นสุข เรียกว่า “อริจิตตสิกขา”
 การฝึกฝนอบรมในด้านปัญญา	เกิดความรู้ความเข้าใจตามความเป็นจริง รู้ความเป็นไปตามเหตุปัจจัยที่นำมาใช้ในการแก้ไขปัญหาตามแนวทางของเหตุผล รู้เท่าทันโลกและชีวิต ทำจิตใจให้บริสุทธิ์ หลุดพ้นจากความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งหลาย มีจิตใจสระผ่องใสเบิกบาน เรียกว่า “อริปัญญาสิกขา”

ถ้าจะพูดในแง่อริยมรรคมีองค์ ๘ สรุปได้ ดังนี้

อริศีลสิกขา คือ การฝึกปรือให้เกิดมีสัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ ให้เจริญองกามขึ้นจนมีความพร้อมทางด้านความประพฤติ และความมีระเบียบวินัยที่ดีงาม

อริจิตตสิกขา คือ การฝึกปรือให้เกิดมีสัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ ให้เจริญองกามจนมีความพร้อมทางด้านคุณธรรม มีสมรรถภาพจิตและสุขภาพจิตที่ดี

อริปัญญาสิกขา คือ การฝึกปรือให้เกิดมีสัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ ให้เจริญองกามจนมีความพร้อมทางด้านปัญญา รู้จักคิดเป็น และแก้ปัญหาเป็น

๒. พระพุทธศาสนาเน้นความสัมพันธ์ของเหตุปัจจัย และวิธีการแก้ปัญหา

๒.๑ พระพุทธศาสนาเน้นความสัมพันธ์ของเหตุปัจจัย

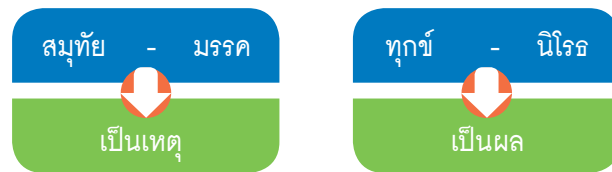
พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งเหตุผล คือ เน้นว่าสรรพสิ่งที่เกิดขึ้นมาในโลกนี้เกิดขึ้นมาเพราะมีเหตุปัจจัยและเสื่อมสลายไปเมื่อหมดเหตุปัจจัย ไม่มีสิ่งใดเกิดขึ้นมาลอยๆ หรือดับสลายไปเฉยๆ โดยไม่มีเหตุปัจจัย

มีคำที่ฟังทำความเข้าใจให้กระจ่างชัดอยู่ ๒ คำ คือ ปัจจัย และเหตุ เมื่อพูดถึงเงื่อนไขหรือองค์ประกอบต่างๆ ที่รวมตัวกันขึ้น ต่างก็มีความสำคัญเท่าเทียมกันและต่างก็อาศัยซึ่งกันและกัน ทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า **“ปัจจัย”** แต่เมื่อมองว่าในบรรดาปัจจัยเหล่านั้น ปัจจัยใดปัจจัยหนึ่งเด่นชัดกว่าหรือเป็นตัวนำในกรณีนั้นๆ ทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า **“เหตุ”** เช่น ต้นไม้ที่เจริญเติบโตมีดอกผลให้เจ้าของได้เก็บกินนั้น ถ้าพูดในแง่เหตุก็ว่าเมล็ดเป็นเหตุให้ต้นไม้ขึ้นเกิดและงอกงาม แต่ถ้าพูดในแง่ปัจจัยก็ต้องว่าต้นไม้ขึ้นเกิดและงอกงามได้ก็เพราะอาศัยเงื่อนไขหลายๆ อย่างประกอบกัน มิใช่เพียงเมล็ดอย่างเดียว เช่น ต้องอาศัยดิน น้ำ อุณหภูมิ ปุ๋ย และการดูแลเอาใจใส่ของคนปลูก เป็นต้น หรือในกรณีของนักเรียนที่เป็นคนเรียนเก่ง มีกิริยามารยาทเรียบร้อย เป็นที่ชื่นชมของคนทั่วไป ถ้าพูดในแง่ของเหตุที่ทำให้นักเรียนคนนี้เรียนเก่ง ก็เพราะมีสติปัญญาที่ชาญฉลาด ขยันอ่านหนังสือ และมีความตั้งใจเรียนสูง แต่ถ้าพิจารณาในแง่ของปัจจัยการที่เรียนเก่งและมีพฤติกรรมเรียบร้อย มาจากหลายๆ ปัจจัย เช่น มาจากการอบรมและปลูกฝังของครอบครัว มีเพื่อนที่ดี อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี

ฉะนั้น คำสอนที่เน้นปัจจัยนั้น พระพุทธเจ้าก็ทรงยกหลักปฏิจสุมุปาบทขึ้นมาแสดง ซึ่งมีรายละเอียดยากแก่การจะเข้าใจในระดับนี้ จึงจะขอยกเฉพาะหลักการกว้างๆ หรือหลักใหญ่ๆ ของปฏิจสุมุปาบทมากล่าวในที่นี้ ดังนี้

เมื่อสิ่งนี้มี	สิ่งนี้จึงมี
เพราะสิ่งนี้เกิดขึ้น	สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น
เมื่อสิ่งนี้ไม่มี	สิ่งนี้ก็ไม่มี
เพราะสิ่งนี้ดับ	สิ่งนี้ก็ดับ

ส่วนคำสอนที่เน้นเหตุ นั้น พระพุทธเจ้าทรงยกอริยสัจ ๔ ประการ ขึ้นมาแสดง คือ ทุกข์ (ปัญหาทุกรูปแบบของชีวิต) สมุทัย (สาเหตุของปัญหา) นิโรธ (ความดับปัญหา ภาวะหมดปัญหา) และมรรค (ทางแก้ปัญหา) โดยแยกเป็นเหตุและเป็นผล ดังนี้



การที่พระพุทธศาสนาสอนโดยเน้นทั้งเหตุทั้งปัจจัย ก็เพื่อให้พุทธศาสนิกชนได้รู้จักมองสิ่งทั้งหลายตามที่เป็นจริง ทำให้สายตากว้างไกล เข้าใจสิ่งทั้งหลายได้กว้างขวางลึกซึ้ง และนำไปสู่ความเป็นคนมีใจกว้าง ไม่ยึดติดในแง่มุมใดแง่มุมหนึ่ง และที่สำคัญการเข้าใจเหตุปัจจัยของสิ่งทั้งหลายตามที่เป็นจริง จะสามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้ตรงจุดและถูกต้องด้วย ดังจะอธิบายพร้อมยกตัวอย่างประกอบ ดังต่อไปนี้

๑) ทำให้เป็นคนมีเหตุผล คือ มีความเชื่อมั่นว่าสรรพสิ่งจะเกิดหรือดับเพราะเหตุปัจจัย ไม่มีสิ่งใดเกิดขึ้นลอยๆ โดยไร้เหตุปัจจัย หรือพูดอีกนัยหนึ่งก็คือ ไม่มีสิ่งใดเกิดขึ้นโดยบังเอิญ หลายสิ่งที่เราคิดว่าเป็นความบังเอิญนั้น เพราะเรายังหาเหตุปัจจัยไม่พบนั่นเอง เมื่อมีความเชื่อมั่นอย่างนี้ก็จะเป็นคนมีเหตุผล เกิดอะไรขึ้นก็นึกถึงเหตุถึงผล นึกถึงปัจจัยก่อนที่จะตัดสินใจอะไรลงไป อย่างเช่น นักเรียนพบเพื่อนสนิทคนหนึ่งแล้วทักทาย เขากลับทำหน้าบึ้งใส่ ไม่พูดด้วย ก็นึกในแง่เหตุปัจจัยว่า ที่เขาไม่พูดกับเราและทำหน้าบึ้งใส่เรานั้น ก็คงจะเนื่องมาจากสาเหตุอื่น เช่น อาจถูกผู้ปกครองดุตำมา เมื่อคิดถึงเหตุปัจจัยอย่างนี้แล้วแทนที่นักเรียนจะนึกโกรธที่เขาไม่พูดด้วย กลับมีความเห็นใจและเข้าใจเพื่อนคนนั้นยิ่งขึ้น

๒) ทำให้เป็นคนสายตากว้างไกล มองอะไรก็เข้าใจกว้างขวางและลึกซึ้ง เช่น มโหสถกุมารในมโหสถชาดก เมื่อเหยี่ยวโฉบเอาเนื้อที่ชาวบ้านตากไว้ไป เด็กๆ ในหมู่บ้านพากันวิ่งไล่เหยี่ยว ต่างก็สะดุดตอไม้บ้างก้อนหินบ้าง ล้มลุกคลุกคลาน บาดเจ็บไปตามกัน มโหสถกุมารคิดว่าการที่วิ่งไล่เหยี่ยวไปด้วยและแขนงขึ้นมองเหยี่ยวไปพร้อมกันนั้น ไม่มีทางวิ่งทันเหยี่ยวได้ จึงมิได้ทำดังเด็กคนอื่น ๆ แต่ก้มมองดูเงาเหยี่ยวและวิ่งตามไปจนทัน แล้วหงนหน้าขึ้นปรบมือและร้องเสียงดังจนเหยี่ยวตกใจและปล่อยชิ้นเนื้อตกลงมา มโหสถกุมารได้รับคำชมเชยจากชาวบ้านเป็นอันมาก ตัวอย่างนี้แสดงให้เห็นว่าผู้ที่เข้าใจเหตุปัจจัยก็ย่อมสามารถมองอะไรได้กว้างไกลและลึกซึ้งกว่าคนอื่น

๓) ทำให้เป็นคนมีใจกว้าง ยอมรับความคิดเห็นของคนอื่น และเห็นความสำคัญของคนอื่น เข้าใจว่าสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นนั้น มิได้เกิดขึ้นด้วยเหตุเดียว แต่เกิดขึ้นเพราะหลายเหตุปัจจัยมารวมกัน ซึ่งแต่ละเหตุแต่ละปัจจัยต่างก็มีความสำคัญเท่าเทียมกัน เช่น ความสำเร็จของงานบางอย่างในสำนักงานแห่งหนึ่ง ทุกคนมีส่วนร่วมด้วยกันทั้งนั้น เริ่มตั้งแต่หัวหน้างาน เพื่อนร่วมงาน เสมียน และนักการภารโรง ทุกคนต่างเป็นปัจจัยผลักดันให้งานประสบความสำเร็จอย่างเท่าเทียมกัน ถ้าหัวหน้างานคิดเข้าใจในความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัยอย่างนี้ก็จะเป็นคนใจกว้าง มองเห็นคุณค่าและความสำคัญของคนอื่น และจะเป็นผู้บริหารงานที่ดีคนหนึ่งต่อไปในอนาคต

๔) ทำให้เป็นคนไม่ยึดมั่นถือมั่น คนที่มองสรรพสิ่งตามเหตุปัจจัย คือ สรรพสิ่งเกิดขึ้นเพราะมีเหตุปัจจัย ดับไปเพราะหมดเหตุปัจจัย ไม่ยึดติด ไม่โต้เถียงเพราะความหลงผิดกับใครๆ ดังกรณี คนตาบอดคลำช้าง เมื่อคลำถูกส่วนไหนของช้าง ก็เข้าใจและยึดมั่นว่าช้างเป็นเช่นนั้น เมื่อต่างฝ่ายต่างเห็นและเข้าใจไปคนละแง่มุมจึงทะเลาะโต้เถียงกัน พระพุทธศาสนาสอนว่าความจริงแท้หนึ่งถึงจะมีอย่างเดียว แต่ผู้ยังเข้าใจไม่ถึง ย่อมมองเห็นต่างแง่มุมกัน จึงไม่ควรยึดมั่นว่า **“อย่างนี้น้อย่างนั้นถูกต้อง อย่างอื่นผิดหมด”**

๕) ทำให้แก้ปัญหาได้ การมองที่ไม่เข้าใจถึงเหตุปัจจัยอันเป็นตัวผลักดันให้เกิดสิ่งต่างๆ นั้นทำให้ดวงตาพราหมณ์ไม่เข้าใจสภาพที่เป็นจริง เกิดความเข้าใจที่คลาดเคลื่อน แม้จะมีเจตนาดีในการที่จะแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น แต่กลับกลายเป็นการเพิ่มปัญหาให้มากขึ้นจนยากเกินที่จะแก้ไขได้ ต่อเมื่อเข้าใจเหตุปัจจัยก็ย่อมจะสามารถแก้ปัญหาได้ ยกตัวอย่างเรื่องของนางกิสาโคตมี กล่าวคือ เมื่อลูกของนางตาย นางก็ไม่สามารถยอมรับความจริงได้ว่าลูกของนางได้ตายไปแล้ว กลับอุ้มร่างที่ไร้วิญญาณของลูกไปขอร้องเพื่อให้ลูกของตนฟื้น จนในที่สุดได้ไปพบกับพระพุทธเจ้า พระองค์ได้ตรัสให้นางไปหาเมสสิตพันธุ์ผักกาดมาฝ้ามือหนึ่ง และพระองค์จะทรงปรุรงยาให้แต่ให้นางไปเอาจากบ้านที่ไม่มีใครตายเลยนางก็เที่ยวถามทั้งหมู่บ้าน ปรากฏว่าไม่มีบ้านใดที่ไม่มีคนตายมาก่อน



การเปิดโอกาสให้ผู้ร่วมงานได้แสดงความคิดเห็นร่วมกัน จะทำให้การทำงานนั้นประสบความสำเร็จ

ในที่สุดนางก็เข้าใจเหตุปัจจัยของชีวิตว่าทุกคนเกิดมาแล้วต้องตาย มิใช่เฉพาะลูกของนางเท่านั้น เมื่อนึกได้เช่นนี้ความเศร้าโศกเสียใจที่ลูกตายก็หายไป

๒.๒ วิธีแก้ปัญหาตามแนวพระพุทธศาสนา

พระพุทธเจ้าทรงแสดงหลักอริยสัจ ๔ ว่าเป็นหลักแห่งการแก้ปัญหาชีวิต โดยทรงยกการแก้ปัญหาของพระองค์ขึ้นเป็นตัวอย่าง หลักอริยสัจ ๔ ประกอบด้วย

อริยสัจ ๔	ความหมาย
๑. ทุกข์	คือ ความทุกข์กาย ทุกข์ใจ กล่าวโดยรวมหมายถึงปัญหาของชีวิตทุกรูปแบบ
๒. สมุทัย	คือ สาเหตุของปัญหาที่เกิดขึ้น
๓. นิโรธ	คือ ภาวะหมดปัญหาหรือการที่ปัญหาหมดไปโดยสิ้นเชิง
๔. มรรค	คือ แนวทางแก้ปัญหา

จากหลักอริยสัจ ๔ นี้ มีองค์ประกอบของการแก้ปัญหาสรุปได้ ๓ ประการ คือ

๑) **ปัญญา (ความรู้ความเข้าใจ)** การแก้ปัญหาอะไร ไม่ว่าใหญ่หรือเล็ก ไม่ว่าปัญหาล้วนตัวหรือปัญหาล้วนรวม ปัญญาเป็นองค์ประกอบแรกที่จำเป็น โดยจะต้อง

๑. เข้าใจว่าปัญหาคืออะไร ปัญหายู่อตรงไหน ปัญหามีอย่างไร ต้องเข้าใจสภาพปัญหาให้ชัดเจนเสียก่อน จึงจะแก้ปัญหาได้ ถ้ายังไม่รู้ว่าปัญหาคืออะไร ยู่อตรงไหน เป็นอย่างไร ย่อมไม่สามารถที่จะแก้ปัญหาได้

๒. เข้าใจสาเหตุ (เหตุเด่น) และปัจจัย (เงื่อนไขอื่นๆ) ของปัญหานี้ว่ามาจากอะไร โดยสืบสาวจนถึงต้นตอ ให้รู้ละเอียดลออทุกแง่ทุกมุม

๓. เข้าใจเป้าหมายหรือตั้งเป้าหมายให้ถูกต้อง ว่าปัญหาแต่ละอย่างจะมีทางแก้หรือไม่ แก้ได้ระดับไหนเพียงใด

๔. เข้าใจว่าการที่จะแก้ปัญหาดังๆ ได้สำเร็จสมบูรณ์ดีนั้นจะต้องทำอย่างไรบ้าง ทำมากน้อยแค่ไหน ทำต่อเนื่องเพียงไร และมีขั้นตอนปฏิบัติอย่างไร

การที่จะรู้ทุกขั้นตอนอย่างทะลุปรุโปร่งได้ย่อมอาศัยปัญญาเป็นตัวชี้บอก ถ้าไม่มีปัญญาหรือปัญญาไม่ชัดแจ้งแล้ว จะทำให้กระบวนการแก้ปัญหามองพร่องได้

๒) **กรรม (การลงมือกระทำ)** การปฏิบัติตามที่ปัญญาได้ชี้บอกนั้นเป็นเรื่องที่สำคัญมาก หากเพียงแต่รอบรู้ปัญหา รู้สาเหตุของปัญหา รู้เป้าหมาย ความเป็นไปได้ของการแก้ปัญหา และรู้วิธีการแก้ปัญหา แต่ไม่ลงมือกระทำ หรือปฏิบัติตามนั้น ปัญหาก็ยังคงไม่สามารถแก้ไขได้ หลักคำสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหมดจึงระบุหลักการไว้ด้วย ในอริยสัจ ๔ นั้น บทบาทที่เด่นชัด คือ ปัญญา แต่ขณะเดียวกันก็มีหลักการแฝงอยู่ด้วย นั่นก็คือ มีปัญญาอย่างเดียวนั้นไม่สามารถแก้ปัญหาได้ ต้องมีการ **“ลงมือทำ”** ด้วย การลงมือทำนี้เอง เรียกว่า **“หลักการ”**

๓) **วิริยะ (ความพากเพียร)** การลงมือทำหรือปฏิบัติตามนั้นต้องเน้นว่าต้องทำด้วยจิตใจที่เข้มแข็ง แน่วแน่ หมั่นเพียร และที่สำคัญต้องต่อเนื่องด้วย เพียงลงมือทำครั้งสองครั้ง ปัญหาบางอย่างไม่สามารถแก้ไขได้ ต้องพากเพียร เช่น ปัญหาการติดบุหรี่ คนที่เคยสูบบุหรี่วันละสามถึงสี่ซองมาเป็นเวลาหลายสิบปี เพียงคิดว่าจะเลิกสูบบุหรี่ในวันนี้แล้วก็ทิ้งบุหรี่ทันที อย่างนี้คงไม่มีทางสำเร็จ พอถึงวันรุ่งขึ้น ความอยากสูบบุหรี่ก็คงจะรบกวนจิตใจจนกระทั่งต้องกลับมาสูบบอก ปัญหานี้อาจแก้ไขได้ด้วยความตั้งใจที่เด็ดเดี่ยว แล้วค่อยแก้ไขโดยวิธีลดจำนวนบุหรี่ที่สูบแต่ละวันลงไปเรื่อยๆ จนงดได้ในที่สุด ความพากเพียรและความต่อเนื่องแห่งการปฏิบัติจะช่วยให้เขางดสูบบุหรี่ได้ในที่สุด

กล่าวโดยสรุปได้ว่า พระพุทธศาสนาได้สอนหลักอริยสัจว่าเป็นหลักแห่งการแก้ปัญหา โดยการใช้ปัญญาเป็นเงื่อนไขสำคัญ และมีคุณธรรมข้ออื่นๆ ช่วยสนับสนุนให้การแก้ปัญหานั้นสำเร็จด้วยดี คือ กรรม (การกระทำ) ซึ่งเป็นการลงมือกระทำ หลังจากที่รู้สาเหตุของปัญหา และวิธีการแก้ปัญหาแล้ว ก็จะทำให้เราสามารถแก้ไขปัญหานั้นได้ วิริยะ (ความพากเพียรและความต่อเนื่องแห่งการกระทำ) ปัญหาทุกชนิด ไม่ว่าเล็กหรือใหญ่ ไม่ว่าจะเป็นปัญหาล้วนตัวหรือส่วนรวม ย่อมจะสามารถแก้ไขได้ด้วยสติปัญญา ด้วยการกระทำอย่างพากเพียรของเราเอง ไม่ใช่ด้วยการอ้อนวอนบนบานศาลกล่าว อำนาจศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายแต่ประการใด



ผู้ที่มีความพากเพียร ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคย่อมทำงานได้ประสบความสำเร็จ

๓. ความสำคัญของพระพุทธศาสนา

๓.๑ พระพุทธศาสนาฝึกคนไม่ให้ประมาท

ความไม่ประมาทเป็นหลักธรรมสำคัญอย่างยิ่งของพระพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าถึงกับตรัสย้ำไว้เป็นปัจฉิมวาจาก่อนเสด็จดับขันธปรินิพพานว่า **“ภิกษุทั้งหลาย เราขอเตือนเธอทั้งหลาย สังขารทั้งหลายมีการเสื่อมสิ้นไปเป็นธรรมดา เธอทั้งหลายพึงยังประโยชน์ตนและประโยชน์ท่านให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาทเถิด”**

พุทธธรรมคำสอนที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ถูกบันทึกไว้ในคัมภีร์พระไตรปิฎกมากมายถึง ๘๔,๐๐๐ พระธรรมขันธ์ ถ้าไม่มีใครนำเอาไปศึกษาและปฏิบัติตาม พระธรรมคำสอนนั้นอยู่ในคัมภีร์ก็หาเกิดประโยชน์อะไรไม่ การที่คำสอนของพระพุทธองค์ได้เป็นที่รับรู้และเป็นมรดกตกทอดมาถึงปัจจุบัน ก็เพราะความไม่ประมาทของพุทธบริษัทในอดีต ทั้งบรรพชิตและคฤหัสถ์ได้พยายามศึกษาปฏิบัติ จนได้รับผลแห่งการปฏิบัติแล้วถ่ายทอดต่อๆ กันมา

พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า **“อัมปมาธรรม”** คือ ความไม่ประมาท เป็นธรรมที่ครอบคลุมธรรมอื่นไว้หมด ดูจรรยงเท้าช้างเป็นที่รวมของเท้าสัตว์ทุกชนิด ความหมายก็คือ รอยเท้าสัตว์ทุกชนิดไม่มีรอยเท้าไหนใหญ่เท่ารอยเท้าช้าง เช่นเดียวกับธรรมะทุกข้อ ไม่มีข้อไหนสำคัญเท่ากับความไม่ประมาท



ความประมาทนำมาสู่ความสูญเสียทั้งชีวิตและทรัพย์สิน

คนที่ไม่ประมาทเป็นคนที่มีความกระตือรือร้น เร่งรัดตนเองในการบำเพ็ญกิจหน้าที่ และโดยเฉพาะการมีสติ ระลึกรู้ ตื่นตัว รู้เท่าทัน แล้วเร่งหลีก ละ ป้องกัน กำจัด แก้ไข เหตุแห่งความเสื่อมและเร่งสร้างเสริมเหตุแห่งความเจริญงอกงาม

ลักษณะของคนไม่ประมาทอย่างหนึ่งก็คือ ผู้ที่ไม่นิ่งนอนใจ ไม่ปล่อยให้เวลาผ่านไปโดยเปล่าประโยชน์ ซึ่งมีความคิดที่ต่างจากคนที่ประมาท ดังนี้

๑) ในกรณีมีกิจการงานจะต้องทำ คนที่ประมาทจะคิดว่าเรามีงานต้องทำ

เมื่อทำงานร่างกายเราจะเหน็ดเหนื่อย อย่างกระนั้นเลย เรานอนเอาแรงก่อนดีกว่า ว่าแล้วก็นอน ไม่ทำงาน ส่วนคนที่ไม่ประมาทจะคิดว่าเรามีงานที่ต้องทำมาก ถ้าเราไม่รีบทำเสียแต่บัดนี้ เราอาจไม่ได้ทำก็ได้ เพราะชีวิตเราไม่แน่นอน อาจตายในวันนี้หรือพรุ่งนี้ก็ได้ แล้วเขาก็รีบเร่งขวนขวายทำงานให้สำเร็จ โดยไม่ผัดวันประกันพรุ่ง

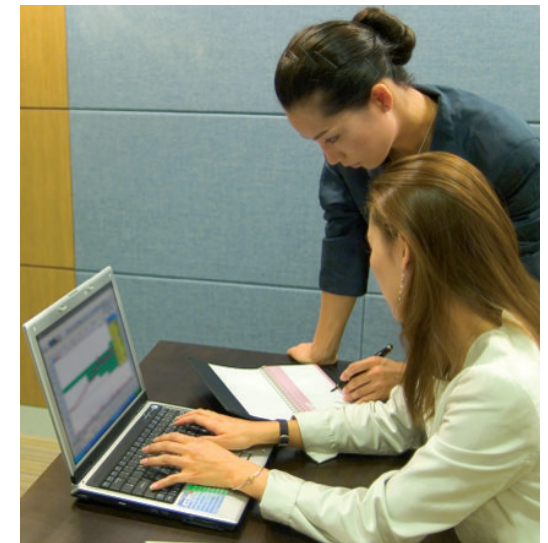
๒) ในกรณีที่ทำงานเสร็จแล้ว

คนที่ประมาทจะคิดว่า ขณะที่เราทำงาน เรารู้สึกว่ายเหนื่อยมาก อย่างกระนั้นเลย เราจะนอนพักผ่อนดีกว่า ว่าแล้วก็นอน ส่วนคนที่ไม่ประมาทจะคิดว่า เราทำงานเสร็จแล้ว แต่งานอย่างอื่นที่พึงทำยังมีอยู่อีกมาก เราไม่ควรเกียจคร้าน ควร

รีบขวนขวายทำงานต่อ ดังนั้น คนไม่ประมาทจึงมักจะมีบุคลิกเป็นคนขยัน มีฉันทะในการทำงานหนักเอาเบาสู้ มีความใฝ่สัมฤทธิ์สูง คนเช่นนี้ไม่ว่างานจะยากและหนักอย่างไร ก็จะไม่ยอมละความพยายาม ในที่สุดเขาจะฟันฝ่าอุปสรรคจนประสบความสำเร็จได้

ในชาดกเรื่องหนึ่ง พระพุทธเจ้าตรัสเล่าว่า มีพระราชาสองเมืองทำสงครามกัน ไม่มีใครแพ้ใครชนะ เมื่อถึงฤดูฝนก็พักรบชั่วคราว หมดฤดูฝนก็มารบกันใหม่ วันหนึ่งพระอินทร์กล่าวกับฤๅษีคนหนึ่งว่า ในที่สุดพระราชามือง ก. จะชนะ

คำทำนายของพระอินทร์ถูกถ่ายทอดแก่ศิษย์ฤๅษี ศิษย์ฤๅษีก็บอกต่อๆ กัน จนในที่สุดรู้ถึงพระราชาสองเมือง พระราชาเมือง ก. รู้ว่าตนจะชนะก็เริ่มประมาท ไม่เตรียมมกองทัพอันไม่ปรักปรำโรหิต ไม่คิดกลวิธีทำศึกสงคราม รับสั่งให้จัดฉลองชัยชนะล่วงหน้า เพราะโหรได้ทำนายว่าพระองค์จะมีชัยชนะ ส่วนพระราชามือง ข. ได้รับคำทำนายนั้นตอนแรกก็ท้อใจอยู่พักหนึ่ง แต่ฮึดสู้ว่าไฉนๆ ก็ล่วงเลยมาจนปานนี้แล้ว จะถอยก็ไม่ใช่ที่ ถึงแม้โหรจะทำนายว่าเราจะแพ้ก็ไม่ใช่ไรลองสู้กับโชคชะตาดูสักครั้ง เมื่อพยายามเต็มที่แล้วจะแพ้ก็ยอมรับและไม่เสียใจเพราะได้สู้จนถึงที่สุดแล้ว



การทำงานด้วยความรอบคอบ ไม่ประมาทและตรวจสอบงานอย่างถี่ถ้วน ย่อมทำให้ผลงานออกมามีประสิทธิภาพ

พระราชามือเมือง ข. เตรียมกองทัพอันให้พร้อม ผักผ่อนทหารให้เชียวชาญ
ทั้งแผนรุกแผนรับพร้อมสรรพ ถึงเวลารบจริงก็ต่อสู้เต็มที่จนสามารถเอาชนะอีกฝ่ายได้ในที่สุด
ส่วนพระราชามือเมือง ก. พ่ายแพ้ยับเยิน ไปต่อว่าฤษีหาว่าโกหกหลอกลวง บอกว่าจะชนะ ทั้งๆ ที่
ต้องแพ้ ฤษีก็ไปต่อว่าพระอินทร์ว่า ทำนายผิดพลาด ทำเอาตนซึ่งถ่ายทอดคำทำนายอีกทอดหนึ่ง
ต้องถูกต่อว่า พระอินทร์ตอบว่า “**ทำนายไม่ผิดดอก ถ้าปล่อยให้ทุกอย่างเป็นไปตามทางของมัน**

พระราชามือเมือง ก. จะชนะแน่นอน แต่บังเอิญ
พระราชามือเมือง ก. ประมาท ในขณะที่พระราชามือเมือง ข. มิได้ประมาท หมั่นฝึกฝนตนเองและ
กองทัพเตรียมพร้อมทุกประการ คนที่มีความ
พยายามถึงที่สุดเช่นนี้ แม้เทวดาก็กีดกันไม่ได้”

พระพุทธเจ้าทรงเป็นตัวอย่างของ
คนที่ไม่ประมาท ขณะทรงเป็นพระโพธิสัตว์
บำเพ็ญบารมีอยู่ก็ทรงมีความพากเพียร
พยายาม สะสมความดีเพื่อให้สมบุรณ์ เพื่อ
ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า ไม่ว่าจะบำเพ็ญบารมีข้อ
ใดก็ตาม จะเห็นบทบาทของความไม่ประมาท
และความพากเพียรแฝงอยู่ด้วยเสมอ หากไม่
แล้วพระองค์คงไม่สามารถสะสมบารมีได้สำเร็จ
ดังที่ทราบกันดีแล้ว

ขณะที่เป็นเจ้าชายสิทธัตถะได้รับการปรนเปรอความสุขสารพัดจากพระราชบิดา
ก็มีได้ประมาทหมั่นเมา ทรงเห็นว่าชีวิตนี้เต็มไปด้วยความทุกข์ และทุกข์ที่สำคัญ คือ การเวียนว่าย
ตายเกิดในสังสารวัฏ พระองค์จึงเสด็จออกผนวช และบำเพ็ญเพียรตลอดระยะเวลา ๖ ปี จนตรัสรู้
พระสัมมาสัมโพธิญาณทั้งหลายทั้งปวงนี้ เพราะพระพุทธองค์ทรงตั้งอยู่ในความไม่ประมาท

ลักษณะของคนไม่ประมาทอีกอย่างก็คือ เป็นคนเสียสละ ไม่เห็นเพียงประโยชน์สุข
และความสำเร็จส่วนตัว หากเห็นแก่ประโยชน์คนอื่นและประโยชน์ส่วนรวมว่ามีความสำคัญทัดเทียม
กันหรือมากกว่าประโยชน์ส่วนตนด้วยซ้ำ คนไม่ประมาทจึงได้ชื่อว่าได้ทำประโยชน์ทั้ง ๓ ประการ
สมบุรณ์พร้อม คือ ประโยชน์ตน (อัตตัตถะ) ประโยชน์คนอื่น (ปรัตถะ) และประโยชน์ส่วนรวมร่วมกัน
(อุภยัตถะ)

เรื่องน่ารู้

ประโยชน์ของสติ

๑. ควบคุมรักษาสภาพจิตให้อยู่ในภาวะที่เรา
ต้องการ โดยการตรวจตราความคิด เลือกรับสิ่งที่
ต้องการไว้ กันสิ่งที่ไม่ต้องการออกไป ทำให้จิตเป็น
สมาธิได้

๒. ทำให้ร่างกายและจิตใจอยู่ในสภาพเป็น
ของตัวเอง ไม่ตกเป็นทาสของอารมณ์ต่างๆ เป็นสุข
จัดการกับสิ่งทั้งหลายที่เกิดขึ้นอย่างถูกต้องเหมาะสม

๓. ทำให้ความคิดและการรับรู้ขยายวงกว้าง
ออกไปโดยไม่สิ้นสุด เพราะไม่ถูกบีบคั้นด้วยกิเลสต่างๆ
จึงทำให้ความคิดเป็นอิสระมีพลัง

๔. ทำให้การพิจารณาสืบค้นด้วยปัญญาดำเนิน
ไปเต็มที่ เพราะมีความคิดที่เป็นระเบียบ และมีใจซึ่งมี
พลังเข้มแข็ง จึงเป็นการเสริมสร้างปัญญาให้บริบูรณ์

พระพุทธเจ้าและพระอรหันต์ทั้งหลาย จะว่าไปแล้วก็ได้บรรลุประโยชน์ส่วนตนสมบุรณ์
พร้อมแล้ว แต่ท่านก็ไม่ปลีกวิเวกเสวยสุขส่วนตนเพียงลำพัง เพราะเห็นว่าเพื่อนมนุษย์อีกจำนวน
มากยังต้องการความช่วยเหลือ ให้ชี้แนะแนวทางปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์อยู่ ชีวิตของพระพุทธองค์
และพระสาวกทั้งหลายจึงเป็นตัวอย่างที่เป็นรูปธรรมที่สุดที่ชี้ให้เห็นความจริง และนำมาประยุกต์
ใช้ในชีวิตประจำวันได้คือ คนไม่ประมาทนั้นต้องรีบชวนช่วยพัฒนาตนให้สมบุรณ์ พึ่งตนเองได้
ทั้งทางโลกและทางธรรมแล้วให้คนอื่นพึ่งได้ คือ ทำประโยชน์เกื้อกูลแก่มวลมนุษย์ด้วยความ
เสียสละ ไม่เห็นแก่ประโยชน์ส่วนตนฝ่ายเดียว

๓.๒ พระพุทธศาสนามุ่งประโยชน์สุขและสันติภาพแก่บุคคล สังคม และโลก

พระพุทธเจ้าตรัสไว้ตอนส่งพระสาวกจำนวน ๖๐ รูป ไปประกาศพระพุทธศาสนาครั้งแรก
ว่า “**ภิกษุทั้งหลาย พวกเธอจงจาริกไป เพื่อประโยชน์แก่คนจำนวนมาก เพื่อความสุขแก่คน**
จำนวนมาก เพื่ออนุเคราะห์โลก เพื่อประโยชน์เกื้อกูลแก่เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย จงแสดงธรรม
อันงามในเบื้องต้น งามในท่ามกลาง งามในที่สุด จงประกาศพรหมจรรย์ (แนวทางดำเนินชีวิต
อันประเสริฐ) ให้บริสุทธิ์บริบูรณ์อย่างสิ้นเชิง พร้อมทั้งอรรถ (เนื้อหาความ) และพยัญชนะ (ถ้อยคำ)”

พุทธวจนะข้างต้นเท่ากับเป็นอุดมการณ์ของพระพุทธศาสนา เพราะพระพุทธศาสนามุ่งสร้าง
ประโยชน์สุขและสันติภาพแก่ชาวโลก มีหลักธรรมที่ตรัสสอนมากมายที่สนับสนุนแนวทางเพื่อสร้าง
ประโยชน์สุขและสันติภาพทั้งส่วนปัจเจกบุคคลและสังคม ตลอดจนชาวโลกทั้งมวล ดังนี้

๑) หลักการสร้างความสุข แบ่งออกได้ ดังนี้

๑.๑) ความสุขของผู้ครองเรือน (คิหิสุข) ประกอบด้วย

(๑) **สุขเพราะการมีทรัพย์** (อัตถิสุข) พระพุทธศาสนาสอนให้รู้จักแสวงหา
ทรัพย์ เพื่อให้มีเพียงพอที่จะเลี้ยงตัวเอง ครอบครัว คนที่พึ่งเลี้ยงและที่เหลือไว้สำหรับจุนเจือสังคม
โดยปฏิบัติ ดังนี้

๑. หมั่นขยันหาทรัพย์ในทางที่สุจริต
๒. หามาได้แล้วรู้จักเก็บ รู้จักใช้ให้เหมาะสม
๓. คบมิตรที่ดี ที่เกื้อกูลต่ออาชีพของตน ละเว้นมิตรชั่ว ไม่คบคนทุจจริต

มิฉฉาชีพ และนักเลงการพนัน เป็นต้น

๔. มีความเป็นอยู่อย่างเหมาะสมกับฐานะความเป็นอยู่ของตน

(๒) **สุขเพราะการใช้ทรัพย์** เมื่อหาทรัพย์มาได้ด้วยความสุจริตแล้ว ก็รู้จักจับจ่ายใช้สอยให้ถูกต้องเหมาะสม จัดแบ่งว่าใช้จ่ายเพื่อเลี้ยงดูครอบครัวเท่าใด ใช้จ่ายเพื่อเลี้ยง



เพื่อนฝูงเท่าใด ใช้จ่ายเพื่อบำบัต้อนตรายที่จะบังเกิดแก่ตนและครอบครัวเท่าใด ใช้จ่ายในกิจกรรมทางสังคมเท่าใด เป็นต้น

(๓) **สุขเพราะไม่มีหนี้** คือ มีความภูมิใจว่าตนเป็นไทย ไม่มีหนี้สินติดค้างใคร

(๔) **สุขเพราะความประพฤติไม่มีโทษ** คือ ความภูมิใจ อิ่มเอิบใจ ว่าตนมีความประพฤติสุจริต ไม่บกพร่องเสียหาย ใครๆ ดิเตือนไม่ได้ทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ

๑.๒) ความสุขเกิดจากภานระดับต่างๆ พระพุทธศาสนาสอนให้ฝึกฝนจิตให้เป็นสมาธิ ตั้งมั่น บริสุทธิ์ พร้อมที่จะทำงานทางปัญญา

เมื่อสมาธิแน่นแน ย่อมละนิวรรณ์ ๕ ได้ คือ กามฉันทะ (ความพอใจในกาม) พยาบาท (ปองร้ายผู้อื่น) ถีนมิทธะ (ความหดหู่และความง่วง) อุทธัจจกุกกุกจะ (ความคิดฟุ้งซ่านและรำคาญ) และ วิจิกิจฉา (ความลังเลสงสัย) ได้บรรลุภานระดับต่างๆ ซึ่งมีความสุขประณีตขึ้นตามลำดับ

๑.๓) ความสุขเกิดจากพระนิพพาน ความสุขระดับคิหิสุขไม่ใช่ความสุขที่แท้จริง เพราะเป็นสุขของผู้บริโภค (กามโคติสุข) เป็นความสุขเล็กน้อยเมื่อเทียบกับความสุขระดับฌาน และแม้ความสุขระดับฌานนั้นก็ยังมีหาย สู้ความสุขที่เกิดจากการได้รู้แจ้งเห็นจริง จนลดละกิเลส อาสวะได้โดยสิ้นเชิง อันเรียกว่า **“พระนิพพาน”** มิได้

พระพุทธศาสนาได้สอนวิธีการสร้างความสุขทั้งสุขทางกาย และสุขทางใจ ตั้งแต่ระดับพื้นฐานจนถึงระดับสูงสุด

๒) หลักการสร้างสันติภาพ หลักคำสอนที่เป็นไปเพื่อสันติภาพของบุคคล สังคม และโลกมีมากมาย ในที่นี้ขอยกมาเพียงบางประการ ดังต่อไปนี้

๒.๑) พระพุทธศาสนาสอนไม่ให้เบียดเบียนทั้งตนและผู้อื่น เช่น คำสอนเรื่องเบญจศีล เน้นงดเว้นการเบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ไม่ละเมิดสิทธิและของรักของหวงของผู้อื่น

คือ ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่ประพฤติผิดในกาม ไม่โกหกหลอกลวง ไม่เสพสุราเมรัย และของมึนเมา มีเบญจธรรม คือ เน้นคุณธรรมที่สนับสนุน ประคับประคองให้ศีลเป็นไปด้วยดี ได้แก่ เมตตา กรุณา สัมมาอาชีวะ (การเลี้ยงชีพที่สุจริต) ความยินดีในสามีภรรยาของตน หรือความรู้จักระวังเรื่องกามารมณ์ (กามสังวร) ความซื่อสัตย์สุจริตและสติสัมปชัญญะ ไม่ประมาทหลักเบญจศีล-เบญจธรรม ถ้ามนุษย์ในโลกนี้ปฏิบัติได้อย่างเคร่งครัด สันติสุข สันติภาพทางสังคมย่อมเกิดขึ้นได้อย่างแน่นอน

๒.๒) พระพุทธศาสนาสอนให้มีเมตตาต่อกันทั้งต่อหน้าและลับหลัง หลักธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงเน้นคือ สาราณียธรรม ๖ คือ พุท คิต ทำ ด้วยจิตประกอบด้วยเมตตา (เมตตา กายกรรม เมตตาวาจากรรม เมตตามโนกรรม) ได้ลาภผลมาแบ่งกันกินใช้ (สาธารณโกติ) มีความประพฤติเข้ากันได้ (สีลสามัญญตา) ปรับความคิดเห็นให้เสมอภาค ยอมรับฟังความคิดเห็นที่แตกต่างด้วยความอดทน (ทวิภูตีสัมมัญญตา) เอาตนเข้าสมานในกิจการงานต่างๆ ของส่วนรวม ไม่นิ่งดูตาย และพรหมวิหาร ๔ คือ เมตตา รักใคร่ปรารถนาดีต่อทุกคน ไม่เลือกที่รักมักที่ชัง กรุณา คิดช่วยเหลือเกื้อกูลตามความสามารถ มุทิตา พลอยยินดีเมื่อเห็นเขาประสบความสำเร็จ และอุเบกขา วางตนเป็นกลางอย่างเที่ยงธรรม ไม่ลำเอียงด้วยอคติ ให้ถือว่ามนุษย์ในโลกนี้ถึงแม้จะต่างเพศพรรณ ต่างชาติ ต่างศาสนา ก็ล้วนแต่เป็นเพื่อนร่วมสุขร่วมทุกข์ เกิดแก่เจ็บตายด้วยกันทั้งสิ้น เป็นเสมือนพี่น้องครอบครัวเดียวกัน เวลาอยู่ร่วมกันย่อมมีบ้างบางครั้งทีที่อาจล่วงเกินคนอื่นโดยเจตนาหรือโดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ เราก็ต้องรู้จักอดกลั้น และให้อภัยซึ่งกันและกัน

๒.๓) พระพุทธศาสนาสอนให้เรามีความเสียสละ ซึ่งมีความหมาย ๒ นัย คือ เสียสละภายใน คือ ละโลก โกรธ หลง ความหวงแหน ความยึดติด ความเห็นแก่ตัวออกจากใจ เป็นต้น เสียสละภายนอก คือ การเฉลี่ยเจือจางวัตถุสิ่งของของตนมี สงเคราะห์แก่คนอื่นบ้าง คนเราจะอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุขเริ่มด้วยการเสียสละ ความไม่เห็นแก่ตัว ไม่เอารัดเอาเปรียบคนอื่นตลอดจนยอมเสียสละประโยชน์และความสุขที่ตนมีแก่คนอื่น พระพุทธศาสนาได้สอนขั้นตอนแห่งการเสียสละตั้งแต่ขั้นต้น จนกระทั่งขั้นสูงสุด คือ การเสียสละแม้กระทั่งชีวิตเพื่อรักษาไว้ซึ่งความถูกต้องดีงามของสังคม

๒.๔) พระพุทธศาสนาสอนให้เรามีความอดทน (ขันติ) และไม่ยึดมั่นในตัวตน เกินไป (อนัตตา) ธรรมะ ๒ ข้อนี้สัมพันธ์กันคือ คนจะมีความอดทนได้นั้นต้องเป็นคนยึดมั่นในตัวตนน้อยหรือมีอัตตาเบาบาง ไม่เห็นว่าตนสำคัญมากจนเห็นคนอื่นต่ำต้อยหรือเป็นคนไม่ดี

และคนเช่นนี้ย่อมสามารถทนต่อการด่าว่าเสียดสีหรือการล่วงเกินของคนอื่นได้ดี ดังนั้น พระพุทธศาสนาจึงเห็นว่าคนที่ด่าว่าล่วงเกินคนอื่นเป็นคนไม่ดี แต่คนที่ด่าว่าตอบผู้ที่ด่าว่าตน



การให้ความช่วยเหลือแก่ผู้ประสบภัย เป็นการเสียสละ เพื่อช่วยบรรเทาความทุกข์ของผู้อื่น

นับว่าเป็นคนที่ไม่ดียิ่งกว่าเสียอีก เพราะฉะนั้น เราจึงควรรู้จักอดกลั้นและอดทนต่อคำดูดว่าว่า กล่าวเสียดสีของคนอื่น

๒.๕) พระพุทธศาสนาสอนให้เป็นคน ใจกว้างยอมรับความแตกต่างได้ คือ สอนให้รู้ ความจริงว่า ในโลกที่มีคนอยู่เป็นจำนวนมากนั้น ย่อมมีความแตกต่างกันในเรื่องต่างๆ มากมาย เราต้องหัดเป็นคนใจกว้างยอมรับความแตกต่าง นั้นได้ ดังนี้

(๑) ยอมรับความแตกต่างทางด้าน

ความคิดเห็น คือ หัดเป็นคนใจกว้างยอมรับ

ความเห็นที่แตกต่างหรือความเห็นที่ขัดแย้งกับความเห็นของตน พยายามปรับความเห็นที่แตกต่าง นั้นให้ลงรอยกันในหลักการสำคัญ หรือจุดหมายเดียวกันให้ได้ ถ้าเห็นว่าความคิดเห็นของคนอื่นไม่ ค่อยถูกต้องสมบูรณ์ แต่ไม่ถึงกับผิดหรือเสียหายร้ายแรง เราก็ต้องยอมรับพร้อมกับแสดงแนวทาง ที่ดีกว่าให้เขาเห็นและยอมรับ ด้วยวิธีการที่นุ่มนวลและสร้างสรรค์

(๒) ยอมรับลัทธิความเชื่อที่ต่างกัน ในสังคมโลกมนุษย์ของเรานี้

มีระบบความเชื่อและศาสนาที่แตกต่างกัน มีความจำเป็นอย่างยั้งที่จะต้องให้เกียรติและเคารพกัน ในความเชื่อทางด้านศาสนา ไม่ลบหลู่ ไม่ล่วงล้ำเสรีภาพทางศาสนา พระพุทธเจ้าทรงดำหนิคนที่ ยกย่องเชิดชูศาสนาของตนแต่ดูหมิ่นเหยียดหยามศาสนาอื่น

๒.๖) พระพุทธศาสนาสอนให้เอาชนะความชั่วร้ายด้วยความดี การเอาชนะ

ความชั่วด้วยความชั่ว เช่น เขาด่ามาเราด่าตอบไป เขาเอาเปรียบเราหนึ่งเท่า เราก็เอาเปรียบเขา เพิ่มขึ้นเป็นสองเท่า มิใช่ทางที่ถูกต้อง ยิ่งทำก็ยิ่งเพิ่มความชั่วร้ายมากขึ้น ดุจดั่งเอาน้ำใสโครกล้าง สิ่งใสโครก ฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนว่า พึงเอาชนะความชั่วร้ายด้วยความดี เช่น เอาชนะ คนโกรธด้วยการไม่โกรธตอบ เอาชนะคนตระหนี่ด้วยการให้ เอาชนะคนพูดเหลวไหลด้วยการพูด ความจริง เอาชนะเวรด้วยการไม่จองเวร

เมื่อนักเรียนได้ศึกษาประวัติความเป็นมาของพระพุทธศาสนา จะเห็นว่า พระพุทธศาสนานั้นเป็นศาสตร์แห่งการศึกษา มุ่งสอนให้พัฒนาตนเองตามหลักศีล สมาธิ ปัญญา เพื่อผลในการพัฒนาทั้งทางกาย ศีล จิต และปัญญา ผึกให้เป็นคน รู้จักคิดวิจิตร ฉะใจเหตุปัจจัยของสิ่งทั้งหลายอย่างถูกต้องตามความเป็นจริง รู้จัก ใช้ปัญญาในการแก้ไขปัญห สอนให้พัฒนาตนเองด้วยความไม่ประมาท เมื่อพัฒนา ตนได้สมบูรณ์หรือในระดับหนึ่งแล้ว ก็ให้ทำประโยชน์แก่ผู้อื่นด้วยความเสียสละเพื่อ ให้เกิดประโยชน์สุขและสันติภาพที่แท้จริงแก่โลก

ดังนั้น หากทุกคนในสังคมทุกๆ สังคม หรือทุกประเทศปฏิบัติหรือพัฒนาตนเอง ตามหลักของศีล สมาธิ ปัญญา มีการเสียสละ ความอดทน มีความใจกว้างยอมรับ ความแตกต่าง พยายามเอาชนะความชั่วด้วยการทำความดี ก็จะทำให้ครอบครัว บุคคลรอบข้าง สังคม และประเทศชาติเกิดความสงบสุขอย่างแท้จริง

ทุกโข พาเลหิ สว่าโส

การอยู่ร่วมกับคนพาลเป็นทุกข์

(ที่มา: พระไตรปิฎก เล่ม ๒๕ ข้อ ๒๕ หมวดที่ ๙ ภาษิตที่ ๙)

คำถาม ประจำหน่วยการเรียนรู้

๑. การพัฒนาตนให้เ่งอกงามตามหลักพระพุทธศาสนาจะต้องปฏิบัติอย่างไร
๒. การเข้าใจถึงเหตุปัจจัยถูกต้องตามความเป็นจริงจะช่วยแก้ไขปัญหได้อย่างไร
๓. หากนักเรียนประสบกับปัญหา นักเรียนจะมีวิธีการแก้ปัญหาอย่างไรตามแนวพระพุทธศาสนา
๔. การคิดแบบอริยสัจ มีความสอดคล้องกับการคิดแบบวิทยาศาสตร์อย่างไร ให้เหตุผลประกอบ
๕. การสร้างความสุขของผู้ครองเรือนและหลักการสร้างสันติภาพให้เกิดขึ้นในสังคม จะต้องปฏิบัติตามหลักใดบ้าง

กิจกรรม สร้างสรรค์พัฒนาการเรียนรู้

กิจกรรมที่ ๑	นักเรียนเขียนแผนผังความคิดการพัฒนาตนให้เ่งอกงาม ทั้งการพัฒนากาย การพัฒนาศีล การพัฒนาจิตใจ และการพัฒนาปัญญา แล้วนำเสนอหน้าชั้นเรียน
กิจกรรมที่ ๒	นักเรียนระบุปัญหาที่ตนเองประสบมา ๑ ปัญหา แล้วเขียนวิธีการที่ใช้ในการแก้ปัญหาดังกล่าว แล้ววิเคราะห์ว่าวิธีการดังกล่าวสามารถแก้ไขปัญหาลงสำเร็จได้หรือไม่ เพราะเหตุใด
กิจกรรมที่ ๓	นักเรียนจับคู่กับเพื่อนช่วยกันวิเคราะห์ข้อดี-ข้อเสียของความไม่ประมาทกับความประมาท จากนั้นวิเคราะห์ว่านักเรียนจะปฏิบัติตนไม่ให้ประมาทตามแนวทางพระพุทธศาสนาได้อย่างไร
กิจกรรมที่ ๔	นักเรียนเขียนเรียงความ “การนำหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้เพื่อให้เกิดสันติภาพขึ้นในสังคมและโลก” ความยาว ๑ หน้ากระดาษ