

หลักสันนิสศีลกับการพัฒนาชีวิตให้มีความสุข

Sanity principles and the development of a happy life

สุชาติ ใหม่อ่อน,¹ พระครูสุตติกสิมสร,² พระสิริจริยาลังการ³ และธนาคม รื่นพานิช⁴

Suchart Maion,¹ Phrakru Suttakit Samosom,² Phrasirijariyalangkarn³

and Thanakom Ruenpanich⁴

อาจารย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ปัตตานี¹

อาจารย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ปัตตานี²

เจ้าคณะจังหวัดปัตตานี³

ประธานสภาเทศบาลนครเกาะสมุย⁴

Lecturer Mahachulalongkornrajavidyalaya University Pattani Sangha College¹

Lecturer Mahachulalongkornrajavidyalaya University Pattani Sangha College²

primate of Pattani Province³

Chairman City Municipality Koh Samui⁴

Email: kom_kohtan@hotmail.com¹

Received January 24, 2022; Revised March 12, 2022; Accepted July 31, 2022

บทคัดย่อ

การศึกษาหลักสันนิสศีลกับการพัฒนาชีวิตให้มีความสุขเป็นการศึกษาความหมาย ความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ เพื่อการปฏิบัติตามการปฏิบัติตามหลัก ปจจัยสันนิสศีลของคฤหัสถ์ มีการนำหลักการประยุกต์ในปัจจัยสันนิสศีลเพื่อการ พัฒนาชีวิตให้มีความสุข ที่มีการพิจารณาคุณค่าก่อนการใช้สอยปัจจัย ๔ และมีความจำเป็นของการดำเนินชีวิตประจำวัน

ดังนั้นการพิจารณาถึงประโยชน์เป็นหลักและความจำเป็นในสิ่งนั้น เพื่อเป็นหลักการไม่ยึดติดกับวัตถุนิยม และจะเป็น สร้างความสุขในชีวิตสำหรับคฤหัสถ์หลักคำสอนพื้นฐานในพระพุทธศาสนา เชื่อว่ามนุษย์สามารถพัฒนาตนได้ และครอบคลุม พฤติกรรมที่จะก้าวไปสู่การพัฒนาชีวิต หรือการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ ภายในชีวิตของตนเองจากสภาพหนึ่ง ไปสู่อีกสภาพ หนึ่งที่ดีกว่าเดิม การปฏิบัติตาม หลักปัจจัยสันนิสศีล คือ การพิจารณาปัจจัย ๔ อันได้แก่ อาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม และยา รักษาโรค ให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของการใช้ที่แท้จริงก่อนที่จะบริโภค ซึ่งศีลข้อนี้สำเร็จได้ด้วยปัญญา เป็นคุณธรรมที่จะช่วย ประคับประคองชีวิตของ บรรพชิตและคฤหัสถ์ให้มี ความหมดจดผ่องใส และร่มเย็นเป็นสุข

คำสำคัญ : หลักสันนิสศีล ,การพัฒนาชีวิต ,ความสุข

Abstract

The study of sanitary principles and the development of a happy life is a study of meaning. Basic human needs for compliance with the principles Factors of the Buddhist precepts of the layman the principles applied in the precepts of precepts are applied for the development of a happy life. Which has considered the value before the use of factor 4 and is necessary for daily life

Therefore, considering the main benefit and necessity of it. To be a principle, not attached to materialism. And it will create happiness in life for the laymen, the basic doctrines of Buddhism. Believe that human beings can develop themselves And cover behaviors that will advance to life development Or the improvement of things within one's own life from one condition To another, better condition Compliance The Sanisit precepts are the consideration of four factors: food, housing, clothing. And medicine According to the purpose of actual use before consumption which this precepts can be accomplished with wisdom it is a virtue to help sustain life. Branchiate and the laity to have Cleanliness and peacefully

Keywords : Buddhist precepts, life development, happiness

บทนำ

การพัฒนาชีวิตให้มีความสุขตามที่มนุษย์ทุกคนต่างมุ่งแสวงหาความสุขสบายในชีวิตทั้งนั้น เนื่องจากมนุษย์โดยธรรมชาติต้องการกิน นอน สืบพันธุ์ ส่งผลให้มนุษย์มีความต้องการมากขึ้นในการใช้สอยปัจจัย ๔ ได้แก่ อาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม และ ยารักษาโรคที่เป็นเครื่องดำรงชีพของมนุษย์ ดังที่ปรากฏในพระไตรปิฎกว่า “ความรู้จักพอประมาณเป็นไปเพื่อความบริโภค คือรู้จักประมาณในการรับจีวร ปิณฑบาต เสนาสนะ และ คิลานปัจจัยเภสัชบริขาร” (Phra Dhammapitaka (P.A. Payutto).2544: 15) มีขั้นตอนการใช้สอยดังกล่าวไว้ในพระไตรปิฎกเรื่องศีลที่เกี่ยวกับปัจจัยสี่ คือ การพิจารณาใช้สอยปัจจัยเป็นไปตามประโยชน์ที่แท้จริงของสิ่งนั้น ไม่บริโภคด้วยตัณหา เช่น ไม่บริโภคด้วย ความอยากรับประทาน ไม่บริโภคด้วยความอยากใช้สอย วิธีการพิจารณาปัจเจกขณะ ทั้ง ๔ อย่างเรียกว่า ปัจจเวกขณสุทธิ (ขุ.ม. (ไทย) ๒๙/๒๐๖/๕๙๙-๖๐๑.) คือ การบริสุทธิ์ด้วยการพิจารณา ก่อนที่จะใช้สอย ปัจจัย ๔ หรือเรียกว่า ปัจจัยสันนิสิตศีล

ตามหลักคำสอนในพระพุทธศาสนาได้แสดงความจำเป็น และความรู้จักพอประมาณในการใช้สอยปัจจัย ๔ สำหรับฆราวาสว่าด้วยการแสวงหาทรัพย์ การรักษาทรัพย์ การรักษาสมบัติของตน การเก็บออมการลงทุน การแบ่งปันส่วนทรัพย์ เพื่อใช้จ่ายให้เหมาะสมโดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ทำตามความพอดีแห่งเหตุปัจจัยหรือองค์ประกอบที่ลงตัวให้เกิดผลดีงามแห่งเหตุปัจจัยหรือองค์ประกอบที่ลงตัวให้เกิดความดีงามที่มองเห็นด้วยปัญญา ความรู้จักพอประมาณในการใช้สอยปัจจัย ๔ จึงทำให้เกิดประโยชน์ เป็นไปเพื่อความเอื้อต่อการประพาสพรหมจรรย์ตามที่บัญญัติไว้ในพระวินัยปัจจัยสันนิสิตศีล ได้แก่ จีวร ปิณฑบาต เสนาสนะ และคิลานเภสัช ว่าเป็นสิ่งจำเป็นในการดำรงชีวิตที่สอดคล้องกับปัจจัย ๔ ทางโลก คือ เครื่องนุ่งห่ม อาหาร ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค

ด้วยเหตุที่ว่าด้วยปัจจัยสันนิสิตศีลเป็นการพิจารณาปัจจัย ๔ คืออาหารที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม และยารักษาโรค ให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของการใช้ที่แท้จริงก่อนที่จะบริโภค ซึ่งศีลข้อสำเร็จได้ด้วยปัญญาเป็นคุณธรรมที่จะช่วย ประคับประคองชีวิตของบรรพชิตและคฤหัสถ์ให้มีความหมดจดผ่องใสและร่มเย็นเป็นสุขได้ตลอดเวลา การปฏิบัติตามหลัก ปัจจัยสันนิสิตศีลสามารถนำมาปรับใช้เพื่อการพัฒนาชีวิตให้มีความสุขได้ ปัจจัย ๔ เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์ เมื่อมนุษย์เกิดมาต้องมีการบริโภคปัจจัย ๔ เพื่อหล่อเลี้ยงให้ชีวิตดำเนินไปได้ การบริโภคปัจจัย ๔ อย่างไร จึงจะเชื่อว่ามีคุณค่า บริโภคอย่างไรจึงจะเป็นประโยชน์แก่มนุษย์มากที่สุด โดยไม่ขัดต่อหลักศีลธรรม และหลักการดำเนินชีวิตที่มีความสุข หลักคำสอนในพระพุทธศาสนา นั้นสอนไม่ได้ยึดติด และความมั่งมีหรือความยากจนไม่ใช่เกณฑ์วัดความดีความชั่ว แต่วัดกันที่ความมีคุณธรรมจริยธรรม หลักการบริโภคปัจจัย ๔ ในทางพระพุทธศาสนาเป็นเรื่องการจัดระเบียบชีวิตบริหารจัดการ เศรษฐกิจได้ถูกต้องพอเพียงมีเหตุผล และเป็นการจัดการทรัพยากรที่มีอยู่ในสังคมอย่างเป็นธรรม เพื่อสนับสนุนส่งเสริมเกื้อหนุนการศึกษาเรียนรู้พัฒนาตนและสังคมเจริญพัฒนา ด้านร่างกายและจิตใจ ซึ่งในปัจจุบันการบริโภคของมนุษย์หรือกระแสบริโภคนิยม ไม่ได้เป็นไปเพื่อสนองความต้องการตามธรรมชาติของมนุษย์เท่านั้น แต่เป็นไปเพื่อสนองความอยากให้มนุษย์ได้บริโภคมากที่สุด จึงเกิดความแตกต่างในมาตรฐานการดำรงชีวิตระหว่างคนรวยกับคนจน ซึ่งจะต่างจากมนุษย์ในอดีตที่บริโภค เพื่อตอบสนองความต้องการตามธรรมชาติอย่างแท้จริงรู้สึก รับผิดชอบใช้สอยทรัพยากรธรรมชาติร่วมกัน

เพราะวัฒนธรรมการบริโภคของมนุษย์นั้น ผู้บริโภคไม่ได้บริโภคเพื่อความจำเป็นแก่การดำรงชีพ แต่เป็นการบริโภคเพื่อสนองความต้องการสะกดกลายหลงใหลภายใต้อำนาจของวัตถุนิยมแปรปรวนร่างกาย เพื่อสนองความอยากในทางบริโภคเชิงวัตถุนิยม ดังนั้น หลักปัจจัยสันนิสิตศีล คือการพิจารณาปัจจัย ๔ ที่มีความสำคัญที่จะต้องเรียนรู้ให้เข้าใจการใช้สอยปัจจัย ๔ ด้วยการรู้จักพอประมาณในการบริโภค การพิจารณาให้เห็นคุณค่าที่แท้จริงรู้หลัก การดำเนินชีวิตที่ถูกต้องเหมาะสม บทความวิชาการเรื่องนี้ ผู้เขียนมุ่งศึกษาการปฏิบัติตามหลักปัจจัยสันนิสิตศีล เพื่อการปรับใช้ปัจจัยสันนิสิตศีลในการพัฒนาชีวิตให้มีความสุข

ตามหลักคำสอนในพระพุทธศาสนาได้แสดงความจำเป็น และความรู้จักพอประมาณในการใช้สอยปัจจัย ๔ สำหรับฆราวาสว่าด้วยการแสวงหาทรัพย์ การรักษาทรัพย์ การรักษาสมบัติของตน การเก็บออมการลงทุน การแบ่งปันส่วนทรัพย์ เพื่อใช้จ่ายให้เหมาะสมโดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ทำตามความพอดีแห่งเหตุปัจจัยหรือองค์ประกอบที่ลงตัวให้เกิดผลดีงามแห่งเหตุปัจจัยหรือองค์ประกอบที่ลงตัวให้เกิดความดีงามที่มองเห็นด้วยปัญญา ความรู้จักพอประมาณในการใช้สอยปัจจัย ๔ จึงทำให้เกิดประโยชน์ เป็นไปเพื่อความเอื้อต่อการประพาสพรหมจรรย์ตามที่บัญญัติไว้ในพระวินัยปัจจัยสันนิสิตศีล ได้แก่ จีวร ปิณฑบาต เสนาสนะ และคิลานเภสัช ว่าเป็นสิ่งจำเป็นในการดำรงชีวิต ซึ่งสอดคล้องกับปัจจัย ๔ ทางโลก คือ เครื่องนุ่งห่ม อาหาร ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค

จึงพอสรุปได้ว่าหลักปัจจัยสันนิสติก คือการพิจารณาปัจจัย ๔ คือ อาหารที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม และยารักษาโรค ให้เป็นไปตามความต้องการใช้ที่แท้จริงก่อนที่จะบริโภค เพราะศีลข้อสำเร็จได้ด้วยปัญญาเป็นคุณธรรมที่จะช่วย ประคับประคองชีวิตของบรรพชิตและคฤหัสถ์ให้มีความหมดจดผ่องใสและร่มเย็นเป็นสุขตลอดเวลา การปฏิบัติตามหลัก ปัจจัยสันนิสติกสามารถนำมาปรับใช้เพื่อการพัฒนาชีวิตให้มีความสุขได้

การปฏิบัติตามหลัก ปัจจัยสันนิสติกของคฤหัสถ์

การปฏิบัติตามหลัก ปัจจัยสันนิสติกของคฤหัสถ์ปัจจัย ๔ เป็นสิ่งที่มนุษย์จำเป็นในการดำรงชีวิต โดยปัจจัยทั้งสี่อย่างนี้มนุษย์ ไม่สามารถขาดได้ เพราะเมื่อขาดแล้วอาจส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตได้ ดัง พุทธพจน์ที่ ตรัสว่า “สพเพ สตตา อาหารภูฏิติกา” สัตว์ทั้งปวงดำรงอยู่ได้ด้วยอาหาร (พระพรหมคุณาภรณ์,(ป.อ.ปยุตโต). ๒๕๕๙: ๗๙๑) ดังนั้น ปัจจัย ๔ ของนั้นประกอบไปด้วย อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัยและยารักษาโรค ที่มีความคล้ายคลึงกับปัจจัย ๔ ของบรรพชิตคือ จีวร บิณฑบาต เสนาสนะ และเภสัช เป็นต้น ในส่วนของคฤหัสถ์นั้นให้พิจารณา ดังนี้ ๑) เพื่อพิจารณาอาหาร ว่าสิ่งต่าง ๆ ที่มนุษย์นำมาเลี้ยงร่างกายประจำวัน ตั้งแต่เกิดจนตาย เช่น ข้าว น้ำ เนื้อสัตว์ ผักและผลไม้ต่าง ๆ เป็นต้น แล้วแต่ผู้ใดจะนำสิ่งใดมาเลี้ยงร่างกาย ตามฐานะความเป็นอยู่ของแต่ละบุคคล เพราะร่างกายของมนุษย์ จะขาดอาหารไม่ได้ ถ้าขาดอาหารก็ต้องตายในที่สุดอาหารจึงมีความสำคัญในชีวิตมนุษย์ ๒) เพื่อพิจารณาเครื่องนุ่งห่มว่า เสื้อผ้าสำหรับสวมใส่ เพื่อปกปิดร่างกายให้ดูสวยงาม เพราะร่างกายของมนุษย์ สกปรกและน่าเกลียด นอกจากนั้นเสื้อผายังช่วยป้องกัน การรบกวนของแมลงและสัตว์อื่นๆ ส่วนผ้าห่ม หมายถึงผ้าที่ใช้ห่มกันหนาว ในฤดูหนาว เพราะมนุษย์เกิดมาตัวเปล่า เมื่อเกิดมาแล้วจึงมีความจำเป็นต้องมีเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่ม ซึ่งเป็นสิ่งที่สำคัญสำหรับร่างกายภายนอกของมนุษย์ ๓) เพื่อพิจารณาที่อยู่อาศัย ว่าบ้านเรือนที่ใช้เป็นที่อยู่อาศัยพักผ่อนหลบร้อนหลบแดด หลบฝน และป้องกันอันตรายจากสัตว์น้อยใหญ่ที่จะมารบกวนหรือทำร้าย ในเวลากลางวันและ กลางคืนเพราะฉะนั้นที่อยู่อาศัยจึงเป็นสิ่งสำคัญ ในความเป็นของมนุษย์ ในขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ และ ๔. เพื่อพิจารณายารักษาโรค ว่า พิษที่เป็นสมันไพรต่างๆ ที่นำมาสกัดเป็นยารักษาโรค เพื่อนำมารักษาผู้ป่วยที่เจ็บไข้ หรือป่วยเป็น โรคต่างๆ ให้หายจากความทุกข์ทรมานในการป่วยของโรคนั้น ๆ เพราะฉะนั้นยารักษาโรคจึงเป็นสิ่งสำคัญในชีวิตมนุษย์ เพราะยารักษาโรคจะทำให้มนุษย์มีชีวิตอยู่รอดต่อไปได้อีก ถ้าไม่มียารักษาโรคมมนุษย์อาจตายก่อนอายุขัยด้วย โรคต่างๆ ฉะนั้นปัจจัย ๔ ที่สำคัญที่สุดสำหรับร่างกายของมนุษย์ ที่เรียกว่า “รูปธรรม” ปัจจัย ๔ ที่กล่าวมานี้ มนุษย์มีอยู่ด้วยกันทุกคนบางคนมีมากบางคนมีปานกลางบางคนมีน้อย ผู้ใดที่มีปัจจัย ๔ มากก็จะมีความเป็นอยู่อย่างมีความสุขสบายผู้ใดมีปัจจัย ๔ ปานกลางก็จะมีความสุขบ้างทุกข์บ้าง ส่วนผู้ใดมีปัจจัย ๔ น้อย ก็จะมีแต่ความทุกข์ จะมีมากหรือน้อย พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสสอนไม่ให้ลุ่มหลงมัวเมายึดมั่นถือมั่นในปัจจัย ทั้ง ๔ อย่าง นี้มีเพียงพอให้ร่างกายอยู่ได้ เพื่อทำความดีเท่านั้นถึงแม้ จะมีปัจจัย ๔ มากสักปานใดก็ตาม เมื่อตายไปแล้ว ก็ไม่สามารถนำติดตัวไปได้เลย มีเพียงความดีเท่านั้นที่สามารถติดตัวตามตนไปได้ทุกภพทุกชาติ ดังเช่น มหาเศรษฐีหรือยาจกกินข้าวแล้วก็อิ่ม ๑ มือเท่ากันมหาเศรษฐีหรือยาจกมีเสื้อผ้าก็ชุดก็ใส่ได้ทีละชุดเท่ากัน มหาเศรษฐีหรือยาจกมีบ้านหลังใหญ่ แคพื้นที่ที่ใช้ จริงๆ ก็เหมือนกัน คือห้องนอน ห้องน้ำ ห้องครัว มหาเศรษฐีหรือยาจกจะมียารักษาโรคดีแค่ไหน ย่อชีวิตไปได้นานเพียงไร “สุดท้ายก็ต้องตายเหมือนกัน” ดังนั้นสิ่งที่ติดตัวไปได้ก็มีแต่ความดีกับความชั่ว เท่านั้นมนุษย์นอกจากมีรูปธรรมแล้วยังมีนามธรรมที่มีอยู่ในร่างกายของเราอีก ที่เรียกว่า “จิตใจ” ก็มีปัจจัย ๔ เป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดของจิตใจ

สิ่งที่สำคัญที่สุดในจิตใจของมนุษย์มี มีปัจจัย ๔ อย่าง คือ (๑) อาหารของจิตใจ (๒) เครื่องนุ่งห่มของจิตใจ (๓) อาศัยของจิตใจ (๔) ยารักษาโรคของจิตใจ ดังนี้ ๑. อาหารของจิตใจ หมายถึงการฟังธรรม คือฟังคำสั่งสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้า เพราะคำสอนทุกบทสอนให้มนุษย์รู้ผิดถูกชั่วดีรู้บาปบุญคุณโทษ ผู้ที่ฟังธรรมก็จะได้ประโยชน์คือฟังแล้วรู้ เรื่องที่ยังไม่เคยรู้ ฟังแล้วเรื่องที่สงสัยก็หายสงสัย ฟังธรรมแล้วจิตใจเบิกบานผ่องใสฟังธรรมแล้วมีความเห็นถูกต้องตามคลองธรรมเป็นเหตุให้มีสติปัญญา คือมีความรู้มากขึ้นและ สามารถนำไปประพฤติปฏิบัติตามทำให้ ละชั่วประพฤติดี ชำระจิตใจให้สะอาดปราศจากกิเลสทั้ง ๓ อย่างคือ ความโลภ ความโกรธ ความหลง ทำให้เป็นคนดีงามทั้งกายใจ เพราะฉะนั้นการฟังธรรมจึงเป็นอาหารที่สำคัญที่สุดสำหรับจิตใจของมนุษย์ ดังนั้นควรฟังธรรม เสมอ ๆ จิตใจจะได้อิ่มเอิบปิติ ยินดีเปรียบเหมือนกับได้อาหารใจนั่นเองนี่คือ “การฟังธรรมเป็นอาหารของจิตใจ” ผู้ที่ขาดอาหารของจิตใจ คือผู้ที่ไม่ได้ฟังธรรม ก็จะขาดสติปัญญา ไม่รู้ผิดถูกชั่วดีไม่รู้ บาปบุญคุณโทษ โง่เขลาเบาปัญญา ทำแต่ความชั่วจิตก็ร้อนร่นกระวนกระวายมีแต่ ความทุกข์ ความเดือดร้อนหาความสุขไม่ได้ เพราะไม่ได้ฟังธรรม จิตใจจึงขาดอาหาร ทำให้ จิตเศร้าหมองไม่ผ่องใส

๒. เครื่องนุ่งห่มของจิตใจ หมายถึงทาน ศีล สมาธิ ปัญญา ทาน ผู้ใดให้ทานเสมอ ๆ เป็นสร้างคุณธรรมประจำใจให้มีเมตตาคือความรักมีกรุณา คือความสงสารผู้อื่นเป็น ความดี ที่ใดห่มห่อ จิตใจของผู้นั้นไวแล้ว

ศีล หมายถึงข้องดง การทำความชั่ว การนำศีลมารักษากาย วาจาให้สะอาด ปราศจากความชั่วใดจะนำศีลข้อใดมาปฏิบัติ ซึ่งมีอยู่มากมายผู้ใดปฏิบัติตามศีลข้อนั้น ๆ ได้กายวาจาจะสะอาดเมื่อกายวาจาสะอาด จิตใจก็มีความรู้สึกภาคภูมิใจใน

ตนเองว่ามีความดีเป็นเครื่องนุ่งห่มจิตใจ เปรียบเหมือนสวมใส่เสื้อผ้าที่สวยงาม (พระพรหมคุณาภรณ์, (ป.อ.ปยุตฺโต). ๒๕๔๙: ๔๑๙)

สมาธิ หมายถึง การฝึกจิตให้สงบไม่ฟุ้งซ่านรอนรนกระวนกระวาย จิตจะสงบเยือกเย็น เพราะมีสติคอยควบคุม เปรียบเหมือนกับสวมใส่เสื้อผ้า ที่สวยงามบางเบา และสบาย (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). ๒๕๔๕: ๑๒๕)

ปัญญา หมายถึงความรู้ทั่ว ปรัชญาหยั่งรู้เหตุผล ความรู้เข้าใจชัดเจน ความรู้เข้าใจ หยั่ง แยกได้ในเหตุผล ดีชั่วคุณโทษ ประโยชน์มิใช่ประโยชน์ ซึ่งเป็นความรอบรู้ทั้งทางโลกและทางธรรม ผู้ที่มีปัญญา คือผู้ที่มีคุณธรรมของสัตว์บุรุษ ๗ ประการคือ (๑) รูเหตุ (๒) รูผล (๓) รูตน (๔) รูประมาณ (๕) รูกาลเวลา (๖) รูชุมชน (๗) รูบุคคล รายละเอียดดังนี้ ๑) รูเหตุ ๒) รูผล หมายถึงความว่า รูว่าเหตุใดทำแล้ว ส่งผลให้เกิดทุกข์ เหตุใดทำแล้ว ส่งผลให้เกิดสุข ผู้มีสติปัญญาคือ จะเลือกทำแต่เหตุที่ส่งผลให้มีความสุขทั้งต่อตนเองและผู้อื่น รวมทั้งสังคมประเทศชาติบ้านเมือง ๓) รูตน หมายความว่า เป็นผู้รู้ จักตน คือรูว่าตนเองอยู่ในชาติตระกูลใดสภาพบรรดาศักดิ์สูงต่ำเพียงใดมีสมบัติบริวาร ความรู้และคุณธรรมอยู่ในระดับใดควรต้องปฏิบัติตนให้ เหมาะสมกับฐานะความเป็นอยู่มีความอ่อนน้อมถ่อมตนไม่ยกตนข่มท่าน เพื่อให้เกิดความเจริญรุ่งเรืองในหน้าที่การงาน และสร้างชื่อเสียงให้กับวงศ์ตระกูล ๔) รูประมาณ หมายความว่า ความเป็นผู้รู้จักประมาณ รู้จักความพอดีพอเหมาะ พอควร ไม่มากหรือน้อยเกินไปในทุกเรื่อง เช่น รู้จักประมาณในการบริโภคทรัพย์ (อภิ.วิ.อ. (ไทย) ๓๕/๕๑๘/๓๙๑.) ให้ควรกับฐานะความเป็นอยู่ของตน รู้จักประมาณในการใช้จ่ายเงินทอง รู้จักประมาณในการรับประทานอาหาร รู้จักประมาณในการแต่งกาย รู้จักประมาณในการพูด ดังเช่น ลูกนกแขก เฒ่ารู้ประมาณในการกินอาหาร (ขุ.ชา. (ไทย) ๒๗/๑๓/๑๒๒.) เป็นต้น ๕) รูกาล หมายความว่า รู้จักเวลาและสถานที่ว่าจะพูดจะทำอะไรในเวลา และสถานที่นั้น ๆ เพื่อไม่ให้เกิดความเสียหายกับตนเองและผู้อื่น (ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๘๘/๑๔๖.) ๖) รูชุมชน หมายความว่า ชุมชนใดที่มีความเป็นอยู่ที่ดี เราควรเข้าไปคบค้าสมาคม ด้วย เพื่อให้เกิด ความสามัคคี และเจริญรุ่งเรืองในชุมชนนั้น ชุมชนใดที่มีความเป็นอยู่ที่ไม่ดี ทำผิดกฎหมายผิดศีลธรรมผิดวินัย ก็ไม่ควรเข้าไปคบค้าสมาคมด้วย เพราะจะเกิดความเสียหายเสียทรัพย์สินเงินทองเสียชื่อเสียง สร้างความเสื่อมโทรมให้กับชุมชนหรือสังคมนั้น และ ๗) รูบุคคล หมายความว่า รู้จักเคารพนับถือคบค้าสมาคมกับคนที่เป็นคนดี มีศีล ธรรมประจำ กายวาจา ใจ เมื่อใดคบค้าสมาคมแล้วเกิดประโยชน์ทั้งต่อตนเอง และผู้อื่นรูว่าบุคคลใดไม่ควรเคารพนับถือคบค้าสมาคมด้วย เพราะเป็นคนชั่วคบแล้วก็จะเกิดโทษต่อ ตนเองและผู้อื่นนี่คือผู้มีปัญญามีความสุภาพเรียบร้อยอ่อนโยน มีทานศีล สมาธิ ปัญญา เป็นเครื่องนุ่งห่ม จิตใจ ผู้ใดพบเห็นก็จะดูสวยงาม ทั้งทางกายวาจาใจนี้คือความหมายของคำว่า “เครื่องนุ่งห่มของจิตใจ”

ดังนั้นผู้ที่มีคุณสมบัติทั้ง ๗ ประการนี้ เป็นผู้สมควรแก่การยกย่องนับถือ เป็นคนที่น่าคบหา สมาคมด้วย ผู้มีปัญญามีกายวาจา ใจ ที่สะอาดสุภาพเรียบร้อยอ่อนโยน มีทานศีล สมาธิ ปัญญาเป็นเครื่องนุ่งห่มจิตใจ ผู้ใดพบเห็นก็จะดูสวยงาม ทั้งทางกายวาจา ใจ นี้คือ “ทาน ศีล สมาธิ ปัญญา เป็นเครื่องนุ่งห่มจิตใจ”

๓. ที่อยู่อาศัยของจิตใจ หมายถึงผู้ ที่นับถือศาสนาใดศาสนาหนึ่ง สอนชาวพุทธกันบถถือศาสนาพุทธเป็นที่ยึดเหนี่ยวเป็นที่พึ่งที่อาศัยของจิตใจ เพราะพระพุทธศาสนามีองค์ สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นองค์ศาสดา เราจึงเคารพนับถือกราบไหว้บูชา และประพฤติปฏิบัติตาม พระธรรมคำสอนด้วยพระองค์ท่านมี ปัญญาธิคุณ พระบริสุทธิคุณ และพระมหากรุณาธิคุณ พระองค์ท่านทรงสอนให้มนุษย์ ละชั่วประพฤติดี และชำระจิตใจให้สะอาด ปราศจากกิเลสทั้ง ๓ อย่าง คือ ความโลภ ความโกรธ ความหลง เพื่อความพ้นทุกข์และยังมีคำสอนโดยละเอียดอีกมากมาย เมื่อนำมาปฏิบัติตามแล้วจะช่วยให้บรรเทาความทุกข์ลด เพราะฉะนั้น ผู้ที่นับถือพระพุทธศาสนา จึงมีความจำเป็นที่จะต้อง ศึกษาให้เข้าถึงหลักคำสอน ดังนั้นศาสนาก็ เป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งที่มนุษย์ต้องยึดถือ เป็นที่พึ่งที่อาศัยของจิตใจเปรียบเหมือนเราพักอาศัยอยู่ในบ้านที่ร่มเย็นเป็นสุข พ้นจากภัยอันตรายต่างๆ นี้คือ ความหมายของคำว่า “ศาสนาเป็นที่อยู่อาศัยของจิตใจ ”

๔. ยารักษาโรคของจิตใจ หมายถึง พระธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่สามารถช่วยมนุษย์ที่ป่วยเป็นโรคทางจิต คือโรคโลภ โรคโกรธ โรคหลง ซึ่งเป็นเรื่องเศร้าหมองของจิต เป็นเหตุของการเกิดทุกข์ เมื่อเกิดทุกข์ กับสิ่งใดหรือเรื่องใดให้นำคำสอนบทใดบทหนึ่งที่ช่วยแก้ไขปัญหาก็เกิดขึ้นกับจิตใจ เช่นเมื่อมีความโกรธเกิดขึ้นก็ให้นำคำสอนบทของการให้อภัยและบพเมตตา คือความรัก กรุณา คือความสงสาร มาพิจารณาเพื่อให้หายจากการเป็นโรคโกรธ เมื่อความโลภเกิดขึ้นในจิตใจ ทำให้มักใหญ่ใฝ่สูง อยากได้สิ่งต่างๆ มาเป็นของตน ก็ให้นำเอาคำสอนบท อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มาพิจารณาให้เห็นว่าสิ่งต่างๆ เหล่านั้นเพียงสมมุติเท่านั้น เมื่อตายไปแล้วไม่สามารถนำติดตัวตามตนไปได้เลย โรคของความโลภก็จะคลายหายไป เมื่อความหลงเกิดขึ้นในจิตใจจะทำให้มีความรักใคร่พอใจในสิ่งต่างๆ ก็จะยึดมั่นถือมั่นว่า เป็นของเราเกิด ความทุกข์อย่างหนัก ก็ให้นำคำสอนบท ที่ว่าทุกสิ่งทุกอย่างเกิดขึ้นตั้งอยู่แล้วดับไปไม่ให้ยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นของเราของเขากุอย่างเกิดขึ้น ตั้งอยู่แล้วดับไปในที่สุด แม้แต่ตัวของเราเองนี้เป็นเพียงตั้งอยู่อย่างคำสอนบางบทเท่านั้นให้นำคำสอนบทต่างๆ มาพิจารณา เมื่อท่านป่วยด้วยโรคโลก โรค โกรธ โรคหลง แล้วท่านก็จะหายจาก โรคต่างๆ เหล่านั้น ได้นี้คือความหมายของคำว่า “พระธรรม คำสอน เป็นยารักษาโรคของจิตใจ”

ดังนั้นปัจจัย ๔ ของจิตใจ คือ อาหารของจิตใจ เครื่องนุ่งห่มของ จิตใจ ที่อยู่อาศัยของจิตใจ ยารักษาโรคของจิตใจ ถ้าผู้ใดมีครบทั้ง ๔ อย่างนี้แล้วก็จะอยู่สบายอย่างนี้แล้วก็จะอยู่อย่างสบายใจไม่เดือดร้อน ไม่มีความวุ่นวายมีแต่ความสงบทางจิตใจ เพราะมีปัจจัยทั้ง ๔ เป็นเครื่องควบคุมคอยรักษาให้เกิดความสุขทางจิตใจ เพราะมีอาหารของจิตใจ เครื่องนุ่งห่มของจิตใจที่อยู่อาศัยของจิตใจ และยารักษาโรคของจิตใจ เป็นตัวช่วยซึ่งเป็นคุณค่าของชีวิตที่ดี

หลักการประยุกต์ในปัจจัยสันนิสศีลศีลเพื่อการพัฒนาชีวิตให้มีความสุข

หลักการประยุกต์ในปัจจัยสันนิสศีลศีลเพื่อการพัฒนาชีวิตให้มีความสุขในสังคมของมนุษย์การบริโภคคือสาระสำคัญของโครงสร้างทางวัฒนธรรมและคือ ศูนย์กลางของวัฒนธรรม ในวัฒนธรรมบริโภคนิยม การบริโภคนิยมนั้นทุกวันนี้จะเห็นได้ว่าประเทศไทยของเราบริโภคหรือยึดติดกับของต่างชาติมากหรือกระแสโลก ใช้จ่ายเงินจำเป็นโดยขาดการพิจารณาในการบริโภคใช้สอย ดังนั้น ควรที่จะนำปัจจัย ๔ ในทางพระพุทธศาสนานี้มาประยุกต์ภายในชีวิตตัวเองให้ดีขึ้น การมีปัจจัย ๔ พอแก่ความต้องการของชีวิต หรือแม้มีวัตถุพรั่งพร้อมบริบูรณ์ก็ตามมิใช่เป็นจุดหมายในตัวของมันเอง เพราะเป็นเพียงขั้นบันได เป็นเพียงวิธีการขั้นตอนหนึ่งสำหรับช่วยให้ก้าวต่อไปสู่จุดหมายที่สูงกว่า คือเป็นพื้นฐานสำหรับการพัฒนาปัญญา เพื่อการมีชีวิตที่ดีงาม และการประสพสุขที่ประณีตยิ่งขึ้นไปคนบางคนมีความต้องการวัตถุเพียงเท่าที่พอเป็น อยู่แล้ว ก็สามารถหันไปมุ่งเน้นด้านการพัฒนาคุณภาพจิตใจและปัญญา แต่บางคนยังไม่พร้อมชีวิตของเขาที่ยึดติดต่อวัตถุ มากกว่า เมื่อการเป็นอยู่ของเขาไม่เป็นเหตุเป็นผลผู้อื่นก็ยังเป็นที่ยอมรับได้ นอกจากนั้นบางคนมีความโน้มเอียงความถนัดและความสามารถในการช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นได้ดี การมีทรัพย์มากมายของเขาก็เป็นไปเพื่อประโยชน์แก่เพื่อนมนุษย์ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). ๒๕๔๙: ๗๗๙)

การรู้จักพอประมาณในปัจจัย ๔ ดังนี้ ปัจจัยที่ ๑ อาหารการกิน เช่น อาหารเป็นเรื่องสำคัญ คนเราจะอยู่ได้ต้องอาศัยอาหาร แต่การกินก็ต้องรู้จักประมาณในการบริโภค (อภ.วิ.อ. (ไทย) ๓๕/๕๑๘/๓๙๑) และต้องคำนึงถึงคุณค่า ความเป็นจริง เราบริโภค อาหารเพื่ออะไร ดังนั้นพระพุทธเจ้าจึงกำหนดให้พิจารณาก่อนฉัน ทุกครั้งซึ่งเป็น คุณค่าที่แท้จริง ไม่ใช่คุณค่าเทียม ปัจจัยที่ ๒ เครื่องนุ่งห่ม เช่น เสื้อผ้า หรือผ้าห่ม ถือว่าเป็นสิ่งจำเป็นต่อร่างกายมนุษย์มิใช่เพื่อปกปิดอวัยวะคือร่างกายต่างๆ ให้พิจารณาว่าเครื่องนุ่งห่มมีไว้ทำอะไร ดังนั้นพระพุทธเจ้าจึงทรงกำหนดพิจารณาโดยอุบายอันแยบคายแล้วจึงใช้จีวร (วิม. (ไทย) ๒/บทนำ/๘.) เพื่อบำบัดความหนาว เพื่อบำบัดความร้อน เพื่อบำบัดสัมผัสแห่งเหลือบ ยุง ลม แดดและสัตว์ เลื้อยคลาน ซึ่งให้รู้จักพอประมาณในเครื่องนุ่งห่ม ปัจจัยที่ ๓ ที่อยู่อาศัย เช่น บ้าน ถือว่าเป็นสิ่งจำเป็นต่อมนุษย์มาก ให้พิจารณาว่าที่อยู่อาศัยมีไว้ทำไม ดังนั้นพระพุทธเจ้าจึงทรงกำหนดให้พิจารณาที่นั้ง ที่นอน พิจารณาโดย อุบายอันแยบคาย แล้วจึงเสพอใช้สอยเสนาสนะ (วิ.จุ. (ไทย) ๗/๒๙๔/๙๐.) เพื่อบำบัดความหนาว เพื่อบำบัดความร้อน ซึ่งให้รู้จักพอประมาณในที่อยู่อาศัย และ ปัจจัยที่ ๔ การรักษาสุขภาพ เช่น ถ้าเจ็บป่วยไขไม่สบายขึ้นมา ก็ต้องคิดว่ากินยาอะไรถึงจะหาย หรือไปหาหมอรักษาที่ไหนดีในทางพระพุทธศาสนาถือเป็นเรื่องของเภสัช พระพุทธองค์ก็ทรงกำหนดไว้คือ พิจารณาโดยอุบายอันแยบคายแล้วจึงใช้ คิลานปัจจัยเภสัชบริขาร (วิ.ม. (ไทย) ๕/บทนำ/๒๒.) เพื่อบำบัดทุกขเวทนา อันเกิดเพราะธาตุกำเริบซึ่งให้รู้จักพอประมาณในในยารักษาโรค

คุณค่าจากการใช้สอยปัจจัย ๔ ทำให้ดำเนินชีวิตมีความสุข ไม่เป็นหนี้สิน เพราะรู้จักบริโภคด้วยความพอดีตามมีตามได้ ทำให้ตนเองและผู้อื่นไม่เดือดร้อน ทำให้สามารถพบความสุขที่เกิดจากการใช้สอยปัจจัย ๔ อย่างแท้จริง หลุดจากการยึดติดที่เป็นเหตุนำความทุกข์ความเดือดร้อน หลักปัจจัยสันนิสศีลศีลจะเน้นใช้ปัญญาพิจารณาเหตุผลก่อนใช้สอยปัจจัย ๔ จึงจะได้ชื่อว่าเป็นการบริโภคที่ดีเพื่อคุณภาพของชีวิต

การพิจารณาคุณค่าก่อนการใช้สอยปัจจัย ๔

การพิจารณาปัจจัย ๔ ที่เราจะใช้อุปโภคบริโภคในชีวิตประจำวัน โดยแยกแยะประโยชน์ทางตรงและความจำเป็น ในสมัยปัจจัยบัน สังคมนิยมวัตถุแข่งขันกันจนลืมนึกไปว่า “ธรรมชาติของสรรพสิ่งมีเกิดและดับเป็นของธรรมดา” สิ่งที่มีชีวิตมีลักษณะที่เหมือนกัน คือ การเกิด เจริญเติบโต การขยายพันธุ์แล้วก็ตายมนุษย์ เองคิดว่าตัวเองฉลาดกว่าสิ่งมีชีวิตทั้งปวง โดยคิดที่จะใช้ทรัพยากรจากธรรมชาติมาเพื่อสนองความต้องการของมนุษย์ให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ โดยลืมนึกว่าแท้จริงแล้ว มนุษย์เกิดมาก็มีการดำรงชีพตามความต้องการที่แท้ จริงไม่ต่างจากสิ่งมีชีวิตทั้งหลาย ความสุขที่แท้ของเราอยู่ที่ไหน คนเราทุกวันนี้ไม่ค่อย สนใจหรือไม่เข้าใจในเรื่องศาสนาเท่าที่ควรควรอันเนื่องมาจากเนื่องมาจากปัญหาทางด้านเศรษฐกิจหรือสนใจความเจริญทางด้านวัตถุ ความมัวแต่แข่งขันกันว่าใครจะร่ำรวยกว่ากัน หาหนทางที่จะทำให้ทุกคนยกย่องว่ามีชื่อเสียงทางด้านความร่ำรวย มีการโฆษณาหรือจัดอันดับความร่ำรวยทางเงินตรา ว่าใครจะมีรายได้มากกว่ากัน จัดอันดับความเป็นเศรษฐีของโลก ทำให้หลงลืมไปว่าวัตถุหรือเงินตราเป็นเรื่องที่มนุษย์ สมมุติให้เป็นสิ่งที่มีค่าที่ใช้แลกเปลี่ยนความต้องการทางด้านร่างกายเท่านั้น หาใช้สิ่งที่สร้างความสงบสุขหรือสันติของ มนุษย์โลกอย่างแท้จริง จงมองข้ามความต้องการทางด้านจิตใจอันแท้จริงของตัวเองไปเป็นเหตุให้มนุษย์โลกทั้งหลาย

ไม่เห็นความสำคัญของ “ศาสนา” ไรก็ตามการดำเนินชีวิตไปสู่นิพพานของปุถุชนทั้งหลายคงเป็นเรื่องยาก หลักธรรมทางศาสนาก็มีคำสอนสำหรับฆราวาสหรือผู้ครองเรือน (พระเมธีวราภรณ์, ๒๕๕๓: ๑๗๗-๑๗๘.) โดยทั่วไปเพื่อให้มองเห็นวิธีการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขไม่ฟุ้งเฟ้อ หรือตระหนี่จนเกินไป ซึ่งมีธรรมหลายข้อที่เราสามารถเลือกนำมาใช้เป็นหลักในการคิดและเลือกใช้ ทรัพยากรในการอุปโภคบริโภคให้เกิดประโยชน์อย่างแท้จริงได้ด้วยการพิจารณาคุณค่าก่อนการใช้จ่าย ๔ โดยมีหลักการดังนี้ ๑) หลักการ คือ ให้พิจารณาก่อนการใช้จ่ายวัตถุสิ่งของปัจจัย ๔ ที่เกี่ยวข้องเป็น ๒ ลักษณะ คือ คิดถึงประโยชน์ทางตรง และความจำเป็น และ ๒) วิธีการ คือ ให้คิดถึงคุณค่าของวัตถุที่จะใช้จ่ายว่าเกิดประโยชน์มากน้อยเพียงใดสำหรับความจำเป็นในการบริโภค ใช้จ่าย การกินการซื้อสิ่งของมาบริโภคนั้น ๆ และไม่ยึดติดกับสิ่งที่แสดงให้เห็นเพียงภายนอกกว่าราคาแพง แต่ควรที่จะเลือกเอาสิ่งของที่มีราคาถูกกว่า และใช้งานไดเหมื่อน ๆ กัน เช่น การเลือกซื้อนาฬิกาข้อมือสักหนึ่งเรือน การพิจารณาถึงประโยชน์ของนาฬิกา คือ อยู่ที่ความเที่ยงตรงแม่นยำในการบอกเวลา สารของนาฬิกาไม่ได้ อยู่ที่ราคาแพงหรือไม่ มาจากประเทศใด แต่ผู้บริโภคมักนิยมสินค้าราคาแพง ๆ เพื่อจะดูเหมาะสม และความพอใจของกิเลสตัณหาของตน อันที่จริงราคาถูกแพงก็ดูเวลาเหมือนกัน ไม่ต่างกันเลยเรื่องเวลาถึงจะเดินเร็ว หรือช้าก็เพียงเล็กน้อย ฉะนั้นการคิดโดยวิธีนี้การจะซื้อนาฬิกาหนึ่งเรือนจึงขึ้นอยู่กับคุณค่าของมันไม่ใช่ราคาซื้อ (พระมหาสมชาย สิริจินโท.๒๕๔๗: บทคัดย่อ) เรื่องการรับประทานอาหารก็เหมือนกัน เช่น การเลือกรับประทานอาหารหนึ่งมื้ออาหารเป็นหนึ่งในปัจจัย ๔ ในการดำรงชีพ เราเตือนเตือนตนเองเสมอว่าเราจะรับประทานอาหารเพื่ออะไร เพื่อดับทุกข์ เพื่อสมุทัย เพื่ออวดความมั่งมีเงินทอง เพื่อสนองตัณหา ฯลฯ แท้จริงแล้วกร รบริโภคอาหารหนึ่งในปัจจัย ๔ ก็เพื่อดับความหิวหรือความต้องการทาง ด้านร่างกายเพื่อนำไปทำให้ร่างกายเจริญเติบโต หรือซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอ บางคนจะรับประทานอาหารสักมื้อต้องร้านอาหารที่มีชื่อเสียงร้าน อาหารต้องหมีระดับแบบสังคมชั้นสูงมีป้ายโฆษณาที่การ์ตูนตัวน่ารัก อร่อยจากนักชิมที่มีชื่อเสียง มีคนไปรับประทานมากมายแทนที่จะพิจารณาว่าอาหารที่จะรับประทานมีคุณค่า ทางโภชนาการหรือไม่เราได้รับการยกย่องว่า เป็นบุคคลที่มีการศึกษาได้ร่ำเรียนมา เราต้องใช้ ปัญญาพิจารณาอาหารตามความรู้ที่เราได้เรียนมาว่าอาหารที่เราเลือกรับประทานมีธาตุหรือสารอาหารครบ และมีปริมาณเพียงพอต่อความต้องการของร่างกายหรือไม่ โดยพิจารณาว่าอาหารให้ประโยชน์เพื่อประทั้งความหิว เพื่อยังให้ร่างกายให้เป็นไปไม่ให้ความหิวนั้นเกิดขึ้น

ดังนั้นการใช้จ่ายปัจจัย ๔ ตามหลักปัจจัยสันนิสศีลจึงมีความจำเป็นในการดำเนินชีวิตประจำวัน โดยการพิจารณาถึงประโยชน์เป็นหลักและความจำเป็นในสิ่งนั้น เพื่อเป็นหลักการไม่ยึดติดกับวัตถุนิยม และจะเป็นสร้างความสุขในชีวิตสำหรับคฤหัสถ์

สรุปผลการศึกษา

หลักคำสอนพื้นฐานในพระพุทธศาสนา เชื่อว่ามนุษย์สามารถพัฒนาตนได้ และครอบคลุมพฤติกรรมที่จะก้าวไปสู่การพัฒนาชีวิต หรือการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ ภายในชีวิตของตนเองจากสภาพหนึ่ง ไปสู่อีกสภาพหนึ่งที่ดีกว่าเดิม การปฏิบัติตาม หลักปัจจัยสันนิสศีล คือ การพิจารณาปัจจัย ๔ อันได้แก่ อาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม และยารักษาโรค ให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของการใช้ที่แท้จริงก่อนที่จะบริโภค ซึ่งศีลข้อนี้สำเร็จได้ด้วยปัญญา เป็นคุณธรรมที่จะช่วยประคับประคองชีวิตของบรรพชิตและคฤหัสถ์ให้มี ความหมดจดผ่องใส และร่มเย็นเป็นสุขได้ตลอดเวลา ในการปฏิบัติตามหลักปัจจัยสันนิสศีลของคฤหัสถ์ คือ ให้พิจารณาอาหาร ว่าสิ่งต่างๆ ที่มนุษย์นำมาเลี้ยงกายประจำวันตั้งแต่เกิดจนตาย ให้พิจารณาเครื่องนุ่งห่มว่า เสื้อผ้าสำหรับสวมใส่ เพื่อปกปิดร่างกายให้ พิจารณาที่อยู่ อาศัย ว่าบ้าน เรือนที่ใช้เป็นที่อยู่อาศัยพักผ่อนหลับนอนเพื่อหลบแดดหลบฝน ให้พิจารณายารักษาโรคว่า พืชที่เป็นสมุนไพรต่างๆ ที่นำมาสกัดเป็นยารักษาโรค เพื่อนำมารักษามนุษย์ ที่เจ็บไข้ หรือป่วยเป็นโรคต่างๆ การปรับใช้ ปัจจัยสันนิสศีล ในการพัฒนาชีวิตให้มีความสุขคือปัจจัย ๔ ที่ใช้บริโภคในปัจจุบันนั้นเป็นเพียงเครื่องยังชีพให้อยู่รอดโดยพระพุทธศาสนา มององการบริโภค มิใช่เป็นจุดหมายในตัวของมันเองเพราะเป็นเพียงขั้นศีล เป็นเพียงวิธีการขั้น ตอนหนึ่งสำหรับช่วยก้าวต่อไปสู่จุดหมายที่สูงกว่า คือเป็นพื้นฐานสำหรับการพัฒนาปัญญา เพื่อความมีชีวิตที่ดีและการประสพสุขที่ประณีตยิ่งขึ้นไป

ดังนั้นศีลที่เป็นไปในการอบรมปัญญาได้แก่อินทรีย์สังวรศีล คือการอบรมปัญญาที่เป็นการสำรวมทางตา หู ฆูมกลิ่น กาย และใจ นั่นก็คือการเจริญสติปัฏฐาน 4 ระลึกลักษณะของสภาพธรรมที่มีจริงในขณะนี้ ทางตา หู ฆูม กลิ่น กายและใจ ดังนั้นจึงอบรมปัญญาและศีลประการต่างๆ ก็ย่อมทำให้ถึงความสิ้นทุกข์ได้ สำหรับคฤหัสถ์ก็สามารถอบรมปัญญาที่เป็นอินทรีย์สังวรศีลได้คือการระลึกลักษณะของสภาพธรรมที่มีจริงที่เป็นสติปัฏฐานได้แต่ต้องเริ่มจากการฟังพระธรรมให้เข้าใจก่อนหลักคำสอนพื้นฐานในพระพุทธศาสนาเชื่อว่า มนุษย์เราเป็นผู้ที่สามารถพัฒนาตนได้และครอบคลุมพฤติกรรม หรือการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงสิ่งต่างๆ ภายในชีวิตของตนเองให้ดีกว่าเดิมได้เช่น การนำหลักจุดปาริสุทธิตีล 4 ที่เป็นข้อบัญญัติของพระสงฆ์มาปรับใช้ได้กับคนสามัญทั่วไปได้คือ 1) การประยุกต์หลักปาฏิโมกขสังวร ศีล ประยุกต์ตามการสร้างวินัยในสังคมและการสร้างวินัยในตนเอง 2) การประยุกต์หลักอินทรีย์สังวรศีลประยุกต์ตามการใช้อินทรีย์ในสังคม การฝึกสติอบรมอินทรีย์ 3) การประยุกต์หลักอาชีวิปาริสุทธิตีล ประยุกต์มุ่งให้

คนมีปัจจัย 4 ความสมบูรณ์ด้วย ทรัพย์ สัมมาชีพ สัมมาอาชีวะโดยทางธรรมสัมมาอาชีวะในแง่การพัฒนาจิตใจและปัญญา สัมมาอาชีวะในความหมายฝ่ายคุณุหัตถ์ และ อาชีพที่ขัดต่อการพัฒนาด้านสัมมาอาชีวะ สำหรับคุณุหัตถ์ 4) การประยุกต์หลักปัจจัย สันนิสสิต ศีล ประยุกต์ตามการอาศัยปัจจัย 4 และวิธีคิด แบบคุณค่าแท้คุณค่าเทียม ถ้าจะพัฒนาชีวิตให้เป็นสุข และ น อ ก จ า ก วิ น ย แ ล้ ว ยั ง จ า เ ป้ น จ ะ ต้ อ ง นำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้ในพัฒนาชีวิตในปัจจุบัน ซึ่งมีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งต่อ การใช้ชีวิตประจำวันเพื่อจะได้พัฒนาตนเองให้สามารถปฏิบัติหน้าที่กิจกรรมได้อย่างปกติสุข และยังได้ชื่อว่าเป็นผู้ปฏิบัติเพื่อความ เป็นผู้อยู่ไกลันพพานยิ่งขึ้น นับเป็นการปฏิบัติที่ไม่เสื่อมถอย ทำตนให้ตั้งอยู่ในศีลเป็นเบื้องต้นก่อน รู้จักวิธีคุ้มครองรักษาอินทรีย์ และรู้จักเพิ่มพูนสั่งสมบ้ำเพ็ญความเพียร

บรรณานุกรม

Phra Dhammapitaka (P.A. Payutto), A Constitution for living, Bangkok : Rigligous Affairs Press, 2544),p15.

พระเมธีวราภรณ์. ๒๕๕๓. เบญจศีลเบญจธรรมอุดมชีวิตของมนุษย์, กรุงเทพมหานคร :สำนักพิมพ์ต้นบุญ.

พระธรรมปฎัก (ป.อ.ปยุตโต). ๒๕๔๕. พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, ครั้งที่ ๑๐, กรุงเทพมหานคร : สื่อตะวัน

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). ๒๕๔๙. พุทธธรรม, ครั้งที่ ๑๑, กรุงเทพมหานคร : สหธรรมิก.

พระมหาสมชาย สิริจินโท. ๒๕๔๗. “พุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางของพระพุทธ

คุณ (สมาน สุนทรโธ)”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

ช.ม. (ไทย) ๒๙/๒๐๖/๕๙๙-๖๐๑.

ช.ชา. (ไทย) ๒๗/๑๓/๑๒๒.

ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๘๘/๑๔๖.

วิ.จุ. (ไทย) ๗/๒๙๔/๙๐.

วิ.ม. (ไทย) ๕/บทนำ/๒๒.

วิ.มหา. (ไทย) ๒/บทนำ/๘.

อภ.วิ.อ. (ไทย) ๓๕/๕๑๘/๓๙๑.

อภ.วิ.อ. (ไทย) ๓๕/๕๑๘/๓๙๑.