



## รายงานการวิจัย

เรื่อง

การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดและการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตรที่ปรากฏใน  
สุภาษิตพระร่วง

An analytical Study the Concept of Self-Development According to  
MongkhalaSuttra in Proverbs of Phraruang

โดย

ดร.สุนทร สุขทรัพย์ทวีผล  
พระครูพิพิธจารุธรรม, ดร.  
นายภูวเดช สิ้นทับศาล

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์พุทธชินราช

พ.ศ. ๒๕๖๐

ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

MCU RS 610760314



## รายงานการวิจัย

เรื่อง

การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดและการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตรที่ปรากฏในสุภาษิตพระ  
ร่วง

An analytical Study the Concept of Self-Development According to  
MongkhalaSuttra in Proverbs of Phraruang

โดย

ดร.สุนทร สุขทรัพย์ทวีผล  
พระครูพิพิธจารุธรรม, ดร.  
นายภูวเดช สิ้นทับศาล

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์พุทธชินราช

พ.ศ. ๒๕๖๐

ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

MCU RS 610760314

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



## Research Report

An analytical Study the Concept of Self-Development According to  
MongkhalaSuttra in Proverbs of Phraruang

By

Dr. Sunthorn Sukhsaptaweephol

Dr. PhraKruPipiphjarudham

Mr. Poovadech Sintabsan

Mahachulalongkornrajavidyalaya University,

Buddhachinaraj Buddhist College

B.E.2560

Research Project Funded by Mahachulalongkornrajavidyalaya University

MCU RS 610760314

(Copyright Mahachulalongkornrajavidyalaya University)

ชื่อรายงานการวิจัย:	การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดและการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตรที่ปรากฏในสุภาสิตพระร่วง
ผู้วิจัย:	ดร.สุนทร สุขทรัพย์ทวีผล, พระครูพิพิธจารุธรรม, ดร., นายภูวเดช สิ้นทับศาล
ส่วนงาน:	วิทยาลัยสงฆ์พุทธชินราช มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ปีงบประมาณ:	๒๕๖๐
ทุนอุดหนุนการวิจัย:	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

### บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่องนี้ มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ ๑) เพื่อศึกษาแนวคิดและหลักปฏิบัติในการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตร ๒) เพื่อศึกษาแนวคิดการพัฒนาตนเองตามหลักคำสอนในสุภาสิตพระร่วง และ ๓) เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์หลักปฏิบัติการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตรกับหลักคำสอนที่ปรากฏในสุภาสิตพระร่วง การวิจัยนี้เป็นการวิจัยในเชิงเอกสารโดยการวิเคราะห์พระไตรปิฎกและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ผลการศึกษาพบว่า

มงคลสูตรเป็นพระสูตรสำคัญพระสูตรหนึ่งของพระพุทธศาสนา องค์ธรรมในมงคลสูตรมีทั้งหมด ๓๘ ประการ มีการไม่คบคนพาลเป็นต้น และภาวะจิตเกษมเป็นปริโยสาน มงคลสูตรเป็นหลักของการพัฒนาตนเองตามลำดับตั้งแต่ขั้นพื้นฐานคือการมีชีวิตที่สมบูรณ์ในความเป็นมนุษย์จนถึงขั้นสูงสุดคืออมตธรรมในพระพุทธศาสนา ได้แก่ พระนิพพาน เมื่อนำหลักธรรมในมงคลสูตรมาวิเคราะห์ให้สอดคล้องกับหลักการพัฒนาตนเอง พบว่าหลักธรรมในมงคลสูตรนั้นสามารถจำแนกตามลักษณะของการพัฒนาตนเองออกเป็น ๓ ประเภท คือ ๑) การพัฒนาตนเองขั้นพื้นฐาน ประกอบด้วยมงคล ๑๘ ประการ ๒) การพัฒนาตนเองขั้นกลาง ประกอบด้วยมงคล ๑๒ ประการ และ ๓) การพัฒนาตนเองขั้นสูง ประกอบด้วยมงคล ๘ ประการ

สุภาสิตพระร่วงจัดอยู่ในประเภทวรรณคดีคำสอน (Didactic literature) เกิดจากการเก็บสะสมรวบรวมถ้อยคำสั่งสอนที่มีคุณค่า มีคุณค่าทั้งด้านสติปัญญา ด้านวรรณศิลป์ ด้านคุณธรรมจริยธรรมและคุณค่าทางด้านสังคม สุภาสิตพระร่วงสามารถจำแนกตามลักษณะของการพัฒนาตนเองออกเป็น ๖ กลุ่ม ได้แก่ ๑) การพัฒนาตนเองด้านการมีสัมพันธไมตรี ๒) การพัฒนาตนเองด้านการใช้ชีวิต ๓) การพัฒนาตนเองด้านการประกอบกิจการ ๔) การพัฒนาตนเองด้านพฤติกรรม ๕) การพัฒนาตนเองด้านองค์ความรู้ และ ๖) การพัฒนาตนเองด้านจิตใจ

ส่วนความสัมพันธ์ระหว่างหลักปฏิบัติการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตรกับหลักคำสอนที่ปรากฏในสุภาสิตพระร่วง จากการศึกษาวิเคราะห์พบว่า มงคลสูตรกับหลักคำสอนในสุภาสิตพระร่วง

ในลักษณะที่สอดคล้องกัน คือ มงคลสูตรกับสุภาสิตพระร่วงเป็นแต่คำสอนที่มีหลักการเพื่อเป็นแนวทางของการประพฤติปฏิบัติตนให้เป็นคนดี ประสบความสำเร็จในชีวิต ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข สามารถประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งทางด้านระบอบความคิด การดำรงชีวิต การปฏิสัมพันธ์กับบุคคลในสังคม รวมถึงการพัฒนาตนเองทางด้านจิตใจ คำสอนในสุภาสิตพระร่วง จำนวน ๑๒๙ บทมีความสัมพันธ์กับหลักมงคลสูตร ๓๘ แต่มี ๑๖ บทที่ไม่มีความสอดคล้องกับหลักมงคลสูตรเพราะเนื้อหาเป็นความเชื่อท้องถิ่น แต่ก็มีความขัดแย้งกับหลักมงคลสูตร

ในส่วนที่แตกต่างกันนั้น คือ เป้าหมายและวิธีการนำเสนอ เป้าหมายของมงคลสูตรนั้นเป็นไปเพื่อชีวิตอันเป็นอุดมสุข คือ พระนิพพาน จึงเป็นการพัฒนาชีวิตเพื่อความหลุดพ้นอย่างแท้จริง แต่สุภาสิตพระร่วงนั้นมีคำสอนที่มุ่งต่อการดำเนินชีวิตในสังคมอย่างสงบสุข แม้จะมีคำสอนที่เกี่ยวกับการพัฒนาทางด้านจิตใจ อิงแอบกับคำสอนทางพระพุทธศาสนา แต่ก็ยังไม่มีเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน สำหรับวิธีการนำเสนอที่พบว่ามีมงคลสูตรมีความเชื่อมโยงกันเป็นลำดับ จาก ๑ ไปสู่ ๒ จาก ๒ ไปสู่ ๓ แต่ก็สามารถนำมาปฏิบัติได้เป็นเฉพาะข้อๆ ได้ด้วย ส่วนในสุภาสิตพระร่วงนั้นไม่ได้เรียงลำดับความสำคัญก่อนหลัง ทำให้เนื้อหากระโดดไปมา ไม่ต่อเนื่องกัน

## Abstract

There are 3 objectives of the research: 1) to study the concept and practice of self-development according to the principle of Mangala Sutta, 2) to study the concept of self-development according to the doctrine in Proverbs of Phraruang, and 3) to analyze the relationship between the principles of life development according to Mangala Sutta and the doctrines in Proverbs of Phraruang. This research is a documentary study by analyzing the related scriptures and literature. The study indicated that:-

Mangala Sutta is one of the major suttas of Buddhism. There are 38 blessings in Mangala Sutta from “not to associate with fool; to dissociate from the wicked” etc. to finally “to have the mind which is secure”. Mangala Sutta is the principle of self-development respectively from the basic to complete life in human beings to the highest Dharma in Buddhism – Nirvana. When analyzing the principles in Mangala Sutta to the principles of self-development, it was found that the principle in the Mangala Sutta can be classified by the nature of self-development into three categories: 1) basic self-development consists of 18 blessings, 2) intermediate self-development consists of 12 blessings, and 3) advanced self-development consists of 8 blessings.

Proverbs of Phraruang is classified as Didactic literature. It is a collection of valuable words in intellect, moral, literature, ethics and social values. Proverbs of Phraruang can be classified according to the characteristics of self-development into 6 groups: 1) self-development in relationship, 2) self-development in life, 3) self-development in business, 4) self-development in behavior, 5) self-development in knowledge and 6) mental development.

In term of relationship between the practice of life in accordance with Mangala Sutta and the doctrine in the Proverbs of Phraruang, the study revealed that the consistent manners between Mangala Sutta and the doctrine in Proverbs of

Phraruang are the guiding principle of being good, succeeding in life, living happily in society which can be applied as a guide to the development of life effectively in aspect of thinking, living, interacting with people in society, and including mental self-development. The 129 verses in Proverbs of Phraruang are related to the Mangala Sutta 38, but there are 16 verses not correspondence with the Mangala Sutta because the contents are local belief.

The differences are the goal and the presentation method. The goal of Mangala Sutta is to live a prosperous life – Nirvana which is the development of life for real freedom, while Proverbs of Phraruang has the doctrine that aims to live a peaceful society even in the teachings on mental development. Although Proverbs of Phraruang is based on Buddhism, it has no ultimate goal – Nirvana. For how to present, it was found that Mangala Sutta is connected from 1 to 2 from 2 to 3, still it can be treated as a specific item; on the other hand, Proverbs of Phraruang is not prioritized, so it makes the content jump back and forth inconsistently.

## กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยเรื่องนี้ การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดและการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตรที่ปรากฏในสุภาสิตพระร่วง เป็นงานวิจัยวิเคราะห์เอกสาร ได้รับทุนสนับสนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ประจำปี งบประมาณ ๒๕๖๐ มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์หลักปฏิบัติการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตรกับหลักคำสอนที่ปรากฏในสุภาสิตพระร่วง

ในการ งานวิจัยเรื่องนี้สำเร็จลงด้วยดี เพราะได้รับความเมตตาอนุเคราะห์จาก ผู้อำนวยการและกรรมการสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ที่ได้เห็นความสำคัญของการวิจัย การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดและการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตรที่ปรากฏในสุภาสิตพระร่วง และได้อนุมัติ งบประมาณเพื่อให้การสนับสนุนการวิจัยในครั้งนี้

ขอขอบพระคุณ พระสุธีรัตนบัณฑิต ที่ให้กำลังใจและช่วยเหลือทุกอย่างมาอย่างดียิ่ง ขอขอบคุณกัลยาณมิตรทุกท่านที่เป็นกำลังใจ คอยแนะนำช่วยเหลือ ให้คำปรึกษาและร่วมกิจกรรมการเรียนรู้มาอย่างอบอุ่น

ขอกราบขอบพระคุณบูรพาจารย์ ตลอดจนครูบาอาจารย์ทุกท่านที่ประสิทธิ์ประสาทความรู้ให้มาโดยตลอด กับทั้งท่านผู้เป็นเจ้าของตำราทุกเล่ม ที่ทำให้ผู้วิจัยได้มีโอกาสศึกษาค้นคว้าและเขียนงานวิจัยเล่มนี้สำเร็จ

คุณงามความดีอันจะพึงเกิดพึงมีของงานวิจัยเล่มนี้ ขอน้อมบูชาคุณพระรัตนตรัยและผู้มีพระคุณทุกท่าน

ดร.สุนทร สุขทรัพย์ทวีผลและคณะ

๑๒ มิถุนายน ๒๕๖๐



# สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ค
กิตติกรรมประกาศ.....	จ
สารบัญ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ณ
สารบัญแผนภูมิ.....	ญ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ.....	ฎ
<b>บทที่ ๑ บทนำ.....</b>	<b>๑</b>
๑.๑ ความสำคัญและที่มาของปัญหาที่ทำการวิจัย.....	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย.....	๓
๑.๓ ขอบเขตของโครงการวิจัย.....	๓
๑.๔ คำนิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย.....	๓
๑.๕ การทบทวนวรรณกรรม/สารสนเทศ (Information) ที่เกี่ยวข้อง.....	๓
๑.๖ วิธีดำเนินการวิจัยและสถานที่ทำการทดลอง/เก็บข้อมูล.....	๑๐
๑.๗ ทฤษฎี สมมติฐาน และกรอบแนวความคิดของโครงการวิจัย.....	๑๑
๑.๘ ประโยชน์ที่ได้รับ.....	๑๑
<b>บทที่ ๒ แนวคิดและหลักปฏิบัติในการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตร.....</b>	<b>๑๒</b>
๒.๑ แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาตนเอง.....	๑๒
๒.๑.๑ ความหมายของการพัฒนาตนเอง.....	๑๒
๒.๑.๒ จุดมุ่งหมายของการพัฒนาตนเอง.....	๑๔
๒.๑.๓ แนวคิดที่ใช้ในการพัฒนาตนเอง.....	๑๕
๒.๑.๔ วิธีการพัฒนาตนเอง.....	๑๖
๒.๒ ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับมงคลสูตร.....	๒๐
๒.๒.๑ ความเป็นมาของมงคลสูตร.....	๒๐

๒.๒.๒	องค์ธรรมในมงคลสูตร.....	๒๑
๒.๒.๓	ความสำคัญของมงคลสูตร.....	๒๒
๒.๒.๔	ความหมายของมงคล.....	๒๓
๒.๒.๕	การแบ่งระดับขององค์ธรรมในมงคลสูตร.....	๒๓
๒.๓	หลักปฏิบัติในการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตร.....	๒๗
๒.๓.๑	หลักการพัฒนาตนเองขั้นพื้นฐาน.....	๓๐
๒.๓.๒	หลักการพัฒนาตนเองขั้นกลาง.....	๕๘
๒.๓.๓	หลักการพัฒนาตนเองขั้นสูง.....	๖๙

**บทที่ ๓ แนวคิดการพัฒนาตนเองตามหลักคำสอนในสุภาสิตพระร่วง..... ๗๖**

๓.๑	ประวัติและความเป็นมาของสุภาสิตพระร่วง.....	๗๗
๓.๑.๑	ผู้แต่งและสมัยที่แต่ง.....	๗๙
๓.๑.๒	ลักษณะคำประพันธ์.....	๘๒
๓.๑.๓	การลำดับเรื่อง.....	๘๒
๓.๑.๔	การใช้คำ.....	๘๓
๓.๒	หลักปฏิบัติในการพัฒนาตนเองตามหลักสุภาสิตพระร่วง.....	๘๕
๓.๒.๑	การพัฒนาตนเองด้านการมีสัมพันธไมตรี.....	๘๘
๓.๒.๒	การพัฒนาตนเองด้านการใช้ชีวิต.....	๙๗
๓.๒.๓	การพัฒนาตนเองด้านการประกอบกิจการ.....	๑๐๓
๓.๒.๔	การพัฒนาตนเองด้านพฤติกรรม.....	๑๐๖
๓.๒.๕	การพัฒนาตนเองด้านองค์ความรู้.....	๑๑๐
๓.๒.๖	การพัฒนาตนเองด้านจิตใจ.....	๑๑๓

**บทที่ ๔ วิเคราะห์แนวคิดและหลักปฏิบัติการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตร**

	กับหลักคำสอนที่ปรากฏในสุภาสิตพระร่วง.....	๑๒๐
๔.๑	วิเคราะห์กระบวนการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตรกับหลักคำสอน ที่ปรากฏในสุภาสิตพระร่วง.....	๑๒๐
๔.๑.๑	วิเคราะห์กระบวนการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตร.....	๑๒๐
๔.๑.๒	วิเคราะห์กระบวนการพัฒนาชีวิตตามหลักคำสอน ในสุภาสิตพระร่วง.....	๑๒๗

๔.๒ วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของหลักการพัฒนาชีวิตระหว่างมงคลสูตรกับ หลักคำสอนที่ปรากฏในสุภาสิตพระร่วง.....	๑๒๙
๔.๒.๑ วิเคราะห์ความสอดคล้อง.....	๑๒๙
๔.๒.๒ วิเคราะห์ความแตกต่าง.....	๑๓๔

**บทที่ ๕ สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ..... ๑๓๖**

๕.๑ สรุปผลการวิจัย.....	๑๓๖
๕.๑.๑ แนวคิดและหลักปฏิบัติในการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตร..	๑๓๖
๕.๑.๒ แนวคิดการพัฒนาตนเองตามหลักคำสอนในสุภาสิตพระร่วง.....	๑๓๗
๕.๑.๓ วิเคราะห์ความสัมพันธ์หลักปฏิบัติการพัฒนาชีวิตตามหลัก มงคลสูตรกับหลักคำสอนที่ปรากฏในสุภาสิตพระร่วง.....	๑๓๘
๕.๒ ข้อเสนอแนะ.....	๑๔๐
๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะทั่วไป.....	๑๔๐
๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัยครั้งต่อไป.....	๑๔๑
บรรณานุกรม.....	๑๔๒
ภาคผนวก ก บทความวิจัย.....	๑๔๖
ภาคผนวก ข กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการนำผลจากโครงการวิจัยไปใช้ประโยชน์.....	๑๕๖
ภาคผนวก ค ตารางเปรียบเทียบวัตถุประสงค์ กิจกรรมที่วางแผนไว้ และกิจกรรมที่ดำเนินการมาและผลที่ได้รับของโครงการ.....	๑๕๗
แบบสรุปโครงการ.....	๑๕๙
ประวัติผู้วิจัย.....	๑๖๒

## สารบัญตาราง

เรื่อง	หน้า
ตารางที่ ๑ แสดงกระบวนการของการพัฒนาตามแนวคำสอนในมงคลสูตร ในระดับของการพัฒนาชีวิตเพื่อเตรียมความพร้อมของตนเอง	๒๕
ตารางที่ ๒ แสดงกระบวนการของการพัฒนาตามแนวคำสอนในมงคลสูตร ในระดับของการพัฒนาชีวิตเพื่อสังคมที่ดีงาม	๒๕
ตารางที่ ๓ แสดงกระบวนการของการพัฒนาตามแนวคำสอนในมงคลสูตรในระดับ ของการพัฒนาชีวิตเพื่อความสันติสุข	๒๖
ตารางที่ ๔ มงคลสูตรจำแนกตามลักษณะของการพัฒนาตนเอง	๒๘
ตารางที่ ๕ สุภาสิตพระร่วงจำแนกตามลักษณะของการพัฒนาตนเอง	๘๕
ตารางที่ ๖ ความสอดคล้องกันระหว่างมงคลสูตรกับสุภาสิตพระร่วง	๑๒๙

## สารบัญแนภูมิ

เรื่อง	หน้า
แนภูมิที่ ๑ ความสัมพันธ์ระหว่างเป้าหมายของการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคสูตรกับ โหวทปาติโมกข์	๑๒๑
แนภูมิที่ ๒ แสดงเป้าหมายของการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคสูตร	๑๒๒
แนภูมิที่ ๓ วิเคราะห์ความสอดคล้องหลักการพัฒนาชีวิตระหว่างมงคสูตรกับ สุภษิตพระร่วง	๑๓๓

## คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

การใช้หมายเลขอ้างอิงพระไตรปิฎกภาษาบาลี จะแจ้งเล่ม / ข้อที่ / หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ ตัวอย่างเช่น วิ.ม. (บาลี) ๔/๓๓/๒๘. หมายถึง วินยปิฎก มหาคคปาติ เล่ม ๔ ข้อ ๓๓ หน้า ๒๘ ฉบับสยามรัฐปิฎก ๒๕๒๕.

การใช้หมายเลขอ้างอิงพระไตรปิฎกภาษาไทย จะแจ้งเล่ม / ข้อที่ / หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ ตัวอย่างเช่น ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๓๗/๑๙๔. หมายถึง ทีฆนิกาย ปาฎิกวรรค เล่ม ๑๑ ข้อ ๒๓๗ หน้า ๑๙๔ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

### พระสุตตันตปิฎก

ที.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย ปาฎิกวรรค	(ภาษาไทย)
ม.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปิณฑาสก์	(ภาษาไทย)
ม.อุ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย อุปรปิณฑาสก์	(ภาษาไทย)
สั.ส.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
สั.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค	(ภาษาไทย)
อง.ทุก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ทุกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ติก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ติกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.จตุก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย จตุกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ปญจก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ปญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.สตุตก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย สัตตกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.อฏฐก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย อฏฐกนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.อิติ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย อิติวุตตกะ	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ธรรมบท	(ภาษาไทย)
ขุ.ขุ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ขุททกปาฐะ	(ภาษาไทย)
ขุ.จู.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย จูฬนิเทศ	(ภาษาไทย)

การใช้อักษรย่อคัมภีร์อรรถกถาภาษาไทย จะแจ้งตัวเลขประจำเล่มอรรถกถาภาษาไทย ฉบับ มหามกุฏราชวิทยาลัย เช่น ชุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒/๘๙ หมายถึง พระไตรปิฎกและอรรถกถาแปล ชุด ๙๑ เล่ม ชุททกนิกาย ธรรมบท เล่มที่ ๑ ภาคที่ ๒ หน้า ๘๙ ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย ๒๕๓๔

#### อรรถกถาพระสูตร

อจ.ทสก.อ. (ไทย) = อังคุตตรนิกาย มโนรปุปุณฺี ทสกนินบาตอรรถ (ภาษาไทย)  
 ชุ.ช.อ. (ไทย) = ชุททกนิกาย ปรมัตถโชติกา ชุททกปาฐอรรถกถา (ภาษาไทย)

การใช้สัญลักษณ์และคำย่อ ปกรณวิเสส ภาษาไทย จะแจ้งคัมภีร์/ภาค/ตอน/หน้า เช่น วิสุทธิ. (ไทย) ๑/๑/๑๖ หมายถึง วิสุทธิมรรคปกรณ์ ภาษาไทย ภาค ๑ ตอน ๑ หน้า ๑๖ ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย เป็นต้น

#### ปกรณวิเสส

มจล. (ไทย) = มังคลัตถทีปนี (ภาษาไทย)

## บทที่ ๑

### บทนำ

#### ๑.๑ ความสำคัญและที่มาของปัญหาที่ทำการวิจัย

สุภาชิตพระร่วง เป็นมรดกทางด้านภาษาและวรรณกรรมที่สืบทอดกันแต่โบราณ สันนิษฐานว่าเดิมน่าจะเป็นวรรณกรรมแบบมุขปาฐะสุภาชิตและคำสอน และขยายมาเป็นวรรณกรรม ลายลักษณ์รูปแบบต่างๆ เช่น โคลงประดิษฐ์พระร่วง พระราชนิพนธ์ในสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวบรมโกศ ร่ายสุภาชิตพระร่วงฉบับจารึกวัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม พระนิพนธ์ในสมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระปรมานุชิตชิโนรส ร่ายสุภาชิตพระร่วง ฉบับวัดเกาะ ร่ายสุภาชิตตั้ง ฉบับวัดลาด อำเภอมือง จังหวัดเพชรบุรี กาพย์สุภาชิตพระร่วง ฉบับวัดเกาะ และสุภาชิตพระร่วงคำโคลง พระราชนิพนธ์ในพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว โดยมีสำนวนเนื้อหาคำสอนตรงกันเป็นส่วนใหญ่ หากแต่มีการใช้ถ้อยคำภาษาที่ตรงกันบ้าง ผิดแผกไปจากกันบ้าง อันเนื่องมาจากการเรียบเรียงเป็น ลายลักษณ์อักษรในต่างยุค ต่างสมัย และต่างถิ่นกัน ภาชิตคำสอนดังกล่าวนี้เรียกกันโดยทั่วไปว่า "สุภาชิตพระร่วง" แต่ละสำนวนอาจมีชื่อเรียกเฉพาะแตกต่างกันออกไป ข้อคิดคำสอนในสุภาชิต เหล่านี้ส่วนใหญ่มีรากฐานที่มาร่วมกัน และเป็นความคิดที่ตกทอดสืบต่อกันมาทางมุขปาฐะ คืออาศัย ปากต่อปากเล่าสู่กันฟัง ตั้งแต่ก่อน พ.ศ.๑๘๐๐ มาถึงสมัยที่พระร่วงขึ้นเป็นกษัตริย์กรุงสุโขทัย ข้อคิด คำสอนดังกล่าวก็แพร่หลายทั่วไปเชื่อกันว่าเป็นข้อคิดคำสอนที่พระร่วงทรงใช้อบรมสั่งสอนพลเมือง ของพระองค์ให้ประพฤติปฏิบัติในแนวทางที่ถูกต้อง ดังความตอนหนึ่งในโคลงประดิษฐ์พระร่วง ฉบับ พระราชนิพนธ์ในสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวบรมโกศ สมัยกรุงศรีอยุธยาตอนปลาย ที่ว่า

พระองค์พงศ์เผ่าสร้อย	สรรเพชญ์
ภาคญาณสารแสงเสรีจ	สิ่งสิ้น
กล่าวกลอนสอนแสดง	ผดุงโลกย์
ไพเราะเสนาะสนิหลิน	เลิศล้ำสกลไกร

สุภาชิตพระร่วงจึงได้รับการยอมรับว่าเป็นหลักในการปฏิบัติตัว เพราะเป็นหลักคำสอน สำหรับการพัฒนาปรับปรุงตนเองให้ถูกต้องเหมาะสม แนวคิดเรื่องหลักการปฏิบัติตนให้เจริญรุ่งเรือง นั้นปรากฏในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา ที่เรียกว่า มงคลสูตร มี ๓๘ ประการ

มงคล ๓๘ ประการเป็นหลักการ วิธีการ และหนทางแห่งความเจริญก้าวหน้าของชีวิต พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ในมงคลสูตร แห่งขุททกนิกาย ธรรมบท ซึ่งเป็นพระสูตรที่พระพุทธเจ้า ทรง แสดงหลักธรรมเพื่อเป็นแนวปฏิบัติให้บุคคล รอดพ้นจากความทุกข์ยาก รอดพ้นจากความชั่วร้าย



ต่างๆ และประสบการณ์ความสุข ตั้งแต่ชั้นโลกียะ จนถึงชั้นโลกุตตระ ซึ่งถือได้ว่าเป็นคู่มือสำหรับใช้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม จากความไม่ตั้งมั่นไปสู่ความตั้งมั่นได้อย่างสิ้นเชิงเพื่อความเจริญสติปัญญา และหลักการปฏิบัติที่เป็นรูปธรรม พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงมงคลสูตรนี้แก่พระอานนท์อีกครั้งหนึ่ง พระอานนท์ก็ไตร่ตรองจำใจแล้วได้มาสาธยายให้ฟังในที่ประชุมสงฆ์ คราวทำสังคายนาครั้งที่หนึ่ง หลังจากพระพุทธเจ้านิพพานแล้ว ๓ เดือน เมื่อพระพุทธศาสนาล่วงมาได้ประมาณ ๔๕๒ ปีได้มีการบันทึกพระไตรปิฎกลงในใบลานที่อาโลกวิหาร อันเป็นสังคายนาครั้งที่ ๕ ในประเทศศรีลังกา

ธรรมะในมงคลสูตรทั้ง ๓๘ ประการดังกล่าวนี้เป็นขบวนการช่วยให้บุคคลสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากไม่ดีไปสู่พฤติกรรมที่ดีได้แน่นอน เพราะเป็นหลักคำสอนที่สอนให้บุคคลปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ตั้งแต่ระดับขั้นต่ำจนถึงขั้นสูงสุด บรรลุถึงโลกุตตรธรรม หหมดทุกข์โดยสิ้นเชิง จึงนับได้ว่าเป็นหลักธรรมสำหรับกลับตนของบุคคลที่ประพฤติดีผลพลาดได้อย่างยอดเยี่ยม ดังจะเห็นได้จากบทสรุปในมงคลสูตรความว่า

ผู้ปรารถนาสุขในโลกนี้ สุขในโลกหน้าและสุขอันเป็นโลกุตระ ละการเสพขนพาลเสีย อาศัยบัณฑิตแล้วบูชาท่านผู้ควรบูชาทั้งหลายอยู่อย่างนี้...เป็นผู้มีจิตไม่หวั่นไหว ด้วยโลกธรรมทั้ง ๘ ดุจภูเขาสินรุ ไม่สะเทือนด้วยลมและฝน ฉะนั้น เป็นผู้ไม่เศร้าโศก ไม่มีกิเลสเพียงดังธูลี มีความเกษม, และเหล่าชนผู้มีความเกษม ย่อมเป็นผู้ไม่พ่ายแพ้ในที่ทั้งปวง และถึงความสวัสดิ (เป็นผู้มีความสวัสดิไป) ในที่ทั้งปวง<sup>๑</sup>

จะเห็นได้ว่าในความสำคัญของมงคลสูตรเป็นการพัฒนาตนเองในทางพระพุทธศาสนา มีลำดับขั้นตอนที่ต่อเนื่องและต่อยอดจากขั้นพื้นฐานไปสู่ขั้นสูงสุดคือความเป็นผู้ไม่แพ้ในที่ทั้งปวงและความสุขความเจริญของผู้ปฏิบัติตาม การปฏิบัติตามมงคลสูตรจึงเป็นการพัฒนาตนเองอย่างเป็นระบบ

โดยสรุปแล้วทั้งสุภาชิตพระร่วงและมงคลสูตร ต่างก็มีเป้าหมายในการสั่งสอนในแนวทางการพัฒนาตนเองให้เป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว สังคม และประเทศชาติ เป็นเสมือนคู่มือการประพฤติปฏิบัติตนให้เหมาะสมถูกต้อง ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาความสัมพันธ์เชิงเปรียบเทียบระหว่างหลักธรรมที่ปรากฏในมงคลสูตรกับหลักคำสอนที่ปรากฏในสุภาชิตพระร่วง ว่ามีความสัมพันธ์กันเชิงเนื้อหาสอดคล้องกันหรือไม่เพียงใด อันเป็นฐานไปสู่รูปแบบการพัฒนาตนเองที่ถูกต้องเหมาะสม ยิ่งยืนต่อไป

<sup>๑</sup> มงคลสูตรที่ปณี แปล เล่มที่ ๕, หน้า ๑๗๑

## ๑.๒ วัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาแนวคิดและหลักปฏิบัติในการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตร

๑.๒.๒ เพื่อศึกษาแนวคิดและหลักปฏิบัติในการพัฒนาตนเองตามหลักคำสอนในสุภาสิตพระร่วง

๑.๒.๓ เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์หลักปฏิบัติการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตรกับหลักคำสอนที่ปรากฏในสุภาสิตพระร่วง

## ๑.๓ ขอบเขตของโครงการวิจัย

การวิจัยนี้จะมุ่งศึกษาหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาที่มุ่งต่อการพัฒนาตนเอง โดยยึดหลักมงคล ๓๘ ประการ ที่ปรากฏในมงคลสูตรของพระพุทธศาสนาเถรวาท และเปรียบเทียบกับคำสอนที่ปรากฏในวรรณกรรมเรื่องสุภาสิตพระร่วง เพื่อสร้างองค์ความรู้ใหม่สำหรับการพัฒนาตนเองให้สามารถอยู่ในครอบครัว สังคม และประเทศชาติได้อย่างมีความสุข

## ๑.๔ คำนิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

**สุภาสิตพระร่วง** หมายถึง สุภาสิตพระร่วง ฉบับที่จารึก ณ วัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม กรุงเทพมหานคร

**มงคลสูตร** หมายถึง สูตรว่าด้วยลักษณะที่เป็นมงคล ๓๘ ประการ ปรากฏในคัมภีร์ปรมัตถโชติกา อรรถกถามงคลสูตร

## ๑.๕ การทบทวนวรรณกรรม/สารสนเทศ (Information) ที่เกี่ยวข้อง

### ก. วรรณกรรมและสารสนเทศเกี่ยวกับวรรณกรรมเรื่องสุภาสิตพระร่วง

๑) น้อมนิจ วงศ์สุทธิธรรม ได้ศึกษาวิเคราะห์คำสอนในสุภาสิตพระร่วง พบว่า สุภาสิตพระร่วงหรือที่เรียกอีกอย่างว่า บัญญัติพระร่วง เป็นสุภาสิตเก่าแก่ของไทย มีการจารึกตีพิมพ์ครั้งแรกที่ผนังด้านในศาลาด้านหน้าพระมหาเจดีย์หลังเหนือ ในวัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม ตั้งแต่คราวที่พระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัวโปรดเกล้าฯ ให้มีการปฏิสังขรณ์วัดพระเชตุพนฯ ครั้งใหญ่ในปี พ.ศ.๒๓๗๔ เพื่อเปิดโอกาสให้ประชาชนทั่วไปได้ศึกษาหาความรู้ด้วยตนเอง และมีการพิมพ์เผยแพร่ครั้งแรกในหนังสือประชุมจารึกวัดพระเชตุพนฯ เล่ม ๒ พ.ศ.๒๔๗๒ ในด้านประวัติความเป็นมาของสุภาสิตพระร่วงนั้น ธนิต อยู่โพธิ์ ได้กล่าวไว้ว่า “สังเกตจากข้อความและถ้อยคำเห็นได้ว่าเป็นภาษาไทยแท้ๆ ใช้ถ้อยคำอย่างพื้นๆ ยังไม่มีภาษาิตต่างประเทศเข้ามาแทรกแซงปะปะ อาจจะเป็นได้ว่าสุภาสิตพระร่วงหรือบัญญัติพระร่วงนี้ เดิมเป็นพระบรมราโชวาทซึ่งพระร่วงเจ้า พ่อขุนรามคำแหงทรง

แสดงสั่งสอนประชาชนชาวไทยอย่างทีกล่าวไว้ในจารึกว่า...พ่อขุนรามคำแหงนั้นหาเป็นท้าวเป็นพระยาแก่ไทยทั้งหลาย หาเป็นครูอาจารย์สั่งสอนไทยทั้งหลายให้รู้บุญรู้ธรรม...แสดงว่า พ่อขุนรามคำแหงทรงวางพระองค์อย่างเป็นครูบาอาจารย์ของประชาชนและทรงพอพระทัยในการสั่งสอนประชาชนชาวไทยให้รู้บุญรู้ธรรม จึงนำคิดว่า ต่อมาเมื่อผู้แก้ไขแต่งเติมพระบรมราชโองการเหล่านั้นให้เป็นบทกวี แล้วกลายเป็นสุภาพิตพระร่วง<sup>๒</sup> ในด้านรูปแบบนั้น สุภาพิตพระร่วงมีลักษณะการแต่งเป็นร้อยสุภาพ และมีโคลงสี่สุภาพเป็นโคลงกระทู้ต่อท้าย ๑ บท ด้วยถ้อยคำภาษาที่ค่อนข้างใหม่เมื่อเทียบกับภาษาในศิลาจารึกสุโขทัย<sup>๓</sup>

๒) สนิม สุขศิริมัย ศึกษาเรื่องพระพุทธศาสนากับวรรณคดีไทยสมัยสุโขทัย: ศึกษาเฉพาะกรณีศิลาจารึกพ่อขุนรามคำแหงและสุภาพิตพระร่วง พบว่า พระพุทธศาสนาเถรวาทได้เผยแผ่เข้ามาสู่ดินแดนประเทศไทยตั้งแต่พุทธศตวรรษที่ ๓ เป็นต้นมา ได้แผ่ขยายประดิษฐานมั่นคงและเจริญรุ่งเรืองสืบมาจนปรากฏในวรรณคดีไทยสมัยสุโขทัย จากกรณีศึกษาสุภาพิตพระร่วงแสดงให้เห็นชัดว่าพระพุทธศาสนาในสมัยสุโขทัยเจริญรุ่งเรืองมาก พระสงฆ์มีความรู้แตกฉานในพระไตรปิฎกและมีข้อวัตรปฏิบัติที่น่าเลื่อมใสศรัทธา พระมหากษัตริย์ในสมัยสุโขทัยทรงอุปถัมภ์และทำนุบำรุงพระพุทธศาสนา รงปกครองบ้านเมืองโดยธรรม ทรงเป็นครูอบรมสั่งสอนประชาชนให้มีความรู้คู่คุณธรรมให้รู้จัก บาป-บุญ คุณ-โทษ ประโยชน์-มิใช่ประโยชน์ ธรรม-อธรรม เป็นต้น<sup>๔</sup>

๓) เตชา ซากักดี ได้ศึกษาวิเคราะห์หลักจริยธรรมในวรรณคดีสุภาพิตพระร่วง พบว่าสุภาพิตพระร่วงเป็นวรรณคดีประเภทคำสอนที่แต่งขึ้นในสมัยสุโขทัย ได้สอนหลักจริยธรรมในการดำเนินชีวิต และได้ถือเป็นแม่บทในการปลูกฝังจริยธรรมในสังคมสืบมา วรรณคดีสุภาพิตพระร่วงได้มีการปรับแนวการแต่งให้เหมาะสมกับยุคสมัยมาตลอด เช่น ในสมัยอยุธยาตอนปลายได้นำมาแต่งเป็นโคลงสี่สุภาพ และในสมัยรัตนโกสินทร์ตอนต้นได้นำมาแต่งเป็นร้อยสุภาพ และนำมาแต่งเป็นโคลงอีกครั้งหนึ่งในสมัยรัตนโกสินทร์ สุภาพิตพระร่วงได้สอนหลักจริยธรรมเพื่อการปฏิบัติให้ถูกต้องของฆราวาสผู้ปกครองเรือนในด้านต่างๆ เช่น การประกอบอาชีพ ความรับผิดชอบ และการพัฒนาตนเองให้ดีขึ้นในบริบทต่างๆ ของการดำเนินชีวิตในสังคม ตลอดจนการปฏิบัติตนต่อบุคคลอื่นๆ สุภาพิตพระร่วงได้มีหลักคำสอนที่กล่าวได้ว่าเป็นการนำหลักธรรมของพระพุทธศาสนามาผสมผสานกับคตินิยม

<sup>๒</sup> กัธกร กิตติภูมิชัย, *สุภาพิตพระร่วง*, (กรุงเทพมหานคร: อักษรบัณฑิต, ๒๕๑๘), หน้า ๑-๒.

<sup>๓</sup> น้อมนิจ วงศ์สุทธิธรรม, “วิเคราะห์คำสอนในสุภาพิตพระร่วง”, *วารสารรามคำแหง*, ปีที่ ๒๓ ฉบับที่ ๓ (ก.ค.-ก.ย.๒๕๔๔): ๒๒๓-๒๔๐.

<sup>๔</sup> สนิม สุขศิริมัย, “สรุปรายงานผลการวิจัยเรื่อง พระพุทธศาสนากับวรรณคดีไทยสมัยสุโขทัย: ศึกษาเฉพาะกรณีศิลาจารึกพ่อขุนรามคำแหงและสุภาพิตพระร่วง”, ปีที่ ๑๕ ฉบับที่ ๑ (มิถุนายน ๒๕๕๖ – พฤษภาคม ๒๕๕๗): ๔๙-๕๖.

ความเชื่อและวิถีชีวิตของคนในสังคม หลักคำสอนในสุภาสิตพระร่วงได้ถูกนำมาใช้สอนให้คนไทยมีจริยธรรมในการดำเนินชีวิต มีความภาคภูมิใจในวิถีชีวิตและวัฒนธรรมของตน<sup>๕</sup>

๔) รัตนา สติตานนท์ ได้ศึกษาวิเคราะห์สุภาสิตพระร่วงในแง่วัฒนธรรม โดยศึกษาเปรียบเทียบกับระหว่างวัฒนธรรมสมัยพระร่วงกับปัจจุบัน ปรากฏผลดังนี้

(๑) วัฒนธรรมที่ปรากฏในสุภาสิตพระร่วงเป็นวัฒนธรรมทางจิตใจทั้งสิ้น และส่วนใหญ่เป็นวัฒนธรรมที่เกี่ยวกับค่านิยม

(๒) ค่านิยมที่ปรากฏในสุภาสิตพระร่วงมีลักษณะใกล้เคียงกับคติธรรมทางพระพุทธศาสนาที่มองเห็นได้ชัด โดยเฉพาะในหมวดที่สอนเกี่ยวกับความประพฤติ

(๓) ค่านิยมในสุภาสิตพระร่วงส่วนใหญ่ยังเป็นที่ยอมรับของคนในสังคมปัจจุบันเปลี่ยนแปลงบ้างเพียงบางส่วน

(๔) การเปลี่ยนแปลงค่านิยมมีทั้งเปลี่ยนแปลงไปเพียงส่วนย่อยและเปลี่ยนแปลงทั้งหมดในทัศน์

(๕) การเปลี่ยนแปลงค่านิยมเป็นไปเนื่องจากอิทธิพลของการเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อมในสังคมและการศึกษาอบรมที่เปลี่ยนรูปแบบไปจากเดิม<sup>๖</sup>

๕) เจือ สตะเวทิน กล่าวไว้ในหนังสือ ประวัติวรรณคดี มีใจความว่า เรื่องสุภาสิตพระร่วงเพิ่งปรากฏหลักฐานในรัชกาลที่ ๓ คราวโปรดให้จารึกวิชาการที่วัดพระเชตุพลฯ ปรากฏว่ามีสุภาสิตพระร่วงอยู่ ๑๕๘ บท ถ้อยคำมีใช้คำครั้งกรุงสุโขทัยทั้งหมด มีคำครั้งกรุงรัตนโกสินทร์ปนอยู่ด้วย จึงเข้าใจกันว่าได้ถูกดัดแปลงแก้ไขถ้อยคำไปเสียบ้างในชั้นหลัง ส่วนเนื้อความนั้นคงเป็นของเก่าครั้งกรุงสุโขทัยจริง<sup>๗</sup>

๖) พระวรเวทย์พิสิษฐ์ สันนิษฐานไว้ในหนังสือวรรณคดีไทยว่า สุภาสิตพระร่วงน่าจะเป็นของพ่อขุนรามคำแหง ทั้งนี้อาศัยพิจารณาจากบุคลิกลักษณะของพ่อขุนรามคำแหงและพิจารณาเปรียบเทียบกับถ้อยคำสำนวนในสุภาสิตพระร่วงกับศิลาจารึกสุโขทัย หลักที่ ๑ ในด้านบุคลิกลักษณะ ปรากฏว่าพ่อขุนรามคำแหงได้เสด็จประทับบนพระแท่นมิ่งคศิลาอาสน์ สั่งสอนพลเมืองในวันที่ไม่ใช่วันธรรมสวนะ ในด้านสำนวนโวหารในสุภาสิตพระร่วงคล้ายคลึงกับสำนวนโวหารในศิลาจารึกหลักที่ ๑ ของพ่อขุนรามคำแหง กล่าวคือ เป็นกลอนสั้นและกินความมาก ในด้านถ้อยคำ ถ้อยคำในสุภาสิตพระร่วง

<sup>๕</sup> เดชา ชากักดี, “วิเคราะห์หลักจริยธรรมในวรรณคดีสุภาสิตพระร่วง”, วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๒), หน้า ๖.

<sup>๖</sup> รัตนา สติตานนท์, “วิเคราะห์สุภาสิตพระร่วงในแง่วัฒนธรรม”, กรุงเทพฯ: (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๒๐), หน้า ๒๑๒-๒๑๓.

<sup>๗</sup> เจือ สตะเวทิน, ประวัติวรรณคดี, (พระนคร: ธนบุรีศึกษา, ๒๕๐๒), หน้า ๒๒-๒๔.

เป็นคำไทยพื้นๆ แบบเดียวกับศิลาจารึกสุโขทัยหลักที่ ๑ ด้วยเหตุดังกล่าวมานี้เอง พระวรเวทย์พิสิษฐ์ จึงสันนิษฐานว่า สุภาชิตพระร่วงน่าจะแต่งขึ้นในสมัยพ่อขุนรามคำแหง หรือมีฉะนั้นก็คงจะเป็นพระราชนิพนธ์ของพ่อขุนรามคำแหง<sup>๘</sup>

๗) อัญชลี วรรณูปริรักษ์ ได้ศึกษาวิเคราะห์ท่วงทำนองการประพันธ์ในสุภาชิตพระร่วง โดยได้ศึกษาท่วงทำนองการประพันธ์ ๔ ด้าน คือ การใช้คำ การใช้ประโยค กวีโวหารและทัศนะพบว่า

(๑) การใช้คำมี ๗ ลักษณะ คือ การใช้คำซ้ำทั้งแบบคำซ้ำชิดกันและคำซ้ำไม่ชิดกัน การซ้ำความ ๔ แบบ คือ คือ -- -- อยู่ -- -- ตอบ, ระวังระวัง --, ฝิจะ -- -- จง -- และ --- รัก --- กว่า --- การใช้คำซ้อนทั้งแบบคำซ้อนเสียงและคำซ้อนความหมาย การหลากคำ ๑๑ คำ คือ ที่มีความหมายเกี่ยวกับผู้เป็นใหญ่ แผ่นดิน เพื่อน คนไม่ดี เวลา ความโกรธ ความอยาก ความต้องการ การระมัดระวัง การใช้สรรพนามและคำเรียกบุคคล การใช้สัมผัสในทั้งสัมผัสสระและสัมผัสพยัญชนะ การใช้สัมผัสนอก และการใช้สัญลักษณ์

(๒) การใช้ประโยคมีการใช้ประโยค ๓ ลักษณะ คือ ประโยคคำสั่ง ประโยคขอร้อง และประโยคเชิญชวน

(๓) กวีโวหาร มี ๓ ลักษณะ คือ อุปมาโวหารแบบนามนัย บรรยายโวหาร และเทศนาโวหาร

(๔) ทัศนะมี ๔ ด้าน คือ ทัศนะที่มีต่อสังคมพบมากที่สุด รองลงมาเป็นทัศนะที่มีต่อวัฒนธรรม ทัศนะที่มีต่อการปกครองและทัศนะที่มีต่อความเชื่อเรื่องลึกลับและอำนาจเหนือธรรมชาติตามลำดับ<sup>๙</sup>

๘) คมทวน คันธนู สันนิษฐานว่าพ่อขุนรามคำแหงไม่ได้เป็นผู้แต่งสุภาชิตพระร่วง แต่น่าจะมาจากภาคิตพื้นบ้านทางภาคเหนือเพราะมีคำภาษาล้านนาหลายคำ ผู้ที่รวบรวมมีความฉลาดที่จะนำชื่อพระร่วงมาใช้ เพราะในช่วง ร.๒ – ร.๔ หนังสือทำนองสุภาชิตมีผู้แต่งแข่งขันกันมากมาย การแต่งครั้งนี้ น่าจะแต่งขึ้นใน ร.๒ แล้วอาจโปรดให้อาลักษณ์ประพันธ์ก็ได้ เพราะมีการเอ่ยถึงสุภาชิตพระร่วงในขุนช้างขุนแผน ตอนกำเนิดพลายงามด้วย<sup>๑๐</sup>

<sup>๘</sup> พระวรเวทย์พิสิษฐ์, **วรรณคดีไทย**, (กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๙๖), หน้า ๒๘.

<sup>๙</sup> อัญชลี วรรณูปริรักษ์, “วิเคราะห์ท่วงทำนองการประพันธ์ในสุภาชิตพระร่วง”, **สารนิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๖), หน้า ๑๐๙-๑๑๐.

<sup>๑๐</sup> คมทวน คันธนู, **พิเคราะห์วรรณคดีโดยวิถีประวัติศาสตร์ เล่ม ๑**, (เชียงใหม่: มิ่งเมือง, ๒๕๔๑), หน้า ๑๘-๑๙.

๙) นิยะดา เหล่าสุนทร กล่าวถึงผู้แต่งสุภาสิตพระร่วง โดยสรุปว่าน่าจะเป็นพระนิพนธ์ของ สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาปรมานุชิตชิโนรส เนื่องด้วยประการที่ ๑ ลักษณะคำประพันธ์ ประเภทร้อยสุภาพที่ดำเนินตามฉันทลักษณ์เคร่งครัดทั้งจำนวนคำในวรรคและสัมผัส แม้วรรณคดีสมัย อยุธยาตอนต้น เช่น ลิลิตพระลอฉันทลักษณ์ก็ยังไม่เคร่งครัดเท่าสุภาสิตพระร่วง ประการที่ ๒ ท่วงทำนองแต่งมีลักษณะเป็นลิลิต เพราะแต่งด้วยร้อยสุภาพและโคลงสุภาพ ทั้งคำสุดท้ายของร้อย สัมผัสไปต้นคำของโคลงลักษณะลิลิต นอกจากนี้ สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระปรมานุชิตชิโนรส เคยกล่าวทำนองว่าสุภาสิตพระร่วงแต่งเป็นลิลิต ดังเนื้อความบางตอนในโคลงคั่นปฏิสังขรณ์วัดพระเช ตูพนฯ ประการที่ ๓ บทส่งท้ายลิลิตตะเลงพ่ายกล่าวถึงที่มาของการแต่งวรรณคดีประเภทสุภาสิตของ พระองค์ท่านในคราวปฏิสังขรณ์วัดพระเชตุพนฯ ว่าทรงรวบรวมสุภาสิตเหล่านี้มาจากของเก่า สุภาสิต พระร่วงก็เป็นเรื่องที่มีลักษณะเช่นนี้ ประการที่ ๔ วิธีการจบเรื่องด้วยโคลงกระทู้บัณฑิตพระร่วง คล้าย กับวิธีการจบเรื่องของสมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระปรมานุชิตชิโนรส<sup>๑๑</sup>

#### ข. วรรณกรรมและสารสนเทศเกี่ยวกับเรื่องมงคลสูตร

๑) ประโยชน์ สงกสิน ได้ศึกษาวิเคราะห์กระบวนการของการพัฒนาตามแนวคำสอนใน มงคลสูตร พบว่า คำสอนแต่ละข้อในมงคลสูตรต่างแสดงถึงวิธีการของการพัฒนาตน โดยเรียงลำดับ จากง่ายไปหายาก จากขั้นพื้นฐานไปถึงขั้นสูงสุด จากระดับโลกียะไปจนถึงระดับโลกุตระ บุคคลผู้ ปฏิบัติตามหลักคำสอนในมงคลสูตรได้อย่างสมบูรณ์แบบแล้ว ย่อมได้ชื่อว่าเป็นผู้พัฒนาตน ในส่วน ของแนวความคิดพัฒนาตนในเชิงกระบวนการ พบว่าคำสอนในมงคลสูตรแบ่งออกเป็น ๒ ระดับ คือ ระดับของการพัฒนาชีวิตเพื่อให้เป็นคนดีของสังคม(มงคลที่ ๑-๑๘) และระดับของการพัฒนาจิตเพื่อ ความสิ้นกิเลส (มงคลที่ ๑๙-๓๘) โดยในระดับของการพัฒนาชีวิตเพื่อให้เป็นคนดีของสังคมนั้น ประกอบด้วย ๕ ขั้นตอน คือ การสร้างมาตรฐานกฎเกณฑ์ทางความคิดเห็นที่ถูกต้อง (มงคลที่ ๑-๓) การเตรียมปัจจัยพื้นฐานที่จำเป็นในการสร้างชีวิต (มงคลที่ ๔-๖) การฝึกฝนอบรมตนให้เป็นผู้มี ความสามารถ (มงคลที่ ๗-๑๐) การบำเพ็ญประโยชน์ต่อครอบครัว (มงคลที่ ๑๑-๑๔) และการบำเพ็ญ ประโยชน์ต่อสังคม (มงคลที่ ๑๕-๑๘) ส่วนในระดับของการพัฒนาจิตเพื่อความสิ้นกิเลส นั้น ประกอบด้วย ๕ ขั้นตอน คือ การเตรียมความพร้อมสำหรับการฝึกฝนอบรมจิต (มงคลที่ ๑๙-๒๑) การ อบรมคุณธรรมและแสวงหาธรรมเบื้องต้น (มงคลที่ ๒๒-๒๖) การอบรมคุณธรรมและแสวงหาธรรม

<sup>๑๑</sup> นิยะดา เหล่าสุนทร, *พินิจวรรณกรรม รวมบทความวิชาการด้านวรรณคดีและภาษา*, (กรุงเทพมหานคร: แม่คำฝาง, ๒๕๓๕), หน้า ๑๐๑-๑๐๖.

เบื้องสูง (มงคลที่ ๒๗-๓๐) การฝึกฝนอบรมตนภาคปฏิบัติเพื่อกำจัดกิเลสให้สิ้นไป (มงคลที่ ๓๑-๓๔) และผลที่เกิดจากการปฏิบัติธรรมจนหมดกิเลส (มงคลที่ ๓๕-๓๘)<sup>๑๒</sup>

๒) พระมหาประเสริฐ ญาณสีโล (ธรรมจง) ศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องแนวความคิดเชิงจริยศาสตร์ในมงคลสูตร พบว่า คำสอนในมงคลสูตรนั้นได้ให้แนวคิดทางจริยศาสตร์ไว้อย่างกว้างขวางโดยสรุปได้ ๕ ประเด็น คือ จริยศาสตร์เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม ตนเอง ครอบครัวและสังคม การศึกษา และจริยศาสตร์ชั้นสูง ทำให้เห็นว่า การพัฒนาชีวิตตามแนวพุทธศาสนานั้น ต้องดำเนินไปบนพื้นฐานของศีลธรรมคุณธรรมทุกชั้นตอน ตั้งแต่ระดับต่ำจนถึงระดับสูง ในกระบวนการพัฒนาชีวิตนั้น พุทธศาสนาให้ความสำคัญทั้งเรื่องความดีงามเหมาะสมของสิ่งแวดล้อมเรื่องศักยภาพของตนเอง เรื่องการทำหน้าที่ทางครอบครัวและทางสังคมของปัจเจกบุคคลและเรื่องการศึกษา ตลอดถึงการปฏิบัติเพื่อผลสูงสุดของชีวิต โดยที่ทุกองค์ประกอบของการพัฒนาต้องดำเนินไปด้วยกันอย่างเป็นกระบวนการหรืออย่างบูรณาการ<sup>๑๓</sup>

๓) บุปผา กาหลง ศึกษาเรื่องมงคลสูตรกับการสร้างสิ่งแวดล้อมทางสังคม พบว่า หลักธรรมในมงคลสูตรกับการสร้างสิ่งแวดล้อมทางสังคมที่เป็นพื้นฐานของชีวิตมี ๔ ประการ คือ การไม่คบคนพาล การคบบัณฑิต การบูชาบุคคลที่ควรบูชา และการได้อยู่ในถิ่นที่เหมาะสมสำหรับการนำหลักธรรมในมงคลสูตรมาประยุกต์ใช้ในสาระสิ่งแวดล้อมทางสังคมที่เป็นพื้นฐานของชีวิตให้เกิดสันติสุขในสังคมปัจจุบันนั้น มนุษย์ต้องพัฒนาจิตใจตนเองด้วยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ต้องปรับสภาพสิ่งแวดล้อมภายในตนคืออายตนะภายใน ให้สัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมภายนอกคืออายตนะภายนอก โดยใช้หลักธรรมที่สำคัญอันเป็นมงคลชีวิต ๔ ประการแรกใน ๓๘ ประการ สังคมนั้นๆ จึงจะเกิดสันติสุข<sup>๑๔</sup>

๔) สำลี รักสุทธี ได้ให้ความหมายของ “มงคล” ว่าเป็นเหตุที่นำมาซึ่งความเจริญ นักปราชญ์ทางพระพุทธศาสนาได้ให้ความหมายและสรุปไปในทำนองเดียวกันว่า คือทางก้าวหน้า หนทางแห่งความสุข เหตุแห่งความเจริญ วิธีทางแห่งความสุข ทางแห่งความสำเร็จ ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ ๓๘ ประการ มงคลที่ ๑-๑๘ เป็นข้อปฏิบัติในการสร้างชีวิตให้เป็นคนดี พึ่งตนเองและช่วยเหลือสังคม

<sup>๑๒</sup> ประโยชน์ ส่งกลิ่น, “การศึกษาวิเคราะห์กระบวนการของการพัฒนาด้านตามแนวคำสอนในมงคลสูตร”, (กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๐๗), หน้า ๑.

<sup>๑๓</sup> พระมหาประเสริฐ ญาณสีโล (ธรรมจง), “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องแนวความคิดเชิงจริยศาสตร์ในมงคลสูตร”, (กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗), หน้า ก.

<sup>๑๔</sup> บุปผา กาหลง, “มงคลสูตรกับการสร้างสิ่งแวดล้อมทางสังคม”, (กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี, ๒๕๕๒), หน้า บทคัดย่อ.

ส่วนมงคลที่ ๑๙-๓๘ เป็นข้อปฏิบัติในการฝึกใจเพื่อกำจัดกิเลส ตัณหา อุปาทาน บุคคลใดนำเอามงคลสูตรนี้ไปประพฤติปฏิบัติ ย่อมส่งผลให้เกิดความเจริญก้าวหน้าในชีวิต<sup>๑๕</sup>

### ค. วรรณกรรมและสารสนเทศเกี่ยวกับการพัฒนาตนเอง

การพัฒนาตนเองหมายถึงการสร้างความสามารถของตนเองให้มีมากขึ้นและการพัฒนาความสามารถ ที่ยังไม่ได้พัฒนาของตนเองด้วย โดยเหตุที่มนุษย์มีความต้องการที่จะให้ตนเองเจริญก้าวหน้า ดังนั้นทุกคนจึงต้องพยายามพัฒนาตนเองเพื่อให้มีชีวิตที่ดียิ่งขึ้นทฤษฎีการพัฒนาตนเอง (Self-development Theory) เชื่อว่ามนุษย์มีกระบวนการพัฒนาตนเอง หลังจากที่ได้ค้นพบศักยภาพในตน เกิดการมุ่งมั่นที่จะพัฒนาศักยภาพความสามารถนั้นๆ เพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงที่สร้างสรรค์การพัฒนาตนเองคือการสร้างตนให้มีความเจริญ ซึ่งความเจริญดังกล่าวพิจารณาได้ ๓ ลักษณะได้แก่ (๑) การสร้างสรรค์สิ่งใหม่เป็นสิ่งที่ตั้งงามให้เกิดกับตน (๒) การแก้ปัญหาสามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนและบุคคลอื่น (๓) การรักษาสິงที่ดีคือยังคงรักษาคุณธรรมความดีของตนไว้ได้ดังนั้นการพัฒนาตนเองจึงถือเป็นการเสริมสร้างพลังการทำงานให้กับตนเองและองค์กร<sup>๑๖</sup>

สงวน สุทธิเลิศอรุณ ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการพัฒนาตนเองคือเพื่อเพิ่มพูนความรู้และความคิดแสดงว่าเป็นผู้ใฝ่รู้หรือพัฒนาตนเองในด้านความคิดเพื่อเพิ่มพูนทักษะและความชำนาญ และเพื่อพัฒนาเปลี่ยนแปลงเจตคติ และความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์จากความหมายของการพัฒนาตนเองตามที่นักวิชาการหลายท่านให้ความหมายไว้ สรุปได้ว่าการพัฒนาตนเอง หมายถึงการที่บุคคลรู้จักเรียนรู้และปรับปรุงตนเองให้มีความเจริญงอกงาม มีประสิทธิภาพในการปฏิบัติงาน เพื่อสะสมความรู้และประสบการณ์ให้ มีมากขึ้น เพื่อการนำพาชีวิตสู่ความเจริญก้าวหน้าดังนั้น การพัฒนาตนเองจึงหมายถึงความถึงความเจริญก้าวหน้าหรือเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีกว่าเดิมจากสภาพที่เป็นอยู่<sup>๑๗</sup>

การพัฒนาตนเองมีเป้าหมายสูงสุดคือการเพิ่มพูนความรู้ประสบการณ์ความสามารถและเจตคติต่อการปฏิบัติงานให้เกิดประสิทธิภาพ เพื่อความเจริญก้าวหน้าของตนเองและหน่วยงาน มีผู้ให้แนวคิดเกี่ยวกับจุดมุ่งหมายในการพัฒนาตนเองไว้ดังนี้

<sup>๑๕</sup> สำลี รักสุทธี, มงคลชีวิต ๓๘ (ฉบับร้อยแก้วและร้อยกรอง), (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์พัฒนาศึกษา, ๒๕๕๓), หน้า ๗-๘.

<sup>๑๖</sup> เฉลียว บุรีภักดิ์, ทฤษฎีระบบและการพัฒนาที่ยั่งยืน, (กรุงเทพมหานคร: แอล.ที.เพรส, ๒๕๕๒), หน้า ๘.

<sup>๑๗</sup> สงวน สิทธิเลิศอรุณ, พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน, (กรุงเทพมหานคร: อักษราพิพัฒน์, ๒๕๕๓), หน้า ๑๓๕.



ฟิลิธี สารวิจิตรได้เสนอจุดมุ่งหมายของการพัฒนาตนเองโดยใช้หลักที่ว่าต้องทำเป็นกระบวนการระยะยาวติดต่อกันโดยให้เป็นการริเริ่มด้วยตัวบุคคลเองตามความต้องการและจุดมุ่งหมายชีวิตของบุคคลเป็นแกนกลาง สิ่งแวดล้อมภายนอกเป็นเพียงอุปกรณ์เสริมเท่านั้นจุดมุ่งหมายของการพัฒนาตนเองดังกล่าว สามารถปฏิบัติได้ตามลำดับดังนี้

๑. ศึกษาประวัติบุคคลสำคัญและค้นหาคุณสมบัติเฉพาะตนที่ทำให้บุคคลนั้นประสบความสำเร็จเพื่อเป็นแบบอย่าง
๒. สำรวจตัวเองและวิเคราะห์ตัวเองถึงลักษณะนิสัยความสามารถความสนใจ
๓. จุดเด่น จุดด้อย
๔. ตั้งจุดมุ่งหมายในชีวิตที่แน่นอน
๕. ปลุกใจตนเองให้เข้มแข็งกล้าหาญในการเปลี่ยนแปลง
๖. ทำตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ซึ่งมีทั้งการปรับปรุงบุคลิกภาพ สร้างเสริมลักษณะนิสัยที่ติงามด้วยความอดสาหะ

จากแนวคิดดังกล่าว สรุปได้ว่าจุดมุ่งหมายของการพัฒนาตนเองคือการเพิ่มพูนความรู้ความสามารถและเจตคติให้เป็นผู้คนที่มีคุณภาพในการปฏิบัติงานให้เกิดประสิทธิภาพ เพื่อความเจริญก้าวหน้าของตนเองและหน่วยงาน โดยต้องทำเป็นกระบวนการระยะยาวติดต่อกันเพื่อให้สามารถนำไปใช้ในการประกอบอาชีพและพัฒนาสังคมให้อยู่รวมกันได้อย่างมีความสุข<sup>๑๘</sup>

## ๑.๖ วิธีดำเนินการวิจัยและสถานที่ทำการทดลอง/เก็บข้อมูล

มีขั้นตอนสำคัญ ดังนี้

โครงการวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Study) ทำการศึกษาและรวบรวมข้อมูล จากเอกสารและหลักฐานที่เกี่ยวข้อง ทั้งพระไตรปิฎก อรรถกถา หนังสือ รายงานการวิจัย เอกสารตำราทางวิชาการ ที่เกี่ยวกับแนวคิดทฤษฎี หลักสิทธิมนุษยชน มีวิธีดำเนินการวิจัย ดังนี้

- ๑) รวบรวม ศึกษา ค้นคว้า และรวบรวมข้อมูลจากเอกสารและหลักฐานที่เกี่ยวข้องทั้งพระไตรปิฎก อรรถกถา หนังสือ รายงานการวิจัย ตำราทางวิชาการ และเอกสารอื่นๆ โดยอาศัยช่วงเวลาเป็นกรอบในการศึกษา
- ๒) จัดหมวดหมู่ทำการศึกษาระบบการส่งเสริมหลักเกี่ยวกับการพัฒนาตนเองตามแนวแห่งมงคลสูตรกับสุภาสิตพระร่วง

<sup>๑๘</sup> ฟิลิธี สารวิจิตร, “การพัฒนาตนเองเพื่อความพึงพอใจในชีวิตและการงาน”, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๒๙), หน้า ๒-๓.

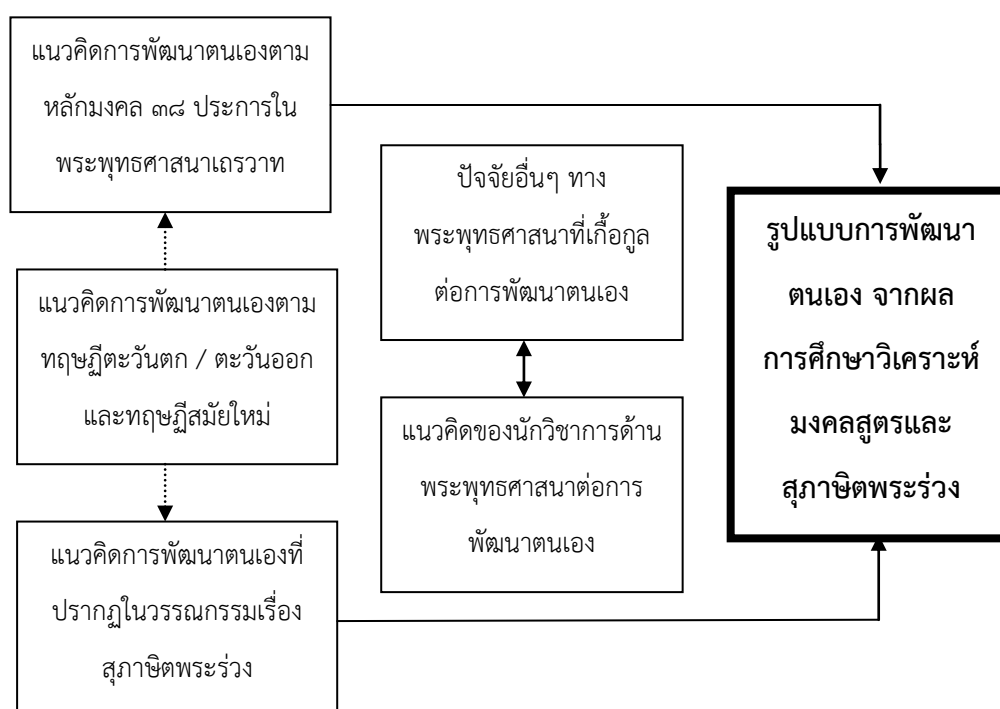
๓) ศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลแยกแยะให้เห็นขั้นตอน กระบวนการ วิธีการของการพัฒนาตนเองตามแนวคำสอนในมงคลสูตรและสุภาสิตพระร่วงได้

๔) สรุปผลการศึกษาที่แสดงให้เห็นถึง แนวคิด วิธีปฏิบัติ บทบาท หน้าที่ สิทธิ คุณค่า ให้เห็นขั้นตอน กระบวนการ วิธีการของการพัฒนาตนเองตามแนวคำสอนในมงคลสูตรและสุภาสิตพระร่วงได้

๕) สรุป อภิปรายผลการต่อสถาบันวิจัย

### ๑.๗ ทฤษฎี สมมติฐาน และกรอบแนวคิดของโครงการวิจัย

กรอบแนวคิดในการศึกษาวิจัยเรื่องนี้ มีกรอบแนวคิดที่สำคัญในลักษณะของกระบวนการและวิธีการศึกษาวิจัย รวมทั้งผลลัพธ์จากการศึกษา ดังนี้



### ๑.๘ ประโยชน์ที่ได้รับ

๑) ทำให้ผู้ศึกษาได้รู้และเข้าใจแนวคำสอนในมงคลสูตรและสุภาสิตพระร่วง และสามารถวิเคราะห์แยกแยะให้เห็นขั้นตอน กระบวนการ วิธีการของการพัฒนาตนเองตามแนวคำสอนในมงคลสูตรและสุภาสิตพระร่วงได้

๒) ทำให้ผู้ศึกษาได้รู้และเข้าใจแนวคิดการประยุกต์ใช้หลักคำสอนในมงคลสูตรและสุภาสิตพระร่วงเพื่อการพัฒนาตนเองอย่างเป็นกระบวนการได้อย่างถูกต้อง

## บทที่ ๒

### แนวคิดและหลักปฏิบัติในการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตร

ในการศึกษาแนวคิดและหลักปฏิบัติในการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตร ผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาค้นคว้ารวบรวมจากพระไตรปิฎก อรรถกถา งานวิจัย วิทยานิพนธ์ ตำรา วารสาร แนวคิด ทฤษฎีและผลงานที่เกี่ยวข้องนำเสนอตามลำดับ ดังนี้

๒.๑ แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาตนเอง

๒.๒ ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับมงคลสูตร

๒.๓ หลักปฏิบัติในการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตร

#### ๒.๑ แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาตนเอง

ในโลกยุคโลกาวิวัตน์ที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่องอยู่เสมอ ไม่ว่าจะเป็นในเรื่องของเทคโนโลยี การสื่อสาร สภาพเศรษฐกิจและข้อมูลข่าวสารต่างๆ ที่มีการส่งถ่ายกันและกันเร็วขึ้น และจากการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วนี้เองจึงเป็นเสมือนแรงผลักดันให้คนแต่ละคนต่างต้องตระหนักถึงความสำคัญของการเปลี่ยนแปลงตนเอง อันทำให้เกิดการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องอยู่เสมอเพื่อให้ตนมีความพร้อมรับมือกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างไม่หยุดยั้ง ดังนั้น หากใครมีความอยากและต้องการที่จะประสบผลสำเร็จในชีวิต ในหน้าที่การงาน ไม่ควรรอให้หัวหน้างานองค์กรหรือผู้อื่นมาพัฒนาความรู้ ความสามารถของตนเองในการทำงานเท่านั้น การเริ่มต้นที่จะพัฒนาตนเองโดยไม่พึ่งพาผู้อื่น เป็นสิ่งที่ควรกระทำเป็นอย่างยิ่ง โดยต้องตระหนักอยู่เสมอว่า “มนุษย์เป็นผู้เลือกที่จะลิขิตหรือเลือกเส้นทางในการดำเนินชีวิตเอง” อย่าปล่อยให้ผู้อื่นมาเป็นผู้มีอิทธิพลและชี้นำการดำเนินชีวิตของตัวเอง

##### ๒.๑.๑ ความหมายของการพัฒนาตนเอง

พิสิทธิ์ สารวิจิตร ให้ความหมายของการพัฒนาตนเองว่า หมายถึงการพัฒนาปลูกสร้างคุณสมบัติคุณธรรม นิสัย เจตคติ ความสามารถ ความชำนาญ ความคิด ความรู้ ความเข้าใจให้เกิดขึ้นในตนเอง เพื่อช่วยให้ตนเองเป็นบุคคลที่มีความสุข ความเจริญ เป็นประโยชน์แก่ตนเองและสังคมอย่างสอดคล้อง และเหมาะสมกับความถนัด ความสนใจ ศักยภาพ และประโยชน์แก่ตนเองและสังคมอย่างสอดคล้องและเหมาะสมกับความถนัด ความสนใจ ศักยภาพและความสามารถของตนเอง<sup>๑</sup>

<sup>๑</sup> พิสิทธิ์ สารวิจิตร, “การพัฒนาตนเองกับการป้องกันปัญหาสุขภาพของตนและสังคม”, วารสารบัณฑิตศึกษา, ปีที่ ๑ (กันยายน ๒๕๔๐): ๘๓-๘๗.

วิเชียร แก่นไร กล่าวว่า การพัฒนาตนเอง หมายถึง การเสริมสร้างความรู้ และการปรับปรุงตัวเองให้มีความรู้ ความเข้าใจ ทักษะความเชี่ยวชาญ และความสามารถในการปฏิบัติงานที่ตนรับผิดชอบอย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งการพัฒนาร่างกาย และจิตใจ<sup>๒</sup>

บอลเดล (Boydell) ได้กล่าว การพัฒนาตนเอง เป็นความพยายามทำสิ่งต่างๆ ให้สำเร็จด้วยตนเอง ซึ่งเกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงตัวเอง มีความสามารถใหม่ๆ มีความคิดเห็นแตกต่างไปจากเดิม มีความรู้สึกใหม่เกิดขึ้น ทำให้รู้สึกว่าเป็นคนดีขึ้น<sup>๓</sup>

เมกกินสัน และ เพดเลอร์ (Meginson and Peddler) กล่าวถึง การพัฒนาตนเองว่าเป็นการที่ผู้เรียนรู้มีความต้องการเปลี่ยนแปลงสภาพของตนเองไปสู่สิ่งใหม่ๆ ผู้เรียนตัดสินใจด้วยตนเองว่า เป็นการเลือกจะเรียนอะไร เมื่อไรและอย่างไร เพื่อให้เกิดการพัฒนาทักษะ ความรู้ ความสามารถในการทำงาน การเลือกพัฒนาตนเองจะมีผลต่อการปฏิบัติงานในความรับผิดชอบของตน<sup>๔</sup>

จากความหมายต่างๆ ที่กล่าวสามารถสรุปได้ว่า การพัฒนาตนเอง คือ การที่บุคคลพยายามที่จะปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเองด้วยตนเองให้ดีขึ้นกว่าเดิม เหมาะสมกว่าเดิมทำให้สามารถดำเนินกิจกรรม แสดงพฤติกรรม เพื่อสนองความต้องการ แรงจูงใจ หรือเป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้ และการพัฒนาตนคือการพัฒนาศักยภาพของตนเองด้วยตนเองให้ดีขึ้นทั้งร่างกาย และจิตใจ อารมณ์ และสังคม เพื่อให้ตนเองเป็นสมาชิกที่มีประสิทธิภาพของสังคมเป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น ตลอดจนเพื่อการดำเนินชีวิตอย่างสันติสุขของตน

<sup>๒</sup> วิเชียร แก่นไร, “การพัฒนาตนเองของผู้บริหารโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสุพรรณบุรี”, *วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๕๒), หน้า ๑๐.

<sup>๓</sup> อ่างใน เปาวลี วิมูลชาติ, “การศึกษาควรรู้ความสามารถของตนเองและความต้องการพัฒนาตนเองของข้าราชการกรมการทหารสื่อสาร”, *การวิจัยส่วนบุคคล*, (คณะศิลปศาสตร์: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๙), หน้า ๑๙.

<sup>๔</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๐.

### ๒.๑.๒ จุดมุ่งหมายของการพัฒนาตนเอง

การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์หรือการพัฒนากำลังคนเป็นการมุ่งส่งเสริมให้คนเป็นผู้ที่มีทักษะ ความรู้ ความสามารถ รู้จักพัฒนาตนเอง<sup>๕</sup> การพัฒนาตนเองเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นสำหรับมนุษย์ทุกคนที่หวังความเจริญก้าวหน้าและความสุขในชีวิต ตลอดจนความสำเร็จในการทำงาน<sup>๖</sup> โดยที่จุดมุ่งหมายของการพัฒนาตนเองของแต่ละบุคคลย่อมแตกต่างกันออกไปตามความคาดหวัง

ดังนั้น การพัฒนาตนเองได้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในสังคมโลก การพัฒนาตนเองจึงมีความสำคัญที่เป็นการเตรียมตนให้พร้อมในด้านต่างๆ เพื่อรับกับสถานการณ์ทั้งหลาย สามารถปรับปรุงข้อบกพร่อง และส่งเสริมให้พัฒนาพฤติกรรมที่เหมาะสม เสริมสร้างคุณลักษณะที่สังคมต้องการโดยมีการวางแผนทางให้ตนเองสามารถพัฒนาไปสู่เป้าหมายได้

๑. เพิ่มพูนความรู้ ความคิด ทักษะและความชำนาญให้กับตนเอง โดยจะต้องเตรียมตัวพัฒนาตนเองในหลายๆ ด้าน เช่น การเรียนรู้ภาษาต่างประเทศ การเรียนรู้เทคโนโลยีสารสนเทศ การเข้าใจถึงสภาพร่างกายของตนเอง ตลอดจนบำรุงรักษาสุขภาพอนามัยให้แข็งแรงสมบูรณ์ ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ และการเรียนรู้ศาสตร์ต่างๆ ที่จำเป็นแก่การประกอบอาชีพทั้งภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติ<sup>๗</sup> เพื่อให้สามารถเลี้ยงตนเองได้ มีความพึงพอใจในชีวิตและการทำงานนำตนเองไปสู่ความดีงามและทำประโยชน์แก่สังคมได้<sup>๘</sup>

๒. เพื่อพัฒนาเปลี่ยนแปลงเจตคติ และความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์และสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ อันจะช่วยพัฒนามนุษย์ให้เป็นคนดีมีน้ำใจแห่งการเสียสละใจกว้างรู้จักให้เกียรติผู้อื่น และช่วยลดความเห็นแก่ตัวของตน เพื่อเพิ่มความมีใจสูงในตัวเองให้มากขึ้น<sup>๙</sup> สิ่งเหล่านี้จะเป็นผลดีต่อตนเอง ต่อคนอื่น และต่อหน่วยงาน ซึ่งเป็นการส่งเสริมคุณภาพชีวิตแก่สมาชิกในหน่วยงาน และสังคมให้ดียิ่งขึ้น<sup>๑๐</sup>

<sup>๕</sup> สถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนาประเทศไทย, วิกฤตการสู่การยั่งยืน: ธรรมชาติของการพัฒนาที่ยั่งยืน, (กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนาประเทศไทย, ๒๕๔๑), หน้า ๑๗.

<sup>๖</sup> แสวง สารสิทธิ์, การพัฒนาตน, (เลย: สถาบันราชภัฏเลย, ๒๕๓๕), หน้า ๑.

<sup>๗</sup> สงวน สุทธิเลิศอรุณ, พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนา, (กรุงเทพมหานคร: อักษรพิพัฒน์, ๒๕๔๓), หน้า ๑๒๗-๑๒๘.

<sup>๘</sup> พิสิทธิ์ สารวิจิตร, “การพัฒนาตนเองกับการป้องกันปัญหาสุขภาพของตนและสังคม”, วารสารบัณฑิตศึกษา, ปีที่ ๑ (กันยายน ๒๕๔๐): ๘๓-๘๗.

<sup>๙</sup> สงวน สุทธิเลิศอรุณ, พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนา, หน้า ๑๒๗-๑๒๘.

<sup>๑๐</sup> เรียม ศรีทอง, พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน, (กรุงเทพมหานคร: เจริญเวฟ เอ็ดดูเคชั่น, ๒๕๔๒), หน้า ๑๖๔-๑๖๕.

จากแนวคิดข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า ก้าวพัฒนาตนเองมีจุดมุ่งหมาย ในการเพิ่มศักยภาพทั้งด้านความรู้ ความสามารถ ให้แก่ตนเอง ทั้งยังสามารถนำเอาวิทยาการใหม่ๆ มาปรับใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยมุ่งให้เกิดความสำเร็จในการทำงาน และชีวิต

### ๒.๑.๓ แนวคิดที่ใช้ในการพัฒนาตนเอง

จอห์น อีเลียต และเกรแฮม วิลเลียม (Kemp & Williams) เป็นอาจารย์ประจำวิชาบริหาร การศึกษาของเซฟฟิลด์ซิตีโพลีเทค ประเทศอังกฤษ ได้เสนอรูปแบบการพัฒนาตนเองที่เรียกว่า การพัฒนาสมรรถภาพในวิชาชีพ คือการพัฒนาตนเองด้วยการทำให้ตนเองเป็นผู้ที่มีสมรรถภาพในวิชาชีพ ของตนเอง ซึ่งผู้ที่จะเป็นผู้ที่มีสมรรถภาพของงาน ๓ ระดับ<sup>๑๑</sup> แนวคิดดังกล่าวสอดคล้องกับดैनัย เทียน พุฒ ซึ่งกล่าวถึงองค์ประกอบสำคัญในการเรียนรู้ของคนในการฝึกอบรมและพัฒนาว่า ประกอบด้วย ๓ องค์ประกอบ นั่นคือ<sup>๑๒</sup>

#### ๑. ความรู้ (knowledge) บุคคลผู้ปฏิบัติงานควรมีความรู้ในเรื่องต่อไปนี้

๑.๑ ความรู้เกี่ยวกับข้อเท็จจริงในองค์การ เช่น วัตถุประสงค์หรือเป้าหมายของ องค์การ เป็นต้น

๑.๒ ความรู้เกี่ยวกับวิชาชีพ เช่น ความรู้ความเข้าใจในงานที่ตนปฏิบัติ

๒. ทักษะ (skill) คือความสามารถในการทำในสิ่งที่รู้ได้อย่างมีความเชี่ยวชาญ เพียงพอ ทักษะที่จะเพิ่มพูนสมรรถภาพในการทำงานได้แก่

๒.๑ ทักษะที่เกี่ยวกับคน (skill with people) เช่น ทักษะในการเป็นผู้นำและผู้ตาม ทักษะในการกระตุ้นหรือจูงใจ เป็นต้น

๒.๒ ทักษะเกี่ยวข้องกับวัตถุสิ่งของ (skill with things) เช่น ทักษะในการใช้วัสดุ อุปกรณ์ในสำนักงาน เป็นต้น

๒.๓ ทักษะในการทำตนให้ทันสมัยต่อเหตุการณ์ (updating skill) เช่น การปรับตัว ให้เป็นบุคคลที่ทันสมัยต่อเหตุการณ์อยู่เสมอ การนำความรู้และวิธีใหม่ๆ มาปรับปรุงพัฒนางาน เป็นต้น

๓. เจตคติ (Attitude) เป็นการเรียนรู้เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมพฤติกรรมหรือแบบในการ ทำงานโดยการปรับให้เป็นคนที่มีเหตุผล เข้าใจถึงความคิดและความรู้สึกของตนเอง เช่น ความตั้งใจ

<sup>๑๑</sup> อังโน เปาวลี วิมูลชาติ, “การศึกษาควรรับรู้ความสามารถของตนเองและความต้องการพัฒนาตนเองของข้าราชการกรมการทหารสื่อสาร”, การวิจัยส่วนบุคคล, หน้า ๒๑-๒๒.

<sup>๑๒</sup> ดैनัย เทียนพุฒ, กลยุทธ์การพัฒนาดนัย : สิ่งท้าทายความสำเร็จของธุรกิจ, (กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๗), หน้า ๖๕-๖๗.

จริงเพื่อที่จะทำงานให้บรรลุเป้าหมาย มีการเตรียมการ คาดการณ์ล่วงหน้ามีความคิดสร้างสรรค์ สามารถควบคุมอารมณ์ได้ เป็นต้น และของผู้อื่น เช่น ยอมรับฟังความเห็นของผู้อื่นไว้วางใจเพื่อนร่วมงาน เป็นต้น นอกจากนี้ยังต้องมีคุณธรรมขั้นพื้นฐาน เช่น ความซื่อสัตย์สุจริต ความเสียสละ เป็นต้น

จากการศึกษาแนวความคิดต่าง ผู้วิจัยจึงสนใจจะปรึกษาความต้องการพัฒนาตนเอง โดยเน้นรูปแบบการพัฒนาตนเองที่เรียกว่า การพัฒนาสมรรถภาพในวิชาชีพ ตามแนวคิด ของ จอห์น อีเลียต เคมป์ และเกรเลียม โดยแบ่งความต้องการพัฒนาตนเองเป็น ๓ ด้าน คือ การพัฒนาด้านความรู้ การพัฒนาด้านทักษะ และการพัฒนาด้านเจตคติ

### ๒.๑.๔ วิธีการพัฒนาตนเอง

วิธีการหรือกิจกรรมในการพัฒนาตนเองนั้น สามารถทำได้หลายวิธี ขึ้นอยู่กับผู้ที่ต้องการพัฒนาตนเองตามแนวคิดของบอยเดล (Boydell) ซึ่งมีวิธีการในการพัฒนาตนเองที่หลากหลายและครอบคลุมวิธีพัฒนาตนเองของวิชาการหลายท่าน โดยบอยเดล แสดงความคิดเห็นไว้ดังต่อไปนี้<sup>๑๓</sup>

๑. วิธีการพื้นฐานในการพัฒนาตนเอง จะประกอบไปด้วยกิจกรรม ๔ กิจกรรม คือ

#### ๑.๑ การจดบันทึกส่วนตัว

การจดบันทึกส่วนตัวเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการพัฒนาตนเอง โดยอาจบันทึกเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในแต่ละวัน เช่น ภารกิจสำคัญ เพื่อ กันลืมน ผลงานความสำเร็จด้านต่างๆ เป็นต้น

#### ๑.๒ การพิจารณาย้อนหลัง

เป็นการพิจารณาถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในแต่ละวัน โดยเริ่มจากพฤติกรรมล่าสุดแล้วพิจารณาทบทวนย้อนหลังขึ้นไปจนถึงตื่นนอนตอนเช้า ซึ่งการพิจารณาย้อนหลังแบบนี้จะช่วยให้เรามองเห็นว่า เราได้ประพฤติปฏิบัติอย่างไร และมีเหตุผลอะไรแล้ว ยังช่วยให้มีโอกาสพัฒนาความคิดอย่างมีเหตุผล และช่วยพัฒนาความจำอีกด้วย

#### ๑.๓ การทบทวนสิ่งที่เกิดขึ้น

เป็นการคิดถึงประสบการณ์ที่ผ่านมาอย่างไตร่ตรอง ซึ่งเป็นกระบวนการทำให้ประสบการณ์ที่ผ่านมามีความหมายเพื่อนำไปสู่การเรียนรู้และการพัฒนา

#### ๑.๔ การพัฒนาจิตใต้สำนึก

บุคคลที่มีจิตใต้สำนึกซึ่งเป็นความเห็น ความรู้สึก ความสามารถ และให้คำแนะนำแก่ตนเองได้ตลอดเวลา โดยเฉพาะเมื่อต้องเผชิญการตัดสินใจที่ยากลำบาก วิธีในการพัฒนาจิตใต้สำนึก

<sup>๑๓</sup> อังโน เปาวลี วิมูลชาติ, “การศึกษาควรรับรู้ความสามารถของตนเองและความต้องการพัฒนาตนเองของข้าราชการกรมการทหารสื่อสาร”, การวิจัยส่วนบุคคล, หน้า ๒๒-๒๕.

คือ ปล่อยให้ปัญหาผ่านไปมีสมุดบันทึกติดตัวการตรวจสอบแรงจูงใจฟังความคิด ความรู้สึก และ ความมุ่งมั่นของตนเองพูดกับตัวเองหรือใช้วิธีการหยุดเฉย

#### ๑.๕ ความกล้าในการลองสิ่งใหม่ๆ

คุณสมบัติประการหนึ่งที่สำคัญของการพัฒนาตนเอง คือ ความกล้าการพัฒนาความ กล้าวิธีหนึ่ง คือ การให้ผู้อื่นร่วมรู้ปัญหา ให้กำลังใจและสร้างความตั้งใจที่แน่วแน่ให้ต่อเนื่องกัน เป็น ผลสะท้อนจากการทำงานเป็นกลุ่ม การรับฟังปัญหาและวิธีปัญหาของผู้อื่นอาจทำให้เกิดแรงบันดาลใจอย่างมาก

#### ๑.๖ การทดลองความประพฤตินรูปแบบใหม่

การพัฒนาที่ดีคือ การพยายามลองทำสิ่งต่างๆ ด้วยวิธีใหม่อย่างรอบคอบทำให้ บุคคลเกิดขึ้นได้จากการประเมินตนเองหรือการศึกษาข้อความที่จดในบันทึกประจำวัน หรือคำวิจารณ์ ของผู้ร่วมงาน ทำให้อยากเปลี่ยนพฤติกรรมที่แตกต่างจากเดิม แต่จำเป็นต้องมีความมุ่งมั่นและความ กล้าเพียงพอ เช่น เปลี่ยนพฤติกรรมในชีวิตประจำวันลองพูดคุยกับคนแปลกหน้าอย่างน้อยหนึ่งคนต่อ วัน จะทำให้มีการพัฒนาตนเองในด้านต่างๆได้ การจกบันทึกสำหรับวิธีนี้เป็นการเน้นถึงการ เปลี่ยนแปลง สิ่งที่ได้ทำต่างไปจากเดิมทุกวันจะช่วยให้เห็นการพัฒนาความสามารถด้านการ เปลี่ยนแปลง สิ่งที่ได้ทำต่างไปจากเดิมทุกวันจะช่วยให้เห็นการพัฒนาความสามารถด้านการ เปลี่ยนแปลงอันเป็นสิ่งสำคัญของการพัฒนาตนเอง

#### ๑.๗ การปรับปรุงพลังความตั้งใจ

พลังตั้งใจที่เข้มแข็งเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการพัฒนา ซึ่งสามารถทำให้เข้มแข็งได้ด้วยการฝึกใช้เป็นประจำ

#### ๑.๘ การเปิดใจให้กว้าง

เมื่อเผชิญกับสถานการณ์ ที่มีผู้ที่ไม่เห็นด้วย ให้ถามตนเองว่าเปิดใจกว้างหรือมีความ ลำเอียงอยู่หรือไม่ ให้มองสถานการณ์จากแง่คิดบุคคลนั้นให้มาก พยายามเข้าใจว่าเขาจึงมีทรศนะ เช่นนั้น การทำเช่นนี้ เป็นการแสดงความรู้สึกที่เป็นกลางเพื่อยอมรับกระแสความคิดต่างๆ กิจกรรมนี้ หากทำร่วมกับผู้อื่นจะเป็นการดีโดยเฉพาะผู้ที่มีความคิดเห็นไม่ตรงกัน

#### ๑.๙ การจัดการกับส่วนดีและส่วนเสีย

ส่วนดีและส่วนเสียที่มีอยู่ในตัวบุคคลจะส่งผลกระทบต่อสิ่งที่กระทำและลักษณะ วิธีการกระทำของบุคคล การรู้ถึงวิธีปฏิบัติให้ถูกต้องจะเป็นประโยชน์มากที่สุดในการพัฒนาตนเองโดย การเขียนลักษณะพื้นฐาน เช่น บุคลิก อุปนิสัย ทัศนคติ ทั้งที่ดีและไม่ดีไว้เท่าๆกัน แล้วนำกลับมาอ่าน ซ้ำๆ เพื่อจะได้เห็นส่วนประกอบสำคัญภายในตนเอง เราควรใช้ส่วนดีให้เกิดประโยชน์ในเวลาที่เหมาะสมต้องพยายามควบคุมส่วนเสียไว้เปลี่ยนเป็นสิ่งดีเพื่อใช้ให้เป็นประโยชน์



## ๒. วิธีการปรับปรุงความคิด ประกอบด้วย

๒.๑ การอ่าน ควรอ่านเรื่องที่เกี่ยวข้องกับวิชาชีพ และเรื่องที่สำคัญต่อองค์กรของตนเองโดยตรง

๒.๒ การจดบันทึก เป็นการบันทึกควบคู่ไปกับการอ่านหรือใช้ในกรณีฟังบรรยายการประชุม แต่มีใช้การคัดลอกคำต่อคำ

๒.๓ การประมวลตารางข้อมูลเป็นการทำตารางวิเคราะห์ความคิดในสถานการณ์จริงที่เกิดขึ้นเพื่อเป็นประโยชน์ในการตัดสินใจ เช่น วิเคราะห์ลักษณะเด่นของบุคคลรอบข้าง

๒.๔ การจดจำสิ่งต่างๆ เป็นการจดจำโดยการใช้สมุดจดบันทึก เป็นเทคนิคการจำอย่างเป็นระบบ

๒.๕ การคิดอย่างมีเหตุผล หมายถึง ความสามารถในการคิดถึงความเชื่อมโยงระหว่างทัศนคติกับเหตุผล ถ้าใช้เป็นประจำจะเพิ่มความสามารถได้ เช่น การทบทวนสิ่งที่ทำลงไปโดยทำเป็นแผนภูมิ แสดงกระบวนการปฏิบัติงานเป็นขั้นตอน

## ๓. วิธีอื่นบางประการเพื่อพัฒนาตนเอง ประกอบด้วย

๓.๑ การอบรมตามหลักสูตร เป็นวิธีการพัฒนาตนเองหนึ่งซึ่งเป็นที่ยอมรับและแพร่หลายที่สุด แต่อาจมีข้อเสีย คือ สิ้นเปลืองงบประมาณและเวลา แต่การฝึกอบรมจะมีประโยชน์ถ้าได้ตั้งวัตถุประสงค์ไว้ก่อน แต่ทั้งนี้ต้องทำการศึกษาให้เสียเสียก่อนว่าเป็นหลักสูตรที่มีคุณภาพและเหมาะสมกับผู้เข้าอบรมหรือไม่

๓.๒ การเรียนรู้ในหลักสูตรระยะสั้น ในปัจจุบันหลักสูตรที่ใช้เอกสารหรือหนังสือด้วยตนเองมีจำนวนเพิ่มขึ้นเป็นลำดับ โดยหนังสือประกอบด้วยแบบฝึกหัดหรือกิจกรรมซึ่งออกแบบขึ้นเพื่อช่วยการเรียนรู้ในแง่มุมต่างๆ กัน

๓.๓ การสอนและฝึกผู้อื่นๆ วิธีนี้เป็นวิธีที่ดีในการพัฒนาตนเองอีกวิธีหนึ่ง

๓.๔ การจัดทำโครงการพิเศษ เป็นการที่บุคคลได้มีโอกาสเป็นหัวหน้าโครงการหรือเป็นผู้จัดโครงการต่างๆ เช่น โครงการอบรมความรู้เกี่ยวกับการทำงานให้บุคลากรในหน่วยงาน ฯลฯ

๓.๕ การเป็นสมาชิกองค์การวิชาชีพ และสมาคมต่างๆ วิธีนี้ช่วยส่งเสริมการพัฒนาตนเองได้ดี เพราะจะทำให้มีโอกาสติดต่อกับผู้ที่มีความสนใจประเภทเดียวกัน

๓.๖ การเขียนบทความลงวารสาร เป็นวิธีการหนึ่งที่จะทำให้ผู้บริหารได้พัฒนาตนเองเพราะจะได้ค้นคว้ามากมายกว่าจะกลั่นกรองเป็นบทความได้

## ๔. วิธีการพัฒนาความแข็งแรง การพักผ่อน และแง่มุมบางประการตนเองประกอบด้วย

๔.๑ ความแข็งแรงการพักผ่อนและการคิดคำนึงจะเป็นการสร้างความแข็งแรงของร่างกาย การสร้างสมาธิและจิต เช่น การออกกำลังกาย การฝึกหายใจ การทำสมาธิ

๔.๒ การปรับปรุงอารมณ์ บุคคลต้องยังรู้สึกลักษณะอารมณ์และผลที่มีต่อตัวเองโดยจะต้องมีสติสัมปชัญญะเพื่อจะได้ควบคุมและตระหนักว่ากำลังจะเกิดอะไรขึ้น และเพื่อไม่ให้ตกเป็นทาสอารมณ์ของตนเอง วิธีการที่ดีที่สุดอย่างหนึ่ง คือ การรับรู้ เมื่อเกิดเหตุการณ์ขึ้นต้องสังเกตว่ามีอารมณ์อย่างไรที่ตอบสนองถ้าไม่เหมาะสมต้องพยายามควบคุมไว้

#### ๕. วิธีการให้ผู้อื่นมีส่วนร่วมในการพัฒนา ประกอบด้วย

๕.๑ การเข้าร่วมสนทนา เป็นการให้ความสนับสนุนและรับฟังสิ่งที่ต้องการบอก รวมทั้งการพัฒนา โดยควรรัดพบอย่างน้อยเดือนละ ๑ ครั้ง และใช้เวลาอย่างน้อย ๑ ชั่วโมง การพบกันควรสนทนาทุกเรื่องที่ต้องการพัฒนาตนเองการเลือกเพื่อเข้าร่วมสนทนาควรเป็นผู้ที่กำลังพัฒนาตนเองด้วยเช่นกันอาจเป็นเพื่อนร่วมงาน หรือ เพื่อนภายนอกหน่วยงาน

๕.๒ การเข้ากลุ่ม การพัฒนาองค์การในลักษณะกลุ่มตามความคิดของบอยเดล (Boydell) ประกอบด้วยจำนวนคนประมาณ ๖-๑๐ คน ปกติจะพบกันประมาณเดือนละครั้ง ระยะเวลาการรวมกลุ่มอย่างน้อยครั้งละ ๔ ชั่วโมงสมาชิกในกลุ่มต้องเลือกว่าจะมุ่งที่เลือกงานหรือพัฒนาเรื่องอื่นๆ เช่น ครอบครัวยุทธศาสตร์ทางสังคม แต่ขั้นตอนการค้นหาประเด็นจะคล้ายกัน คือ แต่ละบุคคลต้องดำเนินงานด้วยตนเองในช่วงที่ไม่ได้พบกัน เพื่อนำเรื่องของตนมาสนทนากันในการประชุมครั้งต่อไป เพื่อฟังคำวิจารณ์ ทศนคติ แรงสนับสนุนจากสมาชิกคนอื่นๆ ในกลุ่ม

โดยสรุปแล้วจะพบว่า การพัฒนาตนเองนั้นมีความจำเป็นอย่างยิ่งเพราะวัฒนธรรมและความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี นวัตกรรมสมัยใหม่ทำให้มนุษย์ต้องปรับตัวให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลง ดังคำกล่าวที่ว่า “เมื่อสถานการณ์เปลี่ยน คนต้องเปลี่ยน หากคนใดไม่เปลี่ยนก็ต้องเปลี่ยนคน” คนที่มีการพัฒนาตนเองให้ทันต่อสถานการณ์อย่างสม่ำเสมอจึงเป็นบุคคลคุณภาพต่อการทำงาน ส่วนคนที่ไม่ยอมปรับปรุงพัฒนาตนเองย่อมกลายเป็นคนล้าหลังและเป็นคนที่ไม่มีคุณภาพขององค์กร การพัฒนาตนเองจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งในการทำงานและการดำรงชีวิตในปัจจุบัน แต่การพัฒนาตนเองในมุมมองนี้เป็นการพัฒนาตนเองแบบพื้นฐานเพื่อตอบสนองการเปลี่ยนแปลงเท่านั้น ไม่ใช่การพัฒนาตนเองเพื่อให้บรรลุถึงเป้าหมายสูงสุดของชีวิต การพัฒนาตนเองจึงเป็นการพัฒนาไปตามสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปเท่านั้น สำหรับพระพุทธศาสนาได้มีหลักธรรมสำหรับการพัฒนาตนเอง แต่มีเป้าหมายเชิงจริยศาสตร์ในหลายระดับที่ต่อยอดกับขึ้นไปจนถึงความพ้นทุกข์อย่างสิ้นเชิงคือพระนิพพาน การพัฒนาตนเองในพระพุทธศาสนาจึงเป็นการพัฒนาที่ครอบคลุมทั้งกายภาพ คุณธรรม และจิตวิญญาณ โดยประมวลสรุปลงในหลักธรรมที่เรียกว่า มงคลสูตร

## ๒.๒ ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับมงคลสูตร

มงคลสูตรเป็นพระสูตรสำคัญพระสูตรหนึ่งของพระพุทธศาสนา เป็นพระสูตรที่พระสงฆ์นำมาเจริญเป็นพุทธมนต์ในงานพิธีทั่วไป มีหลักฐานปรากฏในพระไตรปิฎก ซึ่งพระพุทธเจ้าได้ตอบปัญหาแก่เวทดา และกลายเป็นข้อสรุปในประเด็นเรื่องของมงคลที่มีการถกเถียงกันมาอย่างยาวนาน ในชมพูทวีป องค์ธรรมในมงคลสูตรมีทั้งหมด ๓๘ ประการ เป็นหลักของการพัฒนาตนเองตามลำดับ ตั้งแต่ขั้นพื้นฐานคือการมีชีวิตที่สมบูรณ์ในความเป็นมนุษย์จนถึงขั้นสูงสุดคืออมตธรรมในพระพุทธศาสนา ได้แก่ พระนิพพาน มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

### ๒.๒.๑ ความเป็นมาของมงคลสูตร

ในคัมภีร์ปรมัตถโชติกา อรรถกถามงคลสูตร ได้แสดงถึงเรื่องมูลเหตุของการเกิดมงคล ปัญหาที่มีความว่าในชมพูทวีปเมื่อสมัยพุทธกาลนั้นมหาชนจะชุมนุมกันในสถานที่ต่างๆ เช่น สถานที่ใกล้ประตูเมืองบ้าง สถานที่ราชการบ้าง มีการมอบทรัพย์เงินทองเพื่อจ้างให้คนเล่าเรื่องต่างๆ มีเรื่องนางสีดาเป็นต้น ซึ่งเรื่องเล่าบางเรื่องต้องใช้เวลามากกว่าจะจบ และในสถานที่นั้นวันหนึ่งได้มีปัญหาถามขึ้นมาว่า “อะไรคือมงคล” ซึ่งเจ้าวาหะทั้งหลายต่างก็พยายามที่จะตอบคำถามนี้ โดยนายทูลมั่งคิลิกะได้เสนอว่า “สิ่งที่เห็นเป็นมงคลในโลก” รูปต่างๆ ในโลกนี้เมื่อบุคคลได้เห็นแล้วเป็นมงคล เช่น เห็นหญิงมีครรภ์ เห็นเด็กรุ่มนุ่มตักแต่งเครื่องประดับกาย เห็นแม่ที่มีน้ำอยู่เต็มเป็นต้น ข้อเสนอที่ถูกหักล้างจากนายสุตมั่งคิลิกะว่า รูปที่ตาเห็นนั้นแท้จริงแล้วย่อมมีทั้งสิ่งที่ดีและสิ่งที่ไม่ดี เช่น บางครั้งเห็นสิ่งที่ไม่สะอาด เห็นสิ่งที่ไม่ชอบใจ เป็นต้น ถ้าตาเห็นสิ่งที่ไม่ดีเช่นนั้นจะถือว่าการเห็นนั้นเป็นมงคลได้อย่างไร แล้วนายสุตมั่งคิลิกะก็ได้เสนอความคิดเห็นของตนขึ้นมาว่า “เสียงที่ได้ยินต่างหากเป็นมงคล” คนบางคนในโลกนี้ลุกขึ้นแต่เช้า ได้ยินเสียงว่าเจริญแล้ว เจริญอยู่ ใจดี เป็นต้น เสียงที่ได้ยินเหล่านี้เป็นมงคล ซึ่งข้อเสนอของนายสุตมั่งคิลิกะนี้ก็ถูกหักล้างโดยชายคนหนึ่งชื่อมุตมั่งคิลิกะ โดยเขาได้กล่าวว่า แท้จริงแล้วย่อมได้ยินเสียงที่ดีบ้าง ไม่ดีบ้าง ที่ชอบใจบ้าง ไม่ชอบใจบ้าง ซึ่งเสียงที่ไม่ดีไม่ชอบใจเหล่านั้นจะเป็นมงคลได้อย่างไร โดยนายมุตมั่งคิลิกะก็ได้เสนอว่า “สิ่งที่ทราบแล้วต่างหากที่เป็นมงคล” เช่น คนบางคนลุกขึ้นแต่เช้า สูดกลิ่นดอกไม้ที่มีกลิ่นหอม จับต้องแผ่นดิน เป็นต้น อารมณ์ที่ใจรับรู้เหล่านี้ต่างหากที่เป็นมงคล ในบรรดาผู้เสนอแนวคิดผู้ ๓ คนนี้ ต่างก็ไม่มีใครสามารถที่จะทำให้อีกสองฝ่ายยินยอมได้ และด้วยเหตุแห่งการถกเถียงนี้ ปัญหาเรื่องมงคลก็ได้แพร่ไปทั่วชมพูทวีป เมื่อบรรดามนุษย์ทั่วชมพูทวีปต่างก็ถกกันเป็นพวกๆ พวกหนึ่งคิดว่าอะไรหนอเป็นมงคลเหล่าเวทดาทั้งหลายที่อยู่ใกล้ชิดมนุษย์ฟังเรื่องนั้นแล้ว ก็พากันคิดมงคลทั้งหลายเหมือนกันและเหล่าเวทดาในชั้นสูงๆ ขึ้นไปเมื่อได้ฟังเรื่องจากเวทดาชั้นต้นๆ แล้วก็พากันคิดมงคลอย่างนั้นเหมือนกัน โดยนัยนี้การคิดเรื่องมงคลได้แผ่ขยายไปในที่ทุกแห่งจนถึงหมื่นจักรวาล แต่ถึงกระนั้นก็ยังไม่มีใครสามารถที่จะวินิจฉัยได้อย่างเด็ดขาด

เมื่อเวลาล่วงไป ๑๒ ปี เหล่าเทวดาชั้นดาวดึงส์ปรึกษากันแล้วนำปัญหานี้ไปทูลถามท้าวสักกะเทวราช ท้าวสักกะตรัสถามว่าเรื่องมงคลนี้เกิดที่ไหนก่อน เมื่อทราบว่าเป็นเรื่องมงคลเกิดในมนุษย์ก่อน ท้าวสักกะจึงถามเหล่าเทวดาว่าพระสัมมาสัมพุทธเจ้าประทับอยู่ที่ไหนและมีใครได้ทูลถามพระพุทธรองค์หรือยัง เทวดาเหล่านั้นทูลว่าพระพุทธรองค์ประทับอยู่ในมนุษย์โลกและยังไม่มีใครได้ทูลถาม ดังนั้น ท้าวสักกะเทวราช จึงมีเทวบัญชาให้เทพบุตรองค์หนึ่งเป็นผู้ทูลถามพระผู้มีพระภาคเจ้าบรรดาทวยเทพทั้งหลายจึงพากันไปยังเชตะวันมหาวิหารเพื่อทูลถามมงคลปัญหากับพระพุทธรองค์และพระพุทธรองค์ก็ได้ทรงแสดงมงคลสูตรแก่เทวดาเหล่านั้น<sup>๑๔</sup>

### ๒.๒.๒ องค์ธรรมในมงคลสูตร

มงคลปัญหาที่พระพุทธรองค์ทรงแสดงแก่เหล่าเทวดาและทรงแสดงแก่พระอานนทีกครั้งหนึ่งในภายหลังนั้นประกอบด้วยองค์ธรรมทั้งสิ้น ๓๘ ประการ เนื้อหาขององค์ธรรมทั้ง ๓๘ ประการนี้ปรากฏในพระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย มีดังต่อไปนี้

การไม่คบคนพาล	การคบบัณฑิต
การบูชาคนที่ควรบูชา	นี้เป็นมงคลอันสูงสุด
อยู่ในถิ่นที่เหมาะสม	การได้สร้างบุญไว้ในปางก่อน
การตั้งตนไว้ชอบ	นี้เป็นมงคลอันสูงสุด
ความเป็นพหูสูต	ความเป็นผู้มีศิลปะ
วินัยที่ศึกษามาดี	วาจาสุภาสิต นี้เป็นมงคลสูงสุด
การบำรุงมารดาบิดา	การสงเคราะห์บุตร
การสงเคราะห์ภรรยา	การงานที่ไม่อาภูล นี้เป็นมงคลอันสูงสุด
การให้ทาน	การประพฤติธรรม
การสงเคราะห์ญาติ	การงานที่ไม่มีโทษ นี้เป็นมงคลอันสูงสุด
การงดเว้นจากบาป	การงดเว้นจากการดื่มน้ำเมา
ความไม่ประมาทในธรรม	นี้เป็นมงคลอันสูงสุด
ความเคารพ	ความถ่อมตน
ความสันโดษ	ความกตัญญู
พึงธรรมตามกาล	นี้เป็นมงคลอันสูงสุด

<sup>๑๔</sup> ขุ.ขุ.อ. ๑/๑๖๓-๑๖๘.

ความอดทน	ความเป็นคนว่าง่าย
การพบเห็นสมณะ	การสนทนาธรรมตามกาล นี้เป็นมงคลอันสูงสุด
การเผาผลาญบาป	การประพฤติพรหมจรรย์
การเห็นอริยสัจ	การทำนิพพานให้แจ้ง นี้เป็นมงคลอันสูงสุด
จิตของผู้ที่ถูกโลกธรรมกระทบแล้วไม่หวั่นไหว	
จิตไม่เศร้าโศก	จิตปราศจากอริย
จิตเกษม	นี้เป็นมงคลอันสูงสุด <sup>๑๕</sup>

องค์ธรรมในมงคลสูตรทั้ง ๓๘ ประการนี้ คือคำตอบของมงคลปัญหา ที่ได้สร้างความสับสนวุ่นวายทางความคิดให้แก่มหาชนชาวชมพูทวีปและเหล่าเทวดาในหมื่นจักรวาล เมื่อพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ส่งแสดงมงคลสูตรมีการถกเถียงเรื่องมงคลปัญหาที่ยืดเยื้อยาวนานถึง ๑๒ ปี ก็เป็นอันสิ้นสุดลง

### ๒.๒.๓ ความสำคัญของมงคลสูตร

มงคลสูตรเป็นเสมือนแบบสรูปคำสอนของพระพุทธเจ้าครอบคลุมประเด็นต่างๆ ทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ ตั้งแต่ในระดับเบื้องต้นจนถึงขั้นสูงสุด ในมงคลสูตรพระพุทธองค์ได้ทรงวางแนวปฏิบัติ เพื่อความก้าวหน้าแห่งชีวิตและจิตใจไว้อย่างครบถ้วนและเหมาะสม ทั้งในระดับฆราวาสและระดับของบรรพชิต จำแนกระดับความเข้มข้นขึ้นไปตามลำดับมีทั้งหมด ๓๘ ชั้น การศึกษาปฏิบัติตามคำสอนในหมวดนี้เปรียบเสมือนก้าวเข้าขั้นบันไดตั้งแต่ขั้นแรกไปจนถึงขั้นสูงสุด เมื่อบุคคลใดสามารถก้าวไปโดยการศึกษาปฏิบัติจนครบ ๓๘ ชั้นแล้ว ก็เป็นอันว่าบุคคลนั้นได้บรรลุผลสุดยอดของศาสนา

จากการที่คำสอนในมงคลสูตรมีเนื้อหาสาระครอบคลุมคำสอนในพุทธศาสนาทั้งหมด เรียงลำดับจากง่ายไปหายาก อันเป็นการเหมาะสมอย่างยิ่งสำหรับผู้ต้องการเผยแพร่คำสอนที่จะนำคำสอนบทนี้ไปเป็นแม่บทหนึ่งในการเทศน์สอน ดังจะเห็นได้จากพระนักเผยแผ่ธรรมะที่มีชื่อเสียง ได้ใช้คำสอนในหมวดมงคลสูตรนี้ เป็นแม่บทในการเทศน์สอนและแต่งตำราเป็นจำนวนมาก ตั้งแต่ในอดีตมาจนถึงปัจจุบัน นับตั้งแต่เมื่อประมาณ พ.ศ.๕๐๖ พระพุทธโฆษาจารย์ได้รจนาคัมภีร์อรรถปริมัตถ์พระโชติกาขึ้น อธิบายพระสูตรต่างๆ ในขุททกปิฎก ก็ได้อธิบายเนื้อหาความในมงคลสูตรนี้ให้เข้าใจง่ายขึ้น แต่ไม่ค่อยละเอียดมากนักใน พ.ศ.๒๐๖๗ พระศิริมิ่งคลาจารย์ ได้รจนาคัมภีร์มิ่งคลัตถที่ป็นภาษาบาลี ซึ่งนิยมเรียกตามภาษาไทยว่ามงคลที่ป็น คัมภีร์นี้ได้อธิบายขยายความมงคลสูตรไว้อย่างละเอียดลึกซึ้ง เป็นที่นิยมแพร่หลายในวงการศึกษาและปฏิบัติธรรม และใช้เป็นหลักสูตร

<sup>๑๕</sup> ขุ.ขุ. (ไทย) ๒๕/๓-๑๒/๗-๘.

สำหรับผู้เรียนบาลีประโยค ๔ และประโยค ๕ สำหรับในส่วนของสำนวนภาษาไทยอื่นๆ ที่มีผู้ใช้มงคลสูตรเป็นแม่บทในการเทศน์สอนและการแต่งตำราอย่างท่าน เช่น พระอุบาลีคุณูปมาจารย์ (จันทร์ สิริจันโท) วัดบรมนิวา สมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า (จวน อุฏฐายี ป.ธ.๙) วัดมกุฏกษัตริยาราม สมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า วัดพระศรีมหาธาตุ พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) วัดปากน้ำภาษีเจริญ พระเทพสิทธิมุนี (โชดก) วัดมหาธาตุ เป็นต้น

#### ๒.๒.๔ ความหมายของมงคล

คำว่า “มงคล” พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.๒๕๒๕ ได้อธิบายไว้ว่าหมายถึง “เหตุที่นำมาซึ่งความเจริญ”<sup>๑๖</sup> ในพจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์ ได้อธิบายไว้ว่าหมายถึง “สิ่งที่ทำให้มีโชคดี ตามหลักพระพุทธศาสนาหมายถึงธรรมที่นำมาซึ่งความสุขความเจริญ”<sup>๑๗</sup> และในหนังสือมงคลชีวิตของ ปิ่น มุกขนันต์ ได้แสดงความหมายจากการวิเคราะห์ศัพท์ คำว่า มงคล ในคัมภีร์ มังคละทีปนีไว้ว่า “...มงคลก็คือเหตุทั้งหลายอันจะทำให้บรรลุถึงความเจริญแห่งสมบัติทั้งปวง...คำว่า มงคล หมายถึง เหตุที่ทำให้สัตว์ทั้งหลายก้าวหน้า... อธิบายว่า ทำให้เขาบรรลุถึงความสำเร็จและความอุดม”<sup>๑๘</sup> เพราะฉะนั้น เมื่อก้าวโดยสรุป คำว่า “มงคล” จึงหมายถึงเหตุทั้งหลายอันจะทำให้บุคคลบรรลุถึงความสำเร็จ ได้จากความเจริญก้าวหน้าและได้รับสมบัติทั้งปวง

#### ๒.๒.๕ การแบ่งระดับขององค์ธรรมในมงคลสูตร

องค์ธรรมทั้งหมดในมงคลสูตรที่มีอยู่จำนวน ๓๘ องค์ธรรม หรือ ๓๘ มงคลนั้น ได้มีนักวิชาการทางด้านศาสนาจัดแบ่งออกเป็นหมวดหมู่ เท่าที่ปรากฏ เช่น พันเอกปิ่น มุกขนันต์ ในหนังสือมงคลชีวิต ภาค ๑ ได้มีการนำเสนอเนื้อหาในแต่ละมงคลโดยนำเสนอแผนภูมิการจัดลำดับองค์ธรรมในมงคลสูตรทั้ง ๓๘ ประการเป็นแบบขั้นบันไดอีกด้วย โดยมีมงคลในข้อต้นๆ เป็นส่วนฐานของบันได มีมงคลในลำดับท้ายๆ เป็นส่วนยอดของบันได และในหนังสือเล่มนี้ผู้เขียนได้ชี้ให้เห็นว่าองค์ธรรมในมงคลสูตรนั้นวางเรียงตามวิถีทางของการปฏิบัติจากต่ำไปหาสูง<sup>๑๙</sup> จากง่ายไปหายาก<sup>๒๐</sup> และจาก

<sup>๑๖</sup> ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.๒๕๒๕, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทอักษรเจริญทัศน์ อจท.จำกัด, ๒๕๓๘), หน้า ๖๒๖.

<sup>๑๗</sup> พระเทพเวที (ประยูรค์ ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: ด้านสุทธาการพิมพ์, ๒๕๓๑), หน้า ๒๑๐-๒๑๑.

<sup>๑๘</sup> ปิ่น มุกขนันต์, มงคลชีวิต ภาค ๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕), หน้า ๒๖.

<sup>๑๙</sup> ปิ่น มุกขนันต์, มงคลชีวิต ภาค ๓, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕), หน้า ๑๑๑.

ขั้นตอนการสร้างความก้าวหน้าทางชีวิตไปสู่การสร้างความก้าวหน้าทางจิต<sup>๒๑</sup> นอกจากนี้ในหนังสือเล่มนี้ยังได้กล่าวถึงการจัดหมวดหมู่ของมงคลไว้ด้วย<sup>๒๒</sup> แต่ไม่ได้เน้นความสำคัญมากนักเพียงแต่ชี้ให้เห็นภาพที่กว้างๆ ว่าคำสอนในมงคลสูตรทั้ง ๓๘ ประการนั้นสามารถจัดเป็นหมวดหมู่ได้อย่างไร

นอกจากหนังสือของพันเอกปิ่น มุทุกันต์แล้ว ยังมีหนังสือมงคลชีวิตฉบับ “ทางก้าวหน้า”<sup>๒๓</sup> ซึ่งเรียบเรียงโดยพระสมชาย ฐานวุฑฺโฒ แห่งวัดพระธรรมกาย อีกเล่มที่อธิบายและจัดกลุ่มหมวดหมู่ของมงคลสูตรไว้อย่างน่าสนใจ ในหนังสือเล่มนี้นอกจากจะได้นำเสนอเนื้อหาของแต่ละมงคลแล้ว ยังมีการนำเสนอของการจัดหมวดหมู่ในองค์ธรรมในมงคลสูตรไว้อย่างเป็นระบบระเบียบ โดยหนังสือเล่มนี้ได้แบ่งมงคลสูตรทั้ง ๓๘ ประการออกเป็น ๑๐ หมู่ และแบ่งมงคลทั้ง ๑๐ หมู่ออกเป็น ๒ ระดับ คือในมงคล ๕ หมู่และเป็นข้อปฏิบัติในระดับของการสร้างชีวิตและมงคล ๕ หมู่หลังเป็นข้อปฏิบัติในระดับของการฝึกจิต ซึ่งความจริงนั้นการแบ่งองค์ธรรมในมงคลสูตรทั้ง ๓๘ ข้อออกเป็น ๑๐ หมู่ก็ดี หรือการแบ่งองค์ธรรมออกเป็น ๒ ระดับก็ดี ได้มีการกล่าวถึงไว้แล้วในหนังสือมงคลชีวิตของพันเอกปิ่น มุทุกันต์ แต่หนังสือมงคลชีวิตฉบับ “ทางก้าวหน้า” ของ (พระสมชาย ฐานวุฑฺโฒ) ได้เน้นหรือได้ให้ความสำคัญในการจัดหมวดหมู่ขององค์ธรรมมากยิ่งขึ้น และได้ให้คำอธิบายเกี่ยวกับหมู่มงคลไว้พอสังเขปอีกด้วย<sup>๒๔</sup>

ประโยชน์ ส่งกลิ่น ได้ศึกษาวิเคราะห์กระบวนการพัฒนาตนเองตามแนวคำสอนในมงคลสูตร ได้แบ่งองค์ธรรมตามกระบวนการของการพัฒนาตนเองตามหลักคำสอนในพระพุทธศาสนา โดยวิเคราะห์จากหลักมงคลสูตร ออกเป็น ๒ ระดับ คือ องค์ธรรมระดับของการพัฒนาชีวิตเพื่อให้เป็นคนดีของสังคม และองค์ธรรมในระดับของการพัฒนาจิตเพื่อความสิ้นกิเลส ซึ่งแบ่งในแต่ละระดับนี้จะเป็นการแสดงให้เห็นถึงเป้าหมายของการพัฒนาตนเองตามแนวคำสอนในมงคลสูตร ดังจะแสดงในตารางที่ ๑ และตารางที่ ๒ ดังนี้<sup>๒๕</sup>

<sup>๒๐</sup> ปิ่น มุทุกันต์, **มงคลชีวิต ภาค ๒**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕), หน้า ๒๕๑.

<sup>๒๑</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๒๓-๓๒๔.

<sup>๒๒</sup> ปิ่น มุทุกันต์, **มงคลชีวิต ภาค ๑**, หน้า ๒๓๕-๒๓๗.

<sup>๒๓</sup> พระสมชาย ฐานวุฑฺโฒ, **มงคลชีวิต ฉบับ “ทางก้าวหน้า”**, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทฐานการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๔๓).

<sup>๒๔</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๕๗-๓๗๒.

<sup>๒๕</sup> ประโยชน์ ส่งกลิ่น, “การศึกษาวิเคราะห์กระบวนการของการพัฒนาตนเองตามแนวคำสอนในมงคลสูตร”, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**, (คณะศิลปศาสตร์: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๕), หน้า ๑๗-๑๘.

ตารางที่ ๑ แสดงกระบวนการของการพัฒนาตนตามแนวคำสอนในมงคลสูตรในระดับของการพัฒนาชีวิตเพื่อเตรียมความพร้อมของตนเอง

เป้าหมาย (ระดับ)	ขั้นตอน (หมู่มงคล)	วิธีการ (องค์ธรรม)
การพัฒนาชีวิตเพื่อเตรียมความพร้อมให้กับตนเอง	๑.การสร้างมาตรฐานกฎเกณฑ์ทางความคิดเห็นที่ถูกต้อง	๑.ไม่คบคนพาล ๒.คบบัณฑิต ๓.บูชาคนที่ควรบูชา
	๒.เตรียมปัจจัยพื้นฐานที่จำเป็นในการสร้างชีวิต	๔.อยู่ในถิ่นที่เหมาะสม ๕.มีบุญวาสนามาก่อน ๖.ตั้งตนชอบ
	๓.การฝึกฝนตนให้เป็นผู้มีความสามารถ	๗.เป็นพหูสูต ๘.มีศีลปะ ๙.มีวินัย ๑๐.มีวาจาสุภาสิต

ตารางที่ ๑ นี้แสดงองค์ธรรมในระดับของการพัฒนาชีวิตเพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมให้แก่ตนเองจะประกอบด้วยมงคล ๓ หมู่โดยมงคลแต่ละหมู่จะแสดงให้เห็นถึงขั้นตอนของการพัฒนาตนเอง เป็นการเตรียมความพร้อมขั้นพื้นฐาน คือ การเรียนรู้ ฝึกฝนตนเอง การมีระเบียบวินัย มีกัลยาณมิตร และมงคลทั้ง ๓ หมู่นี้จะประกอบด้วยมงคลย่อยรวมทั้งสิ้น ๑๐ มงคลอันแสดงให้เห็นวิธีการของการพัฒนาซึ่งโครงสร้างของกระบวนการพัฒนาตนในระดับของการพัฒนาชีวิตเพื่อเตรียมความพร้อมของตนเอง

ตารางที่ ๒ แสดงกระบวนการของการพัฒนาตนตามแนวคำสอนในมงคลสูตรในระดับของการพัฒนาชีวิตเพื่อสังคมที่ดีงาม

เป้าหมาย (ระดับ)	ขั้นตอน (หมู่มงคล)	วิธีการ (องค์ธรรม)
การพัฒนาชีวิตเพื่อสังคมที่ดีงาม	๔.การบำเพ็ญประโยชน์ต่อครอบครัว	๑๑.บำรุงมารดาบิดา ๑๒.เลี้ยงดูบุตร ๑๓.สงเคราะห์ภรรยา (สามี) ๑๔.ทำงานไม่คั่งค้าง



ตารางที่ ๒ แสดงกระบวนการของการพัฒนาตามแนวคำสอนในมงคลสูตรในระดับของการพัฒนาชีวิตเพื่อสังคมที่ดีงาม (ต่อ)

เป้าหมาย (ระดับ)	ขั้นตอน (หมู่มงคล)	วิธีการ (องค์ธรรม)
การพัฒนาชีวิตเพื่อสังคมที่ดีงาม	๕.การบำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคม	๑๕.บำเพ็ญทาน ๑๖.ประพฤติกุศลธรรม ๑๗.สงเคราะห์ญาติ ๑๘.ทำงานไม่มีโทษ

จากตารางที่ ๒ นี้แสดงองค์ธรรมในระดับของการพัฒนาชีวิตเพื่อให้เป็นคนดีของสังคมจะประกอบด้วยมงคล ๒ หมู่โดยมงคลแต่ละหมู่จะแสดงให้เห็นถึงขั้นตอนของการพัฒนาตนและมงคลทั้ง ๒ หมู่นี้จะประกอบด้วยมงคลย่อยรวมทั้งสิ้น ๘ มงคลอันแสดงให้เห็นวิธีการของการพัฒนาซึ่งโครงสร้างของการบวนการพัฒนาตนในระดับของการพัฒนาชีวิตเพื่อสังคมที่ดีงาม

ตารางที่ ๓ แสดงกระบวนการของการพัฒนาตามแนวคำสอนในมงคลสูตรในระดับของการพัฒนาชีวิตเพื่อความสันติสุข

เป้าหมาย (ระดับ)	ขั้นตอน (หมู่มงคล)	วิธีการ (องค์ธรรม)
การพัฒนาชีวิตเพื่อความสันติสุข	๖.การเตรียมความพร้อมสำหรับการฝึกฝนอบรมจิต	๑๙.งดเว้นบาป ๒๐.สำรวจจากการดื่มน้ำเมา ๒๑.ไม่ประมาทในธรรม
	๗.การอบรมคุณธรรมและการแสวงหาธรรมเบื้องต้น	๒๒.มีความเคารพ ๒๓.มีความถ่อมตน ๒๔.มีความสันโดษ ๒๕.มีความกตัญญู ๒๖.พึงธรรมตามกาล
	๘.การอบรมคุณธรรมและการแสวงหาธรรมเบื้องต้น	๒๗.มีความอดทน ๒๘.คนว่าง่าย ๒๙.เห็นสมณะ ๓๐.สนทนาธรรมตามกาล

ตารางที่ ๓ แสดงกระบวนการของการพัฒนาตามแนวคำสอนในมงคลสูตรในระดับของการพัฒนา  
ชีวิตเพื่อความสิ้นกิเลส (ต่อ)

เป้าหมาย (ระดับ)	ขั้นตอน (หม่อมงคล)	วิธีการ (องค์ธรรม)
การพัฒนาชีวิตเพื่อความสิ้น กิเลส	๙.การฝึกฝนอบรมตน ภาคปฏิบัติเพื่อกำจัดกิเลสให้สิ้น ไป	๓๑.บำเพ็ญตบะ ๓๒.ประพาศพรหมจรรย์ ๓๓.เห็นอริสัจ ๓๔.ทำนิพพานให้แจ้ง
	๑๐.ผลจากการปฏิบัติธรรมจน หมดกิเลส	๓๕.จิตไม่หวั่นไหวในโลกธรรม ๓๖.จิตไม่โศก ๓๗.จิตปราศจากอภิวินัย ๓๘.จิตเกษม

จากตารางที่ ๓ จะเห็นว่าองค์ธรรมในระดับของการพัฒนาจิตเพื่อความสิ้นกิเลส นั้น จะประกอบด้วยมงคล ๕ หมู่ ซึ่งประกอบด้วยมงคลย่อยรวมทั้งสิ้น ๒๐ มงคล อันแสดงให้เห็นการพัฒนาจิตเพื่อความสิ้นกิเลส

จากตารางที่ ๑ ตารางที่ ๒ และตารางที่ ๓ จะเห็นได้ว่าทั้งเป้าหมาย ขั้นตอน และวิธีการของการพัฒนา มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกันเป็นเชิงกระบวนการ เรียงลำดับไปตามขั้นตอน ตั้งแต่ในระดับพื้นฐานจนถึงระดับสูงสุด และทั้งสองตารางนั้นต่างก็มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกันเป็นเชิงกระบวนการคือในตาราง ๑ จะเป็นพื้นฐานของตารางที่ ๒ และตารางที่ ๒ เป็นพื้นฐานของตารางที่ ๓ คือทั้งเป้าหมาย ขั้นตอนและวิธีการทั้งหมดในสามตารางนั้น ควรจะต้องได้รับการศึกษาและปฏิบัติให้ประสานสอดคล้องกันจึงจะทำให้การพัฒนาตนเกิดผลสำเร็จสูงสุด

### ๒.๓ หลักปฏิบัติในการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตร

ในมงคลสูตรได้แบ่งธรรมที่เป็นมงคลออกเป็น ๓๘ ประการ ตามที่ได้กล่าวโดยละเอียดแล้วในข้อหัวที่ ๒.๒ แม้จะมีการจัดกลุ่มและแบ่งองค์ธรรมของมงคลสูตรที่แตกต่างกันไปตามเป้าหมายของการนำเสนอและกระบวนการวิเคราะห์ ในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยได้นำองค์ธรรมมาวิเคราะห์ให้สอดคล้องกับหลักการพัฒนาตนเอง พบว่าหลักธรรมในมงคลสูตรนั้นสามารถจำแนกตามลักษณะของการพัฒนาตนเองออกเป็น ๓ ขั้นตอน ตามตารางที่ ๓ ดังนี้

ตารางที่ ๔ มงคลสูตรจำแนกตามลักษณะของการพัฒนาตนเอง

ขั้นของการพัฒนา	ลักษณะสำคัญ	องค์ธรรม
หลักการพัฒนาตนเอง ขั้นพื้นฐาน	การสร้างทัศนคติที่ถูกต้อง	๑. การไม่คบคนพาล ๒. การคบกับบัณฑิต ๓. การบูชาคนที่ควรบูชา
	การเตรียมพร้อม ปัจจัยพื้นฐาน	๔. อยู่ในถิ่นที่เหมาะสม ๕. การได้สร้างบุญไว้ในปางก่อน ๖. การตั้งตนไว้ชอบ
	การพัฒนาตนเองด้านองค์ ความรู้	๗. ความเป็นพหูสูต ๘. ความเป็นผู้มีศีลปะ ๙. การมีวินัยที่ศึกษามาดี ๑๐. การมีวาจาสุภาสิต
	การพัฒนาตนเองด้าน ความสัมพันธ์กับบุคคล รอบข้าง	๑๑. การบำรุงบิดามารดา ๑๒. การสงเคราะห์บุตรธิดา ๑๓. การสงเคราะห์ภรรยา
	การพัฒนาตนเองด้าน หน้าที่การงาน	๑๔. การทำงานไม่ให้คั่งค้าง (อากุล) ๑๕. การบำเพ็ญทาน ๑๖. การประพฤติเป็นธรรม ๑๗. การสงเคราะห์ญาติ ๑๘. การทำงานไม่มีโทษ
การพัฒนาตนเองขั้น กลาง	การพัฒนาตนเองด้าน คุณธรรม	๑๙. การงดเว้นจากบาป ๒๐. การสำรวมจากการดื่มน้ำเมา ๒๑. ความไม่ประมาทในธรรม ๒๒. มีความเคารพ ๒๓. การถ่อมตัว ๒๔. มีความสันโดษ ๒๕. ความกตัญญู ๒๖. ฟังธรรมตามกาล ๒๗. มีความอดทน ๒๘. ความเป็นผู้วางายสอนง่าย ๒๙. การคบหาสมณะ ๓๐. การสนทนาธรรมตามกาล

ตารางที่ ๔ มงคลสูตรจำแนกตามลักษณะของการพัฒนาตนเอง (ต่อ)

ขั้นของการพัฒนา	ลักษณะสำคัญ	องค์ธรรม
การพัฒนาตนเองขั้นสูง	การพัฒนาตนเองด้าน จิตใจ	๓๑. การเผาผลาญบาป ๓๒. การประพาศพรหมจรรย์ ๓๓. การเห็นแจ้งในอริยสัจ ๓๔. การทำนิพพานให้แจ้ง ๓๕. จิตไม่หวั่นไหวในโลกธรรม ๓๖. จิตไม่เศร้าโศก ๓๗. จิตปราศจากอภิวาท ๓๘. จิตเกษมจากโยคะ

จากตารางที่ ๔ จะพบว่า หลักการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตรสามารถแบ่งได้ ๓ กลุ่ม และแต่ละกลุ่มมีองค์ธรรม ดังนี้

๑. หลักการพัฒนาตนเองขั้นพื้นฐาน ประกอบด้วยหลักธรรมที่เป็นมงคล ๑๘ ประการ ได้แก่ การไม่คบคนพาล การคบบัณฑิต การบูชาบุคคลที่ควรบูชา อยู่ในถิ่นที่เหมาะสม การสร้างสมความดีไว้ก่อน การตั้งตนไว้ชอบหรือดำรงตนถูกต้อง การรอบรู้วิทยาการ ความชำนาญในศิลปะ การมีระเบียบวินัย การพูดจาดีเป็นวาจาสุภาพจิต การเลี้ยงดูบิดามารดา การเลี้ยงดูบุตรธิดา การเลี้ยงดูภรรยา การทำงานไม่ให้คั่งค้าง การบำเพ็ญทาน การประพาศเป็นธรรม การสงเคราะห์ญาติ และการทำงานไม่มีโทษ

๒. หลักพัฒนาตนเองขั้นกลาง ประกอบด้วยหลักธรรมที่เป็นมงคล ๑๒ ประการ ได้แก่ การงดเว้นจากบาป การสำรวมจากการดื่มน้ำเมา การฟังธรรมตามกาล ความอดทน ความเป็นผู้ว่าง่ายสอนง่าย การคบหาสมณะ การสนทนาธรรมตามกาล ความไม่ประมาทในธรรม ความเป็นผู้มีสัมมาคารวะ การถ่อมตัว ความสันโดษ และความกตัญญู

๓. หลักพัฒนาตนเองขั้นสูง ประกอบด้วยหลักธรรมที่เป็นมงคล ๘ ประการ ได้แก่ ความมีตบะ การประพาศพรหมจรรย์ การเห็นแจ้งในอริยสัจ ทำนิพพานให้แจ้ง จิตไม่หวั่นไหวในโลกธรรม จิตไม่เศร้าโศก จิตปราศจากอภิวาท และจิตเกษมจากโยคะ

### ๒.๓.๑ หลักการพัฒนาตนเองขั้นพื้นฐาน

หลักการพัฒนาตนเองขั้นพื้นฐาน เป็นขั้นตอนของการปรับพื้นฐานและการพัฒนาตนเองได้ด้านกายภาพเป็นหลัก การปรับพื้นฐานในขั้นนี้หมายถึงการมีมาตรฐานทางความคิดที่ถูกต้อง เป็นหนังสือในการพัฒนาตนเองในด้านอื่นๆ ที่ยิ่งขึ้นไป การพัฒนาตนเองขั้นพื้นฐาน ผู้วิจัยได้จัดกลุ่มของลักษณะที่ควรพัฒนาไว้ ๕ กลุ่ม ประกอบด้วย

๒.๓.๑.๑ การสร้างทัศนคติที่ถูกต้อง ประกอบด้วยองค์ธรรม ๓ ประการ ได้แก่ การไม่คบคนพาล การคบกับบัณฑิต และการบูชาบุคคลที่ควรบูชา ซึ่งมีรายละเอียดของแต่ละองค์ธรรม ดังนี้

#### (๑) การไม่คบคนพาล

การไม่คบคนพาล หมายถึง การไม่มีคนพาลเป็นเพื่อน ไม่สมาคม ไม่คบหา ไม่เข้าพวกกับคนพาล คำว่า พาล แปลว่า “อ่อน” ได้แก่ คนอ่อนความคิด ไม่อาจที่จะคิดริเริ่มสร้างสรรค์ หรือพัฒนาชีวิตให้ดีขึ้นกว่าภาวะที่เป็นอยู่เดิมได้ เป็นคนอ่อนสติ ไม่มีกำลังพอที่จะปลุกตนให้ตื่นตัวตื่นใจหรือสามารถอาจหาญในกิจการต่างๆ ได้ และอ่อนปัญญาไม่มีปัญญาสอดส่องพิจารณาใคร่ครวญ ไตร่ตรองให้รู้ดีรู้ชั่ว รู้เหตุรู้ผล เป็นคนมีชีวิตอยู่เพียงสักว่าลมหายใจเข้าออกเท่านั้น และเป็นคนที่ประกอบอกุศลกรรมบถ ๑๐ ประการ

#### ความหมายเกี่ยวกับคนพาล

การไม่คบคนพาลหรือคนพาล ได้มีท่านผู้รู้ให้ความหมายไว้หลายไว้หลายนัยด้วยกัน พระสิริมังคลาจารย์กล่าวไว้ในมงคลที่ปนีว่

สัตว์เหล่าใดเหล่าหนึ่งผู้ประกอบด้วยอกุศลกรรมบถ ๑๐ มีปาณาติบาต เป็นต้น ชื่อว่าพาล อีกประการหนึ่งครูทั้ง ๖ นี้ คือ ปุณณกัสป, มัคขลิ โคสาล, นิครนถ นาฏบุตร, สญชัย เวลัฏฐบุตร, ปุกุทธ กัจจายนะ และอชิต เกสกัมพล รวมทั้งปาปบุคคลเหล่านั้นจากครูทั้ง ๖ นั้นมีพระเวททัตและโกกาลิกภิกษุ เป็นต้น ฟังว่า “คนพาล” จริงอยู่คนเหล่านั้น แม้ทั้งหมดท่านเรียกว่าคนพาล เพราะไม่เป็นอยู่ด้วยความเป็นอยู่ด้วยปัญญา เป็นอยู่ด้วยสักว่าหายใจ”<sup>๒๖</sup>

พระอุบาลีคุณูปมาจารย์ (สิริจันทโร จันทร์) ให้ความหมายว่า “คนพาลในที่นี้ท่านหมายปัญญาพาลปัญญาอ่อน มีปัญญารักษาดนให้พ้นจากกรรมอันบปำไม่ได้ชื่อว่า คนพาล<sup>๒๗</sup>”

ปิ่น มุกข์กันต์ กล่าวว่า “คนพาลชอบบักนำในทางที่ผิด ทำสิ่งที่มีไ้ช้ธุระ มีความคิดเห็นผิด พุดด้วยก็โกรธ ไม่รับรัฐระเบียบวินัย และมีนิสัยชอบคิดชั่ว พุดชั่ว และทำชั่ว<sup>๒๘</sup>”

### ลักษณะของคนพาล

ในพาลบัณฑิตสูตรพระพุทธเจ้าแสดงลักษณะของคนพาลไว้ว่า คนพาลในโลกนี้มักคิดความคิดที่ชั่ว มักพุดคำพุดชั่ว มักทำการที่ชั่ว ถ้าคนพาลจักไม่เป็นคิดความชั่ว พุดคำที่ชั่ว และทำการอันที่ชั่ว บัณฑิตพวกไหนฟังจะรู้จักเขาได้ว่า นี่เป็นพาล เป็นอัสตบุรุษ เพราะคนพาลมักคิดความคิดชั่ว มักพุดคำพุดที่ชั่ว และมักการทำชั่ว ฉะนั้น พวกบัณฑิตจึงรู้ได้ว่า นี่เป็นคน เป็นอัสตบุรุษ<sup>๒๙</sup> ตามพุดดำรัสนี้ แสดงให้เห็นว่าคนพาลมีลักษณะ ๓ อย่าง คือ

๑. พาลลักษณะ หมายถึง ความคิดชั่วเป็นพาลลักษณะ เนื่องจากอัยาศัยของคนพาลนั้นยอมโน้มเอียงไปในมนุฑจริต คือมีอัยอาศัยโลก อยากรได้ อยากรมี อยากรเป็นเกินความพอดีเกินขอบเขต เห็นแก่ตัว คิดเอาแต่จะไ้จะมีเป็นโดยไมเลือกมีอัยอาศัยโกรธ อารมณ์ฉุนเฉียว มีความขุ่นเคืองในใจ และคิดพยาบาทพองร้ายผู้อื่น มีอัยอาศัยลุ่มหลงมงายเข้าครอบงำจิตใจ มีอวิชาเป็นตั้ทำให้ไม่รู้ผิดชอบชั่วดี และมีฉาภิภูฐิเข้าสนับสนุนให้เห็นผิดเป็นชอบ

๒. พาลนิมิต หมายถึง การพุดชั่วเป็นพาลนิมิต เป็นเป็นเครื่องหมายให้ทราบว่ คนพาลมีจิตใจโน้มเอียงไปในการประกอบวจิฑจริต คือ พุดเท็จ พุดเหลวไหลหลอกลวงอำพราง ซึ่งเป็นการหักรานประโยชน์ของผู้อื่นพุดส่อเสียดได้แก่ยุยงให้ผู้อื่นแตกร้างกัน พุดแห่และกระซิบกระซาบให้เกิดความเข้าใจผิด ทำลายความสามัคคีในหมู่คณะให้แตกแยกเป็นฝักเป็นฝ่าย พุดคำหยาบได้แก่ คำด่า คำแข่ง ประชด ค่อนขอต เห็นแณมกระทบกระทั่ง ยั่วยุให้เจ็บใจ พุดเพ้อเจ้อเหลวไหลได้แก่พุดไม่มีหลักฐานอ้างอิง พุดพล่อย ๆ พุด ไม่ระวังปากคำ ทำให้ผู้อื่นเสียหาย

๓. พาลาพทาน หมายถึง การกระทำอันไม่ขาดสายของคนพาลนั้นโน้มเอียงไปในกายฑจริต คือ การฆ่า ได้แก่ ฆ่าสิ่งที่มีชีวิตทั้งมนุษย์และสัตว์ตลอดจนถึงการทรมาณด้วยวิธีต่าง ๆ การลักฉ้อ ได้แก่ ถือเอาทรัพย์สินของผู้อื่นด้วยการฉ้อโกงหลอกลวง ยักยอก เบียดบัง ลักลอบค้าของเถื่อนปลอมแปลงสินค้าเป็นต้น ประพฤติผิดในกาม ได้แก่ล่วงละเมินทางกาม คบชู้กับคู่ครองของคนอื่น ฉุดคร่าอนาจาร เป็นต้น

<sup>๒๗</sup> พระอุบาลีคุณูปมาจารย์ (สิริจันทโร จันทร์), **ธรรมเทศนามงคล ๓๘**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ลานอโศก เพรส กรุ๊ป, ม.ป.ป.), หน้า ๔.

<sup>๒๘</sup> ปิ่น มุกข์กันต์, **มงคลชีวิต ภาค ๑**, หน้า ๗๖-๑๑๕.

<sup>๒๙</sup> **ม.อ.** (ไทย) ๑๔/๔๖๘/๒๖.

พฤติกรรมของคนพาลอันเป็นเหตุการณ์ไม่ควรคบมี ๕ ประการ คือ

๑. คนพาลชอบแนะนำสิ่งที่มีควรแนะนำ
๒. คนพาลชอบประกอยในสิ่งที่มีใช้ธุระ
๓. คนพาลถือชั่วเป็นดี
๔. คนพาลแม้เราพูดดี ๆ โกรธ
๕. คนพาลไม่รู้จักอุบายแนะนำ<sup>๓๐</sup>

การไม่คบคนพาลนั้น คือการไม่ร่วมชีวิตจิตใจหรือมีนิสัยใจคอถูกต้องเข้ากันสนิท ไม่ร่วมคิดร่วมตกลงกระทำการร่วมกัน ซึ่งการพิจารณาพฤติกรรมแห่งการไม่คบคนพาลนั้น มี ๗ ประการ คือ

๑. ไม่ไปมาหาสู่
๒. ไม่เข้าตีสสนิทชิดชอบ
๓. ไม่จงรักหรือรักใคร่กันจริง
๔. ไม่รักดีหรือเลื่อมใส นับถือชื่อตรงต่อกัน
๕. ไม่เป็นเพื่อนร่วมคิดร่วมเห็น
๖. ไม่เป็นเพื่อนร่วมกินร่วมอยู่
๗. ไม่ดำเนินตามหรือเอาเยี่ยงอย่าง<sup>๓๑</sup>

การไม่คบคนพาลเป็นมงคลแห่งชีวิต เพราะเป็นเหตุให้เจริญด้วยสรรพสมบัติ มีวัฒนธรรมเหมาะสมแก่สังคม เลื่อนฐานะของให้ดีขึ้นกว่าภาวะเดิม มีกิริยาวาจาแจ่มใส มีชีวิตสุขเกษมปลอดภัย ปราศจากอุปาทวีและอุปสรรค มีความสงบสุขสดชื่นแจ่มใจเบิกบานสำราญใจมีกำลังมุ่งมั่น ปฏิบัติแต่สิ่งที่เป็นความเจริญก้าวหน้า สร้างบารมี ดำเนินชีวิตให้ก้าวขึ้นไปสู่คุณงามความดีต่อไป ทำให้ไม่ถูกชักจูงไปในทางที่ผิด ไม่ถูกคนพาลทำร้าย ไม่ถูกตำหนิ ไม่ถูกใส่ความ ไม่ถูกมองในแง่ร้าย ได้รับความไว้วางใจจากบุคคลทั่วไป เป็นต้น<sup>๓๒</sup>

## (๒) การคบกับบัณฑิต

บัณฑิต หมายถึง ชีรชนหรือปราชญ์ สัตบุรุษหรือปัญญาชน ตามความพจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.๒๕๒๕ ให้ความว่า บัณฑิต ไว้ว่า “ผู้ทรงความรู้ ผู้มีปัญญา นักปราชญ์

<sup>๓๐</sup> มงคล. ๑/๔๘.

<sup>๓๑</sup> มงคล. ๑/๓๖.

<sup>๓๒</sup> พระสมชาย ฐานวุฑโฒ, มงคลชีวิต ฉบับ “ทางก้าวหน้า”, หน้า ๑๙.

เรียกว่า มหาบัณฑิต ดุษฎีบัณฑิต ผู้มีความสามารถเป็นพิเศษโดยกำเนิด เช่น คนนี้เป็นบัณฑิตในทางดนตรี”<sup>๓๓</sup>

พระอุบาลีคุณูปมาจารย์ (สิริจันทโร จันทร์) ให้ความหมายว่า “บัณฑิต หมายถึง ผู้ประพฤติสุจริตด้วยกายวาจาใจ มีไม่ฆ่าสัตว์ ไม่กล่าวเท็จ ไม่ละโมภโลภเอาของท่านผู้อื่น เป็นต้น ขึ้นว่า บัณฑิต”<sup>๓๔</sup>

สรุปได้ว่า บัณฑิต คือคนที่มีจิตใจดีอยู่เป็นปกตินิสัย ทำให้มีความเห็นถูก ยึดถือค่านิยมที่ถูกต้อง สามารถดำเนินชีวิตอยู่ด้วยปัญญา คือเป็นคนที่มีสติ รู้จักชั่ว รู้จักทำดี สร้างความเจริญให้แก่ตนเองและสังคม รู้จักบาปคุณโทษ ประโยชน์และมีใช้ประโยชน์ จึงทำแต่สิ่งที่ดีเป็นบุญเป็นคุณและประโยชน์แก่กุลทั้งแก่ตนเองและสังคมดังนั้น บัณฑิต คือผู้ดำเนินชีวิตอยู่ด้วยปัญญา

คำว่า “บัณฑิต” ในทางศาสนา หมายถึง บุคคลผู้ดำเนินชีวิตไปในทางกุศลคือ คิดดี พูดดี ทำดีและดำเนินชีวิตด้วยปัญญา เป็นผู้รอบรู้ มีใจผ่องใสเป็นปกติ รู้จักใช้ปัญญารอบรู้ในเหตุและผล ดังปรากฏในพาลบัณฑิตสูตร อุปริปัญญาสภังว่า “ภิกษุทั้งหลาย...บัณฑิตในโลกนี้ชอบคิดแต่เรื่องดี ชอบพูดแต่เรื่องดี ชอบทำแต่กรรมดี”<sup>๓๕</sup> นอกจากนั้นบัณฑิตยังเป็นผู้รู้และมีใจใฝ่รู้ในสิ่งต่อไปนี้

๑. รู้จักกลดละ ปล่อยวางในสิ่งที่ไม่ดีไม่งามอันเป็นมลทินต่างพร้อยออกจากตนทั้งทางกายและทางใจ ลดความชั่ว กิเลสตัณหา อุปทาน ปล่อยวางจากความโลภ ความโกรธ ความหลง มิจฉาทิฎฐิ อุตตามานะ ดำเนินชีวิตเป็นผู้รู้ตามสัมมาทิฎฐิ

๒. รู้จักรักและพอใจในสิ่งที่ดี แนวทางที่ถูกต้องดีงาม เป็นไปตามทำนองคลองธรรม พอใจการศึกษาฝึกฝนวิชาสืบสานงานสร้างสรรค์ มีเมตตาต่อสรรพสัตว์ รักความยุติธรรม มีความเสียสละ รู้จักสามัคคี ใฝ่ศึกษาหาความรู้ อุทิศเวลาให้กับหน้าที่ มีความรับผิดชอบสูง

๓. รู้จักเพียรพยายามในกิจการงานทุกอย่าง ขยันอดทน มุ่งมั่น บากบั่น ไม่ประพฤติเป็นคนเลื่อนลอยคอยเวลาหรือผัดวันประกันพรุ่ง เพียรทำความดี เพียรหนีอบาย เพียรหน่ายสังขาร เพียรการศึกษา เพียรอดถอนอุตตามานะเพียรละมิจฉาทิฎฐิ เพียรริทางที่ชอบ เพียรนำชีวิตให้พ้นภัย เพียรใฝ่ทางหลุดพ้น เพียรสร้างตนให้เป็นคนดี

๔. รู้จักอุบายในการชี้แนะแนวทางที่ถูกต้องดีงามให้แก่ผู้ไม่รู้ ผู้ไม่เข้าใจ เพื่อให้เขาเหล่านั้นได้รู้แนวทางแห่งการดำเนินชีวิต นำความรู้ที่ตนมีไปสร้างประโยชน์ให้แก่มวลมนุษย์และสังคม

<sup>๓๓</sup> ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.๒๕๒๕, หน้า ๔๖๙.

<sup>๓๔</sup> พระอุบาลีคุณูปมาจารย์ (สิริจันทโร จันทร์), ธรรมเทศนามงคล ๓๘, หน้า ๔.

<sup>๓๕</sup> ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๕๓/๒๙๙.



ประเทศชาติ ให้ความรู้แก่มนุษย์ทุกคน ชี้ทางหลุดพ้นให้แก่เพื่อนร่วมทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ให้ถึงความสว่างเปรียบเหมือนประทีปส่องทางในยามค่ำคืนเดือนมืด

๕. รู้จักบุตรธิดาฝั่งคุณธรรมให้แก่ตนเองและผู้อื่น โดยเบื้องต้นตนเองต้องมีคุณธรรมศึกษานำมาปฏิบัติจนบรรลุได้ก่อนจึงมุ่งถ่ายทอดบุตรธิดาฝั่งทางธรรมทางที่ติงามให้แก่เพื่อนมนุษย์โดยไม่เลือกชั้นวรรณะ มีความกล้าและอาจหาญทางคุณธรรมนำพาผู้คนให้เดินไปในทางที่ถูกต้องตามครรลองคลองธรรม มีชีวิตที่สดใสเบิกบาน สงบเย็น

### (๓) การบูชาบุคคลที่ควรบูชา

การทำสักการะ เคารพ นบนอบและไหว้ ชื่อว่า “บูชา การยกย่อง”<sup>๓๖</sup> การบูชาถือว่าเป็นกิจที่ติงาม ผู้ฉลาดทั้งหลายควรรู้จักเลือกบูชาในทางที่ถูกให้เกิดคุณเหมือนคำที่ว่า “บูชาคนดีเป็นศรีแก่ตัว บูชาคนชั่วพาตัวจัญไร บูชาดีให้สำเร็จ บูชาคนโลภ พาตัวให้ฉิบหาย หรือบูชาคนพาล พาลไปหาผิด บูชาบัณฑิต บัณฑิตพาไปหาผล”<sup>๓๗</sup> การบูชา คือการเคารพเทิดทูนด้วยความบริสุทธิ์ใจ เป็นการแสดงออกทั้งทางกายวาจาและใจ การบูชาเป็นเอกลักษณ์ของบัณฑิตของคนดี ยอมรับนับถือ เชื่อถือในคุณงามความดี ยอมรับนับถือคนดี การบูชาจึงบ่งออกถึงความทั้งสองฝ่ายคือ ผู้ทำการบูชา และผู้รับการบูชา

การบูชา คือการยกย่อง เชิดชู เลื่อมใส ด้วยความบริสุทธิ์ใจ มีความจริงใจไม่เสสร้างแก่งทำ ปิ่น มุกกันต์ ได้อธิบาย การบูชา หมายถึงการปฏิบัติ ๓ อย่าง คือ ๑. ปักคัมหะ การยกย่อง ๒. สักการะ บูชาด้วยสิ่งของ และ ๓. สัมมานะ นับถือ<sup>๓๘</sup>

การบูชาผู้ที่ควรบูชา เป็นอุบายอย่างหนึ่ง สำหรับการฝึกจิตที่หยาบกระด้าง ไม่ยอมรับคุณความดีของคนอื่น เพราะด้อยคุณธรรม ไม่เข้าใจในคุณความดีของผู้ที่ควรบูชาหากได้ปฏิบัติให้เกิดความเคยชินแล้ว ในที่สุดก็เห็นคุณงามความดีอย่างแจ่มชัด การบูชา เป็นสิ่งที่มีคุณค่า เป็นการแสดงออกถึงคุณงามความดี การรู้ถึงคุณค่าของคนดีที่ควรแก่การบูชา บุคคลที่ทำการบูชาเป็นคนดี บุคคลที่ถูกบูชาก็เป็นคนดี คุณประโยชน์อันยิ่งใหญ่ก็จะเกิดขึ้น การบูชาคนดี การบูชาบัณฑิตจึงจัดเป็นมงคลอันสูงสุด

<sup>๓๖</sup> มงคล. ๑/๘๑.

<sup>๓๗</sup> สมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า (พิมพ์ ธรรมธโร), มงคลยอตชีวิต, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๔๖), หน้า ๕๖.

<sup>๓๘</sup> ปิ่น มุกกันต์, มงคลชีวิต ภาค ๑, หน้า ๑๖๑.

เมื่อกกล่าวโดยสรุปแล้ว การบูชาในพระพุทธศาสนามี ๒ ประเภทคือ

๑. อามิสบูชา ได้แก่ การบูชาบุคคลหรือสิ่งที่ควรบูชาด้วยเครื่องสักการะเช่น ดอกไม้ ฐูป เทียน และปัจจัยสี่ หรือวัตถุอื่น ๆ

๒. ปฏิบัติบูชา ได้แก่ การบูชาการปฏิบัติธรรมตามกำลังศรัทธาตามเพศภูมิของตน เช่น การรักษาเบญจศีล การปฏิบัติธรรม และการบำเพ็ญกุศลกรรมบถ ๑๐ ประการ

ชัยวัฒน์ อัตพัฒน ได้กล่าวถึงลักษณะของการบูชาตามนัยแห่งมงคลสูตรไว้ ๔ ประการ คือ

๑. สักการะ หมายถึง กิริยาและวัตถุ ถ้าแปลสักการะ “การทำดี” ก็หมายเอาเพื่อบูชาบุคคลและวัตถุควรบูชา ถ้าแปลสักการะว่า “วัตถุที่จัดดี” ก็หมายเอาเครื่องสักการะที่จัดดีเป็นระเบียบ มีดอกไม้ ฐูป เทียนและเครื่องอุปโภคบริโภคเป็นสิ่งสำคัญเพื่อบูชาบุคคลและวัตถุควรบูชา

๒. ครุการะ แปลว่า “ทำความรัก ความห่วงใย” บุตรธิดาชายหญิงมีความรักความห่วงใยในบิดามารดา พยายามรักษาน้ำใจท่านทำตนให้เป็นที่เบาใจแก่ท่าน สาธุศิษย์มีความเคารพรักในครูอาจารย์ ประพฤติตนให้เป็นคนว่าง่ายสอนง่าย จึงได้ชื่อว่า บูชาบุคคลที่ควรบูชาแบบครุการะ

๓. มานนา แปลว่า “ความนับถือ” การกำหนดนับความดีของบุคคลว่า เขามีอย่างนั้น มีดีอย่างนี้ และถือว่าผู้มีดีนั้นเป็นคนควรเชื่อถือยึดมั่นยกย่องเชิดชูให้เป็นที่นับหน้าถือตา นี่คือความนับถือ ลักษณะของการนับถือนั้นอยู่ที่การมีกิริยาวาจาดีงามต่อกัน ประพฤติตนอย่างสม่ำเสมอต่อกัน ยกย่องเชิดชูกันละเอื้อเพื่อเชื่อฟังกันเป็นสำคัญ

๔. วันทนา หมายถึง การกราบไหว้ และชมเชย ส่วนอภิวาทนะเป็นลักษณะของความเคารพ การชมเชยนี้ คือการยกย่องสรรเสริญ จัดเป็นมงคล<sup>๓๙</sup>

พระอรรถกถาจารย์อธิบายความหมายของลักษณะการบูชาที่เรียกว่า ปัคคัมหะ การยกย่อง ไว้ในมังคลกถาที่ป็นว่า “ปคคณหาคิ ความว่า ยกย่อง คือ ทำสักการะและความนับถือบรรพชิตด้วยการมอบถวายปัจจัยมีจีวรเป็นต้น หรือคฤหัสถ์ด้วยการมอบตำแหน่งมีตำแหน่งอุปราชและเสนาบดีเป็นต้น<sup>๔๐</sup>

บุคคลที่ควรบูชาหรือ บูชนียบุคคล คือบุคคลที่ได้สร้างหรือเคยสร้างคุณงามความดีมาแล้ว รวมถึงบุคคลที่กำลังคุณงามความดีในปัจจุบัน บุคคลที่ควรบูชาไม่ได้หมายถึงเอาเฉพาะฐานะหรือตำแหน่งเท่านั้น แต่หมายถึงคุณงามความดีประพฤติกกรรมหรือจรรยา มารยาทที่บุคคลนั้นๆ

<sup>๓๙</sup> ชัยวัฒน์ อัตพัฒน, **หลักพุทธศาสนา**, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทวัชรินทร์การพิมพ์, ๒๕๒๕), หน้า ๑๖๙-๑๗๐.

<sup>๔๐</sup> มงคล. ๑/๑๒๒.

สั่งสมประพจน์ปฏิบัติให้เป็นที่ประจักษ์ปรากฏแก่สังคม เช่น คนดีมีศีลธรรม นักเสียสละ นักสังคมสงเคราะห์ เป็นต้น

ปูชนียบุคคลหรือบุคคลที่บูชาจักกันทั่วไป ได้แก่ ๑. พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ๒. พระอริยสงฆ์สาวก ๓. บิดามารดาเป็นปูชนียบุคคลของบุตรธิดา ๔. ครูอาจารย์เป็นปูชนียบุคคลของศิษยานุศิษย์ และ ๕. พระมหากษัตริย์เป็นปูชนียบุคคลของพสกนิกร<sup>๔๑</sup>

ปูชนียวัตถุหรือที่ควรบูชา หมายถึงปูชนียวัตถุที่นับเนื่องในพระศาสนา ซึ่งประมวลลงในพุทธเจดีย์ ๔ ประเภท ดังพุทธพจน์ที่ว่า ธาตุเจดีย์ เจดีย์คือพระบรมสารีริกธาตุ และพระธาตุของพระสาวก บริโภคเจดีย์ เจดีย์คือสังเวชนียสถาน ๔ แห่ง ได้แก่ สถานที่ประสูติ สถานที่ตรัสรู้ สถานที่ปฐมเทศนา และสถานที่ปรินิพพานตลอดจนถึงพุทธบริวารและต้นศรีมหาโพธิ์ ธรรมเจดีย์ เจดีย์คือพระไตรปิฎกอันได้แก่พระสุตตันตปิฎก พระวินัยปิฎกและพระอภิธรรมปิฎก ตลอดจนถึงคำสอนที่จารึกลงในแผ่นศิลาและใบลาน อุทเทสิกเจดีย์ เจดีย์คือพระพุทธรูป รอยพุทธบาท และรูปพระสาวก การบูชานี้เป็นหลักการปฏิบัติเพื่อความเจริญก้าวหน้าแห่งชีวิต และข้อสำคัญอยู่รู้จักเลือกบูชาบุคคลหรือที่ควรบูชา พระพุทธเจ้าตรัสว่ามงคลอันสูงสุดประการหนึ่ง<sup>๔๒</sup>

**๒.๓.๑.๒ การเตรียมพร้อมปัจจัยพื้นฐาน** ประกอบด้วยองค์ธรรม ๓ ประการ ได้แก่ อยู่ในถิ่นที่เหมาะสม การสร้างสมความดีไว้ก่อน และการตั้งตนไว้ชอบหรือดำรงตนถูกต้อง มีรายละเอียดของแต่ละองค์ธรรม ดังนี้

### (๑) อยู่ในถิ่นที่เหมาะสม

สมเด็จพระสังฆราช (จวน อุฏฐายี) กล่าวว่า “ถิ่นเหมาะสมแก่ที่ต้องการความเจริญต้องเป็นถิ่นที่มีบัณฑิตสำนักบัณฑิต มีสถานศึกษาที่ดี เป็นถิ่นที่เจริญ เหมาะแก่การศึกษาเล่าเรียน การทำมาหากินและเป็นที่อยู่อาศัย”<sup>๔๓</sup> ในพระพุทธศาสนากล่าวถึงสถานที่หรือที่ที่เหมาะสมเรียกว่า สัปปายะ มี ๔ ประการ คือ

๑. อवासสัปปายะ หมายถึง ที่อยู่อาศัยเป็นที่มีสภาพทางภูมิศาสตร์ดี เช่น บ้านต้องเป็นที่มองดูสะอาด มีความเป็นระเบียบเรียบร้อยมีต้นไม้ร่มรื่น มีน้ำมีไฟสะดวก เป็นต้น

<sup>๔๑</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๓๔/๑๖๕.

<sup>๔๒</sup> วินย. ฎีกา. (ไทย) ๑/๒๖๓.

<sup>๔๓</sup> สมเด็จพระสังฆราช (จวน อุฏฐายี), *มงคลในพระพุทธศาสนา*, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์กิตติวรรณ, ๒๕๓๘), หน้า ๒๐-๒๑.

๒. อาหารสัปปายะ หมายถึง อาหารเป็นที่สบายหาได้ง่ายมีความอุดมสมบูรณ์ เป็นสถานที่มีอาณาบริเวณอยู่ใกล้ตลาด หรือมีการเกษตรกรรมสามารถผลิตอาหารได้อย่างพอเพียง

๓. บุคคลสัปปายะ หมายถึง ผู้ที่อยู่ในบริเวณนั้นประกอบด้วยนักปราชญ์ คนดีมีศีลธรรม มีวินัย ใฝ่ความรู้ ปราศจากโจรหรือแหล่งอบายมุข

๔. ธรรมะสัปปายะ หมายถึง อยู่ในบริเวณที่ไม่ไกลจากวัดหรือสถานศึกษาเพื่อมีโอกาสได้ทำบุญ ฟังธรรม และศึกษาวิทยากรต่างๆ<sup>๔๔</sup>

สมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า (พิมพ์ ธรรมธโร) กล่าวถึงลักษณะของถิ่นที่เหมาะสมไว้ในหนังสือยอดมงกุฎชีวิต เป็น ๓ นัย<sup>๔๕</sup> คือ

๑. ถิ่นที่มีบริษัท ๔ คือ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา สัตว์จรไปมา มีการบำเพ็ญบุญดำเนินไปอยู่ และมีนางวงศ์สัตตสุตตศาสนา คือ พระพุทธศาสนาเจริญรุ่งเรืองอยู่จัดเป็นถิ่นที่เหมาะสมนี้เป็นมงคล เพราะเป็นถิ่นอำนวยให้ผู้อยู่ได้บำเพ็ญบุญกุศลวิญญูได้

๒. สถานที่ตรัสรู้ สถานที่ทรงแสดงปฐมเทศนา สถานที่แสดงยมกปาฏิหาริย์ สถานที่เสด็จลงจากเทวโลก และสถานที่พระองค์ประทับอยู่ มีเมืองสาวดีและเมืองราชคฤห์เป็นตัวอย่าง จักเป็นถิ่นที่เหมาะสม ท่านเรียกการอยู่ในถิ่นที่เหมาะสมนี้ว่าเป็นมงคล เพราะเป็นถิ่นอำนวยให้ผู้อยู่ได้บำเพ็ญอนุตรियกิจ ๖ ประการได้

๓. มัชฌิมประเทศ ซึ่งเป็นที่อุบัติแห่งพระพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้าพระมหาสาวก พุทธอัฐิธาตุ พระพุทธมารดา พระพุทธบิดา และพระเจ้ามหาราจักรพรรดิจัดเป็นถิ่นที่เหมาะสมมวลชนอยู่ในถิ่นเช่นนี้มีโอกาสได้รับโอวาทของพระปัจเจกพุทธเจ้าและพระจักรพรรดิ เมื่อตั้งอยู่ในศีล ๕ ก็มีสวรรค์เป็นเบื้องหน้า ถ้าได้รับโอวาทของพระพุทธเจ้าและพระพุทธรูป ก็มีสวรรค์และพระนิพพานเป็นเบื้องหน้า ดังนั้น ท่านจึงเรียกการอยู่ในถิ่นเช่นนี้เป็นมงคล เพราะเป็นเหตุให้ผู้อยู่สวรรค์สมบัติและนิพพานสมบัติ

พระอุบาลีคุณูปมาจารย์ (จันทร์ สิริจันโท) กล่าวถึงลักษณะของประเทศที่เหมาะสมว่า “การที่ได้อยู่ในประเทศอันสมควรนั้น หมายถึงประเทศที่มีพระพุทธศาสนาถาวร หรือประเทศที่มีนักปราชญ์เป็นยุติธรรมช่วยแนะนำสั่งสอน ถอนตนให้จากกองทุกข์ อยู่ในประเทศอันสมควร<sup>๔๖</sup>

ถิ่นที่มีลักษณะสมบูรณ์นั้น กล่าวโดยสรุปมี ๕ ประการ คือ ถิ่นที่เป็นศูนย์กลาง ถิ่นที่มีการประกอบอาชีพสะดวก ถิ่นที่มีการศึกษาสะดวก ถิ่นที่มีศาสนาประกาศจักรวรรดิ และถิ่นที่มีคน

<sup>๔๔</sup> วินย.อ. ๑/๕๒๔.

<sup>๔๕</sup> สมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า (พิมพ์ ธรรมธโร), มงคลยอดชีวิต, หน้า ๖๕-๖๘.

<sup>๔๖</sup> พระอุบาลีคุณูปมาจารย์ (จันทร์ สิริจันโท), ธรรมเทศนามงคล ๓๘., หน้า ๑๗.

ทรงศีลธรรมทรงวิทยาคุณมาก ชื่อว่าถิ่นที่เหมาะสมเป็นมงคลสูงสุด เพราะเป็นปัจจัยให้ผู้อยู่ได้ตั้งตนเป็นหลักฐานในทางโลกและทางธรรมดังที่สมเด็จพระมหาธีรวงศ์ (พิมพ์ ธรรมธโร) ได้ให้คำอธิบายไว้ว่า

๑. ถิ่นที่เป็นศูนย์กลาง หมายถึง ถิ่นที่หรือสถานที่ซึ่งเป็นที่ร่วมระเบียบแบบแผนจารีตประเพณี ศิลปวัฒนธรรมอันถูกต้องดีงามสร้างสรรค์และเป็นที่ยอมรับของประชาชนจากทั่วสารทิศ ไม่มีปัญหาเรื่องการแบ่งแยกเชื้อชาติ ศาสนา ไม่แบ่งชั้นวรรณะ ผู้คนอยู่ร่วมกันอย่างสามัคคีสงบสุข

๒. ถิ่นที่มีสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติที่ดี อุดมสมบูรณ์ เช่น แม่น้ำ ป่าไม้ ภูเขา สภาพดินฟ้าอากาศ ฝนตกต้องตามฤดูกาล การประกอบอาชีพสะดวก หมายถึง ถิ่นที่มีทำเลดี ทำมาหาเลี้ยงชีพได้ง่าย มีแหล่งอาหารที่อุดมสมบูรณ์ ผู้คนไม่อดอยากยากจน กาทำมาหากินสะดวกสบาย ไม่มีภัยทั้งทางธรรมชาติและภัยจากมนุษย์ด้วยกัน ไม่มีภัยสงครามจากรุกรานจากประเทศเพื่อนบ้าน

๓. ถิ่นที่มีการศึกษาสะดวก เช่น มีโรงเรียน โรงพยาบาล วิทยาลัย และมหาวิทยาลัย ตลอดจนสถาบันการศึกษาอื่นๆ ซึ่งสะดวกสบายสำหรับผู้ที่จะศึกษาต่อ

๔. ถิ่นที่มีศาสนาประกาศศีลธรรม หมายถึง ถิ่นที่มีศาสนาสอนให้ละโทษสอนให้อบรมความดี และสอนให้ชำระจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์

๕. ถิ่นที่มีคนทรงศีลธรรมและทรงวิทยาคุณมาก หมายถึง ถิ่นที่มีนักปฏิบัติธรรม มีจิตใจสูงส่ง มีคุณธรรมประจำใจ และถิ่นนั้นมีนักปราชญ์ราชบัณฑิตผู้ทรงวิทยาคุณและเป็นคนคงเรียน<sup>๔๗</sup>

การพัฒนาศักยภาพมนุษย์ต้องอาศัยองค์ธรรมเหล่านี้ ซึ่งเป็นปัจจัยภายนอกในเชิงบวก เช่น การอยู่ในถิ่นที่เหมาะสม จึงจะเป็นการส่งเสริมให้การพัฒนาตนเองเป็นไปได้อย่างมีประสิทธิภาพและพัฒนาตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

## (๒) การสร้างสมความดีไว้ก่อน

การสร้างสมความดีไว้ก่อนหรือความเป็นผู้มีบุญที่ได้กระทำไว้แต่กาลก่อนมาจากคำภาษาบาลี ปุพเพกตปุณญตา ความหมายของคำว่า บุญที่ทำไว้ก่อนนั้นตรงกับคำว่า บุญวาสนา<sup>๔๘</sup> บุคคลผู้ที่ไม่ได้สั่งสมคุณความดีหรือบุญกุศลมาก่อน เมื่อประกอบกิจอันใด แม้ว่าจะมีความอุตสาหพยายามอย่างหนักและต้องใช้เวลามาก ส่วนบุคคลผู้ที่ได้สั่งสมบุญกุศลคุณงามความดีมาก่อนเมื่อทำความดี ผลแห่งการกระทำดีนั้นย่อมปรากฏเต็มทีในปัจจุบันทันตาเห็น และส่งผลให้มีความสุขความเจริญก้าวหน้าเหนือกว่าบุคคลทั้งหลาย

<sup>๔๗</sup> สมเด็จพระมหาธีรวงศ์ (พิมพ์ ธรรมธโร), มงคลยอตชีวิต, หน้า ๗๙-๘๓.

<sup>๔๘</sup> ปิ่น มุกกันต์, มงคลชีวิต, หน้า ๒๕๘.

การเป็นผู้ได้ทำบุญไว้ในกาลก่อนหรือในอดีตนั้น ได้มีท่านผู้รู้ทั้งหลายกล่าวนิยามไว้ ดังนี้ว่า ผู้มีกุศลอันสั่งสม คือมีอธิการอันทำไว้ปรารถนารูปพระพุทธรูปเจ้า พระปัจเจกพุทธรูปเจ้า และพระชีนาสพ ในชาติที่ล่วงมาแล้ว ชื่อว่า ผู้มีบุญอันทำไว้ในก่อน<sup>๔๙</sup> บุญเมื่อเกิดขึ้นในจิตใจแล้ว ทำให้ใจสะอาดปราศจากความเศร้าหมอง ชุ่มมัว ก้าวขึ้นสู่ภูมิที่ดี เกิดขึ้นจากที่ได้เพื่อนที่ดีคือพระธรรมทำให้เลือกคิดแต่สิ่งที่ควร ที่เป็นประโยชน์แล้วพูดดี ทำดี ตามที่คิดนั้น

บุญวาสนา หมายถึง บุญเก่า ซึ่งได้แก่บุญหรือคุณความดีที่เคยสั่งสมไว้นานแล้ว บุญในกาลก่อนหรือความมีบุญได้ทำไว้ก่อน แบ่งออกเป็น ๒ ระยะ คือ กาลก่อนระยะไกลกับกาลก่อนระยะใกล้<sup>๕๐</sup>

๑. กาลก่อนระยะไกล ได้แก่ คุณความดีที่แต่ละคนได้ทำไว้ในชาติก่อนๆ

๒. กาลก่อนระยะใกล้ ได้แก่ คุณความดีที่บุคคลได้กระทำไว้ในภพชาติปัจจุบัน ตั้งแต่เกิดมาพอรู้เพียงสาจนถึงวันนี้ เช่น เป็นคนว่าง่ายสอนง่าย เชื่อฟังคำสอนของบิดามารดา มีความกตัญญูรู้คุณ ตั้งใจบำเพ็ญทานรักษาศีลและเจริญภาวนา ตั้งใจศึกษาเล่าเรียน มีความอดทน ขยันหมั่นเพียร คบคนดีเป็นมิตร ผู้บำเพ็ญบุญเอาไว้ในกาลก่อน ย่อมได้สมบัติเหล่านี้

### (๓) การตั้งตนไว้ชอบหรือดำรงตนถูกต้อง

การตั้งตนไว้ชอบ หมายถึง การดำรงตนให้อยู่ในศีลธรรมและดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง ตั้งเป้าหมายชีวิตและการทำงานให้มั่นคง ดึงตาม ก้าวหน้า ดำเนินชีวิตด้วยความระมัดระวังไม่ประมาท สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส ได้ทรงอธิบายแนวทางการตั้งตนไว้ในชอบตามสมควรแก่ฐานะไว้ในสารานุกรมพระพุทธศาสนาว่า วางตนให้เหมาะสมกับฐานะหน้าที่ของตน เป็นผู้ใหญ่ก็ประพฤติตนเป็นตัวอย่าง มีเมตตาอารีในผู้น้อย เป็นคนเสมอกันก็ให้ความเป็นมิตร ซื่อตรงและเผื่อแผ่เขา เป็นผู้เล็กก็ประพฤติอ่อนน้อมให้ความเอื้อเฟื้อแก่ผู้ใหญ่ เช่นนี้ก็ชื่อว่าตั้งตนไว้ชอบ<sup>๕๑</sup>

หลักปฏิบัติที่สำคัญของพระพุทธศาสนา คือ การพัฒนาตน การพัฒนางานคือการพัฒนาชีวิตและการพัฒนาที่ดีจะต้องปฏิบัติตามหลักอัตตสัมมาปณิธิ ซึ่งถือว่าเป็นมงคล คือเป็นความดี ความงามซึ่งเมื่อได้ปฏิบัติแล้วย่อมมีแต่ความเจริญก้าวหน้าไม่มีความเสื่อมในชีวิต ส่วนการตั้งตนไว้ในที่ผิดนั้นย่อมมีแต่ความเสื่อมเสียและสิ่งที่สำคัญที่สุดของมนุษย์ก็คือจิตใจ เพราะถ้าจิตใจดีคือมี

<sup>๔๙</sup> มงคล. ๑/๑๔๗.

<sup>๕๐</sup> สมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า (พิมพ์ ธรรมะโร), มงคลยอตชีวิต, หน้า ๘๘.

<sup>๕๑</sup> สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, สารานุกรมพระพุทธศาสนา,

(กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๒๙), หน้า ๕๑.

ความคิดดีก็จะเป็นเหตุให้บุคคลพูดดีและกระทำดีไปด้วย ดังที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า โจรเห็นโจร หรือ คนมีเวรเห็นคนมีเวร เขาจะทำความเสียหายย่อยยับพอนาศ ให้แก่กันสักเพียงใด ก็ไม่ร้ายเท่ากับจิตของเราที่ตั้งไว้ผิดย่อมจะทำความเสียหายเดือดร้อนให้แก่ตัวเรายิ่งกว่านั้น จิตของเรานี้ ถ้าตั้งไว้ถูกต้องแล้ว ย่อมจำทำความเจริญก้าวหน้าให้แก่ตัวเองอย่างมากมายยิ่งกว่าความเจริญที่บิดามารดาพี่น้องจะพึงทำให้แก่เราเป็นไหนๆ<sup>๕๒</sup>

การตั้งตนไว้ชอบหรืออยู่ในภาวะปกติของสุภาพชนนั้น ได้มีท่านผู้รู้ทั้งหลายกล่าวนิยามไว้ดังนี้สมเด็จพระสังฆราช (จวน อุฏฐายี) กล่าวว่า การตั้งตนไว้ชอบหมายถึงการตั้งตนไว้ในทางเจริญ ระมัดระวังตนให้เป็นไปในทางที่ชอบ ให้บรรลุผลสำเร็จตามที่ตนมุ่งหมายทั้งในปัจจุบันและอนาคตรู้สึกตนเองว่าการศึกษเล่าเรียนไม่ทันเพื่อนยังไม่ฉลาดก็พยายามฝึกฝนตนเองหมั่นฟังท่านผู้รู้หมั่นหาความรู้เพิ่มเติมด้วยการอ่าน เป็นต้น<sup>๕๓</sup>

การตั้งตนไว้ชอบ คือ การตั้งเป้าหมายชีวิตทั้งทางโลกและทางธรรมไว้ถูกต้องแล้ว วัตถุประสงค์ตนให้ดำเนินชีวิตไปตามเป้าหมายนั้นด้วยความระมัดระวังเป็นการตั้งตนไว้ในศีลธรรม คุณธรรมหรือตั้งตนไว้ชอบตามทำนองธรรม

การตั้งตนไว้ชอบก็เพื่อบรรลุตามเป้าหมายของการพัฒนาชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนามีเป้าหมายของชีวิตที่เหมาะสมแก่สภาพของแต่ละบุคคลอยู่ ๓ ระดับ คือ

ระดับต้น ได้แก่ การตั้งเป้าหมายชีวิตไว้เพื่อประโยชน์ในชาตินี้เป็นการวางแผนชีวิต โดยตั้งเป้าหมายเอาไว้ว่า จะดำเนินชีวิตไม่ผิดศีลธรรมและกฎหมายของบ้านเมือง ประกอบอาชีพการงานที่สุจริต จะเป็นอาชีพอะไรก็แล้วแต่ความรู้ความสามารถ หรือความถนัดของแต่ละบุคคล

ระดับกลาง ได้แก่ การตั้งเป้าหมายชีวิตไว้เพื่อประโยชน์ในชาติหน้าด้วยการสร้างบุญ สร้างกุศล คุณงามความดี มีศีลธรรมประจำใจ

ระดับสูงสุด ได้แก่ การตั้งเป้าหมายชีวิตไว้เพื่อประโยชน์อย่างยิ่ง คือ พระนิพพาน ด้วยการตั้งใจปฏิบัติธรรมอย่างเคร่งครัด เพื่อชำระกิเลส ความโลภ ความโกรธ ความหลงให้หมดสิ้นไปจากจิตใจของตัวเอง<sup>๕๔</sup>

การตั้งไว้ชอบเป็นสิ่งสำคัญ เป็นขั้นตอนแรกในการสร้างความเจริญก้าวหน้าแก่ชีวิต เพราะการดำเนินชีวิตของมนุษย์มี ๒ ทางด้วยกัน คือ ทางที่ถูกและทางที่ผิด ผู้ที่ดำเนินชีวิตในทางที่ถูกย่อมประสบแต่ความสุขความเจริญก้าวหน้า รุ่งเรือง มีหลักฐานมั่นคง มีเกียรติ มีศักดิ์ศรี มีคน

<sup>๕๒</sup> พ.ร. (ไทย) ๒๕/๑๓/๑๕.

<sup>๕๓</sup> สมเด็จพระสังฆราช (จวน อุฏฐายี), มงคลในพระพุทธศาสนา, หน้า ๓๐-๓๕.

<sup>๕๔</sup> พ.จ. (ไทย) ๓๐/๖๗๓/๓๓๓.

เคารพนับถือยกย่องสรรเสริญ ไม่ประสบความสำเร็จเดือดร้อนและปัญหาใดๆ ในชีวิต ส่วนผู้ที่ดำเนินชีวิต นางที่ผิด ย่อมพบแต่ความผิดหวังเดือดร้อน ไม่พบความสุขความเจริญในชีวิต เป็นมูลเหตุแห่งความ ล้มเหลวตลอดทั้งชีวิต

**๒.๓.๑.๓ การพัฒนาตนเองด้านองค์ความรู้** ประกอบด้วยองค์ธรรม ๔ ประการ ได้แก่ การรอบรู้วิทยาการ ความชำนาญในศิลปะ การมีระเบียบวินัย และการพูดจาดีเป็นวาจาสุภาพ มีรายละเอียดของแต่ละองค์ธรรม ดังนี้

### (๑) การรอบรู้วิทยาการ

การเรียนหรือการศึกษาหรือการเรียนรู้มากตามหลักพุทธจริยะศาสตร์เรียกว่า พหุสัจจะ ความเป็นผู้ได้ยินได้ฟังมาก หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ความคงแก่เรียน สอนให้คนรู้จัก ประมาณเป็นสิ่งสำคัญ ความเป็นผู้รู้จักประมาณสอนให้คนรู้จักควบคุมชีวิต ให้ประพฤติในสิ่งที่ควร ประพฤติ เว้นสิ่งที่ควรเว้นและไม่ให้มุ่งหมายอยู่แต่ความรู้อย่างเดียว แต่ให้มุ่งมั่นทำความ เจริญก้าวหน้าแก่ชีวิตจิตใจเพราะตัวจักรสำคัญของคนเราคือจิตใจ เมื่อคนเรามีร่างกายแข็งแรง สมอง ว่องไว ประสาทคล่องแคล่วจิตใจเข้มแข็งแล้วย่อมสามารถประกอบสรรพกิจให้สำเร็จได้

ความหมายของการเป็นพหุสัจจะ คือ การเป็นผู้สดับตรับฟังสิ่งที่ดีๆ มากมายนั้น ได้ มีท่านผู้รู้ทั้งหลายกล่าวนิยามไว้ดังนี้ว่า ความเป็นผู้มีสุตะมาก ชื่อว่า พหุสัจจะ ความเป็นผู้ฉลาดใน ทัตถกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง ชื่อว่า ศิลปะ ความเป็นผู้มีสุตะมาก ชื่อพหุสัจจะ โดยอรรถ พหุสัจจะ ได้แก่ความเป็นผู้ฉลาดในกิจนั้นๆ อันเกิดขึ้นเพราะเรียนบ้าง เพราะฟังบ้าง ซึ่งพระพุทธรวณะหรือ ศิลปะภายนอก (พระพุทธรศาสนา) ยกความเป็นผู้ฉลาดในทัตถกรรม ที่พระผู้มีพระภาคทรงถือเอาด้วย ลิปปศัพท์<sup>๕๕</sup>

โดยความหมายของพหุสัจจะ จึงหมายถึง คนที่ได้ฟังมามาก ได้อ่านมามาก ได้ศึกษามา มาก เป็นคนคงแก่เรียน เป็นคลังแห่งวิชาการ ความเป็นผู้ฉลาดรู้ คือผู้ที่รู้จักเลือกเรียนในสิ่งที่ควรรู้ เป็นที่ได้ศึกษาเล่าเรียนมามากได้ยินได้ฟังมามากและเป็นคนช่างสังเกต

### (๒) ความชำนาญในศิลปะ

คนที่ศิลปะเชี่ยวชาญในสาขาวิชาที่ได้ศึกษาหรืออบรมมาที่ได้รับสมญาว่าเป็นศิลปิน หรือนักศิลปะนั้น เป็นช่างทำช่างพูดช่างคิดหรือทำเป็นพูดเป็นคิดเป็นสามารถเปลี่ยนแปลงวัตถุที่มี

<sup>๕๕</sup> มงคล. ๒/๑-๓.



มูลค่าเพียงเล็กน้อยให้มีมูลค่าเพิ่มมากขึ้นได้ คนมีศิลปะวิทยา คือคนที่มีความสามารถในการจัดแจงหรือกระทำให้สิ่งใดสิ่งหนึ่งด้วยความละเอียดอ่อน งดงามเป็นที่ต้องตาต้องใจและต้องการของคนทั่วไป เรียกได้ว่าเป็นคนมีฝีมือทางการช่าง การแสดงอารมณ์ความรู้สึกออกมาให้ปรากฏได้อย่างน่าดูน่าชม และทำให้เกิดความซาบซึ้งตรึงใจ ตลอดจนความเชี่ยวชาญในการทำงานต่างๆ

การเป็นผู้ชำนาญหรือเชี่ยวชาญในศิลปะนี้ได้มีฐานผู้รู้ทั้งหลายกล่าวนิยามไว้ดังนี้ว่า คำว่าศิลปศาสตร์นั้นหมายวิชาที่เกี่ยวข้องด้วยหัตถกรรมหัตถกรรมช่างต่างๆคือการก่อสร้างการถักการตัดการวาดการเขียนการปั้นการปรุงการจัดการสานการเย็บปักถักร้อย ตลอดจนการตัดผ้าบาดแผลเป็นอาทิ<sup>๕๖</sup>

ปิ่น มุทุกันต์ กล่าวว่า คำว่า ศิลปะ หมายถึงหัตถโกศลซึ่งมีความหมายเหมือนกับคำว่า ศิลปะ หมายถึง ฉลาดทำ คือ ทำเป็น<sup>๕๗</sup>

ศิลปะแปลว่าฉลาดทำ คือทำเป็นนั่นเองพหูสูตเป็นผู้ฉลาดรู้เรียนหลักวิชา ส่วนศิลปะเป็นความสามารถในทางปฏิบัติ คือ สามารถนำความรู้ขึ้นมาใช้ให้เกิดผลได้ การมีศิลปะ คือการมีฝีมือทางการช่างหรือการแสดงออกให้ปรากฏขึ้นได้อย่างงดงามและทำให้ผู้พบเห็นเกิดอารมณ์ประทับใจ บุคคลผู้ที่มีความเชี่ยวชาญหรือชำนาญในการทำ การพูด การแสดง คือทำเป็น พูดเป็น แสดงเป็น หรือรู้จักใช้เทคโนโลยีการประกอบเครื่องจักรเครื่องยนต์กลไก เป็นต้น

ในมังคลัตถที่ปิ่น ได้แก้คำว่า ศิลปะ ไว้ว่า หัตถโกศล คือ ความเป็นคนฉลาดในหัตถกรรม คือเป็นช่างฝีมือ ทำงานให้สำเร็จเป็นขึ้นเป็นอันและประณีตด้วยฝีมือของตน ชื่อว่า ศิลปะ และจำแนกศิลปะออกเป็น ๒ ประเภท คือ

๑. ศิลปะของบรรพชิต หมายถึง ความเป็นผู้ฉลาดในการตัดเย็บจีวรและความเป็นผู้ฉลาดในกิจการงานกิจ เช่น ฉลาดในการปฏิบัติอุปัชฌาย์และอาจารย์ เป็นต้น

๒. ศิลปะของคฤหัสถ์ ศิลปะทั้งของบรรพชิตและของคฤหัสถ์ เมื่อรวมลงก็อยู่ที่ช่างทำ ช่างพูด และช่างคิด หรือทำเป็นพูดเป็นและคิดเป็นนั่นเอง เพราะศิลปะแห่งศิลปะทั้งหลายอยู่ที่การปรับปรุงตนเองให้เป็นช่างทำที่ชำนาญ เป็นช่างพูดที่ประกอบด้วยเหตุผล และเป็นช่างคิดที่ละเอียดรอบคอบ ซึ่งให้สำเร็จประโยชน์ 3 ประการ คือ อัตถะ เป็นที่ต้องการของตนและคนอื่น หิตะ เกื้อกูล แก่ตนและคนอื่น สุขะ อำนวยความสุขแก่ตนและคนอื่นอย่างนี้เป็นมงคล กล่าวโดยสรุป ศิลปะคือช่างพูดช่างคิดหรือทำเป็นพูดเป็นคิดเป็นที่เป็นมงคลสูงสุด เพราะทำให้ผู้มีช่างทำ ช่างพูด ช่างคิด เจริญก้าวหน้ามีฐานะสูงขึ้นอุดมด้วยทรัพย์สมบัติสมบูรณ์ด้วยเกียรติยศและชื่อเสียง

<sup>๕๖</sup> พระอุบาลีคุณูปมาจารย์, ธรรมเทศนามงคล ๓๘, หน้า ๓๑.

<sup>๕๗</sup> ปิ่น มุทุกันต์, มงคลชีวิต, หน้า ๓๔๒-๓๔๓.

### (๓) การมีระเบียบวินัย

ความหมายของพระวินัยมีผู้ให้ความหมาย คำจำกัดความไว้หลายประการ และมีชื่อเรียกหลายอย่างทั้งภาษาพูดและภาษาเขียน เช่น ศีล วินัย ลีลาบพ เป็นต้น ซึ่งพอประมวลความหมายทั้งตามพยัญชนะและตามอรรถ ได้ดังต่อไปนี้

พระพุทธโฆสาจารย์ ให้ความหมายไว้ในคัมภีร์สมันตปาสาทิกา ว่า พระวินัยอันบัณฑิตผู้รู้ธรรมแห่งพระวินัยทั้งหลายกล่าวว่า วินัย เพราะมีนัยต่างๆ เพราะมีนัยพิเศษ และเพราะฝึกกายและวาจา<sup>๕๘</sup>

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก (เจริญ สุวฑฺฒโน) มีพระนิพนธ์ถึงความหมายของพระวินัยว่า คือพระบัญญัติ (ปญฺญุตโต) ของพระพุทธเจ้า หมายถึง คำสั่งให้เป็นเครื่องปกครองพระสาวก เพื่อให้เกิดความเรียบร้อยบริสุทธ์เสมอกันในสงฆ์<sup>๕๙</sup> นอกจากนี้ พระองค์ยังได้ให้ความหมายพระวินัยเช่นเดียวกับศีลว่า คือ เจตนาที่เป็นเหตุจงดเว้น ความสำรวมระวัง ความไม่ล่วงละเมิด ความตั้งกายกรรมเป็นต้นไว้ด้วยดี หมายถึง ความดำรงหรือทรงกุศลธรรมทั้งหลาย โดยเป็นที่ตั้งของกุศลธรรมทั้งหลาย เป็นสิ่งสูงสุด เป็นเบื้องต้น เป็นสิ่งที่เย็น และเป็นสิ่งที่ควรเสพ เป็นต้น<sup>๖๐</sup>

แสวง อุดมศรี ให้ความหมายไว้ในพระวินัยปิฎก ไว้ ๓ ความหมาย ได้แก่<sup>๖๑</sup>

๑. วินัย หมายถึง นัยต่างๆ (วิวิท + นัย) เพราะมีปาติโมกข์ ๒ คือ ภิกขุปาติโมกข์และภิกขุณีปาติโมกข์ มีวิภังค์ ๒ คือ ภิกขุวิภังค์และภิกขุณีวิภังค์ และมีอาบัติ ๗ กอง เป็นต้น

๒. วินัย หมายถึง นัยพิเศษ (วิเสส + นัย) เพราะมีอนุบัญญัติเพิ่มเติมเพื่อทำให้สิกขาบทรัดกุมยิ่งขึ้นผ่อนผันให้เพลาความเข้มงวดลง

๓. วินัย หมายถึง กฎสำหรับฝึกอบรมกาย วาจา เพราะเป็นเครื่องป้องกันความประพฤติที่ไม่เหมาะสมทางกายและวาจา

วินัยที่ตนฝึกฝน รักษา ปฏิบัติ และศึกษาดีแล้ว ย่อมให้ประโยชน์ทั้งแก่บรรพชิตและคฤหัสถ์ กล่าวคือ บรรพชิตผู้มีศีลบริสุทธ์ย่อมได้รับความสุข มีใจมั่นคงแน่วแน่ อันจะเป็นฐานของ

<sup>๕๘</sup> มหามกุฏราชวิทยาลัย, **ปฐมสมันตปาสาทิกาแปล ภาค ๑**, (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๐๘), หน้า ๒๗.

<sup>๕๙</sup> สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช, **หลักพระพุทธศาสนา**, (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หน้า ๓๖๑.

<sup>๖๐</sup> สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช, **ศีลในพระพุทธศาสนา**, (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑), หน้า ๓.

<sup>๖๑</sup> แสวง อุดมศรี, **พระวินัยปิฎก ๑**, (กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔), หน้า ๔.

สมาธิและปัญญา ในส่วนของคฤหัสถ์นั้นจะได้เพราะกฎข้อบังคับและคนดี คือ คนอยู่ในกฎข้อบังคับ คนอยู่นอกกฎข้อบังคับนั้นคือ คนป่าและคนตายหรือไม่ปกติ ดังนั้น วินัยของคฤหัสถ์และของบรรพชิต จึงเป็นกฎข้อบังคับคุ้มครองหมู่คณะให้ตั้งงาม คือ มีอาญาเหนือคอยกำกับจะลงโทษแก่ผู้ฝ่าฝืน และมีระเบียบทำให้ผู้กระทำความผิดได้กลับตัวกลับใจทำให้ถูกต้อง เมื่อคฤหัสถ์และบรรพชิตปฏิบัติวินัย ถูกต้องแล้ว เชื่อว่าได้ศึกษาวินัยมาดี เป็นผู้ระเบียบอันดีงามประพฤตีสงบเสงี่ยมเรียบร้อย ชวนให้หมู่คณะเกิดศรัทธาเลื่อมใส ร่วมกันจรรโลงพระศาสนาให้เจริญรุ่งเรืองเป็นคุณประโยชน์แก่ชาวโลก มีชีวิตเจริญด้วยคุณธรรม

#### (๔) การพูดจาดีเป็นวาจาสุภาพ

สุภาพ คือ คำพูดดี คำพูดที่จริงอ่อนหวานประสานสามัคคี มีประโยชน์ ไม่เป็นคำพูดอันเป็นไปเพื่อเบียดเบียนตนและผู้อื่น เป็นคติเตือนใจมีประโยชน์ในการนำไปปฏิบัติตามในชีวิตประจำวันเรียกว่า วาจาสุภาพ พระพุทธเจ้าได้ตรัสคุณลักษณะ ๕ ประการของวาจาสุภาพไว้ในสุภาษิตสูตร จตุตถปณณาสถ์ ปัญจกนิบาต อังคุตตรนิกาย ว่า ๑. กล่าวถูกต้องกาล ๒. กล่าวคำจริง ๓. กล่าววาจาอ่อนหวาน ๔. วาจาประกอบด้วยประโยชน์ ๕ ประการนี้แล เป็นสุภาพไม่เป็นทุพภาษิต ไม่มีโทษ วิญญูทั้งหลายติเตียนไม่ได้<sup>๖๒</sup>

การที่พระพุทธองค์ตรัสว่า วาจาประกอบด้วยองค์ ๕ นี้ วิญญูชนพึงแล้วย่อมไม่ติเตียนเป็นการแสดงว่าไม่ทรงถือเอาคนพาลเป็นประมาณ ในบางแห่งแสดงองค์คุณของวาจาสุภาพไว้ ๔ ประการ ความว่า

ภิกษุทั้งหลาย วาจาประกอบด้วยองค์ ๔ เป็นสุภาพไม่เป็นทุพภาษิต ไม่มีโทษ วิญญูชนติเตียนไม่ได้ คือ

๑. กล่าวแต่คำที่ดี
๒. กล่าวคือที่เป็นธรรม
๓. กล่าววาจาเป็นที่รัก
๔. กล่าววาจาสัตย์<sup>๖๓</sup>

นอกจากนี้ท่านยังได้อธิบายว่า การเว้นจากวจีทุจริต ๔ มีมุสาวาทเป็นต้นเหตุแห่งคำสุภาพ เมื่อเป็นวจีทุจริต ๔ แล้วก็ทรงสอนให้กล่าววจีทุจริต ๔ คือ คำพูดจริง พูดอ่อนหวาน พูดประสานสามัคคี และพูดมีประโยชน์

<sup>๖๒</sup> อัง.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๑๙๘/๒๗๖.

<sup>๖๓</sup> ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๑๓/๓๐๑-๓๐๓.

เกี่ยวกับการเป็นผู้มีวาจาสุภาพหรือวาจาสุภาชิตนั้นได้มีท่านผู้รู้ทั้งหลายกล่าวนิยามไว้ดังนี้ สมเด็จพระสังฆราช (จวน อุฏฐายี) กล่าวว่า วาจาสุภาชิตมีลักษณะ ๕ ประการ คือ ๑. เป็นวาจาที่เหมาะสมแก่การเวลา ๒. เป็นวาจาจริง ๓. เป็นวาจาละเอียดอ่อนหวาน ๔. เป็นวาจาประกอบด้วยประโยชน์และ ๕. เป็นวาจาที่กล่าวด้วยเมตตา เป็นภาษาที่ปราศจากโทษ ไม่เป็นที่ติเตียนของวิญญูชนทั้งหลาย<sup>๖๔</sup>

วาจาเป็นสุภาชิต ได้แก่ วจิสฺสุจิริต ๔ ประการ คือ พูดคำสัตย์จริงสมานสามัคคีและส่งเสริมความสามัคคี พูดสุภาพนุ่มนวล พูดไพเราะนึมนวล น่าฟังและพูดเป็นประโยชน์เป็นธรรม เป็นคำพูดที่ผู้พูดกลั่นกรองไว้ดีแล้ว มิใช่สักแต่พูด เป็นคำพูดที่พอเหมาะพอดี เป็นคุณทั้งแก่ตัวผู้พูดและผู้ฟัง

โทษของวจิหฺจิริต พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ในสัพพลหุสูตร อัญญกนิบาต อังคตตรนิกาย ความว่า มุสาวาทอันบุคคลนำมาสองเสพมาเป็นเหตุให้ตกนรก หรือกำเนิดในสัตว์เดรัจฉาน หรือเปรตวิสัย วิบาก (โทษ) แห่งมุสาวาทที่เบาที่สุด เมื่อเขาเกิดมาเป็นมนุษย์ คือ ทำให้ถูกกล่าวด้วยคำไม่จริง วาจาเสื่อมเสีย ฯลฯ ก็เหมือนกับวิบากที่เบาที่สุด เมื่อเขาเกิดเป็นมนุษย์คือ มักได้ยินเสียงอันไม่พอใจ วาจาเหลวไหล ฯลฯ ก็เหมือนกัน วิบากอันเบาที่สุด เมื่อเขาเกิดเป็นมนุษย์คือทำให้วาจาของเขาไม่เป็นที่เชื่อถือของใครๆ<sup>๖๕</sup>

การพูดปิด การพูดเสื่อมเสีย พูดคำหยาบ และพูดเพ้อเจ้อ จัดเป็นวาจาทุภาชิตเป็นที่เกลียดชังของคนอื่น เป็นอับมงคลแก่ผู้พูด การพูดคำจริง พูดสมานไมตรี พูดไพเราะ และพูดมีประโยชน์ จัดเป็นวาจาสุภาชิตเป็นที่รักใคร่นับถือของคนอื่น เป็นมงคลแก่ผู้พูดวาจาสุภาชิตนี้พระพุทธองค์จึงตรัสว่า เป็นมงคลสูงสุด เพราะเป็นเหตุให้ผู้พูดได้ประโยชน์ชาตินี้และประโยชน์ชาติหน้า

**๒.๓.๑.๔ การพัฒนาตนเองด้านความสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้าง** ประกอบด้วยองค์ธรรม ๓ ประการ ได้แก่ การเลี้ยงดูบิดามารดา การเลี้ยงดูบุตรธิดา และการเลี้ยงดูภรรยา มีรายละเอียดของแต่ละองค์ธรรม ดังนี้

### (๑) การเลี้ยงดูบิดามารดา

หนึ่งในบรรดามงคลทั้งปวง ๓๘ นั้น การบำรุงเลี้ยงดูมารดาบิดาเป็นมงคลอันสูงสุด ทั้งนี้ เมื่อมารดาและบิดาผู้นุเคราะห์แก่บุตร ท่านเรียกว่า พรหม บุรพาจารย์ และอาหุเนยยบุคคล

<sup>๖๔</sup> สมเด็จพระสังฆราช (จวน อุฏฐายี), มงคลในพระพุทธศาสนา, หน้า ๗๒-๗๓.

<sup>๖๕</sup> อัง.อญฺญก. (ไทย) ๒๓/๔๐/๒๘๐-๒๘๒.

ของบุตรทั้งหลาย<sup>๖๖</sup> เพราะเหตุที่นั่นแหละ บุตรผู้เป็นบัณฑิตพึงนอบน้อม พึงสักการะท่านด้วยข้าว น้ำ ฝ้านุ่งห่ม ที่นอน ที่นั่ง ออภาย ให้อาบน้ำและชำระเท้า เพราะเหตุที่บุตรผู้เป็นบัณฑิต ได้บำรุงบำเรอ ในมารดาและบิดา บัณฑิตทั้งหลายย่อม สรรเสริญเขา ครั้นเขาละโลกนี้ไปแล้ว ย่อมบันเทิงในโลก สวรรค์ ทั้งนี้ ทรัพย์สินต่างๆ ในโลกนี้ มนุษย์ผู้มีปัญญา ย่อมแสวงหาได้ไม่ยากจนเกินความสามารถ ของตน แต่ว่าสำหรับการแสวงหากตัญญูกตเวทินั้น เป็นเรื่องที่ทำได้ยาก ฉะนั้น ท่านจึงกล่าวว่าเป็น บุคคลหาได้ยากในโลก

การบำรุงบิดามารดา หมายถึง การทำอุปัชฌาย์ต่อบิดามารดา ซึ่งสามารถกระทำได้ ๒ ทางคือ

๑) การบำรุงทางกาย หมายถึง การมอบให้ซึ่งปัจจัย ๔ ดูแลบำรุงเลี้ยงสุขภาพกาย ตามหลักวัตถุประสงค์ข้อที่ ๑ ความว่า เราพึงเลี้ยงมารดาบิดาตลอดชีวิต<sup>๖๗</sup> เพราะบิดามารดามีอุปการะ มาก บำรุงเลี้ยงแสดงโลกนี้แก่บุตร บิดามารดาผู้อนุเคราะห์ประชา...เพราะเหตุที่นั่น บัณฑิตพึงน้อมสักการ และสักการะบิดามารดานั้นด้วยข้าว น้ำ ฝ้า ที่นอน การออบกั้น การให้อาบน้ำและการล้างเท้า เพราะ การปรนนิบัติบิดามารดานั้น บัณฑิตจึงสรรเสริญในโลกนี้เอง<sup>๖๘</sup>

๒) การบำรุงทางใจ หมายถึง การดูแลจิตใจให้มีความโสมนัสอยู่เสมอ ไม่กระทำความหม่นหมองให้ปรากฏในจิตใจ ทำมารดาบิดาผู้ไม่มีศรัทธาให้มีศรัทธา ผู้ไม่มีศีลให้มีศีล ผู้ตระหนี่ ให้รู้จักการเสียสละ ผู้ไม่มีปัญญาให้มีปัญญา บุตรที่บำรุงมารดาบิดาด้วยการให้ล้อมใส่ในพระรัตนตรัย ให้สมาทานศีล หรือให้บรรพชา จัดว่าเป็นยอดของคนทั้งหมดผู้บำรุงมารดาบิดาในโลกนี้<sup>๖๙</sup>

ในเรื่องการบำรุงหรือการตอบแทนคุณมารดาบิดานี้ นอกจากแบ่งออกเป็น การบำรุงทางกายและการบำรุงทางใจดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้น ยังอาจแบ่งเป็น ๒ ประเภท ได้แก่

๑) การบำรุงที่เป็นโลกียะ คือ การตอบแทนท่าน ๕ อย่าง ตามหลักการในทศ ๖ กล่าวคือ

- ก. ท่านเลี้ยงเรามาแล้ว เราจักเลี้ยงท่านตอบ
- ข. ช่วยทำกิจของท่าน
- ค. ดำรงวงศ์สกุล
- ง. ประพฤติตนให้เหมาะสมกับความเป็นทนายาท

<sup>๖๖</sup> อจ.ตัก. (ไทย) ๒๐/๔๗๐/๑๕๐.

<sup>๖๗</sup> ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๕๗/๓๗๕.

<sup>๖๘</sup> อจ.ทก. (ไทย) ๒๐/๓๑/๑๓๘.

<sup>๖๙</sup> อจ.ทก. (ไทย) ๒๐/๓๔/๗๘.

จ. เมื่อท่านล่วงลับไปแล้ว ทำบุญอุทิศให้ท่าน<sup>๗๐</sup>

๒) การบำรุงที่จัดเป็นโลกุตตระ เช่น การทำให้มีศรัทธาเหตุที่พระพุทธเจ้าแบ่งไว้  
อย่างนี้อาจถือตามประเภทของบุตรก็ได้ เพราะพระพุทธเจ้าได้แบ่งบุตรไว้เป็น ๓ ประเภท คือ

ก. อติชาตบุตร คือบุตรที่มีศรัทธาและศีลมากกว่ามารดาบิดา

ข. อนุชาตบุตร คือบุตรที่มีศรัทธาและศีลเสมอกับมารดาบิดา

ค. อวชาตบุตร บุตรที่มีศรัทธาและศีลน้อยกว่ามารดาบิดา<sup>๗๑</sup>

เหตุที่มารดาบิดาเป็นบุคคลที่ควรบำรุงดูแลเป็นยิ่งนัก เพราะพระพุทธศาสนาเปรียบ  
มารดาบิดา เป็นพรหมของบุตร พระพรหมมีคุณธรรม ๔ อย่าง คือ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา<sup>๗๒</sup>  
และจะเจริญคุณธรรมทั้ง ๔ ประการนี้ตลอดเวลา เหมือนกับมารดาบิดา ไม่เคยละเลยคุณธรรม ๔  
ประการในบุตรเช่นกัน กล่าวคือ ในเวลาที่บุตรยังอยู่ในท้อง มารดาจะเกิดเมตตาจิตว่า เมื่อใดจะได้  
เห็นบุตรน้อยปลอดภัย มีอวัยวะน้อยใหญ่ครบบริบูรณ์ เมื่อบุตรยังเล็กนอนแบเบาะ มีเลือดไร้แต่ตอม  
หรือนอนกระสับกระส่าย ส่งเสียงร้อง มารดาบิดาได้ยินเสียงบุตรนั้น ก็จะเกิดความกรุณาเวลาบุตรวิ่ง  
เล่นไปมาได้ หรืออยู่ในวัยหนุ่มสาว มารดาบิดามองดูแล้วจะมีจิตอ่อนไหว บันทึง เริงใจ เหมือนกับ  
สำลี และปุยนุ่น เมื่อนั้นมารดาบิดาจะมีมุทิตาจิต แต่เมื่อบุตรมีครอบครัว แยกเรือนออกไป มารดา  
บิดาจะเกิดความวางใจว่า ขณะนี้บุตรของเราสามารถเป็นอยู่ได้ตามลำพัง เวลานั้นมารดาบิดาจะมี  
อุเบกขา จึงเปรียบมารดาบิดาเหมือนกับพรหมของบุตร ด้วยเหตุที่ประกอบด้วยคุณธรรมทั้ง ๔  
ประการนี้ เหตุที่มารดาบิดาเปรียบเหมือนบุรพจารย์ คือเป็นอาจารย์คนแรกของบุตร เพราะให้  
การศึกษาก่อนอาจารย์คนอื่น เช่น ให้ศึกษาเกี่ยวกับอิริยาบถ ๔ การดื่ม การกิน สอนการพูด เช่นคน  
ไหนควรเรียกว่าพ่อ คนไหนควรเรียกว่าพี่ คนไหนควรเรียกว่าน้อง ควรทำอะไร ไม่ควรทำอะไร  
ควรเข้าไปหาคนโน้น ไม่ควรเข้าไปหาคนโน้น เวลาต่อมาจึงได้เรียนกับอาจารย์คนอื่น อาจารย์คนอื่น  
จึงเรียกว่า ปัจฉาจารย์ คือ อาจารย์ภายหลัง มารดาบิดาย่อมพุ่มพีกรักษาบุตรของตน แม้ด้วยการฆ่า  
สัตว์อื่น ฉะนั้น มารดาบิดาจึงควรได้รับขานน้ำเป็นต้นที่บุตรจัดมาเพื่อบูชาหรือต้อนรับควรแก่การนอบ  
น้อม และความนับถือ การสักการะจากบุตรเหมือนกับที่ศิษย์ปฏิบัติต่ออาจารย์<sup>๗๓</sup>

การบำรุงบิดามารดาการอุปฐากเลี้ยงดูบิดามารดาเป็นมงคลอันสูงสุด มงคล  
หมายถึงสิ่งที่ดีงามในชีวิตของเรา ผู้มีความรู้สึกสำนึกในพระคุณของบิดามารดาและตอบแทนคุณบิดา  
มารดาด้ำนร่างกายด้วยปัจจัย ๔ คือ ให้เสื้อผ้าอาภรณ์ อาหารโภชนาการ ที่อยู่อาศัยและให้การรักษา

<sup>๗๐</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๖๗/๒๑๒.

<sup>๗๑</sup> ขุ.อติ. (ไทย) ๑๗/๗๔/๔๓๑.

<sup>๗๒</sup> ขุ.ชา. (ไทย) ๒๘/๑๘๑/๘๔.

<sup>๗๓</sup> มงคล. (บาลี) ๑/๒๖๙-๒๗๑.

ร่างกายยามเจ็บป่วย ตลอดจนการบำรุงด้านจิตใจไม่ให้บิดามารดาเครียดและหมดหวังต่อการบำรุงเลี้ยงดู ดังนี้แล้ว บุตรธิดานั้นย่อมเป็นผู้มีกาย วาจา สงบเรียบร้อย ใจเต็มเปี่ยมไปด้วยความกตัญญูกตเวทิตะ รู้จักบุญคุณของบิดามารดา พระพุทธศาสนาสมมติบิดามารดาว่าเป็นพรหม เป็นบูรพาจารย์ของบุตรธิดา การบำรุงมารดาบิดาจึงนำมาซึ่งการสรรเสริญในโลกนี้ เมื่อจากโลกนี้ไปก็จะเป็นเหตุให้ได้รับความสุขในสวรรค์<sup>๗๔</sup>

การบำรุงบิดามารดานั้น เป็นข้อปฏิบัติที่บุตรธิดาพึงกระทำต่อบุพการี คือ บิดามารดาของตนเอง เมื่อบุตรธิดาคณใดกระทำได้เช่นนี้แล้ว ย่อมชื่อว่าบุตรธิดาคณนั้น เป็นบุคคลที่มีความกตัญญูกตเวทิตะ คือ รู้อุปการะของบุคคลที่เคยทำไว้แล้วแก่ตนและรู้จักตอบแทนในภายหลัง ซึ่งจัดเป็นคุณธรรมที่สำคัญสำหรับมนุษยชาติ เป็นคุณธรรมพื้นฐานของมนุษย์ ทำให้มีความสัมพันธ์กันในสังคมมนุษย์และเป็นบ่อเกิดแห่งความรับผิดชอบต่อความเป็นมนุษย์และเป็นคุณธรรมเบื้องต้นของมนุษยธรรมทั้งหลาย เพราะเป็นเครื่องทำลายความเห็นแก่ตัวซึ่งเป็นศัตรูสำคัญของความดี เป็นเหตุให้เกิดความสุขุม รอบคอบ ความสำนึกในหน้าที่และความรับผิดชอบโดยลำดับ<sup>๗๕</sup>

การบำรุงเลี้ยงดูบุพการีมีความสำคัญยิ่งในทางพระพุทธศาสนา เพราะช่วยให้ท่านดำเนินชีวิตไปในทางที่ถูกต้องประกอบด้วยสัมมาทิฐิ เช่น ทำให้ท่านมีศรัทธา ทำให้เป็นคนมีศีล เป็นคนกล้าเสียสละหรือบำเพ็ญสาธารณประโยชน์ต่อคนอื่นได้ เป็นคนมีสมาธิ มีปัญญาแจ่มแจ้งในพุทธธรรมตามลำดับ ดังที่ปรากฏในอังคุตตรนิกาย ทุกนิบาตว่า

อันบุตรคนใดให้มารดาและบิดาผู้ไม่มีศรัทธา สมาทาน ตั้งมั่นดำรงอยู่ในสัทธาสัมปทา (ความถึงพร้อมด้วยศรัทธา) ให้มารดาและบิดาผู้ทุศีล สมาทาน ตั้งมั่น ดำรงอยู่ในศีลสัมปทา (ความถึงพร้อมด้วยศีล) ให้มารดาและบิดาผู้ตระหนี่ สมาทาน ตั้งมั่น ดำรงอยู่ในจาคสัมปทา (ความถึงพร้อมด้วยการเสียสละ) ให้มารดาและบิดาผู้ไม่มีปัญญา สมาทาน ตั้งมั่น ดำรงอยู่ในปัญญาสัมปทา (ความถึงพร้อมด้วยปัญญา) ด้วยเหตุเพียงเท่านั้นแล การกระทำอย่างนั้นชื่อว่าอันบุตรได้ทำและทำตอบแทนแก่มารดาและบิดา<sup>๗๖</sup>

สรุปความสำคัญของการบำรุงบิดามารดา มีดังนี้

๑) ทำให้เกิดวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณีที่ดีงาม เช่น การทำบุญอุทิศส่วนกุศลให้แก่บิดามารดาที่เสียชีวิตไปแล้ว

<sup>๗๔</sup> ขุ.อิตติ. (ไทย) ๒๕/๑๐๖/๔๘๕-๔๘๖.

<sup>๗๕</sup> อำนวย จันเงิน, “การพัฒนาความกตัญญูกตเวทิตะตามแนวคิดของพระพุทธวรญาณ (ทองย้อย กิตติทินโน)”, วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๗).

<sup>๗๖</sup> อัง.ทก. (ไทย) ๒๐/๓๔/๗๘.

๒) ช่วยทำให้สถาบันครอบครัวและสังคมมั่นคง ซึ่งนับว่าเป็นหลักธรรมพื้นฐานที่ทำให้มนุษย์รู้จักการกระทำหน้าที่อันเหมาะสมของตนเอง โดยเริ่มจากความรับผิดชอบต่อตนเอง ความรับผิดชอบต่อน้ำที่ในสถาบันครอบครัว โดยบิดามารดาทำหน้าที่ในฐานะบุพการี และบุตรธิดาปฏิบัติหน้าที่ต่อบิดามารดาในฐานะผู้มีความกตัญญูทวนเวียนจะขยายผลในระดับสังคมที่กว้างออกไป ความกตัญญูช่วยให้โลกอยู่รอดไม่มีปัญหา ปัญหาคนชราไม่มีคนเลี้ยง ปัญหาสงคราม ปัญหาความโหดร้ายทารุณ ปัญหาการเมือง ปัญหาเศรษฐกิจ ฯลฯ ก็จะหมดไป

๓) การบำรุงบิดามารดาจัดเป็นเครื่องหมายของบุตรธิดาที่ดี เป็นสัญลักษณ์ของคนดี เป็นวัฒนธรรมที่ดีงาม และเป็นคุณธรรมค้ำจุนครอบครัว สังคม และโลกให้เกิดความสุขมีสันติภาพ

## (๒) การเลี้ยงดูบุตรธิดา

การส่งเคราะห์บุตรธิดาเป็นภารกิจที่ยาก แม้มารดามีสิทธิ์ส่งเคราะห์บุตรธิดาโดยหน้าที่จริง แต่ส่งเคราะห์บุตรธิดาด้วยความรักซึ่งยากนัก จะปรับความรักกับการส่งเคราะห์ให้เข้ากลมกลืนกันได้ เพราะบางทีความรักนั่นเองคือ ศัตรูของการส่งเคราะห์กลับเป็นเหตุให้บุตรธิดาต้องพลอยเสื่อมเสียไปด้วย แต่เมื่อบิดามารดาส่งเคราะห์บุตรธิดาด้วยความรักอย่างเดียว ไม่อาศัยความเป็นธรรมเข้ากำกับด้วยอาจนำไปในทางเสีย หรือใจตามใจบุตรธิดาในทางเลวทราม เพราะความรักนั้นจะชักให้การส่งเคราะห์ บุตรธิดานอกกลุ่มนอกทาง บุตรธิดาผู้ไม่ตั้งอยู่สุจริต ในความโอ้อ้อมอารี ในความกล้าหาญในทางที่ได้ประโยชน์วิทยาก็เป็นแต่บุตรคุณของบิดามารดาแท้ ๆ จะนับว่าผู้มีบุตรธิดาหลายคนว่าเป็นโชคก็ได้ไฉนถ้าบุตรธิดาเหล่านั้นเป็นเหมือนทะนอมเปล่ามีเต็มอยู่ในยุง มีบุตรธิดาผู้บำรุงสกุลเพียงคนเดียว ยังดีกว่าเพราะเขาเป็นศรีสง่าแก่บิดามารดาและวงศ์ตระกูล บุตรคนใดโง่โง่แสนโง่ ชี้เกียดแสนเข็ญ เป็นคนอกตัญญู คนเนรคุณ ประพฤติในบิดามารดา ไม่น่าปลื้มใจ ขออย่าให้สตรีใดๆ คลอดบุตรธิดาผู้เช่นนั้นเลย ฉะนั้น เราจึงควรประพฤติตนเป็นคนดีของบิดามารดา

สมเด็จพระสังฆราช (จวน อุฏฐายี) ได้ नियามการส่งเคราะห์บุตรธิดาของบิดาไว้ว่า บุตรธิดาย่อมเป็นวัตถุที่ตั้งของมนุษย์ทั้งหลาย บุตรธิดาเป็นผู้สืบสายโลหิตให้วงศ์สกุลแพร่หลาย คำว่าบุตร แปลว่า ลูก มีความหมาย ๒ ประการ คือ ๑. ผู้ทำสกุลให้บริสุทธิ์ และ ๒. ผู้ยังทายของพ่อแม่ให้เต็มอ้อม<sup>๗๗</sup>

บุตรเป็นผู้สืบทอดวงศ์ตระกูล สืบทอดเจตนาธรรมของบิดามารดา บุตรจะดีหรือไม่ดี ย่อมขึ้นอยู่กับบิดามารดาจะให้การศึกษอบรม ดังนั้น การที่บิดามารดาได้ส่งเคราะห์เลี้ยงดูบุตรย่อมให้บุตรเป็นคนดีมีความเจริญก้าวหน้า สืบทอดสิ่งที่ดีงาม ตามที่บิดามารดาหรือญาติพี่น้องคาดหวัง

<sup>๗๗</sup> สมเด็จพระสังฆราช (จวน อุฏฐายี), มงคลในพระพุทธศาสนา, หน้า ๒๐-๒๑.



หากไม่ได้รับการสงเคราะห์จากบิดามารดาและผู้ที่เกี่ยวข้อง ก็เป็นสิ่งที่ยากที่บุตรจะเจริญรุ่งเรืองหรือประสบความสำเร็จตามที่พึงประสงค์ได้

ตามทัศนะทางพุทธศาสนาการนับบุตรธิดา ท่านแบ่งบุตรธิดาออกเป็น ๓ ประเภท โดยยึดเอาภูมิธรรมของบิดามารดาเป็นเครื่องบวกลบ ดังปรากฏในตโยปุตตสูตรว่า

๑. อภิชาติบุตร บุตรธิดาผู้มีภูมิธรรมสูงยิ่งกว่าบิดามารดา
๒. อนุชาติบุตร บุตรธิดาผู้มีภูมิธรรมเสมอกับบิดามารดา
๓. อวชาติบุตร บุตรธิดาผู้มีภูมิธรรมต่ำกว่าบิดามารดา<sup>๗๘</sup>

### (๓) การเลี้ยงดูภรรยา

การสงเคราะห์เลี้ยงดู คือ การสนับสนุน ให้กำลังใจ ช่วยเหลือเกื้อกูลให้เป็นอยู่อย่างมีความสุข ตามทัศนะทางพระพุทธศาสนาแล้ว ว่าจะว่า สามีภรรยาที่อยู่ด้วยกัน ๔ คู่ ดังนี้

๑. สามีที่อยู่ร่วมกับภรรยาดี เป็นคนไม่มีศีลธรรมทั้งคู่ มีอหังการคับแคบ ปากร้าย
๒. สามีที่อยู่ร่วมกับภรรยาเทพธิดา หมายถึง สามีเป็นคนไม่มีศีลธรรม มีอหังการคับแคบ ปากร้าย แต่ภรรยาเป็นคนมีศีลธรรม รู้จักพูดคำไพเราะอ่อนหวาน คำสมัคสมานสามัคคี มีอหังการเพื่อแผ่
๓. สามีเทพบุตรอยู่ร่วมกับภรรยาดี หมายถึง สามีเป็นคนมีศีลธรรม รู้จักพูดคำไพเราะอ่อนหวาน คำสมัคสมานสามัคคี มีอหังการเพื่อแผ่ แต่ภรรยาเป็นคนไม่มีศีลธรรม มีอหังการคับแคบ ปากร้าย
๔. สามีเทพบุตรอยู่ร่วมกับภรรยาเทพธิดา หมายถึง สามีภรรยาเป็นคนมีศีลธรรมเสมอกัน เชื่อว่าทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว สติครองตน ระมัดระวังกิริยาวาจา เลี้ยงดูกันโดยชอบธรรม รู้จักพูดคำไพเราะอ่อนหวาน คำสมัคสมานสามัคคี ไม่เป็นศัตรูจ้องล้างจ้องผลาญกัน ไม่ทำ พูด คิดให้ต้องเตือนร้อนใจกันในภายหลัง<sup>๗๙</sup>

สมเด็จพระสังฆราช (จวน อุฏฐายี) ได้กล่าวถึงการสงเคราะห์ภรรยาด้วยการให้เกียรติว่า เมื่อชายหญิงที่ร่วมชีวิตกันแล้ว ฝ่ายชายเรียกว่า ภัสตา แปลว่า ผู้เลี้ยงดูภรรยา ฝ่ายหญิงเรียกว่า ภรรยา แปลว่า ผู้ควรเลี้ยงดูของภัสตา และภัสตาเป็นเครื่องปรากฏของสตรีและภรรยาเป็นเพื่อนสนิทของสามีภรรยา แปลว่า คนควรเลี้ยง สามี แปลว่า ผู้เลี้ยง คำสองคำนี้เป็นคำที่แฝงความหมายอยู่ในตัว และเป็นคำคู่กัน ผู้ชายที่ได้ว่าสามี ก็เพราะเลี้ยงดูภรรยา ผู้หญิงที่จะได้ชื่อว่า

<sup>๗๘</sup> ขุ.อิติ. (ไทย) ๒๕/๒๕๒/๑๗๘.

<sup>๗๙</sup> สมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า (พิมพ์ ธรรมธโร), มงคลยอดชีวิต, หน้า ๒๔๓.

ภรรยา ก็เพราะทำตัวเป็นคนน่าเลี้ยง ภรรยาคือหุ้นส่วนชีวิตเมื่อแต่งงานอยู่ฉันท์ภรรยา-สามี ทั้งสองต้องตั้งอยู่ในฆราวาสธรรม<sup>๘๐</sup>

ในคัมภีร์สัตตกนิบาต อังคุตตรนิกาย พระพุทธองค์ทรงแสดงประเภทของสามีและภรรยาไว้ ๗ จำพวก คือ ๑. วธกาภรรยา (ภรรยาเหมือนเพชฌฆาต) ๒. โจรภรรยา (ภรรยาเหมือนโจร) ๓. อัยยาภรรยา (ภรรยาเหมือนนาย) ๔. มาตาภรรยา (ภรรยาเหมือนแม่) ๕. ภคินีภรรยา (ภรรยาเหมือนพี่สาว) ๖. สขีภรรยา (ภรรยาเหมือนเพื่อน) และ ๗. ทาสีภรรยา (ภรรยาเหมือนคนใช้) และได้กล่าวถึงสามี ๗ จำพวก คือ ๑. วธาสตา (สามีเหมือนเพชฌฆาต) ๒. โจราสตา (สามีเหมือนโจร) ๓. อัยยาสตา (สามีเหมือนนาย) ๔. ปิตาภัสตา (สามีเหมือนพ่อ) ๕. ภาตาสตา (สามีเหมือนพี่ชาย) ๖. สขีภัสตา (สามีเหมือนเพื่อน) และ ๗. ทาสาภัสตา (สามีเหมือนคนใช้)<sup>๘๑</sup>

การสงเคราะห์สามีภรรยา คำว่าสงเคราะห์ แปลว่า การยึดเหนี่ยวคือยึดเหนี่ยวน้ำใจกัน การสงเคราะห์ภรรยาเป็นการยึดเหนี่ยวน้ำใจภรรยา แม้การสงเคราะห์สามีก็เป็นการยึดเหนี่ยวน้ำใจสามีนั่นเอง พึงทราบวิธีการที่สามีภรรยาสงเคราะห์กัน ตามที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ฝ่ายละ ๕ สถาน คือ

สามีสงเคราะห์ภรรยา ๕ สถาน ได้แก่ ๑. ยกย่องนับถือว่าเป็นภรรยา ๒. ไม่ดูหมิ่นดูแคลนภรรยา ๓. ไม่ประพฤตินอกใจภรรยา ๔. มอบหมายเป็นใหญ่ให้ภรรยา และ ๕. ให้เครื่องประดับตกแต่งแก่ภรรยาพอเหมาะสมพอดีกับกาลเทศะ เมื่อภรรยาได้รับการสงเคราะห์จากสามีเช่นนี้แล้ว ตั้งใจตอบแทนคุณความดีของสามี ด้วยการปฏิบัติหน้าที่ ๕ ประการ คือ ๑. จัดการงานดี ๒. สงเคราะห์คนข้างเคียง เช่น ญาติพี่น้องของสามี ๓. ไม่ประพฤตินอกใจสามี ๔. รักษาทรัพย์สมบัติที่สามีหามาไว้ได้ให้ดี และ ๕. ขยันไม่เกียจคร้านในกิจการทั้งปวง<sup>๘๒</sup>

สามีภรรยาผู้มีน้ำใจหวังดีต่อกัน ต่างสงเคราะห์ตามหน้าที่ของตนฝ่ายละ ๕ สถานให้บริบูรณ์ไม่บกพร่อง ย่อมสมบูรณ์ด้วยโภคทรัพย์ ยศ คือ ความนับถือจากมวลชนด้วยเกียรติ คือ ชื่อเสียงดีงามลือเลื่องระบือไป และด้วยความสุขกาย สุขใจพร้อมทั้งความรักใคร่สนิทสนมกันไม่จืดจาง

**๒.๓.๑.๕ การพัฒนาตนเองด้านหน้าที่การงาน** ประกอบด้วยองค์ธรรม ๕ ประการ ได้แก่ การทำงานไม่ให้คั่งค้าง การบำเพ็ญทาน การประพฤติเป็นธรรม การสงเคราะห์ญาติ และการทำงานไม่มีโทษ มีรายละเอียดของแต่ละองค์ธรรม ดังนี้

<sup>๘๐</sup> สมเด็จพระสังฆราช (จวน อุฏฐายี), มงคลในพระพุทธศาสนา, หน้า ๙๓-๙๔.

<sup>๘๑</sup> อจ. สตตก. (ไทย) ๒๓/๖๐/๙๒.

<sup>๘๒</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๐๑/๑๗๐-๑๗๑.

### (๑) การทำงานไม่ให้คั่งค้าง

การงานเป็นสิ่งสำคัญของการพัฒนาชีวิตครอบครัวและพัฒนาชาติ เป็นทรัพยากรคือบ่อเกิดแห่งทรัพย์สินเงินทองเป็นเครื่องป้องกันความเสื่อมโทรมทั้งปวงและนำมาซึ่งความมั่งคั่ง ความอุดมสมบูรณ์ทุกอย่าง ความมั่งคั่งของคนประชาชนและประเทศชาตินั้น ก็อยู่ที่การงานทั้งสิ้น บุคคลมีชีวิตอยู่ได้ด้วยปัจจัย ๔ คือ อาหาร เสื้อผ้า ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค ซึ่งสิ่งเหล่านี้สามารถซื้อหามาได้ด้วยทรัพย์ และทรัพย์สินย่อมได้มาจากการงานอย่างใดอย่างหนึ่งเรียกว่า “อาชีพ” งานที่จะก่อให้เกิดรายได้ดีนั้นต้องเป็นงานที่ดี คืองานที่ประณีตและทำสำเร็จเรียบร้อยไม่คั่งค้าง เป็นมงคล เพราะก่อให้เกิดผลอันงามและทำลายอาสวะบางอย่าง เช่นความเกียจคร้าน เป็นต้น

การทำงานไม่อาภูล คือการทำงานด้วยความตั้งใจ ไม่เหลวไหลและนับว่าเป็นกิจที่ดี หมายถึงการไม่ละการงานให้คั่งค้าง การงานไม่เสียหาย การงานไม่สับสน ด้วยความตั้งใจจริง เอาจริง เอาจริงในการงาน มีความขยันหมั่นเพียรและทำงานตรงเวลา ไม่มีการผัดวันประกันพรุ่ง การงานที่ไม่อาภูล เป็นการทำงานที่ไม่ปล่อยหรือละเลยจนก่อความเสียหาย

งานที่คั่งค้างหรืออาภูลนั้นได้แก่ที่มีลักษณะดังนี้

๑. การทำไม่ถูกกาล คือ ยังไม่ถึงเวลาที่ควรทำ แล้วทำลงไปบ้าง เริ่มเมื่อล่วงเลยเวลาที่ควรทำแล้วบ้าง แปลว่า การงานไม่เหมาะสม เช่น เริ่มเรียนหนังสือเมื่อแก่เป็นการยากที่จะให้สำเร็จด้วยอย่างเรียนเมื่อเด็กวัยหนุ่ม

๒. ทำไม่สมควร หมายถึง ไม่ถูกลักษณะของงาน คืออย่างนี้ ต้องทำอย่างนี้แต่ไหลไปทำเสียอีกอย่างหนึ่ง

๓. การไม่ทำ เมื่อไม่ทำงานก็ย่อมหาความสำเร็จไม่ได้ ทำนองเดียวกับถ้าไม่ได้เรียนก็ไม่รู้ ถ้าไม่ดูไม่เห็น ถ้าไม่ทำก็ไม่เป็น

๔. การทำย่อหย่อน คือ คือทำเพียงแต่ว่าทำ ไม่บากบั่นด้วยเรี่ยวแรงกำลังและสามารถทั้งหมดเท่าที่มีและใจมักยอมแพ้เสียก่อน วันหนึ่งควรทำงาน ๑๐ ชั่วโมงก็ทำเพียง ๒ ชั่วโมง อย่างนี้เรียกว่าย่อหย่อน งานที่หย่อนนั้นจะหวังผลมากไม่ได้ ส่วนงานที่บุคคลทำงานตรงกันข้ามกับลักษณะไม่ดีทั้ง ๔ ประการนี้ คือ ๑. ทำถูกกาล ๒. ทำสมควร ๓. ลงมือทำ และ ๔. ทำอย่างขยันขันแข็งถือว่าเป็นงานที่ไม่คั่งค้าง

ดังนั้น เมื่อเราทำงานครบองค์ ๔ ประการนี้แล้ว การงานย่อมสำเร็จจุล่ง/ไปได้ด้วยดี ไม่อาภูล คำว่า มีธุระอยู่เสมอนั้น หมายความว่า เป็นคนมีงานทำอยู่เสมอ ไม่ว่าจะไม่เป็นคนอยู่เฉยๆ ไม่กลุ่มใจ และไม่บ่นว่าไม่มีอะไรทำ คำว่า ทำงานได้อย่างเหมาะสม หมายความว่า งานที่ทำนั้นเหมาะสมกาลสมัย เหมาะสมแก่ภูมิประเทศ

การรู้จักกาลเวลาในการทำงาน การทำงานให้เหมาะสม การทำงานให้สำเร็จ เรียบร้อยด้วยดี ไม่อาภูลให้คั่งค้างให้เสื่อมเสียวุ่นวาย สับสน ยุ่งเหยิง เป็นเหตุให้เจริญด้วยทรัพย์สมบัติ นำความสุขสำราญมาให้ทั้งโลกนี้และโลกหน้า

## (๒) การบำเพ็ญทาน

โดยทั่วไปคำว่า ทาน หมายถึง การให้ การสละหรือการเผื่อแผ่แบ่งปัน<sup>๘๓</sup> มีรากศัพท์มาจาก ทา ธาตุ มีความหมายว่า ให้ลง ยุ บังคับในนามกิตก์ โดยมีรูปวิเคราะห์ ดังนี้ ทียเตติ ทานํ ชื่อว่า ทาน เพราะว่า ให้ เป็นกริยานาม หมายถึง การให้ ทียติ อเนนาติ ทานํ ชื่อว่าทาน เพราะว่า เป็นวัตถุที่ให้ หมายถึง สิ่งของที่ให้ สิ่งที่ให้ ทียติ อวณฺฑทียเตติ ทานํ ชื่อว่า ทาน เพราะอรรถว่า อันบุคคลยอมให้คือ ย่อมบั่นรอน เทตติ ทายโก. (ผู้ใด) ย่อมให้, เหตุนั้น (ผู้นั้น) ชื่อว่า ผู้ให้<sup>๘๔</sup>

ในคัมภีร์อุปทาน ได้ให้ความหมายคำว่า ทาน หมายถึง การให้สิ่งที่ควรให้ ศัพท์วิเคราะห์บาลีว่า ทตฺวา ทาทพฺภกํ ทาน จะเห็นว่า การให้ทานตามความหมายนี้จะต้องเลือกสิ่งที่ให้และต้องประกอบด้วยเหตุผล ผู้รับก็ต้องมีความจำเป็นที่จะต้องใช้สิ่งนั้นด้วย ข้อความที่เกี่ยวกับการให้ทานในอุปทานนี้ โดยสรุป เป็นการให้สิ่งของที่จำเป็นต้องใช้และของที่จะให้นั้นเป็นสิ่งที่เลือกสรรแล้วเป็นอย่างดีเยี่ยม คำว่า การให้ เป็นนามศัพท์ แปลว่า ของที่ให้ กริยาที่ให้ไม่คิดเอาคืนกลับมา กล่าวโดยสามัญแห่งโวหารว่า ทานํ ในทานนั้นมีพรรณนาไว้โดยนิพพจนะว่า ทียยติ เอเตนาติ = ทานํ วัตถุหนึ่งๆ มี ขำวน้ำ เป็นต้น อันบุคคลทั้งหลายยอมให้ด้วยธรรมชาตินี้เป็นเหตุ เพราะเหตุนี้ ธรรมชาตินั้น จึงชื่อว่า ทาน ธรรมชาติเป็นเหตุให้ซึ่งวัตถุหนึ่งแห่งบุคคลผู้ให้บริจาค เจตนามีไทยธรรมทานวัตถุเป็นสหาย ชื่อว่า ทาน<sup>๘๕</sup>

การให้เป็นพื้นฐานสำคัญที่จะรองรับการทำความดีอื่นๆ ที่จะตามมา ดังเช่นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าในครั้งยังสร้างบารมี กว่าพระองค์จะประสบความสำเร็จขั้นสูงสุดในชีวิตได้อย่างนี้ พระองค์ก็อาศัยการให้ทานเป็นจุดเริ่มต้นของการสั่งสมความดี และทานที่สั่งสมดีแล้วย่อมอำนวยผลอย่างไม่มีประมาณเหมือนกัน ดังที่พระองค์ตรัสไว้ในทานสูตร ว่า

<sup>๘๓</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๕/๒๖๙.

<sup>๘๔</sup> สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, บาลีไวยากรณ์วจีวิภาค ภาคที่ ๒, พิมพ์ครั้งที่ ๓๗, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๓๗), หน้า ๑๙๓.

<sup>๘๕</sup> สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, สารานุกรมพระพุทธศาสนา, สุขชวน พลอย ชุมรวบรวม, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๑๘๖.

ภิกษุทั้งหลาย ถ้าสัตว์ทั้งหลายพึงรู้ผลแห่งทานเจตนาและการจำแนกทานเหมือนอย่างที่เรา  
รู้ สัตว์เหล่านั้นไม่ให้ทานเสียก่อน ก็จะไม่บริโภคน และมลทินคือความตระหนี่ก็จะไม่พึง  
ครอบงำจิตของสัตว์เหล่านั้นได้ แม้คำข้าวคือก้อนข้าวของสัตว์เหล่านั้นจะพึงเหลืออยู่คำ  
สุดท้ายก็ตาม ถ้าปฏิกาคของพวกเขายังมีอยู่ สัตว์เหล่านั้นยังไม่ได้แบ่งคำข้าวคำสุดท้าย แม้  
นั้น (ให้แก่ปฏิกาค) ก็จะไม่บริโภคน ภิกษุทั้งหลาย แต่เพราะสัตว์ทั้งหลายไม่รู้ผลแห่งทาน  
เจตนาและการจำแนกทานเหมือนอย่างที่เรารู้ ฉะนั้น สัตว์เหล่านั้นจึงไม่ให้ทานเสียก่อนแล้ว  
บริโภคน และมลทินคือความตระหนี่ก็ครอบงำจิตของสัตว์เหล่านั้นได้<sup>๕๖</sup>

จากพระพุทธพจน์นี้ ทำให้ทราบถึงเจตนารมณ์หลักของการให้ทานคือการกำจัด  
มลทิน คือความตระหนี่ซึ่งเป็นกิเลสที่หมักต้องอยู่ในใจ การให้ทานจึงเป็นประโยชน์ทั้งแก่ผู้ให้ ในการ  
กำจัดกิเลสและแก่ผู้รับคือการกำจัดความขัดสน ปีน มุกกันต์ จึงได้สรุปรูปแบบของการให้ทานว่า มี  
อยู่ ๒ อย่าง คือให้ทานเพื่อพอกกิเลสในใจของตนเอง กับให้ทานเพื่อช่วยสงเคราะห์แก่ผู้รับ ทั้งสอง  
อย่างนี้เป็นรูปแบบของการให้ทานด้วยกัน แต่อย่างแรกเป็นการให้โดยตรง คือ ความปรารถนาดีความ  
บริสุทธิ์ใจที่เกิดจากการให้แท้ๆ ส่วนอย่างหลังเป็นการให้มุ่งสงเคราะห์ บุญจะเกิดก็เกิดจากน้ำใจ  
เมตตากรุณาอีกชั้นหนึ่ง<sup>๕๗</sup>

รูปแบบการให้ มีหลักอยู่ ๓ ประการ เรียกว่า ทานสมบัติ ได้แก่ ความถึงพร้อมหรือ  
ความพร้อมพร้อมสมบูรณ์ ซึ่งทำให้ทานที่ได้บริจาคแล้วเป็นทานอันยอดเยี่ยม มีผลมาก คือ

๑. เขตสมบัติ หมายถึง บุญเขตถึงพร้อม คือ ปฏิกาค หรือผู้รับทานเป็นผู้ประพฤติดี  
ปฏิบัติชอบ ประกอบด้วยคุณธรรม (บุคคล)

๒. ไทยธรรมสมบัติ ไทยธรรมถึงพร้อม คือ สิ่งที่เป็นของบริสุทธิ์ได้มาโดยชอบธรรม  
และเหมาะสมเป็นประโยชน์แก่ผู้รับ (วัตถุ) เช่น ข้าว น้ำ ผ้า ยานพาหนะ ดอกไม้ ของหอม เครื่องลูบไล้  
ที่นอน ที่อยู่อาศัยหรือที่พัก และประทีป เป็นต้น<sup>๕๘</sup>

๓. จิตตสมบัติ เจตนาถึงพร้อม คือ ให้ด้วยความตั้งใจ คิดจะให้เป็นประโยชน์แก่ผู้รับ  
แท้จริง มีเจตนาบริสุทธิ์ทั้ง ๓ กาล (ก่อนให้ใจยินดี ขณะให้จิตผ่องใส ให้แล้วเบิกบานใจ)<sup>๕๙</sup>

<sup>๕๖</sup> ขุ.อติ.อ (ไทย) ๒๕/๒๖/๓๗๐.

<sup>๕๗</sup> ปีน มุกกันต์, คำบรรยายพุทธศาสตร์ ฉบับทดลอง ๒๕ พุทธศตวรรษ ภาค ๓, (กรุงเทพมหานคร:  
มปปพ, ๒๕๑๗), หน้า ๓๘ – ๓๙.

<sup>๕๘</sup> อง.อภุฎก. (ไทย) ๒๓/๓๕/๒๙๒.

<sup>๕๙</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๙,  
(กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๑๒๒ – ๑๒๓.

ใน สีสหเสนาปติสูตร<sup>๙๐</sup> และ ทานานิสังสสูตร<sup>๙๑</sup> พระพุทธองค์ยังได้ทรงแสดงอานิสงส์ของการให้ทานไว้ตรงกันอีก ๕ ประการ ดังนี้

๑. ผู้ให้ทาน ย่อมเป็นที่รักที่ชอบใจของชนหมู่มาก
๒. สัปบุรุษ ผู้สงบ มีพระพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้า และสาวกของพระพุทธเจ้าย่อมคบหาผู้ให้ทาน
๓. กิตติศัพท์อันงามของผู้ให้ทาน ย่อมขจรขจายไปทั่ว
๔. ผู้ให้ทาน ย่อมไม่เห็นห่างจากธรรมของคฤหัสถ์ คือมีศีล ๕ ไม่ขาด
๕. ผู้ให้ทาน เมื่อตายไปแล้ว ย่อมเข้าถึงสุคติโลกสวรรค์

อนึ่ง ในวโรปนสูตร พระพุทธเจ้าได้แสดงอานิสงส์ของท่าน ว่าเป็นเหตุทำให้เกิดในสวรรค์ได้ด้วยส่วนหนึ่ง ดังพุทธพจน์ว่า

ชนเหล่าใดสร้างวัดวาอาราม ปลูกสวนไม้ดอกไม้ผล ปลูกต้นไม้ให้ร่มเงา สร้างสะพาน สระน้ำ บ่อน้ำ และบ้านเรือน ที่พักอาศัยให้เป็นทาน บุญย่อมเจริญแก่เขาทั้งกลางวันและกลางคืน ตลอดกาลทุกเมื่อ ชนเหล่านั้นยังตั้งอยู่ในธรรม สมบูรณ์ด้วยศีล จึงไปสู่สวรรค์อย่างแน่นอน<sup>๙๒</sup>

เมื่อวิเคราะห์ตามอานิสงส์ของการให้ทานตามที่ปรากฏในพระไตรปิฎกนี้ จะพบว่า ทานเป็นเหตุให้ประสบแต่ความสุข มีความมั่งคั่ง มีความปรารถนาบริบูรณ์ แม้กระทั่งการปรารถนาสวรรค์สมบัติก็สามารถปรากฏเป็นได้ด้วยการทำทาน

### (๓) การประพฤติเป็นธรรม

ธรรมจริยาหรือการประพฤติธรรม หมายถึง การตั้งอยู่ในกุศลกรรมบถ ๑๐ ประการ อันประกอบด้วย กายสุจจริต ๓ วจีสุจจริต ๔ และมโนสุจจริต ๓ การตั้งอยู่ในกุศลกรรมบถก็คือการประพฤติธรรม การประพฤติธรรมคือประพฤตินให้อยู่ในกรอบของความถูกต้องและความดี ทั้งปรับปรุงพฤติกรรมของตนให้ดีสมกับที่เกิดมาเป็นคนและให้ความเที่ยงธรรมไม่ลำเอียง สมเด็จพระมหาธีรวงศ์ กล่าวว่า ประพฤติธรรม คือ การเว้นจากอกุศลกรรมบถ ตั้งอยู่ในกุศลกรรมบถ<sup>๙๓</sup> พระราชาสิทธิมนี กล่าวว่า ธรรมจริยา แปลว่า ประพฤติธรรม ความหมายของการปฏิบัติธรรม การทำตาม

<sup>๙๐</sup> อจ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๓๔/๕๔.

<sup>๙๑</sup> อจ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๓๕/๕๖.

<sup>๙๒</sup> ส.ส. (ไทย) ๑๕/๔๗/๓๕.

<sup>๙๓</sup> สมเด็จพระมหาธีรวงศ์, มงคลยอดชีวิต, หน้า ๒๘๘.

ธรรม ได้แก่ การประพฤติตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า<sup>๙๔</sup> การประพฤติธรรมเป็นหน้าที่โดยตรงของชาวพุทธ ผู้ที่ต้องการพัฒนาตนเองพึงประพฤติธรรม ดังนี้

๑. ประพฤติเป็นยุติธรรม คือ การยึดหลัก รักษาหลักที่เที่ยงตรง แน่นอน ถูกชอบ ประกอบด้วยองค์ ๓ คือ ความสัตย์ ความเที่ยงธรรม และความหยิ่งรู้ บุคคลผู้ประพฤติเป็นยุติธรรมคือ ผู้ยึดหลักที่เที่ยงตรง แน่นอน ถูกชอบธรรมในส่วนควรได้ควรมีควรเป็นของมนุษย์

๒. ประพฤติเป็นสุจริตธรรม คือ ประพฤติเป็นกุศลกรรมบถ เพราะสุจริตธรรมเป็นคำรวมแห่งความดี มีจุดสำคัญอยู่ที่การไม่ทำชั่ว ไม่พูดชั่ว ไม่คิดชั่ว

การประพฤติธรรมจึงเป็นหลักของการพัฒนาตนเอง เป็นการอบรมตนเองให้มีความชอบธรรมและอยู่ในความถูกต้องตลอดเวลา ผู้ที่ประพฤติธรรมย่อมได้รับการยกย่อง ให้เกียรติและเป็นที่เคารพนับถือของสังคม

#### (๔) การสงเคราะห์ญาติ

ญาติ ได้แก่ ผู้ที่มีความสัมพันธ์กันทางสายเลือด เช่น พ่อแม่ ปู่ย่า ตายาย พี่น้อง เป็นต้น สมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า อธิบายว่า เครือญาติมี ๒ สาย คือ ทางสายโลหิตและโดยธรรม ญาติทางสายโลหิต หมายถึง คนที่เป็นเชื้อสายเหล่ากอเดียวกัน ส่วนญาติทางธรรมหมายถึงคนที่เรารู้จักคุ้นเคย<sup>๙๕</sup> พระราชสิทธิมนูญี อธิบายว่า ญาติ แปลว่า คุ้นเคย หมายความว่า บุคคลที่รู้จักกันข้างฝ่ายบิดาและฝ่ายมารดา หมายถึงเอา ๗ ชั่วคน คือ นับขึ้นไป ๓ นับลงมา ๓ ท่ามกลาง ๑ รวมเรียกว่า ๗ ชั่วโคตร<sup>๙๖</sup>

การสงเคราะห์ญาติ คือ การช่วยเหลือเกื้อกูลสนับสนุน ส่งเสริม ไม่เอาไรต์เอาเปรียบ ไม่คิดร้าย ไม่พูดร้าย และไม่ทำร้ายกัน การสงเคราะห์ญาตินี้มี ๔ ประการคือ<sup>๙๗</sup>

๑. แสดงกิริยาสุภาพต่อกัน
๒. ประพฤติตนสม่ำเสมอ
๓. ยกย่องเชิดชูกัน
๔. เอื้อเพื่อเชื่อฟังกัน

<sup>๙๔</sup> พระราชสิทธิมนูญี, มงคล ๓๘ ประการ, หน้า ๑๒๑.

<sup>๙๕</sup> สมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า, มงคลยอดชีวิต, หน้า ๓๐๘.

<sup>๙๖</sup> พระราชสิทธิมนูญี, มงคล ๓๘ ประการ, หน้า ๑๒๘.

<sup>๙๗</sup> ประโยชน์ สังกสิน, “การศึกษาวิเคราะห์กระบวนการของการพัฒนาตนเองตามแนวคำสอนในมงคลสูตร”, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, หน้า ๗๑.

การสงเคราะห์ญาติเป็นสิ่งสำคัญซึ่งจะทำให้ความเป็นญาติพี่น้องดำรงอยู่ได้ เป็นเหตุให้หมู่ญาติมีความรักสามัคคี เคารพนับถือกัน ทำให้เกิดความอบอุ่นในหมู่ญาติ การสงเคราะห์ญาติจะนำไปสู่ความสำเร็จในชีวิตและการงานได้ในที่สุด

### (๕) การทำงานไม่มีโทษ

คนทุกคนในโลกนี้ ต้องทำงาน ทำเพื่อดำรงชีวิตของตนเอง ให้อยู่เป็นสุขสำราญและทำเพื่อเพื่อเธอช่วยเหลือเพื่อนร่วมโลกให้อยู่ดีกินดีด้วยกัน แม้งานที่ต้องทำก็มี ๓ ทาง คือ กายกรรม งานที่ทำทางกาย วชิกรรม งานที่ทำทางวาจาและมโนกรรม งานที่ทำทางใจ

พระราชสิทธิมนูณี กล่าวว่า งานไม่มีโทษได้แก่ งานสุจริตยุติธรรม งานไม่มีเวรงานไม่มีภัยกับใครๆ และงานที่ไม่เบียดเบียนใคร การงานใดเมื่อทำลงไปแล้วก่อให้เกิดความเสียหาย ไม่ก่อให้เกิดความทุกข์ยาก และไม่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น การงานนั้นเป็นการงานที่ปราศจากโทษ<sup>๙๘</sup>

พระอรรถกถาจารย์กล่าวไว้ในอรรถกถาแห่งมงคลสูตรว่า กรรมคือการสมათาน อุโบสถ การชวนชวายนในการบุตรธิดาสรางละเมาะไม้ให้เป็นที่รื่นรมย์และการสร้างสะพาน เป็นต้น ชื่อว่า การงานอันไม่มีโทษ<sup>๙๙</sup>

อุโบสถกรรม คือ การรักษาศีลแปดอันเป็นข้อปฏิบัติของบุคคล ผู้มีความตั้งใจทำความดีให้สูงยิ่งขึ้นกว่าพื้นเพเดิมของตน และจะได้ปฏิบัติให้ถูกต้องตามข้อปฏิบัติที่สมบูรณ์ คือ

๑. เว้นจากการฆ่าและการเบียดเบียนร่างกายของคนและสัตว์
๒. เว้นจากการลักขโมย
๓. เว้นจากการบริโภคมกามคุณ
๔. เว้นจากการพูดผิดหลอกลวง
๕. เว้นจากการดื่มน้ำเมาคือสุราและของมีนเมา
๖. เว้นจากการบริโภคอาหารในเวลาวิกาล
๗. เว้นจากการฟ้อนรำ ขับร้องประโคมดนตรีและดูการเล่น
๘. เว้นจากการนอนบนที่นอนสูง ที่นอนใหญ่ภายในยัดด้วยขนุนหรือสำลี ซึ่งเป็น

เครื่องยวนใจให้โน้มเอียงไปหากามคุณ<sup>๑๐๐</sup>

<sup>๙๘</sup> พระราชสิทธิมนูณี, มงคล ๓๘ ประการ, หน้า ๑๓๓.

<sup>๙๙</sup> มงคล. ๒/๑๒๒.

<sup>๑๐๐</sup> อัง.อภฺรฺก. (ไทย) ๒๓/๑๓๑/๑๕๓.



การสร้างสาธารณสถานมีเป็นจำนวนมาก เช่น สะพาน แหล่งเก็บน้ำ ศาลาที่พักของ คนเดินทาง ศาลาการเปรียญ โรงพยาบาล สุขศาลา และโรงเรียน ที่ประชาชน ต้องอาศัยร่วมกัน ได้รับความสุขความสะอาดประโยชน์ร่วมกัน นับว่าเป็นประโยชน์ทั้งผู้สร้างและหมู่คณะใน ประเทศชาติ ส่วนนวนวชิขกรรมนอกบาสิและอรรถกถายังมีอีกมาก ทั้งคติโลกคดิธรรม กล่าวตาม หลักการ ๔ อย่าง คือ กฎหมาย ประเพณี ศิล และธรรม

งานบางอย่างมีโทษทางกฎหมาย งานบางอย่างไม่มีโทษทางกฎหมาย แต่มีโทษทาง ประเพณี งานบางอย่างไม่มีโทษทั้งกฎหมายและทางประเพณี แต่มีโทษทางศีล งานบางอย่างไม่มีโทษ ทั้งกฎหมายทั้งประเพณีและทางศีล แต่มีโทษทางธรรม งานบางอย่างหาโทษไม่ได้ โดยตลอดทั้ง ๔ นั้น คืองานอนวัชกรรมอย่างยอดเยี่ยม ส่วนงานที่ไม่มีโทษทางธรรมมีสี่ปฐุริสธรรมเป็นตัวอย่าง คือ ความรู้จักเหตุความรู้จักผล ความรู้จักตนเอง ความรู้จักประมาณ ความรู้จักกาละ ความรู้จักชุมชน และความรู้จักเลือกคน ทำให้ผู้ประพฤติตามเป็นคนดี

โดยสรุป อนวัชกรรมที่มาในบาสิและอรรถกถา คือ อุโบสถกรรมไวยวัจจกรรม บุทธิดา ต้นไม้ การสร้างสาธารณสถาน และอนวัชกรรมนอกบาสิและอรรถกถา คือ ทำถูกกฎหมาย ประเพณี ศิลและชอบธรรม ช่วยส่งเสริมผู้ปฏิบัติให้ปราศจากโทษและก้าวหน้าไปสู่ความสุขความ เจริญ

### ๒.๓.๒ หลักการพัฒนาดตนเองชั้นกลาง

หลักการพัฒนาตนเองชั้นกลาง เป็นการพัฒนาที่เป็นขั้นต่อยอดจากการพัฒนาดตนเองชั้น พื้นฐาน จะเห็นว่าการพัฒนาดตนเองชั้นพื้นฐานนั้นเป็นการพัฒนาในด้านกายภาพ ตามแนวโลกิยวิธึ กล่าวคือ เป็นการพัฒนาดด้านความรู้ ความเข้าใจ การทำงาน การยุ่งเกี่ยวกับญาติพี่น้องและสังคมรอบ ข้าง แต่การพัฒนาดตนเองชั้นกลางเป็นการพัฒนาที่ขยับมาจากระดับพื้นฐาน เพราะเป็นการพัฒนาที่มุ่ง ทางด้านโลกุตรวิธึ เป็นการพัฒนาดทางด้านคุณธรรม จริยธรรม จริยา ความประพฤติ การพัฒนาดตนให้ เป็นคนดีตามแนวทางของพระพุทธศาสนา ประกอบด้วยองค์ธรรม ๑๒ ประการ ได้แก่ การงดเว้นจาก บาบ การสำรวมจากการดื่มน้ำเมา ความไม่ประมาทในธรรม มีความเคารพ การถ่อมตัว มีความ สันโดษ ความกตัญญู พังธรรมตามกาล มีความอดทน ความเป็นผู้ว่าง่ายสอนง่าย การคบหาสมณะ และการสนทนาธรรมตามกาล มีรายละเอียดของแต่ละองค์ธรรม ดังนี้

#### (๑) การงดเว้นจากบาบ

การงดเว้นจากบาบ ได้แก่ การงดเว้นจากอกุศล คือ ความชั่ว ความผิด สิ่งชั่วร้าย สิ่ง ที่ทำให้มีผลที่จะรับคือความเดือดร้อน ทุกข์ใจ เศร้าใจ คนเราหากยังไม่เว้นจากบาบอยู่ตราบใด

ความก้าวหน้าทางจิตใจจะมีไม่ได้ตราบนั้น ฉะนั้น การงดเว้นจากบาปจึงเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับคนที่รักดี รักความก้าวหน้า สมเด็จพระสังฆราช (จวน) ให้ความหมายคำว่า บาป แปลว่า สิ่งที่ทำให้จิตใจเศร้าหมองสกปรก เห็นผิดเป็นชอบ อันได้แก่ ความโลภ ความโกรธ ความหลง ซึ่งเกิดขึ้นครอบงำจิตใจแล้วบันดาลให้คิดร้าย พุดร้าย ทำร้ายเบียดเบียน ก่อให้เกิดทุกข์แก่ตนเองและผู้อื่น<sup>๑๐๑</sup> บาปจึงเป็นอาการทางที่จิตเสีย คนที่จิตเสียจึงเรียกว่า คนบาป ทางแห่งบาปนั้นสรุปรวมลงในอภุศลกรรมบถ ๑๐ ประการ คือ

๑. การฆ่าสัตว์
๒. การลักทรัพย์
๓. การประพฤตินิโคตในกาม
๔. การพูดเท็จ
๕. การพูดคำหยาบ
๖. การพูดส่อเสียด
๗. การพูดเพ้อเจ้อ
๘. การโลภอยากได้ของผู้อื่น
๙. การพยายามปองร้ายผู้อื่น
๑๐. การเห็นผิดจากทำนองคลองธรรม<sup>๑๐๒</sup>

โดยสรุป การเว้นจากบาปจึงหมายถึงการเลิกหยุดการทำกายทุจริต วจีทุจริตและมโนทุจริตทั้ง ๑๐ ประการดังกล่าวข้างต้น

## (๒) การสำรวจจากการดื่มน้ำเมา

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสถึงโทษของการดื่มน้ำเมาไว้ในทุจจริตวิปากสูตร ว่า “การดื่มสุราและเมรัยที่บุคคลเสพ เจริญ ทำให้มากแล้ว ย่อมอำนาจผลให้ไปเกิดในนรก อำนาจผลให้ไปเกิดในกำเนิดสัตว์ดิรัจฉาน อำนาจผลให้ไปเกิดในเปรตวิสัย วิบากแห่งการดื่มสุราและเมรัยอย่างเบาที่สุด ย่อมอำนาจผลให้เป็นผู้วิกลจริตแก่ผู้เกิดเป็นมนุษย์”<sup>๑๐๓</sup> และในทุตติยเวรสูตร ว่า

บุคคลผู้เสพของมีนเมาคือสุราและเมรัยอันเป็นเหตุแห่งความประมาทเพราะการเสพของมีนเมาคือสุราและเมรัยอันเป็นเหตุแห่งความประมาทเป็นปัจจัย จึงประสพภัยเวรที่เป็นไปในปัจจุบันบ้าง ในสัมปรายภพบ้าง ต้องเสวยทุกข์ทรมานสทางใจบ้าง บุคคลผู้เว้นขาดจากการ

<sup>๑๐๑</sup> สมเด็จพระสังฆราช (จวน อุนฺนฺธฺรายี), มงคลในพระพุทธศาสนา, หน้า ๑๖๘.

<sup>๑๐๒</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๙/๒๘๔.

<sup>๑๐๓</sup> อ.อ.อ. (ไทย) ๒๓/๔๐/๓๐๒.

เสพของมีนเมาคือสุราและเมรัยอันเป็นเหตุแห่งความประมาทย่อมไม่ประสพภัยเวรที่เป็นไป  
ในปัจจุบัน ที่เป็นไปในสัมปรายภพทั้งไม่ต้องเสวยทุกข์โศกนันททางใจ บุคคลผู้เว้นขาดจากการ  
เสพของมีนเมาคือสุราและเมรัยอันเป็นเหตุแห่งความประมาทแล้วย่อมระงับภัยเวรนั้นได้<sup>๑๐๔</sup>

การสำรวมจากน้ำเมาเป็นการพัฒนาตนเอง เพราะน้ำเมาย่อมทำให้คนเสียสติและ  
เสียความเป็นตัวตน เป็นที่ตั้งแห่งความประมาท เป็นทางเสื่อมแห่งโภคะ เป็นเหตุให้ก่อการทะเลาะ  
วิวาท เป็นบ่อเกิดของโรคทั้งหลาย เป็นเหตุก่อให้เกิดความเสียชื่อเสียง ก่อสิ่งอุจาดขาดความละอาย  
ละทำให้สติปัญญาเสื่อมถอย<sup>๑๐๕</sup>

### (๓) ความไม่ประมาทในธรรม

พระพุทธเจ้าตรัสไว้ในอัปมาทวรรค สังยุตตนิกาย ว่า ภิกษุทั้งหลาย กุศลธรรม  
เหล่าใดเหล่าหนึ่งนั้นทั้งหมดมีความไม่ประมาทเป็นมูล ประชุมลงในความไม่ประมาท ความไม่  
ประมาทบัณฑิตกล่าวว่ เป็นยอดแห่งกุศลทั้งหลาย<sup>๑๐๖</sup>

ความไม่ประมาทเป็นเหตุให้บรรลุคุณธรรมชั้นสูงสุด ท่านอุปมาไว้ว่า รอยเท้าของ  
สัตว์ทั้งหลาย ผู้เที่ยวไปบนพื้นปฐวีทุกจำพวกย่อมถึงความรวมลงในรอยเท้าข้าง ชาวโลกย่อมกล่าวว่  
รอยเท้าข้างเป็นยอดแห่งรอยเท้าของสรรพสัตว์เหล่านั้น เพราะเป็นรอยเท้าใหญ่โตฉันทุ กุศลธรรม  
ทั้งหลายทุกประเภทมีความไม่ประมาทเป็นมูล รวมลงในความไม่ประมาท ความไม่ประมาท บัณฑิต  
ย่อมกล่าวว่ เป็นยอดแห่งกุศลธรรมทั้งหลาย ฉะนั้น เพราะฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงตรัสปัจฉิมโอวาท  
เตือนภิกษุทั้งหลายไม่ให้ประมาทว่ “ภิกษุทั้งหลาย บัดนี้เราขอเตือนเธอทั้งหลาย สังขารทั้งหลายเป็น  
ของไม่เที่ยง มีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา เธอทั้งหลายจงบำเพ็ญประโยชน์ตนและประโยชน์ท่าน ให้ถึง  
พร้อมด้วยความไม่ประมาทเถิด”<sup>๑๐๗</sup>

ความไม่ประมาทในธรรมคือการมีสติกำกับตัวอยู่เสมอ จะคิด จะทำ จะพูดสิ่งใด ไม่  
ยอมถลำลงไปในความเสื่อมเสีย และไม่ยอมพลาดในโอกาสในการทำความดี ตระหนักดีถึงสิ่งที่ต้องทำ  
ถึงกิจกรรมที่ต้องเว้น ใส่ใจสำนึกอยู่เสมอในหน้าที่ ไม่ปล่อยปละละเลย กระทำด้วยความจริงจังและ  
ดำเนินรุดหน้าตลอดเวลา จิตมีสติกำกับอยู่ตลอดเวลา ทำให้คนไม่ลืมตัว ไม่เผลอตัว ไม่เลินเล่อ และ  
ไม่มัวเมา กล่าวสั้นๆ ความไม่ประมาทก็คือจิตมีสติ จิตคือธรรมชาติที่นึกคิดไปตามอารมณ์ที่ให้เห็น ได้

<sup>๑๐๔</sup> อ.อ.ฐก. (ไทย) ๒๓/๒๘/๔๙๐.

<sup>๑๐๕</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๗๙/๑๖๔.

<sup>๑๐๖</sup> อ.จ.ต.ก. (ไทย) ๒๑/๑๔๗/๑๖๕.

<sup>๑๐๗</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๒๑๒/๑๕๘.

ยีน ได้สัมผัส ได้รู้ ส่วนสติคือความระลึกได้ เป็นคุณธรรมที่ช่วยเตือนจิต ควบคุมจิตไม่ให้เผลอตัวไม่ให้  
ประมาทในการกระทำ การพูดและการคิด ความไม่ประมาทนับเป็นคุณธรรมสำคัญที่สนับสนุนความดี  
ให้งอกงามและทำลายความชั่วร้ายให้หมดไป ตรงกันข้ามกับความประมาทซึ่งเป็นมูลเหตุสำคัญที่จะ  
ส่งเสริมความชั่วให้เพิ่มพุดและทำลายความดีให้สูญสิ้นไป

#### (๔) มีความเคารพ

ความเคารพ เป็นคำศัพท์มาจากภาษาบาลีว่า คารโว หรือ คารวะ เป็น ปุ่ลึงค์  
แปลว่า การยกไว้เป็นของสูง, การยกไว้ในเบื้องสูง, การนบถือ, การนบถือ, การเคารพ, ความนบถือ  
วิเคราะห์คำศัพท์ว่า ครุโน ภาโว คารโว ตามรูปศัพท์หมายถึงความเป็นแห่งผู้หนัก หมายถึง ความเป็น  
ผู้หนักแน่น<sup>๑๐๘</sup>

ความเคารพ คือความตระหนัก ซาบซึ้ง รู้ถึงคุณค่าความดีที่มีอยู่จริงของบุคคลอื่น  
ยอมรับนบถือความดีของเขาด้วยใจจริงแล้วแสดงความนบถือต่อผู้นั้นด้วยการแสดงความอ่อนน้อม  
อ่อนโยน อย่างเหมาะสม ทั้งต่อหน้าและลับหลัง ดังนั้นคนที่มีปัญญามากจนกระทั่งตระหนักในคุณ  
ความดีของผู้อื่นจึงจัดเป็นคนพิเศษจริงๆ เพราะใจเขาได้ยกสูงขึ้นแล้ว พ้นจากความถือตัวต่างๆ เปิด  
กว้างพร้อมที่จะรองรับความดีจากผู้อื่นเข้าสู่ตน คนชนิดนี้คือ คนที่มีความเคารพ

สิ่งที่ควรเคารพ มี ๗ ประการ ได้แก่<sup>๑๐๙</sup>

๑. ให้มีความเคารพในพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
๒. ให้มีความเคารพในพระธรรม
๓. ให้มีความเคารพในพระสงฆ์
๔. ให้มีความเคารพในการศึกษา
๕. ให้มีความเคารพในสมาธิ
๖. ให้มีความเคารพในความไม่ประมาท
๗. ให้มีความเคารพในการต้อนรับแขก ทั้งต้อนรับด้วยอาหารน้ำดื่ม และด้วย  
ธรรม คือการสนทนาธรรมกัน แนะนำธรรมะให้แก่กัน

<sup>๑๐๘</sup> ป. หลงสมบุญ, พจนานุกรม มคอ-ไทย, (กรุงเทพมหานคร: สำนักเรียนวัดปากน้ำจัดพิมพ์, ๒๕๔๐),  
หน้า ๒๓๖.

<sup>๑๐๙</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๒๔/๓๑๙.

### (๕) การถ่อมตัว

นิวาโต แปลว่า ไม่พองลม เอาลมออกแล้ว คือเอามานะที่ภูฏีออก มีความสงบเสงี่ยม เจียมตน ไม่เบ่ง ไม่ทะนงตน ไม่มีมานะถือตัว ไม่อวดดีถือดี ไม่ยะโส โอหัง ไม่ดูหมิ่นเหยียดหยามใคร ไม่ดูถูก ไม่กระด้าง ไม่เย่อหยิ่งจองหอง

การถ่อมตน คือ คอยตามพิจารณาข้อบกพร่องของตนเอง จับผิดตนเอง สามารถ ประเมินค่าของตนเองได้ถูกต้องตามความจริง ไม่อวดดีถือดี สามารถน้อมตัวลงเพื่อถ่ายทอดคุณ ความดีของผู้อื่นเข้าสู่ตนเองได้อย่างเต็มที่

การอ่อนน้อมถ่อมตน มีอานิสงส์ทำให้อยู่เป็นสุขไม่มีศัตรู ทำให้น่ารัก น่านับถือ ทำให้เกิดความสามัคคีในหมู่คณะ ทำให้ได้กัลยาณมิตร ทำให้สามารถถ่ายทอดคุณความดีจากผู้อื่นได้ ทำให้ได้ทั้งทั้งภพนี้ภพหน้า ทำให้ไม่ประมาท ตั้งอยู่ในธรรม และทำให้บรรลุมรรคผลนิพพานโดยง่าย

### (๖) มีความสันโดษ

พระพุทธปริยัติโมลีให้ความหมายของคำว่า สันโดษ หมายถึง ความยินดีพอใจในวัตถุ ปัจจัยที่หามาได้หรือในผลงานที่ทำสำเร็จขึ้นด้วยเรี่ยวแรงความพยายามของตนในทางที่ชอบ แล้ว สร้างความพอใจไว้ในใจ ในการเสวยผลจากวัตถุปัจจัยหรือผลงานนั้น<sup>๑๑๐</sup> ความสันโดษ ในทาง พระพุทธศาสนาให้ความหมายของสันโดษไว้ ๓ ความหมาย ดังนี้

๑. ยถาลาภสันโดษ คือ ยินดีตามมีตามได้ ความหมายก็คือ สิ่งใดก็ตามที่เรามีอยู่ และได้มาใหม่ เรายินดีพอใจในสิ่งนั้น ไม่ว่าจะของนั้นจะน้อย หรือมากเพียงใด

๒. ยถาพลสันโดษ คือ ยินดีตามกำลัง ความหมายก็คือ อย่าทำอะไรให้เกินกำลัง ของตนเอง เกินกำลังสติปัญญาของตนเองเพื่อที่จะได้ทรัพย์มา ซึ่งถ้าทำเกินกำลังแล้วจะทำให้เดือดร้อน สันโดษในข้อนี้ พระพุทธศาสนาสื่อถึง ความรู้จักประมาณในตน รู้จักตัวเอง

๓. ยถาสารูปสันโดษ คือ ยินดีตามสมควร ความหมายก็คือ ยินดีด้วยของที่สมควร แก่เพศ ภาวะ และฐานะของตน คือสิ่งใดก็ตามถ้าทำลงไปด้วยความเหมาะสมแก่เพศ ภาวะและ ฐานะของตน ผู้กระทำยินดีพอใจทำในสิ่งที่เหมาะสมที่สมควร เช่นนี้เรียกว่า ยถาสารูปสันโดษ<sup>๑๑๑</sup>

<sup>๑๑๐</sup> พระเทพปริยัติโมลี, หลักการพัฒนาตน, หน้า ๔๒.

<sup>๑๑๑</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๓/๒๘๕/๖๑๔.

ดังนั้น สันโดษ คือ ยินดี พอใจในทรัพย์สมบัติ ตำแหน่งหน้าที่และผลสำเร็จต่างๆ ที่ตนได้สร้างหรือแสวงหาได้มาด้วยเรี่ยวแรง ความเพียรพยายาม และความรู้ความสามารถของตนเอง โดยทางชอบธรรมและไม่มัวเมาเห็นแก่ความสุขทางวัตถุ

### (๗) ความกตัญญู

กตัญญูมาจากภาษาบาลี คือ กต และ ญ แปลว่า ผู้รู้อุปการะที่ท่านทำแล้ว เป็นความดีอย่างหนึ่งที่พึงปรารถนาของคนทุกคน พระพุทธศาสนากล่าวยกย่องบุคคลที่มีความกตัญญูว่าเป็นบุคคลที่หาได้ยากในโลก<sup>๑๑๒</sup> ในอรรถกถา ปริมัตถโชติกา กล่าวว่า ความรู้จักอุปการคุณที่ผู้ใดผู้หนึ่งทำมาแล้วไม่ว่ามากหรือน้อยโดยการระลึกถึงเนื่องๆ ชื่อว่า กตัญญู<sup>๑๑๓</sup>

ความกตัญญูมีความสำคัญเพราะเป็นวัฒนธรรมที่ดั่งาม ขนบธรรมเนียมประเพณี และวัฒนธรรมไทยได้สอดแทรกเรื่องความกตัญญูไว้เกือบทุกเรื่อง เช่น การทำบุญอุทิศส่วนกุศลให้กับผู้ตาย การบวช เป็นต้น ทำให้เกิดความมั่นคงในสถาบันครอบครัวและสังคม การกตัญญูต่อธรรมชาติเป็นเครื่องรักษาสภาวะสิ่งแวดล้อมให้สมดุลยั่งยืน ดังนั้น ความกตัญญูจึงเป็นเครื่องหมายของคนดี

ปิ่น มุฑกันต์ ได้กล่าวลักษณะของคนมีความกตัญญูไว้ ๒ ลักษณะ คือ

๑. กตัญญูขั้นสามัญ เป็นการรู้อุปการคุณที่บุคคลอื่นทำให้แก่ตน จะยอมรับรองว่าใครมีคุณก็ต่อเมื่อเขาทำอะไรให้กับตนเท่านั้น เช่น ยอมรับว่าบิดามารดามีพระคุณ เพราะได้เลี้ยงดูเรามา ยอมรับว่าครูอาจารย์มีพระคุณ เพราะได้อบรมสั่งสอนศิลปะวิทยาการ การกตัญญูขั้นสามัญนี้เป็น การรู้อุปการคุณที่บุคคลอื่นทำให้เรา

๒. กตัญญูขั้นสัตบุรุษ เป็นความกตัญญูขั้นสูง หมายถึง การรู้จักคุณธรรมความดีอันมีอยู่ในตัวบุคคลอื่น ใครมีความดีก็รู้ว่าเขาเป็นคนดี ไม่ว่าจะทำอะไรให้เราหรือไม่ก็ตาม ไม่ยึดเอาตัวเองเป็นเครื่องวัดความดีของคนอื่น เป็นการตัดสินความดีด้วยความดี<sup>๑๑๔</sup>

### (๘) ฟังธรรมตามกาล

การฟังธรรมตามกาล ในมงคลที่ปิ่นได้อธิบายว่า “ในกาลใดจิตสทรรคด้วยอุทัจจะหรืออุกุกุศลวิตก เป็นต้น อย่างใดอย่างหนึ่งครอบงำ การฟังธรรมเพื่อบรรเทาวิตกเหล่านั้น ชื่อว่าการฟังธรรมตามโอกาส”<sup>๑๑๕</sup> การฟังธรรมตามกาลนั้นมี ๒ ลักษณะ คือ ๑. การฟังธรรมตามที่

<sup>๑๑๒</sup> อัง.ติก. (ไทย) ๒๐/๑๒๐/๑๑๔.

<sup>๑๑๓</sup> ขุ.ขุ.อ. (ไทย) ๑/๒๐๒.

<sup>๑๑๔</sup> ปิ่น มุฑกันต์, มงคลชีวิต ภาค ๓, หน้า ๑๑๗-๑๒๐.

<sup>๑๑๕</sup> มงคล. ๔/๑๔๕.

พระพุทธเจ้ากำหนด คือ ฟังธรรมในวันพระ ๘ คำ ๑๕ คำ (๑๔ คำ) เรียกว่า วันธรรมสวนะ แปลว่า วันฟังธรรม และ ๒. การฟังธรรมตามโอกาสพิเศษ เช่น เวลาเกิดความวิตกกังวล ไม่สบายใจ จิตใจถูกกิเลสครอบงำมากหรือมีปัญหาชีวิต แก้ปัญหาไม่ได้ ควรไปฟังธรรมเพื่อให้เกิดสติและรับข้อเสนอแนะเป็นการปรึกษาหารือธรรมะไปด้วย

พระพุทธเจ้าได้กล่าวถึงอานิสงส์ไว้ใน อัมมัสสวนสูตร ได้ตรัสถึงอานิสงส์ของการฟังธรรมไว้ ๕ ประการ คือ ๑. ผู้ฟังย่อมได้ฟังสิ่งที่ไม่เคยฟัง ๒. ย่อมเข้าใจชัดในสิ่งที่ได้ฟังมาแล้ว ๓. ย่อมบรรเทาความสงสัยเสียได้ ๔. ย่อมทำความเห็นให้ตรง และ ๕. จิตของผู้ฟังย่อมเลื่อมใส<sup>๑๑๖</sup> ดังนั้น ผู้ที่ต้องการพัฒนาตนเองจึงควรหาโอกาสฟังธรรมตามกาลเพื่อให้เข้าใจในประเด็นต่างๆ ให้เกิดความแจ่มชัดยิ่งขึ้น

### (๙) มีความอดทน

สารานุกรมพระพุทธศาสนาได้แสดงความหมายของขันติไว้ว่า ขันติ คือ ความอดกลั้นเรียกตามคำบาลีในที่ทั่วไปว่า ขันติ แต่ในอาพวกสูตร เรียกว่า ฐิติ แปลว่า ความหยุดใจ<sup>๑๑๗</sup> หมายถึง การรักษาปกติภาพของตนไว้ได้ในเมื่อถูกรบกวนด้วยสิ่งอันไม่พึงปรารถนา จำแนกตามเหตุที่ควรอดทนเป็น ๔ อย่าง คือ

๑. ทนต่อความลำบาก ตรากตรำ ไม่แสดงความขี้เบะแงงนอน
๒. ทนต่อทุกขเวทนา คือ เมื่อเจ็บป่วยไม่แสดงอาการทุรนทुरายเกินเหตุ
๓. ทนต่อความเจ็บใจคือทนต่อความกระทบแดกดันของคนอื่น
๔. ทนต่ออำนาจกิเลสคือเมื่อได้ลาภยศก็ไม่แสดงอาการตื่นเต้นตาโต<sup>๑๑๘</sup>

ศิริวรรณ คำบัว ได้สรุปความหมายของขันติ คือ ความอดทน อดกลั้นทางกาย ทางใจ ไม่ประพฤติก่อล่วงละเมิดและแสดงกิริยาที่เหมาะสม เพื่อมุ่งหวังจุดหมายที่ตั้งงาม จนกระทั่งถึงการ

<sup>๑๑๖</sup> อภ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๒๐๒/๒๗๖.

<sup>๑๑๗</sup> สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, สารานุกรมพระพุทธศาสนา, (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๒๙), หน้า ๑๒๙-๑๓๒.

<sup>๑๑๘</sup> ปิ่น มุฑกันต์, แนวสอนธรรมะ ตามหลักสูตรนักรัทธิ, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์คลังวิทยา, ๒๕๑๔), หน้า ๑๗๘.

อดทนต่อกิเลสที่เกิดขึ้นอันจะส่งผลให้บรรลุเป้าหมายสูงสุดแห่งชีวิตที่ตั้งงามตามหลักพระพุทธศาสนา ทำให้สามารถจำแนกขันติได้ ๔ กรณี<sup>๑๑๙</sup> ดังนี้

๑. ขันติ ความอดทน ความอดกลั้นต่อความลำบาก ตรากตรำทางกายอันเกิดจากความร้อน ความหนาว ความหิวกระหาย และความเหนื่อยล้า

๒. ขันติ ความอดทน ความอดกลั้นต่อทุกข์เวทนาทางกายอันเกิดจากความเจ็บไข้ได้ป่วย

๓. ขันติ ความอดทน ความอดกลั้นต่อความเจ็บใจอันเกิดจากวาจาหยาบคาย เสียชื่อเสียง คำกล่าวล่วงเกินให้เสียหาย

๔. ขันติ ความอดทน ความอดกลั้นต่อกิเลสคือราคะโทสะโมหะ

จึงสรุปได้ว่าขันติ คือ ความอดทน ความอดกลั้น จากความลำบาก ความไม่สบายกาย ความเจ็บใจ ความคับแค้นใจ ความเกิดทุกข์เวทนา กิเลสตัณหา โดยรวมแล้วคือทุกข์ เพื่อรักษาจิตใจให้ปกติ ไม่ให้หวั่นไหว และเป็นไปตามเหตุปัจจัยที่ส่งผลกระทบ คือ ราคะ โทสะ โมหะ อันจะส่งผลให้บรรลุเป้าหมายสูงสุดแห่งชีวิตที่ตั้งงาม

เมื่อพิจารณาจากความหมายของขันติทำให้สามารถจำแนกขันติได้เป็น ๒ ลักษณะตามวัตถุประสงค์ในการนำขันติมาใช้ ดังนี้

๑. ขันติสำหรับการดำรงชีวิตประจำวัน คือ ขันติที่เป็นคุณธรรมสนับสนุนให้การดำรงชีวิตประจำวันบรรลุเป้าหมายประกอบด้วยขันติ ๓ ประการ คือ

(๑) ความอดทน ความอดกลั้นต่อความลำบากตรากตรำทางกาย อดทนต่อความหนาว ความร้อน ลมแดด สัมผัสเหลือบ ยุง และสัตว์เลื้อยคลาน มุ่งมั่นประกอบการงานอันจะส่งผลให้การทำงานสำเร็จเรียบร้อย

(๒) ความอดทน ความอดกลั้นต่อทุกข์เวทนาอันเกิดจากความป่วยไข้ ไม่แสดงอาการทรมานทรมาย สามารถดำรงสติสัมปชัญญะอยู่ได้แม้ต้องพบกับความตาย

(๓) ความอดทนความอดกลั้นต่อการหมิ่นประมาทที่ผู้อื่นกระทำ เช่น การกล่าวคำเสียดสี ต่ำว่า คำหยาบคาย หรือการกล่าวล่วงเกินให้เสียหายไม่ประพฤติดิฉิพลั้งด้วยอำนาจแห่งโทสะ

<sup>๑๑๙</sup> ศิริวรรณ คำบัว, “ศึกษาความสัมพันธ์ของขันติกับการรักษาศีล ๕ ในพระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ๑๗.



๒. ขันติสำหรับการพัฒนาตนไปสู่ความดีงาม คือ ขันติที่เป็นคุณธรรมส่งเสริมความประพฤติเพื่อการพัฒนาตนไปสู่ความดีงามด้วย ตามปกติมนุษย์มักมีความโลภเป็นตัวผลักดันให้เกิดความต้องการไม่สิ้นสุด จนบางครั้งอยากได้ในสิ่งที่ไม่สมควร หรือโทษที่บันดาลให้เกิดการทำลายได้ แม้กระทั่งคนที่รักกัน รวมถึงก่อให้เกิดความแตกแยกจนถึงขั้นทำร้าย เช่นฆ่า หรือลูกกลามกลายเป็นสงครามหรือความหลง ด้วยจิตที่ขาดสติสัมปชัญญะ ไม่รู้ดี ชั่ว บุญ บาป ไม่รู้เท่าทันกิเลส ตัณหา ยึดติดกับสิ่งที่ไม่ควร อันเป็นหนทางไปสู่ปัญหา ก่อให้เกิดทุกข์ทั้งต่อตนเอง ครอบครัว และสังคม บุคคลจึงต้องฝึกความอดทนต่อโลภะ โทสะ โมหะ ไม่ตามใจกิเลส เพื่อยกระดับจิตใจของตนเองไปสู่ความ เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์เป็นผู้มีคุณธรรมในระดับที่สูงขึ้น

จากคุณลักษณะของขันติและอานิสงส์ของขันติจะเห็นได้ว่า ผู้ที่มีขันตินั้น จะมีลักษณะของผู้ที่ไม่หวั่นไหวโดยง่าย มีความหนักแน่น สง่างาม ทนต่ออารมณ์ที่มากระทบกระทั่ง ทั้ง ความร้อน ความหนาว คำสรรเสริญ นินทา โลกธรรมทั้ง ๘ ไม่สามารถทำให้ผู้มีขันติธรรมหวั่นไหวได้ ความไม่หวั่นไหวเพราะความอดทนนี้จึงทำให้บุคคลผู้นั้นสง่างาม มีความเป็นบัณฑิต ดังพุทธภาษิตว่า “ภูเขาศิลาล้วน เป็นแห่งที่บ ย่อมไม่สะเทือนเพราะลม ฉันทิ บัณฑิตทั้งหลาย ย่อมไม่หวั่นไหวเพราะ นินทาหรือสรรเสริญ ฉันทิน”<sup>๑๒๐</sup> ภาษิตนี้แสดงภาวะความเป็นบัณฑิตและแสดงภาวะความมีขันติของ นักปราชญ์ที่จะไม่แสดงอาการขึ้นๆ ลงๆ ด้วย เหตุนี้ ขันติจึงเป็นความงามของนักปราชญ์ ให้เกิดความ สง่างามแก่ผู้มีขันติ ท้าวสักกะจอมเทพได้ตรัสถึงอานิสงส์ขันติไว้ว่า “บุรุษควรพยายามไปจนกว่า ประโยชน์จะสำเร็จ ประโยชน์ทั้งหลายอันงดงามอยู่ที่ความสำเร็จ ประโยชน์อื่นที่ยิ่งกว่าขันติไม่มี”<sup>๑๒๑</sup>

### (๑๐) ความเป็นผู้ว่าง่ายสอนง่าย

คำว่า ความเป็นผู้ว่าง่ายสอนง่าย ตรงกับคำภาษาบาลีว่า โสวจสสุตา เป็นอิทธิลึงค์ คำว่า สุจ มาจาก สุ แปลว่า ง่าย, ดี, งาม และจ แปลว่า สอน, กล่าว หรือบอก เพราะฉะนั้น สุจ แปลว่า เป็นผู้ว่าง่าย, สอนง่าย, กล่าวง่าย คำว่า สุจ เป็นคำศัพท์เดิม เมื่อเปลี่ยนรูปคำตามไวยากรณ์ แล้ว รูปศัพท์แปลงเป็น โสวจสสุตา แปลว่า ความเป็นผู้ว่าง่าย เพราะฉะนั้นบุคคลที่ผู้อื่นว่ากล่าวได้ โดยง่าย บุคคลนั้นชื่อว่า สุวจ<sup>๑๒๒</sup>

<sup>๑๒๐</sup> พุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๘๑/๕๓.

<sup>๑๒๑</sup> ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๕๔/๓๗๑.

<sup>๑๒๒</sup> อจ.ทสก.อ. (ไทย) ๒๔/๑๗/๒๕ ๓๘/๔๒.

พระพุทธเจ้าตรัสถึงลักษณะของคนว่าง่าย ไว้ว่า “ภิกษุผู้สักการะ เคารพ นับถือ บูชา นอบน้อมธรรม เป็นผู้ว่าง่ายถึงความเป็นผู้ว่าง่าย เราเรียกว่า เป็นผู้ว่าง่าย”<sup>๑๒๓</sup> มังคลัตถทีปนี ให้ความหมายไว้ว่า “ความเป็นอันบุคคลผู้ถูกกล่าวอยู่โดยชอบธรรม ไม่ถึงความกลบเกลื่อนหรือความเป็นผู้นิ่งเฉย หรือการคิดถึงคุณและโทษ กระทำความเอื้อเฟื้อ ความเคารพ ความถ่อมตัว อย่างเหลือเกินไว้เบื้องหน้า กระทำคำพูดว่า “ดีละ” ดังนี้ ชื่อว่า ความเป็นผู้ว่าง่าย”

ปิ่น มุกทุกันต์ ให้ความหมายไว้ว่า คนว่าง่ายมีอยู่ ๒ พวก คือพวกว่าง่ายเพราะเห็นแก่ อามิส และว่าง่ายเพราะเห็นแก่ธรรมะ คือความดี พวกแรก พระพุทธเจ้าไม่ยอมรับว่าเป็นคนว่าง่าย เพราะใจมุ่งอามิส สิ้นจ้าง รางวัล ค่าจ้าง ทำตนเป็นคนว่าง่าย เพราะเห็นแก่ได้ ส่วนคนว่าง่ายเพราะเห็นธรรมอยากเป็นคนดี มีคุณธรรม พระพุทธเจ้าทรงชมว่า เป็นคนว่าง่ายที่ถูกต้อง เพราะคุณธรรม ความว่าง่ายเกิดขึ้นในจิตใจทำให้เกิดความรู้สึก ๓ ประการ คือ ๑.) จิตน้อมรับคำสอน ด้วยจิตไม่มีกิเลส ๒.) รับทำตามคำสอนโดยไม่มีสินจ้างรางวัล วุฒิบัตร และ๓.) รับรู้คุณความดีของผู้ให้คำสอน และตอบแทนคุณความดี ด้วยการศึกษเล่าเรียนด้วยความเคารพ มีความสุภาพอ่อนน้อมถ่อมตนและคอยปรนนิบัติรับใช้ช่วยเหลือตามโอกาส<sup>๑๒๔</sup>

ศุภกาณ์ ชยาพัฒน์ กล่าวว่าความเป็นผู้ว่าง่ายสอนง่าย อาจแบ่งเป็น ๒ นัย คือ นัยทางโลกิยธรรม หมายถึง บุคคลที่มีความอดทนต่อคำแนะนำ ตักเตือน โดยชอบธรรม แล้วน้อมนำไปปฏิบัติตามโอวาทนั้นด้วยความเคารพ เพื่อประโยชน์สุขอันเป็นมูลเหตุให้ถึงความเจริญก้าวหน้าต่อตนเอง และผู้อื่นตามสมควรแห่งโอวาทโดยธรรมนั้น ส่วนนัยทางโลกุตตรธรรม หมายถึง บุคคลเป็นผู้ยินดีน้อมรับโอวาทคำสั่งสอนของบัณฑิตด้วยดี โดยโอวาทนั้นเป็นธรรมเพื่อเกื้อหนุนต่อการบรรลุมรรคผลนิพพาน แล้วตนน้อมรับธรรมอันเคารพยิ่งมาปฏิบัติให้ถึงสมควรแก่ธรรม เพราะธรรมนั้นเป็นเหตุแห่งการบรรลุคุณคือการละโทษได้ และนำบุคคลนั้นไปสู่ความหลุดพ้นได้<sup>๑๒๕</sup>

พระมหาโมคคัลลานะก็ได้แสดงถึงลักษณะของคนว่าง่ายไว้ ๑๖ ประการ ดังนี้ ๑. ไม่ใฝ่ต่ำ ๒. ไม่ยกตัว ๓. ไม่ถือเตีอดตาล ๔. ไม่ผูกโกรธ ๕. ไม่รังเกียจ ๖. ไม่ต่อว่าต่อขาน ๗. ไม่

<sup>๑๒๓</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๒๖/๒๓๘-๒๓๙.

<sup>๑๒๔</sup> ปิ่น มุกทุกันต์, มงคลชีวิต ภาค ๓, หน้า ๒๐๑-๒๐๙.

<sup>๑๒๕</sup> ศุภกาณ์ ชยาพัฒน์, “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องความเป็นผู้ว่าง่ายสอนง่ายในพระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ๑๑.

โต้เถียง ๘. ไม่ตะเพิด ๙. ไม่ย้อนคำ ๑๐. ไม่กลบเกลื่อน ๑๑. พอใจตอบ ๑๒. ไม่ลบหลู่ ๑๓. ไม่ริษยา  
ตระหนี่ ๑๔. ไม่โอ้อวด ๑๕. ไม่เป็นคนกระด้าง และ ๑๖. ไม่ถือแต่ความเห็นของตัวเอง<sup>๑๒๖</sup>

ความเป็นผู้ว่าง่ายสอนง่ายนั้น เป็นหลักการข้อหนึ่งในมงคลสูตรที่สำคัญยิ่งเพราะ  
เป็นธรรมอันเป็นที่พึงแก่ตนเอง เป็นเหตุแห่งการได้โอวาทานุสาสนีจากสำนักของเพื่อนพรหมจารี  
ทั้งหลาย และเป็นเหตุแห่งการบรรลุคุณคือการละโทษ เป็นเหตุให้บรรลุคุณวิเศษ คือการละโทษเสียได้  
อีกอย่างหนึ่ง ความเป็นผู้ว่าง่ายสอนง่าย ชื่อว่าเป็นมงคล เพราะความเป็นคนไม่ไกลจากการบรรลุคุณ  
วิเศษ

### (๑๑) การพบเห็นสมณะ

การพบเห็นสมณะชื่อว่าเป็นมงคล เพราะสมณะคือต้นแบบ เป็นตัวอย่างที่ดี เป็นที่  
พึ่งพาอาศัยทางด้านจิตใจได้อย่างแท้จริง ในมงคลที่ป็นีกกล่าวว่า การเข้าไปหา การบำรุง การระลึกถึง  
การได้ยินและการเห็นบรรพชิตผู้มีกิเลสอันสงบแล้ว ผู้มีกาย วาจา ใจ และปัญญาอันอบรมแล้ว ผู้  
ประกอบด้วยคุณงามอย่างสูง ชื่อว่า การเห็นสมณะ<sup>๑๒๗</sup> ดังปรากฏในโพชฌังคสังยุตว่า

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเหล่าใดสมบุรณ์ด้วยศีล สมาธิ ปัญญา วิมุตติและวิมุตติญาณทัสสนะการ  
เห็นภิกษุเหล่านั้นก็ดี การได้ยินภิกษุเหล่านั้นก็ดี การเข้าไปหาภิกษุเหล่านั้นก็ดี การเข้าไปนั่ง  
ใกล้ภิกษุเหล่านั้นก็ดี การระลึกถึงภิกษุเหล่านั้นก็ดี การบวชตามศภิกษุเหล่านั้นก็ดี เรากล่าว  
ว่า มีอุปการะมากชื่อนั้นเพราะเหตุไร เพราะบุคคลได้ฟังธรรมของภิกษุเห็นปานนั้นแล้วย่อม  
หลีกออกด้วยการหลีกออก ๒ อย่าง คือ (๑) หลีกออกทางกาย (๒) หลีกออกทางจิต เขาหลีก  
ออกไปอยู่อย่างนั้นย่อมระลึก ตรึกถึงธรรมนั้น<sup>๑๒๘</sup>

การได้พบเห็นสมณะหรือคบหาสมณะนี้เป็นเหตุให้ได้เห็นตัวอย่างที่ดีจากการปฏิบัติ  
จากการศึกษาค้นคว้า จากการดำเนินชีวิต สามารถนำมาเป็นรูปแบบของการดำเนินชีวิตที่สมณะ เรียบ  
ง่าย พอเพียง นอกจากนั้นยังมีโอกาสได้สนทนา ได้ปรึกษา ได้กัลยาณมิตร จึงถือว่าเป็นขั้นตอนที่  
เกื้อกูลต่อการพัฒนาตนเอง

<sup>๑๒๖</sup> อจ.ทฎก. (ไทย) ๒๐/๓๘๕/๔๑๑.

<sup>๑๒๗</sup> มงค. ๔/๒๑๘.

<sup>๑๒๘</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๘/๑๘๔/๑๑๔.

### (๑๒) การสนทนาธรรมตามกาล

การสนทนาธรรมตามกาล คือการพูดคุยซักถามธรรมะซึ่งกันและกัน ระหว่างคน ๒ คนขึ้นไป มีวัตถุประสงค์เพื่อให้เกิดปัญญาโดยรู้จักเลือกและแบ่งเวลาให้เหมาะสม ซึ่งจะทำให้ได้รับความเบิกบานใจ มีความสุขความเจริญและบุญกุศลไปในตัวด้วย การสนทนาธรรมแบ่งออก ๓ ประการ คือ

๑. สนทนาในธรรม คือ เรื่องที่จะสนทนากันต้องเป็นเรื่องธรรมะให้อยู่ในวงธรรมะ อย่าออกนอกวง เช่นถ้าพูดถึงการทำความดีก็ให้สุดแค่ทำดีอย่าให้เลยไปถึงอวดดี ถ้าจะพูดถึงเรื่องการป้องกันไม่ให้ทำความชั่ว ก็ให้สุดแค่ป้องกันการทำความชั่ว อย่าให้เลยไปถึงนินทาคนอื่น

๒. สนทนาด้วยธรรม คือ ผู้ที่สนทนากันจะต้องไม่แสดงกิริยาวาจาให้ผิดธรรมะ เช่นทางกายก็มีการเคารพกันโดยฐานานุกรม ควรไหว้ก็ไหว้ ควรกราบก็กราบ อย่าคิดทะนงตัวด้วยเหตุคิดว่ามีความรู้มากกว่าเขา ในทางวาจาก็ใช้ถ้อยคำสุภาพเรียบร้อย เป็นวาจาสุภาพซื่อ ถ้าฝ่ายหนึ่งถูกก็ชม ถ้าอีกฝ่ายผิดก็ทักโดยสุภาพไม่กล่าววาจาเหน็บแนมล่วงเกิน และถ้าพลาดพลั้งก็ขอโทษไม่ใช่สนทนากันด้วยกิเลส หรือปล่อยกิเลสออกมาได้กันดังได้กล่าวมาแล้ว

๓. สนทนาเพื่อธรรม คือ ผู้สนทนาต้องตั้งจุดมุ่งหมายไว้ในใจของตนให้แน่นอนว่าเราจะหาความรู้ความเข้าใจในธรรมะให้ยิ่งขึ้นไป ไม่ใช่จะอวดรู้หรืออวดธรรมะ แม้บางจังหวะเราเป็นผู้แสดงความรู้ออกไปก็คิดว่าเราจะเอาความรู้ของเราไปต่อเอาความรู้ของผู้อื่นเข้ามา มิใช่จะเพื่ออวดรู้

อานิสงส์การสนทนาธรรมตามกาล เช่น ทำให้จิตเป็นกุศล ทำให้มีไหวพริบปฏิภาณดี ทำให้มีสติปัญญาเฉลียวฉลาด ทำให้ได้ยินได้ฟังธรรมะที่ตนยังไม่ได้ฟัง ธรรมที่ฟังแล้วยังไม่เข้าใจซัดย่อมเข้าใจซัดขึ้น ทำให้บรรเทาความสงสัยเสียได้ เป็นการทำความเห็นของตนให้ตรง เป็นการฝึกฝนอบรมจิตให้บริสุทธิ์ยิ่งขึ้น เป็นการรักษาประเพณีอันดีงามของพระอริยเจ้าไว้ และเชื่อว่าได้ดำเนินตามปฏิบัติอันเป็นวงศ์ของนักปราชญ์

#### ๒.๓.๓ หลักการพัฒนาตนเองขั้นสูง

การพัฒนาตนเองขั้นสูงเป็นการพัฒนาที่มุ่งเน้นไปที่การพัฒนาด้านจิตใจ เพื่อให้ถึงความสุขเกษมและความพ้นทุกข์อย่างสิ้นเชิง พระพุทธศาสนาให้ความสำคัญกับการพัฒนาทางด้านจิตใจ เนื่องจากใจนั้นเป็นใหญ่เป็นประธาน ดังพุทธพจน์ว่า “ธรรมทั้งหลาย มีใจเป็นหัวหน้ามีใจเป็นใหญ่ สำเร็จด้วยใจ ถ้าคนมีใจดี ก็จะทำดีหรือทำดีตามไปด้วย เพราะความดีนั้น สุขย่อมติดตามเขาไปเหมือนเงาติดตามตัวเขาไป ฉะนั้น”<sup>๑๒๙</sup> นั่นคือ บุคคลจะทำดีหรือไม่ดีก็เพราะการสั่งการของจิต “ผู้มีปัญญาควรรักษาจิตที่เห็นได้ยากยิ่ง ละเอียดยิ่งชอบไฝหาแต่อารมณ์ที่ปรารถนาเพราะจิตที่คุ้มครอง

<sup>๑๒๙</sup> พุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑/๒๔.

แล้วย่อมนำสุขมาให้”<sup>๑๓๐</sup> ดังนั้น เมื่อจะพัฒนาตนเอง จึงจำเป็นต้องพัฒนาที่จิตใจ หากจิตใจได้รับการพัฒนาอย่างถูกต้องแล้วย่อมนำสุขมาให้ และสุขที่สูงสุดในพระพุทธศาสนาก็คือพระนิพพาน การพัฒนาตนเองขั้นสูงนั้นเมืองศีลธรรม ๘ ประการ ได้แก่ การเผาผลาญบาป การประพาศพรหมจรรย์ การเห็นแจ้งในอริยสัจ การทำนิพพานให้แจ้ง จิตไม่หวั่นไหวในโลกธรรม จิตไม่เศร้าโศก จิตปราศจากธุลี และจิตเกษมจากโยคะ มีรายละเอียดของแต่ละองค์ธรรม ดังนี้

### (๑) การมีความเพียรเผาผลาญบาป

ตบะ หมายถึง มีความเพียรเผากิเลส รู้จักบังคับควบคุมตน ไม่ปรนเปรอตามใจอยาก การบำเพ็ญตบะ คือ ทำให้ร้อน ไม่ว่าจะด้วยวิธีใด หมายความว่าทำให้กิเลส ความรุ่มร้อนต่างๆ หมดไป หรือเบาบางลง การบำเพ็ญตบะ หมายถึง การทำความเพียรเผาผลาญความชั่ว คือ กิเลสทุกชนิดให้ร้อนตัวทนอยู่ไม่ได้ เกาะใจเราไม่ติด ต้องเผ่นหนีไป แล้วใจของเราก็จะผ่องใส หมดทุกข์

วิธีบำเพ็ญตบะ เพื่อกันไม่ให้กิเลสฟุ้งขึ้นและเพื่อกำจัดเผาผลาญออกจากตัวทำได้โดยปฏิบัติในหลักธรรม ดังนี้ คือ

๑. อินทริยสังวร การสำรวมอินทริย์ คือการสำรวมระวางตนโดยอาศัยสติ เป็นตัวกำกับสติ หมายถึง ความระลึกได้ นึกได้ สำนึกอยู่เสมอ คนมีช่องทางสำหรับติดต่อกับภายนอก เรียกว่าอายตนะภายใน ๖ ทาง จะคู่กันกับอายตนะภายนอก ๖ ทาง คือ ๑. จักขุ คือ ตา คู่กับ รูป ๒. โสตะ คือ หู คู่กับ เสียง ๓. ชานะ คือ จมูก คู่กับ กลิ่น ๔. ชิวณา คือ ลิ้น คู่กับ รส ๕. กายะ คือ กาย คู่กับ สัมผัส และ มโน คือ ใจ คู่กับ อารมณ์

๒. ความเพียรในการปฏิบัติธรรม คนส่วนใหญ่พอจะทราบอยู่ว่า อะไรดี อยากจะให้สิ่งที่เห็นว่าดีนั้นเกิดขึ้นกับตัว แต่ก็มักทำความดีนั้นไปไม่ได้ไม่ตลอดรอดฝั่ง ทั้งนี้เพราะขาดความเพียร คนเราถ้าขาดความเพียรเสียแล้ว คุณธรรมทั้งหลายก็ไม่สามารถงอกเงยขึ้นมาได้เลย

สำหรับหลักการปฏิบัติเพื่อเผาผลาญขันธ์โลกิเลสให้หลุดพ้นออกไปจากใจนั้นมี ๒ ประการ คือ

๑. แบบค่อยเป็นค่อยไป (สัลলেখะ) เป็นการฝืนกิเลส โดยการปฏิบัติแบบค่อยเป็นค่อยไป ค่อยๆ ขัดเกลากันไป

๒. แบบหักโหมรุนแรง (อุตังคะ) เป็นการเผาผลาญกิเลสที่หักโหมรุนแรงเด็ดขาดเป็นการปฏิบัติอุปนิสัยได้รวดเร็วฉับพลัน ผู้ปฏิบัติต้องมีความอดทน ความพากเพียร มีกำลังใจ มีความกล้าหาญสูงมาก ส่วนใหญ่เป็นแนวปฏิบัติสำหรับภิกษุ

<sup>๑๓๐</sup> พ.ธ. (ไทย) ๒๕/๓๕/๓๖.

## (๒) การประพาศิพรหมจรรย์

การประพาศิพรหมจรรย์ แปลว่า การประพาศิตัวเองอย่างพระพรหมหรือความประพาศิอันประเสริฐ หมายถึงการประพาศิตนตามคุณธรรมต่างๆ ทั้งหมดในศาสนาให้เคร่งครัดยิ่งขึ้น เพื่อป้องกันไม่ให้กิเลสฟุกกลับขึ้นมาอีกจนกระทั่งหมดกิเลสซึ่งต้องผ่านขั้นตอนต่างๆ ตามภูมิชั้นของจิต ภูมิชั้นของจิต ในมงคลที่ป็นีกกล่าวถึงพรหมจรรย์ ๑๐ ประการ ประกอบด้วย ทาน เวทย์วิจยะ เบนุจศีล อัปมัญญา เมถุนวิริติ สหการสันโดษ วิริยะ องค์อุโบสถ อรยมรรคและศาสนา<sup>๑๓๑</sup>

ความมุ่งหมายสุดยอดของการประพาศิพรหมจรรย์ในพุทธศาสนา คือ ให้ตัดโลภกียวิสัย ตัดเยื่อใยทุกๆ อย่าง เพื่อมุ่งหน้าสู่โลกุตตรภูมิและอย่างแรกที่ต้องทำก่อน คือ ตัดกามารมณ์ แล้วจึงตัดรูปารมณ์ อรูปารมณ์ไปตามลำดับ สำหรับปุถุชนทุกๆ ไป สิ่งสำคัญที่เหนี่ยวรั้งไม่ให้ก้าวหน้าในการพัฒนาจิต และทำให้กิเลสฟุกกลับขึ้นได้ง่ายที่สุดก็คือกามารมณ์ ถ้าตัดกามารมณ์ได้ก็มีโอกาสก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรมได้อย่างรวดเร็ว การประพาศิพรหมจรรย์ในมงคลข้อนี้ จึงมุ่งเน้นการตัดกามารมณ์เป็นหลัก

วิธีประพาศิพรหมจรรย์ มี ๓ ขั้นตอน ดังนี้

๑. พรหมจรรย์ขั้นต้น สำหรับผู้ครองเรือน ก็ให้พอใจเฉพาะคู่ครองของตนเท่านั้น รักษาศีล ๕ ไม่นอกใจภรรยา-สามี
๒. พรหมจรรย์ขั้นกลาง สำหรับผู้ครองเรือน คือนอกจากรักษาศีล ๕ แล้ว ก็ให้รักษาศีล ๘ เป็นคราวๆ ไปและฝึกให้มีพรหมวิหาร ๔
๓. พรหมจรรย์ขั้นสูง สำหรับผู้ไม่ครองเรือน ถ้าเป็นฆราวาสก็รักษาศีลอย่างน้อย ศีล ๘ ตลอดชีวิต ไม่ยุ่งเกี่ยวกับเรื่องเพศเลย หรือถ้าเป็นชายก็ออกบวชเป็นพระภิกษุ และปฏิบัติธรรมทุกข้อในศาสนาให้เต็มที่ พรหมจรรย์ทุกชั้นจะตั้งมั่นอยู่ได้ ต้องอาศัยการฝึกสมาธิเป็นหลัก

## (๓) การเห็นแจ้งในอริยสัจ

อริยสัจ หมายถึง ความจริงอันประเสริฐ ความจริงของพระอริยะ ความจริงที่ทำให้ผู้เข้าถึงกลายเป็นอริยะ อริยสัจ ๔ เป็นแม่บทของพระพุทธศาสนา ประกอบด้วย ๑. ทุกข์ คือความไม่สบายกายไม่สบายใจ ความเป็นจริงของสัตว์โลกทุกผู้ทุกนามต้องมีทุกข์ ๓ ประการคือ การเกิด ความแก่ ความตาย นอกจากนี้ก็มีความทุกข์ที่เป็นอาการ หรือเกิดจากสภาพแวดล้อม ๒. สมุทัย คือเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ นอกจากเหตุแห่งทุกข์ดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้น ต้นตอของทุกข์ก็อยู่ที่ใจของเราด้วยนั่นก็คือความอยาก ๓. นิโรธ คือความดับทุกข์ ภาวะที่ตัดหน้าดับสิ้นไป ความหลุดพ้น หรือหมายถึงภาวะของ

<sup>๑๓๑</sup> มงคล. ๔/๓๗.

พระนิพพานนั่นเอง และ ๔. มรรค คือข้อปฏิบัติ หรือหนทางที่นำไปสู่การดับทุกข์ การเดินทางสายกลางเพื่อไปถึงการดับทุกข์ คือ มรรคมี ๘ ประการ

การเห็นอริยสัจ คือ การเห็นตามลักษณะของแต่ละข้อตามความเป็นจริง และได้กระทำตามกิจในอริยสัจแต่ละข้ออย่างสมบูรณ์ กล่าวคือ เมื่อเห็นทุกข์พึงกำหนดรู้ เมื่อเห็นสมุทัยพึงกำหนดละ เมื่อเห็นนิโรธพึงกำหนดให้แจ้ง และเมื่อเห็นมรรคพึงบำเพ็ญ

### (๔) การทำนิพพานให้แจ้ง

นิพพานมาจากคำว่า นิ+วาน นิ เป็นคำอุปสรรค แปลว่า ออกไป หดไป ไม่มี เลิก วาน แปลว่า พัด ไป เครื่องร้อยรัด ใช้เป็นกริยาของไฟ แปลว่า ดับไฟ หรือดับร้อน เมื่อรวมความแล้ว ส่วนมากแปลว่า ไม่มีเครื่องร้อยรัด นิพพานเป็นที่ซึ่งความทุกข์ทั้งหลายเข้าไปไม่ถึง อยู่พ้นกฎของไตรลักษณ์ ไม่มีการเวียนว่ายตายเกิด ไม่มีแก่เจ็บตาย ทุกอย่างเป็นสุข เป็นนิจจัง เป็นอตตะ เป็นตัวตนที่แท้จริง บังคับบัญชาได้ เที่ยงแท้แน่นอน ไม่มีการเปลี่ยนแปลง เกิดขึ้นด้วยอำนาจการปฏิบัติ นิพพานสุขอย่างยิ่ง นิพพานมีอยู่ ๒ ประเภทใหญ่ๆ คือ

๑. สอุปาทิเสสนิพพาน เรียกว่า นิพพานเป็น อยู่ในศูนย์กลางธรรมภายในตัวของเรา ทุกคนที่ปฏิบัติมรรคมีองค์ ๘ สามารถเข้าถึงนิพพานนี้ได้ขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ ยังเป็นๆ อยู่ เป็นนิพพานของพระอริยเจ้าผู้ละกิเลสได้แล้ว แต่ยังมีชีวิตอยู่เพื่อบำเพ็ญประโยชน์แก่สัตว์โลกต่อไป พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเข้านิพพานเป็นนี้ได้เมื่อวันที่พระองค์ตรัสรู้ นิพพานเป็นนี้ แต่ละคนก็มีเฉพาะของตนเป็นเหมือนหลุมหลบภัยในตัว เรามีทุกข์ โศก โรค ภัยใดๆ พอเอาใจจรดเข้าไปในนิพพาน ความทุกข์ก็จะหลุดไปหมด จะตามไปรังควาน ไปบีบคั้นใจเราไม่ได้

๒. อนุปาทิเสสนิพพาน เรียกว่า นิพพานตาย เป็นเหตุว่างอยู่นอกภพสาม ผู้ที่หมดกิเลสเป็นพระอรหันต์เมื่อเบญจขันธ์ดับ (กายเนื้อแตกทำลายลง) เหลือแต่ธรรมขันธ์ (ธรรมกาย) ก็จะถูกอายตนนิพพานนี้ดึงดูดให้ไปปรากฏที่นั่น เสวยความสุขอันเป็นอมตะ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเมื่อปรินิพพานแล้ว ธรรมกายของพระองค์ก็ไปปรากฏประทับอยู่ที่อายตนนิพพานนี้เอง โดยมีธรรมกายของพระอรหันตสาวกอยู่ล้อมรอบ

### (๕) จิตไม่หวั่นไหวในโลกธรรม

จิตจิตไม่หวั่นไหวไปตามอารมณ์ที่มากระทบ โดยปกติของคนสามัญย่อมไม่คงที่ มีลักษณะและอาการเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา เมื่อดีใจก็แจ่มชื่นเสียใจก็เหี่ยวแห้งหดหู่ ร้องไห้รำพัน อาการของจิตโน้มเอียงไปข้างดีใจบ้าง เสียใจบ้าง อย่างนี้เรียกว่า จิตหวั่นไหว คือไม่คงที่ ในมงคลข้อนี้ ท่านมุ่งเอาจิตที่ไม่หวั่นไหวในโลกธรรม หมายความว่า จิตอันโลกธรรมให้หวั่นไหวไม่ได้ ไม่มีความยินดี ยินร้ายในอารมณ์ทั้งที่ชอบใจและไม่ชอบใจ เรียกว่า มีจิตคงที่

จิตไม่หวั่นไหวในโลกธรรม หมายถึง สภาพจิตของผู้ทำพระนิพพานให้แจ้งมีใจตั้งมั่น เกิดความมั่นคงและหนักแน่น เป็นอุเบกขาวางเฉยได้เมื่อพบกับความเสื่อมลาภ เสื่อมยศ ถูกนินทา ตกทุกข์ จิตก็ไม่หวั่นไหว เมื่อพบกับความได้ลาภ ได้ยศ ได้สรรเสริญ เป็นสุข จิตก็ไม่หวั่นไหว เพราะรู้เท่าทันว่าเรื่องที่เกิดขึ้นนั้นว่าเป็นธรรมดาคือไม่เที่ยงไม่ยั่งยืนถาวรอะไร มีลาภได้ก็เสื่อมลาภได้ ยศตำแหน่งไม่ใช่ของเราตลอดไปสรรเสริญ นินทา สุข ทุกข์ ทุกคนต้องพบทั้งนั้น และในที่สุดก็ต้องเสื่อมสิ้นไปเป็นธรรมดาของกฎธรรมชาติ

บุคคลที่มีสภาพจิตมั่นคงมีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ ไม่หวาดกลัวหรือวิตกกังวล ไม่มีความปรารถนาอยากได้หรือหลงใหลในโลกธรรม ซึ่งเป็นธรรมครอบงำสัตว์โลก อันได้แก่ ได้ลาภ เสื่อมลาภ ได้ยศ เสื่อมยศ ได้สรรเสริญ นินทา ได้สุข ได้ทุกข์ แต่จิตไม่หวั่นไหว เพราะรู้เท่าทันสภาวะธรรมตามความเป็นจริงว่า สิ่งเหล่านั้นมีความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา จึงไม่ยินดียินร้ายไม่หลงติดในโลกธรรม และจิตที่ไม่ยินดียินร้ายไม่หวั่นไหวไปตามอารมณ์ที่ถูกโลกธรรมนั้นๆ มากมากระทบ จึงหมายถึงจิตของพระอรหันต์ในมงคลข้อนี้ พระพุทธองค์ตรัสว่าเป็นมงคลสูงสุด เพราะนำมาซึ่งความเป็นผู้ประเสริฐในโลก

### (๖) จิตไม่เศร้าโศก

จิตไม่มีความเศร้าโศก เป็นการแสดงผลของจิตที่อยู่ในขั้นโลกุตรภูมิ หรือ เป็นบทรสรเสริญคุณของจิตที่บรรลุนิพพานแล้ว เป็นจิตที่ไม่โศก คือ จะไม่มีความโศกเศร้าเสียใจใดๆ เกิดขึ้นได้ การที่จะเห็นความโศกเศร้าของจิตได้อย่างแจ่มชัดจะต้องย้อนกลับมาดูพิจารณาคุณลักษณะของจิตที่โศกเศร้า ซึ่งเป็นเรื่องที่ถูกทุกคนทั่วไปรู้เห็นและเข้าใจได้ง่าย

จิตไม่เศร้าโศก ได้แก่จิตที่ไม่แสดงอาการเดือดร้อน หวั่นไหว ทุกข์ทรมานเพราะการเก็บสิ่งที่ไม่ดีมาคิดด้วยอำนาจความโลภบ้าง ด้วยอำนาจความโกรธบ้าง ด้วยอำนาจความหลงบ้าง ในมงคลข้อนี้ จิตไม่เศร้าโศกหมายถึงจิตที่สร้างโศกหรือจิตที่พ้นจากความเศร้า เป็นจิตของอริยชนผู้บรรลุนิพพานแล้ว หลุดพ้นแล้วจากสิ่งที่รัก สิ่งที่ยินดี หยุดความใคร่ และหมดความอยากแล้วโดยสิ้นเชิง เพราะฉะนั้น จึงไม่แห่งไม่มีโศก

### (๗) จิตปราศจากอฐี

จิตปราศจากอฐี หรือ หมดอฐี หมายถึง จิตของอริยชนที่ใสสะอาด ผุดผ่องเหมือนกระจกที่ปราศจากฝุ่นละอองมาจับให้ขุ่นมัวเปรอะเปื้อนเป็นการแสดงให้เห็นลักษณะจิตในขั้นโลกุตรภูมิด้านหนึ่ง เพราะจิตในขั้นนี้จะมีได้เฉพาะผู้ที่บรรลุนิพพาน หรือผู้ที่เรียกว่า พระอรหันต์เท่านั้น เป็น



จิตที่กิเลสเครื่องเศร้าหมองมีน้อยนิดเพียงเศษธุลี ก็ไม่สามารถมาแตะต้องจับหรืออาศัยได้ จึงเป็นจิตที่ผ่องใส บริสุทธิ์ สะอาด ตลอดกาล

สมเด็จพระสังฆราช (จวน อุฏฐายี) กล่าวว่า จิตเป็นสิ่งสำคัญที่สุดในตัวเรา เราจะได้สุขไปสู่สวรรค์หรือบรรลุนิพพานก็เพราะจิตดี จิตดีปราศจากกิเลส มีความผ่องใส ไม่เศร้าหมองขุนมัว ปราศจากธุลี คือ ราคะ โทสะ โมหะ สิ้นความยินดีในกาม ในภพ ละความเห็นผิด จิตมีปัญญา รู้เห็นตามความเป็นจริง ไม่หวั่นไหวเมื่อถูกต้องโลกธรรมเป็นจิตที่บริสุทธิ์ มีความสงบเย็น<sup>๑๓๒</sup>

จิตปราศจากธุลีหรือจิตปราศจากกิเลสเพียงตั้งธุลี หมายถึง จิตที่บริสุทธิ์ สะอาด ปราศจากราคะ โทสะ โมหะ กล่าวคือเมื่อได้สัมผัสกับอารมณ์ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และธรรมารมณ์ต่างๆ ทั้งที่เป็นอิฏฐารมณ์ อารมณ์ที่น่าพึงพอใจ และอนิฏฐารมณ์ อารมณ์ที่ไม่น่าพึงพอใจก็เกิดความรัก ความโกรธ และความหลงไปตามอารมณ์นั้นๆ จิตที่มีสภาวะเช่นนี้เรียกว่า จิตปราศจากธุลี เป็นจิตซึ่งหมดกิเลสแล้วทั้งกิเลสอย่างหยาบ กิเลสอย่างกลาง และกิเลสอย่างละเอียด อย่างหมดจนสิ้นเชิง ไม่มีพื้นกลับเข้าไปปรุงแต่งจิตได้อีก ทำให้จิตใจสะอาด ผ่องใส ได้แก่ จิตของพระอรหันต์

### (๘) จิตเกษมจากโยคะ

จิตเกษมเป็นจิตขั้นสูงสุด คือจิตที่เป็นมงคลสูงสุด ท่านใช้คำว่า เขมะ หมายถึง ความปลอดภัย พ้นจากภัยอันตรายทั้งปวง เป็นการสรุปภาวะของจิตในชั้นโลกุตระภูมิ ความปลอดภัย พ้นจากภัยอันตรายทั้งปวง เป็นการสรุปภาวะของจิตในชั้นโลกุตระภูมิ หรือจิตที่เข้าแดนเกษม เป็นอันสิ้นสุดของการดำเนินตามปฏิบัติแห่งมงคลในพระพุทธศาสนา การมีจิตเกษม ได้แก่ที่เป็นจิตอิสรภาพพ้นจากความดี ความชั่ว ทั้งหลาย กล่าวคือตนเองไม่ตกอยู่ใต้อำนาจของความดี เพราะได้รับความดีอันสูงสุดของชีวิตแล้ว และความเชื่อความเชื่อต่อร่างกายใจตนเองก็ได้หลุดพ้นแล้ว โลกธรรม ทั้งหลายทั้งปวง คือ การยกย่อง สรรเสริญ การดิฉินนินทา ไม่สามารถครอบงำจิตใจได้แล้ว จึงเป็นจิตที่อยู่เหนือโลกธรรมทั้งปวง เป็นเหตุให้มีความเป็นเอกภาพตัวเองเนื่องจากได้ศึกษาและปฏิบัติจนจบแล้ว ได้บรรลุปัญญาอันสูงสุด มีความรู้จริงเห็นจริงรู้แจ้งแทงตลอดในทุกสิ่งแล้ว ได้บรรลุจุดหมายอันสูงสุดของชีวิต คือได้บรรลุพระนิพพานแล้ว ร่างกายและจิตใจดำรงอยู่ในภาวะที่ดีของธรรมชาติอย่างสมบูรณ์ เป็นสาระแก่นแท้ของชีวิตเป็นจุดหมายอันสูงสุดของชีวิต

<sup>๑๓๒</sup> สมเด็จพระสังฆราช (จวน อุฏฐายี), มงคลในพระพุทธศาสนา, หน้า ๒๙๙-๓๐๔.

ปิ่น มุกกันต์ กล่าวว่า คำว่า เกษม แปลว่า ปลอดภัยพ้นจากภัยทั้งปวงโดยสิ้นเชิง จิตเกษม หมายถึง ผู้ดำเนินตามปฏิปทาแห่งมรรคในพุทธศาสนาบรรลุถึงจุดสุดยอดแล้ว คือ จิตเกษม<sup>๑๓๓</sup>

ความหมายของคำว่า เกษม จึงหมายถึง ความปลอดภัย พ้นภัย ลี้ภัยกิเลส มีความสุขได้แก่สภาพจิตที่หมดกิเลสแล้ว จิตเป็นอิสระไม่เป็นพิษภัยใดๆ มาบีบคั้นได้อีก จึงมีความสุขอย่างแท้จริง พ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด คือผู้ที่มีใจสงบนิ่งอยู่ในพระนิพพานตลอดกาลเวลา ได้แก่จิตพระอรหันต์ผู้สิ้นแล้วซึ่งกิเลสอาสวะและรอดพ้นจากวงล้อมของโยคะทั้งหลาย

การพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่อให้เกิดจิตเกษมจากโยคะ คือการพัฒนาจิตให้เกษม หลุดพ้นจากกิเลสภัย บรรลุนิพพาน มีความเป็นอยู่ด้วยความว่างจากการยึดมั่นถือมั่นในตัวตนเป็นสิ่งที่ประเสริฐ ทำให้ชีวิตประสบความสำเร็จสูงสุด เป็นบรมธรรมสิ้นสุดการเวียนไหว้ตายเกิดและจบสิ้นภาระกิจของเกิดมาเป็นมนุษย์

โดยสรุปแล้วจะเห็นว่า มงคลทั้ง ๓๘ ประการที่กล่าวมาทั้งหมดนี้เป็นอุปกรณ์สำหรับการพัฒนาตนเองที่เริ่มจากขั้นพื้นฐาน คือ การปรับความเห็นให้ถูกต้องด้วยการส่องเสพกับคนดี และการปรับพื้นฐานของชีวิตด้วยการเลือกที่อยู่อาศัยให้เหมาะสม ต่อยอดเป็นการพัฒนาตนเองด้านความรู้ สำหรับการประกอบกิจการงาน การมีปฏิสัมพันธ์อยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในครอบครัว สังคม ได้อย่างมีความสุข เมื่อดำรงตนอยู่ในสังคมได้ดีแล้วจึงพัฒนาไปสู่การพัฒนาตนเองทางด้านมารยาท อารมณ์ จิตใจ เช่น การฝึกความอดทน การมีสัมมาคารวะ การอ่อนน้อมถ่อมตน การพึงธรรมตามโอกาสอันสมควร ส่วนมงคลขั้นสูงนั้นเป็นการพัฒนาจิตให้หลุดพ้นจากความทุกข์ ซึ่งเป็นการพัฒนาตนเองขั้นสูงสุดเพราะเป็นการพัฒนาตนเองไปสู่ความพ้นทุกข์อย่างสิ้นเชิง

<sup>๑๓๓</sup> ปิ่น มุกกันต์, มงคลชีวิต, หน้า ๔๐๒.

## บทที่ ๓

### แนวคิดการพัฒนาตนเองตามหลักคำสอนในสุภาสิตพระร่วง

สุภาสิตพระร่วงจัดอยู่ในประเภทวรรณคดีคำสอน (Didactic literature) เกิดจากการเก็บสะสมรวบรวมถ้อยคำสั่งสอนที่มีคุณค่า ผู้รวบรวมมักจะไม่จัดหมวดหมู่แยกประเภทว่าสอนเกี่ยวกับอะไร แต่จะนำเรียงร้อยเข้าด้วยกัน โดยยึดสัมผัสที่สอดคล้องกันเป็นหลัก เนื้อหาสาระของวรรณกรรมประเภทนี้จะเกี่ยวกับการสั่งสอนทางศีลธรรม คุณธรรม และจริยธรรม มีการสอดแทรกหลักคำสอนต่างๆ ในทางพระพุทธศาสนา โดยที่บุคคลทั่วไปในสังคมสามารถจะยึดหลักปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันได้ เพื่อทำให้เกิดการปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความสงบสุขในสังคม สาระสำคัญของวรรณกรรมคำสอนส่วนใหญ่จะกล่าวถึงข้อห้าม และข้อควรประพฤติปฏิบัติของบุคคลในสังคม ส่วนของข้อห้ามเป็นการไม่ให้กระทำความชั่วและเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ประกอบด้วยศีลธรรม คุณธรรมและจริยธรรม<sup>๑</sup>

สุภาสิตพระร่วงเรียกอีกชื่อหนึ่งว่า บัญญัติพระร่วง หรือสุภาสิตบัญญัติพระร่วง บางฉบับเขียนเป็น ประดิษฐ์พระร่วง อันเป็นชื่อที่พ้องกับโครงประดิษฐ์พระร่วง วรรณคดีอีกเรื่องหนึ่งในสมัยอยุธยาตอนปลาย<sup>๒</sup> สุภาสิตพระร่วงนั้นพระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัวโปรดฯ ให้นำข้อความมาจารึกบนแผ่นศิลา แล้วติดไว้ที่ผนังด้านในศาลาหลักเหนือหน้าพระมหาเจดีย์ ในวัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม กรุงเทพมหานคร ส่วนการตีพิมพ์สุภาสิตพระร่วง เริ่มตีพิมพ์ครั้งแรกเมื่อ พ.ศ.๒๓๗๙ ในรัชกาลพระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว<sup>๓</sup>

สุภาสิตพระร่วงมีคุณค่าทั้งด้านสติปัญญา ด้านวรรณศิลป์ ด้านคุณธรรมจริยธรรมและคุณค่าทางด้านสังคม ข้อความในสุภาสิตพระร่วงชี้ให้เห็นโลกทัศน์และระบบค่านิยมของคนไทยซึ่งแม้เวลาผ่านไปหลายร้อยปีก็ไม่ปรากฏว่าเป็นเรื่องที่ล้าสมัย เมื่ออ่านแล้วคนไทยก็พอจะเข้าใจวิธีการมองโลกและชีวิตแบบที่สั่งสอนไว้ในสุภาสิตพระร่วงได้อยู่เป็นส่วนใหญ่<sup>๔</sup> สามารถรับรู้และยึดถือเป็นธรรม

<sup>๑</sup> สาทิต แทนบุญ, “วรรณกรรมคำสอนของสุนทรภู่ที่ส่งผลต่อวิถีชีวิตของคนในสังคมไทย”, **ดุสิตนิพนธ์ปรัชญาดุสิตบัณฑิต**, (คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์: มหาวิทยาลัยบูรพา, ๒๕๕๘), หน้า ๑.

<sup>๒</sup> โชชิตา มณีใส, “สุภาสิตพระร่วง: การศึกษาแง่ประวัติศาสตร์”, **วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์**, ปีที่ ๓ ฉบับที่ ๒ : ๑๒๙-๑๔๖.

<sup>๓</sup> มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, **พัฒนาการวรรณคดีไทย หน่วยที่ ๑-๗**, (นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, ๒๕๓๓), หน้า ๖๗.

<sup>๔</sup> สุริยา รัตนกุล, “อธิบายสุภาสิตพระร่วงสำนวนที่ลงพิมพ์ในหนังสือมิวเซียมเปรียบเทียบกับฉบับจารกวดพระเชตุพนฯ”, **วารสารภาษาและวัฒนธรรม**, (กรกฎาคม-ธันวาคม ๒๕๒๗): ๒๖-๔๒.

นิยมปฏิบัติได้อย่างไม่หมดยุคหมดสมัย ถือได้ว่าสุภาชิตพระร่วงเป็นทรัพย์สินทางปัญญาที่เปรียบเหมือนเพชรล้ำค่าของแผ่นดินในสมัยที่อาณาจักรสุโขทัยเป็นราชธานี<sup>๕</sup>

ในการศึกษาแนวคิดและหลักปฏิบัติในการพัฒนาตนเองตามหลักสุภาชิตพระร่วง ผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาค้นคว้ารวบรวมจากหนังสือสุภาชิตพระร่วง งานวิจัย วิทยานิพนธ์ ตำรา วารสาร แนวคิด ทฤษฎีและผลงานที่เกี่ยวข้องนำเสนอตามลำดับ ดังนี้

๓.๑ ประวัติและความเป็นมาของสุภาชิตพระร่วง

๓.๒ หลักปฏิบัติในการพัฒนาตนเองตามหลักสุภาชิตพระร่วง

### ๓.๑ ประวัติและความเป็นมาของสุภาชิตพระร่วง

สุภาชิตพระร่วงเป็นวรรณคดีที่ยังไม่ได้ชื่อยุติที่แน่นอนว่า ใครเป็นผู้แต่งขึ้นและแต่งขึ้นในสมัยใด แต่ด้วยเหตุที่ตอนขึ้นต้นและลงท้ายของเนื้อเรื่อง ระบุไว้ชัดเจนว่า พระร่วงเจ้าเป็นผู้บัญญัติคำสอนเหล่านี้ ประกอบกับภาษาที่ปรากฏในสุภาชิตบางแห่งมีลักษณะโบราณแบบสุโขทัย จึงเป็นเหตุให้กรมศิลปากรและนักการศึกษาทางวรรณคดีไทยจัดวางวรรณคดีเรื่องนี้ให้เป็นวรรณคดีสมัยสุโขทัย แม้จะมีนักวิชาการบางท่านโต้แย้งว่าแต่งขึ้นในภายหลัง

ประเด็นที่ควรทำความเข้าใจ ณ เบื้องต้นนี้ คือ พระร่วง ซึ่งมีนักวิชาการหลายท่านสันนิษฐานแตกต่างกันออกไป พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวทรงสันนิษฐานไว้ในพระราชนิพนธ์ วิจารณ์เรื่องพระราชพงศาวดารว่า พระร่วง หมายถึง พระเจ้าแผ่นดินพระองค์แรกของอาณาจักรสุโขทัยคือพระเจ้าอรุณมหาราช<sup>๖</sup> พระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว ทรงสันนิษฐานว่า พระร่วงหมายถึงคำที่ใช้เรียกกษัตริย์ในสมัยสุโขทัย พระร่วงพระองค์แรกคือพ่อขุนศรีอินทราทิตย์ องค์ที่สองคือพ่อขุนบาลเมือง และองค์ที่สามคือพ่อขุนรามคำแหงมหาราช<sup>๗</sup> เจือ สตะเวทิน กล่าวว่า ที่น่าสงสัยจะเป็นพระร่วงมีเพียง ๒ พระองค์ คือ พ่อขุนรามคำแหงกับพระมหาดรรมราชาลิไทย เพราะทั้งสองพระองค์ทรงเป็นปราชญ์ที่เคยสั่งสอนประชาชน พ่อขุนรามคำแหงทรงสอนบนพระแท่นมนังค

<sup>๕</sup> พงศนิชา นาคะผิว, “สุภาชิตพระร่วงสมัยรัชกาลที่ ๕: การสร้างสรรค์จากสุภาชิตพระร่วงฉบับวัดพระเชตุพนฯ”, วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๗), หน้า ๑.

<sup>๖</sup> พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว, วิจารณ์เรื่องพระราชพงศาวดารกับเรื่องพระราชประเพณีการตั้งมหาอุปราช, (พระนคร: กรมศิลปากร, ๒๔๗๙), หน้า ๑-๒.

<sup>๗</sup> พระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว, รวมเรื่องพระร่วง, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๒๑), หน้า ๑๘-๒๔.

ศิลาอาสน์ ส่วนพระมหากษัตริย์ราชินีไทยก็เคยสั่งสอนประชาชนด้วยหนังสือไตรภูมิพระร่วง<sup>๘๖</sup> ส่วนศรีศกดิ์ วัลลิโถม สันนิษฐานว่า พระร่วงเป็นคำเรียกกษัตริย์สมัยกรุงสุโขทัยทุกๆ พระองค์ ไม่จำเพาะเจาะจงว่าเป็นพระองค์หนึ่งพระองค์ใด<sup>๘๗</sup>

พฤฒินา นาคะผิว ได้สรุปข้อสันนิษฐานเกี่ยวกับพระร่วงออกเป็น ๕ กลุ่ม คือ

๑. กลุ่มที่สันนิษฐานว่าพระร่วงคือพ่อขุนศรีอินทราทิตย์
๒. กลุ่มที่สันนิษฐานว่าพระร่วงคือพ่อขุนรามคำแหง
๓. กลุ่มที่สันนิษฐานว่าพระร่วงคือกษัตริย์พระองค์หนึ่งที่ปกครองกรุงสุโขทัยมีนามว่า “พระร่วง”
๔. กลุ่มที่สันนิษฐานว่าพระร่วงเป็นนามเรียกแทนกษัตริย์สุโขทัยได้หลายพระองค์ เช่น พ่อขุนศรีอินทราทิตย์ พ่อขุนบางกลางหาว พ่อขุนรามคำแหง เป็นต้น
๕. กลุ่มที่สันนิษฐานว่าพระร่วงคือคำที่ใช้เรียกกษัตริย์สมัยสุโขทัยทุกพระองค์<sup>๘๘</sup>

โดยสรุปแล้ว ผู้วิจัยเห็นว่า พระร่วง น่าจะเป็นคำเรียกกษัตริย์สมัยสุโขทัยทุกพระองค์ ด้วยเหตุผลว่า คนไทยสมัยก่อนหรือแม้กระทั่งปัจจุบันไม่นิยมออกนามของพระมหากษัตริย์โดยตรง จึงมักออกนามด้วยคำอื่น เช่น ในหลวง พ่ออยู่หัว พระเจ้าแผ่นดิน เป็นต้น อนึ่ง คำว่า สุโขทัย มาจากคำว่า สุข+อุทัย คำว่า อุทัย หมายถึง ขึ้น สว่าง รุ่ง โรจน์ ซึ่งมีความสอดคล้องกับคำที่ใช้เรียกกษัตริย์ คือคำว่า ร่วง ที่แปลว่า รุ่ง โรจน์ สว่าง<sup>๘๙</sup> เช่นเดียวกัน ดังนั้น กษัตริย์ของกรุงสุโขทัยจึงได้รับการออกพระนามว่า พระร่วง ซึ่งหมายถึง พระที่รุ่งเรืองของกรุงสุโขทัย

<sup>๘๖</sup> อ่างใน รัตนา สถิตานนท์, “วิเคราะห์สุภาชิตพระร่วงในแง่วัฒนธรรม”, *วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๒๐), หน้า ๔๑.

<sup>๘๗</sup> ศรีศกดิ์ วัลลิโถม, พระร่วงและท้าวอู่ทองในประวัติศาสตร์ไทย, ใน *ข้อขัดแย้งเกี่ยวกับประวัติศาสตร์ไทย*, (กรุงเทพมหานคร: เมืองโบราณ, ๒๕๒๗), หน้า ๕๗

<sup>๘๘</sup> พฤฒินา นาคะผิว, “สุภาชิตพระร่วงสมัยรัชกาลที่ ๕: การสร้างสรรค์จากสุภาชิตพระร่วงฉบับวัดพระเชตุพนฯ”, *วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต*, หน้า ๔๑-๔๒.

<sup>๘๙</sup> สมเด็จพระเจ้าฟ้า กรมพระยานริศรานุวัดติวงศ์ และ สมเด็จพระยา ดำรงราชานุภาพ, *สาส์นสมเด็จพระเจ้าฟ้า กรมพระยา*, (กรุงเทพมหานคร: องค์การค้าของคุรุสภา, ๒๕๐๕), หน้า ๑๗๒.

### ๓.๑.๑ ผู้แต่งและสมัยที่แต่ง

ดังกล่าวแล้วว่า ผู้แต่งและสมัยที่แต่งวรรณคดีเรื่องสุภาสิตพระร่วงยังไม่สามารถระบุได้แน่ชัด มีนักวิชาการสันนิษฐานอย่างกว้างขวางทั้งเหมือนและแตกต่างกัน ดังนี้

พระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว ทรงสันนิษฐานเกี่ยวกับผู้แต่งไว้ว่า “ข้าพเจ้าอยากจะเดาว่า สุภาสิตพระร่วงนั้นได้เริ่มเก็บรวบรวมขึ้นในสมัยพ่อขุนรามคำแหงนี้เหมือนกัน แต่คงจะไม่ใช่เป็นของคนเดียวแต่ง คงมีผู้แต่งกันหลายคน และไม่ใช่ว่าเสร็จในคราวเดียว มีการแต่งเพิ่มเติมกันหลายยุค จึงมีข้อความซ้ำกันอยู่บ้าง หากสำนวนผิดกันเท่านั้น”<sup>๑๒</sup>

สมเด็จพระเจ้า กรมพระดำรงราชานุภาพ ทรงเขียนไว้ในคำปรารภหนังสือทุกคระสอนบุตรและในคำนำหนังสือไตรภูมิพระร่วงว่าเป็นสุภาสิต ซึ่งคนภายหลังได้แต่งเป็นสำนวนใหม่เสียแล้ว อย่างไรก็ตามก็ดี ถ้อยคำสำนวนในสุภาสิตพระร่วงนั้นสังเกตดูเป็นคำพื้นๆ มีรูปประโยคคล้ายกับศิลาจารึกบางตอนของพ่อขุนรามคำแหงมาก และเป็นสุภาสิตเก่าแก่ติดปากติดใจคนไทยมาช้านาน ส่วนที่เรียกว่าสุภาสิตพระร่วง ถ้าหมายความว่าเป็นสุภาสิตครั้งพระร่วง ก็พอจะเข้าใจได้ แต่ทว่าเป็นคำของพระร่วงนั้นเข้าใจผิด ความที่ว่านี้ ยิ่งเมื่ออ่านหนังสือเก่าที่ไทยชาวลานนาและลานช้างแต่ง ชอบอ้างคำสุภาสิตต่างๆ อันมีแปลกไปจากสุภาสิตพระร่วง ซึ่งเป็นของไทยชาวล้านนาได้แต่งอีกมา ก็ยิ่งแลเห็นชัดว่า ที่จริงเป็นคำสุภาสิตของชนชาติไทย หรือถ้าเรียกโดยย่อก็คือ สุภาสิตไทย<sup>๑๓</sup>

พระวรวงศ์วิสิฐ สันนิษฐานว่า สุภาสิตพระร่วงน่าจะแต่งขึ้นในสมัยพ่อขุนรามคำแหงหรือพ่อขุนรามคำแหงน่าจะ เป็นผู้แต่งสุภาสิตนี้ เพราะบุคลิกลักษณะของพระองค์ที่เป็นปราชญ์ รู้ธรรม และเสด็จประทับบนแท่นมั่งศิลาอาสน์เพื่อสั่งสอนประชาชน นอกจากนี้สำนวนโวหารในสุภาสิตพระร่วงก็คล้ายกับศิลาจารึกพ่อขุนรามคำแหง เป็นกลอนสั้นและกินความลึกแต่ใช้คำไทยแบบพื้นๆ<sup>๑๔</sup>

ธนิต อยู่โพธิ์ สันนิษฐานว่า ถ้าพิจารณาตามรูปวลี จะเห็นได้ว่า สุภาสิตพระร่วงมีความคล้ายคลึงใกล้เคียงกับจารึกพ่อขุนรามคำแหง จึงอาจเป็นได้ว่า สุภาสิตพระร่วงหรือบัญญัติพระร่วงนี้เดิมเป็นพระบรมราโชวาท ซึ่งพระร่วงเจ้า พ่อขุนรามคำแหงทรงแสดงสั่งสอนประชาชนชาวไทย...จึง

<sup>๑๒</sup> พระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว, **เที่ยวเมืองพระร่วง**, (พระนคร: โรงพิมพ์คุรุสภา, ๒๕๒๖), หน้า ๑๔๒-๑๔๓.

<sup>๑๓</sup> กรมศิลปากร, **สุภาสิตพระร่วงและนางนพมาศ**, (พระนคร: โรงพิมพ์สหกรณ์ขายส่งแห่งประเทศไทยจำกัดสินใช้, ๒๕๐๕), หน้า คำนำ.

<sup>๑๔</sup> พระวรวงศ์วิสิฐ, **วรรณคดีไทย**, (พระนคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๙๖), หน้า ๒๘.

น่าจะคิดว่า พระบรมราชาบาทหลวงเหล่านั้นกระมังที่ต่อมามีผู้แก้ไขแต่งเติม เพื่อให้เข้ากับแบบกวีนิพนธ์ แล้วมากลายเป็นสุภาชิตพระร่วงหรือบัญญัติพระร่วง<sup>๑๕</sup>

ฉันทิชย์ กระแสสินธุ์ สันนิษฐานว่า พระมหาธรรมราชาลิไทยทรงมีความสามารถเป็นเอกครอบรู้ในพระไตรปิฎก แดกฉานในอักษรสมัย ในรัชสมัยของพระองค์บ้านเมืองเจริญรุ่งเรือง ไม่มีข้าศึกมาเบียดเบียน ทรงสร้างปราสาท สร้างพระพุทธรูปอัฐฐารส สร้างพระบรมธาตุ ฯลฯ ตลอดจนทรงนิพนธ์ไตรภูมิพระร่วง เพราะฉะนั้นทำให้น่าคิดว่า สุภาชิตพระร่วงน่าจะเป็นพระนิพนธ์ของพระองค์ด้วย เพราะว่าเป็นเรื่องที่ไม่เหลือพระวิสัยของกษัตริย์ผู้เป็นปราชญ์เช่นพระองค์เลย<sup>๑๖</sup>

นियะดา เหล่าสุนทร กล่าวว่า สุภาชิตพระร่วงอาจจะไม่ได้แต่งในสมัยสุโขทัย โดยพิจารณาจากลักษณะคำประพันธ์ที่กำหนดจำนวนคำในวรรคและสัมผัสเคร่งครัดกว่า ซึ่งน่าจะเป็นสมัยที่การประพันธ์กวีนิพนธ์ประเภทโคลง และร่าย เจริญรุ่งเรืองแล้ว อันได้แก่ยุครัตนโกสินทร์ และน่าจะเป็นผลงานของสมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระปรมานุชิตชิโนรส เนื่องด้วยเหตุผล ๓ ประการ คือ

๑. ลักษณะคำประพันธ์ประเภทร่ายสุภาพที่ดำเนินตามฉันทลักษณ์เคร่งครัดทั้งจำนวนคำในวรรคและสัมผัส แม้วรรณคดีสมัยอยุธยาตอนต้น เช่น ลิลิตพระลอ ฉันทลักษณ์ก็ยังไม่เคร่งครัดเท่าสุภาชิตพระร่วง

๒. ท่วงทำนองแต่งมีลักษณะเป็นลิลิตเพราะแต่งด้วยร่ายสุภาพและโคลงสุภาพ ทั้งคำสุดท้ายของร่ายสัมผัสไปต้นคำของโคลงตามลักษณะของการแต่งลิลิต นอกจากนี้สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระปรมานุชิตชิโนรสเคยกล่าวทำนองว่าสุภาชิตพระร่วงแต่งเป็นลิลิต ดังเนื้อความบางตอนในโคลงต้นปฏิสังขรณ์วัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม

๓. บทส่งท้ายลิลิตตะเลงพ่ายกล่าวถึงที่มาของการแต่งวรรณคดีประเภทสุภาชิตของพระองค์ท่านในคราวปฏิสังขรณ์วัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม ว่าทรงรวบรวมสุภาชิตเหล่านี้มาจากของเก่า สุภาชิตพระร่วงก็เป็นเรื่องที่มีลักษณะเช่นนี้

๔. วิธีการจบเรื่องด้วยโครงกระหู่บัณฑิตพระร่วง คล้ายกับวิธีการจบเรื่องของสมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระปรมานุชิตชิโนรส<sup>๑๗</sup>

<sup>๑๕</sup> อ่างใน กรมศิลปากร, วรรณกรรมสมัยสุโขทัย, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: ศรีเมืองการพิมพ์, ๒๕๓๙), หน้า ๒๑๗.

<sup>๑๖</sup> ฉันทิชย์ กระแสสินธุ์, กวีโวหาร โบราณคดี, (พระนคร: สำนักพิมพ์ก้าวหน้า, ๒๕๑๓), หน้า ๔๘๔-๔๘๕.

<sup>๑๗</sup> นียะดา เหล่าสุนทร, พินิจวรรณกรรม รวมบทความวิชาการด้านวรรณคดีและภาษา, (กรุงเทพมหานคร: แม่คำผาง, ๒๕๓๕), หน้า ๑๐๑-๑๐๖.

ล้อม เฟิงแก้ว กล่าวว่า สุภาสิตพระร่วงไม่ได้แต่งในสมัยรัชกาลที่ ๓ เพราะเป็นเพียงแต่การรวบรวมข้อความเก่าๆ มาปรับปรุงไว้ พิสูจน์ได้จากโครงประดิษฐ์พระร่วงของพระเจ้าอยู่หัวบรมโกศ และสุภาสิตตั้งฟ้องกัน แสดงว่าสมัยรัชกาลที่ ๓ ไม่มีการแต่งสุภาสิตพระร่วง ถ้าจะบอกว่าแต่งสมัยใดจริงๆ ก็ตอบได้ว่าแต่งก่อนพระเจ้าอยู่หัวบรมโกศใช้ชื่อว่า สุภาสิตตั้ง ใครแต่งไม่รู้ เป็นการรวบรวมสุภาสิตแต่โบราณมาไว้ด้วยกันเสียมากกว่า<sup>๑๘</sup>

ประเสริฐ ญ นคร เห็นว่า สุภาสิตพระร่วงนี้สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระปรมานุชิตชิโนรส อาจปรับปรุงชำระให้ถูกต้องตามหลักเกณฑ์ฉันทลักษณ์คล้ายการชำระต้นฉบับให้ดีที่สุดจะเรียกว่านิพนธ์ไม่ได้ ถ้าสุภาสิตพระร่วงเกิดขึ้นจริงก็ต้องเกิดหลังสมัยพ่อขุนรามคำแหงหลายร้อยปี และต้องการให้ศักดิ์สิทธิ์จึงอ้างชื่อ “พระร่วง” แล้วเราเพียงนำมาปรับปรุงตามความนิยมว่าเพราะ<sup>๑๙</sup> สอดคล้องกับเปลื้อง ญ นคร ที่กล่าวว่าพิจารณาจากสำนวนที่แต่งเห็นจะเป็นสมัยกรุงรัตนโกสินทร์ ทั้งนี้ และคงไม่ใช่งานนิพนธ์ของกรมพระปรมานุชิตชิโนรสแน่ เพราะเป็นสำนวนพื้นๆ ธรรมดาๆ แต่ท่านอาจนำมาชำระขัดเกลา แสดงว่าสุภาสิตพระร่วงต้องมีมาก่อนโคลงประดิษฐ์พระร่วงของพระเจ้าอยู่หัวบรมโกศ คือ เป็นคำสุภาสิตที่คนไทยใช้กันทั่วไป แล้วมีผู้รวบรวมไว้ด้วยกัน แล้วตั้งชื่อว่าสุภาสิตพระร่วงก็ได้<sup>๒๐</sup>

โดยสรุปแล้ว จะเห็นได้ว่าแนวคิดเกี่ยวกับผู้แต่งและสมัยที่แต่งสุภาสิตพระร่วงมีแตกต่างกันออกไปเป็น ๓ กลุ่ม คือ

๑. กลุ่มที่เห็นว่าแต่งขึ้นสมัยสุโขทัย เป็นพระราชนิพนธ์ของกษัตริย์ที่มีนามว่า พระร่วง ซึ่งอาจเป็นพ่อขุนรามคำแหงหรือพระยาสิทธิไทยก็ได้

๒. กลุ่มที่เห็นว่า เป็นสำนวนที่แต่งขึ้นใหม่ เนื่องจากมีลักษณะการประพันธ์ที่ดำเนินตามกฎเกณฑ์ของฉันทลักษณ์อย่างเคร่งครัด หรืออาจเป็นการคัดลอกมาจากวรรณกรรมเรื่องอื่น เช่น สุภาสิตตั้ง เป็นต้น

๓. กลุ่มที่เห็นว่า เป็นการนำสุภาสิตเก่ามาชำระใหม่ มีผู้แต่งหลายคนช่วยกันรวบรวมจากความทรงจำบ้าง จากจารึกบ้าง และมีการแต่งเติมในภายหลังบ้างเพื่อให้ข้อความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

<sup>๑๘</sup> ล้อม เฟิงแก้ว, “ใครแต่งสุภาสิตพระร่วง”, ใน พระขุนรามคำแหงไม่ได้แต่งสุภาสิตพระร่วง, (กรุงเทพมหานคร: ศิลปวัฒนธรรม), หน้า ๕๗.

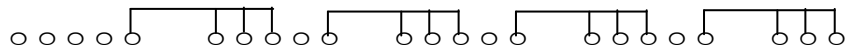
<sup>๑๙</sup> ประเสริฐ ญ นคร, “สมเด็จพระปรมานุชิตชิโนรสทรงชำระสุภาสิตพระร่วง”, ใน พ่อขุนรามคำแหงไม่ได้แต่งสุภาสิตพระร่วง, (กรุงเทพมหานคร: ศิลปวัฒนธรรม, ๒๕๒๘), หน้า ๕๘-๕๙.

<sup>๒๐</sup> เปลื้อง ญ นคร, “จากสุภาสิตไทยเดิมมารวมรวบเป็นสุภาสิตพระร่วง”, ใน พ่อขุนรามคำแหงไม่ได้แต่งสุภาสิตพระร่วง, (กรุงเทพมหานคร: ศิลปวัฒนธรรม, ๒๕๒๘), หน้า ๕๙-๖๐.

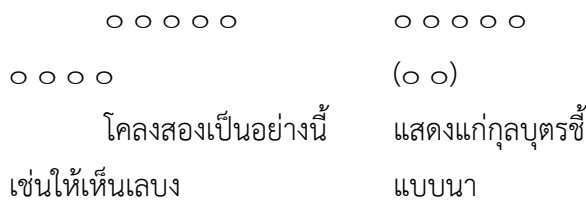


**๓.๑.๒ ลักษณะคำประพันธ์**

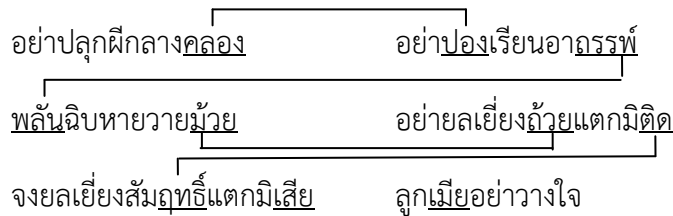
สุภาชิตพระร่วงแต่งรายสุภาพ ๑ บท มี ๑๘๙ วรรค และจบลงด้วยโคลงสองสุภาพ ๑ บท กฎข้อบังคับของรายสุภาพคือ วรรคหนึ่งๆ กำหนดให้มี ๕ คำ ๑ บทต้องมี ๕ วรรคขึ้นไป คำสุดท้ายของวรรคหน้าส่งสัมผัสไปยังคำที่ ๑, ๒ หรือ ๓ ของวรรคแต่สองคำสุดท้ายดังต่อไปนี้



รายสุภาพจะจบด้วยโคลง ๒ สุภาพซึ่งมีลักษณะ



สำหรับสุภาชิตพระร่วงนั้น วรรคหนึ่งๆ มีจำนวนคำตั้งแต่ ๔-๗ คำ แต่ส่วนใหญ่จะมีวรรคละ ๕ คำส่งสัมผัส คือ คำสุดท้ายวรรคหน้าส่งสัมผัสไปยังคำที่ ๑ ที่ ๒ หรือที่ ๓ และบางที่อาจจะถึงที่ ๔ และที่ ๕ (ในกรณีที่คำประพันธ์วรรคหนึ่งๆ มีเกินกว่า ๕ คำ) ดังตัวอย่าง



สุภาชิตพระร่วงแต่งเป็นรายสุภาชิตไปโดยตลอด แล้วจบลงด้วยโคลง ๒ สุภาพ ดังนี้

สบสิ่งสรรพโอวาท	ผู้เป็นปราชญ์พึงสดับ
ตรับตรีตรองปฏิบัติ	โดยอรรถอันถ่องถ้วน
แถลงเลศเหตุเสือกลั่น	เลิศอ้างทางธรรม แลนา

**๓.๑.๓ การลำดับเรื่อง**

สุภาชิตพระร่วงเริ่มด้วยการบอกจุดประสงค์ที่แต่งว่า

ปางสมเด็จพระร่วงเจ้า	เฝ้าแผ่นภพสุโขทัย
มลักเห็นในอนาคต	จึงเผยพจนประภาษ
เป็นอนุศาสนกถา	สอนคณานรชน
ทั่วธาตลพิงเพียร	เรียนดำรงผดุงอาตม์

### อย่าเคลื่อนไหวคลาคล่ำ

ต่อจากนั้นเป็นข้อความที่สุภาชิต สั่งสอนไปโดยตลอดลงท้ายเป็นการสรุป ย้ำให้เห็นความสำคัญของสุภาชิตที่กล่าวแล้ว ดังนี้

สบสิ่งสรรพโอวาท	ผู้เป็นปราชญ์พึงสดับ
ตรับตริตรองปฏิบัติ	โดยอรรถอันถ่องถ้วน
แถลงเลศเหตุเลือกถ้วน	เลิกอ้างทางธรรม แลนา

ความในตอนขึ้นต้นและลงท้ายเรื่องสุภาชิตสอดคล้อง คือในตอนต้นบอกจุดมุ่งหมายชัดเจนว่าพระร่วงเจ้าเมืองสุโขทัยทรงเป็นผู้พระราชทานพระบรมราโชวาทสั่งสอนราษฎร ส่วนในตอนท้ายย้ำว่าสุภาชิตที่กล่าวทั้งหมดล้วนเป็นสิ่งที่ดีงาม ผู้เป็นปราชญ์คือผู้ที่เฝ้าหาความรู้ทั้งหลายควรรับฟังด้วยความพิถีพิถัน แล้วนำไปปฏิบัติตามเพื่อผลดีแก่ตนเอง

ตามประชุมจารึกวัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม มีโคลงกระทู้ “บัณทิตพระร่วง” ลงท้ายด้วยอีก ๑ บทย้ำความในตอนต้นเรื่องคือบอกว่าพระร่วงเจ้าเมืองสุโขทัยทรงเป็นผู้กล่าวสุภาชิต ดังนี้

บัณ เจิตจำแนกแจ้ง	พิสดาร ความเอย
ทิต ยุบลบรรหารแสดง	เหตุไว้
พระ ปันนคราสถาน	อุกมสุข ไทยนา
ร่วง ราชนามนี้ไต่	กล่าวถ้อยคำสอน

#### ๓.๑.๔ การใช้คำ

สุภาชิตพระร่วงสอนอย่างตรงไปตรงมา คือห้ามหรือแนะนำโดยตรง ใช้ถ้อยคำกะทัดรัดจึงง่ายแก่การจดจำ ส่วนใหญ่แต่ละวรรคจะสอนเพียงเรื่องหนึ่งๆ และจบความลงในวรรคเดียว มีบางบทที่อธิบายขยายความต่อไปเนื่องกันเกินกว่าหนึ่งวรรค แต่ไม่มาก ลักษณะ ถ้อยคำที่ใช้สอนเพียงคำพึงเพยหรือสุภาชิตพื้นบ้าน ถ้อยคำที่ใช้ในการสอนมีดังนี้

๑. ใช้คำปฏิบัติ **อย่า** ห้ามโดยตรง มิให้ทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด และที่น่าสังเกตคือใช้คำว่า **อย่า** นี้เกือบตลอดเรื่อง แสดงให้เห็นว่าคำสอนในสุภาชิตพระร่วงส่วนใหญ่เป็นคำสอนเชิงห้าม ดังตัวอย่าง

อย่าอวดหาญแก่เพื่อน	เข้าเถื่อนอย่าลืมพริ้ว
หน้าศีกอย่านอนใจ	ไปเรือนท่านอย่านั่งนาน

๒. ใช้คำว่า **ให้ พึง จึง และ จง** เป็นคำสอนเชิงแนะนำให้ทำ ดังตัวอย่าง

<b>ให้</b>	เมื่อน้อยให้เรียนวิชา	<b>ให้</b> หาสินเมื่อใหญ่
------------	-----------------------	---------------------------

ฟัง โทษตนผิดฟังรู้  
 เมื่อฟังที่ฟังตอบ  
 จัง คิดแล้วแล้วจึงเจรจา  
 จง ที่ทับจงมีไฟ ที่ไปจงมีเพื่อน

นอกจากนี้ยังใช้คำว่า จง คู่กับคำผิดว่า ผิ ทั้งสองคำประกอบกันทำให้ความหนักแน่นขึ้น  
 ดังนี้

ผิจะบังบังจงลับ ผิจะจับจงมัน  
 ผิจะคั่นคั่นจงตาย ผิจะหมายหมายจงแท้  
 ผิจะแก้แก้จงกระจ่าง

๓. ใช้ถ้อยคำแบบประโยชนคำสั่ง วาگیرยาไว้วรรคเป็นเชิงแนะนำให้ทำ ดังนี้

อาสาเจ้าจนตนตาย อาสานายจงพอแรง  
 ยอครูต่อหน้า ยอข้าเมื่อแล้วกิจ  
 ยอมิตรเมื่อลับหลัง ระวังระไวที่ไปมา เมตตาดอบต่อมิตร

๔. สุภาชิตบางบทไม่มีคำสอนหรือคำแนะนำโดยตรงอยู่ด้วย คงละไว้ในฐานที่เข้าใจ เช่น

(อย่า) เข็นเรือทอดทางถนน  
 (จง) ประพฤติตามบุรพอบ  
 ข้าเก่าร้าย (จง) อดเอา

๕. คำประพันธ์บางวรรคไม่ใช่คำสอน แต่เป็นความเปรียบทำนองคำพังเพยเพื่อแสดงให้เห็นความเป็นจริงบางอย่าง เป็นการสอนใจทางอ้อม เช่น

หวานพีชจักเอาผล เลี้ยงคนจักกินแรง  
 ปางมีชอบท่านช่วย ปางป่วยท่านชิงชัง

คำสอนในสุภาชิตพระร่วง แม้ส่วนใหญ่จะเป็นคำสอนง่ายๆ ใช้ภาษาพื้นๆ ไม่มีศัพท์ยากแต่เนื่องจากสุภาชิตเรื่องนี้เป็นวรรคเก่าแก่ มีอายุหลายร้อยปีมาแล้ว คำสอนบางอย่างจึงกลายเป็นสิ่งที่เข้าใจได้ยากสำหรับคนปัจจุบัน ทั้งนี้เพราะสภาพแวดล้อมในสังคมเปลี่ยนแปลงไป ศัพท์บางคำซึ่งเป็นภาษาที่ชาวบ้านใช้และเข้าใจกันดีในสมัยก่อน กลายเป็นศัพท์โบราณที่ไม่มีปรากฏใช้กันในปัจจุบันคำบางคำบางแม้ยังใช้อยู่ก็มีหมายเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม เช่น คำว่า “ขา” ปัจจุบันหมายความว่า คมสั้น คมคาย ขบขัน เข้าที่ ชวนให้ชอบ แต่สุภาชิตพระร่วง “ขา” หมายถึง ลับ ลีกลับ ซ่อนความรู้สึกแก่ คนขาคือไม้เปิดเผย ทำให้คนอื่นเข้าใจยากอยู่เสมอ ดังนี้ เป็นต้น

### ๓.๒ หลักปฏิบัติในการพัฒนาตนเองตามหลักสุภาสิตพระร่วง

สุภาสิตพระร่วงเป็นเสมือนการรวบรวมคำสอนที่เป็นที่รู้จักกันดีของสังคมไทย นำมา ประติดประต่อ ดัดแปลงถ้อยคำให้สัมผัสคล้องจองกันไป ชวนให้น่าอ่าน แต่เนื้อหาปะปนกันไป เข้าใจ ว่าผู้ประพันธ์พยายามรักษาสำนวนสุภาสิตไว้ให้เหมือนเดิมให้มากที่สุด ให้มีการดัดแปลงถ้อยคำน้อย ที่สุด ถูกสัมผัสสระในสำนวนภาสิตนั้นๆ บังคับไปในตัว จึงต้องร้อยเรียงต่อกันตามสัมผัสสระที่มีอยู่ แล้ว ทำให้สุภาสิตพระร่วงกระจัดกระจาย ไม่มีการแบ่งเป็นหมวดหมู่ที่ชัดเจน

สุภาสิตพระร่วงเป็นคำสอนเชิงธรรมะบ้าง เชิงวัฒนธรรมสังคมบ้าง เชิงจารีตประเพณีบ้าง ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยจะนำเสนอเฉพาะในส่วนที่เกี่ยวกับการพัฒนาตนเองทั้งด้านความประพฤติ มารยาท ความรู้ จิตใจ โดยจัดกลุ่มที่มีความใกล้เคียงกันและ/หรือเป็นกลุ่มที่มีแนวทางในการ ประยุกต์ใช้ต่อการพัฒนาตนเอง พบว่าหลักการในสุภาสิตพระร่วงนั้นสามารถจำแนกตามลักษณะของ การพัฒนาตนเองออกเป็น ๖ กลุ่ม ตามตารางที่ ๕ ดังนี้

#### ตารางที่ ๕ สุภาสิตพระร่วงจำแนกตามลักษณะของการพัฒนาตนเอง

ลักษณะของการพัฒนา	สุภาสิต	
การพัฒนาตนเองด้าน การมีสัมพันธไมตรี	๑. อย่าอวดหาญแก่เพื่อน ๒. ที่รักอย่าดูถูก ๓. ปลุกไมตรีอย่ารู้ร้าง ๔. ข้าคนไพร่อย่าไฟฟูน ๕. คบขุนนางอย่าโหด ๖. ตนเป็นไทยอย่าคบทาส ๗. อย่าประมาทท่านผู้ดี ๘. คนรักอย่าวางใจ ๙. อย่ามีปากกว่าคน ๑๐. ักคืออย่าด่วนเคียด ๑๑. อย่าเบียดเสียดแก่มิตร ๑๒. ที่ผิดช่วยเตือนตอ ๑๓. ที่ชอบช่วยยกยอ ๑๔. อย่าขอของรักมิตร ๑๕. ชอบชิตมักจาง ๑๖. พบศัตรูปากปราศรัย	๒๘. ลูกเมียยังอย่าสรรเสริญ เยียวเสทินจะอดสู ๒๙. โต้ตอบอย่าเสียคำ ๓๐. คนข้าอย่าร่วมรัก ๓๑. พรรคพวกพึงทำนุก ปลุกเอาแรงทั่วตน ยลเยี่ยงไถ่นกกระทา พาลูกหลานมากิน ๓๒. ระเบิดระบิบอย่าฟังคำ ๓๓. อย่าใช้คนบังบด ๓๔. ทดแทนคุณท่านเมื่อยาก ๓๕. คนทรยศอย่าเชื่อ ๓๖. อย่าผูกมิตรคนจร ๓๗. เมตตาตอต่อมิตร ๓๘. ปลุกไมตรีทั่วชน ๓๙. ตรีษกุลตนจงค้ำับ

ตารางที่ ๕ สุภาษิตพระร่วงจำแนกตามลักษณะของการพัฒนาตนเอง (ต่อ)

ลักษณะของการพัฒนา	สุภาษิต	
<p>การพัฒนาตนเองด้าน การมีสัมพันธ์ไมตรี (ต่อ)</p>	<p>๑๗. พึงผันเผื่อต่อญาติ ๑๘. คนพาลอย่าพาลผิด ๑๙. อย่าผูกมิตรไมตรี ๒๐. เมื่อพาที่พึงตอน ๒๑. จงนบนอบผู้ใหญ่ ๒๒. อย่ายลเยี่ยงถั่วแตกมิติต วงยลเยี่ยงสัมฤทธิ์แตกมิเสีย ๒๓. ลูกเมียอย่าวางใจ ๒๔. ภายในอย่านำออก ภายนอกอย่านำเข้า ๒๕. ยอครูยอต่อหน้า ๒๖. ยอข้าเมื่อแล้วกิจ ๒๗. ยอมิตรเมื่อลับหลัง</p>	<p>๔๐. อย่าจับลิ้นแก่คน ๔๑. ท่านรักตนจงรักตอบ ๔๒. ท่านนอบตนจงนอบแทน ๔๓. อย่าตีสุนัขห้ามเห่า ๔๔. ข้าแก่ร้ายอดเอา ๔๕. อย่ารักเหากว่าผม อย่ารักลมกว่าน้ำ อย่ารักถ้ากว่าเรือน อย่ารักเดือนกว่าตะวัน ๔๖. ฝ้าทำวไทอย่าทระนง ๔๗. ภัคดีจงอย่าเกียจ ๔๘. เจ้าเคียดอย่าเคียดตอบ ๔๙. นบนอบใจใสสุทธิ</p>
<p>การพัฒนาตนเองด้าน การใช้ชีวิต</p>	<p>๑. อย่าใฝ่เอาทรัพย์ท่าน ๒. อย่าริระรานแก่ความ ๓. ประพฤติตามบุรพอบ ๔. เอาแต่ชอบเสียผิด ๕. อย่าประกอบกิจเป็นพาล ๖. เข้าเถื่อนอย่าลืมหัก ๗. หน้าศอกอย่าออกใจ ๘. อย่าใฝ่สูงพ้นศักดิ์ ๙. อย่าโดยคำคนพลอด ๑๐. เข็นเรือทอดทางถนน ๑๑. เป็นคนอย่าทำใหญ่ ๑๒. โทษตนผิดรำพึง ๑๓. อย่าคะนึ่งถึงทาท่าน ๑๔. ที่สู้มเสื่อจงประหยัด ๑๕. จงเร่งระมัดพินไฟ</p>	<p>๑๗. อย่ามัวเมาเนื่องนิตย ๑๘. คิดตรองตรึกทุกเมื่อ ๑๙. รู้ที่ตลาดที่หาญ ๒๐. ช้างไล่แทนเลี้ยงหลบ ๒๑. สุวานขออย่าขบตอบ ๒๒. ของแพงอย่ามักกิน ๒๓. เข้าออกอย่างวางใจ ระวังระไวหน้าหลัง เยียวผู้ซึ่งจะคอยโทษ ๒๔. ฝากของรักจงพอใจ ๒๕. ระวังระไวที่ไปมา ๒๖. ความเหนให้ประหยัด ๒๗. ฝากษัตริย์ เพลิง ฐ อย่าดูถูกกว่าน้อย ๒๘. หิงห้อยอย่าแข่งไฟ</p>

ตารางที่ ๕ สุภาษิตพระร่วงจำแนกตามลักษณะของการพัฒนาตนเอง (ต่อ)

ลักษณะของการพัฒนา	สุภาษิต	
การพัฒนาตนเองด้าน การใช้ชีวิต (ต่อ)	๑๖. ความในอย่าไขเขา	๒๙. อย่าป้องกันต่อท้าว ๓๐. ใจอย่าเบาจนหนัก
การพัฒนาตนเองด้าน การประกอบกิจการ	๑. ให้หาสินเมื่อใหญ่ ๒. ไปเรือนท่านอย่างนังนาน ๓. การเรือนเร่งคิด ๔. หว่านพืชจักเอาผล ๕. เลี้ยงคนจักกินแรง ๖. มีสินอย่าอวดมั่ง ๗. ที่ขวากหนามอย่าเสียเกือก ๘. ทำรั้วเรือกไว้กันตน	๙. ที่ทับจรมีไฟ ๑๐. ที่ไปจรมีเพื่อน ๑๑. ทางแถวเถื่อนโคลคลา ๑๒. อาสาเจ้าจนตนตาย ๑๓. อาสาจนพอแรง ๑๔. การจะทำอย่างด่วนได้ ๑๕. อย่าเข้าแบกงาข้าง ๑๖. อย่าออกก้างขุนนาง
การพัฒนาตนเองด้าน พฤติกรรม	๑. อย่างนั่งชิดผู้ใหญ่ ๒. อย่าขัดแข็งผู้ใหญ่ ๓. น้ำเชียวอย่าขวางเรือ ๔. ที่มีภัยพึงหลีกเลี่ยง ปลีกตนไปโดยด่วน ๕. ได้ส่วนอย่ามักมาก ๖. อย่าได้รับของเชิญ ๗. ของฝากท่านอย่ารับ ๘. นอบตนต่อผู้เฒ่า ๙. ปางมีขอบท่านช่วย ปางป่วยชิงชัง ๑๐. อย่ารักห่างกว่าชิด ๑๑. คิดข้างหน้าอย่าเบา	๑๒. ผีจะบังบังจงบลับ ผีจะจับจับจงบั่น ผีจะคั่นคั่นจงบตาย ผีจะหมายหมายจงบแท้ ผีจะแก้แก้จงบระจ่าง ๑๓. อย่าถือเอาต้นว่าถูก ๑๔. เมื่อเข้าศึกระวังตน ๑๕. อย่าตั้งให้แก่กา ๑๖. อย่าตีปลาหน้าไซ ๑๗. อย่าปลุกผีกลองคลอง ๑๘. อย่าปองเรียกอาถรรพ์ พลันฉิบหายวายม้วย
การพัฒนาตนเองด้าน องค์ความรู้	๑. เมื่อน้อยให้เรียนวิชา ๒. เดินทางอย่าเดินเปลี่ยว ๓. ผู้เฒ่าสั่งจงจำความ ๔. ครูบาสอนอย่าโกรธ ๕. อย่าขังครูขังมิตร	๖. อย่าเสียครูเตือนดำ ๗. ท่านสอนอย่าสอนตอบ ๘. ความชอบจำใส่ใจ ๙. เป็นคนเรียนความรู้ ๑๐. ข้างตนไว้อาวุธ ๑๑. เครื่องสรรพยุทธ์อย่าวางจิต

ตารางที่ ๕ สุภาษิตพระร่วงจำแนกตามลักษณะของการพัฒนาตนเอง (ต่อ)

ลักษณะของการพัฒนา	สุภาษิต	
การพัฒนาตนเองด้าน จิตใจ	๑. สร้างกุศลอย่ารู้โรย ๒. อย่าไฝตนให้เกินตัว ๓. รักตนกว่ารักทรัพย์ ๔. เห็นงามตาอย่าปอง ๕. โทษตนผิดพึงรู้ ๖. สู้อะสยอย่าเสียศักดิ์ ๗. อย่าออร์ปจิตฤชยา ๘. เจริญตามคติ ๙. อย่ายินคำคนโลก ๑๐. โอบอ้อมเอาใจคน ๑๑. อย่ายลเหตุผลแต่ไถ่ ๑๒. ท่านไต่อย่าหมายโทษ ๑๓. คนโหดให้เอ็นดู ๑๔. อย่ากริ้วโกรธเนื่องนิตย ๑๕. ผิดผิดปลิดไปร้าง ๑๖. คิดทุกขในสงสาร	๑๗. อย่าทำการที่ผิด ๑๘. คิดชวนชวายที่ชอบ ๑๙. อย่าชูดคนด้วยปาก ๒๐. อย่าถามคนด้วยตา ๒๑. อย่าพาดพิงด้วยหู ๒๒. อย่าริกล่าวคำคด ๒๓. อย่าแผ่เพื่อความผิด ๒๔. คิดแล้วจึงเจรจา ๒๕. อย่านินทาผู้อื่น ๒๖. อย่าตื่นยกยอดตน ๒๗. คนจนอย่าดูถูก ๒๘. อย่ามกหัวพลันแตก ๒๙. จงยั้งผู้มีศักดิ์ ๓๐. อย่ามกง่ายมีดี ๓๑. ผิดอย่าเอาเอาแต่ชอบ

๓.๒.๑ การพัฒนาตนเองด้านการมีสัมพันธไมตรี

การพัฒนาตนเองด้านการมีสัมพันธไมตรี หมายถึง สุภาษิตที่มีคำสอนในลักษณะของการประพฤติตนต่อบุคคลรอบข้างให้มีความเหมาะสมกับฐานะ บุคคล หน้าที่การงาน เป็นการพัฒนาบุคลิกภาพของตนเองให้เหมาะสมกับการคบหาสมาคมกับผู้อื่น มีทั้งหมด ๔๙ สุภาษิต ดังนี้

๑. อย่าอวดหาญแก่เพื่อน

อธิบายว่า อย่าอวดเก่งกล้าเมื่ออยู่กับมิตรสหาย ความเก่งกล้านั้นควรแสดงต่อเมื่อเผชิญกับศัตรูหรือเมื่อเกิดภัยอันตราย เช่น ในยามศึกสงคราม ส่วนในยามที่อยู่กับเพื่อนควรสุภาพและให้เกียรติเพื่อน การอวดเก่งกับเพื่อนเหมือนเป็นข่มเพื่อน แสดงความเป็นผู้นำที่ไม่สมควรแก่การเป็นมิตรที่ดี นอกจากนี้ไม่มีประโยชน์อะไรแล้วยังจะก่อโทษ ทำให้เพื่อนรังเกียจ รำคาญ บางคนอวดว่า

ตนเองเก่งเพื่อข่มคนอื่น ยิ่งทำให้ผู้อื่นที่ถูกข่มไม่พอใจมากขึ้น อาจถึงขีดใจกัน ทะเลาะวิวาทกัน เสียความเป็นเพื่อนกันไปได้ก็ได้อ

## ๒. ที่รักอย่าดูถูก

อธิบายว่า ควรให้เกียรติคนที่รัก โดยแบ่งออกเป็น ๒ ประเภท คือ คนที่เรารักและคนที่รักเรา ธรรมดาว่าคนที่เรารักนั้น เรามักจะดูแล เอาใจใส่ ประนินบัติ ให้เกียรติ ให้ความเคารพ แต่สำหรับคนที่รักเรานั้น บางทีเพราะความรักใคร่ที่สนิทสนมกันมากเกินไปทำให้ไม่ค่อยให้เกียรติกัน เนื่องจากถือสนิท เป็นกันเอง จะพูดจาว่ากล่าวหรือแสดงกิริยาต่อบุคคลนั้นมักไม่ค่อยระมัดระวัง โดยคิดว่ายังไงเขาก็รัก อาจกลายเป็นเหตุให้ขัดขัดใจกันได้ สุภาชิตบพนี้จึงเตือนให้คำนึงไว้ว่าแม้จะรักใคร่ กันมากเพียงใด หากไม่ถนอมน้ำใจกัน ไม่ให้เกียรติกัน แสดงแต่กิริยาดูถูกดูหมิ่นหรือก้าวร้าวบ่อยๆ ก็อาจหมดความอดทน ที่เคยรักใคร่ก็หมดเสียได้

## ๓. ปลุกไมตรีอย่ารู้ร้าง

ปลุกไมตรีอย่ารู้ร้าง หมายความว่าให้ผูกมิตรไมตรีกับผู้อื่นไว้เสมอ อย่าพยายามทำข้อขัดเคืองใจกับท่านผู้อื่น อันจะทำให้เกิดความบาดหมางกัน ให้เป็นผู้มีมนุษยสัมพันธ์ดีพร้อมที่จะเป็นมิตรกับผู้อื่นอยู่ทุกเมื่อ การปลุกไมตรีนี้ต้องอาศัยการเพาะบ่มให้เจริญงอกงาม เอาใจใส่ไม่ทอดทิ้ง เหมือนกันการปลูกพืชที่ต้องใส่ปุ๋ย พรวันดิน จึงจะเติบโตได้ การปลุกไมตรีก็เช่นกันต้องอาศัยน้ำใจต้องระมัดระวังความเป็นมิตรไว้ให้ดี อย่าทำอะไรรที่จะเป็นการทำลายมิตรภาพ เพราะการมีมิตรย่อมดีกว่าการมีศัตรู เมื่อเข้าที่คับขันก็จะได้พึ่งพาอาศัยกัน หรืออย่างน้อยแม้จะไม่ได้พึ่งพาก็ยังพอวางใจได้ว่าเขาจะไม่คิดร้ายคอยซ้ำเติม ตรงข้ามกับคนที่มิแต่ศัตรู ต้องคอยระมัดระวังอยู่ตลอดเวลาว่าเขาจะคิดร้าย คอยทำอันตรายต่างๆ

## ๔. ข้าคนไพรอย่าไฟพุน

อธิบายว่า อย่าโมโหเกรี้ยวกราด ดุด่า กระทบกระทั่ง ข่มเหงต่อผู้อยู่ใต้บังคับบัญชา อย่าใช้พระเดชจนเกินกว่าพระคุณ เพราะจะทำให้ผู้น้อยได้รับความลำบากใจ กลายเป็นความโกรธแค้น ต่อไปอาจคิดคดทรยศ หักหลัง เพราะการปกครองคนต้องอาศัยความใจเย็น หนักแน่น มีเหตุผล สุขุม ทำตนให้เป็นที่รักและที่เคารพของผู้น้อย ควรใช้พระเดชกับพระคุณควบคู่กันไปอย่างเหมาะสม การเป็นคนเจ้าโทสะ ขี้โมโห ไม่ใช่ลักษณะของผู้นำหรือนักปกครองที่ดี เมื่อผู้ใต้บังคับบัญชาทำผิดควรว่ากล่าวตักเตือนด้วยเหตุผล ชี้แจงถูกผิดให้เห็นชัดเจน ถ้าจะลงโทษก็ต้องให้เหมาะสมต่อความผิดนั้น ต้องอาศัยคุณธรรม รู้จักอดกลั้นและรู้จักให้อภัย

<sup>๒๑</sup> รัตนา สถิตานนท์, “วิเคราะห์สุภาชิตพระร่วงในแง่วัฒนธรรม”, วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, หน้า ๕๒.



### ๕. คบขุนนางอย่าโหด

อธิบายว่า ให้รู้จักชนิดของคนที่คบหาสมาคมด้วย โดยเฉพาะผู้ที่มีฐานะ ตำแหน่งที่สูงกว่าตน เขาชอบอย่างไรควรทำอย่างนั้น การคบกับคนประเภทขุนนางหรือหรือผู้มียศมีอำนาจต้องทำใจกว้าง รู้ทางหนีทีไล่ รู้หลบรู้หลีก ไม่ควรทำใจจืด ใจดำ มีโอกาสพึงแสดงน้ำใจ ช่วยเหลืออะไรเขา ต้องช่วยทันที กับทั้งไม่ให้แสดงกิริยาไม่เหมาะสม ก้าวร้าวกับขุนนางเพราะขุนนางเป็นผู้มีอำนาจ หากทำให้ขุนนางไม่พอใจจะเป็นอันตรายแก่ตัวได้

### ๖. ตนเป็นไทยอย่าคบทาส

อธิบายว่า เป็นคนมีอิสระในตัวเองอย่าไปคบค้าสมาคมกับคนที่เป่ร็นทาส ไม่มีอิสระแก่ตัว คำสอนนี้มีลักษณะคล้ายเป็นการแบ่งชนชั้นในสังคม เพราะเป็นไปตามวัฒนธรรมและธรรมเนียมสมัยก่อน เนื่องจากการเกลือกกลั้วกับทาสอาจนำภัยอันตรายมาแก่ตนเองได้ เช่น เจ้านายทาส อาจเคืองโกรธ เป็นต้น แม้ในปัจจุบันจะมีการเลิกทาสไปแล้ว แต่สุภชาตินี้สามารถปรับใช้ในการเลือกคบคน เช่น คนที่ตกเป็นทาสของยาเสพติด คนที่ตกเป็นทาสของอินเทอร์เน็ต แม้คนเหล่านี้ก็ไม่ควรคบหาสมาคมด้วย

### ๗. อย่าประมาทท่านผู้ดี

อธิบายว่า ผู้มียศศักดิ์ มีอำนาจมีตระกูลสูง หากเข้าใกล้ต้องระมัดระวังตัว จะประมาทไม่ได้ เพราะคนมียศ มีอำนาจสามารถบันดาลคุณและโทษให้แก่ผู้อื่นได้ แม้จะได้รับความเมตตาเอ็นดูก็ไม่ควรหลงลืมตัว อย่าคิดว่าตนเองเป็นคนใกล้ชิด เพราะวาจิดใจคนเรานั้นยากที่ยังรู้กันได้อย่างถ่องแท้ ที่เคยเมตตาอาจหมดเมตตาที่รักกลายเป็นเกลียดชังไปเมื่อไรก็ได้หากทำหลงลืมตัว ประมาทว่าผู้ใหญ่อัก ทำอะไรตามใจตัว หากท่านหมดเมตตาวันใด ตนเองจะต้องเดือดร้อน

### ๘. คนรักอย่าวางใจ

อธิบายว่า ให้เป็นคนระมัดระวัง ไม่ประมาท ไม่ไว้วางใจใครง่ายๆ ไม่ว่าจะเป่ร็นคนที่รักใคร่สนิทสนมกันเพียงไรก็ตาม บางคนไว้ใจคนอื่นมากเกินไป มีความลับอะไรก็เล่าให้ฟังจนหมดสิ้น เมื่อสิ้นรักกันแล้วเขาอาจนำเอาความลับนั้นไปเล่าให้คนอื่นฟัง หรืออาจเป็นเพราะความพลั้งเผลอรู้เท่าไม่ถึงการณ์ จนตัวเองต้องได้รับความเดือดร้อน

### ๙. อย่ามีปากว่าคน

อธิบายว่า อย่าเป่ร็นคนที่ใช้ปากไปในทางไม่สร้างสรรค์ คือใช้ปากหาเรื่อง ชอบดูด่าว่ากล่าว นินทา เทียบพุดจาเราะรานคนอื่น รวมทั้งอย่าเป่ร็นคนช่างนินทา ว่าร้าย พุดให้คนอื่นเสียหายเดือดร้อน ชอบพุดจาเราะแยงตะแคงรั่ว เพราะจะไม่มีใครอยากคบหาสมาคมด้วย มีแต่คนเกลียดชังอยากจะทำหลีกหนีให้พ้น

### ๑๐. รักดีอย่าด่วนเคียด

อธิบายว่า อย่าเกลียดหรือโกรธคนที่จงรักภักดีต่อตนเอง คนที่สนิททำงานด้วยอย่างซื่อสัตย์ เพราะคนที่มีความจงรักภักดีจริงๆ นั้นหายาก จึงควรถนอมน้ำใจไว้ อย่าด่วนแสดงอาการกริ้วโกรธโดยไม่ฟังเหตุฟังผล เพราะคนที่ซื่อสัตย์ตนเองหากทำผิดพลาดหรือทำไม่ถูกใจเรา อาจเพราะมีเหตุผลหรือความจำเป็นที่จะต้องทำลงไป จึงควรไตร่ตรองให้ดี อย่าเพิ่งพลีพลามตำหนิ โกรธแค้น ชิงชังไปก่อน

### ๑๑. อย่าเบียดเบียนแก้มิตร

อธิบายว่า อย่าทำความเดือนร้อนหรือรบกวน เอาไรต์เอาเปรียบเพื่อน ถึงแม้จะเป็นเพื่อนสนิทก็ต้องรู้จักเกรงใจ แม้นตนจะลำบากยากจนก็ควรพยายามช่วยเหลือตนเอง คนที่คิดแต่จะพึ่งพาอาศัย เบียดเบียนเพื่อน บ่อยครั้งเข้าเพื่อนฝูงก็เบื่อหน่าย ไม่อยากคบ พากันหลีกหนีเพราะทนให้เบียดเบียน เอาไรต์เอาเปรียบอยู่ไม่ไหว

### ๑๒. ที่ผิดช่วยเตือนตอบ

อธิบายว่า เพื่อนทำสิ่งที่ผิดควรช่วยตักเตือน ห้ามปราม ไม่ควรไม่รู้ไม่ชี้ ถือว่าไม่ใช่ธุระของตัวเอง เพราะคุณธรรมประการสำคัญของเพื่อนแท้ประการหนึ่งคือ ควรมีความหวังดี เป็นห่วงเป็นใยเพื่อนด้วยความจริงใจ การที่เห็นเพื่อนทำผิดแล้วไม่ช่วยตักเตือนให้เขารู้ตัว เลิกทำความผิดนั้น ถือว่าไม่มีความหวังใยใคร่จริงจัง ไม่นับว่าเป็นเพื่อนแท้

### ๑๓. ที่ชอบช่วยยกยอ

อธิบายว่า เพื่อนทำสิ่งที่ดีที่ชอบ ควรยกย่อง สรรเสริญ พุดจาชมเชยให้เขาเกิดกำลังใจ ภาคภูมิใจที่จะทำความดีนั้นต่อไป การชมเชยนี้อาจนำไปชมเชยให้คนอื่นมองเห็นความดีของเพื่อนผู้นั้นและพลอยนิยมชมชื่นด้วย เพื่อนแท้จะต้องไม่คิดอิจฉาริษยาเมื่อเห็นเพื่อนได้ดี แต่ควรชื่นชมยินดีด้วยความจริงใจ พยายามช่วยเหลือส่งเสริมให้เขาทำความดียิ่งขึ้นไป

### ๑๔. อย่าขงของรักมิตร

อธิบายว่า อย่าขงของที่รู้ๆ อยู่ว่าเป็นของรักของเพื่อน เพราะผู้ที่เป็นเพื่อนจะเกิดความลำบากใจ หากไม่ให้ก็จะเป็นการทำลายมิตรภาพ แต่หากให้ก็อดเสียตายของไม่ได้ การขงของรักของเขาย่อมทำให้ขัดเคืองใจกันได้ง่าย เพราะของที่เขารัก เจ้าของย่อมหวงแหน ไม่อยากให้ใคร การที่คนอื่นไปขงของที่เขารักเขาย่อมไม่พอใจ การขงของที่เพื่อนรักถือว่าการทำลายน้ำใจผู้เป็นเพื่อน และอาจเสียเพื่อนไปด้วย

### ๑๕. ชอบชิดมักจาง

อธิบายว่า คนที่รักใคร่สนิทสนมมากๆ มักเบื่อหน่าย คลายรักกันเร็ว เพราะความรักมันเพ้อ ทำให้เกิดความรำคาญ มันอึดจนไม่สามารถรักกันได้อีก อีกประการหนึ่งคือ คนที่สนิทสนมกันอยู่ด้วยกันแบบชิดใกล้ตลอดเวลา ย่อมมองเห็นข้อบกพร่องกันได้ง่าย และย่อมมีการกระทบกระทั่งกัน

เป็นธรรมดา ดังนั้น พึงรักษาจิตใจและสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างกันไว้ พยายามรักษาระยะห่างให้พอดี เพื่อประคองความรักกันไว้ให้ยืนยาว

### ๑๖. พบศัตรูปากปราศรัย

อธิบายว่า เมื่อพบศัตรูควรทักทายปราศรัยด้วยดี ไม่ควรแสดงความไม่เป็นมิตรจน ออกนอกหน้า เพราะจะไม่มีใครดีอะไรแก่ตัวเองเลย ถึงแม้จะไม่ชอบใจก็ควรเก็บไว้ในใจ แสดงออก แต่มารยาทที่ดีงาม เพราะถึงแม้เป็นศัตรูกันก็ไม่มีใครจำเป็นอะไรที่จะต้องแสดงกิริยาหยาบช้าต่อกัน การแสดงกิริยาชั่วช้าจะทำให้ศัตรูเพิ่มความเกลียดชัง คิดมุ่งร้ายมากขึ้น ส่วนการแสดงกิริยาดีอาจทำให้เขาคลายความเกลียดชังลง เกิดความเมตตา และอาจกลับมาเป็นมิตรก็ได้

### ๑๗. พึงผันเผื่อต่อญาติ

อธิบายว่า ควรเอื้อเฟื้อเผื่อต่อญาติพี่น้องของตน เช่น ให้ปันทรัพย์สิ่งของตามควร ไม่ควรหวงแหน ตระหนี่ถี่เหนียวกับญาติ การเอื้อเฟื้อช่วยเหลือกัน แบ่งปันข้าวของให้แก่กันเป็นสร้างความรัก ความสามัคคี ความผูกพันรักใคร่กันในวงศ์ญาติ คนที่ใจแคบ ไม่เอื้อเฟื้อญาติพี่น้องมักไม่มีใครอยากคบหาสมาคมด้วย ในเวลาขัดสนต้องการความช่วยเหลือจากคนอื่นก็ไม่มีใครอยากช่วย ดังนั้น ในสังคมที่ต้องอยู่แบบพึ่งพาอาศัยกันจึงไม่ควรทำตัวเป็นคนใจแคบ ได้ของสิ่งใดมาควรแบ่งปันให้ญาติพี่น้องด้วย ไม่เก็บไว้กินใช้ตามลำพังคนเดียว

### ๑๘. คนพาลอย่าพาลผิด

### ๑๙. อย่าผูกมิตรไมตรี

### ๒๐. เมื่อพาที่พึงตอน

อธิบายว่า สุภษิต ๓ บทนี้ มุ่งสอนเกี่ยวกับคนพาล คนชั่วร้ายเกเรนั้น ควรนั้น ระมัดระวังตัววางตัวให้เหมาะสมพอดี อย่าทำตัวเป็นศัตรู โกรธเคือง ทะเลาะวิวาทด้วย แต่ก็อย่าเป็นมิตรสนิทสนม เมื่อเขาทักทายพูดจาด้วย ควรตอบคำไปโดยสุภาพ เมื่อไม่มีกิจธุระก็ไม่ต้องไปสนทนาปราศรัยด้วย คือ สอนให้วางตัวเป็นกลางๆ ไม่ให้เข้าใกล้หรือห่างจนเกินไป เพราะคนพาลนั้นไว้ใจไม่ได้ ถ้าเป็นศัตรูกับคนพาลก็เท่ากับหาเรื่องเดือดร้อนใส่ตัวเอง

### ๒๑. จงนบนอบผู้ใหญ่

อธิบายว่า จงให้ความเคารพนับถือผู้ใหญ่ ความอ่อนน้อมถ่อมตน มีสัมมาคารวะ เป็นคุณลักษณะอย่างหนึ่งซึ่งสังคมไทยยกย่อง โดยเฉพาะน้อมต่อผู้ใหญ่ เพราะสังคมไทยถือระบบอาวุโส คนสูงอายุจะได้รับการยกย่องให้เกียรติในฐานะเป็นผู้เกิดก่อน มีประสบการณ์ ยิ่งถ้าเป็นผู้ใหญ่ เช่น พ่อแม่ ปู่ย่า ตายาย ยิ่งถือว่าเป็นผู้ที่ต้องให้ความเคารพอย่างสูงเพราะบุพการี เป็นผู้มือุการคุณ คนแข็งกระด้าง ไม่เคารพผู้ใหญ่จึงมักถูกตำหนิติเตียน

## ๒๒. อายาลเยียงถั่วแตกมิติด วงยลเยียงสัมฤทธิ์แตกมิตีเสย

อธิบายว่า ออย่าเอาอย่างถั่วซึ่งแตกแล้วประสานติดกันอีกไม่ได้ แต่จงเอาอย่างสัมฤทธิ์ที่แตกแล้วไม่เสียประสานติดกันได้อีก ทั้งนี้เพราะวัสดุที่ใช้ทำถั่วและสัมฤทธิ์ต่างกัน ถั่วมักทำด้วยแก้วหรือกระเบื้องซึ่งเปราะ แตกง่าย และเมื่อแตกแล้วจะประสานให้ติดกันอีกโดยไม่ให้เห็นรอยไม่ได้ ไม่ว่าจะใช้กรรมวิธีใด ถั่วเมื่อแตกแล้วจึงเสียเลย ใช้การไม่ได้อีกต่อไป ส่วนสัมฤทธิ์เป็นโลหะซึ่งเปลี่ยนแปลงสภาพได้ตามอุณหภูมิที่เปลี่ยนไป เมื่อได้รับความร้อนสัมฤทธิ์จะอ่อนตัว หลอมละลาย เมื่อเย็นจะแข็ง สัมฤทธิ์เหนียวทนทาน ไม่แตกง่าย และเมื่อแตกแล้วก็จะนำไปประสานให้ติดกันได้อีกโดยใช้ความร้อนช่วยหลอมละลายเนื้อโลหะที่แตกให้ติดกัน สิ่งของเครื่องใช้ที่ทำด้วยสัมฤทธิ์จึงคงทน ใช้ได้ตลอดไป ไม่มีวันเสีย

## ๒๓. ลูกเมียอย่าวางใจ

อธิบายว่า แม้ลูกเมียบอกว่าไว้วางใจ บางคนมอบความไว้วางใจให้ลูกเมียมากเพราะเห็นว่าเป็นคนใกล้ชิด มีเรื่องสำคัญหรือความลับอะไรก็เล่าให้ฟังจนหมดสิ้น บางทีก็มอบหมายงานสำคัญๆ ให้ทำแทนตัว หากลูกหรือเมียปลั่งพลาด ทำงานผิด หรือนำความลับที่รู้ไปพูดเพราะความพลั้งเผลอรู้เท่าไม่ถึงการณ์ก็อาจนำอันตรายมาสู่ตัว

## ๒๔. ภายในอย่านำออก ภายนอกอย่านำเข้า

อธิบายว่า เรื่องส่วนตัวหรือเรื่องภายในบ้าน ภายในครอบครัว อย่านำไปเล่าให้คนอื่นฟัง เพราะทำให้คนอื่นรู้เรื่องตื้นลึกหนาบางภายในครอบครัวของตนจนหมดสิ้น เป็นการประจานตนเองไปในตัวด้วย เขาอาจนำไปนินทาว่าร้ายให้เสียหาย หรืออาจนึกดูถูกคนในบ้านของตัวเอง ภายนอกอย่านำเข้า หมายความว่า เรื่องนอกบ้านหรือเรื่องของคนอื่นที่ไม่เกี่ยวข้องอะไรกับตัวหรือคนในครอบครัว อย่าเก็บเอามาสนใจ นำมาเล่าให้คนในบ้านฟัง เป็นการสอดรู้เรื่องคนอื่น อาจทำให้คนในบ้านรำคาญใจ และพลอยทำให้คนในบ้านต้องรับรู้เรื่องราวที่ทำให้เกิดความทุกข์ใจไปด้วยโดยไม่จำเป็น

## ๒๕. ยอครูยอต่อหน้า

## ๒๖. ยอข้าเมื่อแล้วกิจ

## ๒๗. ยอมิตรเมื่อลับหลัง

อธิบายว่า สุภาษิตทั้ง ๓ บทนี้เป็นการสอนศิลปะการชมเชยบุคคลประเภทต่างๆ ให้เหมาะสม เพื่อให้ได้ผลดีที่สุด คือให้คนที่ได้รับคำชมนั้นได้รับรู้และยินดีในคำชมนั้นเต็มที่ มีความเชื่อถือว่า เป็นคำชมที่ออกมาจากใจจริง ไม่ใช่การยกยอ เสแสร้ง

## ๒๘. ลูกเมียยังอย่าสรรเสริญ เยียวเสทินจะอดสู

อธิบายว่า คนมีลูกมีเมีย อย่ายกยอชมเชยลูกเมียของตนมากนัก เพราะจะทำให้ลูกเมียหลงลืมตัว คิดว่าตนเองดีวิเศษอาจทำสิ่งที่ผิดเพราะความหลงตัวเองเนื่องจากอ่อนความคิด ไม่

รู้จักยับยั้งชั่งใจ ดังนั้น หากไม่ยอมให้ลูกเมียเหลิงก็อย่าชม แม้จะเห็นว่าดีก็ควรจะเก็บไว้ในใจ เพราะถ้าชมจนถึงเหลิงแล้วเขากลับไม่ดีเหมือนที่ชมไว้ตนเองจะเป็นผู้ได้รับความอับอาย

### ๒๙. โต้ตอบอย่าเสียคำ

อธิบายว่า พูดจาอะไรกับใครแล้วต้องรักษาคำพูด อย่าให้เสียคำพูดตัวเอง สัญญาว่าจะทำอะไรต้องทำตามนั้น เกียรติยศของคนวัดได้จากการรักษาคำพูดมากน้อยแค่ไหน คนที่พูดกลับไปกลับมา พูดแล้วทิ้งคำพูดของตัวเอง บางคนถึงกับสัญญาหรือสาบานแล้วกลับทวนคำสาบาน ทำสัญญากันเป็นเอกสารยังพยายามบิดพลิ้ว คนประเภทนี้เชื่อถืออะไรไม่ได้ เป็นคนไม่มีเกียรติ ไม่มีใครยกย่องเชื่อถือ

### ๓๐. คนขำอย่าร่วมรัก

อธิบายว่า อย่ารักใคร่สนิทสนมกับคนลึกลับ มีลับลมคมใน เพราะคนประเภทนี้มักเป็นคนไม่ซื่อ ไว้วางใจยาก มักแฝงความเจ้าเล่ห์แสนกลเอาไว้ในใจ หากไว้วางใจให้ความสนิทสนมอาจถูกล่อลวง คดโกง คนไทยนิยมคนเปิดเผย ซื่อสัตย์ ตรงไปตรงมา เช่น ผู้ใหญ่มักสอนเด็กว่าเวลาพูดกับใครให้มองหน้าตรงๆ อย่าหลบตา ซ่อนหน้า หรือทำกิริยาลอบมอง ซำเลียงมอง เป็นกิริยาที่ถือว่าเป็นคนไม่ซื่อ ไม่จริงใจ ดังนั้น คนที่ทำกิริยาเป็นคนลึกลับจึงไม่น่าไว้วางใจ ไม่มีใครอยากคบ

### ๓๑. พรรคพวกพึงทำนุก ปลูกเอาแรงทั่วตน ยลเยี่ยงไถ่นกกระทา พาลูกหลานมากิน

อธิบายว่า ให้เป็นคนรักพวกพ้อง รู้จักเอื้อเพื่อเจือจาน แบ่งปัน มีน้ำใจกับพวกเดียวกัน อย่าเอาตัวรอด กินอímคนเดียว หากได้ดีมียศศักดิ์ มีทรัพย์สิน ก็ควรช่วยเหลืออุดหนุนส่งเสริมญาติมิตร พวกพ้องให้ได้ดีมียศศักดิ์ด้วย เมื่อพวกพ้องมีกำลัง มีทรัพย์ มียศ จะได้ช่วยเหลือกันกระทำกิจการงานต่างๆ ให้ได้ผลดี เวลาประสบจังหวะโอกาสดีๆ ในหน้าที่การงานก็ควรชักนำเอาพวกพ้องเดียวกันให้มีโอกาสทำงานที่ดีเหมือนตนด้วย

### ๓๒. ระวังระบับอย่าฟังคำ

อธิบายว่า อย่าฟังคำเล่าลือ หมายความว่าอย่าเชื่อข่าวลือ เพราะอาจไม่มีมูลความจริงเลยก็ได้บางครั้งข่าวลืออาจเกิดจากคนบางคนหรือคนบางกลุ่มสร้างเรื่องขึ้นด้วยจุดประสงค์บางอย่าง เช่น แกล้งให้คนตื่นตกใจ หวั่นกลัว หรือเข้าใจผิด เมื่อได้ยินข่าวลือจึงควรยับยั้งชั่งใจให้ดี อย่าเชื่อง่ายๆ ต้องให้มีหลักฐานยืนยันแน่ชัดจึงค่อยเชื่อ ถ้าไม่มีหลักฐานเป็นเพียงคำพูดเล่าลือต่อกันมา สืบหาต้นตอหรือคนที่เป็นเจ้าของข่าวไม่ได้อย่าเชื่อถือเลย

### ๓๓. อย่าใช้คนบังบด

อธิบายว่า อย่าใช้คนซึ่งมีกิริยาท่าทีเป็นคนลึกลับ ปิดๆ บังๆ ไม่เปิดเผย คนประเภทนี้ไม่ใช่คนซื่อ ไว้วางใจอะไรไม่ได้ อาจเป็นเพื่อนพ้องของศัตรูเข้ามาหาทางคิดร้าย หรืออาจเป็นคน

ทูลจรีต หากใช้ให้ทำการใดที่สำคัญคนนั้นอาจหักหลัง คิดคดเอาเมื่อไรก็ได้ ดังนั้นหากจะเลี้ยงคนไว้ใช้ทำงาน ควรเลือกคนที่ทำทางเปิดเผย ซื่อสัตย์ ตรงไปตรงมาดีกว่า

### ๓๔. ทดแทนคุณท่านเมื่อยาก

อธิบายว่า ให้ตอบแทนผู้ที่มีพระคุณเมื่อท่านได้รับความลำบาก ความมกตัญญูทเวทเป็นคุณธรรมประการสำคัญประการหนึ่งที่คนไทยยกย่อง ผู้ใดมีคุณ เคยช่วยเหลืออุดหนุนอุปการะต้องจดจำพระคุณท่านไว้และหาโอกาสตอบแทน โอกาสที่จะทดแทนคุณผู้เคยมีพระคุณก็คือในคราวที่ท่านได้รับความลำบาก อับจนหรือมีเรื่องเดือดร้อน เช่น พ่อแม่ ปู่ย่า ตายาย เป็นผู้มิดูการคุณ เลี้ยงดูมาแต่เล็กแต่น้อย เมื่อถึงคราวท่านแก่เฒ่า ไม่มีเรี่ยวแรงทำมาหากิน ลูกหลานก็ต้องเลี้ยงดูเอาใจใส่ ให้ความสุข เป็นการตอบแทนคุณที่ท่านได้เลี้ยงดูมา คนที่ได้ดีแล้วลืมนบุญคุณไม่คิดทดแทนคุณท่านปล่อยให้ผู้มีพระคุณตรากำลำบากโดยไม่เหลียวแล จะถูกตำหนิติเตียนอย่างรุนแรง

### ๓๕. คนทรยศอย่าเชื่อ

อธิบายว่า อย่าเชื่อถือไว้วางใจคนที่เคยทรยศ คิดร้ายต่อผู้มีอุปการคุณ หรือเคยหักหลังเพื่อนมาแล้ว เพราะคนประเภทนี้ย่อมไม่มีความจริงใจกับใคร เป็นคนไม่ซื่อ หากไว้วางใจ ไร้ระมัดระวังเขาอาจคิดร้ายทรยศเช่นที่เคยทำมาแล้วได้อีก คนที่ผิดพลาดอย่างอื่นอาจให้อภัย ลืมความผิดของเขาเสียได้หากเขารู้สำนึกในความผิดและกลับตัวได้แล้ว แต่คนที่เคยทรยศจะลืมเสียมิได้ เพราะการทรยศเป็นนิสัย เป็นความจงใจของผู้ทำ ไม่ใช่ความพาดพิง ทำไปโดยบังเอิญหรือรู้เท่าไม่ถึงการณ์เพราะฉะนั้น ความทรยศจึงแก้ไม่หาย เลิกไม่ได้ หากไว้วางใจ เมื่อมีโอกาสเขาก็จะทรยศอีก

### ๓๖. อย่าผูกมิตรคนจร

อธิบายว่า อย่าคบคนจร คือ อย่าคบคนชั่วเร่ร่อน ท่องเที่ยวไป ไม่มีที่อยู่เป็นหลักแหล่งหรือคนที่ไม่มีความรู้จักรักหวนอนปลายเท้า เพราะคนประเภทนี้อาจเป็นคนร้าย คนที่หลบหนีอาญา บ้านเมืองมาในสมัยก่อนการคบหากับใครมักไปมาหาสู่กันถึงบ้าน ถ้าต่างบ้านต่างเมืองมากก็ให้ที่พักที่อยู่อาศัย ที่อยู่ที่กินในบ้านของตน ถ้าพบคนร้ายก็เท่ากับหาเรื่องเดือดร้อนใส่ตัว เมื่อเขาเข้ามาอยู่ในบ้านแอบฉวยโอกาสคิดร้าย ปล้น จี้ แย่งชิงทรัพย์และทำอันตรายเจ้าของบ้าน หรือไม่เช่นนั้น หากเป็นคนร้ายหลบหนีอาญาบ้านเมืองมาเจ้าหน้าที่บ้านเมืองตามมาพบ เจ้าของบ้านที่ช่วยเหลือให้ที่พักอาศัยจะพลอยเดือดร้อนมีความผิดไปด้วย

### ๓๗. เมตตาตอบต่อมิตร

อธิบายว่า ความทำดีต่อความดีของมิตรสหาย คำสอนข้อนี้เป็นคุณธรรมของเพื่อนที่นิยมยกย่องกันไม่ว่าในยุคสมัยใด หรือในชนชาติใด หน้าที่ของเพื่อน คือกระทำความดีต่อกัน ช่วยเหลือกัน เอื้อเฟื้อกัน

### ๓๘. ปลุกไมตรีทั่วชน

อธิบายว่า ให้สร้างไมตรี เป็นมิตรกับคนทั่วไป เพราะการมีมิตรย่อมดีกว่ามีศัตรู คนที่มีมิตรสหายมาก จะไปที่ใดไม่ลำบาก มักมีคนคอยช่วยเหลือเกื้อหนุน จะทำกิจการอะไรก็สำเร็จลุล่วง เพราะเพื่อนช่วยแนะนำ แม้อยามตกอับเพื่อนฝูงก็คอยให้ความอนุเคราะห์ คนที่มีมิตรสหายมากย่อมมีความสบายใจ จะไปไหนก็ไม่ต้องคอยระวังตัวกลัวคนทำร้าย ตรงข้ามกับคนไม่มีมิตร มีแต่ศัตรู จะไปไหน ทำอะไรก็ขัดข้อง ลำบาก ฟังใครไม่ได้ ต้องระมัดระวังกลัวศัตรูจะหาทางทำร้าย จะทำกิจการอะไรไม่มีคนช่วยเหลือ มีแต่จะขัดขวาง

### ๓๙. ตระกูลตนจงคำนับ

อธิบายว่า จงเคารพนับถือวงศ์ตระกูลของตน แม้จะต่ำต้อยไม่ใช่ตระกูลผู้มีศักดิ์ ไม่ได้สืบเชื้อสายขุนนางหรือเจ้าก็ไม่ควรดูถูก เพราะถึงอย่างไรความจริงก็ย่อมต้องความจริงก็ย่อมต้องเป็นความจริงตัวเกิดในเชื้อสายตระกูลใดก็ต้องอยู่ในตระกูลนั้น หลีกเลี้ยงไม่ได้ จึงไม่ควรอับอาย ตรงข้ามควรเคารพนับถือและคิดว่าเพราะตระกูลนี้จึงได้สร้างให้ตนเป็นตัวตนอยู่ได้

### ๔๐. อย่าจับลิ้นแก่คน

อธิบายว่า อย่าคอยจับผิดคำพูดคนอื่น ใครพูดอะไรผิดนิดหน่อยควรปล่อยเลยตามเลย ทำเป็นไม่ได้ยินเสียงบ้าง เพราะบางทีคนพูดอาจไม่ได้ตั้งใจพูดอย่างนั้น แต่เป็นเพราะความพลั้งเผลอ เช่น พูดให้กระทบกระเทือนใจใครเข้าโดยไม่ทันระวังตัว ควรให้อภัย คนที่คอยจับผิดคำพูดคนใครพูดพลั้งหน่อยก็ต่อว่าต่อขาน ทำเรื่องเล็กให้เป็นเรื่องใหญ่ ต่อไปจะไม่มีใครอยากพูดอะไรด้วย เพราะชี้แจงระวังตัว จะกลายเป็นคนหาเพื่อนได้ยาก

### ๔๑. ท่านรักตนจงรักตอบ

### ๔๒. ท่านนอบตนจงนอบแทน

อธิบายว่า สุภาสิต ๒ บทนี้ มุ่งสอนเรื่องการคบมิตร มีมิตรจิตมิตรใจ ใครดีควรดีตอบ ไม่ใช่ใครยิ่งดีด้วยยิ่งฉวยโอกาสเอาเปรียบ ทำวางอำนาจข่มขู่ต่าง ๆ ศิลปะในการในการคบคน ต้องมีทั้งการให้และการรับไม่ใช่เป็นฝ่ายรับอย่างเดียว การที่คนอื่นให้ความรักความเคารพแล้วเขาได้รับความรัก ความเคารพเป็นการตอบแทน จะทำให้เขาพึงพอใจ ไม่รู้สึกว่สิ่งที่เขาให้ไปนั้นเสียเปล่า มิตรภาพจะยืนยงอยู่ได้ด้วยการที่ต่างฝ่ายต่างให้สิ่งที่ดีงามแก่กัน หากฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งให้อยู่ฝ่ายเดียวไม่ซ้าก็จะหมดกำลังใจ หมดความรัก ความนับถือไปในที่สุด

### ๔๓. อย่าตีสุนัขห้ามเห่า

อธิบายว่า สุนัขเป็นสัตว์ที่คนเลี้ยงไว้เฝ้าบ้านเพื่อนป้องกันขโมย ธรรมดาสุนัขจะเห่าเมื่อเห็นคนแปลกหน้า หรือมีสิ่งผิดปกติเกิดขึ้น ดังนั้น เมื่อได้ยินเสียงสุนัขเห่าอย่าห้ามหรือตีให้มันหยุดเห่า ควรตรวจดูว่ามีอะไรไม่ให้เกิดเห่า คราวต่อไปหากมีคนแปลกหน้าเข้ามาในบ้านหรือมีสิ่งผิดปกติเกิดขึ้น มันอาจไม่กล้าเห่าเพราะกลัวถูกตีอีก เจ้าของบ้านก็ไม่ว่าสิ่งผิดปกติ อาจถูกคนร้ายลอบเข้าลัก

ขโมยหรือเข้ามาทำอันตราย สุขภาพจิตบั้นนี้เป็นความเปรียบ หมายความว่าไม่ควรขัดขวางหรือห้ามปรามผู้ที่กำลังปฏิบัติหน้าที่ของเขา จะทำให้เขาหมดกำลังใจในการปฏิบัติหน้าที่นั้น

#### ๔๔. ข้าแก่ร้ายอดเอา

อธิบายว่า คนรับใช้เก่าแก่ อยู่ด้วยกันมานาน ถ้าเขาทำความผิด ทำให้ไม่พอใจ ควรอดใจไว้ไม่โกรธเกรี้ยวด่าว่าหรือลงทารุนแรง ควรนึกถึงความหลังที่เขาเคยรับใช้ช่วยเหลือกิจการงานมาด้วยดีเป็นเวลา อีกประการหนึ่ง คนใช้ที่อยู่ด้วยกันมานานมักรู้เรื่องราวต้นลึกลับบางของนายเป็นอย่างดี ถ้าผู้เป็นนายโกรธ ด่าว่าลงโทษรุนแรง คนรับใช้นั้นอาจผูกใจเจ็บแค้น นำความลับของนายไปเล่าให้คนอื่นฟังหรือคิดหาทางแก้แค้น ทำร้ายนายได้ ซึ่งเขาสามารถทำได้โดยง่ายเพราะรู้ลู่ทางอย่างดีอยู่แล้ว

#### ๔๕. อย่ารักเหากว่าผม อย่ารักลมกว่าน้ำ อย่ารักถ้ำกว่าเรือน อย่ารักเดือนกว่าตะวัน

อธิบายว่า ควรรักสิ่งที่มีประโยชน์ให้มากกว่าสิ่งไร้ประโยชน์หรือมีประโยชน์น้อย คือหากจะพิจารณาให้ความสำคัญแก่สิ่งใดต้องคำนึงถึงประโยชน์ของสิ่งนั้นที่ไร้ประโยชน์ ถ้าจำเป็นต้องเลือกระหว่างของสองสิ่ง ควรเลือกสิ่งที่มีประโยชน์มากกว่าไว้ก่อน

#### ๔๖. ฝ้าท้าวไถอย่าตระนง

#### ๔๗. ภักดีจงอย่าเกียจ

#### ๔๘. เจ้าเคียดอย่าเคียดตอบ

#### ๔๙. นบนอบใจใสสุทธิ

อธิบายว่า สุภาษิต ๔ บทนี้ เป็นคำสั่งสอนเกี่ยวกับการประพฤติตนต่อพระมหากษัตริย์ผู้ถือว่าเป็นเจ้าชีวิต คุณธรรมประการสำคัญของผู้รับราชการคือต้องถวายความจงรักภักดีทั้งกายและใจไม่มีใจคิดประทุษร้ายต่อพระมหากษัตริย์ แม้จะถูกกริ้ว ถูกลงโทษ ก็ต้องไม่มีใจคิดร้ายตอบ ต้องขยันหมั่นเพียร ปฏิบัติหน้าที่ราชการให้เต็มกำลังความสามารถเพื่อสนองพระมหากษัตริย์ เป็นค่านิยมของข้าราชการที่ยกย่องกันหลายสมัย และยังมีปรากฏอยู่บ้างแม้ในปัจจุบัน

### ๓.๒.๒ การพัฒนาตนเองด้านการใช้ชีวิต

การพัฒนาตนเองด้านการใช้ชีวิต หมายถึง สุภาษิตที่มีคำสอนในลักษณะของการใช้ชีวิตให้ปลอดภัยในสังคม การมีอุดมการณ์ในการดำรงชีวิต การใช้สติ สัมปชัญญะ การรอบคอบ ไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต มีทั้งหมด ๓๐ สุภาษิต ดังนี้

#### ๑. อย่าใฝ่เอาทรัพย์ท่าน

อธิบายว่า อย่ามุ่งหวังต้องการได้ทรัพย์สินของผู้อื่น การแย่งชิงทรัพย์ของคนอื่น ไม่ว่าจะโดยใช้พละกำลังเข้าแย่งชิงต่อหน้า หรือลักขโมยเมื่อลับหลังเจ้าของ หรือใช้กลอุบายคดโกง ล้วน



เป็นสิ่งที่ไม่ควรกระทำทั้งสิ้น เพราะเป็นการทุจริต ผิดทั้งกฎหมายบ้านเมืองและศีลธรรม เป็นการก่อความทุกข์ให้แก่ผู้เป็นเจ้าของทรัพย์นั้น ตัวเองจึงจะได้ทรัพย์ของเขามาต้องใช้อย่างหลบซ่อน หากใครรู้ว่า เป็นทรัพย์ที่ได้มาโดยทุจริตจะทำให้ตัวเดือนร้อน

## ๒. อย่าริระรานแก่ความ

อธิบายว่า อย่าให้เรื่องราวฟ้องร้องเป็นคดีถึงโรงศาล เพราะผลเสียมากกว่าผลดี เช่น เสียเวลา เสียทรัพย์สิน และอาจเสียชื่อเสียง กลายเป็นเรื่องให้คนอื่นนำไปวิพากษ์วิจารณ์กันต่าง ๆ นานา เป็นการสร้างศัตรูแก่ตนเอง

## ๓. ประพฤติตามบรรพอบ

อธิบายว่า ให้ประพฤติตามแบบอย่างที่เคยประพฤติกันมาแต่ก่อน คือ ไม่ให้นอกรีต นอกรอย ทำอะไรนอกแบบอย่าง ผิดจากที่คนรุ่นก่อนๆ เคยทำกันมา การทำตามอย่างของคนแต่ก่อน เคยเป็นผลดีแล้วนั้นเป็นความสะดวกและปลอดภัยสำหรับผู้ที่ทำตาม เพราะไม่ต้องเสี่ยงต่อความผิดพลาดเสียหายอันอาจเกิดขึ้น ซึ่งความผิดพลาดเสียหายบางอย่างอาจเป็นอันตรายร้ายแรงแก่ตนเองและผู้อื่นด้วย คำสอนนี้มุ่งให้การประพฤติตามขนบธรรมเนียมประเพณี เพราะให้ความสุข ความปลอดภัยในชีวิตของผู้ที่ประพฤติคำสอนอันเป็นปกติวิสัยของมนุษย์ทั่วไปที่ต้องรักและคำนึงถึงตัวเอง ก่อนคนอื่น

## ๔. เอาแต่ชอบเสียผิด

อธิบายว่า ให้ทำแต่สิ่งที่ถูกต้อง ละทิ้งสิ่งที่ผิด การตัดสินว่าสิ่งใดถูกสิ่งใดผิดใช้บรรทัดฐานในสังคมนั้นเป็นเครื่องวัด บรรทัดฐานในสังคมต่างๆ อาจขัดแย้งกันสิ่งที่ถูกต้อง ดิงามในสังคมหนึ่งอาจกลายเป็นความผิดในอีกสังคมหนึ่ง แต่โดยปกติแล้วบุคคลที่เติบโตขึ้นในสังคมเดียวกัน ถูกหล่อหลอมขึ้นมาจากวัฒนธรรมเดียวกันมักมีความคิดเห็นเกี่ยวกับความถูกผิดอันเป็นบรรทัดฐานสังคมไม่ต่างกันมากนัก

## ๕. อย่าประกอบกิจเป็นพาล

อธิบายว่า อย่าทำการที่ชั่วร้าย คืออย่างทำการทุจริต เพราะการงานที่ทุจริตมักเป็นงานที่สร้างความเดือนร้อนแก่ผู้อื่น เช่น คดโกง ลักขโมย คนที่ทำงานทุจริตย่อมไม่เป็นที่พึงปรารถนา ไม่ว่าในสังคมใด และในสมัยใด เป็นการกระทำที่ผิดทั้งกฎหมายบ้านเมืองและศีลธรรม คนที่ทำงานทุจริตมักต้องหลบซ่อนตัว หลีกหนีอาญาบ้านเมือง ถ้าถูกจับได้ก็ต้องรับโทษทัณฑ์ตามความผิดที่ได้รับกระทำไว้

## ๖. เข้าเถื่อนอย่าลืมพำ

### ๗. หน้าศึกอย่าออกใจ

อธิบายว่า สุภาชิต ๒ บทนี้มุ่งสอนให้เป็นคนรอบคอบ ระวังระมัดระวัง ไม่ประมาท โดยเฉพาะในเวลาที่อยู่ในที่อันตราย เช่น ในยามศึกสงคราม ซึ่งเป็นเวลาที่มีภัยอันตรายการประมาทอาจนำความเดือนร้อนหรือผลเสียหายร้ายแรงมาสู่ตัวยิ่งกว่าในยามปกติ

### ๘. อย่าใฝ่สูงพินศักดิ์

อธิบายว่า อย่าใฝ่สูงให้เกินศักดิ์ หรือเกินตัว คือสอนให้รู้จักประมาณตัว หากเป็นคนที่ยากจน ต่ำต้อยก็ไม่ควรทะเยอทะยานอยากได้ อยากมี หรืออยากเป็นอย่างคนที่ร่ำรวย มีอำนาจวาสนา เพราะถึงจะพยายามเท่าไรก็คงไม่สำเร็จ เป็นความพยายามที่ไร้ประโยชน์ คำสอนนี้มักนำมากล่าวสอนใจชายหนุ่มหรือหญิงสาวที่ฐานนยะยากจนแต่ไปหลงรักคนที่ร่ำรวย สูงศักดิ์กว่าตน ซึ่งไม่มีทางสมปรารถนามีแต่จะพลาดหวัง ถูกคนหัวเราะเยาะ

### ๙. อย่าโดยคำคนพลอด

อธิบายว่า อย่าหลงเชื่อหรือทำตามคำคนที่ช่างพูด การจะเชื่อคำพูดของใครต้องพิจารณาว่าคนคนนั้นพูดจาเชื่อถือได้เพียงใด ถ้าเป็นคนซื่อสัตย์ พูดแต่ความจริงเสมอ ก็พอเชื่อถือได้ แต่ถ้าเป็นคนช่างพูด ต้องยังคิดให้ดี รู้จักไตร่ตรองหาเหตุผล พิจารณาแก่ควรเชื่อได้แค่ไหน อะไรเป็นความจริง อะไรเป็นเรื่องต่อเติม

### ๑๐. เข็นเรือทอดทางถนน

อธิบายว่า ควรรู้จักความเหมาะสม ไม่ทำอะไรนอกกริตนอรอยผิดไปจากที่ควรแก่เทศะ นอกจากนั้นยังสอนให้รู้จักเกรงใจคนอื่น ไม่คิดถึงแต่คนเดียว ถนนเป็นทางสาธารณะสำหรับคนจำนวนมากใช้ร่วมกัน การไปทำอะไรกีดขวางทางถนนเป็นการทำความเดือนร้อนให้แก่คนอื่นที่ใช้ถนนนั้นร่วมด้วย ไม่ควรทำ

### ๑๑. เป็นคนอย่าทำใหญ่

อธิบายว่า อย่าทำวางโตโอ้อวด วางอำนาจ อย่าอวดตัว เพราะการกระทำเช่นนั้นจะทำให้คนอื่นหมั่นไส้มากกว่าชื่นชม คนที่เป็นใหญ่ มียศศักดิ์ หรือมีความรู้ความสามารถจริงๆ ไม่จำเป็นต้องทำอวดอำนาจ คนย่อมรู้แล้วว่าเป็นคนสำคัญ คนที่ชอบทำวางอำนาจมักไม่มีใครชอบ ผู้ที่ต่ำต้อยกว่าก็ชิงชังเพราะวิสัยคนทั่วไปไม่ยอมไม่ชอบให้ใครมาข่มขู่ วางอำนาจเหมือนตนโดยไม่มีเหตุผล

### ๑๒. โทษตนผิดรำพึง

### ๑๓. อย่าคะนึ่งถึงทาทำน

อธิบายว่า ความผิดของตนเองควรรู้ตัวด้วยตนเอง ไม่ต้องให้ใครมาว่ากล่าวตักเตือน ทำผิดอะไรไว้ควรระลึกถึงเสมอเป็นบทเรียนสอนใจตัวเอง จะได้ระมัดระวังไม่ทำผิดอย่างนั้นซ้ำอีก ให้

ดูตัวเอง พิจารณาความผิดของตน และตัดเตือนตนเอง แทนที่จะไปมัวแต่ใส่ใจกับความผิดของคนอื่น ความผิดของคนอื่นถึงแม้จะรู้ ก็ไม่ใช่เรื่องที่จะต้องเอามาเป็นธุระ นอกจากจะเป็นการสร้างศัตรูและทำให้ไม่มีใครอยากคบเพราะกลัวจะไปสอดรู้เรื่องของเขา

#### ๑๔. ที่ลุ่มเสื่อจงประหยัด

อธิบายว่า ให้ระมัดระวัง อย่าเข้าไปที่ใกล้ที่ซึ่งมีเสื่อชุ่มซ่อนตัวอยู่ สมัยโบราณคนใกล้ชิดกับธรรมชาติบางคนก็มีอาชีพต้องเข้าไปในป่าเนื่อง ๆ เช่น เข้าไปตัดไม้ หาของป่า หรือล่าสัตว์ บางชนิด ในป่าย่อมมีสัตว์ร้าย เช่น เสืออาศัยอยู่ คนที่อยู่ใกล้กับป่ามักมีความรู้พอที่สังเกตได้ว่าที่ลักษณะเช่นใดมักมีเสื่อชุ่มซ่อนคอกจับสัตว์เป็นอาหาร จึงตัดเตือนให้จักระมัดระวังไม่เข้าไปใกล้กราบที่นั้นเพื่อความปลอดภัยของตัวเอง

#### ๑๕. จงเร่งระมัดพิณไฟ

อธิบายว่า จงระมัดระวังเรื่องพิณไฟให้ดี ไฟเป็นที่มีคุณประโยชน์มากมายแก่มนุษย์ เช่น ให้ความอบอุ่น ให้หุงต้มอาหารให้แสงสว่าง ทำให้ปลอดภัยจากสัตว์ร้ายและอุบัติเหตุอันเกิดขึ้นในเวลากลางคืน หรือในที่มืดแต่ไฟก็มีโทษร้ายแรงหากไม่ระมัดระวังให้ดี เพราะไฟอาจลุกลามเผาผลาญบ้านเรือน ทรัพย์สิน หรืออาจทำลายชีวิตทั้งคนและสัตว์ได้ ดังนั้นการใช้ไฟจึงต้องระมัดระวังให้อยู่ในที่ปลอดภัย ไม่ให้ลุกลามไปยังที่อื่นได้เมื่อใช้แล้วก็ต้องดับให้เรียบร้อย

#### ๑๖. ความในอย่าไขเขา

อธิบายว่า อย่าเอาเรื่องสำคัญหรือเรื่องส่วนตัว เรื่องเฉพาะที่เป็นความลับไปแพร่พรายให้ใครฟัง ไม่ว่าจะเป็มิตรหรือศัตรูเพราะความลับหากรู้มากคนก็ไม่เป็นความลับอีกต่อไป คนที่รู้อาจนำไปเล่าให้คนอื่นฟังด้วยความพลั้งเผลอหรือด้วยความประสงค์ร้าย แม้แต่มิตรหรือความรักก็ไม่ควรเล่า เพราะวันหน้าเกิดขัดใจกันคนที่เคยรักอาจกลับเป็นศัตรู คิดร้ายต่อกัน ความลับที่เคยเล่าให้เขาฟังอาจเป็นอันตรายสำหรับผู้เล่าได้

#### ๑๗. อย่ามัวเมาเนื่องนิยต์

อธิบายว่า อย่าหลงลืมตัว ขาดสติ ควรมีสติรู้อยู่เสมอ เพราะคนขาดสติมักทำอะไรลงไปโดยไม่รู้ตัว สิ่งที่ทำลงไปนั้นอาจเป็นความชั่วหรือความผิดพลาดอย่างร้ายแรง สิ่งที่ทำให้คนมัวเมา มีหลายอย่าง เช่น กีเลศ ตัณหา อบายมุข หรือแม้เมาสุราเมรัย คนที่มีสติสัมปชัญญะจะต้องรู้จักหาตัวให้รอดพ้นจากความมัวเมาในสิ่งเหล่านี้ เพราะไม่ว่าจะมัวเมาหลงไหลอะไรก็เป็นทางเสื่อม นำไปสู่ความหายนะทั้งสิ้น

#### ๑๘. คิดตรองตรึกทุกเมื่อ

อธิบายว่า ควรมีสัมปชัญญะ คิดไตร่ตรองอยู่เสมอว่าสิ่งใดถูกสิ่งใดผิด สิ่งใดควรทำไม่ควรทำการคิดไตร่ตรองเหตุผลต้นปลายอย่างรอบคอบเสมอทุกเรื่องจะทำให้สามารถกระทำกรการต่างๆ ได้โดยไม่ผิดพลาด ผ่านพ้นอุปสรรคต่างๆ ไปได้ด้วยดี ประสบความสำเร็จในชีวิต

### ๑๙. รู้ที่ตลาดที่หาญ

อธิบายว่า ควรรู้ว่าใครควรกลัว ที่ใครควรกล้า คือ ต้องเป็นผู้รู้จักกาลเทศะ ในที่แต่ละแห่ง แต่ละเวลาต้องการคนที่มีคุณลักษณะต่างกัน เช่น ในสนามรบต้องการคนกล้า หัวหาญ แต่ในที่ประชุม ต่อหน้าผู้ใหญ่ ผู้มีอำนาจ มียศศักดิ์ ความหัวหาญ เก่งกล้าอาจกลายเป็นความก้าวร้าว แข็งกระด้างไม่เป็นที่พึงปรารถนา เพราะสถานที่เช่นนั้นต้องการคนอ่อนน้อมถ่อมตน คนฉลาดจึงต้องปรับตัวให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม ตลาดเมื่ออยู่ที่ใครควรตลาด กล้าเมื่ออยู่ที่ใครควรกล้า

### ๒๐. ช้างไล่แทนเลี้ยงหลบ

อธิบายว่า ช้างไล่แทนจะถึงตัว ควรหลีกเลี่ยงไปให้พ้นทาง เพราะช้างเป็นสัตว์ใหญ่ มีกำลังมากการคิดต่อสู้เอาชนะช้างย่อมไม่มีทางเป็นไปได้ แต่การวิ่งหนีซึ่งๆ หน้าก็อาจหนีมาพัน เพราะช้างตัวโต ขาก้าวยาวกว่าคน ย่อมไล่ทันได้ง่าย วิธีที่จะหนีให้พ้นอย่างปลอดภัยคือ “เลี้ยงหลบ” ได้แก่ หลบไปให้พ้นทางที่ช้างวิ่ง เช่น หลบบังสิ่งอื่น หรือหลบตามตอกเล็กซอกเล็ก ทางลดเลี้ยวต่างๆ ที่ช้างจะตามเข้าไปไม่ได้

### ๒๑. สุวานชอบอย่าขบตอบ

อธิบายว่า หมากัดต่อยากัดตอบ คนไทยถือว่าหมาเป็นสัตว์สกุลต่ำ ใครถูกเปรียบเทียบกับหมามักถือว่าเป็นการดูถูกอย่างรุนแรง นอกจากเจ้าของแล้ว หมาจะเห่าและกัดคนไม่เลือกหน้า ไม่ว่าจะเป็นคนดีหรือคนร้าย หรือแม้สัตว์ด้วยกัน ถ้ามีคนแปลกหน้าเข้ามาในบ้านมันจะเห่าให้เจ้าของของรู้ และถ้าคนนั้นยังขึ้นเข้ามาในบริเวณบ้านมันก็อาจจะกัด การที่หมาเห่าหรือกัดคนถือว่าเป็นธรรมชาติของหมา อากักรของหมานั้นถือว่าเป็นสัญชาตญาณสัตว์ ส่วนมนุษย์นั้นมีเหตุผล พึงนิยมการเจรจามากกว่าการใช้กำลัง คนที่ชอบใช้กำลังจึงเปรียบเหมือนหมาที่ชอบกัด ดังนั้น จึงไม่ควรไปทะเลาะตอบกับคนเช่นนั้น

### ๒๒. ของแพงอย่ามักกิน

อธิบายว่า อย่าอยากกินของแพง เพราะเป็นการฟุ่มเฟือยโดยใช่เหตุ การกินเพื่อให้อิ่ม ให้สุขภาพแข็งแรง ไม่จำเป็นต้องกินของแพง ของถูกที่มีประโยชน์ต่อร่างกายมีให้เลือกกินมากมาย โดยเฉพาะคนจนไม่ควรชวนชววยอยากกินของแพงเลย ทรัพย์ที่หามาได้ควรอดออมไว้ใช้จ่ายในทางที่เป็นประโยชน์และจำเป็นสำหรับชีวิตมากกว่าไปซื้อของแพง ๆ กินฟุ่มเฟือยเรื่องการกินอยู่ ไม่รู้จักประหยัด จงตั้งตัวสร้างหลักฐานให้มั่นคงได้ยาก สุภาชิตบทนี้สอนให้คนประหยัดรู้จักอดออม รู้จักใช้จ่ายให้พอเหมาะพอควร

### ๒๓. เข้าออกอย่างวางใจ ระวังระไวหน้าหลัง เยียวผู้ซังจะคอยโทษ

อธิบายว่า เข้าออกสถานที่ใดก็ตาม ควรระมัดระวังดูหน้าหลังให้ดี อาจมีคนเกลียดชังคอยประทุษร้าย เข้ากับสุภาชิตที่ว่า หน้าต่างมีหู ประตูมีช่อง พึงต้องระวังไว้ตลอดเวลา อีกนัยหนึ่งคือ การที่สอนให้ระมัดระวังเวลาเข้าออกเป็นพิเศษเพราะตรงทางออกเป็นที่คับขัน ถ้าอยู่ในที่โล่ง ใน

บ้าน หรือนอกบ้าน หากมีคนเข้ามาหาร้ายก็ย่อมมองเห็นแต่ไกล มีเวลาเตรียมตัวป้องกันได้ทัน แต่ตรงช่องทางเข้าออก ด้านข้างมักเป็นที่กำบัง

#### ๒๔. ฝากของรักจงพอใจ

อธิบายว่า ของรักของใคร เจ้าของย่อมรักและหวงแหน เมื่อจำเป็นต้องฝากไว้กับคนอื่นจึงต้องพิจารณาให้รอบคอบ ให้แน่ใจเสียก่อนว่าคนคนนั้นเป็นคนที่ไว้วางใจให้เขาดูแลรักษาของรักของตนได้หรือไม่ เขาจะดูแลรักษาอย่างดีหรือจะเอาไปทิ้งๆ ขว้างๆ และต้องแน่ใจว่าเขาจะไม่คิดยึดเอาของนั้นไว้เสียเอง ถ้าแน่ใจว่าเขาเป็นคนดีจะดูแลรักษาของนั้นไว้อย่างดีและไม่คิดคดจึงค่อยฝาก หากไม่แน่ใจอย่าด่วนฝากฝังเพราะหากของนั้นเสียหายหรือต้องสูญหายไปเลยจะเสียใจ

#### ๒๕. ระวังระไวที่ไปมา

อธิบายว่า จะไปไหนมาไหนควรระมัดระวังตัว อย่าประมาท อย่าเดินเล่น เพราะสถานที่นั้นๆ อาจจะไม่ปลอดภัย อาจมีสัตว์ร้าย หรือมีหลุมบ่อ ขวากหนาม อันอาจก่อให้เกิดอันตรายได้ ยิ่งเป็นการเดินทางไปในที่ที่ไม่รู้จักมักคุ้น ต่างบ้านต่างเมือง อันตรายยิ่งมีมาก ในปัจจุบันการเดินทางไปต่างประเทศต้องศึกษาสภาพอากาศ วัฒนธรรม บ้านเมือง แม้อาหาร น้ำ ก็ต้องระวัง เพราะอาจเป็นพิษเป็นโทษแก่ร่างกาย

#### ๒๖. ความแค้นให้ประหยัด

อธิบายว่า ความแค้นให้ประหยัดคือ เรื่องราวที่สำคัญหรือเป็นความลับต้องระมัดระวังให้ดี อย่าพลั้งเผลอพูดให้คนอื่นรู้ เพราะอาจเป็นอันตรายแก่ตัวเองหรือเสียแผนการ เสียงานที่วางไว้ตั้งนั้น หากมีความลับต้องเก็บไว้ให้มิดชิด จะเปิดเผยให้คนอื่นรู้ร่องรอยไม่ได้เป็นอันขาด ไม่ว่าจะเป็นคนใดที่ใกล้ชิดสนิทสนมไว้เนื้อเชื่อใจเพียงใดก็ตาม เพราะแม้คนที่สนิทสนมที่สุดก็อาจทรยศได้

#### ๒๗. ฝากษัตริย์ เพลิง งู อย่าดูถูกกว่าน้อย

อธิบายว่า ๓ สิ่งนี้แม้จะยังเล็กหรือเป็นสิ่งที่เล็กน้อย แต่แท้จริงสิ่งนี้อาจเป็นอันตรายอย่างใหญ่หลวง งูตัวเล็กอาจมีพิษร้ายแรง ถูกกัดก็ถึงตาย ไฟแม้จะน้อย ถ้าได้เชื้อก็อาจลุกลามเป็นไฟกองใหญ่เผาผลาญสรรพสิ่งทั้งปวงให้ไหม้ลงได้ และเชื้อสายกษัตริย์แม้จะยังเยาว์ก็เป็นเจ้านาย หากให้ไม่พอพระทัย ความล่องรู้ถึงองค์พระมหากษัตริย์ก็อาจได้รับโทษรุนแรงถึงชีวิต สุภาษิตนี้น่าจะได้รับอิทธิพลมาจากพุทธภาษิตชื่อว่า อย่าดูหมิ่นยุวกษัตริย์ งูตัวน้อย ไฟแม้นิดหน่อย และภิกษุหนุ่ม<sup>๒๒</sup>

#### ๒๘. หิ่งห้อยอย่าแข่งไฟ

อธิบายว่า เป็นเพียงหิ่งห้อยอย่าแข่งแสงสว่างกับกองไฟ คำสอนนี้เป็นความเปรียบ หิ่งห้อยมีเพียงแสงริหรี่ ต้องอยู่ในที่มืดจึงจะมองเห็น และเป็นแสงที่เรืองขึ้นเพราะสารบางอย่างปราศจากพิษสง เปรียบเหมือนคนมีศักดิ์หรือทรัพย์เพียงเล็กน้อย ส่วนกองไฟทั้งแสงสว่างและความ

<sup>๒๒</sup> ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๑๒/๑๒๘.

ร้อน อาจเผาผลาญสรรพสิ่งทั้งปวงได้ เปรียบเหมือนคนมียศศักดิ์ มีอำนาจวาสนา มีทรัพย์สินมากมาย เช่น พระมหากษัตริย์ หรือเจ้านาย ขุนนางชั้นผู้ใหญ่ คนที่เล็กน้อยเพียงเท่านี้ห้อยจึงควรเจียมตัว ไม่ควรคิดแข่งอำนาจวาสนากับคนที่มีคนที่มีอำนาจาจมหาศาล เพราะแข่งอย่างไรก็ไม่มีทางเทียบได้ ดีไม่ดีตนเองอาจได้รับความเดือนร้อนเพราะความไม่เจียมตนนั้น เหมือนหิ้งห้อยพยายามบินวนเทียบแสงกับกองไฟ อาจถูกไฟเผาไหม้เอาได้

### ๒๙. อย่าปองภัยต่อท้าว

อธิบายว่า อย่าคิดประทุษร้ายต่อพระเจ้าแผ่นดิน รัชทายาท หรือพระบรมวงศานุวงศ์ เพราะกษัตริย์นั้นได้รับการยกย่องว่าเป็นผู้ประเสริฐที่สุดในหมู่สัตว์ ๒ เท้า<sup>๒๓</sup> ให้แสดงความจงรักภักดีต่อพระมหากษัตริย์ อย่าคิดร้าย เพราะนอกจากเป็นการแสดงความอกตัญญูไม่รู้คุณคนแล้วยังเป็นการหาภัยใส่ตัวเอง หากมีคนล่วงรู้หรือทำการไม่สำเร็จคนต้องได้รับโทษทัณฑ์อย่างรุนแรงถึงชีวิต

### ๓๐. ใจอย่าเบาจนหนัก

อธิบายว่า อย่าเป็นคนใจเบา ควรเป็นคนใจคอหนักแน่น มีเหตุมีผล ได้ยินได้ฟังเรื่องอะไรหรือมีใครอายุขัยง่าย ๆ ต้องไตร่ตรองให้รอบคอบ มีหลักฐานแน่นนอน ควรเชื่อจึงก่อนเชื่อการเป็นคนใจหนักรวมถึงการเป็นคนใจคอมั่งคง ไม่โลเลหวั่นไหว เปลี่ยนไปเปลี่ยนมา เมื่อตั้งใจจะทำอะไรแล้วควรทำให้ตลอด ไม่ว่าจะมึอุปสรรคอย่างไรหรือใครจะทัดทานก็อย่าเปลี่ยนใจง่าย ๆ

## ๓.๒.๓ การพัฒนาตนเองด้านการประกอบกิจการ

การพัฒนาตนเองด้านการประกอบกิจการ หมายถึง สุภาชิตที่มีคำสอนเกี่ยวกับการประกอบสัมมาอาชีพ การทำงานให้ประสบผลสำเร็จ มีทั้งหมด ๑๖ สุภาชิต ดังนี้

### ๑. ให้หาสินเมื่อใหญ่

อธิบายว่า ให้รู้จักปฏิบัติหน้าที่ของตนเองให้เหมาะสม ถูกต้องตามวัย หรือตามกาล วัยเด็กเป็นวัยที่ยังไม่มีภาระและไม่มีความรู้เนื่องจากผ่านโลกมาน้อย จึงต้องศึกษาหาความรู้ เมื่อเติบโตขึ้นมีวิชาความรู้แล้วต้องรับผิดชอบต่อครอบครัว ต่อพ่อแม่ผู้มีอุปการคุณซึ่งแก่เฒ่าลง จึงต้องชวนช่วยทำมาหากินหาทรัพย์สินเงินทองมาจับจ่ายใช้สอยเลี้ยงดูกันและสร้างฐานะให้มั่นคงเป็นปึกแผ่น คนที่เติบโตเป็นวัยผู้ใหญ่แล้วยังเพิกเฉย ไม่ชวนช่วยทำมาหากิน ทำตนเป็นภาระของผู้อื่นไม่มีที่สิ้นสุดย่อมไม่เป็นที่พึงปรารถนาไม่ว่าในสังคมใด

<sup>๒๓</sup> ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๔/๑๓.

## ๒. ไปเรียนท่านอย่างนังนาน

### ๓. การเรียนเร่งคิด

อธิบายว่า สุภาชิต ๒ บทนี้ มุ่งสอนให้คนรู้จักค่าของเวลา ไม่ปล่อยให้เวลาล่วงเลยไป โดยเปล่าประโยชน์ โดยการไปนั่งคุยกันแต่ในบ้านของคนอื่น หรือไปนั่งจับกลุ่มคุยกันตามร้านค้า สภา กาแฟ เอาแต่มีว่สุขจับกลุ่มพูดคุยคะนองปาก จนลืมหรือละเลยการทำงานบ้านของตนเอง เพราะมีว่ แต่สนุกมีว่เมากับการพูดคุยสนุกสนาน แท้จริงแล้วการงานทางบ้านของตนเองที่มีอยู่นั้นควรเร่งสะสาง และจัดการให้เรียบร้อย

### ๔. หวานพีชจักเอาผล

### ๕. เลี้ยงคนจักกินแรง

อธิบายว่า ธรรมดาคนลงทุนอะไรลงไปมักหวังผลตอบแทน เหมือนชาวไร่ชาวนา หวานพีชยอมหวังผลจากพีชที่ตนหวานลงไป คนที่เลี้ยงคนไว้ยอมหวังพึ่งพาอาศัย ใช้สอยแรงงานที่ตน เลี้ยงไว้เป็นการตอบแทน สุภาชิตสอนให้ระลึกถึงความจริงข้อนี้ ซึ่งอาจตีความได้เป็นหลายอย่าง เช่น ประการแรก สุภาชิตอาจสอนให้รู้จักคิดถึงผลประโยชน์จากสิ่งที่ตนลงทุนแรงไปว่าจะได้คุ้มกันหรือไม่ ไม่ควรลงทุนแรงไปเปล่าๆ โดยไม่มีทางได้ผลตอบแทนหรือไม่คุ้มกับที่ลงทุนลงไป ประการที่สอง อาจสอนให้รู้จักน้ำใจคน หากใครเอื้อเฟื้อเจือจาน ช่วยเหลืออะไร ต้องระลึกไว้ว่ายอมหวังผลตอบแทน ของเขา จึงไม่ควรรับของเขาได้ง่ายๆ เพราะถึงคราวจะต้องตอบแทนเขา เขาอาจเรียกร้องเอาเงินเกิน ทุนหรือเรียกร้องสิ่งที่เกินกว่าเราจะตอบแทนเข้าได้ จะต้องลำบากใจหรือเสียที่เขาประการที่สาม คำ สอนนี้อาจตีความความอีกอย่างหนึ่งได้ว่า สอนให้คนขยันขันแข็ง รู้จักลงทุนลงแรงทำงานเพื่อ ผลตอบแทน ไม่มอมมือมอเท้า รอโชคลาภ หากคนรู้จักลงทุนทำงานก็ย่อมได้ผลจากการทำงานนั้น แน่นนอน เหมือนการหวานพีชก็ย่อมได้ผล อยากรู้ใช้แรงงานคนต้องเลี้ยงเอาไว้ใช้หากไม่รู้จักลงทุนจะ หวังเอาผลย่อมไม่ได้

### ๖. มีสินอย่าอวดมั่ง

อธิบายว่า ออย่าอวดความร่ำรวยของตน เพราะการโอ้อวดจะทำให้ตนได้ยินได้ฟังเกิด ความหมั่นไส้ รังเกียจ หรือไม่ก็อาจนึกอยากได้ทรัพย์สินนั้น อาจมีคนมาขอหรือขอยืมทรัพย์สินบ่อยๆ ยิ่งกว่านั้น หากคนร่ำรวยรู้ว่าเงินทองมากย่อมเป็นที่หมายตามาลักชิงเอาทรัพย์สินนั้นไป เป็นการแจ้ง สถานะทางการเงินของตนเองแก่โจร

### ๗. ที่ชวากหนามอย่าเสียเกือก

อธิบายว่า เมื่อจำเป็นต้องเข้าไปในที่มอันตราย อย่าละทิ้งเครื่องมือเครื่องใช้ป้องกัน ตัว คือต้องรู้จักรักษาให้รอกปลอดภัยจากอันตราย ไม่ใช่รู้ยู่ที่นั่นมีอันตรายก็ยังไม่เตรียมตัวป้องกัน ตัว ย่อมได้รับบาดเจ็บหรือเดือดร้อนอย่างแน่นนอน เหมือนการเข้าไปในสถานที่ที่มีหนามอย่าลืมเกือก (รองเท้า) ไปด้วย

#### ๘. ทำรั้วเรียกไว้กันตน

อธิบายว่า บ้านเรือนควรมีรั้วรอบขอบชิดเพื่อป้องกันอันตรายทั้งจากคนและสัตว์ร้าย ถ้าบ้านไม่มีรั้ว คนหรือสัตว์จะเข้ามาทำอันตรายก็เข้าตัวบ้าน ถึงตัวเจ้าของบ้านได้โดยง่าย แต่ถ้าบ้านมีรั้วบ้านแข็งแรงสัตว์มักเข้าไปไม่ได้ หรือหากคนป็นเข้าไปเจ้าของบ้านจะได้รู้ตัวก่อนและระวังตัวเตรียมต่อสู้ป้องกันตัวและทรัพย์สินได้ทันท่วงที ดังนั้น หากต้องการให้ชีวิตและทรัพย์สินปลอดภัย ควรทำรั้วบ้านให้แข็งแรง

#### ๙. ที่ทับจรมีไฟ

อธิบายว่า ในบ้านควรมีไฟ เพราะไฟเป็นของสำคัญสำหรับมนุษย์ ใช้ประโยชน์ได้หลายประการ เช่น ใช้หุงหาอาหาร ให้แสงสว่าง และป้องกันสัตว์ร้ายหรือคนร้ายที่อาจแอบเข้ามาทำอันตรายคนในบ้านหากมีไฟ ไม่มีแสงสว่าง ก็เป็นการสะดวกสำหรับคนทุจริตหรือสัตว์จะเข้ามาทำอันตรายนอกจาก คนในบ้านจะเดินไปไหนหรือทำการงานอะไรก็ต้องอาศัยแสงสว่าง ถ้าบ้านมีเตาไฟหรือสะดุดอะไรหล่ม บาดเจ็บอันตรายได้

#### ๑๐. ที่ไปจรมีเพื่อน

อธิบายว่า จงไปแต่ในที่ที่มีเพื่อนอยู่ อย่าไปในที่ไม่มีใครเลย เพราะการเป็นคนแปลกหน้าไปต่างถิ่นย่อมได้รับความลำบาก คนที่เดินทางไปต่างบ้านต่างเมืองต้องไปอาศัยอยู่บ้านคนที่รู้จักคุ้นเคยกัน คนไม่มีใครอาจต้องไปอาศัยนอกตามศาลาวัดหรือที่สาธารณะอื่นๆ ซึ่งไม่ปลอดภัยจากคนร้ายและสัตว์ร้าย ถ้ามีเพื่อนอยู่บ้านเมื่อนั้นเพื่อนจะได้ช่วยเหลือให้ที่พักอาศัย แนะนำการปฏิบัติที่ถูกที่ควรตามความนิยมของคนเมื่อนั้น จะได้ปลอดภัย

#### ๑๑. ทางแถวเถื่อนโคลคลา

อธิบายว่า การเดินทางไปในป่าควรเดินตามเส้นทางที่มีคนเดินผ่านอยู่เสมอ เพราะการเดินทางในป่าเป็นเรื่องลำบาก มีอันตรายจากสัตว์ร้ายนานาชนิด และสังเกตทิศทางยาก คนไม่ชำนาญทางอาจหลงอยู่ในป่า ทางที่ดีจึงควรใช้เส้นทางที่มีคนเดินผ่านไปมาบ่อยๆ จนพอมองเห็นเส้นทาง เพราะทางประเพณีมักเป็นทางที่ปลอดภัย และจะช่วยให้ไม่หลงทาง

#### ๑๒. อาสาเจ้าจนตนตาย

อธิบายว่า ให้ปฏิบัติราชการด้วยความเต็มใจ แม้ชีวิตก็อย่าเสียตาย ให้อยอมถวายชีวิตเพื่อรับใช้เจ้านายของตน คือ พระมหากษัตริย์ คำสอนนี้สะท้อนค่านิยมเรื่องความจงรักภักดีต่อพระมหากษัตริย์ ถือว่าพระมหากษัตริย์เป็นเจ้าชีวิต จึงควรถวายความจงรักภักดี การทำกิจการงานตามพระราชประสงค์ให้สุดความสามารถเต็มใจ

#### ๑๓. อาสาจพอแรง

อธิบายว่า การปฏิบัติหน้าที่การงานที่ได้รับมอบหมายให้เต็มที่ตามกำลังสติปัญญาด้วยความเต็มใจ ไม่หลีกเลี่ยงหรือทำอย่างเสียไม่ได้ แต่การทำงานนั้นควรรู้ประมาณกำลังของตนเอง



อย่าทำงานเกินกำลังที่ตนเองจะรับทำได้ เพราะจะส่งผลเสียทั้งต่องานและต่อตนเอง ต่องานหมายถึง อาจจะทำให้งานนั้นออกมาแบบไม่มีประสิทธิภาพ สำหรับผลเสียต่อตนเองนั้น ทำให้สุขภาพทรุดโทรม และต่อไปอาจไม่ได้รับความไว้วางใจอีกเพราะเนื้องานออกมาไม่ดี เนื่องจากเกินกว่าแรงกำลัง แรงสติปัญญาความสามารถของตนเองจะทำได้

#### ๑๔. การจะทำอย่างด่วนได้

อธิบายว่า ทำงานอะไรอย่าใจร้อน อย่ารีบเร่งจนเสียงาน การหวังให้ได้ผลเร็วๆ อาจทำให้ได้งานที่ไม่มีคุณภาพ งานบางอย่างต้องใช้ความประณีตใช้เวลานานพอสมควรจึงจะได้ผลงานที่ดี สมความต้องการ หากเร่งร้อนอาจเสียผลหรือได้ผลไม่ดี ยิ่งถ้าเป็นงานใหญ่ งานสำคัญ ยิ่งต้องรอบคอบ ระมัดระวัง จะเร่งร้อนให้เสร็จรวดเร็วทันใจไม่ได้

#### ๑๕. อย่าเข้าแบงก้าซ้าง

อธิบายว่า อย่าขึ้นอาสาเข้าไปช่วยหรือยุ่งเกี่ยวในเรื่องที่ไม่ใช่กิจธุระอะไรของตัว จะกลายเป็นหาเรื่องเดือดร้อนให้ตัวเอง ซ้าง โดยปกติมันเปรียบกับผู้ใหญ่ ผู้มีอำนาจ การเข้าไปยุ่งเกี่ยว วุ่นวายกับคนใหญ่คนโต สอดแทรกในกิจธุระส่วนตัวของเขาโดยเขาไม่ได้ไหว้วาน แม้จะทำไปด้วยความหวังดีก็ไม่ควร เพราะนอกจากจะทำให้เขาโกรธแล้ว ตัวเองก็ไม่ได้ดีอะไรและยังอาจเดือดร้อนอีกด้วยถ้าวุ่นวายมากเกินไป

#### ๑๖. อย่าออกก้างขุนนาง

อธิบายว่า อย่าขัดขวางการกระทำของผู้มียศศักดิ์ ไม่ว่าจะท่านจะทำผิดหรือถูก ตนจะเห็นด้วยหรือไม่ก็ตาม ควรนิ่งไว้ ไม่ควรคัดค้าน ต่อต้านขัดขวางการกระทำของท่าน กั้นขวางไม่ให้ท่านดำเนินกรณีนั่นต่อไปเพราะการกระทำเช่นนั้นย่อมทำให้ขุนนางผู้นั้นโกรธเคือง ยิ่งตนเป็นเพียงสามัญชนหรือข้าราชการชั้นผู้น้อย การกั้นขวางต่อต้านขุนนางซึ่งเหมือนกว่าทุกประการก็คือการหาเรื่องเดือดร้อนใส่ตัว นอกจากขุนนางจะไม่ฟังเสียง ไม่ยอมหยุดยั้งการกระทำนั้นแล้ว ผู้ขัดขวางยังจะต้องได้รับอันตรายจากอำนาจของขุนนางผู้นั้นด้วยฉะนั้นเมื่อเป็นผู้น้อยก็ต้องพยายามหลีกเลี่ยง ไม่ทำอะไรที่เป็นการต่อต้านขัดขวางการกระทำของผู้ใหญ่แม้จะเห็นด้วยหรือไม่ก็ตาม ทั้งนี้เพื่อความอยู่รอดของตนเอง

### ๓.๒.๔ การพัฒนาตนเองด้านพฤติกรรม

การพัฒนาตนเองด้านพฤติกรรม หมายถึง สุภาชิตที่มีคำสอนในลักษณะของการพัฒนาบุคลิกภาพ พฤติกรรม ความประพฤติ กิริยามารยาท การวางตัวที่เหมาะสม เป็นการปรับปรุงด้านกายภาพ มีทั้งหมด ๑๘ สุภาชิต ดังนี้

### ๑. อย่างนั่งชิดผู้ใหญ่

อธิบายว่า สังคมไทยถือระบบอาวุโส ผู้น้อยต้องให้ความเคารพนับถือผู้ใหญ่ เวลานั่งจึงควรนั่งต่ำกว่าหรือห่างออกไปสักเล็กน้อยให้พองาม ไม่ใช่ นั่งชิดตัวผู้ใหญ่ นอกจากจะทำให้ตนเองต้องระมัดระวังกิริยามารยาทให้หนักแล้ว ยังอาจเกิดความพลั้งพลาดไปล่วงเกินท่านได้ คำสอนนี้แปลโดยนัยหมายความว่าไม่ควรทำตนตีเสมอผู้ใหญ่ ให้รู้จักอ่อนน้อมถ่อมตน เคารพนับถือผู้ใหญ่ รู้จักการวางตนที่เหมาะสม

### ๒. อย่าขัดแย้งผู้ใหญ่

อธิบายว่า อย่าคือดิ่งกับผู้ใหญ่เพราะผู้ใหญ่เป็นผู้ที่ผ่านโลกมามากกว่า มีประสบการณ์มากกว่า ย่อมรู้ดีกว่าเด็ก และอาจหมายถึงไม่ควรไปพูดหรือแสดงความคิดเห็นที่ขัดแย้งกับผู้ใหญ่ นอกจากผู้ใหญ่จะเกลียดชังแล้วยังเป็นการแสดงความไม่เคารพ นับถือ ผู้ใหญ่อาจตั้งแง่และหาเรื่องให้เดือนร้อนได้ในภายหลัง อีกประการหนึ่ง ผู้ใหญ่มีความหวังดีต่อลูกหลานหรือเด็กในปกครอง จึงพยายามสั่งสอนอบรมชี้แนะทางที่ถูกที่ควรให้ เห็นว่าสิ่งใดไม่เหมาะสม ไม่ควรทำก็ห้ามปราม เด็กจึงไม่ควรขัดขืนดื้อดึงทำตามใจตัวเอง ซึ่งบางทีอาจเป็นความเดือนร้อนมาสู่ตัวเอง

### ๓. น้ำเชี่ยวอย่าขวางเรือ

อธิบายว่า อย่าหันเรือขวางน้ำขณะที่กระแสน้ำกำลังไหลแรง เพราะกำลังน้ำจะกระแทกให้เรือพลิกล่มลง หมายความว่า อย่าพยายามขัดขวางกีดทานคนที่กำลังมีโทสะรุนแรง หรือคนที่ตั้งใจอย่างแรงกล้าที่จะทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เพราะตนเองยังจะต้องเดือดร้อนด้วยโทษของคนนั้น การจะตัดเตือนทักท้วงอะไรต้องรู้จักพิจารณาให้รอบคอบ ถูกกาลเทศะ เห็นว่าพอจะกีดทานได้และผู้ผู้นั้นอยู่ในอารมณ์ที่เยือกเย็นพอที่จะรับฟังเหตุผลได้จึงค่อยกีดทาน

### ๔. ที่มีภัยพึงหลีกเลี่ยง ปลิกตนไปโดยด่วน

อธิบายว่า ให้รู้จักรักษาตัวรอด เพราะชีวิตและความปลอดภัยเป็นสิ่งสำคัญ มนุษย์ต้องรู้จักรักษาไว้ให้ดี ไม่ควรเสี่ยงก็อย่าเสี่ยง คนบางคนแม้รู้ว่าที่นั่นๆ มีอันตรายก็ไม่หลีกเลี่ยง กลับเข้าไปใกล้เพราะความเขลาบ้าง เพราะความอยากรู้อยากเห็นและชอบสนุกบ้างเพราะไม่ยอมให้ใครว่าเป็นคนเขลาบ้าง และเหตุผลเรื่องเดือดร้อนใส่ตัวคนฉลาดไม่ควรทำ

### ๕. ใต้ส่วนอย่าหมักมาก

อธิบายว่า อย่าเป็นคนโลภมาก ได้เท่าไรควรพอใจเพียงเท่าที่ได้ คนมักมาก ไม่รู้จักพอใจในส่วนที่ตนได้รับอยู่ มีอยู่ จะนำความเดือดร้อนมาสู่ตนเองเพราะต้องดิ้นรนขวานขวายด้วยความที่ไม่รู้จักพอ ทำให้ไม่มีเวลาสงบสุข สุภาพิตพระร่วงจึงสอนให้เป็นคนไม่หมักมาก คือให้เป็นคนสันโดษ รู้จักพอใจเท่าที่มีที่ได้ แม้จะได้เพียงเล็กน้อยถ้าพอใจก็ย่อมมีความสุข ส่วนคนมักมากแม้จะได้มากเท่าไรไม่มีความสุขเพราะไม่พอใจอยู่นั่นเอง

## ๖. อย่าได้รับของเชิญ

อธิบายว่า อย่ารับของที่ก็จะก่อความลำบากเดือดร้อนให้ตัวเองไว้ เช่น รับฝากของโจรของที่ผิดกฎหมาย เป็นต้น เพราะหากเจ้าเขาติดตามมาพบอยู่ที่ตน แม้จะไม่ได้เป็นผู้ไปคดโกงลักขโมยมาเองก็ต้องเดือดร้อน คนที่รับเอาไว้ก็ย่อมไม่มีความสุข คอยหวาดระแวงไปต่างๆ นานา ในปัจจุบันนี้ถือเป็นคดีความที่มีโทษตามกฎหมายบ้านเมือง

## ๗. ของฝากท่านอย่ารับ

อธิบายว่า ของเขาฝากไปให้คนอื่นอย่าเก็บเอาไว้เป็นของตนเองหรือคู่เอาเป็นของตน เพราะเป็นการคดโกง ทุจริต คนที่เก็บเอาของไว้ย่อมถูกละตา หน้าว่าเป็นคดโกง มักได้ ยากได้ของที่ไม่ใช่ของตน เป็นความผิดเหมือนการลักขโมยทรัพย์ของเขามาเหมือนกัน ย่อมทำให้เสื่อมชื่อเสียงไม่มีใครไว้วางใจอีกต่อไป

## ๘. นอบตนต่อผู้เฒ่า

อธิบายว่า ให้แสดงกิริยาอ่อนน้อมต่อคนสูงอายุ วัฒนธรรมไทยให้เกียรติผู้อาวุโส ถือว่าเป็นผู้เกิดก่อน มีประสบการณ์มากกว่า ยิ่งเป็นญาติผู้ใหญ่ยิ่งต้องให้ความเคารพนับถือมาก เพราะเป็นผู้มีอุปการคุณอีกประการหนึ่งด้วย

## ๙. ปางมีชอบท่านช่วย ปางป่วยชิงชัง

อธิบายว่า เวลาจำรายมีชื่อเสียงเกียรติยศก็มีคนล้อมหลัง ช่วยเหลือเกื้อหนุน จะอาศัยไหว้วานใครเขาก็ให้ความช่วยเหลือด้วยความเต็มใจ แต่ในยามตกต่ำอัปจน ยากไร้ ไม่มีทรัพย์สินเงินทอง คนที่เคยล้อมหน้าล้อมหลังต่างก็หายหน้าไป ไม่มีใครอยากคบหา จะพึ่งอาศัยใครเขาปฏิเสธ ไม่อยากช่วย หมางเมิน ชิงชังรังเกียจกันไปหมด

**๑๐. ผิดจะบังบังจงลับ ผิดจะจับจับจงมัน ผิดจะคั่นคั่นจงตาย ผิดจะหมายหมายจงแท้ ผิดจะแก้แก้จงกระจ่าง**

อธิบายว่า ให้เป็นคนทำอะไรทำจริง อย่าโลเลเหลวไหล เมื่อตั้งใจจะทำอะไรแล้วต้องทำให้สำเร็จ ไม่ทำเพียงครึ่ง ๆ กลาง ๆ หรือทำเพียงให้ชื่อว่าได้ทำแล้ว คนที่ทำอะไรทำจริงย่อมประสบผลสำเร็จในการทั้งปวง แม้สิ่งที่ยากแสนยาก หากมีความพยายามและความตั้งใจจริงก็อาจทำได้สำเร็จ

## ๑๑. อย่ารักห่างกว่าชิด

อธิบายว่า ให้เห็นค่านิยมของสังคมไทยในเรื่องการรักพวกรักพ้อง ให้ความสำคัญแก่พวกพ้องของตนเหนือคนอื่น ซึ่งเป็นลักษณะที่มักปรากฏในสังคมที่อยู่แบบพึ่งพาอาศัยกันดังคำพังเพยกล่าว “อย่าเห็นขี้ตึกว่าไส้” คืออย่า เห็นคนอื่นดีกว่าพวกพ้องของตน ค่านิยมนี้ยังปรากฏชัดแม้ในสังคมปัจจุบัน

### ๑๒. คิดข้างหน้าอย่าเบา

อธิบายว่า ให้คิดถึงการณ์ข้างหน้าไว้ให้มาก อย่าคิดแต่เพียงแค่เรื่องเฉพาะหน้า จะทำการงานหรือตัดสินใจอะไรลงไปต้องคิดถึงผลที่จะตามมาในวันข้างหน้าด้วย หากสิ่งที่ทำในวันนี้จะทำให้เกิดผลเสียหายในวันหน้าก็อย่าทำ ทำแต่สิ่งที่จะเกิดผลดีทั้งในปัจจุบันและอนาคต คนทำอะไรไม่คิดเอวหน้า เช่น จับจ่ายใช้สอยทรัพย์สินที่หาได้จนหมดสิ้น ไม่คิดเก็บออมไว้เพื่อเวลาจำเป็น ถึงความหมดทรัพย์ ขาดแคลน จะต้องลำบาก ยิ่งในการทำงานที่สำคัญหรือในการศึกสงคราม ต้องเตรียมการณ์ข้างหน้าให้รอบคอบ เตรียมการป้องกันปัญหาที่อาจเกิดขึ้นให้พร้อมจะคิดแก้ปัญหามาตรัดไว้วันหนึ่ง ๆ ไม่ได้ คนที่ไม่ประมาท รู้จักเตรียมการณ์เผื่อวันหน้าไว้อย่างรอบคอบย่อมไม่พลั้งพลาด ทำกิจการใดก็สำเร็จราบรื่นไม่ล้มเหลวเพราะประสพอุปสรรคกลางคัน

### ๑๓. อย่าถือเอาต้นว่าถูก

อธิบายว่า หากจะเรียนรู้อะไรหรือจะคิดอะไร ควรรู้ให้ลึก คิดให้ลึก อย่ารู้หรือคิดเพียงผิวเผินการเรียนวิชาหนึ่งวิชาใดให้รู้ลึกซึ้ง ถ่องแท้ทุกแง่มุม จะนำไปใช้ประโยชน์ได้ หากรู้หลายวิชาแต่เพียงผิวเผิน ถึงเวลาจริงอาจเอาไปใช้ไม่ได้ หรือเอาไปผิด ๆ เพราะไม่รู้จักจริง ดังนั้นหากเรียนรู้อะไรควรเรียนให้ลึกซึ้ง เข้าใจแจ่มแจ้ง

### ๑๔. เมื่อเข้าศึกระวังตน

อธิบายว่า เมื่อเข้าสู่สงครามต้องระวังตัว เพราะในยามศึกสงครามมีอันตรายรอบด้าน จะประมาทไว้วางใจอะไรไม่ได้ ภัยอันตรายในยามสงครามไม่ได้มีเฉพาะเวลาต่อสู้ประจันหน้ากับข้าศึกศัตรูเท่านั้น แม้ในยามพักรบ อยู่মনค่ายหรือที่พักก็ต้องระมัดระวังตัว อาวุธต้องเตรียมพร้อมและวางไว้ในที่หยิบฉวยได้ทันท่วงทีเพราะข้าศึกอาจจู่โจมทันรู้ตัว เพื่อนทหารด้วยกันก็ต้องระวัง เพราะในยามศึกอาจมีคนคิดทรยศต่อพวกเดียวกัน คนที่อยู่สนามรบจึงวางใจอะไรไม่ได้ทั้งสิ้น

### ๑๕. อย่าตึงให้แก่กา

อธิบายว่า อย่าเสี่ยงและเสียเวลาทำสิ่งที่ไร้ประโยชน์ต่อผู้ใดทั้งสิ้น เช่น เสียเวลาทำคุณให้แก่คนที่ไม่รู้คุณคน หรืออาจหมายความว่าอีกอย่างหนึ่งว่า ไม่ควรทำประโยชน์ให้คนหนึ่งโดยสร้างความเดือนร้อนให้อีกคนหนึ่ง คือการตึงให้กา กินย่อมชอบใจ แต่งูเห่าเดือร้อน ดังนั้น หากจะช่วยเหลือทำคุณให้แก่ใครควรดูด้วยว่าช่วยนั้นได้เบียดเบียนทำให้ใครเดือดร้อนหรือเปล่า หากต้องเบียดเบียนคนอื่นก็อย่าช่วย อยู่เฉยๆ ดีกว่า

### ๑๖. อย่าตีปลาหน้าไซ

อธิบายว่า ปลาที่ว่ายอยู่หน้าไซ กำลังจะเข้าไปในไซ หากมีคนไปตีน้ำให้กระเทือน ปลาจะว่ายไปทางอื่นไม่เข้าไซ เป็นความเปรียบ คนวางไซตกปลาหมายถึงคนที่กำลังทำการงานให้เกิดประโยชน์ ปลาคือผลประโยชน์ที่ได้จะได้จากงานนั้น ส่วนคนที่ไปตีปลาหน้าไซ ทำให้ปลาหนีเปรียบ

เหมือนคนที่ก่อวิน ชัดขวางการทำงานของคนอื่น ทำให้งานที่เขาทำอยู่ไม่ประสบผลสำเร็จ เสียผลประโยชน์ไป

### ๑๗. อย่าปลูกฝักกลางคลอง

อธิบายว่า อย่าปลูกฝักกลางคือ อย่าปลูกฝักกลางทาง ไม่ว่าจะ เป็นทางบกหรือทางน้ำ เพราะเป็นการกระทำผิดกาลเทศะ ธรรมดา หากหมดผีผู้เชี่ยวชาญทางคาถาอาคมจะทำพิธีปลูกฝัก ทำในป่าช้าที่ฝังศพหรือศพนั้นไว้ จะได้ไม่ต้องเคลื่อนย้ายศพให้ลำบาก อีกประการหนึ่ง ป่าช้าเป็นที่เงียบสงบ ทำให้สมาธิแน่วแน่ การปลูกฝัก ผู้ประกอบพิธีต้องใช้สมาธิอย่างมากในการบริหารคาถาอาคมเพื่อควบคุมผีให้ตามคำสั่ง หากผีสำแดงอิทธิฤทธิ์ อาละวาด ก็ต้องใช้เวทมนตร์ปราบสะกดให้อยู่ในอำนาจให้ได้ ถ้าสมาธิไม่แน่วแน่เกิดพลังพลาดขึ้นจะเป็นอันตราย ผีอาจอาละวาดทำร้ายถึงชีวิต

### ๑๘. อย่าปองเรียกอาถรรพ์ (พหลันฉิบหายวายม้วย)

อธิบายว่า อย่าอยากเรียนวิชาอาถรรพ์ จะทำให้เดือดร้อนเป็นอันตรายถึงชีวิตในเร็ววัน เพราะวิชาประเภทประเภทที่รบกวน ทำความเดือดร้อนให้แก่ผู้อื่นมากกว่าให้คุณ และรบกวนทั้งคนที่มีชีวิตอยู่และคนที่ตายไปแล้ว การทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน เป็นทุกข์ เป็นสิ่งที่ไม่ควรกระทำ

## ๓.๒.๕ การพัฒนาตนเองด้านองค์ความรู้

การพัฒนาตนเองด้านองค์ความรู้ หมายถึง สุภาชิตที่มีคำสอนในลักษณะของการส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ การปรับตัวให้ทันกับสถานการณ์ การแสวงหาประสบการณ์เพื่อเพิ่มสมรรถนะในการทำงาน พัฒนาองค์ความรู้ให้ยิ่งขึ้นไป มีทั้งหมด ๑๑ สุภาชิต ดังนี้

### ๑. เมื่อน้อยให้เรียนวิชา

อธิบายว่า ให้ศึกษาหาความรู้เมื่อยังเป็นเด็ก ที่สอนเช่นนี้เพราะวัยเด็กเป็นวัยว่างอยู่ ไม่มีภาระหน้าที่ผูกพัน ไม่ต้องรับผิดชอบในการทำมาหากิน อีกประการหนึ่ง วัยเด็กเป็นวัยที่สติปัญญา กำลังเจริญงอกงาม เหมาะสำหรับเรียนรู้สิ่งต่างๆ ดังนั้นแทนที่จะเล่นชุกชกไปตามประสาเด็ก ปล่อยให้ล่องลอยไปโดยเปล่าประโยชน์ ควรใช้เวลาเพื่อศึกษาหาความรู้เป็นทุนสำหรับประกอบอาชีพเลี้ยงตัวเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่

### ๒. เดินทางอย่าเดินเปลี่ยว

เดินทางไปไหนอย่าไปคนเดียว การมีเพื่อนร่วมทางไปด้วยนอกจากจะได้พูดคุยแก้เหงาแล้ว ในเวลามีปัญหาจะได้ปรึกษาหารือกัน ช่วยกันคิดอ่าน การช่วยกันคิดได้ความคิดที่ดีและรอบคอบเดินทางไปไหนอย่าไปคนเดียว ในเวลามีปัญหาจะได้ปรึกษาหารือกัน ช่วยกันคิดอ่าน การช่วยกันคิดได้ความคิดที่ดีและรอบคอบกว่าคิดคนเดียวหรือมีภัยอันตราย ดังมีคำพังเพยว่า “คนเดียวหัวหาย สองคนเพื่อนตาย”

### ๓. ผู้เฒ่าสั่งจงจำความ

อธิบายว่า ผู้ใหญ่สั่งสอนควรจดจำไว้ เพราะผู้ใหญ่เป็นผู้เกิดก่อนมีประสบการณ์มากกว่า และมีความหวังดีต่อลูกหลาน จึงสั่งสอนอบรมเพื่อให้แต่สิ่งที่ถูกที่ควร สิ่งใดไม่ถูกก็ตักเตือนห้ามปราม เด็กไม่ควรดื้อดึงโต้เถียงหรือเห็นว่าคำสั่งนั้นเป็นเรื่องเหลวไหลไร้สาระ แต่ควรจดจำและปฏิบัติตามคำสั่งสอนนั้นเพื่อดีแก่ตัวเอง

### ๔. ครูบาสอนอย่าโกรธ

อธิบายว่า ครูบาอาจารย์สั่งสอนไม่ควรถือโกรธ ผูกแค้น ผูกพยาบาท เพราะครูสอนศิษย์ด้วยความรักและหวังดี สอนให้มีวิชาความรู้ติดตัวครูบางคนอาจใช้คำพูดหยาบคายดูต่ำ หรือเขียนตี ลงโทษเมื่อศิษย์ทำผิด เพราะต้องการให้จดจำสำนึกผิด ไม่กระทำสิ่งที่ผิดซ้ำอีก ศิษย์ควรเข้าใจและไม่ควรถือโกรธ

### ๕. อย่าชังครูชังมิตร

อธิบายว่า อย่าเกลียดชังครูและมิตรสหาย เพราะบุคคลสองประเภทนี้เป็นผู้ที่มีความรักและหวังดีอย่างจริงใจ คอยช่วยเหลือประคับประคอง ชี้แนะให้ทำสิ่งที่ถูกที่ควร ตักเตือนเหนียวรั้งไม่ให้ทำสิ่งที่ผิด คนที่ไม่มีครู ไม่มีเพื่อน จะทำอะไรก็ไม่มีคนคอยให้คำปรึกษาแนะนำ เมื่อผิดพลาดก็ไม่มีความคอยช่วยเหลือ บางครั้งครูหรือมิตรอาจทำอะไรให้ขัดเคืองใจ เช่น ห้ามปรามทักท้วงไม่ให้กระทำการที่ต้องการ หรือใช้กิริยาวาจาที่รุนแรง ไม่ควรโกรธเคือง เห็นเป็นความผิดร้ายแรงถึงตัดเป็นตัดตาย ไม่ควรคิดถึงครูและมิตรสหายไปในทางร้าย ควรคิดว่าการกระทำและคำพูดที่ไม่น่าดูและฟังของครูและเพื่อนนั้นเป็นการกระทำที่หวังดี เป็นความจริงใจ

### ๖. อย่าเสียดูเตือนด่า

อธิบายว่า ครูตักเตือนด่าว่า อย่าเอาอย่าง ล้อเสียดู การที่ครูตักเตือนด่าว่าศิษย์เป็นการสั่งสอนให้ศิษย์ทำสิ่งที่ดีงามถูกต้อง ไม่ให้สิ่งที่ผิด ศิษย์ควรรับฟังด้วยความเคารพ จดจำคำสั่งสอนตักเตือนนั้นไว้ไปปฏิบัติ ศิษย์ที่เห็นขบขันในคำตักเตือนด่าว่าของครู ไม่เอาใจใส่จดจำ กลับนำมาล้อเสียดู อาจทำให้ครูท้อใจหรือโกรธ ต่อไปจะไม่อยากสั่งสอนตักเตือนอะไรอีก ผลเสียจะตกแก่ศิษย์ที่ล้อเสียดูนั้น

### ๗. ท่านสอนอย่าสอนตอบ

อธิบายว่า เมื่อท่านผู้ใหญ่สั่งสอนควรรับฟังด้วยความเคารพ อย่าทำอวดดี สั่งสอนท่านบ้างเป็นการตอบแทน อย่างที่เรียกว่า ย้อน เพราะจะทำให้ผู้ที่หวังดี ตั้งใจสั่งสอนแนะนำสิ่งที่ดีที่ถูก เกิดความรู้สึกโกรธ ไม่อยากสอนอะไรอีกต่อไป ปกติสิ่งที่ผู้ใหญ่สอนผู้น้อยมักเป็นสิ่งที่ดี ควรจดจำไว้ปฏิบัติเพื่อให้เกิดผลดีแก่ตนเอง

## ๘. ความชอบจำใส่ใจ

อธิบายว่า สิ่งที่ดี ที่ถูก ความจดจำใส่ใจไว้เพื่อจะได้นำไปปฏิบัติให้เกิดผลที่ดีงาม เช่น ผู้ใหญ่สั่งสอนแนะนำอะไรควรจดจำ เพราะสิ่งที่ผู้ใหญ่สั่งสอนเด็กมักเป็นสิ่งที่เป็นประโยชน์ ส่วนสิ่งใด ที่เห็นว่าไม่ดีก็ไม่ควรเอาใจใส่ เช่น เรื่องส่วนตัวของคนอื่นถึงจะรู้ก็ไม่ควรเก็บเอามาใส่ใจ เพราะไม่เกิดประโยชน์อะไรแก่ตัว คนที่รู้จักจดจำสิ่งที่ดีงามไว้เป็นแบบปฏิบัติ จะทำอะไรก็ไม่ผิดพลาดเพราะเคย รู้เคยเห็น เคยจดจำแบบอย่างที่ถูกต้องไว้แล้ว เป็นวิธีหาความรู้ใส่ตัวอย่างฉลาดสามารถนำมาใช้ ประโยชน์ได้เมื่อจำเป็น

## ๙. เป็นคนเรียนความรู้

อธิบายว่า เกิดเป็นคนควรศึกษาหาความรู้ใส่ตัว จะได้เฉลียวฉลาด รู้เท่าทันคน ไม่ ถูกคนอื่นคดโกง หลอกหลวง หรือล่อให้ตกเป็นเครื่องมือ ความรู้ที่เรียนไว้จะได้ใช้ในการประชุม ประกอบอาชีพเลี้ยงตนต่อไป การเรียนความรู้ไม่จำกัดว่าจะต้องเรียนเมื่อไร และต้องเรียนอะไร สิ่งใด ที่เป็นความรู้ ถ้ามีโอกาสควรเรียนไว้ แม้ไม่เป็นประโยชน์ตรงก็อาจเป็นประโยชน์โดยอ้อม เป็น เครื่องประดับสติปัญญา ทำให้มีความรอบรู้มากขึ้น คนเราสามารถเรียนรู้ได้จากทุกสิ่งทุกอย่างที่พบ เห็น และเรียนรู้ได้โดยตลอดเวลาตราบเท่าที่ยังสนใจใคร่รู้ คนเฒ่าคนแก่ นักปราชญ์ราชบัณฑิต ผู้ทรงคุณวุฒิมาของท่านยังใช้เวลาศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ เพื่อเมพูนความรู้ที่มีอยู่ การเรียนรู้ไม่มีวันสิ้นสุด ไม่มีขอบเขตจำกัด สุภาชิตบทนี้จึงสอนว่า เป็นคนเรียนความรู้ คือตราบไต่ยังชื่อว่า “เป็นคน” ตราบนั้นไม่ควรหยุดแสวงหาความรู้

## ๑๐. ข้างตนไว้อาวุธ

อธิบายว่า ให้เป็นคนไม่ประมาท ให้ระวังตัว เตรียมพร้อมอยู่เสมอแม้ในขณะที่อยู่ใน บ้าน ยิ่งเวลาเดินทางไกลไปในที่มีอันตราย ยิ่งต้องมีอาวุธติดตัวไว้ตลอดเวลา คนที่มีอาวุธแต่เอาไว้ไกล ตัวเมื่อเกิดอันตรายอาจหาไม่พบเพราะความตกใจ หรือ อยู่ห่าง หยิบฉวยไม่ทัน อาวุธนั้นก็เปล่า ประโยชน์ ช่วยป้องกันอันตรายอะไรไม่ได้ ยิ่งกว่านั้นถ้าวางอาวุธไว้ไกลตัว คนร้ายเข้าถึงอาวุธนั้นก่อน อาจใช้อาวุธนั้นเองทำร้ายผู้เป็นเจ้าของ

## ๑๑. เครื่องสรรพยุทธ์อย่างวางจิต

อธิบายว่า อย่าไว้วางใจเครื่องอาวุธทั้งปวงเพราะเป็นของมีคม มีอันตราย หยิบจับไม่ ระวังอาจเกิดอันตรายได้ ต้องจัดเก็บให้ดี หากวางไว้เกะกะ คนในบ้านอาจเดินชนหรือเดินสะดุด ได้รับ บาดเจ็บเป็นอันตรายถึงชีวิตนอกจากนั้นหากมีคนร้ายเข้ามาในบ้าน อาจใช้อาวุธที่วางไว้ล่อตานั้นทำ ร้ายเจ้าของบ้านก็ได้

### ๓.๒.๖ การพัฒนาตนเองด้านจิตใจ

การพัฒนาตนเองด้านจิตใจ หมายถึง สุภาชิตที่มีคำสอนในลักษณะของการพัฒนาด้านคุณธรรม จริยธรรม จิตใจ พัฒนาจิตวิญญาณ เป็นคำสอนที่เน้นการพัฒนาภายใน เช่น ความคิด ความเห็น ทศนคติ มีทั้งหมด ๓๑ สุภาชิต ดังนี้

#### ๑. สร้างกุศลอย่ารู้โรย

อธิบายว่า ในทำแต่สิ่งที่ดีที่ชอบเสมอ การทำความดีย่อมส่งผลดีให้แก่ผู้ทำ เช่นทำความดีให้แก่ผู้อื่นโอบอ้อมอารี ช่วยเหลือเขาเมื่อเขาทุกข์ยาก นอกจากจะเป็นการปลูกไมตรี ทำให้คนที่รับความช่วยเหลือนั้นนิยมชื่นชม มีความรู้สึกเป็นมิตรด้วยแล้ว ตัวผู้ช่วยเหลือเองก็รู้สึกสบายใจ เป็นสุขเพราะได้เห็นคนอื่นหมดทุกข์ มีความสุขขึ้นเนื่องจากการกระทำของตน ผลของการกระทำแต่ความดีกับเขาไว้ทั่วไปทำให้มีแต่คนรักใคร่ชื่นชม จะไปไหนก็ไปได้สบายใจ ไม่ต้องกลัวว่าจะมีใครเกลียดชังคอยคิดร้าย

#### ๒. อย่าใฝ่ตนให้เกินตัว

อธิบายว่า ใ้รู้จักประมาณตัว จะคิดทำอะไรก็ทำให้พอตัวสมตัว อย่าทำอะไรเกินตัวเกินความสามารถ เกินฐานะ เกินกำลังทรัพย์ กำลังกาย นอกจากจะไม่สำเร็จสมความตั้งใจแล้วยังอาจนำความหายนะมาสู่ตัวเอง

#### ๓. รักตนกว่ารักทรัพย์

อธิบายว่า รักตัวเองให้มากกว่ารักทรัพย์สมบัติ เพราะทรัพย์สมบัติเป็นของนอกกายถึงแม้จะสูญเสียไป หากชีวิตยังอยู่ย่อมใหม่ได้ ส่วนชีวิตหากสูญเสียไป หรือร่างกายพิการเจ็บไข้ไป ก็เป็นอันหมดสิ้นทุกอย่าง แม้ทรัพย์ที่เคยหวงแหนเมื่อยังมีชีวิตอยู่ก็ไม่สามารถเอาติดตัวไปได้เมื่อตายแล้วดังนั้น หากต้องเสียทรัพย์เพื่อรักษาชีวิตและร่างกายไว้ก็ไม่ควรเสียตาย ซึ่งสอดคล้องกับพุทธภาษิตว่า พึงสละทรัพย์เพื่อรักษาอวัยวะ<sup>๒๔</sup>

#### ๔. เห็นงามตาอย่าปอง

อธิบายว่า อย่าอยากได้หรือชอบใจ พอใจของสิ่งใดเพียงเพราะเห็นว่ารูปร่างนอกงดงาม เพราะของที่ภายนอกงดงามนั้น ภายในอาจแฝงความเกลียดหรือความชั่วร้ายไว้ ใ้รู้จักพิจารณาให้รอบคอบ ไม่มองอะไรแต่เพียงผิวเผิน รวมทั้งการคบคนก็ไม่ควรคบเพียงเพราะเห็นรูปร่างหน้าตาดีงาม กิริยามารยาทเรียบร้อย หรือพูดจาไพเราะอ่อนหวานเท่านั้น ต้องพิจารณาให้ลึกซึ้งถึงจิตใจด้วย เพราะคนรูปร่างหน้าตาดีงามอาจมีจิตใจชั่วร้ายก็ได้

<sup>๒๔</sup> ขุ.ชา.อสีติ. (ไทย) ๒๘/๔๗๐/๑๗๗.



### ๕. โทษตนผิดพึงรู้

อธิบายว่า ให้รู้จักพิจารณาความผิดของตน เมื่อผิดก็ควรยอมรับผิด อย่าเป็นคนอวดดี ตื้อรั้น ผิดแล้วไม่ยอมรับ ขึ้นดั่งกันว่าตนทำถูก การทำความผิดเป็นเรื่องธรรมดาของมนุษย์ ใครๆ ก็ยอมทำผิดได้ แต่ผิดแล้วควรรู้ว่าผิด คนอื่นยอมผิดได้ แต่ผิดแล้วควรรู้จักว่าผิด คนอื่นยอมเห็นใจและให้อภัย ตรงข้ามหากผิดแล้วยังตื้อดั่ง ไม่ยอมรับผิด คนอื่นๆ จะไม่ชอบใจ คนที่ผิดแล้วยอมรับว่าผิด พยายามลบล้างความผิดหรือพยายามทำดีแก้ตัวยอมได้รับการสรรเสริญ

### ๖. สูเสียสินอย่าเสียศักดิ์

อธิบายว่า ยอมเสียทรัพย์สินเงินทองดีกว่าเสียศักดิ์ คนที่มีศรัทธาถึงคนที่มีความนับถือตัวเองรักษาชื่อเสียงของตัวเองวงศ์ตระกูล รักเกียรติ ไม่ยอมให้ใครมาดูหมิ่นเหยียดหยาม ไม่ยอมประพฤติตนในทางชั่วหรือต่ำทราม แม้จะยากจนก็พยายามดิ้นรนช่วยเหลือตนเอง ไม่ยอมพึ่งพาอาศัยใคร ไม่ยอมทำการทุจริตใดๆ เพื่อแลกทรัพย์สิน ศักดิ์ของมนุษย์เป็นสิ่งสำคัญ เป็นสิ่งที่ทำให้คนมีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างภาคภูมิใจ

### ๗. อย่าออร์ปจิตถุษา

อธิบายว่า อย่ามีใจริษยาผู้อื่น เพราะความริษยาจะทำให้ตนเองเดือดร้อนใจ ไม่เป็นสุข บางคนมีใจริษยาคนอื่นมากจนเก็บเอาไว้ไม่อยู่ ต้องแสดงออกมานอกหน้าให้คนอื่นรู้ด้วย โดยพยายามกลั่นแกล้งขัดขวางไม่ยอมให้ใครได้ดีเกินหน้า คนที่มีนิสัยเช่นนี้ นอกจากตัวเองจะหาความสุขไม่ได้แล้วยังไม่มีใครอยากคบหาสมาคมด้วย เพราะเกรงจะไปริษยาและกลั่นแกล้งเขาบ้าง

### ๘. เจรจตามคดี

อธิบายว่า พุดตามเรื่องราวความเป็นจริง อย่าบิดเบือนหรือแต่งเติมเสริมความให้เกินไปจากความจริง การบิดเบือนหรือแต่งเติมเรื่องราวให้ผิดจากความจริง แม้ไม่ใช่การกล่าวเท็จโดยตรงก็เป็นทำนองเดียวกัน คือเจตนาหลงให้คนหลงเชื่อ คนที่พุดจริงบ้างเท็จบ้าง ต่อเติมเสริมความหรือบิดเบือนบ้าง เมื่อคนฟังรู้นิสัยต่อไปก็ไม่มีใครอยากเชื่อถือ เพราะไม่รู้ว่าที่พุดออกมานั้นตรงไหนจริง ตรงไหนไม่จริง กลายเป็นคนพุดเหลวไหลหาสาระความจริงอะไรไม่ได้

### ๙. อย่ายีนคำคนโลก

อธิบายว่า อย่าฟังถ้อยคำของคนโลก คนโลกคือคนที่อยากไม่รู้จักพอ เช่นร่ำรวยอยู่แล้วก็ยังอยากร่ำรวยให้มากขึ้นไป พยายามแสวงหาทรัพย์สินให้เพิ่มมากขึ้นไม่ว่าจะด้วยวิธีใด ความโลภเป็นกิเลสอย่างหนึ่งทำให้เดือดร้อน เป็นทุกข์ ดิ้นรนกระวนกระวาย บางครั้งความโลภเป็นเครื่องผลักดันให้กระทำการทุจริต คดโกง แย่งชิงของของคนอื่นมาเป็นของตน คนโลกมักปราศจากคุณธรรม ไม่รู้จักเพื่อแม่เพื่อผู้อื่น สุภาชิตบทนี้สอนว่าอย่าฟังถ้อยคำคนโลก คืออย่าเชื่อหรือเห็นคล้อยตาม พลอยเห็นดีเห็นงามไปกับถ้อยคำของคนโลก เพราะคนประเภทนี้ไม่ใช่คนที่ควรคบหา หรือเชื่อถือ มักหาโอกาสเอารัดเอาเปรียบ เอาประโยชน์ใส่ตัว

### ๑๐. โอบอ้อมเอาใจคน

อธิบายว่า ให้เป็นคนเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีน้ำใจดีต่อคนทั่วไป ความโอบอ้อมอารี มีน้ำใจต่อคนอื่นทั่วไป ความโอบอ้อมอารี มีน้ำใจต่อผู้อื่นเป็นการผูกใจคนไว้ได้เป็นอย่างดี ทำให้คนทั่วไปรักใคร่เมตตา นิยมชมชอบ ไม่มีใครเกลียดชัง เมื่อเกิดความจำเป็นต้องรบกวนขอความช่วยเหลือจากคนอื่นก็มีคนให้ความช่วยเหลือด้วยความเต็มใจ

### ๑๑. อายายลเหตุผลแต่ใกล้

อธิบายว่า อาย่าพิจารณาเรื่องราวที่เกิดขึ้นเพียงเท่าที่รู้หรือเห็น แต่ต้องพิจารณาย้อนกลับไปให้ถึงต้นเหตุ เพื่อให้รู้เรื่องที่เกิดขึ้นอย่างถ่องแท้ ถูกต้องตามความเป็นจริง คือสอนให้เป็นคนรอบคอบ ไม่มองอะไรหรือตัดสินใจอะไรอย่างผิวเผินซึ่งอาจเป็นการมองที่ผิดพลาด พุทธศาสนา สอนว่าทุกสิ่งย่อมเกิดแต่เหตุ ดังนั้นการแก้ไขเรื่องใดก็ตาม ต้องแก้ไขที่ต้นเหตุ หากไม่สืบสวนให้ถึงต้นเหตุ แก้ไขอยู่เพียงปลายเหตุย่อมไม่เกิดผล

### ๑๒. ท่านให้อ่าหมายโทษ

อธิบายว่า คนแต่ก่อนถือว่าพระเจ้าแผ่นดินเป็นสมมติเทพ เป็นผู้มีพระบรมเดชานุภาพยิ่งใหญ่ เป็นเจ้าของทุกสิ่งทุกอย่างในแผ่นดิน ประชาชนเป็นผู้อาศัยพระบารมี ได้มีที่อยู่ที่ยินร่มเย็นเป็นสุขเพราะพระมหากรุณาธิคุณของพระเจ้าแผ่นดิน จึงต้องถวายความจงรักภักดีอย่างสูงสุด การคิดร้ายต่อพระมหากษัตริย์ถือเป็นความผิดร้ายแรง เป็นการอกตัญญูอย่างยิ่ง ไม่พึงทำเป็นอันขาด

### ๑๓. คนโหดให้เอ็นดู

อธิบายว่า คนยากไร้หรือคนไร้ญาติขาดมิตรคนเหล่านี้ไม่ใช่คนที่น่ารังเกียจ แต่เป็นคนที่ต้องเมตตาสงสาร เพราะความยากจนเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ ไม่ใช่ความผิดของเขา คนยากจนส่วนมากต้องทำงานหนักเพื่อแลกอาหารและเงินเพียงเล็กน้อย กินอยู่อย่างอดอยากแรงแค้น และไม่มีโอกาสดิ้นรนเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีกว่านั้นเพราะสังคมไม่เปิดโอกาสให้เขาไม่ควรดูถูกเหยียดหยามหรือมองเมินคนยากจน ควรให้ความเมตตาสงสาร ให้ความช่วยเหลือเขาบ้างตามสมควรในฐานะเป็นเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน

### ๑๔. อย่างกริ้วโกรธเนื่องนิตย

อธิบายว่า อายเป็นคนโกรธง่าย เจ้าโทสะอยู่เสมอ แม้มีเหตุแต่เพียงเล็กน้อยก็โกรธเกรี้ยว ฉุนเฉียว การเป็นคนโกรธง่ายจะทำลายบุคลิกภาพของตัวเอง คนโกรธง่ายหน้าตาบึ้งตึงย่อมไม่น่าดูไม่มีใครอยากคบหาสมาคม ไม่เหมือนคนหน้าตายิ้มแย้มแจ่มใส ใครเห็นก็เกิดความพอใจ อยากพูดด้วยคบด้วย ผู้น้อยที่หน้าตาบึ้งตึง ถูกตักเตือนอะไรนิดหน่อยก็แสดงความไม่พอใจ ผู้ใหญ่ย่อมไม่เมตตาเอ็นดู

### ๑๕. ผิดพลาดไปบ้าง

อธิบายว่า เมื่อทำผิดแล้วจะลบล้างความผิดนั้นให้หมดไปไม่ได้ ความผิดจะติดตัวอยู่ เช่นนั้นตลอดไป เป็นการเตือนสติให้รู้จักคิดหน้าคิดหลัง ไตร่ตรองให้รอบคอบก่อนจะลงมือทำอะไรลงไป เพราะเมื่อทำลงไปแล้วย่อมติดตัวอยู่เช่นนั้น จะปลิดทิ้งเหมือนปลิดผลไม้จากขั้วย่อมไม่ได้

### ๑๖. คิดทุกข์ในสงสาร

อธิบายว่า ให้คนยอมรับความเป็นจริงในชีวิตที่ไม่มีใครหนีพ้น ได้แก่การเวียนว่ายตายเกิด การคิดและการทำใจยอมรับว่าชีวิตเป็นทุกข์จะทำให้คนยอมรับเหตุการณ์ต่างๆ ในชีวิตไม่ว่าดีหรือร้าย ทุกข์หรือสุข ด้วยอาการสงบ

### ๑๗. อย่าทำการที่ผิด

อธิบายว่า อย่าทำสิ่งที่ผิด ถ้ารู้ว่าการกระทำอย่างใดเป็นความผิด ความชั่ว ควรหลีกเลี่ยงเพราะการกระทำความชั่วย่อมได้รับผลชั่ว ทำให้ตนเองและผู้อื่นเดือดร้อน

### ๑๘. คิดชวนชวายเป็นชอบ

อธิบายว่า ให้คิดแสวงหาสิ่งที่ดีงาม คือพยายามทำแต่สิ่งที่ดีที่งาม การทำดีจะได้รับผลที่ดีตามสนองอย่างน้อยก็ทำให้สุขใจ สุภาสิตใช้คำว่า ชวนชวายเป็น ชอบ อยู่นิ่งเฉย ให้ดี้นรนาทางทาความดีเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ไม่หยุดยั้ง เพราะความดียิ่งทำมากผลตอบสนองความดีก็ย่อมมีมากขึ้นด้วย

### ๑๙. อย่าขุดคนด้วยปาก

อธิบายว่า อย่าทำร้ายผู้อื่นด้วยวาจา เช่น พูดให้เขาเดือดร้อน กระทบกระเทือนหรือเจ็บช้ำน้ำใจ ขุด อาจหมายถึงรื้อฟื้นเรื่องส่วนตัวหรือเรื่องความหลังที่เขาไม่ต้องการให้ใครพูดถึง มาพูดหรือพูดจาที่หมิ่นหมิ่นทำร้ายจิตใจเขา ทำให้เขาได้รับความอับอาย เสียหาย การทำตนเป็นคนปากร้าย ไม่คิดใจคนอื่นเช่นนี้ จะทำให้ตนเป็นที่เกลียดชัง ไม่มีใครอยากเกี่ยวข้องกับ คนที่ถูกด่าว่าอาจผูกใจเจ็บและคิดแก้แค้นทีหลัง เป็นการสร้างศัตรูให้ตัวเอง

### ๒๐. อย่าถามคนด้วยตา

อธิบายว่า อย่ามองคนด้วยสายตาดูหมิ่น ถากถาง เยาะเย้ย หรือมองด้วยสายตาที่ไม่เป็นมิตรถึงแม้คนคนนั้นจะไม่ใช่คนยากจน ต่ำต้อย หรือความประพฤติไม่ดีทำความผิดคิดร้ายอะไรก็ตาม ควรเก็บความรู้สึกที่ไม่ชอบไว้ในใจ อย่าแสดงออกมาแม้ทางสายตา หากไม่ชอบก็พยายามอย่ามอง ถ้าจำเป็นต้องมองก็ให้มองด้วยสายตาทนอดทน ซ่อนความรู้สึกให้มิดชิด อย่าแสดงความรู้สึกชิงชังรังเกียจออกมาชนิดที่คนถูกมองจะต้องรู้สึกตัวทันที เพราะจะทำให้เขาละอายหรือไม่ก็อาจรู้สึกโกรธเกลียด กลายเป็นศัตรูกันไป เรื่องส่วนตัวของเขาจะเป็นอย่างไร หากไม่จำเป็นก็อย่าเอาใจใส่เกี่ยวข้อง การมองคนด้วยสายตาดูหมิ่น ถากถาง อาจสร้างศัตรูได้ง่ายเท่ากับการใช้คำพูดถากถางเหมือนกัน

### ๒๑. อย่าพาดพิงด้วยหู

อธิบายว่า อย่าพาดพิงหรือเข้าใจผิดเพราะเชื่อคำพูดคนอื่น คือ ต้องหนักแน่น มีเหตุผล เมื่อฟังเรื่องใดๆ อย่าด่วนเชื่อตามคำเขาทันที ต้องให้มีหลักฐานแน่นอนจึงควรเชื่อ เพราะคนประเภทชอบยุยง นินทาว่าร้าย หาเรื่องให้คนอื่นเดือดร้อนเสียหายมีอยู่มาก หากเชื่อคำพูดง่ายๆ อาจทำสิ่งที่ผิดพลาดเพราะความหุนหา จะต้องเสียใจภายหลัง

### ๒๒. อย่าริกล่าวคำคิด

อธิบายว่า อย่าหัดพูดไม่จริง การพูดเท็จเป็นความไม่ซื่อสัตย์อย่างหนึ่ง เป็นการหลอกลวงให้คนอื่นเข้าใจผิด หลงเชื่อในสิ่งที่ผิด ยิ่งถ้าเป็นการพูดเท็จที่ทำความเดือดร้อนให้คนอื่น เช่น พูดใส่ร้ายหรือโยนความผิดให้คนอื่น การพูดเท็จนั้นยังเป็นความผิดร้ายแรง หากคนอื่นจับได้เมื่อใดว่าคำพูดที่กล่าวนั้นไม่เป็นความจริงก็จะพากันหมดความเชื่อถือหมดความไว้วางใจต่อไปจะพูดอะไร แม้เป็นความจริงก็ไม่มีใครเชื่อเพราะเคยรู้ว่าเป็นคนพูดไม่จริง เชื่อถือไม่ได้ คนที่กล่าวคำไม่จริงแม้เพียงหนเดียวจึงเท่ากับทำลายศรัทธาที่คนอื่นเคยมีตัวตนให้หมดไป และยากที่จะทำให้เขาเชื่อถือศรัทธาได้ใหม่อีก

### ๒๓. อย่าแผ่เผื่อความผิด

อย่าแผ่เผื่อความผิดให้กับผู้อื่น คือ เมื่อทำผิดแล้วควรยอมรับผิด อย่าขัดทอดความผิดให้ผู้อื่นหรือดึงเอาผู้อื่นมาร่วมรับผิดชอบด้วยกันกับตน คนที่ถูกจับได้ว่าทำความผิดแล้วขัดทอดให้คนอื่นแสดงนิสัยขลาด ไม่รักพวกพ้อง พยายามเอาตัวรอดด้วยโยนความลำบากให้คนอื่น คนประเภทนี้ ต่อไปจะไม่มีใครอยากร่วมทำการงานอะไรด้วยเพราะเกรงว่าเมื่อทำงานผิดพลาดจะถูกขัดทอดป้ายความผิดให้

### ๒๔. คิดแล้วจึงเจรจา

อธิบายว่า คิดให้รอบคอบก่อนพูด เพราะคำพูดเมื่อออกจากปากแล้วไม่สามารถเอากลับคืนได้ หากพูดปลั่งพลาดไปตัวเองจะต้องเดือดร้อน บางครั้งคำพูดที่พูดไปโดยไม่ทันคิดอาจก่อเรื่องเสียหายใหญ่โต เช่น ไปพูดสัญญาอะไรกับใครแล้วไม่สามารถปฏิบัติตามคำพูดได้ หรือพูดเรื่องเกี่ยวกับคนอื่นโดยไม่ทันระวังตัว ทำให้เขากระทบกระเทือนเสียหาย เสียชื่อเสียง โดยที่คนพูดเองก็ไม่ได้ตั้งใจ อาจทำให้โกรธเคืองขัดใจ กลายเป็นศัตรูกันไป หรือบางครั้งการพูดโดยไม่คิดให้รอบคอบอาจปลั่งผลพูดเรื่องราวสำคัญ หรือความลับที่ต้องปกปิดให้คนอื่นรู้หรือข้อความที่ไม่สมควรใดๆ

### ๒๕. อย่านินทาผู้อื่น

อธิบายว่า อย่าติเตียนผู้อื่นลับหลังเขา หากจะตำหนิติเตียนความผิดของเขาด้วยความหวังดี ต้องการให้เขารู้ตัว มองเห็นความผิดของตัวเองเพื่อนำไปปรับปรุงแก้ไข ก็ควรพูดต่อหน้าอย่างตรงไปตรงมาเมื่อมีโอกาส ถ้าไม่อยู่ในฐานะที่จะพูดได้โดยเขาไม่โกรธก็ไม่ควรพูดเลย การเอาเรื่องความผิดของคนอื่นไปพฤติเตียนเมื่ออยู่หลังเขาเป็นการแสดงความหวังร้าย แพร่ขยายความผิด

ของเขาให้คนอื่นรับรู้ ทำให้คนอื่นพลอดมองเห็นความผิดของคนนั้นด้วย ผู้ที่ถูกตอเตียนลับหลังเมื่อรู้เข้าก็ย่อมโกรธเคือง

### ๒๖. อย่าตื่นยกยอตน

อธิบายว่า เมื่อมีคนยกย่อง อย่าหลงลืมตัว คือดีใจหรือหลงเชื่อไปตามคำยกยอ เพราะคนที่ยกย่องนั้นอาจไม่ได้พูดด้วยใจจริงแต่พูดเพื่อประจบสอพลอ หวังผลตอบแทน ลับหลังเขา อาจนินทาว่าร้ายก็ได้ คนที่เป็นผู้ใหญ่มีฐานะตำแหน่งหน้าที่การงานสูงมักมีคนประจบสอพลอมาก ต้องทำให้หนักแน่น ไม่หลงไหลไปตามคำยกย่องนั้น ควรเตือนตนไว้เสมอว่า ลาภ ยศ สุข สรรเสริญ

### ๒๗. คนจนอย่าดูถูก

อธิบายว่า อย่าดูถูกคนจน ความไม่ใช่ความผิดหรือความชั่วร้ายเลวทราม คนจนอาจเป็นคนดีมีจิตใจงดงามมากกว่าคนร่ำรวย คนจนบางคนอาจมีความรู้ ความสามารถ มีความขยันหมั่นเพียรและอาจยกฐานะของเขาขึ้นให้พ้นจากความยากจนได้ในวันข้างหน้า ฉะนั้นจึงไม่ควรดูถูกดูหมิ่นคนที่ยากจน คนจนหากมีน้ำใจดีก็อาจคบเป็นมิตรได้ และมิตรสหายที่เป็นคนยากจนอาจเป็นมิตรที่ดีมีความซื่อสัตย์ยิ่งกว่ามิตรที่ร่ำรวย

### ๒๘. อย่ามักห้าवलันแตก

อธิบายว่า อย่างแข็งนัก จะเป็นอันตรายแก่ตัวเอง ใช้คำว่า “แตก” คือไม่ใช่ได้รับโทษเพียงทำให้ตัวเองเดือดร้อน กระทบกระเทือนเล็กน้อย แต่ถึงแตกกระจายหรือล้าลายลงไป คืออาจสูญเสียหมดทุกสิ่งทุกอย่างแม้แต่ชีวิตหากแข็งกระด้างเกินไป

### ๒๙. จงยั้งผู้มีศักดิ์

อธิบายว่า ให้พยายามศึกษาหาความรู้ให้มากยิ่งขึ้นกว่าคนที่มียศศักดิ์ คือคนที่มียศศักดิ์ มีตระกูลสูงส่งอยู่แล้ว ถึงอย่างไรก็มีทุกอย่างอยู่แล้วแต่คนที่ เป็นเพียงสามัญชน จำเป็นต้องศึกษาหาความรู้ให้มาก เพื่อยกระดับของตัวเอง ยิ่งเป็นคนต่ำต้อยเพียงไร ความพยายามยกฐานะของตัวเอง ก็ยิ่งยาก และต้องอาศัยความสามารถมากขึ้นเท่านั้น คนจนจึงต้องพยายามให้ยิ่งไปกว่าคนที่ร่ำรวย มียศศักดิ์สูง

### ๓๐. อย่ามักง่ายมิตี

อธิบายว่า อย่ามักง่าย การทำอะไรแบบมักง่าย ไม่ถี่ถ้วนเป็นสิ่งไม่ดี ผลงานที่ทำออกมามักบกพร่องเสียหาย ยิ่งเป็นงานใหญ่ งานสำคัญ ยิ่งต้องละเอียดรอบคอบ ตรวจสอบตราให้ถี่ถ้วน จะคิดง่ายๆ ทำง่ายๆ พอให้เสร็จไป เห็นว่านิดหน่อยคงไม่เป็นไรไม่ได้ เพราะความผิดพลาดเล็กน้อย อาจก่อให้เกิดผลเสียหายร้ายแรงได้ เช่นเดินสายไฟไม่เรียบร้อย หรือก่อไฟไว้แล้วไม่ดับให้สนิท คิดว่าจวนมอดแล้วคงไม่ลุกลาม ไฟอาจลุกลาม ไฟอาจลุกลามเผาผลาญบ้านเรือน ทรัพย์สินเงินทองจนหมดสิ้น ดังนั้น หากจะทำการงานอะไรควรฝึกนิสัยให้เป็นคนถี่ถ้วน รอบคอบ อย่าทำอะไรพอนันตัว จะเป็นนิสัยไม่ดีติดตัวไป

### ๓๑. ผิดอย่าเอาเอาแต่ชอบ

อธิบายว่าให้ทำแต่สิ่งที่ดี ละเว้นสิ่งที่ชั่ว เพราะการทำความดี ผลย่อมออกมาดี ผู้ทำย่อมได้รับความสุขความเจริญ ส่วนการทำความชั่ว ความเลว ผลย่อมเลวตาม ทำให้ผู้ทำเดือดร้อนผู้ที่ปรารถนาความสุขสงบในชีวิตควรหลีกเลี่ยงการกระทำที่จะก่อความทุกข์ ความเดือดร้อนให้ตนเอง ทำแต่สิ่งที่จะให้เกิดความสุขความเจริญ

โดยสรุปแล้ว สุภาสิตพระร่วงเป็นคำสอนที่มีความสอดคล้องกับวัฒนธรรมไทยเป็นอย่างมาก ทั้งในสมัยอดีตและในสมัยปัจจุบัน เป็นคำสอนที่เน้นทั้งทางด้านการคบหาสมาคมกับผู้คน การวางตนเองให้เหมาะสมตามฐานะ การแสวงหาความรู้ การทำงาน ประกอบอาชีพต่างๆ ตลอดทั้งการใช้ชีวิตอย่างรอบคอบไม่ประมาท บุคคลใดที่ยึดถือเป็นแนวทางปฏิบัติย่อมเชื่อว่าพัฒนาตนเองได้ครบในทุกๆ ด้าน อนึ่ง สุภาสิตพระร่วงนี้หลายบทความมีความใกล้เคียงกับพุทธศาสนสุภาสิตเป็นอย่างมาก น่าจะเกิดจากอิทธิพลของพระพุทธศาสนาที่มีอยู่อย่างกว้างขวางในสมัยสุโขทัย โดยเฉพาะกับหลักธรรมที่ปรากฏในมงคลสูตร ซึ่งจะได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบในบทต่อไป

## บทที่ ๔

### วิเคราะห์ความสัมพันธ์หลักปฏิบัติการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตร กับหลักคำสอนที่ปรากฏในสุภาสิตพระร่วง

ในบทที่ ๒ และ บทที่ ๓ ผู้วิจัยได้นำเสนอองค์ความรู้เกี่ยวกับมงคลสูตรและสุภาสิตพระร่วง โดยนำเสนอในด้านประวัติความเป็นมา เนื้อหา และสาระสำคัญโดยละเอียดแล้ว จะเห็นได้ว่า เนื้อหาในมงคลสูตรกับสุภาสิตพระร่วงมีสาระสำคัญเกี่ยวกับการพัฒนาตนเอง เป็นแนวทางประพฤติปฏิบัติ เพื่อการพัฒนาชีวิต ทั้งในส่วนที่เป็นระดับปัจเจกบุคคลและระดับสังคม มีหลักธรรมหรือข้อควรปฏิบัติที่สนับสนุนและสอดคล้องกัน

#### ๔.๑ วิเคราะห์กระบวนการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตรกับหลักคำสอนที่ปรากฏใน สุภาสิตพระร่วง

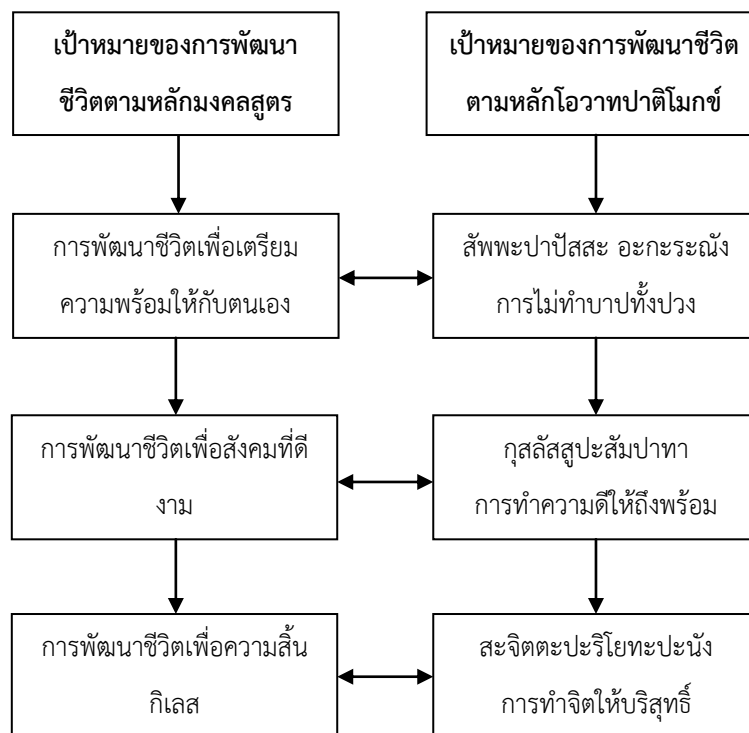
กระบวนการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตรกับหลักคำสอนที่ปรากฏในสุภาสิตพระร่วง สามารถวิเคราะห์ได้ดังนี้

##### ๔.๑.๑ วิเคราะห์กระบวนการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตร

ดังที่ได้แสดงไว้ในตารางที่ ๑ - ๒ - ๓ และ ๔ เกี่ยวกับเป้าหมายและหลักการของมงคล ๓๘ ในฐานะเครื่องมือพัฒนาชีวิต โดยแบ่งเป้าหมายออกเป็น ๒ ระดับ คือ การพัฒนาชีวิตเพื่อให้เป็นคนดีของสังคม การพัฒนาเพื่อความสิ้นไปของกิเลส นอกจากนั้นยังได้แบ่งขั้นของการพัฒนาชีวิตออกเป็น ๓ ระดับ คือระดับพื้นฐาน ระดับกลาง และระดับสูง จากการแบ่งเป้าหมายและระดับการพัฒนาชีวิตดังกล่าวทำให้เห็นว่า มงคล ๓๘ ประการนั้นเป็นการพัฒนาชีวิตที่มีความสัมพันธ์กันในระดับปัจเจกบุคคล คือ การมุ่งที่การพัฒนาชีวิตเพื่อตนเอง เป็นการพัฒนาชีวิตเพื่อสังคม เป็นการต่อยอดของการพัฒนาชีวิต และเมื่อพัฒนาอย่างเต็มที่แล้วก็จะกลับมาสู่การพัฒนาชีวิตในขั้นสูงสุด จะเห็นได้ว่าขั้นตอนการพัฒนาชีวิตของมงคลสูตรนั้นมีความสอดคล้องกับหลักโอวาทปาติโมกข์เป็นอย่างดี นั่นคือ การละเว้นความชั่ว ทำความดีให้ถึงพร้อม และการทำจิตใจให้บริสุทธิ์<sup>๑</sup> กล่าวคือ ในโอวาทปาติโมกข์นั้นได้แบ่งขั้นของการพัฒนาชีวิตไว้เป็น ๓ ขั้น เช่นเดียวกัน คือ ขั้นพัฒนาเฉพาะตนเอง (ไม่ทำบาปทั้งปวง) ขั้นพัฒนาตนเองเพื่อสังคม (การทำความดีให้ถึงพร้อม) และขั้นพัฒนาตนเองขั้นสูงสุด (การทำจิตใจให้บริสุทธิ์) ความสัมพันธ์ระหว่างขั้นตอนการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตรกับโอวาทปาติโมกข์ ดังแผนภูมิที่ ๑ ดังนี้

<sup>๑</sup> ที.สี. (ไทย) ๑๐/๙๐/๕๐.

แผนภูมิที่ ๑ ความสัมพันธ์ระหว่างเป้าหมายของการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตรกับ  
โอวาทปาติโมกข์

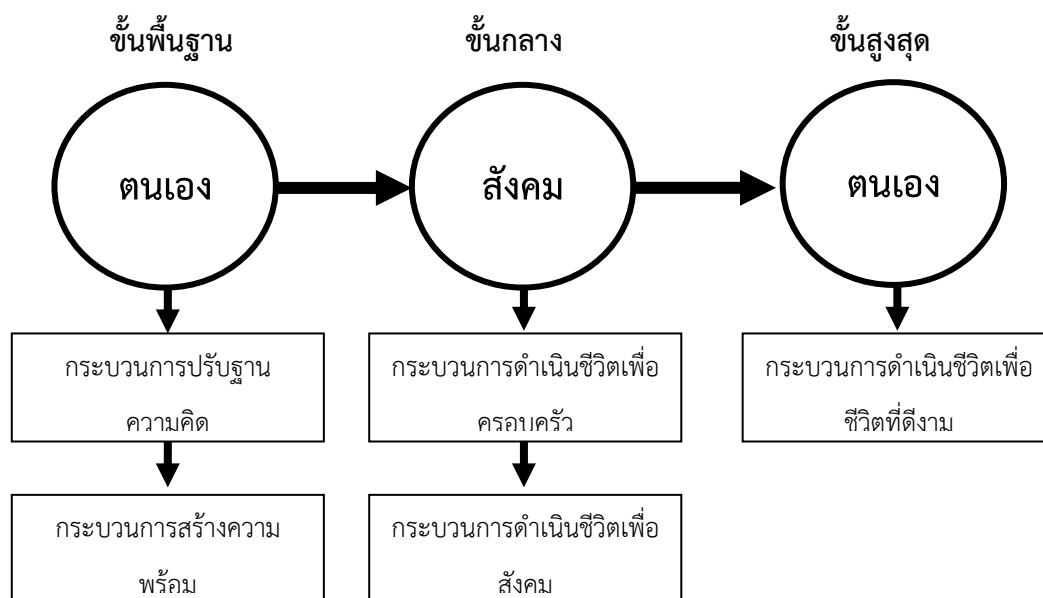


จากแผนภูมิที่ ๑ นั้น เพื่อยืนยันให้เห็นถึงหลักของการจัดแบ่งเป้าหมายของการพัฒนาชีวิตที่ผู้วิจัยได้กำหนดไว้ในงานวิจัยนี้ที่มีความสอดคล้องกับหลักอื่นๆ ในพระไตรปิฎก โดยในที่นี้ได้นำเสนอหลักโอวาทปาติโมกข์ เนื่องจากโอวาทปาติโมกข์เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าทุกพระองค์และเป็นโอวาทสำคัญที่แสดงเมื่อเริ่มประกาศพระพุทธศาสนา หลักมงคลสูตรนั้นเป็นหลักธรรมที่แสดงในภายหลังแต่เมื่อเทียบเคียงและจัดหมวดหมู่แล้วพบว่ามีความสอดคล้องกันและสัมพันธ์กัน กล่าวคือเป็นการพัฒนาตนเองที่มีระดับสูงสุดคือการพัฒนาจิตใจ หรือเป็นการพัฒนาที่เหนือจากชั้นโลภะเป็นชั้นโลกุตตระ เป้าหมายของการพัฒนาชีวิตในพระพุทธศาสนาจึงไม่ได้หยุดอยู่แค่ความสงบสุขและความเจริญของสังคมเท่านั้น แต่เป็นการหลุดพ้นจากพันธนาการของสังขม แนวทางในมงคลสูตรจึงเป็นไปเพื่อเป้าหมายสูงสุดนี้ด้วยเช่นกัน เหตุนี้ผู้วิจัยจึงได้นำเป้าหมายที่จัดแบ่งมงคลสูตรและเป้าหมายของโอวาทปาติโมกข์มาแสดงในเบื้องต้นนี้ก่อน เพื่อเป็นสิ่งยืนยันในหลักการแบ่งเป้าหมายของการพัฒนาชีวิตให้เห็นถึงความสอดคล้องตามหลักการสำคัญในพระพุทธศาสนา อันจะเป็นฐานของการวิเคราะห์ให้เห็นถึงกระบวนการพัฒนาชีวิตตามขั้นตอนต่อไป



ดังที่กล่าวแล้วว่า เป้าหมายของมงคล ๓๘ ประการนั้นเป็นการพัฒนาชีวิตที่มีกระบวนการ จากขั้นพื้นฐานไปสู่ขั้นสูงสุดของชีวิต ดังแผนภูมิที่ ๒ ดังนี้

แผนภูมิที่ ๒ แสดงเป้าหมายของการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตร



จากแผนภูมิที่ ๒ จะพบว่า การพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตรนั้น ขั้นพื้นฐานเป็นการพัฒนาตนเองเพื่อให้มีความพร้อมต่อการพัฒนาที่สูงขึ้นไป คือการทำประโยชน์เพื่อสังคัม และสุดท้ายแล้วจึงกลับมาพัฒนาตนเองเพื่อชีวิตที่ดีงาม เพื่อให้บรรลุเป้าหมายดังกล่าวนี้ หลักคำสอนในมงคลสูตรจึงสามารถวิเคราะห์และจำแนกให้เห็นกระบวนการของการพัฒนาชีวิตได้เป็น ๕ กระบวนการ ประกอบด้วย ๑. กระบวนการปรับฐานความคิด ๒. กระบวนการสร้างความพร้อม ๓. กระบวนการดำเนินชีวิตเพื่อครอบครัว ๔. กระบวนการดำเนินชีวิตเพื่อสังคัม และ ๕. กระบวนการดำเนินชีวิตเพื่อชีวิตที่ดีงาม กระบวนการทั้ง ๕ เป็นการพัฒนาชีวิตที่เป็นระดับขั้น

### ๑. วิเคราะห์กระบวนการปรับฐานความคิด

กระบวนการปรับฐานความคิดนี้เป็นกระบวนการแรก เพราะการพัฒนาชีวิตนั้นจะต้องเริ่มต้นจากความเข้าใจที่ถูกต้องก่อนที่เรียกสัมมาทิฐิ เสมือนเรือที่จำเป็นต้องมีหางเสือ แต่หากตั้งหางเสือไว้ผิดทางย่อมไม่สามารถนำทางไปได้ หรืออาจนำไปสู่หายนะได้อีกด้วย เมื่อได้ศึกษาเชิงวิเคราะห์องค์ธรรมในมงคลสูตรแล้วพบว่า พระพุทธเจ้าได้แสดงถึงกระบวนการปรับฐานความคิดให้ถูกต้องไว้ ๓ ประการ คือ การไม่คบคนพาล การคบบัณฑิต และการบูชาบุคคลที่ควรบูชา ทั้ง ๓ ประการนี้ล้วนแต่เป็นการเลือกคบกับคนทั้งนั้น หากได้คบคนดีเป็นกัลยาณมิตรย่อมทำให้ได้แนวคิดที่ดี วิธีการที่ดี

การแนะนำที่ดี เพราะกัลยาณมิตรเป็นปัจจัยสำคัญในการทำให้ผู้เรียนมีความรู้ วิธีคิด และการปฏิบัติที่ถูก เป็นพื้นฐานของการเกิดสัมมาทิฐิ คือ หลักการ กฎเกณฑ์ ทฤษฎี กับสัมมาสังกัปปะ คือ ความคิดรวบยอดที่ถูก หรือมโนทัศน์ มโนคติ ดังพุทธพจน์ที่ตรัสแก่พระอานนท์ว่า “อานนท์ ที่จริง ความเป็นผู้มีมิตรดี มีสหายดี มีเพื่อนดี เป็นพรหมจรรย์<sup>๒</sup> ทั้งหมดทีเดียว”<sup>๓</sup> “ภิกษุทั้งหลาย เมื่อภิกษุผู้เป็นพระเสขะยังไม่บรรลु ปรารถนาจะบรรลุธรรมอันเป็นแดนเกษมจากโยคะอันยอดเยี่ยม เราไม่เห็นเหตุอื่นแม้ อย่างหนึ่งที่ทำให้เหตุซึ่งมีอยู่ภายนอกตนให้มีอุปการะมากอย่างนี้เหมือนความเป็นผู้มีมิตรดีนี้เลย ภิกษุทั้งหลายภิกษุผู้มีมิตรดี ย่อมละอกุศลได้ และทำกุศลให้เจริญ”<sup>๔</sup> ดังนั้น การไม่คบคนพาล การคบบัณฑิต จึงเป็นการเลือกคบบุคคลที่ควรคบ ส่วนการบูชาบุคคลที่ควรบูชานั้นเป็นการนำแบบอย่างของดีของบุคคลนั้นมาเป็นแรงบันดาลใจและแรงจูงใจในอันที่จะทำดีเช่นนั้น เพื่อจะได้ศึกษา เรียนรู้จากประสบการณ์ของบุคคลเหล่านั้น เพราะขึ้นชื่อว่าเป็นบุคคลที่ควรบูชาแล้ว ย่อมมีความเหมาะสมทั้งใน ด้านคุณวุฒิและวัยวุฒิ องค์ประกอบทั้ง ๓ ประการนี้จะนำไปสู่สัมมาทิฐิและธรรมอันเกษมอื่นอัน ยิ่งขึ้นไปอีก จึงเป็นจุดเริ่มต้นของกระบวนการพัฒนาชีวิต

## ๒. วิเคราะห์กระบวนการสร้างความพร้อม

กระบวนการสร้างความพร้อม เป็นกระบวนการที่ต่อยอดมาจากการปรับฐานความคิดที่ดี นั่นเอง กล่าวคือ เมื่อปรับฐานความคิดเห็นของตนเองได้ถูกต้องจากคำแนะนำของบัณฑิตและปรโตโฆสะ<sup>๕</sup> อื่นๆ แล้ว กระบวนการต่อไปก็คือการสร้างความพร้อมให้กับตนเอง เพราะการพัฒนาชีวิตนั้น จำเป็นต้องมีการเพิ่มความรู้ พัฒนาตนเองทางด้านสติปัญญา วิชาการ ความสามารถในการดำรงชีพ การเข้าสังคม ในมงคลสูตรได้จัดหลักธรรมที่เป็นกระบวนการสร้างความพร้อม เช่น อยู่ในถิ่นที่เหมาะสม มีบุญวาสนามาก่อน ตั้งตนไว้ชอบ มีศีลปะ มีวินัย มีวาจาสุภาพดี เป็นต้น

กระบวนการเหล่านี้เป็นการสร้างความพร้อม เป็นปัจจัยสนับสนุนให้บุคคลสามารถพัฒนาชีวิตตนเองได้อย่างเต็มที่ การอยู่ในถิ่นที่เหมาะสมเป็นการจัดสภาพแวดล้อมที่ดีให้แก่ตนเอง ความเหมาะสมของสถานที่คือมีบุคคลรอบข้างเป็นบัณฑิต มีความอุดมสมบูรณ์ในข้าวปลาอาหาร ไม่เป็นสถานที่อันตราย เป็นแหล่งธรรมะและศิลปวิทยาการเจริญรุ่งเรือง การได้อยู่ในสถานที่แบบนี้จะอำนวยความสะดวกให้เกิดการเรียนรู้ มีทักษะในการดำรงชีวิต และมีศีลปะในการประกอบกิจการงานที่ไม่มีโทษ ใน

<sup>๒</sup> พรหมจรรย์ หมายถึง อริยมรรค

<sup>๓</sup> ส.ม.ท. (ไทย) ๑๙/๒/๔.

<sup>๔</sup> ขุ.อิติ. (ไทย) ๒๕/๑๗/๓๖๑.

<sup>๕</sup> ปรโตโฆสะ หมายถึง การฟังเสียงผู้อื่น ความหมายที่กว้างกว่านี้ คือ การศึกษา การค้นคว้า การสนทนาแลกเปลี่ยนทัศนะ ประชุมหารือ การร่วมอภิปราย หรือแม้กระทั่งการอ่านหนังสือ ตำราต่างๆ ก็ล้วนเป็นปรโตโฆสะทั้งสิ้น

มงคลที่ปิ่นท่านแสดงไว้ว่า “ชื่อว่าศิลปะของคฤหัสถ์มีมากชนิด ในศิลปะเหล่านั้น กิจการใด เว้นจากการเบียดเบียนชีวิตของสัตว์อื่น เว้นจากอกุศลกรรม มีการงานของช่างแก้วและช่างทองเป็นต้น กิจการนั้นจัดเป็นมงคล เพราะนำมาซึ่งประโยชน์ในโลกนี้”<sup>๖</sup>

จะเห็นได้ว่า ในกระบวนการนี้เป็นการพัฒนาชีวิตที่เป็นเรื่องราวเกี่ยวกับการเรียนรู้ ทั้งการเรียนรู้ที่เป็นวิชาการและการเรียนรู้เพื่อที่จะสามารถดำรงตนอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข เช่น การพูดแต่สิ่งที่ดี การมีวินัย เป็นต้น หากเปรียบเทียบเป็นการปลูกต้นไม้ กระบวนการที่ ๑ เป็นการเตรียมดิน เตรียมกล้าพันธุ์ ส่วนกระบวนการนี้เป็นการใส่ปุ๋ย พรุนดิน ตัดแต่งกิ่งก้าน เพื่อรอให้ออกดอกออกผล ในโอกาสต่อไป

### ๓. วิเคราะห์กระบวนการดำเนินชีวิตเพื่อครอบครัว

กระบวนการนี้เป็นการต่อยอดจากกระบวนการเตรียมความพร้อมในการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตร เป็นการนำเอาองค์ความรู้จากการปรับฐานความคิดและการเตรียมความพร้อมในสู่ภาคปฏิบัติ กล่าวคือ เมื่อตนเองได้รับการพัฒนาแล้ว มีความพร้อมทั้งความคิดและสติปัญญา ขั้นตอนต่อไปคือการทำเพื่อผู้อื่น เป็นการแตกแขนงคุณงามความดีที่สูงขึ้นไป ส่วนการทำเพื่อผู้อื่นนั้นมี ๒ กลุ่ม คือ ๑) กลุ่มผู้ที่อยู่ใกล้ชิด คือ พ่อแม่ พี่น้อง ญาติ และ ๒) กลุ่มผู้ที่อยู่ไกลออกไป คือ ผู้คนในสังคมเดียวกัน หมู่บ้านเดียวกัน เป็นต้น กระบวนการดำเนินชีวิตจึงควรเป็นไปทั้งเพื่อครอบครัวและสังคม

กระบวนการดำเนินชีวิตเพื่อครอบครัว คือ การสงเคราะห์ครอบครัว เพราะชีวิตมนุษย์นั้นเริ่มจากครอบครัว หากจัดการครอบครัวยังไม่ได้ โอกาสที่จะไปสงเคราะห์ช่วยเหลือสังคมนั้นก็ยากเต็มที่ กระบวนการสร้างครอบครัวให้เป็นสุขนั้นจึงเป็นการพัฒนาชีวิตที่ยกระดับมาอีกขั้น คือ การดูแลบิดามารดา การดูแลสามีภรรยา การดูแลบุตรธิดา และการทำงานไม่คั่งค้าง การบำรุงบิดามารดา เป็นการแสดงความกตัญญูกตเวทิต่อผู้มีพระคุณ เป็นหน้าที่ของบุตรธิดาที่ต้องกระทำต่อพ่อแม่ เป็นเครื่องหมายของคนดีมีศีลธรรม การเลี้ยงดูบุตร เพื่อให้บุตรได้รับการศึกษา เป็นคนดีของวงศ์ตระกูล และของสังคม การสงเคราะห์สามีภรรยา เพื่อให้ชีวิตสมรสเป็นไปด้วยความราบรื่น เสริมสร้างให้ครอบครัวมีความสุข มีความอบอุ่น และการทำงานไม่คั่งค้างเป็นการสนับสนุนให้การทำงานมีประสิทธิภาพ อันจะสร้างความมั่นคงให้แก่ครอบครัวได้ จะเห็นได้ว่า กระบวนการดำเนินชีวิตเพื่อครอบครัวนั้นนอกจากจะทำให้บุคคลในครอบครัวเป็นสุขแล้ว ยังรวมถึงการประกอบกิจการงานที่มีความมั่นคงและประสิทธิภาพด้วย เพราะหากการงานบกพร่อง ไม่มั่นคง การดูแลครอบครัวก็ประสบปัญหา

<sup>๖</sup> คณะกรรมการแผนกตำรา มหามกุฏราชวิทยาลัย, มังคลัตถที่ปิ่น แปล เล่ม ๒, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๑๔.

ไปด้วยและอาจกลายเป็นสภาพบ้านแตกสาแหรกขาด สร้างปัญหาอื่นๆ ตามมาแก่สังคมโดยรวมได้ การทำงานที่มั่นคง ให้สามารถจุนเจือและเลี้ยงดูบุคคลในครอบครัวได้จึงเป็นการสร้างความสุขเป็นการพัฒนาชีวิตที่สามารถต่อยอดความสุขนี้ไปถึงสังคมโดยรวมได้ด้วย

#### ๔. วิเคราะห์กระบวนการดำเนินชีวิตเพื่อสังคม

กระบวนการดำเนินชีวิตเพื่อสังคมเป็นการต่อยอดผลผลิตของการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตร เป็นการบำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคมและส่วนรวม เนื่องจากมนุษย์เป็นสัตว์สังคม การเกี่ยวข้องผูกพันกันระหว่างสมาชิกในสังคมจึงเป็นสิ่งที่ไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ สมาชิกทุกคนในสังคมต่างต้องมีหน้าที่และบทบาทในสังคม กระบวนการนี้ประกอบด้วยหลักธรรม ๔ ข้อ คือ การบำเพ็ญทาน การประพฤติธรรม การสงเคราะห์ญาติ และการทำงานไม่มีโทษ

โดยที่การบำเพ็ญทานเป็นเรื่องของการให้ การรู้จักสละทรัพย์สิ่งของของตนให้แก่ผู้ที่เหมาะสมควรได้รับ ทั้งโดยบุคคลหรือสาธารณประโยชน์ ล้วนเป็นการกำจัดความตระหนี่ เป็นการสั่งสมบุญและเป็นการสร้างสรรค์ความเจริญให้แก่มวลมนุษยชาติ ส่วนการประพฤติธรรมในที่นี้มีความหมายกว้างกว่าการปฏิบัติธรรมที่เรียกว่ากรรมฐาน เพราะหมายถึงการดำรงชีวิตตามตัวบทกฎหมาย ทำแต่สิ่งที่ถูกต้องดีงาม ตามกติกาของสังคม ไม่ประพฤติตนเป็นภาระของส่วนรวม สำหรับการสงเคราะห์ญาติเป็นการประสานความสามัคคีแก่สังคม ให้เกิดความสงบสุข เพราะญาตินั้นท่านหมายเอาทั้งญาติสายโลหิตและญาติโดยธรรม นั่นก็คือสมาชิกทุกคนในสังคมนี้อันเป็นญาติกันทั้งสิ้น หากมีความเกื้อกูล อนุเคราะห์ ช่วยเหลือกัน ความสนิทสนมกลมเกลียวก็เกิดขึ้นด้วยการสงเคราะห์กันนี้เอง ประการสุดท้ายคือการทำงานไม่มีโทษ เป็นเรื่องการทำงานสุจริต ไม่สร้างความเดือดร้อนให้แก่ผู้อื่น ในพระพุทธศาสนามุ่งที่การเว้นจากการงาน ๖ ประเภทที่เรียกว่ามิจฉาณิชา ทั้งการบำเพ็ญทาน การประพฤติธรรม การสงเคราะห์ญาติ และการทำงานไม่มีโทษ เป็นการพัฒนาชีวิตตนเองในระดับที่สูงขึ้น เนื่องจาก “ค่าของคนอยู่ที่ผลของงาน” การทำงานเพื่อให้ตนเองมีความสุขนั้นเป็นธรรมดาที่ใครๆ ก็อาจทำได้ แต่การทำงานเพื่อให้สังคมมีความสุขได้ด้วยนั้นเป็นอีกขั้นของการพัฒนาตนเองที่สูงขึ้น

#### ๕. วิเคราะห์กระบวนการดำเนินชีวิตเพื่อชีวิตที่ดีงาม

กระบวนการดำเนินชีวิตเพื่อชีวิตที่ดีงาม เป็นการหันกลับมาหาตัวเองอีกครั้ง ไม่ใช่เพื่อการเตรียมความพร้อมเมื่อตอนต้น แต่เป็นการกลับมาดูแลตนเองเพื่อชีวิตที่งามตามอุดมคติในพระพุทธศาสนา คือการมุ่งพัฒนาชีวิตเพื่อความสุขสงบที่แท้จริง นั่นคือ พระนิพพานอันเกษม แน่แน่นอนว่ากระบวนการนี้อาจไม่สำเร็จได้ในระยะเวลาอันสั้นและทุกคนจะก้าวถึงได้ แต่การพยายามพัฒนาชีวิตตนเองตามลายทางชีวิตนี้ อยู่ในเส้นทางที่ถูกต้องไปตลอด ย่อมถึงเป้าหมายได้ในวันใดวัน

หนึ่งอย่างไม่ต้องสงสัย การพัฒนาชีวิตเพื่อชีวิตที่ดีงามเป็นกระบวนการสูงสุด มีทั้งหมด ๒๐ หลักธรรม แบ่งออกเป็น ๒ กลุ่ม คือ

๑. กลุ่มที่เป็นเหตุ ประกอบด้วย การเว้นจากบาป สรรวมจากการดื่มน้ำเมา ไม่ประมาทในธรรม มีความเคารพ มีความถ่อมตน มีความสันโดษ มีความกตัญญู พึงธรรมตามกาล มีความอดทน เป็นคนว่าง่าย เห็นสมณะ สันทนาธรรมตามกาล บำเพ็ญตบะ ประพฤติพรหมจรรย์ เห็นอริยสัจ ทำพระนิพพานให้แจ้ง

๒. กลุ่มที่เป็นผล ประกอบด้วย จิตไม่หวั่นไหวในโลกธรรม จิตไม่โศก จิตปราศจากอภิวินัย และจิตเกษม

จะเห็นได้ว่า กระบวนการนี้จะมีหลักธรรมที่เป็นเรื่องของคุณธรรม จริยธรรมที่มุ่งเพื่อความเจริญในธรรมโดยส่วนเดียว และไม่มีหลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวและสังคม เพราะเป็นกระบวนการพ้นจากเรื่องเหล่านั้นแล้ว เป็นการมุ่งเพื่อเข้าสู่ความสุขเกษมในพระพุทธศาสนา เมื่อวิเคราะห์แล้วจะพบว่า เป็นการพัฒนาตนเองเพื่อตนเองอย่างแท้จริง

มีข้อสังเกตว่า การเห็นอริยสัจและการทำพระนิพพานให้แจ้งนั้น ผู้วิจัยจัดอยู่ในกลุ่มที่เป็นเหตุ เพราะยังเป็นขั้นตอนของการประพฤติปฏิบัติ และผู้วิจัยเห็นว่ากระบวนการพัฒนาชีวิตตนเองตามหลักมงคลสูตรนั้นยุติเพียงแค่ว่า ๓๔ ประการเท่านั้น ส่วนกลุ่มที่เป็นผลนั้น เป็นผลสืบเนื่องมาจากมงคลข้อที่ ๓๔ คือ การทำพระนิพพานให้แจ้ง กล่าวคือ เมื่อพระนิพพานเกิดขึ้นแล้ว จิตย่อมไม่หวั่นไหวในโลกธรรม จิตย่อมไม่โศกเศร้า จิตย่อมปราศจากอภิวินัย และจิตย่อมเกษม ย่อมเกิดขึ้นตามมา โดยเพราะการเข้าถึงพระนิพพานนั้นแล้ว ไม่จำเป็นต้องพัฒนาหรือสร้างให้เกิดขึ้น เมื่อเป็นเช่นนี้มงคลที่ควรนำมาเป็นหลักในการพัฒนาชีวิตจึงมีเพียง ๓๔ ประการเท่านั้น ส่วนอีก ๔ ข้อสุดท้ายนั้น ผู้วิจัยเปรียบเป็นการเสวยวิมุตติสุขของพระพุทธเจ้า แม้จะสำเร็จพระอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณเป็นพระพุทธเจ้า ย่อมเต็มอิ่มอยู่ด้วยบรมสุขแล้ว แต่ก็ยังอยู่เสวยรสแห่งวิมุตติสุขนั้นอยู่ถึง ๗ สัปดาห์ มงคลสูตรก็เช่นกัน เมื่อปฏิบัติครบจนถึงทำพระนิพพานให้แจ้งแล้ว ความสุขก็เกิดขึ้น มงคลอีก ๔ ข้อสุดท้ายจึงเป็นการชื่นชม ยินดี กับความสุขที่เกิดขึ้นนั้น

โดยสรุปแล้ว มงคลสูตรเป็นกระบวนการพัฒนาชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนาที่สมบูรณ์และบริบูรณ์ที่สุด จากการวิเคราะห์แล้วพบว่า เป็นกระบวนการที่มีระเบียบ เป็นขั้นตอน มีแนวทางการพัฒนาชีวิตตามลำดับ จากจุดง่ายไปสู่จุดยาก จากขั้นพื้นฐานไปสู่ขั้นสูงสุด มีทั้งส่วนที่เป็นเหตุและส่วนที่เป็นผลเกี่ยวเนื่องกันไปโดยตลอดสาย มีเนื้อหาที่ครอบคลุมครบทุกด้าน ทั้งตนเอง ครอบครัว สังคม และพัฒนาสู่ความสุขสูงสุดในอุดมคติของพระพุทธศาสนา คือพระนิพพาน จึงเหมาะต่อการนำมาเป็นแนวทางประพฤติปฏิบัติเพื่อการพัฒนาชีวิตที่ดีงามต่อไป



#### ๔. การพัฒนาชีวิตด้านพฤติกรรม

การพัฒนาชีวิตด้านพฤติกรรม เนื่องจากมนุษย์เป็นสัตว์สังคม จำเป็นต้องมีปฏิสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับบุคคลต่างๆ อยู่เสมอ ไม่ทางใดก็ทางหนึ่ง บางครั้งเป็นเหตุให้กระทบกระทั่งจนบาดหมางกันไปก็มี ดังนั้น กิริยามารยาทและการรู้จักรักษาระยะห่างของตนต่อบุคคลอื่นๆ จึงเป็นเรื่องที่ต้องศึกษาเรียนรู้ไว้ โดยเฉพาะการทำงานที่ต้องมีเจ้านาย มีลูกน้อง การวางตัวตามตำแหน่งฐานะเป็นเรื่องสำคัญเช่นเดียวกัน ในสุภาสิตพระร่วงมีคำสอนเกี่ยวกับพฤติกรรม จำนวน ๑๘ สุภาสิต เป็นเรื่องเกี่ยวกับกิริยามารยาท การวางตัว ความประพฤดิระหว่างบุคคลที่ควรคำนึงถึงความเหมาะสม สถานะกาลเทศะ เช่น อย่างนุ่งซิดผู้ใหญ่ อย่างขัดแข้งผู้ใหญ่ อย่างรักห่างกว่าซิด เป็นต้น

#### ๕. การพัฒนาชีวิตด้านองค์ความรู้

การพัฒนาชีวิตด้านองค์ความรู้ ในสุภาสิตพระร่วงปรากฏทั้งหมด ๙ สุภาสิต เป็นคำสอนเกี่ยวกับการพัฒนาตนเองให้มีความรู้ รักการศึกษาเล่าเรียน สนใจฝึกฝนใส่ใจที่จะเรียนรู้ ให้ความสำคัญเคารพยำเกรงแก่ครูบาอาจารย์ เช่น เมื่อน้อยให้เรียนวิชา ผู้เฒ่าสั่งจงจำความ ครูบาสอนอย่าโกรธ ท่านสอนอย่าสอนตอบ เป็นต้น คำสอนเหล่านี้เป็นคำสอนพื้นฐานที่ส่วนพบได้ในหลักวิชาหรือตำราต่างๆ ทั้งทางด้านศาสนา ปรัชญา หรือคำสอนปณิณกะที่สืบทอดต่อกันไป เพราะไม่ว่ายุคใด สมัยใด ผู้คนล้วนให้ความสำคัญต่อการศึกษา แต่เป็นที่น่าสังเกตว่า คำสอนในสุภาสิตพระร่วงจะมีลักษณะยึดครูบาอาจารย์ ผู้เฒ่าผู้แก่ เป็นบุคคลสำคัญที่ลูกศิษย์หรือผู้น้อยต้องให้ความสำคัญเคารพยำเกรง ให้ความสำคัญ ถือ การโต้เถียงครูบาอาจารย์นั้นเป็นสิ่งที่ไม่ควรทำ

#### ๖. การพัฒนาชีวิตด้านจิตใจ

การพัฒนาชีวิตด้านจิตใจ เป็นคำสอนทางด้านพระพุทธศาสนาเป็นส่วนมาก เนื่องจากกรุงสุโขทัยได้รับอิทธิพลทางพระพุทธศาสนาและพระพุทธศาสนามีความเจริญรุ่งเรืองเป็นอย่างมาก ดังจะเห็นได้จากถ้อยคำในหลักศิลาจารึกหลักที่ ๑ ที่กล่าวถึงพระพุทธศาสนา กิจกรรมทางพระพุทธศาสนา และการประพฤติตนตามหลักคำสอนของทางพระพุทธศาสนา นอกจากนั้นยังปรากฏเด่นชัดในหนังสือไตรภูมิพระร่วงอีกด้วย ดังนั้น สภาพสังคมและอิทธิพลทางพระพุทธศาสนาจึงมีอิทธิพลต่อการแต่งสุภาสิตพระร่วงด้วย ผู้ประพันธ์สุภาสิตอาจจะตั้งใจหรือไม่ตั้งใจก็ตามแต่ก็ได้นำเอาหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์ดัดแปลงให้เข้ากับความเชื่อท้องถิ่น ดังที่ปรากฏอยู่ในสุภาสิตพระร่วงจำนวน ๓๐ บท เช่น สร้างกุศลอย่างรู้โรย คิดทุกขในสงสาร อย่าริกล่าวคำคด อย่างินหาผู้อื่น อย่างริ้วโกรธเนื่องนิตย เป็นต้น

โดยสรุปแล้ว สุภาชิตพระร่วงมีหลักคำสอนที่เป็นสุภาชิตที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้เป็นหลักในการพัฒนาชีวิตได้โดยสามารถแบ่งออกเป็น ๖ กลุ่ม คือ การพัฒนาชีวิตด้านการมีสัมพันธไมตรี การพัฒนาชีวิตด้านการใช้ชีวิต การพัฒนาชีวิตด้านการประกอบกิจการ การพัฒนาชีวิตด้านพฤติกรรม การพัฒนาชีวิตด้านองค์ความรู้ และการพัฒนาชีวิตด้านจิตใจ

## ๔.๒ วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของหลักการพัฒนาศีวิตระหว่างมงคลสูตรกับหลักคำ

### สอนที่ปรากฏในสุภาชิตพระร่วง

ดังที่ได้กล่าวถึงมงคลสูตรและสุภาชิตพระร่วงโดยละเอียดแล้วในบทที่ ๒ และบทที่ ๓ นอกจากนั้นยังได้วิเคราะห์เนื้อหาสาระของมงคลสูตรและสุภาชิตพระร่วงเกี่ยวกับการนำมาเป็นหลักของการพัฒนาชีวิต ผู้วิจัยได้นำความหมายและสาระสำคัญของมงคลสูตรเป็นหลัก แล้วนำคำอธิบายของหลักธรรมสุภาชิตพระร่วงที่ได้อธิบายไว้ในบทที่ ๓ มาวิเคราะห์เทียบเคียงโดยพิจารณาถึงความสอดคล้องของเนื้อหาและความเข้ากันได้ของสาระสำคัญของทั้งสองคัมภีร์ จึงได้วิเคราะห์ให้เห็นความสอดคล้องและความแตกต่างกันดังนี้

#### ๔.๒.๑ วิเคราะห์ความสอดคล้อง

มงคลสูตรกับสุภาชิตพระร่วงล้วนเป็นแต่คำสอนที่มีหลักการเพื่อเป็นแนวทางของการประพฤติปฏิบัติตนให้เป็นคนดี ประสบความสำเร็จในชีวิต ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข คำสอนจึงสอดคล้อง ครอบคลุมในวิถีการดำเนินชีวิตและสถานภาพของแต่ละบุคคล เมื่อนำมาจัดเป็นหมวดหมู่แล้ว จะพบความสัมพันธ์กัน ในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยได้นำหลักธรรมในมงคลสูตรเป็นตัวตั้ง เพราะมีจำนวนน้อยกว่าเพียง ๓๘ ประการ จากนั้นจึงวิเคราะห์ความสอดคล้องของหลักธรรม ข้อความในสุภาชิตพระร่วง ปรากฏความสอดคล้องให้เห็นดังตารางที่ ๖ ดังนี้

### ตารางที่ ๖ ความสอดคล้องกันระหว่างมงคลสูตรกับสุภาชิตพระร่วง

หลักธรรมในมงคลสูตร	คำสอนในสุภาชิตพระร่วง	
๑. การไม่คบคนพาล	๑. พบศัตรูปากปราศรัย ๒. คนขำอย่าร่วมลัก	๓. คนพาลอย่าพาลผิด อย่าผูกมิตรไมตรี
๒. การคบบัณฑิต	๑. พรรคพวกพึงทำนุก ปลุกเอาแรงทั่วตน ยลเยี่ยงไถ่นกกระทา พาลูกหลานมากิน	๒. เมตตาดอต่อมิตร ๓. ยอมิตรเมื่อลับหลัง ๔. ที่ไปจงมีเพื่อน
๓. การบูชาคนที่ควรบูชา	๑. ปลุกไมตรีทั่วชน ๒. อย่าปองภัยต่อท้าว	๓. ท่านให้อภัยหมายโทษ ๔. จงหยิ่งผู้มีศักดิ์



๔. การอยู่ในถิ่นที่เหมาะสม	๑. ที่ที่บังจะมีไฟ ๒. ที่ที่วากหนามอย่าเสียเกือก ๓. ทำรั้วเรียกไว้กันตน	๔. ที่มีภัยพึงหลีกเลี่ยง ปลีกตนไปโดยด่วน ๕. ทางแถวเลื่อนโคลคลา
----------------------------	---	--

ตารางที่ ๖ ความสอดคล้องกันระหว่างมงคลสูตรกับสุภาษิตพระร่วง (ต่อ)

หลักธรรมในมงคลสูตร	คำสอนในสุภาษิตพระร่วง	
๕. การได้สร้างบุญไว้ในปางก่อน		
๖. การตั้งตนไว้ชอบ	๑. ตนเป็นไทยอย่าคบทาส ๒. ชอบชิดมักจาง ๓. ออย่าลเอียงถ่วงแตกมิตติ วงยลเอียงสัมฤทธิ์แตกมิเสีย ๔. ออย่าไฝสูงพันศักดิ์ ๕. ความแค้นให้ประหยัด ๖. ออย่ามักงำมิตี	๗. คนรักอย่าวางใจ ๘. ออย่าผูกมิตรคนจร ๙. ไฟในอย่านำออก ไฟนอกอย่านำเข้า ๑๐. หน้าศึกอย่าออกใจ ๑๑. ของแพงอย่ามักกิน ๑๒. ไปเรือนท่านอย่านั่งนาน
๗. ความเป็นพหูสูต	๑. ระวังระบิลอย่าฟังคำ ๒. ออย่าใช้คนบังบด ๓. คิดตรองตรึกทุกเมื่อ ๔. ออย่ายิลคำคนโลก	๕. ออย่าฟังคำคนพรอด ๖. เข็นเรือทอดทางถนน ๗. รู้ที่ฉลาดที่หาญ ๘. คิดข้างหน้าอย่าเบา
๘. ความเป็นผู้มีศีลปะ	๑. เข้าเถื่อนอย่าลืมพรา ๒. เลี้ยงคนจักกินแรง ๓. น้ำเชียวอย่าขวางเรือ ๔. ท่านสอนอย่าสอนตอบ	๕. เมื่อน้อยให้เรียนวิชา ๖. เดินทางอย่าเดินเปลี่ยว ๗. ออย่าซังครูซังมิตร ๘. ออย่าเสียครูเตือนดำ
๙. วินัยที่ศึกษามาดี	๑. ระวังระไวที่ไปมา ๒. รักตนกว่ารักทรัพย์	๓. เห็นงามตาอย่าปอง ๔. โทษตนผิดพึงรู้
๑๐. วาจาสุภาพ	๑. ออย่าอวดหาญแก่เพื่อน ๒. ที่รักอย่าดูถูก ๓. ที่ผิดช่วยเตือนตอบ ๔. ที่ชอบช่วยยกยอ ๕. ความในอย่าขายเขา ๖. ออย่าขุดคนด้วยปาก ๗. ออย่าถากคนด้วยตา ๘. ออย่าพาดด้วยหู ๙. ออย่านินทาผู้อื่น	๑๐. ออย่ามีปากว่าคน ๑๑. ได้ตอบอย่าเสียคำ ๑๒. เมื่อพาที่ฟังตอน ๑๓. ยอครูยอต่อหน้า ๑๔. ยอข้าเมื่อแล้วกิจ ๑๕. ออย่าจับลิ้นแก่คน ๑๖. เจรจาตามคดี ๑๗. ออย่าริกล่าวคำคด ๑๘. คิดแล้วจึงเจรจา
๑๑. การบำรุงมารดาบิดา	๑. ตระกูลตนจงค้ำับ	
๑๒. การสงเคราะห์บุตร	๑. ลูกเมียอย่าวางใจ	

๑๓. การสงเคราะห์ภรรยา	๑. ลูกเมียยังอย่าสรรเสริญ เยียวเสทินจะอดสู	
-----------------------	---	--

ตารางที่ ๖ ความสอดคล้องกันระหว่างมงคลสูตรกับสุภาษิตพระร่วง (ต่อ)

หลักธรรมในมงคลสูตร	คำสอนในสุภาษิตพระร่วง	
๑๔. การงานที่ไม่อาภูล	๑. ให้หาสินเมื่อใหญ่ ๒. การเรื่อแรงคิด ๓. หว่านพืชจักเอาผล	๔. คิดชวนชายที่ชอบ
๑๕. การให้ทาน	๑. โอบอ้อมเอาใจคน	
๑๖. การประพฤติธรรม	๑. อย่าริระรานแก่ความ ๒. ประพฤติตามบุรพบบอบ ๓. สู้เสียดินอย่าเสียดีกดี ๔. อย่าแผ่เผื่อความผิด ๕. ผิดอย่าเอา เอาแต่ชอบ	๖. สุวานขบอย่าขบตอบ ๗. สร้างกุศลอย่ารู้โรย ๘. คนโหดให้เอ็นดู ๙. อย่ากริ้วโกรธเนื่องนิตย์
๑๗. การสงเคราะห์ญาติ	๑. ปลุกไมตรีอย่ารู้ร้าง ๒. อย่าขอของรักมิตร	๓. อย่าเบียดเสียดแก่มิตร ๔. พึงผันเผื่อต่อญาติ ๕. อย่ารักห่างกว่าชิด
๑๘. การงานที่ไม่มีโทษ	๑. เอาแต่ชอบเสียผิด ๒. อย่าได้รับของเข็ญ	๓. อย่าทำการที่ผิด
๑๙. การงดเว้นจากบาป	๑. อย่าใฝ่เอาทรัพย์ท่าน ๒. ของฝากท่านอย่าลัก	
๒๐. การงดเว้นจากการดื่มน้ำเมา	๑. อย่ามัวเมาเนื่องนิตย์	
๒๑. ความไม่ประมาทในธรรม	๑. อย่าประกอบกิจเป็นพาล ๒. จงเร่งระมัดพิณไฟ ๓. อย่ากอร์ปจิตริษยา	๔. อย่าตีสุนัขห้ามเห่า ๕. การกระทำอย่าด่วนได้ ๖. อย่าเข้าแบงกาข้าง ๗. อย่าออกก้างขุนนาง
๒๒. ความเคารพ	๑. คบขุนนางอย่าโหด ๒. เผ่ากษัตริย์ เพลิง งู อย่าดูถูกว่าน้อย ๓. ผู้เฒ่าสั่งจงจำความ ๔. ครูบาสอนอย่าโกรธ	๕. จงนบนอบผู้ใหญ่ ๖. อย่านั่งผู้ชิตผู้ใหญ่ ๗. อย่าขัดแย้งผู้ใหญ่ ๘. นอบตนต่อผู้เฒ่า
๒๓. ความถ่อมตน	๑. ข้าคนไพร่อย่าไฟฟู ๒. อย่าประมาทท่านผู้ดี ๓. หึงห้อยอย่าแข่งไฟ	๖. เป็นคนอย่าทำใหญ่ ๗. เผ้าท้าวไทยอย่าทรนง ๘. อย่าไฟตนให้เกินตัว

	๔. อย่าถือเอาตนว่าถูก	๙. อย่าตื่นยกยอตน
	๕. อย่ามักห้าวพลันแตก	๑๐. คนจนอย่าดูถูก

### ตารางที่ ๖ ความสอดคล้องกันระหว่างมงคลสูตรกับสุภาสิตพระร่วง (ต่อ)

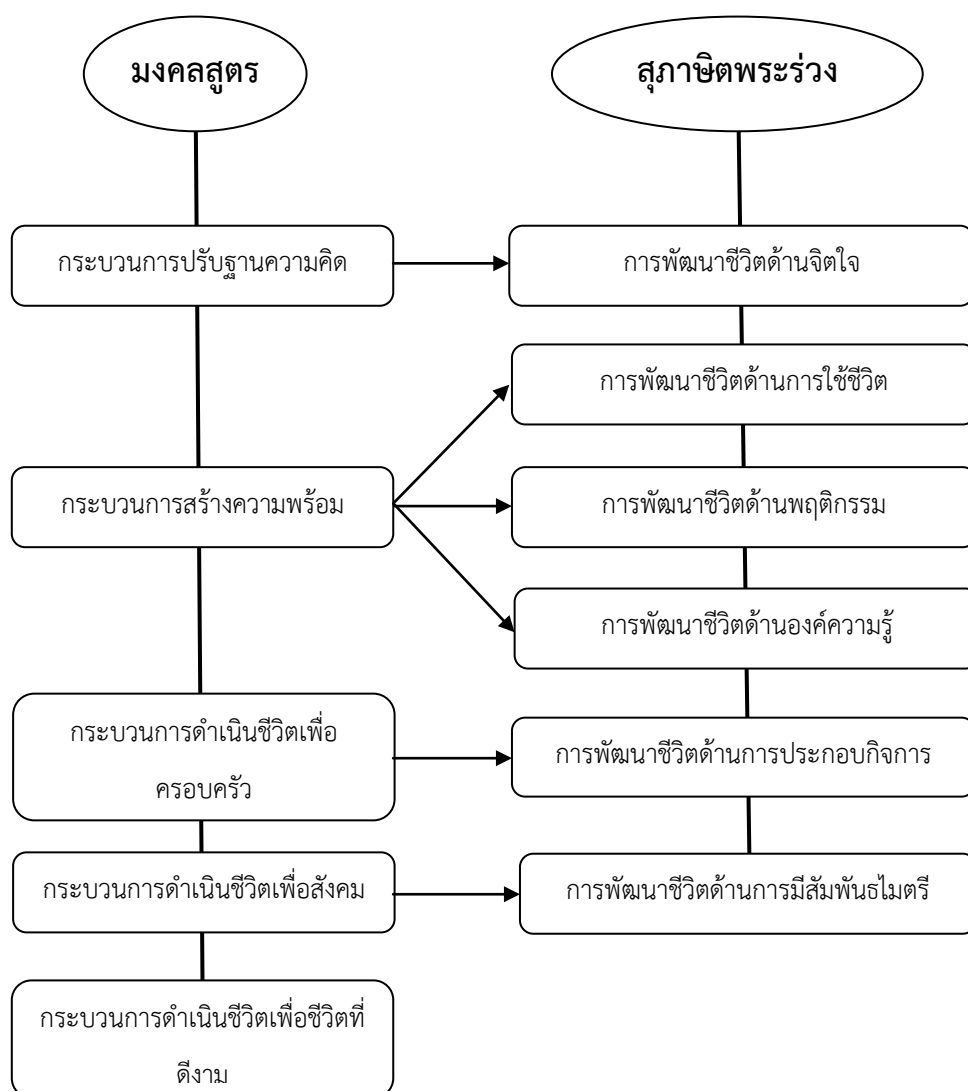
หลักธรรมในมงคลสูตร	คำสอนในสุภาสิตพระร่วง	
๒๔. ความสันโดษ	๑. อย่าคะนึ่งถึงทาท่าน ๒. ที่สุ่มเสื่อจงประหยัด	๓. มีสินอย่าอวดมั่ง ๔. ได้ส่วนอย่ามักมาก
๒๕. ความมกัตถุญ	๑. ทดแทนคุณท่านเมื่อยาก ๒. คนทรยศอย่าเชื่อ ๓. รักดีจงอย่าเกียจ ๔. เจ้าเคียดอย่าเคียดตอบ	๕. ท่านรักตนจงรักตอบ ๖. ท่านนอบตนจงนอบแทน ๗. นบนอบใจใสสุทธิ์ ๘. อาสาเจ้าจนตัวตาย ๙. ความชอบจำใส่ใจ
๒๖. พึงธรรมตามกาล		
๒๗. ความอดทน	๑. รักดีอย่าด่วนเคียด ๒. อาสาจงพอแรง	๓. ข้าแก่ร้ายอดเอา
๒๘. ความเป็นคนว่าง่าย	๑. โทษตนผิดรำพึง	
๒๙. การพบเห็นสมณะ		
๓๐. การสนทนาธรรมตามกาล		
๓๑. การเผาผลาญบาป		
๓๒. การประพฤติพรหมจรรย์	๑. คิดทุกขในสงสาร	
๓๓. การเห็นอริยสัจ		
๓๔. การทำนิพพานให้แจ้ง		
๓๕. จิตไม่หวั่นไหวในโลกธรรม		
๓๖. จิตไม่เศร้าโศก		
๓๗. จิตปราศจากอูลี		
๓๘. จิตเกษม		

จากตารางที่ ๖ จะพบว่า มงคลสูตรมีเนื้อหาครอบคลุมสุภาสิตพระร่วงเป็นจำนวนมาก แต่ก็มีสุภาสิตพระร่วงอีกจำนวน ๑๖ สุภาสิตที่ไม่สามารถจัดลงในมงคล ๓๘ ประการได้ คือ (๑) อย่ารักหากว่าผม อย่ารักลมกว่าน้ำ อย่ารักถ้ำกว่าเรือน อย่ารักเดือนกว่าตะวัน (๒) ช้างไล่แทนเลี้ยงหลบ (๓) เข้าออกอย่าวางใจ ระวังระไวหน้าหลัง เยียวผู้ซึ่งจะคอยโทษ (๔) ฝากของรักจงพอใจ (๕) ใจอย่าเบาจนหนัก (๖) ปางมีท่านช่วย ปางป่วยชิงชัง (๗) ผิดจะบังบังจงลับ ผิดจะจับจับจงมัน ผิดจะคั่นคั่นจงตาย ผิดจะหมายหมายจงแท้ ผิดจะแก้แก้จงระจ่าง (๘) เมื่อเข้าศึกระวังตน (๙) อย่าตึงให้แก่กา (๑๐) อย่าตี

ปลาหน้าไซ (๑๑) อย่าปลูกฝึกลองคลอง (๑๒) อย่าปองเรียกอาถรรพ์ (๑๓) ช่างตนไว้อาวุธ (๑๔) เครื่องสรรพยุทธ์อย่างวางจิต (๑๕) อย่ายลเหตุผลแต่ใกล้ และ (๑๖) ผิวผิดปลิดไปร้าง

เมื่อนำมาวิเคราะห์ถึงหลักการพัฒนาชีวิตเพื่อให้เห็นความสอดคล้องของหลักการทั้งสอง อย่างนี้ สามารถจัดสุภาชิตพระร่วงให้สอดคล้องกับมงคลสูตร โดยจำแนกตามกลุ่มที่ได้วิเคราะห์ไว้ในหัวข้อที่ ๔.๑ ในที่นี้จะนำหลักการพัฒนาชีวิตของมงคลสูตรเป็นตัวตั้ง แล้วนำหลักการพัฒนาชีวิตของสุภาชิตพระร่วงวิเคราะห์ร่วม จะได้รับความสอดคล้องดังแผนภูมิที่ ๓ ดังนี้

**แผนภูมิที่ ๓ วิเคราะห์ความสอดคล้องหลักการพัฒนาชีวิตระหว่างมงคลสูตรกับสุภาชิตพระร่วง**



#### ๔.๒.๒ วิเคราะห์ความแตกต่าง

มงคลสูตรกับสุภาสิตพระร่วงมีความสอดคล้องกันในหลักธรรมคำสอน นั่นคือมีหลักการที่เหมือนกัน มุ่งสอนเพื่อให้เป็นแนวทางของการประพฤติปฏิบัติตนตามหลักทำนองคลองธรรม ให้สอดคล้องกับวัฒนธรรม ประเพณี แต่เมื่อวิเคราะห์ถึงโครงสร้างและเป้าหมายแล้ว ทำให้พบความแตกต่างกัน ดังนี้

๑. เป้าหมาย : เป้าหมายของมงคลสูตรนั้นเป็นไปเพื่อชีวิตอันเป็นอุดมสุข คือ พระนิพพาน จึงเป็นการพัฒนาชีวิตเพื่อความหลุดพ้นอย่างแท้จริง เป็นการพัฒนาจนถึงจุดสูงสุดของชีวิต แต่สุภาสิตพระร่วงนั้นมีคำสอนที่มุ่งต่อการดำเนินชีวิตในสังคมอย่างสงบสุข แม้จะมีคำสอนที่เกี่ยวกับการพัฒนาทางด้านจิตใจ อิงแอบกับคำสอนทางพระพุทธศาสนา แต่ก็ยังไม่มีเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน ดังจะเห็นได้จากการวิเคราะห์ความสอดคล้องในแผนภูมิที่ ๓ ซึ่งพบว่า ไม่มีหลักคำสอนในสุภาสิตพระร่วงที่สอดคล้องกับการพัฒนาชีวิตตนเองเพื่อชีวิตที่ดั่งงามตามหลักมงคลสูตรเลย เพราะหลักการของมงคลสูตรข้อนี้เป็นหลักเพื่อพัฒนาสู่ชีวิตที่ดั่งงามสูงสุด แต่ความมุ่งหมายของสุภาสิตพระร่วงนั้นมุ่งเฉพาะการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมนี้อย่างสงบสุขเท่านั้นเอง คำสอนส่วนมากของสุภาสิตพระร่วงจึงเกี่ยวข้องกับวิถีชีวิต ขนบธรรมเนียม ประเพณี และมารยาททางสังคม

๒. วิธีการนำเสนอ : วิธีการนำเสนอรูปแบบของการพัฒนาชีวิตที่ปรากฏในมงคลสูตรนั้นมีความเชื่อมโยงกันเป็นลำดับ กล่าวคือ เริ่มจากขั้นพื้นฐานไปสู่ขั้นที่เป็นเป้าหมายสูงสุดของชีวิต เป็นกระบวนการที่ต่อเนื่องกัน จาก ๑ ไปสู่ ๒ จาก ๒ ไปสู่ ๓ แต่กระนั้นก็ยังสามารถที่จะนำมาปฏิบัติได้เป็นเฉพาะข้อๆ ได้ด้วย ผู้ศึกษาสามารถเลือกเอาข้อไหนมาปฏิบัติก็สามารถจะทำได้ แต่ละข้อให้อंकคุณที่แตกต่างกันได้ แต่หากทำตามขั้นตอนยิ่งจะทำให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ส่วนในสุภาสิตพระร่วงนั้นไม่ได้เรียงลำดับความสำคัญก่อนหลัง ผู้ประพันธ์นำเอาสุภาสิตมาเรียงร้อยด้วยบังคับของฉันทลักษณ์สรรหาคำที่ทำให้มีความไพเราะ อาศัยทั้งสัมผัสนอกและสัมผัสใน ให้อ่านได้คล้องจองกันไปเรื่อยๆ จึงทำให้เนื้อหากระโดดไปมา ไม่ต่อเนื่องเป็นส่วนเป็นตอนเหมือนมงคลสูตร มีคำอธิบายเฉพาะสุภาสิต เช่น ปลุกไม่ตรีอย่ารู้ร้าง สร้างกุศลอย่ารู้โรย แม้จะว่าสุภาสิต ๒ บทนี้อยู่ยุดติดกันแต่ก็ไม่มีความสัมพันธ์กัน และไม่ได้มีเนื้อหาสาระที่ต่อเนื่องกัน สุภาสิตพระร่วงจึงเป็นแต่เพียงคำสอนที่ใช้สอนโดยทั่วไป ไม่เป็นระบบแบบแผนหรือต่อเนื่องกระบวนการเดียวกันทั้งระบบ ไม่มีลักษณะของการเป็นขั้นบันไดไปสู่ความสำเร็จที่ชัดเจนเหมือนกับมงคลสูตร

โดยสรุปแล้ว มงคลสูตรและสุภาสิตพระร่วงสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเป็นแนวทางของการพัฒนาชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพราะมีเนื้อหาสาระเกี่ยวกับรูปแบบและวิถีของการดำเนินชีวิตที่เหมาะสม โดยที่มงคลสูตรนั้นเป็นเสมือนบทเรียนภาคปฏิบัติที่เริ่มจากพื้นฐานต่อยอดไปจนถึงจุดสูงสุด ครอบคลุมทั้งด้านความรู้ สติปัญญา มีเนื้อหาที่เอื้อต่อการพัฒนาตนเองและสังคม ส่วน

สุภาสิตพระร่วงนั้นเป็นการประมวลระเบียบปฏิบัติที่มนุษย์พึงกระทำ เพื่อให้เกิดความเหมาะสมต่อกาลเทศะ สถานภาพทางสังคม มารยาทต่อบุคคลทั่วไป เป็นตำราว่าด้วยการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข แม้เนื้อหาจะไม่กล่าวไปถึงความสุขในอุดมคติของพระพุทธศาสนาคือพระนิพพาน แต่คำสอนในแต่ละสุภาสิตก็มีความสอดคล้องกับคำสอนในพระพุทธศาสนา สุภาสิตจำนวน ๑๒๙ บทมีความสอดคล้องกับหลักมงคล ๓๘ จึงสรุปได้ว่า มงคลสูตรและสุภาสิตพระร่วงมีหลักคำสอนที่เกี่ยวเนื่องกันอย่างเห็นได้ชัด ไม่มีคำสอนใดที่มีลักษณะขัดแย้งกัน จึงเป็นแนวทางในการพัฒนาชีวิตให้ประสบความสำเร็จได้เป็นอย่างดี

## บทที่ ๕

### สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

งานวิจัยนี้เป็นการศึกษาวิเคราะห์แนวคิดและการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตรที่ปรากฏในสุภาสิตพระร่วง เป็นการศึกษาวิจัยเฉพาะภาคเอกสาร โดยศึกษาจากพระไตรปิฎก อรรถกถา สุภาสิตพระร่วง และเอกสารงานวิจัย ตำราอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง ในกรอบประเด็นแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาตนเอง มีวัตถุประสงค์ในการศึกษาคือ ๑) เพื่อศึกษาแนวคิดและหลักปฏิบัติในการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตร ๒) เพื่อศึกษาแนวคิดการพัฒนาตนเองตามหลักคำสอนในสุภาสิตพระร่วง และ ๓) เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์หลักปฏิบัติการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตรกับหลักคำสอนที่ปรากฏในสุภาสิตพระร่วง

#### ๕.๑ สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาวิเคราะห์แนวคิดและการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตรที่ปรากฏในสุภาสิตพระร่วง ผู้วิจัยได้ศึกษาโดยแยกเป็น ๓ ประเด็น ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

##### ๕.๑.๑ แนวคิดและหลักปฏิบัติในการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตร

การพัฒนาตนเอง คือ การที่บุคคลพยายามที่จะปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเองด้วยตนเองให้ดีขึ้นกว่าเดิม เหมาะสมกว่าเดิมทำให้สามารถดำเนินกิจกรรม แสดงพฤติกรรม เพื่อสนองความต้องการ แรงจูงใจ หรือเป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้ หรือให้ดีขึ้นทั้งร่างกายและจิตใจ อารมณ์และสังคม เพื่อการเป็นสมาชิกที่มีประสิทธิภาพของสังคมเป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น ตลอดจนเพื่อการดำเนินชีวิตอย่างสันติสุขของตน

มงคลสูตรเป็นพระสูตรสำคัญพระสูตรหนึ่งของพระพุทธศาสนา องค์ธรรมในมงคลสูตรมีทั้งหมด ๓๘ ประการ มีการไม่คบคนพาลเป็นต้น และภาวะจิตเกษมเป็นปริโยสาน มงคลสูตรเป็นหลักของการพัฒนาตนเองตามลำดับตั้งแต่ขั้นพื้นฐานคือการมีชีวิตที่สมบูรณ์ในความเป็นมนุษย์จนถึงขั้นสูงสุดคืออมตธรรมในพระพุทธศาสนา ได้แก่ พระนิพพาน

เมื่อนำหลักธรรมในมงคลสูตรมาวิเคราะห์ให้สอดคล้องกับหลักการพัฒนาตนเอง พบว่าหลักธรรมในมงคลสูตรนั้นสามารถจำแนกตามลักษณะของการพัฒนาตนเองออกเป็น ๓ ขั้นตอน

๑. หลักการพัฒนาตนเองขั้นพื้นฐาน ประกอบด้วยหลักธรรมที่เป็นมงคล ๑๘ ประการ ได้แก่ การไม่คบคนพาล การคบบัณฑิต การบูชาบุคคลที่ควรบูชา อยู่ในถิ่นที่เหมาะสม การสร้างสมความดีไว้ก่อน การตั้งตนไว้ชอบหรือดำรงตนถูกต้อง การรอบรู้วิทยาการ ความชำนาญในศิลปะ การมีระเบียบวินัย การพูดจาดีเป็นวาจาสุภาพดี การเลี้ยงดูบิดามารดา การเลี้ยงดูบุตรธิดา การเลี้ยงดูภรรยา การทำงานไม่ให้เกิดความขัดแย้ง การบำเพ็ญทาน การประพฤติเป็นธรรม การสงเคราะห์ญาติ และการทำงานไม่มีโทษ

๒. หลักพัฒนาตนเองขั้นกลาง ประกอบด้วยหลักธรรมที่เป็นมงคล ๑๒ ประการ ได้แก่ การงดเว้นจากบาป การสำรวมจากการดื่มน้ำเมา การพึงธรรมตามกาล ความอดทน ความเป็นผู้ว่าง่ายสอนง่าย การคบหาสมณะ การสนทนาธรรมตามกาล ความไม่ประมาทในธรรม ความเป็นผู้มีสัมมาคารวะ การถ่อมตัว ความสันโดษ และความกตัญญู

๓. หลักพัฒนาตนเองขั้นสูง ประกอบด้วยหลักธรรมที่เป็นมงคล ๘ ประการ ได้แก่ ความมีตบะ การประพฤติพรหมจรรย์ การเห็นแจ้งในอริยสัจ ทำนิพพานให้แจ้ง จิตไม่หวั่นไหวในโลกธรรม จิตไม่เศร้าโศก จิตปราศจากภวูถิ และจิตเกษมจากโยคะ

### ๕.๑.๒ แนวคิดการพัฒนาตนเองตามหลักคำสอนในสุภาสิตพระร่วง

สุภาสิตพระร่วงจัดอยู่ในประเภทวรรณคดีคำสอน (Didactic literature) เกิดจากการเก็บสะสมรวบรวมถ้อยคำสั่งสอนที่มีคุณค่า ผู้รวบรวมมักจะไม่จัดหมวดหมู่แยกประเภทว่าสอนเกี่ยวกับอะไร แต่จะนำเรียงร้อยเข้าด้วยกัน โดยยึดสัมผัสที่สอดคล้องกันเป็น เรียกอีกชื่อหนึ่งว่า บัญญัติพระร่วง หรือสุภาสิตบัญญัติพระร่วง สุภาสิตพระร่วงมีคุณค่าทั้งด้านสติปัญญา ด้านวรรณศิลป์ ด้านคุณธรรมจริยธรรมและคุณค่าทางด้านสังคม สามารถรับรู้และยึดถือเป็นธรรมเนียมปฏิบัติได้อย่างไม่หมดยุคหมดสมัย ผู้แต่งสุภาสิตพระร่วงมีการสันนิษฐานแตกต่างกันออกไปเป็น ๓ กลุ่ม คือ ๑. กลุ่มที่เห็นว่าแต่งขึ้นสมัยสุโขทัย เป็นพระราชนิพนธ์ของกษัตริย์ที่มีนามว่า พระร่วง ซึ่งอาจเป็นพ่อขุนรามคำแหงหรือพระยาสิทธิไทยก็ได้ ๒. กลุ่มที่เห็นว่าเป็นส่วนหนึ่งที่แต่งขึ้นใหม่ เนื่องจากมีลักษณะการประพันธ์ที่ดำเนินตามกฎเกณฑ์ของฉันทลักษณ์อย่างเคร่งครัด หรืออาจเป็นการคัดลอกมาจากวรรณกรรมเรื่องอื่น เช่น สุภาสิตตั้ง เป็นต้น และ ๓. กลุ่มที่เห็นว่าเป็นการนำสุภาสิตเก่ามาชำระใหม่ มีผู้แต่งหลายคนช่วยกันรวบรวมจากความทรงจำบ้าง จากจารึกบ้าง และมีการแต่งเติมในภายหลังบ้าง เพื่อให้ข้อความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

สุภาสิตพระร่วงเป็นคำสอนเชิงธรรมะบ้าง เชิงวัฒนธรรมสังคมบ้าง เชิงจารีตประเพณีบ้าง ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยจะนำเสนอเฉพาะในส่วนที่เกี่ยวกับการพัฒนาตนเองทั้งด้านความประพฤติ มารยาท ความรู้ จิตใจ โดยจัดกลุ่มที่มีความใกล้เคียงกันและ/หรือเป็นกลุ่มที่มีแนวทางในการ



ประยุกต์ใช้ต่อการพัฒนาตนเอง พบว่าหลักการในสุภาษิตพระร่วงนั้นสามารถจำแนกตามลักษณะของการพัฒนาตนเองออกเป็น ๖ กลุ่ม

๑. การพัฒนาตนเองด้านการมีสัมพันธไมตรี หมายถึง สุภาษิตที่มีคำสอนในลักษณะของการประพฤติตนต่อบุคคลรอบข้างให้มีความเหมาะสมกับฐานะ บุคคล หน้าที่การงาน เป็นการพัฒนาบุคลิกภาพของตนเองให้เหมาะสมกับการคบหาสมาคมกับผู้อื่น มีทั้งหมด ๔๙ สุภาษิต เช่น อย่าอวดหาญแก่เพื่อน ที่รักอย่าดูถูก ปลุกไมตรีอย่ารู้ร้าง เป็นต้น

๒. การพัฒนาตนเองด้านการใช้ชีวิต หมายถึง สุภาษิตที่มีคำสอนในลักษณะของการใช้ชีวิตให้ปลอดภัยในสังคม การมีอุดมการณ์ในการดำรงชีวิต การใช้สติ สัมปชัญญะ การรอบคอบ ไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต มีทั้งหมด ๓๐ สุภาษิต เช่น อย่าใฝ่เอาทรัพย์ท่าน ประพฤติตามบุรพอบบอย่าประกอบกิจเป็นพาล อย่าใฝ่สูงพ้นศักดิ์ เป็นต้น

๓. การพัฒนาตนเองด้านการประกอบกิจการ หมายถึง สุภาษิตที่มีคำสอนเกี่ยวกับการประกอบสัมมาอาชีพ การทำงานให้ประสบผลสำเร็จ มีทั้งหมด ๑๖ สุภาษิต เช่น ให้หาสินเมื่อใหญ่ หวานพีชจักเอาผล มีสินอย่าอวดมั่ง อาสาจงพอแรง เป็นต้น

๔. การพัฒนาตนเองด้านพฤติกรรม หมายถึง สุภาษิตที่มีคำสอนในลักษณะของการพัฒนาบุคลิกภาพ พฤติกรรม ความประพฤติ กิริยามารยาท การวางตัวที่เหมาะสม เป็นการปรับปรุงด้านกายภาพ มีทั้งหมด ๑๘ สุภาษิต เช่น อย่างนั่งชิดผู้ใหญ่ อย่างขัดแข็งผู้ใหญ่ น้ำเชื้อวอย่าขวางเรือ อย่าได้รับของเข็ญ นอบตนต่อผู้เฒ่า เป็นต้น

๕. การพัฒนาตนเองด้านองค์ความรู้ หมายถึง สุภาษิตที่มีคำสอนในลักษณะของการส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ การปรับตัวให้ทันกับสถานการณ์ การแสวงหาประสบการณ์เพื่อเพิ่มสมรรถนะในการทำงาน พัฒนาองค์ความรู้ให้ยิ่งขึ้นไป มีทั้งหมด ๑๑ สุภาษิต เช่น เมื่อน้อยให้เรียนวิชา ผู้เฒ่าสั่งจงจำความ ครูบาสอนอย่าโกรธ เป็นต้น

๖. การพัฒนาตนเองด้านจิตใจ หมายถึง สุภาษิตที่มีคำสอนในลักษณะของการพัฒนาด้านคุณธรรม จริยธรรม จิตใจ พัฒนาจิตวิญญูณ เป็นคำสอนที่เน้นการพัฒนาภายใน เช่น ความคิด ความเห็น ทศนคติ มีทั้งหมด ๓๑ สุภาษิต เช่น สร้างกุศลอย่ารู้โรย อย่าใฝ่ตนให้เกินตัว เห็นงามตาอย่าปอง โทษตนผิดพึงรู้ สูเสียสินอย่าเสียศักดิ์ เป็นต้น

### ๕.๑.๓ วิเคราะห์ความสัมพันธ์หลักปฏิบัติการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตรกับหลักคำสอนที่ปรากฏในสุภาษิตพระร่วง

จากการศึกษาวิเคราะห์พบว่า เป้าหมายและหลักการของมงคล ๓๘ ในฐานะเป็นเครื่องมือพัฒนาตนเอง มี ๒ ระดับ คือ การพัฒนาชีวิตเพื่อให้เป็นคนดีของสังคม การพัฒนาเพื่อความสิ้นไปของกิเลส มีขั้นของการพัฒนาชีวิต ๓ ระดับ คือระดับพื้นฐาน ระดับกลาง และระดับสูง ในระดับพื้นฐาน

นั้นมุ่งเน้นการตั้งใจให้เป็นสัมมาทิฐิ ในระดับกลางเป็นการพัฒนาตนเองผู้อื่น และระดับสูงนั้นเป็นการพัฒนาเพื่อชีวิตที่ดั่งงาม ดังนั้น คำสอนในมงคลสูตรจึงสามารถจำแนกเป็นกระบวนการของการพัฒนาชีวิตได้เป็น ๕ กระบวนการ ประกอบด้วย ๑. กระบวนการปรับฐานความคิด ๒. กระบวนการสร้างความพร้อม ๓. กระบวนการดำเนินชีวิตเพื่อครอบครัว ๔. กระบวนการดำเนินชีวิตเพื่อสังคม และ ๕. กระบวนการดำเนินชีวิตเพื่อชีวิตที่ดั่งงาม

ส่วนสุภาสิตพระร่วงนั้นได้กล่าวถึงหลักประพฤติปฏิบัติของมนุษย์ทั้งหมด ๑๔๕ สุภาสิต . แยกออกเป็น ๖ กลุ่ม ประกอบด้วย การพัฒนาชีวิตด้านการมีสัมพันธไมตรี การพัฒนาชีวิตด้านการใช้ชีวิต การพัฒนาชีวิตด้านการประกอบกิจการ การพัฒนาชีวิตด้านพฤติกรรม การพัฒนาชีวิตด้านองค์ความรู้ และการพัฒนาชีวิตด้านจิตใจ

เมื่อวิเคราะห์แล้วพบความสัมพันธ์ของหลักการพัฒนาชีวิตระหว่างมงคลสูตรกับหลักคำสอนในสุภาสิตพระร่วงในลักษณะที่สอดคล้องกันและแตกต่างกัน คือ ความสอดคล้องกันนั้นพบว่า มงคลสูตรกับสุภาสิตพระร่วงล้วนเป็นแต่คำสอนที่มีหลักการเพื่อเป็นแนวทางของการประพฤติปฏิบัติตนให้เป็นคนดี ประสบความสำเร็จในชีวิต ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข สามารถประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งทางด้านระบอบความคิด การดำรงชีวิต การปฏิสัมพันธ์กับบุคคลในสังคม รวมถึงการพัฒนาด้านจิตใจ จากการศึกษาพบว่า คำสอนในสุภาสิตพระร่วง จำนวน ๑๒๙ บทมีความสัมพันธ์กับหลักมงคลสูตร ๓๘ แต่ไม่ครบทั้ง ๓๘ ประการ มีเพียง ๑๖ บทเท่านั้น ที่เป็นส่วนของความเชื่อท้องถิ่นซึ่งมีเนื้อหาเป็นเชิงวิชิษุมนจึงไม่สอดคล้องกับหลักธรรมในมงคลสูตร แต่ก็ไม่ได้มีความขัดแย้งกัน นั้นเป็นเพราะจุดมุ่งหมายของคำสอนของทั้งสองอย่างแตกต่างกัน

ในส่วนที่แตกต่างกันนั้น คือ เป้าหมาย และวิธีการนำเสนอ เป้าหมายของมงคลสูตรนั้นเป็นไปเพื่อชีวิตอันเป็นอุดมสุข คือ พระนิพพาน จึงเป็นการพัฒนาชีวิตเพื่อความหลุดพ้นอย่างแท้จริง เป็นการพัฒนาจนถึงจุดสูงสุดของชีวิต แต่สุภาสิตพระร่วงนั้นมีคำสอนที่มุ่งต่อการดำเนินชีวิตในสังคมอย่างสงบสุข แม้จะมีคำสอนที่เกี่ยวกับการพัฒนาทางด้านจิตใจ อิงแอบกับคำสอนทางพระพุทธศาสนา แต่ก็ยังไม่มีเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน ส่วนวิธีการนำเสนอ นั้นพบว่า มงคลสูตรมีความเชื่อมโยงกันเป็นลำดับ จาก ๑ ไปสู่ ๒ จาก ๒ ไปสู่ ๓ แต่ก็สามารถนำมาปฏิบัติได้เป็นเฉพาะข้อๆ ได้ด้วย ส่วนในสุภาสิตพระร่วงนั้นไม่ได้เรียงลำดับความสำคัญก่อนหลัง ทำให้เนื้อหากระโดดไปมา ไม่ต่อเนื่องเป็นส่วนเป็นตอนเหมือนมงคลสูตร มีคำอธิบายเฉพาะสุภาสิต ไม่มีความสัมพันธ์กัน และไม่ได้มีเนื้อหาสาระที่ต่อเนื่องกัน

## ๕.๒ ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาวิเคราะห์แนวคิดและการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตรที่ปรากฏในสุภาสิตพระร่วง ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะทั่วไป ซึ่งเป็นข้อเสนอแนะทางวิชาการและข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป ดังนี้

### ๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะทั่วไป

จากการศึกษาแนวคิดและการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตรที่ปรากฏในสุภาสิตพระร่วงพบว่า หลักคำสอนในมงคลสูตรนั้นมีความลุ่มลึกตามลำดับ มีพัฒนาการจากง่ายไปสู่ยาก ถือได้ว่าเป็นรูปแบบการพัฒนาตนเองที่สมบูรณ์ที่สุด แต่เนื่องจากระดับความยาก-ง่าย นี้เองทำให้เห็นว่า ข้อจำกัดทางด้านสติปัญญา วิธีการดำเนินชีวิต และเป้าหมายชีวิตของมนุษย์มีความแตกต่างกัน ศักยภาพและขอบเขตในการพัฒนาชีวิตจึงแตกต่างกัน ดังที่ผู้วิจัยได้จัดแบ่งกระบวนการของการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตรไว้ ๕ กระบวนการ ที่ควรนำมากล่าวถึงในที่นี้คือกระบวนการที่ ๕ ซึ่งเป็นกระบวนการขั้นสูงสุดของการพัฒนาชีวิต คือ พระนิพพาน แน่แน่นอนว่าในกระบวนการนี้ไม่ใช่เรื่องที่จะทำให้สำเร็จได้โดยง่าย การจะนำหลักมงคล ๓๘ ประการไปใช้ในการพัฒนาชีวิตอย่างครบถ้วนนั้นจึงเป็นไปได้โดยยาก ดังนั้น การจัดระดับองค์ธรรมเป็นกระบวนการนั้น จะช่วยให้สามารถกำหนดขอบเขตของการพัฒนาชีวิตได้ตามลำดับ และเพื่อให้แนวทางการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตรนี้ได้รับการพัฒนาต่อยอดไปอีกระดับหนึ่ง ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังนี้

๑. สถาบันการศึกษาของคณะสงฆ์ควรจัดทำหลักสูตรเกี่ยวกับการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตรให้เป็นหลักสูตรที่สามารถนำไปใช้ได้จริงในสถานศึกษา อาจเป็นหลักสูตรรายวิชา หรือหลักสูตรในรูปแบบกิจกรรม เพื่อเป็นการนำหลักธรรมไปใช้ได้ สถานการณ์จริงและประยุกต์เข้ากับการดำเนินชีวิตได้จริง เมื่อได้หลักสูตรตามกฎเกณฑ์ที่กระทรวงศึกษากำหนดแล้ว จึงเสนอให้แต่ละโรงเรียนนำเข้าไปเป็นรายวิชาหรือกิจกรรมประกอบการเรียนการสอนตามสมควร ส่วนหลักสูตรในรูปแบบกิจกรรมนั้นสามารถขยายไปยังหน่วยงานและองค์กรต่างๆ ได้อีกด้วย

๒. เนื่องจากมีการจัดหลักสูตรการพัฒนาศักยภาพบุคลากร เจ้าหน้าที่ ซึ่งจัดโดยเอกชน กลุ่มงาน มีกลุ่มวิทยากรที่ชำนาญด้านการพัฒนาชีวิต เช่น การพัฒนาบุคลิกภาพ การพัฒนาศักยภาพ ซึ่งจัดขึ้นตามสถานที่ต่างๆ คณะสงฆ์ควรมีคณะทำงานด้านการพัฒนาศักยภาพมนุษย์โดยอาศัยหลักมงคล ๓๘ ประการเป็นตัวนำ นอกจากจะได้มีการพัฒนาบุคลากรแล้วยังสามารถสอดแทรกแนวคิดทางพระพุทธศาสนา อันเป็นแนวคิดที่ยั่งยืนไว้ในกระบวนการพัฒนาบุคลากรได้ด้วย

๓. สำหรับสุภาสิตพระร่วงนั้นผู้วิจัยเห็นว่าควรมีการชำระในบางสุภาสิตให้เหมาะสมต่อสถานการณ์ปัจจุบัน กล่าวคือ บางสุภาสิตนั้นไม่เข้ากับยุคสมัยแล้ว ก็ยังอาจกระทบต่อหลักสิทธิมนุษยชนในสมัยปัจจุบันด้วย เช่น ลูกเมียอย่างวางใจ ตนเป็นไทยอย่าคบหาส เป็นต้น เพราะคำสอน

เหล่านี้มีลักษณะที่ขัดแย้งกับหลักของความเป็นมนุษย์ และไม่เป็นที่ยอมรับในสังคมปัจจุบัน อนึ่ง คำว่าชำระในที่นี้ ไม่ได้หมายถึงให้แก้ไขถ้อยคำในสุภาชิตพระร่วง แต่ควรให้คำแนะนำหรือเสนอแนะประกอบการนำเสนอสุภาชิตแต่ละบทไว้ด้วย

#### ๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัยครั้งต่อไป

จากการศึกษาแนวคิดและการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตรที่ปรากฏในสุภาชิตพระร่วง ผู้วิจัยได้ศึกษาในขอบเขตเฉพาะการพัฒนาตนเอง ในเชิงความหมาย ความสำคัญ และความสัมพันธ์ระหว่างมงคลสูตรกับสุภาชิตพระร่วง ยังมีประเด็นที่งานวิจัยนี้ยังไม่ถึง แต่มีความน่าสนใจที่ควรแก่การศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติม ดังนี้

๑. แนวคิดสังคมอุดมปัญญา : รากฐานจากมงคลสูตรสู่สังคมสมัยใหม่

๒. ความสมเหตุสมผลและความเหมาะสมของหลักคำสอนสุภาชิตพระร่วงในสถานการณ์

ปัจจุบัน

## บรรณานุกรม

### ก. เอกสารปฐมภูมิ

มหาวิทยาลัยศิลปากร. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร :

โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

มหาวิทยาลัยรามคำแหง. พระไตรปิฎกและอรรถกถา แปล ชุด ๙๑ เล่ม. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์

มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ๒๕๔๑.

### ข. เอกสารทุติยภูมิ

กรมศิลปากร. **สุภาพิตพระร่วงและนางนพมาศ**. พระนคร: โรงพิมพ์สหกรณ์ขายส่งแห่งประเทศไทย

จำกัดสินใช้, ๒๕๐๕.

\_\_\_\_\_ . **วรรณกรรมสมัยสุโขทัย**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: ศรีเมืองการพิมพ์, ๒๕๓๙.

กำธร กิตติภูมิชัย. **สุภาพิตพระร่วง**. กรุงเทพมหานคร: อักษรบัณฑิต, ๒๕๑๘.

คมทวน คันธนู. **วิเคราะห์วรรณคดีโดยวิธีประวัติศาสตร์ เล่ม ๑**. เชียงใหม่: มิ่งเมือง, ๒๕๔๑.

เจือ สตะเวทิน. **ประวัติวรรณคดี**. พระนคร: ธนบุรีศึกษา, ๒๕๐๒.

ฉันทิชย์ กระแสสินธุ์. **กวีโวหาร โบราณคดี**. พระนคร: สำนักพิมพ์ก้าวหน้า, ๒๕๑๓.

เฉลียว บุรีภักดิ์. **ทฤษฎีระบบและการพัฒนาที่ยั่งยืน**. กรุงเทพมหานคร: แอล.ที.เพรส, ๒๕๔๒.

ชัยวัฒน์ อัดพัฒน์. **หลักพุทธศาสนา**. กรุงเทพมหานคร: บริษัทวิชรินทร์การพิมพ์, ๒๕๒๕.

โชษิตา มณีใส. “สุภาพิตพระร่วง: การศึกษาแง่ประวัติศาสตร์”. **วารสารมนุษยศาสตร์และ**

**สังคมศาสตร์**. ปีที่ ๓ ฉบับที่ ๒ : ๑๒๙-๑๔๖.

दनัย เทียนพุด. **กลยุทธ์การพัฒนาคณะ: สิ่งท้าทายความสำเร็จของธุรกิจ**. กรุงเทพมหานคร:

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๗.

เดชา ชากักดี. “วิเคราะห์หลักจริยธรรมในวรรณคดีสุภาพิตพระร่วง”. **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหา**

**บัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๒.

น้อมนิจ วงศ์สุทธิธรรม. “วิเคราะห์คำสอนในสุภาพิตพระร่วง”. **วารสารรามคำแหง**. ปีที่ ๒๓ ฉบับที่

๓ (ก.ค.-ก.ย.๒๕๔๙): ๒๒๓-๒๔๐.

นियะดา เหล่าสุนทร. **พินิจวรรณกรรม รวมบทความวิชาการด้านวรรณคดีและภาษา**.

กรุงเทพมหานคร: แม่คำผาง, ๒๕๓๕.

- ป. หลงสมบุญ. **พจนานุกรม มจร-ไทย**. กรุงเทพมหานคร: สำนักเรียนวัดปากน้ำจัดพิมพ์, ๒๕๔๐.  
 ประเสริฐ ญ นคร. “สมเด็จพระปรมานุชิตชิโนรสทรงชำระสุภาชิตพระร่วง”. ใน **พ่อขุน  
 รามคำแหงไม่ได้แต่งสุภาชิตพระร่วง**. กรุงเทพมหานคร: ศิลปวัฒนธรรม, ๒๕๒๘.  
 ปิ่น มุกกันต์. **มงคลชีวิต ภาค ๑**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.  
 \_\_\_\_\_ . **มงคลชีวิต ภาค ๒**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.  
 \_\_\_\_\_ . **มงคลชีวิต ภาค ๓**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.  
 เปลื้อง ญ นคร. “จากสุภาชิตไทยเดิมมารวมรวบเป็นสุภาชิตพระร่วง”. ใน **พ่อขุนรามคำแหงไม่ได้  
 แต่งสุภาชิตพระร่วง**. กรุงเทพมหานคร: ศิลปวัฒนธรรม, ๒๕๒๘.  
 เปาวลี วิมูลชาติ. “การศึกษาควรรับรู้ความสามารถของตนเองและความต้องการพัฒนาตนเองของ  
 ข้าราชการกรมการทหารสื่อสาร”. **การวิจัยส่วนบุคคล**. คณะศิลปศาสตร์:  
 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๙.  
 พลฒิชา นาคะผิว. “สุภาชิตพระร่วงสมัยรัชกาลที่ ๕: การสร้างสรรค์จากสุภาชิตพระร่วงฉบับวัด  
 พระเชตุพนฯ”. **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์  
 มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๗.  
 พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ ๔.  
 กรุงเทพมหานคร: ด้านสุทธาการพิมพ์, ๒๕๓๑.  
 พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ ๙.  
 กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓.  
 พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว. **วิจารณ์เรื่องพระราชพงศาวดารกับเรื่องพระราช  
 ประเพณีการตั้งมหาอุปราช**. พระนคร: กรมศิลปากร, ๒๔๗๙.  
 พระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว. **รวมเรื่องพระร่วง**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราช  
 วิทยาลัย, ๒๕๒๑.  
 พระวรเวทย์พิสิษฐ์. **วรรณคดีไทย**. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๔๙๖.  
 พระสมชาย ฐานวุฑโฒ. **มงคลชีวิต ฉบับ “ทางก้าวหน้า”**. กรุงเทพมหานคร: บริษัทฐานการพิมพ์  
 จำกัด, ๒๕๔๓.  
 พระอุบาลีคุณูปมาจารย์ (สิริจันทิ์ จันทร์). **ธรรมเทศนามงคล ๓๘**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ลาน  
 อโศก เพรส กรุป, ม.ป.ป.  
 พิสิทธิ์ สารวิจิตร. “การพัฒนาตนเองกับการป้องกันปัญหาสุขภาพของตนและสังคม”. **วารสาร  
 บัณฑิตศึกษา**. ปีที่ ๑ (กันยายน ๒๕๔๐): ๘๓-๘๗.  
 มหามกุฏราชวิทยาลัย. **ปฐมสมันตปาสาทิกาแปล ภาค ๑**. กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย,  
 ๒๕๐๘.

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช. **พัฒนาการวรรณคดีไทย หน่วยที่ ๑-๗**. นนทบุรี:

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, ๒๕๓๓.

ล้อม เพ็งแก้ว. “ใครแต่งสุภาสิตพระร่วง”. ใน **พระขุนรามคำแหงไม่ได้แต่งสุภาสิตพระร่วง**,  
กรุงเทพมหานคร: ศิลปวัฒนธรรม).

ราชบัณฑิตยสถาน. **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.๒๕๒๕**. พิมพ์ครั้งที่ ๕.

กรุงเทพมหานคร: บริษัทอักษรเจริญทัศน์ อจท.จำกัด, ๒๕๓๘.

เรียม ศรีทอง. **พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน**. กรุงเทพมหานคร: เจริญดี เอ็ดดูเคชั่น, ๒๕๔๒.

วิเชียร แก่นไร่. “การพัฒนาตนเองของผู้บริหารโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานการ  
ประถมศึกษาจังหวัดสุพรรณบุรี”. **วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย:  
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๔๒.

ศิริวรรณ คำบัว. “ศึกษาความสัมพันธ์ของขันติกับการรักษาศีล ๕ ในพระพุทธศาสนา”. **วิทยานิพนธ์  
พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,  
๒๕๕๔.

ศุภกาญจน์ ชยาพัฒน์. “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องความเป็นผู้ว่าง่ายสอนง่ายในพระพุทธศาสนา”.

**วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช  
วิทยาลัย, ๒๕๔๙.

ศรีศักดิ์ วัลลิโกดม. พระร่วงและท้าวอุทองในประวัติศาสตร์ไทย. ใน **ข้อขัดแย้งเกี่ยวกับ  
ประวัติศาสตร์ไทย**. กรุงเทพมหานคร: เมืองโบราณ, ๒๕๒๗.

สงวน สิทธิเลิศอรุณ. **พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน**. กรุงเทพมหานคร: อักษราพิพัฒน์, ๒๕๔๓.

สถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนาประเทศไทย. **วิกฤตการสู่การยั่งยืน: ธรรมาภิบาลเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน**.

กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนาประเทศไทย, ๒๕๔๑.

สนิท สุ่มหิรัญย์. “สรุปรายงานผลการวิจัยเรื่อง พระพุทธศาสนากับวรรณคดีไทยสมัยสุโขทัย: ศึกษา  
เฉพาะกรณีศิลาจารึกพ่อขุนรามคำแหงและสุภาสิตพระร่วง”. ปีที่ ๑๕ ฉบับที่ ๑ (มิถุนายน  
๒๕๕๖ – พฤษภาคม ๒๕๕๗): ๔๙-๕๖.

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช. **หลักพระพุทธศาสนา**. กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราช  
วิทยาลัย, ๒๕๔๐.

\_\_\_\_\_. **ศีลในพระพุทธศาสนา**. กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑.

สมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า (พิมพ์ ธรรมธโร). **มงคลยอดชีวิต**. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๔๖.

สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส. **สารานุกรมพระพุทธศาสนา**.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๒๙.

- \_\_\_\_\_ . **บาลีไวยากรณ์วชิวิภาค ภาคที่ ๒**. พิมพ์ครั้งที่ ๓๗. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มัทมกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๗.
- สมเด็จพระสังฆราช (จวน อุฏฐายี). **มงคลในพระพุทธศาสนา**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์กิตติวรรณ, ๒๕๓๘.
- สาทิต แทนบุญ. “วรรณกรรมคำสอยของสุนทรภู่ที่ส่งผลต่อวิถีชีวิตของคนในสังคมไทย”. **ดุชนิพนธ์ปรัชญาดุชนิต**. คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์: มหาวิทยาลัยบูรพา, ๒๕๕๘.
- สำลี รักสุธี. **มงคลชีวิต ๓๘ (ฉบับร้อยแก้วและร้อยกรอง)**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์พัฒนาศึกษา, ๒๕๕๓.
- สุริยา รัตนกุล. “อธิบายสุภาชิตพระร่วงสำนวนที่ลงพิมพ์ในหนังสือมิวเซียมเปรียบเทียบกับฉบับจารึกวัดพระเชตุพนฯ”. **วารสารภาษาและวัฒนธรรม**. (กรกฎาคม-ธันวาคม ๒๕๒๗): ๒๖-๔๒.
- แสวง สาระสิทธิ์. **การพัฒนาตน**. เลย: สถาบันราชภัฏเลย, ๒๕๓๕.
- แสวง อุดมศรี. **พระวินัยปิฎก ๑**. กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔.
- อัญชลี วรรณบุญบริรักษ์. “วิเคราะห์ท่วงทำนองการประพันธ์ในสุภาชิตพระร่วง”. **สารนิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๔๖.
- อำนวยการเงิน. “การพัฒนาความกตัญญูที่ตามแนวคิดของพระพุทธวรญาณ (ทองย้อย กิตติทินโน)”. **วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๗.



## ภาคผนวก ก บทความวิจัย

การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดและการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตร  
ที่ปรากฏในสุภาษิตพระร่วง<sup>๑</sup>

An analytical study the concept of self-development  
according to MongkhalaSuttra in Proverbs of Phraruang.

ดร.สุนทร สุขทรัพย์ทวีผล และคณะ<sup>๒</sup>

Dr.Sunthorn Sukhsaptaweephol and group

### บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่องนี้ มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ ๑) เพื่อศึกษาแนวคิดและหลักปฏิบัติในการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตร ๒) เพื่อศึกษาแนวคิดการพัฒนาตนเองตามหลักคำสอนในสุภาษิตพระร่วง และ ๓) เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์หลักปฏิบัติการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตรกับหลักคำสอนที่ปรากฏในสุภาษิตพระร่วง ผลการศึกษาพบว่า

มงคลสูตรเป็นหลักการพัฒนาตนเอง มีองค์ธรรม ๓๘ ประการ เป็นระบบการพัฒนาตั้งแต่ขั้นพื้นฐานจนถึงขั้นสูงสุด คือ พระนิพพาน โดยสามารถจำแนกตามลักษณะของการพัฒนาตนเองออกเป็น ๓ ขั้น คือ ขั้นพื้นฐาน ๑๘ องค์ธรรม ขั้นกลาง ๑๒ องค์ธรรม และขั้นสูง ๘ องค์ธรรม ส่วนสุภาษิตพระร่วงสามารถจำแนกตามลักษณะของการพัฒนาตนเองออกเป็น ๖ กลุ่ม ได้แก่ ๑) ด้านการมีสัมพันธไมตรี ๒) ด้านการใช้ชีวิต ๓) ด้านการประกอบกิจการ ๔) ด้านพฤติกรรม ๕) ด้านองค์ความรู้ และ ๖) ด้านจิตใจ ในความสัมพันธ์ระหว่างมงคลสูตรกับสุภาษิตพระร่วง พบว่ามีสอดคล้องกันในแนวทางของการพัฒนาตนเอง มีคำสอนในสุภาษิตพระร่วง จำนวน ๑๒๙ บทที่สัมพันธ์กับหลักมงคลสูตร แต่มี ๑๖ บทที่ไม่มีความสอดคล้องกันเพราะเนื้อหาที่มีลักษณะเป็นความเชื่อท้องถิ่น ในส่วนที่แตกต่างกันคือ เป้าหมายและวิธีการนำเสนอ

<sup>๑</sup> บทความวิจัยนี้เป็นบทสรุปของโครงการวิจัย เรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดและการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตรที่ปรากฏในสุภาษิตพระร่วง” ได้รับการสนับสนุนงบประมาณการวิจัยจาก สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.) ผ่านสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ปีงบประมาณ ๒๕๖๐

<sup>๒</sup> อาจารย์ประจำหลักสูตรคณะพุทธศาสตร์ สาขาปรัชญา และสาขาพระพุทธศาสนา วิทยาลัยสงฆ์พุทธชินราช มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และคณะผู้วิจัยร่วมประกอบด้วย พระครูพิพิธจารุธรรม, นายภูวเดช ลินทับศาล

## Abstract

There are 3 objectives of the research: 1) to study the concept and practice of self-development according to the principle of Mangala Sutta, 2) to study the concept of self-development according to the doctrine in Proverbs of Phraruang, and 3) to analyze the relationship between the principles of life development according to Mangala Sutta and the doctrines in Proverbs of Phraruang. The study indicated that:-

Mangala Sutta, there are 38 blessings, is the principle of self-development from the basic to complete life in human beings to the highest Dharma in Buddhism – Nirvana. The Mangala Sutta can be classified by the nature of self-development into three categories: 1) basic self-development consists of 18 blessings, 2) intermediate self-development consists of 12 blessings, and 3) advanced self-development consists of 8 blessings.

Proverbs of Phraruang is classified as Didactic literature. It can be classified according to the characteristics of self-development into 6 groups: 1) in relationship, 2) in life, 3) in business, 4) in behavior, 5) in knowledge and 6) mental development. In term of relationship between the practice of life in accordance with Mangala Sutta and the doctrine in the Proverbs of Phraruang, the study revealed that the 129 verses in Proverbs of Phraruang are related to the Mangala Sutta 38, but there are 16 verses not correspondence with the Mangala Sutta because the contents are local belief. The differences are the goal and the presentation method.

### ๑. บทนำ

สุภาษิตพระร่วง เป็นมรดกทางด้านภาษาและวรรณกรรมที่สืบทอดกันแต่โบราณ สันนิษฐานว่าเดิมน่าจะเป็นวรรณกรรมแบบมุขปาฐะภาษิตและคำสอน และขยายมาเป็นวรรณกรรมลายลักษณ์รูปแบบต่างๆ เช่น โคลงประดิษฐ์พระร่วง พระราชนิพนธ์ในสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวบรมโกศ ร่ายสุภาษิตพระร่วงฉบับจารึกวัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม พระนิพนธ์ในสมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระปรมานุชิตชิโนรส ร่ายสุภาษิตพระร่วง ฉบับวัดเกาะ ร่ายสุภาสิตตั้ง ฉบับวัดลาด อำเภอมือง จังหวัดเพชรบุรี กาพย์สุภาษิตพระร่วง ฉบับวัดเกาะ และสุภาษิตพระร่วงคำโคลง พระราชนิพนธ์ในพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว โดยมีสำนวนเนื้อหาคำสอนตรงกันเป็นส่วนใหญ่ หากแต่มีการใช้ถ้อยคำภาษาที่ตรงกันบ้าง ผิดแผกไปจากกันบ้าง อันเนื่องมาจากการเรียบเรียงเป็นลายลักษณ์อักษรในต่างยุค ต่างสมัย และต่างถิ่นกัน ภาษิตคำสอนดังกล่าวนี้เรียกกันโดยทั่วไปว่า “สุภาษิตพระร่วง” แต่ละสำนวนอาจมีชื่อเรียกเฉพาะแตกต่างกันออกไป ข้อคิดคำสอนในสุภาษิตเหล่านี้ส่วนใหญ่มีรากฐานที่มาร่วมกัน และเป็นความคิดที่ตกทอดสืบทอดกันมาทางมุขปาฐะ

คืออาศัยปากต่อปากเล่าสู่กันฟัง ตั้งแต่ก่อน พ.ศ.๑๘๐๐ มาถึงสมัยที่พระร่วงขึ้นเป็นกษัตริย์กรุงสุโขทัย ข้อคิดคำสอนดังกล่าวก็แพร่หลายทั่วไปเชื่อกันว่าเป็นข้อคิดคำสอนที่พระร่วงทรงใช้อบรมสั่งสอนพลเมืองของพระองค์ให้ประพฤติปฏิบัติในแนวทางที่ถูกต้อง สุภาสิตพระร่วงจึงได้รับการยอมรับว่าเป็นหลักในการปฏิบัติตัว เพราะเป็นหลักคำสอนสำหรับการพัฒนาปรับปรุงตนเองให้ถูกต้องเหมาะสม

แนวคิดเรื่องหลักการปฏิบัติตนให้เจริญรุ่งเรืองนั้นปรากฏในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา เรียกว่า มงคลสูตร มี ๓๘ ประการ แต่มีเป้าหมายเชิงจริยศาสตร์ในหลายระดับที่ต่อยอดกันขึ้นไปจนถึงความพ้นทุกข์อย่างสิ้นเชิงคือพระนิพพาน การพัฒนาตนเองในพระพุทธศาสนาจึงเป็นการพัฒนาที่ครอบคลุมทั้งกายภาพ คุณธรรม และจิตวิญญาณ มงคลสูตรทั้ง ๓๘ ประการเป็นกระบวนการช่วยให้บุคคลสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากไม่ดีไปสู่พฤติกรรมที่ดีได้แน่นอน เพราะเป็นหลักคำสอนที่สอนให้บุคคลปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ตั้งแต่ระดับขั้นต่ำจนถึงขั้นสูงสุด บรรลุถึงโลกุตตรธรรม หหมดทุกข์โดยสิ้นเชิง จึงนับได้ว่าเป็นหลักธรรมสำหรับกลับตนของบุคคลที่ประพฤตินิสัยผิดได้เป็นอย่างดี ดังจะเห็นได้จากบทสรุปในมงคลสูตรความว่า

ผู้ปรารถนาสุขในโลกนี้ สุขในโลกหน้าและสุขอันเป็นโลกุตระ ละการเสพชนพาลเสีย อาศัยบัณฑิตแล้วบูชาท่านผู้ควรบูชาทั้งหลายอยู่อย่างนี้...เป็นผู้มีจิตไม่หวั่นไหว ด้วยโลกธรรมทั้ง ๘ ดุจภูเขาสินธู ไม่สะเทือนด้วยลมและฝน ฉะนั้น เป็นผู้ไม่เศร้าโศก ไม่มีกิเลสเพียงดังธูลี มีความเกษม และเหล่าชนผู้มีความเกษม ย่อมเป็นผู้ไม่พ่ายแพ้ในที่ทั้งปวง และถึงความสวัสดิ (เป็นผู้มีความสวัสดิไป) ในที่ทั้งปวง<sup>๓</sup>

ทั้งสุภาสิตพระร่วงและมงคลสูตร ต่างก็มีเป้าหมายในการสั่งสอนในแนวทางการพัฒนาตนเองให้เป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว สังคม และประเทศชาติ เป็นเสมือนคู่มือการประพฤติปฏิบัติตนให้เหมาะสมถูกต้อง ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาความสัมพันธ์เชิงเปรียบเทียบระหว่างหลักธรรมที่ปรากฏในมงคลสูตรกับหลักคำสอนที่ปรากฏในสุภาสิตพระร่วง ว่ามีความสัมพันธ์กันเชิงเนื้อหาสอดคล้องกันหรือไม่เพียงใด อันเป็นฐานไปสู่รูปแบบการพัฒนาตนเองที่ถูกต้อง เหมาะสม ยั่งยืนต่อไป

## ๒. แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาตนเอง

จอห์น อีเลียต และเกรแฮม วิลเลียม (Kemp & Williams) เป็นอาจารย์ประจำวิชาบริหาร การศึกษาของเซฟฟิลด์ซิตีโพลีเทคนิค ประเทศอังกฤษ ได้เสนอรูปแบบการพัฒนาตนเองที่เรียกว่า การพัฒนาสมรรถภาพในวิชาชีพ คือการพัฒนาตนเองด้วยการทำให้ตนเองเป็นผู้มีสมรรถภาพในวิชาชีพของตนเอง ซึ่งผู้ที่จะเป็นผู้ที่สมรรถภาพของงาน ๓ ระดับ<sup>๔</sup> แนวคิดดังกล่าวสอดคล้องกับดैनัย เทียนพุม ซึ่งกล่าวถึง

<sup>๓</sup> มังคัลตถทีปนี แปล เล่มที่ ๕, หน้า ๑๗๑

<sup>๔</sup> อังโน เปาวลี วิมูลชาติ, “การศึกษาควรรับรู้ความสามารถของตนเองและความต้องการพัฒนาตนเองของข้าราชการกรมการทหารสื่อสาร”, การวิจัยส่วนบุคคล, หน้า ๒๑-๒๒.

องค์ประกอบสำคัญในการเรียนรู้ของคนในการฝึกอบรมและพัฒนาว่า ประกอบด้วย ๓ องค์ประกอบ นั่นคือ<sup>๕</sup>

๑. ความรู้ (knowledge) ๒. ทักษะ (skill) และ ๓. เจตคติ (Attitude)

วิธีการหรือกิจกรรมในการพัฒนาตนเองนั้น สามารถทำได้หลายวิธี ขึ้นอยู่กับผู้ที่ต้องการพัฒนาตนเองตามแนวคิดของบอยเดล (Boydell) ซึ่งมีวิธีการในการพัฒนาตนเองที่หลากหลายและครอบคลุมวิธีพัฒนาตนเองของวิชาการหลายท่าน โดยบอย แสดงความคิดเห็นไว้ดังต่อไปนี้<sup>๖</sup>

๑. วิธีการพื้นฐานในการพัฒนาตนเอง จะประกอบไปด้วยกิจกรรม ๙ กิจกรรม คือ (๑) การจดบันทึกส่วนตัว (๒) การพิจารณาย้อนหลัง (๓) การทบทวนสิ่งที่เกิดขึ้น (๔) การพัฒนาจิตใต้สำนึก (๕) ความกล้าในการลองสิ่งใหม่ๆ (๖) การทดลองความประพฤติรูปแบบใหม่ (๗) การปรับปรุงพลังความตั้งใจ (๘) การเปิดใจให้กว้างเมื่อเผชิญกับสถานการณ์ และ (๙) การจัดการกับส่วนดีและส่วนเสีย

๒. วิธีการปรับปรุงความคิด เช่น การอ่าน การจดบันทึก การประมวลตารางข้อมูล การจดจำสิ่งต่างๆ และ การคิดอย่างมีเหตุผล

๓. วิธีอื่นบางประการเพื่อพัฒนาตนเอง เช่น การอบรมตามหลักสูตร การเรียนรู้ในหลักสูตรระยะสั้น การสอนและฝึกผู้อื่นๆ การจัดทำโครงการพิเศษ การเป็นสมาชิกองค์การวิชาชีพ และสมาคมต่างๆ หรือแม้กระทั่งการเขียนบทความลงวารสาร เป็นต้น

๔. วิธีการพัฒนาความแข็งแรง การพักผ่อน และแง่มุมบางประการตนเอง เช่น การสร้างสมาธิและจิตด้วยการออกกำลังกาย การฝึกหายใจ การทำสมาธิ การปรับปรุงอารมณ์ เป็นต้น

๕. วิธีการให้ผู้อื่นมีส่วนร่วมในการพัฒนา เช่น การเข้าร่วมสนทนา การเข้ากลุ่ม เป็นต้น

จะเห็นได้ว่า การพัฒนาตนเองเป็นกระบวนการที่หลากหลาย ซึ่งมีความครอบคลุมทั้งทางด้านความรู้ ทักษะและเจตคติ วิธีการเหล่านี้มีความสอดคล้องกับหลักการพัฒนาตนเองในทางพระพุทธศาสนา คือ หลักมงคลสูตร ซึ่งมีกระบวนการพัฒนาตนเองไปตามลำดับจากขั้นพื้นฐานไปสู่ขั้นสูงสุด

### ๓. การพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตร

ในคัมภีร์ปรมัตถโชติกา อรรถกถามงคลสูตร ได้กล่าวถึงที่มาของมงคลสูตรว่า มหาชนทั่วชมพูทวีปสงสัยว่าอะไรคือมงคล มีการถกเถียงโต้แย้งกันไปมาของสำนักต่างๆ ท้าวสักกะเทวราช จึงให้เทพบุตรองค์หนึ่งเป็นผู้ทูลถามพระผู้มีพระภาคเจ้า พระพุทธองค์จึงทรงแสดงมงคลสูตรแก่เทวดาเหล่านั้น<sup>๗</sup> และทรงแสดงแก่พระอานนท์อีกครั้งหนึ่งในภายหลังนั้นประกอบด้วยองค์ธรรมทั้งสิ้น ๓๘ ประการ เนื้อหาขององค์ธรรมทั้ง ๓๘ ประการนี้ปรากฏในพระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย มีดังต่อไปนี้

<sup>๕</sup> ดนัย เทียนพุ่ม, กลยุทธ์การพัฒนาคน : สิ่งท้าทายความสำเร็จของธุรกิจ, (กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๗), หน้า ๖๕-๖๗.

<sup>๖</sup> อังใน เปาวลี วิมูลชาติ, “การศึกษาควรรับรู้ความสามารถของตนเองและความต้องการพัฒนาตนเองของข้าราชการกรมการทหารสื่อสาร”, การวิจัยส่วนบุคคล, หน้า ๒๒-๒๕.

<sup>๗</sup> พุ.อุ.อุ. ๑/๑๖๓-๑๖๘.

การไม่คบคนพาล	การคบบัณฑิต
การบูชาคนที่ควรบูชา	นี้เป็นมงคลอันสูงสุด
อยู่ในถิ่นที่เหมาะสม	การได้สร้างบุญไว้ในปางก่อน
การตั้งตนไว้ชอบ	นี้เป็นมงคลอันสูงสุด
ความเป็นพหูสูต	ความเป็นผู้มีศีลปะ
วินัยที่ศึกษามาดี	วาจาสุภาสิต นี้เป็นมงคลสูงสุด
การบำรุงมารดาบิดา	การสงเคราะห์บุตร
การสงเคราะห์ภรรยา	การงานที่ไม่อากูล นี้เป็นมงคลอันสูงสุด
การให้ทานการ	ประพฤตินิธรรม
การสงเคราะห์ญาติ	การงานที่ไม่มีโทษ นี้เป็นมงคลอันสูงสุด
การงดเว้นจากบาป	การงดเว้นจากการดื่มน้ำเมา
ความไม่ประมาทในธรรม	นี้เป็นมงคลอันสูงสุด
ความเคารพ	ความถ่อมตน
ความสันโดษ	ความกตัญญู
พึงธรรมตามกาล	นี้เป็นมงคลอันสูงสุด
ความอดทนความ	เป็นคนว่าง่าย
การพบเห็นสมณะ	การสนทนาธรรมตามกาล นี้เป็นมงคลอันสูงสุด
การเผาผลาญบาป	การประพฤติพรหมจรรย์
การเห็นอริยสัจ	การทำนิพพานให้แจ้ง นี้เป็นมงคลอันสูงสุด
จิตของผู้ที่ถูกโลกธรรมกระทบแล้วไม่หวั่นไหว	
จิตไม่เศร้าโศก	จิตปราศจากอริ
จิตเกษม	นี้เป็นมงคลอันสูงสุด <sup>๙</sup>

จากการที่คำสอนในมงคลสูตรมีเนื้อหาสาระครอบคลุมคำสอนในพุทธศาสนาทั้งหมด เรียงลำดับจากง่ายไปหายาก พันเอกปิ่น มุทุกันต์ได้นำเสนอเนื้อหาในแต่ละมงคลโดยนำเสนอแผนภูมิการจัดลำดับองค์ธรรมในมงคลสูตรทั้ง ๓๘ ประการเป็นแบบขั้นบันได โดยมีมงคลในข้อต้นๆ เป็นส่วนฐานของบันได มีมงคลในลำดับท้ายๆ เป็นส่วนยอดของบันได วางเรียงตามวิถีทางของการปฏิบัติจากต่ำไปหาสูง<sup>๙</sup> จากง่ายไปหายาก และจากขั้นตอนการสร้างความก้าวหน้าทางชีวิตไปสู่การสร้างความก้าวหน้าทางจิต<sup>๑๐</sup> ในงานวิจัยนี้ได้

<sup>๘</sup> ชุ.ช. (ไทย) ๒๕/๓-๑๒/๗-๘.

<sup>๙</sup> ปิ่น มุทุกันต์, **มงคลชีวิต ภาค ๓**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕), หน้า ๑๑๑.

<sup>๑๐</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๒๓-๓๒๔.

นำองค์ธรรมมาวิเคราะห์ให้สอดคล้องกับหลักการพัฒนาตนเอง พบว่าหลักธรรมในมงคลสูตรนั้นสามารถจำแนกตามลักษณะของการพัฒนาตนเองออกเป็น ๓ ขั้นตอน ดังนี้

๑. หลักการพัฒนาตนเองขั้นพื้นฐาน (ความรู้) ประกอบด้วยหลักธรรมที่เป็นมงคล ๑๘ ประการ ได้แก่ การไม่คบคนพาล การคบบัณฑิต การบูชาบุคคลที่ควรบูชา อยู่ในถิ่นที่เหมาะสม การสร้างสมความดีไว้ก่อน การตั้งตนไว้ชอบหรือดำรงตนถูกต้อง การรอบรู้วิทยาการ ความชำนาญในศิลปะ การมีระเบียบวินัย การพูดจาดีเป็นวาจาสุภาพ การเลี้ยงดูบิดามารดา การเลี้ยงดูบุตรธิดา การเลี้ยงดูภรรยา การทำงานไม่ให้คั่งค้าง การบำเพ็ญทาน การประพฤติเป็นธรรม การสงเคราะห์ญาติ และการทำงานไม่มีโทษ

๒. หลักพัฒนาตนเองขั้นกลาง (ทักษะ) ประกอบด้วยหลักธรรมที่เป็นมงคล ๑๒ ประการ ได้แก่ การงดเว้นจากบาป การสำรวมจากการดื่มเมา การฟังธรรมตามกาล ความอดทน ความเป็นผู้ว่าง่ายสอนง่าย การคบหาสมณะ การสนทนาธรรมตามกาล ความไม่ประมาทในธรรม ความเป็นผู้มีสัมมาคารวะ การถ่อมตัว ความสันโดษ และความกตัญญู

๓. หลักพัฒนาตนเองขั้นสูง (เจตคติ) ประกอบด้วยหลักธรรมที่เป็นมงคล ๘ ประการ ได้แก่ ความมีตบะ การประพฤติพรหมจรรย์ การเห็นแจ้งในอริยสัจ ทำนิพพานให้แจ้ง จิตไม่หวั่นไหวในโลกธรรม จิตไม่เศร้าโศก จิตปราศจากอริส และจิตเกษมจากโยคะ

แนวความคิดพัฒนาตนเองตามหลักหลักมงคลสูตรจึงเป็นการพัฒนาที่ครอบคลุมทั้งทางด้านความรู้ ทักษะ และเจตคติ กล่าวคือ เป็นการพัฒนาการพัฒนาตนเองตามลำดับจากขั้นพื้นฐานคือการปรับองค์ความรู้ เช่น การคบบัณฑิต การศึกษาศิลปะวิทยา การใช้ชีวิตที่มีความสัมพันธ์กับคนในสังคมตั้งแต่ระดับครอบครัว ญาติมิตร และสังคมวงกว้าง จากนั้นจึงก้าวสู่การพัฒนาทางด้านทักษะ คือความอดทน ความประพฤติปฏิบัติตนเองในสถานการณ์การต่างๆ และพัฒนาสู่การพัฒนาขั้นสูงสุดคือการพัฒนาทางจิต การพัฒนาตนเองที่ครอบคลุมองค์ประกอบทั้ง ๓ ประการนี้ มีความสอดคล้องกับกันแนวคิดเรื่องไตรสิกขาในพระพุทธศาสนา คือ ศีล สมาธิ และปัญญา จึงทำให้มงคลสูตรเป็นสูตรการพัฒนาตนเองที่เหมาะสมต่อการนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

#### ๔. การพัฒนาตนเองตามหลักสุภาษิตพระร่วง

สุภาษิตพระร่วงจัดอยู่ในประเภทวรรณคดีคำสอน (Didactic literature) เกิดจากการเก็บสะสมรวบรวมถ้อยคำสั่งสอนที่มีคุณค่า ผู้รวบรวมมักจะไม่จัดหมวดหมู่แยกประเภทว่าสอนเกี่ยวกับอะไร แต่จะนำเรียงร้อยเข้าด้วยกัน โดยยึดสัมผัสที่สอดคล้องกันเป็น เรียกอีกชื่อหนึ่งว่า บัญญัติพระร่วง หรือสุภาษิตบัญญัติพระร่วง บางฉบับเพี้ยนเป็น ประดิษฐ์พระร่วง อันเป็นชื่อที่พ้องกับโครงประดิษฐ์พระร่วง วรรณคดีอีกเรื่องหนึ่งในสมัยอยุธยาตอนปลาย<sup>๑๑</sup> สุภาษิตพระร่วงมีคุณค่าทั้งด้านสติปัญญา ด้านวรรณศิลป์ ด้านคุณธรรมจริยธรรมและคุณค่าทางด้านสังคม สามารถรับรู้และยึดถือเป็นธรรมเนียมปฏิบัติได้อย่างไม่หมดยุคหมดสมัย

<sup>๑๑</sup> โชชิตา มณีใส, “สุภาษิตพระร่วง: การศึกษาแง่ประวัติศาสตร์”, วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, ปีที่ ๓ ฉบับที่ ๒ : ๑๒๙-๑๔๖.

ผู้แต่งสุภาสิตพระร่วงมีการสันนิษฐานแตกต่างกันออกไปเป็น ๓ กลุ่ม คือ ๑.กลุ่มที่เห็นว่าแต่งขึ้นสมัยสุโขทัย เป็นพระราชนิพนธ์ของกษัตริย์ที่มีนามว่า พระร่วง ซึ่งอาจเป็นพ่อขุนรามคำแหงหรือพระยาสิทธิไทยก็ได้<sup>๑๒</sup> ๒. กลุ่มที่เห็นว่าเป็นส่วนงานที่แต่งขึ้นใหม่ เนื่องจากมีลักษณะการประพันธ์ที่ดำเนินตามกฎเกณฑ์ของฉันทลักษณ์อย่างเคร่งครัด หรืออาจเป็นการคัดลอกมาจากวรรณกรรมเรื่องอื่น เช่น สุภาสิตตั้ง เป็นต้น<sup>๑๓</sup> และ ๓. กลุ่มที่เห็นว่าเป็นการนำสุภาสิตเก่ามาชำระใหม่ มีผู้แต่งหลายคนช่วยกันรวบรวมจากความทรงจำบ้าง จากจารึกบ้าง และมีการแต่งเติมในภายหลังบ้างเพื่อให้ข้อความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น<sup>๑๔</sup>

สุภาสิตพระร่วงเป็นคำสอนเชิงธรรมะบ้าง เชิงวัฒนธรรมสังคัมบ้าง เชิงจารีตประเพณีบ้าง ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยจะนำเสนอเฉพาะในส่วนที่เกี่ยวกับการพัฒนาตนเองทั้งด้านความประพฤติ มารยาท ความรู้ จิตใจ โดยจัดกลุ่มที่มีความใกล้เคียงกันและ/หรือเป็นกลุ่มที่มีแนวทางในการประยุกต์ใช้ต่อการพัฒนาตนเอง พบว่าหลักการในสุภาสิตพระร่วงนั้นสามารถจำแนกตามลักษณะของการพัฒนาตนเองออกเป็น ๖ กลุ่ม

๑. การพัฒนาตนเองด้านการมีสัมพันธไมตรี หมายถึง สุภาสิตที่มีคำสอนในลักษณะของการประพฤติตนต่อบุคคลรอบข้างให้มีความเหมาะสมกับฐานะ บุคคล หน้าที่การงาน เป็นการพัฒนาศักยภาพของตนเองให้เหมาะสมกับการคบหาสมาคมกับผู้อื่น มีทั้งหมด ๔๙ สุภาสิต เช่น อย่าอวดหาญแก่เพื่อน ที่รัก อย่าดูถูก ปลูกไมตรีอย่ารู้ร้าง เป็นต้น

๒. การพัฒนาตนเองด้านการใช้ชีวิต หมายถึง สุภาสิตที่มีคำสอนในลักษณะของการใช้ชีวิตให้ปลอดภัยในสังคม การมีอุดมการณ์ในการดำรงชีวิต การใช้สติ สัมปชัญญะ การรอบคอบ ไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต มีทั้งหมด ๓๐ สุภาสิต เช่น อย่าใฝ่เอาทรัพย์ท่าน ประพฤติตามบุรพอบบ อย่าประกอบกิจเป็นพาล อย่าใฝ่สูงพ้นศักดิ์ เป็นต้น

๓. การพัฒนาตนเองด้านการประกอบกิจการ หมายถึง สุภาสิตที่มีคำสอนเกี่ยวกับการประกอบสัมมาอาชีพ การทำงานให้ประสบผลสำเร็จ มีทั้งหมด ๑๖ สุภาสิต เช่น ให้หาสินเมื่อใหญ่ หวานพีชจักเอาผล มีสินอย่าอวดมั่ง อาสาจงพอแรง เป็นต้น

๔. การพัฒนาตนเองด้านพฤติกรรม หมายถึง สุภาสิตที่มีคำสอนในลักษณะของการพัฒนาบุคลิกภาพ พฤติกรรม ความประพฤติ กิริยามารยาท การวางตัวที่เหมาะสม เป็นการปรับปรุงด้านกายภาพ มีทั้งหมด ๑๘ สุภาสิต เช่น อย่างนั่งชิดผู้ใหญ่ อย่าขัดแย้งผู้ใหญ่ น้ำเชื้ออย่าขวางเรือ อย่าได้รับของเข็ญ นอบตนต่อผู้เฒ่า เป็นต้น

<sup>๑๒</sup> ฉันทิขย์ กระแสสินธุ์, กวีโวหาร โบราณคดี, (พระนคร: สำนักพิมพ์ก้าวหน้า, ๒๕๑๓), หน้า ๔๘๔-๔๘๕.

<sup>๑๓</sup> นิยะดา เหล่าสุนทร, พินิจวรรณกรรม รวบรวมบทความวิชาการด้านวรรณคดีและภาษา, (กรุงเทพมหานคร: แม่คำผาง, ๒๕๓๕), หน้า ๑๐๑-๑๐๖.

<sup>๑๔</sup> เปลื้อง ณ นคร, “จากสุภาสิตไทยเดิมมารวมรวบเป็นสุภาสิตพระร่วง”, ใน พ่อขุนรามคำแหงไม่ได้แต่งสุภาสิตพระร่วง, (กรุงเทพมหานคร: ศิลปวัฒนธรรม, ๒๕๒๘), หน้า ๕๙-๖๐.

๕. การพัฒนาตนเองด้านองค์ความรู้ หมายถึง สุภาชิตที่มีคำสอนในลักษณะของการส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ การปรับตัวให้ทันกับสถานการณ์ การแสวงหาประสบการณ์เพื่อเพิ่มสมรรถนะในการทำงาน พัฒนาองค์ความรู้ให้ยิ่งขึ้นไป มีทั้งหมด ๑๑ สุภาชิต เช่น เมื่อน้อยให้เรียนวิชา ผู้เฒ่าสั่งจงจำความ ครูบา สอนอย่าโกรธ เป็นต้น

๖. การพัฒนาตนเองด้านจิตใจ หมายถึง สุภาชิตที่มีคำสอนในลักษณะของการพัฒนาด้านคุณธรรม จริยธรรม จิตใจ พัฒนาจิตวิญญาณ เป็นคำสอนที่เน้นการพัฒนาภายใน เช่น ความคิด ความเห็น ทศนคติ มีทั้งหมด ๓๑ สุภาชิต เช่น สร้างกุศลอย่ารู้โรย อย่าไฝตนให้เกินตัว เห็นงามตาอย่าปอง โทษตนผิดพึงรู้ สูเสีย สินอย่าเสียศักดิ์ เป็นต้น

## ๕. วิเคราะห์ความสัมพันธ์หลักปฏิบัติการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตรกับหลักคำสอนที่ปรากฏใน สุภาชิตพระร่วง

จากการศึกษาวิเคราะห์พบว่า เป้าหมายและหลักการของมงคล ๓๘ ในฐานะเป็นเครื่องมือพัฒนาตนเอง มี ๒ ระดับ คือ การพัฒนาชีวิตเพื่อให้เป็นคนดีของสังคม การพัฒนาเพื่อความสิ้นไปของกิเลส มีชั้นของการพัฒนาชีวิต ๓ ระดับ คือระดับพื้นฐาน ระดับกลาง และระดับสูง ในระดับพื้นฐานนั้นมุ่งเน้นการตั้งใจให้เป็นสัมมาทิฐิ ในระดับกลางเป็นการพัฒนาตนเองผู้อื่น และระดับสูงนั้นเป็นการพัฒนาเพื่อชีวิตที่ดีงาม ดังนั้น คำสอนในมงคลสูตรจึงสามารถจำแนกเป็นกระบวนการของการพัฒนาชีวิตได้เป็น ๕ กระบวนการ ประกอบด้วย ๑. กระบวนการปรับฐานความคิด ๒. กระบวนการสร้างความพร้อม ๓. กระบวนการดำเนินชีวิตเพื่อครอบครัว ๔. กระบวนการดำเนินชีวิตเพื่อสังคม และ ๕. กระบวนการดำเนินชีวิตเพื่อชีวิตที่ดีงาม

ส่วนสุภาชิตพระร่วงนั้นได้กล่าวถึงหลักประพฤติปฏิบัติของมนุษย์ทั้งหมด ๑๔๕ สุภาชิต .แยกออกเป็น ๖ กลุ่ม ประกอบด้วย การพัฒนาชีวิตด้านการมีสัมพันธไมตรี การพัฒนาชีวิตด้านการใช้ชีวิต การพัฒนาชีวิตด้านการประกอบกิจการ การพัฒนาชีวิตด้านพฤติกรรม การพัฒนาชีวิตด้านองค์ความรู้ และการพัฒนาชีวิตด้านจิตใจ

เมื่อวิเคราะห์แล้วพบความสัมพันธ์ของหลักการพัฒนาชีวิตระหว่างมงคลสูตรกับหลักคำสอนในสุภาชิตพระร่วงในลักษณะที่สอดคล้องกันและแตกต่างกัน คือ ความสอดคล้องกันนั้นพบว่า มงคลสูตรกับสุภาชิตพระร่วงล้วนเป็นแต่คำสอนที่มีหลักการเพื่อเป็นแนวทางของการประพฤติปฏิบัติตนให้เป็นคนดี ประสบความสำเร็จในชีวิต ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข สามารถประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งทางด้านระบอบความคิด การดำรงชีวิต การปฏิสัมพันธ์กับบุคคลในสังคม รวมถึงการพัฒนาตนเองทางด้านจิตใจ จากการศึกษพบว่า คำสอนในสุภาชิตพระร่วง จำนวน ๑๒๙ บทมีความสัมพันธ์กับหลักมงคลสูตร ๓๘ แต่ไม่ครบทั้ง ๓๘ ประการ มีเพียง ๑๖ บทเท่านั้น ที่เป็นส่วนของความเชื่อท้องถิ่นซึ่งมีเนื้อหาเป็นเชิงวิถีชุมชนจึงไม่สอดคล้องกับหลักธรรมในมงคลสูตร แต่ก็ไม่ได้มีความขัดแย้งกัน นั่นเป็นเพราะจุดมุ่งหมายของคำสอนของทั้งสองอย่างแตกต่างกัน

ในส่วนที่แตกต่างกันนั้น คือ เป้าหมาย และวิธีการนำเสนอ เป้าหมายของมงคลสูตรนั้นเป็นไปเพื่อชีวิตอันเป็นอุดมสุข คือ พระนิพพาน จึงเป็นการพัฒนาชีวิตเพื่อความหลุดพ้นอย่างแท้จริง เป็นการพัฒนา



จนถึงจุดสูงสุดของชีวิต แต่สุภาสิตพระร่วงนั้นมีคำสอนที่มุ่งต่อการดำเนินชีวิตในสังคมอย่างสงบสุข แม้จะมีคำสอนที่เกี่ยวกับการพัฒนาทางด้านจิตใจ อิงแอบกับคำสอนทางพระพุทธศาสนา แต่ก็ยังไม่มีเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน ส่วนวิธีการนำเสนอที่พบว่ามีมงคลสูตรมีความเชื่อมโยงกันเป็นลำดับ จาก ๑ ไปสู่ ๒ จาก ๒ ไปสู่ ๓ แต่ก็สามารถนำมาปฏิบัติได้เป็นเฉพาะข้อๆ ได้ด้วย ส่วนในสุภาสิตพระร่วงนั้นไม่ได้เรียงลำดับความสำคัญก่อนหลัง ทำให้เนื้อหากระโดดไปมา ไม่ต่อเนื่องเป็นส่วนเป็นตอนเหมือนมงคลสูตร มีคำอธิบายเฉพาะสุภาสิต ไม่มีความสัมพันธ์กัน และไม่ได้มีเนื้อหาสาระที่ต่อเนื่องกัน

## ๖. ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาแนวคิดและการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตรที่ปรากฏในสุภาสิตพระร่วงพบว่า หลักคำสอนในมงคลสูตรนั้นมีความลุ่มลึกตามลำดับ มีพัฒนาการจากง่ายไปสู่ยาก ถือได้ว่าเป็นรูปแบบการพัฒนาตนเองที่สมบูรณ์ที่สุด แต่เนื่องจากระดับความยาก-ง่าย นี้เองทำให้เห็นว่า ข้อจำกัดทางด้านสติปัญญา วิธีการดำเนินชีวิต และเป้าหมายชีวิตของมนุษย์มีความแตกต่างกัน ศักยภาพและขอบเขตในการพัฒนาชีวิตจึงแตกต่างกัน ดังที่ผู้วิจัยได้จัดแบ่งกระบวนการของการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตรไว้ ๕ กระบวนการ ที่ควรนำมากล่าวถึงในที่นี้คือกระบวนการที่ ๕ ซึ่งเป็นกระบวนการขั้นสูงสุดของการพัฒนาชีวิต คือ พระนิพพาน แน่นนอนว่าในกระบวนการนี้ไม่ใช่เรื่องที่จะทำได้โดยง่าย การจะนำหลักมงคล ๓๘ ประการไปใช้ในการพัฒนาชีวิตอย่างครบถ้วนนั้นจึงเป็นไปได้โดยยาก ดังนั้น การจัดระดับองค์ธรรมเป็นกระบวนการนั้น จะช่วยให้สามารถกำหนดขอบเขตของการพัฒนาชีวิตได้ตามลำดับ และเพื่อให้แนวทางการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตรนี้ได้รับการพัฒนาต่อยอดไปอีกระดับหนึ่ง ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังนี้

๑. สถาบันการศึกษาของคณะสงฆ์ควรจัดทำหลักสูตรเกี่ยวกับการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตรให้เป็นหลักสูตรที่สามารถนำไปใช้ได้จริงในสถานศึกษา อาจเป็นหลักสูตรรายวิชา หรือหลักสูตรในรูปแบบกิจกรรม เพื่อเป็นการนำหลักธรรมไปใช้ได้ในการการณ์จริงและประยุกต์เข้ากับการดำเนินชีวิตได้จริง เมื่อได้หลักสูตรตามกฎเกณฑ์ที่กระทรวงศึกษากำหนดแล้ว จึงเสนอให้แต่ละโรงเรียนนำไปเป็นรายวิชาหรือกิจกรรมประกอบการเรียนการสอนตามสมควร ส่วนหลักสูตรในรูปแบบกิจกรรมนั้นสามารถขยายไปยังหน่วยงานและองค์กรต่างๆ ได้อีกด้วย

๒. เนื่องจากมีการจัดหลักสูตรการพัฒนาศักยภาพบุคลากร เจ้าหน้าที่ ซึ่งจัดโดยเอกชน กลุ่มงานมีกลุ่มวิทยากรที่ชำนาญด้านการพัฒนาชีวิต เช่น การพัฒนาบุคลิกภาพ การพัฒนาศักยภาพ ซึ่งจัดขึ้นตามสถานที่ต่างๆ คณะสงฆ์ควรมีคณะทำงานด้านการพัฒนาศักยภาพมนุษย์โดยอาศัยหลักมงคล ๓๘ ประการเป็นตัวนำ นอกจากจะได้มีการพัฒนาบุคลากรแล้วยังสามารถสอดแทรกแนวคิดทางพระพุทธศาสนา อันเป็นแนวคิดที่ยั่งยืนไว้ในกระบวนการพัฒนาบุคลากรได้ด้วย

๓. สำหรับสุภาสิตพระร่วงนั้นผู้วิจัยเห็นว่าควรมีการชำระในบางสุภาสิตให้เหมาะสมต่อสถานการณ์ปัจจุบัน กล่าวคือ บางสุภาสิตนั้นไม่เข้ากับยุคสมัยแล้ว ก็ยังอาจกระทบต่อหลักสิทธิมนุษยชนในสมัยปัจจุบันด้วย เช่น ลูกเมียอย่างวางใจ ตนเป็นไทยอย่าคบทาส เป็นต้น เพราะคำสอนเหล่านี้มีลักษณะที่

ขัดแย้งกับหลักของความเป็นมนุษย์ และไม่เป็นที่ยอมรับในสังคมปัจจุบัน อนึ่ง คำว่าชำระในที่นี้ ไม่ได้หมายถึงให้แก้ไขถ้อยคำในสุภาษิตพระร่วง แต่ควรให้คำแนะนำหรือเสนอแนะประกอบการนำเสนอสุภาษิตแต่ละบทไว้ด้วย

จากการศึกษาแนวคิดและการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตรที่ปรากฏในสุภาษิตพระร่วง ผู้วิจัยได้ศึกษาในขอบเขตเฉพาะการพัฒนาตนเอง ในเชิงความหมาย ความสำคัญ และความสัมพันธ์ระหว่างมงคลสูตรกับสุภาษิตพระร่วง ยังมีประเด็นที่งานวิจัยนี้ยังไม่ถึง แต่มีความน่าสนใจที่ควรแก่การศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติม ดังนี้

๑. แนวคิดสังคมอุดมปัญญา : รากฐานจากมงคลสูตรสู่สังคมสมัยใหม่
๒. ความสมเหตุสมผลและความเหมาะสมของหลักคำสอนสุภาษิตพระร่วงในสถานการณ์ปัจจุบัน

### บรรณานุกรม

- ฉันทิชย์ กระแสสินธุ์. กวีโวหาร โบราณคดี. พระนคร: สำนักพิมพ์ก้าวหน้า, ๒๕๑๓), หน้า ๔๘๔-๔๘๕.
- โชษิตา มณีใส. “สุภาษิตพระร่วง: การศึกษาแง่ประวัติศาสตร์”. วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์. ปีที่ ๓ ฉบับที่ ๒ : ๑๒๙-๑๔๖.
- दनัย เทียนพุ่ม. กลยุทธ์การพัฒนาดน: สิ่งท้าทายความสำเร็จของธุรกิจ. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๗.
- นียะดา เหล่าสุนทร. พินิจวรรณกรรม รวมบทความวิชาการด้านวรรณคดีและภาษา. กรุงเทพมหานคร: แม่คำผาง, ๒๕๓๕.
- ปิ่น มุกข์นันท. มงคลชีวิต ภาค ๓. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์พิมพ์มิ่งกุฎราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.
- เปาวลี วิมูลชาติ. “การศึกษาควรรับรู้ความสามารถของตนเองและความต้องการพัฒนาตนเองของข้าราชการกรมการทหารสื่อสาร”. การวิจัยส่วนบุคคล. คณะศิลปศาสตร์: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๙.
- เปลื้อง ณ นคร. “จากสุภาษิตไทยเดิมมารวมรวบเป็นสุภาษิตพระร่วง”. ใน พ่อขุนรามคำแหงไม่ได้แต่งสุภาษิตพระร่วง. กรุงเทพมหานคร: ศิลปวัฒนธรรม, ๒๕๒๘.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.
- มหามกุฎราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกและอรรถกถา แปล ชุด ๙๑ เล่ม. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฎราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑.

## ภาคผนวก ข

### กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการนำผลจากโครงการวิจัยไปใช้ประโยชน์

#### ๑. กิจกรรมด้านการเรียนการสอนในสถาบันการศึกษา

- สามารถนำผลของการศึกษาวิจัยไปประยุกต์ใช้ในการเรียนการสอนในรายวิชา พระพุทธศาสนา จริยธรรม วรรณคดี ประวัติศาสตร์ ทั้งในระดับประถมศึกษา มัธยมศึกษา และ อุดมศึกษาทั้งปริญญาตรีและปริญญาโท

- สามารถนำผลของการศึกษาวิจัยไปสะท้อนข้อมูลให้กับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับด้านการส่งเสริมพระพุทธศาสนา หรือแม้กระทั่งด้านวรรณคดี หลักสูตรการพัฒนาบุคลิกภาพ พฤติกรรม และการส่งเสริมพัฒนามนุษย์

- สามารถนำผลการศึกษาวิจัยไปพัฒนาเป็นหลักสูตรโดยเฉพาะ เช่น หลักสูตรการพัฒนาความสำเร็จให้แก่ตนเอง หลักสูตรพัฒนาตนเองให้อยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข โดยประสานความร่วมมือกับสถานศึกษาหรือองค์กรที่พัฒนาศักยภาพของมนุษย์

#### ๒. กิจกรรมด้านส่งเสริมการเผยแพร่ความรู้ด้านประวัติศาสตร์

- สามารถนำผลการศึกษาวิจัยไปช่วยเสริมความรู้ทางด้านวรรณกรรมประวัติศาสตร์และเชื่อมโยงเข้ากับแนวคิดทางพระพุทธศาสนา

- สามารถนำข้อมูลที่ได้จากการศึกษาวิจัยไปเผยแพร่ให้กับองค์กร ชุมชน และนักวิชาการด้านวรรณคดี

- สามารถเชื่อมโยงแนวคิดทางพระพุทธศาสนากับแนวความคิดทางด้านชุมชนผ่านวรรณกรรมสำคัญของชาติ

#### ๓. กิจกรรมด้านวิชาการ

- ได้มีการนำผลงานการวิจัยเข้าไปบูรณาการกับรายวิชาวรรณกรรมสำคัญทางพระพุทธศาสนาในระดับปริญญาตรีและปริญญาโท ของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์พุทธชินราช

- ได้มีการนำเสนอบทความวิจัยในการประชุมวิชาการระดับชาติ ซึ่งจัดโดยมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์น่าน

## ภาคผนวก ค

ตารางเปรียบเทียบวัตถุประสงค์ กิจกรรมที่วางแผนไว้  
และกิจกรรมที่ดำเนินการมาและผลที่ได้รับของโครงการ

กิจกรรม	ผลที่ได้รับ	บรรลุมติประสงค์	โดยทำให้
๑.ศึกษาข้อมูลปฐมภูมิ/ ทุติยภูมิ	ทราบถึงข้อมูลเกี่ยวกับ มงคลสูตรกับสุภาชิต พระร่วง	ข้อ ๑-๒	ทำให้วิเคราะห้แนวคิด ของมงคลสูตรกับสุภาชิต พระร่วง
๒.วิเคราะห์แนวคิดการ พัฒนาการตนเอง	ทราบถึงแนวคิดการ พัฒนาตนเองทั้ง ทางด้านจิตวิทยาและ พระพุทธศาสนา	ข้อ ๑	ทำให้วิเคราะห้แนวคิด การพัฒนาตนเอง
๓.วิเคราะห์ข้อมูล	ทราบความสอดคล้อง และความสัมพันธ์ ระหว่างแนวคิดการ พัฒนาตนเองและ แนวทางตามมงคลสูตร และสุภาชิตพระร่วง	ข้อ ๑-๓	ทำให้วิเคราะห้เห็น ความสัมพันธ์ของการ พัฒนาตนเองโดยยึดหลัก มงคลสูตรและเชื่อมโยงถึง สุภาชิตพระร่วงที่มีความ เหมือนและสอดคล้องกัน ในการพัฒนาตนเอง
๔.ข้อเสนอแนะอื่นๆ	ทราบถึงข้อเสนอใน การสร้างองค์ความรู้ และเผยแพร่หลักธรรม ทางพระพุทธศาสนา และวรรณกรรมสำคัญ ของชาติ	ข้อ ๑-๓	ทำให้ได้ข้อเสนอแนะต่อ องค์กร สถานศึกษา และ หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับ พระพุทธศาสนา ประวัติศาสตร์ วรรณคดี
๕.รายงานฉบับสมบูรณ์	ได้รายงานวิจัยฉบับ สมบูรณ์ที่สามารถตอบ วัตถุประสงค์ของ โครงการวิจัยทั้ง ๓ ข้อ คือ	ข้อ ๑-๓	ได้รายงานที่มีคุณค่า สามารถตอบวัตถุประสงค์ ของการวิจัยเพื่อให้ องค์กร ชุมชน และ หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

กิจกรรม	ผลที่ได้รับ	บรรลุ วัตถุประสงค์	โดยทำให้
	<p>๑. เพื่อศึกษาแนวคิด และหลักปฏิบัติในการ พัฒนาตนเองตามหลัก มงคลสูตร</p> <p>๒. เพื่อศึกษาแนวคิด และหลักปฏิบัติในการ พัฒนาตนเองตามหลัก คำสอนในสุภาสิตพระ ร่วง</p> <p>๓. เพื่อวิเคราะห์ ความสัมพันธ์หลัก ปฏิบัติการพัฒนาชีวิต ตามหลักมงคลสูตรกับ หลักคำสอนที่ปรากฏ ในสุภาสิตพระร่วง</p>		<p>กับพระพุทธศาสนา ประวัติศาสตร์ วรรณกรรม สามารถ นำไปใช้ได้เหมาะสม</p>

## แบบสรุปโครงการ

สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

เลขที่สัญญา	ว.๓๒๔/๒๕๖๐
ชื่อโครงการ	การศึกษาเปรียบเทียบแนวคิดการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตรที่ปรากฏใน สุภาสิตพระร่วง
หัวหน้าโครงการ	ดร.สุนทร สุขทรัพย์ทวีผล วิทยาลัยสงฆ์พุทธชินราช มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย โทรศัพท์ ๐๙๗-๙๑๘-๑๖๓๖ E-mail: <a href="mailto:jidapha17@gmail.com">jidapha17@gmail.com</a>
ความเป็นมาและความสำคัญ	<p>สุภาสิตพระร่วง เป็นมรดกทางด้านภาษาและวรรณกรรมที่สืบทอดกันแต่โบราณ เป็นข้อคิดคำสอนที่พระร่วงทรงใช้อบรมสั่งสอนพลเมืองของพระองค์ให้ประพฤติปฏิบัติในแนวทางที่ถูกต้อง เป็นหลักคำสอนสำหรับการพัฒนาปรับปรุงตนเองให้ถูกต้องเหมาะสม ส่วนในทางพระพุทธศาสนาปรากฏแนวคิดเรื่องหลักการปฏิบัติตนในมงคลสูตร มี ๓๘ ประการ ซึ่งเป็นหลักการ วิธีการ และหนทางแห่งความเจริญก้าวหน้าของชีวิตเช่นกัน การศึกษาความสัมพันธ์เชิงเปรียบเทียบระหว่างหลักธรรมที่ปรากฏในมงคลสูตรกับหลักคำสอนที่ปรากฏในสุภาสิตพระร่วง จะทำให้เห็นถึงความสัมพันธ์กันในเชิงเนื้อหา วัฒนธรรมพระพุทธศาสนาและวรรณกรรมของไทย อันเป็นฐานไปสู่รูปแบบการพัฒนาตนเองที่ถูกต้อง เหมาะสม ยั่งยืนต่อไป</p>
วัตถุประสงค์โครงการ	<ol style="list-style-type: none"> <li>๑. เพื่อศึกษาแนวคิดและหลักปฏิบัติในการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตร</li> <li>๒. เพื่อศึกษาแนวคิดและหลักปฏิบัติในการพัฒนาตนเองตามหลักคำสอนในสุภาสิตพระร่วง</li> <li>๓. เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์หลักปฏิบัติการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตรกับหลักคำสอนที่ปรากฏในสุภาสิตพระร่วง</li> </ol>
ผลการวิจัย	<p><b>ประเด็นที่ ๑ : แนวคิดและหลักปฏิบัติในการพัฒนาตนเองตามหลักมงคลสูตร</b></p> <p>มงคลสูตรเป็นพระสูตรสำคัญพระสูตรหนึ่งของพระพุทธศาสนา องค์ธรรมในมงคลสูตรมีทั้งหมด ๓๘ ประการ มีการไม่คบคนพาลเป็นต้น และภาวะจิตเกษมเป็นปรีโยสาน มงคลสูตรเป็นหลักของการพัฒนาตนเองตามลำดับตั้งแต่ขั้นพื้นฐานคือการมีชีวิตที่สมบูรณ์ในความเป็นมนุษย์จนถึงขั้นสูงสุดคืออมตธรรมในพระพุทธศาสนา ได้แก่ พระนิพพาน เมื่อนำหลักธรรมในมงคลสูตรมาวิเคราะห์ให้สอดคล้องกับหลักการพัฒนาตนเอง พบว่าหลักธรรมในมงคลสูตรนั้นสามารถจำแนกตามลักษณะของการพัฒนาตนเองออกเป็น ๓ ขั้นตอน</p>

๑. หลักการพัฒนาตนเองขั้นพื้นฐาน ประกอบด้วยหลักธรรมที่เป็นมงคล ๑๘ ประการ ได้แก่ การไม่คบคนพาล การคบบัณฑิต การบูชาบุคคลที่ควรบูชา อยู่ในถิ่นที่เหมาะสม การสร้างสมความดีไว้ก่อน การตั้งตนไว้ชอบหรือดำรงตนถูกต้อง การรอบรู้วิทยาการ ความชำนาญในศิลปะ การมีระเบียบวินัย การพูดจาดีเป็นวาจาสุภาพจิต การเลี้ยงดูบิดามารดา การเลี้ยงดูบุตรธิดา การเลี้ยงดูภรรยา การทำงานไม่ให้คั่งค้าง การบำเพ็ญทาน การประพฤติเป็นธรรม การสงเคราะห์ญาติ และการทำงานไม่มีโทษ

๒. หลักพัฒนาตนเองขั้นกลาง ประกอบด้วยหลักธรรมที่เป็นมงคล ๑๒ ประการ ได้แก่ การงดเว้นจากบาป การสำรวมจากการดื่มน้ำเมา การพึงธรรมตามกาล ความอดทน ความเป็นผู้ว่าง่ายสอนง่าย การคบหาสมณะ การสนทนาธรรมตามกาล ความไม่ประมาทในธรรม ความเป็นผู้มีสัมมาคารวะ การถ่อมตัว ความสันโดษ และความมกตัญญู

๓. หลักพัฒนาตนเองขั้นสูง ประกอบด้วยหลักธรรมที่เป็นมงคล ๘ ประการ ได้แก่ ความมีตบะ การประพฤติพรหมจรรย์ การเห็นแจ้งในอริยสัจ ทำนิพพานให้แจ้ง จิตไม่หวั่นไหวในโลกธรรม จิตไม่เศร้าโศก จิตปราศจากภวูถิ และจิตเกษมจากโยคะ

### **ประเด็นที่ ๒ : แนวคิดการพัฒนาตนเองตามหลักคำสอนในสุภาษิตพระร่วง**

สุภาษิตพระร่วงเป็นคำสอนเชิงธรรมะบ้าง เชิงวัฒนธรรมสังคมบ้าง เชิงจารีตประเพณีบ้าง ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยจะนำเสนอเฉพาะในส่วนที่เกี่ยวกับการพัฒนาตนเองทั้งด้านความประพฤติ มารยาท ความรู้ จิตใจ โดยจัดกลุ่มที่มีความใกล้เคียงกันและ/หรือเป็นกลุ่มที่มีแนวทางในการประยุกต์ใช้ต่อการพัฒนาตนเอง พบว่าหลักการในสุภาษิตพระร่วงนั้นสามารถจำแนกตามลักษณะของการพัฒนาตนเองออกเป็น ๖ กลุ่ม คือ ๑. การพัฒนาตนเองด้านการมีสัมพันธไมตรี ๒. การพัฒนาตนเองด้านการใช้ชีวิต ๓. การพัฒนาตนเองด้านการประกอบกิจการ ๔. การพัฒนาตนเองด้านพฤติกรรม ๕. การพัฒนาตนเองด้านองค์ความรู้ และ ๖. การพัฒนาตนเองด้านจิตใจ

### **ประเด็นที่ ๓ : วิเคราะห์ความสัมพันธ์หลักปฏิบัติการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตรกับหลักคำสอนที่ปรากฏในสุภาษิตพระร่วง**

เป้าหมายและหลักการของมงคล ๓๘ ในฐานะเป็นเครื่องมือพัฒนาตนเอง มี ๒ ระดับ คือ การพัฒนาชีวิตเพื่อให้เป็นคนดีของสังคม การพัฒนาเพื่อความสิ้นไปของกิเลส มีขั้นของการพัฒนาชีวิต ๓ ระดับ คือระดับพื้นฐาน ระดับกลาง และระดับสูง ในระดับพื้นฐานนั้นมุ่งเน้นการตั้งใจให้เป็นสัมมาทิฐิ ในระดับกลางเป็นการพัฒนาตนเองผู้อื่น และระดับสูงนั้นเป็นการพัฒนาเพื่อชีวิตที่ดีงาม ดังนั้น คำสอนในมงคลสูตรจึงสามารถจำแนกเป็นกระบวนการของการพัฒนาชีวิตได้เป็น ๕ กระบวนการ ประกอบด้วย ๑. กระบวนการปรับฐานความคิด ๒. กระบวนการสร้างความพร้อม ๓. กระบวนการดำเนินชีวิตเพื่อครอบครัว ๔. กระบวนการดำเนินชีวิตเพื่อสังคม และ ๕. กระบวนการดำเนินชีวิตเพื่อชีวิตที่ดีงาม ส่วนสุภาษิตพระร่วงนั้นได้กล่าวถึงหลักประพฤติปฏิบัติของมนุษย์ทั้งหมด

๑๔๕ สุภาชิต .แยกออกเป็น ๖ กลุ่ม ประกอบด้วย การพัฒนาชีวิตด้านการมีสัมพันธ์ไมตรี การพัฒนาชีวิตด้านการใช้ชีวิต การพัฒนาชีวิตด้านการประกอบกิจการ การพัฒนาชีวิตด้านพฤติกรรม การพัฒนาชีวิตด้านองค์ความรู้ และการพัฒนาชีวิตด้านจิตใจ

ความสัมพันธ์ของหลักการพัฒนาชีวิตระหว่างมงคลสูตรกับหลักคำสอนในสุภาชิตพระร่วงในลักษณะที่สอดคล้องกันและแตกต่างกัน คือ ความสอดคล้องกันนั้นพบว่า มงคลสูตรกับสุภาชิตพระร่วงล้วนเป็นแต่คำสอนที่มีหลักการเพื่อเป็นแนวทางของการประพฤติปฏิบัติตนให้เป็นคนดี ประสบความสำเร็จในชีวิต ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข สามารถประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งทางด้านระบอบความคิด การดำรงชีวิต การปฏิสัมพันธ์กับบุคคลในสังคม รวมถึงการพัฒนาตนเองทางด้านจิตใจ จากการศึกษาพบว่า คำสอนในสุภาชิตพระร่วงจำนวน ๑๒๙ บทมีความสัมพันธ์กับหลักมงคลสูตร ๓๘ แต่ไม่ครบทั้ง ๓๘ ประการ มีเพียง ๑๖ บทเท่านั้น ที่เป็นส่วนของความเชื่อท้องถิ่นซึ่งมีเนื้อหาเป็นเชิงวิถีชุมชนจึงไม่สอดคล้องกับหลักธรรมในมงคลสูตร แต่ก็ไม่ได้มีความขัดแย้งกัน นั่นเป็นเพราะจุดมุ่งหมายของคำสอนของทั้งสองอย่างแตกต่างกัน

#### **การนำผลงานวิจัยไปใช้ประโยชน์**

๑. อาจารย์ นักวิชาการ นิสิตและบุคคลทั่วไปที่มีความสนใจด้านพระพุทธศาสนา การพัฒนาตนเองและด้านวรรณกรรม สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในกิจกรรมการเรียนการสอน รวมทั้งสามารถประยุกต์ใช้ได้ในชีวิตประจำวัน

๒. หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น กระทรวงศึกษาธิการ สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ สถานศึกษาสามารถนำไปเป็นข้อมูลในการสร้างองค์ความรู้หรือหลักสูตรด้านการพัฒนาตนเอง หรือสามารถนำไปประกอบการเรียนการสอนในวิชาวรรณกรรม พระพุทธศาสนา เป็นต้น

#### **การประชาสัมพันธ์**

มีการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์กิจกรรมและผลงานวิจัยทางอินเทอร์เน็ต <http://www.pl.mcu.ac.th>



## ประวัติผู้วิจัย

### ๑. หัวหน้าโครงการวิจัย

๑. ชื่อ - นามสกุล (ภาษาไทย) ดร.สุนทร สุขทรัพย์ทวีผล

ชื่อ - นามสกุล (ภาษาอังกฤษ) Dr. SunthornSukhsaptaweephol

๒. เลขหมายบัตรประจำตัวประชาชน ๓-๖๕๐๔-๐๐๓๙๐-๐๓-๔

๓. ตำแหน่งปัจจุบันอาจารย์ประจำหลักสูตรบัณฑิตศึกษาศาखाวิชาพระพุทศาสนา วิทยาลัยสงฆ์พุทธชินราช มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๔. หน่วยงานและสถานที่อยู่ติดต่อได้สะดวก

บัณฑิตศึกษา สาขาวิชาพระพุทศาสนา วิทยาลัยสงฆ์พุทธชินราช มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เลขที่ ๒๑๗ หมู่ที่ ๖ ตำบลบึงพระ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก ๖๕๐๐๐ โทรศัพท์ ๐-๕๕๒๘-๗๒๔๕-๖ โทรสาร ๐-๕๕๒๘-๗๕๕๙ โทรศัพท์มือถือ ๐๙-๗๙๑-๘๑๖๓๖

[Email: jidapha.bodia17@gmail.com](mailto:jidapha.bodia17@gmail.com)

### ๕. ประวัติการศึกษา

นักธรรมชั้นเอก(นธ.) (๒๕๓๑)

ปริญญาตรี พุทธศาสตรบัณฑิต (พธ.บ.) สาขาวิชา สังคมวิทยา  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (๒๕๔๐)

ปริญญาโท MA. สาขาวิชา Philosophy  
มหาวิทยาลัยไมเซอร์ ประเทศอินเดีย (๒๕๔๒)

ปริญญาเอก พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต (พธ.ด.) สาขาวิชา พระพุทศาสนา  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (๒๕๕๘)

### ๖. สาขาวิชาการที่มีความชำนาญพิเศษ (แตกต่างจากวุฒิการศึกษา) ระบุสาขาวิชาการ

- ระเบียบวิธีวิจัยทางพระพุทศาสนา
- จริยศาสตร์, การท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม

### ๗. ประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการบริหารงานวิจัยทั้งภายในและภายนอกประเทศ

๗.๑ ผู้อำนวยการแผนงานวิจัย: (ไม่มี)

๗.๒ หัวหน้าโครงการวิจัย: ชื่อโครงการวิจัย (ไม่มี)

๗.๓ งานวิจัยที่ทำเสร็จแล้ว: (ชื่อผลงานวิจัย และแหล่งทุนย้อนหลังไม่เกิน ๕ ปี)

ปี ๒๕๕๘ ผู้ร่วมวิจัยเรื่อง “พระเครื่อง: แนวคิด ประวัติศาสตร์ และพัฒนาการทางวัฒนธรรม”

๗.๔ ผลงานวิจัย-บทความ หนังสือ ที่ตีพิมพ์ และแหล่งทุน (มี)

๑. ปรัชญาตะวันตกสมัยใหม่
๒. สุนทรียศาสตร์
๓. พระพุทธศาสนamahayan
๔. ศึกษางานสำคัญทางพระพุทธศาสนา