

หลักธรรมกับการใช้ชีวิตและการทำงาน

เรียบเรียงโดย

พระประสงค์ สิริธรรมาภรณ์

อตต๑ หึ ๑ต๑โน๑ น๑โ๑
ต๑น๑แล๑เป๑น๑ที่๑พื๑ง๑ห๑ง๑ต๑น๑
๑ต๑ต๑น๑น๑ หึ ส๑ท๑น๑เต๑น๑
บ๑ค๑ค๑ล๑ผู้๑ฝึ๑ก๑ต๑น๑ดี๑แล๑ว๑

โ๑โ๑ หึ น๑โ๑โ๑ ป๑โร๑ สึ๑ย๑
คึ๑ร๑เล๑า๑จ๑ะ๑เป๑น๑ที่๑พื๑ง๑ได้๑
น๑น๑ถึ๑ ล๑ภ๑ติ๑ ท๑ล๑ล๑ภ๑ติ๑
ย๑อม๑ได้๑ที่๑พื๑ง๑ที่๑ได้๑ย๑ก๑

- ▶ ทำ๑อย่าง๑ไร๑ จึ๑ง๑จ๑ะ๑มี๑ค๑ว๑ม๑ส๑ข๑ใน๑การ๑ทำ๑งาน๑ อาจ๑เป๑น๑ค๑ำ๑ถ๑า๑ม๑ที่๑ห๑ล๑าย๑ค๑น๑ก๑ำ๑ลั๑ง๑ คึ๑น๑ค๑ว๑า๑ห๑า๑ค๑ำ๑ต๑อ๑บ๑ เน๑อง๑จ๑า๑ก๑งาน๑ที่๑ทำ๑อยู่๑นั๑น๑ไม่๑ก๑อ๑ให้๑เก๑ิด๑ค๑ว๑ม๑ส๑ข๑จ๑า๑ก๑ป๑จ๑จ๑ย๑ที่๑ ห๑ล๑าก๑ห๑ล๑าย๑ ข๑ณ๑ะ๑เด๑ีย๑ว๑กั๑น๑ใน๑แต่๑ละ๑วัน๑ต້๑อง๑เจ๑อ๑สั๑ง๑ค๑ม๑ทำ๑งาน๑ท้๑ง๑ห้๑ว๑หน้๑า๑และ๑ เพ๑ื่อ๑น๑ร๑วม๑งาน๑ไม่๑ต້๑า๑ก๑ว๑า๑ ๘ – ๙๑ ช้๑ว๑โ๑ม๑ง๑ ไม่๑น้๑บ๑ถึง๑การ๑ทำ๑งาน๑ล๑่วง๑เว๑ล๑า๑

แม้ว่าในช่วงหลายปีที่ผ่านมา จะมีการผลักดันให้องค์กรและหน่วยงานกลายเป็น “องค์กรสุขภาวะ” หรือ “Happy Workplace” ตามแนวคิดของสำนักสนับสนุนสุขภาวะองค์กร สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) แต่ว่าการสร้างบรรยากาศในการทำงานให้คนทำงานมีความสุขและผลงานมีประสิทธิภาพในลักษณะงานสัมฤทธิ์ ชีวิตรื่นรมย์ คงไม่สามารถเริ่มจากตัวองค์กร หรือหน่วยงานได้เพียงอย่างเดียว

ในฐานะเมืองไทยเป็นเมืองพุทธ แนวคิดเพื่อการทำงานให้มีความสุขตามวิถีพุทธศาสนาที่ถูกหยิบยกขึ้นมาพูดกันมาก คือการนำ “ธรรมะ” หรือ “หลักธรรมของพระพุทธศาสนา” มาประยุกต์ใช้เพื่อสร้างบรรยากาศการทำงานที่พึงประสงค์ ในแบบที่แต่ละคนต่างรู้หน้าที่ของตนเอง ช่วยให้บรรยากาศในองค์กรเป็นมิตรและเกิดความร่มเย็นเป็นสุข เนื่องจากประสบความสำเร็จในการทำงานด้วยกันทุกคนทั้งผู้บริหารเจ้าของกิจการ หัวหน้า และผู้ลงมือปฏิบัติ

ธรรมะที่เหมาะสมสำหรับผู้ปฏิบัติงาน คือ “อิทธิบาท ๔” ซึ่งหมายถึง ธรรมะแห่งความสำเร็จ ประกอบด้วย

- ▶ ฉันทะ หรือ ความพอใจ หมายถึง ผู้ปฏิบัติงานต้องชอบ หรือ ศรัทธางานที่ทำอยู่ และมีความสุขกับงานที่ได้รับมอบหมาย
- ▶ วิริยะ หรือ ความพากเพียร ผู้ปฏิบัติงานจะต้องมีความขยันหมั่นเพียรในการทำงานที่ได้รับมอบหมาย รวมทั้งหมั่นฝึกตนเองอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้การทำงานมีประสิทธิภาพมากขึ้น
- ▶ จิตตะ หรือ ความเอาใจใส่ หมายถึง ผู้ปฏิบัติงานจะต้องมีจิตใจ หรือสมาธิจดจ่อกับงานที่ทำ รวมถึงมีความรอบคอบและความรับผิดชอบในงานที่ทำอย่างเต็มสติกำลัง
- ▶ วิมังสา หรือ ความหมั่นตรองพิจารณาหาเหตุผลในงานที่ทำ ทำงานด้วยปัญญา ด้วยสมองคิด รวมถึงเข้าใจในงานอย่างลึกซึ้ง ทั้งในแง่ขั้นตอนและผลสำเร็จหรือผลสัมฤทธิ์ของงาน

“งาน” ทุกอย่างไม่สามารถทำสำเร็จด้วยคนเพียงคนเดียว หากแต่ต้องอาศัยความร่วมมือร่วมใจซึ่งกันและกัน ธรรมชาติที่เหมาะสมกับการทำงานร่วมกันคือ “สังคหวัตถุ ๔” หมายถึง หลักธรรมที่เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวนำใจของผู้อื่นผูกไมตรีและเอื้อเฟื้อเกื้อกูล ได้แก่

- ▶ ทาน หรือ เกื้อกูลกันด้วยการให้ การเสียสละ การเอื้อเฟื้อแบ่งปันของๆตนเพื่อประโยชน์แก่บุคคลอื่น ไม่ตระหนี่ถี่ถือทิฐิบาท ๔ สังคหวัตถุ ๔ สร้างการทำงานให้เป็นสุข thaihealth เหนียว ไม่เป็นคนเห็นแก่ได้ฝ่ายเดียว และการให้ที่ยิ่งใหญ่คือการให้อภัย
- ▶ ปิยวาจา หรือ การใช้วาจาประสานไมตรี การพูดจาด้วยถ้อยคำที่ไพเราะอ่อนหวาน พูดด้วยความจริงใจ ไม่พูดหยาบคาย ก้าวร้าว พูดในสิ่งที่เป็นประโยชน์และเหมาะสมกับกาลเทศะ ดังนั้น การทำงานร่วมกันจะต้องพูดหรือปรึกษาหารือกันโดยยึดถือหลักเกณฑ์ ๔ ประการ คือ
 - ▶ ๑. เว้นการพูดเท็จ
 - ▶ ๒. เว้นจากการพูดส่อเสียด
 - ▶ ๓. เว้นจากการพูดคำหยาบ
 - ▶ ๔. เว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ และที่สำคัญอย่างยิ่งคือต้องพูดหรือเจรจากันด้วยไมตรีและความปรารถนาดีต่อกัน

- ▶ อุตถจริยา หรือ ร่วมสร้างสรรค์อุดมการณ์ การปฏิบัติในสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น เพราะการทำงานร่วมกันต้องช่วยเหลือกัน ด้วยกำลังกาย กำลังความคิด และกำลังใจ
- ▶ สมานัตตา หรือ การเป็นผู้มีความสม่ำเสมอ ประพฤติเสมอต้นเสมอปลาย ผู้ทำงานร่วมกันทุกคน จะต้องไม่ถือตัว มีความเสมอภาค วางตนเสมอต้นเสมอปลาย ทำตนให้เป็นที่น่ารัก น่าเคารพ นับถือ และนำให้ความร่วมมือช่วยเหลือ
- ▶ เห็นได้ว่าหลักธรรมที่ใช้ในการทำงานที่กล่าวมา ทั้งอิทธิบาท ๔ และสังคหวัตถุ ๔ เป็นเรื่องง่ายๆ ใกล้ตัวที่ปฏิบัติกันอยู่แล้วในฐานะปัจเจกชน แต่ยังขาดความเข้มข้นเอาจริงเอาจัง หากทุกคนสามารถปฏิบัติได้พร้อมกับทำหน้าที่ของตนเต็มกำลังความสามารถอย่างสมบูรณ์ ย่อมสร้างบรรยากาศในการทำงาน ในแบบงานสัมฤทธิ์ ชีวิตรื่นรมย์ได้อย่างแน่นอน

วันเข้าพรรษา เป็นวันสำคัญในพุทธศาสนาวันหนึ่ง ที่พระสงฆ์อธิษฐานว่าจะพักประจำอยู่ ณ ที่ใดที่หนึ่ง ตลอดระยะเวลาฤดูฝนที่มีกำหนดเป็นระยะเวลา ๓ เดือน ตามที่พระธรรมวินัยบัญญัติไว้ โดยไม่ไปค้างแรมที่อื่น หรือเรียกติดปากกันโดยทั่วไปว่า “จำพรรษา” (พรรษา แปลว่า ฤดูฝน, จำ แปลว่า อยู่)

พิธีเข้าพรรษา ถือว่าเป็นศาสนพิธีสำหรับพระภิกษุโดยตรง ละเว้นไม่ได้ ไม่ว่าจะกรณีใดๆก็ตาม เริ่มนับตั้งแต่วันแรม ๑ ค่ำ เดือน ๘ ของทุกปี และสิ้นสุดลงในวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๑๑ หรือวันออกพรรษา

ในสมัยพุทธกาลนั้น พระพุทธเจ้าไม่ได้ทรงบัญญัติพระวินัยให้พระสงฆ์สาวกอยู่ประจำพรรษา เหล่าภิกษุสงฆ์จึงต่างพากันออกเดินทางเผยแผ่พระพุทธศาสนาในที่ต่างๆ โดยไม่ย่อท้อทั้งในฤดูหนาว ฤดูร้อน และฤดูฝน ต่อมาชาวบ้านได้พากันติเตียนว่า พวกสมณะไม่ยอมหยุดพักสัญจรแม้ในฤดูฝน ในขณะที่นักบวชในศาสนาอื่น พากันหยุดเดินทางในช่วงฤดูฝน การที่พระภิกษุสงฆ์จาริกไปในที่ต่างๆ แม้ในฤดูฝน อาจเหยียบย่ำข้าวกล้าของชาวบ้านได้รับความเสียหาย หรืออาจไปเหยียบย่ำโดนสัตว์เล็กสัตว์น้อยที่ออกหากินจนถึงแก่ความตาย เมื่อพระพุทธเจ้าทราบเรื่อง จึงได้วางระเบียบให้ภิกษุประจำอยู่ที่วัดเป็นเวลา ๓ เดือน พระสงฆ์ที่เข้าจำพรรษาแล้วจะไปค้างแรมที่อื่นไม่ได้ แต่ถ้าหากเดินทางออกไปแล้วและไม่สามารถกลับมาในเวลาที่กำหนด คือ ก่อนรุ่งสว่าง ก็จะถือว่าพระภิกษุรูปนั้น “ขาดพรรษา” แต่หากมีกรณีจำเป็นบางอย่าง พระภิกษุผู้จำพรรษาสามารถไปค้างที่อื่นได้ โดยไม่ถือว่าเป็นการขาดพรรษา เรียกว่า “สัตตทาหะ” แต่ก็จะต้องกลับมาภายในระยะเวลาไม่เกิน ๗ วัน ก็คือ

๑. การไปรักษาพยาบาลภิกษุ หรือบิดามารดาที่เจ็บป่วย
๒. การไประงับภิกษุสามเณรที่อยากจะสึกมิให้สึกได้
๓. การไปเพื่อกิจธุระของคณะสงฆ์ เช่น การไปหาอุปกรณ์มาซ่อมกุฏิที่ชำรุด

๔.หากทายกนิมนต์ไปทำบุญ ก็ไปฉลองศรัทธาในการบำเพ็ญกุศลของเขาได้ในช่วง วันเข้าพรรษา ถือว่าเป็นอีกวันที่ พุทธศาสนิกชนส่วนใหญ่จะถือโอกาสเข้าวัดทำบุญ ฟังเทศน์ แต่อีกหนึ่งสิ่งสำคัญที่เรามักจะเห็นพร้อมๆกันกิจกรรมการทำบุญ คือ ถวายเทียนพรรษา

ในอดีตมีเรื่องเล่าว่าในระหว่างวันเข้าพรรษา พระภิกษุสงฆ์จะไม่สามารถไปจำวัดที่อื่นได้ และประกอบกับว่าในช่วงนี้เป็น ช่วงฤดูฝน วัดในต่างจังหวัดไม่มีไฟฟ้าใช้ ต้องอาศัยแสงสว่างจากเทียน ญาติโยมจึงมีการถวายเทียนในวันเข้าพรรษาเป็นที่มา ของการ “แห่เทียนเข้าพรรษา” นั่นเอง

โดยมีการทำบุญด้วยการถวายเทียนแบบนี้ มีอานิสงส์ผลบุญที่ยิ่งใหญ่ไม่แพ้การทำบุญด้วยวิธีอื่นๆ แต่จะได้อานิสงส์ อย่างเป็นบ้าง อาตมาภาพมีข้อมูลมาแล้วให้ทุกท่านได้รับทราบ

โดยหลวงพ่อกุญชรลีลา หรือหลวงพ่อบุญรอดพระราชาพรมยานเล่าถึงเรื่องราว อานิสงส์การถวายเทียนหรือหลอดไฟในวัน เข้าพรรษาว่า “การถวายเทียนเข้าพรรษา หรือว่า ถวายกระแสไฟในพระพุทธศาสนา เหมือนกัน อย่างนี้ถ้าเกิดเป็นเทวดาจะ มีรัศมีกายสว่างมากถ้าบรรลุมรรคผล จะเป็นบุคคลผู้เลิศในทิพจักขุญาณ อย่างพระอนุรุทธ”

พระอนุรุทธท่านได้ถวายเทียนเข้าพรรษาตลอดมา ถวายพระประทับโคมไฟวัดไหนมีตชอบถวายตะเกียงน้ำมันบ้างให้มี แสงสว่าง ต่อมาในชาติสุดท้าย เมื่อเป็นพระอรหันต์วิชชาสาม ท่านสามารถมีทิพจักขุญาณสว่างกว่าพระอรหันต์ทั้งหมด แม้แต่พระอรหันต์ปฏิสัมภิทาญาณก็ยังสู้ไม่ได้การถวายเทียนพรรษานี้เป็นโบราณประเพณีที่ทำสืบๆมาเป็นเวลาช้านาน เมื่อถึง ฤดูเข้าพรรษา ภิกษุทั้งปวงต้องจำพรรษาในอาวาสของตน ๓ เดือน พุทธศาสนิกชนทั้งหลาย จึงได้จัดทำให้เป็นกุศลพิธีขึ้น เมื่อได้นำเทียนไปถวายพระสงฆ์แล้ว ท่านก็จะได้จุติบูชาต่อหน้าพระประธานในพระอุโบสถ ส่งผลให้ผู้ถวายย่อมได้รับอานิสงส์ ๘ ประการ คือ

- ▶ ๑. ทำให้เกิดปัญญา ทั้งชาตินี้และชาติหน้า เปรียบเหมือนแสงสว่างแห่งเทียน
- ▶ ๒. ทำให้สว่างไสวรุ่งเรือง ผู้ถวายย่อมทำให้มีความรุ่งเรืองด้วย ลาภ ยศ สรรเสริญ
- ▶ ๓. ทำให้คลี่คลายเรื่องราวต่างๆ ที่มีปัญหาให้ร้ายกลายเป็นดี
- ▶ ๔. เจริญไปด้วยมิตรบริวาร
- ▶ ๕. ย่อมเป็นที่รักของมนุษย์และเทวดาทั้งหลาย
- ▶ ๖. เมื่อจากโลกนี้ไปย่อมมีกายทิพย์อันสว่างไสว
- ▶ ๗. เมื่อลาลับโลกนี้ไปย่อมไปสู่สุคติสวรรค์
- ▶ ๘. หากบารมีมากพอ ย่อมทำให้เกิดดวงตาทิพจักขุ คือปัญญารู้แจ้งเข้าสู่พระนิพพาน

อีกประการหนึ่ง ถ้าท่านทั้งหลายไปเกิดเป็นเทวดา เป็นนางฟ้า เป็นพรหม ก็จะมีรัศมีกายสว่างมาก เพราะเทวดานางฟ้า และพรหมเขาถือรัศมีกายเป็นสำคัญเขาไม่ถือเครื่องแต่งกายเป็นสำคัญ องค์ไหนถ้ารัศมีกายสว่างมากองค์นั้นมีบุญมาก เมื่อมีจิตใจเลื่อมใส ได้ทำการบูชาเช่นนี้ พระชินศรีตรัสว่าเป็นมงคลอันสูงสุด ดังพระบาลีว่า “บูชาบูชาชื่อนิยานัง เอตัมมังคลมุตตมัง” แปลความว่า การบูชาบุคคลผู้ควรบูชาเป็นมงคลอันสูงสุด อนึ่งชื่อว่าได้ชวนชวายเป็นกิจ อันปราศจากโทษความเดือดร้อนในภายหลัง มิได้ ย่อมได้รับผลพิเศษทั้งในโลกนี้และโลกหน้า นอกจากการถวายเทียนพรรษา สำหรับพระสงฆ์ใช้จุดเวลาเดินจงกรมแล้ว อีกหนึ่งสิ่งสำคัญที่จำเป็นคือ การถวายผ้าอาบน้ำฝน

ทั้งนี้ การถวายผ้าอาบน้ำฝน เริ่มต้นตั้งแต่สมัยพุทธกาล โดยนางวิสาขามหาอุบาสิกา เมื่อครั้งพระพุทธเจ้าเสด็จประทับที่วัดพระเชตะวัน กรุงสาวัตถี นางวิสาขาได้เห็นพระเปลือยกายอาบน้ำ เนื่องจากจีวรเปียก นางจึงกราบทูลขอพระบรมพุทธานุญาตถวายผ้าอาบน้ำฝนให้สมกับสมณสาธูป มีความเชื่อที่นับถือกันมานาน ผู้ใดที่ถวายผ้าอาบน้ำฝนให้กับพระภิกษุสงฆ์ จะถือว่าเป็นการทำบุญที่ช่วยทำนุบำรุง และสนับสนุนพระศาสนาให้คงอยู่สืบไป และเพื่อมิให้พระภิกษุสงฆ์ต้องลำบากในการแสวงหาผ้าอาบน้ำฝน แต่จะได้ตั้งใจปฏิบัติธรรมตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาและช่วยเผยแผร์ให้พระพุทธศาสนา เจริญรุ่งเรือง สืบไป ผ้าอาบน้ำฝน จึงถือเป็นบริวาร พิเศษที่พระพุทธเจ้าทรงมีพระบรมพุทธานุญาตให้พระสงฆ์ได้ใช้

อานิสงส์นี้แหละ จักอำนวยอวยผลให้ได้ มนุษย์สมบัติและสวรรค์สมบัติสืบกาลนาน เมื่อบุญกุศลและวาสนาแก่กล้าถึงพร้อม ก็อาจส่งผลให้ได้ประสบพระพุทธเจ้าพระองค์ใดพระองค์หนึ่ง ท่านจะประสบความสำเร็จดังความปรารถนา อิมินา กะตะปุณฺณเณระ ด้วยเดชานุภาพแห่งกุศลทานที่ท่านทั้งหลายได้กระทำในวันนี้ สะทา โสตถิ ภาวันตุ เต ขอความเป็นสิริสวัสดิ์พิพัฒนะมงคล มีอายุ วรรณะ สุขะ พละ ปฏิภาณ ธนสารสมบัติ เจริญสุขสถาพร จงสถิตแต่ท่านสาธุชนทุกคน ทุกท่าน เทอญ

อาตมาภาพได้วิสันหาพระธรรมเทศนาก็สมควรแก่เวลา เอวัง ก็มีด้วยประการฉะนี้