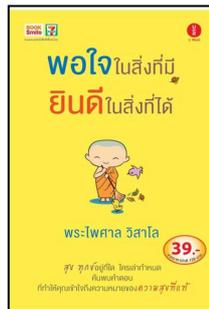


วิจารณ์หนังสือ : BOOK REVIEW

“พอใจในสิ่งที่มี ยินดีในสิ่งที่ได้”

ผู้เขียน : พระไพศาล วิสาโล
ปีที่พิมพ์ : 2562
จำนวนหน้า : 119 หน้า
สำนักพิมพ์ : สำนักพิมพ์ U READ
ISBN : 9786169313632



พชรกนก ฤกษ์งาม

พระมหามิตร ฐิตปญโญ

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น

Pacharakanok Lerkngam

Phramaha Mit Thitapanyo

Mahachulalongkornrajavidyalaya University,

KhonKaen Campus, Thailand

Corresponding Author; Email: COMPUTECH_A@hotmail.com

บทนำ

หนังสือเรื่อง “พอใจในสิ่งที่มี ยินดีในสิ่งที่ได้” เป็นหนังสือประเภทพ็อกเก็ตบุ๊ก ผู้แต่งคือ พระไพศาล วิสาโล เป็นการรวบรวมเนื้อหาจากเพจ “ข้อธรรม คำสอน พระไพศาล วิสาโล” และนำมาจัดหมวดหมู่เป็นบทตอนให้อ่านเข้าใจง่ายขึ้น ลักษณะรูปเล่มเป็นในรูปแบบกระดาษเอสี่พับครึ่ง ใช้กระดาษที่เป็นสีกับสิ่งแวดล้อม และสีของกระดาษที่ใช้เป็นแบบถนอมสายตา จำนวน 119 หน้า เนื้อหาของหนังสือเป็นการนำเสนอแนวทางปฏิบัติ ตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่เข้าใจง่าย การใช้ภาษาเป็นข้อเขียนในลักษณะถอดคำบรรยายมาเป็นความเรียง ใช้ภาษาที่เรียบง่าย สามารถทำความเข้าใจได้โดยตรงไม่

อ้อมค้อม ง่ายแก่การที่บุคคลทั่วไปจะทำความเข้าใจ แล้วนำมาเป็นแนวทางการดำเนินชีวิตได้

หนังสือ “พอใจในสิ่งที่มี ยินดีในสิ่งที่ได้” เป็นหนังสือที่พูดถึงธรรมกับชีวิตประจำวัน ซึ่งจะนำพาผู้อ่านสัมผัสกับแง่คิดมุมมอง ที่จะช่วยเปลี่ยนแปลงความหมายของแก่นสาร ในการดำเนินชีวิตของเราใหม่ ที่จะทำให้คุณค้นพบตัวเอง และค้นพบความสุขจากทุกเรื่องที่ได้พบเจอ โครงสร้างของหนังสือแบ่งเป็นสองหมวด แต่ละหมวดได้รวมเอาเรื่องราว ที่สามารถบูรณาการเข้ากันเป็นหมวดหมู่ โดยเป็นการแบ่งตามลำดับขั้นตอน การนำไปปรับใช้ใน ชีวิตประจำวันได้ และเมื่ออ่านจบอาจทำให้ค้นพบคำตอบใหม่ของชีวิตว่า “แท้จริงแล้ว สิ่งใดกันแน่ที่ทำให้เราสุขใจ สิ่งที่มีอยู่ในปัจจุบันหรือสิ่งที่เราอยากได้ อยากมีในอนาคต” เพราะบางทีความสุขก็เป็นเรื่องง่าย ๆ ไม่ต้องรอสิ่งที่เราอยากได้มาด้วยซ้ำไป

โครงสร้างของหนังสือ

หนังสือเรื่อง “พอใจในสิ่งที่มี ยินดีในสิ่งที่ได้” มีการแบ่งโครงสร้างเป็น 2 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 เป็นการกล่าวถึงเรื่องที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหาในหมวดที่ว่าด้วยเรื่องของ “**เพราะรู้ทัน จึงพ้นทุกข์**” อันได้แก่ ซึ่งมีการเรียงหัวข้อดังนี้ 1) ทุกข์ใจเพราะใครทำ 2) น้ำแก้วหนึ่งหรือเป็นลำธารหนึ่งสาย 3) สติแสนสั้น แต่ทุกข์ฉับยาว 4) คนหนีทุกข์ 5) ทุกข์เพราะเทียบ 6) ทุกข์เพราะใจมีส่วนร่วม 7) ปัญหาอยู่ที่ใจปรุงแต่ง 8) อยู่กับทุกข์ โดยใจไม่ทุกข์ 9) ธรรมชาติของทุกข์

ส่วนที่ 2 เป็นการกล่าวถึงเรื่องที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหาในหมวดที่ว่าด้วยเรื่องของ “**เพราะยินดี จึงมีสุข**” อันได้แก่ 1) มันเป็น “ของเรา” หรือเราเป็น “ของมัน” 2) ถ้าไม่ไหวก็อย่าแบก 3) เมื่อไม่ถือก็ไม่หนัก 4) วางใจต่อคำตา 5) หมั่นมองข้อดีของคนอื่น 6) พลังแห่งจิต 7) จิตต้องฝึก 8) คุณค่าของการยอมรับ 9) วางใจให้เป็น 10) พพอใจสิ่งที่มี ยินดีสิ่งที่ได้ 11) รู้จักให้ – ใจแบ่งบานด้วยความสุข 12) หลักประกันแห่งความสุข 13) วิชาชีวิต 14) อยู่ที่ใจเรา

การวางรูปแบบโครงสร้างหนังสือ เป็นการวางโครงสร้างที่ทำให้เข้าใจในเนื้อหาที่ง่าย เพราะเป็นการวางเหตุไว้ด้านหน้า แล้วนำผลมาวางไว้ด้านหลัง มีความสอดคล้องเชื่อมโยงกัน เป็นระบบ ทำให้เห็นความเข้าใจในหลักการของผู้แต่งเป็นอย่างดี การที่ผู้แต่งได้วางไว้อย่างนี้

ก็คงเพราะเป็นว่าต้องการเน้นให้เห็นว่าปัญหาอยู่ที่ตรงไหน และความพอใจอยู่ที่ตรงไหน จึงเป็นการวางเหตุแล้วจึงวางผลตามลำดับ

สาระสำคัญของเนื้อหา

1. “เพราะรู้ทัน จึงพ้นทุกข์”

“ในเมื่อทุกข์เป็นสิ่งที่เราหนีไม่พ้น

เราจึงควรเรียนรู้ที่จะอยู่กับทุกข์ให้ได้

ไม่ใช่คิดแต่จะหนีทุกข์ให้ไกลที่สุด

หรือมุ่งควบคุมบังคับให้ทุกสิ่งเป็นไปดั่งใจ”

เนื้อหาในส่วนนี้เป็นการนำเสนอ ความทุกข์เป็นสิ่งที่คนเราหนีไม่พ้น แต่ทำอย่างไร จึงจะอยู่กับทุกข์อย่างไม่ทุกข์ เป็นการนำเสนอให้มีการเรียนรู้ที่จะอยู่กับทุกข์ให้ได้ ไม่ใช่คิดแต่จะหนีทุกข์ให้ไกลที่สุด หรือมุ่งควบคุมบังคับให้ทุกสิ่งเป็นไปดั่งใจ” ในเรื่องของความทุกข์ใจเพราะใครทำ กล่าวถึง เมื่อมีความทุกข์ใจ คนส่วนใหญ่มักจะโทษปัจจัยภายนอก มองไม่เห็นปัจจัยภายในที่สาเหตุในใจของตน ดังนั้น ไม่ว่าจะทำอะไร ใจก็ยังเป็นทุกข์อยู่นั่นเอง เนื้อหาส่วนนี้ เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นโดยปกติธรรมดาของผู้ที่ขาดการอบรมทางจิต เขาเหล่านั้นเมื่อเกิดทุกข์ขึ้นมาแล้วมักจะมองว่ามีอะไรเกิดขึ้นกับตัวเรา เอาตนเองเป็นแกนกลาง เหตุที่เกิดขึ้นนี้เกิดจากอะไรหรือใครเป็นคนทำ สุดท้ายก็โทษสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบตัวไม่ว่าจะเป็นคนหรือสิ่งของ หรือแม้กระทั่งสิ่งที่มองไม่เห็น แล้วนำสิ่งเหล่านั้นมาเป็นสิ่งสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิต จนเกิดเป็นความเชื่อในเรื่องเครื่องรางของขลังหรือการกราบไหว้เทพเจ้า เช่นบวงสรวงวอนขอให้สรรพวิญญูณเพื่อให้อภัยดลบันดาลให้ตนพ้นทุกข์ โดยไม่คำนึงถึงว่า สิ่งที่เกิดขึ้นนั้นย่อมมีเหตุและปัจจัยนำมา ซึ่งเป็นการกระทำของตัวเราเองทั้งสิ้น ถึงแม้คนเราจะมียานพาหนะหรือเงินทองสักเท่าไร ก็ไม่สามารถระงับอาการอันโหดร้ายของความทุกข์เหล่านั้นได้ ประเทศอินเดียโบราณเป็นประเทศที่เจริญด้วยนักคิด นักค้นคว้า ผู้มีสติปัญญาทั้งหลาย จึงได้ละทิ้งการไหว้บรรดาศักดิ์สิทธิ์หันมาทำการค้นคว้าวิธีเอาชนะความเกิด แก่ เจ็บ ตาย หรือเอาชนะความอยาก ความโกรธ ความหลงผิดให้ได้ นี่นับว่าเป็นบ่อเกิดของศาสนาที่สูงขึ้นไปในทางปัญญา ในที่สุดก็ได้พบวิธีที่จะเอาชนะความเกิด แก่ เจ็บ ตายหรือเอาชนะกิเลสต่าง ๆ ได้ โดยแนวทางปฏิบัติทางพระพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าทรงเป็นผู้ค้นพบวิธีที่จะเอาชนะสิ่งที่คนกลัวได้ตรงตามความประสงค์ และเกิดวิธีปฏิบัติเพื่อดับทุกข์ พุทธศาสนาแปลว่าศาสนา

ของผู้รู้ เพราะพุทธะ แปลว่า ผู้รู้ คือรู้ความจริงของสิ่งทั้งปวงได้ถูกต้อง เพราะฉะนั้น พุทธศาสนาจึงเป็นศาสนาที่อาศัยสติปัญญา หรืออาศัยวิชาความรู้ที่ถูกต้องเพื่อทำลายความทุกข์และต้นเหตุของความทุกข์เหล่านั้น (พระไพศาล วิสาโล: 2562; 5-10) ซึ่งมีความสอดคล้องกับที่ท่านพุทธทาสภิกขุ ได้กล่าวไว้ว่าการปรุงเป็นทุกข์อย่างยิ่ง การดับเป็นสุขอย่างยิ่ง ในประเด็นนี้ท่านได้อธิบายว่า เมื่อไรมีการปรุงแต่งเกิดขึ้น เมื่อนั้นจะมีความทุกข์ตามมา และเมื่อไรหยุดเสียซึ่งการปรุง คือว่างจากการปรุงเวลานั้นจิตจะสบายอย่างยิ่ง ซึ่งมีลักษณะเดียวกับนิพพาน (พุทธทาสภิกขุ: 2015; 4)

ทัศนะของผู้อ่านเห็นว่า ทั้งสองท่านได้อธิบายเรื่องทุกข์และวิธีการดับทุกข์นั้น เป็นการอธิบายเชิงอุปมา อุปไมย แสดงเหตุนำไปสู่ผล ในประเด็นนี้สมเด็จพระสังฆราชสกลสังฆปริณายก (เจริญ สุวฑฺฒโน) : ได้ตรัสไว้ในหนังสือ “ชีวิตนี้น้อยนัก” ตอนหนึ่งว่า “เมื่อมีเหตุย่อมมีผล เมื่อทำเหตุย่อมได้รับผลและผลย่อมตรงตามเหตุเสมอ ผู้ใดทำผู้นั้นจักเป็นผู้รับผลเที่ยงแท้แน่นอน เมื่อใดกำลังมีความสุข ไม่ว่ากำลังมีความสุขนั้นจะเป็นเราหรือเขา เมื่อนั้นพึงรู้ความจริงว่าเหตุที่ดีที่ได้ทำไว้แก่กำลังให้ผล ผู้ทำเหตุดีนั้นกำลังเสวยผลแห่งเหตุอยู่นั้นอยู่ (สมเด็จพระสังฆราช สกลสังฆปริณายก (เจริญ สุวฑฺฒโน), (2540): 32) การแสดงอย่างนี้คงเป็นเพราะท่านต้องการให้เข้าใจถึงสรรพสิ่งว่า มีปัจจัยเป็นต้นเชื้อและเกื้อหนุนซึ่งกันและกัน ด้วยเหตุนี้ท่านจึงได้อธิบายให้คนรู้เท่าทันอารมณ์เพื่อให้พ้นทุกข์ เพราะเมื่อใดคนเราไม่รู้เท่าทันอารมณ์ก็จะเป็นทุกข์ การที่ท่านนำเสนอว่าความเป็นอิสระทางใจ ที่ไม่ขัดข้องหมองมัวนั้นแหละเป็นสุข ประเด็นนี้ก็จริงอยู่ แต่ทั้งนี้ทั้งนั้นก็คงจะหนีไม่พ้นคำว่าปัญญา ที่เกิดจากการรู้เท่าทันอารมณ์นั่นเอง ในความเป็นจริงของชีวิต การละความเห็นที่ผิดในการยึดติดถือมั่นอย่างสิ้นเชิง ความทุกข์ทางใจก็จะบรรเทาลงได้ ด้วยการรู้จักวางใจอย่างถูกต้อง และความมีสติรู้เท่าทันอาการของใจเมื่อเกิดทุกข์ หรือเมื่อมีเหตุร้ายแรงมากระทบ ถึงไม่อาจสามารถแก้ไขให้เป็นปกติได้ฉับพลัน แต่อย่างน้อยก็สามารถรักษาใจให้เป็นปกติได้ ไม่ทุกข์ร้อนมากเท่าที่ควร เป็นการรักษาใจเพื่อเยียวยารักษากาย ให้พบทางแห่งความพ้นทุกข์ได้ในที่สุด

2. เพราะยินดี จึงมีสุข

ในส่วนของเนื้อหาชุดที่สอง ใจความสำคัญกล่าวสรุปได้ว่า

“พอใจสิ่งที่มี ยินดีสิ่งที่ได้

กาลานี้ช่วยให้เรามีความสุขได้ง่ายขึ้น

ไม่ต้องไปดิ้นรนไล่ล่าหาสิ่งใหม่
จนกระทั่งมันสามารถหลอกล่อจนงมูก
ให้เราทำอะไรก็ได้เพื่อมัน”

การก้าวผ่านทุกข์เพื่อพบสุขอย่างยั่งยืน (พระไพศาล วิสาโล, 2562: 5-10) เป็นการมองอย่างถูกต้องตามหลักของพุทธแท้ ในประเด็นนี้เป็นการมองด้วยปัญญา ปัญญารู้เท่าทันในทุกสิ่งที่เกิดขึ้น ใช้เหตุและผลพิจารณาอย่างแยบคาย ไม่ปรุงแต่งตามกิเลสที่เข้ามาหลอกล่อให้เราติด กับดักความคิดที่ว่า เราจะทำทุกอย่างเพื่อให้ได้มาซึ่งความสุขกายสบายใจของเรา โดยไม่คำนึงถึงหลักของความเป็นจริงที่ว่า เมื่อเหตุดีผลย่อมดี ทุกอย่างเกิดจากกรรม อันเป็นพฤติกรรมที่เรากระทำทั้งสิ้น และไม่ควรมีความยึดมั่นในอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้นว่าตอนนี้เราทุกข์มากเหลือเกิน ไม่มีใครทุกข์เท่าเราอีกแล้ว ความทุกข์นี้มีแต่เราเท่านั้น เมื่อใดหนอเราจึงจะพ้นทุกข์นี้ได้ หรืออีกกรณีหนึ่งก็คือ เมื่อเหตุการณ์ที่เลวร้ายผ่านไป ในความเป็นจริงมันกลายเป็นอดีตไปแล้ว แต่เรามักจะนำมาคิดคำนึงถึง แล้วคร่ำครวญมีความทุกข์ไม่จบสิ้น ซึ่งกลายเป็นว่าแทนที่จะเป็นทุกข์ในอดีตที่ผ่านมา พุทธทาสภิกขุ ได้กล่าวถึง วิถีแห่งการบรรเทาทุกข์สำหรับฆราวาสไว้ในหนังสือ “วิถีแห่งการบรรเทาทุกข์ของพุทธทาส”ว่า ธรรมอย่างเดียวเท่านั้นที่จะช่วยได้ไม่ว่ากรณีป้องกันหรือแก้ไข และไม่ว่าในกรณีที่คนทั้งโลกพากันประพฤตินั้นทั้งหมด หรือกรณีที่มีเหลือประพฤตินั้นอยู่แต่เราผู้เดียวเท่านั้น การประพฤตินั้นจึงเป็นการถูกด้วยประการทั้งปวง ไม่มีทางผิดเลย ฆราวาสเพียงแต่ประพฤตินั้นธรรม 4 ประการให้ได้จริง ๆ เท่านั้น จะเป็นการประพฤตินั้นครบถ้วนทั้งหมดทั้งพระไตรปิฎก ฉะนั้น จึงไม่เป็นการยากเลยในการที่ฆราวาสคนใดคนหนึ่งประสงค์จะประพฤตินั้นให้เป็นประโยชน์สุขแก่ชาวโลกทั้งหมดโดยส่วนรวม (พุทธทาส ภิกขุ, 2522: 32) มุมมองของทั้งสองท่านเป็นการพยายามอธิบายให้เห็นและเข้าใจในสิ่งที่เกิดขึ้นว่าเป็นไปตามเหตุและปัจจัย พระธรรมปิฎกได้กล่าวในอีกเรื่องหนึ่งก็คือเรื่องของความทุกข์ว่า ทุกข์คือปัญหาต่าง ๆ ของมนุษย์ เป็นเครื่องสำหรับบีบคั้นชีวิตจิตใจ มีอยู่ทั่วไปแก่มนุษย์ หากเกิดขึ้นแก่ใครเมื่อใดก็เป็นจุดสนใจ เป็นของเด่นชัดแก่ผู้คนเมื่อนั้น ทุกข์จึงเป็นจุดสนใจปรากฏเด่นชัดอยู่ในชีวิตของทุก ๆ คน ทุกข์เป็นของน่าเกลียดน่ากลัวและน่าตกใจ สำหรับคนจำนวนมากจะคอยหลีกเลี่ยงไม่ยอมอยากได้ยิน แม้แต่คนที่กำลังเพลิดเพลิมลุ่มหลงมัวเมา และกำลังก่อปัญหา เมื่อมีผู้มาชี้ปัญหาให้ก็จะกระทบใจ ทำให้สะดุ้งสะเทือนและมีความหวั่นไหว สำหรับคนที่อยู่ในสภาวะเช่นนั้น พระพุทธเจ้าทรงปรารภเรื่องทุกข์ก็เพื่อกระตุ้นเตือนใจ ให้เขาฉุกใจคิด เป็นทางที่จะเริ่มต้น

พิจารณาแก้ปัญหาด้วยความทุกข์นั้นได้ พระพุทธองค์ทรงสอนเรื่องทุกข์มิใช่เพื่อให้เป็นทุกข์ แต่เพื่อเป็นจุดเริ่มต้นที่จะดับทุกข์ ทรงรู้ว่าทุกข์หรือปัญหานั้นเป็นสิ่งแก้ไขได้ ดับได้ มิใช่เป็นของเที่ยงแท้แน่นอน ไม่คงอยู่ตลอดไป ชีวิตนี้ยังคงคับข้องก็เพราะมีทุกข์ มีปัญหาคอยรบกวนอยู่ การดับทุกข์หรือการแก้ไขปัญหานั้นสามารถทำได้ แต่มิใช่หมายความว่าเข้าไปแบกทุกข์ไว้ หรือจะให้มันเป็นทุกข์ แต่เพื่อรู้เท่าทันจะแก้ไขกำจัดได้ การรู้เท่าทันก็คือการทำหน้าที่ต่อทุกข์ให้ถูกต้อง สร้างความสามารถในการดับทุกข์ แก้ไขปัญหาไว้พร้อมสรรพ เมื่อดับทุกข์ หรือแก้ไขปัญหาได้แล้ว ชีวิตก็จะปลอดโปร่งโล่งเบาพบสุขที่แท้จริง (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2558 : 905-906)

ทัศนะของผู้อ่านเห็นว่า ทั้งสามท่านได้อธิบายเรื่องทุกข์และวิธีการดับทุกข์เพื่อให้พบสุขนั้น เป็นการอธิบายให้เข้าใจเหตุก่อน ในการที่ทั้งสามปราชญ์ทางศาสนานำเสนออย่างนี้ คงเป็นเพราะว่าท่านมีความต้องการชี้ทางให้เข้าถึงความสุขทั้งที่เป็นโลกียะและโลกุตระ ชี ประเด็นของทุกข์ให้คนรู้เท่าทันอาการ สร้างความมั่นคงทางด้านจิตใจให้กับตน เพื่อที่จะสร้างสังคมแห่งปัญญาให้มีความมั่นคงยั่งยืน ด้วยเหตุที่ว่าเพียงรู้ทันจึงพ้นทุกข์ และแค่นั้นก็ จะพบสุขได้

สรุปจุดเด่นและข้อควรนำมาพิจารณาในภาพรวม

จุดเด่น: หนังสือเรื่อง “พอใจในสิ่งที่มี ยินดีในสิ่งที่ได้” มีความโดดเด่นในเรื่องการ อธิบายเนื้อหาที่แยกเป็นหมวดหมู่ ง่ายต่อการทำความเข้าใจและนำไปปรับใช้ โดยเรียงลำดับ อย่างเป็นขั้นเป็นตอนเป็นการรวบรวมเนื้อหาจากเพลง “ข้อธรรม คำสอน พระไพศาล วิสาโล” และนำมาจัดหมวดหมู่เป็นบทตอนให้อ่านเข้าใจง่ายขึ้น การใช้ภาษาเป็นข้อเขียนใน ลักษณะถอดคำบรรยาย มาเป็นความเรียง ที่ใช้ภาษาที่เรียบง่าย สามารถทำความเข้าใจได้ โดยตรงไม่อ้อมค้อม ง่ายแก่การที่บุคคลทั่วไป จะทำความเข้าใจแล้วนำมาเป็นแนวทางการ ดำเนินชีวิตได้

คุณค่าของหนังสือเล่มนี้ : เป็นการถอดความจากการเทศนา จึงเป็นเรื่องเล่าที่มีชีวิต สามารถสัมผัสเหมือนมีตัวตน โดยเกิดจากการบอกเล่าเรื่องที่เกิดจากประสบการณ์ ในการ สื่อสารแบบเรียบง่าย แสดงถึงหลักความเป็นไปได้ว่าการค้นพบความปรารถนาในส่วนลึกของ จิตใจ อะไรที่จะช่วยเติมเต็มชีวิตให้อิ่มเอมอย่างแท้จริง และอะไรคือสิ่งที่เป็นคุณค่า และ ความหมายของชีวิต เนื้อหาทั้งหมดของหนังสือเล่มนี้ เป็นการแสดงออกในการค้นพบความ

จริงเกี่ยวกับจิต ซึ่งเป็นการแสดงให้เห็นความจริงที่ปรากฏในตัวเรา เป็นการบ่งบอกถึงตัวเราว่าเป็นสิ่งสมมติที่ปรุงแต่งขึ้นมา และเป็นที่มาแห่งความทุกข์ทันทึ ที่ไปยึดติดถือมั่นกับมัน

สิ่งอยากนำเสนอ: หนังสือเรื่อง “พอใจในสิ่งที่มี ยินดีในสิ่งที่ได้” เป็นหนังสือที่มีรูปเล่มเล็กกะทัดรัด ช่วยให้งานต่อการตัดสินใจหยิบขึ้นมาอ่าน รูปเล่มเล็กกะทัดรัดก็จริง แต่ปกที่ใช้เป็นแบบบางซึ่งทำให้ฉีกขาดเสียหายง่าย ทางที่ดีน่าจะมีการทำให้แข็งแรงขึ้นเพื่อจะได้เก็บรักษาไว้นานขึ้น และภาพประกอบควรจะเป็นภาพสามมิติ มีสีสันสดใสเป็นการทำให้หนังสือชวนหน้าอ่านเพิ่มขึ้น เนื้อหาบางส่วนที่นำมาจากเพลง ถ้าจะให้ดีควรได้มีการถอดเทปหรือมีโอกาสรับฟังจากปากท่านโดยตรง เพราะเนื้อหาจากเพลงอาจมีการคลาดเคลื่อนทางภาษาและความหมาย ท้ายเล่มน่าจะมีการแนะนำพระไพศาล วิสาโล เพื่อเป็นการแนะนำสำหรับผู้อ่านทั่วไปที่ไม่ได้อยู่ในแวดวงพระพุทธศาสนาจะได้มีความรู้เกี่ยวกับท่านด้วย ก็จะทำให้หนังสือมีความสมบูรณ์แบบยิ่งขึ้น

เอกสารอ้างอิง

- พุทธทาส ภิกขุ. (2522). *วิถีแห่งการบรรเทาทุกข์*. กรุงเทพฯ: สหธรรมิก.
- พระไพศาล วิสาโล. (2562). *พอใจในสิ่งที่มี ยินดีในสิ่งที่ได้*. กรุงเทพฯ: U READ.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2558). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์*. กรุงเทพฯ: สหธรรมิก.
- สมเด็จพระสังฆราช สกลสังฆปริณายก (เจริญ สุวฑฺฒโน). (2540). *ศรัทธา. ชั่วสด*. สืบค้นเมื่อ 31 กรกฎาคม 2562 จาก <http://www.sa.ku.ac.th/developbud.html>.