

แนวทางการเสริมสร้างความเพียรแก่เยาวชนไทยในสังคมปัจจุบัน
THE WAY OF PERFECTION IN EFFORTS FOR THAI CHILDREN IN
CONTEMPORARY SOCIETIES

พระครูพินัยสังฆการ (สมชาย จิตตคุตโต)
Phrakhruphinaisangkakhkhan (Somchai Cittakutto)
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
Graduate School, Mahachulalongkornrajavidyalaya University
Email: sorasa175@hotmail.com



บทคัดย่อ

ความเจริญก้าวหน้าอย่างยั่งยืนของประเทศชาติ ส่วนหนึ่งเกิดจากคุณภาพของเยาวชนในประเทศ การพัฒนาคุณภาพชีวิตของเยาวชนจึงควรมีเป้าหมายที่สอดคล้องกันทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และอารมณ์ ในมิติทางหลักพุทธศาสนา การฝึกฝนพัฒนา ให้เยาวชนมีนิสัยขยันหมั่นเพียร หรือที่เรียกว่ามีวิริยบารมี ซึ่งเป็นองค์ประกอบข้อหนึ่งในบารมี 10 อันเป็นเครื่องมือในการพัฒนาคุณภาพชีวิตจากชีวิตปุถุชนสู่ความเป็นอริยบุคคลในพระพุทธศาสนา บารมี แปลว่า เต็มเปี่ยม, ทำให้เต็มเปี่ยม, ทำให้เพียบพร้อม วิริยะ แปลว่า ความพากเพียร มีความหมายที่กว้างขวางตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ เช่น มีความเพียรในการศึกษาเล่าเรียน มีความเพียรในการประกอบสัมมาชีพ เป็นต้น ความเพียรที่นับว่ามีคุณค่ามากที่สุดคือความเพียรในการละกิเลส โดยใช้หลักวิริยะหรือความพากเพียรตามหลักโพธิปักขิยธรรม 37 ประการ ส่วนแนวคิดในการปลูกฝังและเสริมสร้างให้เยาวชนบำเพ็ญวิริยบารมี อาจเริ่มต้นด้วยการชี้ให้เยาวชนเห็นประโยชน์ของความเพียรอันเป็นบันไดสู่ความสำเร็จในชีวิตทั้งทางด้านการเรียน การงาน อุดมการณ์ และความสำเร็จในชีวิต การเสริมสร้างวิริยบารมีจึงมีผลดีต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต จิตใจ และสังคมสิ่งแวดล้อมที่เยาวชนต้องเผชิญในชีวิตประจำวัน

คำสำคัญ: วิริยบารมี, เยาวชนไทย, สังคมปัจจุบัน

Abstract

The sustainable development of state is up to quality of the youth in the country. Improving the quality of life of young people should have the corresponding physical, mental, social and emotional dimension. In Buddhist perspective, the improving up youth people as to have perfection of effort or it is called Viriyaparami in Buddhist doctrines of the ten perfections. Actually, it is the tools for improving the worldly person to be a enlightened one in Buddhism. The definition of Parami means perfection, full completion of the goodness. In other hand, the term of Viriya refers to the effort and has various widely meaning; it up to the established purposing. The most importance of efforts is the perfection of effort for defilements destroying; according to practicing of the 37 Bhodhipakkhiya-Dhammas in Buddhism. The concept of the way of perfection in efforts for Thai children maybe organize to advice the youths in seeing the benefits of effort's improving; for example, the successes of education working vision and life will occurred by perfection for efforts. Therefore, the perfection for efforts is influences for life quality's development; it is separate for mental social and environmental development whole the youths have to visit in daily life.

Keywords: Perfection Cultivation for Efforts, Thai Children, contemporary societies

บทนำ

เยาวชน คือ ผู้ที่มีอายุเกิน 15 ปีบริบูรณ์แต่ไม่ถึง 18 ปีบริบูรณ์ (ราชบัณฑิตยสถาน, 2546) หรือบุคคลที่มีพัฒนาการของวัย ตั้งแต่ระยะแรกจนถึงอายุไม่เกิน 25 ปี (กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2550) แต่บางสังคมเยาวชน อาจมีอายุมากกว่านี้ ขึ้นอยู่กับค่านิยมแต่ละวัฒนธรรม ลักษณะของเด็กและเยาวชนวัยนี้จะรุนแรงและเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งนี้เนื่องจากความเจริญเติบโตของต่อมต่างๆ และความจำเป็นในการปรับตัวใหม่ บางครั้งจึงทำให้เด็กและเยาวชนเกิดอารมณ์แปรปรวนได้ง่าย อารมณ์ในเด็กวัยนี้จะปรากฏลักษณะเด่นๆ สรุปได้ดังนี้ 1) มีความรุนแรง หากได้รับความกระทบกระเทือนใจแม้เพียงเล็กน้อย ก็แสดงพฤติกรรมที่รุนแรงได้ เช่น เมื่อถูกญาติผู้ใหญ่ตำหนิหรือการแสดงความคิดเห็นที่ไม่ตรงกับตนจะแสดงปฏิกิริยาโต้ตอบทันที บางทีก็หนีออกจากบ้าน บางคนผิหวงมาก อาจฆ่าตัวตายได้ 2) อารมณ์ที่ไม่คงที่ อารมณ์จะเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว บางทีก็กำลังดีใจ

18 วารสาร มจร ปรัชญาปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 2 (กรกฎาคม – ธันวาคม 2562)

แต่ถ้าไม่พอใจหรือได้รับเรื่องกระทบกระเทือนจิตใจก็เสียใจได้ง่าย บางครั้งดูเหมือนว่าเป็นคนชอบเอาแต่ใจตนเองเป็นหลัก ลักษณะอารมณ์จึงผันแปรอย่างรวดเร็ว 3) มีอารมณ์คั่งอารมณ์เศร้าเสียใจ เช่น ผิดหวังในเรื่องการเรียนหรือคนรักก็แสดงอารมณ์เศร้าหมอง ห่อเหี่ยว และอารมณ์เหล่านี้จะมีผลกระทบไปถึงเรื่องอื่นๆ อีกด้วย (กระทรวงสาธารณสุข, 2548)

การปลูกฝังหรือพัฒนาความขยันหมั่นเพียร เป็นการพัฒนาคุณธรรมและจริยธรรมขั้นพื้นฐานด้านหนึ่งที่ต้องปลูกฝังให้แก่เด็กและเยาวชนในสังคม เนื่องจากวัยเด็กและเยาวชนยังไม่สามารถเข้าใจถึงคุณธรรมและจริยธรรมขั้นสูงได้อย่างลึกซึ้ง ดังนั้นการวางรากฐานการพัฒนาความขยันหมั่นเพียรจึงเป็นการปูพื้นฐานและการเสริมสร้างลักษณะนิสัยที่ดีงาม มีลักษณะความขยันหมั่นเพียรที่ควรจะได้รับมากที่สุดได้แก่ ความขยันหมั่นเพียรในทางการศึกษา เลาเรียน การปฏิบัติงานของตนเอง และการช่วยเหลืองานในครอบครัวและโรงเรียน ความขยันหมั่นเพียรขั้น พื้นฐานเหล่านี้ มีความเกี่ยวข้องกับเด็ก เยาวชนและสังคมอย่างเห็นได้ชัด (กองวิจัยการศึกษา กรมวิชาการ, 2544) และสอดคล้องกับพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542 มาตรา 6 (พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542, 2560) ที่กำหนดไว้ว่าการจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้คุณธรรมจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับคนอื่นได้อย่างมีความสุข และการจัดการกระบวนการเรียนรู้ให้สถานศึกษาและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง จัด เนื้อหาสาระและกิจกรรมให้สอดคล้องกับความสนใจและความถนัดของผู้เรียน โดยคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล การฝึกทักษะ กระบวนการคิด การจัดการ การเผชิญสถานการณ์ เพื่อให้ผู้เรียนได้มีความรู้มีทักษะ มีเจตคติที่ดีมีความคิดสร้างสรรค์มีพฤติกรรมที่ดีมีบุคลิกภาพที่ดีเห็นคุณค่าและดำรงไว้ในความมั่นคงของชาติศาสนาและพระมหากษัตริย์ตามระบอบประชาธิปไตย

การสร้างอนาคต ก็เหมือนการสร้างบ้าน สร้างเจดีย์ เราต้องสร้างฐานให้มีความมั่นคงเสียก่อน ถ้าเราสร้างรากฐานไม่ดี ก็อาจทำให้ชีวิตพังทลาย แต่ถ้าเรา วางรากฐานที่ดี ในเบื้องต้น เมื่อบ้านปลาย ก็จะสามารถสร้างได้ง่ายนั่นเอง ความเพียรที่แท้จริง คือ เครื่องมือสร้างความสำเร็จของจริง สรุปความได้ว่า เราจะนำหลักการนี้ไปใช้ โดยการทำงาน เพื่อสร้างงาน สร้างอนาคต เราจะต้องทำด้วยความเพียร พยายามอย่างสม่ำเสมอ ทำไปตลอดไม่หยุด แต่ไม่หักโหม หยอยทำเพราะเมื่อเราเพียรพยายามอย่างแท้จริง ไม่มีสิ่งใดจะตอบแทนเราคืนมาได้ นอกไปเสียจาก ความสำเร็จ จึงควรเสริมสร้างความเพียรให้แก่เยาวชน เพราะการพัฒนา ลักษณะนิสัยความขยันหมั่นเพียร เป็นการพัฒนาพฤติกรรมของเด็กและเยาวชน ให้สามารถทำกิจวัตรประจำวันของตนเองได้อย่างอิสระ และเป็นการฝึกความกระตือรือร้น พยายามเอาใจใส่

สม่ำเสมอต่อเนื่อง เมื่อเด็กมีลักษณะนิสัยด้านความขยันหมั่นเพียร ย่อมจะส่งผลต่อ ลักษณะนิสัยด้านความอดทน และมีความมานะอุตสาหะตามมา (ธีราพร กลุณานันท์, 2544)

ดังนั้น แนวทางการเสริมสร้างความเพียรให้แก่เยาวชน ถือว่าเป็นสิ่งสำคัญ อันจะนำพาให้เยาวชนที่เป็นอนาคตของชาติ มีความขยันหมั่นเพียร ร่วมกันสร้างชาติ สร้างอนาคตของชาติ ให้เจริญทัดเทียมนานาชาติได้

ปัญหาการขาดความเพียรในสังคมไทย

สถานการณ์ปัญหาเด็กและเยาวชนในสังคมไทยนับวันจะรุนแรงมากขึ้น ระบบเศรษฐกิจแบบทุนนิยมที่แข่งขันกันอย่างเสรี ต่อสู้กันทางการตลาด กระตุ้นและเร่งเร้าให้ผู้คนนิยมการบริโภคผ่านสื่อเทคโนโลยีต่างๆ รวมทั้งวัฒนธรรมในยุคโลกาภิวัตน์ทำให้โครงสร้างของสังคมไทยอ่อนแอ ต้นทุนทางสังคม ศาสนา ภูมิปัญญาท้องถิ่น วัฒนธรรมไทย ที่เป็นเอกลักษณ์ แสดงให้เห็นความเป็นตัวตนของไทยถูกละเลยและถูกปฏิเสธจากเด็กและเยาวชน เด็กและเยาวชนส่วนหนึ่งจึงได้รับการหล่อหลอมจากบรรยากาศและสภาพแวดล้อมที่ไม่เหมาะสม ส่งผลให้เยาวชนมีพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนเสี่ยงต่อการทำผิดกฎหมายและศีลธรรมอันดีงาม มีค่านิยมที่ไม่พึงประสงค์ ขาดคุณธรรม จริยธรรม ในเรื่องความรับผิดชอบ ขาดระเบียบวินัยความขยันหมั่นเพียรและความซื่อสัตย์

สาเหตุสำคัญประการหนึ่งที่ทำให้การศึกษา การงาน และชีวิตของมนุษย์ในสังคมย่อยเหี่ยว คือความเกียจคร้าน เมื่อเกียจคร้านไม่มีความเพียรเสียแล้ว แม้ว่าการงานที่ทำนั้นใหญ่โตหรือสำคัญเพียงใด ก็ไม่อาจทำให้สำเร็จได้ จึงหาลักษณะของความเกียจคร้านไม่มีความเพียร คือไม่อยากทำอะไร มักจะมีข้ออ้าง เสมอ ๆ ว่า รอนนักร หนานนัก เซานัก สายนัก เปนตน หรือจะมีสาเหตุอันใดก็ตามที่จะทำให้ไม่ต้องทำการงาน ผลคือการงานที่ทำอยู่จึงไม่ประสบความสำเร็จ ความเกียจคร้านจึงทำให้เกิดความสูญเสียประโยชน์ยิ่งใหญ่ ประโยชน์ทั้งหลายย่อมลงเลยหนุมสาวที่ละทิ้งการงานโดยอวงวา เวลานี้หนาวเกินไป เวลานี้รอนเกินไป เวลานี้เย็นเกินไป เปนตน (ธีราพร กลุณานันท์, 2544) บางครั้งในสวนลึกจะเห็นไควา นิสัยเกียจคร้านเฉื่อยเนือยก็เปนประโยชน์เปนกลไกที่ช่วยในการหลีกเลี่ยงความขัดแย้ง ทำให้สามารถผัดผ่อนการตองเผชิญกับสิ่งใหม่ ๆ ที่ตองใช้ความคิดริเริ่ม และพลังผลักดันที่ทำให้ตนตองเขาสูสภาวะของความ ขัดแย้งกับสิ่งเกา ทั้งที่มีตัวตนและที่เปนสภาวะภายในจิตใจ และนี่เองอาจเปนปัจจัยที่ทำให้มักชอบ ยึดติดอยู่กับสภาวะเดิม ๆ ที่เคยชิน มากกว่าการริเริ่มทำสิ่งใหม่ และความเกียจคร้าน ถึงแมวาเปนธรรมชาติของมนุษย์ที่ชอบความสะดวกสบายและไม่มีใครอยากล่ำบากก็ตาม แต่ในสภาพความเป็นจริง บางคนมักอวงวา คนขี้เกียจจริง ๆ นั้นไม่มี เพียงแตวาคนผู้นั้นโชคไม่ดีที่ยังไม่ได้พบกับงานซึ่งเหมาะสมกับเขาอยางที่สุดเท่านั้น ทำให้บางคน มีอุปนิสัยที่ไม่ได้

ใส่ใจในหน้าที่ เห็นได้จากการปฏิบัติงานเป็นไปอย่างไม่เต็มที่ติดต่อกันมาชานาน จากการมาทำงานสายแต่กลับงานเร็ว ไม่ตรงเวลาเสมอ แต่พอถึงเวลาเลิกงานจะเลิกงานตรงเวลา หรือบางทีเลิกงานก่อนเวลา อันเป็นการแสดงให้เห็นถึงลักษณะอุปนิสัยที่เกียจคราน และลักษณะเช่นนี้แสดงให้เห็นถึงความแตกต่างระหว่างคนเกียจครานกับคนขยันใตงายขึ้น ลักษณะอุปนิสัยที่เกียจครานจึงเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนา และทางแก้ไขความเกียจครานคือความเพียรพยายาม

ดังนั้น เด็กและเยาวชนผู้อยู่ในช่วงของการศึกษาควรมีความเพียรขยันมันเพียรในการศึกษา เพราะมนุษย์ต่างจากสัตว์ตรงที่มีการศึกษา และชวนชววยแสวงหาสิ่งที่ดีที่สุดจนกระทั่ง สามารถสร้างสรรค์สิ่งต่างๆ ที่เจริญไต่ การศึกษาจึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะต้องมีการฝึกฝนแสวงหา ความรู้ใหม่มาก ด้วยจิตใจใฝ่รู้ใฝ่สร้างสรรค์ไม่หยุดหย่อน ทั้งจากการอ่าน การฟัง การเรียนรู้จาก ประสบการณ์ที่สะสมกันมา และการใช้สติปัญญาคิดไตรตรองอย่างฉลาดเพื่อเลือกนำมาใช้ให้ ถูกต้องและเกิดประโยชน์ที่สุด การฝึกฝนให้อ่านออกเขียนไต่จึงเป็นพื้นฐานที่สำคัญของการศึกษา เป็นการนำไปสู่แหล่งความรู้ที่เพนตำราและสิ่งอื่นๆ มากมาย มีความเข้าใจตรงกันว่ การศึกษาทำ ให่คนฉลาดก็เพราะขจัดความเขลาไต่ เมื่อชีวิตของคนในสังคมมีการศึกษาที่ดี จะทำให่ใตงานทำที่ไต่และหาโรคทรรพยใตงายและประสบความสุขไต่ จึงมีการชวนชววยหรือสนับสนุนส่งเสริมไต่ ศึกษเลาเรียน และรัฐก็สนับสนุนสิ่งทีเกื้อกูลต่อการศึกษา ทั้งการขยายโอกาสทางการศึกษาหรือ การปฏิรูปการศึกษา จุดประสงค์ก็เพื่อใหม่โอกาสไต่รับการศึกษาและแสวงหาความรู้ตลอดชีวิต หมายถึงการศึกษาที่ ผสมผสานระหว่างการศึกษาในระบบ การศึกษานอกระบบ และการศึกษาตาม อัธยาศัย เพื่อให่สามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตไต่อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต (พระเทพโสภณ (ประยูร ธมมจิตไต่), 2546) คนทีมีการศึกษานอยและเกียจคราน ยอมตองทำงานหนักและไม่เพนที่ขึ้นชอบของคนทั่วไปที่ขึ้นชอบคนทีมีการศึกษไต่กวา คนเกียจครานในการศึกษาจึงยากทีจะประสบความสำเร็จในการประกอบอาชีพ เพราะตองเหน็ดเหนื่อย อาบเหงื่อตองน้ำจากการใช้แรงงานเพนสวนมาก

สังคมไทยรับเอาคำสอนของพระพุทธศาสนาเป็นแนวทางในการพัฒนาเพื่อดำเนินไปสู่วิถีชีวิตทีเหมาะสมและมีความสุข ด้วยการผสมผสานกับแนวคิดเดิมของตนเอง ความเกียจครานมีอิทธิพลในระดับแนวคิดคำสอนคือหลักการเรื่องสันโดษและกรรมทีมีผู้เขาใจผิดและ นำไปใช้อย่างไม่ถูกต้อง และมีอิทธิพลในระดับวิถีชีวิตสังคมไทยทั้งปัจเจกบุคคลและสังคม การกระทำเพิงคนเดียวไม่อาจทำให่สังคมเตื่อตรอนอย่างมากก็จริง แต่ถาเกิดขึ้นและขยายออกไปสู่ผู้อื่นด้วย อิทธิพลความเกียจครานยอมกอให่เกิดโทษตอสังคมเช่นกัน การกระทำของบุคคลจึงมีผลตอทิศทางสังคมทีเฉื่อยชาและชอบเลียนแบบ สังคมไทยจึงมักถูกกล่าวหาว่าเพนสังคมทีเฉื่อยชาเพนอย่างมาก คนเกียจครานเพราะคานิยมทีชอบความสบายมาเพนเวลานาน ไม่คอยประสบความสำเร็จ เคยชินกับความสะดวกและชอบทำอะไรทีตามใจที สบายและม่กจ่าย คนเกียจครา

นจึง เป็นคนที่ดวงความเจริญ เพราะมีคนเกียจคร้านมากเกินไป สังคมจึงพัฒนาหรือลาหลัง ฉะนั้น แนวทางอย่างหนึ่งที่ควรปลูกฝังคือความเพียรพยายามอย่างสม่ำเสมอจนกลายเป็นนิสัย นิสัยของ คนเกียจคร้านก็จะเปลี่ยนเป็นคนเพียรพยายาม การสร้างคุณธรรมอื่นๆ ใหม่ขึ้นในใจ ตนเอง และ การส่งเสริมให้มีสภาพแวดล้อมที่ดีที่เกื้อกูลต่อการดำเนินชีวิตของคนในสังคม

ความเพียรในพุทธศาสนาเถรวาท

ความเพียรในคัมภีร์พระพุทธศาสนามีหลายหมวดธรรมที่มีความเพียรเป็นตัวขับเคลื่อน นำธรรมอื่นๆ ไปสู่ความสำเร็จในชั้นโลกียะ และบรรลุถึงจุดหมายสูงสุด ชั้นโลกุตระธรรม หรือถึงสภาวะที่ปราศจากทุกข์ แต่ถึงจะมีความเพียรมากก็ควรระมัดระวังธรรม ที่ตรงข้ามกับความเพียรนั้น คือ ความเกียจคร้าน ความเฉื่อยชา ความท้อแท้ ความประมาท และการอ้าง สาเหตุที่จะหลีกเลี่ยงในการทำความเพียร แต่หากเรามีความเพียรต่อสู้อย่างวิถีทางแห่งมนุษย์ ไม่ อ่อนวอนต่อเทพเจ้า แต่มุ่งหาเหตุผลมาสนับสนุน บุคคลที่ประสบความสำเร็จ ในชีวิตที่เป็น แบบอย่างแก่คนอื่น เช่น พระพุทธเจ้าและพระสาวกทั้งหลายที่ได้ทำความเพียร จนสามารถละ กิเลสทั้งปวงได้ก็ล้วนอาศัยความเพียรเป็นที่ตั้งทั้งสิ้น ฉะนั้นบุคคลจึงควรมีความ เพียรและละ เว้นความเกียจคร้านในการงานทุกอย่างก็จะสามารถฟันทุกข์ไปได้

1. ความหมายของคำว่า “ความเพียร” คำว่า บารมี ในพระพุทธศาสนาเถรวาท ถูก ใช้อย่างแพร่หลายในแงุ่มที่แตกต่างกัน จนบางครั้งทำให้เกิดความสับสนทั้งในด้านความหมาย และความเข้าใจ โดยทั่วไปคำว่า บารมี หมายถึง ธรรมที่บำเพ็ญเพื่อเป็นพระพุทธเจ้า หรือ เรียกว่าบารมีธรรม 10 (ทศบารมี) เช่น ทานบารมี การบำเพ็ญเน้นหนักในเรื่องการบริจาคทาน ศีลบารมี การบำเพ็ญรักษาศีล เป็นต้น การทำความเข้าใจให้กระจ่างชัดและลุ่มลึกถูกต้อง เพื่อให้เกิดเป็นประโยชน์กว้างขวางยิ่งขึ้นจากการศึกษาและการนำมาประยุกต์ใช้ในสังคมจึงเป็น เรื่องสำคัญ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเสริมสร้างให้เยาวชนยึดหลักความเพียรในการพัฒนาตนเอง เพื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพในอนาคต ความเพียรมีขอบเขตความหมายและความสำคัญที่ หลากหลาย

การบำเพ็ญบารมีในแต่ละขั้นนั้นมีประโยชน์และคุณค่าอยู่ในตัวเอง อันผู้ปฏิบัติจะพึง เห็นได้เอง การบำเพ็ญบารมีในแต่ละประการจะเกิดผลได้นั้นผู้ปฏิบัติควรมีความเข้าใจอย่าง ลึกซึ้ง มีความจริงใจ ตั้งใจจริง และมีเป้าหมายในการปฏิบัติ เพื่อเป็นการสร้างความ เข้มแข็ง ทางจิตใจ เป็นกำลังใจในการต่อสู้ และสามารถแก้ปัญหาชีวิตได้ ซึ่งจะทำให้เกิดปัญญาอย่าง แท้จริงที่สามารถนำไปใช้ในการบำเพ็ญบารมี ในแต่ละประการ อันจะปรากฏผลได้อย่างชัดเจน (เรณู ศรีภาค, 2544)

22 วารสาร มจร ปรัชญาปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 2 (กรกฎาคม – ธันวาคม 2562)

การนำหลักความเพียรมาประยุกต์ใช้เพื่อเสริมสร้างให้เยาวชนมีหลักการดำเนินชีวิตตามหลักความเพียร จึงเป็นเรื่องสำคัญที่ต้องมีการศึกษาวิเคราะห์ในเชิงลึกทั้งในด้านเนื้อหาและบริบทความหมายที่เกี่ยวข้อง ซึ่งในบทความนี้ ผู้เขียนได้กำหนดรูปแบบของการศึกษาเรื่องนี้โดยในเบื้องต้นเป็นการศึกษา สืบค้น และวิเคราะห์ ความหมาย ความสำคัญ และลักษณะของความเพียรเพื่อให้ได้ข้อสรุปที่กระจ่างชัด ครบถ้วน ถูกต้อง จากหลักฐานในพระไตรปิฎก อรรถกถาฎีกา และเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง รวมถึงแนวคิดทฤษฎีของผู้รู้ทางศาสนา เพื่อเป็นหลักฐานสนับสนุนรูปแบบการเสริมสร้างความเพียรในเยาวชนปัจจุบันในท่ามกลางกระแสสังคมยุคใหม่ที่ท้าทายต่อการพิสูจน์ความจริงของโลกและชีวิต จากตัวอย่างการบำเพ็ญความเพียรของพระโพธิสัตว์จนได้ทรงบรรลุปะมาหมายสูงสุดคืออนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ การยึดหลักการสร้างความเพียรเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต ในสังคมปัจจุบัน เพื่อให้เกิดผลในเชิงการมีคุณธรรม จริยธรรม จำเป็นต้องอาศัยปัจจัยอะไรบ้าง และต้องศึกษาทำความเข้าใจหลักการใดบ้างเพื่อนำไปสู่การเสริมสร้างความเพียรในเยาวชนไทยปัจจุบัน

คำว่า วิริยะ หรือ ความเพียร มีความหมายตามพจนานุกรมว่า ความบากบั่น ความกล้าแข็ง ความพยายาม จนกว่าจะสำเร็จ บากบั่น ตรงกับภาษาสันสกฤตว่า วิรย ตรงกับภาษาบาลีว่า “วิริย” (ราชบัณฑิตยสถาน, 2546)

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) ให้ความหมายวิริยะไว้ว่า “หมายถึง ความเพียร ความบากบั่น ความเพียรเพื่อจะละความชั่ว ประพฤติความดี ความพยายามทำกิจ ไม่ท้อถอยเป็นข้อที่ 5 ในบารมี 10 ข้อ 1 ในโพชฌงค์ 7 ข้อ 2 ในอิทธิบาท 4” (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), 2546)

นอกจากนี้ยังมีความหมายจากคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทที่ได้กล่าวถึงหลักของความเพียร หรือ ความวิริยะอุตสาหะไว้หลากหลาย สรุปได้ว่า ความเพียร คือความอาจหาญในการทำงาน หรือกิจของผู้อาจหาญในการงาน ความจริงบุคคลที่ประกอบบารมีเป็นผู้อาจหาญในการงาน ย่อมสำคัญการงานที่แม้จะใหญ่กว่าเล็ก แม้จะยากกว่าง่าย แม้จะหนักกว่าเบา ไม่คำนึงถึงความยากลำบากของตน ประคับประคองกายกับจิต อยู่เสมอเพื่อให้งานสำเร็จลุล่วงไปได้ วิริยะจึงทำให้บุคคลเป็นไปอย่างนั้น และเป็นกิจแห่งกายกับจิตของบุคคลที่เป็นไปเหมือนอย่างนั้น (พระคัมภีร์สาราถวิงศ์, 2546)

วิริยะ ตามความหมายอีกนัยหนึ่งคือ สภาวะพึงให้เกิดขึ้นด้วยวิธี คือ นัย กล่าวคือ อุบาย ได้แก่ การกระตุ้นเตือนในเบื้องต้นว่า “ผู้มีวิริยะจะไม่สำเร็จอะไรหรือ” วิริยะ คือสภาวะทำให้ผู้ถึงพร้อมด้วยวิริยะนั้นชวนชวยเป็นพิเศษ โดยมีประโยชน์ตนและประโยชน์ท่านเป็นเหตุ วิริยะ ความเป็นแห่งบุคคลผู้กล้าหาญ อีกอย่างหนึ่ง ธรรมชาติใด อันบุคคลพึงดำเนินไปตามวิธีเพราะฉะนั้น ธรรมชาตินั้นชื่อว่า วิริยะ” (คณะกรรมการแผนกตำรา, 2529)

คำว่า วิริยะ (ความเพียร) คือขยันหมั่นประกอบสิ่งนั้นด้วยความพยายามเข้มแข็งอดทน เอาธุระไม่ทอดถอย (ราชบัณฑิตยสถาน, 2548) คำว่า วิริยะหรือความเพียร ยังหมายถึงการสู้งาน (ความเพียรเห็นเป็นความท้าทายใจสู้ขยัน) คือพากเพียรทำขยันหมั่นประกอบหมั่นกระทำสิ่งนั้น ด้วยความพยายามเข้มแข็งอดทนเอาธุระไม่ทอดทิ้งไม่ทอดถอยก้าวไปข้างหน้าจนกว่าจะสำเร็จ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2545) นอกจากนี้ วิริยะหรือความเพียร ยังหมายถึง ความขยันหมั่นประกอบสิ่งนั้นด้วยความพยายามเข้มแข็งอดทน (พระเทพดิลก (ระแบบ จิตฺตญาโณ), 2548)

ปรีชา ช้างขวัญยืน และวิจิตร เกิดวิศิษฐ์ ได้ให้ความหมายว่า วิริยะ คือความเพียรความขยันในการทำงานการใช้ความเพียรมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับประเภทของงานวิริยะเกิดขึ้นตามระดับของฉันทะยังมีฉันทะเพิ่มขึ้นวิริยะก็จะเพิ่มขึ้นตามอุปสรรคของวิริยะคือความเกียจคร้าน ไม่ยอมสู้กับอุปสรรคหรือเหตุการณ์สิ่งแวดล้อมแล้วจึงเลิกไม่ทำงานวิธีแก้ไขคือสร้างฉันทะให้เกิดขึ้นมากๆ ฉันทะจะช่วยหนุนวิริยะให้กล้าแข็งขึ้นเช่นการคบเพื่อนที่ขยันละเว้นการมั่วสุมกับคนที่เกียจคร้าน (ปรีชา ช้างขวัญยืน และวิจิตร เกิดวิศิษฐ์, 2533)

คำว่า วิริยะ หมายถึง ความขยันหมั่นเพียรกับการทำหน้าที่ทหารที่ตนทำอยู่ งานทุกอย่างจะสำเร็จได้ต้องอาศัยความขยันหมั่นเพียร ความวิริยะจึงเป็นเครื่องมืออีกอย่างหนึ่งที่จะนำคุณไปสู่ความสำเร็จได้ ยิ่งกำลังพลขยันเท่าไรผลตอบแทนที่คุณจะได้รับมันก็มีมากเท่านั้น ที่สำคัญความวิริยะจะเกิดขึ้นได้ก็ด้วยความรักในงานจากฉันทะนั้นเอง และความวิริยะไม่ใช่การทำงานแบบเอาเป็นเอาตาย แต่เป็นการหมั่นฝึกฝนตนเองต่างหาก ทั้งนี้มีข้อน่าสังเกตสำหรับคนทำงานร่วมกันคือ จะต้องขยันด้วยกันทั้งหัวหน้าและลูกน้อง ยิ่งผู้เป็นหัวหน้าที่ยังสำคัญมาก ถ้าเป็นคนเกียจคร้าน ลูกน้องก็มักไม่ขยันตาม ถ้าหัวหน้ามีความขยันในหน้าที่การงานของตนเองจะสามารถดึงลูกน้องให้ขยันขันตามหัวหน้าไปด้วย

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้กล่าวถึงวิริยะไว้ว่า วิริยะ แปลว่า ความอาจหาญ แก่กล้า บากบั่น ก้าวไป ใจสู้ ไม่ย่อท้อไม่หวั่นกลัวต่ออุปสรรคและความยากลำบาก เมื่อคนรู้ว่าสิ่งใดมีคุณค่าควรแก่การบรรลุถึง ถ้าวิริยะเกิดขึ้นแก่เขาแล้ว แม้ได้ยินว่าจุดหมายนั้นจะลู่ถึงได้ยากนัก มีอุปสรรคมาก หรืออาจใช้เวลาเท่านั้นปีเท่านั้นเดือนเขาก็ไม่ทอดถอย กลับเห็นเป็นสิ่งที่ท้าทายที่เขาจะเอาชนะให้ได้ทำ ให้สำเร็จ คนที่มีความเพียร เท่ากับมีแรงหนุน เวลาทำงานหรือปฏิบัติธรรมก็ตาม จิตใจจะแน่วแน่มั่นคง พุ่งตรงต่อจุดหมาย สมาธิก็เกิดขึ้นได้ เรียกว่าเป็นวิริยสมาธิ พร้อมทั้งมีประธานสังขาร คือ ความเพียรสร้างสรรค์เข้าประกอบคู่ไปด้วยกัน (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2552)

สุชีพ ปุญญานุภาพ ได้ให้คำแปลของวิริยะของอิทธิบาท 4 ไว้ 2 ทาง คือ หนึ่ง แปลว่า ข้อปฏิบัติ ที่ให้รู้ฤทธิ์ อีกอย่างหนึ่งแปลว่า ข้อปฏิบัติที่ให้บรรลุถึงความสำเร็จ และได้ให้

24 วารสาร มจร ปรัชญาปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 2 (กรกฎาคม – ธันวาคม 2562)

ความหมายอิทธิบาท 4 ไว้ดีกว่า เป็นคุณให้บรรลุความสำเร็จ 4 อย่าง ได้แก่ วิริยะ คือ ความเพียร (สุชีฟ ปุณฺณนาฎ, 2541)

ดังนั้น ความเพียร ความกล้ากล้าที่ไม่เกรงกลัวต่ออุปสรรคใดๆ เป็นความพยายามที่ประกอบไปด้วยความอดสาหะที่จะสร้างบารมีอย่างไม่ย่อหย่อน แม้ว่าจะเกิดอุปสรรคอันใดก็ตาม จะไม่มีคำว่า **ท้อแท้** และ **ท้อถอย** เกิดขึ้นในใจของพระโพธิสัตว์อย่างเด็ดขาด ดังนั้นความเพียร จึงถือเป็นบารมีที่สำคัญที่จะช่วยสร้างและหล่อหลอมอุปนิสัยของพระโพธิสัตว์ ให้มีความกล้าและมีความมุ่งมั่นในการสร้างชาติให้ยิ่งๆขึ้นไป

2. ความสำคัญของความเพียร ความเพียรไม่ท้อถอยในสิ่งที่แม้จะยากลำบากสักเท่าไรก็ตาม ซึ่งทุกคนที่เพียรในเรื่องอื่น มีความสามารถในเรื่องอื่น มาแล้ว ก็จะเห็นได้ว่า ไม่มีอะไรที่จะยากกว่าความเพียร ที่จะละความชั่ว ประพฤติดี และชำระจิตใจให้บริสุทธิ์จากอกุศล เพราะฉะนั้นก็จะเห็นได้ว่า ความสำเร็จทุกอย่างทั้งในทางโลกและทางธรรม ถ้าไม่มีความเพียรแล้ว ไม่มีทางจะสำเร็จได้เลย แต่ความเพียรในทางโลก ซึ่งเต็มไปด้วย ความต้องการ กับความเพียรในกุศล ซึ่งจะขัดเกลากิเลส ความเพียรในกุศลเพื่อขัดเกลากิเลส ก็ย่อมจะต้องมีความเพียรมากกว่า เพราะว่าปกติแล้ว ก็เป็นผู้ที่เพียรในอกุศล เป็นผู้ที่ไม่เพียรในอกุศลคือ เพียรด้วยความติดข้องต้องการในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส ในโผฏฐัพพะ ซึ่งทุกคนก็พิสูจน์ได้ว่า เพียรอย่างนี้มาโดยตลอดคือเพียรที่จะได้รูป ด้วยความต้องการในรูปนั้น เพียรที่จะได้ลาภ ได้ยศ ได้สรรเสริญ ได้สุข เพราะว่ากว่าจะมีกำลัง ในความเพียรที่จะละ ไม่ใช่เพียรที่จะได้ แต่เพียรที่จะละความติดข้องในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส ในสัมผัส ในทุกอย่าง ในลาภ ในยศ ในสรรเสริญสุข ก็จะเห็นได้ว่าต้องเป็นเวลาที่ยาวนานมาก กว่าที่จะเปลี่ยนความเพียรในอกุศลเป็นความเพียรที่เป็นกุศล

3. วิริยะในหลักธรรมต่างๆ

1) วิริยะในอิทธิบาท 4 อิทธิบาท คือ ธรรมที่เป็นเหตุให้ถึงความสำเร็จ ฌาน อภิญญา มรรค ผล ความสำเร็จโดยบริบูรณ์ ชื่อว่า อิทธิ ได้แก่ ฌาน อภิญญา มรรค ผล ผู้ใดผู้หนึ่งยอมถึงด้วยอาศัยธรรมนั้น ฉะนั้นธรรมที่เป็นเหตุให้ถึงของผู้นั้น ชื่อว่า ปาธ ได้แก่ องค์ธรรมของอิทธิบาท 4 (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), 2538) ธรรมที่เป็นเหตุให้ถึงความสำเร็จคือฌาน อภิญญา มรรค ผล ชื่อว่า อิทธิบาท อิทธิบาท มีองค์ประกอบ 4 ประการ คือ

ก. ฉันทะ คือ ความพอใจ มีใจรักงานและรักจุดหมายของงาน ต้องการทำงาน ใฝ่ใจรักงานที่ทำอยู่เสมอ และต้องการจะทำให้ดียิ่งๆ ขึ้นไป ฉันทะนี้นับว่าเป็นแรงจูงใจสำคัญในอันที่จะก่อให้เกิดการกระทำ ปรากฏชัดที่การมีใจรักในสิ่งที่ทำ อันเกิดจากความศรัทธาและเชื่อมั่นต่อสิ่งที่ทำ ถือว่าเป็นสัญญาใจและเป็นใจที่ผูกพัน ศรัทธา และเชื่อมั่นต่อสิ่งที่ทำอย่างเต็มเปี่ยม การมีใจรักถือว่าสำคัญมาก ถ้าเป็นการฝืนใจรัก ฝืนทำไปก็มีแต่จะทุกข์ทรมานตนเองเปล่าๆ แต่

ถ้ามีใจรักและศรัทธาอย่างแรงกล้าแล้ว พลังสร้างสรรค์ก็จะบังเกิดขึ้นกับเราอย่างน่าอัศจรรย์ทีเดียว

ข. **วิริยะ** หรือความเพียร เป็นคุณสมบัติสำคัญที่จะทำให้บุคคลประสบความสำเร็จในเป้าหมายของชีวิต เพราะเป็นเหตุนำความสำเร็จ และความสุขมาให้ ลักษณะของวิริยะจะเป็นเครื่องค้ำจุนกุศลธรรมไว้มิให้เสื่อม เปรียบเหมือนเรือนที่เขจจนจะล้มแต่ได้อาศัยไม้ค้ำจุนไว้จึงไม่ล้ม หรือเปรียบเหมือนในกองทัพมีกำลังหนุนย่อมสามารถเอาชนะข้าศึกได้ (วคิน อินทสระ, 2544) ความเพียรในที่นี้มี 2 อย่าง คือ

(1) ความเพียรแบบสามัญทั่วไป เช่น ความเพียรในการประกอบกิจการงาน การศึกษาเล่าเรียน การประกอบกิจการหน้าที่ของตน ดังเช่น พระพุทธพจน์ว่า “ภิกษุทั้งหลายเป็นผู้ขยันไม่เกียจคร้านในกิจที่ควรทำ ทั้งสูงทั้งต่ำของเพื่อนพรหมจารี ประกอบด้วยปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาอันเป็นอุบายในกิจนั้น...นี้เป็นธรรมกระทำที่พึง” (พระไตรปิฎกภาษาไทย 23/93/136)

(2) ความเพียรเป็นเครื่องกำจัดอกุศลภายในตัวเอง เรียกว่า ความเพียรชอบ (สัมมปปธาน) เป็นไปเพื่อละอกุศล เพื่อเข้าถึงจุดมุ่งหมายสูงสุดแห่งชีวิตที่แท้จริง ผู้มีความเพียรยึดหลักความเพียรเป็นแนวทางในการปฏิบัติกิจหน้าที่ต่างๆ ต้องประกอบด้วยลักษณะของความเพียร 11 ประการ ได้แก่ (1) วิริยะ แก่กล้า (2) อุฏฐานะ ขยันลุกขึ้นทำงาน (3) อุตสาหะ มีความอาจหาญอดทน (4) ธิติ มั่นคง (5) อัญญิตี ไม่หยุด (6) วายามะ พยายามชักนำไปไม่ย่อท้อ (7) ปรักกมะ มีความพยายามบากบั่น (8) ปธานะ เป็นหลักเป็นประธาน (9) ปัคคหะ ประคองใจไว้มั่นคง (10) อัปปฎิวาณิ ไม่ท้อถอย (11) นิกกมะ ก้าวไม่หยุด

วิริยะหรือความเพียรที่สำคัญได้แก่ ปธาน (ความเพียรเป็นเหตุประคองจิตใจ) ดังปรากฏในปธานสูตร (พระไตรปิฎกภาษาไทย 21/69/113-114) ซึ่งมีองค์ประกอบ 4 ประการ ได้แก่

- 1) เพียรระวัง มิให้กิเลสหรือความชั่วที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้น (สังวรปธาน)
- 2) เพียรละกิเลส หรือ ความชั่วที่มีอยู่ก่อนให้หมดสิ้นไป (ปหานปธาน)
- 3) เพียรก่อสร้างคุณความดีที่ยังไม่เกิด ให้เกิดมีขึ้น (ภาวนาปธาน)
- 4) เพียรรักษาคุณความดีที่เกิดขึ้นแล้ว มิให้เสื่อมไป (อนุรักษนาปธาน)

วิริยะหรือความเพียร มีความสำคัญต่อความสำเร็จของบุคคลผู้มุ่งมั่นกระทำให้สิ่งใดสิ่งหนึ่ง ดังเช่น พระพุทธองค์ ไม่ทรงย่อท้อในการบำเพ็ญเพียรได้บรรลุอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณเป็นที่พึงแก่สรรพสัตว์ เป็นแสงสว่างให้แก่โลกที่มีมืดมน ก็เพราะทรงอาศัยความไม่ย่อท้อในการบำเพ็ญเพียร และอาศัยความไม่สั่นโคธในกุศลธรรมทั้งหลาย (พระไตรปิฎกภาษาไทย 20/178/129) เพราะในคราวที่พระองค์บำเพ็ญเพียรอยู่กับอาจารย์ฝ่ายโยคะ จนได้สมาธิ ได้ฌานสมาบัติ ถ้าพระองค์ทรงย่อท้อ และพอพระทัย(สั่นโคธ)อยู่เพียงแค่นั้น ก็มีอาจบรรลุธรรม

เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ ฉะนั้น จึงกล่าวได้ว่า พระพุทธองค์ทรงเป็นบุคคลตัวอย่าง แห่งผู้มีวิริยะ คือ ความพากเพียรที่แท้จริง

ค. จิตตะ คือ ความคิดจดจ่อ มีจิตผูกใฝ่อยู่ในงานที่ทำ ตั้งใจรับรู้ในงานที่ทำ และทำงานนั้นด้วยความคิด ไม่ปล่อยจิตให้ฟุ้งซ่านเลื่อนลอยไป เฝ้าคิดถึงงานนั้นสม่ำเสมอ เมื่อทำงานใดก็จดจ่ออยู่กับงานนั้น จิตตะเป็นใจที่จดจ่อและรับผิดชอบงาน เมื่อมีใจจดจ่อและรับผิดชอบต่องานแล้วก็จะทำให้เราเกิดความรอบคอบตามมา เมื่อมีความรอบคอบแล้ว จะตัดสินใจทำอะไรก็มีความผิดพลาดน้อยลงตามไปด้วย

ง. วิมังสา คือ ความไตร่ตรอง หมั่นใช้ปัญญาสอบสวน พิจารณาใคร่ครวญ ตรวจสอบเหตุผลในงานที่ทำ มีการวางแผนก่อนลงมือทำงาน เมื่อเกิดปัญหาก็รู้จักพิจารณาหาทางแก้ไข วิมังสาเป็นการทบทวนในสิ่งที่ได้คิดได้ทำมา อันเกิดจากการมีใจรักและศรัทธา แล้วทำด้วยความมุ่งมั่น อย่างใจจดใจจ่อและรับผิดชอบ โดยใช้วิจยญาณอย่างรอบรู้และรอบคอบ จึงนำไปสู่การทบทวนตัวเองและสิ่งที่ได้คิดได้ทำมาว่าเกิดผลดีผลเสียอย่างไร เพื่อปรับปรุงแก้ไขให้ดียิ่งขึ้น การทบทวนความคิดก็เพื่อตรวจสอบความคิดและการทำของเราว่า เราคิดเราทำอย่างนั้นเพื่ออะไร เพื่อความสุขของตัวเองหรือเพื่อความสุขของสังคม เป็นต้น ซึ่งจะทำให้รู้เราควรอยู่ ณ จุดไหนของสังคมหรือเปลี่ยนแปลงตนอย่างไรเพื่อไปสู่การสร้างสรรค์ตนเองและสังคมทั้งดงาม จะเห็นได้ว่า อิทธิบาท 4 มีความหมายมากกับคนที่อยากจะเดินทางไปสู่ความสำเร็จในชีวิตและการงาน เพราะหากทำได้ตามขั้นตอนแล้ว สิ่งนั้นคงอยู่ไม่ไกลเกินฝันอย่างแน่นอน

2) วิริยะในสัมมปปธาน 4 สัมมปปธาน คือธรรมที่มีความพยายามโดยชอบธรรม มีอรรถวิเคราะห์ว่า สัมมปปัตตธรรมทั้งหลาย มีความพยายามโดยชอบธรรม ด้วยการอาศัยธรรมชาตินั้น ฉะนั้นธรรมชาติ ที่เป็นเหตุแห่งความพยายามนั้น จึงชื่อว่าสัมมปปธาน ได้แก่วิริยเจตสิก ซึ่งต้องเป็นวิริยะอย่างแรงกล้า (ไม่ใช่อย่างสามัญ) ที่อยู่ในกุศลขณะเท่านั้น วิริยะที่อยู่ในกิริยาขณะ ไม่เป็นสัมมปปธาน เพราะพระอรหันต์ทั้งหลาย ย่อมพ้นจากหน้าที่การงานที่เกี่ยวกับการประหาณอกุศล และกระทำให้กุศลเกิดเสียแล้ว

วิริยะที่อยู่ในผลจิต ไม่เป็นสัมมปปธาน เพราะไม่เกี่ยวข้องกับหน้าที่ทั้ง 4 ของวิริยะ เป็นสัมมปปธานและตัวเองเป็นวิบากอยู่แล้ว องค์ประกอบของสัมมปปธาน 4 คือ (พระไตรปิฎกภาษาไทย 21/69/96)

1) สังวรปธาน ได้แก่เพียรระวังไม่ให้บาปเกิดขึ้นภายในจิตใจ ในขั้นของการปฏิบัตินั้น ทรงสอนให้ปลูกฝังความพอใจในการที่จะสำรวมระวัง เพื่อไม่ให้บาปเกิดขึ้นภายในจิต อันได้แก่การสำรวมอินทรีย์ทั้ง 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เวลาเห็นรูปฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส ถูกต้อง โผฏฐัพพะ รู้ธรรมารมณ์ด้วยใจ ไม่มีความยินดียินร้ายเกิดขึ้นครอบงำจิตได้ แต่การ

ปฏิบัติเช่นนี้จะต้องอาศัยความพยายาม ปราศจากความเพียร คือมีการกระทำที่ติดต่อกันไป สามารถสำรวจได้มากน้อยแค่ไหนเพียงใด ก็ประครองจิตไว้ คือรักษาคุณภาพจิตไว้ในฐานะนั้นๆ แล้วพยายามสำรวจระวังต่อไป

2) **ปหานปธาน** เพียรพยายามที่ละบาป ละอกุศล ซึ่งมีอยู่แล้วภายในจิตใจโดยอาศัยการพิจารณาเห็นโทษของบาป ของอกุศลที่มีอยู่ภายในจิตแห่งตนแล้ว ปลุกฝังความพอใจในอันที่จะละบาปอกุศลเหล่านั้นไปจากจิต และใช้ความพยายาม ปราศจากความเพียรมีการกระทำติดต่อกัน สามารถละบาปอกุศลได้ จะมากหรือน้อยก็ตาม ก็พยายามรักษาคุณภาพจิตเอาไว้ในจุดนั้น

3) **ภาวนาปธาน** เพียรพยายามที่จะกระทำให้กุศลเกิด ได้แก่ ความดีทั้งหลายที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น โดยไม่จำเป็นว่า กุศลความดีเหล่านั้นจะมากหรือน้อยก็ตาม ให้ปลุกฝังความพอใจในการที่จะเสริมสร้างกุศลคุณงามความดีให้บังเกิดขึ้นแล้วใช้ความพยายามในการสร้างกุศลโดยมีความเพียรที่ติดต่อกันไปไม่ทำๆ หยุดๆ เมื่อสามารถทำความดีได้มากน้อยแค่ไหนเพียงใดก็ตาม ก็พยายามรักษาคุณภาพจิตไว้สม่ำเสมอ

4) **อนุรักษนาปธาน** การพยายามรักษากุศลที่เกิดขึ้นแล้วไม่ให้เสื่อมไปในขั้นนี้ก็มีนัยเช่นเดียวกัน คือต้องปลุกฝังความพอใจให้กุศลความดีมีอยู่ เป็นอยู่ภายในจิต และใช้ความพยายามที่จะรักษาไว้โดยมีการกระทำสืบต่อกันไปและเมื่อปฏิบัติได้ถูกต้องสมบูรณ์เช่นนี้แล้ว ปริมาณของบาปอกุศลที่ยังไม่เกิดก็ไม่เกิด ที่เกิดแล้วก็จะถูกลดลงไปตามลำดับ ปริมาณของกุศลที่ยังไม่เกิดก็เกิดขึ้น เมื่อเกิดขึ้นแล้วก็จะดำรงอยู่ตลอดไป

ดังที่มีคำกล่าวไว้ว่า ลักษณะเหล่านี้เปรียบเหมือนกับน้ำในสระที่ขุ่น เมื่อเราพยายามป้องกันน้ำที่ขุ่นข้นไม่ให้เข้ามา แล้วก็เอาส่วนที่ขุ่นข้นออกไป นำส่วนที่เป็นน้ำใสเข้ามา ปริมาณความขุ่นข้นก็จะเจือจางไปโดยลำดับๆ ในที่สุดสระน้ำนั้นจะอยู่ในสภาพพร้อมที่จะใช้สอยบริโภคดื่มกินได้ จิตใจของบุคคลที่จะใช้ความเพียรพยายามผ่านขั้นตอนมาดังที่กล่าวแล้วก็จะมีลักษณะเช่นเดียวกัน คือจะเป็นจิตที่สะอาดขึ้นสงบขึ้น

ความสำคัญของวิริยะหรือความเพียรยังปรากฏในหลักธรรมสำคัญๆ อีกมากมายซึ่งรวมอยู่ในหลักโพธิปักขิยธรรม 37 ประการดังที่ผู้เขียนกล่าวเป็นตัวอย่างข้างต้น เช่น วิริยะในหลักอริยมรรคมีองค์ 8 (พระไตรปิฎกภาษาไทย 19/1081/592-596) ข้อที่ว่าด้วย สัมมาวายามะ ความเพียรชอบ ซึ่งได้แก่ วิริยเจตสิก คือเพียรตั้งสติรู้ทันปัจจุบันของนามรูป และ วิริยะในโพชฌงค์ 7 (พระไตรปิฎกภาษาไทย 19/186/119) ข้อที่ว่าด้วย วิริยสัมโพชฌงค์ ซึ่งหมายถึงความแก่งัดกล้าเข้มแข็ง กระตือรือร้นในธรรมหรือสิ่งที่ปัญญาเห็นได้ อาจหาญในความดี มีกำลังใจสู้กิจ บากบั่น รุดไปข้างหน้าจนจิตไว้ได้ความไม่หวั่นหือถอยหรือท้อแท้ หรือแม้แต่ วิริยะ

ในหลักอินทรี 5 (พระไตรปิฎกภาษาบาลี 11/320/212,310) ข้อที่ว่าด้วย วิริยอินทรี 5 ความเพียรเป็นใหญ่ เป็นต้น

วิริยะนี้มาคู่กับความอดทนอดกลั้น เป็นความรู้สึกไม่ย่อท้อต่อปัญหาและมีความหวังที่จะเอาชนะอุปสรรคทั้งปวง โดยมีศรัทธาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจน่าใจ และเตือนใจ ความอดทนเป็นเครื่องมือสำหรับคนใจเย็นและ ใจงามด้วย ไม่ใช่หุตะลุตุตันรับเร้าและรุ่มร้อน เพราะมันจะทำให้มีโอกาสผิดพลาดได้ง่าย หรือสูญเสีย ความอดทนในที่สุด ดังนั้น ความวิริยะอุสาหะจึงเป็นวิถีทางของกำลังพลที่หาญกล้าและท้าทายต่ออุปสรรคใดๆ ทั้งมวล ความวิริยะมันเกิดจากอะไร เกิดจากศรัทธาหรือฉันทะนั่นเอง และเป็นศรัทธาที่มั่นคงด้วยไม่ว่าจะมีอุปสรรคใดๆ มากระทบก็ตามก็จะไม่เปลี่ยนแปลง แต่อาจปล่อยวางหรือวางเฉยในบางเวลาบางสถานการณ์บ้าง เพื่อรอสภาวะที่เหมาะสมกว่า ความมีวิริยะไม่ใช่ความดื้อตันอย่างเอาเป็นเอาตายหรือต้องให้ได้เสมอ แต่มันคือความแยบยลและเลือกที่จะทำบางอย่างเพื่อรักษาศรัทธาไว้หรือ เพื่อรอวาระที่เหมาะสมอันหมายถึงการบรรลุผลแห่งศรัทธา ถ้ากำลังพลจะฝึกฝนเรื่องความวิริยะแล้วคงต้องเริ่มจากความคิดที่ว่า ต้องหมั่นฝึกฝนตนเองบ่อยๆ หมั่นทำหมั่นคิดหมั่นเขียนหมั่นนำเสนอและอย่าขี้เกียจ อย่ากลัวความผิดพลาดและจงกล้าแสดงออกซึ่งความรับผิดชอบต่อความล้มเหลวของตัวเอง อย่าท้อต่องานหนักและงานมากให้คิดว่าทำมากรู้มากเก่งมากขึ้น อย่าบ่นว่าไม่มีเวลา เพราะเวลามีเท่ากันทุกคน

กล่าวโดยสรุป สถานะความสำคัญของวิริยะ, ความเพียร และคำที่เป็นไวพจน์อื่นๆ ของความเพียรที่ปรากฏในหมวดธรรมทั้งหลายดังกล่าวมานี้ ล้วนแล้วแต่เป็นหลักธรรมที่สนับสนุนและส่งเสริมกัน เมื่อบุคคลนำมาปฏิบัติให้ถูกต้องก็จะส่งผลให้ผู้นั้นพ้นทุกข์ได้ตามสมควรแก่การปฏิบัติ นอกจากนี้ การสร้างความเพียรยังถือว่าเป็นองค์ประกอบสำคัญที่นำไปสู่ความเป็นพระพุทธเจ้า ดังเช่น พระพุทธองค์ได้ทรงบำเพ็ญให้เห็นเป็นตัวอย่างมาในพุทธประวัติสมัยที่ทรงบำเพ็ญตนเป็นพระโพธิสัตว์ในชาติต่างๆ จนถึงขั้นได้บรรลุอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณในที่สุดก็ด้วยทรงเคยบำเพ็ญความเพียรนี้มานั่นเอง

แนวทางการเสริมสร้างความเพียรแก่เยาวชนไทย

แม้ว่าทุกคนจะรู้จักบารมีทั้ง 10 เป็นสิ่งที่ดี แต่ว่าชีวิตจริงๆ ไม่ใช่สามารถที่จะมีบารมีได้ทุกโอกาส เพราะยังมีอุปสรรคมากที่จะต้องอาศัยบารมีหนึ่งซึ่งขาดไม่ได้เลย คือ “ความเพียร” ถ้าใครรู้ว่าสิ่งใดดี แต่ไม่มีความพากเพียรที่จะทำ ยังไงก็สำเร็จไม่ได้ แต่ถ้ารู้ว่าเป็นสิ่งที่ดี แล้วไม่ท้อถอย ยังเพียรต่อไปอีกในสังสารวัฏที่อภัยยาวนาน กว่าทุกคนจะหมดกิเลสได้ ต้องรู้ว่า บารมีหนึ่งที่สำคัญที่เกื้อกูลบารมีทั้งหลายก็คือ ความเพียร ซึ่งตามความเป็นจริง เมื่อได้ศึกษาพระธรรมแล้วก็จะได้ทราบว่ “วิริยะ” ในชีวิตเกิดขึ้นเกือบทุกขณะ ความเพียรเกิดขึ้นกับจิตเกือบ

ทุกประเภท คือ หลังจากที่เราเห็นมีความเพียรเกิดขึ้นแล้ว หลังจากที่ได้ยินมีความเพียรเกิดขึ้นแล้ว ในขณะที่เห็นแล้วคิด ขณะที่คิดมีความเพียรเกิดร่วมด้วย คือ คิดดีหรือคิดไม่ดี หลังจากที่ได้ยินแล้วก็คิด ในขณะที่คิดหลังจากที่ได้ยินก็มีความเพียรเกิดร่วมด้วยในขณะที่คิดดีหรือไม่ดี

เพราะฉะนั้นในชีวิตวันหนึ่งๆ นอกจากเห็น ได้ยิน ได้กลิ่น ลิ้มรส รู้สิ่งที่กระทบสัมผัส ก็มีความเพียรเกิดร่วมกับความคิดตลอดมา แต่ความเพียรในชีวิตประจำวันเป็นความเพียรที่เป็นไปกับการเป็นอยู่ ไม่ว่าจะในเรื่องของทางโลก ในการอาชีพต่างๆ แล้วก็เพียรตั้งแต่เกิดจนตาย ก็เป็นไปในเรื่องของชีวิตในความเป็นอยู่ซึ่งไม่เฉพาะชาตินี้ชาติเดียว หลายๆ ชาติ ตลอดก็แสนชาติ แสนโกฏิกัปมาแล้ว ความเพียรที่เกิดหลังจากเห็นแล้ว ได้ยินแล้ว ได้กลิ่น ลิ้มรสแล้ว รู้สิ่งที่กระทบสัมผัสแล้ว ก็เพียรไปเพียงในเรื่องความเป็นอยู่ของชีวิตในวันหนึ่งๆ ดังนั้นเมื่อได้ฟังพระธรรมแล้ว ก็จะเห็นได้แล้วว่ากว่าจะค่อยๆ เพิ่มวิริยะความเพียร จากความเพียรในอกุศล เป็นความเพียรในกุศล จากความเพียรที่เป็นมิจฉาชีพ หรือมิจฉาวาจา มิจฉากัมมันตะ จากอกุศลกรรมทั้งหลาย เป็นความเพียรที่ค่อยๆ เป็นในกุศลกรรมทั้งหลาย จนกว่าจะเป็นความเพียรในโพธิปักขิยธรรม

หลวงวิจิตรวาทการ ได้ให้ความเห็นไว้ว่า “สังคมไทยและชาวไทยแปลความหมายของ “ความเพียร” ผิดไป คือแปลหรือสอนว่า ความเพียรหมายถึง “เหนื่อยไปก่อนคงสบายเมื่อปลายมือ” เราพากเพียรทำงานเพื่อหวังผลอย่างเดียว คือ “สบายเมื่อปลายมือ” หรืออนาคตข้างหน้าต้องหวังว่าจะสบาย ซึ่งในหลวงรัชกาลที่ 6 ทรงเรียกว่า “หาความสุขในทางเกียจคร้าน” ไม่ได้สอนกันว่า “ความเพียรนั้นเป็นลักษณะของมนุษย์ที่ดีซึ่งจะต้องทำไปจนตลอดชีวิต ไม่มีความจำเป็นต้องหยุด ความสุขไม่ได้หมายถึงการอยู่เฉยๆ โดยไม่ทำอะไร เราควรจะสอนให้คนของเราเข้าใจว่า ความสุขของมนุษย์อยู่ที่การทำงานให้สำเร็จไปเรื่อยๆ และทำตลอดไป” (ธมมวาทโธ ภิกขุ, 2547)

เพราะผู้ที่นิสัยขยันขันแข็งมักเป็นคนที่มีความเพียรพยายาม อีกทั้งยังเป็นคนที่ทำงานด้วยความสม่ำเสมอ ซึ่งนิสัยความขยันขันแข็งมักตรงกันข้ามกับนิสัยที่ขี้เกียจ คนขี้เกียจมักปล่อยเวลาให้ผ่านไปโดยเปล่าประโยชน์ มักไม่เห็นคุณค่าของเวลา ถ้าหากมีโอกาสไปสอบถามหน่วยงานหรือองค์กรต่างๆ ว่าทุกองค์กร ทุกหน่วยงานต้องการคนที่มีนิสัยขยันขันแข็งหรือว่าต้องการคนที่มีนิสัยขี้เกียจ ดังนั้น องค์กรใด หน่วยงานใดและประเทศใด ที่มีคนที่ขยันขันแข็งมากกว่า องค์กรนั้น หน่วยงานนั้น และประเทศนั้น ก็จะมีความสำเร็จรวดเร็ว ฉะนั้น หากเสริมสร้างให้เยาวชนมีความเพียรขยันขันแข็ง อย่างเป็นที่ต้องการของทุกองค์กร ทุกหน่วยงาน และทุกประเทศชาติ ซึ่งนิสัยความขยันขันแข็งสามารถเสริมสร้างได้ คือ

1. ปลุกฝังความเพียร ความเพียรพยายามเป็นกุญแจสำคัญที่จะนำพาเราไปสู่ความสำเร็จ อีกทั้งทำให้เรามีนิสัยขยันขันแข็ง คนที่มีความเพียรไม่ได้หมายความว่าทำงานหักโหม

30 วารสาร มจร ปรัชญาปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 2 (กรกฎาคม – ธันวาคม 2562)

แต่ตอนแรกแล้วตอนปลายก็ไม่ทำ แต่คนที่มีความเพียร มักเป็นคนที่ทำอะไรแล้วมีความสม่ำเสมอ ไม่เป็นคนใจร้อน แต่เป็นคนที่ทำแล้วไม่หยุด

2. ต้องฝึกฝนตนเองให้เป็นคนมีความเพียร เป็นคนขยันขันแข็ง มักจะไม่ปล่อยให้งานที่จะต้องทำให้เสร็จภายในวันนี้ แล้วนำไปทำในวันพรุ่งนี้ ไม่เป็นที่มึล็กถะณณสัยทำงานแบบ ดินพหกทางหมู แต่จะเป็นคนที่มีกรวางแผน และการบริหารเวลาที่ดี มีการรู้จักลำดับความสำคัญของงานที่ตนเองทำ

3. ยึดหลัก อิทธิบาท 4 ในการทำงาน กล่าวคือ มีฉันทะ วิริยะ จิตตะ และวิมังสา ฉันทะ คือความรักในงานที่ตนเองทำ วิริยะความพยายาม ความเพียรในงาน จิตตะ คือมีจิตใจจดจ่อสนใจในงานที่ตนเองทำ และวิมังสาคือการใคร่ครวญ วิเคราะห์ ไตร่ตรองในผลงานของตนเอง

4. ฝึกสมาธิในการทำงาน คนที่ขยันขันแข็ง มักเป็นคนที่มีความสมาธิในการทำงานของตนเอง คนที่มีความสมาธิในการทำงานมักไม่เป็นคนที่ชอบพูดเพื่อเจ้อ หรือเป็นคนคิดฟุ้งซ่าน แต่จะเป็นคนที่มีความคิดเป็นระบบ และมีความมุ่งมั่นในงานที่ตนเองทำ

5. ต้องเป็นคนที่มีเป้าหมายในชีวิต คนที่มีความขยันขันแข็งมักเป็นคนที่มีความเป้าหมายในชีวิต หากไม่มีเป้าหมายในชีวิตหรือเป้าหมายในการทำงานแล้ว ก็จะทำให้เกิดความความเฉื่อยชา ไม่มีความกระตือรือร้น ไม่มีความพยายาม แต่ในทางตรงกันข้าม หากว่ามีเป้าหมายในชีวิตหรือเป้าหมายในการทำงาน จะทำให้เกิดความกระฉับกระเฉง อีกทั้งมีความสุข และความสนุกสนานในการทำงาน

6. ต้องฝึกความคิดให้ทำงานอย่างเป็นกระบวนการหรือระบบ การมีกระบวนการหรือระบบในการทำงาน จะทำให้การทำงานรวดเร็วขึ้น ซึ่งการทำงานอย่างเป็นกระบวนการหรือระบบ ต้องคำนึงถึง เรื่องของการวางแผนในการทำงาน การรู้จักประยุกต์ การคิดริเริ่มสร้างสรรค์ การคิดในการแก้ปัญหาต่างๆ

7. ต้องฝึกควบคุมตนเอง ความเพียร ความขยันขันแข็งสามารถสร้างขึ้นมาได้ ด้วยตัวเอง คนที่มีความขยันขันแข็ง มักเป็นคนที่รู้จักควบคุมตนเองได้ รู้ว่าตนมีงานต้องทำ ก็ต้องพยายามปฏิเสธสิ่งที่ทำให้เสียเวลาในการทำงาน เช่น การเล่นเกม การพูดคุย จนทำให้งานสำคัญจะต้องทำเสียหาย การรู้จักบริหารเวลา เมื่อวางแผนจะทำงานชิ้นใดแล้ว ต้องพยายามฝืนใจหรือควบคุมตนเองให้ทำให้เสร็จ

จากข้อความข้างต้น เห็นได้ว่า ความเพียร ความขยันขันแข็ง สามารถสร้าง สามารถปรับปรุงและพัฒนาเยาวชนได้ เพราะความเพียร ความขยันขันแข็ง เป็นสิ่งที่ทำให้มีความเจริญก้าวหน้าในหน้าที่ทำงาน เป็นเครื่องสร้างอนาคต ถึงแม้จะเป็นคนฉลาดแต่หากมีนิสัยเกียจคร้าน มักจะเจริญก้าวหน้าในหน้าที่ทำงานได้อย่างไม่มั่นคงและถาวร ถ้าขาดความเพียร

ผู้เขียนตั้งข้อสังเกตว่า แนวทางการเสริมสร้างความเพียรแก่เยาวชน จำเป็นต้องมีการสอนให้เยาวชน ตั้งใจเพียรพยายามทำหน้าที่ เช่น การเรียน การทำงาน มีความอดทน ไม่ท้อถอยเมื่อพบอุปสรรค ความขยันต้องควบคู่กับการใช้ปัญญาแก้ปัญหาจนเกิดผลสำเร็จตามความมุ่งหมาย เด็กที่มีความขยัน คือ เด็กที่ตั้งใจทำอย่างจริงจังต่อเนื่องในเรื่องที่ถูกที่ควร เยาวชนต้องเป็นคนสู้งาน มีความพยายาม ไม่ท้อถอย กล้าเผชิญอุปสรรค รักงานที่ทำ ตั้งใจทำหน้าที่อย่างจริงจัง ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อตัวเด็กเอง ดังพระบรมราโชวาทของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ พระราชทานเพื่อเชิญลงพิมพ์ในหนังสือวันเด็ก ประจำปี 2530 ความว่า “เด็กๆ นอกจากจะต้องเรียนความรู้แล้ว ยังต้องหัดทำการงานและทำความดีด้วย เพราะการทำงานจะช่วยให้มีความสามารถ มีความขยัน อดทน พึ่งตนเองได้ และการทำดีนั้นจะช่วยให้มีความสุข ความเจริญ ทั้งป้องกันตนไว้ไม่ให้ตกต่ำ”

บทสรุป

แนวการปฏิบัติตามความเพียร เป็นแนวการปฏิบัติที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ให้ปฏิบัติเพื่อขุดเกลากิเลส ถึงอย่างนั้น เราก็สามารถนำมาใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันได้สำหรับบุคคลทั่วไป เพราะทำให้บุคคลนั้น ลดการดำเนินชีวิตที่ฟุ้งเฟ้อ ที่ไม่จำเป็นออกไป คงอยู่แต่สิ่งที่จำเป็นสำหรับให้มีชีวิตอยู่ เพราะในปัจจุบัน บุคคลโดยมากใช้ชีวิตที่ฟุ้งเฟ้อ ทำให้ต้องแสวงหาสิ่งต่างๆ มาปรนเปรอมากเกินไป ทำให้ร่างกายต้องตรากตรำในการทำงานหนัก เพื่อสิ่งที่ไม่จำเป็น จนร่างกายเจ็บป่วย ทำให้จิตใจเป็นทุกข์ด้วย

ตามความคิดเห็นของผู้เขียน วิธีการบ่มเพาะความเพียรในเยาวชนมีความสำคัญมาก เพราะความขยันจะทำให้เด็กเป็นที่รักของคนอื่น เด็กขยันจะเป็นผู้สร้างประโยชน์ได้มาก ถ้าไม่ขยัน สิ่งที่จะควรจะได้จากชีวิตจะไม่เกิด ทั้งๆ ที่ฉลาด รู้ เข้าใจทุกอย่าง ถ้าเกียจคร้านก็คงไม่ประสบความสำเร็จ เราจึงควรมุ่งสอนเด็กให้มีความขยัน ทำงานอย่างมีความสุข มีความตั้งอกตั้งใจทำจริง เห็นคุณค่าของสิ่งที่ทำ และอดทนต่ออุปสรรค ผู้ใหญ่ควรปลูกฝังให้เด็กเห็นว่า “ไม่มีใครเคยประสบความสำเร็จ ทั้งที่ยังเกียจคร้าน” ความขี้เกียจ ความเกียจคร้านเป็นสิ่งที่น่ากลัว เป็นมลทินชีวิต เป็นอุปสรรคสำคัญที่ต้องเอาชนะด้วยวิริยะ ความมีจิตริเริ่ม ไม่ปล่อยตามสบายเลื่อนลอยไปเรื่อยๆ แต่เด็กๆ จะต้องมีความริเริ่มที่จะทำสิ่งที่ควรทำ พยายาม และมีความอดทนต่ออุปสรรคที่เกิดขึ้นระหว่างการทำงานนั้นๆ เด็กทุกคนจึงควรได้รับอบรมเลี้ยงดูให้รู้จักอดทน รู้จักควบคุม รู้จักเอาชนะใจตัวเอง ฝึกให้เป็นผู้มีสติ มีความสันโดษ มีความอดทน มีระเบียบวินัย มีความขยัน หลีกละความชั่ว ประกอบความดี ไม่ย่อท้อ ไม่ละเลยทอดทิ้งธุระหน้าที่ มีจิตใจที่รักการสู้เพื่อสิ่งที่ถูกต้อง มีการพัฒนาในทุกๆ ด้าน และมีความมุ่งมั่นที่จะชนะตัวเอง ที่จะทำตัวเองให้ดีที่สุด

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2550). **ความมั่นคงของมนุษย์ประเทศไทย 2551**. กรุงเทพมหานคร : กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์.
- กระทรวงสาธารณสุข. (2548). **รายงานการวิจัยสุขภาพของเด็กวัยรุ่นไทย**. กรุงเทพมหานคร : กระทรวงสาธารณสุข.
- กองวิจัยการศึกษา กรมวิชาการ. (2544). **หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2544**. กรุงเทพมหานคร: กระทรวงศึกษาธิการ.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2500). **พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- _____. (2539). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ธมมวาทโฆษ ฤทธิ. (2547). **อานาปานความเพียร**. กรุงเทพมหานคร: วัดโสมนัสวิหาร คณะ 6.
- ธีราพร กลุณานันท์. (2544). **การพัฒนาลักษณะนิสัยทางจริยธรรมสำหรับเด็กปฐมวัย (ทฤษฎีแนวคิด และแนวปฏิบัติ)**. นครสวรรค์: โปรแกรมวิชาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏนครสวรรค์.
- ปรีชา ช่างขวัญยืน และวิจิตร เกิดวิเศษ. (2533). **หนังสือเรียนสังคมศึกษา ส019 พระพุทธศาสนาสำหรับมัธยมศึกษาตอนต้น**. กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช.
- พระเทพโสภณ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต). (2546). **ทิศทางการศึกษาไทย**. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). (2546). **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- _____. (2538). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระคันธสาราภิวังศ์ (แปล). (2546). **อภิธรรมมัตถสังคหและปรมัตถทีปนี**. กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัดไทยรายวัน กราฟฟิคเพลท.
- พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542**. (2560). สืบค้นจากวันที่ 30 กรกฎาคม 2560. จาก <https://person.mwit.ac.th/01-Statutes/NationalEducation.pdf>.
- คณะกรรมการแผนกตำรา. (2529). **อภิธรรมมัตถสังคหบาลีและอภิธรรมมัตถกถาวิภาวินีฎีกา**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต). (2545). **ธรรมนุญชีวิต**. พิมพ์ครั้งที่ 46. กรุงเทพมหานคร:

โรงพิมพ์กรรมการศาสนา.

_____. (2552). **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ**. พิมพ์ครั้งที่ 11.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระเทพดิลก (ระแบบ ฐิตญาโณ). (2548). **อธิบายหลักธรรมตามหมวดจากนวโกวาท**.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ธรรมสภา.

ราชบัณฑิตยสถาน. (2546). **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2542**.

กรุงเทพมหานคร : นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่น, ๒๕๔๖.

_____. (2548). **พจนานุกรมศัพท์ศาสนาสาکอังกฤษ-ไทย**. พิมพ์ครั้งที่ 14.

กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์.

เรณู ศรีภาค. (2544). “การวิเคราะห์บาร์มีในพุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตร**

มหาบัณฑิต สาขาปรัชญา. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

วสิน อินทสระ. (2544). **อธิบายมิลินทปัญหา**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์บรรณาคาร.

สุชีพ ปุญญานุภาพ. **คุณลักษณะพิเศษแห่งพระพุทธศาสนา**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร:

มหามกุฏราชวิทยาลัย.

