

การประยุกต์ใช้หลักพรหมวิหาร 4 เพื่อการดำเนินชีวิตของชุมชน
บ้านเทพราชอำเภอสิชล จังหวัดนครศรีธรรมราช

AN APPLICATION OF FOUR SUBLIME STATES OF MIND FOR
THE WAY OF LIFE OF BAN THEPPHARAT COMMUNITY,
SICHON DISTRICT, NAKHON SI THAMMARAT PROVINCE

¹พระปลัดสุรรักษ์ โชติธมฺโม (จิตต์ม้น) และ ²พระครูวิจิตรสาธุรส
¹Phrapaladsurarak Chotidhammo (Jitmun) and ²Phrakruvijit Sathurot

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ประเทศไทย
Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

¹Phrapaladsurarak Chotidhammo (Jitmun)

Received : May 2, 2022; Revised : May 20, 2022; Accepted : May 30, 2022

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อศึกษาสภาพปัญหาการดำเนินชีวิตของชุมชนบ้านเทพราช อำเภอสิชล จังหวัดนครศรีธรรมราช 2) เพื่อศึกษาหลักพรหมวิหาร 4 ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท และ 3) เพื่อประยุกต์ใช้หลักพรหมวิหาร 4 เพื่อการดำเนินชีวิตของชุมชนบ้านเทพราช อำเภอสิชล จังหวัดนครศรีธรรมราช ดำเนินการวิจัยโดยใช้วิธีวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth-interview) ผลการวิจัยพบว่า การประยุกต์ใช้พรหมวิหาร 4 เพื่อแก้ปัญหาความแตกร้างในครอบครัว แก้ปัญหายาเสพติดและปัญหาขาดความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ คือ การแสดงการกระทำต่อกันอย่างสุจริตและจริงใจ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง เมื่อนำหลักธรรมมาส่งเสริมใช้ให้ถูกต้องถูกวิธี ปฏิบัติตนตามบทบาทหน้าที่และภาระที่รับผิดชอบ ควรเอาใจใส่ต่อหน้าที่การงานสามารถประคับประคองครอบครัวของตนให้มีความสุขอบอุ่นของสมาชิกในครอบครัวได้ ถ้าทุกคนมีพรหมวิหารธรรมการพูดตักเตือนแนะนำด้วยความรัก อยากรู้ให้เขาพ้นทุกข์ มีความ

¹ นิสิต หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครศรีธรรมราช

² อาจารย์ ดร., หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครศรีธรรมราช

พลอยยินดีเมื่อสมาชิกมีจิตสำนึกกลับมาเปลี่ยนแปลงการกระทำในทางที่ดีมีความ
เอื้อเพื่อเอื้อแผ่ด้วยความจริงใจไม่หวังผลตอบแทนดังนั้นชุมชนก็เกิดสันติสุขน่าอยู่

คำสำคัญ : การประยุกต์, หลักพรหมวิหาร 4, การดำเนินชีวิต

Abstract

The objectives of this research were as follows: 1) to study the problems of living life of Ban Theprat community, Sichon District, Nakhon Si Thammarat Province; 2) to study the Four Sublime States of Mind (*Brahmavihàra*) in the Theravada Buddhist scriptures; and 3) to apply the Four Sublime States of Mind for the living life in Ban Theprat community, Sichon District, Nakhon Si Thammarat Province. The study was conducted by employing qualitative research with an in-depth interview. Findings of this research were as follows. The application of the *Brahmavihàra* to solve the problem of family rupture, drugs, and deficiency of generosity was to show an honest and sincere mutual cooperation both in the presence and behind one's back. When *Brahmavihàra* principles were appropriately applied, people would behave in accordance with their roles and responsibilities, be attentive towards their work, be able to sustain the warmth of their family members. With *Brahmavihàra*, everyone would express a sincere warning and advice with loving-kindness, compassion and have sympathetic joy when the community members changed their behavior and turned to be truly generous without expectation of any return. The community, thus, became a peaceful and pleasant place to live.

Keyword: Application, the Four Sublime States, Way of Life.

บทนำ

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่คนไทยส่วนใหญ่นับถือ ซึ่งมีหลักธรรมทางศาสนาที่เป็นแบบแผนและแนวทางในการปฏิบัติในชีวิตประจำวันตลอดถึงในสังคม โดยมีหลักที่สำคัญ คือ ทำความดี ละเว้นความชั่ว ทำจิตใจให้ผ่องใส ไม่เพียงเท่านั้น ยังมีหลักธรรมที่สำคัญที่สอนให้พุทธศาสนิกชนประพฤติปฏิบัติตนให้มีความเมตตา กรุณา มีความเอื้อเพื่อเอื้อแผ่ต่อกัน อันเป็นการเน้นพัฒนาทางจิตใจเป็นสำคัญและมีผลต่อบุคคลผู้ปฏิบัติโดยตรงและบุคคลอื่นในทางอ้อม (พระราชวรมนูณี (ป.อ. ปยุตฺโต, 2537 : 12) คือ หากผู้ใดนำไปปฏิบัติได้ก็ย่อมเป็น

ผลดีแก่บุคคลนั้น ซึ่งเป็นอานิสงส์ของผู้นำหลักธรรมมาปฏิบัติพร้อมทั้งทำให้บุคคลอื่นรอบข้างมีความสุข หัวข้อหลักธรรมต่างๆ ในทางพระพุทธศาสนายังสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในด้านอื่นๆ ได้อย่างเป็นอเนกอนันต์ เช่น สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน ในปฏิบัติหน้าที่ในการทำงาน นำมาใช้ในการศึกษา เป็นต้น

ปัจจุบันความเจริญก้าวหน้าในทางวิชาการและเทคโนโลยีสมัยใหม่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ก่อให้เกิดการตื่นตัวที่จะรับรู้ถึงข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ จากทั่วทุกมุมโลก ผลจากการเปลี่ยนแปลงครั้งนี้ย่อมก่อให้เกิดผลกระทบทั้งทางบวกและทางลบ กล่าวคือในทางบวกก่อให้เกิดการพัฒนาไปสู่ความเจริญก้าวหน้าทางวัตถุและเทคโนโลยี ความทันสมัย แต่ในขณะเดียวกันผลในทางลบก่อให้เกิดปัญหาหลายประการ เช่น การทำร้ายกันจนถึงแก่ชีวิตหรือการเบียดเบียนซึ่งกันและกัน การฉ้อราษฎร์บังหลวง การล่องละเมิดทางเพศ การไม่มีความซื่อสัตย์ต่อกัน และการดื่มสุราหรือเสพยาเสพติด เป็นต้น จึงเป็นเหตุทำให้ประเทศไทยเกิดความเสื่อมโทรมทางศีลธรรม และจริยธรรม ทำให้ผู้คนห่างเหินทางศาสนา ขาดการศึกษาและการอบรมที่ดีด้านจิตใจ แต่ในขณะเดียวกัน จุดแข็งอย่างหนึ่งของสังคมไทย ก็คือ การมีพระพุทธศาสนาเป็นศาสนาประจำชาติและได้รับการยอมรับโดยพลตินัยว่าประเทศไทยเป็นเมืองแห่งพระพุทธศาสนา

จากการสังเกตได้จากการใช้ชีวิตประจำวันของคนในชุมชน มีปัญหากระทบกระทั่งจนเกิดมีปากเสียงทะเลาะวิวาท หรือบางครั้งทำร้ายร่างกายกันถึงแก่ความตาย หมายถึงขาดเมตตา การช่วยเหลือซึ่งกันและกันก็ทำได้ยากเพราะต่างตนต่างดีนรนทำมาหากิน หมายถึง ขาดกรุณา มีความริษยาต่อกัน หมายถึง ขาดมูทิตา และประการสุดท้าย เมื่อเห็นผู้อื่นได้ดีรำรวยกว่าก็เกิดการแข่งขันในการประกอบอาชีพ จนมีปัญหาต่าง ๆ ตามมา หมายถึง ขาดอุpekขา เมื่อศีลธรรมขาดหายไปจึงทำให้ชุมชนเกิดปัญหาต่าง ๆ ที่มีผลกระทบต่อความสงบสุขของคนในชุมชนบ้านเทพราช

หลักพรหมวิหาร 4 ประการ ได้แก่ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขาและเป็นท่าทีของจิตใจ ที่จะทำให้แสดงออกหรือปฏิบัติต่อผู้อื่นอย่างถูกต้อง โดยสอดคล้องกับสถานการณ์ปัจจุบัน

ด้วยเหตุผลข้างต้นที่กล่าวมา ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาการประยุกต์ใช้หลักพรหมวิหาร 4 เพื่อการดำเนินชีวิตของชุมชนบ้านเทพราช อำเภอสิชล จังหวัดนครศรีธรรมราชอย่างมีประสิทธิภาพประสิทธิผลในการปฏิบัติต่อกันในการอยู่ร่วมกัน และทำให้ประชาชนเกิดความศรัทธาเชื่อมั่น ตลอดจนการนำไปปรับใช้ในวิถีชีวิต โดยผู้วิจัยมีความมุ่งหวัง ในการนำผลการวิจัย ข้อเสนอแนะต่างๆ ที่เป็นองค์ความรู้จากการวิจัยในครั้งนี้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องเพื่อนำไปใช้เป็น ข้อมูลในการพัฒนาการดำเนินชีวิตของชุมชนบ้านเทพราชให้มีประสิทธิภาพในการบริหารจัดการ ของผู้นำชุมชนต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพปัญหาการดำเนินชีวิตของชุมชนบ้านเทพราช อำเภอสิชล จังหวัดนครศรีธรรมราช
2. เพื่อศึกษาหลักพรหมวิหาร 4 ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
3. เพื่อประยุกต์ใช้หลักพรหมวิหาร 4 เพื่อการดำเนินชีวิตของชุมชนบ้านเทพราช อำเภอสิชล จังหวัดนครศรีธรรมราช

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) อันประกอบไปด้วย กระบวนการศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลจากเอกสารหรือการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) และการวิจัยภาคสนาม (Field Research) ด้วยกระบวนการสัมภาษณ์เจาะลึก (In-depth interview) เพื่อสัมภาษณ์ข้อมูลพื้นฐานจากผู้ให้ข้อมูลสำคัญเกี่ยวกับการประยุกต์ใช้หลักพรหมวิหาร 4 เพื่อการดำเนินชีวิตของชุมชนบ้านเทพราช อำเภอสิชล จังหวัดนครศรีธรรมราช โดยมีรายละเอียดขั้นตอนของการดำเนินการวิจัยดังต่อไปนี้

1. ประชากรและกลุ่มเป้าหมาย

การศึกษาวิจัยเรื่อง “การประยุกต์ใช้หลักพรหมวิหาร 4 เพื่อการดำเนินชีวิตของชุมชนบ้านเทพราช อำเภอสิชล จังหวัดนครศรีธรรมราช” ผู้วิจัยกำหนดสัมภาษณ์ข้อมูลพื้นฐานจากผู้ให้ข้อมูลสำคัญเกี่ยวกับการประยุกต์ใช้หลักพรหมวิหาร 4 เพื่อการดำเนินชีวิตของชุมชนบ้านเทพราช อำเภอสิชล จังหวัดนครศรีธรรมราช มีจำนวน 20 รูป/คน ประกอบด้วย

- 1.1 ตัวแทนประชาชนชุมชนบ้านเทพราช อำเภอสิชล จังหวัดนครศรีธรรมราช จำนวน 14 คน
- 1.2 ผู้นำ/ตัวแทนกรรมการชุมชนบ้านเทพราช อำเภอสิชล จังหวัดนครศรีธรรมราช จำนวน 4 รูป / คน
- 1.3 พระสงฆ์ในเขตชุมชนบ้านเทพราช อำเภอสิชล จังหวัดนครศรีธรรมราช จำนวน 2 รูป

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) เครื่องมือที่สำคัญในการเก็บและรวบรวมข้อมูล คือผู้วิจัยใช้เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

- 2.1 อุปกรณ์ สำหรับบันทึกข้อมูล เช่น เทปบันทึกเสียง กล้องถ่ายรูป (โทรศัพท์) เครื่องเขียน กระดาษสำหรับจดบันทึกการสนทนา และแฟ้มสำหรับเก็บรวบรวมข้อมูล

2.2 เอกสารแนวทางการสัมภาษณ์ เป็นเอกสารที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นจากการค้นคว้า จาก ตำรา แนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ใช้เพื่อเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ให้สัมภาษณ์

ตอนที่ 2 แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับหลักพรหมวิหาร 4 เพื่อการดำเนินชีวิตของชุมชนบ้านเทพราช อำเภอสีชล จังหวัดนครศรีธรรมราช

ตอนที่ 3 แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับการประยุกต์ใช้หลักพรหมวิหาร 4 เพื่อการดำเนินชีวิตของชุมชนบ้านเทพราช อำเภอสีชล จังหวัดนครศรีธรรมราช

3. การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในเชิงเอกสาร (Documentary Research) และข้อมูลเชิงประจักษ์ จากการสัมภาษณ์ เป็นกระบวนการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล โดยมุ่งเน้นการวิเคราะห์โดยการสรุปตามสาระสำคัญ ด้านเนื้อหาที่กำหนดไว้ โดยวิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis) ตามประเด็นหัวข้อตามวัตถุประสงค์

ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การประยุกต์ใช้หลักพรหมวิหาร 4 เพื่อการดำเนินชีวิตของชุมชนบ้านเทพราชอำเภอสีชล จังหวัดนครศรีธรรมราช สรุปผลการวิจัย ดังนี้

1. ประยุกต์ใช้หลักพรหมวิหาร 4 เพื่อแก้ปัญหาความแตกร้างในครอบครัว

การประยุกต์ใช้พรหมวิหาร 4 ส่งเสริมการดำเนินชีวิตในครัวเรือนเพื่อแก้ปัญหาความแตกร้างในครอบครัว การที่จะสร้างครอบครัวให้มีความสุขสมบูรณ์ได้นั้น บุคคลที่สำคัญที่สุด ก็คือ พ่อแม่ของลูกๆ หรือสามี-ภรรยา เพราะทั้งสองคนจะเป็นผู้ที่มีบทบาทในการสร้างคน สร้างครอบครัว ให้มีบทบาทในทิศทางเดียวกัน โดยปัญหาหนึ่งที่มีความสำคัญต่อการสร้างความสุขในครอบครัว ก็คือความขัดแย้งระหว่างสามีภรรยา ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อคนที่ตัวลูกและสมาชิกทุกคนในครอบครัวและสมาชิกในครอบครัวขาดความอบอุ่นหาความสุขไม่ได้ ต่างคนต่างคิด ต่างคนต่างทำเมื่อครอบครัวไม่สงบสุขก็ส่งผลกระทบต่อชุมชนที่อยู่ร่วมกัน ฉะนั้น ในการดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกันในครอบครัวสามีภรรยา หรือลูก ๆ ควรประพฤติปฏิบัติปรารถนาจะให้เขาเป็นสุข ความสนิทสนม คือ ความรักใคร่ที่เว้นจากราคะ ความกำหนด ได้แก่ ความปรารถนาให้เกิดความสุขความเจริญแก่ผู้อื่น ความปรารถนาดี อยากให้มีความสุข ความมีจิตอันแผ่เมตตาและคิดทำประโยชน์แก่มนุษย์และสัตว์ทั่วหน้าตามหลักเมตตาต่อกัน

ดังนั้น การนำหลักพรหมวิหารธรรมมาแก้ปัญหาความแตกร้างในครอบครัว เพราะพรหมวิหารธรรมเป็นคุณธรรมที่ยังความรักใคร่ กลมเกลียว ความสมานฉันท์ให้เกิดขึ้นในครอบครัว เรียกว่า “สามัคคีธรรม” ไม่เบียดเบียน มีแต่หัวใจโอบอ้อมอารีต่อกัน ปฏิบัติต่อกันด้วยความเห็นอกเห็นใจจึงถือว่าเป็น “ธรรมค้ำจุนโลก” ผู้เจริญพรหมวิหารธรรมอยู่เสมอย่อมเป็นที่รักของเทวดาและมนุษย์ ตลอดจนมนุษย์ถึงสัตว์เดรัจฉาน เป็นต้น หลับอยู่ก็เห็นสุข ตื่นอยู่ก็ไร้ทุกข์ ปราศจากศัตรูผู้ปองร้าย คำว่า “เมตตา” หมายถึง ทำต่อกันด้วยเมตตา คือ แสดงไมตรีและความหวังดีต่อคนในครอบครัว หรือเพื่อนร่วมงาน ร่วมกิจการ ชุมชน ด้วยการช่วยเหลือกิจการต่างๆ โดยเต็มใจ แสดงกิริยาอาการสุภาพ เคารพนับถือกัน ทั้งต่อหน้าและลับหลัง (พระพรหมคุณาภรณ์, 2547 : 23-24) เมตตา คือ การแสดงการกระทำต่อกันด้วยเมตตาอย่างสุจริตกรรมและจริงใจ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง แสดงอาการกิริยา สุภาพ เคารพนับถือกันด้วยความรักความเมตตาต่อสมาชิกในครอบครัว เป็นการแสดงความดีต่อกันช่วยเหลือสนับสนุนกัน ไม่เบียดเบียนทำร้ายรังแกกัน ทั้งทางตรงและทางอ้อม ช่วยเหลือธุรกรรมด้านต่างๆ ด้วยแรงกาย แรงใจ อย่างมีเมตตา สอดคล้องกับหลักเมตตากายกรรม ตั้งเมตตากายกรรมต่อสมาชิกในครอบครัวและผู้อื่น เป็นหลักการอยู่ร่วมกัน โดยความเป็นที่พึ่งแห่งการระลึกถึงกัน คือ การช่วยเหลือกิจการงานของหมู่คณะด้วยความเต็มใจ แสดงกิริยาอาการสุภาพ เคารพนับถือกันทั้งต่อหน้าและลับหลัง ช่วยแจ้งสิ่งที่ เป็นประโยชน์ กล่าววาจาสุภาพ สั่งสอน แนะนำ หรือตักเตือนด้วยความหวังดี ไม่ว่าร้ายทั้งต่อหน้าและลับหลัง ตั้งจิตปรารถนาดี คิดทำสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่กัน มองกันในแง่ดี ยิ้มแย้มแจ่มใสต่อกัน เมื่อได้สิ่งใดมาโดยชอบธรรม แม้เป็นของเล็กน้อยก็ไม่หวังไว้ผู้เดียว นำมาแบ่งปันเฉลี่ยแจกจ่ายให้ได้มีส่วนร่วมใช้สอยบริโภคร่วมกัน ทั้งมีความประพฤติดีงาม ถูกต้องตามทำนองคลองธรรมหรือระเบียบวินัย ไม่ทำตนให้เป็นที่น่ารังเกียจของหมู่คณะ มีความเห็นชอบร่วมกัน ในข้อที่เป็นหลักการสำคัญที่จะนำไปสู่ความหลุดพ้น สิ้นทุกข์ หรือขจัดปัญหา

กรุณา คือ ความสงสาร คิดจะช่วยให้เขาพ้นทุกข์ หมายถึง เป็นการแสดงความกรุณาต่อสมาชิกในครอบครัวและบุคคลอื่นเมื่อเห็นบุคคลอื่นเดือดร้อน พยายามหาทางช่วยเหลือบรรเทาให้ความทุกข์ของบุคคลอื่นนั้นลดน้อยลงหรือพ้นไปจากความทุกข์ความเดือดร้อนนั้น ผู้ที่มีความกรุณาย่อมพูดจาด้วยถ้อยคำที่ไพเราะอ่อนหวานน่าฟังไม่กล่าววาจาหยาบคาย มีจิตใจอ่อนโยน ไม่มีความแข็งกระด้างหรือโหดร้ายทารุณ ความหมายของกรุณา ท่านได้ให้ความหมายและคำจำกัดความของกรุณาความปรารถนาจะช่วยผู้อื่นให้พ้นความทุกข์ยากเห็นอก เห็นใจช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน (ดนัย ไชโยธา, 2544 : 146-147) จะพูดอะไรก็พูดด้วยความปรารถนาดีต่อกัน เช่น แนะนำสั่งสอนตักเตือนกันด้วยความหวังดี กล่าววาจาสุภาพ พูดจริงไม่พูดเพื่อผลประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นแก่ตนเองฝ่ายเดียว ฉะนั้นครอบครัวที่ไม่แตกร้างก็จะหาความเจริญรุ่งเรืองในสมาชิกในครอบครัวไม่เป็นปัญหาต่อสังคม หรือกิจการธุรกิจครอบครัว จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องอาศัยหลักกรุณา คือ กล่าววาจาสุภาพ หมายถึง

การกล่าวในสิ่งที่ติงามด้วยความรัก ความเมตตาปรารถนาดีต่อกัน ตักเตือนแนะนำในสิ่งที่
เป็นคุณเป็นประโยชน์ หรือชี้ทางสว่างให้แก่กัน ให้คำปรึกษาให้กำลังใจในยามที่มีเวรภัยมาถึง
ไม่กล่าวซ้ำเติมนิทาว่าร้ายในข้อผิดพลาดซึ่งกันและกัน และเลือกกล่าวถ้อยที่ถูกต้องเหมาะสม
สุภาพอ่อนหวาน สมานไมตรี ด้วยความเคารพนับถือกัน ทั้งต่อหน้าและลับหลัง การให้คำ
ชี้แนะในทางสร้างสรรค์ การกล่าวต่อกันด้วยคำสุภาพ อ่อนโยน เป็นมิตร และมีความซื่อสัตย์
หมายถึง การประพฤติอย่างเหมาะสมและตรงต่อความเป็นจริงเช่นตรงต่อหน้าที่ตรงต่อคำพูด
ตรงต่อกฎเกณฑ์ปฏิบัติอย่างตรงไปตรงมาอย่างเหมาะสมทั้งทางกายวาจาใจทั้งต่อตนเองและ
สมาชิกในครอบครัว ไม่ว่าต่อหน้าและลับหลัง

มุทิตา ความพลอยยินดี เมื่อผู้อื่นได้ดี คำว่า “มุทิตา” หมายถึง ความชื่นบาน ได้แก่
ความพลอยยินดีในเมื่อเห็นผู้อื่นได้ดีหรือความยินดีในเมื่อผู้อื่นมีความอยู่ดีมีสุข มีจิตใจผ่องใส
บันเทิงประกอบด้วยอาการแช่มชื่นเบิกบานอยู่เสมอต่อสรรพสัตว์ผู้ดำรงในปกติสุข พลอย
ยินดีด้วยเมื่อเขาได้ดีมีสุขเจริญงอกงามยิ่งขึ้นไปในครอบครัวก็เช่นเดียวกันเมื่อสมาชิกใน
ครอบครัวได้ประสบความสำเร็จในการเรียนหรือการประกอบอาชีพตลอดถึงในเรื่องต่าง ๆ
สมาชิกในครอบครัวต้องแสดงออกถึงความยินดีถึงแม้ความสำเร็จนั้นจะมากหรือน้อยเป็นการ
ให้กำลังใจกันและกัน ทำให้สมาชิกในครอบครัวมีความรักความสามัคคีรักใคร่อบอุ่นเกิดขึ้นใน
ครอบครัวและสมาชิกในครอบครัวเกิดความสุข เป็นเรื่องของ การปฏิบัติทางจิตใจ คือ พลอย
ยินดีด้วยกับตนเองและผู้อื่นได้ดีมีสุข ซึ่งจะนำไปสู่ความดีอีก ชั้นหนึ่ง ถ้ารู้จักคิดให้ถูก ให้รู้จัก
ตั้งใจสงวนรักษาความดีความสุขที่ได้นั้นไว้และเพิ่มพูนให้ยิ่งขึ้น ไม่ทะเลาะทะเลาะกันให้ยิ่งขึ้น
จนเกินไป เช่นได้ดีเพียงนั้นแล้วก็ยินดีกับการได้ดีเพียงนั้นของตน อย่าไม่พอใจเพราะต้องการ
ยิ่งไปกว่านั้น การพลอยยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดีมีสุข ผลดีที่จะเกิดขึ้นนั้นเรา เองจะเป็นผู้ได้รับก่อน
ใครทั้งหมด ความพลอยยินดีด้วยความริษยาให้ความร้อนเย็นผิดกันขณะที่ใจเกิดความ
ยินดี เราเองนั้นแหละสบาย ขณะที่ใจเกิดความยินดีร้ายริษยา เราเองนั้นแหละทุกข์ร้อน ฉะนั้น
การพลอยยินดีด้วยเมื่อผู้อื่นได้ดีมีสุขจึงเป็นสิ่งที่ควร

อุเบกขา ความวางเฉย ไม่ดีใจไม่เสียใจ เมื่อสมาชิกในครอบครัวถึงความวิบัติ คำว่า
“อุเบกขา” หมายถึง ความวางเฉย ได้แก่ วางตนเป็นกลาง ในเมื่อจะแผ่เมตตาไปก็ไม่สมควร
เช่น เอาใจช่วยโจรเป็นต้น หรือความวางใจเป็นกลางอันจะให้ดำรงอยู่ในธรรมตามที่พิจารณา
เห็นด้วยปัญญา คือ มีจิตเรียบตรงเที่ยงธรรมดุจตราขึง ไม่เอนเอียงด้วยรักและชังพิจารณา
เห็นกรรมที่สัตว์ทั้งหลายกระทำแล้วอันควรได้รับผลดีหรือชั่ว สมควรแก่เหตุอันประกอบ
พร้อมที่จะวินิจฉัยและปฏิบัติไปตามธรรม รวมทั้งรู้จักวางเฉย สงบใจ มองดู ในเมื่อไม่มีกิจที่
ควรทำ เพราะเขารับผิดชอบตนได้ดี เขาสมควรรับผิดชอบตนเองหรือเขาได้รับผลอันสมควร
กับความรับผิดชอบ เป็นเรื่องของ การปฏิบัติทางจิตใจ คือ วางใจเฉย วางใจเป็นกลาง ไม่ยินดี
ยินดีร้าย เมื่อสุดวิสัยจะเมตตาการุณา ได้แล้ว ก็ยังไม่เกิดผลดี ยังช่วยให้เขาเป็นสุข พ้นจาก
ความทุกข์ไม่ได้จึงใช้อุเบกขาปลงใจลงให้ ได้ว่าได้ทำสุดความสามารถแล้ว ได้เมตตาการุณา

ถูกต้องแล้ว ผลเป็นเช่นไรก็จำเป็นต้องอุเบกขา ถ้าไม่อุเบกขาปล่อยให้ดินรนร้อนเราเพราะปรารถนาจะช่วยเขาให้ได้ผล เช่นนี้เป็นการผิด เป็นการขาดเมตตากรุณาในตนเองอุเบกขานี้เป็นพรหมวิหารธรรมข้อสุดท้ายที่พึงอบรมให้มีขึ้นในจิต วิธีอบรม คือ รมณ์ตระวังใจมิให้ขึ้นลงด้วยความยินดียินร้าย ทั้งในคราวประสบสมบัติทั้งในคราวประสบวิบัติ เมื่อภาวะของจิตเช่นนั้นเกิดขึ้นก็พยายามระงับใจ ให้หัดคิดถึงกรรมและผลของกรรมของแต่ละบุคคล

พรหมวิหาร 4 คือการแสดงการกระทำต่อกันอย่างสุจริตและจริงใจ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง สามารถนำหลักพรหมวิหารธรรมมาส่งเสริมการอยู่ร่วมกันในครอบครัวของชุมชนบ้านเทพราช เพื่อแก้ไขปัญหาความแตกร้างในครอบครัว เมื่อนำมาส่งเสริมใช้ให้ถูกต้อง ถูกวิธี ปฏิบัติตนตามบทบาทหน้าที่และภาระที่รับผิดชอบ เรียนรู้อุปนิสัยความต้องการของกันและกันให้เป็นคนขยันหมั่นเพียร ควรเอาใจใส่ต่อหน้าที่การงาน ของบุคคลภายในครอบครัว ตามการประกอบอาชีพ ให้สามารถประคับประคองครอบครัวของตนให้มีความสุขอบอุ่นของสมาชิกในครอบครัว สามารถสร้างเนื้อสร้างตัวได้ ตั้งอยู่บนฐานการร่วมไม้ร่วมมือกัน ให้มีบทบาทในทิศทางเดียวกัน เพื่อสร้างความสุขในครอบครัว

2. การประยุกต์ใช้หลักพรหมวิหาร 4 เพื่อแก้ปัญหายาเสพติด

การประยุกต์ใช้พรหมวิหาร 4 ส่งเสริมการดำเนินชีวิตของชุมชนบ้านเทพราช อำเภอสิชล จังหวัดนครศรีธรรมราช การแก้ปัญหายาเสพติด พึงส่งเสริมด้วยหลักพรหมวิหารธรรม คือ การสละที่ประกอบด้วยความเจตนา แสดงออกด้วยความหวังใยสอดส่อง ตรวจสอบ ฝ้าระวัง ดูแล แก้ไขผู้เสพ ผู้ขาย ค้นหา ทำความเข้าใจ เชิญชวน คัดกรอง ช่วยเหลือผ่านการบำบัด ในด้านต่างๆ ทั้งสุขภาพ อาชีพ การศึกษา การประกอบอาชีพ และการเปิดโอกาสทางสังคม เพราะการแก้ปัญหาเรื่องยาเสพติดนั้นต้องอาศัยหลักธรรมเข้ามาช่วยจึงสามารถพูดได้ว่าการคิดดีถูกต้อง รู้จักคิด หรือคิดเป็น เป็นตัวชักนำหรือเปิดช่องไปสู่การดำเนินชีวิตที่ถูกต้องหรือชีวิตที่ดีงามทั้งหมด เพราะเมื่อคิดเป็นแล้ว ก็จะช่วยให้พูดเป็น ทำเป็น แก้ปัญหาเป็น ช่วยให้ดูเป็น ฟังเป็น กินเป็น ใช้นเป็น บริโภคเป็น และคบหาเสวนาเป็น “ถ้าเราคิดลบจะเจอแต่คนลบๆ สถานการณ์ลบๆ คิดอย่างไรก็ได้คุณภาพชีวิตอย่างนั้น ข้อมูลจากพระไตรปิฎก มีประโยคหนึ่งว่า โลกหมุนไปตามความคิด ชีวิตเราคือโลกหนึ่งใบ ซึ่งหมายถึงคิดอย่างไรโลกก็จะเป็นแบบนั้น หากเราฝึกคิดบวกจนชินทุกอย่างที่ทำก็จะได้ผลบวก” การคิดบวกมี 2 ลักษณะ คือ เป็นการเปลี่ยนแปลงในระดับความคิดอย่างเดียว คือ คิดบวกแล้วทำให้ชื่นอกชื่นใจ ทำให้ได้ปัญญา หรือคิดบวกแล้ว ทำให้ชีวิตของเราเปลี่ยนแปลงจริง ๆ เช่นในยุคสินค้าราคาแพงเช่นนี้ เมื่อเราไม่สามารถควบคุมหรือเปลี่ยนแปลงเศรษฐกิจได้ก็ต้องควบคุมจากตนเอง คือ ลดความต้องการบริโภคให้น้อยลง บางคนทำงานแทบตายไม่รวยเพราะพูดเสมอว่ายังไงฉันก็ไม่รวย เต็มที่ก็เสมอตัว แล้วหันไปประกอบอาชีพที่ผิดกฎหมาย เช่น ค้ายาเสพติด และสมาชิกในครอบครัวก็เช่นเดียวกันหาที่พึ่งหรือที่ปรึกษาเมื่อเกิดปัญหาในการดำเนินชีวิตก็หันมาพึ่งยาเสพติด และสมาชิกในครอบครัวก็ไม่พูดความจริงให้ฟังหรือไม่

กล้าเตือนสมาชิกด้วยกันทำให้ไม่รู้ข้อมูลที่แท้จริง จึงเปิดโอกาสให้การขยายเสพติดที่อยากจะรวยคิดว่าจะต้องรวยก็ร่ำรวยได้จริงๆ เพราะไม่มีใครห้ามทั้งผู้ค้า ผู้เสพ มีแต่นิ่งคิดว่าไม่ใช่เรื่องของตน ไม่เกี่ยวกับตน จึงทำให้การดำเนินชีวิตในชุมชนบ้านเทพราชเดือดร้อนเป็นชุมชนที่มีปัญหาไม่น่าอยู่ซึ่งนี้แหละ คือ กลไกของจิตใต้สำนึกที่ผลักดันให้เรากระทำในแบบที่เราคิด คนเราจะมีความสุขในการดำเนินชีวิตอย่างแท้จริง จะต้องปฏิบัติถูกต้องต่อชีวิตของตนเองและต่อสภาพแวดล้อม ทั้งทางสังคม ทางธรรมชาติ และทางวัตถุ รวมทั้งเทคโนโลยี คนที่รู้จักดำเนินชีวิตได้ถูกต้อง ย่อมมีชีวิตที่ดีงามและมีความสุขที่เอื้อต่อความสุขของผู้อื่นด้วย การทำให้ชีวิตมีความสุข ทำได้โดยการฝึกใจให้มีสติพึ่งพาตัวเองจากภายใน ไม่ยึดติดต่อสิ่งที่ทำ ไม่ยึดติดต่อการเปลี่ยนแปลง และยอมรับการเปลี่ยนแปลงของชีวิตโดยคิดจากความว่าง วางตัวตน ใจเย็น สงบ ยิ่งดีนรน ปัญหายิ่งซับซ้อน ฉะนั้นเวลาคิดแก้ปัญหาต้องอย่าตระหนก ตกใจ อย่าใช้ออคติ ต้องคิดอย่างมีสติ มีความเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา เพราะการดำเนินชีวิตในสังคมทุกคนต้องมีคุณธรรมประจำใจเห็นผู้อื่นได้รับความทุกข์ก็มุ่งหมายให้เขาพ้นทุกข์และยินดีที่จะแนะนำตักเตือนให้เขามีความสุขด้วยเมตตา นอกจากนี้ท่าน ว.วชิรเมธี ยังกล่าวทิ้งท้ายว่า การมีปัญญาดีย่อมมีความสุข คนมีปัญญาอย่าใช้ปัญญาในการแก้ปัญหาเพื่อให้พ้นทุกข์ ดังนั้น สำหรับคนมีปัญญา วิกฤตอยู่ไหน ปัญญาอยู่นั้น ส่วนคนด้อยปัญญา โอกาสอยู่ไหน วิกฤตอยู่นั้น จงเรียนรู้ที่จะเปลี่ยนปัญหาให้เป็นปัญญา เปลี่ยนอุปสรรคเป็นอุปกรณ์ การจะดำเนินชีวิตให้ถูกต้องหรือรู้จักดำเนินชีวิต การรู้จักคิดหรือคิดเป็นจึงเป็นองค์ประกอบที่สำคัญยิ่ง หากเราสามารถมองโลกในแง่ดี คิดดี ไม่มีความริษยาในสถานะที่มีสังคมเช่นนี้ได้ จะทำให้ชีวิตเรตึ้นได้อย่างแน่นอน ทั้งสุขภาพกาย และสุขภาพจิต (พระมหาวิฑูชัย วชิรเมธี (ว.วชิรเมธี), 2563 : ออนไลน์).

ดังนั้น เมื่อสมาชิกในชุมชนบ้านเทพราช อำเภอสิชล จังหวัดนครศรีธรรมราช ได้นำหลักพรหมวิหารธรรมมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตให้ชีวิตมีความสุขและให้ชุมชนที่ตนเองอาศัยตลอดถึงคนรอบข้างได้มีความสุขเพราะหลักพรหมวิหารธรรมนั้นเป็นหลักธรรมสำหรับผู้ใหญ่ คือ ผู้ที่ทำอะไรเป็นไปด้วยความรักเมตตาอยากให้คนอื่นได้พ้นทุกข์และเมื่อผู้อื่นได้สำเร็จหรือเจริญในหน้าที่การงานก็ยินดีไม่มีความอิจฉาริษยามิแต่จิตใจที่พลอยยินดี และเมื่อผู้อื่นหลงผิดไม่ว่าในเรื่องของการดำเนินชีวิตก็ตักเตือนพูดแต่ความจริงให้เกิดประโยชน์แก่ผู้นั้น มีวาจาดีจะ มุ่งพูดแต่สิ่งดีที่เขาพ้นทุกข์หรือประกอบอาชีพที่สุจริตสามารถชื่นชมและโทษให้เขาฟังเข้าใจและสามารถเปลี่ยนแปลงการดำเนินวิถีชีวิตของคนเหล่านั้นด้วยความรักความห่วงใย แต่บางเรื่องไม่สามารถช่วยได้ก็ไม่ซ้ำเติมใช้ปัญญาหาทางแก้ไขให้เขาได้พ้นทุกข์โดยเฉพาะเรื่องยาเสพติดในปัจจุบันชุมชนบ้านเทพราชจะมีเยาวชนเสพยาเสพติดกันมากเพราะสาเหตุเยาวชนเหล่านั้นไม่รู้พิษภัยของสิ่งเสพติดขาดสมาชิกในชุมชนให้คำแนะนำสั่งสอนเรื่องโทษภัยของสิ่งเสพติดหรือบางคนนิ่งเฉยถือว่าไม่ใช่หน้าที่ของตน

เมื่อสมาชิกในชุมชนบ้านเทพราชได้นำหลักพรหมวิหารธรรมมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตสำนึกถึงประโยชน์ทั้งสองฝ่ายคือผลของการกระทำที่ทุกฝ่ายได้รับจากการประพฤติปฏิบัติของสมาชิกในชุมชนที่ถูกต้องร่วมกัน อาทิ ความรักใคร่ปรองดอง ความเมตตา ความพร้อมเพรียง ความสามัคคี ความสุข ความเจริญก้าวหน้า เป็นต้น การอยู่ร่วมกันในสังคมชุมชนนั้นนอกจากมุ่งกระทำเพื่อประโยชน์ตน ประโยชน์ท่าน แล้วสิ่งที่ขาดเสียมิได้และพึงถือเป็นกิจอันดับแรกที่จะต้องสร้างสรรค์ให้เกิดขึ้นนั้น คือ ประโยชน์ส่วนรวมนั่นเอง เพราะเป็นประโยชน์ที่มีได้มุ่งไปที่ใครคนใดคนหนึ่ง แต่มุ่งประโยชน์เพื่อประชาคม ชุมชน สังคม ตลอดจนบ้านเมือง ประเทศชาติ โดยรวมชุมชนเทพราชจึงจำเป็นต้องมีวิธีการในชุมชนเทพราชจึงจำเป็นต้องมีวิธีการในการอยู่ร่วมกันโดยสันติ นั่นก็คือ การใช้ความเมตตาอยากให้คนในชุมชนพันทุข์ดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขและการใช้คำพูดในการแนะนำทางวาจาเพื่อการสร้างสรรค์ประโยชน์ ซึ่งพระผู้มีพระภาคทรงตรัสไว้ดีแล้วคือ ประโยชน์ตน ประโยชน์ผู้อื่น และประโยชน์สังคมนั่นเอง เพราะการแก้ปัญหาต่างๆ เช่นปัญหายาเสพติด เป็นต้นหรือด้วยวิธีการบังคับขู่เข็ญแบบการใช้กำลังที่เหนือกว่า ไม่ว่าจะด้วยพลังมวลชน หรือด้วยกำลังอาวุธก็ตาม ไม่ใช่ชัยชนะขั้นเด็ดขาด และมีได้เป็นการแก้ปัญหาที่ถูกต้อง แต่กลับทำให้ปัญหานั้นไม่สามารถแก้ได้เพราะทุกคนไม่พูดความจริงด้วยเมตตา หรือไม่อนุเคราะห์ในเรื่องแนะนำให้เขาพันทุกข์ ถ้าพูดด้วยความโลภ ความโกรธ ความหลง ไม่มีหลักธรรมก็ทำให้การแก้ไม่ปัญหาในชุมชนไม่ได้ แต่ถ้าสมาชิกในชุมชนมีหลักพรหมวิหารธรรมปัญหาเสพติดก็สามารถแก้ได้หรือเบาบางลงจนหมดไปในที่สุด

พรหมวิหาร 4 สามารถนำมาแก้ปัญหาเสพติดได้เพราะถ้าทุกคนมีพรหมวิหารธรรมในการพูดตักเตือนด้วยความรัก อยากให้เขาพันทุกข์ ไม่มี ความโลภ ความโกรธ ความหลง ในการดำเนินชีวิตรู้จักแก้ปัญหา รับฟังเหตุผลที่ผู้อื่นได้ชี้แนะในสิ่งที่สมาชิกในครอบครัว สังคม ชุมชน กระทำผิดพลาดลงไป คิดหาทางแก้ไขไม่รังเกียจมีความพลอยยินดีเมื่อผู้ทำผิดรู้สำนึกกลับมาเปลี่ยนแปลงการกระทำในทางที่ดี เห็นผู้อื่นอยู่ดีมีสุข ก็แช่มชื่นเบิกบานใจด้วยเห็นเขาประสบความสำเร็จเจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้นไป ก็พลอยยินดีบันเทิงใจ พร้อมทั้งจะส่งเสริมสนับสนุนไม่กีดกันริษยา หลักการคิดเชิงบวก คิดประสงค์ที่ดีต่อกัน เรียนรู้ที่จะเปลี่ยนปัญหาให้เป็นปัญญา เปลี่ยนอุปสรรคเป็นอุปกรณ์ การจะดำเนินชีวิตให้ถูกต้องหรือรู้จักดำเนินชีวิตต้องรู้จักคิดหรือคิดเป็นจึงเป็นองค์ประกอบที่สำคัญยิ่ง หากเราสามารถมองโลกในแง่ดี คิดดีในสภาวะที่มีสังคมเช่นนี้ได้ จะทำให้ชีวิตเราดีขึ้นได้อย่างแน่นอน ทั้งสุขภาพกาย และสุขภาพจิต

3. การประยุกต์ใช้หลักพรหมวิหาร 4 เพื่อแก้ปัญหาคาชาความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่

ด้วยชุมชนบ้านเทพราช เป็นชุมชนดั้งเดิมของผู้นับถือศาสนาพุทธ จะมีการทำกิจกรรมทางศาสนา ร่วมกันและมีความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน ในรูปแบบการใช้ชีวิตทางศาสนา มีวัดเป็นศูนย์กลางสำหรับทำกิจกรรมทางศาสนา โดยมีผู้นำ (ท่านเจ้าอาวาส) ของวัด

เป็นตัวเชื่อมหลักระหว่างผู้คนในชุมชนและศาสนา สังเกตได้เป็นอย่างดี คือ การทำบุญในวันสำคัญทางศาสนาและวันสำคัญ อื่น ๆ ว่าจะเป็นที่สำหรับการทำบุญของผู้คนในชุมชน เมื่อเกิดการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคม ทำให้เกิดความเปลี่ยนแปลงในความเป็นอยู่ เปลี่ยนแปลงอาชีพจากการเกษตรกรรม เปลี่ยนมาเป็นรับจ้างในโรงงานต่าง ๆ นั้น ด้วยบริบทด้านการงานทำให้มีเวลาน้อยลง และปัจจัยต่าง ๆ บีบบังคับมากขึ้น ก่อให้เกิดความเห็นแก่ตัวมากขึ้น ไม่มีความจริงใจ คิดแต่เอารอดเอาเปรียบเอาชนะกันมีความเอื้อเพื่อเผื่อแผ่กันน้อยลง จึงต้องประยุกต์หลักพรหมวิหารธรรมมาประยุกต์ใช้ในสังคม ชุมชนเพื่อก่อให้เกิดความเอื้อเพื่อกันในชุมชน ได้พัฒนาชุมชนให้น่าอยู่มีแต่ความอบอุ่นทุกคนมีจิตเมตตาพูดจาแนะนำด้วยความจริงใจมีสิ่งจะพร้อมที่จะช่วยเหลือให้ทุกคนพ้นทุกข์

ดังนั้น เมตตาพรหมวิหารนั้น คือ การแสดงออกทางจิตใจ เน้นการสร้างสรรค์ประโยชน์แก่ผู้อื่นและสรรพสัตว์ทั้งหลาย มุ่งกำจัดความอาฆาต พยาบาทและที่สำคัญบุคคลควรข่มจิตใจของตนไม่ให้เกิดความลำเอียงรักแบบเสน่หา โดยไม่มีสติที่จะรักจะชอบ เพียงแต่พึงพอใจตามรูปลักษณะภายนอกเพียงเท่านั้น มิได้ตริตรองอย่างรอบคอบแต่ประการใด

กรุณาพรหมวิหาร คือ กรุณามีอันเป็นไปโดยอาการช่วยบรรเทาทุกข์แก่สัตว์ทั้งหลายเป็นลักษณะ มีอันไม่นิ่งดูตายต่อทุกข์ของสัตว์อื่นเป็นกิจมีการไม่เบียดเบียนสัตว์อื่นเป็นผลปรากฏ มีความระงับซึ่งการเบียดเบียนสัตว์เป็นสมบัติ มีการเกิดความโศกเศร้าเป็นความ วิบัติของกรุณานี้ ดังนั้น ความกรุณา คือ ความไม่เบียดเบียนเป็นบรรทัดฐาน ส่วนความสุขเป็นรส ซึ่งผู้ ปฏิบัติหน้าที่ในองค์กรนั้นควรมี เพราะถ้ามีแล้วผู้ปฏิบัติงานก็จะรู้ว่าไม่ควรเบียดเบียนเพื่อน ร่วมงานจะได้ไม่ก่อให้เกิดปัญหาในองค์กรและถ้าผู้ปฏิบัติงานมีกรุณาแล้วก็จะนำความสุข ความสงบมากให้กับองค์กรเช่นเดียวกัน ความไม่เบียดเบียนเป็นบรรทัดฐาน ส่วนความสุขเป็นรส ซึ่งผู้ปฏิบัติหน้าที่ในองค์กรนั้นควรมี เพราะถ้ามีแล้วผู้ปฏิบัติงานก็จะรู้ว่าไม่ควรเบียดเบียนเพื่อน ร่วมงานจะได้ไม่ก่อให้เกิดปัญหาในองค์กรและถ้าผู้ปฏิบัติงานมีกรุณาแล้วก็จะนำความสุข ความสงบมากให้กับองค์กรเช่นเดียวกัน ลักษณะของมูทิตาพรหมวิหาร มูทิตาเปรียบเหมือนมารดาบิดา ผู้มองดูบุตรน้อยคนเดียวของตน มีความชื่นชมและพูดว่า “สาธุ” ฉันทใด เมื่อเป็นเช่นนี้ ความสงบนิ่งแห่งจิตในมูทิตานี้เรียกว่า ปัจจุบันฐานความชื่นชม เป็นลักษณะความไม่หวาดกลัวเป็นรส ความสิ้นไปแห่งความไม่ชอบเป็นปทัฏฐานของมูทิตา

มูทิตาพรหมวิหาร คือ ความชื่นชม ไม่ริษยา ในความสำเร็จของผู้อื่น ทั้งจะต้องเป็นผู้มีน้ำใจให้กับผู้ร่วมงานโดยไม่หวังสิ่งใด ทำด้วยความบริสุทธิ์ใจ ไม่อิจฉาอันเป็นลักษณะของมูทิตาอย่างแท้จริงลักษณะของอุเบกขาพรหมวิหาร อุเบกขา มีอันเป็นไปโดยอาการเป็นกลางๆ ในสัตว์ทั้งหลายเป็นลักษณะ มีอันเห็นภาวะที่สม่าเสมอกันในสัตว์ทั้งหลายเป็นกิจ อันสงบความเสียใจและความดีใจเป็นผลปรากฏ มีอันพิจารณาเห็นภาวะที่สัตว์ทั้งหลาย เป็นผู้มีการเป็นของแห่งตนเป็นบรรทัดฐาน ซึ่งมีอาการเป็นอย่างนี้ว่า สัตว์ทั้งหลายเป็นผู้มีการ

เป็นของแห่งตน สัตว์เหล่านั้นจักได้ประสพความสุขก็ดี จักพ้นจากทุกข์ก็ดี จักเสื่อมจากสมบัติก็ดี จักเสื่อมจากสมบัติที่ตนมีอยู่แล้วก็ดีเพราะความพอใจของใครเล่า (นอกจากกรรมเท่านั้น) มีการสงบแห่งความเสียใจและความดีใจเป็นสมบัติ มีอันเกิดความเพิกเฉยเพราะความไม่รู้อันอาศัยกามคุณเป็นวิบัติของอุเบกขานี้

อุเบกขาพรหมวิหาร คือ ความวางเฉย ความมีความเป็นกลาง ปราศจากอคติ และมีลักษณะอาการเป็นกลางๆ ในสรรพสัตว์ มีภาวะสม่าเสมอกันในสรรพสัตว์ สงบระงับความเสียใจและความดีใจ พิจารณาเห็นภาวะที่สรรพสัตว์ทั้งหลายเป็นผู้มีกรรมเป็นของๆ ตน (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), 2542 : 754) นอกจากนี้ อุเบกขามีความสงบแห่งความเสียใจและความดีใจเป็นสมบัติ มีอันเกิดความ เพิกเฉย เพราะความไม่รู้อันอาศัยกามคุณเป็นความวิบัติของอุเบกขานี้

เมื่อบุคคลนำหลักพรหมวิหารธรรมมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต เช่น การให้ด้วยเมตตาไม่หวังผลตอบแทน การเสียสละเพื่อให้เขาพ้นทุกข์ การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ด้วยความจริงใจ การแบ่งปันช่วยเหลือกันด้วยสิ่งของ การให้คำแนะนำด้วยคำพูดหรือสิ่งของให้เพื่อขจัดกิเลส การทำงานในแง่ปฏิบัติ หมายถึง การเฉลี่ยหรือแบ่งให้จากส่วนที่ตนมีอยู่ มิใช่ให้มากมายจนไม่เหลือหรือให้จนผู้รับ ร่ำรวย จุดประสงค์เน้นที่การแสดงอหิยาศัยไม่ตรีมากกว่าความมากหรือน้อยของวัตถุที่ให้ด้วยความเมตตา เพราะฉะนั้น คนยากจนหรือคนที่มีวัตถุสิ่งของเล็กน้อยก็สามารถแบ่งปันให้ทานผู้อื่นได้ตามอรรถภาพของตน ข้อนี้จะช่วยให้ไม่เป็นคนละโมภไม่เห็นแก่ตัว ไม่อิจฉาริษยา มีความจริงใจต่อกัน คิดอยากจะช่วยให้คนในชุมชนพ้นทุกข์ ช่วยนำพาให้ชุมชนที่อยู่อาศัยนั้นเกิดการเติมเต็มในส่วนที่ขาด ปิดจุดบกพร่องของชุมชน เป็นการเสริมสร้างความเข้มแข็งให้แก่ชุมชนขึ้น

อภิปรายผล

การวิจัยเรื่อง การประยุกต์ใช้หลักพรหมวิหาร 4 เพื่อการดำเนินชีวิตของชุมชนบ้านเทพราชอำเภอสิชล จังหวัดนครศรีธรรมราช สามารถอภิปรายผลได้ ดังนี้

การดำเนินชีวิตของชุมชนบ้านเทพราช อำเภอสิชล จังหวัดนครศรีธรรมราช เป็นชุมชนที่บุคคลในชุมชนมีการแบ่งแยก แตกความสามัคคีไม่มีความกลมเกลียวกันในชุมชน ต่างยึดถือเอาแต่ความคิดเห็นของตนเองเป็นใหญ่ ทำให้เกิดความระแคะระคายหวาดระแวงต่อกันในชุมชน แบ่งเป็นพรรคเป็นพวก อิจฉาริษยากัน คิดแต่ประโยชน์ส่วนตัวมาก่อน มักมีความขัดแย้งระหว่างสมาชิกในครอบครัวและในสังคม ชุมชน จึงจำเป็นต้องนำหลักพรหมวิหาร 4 มาส่งเสริมการอยู่ร่วมกันของชุมชนเทพราช ทั้งนี้อภิปรายผลได้ว่า พรหมวิหาร เป็นหลักธรรมในพระพุทธศาสนา เพื่อให้ชุมชนแสดงพฤติกรรมเหล่านั้นออกมาโดยไม่ต้องฝึกฝนบุคคลต้องมีพรหมวิหาร ซึ่งจะทำให้ผู้ดำรงธรรมนี้ยอมช่วยเหลือมนุษย์สัตว์ทั้งหลายด้วย

เมตตา กรุณา และ ยอมรักษารธรรมไว้ได้ด้วยอุเบกขา ดังนั้น แก้ว ชิตตะชบ ได้ให้ความหมายของ “พรหมวิหาร 4” ไว้ว่า พรหมวิหาร หมายถึงธรรมเป็นเครื่องอยู่อย่างประเสริฐ ธรรมประจำใจอันประเสริฐ หลักความประพฤติที่ประเสริฐบริสุทธิ์ธรรมที่ ต้องมีไว้เป็นหลักและกำกับความประพฤติให้เป็นไปโดยชอบถูกต้องตามทำนองคลองธรรมจึงจะชื่อว่า ดำเนินชีวิตหมดจดและปฏิบัติตนต่อมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายโดยชอบ สอดคล้องกับงานวิจัยบุพผา พิกุล แก้ว ได้ทำวิจัยเรื่อง “การประยุกต์ใช้หลักพรหมวิหาร 4 ในการบริหารงานวิชาการของผู้บริหารในสถาบันอุดมศึกษาเอกชน กรุงเทพมหานคร” ผลการวิจัยพบว่า การประยุกต์ใช้หลักพรหมวิหาร 4 ในการบริหารงานวิชาการของผู้บริหารด้านหลักสูตรและการเรียนการสอน ด้านการวัดผลและประเมินผล ด้านการส่งเสริมวิชาการ และด้านการวางแผนวิชาการโดยรวมอยู่ในระดับมาก เพศชายกับเพศหญิงและประสบการณ์การทำงานต่างกัน มีความคิดเห็น โดยรวมทุกด้านไม่แตกต่างกันในขณะที่ผู้ที่มีอายุต่างกัน ระดับการศึกษาต่างกันมีความคิดเห็นโดยรวม แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบสำคัญ พบว่าผู้บริหารมีการประยุกต์ใช้หลักกรุณาโดยส่วนใหญ่ รองลงมา คือ เมตตา อุเบกขา มุทิตา โดยเฉพาะใช้ หลักกรุณา กับงานการวัดผลและประเมินผล ใช้หลักเมตตา กับ การวางแผนวิชาการ ใช้หลักมุทิตากับ งานส่งเสริมวิชาการ และใช้หลักอุเบกขา กับงานหลักสูตรและการเรียนการสอน สอดคล้องกับงานวิจัยของ เนตรชนก โปธารามิก ได้ทำวิจัยเรื่อง “วิธีการประยุกต์ใช้พรหมวิหาร 4 เพื่อการพัฒนาสังคม” ผลการวิจัยพบว่า พรหมวิหาร 4 คือ ธรรมเป็นเครื่องอยู่อย่างประเสริฐเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า อัปมัญญา คือ ธรรมที่แผ่ไปไม่มีประมาณ เป็นหมวดธรรมที่มีมาตั้งแต่ก่อนพุทธกาล แต่การเจริญพรหมวิหาร 4 สมัยก่อนพุทธกาลไม่สามารถนำผู้ปฏิบัติไปสู่ปรมาตถประโยชน์ได้สำหรับการเจริญพรหมวิหาร 4 ตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนามีความสำคัญหลายประการ คือ เป็นหลักปฏิบัติพื้นฐานในการดำรงชีวิต เป็นคุณธรรมที่เกื้อหนุนกรรมดีทั้งหลายให้บริบูรณ์เป็นหลักปฏิบัติในการเจริญกัมมัฏฐาน เป็นหลักปฏิบัติซึ่งนำไปสู่สุคติภูมิเป็นพื้นฐานในการบรรลุธรรมขั้นสูงสุดและสร้างสันติสุขให้แก่สังคม สอดคล้องกับงานวิจัยของ พระจำปี ชินดา ได้เสนอปริญญาานิพนธ์เรื่อง การใช้หลักพรหมวิหาร 4 ในการบริหารงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาสระบุรี ผลการวิจัยพบว่า การใช้หลักพรหมวิหาร 4 ในการบริหารงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาสระบุรี พบว่าภาพรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า อยู่ในระดับมากทุกด้านเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ดังนี้ 1. ด้านเมตตา 2. ด้านมุทิตา 3. ด้านอุเบกขา 4. ด้านกรุณา ผลการเปรียบเทียบการใช้หลักพรหมวิหาร 4 ในการบริหารงานของผู้บริหารสถานศึกษา เมื่อจำแนกตามเพศในภาพรวมและรายด้านไม่แตกต่างกันเมื่อจำแนกตามอายุในภาพรวมและรายด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทำการทดสอบรายคู่ในภาพรวม พบว่า กลุ่มที่มีอายุต่ำกว่า 40 ปี แตกต่างกันอายุระหว่าง 40-50 ปี อย่างมี

นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และแตกต่างกับกลุ่มที่มีอายุมากกว่า 50 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เมื่อจำแนกตามบทบาทที่เกี่ยวข้องกับสถานศึกษาและจำแนกตามวุฒิการศึกษาในภาพรวมและรายด้านแตกต่างกันอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทำการทดสอบรายคู่ในภาพรวม พบว่า กลุ่มที่เป็นครูผู้สอนแตกต่างกับกลุ่มที่เป็นนักเรียนในระดับช่วงชั้นที่ 3-4 และแตกต่างกันกับกลุ่มที่เป็นกลุ่มคณะกรรมการสถานศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เมื่อทดสอบรายคู่ในภาพรวม พบว่า กลุ่มที่มีวุฒิการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี แตกต่างกับกลุ่มที่มีวุฒิการศึกษาปริญญาตรีหรือเทียบเท่าและสูงกว่าปริญญา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 สอดคล้องกับงานวิจัยของพระมหาบุญญวัฒน์ ปญญา วุฑฒโน (อ่อนดี) ได้ทำวิจัยเรื่อง “การศึกษาการบริหารงานบุคลากร ตามหลักพรหมวิหาร 4 โรงเรียนประถมศึกษา เขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพมหานคร” ผลการวิจัยพบว่า บุคลากรมีความคิดเห็นต่อการบริหารงานบุคลากรตามหลักพรหมวิหาร 4 โรงเรียนประถมศึกษา ทุกด้านอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อยด้านเมตตาอยู่ในระดับมาก ด้านกรุณา ด้านมุทิตา และด้านอุเบกขาตามลำดับ แนวทางการบริหารงานบุคลากรตามหลักพรหมวิหาร 4 พบว่า ด้านเมตตา ผู้บริหารควรมีเมตตา แสดงถึงความรักความปรารถนาดีต่อบุคลากรทุกคนอย่างทั่วถึง ด้านกรุณา ผู้บริหารควรให้ความเอื้อเฟื้อต่อบุคลากรทุกคนอย่างเท่าเทียมกัน ด้านมุทิตา ผู้บริหารควรมีทัศนคติที่ดีต่อบุคลากรยินดีในความสำเร็จของบุคลากรอย่างจริงใจและด้านอุเบกขา ผู้บริหารวางตัวเป็นกลางในทุกสถานการณ์ สอบถามจากหลาย ๆ ฝ่ายก่อนตัดสินใจฝ่ายใดถูกหรือผิด ส่วนปัญหาและอุปสรรคพบว่า ปัญหาด้านเมตตา มีการเลือกปฏิบัติเฉพาะผลประโยชน์ฝ่ายตน ด้านกรุณา บุคลากรเกรงกลัวไม่กล้าร้องทุกข์ต่อผู้บังคับบัญชา ด้านมุทิตา ผู้บริหารเลือกความยินดีกับบางคนโดยไม่เท่าเทียมกัน และด้านอุเบกขา ผู้บริหารไม่พิจารณาคุณและโทษตามความเป็นจริงเห็นแก่พวกพ้อง มีอคติไม่เป็นกลาง

องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษา

การประยุกต์ใช้หลักพรหมวิหารธรรม เพื่อการดำเนินชีวิตของชุมชนบ้านเทพราช อำเภอสิชล จังหวัดนครศรีธรรมราช เพื่อแก้ไขปัญหาความแตกร้างในครอบครัว หลักพรหมวิหาร 4 คือการแสดงการกระทำต่อกันอย่างสุจริตและจริงใจ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง สามารถนำหลักพรหมวิหารธรรมมาส่งเสริมการอยู่ร่วมกันในครอบครัวของชุมชนบ้านเทพราช เพื่อแก้ไขปัญหาความแตกร้างในครอบครัว เมื่อนำมาส่งเสริมใช้ให้ถูกต้อง ถูกวิธี ปฏิบัติตนตามบทบาทหน้าที่และภาระที่รับผิดชอบ เรียนรู้อุปนิสัยความต้องการของกันและกันให้เป็นคนขยันหมั่นเพียร ควรเอาใจใส่ต่อหน้าที่การงาน ของบุคคลภายในครอบครัวตามการประกอบอาชีพ ให้สามารถประคับประคองครอบครัวของตนให้มีความสุขอบอุ่นของสมาชิก

ในครอบครัว สามารถสร้างเนื้อสร้างตัวได้ ตั้งอยู่บนฐานการร่วมไม้ร่วมมือกัน ให้มีบทบาทในทิศทางเดียวกัน เพื่อสร้างความสุขในครอบครัว และหลักพรหมวิหารธรรม สามารถนำมาประยุกต์ใช้แก้ปัญหาเสพติดได้เพราะถ้าทุกคนมีพรหมวิหารธรรมในการพูดตักเตือนด้วยความรัก อยากให้เขาพ้นทุกข์ ไม่มีความโลภ ความโกรธ ความหลง ในสิ่งที่สมาชิกในครอบครัว สังคม ชุมชน กระทำผิดพลาดลงไป คิดหาทางแก้ไขไม่รังเกียจมีความพลอยยินดีเมื่อผู้ทำผิดรู้สึกสำนึกกลับมาเปลี่ยนแปลงการกระทำในทางที่ดี เห็นผู้อื่นอยู่ดีมีสุข ก็แช่มชื่นเบิกบานใจด้วย เห็นเขาประสบความสำเร็จเจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้นไป ก็พลอยยินดีบันเทิงใจ พร้อมทั้งจะส่งเสริมสนับสนุนไม่กีดกันริษยา หลักการคิดเชิงบวก คิดประสงค์ที่ดีต่อกัน เรียนรู้ที่จะเปลี่ยนปัญหาให้เป็นปัญญา เปลี่ยนอุปสรรคเป็นอุปกรณ์ การจะดำเนินชีวิตให้ถูกต้องหรือรู้จักดำเนินชีวิต ต้องรู้จักคิดหรือคิดเป็นจึงเป็นองค์ประกอบที่สำคัญยิ่ง

เอกสารอ้างอิง

- दनัย ไชโยธา. (2544). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์โอเอส พรินติ้งเฮาส์, เนตรชนก โปธารามิก (2556), *วิธีการประยุกต์ใช้พรหมวิหาร 4 เพื่อการพัฒนาสังคม*. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- บุปผา พิกุลแก้ว, (2556), *การประยุกต์ใช้หลักพรหมวิหาร 4 ในการบริหารงานวิชาการของผู้บริหารในสถาบันอุดมศึกษาเอกชน กรุงเทพมหานคร*. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- พระจำปี ชินดา. (2562), *การใช้หลักพรหมวิหาร 4 ในการบริหารงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาระบุรี*. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- พระมหาบุญญวัฑฒ์ ปญญาจุฑมโน (อ่อนดี), (2554), *การศึกษาการบริหารงานบุคลากรตามหลักพรหมวิหาร 4 โรงเรียนประถมศึกษา เขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพมหานคร*. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). *พุทธธรรม*. (2542). พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). (2547). *ธรรมบุญชีวิต*. กรุงเทพฯ: การศาสนา สำนักงาน พระพุทธศาสนาแห่งชาติ.
- พระมหาจุฑมชัย วชิรเมธี (ว.วชิรเมธี). *คิดอย่างไรให้มีสุข*.
<https://www.health.kapook.com/view75067.html>. [2 กรกฎาคม 2563].
- พระราชวรมนี (ป.อ. ปยุตโต). (2537), *พุทธศาสนากับสังคมไทย*. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,

