

การศึกษาเปรียบเทียบสันโดษในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาเต๋า A Comparative Study of Santosa in Theravada Buddhism and Taoism

พระครูปลัดดุสิต แสงย่อ

Phrakhrupalad Dusit Sangyoy

คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Faculty of Buddhism, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Corresponding Author, Email: 6301201005@gmail.com

Received May 30, 2022; Revised June 23, 2022; Accepted: June 30, 2022



บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบความสันโดษในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาเต๋า ซึ่งงานวิจัยนี้ เป็นการศึกษาข้อมูลเชิงเอกสาร แล้วนำมาวิเคราะห์ถึงความเหมือนและต่างกัน โดยวิธีวิจัยเชิงเอกสาร ผลการวิจัยพบว่า สันโดษทั้งพระพุทธศาสนาเถรวาทและศาสนาเต๋ามีความเหมือนกันคือ สอนให้ศาสนิกของตนคือรู้จักมัธยัสถ์ อดออม พอใจตามมี ยินดีตามได้เท่าความสามารถของตนหาได้ ส่วนที่ความต่างกันนั้น ทางพระพุทธศาสนาเถรวาทเน้นไปที่พระสงฆ์เป็นหลัก เพื่อให้พอใจในปัจจุบัน 4 ส่วนคฤหัสถ์ให้สันโดษในอาชีพ เต๋านั้นไปที่ให้บุคคลในสังคมให้รู้จักมัธยัสถ์ อดออมเพื่อดำเนินชีวิต

คำสำคัญ: ความสันโดษ; พระพุทธศาสนา; ศาสนาเต๋า

Abstract

This research article entitled to comparatively study of the contentment in Theravada Buddhism and Taoism. This study is by using documentary researches. The results of the study were as follow: Contentment according both Theravada Buddhism and Taoism has similar point, i.e., intending to teach the devotees knowing frugality rigidity, satisfying as they have got, and gratifying as they have ability to get it, the difference was that Theravada Buddhism emphasizes mainly on the Buddhist monks for the gratifying with four prerequisites, and the lay persons for contentment in career, whereas Taoism emphasizes on knowing frugality and rigidity for living.

Keywords: Santosa; Buddhism; Taoism



บทนำ

มนุษย์ทุกคนบนโลกใบนี้ ล้วนแต่ต้องการมีสิ่งตอบสนอง ความต้องการของตนเองเสมอ คือ ความอยากได้ อยากมี และอยากเป็นอยู่รำไป บางคนมีแล้วไม่รู้จักคำว่าพอ ยิ่งต้องการเพิ่มมากขึ้น น้อยคนที่คิดที่จะหยุดยั้งใจของตน ให้รู้จักคำว่า สันโดษ หรือพอประมาณ มนุษย์มีความต้องการที่ไม่สิ้นสุด มีความใฝ่ฝันอยู่เสมอ บางคนต้องเป็นหนี้สิน เพราะหา ไม่รู้จักคำว่าสันโดษพอประมาณ ไม่รู้จักพอเพียงในการใช้ชีวิต จึงทำให้เป็นหนี้สินขึ้นมามากมาย บางคนถึงขนาดฆ่าตัวตายเพราะหา ความไม่รู้จักสันโดษพอประมาณ ในปัจจุบันสังคมไทยกำลังประสบปัญหานี้อย่างมาก ไร้หนทางที่จะเยียวยาได้ มีครั้งหนึ่งที่ประเทศไทยเคยเป็นหนี้สินมากจนมีข่าวออกมาว่า มีคนฆ่าตัวตายจากเรื่องเงิน เพื่อ ค่าเงินบาทลอยตัวเศรษฐกิจตกต่ำแย่ การค้าขายไม่ดี การลงทุนกับต่างประเทศก็ขาดทุนบางคนจะเอาตัวไม่รอด ต้องเป็นหนี้สินก้อนโต เพราะหาคนในสังคม ไม่ตระหนักถึงหลักของความสันโดษ ความพอประมาณ จึงเป็นเหตุให้ต้องลำบาก พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ 9 พระองค์ทรงมีพระราชดำรัสสอนคนไทยให้รู้จักคำว่า พอเพียง คือการมีชีวิตอยู่รอดในสังคม แบบไม่เดือดร้อนให้พออยู่ พอกิน พอใช้ พอดี พอประมาณ ในการดำเนินชีวิตให้ราบรื่นเรียบง่าย และให้รู้จักกับคำว่า ความสุขแบบติดดิน ถ้าสังคมรู้จักสันโดษพอประมาณแล้ว สังคมก็จะมีเจริญรุ่งเรืองก้าวหน้าโลก ก็จะมีแต่ความสงบร่มเย็น

ในพระพุทธศาสนาเถรวาท พระพุทธเจ้ามุ่งเน้นให้พระภิกษุมีความสันโดษในปัจจุบัน 4 อย่าง เนื่องจากพระวินัยคือ กฎระเบียบและข้อบังคับอันดีงามที่พระภิกษุในพระพุทธศาสนาพึงปฏิบัติ พระพุทธเจ้าจึงทรงบัญญัติโดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ภิกษุเกิดความสันโดษในปัจจุบัน 4 ท่าที่มีความจำเป็นต่อการดำเนินชีวิตประจำวันกล่าวคือ 1) สันโดษในเครื่องนุ่งห่ม 2) สันโดษในอาหาร 3) สันโดษในที่อยู่อาศัย 4) สันโดษในยารักษาโรค (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 22 ข้อที่ 127 หน้าที่ 207, มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

ความสันโดษ คือ ความยินดี ความพอใจ คือการรู้จักพอดี การรู้จักพอเพียงมีลักษณะ คือ ยินดีพอใจในสิ่งที่มีที่ได้มา ด้วยเรี่ยวแรงของตนในทางชอบธรรม ไม่ดิ้นรนอยากได้จนทำให้ เกิดความเดือดร้อนยินดีพอใจกำลังของตน ใช้กำลังที่มีอยู่ เช่น ความรู้ ความสามารถให้เกิดผลเต็มที่ ไม่ย่อหย่อนบกพร่องยินดีพอใจแต่ไม่เกินไป คือ รู้จักพอเป็น อิ่มเป็น แบ่งปันส่วนที่เกินไปเอื้อเฟื้อผู้อื่นตามสมควร ยินดีพอใจแต่ไม่เกินไป คือ รู้จักพอเป็น อิ่มเป็นแบ่งปันส่วนที่เกินไปเอื้อเฟื้อผู้อื่นตามสมควร (พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) ราชบัณฑิต, 2548) สันโดษ เป็นแนวปฏิบัติเพื่อให้เกิดความพอดีในชีวิตประจำวัน ไม่ฟุ้งเฟ้อเกินไป ไม่เขี้ยวเกินไป ไม่ฟุ้งซ่านจนเกิดเดือดร้อน เป็นแนวทางปฏิบัติกลางๆ เพื่อให้ชีวิตมีความอึดไม่พรั่ง เป็นเหตุให้มีความสุขดังคำกล่าวที่ว่า รู้จักพอก่อนสุขทุกสถาน

ลักษณะของความสันโดษ ผู้ที่เป็นผู้ที่มีความสันโดษ ต้องประกอบด้วยลักษณะ 3 อย่าง คือ สกนะสันโดษ คือ ยินดีกับของของตน สันตะนะสันโดษ คือ ยินดีกับสิ่งที่ได้มา สมนะสันโดษ คือ ยินดีโดยมีใจสม่ำเสมอ ยินดีกับของของตน หมายถึง ยินดีกับสิ่งที่ตนมีอยู่แล้ว พอใจกับของของตนไม่ว่าจะเป็นพ่อแม่ของเรา ลูกเมียของเรา งานของเรา ประเทศชาติของเรา ถึงจะมีข้อบกพร่องอย่างไรก็ค่อยๆ แก้ไขกันไปให้ดีขึ้น ไม่คิดไขว่คว้าแย่งชิงเอาของคนอื่นเข้ามาเป็นของตนคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ในเรื่องสันโดษนั้น ไม่ได้สอนให้คนเกียจคร้านทอดทิ้งไม่ทำงาน หรือทำงานเฉื่อยละ เป็นภัย

ต่อความเจริญความก้าวหน้าอย่างที่เราเข้าใจกัน ตรงกันข้าม มงคลข้อนี้ชี้ให้เห็นอย่างเด่นชัดว่า ถ้าแต่ละคนรู้จักสถานภาพของตนเอง สำนึกในฐานะความสามารถ และความมีคุณธรรมของตนอยู่เสมอแล้ว ความมีสันโดษจะเกิดขึ้นเองโดยอัตโนมัติ (พระมหาสมชาย ฐานวุฑโฒ, 2547) จะทำให้ทุกคนพอใจกับของของตน พอใจกับของที่ตนได้มา พอใจกับของที่สมควรแก่ตนจะไม่มีการเบียดเบียน แกร่งแย่งชิงดี อิจฉาริษยา ให้อยู่สบาย สันโดษกัน การแย่งชิงดีกันจนถึงทำลายกัน ใส่ร้ายป้ายสีกัน การทุจริตและมิชอบต่างๆ ที่ระบาดในสังคมทุกวันนี้ก็เพราะใจของคนเหล่านั้นไม่มีสันโดษมุ่งจะเอาแต่ได้ ไม่คำนึงถึงผิดชอบชั่วดี ความเห็นแก่ตัวของผู้มีอำนาจการกอบโกยฉวยโอกาสของพ่อค้านักธุรกิจ โดยไม่คำนึงถึงความเดือดร้อนของคนส่วนมาก ความร่ำรวยใจเพราะโลภจัด ได้เท่าไรก็ไม่รู้จักพอ จนกลายเป็นมัวเมาในวัตถุ ทะเยอทะยานจนเกินกำลังความสามารถของตน ได้มาโดยสุจริตไม่ทันใจ ก็ลงมือประกอบการทุจริตต่างๆ เพื่อสนองความอยากอันเผาลนจิตใจอยู่ ดำเนินชีวิตไปอย่างไรเหตุผลก็เพราะขาดสันโดษนั่นเอง การพัฒนาสังคมจำเป็นต้องมีทั้งสันโดษและความเพียร เพราะความเพียรพยายามที่ไม่มีสันโดษควบคุมย่อมเกินพอดี จะนำไปสู่ทางที่ผิดได้ง่าย ล่อแหลมต่ออันตรายเหมือนรถไม่มีเบรก ย่อมตกหลุมตกลบลงเหวข้างทางได้ง่ายบังคับให้หยุดไม่ได้ตามความปรารถนา ฉะนั้นจึงกล่าวได้ว่า สันโดษเป็นคุณธรรมอันประเสริฐ เป็นไปเพื่อความเจริญสุขทั้งแก่ตนเองครอบครัว สังคม ประเทศชาติ หัวใจของผู้มีความสันโดษเท่านั้นจึงจะเหมาะแก่การปลูกฝังคุณธรรมอื่น คนมีสันโดษเท่านั้นจึงจะทำความดีได้ยั่งยืนไม่จิตจาง และทำด้วยความสุจริตใจ ที่สังคมพัฒนาไปได้ช้าเพราะคนขาดสันโดษนั่นเองพระพุทธศาสนาจึงสอนให้ทุกคนมีความสันโดษ

ในคัมภีร์เต๋า เต็ก เกง ได้กล่าวถึงลักษณะแห่งคุณธรรมว่ามาจากเต๋า เหล่าจื่อ มองเห็นคุณค่าสำคัญของสรรพสิ่งทั้งปวงเป็นเอกภาพ ว่าจะต้องหวนกลับคืนมาสู่ต้นกำเนิดของมันเอง ดังนั้นจุดมุ่งหมายในหลักคำสอนของเหล่าจื่อเพื่อสอนให้มนุษย์มีความอ่อนน้อมถ่อมตน (humbly) มีความอ่อนโยน (yielding) มีความสุภาพเรียบร้อย (gentleness) และความสงบทางจิตใจ (serenity) จึงจะทำให้สรรพสิ่งแวดล้อมในโลกอาศัยอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข (Fung Yu-Lan, 1964) นอกจากนี้ในคัมภีร์เต๋า เต็ก เกง ยังได้กล่าวถึงคุณค่าเกี่ยวกับเรื่อง “การโดยไม่กระทำ และการกระทำ หรือการหยุดของรัฐในการทำอันไม่สมควร” (สุวรรณ สภาอานันท์, 2548) ได้วิเคราะห์ให้เห็นคุณค่าแห่งอำนาจในความหมายใหม่ เป็นพลังเกื้อหนุนส่งเสริม เป็นพลังอ่อนและทรงชีวิต มิใช่อำนาจตามความหมายที่เข้าใจทั่วไป ซึ่งมักมองพลังอำนาจเพียงการยึดครอง ควบคุม บังคับ การลงโทษ ดังคำกล่าวที่ว่า “เมื่อคนเกิดมาใหม่ๆ นั้นร่างกายมักอ่อนนุ่ม เมื่อตายกลับแข็งกระด้าง” (สุวรรณ สภาอานันท์, 2548)

คุณค่าสำคัญของสันโดษของคัมภีร์เต๋า เต็ก เกง ก็คือ การรู้จักจิตของตนเอง อาจจะใช้วิธีการที่ไม่แสดงตนตนเป็นเจ้าของสรรพสิ่งในทำนองที่ว่า เป็นของตนเอง เรียกว่า WU WEI วู เหว่ย เป็นลักษณะคำสอนเรื่องการไม่กระทำ (inaction) ตามแนวคำสอนของเหล่าจื่อนี้ เชื่อว่าย่อมมีคุณค่ามากนำความสุขมาให้สังคม โดยไม่ต้องรื้อฟื้นระเบียบหรือพิธีกรรมบางอย่างของสังคม เน้นที่การปฏิบัติทำเพียงสักว่าทำ ไม่หวังผลตอบแทน เหล่าจื่อจึงจัดคุณค่าของสันโดษประกอบด้วย ความนิ่ง (still) ความสงบ (quiet) เป็นผู้รับ (water) หุบเขา (valley) และเพศหญิง (Female) ทั้งหมดที่กล่าวมานี้เป็นลักษณะคุณค่าแห่งการรู้จักตนเองและการรู้จักต่ออย่างแท้จริง (ปานทิพย์ ศุภนคร, 2525)



จากหลักการที่กล่าวมาทั้งหมด ก็คือคำสอนหลักในการดำรงชีวิตของเหลาจื๊อ ซึ่งเป็นแบบธรรมชาตินิยม ความดี และความสุกอย่างแท้จริง นั่นคือการดำเนินชีวิตไปตามธรรมชาติที่เหลาจื๊อกล่าวว่า “จงทำตัวให้สมกับธรรมชาติ และคอยยึดเอาแต่เป็นแนวทาง” (ทองหล่อ วงศ์ธรรมา, 2538) หากพิจารณาจากแนวความคิดและหลักการดังกล่าวแล้ว วิธีดำเนินชีวิตของเหลาจื๊อ สามารถสรุปได้เป็นข้อๆ ดังนี้ (1) การรู้จักตนเองให้ถูกต้อง (2) ชะนะตัวของเราเอง (3) รู้จักคำว่า พอ ไม่ทะเยอทะยาน และ (4) มีแต่เป็นอุดมคติ

คำสอนของเหลาจื๊อ มีจุดมุ่งหมายชี้ชวนให้หลีกเลี่ยงสังคม ให้หันไปสู่วิถีชีวิตที่สงบเพื่อแสวงหาความหลุดพ้นมนุษย์มีความสัมพันธ์กับธรรมชาติ ความสัมพันธ์นี้จะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อมนุษย์พยายามเข้าถึงเต๋าศาสนาแต่ไม่พูดถึงเรื่องโลกหน้า เชื่อว่าคนเราควรจัดการกับชีวิตปัจจุบันให้ดีที่สุด ตั้งสติให้อยู่ในขณะจิตปัจจุบันเสมอ ความตายเป็นปรากฏการณ์ธรรมชาติอย่างหนึ่งของชีวิตหลักธรรมของศาสนาเต๋าก็คือการดำรงชีวิตให้กลมกลืนกับธรรมชาติ หรือการพยายามทำให้ถูกหลักของเต๋าได้แก่ การบำเพ็ญคุณงามความดี ไม่ฟุ้งเฟ้อเห่อเหิม อยากรับใหญ่เป็นโต ทำจิตใจให้สงบ ถ่อมตัวพยายามอยู่ในที่ต่ำเสมอหลักคำสอนของศาสนาเต๋ามีทั้งฝ่ายโลกและฝ่ายธรรม แต่เน้นหนักไปทางฝ่ายธรรม คือ ความสันโดษ การใช้ชีวิตอยู่อย่างกลมกลืนกับธรรมชาติ การใช้ชีวิตด้วยความเป็นสุขความสงบทางใจ เหล่านี้ล้วนแล้วแต่ เป็นคำสอนในทางศาสนาเต๋าโดยทั้งสิ้น

บทความวิจัยนี้ต้องการเสนอเรื่องความสันโดษ ในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาเต๋า ด้วยวิธีการเปรียบเทียบทั้งสองศาสนา จึงสามารถตอบโจทย์ และอธิบายความหมายเรื่องความสันโดษในศาสนาทั้งสองได้อย่างชัดเจน ดังนั้น ความสันโดษ ในพระพุทธศาสนาเถรวาท คือ ความพอเพียง ความยินดี ความพอใจ ความรู้จักพอดี และความสันโดษ ในศาสนาเต๋า คือ การใช้ชีวิตอยู่กับธรรมชาติ การอยู่อย่างกลมกลืนกับธรรมชาติ การดำรงชีพให้กลมกลืนกับธรรมชาติการเป็นอยู่อย่างง่ายๆ การทำจิตใจให้สงบ การกระทำโดยไม่กระทำ การปราศจากการยึดมั่นในผลของการกระทำเรื่องความสันโดษในทั้งสองศาสนา จึงเป็นเรื่องที่ควรแก่การศึกษาค้นคว้าเอาใจใส่ และควรปฏิบัติตามเพื่อให้บังเกิดเป็นผลดีต่อตนเอง ครอบครัว สังคม ประเทศชาติ บ้านเมือง และเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของแต่ละศาสนาสืบต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อเปรียบเทียบความสันโดษในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาเต๋า

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การศึกษาเปรียบเทียบความสันโดษในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาเต๋า” นี้ เป็นการศึกษาวิจัยเอกสาร มีดังนี้

1. ข้อมูลด้านเนื้อหา

1.1) เนื้อหางานวิจัยทางพระพุทธศาสนา รวบรวมข้อมูลเอกสารชั้นปฐมภูมิ ทุติยภูมิ ได้แก่ คัมภีร์พระไตรปิฎก รวมถึงดุขฎินิพนธ์ วิทยานิพนธ์ สารนิพนธ์ หนังสือ ตำรา บทความโดยการเก็บรวบรวมข้อมูลต่างๆ ที่มีเนื้อหาเกี่ยวข้องกับเรื่องที่วิจัย

1.2) เนื้อหางานวิจัยทางศาสนาเต๋า รวบรวมข้อมูลเอกสารชั้นปฐมภูมิ ทุติยภูมิ ได้แก่ คัมภีร์ เต๋า เต็ก เกง รวมถึงคหฺนินิพนธ์ วิทยานิพนธ์ สารนิพนธ์ หนังสือ ตำรา บทความ และเอกสารต่าง ๆ ที่มีเนื้อหาเกี่ยวข้องกับเรื่องที่วิจัย

2. รวบรวมข้อมูลจากเอกสาร

2.1) เปรียบเทียบความเหมือนและความต่าง

2.2) สรุปผลของการวิจัย

ผลการศึกษา

วัตถุประสงค์ที่ 1 พบว่า จากการศึกษาพบว่า สันโดษในพระพุทธศาสนา หมายถึงความไม่โลภ ความยินดีหรือพอใจ ความยินดีพอใจด้วยปัจจัย 4 คืออาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค ตลอดถึงเครื่องยังชีพอื่นๆ โดยพระพุทธเจ้าทรงตรัสสอนหลักสันโดษกับคนสองกลุ่มคือ สันโดษสำหรับพระภิกษุโดยทรงสอนให้เป็นผู้มักน้อย เลี้ยงง่าย รู้จักประมาณ รู้จักพอใจปัจจัย 4 ได้แก่ จีวร ปิณฑบาต เสนาสนะ และเภสัชตามมี ตามได้ และตามสมควร สันโดษเช่นนี้มีข้อปฏิบัติเคร่งครัดและมุ่งเฉพาะพระภิกษุสงฆ์ ส่วนสันโดษสำหรับคนทั่วไปทรงเน้นไปที่หลักสันโดษ 3 (พระธรรมโสภณ (พิน ปาสาทิโก), 2519) ได้แก่ 1) ยถาลาภสันโดษ คือ ยินดีพอใจตามที่ตนหาได้มา 2) ยถาพลสันโดษ คือ ยินดีพอใจตามกำลังความสามารถของตน และ 3) ยถาสารุปสันโดษคือ ยินดีพอใจตามสมควรแก่ฐานะความเป็นอยู่ของตนแท้ที่จริง มีอธิบายความหมายดังนี้

1) ยถาลาภสันโดษ คือความยินดีตามที่ได้ หมายถึงได้สิ่งใดมาด้วยความเพียรพยายามของตน โดยถูกต้องตามทำนองคลองธรรมก็ยินดีพอใจในสิ่งนั้นไม่เดือดร้อนเพราะสิ่งที่ไม่ได้ หมายความว่าเมื่อได้ทำอย่างเต็มที่แล้ว หากไม่ได้ตามที่ต้องการก็ไม่กระวนกระวาย ไม่วิ่งตามความอยาก ต้องระงับยับยั้งความอยากให้ได้ โดยให้นึกถึงข้อเท็จจริงว่าไม่มีสิ่งใดสนองความต้องการแห่งจิตใจให้พอได้อย่างแท้จริง เหมือนไฟไม่อาจให้เต็มได้ด้วยเชื้อ มหาสมุทรไม่อาจให้เต็มได้ด้วยน้ำ หรือคนมักมากไม่อาจเต็มไปด้วยปัจจัยทั้งหลายนั่นเอง

2) ยถาพลสันโดษ คือความยินดีตามกำลังที่มีอยู่ หมายถึงมีความยินดีหรือพอใจเพียงพอกแก่กำลังกายกำลังทรัพย์กำลังสติปัญญาและกำลังความสามารถของตน ไม่ควรให้น้อยหรือเกินขอบเขตกำลังเพราะเป็นเรื่องที่ไม่เหมาะสม คนแต่ละคนมีกำลังหรือความสามารถไม่เท่ากัน ดังนั้นจึงต้องรู้จักตนเองอย่าสำคัญตนผิดและอย่าดูถูกตนเอง สิ่งทีบุคคลพึงได้รับนั้นควรเหมาะสมแก่สมรรถภาพและความสามารถของตน

3) ยถาสารุปสันโดษ คือความยินดีตามสมควร หมายถึง มีความยินดีหรือความพอใจตามสมควรแก่ฐานะ ภาวะและความเป็นอยู่ของตน เป็นที่รู้กันว่าคนเราย่อมมีฐานะและความเป็นอยู่ที่แตกต่างกัน บุคคลในสังคมย่อมมีความเป็นอยู่ที่แตกต่างกัน บางคนยากจน บางคนร่ำรวย การที่บุคคลพยายามขวนขวายเพื่อจะให้เป็นเรื่องที่ดี แต่ทั้งนี้ต้องรู้จักและตระหนักในความสามารถของตน ต้องพยายามขวนขวายเปลี่ยนแปลงฐานะภาวะและความเป็นอยู่ให้ดีขึ้นเท่าที่จะเป็นไปได้ ผู้ที่ขวนขวายในสิ่งที่เป็นไปได้นั้น เรียกว่าไม่สันโดษ สิ่งของใดๆ ก็ตามถ้าพิจารณาตามฐานะที่ดี พิจารณาตามสมรรถภาพที่ดี ประจักษ์แล้วว่าเมื่อตนมีได้ เมื่อตนทำได้ แต่สิ่งนั้นเมื่อมีหรือทำไปแล้วทำให้รอบครัวเสียเกียรติภูมิ เสียชื่อเสียง เสียศักดิ์ศรี บุคคลก็ไม่ควรยินดีในสิ่งเหล่านั้น เช่น ค่าของหนีภาษี หรือฉ้อ



ราชบุรุษบังหลวง แม้ว่าจะมีฐานะตำแหน่งหน้าที่เอื้ออำนวย มีความสามารถพอที่จะทำได้ ก็ไม่สมควรทำ ไม่ยินดีเพราะเป็นหนทางนำมาซึ่งความเสื่อมเสียทั้งต่อตนเองและวงศ์ตระกูล

หลักสันโดษนั้นปรากฏอยู่ในหลักธรรมหลายแห่ง เช่น สันโดษในพระวินัยของพระภิกษุสงฆ์ สันโดษในอริยวงศ์ สันโดษในนาถรณธรรม สันโดษในกถาวัตถุ ซึ่งเหมาะสำหรับพระภิกษุสงฆ์ (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 24 ข้อที่ 69 หน้าที่ 152 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ส่วนสันโดษ 3 นั้นสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับคฤหัสถ์ได้ นอกจากนั้น สำหรับคฤหัสถ์ที่ครองเรือนแล้ว ก็ยังมีอีกข้อหนึ่ง คือ สหการสันโดษหมายถึงความพึงพอใจในสามีและภรรยาของตนเท่านั้น และสิ่งที่ทั้งบรรพชิตและคฤหัสถ์ไม่ควรสันโดษ คือ การกระทำความดีทางกาย วาจา ใจ เรียกว่ากุศลกรรมบถ 10 ส่วนความหมายที่มักเข้าใจผิดอีกประการหนึ่ง คือ อับปิจฉตา คือ ความมักน้อย หลักธรรมนี้เป็นหลักธรรมหนึ่งในกถาวัตถุ 10 มักใช้คู่กับสันโดษเสมอเรียกว่า “มักน้อยสันโดษ” แต่แท้ที่จริงมีความหมายและการนำมาใช้ต่างกันความมักน้อยนั้นใช้กับบรรพชิตมากกว่าคฤหัสถ์

สันโดษสามารถใช้ได้ทั้งคฤหัสถ์และบรรพชิต (พระมหาจรัญ วิจารณเมธี, 2541) ซึ่งหากสรุปโดยภาพรวมแล้วพุทธศาสนิกชนควรสันโดษในปัจจุบัน 4 ตามความจำเป็นในการดำรงชีพโดยมีเป้าหมาย มีความมุ่งหมายในเชิงลบ คือช่วยขจัดความโลภ ช่วยทำให้ไม่เกิดความกระวนกระวายในความอยากจนไม่รู้จักพอ และเป็นเครื่องป้องกันการทุจริตอันเนื่องมาจากความโลภไม่รู้จักพอ ในทางบวกสันโดษช่วยทำให้เกิดความสุขความพอใจ อันเนื่องมาจากความภูมิใจในผลสำเร็จ บุคคลไม่ว่าจะเป็นบรรพชิตหรือคฤหัสถ์ หากขาดสันโดษจะเต็มไปด้วยความโลภ เมื่อเป็นเช่นนั้น จะพากันประพฤติกุศลจิตต่างๆ นานา นำความทุกข์ร้อนมาสู่ตน ที่ไม่เป็นเช่นนั้นก็เพราะอานุภาพของสันโดษที่ยังคุ้มครองจิตใจให้เป็นคนดีอยู่ สันโดษเมื่อทำให้เกิดขึ้นแล้วย่อมมีคุณธรรมอื่นๆ ตามมา ดังนั้น สันโดษจึงเป็นเครื่องป้องกันความโลภ ความริษยาได้ เป้าหมายหลักของหลักสันโดษมุ่งหมายเอาตามพระวินัยสำหรับพระภิกษุสงฆ์ แต่ก็สามารถอนุโลมมาใช้กับสังฆคฤหัสถ์ได้เช่นกัน

วัตถุประสงค์ที่ 2 พบว่า สันโดษ ในศาสนาเต๋าท่านไม่ได้กล่าวไว้โดยตรง แต่หมายถึง การประหยัคมัธยัสถ์ ใช้จ่ายเท่าที่จำเป็น ให้เป็นไปตามธรรมชาติ เป็นการรู้จักความจริงของธรรมชาติ และการดำรงชีวิตเป็นแบบธรรมชาตินิยม เรื่องเกี่ยวกับความดีและความสุขอย่างแท้จริงจะเกิดได้โดยการดำเนินชีวิตตามหลักธรรมและความเหมาะสม ไม่ฝืนธรรมชาติ (ลำดวน ศรีมณี, 2548) เหลาจื๋อ ได้กล่าวถึงกระหมัดกระหม่อมเหมือนกับสี่ทั้งห้า มีสีน้ำเงิน เหลือง แดง ขาว และดำ ซึ่งแปลความได้ว่าบุคคลที่เป็นปราชญ์ เพียรพยายามทำตนเองเพื่อความอึดท้องเท่านั้น เพราะการกระหมัดกระหม่อมในการบริโภคสิ่งทั้ง 5 ได้แก่ รสหวาน รสเปรี้ยว รสขม รสเผ็ด และรสเค็ม เพื่อดำรงตนอยู่ได้ เป็นการรู้จักตนเองเพื่อเห็นแจ้งสิ่งที่มีอยู่ในภายนอกและภายในมากระทบกับตนเองทำให้เกิดเวทนาอารมณ์ (พจนานันท์ จันทรสันติ, 2525)

สันโดษหรือมัธยัสถ์หรือความกระหมัดกระหม่อมในคัมภีร์เต๋า เต็ก เกง มองในแง่ของจริยศาสตร์ เหลาจื๋อไม่ได้ทอดทิ้งหลักจริยธรรมทางสังคม หากพิจารณาเนื้อหาแล้ว เหลาจื๋อสอนเน้นในเรื่องจริยธรรม แต่จริยธรรมของเหลาจื๋อนั้นถือว่าเป็นอันเดียวกับเต๋าหรือกฎธรรมชาติ ผู้ที่ไม่รู้จักจริยธรรมจะไม่สามารถเข้าถึงเต๋าได้ จึงพอสรุปหลักจริยธรรมตามคำสอนของเต๋าได้ 3 ประการ คือ

1) ความเมตตากรุณา ถือเป็นคำสอนให้คนมีความเมตตากรุณา มีความรักต่อผู้อื่น มีความสงสารผู้อื่น ถ้าหากคนเรามีความรัก มีความสงสารในบรรดาสรรพสัตว์ทั้งหลายย่อมเป็นที่รัก เป็นที่

เคารพนับถือของคนทั่วไป ในเวลาที่จะเป็นฝ่ายรุก ก็สามารถเอาชนะได้ทุกสิ่งทุกอย่าง ในเวลาที่เป็นฝ่ายรับ ก็มีความเข้มแข็ง เพราะว่าคนที่มิเมตตานั่นย่อมสามารถเอาชนะทุกสิ่งทุกอย่างได้ด้วยอำนาจเมตตานี้ หากคนเรามีความรัก มีความนับถือ มีความสงสารกัน จะเป็นสิ่งที่ผูกมัดจิตใจของกันและกัน เพราะฉะนั้น ท่านจึงถือว่าเป็นคุณธรรมประการหนึ่งหรือหลักธรรมประการหนึ่งในศาสนาเต๋า การรู้จักคนอื่นเป็นสิ่งที่ดี ผู้นำที่ฉลาดควรเข้าถึงพฤติกรรมของคนอื่นด้วยการเรียนรู้เพื่อให้เข้าใจ แต่การเรียนรู้เพื่อรู้จักตนเองต้องใช้สติปัญญา การจัดการเพื่อควบคุมชีวิตและความเป็นอยู่ของผู้อื่นต้องอาศัยซึ่งพลังและอำนาจ โดยการปลูกฝังคุณธรรมในตนเอง ครอบครัวยุคใหม่ ในประชาคม ให้เกิดคุณธรรมขึ้น จะทำให้ประชาคมมีชีวิตและเจริญยิ่งขึ้น (มีเต๋า) แต่การจัดการกับชีวิตของตนเองย่อมต้องการพลังที่แท้จริง โดยฝึกฝนจิตใจ ทำจิตให้ว่าง สงบนิ่ง เมื่อพบความสงบสุขแล้ว ก็จะทำให้จุดมุ่งหมายครบถ้วนสมบูรณ์ เมื่อได้บรรลุถึงจุดมุ่งหมายครบถ้วน สมบูรณ์แล้ว ก็จะเป็นคนที่มั่นคง ผู้ที่นั้นได้ชื่อว่ารู้แจ้งเต๋า

2) ความกระหมัดกระหม่อม ถือเป็นการสอนคนให้รู้จักกระหมัดกระหม่อม ไม่ได้สอนให้เป็นคนมีความตระหนี่ถี่เหนียว ซึ่งความตระหนี่กับความกระหมัดกระหม่อมไม่เหมือนกัน เพราะความกระหมัดกระหม่อม หมายถึง เมื่อถึงคราวจักใช้ก็รู้จักใช้ ไม่ใช่จ่ายแบบฟุ่มเฟือยเกินไป ส่วนความตระหนี่แม้มีอยู่ก็ไม่จ่าย ถ้าหากว่าคนเราไม่มีทรัพย์สินก็รู้สึกเป็นทุกข์ ชีวิตของคนเราที่เป็นปุถุชนมีกิเลสนั้น ก็มีความสุขอยู่กับการมีทรัพย์สิน มันก็ไม่ก่อความสุขให้แก่เรามีแต่ก่อความทุกข์ยิ่งๆ ขึ้นไป

3) ความอ่อนน้อมถ่อมตน ลักษณะของความอ่อนน้อมถ่อมตนนั้น ถ้าคนเรามีความถ่อมตนแล้ว ย่อมส่งเสริมความเป็นมงคลมหาศาล เพราะปรกติคนอ่อนน้อมถ่อมตนไม่ใช่หมายความว่า เป็นคนอ่อนแอ แต่เป็นคนที่มีความอ่อนโยน มีสุขภาพแข็งแรง แต่ไม่แข็งกระด้าง แข็งแรงกับแข็งกระด้างก็ไม่ใช่เหมือนกัน และความอ่อนโยนกับความอ่อนแอก็ไม่เหมือนกัน ความอ่อนโยนก็ได้หมายถึงความอ่อนแอ แต่เป็นคนที่มีความอ่อนน้อมถ่อมตน คนที่มีความอ่อนน้อมถ่อมตนจะไปทางไหนก็เป็นที่ยรักและที่เคารพนับถือของคนทั่วไป (จ้านจ๋อง ทองประเสริฐ, 2515)

หลักธรรมทั้ง 3 ประการที่กล่าวมานี้ เป็นหลักเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตประจำวันของมนุษย์ เหล่าจึงเชื่อว่า ทุกคนเกิดมาต้องมีหน้าที่ที่จะต้องทำไม่เว้นแต่ละคน ทุกคนต้องทำหน้าที่ ของตนไม่ใช่ เพราะว่า ตนจะต้องผูกพันโดยกฎหมาย หรือศีลธรรมต้องทำเช่นนั้น แต่เพราะด้วยความรู้สึกว่าเป็นสิ่งที่จะละเลยไม่ได้ในการมีชีวิตอยู่ต่อไป เพราะว่าทุกคนจะได้รับการตอบแทนไม่โดยตรงก็โดยอ้อมเสมอในไม่ช้า

ในคัมภีร์เต๋า เต็ก เกงได้กล่าวถึงลักษณะแห่งคุณธรรมว่ามาจากเต๋า ดังนั้น มนุษย์เราดำเนินชีวิตตามแบบวิถีชีวิตเต๋า ก็ย่อมเรียกได้ว่าใช้ชีวิตแห่งคุณธรรม แต่เหล่าจื๊อยังกล่าวย้ำให้มีคุณธรรมต่อกัน มีความมกน้อย ไม่ทำตัวเด่นจนเกินไป สามสิ่งนี้เรียกได้ว่าเป็นคุณสมบัติสำคัญยิ่งที่จะช่วยมนุษย์เรามีความกล้า มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกัน และเป็นผู้ที่ที่ดีได้ เพราะผู้ที่มีความเมตตาต่อผู้อื่นเป็นนิจย่อมไม่มีเหตุผลที่จะต้องกลัวใครๆ ทั้งสิ้น และเมื่อเราเป็นผู้มกน้อย ไม่โลภ ไม่โมโห เราก็ย่อมจะมีโอกาสจนเจือเผื่อแผ่ต่อผู้อื่นได้ ในทำนองเดียวกัน ถ้าเราไม่หยิ่ง ถือดี หรือทำตัวเป็นผู้นำจนเกินไป เราก็จะเป็นผู้นำที่ดีได้ เพราะผู้นำจะต้องเป็นผู้สุ่มรอบคอบ พิจารณาและระมัดระวังผลประโยชน์ของคนในการปกครอง และพร้อมรับฟังคำติชม (ฉัตรสุมาลย์ กบิลสิงห์ ชาญเสน, 2530)



การวางตนอย่างสันโดษ จะต้องรู้จักตนเองต้องสุภาพ อ่อนโยน อ่อนน้อมถ่อมตน ไม่เย่อหยิ่ง ถือตัว ไม่แข่งดีกับใคร ที่ใจโอบอ้อมอารี พร้อมจะตัดสินใจรับผิชอบ ไม่ยึดมั่นเป็นเจ้าของ มีชีวิตเป็นอยู่อย่างเรียบง่าย สันโดษ แสวงหาเฉพาะสิ่งที่จำเป็นต่อชีวิต ไม่ละโมภโลภมาก ไม่เห็นแก่ตน ทำงานเพื่อส่วนรวมและใส่ใจผู้ร่วมงานและบุคคลรอบข้างพร้อมทั้งมีจิตเมตตา เห็นอกเห็นใจผู้อื่น รู้จักเสียสละ มีคำสัจจะน่าเชื่อถือไว้วางใจได้ หลักวิธีปฏิบัติตนอย่างสันโดษเกี่ยวกับการเข้าถึงสภาวะแท้จริง เหล่าข้อได้สอนเรื่องสิ่งที่สมบูรณ์แห่งจักรภพที่มีใช้พระเจ้าที่มีตัวตน อย่างศาสนาประเภท เทวนิยมทั่วไป แต่เป็นสิ่งสมบูรณ์อันเป็นเอกภาพของจักรวาล

วัตถุประสงค์ที่ 3 พบว่า การศึกษาเปรียบเทียบความหมายสันโดษ มีทั้งความเหมือนกัน ในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาเต๋า ต่างก็มีคำสอนให้บุคคลรู้จักการพอใจตามมี ยินดีตามได้ ตามกำลังตน ไม่โลภ ข้อปฏิบัติเพื่อตนเองโดยตรง พระพุทธศาสนาเถรวาทเริ่มตั้งแต่พิจารณาปัจจัย 4 (วชิระญาณวโรรส, สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยา, 2522) ศาสนาเต๋ามีมนุษย์ปฏิบัติตนตามกฎหมายแห่งธรรมชาติ (ทองหล่อ วงศ์ธรรมา, 2538) ดำเนินชีวิตให้กลมกลืนกับสภาพธรรมชาตินั้น คือให้ดำเนินชีวิตดุจเดียวกับน้ำ พระพุทธศาสนาเถรวาทสอนให้ทำความดีทั้งปัจจุบันและชีวิตหลังความตาย ความดีที่ปรากฏ ส่วนศาสนาเต๋ามองว่าความดีจะปรากฏเฉพาะตนในสังคมเท่านั้น ไม่ได้สอนให้คนพึงระวังหลังความตาย ถือเป็นกฎเกณฑ์ธรรมชาติดล้ายกับสังสารวัฏในพระพุทธศาสนาเท่านั้น

การศึกษาเปรียบเทียบคุณค่าของการสันโดษในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาเต๋า ประกอบด้วย (1) คุณค่าที่เป็นคุณธรรมต่อตนเอง ถือเป็นหลักในการดำเนินชีวิต ในพระพุทธศาสนาเถรวาทมีข้อปฏิบัติพื้นฐานคือความเพียร การประกอบอาชีพสุจริต ส่วนศาสนาเต๋ามีการดำเนินชีวิตอยู่กับธรรมชาติ ปรากฏมีได้อยู่เพื่อตนเอง สรรพสิ่งในโลกเกิดจากสิ่งมีอยู่ในตัวของมันเอง (2) คุณค่าที่เป็นคุณธรรมต่อผู้อื่น ถือเป็นการรู้จักตนเองในสังคม มีความเหมือนกันอยู่ 2 ประการ คือ การปฏิบัติตนเพื่อตามดีในสังคมกับการปฏิบัติตนเพื่อสร้างคุณธรรมในสังคม (3) คุณค่าที่เป็นสภาวะธรรม ถือเป็นการพัฒนาจิตให้ก้าวเข้าสู่ความหลุดพ้น มีความเหมือนกันคือความหลุดพ้นแห่งจิต ความแตกต่างลักษณะการเรียกและวิธีปฏิบัติ ในพระพุทธศาสนาเถรวาทมีการพัฒนาจิตเข้าสู่พระนิพพาน ส่วนศาสนาเต๋ามีเพียงการศึกษาเรียนรู้ละความละโมภ ความหลุดพ้นแห่งจิต มีจิตอยู่เหนือธรรมชาติ เป็นอัมตะ ซึ่งเปรียบได้กับหลักแนวความคิดลัทธิพร้าหมณ์ ภาวะแท้จริงสูงสุดคือพรหมัน อมตะ นิรันดร์

การศึกษาเปรียบเทียบวิธีปฏิบัติสันโดษ ด้วยการจัดแยกประเด็นออกเป็น 3 ระดับ เพื่อง่ายต่อการวิเคราะห์คือ (1) หลักคำสอนในการดำเนินชีวิตเพื่อตนเอง ถ้ากล่าวถึงความสัมพันธ์เชิงสังคมไม่แตกต่างกัน ส่วนที่แตกต่างกันก็เป็นเพียงข้อปฏิบัติย่อย ในพระพุทธศาสนาเถรวาทมีความเพียรและการเอาชนะความชั่วด้วยความดี ก็คือการทำกุศลให้ถึงพร้อม ในศาสนาเต๋ามีการรู้จักความดีและความชั่ว รู้จักพอ รู้จักละ (2) หลักปฏิบัติตนในสังคม ทั้งสองแนวความคิดไม่แตกต่างกัน แต่ได้เสนอข้อวัตรปฏิบัติเหมือนกัน 2 ประการ คือ การปฏิบัติเพื่ออยู่ในสังคมก็คือหลักคุณธรรม กับการปฏิบัติหน้าที่ต่อสังคม (3) หลักปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้นหรือสภาวะธรรม ซึ่งแนวความคิดมีทั้งสองท่านมีความเหมือนกัน คือสภาวะธรรมสูงสุดเป็นสภาพที่ว่างเปล่าเหมือนกัน และเชื่อว่าจิตของมนุษย์สามารถพัฒนาได้เหมือนกัน ส่วนที่มีความแตกต่างกันคือพระพุทธศาสนาเถรวาทแบ่งจิตออกเป็น 2 ระดับ คือ จิตระดับโลกียะ กับจิตระดับโลกุตระ คือสภาวะแห่งความหลุดพ้น “พระนิพพาน” ส่วนศาสนาเต๋า

จิตนั้นคือความว่างเปล่า อมตะ เวียงว่าง หวนกลับคืนไปสู่ความเป็นเต๋า ก็คือสภาวะธรรมชาติแห่งสรรพสิ่งไม่มีที่สิ้นสุด

อภิปรายผลการวิจัย

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 1 พบว่า สันโดษคือความยินดีพอใจด้วยปัจจัย 4 คืออาหาร เครื่องนุ่งห่มที่อยู่อาศัยและยารักษาโรคตลอดถึงเครื่องยังชีพอื่นๆ โดยพระพุทธเจ้าทรงตรัสสอนหลัก สันโดษกับคนสองกลุ่มคือสันโดษสำหรับพระภิกษุโดยทรงสอนให้เป็นผู้มีก้น้อย เลี้ยงง่ายรู้จักประมาณ รู้จักพอใจปัจจัย 4 ได้แก่จีวร บิณฑบาต เสนาสนะ และเภสัชตามมี ตามได้ และตามสมควร สอดคล้องกับบทความวิจัยของ (สุชน ประวัติดี, 2562) ได้ศึกษาเรื่อง “รูปแบบการพัฒนาความ สันโดษในกระบวนการเสริมสร้างพฤติกรรมเชิงจิตสังคมของเยาวชนไทย” พบว่า รูปแบบการพัฒนา ความสันโดษ ในกระบวนการเสริมสร้างพฤติกรรมเชิงจิตสังคมของเยาวชนไทย ของกลุ่มตัวอย่างมี หลักความสันโดษ คือ 1. ยินดีตามได้ 2. พอใจตามมีกำลังทำ 3. ยินดีตามสมควรแก่ตนเป็นหลักธรรม ที่จะต้องน้อมนำมาช่วยส่งเสริมเพราะถ้าเยาวชนมีพฤติกรรมสันโดษแล้ว จะทำให้เกิดฉันทะซึ่งมุ่งเข้าสู่ อิทธิบาท 4 อันเป็นทางแห่งความสำเร็จ โดยต้องผ่านกระบวนการพฤติกรรมเชิงจิตสังคมการวางแผน ปฏิบัติที่ดีจากแผนยุทธศาสตร์ระดับชาติ และการจะพัฒนาสิ่งที่เกี่ยวข้องกับคนต้องอาศัยฐานคือ สถาบันที่เยาวชนเข้าไปเกี่ยวข้องในการดำเนินชีวิตอยู่เป็นประจำ คือสถาบันทั้ง 5 ได้แก่ 1. ครอบครัว 2. ศาสนา 3. ชุมชน 4. โรงเรียน 5. สื่อ จึงทำให้เกิดองค์ความรู้เชิงนวัตกรรม ในด้านการเสริมสร้าง ครอบครัวให้เกิดความสันโดษ ศาสนาเสริมสร้างตระหนักรู้ชีวิตพอเพียง ชุมชนเสริมสร้างการเรียนรู้ พฤติกรรมรากฐาน โรงเรียนเสริมสร้างกิจกรรมชีวิตดีงาม และด้านสื่อเสริมสร้างทักษะสื่อธรรมะสู่ใจ ดังนั้นการบูรณาการความสันโดษนั้นเกิดจากครอบครัวเป็นส่วนใหญ่ พ่อแม่ควรอบรมปณิธานลูกด้วยการไม่ฟุ้งเฟ้อ ฟุ่มเฟือย เห็นคุณค่าของสิ่งอุปโภคบริโภค รวมทั้งการบ่มเพาะคุณธรรมจริยธรรมทาง พระพุทธศาสนาด้วยการพาเข้าวัดเพื่อเข้าใจหลักความสันโดษที่พระสงฆ์ได้ทำให้อยู่เป็นต้นแบบว่าเป็น การฝึกสันโดษอย่างแท้จริง

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 2 พบว่า หลักวิธีปฏิบัติตนอย่างสันโดษเกี่ยวกับการเข้าถึง สภาวะแท้จริง เหล่านี้ได้สอนเรื่องสิ่งที่สมบูรณ์แห่งจักรวาลที่มีใช้พระเจ้าที่มีตัวตน อย่างศาสนา ประเพณีเทวนิยมต่างๆ ไป แต่เป็น สิ่งสมบูรณ์อันเป็นเอกภาพของจักรวาล เหล่านี้สมมตินามให้ก็คือ เต๋า คำว่า เต๋า โดยความหมายต่างๆ ไปแล้ว มีความหมายหลายนัย เช่น หมายถึง หนทาง คุณสมบัติ วิธีการ กฎ จาริต ธรรมชาติ เป็นต้น ไม่มีเบื้องต้น ท่ามกลางและที่สุด สรรพสิ่งที่เกิดขึ้นและดับลงใน เต๋า สอดคล้องกับบทความวิชาการของเทวฤทธิ์ ศรีไชยพล เรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่อง ความสุขของปรัชญาลัทธิเต๋า” (เทวฤทธิ์ ศรีไชยพล, 2563) ตามคัมภีร์ เต๋า เต๋อ จิง ในบทที่ 33 ว่า บุคคลควรอยู่ตามธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ด้วยการดำรงตนอยู่แบบเรียบง่าย มีความสันโดษ รู้จัก ตนเอง ผู้ที่เข้าใจคนอื่นคือผู้รอบรู้ ผู้ที่เข้าใจตนเอง คือผู้รู้แจ้งจริง ผู้ที่มีชัยต่อคนอื่น คือผู้มีกำลัง ผู้ที่มี ชัยต่อตนเอง คือผู้ที่เข้มแข็ง ผู้ที่มีก้น้อย คือผู้ที่ร่ำรวย ผู้ที่อยู่ในสถานะอันเหมาะสมแก่ตน ย่อมอยู่ได้ ยาวนาน ถึงแม้ผู้นั้นจะสิ้นชีวิตไปแล้ว แต่คุณความดียังอยู่สืบไปหลักการปฏิบัติสู่ความสุขในด้านสังคม นั้น เล่าจื๊อได้สอนให้รู้จักตนเองทางสังคม คือให้รัฐหรือผู้ปกครอง จะต้องปกครองด้วยระบบเสรีนิยมคู่ กับธรรมชาตินิยม ด้วยการให้เสรีภาพแก่ประชาชนเต็มที่ในการดำเนินชีวิต และให้สอดคล้องกลมกลืน



กับธรรมชาติ ระดับความสุขในภพของเหล่าจื้อ ที่เป็นระดับจริยธรรมประกอบด้วยการรู้จักสิ่งที่มีอยู่ภายนอกคือสังคมสิ่งแวดล้อม และสิ่งที่มีอยู่ภายในกายและจิต ต้องรู้จักปรับตนเองให้เข้ากับสภาพแวดล้อม จึงจะเชื่อว่าการปฏิบัติเพื่อตนเอง ผู้อื่น และสังคม

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 3 พบว่า พระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาเต๋า ต่างก็มีคำสอนให้บุคคลรู้จักการพอใจตามมี ยินดีตามได้ ตามกำลังตน ไม่โลภ ขอบปฏิบัติเพื่อตนเองโดยตรง พระพุทธศาสนาเถรวาทเริ่มตั้งแต่พิจารณาปัจจัย 4 ศาสนาเต๋าให้มนุษย์ปฏิบัติตามกฎแห่งธรรมชาติ ดำเนินชีวิตให้กลมกลืนกับสภาพธรรมชาตินั้น คือให้ดำเนินชีวิตดุจเดียวกับน้ำ พระพุทธศาสนาเถรวาทสอนให้ทำความดีทั้งปัจจุบันและชีวิตหลังความตายความดีก็ปรากฏ ส่วนศาสนาเต๋ามองว่าความดีจะปรากฏเฉพาะตนในสังคมเท่านั้น ไม่ได้สอนให้คนพึงระวังหลังความตายถือเป็นกฎเกณฑ์ธรรมชาติคล้ายกับสังสารวัฏในพระพุทธศาสนาเท่านั้น สอดคล้องกับบทความวิจัยของ (บุรินทร์ ศรีสมถวิล, 2564) เรื่อง “ “พุทธ” “เต๋า” “ขงจื้อ” เสมือนหนึ่งเดียว? ใน “ห้องสิน” วรรณกรรมเอกสมัยราชวงศ์หมิง” พบว่า กงล้อเฟิงเสินป๋ิง นี้ ฉายภาพการประสมประสานระหว่างคติ “เต๋า” และ “ขงจื้อ” ออกมาได้ที่น่าสนใจ โดยมี “เคราะห์กรรม” เป็น “สายพานเชื่อม” ให้บรรดาเซียนผู้วิเศษแห่งศาสนาเต๋าจำเป็นต้องช่วยเหลือเจียงจื่อหยาร่วมทำสงครามล้มล้างราชวงศ์ซ่ง เพื่อให้เกิดการผลัดเปลี่ยนราชวงศ์ตามลิขิตสวรรค์ ทำให้การประสมประสานระหว่างคติ “เต๋า” และ “ขงจื้อ” ได้แจ่มชัดขึ้นในวรรณกรรม “ห้องสิน” จากการศึกษาพบอีกว่า เดิมทีที่ “เต๋า” และ “ขงจื้อ” ได้ปะทะสังสรรค์กันอยู่แล้วในกงล้อเฟิงเสินป๋ิง ยังมีการปะทะสังสรรค์ของ “พุทธ” เข้ามาอีกด้วย โดย “แม่เหล็ก” ที่ดึงดูด “พุทธ” เข้ามาใน กงล้อเฟิงเสินป๋ิง มาร่วมปะทะสังสรรค์กับ “เต๋า กับ ขงจื้อ” คือ “มูลเหตุบุญสัมพันธ์ที่มีต่อกัน” และ “นำทางให้หลุดพ้นจากการเกิด แก่ เจ็บ ตาย” เริ่มจากการให้ยืมของวิเศษของศาสนาพุทธ จนถึงมุนีทั้งสองแห่งศาสนาพุทธเดินทางมาดินแดนอาณานิคมด้วยตัวเอง แสดงถึง “พัฒนาการ” ของการเข้าร่วมปะทะสังสรรค์ของศาสนาพุทธกับ “เต๋า” และ “ขงจื้อ” ที่แรกเริ่มเดิมทีผสมกันอยู่แล้วใน กงล้อเล็ก หรือ กงล้อเฟิงเสินป๋ิง (ประกาศิตแต่งตั้งเทพเจ้า) การเดินทางมาดินแดนอาณานิคมด้วยตัวเองของมุนีทั้งสอง นอกจากจะสามารถช่วยสำนักฉานเจี้ยวทลายค่ายกลหมื่นเซียนของสำนักเจี้ยวเจี้ยวสำเร็จลงได้อย่างราบคาบแล้ว ยังทำให้การแต่งทัพไปล้มล้างราชวงศ์ซ่งของเจียงจื่อหยาสอดคล้องโยธิน ไร่ซึ่งขวากหนาม ที่สำคัญยังมีโอกาสพบเจอและรับผู้มีบุญสัมพันธ์เป็นศิษย์ นำพาผู้มีบุญสัมพันธ์เหล่านั้นกลับไปดินแดนสุชาติศึกษาพระธรรมคำสั่งสอนในศาสนาพุทธได้อย่างมากมายถึง “สามพันชีวิต”

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

จากการศึกษาเปรียบเทียบสันโดษในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาเต๋า

พระพุทธศาสนา	ศาสนาเต๋า	ความสันโดษ	คุณค่า/ผลกระทบ
-ความเพียร -เอาชนะความชั่วด้วย ความดี	- การรู้จักความดี - การรู้จักความชั่ว	หลักคำสอนในการ ดำเนินชีวิตเพื่อตนเอง	รู้จักความดีและความ ชั่ว รู้จักพอ รู้จักละ
-การปฏิบัติตนเพื่ออยู่ใน สังคม	-การปฏิบัติตนเพื่ออยู่ ในสังคม	หลักปฏิบัติตนในสังคม	การปฏิบัติเพื่ออยู่ใน สังคม กับการปฏิบัติ

-การปฏิบัติต่อสังคม	-การปฏิบัติต่อสังคม		หน้าที่ต่อสังคม
- จิตระดับโลกียะ - จิตระดับโลกุตตระ	จิตนั้นคือความว่างเปล่า อมตะ เวียงวาทวนกลับคืนไปสู่ความเป็นเต๋า	หลักปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้นหรือสภาวะธรรม	สภาวะธรรมสูงสุดเป็นสภาพที่ว่างเปล่าเหมือนกัน

จากแผนภูมิขั้นต้นสามารถอธิบายสั้นโดยในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาเต๋า ใน 2 ลักษณะคือ

1. หลักคำสอนในการดำเนินชีวิตเพื่อตนเอง ถ้ากล่าวถึงความสัมพันธ์เชิงสังคมไม่แตกต่างกัน ส่วนที่ต่างก็กันก็เป็นเพียงข้อปฏิบัติย่อย ในพระพุทธศาสนาเถรวาทมีความเพียรและการเอาชนะความชั่วด้วยความดี ก็คือการทำกุศลให้ถึงพร้อม ในศาสนาเต๋ามีการรู้จักความดีและความชั่ว รู้จักพอ รู้จักละ

2. หลักปฏิบัติตนในสังคม ทั้งสองแนวความคิดไม่แตกต่างกัน แต่ได้เสนอข้อวัตรปฏิบัติเหมือนกัน 2 ประการ คือ การปฏิบัติเพื่ออยู่ในสังคมก็คือหลักคุณธรรม กับการปฏิบัติหน้าที่ต่อสังคม

3. หลักปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้นหรือสภาวะธรรม ซึ่งแนวความคิดมีทั้งสองท่านมีความเหมือนกัน คือสภาวะธรรมสูงสุดเป็นสภาพที่ว่างเปล่าเหมือนกัน และเชื่อว่าจิตของมนุษย์สามารถพัฒนาได้เหมือนกัน ส่วนที่มีความแตกต่างกันคือพระพุทธศาสนาเถรวาทแบ่งจิตออกเป็น 2 ระดับ คือ จิตระดับโลกียะ กับจิตระดับโลกุตตระ คือสภาวะแห่งความหลุดพ้น “พระนิพพาน” ส่วนศาสนาเต๋าจิตนั้นคือความว่างเปล่า อมตะ เวียงวาทวนกลับคืนไปสู่ความเป็นเต๋า ก็คือสภาวะธรรมชาติแห่งสรรพสิ่งไม่มีที่สิ้นสุด

บทสรุป

การศึกษาเปรียบเทียบคุณค่าของการสันโดษในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาเต๋ารวมประกอบด้วย (1) คุณค่าที่เป็นคุณธรรมต่อตนเอง ถือเป็นหลักในการดำเนินชีวิต ในพระพุทธศาสนาเถรวาทมีข้อปฏิบัติพื้นฐานคือความเพียร การประกอบอาชีพสุจริต ส่วนศาสนาเต๋ามีการดำเนินชีวิตอยู่กับธรรมชาติ ปรากฏมีได้อยู่เพื่อตนเอง สรรพสิ่งในโลกเกิดจากสิ่งมีอยู่ในตัวของมันเอง (2) คุณค่าที่เป็นคุณธรรมต่อผู้อื่น ถือเป็นการรู้จักตนเองในสังคม มีความเหมือนกันอยู่ 2 ประการ คือ การปฏิบัติตนเพื่อดำรงตนในสังคมกับการปฏิบัติตนเพื่อสร้างคุณธรรมในสังคม (3) คุณค่าที่เป็นสภาวะธรรม ถือเป็นการพัฒนาจิตให้ก้าวเข้าสู่ความหลุดพ้น มีความเหมือนกันคือความหลุดพ้นแห่งจิต ความแตกต่างลักษณะการเรียกและวิธีปฏิบัติ ในพระพุทธศาสนาเถรวาทมีการพัฒนาจิตเข้าสู่พระนิพพาน ส่วนศาสนาเต๋ามีเพียงการศึกษาเรียนรู้ละความละโมภ ความหลุดพ้นแห่งจิต มีจิตอยู่เหนือธรรมชาติ เป็นอัมตะ

วิธีปฏิบัติสันโดษจัดแยกออกเป็น 3 ระดับ คือ (1) หลักคำสอนในการดำเนินชีวิตเพื่อตนเอง ถ้ากล่าวถึงความสัมพันธ์เชิงสังคมไม่แตกต่างกัน ส่วนที่ต่างก็กันก็เป็นเพียงข้อปฏิบัติย่อย ในพระพุทธศาสนาเถรวาทมีความเพียรและการเอาชนะความชั่วด้วยความดี ก็คือการทำกุศลให้ถึงพร้อม ในศาสนาเต๋ามีการรู้จักความดีและความชั่ว รู้จักพอ รู้จักละ (2) หลักปฏิบัติตนในสังคม ทั้งสอง



แนวความคิดไม่แตกต่างกัน แต่ได้เสนอข้อวัตรปฏิบัติเหมือนกัน 2 ประการ คือ การปฏิบัติเพื่ออยู่ในสังคมก็คือหลักคุณธรรม กับการปฏิบัติหน้าที่ต่อสังคม (3) หลักปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้นหรือสภาวะธรรม ซึ่งแนวความคิดมีทั้งสองท่านมีความเหมือนกัน คือสภาวะธรรมสูงสุดเป็นสภาพที่ว่างเปล่าเหมือนกัน และเชื่อว่าจิตของมนุษย์สามารถพัฒนาได้เหมือนกัน ส่วนที่มีความแตกต่างกันคือพระพุทธศาสนาเถรวาทแบ่งจิตออกเป็น 2 ระดับ คือ จิตระดับโลกียะ กับจิตระดับโลกุตระ คือสภาวะแห่งความหลุดพ้น “พระนิพพาน” ส่วนศาสนาเต๋า จิตนั้นคือความว่างเปล่า อมตะ เวียงวังหวงกลับคืนไปสู่ความเป็นเต๋า ก็คือสภาวะธรรมชาติแห่งสรรพสิ่งไม่มีที่สิ้นสุด

ข้อเสนอแนะ

ผลการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ทำให้ผู้วิจัยพบแนวความคิดใหม่ที่ได้รับมาจากผลการวิจัย เพื่อใช้เป็นแนวทางศึกษาเรียนรู้การรู้จักตนเอง และการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาเปรียบเทียบวิธีการละความโกรธในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาเต๋า
2. อิทธิพลของหลักธรรมที่มีผลต่อการดำเนินชีวิตสังคมปัจจุบันตามหลักศาสนา
3. ควรมีการศึกษาค้นคว้า การศึกษาเปรียบเทียบความเพียรในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาเต๋า

เอกสารอ้างอิง

- จำนงค์ ทองประเสริฐ. (2515). *ปรัชญาประยุกต์ชุดจีน*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แพรวพิทยา.
- ฉัตรสุมาลย์ กบิลสิงห์ ชาญเสน. (2530). *คัมภีร์เต๋าวัดบัพสมบุรณ์พร้อมอรรถกถา*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สยาม.
- ทองหล่อ วงศ์ธรรมมา. (2538). *ปรัชญาจีน*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์โอ.เอส. ฟันตั้งเข้าสู่.
- เทวฤทธิ์ ศรีไชยพล. (2563). “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องความสุขของปรัชญาลัทธิเต๋า”. *วารสารสังคมศาสตร์ปัญญาพัฒนา*. 2563; 2(1): 17-27.
- บุรินทร์ ศรีสมถวิล (2564). “พุทธ” “เต๋า” “ขงจื้อ” เหมือนหนึ่งเดียว? ใน “ห้องสิน” วรรณกรรมเอกสมัยราชวงศ์หมิง. *วารสารศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์*. 2564; 21(2): 117-156.
- ปานทิพย์ สุภณกร. (2525). *ปรัชญาจีน*. กรุงเทพมหานคร: ศรีเมืองการพิมพ์.
- พจนา จันทรสันติ. (2525). *วิถีแห่งเต๋า*. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร: เคล็ดไทยการพิมพ์.
- พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) ราชบัณฑิต. (2548). *พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุดคำวัด*. กรุงเทพมหานคร: วัดราชโอรสาราม, 2548.
- พระธรรมโสภณ (ฟื้น ปาสาทิโก). (2519). *สันโดษทำให้ไทยล้าหลังหรือ*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ไทยเกษม.
- พระมหาจรัญ วิจารณ์เมธี. (2541). การศึกษาวิเคราะห์ปรัชญาเรื่องสันโดษในพระพุทธศาสนาเถรวาท. *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

- พระมหาสมชาย ฐานวุฑโฒ. (2547). *หนังสือมงคลชีวิต 38 ประการ ฉบับทางก้าวหน้า*. ปทุมธานี: วัดพระธรรมกาย.
- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ลำดวน ศรีมณี. (2548). *จริยธรรมและจริยศาสตร์ตะวันออก*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สหธรรมิก.
- วชิรญาณวโรรส, สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยา. (2522). *วินัยมุขเล่ม 2*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย.
- สามารถ มั่งส้ง. (2557). *ความสันโดษที่มาแห่งความพอเพียง*. กรุงเทพมหานคร: ม.ป.พ.
- สุชน ประวัติดี. (2562). รูปแบบการพัฒนาความสันโดษในกระบวนการเสริมสร้างพฤติกรรมจิตสังคมของเยาวชน. *วารสารมหาจุฬาราชการ*. 2562; 6(2): 31-45.
- สุวรรณ สถาอานันท์. (2548). *กระแสแห่งปรัชญาจีนข้อโต้แย้งเรื่องอำนาจและจารีต*. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- Fung Yu-Lan. (1964). *A Short History of Chinese Philosophy*. New York: The Macmillian Co.,.
- Pierra. (2565). *ทุกข์จิต*. สืบค้นเมื่อวันที่ 20 มกราคม 2565 จาก <http://www.oknation.net/blog/pierra>.
- Pierra. (2565). *สันโดษ*. สืบค้นเมื่อวันที่ 20 มกราคม 2565 จาก www.oknation.net/blog/pierra.

