

## สันติสุขตามหลักพุทธปรัชญา

## Peace Based on Buddhist Philosophy

พระมหาสมใจ ปญญาทีโป (โสดาชัย)\*

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

Phramaha Somjai Panyathepo Sodachai

Mahamakut Buddhist University, Thailand.

Received: 21/11/2022

Revised: 27/12/2022

Accepted: 29/12/2022

DOI: 10.14456/jdl.2022.16

Corresponding Author Email: [phramahasomjai999@gmail.com](mailto:phramahasomjai999@gmail.com)\*

Cite: Sodachai, S. (2022). Peace Based on Buddhist Philosophy. *Journal of Dhamma for Life*, 28(4), 1-13.

### บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสันติสุขตามหลักพุทธปรัชญา เริ่มตั้งแต่ความหมายของสันติสุขอันหมายถึงความสุขที่เกิดจากความสงบ ดังพุทธศาสนสุภาษิตที่ว่า นตถิ สนฺติปรํ สุขํ สุขอื่นยิ่งกว่าความสงบไม่มี เมื่อจำแนกประเภทของสันติสุขตามหลักพุทธปรัชญาแล้ว สามารถจำแนกสันติสุขโดยหลักใหญ่ๆเป็น 2 ประการได้แก่ 1) โลกียสันติสุข คือความสุขอันเป็นวิสัยของโลก สุขที่อิงอาศัยโลกเป็นความสุขที่เกี่ยวกับภพและภูมิภพ 2) โลกุตตรสันติสุข คือความสุขอันเป็นเรื่องภายในจิตใจที่เกิดจากการปฏิบัติด้วยสติปัญญา เป็นความสงบ สันติสุขอันนี้เกิดขึ้นภายในจิตใจโดยแท้ สันติสุขมีความสำคัญในลักษณะทำให้เกิดความสบาย ความเย็นใจ ความสงบระงับ เป็นความสุขที่เกิดจากภาวะแห่งความสงบและสามารถพัฒนาให้ก้าวหน้าไปถึงความอิสระจากปัจจัยทั้งปวง อันเรียกว่าบรมสุข มีเป้าหมายที่ก่อให้เกิดความร่มเย็น เป็นความสุขสะอาดสงบ เป็นความสุขที่ไร้อาภิสเหตุกมลแก่ผู้อื่นทุกคนที่เกี่ยวข้อง เป็นการพัฒนาจิตไปสู่ความอิสระแห่งการรู้แจ้งอริยสัจอันเป็นหลักสูงสุดในพุทธปรัชญา ในด้านวิธีปฏิบัติหรือดำเนินชีวิตเพื่อถึงจุดหมาย คือ สันติสุขชั้นต่าง ๆ นั้น พระพุทธเจ้าก็ได้ทรงสั่งสอนไว้ครบถ้วนทุกระดับรวมเข้าอยู่ในไตรสิกขา 3 คือ ข้อที่จะต้องศึกษาฝึกหัดอบรมกาย วาจา จิตใจ และปัญญา ให้ยิ่งขึ้นไปจนบรรลุสันติสุขอันสูงสุด คือ พระนิพพาน

คำสำคัญ: สันติสุข; พุทธปรัชญา; ไตรสิกขา

## Abstract

This article aims to study peace according to Buddhist philosophy. Starting from the meaning of peace, which means the happiness that comes from peace. As the Buddhist proverb says, Natthi Santiparam Sukham. There is no other happiness than peace. When categorizing the types of peace according to Buddhist philosophy Peace can be divided into two main principles: 1) worldly peace is the happiness that is the nature of the world of happiness that depends on the world is the happiness that is related to the world and the world. 2) Peaceful world. It is the happiness that is intrinsic to the mind that arises from the practice of wisdom, which is peace. Peace is essential in such a way that it brings comfort, calmness, and calmness. It is the happiness that arises from a state of calm and can progress to freedom from all factors. That is called Boromsuk have a goal that causes the cold It is blissful, clean and peaceful. It is a joy that has no ambition to benefit all others involved. It is the development of the mind towards the freedom of enlightenment, which is the supreme principle in Buddhist philosophy. In terms of how to practice or live in order to reach the goal, namely the various levels of peace, the Buddha has taught at all levels and included in the Thrisikkha, which is the need for further study and training of body, speech, mind, and wisdom until attaining peace. The highest one is Nirvana.

**Keywords:** Peace; Buddhist philosophy; three studies

## 1. บทนำ

ในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ที่พยายามแสวงหาสันติสุขให้เกิดขึ้นในการดำเนินชีวิต ท่ามกลางสภาวะการณ์ทางสังคมปัจจุบัน ที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านพื้นฐานทางเศรษฐกิจและบริบททางสังคม พร้อมกับการแพร่ระบาดของเชื้อโรคไวรัสโคโรนา 2019 ทำให้วิถีการดำเนินชีวิตค่อยๆเปลี่ยนไปตามกระแสสังคมและสภาวะการณ์ การดำเนินชีวิตที่เคยเรียบง่ายสงบสุขจึงค่อยๆเปลี่ยนไปด้วย เพราะต้องปรับตัวให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงที่กำลังเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว ถ้าไม่ปรับตัวการดำเนินชีวิตก็จะอยู่ยากลำบากและไม่ทันต่อโลกปัจจุบัน ที่สำคัญคือทำอย่างไรมนุษย์จะดำเนินชีวิตอย่างสงบสุขอยู่ในสังคม

ที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วมีการแข่งขันทางเศรษฐกิจสูงประกอบกับการแพร่ระบาดของไวรัสโคโรนา 2019 ที่คู่สับสนวุ่นวายนี้ได้

แน่นอนว่ามนุษย์ทุกคนที่ถือกำเนิดเกิดขึ้นมาในโลกนี้แล้ว ล้วนต้องการให้เกิดความสงบสุขในการดำเนินชีวิตทั้งภายนอกและภายใน ไม่มีใครต้องการให้เกิดความขัดแย้งความวุ่นวายอันเป็นเหตุให้การดำเนินชีวิตไม่สงบสุขหรือไม่สันติสุข คำถามต่อมาคือแล้วสันติสุขคืออะไร สันติสุขมีกี่ประเภท สันติสุขมีความสำคัญอย่างไร แล้วมนุษย์ควรปฏิบัติอย่างไรจึงจะดำเนินชีวิตให้เกิดสันติสุขหรือสงบสุข ดังนั้นบทความนี้จึงต้องการศึกษาว่าตามหลักพุทธปรัชญามีทัศนะอย่างไรต่อประเด็นสันติสุขดังกล่าว

## 2. สันติสุข

คำว่า “สันติสุข” ซึ่งประกอบขึ้นจากคำว่า สันติ 1 ศัพท์ กับ สุข อีก 1 ศัพท์ ดังนี้ คำว่า “สันติ” ในภาษาบาลีคือ “สนฺติ” สันติระงับ นิพพานความระงับเป็นไปในอรรถ คือ 1. โมกข (นิพพาน) 2. สิว (ดี, งาม) 3. สม (ความสงบ) ความสงบระงับ ระงับดับหาย ความสงบ สุข ความสบายความสำราญ ผู้พึงพึงสงบ ระงับ ประเสริฐ คนมีปัญญา สัตบุรุษ สันติเป็นชื่อของพระนิพพาน พระนิพพาน คือ ความสงบความระงับ ความว่างสงบ ความสงบระงับ ความราบคาบ ความดี ความงาม ความสงบ ความราบคาบ ความสงบราบคาบ สันติภาพ “สันติ” แปลว่า ความสงบอาจหมายถึง สถานะแห่งความเงียบ ภาษาสันสกฤต ศานติ แปลว่า ความสงบสันติความสงบ “สันติ” ความสงบ (มาจากศานติในภาษาสันสกฤต) เช่นอยู่ร่วมกันโดยสันติ “ศานติ” ซึ่งเป็นคำสันสกฤตเป็นภาษาที่ชาวฮินดูนิยมใช้มีความหมายเช่นเดียวกับสันติในภาษาบาลี แปลความหมายว่า “ความสงบ” แต่คำว่า “ศานติ” ในสันสกฤตยังหมายรวมถึง “การระลึกถึงพระผู้เป็นเจ้าด้วยอาการสงบ” (หลวงวิจิตรวาทการ, 2510: 98) ในพุทธศาสนาสุทธาปิฎกที่ว่า นตฺถิ สฺนติปริ สุขํ แปลว่า สุขอื่นยิ่งกว่าความสงบไม่มี หมายถึง ความสุขเป็นสิ่งที่ทุกคนแสวงหาและปรารถนาที่จะได้มาครอบครองเป็นของตนให้ยาวนานที่สุดเท่าที่จะนานได้ ข้อสำคัญต้องสร้างขึ้นมด้วยตนเอง ตามขั้นตอนอย่างเป็นระบบระเบียบตามหลักคำสอนของพระพุทธเจ้า อันกำหนดไว้เป็นแนวทางประพฤติปฏิบัติ โดยเริ่มตั้งแต่วินัยพื้นฐานจนถึงขั้นสูงสุด จะได้สุขมาก สุขน้อย ขึ้นอยู่กับสติปัญญาของแต่ละคนที่จะพิจารณาว่าต้องการสุขแบบใด มีทั้งความสุขชั่วครั้งชั่วคราว สุขบ้าง ทุกข์บ้าง และความสงบสุขหรือสุขถาวร ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปัจจัยของแต่ละคน (พระพรหมคุณาภรณ์, 2552: 453)

สันติ ความสงบ ความระงับดับหายหมดไปแห่งความพลุ่งพล่านเร่าร้อนกระวนกระวาย ภาวะเรียบรึ้นไร้ความสับสนวุ่นวาย ความระงับดับไปแห่งกิเลสที่เป็นเหตุให้เกิดความเร่าร้อนวุ่นวุ่น เป็นไวพจน์หนึ่งของนิพพาน (Thepa, 2019)

สุข ความสบาย, ความสำราญ, มี 2 คือ 1) กายิกสุข สุขทางกาย 2) เจตสิกสุข สุขทางใจ(สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์, 2561: 496)

รวมคำว่า “สันติ+สุข” คือ ความสงบ ความสบาย ความสำราญ สงบระงับดับหายหมดไปแห่งความพลุ่งพล่านเร่าร้อนกระวนกระวาย ภาวะเรียบรื่นไร้ความสับสนวุ่นวาย ความสุข ความสะดวก ความเย็น ความสุขมีหลายแบบ กล่าวคือ สุขของชาวบ้านกับบรรพชิตสุข สุขจากการบวชหรือสุขของนักบวช สุขทางกายกับสุขทางใจ สุขเกิดจากสมาธิไม่ว่าอุปจาระหรืออัปปนาภิตาม กับ อสมาธิสุข สุขที่ไม่ถึงสมาธิ ความระงับดับไปแห่งกิเลสที่เป็นเหตุให้เกิดความเร่าร้อนวุ่นวุ่นมัว สันติสุข ความสุขที่เกิดจากความสงบ เช่น รัฐบาลบริหารประเทศเพื่อสันติสุขของประชาชน (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554, 2556: 1206)

ดังนั้น “สันติสุข” จึงหมายถึง ความสุขที่มีลักษณะแห่งความเงียบ ความสะดวก ความเย็นใจ โดยที่สุขมีหลายระดับ สุขของชาวบ้านอันเกิดจากกาม สุขจากการบวชอันปลอดโปร่งจากกาม สุขทางกาย สุขทางใจ ความระงับดับไปแห่งกิเลสที่เป็นเหตุให้เกิดความเร่าร้อนวุ่นวุ่นมัว ความสงบระงับทางกายและทางใจ เป็นความสุขที่เกิดจากภาวะแห่งความสงบ

### 3. ประเภทของสันติสุขตามหลักพุทธปรัชญา

จากการศึกษาจึงพบว่า มีการแบ่งประเภทของสันติสุขเป็น 2 ประเภท คือ 1) โลกียสันติสุข และ 2) โลกุตตรสันติสุข ดังนี้

#### 1) โลกียสันติสุข

โลกียสุข คือ สุขที่เนื่องด้วยโลกียธรรม หมายถึง ความสุขอันเป็นวิสัยของโลก สุขที่อิงอาศัยโลก เป็นความสุขที่เกี่ยวกับภพและภูมิภพ ในที่นี้หมายถึงโลกเป็นที่อยู่ของสัตว์ ภาวะของชีวิตของสัตว์ ภูมิ หมายถึงชั้นหรือระดับจิตใจระดับชีวิตของสัตว์ที่จะไปเกิด ซึ่งจำแนกโดยภูมิมี 3 ภพ คือ กามภพ รูปภพ และอรุภพ เป็นการแสดงให้เห็นลำดับขั้นของความสุข-ทุกข์ ในชั้นโลกียะที่เป็นรูปธรรมชัดเจน (บุญมี แทนแก้ว, 2546: 89)

โลกียภูมิอันเป็นชั้นแห่งจิต ระดับจิตใจ ระดับชีวิตในภูมิ ดังนี้ 1) กามาวจรภูมิ ชั้นที่ท่องเที่ยวอยู่ในกาม ระดับจิตใจที่ยังปรารภกามเป็นอารมณ์ คือ ยังเกี่ยวข้องกับกามคุณ ระดับจิตใจของสัตว์ในกามภพ ทั้ง 11 ชั้น 2) รูปาวจรภูมิ ชั้นที่ท่องเที่ยวอยู่ในรูป ระดับจิตใจที่ปรารภรูปธรรมเป็นอารมณ์ ระดับจิตใจของท่านผู้ได้ฌานหรือผู้อยู่ในรูปภพทั้ง 16 ชั้น) และ 3) อรูปาวจรภูมิ ชั้นที่ท่องเที่ยวอยู่ในอรูป ระดับจิตใจที่ปรารภอรูปธรรมเป็นอารมณ์ ระดับจิตใจของท่านผู้ได้อรุณหรือผู้อยู่ในอรุภพทั้ง 4 ชั้น) ทั้ง 3 ภูมิ นี้เป็นความสุขที่จัดอยู่ในความสุขประเภทโลกียสุข มีลำดับความเข้มข้นของความสุข มีความหมาย

และความละเอียดประณีตต่างกัน สุดแต่กรรมที่แต่ละคนกระทำไว้ แต่ความสุขดังกล่าว ย่อมมีการเปลี่ยนแปลงตามกฎไตรลักษณ์ ไม่ทำให้พ้นทุกข์ ดังนั้น ความสุขโดยนัยนี้ ผู้ศึกษาเห็นว่า เป็นความสุขที่เป็นสุขที่เข้าข่ายสันติสุข จึงขอเรียกว่า “โลกียสันติสุข” อย่างไรก็ตาม ก็ยังคงเป็นสุขที่ยังเนื่องอยู่ในกระแสโลก ไม่ยั่งยืน จึงควรแสวงหาความสุขและสันติที่เป็นอิสระ พ้นจากสิ่งทั้งปวง อันเป็นสันติสุขที่สูงขึ้นไป

## 2) โลกุตตรสันติสุข

โลกุตตรสุข คือ ความสุขที่อยู่เหนือวิชาวโลก หมายถึง ความสุขอันเป็นเรื่องภายในจิตใจที่เกิดจากการปฏิบัติด้วยสติปัญญา เป็นความสุข สันติอันนี้เกิดขึ้นภายในจิตใจโดยแท้ ความสุขนี้ เป็นความสุขบรรจบ เป็นสันติภาวะ จึงขอเรียกว่า “โลกุตตรสันติสุข” ซึ่งในระดับนี้ จะเข้าถึงได้ด้วยหลักอริยมรรค อันเป็นแนวทางแห่งการปฏิบัติของบุคคล เพื่อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ที่เรียกว่า “ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา” ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ได้แก่ อริยมรรค ซึ่งแปลว่า มรรคหรือหนทางอันประเสริฐ (เป็น มุทกัณฑ์, 2535: 62) ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ปฏิปทาสายกลางนั้นที่ตถาคตได้ตรัสรู้แล้วด้วยปัญญาอันยิ่ง ทำดวงตาให้เกิด ทำญาณให้เกิด ย่อมเป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน ภิกษุทั้งหลาย ข้อนี้แลเป็นทุกขอริยสัจ...เป็นทุกขสมุทัยอริยสัจ...ทุกขนิโรธอริยสัจ...เป็นทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ คือ อริยมรรคมีองค์ 8 นี้แล” (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์, (ป.อ. ปยุตฺโต), 2561: 544) ในขั้นนี้โลกุตตรภูมิอันเป็นขั้นแห่งจิต ระดับจิตใจระดับชีวิตในภูมิ 4 ดังได้กล่าวมาแล้ว คือ ขั้นที่พ้นจากโลกระดับแห่งโลกุตตรธรรม ระดับจิตใจของพระอริยเจ้าอันพ้นแล้วจากโลกียภูมิ 3 ข้างต้น

## 4. ความสำคัญของสันติสุขตามหลักพุทธปรัชญา

สันติสุขมีความสำคัญในลักษณะทำให้เกิดความสบาย ความเย็นใจ ความสงบบรรจบ เป็นความสุขที่เกิดจากภาวะแห่งความสงบและสามารถพัฒนาให้ก้าวหน้า ไปถึงความอิสระจากปัจจัยทั้งปวง สันติสุข มีความสำคัญที่ต้องมีความเข้าใจ เห็นชอบถูกต้องในเรื่องโลกและชีวิต เมื่อมีความเห็นที่ถูกต้องแล้ว การดำเนินชีวิตก็จะเป็นอย่างถูกต้อง ความคิด คำพูด และการกระทำ ก็จะปรากฏออกมาในทางที่ดีงาม การเข้าใจในวิชาการทางโลกยังไม่จัดว่าเป็นสันติสุข ต่อเมื่อใดมีความเข้าใจในเรื่องโลก เรื่องชีวิตอย่างถูกต้อง เมื่อนั้นจึงจะเป็นสันติสุข ปรากฏว่ามีการแสดงความสำคัญของสันติสุข จึงขอนำมาแสดงไว้ 5 ข้อ (เป็น มุทกัณฑ์, 2535: 145) ดังนี้คือ

1) สันติสุข เป็นความร่มเย็น การเว้นการกระทำที่ชั่ว การช่วยเหลือเกื้อกูลกันในสังคม การมีศีล คือ การสำรวมระวังยับยั้งกายวาจา การแสดงออกด้วยพรหมวิหารธรรมมีเมตตากรุณา เป็นต้น มุ่งเน้นสันติสุขความร่มเย็นเป็นสุขของสังคม ความอยู่เย็นเป็นสุขของบุคคล การประสบความเจริญก้าวหน้าใน



ชีวิตในทางโลก เช่น ลาภ ยศ เกียรติ สรรเสริญ และการไปเกิดในภพที่มีความสุข เรียกว่า อยู่ในชั้นมนุษย์สมบัติและสวรรค์สมบัติ หรือทิฏฐธัมมิกัตถะ และส่วนเบื้องต้นของสัมปรายิกัตถะ ศีลธรรมที่กล่าวนี้ก็คือ ศีล เมื่ออยู่ดีได้ปัญหาก็คงจะหมดไป (ปิยทัสสี ภิกขุ, 2540: 65)

2) สันติสุข เป็นความสุขคนทั่วไป มีความสุขพื้นฐานเป็นความสุขโดยตัวของมันเองและเป็นฐานรองรับที่ช่วยให้ได้รับความสุขจากการเสพอารมณ์ต่าง ๆ ความสุขพื้นฐานนี้ ได้แก่ ภาวะที่จิตใจปลอดโปร่งผ่องใสเจิดจ้า ไม่มีความมัวหมองวุ่นวายหรือเรื่องติดค้างกังวลใจใด ๆ มีความสะอาดสว่างสงบอย่างไรก็ตามผู้มีภาวะจิตใจเช่นนี้ย่อมเรียกว่า เป็นผู้มีมีความสุข

3) สันติสุข เป็นความสงบ สันติความสุขเป็นสุขที่ถูกตัดหาปรุงแต่ง อยู่ใต้อิทธิพลของตัณหา คือเนื่องด้วยความพอใจ ไม่พอใจที่สั่งสมไว้เป็นความเคยชิน ภาวะเช่นนี้นำไปสู่ปัญหาต่าง ๆ เช่น ความขัดแย้ง ภายในจิตใจบุคคล ความกระทบกระทั่งระหว่างบุคคล เป็นต้น เป็นต้นของความยุ่งยากเดือดร้อนวุ่นวาย เป็นอันมาก ซึ่งตรงข้ามกับความสุขไร้อาฆังมาดร้ายใน เกิดแก่ใครเมื่อใดก็มีแต่เป็นคุณให้ความสบายเป็นที่พอใจ แก่ผู้นั้นทันที และเกื้อกูลแก่ผู้อื่นทุกคนที่เกี่ยวข้อง ยิ่งเป็นสุขกันได้มากคนก็ยิ่งดีมีแต่ส่งเสริมให้เป็นสุขกันยิ่งขึ้น เพราะไม่มีอะไรจะต้องแก่งแย่งช่วงชิงกัน จึงมีแต่จะนำไปสู่การระงับปัญหาและมีแต่ความสงบสุข (พระพรหมคุณาภรณ์, 2552: 154)

4) สันติสุข เป็นการพัฒนาจิตไปสู่ความอิสระจากปัจจัยทั้งปวง เมื่อคนวางใจถูกต้องต่อกาม คลายความติดพันในกามคุณ เลิกหมกมุ่นในกามสุขได้ เขาก็มีสิทธิหรือเป็นผู้พร้อมที่จะทำความรู้จักกับฌานสุขที่ประณีต ลึกซึ้งยิ่งขึ้นไป และฌานสุขนั้น ต้องอาศัยความตั้งงาม เมื่อเขาได้รับฌานสุขแล้วจิตของเขาจะเต็มดำน้อมดิ่งไปในอารมณ์ของฌานอันประณีตลึกซึ้งกว่ากันขึ้นไปตามลำดับ จนถึงขั้นสูงสุดภูมิขั้นแห่งการบรรลุเช่นนี้ นับว่า ประเสริฐสุดสูงสุด เลิศ ยากที่ใคร ๆ จะเข้าถึงได้ ผู้ที่สามารถปล่อยวางละความติดใจพัวพันในภาวะเลิศล้ำของฌานสมาบัติเหล่านี้ได้ คือ ถอนความติดในกามคุณได้ขั้นหนึ่งแล้ว ยังถอนความติดในสมาบัติได้อีก ไม่มีความเกี่ยวเกาะติดพันในสิ่งใด ๆ เลย เขาก็จะถึงภาวะหลุดพ้นเป็นอิสระโดยสมบูรณ์ นี่คือภาวะ เรียกว่า นิพพาน

5) สันติสุข เป็นเหตุปัจจัยให้กุศลธรรมอื่น ๆ ได้เกิดขึ้น สุขที่ยังเป็นสุขเวทนาหรือสุขที่ยังเสวยอารมณ์ ล้วนเป็นทุกข์ทั้งสิ้นที่ล้วนเป็นสังขารธรรม จึงย่อมเป็นทุกข์ทั้งสิ้น เมื่อรู้เข้าใจตามความเป็นจริงว่า สุขก็ดี ทุกข์ ก็ดี อทุกขมสุขก็ดี ล้วนไม่เที่ยงตามกฎไตรลักษณ์ ต้องดับไปเป็นธรรมดาแล้ว หหมดใครหาติดในเวทนาทั้ง 3 นั้น จนจิตหลุดพ้นเป็นอิสระได้แล้ว เมื่อนั้นจึงจะประสบสุขเหนือเวทนาหรือสุขที่ไม่เป็นเวทนาไม่อาศัยการ เสวยอารมณ์ที่เป็นขั้นสูงสุด จิตใจที่ปราศจากสิ่งมัวหมองรบกวนไม่มีอะไรค้ำกั้นกังวลไม่เกาะเกี่ยวกับอารมณ์ ที่เสพเสวยอย่างใด ๆ ย่อมปลอดโปร่งเปิดกว้างแผ่ออกไปได้อย่างไร้ขีดจำกัด มีลักษณะอย่างที่ท่านเรียกว่า มี จิตใจไร้เขตแดน ภาวะจิตเช่นนี้จะเปี่ยมสุขผ่องใสเบิกบานโปร่งโล่งอย่างไร

เป็นประสบการณ์เฉพาะที่ผู้หลุดพ้น แล้วมีเป็นพิเศษ ต่างจากปุถุชนทั้งหลาย ซึ่งปุถุชนไม่เคยประสบจึงยากจะคาดคะเน แต่ก็พอจะนึกถึงได้ว่า เป็นภาวะที่เลิศล้ำอย่างหนึ่ง เสวยวิมุตติสุขที่ประเสริฐกว่า

สรุปได้ว่า ความสำคัญของสันติสุข คือ มีเป้าหมายที่ก่อให้เกิดความร่มเย็นเป็นความสุขสะอาดสงบ เป็นความสุขที่ไร้อามิสเกื้อกูลแก่ผู้อื่นทุกคนที่เกี่ยวข้อง เป็นการพัฒนาจิตไปสู่ความอิสระแห่งการรู้แจ้งอริยสัจ เป็นเหตุปัจจัยให้กุศลธรรมอื่น ๆ ได้เกิดขึ้น เพราะความร่มเย็นเป็นความสุขเป็นจุดเปลี่ยนแปลงที่อาจนำวิถีสรีชีวิตและสังคม มนุษย์ไปสู่ความดีความเจริญ ดังนั้น การได้ศึกษาความสำคัญของสันติสุขตามหลักพุทธปรัชญาเป็นเบื้องต้น จึงช่วยให้เกิดความเข้าใจในสันติสุข เมื่อเข้าใจแล้วก็จะเห็นความสำคัญ เมื่อเห็นความสำคัญก็จะพยายามในการสร้างสันติสุขให้เกิดขึ้นได้ตามลำดับ

## 5. เป้าหมายของสันติสุขตามหลักพุทธปรัชญา

สันติสุขนั้นมีลักษณะแห่งความเจียบ ความสะดวก ความเย็นใจ ความระงับดับไป ห่างจากกิเลสที่เป็นเหตุให้เกิดความเร่าร้อนวุ่นวุ่นขุ่นมัว ความสงบระงับ สงบกาย สงบใจ เป็นความสุขที่เกิดจากภาวะแห่งความสงบ (พระครูปลัดสุวัฒนเมธาคุณ, 2015) อันเป็นผลจากสัมมาทิฏฐิและองค์ธรรมปฏิบัติที่เกี่ยวข้องความสุข มีที่มาได้ 2 ทาง คือ 1) ความสุขภายในเป็นความสุขเป็นความสงบสันติที่เกิดขึ้นภายในจิตใจ ไม่ได้ขึ้นอยู่กับการณ์ หรือไม่มีปัจจัยภายนอกโดยตรง มักจะเป็นความสุขในระดับจิตและปัญญา และ 2) ความสุขภายนอกมักจะสัมพันธ์กับปัจจัยต่าง ๆ ในการดำรงชีวิตความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ด้วยกัน และปัจจัยทางสิ่งแวดล้อม การมีสติเมื่อรู้ตัวเองก็สามารถกำกับให้ปฏิบัติได้ถูกต้อง ทั้งทางกายทางจิต ทางสังคม และทางปัญญา หรือที่เรียกว่า ภาวนา (วริยา ชินวรรโณ, 2546: 102) หรือการทำให้เจริญ 4 ประการ อันก่อให้เกิดประโยชน์สุขอย่างยั่งยืน แต่สันติภาวะที่สูงที่สุด คือ พระนิพพาน

## 6. แนวทางการสร้างสันติสุขอย่างยั่งยืนตามหลักพุทธปรัชญา

ผู้ศึกษาได้แบ่งปัจจัยที่ทำให้เกิดสันติสุขเป็น 2 ระดับ คือ 1) ปัจจัยภายนอก และ 2) ปัจจัยภายใน ดังนี้

### ปัจจัยภายนอกที่ก่อให้เกิดสันติสุขตามหลักพุทธปรัชญา

สันติสุข ตามที่ได้กล่าวถึงไว้ในความหมายตามตัวอักษร หมายถึง ความสุขที่มีลักษณะแห่งความเจียบ ความสะดวก ความเย็นใจ ความระงับดับไปแห่งกิเลสที่เป็นเหตุให้เกิดความเร่าร้อนวุ่นวุ่นขุ่นมัว ความสงบระงับ สงบกาย สงบใจ เป็นความสุขที่เกิดจากภาวะแห่งความสงบ และโดยที่สันติสุขในระดับนี้จะเป็นความสุขสงบของฆราวาสหรือคฤหัสถ์ จำเป็นต้องอาศัยปัจจัยคือสาราณียธรรม 6 (มหามกุฏ

ราชวิทยาลัย, 2525: ที.ปา. (ไทย) 11/317/211-212) สารานุกรมธรรม 6 คือ ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งความให้ระลึกถึง, ธรรมเป็นเหตุที่ระลึกถึงกัน, ทำให้มีความเคารพกัน ช่วยเหลือกัน และสามารถพร้อมเพรียงกัน (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์, 2561: 485)

การที่หมู่คณะหรือสังคมใดเกิดความไม่สันติสุข แยกแยก หรือมีปัญหาอันวุ่นวาย ก็เป็นเพราะว่าคนในหมู่คณะหรือสังคมนั้นละเลยหลักธรรมเรื่องความสามัคคี จึงทำให้เกิดสิ่งเหล่านี้ขึ้นมาคือขาดความรัก ขาดความเมตตา ต่างอิจฉาริษยา นินทาว่าร้ายกัน เบียดเบียนและรังแกกัน เห็นแก่ตัวถืออภิสิทธิ์ อ้างอำนาจบาตรใหญ่ และมีความคิดเห็นที่ไม่ตรงกัน ต่างคนต่างก็ถือความคิดของตนเป็นใหญ่อยู่ตลอดเวลา

ถ้าหากทุกคนในสังคมเรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข เข้าอกเข้าใจซึ่งกันและกัน ยอมรับในความแตกต่างของกันและกัน เคารพในกฎกติกาเดียวกัน รู้จักแบ่งปันช่วยเหลือกัน ให้กำลังใจซึ่งกันและกัน และรู้จักการให้อภัยกันอยู่ตลอดเวลา สังคมของเราก็จะมีความอบอุ่นและน่าอยู่เต็มเปี่ยมไปด้วยความสงบสุข สิ่งดังกล่าวมานี้สามารถทำให้เกิดขึ้นได้โดยการเสริมสร้างความสามัคคีเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันของคนในสังคมเรื่องของความสามัคคีนั้น พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสถึงหลักธรรมที่เป็นแนวทางในการเสริมสร้างความสามัคคีให้เกิดขึ้นในหมู่คณะในสังคม ไว้ 6 ประการ ซึ่งมีปรากฏในพระไตรปิฎก (ฉบับหลวง) เล่มที่ 11 สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย ปาฎิกวรรค จัดอยู่ในหมวดธรรมที่เรียกว่าสารานุกรมธรรม 6 คือ

1) เมตตาการุณยธรรม (ตั้งเมตตาการุณยธรรมในเพื่อนพรหมจรรย์ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง) หมายถึง สนับสนุนช่วยเหลือกันทางด้านกำลังใจ ด้วยการช่วยเหลือกิจธุระต่าง ๆ ของหมู่คณะด้วยความเต็มใจ เช่น ช่วยถือสิ่งของ ช่วยทำความสะอาดที่อยู่อาศัย หาดอาหารให้รับประทาน ซักเสื้อผ้าให้ แสดงอาการกิริยาสุภาพต่อกัน มีหน้าตายิ้มแย้มแจ่มใสต่อกัน เคารพนับถือกัน รู้จักอ่อนน้อมถ่อมตน ไม่ยกตนข่มท่าน มีสัมมาคารวะ ไม่ไปเบียดเบียนหรือใช้กำลังข่มเหงผู้อื่น ไม่ใช้กำลังในการแก้ไขปัญห ทั้งต่อหน้าและลับหลัง

2) เมตตาวชิกรรม (ตั้งเมตตาวชิกรรมในเพื่อนพรหมจรรย์ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง) หมายถึง การพูดแต่สิ่งที่ดีงาม พูดกันด้วยความรักความปรารถนาดี รู้จักการพูดให้กำลังใจซึ่งกันและกันในยามที่เพื่อนร่วมสังคมประสบกับความทุกข์ ความผิดหวัง หรือปัญหาต่าง ๆ ควรพูดแนะนำแต่สิ่งที่ดี แจ้งสิ่งที่ประโยชน์สั่งสอน แนะนำตักเตือนด้วยความหวังดี พูดอย่างใดก็ทำอย่างนั้น ไม่โกหกมดเท็จ กล่าววาจาสุภาพ ใช้วาจาที่แสดงความเคารพนับถือต่อกัน เคารพกันด้วยเหตุผล ด้วยสติปัญญา ไม่ใช่โทษว่าเป็นตัวนำพูดอย่างมีจิตสำนึกในผลประโยชน์สุขร่วมกันพูดจาสร้างสรรค์ หากไม่มีความสามารถที่จะพูดแนะนำอะไรใครได้ ก็ไม่ควรพูดซ้ำเติม หรือนำไปนินทาว่าร้าย หรือกล่าวร้ายเสียดสีประชดประชันกัน ไม่ว่าจะเป็นต่อหน้าหรือลับหลัง



3) เมตตามโนกรรม (ตั้งเมตตามโนกรรม ในเพื่อนพรหมจรรย์ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง) หมายถึง การคิดดี มองกันในแง่ดี มีความหวังดี ปราศจากอคติ มีความรักความเมตตาต่อกัน คิดทำแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์แก่กัน คิดพิจารณาวินิจฉัย คิดวางแผนต่าง ๆ โดยมุ่งทำให้เกิดประโยชน์สุขร่วมกัน ไม่คิดทำร้ายซึ่งกันและกัน ไม่คิดอิจฉาริษยา ไม่คิดอคติ ไม่คิดพยาบาทไม่คิดผูกโกรธแค้นเคืองกัน รู้จักให้อภัยและให้อภัยต่อกันอยู่เสมอ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง

4) สาธารณโภคี (ไม่หวงสิ่งของ ได้ของสิ่งใดมาโดยชอบธรรมก็แบ่งปันกัน) หมายถึง ได้สิ่งใดมาก็รู้จักแบ่งกันกินแบ่งกันใช้ แม้เป็นของเล็กน้อยก็ยินดีแจกจ่ายให้กับทุกคนได้มีส่วนร่วมใช้หรือบริโภคทั่วกัน รู้จักแบ่งปันผลประโยชน์ต่อกันด้วยความชอบธรรม ช่วยเหลือเกื้อกูลกันตามอัธยาศัย เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกัน อยู่เสมอตามโอกาสอันควร รู้จักเฉลี่ยแจกจ่ายสงเคราะห์ เช่น บริจาคอาหาร เครื่องอุปโภคบริโภค เครื่องไม้เครื่องมือ ตลอดจนวิทยาการความรู้ต่าง ๆ ให้แก่เพื่อนมนุษย์ รู้จักใช้ทรัพยากรธรรมชาติร่วมกันโดยไม่ทำลายระบบนิเวศสิ่งแวดล้อมที่จะก่อให้เกิดผลกระทบต่อมวลมนุษย์ มุ่งช่วยเหลือและบำเพ็ญประโยชน์ต่อสาธารณะ ไม่ตระหนี่ ไม่ขี้เหนียว ไม่โลภ ไม่เห็นแก่ประโยชน์ส่วนตนฝ่ายเดียว ไม่เอาไรต์เอาเปรียบใคร แม้จะมีช่องทางให้ทำได้ก็ตาม

5) สีสสามัญญตา (มีศีลบริสุทธิ์เสมอกันกับเพื่อนพรหมจรรย์ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง) หมายถึง มีความประพฤติสุจริตดีงาม รักษาระเบียบวินัยของส่วนรวม ปฏิบัติตามกฎหมายระเบียบข้อบังคับของสังคมที่ตนเองอยู่ร่วม รู้จักเคารพในสิทธิเสรีภาพของผู้อื่น ไม่ก้าวร้าวหน้าพิกัน ไม่บ้าอำนาจ หรือถือตนว่าตัวเองยิ่งใหญ่กว่าผู้อื่น ไม่ถืออภิสิทธิ์ใด ๆ ทั้งปวง ไม่ทำตนให้เป็นที่น่ารังเกียจ หรือเสื่อมเสียแก่หมู่คณะ ไม่ฝ่าฝืนมติหรือหลักการของหมู่คณะอันจะก่อให้เกิดความหวาดระแวงไม่ไว้วางใจกัน ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ไม่ก่อความเดือดร้อนแก่สังคม ทั้งต่อหน้าและลับหลัง

6) ทัณฺณสามัญญตา (มีทัณฺณดีงามเสมอกันกับเพื่อนพรหมจรรย์ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง) หมายถึง มีความเห็นชอบร่วมกัน ในข้อที่เป็นหลักการสำคัญที่จะนำไปสู่ความหลุดพ้นสิ้นทุกข์ หรือขจัดปัญหา ยึดถืออุดมคติ หลักแห่งความดีงาม หรือจุดหมายสูงสุดอันเดียวกันไม่ยึดถือความคิดของตนเองเป็นใหญ่ฝ่ายเดียว เมื่ออยู่ร่วมกันในสังคม ต้องรู้จักฟังความคิดเห็นของผู้อื่นบ้าง ของสังคมโดยรวมบ้าง เมื่อความคิดเห็นของตัวเองแตกต่างจากคนหมู่มาก ก็ต้องหันมาพิจารณาดูตัวเอง ปรับมุมมอง ทศนคติของตัวเองให้เข้ากับคนหมู่มาก เรียกว่ารู้จักแสวงหาจุดร่วมและ สงวนไว้ซึ่งจุดต่าง ไม่สร้างข้อขัดแย้งโดยไม่มีเหตุผล ต้องมีความเข้าใจในเรื่องสิทธิ หน้าที่ และเสรีภาพของแต่ละบุคคล ทั้งต่อหน้าและลับหลัง

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนเรื่องสาราณียธรรม 6 ประการนี้ให้กับพระภิกษุสงฆ์ก่อนและคฤหัสถ์ตามมา ว่าให้อยู่ร่วมกันด้วยหลักของสาราณียธรรม 6 ประการนี้ แล้วจะทำให้แต่ละบุคคลที่เป็นสมาชิกของสังคมนั้น ๆ มีความระลึกถึงกัน มีน้ำใจเอื้อเฟื้อเกื้อกูลเมตตาต่อกันพร้อมที่จะให้ความร่วมมือ

ต่อกัน มีความรักสามัคคีต่อกัน เพราะตั้งแต่ทางกายก็ปฏิบัติต่อกันด้วยความเมตตาช่วยเหลือการทำงานต่อกัน ทางวาจาก็พูดด้วยปิยวาจาจนอนมน้ำใจไมตรีต่อกัน ในจิตใจก็มีแต่ความจริงใจคิดปรารถนาดีต่อกัน ในการอยู่ร่วมกันนั้นเมื่อมีของอะไร หรือได้รับสิ่งใดมา ก็นำมาแบ่งปันต่อกัน ในการอยู่ร่วมกันของสังคมเรารักษาระเบียบวินัย มีศีลเสมอกันไม่เบียดเบียนก่อความเดือดร้อนแก่กัน และปฏิบัติตามกฎกติกาของส่วนรวม ในเรื่องทฤษฎีความเชื่อก็ยึดถือและเข้าใจหลักการสำคัญของหมู่คณะร่วมกัน ตลอดจนยึดถือและเข้าใจร่วมกันในความจริงที่เป็นธรรมชาติของโลกและชีวิตที่จะรองรับความเป็นมนุษย์ของเราไว้ด้วยกัน เพียงเท่านี้หมู่คณะหรือสังคมก็จะอยู่กันอย่างสันติสุขและสามารถพัฒนาให้ก้าวหน้าไปบนรากฐานแห่งความสัมพันธอันดีงามอย่างมั่นคง (กองวิชาการมหาวิทยาลัยธรรมกาย, 2555: 81)

### ปัจจัยภายในที่ก่อให้เกิดสันติสุขตามหลักพุทธปรัชญา

ความสำคัญของปัจจัยภายในตัวบุคคล ปัจจัยที่ดั่งมทั้งทางสังคมและภายในตัวบุคคล ต่างก็สามารถเป็นจุดเริ่ม ซึ่งทำให้เกิดความประพฤติปฏิบัติและการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องได้ ความจริงทั้งสองอย่างย่อมสนับสนุนซึ่งกันและกัน การปฏิบัติชอบหรือชีวิตที่ดีงาม เกิดจากการปรุงผสมผสานปัจจัยทางสังคมและปัจจัยภายในตัวบุคคลเข้าด้วยกัน สำหรับมนุษย์ทั่วไปโดยส่วนใหญ่การปฏิบัติชอบหรือชีวิตที่ดีงาม จะตั้งต้นขึ้นได้ก็ ปัจจัยดั่งมทางสังคมนั้น เป็นการจุดประกายความรู้จักคิดที่เรียกว่า “โยนิโสมนสิการ” ในเบื้องต้น และเป็นเครื่องประคับประคองคอยเสริมเติมและกระตุ้นการคิดพิจารณาอย่างแยบคายนั้นต่อ ๆ ไป ในด้านวิธีปฏิบัติหรือดำเนินชีวิตเพื่อถึงจุดหมาย คือ สันติสุขขั้นต่าง ๆ นั้น พระพุทธเจ้าก็ได้ทรงสั่งสอนไว้ครบถ้วนทุกระดับรวมเข้าอยู่ในไตรสิกขา 3 คือ ข้อที่จะต้องศึกษาฝึกหัดอบรมกาย วาจา จิตใจ และปัญญา ให้ยิ่งขึ้นไปจนบรรลุจุดหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน (หลวงวิจิตรวาทการ, 2510: 112) ดังนี้

- (1) อธิศีลสิกขา คือ ศีลอันยิ่ง ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมในทางความประพฤติอย่างสูง
- (2) อธิจิตตสิกขา คือ จิตอันยิ่ง ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมจิตเพื่อให้เกิดคุณธรรม เช่น สมาธิอย่างสูง
- (3) อธิปัญญาสิกขา คือ ปัญญาอันยิ่ง ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมปัญญา เพื่อให้เกิดความรู้แจ้งอย่างสูง

นอกจากนี้ ยังมีข้อธรรมอื่นที่สนับสนุนให้เกิดสันติอีก เช่น หลักธรรมที่เป็นไปเพื่อแนวทางดำเนินอันประเสริฐของชีวิตหรือกาย วาจา ใจ เพื่อความหลุดพ้นจากทุกข์เรียกว่า อริยมรรค แปลว่าทางอันประเสริฐ ที่มีในพระไตรปิฎก ไทย (ฉบับหลวง) เล่มที่ 31 สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรค หน้าที่ 30 ข้อที่ 84 – 85 เป็นข้อปฏิบัติที่มีหลักไม่อ่อนแอ จนถึงกับตกอยู่ใต้อำนาจความอยากแห่งใจ แต่ก็ไม่แข็งตึงจนถึงกับเป็นการทรมานกายให้เหือดแห้งจากความสุขทางกาย เพราะฉะนั้นจึงได้เรียกว่า

มัชฌิมาปฏิปทา คือทางดำเนินสายกลาง ไม่หย่อนไม่ตึง แต่พอเหมาะเช่นสายดนตรีที่เทียบเสียงได้ที่แล้ว คำว่ามรรค แปลว่าทาง ในที่นี้หมายถึงทางเดินของใจ เป็นการเดินจากความทุกข์ไปสู่ความเป็นอิสระหลุดพ้นจากทุกข์ ซึ่งมีมนุษย์หลงยึดถือและประกอบขึ้นใส่ตนด้วยอำนาจของอวิชชา มรรคมืองค์แปด คือต้องพร้อมเป็นอันเดียวกันทั้งแปดอย่างดุจเชือกพันแปดเกลียว องค์แปดคือ

- (1) สัมมาทิฏฐิ คือ ความเข้าใจถูกต้อง
- (2) สัมมาสังกัปปะ คือ ความใส่ใจถูกต้อง
- (3) สัมมาวาจา คือ การพูดจาถูกต้อง
- (4) สัมมากัมมันตะ คือ การกระทำถูกต้อง
- (5) สัมมาอาชีวะ คือ การดำรงชีพถูกต้อง
- (6) สัมมาวายามะ คือ ความพากเพียรถูกต้อง
- (7) สัมมาสติ คือ การระลึกประจำใจถูกต้อง
- (8) สัมมาสมาธิ คือ การตั้งใจมั่นถูกต้อง

การปฏิบัติธรรมทุกขั้นตอน รวมลงในมรรคอันประกอบด้วยองค์แปดนี้ เมื่อย่นรวมกันแล้วเหลือเพียง 3 คือ ปัญญา ศีล สมาธิ สรุปลั่น ๆ ก็คือการปฏิบัติธรรม(ปัญญา-ศีล-สมาธิ)ก็คือการเดินตามมรรคดังนี้

(1) สัมมาทิฏฐิ (ปัญญา) คือความเข้าใจถูกต้อง ย่อมต้องการใช้ในกิจการทั่วไปทุกประเภททั้งทางโลกและทางธรรม แต่สำหรับฝ่ายธรรมชั้นสูงอันเกี่ยวกับการเห็นทุกข์หรืออาสวะซึ่งจัดเป็นการเห็นอริยสัจนั้นย่อมต้องการฝึกฝนอย่างจริงจังเป็นพิเศษ ความเข้าใจถูกต้องคือต้องเข้าใจอย่างทั่วถึงว่าทุกข์นั้นเป็นอย่างไร อย่างหยาบๆ ที่ปรากฏชัดๆ เป็นอย่างไรอย่างละเอียดที่แอบแฝงเป็นอย่างไร เหตุให้เกิดทุกข์เป็นอย่างไร ความดับสนิทของทุกข์มีภาวะอย่างไร มีลำดับอย่างไร ทางให้ถึงความดับทุกข์คืออะไร เดินให้ถึงได้อย่างไร สัมมาทิฏฐิมีทั้งที่เป็นโลกียะคือของบุคคลที่ต้องชวนชวายนปฏิบัติก้าวหน้าอยู่และสัมมาทิฏฐิที่เป็นโลกุตตระ คือของพระอริยบุคคลต้นๆ ส่วนของพระอรหันต์นั้นเรียกเป็นวิชาไปและไม่เรียกว่าองค์แห่งมรรค เพราะท่านถึงที่สุดแล้ว (Seelawimala, 2001)

(2) สัมมาสังกัปปะ (ปัญญา) คือความใส่ใจถูกต้อง คือคิดหาทางออกไปจากทุกข์ตามกฎแห่งเหตุผล ที่เห็นขอบมาแล้วข้อสัมมาทิฏฐินั่นเอง เริ่มตั้งแต่การใส่ใจที่โน้มไปในการออกบวช การไม่เพ่งร้าย การไม่ทำทุกข์ให้แก่ผู้อื่นแม้เพราะผลอวมงคล รวมทั้งความใส่ใจถูกต้องทุกอย่างที่เป็นไปเพื่อความหลุดพ้นจากสิ่งที่มนุษย์ไม่ประสงค์

- (3) สัมมาวาจา (ศีล) คือการพูดจาถูกต้อง ไม่เป็นโทษต่อตนเอง และผู้อื่น
- (4) สัมมากัมมันตะ (ศีล) คือการกระทำถูกต้อง ไม่เป็นโทษต่อตนเอง และผู้อื่น

(5) สัมมาอาชีวะ (ศีล) คือการดำรงชีพถูกต้อง ไม่เป็นโทษต่อตนเอง และผู้อื่น

(6) สัมมาวายามะ (สมาธิ) คือความพากเพียรถูกต้อง เป็นส่วนของใจที่บากบั่นในอันที่จะก้าวหน้า ไม่ถอยหลังจากทางดำเนินตามมรรค ถึงกับมีการอธิษฐานอย่างแรงกล้า

(7) สัมมาสติ (สมาธิ) คือการระลึกประจำใจถูกต้อง ระลึกแต่ในสิ่งที่เกื้อหนุนแก้ปัญญาที่จะแทงตลอดวิชาที่ครอบงำตนอยู่ โดยเฉพาะได้แก่กายนี้ และธรรมอันเนื่องเกี่ยวกับกายนี้ เมื่อพบความจริงของกายนี้ อวิชาหรือหัวหน้าแห่งมูลทุกข์ก็สิ้นไป

(8) สัมมาสมาธิ (สมาธิ) คือการตั้งใจมั่นถูกต้อง ได้แก่สมาธิ เป็นของจำเป็นในกิจการทุกอย่าง สำหรับในที่นี้เป็นอาการของใจที่รวมกำลังเป็นจุดเดียว กล้าแข็งพอที่จะให้เกิดปัญญาทำการแทงตลอดวิชาได้ และยังเป็นการพักผ่อนของใจ ซึ่งเป็นเหมือนการหลับให้แหลมคมอยู่เสมอด้วย ฯลฯ

ปัจจัยภายในที่ทำให้เกิดสันติสุขได้นั้น จะช่วยบรรเทาความโลภ โกรธ หลง ให้เบาบางลง ทำจิตใจให้ปลอดโปร่งผ่องใส รู้จักวางใจ วางท่าทีต่อโลกและชีวิตดีขึ้น จะมีความสุขมากขึ้น เป็นวิถีลดการเบียดเบียนแย่งชิงและความทุกข์ความเดือดร้อนของโลก พระพุทธเจ้าทรงจัดวางแบบไว้ คือ สังคมสงฆ์ เป็นสังคมตัวอย่างแห่งการที่แต่ละคนพยายามพัฒนาตนเองให้มีอริยทรัพย์ทางจิตใจ และปัญญา โดยที่ชีวิตทางด้านพฤติกรรมนั้น พึงพาอาศัยเกื้อกูลซึ่งกันและกัน เป็นการเกื้อหนุนกันให้ก้าวไปได้ผลแห่งกว่าวิธียับยั้งในระดับที่เรียกกันว่า ศีลธรรม เป็นผลดีทั้งแก่ตนและสังคม คนที่มีอริยทรัพย์ทางจิตใจและปัญญาเท่านั้น จึงจะสร้างสรรค์สังคมอย่างนี้และอยู่กันด้วยดีในสังคมได้และเกิดสันติสุขสงบร่มเย็น

## 7. สรุป

สันติสุขความสุขที่มีลักษณะแห่งความสุขสงบ เย็น ความสะอาด ความเย็นใจ ความระงับดับไปทางกิเลสที่เป็นเหตุให้เกิดความเร่าร้อนวุ่นวุ่นงุ่นมัว ความสงบระงับ สงบกายสงบใจ ความสงบความสุขมีที่มาได้ 2 ทาง คือ 1) ความสุขภายใน 2) ความสุขภายนอก วัตถุประสงค์ของสันติสุขเป้าหมายของชีวิต คือ สันติสุขของบุคคล ในเป้าหมายของสังคมก็คือ สันติสุขของสังคม เพื่อประโยชน์ตนและประโยชน์ส่วนรวม กล่าวคือ สันติสุขย่อมเกิดขึ้นเพื่อประโยชน์เกื้อกูล เพื่อความสุขแก่ชนเป็นอันมาก ความสำคัญของสันติสุขมีเป้าหมายที่ก่อให้เกิดความร่มเย็น เป็นความสุขสะอาดสงบ เป็นความสุขที่ไร้อาฆัง ใญ่อกุศลแก่ผู้อื่นทุกคนที่เกี่ยวข้อง เป็นการพัฒนาจิตไปสู่ความเป็นอิสระ ประเภทของสันติสุขมี 2 ประเภท (1) โลภียสันติสุข คือ สุขที่เนื่องด้วยโลภียธรรม หมายถึงความสุขอันเป็นวิสัยของโลก สุขที่อิงอาศัยโลก เป็นความสุขที่เกี่ยวกับภพและภูมิภพในโลกหมายถึง โลกเป็นที่อยู่ของสัตว์ ภาวะของชีวิตของสัตว์ผู้ศึกษาเห็นว่า เป็นความสุข เป็นสุขที่เข้าข่ายสันติสุข จึงขอเรียกว่า “โลภียสันติสุข” อย่างไรก็ตามก็ยังคงเป็นสุขที่ยังเนื่องอยู่ในกระแสโลก ไม่ยั่งยืน จึงควรแสวงหาความสงบความสุขและสันติที่เป็นอิสระพ้นจากสิ่งทั้งปวง

อันเป็นสันติสุขที่สูงขึ้นไป (2) โลกุตตรสันติสุข คือ ความสุขที่อยู่เหนือวิสัยชาวโลก หมายถึง ความสุขอันเป็นเรื่องภายในจิตใจที่เกิดจากการปฏิบัติด้วยสติปัญญา เป็นความสงบสันติอันเกิดขึ้นภายในจิตใจโดยแท้ ส่วนสันติสุขที่ยังยืดยาวสามารถเกิดขึ้นได้ไม่ว่าพระสงฆ์หรือฆราวาสจะต้องยึดหลักธรรมมาธิปไตย ด้วยการปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา 3 มรรค 8 อันเป็นความจริงอันประเสริฐเพื่อความพ้นทุกข์โดยสิ้นเชิง จึงเข้าถึงสันติสุขอันเป็นความสุขอย่างยิ่ง ดังพุทธศาสนสุภาษิตที่ว่า นตฺถิ สฺนฺติ ปรี สุขํ. (สุขอื่นยิ่งกว่าความสงบไม่มี) อันเป็นสันติสุขตามหลักพุทธปรัชญา

## 8. เอกสารอ้างอิง

- กองวิชาการมหาวิทยาลัยธรรมกาย แคลิฟอร์เนีย (2555). หนังสือ PD 008 พุทธธรรม 2. ปทุมธานี : ธีรปัญญา ศึกษ. (2535). อริยสัจเพื่อมวลมนุษย. ชลบุรี : อาศรมพุทธบุตร.
- นิธย์ จารุศร. (2537). สารธรรม. กรุงเทพมหานคร : เจริญบุญการพิมพ์.
- บุญมี แทนแก้ว. (2546). พุทธปรัชญาเถรวาท. กรุงเทพมหานคร : โอ.เอส.พรี้นติ้ง เฮาส์.
- ปิ่น มุทุกันต์. (2535). พุทธศาสตร์ (ภาค 2). กรุงเทพมหานคร : มหามกุฏราชวิทยาลัย.
- ปิยพัศดี ศึกษ. (2540). วิมุตติธรรม. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา.
- พระครูปลัดสุวัฒนเมธาคุณ สืบกระพันธ์. (2015). พระพุทธศาสนา: ปรัชญาแห่งชีวิต. วารสาร ศีลศาสตร์ มมร, 3(2), 25-36.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). (2552). พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จันทร์เพ็ญ.
- มหามกุฏราชวิทยาลัย. (2525). พระไตรปิฎกและอรรถกถาแปล. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2556). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2554. กรุงเทพมหานคร : ศิริวัฒนาอินเตอร์พรี้นท์ จำกัด (มหาชน).
- วริยา ชินวรรณ. (2546). จริยธรรมในวิชาชีพ. กรุงเทพมหานคร : ชวนพิมพ์.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต). (2561). พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย. กรุงเทพมหานคร : ผลิตัฒม์.
- หลวงวิจิตรวาทการ. (2510). ศาสนาสากล. พระนคร : ลูก ส.ธรรมภักดี.
- Seelawimala, B. (2001). Samma Ditthi: Right View. *The Middle Way: Journal of the Buddhist Society*, 76, 37-52.
- Thepa, P. C. A. (2019). Niravana: the world is not born of cause. *International Journal of Research*, 6(2), 600-606. <https://citly.me/L6tdP>