

## สวัสดิ์ศรีรับทุก ๆ คน . . .

เมื่อหลายเดือนก่อนผมได้เขียนเอกสารขึ้นมาชุดหนึ่ง แล้วพิมพ์แจกจ่ายให้กับพนักงานฝ่ายตลาดทุกคน เพราะเห็นว่าเป็นเรื่องราวที่น่าสนใจ ถึงแม้ว่าเอกสารชุดดังกล่าวจะไม่ได้บอกเล่ารายละเอียดเกี่ยวกับการขายหรือเรื่องราวทางการตลาดโดยตรง แต่โดยส่วนตัวแล้วผมก็เห็นว่ามันเกี่ยวกับการทำงานและอาจจะเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตของใคร ๆ ก็ได้ทั้งนั้น เพราะมันเกี่ยวกับการคิด การถามคำถาม และการสื่อสารที่เน้นความเรียบง่ายชัดเจน

แม้ว่าในระยะหลายเดือนต่อมา ผมจะได้ผ่านหูผ่านตากับหนังสือหนังสือที่ตีพิมพ์หลายเล่ม แต่ด้วยเวลาที่จำกัด ผมก็ไม่สามารถสรุปเรื่องราวย่อ ๆ ออกมาได้อีก และได้แต่หวังว่าจะยังมีโอกาสในการที่จะบอกเล่าเรื่องราวที่ตัวเองอ่านตัวเองคิด และถือเป็นการแบ่งปันกันระหว่างพวกเราทุกคนต่อไป จึงได้สร้างหัวกระดาษแบบที่เห็นนี้ขึ้นมาใหม่ เพื่อใช้ในกิจกรรมที่ว่าเป็นสำหรับส่งต่อ ๆ ถึงทุกคนได้ทางเครื่อง FAX ของบริษัทฯ

ผมยังมองเห็นความสำคัญของการปรับปรุงวิธีคิด วิธีทำงานขององค์กร ให้อยู่ในรูปแบบที่มีประสิทธิภาพมากขึ้น และยอมรับความจริงเสมอว่า ทุก ๆ สิ่งที่ผ่านมายังไม่ดีที่สุดในยุคที่ดีที่สุดตลอดกาล ทุกอย่างยังจำเป็นที่จะต้องปรับปรุงเปลี่ยนแปลงแก้ไขให้เหมาะสมแก่ภาวะที่เป็นจริง ณ เวลาใดเวลาหนึ่งเสมอ . . . และนั่นคือความเชื่อที่ทำให้เราหยุดอ่านหรือหยุดคิดไม่ได้!!

มาคราวนี้ผมคัดหนังสือมาแบบสั้น ๆ ให้อ่านกันเลย เพราะเป็นการเหมาะสมที่สุดแล้วในการคงสภาพของภาษาเดิมไว้ทั้งหมด โดยที่ผมไม่ต้องเสนอหน้าเข้าไปดัดแปลงอะไรอีก และถือเป็นเรื่องอีกความตั้งใจหนึ่งที่อยากจะบอกเล่าความคิดออกมาผ่านตำราที่ตัวเองเห็นดีเห็นงามด้วย

หวังว่ามันควรจะเป็นประโยชน์แก่ทุก ๆ คนครับ

วิรัช เหมพรรณไพเราะ

05.11.2001



## พฤติกรรมเคยชินระดับบุคคล – วาสนา

เมื่อพูดในชั้นพื้นฐาน ในบรรดาพฤติกรรมทั้งหลายนั้น พฤติกรรมเคยชินต้องถือว่าสำคัญที่สุด และควรเอาใจใส่มากที่สุด ในการแก้ปัญหาเพื่อให้เกิดการพัฒนาที่ยั่งยืน รวมทั้งการแก้ปัญหา สิ่งแวดล้อมนี้ ไม่ควรมองข้ามเรื่องนี้ แม้ยังไม่ดำเนินการแก้ปัญหาแบบตามระบบหรือเต็มระบบ ก็อาจจะเริ่มที่การสร้างพฤติกรรมเคยชินก่อน

พฤติกรรมเคยชิน มีความสำคัญอย่างยิ่ง ทั้งในแง่ที่ว่าชีวิตส่วนใหญ่ของแต่ละคนดำเนินไปตาม ความเคยชิน คนเราอยู่ด้วยพฤติกรรมเคยชินแทบทั้งสิ้น เขาจะแสดงออก กระทำหรือมีปฏิกิริยา ต่อสิ่งใดๆ ไม่ว่าจะเป็นสิ่งแวดล้อมทางสังคม หรือทางวัตถุ ก็ทำไปตามความเคยชินของตน และ อีกประการหนึ่ง พฤติกรรมเคยชินมีความสำคัญอย่างยิ่ง ในแง่ที่ว่า ถ้าเมื่อพฤติกรรมใดลงตัว กลายเป็นพฤติกรรมเคยชินแล้วก็อยู่ตัวอย่างนั้น จะแก้ไขเปลี่ยนแปลงได้ยาก สำหรับบางคน จะถึงกับแก้ไขแทบไม่ได้เลย เพราะฉะนั้นจึงจำเป็นต้องสร้างพฤติกรรมเคยชินที่ดี ที่เกื้อหนุน การพัฒนาอย่างยั่งยืน และเกื้อกูลต่อสิ่งแวดล้อมให้เกิดขึ้น ต้องเอาใจใส่เรื่องนี้ให้มาก

เมื่อพฤติกรรมใดกลายเป็นพฤติกรรมเคยชินแล้ว ทางด้านจิตใจก็มักเกิดความยึดติด พอใจ มีความโน้มเอียงที่จะเข้าข้างพฤติกรรมนั้น บางทีถึงกับรู้สึกเป็นปกติกับพฤติกรรมแบบอื่น สภาพจิตใจนี้มีอิทธิพลต่อด้านปัญญาด้วย การที่ชีวิตของเขาอยู่กับพฤติกรรมอย่างนั้น ตลอดเวลา และมีสภาพจิตใจที่ยึดติด ก็ทำให้เขาเฝ้าดูเข้าใจมองเห็นเหตุผลแต่ในด้านที่เป็นอย่างนั้น ของตน จึงเสริมย้ำพฤติกรรมเคยชินให้แน่นหนายิ่งขึ้น

พฤติกรรมเคยชินนั้น นอกจากมีผลในทางติดแล้ว ก็ส่งผลในทางด้านด้วย กล่าวคือ เมื่อคนติด ในพฤติกรรมเคยชินอย่างหนึ่งแล้ว ก็มีความโน้มเอียงที่จะต้านการเปลี่ยนแปลงต่อพฤติกรรม อย่างนั้น ด้วยเหตุนี้ ถ้าการเปลี่ยนแปลงนั้นเป็นการเปลี่ยนแปลงที่ดี ก็เท่ากับว่าเขาต่อต้านกีด กั้นการพัฒนาตัวของเขาเอง เพราะฉะนั้นสำหรับคนจำนวนมาก พฤติกรรมเคยชินจึงกลายเป็น อุปสรรคต่อการพัฒนาตน ทำให้เขาไม่ยอมรับความเปลี่ยนแปลงและการแก้ไขปรับปรุง กับทั้ง ขัดขวางตัวเขาเองให้ไม่สามารถเข้าถึงความดีงามและความเป็นเลิศที่พึงได้พึงถึง ส่วนคนผู้ พร้อมที่จะเรียนรู้ และทำการเปลี่ยนแปลงที่ดี ย่อมมีแต่จะพัฒนายิ่งขึ้นไป เรียกว่าเป็นคนฝึก ง่าย แต่ก็ทำได้ยาก

มนุษย์มีชีวิตอยู่ ก็ต้องมีการขยับเขยื้อนเคลื่อนไหว ต้องมีพฤติกรรม เมื่อเขาพบสถานการณ์ อย่างใดอย่างหนึ่ง เขาก็จะเคลื่อนไหวหรือมีพฤติกรรมตอบสนองอย่างใดอย่างหนึ่ง เมื่อครั้งแรก เขามีพฤติกรรมอย่างไรแล้ว พอเขาประสบสถานการณ์อย่างนั้นอีกในครั้งต่อไป เขาก็มีความ โนมเอียงที่จะมีพฤติกรรมซ้ำอย่างนั้นอีก ถ้าเป็นอย่างนี้สามสี่ห้าครั้ง ก็จะเริ่มกลายเป็น พฤติกรรมเคยชิน เช่น ถ้าเด็กเจอดอกไม้ หรือเจอไก่ครั้งแรก เด็กเริ่มต้นด้วยท่าทีความรู้สึก ใดๆ และแสดงออกด้วยพฤติกรรมอย่างไร พอเจอดอกไม้หรือไก่อีกในครั้งต่อไป ไป กระบวนการเกิดพฤติกรรมเคยชินก็จะดำเนินไปอย่างที่กล่าวมาแล้ว ฉะนั้น พ่อแม่ คนเลี้ยง ผู้ใหญ่ ครูอาจารย์ เป็นต้น จึงต้องเอาใจใส่ซึ่งให้เด็กเกิดพฤติกรรมเคยชินที่ดีในเรื่องหรือ สถานการณ์นั้นๆ โดยไม่เปิดช่องให้พฤติกรรมเคยชินที่ไม่ดีไม่เกื้อกูล เข้ามารอบงำเอาเด็กไป เสียก่อน

เป็นอันว่า มนุษย์จะดำเนินชีวิตอย่างไรและเป็นอย่างไรส่วนใหญ่จะขึ้นอยู่กับพฤติกรรมเคยชิน การศึกษาจึงต้องให้ความสำคัญต่อพฤติกรรมเคยชินเป็นเบื้องต้น อะไรก็ตามพอเป็นพฤติกรรมเคยชินแล้ว ก็อยู่ตัว มนุษย์ทั้งหลายที่ดำเนินชีวิตกันอยู่ทุกวันนี้ อยู่ด้วยพฤติกรรมเคยชินเป็นส่วนใหญ่ แต่พฤติกรรมเคยชินทั้งหลายที่ไม่เกิดจากการพัฒนาจะทำให้มนุษย์เสียหายมาก และเมื่อเสียแล้วก็แก้ยากอย่างยิ่ง ดังได้กล่าวแล้วว่าพฤติกรรมเคยชินเป็นสิ่งที่แก้ไขยากที่สุด เมื่อมันติดตัวไปแล้วพระท่านเรียกว่าเป็น **वासना** ซึ่งจะส่งผลอย่างสำคัญ บันดาลความเป็นไปในชีวิตของเจ้าตัวบุคคลนั้นเอง พร้อมทั้งส่งผลกระทบต่อคนอื่นและสิ่งที่แวดล้อมทั่วไป **वासना**นี้แม้แต่เป็นพระอรหันต์ก็ยังมีได้ไม่หมด มีแต่พระพุทธเจ้าเท่านั้นที่ละवासนาได้หมด

น่าสังเกตว่า คนไทยเอาवासนามาใช้เป็นเรื่องที่ดีไปเลย และเข้าใจผิดไปไกลถึงเห็นคล้ายกับเป็นสิ่งที่ล่องลงมาจากฟ้าผ่า เป็นอำนาจดลบันดาล คนไทยอยากจะมีवासนา แต่ทางพระท่านให้ละवासนา อย่างไรก็ตามवासนานั้นละเอียดแก้อายาก เพราะฉะนั้นจึงต้องฝึกกันไปแต่เล็ก ให้มีवासนาที่ดี เพราะถ้ามีवासนาเป็นพฤติกรรมเคยชินที่ไม่ดีติดไปแล้วจะแก้ยาก

การที่จะพัฒนามนุษย์ในการรักษาสุขภาพแวดล้อมก็เหมือนกัน การศึกษาจะต้องช่วยสร้างพฤติกรรมเคยชินที่ดีให้เด็กตั้งแต่ออยู่ในครอบครัว และเมื่อไปโรงเรียนก็ให้มีพฤติกรรมเคยชินในการดำเนินชีวิตทุกอย่าง ไม่ว่าจะเป็นการกิน การอยู่ การเดิน การเล่น การใช้ของ หรือทำอะไรก็ตาม ในลักษณะที่ไม่ทำลายสภาพแวดล้อม แต่ให้เกื้อกูลต่อสภาพแวดล้อม ให้เป็นสุขในการอยู่กับต้นไม้ดอกไม้ในธรรมชาติ ให้มีอากาศเป็นมิตรเอ็นดูกรุณาต่อสัตว์ต่างๆ และรู้จักเรียนรู้จากธรรมชาติ

เมื่อทุกอย่างกลายเป็นพฤติกรรมเคยชินแล้ว เราสร้างตัวนี้ขึ้นมาได้แล้ว เราจะประสบความสำเร็จมาก วินัยและกฎเกณฑ์ต่างๆ ตลอดจนกฎหมายของบ้านเมือง ที่จะได้ผลดี ต้องเน้นในขั้นการให้เกิดพฤติกรรมเคยชิน เมื่อเน้นเรื่องพฤติกรรมเคยชิน ก็ต้องเอาใจใส่ที่เด็ก ต้องเริ่มแต่ยังเล็ก ต้องจัดให้ดีในเรื่องการอบรมเลี้ยงดู ซึ่งรวมไปถึงการสร้างสภาพแวดล้อมที่ป้องกันไม่ให้คนทำสิ่งเสียหาย แต่เป็นสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการทำสิ่งที่ดีงาม อันนี้เป็นการพัฒนาคนในระดับต้น ที่พื้นๆ ที่สุด แต่ยั่งยืนหนักแน่นที่สุด

ขอเน้นว่า วิธีการสำคัญมากในการสร้างพฤติกรรมเคยชินคือ **วินัย** เริ่มแต่กฎเกณฑ์กติกาในครอบครัว และในโรงเรียนเป็นต้นไป และพูดในทางย้อนกลับว่า การใช้วินัย ควรมุ่งไปที่การสร้างพฤติกรรมเคยชินนี้เอง ไม่ใช่มองไปที่การบังคับควบคุมหรือใช้อำนาจ ซึ่งจะทำให้เขว และเพราะเหตุนี้จึงต้องพูดต่อไปว่า วินัยต้องเริ่มฝึกแต่เด็กแต่เล็ก

ในแง่หนึ่งอาจพูดได้ว่า การพัฒนาที่ยั่งยืนรวมทั้งการอนุรักษ์ธรรมชาติ จะสำเร็จหรือไม่ ก็อยู่ที่ **वासนา**ของคนไทย แต่เป็นवासนาในความหมายซึ่งอยู่ที่ตัวคนอันจะต้องพัฒนาดังกล่าวมานี้

## พฤติกรรมเคยชินระดับสังคม – วัฒนธรรม

ที่กล่าวมานั้นเป็นพฤติกรรมเคยชินในระดับบุคคลหรือปัจเจกชน ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของवासนา แต่ถ้าพฤติกรรมเคยชินนั้นกลายเป็นคุณสมบัติของคนทั่วไป หรือคนส่วนใหญ่ในชุมชน ในสังคมหรือในประเทศชาติ ก็จะเป็นสิ่งที่เรียกว่า**วัฒนธรรม** คือเป็นวิถีชีวิตของชุมชนหรือของสังคมนั้น ซึ่งจะมีการประพฤติปฏิบัติทำตามๆ กันไปแม้โดยไม่รู้ตัว

พฤติกรรมเคยชินระดับสังคม หรือวัฒนธรรมนี้ ยิ่งหนักแน่นได้ผลมาก เพราะกลายเป็นว่าคนส่วนใหญ่เป็นอย่างนั้น และมีการถ่ายทอดต่อๆ กันไปยังคนรุ่นที่ตามมา สามารถหล่อหลอมให้คนรุ่นใหม่เกิดมีพฤติกรรมเคยชินอย่างนั้นๆ ไปด้วยโดยไม่รู้ตัว ถ้าพฤติกรรมเคยชินในทางที่

เกื้อหนุนการพัฒนาที่ยั่งยืน และเกื้อกูลต่อสิ่งแวดล้อม กลายเป็นวัฒนธรรมแล้ว ก็พูดได้ว่า การพัฒนาที่ยั่งยืน ด้วยการอนุรักษ์ธรรมชาติเป็นต้นนั้น สำเร็จผลโดยแทบไม่ต้องลงทุนอะไรเลย แต่ในทางตรงกันข้าม ถ้าประชาชนมีวัฒนธรรมที่ไม่เกื้อกูล การพัฒนาที่ยั่งยืนก็สำเร็จได้ยาก

วิถีชีวิตของคน ที่ฝรั่งเรียกว่า life-style ก็เป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรม วิถีชีวิตของคนอเมริกันเป็นเรื่องที่คนอเมริกันเองยกขึ้นมาซึ่งเป็นตัวอย่างให้เห็นชัดถึงวัฒนธรรมที่ไม่เอื้อต่อการพัฒนาที่ยั่งยืน และนำมาต่อกันเองอยู่เสมอ เพื่อให้แก้ไข เพราะเป็นการใช้ชีวิตแบบนักเสพนักบริโภคที่ฟุ้งเฟ้อฟุ่มเฟือยล้างผลาญทรัพยากร และพร้อมกันนั้นก็เป็นอย่างที่แสดงให้เห็นว่า ปัญหาระดับวัฒนธรรมนี้แก้ไขได้ยากเพียงไร

วัฒนธรรมจัดเป็นวินัยอย่างหนึ่ง เพราะเป็นแบบแผนของสังคม และเป็นเครื่องฝึกพฤติกรรมของคน ทำให้เป็นไปในรูปแบบอย่างใดอย่างหนึ่งเฉพาะตัว ตลอดจนเป็นเอกลักษณ์ของสังคมนั้นๆ แต่เป็นวินัยที่ไม่ต้องประกาศหรือบังคับใช้ และได้ผลกว่าวินัยแบบอื่น

**จริยธรรม** ตามความหมายของตะวันตก (ethics) ที่เราเรียกว่าศีลนั้น จะได้ผลดีหรือเป็นจริงเป็นจัง ถ้าวางตัวไปอยู่ในวัฒนธรรม การไม่เบียดเบียน ไม่ทำร้าย พฤติกรรมที่มีเมตตากรุณา การรักษาทรัพย์สินหรือสมบัติของส่วนรวม การใช้ทรัพยากรอย่างประหยัด เป็นต้น ที่จะได้ผลดีมักต้องมีพื้นฐานอยู่ในวัฒนธรรม ถ้าจริยธรรมที่ต้องการไม่ลงไปอยู่ในวัฒนธรรม หรือวัฒนธรรมที่มีจริยธรรมนั้นเสื่อมไป การจะให้คนประพฤติตามจริยธรรม จะทำได้ยาก เพราะจะเป็นเรื่องจำใจฝืนใจ ต่อเมื่อใดทำให้ลงตัวเป็นวัฒนธรรมได้ก็เบาใจได้เลยว่าเป็นความสำเร็จ เพราะ จริยธรรมนั้นกลายเป็นพฤติกรรมเคยชินของสังคมหรือของคนส่วนใหญ่ของสังคมนั้นไปแล้ว อีกทั้งจะอยู่ไปอีกยืนนานด้วย เพราะจะมีการถ่ายทอดส่งต่อไปโดยไม่ต้องรู้ตัว

ฉะนั้น จึงควรตั้งเป้าหมายให้พฤติกรรมที่เกื้อหนุนการพัฒนาที่ยั่งยืน และเกื้อกูลต่อธรรมชาติแวดล้อม ลงตัวเข้าไปอยู่ในวิถีชีวิตของผู้คนทั่วไป จนกลายเป็นวัฒนธรรมของสังคมหรือของมนุษยชาติทั้งหมด

”

คัดจาก “การพัฒนาที่ยั่งยืน”, พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตโต), สำนักพิมพ์มูลนิธิโกมลคีมทอง, ฉบับพิมพ์ครั้งที่ 7, มิถุนายน 2543, หน้า 203-208



## ไตรสิกขา : หลักการสำคัญของการพัฒนามนุษย์

การฝึกฝนและพัฒนามนุษย์นั้น ทางพุทธศาสนาจัดวางเป็นหลัก เรียกว่า **ไตรสิกขา** คือ **ศีล สมาธิ ปัญญา** ซึ่งถือว่าเป็นระบบการศึกษาที่ทำให้บุคคลพัฒนาอย่างมีบูรณาการ และให้มนุษย์เป็นองค์รวมที่พัฒนาอย่างมีดุลยภาพ

1. **ศีล** เป็นเรื่องของการฝึกในด้านพฤติกรรม โดยเฉพาะพฤติกรรมเคยชิน เครื่องมือที่ใช้ในการฝึกศีล ก็คือ **วินัย** วินัยเป็นจุดเริ่มต้นในกระบวนการศึกษาและพัฒนามนุษย์ เพราะวินัยเป็นตัวการจัดเตรียมชีวิตให้อยู่ในสภาพที่เอื้อต่อการพัฒนา โดยจัดระเบียบความเป็นอยู่ การดำเนินชีวิตและการอยู่ร่วมกันในสังคม ให้เหมาะกับการพัฒนาและให้โอกาสในการที่จะพัฒนา เมื่อฝึกได้ผลจนคนมีพฤติกรรมเคยชินที่ดีตามวินัยนั้นแล้วก็เกิดเป็นศีล

ดังนั้น โดยสรุป วินัยจะมาในรูปของการฝึกพฤติกรรมเคยชินที่ดี และการจัดสภาพแวดล้อมที่จะป้องกันไม่ให้มีพฤติกรรมที่ไม่ดี และเอื้อต่อการมีพฤติกรรมที่ดีที่พึงประสงค์ การฝึกคนให้คุ้นกับพฤติกรรมที่ดี ตลอดจนการจัดระเบียบระบบทั้งหลายทั้งปวงในสังคมมนุษย์

2. **สมาธิ** เป็นเรื่องของการฝึกในด้านจิต หรือระดับจิตใจ ได้แก่พัฒนาคุณสมบัติต่างๆ ของจิตทั้งในด้าน**คุณธรรม** เช่น ความเมตตากรุณา ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ในด้าน**ความสามารถของจิต** เช่น ความเข้มแข็งมั่นคง ความมีสติ สมาธิ และในด้าน**ความสุข** เช่น ความอิมใจ ความร่าเริงเบิกบานใจ ความสดชื่นผ่องใส ความรู้สึกพอใจ พุดสั้นๆ ว่า พัฒนาคุณภาพและสุขภาพของจิต

3. **ปัญญา** เป็นเรื่องของการฝึกหรือพัฒนาในด้านการรู้ความจริง เริ่มตั้งแต่ความเชื่อ ความเห็น ความรู้ ความเข้าใจ ความหยั่งรู้เหตุผล การรู้จักวินิจฉัยไตร่ตรอง ตรวจสอบ คิด การต่างๆ สร้างสรรค์ เฉพาะอย่างยิ่งเน้นการรู้ตรงตามความจริง หรือรู้เห็นตามที่มันเป็น ตลอดจนรู้แจ้งความจริงที่เป็นสากลของสิ่งทั้งปวง จนถึงขั้นรู้เท่าทันธรรมชาติของโลกและชีวิต ที่ทำให้จิตใจเป็นอิสระ ปลอดปัญหา ไร้ทุกข์ เข้าถึงอิสรภาพโดยสมบูรณ์

หลักทั้ง 3 ประการที่กล่าวมานี้ เป็นส่วนประกอบของชีวิตที่ดีงาม เราก็ฝึกคนให้เจริญองงามในองค์ประกอบเหล่านี้ และให้องค์ประกอบเหล่านี้นำเขาสู่การเข้าถึงอิสรภาพและสันติสุขที่แท้จริง

.....

## ระบบไตรสิกขา เพื่อให้องค์รวมพัฒนาอย่างมีดุลยภาพ

ได้กล่าวแล้วว่า ในกระบวนการพัฒนาของไตรสิกขานั้น องค์ทั้ง 3 คือ ศีล สมาธิ ปัญญา จะทำงานประสานโยงส่งผลต่อกัน หรือเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

แต่เมื่อมองไตรสิกขานี้โดยภาพรวมที่เป็นระบบใหญ่ของการฝึก ก็จะเห็นองค์ 3 นั้น เติบโตขึ้นมาทีละอย่างตามลำดับ คือช่วงแรก เติบโตที่ศีล ก็เป็นขั้นศีล ขั้นที่สอง เติบโตที่สมาธิ ก็เป็นขั้นสมาธิ ช่วงที่สาม เติบโตที่ปัญญา ก็เป็นขั้นปัญญา แต่ในทุกขั้นนั้น องค์อีก 2 อย่างก็ทำงานร่วมอยู่ด้วยโดยตลอด การมองเป็นภาพรวมของระบบใหญ่อย่างนี้ ขอเรียกว่า *รอบใหญ่*

เมื่อเราไม่มองภาพรวมของรอบใหญ่อย่างนั้น แต่มาดูการทำงานของกระบวนการศึกษาหรือฝึกฝนพัฒนานั้นในเวลาใดเวลาหนึ่งก็ตาม เราก็จะเห็นองค์ทั้งสาม คือ ศีล สมาธิ ปัญญา นั้นทำงานอยู่ด้วยกันและสัมพันธ์กันตลอดเวลา ขอเรียกการมองการทำงานในช่วงสั้นๆ นี้ว่า *รอบเล็ก*

ในการฝึกไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา แบบรอบเล็กนั้น สามารถเริ่มจากจุดไหนก่อนก็ได้ เช่นถ้าเรามีความพอใจ จิตแนบสนิทหรือสนิทใจกับพฤติกรรมอย่างใด (สมาธิ) เราก็จะมีความโน้มเอียงไปสู่พฤติกรรมอย่างนั้น (ศีล) หรือถ้าเราพิจารณาเห็นโดยเหตุผลว่าพฤติกรรมอีกอย่างหนึ่งดีกว่า เราเห็นว่าทำอย่างนั้นจะดีกว่า จะเป็นประโยชน์กว่า (ปัญญา) เราก็จะทำพฤติกรรมตามที่เราคิดว่าดีกว่านั้น (ศีล)

แต่บางทีอาจจะมีการเกิดขึ้นก่อน เช่น พ่อแม่ ครูอาจารย์ โรงเรียน หรือสถาบันทางสังคม เขาจัดระเบียบความเป็นอยู่ คือวางระเบียบวินัยเป็นกฎเกณฑ์กติกาขึ้นมาแล้ว เราเข้าไปอยู่ในหมู่ในพวกก็ทำตามเขาไป (ศีล) ต่อมา จากความเคยชินในพฤติกรรมอย่างนั้นไปเรื่อย โดยไม่ขัดแย้งฝืนใจ เราก็เกิดความพอใจสนิทใจกับพฤติกรรมนั้น (สมาธิ) แล้วบางทีก็เลยมองเห็นคุณค่าของสิ่งที่เป็ระเบียบหรือกฎเกณฑ์กติกาของพฤติกรรมนั้นว่าดี มีประโยชน์ (ปัญญา)

พอปัญญาเห็นเหตุผลและคุณค่าของพฤติกรรมอย่างนั้นแล้ว ก็ยังทำพฤติกรรมอย่างนั้นหนักแน่นจริงจังขึ้นอีก (ศีล) แล้วก็ยิ่งมีความสุขความพอใจสนิทใจกับพฤติกรรมนั้นมากขึ้น (สมาธิ) ฯลฯ

เพราะเหตุที่มีการโยงส่งผลต่อไปมาอย่างนี้ ก็ทำให้เรามีการปรับพฤติกรรมให้เหมาะสมมีผลดียิ่งขึ้นได้อีก

ในการฝึกนี้จะเห็นว่า ทั้งศีล สมาธิ และปัญญา 3 อย่างนี้ ต้องอาศัยซึ่งกันและกัน ถ้าอย่างใดอย่างหนึ่งไม่พร้อม หรือไม่ร่วมประสาน ก็จะทำให้กระบวนการฝึกไม่ได้ผลดี

ยกตัวอย่างเช่น ในการฝึกระเบียบวินัย (ขั้นศีล) ถ้าจิตใจของผู้ถูกฝึกไม่มีความสุข ทำให้เกิดการฝืนใจขึ้น ก็เสียองค์ประกอบด้านจิต (ขั้นสมาธิ) การฝึกนั้นก็มีความโน้มเอียงที่จะได้ผลยาก

แต่ถ้าในการฝึกพฤติกรรมนั้นจิตใจของผู้ถูกฝึก มีความพึงพอใจ มีความสุขในการทำพฤติกรรมนั้น พฤติกรรมนั้นก็จะมีมั่นคง

ยิ่งถ้าเขามีปัญญามองเห็นเหตุผล และคุณค่าของการฝึกพฤติกรรมนั้นว่าเป็นสิ่งที่ดีมีคุณค่า เกื้อกูล เป็นประโยชน์ด้วย ก็จะมี ความมั่นคงและมั่นใจ พร้อมทั้งมีความสุขในการทำพฤติกรรมนั้นมากยิ่งขึ้นไปอีก

ดังนั้น องค์ทั้ง 3 อย่างจึงต้องสัมพันธ์กัน

การพัฒนาไตรสิกขาในระดับรอบเล็ก ที่ควรปฏิบัติให้ได้เป็นประจำ และเป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้จริง โดยไม่ยากเลย ก็คือการนำไตรสิกขาเข้าสู่การพิจารณาของ *โยนิโสมนสิการ* หรือการโยนิโสมนสิการในไตรสิกขา กล่าวคือ

ในการกระทำทุกครั้งทุกอย่าง ไม่ว่าจะแสดงพฤติกรรมอะไร หรือมีกิจกรรมใดๆ ก็ตาม เราสามารถฝึกฝนพัฒนาตนและสำรวจตรวจสอบตนเองตามหลักไตรสิกขานี้ ให้มีการศึกษาครบทั้งสามอย่าง ทั้งศีล สมาธิ และปัญญา พร้อมกันไปทุกครั้งทุกครั้ง คือเมื่อทำอะไรก็พิจารณาดูว่า พฤติกรรมหรือการกระทำของเราครั้งนี้ มีการเบียดเบียน จะทำให้เกิดความเดือดร้อนแก่ใครหรือไม่ หรือว่าเป็นไปเพื่อความเกื้อกูล ช่วยเหลือ ส่งเสริม และสร้างสรรค์ (ศีล)

ในการกระทำเดียวกันนี้ จิตใจของเราเป็นอย่างไร เราทำด้วยจิตใจที่เห็นแก่ตัว มุ่งร้ายต่อใคร ทำด้วยความโลภ โกรธ หลง หรือไม่ หรือทำด้วยความเมตตา มีความปรารถนาดี ทำด้วยศรัทธา ทำด้วยสติ มีความเพียร มีความรับผิดชอบ เป็นต้น และขณะที่ทำเรามีสภาพจิตใจเป็นอย่างไร เราร้อน หนาว หนาว หนาว ชุ่มฉ่ำ เศร้าหมอง หรือว่ามีจิตใจที่สงบ ร่าเริงเบิกบาน เป็นสุข เอิบอิ่ม ผ่องใส (สมาธิ)

การกระทำครั้งนี้ เราทำด้วยความรู้ความเข้าใจในเรื่องที่ ทำ มองเห็นเหตุผล รู้เข้าใจหลักเกณฑ์ และความมุ่งหมาย มองเห็นผลดีผลเสีย และหนทางแก้ไขปรับปรุงพร้อมดีแล้วหรือไม่ (ปัญญา)

เพราะฉะนั้น คนที่ฉลาดจึงสามารถบำเพ็ญสิกขา คือฝึกฝนพัฒนาตน และสำรวจตรวจสอบ วัตถุประสงค์พัฒนาตนได้เสมอตลอดทุกครั้งทุกเวลา เป็นการบำเพ็ญไตรสิกขาในระดับรอบเล็ก (คือครบทั้งสามสิกขาในพฤติกรรมเดียวหรือกิจกรรมเดียว)

พร้อมกันนั้นก็เจริญไตรสิกขาในระดับรอบใหญ่ (คือค่อยๆ พัฒนาขึ้นไปทีละส่วน) ไปด้วย ชนิดที่ดูภายนอกก็เหมือนศึกษาไปตามลำดับที่ละอย่าง โดยที่การบำเพ็ญไตรสิกขาในระดับรอบเล็ก นี้ก็จะช่วยให้การเจริญไตรสิกขาในระดับรอบใหญ่ก้าวหน้าไปด้วยดี

แล้วในทางย้อนกลับ การเจริญไตรสิกขาในระดับรอบใหญ่ ก็จะส่งผลให้การบำเพ็ญไตรสิกขาในระดับรอบเล็กมีความมั่นคงและสมบูรณ์ยิ่งขึ้นจนเต็มเปี่ยมในที่สุด

ตามที่กล่าวมานี้ ต้องการให้มองเห็นความสัมพันธ์อย่างอิงอาศัยซึ่งกันและกันขององค์ประกอบที่เรียกว่าสิกขา 3 ในกระบวนการศึกษาและพัฒนาพฤติกรรม เป็นการมองรวมๆ อย่างสัมพันธ์ถึงกันหมดในรอบเล็ก โดยไม่ได้แยกออกเป็นเรื่องๆ

แต่ถ้ามองในแง่ของช่วงยาว จุดเน้นจะต่างกันในการบวนการฝึกนี้ กล่าวคือ เริ่มต้นจุดเน้นอยู่ที่ศีล ส่วนสมาธิและปัญญาจะเป็นตัวแทรกเสริมหรือแฝงอยู่ ต่อมาในช่วงที่ 2 เมื่อศีลมั่นคงดีแล้ว ก็จะเน้นเรื่องสมาธิโดยมีศีลเป็นฐานรองรับ และปัญญาก็ค่อยดูแลอยู่ จึงมองเห็นเป็นภาพรวมแบบหยาบๆ ว่า ชั้นแรกฝึกศีล ชั้นที่สองฝึกสมาธิ และชั้นสุดท้ายฝึกปัญญา คนที่จะฝึกปัญญาได้ดีนั้น ด้านศีล ด้านสมาธิ ต้องมั่นคงเป็นฐานอยู่แล้ว

## วินัยคือการจัดสรรให้เกิดโอกาสในการพัฒนา

อหนึ่ง ขอแทรกว่าในการฝึกระดับศีลหรือพัฒนาศีลนั้น ตามปกติจะใช้วินัยเป็นเครื่องฝึก แต่เมื่อพูดถึงวินัย หลายคนจะมีภาพในใจที่ไม่ค่อยถูกต้อง ซึ่งจะทำให้เสียผลต่อการศึกษา จึงควรจะยกเรื่องนี้ขึ้นมาทำความเข้าใจกันสักหน่อย กล่าวคือ

เราจะต้องเน้นการมองวินัยในแง่บวก คือวินัยนั้นในความหมายที่ถูกต้องจะไม่เป็นเรื่องของการบังคับ ซึ่งเป็นหยาบ แต่เป็นเรื่องของการจัดสรรให้เกิดโอกาสในการพัฒนานั่นเอง

แนวทางที่จะทำให้มองวินัยในทางบวกนั้นก็มีหลายอย่าง



**วินัย** เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นเพราะเรามีวัตถุประสงค์ที่มุ่งประโยชน์แก่ชีวิตและสังคม เช่น เราต้องการที่อยู่อาศัยที่เรียบร้อยอยู่สบาย ต้องการโอกาสในการทำงาน ต้องการความคล่องตัวในการดำเนินกิจการ ต้องการการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข เราจึงดำเนินการจัดข้าวของอุปกรณ์ให้เป็นที่เป็นทางไม่เกะกะ และใช้สะดวก จัดระเบียบการอยู่ร่วมกันในบ้าน ในที่ทำงาน ในท้องถนน จัดลำดับการใช้เวลา เป็นต้น

เมื่อเราจัดระเบียบไว้ดีและพากันปฏิบัติตามระเบียบนั้น เราก็มีเวลาและโอกาส ตลอดจนความคล่องตัวมากขึ้นในการทำงาน และทำการต่างๆ ที่ปรารถนา

เพราะฉะนั้นวัตถุประสงค์ที่แท้ของวินัย คือ การจัดสรรโอกาส ให้มนุษย์สามารถทำอะไรๆ ได้สะดวกและมากขึ้นอันเป็นการเอื้อโอกาสต่อการพัฒนา

หนึ่ง วินัยนั้นสัมพันธ์กับจิตสำนึกของมนุษย์ คือจิตสำนึกในการพัฒนาตน ถ้ามนุษย์มีจิตสำนึกในการพัฒนาตนวินัยก็จะได้ผลและจะเกิดผลดีทางจิตใจด้วย เช่น มีความสมปรารถนา ความภูมิใจ และมีความสุข แต่ถ้าไม่มีจิตสำนึกในการพัฒนาตนเอง ก็เสี่ยงต่อการฝืนใจ แล้วความทุกข์ก็ตามมา

คำว่า **จิตสำนึก** ในที่นี้ หมายความว่า เรามองเห็นหรือยึดถือเป็นเรื่องสำคัญที่ผูกพันกับตนเองว่าเราจะต้องฝึกตัว การฝึกตัวเป็นสิ่งที่ดี เป็นสิ่งจำเป็นในชีวิตของเรา เพื่อให้ชีวิตดีงามขึ้นเราจำเป็นต้องฝึกตน คือการมองเห็นประโยชน์ คุณค่า ความสำคัญของการฝึก ที่จะต้องเอาตัวเข้าไปปฏิบัติ

เมื่อมีจิตสำนึกอย่างนี้ เขาก็จะมองเห็นว่าการฝึกนั้นเป็นเรื่องที่เรา “ได้” และการฝืนใจจะไม่เกิดขึ้น

เมื่อพบสิ่งที่ทำยาก พอนึกว่าเราจะได้ฝึกตัว ความยากนั้นก็กลายเป็นการได้ขึ้นมาทันที เราจะรู้สึกอึดใจที่จะทำสิ่งนั้น ดังนั้น องค์ประกอบทางด้านจิตจึงเข้ามาสัมพันธ์กับพฤติกรรมในการรักษาวินัยอยู่เรื่อยๆ

และปัญญาจะทำให้รู้ว่าวินัยนั้นช่วยจัดสรรโอกาสให้แก่การมีชีวิตที่ดีอย่างไรๆ เมื่อได้เห็นคุณค่าเช่นนั้น ก็ยิ่งเกิดความพอใจ ดังนั้นการฝึกพฤติกรรมจึงมีความสัมพันธ์กับปัญญา

ด้วยเหตุนี้ ทางที่ดีก่อนจะวางระเบียบจึงต้องควรชี้แจงให้เห็นเหตุผลและให้เกิดความซาบซึ้งในคุณค่าของระเบียบหรือกฎเกณฑ์กติกานั้นๆ ก่อน

อีกอย่างหนึ่ง วินัยมีความหมายเป็นกติกาของสังคม คือเป็นข้อตกลงว่าเพื่อการอยู่ดีร่วมกัน ทุกคนจะถือปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ที่วางกันไว้ว่าจะทำหรือไม่ทำอะไรๆ อย่างไรๆ ถ้าใครไม่ทำตามหรือล่วงละเมิดจะต้องได้รับโทษอย่างไร ตรงนี้เป็นวินัยในความหมายของกติกาสังคม คือสิ่งที่หมายรู้อันร่วมกัน เพื่อจะได้ปฏิบัติตัวหรือวางตัวได้ถูกต้อง

สำหรับคนที่ยังไม่พัฒนาจะรู้สึกว่กติกาเหล่านี้เป็นเครื่องปิดกั้นบีบคั้นตนเอง แต่สำหรับคนที่พัฒนาแล้วมีปัญญามองเห็นเหตุผลกลับมองว่า กติกาเหล่านี้เป็นเครื่องช่วยให้เขาทำตัวได้ถูกต้อง มันเป็นเพียงสิ่งหมายรู้อันร่วมกันว่าเราจะอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างไร เพราะถ้าคนมาอยู่ร่วมกันมากมาย แล้วไม่มีกติกา แต่ละคนก็จะอึดอัดขัดข้องทำอะไรไม่ถูก ดังนั้นวินัยในความหมายหนึ่งจึงเป็นกติกาของสังคม หรือสิ่งหมายรู้อันร่วมกันเพื่อช่วยให้ปฏิบัติตัววางตน และทำกิจการต่างๆ ได้ถูกต้อง

ด้วยเหตุนี้วินัยจึงต้องอาศัยปัญญาด้วย และวินัยนั้นจะต้องตั้งอยู่บนรากฐานของความถูกต้อง จึงจะสัมฤทธิ์ผลให้เกิดศีล ตามวัตถุประสงค์ของการศึกษา



## ข้อควรสังเกตเกี่ยวกับการพัฒนาในระดับพฤติกรรม

ได้พูดถึงหลักการใหญ่โดยทั่วไปอย่างกว้างๆ มาแล้ว คราวนี้จะพูดจำกัดวงแคบเข้ามา โดยเน้นการพัฒนาในระดับพฤติกรรม จะขอเริ่มด้วยการตอบคำถามเกี่ยวกับการฝึกความรับผิดชอบก่อน แล้วจะพูดถึงข้อควรสังเกตเกี่ยวกับการพัฒนาในระดับพฤติกรรมโดยทั่วไป

ในการฝึกหรือพัฒนาคนให้มีความรับผิดชอบนั้น ถ้าเริ่มจากศีลก็จะเป็นเรื่องของการวางข้อกำหนด กฎเกณฑ์ ระเบียบ เป็นวินัยขึ้นมา โดยมากจะใช้วินัยนี้เป็นฐานก่อน ทำให้คนที่ไม่มีความรับผิดชอบต้องมีความรับผิดชอบ โดยที่เขาต้องทำตามกฎกติกา นั้น แต่ในขณะนี้ ถ้าความสำนึกในจิตของเขายังไม่มี การปฏิบัติของเขาก็ได้แค่พฤติกรรมที่แสดงออกมาในชั้นศีลเท่านั้น

ศีลอย่างนี้ยังไม่มั่นคง เพราะไม่ได้เกิดจากจิตสำนึก ไม่มีการพัฒนาด้านจิตมาช่วยหนุน จึงต้องฝึกด้านจิตเข้ามาร่วมด้วย เช่นให้มีบรรยากาศที่ดีงาม มีความสบายใจ มีความสุขในการทำงาน ที่ตนรับผิดชอบ และถ้าจะให้ดีกว่านั้นก็ให้มีปัญญามาช่วยอีกด้วย คือให้เขาเห็นประโยชน์หรือคุณค่าในการที่เขาทำอย่างนั้น ซึ่งอาจจะต้องมีการจัดชี้แจงอบรมทางด้านความรู้ให้เขาเห็นเหตุผลในการที่จะต้องมีความรับผิดชอบ

แต่ในเบื้องต้นของการฝึกจะเริ่มด้วยส่วนที่เป็นรูปธรรมที่เป็นของหยาบ มองเห็นง่าย ศีลจึงมาก่อน เพื่อสร้างพฤติกรรมเคยชินไว้ เมื่อพฤติกรรมมีความเคยชินแล้วก็ถือได้ว่าสำเร็จไปแล้วขั้นหนึ่ง คือในชั้นของศีล

ในเรื่องของศีลนี้มีหลักการอยู่อย่างหนึ่งว่า มนุษย์ต้องมีความเคลื่อนไหว และการเคลื่อนไหวนั้นก็ต้องเป็นไปในรูปลักษณะอย่างใดอย่างหนึ่ง เมื่อเคลื่อนไหวในรูปลักษณะอย่างใดอย่างหนึ่งนั้น ครึ่งหนึ่งแล้ว พอจะมีการเคลื่อนไหวเช่นนั้นใหม่อีก เขาก็มักจะดำเนินตามรูปลักษณะของการเคลื่อนไหวอย่างนั้นซ้ำอย่างเดิม และเมื่อทำอย่างนั้นต่อไป การเคลื่อนไหวในรูปลักษณะนั้นก็กลายเป็นพฤติกรรมเคยชิน

พอเป็นพฤติกรรมเคยชินแล้วแก้ไขยาก ถ้าเป็นพฤติกรรมเคยชินที่ดีก็จะเป็นประโยชน์ต่อไปตลอด แต่ถ้าเป็นพฤติกรรมเคยชินที่ไม่ดีก็เป็นการเสียหายแก่ชีวิตของเขา เช่น เสียบุคลิกภาพ น่ารังเกียจ เสียวินัยของผู้พบเห็น หรือสร้างความรู้สึกเป็นปฏิปักษ์ เป็นต้น

เพราะฉะนั้น ตรงนี้ก็จึงเป็นจุดช่วงชิงที่ว่า จะทำอะไรให้คนมีพฤติกรรมเคยชินที่ดีได้ก่อน โดยเฉพาะสำหรับเด็กๆ เรื่องนี้สำคัญมาก การยืน เดิน นั่ง นอน กิน ดื่ม ฯลฯ เป็นที่จับของพฤติกรรมเคยชินได้ทั้งนั้น ดังนั้น การวางระเบียบวินัยต่างๆ ในความหมายหนึ่ง ก็คือระบบการสร้างพฤติกรรมเคยชินที่มุ่งให้เกิดพฤติกรรมเคยชินที่ดี และพฤติกรรมเคยชินที่ดีนี้แหละเป็นศีล ซึ่งแปลว่าพฤติกรรมดีงามที่เป็นปกติของเขา

เมื่อคนปฏิบัติตามวินัยแล้ว ความประพฤติอย่างนั้นก็ลงตัวกลายเป็นความเคยชินเป็นปกติของเขาอย่างนั้น เช่น มารยาทในการขับรถ มารยาทของคนเดินถนน เป็นต้น

ดังนั้น จุดสำคัญที่จะต้องตั้งเป็นเป้าหมายอันดับแรกก็คือ ทำอย่างไรจึงจะให้เด็กหรือคนที่เข้ามาใหม่ได้พฤติกรรมที่ดีติดตัวไป โดยเฉพาะคนที่มีความสามารถในการฝึกน้อย พอเคยชินอย่างไรรู้จักอยู่แค่พฤติกรรมนั้น จะติดจะยึดอยู่กับพฤติกรรมเคยชินนั้น จะแก้ไขปรับใหม่ได้ยากหรือไม่ได้เลย จะพัฒนาเหนือกว่านั้นยาก ต่างจากคนที่มีความสามารถในการพัฒนาสูง ซึ่งสามารถปรับปรุงตัวเองได้เสมอ ไม่อยู่ในความครอบงำของความเคยชิน แต่คนประเภทนี้มีจำนวนน้อยอย่างยิ่ง

เราจะต้องระลึกไว้ว่า ในแง่ของสังคมนั้นเราพูดถึงคนส่วนใหญ่ เรากำลังเอาหลักการนี้มาใช้กับคนส่วนใหญ่ซึ่งชีวิตติดอยู่ในกรอบของพฤติกรรมเคยชิน การพัฒนาระดับศีลจึงมีความสำคัญมาก เราจึงต้องเน้นเรื่องการสร้างพฤติกรรมเคยชินที่ดี

สำหรับคนส่วนใหญ่ที่ว่านั้น เมื่อเขามีพฤติกรรมเคยชินอย่างไรแล้ว ก็จะเกิดการยึดติดว่าอันนี้แหละดี เขาเคยทำมาอย่างนี้ ใครทำอย่างอื่นจะแปลก เขาจะไม่เห็นด้วย คนพวกนี้อาจจะไม่ใช้ปัญญา อาจจะไม่ยอมคิดพิจารณาเลยด้วยซ้ำ เขาเพียงแต่ยึดติดในสิ่งที่ตนเองเคยทำมาเท่านั้น ในเมื่อมนุษย์อยู่ในสภาพอย่างนี้มาก เราจึงต้องใช้หลักธรรมชาติเหล่านี้ให้เป็นประโยชน์ คือชิงสร้างระบบพฤติกรรมเคยชินที่ดีให้สะสมขึ้นมาก่อน

เรื่องของแบบแผน ประเพณี วัฒนธรรมที่ดั้งเดิม ตลอดจนกฎเกณฑ์กติกาที่ออกมาในรูปแบบของบัญญัติทางสังคมเป็นกฎหมายเป็นต้นนั้น ก็รวมอยู่ในหลักการนี้

ถ้าเราวางระบบให้ดี จนลงตัวติดเป็นพฤติกรรมเคยชินของคนรุ่นหนึ่งได้แล้ว มันก็จะเกิดการสะสมและถ่ายทอดจากคนรุ่นเก่าไปสู่คนรุ่นใหม่ เพื่อที่จะได้ปฏิบัติตามๆ กันไป แล้วก็ส่งผลไปทีละทีละให้เกิดความชื่นชมและยึดถือด้วยเวลาจะประพุดอย่างนั้น ความชื่นชมยึดถือในจิตใจก็จะส่งแรงเสริมเจตจำนงให้เจตนามุ่งไปที่จะทำที่จะประพุดอย่างนั้น

เป็นอันว่าการฝึกฝนพัฒนาในขั้นศีลเป็นขั้นที่สำคัญมาก โดยเฉพาะสำหรับคนส่วนใหญ่ในสังคม ถ้าบุคคลเกิดพฤติกรรมเคยชินที่ไม่ดีแล้ว การที่จะเปลี่ยนแปลงก็ทำได้ยาก

แต่อย่างไรก็ตาม ในพระพุทธศาสนาซึ่งถือหลักสิกขาแห่งการฝึกฝนพัฒนาคน การปรับปรุงพัฒนาแม้จะทำได้ยาก ก็ถือว่าต้องพยายามทำ และการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมนั้น ก็สามารถทำได้โดยใช้หลักไตรสิกขานี้แหละ เพราะไตรสิกขานั้นเมื่อมองในแง่ของการพัฒนา สิ่งที่จะต้องทำอย่างหนึ่งก็คือการแก้ไขปรับปรุงความเคยชิน ด้านหนึ่งนั้นมันเป็นการสร้างพฤติกรรมที่ดี แต่พร้อมกันนั้นก็ด้านหนึ่งก็เป็นเรื่องของการแก้ไขพฤติกรรมเคยชินที่ไม่ดีด้วย

ยิ่งกว่านั้นยังก้าวต่อไปสู่การปรับปรุงแม้แต่พฤติกรรมเคยชินที่ดีอยู่แล้ว ให้เป็นไปด้วยจิตใจและปัญญาที่ถูกต้องให้ดียิ่งขึ้นไปอีก อย่างเช่น วัฒนธรรมของสังคมที่ถ่ายทอดกันมาด้วยความเคยชินจนเป็นแบบแผนนั้น เป็นสิ่งที่มีควมซับซ้อนมาก บางอย่างในวัฒนธรรมนั้น ที่ว่าดีในสมัยหนึ่ง เมื่อผ่านมาถึงอีกสมัยหนึ่ง อาจกลายเป็นไม่ดี หรือบางอย่างที่ดีอาจตกมาถึงปัจจุบันในรูปแบบที่คลาดเคลื่อนผิดเพี้ยนไปแล้ว หรือบางอย่างที่ว่าดีอาจเหลือเพียงรูปแบบภายนอก แต่สาระหรือความหมายที่แท้จริงสูญหายไปแล้ว หรือยิ่งกว่านั้น อาจจะมีควมหมายอื่นที่เป็นโทษเข้าไปแทนที่ ดังนี้ เป็นต้น

ความคลาดเคลื่อนผิดเพี้ยนและโทษเหล่านี้ บางทีเราก็ไม่รู้ จนกระทั่งมีผู้สติปัญญามาชี้ให้เห็นจุดเห็นแก่ที่จะปรับปรุงแก้ไข (บางทีสติปัญญาไม่พอดีก็ชี้ผิดเสียอีก) จึงได้เกิดมีการเปลี่ยนแปลงและพัฒนากันไป (บางทีผู้ที่ติดก็ต้านอย่างหนัก)

เรื่องพฤติกรรมเคยชินของมนุษย์ แม้แต่ในระดับสังคม ก็ต้องมีการแก้ไขพัฒนาอยู่เรื่อย ถ้าพูดถึงถึงในระดับบุคคลก็ยิ่งต้องพัฒนาตลอดเวลา

ดังที่กล่าวแล้วว่า คนส่วนมากมักจะได้แค่พฤติกรรมเคยชิน จะพัฒนาเหนือกว่านั้นไปได้อย่างไร คนที่พัฒนาตนเองได้ดี ก็คือคนที่สามารถอยู่เหนืออำนาจของความเคยชิน คนประเภทนี้จะปรับตัวพัฒนาขึ้นไปเรื่อยๆ ซึ่งถือว่าเป็นความสามารถพิเศษ

พฤติกรรมที่ลงตัวโดยเคยชินอย่างละเอียดอ่อน เรียกว่า **วาสนา** (แปลว่าการสั่งสมบรรมมา ซึ่งก็คือการสั่งสมพฤติกรรมเคยชินนั่นเอง) ได้แก่ แบบแผนพฤติกรรมที่บุคคลนั้นได้สะสมมากับ

ตนเอง จนกลายเป็นลักษณะประจำตัวของเขา เช่น จังหวะท่วงทีในการเดิน การพูด คำติดปาก เป็นต้น ซึ่งแต่ละคนจะแสดงออกแตกต่างกัน ถือเป็นวาสนาของแต่ละคน

เมื่อบุคคลมีวาสนาอย่างไร วาสนานั้นก็จะเป็นปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่งที่จะนำชีวิตของเขาไปในแนวทางหนึ่งโดยเฉพาะ แม้แต่ความเคยชินทางความคิดที่เป็นพฤติกรรมทางจิต เช่นว่าชอบอะไรไม่ชอบอะไร เป็นต้น ก็เป็นวาสนาเช่นเดียวกัน เมื่อเขามีวาสนาเกี่ยวกับอะไรในทางใด มันก็ชักจูงเขาไปในทางนั้น ไปหาสิ่งนั้น วาสนาก็เลยกลายเป็นตัวกำหนดวิถีชีวิตของเขาไป

นอกจากนั้น วาสนายังเป็นตัวกระทบที่ทำให้คนอื่นมีปฏิกิริยาต่อเขาในรูปใดด้วย เช่นดั่งดูหรือผลักไล่ ทำให้ชอบหรือทำให้เกลียด ในความสัมพันธ์กับคนหมู่มาก หรือเป็นปฏิกิริยาเฉพาะตัวกับบางคน ดังจะเห็นได้ในลักษณะการพูดของแต่ละบุคคล บางคนพูดสละสลวยรื่นหู บางคนพูดกระซอกกระซอก บางคนพูดแล้วคนชอบฟัง บางคนพูดแล้วคนรำคาญ ฯลฯ ซึ่งล้วนมีผลต่อความเป็นไปในชีวิตของเขาทั้งสิ้น

วาสนาเมื่อเกิดขึ้นแล้วก็แก้ไขยาก เพราะเป็นสิ่งที่ล่องล่อง ผู้ที่ละวาสนาได้หมดมีเพียงบุคคลเดียวคือพระพุทธเจ้า หมายความว่าพฤติกรรมเคยชินหมดไป เพราะพฤติกรรมอยู่ภายใต้การนำของสติปัญญาอย่างเดียว คือทำไปด้วยสติปัญญา ไม่ได้ทำไปด้วยความเคยชิน ส่วนพระอรหันต์อื่นแม้แต่พระอรหันต์ ก็แก้ไขได้แต่วาสนาร้ายแรงที่เป็นโทษต่อชีวิตและสังคม ส่วนวาสนาที่ไม่ร้ายแรงก็ยังคงอยู่ เช่นบางท่านพูดจาไม่เพราะหู บางท่านเดินไม่ค่อยชวนดู เป็นต้น รวมความว่า เรื่องของวาสนามีทั้งดีและไม่ดี และวาสนานั้นก็เป็นผลกรรมส่วนหนึ่ง

ในเรื่องกรรมนั้น พอเกิดปัญญาขึ้นมาแล้ว เจตนาที่เป็นตัวกรรมก็ค่อยๆ เปลี่ยนจากการอยู่ใต้บงการของตัณหาอยู่ใต้การชี้แนะของปัญญา จนในที่สุดเจตนาเองก็จะหมดหน้าที่ไปด้วย ซึ่งเป็นขั้นสุดท้ายที่ชีวิตจะเป็นอยู่ด้วยปัญญา นี่คือภาวะที่เรียกว่าสิ้นกรรม เพราะพฤติกรรมไม่ต้องอยู่ใต้บงการของเจตนาที่มุ่งเลือกกว่าตัวเราจะเอาอย่างไร แต่เปลี่ยนมาเป็นอยู่และทำการต่างๆ ด้วยปัญญา ด้วยความรู้ หรือปฏิบัติการด้วยความรู้ความเข้าใจ ไม่ใช่ปฏิบัติการด้วยความจำนองใจว่าตัวเราต้องการเอาอย่างนั้นอย่างนี้

อย่างไรก็ตาม ในระดับของปุถุชนที่ยังไม่พ้นจากพฤติกรรมที่เป็นไปด้วยเจตนา เมื่อมีการศึกษาพัฒนาตนขึ้น ปัญญา ก็จะเข้ามาช่วยชี้ทาง ทำให้มีการเลือกตัดสินใจที่ดั่งามถูกต้อง ประกอบด้วยความรู้ความเข้าใจและความมีเหตุผลมากขึ้น และทำการต่างๆ ด้วยฉันทะที่จะนำไปสู่ความไร้ทุกข์ ลดปัญหา ตลอดจนมีอิสรภาพและสันติสุขทั้งในชีวิตและในสังคมมากขึ้นๆ ตามระดับการพัฒนา

”

คัดจาก พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), จะพัฒนาคนกันได้อย่างไร?, สำนักพิมพ์สุภาพใจ, ฉบับพิมพ์ครั้งที่ 7, พฤศจิกายน 2543, หน้า 104-107 และ หน้า 121-152