

การประยุกต์ใช้หลักสันโดษเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต

Application of contentment (Santosa) to improve quality of life

ธณคิมณูษ์ ไชยวิมลสิริ

Tanasimon Chaiwimon Siri

นักวิชาการอิสระ สาขาปรัชญาและศาสนา

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่ออธิบายการประยุกต์ใช้ "หลักความสันโดษ" ซึ่งเป็นหนึ่งหลักธรรมที่สำคัญหลักหนึ่งในการปรับตัวเพื่อการใช้ชีวิตในสังคมปัจจุบัน สภาพะทางการเมือง เศรษฐกิจและสังคมมีผลกระทบต่อดำรงอยู่ของชีวิตที่มีคุณภาพ การประยุกต์ใช้ความสันโดษ เพื่อให้คนในสังคมเข้าใจธรรมชาติของตนเองมากขึ้น เนื่องจากความเร่งรีบในการดำเนินชีวิตและการดิ้นรนกับกระแสการเปลี่ยนแปลงทางสังคม การเมือง และเศรษฐกิจ คนส่วนใหญ่ในสังคมต่างพยายามที่จะหาปัจจัย 4 เพื่อประโยชน์ของตนเองมากเกินไป (เพราะพวกเขาคิดว่าการครอบครองทรัพย์สินจำนวนมากคือความมั่นคงในชีวิต) บทความนี้เป็นการอธิบายเนื้อหาที่สอดคล้องกับสถานการณ์ปัจจุบันในมิติทางของพุทธศาสนาในการแก้ปัญหา อธิบายลักษณะของมนุษย์ การแสดงออกต่อตนเอง และผู้อื่นตลอดถึงการดำเนินชีวิตเพื่อการพัฒนาสู่สังคมอุดมคติ

คำสำคัญ: การประยุกต์ใช้หลักสันโดษ, การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักธรรมทางพุทธศาสนา

Abstract

This article is intended to describe the application of principle of contentment (Santosa), which is one of the main principles of adjustment for living in today's society. Political, economic and social conditions affect the existence of quality life. Application of contentment (Santosa) to people in society understand themselves more. Due to the haste of living and struggling with the flow of social, political and economic changes, and from the economic situation, people in society are exploiting each other. Most people in the society try to find four

factors for their own benefit (because they think that many resources are life-sustaining). This article describes the content that corresponds to the current situation in the Buddhist dimension in solving problems, consisting of explaining human characteristics, Self-expression, and others throughout their lives for the development of an ideal society.

Keywords: The application of seclusion, the development of quality of life according to Buddhist principles

1. บทนำ

หากกล่าวถึง “คุณภาพชีวิต” หลายคนอาจจะคิดว่าเป็นเพียงการกล่าวถึงความเป็นอยู่ที่ดี สุขสบายมีอยู่มีกินเพียงอย่างเดียว แต่แท้ที่จริงแล้วคุณภาพชีวิตหมายรวมถึงสภาพความเป็นอยู่ของมนุษย์ที่ดีมีความสุขทั้งทางร่างกายและจิตใจ ซึ่งเป็นความพึงพอใจภายในตัวบุคคลต่อการดำรงชีวิตทั้งในด้านความต้องการขั้นพื้นฐาน สุขภาพแข็งแรงครบถ้วนรอบอุน ความพึงพอใจในการทำงาน การอยู่ร่วมกันในสังคม ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมซึ่งถือเป็นการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ สิ่งแวดล้อมทางสังคมได้อย่างเหมาะสมและมีความสุข (ชุมพร ฉ่ำแสง, 2555 : 6) แต่จากความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของสังคมยุคปัจจุบันทั้งทางด้านวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี เศรษฐกิจ การเมือง โดยเฉพาะการเข้าสู่ยุค เศรษฐกิจดิจิทัล ซึ่งปฏิเสธไม่ได้ว่าค่านิยมของคนในสังคมที่มุ่งเน้นทางวัตถุมากกว่าคุณค่าทางจิตใจ จึงทำให้สังคมไทยมีปัญหาต่างๆ ตามมา สาเหตุหนึ่งเกิดจากการขาดหลักธรรมเพื่อนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันอย่างเหมาะสม (สุนทร ธนศิลป์พิชิต, 2551 : 2) จึงกล่าวได้ว่าชีวิตที่มีคุณภาพจึงต้องได้รับการฝึกฝนขัดเกลาจากภายในคือ “จิต” สู่ภายนอก คือการกระทำหรือพฤติกรรมที่แสดงออก ซึ่งจากสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นในปัจจุบันคนในสังคมต่างเอาแต่เอาเปรียบกันอยู่เสมอไม่ว่าจะเป็นทรัพยากร อาหาร ที่ดิน เศรษฐกิจ สังคม ต่างแย่งชิงเพื่อให้ได้มามากที่สุดเพราะเข้าใจว่าการได้มากมีมากคือความมั่นคงที่จะนำไปสู่คุณภาพชีวิตที่ดี อยู่ดีกินดี ซึ่งหารู้ไม่ว่าการครอบครองทรัพยากรที่เป็นจำนวนมากดังกล่าวไม่ได้ทำให้ชีวิตมีความสุข แม้ว่าจะอยู่สุขสบายเพราะไม่ขาดแคลนอาหารหรือปัจจัย 4 แต่เมื่อต้องการครอบครองมากขึ้นเท่าใดคุณภาพชีวิตที่เรียกว่าคุณภาพจิตกลับตึงจนลึงถดถอยสู่ความหายนะ แม้ว่าจะถูกขับเคลื่อนด้วยความอยาก ความโกรธ ความหลง ที่ใช้เป็น

เชื่อเพลิงในการขับเคลื่อนชีวิต แต่เชื่อไฟเหล่านั้นจะสร้างปัญหาในระยะยาวหากฝังอยู่ในจิตของผู้คนเป็นอันมาก ท้ายที่สุดย่อมนำไปสู่สงครามแห่งการแย่งชิงและจะทำให้โลกใบนี้สูญเสียความวิบัติ

2. หลักสันโดษในพระพุทธศาสนา

ในหลักธรรมของพุทธองค์หลักสันโดษมีความหมายที่ครอบคลุมควบคู่ไปกับการพัฒนาเสมอ ความก้าวหน้าหรือความเจริญในการพัฒนาคุณภาพชีวิตจำเป็นต้องอาศัยความสันโดษเป็นพื้นฐานการพัฒนา ในพจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม สันโดษนั้นหมายถึง ความยินดี, ความพอใจ, ความยินดีด้วยของของตนซึ่งได้มาด้วยเรี่ยวแรงความเพียรโดยชอบธรรม, ความยินดีด้วยปัจจัย 4 ตามมีตามได้, ความรู้จักอิมรู้จักพอ จำแนกสันโดษออกเป็น 3 ลักษณะ คือ

1. ยถาลภสันโดษ ยินดีตามที่ได้, ยินดีตามที่พึงได้ คือ ตนได้สิ่งใดมา หรือ เพียรหาสิ่งใดมาได้ เมื่อเป็นสิ่งที่ตนพึงได้ ไม่ว่าจะหยาบหรือประณีตแค่ไหน ก็ยินดีพอใจด้วยสิ่งนั้น ไม่ติดใจอยากได้สิ่งอื่น ไม่เดือดร้อนกระวนกระวายเพราะสิ่งที่ตนไม่ได้ ไม่ปรารถนาสิ่งที่ตนไม่พึงได้หรือเกินไปกว่าที่ตนพึงได้โดยถูกต้อง ชอบธรรม ไม่พ่งเล็งปรารถนาของของคนอื่นได้ ไม่ริษยาเขา

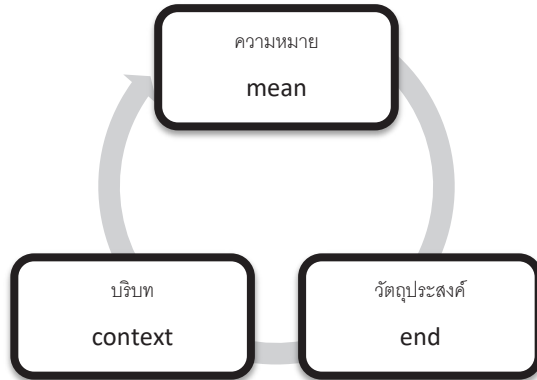
2. ยถาพลสันโดษ ยินดีตามกำลัง คือ ยินดีแต่พอแก่กำลังร่างกายสุขภาพและวิสัยแห่งการใช้สอยของตน ไม่ยินดีอยากได้เกินกำลังตน มีหรือได้สิ่งใดมาอันไม่ถูกกับกำลังร่างกายหรือสุขภาพ เช่น ภิกษุได้อาหารบิณฑบาตที่แสดงต่อโรคของตน หรือเกินกำลังการบริโภคใช้สอย ก็ไม่หวงแหนเสียดายเก็บไว้ให้เสียเปล่า หรือฝืนใช้ให้เป็นโทษแก่ตน ย่อมสละให้แก่ผู้อื่นที่จะใช้ได้ และรับหรือแลกเปลี่ยนที่ถูกต้องกับตน แต่เพียงที่พอแก่กำลังการบริโภคใช้สอยของตน

3. ยถาสารูปสันโดษ ยินดีตามสมควร คือ ยินดีตามที่เหมาะสมกับตน อันสมควรแก่ภาวะ ฐานะ แนวทางชีวิต และจุดหมายแห่งการบำเพ็ญกิจของตน เช่น ภิกษุไม่ปรารถนาสิ่งของอันไม่สมควรแก่สมณภาวะ หรือภิกษุบางรูปได้ปัจจัยสี่ที่มีค่ามาก เห็นว่าเป็นสิ่งสมควรแก่ท่านผู้ทรงคุณสมบัตินานับถือ ก็นำไปมอบให้แก่ท่านผู้นั้น ตนเองใช้แต่สิ่งอันพอประมาณ หรือภิกษุบางรูปกำลังประพฤติวัตรขัดเกลาคตน ได้ของประณีตมา ก็สละให้แก่เพื่อนภิกษุรูปอื่นๆ ตนเองเลือกหาของปอนๆ มาใช้หรือตนเองมีโอกาสจะได้ลาภอย่างหนึ่ง แต่รู้ว่าสิ่งนั้นเหมาะสมหรือเป็นประโยชน์แก่ท่านผู้อื่นที่เชี่ยวชาญถนัดสามารถด้านนั้น ก็สละให้ลาภถึงแก่ท่านผู้นั้น ตนรับเอาแต่สิ่งที่เหมาะสมกับตน (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), 2538 : 125-126)

3. การประยุกต์ใช้หลักสันโดษเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต

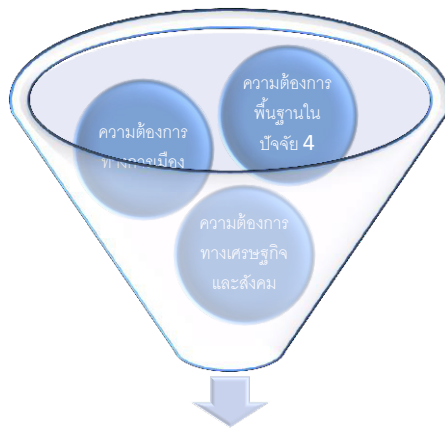
การที่จะปรับใช้หรือการประยุกต์ใช้หลักสันโดษ จะต้องเริ่มต้นจากการสร้างหลักสันโดษให้เกิดกับผู้ที่นำไปฝึกฝนหรือนำหลักธรรมดังกล่าวไปใช้เพื่อการพัฒนาชีวิตให้ “ประสบความสำเร็จ” ซึ่งคำว่า การประยุกต์ใช้ คือ การนำความรู้ในวิทยาการต่างๆ มาปรับใช้ให้เป็นประโยชน์ ส่วนการพัฒนาคือ ทำให้เกิดความเจริญหรือเกิดความก้าวหน้า ผู้เขียนเห็นว่าการประยุกต์ใช้หลักสันโดษเพื่อพัฒนาชีวิตเป็นการนำหลักสันโดษมาปรับใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดเพื่อความก้าวหน้าความเจริญแห่งชีวิตคือปัจจัยภายในคือ “จิต” และปัจจัยภายนอกคือสังคมโดยรวม การปฏิบัติหน้าที่หรือการงานที่มีโอกาสประสบความสำเร็จสูงจะต้องดำเนินชีวิตควบคู่ไปกับการประยุกต์ใช้หลักธรรม การดำเนินชีวิตด้วยองค์ความรู้วิทยาการอื่นๆ เพียงอย่างเดียวไม่ทำให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ได้ อีกทั้งไม่ช่วยให้ดำรงตนอยู่ในท่ามกลางปัญหาและความผันผวนทั้งหลายในชีวิตได้ ความสันโดษจะเกิดขึ้นได้บุคคลจำเป็นต้องเข้าใจและตระหนักในความสำคัญของหลักธรรมตลอดถึงศีลธรรม จรรยา ปัจจุบันหลักธรรมเรื่องสันโดษมักเป็นองค์ธรรมที่ถูกมองข้าม และไม่ถูกนำมาใช้ในชีวิตประจำวันของคนในสังคมโดยทั่วไป ดังนั้นการสร้างควมสันโดษให้เกิดขึ้นประการแรกต้องมีการสร้างความเข้าใจในหลักสันโดษให้ถูกต้องเสียก่อน กล่าวคือ การอธิบายหลักธรรมเรื่องความสันโดษนั้นต้องอธิบายถึงหลักคุณค่าของความสันโดษว่ามีคุณค่าอย่างไรทั้งต่อตนเองและสังคม พร้อมทั้งการชี้ให้เห็นโทษของการไม่ประพฤติตามหลักสันโดษ เช่น การไม่สันโดษในภรรยาและสามีของตนเป็นการนำไปสู่ปัญหาในชีวิตคู่ซึ่งนับวันจะทวีความรุนแรงในสังคมมากขึ้น เป็นต้น

การสร้างทัศนคติที่ถูกต้องเกี่ยวกับหลักธรรมพร้อมทั้งความเข้าใจและสามารถอธิบายให้ถูกต้องตามหลักวัตถุประสงค์ที่แท้จริงเพื่อก่อให้เกิดสภาพเอื้อในการพัฒนาชีวิตให้ยิ่งขึ้นไป ทั้งนี้ไม่ว่าจะเป็นชีวิตของปัจเจกชน หรือชีวิตของมนุษยชาติ สันโดษธรรมหรือความรู้จักพื่อนั้น ไม่ต้องการให้มนุษย์จมปลักอยู่กับโลกแห่งวัตถุ ซึ่งเป็นเรื่องที่ไม่จีจจจบ ไม่มีความสมบูรณ์ในตัวเอง ไม่ใช่ความสุขที่แท้ของชีวิตอันอาจยึดเอาเป็นเป้าหมายได้และเพื่อลดความทะยานอยากไม่รู้จักจบสิ้นซึ่งเป็นสันชาติญาณพื้นฐานที่ทำให้มนุษย์ต้องเดือดร้อนดิ้นรน วุ่นวาย แสวงหา แก่งแย่งแข่งขันเพื่อให้เข้าใจความหมายของความสันโดษต้องคำนึงถึงองค์ประกอบ ดังต่อไปนี้ (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), 2538 : 46-48)



ภาพที่ 1 องค์ประกอบในการสร้างหลักสันโดษ และการประยุกต์ใช้

ดังนั้นการประยุกต์ใช้หลักสันโดษหรือความรู้จักพอนี้พระพุทธเจ้าทรงเน้นให้ใช้กับการบริโภครอบครอง การสะสมวัตถุ เพราะวัตถุไม่ใช่ตัวความสุขที่แท้จริงจึงไม่อาจยึดเป็นเป้าหมายของชีวิตได้ หากว่ามีวัตถุที่มากเกินไปจะกลายเป็นภาระของชีวิต ในขณะที่พระพุทธศาสนาสอนให้ใช้วัตถุเป็นเพียงปัจจัยคือเครื่องอำนวยความสะดวก ในการดำเนินชีวิตเท่านั้นเพราะวัตถุมีจำกัดแต่ความอยากของคนไร้ขีดจำกัด หากมนุษย์ไม่รู้จักพอชีวิตทั้งชีวิตจะถูกใช้ไปเพื่อวิ่งไล่ตามความอยาก ซึ่งต่อให้วิ่งจนตายก็ไม่รู้จักพอ ไม่มีความสุขดังนั้นความรู้จักพอเชิงวัตถุ จะทำให้ชีวิตทางร่างกายและทางจิตใจเบาสบาย เมื่อชีวิตเบาบายก็จะก่อให้เกิดสภาพเอื้อต่อการพัฒนาตนเอง และการบำเพ็ญประโยชน์ที่สูงยิ่งขึ้นไป (พระมหาวุฒิชัย วรริเมธี, 2550 : 66)



การอยู่ร่วมกันของคนในสังคมอย่างปกติสุข

ภาพที่ 2 การอยู่ร่วมกันของคนในสังคมอย่างปกติสุข

4. โทษที่เกิดจากความไม่สันโดษ

สังคมใดก็ตามที่ขาดหลักสันโดษนำไปใช้ในการพัฒนาตนเอง สังคม และประเทศชาติ ย่อมก่อให้เกิดผลเสียหายในวงกว้าง กล่าวคือ

-โทษที่เกิดขึ้นต่อปัจเจกบุคคล หากบุคคลขาดซึ่งหลักสันโดษในการนำมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต ผลเสียหายในทันทีคือโทษที่จะส่งผลต่อตนเองทั้งในด้านหน้าที่การทำงาน การดำเนินชีวิตจะได้รับผลกระทบต่อเนื่องเป็นลูกโซ่โดยมีรากฐานมาจากต้นเหตุ คือความฟุ้งเฟ้อ ความไม่รู้จักพอ เป็นต้น ทั้งนี้เพราะพื้นฐานของมนุษย์ปุถุชน ย่อมมีความต้องการในปัจจุบัน 4 จึงพากันเพียรพยายามที่จะสร้างสรรค์ให้ตนเป็นผู้มั่งมีเงินทอง มียศศักดิ์ มีคนนิยมยกย่องสรรเสริญ มีความเจริญก้าวหน้า (บุศ ชันฉวีรักษ์, 2538 : 302)

ความต้องการขั้นพื้นฐานข้างต้นที่ได้กล่าวมานี้เป็นสาเหตุที่น่าพาให้บุคคลประพฤติตนไปในทางที่เสื่อมเสีย ยอมกระทำความชั่วเพียงเพื่อต้องการวัตถุนองความต้องการด้านปัจจัย 4 ซึ่งมากเกินไปจนความจำเป็นต่อชีวิต จึงก่อให้เกิดเป็นสังคมบริโภคนิยมขึ้นในยุคปัจจุบันอันเนื่องมาจากภายในจิตใจของมนุษย์ไม่เคยเต็มเต็ม เพราะการเสพบริโภคนั้นตั้งอยู่บนรากฐานของต้นเหตุ ความสันโดษจึงเป็นหลักธรรมที่มีความสำคัญยิ่งกับสังคมปัจจุบัน เพราะหากคนในสังคมไม่ว่าจะประกอบอาชีพใด ฐานะใดก็ตาม หากขาดหลักสันโดษย่อมเกิดโทษต่อตนเอง ทั้งทางตรงและทางอ้อม ดังจะเห็นได้จากเหตุการณ์ปัจจุบัน คนมีความโลภ มากมาก ในด้านวัตถุสิ่งของ เช่น นักการเมืองเกิดความโลภทำการทุจริตคดโกงเงินแผ่นดิน ผลสุดท้ายของความไม่รู้จักสันโดษจากสถานการณ์ข้างต้น คือการได้รับโทษทางกฎหมาย (โทษโดยตรง) ส่วนโทษทางอ้อมนั้นกระทบแก่วงศ์ตระกูลเสื่อมเสียชื่อเสียง ถูกประณามหยามเหยียดจากสังคม เป็นต้น ตัวอย่างที่เป็นเรื่องเล่าในพระไตรปิฎกเกี่ยวกับโทษที่ไม่มีความสันโดษ “เรื่องนายมิตตวินทุกะ”

“ในสมัยพระพุทธเจ้าพระนามว่ากัสสปะ ลูกชายเศรษฐีชื่อมิตตวินทุกะเป็นคนไม่มีศรัทธา ไม่เลื่อมใสในพระพุทธศาสนา ถูกมารดาจ้างด้วยทรัพย์หนึ่งพันให้ไปสมათานอุโบสถ ฟังธรรมในวิหารตลอดคืน เพราะความโลภในทรัพย์ พอได้ที่นอนแล้วเขาก็นอนหลับภายใต้ธรรมมาสน์ตลอดคืน โดยที่ไม่สนใจในการฟังธรรมแม้แต่น้อย พอถึงเวลาเช้าเขาก็รีบกลับบ้านไปรับค่าจ้าง ต่อมาเขาต้องการเล่นเรือในมหาสมุทรเพื่อค้าขาย แม้มารดาจะห้ามปรามด้วยความเป็นห่วงว่าในตระกูลนี้มีทรัพย์ถึงสี่สิบลักขุ อย่ายาไปเลย เขาไม่เชื่อในคำมารดาจะไปอย่างเดียว มารดาจึงยื่นขวางข้างหน้าไว้ไม่ให้ลูกชายไป ลูกชายกลับโกรธมารดาและทำร้ายมารดาด้วยเท้าจนมารดาล้มลง เดินข้ามมารดา

ไปโดยไร้เยื่อใย เมื่อเดินทางไปในมหาสมุทรใต้เจ็ดวัน เรือที่แล่นไปในมหาสมุทรกลับหยุดลงโดยไม่ทราบสาเหตุ คนที่อยู่บนเรือจับฉลากหาคนที่เป็นกาฬกัณเณิ เขาจับได้ฉลากถึงสามครั้ง คนเหล่านั้นรู้ทันที่ว่าเหตุที่เรือหยุดแล่นเกิดจากชายผู้นี้จึงพากันให้แพแก่เขาแล้วโยนลงมหาสมุทร เขาลอยแพไปถึงเกาะแห่งหนึ่งเสวยสมบัติอยู่กับนางเวมานิกเปรต แม้วานางเปรตเหล่านั้นกล่าวห้ามเขาไม่ให้ไปในที่อื่น แต่ด้วยความโลภเขาต้องการชื่นชมสมบัติตั้งแต่จะแสวงหาสมบัติให้ได้มากๆ จึงออกเดินทางไป ขณะนั้นเขาได้เห็นเปรตตนหนึ่งผู้ทรงจักรกรดโดยลำดับ จักรนั้นได้ปรากฏแก่เขา ประดุจดอกบัวที่สวยงาม นายमितตวินทุกะอ่อนวอนขอดอกบัวนั้น เปรตตนนั้นบอกว่าไม่ใช่ดอกบัว แต่เป็นจักรกรด เขากล่าวกับเปรตตนนั้นว่า ท่านไม่ต้องมาลวงข้าพเจ้า นึกว่าข้าพเจ้าไม่เคยเห็นดอกบัวหรือ เปรตนั้นคิดว่าชายผู้นี้คงทำกรรมเช่นกับกรรมที่เราทำจึงปรารถนาเสวยกรรมนั้น จากนั้นจึงสวมจักรกรดนั้นบนกระหม่อมนายमितตวินทุกะแล้วหนีไป”

เรื่องนี้แสดงให้เห็นว่าการเป็นผู้มักมากและกระทำกรรมอันไม่สมควรอันเกิดแต่ความโลภไม่รู้จักพอ ไม่สันโดษ คนที่ไม่สันโดษมุ่งหวังหาทรัพย์ มีความปรารถนามากเกินไป มีความละโมภอยากได้ทรัพย์มากยิ่งขึ้นท้ายที่สุดแล้วย่อมได้รับความทุกข์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ หลักธรรมของพระพุทธองค์มักจะมีหลักสันโดษประกอบด้วยเสมอ ทั้งนี้เพื่อให้บุคคลเกิดความตระหนักเพียงพอในปัจจุบัน 4 และใช้ชีวิตโดยไม่ยึดหลักวัตถุมากเกินไป ซึ่งเป็นอุดมคติของการดำเนินชีวิตตามหลักพุทธศาสนา

-โทษที่เกิดขึ้นกับสังคม มนุษย์จำเป็นต้องอยู่ร่วมกันเป็นสังคม มีการช่วยเหลือเกื้อกูลกัน การอยู่ร่วมกันทำให้เกิดปัญหาขึ้นได้ แม้ว่าประเทศไทยจะมีพุทธศาสนาเป็นศาสนาประจำชาติมีวัดมากกว่าสองหมื่นห้าพันวัดมีพระสงฆ์มากกว่าสามแสนรูปแต่สังคมไทยก็มีปัญหาเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ถึงขั้นวิกฤติ (ประเวศ วะสี, 2533 : 1) ทั้งนี้เป็นผลที่เกิดจากความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี หลักคำสอนในพระพุทธศาสนาจึงถูกมองว่าเป็นเรื่องล้าสมัย ทำให้เกิดปัญหาทางด้านจริยธรรมขึ้นในสังคมมากมาย ปรากฏเป็นข่าวตามหน้าหนังสือพิมพ์ สื่อโทรทัศน์เป็นประจำแทบทุกวัน เช่นปัญหาคอร์ปชั่นตั้งแต่ระดับจุลภาคถึงระดับมหภาค จากเหตุการณ์นี้เป็นการสะท้อนให้เห็นว่าสังคมมีความตกต่ำทางด้านคุณธรรมและศีลธรรม (สุพิตรา สุภาพ, 2545 : 19) เนื่องจากผู้คนในสังคมได้นำหลักธรรมในพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันน้อยลง ดังนั้นโทษของการขาดหลักสันโดษในสังคมที่เห็นได้ชัดคือ ปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ ปัญหาทางการเมือง เมื่อขาดหลักสันโดษย่อมส่งผลต่อสังคมโดยรวม

5. ประโยชน์ของหลักสันโดษ

- ประโยชน์ทางด้านจริยธรรม ความสันโดษเป็นหลักธรรมข้อหนึ่งที่กำลังกล่าวได้ว่ามีคุณประโยชน์ต่อผู้ที่นำมาประพฤติปฏิบัติ นอกจากนี้ยังทำให้บุคคลเจริญทั้งในด้านการดำรงชีวิตและหน้าที่การงานเนื่องจากว่าคนที่มีความสุขได้ต้องมีความพอ คนทั่วไปเป็นอันมากคิดว่าต้องมีวัตถุเพื่อใช้ในการอุปโภคบริโภคเท่านั้นเท่านั้นจึงจะพอถึงจะมีมีความสุข ครั้นได้ตามที่คิดครั้งแรกความพอใจหาได้หยุดอยู่แค่นั้นไม่ ความต้องการกลับเพิ่มทวีมากยิ่งขึ้นก่อให้เกิดปัญหาต่างๆตามมาในสังคมมากมาย อาทิเช่น ปัญหาอาชญากรรม ปัญหาฆาตกรรม การปล้นจี้ชิงทรัพย์ เป็นต้น ทั้งนี้เป็นผลพวงอันเนื่องมาจากบุคคลในสังคมขาดความสันโดษในการดำเนินชีวิต

สันโดษเป็นองค์ธรรมที่ก่อให้เกิดประโยชน์ทางด้านจริยธรรมได้เพราะทำให้คนในสังคมสามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างสันติสุขปราศจากความริษยาเอาเปรียบกัน สังคมที่เต็มไปด้วยคุณธรรมและศีลธรรมอันดีงามสังคมนั้นย่อมสงบสุข (วีระ วัฒนนิรันดร์, 2542 : 46) ในทางตรงกันข้ามยกตัวอย่าง แม้ว่าบุคคลจะเป็นมหาเศรษฐีมีทรัพย์มากมายมหาศาลก็ยังก่อให้เกิดความทุกข์ได้ เพราะความไม่รู้จักพอประกอบกับการขาดสันโดษเพื่อมาใช้ในการดำเนินชีวิต เมื่อเป็นเช่นนี้บุคคลก็ยังคงอยู่ในลักษณะที่วิ่งไล่ความสุขไปเรื่อยๆ เพราะเลื่อนความพอใจของตนออกไปอยู่เสมอ ประโยชน์ของสันโดษทางทางจริยธรรมในแง่นี้คือให้เป็นผู้รู้จักพอนั่นเอง

- ประโยชน์ต่อสังคม หลักสันโดษในพระพุทธศาสนาเมื่อศึกษาให้เข้าใจอย่างถ่องแท้แล้วจะพบว่าพระพุทธเจ้าทรงตรัสหลักสันโดษไว้เพื่อแก้ปัญหาตามธรรมชาติของมนุษย์ ที่มีความโลภ ความโกรธ ความหลง รักสุข เกลียดทุกข์เป็นธรรมดา โดยหลักสันโดษจะบรรเทาความโลภของมนุษย์ให้ลดลง ทำให้มนุษย์มีความทุกข์น้อยลง มีความสุขมากขึ้น มนุษย์จำเป็นต้องอยู่ร่วมกันเป็นสังคม ชุมชน เพื่อประโยชน์ในการพึ่งพาอาศัยกัน ดังนั้น การนำหลักสันโดษมาใช้ย่อมก่อให้เกิดประโยชน์ต่อสังคม โดยเริ่มต้นที่ธรรมชาติในตัวของมนุษย์เองเป็นอันดับแรก จากนั้นจะเกิดการขยายวงกว้างออกไปสู่สังคมและประเทศชาติต่อไปตามลำดับเช่นประเพณีติดไม้ให้โลภอยากได้ของผู้อื่นมีความเพียรพยายามในหน้าที่การงานของตน

การเริ่มต้นนำหลักสันโดษมาประพฤติในระดับการดำเนินชีวิต พระพุทธศาสนาถือว่าสังคมประกอบด้วยมนุษย์ที่มีพัฒนาการทางจิต และปัญญาในระดับต่างๆ กันนอกจากนั้นยังมีสังคมย่อยหรือชุมชนต่างๆ ซ่อนอยู่ภายใน เช่น มีสังคมคฤหัสถ์กับสังคมสงฆ์ เป็นต้น ชีวิตในสังคมคฤหัสถ์เน้นความสัมพันธ์ทางสังคมและการหาเลี้ยงชีพ ส่วนชีวิตในสังคมสงฆ์มุ่งเน้นการพัฒนาจิต

ประโยชน์ของหลักสันโดษกับสังคมนั้นสามารถเกิดขึ้นได้ทั้งในสังคมของบรรพชิตและสังคมของคฤหัสถ์ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับการนำมาประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับสถานะและบทบาทของตน ในสังคมคฤหัสถ์นั้นประโยชน์ของหลักสันโดษเกิดและมีขึ้นได้ตัวอย่างเช่นเป็นหัวหน้าแผนกอยากให้ความก้าวหน้าก็พอใจในตำแหน่งของตนและตั้งใจทำในตำแหน่งหน้าที่ให้ดีที่สุดความเจริญก้าวหน้าในหน้าที่การงานย่อมเกิดขึ้นเองตามผลของการกระทำ การพัฒนาสังคมจึงจำเป็นต้องมีทั้งสันโดษและความเพียรเพราะความเพียรพยายามที่ไม่มีสันโดษย่อมนำไปสู่ทางที่ผิดได้ง่ายเหมือนล้อรถที่ไม่มีเบรคย่อมวิ่งเลยขีดที่ต้องการไป

กล่าวอีกนัยหนึ่งนั้น สันโดษไม่เป็นอุปสรรคแก่การพัฒนาที่กล่าวว่าสันโดษสามารถพัฒนาสังคมได้นั้น เริ่มจากการพัฒนาสถาบันครอบครัวเป็นอันดับแรก ซึ่งเป็นสถาบันที่สำคัญมากที่สุด ในสังคม ในครอบครัวประกอบด้วยพ่อแม่และลูก เมื่อสมาชิกในครอบครัว ซึ่งเป็นหน่วยย่อยที่สุดในสังคมมีความสันโดษคือพอใจในสิ่งที่ตนมีตนได้และพอใจในสิ่งที่สมควรแก่ตน จะทำให้ครอบครัวนั้นรู้จักหน้าที่ของตน และปฏิบัติตามหน้าที่ของตนที่พึงกระทำได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

6. บทสรุป

ดังนั้นการประยุกต์ใช้หลักสันโดษเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต จะต้องเข้าใจความหมายบริบท เข้าใจวัตถุประสงค์ของความสันโดษ จะต้องรู้ว่าประโยชน์ และโทษของความไม่สันโดษในระยะยาวส่งผลต่อตนเองและสังคมอย่างไร การสร้างทัศนคติที่ถูกต้องเกี่ยวกับหลักธรรมพร้อมทั้งความเข้าใจและสามารถอธิบายให้ถูกต้องตามหลักวัตถุประสงค์ที่แท้จริง เพื่อก่อให้เกิดสภาพเอื้อในการพัฒนาชีวิตให้ยิ่งขึ้นไป ทั้งนี้ไม่ว่าจะเป็นชีวิตของปัจเจกชน หรือชีวิตของมนุษย์ชาติ สันโดษธรรมหรือความรู้จักพอนั้น ไม่ต้องการให้มนุษย์จมปลักอยู่กับโลกแห่งวัตถุที่ขับเคลื่อนอยู่ในทุกสภาวะการณ์ จากสภาพเศรษฐกิจ การเมือง สังคม ที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว จนเป็นเหตุให้คนในสังคมต่างแก่งแย่งครอบครองทรัพยากรให้มากที่สุดเพราะคิดว่าการครอบครองมากคือความมั่นคง แต่แท้จริงแล้วความพอดี ความพอใจในสิ่งที่มี ยินดีในสิ่งที่ได้ในกิจการงานที่สุจริตและการแบ่งปันต่างหากคือความมั่นคงอย่างยั่งยืนทั้งของตนเองและสังคมโดยรวม

เอกสารอ้างอิง

- ชุมพร น้ำแสงและคณะ. (2555). “ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของบุคลากรฝ่ายการพยาบาล ศูนย์การแพทย์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามมกุฎราชกุมารี จังหวัดนครนายก” .
รายงานการวิจัย. ศูนย์การแพทย์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามมกุฎราชกุมารี : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- บุศย์ ชันธวิทย์. (2538). ความสันโดษ.กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ธรรมนิติ.
- ประเวศ วะสี. (2533). ทางรอด. กรุงเทพมหานคร : เจริญวิทยาการพิมพ์.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). (2538). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม.
กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). (2545). ธรรมะกับการทำงาน.กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมิกจำกัด.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). (2539). นิติศาสตร์แนวพุทธ. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ พระพุทธศาสนาและธรรมสภา.
- พระมหาวุฒิชัย วชิรเมธี. (2546). “บทบาทในการรักษาพระธรรมวินัยของพระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สุพัตรา สุภาพ. (2545). ปัญหาสังคม.กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช.
- สุนทร ธนศิลป์พิชิต. (2551). “ความเข้าใจเรื่องความสันโดษในพระพุทธศาสนาของนักเรียนมัธยมศึกษาที่เข้าค่ายคุณธรรม. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่