

ความมั่งมี, ความจนและความสุข ขึ้นอยู่กับอะไรแน่ (ตอนที่ 1)

โดย คุณพิสิฐชัย ปัญญาพลังกุล

ประธานกิจกรรมพิเศษ

สมาคมวิศวกรรมปรับอากาศแห่งประเทศไทย

E-Mail Address : pisitchai_panya@hotmail.com

Mobile : 086-4199208

ผมได้มีโอกาสอ่านบทความของรุ่นพี่ที่ผมรู้จักท่านหนึ่ง ซึ่งอยู่ในวงการวิศวกรรมระบบปรับอากาศ ท่านมีประสบการณ์ในการทำงานเกี่ยวกับงานระบบปรับอากาศดี มากและมีผลงานเขียนนำเสนอความคิดอ่านที่ดีจากประสบการณ์ของพี่มาถ่ายทอดให้รุ่นน้องวิศวกรอยู่เสมอ และมักแสดงออกเผยแพร่เป็นบทความในวารสารวิศวกรรมรุ่นพี่ท่านนี้แนะนำ เรื่อง “การบริหารเวลาโดยใช้สติปัญญาและความรู้ มากกว่าการใช้แรงงาน” และพี่ได้ยกตัวอย่างคนหลายๆ ประเภท ที่ทำงานในลักษณะที่ใช้สติปัญญา, ความรู้ และ แรงงานที่แตกต่างกัน ซึ่งแต่ละคนก็จะได้รับผลของการกระทำที่แตกต่างกันไป จึงทำให้คนหลายคนมีรายได้แตกต่างกันไปเช่นกัน และสิ่งนี้คือที่มาของ “ความมั่งมี” “ความจน” ทั้งๆที่ ทุกคนมี “เวลาเท่ากัน แต่ใช้เวลาที่มีอยู่ด้วยวิธีคิดและสติปัญญาได้ไม่เท่ากัน” ทำให้

เกิดประสิทธิภาพและประสิทธิผลที่แตกต่างกัน ซึ่งแนวความคิดนี้ เราทุกคนอาจจะคิดได้ตอนหลัง แต่บางทีมองข้ามไปและไม่ทันคิด ผมได้อ่านเจอและรู้สึกว่ามีประโยชน์จนผมอดไม่ได้ที่จะนำมา “เล่าสู่กันฟัง” ชื่อเหมือนเพลงดังของนักร้องธงไชย แมคอินไตย์ เลย

สมมุติกลุ่มคนที่นำมาเปรียบเทียบ คือ คนที่จบปริญญาตรี ได้รับเงินเดือนละ 30,000 บาทต่อเดือน ทำงานวันละ 8 ชั่วโมง สัปดาห์ละ 5 วัน (สัปดาห์ละ 40 ชั่วโมง) แต่คนทั้ง 4 ประเภท มีพฤติกรรมการทำงานและความคิดที่แตกต่างกัน ดังจะยกตัวอย่างให้ท่านผู้อ่านได้ติดตาม ดังนี้

คนประเภทที่ 1 เขาพอใจกับงาน และเงินที่ได้รับ ถึงแม้ว่าเขาสามารถทำงานที่ได้รับมอบหมายให้เสร็จภายใน 30 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ แต่เวลาที่เหลือ เขาใช้

เวลาสนุกสนานกับเพื่อนในที่ทำงาน, อ่านหนังสือพิมพ์, ดูหนังและฟังเพลง คนๆนี้ก็เป็นมนุษย์ที่กินเงินเดือนธรรมดาคนหนึ่ง ซึ่งเขาก็พอใจกับรายได้เดือนละ 30,000 บาท

แต่ทั้งนี้ถ้าเขารู้จักการเก็บออมที่ดี ก็มีโอกาที่จะมีบ้านและเงินลงทุนในอนาคตได้

ดังนั้นคนเราจะมีความสุขมากน้อยแค่ไหน ก็ขึ้นอยู่กับเราจะให้ “คุณค่า” กับสิ่งใดมากกว่ากัน เช่น ให้ความกับการงาน, เพื่อนฝูง หรือ ครอบครัว

คนประเภทที่ 2

เขามีเงื่อนไขการทำงานเหมือนคนประเภทที่ 1 ซึ่งเขาทำงานประเภทเดียวกันกับประเภทแรก แต่เสร็จภายใน 24 ชั่วโมง เวลาที่เหลือ 16 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ แต่เขาอาสาหัวหน้างานไปช่วยงานคนอื่นหรือ ช่วยงานแผนกอื่นๆ เพื่อ “ศึกษาหาความรู้เพิ่มเติม” จะเห็นได้ว่า คนประเภทที่ 2 นั้นได้รับเงินเดือนเท่ากับคนประเภทที่ 1 แต่ใช้เวลาว่างที่เหลือไปหา “ความรู้และประสบการณ์เพิ่มขึ้น” ดังนั้น คนๆนี้ย่อมจะมีโอกาสที่จะได้รับการพิจารณา “ปรับเงินเดือนและตำแหน่ง” มากกว่าประเภทที่ 1 เพราะว่า

1. ถ้าเราพิจารณาถึง “ประสิทธิภาพในการทำงาน” คนประเภทที่ 2 ก็มีมากกว่า
2. ถ้าพิจารณาด้าน “การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์” คนๆนี้ใช้เวลาว่างได้ดีกว่า
3. ถ้าพิจารณา ด้าน “การใฝ่รู้ ใฝ่ศึกษาและพัฒนาตนเอง” คนนี้มีมากกว่า

ดังนั้น คนประเภทที่ 2 จึงมีโอกาที่จะมี “ตำแหน่งหน้าที่ และรายได้” ดีกว่าคนประเภทแรก แต่ทั้งนี้ต้องขึ้นอยู่กับ “มนุษย์สัมพันธ์ และบุคลิกภาพของความเป็นผู้นำ” ของเขาว่า จะสามารถสร้างได้ดีเพียงไร การที่มีหน้าที่การงานที่ดีกว่า ย่อมส่งผลถึง “รายได้” ที่ดีกว่าทั้งนี้ หากรู้จักดูแลเรื่องเงินออม ก็จะสามารถมีเงินเก็บเพื่อซื้อบ้าน หรือเงินลงทุนในอนาคตได้เช่นกัน แต่คน

ประเภทนี้ จะมีโอกาสมากกว่าคนประเภทแรก เพราะผู้ใหญ่และเพื่อนฝูง เห็น “ฝีมือ” และ “การบริหารเวลาที่ดีกว่า” เป็นคนที่น่าจะชวนมา “ร่วมงาน” หรือ “ร่วมลงทุน” ทำธุรกิจด้วย สำหรับเวลาที่เหลือ หากรู้จัก “สร้างคุณค่า” ใช้เวลาเหมาะสมกับ “คนที่ดี” แล้ว การเป็นที่ “ยอมรับนับถือ” ของ “เพื่อนฝูง” และ “สังคม” ก็จะส่งผลทางอ้อมให้เรา “มีความสุข” จากการทำเป็นที่ยอมรับนับถือจากคนอื่น

คนประเภทที่ 3

เขาได้รับมอบหมายให้ทำงานเหมือนประเภทที่ 1, 2 แต่เขาทำงานที่ได้รับมอบหมายได้เสร็จภายใน 20 ชั่วโมงในสัปดาห์ มีความรับผิดชอบดี และเป็นคนกระฉับกระเฉง เรียนรู้งานได้เร็ว แต่เห็นว่านายจ้างให้หน้าที่และงานน้อยกว่าความสามารถของตน จึงลาออกไปเป็น “เจ้าของกิจการ” หรือเป็นผู้รับเหมารับงานจากหลายบริษัท หรือไปร่วมกับเพื่อนๆ เปิด “บริษัทปรึกษา” รับงานจากหลายๆ บริษัท ดังนั้นงานในลักษณะที่เคยทำหรือคล้ายๆกับที่เคยทำ เขารู้จักผนึกกำลัง (Synergy) หรือ ร่วมทุน (Alliance) กับ “คนที่มีความรู้ประสบการณ์” ทำให้เขาทำงานได้ผลงานมากกว่าที่เดิมมาก ดังนั้นทำให้คนๆนี้มีรายได้มากกว่าที่เดิม จากเคยได้รับเดือน 30,000 บาท เป็นเดือนละแสนกว่าบาท คนๆนี้จะใช้เวลาที่เหลือทำงานได้มากขึ้น และได้ผลงานมากขึ้น เพราะได้ใช้ “ความรู้, ความสามารถ” ได้เต็มที่และยังใช้ “เวลาอย่างคุ้มค่า” และ “มีคุณค่า” เพราะมี “เพื่อนร่วมงานที่คอยให้คำปรึกษาแนะนำในเรื่องต่างๆ” ที่ไม่เคยเรียนรู้มาก่อน ทำให้มี “มุมมองที่กว้างขึ้น”

คนประเภทที่ 4

เขามี “สติปัญญา ความรู้และเงินทุน” เขาจึงจ้างผู้เชี่ยวชาญหลายๆคน มาช่วยทำงานต่างๆ กัน แต่ละคนใช้เวลาของตนเองพัฒนางานให้ก้าวหน้า

จะเห็นได้ว่า คนประเภทนี้ นอกจากใช้ “เวลาที่จำกัดของตนเอง” ใช้ “ความรู้สติปัญญา” ของตนเอง ยังไม่พอ

ยังรู้จัก “ใช้เวลาและความรู้ความสามารถของคนอื่น” มาช่วยงาน เขาใช้ “เวลาที่เท่ากัน แต่ได้ผลงานมากกว่า ทำเอง หลายเท่าตัว” คนๆนี้รู้จัก “คุณค่าของเวลาที่มีจำกัด” และ “ใช้เวลาที่มีอยู่อย่างจำกัดให้เกิดประโยชน์สูงสุด” คนประเภทนี้ จะมีโอกาสที่มีรายได้มากกว่า คนทั้งสามประเภท และมีโอกาสที่จะประสบความสำเร็จมากกว่า เพราะเขารู้จักใช้ “มนุษย์สัมพันธ์และความเป็นผู้นำ” ในการชักชวนคนเก่งๆมาร่วมงาน ทำให้สามารถผลิตผลงานรวมได้มากกว่าคนอื่น จึงทำให้มีรายได้มากกว่าคนอื่น

“ความมั่งมี” และ “ความจน” นั้น ขึ้นอยู่กับคนเราจะ “บริหารเวลาที่มีอยู่เท่ากัน” อย่างไร ให้เกิดประโยชน์ ทั้งนี้เราต้อง “รู้จัก ใช้สติปัญญา ความรู้และประสบการณ์” ทั้ง “ของเรา” และ “ของผู้รู้ที่มีประสบการณ์” มา “ร่วมกันคิด” “ร่วมกันทำ” จึงจะเกิด “พลังเสริม” ภาษานักบริหารธุรกิจ เรียกว่า เกิด “SYNERGY” มากกว่าใช้แรงงานเพียงอย่างเดียว

แต่แนวความคิดที่จะหา “ผู้รู้ที่มีประสบการณ์” มา ร่วมงานกัน ดูเหมือนจะคิดได้ง่าย แต่ในชีวิตจริงในการทำงาน “หาไม่ใช่ง่ายอย่างที่คิด” เพราะคนเหล่านั้นจะต้อง “ทำงานร่วมกัน, ช่วยเสริมสร้างจุดแข็งและแก้ไขจุดอ่อน ซึ่งกันและกัน” หาไม่ใช่ง่ายๆ เพราะคนเรา เกิดโตมาจากสิ่งแวดล้อมที่แตกต่างกัน ความรู้และประสบการณ์ก็แตกต่างกัน วิญญาณและคุณธรรมก็แตกต่างกัน ทำให้ความคิดทัศนคติแตกต่างกันด้วย แล้วอะไรเล่าที่จะเป็น “ตัวเชื่อม” ให้คนเก่งๆ “ทำร่วมทำงานและสร้างสรรค์ผลงานดีร่วมกันได้”

ตามทฤษฎีการบริหาร มีผู้รู้หลายๆท่านได้แต่งหนังสือ และทำการวิจัยศึกษาเรื่องนี้ ซึ่งผมจะขอยกตัวอย่างก็คือ “7 S Mc Kinsey” ซึ่งเป็นผลของการวิจัยที่ได้จากการสอบถามจากผู้บริหารระดับสูงในสหรัฐอเมริกาที่ประสบความสำเร็จในการบริหารบริษัทให้เจริญก้าวหน้าและมีความมั่นคง นับร้อยๆ บริษัท และทำผลวิจัยซึ่งสรุปได้ว่า มี “ปัจจัย 7 ตัว” หรือ 7 S ได้แก่ Share Value , Style of

Management , Strategy, System, Structure, Staff, Skill ดังนั้น การที่คนเก่งๆมาร่วมงานกันได้ จะต้องต้องมี “ตัวเชื่อม” นั่นก็คือ “Share Value” ความหมายก็คือ “คุณค่าร่วม” ซึ่งรวมถึงปรัชญาแนวความคิดในการทำงาน ซึ่งมีจุดร่วมกันอย่างมีคุณค่า ทำให้ทุกคนที่ร่วมงานกันหรือก่อตั้งบริษัทได้สร้าง “วิสัยทัศน์” (Vision) และ “เป้าหมาย” ร่วมกัน ดังนั้นนโยบายในการทำงานและแนวทางปฏิบัติ ผู้บริหารและพนักงานจะเห็นและเข้าใจในทิศทางเดียวกัน การทำงานในหมู่ๆมาก หรือ บริษัทขนาดใหญ่ จะต้องมีความ Vision & Objective ที่ชัดเจน ผู้ถือหุ้นและผู้บริหารก็จะสามารถใช้ศักยภาพของคนเก่งๆมาร่วมงานกันได้ อย่างเป็นระบบและมีทิศทางการทำงานร่วมกันอย่างชัดเจน ยกตัวอย่าง เช่น บริษัทปูนซีเมนต์ไทย หรือ บริษัทปิโตรเลียมแห่งประเทศไทย เป็นต้น บริษัทดังกล่าวผู้บริหารเข้าใจในหลักการนี้ จึงสามารถใช้ทรัพยากรบุคคลและพัฒนาทรัพยากรบุคคลได้เป็นอย่างดี ทำให้คนเก่งๆ สนใจที่จะเข้าร่วมงานกับบริษัทดังกล่าว คนที่มีศักยภาพก็มาช่วยสร้างบริษัทให้ก้าวหน้ารุ่งแล้วรุ่งเล่าต่อไป ทำให้บริษัทดังกล่าวเจริญก้าวหน้าและมั่นคงเป็นเวลานานนับสิบๆปี หลายๆรุ่น

ดังนั้นในการทำงานที่ต้อง “ใช้เวลาที่มีจำกัดและเท่ากัน” ความสามารถในการ “การรวบรวมคนเก่งๆให้มาร่วมงานกัน” จะสามารถ “สร้างผลงานได้ดีและมีประสิทธิภาพมากที่สุด” นั้นหมายถึง มีประสิทธิผล คือ กำไรและมีบุคลากรที่มีคุณภาพดี ช่วยสร้างความมั่นคงขององค์กรในระยะยาว

สำหรับ คำว่า “ความสุข” นั้น หากเราไม่นิยามหรือให้การจำกัดความแล้ว ก็อาจจะต้องอภิปรายกันมาก เพราะแต่ละคนละคนจะมี “มุมมองและความต้องการ” ที่แตกต่างกันไป ขึ้นอยู่กับ “พื้นฐานความต้องการ” แต่ละคนแตกต่างกัน ตามทฤษฎีที่อธิบายเกี่ยวกับความต้องการพื้นฐานของคนเรานั้น สามารถแบ่งได้เป็น 4 ระดับ กล่าวคือ

1. พื้นฐานความต้องการเบื้องต้น คือ ต้องการมีกิน เป็นลำดับแรก

2. พื้นฐานความต้องการที่สูงขึ้น คือ ต้องการที่จะมีเก็บไว้ในอนาคต

3. พื้นฐานความต้องการที่สูงขึ้นอีกขั้น คือ ต้องการมีเกียรติยศและชื่อเสียง

4. พื้นฐานความต้องการสูงสุดคือต้องการให้เป็นรัก, เป็นที่ยอมรับนับถือของคนทั่วไป

ดังนั้น “ความสุข” ของแต่ละคน ขึ้นอยู่กับ “**สถานะภาพของคนนั้นในเวลาหนึ่งๆ**” ว่า เขาต้องการอะไรในเวลาหนึ่งที่ เขาสามารถจะหามาได้ ผมเคยพบลูกน้องหลายๆคน เขาเหล่านั้นเข้าใจหลักความต้องการพื้นฐานเป็นอย่างดี ในอนาคตหากพวกเขาจะมีเงิน มีตำแหน่งหน้าที่การงานดี มีอำนาจ เขาก็อยากจะทำให้คนรักเคารพและเป็นที่ยอมรับในสังคม เขาเหล่านั้นยินดีทำงานเพื่อสังคมเพื่อเป็นที่ยอมรับนับถือ แต่ปัจจุบัน พวกเขายังไม่ลาบากอยู่ ดังนั้น “**เรื่องเงิน**” “**เรื่องมีกินมีเก็บ**” จึงเป็นเรื่องลำดับแรกๆ ที่จะพิจารณาก่อนสิ่งอื่นใด

“**ความสุข**” เราอาจแบ่งเป็น 2 ด้าน คือ ความสุขทางกาย และความสุขทางใจ

“**ความสุขทางกาย**” ก็หมายถึง คนๆนั้นมีเงินใช้มากพอสมควร มีตำแหน่งหน้าที่การงานดีและมีสุขภาพทางด้านร่างกายดี ไม่มีโรคภัยมาทำลายสุขภาพ แต่ “**ความสุขทางใจ**” หมายถึง คนๆนั้น มีอารมณ์ดี สบายจิตใจดี และเป็นที่ยอมรับนับถือของคนทั่วไป

ผมอยากจะเล่าประสบการณ์ที่ผมได้พบเห็นมาแล้วสู่กันฟังเพื่อเป็น “**ข้อคิด**” สำหรับพวกเราที่เป็นอนุชนรุ่นหลัง ได้คิดและเตือนสติว่า พวกเราควรจะทำเนิ่นชีวิตอย่างไรให้พวกเรามี “**ความสุข**” ตามอัตตาภาพที่พึงพอใจให้ได้

เมื่อต้นเดือนธันวาคมนี้ ผมได้มีโอกาสไปทำบุญกับเพื่อนๆที่ “**ฝึกชก**” และเล่นฟิตเนสกันเป็นประจำ ที่จังหวัดเพชรบูรณ์ โดยเพื่อนรุ่นพี่ ชื่อ พี่รุ่งโรจน์ ได้มีความคิดที่จะ

ซื้อโรงแช่เย็น สำหรับเก็บศพ ที่รอการเผา ในอำเภอลำหล่มสัก ซึ่งเป็นบ้านเกิดของพี่ พวกเราทราบข่าว จึงร่วมกันรวบรวมเงินไปร่วมซื้อโรงและไปทำการส่งมอบให้พระและกรรมการวัดที่หล่มสัก ผมได้มีโอกาสพูดคุยกับคุณพ่อของพี่รุ่งโรจน์ ที่อยู่ที่หล่มสัก ซึ่งอายุ 83 ปี ท่านได้แนะนำ “**วิธีคิดและการเรียนรู้**” อะไรบางอย่างควรจะต้อง “**ศึกษาให้รู้อย่างลึกซึ้งและแตกฉาน**” ถ้าจะทำอะไรให้จริงจังเต็มที่กับสิ่งที่กำลังกระทำ ท่านได้แนะนำให้พวกเรา “**มันดูแลสุขภาพ**” เพราะถ้าพวกเราปล่อยปะละเลย ตอนแก่จะมีโรคภัยมารบกวน ทำให้ต้องเสียเงินเสียทองมารักษาตอนแก่ แต่พี่รุ่งโรจน์ พี่ชายที่แสนดีของพวกเรา ก็ดูแลท่านดีมาก เพราะทุกเย็นพี่รุ่งโรจน์ หลังจากฝึกชก และเล่นฟิตเนส พี่จะต้องรีบกลับไปทำกับข้าวที่บ้านให้พ่อแม่ท่านทุกวันเมื่อพาพ่อแม่มารักษาตัวที่กรุงเทพฯ ซึ่งพวกเราก็รู้สึกชื่นชมในความกตัญญูและการดูแลเอาใจใส่ของพี่ ตอนที่พวกเรานั่งคุยกับคุณพ่อของพี่รุ่งโรจน์ ถึงแม้ท่านจะอายุ 83 ปีแล้ว แต่เวลาท่านพูดคุยและให้การแนะนำให้ความรู้แก่พวกเรา ผมรู้สึกสัมผัสถึง “**ความเป็นผู้รู้ ที่มีพลังในตัวเองสูงมาก**” แต่พวกเราก็สังเกตเห็นถึงความกังวลและความห่วงใยของท่านต่อลูกๆ

คนที่สองที่ผมอยากพูดถึงคือ พี่ชูชาติ อายุ 75 ปี อดีตเคยเป็นบรรณาธิการหนังสือพิมพ์ ปัจจุบันพี่เปิดร้านอาหารอยู่ที่อำเภอนนทบุรี (เพชรบูรณ์) พี่รุ่งโรจน์ได้พาพวกเราไปทานมื้อเย็น หลังจากไปทำบุญที่วัดแล้ว ครั้งแรกได้พบพี่ชูชาติ ก็รู้สึกประทับใจเพราะพี่เป็น “**คนสุขุมและทำตัวสบายๆ**” แยกที่มาทานอาหารในร้านมีมากมาย แต่พี่ชูชาติก็สามารถ “**รักษาอารมณ์และกิริยาได้ดีมาก**” ที่สำคัญ ผมก็ “**สัมผัสถึงความสงบนิ่ง**” และ “**ความสุขในตัวของพี่ชูชาติ**” จนตัวผมเองรู้สึกประหลาดใจ และได้ถามเพื่อนบางคนก็รู้สึกเหมือนกัน ซึ่งพี่เขาจะแตกต่างจากเจ้าของร้านอาหารที่ผมเคยพบเห็น แต่เมื่อได้พูดคุยกับพี่ชูชาติ สักพัก ผมถึงเข้าใจว่า ทำไมพี่ถึงเป็นคนที่มี “**อารมณ์สงบนิ่งและมีสุขภาพแข็งแรง**” พี่เดินบริการแขก

ด้วยความกระฉับกระเฉง พี่ชูชาติเล่าให้ฟังว่า พี่ตื่นนอนตอนตีห้าและ “เดินจงกรมและฝึกสมาธิ ดูแลอารมณ์ให้สงบนิ่งและมั่นคงทุกวัน” ทำให้มีสุขภาพแข็งแรง ซึ่งพี่ชูชาติจะให้ความสำคัญเรื่อง “อาหารที่รับประทาน” พวกเราได้รับประทานอาหารจำพวกปลาที่เป็นปลาที่หาทานยาก ซึ่งพี่ได้สั่งจอบจากชาวประมงที่คุ้นเคยกันดี ในหล่มสัก ร้านอาหารของพี่คนนี้ ชื่อ “ธันวา” เป็นร้านที่คนอำเภอหนองไผ่ (เพชรบูรณ์) และคนทั่วไปรู้จักดี หากท่านผู้อ่านได้มีโอกาสไปเที่ยวหนองไผ่ (เพชรบูรณ์) ผมอยากให้ไปลองทานอาหารร้านนี้ดู แล้วจะรู้ว่า “อาหารที่เรารับประทานแสนอร่อยนั้นเป็นเพียง “อาหารกาย” เท่านั้น แต่ “อาหารใจ” ที่ได้รับจากพี่ชูชาติ จากการได้พูดคุยเสวนาแลกเปลี่ยนความรู้ซึ่งกันและกัน เป็น “อาหารใจ” ที่มี “คุณค่า” มากยิ่ง อีกแนวความคิดหนึ่งที่ผมชอบมากเพราะพี่แสดงความเป็นมิตรและเป็นคนมีน้ำใจ เพื่อนผมสังเกตเห็นบ้านของพี่ชูชาติไม่มีรั้วบ้าน ก็เลยถามพี่ว่า ทำไมไม่ทำรั้วบ้านป้องกันขโมยและคนแปลกหน้า พี่ตอบว่า “ผมใช้ความ

สัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนบ้านเป็นรั้วบ้านครับ” พวกเราที่ไปทานอาหารรู้สึกประทับใจใช้กับคำพูด, แนวความคิด และ “การดำเนินชีวิตแบบเรียบง่ายอย่างมีความสุข” ของพี่และสิ่งที่ขาดไม่ได้ในการเยี่ยมชมร้าน “ธันวา” ก็คือลูกสาวสองคนที่มาช่วยงานพี่ชูชาติก็เป็นคนที่มีความร่าเริงยิ้มแย้มและมีอัธยาศัยดีมาก

การไปทำบุญบริจาคโลงศพแช่เย็นครั้งนี้ ผมได้พบ “ผู้ที่มีประสบการณ์ชีวิต” สองท่าน ทำให้ผมได้สัมผัสถึง “ความสุขบางอย่าง” ที่ไม่เคยรู้มาก่อน ผมได้เห็นรุ่นพี่ที่มีอายุยืนหลายๆคน ที่มี “สุขภาพกาย” ทั้งดีและไม่ดี ผมได้พบกับพี่ที่มี “สุขภาพใจที่ดี” สิ่งเหล่านี้ทำให้ผมตระหนักรู้ถึง “สัจธรรมในการดำรงชีวิตให้มีความสุขทั้งกายและใจ” ท่านผู้อ่านได้เห็นบางสิ่งที่ผมเล่าแล้ว ท่านอาจจะได้แง่คิดว่า “ความมั่งมี, ความจน, และความสุข” นั้นที่จริงแล้ว มันขึ้นอยู่กับอะไรกันแน่ ถ้าไม่ใช่ “ในจิตใจของเรา” นี้เอง ท่านผู้อ่านลองนั่งคิดดูดีๆ แล้ว ท่านจะเข้าใจเองว่า “อะไรคือความสุขที่แท้จริงสำหรับท่าน”

ความมั่งมี,ความจนและความสุข ขึ้นอยู่กับอะไรแน่ (ตอนที่ 2) การออมทางวัตถุกับการออมทางธรรมะ อย่างไรหน่อดีกว่ากัน

โดย คุณพิสิฐชัย ปัญญาพลังกุล

ประธานกิจกรรมพิเศษ

สมาคมวิศวกรรมปรับอากาศแห่งประเทศไทย

E-Mail Address : pisitchai_panya@hotmail.com

Mobile : 086-4199208

บทความฉบับที่แล้ว ผมได้พูดถึงเหตุผลและวิธีคิดของคนทั้ง 4 ประเภท ที่ใช้เวลาทำงานที่เท่ากัน แต่ได้ผลของงานต่างกัน เพราะคนแต่ละประเภทจะมีมุมมอง และวิธีปฏิบัติงานแตกต่างกัน สำหรับคนที่ประสบความสำเร็จมากที่สุดจะรู้จักใช้ “สติปัญญาของตนเองและผู้รู้มาช่วยคิดและทำงานร่วมกัน” ทำให้เวลาที่ใช้เท่ากับคนประเภทอื่นๆ แต่ได้ผลงานที่มากกว่า นั่นก็คือ คนผู้นั้น จะมีรายได้มากกว่าคนประเภทอื่นๆ

ความมั่งมีนั้น ส่วนใหญ่ต้องเริ่มต้นจากการมีรายได้มากๆ เมื่อเทียบกับรายจ่าย นั่นก็คือ มีเงินสะสมเหลือเก็บเมื่อหักค่าใช้จ่ายทั้งหมดแล้ว ซึ่งเราจะเรียกว่า “เงินออม” ส่วนเงินที่สะสมเหลือเก็บหรือเงินออม จะนำมาลงทุนเพื่อหาผลตอบแทนในรูปแบบของดอกเบี้ย หรือเงินปันผล ก็แล้วแต่ท่านว่าอยากจะลงทุนในรูปแบบใด ซึ่งปัจจุบันมีรูปแบบการออมได้หลายแบบ แต่ในมุมมองของผู้เขียนแล้ว การออมแบ่งได้เป็น 2 ประเภท ใหญ่ๆ คือ

1. การออมทางวัตถุ หมายถึง การสะสมเงินหรือสินทรัพย์ที่เหลือจากการใช้จ่ายแล้วนำมาการลงทุนในรูปแบบต่างๆกัน ทั้ง อสังหาริมทรัพย์ และ สินทรัพย์ เช่น ทรัพย์สินที่เคลื่อนที่ได้ (สังหาริมทรัพย์) ได้แก่ เงิน

ทอง พันธะบัตร ตั๋วสัญญาใช้เงิน เงินฝากในสถาบันการเงิน หุ้นในบริษัทและหุ้นต่างๆในตลาดหลักทรัพย์ รถยนต์ เป็นต้น ส่วนอสังหาริมทรัพย์ คือ ทรัพย์สินที่เคลื่อนที่ไม่ได้ ได้แก่ ที่ดิน สิ่งปลูกสร้าง ตึกอาคารต่างๆ

2. การออมทางธรรมะ หมายถึง การสะสมบุญ ซึ่งผู้ออมหรือผู้ปฏิบัติธรรม จะมีการสร้างบุญในรูปแบบต่างๆกัน ซึ่งเป็น การลงทุนพัฒนาด้านจิตใจ ซึ่งผลตอบแทนจะได้ในรูปแบบ ของ “ความสุขสงบด้านจิตใจ” ซึ่งผู้เขียนจะกล่าวต่อไปในท้ายของบทความ

1. การออมทางวัตถุ

คือ การสะสมเงินหรือทรัพย์สินที่เหลือจากการใช้จ่ายนำไปลงทุนในรูปแบบต่างๆเพื่อให้ได้ผลตอบแทน ทางด้านสินทรัพย์ที่เพิ่มขึ้น ซึ่งมีสรุปเป็นข้อๆได้ดังนี้

การลงทุนในด้านการศึกษา หมายถึง การให้การศึกษแก่ตัวเองและลูกหลาน เพื่อให้มีวิชาความรู้ให้ทันสมัยทันโลก และสามารถนำมาประกอบวิชาชีพเพื่อทำงานและรับผิดชอบในตำแหน่งงานที่สูงขึ้น ยกตัวอย่าง เช่นเคยทำงานด้านวิศวกรรมมาหลายปี ถึงจุดหนึ่งก็ต้องเรียนต่อด้านบริหารธุรกิจและการเงิน เพื่อสามารถเข้าใจการทำธุรกิจ

หลายๆด้าน เช่น ด้านการตลาด, ต้นทุน, การบริหารจัดการ และการบริหารด้านการเงิน ซึ่งเป็นหัวใจของการทำธุรกิจ ดังนั้น การศึกษาเพิ่มเติม เพื่อประกอบวิชาชีพเพื่อทำธุรกิจส่วนตัวหรือ เป็นผู้บริหารมืออาชีพ จึงจำเป็นต้องเรียนรู้ด้านการเงินและการตลาดทั้งสิ้น ซึ่งนับว่า **เป็นการออมในรูปแบบหนึ่ง ซึ่งเราสามารถจะได้รับผลตอบแทนในระยะยาวที่คุ้มค่า**

การออมในรูปแบบของกองทุน RMF เพื่อลดภาษี สำหรับหลายๆท่าน ที่ มีรายได้มากและมีฐานการเสียภาษีที่แพงมาก การลงทุนในรูปแบบ กองทุน RMF นั้น จะช่วยท่านประหยัดภาษีได้มาก เพราะนำมาคิดเป็นค่าใช้จ่ายก่อนคิดฐานภาษี ซึ่งรัฐบาล โดยกระทรวงการคลัง ก็สนับสนุนให้ประชาชน มีรูปแบบในการออมแบบนี้ ทั้งนี้ สถาบันการเงินต่างๆ จะมีการนำเสนอผลตอบแทนต่างๆกัน ซึ่งสามารถแบ่งได้เป็นดังนี้

- กองทุนตราสารหนี้
- กองทุนหุ้น
- กองทุนลูกผสมระหว่างตราสารหนี้กับหุ้น

การลงทุนใดๆก็ตาม จะมีเรื่องผลตอบแทน กับความเสี่ยง เป็นของคู่กัน กล่าวคือ

ผลตอบแทนสูงความเสี่ยงก็สูงตาม

ผลตอบแทนต่ำความเสี่ยงก็ต่ำตาม

สำหรับ **“ผู้ลงทุนที่มีอายุค่อนข้างมากกว่า 45 ปี”** ควรเลือกการลงทุนเฉพาะกองทุนตราสารหนี้ ซึ่งจะได้ผลตอบแทนประมาณ 3-5 % ปี และมีความเสี่ยงน้อย

สำหรับ **“ผู้ลงทุนที่มีอายุน้อยคือต่ำกว่า 30 ปี”** และต้องการผลตอบแทนสูง ก็สามารถเลือกลงทุน ในกองทุนหุ้นได้ แต่ไม่ควรลงทุนเกิน 30-40 % ของเงินออมของท่านที่มีอยู่

แต่สำหรับ**ผู้ลงทุนที่ต้องการผลตอบแทนปานกลาง** มีความเสี่ยงปานกลาง ก็ให้ลงทุนในกองทุนลูกผสมระหว่างตราสารหนี้กับหุ้น ทั้งนี้การออมเงินในรูปแบบการลงทุนใดๆ ควรจะศึกษาหาข้อมูลและปรึกษาผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้าน ซึ่งมีสถาบันการเงินและสถาบันการศึกษาหลายๆแห่ง จัดอบรมให้ความรู้ด้านนี้อย่างสม่ำเสมอ

การออมในรูปแบบของการทำประกันชีวิตแบบสะสมทรัพย์

การออมทรัพย์ในรูปแบบของการประกันชีวิตแบบสะสมทรัพย์นั้น บริษัทประกันชีวิตได้ออกแบบให้สำหรับวัยหนุ่มสาวที่เริ่มทำงานอายุประมาณ 30-40 ปี โดยมีการจ่ายเบี้ยประกันด้านสะสมทรัพย์และประกันสุขภาพประมาณ 20 ปี ซึ่งก็จะมีรูปแบบของเงินชดเชยรายได้เมื่อต้องเข้าพักรักษาตัวในโรงพยาบาล และจ่ายเงินเมื่อครบกำหนดตามสัญญากรมธรรม์ เมื่อถึงตอนเราอายุ 45-50 ปี เราจะได้เงินคืนเป็นก้อนใหญ่ ซึ่งสามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้ตอนอายุมาก สำหรับผู้เขียนนั้น ในปี 2554 จะได้รับคืนเป็นเงิน 750,000 บาท และส่วนของภรรยาที่ทำพร้อมกันจะได้รับคืน 750,000 บาทในปี 2555 เช่นกัน ตอนทำงานใหม่ๆ มีกำลังที่จะหารายได้มากๆ ก็ควรแบ่งส่วนหนึ่งมาทำประกันชีวิตแบบสะสมทรัพย์บ้าง อย่างน้อยก็เป็นหลักประกันอย่างหนึ่ง ดังนั้นการออมเงินแบบทำประกันแบบนี้ก็เป็นอีกวิธีหนึ่ง ที่สามารถนำไปใช้ในการออมเงินได้ ซึ่งในระยะยาว ตอนอายุมากก็จะมีเงินก้อนใหญ่ใช้ อาจมีบางท่านบอกว่าเก็บเงินเองไว้กับตัวก็ได้ ผู้เขียนก็เคยมีความคิดแบบนี้ แต่คนที่เก็บเงินจะต้องเป็นคนที่มีวินัยการเงินเข้มงวดจริงๆ จึงจะเก็บเงินไว้ได้ โดยไม่นำมาใช้ก่อนเวลา 20 ปี

สำหรับท่านที่มีรายได้ค่อนข้างมากและรับความเสี่ยงสูงได้ การออมในรูปแบบที่ลงทุนในหุ้นในตลาดหลักทรัพย์ ก็เป็นทางเลือกอีกทางเลือกหนึ่ง แต่ทั้งนี้ ควรลงทุนไม่เกิน 40 % ที่มีอยู่

ลงทุนในอสังหาริมทรัพย์

สำหรับท่านที่มีรายได้ดีอย่างสม่ำเสมอ และมีเงินเหลือเก็บมากพอ

การลงทุนในอสังหาริมทรัพย์ ในรูปแบบของการซื้อคอนโดมิเนียมที่พักอาศัย, บ้านหรือที่ดินที่มีศักยภาพ ก็เป็นรูปแบบการออมในระยะยาวรูปแบบหนึ่ง ทั้งนี้ควรจะศึกษาหาข้อมูล เรื่องราคาที่ดิน, อัตราการเช่าและการสร้างสาธารณูปโภค, การสร้างระบบขนส่งมวลชน เช่น แนวรถไฟฟ้าใต้ดินหรือรถไฟฟ้าลอยฟ้า เป็นต้น

การออมเงินนั้น ขึ้นอยู่กับรายได้และรายจ่ายเป็นหลักใหญ่ แต่มีผู้รู้และมีประสบการณ์ให้แง่คิดไว้ คือ **“การตั้งเป้าหมายเงินออมไว้ก่อนใช้”** ว่าจะออมเท่าไรในแต่ละเดือน แล้วค่อย ทำบัญชีควบคุมรายจ่ายให้อยู่ในงบประมาณ แต่อย่าคิดว่า ใช้ไปก่อนแล้วเหลือเท่าไรแล้วค่อยเก็บ ถ้าทำแบบนี้ท่านจะไม่ค่อยเหลือเก็บ เพราะไม่มีเป้าหมายการเก็บเงินและการออมอย่างชัดเจนว่า จะนำเงินไปลงทุนทำอะไร

ผมมีเรื่องเล่าเกี่ยวกับ **“การออมเพื่อการศึกษา”** มาเล่าให้ฟังเรื่องหนึ่ง เมื่อปี พ.ศ.2531 ผมและเพื่อนๆ ร่วมกันเปิดบริษัทรับเหมาก่อสร้างงานระบบไฟฟ้าและเครื่องกล ผมได้รับเด็กที่จบสายช่าง จบ ปวช. คนหนึ่งมาร่วมงาน เด็กคนนี้ขยันทำงานมากและได้ขออนุญาตผมเลิกงานตอน 4 โมงเย็นเพื่อขอไปเรียนต่อ ปวส. ที่สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ ซึ่งผมได้ให้การสนับสนุน เมื่อเขาทำงานสัก 2 ปี ก็มาขออนุญาตไปเรียนต่อวิศวกรรมศาสตร์ปริญญาตรี สาขาอุตสาหกรรมที่สถาบันเดิม

ผมได้ให้การสนับสนุนเรื่องเรียนและช่วยเหลือเรื่องเงินไปบ้าง เพราะเห็นว่าลูกน้องคนนี้ทำงานดีมาก และขยันมาก ต่อมาเขาก็มาขอเรียนต่อปริญญาโท MBA ที่นิด้าอีก. ในวันเสาร์ อาทิตย์ เป็นเวลา 2 ปี

เขาเรียนจนจบปริญญาโท ในปี พ.ศ. 2549 วิศวกรคนนี้ช่วยงานและร่วมงานกับผมเป็นเวลา 18 ปี และเขาก็ย้ายไปร่วมงานกับบริษัทพัฒนาที่ดินเพื่ออุตสาหกรรม ซึ่งอยู่ในตลาดหลักทรัพย์ ผมได้ทราบข่าวว่าเขาได้รับเงินเดือนกว่าแสนบาทและมีรถประจำตำแหน่งเป็นรถโตโยต้าแคมรี่ ผมก็ดีใจกับลูกน้องคนนี้มาก ลูกน้องคนนี้เขาได้ **“สะสมวิชาความรู้และประสบการณ์จากผมและจากการทำงานร่วมกัน”** อีกทั้งยังได้เก็บเงิน โดยใช้หลัก **“ออมเงินเพื่อการศึกษา”** เพื่อศึกษาเพิ่มเติมอยู่ตลอดเวลา จนประสบความสำเร็จในชีวิตทำงานในระดับหนึ่ง ซึ่งหลักการออมเพื่อศึกษานี้ผมเองก็ได้ใช้ **“หลักการออมเพื่อการศึกษา”** เช่นกัน ผมเก็บเงินเพื่อเรียนต่อปริญญาโทด้านบริหารธุรกิจ จากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยเช่นกันและจบการศึกษาในปี พ.ศ. 2532 การเรียน MBA นั้นทำให้ผมมีความรู้ด้านการตลาด บัญชี การเงินและบริหารการจัดการ เมื่อผมเปิดบริษัทและทำธุรกิจ ผมจึงมีความรู้และเข้าใจในระบบบัญชีและการเงิน ทำให้สามารถบริหารบริษัทให้ก้าวหน้าเป็น

อย่างดี

ดังได้กล่าวมาแล้วว่า **“การออมเพื่อการศึกษา”** นั้นสำหรับตัวเราแล้ว เมื่อศึกษาเพิ่มเติมในแขนงวิชาต่างๆ ที่สนับสนุนการทำงานของเราแล้ว เราก็จะสามารถ **“สร้างมูลค่าเพิ่ม”** และ **“คุณค่าเพิ่ม”** ให้กับตัวเราได้ แล้วท่านผู้อ่านมีความสนใจที่จะ **“สร้างมูลค่าและคุณค่าเพิ่ม”** ให้กับตัวเอง โดยใช้หลักการออมนี้ ท่านลองพิจารณาแนวทางนี้ดู

2. การออมทางธรรมะ:

คือ การสะสมบุญ ซึ่งผู้ออมหรือ ผู้ปฏิบัติธรรมจะมีการสร้างบุญในรูปแบบต่างๆ เป็นการพัฒนาด้านอารมณ์และจิตใจ ซึ่งจะมีผลตอบแทนเป็นความสงบสุขทางจิตใจและมีสมาธิมากขึ้น

การสร้างบุญบารมีในทางพุทธศาสนา คือ การทำความดี เพื่อให้จิตใจ สงบสุข และมีความสุขในระยะยาว ซึ่งเป็นการลงทุนในปัจจุบัน แต่จะมีผลในอนาคต ซึ่งนับว่าเป็นการลงทุนหรือการออมอย่างหนึ่ง

การสร้างบุญบารมี มี อยู่ 3 ขั้นตอน คือ

- การให้ทาน
- การถือศีล
- การเจริญภาวนา

การเจริญภาวนานั้น เป็นการสร้างบุญบารมีที่สูงที่สุด ได้บุญมากที่สุด

2.1 การให้ทาน คือ การสละทรัพย์สินของสมบัติของตัวเองเราให้แก่คนอื่น โดยมุ่งหวังให้คนอื่นได้รับประโยชน์และมีความสุข ด้วยความเมตตาจิต

การให้ทานจะได้บุญมากหรือน้อย ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบ 3 ประการคือ

องค์ประกอบที่ 1 คือ วัตถุที่ให้ ต้องบริสุทธิ์

วัตถุสิ่งของที่ตนสละให้เป็นทานนั้น จะต้องเป็นของบริสุทธิ์ ซึ่งต้องได้มาจากการประกอบสัมมาอาชีพ ไม่ใช่เป็นของเบียดเบียนผู้อื่นมา เช่น ได้มาโดยทุจริต, ลักทรัพย์, ยักยอก หรือปล้นชิงทรัพย์ เป็นต้น

องค์ประกอบที่ 2 คือ เจตนาในการให้ทานต้องบริสุทธิ์

การให้ทานนั้น โดยจุดมุ่งหมายที่แท้จริง ก็คือ เป็นการขจัด ความโลภ ความตระหนี่ ชี้นำเหี้ยม ความหลงใหล

ในสมบัติตน อันเป็นกิเลสหายา

การให้ทานเป็นการสงเคราะห์ผู้อื่นให้ได้รับความสุข ด้วยความมีเมตตาธรรม ซึ่งเจตนาในการทำทานบริสุทธ์นั้น ถ้าจะให้บริสุทธ์จริง จะต้องถึงพร้อมด้วยกัน 3 ระยะ คือ

1. ระยะก่อนที่จะให้ทาน

ก่อนที่จะให้ทานนั้น มีจิตใจเบิกบาน ยินดีที่จะให้ทาน เพื่อสงเคราะห์ผู้อื่นให้ได้รับความสุข เพราะทรัพย์สินของตนหรือไม่

2. ระยะที่ลงมือให้ทาน

ระยะที่กำลังลงมือให้ทานนั้น ทำด้วยจิตใจที่ยินดี เบิกบาน ในทานที่ตนกำลังให้คนอื่นหรือไม่

3. ระยะหลังจากให้ทานแล้ว

เมื่อเราให้ทานไปแล้ว เราหวนคิดถึงทานที่ตนให้ นั้น เรามีความสุข ยินดีมากน้อยเพียงไร ไม่ใช่กลับคิดเสียดาย

ดังนั้นการจะได้บุญมากหรือน้อยนั้น ขึ้นอยู่กับเจตนาที่บริสุทธ์ทั้งก่อนทำและหลังทำ

องค์ประกอบที่ 3 คือ เนื้อนาบุญ ต้องบริสุทธ์

คำว่า เนื้อนาบุญ หมายถึง บุคคลที่ได้รับทำทานนั้น หากบุคคลที่รับทำทานนั้น เป็นผู้ที่มีศีลมีธรรมสูง ก็ย่อมเป็นเนื้อนาบุญที่ดี ทานที่เราได้ทำไปแล้ว ก็จะเกิดผลบุญมาก

2.2 การรักษาศีล

การรักษาศีล คือ การดูแลตนเองให้อยู่ในข้อปฏิบัติที่เหมาะสมและเคร่งครัดตามฐานะและเพศบรรพชิต เช่น คนธรรมดาก็รักษาศีล 5, ผู้รักษาศีลเคร่งครัดอย่าง เณรหรือแม่ชี ก็รักษาศีล 8, 10 แต่ถ้าเป็นพระภิกษุซึ่งเป็นบรรพชิตเพศ ต้องรักษาศีล 227 ข้อ การรักษาศีลช่วยให้เกิดกิเลสตัณหาของผู้รักษาศีลลดลง

การรักษาศีลในทางพุทธศาสนา ถือว่าได้บุญมากกว่าการให้ทาน

การรักษาศีลนั้น มุ่งที่จะ “รักษากายและวาจา” ให้อยู่ในระเบียบและข้อปฏิบัติที่เหมาะสมและดีงาม เพื่อให้กิเลสตัณหาตกลงเท่านั้น

2.3 การภาวนา

“การภาวนา” นั้น มุ่งเน้นที่ “รักษาจิตใจ” และ ชักพอกจิตใจให้บริสุทธ์และสงบสุข ซึ่งจะเป็นหนทางที่

ผู้ปฏิบัติจะสามารถฝึกจิตใจและฝึกสมาธิวิปัสสนาต่อไป การเจริญภาวนา เป็นการสร้างบุญบารมีที่สูงที่สุด ซึ่งเป็นแก่นแท้ในพุทธศาสนา ซึ่งแบ่งได้เป็น 2 อย่างคือ

2.3.1 สมถะภาวนา คือ การทำสมาธิ

2.3.2 วิปัสสนาภาวนา คือ การเจริญปัญญา

สมถะภาวนา คือการทำจิตใจให้ เป็นสมาธิ หรือ เป็นสมาธิ การทำจิตใจให้ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียว ไม่ฟุ้งซ่านไป อารมณ์อื่นๆ การทำสมาธิ จะทำให้จิตใจสงบนิ่ง

สำหรับ วิปัสสนาภาวนา คือ การทำให้จิตสงบนิ่งแล้ว **ใช้จิตไคร่ครวญ หาเหตุและผลในสภาวะธรรมทั้งหลาย** ซึ่งสิ่งที่เป็นอารมณ์อย่างเดียวของวิปัสสนาคือ “ขันธ ๕” ได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ

ดังที่กล่าวมาข้างต้น **การสร้างบุญบารมีนั้น เป็น การลงทุนในระยะยาว** ซึ่ง “การให้ทาน” เพื่อให้ผู้ปฏิบัติ **มีความโลภน้อยลง มีความคิดที่จะช่วยเหลือคนอื่นมากขึ้น** โดยรู้จักฝึกจิตใจด้วยการเสียดสละทรัพย์สินสิ่งของ ช่วยเหลือผู้อื่น ในขณะเดียวกัน ก็รู้จักดูแลตนเองให้อยู่ในข้อปฏิบัติที่ ดีงามและเหมาะสม **ทั้งด้านร่างกายโดยการรักษาศีล ๕ และ ดูแลจิตใจให้สงบนิ่งด้วยสมถะภาวนานั่งสมาธิวิปัสสนา**

การออมทางธรรมะนั้น มุ่งเน้นที่จะให้ผู้ออมหรือ ผู้ปฏิบัติค่อยๆ “สะสมการทำบุญและเจริญภาวนานั่งสมาธิ ทีละน้อย เพื่อพัฒนาจิตใจของผู้ออม” ในปัจจุบัน เพื่อผล ของ “จิตใจที่สงบนิ่ง มีสมาธิ และมีความสุข” ในอนาคต

ผลของการสะสมเงินทองที่ทานออมทางวัตถุนั้น เมื่อ ถึงวาระหนึ่งแล้ว การออมทางวัตถุนั้นก็อาจจะหมดสิ้นไป ตามสังขารและวาระสุดท้ายของเจ้าทรัพย์สินนั้นๆ แต่ “การออมทางธรรมะ” คือ “การสร้างบุญ” ของท่านนั้น เมื่อวาระสุดท้ายของท่าน ผลของการสร้างบุญโดยประกอบ คุณงามความดีและช่วยเหลือผู้คนแล้วนั้น ไม่มีวันสิ้นสลาย ไปไหนเพราะว่ามันจะอยู่ในใจของผู้คนที่ท่านช่วยเหลือคน เหล่านั้นและอยู่ในจิตใจของคนทั่วไป แล้วท่านผู้อ่านครับ ท่านคิดว่า ควรจะออมทางวัตถุดี หรือจะออมทางธรรมะดี หรือว่าจะออมทั้งสองอย่างไปพร้อมกัน เพื่อท่านจะได้มี ทรัพย์สินใช้เพื่อความสุขทางร่างกาย และมี ผลของบุญที่ ท่านสร้าง เพื่อความสุขทางด้านอารมณ์และจิตใจ ท่าน ท่านนั้นครับจะเป็นผู้เลือกในการออมครั้งนี้

ความบังเอิญ, ความจนและความสุข ขึ้นอยู่กับอะไรแน่ (ตอนที่ 3) ความสุขที่แท้จริง มีอยู่จริงหรือ

โดย คุณพิสิษฐชัย ปัญญาพลังกุล

กรรมการวิชาการฝ่ายอบรม

สมาคมวิศวกรรมปรับอากาศแห่งประเทศไทย

E-Mail Address: pisitchai_panya@hotmail.com

Mobile: 086-4199208

บทความฉบับที่แล้ว ผมได้เปรียบเทียบ “การออมทางวัตถุ” กับ “การออมทางธรรมะ” ว่าเราควรจะออมสิ่งใดดี เพราะว่าการออมทางวัตถุเช่นทรัพย์สินเงินทองนั้น เมื่อถึงวาระสุดท้ายของชีวิตของเรา เราก็นำติดตัวเราไปไม่ได้ แต่ถ้าเรา “ออมทางธรรมะ” คือ “การสร้างบุญ การฝึกจิตใจให้สงบและมีสมาธิ” แล้ว เมื่อถึงวาระสุดท้าย เราก็จะจากไปอย่างสงบสุข ผลจากการสร้างบุญโดยประกอบด้วยคุณนามความดีและช่วยเหลือผู้คน ก็ไม่มีวันสิ้นสลายไป เพราะว่าคุณดีหรือสิ่งที่เราได้ช่วยเหลือผู้อื่นไว้นั้น ยังคงอยู่ในจิตใจผู้คนตลอดไป ผู้ที่ออมทางธรรมะได้ฝึกสมาธิซึ่งก่อให้เกิดความสงบสุขทางจิตใจและเป็นที่มาของความสุขาทางใจ ผมได้คุยกับเพื่อนๆและน้องๆหลายคน หลายคนถามผมว่า “ความสุขที่แท้จริง” มีอยู่ด้วยหรือ เราจะสร้างมันได้อย่างไร เราจะสร้างกันตอนไหนดี ส่วนใหญ่ก็จะเห็นมีแต่ “คนแก่หรือคนที่เกษียณอายุ” มาสนใจการ “ทำบุญ”

ส่วนคนหนุ่มสาวหรือวัยรุ่นไม่ค่อยพบว่าสนใจสักเท่าไร ผมนำมานั่ง “คิดพิจารณาและวิเคราะห์หาสาเหตุและเหตุผล” ทำไมส่วนใหญ่ที่สนใจเรื่องการ “สร้างบุญ” จึงมีแต่คนแก่หรือคนที่เกษียณอายุมาทำบุญที่วัดและนั่ง สมาธิ วิปัสสนา ทั้งในกรุงเทพและต่างจังหวัด

ก่อนที่จะพูดถึงสาเหตุที่คนบางกลุ่มไม่ค่อยจัดเวลา มาทำบุญและศึกษาเรื่องการปฏิบัติธรรมและฝึกสมาธิ นั้น ผมอยากขออธิบายถึง “ปัจจัยในการตัดสินใจ” กระทำสิ่งใดของคนเรานั้น ขึ้นอยู่กับอะไรบ้าง ปัจจัยในการตัดสินใจ ได้แก่

1. ต้องมีแรงบันดาลใจมากพอและมีอยู่อย่างสม่ำเสมอ
2. ต้องมีความเชื่อและศรัทธาในสิ่งที่คิดและกระทำ
3. ต้องรู้จักการจัดความสำคัญก่อนหลังของคุณค่าในสิ่งที่จะทำ

หัวข้อที่ 1. ต้องมีแรงบันดาลใจมากพอและ ต้องมืออย่างสม่ำเสมอ

หัวข้อนี้ผมมีประสบการณ์ตรงจาก คนที่ไม่ชอบทำบุญใส่บาตรตอนเช้ากับพระสงฆ์ที่แถวบ้านที่ประตูน้ำตอนเด็กๆ เพราะผมเห็นพระที่มาบิณฑบาตรที่นั่งและยืนรอใกล้ๆ ร้านค้าไม่ค่อยสำรวมและมีกิริยามรรยาทไม่ค่อยดี จึงไม่ค่อยศรัทธาเท่าไร แต่เมื่อตอนเรียนจบคณะวิศวกรรมศาสตร์จากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยนั้น ได้มีโอกาสไปทำงานระบบเครื่องกลในการสร้างโรงพยาบาลที่ศูนย์แพทยศาสตรมหาวิทาลัยขอนแก่น ประมาณ 4 ปี ผมได้หาโอกาสไปทำบุญใส่บาตรที่วัดป่าบ้านตาด จังหวัดอุดรธานี ผมได้เข้าไปกราบหลวงตาบัวและลูกศิษย์ของท่านหลายๆองค์พบว่าทั้งกิริยาและข้อปฏิบัติของพระที่วัดนี้ ท่านสำรวมมาก อาหารที่ญาติโยมนำมาถวายนั้น ท่านให้ใส่ในกะละมังรวมกัน ไม่ได้แยกเหมือนวัดอื่นๆที่เคยเห็น หลวงพ่อท่านสอนว่าอาหารมีไว้กินเพื่อทำให้ร่างกายแข็งแรง จะได้มีแรงเพื่อสอนธรรมะและนั่งสมาธิวิปัสสนาได้ พวกเราอย่าไปให้ความสำคัญเรื่อง “ความน่ากินและรสชาติของอาหารมากนัก” เพราะจะทำให้เกิดกิเลส อยากได้อะไรก็มี และยังมีความสงสัยอีกมากมาย ซึ่งทำให้ผมรู้สึกประทับใจ **การที่ผมได้หาโอกาสไปทำบุญที่วัดป่าบ้านตาดที่จังหวัดอุดรธานีในวันนั้นทำให้ผมเปลี่ยนความคิดและทัศนคติที่มีต่อพระสงฆ์ที่เคยพบที่ประตูน้ำโดยสิ้นเชิง** เพราะว่า “พระสงฆ์ที่ปฏิบัติดี และมีธรรมะสูงส่ง” ยังมีอีกมากมายในประเทศไทยและในโลกของเรา เพียงแต่เราเองต่างหากที่ไม่หาโอกาสดีๆในชีวิตไปพบและสนทนาธรรมะกับท่าน สำหรับเด็กๆนั้น หากเราต้องการให้ “เด็กมีแรงบันดาลใจ” ที่จะ “สร้างบุญและฝึกนั่งสมาธิเพื่อฝึกจิตใจให้สงบนิ่ง” พ่อแม่และผู้ปกครองทั้งหลาย ควรพาเด็กๆไป วัดและกราบนมัสการพระที่ปฏิบัติเคร่งครัด เพื่อรับการสอนที่ดีก็จะทำให้เด็กเกิดความคุ้นเคยกับพระ และเกิด “แรงบันดาลใจ” ในการทำความดีและสร้างบุญต่อไปในวันข้างหน้า

สำหรับครอบครัวของผมเอง ผมกับภรรยาจะพาลูกๆไปปฏิบัติธรรมที่วัดและศูนย์ปฏิบัติธรรมพุทธสมาคมแห่งประเทศไทยอย่างสม่ำเสมอ สำหรับลูกชายอายุ 12 ปีก็ให้บวชเป็นสามเณรตอนปิดเทอมภาคฤดูร้อน 2 ครั้ง สำหรับลูกสาว 2 คน ภรรยาของผมแนะนำให้ไปปฏิบัติธรรมและฝึกนั่งสมาธิที่ศูนย์ปฏิบัติพุทธสมาคม 2 ครั้งเช่นกัน โดยเฉพาะลูกสาวคนโตและลูกชายคนเล็ก มีความสนใจเรื่อง “การทำบุญ” และ “ฝึกสมาธิ” มากพอสมควร ซึ่งเป็นพื้นฐานเมื่อเขาเป็นผู้ใหญ่ในอนาคต เขาจะได้เกิดความคิด ที่จะ “ออมทางวัตถุพร้อมไปกับการออมทางธรรมะ” ตามที่เคยกล่าวมาแล้วในบทความฉบับที่ 47

หัวข้อที่ 2. ต้องมีความศรัทธาในสิ่งที่คิดและ กระทำ

สำหรับหัวข้อนี้ ผมมีศรัทธาในการ “สร้างบุญ” และ “สร้างโอกาสให้ตัวเอง”, รวมถึงภรรยาและลูกๆ โดยไปทำบุญที่วัดอย่างสม่ำเสมอ สำหรับวัยรุ่นทั่วไป พ่อแม่และผู้ปกครองควรจะหาเวลาไปทำบุญและปฏิบัติธรรมที่วัดเพื่อสร้าง “ศรัทธาให้แก่ตัวเองและครอบครัว” แต่ก็ควรหาวัดและพระสงฆ์ที่มีข้อปฏิบัติเคร่งครัดสำรวมและถึงพร้อมด้วยธรรมะและคำสอนที่ดี เพื่อเป็นการ “สร้างบันดาลใจและศรัทธาให้เกิดแก่ลูกหลานและตนเอง”

หัวข้อที่ 3. ต้องรู้จักการจดความสำคัญ ก่อนหลังของคุณค่าในสิ่งที่จะทำ

จากการที่กล่าวมา 2 ปัจจัยข้างต้นที่มีผลต่อการตัดสินใจกระทำสิ่งใด **ข้อที่ 3 นี้ถือว่าสำคัญที่สุด** เพราะถ้าคนๆนั้น จัดความสำคัญของการทำบุญหรือ สร้างบุญเป็นลำดับที่ 2 , 3 , 4 เสมอ คนๆนั้น ก็ไม่ได้ “ตัดสินใจทำบุญหรือสร้างบุญ” ลักที่ เพราะจะมีสิ่งอื่นๆที่น่าสนใจหรือสำคัญกว่าเสมอ และข้อนี้แหละเป็นเหตุผลของ “คนที่ไม่มีความเวลา ทำบุญหรือสร้างบุญ” มักจะกล่าวว่า “ไม่ค่อยมีเวลา” แต่ถ้าเราจะวิเคราะห์ให้ลึกลงไปอีกนิด เราจะเห็นว่า

บางคนมีเวลา แต่ไม่จัดเวลาไปทำบุญ เด็กบางคนสนใจแต่ต้องไปกับพ่อแม่ผู้ปกครอง ดังนั้นวัยต่างๆของคนเรา หากแบ่งตามภาระหน้าที่แล้วพอจะแบ่งได้เป็น 6 กลุ่มใหญ่ คือ

กลุ่มที่ 1 กลุ่มเด็กนักเรียนเด็กเล็ก ถึงชั้น ประถม ปลาย อายุประมาณ 4-12 ปี

เด็กกลุ่มนี้ พ่อแม่และผู้ปกครองจะดูแลใกล้ชิด พ่อแม่ต้องไปรับไปส่งที่โรงเรียนเป็นประจำ ดังนั้นใน “การจะปลูกฝังความคิดที่จะทำบุญหรือสร้างบุญ” กลุ่มนี้ ค่อนข้างจะสอนได้ง่าย เพียงแต่ รู้จัก “การสร้างแรงบันดาลใจให้เด็กเชื่อและศรัทธาได้มากน้อยเพียงไร”

กลุ่มที่ 2 กลุ่มเด็กนักเรียนมัธยม อายุประมาณ 13-18 ปี

เด็กกลุ่มนี้ เริ่มจะมีเพื่อนมากขึ้น และเป็น “โรคติดเพื่อน” และ “ติด Computer Games & Internet” ดังนั้นพ่อแม่และผู้ปกครองสมัยใหม่ต้องปรับตัวเองเข้าหาลูกๆและให้เข้าถึงเหตุการณ์ที่ลูกๆพบมาให้ทัน เพื่อเป็นที่ปรึกษาคอยให้คำแนะนำ ดังนั้นหากลูกๆของเราได้รับ “วัดขึ้นธรรมะที่ดีและฝึกจิตใจให้มีสมาธิ” เขาก็จะสามารถใช้สติแยกแยะ “สิ่งที่ควรทำ” กับ “สิ่งไม่ควรทำได้” และรู้จัก “จัดความสำคัญก่อนหลัง” ใน “สิ่งที่ควรทำก่อน” กับ “สิ่งที่ควรทำทีหลัง หรือไม่ควรทำ” เด็กกลุ่มนี้ พ่อแม่ยังสามารถดูใจและชักนำให้เข้าวัดทำบุญและฝึกสมาธิได้ หากเราสอนตั้งแต่ยังเด็กๆ ซึ่งมีแรงศรัทธาและแรงบันดาลใจไว้แล้ว

กลุ่มที่ 3 กลุ่มนักศึกษามหาวิทยาลัย อายุประมาณ 18-24 ปี

คนกลุ่มนี้ เริ่มมีความคิดเป็นผู้ใหญ่และเริ่มมีความอิสระในการตัดสินใจมากขึ้น ดังนั้นพ่อแม่ควรเข้าใจลูกกลุ่มนี้ เราจะให้คำแนะนำเมื่อถูกร้องขอจากลูกหรือเฉพาะเหตุการณ์สำคัญเท่านั้น การรู้จักจัดความสำคัญก่อนหลังนั้น พ่อแม่ควรสอนตั้งแต่ตอนเป็นวัยรุ่นมัธยม คนกลุ่มนี้เมื่อเขาอยากมีคนที่ปรึกษาและคำแนะนำ เขาจะเข้ามาหาพ่อหรือแม่ก่อน ถ้าเราสามารถเปิดใจคุยกับลูกได้ทุกเรื่อง คนกลุ่มนี้เริ่มมีความคิดและอุดมการณ์ที่จะช่วยสังคมและ

สิ่งแวดล้อม เพราะยังไม่มีภาระ “เรื่องหาเงินเลี้ยงตัวเองมากนัก” ดังนั้น การที่จะจัดเวลาไป “ฝึกสมาธิฝึกจิต” สามารถจัดเวลาได้ ถ้าคนๆนั้นมีแรงบันดาลใจและแรงศรัทธาตั้งแต่เด็กๆ ซึ่งพ่อแม่และผู้ปกครองได้ปลูกฝังไว้แล้ว

กลุ่มที่ 4 กลุ่มคนเริ่มทำงานและ สร้างรายได้สร้างฐานะ อายุประมาณ 22-30 ปี

คนกลุ่มเริ่มทำงานนั้น ส่วนใหญ่จะให้ความสำคัญกับการทำงาน เพื่อหาประสบการณ์และหาตำแหน่งหน้าที่การงานที่ดีขึ้น ดังนั้น เวลาส่วนใหญ่จะหมดไปกับงานและสังคมเพื่อนฝูง อีกประการหนึ่งการ “เก็บเงินออมเพื่อซื้อบ้านและรถยนต์ จะเป็นทางเลือกต้นๆ” ในการจัดความสำคัญก่อนหลัง ดังนั้นคนกลุ่มนี้ส่วนใหญ่จะไม่ค่อยจัดเวลาสำหรับการไปทำบุญ จะมีก็คนส่วนน้อยที่ยังมีแรงบันดาลใจและศรัทธาแรงกล้าที่ยังคงทำบุญอย่างต่อเนื่องตั้งแต่เป็นเด็กเล็ก, วัยรุ่น จนถึงวัยทำงาน

กลุ่มที่ 5 กลุ่มคนที่มีตำแหน่งหน้าที่การมั่นคงและเป็นเจ้าของกิจการ

คนกลุ่มนี้ ส่วนใหญ่จะสามารถจัดและแบ่งเวลาในการทำงานได้ดีและลงตัวแล้ว ดังนั้นหากเขาต้องการ จัดเวลาไปทำบุญ สร้างกุศล ก็ไม่ยากเท่าไร ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความสนใจ แรงศรัทธา ของเขาว่ายังคงมีอยู่มากน้อยเพียงไร สำหรับคนกลุ่มนี้ หากเห็น “คุณค่าของการออกทางธรรมะคือการสร้างบุญ ฝึกสมาธิวิปัสสนา” แล้ว เขาสามารถกระทำได้เลย ซึ่งเมื่อเขาก้าวผ่านเข้าสู่วัยเกษียณอายุ เขาก็จะมีความสุขกับการได้สร้างบุญสร้างกุศล ซึ่งส่งผลทางด้านจิตใจและร่างกาย

กลุ่มที่ 6 กลุ่มคนที่มีฐานะมั่นคงและมีตำแหน่งสูง อายุ เข้าสู่ 50 ปี เริ่มสู่วัยเกษียณ

เขาจะได้พบอยู่เป็นประจำ ว่าคนกลุ่มที่มีอายุมากใกล้เคียง 50 ปี จะมีคนขอบวชเป็นพระสงฆ์ หรือเข้าวัด เพื่อศึกษาธรรมะและฝึกสมาธิวิปัสสนามากมาย เพราะคนกลุ่มนี้สามารถจัดเวลาว่างได้มากขึ้นและเห็น “คุณค่าของการ

ฝึกสมาธิเพื่อความสุขสงบในจิตใจ

ดังที่กล่าวมาข้างต้นด้วยวัยที่แตกต่างกันและภาระหน้าที่ความรับผิดชอบของแต่ละคน จึงมีผลต่อการ **“สร้างบุญ โดยการปฏิบัติธรรมและฝึกเจริญภาวนานั่งสมาธิ”** ดังนั้น **“ความสุขทางจิตใจ”** ของแต่ละคน จึงได้ไม่เท่ากัน ขึ้นอยู่กับว่า คนๆนั้นจะสนใจทำบุญสร้างกุศลและฝึกสมาธิ เพื่อฝึก **“จิตใจให้มีพลัง”** โดย **“ฝึกจิตใจให้สงบนิ่ง”** เพราะ **“จิตของคนเรา ยิ่งสงบนิ่ง ยิ่งมีพลัง”** ซึ่งแตกต่างจากร่างกายคนเรา ร่างกายยิ่งออกกำลังกายอย่างถูกต้อง ยิ่งเคลื่อนไหว ยิ่งมีพลัง **“ความสุขที่แท้จริง มีอยู่จริงหรือ”** มักจะมีคนตั้งคำถามนี้อยู่เสมอ ความสุขของคนเรานั้นแบ่งเป็น **“ความสุขทางกาย”** และ **“ความสุขทางใจ”**

“ความสุขทางใจที่แท้จริงและยั่งยืน” นั้น เราสามารถสร้างได้โดย **“การออมทางธรรมะ”** ดังได้กล่าวมาแล้วในบทความฉบับที่ 47 ซึ่งเป็นการสะสมบุญหรือสร้างบุญ โดยเน้นการพัฒนาทางด้านจิตใจและอารมณ์

การสร้างบุญบารมี มี 3 ขั้นตอนคือ การให้ทาน, การถือศีล และการเจริญภาวนา

การให้ทาน ด้วยการที่เราบริจาคสิ่งของหรือทรัพย์สินให้กับวัด หรือการใส่บาตรแก่พระสงฆ์ เป็นการ **“ลดกิเลส”** และ **“สร้างให้เรารู้จักเสียสละทรัพย์สินช่วยเหลือแก่ผู้อื่น”**

“การให้ความรู้แก่ผู้อื่น” หรือ **“การถ่ายทอดประสบการณ์ทางวิชาชีพ”** และการทำ **“โครงการอบรมวิชาชีพวิศกร”** ให้แก่คนรุ่นหลัง ก็นับได้ว่าเป็น **“การให้ที่มีคุณค่า”** ถือว่าเป็น **“วิทยาทานอย่างหนึ่ง”** และเป็นการ **“ฝึกการเสียสละเวลาส่วนตัวเพื่อส่วนรวม”** ซึ่งทั้งหมดที่กล่าวมาแล้ว เป็นขั้นตอนในการ **“พัฒนาจิตใจให้สูงขึ้น”**

“ความสุขของคนเรา” นั้น จะเกิดขึ้นได้ใน **“จิตใจของเรา”** เอง ดังนั้น เมื่อไรก็ตามที่เรา **“มีศรัทธา มีเมตตา และมีไมตรีธรรม”** ความสุขก็จะเกิดขึ้นทันที

ตามคำสอนของพระพุทธเจ้า ได้สอนหลัก **“วิธีปฏิบัติในเรื่องความสุขและทุกข์”** คือ

1. ไม่เอาทุกข์มาทับถมคนที่ไม่มีทุกข์

2. ไม่ละทิ้งสุขที่ ชอบธรรม
 3. แม้มีสุขที่ชอบธรรม ก็ไม่ลุ่มหลงมัวเมา
 4. เพียรปฏิบัติเพื่อเข้าถึง “สุขที่ประณีต” ยิ่งขึ้นไป
- “ความสุขที่ชอบธรรม”** สามารถแบ่งได้เป็น 3 ระดับ

- คือ
1. **ความสุขแบบแย่งกัน**
 2. **ความสุขแบบไปด้วยกัน หรือ ความสุขแบบประสานกัน**
 3. **ความสุขแบบอิสระ**

ความสุขแบบแย่งกัน คือ ถ้าเราสุขเขาทุกข์ ถ้าเราทุกข์เขาสุข ส่วนมากจะเกี่ยวข้องกับวัตถุ ความสุขจากการได้มาของวัตถุ เราได้มา อาจทำให้คนอื่นเสียไป เราได้มาเรามีความสุข เราเสียไปเรามีความทุกข์ คนอื่นมีความสุข ไม่เอื้อต่อกัน ก่อเกิดปัญหา ความรักที่อยากได้คนอื่นมาบำเรอความสุขของเรา ความรักที่ต้องการครอบครอง และเกิดการแย่งชิง เป็นความสุขแบบแย่งชิงกัน

ความสุขที่ประสานกัน คือ ถ้าเราสุขทำให้คนอื่นเขาสุขด้วยกัน

การที่เรามี **“จิตใจที่มีเมตริจิต มีเมตตา มีศรัทธา”** ต่อผู้อื่น **“การให้”** จะกลายเป็น **“ความสุข”** ซึ่งจะเกิด **“ความสุขจากการให้”** จึงเป็น **“ความสุขประสานส่งเสริมกัน”** เป็น **“ความสุขทั้งผู้ให้และผู้รับ”** ซึ่งเป็นการพัฒนาจิตใจและความสุขขึ้นไปอีกระดับหนึ่ง

ความสุขแบบอิสระ คือ ความสุขที่ไม่ขึ้นอยู่กับวัตถุ ไม่ต้องอิง กับปัจจัยภายนอก ไม่ขึ้นกับบุคคลใด เป็นความสุขจากคุณธรรม เป็นความสุขที่เกิดจากปัญญา

หากเรารู้เท่าทันถึง **“กฎของธรรมชาติ”** ซึ่งมีเกิดแก่ เจ็บ ตาย และเราไม่เอาใจไปให้ธรรมชาติมาบีบคั้นใจเรา เรา **“วางใจเราให้อิสระ”** จากมัน แม้แต่ทุกข์ เราก็ไม่เอามาใส่ใจเรา เราก็จะไม่ทุกข์ตามมัน

ถ้าใจเรามีอิสระภาพแท้จริง **“ปัญญา”** นั้นเป็น **“ตัวรักษาใจเรา”** ไม่ให้ตกอยู่ในกระแสสภาวะธรรมชาติ ทำให้เราถึง **“วิมุตติ”** **“ความสุขจากความเป็นอิสระถึงวิมุตติ”**

ที่มีปัญญารู้เท่าทัน เป็น “ความสุขที่สำคัญ” และเป็น “ความสุขที่อิสระ” นั่น คือ “ความสุขที่แท้จริง”

ผมอยากนำเรื่อง “ความสุขที่เกิดจากการให้” และ “ความสุขที่อิสระ” มาเล่าให้ท่านผู้อ่านเป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ผมได้หาโอกาสที่ดีหลังจากต้องทำงานมา 27 ปี ผมไปศึกษาธรรมะและฝึกนั่งสมาธิวิปัสสนา โดยการบวชเป็นพระสงฆ์ ที่วัดป่าม่วงสามสิบ ที่จังหวัดอุบลราชธานี เมื่อ เดือน พ.ศ.ปี 2549 ในช่วง 2 อาทิตย์แรกของบวช นับว่าเป็นช่วงที่ต้องใช้ความอดทนสูงมาก เพราะต้องฝึกนั่งสมาธิและสวดมนต์ ครั้งละ 2 ชั่วโมง เข้าเย็น ที่วัดป่าแห่งนี้ พระสงฆ์นั่งสวดในท่าเทพบุตร (หัวเข่าตั้ง ปลายนิ้วเท้าตั้งจรดพื้น) หัวเข่าซ้ายและเขี้ยวขวา ทั้งสองข้าง ผมได้ฝึกนั่งสมาธิและเดินจงกรมวันละ 4 ครั้ง ผมตื่นนอนตั้งแต่ ตีสาม เพื่อมาฝึกเดินจงกรมและนั่งสมาธิ ตอนตีสี่ทุกวัน ทุกเช้าผมเดินบิณฑบาตประมาณ 6-7 กิโลเมตรทุกวันและรับประทานอาหารเช้า ตอนแปดโมงเช้า วันละ 1 มื้อ เท่านั้น ช่วงแรกผมต้องปรับตัวเองอย่างมาก ช่วงแรกๆเกิดความทุกข์ทรมานทั้งร่างกายและจิตใจมาก เนื่องจากผมบวชช่วงพฤษภาคม จึงมีพระภิกษุบวชกันมาก และไม่ค่อยสำรวจทั้งการพูดจาและการแสดงออกทางการกระทำ ผมเห็นการกระทำดังกล่าวก็เกิดความไม่สบายใจ ผมจึงฝึกนั่งสมาธิไม่สงบเลยมีแต่เรื่องมารบกวนจิตใจ ผมได้ปรึกษาพระอาจารย์ที่บวชมานานแล้ว ถึงวิธี “ฝึกสมาธิและการปล่อยวาง” ท่านสอนถึง “การให้อภัยและให้มีจิตใจเมตตา” และสอนให้ “ควบคุมจิตใจไม่ให้ถูกครอบงำด้วยสิ่งเร้าภายนอก” ท่านสอนให้ “ฝึกจิตให้เป็นอิสระจากวัตถุและบุคคลอื่น” เมื่อผมมีเวลาตอนกลางคืนมานั่งพิจารณา ไตร่ตรอง จึงเข้าใจถึง “การฝึกจิตให้อิสระ” และ “การให้อภัยต่อผู้อื่น” ที่นำเรื่องมารบกวนใจเรา หากเราไปรับรู้เข้าใจเรา ทำให้ใจเราถูกรบกวนและเราจะเป็นทุกข์ แต่ถ้าเรารู้จักใช้ “ปัญญาพิจารณาสิ่งที่มารบกวน” เราควบคุม “จิตให้อิสระ” ได้เราก็จะไม่ทุกข์ เมื่อผมนั่งฝึกสมาธิไปนานๆ และบ่อยขึ้นทุกวัน ทำให้ “จิตของผมเริ่มนิ่งขึ้นและ

รู้สึกจิตมีพลังมากขึ้น ความสงบสุขในจิตใจก็มีมากขึ้นตาม”

ต่อมาได้มียายแก่ท่านหนึ่งอายุประมาณ 65 ปีพาหลานชายวัยรุ่นมาขอบวชในวันที่น่าอาหารมาถวายวัดทันที พระอาจารย์ฝ่ายวินัย ยังไม่บวชให้หลานท่านพระอาจารย์ได้มอบหมายให้ผมไปสอบถามถึงสาเหตุในการมาบวช ต่อมาไม่นาน เด็กวัยรุ่นจึงสารภาพว่าไปอยู่กับเด็กเสียก๊ว ถูกอุ้ม จึงหนีมาบวช ผมได้ให้คำแนะนำและสอนถึง “คุณค่าของการบวชเป็นพระสงฆ์” ท้ายที่สุด เด็กวัยรุ่นขอบวชเพื่อสร้างบุญกุศลให้กับแม่ตัวเอง ผมจึงไปกราบเรียนพระอาจารย์ ซึ่งได้มอบหมายให้ผมเป็นพระพี่เลี้ยงคอยสอน “ท่องคำสวดขอบวช” แนะนำข้อปฏิบัติอย่างเคร่งครัดของพระสงฆ์ ภายหลังเด็กวัยรุ่นมาสารภาพกับผมว่า ถ้าไม่พบผมในวันนั้นและไม่มีคนสั่งสอนเตือนสติให้เขา เขาอาจจะหนีไปอยู่กรุงเทพฯและไม่ได้บวชเป็นแน่ ผมฟังคำพูดของเด็กวัยรุ่นคนนั้น “น้ำตาแห่งความปลื้มปิติ” ก็ไหลออกอย่างไม่รู้ตัว ผมดีใจที่ได้ชี้แสงสว่างให้แก่เด็กวัยรุ่นคนหนึ่ง ซึ่งหลงระเหิงไปกับกิเลสและกลับตัวกลับใจมา “ฝึกการควบคุมสติ ฝึกควบคุมจิตใจ” ต่อมาเขาได้บวชเป็นพระสงฆ์ และเป็นพระพี่เลี้ยงช่วยดูแลและพระที่บวชใหม่อีก 9 รูป

ช่วงนี้เป็นช่วงที่ผมมีความสุขที่สุดครั้งหนึ่งในชีวิต ที่ได้ช่วยชี้นำแสงสว่างให้กับเด็กคนนั้นและผมก็ได้ค้นพบ “พระอภัยและพระเมตตา” ที่มีอยู่ในตัวผมเอง ซึ่งจริงแล้ว “พระอภัยและพระเมตตา” นั้น มี “อยู่ในตัวของทุกคน” เพียงแต่เราไม่ได้สังเกตและบูชาท่านท่านนั่นเอง

“ความสุขที่แท้จริง” นั้น มันอยู่ในใจของท่านทุกคน นั่นแหละ เพียงแต่ท่านไม่ได้มีเวลาและไม่ได้ฝึก “จิตของท่านให้มีพลัง” และ “ใช้ในการสังเกต และสัมผัสความสุข” นั้น หากท่านอยากรู้จักและอยากมี “ความสุขที่แท้จริง” ทำไมท่านไม่ลอง “ฝึกจิตของท่านให้มีพลัง พอจะสัมผัสความสุขที่แท้จริง” นั้นละ หากท่านลองฝึกอย่างถูกวิธีแล้ว ท่านก็จะรู้ว่า “ความสุขที่แท้จริง” เป็นอย่างไรและอยู่ที่ไหนกันแน่