

ชีวิตนี้เพื่องาน
งานนี้เพื่อธรรม

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์
(ป. อ. ปยุตฺโต)

**Life Conducive to Work
Work Conducive to Virtue**

Somdet Phra Buddhaghosacariya
(P. A. Payutto)

ชีวิตนี้เพื่องาน งานนี้เพื่อธรรม

© สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต)

Life Conducive to Work – Work Conducive to Virtue

by Somdet Phra Buddhaghosacariya (P. A. Payutto)

translated by Robin Moore

© 2023 English edition – P. A. Payutto

ฉบับภาษาไทย พิมพ์ครั้งแรก ธันวาคม ๒๕๓๒

ฉบับไทย - อังกฤษ

พิมพ์ครั้งแรก สิงหาคม ๒๕๖๖

๑๐,๐๐๐ เล่ม

- บรรจง สวงนกุลชัย

๘,๐๐๐ เล่ม

- พีรนุช เกียรติสมมาตร และครอบครัว

๒,๐๐๐ เล่ม

This book is available for free download at: www.watnyanaves.net

Original Thai version first published: 2018

Translated English version first published: May 2023

Typeset in: Crimson, Gentium, Open Sans and TF Uthong.

Cover & Layout design by: Phrakhru Vinayadhorn (Chaiyos Buddhivaro)

พิมพ์เผยแพร่เป็นธรรมทาน โดยไม่มีค่าลิขสิทธิ์

ท่านที่ประสงค์จัดพิมพ์ โปรดติดต่อขออนุญาตที่

วัดญาณเวศกวัน ต.บางกระทึก อ.สามพราน จ.นครปฐม ๗๓๒๑๐

www.watnyanaves.net

พิมพ์ที่

อนุโมทนา

คุณบรรจง สงวนกุลชัย มีศรัทธาในพระพุทธศาสนา ปวารณาจะเผยแผ่ธรรมให้กว้างไกลออกไปในนานาประเทศ ได้ขออนุญาตแปลงานธรรมนิพนธ์ เป็นภาษาอังกฤษ ๒ เรื่อง คือ

๑. พระพุทธศาสนาเพื่อสันติภาพของโลก

๒. ชีวิตนี้เพื่องาน งานนี้เพื่อธรรม

ทั้งนี้ Mr. Robin Moore ผู้รับงานแปล ได้แปลหนังสือ ๒ เรื่องนั้นเสร็จสิ้นแล้ว โดยลำดับ ดังที่หนังสือเรื่องที่ ๒ ได้มีชื่อภาษาอังกฤษว่า *Life Conducive to Work - Work Conducive to Virtue*

บัดนี้ โดยปรารภวันทำบุญเปิดสำนักงานมูลนิธิสถาบันจัดการวิธีพุทธเพื่อสุขและสันติ (มูลนิธิ สกพ.) และทำบุญวันอายุวัฒนมงคล ๔๗ ปี ของพระมหานันท สุนติภโท ประธานกรรมการมูลนิธิฯ และผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดสระเกศฯ ในวันอาทิตย์ที่ ๒๐ สิงหาคม ๒๕๖๖ คุณบรรจง สงวนกุลชัย ได้มีกุศลฉันทะจัดพิมพ์หนังสือ *ชีวิตนี้เพื่องาน งานนี้เพื่อธรรม* ฉบับสองภาษานั้น เพื่อเป็นธรรมบรรณการ ในมงคลวาร อันเป็นมงคลสมัยดังกล่าว

ในโอกาสแห่งมงคลวารคล้ายวันเกิดของ พระมหานันท สุนติภโท ประธานในการทำงานเพื่อสุขและสันติ ของมูลนิธิ สกพ. อันเป็นมงคลสมัยของการเปิดมูลนิธินั้น ขอให้ธรรมทานบุญกิริยาครั้งนี้ เป็นมงคลนิมิต เพื่อความสัมฤทธิ์แห่งสรรพนิทาน

ขออนุโมทนา คุณบรรจง สงวนกุลชัย ที่ได้จัดพิมพ์หนังสือนี้เผยแผร์เป็นธรรมทาน อันจะนำมาซึ่งประโยชน์สุขที่เป็นแก่นสารแก่ชีวิตและสังคม ขอให้กุศลจริยานี้ เป็นปัจจัยแห่งความแผไพศาลของพระสัทธรรม นำมาซึ่งความไพบูรณ์แห่งประโยชน์สุขของมหาชน ตลอดกาลยาวนานสืบไป

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ปยุตฺโต)

๕ สิงหาคม ๒๕๖๖

Anumodana – Appreciation

Endowed with faith, Khun Banjong Sa-nguankulchai has set her heart on disseminating the Buddha's teachings to a global audience. To this end, she has asked permission to sponsor the translation into English of two Dhamma books, namely:

1. *Buddhism for World Peace*
2. *Life Conducive to Work – Work Conducive to Virtue*

Mr. Robin Moore who accepted this work has now completed the translation of these two books.

Now, in honour of the merit-making celebration inaugurating the offices of the Institute of Buddhist Management for Happiness and Peace Foundation (IBHAP Foundation), and in celebration of the 47th birthday of Phramaha Napan Santibhaddo (Thawornbanjob) – the committee chairman of the foundation and the deputy abbot of Wat Saket – on Sunday 20 August 2023, Khun Banjong Sa-nguankulchai has the wholesome desire to publish a bilingual edition of the book *Life Conducive to Work – Work Conducive to Virtue* as a Dhamma tribute on this auspicious occasion.

May this meritorious gift of the Dhamma be a favourable condition for bringing about the fulfilment of all aspirations.

I wish to express my appreciation to Khun Banjong Sa-nguankulchai who is printing this book for free distribution, thus generating true benefit to individuals and society. May this virtuous deed lead to the widespread promulgation of the essential Dhamma, giving rise to consummate blessings to people for many generations to come.

Somdet Phra Buddhaghosacariya (P. A. Payutto)

5 August 2023

สารบัญ

คำปรารภ	ก
ชีวิตนี้เพื่องาน งานนี้เพื่อธรรม	๑
ทำงานเพื่ออะไร?	๑
ควรทำงานกันอย่างไร?	๕
จุดมุ่งหมายของคน หรือจุดมุ่งหมายของงาน?	๑๐
ทำงานอย่างไร จึงจะได้ความสุข?	๑๘
ชีวิต งาน และธรรม: ความประสานสู่เอกภาพ	๒๗
ชีวิต งาน และธรรม: อิศรภาพภายในเอกภาพ	๓๑

Contents

Anumodana

Life Conducive to Work – Work Conducive to Virtue	1
What Is the Purpose of Work?	1
How Should Work Be Conducted?	5
Personal Ambitions or the True Goal of Work?	10
How to Derive Happiness from Work	18
Daily Life, Work, and Virtue – Synergy Leading to Unity	27
Daily Life, Work, and Virtue – Freedom Within Unity	31

ชีวิตนี้เพื่องาน งานนี้เพื่อธรรม*

- * -

ทำงานเพื่ออะไร?

งานเป็นกิจกรรมส่วนสำคัญของชีวิต เพราะฉะนั้น ถ้าจะดูให้ละเอียดว่าเราใช้ชีวิตกันอย่างไร ก็ต้องมาดูเรื่องการทำงานว่า ทำกันอย่างไรด้วย

คนเรานั้นมองการทำงานต่างกันไปหลายอย่าง และจากความเข้าใจเกี่ยวกับความหมายของการทำงาน ก็ทำให้เรามีพฤติกรรมการทำงาน เป็นแบบของตนๆ ไปตามความเข้าใจนั้น

อย่างแรกซึ่งเห็นชัดที่สุด คนโดยมากมองงานว่าเป็นเครื่องมือหาเลี้ยงชีพ ทำให้มีเงินมีทอง สำหรับเอามาซื้อหา รับประทาน มาจับจ่ายใช้สอย หาความสุขอะไรต่างๆ คนจำนวนมากมายมองความหมายของงานแบบนี้

* ธรรมกถา แสดงในวันคล้ายวันเกิดของศาสตราจารย์ นายแพทย์อารี วัลยะเสวี ณ สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล เมื่อวันที่ ๒๐ ตุลาคม ๒๕๓๒ (หลังจากพิมพ์ครั้งแรกใน พ.ศ. ๒๕๓๒ แล้ว หนังสือนี้มีการพิมพ์ต่อมาจนกระทั่งผ่านครั้งที่ ๑๔, พ.ศ. ๒๕๔๓ ซึ่งมี ๔๙ หน้า จึงได้จัดพิมพ์ใหม่เพื่อการพิมพ์ครั้งที่ ๑๕ จากนั้นมีการปรับปรุงต่อมาบ้าง จนถึง พ.ศ. ๒๕๔๗ ซึ่งได้พิมพ์ครั้งแรก ร่วมกับเรื่องอื่นในหนังสือชื่อ *เล่าเรียน-ทำงานกันไป ชีวิตได้อะไร*, มิ.ย. ๒๕๔๘ และครั้งล่าสุด ในการพิมพ์ครั้งที่ ๒๔ พ.ศ. ๒๕๕๗ ได้จัดปรับรูปแบบให้ลงตัวเข้ากับหนังสือเล่มอื่นๆ ที่พิมพ์ในรุ่นเดียวกัน)

Life Conducive to Work Work Conducive to Virtue¹

What Is the Purpose of Work?

Work lies at the centre of human life. When we examine how people live their lives, we must therefore inquire into how they engage in work.

People look at work in many different ways, and their unique behaviour in regard to work corresponds with the importance they give to it.

Most people consider work to be a means for earning a living, for making money in order to purchase material objects, both those that sustain life and those that provide personal pleasure.

¹ A Dhamma talk given on 20 October 1989 at the Institute of Nutrition, Mahidol University, on the occasion marking the birthday of Prof. Ari Wanlayasevee, M.D.. After the first printing in 1989, this book was reprinted numerous times. For the fifteenth printing in 2000, the book was revised; further revisions were made in subsequent years. In 2005, the contents of the book were combined with related material under the title: *What Are the Benefits of Education and Work?* For the twenty-fourth and most recent printing in 2014, the book was reformatted to match other books as part of a series.

ถ้าถือตามคตินี้ ก็จะเข้ากับคำขวัญที่ว่า *งานคือเงิน เงินคืองาน บันดาลสุข* ต้องทำงานจึงจะมีเงิน และต้องมีเงินจึงจะได้คนมาทำงาน

นี่คือความหมายชั้นแรก แต่ยังมีความหมายต่อไปอีก

สำหรับคนอีกจำนวนมาก นอกจากมองความหมายที่หนึ่งแล้ว ยังมีความหมายที่สองพ่วงมาด้วย คือมองขยายกว้างไกลออกไปว่า งานนี้จะนำชีวิตของเราไปสู่การมีตำแหน่ง มีฐานะ เจริญก้าวหน้ารุ่งเรือง หรือรุ่งโรจน์ และได้รับความนิยมนับถือ ที่ทางพระเรียกว่า *โลกกรรม* อันนี้ก็เป็นความหมายที่สำคัญเหมือนกัน คนไม่น้อยมองงานในความหมายแ่งนี้

ต่อไป งานยังมีความหมายอย่างอื่นอีก และความหมายบางอย่างก็ช่วยให้เรามองกว้างออกไปนอกตัวเอง

ในความหมายที่ว่ามาแล้ว เรามองจำกัดเฉพาะตัวเอง ที่บอกว่างานเป็นเครื่องเลี้ยงชีวิต ก็เป็นเรื่องของตัวฉัน งานเป็นบันไดไต่เต้าไปสู่ความรุ่งเรือง หรือความสำเร็จ ก็เพื่อตัวฉัน

แต่ที่จริงงานไม่ใช่แค่เพื่อตัวฉัน งานเป็นเรื่องกว้างกว่านั้น งานเป็นเรื่องที่เป็นไปเพื่อการสร้างสรรค์ เป็นไปเพื่อการพัฒนา เป็นกิจกรรมของสังคม เป็นของประเทศ เป็นของโลก

โลกจะเป็นไปได้ สังคมจะดำเนินไปได้ ประเทศชาติจะพัฒนาได้ จะต้องอาศัยคนทำงาน เพราะฉะนั้น คนที่ทำงานจึงเท่ากับได้มีส่วนร่วมในการสร้างสรรค์พัฒนาสังคมประเทศชาติ

This perspective corresponds with the slogan: ‘Work is money – money is work – work generates happiness.’² Following this line of thinking, one can only obtain money by working, and one must use the incentive of money to find willing workers.

Many other people share this first interpretation but expand on it by seeing work as leading to an elevated social standing, to distinction, respect, and success – all of which are subsumed under the Pali term ‘*lokadhamma*’ (‘worldly condition’)³.

Yet there are other ways of looking at work which broaden our vantage point beyond ourselves. The aforementioned considerations – of earning a living or climbing the ladder of success – are generally limited to personal benefit.

Work, however, has wider implications. It pertains to improving and developing communities, nations, and the entire human race. In a sense, one can say that every society, and even the world at large, depends on workers. In any case, workers directly participate in the progress of their individual countries.

² Trans.: beginning in the 1960s, this slogan was used in Thailand to coax more people to seek employment and enter the job market.

³ Trans.: often translated ‘worldly winds’.

ตามความหมายของงานในแง่นี้ พอเราทำงาน เราก็นึก
ที่เดียวว่า ตอนนี่เรากำลังทำการอย่างหนึ่ง ซึ่งเป็นส่วนร่วมใน
การพัฒนาสังคมประเทศชาติ หรือมองว่าเรากำลังทำอะไรอย่าง
หนึ่ง เพื่อประโยชน์สุขของสังคมหรือของประชาชน

ต่อไป งานยังมีความหมายอีก ในแง่ว่าเป็นสิ่งที่แปรสภาพ
ชีวิตของคน ทำให้คนมีชีวิตที่แตกต่างกันไป ดำเนินชีวิตต่างกัน
ไป มีสภาพความเป็นอยู่แตกต่างกัน

คนเป็นกรรมกร ก็มีความเป็นอยู่แบบหนึ่ง คนเป็น
นักวิชาการ ก็มีสภาพชีวิตอีกแบบหนึ่ง ผู้ที่เป็นแพทย์ ก็มีสภาพ
ชีวิตไปอีกแบบหนึ่ง เป็นพระภิกษุ ก็มีสภาพความเป็นอยู่อีกแบบ
หนึ่ง สภาพความสัมพันธ์ในสังคมก็แปลกกันไป

ทั้งหมดนี้ก็เป็นเรื่องของงานที่แบ่งสภาพชีวิตของคนให้
แตกต่างกัน จึงจัดว่าเป็นความหมายอีกอย่างหนึ่งของงาน

สำหรับบางคนอาจมองว่า งานเป็นสิ่งที่ทำให้ชีวิตมีคุณค่า
ถึงกับบอกว่า *ค่าของคน อยู่ที่ผลของงาน* คนที่กล่าวคตินี้อย่างนี้
มองไปในแง่ว่า งานเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้ชีวิตมีค่า ถ้าไม่ทำงานที่
ดีมีประโยชน์ ชีวิตนี้ก็ไม่มีความ

ต่อไป ความหมายของงานอีกอย่างหนึ่ง ก็คืองานเป็น
โอกาสที่จะได้พัฒนาตน หรือว่า *การทำงาน คือการพัฒนาตน*

ความหมายของงานในแง่ที่เป็นการพัฒนาตนนี้ ไปสัมพันธ์
กับความหมายของการใช้ชีวิตอย่างที่ว่ามาเมื่อกี้ ที่พูดว่าดำเนิน
ชีวิตเพื่อพัฒนาตน หรือเพื่อพัฒนาศักยภาพนั้น ที่จริงสาระของ
มันก็อยู่ที่งานนี้เอง ที่เป็นตัวพัฒนา

According to this interpretation, when we engage in work, we can reflect on how we are involved in developing our country and benefiting people as a whole.

Work also brings about diversity in society. Manual labourers, academics, physicians, monks, and so on, all have a different way of life and a unique role to play in society. Work thus distinguishes people.

Some people are of the opinion that work gives value and meaning to life. They may even claim that a person's worth is determined by the fruits of their labour. They would say that if someone does not have gainful employment, then their life is practically worthless.

Finally, work can be seen as an opportunity for self-development – as pertaining directly to self-development. The way one makes a living is by its very nature a means for personal growth and for developing one's human potential.

งานนี้แหละเป็นสิ่งที่พัฒนาชีวิตของเรา พัฒนาให้เรามีความสามารถ ทำให้เรามีความเชี่ยวชาญ มีความเก่งกาจในทางใดทางหนึ่ง แม้ในด้านการฝึกฝนทางจิตใจหรือในทางคุณธรรม งานก็เป็นเครื่องมือฝึกฝนคน ทำให้เรามีความขยัน มีความอดทน ทำให้มีระเบียบวินัย มีใจเข้มแข็ง ทำให้รู้จักสัมพันธ์กับเพื่อนพ้องผู้ร่วมงานและคนทั่วไป สิ่งเหล่านี้ล้วนอาศัยงานเป็นเครื่องฝึก

ถ้าคนรู้จักทำงาน คือทำงานเป็น จะสามารถใช้งานเป็น เครื่องมือในการฝึกฝนพัฒนาตนเองได้มากมาย

เพราะฉะนั้น ในแง่หนึ่ง นักทำงานจะมองว่า งานเป็นสิ่งที่ช่วยฝึกฝนพัฒนาตัวของเขา อย่างที่ว่าทำให้ศักยภาพของเขาถึงความสมบูรณ์

ทั้งหมดนี้เป็นความหมายของงานในแง่ต่างๆ ซึ่งกล่าวได้มากมายหลายนัย นอกจากนี้ ก็อาจมีผู้ที่มองความหมายของงานในแง่อื่นอีก แต่ในแง่หลักๆ แล้วก็จะเป็นอย่างนี้

Work enables us to develop skill, proficiency, and expertise in a particular area or field. Work even helps in regard to spiritual practice, generating diligence, endurance, discipline, and fortitude. Moreover, it provides us with social skills for relating to others.

If people recognize the importance of work and engage with it skilfully, it can be an excellent tool for personal development and can help them to reach their full potential.

These are some of the principal interpretations of the significance of work in our lives.

ควรทำงานกันอย่างไร?

ที่นี่ เมื่อคนทำงานไปตามความหมายและความเข้าใจของเขา ความหมายของงานตามที่เขาเข้าใจนั้น ก็มีผลต่อพฤติกรรมในการทำงาน และส่งผลต่อความรู้สึกและต่อสภาพจิตใจในการทำงานของเขาด้วย

เราเข้าใจการทำงานอย่างไร เราก็มุ่งหวังผลสนองไปตามความหมายนั้น ถ้าเกิดผลสนองตามความมุ่งหมาย เราก็เกิดความพึงพอใจ ถ้าไม่สนองตามความมุ่งหมาย ก็เกิดความเศร้าเสียอกเสียใจ เพราะฉะนั้น ความเข้าใจในความหมายของงานจึงมีผลกระทบต่อชีวิตจิตใจของเรามาก

ตัวอย่างเช่น คนที่ทำงานในความหมายที่เป็นเพียงเครื่องมือหาเลี้ยงชีพ ให้ได้ผลตอบแทน ให้ได้ผลประโยชน์ ถ้าไม่ได้ผลประโยชน์มาก หรือได้มาน้อยไป เขาก็จะรู้สึกไม่สมหวังไม่พอใจ เกิดความทุกข์ เพราะว่าความมุ่งหมายในการทำงานของเขา ไปอยู่ที่ผลประโยชน์ตอบแทน คือเรื่องเงินทองเป็นต้น การที่เขาจะมีความสุขหรือความทุกข์ ก็อยู่แค่นั้น

ที่นี่ ถ้ามองความหมายของงานไปในแง่ว่า เป็นการทำหน้าที่หรือบำเพ็ญประโยชน์เพื่อสังคมประเทศชาติ สำหรับคนที่มองอย่างนี้ บางทีแม้ว่าผลประโยชน์ตอบแทนอาจไม่มากนัก แต่ความพึงพอใจของเขาอยู่ที่ว่า งานนั้นทำให้เกิดประโยชน์แก่สังคม ดังนั้น ถ้าเห็นว่างานของเขาได้ช่วยสังคม เขาก็มีความสุข ความรู้สึกในใจจึงสัมพันธ์กับการมองความหมายของงาน

How Should Work Be Conducted?

The importance and value that people confer on work affects their behaviour as well as their emotions and overall state of mind. Moreover, their expectations will correspond to their understanding of work. If the results or rewards of work match their objectives, they will be content and satisfied; if they do not, they will be disappointed or upset. For this reason, our understanding of the meaning and purpose of work impacts our entire life.

For instance, people who see work merely as a means to earn a living and to gain some form of personal reward will feel dissatisfied and unhappy if they don't acquire as much as they had hoped for. Their objective for working is to receive a compensation like money. Their happiness and suffering hinges on how much they gain.

If, on the other hand, people see work as an act of service or a means to benefit society, even if they don't acquire much personal gain, they will feel satisfied and pleased that they have made a positive contribution to the wider community. People's sense of emotional wellbeing is thus directly linked to how they view the importance of work.

คนที่มองงานในแง่ของการพัฒนาตน หรือพัฒนาศักยภาพ เวลาทำงานก็จะเพลินไปกับงาน เพราะในเวลาที่ทำงานเราได้ฝึกตัวของเรายืดตลอดเวลา เมื่อทำงานไป เราก็ได้ความรู้ ความสามารถ เพิ่มพูนความชำนาญมากขึ้น ส่วนเรื่องที่ว่าจะได้ผลประโยชน์ตอบแทนมากน้อย เราจะไม่คำนึงมากนัก แต่เราจะมี ความพึงพอใจ ในการที่ได้พัฒนาตนเองให้มีศักยภาพเพิ่มขยาย

เพราะฉะนั้น การเข้าใจความหมายของงาน จึงมีผลสำคัญ มากต่อสภาพจิตใจ

ตอนนี้ อยากจะพูดถึงความรู้สึกพื้นฐานทางวัฒนธรรม เกี่ยวกับเรื่องงานสักชนิดหนึ่ง

เมื่อพูดถึงความหมายของงาน ถ้ามองดูวัฒนธรรมไทย และนำไปเทียบกับวัฒนธรรมตะวันตก จะเห็นว่าแตกต่างกัน และความแตกต่างนั้น ก็แสดงถึงพื้นฐานการสั่งสมฝึกอบรมจิตใจของ วัฒนธรรมที่ต่างกัน

คนไทยเรามองคำว่า “งาน” กันอย่างไร ก่อนที่วัฒนธรรม แบบตะวันตกเข้ามา คนไทยเราใช้คำว่า *งาน* ในความหมายที่ไม่ เหมือนปัจจุบัน เรามีงานวัด เรามีงานสงกรานต์ เรามีงานกฐิน เรามีงานทอดผ้าป่า ฯลฯ

คำว่า “งาน” ในความหมายของคนไทย เป็นกิจกรรมเพื่อความสนุกสนาน เพื่อความบันเทิง อย่างงานวัดก็เป็นเรื่องสนุก ทั้งนั้น มีมหรสพ มีละครหนังลิเก ในงานสงกรานต์เราก็ไปสนุก กัน เหน้าไปอาบให้กัน ไปเล่นอะไรต่ออะไรกันครึกครื้น

People who view work as an opportunity to develop themselves and to fulfil their potential will delight in working. They will see work as a continual opportunity to train themselves – to acquire knowledge, hone skills, and gain mastery. They won't pay much attention to personal profit or reward. They will find contentment in developing themselves and improving their expertise.

This is an example of how one's understanding of the meaning and purpose of work has a vital bearing on one's overall state of mind.

At this point, I would like to discuss some underlying cultural beliefs and attitudes in regard to work.

Upon closer examination, we will see that the traditional Thai perception of work differs from that in the West. Furthermore, this distinction reveals a fundamental difference in how spiritual practice is viewed and cultivated in Thailand from that of the West.

The Thai word for work is '*ngahn*'.⁴ Before the arrival of Western culture, Thai people used the word *ngahn* in a different sense from how it is used today. It originally referred to an activity conducive to entertainment, amusement, and pleasure. For instance, it is still used in the context of temple fairs, Songkran celebrations, Kaṭhina ceremonies, and Tort Pah Pa ceremonies.⁵ Temple fairs are full of amusements and shows, including musical folk drama.⁶ Similarly, Songkran is a time of enjoyment and revelry when relatives pour water on the hands of elders and people engage in public water fights.

⁴ Trans.: งาน.

⁵ Trans.: *ngahn wat*, *ngahn songkran*, etc. Songkran: Thai New Year; Kaṭhina: a Buddhist festival which comes at the end of the three-month rainy season retreat; Tort Pah Pa: the offering of 'forest cloth' to the monastic community.

⁶ *Likay* (ลิเก).

แต่ความจริง งานมีความหมายที่ซ่อนอยู่ลึกกว่านั้น คือ เป็นเรื่องการทำความคิด กิจกรรมที่เป็นหลักเป็นแกนของงาน ก็คือ การทำบุญ ทำการกุศล หรือบำเพ็ญความดีบางอย่าง โดยเฉพาะการมาร่วมกันทำประโยชน์บางอย่างเพื่อส่วนรวม แม้แต่งานสงกรานต์ ที่ถือว่าเป็นการสนุกสนานรื่นเริง ก็มีกิจกรรมที่เป็นการทำบุญทำกุศลอยู่ รวมทั้งการขนทรายเข้าวัด

ดังนั้น การทำงานจึงมีความหมายในเชิงที่เป็นกิจกรรมในการทำความดีบางอย่าง หรือเกี่ยวข้องกับกิจกรรมทางศาสนา แต่ส่วนหนึ่งที่ปนอยู่ด้วย ก็คือความสนุกสนานบันเทิง ซึ่งเป็นส่วนที่หลงเหลือมาถึงปัจจุบันในคนไทยส่วนมาก

พูดรวบรัดว่า ความหมายของงานที่เป็นไปตามวัฒนธรรมไทยนี้ เหลือมาในรูปของความสนุกสนานเป็นหลัก

ที่นี้ ในแง่ของสังคมตะวันตก การทำงานแบบตะวันตกเข้ามาพร้อมกับวัฒนธรรมตะวันตกนั่นเอง

ตามความหมายแบบตะวันตก งานคืออะไร

งานในความหมายของตะวันตกนั้น เรียกว่า work และมีคำสำคัญที่คู่กับ work เป็นคำตรงข้ามกับ work ซึ่งช่วยให้ความหมายของ work เด่นชัดขึ้นมาด้วย คือคำว่า leisure แปลว่า การพักผ่อนหย่อนใจ

งานในความหมายของฝรั่ง เป็นคู่กัน และตรงข้ามกับการพักผ่อนหย่อนใจ

In fact, there is a deeper meaning to the term *ngahn*. At the heart of this concept lies the idea of performing good deeds and making merit. In particular, the aforementioned activities involve coming together to do good for the community at large. The Songkran festivities, for example, include such merit-making activities as carrying sand to the monastery.⁷

The traditional concept of *ngahn* thus pertains to doing good deeds or engaging in religious activities. Incorporated in these activities is a sense of fun – a key feature that remains in the minds of most Thai people.

We can now turn our attention to the Western interpretation of work, which is embedded in Western culture. In English, the term ‘work’ is often paired with its antonym, namely, ‘leisure’. The contrast between these two terms helps to clarify the meaning of ‘work’.

⁷ Trans.: the sand is then used to build small chedis (or stupas) symbolizing the Buddha sitting in meditation. The sand can later be used by the monks for landscaping and building projects. The idiom, ‘Carrying sand to the monastery’ now means ‘Generating benefit for the wider public.’

เพราะฉะนั้น วัฒนธรรมตะวันตกจึงมองงานว่าเป็นเรื่อง
ของความเหน็ดเหนื่อย ลำบากตรากตรำ เป็นเรื่องที่ต้องทนทำ
ด้วยความทุกข์ยาก และก็จึงต้องมีสิ่งที่เป็นคู่กันเพื่อชดเชย
ทดแทน คือการพักผ่อนหย่อนใจ

ตามวัฒนธรรมของฝรั่งนี้ คนเราต้องทำงาน เสร็จแล้วก็ไป
พักผ่อนหย่อนใจ เพื่อช่วยทดแทนชดเชยหรือผ่อนระบาย ดังนั้น
งานจึงเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียดได้มาก และถ้าเราตั้งท่าไว้
ไม่ดี มีท่าทีของจิตใจที่ไม่ถูกต้อง คือไม่มีความรักงาน เราก็จะ
ทำงานด้วยความเหนื่อยหน่าย และอยากจะหนีงาน งาน
กลายเป็นสิ่งที่หนักหนา ต้องเผชิญ ต้องผจญ ต้องต่อสู้

เมื่อมองอย่างนี้ คนก็จึงต้องหาทางหลีกเลี่ยงไปเสียจากงาน
ต้องการให้งานเลิก หรือจะหนีจากงานเพื่อไปหาการพักผ่อน อัน
เป็นสิ่งที่จะต้องแก้ไข

ด้วยเหตุนี้ จึงต้องมีจริยธรรมที่เข้าชุดเป็นคู่กัน คือว่า คน
ในวัฒนธรรมตะวันตก ซึ่งทำงานแบบตะวันตก จะต้องสร้าง
นิสัยรักงาน ขึ้นมาให้ได้ พอรักงาน ก็มีใจสู้ และทนต่อความหนัก
ความเหน็ดเหนื่อยของงานได้

เป็นอันว่า ความหนัก และความเหน็ดเหนื่อย เป็นลักษณะ
งานแบบตะวันตก คนไทยรับเอาความหมายของคำว่า “งาน” ใน
แง่ที่เป็นความหนักน่าเหนื่อยมาจากตะวันตก โดยไม่ได้รับเอา
นิสัยรักงาน มาด้วย แต่เรามี นิสัยรักสนุก ที่สั่งสมมากับ
ความหมายของงานในวัฒนธรรมไทยของเราเอง

In the West, work tends to be seen as a matter of toil and hardship – an activity full of adversity that must be endured. It must be offset by leisure, which is a means for relaxing and letting off steam. Work can create a lot of stress. If people don't establish the right attitude, that is, they don't develop a love for work, they will be beset by tedium and want to shun work. Work then becomes burdensome – something that must be confronted and grappled with. Looking at work in this way, people seek an escape. They hanker to clock out in order to get some rest.

To rectify this situation, a basis of conduct has been devised as a counterbalance, namely, to cultivate a disposition of love for one's work. People will then have the heart to bear the rigours and exertion of work.

In modern times, Thai people have adopted the aspect of the Western work ethic of valuing hard work, but without taking up the accompanying disposition of love for work. Instead, they have retained an habitual and long-standing disposition of love for fun.

ในสภาพแห่งความมุ่งมั่นและสับสนของวัฒนธรรมอย่างนี้ ถ้าปรับตัวไม่ดี เราจะเสียทั้งสองด้าน คือ ตัวเองก็รักความสนุกสนานแบบไทยๆ ตามความหมายของงานแบบเก่า เราจะมุ่งหาแต่ความสนุกสนาน พอเจองานแบบตะวันตกที่หนักและไม่สนุก ตัวไม่มีนิสัยรักงาน ก็อยากจะหนีงานไป แต่เมื่อต้องทำ หนีไม่ได้ ก็ต้องจำใจ ผินใจ หรือสักว่าทำ

ลงท้าย ที่ว่าเสียทั้งสองด้าน คือ **งานก็ไม่ได้ผล คนก็เป็นทุกข์**

เพราะฉะนั้น ถ้าจะให้ได้ ก็ต้องแก้ไขให้ถูกต้อง ความหมายที่ดีของเราในวัฒนธรรมเก่าว่า งานเป็นกิจกรรมเพื่อส่วนรวม เพื่อร่วมกันสร้างสรรค์อะไรสักอย่างหนึ่ง โดยมีความสนุกสนานเป็นผลพ่วงมา หรือเป็นผลพลอยได้ เราก็รักษาไว้ และในเวลาเดียวกัน งานในความหมายที่ยากที่หนัก ต้องผู้ต้องทำด้วยความเหน็ดเหนื่อยนี้ เราก็ยินดีต้อนรับ ไม่ถอยหนี

จะต้องแก้ปัญหาให้ได้ว่า ทำอย่างไรจึงจะให้การทำงานเป็นไปด้วยดี ทั้งยังมีน้ำใจเผื่อแผ่ไปถึงส่วนรวมไว้ แล้วก็มึนสักรักงานผู้งานมาช่วยสนับสนุนด้วย

ถ้าแก้ไขเป็นอย่างนี้ได้ ก็จะกลับร้ายกลายเป็นดี แทนที่จะเสียทั้งสองด้าน ก็กลายเป็นได้ทั้งสองทาง คือ **งานก็ได้ผล คนก็เป็นสุข**

As Thai people, if we do not adapt to this confusing patchwork of cultural influences, we will lose out on both fronts. We will maintain our Thai love of fun and seek out amusement, but when faced with an arduous task, we will lack a love of work and shirk our responsibilities. And if the task is inescapable, people will work begrudgingly and without enthusiasm. As a result, work will be fruitless and people will be miserable.

We must therefore strike a good balance. We can preserve the long-standing interpretation of work as an activity performed in unison for the good of the wider community – accompanied by fun and enjoyment. At the same time, we should brave hard work – we should welcome and meet it head on.

We can solve the dilemma of how to promote well-integrated work by maintaining a spirit of goodwill for the wider public, while simultaneously loving work and being undaunted by it.

If we can solve this dilemma skilfully, we will turn the tables: instead of losing, we will win on both fronts. Work will be successful and people will be happy.

จุดหมายของคน หรือจุดหมายของงาน?

จะเห็นว่า ความหมายทางจิตใจเป็นเรื่องสำคัญ เราจะสู้งาน หรือจะหนีงาน ก็อยู่ที่ภาวะจิตใจอย่างที่ว่ามาแล้ว และในการที่จะมีสภาพจิตใจที่เอื้อต่อการทำงานนั้น สิ่งหนึ่งที่จะสนับสนุนให้คนทำงานได้ดี ก็คือ **กำลังใจ**

พอพูดถึงกำลังใจ ก็มีปัญหาอีก กำลังใจจะมาได้อย่างไร กำลังใจก็เป็นเรื่องของความสัมพันธ์เชิงวงจรอีก มันย้อนไปย้อนมา

ถ้ามีกำลังใจ เราก็ทำงานได้ดี แต่ทำอย่างไรเราจึงจะมีกำลังใจ ถ้าทำงานแล้วได้ดี ก็มีกำลังใจ พองานได้ดีมีกำลังใจ ก็ยิ่งทำงาน ยิ่งทำงาน ก็ยิ่งได้ดี ยิ่งได้ดี ก็ยิ่งมีกำลังใจ เป็นการส่งผลย้อนไปย้อนมา

กำลังใจ เป็นเรื่องสำคัญในการทำงาน แต่การที่จะมีกำลังใจได้ ก็อยู่ที่การเข้าใจความหมายของงานนั้นแหละ

คนที่เข้าใจความหมายของงานว่าจะทำให้ได้ผลตอบแทน หรือได้ผลประโยชน์มา ถ้าเขาได้ผลตอบแทน ได้ผลประโยชน์มา เขาก็มีกำลังใจ แล้วก็ทำงาน แต่ถ้าไม่ได้ผลตอบแทนเป็นอัตราเป็นเงินทอง ก็ไม่มีกำลังใจ

แต่อีกคนหนึ่งมองความหมายของงานว่าเป็นการได้พัฒนาตน หรือเป็นการได้บำเพ็ญประโยชน์แก่สังคม เมื่อเขาได้ทำอะไรพอให้รู้สึกว่าได้ฝึกตน หรือได้ช่วยเหลือสังคม เขาก็มีกำลังใจ แม้จะไม่ได้ผลตอบแทนเป็นวัตถุสักเท่าไร

Personal Ambitions or the True Goal of Work?

From what has been said so far, we can see that our mental perception of work is of vital significance. Whether we brave work or shun it depends on the mind. In addition to perception, one important factor that makes the mind conducive to work and helps to bring about success is encouragement.⁸

A discussion of encouragement offers new challenges. How is encouragement generated? Indeed, encouragement is part of a cyclical dynamic.

If we feel encouraged, we tend to work well. And if we achieve success in our work, we will be further encouraged. With such success and encouragement, we will work harder. Hard work generally breeds further success, and more success brings more encouragement. This is a reciprocal process.

Whether one feels encouragement, however, depends on one's understanding of work. If one interprets work as a means to derive some form of personal reward, for instance money, one will only be encouraged by obtaining such reward. If no compensation is forthcoming, one will feel discouraged. On the other hand, if one considers the purpose of work to be an opportunity for self-development or for serving society, when one witnesses that one has grown in some way or that one has provided assistance to others, one is encouraged, even if one does not receive a great deal of material gain.

⁸ Trans.: 'encouragement' here is a translation of the Thai *gamlang jy* (กำลังใจ) which literally means 'strength of heart'.

กำลังใจจึงไปสัมพันธ์กับผลตอบสนองของงาน ไม่ว่าจะ
เป็นผลทางวัตถุ หรือผลทางจิตใจ จะเป็นผลแก่ตนเอง หรือผล
แก่ส่วนรวมก็ตาม แล้วแต่จะมองความหมายของงานอย่างไร

รวมความว่า กำลังใจเป็นสิ่งสำคัญก็จริง แต่ก็ไม่ใช่เครื่อง
กำกับที่แน่นอนว่าจะให้เกิดคุณค่าที่เป็นประโยชน์เสมอไป อย่าง
ที่ว่า คนที่ทำงานมุ่งแต่ผลประโยชน์ตอบแทนเป็นเงินทองวัตถุ
ถ้าผลตอบแทนน้อยไป ไม่ได้มากมายอย่างที่หวัง ก็จะมี
ปัญหาไม่มีกำลังใจในการทำงาน

เพราะฉะนั้น เราจะต้องหาอะไรมาช่วยกำลังใจให้ได้ผลดี
ยิ่งขึ้น เพื่อให้งานเกิดคุณค่าอย่างแท้จริง สิ่งหนึ่งที่จะมาหนุน
คุณค่านี้นี้ได้ ก็คือ **ศรัทธา** ศรัทธาเป็นสิ่งสำคัญอย่างมาก

ศรัทธา คือ ความเชื่อ ซึ่งในความหมายอย่างหนึ่งก็คือ การ
เห็นคุณค่าของสิ่งนั้น เมื่อเห็นคุณค่าของสิ่งใด ก็พอใจสิ่งนั้น
มั่นใจในสิ่งนั้น และใจก็ยึดเหนี่ยว มุ่งไปหา และมุ่งไปตามสิ่งนั้น
เมื่อมุ่งไปหาหรือมุ่งหน้าต่อสิ่งนั้น มุ่งจะทำและมุ่งจะตามมันไป
ก็เกิดกำลังขึ้นมา บางทีอย่างที่ว่า ถึงไหนถึงกัน

ศรัทธาเป็นพลัง เมื่อเรามีศรัทธาต่อสิ่งใด เราก็จะสามารถ
อุทิศชีวิต ทั้งร่างกาย และจิตใจ อุทิศเรี่ยวแรงกำลังของเราให้แก่
สิ่งนั้น เพราะฉะนั้น การที่จะให้เกิดกำลังใจในทางที่ดี ไม่ติดอยู่แค่
ผลตอบแทนหรือสิ่งที่ตนจะได้จะเอา ก็จึงต้องสร้างศรัทธาขึ้นมา

ศรัทธาจะเกิดขึ้นได้ ด้วยการเข้าใจความหมายนั้นแหละ
เช่น ถ้าเราเข้าใจความหมายของงานในแง่ว่าเป็นสิ่งที่มีคุณค่า
เป็นเครื่องสร้างสรรค์ทำให้เกิดประโยชน์แก่สังคม เป็นต้น เราก็
เกิดศรัทธาในงาน เพราะมองเห็นคุณค่าของงานนั้น

Encouragement is thus related to the benefits one gets from work, whether these be material or spiritual, personal or communal – depending on how one views the objective of work.

Although encouragement is important, it does not always guarantee a constructive outcome. As mentioned earlier, someone devoted solely to material gain may feel discouraged if their reward from work is less than they expected.

We must therefore look for a supportive quality in order to bring about genuine benefit. One such quality is confidence (*saddhā*).⁹

Confidence is crucial. From one angle, it refers to recognizing the value of something. Recognizing the value of an object, one is enthusiastic about it and one trusts it. One takes it as a refuge and anchor. One seeks it out and aspires to it. The resulting determination and commitment generate strength of heart. As the saying goes, one is devoted to the very end.

Confidence is a form of mental power. Endowed with confidence, we will dedicate our lives, both our bodies and minds, and devote our entire energy to an object or a cause. In order to generate wholesome encouragement and to avoid being fixated on personal gain and reward, we should therefore develop confidence.

Confidence arises through understanding the true purpose of an object. For instance, if we appreciate work as a valuable activity for fostering wellbeing and prosperity in society, we will trust in and be dedicated to our work.

⁹ Trans.: *saddhā* is most frequently translated as ‘faith’ which in spiritual contexts is apt. Other translations include: confidence, trust, conviction, devotion, etc. In this context of work in general, I have opted for ‘confidence’ as the standard translation.

พอมีศรัทธาอย่างนี้แล้ว ศรัทธานั้นก็จะส่งเสริมกำลังใจ ในลักษณะที่พ่วงเอาความเป็นคุณเป็นประโยชน์เข้ามาด้วย ไม่ใช่เป็นกำลังใจล้วนๆ ที่เพียงแต่เกิดจากความสมอยากในการได้วัตถุเท่านั้น

เมื่อเข้ามาถูกทางอย่างนี้ พอมีศรัทธาแล้ว กำลังใจที่เกิดขึ้น ก็จะเป็นกำลังใจที่ทำให้เกิดสิ่งๆ ที่เรียกว่า “ธรรม” คือมีความดีงาม มีคุณประโยชน์พ่วงมาด้วย

นอกจากมีศรัทธาในงานแล้ว ก็ต้องมีศรัทธาในวิถีชีวิตด้วย เรื่องนี้จึงมีความหมายโยงไปหาชีวิตด้วย ว่าเรามองชีวิตอย่างไร

คนที่มองความหมายของชีวิตในแง่ว่า วิถีชีวิตที่ดี คือการหาความสนุกสนานให้เต็มที่ คนอย่างนั้นจะมาศรัทธาในความหมายของงานที่เป็นคุณเป็นประโยชน์แก่สังคม ก็เป็นไปได้ยาก

เพราะฉะนั้น ความหมายของงานที่จะทำให้เกิดศรัทธา จึงต้องโยงไปหาความหมายของชีวิตที่ดีด้วย เช่นมองว่า ชีวิตที่ดี คือการที่เราได้ใช้ชีวิตนี้ให้เป็นประโยชน์ มีคุณค่า และการที่ได้พัฒนาตน เป็นต้น

พอมองความหมายของงานในแนวเดียวกันนี้ ความหมายของงานนั้น ก็มาช่วยเสริมในแง่ที่เกิดความสัมพันธ์อย่างสอดคล้องกัน คือ *ความหมายของงาน* กับ *ความหมายของชีวิต* มาสัมพันธ์เสริมย้ำซึ่งกันและกัน แล้วศรัทธาก็จะเกิดขึ้นอย่างมั่นคง

Confidence bolsters a form of encouragement that incorporates true benefit; it does not merely arise due to the gratification from acquiring material pleasures. Such wholesome encouragement leads to the quality called ‘dhamma’, which here refers to goodness and virtue.¹⁰

Besides being confident about and committed to our work, we should also be confident about our lifestyle or way of life. The subject of work thus has a bearing on our overall outlook on life.

For example, it will be very difficult for someone who believes that a good life is comprised of pursuing pleasure to the hilt, to devotedly work for the service of society.

A work ethic giving rise to healthy confidence must therefore be linked to an understanding of what constitutes a good life. For instance, one may regard a good and dignified life as spending one’s time helping others and developing oneself.

The value of work and the meaning of life complement one another. When these two perspectives are aligned, a harmonious relationship ensues. The result is firm confidence.

¹⁰ Trans.: the term ‘dhamma’ (Sanskrit: dharma) has a multitude of meanings depending on the context. It is usually capitalized when referring to ‘(ultimate) truth’ or to the Buddha’s teachings. Here it is used in a more restricted meaning. Note that the original title to this book includes the Thai form of ‘dhamma’, namely: ‘tam’ (ธรรม). Besides ‘goodness’ and ‘virtue’, alternative translations of dhamma, which can be seen as more accurate in this context (although perhaps slightly unwieldy) include: ‘naturalness’, ‘existing just so’, ‘existing according to its own nature’, and ‘essential quality’. Please bear this explanation in mind when encountering the word ‘virtue’ in this text.”

ที่นี้ มองต่อไปอีกให้ชัดเจนยิ่งขึ้น เรื่องนี้ไม่ใช่อยู่แค่ ศรัทธาเท่านั้น ถ้าเราวิเคราะห์จิตใจของคนที่ทำงาน จะเห็นว่า แม้แต่ศรัทธาก็เป็นส่วนหนึ่งของสิ่งที่เรียกว่า **แรงจูงใจ**

เมื่อมาทำงาน เราก็ต้องมีแรงจูงใจทั้งนั้น ทั้งหมดที่พูดมา ก็อยู่ในหลักการของเรื่องแรงจูงใจทั้งสิ้น คนเราจะทำกิจกรรมอะไร ก็ต้องมีแรงจูงใจ เมื่อมาทำงาน เราก็ต้องมีแรงจูงใจให้มาทำงาน แรงจูงใจจึงเป็นหลักใหญ่ในการแบ่งประเภทของการทำงาน

แรงจูงใจ นั้นมีอยู่ ๒ ประเภทใหญ่ๆ ด้วยกัน

แรงจูงใจด้านหนึ่ง ที่เป็นหลักใหญ่ๆ คือความต้องการ ผลตอบแทน ต้องการผลประโยชน์ ต้องการเงินทอง อันนี้เป็น แรงจูงใจที่มุ่งเข้าหาตัวเอง เป็นความปรารถนาส่วนตัว หรือเห็นแก่ ตัว ทางพระเรียกว่า **แรงจูงใจแบบตัณหา**

ที่นี้ ต่อจากตัณหายังมีอีก เราต้องการความสำเร็จ แต่ ความสำเร็จนั้นเป็นความสำเร็จของตัวเอง โดยเฉพาะ ความสำเร็จของตัวเองในรูปของความยิ่งใหญ่ ในรูปของการได้ ตำแหน่งได้ฐานะเป็นต้น อันนี้ก็เป็แรงจูงใจในแง่ของตัวเอง เหมือนกัน คือต้องการผลประโยชน์ตอบแทนส่วนตัว ในรูปของ ความสำคัญของตนเอง ความโดดเด่น เช่นมีตำแหน่งใหญ่โต มี ฐานะสูง ข้อนี้เรียกว่า **แรงจูงใจแบบมานะ**

“มานะ” นั้น ทางพระแปลว่า ถือตัวสำคัญ คือความอยาก ให้ตนเองเป็นคนโดดเด่น มีความสำคัญ หรือยิ่งใหญ่ ไม่ใช่มานะ ในความหมายของภาษาไทยว่าความเพียรพยายาม

A more thorough examination of the mind reveals that confidence is one part of a wider dynamic of motivation. Indeed, all that has been discussed so far today is subsumed under the principle of motivation.

Motivation is required for any activity, including work. Motivation is thus a chief factor within an analysis of work and an overarching principle in the context of separating different kinds of work.

There is an important twofold division of motivation. The initial division can be separated into two subfactors, namely:

First is the desire for personal gain, for example money. This is a self-centred or selfish desire. Technically speaking, it is motivation marked by craving (*taṇhā*).

Second is the desire for personal success, in particular success in the form of distinction, prominence, social status, and so on. This motivation is also self-centred. One is full of self-importance and one seeks recognition. For instance, one wishes for a high rank or being a person of influence. Technically speaking, it is motivation marked by conceit (*māna*).

ตกลงว่า แรงจูงใจสำคัญด้านที่หนึ่งนี้ เป็นเรื่องของตัณหา และมานะ ซึ่งสำหรับมนุษย์ปุถุชนก็เป็นธรรมดาที่จะต้อง มี แต่จะทำอย่างไรให้ประณีตสักหน่อย เช่นว่า

ถ้าเป็นความต้องการผลตอบแทนในขั้นธรรมดาของมนุษย์ ก็ขอให้อยู่ในขอบเขตเพียงว่าสำหรับให้เป็นอยู่ด้วยความ สะดวกสบายพอสมควรในโลกนี้ หรือเป็นอยู่ดี ไม่ขัดสนในปัจจุบัน

ถ้าจะมีมานะ ก็ให้มันมาในรูปของความภูมิใจใน ความสำเร็จของงาน มีเกียรติมีฐานะเป็นที่ยอมรับในสังคม หรือ ได้รับความนิยมนับถือ คือเอาความสำเร็จมาโยงกับงาน ไม่ใช่ เป็นเพียงความสำเร็จเพื่อความยิ่งใหญ่ของตน ที่จะไปพยายาม เหยียดข่มเหงรังแกคนอื่น

ถ้าหากว่าความสำเร็จไปโยงกับตัวงาน มันก็ยังเป็นเรื่อง ของความดีงามได้ เรื่องอย่างนี้ทางพระพุทธศาสนาไม่ได้ปฏิเสธ ท่านยอมรับความจริงของปุถุชน แต่ทำอย่างไรจะให้โยงเข้าไป หาแรงจูงใจที่เป็นธรรมให้มากขึ้น

ที่นี้ แรงจูงใจพวกที่สอง ก็คือแรงจูงใจเช่นอย่างศรัทธาที่มีต่อ งานที่มีคุณค่า เป็นแรงจูงใจที่ต้องการให้ความดีงามเกิดมีหรือ ปรากฏขึ้น ความต้องการความดีงาม ต้องการความจริง ต้องการ สิ่งที่มีคุณค่าเป็นประโยชน์อะไรต่างๆ เหล่านี้ เป็นแรงจูงใจที่ท่าน เรียกด้วยคำศัพท์ทางธรรมอีกคำหนึ่งว่า "ฉันทะ"

ตัวอย่างเช่น คนทำงานด้วยความต้องการให้เกิดความ สงบสุข ความเรียบร้อย ความเป็นระเบียบของสังคม

This initial division of motivation thus pertains to craving and conceit. Although it is normal for unawakened individuals to possess these qualities, what can we do to make them relatively innocuous?

In relation to craving, or the desire for personal or monetary gain, it should be confined to living with an adequate degree of comfort or to living at ease, not lacking in the four requisites.¹¹

In relation to conceit, it should exist in the form of self-esteem stemming from success in one's work which results in being respected in society. Success should be linked to work, rather than be used to boost self-importance in order to disparage others.

If success is linked to work, it can be beneficial. Buddhism acknowledges the reality of ordinary people. Matters such as success are not invalidated; there is simply an emphasis on how they can be better connected to wholesome motivation.

The second division of motivation refers to a desire for goodness to be generated, a desire for that which is healthy and advantageous, and a desire for truth. Technically speaking, it is called '*chanda*'.¹²

An example of this vital kind of motivation is having confidence in work that is of service to others. Based on this confidence, someone may work, for instance, with the desire to bring about social order, discipline, and peace.

¹¹Trans.: the four requisites for life: food, clothing, lodging, and medicine.

¹²Trans.: I usually translate *chanda* as 'wholesome desire'.

ถ้าทำงานเป็นแพทย์ หรือทำงานเกี่ยวกับโภชนาการ ก็
 อยากให้มนุษย์ในสังคมนี้เป็นคนที่มีสุขภาพดี ร่างกายแข็งแรง
 อยากให้มีแต่อาหารที่มีคุณค่าแพร่หลายออกไปในสังคมนี้
 แรงจูงใจหรือความปรารถนาอย่างนี้ ท่านเรียกว่าเป็น **แรงจูงใจ
 แบบฉันทะ**

แรงจูงใจนี้สำคัญมาก ถ้ามองอีกแง่หนึ่งจะเห็นว่า
 แรงจูงใจนี้สัมพันธ์กับสัมฤทธิ์ผล หรือจุดหมาย ซึ่งอาจแบ่งได้
 เป็น **จุดหมายของคน** กับ **จุดหมายของงาน**

แรงจูงใจแบบที่หนึ่ง ที่ต้องการผลตอบแทนเป็นเงินเป็น
 ทอง ต้องการเกียรติฐานะความยิ่งใหญ่ นั้น โยงไปหาจุดหมาย
 ของคนที่ทำงาน ส่วนแรงจูงใจแบบที่สองจะมุ่งตรงไปยัง
 จุดหมายของงาน

ตามธรรมดา ไม่ว่าจะทำงานอะไร งานนั้นย่อมมี
 จุดหมาย เช่นว่า การทำงานแพทย์ก็มีจุดหมายที่จะบำบัดโรค
 ทำให้คนไข้หายโรค ให้คนมีสุขภาพดี ตัวงานนั้นมีความมุ่งหมาย
 ที่ชัดเจนและตรงไปตรงมา

ถ้าเราทำงานให้การศึกษา เราก็ต้องการผลที่เป็น
 จุดมุ่งหมายของการศึกษา จุดหมายของงานในการให้การศึกษา
 ก็คือ การที่เด็กและเยาวชนเป็นคนดี มีความรู้ มีความประพฤติดี
 รู้จักดำเนินชีวิตอย่างถูกต้อง ได้พัฒนาตนเองยิ่งขึ้นไป

งานทุกอย่างมีจุดหมายของมัน แต่คนที่ไปทำงานก็มี
 จุดหมายของตัวเองด้วย

If one works as a doctor or nutritionist, one wishes for people in society to be healthy and of strong constitution, and for nutritious food to be easily accessible. Such motivation is marked by wholesome desire (*chanda*).

From another perspective, we can see that motivation is related to ends or goals, which can be separated into personal ambition and the true goal of work.

The initial division of motivation, that is, the desire for personal gain and self-aggrandizement, is linked to the ambition of an individual worker. The second division, however, is focused directly on the goal of the work itself.

Every form of work has a specific goal. For instance, the goal of the medical profession is clear-cut and unequivocal, namely, to cure people of illness and to promote good health.

If one is a conscientious teacher, one desires the goal of education, namely, for children and adolescents to develop into virtuous people, to gain knowledge, to conduct themselves well, and to live a life of integrity.

Although every form of work has a specific goal, every worker also has personal ambitions.

ที่นี้ปัญหาที่อยู่ที่ว่า เมื่อเขาไปทำงานนั้น เขาจะทำงานเพื่อ
จุดหมายของคน หรือทำงานเพื่อจุดหมายของงาน

ถ้าเขาทำงานด้วยแรงจูงใจแบบที่หนึ่ง จุดหมายที่อยู่ในใจ
ของเขาก็จะเป็นจุดหมายของคน คือ ทำงานเพื่อจุดหมายของคน
ให้ตนได้นั้นได้นี่

แต่ถ้าเขาทำงานด้วยแรงจูงใจแบบที่สอง เขาก็จะ ทำงานเพื่อ
จุดหมายของงาน ให้งานเกิดผลเป็นประโยชน์ตามคุณค่าของมัน

ที่นี้ ในการที่เป็นปุถุชน เมื่อยังมีกิเลส ก็ต้องประสาน
ประโยชน์ คือ ต้องให้จุดหมายของคนไปสัมพันธ์เชื่อมโยงกับ
จุดหมายของงาน หมายความว่า ต้องให้ได้จุดหมายของงานเป็น
หลักไว้ก่อน แล้วจึงมาเป็นจุดหมายของคนทีหลัง คือให้จุดหมาย
ของคนพลอยพ่วงต่อมากับจุดหมายของงาน

ถ้าเอาแต่จุดหมายของคนแล้ว บางทีงานไม่สำเร็จ และ
เสียงานด้วย คือ คนนั้นมุ่งแต่จุดหมายของคนอย่างเดียว จะเอา
แต่ตัวได้เงินได้ทอง ไม่ได้ต้องการให้งานสำเร็จ ไม่ได้ต้องการเห็น
ผลดีที่จะเกิดจากงานนั้น ไม่ได้มีความคิดที่จะเอาธุระ หรือเห็น
ความสำคัญเกี่ยวกับตัวงาน เพราะฉะนั้นจึงพยายามเลี่ยงงาน
หรือหาทางลัดที่จะไม่ต้องทำงาน ขอให้ได้เงินหรือผลตอบแทน
มากี่แล้วกัน

ตกลงว่า แรงจูงใจแบบหนึ่งเป็นเรื่องสัมพันธ์กับจุดหมาย
ของคน และแรงจูงใจอีกแบบหนึ่งเป็นแรงจูงใจที่สัมพันธ์กับ
จุดหมายของงาน ซึ่งจะเห็นได้ว่า เมื่อทำงานไปแล้วได้ผลสำเร็จ
ขึ้นมา จะเป็นผลสำเร็จของคน หรือเป็นผลสำเร็จของงาน

We should thus ask the question: When a person engages in work, are they working for the sake of personal ambition or in order to fulfil the true goal of the task at hand?

If a person works motivated by craving and conceit, they will be aiming to achieve personal ambition with an acquisitive state of mind. In contrast, if they are motivated by wholesome desire, they will want the work to yield beneficial results inherent to the work itself.

Unawakened people encumbered by mental defilements must initially combine personal ambition with the true goal of work by giving precedence to the latter. Later, these two goals can be dovetailed.

If people only pursue personal ambition, it is likely that their efforts will be wasted, and their work will end up in failure. They will set their sights on personal compensation, rather than on finishing their work and realizing its positive effects. They will fail to see the significance of work and shy away from being diligent. They will tend to look for shortcuts and shirk their duties. All they are interested in is making money or gaining some other reward.

In sum, the first kind of motivation is related to personal ambition, whereas the second is related to the true goal of work. When someone completes a particular job or project, we can observe whether the fruits of their labour gratify personal ambition or fulfil the true objective of the work.

ถ้าจะทำงานให้ถูก ก็ต้องมองไปที่ผลสำเร็จของงาน ไม่ใช่ มุ่งเอาแต่ผลสำเร็จของคน ถ้าจะเป็นผลสำเร็จของคน ก็ต้องให้ เป็นผลที่ความสำเร็จของงานส่งทอดมาอีกต่อหนึ่ง

คนจำนวนไม่น้อยหวังแต่ผลสำเร็จหรือผลประโยชน์ของ คนอย่างเดียว ถ้าเป็นอย่างนี้ ก็จะเป็นปัญหาต่อการพัฒนา ประเทศชาติ การพัฒนาประเทศชาติ และการแก้ปัญหาของ สังคม ก็ยากที่จะบรรลุความสำเร็จ และจะส่งผลต่อไปถึงสภาพ จิตใจด้วย

ดังได้พูดมาแล้วว่า สภาพจิตใจกับการทำงาน ส่งผลย้อน กลับกันไปมา คือ สภาพจิตใจที่ดี ส่งผลต่อการทำงาน ให้ทำงาน ได้ดี และการทำงานได้ดีมีผลสำเร็จ ก็ส่งผลย้อนกลับไปยังสภาพ จิตใจ ทำให้มีกำลังใจเป็นต้นอีกทีหนึ่ง

ดังตัวอย่างที่พูดมาแล้วนี้ ที่ว่า สภาพจิตใจในด้าน แรงจูงใจ ที่มุ่งจุดหมายของคน กับมุ่งจุดหมายของงาน ซึ่งจะ ส่งผลต่อความสัมฤทธิ์ในการทำงาน แล้วก็ย้อนกลับมาบันดาล ผันแปรสภาพจิตใจของคนให้เป็นไปต่างๆ กัน

If one engages with work correctly, one must consider the true fulfilment of work and not just focus on personal profit. And if personal profit ensues, then it should simply be a by-product of succeeding in one's work.

Many people desire only personal profit and advantage from work, which poses an obstacle for national development. If people are predominantly selfish, it will be difficult to succeed at developing the nation and solving society's problems. Furthermore, there will be negative consequences for people's overall state of mind.

As mentioned earlier, people's state of mind and work are parts of a reciprocal process. A positive state of mind generally leads to working well and to success in one's endeavours. Success, in turn, affects one's state of mind, generating such qualities as confidence.

In the same vein, the mental factor known as motivation – aspiring to either personal ambition or to the true goal of work – has a bearing on the success of one's work. The success or failure of one's work then circles back and influences one's state of mind.

ทำงานอย่างไร จึงจะได้ความสุข?

ในสมัยปัจจุบัน โดยเฉพาะในสภาพการทำงานแบบ ตะวันตก ได้มีคำพูดสำคัญในทางไม่ดีคำหนึ่งมาเข้าคู่กับการทำงาน คือ “ความเครียด”

ยิ่งถ้าไม่มีความบากบั่นสู้งาน ซึ่งเป็นแรงจูงใจที่ถูกต้องในการทำงานแบบตะวันตกนั้นเข้ามาดูแลด้วยแล้ว ความเครียดจะก่อปัญหาอย่างมาก

ความเครียด นี้ กำลังเป็นปัญหาสำคัญของอารยธรรม มนุษย์ในโลกยุคปัจจุบัน

การทำงานหาเงิน หรือวิถีชีวิตที่เน้นด้านเศรษฐกิจของคน ยุคนี้ พ่วงเอาความเครียดมาด้วย

ในสังคมตะวันตกปัจจุบันนี้ คนยังมีนิสัยสู้งาน ที่ได้สะสม มาแต่อดีต ยังติดฝังอยู่ แต่มาในระยะหลังๆ นี้ ความไม่ไฝ่เสพ เห็นแก่บริโภคนิยมมากขึ้น

ส่วนในสังคมไทยของเรา มีผู้กล่าวว่า คนไทยมีค่านิยม บริโภคมาก ไม่ค่อยมีค่านิยมผลิต จึงจะยังมีปัญหาหนักกว่าเขา อีก เพราะค่านิยมบริโภคขัดแย้งกับกระบวนการทำงาน

เนื่องจากการทำงานต้องการความอดทน ต้องต่อสู้กับความ ยากลำบาก เมื่อไม่มีนิสัยรักงานสู้งานเป็นพื้นฐานรองรับ คนที่ นิยมบริโภคจะไม่สามารถทนได้ จะจำใจทำ ทำด้วยความฝืนใจ จะรอกอยแต่เวลาที่จะได้บริโภค ความต้องการจึงขัดแย้งกัน และ เมื่อความต้องการขัดแย้งกัน ก็เกิดภาวะที่เรียกว่า “เครียด”

How to Derive Happiness from Work

In present times, especially in relation to the Western mode of working, a notable pejorative term is paired with work, namely 'stress'. If one lacks diligence, which is a stabilizing impetus suitable to this mode of work, stress is likely to cause considerable problems. Modern people's work habits and lifestyles which emphasize economic productivity tend to be accompanied by stress. Indeed, stress has become a serious crisis in the world today.

In contemporary Western society, people are generally inclined to brave work. Such a work ethic of endurance is inherited from past generations and is still ingrained in people's dispositions. More recently, however, the desire for consumption has increased.

In contrast, some people claim that in Thailand there is a culture of consumerism rather than a culture of hard work. If this is true, Thais must encounter even more difficulties than Westerners because consumerism conflicts with the process of working.

Due to the fact that work requires endurance, people devoted to sense enjoyment – who have no underlying enthusiasm for work – will be unable to bear contending with the hardship of work. They will work begrudgingly and against their will. They will constantly be waiting for leisure time. Their desire will be at odds with the act of working, thus giving rise to stress.

จึงทำงานด้วยความเครียด

คนที่มีค่านิยมบริโภคนิยมมาก เมื่อต้องทำงานมาก ก็ยิ่งเครียดมาก โดยเฉพาะคนที่ต้องการผลตอบแทนทางวัตถุ ทำงานไปก็ทำด้วยความกระวนกระวาย เกิดความขัดแย้งในจิตใจ มีความกังวลว่าผลตอบแทนที่เราต้องการจะได้หรือเปล่า จะได้น้อยกว่าที่ตั้งใจหวังหรือเปล่า หรือว่าเราอาจจะถูกแย่งผลตอบแทนไป หรือถูกแย่งตำแหน่งฐานะไป ความหวังกังวลต่างๆ นี้ทำให้เกิดความเครียด ซึ่งเป็นปัญหาทางจิตใจที่สำคัญ

เมื่อขาดความรักงาน ใจไม่อยู่กับงาน ความรู้สึกกรอเงินรอเวลาก็จะเด่นขึ้นมา และกดดันใจนั้น โดยเฉพาะเมื่อจุดหมายของคน กับจุดหมายของงาน ลักลั่นขัดแย้งกัน เช่น งานเสร็จ เงินยังไม่มา หรือว่าตำแหน่งยังไม่ได้ แรงกดดันก็ยิ่งมาก เลยยิ่งเครียดหนัก

ปัญหาต่างๆ รวมทั้งความเครียดนั้น ก็เกิดจากแรงจูงใจประเภทแรกๆ ที่เรียกว่า *ตัณหา-มานะ* โดยเฉพาะ ค่านิยมบริโภคนิยม และ ค่านิยมโก้หรู ซึ่งกำลังแพร่หลายอยู่ในสังคมของเรา และบางทีก็ถึงกับมองกันว่าเป็นเรื่องที่ดี

ส่วนแรงจูงใจที่ถูกต้อง คือทำงานด้วยใจที่ใฝ่สร้างสรรค์ มองงานเป็นโอกาสที่จะได้พัฒนาตน อยากพัฒนาประเทศชาติ หรือทำประโยชน์แก่สังคม ต้องการผลสำเร็จของงานหรือทำงานเพื่อจุดหมายของงานแท้ๆ

แม้จะทำงานด้วยแรงจูงใจที่ดีแบบนี้ ถ้าเกิดความรู้สึกเร่งรัด จะรีบร้อนทำ และมีความหวังกังวลเกรงงานจะไม่เสร็จ ก็อาจจะมีความเครียดได้ ต่างแต่ว่าจะเป็นความเครียดที่คลายได้ง่าย (เพราะไม่มีอารมณ์ด้านลบจากตัณหา ซึ่งพึงพาเงื่อนไขข้างนอก)

People caught up in consumerism are stressed by hard work. Desiring some kind of reward, work will cause them anxiety and agitation. They worry, for example, whether they will obtain as much as they desire or have expected, or they worry that someone else will seize their earnings or muscle in on a coveted position of employment. These concerns lead to stress.

Stress is a grave mental affliction. If one does not have love for one's work and one is not attentive to the task at hand, there will be a frustrating sense of waiting for money to arrive or for the time to pass. And if people's ambitions stand in opposition to the true goal of work, for instance one has finished a project but one is impatient to be paid, the stress will only become more intense.

Stress, along with associated mental afflictions, stems from the first kind of motivation marked by craving and conceit. A prominent example of such motivation is giving excessive value to consumerism and luxury – a trend becoming more rampant in our society and which is sometimes even considered positive and healthy.

In contrast, skilful motivation can be summed up as: working with a desire for constructive engagement in the economy; seeing work as an opportunity to improve oneself; wishing to develop the nation and to benefit society; and wishing to realize the true objective of a specific endeavour or undertaking.

Although one may be galvanized by such skilful motivation, if one feels rushed, worrying that the work won't be finished in time, it is possible for stress to arise. The difference is that this stress is relatively easy to dispel because there are no negative mind states based on craving that are dependent on external conditions.

เพราะฉะนั้น ไม่ว่าจะเป็ฝ่ายที่มีแรงจูงใจไม่ดีก็ตาม มีแรงจูงใจที่ดีก็ตาม ก็ยังมีความเครียดได้ ยังอาจมีปัญหา

แต่เราแยกเห็นความแตกต่างได้ไม่ยากว่า ในฝ่ายหนึ่งแรงจูงใจเพื่อจุดหมายของคน ซึ่งมุ่งเอาประโยชน์ส่วนตนด้วย *ตัณหา* มาณะ มีโทษต่อสังคมและต่อชีวิตมาก

ส่วนฝ่ายที่สอง แรงจูงใจเพื่อจุดหมายของงาน มีคุณค่ามาก มีคุณประโยชน์ต่อสังคมมาก พัฒนาชีวิตคนได้ดี

ตกลงว่า ทั้งสองอย่างยังมีปัญหาอยู่ ทำอย่างไรจะแก้ไขให้การทำงานมีส่วนที่เป็นคุณอย่างเดียว เป็นประโยชน์แก่ชีวิตโดยสมบูรณ์ อันนี้เป็นขั้นต่อไป

ต่อไปก็มาถึงขั้นที่ว่า *ทั้งทำงานดี และมีความสุขด้วย* ซึ่งจะต้องมีการตั้งท่าที่ถูกต้อง และตอนนี้จะเป็นเรื่องของการพัฒนาจิตใจ และพัฒนาปัญญา ควบคู่ไปกับการทำงาน

เมื่อกันี้ เราเอางานมาพัฒนาชีวิตจิตใจของเรา แต่อีกด้านหนึ่งในการทำงานนั้น เราจะต้องพัฒนาชีวิตจิตใจของเราไปด้วย เพื่อเอาชีวิตจิตใจที่ดีไปพัฒนาการทำงาน การทำงานที่จะให้ได้ทั้งผลดีและมีความสุขด้วยนั้น มีอะไรหลายแง่ที่จะต้องพิจารณา

แง่ที่หนึ่ง ก็อย่างที่ว่าเมื่อกั คือ ในการทำงานที่จะให้เกิดผลดีต่อชีวิตและสังคม เราต้องมีแรงจูงใจที่ถูกต้อง ซึ่งต้องการจุดหมายของงาน นั่นคือมี *ฉันทะ* มีความใฝ่ดี มีความใฝ่สร้างสรรค์

พร้อมกับการมีฉันทะนั้น ก็ต้องมีความรู้เท่าทันความจริง ซึ่งเป็นเรื่องของ *ปัญญา* ด้วย อย่างน้อยรู้เท่าทันว่าสิ่งทั้งหลายเป็นไปตามเหตุปัจจัย

Both unskilful and skilful motivation can give rise to stress and complications. The distinction is that motivation promoting personal ambition and reward – driven by craving and conceit – is very harmful to individuals and society. Motivation leading to the true goal of work, on the other hand, is very valuable for society and advantageous to personal growth.

How do we find a solution so that work is exclusively favourable?

When people establish an appropriate attitude towards work, they work both effectively and happily. At this stage, one cultivates the mind and cultivates wisdom within the context of work.

Earlier, I talked about using work as an opportunity for self-development. From another perspective, however, people should foster spiritual development so that they can use wholesome states of mind to improve their work.

In order to work both effectively and happily, there are several matters to take into consideration.

First, for work to be beneficial to individuals and society, we require skilful motivation aiming at the true goal of work. In other words, we require wholesome desire (*chanda*): the desire for goodness and a keen interest in constructive engagement. Accompanying wholesome desire, we should understand the nature of reality, which is a matter pertaining to wisdom (*paññā*). To begin with, we should grasp that all things proceed according to causes and conditions.

เพียงตั้งเท่าที่ของจิตใจแบบรู้เท่าทันขึ้นมาแค่นี้เท่านั้น เราก็จะเริ่มมีความสุขงายขึ้นทันที เราจะมองดูสิ่งต่างๆ ด้วยสายตาที่มองเห็นถูกต้องมากขึ้น

ในขณะที่กำลังเร่งงานเต็มที่ ขยันเอาใจใส่เต็มที่ เรากลับจะมีความกระวนกระวายน้อยลง หรือทำงานด้วยความไม่กระวนกระวาย คือมีความรู้เท่าทันว่าสิ่งทั้งหลายเป็นไปตามเหตุปัจจัย

ขณะนี้เรากำลังทำเหตุปัจจัย เราก็ทำเหตุปัจจัยนั้นให้เต็มที่ ส่วนผลที่จะเป็นไปตามเหตุปัจจัยของมัน เราก็ดูไป ไม่มีตัวเราที่เข้าไปวุ่นวายด้วย พอวางใจอย่างนี้ เราก็เป็นอิสระสบาย ไม่ต้องห่วงกังวลกับผล เราทำเหตุปัจจัยให้ดีก็แล้วกัน

อันนี้เป็นข้อที่หนึ่ง กล่าวคือ ควบคู่กับแรงจูงใจที่ถูกต้อง หรือฉันทะนั้น ก็ให้มีความรู้เท่าทันความจริงด้วย อย่างน้อยให้ทำใจว่า สิ่งทั้งหลายเป็นไปตามเหตุปัจจัย *มองไปตามเหตุปัจจัย* ข้อนี้เป็นเท่าที่พื้นฐานตามหลักธรรมที่ว่า สิ่งทั้งหลายเป็นไปตามเหตุปัจจัย เป็นการทำให้ขั้นที่หนึ่ง

ต่อไปแ่งที่สอง คือ เวลาทำงาน เรายังมีความรู้สึกแบ่งแยก หรือแยกตัวออกไปว่า นี่ตัวเรา นี่ชีวิตของเรา นั่นงาน เราจะต้องทำงาน ตลอดจนรู้สึกว่างานเป็นเรื่องเหน็ดเหนื่อยต้องตรากตรำ ไม่มองว่างานนี้แหละเป็นเนื้อแท้ เป็นเนื้อเป็นตัวของชีวิต

ที่จริงนั้น งานไม่ใช่สิ่งต่างหากจากชีวิต งานที่เราบอกว่า เป็นกิจกรรมของชีวิตนั้น ที่จริงมันเป็นตัวการดำเนินชีวิตของเราเลยทีเดียว

If we can establish such a frame of reference, that is, if we gain clear insight into the law of causality, we will immediately find it easier to be happy. Even if we hasten to complete a task and are extremely hardworking, any lingering worry or anxiety will diminish or disappear.

We consider that right now we are generating requisite causes and conditions to the best of our ability. As for the results of these causes, we simply observe them. We can do this without any fixed sense of 'I' getting caught up in the process. By maintaining such equanimity and wise discernment, we live free and at ease. We needn't be concerned with the results; we simply attend to causes and conditions in an optimal way.

This is the first matter of consideration, that is, to combine wholesome desire with an understanding of truth. At the very least, we should establish a fundamental perspective that all things proceed according to causes and conditions.

A second consideration is that most people maintain a dualistic perception or feeling of separation by thinking: 'This is me', 'This is my life', 'That is work', 'I am obliged to work', and so on. Moreover, they tend to believe that work is inherently exhausting and toilsome. They don't realize that work lies at the heart of human existence.

ในชีวิตของเราที่เป็นไปอยู่นี้ งานนั่นเองคือความเป็นไปของชีวิต เพราะฉะนั้น การทำงานจึงเป็นเนื้อหา หรือเป็นเนื้อตัว ของชีวิตของเรา

เมื่อทำงาน เราอย่าไปมีความรู้สึกแยกว่า นั่นเป็นงาน เป็นกิจกรรมต่างหากจากชีวิตของเรา

การที่มีความรู้สึกที่เราจะต้องไปเหน็ดเหนื่อยตรากตรำ หรือว่ามันเป็นเรื่องหนักเรื่องหนที่เราจะต้องทำงานต่อไป รอนหน้อยเถอะ เราทำงานเสร็จแล้วจะได้ไปหาเวลาพักผ่อน ความนึกคิดอย่างนี้จะทำให้เกิดความรู้สึกแปลกแยก และเกิดความรู้สึกที่ครุ่นคิดเหมือนถูกกดถูกทับอยู่ อยากจะพ้นไปเสีย เกิดความเครียด เกิดความกังวล เกิดความหวัง เกิดความหวัง

ในเบื้องต้น คนเราต้องอยู่ด้วยความหวัง แต่พอถึงขั้นหนึ่งแล้วไม่ต้องหวัง เพราะความหวังสำเร็จจบสิ้นอยู่ในตัว ตอนนี้จะมีความสุขยิ่งกว่าตอนแรกที่มีความหวัง

คนที่ไม่มีความหวังเลย จะมีความทุกข์มาก ในขั้นต่อมา เขาจึงมีความสุขด้วยการที่มีความหวัง เขามีความหวังว่าหลังจากนี้แล้ว เขาจะได้จะพบสิ่งที่ปรารถนา แล้วเขาก็จะสุข จะสบาย เขามีความหวังอย่างนี้ และเขาก็มีความสุข

แต่ *ความหวังนั้น คู่กับความหวาด* เป็นคู่กันกับความหวัง และความกังวล ดังนั้น พร้อมกับการมีความสุขด้วยความหวังนั้น เขาก็มีความกังวล เช่น เมื่อหวังว่าจะได้ ก็หวาดระแวงหรือกังวลว่าจะมีอะไรมาขัดขวางให้ไม่เป็นไปอย่างที่หวัง เป็นความทุกข์อย่างหนึ่งในการรอความหวัง ที่ต้องกังวลต่อความหวัง

In fact, work is not separate from life. What we call work is actually daily life itself. In other words, work is interwoven in the course of our lives. For this reason, one should avoid creating a sense of separation such that work is viewed as an activity dissociated from one's life.

If people think that work is inherently tedious and exhausting, and they are impatiently waiting for work to end so that they can relax, they will feel disaffected and constricted. They will want to escape from work. They will be stressed, anxious, and expectant.

When people start out on a venture, they must rely on hope. Later, when expectations are fulfilled, people no longer need to rely on hope. Such fulfilment also brings about an increase in happiness.

People who feel hopeless suffer intensely. When they begin to feel hopeful, they experience a degree of comfort and happiness, expecting to obtain a desired object in the future.

Hope, however, goes hand in hand with apprehension, worry, and uneasiness. Hope is thus mixed with both ease and dis-ease. For instance, when people wish to acquire a specific object or achieve a specific end, they will often fret or fear that something will thwart their desires. Such is the suffering and distress that can accompany pinning hope on a particular outcome.

ส่วนคนอื่นพวกหนึ่งนั้นอยู่เหนือความหวัง หรือพ้นเลยความหวังไปแล้ว คือไม่ต้องอยู่ด้วยความหวัง ไม่ต้องอาศัยความสุขจากความหวัง หรือว่าความสุขของเขาไม่ต้องขึ้นต่อความหวัง เพราะชีวิตเป็นความสุขตลอดเวลา โดยไม่ต้องหวัง และไม่ต้องห่วงกังวล

เพราะฉะนั้น ถ้าเราจะทำงานให้ได้ผลดี โดยที่ในชีวิตก็มีความสุข และงานก็ได้ผลดีด้วย ก็ควรจะมาให้ถึงขั้นนี้ คือขั้นที่เรามองงานกับชีวิตเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน มองว่างานเป็นกิจกรรมที่เป็นเนื้อเป็นตัวของชีวิตแท้ๆ แล้วเราก็ทำงานไปอย่างรู้สึกว่ามันเป็นการดำเนินชีวิตของเราเอง และดำเนินชีวิตนั้นให้ดีที่สุด

ต่อไปอีกด้านหนึ่งก็คือ เมื่อเราทำงานไป ไม่ว่าจะมองในความหมายว่าเป็นการพัฒนาตนเองก็ตาม เป็นการกระทำเพื่อประโยชน์สุขของประชาชนหรือของสังคมก็ตาม ในเวลาที่ทำอยู่นั้น สภาพจิตใจอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้น ก็คือความร่าเริงบันเทิงใจ ความเบิกบานใจ

การทำงานในความหมายบางอย่างก็เชื้อต่อการเกิดสภาพจิตอย่างนี้อยู่แล้ว เช่น ถ้าเราศรัทธาในความหมายของงาน ในคุณค่าของงาน เราทำงานไป ก็ทำจิตใจของเราให้ร่าเริงได้ง่าย

แต่การที่จะให้ร่าเริงนั้น บางทีก็ต้องทำตัวทำใจเหมือนกัน ไม่ใช่ว่ามันจะเกิดขึ้นมาเฉยๆ เราต้องตั้งท่าทีของจิตใจให้ถูกต้อง บอกตัวเอง ใจตัวเองให้ร่าเริง ทำใจให้เบิกบานอยู่เสมอ สภาพจิตอย่างนี้เรียกว่ามี *ปฺราโมทย์*

Note that there are some individuals who have transcended or passed beyond hope.¹³ They no longer resort to hope or rely on comfort associated with hope. Their happiness is independent of hope because they abide in constant happiness. As a result, they are completely worry-free.

In order to work well, whereby our work is successful and we are happy, we should recognize that work is inseparable from the rest of our lives, and that, indeed, it lies at the heart of human life. With such a perspective, we will work as if we are simply going about our daily life in the best way possible.

A third consideration is that when we engage in work, regardless of whether we regard the purpose of work to be self-development or a means to benefit all of society, a quality in the mind that should be cultivated is gladness and joy, which in Pali is called '*pāmojja*'.

Some mindsets about work are especially conducive to the arising of joy. For example, if we trust in the value and importance of work, we will easily be able to gladden the mind.

Joy, however, does not always arise spontaneously. Sometimes we must establish a proper frame of mind whereby we bid and encourage ourselves to be joyful. In sum, we must constantly cultivate this quality of gladness and joy.

¹³ Trans.: the venerable author here is referring to arahants – perfectly enlightened beings – who are endowed with the attribute of 'hopelessness' (*nirāsa*). An arahant resembles a person who has lost hope, but there is an important distinction. An arahant's 'hopelessness' or absence of expectation is not a result of there being no way to obtain what is desired; instead, it results from an inner completeness and satiety. There is nothing lacking which must be wished for. There is no deficiency giving rise to hope.

ทางพระบอกว่า สภาพจิตที่ดีของคนนั้น คือ
 หนึ่ง ปราโมทย์ ความร่าเริงเบิกบานใจ
 สอง ปิติ ความอิ่มใจ ปลาบปลื้มใจ
 สาม ปัสสัทธิ ความผ่อนคลาย สงบเรียบร้อย

ข้อที่สามมีความสำคัญมากในยุคปัจจุบัน คือ เมื่อผ่อนคลาย ก็ไม่เครียด เป็นข้อที่จะช่วยแก้ปัญหาสภาพจิตในวัฒนธรรมสมัยใหม่ของยุคอุตสาหกรรม พอมีปัสสัทธิแล้ว

สี่ สุข ความชุ่มชื่นรื่นใจ จิตใจคล่องสบาย แล้วก็
 ห้า สมาธิ ใจแน่วแน่ อยู่ตัว แนบสนิท และมั่นคง ไม่
 วอกแวก ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่หวั่นไหว ไม่มีอะไรบกวน เรียบ
 สม่าเสมอ อยู่กับกิจ อยู่กับงาน เหมือนดั่งกลิ่นเข้าเป็นอันหนึ่งอัน
 เดียวกับงาน ซึ่งหมายถึงว่าสมาธิในการทำงานก็เกิดขึ้นด้วย

องค์ประกอบ ๕ ตัวนี้ เป็นสภาพจิตของคนที่ปฏิบัติธรรม
 ดั่งนั้น ในการเป็นอยู่และในการทำกิจกรรมทุกอย่าง เราจึง
 ปฏิบัติธรรมได้ทั้งนั้น เมื่อเราดำเนินชีวิตถูกต้อง ทำสิ่งนั้นๆ ได้
 ถูกต้อง เรามีสภาพจิตทั้งห้าอย่างนี้ ก็เรียกว่า เรากำลังปฏิบัติ
 ธรรมตลอดเวลา

หลายคนไปมองการปฏิบัติธรรมแยกจากชีวิต ต้องรอไปเข้า
 ป่า ไปอยู่วัด การปฏิบัติธรรมอย่างนั้นอาจเป็น course แบบ
 intensive

แต่ในปัจจุบันทุกขณะนี้ เราควรปฏิบัติธรรมตลอดเวลา ถ้า
 ใครปฏิบัติได้อย่างนี้ลาดลำดับลงไป การปฏิบัติแบบ intensive
 course ก็ไม่จำเป็น แต่เป็นการเสริมย้ำ หรือลงลึกเมื่อมีโอกาส

In this context, the Buddha’s teachings contain a list of five wholesome mental qualities, namely:

1. *Pāmojja*: joy; gladness.
2. *Pīti*: delight; bliss; rapture.
3. *Passaddhi*: tranquillity; relaxation.

This third factor is vital in modern times. When people are relaxed, they are not stressed. Cultivating tranquillity can help to solve many of the mental problems prevalent in the contemporary culture of the Industrial Age.

4. *Sukha*: happiness; mental ease.

5. *Samādhi*: concentration; mental composure; one-pointedness; steadfast, unwavering attention; mental poise; nothing troubling the mind; a firm focus on one’s work and activities as if one becomes absorbed in and one with them. It is possible, therefore, for concentration to arise in the act of working.

These five qualities are regularly cultivated by Dhamma practitioners. The implication here is that we can practise the Dhamma in our daily life while engaging in all activities. If we live a life of integrity and attend to our responsibilities skilfully, we will be endowed with these five qualities and will be practising the Dhamma at all times.

Some people view Dhamma practice as split off from the rest of their life. They wait for the opportunity to go to the forest or to a monastery – perhaps on an intensive retreat – in order to meditate.

But in this very moment, indeed in each and every moment, we should constantly be practising the Dhamma. From the perspective of gradual practice, it is not necessary to go on an intensive retreat to meditate. Such retreats are simply an opportunity to reinforce or deepen our practice.

ถ้าเราฝึกตัวเองตลอดเวลาด้วยการทำงานแบบนี้ เราก็ปฏิบัติธรรมตลอดเวลาอยู่แล้ว เราทำงานไป โดยมีสภาพจิตดี ซึ่งจะไม่มีปัญหาสภาพจิตเลย เพราะมันเป็นสภาพจิตเองอยู่แล้วในตัว

ขอให้มีปราโมทย์ มีปีติ มีปีติสัทธา มีสุข มีสมาธิเกิด ถ้าทำอย่างนี้แล้วสบาย งานก็ได้ผลด้วย จิตใจก็ดีด้วย

ถ้าทำงานอย่างนี้ ก็กลายเป็นทำงานเพื่อธรรม และคนอย่างนี้จะไม่ค่อยคำนึงถึงผลตอบแทน ไม่ต้องรอความสุขจากผลตอบแทน

คนที่มุ่งผลตอบแทนต้องรอว่า เมื่อไรได้ผลตอบแทนเป็นเงินเป็นทองแล้ว จึงจะมีความสุข แต่ระหว่างนั้นก็ทำงานด้วยความทุกข์และรอความสุขอยู่เรื่อยไป จะได้หรือไม่ได้ ก็ยังไม่แน่นอน ไม่มั่นใจ แต่การปฏิบัติโดยมีสภาพจิตทำอย่างนี้ได้ทั้งงาน ได้ทั้งความสุขเสร็จไปในตัวเป็นพื้นฐานไว้แล้ว

ทีนี้ พอถึงขั้นทำงานอย่างมีความสุขโดยไม่ต้องหวัง ไม่ต้องห่วงผลตอบแทนแล้ว เราทำงานไป ชีวิตแต่ละขณะก็จะเป็นความเต็มสมบูรณ์ของชีวิตในทุกขณะนั้นๆ ตอนนี่แหละจะถึงจุดรวมที่ทุกอย่างมาอยู่ด้วยกัน ทั้งงาน ทั้งชีวิต และความสุข จะสำเร็จในแต่ละขณะ

ตรงนี้แหละเป็นหัวใจสำคัญ ในตอนแรกนั้นเป็นเหมือนที่เราแยกงาน แยกชีวิต แยกความสุขเป็นส่วนๆ แต่พอถึงตอนนี่ทำไปทำมา ทุกอย่างมารวมอยู่ด้วยกันทั้งหมดในขณะเดียว

If we train ourselves in this way, we will be practising the Dhamma without interruption. We will work with a wholesome state of mind – spared from any mental health problems because good mental health will be our natural abiding.

May all of you be endowed with joy, delight, tranquillity, happiness, and concentration. As a result, your work will be fruitful and your minds at ease. Moreover, your work will be conducive to virtue.

People who hanker after personal gain will pin their hopes on obtaining a reward like money in order to be happy. In the meantime, however, they will labour away in misery, waiting for happiness to arrive. And obtaining the object of desire is doubtful and uncertain.

On the other hand, if one is endowed with the five aforementioned qualities, one won't give much consideration to personal gain nor will one fret about whatever pleasure one might derive from such gain. Work will be inherently satisfying and happiness will be immediate.

When we are able to work happily without expectation and without worrying about personal gain, every moment of our lives will be fulfilling. This is an essential juncture where all three factors of work, daily life, and happiness come together and reach completion.

At first, we are likely to separate work, daily life, and happiness into distinct parts of our existence. In the end, however, these three factors are integrated as a whole.

ตราบใดเรายังแยกเป็นส่วนๆ และแยกตามเวลา ตราบนั้น
ชีวิตจะต้องดิ้นรนคอยหาและหลบหนีสิ่งเหล่านั้นทีละอย่างๆ อยู่
ตลอดเวลา คือเป็นชีวิตที่ตามหาวันพรุ่งนี้ ซึ่งไม่มาถึงสักที

แต่ถ้าทำให้เป็นปัจจุบันเสีย ทุกอย่างก็ครบถ้วนอยู่ด้วยกัน
ทันที ทุกอย่างก็สมบูรณ์

As long as we separate these factors, including separating them into distinct time sequences, we will constantly struggle to pursue that which we desire or to flee that which we dislike. Life will be a search for tomorrow – a tomorrow that never arrives.

If we can abide in the here and now, and actualize these factors in the present, however, they will be perfectly integrated without delay.

ชีวิต งาน และธรรม:

ความประสานสู่เอกภาพ

ในสภาพอย่างนี้ เราจะมองเห็นพัฒนาการของคนในการทำงาน มองเห็นพัฒนาการของชีวิต ในลักษณะที่ว่า

ตอนต้น คนจำนวนมากมองแบบปุถุชนว่า **งานเพื่อชีวิต** คือ เราทำงานเพื่อจะได้ผลตอบแทนมาเลี้ยงชีวิต ชีวิตของเราอาศัยงาน คือ เราอาศัยงานเพื่อให้ชีวิตของเราเป็นอยู่ได้

ต่อมาจะเห็นว่า มีการก้าวหน้าไปอีกขั้นหนึ่ง คือกลายเป็น **งานเพื่องาน** ตอนนี้งานก็เพื่องานนั่นแหละ คือ เพื่อให้งานนั้นสำเร็จด้วยดี เพื่อจุดมุ่งหมายของงาน ตรงไปตรงมา

ที่ว่างานเพื่อชีวิตนั้น เป็นเรื่องของเงื่อนไข ไม่ใช่เป็นเหตุปัจจัยตรงแท้ ในที่นี้ จะต้องมองความเป็นเหตุปัจจัย และการเป็นเงื่อนไขว่าเป็นคนละอย่าง

ที่ว่างานเพื่อชีวิตนั้น แท้จริงแล้ว งานไม่ใช่เป็นเหตุปัจจัยของชีวิต แต่งานเป็นเงื่อนไขเพื่อให้ได้ผลตอบแทนมาเลี้ยงชีวิต แต่ถ้าว่างานเพื่องาน ก็เป็นเรื่องของเหตุปัจจัยโดยตรง

งานอะไรก็เพื่อจุดมุ่งหมายของงานอันนั้น เช่น งานของแพทย์ คือการบำบัดโรค ก็เพื่อจุดมุ่งหมายของงาน คือทำให้คนหายโรค ทำงานโภชนาการ ก็เพื่อให้คนได้กินอาหารดี แล้วคนก็จะได้มีสุขภาพดี เป็นจุดมุ่งหมายของงานโดยตรง งานก็เพื่องาน

Daily Life, Work, and Virtue Synergy Leading to Unity

Based on what we have discussed so far, we can see an evolution of how people work and live their lives.

At first, many people view work in an ordinary sense, as an activity for the sake of subsistence and earning a livelihood. In short, we depend on work for our survival.

Later, people develop a more refined perspective as work for the sake of work itself. In short, we work to succeed at a task and in order to fulfil the true purpose of the work at hand.

Work for the sake of subsistence is tied up with stipulations and qualifications. It is not a genuine process conforming to causes and conditions. It is vital here to distinguish between conditionality as a dynamic of natural causes and conditions, and conditionality as the quality of being subject to one or more human requirements being met.

In fact, work is not a direct cause for subsistence. It is simply a prerequisite for gaining monetary compensation in order to support oneself and earn a living. Work for the sake of work itself, on the other hand, pertains directly to a natural causal process.

The true purpose of the medical profession, for example, is to treat people so that they recover from illness. Similarly, the true purpose of a nutritionist is to advise people to eat nutritious food so that they can maintain good health.

เมื่อเราทำงานเพื่องานแล้ว ไปๆ มาๆ งานที่ทำนั้นก็กลายเป็นกิจกรรมหลักของชีวิตของเรา กลายเป็นตัวชีวิตของเรา งานเพื่องาน ก็กลายเป็นชีวิตเพื่องาน ชีวิตของเราก็กลายเป็น **ชีวิตเพื่องาน**

ทำงานไปทำงานมา ชีวิตของเรากลายเป็นชีวิตเพื่องาน

อนึ่ง พร้อมกับที่ว่าเป็นงานเพื่องานนั้นแหละ มันก็เป็นธรรมไปในตัว

เหมือนอย่างทีบอกว่ ทำงานเพื่อประโยชน์สุขแก่สังคม หรือว่าแพทย์ทำให้คนไข้มีสุขภาพดี การทำให้เกิดประโยชน์สุขแก่สังคม และการช่วยให้คนมีสุขภาพดี ก็เป็นธรรม การที่ครูให้การศึกษแก่เด็กนักเรียน ทำให้นักเรียนมีการศึกษา เป็นคนดี มีสติปัญญา การที่เป็นคนดี การที่มีสติปัญญา การที่มีชีวิตดีงาม ก็เป็นธรรม เพราะฉะนั้น **งานนั้น ก็เพื่อธรรม**

เมื่อเราเอาชีวิตของเราเป็นงาน เองงานของเราเป็นชีวิตไปแล้ว ก็กลายเป็นว่า ชีวิตของเราก็ก็นำไปเพื่อธรรม งานก็นำไปเพื่อธรรม ซึ่งมองกันไปให้ถึงที่สุดแล้ว ไม่ใช่แค่เพื่อเท่านั้น คือ ที่ว่างงานเพื่องาน งานเพื่อธรรม ชีวิตเพื่องาน ชีวิตเพื่อธรรม อะไรต่างๆ นี้ ในที่สุด ทั้งหมดนี้ก็เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

เมื่อถึงขั้นนี้ ก็ไม่ต้องใช้คำว่า "เพื่อ" แล้ว เพราะทำไปทำมา **ชีวิตก็คืองาน งานก็คือชีวิต** และ **งานก็เป็นธรรม** ไปในตัว เมื่องานเป็นธรรม ชีวิตก็เลยเป็นธรรมด้วย ตกลงว่า **ทั้งชีวิตทั้งงาน ก็เป็นธรรม** ไปหมด

When we work for the sake of work itself, eventually our work becomes a key dimension to our lives. Work for the sake of work itself transforms into a way of life conducive to work. Moreover, work becomes an embodiment of virtue.

Working for the benefit of society, for instance a doctor treating ill patients or a teacher educating students and providing them with knowledge and a moral compass, is work grounded in and conducive to virtue.

When we consider daily life as an expression of work, and vice versa, our lives and our work become a source of virtue. Eventually, we can dispose of such words as ‘for the sake of’, ‘conducive to’, and ‘be a source of’ because work, daily life, and virtue become inseparable from one another – they become part of a whole.

พอถึงจุดนี้ ก็เข้าถึงเอกภาพที่แท้จริง ทุกอย่างก็จะถึงจุดที่
สมบูรณ์ในแต่ละขณะ อย่างที่กล่าวแล้ว

ในภาวะแห่งเอกภาพที่ **ชีวิต งาน และ ธรรม** ประสาน
กลมกลืนเข้าเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันนั้น คนที่ทำงานก็จะมีชีวิต
และงานและธรรมสมบูรณ์พร้อม ในแต่ละขณะที่เป็นปัจจุบัน
และจะมีแต่ชีวิตและงานที่มีความสุข ไม่ใช่ชีวิตและงานที่มีความ
เศร้า นี่เป็น**ประการที่หนึ่ง**

ประการที่สอง ชีวิตนั้นมีคุณค่าเป็นประโยชน์ ไม่มีโทษ และ

ประการที่สาม ชีวิตนี้ และงานนั้น ดำเนินไปอย่างจริงจัง
กระตือรือร้น ไม่เฉื่อยชา ไม่ประมาท

ลักษณะของงานอย่างหนึ่งที่เป็นโทษ ก็คือความเฉื่อยชา
ความท้อแท้ ขาดความกระตือรือร้น ซึ่งโยงไปถึงสภาพจิตด้วย

เมื่อเราได้คุณลักษณะของการทำงาน และชีวิตอย่างที่ว่า
มานี้เราก็ได้ **คุณภาพที่ดี ทั้งสามด้าน** คือ ได้ทั้งความสุข ได้
คุณประโยชน์หรือคุณค่า และ ได้ทั้งความจริงจัง กระตือรือร้น ซึ่ง
เป็นเนื้อแท้ในตัวของงานด้วย

ถ้าเป็นอย่างนี้แล้ว ชีวิตนั้นก็ป็นชีวิตที่มีความสมบูรณ์ใน
ตัวเอง ซึ่งในแง่ของงาน ก็เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับงาน แล้วก็ป็น
อันหนึ่งอันเดียวกับประโยชน์สุข ที่จะเกิดแก่ชีวิตและสังคมของ
มนุษย์ด้วย ชีวิตอย่างนี้จึงมีความหมายเท่ากับประโยชน์สุขด้วย

ชีวิตคือประโยชน์สุข เพราะการเป็นอยู่ของชีวิตนั้น
หมายถึงการเกิดขึ้นและการดำรงอยู่ของประโยชน์สุขด้วย

We can even say that, at this stage, life is work and work is life. And as work becomes an embodiment of virtue, life itself becomes an embodiment of virtue. Here, one realizes true unity. The three factors of daily life, work, and virtue exist in harmony. As mentioned earlier, every moment of one's life is then fulfilling.

There are three attributes to this state of unity:

First, one's entire life, including one's work, will be marked by happiness rather than grief.

Second, one's life will be constructive and valuable to oneself and others rather than detrimental.

Third, one will live and work conscientiously, enthusiastically, and diligently. In contrast, faulty work is characterized by laziness, discouragement, and indifference, all of which have a bearing on one's state of mind.

In sum, one is endowed with happiness, value, and diligence – factors essential to work.

Realizing such unity, one's life is inherently fulfilling and complete. This fulfilment encompasses both work and overall wellbeing – individual and social. The very act of living one's life thus entails the regular arising and sustaining of wellbeing and happiness for all.

คนผู้ใดมีชีวิตอยู่อย่างนี้ การเป็นอยู่ของเขาก็คือประโยชน์สุขที่เกิดขึ้นแก่เพื่อนมนุษย์ แก่ชีวิต แก่สังคมตลอดเวลา

ถ้าคนอย่างนี้มีชีวิตยืนยาวเท่าไร ก็เท่ากับทำให้ประโยชน์สุขแก่สังคม แก่มนุษย์ แก่โลก แผ่ขยายไปได้มากเท่านั้น

ดังนั้น อายุที่มากขึ้น ก็คือประโยชน์สุขของคนที่มากขึ้น แพร่หลายกว้างขวางยิ่งขึ้นในสังคม

ครั้งหนึ่ง พระสารีบุตร อัครสาวกฝ่ายขวาของพระพุทธเจ้า ถูกถามว่า ถ้าพระพุทธเจ้ามีอันเป็นอะไรไป ท่านจะมีความโศกเศร้าไหม พระสารีบุตรตอบว่า

ถ้าองค์พระศาสดามีอันเป็นอะไรไป ข้าพเจ้าก็จะไม่มีความโศกเศร้า แต่ข้าพเจ้าจะมีความคิดว่า พระองค์ผู้ทรงมีพระคุณความดีมากมาย ได้ดับล่วงจากไปเสียแล้ว ถ้าหากพระองค์ทรงดำรงอยู่ยาวนาน ก็จะเป็นไปเพื่อประโยชน์สุขแก่พหุชนชาวโลกเป็นอันมาก

พระสารีบุตรตอบอย่างนี้ หมายความว่า เป็นการตั้งทำที่ที่ถูกต้องต่อกัน ทั้งต่อตัวของตนเอง และต่อชีวิตของท่านผู้อื่นด้วย

อย่างที่ได้อธิบายแล้วว่า ชีวิตที่ยืนยาวอยู่ในโลกของคนที่มีคุณสมบัติเช่นนี้ ก็คือ ความแพร่หลายของประโยชน์สุขมากยิ่งขึ้น

The longer a person endowed with these qualities lives, the greater they are able to benefit their society and the world at large. Their longevity engenders more far-reaching blessings for all.

At one time, Ven. Sāriputta, the foremost disciple sitting on the Buddha's righthand side, was asked whether he would be grief-stricken if something were to happen to the Buddha. He replied:

If the Teacher were to undergo change and alteration, I would not be grief-stricken. However, it would occur to me: 'The Blessed One has passed away. Had he lived for a long time, it would have been for the great welfare and happiness of the multitude.'

Ven. Sāriputta's reply indicates a skilful attitude toward the true spirit of work and life in general, both in relation to himself and to others.

ชีวิต งาน และธรรม:

อิสรภาพภายในเอกภาพ

เท่าที่ได้กล่าวมาในเรื่อง "ชีวิตนี้เพื่องาน และงานนี้เพื่อธรรม" ทั้งหมดนี้ ก็เป็นนัยหนึ่งของความหมาย แต่ถ้าจะวิเคราะห์ให้อีกแบบหนึ่ง ชื่อหัวข้อที่ตั้งไว้ ได้แยกชีวิตกับงาน ออกเป็นคำ ๒ คำ

เมื่อเราได้ดึงเอาชีวิตกับงาน มารวมเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันแล้ว แต่ถึงอย่างนั้น ในแง่ของความเป็นจริง มันก็ยังเป็นคำพูดคนละคำ ชีวิตก็เป็นอันหนึ่ง งานก็เป็นอันหนึ่ง เพียงแต่เรา มาโยงให้เป็นเอกภาพ

ทีนี้ แ่งที่ชีวิตกับงานเป็นคนละคำ ยังเป็นคนละอย่าง และ ยังมีความหมายที่ต่างกัน ก็คือ งานนั้นมีลักษณะที่จะต้องทำกัน เรื่อยไป ไม่สิ้นสุด ยังไม่มีความสมบูรณ์เสร็จสิ้นที่แท้จริง เพราะว่า งานนั้นสัมพันธ์กับความเปลี่ยนแปลงของกาลเทศะ และของชุมชน

สังคมมีความเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ เมื่อสังคมเปลี่ยนแปลงไป งานที่ทำก็เปลี่ยนแปลงไปด้วย เพราะฉะนั้น งานจะไม่มี ความสมบูรณ์เสร็จสิ้น ต้องมีการเปลี่ยนแปลงต่อไป ตามสภาพแวดล้อมของสังคม แต่ชีวิตของคนมีความจบสิ้นในตัว จะไม่ไปกับงานตลอดไป อันนี้ก็เป็นอีกแง่หนึ่ง

Daily Life, Work, and Virtue

Freedom Within Unity

The title of this talk, 'Life Conducive to Work – Work Conducive to Virtue' signals a distinction between life and work. Although we discussed how from one angle we can claim that life is work and work is life, thus integrating these two concepts, the fact remains that in common parlance 'life' and 'work' point to two distinct realities. Life is one phenomenon; work is another. For rhetorical purposes, we have simply united them as one.

The distinction between life and work can be explained by the fact that work as a social enterprise must be performed over and over without end. In one sense, work never reaches completion or conclusion because it is tied up with changes in time and place – with fluctuations in temporal and regional circumstances – and with changes in society.

Human societies are constantly in flux. As societies change, so does the work performed in them. In this sense, work never reaches finality as it continues within society and varies according to social conditions. Human life, however, is destined to come to an end. It does not accompany the undertaking of work forever. This is one distinction.

ตามที่พูดไปแล้ว แม้ว่าชีวิตกับงานจะเป็นเอกภาพกันได้ แต่ในแง่หนึ่งก็ยังมีความต่าง อย่างที่ว่างานสำหรับสังคมนี้คงดำเนินต่อไป แต่ชีวิตของคนมีการจบสิ้นได้ และจะต้องจบสิ้นไป

แม้ว่า เราจะไม่สามารถทำให้งานมีความสมบูรณ์เสร็จสิ้น แต่ชีวิตของคนเราแต่ละชีวิต เราควรจะทำให้สมบูรณ์ และชีวิตของเราในโลกนี้ เราก็สามารถทำให้สมบูรณ์ได้ด้วย ทำอย่างไร จะให้สมบูรณ์

ในทางพระพุทธศาสนาได้แสดงหลักเกี่ยวกับจุดหมายของชีวิตไว้ ๓ ขั้นว่า ชีวิตที่เกิดขึ้นมานั้น แม้ว่ามันจะไม่มีจุดหมายของมันเอง เราก็ควรทำให้มีจุดหมาย

เราอาจจะตอบไม่ได้ว่า ชีวิตนี้เกิดมามีจุดมุ่งหมายหรือไม่ เพราะเมื่อว่าตามหลักธรรมแล้ว ชีวิตนี้เกิดมาพร้อมด้วยอวิชชา

ชีวิตไม่ได้บอกเราว่ามันมีจุดมุ่งหมายอย่างนั้นอย่างนี้ แต่เราสามารถตั้งความมุ่งหมายให้แก่มันได้

ด้วยการศึกษาและเข้าใจชีวิต ก็มองเห็นว่า ชีวิตนี้จะเป็นอยู่ดี จะต้องมีความดี จะต้องเข้าถึงสิ่งหรือสภาวะที่มีความดีหรือเป็นประโยชน์แก่มันอย่างแท้จริง

ด้วยเหตุนี้ ทางพระจึงได้แสดงไว้ว่า เมื่อเกิดมาแล้ว ชีวิตของเราควรเข้าถึงจุดหมายระดับต่างๆ เพื่อให้เป็นชีวิตที่สมบูรณ์ ซึ่งเป็นเรื่องที่เราจะต้องทำให้แก่ชีวิตของเราเอง ให้มันมีให้มันเป็นได้อย่างนั้น

ประโยชน์ หรือ จุดหมาย นี้ แบ่งเป็น ๓ ขั้น

Although work as a social enterprise never reaches completion, we can and should bring our individual lives to completion and fulfilment. How is this accomplished?

Technically speaking, human life arises accompanied by ignorance (*avijjā*), and for this reason we cannot definitively state why we were born. Life itself doesn't tell us why we are alive. Yet although there isn't a clear-cut goal or purpose of human life per se, we should establish such a goal or goals. In this context, Buddhism outlines a progression of three goals to which people should aspire.

Through investigation and understanding, we can recognize that a good life is contingent on virtue and integrity and on accessing what is truly valuable and beneficial. In order to live a fulfilled life, we must therefore realize specific goals or benefits. And it is up to us to generate these benefits.

The three kinds of goals or benefits outlined in Buddhism are as follows:¹⁴

¹⁴ Trans.: *diṭṭhadhammikattha*, *samparāyikattha*, and *paramattha*, respectively. The Pali word 'attha' (*aṭṭha* esp. in combinations) has a variety of meanings. Both 'goal' and 'benefit' are valid translations.

จุดหมายที่หนึ่ง เรียกว่า **จุดหมายที่ตามองเห็น** จุดหมายของชีวิตที่ตามองเห็น โดยพื้นฐานที่สุด ก็คือ การมีรายได้ มีทรัพย์สินเงินทอง มีปัจจัย ๔ พอพึ่งตัวเองได้ การเป็นที่ยอมรับและอยู่ร่วมกับคนอื่นได้

เรื่องผลประโยชน์และความจำเป็นต่างๆ ทางวัตถุและทางสังคมเหล่านี้ ชีวิตของเราจำเป็นต้องพึ่งอาศัย เราปฏิเสธไม่ได้ พุดง่าย ๆ ก็คือการพึ่งตัวเองได้ในทางเศรษฐกิจและสังคม เป็นหน้าที่ของเราที่จะต้องทำให้เกิดให้มี

ทุกคนควรจะต้องพิจารณาตัวเองว่า ในขั้นที่หนึ่ง เกี่ยวกับการมีทรัพย์สินที่จะใช้สอย มีปัจจัยที่พออยู่ได้ การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นในสังคม เรื่องของความอยู่ดี พึ่งตนเองได้ในทางเศรษฐกิจและสังคม ซึ่งเป็นประโยชน์ที่ตามองเห็นนี้ เราทำได้แค่ไหน บรรลุผลไหม นี่คือขั้นที่หนึ่งที่ท่านให้ใช้เป็นหลักวัด

ต่อไปขั้นที่สอง **จุดหมายที่เลยตามองเห็น** หรือประโยชน์ซึ่งเลยไกลออกไปข้างหน้า เลยจากที่ตามองเห็น ซึ่งรวมถึงเลยจากโลกนี้ไปด้วย ก็คือด้านในหรือด้านจิตใจ หมายถึงการพัฒนาชีวิตจิตใจ รวมทั้งการมีความสุขในการทำงาน การมองเห็นคุณค่าของงานในแง่ความหมายที่แท้จริง ว่าเป็นประโยชน์ต่อเพื่อนมนุษย์ หรือเพื่อสันติสุข ความประพฤติสุจริต ความมีน้ำใจพร้อมที่จะสละจะทำอะไรเพื่อประโยชน์ส่วนรวมและการช่วยเหลือต่างๆ

คุณค่าและคุณธรรมเหล่านี้ ซึ่งทำให้เกิดความมั่นใจและเอิบอิมภายในจิตใจ มั่นใจถึงขนาดที่ว่าไม่ต้องหวั่นหวาดกลัวภัยโลกหน้า เป็นความสุขที่ลึกซึ้ง เป็นสิ่งที่เลยจากตามองเห็น

The first kind is called ‘visible goal’ or ‘visible benefit’. Primary examples include: having a decent income, having enough money, and possessing an adequate amount of the four requisites to support oneself; and being honoured by others and living together free from conflict.

These conspicuous material and social benefits are of vital importance. It is our responsibility to secure economic and social necessities for existence, and we should ask ourselves to what extent we have achieved this task.

The second kind is called ‘inconspicuous goal’ or ‘inconspicuous benefit’. It can also be defined as: ‘future benefit’, ‘benefit of the next life’, or ‘spiritual benefit’. It refers to cultivating the mind – to nurturing such qualities as honesty, kindness, and generosity. In this context, it includes being happy with one’s work and discerning the genuine value of work, namely, to be of service to fellow human beings and to foster inner peace.

These wholesome qualities give rise to confidence and profound contentment. One can generate such a degree of confidence that no fear or trepidation remains of the hereafter.

คนหลายคน แม้จะมีประโยชน์ที่ตามองเห็นพร้อมพร้อม บริบูรณ์ แต่ไม่มีความสุขที่แท้จริงเลย เพราะพ้นจากที่ตามองเห็นไปแล้ว จิตใจไม่พร้อม ไม่ได้พัฒนาเพียงพอ เพราะฉะนั้น ต้องมองว่า ในส่วนที่มองไม่เห็น คือเลยไปกว่านั้น ยังมีอีกส่วนหนึ่ง แล้วส่วนนั้นเรามีแคไหนเพียงไร

สุดท้าย **จุดหมายที่พ้นเหนือโลก** หรือจุดหมายที่พ้นเป็นอิสระ เรียกว่า ประโยชน์สูงสุด คือประโยชน์เหนือทั้งที่ตามองเห็น และที่เลยจากตามองเห็น

ประโยชน์ในขั้นที่สองนั้น แม้จะเลยจากที่ตามองเห็นไปแล้ว ก็ยังเป็นเพียงเรื่องนามธรรมในระดับของความดีงามต่างๆ ซึ่งแม้จะสูง แม้จะประเสริฐ ก็ยังมีความยึดความติดอยู่ในความดีความงามต่างๆ เหล่านั้น และยังคงอยู่ในข่ายของความทุกข์ ยังไม่พ้นเป็นอิสระแท้จริง

ส่วนจุดมุ่งหมายขั้นสุดท้ายนี้ ก็คือการอยู่เหนือสิ่งเหล่านั้นขึ้นไป คือความเป็นอิสระโดยสมบูรณ์ ซึ่งทางพระพุทธศาสนาถือว่า ความเป็นอิสระโดยสมบูรณ์เป็นจุดมุ่งหมายที่แท้จริงของชีวิต

ตอนนี้ แม้แต่งานที่ว่าสำคัญ เราก็ต้องอยู่เหนือมัน เพราะถึงแม้ว่า งานกับชีวิตของเราจะเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน แต่ตราบไคที่เรายังมีความติดในงานนั้นอยู่ ยังยึดถือเป็นตัวเรา เป็นของเรา งานแม้จะเป็นสิ่งที่ดีงาม มีคุณค่า เป็นประโยชน์ แต่เราก็จะเกิดความทุกข์จากงานนั้นได้ มันยังอาจจะเหนียวรั้งให้เราเอนเอียงได้

จึงจะต้องมาถึงขั้นสุดท้ายอีกขั้นหนึ่ง คือ ความหลุดพ้นเป็นอิสระโดยสมบูรณ์ อยู่เหนือสิ่งทั้งปวง แม้แต่สิ่งที่เรียกว่างาน

Despite having abundant visible benefits, many people are devoid of genuine happiness. Their minds are not ready to rise above material gain and social advantage. One can say that they are still immature. We should recognize that there is a higher benefit and consider to what extent we have realized it.

The third kind is called ‘transcendent goal’ or ‘transcendent benefit’. It can also be defined as ‘benefit of liberation’ or ‘supreme benefit’. It surpasses both visible and inconspicuous benefit.

Although the second kind rises above visible benefit, it is still confined to meritorious aspects of the mind. Although it is lofty and esteemed, it is often still encumbered by attachment to various forms of goodness and caught in the web of suffering. It does not constitute true liberation.

The final kind transcends these limitations. It refers to perfect and complete liberation which in Buddhism is regarded as the ultimate goal of human life.

Although work is important, we should rise above it. Even if daily life and work are united as one, if we attach to our work and identify with it as ‘me’ and ‘mine’, we will suffer as a result. Even if our work is wholesome, valuable, and constructive, it can hold us back and lead us off course.

For this reason, we must realize the supreme benefit of perfect freedom and liberation by which we transcend all phenomena including work and even virtue itself.

ในขั้นนี้เราจะทำงานให้ดีที่สุด โดยที่จิตใจไม่ติดค้างกังวลอยู่กับงาน ไม่ว่าในแง่ที่ตัวเราจะได้ผลอะไรจากงานนั้น หรือในแง่ว่างานจะทำให้ตัวเราได้อะไรเป็นอย่างนั้นๆ หรือแม้แต่ในแง่ว่างานของเราจะต้องเป็นอย่างนั้นๆ

การมองตามเหตุปัจจัยนั้น เป็นตัวต้นทาง ที่จะทำให้เรามาถึงขั้นนี้ ในเวลาที่ทำงาน เราทำด้วยความตั้งใจอย่างดีที่สุด มุ่งแน่วเด็ดเดี่ยวว่าต้องให้สัมฤทธิ์ผลบรรลุจุดหมายนั้นๆ

แต่พร้อมกันนั้น ก็มีท่าทีของจิตใจที่ตระหนักรู้ถึงความ เป็นไปตามเหตุปัจจัย ทำการให้ตรงเหตุปัจจัย มองไปตามเหตุปัจจัย ถ้างานนั้นมันเป็นไปตามเหตุปัจจัย มันก็เป็นเรื่องของเหตุปัจจัยที่จะให้เป็นไป ไม่ใช่เรื่องของตัวเราที่จะเข้าไปรับกระทบ เข้าไปอยาก เข้าไปยึด หรือถือค้างไว้

เรามีหน้าที่แต่เพียงทำเหตุปัจจัยให้ดีที่สุด ด้วยความรู้ที่ชัดเจนที่สุด มีแต่ตัว รู้ คือ รู้ว่าที่ดั่งามถูกต้องหรือเหมาะสมเป็นอย่างไร รู้ว่าเหตุปัจจัยที่จะให้เป็นอย่างนั้นคืออะไรแล้ว ทำตามที่รู้ คือ ทำเหตุปัจจัยที่รู้ว่าจะทำให้เกิดผลเป็นความดั่งามถูกต้องเหมาะสมหรือควรอย่างนั้น

เมื่อทำเหตุปัจจัยแล้ว มันก็เป็นเรื่องของเหตุปัจจัยนั้นแหละที่จะทำให้เกิดผลขึ้นมา เราหมดหน้าที่แค่นั้น ไม่ต้องมายุ่งใจนอกเหตุปัจจัย ไม่ต้องไปอยากไปยึด ตอนนี้ใจของเราก็เรียกว่าลอยพ้นออกมาได้ส่วนหนึ่ง

By realizing the supreme benefit, we will work in an optimal way without any lingering anxiety regarding how we will be compensated, how we will be honoured or promoted, or whether the unfolding of work meets our preconceived ideas.

The entry point for realizing this benefit is seeing into the law of causality. With this insight, we will work with determination, firmly intent on accomplishing a specific objective. We will act in line with those factors enabling the causal dynamic to proceed. The process won't be bound to a fixed self-identity with its lingering cravings and attachments.

Our sole responsibility is to attend to causes and conditions in the best way possible using clear discernment. First, we understand what is skilful and appropriate, and understand which causal factors facilitate a specific outcome. Second, we act based on this understanding – generating those causes and conditions leading to a suitable and virtuous result.

Our responsibility is carried out by generating requisite causes and conditions which then bear fruit on their own. We needn't bother with other matters. We needn't get caught up in craving and clinging. At this point, our minds have reached a degree of freedom.

เมื่อใดเราเข้าถึงความจริงโดยสมบูรณ์แล้ว จิตใจของเรา ก็จะเป็นอิสระอย่างแท้จริง ซึ่งทำให้ทำงานนั้นได้ผลสมบูรณ์ โดยที่พร้อมกันนั้นก็ไม่ได้ทำให้ตัวเราตกไปอยู่ใต้ความกดดัน หรือในการบีบคั้นของตัวงานนั้นด้วย แต่เราสุขสบายโปร่งใจอยู่ตามปกติของเรา

อันนี้เป็นประโยชน์สูงสุดในขั้นสุดท้าย ถ้าสามารถทำได้ อย่างนี้ ชีวิตก็就会有ความสมบูรณ์ในตัว

ดังได้กล่าวแล้วว่า งานไม่ใช่เป็นตัวเรา และก็ไม่ใช่เป็นของเราจริง แต่งานนั้นเป็นกิจกรรมของชีวิต เป็นกิจกรรมของสังคม เป็นสิ่งที่ชีวิตของเราเข้าไปสัมพันธ์เกี่ยวข้อง และก็ต้องผ่านกันไป ในที่สุด

งานนั้น เราไม่สามารถทำให้สมบูรณ์แท้จริง เพราะมันขึ้นกับผลที่มีต่อสิ่งอื่น ขึ้นกับปัจจัยแวดล้อม กาลเทศะ ความเปลี่ยนแปลงของสังคม คนอื่นจะต้องมาร่วมทำกันต่อไป

แต่ชีวิตของเราแต่ละคน เป็นสิ่งที่ทำให้สมบูรณ์ได้ และเราสามารถทำให้สมบูรณ์ได้ แม้แต่ด้วยการปฏิบัติงานนี้แหละอย่างถูกต้อง

เมื่อเราปฏิบัติต่องานหรือทำงานอย่างถูกต้อง มีท่าทีของจิตใจต่องานถูกต้องแล้ว ชีวิตก็จะเป็นชีวิตที่สมบูรณ์ในตัวในแต่ละขณะนั้นนั่นเอง นี่คือประโยชน์ในระดับต่างๆ จนถึงขั้นสูงสุดที่ทางธรรมได้สอนไว้

When we penetrate ultimate truth and arrive at the supreme benefit, our minds are completely emancipated. We will then be able to engage in our work in the most effective way possible, without being overwhelmed by the pressure and strain of work. Instead, we will abide in a natural state of spaciousness and ease, and our lives will be inherently satisfying.

Work does not constitute who we really are nor does it truly belong to us. It is a human activity, a social activity, an activity that we as individuals simply take part in. In the end, we must leave it behind.

Work never actually reaches finality because it is dependent on the effects of other phenomena, on surrounding conditions, on time and place, and on changes in society. Other people must take over and assume responsibility where we have left off.

Our individual lives, however, can be brought to completion even through engaging in work. When we establish a skilful attitude towards work, every moment of our lives will be fulfilling.

รวมความว่า ภาวะที่ชีวิต งาน และธรรม ประสานกลมกลืนเข้าด้วยกันเป็นหนึ่งเดียว หรือเอกภาพ ที่กล่าวมานั้น เมื่อวิเคราะห์ลงไปแล้ว ยังแยกได้เป็น ๒ ระดับ

ในระดับหนึ่ง แม้ว่าในเวลาทำงาน ชีวิตจะเต็มอิ่มสมบูรณ์ในแต่ละขณะนั้นๆ ทุกขณะ เพราะชีวิตจิตใจกลมกลืนเข้าไปในงาน เป็นอันเดียวกัน พร้อมทั้งมีความสุขพร้อมอยู่ด้วยในตัว แต่ลึกลงไปในจิตใจ ก็ยังมีความยึดติดถือมั่นอยู่ว่างานของเราๆ พร้อมด้วยความอยากความหวังความหมายมั่น และความหวาดหวั่นว่า ขอให้เป็นอย่างนั้นเถิด มันจะเป็นอย่างนั้นหรือไม่หนอ เป็นต้น จึงยังแฝงเอาเชื้อแห่งความทุกข์ซ่อนไว้ลึกซึ้งในภายใน

ขั้นนี้ยังเป็นเอกภาพที่มีความแยกต่างหาก ซึ่งสิ่งที่ต่างหากกันเข้ามารวมกัน มีตัวตนที่ไปรวมเข้ากับสิ่งอื่น หรือฝังกลิ้งเข้าไปในสิ่งนั้นงานนั้น ซึ่งเมื่อมีการรวมเข้า ก็อาจมีการแยกออกได้อีก

ส่วน ในอีกระดับหนึ่ง ความประสานกลมกลืนของชีวิตจิตใจกับงานที่ทำ เป็นไปพร้อมด้วยความรู้เท่าทันตามความเป็นจริง ในธรรมชาติของชีวิตและการทำงานเป็นต้น ที่เป็นไปตามเหตุปัจจัย โดยไม่ต้องอยากไม่ต้องยึดถือสำคัญมั่นหมาย ให้นอกเหนือ หรือเกินออกไปจากการกระทำตามเหตุผลด้วยความตั้งใจและเพียรพยายามอย่างจริงจัง

ขั้นนี้เป็นภาวะของอิสรภาพ ซึ่งเอกภาพเป็นเพียงสำนวนพูด เพราะแท้จริงแล้ว ไม่มีอะไรแยกต่างหากที่จะต้องมารวมเข้าด้วยกัน เนื่องจากไม่มีตัวตนที่จะเข้าไปรวมหรือแยกออกมา เป็นเพียงความเป็นไปหรือดำเนินไปอย่างประสานกลมกลืนในความสัมพันธ์ของสิ่งทั้งหลาย

Upon further analysis, the state of unity whereby daily life, work, and virtue are integrated can be separated into two stages:

First, even while working, one is satisfied because daily life exists in harmony with work and one is imbued with happiness in each moment. Entrenched in the heart, however, one harbours a personal identification with work accompanied by longing, expectation, ambition, and so on. In addition, one experiences apprehension that one's desired success might not be achieved. The seeds of suffering thus lie buried deep within.

At this stage, unity is still marked by division. An ego – a fixed self-identity – infiltrates the process or gets tangled up in external matters. With such complicity or involvement by a 'self', there is the potential for a sense of division and alienation.

Second, integration of daily life and work is accompanied by an understanding of the conditional nature of phenomena, including human life and work. The mind is free from craving and attachment. It does not desire anything apart from acting in line with cause and effect with steadfast commitment and perseverance.

This second stage refers to the state of liberation. The word 'unity' is used simply as a figure of speech. In fact, there is no separate entity that merges with these elements of human life. No fixed ego or undying essence exists that enters into or breaks off from the process. All that exists is a harmonious, interrelated unfolding of phenomena.

ที่แท้ก็คือความโปร่งโล่งเป็นอิสระ เรียกว่าภาวะปลอดทุกข์ ไร้ปัญหา เพราะไม่มีช่องให้ความคับข้องติดขัดบีบคั้นเกิดขึ้นได้เลย

ฉะนั้น พึงเข้าใจว่า ภาวะที่ชีวิต งาน และธรรม ประสานกลมกลืนเข้าเป็นหนึ่งเดียว ดังได้กล่าวมาก่อนหน้านี้ ซึ่งผู้ทำงานมีชีวิตเต็มสมบูรณ์เสร็จสิ้นไปในแต่ละขณะ ที่เป็นปัจจุบันนั้น ว่าที่จริงแล้ว เมื่อถึงขั้นสุดท้าย ก็ตรงกันกับภาวะของการมีชีวิตที่เป็นอิสระอยู่พ้นเหนืองาน ที่กล่าวถึงในที่นี้นั่นเอง

ทั้งนี้เพราะว่า ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันนั้น หมายถึงความสัมพันธ์ที่กลมกลืนเสร็จสิ้นผ่านไปในแต่ละขณะ ไม่ใช่เป็นการเข้าไปยึดติดผูกพันอยู่ด้วยกัน ซึ่งแม้จะอยู่ในขณะเดียวกัน ก็กลายเป็นแยกต่างหาก จึงมารวมหรือยึดติดกัน

แต่ในภาวะที่เป็นเอกภาพอย่างสมบูรณ์แท้จริง ผู้ที่ทำงานมีชีวิตเป็นงาน และมิงานเป็นชีวิตในขณะนั้นๆ เสร็จสิ้นไป โดยไม่มีตัวตนที่จะแยกออกมายึดติดในขณะนั้น และไม่มีอะไรค้างใจเลยไปจากปัจจุบัน จึงเป็นอิสระภาพในท่ามกลางแห่งภาวะที่เรียกว่าเป็นเอกภาพนั้นทีเดียว

เป็นอันว่า *ชีวิตนี้เพื่องาน งานนี้เพื่อธรรม* และลึกลงไปอีกชีวิตนี้ก็ป็นงาน และงานนี้ก็ป็นธรรม และชีวิตก็เป็นธรรมเองด้วย จนกระทั่งในที่สุด ชีวิตนี้ก็มาถึงขั้นสุดท้าย คือเป็นชีวิตที่เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับงาน แต่ก็เป็นอิสระอยู่พ้นเหนือแม่แต่งาน

ก็เป็นอันว่า ถึงความจบสิ้นสมบูรณ์ ถ้าถึงขั้นนี้ ก็เรียกว่าเป็นประโยชน์สูงสุดในประโยชน์สามขั้น ที่เราจะต้องทำให้ได้

Liberation can be referred to as ‘freedom from suffering’ on account of there being no room for mental affliction to arise.

Ultimately, the unity of daily life, work, and virtue, whereby people are fulfilled in every moment, thus corresponds to living a life of inner freedom.

The term ‘unity’ is used here to imply a harmonious interrelationship that passes away in each present moment, absent of any lasting bond or association. Although the various factors exist simultaneously, they are distinct – combining or uniting for a mere moment.

In regard to perfect unity, whereby in every moment life is an extension of work and work is an extension of life, no fixed sense of self becomes entangled in the process or spills over from the present into the future. The heart remains independent and free amidst the unity.

Whether in terms of today’s title: ‘Life Conducive to Work – Work Conducive to Virtue’, or in terms of the expressions: ‘daily life as an expression of work’, ‘work as an embodiment of virtue’, and ‘life as an embodiment of virtue’, ultimately they point to a life in unison with, yet also transcending, work. Such a state of fulfilment and perfection is represented by the term ‘supreme benefit’ mentioned earlier.

พระพุทธศาสนาบอกไว้ว่า คนเราเกิดมาควรเข้าถึงประโยชน์ให้ครบสามขั้น และประโยชน์ทั้งสามขั้นนี้แหละคือเครื่องมือ หรือเกณฑ์มาตรฐานที่ใช้วัดผลของตนในการดำเนินชีวิต

ถ้าเราดำเนินชีวิตของเราไปแล้ว คอยเอาหลักประโยชน์หรือจุดหมายสามขั้นนี้มาวัดตัวเองอยู่เสมอ เราก็จะเห็นการพัฒนาของตัวเอง

ไม่ว่าเราจะมองชีวิตเป็นการพัฒนาตนเอง หรือเป็นการสะสมสร้างสรรค์ความดีก็ตาม หลักประโยชน์สามขั้นนี้สามารถนำมาใช้ได้เสมอไป ใช้ได้จนถึงขั้นสมบูรณ์เป็นอิสระ จบการพัฒนา อยู่พ้นเหนือการที่จะเป็นทุกข์ แม้แต่เพราะความดี

Buddhism urges us all to realize the three benefits. These three benefits or goals can be used as criteria to measure how we are conducting our lives. By regularly applying these principles for self-evaluation, we will recognize and appreciate advances in our personal development.

Whether we view life as an opportunity for self-improvement or as an opportunity for cultivating virtue, these three principles are always relevant up to the realization of supreme liberation and utter purity of heart – the complete cessation of suffering.

บันทึกเรื่องลิขสิทธิ์การแปล

ขอแจ้งไว้เพื่อเป็นหลักในการปฏิบัติต่อไปว่า เนื่องจากหนังสือทั้งปวงของอาตมภาพเป็นงานวรรณทาน เพื่อประโยชน์สุขของประชาชน ไม่มีค่าลิขสิทธิ์อยู่แล้ว เมื่อท่านผู้ใดเห็นคุณค่า และมีบุญเจตนานำไปแปลเผยแพร่ ไม่ว่าจะแปลจากภาษาอังกฤษเป็นภาษาไทย หรือจากภาษาไทยเป็นภาษาอังกฤษ หรือภาษาอื่นใด ก็เป็นการช่วยกันเผยแพร่ธรรมบำเพ็ญประโยชน์ให้กว้างออกไป

ผู้ที่ทำงานแปลนั้น ย่อมต้องใช้ความรู้ความสามารถในการที่จะแปล โดยสละเรี่ยวแรง สละเวลามีขึ้นน้อย ถ้าผลงานแปลนั้นทำด้วยความตั้งใจ น่าเชื่อถือหรือเป็นที่วางใจได้ ในเมื่ออาตมภาพไม่ถือค่าลิขสิทธิ์ในงานต้นเรื่องนั้นอยู่แล้ว ลิขสิทธิ์ฉบับแปลนั้น ๆ ก็ย่อมถือได้ว่าเป็นของผู้แปล ในฐานะเป็นเจ้าของผลงานแปลนั้น โดยผู้แปลดูแลรับผิดชอบค่าแปลของตน และเป็นผู้พิจารณาอนุญาตเอง ในการที่จะให้ผู้หนึ่งผู้ใดนำฉบับแปลของตนไปดำเนินการอย่างหนึ่งอย่างใด ไม่ว่าจะพิมพ์แจกเป็นธรรมทาน หรือพิมพ์จำหน่าย ทั้งในประเทศและต่างประเทศ ตามแต่จะเห็นสมควร

ทั้งนี้ สิ่งที่ผู้แปลจะพึงร่วมมือเป็นการแสดงความเอื้อเฟื้อ ก็คือ ทำการให้ชัด มิให้เกิดความเข้าใจผิดว่า อาตมภาพได้รับค่าตอบแทนหรือผลประโยชน์ใด ๆ และแจ้งให้อาตมภาพ ในฐานะเจ้าของเรื่องเดิมได้ทราบทุกครั้งที่มีการตีพิมพ์ และถ้าเป็นไปได้ น่าจะมอบหนังสือที่ตีพิมพ์เสร็จแล้วประมาณ ๑๐ เล่ม เพื่อเป็นหลักฐานและเป็นข้อมูลทางสถิติต่อไป

อนึ่ง ผู้แปลอาจแสดงน้ำใจเอื้อเฟื้ออีก โดยแสดงเจตนาตามความซื่อซื่อหนึ่ง หรือทุกข้อ ต่อไปนี้

ก) ให้อาตมภาพเจ้าของเรื่องต้นเดิมนั้นก็ตาม วัตถุประสงค์วันก็ตาม พิมพ์งานแปลนั้นเผยแพร่ได้ โดยพิมพ์แจกเป็นธรรมทาน

ข) ให้อาตมภาพ อนุญาตให้ผู้ใดผู้หนึ่งพิมพ์งานแปลนั้นเผยแพร่ได้ เฉพาะในกรณีที่เป็น การพิมพ์แจกเป็นธรรมทาน

ค) ให้อาตมภาพก็ตาม วัตถุประสงค์วันก็ตาม อนุญาตให้ผู้ใดผู้หนึ่งพิมพ์งานแปลนั้นเผยแพร่ได้ เฉพาะในกรณีที่เป็นการพิมพ์แจกเป็นธรรมทาน

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต)

๗ พฤศจิกายน ๒๕๕๒

Memorandum on Translation Copyrights

This statement is hereby made to serve henceforth as guidelines [for prospective translators]. As all my books are meant to be gifts of the Dhamma for the welfare and happiness of the people, and are already without royalties, when anyone on seeing their merits wishes, out of good intention, to translate them for publication, whether from English into Thai or from Thai into English or any other language, it is deemed as helping with the promulgation of the Dhamma and furtherance of the public good.

Those working on translation projects must, of necessity, apply their knowledge and ability in their undertakings by putting in no small amount of effort and time. If their translation outputs are produced with attentiveness and are credible or reliable, and since I do not accept any royalties for my source texts, then the respective copyrights of those translations are to be acknowledged as belonging to the translators as proprietors of the translated texts. The translators themselves are to be in charge of and responsible for their own translations, and it is also at their own discretion as they see fit to grant permission to any party concerned to make any use of their translations, whether it be publishing for free distribution as gifts of the Dhamma or publishing for sale, in this country and abroad.

In this connection, what the translators are advised to cooperate to do, as a gesture of courtesy, is to make things clear so as to prevent the misunderstanding that I accept remunerations or any other benefits. They are also requested to notify me, as the original author, every time such a publication takes place. If possible, approximately ten copies of each published work should be given to me as evidence of the publication and for record keeping purposes.

In addition, the translators might further show their generosity by pledging to do any one or all of the following:

a) allow me, the original author, or Wat Nyanavesakavan to publish the translations for free distribution as gifts of the Dhamma;

b) allow me to grant permission to any party concerned to publish the translations exclusively in the case of publishing for free distribution as gifts of the Dhamma;

c) allow me or Wat Nyanavesakavan to grant permission to any party concerned to publish the translations exclusively in the case of publishing for free distribution as gifts of the Dhamma.

Phra Brahmagunabhorn (P. A. Payutto)

November 7, 2009

