

ชีวิตที่สมบูรณ์

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์
(ป. อ. ปยุตฺโต)

A Fulfilled Life

P. A. Payutto
(Somdet Phra Buddhaghosacariya)

ชีวิตที่สมบูรณ์

© สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต)

A Fulfilled Life

by Somdet Phra Buddhaghosacariya (P. A. Payutto)

translated by Robin Moore

© 2023 English edition – P. A. Payutto

ฉบับภาษาไทย พิมพ์ครั้งแรก ๒๕๓๗

ฉบับไทย - อังกฤษ พิมพ์ครั้งแรก เมษายน ๒๕๖๖

เล่ม

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

Original Thai version first published: 1994

Translated English version first published: April 2023

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

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

พิมพ์เผยแพร่เป็นธรรมทาน โดยไม่มีค่าลิขสิทธิ์

ท่านที่ประสงค์จัดพิมพ์ โปรดติดต่อขออนุญาตที่

วัดญาณเวศกวัน ต.บางกระพิก อ.สามพราน จ.นครปฐม ๗๓๒๑๐

www.watnyanaves.net

พิมพ์ที่

อนุโมทนา

คุณพีรนุช เกียรติสมมารถ มีกุศลฉันท์ะ ได้ว่าจ้างให้คุณโรบิน มัวร์ (Mr. Robin Philip Moore) แปลวรรณนิพนธ์ของเจ้าประคุณสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต) จำนวน ๑๖ เล่ม เป็นภาษาอังกฤษ เมื่อแปลเสร็จแล้ว ได้ตีพิมพ์ออกมาเพื่อแจกเป็นธรรมทานอย่างต่อเนื่อง ต่อมา คุณพีรนุชได้นำผลงานแปลเป็นภาษาอังกฤษ และลิขสิทธิ์ในผลงานแปลเหล่านั้น น้อมถวายแด่เจ้าประคุณสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต) เมื่อวันที่ ๑๓ พฤษภาคม ๒๕๖๕ เพื่อที่เจ้าประคุณสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต) จะได้นำไปตีพิมพ์เผยแพร่เป็นธรรมทานต่อไป

บัดนี้ คุณโรบิน มัวร์ ได้แปลวรรณนิพนธ์ขึ้นมาอีกเล่มหนึ่ง คือ *ชีวิตที่สมบูรณ์ (A Fulfilled Life)* เมื่อแปลเสร็จแล้ว ได้มอบผลงานแปล พร้อมทั้งลิขสิทธิ์ ให้เป็นเครื่องแสดงน้ำใจขอบคุณ แก่คุณพีรนุช เกียรติสมมารถ นับเป็นผลงานอันดับที่ ๑๗ ที่คุณพีรนุช จะได้อวยลิขสิทธิ์แด่เจ้าประคุณสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต)

คุณพีรนุช เกียรติสมมารถ เมื่อได้รับงานแปลเล่มล่าสุดนี้แล้ว ก็ได้ดำริให้มีการตีพิมพ์หนังสือเล่มนี้ เป็นสองพากย์ ไทย-อังกฤษ เพื่อจะได้เผยแพร่ให้เป็นประโยชน์มากที่สุดแก่ผู้อ่านทั้งสองพากย์นั้น

อาตมาภาพได้รับทราบและขออนุโมทนากุศลฉันท์ะและบุญกุริยามากมาย ของคุณพีรนุช เกียรติสมมารถ ที่ได้บำเพ็ญการบุญ การกุศล ในการอุปถัมภ์บำรุง พระศาสนา เช่น ส่งเสริมพระภิกษุสามเณรให้ได้รับการศึกษาเล่าเรียนในทุกระดับชั้น จนถึงระดับปริญญาเอก ซึ่งมีจำนวนมากรูปทีเดียว

ที่สำคัญยิ่ง คือ การบำเพ็ญธรรมทานด้วยการจัดจ้างให้มีการแปลผลงานนิพนธ์ของเจ้าประคุณสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต) เป็นภาษาอังกฤษ เพื่อเผยแพร่ธรรมะให้กว้างไกลออกไปได้ทั่วโลก และจัดพิมพ์หนังสือที่แสดงหลักธรรมคำสอนอันทรงคุณค่า ที่จะทำให้ผู้ที่ได้อ่านได้ศึกษา นำไปใคร่ครวญพิจารณา พาให้เกิดมีสัมมาทิฐิ อันสามารถปรับแปรแก้ไขและพัฒนาชีวิตให้เจริญออกงามไปในวิถีทางที่ประเสริฐไพบูลย์ ขออัญมณฑนาการบำเพ็ญบุญเพิ่มพูนกุศลบุญราศี ที่ได้ชวนชวายุปฏิบัติมาอย่างจริงจังตลอดกาลเวลายาวนาน ขอให้กุศลบุญราศี พร้อมด้วยธรรมทานนี้ จงเป็นพลวปัจจัยอำนวยผลให้เกิดอายุ วรรณะ โภคะ สุขะ พละ และการประจักษ์แจ้งพระนิพพาน แก่คุณพีรบุรุษเกียรติสมมารถ และครอบครัว ตลอดกาลสืบไปในอนาคตกาลด้วย เทอญ

พระมงคลธีรคุณ

เจ้าคณะตำบลบ้านใหม่

รองเจ้าอาวาสวัดญาณเวศกวัน

๑๔ มีนาคม ๒๕๖๖

Anumodana – Appreciation

Over a period of six years, endowed with a desire for truth and understanding, Khun Peeranuch Kiatsommart employed Mr. Robin Philip Moore to translate sixteen Dhamma books authored by Somdet Phra Buddhaghosacariya (P. A. Payutto). She also sponsored the publication of these English translations for free distribution. Later, on 13 May 2022, she offered the copyright of all these publications to Somdet Phra Buddhaghosacariya so that he could give consideration and approval to those interested in printing these books as a gift of the Dhamma in the future.

At this time, Mr. Robin Moore has translated an additional book – *A Fulfilled Life* – and as an expression of gratitude has offered it, along with the copyright, to Khun Peeranuch. She in turn has offered the copyright of this book to Somdet Phra Buddhaghosacariya as before, thus marking the seventeenth book in this series.

Khun Peeranuch has the intention to publish this latest book in a bilingual format to be of greatest value to readers, both Thai and English.

I am well aware of and rejoice in Khun Peeranuch's wholesome enthusiasm and meritorious actions in supporting Buddhism, which include funding many monks and novices in their education all the way up to doctoral studies.

Of vital significance, Khun Peeranuch has provided the gift of the Dhamma by sponsoring the translation and publication of works by Somdet Phra Buddhaghosacariya, thus disseminating the Buddha's teachings throughout the world. Students of Buddhism can reflect on these precious teachings, leading to right view and to living a life of fulfilment and excellence. I wish to express my sincere appreciation for her meritorious acts and steadfast development of virtue.

May this accumulation of goodness and the sharing of Dhamma blossom as enduring longevity, beauty, wealth, happiness, and strength, and support the realization of Nibbāna, for Khun Peeranuch Kiatsommart and her family.

Phramongkoltheeragun

Ban Mai Ecclesiastical Governor

Deputy Abbot of Wat Nyanavesakavan

14 March 2023

สารบัญ

ทำบุญเพื่ออะไร? ๑

ชีวิตที่สมบูรณ์ ๕

อย่ามองข้ามความสำคัญของวัตถุ..... ๕

จุดเริ่มต้นคือ ประโยชน์สุขขั้นพื้นฐาน ๕

พื้นฐานจะมั่นคง ต้องลงรากให้ลึก..... ๗

ถ้าลงลึกได้ จะถึงประโยชน์สุขที่แท้ ๑๐

ถึงจะเป็นประโยชน์แท้ แต่ก็ยังไม่สมบูรณ์ ๑๓

ถ้ากระแฉ่งเป็นสอง ก็ต้องมีการปะทะกระแทก ๑๕

พอประสานเป็นกระแสเดียวได้ คนก็สบายงานก็สำเร็จ ๑๗

ปัญญามานำ มองตามเหตุปัจจัย

ตัวเองก็สบาย แถมยังช่วยคนอื่นได้อีก ๒๐

ประโยชน์สุขที่สมบูรณ์จะเกิดขึ้นได้ จิตใจต้องมีอิสรภาพ ๒๒

อิสรชน คือคนที่ไม่ยุบไม่พอง ๒๔

ถ้าไซคมา ฉันจะมอบมันให้เป็นที่ของขวัญแก่มวลประชา ๒๖

ถ้าเคราะห์มา มันคือของขวัญที่ส่งมาช่วยตัวฉันให้ยิ่งพัฒนา ๒๘

ทำไม โลกยิ่งพัฒนา ชาวประชายังเป็นคนที่สุขยาก..... ๓๒

ความสุขจะเพิ่มทวี ถ้าพัฒนาอย่างมีดุลยภาพ ๓๔

ถ้าไม่มีความสุขแบบประสาน ก็ไม่มีการพัฒนาแบบยั่งยืน ๓๖

การพัฒนาแบบยั่งยืน มาด้วยกันกับความสุขแบบยั่งยืน..... ๓๘

ชีวิตสมบูรณ์ ความสุขก็สมบูรณ์ สังคมก็สุขสมบูรณ์

เพราะจิตเป็นอิสระด้วยปัญญา ที่ถึงการพัฒนาอย่างสมบูรณ์ ๔๑

Contents

Anumodana – Appreciation

Introduction	1
A Fulfilled Life	4
Don't Overlook the Importance of Material Things	4
Basic Wellbeing	5
To Establish a Firm Foundation, Lay Down Deep Roots	8
Accessing True Wellbeing	10
Genuine yet Incomplete Wellbeing	13
Two Currents Collide	15
A Confluence of the Two Currents Leads to Ease and Success	17
Guided by Wisdom One Realizes Personal Wellbeing and Promotes the Wellbeing of Others	20
Supreme Wellbeing Arises in a Liberated Heart	22
Liberated Beings Are Imperturbable	24
Sharing Good Fortune with Others	26
Misfortune Can Be a Gift Helping to Bring about Greater Maturity	28
Why Is It that the More Developed the World Becomes The More Difficult It Is for People to Be Happy?	32
Balanced Development Enhances Happiness	34
Sustainable Development Is Only Possible with Shared Happiness	36
Sustainable Development Goes Hand in Hand with Sustainable Happiness	38
Well-Balanced Development and A Liberated Heart Lead to A Fulfilled Life, Supreme Happiness, and a Peaceful Society	41

นำเรื่อง*

อาตมาคณะพระสงฆ์ที่ได้จรรยา เรียกว่าเป็นพระอาคันตุกะทั้ง ๓ รูป ขออนุโมทนาโยมญาติมิตรทุกท่านที่มาประชุมกันในวันนี้ เพื่อร่วมกันทำบุญ ถวายภัตตาหาร ในโอกาสที่คุณหมอฟ้าบ้าน และแม่บ้าน พร้อมทั้งลูกชายลูกสาว ได้เป็นเจ้าภาพผู้นิมนต์ ถือว่าเป็นการทำบุญบ้านไปในตัว นอกจากถวายภัตตาหาร ก็ได้ถวายอุปัถม์เสนาสนะที่พักแรมค้างคืนด้วย เรียกว่าเป็นการอุปัถม์ด้วยปัจจัยสี่ ทางฝ่ายโยมญาติมิตรทั้งหลาย ก็มีน้ำใจเกื้อกูล โดยเฉพาะก็มีศรัทธาในพระพุทธานุภาพ เมื่อทราบข่าวว่ามีพระสงฆ์เดินทางมาถึง ก็มีน้ำใจประกอบด้วยไมตรีธรรม พากันมาอุปถัมภ์ถวายกำลัง

ทำบุญเพื่ออะไร?

ในการถวายกำลังแก่พระสงฆ์ที่เรียกว่าทำบุญนี้ ใจของเรามุ่งไปที่พระศาสนา คือจุดรวมใจหรือเป้าหมายของเราอยู่ที่พระศาสนา หมายความว่า เราถวายทานแก่พระสงฆ์ก็เพื่อให้ท่านมีกำลัง แล้วท่านจะได้ไปทำงานพระศาสนาต่อไป

งานพระศาสนา เราเรียกกันว่าศาสนกิจ แปลง่ายๆ ก็คือกิจพระศาสนา งานพระศาสนาหรือศาสนกิจนั้น โดยทั่วไปมี ๓ ประการ คือ

๑. การเล่าเรียนคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า
๒. การปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า คือ เอาคำสั่งสอนนั้นมาใช้ มาลงมือทำให้เกิดผลจริง

* ธรรมสภา ที่บ้านของ น.พ.สมชาย กุลวัฒน์พร ณ Saddle River, New Jersey, USA.
วันที่ ๘ พฤษภาคม ๒๕๓๗

Introduction¹

On behalf of the two monks and myself who have come to visit you today, I wish to express my appreciation to all the lay-supporters gathered here to offer food at this merit-making event hosted by Dr. Somchai along with his wife and two children. Besides helping to offer the meal, our hosts have also provided us with a place to spend the night. In short, you are supporting us with the four requisites.² In this way, you express your generosity, kindness, and faith in Buddhism.

Why Make Merit?

When performing acts of generosity to members of the monastic community – the *saṅgha*³ – our hearts should be focused on the Buddhist religion as a whole. When laypeople offer almsfood, they should reflect on how they are providing the monks with the necessary strength and energy to perform their religious duties.

Traditionally, religious duties, or religious responsibilities, are threefold:

1. Studying the Buddha's teachings.
2. Practising the Buddha's teachings, that is, applying the teachings in order to give rise to actual results.

¹ This Dhamma talk was given at the home of Dr. Somchai Kulawattanaporn in Saddle River, New Jersey, USA on 8th May 1994.

² Trans.: *paccaya*: robes, almsfood, lodging, and medicine.

³ Trans.: in the Pali Canon, the word *saṅgha* has two primary meanings: 1) *ariya-saṅgha*: the community of enlightened beings (divided into four levels of awakening); and 2) *bhikkhu-saṅgha* and *bhikkhuni-saṅgha*: the monastic community. For simplicity's sake, I sometimes render the latter as 'monks' in a gender-neutral sense. And for clarity, I capitalize the former – Sangha – but not the latter – sangha (note also the removal of diacritics).

๓. การนำคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าไปเผยแพร่สั่งสอน คือ เมื่อตนเอง เรียนรู้และปฏิบัติได้แล้ว ก็เอาไปแจกจ่ายให้ประชาชนได้รู้และ ปฏิบัติตาม

งานพระศาสนา หรือศาสนกิจทั้งหมดนี้ ก็เพื่อประโยชน์สุขแก่ประชาชน พุดตามสำนวนของพระว่า เพื่อประโยชน์เกื้อกูลและความสุขแก่ชนจำนวนมาก เพื่ออนุเคราะห์ชาวโลก อันนี้เป็นหลักการและวัตถุประสงค์ของพระพุทธศาสนา

อย่างไรก็ตาม การที่พระสงฆ์จะทำงานสามอย่างเหล่านี้ได้ดีนั้น ท่านควร จะไม่ต้องห่วงกังวลในเรื่องของวัตถุ หรือเรื่องของปัจจัยสี่ และควรจะต้องการ สิ่งเหล่านั้นให้น้อยด้วย เพื่อทำให้โยมเลี้ยงง่าย เมื่อญาติโยมดูแลอยู่ และ เมื่อพระสงฆ์ก็ไม่มัววุ่นวายกับวัตถุแต่ตั้งใจทำหน้าที่อยู่อย่างนี้ ก็จะทำให้พระ ศาสนาดำรงอยู่เพื่อประโยชน์สุขแก่ประชาชนต่อไป

มองในด้าน การอุปถัมภ์บำรุง เมื่อญาติโยมอุปถัมภ์บำรุงพระสงฆ์พอดี ก็ทำให้พระสงฆ์สามารถทำกิจที่ว่ามาเมื่อกี้ คือ เล่าเรียน ปฏิบัติ และเผยแพร่สั่งสอน ได้เต็มที่ เมื่อพระสงฆ์ทำหน้าที่ของตนดีแล้ว พระศาสดาดำรงอยู่ ก็ทำให้เกิด ประโยชน์สุขแก่ประชาชน ฉะนั้น ญาติโยมที่อุปถัมภ์บำรุงพระสงฆ์ก็คือได้ทำนุ บำรุงพระพุทธศาสนา จึงถือว่ามีส่วนร่วมในการสืบต่ออายุพระพุทธศาสนาด้วย

ที่นี้ก็ถามให้ถึงวัตถุประสงค์สุดท้ายว่า เราทำบุญอุปถัมภ์พระสงฆ์ บำรุง พระศาสนาเพื่ออะไร ก็ตอบอย่างที่พูดมาแล้วว่า พระศาสนาก็จะดำรงอยู่และ เจริญมั่นคง เพื่อประโยชน์สุขแก่ประชาชน มนุษย์จะได้มีชีวิตที่ดีงาม ลังคมจะ ไปได้ร่มเย็นเป็นสุข จุดหมายขั้นสุดท้ายของเราอยู่ที่นี้

ฉะนั้น ในเวลาที่ทำบุญนี้ ใจอย่าติดอยู่แค่พระ ใจเราจะต้องมองยาวต่อ ออกไปถึงพระศาสนา เมื่อทำบุญก็มุ่งหมายใจและอิมใจว่า โอ! พระศาสนาของ เราจะได้ดำรงอยู่ยั่งยืนมั่นคงต่อไป ประโยชน์สุขจะได้เกิดแก่มนุษยชาติ เวลา ทำบุญเราต้องทำใจนี้กันอย่างนี้อยู่เสมอ เมื่อทำอย่างนี้ กิจกรรมทุกครั้งของญาติ

3. Imparting the teachings with others. After one has studied and practised, one should introduce the Buddha's teachings to others so that they can practise accordingly.

These religious duties are intended for the benefit of the wider public. The true objective of Buddhism can be summed up by the phrase: 'For the welfare and happiness of the manyfolk, for the compassionate assistance of the world.'⁴

In order for the monks to perform these three duties in an optimal way, they shouldn't be worried about acquiring material things or obtaining the four requisites. At the same time, so as not to burden the laypeople, the monks should be easy to support. When the laity look after the material needs of the monks, and the monks are not caught up in obtaining the requisites and can thus devote themselves to fulfilling their responsibilities, Buddhism remains stable and is of benefit to the wider public.

When laypeople provide the monks with adequate material support, the monks can perform the three duties of study, practice, and transmission, to the utmost. And when the monks attend to their duties well, everyone benefits, including Buddhism as a whole. In other words, when the laypeople offer assistance to the sangha, they are directly participating in extending the longevity of Buddhism.

The true purpose of making offerings to the monastic community is thus for the stability of Buddhism and the wellbeing of all human beings. The upshot is that individuals live virtuous lives and society abides at peace.

Therefore, when making offerings, don't be fixated on the monks. Widen your scope and consider the benefits to Buddhism as a whole. You will experience a deep sense of satisfaction when you reflect: 'Buddhism will be secure into the future and humanity will abide

⁴ Trans.: *Bahujanahitāya bahujanasukhāya lokānukampāya.*

โยมก็จะพุ่งไปรวมกันที่ศูนย์เดียวกัน คือพระศาสนาและประโยชน์สุขของประชาชน ถ้าทำอย่างนี้ ใจของแต่ละท่านก็จะขยายกว้างออกไป อันนี้แหละเป็นสิ่งที่ทำให้ใจเราเกิดปีติว่า เออ! ครั้งนี้ เราก็ได้มีส่วนร่วมอีกแล้วนะ ในการทำนุบำรุงพระศาสนาและสร้างเสริมประโยชน์สุขแก่มวลมนุษยย์ แล้วเราก็เกิดความอิมใจ

สำหรับวันนี้ญาติโยมทั้งหลายก็ได้อุปัถม์บำรุงตามหลักการที่กล่าวมาแล้ว อย่างน้อยก็ได้มีน้ำใจเกื้อกูลต่อพระสงฆ์ที่จรมมา เวลาเห็นพระสงฆ์ไปไหน ญาติโยมก็มีใจยินดี เรียกว่าเป็นการเห็นสมณะ ในมงคลสูตรก็กล่าวว่าการเห็นสมณะนั้น เป็นมงคลอันอุดม

ที่ว่าเป็นมงคล ก็เพราะว่า สมณะนั้นเป็นผู้สงบ สมณะที่ประพฤติปฏิบัติถูกต้อง เป็นผู้ที่สงบ ไม่มีเวรไม่มีภัยแก่ใคร และเป็นผู้ทำงานหรือทำหน้าที่อย่างทีกล่าวมา ญาติโยมชาวไทยเรานี้ได้มีประเพณีวัฒนธรรมอย่างนี้มาตลอดเวลาเห็นพระเราก็สบายใจ มีจิตใฝ่ยินดี แล้วก็แสดงน้ำใจ เพราะฉะนั้นพระสงฆ์ไปไหนก็ปรากฏว่าได้เห็นน้ำใจของโยมญาติมิตรเป็นอย่างนี้กันทั่ว เช่นอย่างที่นี่ โยมญาติมิตรก็อยู่กันหลายแห่งหลายที่ คุณหมอแจ้งข่าวไป พอรู้ข่าวก็มากัน อันนี้ก็เป็นที่ประจักษ์พยานของความมีน้ำใจ มีศรัทธา และมีเมตตาธรรม อาตมาก็ขออนุโมทนาด้วย

in wellbeing.’ Make this a constant recollection when performing good deeds. In this way, all of your activities will be united at a single point of supporting Buddhism and benefiting others, and your hearts will expand. You will delight at preserving the Buddha’s teachings and fostering the welfare of others.

Today, you are following these principles. At the very least, you have expressed your kindness and generosity to us visiting monks. You rejoice when you see monks, in accord with the passage in the Maṅgala Sutta: ‘The sight of renunciants (*samaṇa*) is the highest blessing.’

Renunciants who have practised correctly are peaceful and free from ill will. And they fulfil the aforementioned religious duties. It is customary for Thai people to feel joy and a sense of ease when seeing monks, and to receive them with hospitality. Wherever we travel as monks, we witness this hospitality. Today is no exception. When Dr. Somchai spread the news of our arrival, you came from various locations, which is testament to your faith, generosity, and kindness. On this occasion, I wish to express my gratitude.

ชีวิตที่สมบูรณ์

อย่ามองข้ามความสำคัญของวัตถุ

การทำบุญวันนี้ เจ้าภาพถือว่าเป็นการทำบุญบ้านด้วย บ้านเป็นอย่างหนึ่งในสิ่งจำเป็นสำหรับชีวิต ที่เรียกว่าปัจจัยสี่ กล่าวคือ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค

ปัจจัยสี่เป็นเรื่องที่มีความสำคัญมาก ในพระพุทธศาสนา ท่านไม่มองข้ามความสำคัญข้อนี้ แม้แต่ในชีวิตของพระสงฆ์ วินัยของพระนี่ตั้งครั้งแรกตั้งก่อน ว่าด้วยเรื่องปัจจัยสี่ ในคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้านั้น เริ่มต้นทีเดียวท่านว่าจะต้องจัดสรรเรื่องปัจจัยสี่ให้เรียบร้อย ไม่อย่างนั้นแล้วมันจะยุ่ง แต่ถ้าจัดได้ดีแล้วมันจะเป็นฐาน ทำให้เราสามารถก้าวไปสู่ชีวิตที่ดั่งาม มีการพัฒนาอย่างอื่นต่อไปได้ ขอให้มองดูวินัยของพระเป็นแบบอย่างในเรื่องนี้

อย่างไรก็ตาม ปัจจัยสี่ก็มีความสำคัญอยู่ในขอบเขตหนึ่ง คือ พระพุทธศาสนาไม่ได้ยึดติดแค่นั้น แต่ท่านให้ถือเป็นฐานที่สำคัญสำคัญแต่ว่าไม่ใช่ทั้งหมด ความสำคัญนี้บางที่บางคนไปสับสนกับคำว่าทั้งหมด บางคนก็ไม่เห็นความสำคัญของวัตถุเอาเสียเลย อย่างนั้นไม่ถูกต้อง ให้ระลึกถึงว่า คำสอนของพระพุทธศาสนานี้จะครบทั้งหมดต้องเป็นพระธรรมวินัย คือ ต้องประกอบด้วยธรรมและวินัย ครบทั้งสองอย่างจึงจะเป็นพระพุทธศาสนา

วินัยนั้น ก็ว่าด้วยเรื่องที่ว่ามานี้แหละ คือ การจัดสรรในด้านวัตถุหรือรูปธรรม เรื่องระเบียบชีวิต และระบบกิจการ ทั้งของ

A Fulfilled Life

Don't Overlook the Importance of Material Things

We can refer to today's event as a 'house merit-making ceremony'. Our homes and dwellings comprise one of the four requisites for life, alongside food, clothing, and medicine.

Buddhism recognizes the vital importance of the four requisites. At least half of the formal monastic discipline – the Vinaya – pertains to the four requisites. One of the Buddha's basic teachings for all people is to manage the requisites in a well-organized way in order to avoid difficulty in life. If we can manage them well, they will act as a basis on which we can live a virtuous life and progress to other forms of prosperity and development. As laypeople, you can draw upon the monastic discipline for inspiration on this subject.

Although Buddhism acknowledges the importance of the four requisites, they are seen as having only relative importance, that is, they act as a stepping stone for further development. Having said this, it is incorrect to dismiss the value of material objects altogether. Some people get confused over this matter. Remember that for Buddhism to be complete, it must comprise both the Dhamma and Vinaya.

บุคคล ชุมชน และสังคมทั้งหมด เกี่ยวกับเรื่องความเป็นอยู่ และสภาพแวดล้อม เริ่มตั้งแต่เรื่องปัจจัยสี่เป็นต้นไป ฉะนั้นในการดำเนินชีวิตของชาวพุทธจึงต้องให้ความสำคัญกับเรื่องปัจจัยสี่ ว่าเราจะดำเนินการกับปัจจัยสี่ จัดสรรมันอย่างไร เพื่อให้เป็นฐานที่มั่นคง เราจะได้ก้าวต่อไปด้วยดี ดำเนินการพัฒนาไปสู่ด้านจิตและด้านปัญญา

ในเรื่องปัจจัยสี่นี้ เมื่อเราจัดการได้ถูกต้องดีแล้ว เช่นอย่างเรื่องที่อยู่อาศัย เมื่อเรามีบ้านเรือนเป็นหลักเป็นแหล่งและจัดสรรได้ดี มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย น่าอยู่อาศัย ก็ทำให้เราดำเนินชีวิตได้สะดวก มีความสบาย มีความมั่นคงในชีวิต ต่อจากนั้นจะทำกิจการอะไรต่างๆ ก็ทำได้สะดวก ไม่ต้องมัวกังวลห่วงหน้าพะวงหลัง จึงเกื้อกูลแก่การทำอะไรต่ออะไรต่อไปที่เป็นสิ่งดีงามและเป็นประโยชน์กว้างขวางยิ่งขึ้น เราจึงอาศัยความเรียบร้อยในเรื่องปัจจัยสี่นี้แหละเป็นฐานที่ดีที่จะก้าวไปสู่ชีวิตดีงามมีความสุข ที่เรียกว่า *ชีวิตที่สมบูรณ์*

จุดเริ่มต้นคือ ประโยชน์สุขขั้นพื้นฐาน

ทุกคนอยากมีชีวิตที่สมบูรณ์ ชีวิตที่สมบูรณ์นั้นเป็นอย่างไร เราลองมาดูคำสอนของพระพุทธศาสนา ท่านสอนไว้แล้วว่า ชีวิตที่สมบูรณ์นั้นต้องประกอบด้วยประโยชน์สุขในระดับต่างๆ ประโยชน์สุขนี้แหละเป็นจุดมุ่งหมายของชีวิต หมายความว่า ชีวิตของเรามีจุดมุ่งหมาย หรือมีสิ่ง que ควรเป็นจุดมุ่งหมาย

ชีวิตเกิดมาทำไม? ตอบไม่ได้สักคน เราเกิดมาเราตอบไม่ได้ว่าชีวิตของเรามีจุดมุ่งหมายอย่างไร ไม่มีใครตอบได้

The term 'vinaya' is not confined to the monks. More generally, it refers to any set of regulations, code of conduct, guideline for living, and so on – for an individual, a community, or society as a whole. The vinaya pertains to people's way of life and their relationship to their environment, beginning with their dependence on the four requisites. As Buddhists, we should thus appreciate the importance of the requisites, asking ourselves how we can deal with and allocate them in such a way that we create a stable foundation for developing the mind and wisdom.

Take the example of a dwelling place. If one can create a pleasant and tidy home, one can live and work safely and at ease. Such a dwelling is conducive to performing wholesome deeds.

We thus rely on discipline and meticulousness in regard to the four requisites in order to build a solid foundation, from which we can arrive at a joyful and virtuous life – what we can call 'a fulfilled life'.

Basic Wellbeing

Everyone desires a fulfilling or fulfilled life. But what is this? Buddhism asserts that a fulfilled life is made up of various dimensions of wellbeing, and that wellbeing itself is the true goal of human life.

เพราะว่าเวลาเราจะเกิดเราไม่ได้ตั้งจุดมุ่งหมายไว้ เราก็เลยบอกไม่ได้ เมื่อเราเกิดมานั้นเราไม่รู้ตัวด้วยซ้ำ เพราะฉะนั้นเราจึงไม่สามารถตอบได้ว่าจุดมุ่งหมายของชีวิตคืออะไร แต่พระพุทธศาสนาสอนไว้ว่า มีสิ่งที่จะต้องเป็นจุดมุ่งหมายแห่งชีวิตของเรา จุดหมายนี้ก็เป็นเรื่องของประโยชน์และความสุข ท่านแบ่งไว้เป็น ๓ ระดับ

ระดับที่ ๑ คือประโยชน์สุขที่ตามองเห็น ซึ่งเป็นเรื่องวัตถุหรือด้านรูปธรรม ถ้าจะสรุป ประโยชน์สุขในระดับต้น ซึ่งเป็นสิ่งที่ตามองเห็น ก็จะมี

- ๑) มีสุขภาพดี มีร่างกายแข็งแรง ไม่เจ็บไข้ได้ป่วย เป็นอยู่สบาย ใช้การได้ดี
- ๒) มีทรัพย์สินเงินทอง มีกิจการอาชีพเป็นหลักฐาน หรือพึ่งตนเองได้ในทางเศรษฐกิจ เรื่องนี้ก็สำคัญ พระพุทธเจ้าสอนไว้มากมายในเรื่องทรัพย์สินเงินทองว่าจะหาอย่างไร จะจัดอย่างไร และจะใช้จ่ายอย่างไร
- ๓) มีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนมนุษย์ หรือมีสถานะในสังคม เช่น ยศศักดิ์ ตำแหน่ง ฐานะ ความมีเกียรติ มีชื่อเสียง การได้รับยกย่อง หรือเป็นที่ยอมรับในสังคม รวมทั้งความมีมิตรสหายบริวาร
- ๔) สุดท้ายที่สำคัญสำหรับชีวิตคนทุกยุคก็คือ มีครอบครัวที่ดีมีความสุข

ทั้งหมดนี้ เป็นประโยชน์สุขระดับต้น ซึ่งตามองเห็น ท่านบัญญัติศัพท์ไว้เฉพาะ เรียกว่า *ทิฏฐธรรมมิกัตถะ* แปลว่าประโยชน์ปัจจุบัน หรือประโยชน์ที่ตามองเห็น เป็นประโยชน์ที่มองเห็น

Why are we born? No one can answer this question. When we are born, we don't establish a clear purpose for our lives. Indeed, we don't possess any self-awareness. The Buddhist teachings do, however, describe a worthy goal for human existence. This goal is intimately connected to happiness and wellbeing.

The scriptures outline three levels of wellbeing:

1. Visible or material wellbeing. This first kind of wellbeing can be summarized as follows:

- Good health; an absence of illness; being able-bodied.
- Wealth; having a stable job or profession; economic self-reliance. The Buddha gave many teachings on how to properly earn, manage, and spend one's money and wealth.
- Healthy social relationships. This factor includes having a favourable social status, for instance: having rank, position, or prominence; being honoured, respected, celebrated, or praised. Having friends, companions, disciples, and so on.
- For laypeople, having a harmonious and happy family environment.

เฉพะหน้า และเป็นฐานที่มั่นคงระดับแรก ทุกคนควรทำให้เกิดขึ้น ถ้าใครขาดประโยชน์ระดับนี้แล้วจะมีชีวิตที่ลำบาก มีชีวิตอยู่ในโลกได้ยาก และจะก้าวไปสู่ความสุขหรือประโยชน์ในระดับสูงขึ้นไปก็ติดขัดมาก

ฉะนั้น ถ้าเราอยู่ในโลก ก็ต้องพยายามสร้างประโยชน์สุขในระดับต้นนี้ให้ได้ พอมีแล้วก็สบาย และสิ่งเหล่านี้ก็เนื่องกัน พอเรามีสุขภาพดี เราก็หาเงินหาทองได้สะดวกขึ้น ถ้ามาฆวุ่นวายกับเรื่องเจ็บไข้ได้ป่วย เราก็ไม่มีเวลาที่จะทำมาหาเลี้ยงชีพ แล้วก็สิ้นเปลืองด้วย บางทีทรัพย์สินที่หามาได้ก็หมดไปกับเรื่องเจ็บป่วย ที่นี้พอเรามีร่างกายแข็งแรงสุขภาพดี เราก็ทำงานการหาเงินทองได้ แต่ไม่ใช่พอแค่นั้นนะ เพียงแค่ร่างกายดีอย่างเดียวไม่พอ แต่อย่างน้อยมันก็เป็นฐานไว้ก่อน

ที่นี้ เมื่อมีทรัพย์สินเงินทองแล้ว ฐานะในสังคมก็มักพุ่งมาด้วย เพราะตามค่านิยมในสังคมโดยทั่วไปนี้ พอใครมีทรัพย์สินเงินทองก็มักเป็นที่ยอมรับในสังคม กลายเป็นคนมีสถานะ ได้รับการยกย่อง มีเกียรติ ไปไหนก็มีหน้ามีตา เรื่องนี้ก็ขึ้นต่อค่านิยมของสังคมด้วย ที่นี้ เมื่อมีการยอมรับ มีฐานะ มียศ มีตำแหน่งขึ้นแล้ว ก็อาจจะมีอำนาจ หรือมีโอกาส ทำให้มีทางได้ทรัพย์สินเงินทองมากขึ้นด้วย จึงเนื่องอาศัยซึ่งกันและกัน

ถ้ามีทรัพย์สินเงินทอง และมียศ มีตำแหน่งแล้ว ก็มักทำให้มีมิตรมีบริวารเข้ามาด้วย เพิ่มเข้ามาอีก เป็นเครื่องประกอบ ช่วยให้ทำอะไร ได้สะดวกและกว้างไกลยิ่งขึ้น

ต่อจากนั้น แขนงข้างในก็คือครอบครัว ถ้ามีครอบครัวที่ดี เป็นครอบครัวที่มั่นคง มีความสุข ก็ทำให้การทำหน้าที่การงานของ

The Pali term for this initial kind of wellbeing is *ditṭhadhammi-kattha*, which literally means ‘present benefit’, ‘visible benefit’, or ‘immediate benefit’. People should try to firmly establish this kind of wellbeing, for without it life is difficult, and reaching higher forms of happiness and wellbeing is significantly impeded. Possessed of material wellbeing, one can live at ease.⁵

The aforementioned attributes are interconnected. If one is endowed with good health, it will be easier to earn money. If one is weighed down by illness, on the other hand, it will be hard to find time to earn a livelihood. Moreover, the wealth one has accumulated may be entirely lost on medical bills. Although physical health is not considered a goal in itself, it can act as a foundation for other positive factors.

Acquisition of wealth is usually accompanied by an increased social standing. In most cultures, in accord with popular values, having money is deemed worthy of respect. Wealthy individuals tend to be admired and honoured. Such recognition and distinction often leads to greater influence and opportunity, which in turn often lead to increased wealth.

Possessing wealth and an elevated social standing, one is also likely to attract companions and followers, who can help to carry out one’s work in a more effective and widespread manner.

⁵ Trans.: the fact that pleasure derived from wealth and good health is set alongside happiness derived from friendship and a supportive family does not imply that these factors are of the same value or worth. They simply share the same characteristic of relying on someone or something external to oneself or to one’s own mind.

เราปลดปล่อยใจคล่องตัวยิ่งขึ้นไปอีก เป็นสิ่งที่เกื้อกูลแก่กัน และกัน พอเรื่องครอบครัวเรียบร้อย ทำงานคล่อง หาเงินหาทองได้ดี ก็เลี้ยงดูครอบครัวได้เต็มที่ ทำให้ครอบครัวมีความมั่นคง สามารถเลี้ยงดูและให้การศึกษแก่ลูก สร้างสรรค์ความเจริญของชีวิตครอบครัว และวงศ์ตระกูล ตลอดถึงสังคมประเทศชาติ

พื้นฐานจะมัน ต้องลงรากให้ลึก

นี่คือประโยชน์สุขระดับที่หนึ่ง ซึ่งต้องยอมรับว่าสำคัญ แต่เพียงเท่านั้นยังไม่พอ ประโยชน์สุขระดับนี้ เป็นสิ่งที่คนมุ่งหมายกันมาก แต่มันยังมีข้อบกพร่อง คือมันยังไม่ลึกซึ้ง แล้วก็ไม่ได้ปลดปล่อยใจเต็มที่ ยังเป็นไปกับด้วยความหวาดระแวง ความห่วงหวนอะไรต่างๆ หลากอย่าง เช่น เมื่อมีทรัพย์สินเงินทอง เราก็ยังมีความรู้สึกไม่ปลอดภัยในบางครั้งบางคราว ทำให้มีความห่วงกังวลและความกลัวภัยแฝงอยู่ในชีวิตของเรา

อีกอย่างหนึ่ง ในการอยู่ในโลก ความสุขของเราก็ต้องขึ้นต่อสิ่งเหล่านี้ เวลาเราแสวงหาเงินทองมาได้มากๆ มีวัตถุมาบำรุงความสุขเพิ่มขึ้น เราดำเนินชีวิตไป เราก็นึกว่าถ้าเรายังมีมากเราก็จะยิ่งมีความสุขมาก เราก็หาเงินหาทรัพย์สินยิ่งขึ้นไป แต่แล้วบางทีกลายเป็นว่า ไปๆ มาๆ เราก็วิ่งไล่ตามความสุขไม่ถึงสักที ยิ่งมีมากขึ้น ความสุขก็ยิ่งวิ่งหนีเลียดหน้าไป แต่ก่อนเคยมีเท่านี้ก็สุข แต่ต่อมาเท่านั้นไม่สุขแล้ว ต้องมีมากกว่านั้น เคยมีร้อยเดียวก็สุข ต่อมาเราคิดว่าต้องได้พันหนึ่งจึงสุข พอได้พันแล้ว หนึ่งร้อยที่เคยมีและทำให้สุขได้กลับกลายเป็นทุกข์ คราวนี้ถ้ามีแค่ร้อยไม่เป็นสุขแล้ว

Above all, a harmonious, stable, and happy family dynamic is conducive to more productive work. With a stable family, steady work, and a decent income, one can look after one's family to the best of one's ability, including caring for one's children and providing them with an education. As a result, one's immediate and extended family will meet with success and the entire country will prosper.

To Establish a Firm Foundation, Lay Down Deep Roots

Although this first kind of wellbeing is desirable and important, it is not yet sufficient for our lives. It is still defective and insecure as it depends on external people and objects. It is often accompanied by some anxiety and possessiveness. When one has money, for instance, one might feel unsafe in certain circumstances. There will likely be some latent worry and apprehension in one's life.

When people earn money and purchase things that provide them with gratification, they often think: 'If I can only get more of these items, I will be even happier than I am now.' It can easily occur, however, that they chase after happiness but it constantly remains out of their reach. The more material possessions they acquire, the more elusive happiness becomes.

Formerly, one may have been content with \$100. Later, one thinks that one must earn \$1000 to be happy. The amount of \$100, which had previously made one happy, now makes one unhappy! One constantly requires more. Eventually, one will be discontent with \$1000 and instead be convinced that one must have \$10,000 to be happy.

ต้องมีพันธนี่ พอมิพันธนี่ก็อยากได้หมื่น ต้องได้หมื่นจึงสุข มีพันธนี่ตอนนี้ไม่สุขแล้ว

แต่ก่อนทำไมไม่มีร้อยก็สุข มีพันธนี่ก็สุข แต่เดี๋ยวนี้มันสุขไม่ได้ ร้อยและพันธนี่กลับเป็นทุกข์ไป มันไม่น่าจะเป็นไปได้ เมื่อก่อนโน้นยังไม่มียะไร พอได้ร้อยครั้งแรกดีใจเหลือเกิน สุขยิ่งกว่าเดี๋ยวนี้อันได้หมื่น พอหาเครื่องบำรุงความสุขได้เพิ่มขึ้น สุขเท่าที่เคยมีกลับลดหาย ความสุขมันหนีได้ นี่ก็เป็นเรื่องที่ทำให้รู้สึกไม่มั่นคงโปร่งใจ

นอกจากนั้นยังเป็นเรื่องของความไม่จริงใจและการมีความอิจฉาริษยากันอีก ทำให้อยู่ด้วยความหวาดระแวงไม่สบายใจ อย่างเรามียศ มีตำแหน่งฐานะเป็นที่ยอมรับในสังคม บางทีเราก็ไม่แน่ใจว่า เขาเคารพนับถือเราจริงหรือเปล่า หรือเป็นเพียงอาการแสดงออกภายนอก เวลาเราเปลี่ยนสถานะภายนอกแล้ว เขาอาจจะไม่เคารพนับถือเราอีก ฉะนั้น ในขณะที่อยู่ในสถานะนั้น เราก็มีความรู้สึกไม่อึดใจเต็มที่ มันไม่ลึกซึ้ง พร้อมกับภาระที่ได้รับเกียรติยศฐานะหรือการยอมรับยกย่องนั้น ในใจลึกๆ ลงไป บางทีก็ไม่สบายใจ

ฉะนั้น จึงกลายเป็นว่า บางทีสิ่งเหล่านี้ก็เป็นของเทียม เช่น เกียรติยศ และความเคารพนับถือ ก็อาจจะเป็นเกียรติยศและความเคารพนับถือที่เป็นของเทียม เมื่อเป็นของเทียมก็เป็นสิ่งค้างคา เป็นปัญหาทั้งแก่ตนเองและแก่ผู้อื่น

สำหรับตัวเราเอง มันก็เป็นปมในใจ ทำให้เราไม่ได้ความสุขที่แท้จริง และเมื่อต้องออกจากสถานะนั้น หรือหมดสถานะนั้นไป ก็สูญเสียความมั่นใจ และเกิดความโทมนัส เมื่อเห็นคนอื่นมีท่าทีอาการต่อตนเองเปลี่ยนแปลงไป ถ้าเราแก้ปมในใจนี้ไม่ได้ บางทีก็

Why is it that one was formerly happy with \$100 or \$1000, but not now? In fact, however implausible it may seem, one is now unhappy with such amounts. In the past, when one owned almost nothing, one was over the moon after earning one's first \$100. The joy and delight was greater than that which one now experiences earning \$10,000. Obtaining ever more objects of gratification, one's previous happiness and satisfaction often diminishes. Happiness can desert us! As a consequence, people may feel insecure and anxious.

Furthermore, attributes of material wellbeing can breed insincerity and envy, leading to mistrust and worry. For instance, one may have a respected position in society, but one is unsure whether the respect shown by others is genuine or simply done for appearances. When one's external circumstances change, these same people might no longer show respect. Although one is admired and honoured, deep down one may not feel fully satisfied.

Attributes of material wellbeing, like honour and fame, can thus be unsatisfactory and deceptive, generating problems for oneself and others. Internally, they can cause distress. For instance, when circumstances change and people respond differently to us than before, we may experience grief and a loss of self-confidence. If we do not establish a skilful relationship to material wellbeing, there may be a negative domino effect on our conduct towards others and even on our physical and mental health.

ส่งผลเป็นปัญหาต่อไปอีก ทำให้มีผลต่อพฤติกรรม ต่อความเป็นอยู่ ตลอดจนสุขภาพทั้งทางจิตและทางกายของเรา

ในด้านที่เกี่ยวกับคนอื่น ก็มักมีเรื่องของการแข่งขันชิงดีชิงเด่น และการปั้นแต่งท่าทาง การกระทำและการแสดงออกที่หวังผลซ่อนเร้นแอบแฝง ตลอดจนความไม่สนิทใจต่อกัน ทำให้การเป็นอยู่ในสังคม กลายเป็นการสร้างปัญหาในการอยู่ร่วมกันอีก ปัญหามากมายของมนุษย์ก็จึงเกิดขึ้นจากการปฏิบัติต่อเรื่องประโยชน์สุขระดับต้นนี้

ในที่สุด ก็กลายเป็นว่า ถ้าเราไม่ก้าวสู่ประโยชน์สุขขั้นต่อไป ประโยชน์สุขระดับที่หนึ่งนี้ ก็จะเป็นปัญหาได้มาก เพราะมันไม่เต็ม ไม่อิ่ม ไม่โปร่งไม่โล่ง และมีปัญหาพ่วงมาด้วยนานาประการ รวมทั้งความหวาดระแวง ความอิจฉาริษยา ความรู้สึกไม่มั่นคงปลอดภัยภายนอก และความรู้สึกไม่มั่นใจภายในตนเอง เพราะฉะนั้นแม้ว่ามันจะเป็นสิ่งสำคัญที่เราจะต้องไม่มองข้าม แต่เราก็จะต้องก้าวสู่ประโยชน์สุขขั้นต่อไป ด้วยเหตุนี้ พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนประโยชน์สุขระดับที่สองไว้ด้วย

ถ้าลงลึกได้ จะถึงประโยชน์สุขที่แท้

ระดับที่ ๒ ได้แก่ ประโยชน์สุขที่เป็นด้านนามธรรม เป็นเรื่องของจิตใจลึกซึ้งลงไป ท่านเรียกว่าประโยชน์ที่เลียดจากตามองเห็นหรือเลยไปข้างหน้า ไม่เห็นเป็นรูปธรรมต่อหน้าต่อตา เรียกด้วยภาษาวิชาการว่า *สัมปรายิกัตถะ* เช่น ความมีชีวิตที่มีคุณค่าเป็นประโยชน์ การที่เราได้ช่วยเหลือเกื้อกูลแก่ผู้อื่นด้วยคุณธรรม ได้ทำประโยชน์แก่เพื่อนมนุษย์ เมื่อระลึกขึ้นมาว่า เราได้ใช้ชีวิตนี้ให้มี

In society, an unskilful relationship to material wellbeing leads to competition, affectation, acting with hidden agendas, and mutual suspicion. Living together thus becomes a source of conflict. Numerous social problems are associated with this first kind of wellbeing.

If we are unable to advance to subsequent forms of wellbeing, material wellbeing will become highly problematic because it is ultimately unsatisfactory and often associated with affliction, including a feeling of insecurity and a lack of self-confidence. Although its importance should not be overlooked, it is imperative that we also develop higher forms of wellbeing.

Accessing True Wellbeing

2. Spiritual or immaterial wellbeing. Wellbeing surpassing what the eye can see; inconspicuous wellbeing. The Pali term for this second kind of wellbeing is *samparāyikattha*, which literally means ‘future benefit’. Examples include: living a meaningful and virtuous life and helping one’s fellow human beings. When we reflect that we have spent our lives well, assisted others, and benefited society, we will be delighted and content.

ประโยชน์ เราได้ทำชีวิตให้มีคุณค่า ได้ช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ ได้
 เกื้อกูลสังคมแล้ว พอระลึกขึ้นมาเราก็อิ่มใจสบายใจ ทำให้มีความสุข
 สุขอีกแบบหนึ่ง

ด้วยวิธีปฏิบัติในระดับที่สอง ซึ่งเป็นเรื่องของจิตใจ เกี่ยวกับ
 คุณธรรมนี้ ก็ทำให้เรามีความสุขเพิ่มขึ้นอีก และแม้แต่ประโยชน์สุข
 ระดับที่หนึ่งนั้น เมื่อมีประโยชน์สุขระดับที่สองเป็นคู่อยู่ข้างในด้วย
 ก็จะเกิดมีขึ้นชนิดที่ว่าลึกซึ่งเป็นจริงเลยทีเดียว จะไม่เป็นของเทียม
 เช่นถ้าเป็นการเคารพนับถือ ตอนนี้เป็นของแท้ การที่เรามีน้ำใจ
 มีคุณธรรมและช่วยเหลือเกื้อกูลเพื่อนมนุษย์ด้วยใจจริง ก็จะทำให้
 เขาเคารพเราจริง เป็นการแสดงออกจากใจที่แน่นอนสนิท เป็นของ
 ลึกซึ่ง เราจะได้ของแท้

ในทางกลับกัน ประโยชน์สุขระดับที่สองนี้ ก็อาศัยประโยชน์
 สุขระดับที่หนึ่งมาช่วย พอเรามีจิตใจที่พัฒนา มีคุณธรรมขึ้นมา
 แล้ว เรามีน้ำใจอยากจะช่วยเหลือเกื้อกูลเพื่อนมนุษย์ เราก็เอาสิ่งที่เป็น
 ประโยชน์ในระดับแรกนั้นเองมาใช้ เช่นเอาทรัพย์สินเงินทองที่เป็น
 วัตถุประสงค์เป็นของมองเห็นนั่นแหละมาใช้ช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ ยิ่ง
 มีมาก ก็ยิ่งช่วยได้มาก

คนที่มีแต่ประโยชน์สุขระดับที่สอง ถึงแม้จะมีน้ำใจเกื้อกูล มี
 คุณธรรม อยากจะช่วยคนอื่น แต่ระดับที่หนึ่งทำไม่ได้ ไม่มีเงิน
 ทองจะไปช่วยเขา ก็ทำประโยชน์สุขได้น้อย เพราะฉะนั้นจึงต้องมี
 ทั้งสองชั้น

นอกจากความสุขใจขึ้นใจในการที่ได้ช่วยเหลือเกื้อกูลเพื่อน
 มนุษย์ ก็คือความมั่นใจ โดยเฉพาะความมั่นใจในชีวิตของตนเอง
 เช่นเรามีความมั่นใจในชีวิตของเราที่ได้เป็นอยู่มาด้วยดี มีความ

We thus experience another kind of happiness; indeed, our overall happiness is increased. When paired with spiritual wellbeing, material wellbeing is consolidated. Moreover, material wellbeing is less likely to induce disingenuous responses from others. When we are kind and sincerely offer help to others, they will respond with genuine and heartfelt appreciation and respect.

Conversely, this second kind of wellbeing relies to some extent on the first. When we have cultivated virtues and want to help others, we can accomplish this by using material possessions such as money. The more money we have, the more we can give. Some people are kind and generous, but have not adequately generated the first kind of wellbeing. Having little money, for example, their ability to benefit others is limited. We should thus give rise to both kinds of wellbeing.

ประพจน์ปฏิบัติถูกต้อง ตั้งอยู่ในความดีงามสุจริต ไม่ได้ทำผิดทำโทษอะไร เมื่อเราระลึกนึกถึงชีวิตของเราขึ้นมาเราก็มีความมั่นใจในตนเอง เป็นความสุขลึกซึ้งที่อยู่ภายใน และเมื่อเรามีความสัมพันธ์กับเพื่อนมนุษย์ด้วยความดีงาม เกิดจากคุณธรรมภายใน ก็ยิ่งทำให้เรามีความมั่นใจในตัวเองมากขึ้น พร้อมทั้งมีความมั่นใจในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วย นี่เป็นระดับของความสุขที่แท้จริง

ในตอนที่มีวัตถุภายนอกเรายังไม่มีความมั่นใจจริง ความสุขก็ผ่านไป ไม่ลึกซึ้งและไม่ยืนยาว แต่พอมีคุณธรรมภายใน ซึ่งนำไปสู่ประโยชน์สุขระดับที่สอง เราก็มีความมั่นใจในตัวเอง และมีความสุขที่ลึกซึ้ง เต็มใจและชุ่มฉ่ำใจ

นอกจากนั้นยังมีคุณธรรมอื่นที่มาช่วยเสริมหนุนประโยชน์สุขทางจิตใจอีก โดยเฉพาะศรัทธา คือมีความเชื่อมั่นในสิ่งที่ดีงามในคุณความดี ในการกระทำความดี ในจุดหมายที่ดีงาม ตลอดจนในวิถีชีวิตที่ดีงาม ความเชื่อมั่นและมั่นใจเหล่านี้เป็นศรัทธา ท่านผู้ศรัทธาในพระศาสนา เห็นว่าพระศาสนานี้มีอยู่เพื่อประโยชน์สุขแก่มวลมนุษย์ เป็นคำสอนที่ดีงาม เรามีศรัทธา มีความมั่นใจในคุณค่าแห่งธรรม เราก็ทำนุบำรุงหรือช่วยกิจการพระศาสนาด้วยศรัทธานั้น จิตใจของเราก็มีความมั่นใจและมั่นคง มีกำลังเข้มแข็งและผ่องใส พร้อมทั้งมีความสุขที่ประณีตเป็นส่วนที่แท้และลึกซึ้งที่อยู่ภายใน

อันนี้คือประโยชน์สุขระดับที่สอง ที่ท่านถือว่าเราจะต้องก้าวให้ถึง ซึ่งจะทำให้ประโยชน์สุขขั้นที่หนึ่งไม่มีพิษไม่มีภัย แล้วก็กลับเป็นประโยชน์เกื้อกูลกว้างขวางออกไป และยังทำให้ความสุขที่มีที่ได้ กลายเป็นความสุขที่ลึกซึ้งเต็มที่ ฉะนั้นเราจึงต้องก้าวไปสู่ประโยชน์สุขระดับที่สอง

Apart from the joy in helping others, we develop confidence, in particular self-confidence. We recall having lived well and having maintained moral integrity. We have not committed any acts of wrongdoing. The ensuing confidence in itself is a genuine sense of happiness. Moreover, by relating to others virtuously, our confidence grows, including a confidence in being able to live harmoniously in society.

If our happiness is dependent on external objects, our sense of stability will be shaky, and the happiness will be superficial and fleeting. When wholesome qualities in the heart generate the second kind of wellbeing, on the other hand, we grow more confident and access a deep-seated, replete, and pervasive happiness.

There are other qualities – faith in particular – that underpin spiritual wellbeing. Faith here refers to a firm confidence in goodness, making merit, wholesome aspirations, and a pure lifestyle. The Pali word *saddhā* can be defined as faith, trust, and delight in the good. Those of us who have faith in Buddhism recognize the excellence and preciousness of the Buddha’s teachings – the Dhamma – which aim for the welfare of all humankind. Nourished by our faith, we participate in religious activities and safeguard Buddhism with joy, steadfastness, and conviction.

This second kind of wellbeing renders the first form harmless; indeed material wellbeing can be used for wide-ranging good. Furthermore, any existing happiness becomes more subtle and elevated. We should therefore realize spiritual wellbeing.

ท่านผู้ใดได้ก้าวขึ้นมาถึงประโยชน์สุขระดับที่สองแล้ว ก็จะมี ความมั่นใจในคุณค่าแห่งชีวิตของตนเอง พอระลึกนึกขึ้นมาเมื่อใด ก็เกิดปีติสุขว่า เออ เรามีทรัพย์เงินทอง และเงินทองนั้นก็ไม่ได้เสีย เปล่า เราได้ใช้ทรัพย์เงินทองนี้ทำให้เกิดประโยชน์แล้วแก่ชีวิต ของเราและเพื่อนมนุษย์ หรือมีความอึ้งใจว่า เราได้มีศรัทธาในสิ่ง ที่ถูกต้อง เรามีความมั่นใจในการดำเนินชีวิตของเรา เราได้ทำสิ่งที่ ถูกต้องเป็นประโยชน์ ไม่ได้ทำในสิ่งที่เสียหาย

ถ้าพูดตามศัพท์ของท่านก็ว่า มีความมั่นใจด้วยศรัทธา ที่เชื่อ และชื่นใจในสิ่งที่ดีงาม แล้วก็มีศีล มีความประพฤติดีงาม เกื้อกูล ไม่เบียดเบียนใคร ทำแต่สิ่งที่เป็นคุณประโยชน์ มีจาคะ มีความเสีย สละ ได้ใช้ทรัพย์เงินทองที่หามาได้ทำให้เกิดคุณค่า ขยาย ประโยชน์สุขให้กว้างขวางออกไป แล้วก็มีปัญญา มีความรู้ความ เข้าใจในความจริงของสิ่งทั้งหลาย พอที่จะปฏิบัติต่อสิ่งที่ชีวิตเกี่ยว ข้อง เริ่มแต่บริโภคบริหารใช้จ่ายจัดการทรัพย์เงินทองนั้น ใน ทางที่จะเป็นคุณประโยชน์สมคุณค่าของมัน และไม่ให้เกิดเป็น ปัญหา ไม่ให้เกิดทุกข์ ไม่ลุ่มหลงมัวเมา อยู่อย่างเป็นนาย มิใช่เป็น ทาสของทรัพย์ ต่อจากนี้เราก็จะก้าวไปสู่ประโยชน์สุขระดับที่สาม แต่ถึงจะมีเพียงแค่สองขั้นนี้ก็นับว่ามีชีวิตที่ค่อนข้างจะสมบูรณ์แล้ว

ถึงจะเป็นประโยชน์แท้ แต่ก็ยังไม่สมบูรณ์

แม้จะได้จะถึงประโยชน์สุข ๒ ระดับแล้ว แต่พระพุทธเจ้าก็ ทรงเตือนว่ายังไม่สมบูรณ์ ไม่สมบูรณ์เพราะอะไร แม้เราจะมี ความดี เรามีความภูมิใจ มั่นใจในความดีของเรา แต่เราก็มีจิตใจที่ยังอยู่ ด้วยความหวัง เรายังหวังอยากให้คนอื่นเขายกย่องนับถือ ยังหวังใน

Those who have realized this wellbeing recognize the value of their own lives. They rejoice when they call to mind: ‘The money that I have has not gone to waste. I have used it to benefit both myself and others. I have faith in that which is worthy. I feel confident about the trajectory of my life. I have done that which is good, not evil.’

In addition to faith, other supporting factors include:

- *Sīla*: moral conduct; virtuous conduct; non-violence.
- *Cāga*: generosity; relinquishment; using one’s wealth to provide valuable contributions and to benefit others in a far-reaching way.
- *Paññā*: wisdom; a clear understanding of the true nature of phenomena with which one engages. This begins with a knowledge of how to manage and spend one’s wealth in a manner that is constructive, does not give rise to difficulty or distress, and does not lead to indulgence. Instead of being a slave to one’s wealth, one is a master over it.

At this point, one is ready to progress to the third kind of wellbeing, which will be discussed later. Just being endowed with the first two kinds, however, one can say that one’s life is almost completely fulfilled.

Genuine yet Incomplete Wellbeing

Although one may have realized the first two kinds of wellbeing, the Buddha said that this is still incomplete. Despite feeling confident and satisfied about one’s own virtue, the mind will still harbour hope and expectation. One will still wish for some reward for one’s goodness, for instance approval or respect from others. Although one’s happiness is based on mental qualities – generated from within – it is still conditional or dependent.

ผลตอบสนองของความคิดของเรา แม้จะเป็นนามธรรม เรามีความสุขด้วยอาศัยความรู้สึกมั่นใจภูมิใจอะไรเหล่านั้น เรียกว่าง่าย ๆ ว่ายังเป็นความสุขที่อิงอาศัยอะไรอย่างใดอย่างหนึ่ง

ในระดับที่หนึ่ง ความสุขของเราอิงอาศัยวัตถุ หรือขึ้นต่อคนอื่นสิ่งอื่น

พอถึงระดับที่สอง ความสุขของเราเข้ามาอิงอาศัยความดีงาม และคุณธรรมของตัวเอง

อย่างไรก็ตาม ตราบใดเรายังมีความสุขที่อิงอาศัยอยู่ มันก็เป็นความสุขที่ยังไม่เป็นอิสระ เพราะยังต้องขึ้นต่ออะไรๆ อย่างใดอย่างหนึ่ง เช่นถ้าเกิดมีกรณีขึ้นว่าเราทำความดีไปแล้วคนเขาไม่ยกย่องเท่าที่ควร เมื่อเราหวังไว้ ต่อไปเราก็มารู้สึกผิดหวังได้ บางทีเราทำความดีแล้วมาเกิดรู้สึกสะอึดขึ้นว่า เอ! ทำไมคนเขาไม่เห็นความดีของเรา เราก็มืดหวัง หรือว่าเราเคยได้รับความชื่นชม ได้รับความยกย่องในความดี แต่ต่อมามีการยกย่องสรรเสริญนั้นก็เสื่อมคลายจิตจางลงไป หรือลดน้อยลงไป ก็ทำให้เราให้ห่อเหี่ยวลงไปได้ จิตใจของเราก็มุ่งไปตามความเปลี่ยนแปลงภายนอก

ในทางตรงข้าม ถ้าเรามีจิตใจที่รู้เท่าทันความจริงของสิ่งทั้งหลาย รู้ตระหนักในกฎธรรมชาติว่ามันเป็นธรรมดาอย่างนั้นๆ แล้วเราก็มุ่งจิตใจของเราให้เป็นอิสระได้ และมันจะเป็นอิสระจนถึงขั้นที่ว่า ความเปลี่ยนแปลงเป็นไปของสิ่งทั้งหลายตามกฎธรรมชาตินั้น มันก็เป็นเรื่องของธรรมชาติไป มันไม่มากระทบต่อจิตของเรา ใจของเราก็มุ่งอยู่อย่างนั้น

แม้ว่าสิ่งทั้งหลายจะเปลี่ยนแปลงไป เป็นทุกข์ และเป็นไปตามเหตุปัจจัย แต่ใจของเราก็มุ่งเป็นอิสระอยู่ เป็นตัวของเราตามเดิม

In respect to the first kind of wellbeing, happiness is dependent on material objects or on external people and things. In respect to the second kind, happiness is dependent on our own virtue and goodness.

In any case, as long as our happiness is conditional, it is not yet free. For example, we may perform a wholesome action, but others don't give us the appreciation that we expect. Expectations often give rise to disappointment. We may have done a good deed but then suddenly think: 'Why hasn't anyone noticed what I have done?' Alternatively, in the past we may have been praised for our good deeds, but eventually the praise lessens or fades away, and as a result we feel crestfallen. Our moods then swing according to the vicissitudes of external circumstances.

In contrast, if we gain insight into the laws of nature, discerning how phenomena exist 'just so', and we are able to liberate our minds to the extent of recognizing how all things are subject to impermanence, we won't be shaken up when circumstances change. We will be unflappable.

เช่นเมื่อเรากระทบกับความไม่เที่ยงเป็นอนิจจัง สิ่งทั้งหลายเปลี่ยนแปลงไป เราก็รู้เท่าทันว่ามันจะต้องเป็นอย่างนั้นตามเหตุปัจจัย แล้วก็ดำรงใจเป็นอิสระอยู่ได้ หรือว่าเมื่อเรารู้ตระหนักตามที่มันเป็น เป็นว่าสิ่งทั้งหลายเป็นทุกข์คือคงทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ เรารู้เท่าทันแล้ว ความทุกข์นั้นก็มีความทุกข์ของสิ่งเหล่านั้นอยู่ตามธรรมชาติของมัน ไม่เข้ามาเป็นความทุกข์ในใจของเรา

ปัญหาของมนุษย์นั้นเกิดจากการที่ไม่รู้เท่าทันความจริง แล้วก็กว้างใจต่อสิ่งทั้งหลายไม่ถูกต้อง จึงทำให้เราถูกกฎธรรมชาติเบียดเบียนบีบคั้นและครอบงำอยู่ตลอดเวลา ความทุกข์ของมนุษย์นี้รวมแล้ว ก็อยู่ที่การถูกกระทบกระทั่งบีบคั้นจากการเปลี่ยนแปลง ความไม่เที่ยงแท้แน่นอน ความตั้งอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ ไม่คงทนถาวร เป็นไปตามเหตุปัจจัย ซึ่งฝืน ขัดแย้ง ไม่เป็นไปตามความปรารถนา

สิ่งทั้งหลายเปลี่ยนแปลงไป เราอยากให้เปลี่ยนไปอย่างหนึ่ง มันกลับเปลี่ยนไปเสียอีกอย่างหนึ่ง เราอยากจะทำให้มันคงอยู่ แต่มันกลับเกิดแตกดับไป อะไรทำนองนี้ มันก็ฝืนใจเรา บีบคั้นใจเรา เราก็มีความทุกข์

ถ้ากระแสนยังเป็นสอง ก็ต้องมีการปะทะกระแทก

ทั้งนี้ทั้งนั้นก็เพราะว่าเราไปสร้างกระแสความอยากซ้อนขึ้นมาบนกระแสความจริงของธรรมชาติที่มีอยู่ก่อนแล้ว กระแสความอยากของเรานี้เป็นกระแสที่ไม่เป็นของแท้จริง กระแสที่แท้จริงของสิ่งทั้งหลายก็คือกระแสของกฎธรรมชาติที่ว่าสิ่งทั้งหลายเป็นไปตามเหตุปัจจัยของมัน ทีนี้มนุษย์เราก็สร้างกระแสความอยากของ

Although phenomena are fleeting, unstable, and shaped by causes and conditions⁶, our minds can remain imperturbable. For instance, when we encounter impermanence, we understand that change is inescapable. We thus maintain freedom of mind. Likewise, when we are aware that all things are *dukkha* – that they cannot endure in an original state – we know that such unendurability is inherent to nature; it does not infiltrate our minds and manifest as suffering.

All human problems stem from an ignorance of the truth, followed by an improper relationship to things. The upshot is that people are constantly oppressed and domineered by laws of nature. Human suffering boils down to being afflicted by such dynamics as impermanence, instability, unendurability, and conditionality, whereby one resists and defies them because they run counter to one's desires.

Sometimes we want things to change in a particular way, but they end up changing in another way. Sometimes we want things to last, but they end up falling apart. The result is that we feel coerced and distressed. In short, we suffer.

Two Currents Collide

In any event, people create a current of desire and superimpose it on a current of truth inherent in nature. The current of desire is bogus and fabricated. The real and authentic current is the dynamic

⁶ Trans.: 'Causes and conditions' = *hetu-paccaya*. One of the reasons this compound is used is to combat the wrong view of 'single causality': that a single cause leads to a single result. An example often cited in this context is that of planting a tree. Although one may have put a seed in the ground, many other conditions (sunlight, water, fertilizer, etc.) play a role in enabling the seed to develop into a tree. There are times in the text when for brevity's sake I use the terms 'cause', 'condition', 'causal factor', 'causality', and 'conditionality' on their own, but, unless otherwise specified, these terms should be seen as referring to *hetu-paccaya*. If the term 'conditionality' seems too abstruse or unwieldy, it is acceptable to replace it with 'causality' if one bears in mind the explanation above.

ตัวขึ้นมาว่า จะให้สิ่งทั้งหลายเป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ตามใจที่
ชอบชังของเรา แต่มันก็ไม่เป็นไปตามที่ใจเราอยาก เราอยากจะให้
มันเป็นอย่างนี้ มันก็ไม่เป็น กลับเป็นไปเสียอย่างโน้น เพราะว่าสิ่ง
ทั้งหลายมีกระแสที่แท้จริงควบคุมมันอยู่ กระแสที่แท้จริงของมันก็
คือกระแสแห่งเหตุปัจจัย

สำหรับคนปุถุชนทั่วไปก็จะมีกระแสของตัวที่สร้างขึ้นมาเอง คือ
กระแสความอยาก เรามีกระแสนี้ในใจของเราตลอดเวลา เป็น
กระแสความอยากที่มีต่อสิ่งหลาย ไม่ว่าเราจะเกี่ยวข้องกับอะไร
เราก็จะส่งกระแสนี้เข้าไปสัมพันธ์กับมัน คือเราจะมีความคิด
ตามความปรารถนาของเราว่าอยากให้มันเป็นอย่างนั้น ไม่อยาก
ให้เป็นอย่างนี้

ทีนี้ สิ่งทั้งหลายก็มีกระแสจริงๆ ที่คุมมันอยู่แล้ว คือกระแส
กฎธรรมชาติ อันได้แก่ความเป็นไปตามเหตุปัจจัย พอถึงตอนนั้น
กระแสของตัวเราเกิดขึ้นมาซ้อนเข้าไปอีก ก็เกิดเป็น ๒ กระแส แต่
สิ่งที่อยู่ในสองกระแสนั้นก็อันเดียวกันนั่นแหละ คือ สิ่งนั้นเองเมื่อ
มาเกี่ยวข้องกับตัวเรา ก็ตกอยู่ในกระแสความอยากของเรา แล้วตัว
มันเองก็มีกระแสแห่งเหตุปัจจัยตามธรรมดาของธรรมชาติอยู่แล้ว
พอมี ๒ กระแสขึ้นมาอย่างนี้ เมื่อมีความเป็นไปอย่างหนึ่งอย่างใด
ก็ตาม สองกระแสนี้ก็จะเกิดการขัดแย้งกันขึ้นแล้วก็กลายเป็น
ปัญหา คือ กระแสความอยากของคนขัดกันกับกระแสแห่งเหตุ
ปัจจัยของธรรมดา

ทีนี้ พอเอาเข้าจริง กระแสแห่งเหตุปัจจัย ก็ชนะ กระแส
ความอยากของเราก็แพ้ ก็ต้องเป็นอย่างนี้ เพราะเป็นธรรมดาว่า
สิ่งทั้งหลายไม่ได้เป็นไปตามความอยากของคน แต่มันเป็นไปตาม

of conditionality. People create a current of desire based on their likes and dislikes, but phenomena don't obey people's desires. One may want something to exist in a particular way, but it ends up being otherwise. This is because all things are guided by the law of conditionality.

Unawakened beings constantly harbour a current of desire which they direct at phenomena. They unleash this current onto everything with which they interact. In other words, people tend to think according to their desires, wanting things to be this way and not that way.

All things are governed by the current or course of natural laws, in particular the law of conditionality. When desire arises, we generate a secondary current. The particulars of both currents, however, are the same. Whatever an unawakened person interacts with is sucked into the current of desire, yet these phenomena are already part of a natural conditional process. However events unfold, it is then likely that the two currents collide, giving rise to problems, as the current of desire often conflicts with the conditional flow of nature.

เหตุปัจจัยของมัน พอสองกระแสนี้สวนทางปะทะกัน และกระแสแห่งเหตุปัจจัยชนะ กระแสความอยากของเราแพ้ ผลที่ตามมาก็คือ ตัวเราถูกบีบคั้น เราถูกกดดัน เราก็มีความทุกข์ นี่คือ ความทุกข์เกิดขึ้น แล้วเราก็ได้แต่ร้องขึ้นมาในใจหรือโอดโดยคร่ำครวญว่า ทำไมมันจึงเป็นอย่างนั้นหนอ ทำไมมันจึงไม่เป็นอย่างนั้นหนอ แล้วก็ถูกความทุกข์บีบคั้นใจ ได้แต่ระทมขมขื่นไป

พอประสานเป็นกระแสเดียวได้ คนก็สบายงานก็สำเร็จ

ส่วนคนที่รู้เท่าทันความจริง เขาศึกษาธรรมแล้วก็รู้เลยว่า ความจริงก็ต้องเป็นความจริง คือสิ่งทั้งหลายเป็นไปตามกฎธรรมชาติ โดยเป็นไปตามเหตุปัจจัยของมัน จะเอาความอยากของเราไปเป็นตัวกำหนดไม่ได้ เพราะฉะนั้นเพียงแต่ให้รู้เข้าใจว่ามันควรจะเป็นอย่างไร หรือกำหนดว่าเราต้องการอย่างไร ต่อจากนั้นก็ทำด้วยความรู้ว่า มันจะเป็นอย่างนั้นได้ก็ต้องทำให้เป็นไปตามเหตุปัจจัย

ฉะนั้น ถ้าเราต้องการให้มันเป็นอย่างไร หรือมันควรจะเป็นอย่างไร เราก็ต้องไปศึกษาเหตุปัจจัยของมัน เมื่อใช้ปัญญาศึกษาเหตุปัจจัยของมัน และรู้เหตุปัจจัยแล้ว จะให้มันเป็นอย่างไร เราก็ไปทำเหตุปัจจัยที่จะให้มันเป็นอย่างนั้น ถ้าจะไม่ให้เป็นอย่างนั้น เราก็ไปป้องกันกำจัดเหตุปัจจัยที่จะให้เป็นอย่างนั้น ถ้าต้องการจะให้เป็นไปตามที่เรากำหนดหรือตามว่ามันควรจะเป็น แล้วเราศึกษาเหตุปัจจัย รู้เหตุปัจจัย และไปทำที่เหตุปัจจัยให้เป็นไปอย่างที่เรากำลังต้องการ ก็จะเกิดผลสำเร็จขึ้น

When push comes to shove, the conditional process triumphs and the current of desire is defeated. This is inevitable because things do not conform to people's desires; rather, they proceed according to independent causes and conditions. When these two currents clash, and the conditional process triumphs at the expense of desire, the outcome is that people feel frustrated and distressed. Such is the origin of suffering. People then bemoan: 'Alas, why does it have to be this way; why can't it be otherwise?' When suffering is intensified, people feel grief-stricken and embittered.

A Confluence of the Two Currents Leads to Ease and Success

When one has studied and practised the Dhamma, and one understands the nature of reality, one knows that all things accord with laws of nature, that is, they must proceed in line with causes and conditions. One cannot rely on desire as the decisive factor for how things unfold. Recognizing what is appropriate, or determining what one desires, one then draws the conclusion that in order to achieve a specific result, one must generate the necessary causes and conditions.

In order to achieve a desired goal, we must first analyze the required causes and conditions leading to it. When these have been understood, we bring them about. In the same vein, when we recognize an undesirable result, we make effort to eliminate or prevent the causes that would potentially induce it. We achieve success through such determination, analysis, understanding, and finally action.

เมื่อเรารู้และทำอย่างนี้ กระแสของเราก็เปลี่ยนจากกระแสความอยาก(กระแสตัณหา)มาเป็นกระแสปัญญา จะเห็นได้ชัดเจนว่า กระแสปัญญานี้กลมกลืนเป็นอันเดียวกับกระแสเหตุปัจจัยของธรรมชาติ เพราะกระแสเหตุปัจจัยเป็นไปอย่างไร กระแสปัญญาก็รู้ไปตามนั้น เมื่อเป็นอย่างนี้ กระแสของคนกับกระแสของธรรมชาติก็กลายเป็นกระแสเดียวกัน เท่ากับว่าตอนนี้เหลือกระแสเดียว คือกระแสเหตุปัจจัยที่เราเข้าไปสัมพันธ์ด้วยปัญญา

เมื่อกระแสของคน(กระแสปัญญา ของเรา)กับกระแสของธรรม (กระแสเหตุปัจจัย ของกฎธรรมชาติ) ประสานกลมกลืนเป็นกระแสเดียวกัน ความขัดแย้งบีบคั้นปะทะกระแทกกันก็ไม่มี

สรุปว่า มีความสัมพันธ์ระหว่างกระแส ๒ แบบ คือสองกระแสที่ปะทะขัดแย้งกัน กับสองกระแสที่ประสานกลมกลืนเป็นกระแสเดียวกัน

สองกระแสที่ปะทะขัดแย้งกัน ก็คือ กระแสความอยากของเรา ที่เราสร้างขึ้นมาใหม่ กับกระแสเหตุปัจจัยของกฎธรรมชาติที่มีอยู่เดิมตามธรรมดาของมัน กระแสความอยากของเรา ก็คือการที่คิดจะให้สิ่งทั้งหลายเป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ ตามใจตัวเรา โดยไม่มองไม่รับรู้ว่าสิ่งทั้งหลายจะต้องเป็นไปอย่างไรๆ ตามเหตุปัจจัยของกฎธรรมชาติ เมื่อเราจะให้สิ่งนั้นเป็นไปอย่างหนึ่งตามกระแสความอยากของเรา แต่สิ่งนั้นมันเป็นไปเสียอีกอย่างหนึ่งตามกระแสเหตุปัจจัยของกฎธรรมชาติ กระแสของคน กับกระแสของธรรม(ชาติ) ก็แยกต่างกันเป็นสองกระแส แล้วสองกระแสนี้ก็ปะทะกระแทกขัดแย้งกัน และเมื่อกระแสของเราแพ้ เราก็ถูกกดถูกอัดถูกบีบคั้น เรียกว่าเกิดทุกข์อย่างที่ว่ามาแล้ว

By following this procedure, the current of desire (or more precisely, the current of craving – *taṇhā*) is transformed into a course or current of wisdom (*paññā*). The course of wisdom merges with the conditional process inherent in nature. In whichever direction the conditional process goes, wisdom follows accordingly. The course of human beings thus becomes one with the course of nature. In a sense, only one current remains: the conditional process related to by way of wisdom. When the course of human beings is integrated with the course of nature, no conflict remains.

We can thus distinguish between a pair of conflicting currents and a pair of confluent currents.

The first pair refers to a newly forged current of desire in conflict with an inherent current of conditionality. The current of desire arises from trying to have things be a particular way without considering how things must proceed in line with the law of conditionality. When the course of human beings aims for one result, but events follow another trajectory dictated by the course of nature, a bifurcation occurs. The two distinct currents then clash. And when our desires are thwarted, we feel stressed. As mentioned earlier, this is the origin of suffering.

กระแสที่ประสานกลมกลืนเป็นกระแสเดียวกัน ก็คือ กระแสปัญญาของเรา กับกระแสเหตุปัจจัยของกฎธรรมชาติ ถ้าเราใช้ปัญญา ปัญญานั้นก็รู้เข้าไปเฝ้ามองเห็นไปตามเหตุปัจจัยที่เป็นไปอยู่ตามกฎธรรมชาติ ปัญญาคอยมองคอยดูให้รู้เข้าถึงและเท่าทันกระแสเหตุปัจจัย กระแสปัญญาของเรา จึงประสานกลมกลืนกับกระแสเหตุปัจจัยของกฎธรรมชาติ เรียกว่า *กระแสของคน* กับ *กระแสของธรรม(ชาติ)* ประสานกลมกลืน กลายเป็นกระแสเดียวกัน ไม่มีการปะทะหรือขัดแย้งกัน เพราะไม่มีตัวตนของเราที่จะมาถูกกดถูกขัดถูกบีบ

เป็นอันว่า ตอนแรกสองกระแส คือ กระแสความอยากของเรา หรือกระแสตัณหา เรียกว่า *กระแสของคน* กับกระแสเหตุปัจจัยของกฎธรรมชาติ เรียกว่า *กระแสของธรรม* ต้องปะทะขัดแย้งกัน เพราะแยกต่างหากไปกันคนละทาง และไม่รู้เรื่องกัน แต่พอเราใช้ปัญญา เราก็เข้าถึงกระแสเหตุปัจจัยเลย กระแสความอยากไม่เกิดขึ้น กระแสของคนคือกระแสปัญญา กับกระแสของธรรมคือกระแสเหตุปัจจัย ก็จึงประสานกลมกลืนกันเหลือกระแสเดียว

เมื่อกระแสของคนเปลี่ยนจากกระแสตัณหา มาเป็นกระแสปัญญาแล้ว การที่เราจะต้องขัดแย้งปะทะกระแทกกับกระแสของธรรมชาติ หรือกระแสธรรม และจะต้องถูกกดถูกขัดถูกบีบ เพราะเราแพ้มัน ก็ไม่มีอีกต่อไป กลายเป็นว่ากระแสของคนกับกระแสของธรรมประสานกลมกลืนไปด้วยกัน กลายเป็นกระแสเดียวกัน ไม่มีความขัดแย้งปะทะกระแทกกันต่อไปอีก

The second pair refers to the current of wisdom in harmony with the current of conditionality. By applying wisdom, we see how causes and conditions proceed in line with natural laws. At this stage, the course of human beings is integrated with the course of nature. They become one. No conflict occurs because there is no fixed sense of 'self' subject to distress.

In the first scenario, the two currents clash because they are at cross purposes. When we apply wisdom, however, we enter into the conditional process, and the current of craving does not arise. The current of craving is transformed into a current of wisdom, and there no longer exists any conflict or distress due to feeling buffeted and overwhelmed by the course of nature. The course of human beings and the course of nature are in sync.

เมื่อกระแสของคน กับกระแสของธรรม ประสานกลมกลืนกันเป็นกระแสเดียวแล้ว ไม่ว่าจะสิ่งทั้งหลายจะเป็นไปตามเหตุปัจจัยอย่างไร เราก็รู้เหตุปัจจัยอย่างนั้น แล้วก็ทำที่เหตุปัจจัย ดังนั้นจึงทั้งทำได้ผลด้วย แล้วก็ไม่ทุกข์ด้วย เมื่อทำได้แค่นั้น เราก็รู้ว่านั่นคือตามเหตุปัจจัย หรือเท่าที่จะได้จะเป็นตามเหตุปัจจัย ถ้ามันไม่สำเร็จ เราก็รู้ว่าเพราะเหตุปัจจัยไม่เพียงพอ หรือเหตุปัจจัยบางอย่างสุดวิสัยที่เราจะทำได้ เราเข้าใจแล้วก็ไม่คร่ำครวญโอดโอยว่าทำไมหนอๆ เราก็ไม่ทุกข์ ฉะนั้น ด้วยความรู้เข้าใจอย่างนี้จะทำให้เราทั้งทำงานก็ได้ผล ทั้งใจคนก็ไม่เป็นทุกข์ มีแต่จะเป็นสุขอย่างเดียว

ปัญญามานำ มองตามเหตุปัจจัย

ตัวเองก็สบาย แถมยังช่วยคนอื่นได้อีก

ฉะนั้น ชาวพุทธจะต้องตั้งหลักไว้ในใจแต่ต้นว่า เวลาของสิ่งต่างๆ จะไม่มองด้วยความชอบใจหรือไม่ชอบใจ แต่มองด้วยปัญญาที่ว่ามองตามเหตุปัจจัย ตั้งหลักไว้ในใจอย่างนี้ตั้งแต่ต้น

คนที่ไม่ได้ฝึกไม่ได้พัฒนาไม่ได้เรียนรู้พุทธศาสนา ก็จะตั้งท่าผิด เริ่มตั้งแต่มองสิ่งทั้งหลาย ก็มองด้วยท่าทีของความรู้สึกที่ว่าอยากอย่างนั้น อยากอย่างนี้ ชอบใจไม่ชอบใจ พอรับรู้ประสบการณ์อะไร ก็เอาความชอบใจไม่ชอบใจเข้าไปจับ หรือมีปฏิกิริยาชอบใจหรือไม่ชอบใจไปตามความรู้สึก

สำหรับชาวพุทธจะไม่เอาความชอบใจไม่ชอบใจหรือความชอบชังของตัณหามาเป็นตัวตัดสิน เป็นตัวนำวิถีชีวิต หรือเป็นตัวบงการพฤติกรรม แต่เอาปัญญามานำ การที่จะเอาปัญญามานำ

Under such circumstances, no matter what happens, we will be aware of the relevant causes and conditions, and act accordingly. For the most part, we will be successful in our endeavours and be free from suffering. Whatever we do, we will know that we have acted in line with causal factors, either entirely or to whichever extent is possible. If we fail to meet with success, we recognize that some factors are lacking or are out of our control. Equipped with this understanding, we don't lament when things don't go our way. Instead, we are content.

**Guided by Wisdom
One Realizes Personal Wellbeing and Promotes
the Wellbeing of Others**

As Buddhists, we should thus establish the basic principle of relating to phenomena not by way of liking and disliking, but rather by seeing into the law of conditionality. If we have not studied the Buddha's teachings, we are likely to develop a faulty relationship, whereby we respond to things through preference and aversion. We will judge our experiences according to our emotional reactions of liking and disliking.

Accomplished Buddhists do not embrace likes and dislikes as the decisive factor or frame of reference for their lives. Instead, they are

นั่น ถ้าเรายังไม่มียุติภาพ หรือยังไม่ชำนาญก็ตั้งหลักในใจก่อน คือตั้งหลักที่จะเป็นจุดเริ่มต้นให้แก่ปัญญา วิธีตั้งหลักในเมื่อยังไม่มียุติภาพ ก็คือ ทำเป็นคติไว้ในใจ เวลาเกิดอะไร เจออะไร บอกใจว่ามองตามเหตุปัจจัยนะ พอทำอย่างนี้ ปัญหามืดไปตั้งครึ่งตั้งค่อนเลย เช่น คนมีทุกข์หรือคนจะโกรธ พอบอกว่ามองตามเหตุปัจจัยเท่านั้นแหละ ความทุกข์หรือความโกรธก็สะดุดชะงักหรือลดลงไปเลย

เพราะฉะนั้น เราประสบปัญหาอะไร เจอสถานการณ์อะไร แม้แต่ในความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ให้เราตั้งใจวางท่าทีไว้ว่า มองตามเหตุปัจจัย พอมองตามเหตุปัจจัย เราก็ต้องใช้ปัญญาคิดพิจารณา ปัญญาที่เริ่มต้นทำงาน ก็เลสและความทุกข์ก็ถูกกันออกไป เข้ามาไม่ได้ แต่ถ้าเราไม่มองตามเหตุปัจจัย เราก็จะมองด้วยความชอบชัง พอมองตามความชอบชัง ปัญหาก็ก่เกิดขึ้นในจิตใจของเรา เป็นความกระทบกระทั่งบีบคั้นปะทะกัน ชุนมัว หรือตื่นเต้นลงใจลดหลงไหลไปตาม แล้วปัญหานั้นก็จะขยายออกมาข้างนอกด้วย

พอมองตามเหตุปัจจัยเราจะไม่เกิดปัญหา เราจะคิดเหตุผล เราจะหาความจริง และได้ความรู้ที่จะปฏิบัติต่อบุคคลนั้น เรื่องนั้นกรณีนั้นได้โดยถูกต้อง แล้วเราก็จะมองผู้อื่นด้วยความเข้าใจ เช่น ถ้ามีผู้อื่นเข้ามามีอาการกิริยาหรือวาทจากระทบกระทั่งเรา เราย่อมมองตามเหตุปัจจัย บางทีเรากลายเป็นสงสารเขา คนนี้เขามาด้วยท่าทีอย่างนี้ แสดงออกอย่างนี้ ถ้าเราไปรับกระทบ ก็เกิดความโกรธ แต่ถ้าเราถือหลักมองตามเหตุปัจจัยนี้ เราก็เริ่มคิดว่า เออ เขาอาจจะมียุติภาพอะไรของเขา ตอนนี่เราจะเริ่มคิดถึงปัญหาของเขา แล้วก็

guided by wisdom. Even if one lacks proficiency or one's wisdom is insufficient, one can begin by adopting wisdom as an anchor. One achieves this by establishing the aforementioned principle: 'Whatever happens, whatever I experience, I will investigate the relevant causes and conditions.' By doing this, one's problems will be allayed to a great extent. For instance, if someone who is suffering or caught up in anger investigates the law of causality, their distress will most likely subside or come to an end.

For this reason, whatever difficulties we may face or situations we may find ourselves in, even in interpersonal relationships, we should aim to investigate relevant causes and conditions. Wisdom will then be set in motion, and suffering and mental defilements will be prevented from finding a foothold. We won't cause ourselves any problems. If we fail to investigate causality, on the other hand, we will react to experiences by way of preference and aversion, which will only lead to more problems, including stress, frustration, obsession, and so on. Moreover, our problems will spread outwards and affect others.

Observing phenomena in line with causes and conditions involves reasoned analysis and seeking out the truth. The result is that we gain an understanding of how to skilfully engage with a particular person or situation. In addition, we will understand other people better. For instance, if someone acts or speaks in a hostile way, we will look at the situation objectively. We may even end up feeling compassion for them. If we allow this person's conduct to upset us, we will get angry. If we investigate causality, however, we will begin to reflect: 'They must have some sort of problem.' We take an interest in their circumstances and consider how to help them. We become less self-preoccupied and more open-hearted. Although the other person may be facing some difficulty or have a psychological problem, we respond to them with understanding and inquire into their circumstances. As a result, we will be at ease and think of ways to offer them support.

จะคิดช่วยแก้ไข ใจเราโล่งออกไปนอกตัว ไม่อึดอัดกระแทกอยู่กับตัว ก็เลยไม่เกิดเป็นปัญหาแก่ตัวเรา ตัวเขาเองอาจจะมีปัญหา เขาอาจจะไม่สบายใจอะไรมา หรืออาจจะมีปมอะไร เรามองด้วยความเข้าใจ และสืบหาเหตุปัจจัย พอเราเข้าใจเขา เราเองก็สบายใจ และเกิดความสงสารเขา กลายเป็นคิดจะช่วยเหลือไป

ประโยชน์สุขที่สมบูรณ์จะเกิดขึ้นได้

จิตใจต้องมีอิสรภาพ

การตั้งหลักในใจ เพื่อเป็นจุดเริ่มให้ปัญญามานำจิต หรือเพื่อให้จิตเข้าสู่กระแสปัญญา อีกวิธีหนึ่ง คือการมองตามคุณค่า หมายความว่า เมื่อพบเห็นเจออะไรหรือเกี่ยวข้องกับบุคคล สิ่งหรือสถานการณ์ใดๆ ก็ไม่ให้มองตามชอบใจไม่ชอบใจของตัวเอง แต่มองดูคุณโทษ ข้อดีข้อเสีย และประโยชน์ที่จะเอามาใช้ให้ได้จากสิ่งหรือบุคคลนั้น

การมองตามคุณค่าของสิ่งนั้นๆ ก็ตรงข้ามกับการมองตามชอบใจไม่ชอบใจ หรือชอบชังของตัวเอง เช่นเดียวกับ การมองตามเหตุปัจจัย แต่มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ได้ประโยชน์จากประสบการณ์ หรือสถานการณ์ที่เราเกี่ยวข้องกับทุกอย่าง โดยเฉพาะในการที่จะเอามาพัฒนาชีวิตจิตใจของเราให้ก้าวหน้าถึงงามสมบูรณ์ยิ่งขึ้น ไม่ว่าจะพบเห็นประสบอะไรก็หาประโยชน์หรือมองให้เห็นประโยชน์จากมันให้ได้ อย่างที่ว่า แม้แต่ได้ฟังคำเขาตำหนิหรือพบหนุตาอยู่ข้างทาง ก็มองให้เกิดมีประโยชน์ขึ้นมาให้ได้

Supreme Wellbeing Arises in a Liberated Heart

Another method for establishing wisdom as a guiding force, or for entering into a course of wisdom, is to investigate the value of phenomena. When we encounter a person, object, or situation, instead of looking at them according to likes and dislikes, we examine their advantages and disadvantages, pros and cons, and any potential benefit that we might derive from them.

As is the case with seeing into the law of conditionality, recognizing the value of phenomena runs counter to reacting to things by way of preferences and aversions. The objective of this second method, however, is to benefit from all experiences and situations, in particular to improve one's life and to reach greater fulfillment. We can profit from everything that we encounter. As has been said, even listening to insulting words or seeing a dead mouse on the roadside can be rewarding.

การมองตามเหตุปัจจัย เป็นวิธียมองให้เห็นความจริง ส่วนการมองตามคุณค่า เป็นวิธียมองให้ได้ประโยชน์ แต่ทั้งสองวิธีเป็นการมองตามสิ่งที่นั่นเป็น ไม่ใช่มองตามความชอบชั่งของเรา การมองตามที่มันเป็น เป็นกระแสของปัญญา เอาปัญญาที่รู้ความจริงมานำชีวิต ส่วนการมองตามชอบใจไม่ชอบใจหรือตามชอบชั่งของเรา เป็นกระแสของตัณหา เอาตัณหาที่ชอบชั่งมานำชีวิต

การมองตามเหตุปัจจัย ซึ่งเป็นการมองหาความจริง เป็นการมองตามสิ่งที่นั่นมันเป็นของมันตามสภาวะแท้ๆ เรียกว่าเป็นขั้นปรมาตถ์ เป็นเรื่องของอาการที่จะเข้าถึงประโยชน์สูงสุดระดับที่สามโดยตรง ส่วนการมองตามคุณค่า ซึ่งเป็นการมองให้ได้ประโยชน์ แม้จะเป็นการมองตามสิ่งที่นั่นเป็น แต่ก็ไม่ถึงกับตามสภาวะแท้ๆ เรียกว่ายังอยู่ในขั้นที่เกี่ยวกับสมมติ เป็นวิธีปฏิบัติสำหรับประโยชน์สุขในระดับที่สอง แต่ในตอนก่อนนั้นไม่ได้พูดไว้ จึงพูดไว้ในตอนนี้ด้วย เพราะเป็นเรื่องประเภทเดียวกัน

เป็นอันว่า ให้ใช้หลักของปัญญา นี่เป็นวิธีเบื้องต้นที่จะให้ปัญญามานำชีวิต ต่อไปเราก็จะมีแต่กระแสปัญญา กระแสความรู้เหตุปัจจัย เราก็จะดำเนินชีวิตที่ปราศจากปัญหาและมีจิตใจเป็นอิสระ จนกระทั่งสิ่งทั้งหลายที่เกิดขึ้นเป็นไปตามกฎธรรมชาติ มีความไม่เที่ยง เป็นอนิจจัง คงอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ เป็นทุกขัง ไม่มีตัวตนยังยืนตายตัว แต่เป็นไปตามเหตุปัจจัย เมื่อเรารู้เข้าใจอย่างนี้แล้ว สิ่งทั้งหลายที่เป็นอย่างนั้น มันก็เป็นไปตามกฎธรรมชาติ โดยที่ว่ามันก็เป็นของมันอย่างนั้นเอง แต่มันไม่ดึงหรือลากเอาจิตใจของเราเข้าไปทับกดบดขยี้ภายใต้ความผันผวนปรวนแปรของมันด้วย เราก็ปล่อยยให้ทุกขที่มีอยู่ตามธรรมดาของธรรมชาติเป็น

Seeing into the law of conditionality is a means for realizing the truth. Investigating the value of phenomena is a means for gaining an advantage. Having said this, both methods are ways of looking into the nature of reality and of securing wisdom as a guiding force in one's life. They stand in contrast to looking at things from the perspective of liking and disliking, which is an expression of the current of craving – of allowing craving to govern one's life.

Seeing into the law of conditionality is a way of looking into the absolute truth (*paramattha*) of phenomena. It is a method used for accessing the third kind of wellbeing directly. Although investigating the value of phenomena is also a way of looking into the nature of reality, it does not lead to a discernment of absolute truth, as it is still pertains to conventional truth. Technically, it pertains to the second kind of wellbeing, but because it shares some attributes with the third kind, I have included it here.

In sum, we should apply these methods for establishing wisdom as a guiding force in our lives. Eventually, we will be immersed in the current of wisdom, the course of understanding causality. As a consequence, our lives will be trouble-free and our hearts liberated. We will realize how all things conform to laws of nature, namely: impermanence (*anicca*), unendurability (*dukkha*), and an absence of a fixed, eternal self (*anattā*). We won't be crushed by the vicissitudes of life, and we will let the *dukkha* inherent in nature be just so, without causing any suffering in our hearts.

ทุกข์ของธรรมชาติไปตามเรื่องของมัน ไม่กลายมาเป็นทุกข์หรือก่อให้เกิดทุกข์ในใจของเรา

ถ้าใช้ปัญญาทำจิตใจให้เป็นอิสระถึงขั้นนี้ได้ ก็เรียกว่ามาถึงประโยชน์สูงสุด ซึ่งเป็นระดับที่ ๓

ระดับที่ ๓ ได้แก่ ประโยชน์สุขที่เป็นนามธรรม ขั้นที่เป็นโลกุตระ เป็นเรื่องของจิตใจที่เป็นอิสระอยู่เหนือกระแสโลก เนื่องจากมีปัญญาที่รู้เท่าทันความจริงของโลกและชีวิต อย่างที่ว่าอยู่ในโลกแต่ไม่ติดโลก หรือไม่เปื้อนโลก เหมือนใบบัวไม่ติดน้ำ หรือไม่เปียกน้ำ เรียกด้วยภาษาวิชาการว่า *ปรมาตตะ* แปลว่า ประโยชน์สูงสุด

ผู้ที่พัฒนาปัญญาไปถึงประโยชน์สูงสุดนี้ นอกจากอยู่ในโลกโดยที่มิได้รับประโยชน์ขั้นที่หนึ่งและขั้นที่สองสมบูรณ์แล้ว ยังไม่ถูกระทบกระทบทั้ง ไม่ถูกกฎธรรมชาติเข้ามาครอบงำบีบคั้นด้วยฉะนั้น ความทุกข์ที่มีในธรรมชาติก็มีไป แต่มันไม่เกิดเป็นความทุกข์ในใจเรา อนิจจังก็เป็นไปของมัน ใจเราไม่ผันผวนปรวนแปรไปด้วย จึงมาถึงขั้นที่เรียกว่าถูกโลกธรรมกระทบก็ไม่หวั่นไหว

อิสรชน คือคนที่ไม่ยุบไม่พอง

โลกธรรม ก็คือสิ่งที่มีอยู่และเกิดขึ้นเป็นประจำตามธรรมดาของโลก โดยเฉพาะเหตุการณ์ผันผวนปรวนแปรไม่แน่นอนต่างๆ ในทางดีบ้าง ร้ายบ้าง อย่างที่เราเรียกกันว่าโชคและเคราะห์ ซึ่งมนุษย์ทั้งหลายจะต้องประสบตามกระแสแห่งความเปลี่ยนแปลง มนุษย์อยู่ในโลกก็จะต้องถูกโลกธรรมกระทบกระทั่ง โลกธรรมมีอะไรบ้าง

When our hearts are liberated to this extent, we realize the third kind of wellbeing:

3. Supreme wellbeing: transcendent wellbeing. This wellbeing pertains to a heart that has risen above worldly currents, stemming from a comprehensive understanding of human existence. One is in the world, but does not cling to it.⁷ One is not tarnished by the world, similar to how water does not stick to or penetrate a lotus leaf. In Pali, supreme wellbeing is called *paramattha*.⁸

Besides fully benefiting from the first two kinds of wellbeing, those who have developed wisdom to this degree are not afflicted or overwhelmed by laws of nature. Although impermanence and dukkha manifest as is normal, they cause no vacillation or suffering in the heart. Although buffeted by the ‘worldly winds’, the heart remains unshakeable.

Liberated Beings Are Imperturbable

The worldly winds (*lokadhamma*)⁹ are endemic to the world. They refer to fluctuating circumstances, both positive and negative, that can be summed up by the terms ‘good fortune’ and ‘misfortune’. Everyone is impacted by these conditions owing to the tides of change.

⁷ Trans.: although part of a distinct teaching and tradition, the Christian phrase: ‘To be in the world but not of it’ expresses this concept well.

⁸ Trans.: note that the term *paramattha* can be defined as ‘absolute truth’ or ‘supreme wellbeing’ (amongst other translations), according to the context.

⁹ Trans.: literally: ‘worldly condition’, ‘worldly state’. The translation ‘worldly winds’ is a poetic rendition, but captures the way in which these conditions tend to knock people about.

- | | |
|-------------|--------------|
| ๑. ได้ลาม | ๒. เสื่อมลาม |
| ๓. ได้ยศ | ๔. เสื่อมยศ |
| ๕. สรรเสริญ | ๖. นินทา |
| ๗. สุข | ๘. ทุกข์ |

มนุษย์อยู่ในโลกนี้จะต้องถูกสิ่งเหล่านี้กระทบกระทั่ง และถ้าไม่รู้เท่าทัน ก็ถูกมันครอบงำ เป็นไปตามอิทธิพลของมัน เวลาพบฝ่ายดีที่ชอบใจ ก็ฟู เวลาเจอจะฝ่ายร้ายที่ไม่ชอบใจ ก็แฟบ พอได้ก็พอง แต่พอเสียก็ยุบ

ฟู ก็คือ ตื่นเต้นดีใจ ปลาบปลื้ม ลิงโลด กระโดดโลดเต้น หรือแม้แต่ห่อเหิมไป

แฟบ ก็คือ ห่อเหี่ยว เศร้าโศก เสียใจ ท้อแท้ หรือแม้แต่ตรอมตรม ระทม คับแค้นใจ

พอง คือ ฝอยง ลำพองตน ลืมตัว มัวเมา อาจจะได้กับดูถูกดูหมิ่น หรือใช้ทรัพย์ใช้อำนาจข่มเหงรังแกผู้อื่น

ยุบ คือ หมดเรี่ยวแรง หมดกำลัง อาจถึงกับดูถูกตัวเอง หันเหออกจากวิถีแห่งคุณธรรม ละทิ้งความดี ตลอดจนอุดมคติที่เคยยึดถือ

ชีวิตในโลกก็เป็นอย่างนี้แหละ เราต้องยอมรับความจริงว่าเราอยู่ในโลก ย่อมไม่พ้นสิ่งเหล่านี้ เมื่อไม่พ้น จะต้องพบต้องเจอ เจอเกี่ยวข้องกับมัน ก็อย่าไปเอาจริงเอาจังกับมันจนถึงกับลุ่มหลงยึดเป็นของตัวเรา ควรจะมองในแง่ที่ว่าทำอะไรจะปฏิบัติต่อมันให้ถูกต้อง คืออยู่ด้วยความรู้เท่าทัน ถ้าเรารู้เท่าทันแล้ว เราจะปฏิบัติต่อโลกธรรมเหล่านี้ได้ดี เป็นคนที่ไม่ฟูไม่แฟบ และไม่ยุบไม่พอง และยังเอามันมาใช้ประโยชน์ได้อีกด้วย

The eight worldly winds are as follows:

- | | |
|-----------------------|----------------------------|
| 1. Gain | 2. Loss |
| 3. Fame ¹⁰ | 4. Disrepute ¹¹ |
| 5. Praise | 6. Blame ¹² |
| 7. Pleasure | 8. Pain ¹³ |

If people do not see through these conditions, they will be dominated by them. When they meet with good fortune, they are elated and inflated; when they meet with misfortune, they are depressed and deflated.

‘Elated’ here refers to being delighted, thrilled, exhilarated, and overconfident.

‘Depressed’ refers to being sad, dejected, upset, discouraged, and even bitter, grief-stricken, and resentful.

‘Inflated’ refers to being vain, conceited, big-headed, and infatuated. One may be contemptuous of others or use one’s wealth and power to intimidate them.

‘Deflated’ refers to being apathetic and fed up. One may be self-disparaging and turn away from a path of virtue or forsake one’s cherished ideals.

We must accept the reality that we live in the world and cannot escape these mundane conditions. Although we must all encounter them, we shouldn’t give them too much importance to the extent that we believe that they constitute who we really are. Instead, we

¹⁰ Trans.: *yasa* can also be translated as ‘good repute’, ‘success’, ‘high position’, or ‘glory’.

¹¹ Trans.: *ayasa* can also be translated as ‘ill repute’, ‘obscurity’, ‘dishonour’, or ‘disgrace’.

¹² Trans.: *nindā* can also be translated as ‘condemnation’ or ‘slander’.

¹³ Trans.: these final two factors can also be translated as ‘happiness’ and ‘unhappiness’, the caveat being that fully awakened individuals, while still prone to feeling pain, experience no unhappiness. They are, however, subject to loss, disrepute, and blame.

ถ้าโชคมา

ฉันจะมอบมันให้เป็นของขวัญแก่มวลประชา

ถ้าโลกธรรมฝ่ายดีที่น่าปรารถนาเกิดขึ้น แล้วเรารู้เท่าทัน และปฏิบัติต่อมันได้ถูกต้อง โลกธรรมเหล่านั้นก็ไม่ก่อให้เกิดพิษภัยแก่เราและแก่ใครๆ ยิ่งกว่านั้น ยิ่งกลายเป็นเครื่องมือสำหรับทำ ความดีงามสร้างสรรค์ประโยชน์สุขให้เพิ่มพูนยิ่งขึ้นอีกด้วย วิธี ปฏิบัติต่อโลกธรรมฝ่ายดีที่สำคัญ คือ

๑. **รู้ทันธรรมดา** คือรู้ความจริงว่า เหนอ ที่เป็นอย่างนี้ มันก็เป็นของมีได้เป็นได้เป็นธรรมดาตามเหตุปัจจัย เมื่อมันมาก็ดีแล้ว แต่มันไม่เที่ยงแท้แน่นอน ผันแปรได้นะ มันเกิดขึ้นได้ มันก็หมดไป เสื่อมไปได้ ยามได้ฝ่ายดีที่น่าชอบใจ จะเป็นได้ลาภ ได้ยศ ได้ สรรเสริญ ได้สุขก็ตาม เราก็ตีใจ ปลาบปลืมใจ เรามีสิทธิ์ที่จะตีใจ แต่ก็อย่าไปมัวเมาหลงใหล ถ้าไปมัวเมาหลงใหลแล้ว สิ่งเหล่านี้ก็จะกลับกลายเป็นเหตุแห่งความเสื่อมของเรา แทนที่เราจะได้ ประโยชน์ก็กลับจะได้โทษ

ลาภก็ดี ยศก็ดี สรรเสริญก็ดี สุขก็ดี ที่ไม่เที่ยงแท้แน่นอน ผันแปรได้นั้น มันก็เป็นไปตามเหตุปัจจัย เพราะฉะนั้นเราจะต้องไม่ ประมาท จะต้องป้องกันแก้ไขเหตุปัจจัยแห่งความเสื่อม และคอย เสริมสร้างเหตุปัจจัยที่จะให้มันมั่นคงอยู่และเจริญเพิ่มพูนโดยชอบ ธรรม เฉพาะอย่างยิ่งเหตุปัจจัยสำคัญของความเสื่อมก็คือความ ลุ่มหลงมัวเมา ถ้าเรามัวเมาหลงละเลิงแล้วสิ่งเหล่านี้ก็กลับเป็น โทษแก่ชีวิต เช่น คนเมายศ พอได้ยศ ก็มัวเมาหลงละเลิง ดูถูกดู หมิ่นคนอื่น ใช้อำนาจข่มขู่ทำสิ่งที่ไม่ดีเบียดเบียนข่มเหงคนอื่นไว้

should consider how to relate to them correctly through wise discernment. As a consequence, we will be neither elated nor depressed, neither inflated nor deflated. And we can benefit from them.

Sharing Good Fortune with Others

When agreeable conditions arise and we relate to them correctly, they will be of no danger to ourselves or others. Moreover, they can be instruments for doing good and generating blessings.

The primary methods for relating to positive worldly conditions include:

1. Discerning their nature: recognizing how these conditions exist in line with causes and conditions. It is favourable when they arise, but they are uncertain and unreliable. Having arisen, they are subject to passing away. When we encounter agreeable conditions like gain, fame, praise, and happiness, it is justified to feel pleased and delighted. It is crucial, however, that we don't become intoxicated by them. Otherwise, they can turn around and lead to our downfall. Instead of benefiting from them, they cause us harm.

We must therefore not be heedless. We should avoid those factors leading to decline and cultivate those factors leading to stability and virtue. Heedlessness is a key factor leading to decline. If we are heedless and indulgent, favourable conditions become detrimental. Take the example of someone who is drunk on success. They look down with contempt on others and use their authority to bully and exploit them. Yet these conditions are impermanent. When such a person falls into obscurity, they feel devastated.

แต่สิ่งทั้งหลายไม่เที่ยง พอเสื่อมยศ ก็ยำแย่ ทุกข์ภัยก็โหมกระหน่ำ
ทับถมตัว

๒. เอมามาทำประโยชน์ คนที่รู้จักปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านี้ก็มองว่า
เออ ตอนนี้โลกกรรมฝ่ายดีมา ก็ดีแล้ว เราจะใช้มันเป็นโอกาสใน
การสร้างสรรค์ทำความดี เช่น พอเราได้ยศ เรารู้ทันว่า เออ สิ่งเหล่านี้
ไม่เที่ยงหรอก มันไม่ใช่อยู่ตลอดไป เมื่อมันมาก็ดีแล้ว เราจะใช้
มันให้เป็นประโยชน์ เราดีใจที่ได้มันมาทีหนึ่งแล้ว คราวนี้เราคิดว่า
เราจะทำให้มันเป็นประโยชน์ เราก็ดีใจมีความสุขยิ่งขึ้นไปอีก พอ
เราดีใจแต่เราไม่หลง เราก็ใช้มันให้เป็นประโยชน์ เราอาจจะใช้ยศ
นั้นเป็นเครื่องมือหรือเป็นช่องทางในการช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ ใน
การสร้างสรรค์ความดีงาม ทำการสงเคราะห์ บำเพ็ญประโยชน์ ก็
กลายเป็นดีไป

ข้อที่สำคัญก็คือ เมื่อเรามีลาภหรือมีทรัพย์สินยศศักดิ์เกียรติ
บริวาร ความดีและประโยชน์หรือการสร้างสรรค์ต่างๆนั้นเราก็ทำ
ได้มาก กลายเป็นว่าลาภและยศเป็นต้นเป็นเครื่องมือและเป็น
เครื่องเอื้อโอกาสในทางที่จะทำให้ชีวิตของเรามีคุณค่า ขยาย
ประโยชน์สุขให้กว้างขวางมากมายแผ่ออกไปในสังคม ช่วยสร้าง
สรรค์ให้โลกนี้เป็นอย่างที่พระพุทธเจ้าตรัสเรียกว่า *อภยาปัชฌโลก*
คือโลกแห่งความรักความเมตตา เป็นที่ปลอดภัยไร้การเบียดเบียน
และมีสันติสุข แล้วก็ทำให้ตัวเราเองได้ความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อน
มนุษย์ ได้รับความเคารพนับถือที่แท้จริงด้วย ประโยชน์สุขระดับที่
หนึ่งกลายเป็นบันไดก้าวขึ้นสู่ประโยชน์สุขระดับที่สอง

ลาภยศเป็นต้นเกิดแก่คนที่เป็นบัณฑิต มีแต่เป็นประโยชน์
เพราะเป็นเครื่องมือในการสร้างสรรค์ประโยชน์สุขให้แผ่ขยาย

2. Taking advantage of them to do good: someone who knows how to relate to such conditions correctly reflects: ‘I am fortunate. This is fine. I will make the most of these conditions in order to perform wholesome deeds.’ If one is elevated to a high position in society, for instance, one is aware: ‘This position is temporary. It won’t last forever. I will try to derive the greatest benefit from it.’ Achieving success is already a source of joy; now by considering how to use success in a beneficial way, one’s joy increases. But one doesn’t get carried away. One might use it as a medium for fostering goodness, helping others, being of service, and so on.

When endowed with such qualities as wealth, status, prestige, and so forth, we have more opportunity to make merit, support others, and engage in constructive activities. These fortunate conditions can thus be conducive to providing our lives with dignity and benefiting society more widely. We can thus create what the Buddha called an ‘*abyāpajjha-loka*’: a benevolent and peaceful world. Moreover, we will have healthy interpersonal relations and receive genuine respect. The first kind of wellbeing will thus act as a stairway leading to the second kind.

กว้างขวางออกไปเกือบทุกแง่สังคัม และทำชีวิตให้พัฒนาขึ้น แต่ถ้าทรัพย์และอำนาจเกิดแก่ผู้ที่ไม่รู้เท่าทัน มีความลุ่มหลงละเลิงมัวเมา ก็กลับกลายเป็นโทษแก่ชีวิตของตนเอง และเป็นเครื่องมือทำร้ายผู้อื่นไป ซึ่งก็เป็นผลเสียแก่ตนเองในระยะยาวด้วย โลกธรรมอย่างอื่นก็เช่นเดียวกันทั้งนั้น ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข เป็นสิ่งที่เราจะต้องปฏิบัติให้ถูก หลักสำคัญก็คืออย่าไปหลงละเลิงมัวเมา

ถ้าเคราะห์มา

มันคือของขวัญที่ส่งมาช่วยตัวฉันให้ยิ่งพัฒนา

ในทางตรงข้าม ถ้าโลกธรรมฝ่ายร้ายเกิดขึ้นจะทำอย่างไร เมื่อก็กฝ่ายดีเกิดขึ้น เราก็ถือโอกาสใช้ให้เป็นประโยชน์ ทำการสร้างสรรค์ ทำให้เกิดประโยชน์สุขแผ่ขยายออกไปมากยิ่งขึ้น ทั้งนี้แม้ฝ่ายร้ายเกิดขึ้น คือเสื่อมลาภ เสื่อมยศ ถูกติฉินนินทา และประสบทุกข์ คนมีปัญญารู้เท่าทัน ก็ไม่กลัว ไม่เป็นไร เขาก็รักษาตัวอยู่ได้ และยังหาประโยชน์ได้อีกด้วย คือ

๑. **รู้ทันธรรมดา** คือรู้ความจริงว่า สิ่งทั้งหลายก็อย่างนี้เอง ล้วนแต่ไม่เที่ยงแท้แน่นอน ย่อมผันแปรไปได้ทั้งสิ้น นี่แหละที่ว่าอนิจจัง เราก็ได้เจอกับมันแล้ว เมื่อมีได้ ก็หมดได้ เมื่อขึ้นได้ก็ตกได้ แต่เมื่อหมดแล้วก็มีได้อีก เมื่อตกแล้ว ก็อาจขึ้นได้อีก ไม่แน่นอน มันขึ้นต่อเหตุปัจจัย ข้อสำคัญว่า มันเป็นการมีกันได้และเป็นการขึ้น ที่ดีงาม ชอบธรรม เป็นประโยชน์หรือไม่ และเป็นเรื่องที่เราจะต้องศึกษาหาเหตุปัจจัย และทำให้ถูกต้องต่อไป

When the wise meet with good fortune, they use it constructively as a means to develop themselves and to provide compassionate assistance to society. Those who lack wisdom, on the other hand, become intoxicated by such qualities as wealth and power, and end up harming both themselves and others, often with long-lasting effects.

We should relate skilfully to all forms of good fortune, and the key principle for doing so is to not be heedless.

Misfortune Can Be a Gift Helping to Bring about Greater Maturity

In contrast, what should one do when adverse worldly conditions arise? Although subjected to such conditions – loss, dishonour, condemnation, and unhappiness – a wise person is undaunted. They remain vigilant and can even capitalize on these situations.

The primary methods for relating to negative worldly conditions include:

1. Discerning their nature: recognizing that these conditions are without exception uncertain and changeable – they are impermanent (*anicca*). Having come into existence, they can end; having arisen they can pass away. Yet having passed away, it is possible for them to arise again. They depend on causes and conditions. Our responsibility is to investigate which causal factors lead to wholesome and beneficial change, and to act accordingly.

เพราะฉะนั้น อย่ามัวมาตรอมตรมทุกข์ระทมเหงาหงอย อย่ามัวเศร้าโศกเสียใจละห้อยละเหี่ยท้อแท้ใจไปเลย จะกลายเป็นการซ้ำเติมทับถมตัวเองหนักลงไปอีก และคนที่ต้องพึ่งพาอาศัยเราก็จะยิ่งแย่งไปใหญ่ เรื่องกรรมดาของโลกรวมเป็นอย่างนี้ เราก็ได้เห็นความจริงแล้ว เรารู้เท่าทันมันแล้ว เอาเวลามาศึกษาหาเหตุปัจจัย จะได้เรียนรู้ จะได้แก้ไขปรับปรุง ลูกขึ้นมาทำให้พื้นตัวขึ้นใหม่ดีกว่า เมื่อรู้เท่าทัน อยู่กับความจริงอย่างนี้ เราก็รักษาตัวรักษาใจให้เป็นปกติ ปลอดภัยผ่อนส่งใจอยู่ได้ ไม่ละเมอคลุ้มคลั่งเตลิดหรือฟุบแพบทำลายหรือทำร้ายตัวเองให้ยิ่งแย่งลงไป

๒. **เอามาพัฒนาตัวเรา** คนที่เป็นนักปฏิบัติธรรม เมื่อความเลื่อม ความสูญเสียด และโลภกรรมฝ้ายร้ายทั้งหลายเกิดขึ้นแก่ตน นอกจากรู้เท่าทันธรรมดา มองเห็นความจริงของโลกและชีวิตที่เป็นอนิจจังแล้ว เขายังเอามันมาใช้ให้เป็นประโยชน์ในการพัฒนาตัวเองให้ดียิ่งขึ้นอีกด้วย

เขาจะมองว่า นี่แหละความไม่เที่ยงได้เกิดขึ้นแล้ว เมื่อมันเกิดขึ้นมาก็เป็นโอกาสที่เราจะได้ทดสอบตนเอง ว่าเรามีความมั่นคงและความสามารถแค่ไหน ในการที่จะต่อสู้กับสิ่งเหล่านี้ เราจะเผชิญกับมันไหวไหม ถ้าเราแน่จริง เราก็ต้องสู้กับมันไหว และเราจะต้องแก้ไขได้ เพราะอันนี้เท่ากับเป็นปัญหาที่จะให้เราสู้ให้เราแก้ เราจะมีความสามารถแก้ปัญหาใหม่ นี่คือการทดสอบที่เกิดขึ้น นอกจากเป็นบททดสอบแล้วก็เป็นบทเรียน ที่เราจะต้องศึกษาว่า มันเกิดขึ้นจากเหตุอะไร เพื่อจะได้เป็นประโยชน์ต่อไปข้างหน้า ถ้าเราสามารถแก้ปัญหานี้ได้ ก็แสดงว่า เรามีความสามารถจริง ถ้า

For this reason, when encountering adverse conditions, don't be distressed, don't be disheartened. Otherwise, you will only aggravate your suffering and complicate the situation, causing trouble for yourselves and anyone under your care. Having discerned the nature of these phenomena, it is better to spend your time looking into the conditional process in order to increase understanding and to make adjustments. You can then get back on your feet. Through wise discernment and living in harmony with truth, one can remain steady and calm, rather than taking a turn for the worse by running amok or falling into depression.

2. Using them for self-development: when a Dhamma practitioner encounters failure, loss, and other adverse conditions, besides discerning their nature, they are able to use them for self-improvement. They consider: 'Here is a clear example of impermanence. This is a test to see how strong and capable I am in grappling with these conditions. Will I be able to stand up to them?'

If we are competent, we will be able to hold our own and remedy difficult situations. Can we meet the challenges and solve the problems we face? Such challenges are also a life lesson, whereby we can study their causes in order to prepare us for the future. If we can tackle these problems, it shows that we are truly capable. If we can navigate through these circumstances, our skill and expertise for living a good life will only increase.

เราผ่านสถานการณ์นี้ไปได้ปลอดภัยแล้ว ต่อไปเราก็จะมีความสามารถและชัดเจนยิ่งขึ้น

รวมความว่า คนที่ดำเนินชีวิตเป็น จะใช้ประโยชน์จากโลกธรรมฝ่ายร้ายได้ ทั้งในแง่เป็นเครื่องทดสอบจิตใจ และเป็นเครื่องพัฒนาปัญญา คือทดสอบว่าเรามีจิตใจเข้มแข็งมั่นคง แม้จะเผชิญเคราะห์ร้ายหรือเกิดมีภัย ก็ดำรงรักษาตัวให้ผ่านพ้นไปได้ ไม่หวั่นไหว และใช้ปัญญาเรียนรู้สืบค้นเหตุปัจจัย เพื่อจะได้แก้ไขและสร้างสรรค์เดินหน้าให้ได้ผลดียิ่งขึ้นต่อไป

ยิ่งกว่านั้น เขาจะมองในแง่ดีว่า คนที่ผ่านทุกข์ผ่านภัยมาก เมื่อผ่านไปได้ ก็เป็นประโยชน์แก่ตัวเอง คนที่ผ่านมาได้ ถือว่าได้เปรียบคนอื่นที่ไม่เคยผ่าน นอกจากผ่านทุกข์ผ่านโทษผ่านภัยไปแล้ว ถ้ายังสามารถผ่านไปได้ด้วยดีอีกด้วย ก็เป็นหลักประกันว่าต่อไปไม่ต้องกลัวแล้ว เพราะแสดงว่าเราประสบผลสำเร็จแก้ปัญหาได้ เราจะมีชีวิตที่ดั่งงามเข้มแข็ง ไม่ต้องกลัวภัยอันตรายอีก ดีกว่าคนที่ไม่เคยเจอกับสิ่งเหล่านี้ พบแต่สิ่งที่เป็นคุณหรือสิ่งที่ชอบใจอย่างเดียว เป็นชีวิตที่ไม่ได้ทดสอบ

เป็นอันว่า ถ้ามองในแง่ที่ดั่งงามแล้ว เราก็ใช้ประโยชน์จากโลกธรรมทั้งที่ดีและร้ายได้ทั้งหมด อย่างน้อยก็เป็นคนชนิดที่ว่า ไม่เหลือในสุข ไม่ถูกทุกข์ทับถม ฉะนั้น ถ้าเราจะต้องเผชิญกับโลกธรรมที่ไม่ชอบใจ ก็ต้องมีใจพร้อมที่จะรับและสู้มัน ถ้าปฏิบัติต่อมันได้ถูกต้อง เราก็จะผ่านสถานการณ์ไปด้วยดี และเป็นประโยชน์ เราจะมีความเข้มแข็ง ชีวิตจะดั่งงามยิ่งขึ้น แล้วตอนั้น เราจะได้พิสูจน์ตัวเองด้วยว่า ถึงแม้ว่าเราจะมีประโยชน์สุขขั้นที่หนึ่ง ที่เป็นรูปธรรมหรือมีวัตถุเพียงเล็กน้อยนี้ เราจะสามารถอยู่ด้วยประโยชน์

Those who conduct their lives skilfully are able to take advantage of adverse worldly conditions, both for testing strength of character and for developing wisdom. Despite encountering misfortune, they remain unshaken and find a way out. They inquire into causes and conditions in order to solve problems and to meet with greater success.

Furthermore, they consider how passing through personal hardships can be constructive. Those who have done so have an advantage over those who have never been tested. And the more proficient one becomes at navigating adverse conditions and solving problems, the less one has to fear. Being grounded in virtue and having inner fortitude, one does not dread potential dangers and threats. These people have an edge on someone who is untested: someone who has never faced such difficulties, and has only met with favourable and pleasant conditions.

We can benefit from both good fortune and misfortune. At the very least, we can be the kind of person who is neither carried away when happy nor overwhelmed when unhappy. When faced with unpleasant situations, we should be prepared to acknowledge and contend with them. If we can attend to them skilfully, we will get through them well. We will be resolute and live a life of integrity. Moreover, at times when we only possess small amounts of material wellbeing, we can confirm whether we have adequate reserves of virtue and spiritual wellbeing. Finally, in respect to the third kind of wellbeing, we can verify whether our hearts are liberated – free from any disturbance brought about by worldly winds.

สุขขั้นที่สอง ด้วยทุนทางด้านคุณความดี ทางด้านจิตใจได้หรือไม่ แล้วก็ทดสอบยิ่งขึ้นไปอีกคือในระดับที่สาม ว่าเรามีจิตใจที่เป็นอิสระ สามารถที่จะอยู่ดีมีสุข โดยไม่ถูกกระแทกกระเทือนหวั่นไหว ด้วยโลกธรรมได้ไหม

ถ้าจิตถูกโลกธรรมทั้งหลายกระทบกระทั่งแล้วไม่หวั่นไหว ยังสามารถมีใจเบิกบานเกษมปลอดโปร่ง ไม่มีรู้สึกถึงความขุ่นมัวเศร้าหมองผ่องใสได้ ก็เป็นมงคลอันสูงสุด มงคลหมดทั้ง ๓๘ ประการ มาจบลงสุดท้ายที่นี่

พระพุทธศาสนาสอนหลักธรรมไปตามลำดับจนมาถึงขั้นนี้ คือมีจิตใจที่เป็นอิสระอย่างที่พระสงฆ์สวดในงานพิธีมงคลทุกครั้ง ตอนที่สวดมงคลสูตร มงคล ๓๘ จะมาจบด้วยคาถานี้ คือ

พญฐัสสะ โลกะธัมเมหิ จิตตัง ยัสสะ นะ กัมปะติ

อะโสกัง วิระชัง เขมมัง เอตัมมังคะละมุตตะมัง

ผู้ใดถูกโลกธรรมทั้งหลาย (ทั้งฝ่ายดีและฝ่ายร้าย) กระทบกระทั่งแล้ว จิตใจไม่เศร้าโศก ไม่หวั่นไหว เกษม มั่นคง ปลอดโปร่งได้ นั่นคือมงคลอันอุดม

ถ้าถึงขั้นนี้แล้ว ก็เรียกว่าเราได้ประสบประโยชน์สุขขั้นสูงสุด ชีวิตก็จะสมบูรณ์ อยู่ในโลกก็จะมีความสุขเป็นเนื้อแท้ของจิตใจ ถึงแม้ไปเจอความทุกข์เข้าก็ไม่มีปัญหา ก็สุขได้แม้แต่ในท่ามกลางความทุกข์ และคนที่ทำอย่างนี้ได้ จะมีลักษณะชีวิตที่พัฒนาในด้านความสุข ซึ่งจะทำให้เป็นคนที่มีมีความสุขได้ง่าย

If the heart comes into contact with the worldly winds yet remains unshakeable, unsullied, joyous, and serene, one has achieved the highest blessing.

In the Maṅgala Sutta, the Buddha gave a gradual teaching on thirty-eight blessings that ends with liberation of the heart. On auspicious ceremonies, the monks chant this sutta culminating with the following verses:

Phuṭṭhassa lokadhammehi cittaṃ yassa na kampati
Asokaṃ virajaṃ khemaṃ etammaṅgalamuttamaṃ.

‘Though in contact with worldly winds, his mind is not shaken – griefless, dustless, secure: this is the highest blessing.’

At this stage, one has realized supreme wellbeing. One’s life is fulfilled. Happiness constitutes the core of one’s being. Even when faced with misfortune, there is no problem. One is happy even in the midst of tribulation. A person who has achieved supreme wellbeing is accomplished in respect to happiness, that is, it takes very little to make them happy.

ทำไม โลกยิ่งพัฒนา ชาวประชายิ่งเป็นคนที่สุขยาก

เป็นที่น่าสังเกตว่า มนุษย์ในโลกปัจจุบันนี้ได้พัฒนาทางด้านวัตถุกันมาก เก่งในการหาวัตถุเป็นอย่างยิ่ง แต่มีลักษณะที่ปรากฏเด่นขึ้นมาอย่างหนึ่ง คือมักจะกลายเป็นคนที่สุขยากขึ้น ยิ่งอยู่ไปๆ ในโลก ก็ยิ่งเป็นคนที่สุขยากขึ้นทุกที อันนี้ไม่ใช่ลักษณะที่ดี

เมื่อมีของมีวัตถุอะไรต่างๆ ที่เป็นเครื่องอำนวยความสะดวกในระดับที่หนึ่งมากขึ้น คนก็น่าจะมีความสุขมากขึ้น แต่ปรากฏว่า ผู้คนไม่ได้มีความสุขมากขึ้น ความสุขบางอย่างที่ดูเหมือนจะมากขึ้นก็มักจะเป็นของฉาบฉวยเสียมากกว่า โดยเฉพาะความสุขที่แท้ในจิตใจ นอกจากไม่ดีขึ้น ยังมีที่หาว่าลดน้อยลง คนตะเกียกตะกายหาความสุขแบบผ่านๆ ชั่วครู่ชั่วยามกันพล่านไป เพราะไม่มีความสุขที่มั่นคงยืนตัวอยู่ภายใน

ทั้งๆ ที่มีสิ่งของและอุปกรณ์ที่จะบำรุงความสุขมากเหลือล้น แต่คนก็ขาดแคลนความสุขกันอยู่เรื่อยๆ และมีลักษณะอาการที่มิใช่ความสุขได้ยาก คือกลายเป็นคนที่สุขยากขึ้น อย่างที่ว่า เคยมีเท่านี้สุขก็ไม่สุขแล้ว ต้องมีเท่านั้น ต้องได้ขนาดโน้นจึงจะสุข อันนี้ก็ เป็นลักษณะที่น่าสังเกต

ในเรื่องนี้ ลักษณะที่ตรงกันข้ามก็คือสุขง่ายขึ้น คนเราอยู่ในโลกนี้ ชีวิตของเราเจริญเติบโตขึ้นมา เราพัฒนาขึ้นๆ สิ่งหนึ่งที่เราน่าจะพัฒนาขึ้นด้วย ก็คือความสุข หมายความว่ายิ่งเราพัฒนาไป เราก็น่าจะเป็นคนที่สุขง่ายยิ่งขึ้น และก็สุขได้มากขึ้น

Why Is It that the More Developed the World Becomes The More Difficult It Is for People to Be Happy?

It is quite apparent that people today have achieved great material abundance – they are ingenious at producing material objects – yet they have become more and more dissatisfied. This is regrettable and alarming.

When people possess more material conveniences, you would think they would be happier. But this isn't the case. Often what appears to be increased happiness turns out to be a triviality. Genuine happiness in particular, rather than increasing, seems to be on the wane. People restlessly scramble after superficial and short-lived forms of pleasure because they lack a deep and reliable happiness within.

Despite a plethora of objects providing sense gratification, people feel more and more deprived of happiness, and have become more discontented. As mentioned earlier, an amount of wealth or belongings that provided satisfaction in the past is no longer enough; people are convinced that they need more.

The opposite state of affairs is to find it easier to be happy. As we grow and mature, one quality that we should learn to develop is happiness. What this means is that as we develop as human beings, we should be more easily satisfied and be able to discover deeper kinds of happiness.

เมื่อเป็นเด็ก ได้เล่นอะไรเล็กๆ น้อยๆ หรืออยากได้อะไรนิดๆ หน่อยๆ พอได้มาก็ดูจะมีความสุขมากๆ สุขได้ง่ายๆ แต่พอโตขึ้นมาดูเหมือนว่าจะสุขยากขึ้นทุกที

ถ้าเรามีชีวิตอยู่มาแล้วเราเป็นคนสุขง่ายขึ้นนี่ โอ! เราจะโชค ดีมาก เพราะถ้าเราสุขง่าย มันก็ต้องดีดี ทำอะไรนิดหน่อยมีอะไรได้อะไรเล็กๆ น้อยๆ เดียวมันก็สุขละ แต่เดี๋ยวนี้กลายเป็นว่าเรามีอะไรนิดหน่อยไม่ได้ จะต้องมีมากๆ จึงจะสุข ในทางที่ถูกที่ควร ถ้าเรามีความสุขง่ายขึ้น แล้วเราได้ของมากขึ้น เราก็ยิ่งสุขใหญ่ แต่ถ้าเราสุขยากขึ้น เราได้ของมามากขึ้น มันก็ไม่ช่วยให้เราสุขมากขึ้น เพราะแม้ว่าสิ่งอำนวยความสะดวกจะมากขึ้นก็จริง แต่จุดหรือขีดที่จะมีความสุขได้ก็เขยิบหนีขึ้นไป เพราะฉะนั้น บางที่ได้สิ่งอำนวยความสะดวกมากขึ้น แต่ได้ความสุขน้อยลง

อะไรที่มันขาดหายไป คำตอบก็คือเราพัฒนาด้านเดียว เราพัฒนาชีวิตเพียงด้านหนึ่ง คือ เราไปมุ่งว่าถ้าเรามีวัตถุมีอะไรต่างๆ มีทรัพย์สินเงินทอง ยศ ตำแหน่งดีขึ้นไป เราจะมีความสุข ฉะนั้น เราก็แสวงหาวัตถุหรือสิ่งที่จะมาบำรุงความสุขกันให้มาก แต่การที่เราจะแสวงหาอย่างได้ผล เราก็จะต้องพัฒนาความสามารถอันนี้ คือ พัฒนาความสามารถในการแสวงหาสิ่งที่จะมาบำรุงความสุข และมนุษย์เราก็ได้พัฒนาในด้านนี้กันจริงๆ จังๆ ดังจะเห็นว่าในด้านนี้เราเก่งมาก มนุษย์ยุคปัจจุบันได้พัฒนาความสามารถในการแสวงหาวัตถุมาบำรุงความสุขกันได้เก่งกาจ แม้แต่การศึกษาก็จะมีความหมายอย่างนี้ด้วย ดูซิ การศึกษาส่วนมากจะมีความหมายและความมุ่งหมายอย่างนี้ คือเป็นการพัฒนาความสามารถที่จะ

Children can be very happy playing with simple toys. Their desires are modest and they are easily satisfied. But as people get older, it generally becomes harder for them to be happy.

How fortunate it is for children to be easily satisfied, to be happy with little! As adults most of us require more and more to be happy. If, as time goes on, we find it easier to be happy, then the more gratifying objects we acquire, the happier we are. But if it becomes more difficult to be happy, an increase of possessions doesn't guarantee increased happiness. The goalposts keep shifting and happiness becomes more elusive. It can thus happen that people possess more, but end up less happy.

What is missing to bring about this set of circumstances? The answer is that we develop only one aspect of our lives. We believe that having more money, more success, a higher social standing, and so on, will make us happy. We then go off in pursuit of gratifying objects. In order to be effective, however, we must develop the capability to produce such objects. Human beings now excel at such production. Our achievements in this area are remarkable. In today's world, almost the entire educational system is geared to this end, of developing the ability to acquire and mass produce objects of sense gratification.

หาว่าตฤมาบำรุงความสุข แล้วเราก็เก่งกันในด้านนี้ เรามีความสามารถในการหาสิ่งมาบำรุงความสุขอย่างมากมาย

แต่ที่นี้ยังมีอีกด้านหนึ่งของการพัฒนาชีวิตที่เรามองข้ามไป คือความสามารถในการที่จะมีความสุข บางที่เราพัฒนาความสามารถในการหาสิ่งบำรุงความสุข พอพัฒนาไปๆ ตัวความสามารถในการที่จะมีความสุขนี้ก็กลับลดน้อยลง หรือแม้แต่หายไปเสียเฉยๆ ในเรื่องนี้ท่านว่าต้องมีคุณภาพ คือต้องมีความสามารถที่จะมีความสุขมาเข้าคู่ ในเมื่อเราจะต้องมีอีกด้านหนึ่งคือความสามารถในการที่จะมีความสุข เราก็ต้องพัฒนาความสามารถนี้ขึ้นด้วย

ความสุขจะเพิ่มทวี ถ้าพัฒนาอย่างมีคุณภาพ

ถ้าเราพัฒนาความสามารถที่จะมีความสุข ด้วย พร้อมกันไปกับการที่เราพัฒนาความสามารถในการหาสิ่งบำรุงความสุข มันก็จะมีคุณภาพ แล้วสองด้านนี้ก็มาเสริมกันด้วย เพราะว่าเมื่อเราพัฒนาความสามารถที่จะมีความสุขได้มากขึ้นไป เราก็มีความสุขง่ายขึ้น เมื่อเราสุขง่ายขึ้น แล้วเรามีของบำรุงความสุขมากขึ้น ความสุขมันก็ท่วมท้นเป็นทวีคูณเลย

แต่ที่มันเสียหรือล้มเหลวไปไม่เป็นอย่างนั้นก็เพราะสาเหตุนี้แหละ คือการที่เราพัฒนาด้านเดียว เราได้แต่พัฒนาความสามารถที่จะหาสิ่งบำรุงความสุข แต่เราไม่ได้พัฒนาความสามารถที่จะมีความสุข บางทีความสามารถนี้ก็ลับค่อยๆ หดไปด้วยซ้ำ

คนจำนวนมากอยู่ไปๆ ในโลก ก็ค่อยๆ หดความสามารถที่จะมีความสุข ในเมื่อเขาหดความสามารถที่จะมีความสุข สิ่งบำรุงความสุขก็ไม่มี ความหมาย อันนี้คือชีวิตที่ขาดคุณภาพ

In this process, however, another aspect of life tends to get overlooked, that is, the ability to be happy. Although people are skilled at producing objects of gratification, the ability to be happy sometimes decreases or is lost. The importance here is to strike a balance: to develop the ability to be happy in tandem with the ability to generate material prosperity.

Balanced Development Enhances Happiness

These two kinds of development are complementary. When we develop the ability to be happy, we are more easily contented. When greater contentment is paired with an increase in gratifying sense objects, our happiness is doubled.

Engaging in one-sided development, however, leads to misfortune and even ruin. By only developing the ability to acquire and produce objects of sense gratification, the ability to be happy can disappear altogether.

Many people have lost the ability to be happy. When this is the case, pleasurable objects cease to have any real meaning. These people's lives are imbalanced, because they are completely preoccupied with material wellbeing, and they fail to develop the second and third kinds of wellbeing.

เพราะเรามัววุ่นอยู่กับประโยชน์สุขระดับที่หนึ่งอย่างเดียว ขาดการพัฒนาเพื่อประโยชน์สุขระดับที่สอง และระดับที่สาม

ในทางธรรม ท่านไม่ได้มองข้ามการพัฒนาในระดับที่หนึ่ง อันนั้นท่านเรียกว่าการพัฒนาในระดับศีล คือการพัฒนาความสามารถที่จะหาตลอดจนจัดสรรและจัดการกับสิ่งบำรุงความสุข แต่ระดับต่อไปซึ่งอย่าได้มองข้าม ก็คือการพัฒนาความสามารถที่จะมีความสุข

ถ้าเราพัฒนาความสามารถที่จะมีความสุข หรืออย่างน้อยเราไม่สูญเสียมันไป เราก็จะเป็นคนที่มีความสุขได้ไม่ยาก หรือกลับจะเป็นคนที่สุขง่ายขึ้นๆ ด้วย คนที่มีความสามารถอย่างนี้จะอยู่อย่างไรก็สุขสบาย สุขสบายตลอดเวลาเลย และยิ่งอยู่ไปก็ยิ่งสุขง่ายขึ้น ยิ่งมีของมากก็ยิ่งสุขกันใหญ่

ฉะนั้นจึงควรทบทวนดูว่า ถ้าหากเรามีอะไรต่ออะไรมากมายแล้ว ก็ยังไม่มีความสุข ก็คงจะเป็นเพราะสาเหตุอันนี้ด้วย คือเรายังจะหมดความสามารถที่จะมีความสุข

การปฏิบัติธรรมนั้น ในความหมายหนึ่งก็คือการพัฒนาความสามารถที่จะมีความสุข เป็นการทำให้คนเป็นสุขได้ง่ายขึ้น ฉะนั้นโยมที่ปฏิบัติธรรมจะต้องนึกถึงความหมายที่ว่านี้ ถ้าเราปฏิบัติธรรม เราจะมีความสามารถที่จะมีความสุขได้มากขึ้น และง่ายขึ้น จะต้องเป็นคนสุขง่ายขึ้น แล้วนี่สองด้านนี้เราไม่ทิ้งเลยสักอย่าง เพราะฉะนั้น เราจะเป็นคนที่สมบูรณ์ เพราะว่าในด้านความสามารถที่จะมีความสุข เราก็เป็นคนที่มีสุขได้ง่ายขึ้น และในด้านการหาวัตถุบำรุงความสุข เราก็มีความสามารถที่จะหาได้เพิ่มขึ้น เมื่อเป็นอย่างนี้เราก็มีความสุขกำลังสอง

Buddhism does not neglect material wellbeing. It is recognized as being part of moral development, which includes the ability to seek out, allocate, and manage material belongings. Great emphasis, however, is given to developing the ability to be happy.

Those who have fully developed the ability to be happy are content in all situations and at all times. And when they experience material wellbeing, their happiness is enhanced.

Have a look at your own lives: if you are surrounded by material abundance but are still unhappy, it is likely that you have temporarily lost the ability to be happy.

One vital aspect of Dhamma practice is developing the ability to be happy. As you practise the Dhamma, reflect on whether you are more adept at being happy and whether you are more easily contented. Moreover, by not forsaking material wellbeing while developing other kinds of wellbeing, you will be twice as happy and your life will be fulfilled.

ถ้าไม่มีความสุขแบบประสาน ก็ไม่มีการพัฒนาแบบยั่งยืน

ที่นี้เรื่องมันไม่จบแค่นี้ พอเรามีความสามารถที่จะมีความสุขได้มากขึ้น ความสุขของเรานั้นก็กลับขึ้นต่อวัตถุน้อยลง เราก็ไม่ต้องอาศัยวัตถุมากมายที่จะมีความสุข เรามีแค่พอเหมาะพอควรเราก็มีความสุขเต็มอิ่มแล้ว เราก็ไม่กังวลในเรื่องวัตถุมาก แต่ในเวลาเดียวกันนี้ ความสามารถที่จะหาวัตถุบำรุงความสุขของเราก็ยังมีอยู่เต็มที่ เราก็หาวัตถุได้เยอะแยะมากมาย แต่ความสุขของเราไม่ขึ้นต่อสิ่งเหล่านั้น แล้วจะทำอย่างไรละ

วัตถุก็เข้ามาๆ ความสุขของเราก็ไม่ได้ขึ้นต่อมัน เราสุขอยู่แล้วนี่ จะทำอย่างไรละที่นี้ ปรากฏว่า พอคุณสภาพที่ว่ามานี้เกิดขึ้นจิตใจของเราก็เปิดออก เราก็มีโอกาสคิดถึงความสุขความทุกข์ของคนอื่น แล้ววัตถุที่เข้ามามาก็กลายเป็นเครื่องมือสร้างสรรค์ประโยชน์สุขแก่เพื่อนมนุษย์หรือแก่สังคมไปเลย

ตอนนี้ความสุขของเราไม่ขึ้นต่อวัตถุเหล่านั้นมากนักแล้ว สิ่งเหล่านั้นมีมามากก็เป็นส่วนเหลือส่วนเกิน และเมื่อใจของเราไม่มัวพะวงุ่นวายกับการหาสิ่งเสพ ใจนั้นก็เปิดออกไปคิดถึงคนอื่น เราก็เลยใช้วัตถุเหล่านั้น ที่แสวงหามานี้ ในการช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ สร้างสรรค์ความดี ทำประโยชน์สุขขยายออกไป เมื่อทำอย่างนี้ เราก็ยิ่งเข้าถึงประโยชน์สุขในระดับที่สอง

พอเราทำอย่างนี้แล้ว เราชะลึกถึงชีวิตของเราว่าได้ทำสิ่งที่เป็นประโยชน์มีคุณค่า เราก็ยิ่งมีความสุขลึกซึ้งขึ้นในใจของเราอีก ประโยชน์สุขขั้นที่สองมาแล้ว ก็สนับสนุนประสิทธิภาพของ

Sustainable Development Is Only Possible with Shared Happiness

As we develop the ability to be happy, our dependence on material objects decreases. We don't require a lot of belongings in order to be happy. Just by having enough, we are satisfied. We are not overly preoccupied with material things. At the same time, however, our ability to acquire gratifying material objects remains fully intact. Yet even if we generate great wealth and have ample belongings, our happiness is not dependent on them.

So what should we do in such circumstances? If we can strike a balance between developing the ability to be happy with the ability to generate material prosperity, our hearts will open up. When we are no longer caught up in the pursuit of objects to consume, we will begin to consider the fortunes of others. We will then use whatever surplus wealth we may have accumulated to promote the wellbeing of fellow human beings and to assist society. Providing such support to others will greatly facilitate our accessing the second kind of wellbeing.

ประโยชน์สุขระดับที่หนึ่ง ประโยชน์สุขทั้งสองระดับ ก็เลยสนับสนุนซึ่งกันและกัน ความสุขของบุคคลก็มาเนื่องกับความสุขของสังคม ตัวเราสุขง่ายและได้สุขแล้ว เราช่วยเหลือสังคม เพื่อนร่วมสังคมก็ยิ่งมีความสุขและเราเองก็ยิ่งสุขขึ้นด้วย ความสุขแบบนี้จึงเนื่องอาศัยและประสานเสริมซึ่งกันและกัน

เวลาเราหาประโยชน์สุขระดับที่หนึ่ง เราบอกว่าเราจะต้องได้มากที่สุด เราจึงจะมีความสุขที่สุด เราก็เลยต้องยิ่งแสวงหาให้ได้มากที่สุด คนอื่นเขาก็มองอย่างเดียวกัน เขาก็มองว่ายิ่งได้มากเขาก็จะยิ่งสุขมาก เมื่อต่างคนต่างหา ต่างคนต่างเอา ต่างคนต่างได้ มันก็ต้องแย่งกันเบียดเบียนกัน มันก็เกิดความทุกข์ความเดือดร้อน เรียกว่าเป็น*ความสุขที่ต้องแย่งชิงกัน* เมื่อต้องแย่งชิงก็เป็นการบอกอยู่ในตัวแล้วว่า จะต้องเจอกับทุกข์ด้วย และไม่แน่ว่าจะได้สุขหรือไม่

ที่นี้พอเรามาถึงระดับที่สอง มันเปลี่ยนไปกลายเป็นว่าความสุขนั้นมันเนื่องกัน สุขของตนกับสุขของคนอื่น หรือสุขของบุคคลกับสุขของสังคม มันมาประสานเสริมสนับสนุนซึ่งกันและกัน ทำให้ทุกคนสุขไปด้วยกัน มันก็เลยไม่ต้องเบียดเบียนหรือแย่งชิงกัน เป็น*ความสุขที่เนื่องกัน หรือความสุขที่ประสานกัน*

เวลานี้พูดกันมากว่าจะต้องมีการพัฒนาแบบยั่งยืน โลกจึงจะอยู่รอดได้ แต่ถ้าพัฒนากันไปแล้ว ผู้คนมีแต่การหาความสุขแบบที่แย่งชิงกัน การพัฒนาแบบยั่งยืนก็จะเป็นเพียงความฝันที่ไม่มีทางเป็นจริง

เราก็มองเห็นกันได้ไม่ยากว่า ถ้ามีแต่การพัฒนาด้านวัตถุ จะพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีและพัฒนาเศรษฐกิจไปเท่าไร

We can then reflect on how we have performed a valuable service – a reflection that leads to a more profound happiness. In this way, spiritual wellbeing boosts the potential of material wellbeing. Indeed, these two kinds of wellbeing are mutually supportive. This dynamic also reveals how individual happiness is linked to communal happiness. When one is easily contented, one naturally offers assistance to society. Both oneself and one's companions in society experience enhanced happiness.

In contrast, if we blindly pursue material wellbeing, we will come to the conclusion that our happiness is directly proportional to how many things we possess. We will then try to accumulate as much as possible. But many other people have the same idea. When everyone is separately scrambling to get as much as they can, it is inevitable that there will be turmoil and exploitation. This form of happiness is thus based on competition and struggle. Competing with others for happiness entails a degree of affliction and does not guarantee happiness for anyone involved.

When we access the second kind of wellbeing, the situation changes. Personal happiness is now linked to that of others; individual happiness and social happiness are interconnected. Everybody benefits. There is no longer a need for competition or conflict. Happiness is shared.

These days, it is said that the world will only survive by way of sustainable development. But if people continue to pursue pleasure through dog-eat-dog competition, sustainable development will remain a castle in the sky.

It is obvious that if we simply promote materialism without developing people's ability to be happy, no matter how many advances we make in science, technology, economics, and so forth, a competitive pursuit of sense pleasure is unavoidable. There will be no chance of achieving sustainable development. Only through shared happiness can sustainable development be actualized.

ก็ตาม ถ้าไม่มีการพัฒนาคนในด้านความสามารถที่จะมีความสุขนี้ ก็จะต้องมีแต่การหาความสุขแบบแข่งขันช่วงชิง การพัฒนาแบบ ยั่งยืนก็ไม่มีทางสำเร็จ ถ้าจะให้การพัฒนาแบบยั่งยืนสำเร็จผล ก็ต้องพัฒนาคนให้มีความสุขแบบประสาน

การพัฒนาแบบยั่งยืน

มาด้วยกันกับความสุขแบบยั่งยืน

ฉะนั้น เมื่อมนุษย์พัฒนาอย่างมีคุณภาพ พอจิตใจพัฒนาดี ขึ้นมา ความสุขที่จะต้องได้ต้องเอาวัตถุมาก็ค่อยๆ อาศัยวัตถุน้อยลง ตอนแรกเราจะสุขเมื่อได้เมื่อเอา แต่พอเราพัฒนาคุณธรรมขึ้นมา มันก็เปลี่ยนแปลงไป ความสุขจะขึ้นต่อสิ่งเหล่านั้นน้อยลง กลับมาขึ้นต่อการมีคุณความดี เช่นการมีความรักแท้เกิดขึ้นในใจ

ความรักแท้ คืออะไร คือความอยากให้คนอื่นมีความสุข และอยากทำให้เขามีความสุข ตรงข้ามกับความรักเทียมที่อยากได้ อยากเอาคนอื่นมาทำให้ตัวมีความสุข

ความรักแท้นั้นจะเห็นได้จากตัวอย่างง่ายๆ คือ พ่อแม่ พ่อแม่รักลูกก็คืออยากให้ลูกมีความสุข ความสุขของคนทั่วไปนั้นบอก ว่าต้องได้ต้องเอาจึงจะมีความสุข แต่พ่อแม่ไม่จำเป็นต้องได้ความสุขจากการได้หรือการเอา พ่อแม่ให้แก่ลูกก็มีความสุข เวลาให้แก่ ลูกพ่อแม่เสียใจหรือทุกข์ไหม ไม่ทุกข์เลย ให้ไป ถ้าพูดในแง่ของ วัตถุ ก็คือตัวเองเสีย พ่อแม่สูญเสียวัตถุนั้นไป เพราะให้แก่ลูก แต่ พ่อพ่อแม่ให้แก่ลูกแล้ว แทนที่จะทุกข์ พ่อแม่กลับเป็นสุข

Sustainable Development Goes Hand in Hand with Sustainable Happiness

When people engage in balanced development and have trained their minds well, their reliance on material objects lessens. Where at first one finds pleasure in obtaining things, one's happiness now stems from cultivating virtuous qualities like true love.

What is true love? It is the desire for others to be happy and the wish to help them realize happiness. This stands in stark contrast to false love, which desires that others make us happy.

True love is embodied clearly by parents. Out of love for their children, parents wish for them to be happy. Most people must acquire some object in order to be happy, but the happiness of parents is not dependent on acquisition. Simply by giving things to their children, they experience happiness. Are parents regretful or miserable when they give to their children? Not at all. From the perspective of material objects, parents lose out by forfeiting their belongings to their children. But instead of being unhappy, parents are joyful.

พ่อแม่สูญเสียแต่กลับสุขเพราะอะไร พ่อแม่สละให้แต่กลับ
ได้ความสุขเพราะอะไร ก็เพราะอยากให้ลูกเป็นสุข พ่อแม่รักลูก
อยากให้คนเป็นสุข ความอยากให้คนอื่นเป็นสุขนั้น ท่านเรียกว่า
เมตตา เมื่อเรามีความอยากให้ผู้อื่นเป็นสุข พอเราทำให้คนอื่นเป็น
สุขได้ ก็สมใจเรา เราก็เป็นสุข

เพราะฉะนั้น คนใดมีเมตตา เกิดความรักแท้ขึ้นมา เขาก็มี
สิทธิ์ที่จะได้ความสุขประเภทที่สอง คือความสุขจากการให้ ส่วนคน
ที่ไม่มีคุณธรรม อยู่กับเขาในโลกตั้งแต่เกิดมาก็ไม่ได้พัฒนา ก็จะมี
ความสุขประเภทเดียว คือ ความสุขจากการได้และการเอา ต้องได้
ต้องเอาจึงจะเป็นสุข

พอเรามีคุณธรรมเกิดขึ้นในใจ คือมีเมตตาขึ้นมา เราก็อยาก
ให้คนอื่นมีความสุข เช่นอยากให้ลูกมีความสุข พอเราให้แก่ลูก เรา
ก็มีความสุข ทีนี้ขยายออกไป เรารักคนอื่น รักสามี รักภรรยา รักพี่
รักน้อง รักเพื่อนฝูง ยิ่งเรารักจริงขยายกว้างออกไปเท่าไร เราก็
อยากให้คนทั่วไปมีความสุขเพิ่มขึ้นเท่านั้น พอเราให้เขาเราก็มี
ความสุข เพราะเราทำให้เขามีความสุขได้เราก็มีความสุข ความสุข
ของเรากับความสุขของเขาเนื่องกัน ประสานเป็นอันเดียวกัน

ฉะนั้น คนที่ได้รับการพัฒนาดี มีคุณธรรม เช่น มีเมตตาเกิด
ขึ้นในใจ จึงเป็นคนที่ได้เปรียบมาก จะมีความสุขเพิ่มขึ้นและขยาย
ออกไป และได้ความสุขที่สะท้อนเสริม คือกลายเป็นว่า ความสุข
ของเราก็เป็นความสุขของเขา ความสุขของเขาก็เป็นความสุขของ
เรา เป็นอันเดียวกันไปหมด

คนที่พัฒนามาถึงระดับนี้ ก็มีความสุขเพิ่มขึ้น และ ขยายมิติ
แห่งความสุขออกไป คือ นอกจากความสุขจากการได้การเอาแล้ว

In Pali, this quality of desiring the happiness of others is called *mettā*.¹⁴ When we are able to make others happy, this desire is fulfilled and we also experience happiness.

Someone endowed with true love – with lovingkindness – is deserving of the second kind of happiness: the happiness of giving. Someone who is immature and devoid of this virtue, on the other hand, only experiences one kind of happiness: the pleasure of taking. They must get something in order to be happy.

The principle of wanting others to be happy extends beyond parents and their children. People love their spouses, siblings, friends, and so on. And when the feeling of love deepens, we want all people to be happy. By helping others to realize happiness, we too are happy. At this stage, our own happiness and that of others are interconnected.

If we have cultivated such qualities as lovingkindness, we are at a great advantage. Our happiness increases and branches out. Moreover, our happiness is mirrored. What this means is that our happiness becomes others' happiness, and others' happiness becomes ours. They are one and the same.

¹⁴ Trans.: usually translated as 'lovingkindness'.

ก็มีความสุขจากการให้เพิ่มขึ้นมาด้วย และเขาก็จะมีชีวิตและ
ความสุขชนิดที่เป็นอิสระมากขึ้น เพราะความสุขของเขาขึ้นต่อวัตถุ
ภายนอกน้อยลง

นอกจากนั้น ความสุขของเขาก็เริ่มเป็นเนื้อหาสาระมากขึ้น
ไม่เป็นเพียงความสุขผ่านๆ ที่ได้จากการเสพวัตถุให้ตื่นตื้นไปคราว
หนึ่งๆ แล้วคอยวิ่งตามหาความสุขขึ้นไปๆ แต่เขาจะมีความสุข
ชนิดที่ยืนพื้นประจำอยู่ในใจของตัวเอง ที่ไม่ต้องรอผลการวิ่งไล่ตาม
หาจากภายนอก เรียกได้ว่าเป็น *ความสุขแบบยั่งยืน*

ถ้าคนพัฒนาจนมีความสุขแบบยั่งยืนได้อย่างนี้ ก็จะเป็น
หลักประกันให้การพัฒนาแบบยั่งยืนสำเร็จผลได้จริงด้วย เพราะถ้า
วิเคราะห์กันให้ถึงที่สุดแล้ว การพัฒนาที่ผิดพลาด ซึ่งกลายเป็น
การพัฒนาแบบไม่ยั่งยืนนั้น ก็เกิดจากความเชื่อความเข้าใจเกี่ยวกับ
เรื่องความสุขและวิธีการหาความสุขของมนุษย์ ที่ไม่ได้พัฒนา
ขึ้นมาเลยนั่นเอง ถ้ามนุษย์จมอยู่กับแนวความคิดและวิธีการใน
การหาความสุขแบบที่ไม่พัฒนานั้น ก็ไม่มีทางที่จะทำให้เกิดการ
พัฒนาแบบยั่งยืนได้ เพราะฉะนั้น *การพัฒนาแบบยั่งยืนจะต้องมา
กับความสุขแบบยั่งยืน*

เป็นอันว่า การพัฒนาในระดับของประโยชน์สุขที่แท้ นี้ จะทำ
ให้โลกนี้มีความสุขร่มเย็น พร้อมกับที่ตัวบุคคลเองก็สุขสบายพอใจ
ทุกอย่างดีไปหมดเลย เพราะอะไรต่ออะไรก็มาเกื้อกูลซึ่งกันและกัน
ฉะนั้น เมื่อเดินทางถูกแล้ว ชีวิตก็สมบูรณ์ และความสุขก็ยิ่งมาก
ขึ้น จนเป็นความสุขที่สมบูรณ์ไปด้วย

ขอแทรกข้อสังเกตว่า เวลาเรารักใคร ก็จะมี*ความรักสอง
แบบ* ไม่แบบใดก็แบบหนึ่ง หรืออาจจะทั้งสองแบบปนกันอยู่ ได้แก่

People who are accomplished in this way enjoy both sense pleasure and the happiness of giving. Their lives are more free because their happiness is less dependent on external things.

Furthermore, their happiness is deeper than before. As opposed to the fleeting pleasure of consuming material things, enjoying a momentary thrill before seeking the next kick, their happiness is indwelling. They need not wait for the results of chasing after pleasure from the world outside. They are endowed with sustainable happiness.

Sustainable happiness is a guarantee for achieving sustainable development. A thorough analysis shows that faulty development – which turns into unsustainable development – stems from naive ideas of happiness and misguided tactics to find it. If people get bogged down in these unskilful ideas and tactics, it is impossible to bring about sustainable development, which must be accompanied by sustainable happiness.

Developing genuine spiritual wellbeing gives rise to both individual contentment and world peace. All is well because everyone is mutually supportive. Therefore, when we practise correctly, life is fulfilled and happiness increases to the extent of realizing supreme happiness.

ความรักแบบที่หนึ่ง เมื่อรักใคร่ ก็คือต้องการจะเอาเขามามำรุงความสุขของเรา และความรักแบบที่สอง เมื่อรักใคร่ ก็คืออยากให้เรามีความสุข พอเราอยากให้เขาเป็นสุข เราก็จะพยายามทำให้เขาเป็นสุข ไม่ว่าจะทำอย่างไรก็ตามที่จะทำให้เขาเป็นสุขได้ เราก็พยายามทำ เพราะฉะนั้น เราก็ให้ เราก็ช่วยเหลือเกื้อกูลเอาใจใส่ อะไรต่างๆ ทำให้เขาเป็นสุข พอเขาเป็นสุข เราก็เป็นสุขด้วย

ฉะนั้น ความรักประเภทที่ ๒ นี้จึงเป็นคุณธรรม ท่านเรียกว่า เมตตา เช่น พ่อแม่รักลูก ก็อยากให้ลูกเป็นสุข แล้วก็พยายามทำให้ลูกเป็นสุข ด้วยการให้เป็นต้น แล้วเราก็ขยายความรักประเภท ๒ คือเมตตานี้ออกไปให้กว้างขวาง เป็นการพัฒนาที่ทำให้มีชีวิตและสังคมที่ดีงาม เพราะตัวเราเองก็ขยายขอบเขตของความสุขได้มากขึ้น พร้อมกับที่โลกก็มีความสุขมากขึ้นด้วย

ตกลงว่า นี้แหละคือหลักธรรมต่างๆ ที่พระพุทธเจ้าสอนไว้ ซึ่งถ้าเราปฏิบัติตามได้ ก็เป็นคุณประโยชน์แก่ชีวิตของเรา และช่วยให้โลกนี้ร่มเย็นเป็นสุขไปด้วย

**ชีวิตสมบูรณ์ ความสุขก็สมบูรณ์ สังคมก็สุขสมบูรณ์
เพราะจิตเป็นอิสระด้วยปัญญา ที่ถึงการพัฒนาอย่างสมบูรณ์**

การปฏิบัติธรรมนี้ทำให้ทุกอย่างประสานกลมกลืนกันไปหมด เช่น ประโยชน์สุขของเราก็เป็นไปเพื่อประโยชน์สุขของผู้อื่นด้วย ประโยชน์สุขของผู้อื่นก็เป็นประโยชน์สุขของเราด้วย ไม่ขัดแย้งกัน แต่ถ้าเราไม่ปฏิบัติตามธรรม ทุกอย่างจะขัดแย้งกันหมด

I would like to add an observation. There are two types of love for other people. Love is of one type or the other, or it can be a mixture of the two. First, one desires for someone else to provide personal gratification. Second, one desires for someone else to be happy, and one will spare no effort to help them realize happiness by giving them gifts, offering assistance, caring for them, and so on. When they are happy, so too are we.

The second type of love is known as *mettā* and can be epitomized by the love parents have for their children. As a form of spiritual training, we can extend this love outwards to all people, thus bringing about personal wellbeing and a healthy society. As a result of expanding the scope of our love, the world becomes a happier place.

In sum, following these teachings of the Buddha is of great benefit to our own lives and helps to bring about a peaceful and stable world.

Well-Balanced Development and A Liberated Heart Lead to A Fulfilled Life, Supreme Happiness, and a Peaceful Society

Dhamma practice puts everything in our lives into harmony. For instance, personal wellbeing contributes to others' wellbeing, and vice versa. There is no conflict. If we fail to practise in line with the Dhamma, however, the various factors clash. Even happiness becomes part of a struggle leading more often than not to suffering.

แม้แต่ความสุข ก็เป็นความสุขที่แย่งชิงกัน ซึ่งจะต้องเป็นทุกข์มากกว่าสุข

เมื่อปฏิบัติไปตามหลักการนี้จนถึงที่สุดแล้ว เราก็เป็นอิสระอย่างที่ว่ามาแล้ว จนถึงขั้นที่ว่า กฎธรรมชาติที่ว่าสิ่งทั้งปวงเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มันก็เป็นของมันตามธรรมชาติ กฎธรรมชาตาก็เป็นกฎของธรรมชาติ มันเป็นอย่างไรก็เป็นของมันไปซี เราก็อยู่ดีได้อย่างเป็นอิสระของเรา ไม่ถูกมันเข้ามาบีบคั้น ถ้าทำได้ถึงขั้นนั้นก็มีความสุขที่ไม่ขึ้นต่อวัตถุและไม่ขึ้นต่อแม้แต่นามธรรมความดี คือมีความสุขอยู่ในใจตลอดเวลา เป็นความสุขที่ไม่ต้องหา ไม่ต้องไปขึ้นต่อสิ่งอื่น แต่เป็นความสุขที่เต็มเปี่ยมอยู่ในใจตลอดเวลา

เมื่อมีความสุขเต็มอยู่ในใจตลอดเวลาแล้ว มันก็เป็นอิสระเป็นปัจจุบันทุกขณะ ก็จึงเรียกว่าเป็นชีวิตที่สมบูรณ์ เมื่อเรามีชีวิตที่สมบูรณ์เป็นอิสระอย่างนี้แล้ว เราจะมีประโยชน์สุขขั้นที่หนึ่ง และประโยชน์สุขขั้นที่สอง มันก็เป็นส่วนประกอบเข้ามา ที่ไม่ทำให้เกิดปัญหา และยังเพิ่มพูนขยายประโยชน์สุขให้ทวียิ่งขึ้นไปอีก

ฉะนั้น ในฐานะพุทธศาสนิกชน เราควรที่จะพัฒนาชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนาให้เข้าถึงประโยชน์สุขทุกขั้น

ขอทบทวนอีกทีหนึ่ง

ประโยชน์สุขระดับที่ ๑ ด้านรูปธรรม ที่ตามองเห็นหรือเห็นได้กับตา คือการมีสุขภาพดี การมีทรัพย์สินเงินทอง การมีอาชีพการงานเป็นหลักฐาน การมียศ ฐานะ ตำแหน่ง การเป็นที่ยอมรับในสังคม การมีมิตรสหายบริวาร และการมีชีวิตครอบครัวที่ดี

ประโยชน์สุขระดับที่ ๒ ด้านนามธรรม ที่ลึกล้ำเลยจากตามองเห็น คือเรื่องของคุณธรรมความดีงาม การมีความสุขที่เกิด

Following these teachings from beginning to end culminates in liberation. At this stage, impermanence, unendurability, and insubstantiality are recognized as self-governing laws of nature existing just so. As a result, we are able to live a prosperous, untrammelled life. These laws cause us no distress. Our happiness is independent of external material objects and even of goodness generated from within. It need not be sought after. It is a bounteous happiness present at all times.

Abiding in such full and brimming happiness, it is thus said that one lives a fulfilled life. Moreover, one is provided with the first and second kinds of wellbeing, which instead of causing problems only enhance one's overall wellbeing.

As Buddhists we should develop our lives in line with Buddhist principles so as to realize all kinds of wellbeing.

Allow me to recapitulate the three kinds of wellbeing:

1. Material wellbeing: wellbeing visible to the eye. For instance: good health; wealth; having a stable livelihood; being honoured and respected; having social standing; having friends and followers; and having a good family life.

2. Spiritual wellbeing: inconspicuous wellbeing. For instance: being graced with virtue and moral integrity; happiness stemming from a recognition of how one is living a worthy life; having been of service to others; having faith in that which is noble and acts as a cornerstone for one's life; and having intelligence which knows how to engage with phenomena and to solve problems, resulting in living at ease.

จากความมั่นใจในคุณค่าของชีวิต การได้บำเพ็ญประโยชน์ช่วยเหลือเกื้อกูลแก่เพื่อนมนุษย์ ความมีศรัทธาในสิ่งที่ดีงาม ที่เป็นหลักของจิตใจ และการมีปัญญาที่ทำให้รู้จักปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลาย ได้ถูกต้องและแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ ทำให้ชีวิตเป็นอยู่ด้วยดี

ประโยชน์สุขระดับที่ ๓ ด้านนามธรรมชั้นโลกุตตระ ที่อยู่เหนือกระแสความไหลเวียนของโลกธรรม คือความเป็นผู้มีจิตใจเป็นอิสระ ด้วยความรู้เท่าทันต่อสิ่งทั้งหลาย รู้โลกและชีวิตตามความเป็นจริง จนกระทั่งว่าโลกธรรมเกิดขึ้นมากระทบกระทั่งก็ไม่หวั่นไหว วางใจและปฏิบัติได้ถูกต้องตามเหตุปัจจัย ปล่อยให้กฎธรรมชาติทั้งหลายก็เป็นกฎธรรมชาติอยู่ตามธรรมชาติ ความทุกข์ที่มีอยู่ในธรรมชาติ ก็คงเป็นทุกข์ของธรรมชาติไป ไม่เข้ามากระทบกระทั่งบีบคั้นจิตใจของเราได้ เป็นผู้มีสุขอยู่กับตนเองตลอดทุกเวลา ก็จบ ได้เท่านี้ ชีวิตก็สมบูรณ์แล้ว

อาตมาในวันนี้ ก็เลยนำธรรมของพระพุทธเจ้าเรื่องชีวิตที่สมบูรณ์นี้มาเล่าให้ญาติโยมฟัง อย่างน้อยในวันนี้ญาติโยมก็ทำประโยชน์สุขได้มากแล้ว

๑. ในด้านปัจจัยสี่ ทรัพย์สินเงินทอง และฐานะทางสังคม ตลอดจนมิตรสหายบริวาร ท่านทั้งหลายที่มานี้ อาตมาเชื่อว่าก็ทำกันมาได้มากพอสมควร คือมีประโยชน์สุขในด้านวัตถุ ที่เป็นรูปธรรมซึ่งตามองเห็นกันเยอะแยะ นับว่าเป็นฐานที่ดีแล้ว

๒. ในขณะนี้ท่านทั้งหลายก็มีใจเป็นบุญเป็นกุศล พากันเดินทางมาด้วยความมีศรัทธาในพระศาสนา มีน้ำใจเกื้อกูลต่อพระสงฆ์ มีไมตรีธรรมต่อกันในหมู่ญาติมิตร แล้วก็มาพบกันด้วยความสุขชื่นใจในไมตรีต่อกัน โดยที่แต่ละท่านก็เป็นผู้มีการศึกษา มีหน้า

3. Supreme wellbeing: transcendent wellbeing; wellbeing rising above the sway of worldly conditions. For instance: liberation of the heart based on a comprehensive understanding of reality; discerning the world in its true light and thus remaining unshakeable in the face of worldly winds; coming to terms with and acting in line with causes and conditions; and letting laws of nature be just as they are without interference. The dukkha (‘unendurability’) inherent in nature, for example, is seen as just so. It does not trouble us and become dukkha (‘suffering’) in the heart. One abides at ease at all times. One has done what had to be done. Life is fulfilled.

Today, I have recounted some of the Buddha’s teachings on the subject of a fulfilled life. For your part, you have generated wellbeing on many different levels, including:

- I am confident that you are provided with an adequate amount of material wellbeing in respect to the four requisites, wealth, social standing, companionship, and so on, acting as a solid foundation for your lives.
- You have come today with a wholesome state of mind and with faith in Buddhism. You have shown your generosity to the monastic sangha and have expressed kindness to each other, delighting in friendship. Your educational background, work experience, and social contacts lead to a consideration of how to improve society. These are all matters pertaining to virtues in the mind, enabling you to develop further. Moreover, on account of these virtues, you can avail yourselves of material wellbeing, for example wealth, fame, rank, authority, and so forth, to enhance spiritual wellbeing and extend blessings outwards.

ที่ทำงาน และมีการสมาคมที่ทำให้มีความคิดคำนึงเกี่ยวกับการสร้างสรรค์สังคมส่วนรวม นี่ก็เป็นเรื่องของนามธรรมความดี ที่จะทำให้เราพัฒนากันยิ่งขึ้นไป และจะทำให้เราใช้ประโยชน์สุขระดับที่ ๑ เช่น ทรัพย์สินเงินทอง ยศ ตำแหน่ง อำนาจ ในการที่จะทำประโยชน์สุขขั้นที่สองให้เกิดเพิ่มขึ้น ประโยชน์สุขก็ขยายออกไป

๓. เมื่อเรามีชีวิตและอยู่ในโลก ก็ต้องรู้จักชีวิตและรู้จักโลก นั้นให้ชัดเจนตามเป็นจริง อย่างที่วารู้เท่าทันโลกและชีวิตนั้น เราจะได้ปฏิบัติต่อมันได้ถูกต้องจริงๆ ทั้งทางจิตใจและในการดำเนินชีวิต เมื่อได้สร้างสรรค์วิัตถุและทำความดีกันมาแล้ว ก็ควรเข้าถึงความจริงกันให้จริงๆ ด้วย จึงจะได้ประโยชน์จากพระพุทธศาสนา โดยสมบูรณ์ แล้วก็จะทำให้ชีวิตของเราเป็นชีวิตที่สมบูรณ์ โดยมีจิตใจที่เป็นอิสระเหนือโลกธรรมทั้งปวงด้วยปัญญาที่สมบูรณ์ และมีความสุขที่สมบูรณ์

- Living in the world, it is imperative that we understand it clearly. Equipped with clear understanding, we are able to relate to phenomena correctly, both in regard to our inner world and to the world outside. Having established material wellbeing and performed virtuous deeds, we should realize ultimate truth beyond any doubt, which is the way to benefit from the Buddha's teachings to the fullest. With a liberated heart rising above the worldly winds – abiding in consummate wisdom and perfect happiness – we will live a fulfilled life.

บันทึกเรื่องลิขสิทธิ์การแปล

ขอแจ้งไว้เพื่อเป็นหลักในการปฏิบัติต่อไปว่า เนื่องจากหนังสือทั้งปวงของอาตมภาพเป็นงานธรรมทาน เพื่อประโยชน์สุขของประชาชน ไม่มีค่าลิขสิทธิ์อยู่แล้ว เมื่อท่านผู้ใดเห็นคุณค่า และมีบุญเจตนานำไปแปลเผยแพร่ ไม่ว่าจะแปลจากภาษาอังกฤษเป็นภาษาไทย หรือจากภาษาไทยเป็นภาษาอังกฤษ หรือภาษาอื่นใด ก็เป็นการช่วยกันเผยแพร่ธรรมบำเพ็ญประโยชน์ให้กว้างออกไป

ผู้ที่ทำงานแปลนั้น ย่อมต้องใช้ความรู้ความสามารถในการที่จะแปล โดยสละเรี่ยวแรง สละเวลา มีชิ้นน้อย 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 เฉพาะในกรณีที่เป็น การพิมพ์แจกเป็นธรรมทาน

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 Brahmaganabhorn (P. A. Payutto)

November 7, 2009



This work is licensed under a Creative Commons

Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License.

(<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>)

You are free to:

- Share — copy and redistribute the material in any medium or format

The licensor cannot revoke these freedoms as long as you follow the license terms.

Under the following terms:

- Attribution — You must give appropriate credit, provide a link to the license, and indicate if changes were made. You may do so in any reasonable manner, but not in any way that suggests the licensor endorses you or your use.
- NonCommercial — You may not use the material for commercial purposes.
- NoDerivatives — If you remix, transform, or build upon the material, you may not distribute the modified material.

No additional restrictions — You may not apply legal terms or technological measures that legally restrict others from doing anything the license permits.

Notices:

You do not have to comply with the license for elements of the material in the public domain or where your use is permitted by an applicable exception or limitation.

No warranties are given. The license may not give you all of the permissions necessary for your intended use. For example, other rights such as publicity, privacy, or moral rights may limit how you use the material.

Robin Moore, the copyright holder, asserts his moral right to be identified as the author of this book (English translation only).

Robin Moore requests that you attribute ownership of the work to him on copying, distribution, display or performance of the work.