

บทที่ 4
การฝึกคน
เริ่มต้นที่ฝึกคุณธรรมผ่านปัจจัย 4

●●●●●●●●●● เนื้อหาบทที่ 4 ●●●●●●●●●●

การฝึกคนเริ่มต้นที่ฝึกคุณธรรมผ่านปัจจัย 4

- 4.1 นิสสัยคืออะไร
- 4.2 สิ่งที่เราต้องคิด-พูด-ทำซ้ำ ๆ เป็นประจำคืออะไร
- 4.3 มนุษย์เรามีวิธีใช้ปัจจัย 4 ในชีวิตประจำวันได้กี่รูปแบบ
- 4.4 นิสสัยเริ่มเกิดในตัวมนุษย์ตั้งแต่เมื่อไร และแตกต่างกันได้อย่างไร
- 4.5 พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงมีวิธีการฝึกหมู่คณะให้มีนิสสัยทรมชีวิตทำความดีได้อย่างไร
 - 4.5.1 นิสสัย 4 คืออะไร
 - 4.5.2 นิสสัย 4 มีอะไรบ้าง
 - 4.5.3 จุดมุ่งหมายของการฝึกนิสสัย 4 มีอย่างน้อย 2 ประการ
- 4.6 พระพุทธศาสนาเป็นเสมือนต้นไม้ใหญ่ที่กินน้ำน้อย
- 4.7 ความเข้าใจถูกต้องในการฝึกฝนนิสสัย 4 ให้แก่ตนเอง
 - 4.7.1 พระพุทธองค์ทรงแบ่งคนในโลกนี้เป็น 2 กลุ่มใหญ่
 - 4.7.2 พระพุทธองค์ทรงกำหนดวัตถุประสงค์การใช้ปัจจัย 4 ที่มีอานุภาพในการขัดกิเลสและเป็นมาตรฐานโลก
 - 4.7.3 พระพุทธองค์ทรงสอนให้รู้จักความพอดี
 - 4.7.4 พระพุทธองค์ทรงสอนให้รู้จักความเหมาะสม
 - 4.7.5 พระพุทธองค์ทรงสอนการใช้ปัจจัย 4 ให้เกิดบุญ
 - 4.7.6 กิจวัตร 10 ประการ บทฝึกนักบวชให้มีนิสัยรักการปฏิบัติธรรม

1. นิสสัยคือพฤติกรรมที่เคยชินที่เกิดจากการคิด พุด ทำซ้ำ ๆ บ่อย ๆ จนเป็นปกติ เรื่องที่คนเราต้องทำทุกวันคือเรื่องปัจจัย 4 ได้แก่ เครื่องนุ่งห่ม อาหาร ที่อยู่ ยารักษาโรค เหล่านี้จะเป็นตัวบ่มนิสัยคนเราตั้งแต่เกิดจนวันตาย

2. การเพาะนิสัยดีอยู่ที่การกำหนดกิจวัตร งานประจำ งานอดิเรกประจำวันในการใช้ปัจจัย 4 ให้ถูกวัตถุประสงค์และใช้อย่างเหมาะสมพอดี ให้มุ่งไปที่การบำเพ็ญบารมี 10 ให้เป็นปกติประจำวันนั่นเอง

3. การใช้ปัจจัย 4 ให้พอดีและเหมาะสมช่วยให้ไม่ตามใจตนเอง ควบคุมกิเลสไม่ให้กำเริบและก่อเกิดคุณธรรมอื่น ๆ งอกงามในใจ เพื่อการบรรลุธรรมยิ่ง ๆ ขึ้นไป และมีผลทำให้เกิดทีมงานเผยแผ่พระพุทธศาสนาที่มีประสิทธิภาพ จนสามารถขยายพระพุทธศาสนาไปทั่วโลกได้

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้รู้ความหมายของนิสสัยและความสำคัญของปัจจัยสี่ที่มีต่อนิสัย
2. เพื่อให้เกิดนิสัยที่ดีจากการใช้ปัจจัยสี่ผ่านกิจวัตรกิจกรรมในชีวิตประจำวัน
3. เพื่อใช้ปัจจัยสี่ให้เป็นประโยชน์ต่อการฝึกฝนอบรมตนเองและสร้างทีมงานเผยแผ่พระพุทธศาสนา

บทที่ 4

การฝึกคนเริ่มต้นที่ฝึกคุณธรรมผ่านปัจจัย 4

หากนักศึกษาคิดทຸ່ມชีวิตเป็นเดิมพันเพื่อขจัดกิเลสไปตามเส้นทางการสร้างบารมี 10 ประการ ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้ว ก็มีความจำเป็นต้องศึกษาให้ชัดเจนว่า **พระองค์ทรงกำหนดเส้นทางการกำจัดกิเลสไว้อย่างไร** เพื่อที่เราจะได้นำมาฝึกหัดขัดเกลตาตนเองได้อย่างถูกต้อง ไม่ผิดพลาดคลาดเคลื่อน และเป็นการเพิ่มบุญบารมีให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไปด้วย โดยต้องมีความเข้าใจถูกต้องก่อนว่า “**เส้นทางการกำจัดกิเลสนั้น เริ่มต้นที่การฝึกนิสัย 4 ผ่านปัจจัย 4 ในชีวิตประจำวัน และในการฝึกนั้นต้องมีบุคคลต้นแบบเป็นผู้ถ่ายทอดนิสัย 4 ให้ด้วย**”

4.1 นิสัยคืออะไร

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงทราบดีว่า มนุษย์นั้นประกอบด้วยสองส่วน คือ

“กาย” กับ “ใจ”

ถ้ามนุษย์มีแต่กาย ไม่มีใจ เรียกว่า “ศพ”

ถ้ามนุษย์มีแต่ใจ ไม่มีกาย เรียกว่า “ภูต ผี ปีศาจ”

สิ่งที่ควบคุม “กาย” ก็คือ “ใจ” แต่สิ่งที่ควบคุม “ใจ” ก็คือ “นิสัย”

นิสัย แปลว่า ที่พึงอาศัยของเรา

นิสัย หมายถึง พฤติกรรมเคยชินที่เกิดจากการคิด-พูด-ทำซ้ำ ๆ บ่อย ๆ จนกระทั่งกลายเป็นโปรแกรมควบคุมใจ หรือพฤติกรรมปกติของคน ๆ นั้น ที่ทำได้โดยไม่ต้องยั้งคิด หากมีโอกาสมือใด เป็นต้องทำอย่างนั้นอีก ถ้าไม่ได้ทำตามอย่างนั้นอีก จะเกิดอาการหงุดหงิดไม่พอใจทันที

ยกตัวอย่างในทางลบ เช่น คนติดบุหรี่ ถ้าไม่ได้สูบก็จะหงุดหงิดทันที แต่พอสูบเข้าไปแล้ว ก็เกิดโทษกับตัว หลอดลมพังบ้าง ปอดพังบ้าง เป็นมะเร็งบ้าง แม้หมอจะห้าม แต่ก็ยังแอบสูบอีกจนได้

หรือยกตัวอย่างในทางบวก เช่น คนที่มีนิสัยนอนหัวค่ำ ตื่นเช้ามีดี พอถึงเวลาดีห้า เป็นต้องลุกขึ้นมาสวดมนต์ทำวัตรเช้า และนั่งสมาธิ แต่ถ้าหากวันใดมีเรื่องต้องให้นอนดึกและตื่นสาย จะรู้สึกหงุดหงิดทันที

4.2 สิ่งที่เราต้องคิด-พูด-ทำซ้ำ ๆ เป็นประจำคืออะไร

สิ่งที่เราต้องคิด พูด ทำซ้ำ ๆ บ่อย ๆ เป็นประจำทุกวันก็คือเรื่อง **ปัจจัย 4 ได้แก่ เครื่องนุ่งห่ม อาหาร ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค**

ใครที่ใช้ปัจจัย 4 ด้วยการคิดชั่ว พูดชั่ว ทำชั่ว เป็นพฤติกรรมชั่วช้า ๆ ย่อมได้นิสัยชั่ว

ใครที่ใช้ปัจจัย 4 ด้วยการคิดดี พูดดี ทำดี เป็นพฤติกรรมดีช้า ๆ ย่อมได้นิสัยดี

ถ้าใครถูกฝึกให้ใช้ปัจจัย 4 ผ่านการทำทาน รักษาศีล เจริญภาวนาอยู่เป็นประจำ คน ๆ นั้น ย่อมเป็นคนมีน้ำใจงาม ไม่เป็นพิษเป็นภัยกับใคร มีความสงบใจเป็นปกติ และพร้อมที่จะทำให้โลกนี้เกิดสันติสุขอยู่ตลอดเวลา

แต่ถ้าใครถูกฝึกให้ใช้ปัจจัย 4 ไปตามความโลภ ความโกรธ ความหลง อยู่เป็นประจำ คน ๆ นั้น ย่อมเป็นคนเห็นแก่ตัว มีความโหดเหี้ยมอำมหิต มีเล่ห์เหลี่ยมมารยา และพร้อมที่จะทำให้โลกนี้ลุกเป็นไฟอยู่ตลอดเวลา

นั่นก็หมายความว่า **“ปัจจัย 4 คือ อุปกรณ์ในการบ่มเพาะนิสัยดีและนิสัยชั่วให้แก่ตัวเราตั้งแต่วันแรกเกิดจนกระทั่งวันตาย”** นั่นเอง

4.3 มนุษย์เรามีวิธีใช้ปัจจัย 4 ในชีวิตประจำวันได้กี่รูปแบบ

มนุษย์เรามีวิธีการใช้ปัจจัย 4 ในชีวิตประจำวันอยู่ 3 รูปแบบ

รูปแบบที่ 1 คือ กิจวัตร ตั้งแต่ตื่นนอน อาบน้ำ ขับถ่าย แต่งตัว รับประทานอาหาร เดินทางออกจากบ้าน จนกระทั่งกลับบ้านเข้านอน

รูปแบบที่ 2 คือ งานประจำ เช่น ถ้าเป็นเด็กก็มีงานขีดเขียนเรียนอ่าน ผู้ใหญ่ก็มีงานอาชีพต่าง ๆ เป็นต้น

รูปแบบที่ 3 คือ งานอดิเรก เช่น ออกกำลังกาย ปลุกต้นไม้ ดูโทรทัศน์ อ่านหนังสือ ฟังเพลง เป็นต้น

การใช้ปัจจัย 4 ทั้ง 3 รูปแบบที่แตกต่างกันนี้เอง เป็นที่มาของนิสัยดีและนิสัยชั่ว ที่ไม่เหมือนกัน

เพราะฉะนั้นหากต้องการสร้างนิสัยท่มีชีวิตทำความดี เพื่อขจัดทุกข์ ขจัดกิเลส ขจัดความไม่รู้ให้หมดสิ้นไป จุดเริ่มต้นของเรื่องนี้ จึงอยู่ที่กำหนดกิจวัตร งานประจำ และงานอดิเรกในการใช้ปัจจัย 4 ในชีวิตประจำวันให้มุ่งไปที่การบำเพ็ญบารมี 10 ประการ ให้เป็นปกติประจำวันนั่นเอง

4.4 นิสัยเริ่มเกิดในตัวมนุษย์ตั้งแต่เมื่อไร และแตกต่างกันได้อย่างไร

นิสัยเริ่มเกิดในตัวมนุษย์ตั้งแต่อยู่ในครรภ์มารดา แตกต่างกันเพราะได้รับการฝึกการใช้ปัจจัย 4 ตั้งแต่แบเบาะไม่เหมือนกัน

ยกตัวอย่างเช่น ถ้าในขณะที่ลูกอยู่ในครรภ์มารดา พอตกเย็นมา แม่กินเหล้าทุกวัน เมามาเข้าเมามาเย็นอยู่อย่างนั้นเป็นปกติ เพียงแค่นี้ก็มีผลต่อการเพาะนิสัยให้แก่ลูกในท้องแล้ว ทันทีที่ลูกคลอดออกมา พอดูหน้าปั๊บ ก็รู้เลยว่า ลูกเป็นเด็กปัญญาอ่อน เพราะว่าแม่เพาะนิสัยขึ้นมาตั้งแต่อยู่ในท้อง และนับจากวันคลอดออกมา ก็เลยมีนิสัยขึ้นมาโดยไม่ต้องกินเหล้า ตั้งแต่วันเกิดจนกระทั่งวันตาย

เด็กบางคนมีนิสัยเก๋ไก๋ในทีสาธารณะ พอสืบสาวไปดูที่มาของนิสัย ก็พบว่าสมัยที่ยังเป็นเด็กทารก พอขับถ่ายออกมาแล้ว พ่อแม่ปล่อยให้นอนแช่ปัสสาวะอุจจาระ จนกระทั่งโรคผื่นคันกินกันลายไปหมด ไปนั่งตรงไหน ก็เกาชาเกาแข้งไม่เลือกที่เลือกทาง นี่ก็เป็นนิสัยที่เพาะขึ้นมาตั้งแต่ลูกยังแบเบาะ

นิสัยที่เกิดขึ้นจากการซักเสื้อผ้าไม่เหมือนกัน เช่น เด็กคนหนึ่งซักผ้าทุกวัน ไม่ปล่อยหมักหมมข้ามคืน ก็ได้นิสัยรักษาความสะอาด ได้นิสัยทำอะไรไม่คั่งค้างมา ได้นิสัยถนอมข้าวของติดตัวมาจากการซักเสื้อผ้าอย่างถูกวิธี

แต่เด็กอีกคนหนึ่ง รอให้ใส่เสื้อผ้าให้หมดตัว จึงค่อยเอามาซักพร้อมกัน พอลงมือซัก

ก็แช่หมักจนผ้าเน่าข้ามวันข้ามคืน จึงค่อยลงมือซัก เด็กคนนี้ก็ได้นิสัยสกปรกหมักหมม นิสัยไม่รู้จักรักถนอมข้าวของ นิสัยทำงานคั่งค้าง และอีกสารพัดนิสัยเสีย ๆ จากการใช้เสื้อผ้าไม่ถูกวิธี

นี่คือตัวอย่างเพียงเล็กน้อยที่แสดงให้เห็นว่า การใช้ปัจจัย 4 ด้วยวิธีการที่แตกต่างกัน ย่อมได้นิสัยที่แตกต่างกัน

หากใครได้รับการฝึกให้ใช้สอยปัจจัย 4 อย่างถูกวิธีมาตั้งแต่วันแรกเกิดแล้ว คน ๆ นั้นย่อมถูกฝึกให้รู้จักดูแลสุขภาพกายให้สะอาดแข็งแรง และรู้จักดูแลสภาพใจให้ผ่องใสด้วยการควบคุมกิเลสในใจไปโดยอัตโนมัติ โอกาสที่จะฝึกฝนอบรมตนเองให้เข้าถึงธรรมย่อมเกิดขึ้นได้ไม่ยาก

แต่ถ้าหากใครได้รับการฝึกให้ใช้สอยปัจจัย 4 อย่างผิดวิธีมาตั้งแต่วันแรกเกิดแล้ว นอกจากคน ๆ นั้นจะถูกฝึกให้มีนิสัยทำลายสุขภาพ คือไม่สะอาด และหมักหมมไปด้วยโรคภัยไข้เจ็บแล้ว ยังมีนิสัยดื้อรั้น เจ้าอารมณ์ ชอบทำตามใจตนเองอีกด้วย ซึ่งก็กลายเป็นอุปสรรคในการเข้าถึงธรรมไปโดยอัตโนมัติ

นั่นก็หมายความว่า การที่ใครจะบรรลุธรรมได้นั้น สุขภาพกายและสุขภาพจิตต้องสมบูรณ์ จึงต้องเริ่มต้นที่ทัศนคติในการใช้ปัจจัย 4 ให้ตรงก่อน เพราะเป็นทางมาของนิสัยควบคุมใจให้คุ้นกับการปราศจากกิเลส เมื่อฝึกนิสัยพื้นฐานนี้ลงตัวแล้ว การฝึกคุณธรรมอื่น ๆ เพื่อการบรรลุธรรมไปตามลำดับ ย่อมเป็นไปได้โดยสะดวก

การฝึกตนเองให้มีนิสัยรู้จักใช้ปัจจัย 4 ให้ตรงตามวัตถุประสงค์ที่แท้จริงด้วยความเหมาะสมพอดี จึงเท่ากับเป็นการพัฒนาดตนเองให้สมบูรณ์พร้อมทั้งสติและปัญญา ทำให้มีสติรู้เท่าทันแต่ละวาระจิตของตนเอง และทำให้มีปัญญามองทะลุสรรพสิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริง เพราะเมื่อมีสติปัญญาที่มองทะลุถึงความพอดีและเหมาะสมในการใช้ปัจจัย 4 ได้ ก็ย่อมเป็นจุดเริ่มต้นของสติปัญญาที่จะเข้าใจธรรมะที่ละเอียดลึกซึ้ง เช่น เรื่องการเวียนว่ายตายเกิด กฎแห่งกรรม และมรรคผลนิพพานได้ง่าย

เพราะเหตุนี้ในการสร้างบารมีเป็นทีมของวัดพระธรรมกาย พระเดชพระคุณพระราชภาวนาวิสุทธิ (หลวงพ่อัมมชโย) ท่านจึงกำชับหมู่คณะอยู่เสมอว่า **“ถ้างานหยาบยังไม่ละเอียดแล้วจะทำงานละเอียด (นั่งสมาธิ) ให้ละเอียดได้อย่างไร”**

การสร้างบารมีของพระเดชพระคุณหลวงพ่อัมมชโยนั้น ท่านลงมาเคี่ยวเข็ญงานด้าน

ต่าง ๆ ของหมู่คณะด้วยตัวท่านเอง ก็เพื่อจะถ่ายทอดนิสัยสร้างบารมีอย่างทุ่มชีวิตเป็นเดิมพันให้ถ้วนทั่วแก่สมาชิกองค์กรวัดพระธรรมกายโดยท่านใช้คำว่า **“ท่านจะชวนทุกคนสร้างบุญโดยไม่ให้ตกบุญเลย แม้แต่บุญเดียว”** นี่คือการฝึกหมู่คณะให้มีนิสัยรักบุญผ่านงานของพระเดชพระคุณหลวงพ่от่าน เพราะท่านต้องการให้เรามีนิสัยละเอียดประณีตในการสร้างบุญ ซึ่งจะส่งผลให้การเข้าถึงธรรมมีความละเอียดประณีตไปด้วย

4.5 พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงมีวิธีฝึกหมู่คณะให้มีนิสัยทุ่มชีวิตทำความดีได้อย่างไร

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงทราบว่า ปัญหาทั้งหลายในโลกนี้เกิดจากการใช้ปัจจัย 4 ที่ผิดวัตถุประสงค์และเกินความจำเป็น

เพราะเมื่ออยากได้-อยากมี-อยากเป็นในสิ่งใดแล้ว ก็จะพยายามตะเกียกตะกายดิ้นรนไขว่คว้าสิ่งนั้นมาเป็นของตนให้ได้ โดยไม่พิจารณาให้ถ้วนถี่ว่า ตนเองควรใช้เพื่ออะไร มีความเหมาะสมหรือไม่ คุณภาพควรเป็นอย่างไร ค่าใช้จ่ายเท่าไร จึงควบคุมใจให้รู้จักความพอดีไม่ได้ กลายเป็นความอยากได้ไม่สิ้นสุด

ชีวิตของมนุษย์จึงตกอยู่ในสภาพแข่งกันกิน แข่งกันใช้ แข่งกันสะสม แข่งกันมีหน้ามีตา ไม่จบไม่สิ้น ทำให้ใจกลายเป็นเหวลึกที่ถมเท่าไรก็ไม่เต็ม

เพราะเหตุนี้ มนุษย์ในโลกนี้จึงต้องทะเลาะเบาะแว้งเพราะการแย่งชิงปัจจัย 4 ส่วนเกินกันไม่จบไม่สิ้น กลางคืนเป็นควีน กลางวันเป็นไฟ แล้วก็กลายเป็นชนวนให้เกิดสงครามโลกครั้งแล้วครั้งเล่า

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าไม่ทรงสอนให้หมู่คณะใช้ชีวิตเป็นชู้ข้ากิเลสเช่นนั้น พระองค์ทรงฝึกให้ใช้ปัจจัย 4 เป็นอุปกรณ์สำคัญในการกำจัดกิเลสอย่างทุ่มชีวิตเป็นเดิมพัน ซึ่งพระองค์เรียกสั้น ๆ ว่า **“นิสสัย 4”**

4.5.1 นิสสัย 4 คืออะไร

คำตอบที่ลุ่มลึกไปตามลำดับ ก็คือ

(1) นิสสัย 4 คือ วิธีฝึกพุทธบุตรให้มีนิสัยขจัดกิเลสอย่างทุ่มชีวิตเป็นเดิมพัน

(2) นิสสัย 4 คือ วิธีฝึกขุนพลนักเผยแผ่พระพุทธศาสนาให้เป็นผู้มีศีลธรรม อุดมสมบูรณ์เหมือนต้นไม้ใหญ่ แต่ดำเนินชีวิตเรียบง่ายเหมือนต้นหญ้าที่กินน้ำน้อย

(3) นิสสัย 4 คือ วิธีหล่อหลอมพุทธบุตรทั้งสังฆมณฑลให้เป็นหนึ่งเดียวกัน เหมือนดวงตะวันที่มีดวงเดียว

4.5.2 นิสสัย 4 มีอะไรบ้าง

(1) เที้ยวบิณฑบาต คือ การเดินขออาหารเพื่อเลี้ยงชีวิต

(2) นุ่งห่มผ้าบังสุกุล คือ การนุ่งห่มผ้าห่อศพหรือผ้าที่เจ้าของไม่เอาแล้ว ทิ้งไว้ตาม กองขยะ

(3) อยู่โคนไม้ คือ การพักอาศัยใต้โคนไม้ ใช้เป็นที่กิน-ที่นั่ง-ที่นอน-ที่ทำภาวนา

(4) ฉันทาตองด้วยน้ำมูตรหน้า คือ หากเจ็บไข้ได้ป่วย ให้ดื่มยาวิเศษประจำตัว นั่นคือ น้ำมูตรหรือปัสสาวะของตนเอง

4.5.3 จุดมุ่งหมายของการฝึกนิสสัย 4 มีอย่างน้อย 2 ประการ

(1) ด้านการฝึกตน คือ ต้องการฝึกผู้บวชใหม่ไม่ให้เป็นคนมีทิฐิฐิมานะ เพราะเป็นอุปสรรคในการฝึกตนให้เป็นบรรพชิตที่ดี และเข้าถึงธรรมได้ยาก เช่น ความถือดีในชาติตระกูลสูง การศึกษาสูง เกียรติยศสูง เป็นต้น

(2) ด้านการเผยแผ่ คือ ต้องการฝึกให้บรรพชิตเป็นผู้อุดมสมบูรณ์ด้วย พระธรรมวินัยเหมือนต้นไม้ใหญ่ แต่มีความทรหดอดทนเหมือนกับต้นกระบองเพชร กลางทะเลทราย เพราะเมื่อถึงคราวเศรษฐกิจตกต่ำอย่างหนัก จะได้ไม่กระทบกระเทือนต่อการปฏิบัติธรรม และการทำงานเผยแผ่พระพุทธศาสนา

นี่คือพระอัจฉริยภาพในการฝึกหมู่คณะให้มีความเป็นหนึ่งเดียวกันเหมือนดวงตะวันที่มีดวงเดียว คือ 1) มีศีลเสมอกัน และ 2) มีทิฐิเสมอกัน คือ ความมุ่งมั่นในการรบกับกิเลสเสมอกัน โดยมีปัจจัย 4 เป็นอุปกรณ์ในการฝึกนิสสัย 4 เพื่อถวายเป็นพระนิพพานนั่นเอง

4.6 พระพุทธศาสนาเป็นเสมือนต้นไม้ใหญ่ที่กินน้ำน้อย

ใครที่ศึกษาพระไตรปิฎกอย่างจริงจังย่อมพบว่า **พระพุทธศาสนาเป็นเสมือนต้นไม้ใหญ่ที่อุดมสมบูรณ์ด้วยพระธรรมวินัย แต่ทรหดอดทนเหมือนต้นกระบองเพชรกลางทะเลทราย**

ตามธรรมดานั้น ต้นไม้ใหญ่ต้องกินน้ำกินปุ๋ยจำนวนมากจึงจะสามารถแผ่กิ่งก้านใบและผลิดอกออกผลได้เต็มที่ มีแต่ต้นหญ้าเล็ก ๆ เท่านั้นที่กินน้ำกินปุ๋ยจำนวนน้อย เพราะเหตุนี้ ถ้าสภาพดินฟ้าอากาศเกิดความแห้งแล้งอย่างรุนแรงขึ้นเมื่อไร ต้นไม้ใหญ่จะเหี่ยวแห้งตายลงไปทันที แต่ต้นหญ้าจะสามารถปรับตัวให้อยู่รอดต่อไปได้ เพราะมีความอดทนต่อสภาพดินฟ้าอากาศดีเหลือเกิน ยิ่งถ้าเป็นต้นหญ้าหรือกระบองเพชรในทะเลทรายด้วยแล้ว ยิ่งมีความทรหดอดทนต่อความยากลำบากเป็นพิเศษ

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสร้างพระพุทธศาสนาให้มีลักษณะพิเศษสองประการนี้รวมกัน ด้วยการฝึกอบรมหมู่สงฆ์ให้เป็นผู้อุดมสมบูรณ์ด้วยพระธรรมวินัย แต่มีความเป็นอยู่ที่สันโดษเรียบง่าย รู้จักใช้ปัจจัย 4 ตามความจำเป็น ไม่ฟุ้งเฟ้อ ฟุ่มเฟือย และมีความทรหดอดทนในการบำเพ็ญภาวนาเพื่อขจัดกิเลสให้หมดสิ้นไป

เมื่อทัศนคติในการอยู่ร่วมกันของทุกคนตรงกันแล้ว ความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันของหมู่คณะก็เกิดขึ้น ปัญหาความถือตัว ปัญหาการเอาแต่ใจตนเอง ปัญหาความอวดดีถือดี ย่อมถูกกำจัดโดยอัตโนมัติด้วยตัวของตัวเอง แล้วปัญหาอื่นๆ ในการอยู่ร่วมกันก็น้อยลง เช่น ปัญหาการจับผิด ปัญหาความสຽงสຽง ปัญหาขาดระเบียบวินัย ปัญหาการกระทบกระทั่ง เป็นต้น ความเป็นระเบียบงดงามของหมู่คณะย่อมเกิดขึ้นตามมา ส่งผลให้ความเป็นอยู่ในสังคมพระพุทธศาสนากลายเป็นต้นแบบสังคมสันติสุขของโลกได้อย่างแท้จริง และเป็นองค์กรขนาดใหญ่ที่ใช้งบประมาณน้อย และมีอายุยืนยาวมากกว่าสองพันห้าร้อยปีแล้ว นี่คือลักษณะพิเศษของพระพุทธศาสนาที่โดดเด่นเป็นสง่าดุจดวงอาทิตย์ยามเที่ยงวัน

4.7 ความเข้าใจถูกในการฝึกฝนนิสัย 4 ให้แก่ตนเอง

ผู้ที่ตั้งใจจะฝึกฝนอบรมตนเองไปตามเส้นทางการขจัดกิเลสของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ไม่ผิดพลาดนั้น ต้องมีความเข้าใจในการฝึกนิสัย 4 ให้ตนเองดังต่อไปนี้

4.7.1 พระพุทธองค์ทรงแบ่งคนในโลกนี้เป็น 2 กลุ่มใหญ่

กลุ่มแรก คือ ผู้ครองเรือน

หมายถึง ผู้ที่ยังต้องการความสุขจากการอยู่ร่วมกับคนในเรือนของตน เช่น สามี ภรรยา บุตรธิดา เป็นต้น และต้องการความสวัสดีกสบายจากการครอบครองทรัพย์สินเงินทอง เกียรติยศ ชื่อเสียง มาเป็นสิ่งที่เชิดหน้าชูตาให้แก่ตนเองและวงศ์ตระกูล

กลุ่มที่สอง คือ บรรพชิต

หมายถึง ผู้เห็นโทษภัยในการเวียนว่ายตายเกิด จึงออกจากเรือนเพื่อหาทางขจัดทุกข์ ขจัดกิเลส และทำพระนิพพานให้แจ้ง ไม่ยินดีกับการใช้ชีวิตแบบผู้ครองเรือน

สาเหตุที่ต้องแบ่งออกเป็นสองกลุ่มก็เพราะว่าสองกลุ่มนี้มีเป้าหมายชีวิตไม่เหมือนกัน

เป้าหมายชีวิตของกลุ่มแรก คือ ในขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ ก็ต้องการมีความสุขอยู่กับลูก ภรรยา สามี และญาติพี่น้อง ยังต้องการวัตถุสิ่งของ เงินทอง ไว้เชิดชูวงศ์ตระกูลให้มีหน้ามีตา บางพวกที่มีปัญญาขึ้นมาอีกนิด ก็ยังนึกถึงเรื่องความตายบ้าง แต่ก็เป็นการนึกในลักษณะว่า เมื่อตายไปแล้ว ทำอย่างไรจะไม่พลัดพรากจากกัน ทำอย่างไรจะมีโอกาสกลับมาอยู่ด้วยกันในภพชาติต่อไปอีก ยังไม่เห็นโทษภัยของวัฏสงสาร ยังไม่คิดจะบรรลุมรรคผลนิพพาน

แต่เป้าหมายของกลุ่มที่สอง คือ ต้องการมีความสุขกับการขจัดกิเลส ยินดีกับการออกจากสารพัดทุกข์ในการครองเรือน มีความสุขกับการสละวัตถุสิ่งของ เงินทอง ใช้ชีวิตสันโดษเรียบง่าย ต้องการสงวนเวลาชีวิตไว้เพื่อการบำเพ็ญเพียรภาวนาให้บรรลุมรรคผลนิพพาน และบำเพ็ญตนเป็นครูสอนศีลธรรมให้แก่ชาวโลก เพื่อให้โลกทั้งโลกสว่างด้วยศีลธรรม จะได้เป็นโลกที่มีสิ่งแวดล้อมเหมาะแก่การประพฤติปฏิบัติธรรมไปอีกนานแสนนาน

เพราะเหตุนี้การดำเนินชีวิตของคนสองกลุ่มนี้จึงแตกต่างกันโดยสิ้นเชิงทั้งในเรื่องกิจวัตรงานประจำ และงานอดิเรก หากนำมาปนกันจะทำให้เกิดความสับสนในการฝึกฝนอบรมคน ในวิถีชีวิตทางโลกกับวิถีชีวิตทางธรรม เพราะฉะนั้นพระองค์จึงต้องแบ่งชีวิตบรรพชิตออกจากชีวิตฆราวาสให้ชัดเจนก่อนเป็นอันดับแรก เพื่อจะได้กำหนดมาตรฐานชีวิตของนักสร้างบารมี ผู้ต้องการขจัดทุกข์ ขจัดกิเลส และทำพระนิพพานให้แจ้งให้เกิดความสวัสดีในการปฏิบัติได้อย่างชัดเจน

4.7.2 พระพุทธองค์ทรงกำหนดวัตถุประสงค์การใช้ปัจจัย 4 ที่มีอานุภาพในการจัดกิเลสและเป็นมาตรฐานโลก

ปัจจัย 4 คืออะไร

ในที่นี้ ปัจจัย 4 คือ อุปกรณ์การฝึกนิสัยจัดกิเลสสำหรับพระภิกษุสามเณร ได้แก่

- (1) จีวร
- (2) บิณฑบาต
- (3) เสนาสนะหรือที่พักอาศัย
- (4) ยารักษาโรค

ทั้ง 4 ประการนี้ เป็นเครื่องหล่อเลี้ยงชีวิตขั้นต่ำสุด ในการบริโภคใช้สอยนั้น หากสิ่งใด สิ่งหนึ่งขาดหรือน้อยเกินไปก็ตาม มากเกินไปก็ตาม หรือคุณภาพของสิ่งที่ใช้ดีเกินไป หรือด้อยเกินไปก็ตาม ย่อมส่งผลกระทบต่อ

- (1) สุขภาพพลานามัย
- (2) ชีวิต
- (3) การประพฤติปฏิบัติธรรมของพระภิกษุ
- (4) ความรู้สึกของประชาชนและเพื่อนสหธรรมิก

นอกจากนี้ ปัจจัย 4 ยังหมายรวมถึงสิ่งของเครื่องใช้อื่นๆ ที่เนื่องด้วยปัจจัย 4 เช่น

- (1) สิ่งของที่เนื่องด้วยจีวร เช่น เครื่องนอน เครื่องห่ม เข็ม ด้าย เป็นต้น
- (2) สิ่งของที่เนื่องด้วยบิณฑบาต เช่น ภาชนะ ถ้วย ชาม ช้อน เป็นต้น
- (3) สิ่งของที่เนื่องด้วยเสนาสนะ เช่น ตู้ โต๊ะ เติ่ง ตั่ง เก้าอี้ เป็นต้น
- (4) สิ่งของที่เนื่องด้วยยารักษาโรค เช่น เครื่องมือปรุ้งยา อุปกรณ์การแพทย์ การพยาบาล เป็นต้น

วัตถุประสงค์ของการใช้ปัจจัย 4 ที่แท้จริงมีอะไรบ้าง

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงฝึกให้พระภิกษุวางแผนการใช้สอยปัจจัย 4 ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเป็นบ่อเกิดคุณธรรมและนิสัยทุ่มชีวิตจัดกิเลสไปด้วยในตัว โดยพระองค์

ทรงกำหนดวัตถุประสงค์การใช้ปัจจัย 4 ไว้ดังนี้

1) จีวร มีวัตถุประสงค์ คือ

- 1.1) ใช้เพื่อบำบัดความหนาว
- 1.2) ใช้เพื่อบำบัดความร้อน
- 1.3) ใช้เพื่อบำบัดการรบกวนของเหือบยุง ลมแดด และสัตว์เลื้อยคลาน
- 1.4) ใช้เพื่อปกปิดอวัยวะที่ทำให้เกิดความละอาย

2) บิณฑบาต มีวัตถุประสงค์ คือ

- 2.1) ไม่ใช่กินเพื่อเล่น ไม่ใช่กินเพื่อมัวเมา ไม่ใช่กินเพื่อประดับ ไม่ใช่กินเพื่อการตกแต่งร่างกายให้มีสัดส่วนสวยงาม
- 2.2) กินเพื่อให้ร่างกายดำรงอยู่ได้
- 2.3) กินเพื่อให้ร่างกายมีเรี่ยวแรงกำลัง
- 2.4) กินเพื่อให้ความลำบากสงบลง
- 2.5) กินเพื่อการประพาสพรหมจรรย์ ด้วยการพิจารณาว่าเรากินเพื่อบรรเทาความหิวเสียได้ และจะป้องกันไม่ให้เกิดเวทนาใหม่เกิดขึ้น ด้วยประการนี้ ความมีชีวิตต่อไปได้ ความไม่มีโทษของร่างกาย และความอยู่สบายจะมีแก่ตัวเรา

3) เสนาสนะ มีวัตถุประสงค์ คือ

- 3.1) ใช้เพื่อบำบัดความหนาว
- 3.2) ใช้เพื่อบำบัดความร้อน
- 3.3) ใช้เพื่อบำบัดการรบกวนของเหือบยุง ลมแดด สัตว์เลื้อยคลาน
- 3.4) ใช้เพื่อบรรเทาอันตรายอันเกิดจากฤดูกาล
- 3.5) ใช้เพื่อความยินดีในการหลีกเร้นเพื่อเจริญภาวนา

4) ยารักษาโรค มีวัตถุประสงค์ คือ

- 4.1) ใช้เพื่อกำจัดเวทนาอันเกิดจากโรคต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น
- 4.2) ใช้เพื่อความไม่ลำบากกาย

การฝึกใช้ปัจจัย 4 ให้ตรงวัตถุประสงค์ ก็คือ **การควบคุมนิสัย**

การควบคุมนิสัย ก็คือ **การควบคุมใจให้ตรงกับความต้องการอย่างมีความพอดีและเหมาะสม**

การควบคุมใจให้ตรงกับความต้องการอย่างมีความพอดีและความเหมาะสม ก็คือ การควบคุมกิเลสไม่ให้งำเริบเลิบบาน และเป็นการเปิดทางให้คุณธรรมอื่น ๆ งอกงามขึ้นในใจ ซึ่งจะเป็นอุปการคุณในการบรรลุนิพพานให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป

นี่คือการกำหนดมาตรฐานการใช้ปัจจัย 4 ที่เป็นมาตรฐานโลกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า โดยทรงกำหนดให้พระภิกษุเป็นต้นแบบการดำเนินชีวิตที่ชัดเจนให้แก่ชาวโลก

เพราะพระองค์ทรงทราบว่า ถ้ามนุษย์ยังใช้ปัจจัย 4 ผิดวัตถุประสงค์ และไม่รู้จักความพอดี มนุษย์ต้องตกเป็นข้าทาสไปอีกนับภพนับชาติไม่ถ้วน แล้วการก่อบาปก่อเวร เพราะความสُر่ຍสُر่ຍ ไม่รู้จักความพอดีก็จะเกิดขึ้นไม่รู้จบสิ้น โลกนี้ย่อมยากจะหาความสงบสุขได้เจอ

ดังนั้น ถ้ามองอีกมุมหนึ่งก็จะพบว่า การแก้ไขปัญหาดังกล่าวในโลกนี้ ถ้ายังแก้ปัญหารื่องความพอดีและความเหมาะสมในการใช้ปัจจัย 4 ไม่ได้ ปัญหาอื่น ๆ ไม่มีทางแก้ไขได้จบสิ้นอย่างแน่นอน แล้วคนที่ช่วยกันทำลายโลกใบนี้ก็ไม่ใช่ว่าใครที่ไหน ก็คือ “การไม่ฝึกลูกหลานให้รู้จักใช้ปัจจัย 4 ตามความจำเป็นและกฎวัตถุประสงค์” นั่นเอง

4.7.3 พระพุทธองค์ทรงสอนให้รู้จักความพอดี

คำว่า “พอดี” คือ “พอแล้วดี”

ไม่ใช่คิดว่าพอ แต่จริงๆ กลับขาด จนกลายเป็นการทรมานตนเองมากเกินไปโดยใช้เหตุ หรือคิดว่าพอแต่จริงๆ กลับเกิน คือมากเกินไปจนกลายเป็นการพอกพูนกิเลส ทำให้กลายเป็นคนเห็นแก่ปากแก่ท้อง และกลายเป็นการทำลายทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมไปมากโดยใช้เหตุ

ผู้ที่รู้จักความพอดีในการบริโภคปัจจัย 4 นั้น ต้องสามารถแยกแยะได้ระหว่างความจำเป็น-ความต้องการ-ความอยาก ว่าสามอย่างนี้ต่างกันอย่างไร

ความจำเป็น คือ ขาดไม่ได้ หากขาดแล้วมีผลกระทบต่อชีวิตและความเป็นอยู่อย่างมาก

ความต้องการ คือ ถ้าได้ก็ดี แต่ถ้าไม่มีก็ไม่ต้อง เป็นเรื่องของการเพิ่มความสะดวกสบายขึ้นกว่าเดิม แต่ถ้าไม่ได้ก็ไม่ถึงกับเดือดร้อนต่อชีวิตและความเป็นอยู่

ความอยาก คือ ความตะเกียกตะกายในสิ่งที่ไม่เกิดประโยชน์ต่อชีวิตและมีผล

กระทบต่อความเป็นอยู่ เพราะตกอยู่ในอำนาจของกิเลส

ยิ่งกว่านั้น นอกจากแยกแยะได้แล้ว ยังต้องมีสติควบคุมใจ ไม่ให้ตกเป็นทาสของความอยากอีกด้วย มิฉะนั้น เดียวก็จะผิดพลาด เอาความอยากในชีวิตชาวโลกมาปนกับชีวิตนักบวช ในที่สุดก็ต้องลืกลาลาเพศสมณะไปอย่างน่าเสียดาย

4.7.4 พระพุทธองค์ทรงสอนให้รู้จักความเหมาะสม

คำว่า “เหมาะสม” คือ สมควรแก่ฐานะ และเพศภาวะของตนเอง ทั้งในแง่ชนิด คุณภาพ วิธีการได้มา วิธีการใช้ และวัตถุประสงค์ในการใช้งาน

ของบางชนิดไม่เหมาะกับพระภิกษุ พระองค์จึงทรงกำหนดไว้ในพระธรรมวินัยว่า ห้ามรับ

ส่วนของบางชนิดพระองค์ไม่ได้ทรงห้ามพระภิกษุไม่ได้รับ แต่ต้องระมัดระวังของที่มีคุณภาพดีเกินไปไม่เหมาะกับคุณธรรมของตนเอง เมื่อรับมาแล้ว นอกจากจะเพิ่มภาระในการดูแลรักษาแล้ว ยังทำให้จิตฟุ้งซ่าน การปฏิบัติธรรมย่อมไม่ก้าวหน้า และยังขัดต่อความรู้สึกของประชาชนและเพื่อนสหธรรมิกอีกด้วย

เช่น ในสมัยพุทธกาล เมื่อครั้งที่พระเทวทัตรับผ้าเนื้อดีราคาถึงหนึ่งแสนกหาปณะ นำมาตัดเย็บจีวรแล้วนุ่งห่มไปในที่ต่างๆ ในครั้งนั้น ชาวบ้านพากันติเตียนว่า “ผ้าผืนนี้ไม่สมควรแก่พระเทวทัต สมควรแก่พระสารีบุตรมากกว่า พระเทวทัตนุ่งห่มผ้าอันไม่เหมาะสมแก่ตน”

นี่คือความผิดพลาดของพระเทวทัตในเรื่องนิสัยที่เกิดจากการใช้ปัจจัย 4 ที่ไม่ก่อให้เกิดคุณธรรมในตน ซึ่งภายหลังนำไปสู่การพอกพูนทิฐิมานะอย่างแรงกล้า และนำไปสู่การก่อความผิดพลาดครั้งใหญ่ในพระพุทธศาสนาอย่างไม่ควรจะเป็น ผลสุดท้ายตนเองก็ต้องถูกธรณีสูบ ต้องตกนรกหมกไหม้อยู่ในเวจีมหานรกอย่างทุกข์ทรมาน เพราะการจับจ้วงพระสัมมาสัมพุทธเจ้าด้วยความมีทิฐิมานะเป็นเหตุ

นั่นก็หมายความว่า ข้าวแต่ละคำ น้ำแต่ละอึก ปัจจัย 4 แต่ละชิ้นที่ใช้ในชีวิตประจำวัน นอกจากมีผลต่อนิสัยใจคอแล้ว ยังมีผลต่อการเข้าถึงธรรมอีกด้วย ใครดูเบาเรื่องความเหมาะสมในการใช้ปัจจัย 4 นี้ จักยากจะเอาดีได้ในพระพุทธศาสนา

พระเดชพระคุณพระภิกษุญาณวริยคุณจึงเคยเตือนอยู่บ่อยๆ ว่า “**ใครที่มาอยู่วัดนานแล้ว หรือเพิ่งมาอยู่ใหม่ก็ตาม ถ้าหากยังไม่รู้จักประมาณการใช้ปัจจัย 4 ต้องถือว่าเป็นผู้ กำลังฝึกตัวใหม่อยู่ทั้งสิ้น**”

เพราะฉะนั้น พวกเราต้องระมัดระวังการใช้ปัจจัย 4 ให้ดี อย่าใช้ด้วยความสุร่ยสุร่าย แต่ให้คำนึงถึงความจำเป็นและประโยชน์ใช้สอย และคำนึงอยู่เสมอว่ารับมาแล้ว จะเป็นไปเพื่อการขัดกิเลสในตัวหรือไม่ หากใครยังแก้ไขนิสัยตามใจตนเองไม่ได้ แม้เข้าวัดมาเป็นสิบปี ยี่สิบปี สามสิบปี ก็จะเป็นขี้ข้ากิเลสเหมือนเดิม นิสัยจะไม่ดีขึ้นกว่าก่อนเข้าวัดอย่างแน่นอน เรื่องนี้นักสร้างบารมีจึงมองข้ามไม่ได้เด็ดขาด

4.7.5 พระพุทธองค์ทรงสอนการใช้ปัจจัย 4 ให้เกิดบุญ

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนให้รู้ว่า ปัจจัย 4 แต่ละประเภทล้วนเกิดขึ้นจากบุญ คือเกิดจากบุญที่ตนเองสั่งสมมา และบุญของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ปกหลักพระพุทธศาสนาไว้

ดังนั้น ทุกครั้งที่ใช้ปัจจัย 4 ต้องระลึกว่า กำลังใช้บุญอยู่ เพราะจริงๆ แล้ว ทุกขณะจิตที่เรายังมีชีวิตอยู่ ไม่ว่ายามหลับหรือยามตื่น เราต้องใช้บุญทั้งสิ้น หากการดำเนินชีวิตของเรา ใช้ปัจจัย 4 อย่างสุร่ยสุร่าย ใช้อย่างล้างผลาญ ใช้อย่างไม่ระมัดระวัง ก็หมายถึงกำลังล้างผลาญบุญของตัวเอง และบุญของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอยู่ตลอดเวลาเช่นกัน

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนพระภิกษุให้รู้จักใช้ปัจจัย 4 ให้เกิดบุญทั้งแก่ **ตนเอง และญาติโยมไว้ใน “ปุณฺณกสิณสูตร”** ว่า

1) พระภิกษุรูปใดที่ญาติโยมนำ**จีวร**มาถวาย พอได้รับถวายแล้ว ก็เข้าเจโตสมาธิ คือ ตั้งใจนั่งสมาธิเข้ากลางของกลางธรรมะภายในตัวไป ย่อมทำให้ทอธารบุญกุศลของทายกบังเกิดขึ้นอย่างจะนับประมาณมิได้

2) พระภิกษุรูปใดที่ญาติโยมนำ**อาหาร**มาถวาย พอได้รับถวายแล้ว ก็เข้าเจโตสมาธิ คือ ตั้งใจนั่งสมาธิเข้ากลางของกลางธรรมะภายในตัวไป ย่อมทำให้ทอธารบุญกุศลของทายกบังเกิดขึ้นอย่างจะนับประมาณมิได้

3) พระภิกษุรูปใดที่ญาติโยมนำ**เสนาสนะ**มาถวาย พอได้รับถวายแล้ว ก็เข้าเจโตสมาธิ

คือ ตั้งใจนั่งสมาธิเข้ากลางของกลางธรรมะภายในตัวไป ย่อมทำให้ท้อฮารบุญกุศลของทายกบังเกิดขึ้นอย่างจะนับประมาณมิได้

4) พระภิกษุรูปใดที่ญาติโยมนำ**คิลานเภสัช**มาถวาย พอได้รับถวายแล้ว ก็เข้าเจโตสมาธิ คือ ตั้งใจนั่งสมาธิเข้ากลางของกลางธรรมะภายในตัวไป ย่อมทำให้ท้อฮารบุญกุศลของทายกบังเกิดขึ้นอย่างจะนับประมาณมิได้

นั่นก็หมายความว่า เมื่อญาติโยมถวายปัจจัย 4 มาบำรุงเลี้ยงพระภิกษุแล้ว หากพระภิกษุไม่นั่งสมาธิ เพื่อมุ่งขจัดกิเลส ทำพระนิพพานให้แจ้ง ท้อฮารบุญในตัวของญาติโยมย่อมบังเกิดน้อย และกลายเป็นหนี้ข้าวปลาอาหารของญาติโยม

แต่ว่าในทางตรงกันข้าม ถ้าพระภิกษุรับปัจจัย 4 ที่ญาติโยมถวายแล้ว พอลกลับมาถึงกุฏิก็นั่งสมาธิ จะเห็นธรรมะ หรือยังไม่เห็นธรรมะ ก็ตั้งใจทำสมาธิเข้าไป ถ้าเป็นอย่างนี้ แม้มองไม่เห็นท้อฮารบุญ แต่บุญได้เกิดเป็นสายทั้งตัวของพระภิกษุและญาติโยมแล้ว และความก้าวหน้าในการฝึกฝนอบรมตนเองก็จะเพิ่มขึ้นไปตามลำดับ ญาติโยมก็ได้บุญเพิ่มขึ้นไปอีกแล้วในที่สุดก็กลายเป็นว่า **ญาติโยมก็มีนิสัยรักการทำบุญ พระภิกษุรูปนั้นก็มึนนิสัยรักการบำเพ็ญภาวนา และกลายเป็นเนื่อนาบุญอันประเสริฐของญาติโยม และนั่นคือความเจริญรุ่งเรืองของพระพุทธศาสนาอย่างยั่งยืน**

4.7.6 กิจวัตร 10 ประการ บทฝึกนักบวชให้มีนิสัยรักการปฏิบัติธรรม

การที่พระภิกษุรูปใดรูปหนึ่งจะเกิดนิสสัย 4 ขึ้นมาได้ ก็ต้องทำให้เป็นกิจวัตรประจำวัน พระเถระในอดีตท่านมองทะลุเรื่องเหล่านี้อย่างแตกฉาน ท่านจึงได้สรุป “**กิจวัตร 10 ประการ**” ออกมาจากพระไตรปิฎก เพื่อใช้เป็นบทฝึกพระภิกษุในชีวิตประจำวัน โดยมีจุดมุ่งหมายที่การสร้างนิสสัย 4 ของนักบวชขึ้นมาแทนนิสัยฆราวาส นั่นเอง

กิจวัตร มาจากคำ 2 คำรวมกัน คือ “กิจ” กับ “วัตร”

กิจ หมายถึง สิ่งที่ต้องทำ ถ้าไม่ทำจะเสียหาย

วัตร หมายถึง ข้อปฏิบัติที่ควรทำเป็นนิสัย

กิจวัตร หมายถึง ข้อปฏิบัติที่ต้องทำให้เป็นนิสัย มิฉะนั้น จะเกิดความเสียหายต่อการฝึกฝนอบรมตนเองให้เป็นสมณะและการบรรลุธรรม

กิจวัตร 10 ประการ ได้แก่

- 1) บิณฑบาต
- 2) กวาดวัด
- 3) ปลงอาบัติ
- 4) ทำวัตรสวดมนต์และทำภาวนา
- 5) พิจารณาปัจจุเวกขณะ
- 6) อุปัฏฐากอุปัชฌาย์อาจารย์
- 7) บริหารสิ่งของและร่างกาย
- 8) ขวนขวายเรียนพระธรรมวินัย
- 9) เอาใจใส่หมู่สงฆ์และกิจของสงฆ์
- 10) ดำรงตนให้น่ากราบไหว้

ผลเบื้องต้นที่ได้รับของการฝึกกิจวัตร 10 ประการ ก็คือ

- 1) เป็นการกำจัดนิสัยความถือดีในทิฐิฐานะของตนให้หมดไป เช่น นิสัยถือตนว่าดีกว่าเขา-เสมอเขา-ด้อยกว่าเขา เป็นต้น
- 2) เป็นการสร้างนิสัยรักการขัดกิเลสอย่างทุ่มชีวิตเป็นเดิมพันขึ้นมาทดแทน
- 3) เมื่อถึงคราวเผยแผ่พระพุทธศาสนาก็กลายเป็นผู้อุทิศด้วยศีลธรรมเหมือนต้นไม้ใหญ่แต่ดำเนินชีวิตเรียบง่าย มีความทรหดอดทนเหมือนต้นกระบองเพชรที่กินน้ำน้อยอยู่กลางทะเลทราย

และทั้งหมดนี้คือความรู้พื้นฐานของการสร้างทีมงานเผยแผ่พระพุทธศาสนา ประการที่ 3 นั่นคือ ทุกคนต้องมีความเข้าใจถูกต้องว่า การแก้ไขนิสัยของตนเอง การสร้างนิสัยทุ่มชีวิตเป็นเดิมพันในการขัดกิเลส และการหล่อหลอมพุทธบุตรให้เป็นหนึ่งเดียวกันนั้น ต้องเริ่มต้นที่การฝึกนิสัย 4 ผ่านการใช้ปัจจัย 4 ให้เป็นกิจวัตร 10 ประการ ประจำวัน โดยมีต้นแบบ คือ พระสัมมาสัมพุทธเจ้า นั่นเอง