

บทที่ 2

แนวคิดเรื่องสันโดษ ในพระพุทธศาสนาเถรวาท

คำสอนเรื่อง “สันโดษ” เป็นคำสอนที่สำคัญคำสอนหนึ่งในพระพุทธศาสนาเถรวาทซึ่งถือได้ว่าเป็นคำสอนที่เกี่ยวข้องกับการดำรงชีวิตทั้งของคฤหัสถ์และบรรพชิตดังปรากฏในอรรถกถาเรื่องพระเจ้าปเสนทิโกศล (อรรถกถา เล่ม 42, น. 380) ความว่า “ภาวะคืออันยินดีด้วยวัตถุที่ตนได้แล้วซึ่งเป็นของมีอยู่แห่งตน ของคฤหัสถ์หรือของบรรพชิตนั่นแล ชื่อว่าสันโดษ. . .” ในบรรดาหลักธรรมของพระพุทธเจ้านั้นต่างก็สนับสนุนซึ่งกันและกันเพื่อมุ่งสู่จุดมุ่งหมายสูงสุด คือนิพพาน การใช้เพียงหลักธรรมใดหลักธรรมหนึ่งนอกจากอาจทำให้ไม่บรรลุจุดมุ่งหมายแล้วยังอาจก่อให้เกิดความเข้าใจผิดและกระทบต่อการนำไปปฏิบัติไม่ตรงตามวัตถุประสงค์ได้ หลักธรรมเรื่องสันโดษก็เช่นเดียวกันจำเป็นจะต้องมีการปฏิบัติร่วมกับหลักธรรมอื่นๆ ทั้งในอดีตและปัจจุบันมีการตีความหลักธรรมเรื่องสันโดษโดยนักปราชญ์แตกต่างกันออกไป บ้างก็ว่าเป็นหลักธรรมที่พระพุทธองค์สอนเฉพาะบรรพชิตไม่เกี่ยวกับคฤหัสถ์ บ้างก็ว่าสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับคฤหัสถ์ได้ บ้างเห็นว่าเป็นหลักธรรมที่ก่อให้เกิดความเกียจคร้านเป็นตัวถ่วงความเจริญของประเทศชาติและบ้านเมือง ถึงกับห้ามการสอนเรื่องสันโดษในสมัยหนึ่ง (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์), 2544ก, น. 24) บ้างแย้งว่าเป็นหลักธรรมที่ก่อให้เกิดความขยันหมั่นเพียรและการพัฒนาตนและสังคม ดังนั้นเพื่อให้เกิดความชัดเจนเกี่ยวกับแนวคิดสันโดษ ในบทนี้ผู้วิจัยจะกล่าวถึงแนวคิดเรื่องสันโดษ โดยเริ่มจากความหมายของสันโดษ ลักษณะของสันโดษ ประเภทของสันโดษ เป้าหมายของสันโดษ ลักษณะของผู้สันโดษ มูลเหตุจูงใจที่นำไปสู่การปฏิบัติที่มีลักษณะสันโดษ หลักธรรมที่สนับสนุนสันโดษ และที่เป็นปฏิปักษ์ต่อสันโดษ การปฏิบัติตามหลักสันโดษซึ่งรายละเอียดเหล่านี้ได้มีการตีความมาแล้วโดยบรรดาพระอรรถกถาจารย์ นักคิดและนักวิชาการต่างๆ ทั้งนี้เพื่อให้เห็นภาพรวมของแนวคิดเรื่องสันโดษ และในแต่ละส่วนจะแสดงความคิดเห็นของผู้วิจัยเพื่อแสดงทัศนะอีกมิติหนึ่งที่อาจซ้อนทับกันบ้าง

2.1 ความหมายของสันโดษ

คำว่า “สันโดษ” มาจากภาษาบาลีว่า “สนฺตุฏฺฐิ” และ “สนฺโตโส” สาเหตุที่แยกออกเป็นสองศัพท์อาจเป็นเพราะการสร้างคำให้สละสลวยและมีศัพท์ใช้มากขึ้น แต่ยังคงแสดงถึงความหมายที่ใกล้เคียงกันโดยพิจารณาการแยกคำได้ว่า “สนฺตุฏฺฐิ” แยกคำเป็น สฺ + ตฺส ตฺส + ฏฺฐิ

2.1.1 ความหมายตามรูปศัพท์ของสันโดษ

ตามรูปศัพท์ของสันโดษมาจากภาษาบาลีว่า “สนฺตุฎฺฐิ” และ “สนฺโตโส” ซึ่งแสดงรูปวิเคราะห์ศัพท์ทั้งสองคำไว้ดังนี้

ในวิสุทธิภูมิคัมภีระ (พระภทตฺตวจริยธมฺมปาเลธ, 2537, น. 103) แสดงรูปการวิเคราะห์ศัพท์ “สนฺตุฎฺฐิ” ไว้สองนัย นัยแรกว่า “สมฺ ตุฎฺฐิ สนฺตุฎฺฐิ, สนฺเตน สเกน วา ตุฎฺฐิ สนฺตุฎฺฐิ” แยกออกเป็น สฺ + ตุส ตุฎฺฐิยฺ ธาตุ + ติปัจจยฺ เมื่อสำเร็จรูป สนฺตุฎฺฐิ เป็นอิติถิลิงค์ หมายถึง มหากุศลจิตและมหาภิริยาจิต นัยที่สองว่า “ตุสฺสนฺ ตุฎฺฐิ เอตฺตฺสาติ สนฺตุฎฺฐิ” (พระภทตฺตวจริยธมฺมปาเลธ, 2537, น. 142) แยกออกเป็น สฺ + ตุฎฺฐิ + เอต + อิติ เมื่อสำเร็จรูป สนฺตุฎฺฐิ เป็นปุงลึงค์ หมายถึง กัลยาณบุุชชนและอริยบุคคล

ส่วน “สนฺโตโส” ในอภิธานปทีปิกาสุจ (พระสุภูติเถระ, 2535, น. 850) แสดงรูปการวิเคราะห์ศัพท์ไว้ว่า “ สนฺตุสฺสนฺ สนฺโตโส.สฺปุพฺโพ ตุส ตุฎฺฐิยฺ, โณ.” แยกคำเป็น สฺ + ตุส ตุฎฺฐิยฺ + ฌปัจจยฺ สำเร็จรูปเป็น สนฺโตโส หมายถึงความยินดี

สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ สมเด็จพระมหาสังฆราชา (จวน) (2540, น. 61) ทรงให้ความหมายของสันโดษโดยการแยกศัพท์ออกดังนี้ “. . . สฺ + โตโส สฺ มีอรรถเป็น สกฺ แปลว่าของตน เป็น สนฺตฺ แปลว่าของที่มีอยู่ เป็นสมฺ แปลว่าสมาเสมอ ชอบธรรม โตโส แปลว่ายินดี รวมสองศัพท์ เป็น สนฺโตโส ซึ่งแปลว่ายินดีของของตน ยินดีของที่มีอยู่ และยินดีของที่ชอบธรรม”

พันโท ปิ่น มุทุกันต์ (2502, น. 83-84) แสดงไว้ว่า “สนฺตุฎฺฐิมูลศัพท์เดิมว่าสนฺโตสะ มาจาก สฺ + ตุส เขียนแบบสันสกฤตเป็น สันโตชะ (และแปลงเป็นไทยว่า สันโดษ) โดยแยกแปล สัน-แปลว่าตน ตุสหรือโตชะ แปลว่ายินดี รวมศัพท์แล้วแปลว่า ยินดีหรือพอใจ พอใจ อิ่มใจ จุใจ สุขใจ กับของตน”

ความหมายตามรูปศัพท์ดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่าแปลความหมายใกล้เคียงกัน คือ ความยินดี ความพอใจ ความพอประสงค์ ความอิ่มใจ ความสุขใจ บางความหมายขยายความให้

2.1.2 สันโดษในความหมายของนักวิชาการร่วมสมัย

ความหมายของสันโดษเริ่มมีการตีความมากขึ้น โดยการประยุกต์ให้เข้ากับสภาพของสังคมและการเมืองในแต่ละยุคสมัย ซึ่งบางครั้งก็ก่อให้เกิดปัญหาในทางวิชาการด้านศาสนา บางครั้งก่อให้เกิดความสับสนและเข้าใจผิดในหมู่ประชาชน ความหมายประยุกต์เหล่านี้ส่วนใหญ่เกิดจากนักคิด นักวิชาการและนักปราชญ์ยุคใหม่ ดังเช่นความหมายที่จะนำเสนอต่อไปนี้

สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส (2539), น. 98, 228, 531) ได้ทรงนิพนธ์ความหมายของสันโดษไว้ใน สารานุกรมพระพุทธศาสนา ว่าหมายถึงพอใจ พอประสงค์ ยินดีด้วยปัจจัย ตามมีตามได้ (ในกถาวัตถุ 10) ยินดีด้วยผ้าถุง ผ้าห่ม อาหาร ที่นอน ที่นั่งและยา ตามมีตามได้ (ในนาถกรณธรรม 10)

สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ สมเด็จพระสังฆราช (จวน) (2540, น. 61, 168-169) ทรงให้ความหมายของสันโดษว่ายินดีในสิ่งที่เป็นของตน ยินดีในสิ่งของที่ตนเองมีอยู่ และยินดีในสิ่งของที่ได้มาโดยชอบธรรมและสันโดษไม่ได้หมายถึงความมักน้อย นอกจากนั้นยังทรงเห็นว่าสันโดษเป็นธรรมข้อหนึ่งที่เหมาะทั้งบรรพชิตและคฤหัสถ์

สมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ) (2520, น. 23-32) (ปัจจุบันคือสมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก) ทรงเห็นว่าสันโดษมาจาก “สันโตสะ สันตุลลีสึ” แปลว่าความยินดี (หรือความพอใจ) ด้วยสิ่งที่เป็นของตน ความยินดีด้วยสิ่งของ ที่มีอยู่ ความยินดีโดยสม่ำเสมอ และทรงแสดงสันโดษที่พระอรหันตเจ้าขยายความไว้ว่าสันโดษแยกออกเป็นยถาลาภสันโดษคือยินดีตามที่ได้ ยถาพลสันโดษคือยินดีตามกำลัง และยถาสารูปสันโดษคือยินดีตามสมควร นอกจากนั้นยังทรงอธิบายต่อไปว่าการปฏิบัติตามหลักสันโดษควรปฏิบัติตั้งแต่สันโดษในความคิด สันโดษในการแสวงหา สันโดษในการรับและสันโดษในการบริโภค ซึ่งถือว่าเป็นการอธิบายความหมายของสันโดษในแบบสี่สาวเหตุ โดยแสดงถึงกระบวนการของสันโดษที่เริ่มจากสันโดษในความคิดแล้วจึงนำไปสู่สันโดษในการกระทำ ถือได้ว่าเป็นนัยที่กว้างและลึกซึ้งกว่าความหมายของผู้อื่น

นาคะประทีป (2532, น.14 และ 396) ใน ปาลี-สยาม อภิธาน ให้ความหมายสนโตส (สันโดษ) หรือ อตุตมมตา ว่า หมายถึง ความยินดี

สุชีพ ปุญญานุภาพ (2541, น.272) ใน พจนานุกรมศัพท์พระพุทธศาสนา ไทย-อังกฤษ ให้ความหมาย สันโดษ ว่า ความยินดี ความยินดีด้วยของของตน (ไม่คิดแย่งกรรมสิทธิ์ของผู้อื่น) (contentment, satisfaction)

สมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า (พิมพ์) (2539, น. 438-440) แสดงความหมายของสันโดษไว้ว่าสันโดษ คือความยินดี หรือพอใจ ชอบใจ อิ่มใจ จุใจ และอธิบายความหมายของยถาลภ สันโดษว่าเป็นความพอใจในงานที่ทำ ในศิลปวิทยาที่กำลังศึกษาและในคุณธรรมที่กำลังปฏิบัติ ส่วน ยถาลภสันโดษท่านให้ความหมายว่าพอใจในการเลือกงานที่ทำ เลือกศิลปวิทยาที่ศึกษาและเลือกคุณธรรมที่ปฏิบัติแล้วตั้งหน้าทำการศึกษาและปฏิบัติให้ก้าวหน้าตามกำลังของตนด้วยความขยัน หมั่นเพียร สำหรับความหมายของยถาสารูปสันโดษคือความยินดีในสิ่งที่ทำตามสมควร และพอเหมาะพอใจในงาน ที่ทำตามสมควร พอใจในศิลปวิทยาที่ศึกษาตามสมควรและพอใจในธรรมที่ปฏิบัติตามสมควร (ซึ่งไม่แตกต่างจากยถาลภสันโดษมากนัก)

พระธรรมปิฎก (ประยูร) (2546ข, น. 272-273) มองความหมายของสันโดษสองนัย คือความหมายโดยทั่วไป สันโดษหมายถึงความยินดีด้วยปัจจัยสี่ตามมีตามได้หรือการมีความสุข ความพอใจด้วยเครื่องเลี้ยงชีพที่หามาได้ด้วยความเพียรของตน ไม่โลภ ไม่ริษยา ในความหมายแรกจะเน้นที่ยินดีในปัจจัยสี่เป็นสำคัญไม่ใช่ยินดีในสิ่งทีนอกเหนือจากปัจจัยสี่

ส่วนความหมายที่ลึกไปกว่านั้น พระธรรมปิฎก (ประยูร) เห็นว่าสันโดษเป็นเครื่องมือที่ใช้ในการพัฒนาตนเองของมนุษย์ โดยมองเห็นว่าหลักการของสันโดษคือการออมเวลา แรงงานและความคิดไว้เพื่อสร้างสรรค์สิ่งที่ดีงาม และกล่าวว่าสันโดษต้องระบุดด้วยว่าสันโดษจากสิ่งเสพหรือวัตถุบริโภคไม่ใช่กล่าวถึงสันโดษลอยๆ (2545, น. 67) ซึ่งจะสอดคล้องกับคำสอนในเรื่องการไม่สันโดษที่พระพุทธองค์ทรงระบุดถึงการไม่สันโดษในกุศลธรรมในพุทธพจน์ที่ว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เรารู้ทั่วถึงคุณของธรรมสองอย่าง คือความเป็นผู้ไม่สันโดษในกุศลธรรมหนึ่ง ความเป็นผู้ไม่ย่อหย่อนในความเพียรหนึ่ง. . .” (อง.เอก. 33/251/297) ทั้งนี้หากวิเคราะห์ดูในเรื่องสิ่ง (วัตถุ) ที่ใช้กับสันโดษคือสิ่งเสพหรือวัตถุที่บริโภคในแนวคิดของท่านจะแตกต่างจากความเห็นของสมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า (พิมพ์) ซึ่งระบุว่าสิ่งที่ใช้กับสันโดษคือการทำงาน ศิลปวิทยา และคุณธรรม

นอกจากนั้นท่านยังเห็นว่าการปฏิบัติตามหลักสันโดษไม่ได้มองที่ความสุข เพราะหากมุ่งความสุขตั้งแต่ต้นเสียแล้วก็อาจทำให้คนหยุดที่จะทำต่อเพราะเกิดความสุขแล้ว สันโดษอาจกลายเป็นเรื่องของความเกียจคร้านได้

พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร) (2548, น. 47,49-50) ได้แสดงทัศนะเกี่ยวกับสันโดษว่า สันโดษคือความยินดีความพอใจด้วยของของตนที่มีอยู่และได้มา และสันโดษเป็นหลักธรรมที่

พระธรรมโกศาจารย์ (เงื่อม อินทปัญโญ) หรือ ท่านพุทธทาสภิกขุ (ม.ป.ป., น. 1-42) อธิบายว่าสันโดษคือยินดี ยินดีด้วยสิ่งที่มีอยู่ และเป็นความพอใจในภาวะปัจจุบันในสิ่งที่กำลังมีอยู่ เป็นอยู่ แม้กระทั่งการทำงานก็ถือเป็น การปฏิบัติตามหลักสันโดษ และเห็นว่าความพอใจจะนำไปสู่ความสุข และความสุขนี้เองจะนำไปสู่ ปัสสัทธิ สมาธิ ปัญญา

นอกจากนั้นท่านพุทธทาสภิกขุยังเห็นว่าสันโดษเป็นพื้นฐานของสัมมาอาชีวะ และเป็นรากฐานของความสงบสุข ส่วนแนวทางในการปฏิบัติสันโดษคือมีสติปัญญามองเห็นคุณค่าของสันโดษและมีความพอใจในตัวเอง พอใจในการทำงาน พอใจในผลที่ได้รับ และมีกำลังใจที่จะพัฒนาต่อไป ที่สำคัญท่านพุทธทาสภิกขุเห็นว่าในเรื่องกุศลก็ยังคงต้องสันโดษซึ่งเป็นการตีความโดยนำเอามิติของความยินดี ความพอใจมาเป็นเกณฑ์คือต้องยินดีและพอใจในกุศลธรรมก่อนแล้วจึงค่อยๆพัฒนาให้มากขึ้นอย่างต่อเนื่อง ส่วนการสันโดษในกุศลนั้นแตกต่างจากความเห็นของนักวิชาการทั่วไปและในพระไตรปิฎกที่ระบุไว้ว่าต้องไม่สันโดษในกุศลธรรม

แปลก สนธิรักษ์ (2506, น. 321) แปลคำว่า “สันโตสะ” ใน พจนานุกรม บาลี-ไทย ว่า หมายถึงการรู้จักพอ การรู้จักประมาณ เป็นที่น่าสังเกตว่าเป็นคำแปลที่ต่างจากผู้อื่นซึ่งผู้วิจัยเห็นว่าเป็นความหมายหนึ่งที่สามารถเข้ากันได้กับบริบทในการแปลความหมายของพุทธพจน์ที่เกี่ยวข้องกับสันโดษได้เป็นอย่างดี จึงได้นำความหมายนี้มาใช้ในงานวิจัยนี้ร่วมกับความหมายโดยทั่วไป

โดยสรุป จะเห็นได้ว่าความหมายของสันโดษของนักวิชาการร่วมสมัยที่กล่าวมานั้นมีการวิเคราะห์และนำมาตีความหมายเป็นสองกลุ่มใหญ่ๆ คือ

1) กลุ่มแรกให้ความหมายในระดับกว้าง (macro) โดยการวิเคราะห์เทียบเคียงกับมโนทัศน์ของพระพุทธศาสนาเถรวาท ซึ่งเป็นที่ยอมรับกันว่าหลักธรรมทั้งปวงของพระพุทธเจ้าล้วนเป็นไปเพื่อการดับทุกข์และให้มีความขยันหมั่นเพียร ไม่เป็นไปเพื่อความเกียจคร้าน ดังที่ตรัสไว้แก่นางประชาบดีโคตรมีว่า “. . .ธรรมเหล่านี้เป็นไปเพื่อความคลายกำหนด. . .เพื่อความพราก. . .เพื่อความไม่สะสม. . .เพื่อความมักน้อย. . .เพื่อความสันโดษ. . .เพื่อความสงบ. . .เพื่อปรารถนาความเพียร. . .เพื่อความเลี้ยงง่าย. . .นั่นเป็นธรรม นั่นเป็นวินัย นั่นเป็นสัตตสุสาน” (วิ.จล. 9/523/451) ดังนั้นสันโดษจึงไม่น่าที่จะมีนัยโน้มเอียงไปทางด้านลบ อันหมายถึงความเกียจคร้านหรือไม่ประกอบหน้าที่กิจการงานใดๆด้วยการยินดี พอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่ ไม่ต้องแสวงหาเพิ่มเติม เช่นคำอธิบายของพระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร) และสมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า (พิมพ์) จะเห็นได้ว่าในช่วงสี่ทศวรรษที่ผ่านมาแนวทางการตีความของนักวิชาการกลุ่มนี้มีแนวโน้มไปในทาง

2) กลุ่มที่สองมองในระดับแคบ (micro) โดยเน้นในทางปฏิบัติของปัจเจกบุคคลและพยายามตีความสันโดษให้เหมาะสมกับการประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต การทำงาน การศึกษา เช่นคำอธิบายของสมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า (พิมพ์) ท่านพุทธทาสภิกขุและพระธรรมปิฎก (ประยุทธ์) เป็นต้น ซึ่งอาจกล่าวได้ว่ากลุ่มนี้มีการตีความหมายโดยตั้งอยู่บนวิถีคิดแบบอรรถธรรมสัมพันธ์ (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์) , 2546ง, น. 56-59) กล่าวคือเป็นการตีความหลักธรรมให้สัมพันธ์กับประโยชน์ที่เป็นไปเพื่อการสร้างความขยันหมั่นเพียรและก่อให้เกิดความเบิกบานใจ ความสุขในการดำรงชีพ

2.1.3 ความหมายของสันโดษจากการตีความของผู้วิจัย

สันโดษมีความหมายอย่างไร เป็นเรื่องของความหมายและการสร้างคุณค่าในเชิงสัญลักษณ์ของนามธรรมตัวหนึ่ง ซึ่งขึ้นอยู่กับกระบวนการสร้างคุณค่าหรือความหมายตามโลกทัศน์ของผู้ตีความดังที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น แต่ผู้วิจัยเห็นว่าความหมายดังกล่าวยังไม่สอดคล้องกับคำสอนในพุทธพจน์ ซึ่งพอจะสันนิษฐานได้ว่าสันโดษอาจไม่เหมือนหลักธรรมทั่วไป เพราะพระพุทธเจ้าทรงสอนทั้งเรื่องสันโดษและไม่สันโดษ โดยคำสอนเรื่องสันโดษพระองค์ระบุดัตถุแห่งการสันโดษคือปัจเจกชน และต่อมาในชั้นหลังสังคมไทยมีการขยายความวัตถุแห่งการสันโดษอื่น เช่นหน้าที่การงาน เป็นต้น ส่วนเรื่องไม่สันโดษพระองค์ทรงระบุดัตถุแห่งการไม่สันโดษไว้ชัดเจนคือกุศลธรรมเท่านั้น ดังนั้นเพื่ออธิบายความหมายของสันโดษให้เข้ากับนัยทั้งสองเรื่องนี้ผู้วิจัยจึงขอเสนอความหมายของคำว่า “สันโดษ” โดยวิเคราะห์และตีความจากพระไตรปิฎกฉบับภาษาไทยของมหาจุฬาราชวิทยาลัย เป็นหลัก

อันนี้การตีความจะอาศัยวิถีคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัย คือกลับไปคิดถึงเหตุปัจจัยที่ก่อให้เกิดการยินดี การพอใจ การรู้จักพอ เช่นสันโดษคือการยินดี การพอใจ การรู้จักพอในสิ่งที่เป็นของของตน การยินดี การพอใจ การรู้จักพอในสิ่งที่ตนมีอยู่ และการยินดี การพอใจ การรู้จักพอในของที่ชอบธรรม (ได้มาโดยชอบธรรม) การตีความก็จะย้อนไปวิเคราะห์ว่าการยินดี การพอใจ การรู้จักพอในเรื่องต่าง ๆ นั้นมีอะไรเป็นมูลเหตุจูงใจที่ก่อให้เกิดการยินดี การพอใจ การรู้จักพอแบบสันโดษ เพราะหากมูลเหตุจูงใจของการยินดี การพอใจ การรู้จักพอต่างกันก็จะให้ความหมายที่แตกต่างกันออกไปด้วย

ในเบื้องต้นก่อนที่จะกล่าวถึงความหมายของสันโดษ ผู้วิจัยเห็นว่าควรต้องรู้ว่า สันโดษคืออะไรเสียก่อน กล่าวคือจะต้องรู้ว่าสันโดษเป็นเครื่องมือ (means) หรือเป็นจุดหมาย (end) (จุดหมายในที่นี้ไม่ได้หมายถึงจุดหมายสูงสุดเพราะจุดหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนาคือนิพพานแต่หมายถึงจุดหมายในระดับหนึ่งซึ่งนำไปสู่การพัฒนาสู่จุดหมายสูงสุดต่อไป) ซึ่งจากนิยามของสันโดษตามที่กล่าวมาข้างต้นนั้นมักให้ความหมายรวมๆกันไป ตัวอย่าง เช่นสันโดษหมายถึงความยินดีหรือความพอใจในของของตน หากตั้งคำถามกลับไปว่าความยินดีหรือความพอใจเป็นการกระทำหรือเป็นผลของการกระทำ ก็จะทำให้เห็นความชัดเจนขึ้นว่าความยินดีหรือความพอใจเป็นผลของการกระทำ ไม่ใช่การกระทำ ดังนั้นถ้าความยินดีความพอใจเป็นผลของการกระทำก็สรุปได้ว่าเป็นจุดหมาย (end) ไม่ใช่เครื่องมือ (means) จากตัวอย่างนี้เป็นเพียงการแสดงให้เห็นว่าก่อนที่จะให้ความหมายเชิงประยุกต์ที่ชัดเจนกับคำว่า “สันโดษ” คงจะต้องมาพิจารณาก่อนว่าความหมายที่จะตีความนั้นมองสถานภาพของสันโดษในฐานะที่เป็นเครื่องมือหรือเป็นจุดหมาย ซึ่งในเรื่องนี้ผู้วิจัยเห็นว่าเป็นสิ่งจำเป็นเพื่อทำให้เกิดความชัดเจนและสามารถสื่อให้เห็นถึงสิ่งที่ต้องการอธิบายได้อย่างเหมาะสมมากขึ้น

ในทัศนะของผู้วิจัยเห็นว่าสันโดษเป็นทั้งเครื่องมือ (means) และจุดหมาย (end) ซึ่งจะอธิบายขยายความ ดังต่อไปนี้

สันโดษในฐานะเครื่องมือหรือแนวทางการปฏิบัติ นั้น คงเป็นที่ยอมรับกันทั่วไปว่าหลักพุทธธรรมทั้งปวงล้วนเป็นเครื่องมือในการปฏิบัติ สันโดษเป็นหลักพุทธธรรมหนึ่งจึงปฏิเสธไม่ได้ว่าสันโดษไม่ใช่เครื่องมือหรือแนวทางปฏิบัติ นอกจากนั้นยังมีพุทธพจน์ที่แสดงว่าสันโดษเป็นเครื่องมือไปสู่นิพพานปรากฏชัดว่า “กิจนั้นใด อันพระอริยะบรรลุบทอันสงบทำแล้ว กิจนั้นอันกุลบุตรผู้ฉลาดพึงทำ . . . พึงเป็นผู้สันโดษ . . .” (ขุ.ขุ. 39/10/328) เมื่อเป็นเช่นนี้จะอธิบายขยายความสันโดษในฐานะที่เป็นเครื่องมือจึงจำเป็นที่จะต้องระบุให้ชัดเจนลงไปว่าสันโดษในสิ่งที่จะนำไปสู่กุศลธรรมหรือไม่สันโดษในสิ่งจะนำไปสู่กุศลธรรม โดยพิจารณาถึงจุดหมายสำคัญของพระพุทธศาสนาคือความสุขในระดับต่างๆและนิพพานเป็นหลัก

ดังนั้นความหมายของสันโดษในฐานะเครื่องมือ (means) จึงไม่ใช่หมายถึงการยินดี การพอใจ การรู้จักพอเท่านั้น แต่ต้องระบุให้ชัดว่า “สันโดษ” หมายถึงการปฏิบัติตน (ปฏิบัติกิจ) ในการดำรงชีวิต โดยการรู้จักยินดี การรู้จักพอใจ การรู้จักพอ ในการเสพ เพื่องดการกระทำที่จะนำไปสู่เป็นอกุศลธรรม และโดยการไม่รู้จักยินดี ไม่รู้จักพอใจและไม่รู้จักพอในการแสวงหาเพื่อการกระทำที่จะนำไปสู่กุศลธรรมทั้งนี้เพื่อให้เกิดความเจริญในกุศลธรรมยิ่งขึ้น ดังนั้น พุทธพจน์ที่กล่าว

ส่วนสันโดษในฐานะที่เป็นจุดหมาย (end) นั้นหมายถึงการยินดี การพอใจและการรู้จักพอ ซึ่งเป็นผลจากโยนิโสมนสิการและการปฏิบัติตามหลักพุทธธรรมต่างๆที่สนับสนุนให้เกิดสันโดษ (หลักธรรมที่สนับสนุนให้เกิดสันโดษจะกล่าวโดยละเอียดในข้อ 2.8) จะเห็นว่าสันโดษในความหมายที่เป็นจุดหมายนี้จะใกล้เคียงกับคำว่า “ฉันทะ” ซึ่งพระธรรมปิฎก (ประยุทธ์) (2546ค, น. 494) อธิบายไว้ว่า การยินดี การพอใจ ในกุศลธรรมในความหมายทางพุทธศาสนาคือฉันทะโดยมีหลักโยนิโสมนสิการเป็นสมุฏฐานของฉันทะ ส่วนการยินดีการพอใจในอกุศลธรรมนั้นไม่ได้อยู่ในความหมายของสันโดษแต่เรียกว่า “ตัณหา” เกิดจากเวทนาเป็นปัจจัยซึ่งมีอวิชชาเป็นมูลฐานซึ่งจะนำไปสู่การแสวงหาไม่ว่าจะด้วยวิธีการอย่างไร (ผู้วิจัยเห็นว่าความแตกต่างของสันโดษกับฉันทะคือ สันโดษแสดงถึงการมีฉันทะอย่างพอเหมาะพอดีและไม่ยินดีด้วยอำนาจของตัณหา หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งคือฉันทะเป็นการยินดี การพอใจที่ไม่ระบุถึงความพอเหมาะพอดีเป็นการกล่าวโดยกว้างๆเป็นกรอบใหญ่ ส่วนสันโดษเป็นการยินดี การพอใจที่ระบุถึงความพอเหมาะพอดี)

นอกเหนือจากการทำความเข้าใจในเรื่องสถานภาพของสันโดษว่าเป็นเครื่องมือ หรือจุดหมายแล้วก็จะต้องทำความเข้าใจอีกว่าจะกำหนดความหมายของคำว่า “สันโดษ” ในระดับใด เพราะหลักสันโดษนั้นมีสองระดับคือระดับต้นและระดับสูงหรือเรียกอีกอย่างว่าระดับโลกิยธรรมคือพระธรรมที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้สำหรับที่จะนำมาอบรมสั่งสอนบุคคลผู้ยังมีศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญาเบาบางยังมีความปรารถนาจะคลุกคลีอยู่ในโลกอย่างมีความสุข ซึ่งในระดับนี้ก็คือสันโดษในความจำเป็นพื้นฐานกล่าวคือสันโดษในปัจจัยสี่นั่นเอง และระดับโลกุตระธรรมคือพระธรรมที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้เพื่อที่จะนำมาอบรมสั่งสอนบุคคลผู้ที่มีศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญาแก่กล้าปรารถนาจะทำความเพียรเพื่อบรรลุถึงขั้นมรรคผลและนิพพาน ซึ่งในระดับนี้สันโดษจะถูกจำกัดขอบเขตให้เคร่งครัดมากขึ้น เช่น เมื่อตากระทบรูปก็ให้คงสันโดษอยู่ที่การรับรู้ที่เห็นเท่านั้นอย่ากำเริบปล่อยยให้ขยายออกไปจนเกิดเป็นความรัก ความชัง เป็นสันโดษที่มีการใช้ปัญญาระดับสูงประกอบ (บุศย์ ชันฉวีรักษ์, 2538, น. 312)

หลังจากการทำความเข้าใจในสองประเด็นนี้ชัดเจนแล้ว ผู้วิจัยจึงสรุปความหมายของสันโดษว่ามีความหมายอยู่สองนัยใหญ่ๆ คือหนึ่งสันโดษในความหมายทั่วไป และสองสันโดษในความหมายเฉพาะ กล่าวคือ

1) สันโดษในความหมายทั่วไป

นิยามของสันโดษในความหมายนี้หมายถึง การปฏิบัติตน(ปฏิบัติกิจ) ในการดำรงชีวิต (ตั้งแต่เรื่องการกิน การไว้ การแสวงหา) โดยมีเงื่อนไข (ไม่ใช่จุดหมาย) อยู่ที่ว่ารู้จักยินดี การรู้จักพอใจ การรู้จักพอ หรือมีความพอดี พอเหมาะ ในการปฏิบัติในเรื่องนั้นๆ เช่นเมื่ออุปโภคบริโภคสิ่งใดก็รู้จักยินดี รู้จักพอใจ รู้จักพอ ไม่อุปโภคบริโภคมากเกินไปหรือน้อยเกินไปหรือเมื่อแสวงหาก็กแสวงหาแต่พอดีพอเหมาะ ซึ่งสันโดษในความหมายนี้มุ่งที่ระดับความจำเป็นพื้นฐานของการดำรงชีวิตคือปัจจัยสี่เป็นสำคัญ ดังนั้นสันโดษในความหมายนี้จึงเป็นสันโดษในฐานะที่เป็นเครื่องมือและอาจจัดเป็นสันโดษในระดับโลกีย์ธรรม

2) สันโดษในความหมายเฉพาะหรือแบบสืบสาวเหตุปัจจัย

สันโดษในความหมายนี้ หมายถึงการปฏิบัติตนหรือปฏิบัติกิจ (การกระทำ) ในการดำรงชีวิตที่มีมูลเหตุจูงใจด้านกุศลรวมทั้งหลักธรรมสนับสนุนต่างๆ เป็นแรงขับไปสู่การปฏิบัติที่มีลักษณะสันโดษ อันนำไปสู่ภาวะความยินดี ความพอใจ และการรู้จักพอ หรืออาจสรุปให้กระชับขึ้นว่าสันโดษในความหมายนี้หมายถึงการรู้จักยินดี การรู้จักพอใจ หรือการรู้จักพอในการปฏิบัติตนหรือปฏิบัติกิจที่อาศัยปัญญาในระดับที่สูงขึ้นซึ่งอาจนำไปสู่การละกิเลสในที่สุด ดังนั้นอาจกล่าวได้ว่าความหมายนี้เป็นความหมายของสันโดษในฐานะของจุดหมาย จะเห็นได้ว่าการจะอธิบายความหมายของสันโดษในฐานะจุดหมายจำเป็นที่จะต้องรู้ถึงที่มาหรือเหตุปัจจัยเป็นเบื้องต้น ซึ่งสอดคล้องกับคำอธิบายของสมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ) (2520, น. 23-32.) ว่าการปฏิบัติตามหลักสันโดษควรปฏิบัติตั้งแต่สันโดษในความคิด สันโดษในการแสวงหา สันโดษในการรับและสันโดษในการบริโภคซึ่งเป็นการอธิบายความหมายของสันโดษในเชิงสืบสาวเหตุปัจจัยเช่นเดียวกัน

ตามที่ได้อธิบายความหมายของสันโดษที่มีความเกี่ยวข้องกับมูลเหตุจูงใจซึ่งถือได้ว่ามีความสำคัญต่อการปฏิบัติสันโดษ ดังนั้นจึงขออธิบายมูลเหตุจูงใจฝ่ายกุศลไว้ในส่วนนี้พร้อมกันซึ่งมูลเหตุจูงใจฝ่ายกุศลนั้นมีหลายประการ แต่มีมูลเหตุจูงใจที่สำคัญๆ พอสรุปได้ดังต่อไปนี้

(1) ความต้องการมีความสุขในการดำเนินชีวิตโดยมีเงื่อนไขว่าต้องไม่ยึดติดความสุขจนหยุดการทำงานการประกอบสัมมาอาชีวะจนกลายเป็นความเกียจคร้าน แต่ต้องมีความสุขที่จะทำให้ก้าวหน้ายิ่งขึ้นเป็นธรรมประกอบคู่กันไปเสมอ ทั้งนี้โดยพิจารณาได้จากสมณทุกขสูตรที่ว่า “. . .สุขของสมณะ 5 ประการนี้ 5 ประการเป็นไฉน คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้สันโดษด้วยจิวรตามมีตามได้ 1 เป็นผู้สันโดษด้วยบิณฑบาตตามมีตามได้ 1 เป็นผู้สันโดษด้วยเสนาสนะตามมีตามได้ 1 เป็นผู้สันโดษด้วยคิลานปัจจัยเภสัชบริวารตามมีตามได้ 1 ยินดีประพฤติพรหมจรรย์ 1.. .” (อง.ปญจก. 36/128/269)

(2) ความต้องการอบรมพัฒนาตนเอง เป็นการฝึกฝนตนเองให้รู้จักพอไม่เป็นคนโลกอยากได้ของของผู้อื่น รู้จักเก็บรักษาของของตน รู้จักใช้จ่ายอย่างประหยัดและเหมาะสม ไม่มี ความทะยานอยากไม่แสวงหาเกินความพอดี รู้จักแสวงหาให้ได้มาโดยชอบธรรม และมีความซื่อสัตย์ในการประกอบสัมมาอาชีพเป็นต้น (พระธรรมปิฎก (ประยูรท์) , 2545, น. 63) รวมถึง การพัฒนาตนเองให้เป็นผู้สม่ำเสมอในอารมณ์ละเสียซึ่งความยินดียินร้าย ซึ่งได้ชื่อว่าเป็นผู้สันโดษ โดยสม่ำเสมอ

(3) ความต้องการละ เลิกในอกุศลธรรม ดังปรากฏในเรื่องปธาน 4 สรุปว่า ปหานะ หมายถึงการละเสีย การไม่รับ การบรรเทา การทำให้สิ้นไปซึ่ง กามวิตก พยาบาทวิตก วิหิงสาวิตก และอกุศลธรรม (ที.ปา. 16/238/185)

(4) ความต้องการความเจริญในกุศลธรรม ดังที่กล่าวไว้ใน วัตตติสูตร ที่ว่า “. . .ดูก่อน ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุประกอบด้วยธรรม 6 ประการ พึงหวังได้ความเจริญในกุศลธรรมอย่างเดียว. . . ธรรม 6 ประการเป็นไฉน คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้. . .สันโดษด้วยจิวร บิณฑบาต เสนาสนะและ คิลานปัจจัยเภสัชบริขารตามมีตามได้. . .” (ที.ปา. 16/238/185)

สันโดษในความหมายที่สองนี้ยังจัดอยู่ในระดับโลกียะเช่นกัน แต่ถือว่าเป็นพื้นฐาน สำหรับเตรียมไปสู่ระดับโลกุตระต่อไป

2.2 ลักษณะและประเภทของสันโดษ

ก่อนที่จะอภิปรายในรายละเอียดของลักษณะและประเภทของสันโดษ ผู้วิจัยใคร่ขอ อธิบาย คำว่า “ยินดี” กับ “รู้จักพอ” ให้ชัดเจนเป็นเบื้องต้น เนื่องจากสองคำนี้มีความสัมพันธ์กับการจำแนกลักษณะและประเภทของสันโดษ เพราะนิยามและความหมายของสันโดษตามที่กล่าว มาแล้วในข้อ 2.1 นั้นมีนักวิชาการส่วนหนึ่งแปลความหมายของสันโดษโดยใช้คำว่า “ยินดี” และอีก ส่วนหนึ่งแปลความหมายของสันโดษโดยใช้คำว่า “รู้จักพอ” ต่อจากนั้นจะกล่าวถึงสิ่งที่ควรสันโดษ และสิ่งที่ควรไม่สันโดษเพื่อนำไปสู่ความเข้าใจในการจำแนกลักษณะและประเภทของสันโดษอย่าง เหมาะสม

คำว่า “ยินดี” อาจแสดงด้วยคำว่า “พอใจ” ก็ได้ เช่นยินดีหรือพอใจตามที่ได้หมายถึง เมื่อตนเพียงได้สิ่งใดมาไม่ว่าจะดีหรือเลวก็ไม่แสวงหาสิ่งอื่น ไม่เดือดร้อนไม่กระวนกระวายใจในสิ่ง ที่ตนไม่ได้ ไม่ปรารถนาเกินไปกว่าสิ่งที่ตนพึงได้มาโดยชอบธรรม ไม่แสวงหาสิ่งที่เป็นของผู้อื่น และ ยินดีหรือพอใจตามกำลังหมายถึงเมื่อตนได้สิ่งใดมาหากไม่เหมาะสมกับกำลังกายหรือสุขภาพก็ไม่

2) ยินดีในเชิงคุณภาพ เน้นการพิจารณาด้านคุณค่าหรือจริยธรรมของสิ่งที่ได้มา หรือสิ่งที่อุปโภคบริโภคเป็นสำคัญ เช่น ยินดีในสิ่งของที่เป็นของตนหรือการไม่แสวงหาสิ่งของที่เป็นของคนอื่นเพราะเป็นการไม่เหมาะสมและผิดศีลธรรม หรือยินดีอุปโภคบริโภคด้วยเห็นว่าสิ่งนั้นมีคุณค่ามีความจำเป็นและมีประโยชน์ต่อการดำรงชีวิต

แต่อย่างไรก็ตาม ทั้งยินดีในเชิงปริมาณและยินดีในเชิงคุณภาพก็เป็นเรื่องที่จะแยกออกจากกันอย่างเด็ดขาดไม่ได้ เพราะทั้งสองเป็นเรื่องของชั้นที่ถือว่าเป็นแรงจูงใจในการงดเว้น การกระทำต่างๆ ที่เกิดความพอดีแม้ว่าจะมีความแตกต่างกันในระดับ เช่น เมื่อร่างกายของนาย ดี ขาดอาหารก็ต้องการอาหารจำนวนหนึ่ง หากพิจารณาในเชิงปริมาณถ้ากินด้วยความอยาก ความยินดี ความพอใจที่จะได้กินปริมาณมากๆ หรือความมักมากก็ไม่ใช่ความยินดีในความหมายของ สันโดษและในขณะเดียวกันถ้าหากพิจารณาในเชิงคุณภาพการบริโภคอาหารโดยไม่ได้พิจารณาถึงคุณค่าที่แท้จริงของอาหารว่าควรบริโภคอาหารประเภทใดที่มีประโยชน์ต่อการดำรงชีพ แต่คำนึงถึงเพียงความอร่อยก็ไม่ถือว่าเป็นความยินดีในความหมายของสันโดษเช่นเดียวกัน ดังนั้นในขณะใด ขณะหนึ่งการจะพิจารณาว่าการกระทำเช่นนั้นเป็นการปฏิบัติตามหลักสันโดษหรือไม่จำเป็นจะต้องพิจารณาทั้งในเชิงปริมาณและคุณภาพไปพร้อมๆ กัน

อนึ่ง ความสัมพันธ์ของยินดีในเชิงปริมาณกับยินดีในเชิงคุณภาพนั้นจะเห็นชัดเจนมากขึ้นเมื่อเวลาที่เราจะพิจารณาถึง ยถาสารูปสันโดษคือยินดี พอใจโดยธรรม หรือโดยความเหมาะสม คำว่า “ความเหมาะสม” นี้เองที่จะต้องใช้ปริมาณหรือคุณภาพเป็นตัวชี้วัดในขนาดที่จะถือได้ว่ามีความเหมาะสม ตามตัวอย่างข้างต้นถ้านายดี เป็นคนร่างกายแข็งแรงใหญ่โตจำเป็นต้องใช้พลังกำลังในการทำงานมากปริมาณอาหารก็จะต้องมากขึ้น แต่ถ้านายดี เป็นคนร่างกายสันทัด และไม่ได้ใช้พลังกำลังมากปริมาณอาหารก็จะต้องลดน้อยลงตามความรูปร่างและการใช้กำลังภายในทำนองเดียวกัน หากพิจารณาในเชิงคุณภาพก็ต้องพิจารณาว่าอาหารประเภทใดที่จะทำให้เกิดประโยชน์ที่แท้จริงต่อร่างกายของนายดี และอาหารประเภทใดที่ไม่ก่อให้เกิดประโยชน์ที่แท้จริงต่อร่างกายของนายดี

ข้อสังเกตที่สำคัญของคำว่า “ยินดี” หรือ “พอใจ” มีนัยที่สำคัญสองประการคือหากเป็นความยินดีหรือความพอใจในสิ่งที่ไม่ดีเป็นอกุศลเรียกว่า “ตัณหา” เกิดจากเวทนาเป็นปัจจัยซึ่งมีวิชาเป็นมูลฐานสำคัญและนำไปสู่การแสวงหา ซึ่งหมายถึงการได้สิ่งใดๆมาเป็นของตนไม่ว่าจะด้วยวิธีการอย่างไรก็ตามล้วนเป็นการแสวงหา ในทางตรงกันข้ามหากเป็นความยินดีหรือความพอใจในสิ่งที่ดีเป็นกุศลเรียกว่า “ฉันทะ” เกิดจากโยนิโสมนสิการจึงเป็นกระบวนการฝ่ายปัญญาและมุ่งไปสู่การกระทำไม่ใช่การแสวงหา (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์), 2546ค, น. 490-494)

ดังนั้นคำว่า “ยินดี” หรือ “พอใจ” ที่จะใช้ในความหมายของสันโดษในทางวินัยนี้จึงเป็นความยินดีหรือความพอใจทั้งที่เป็นเชิงปริมาณคือความยินดีหรือความพอใจในจำนวน ขนาด หรือปริมาณที่พอดีพอเหมาะ และความยินดีหรือความพอใจในเชิงคุณภาพคือความยินดีหรือความพอใจในสิ่งที่มีคุณค่าหรือมีประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตหรือสิ่งที่เป็นกุศลธรรมทั้งปวง

แต่อย่างไรก็ตาม ยังมีปัญหาของการให้คำนิยามความหมายของสันโดษว่า “ยินดี” หรือ “พอใจ” ในสิ่งของที่เป็นของตน ในสิ่งของที่ตนมีอยู่ และแสวงหามาโดยเหมาะสมและชอบธรรมเกิดขึ้นเมื่อกล่าวถึงคำสอนเรื่องไม่สันโดษในกุศลธรรมที่ว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เรารู้ทั่วถึงคุณของธรรม 2 อย่างคือ ความเป็นผู้ไม่สันโดษในกุศลธรรม 1 ความเป็นผู้ไม่ย่อหย่อนในความเพียร...” (อภ. เอก. 33/251/297) ทำให้เกิดข้อขัดข้องในการแปลความซึ่งถ้าหากจะแปลตรงตามตัวอักษรคือ “ไม่ยินดีหรือไม่พอใจในกุศลธรรม” ซึ่งไม่ตรงกับจุดหมายที่แท้จริงของคำสอนดังกล่าว ดังนั้นนักวิชาการส่วนหนึ่งจึงหาทางออกด้วยการแปลความหมายของสันโดษอีกนัยว่า “รู้จักพอ” (แปลก สนธิรักษ์, 2506, น. 321) ซึ่งเมื่อกล่าวถึงคำสอนเรื่องไม่สันโดษในกุศลธรรมก็สามารถแปลความได้ชัดว่า “ไม่รู้จักพอในกุศลธรรม” กลับต้องเพียรทำให้มากขึ้นซึ่งตรงกับจุดหมายของคำสอนนี้ คำว่า “รู้จักพอ” มีความหมายเพียงใดจะอธิบายดังต่อไปนี้

คำว่า “รู้จักพอ” หมายถึงความพอใจในสิ่งที่ถูกต้องอยู่ในกรอบไม่มากเกินไปเกินขอบเขตหรือพอใจในสิ่งที่ควรพอเช่นพอใจในการอุปโภคบริโภค พอใจในการแสวงหาที่ไม่มากเกินไปหรือน้อยเกินไป และไม่พอใจในสิ่งที่ไม่ควรพอใจเช่นไม่พอใจในกุศลธรรม รู้จักพอ เป็นความพอดีในการกระทำไม่ว่าจะเป็นการแสวงหา การรับ การบริโภค ซึ่งพระธรรมปิฎก (ประยุทธ์) (2546ค, น. 582) ได้แสดงความหมายของคำว่าพอดีว่าถือเอาลักษณะที่ไร้โทษไร้ทุกข์และเหมาะสมที่จะให้ถึงจุดหมายที่กำหนดไว้

ส่วนอีกแนวทางหนึ่ง ในการแก้ไขข้อขัดข้องเรื่องการให้ความหมายของคำสอนเรื่องการไม่สันโดษในกุศลธรรมคือจำเป็นจะต้องพิจารณาไปถึงวัตถุประสงค์แห่งการยินดีหรือพอใจของสันโดษและไม่สันโดษซึ่งถือเป็นการแปลความตามบริบทมากกว่าแปลแบบตรงตามอักษร ดังนั้นใน

แต่อย่างไรก็ตาม อาจพิจารณาในอีกแง่มุมหนึ่งที่ว่ากรณีที่พระพุทธเจ้าทรงสอนเรื่องการไม่ให้สันโดษในกุศลธรรม อาจหมายถึงการไม่ให้พอใจในกุศลธรรมเท่าที่มีอยู่ในตนเองต้องพัฒนากุศลธรรมให้มากยิ่งขึ้นหรืออาจวิเคราะห์ได้ว่าเป็นการใช้สันโดษคนละความหมาย สำหรับกรณีที่ไม่ให้สันโดษคงหมายถึงการยินดี พอใจเท่าที่มีอยู่ ส่วนกรณีที่ให้สันโดษคงหมายถึงการรู้จักความพอดีในสิ่งที่ทำโดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น

2.2.1 ลักษณะของสันโดษ

เมื่อทำความเข้าใจความหมายของคำว่า “ยินดี” หรือ “พอใจ” และ “รู้จักพอ” ได้ชัดเจนแล้ว ผู้วิจัยจะได้กล่าวถึงลักษณะของสันโดษเพื่อจำแนกลักษณะของสันโดษให้ชัดเจนมากยิ่งขึ้น ซึ่งแต่เดิมพระพุทธเจ้าทรงสอนเรื่องสันโดษกับภิกษุ ดังนั้นลักษณะเดิมของสันโดษที่ปรากฏในคัมภีร์ชั้นรอง (อรรถกถา) จึงเป็นไปในลักษณะของสันโดษ 3 อย่าง คือ (อรรถกถาเมตตสูตร เล่มที่ 39, น. 341-342)

1) ยินดีด้วยของของตน ขยายความว่าภิกษุไม่แสดงอาการผิดปกติในเวลารับและเวลาบริโภคและดำรงชีพด้วยปัจจัยของตนนั้นไม่ว่าจะดีหรือไม่ดี และไม่ว่าเขาจะถวายเป็นคารพหรือไม่เคารพก็ตาม

2) ยินดีด้วยของมีอยู่ ขยายความว่า ของใดได้มาแล้วมีอยู่แก่ตน ของนั้นชื่อว่ามีอยู่ ภิกษุยินดีด้วยของมีอยู่นั้นแล ไม่ปรารถนาของนอกจากนั้น ละความเป็นผู้ปรารถนาเกินส่วนเสีย

3) ยินดีด้วยอาการสม่าเสมอ ขยายความว่า เป็นการละซึ่งความยินดียินร้ายในอิฏฐารมณ์และอนิฏฐารมณ์ หรือภิกษุยินดีในอารมณ์ทั้งปวงด้วยอาการสม่าเสมอ

จากลักษณะที่ปรากฏในคัมภีร์นี้เอง ที่ยึดถือเป็นแนวทางในการอธิบายขยายความของนักคิดและนักวิชาการในสมัยต่อมา ในการนำไปอธิบายความหมายของสันโดษให้ละเอียดพิสดารเพิ่มขึ้น เช่นพระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร) (2548, น.49) แสดงสันโดษในความหมายที่ว่ามีความยินดี พอใจด้วยของของตนที่มีอยู่และได้มา ไม่ว่าจะน้อยหรือมากเพียงใดเราก็พอใจ

โดยสรุปแล้ว ลักษณะของสันโดษจึงเป็นการแสดงให้เห็นถึงคุณสมบัติที่สำคัญๆ ในภาพรวมของสันโดษคือลักษณะที่ยินดีในของของตน ยินดีในของที่ตนมีอยู่และยินดีในของที่ได้มา โดยชอบธรรมตามสมควร

2.2.2 ประเภทของสันโดษ

ในการจำแนกประเภทของสันโดษนั้นอาจใช้เกณฑ์ที่ต่างกัน เช่น จำแนกตามสิ่งที่เป็นวัตถุในการสันโดษ เช่นตามที่ปรากฏในพระไตรปิฎกคือการสันโดษในปัจจุบันได้แก่ (อภฺปญฺจก. 36/109,127,128,355/247,268,269,810 และอภฺทสก. 38/98/322-323)

- 1) สันโดษในจีวร
- 2) สันโดษในบิณฑบาต
- 3) สันโดษในเสนาสนะ
- 4) สันโดษในคิลานเภสัชบริวาร

หรือการจำแนกประเภทตามอาการของสันโดษซึ่งในที่นี้จะแยกประเภทโดยการจำแนกตามอาการของสันโดษเป็นเกณฑ์ ดังปรากฏในอรรถกถาอริยวงศ์สูตร (เล่มที่ 35, น. 94) โดยสรุปประเภทของสันโดษได้ดังนี้

1) ยถาลาภสันโดษ คือสันโดษด้วยปัจจัยตามได้ ขยายความว่าการยังอัตภาพด้วยปัจจัยอันตนได้แล้ว (หากเทียบกับลักษณะของสันโดษในอรรถกถาเมตตสูตร ก็คือยินดีด้วยของที่มีอยู่ ดังนั้นพระธรรมวิสุทธิกวีจึงแปลรวมว่า ยินดีตามมี ตามได้)

2) ยถาพลสันโดษ คือสันโดษด้วยปัจจัยตามกำลัง ขยายความว่าการรู้จักกำลังของตนแล้ว ยังอัตภาพให้เป็นไปด้วยปัจจัยที่สามารถจะให้เป็นไปได้ (หากเทียบกับลักษณะของสันโดษในอรรถกถา เมตตสูตร ก็คือยินดีด้วยของของตน)

3) ยถาสารูปสันโดษ คือสันโดษด้วยปัจจัยตามควร ขยายความว่าการที่ภิกษุถวายปัจจัยที่ขอบใจแก่ภิกษุอื่นแล้ว ยังอัตภาพให้เป็นไปด้วยปัจจัยอย่างใดอย่างหนึ่งของตน (หากเทียบกับลักษณะของสันโดษในอรรถกถาเมตตสูตร คือยินดีด้วยอาการสม่ำเสมอ)

ประเภทของสันโดษทั้งสามประการ (เรียกว่า สันโดษ 3) ที่กล่าวมานี้มีนักวิชาการและนักปราชญ์ที่มีความเห็นสอดคล้องกันได้จัดแบ่งประเภทของสันโดษโดยอาศัยฐานข้อมูลจากอรรถกถานี้ ดังเช่น

สมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ) (2520, น. 23-32) แสดงสันโดษที่พระอรรถกถาจารย์ขยายความไว้โดยแยกประเภทเป็น ยถาลาภสันโดษคือยินดีตามที่ได้ ยถาพลสันโดษคือยินดีตาม

พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์) (2546ข, น. 272-273) แบ่งประเภทของสันโดษเป็น 3 ประเภทคือ ยถาลภสันโดษ หมายถึงสันโดษตามที่ได้ กล่าวคือได้สิ่งใดมาด้วยความเพียรของตน ก็พอใจในสิ่งของนั้น ยถาพลสันโดษหมายถึงสันโดษตามกำลัง กล่าวคือพอใจเพียงแต่กำลัง ร่างกายและขอบเขตการใช้สอยของตน และยถาสารูปสันโดษหมายถึงสันโดษตามที่สมควรแก่ ภาวะ ฐานะ แนวทางชีวิตและจุดหมายแห่งการทำกิจของตน

นอกเหนือไปกว่านั้น อรรถกถายังแบ่งประเภทของสันโดษย่อยลงไปอีกเป็นสันโดษ 12 คือสันโดษ 3 เป็นไปตามปัจจัยสี่ รวมเรียกว่าสันโดษ 12 กล่าวคือสันโดษในจีวรมี 3 อย่างคือ ยถาลภสันโดษในจีวร ยถาพลสันโดษในจีวร และยถาสารูปสันโดษในจีวร สันโดษในบิณฑบาต มี 3 อย่างคือ ยถาลภสันโดษในบิณฑบาต ยถาพลสันโดษในบิณฑบาต และยถาสารูปสันโดษในบิณฑบาต สันโดษในเสนาสนะมี 3 อย่างคือ ยถาลภสันโดษในเสนาสนะ ยถาพลสันโดษในเสนาสนะ และยถาสารูปสันโดษในเสนาสนะ สันโดษในคิลานปัจจัยมี 3 อย่างคือ ยถาลภสันโดษในคิลานปัจจัย ยถาพลสันโดษในคิลานปัจจัย และยถาสารูปสันโดษในคิลานปัจจัย (อรรถกถาจุฬารัตนที่ 2 เล่มที่ 47, น. 179-182. และอรรถกถารัตนปุราณะสุตตนิเทศที่ 10 เล่มที่ 66, น. 85-88) และสันโดษ 50 คือสันโดษในจีวร 20 สันโดษในบิณฑบาต 15 และสันโดษในเสนาสนะ 15 รวมเรียกว่า สันโดษ 50 กล่าวอย่างย่อได้ดังนี้ สันโดษในจีวรมี 20 คือ สันโดษด้วยการตรึก สันโดษด้วยการเดินทาง สันโดษด้วยการแสวงหา สันโดษด้วยการได้ สันโดษด้วยการรับ พอประมาณ สันโดษด้วยการเว้นจากความโลเล สันโดษตามได้ สันโดษตามกำลัง สันโดษตามสมควร สันโดษด้วยน้ำ สันโดษด้วยการซัก สันโดษด้วยการทำ สันโดษด้วยการกะประมาณ สันโดษด้วยด้าย สันโดษด้วยการเย็บ สันโดษด้วยการย้อม สันโดษด้วยการทำกับปะ สันโดษด้วยการใช้สอย สันโดษด้วยการเว้นจากการสะสม สันโดษด้วยการสละ สำหรับสันโดษในบิณฑบาตมี 15 คือสันโดษด้วยการตรึก สันโดษด้วยการไป สันโดษด้วยการแสวงหา สันโดษด้วยการได้ สันโดษด้วยการรับ สันโดษด้วยการรับพอประมาณ สันโดษด้วยการเว้นจากความโลเล สันโดษตามได้ สันโดษตามกำลัง สันโดษตามสมควร สันโดษด้วยอุปการะ สันโดษด้วยปริมาณ สันโดษด้วยการบริโภค สันโดษด้วยการเว้นจากการสะสม สันโดษด้วยการสละ ส่วนสันโดษในเสนาสนะ 15

อนึ่ง นอกจากประเภทดังกล่าวมาแล้ว ยังมีการแบ่งประเภทของสันโดษโดยอาศัยเกณฑ์อื่นในการกำหนดลักษณะ เช่น

ท่านพุทธทาสภิกขุ (ม.ป.ป., น. 36-37) แบ่งประเภทของสันโดษในภาพกว้าง โดยมองว่าการปฏิบัติขั้นโลกุตระก็ยังมีสันโดษเป็นสันโดษที่แท้จริงบริสุทธิ์ จึงแบ่งสันโดษเป็นสองประเภทใหญ่ๆ คือโลกียสันโดษหมายถึงสันโดษของคนธรรมดาทั่วไปที่ยังต้องควบคุมระมัดระวัง และโลกุตรสันโดษหมายถึงสันโดษของพระอรหันต์ที่เกิดขึ้นเองโดยไม่ต้องควบคุมหรือระวังสังวร

โดยสรุป นักปราชญ์ส่วนใหญ่แบ่งประเภทของสันโดษ เป็น 3 ประการโดยอิงอาศัยจากอรรถกถาเป็นหลักทั้งอรรถกถาใน เมตตสูตร และ อริยวงศ์สูตร แม้ว่าจะมีการตีความตามพยัญชนะในแต่ละประการแตกต่างกันบ้างแต่ก็ไม่มากนัก และยังคงความหมายที่ใกล้เคียงกัน คือยถาลภสันโดษ คือยินดีตามที่ได้ กล่าวคือได้สิ่งใดมาด้วยความเพียรของตนก็พอใจในสิ่งของนั้น ยถาพลสันโดษคือยินดีตามกำลัง กล่าวคือยินดีเพียงแค่งำลังร่างกายที่ตนมีและขอบเขตการใช้สอยของตน และยถาสารูปสันโดษคือยินดีตามที่สมควรแก่ภาวะ ฐานะและแนวทางชีวิต ยินดีด้วยอาการสม่าเสมอ ซึ่งการแบ่งประเภทเช่นนี้สามารถนำมาประยุกต์สอนฆราวาสได้และมักเรียกว่า “สันโดษ 3” ส่วนการแบ่งที่ละเอียดพิสดารขึ้นไป เช่น สันโดษ 12 หรือสันโดษ 50 นั้นมักมุ่งอธิบายเพื่อสอนเฉพาะบรรพชิต

อนึ่ง ประเภทของสันโดษดังกล่าวมาข้างต้นนั้น ผู้วิจัยมีข้อสังเกตในประเด็นเรื่องความหมายของ “ยถาสารูปสันโดษ” ซึ่งในคัมภีร์ชั้นรอง (อรรถกถาอริยวงศ์สูตร) ได้อธิบายไว้ว่าคือสันโดษด้วยปัจจัยตามควร ขยายความว่าหมายถึงการที่ภิกษุถวายปัจจัยที่พอใจแก่ภิกษุอื่นแล้วยังอัตภาพให้เป็นไปด้วยปัจจัยอย่างใดอย่างหนึ่งของตน ส่วนใน อรรถกถาเมตตสูตร อธิบายว่าเป็นความยินดีด้วยอาการสม่าเสมอ ขยายความว่าหมายถึงการละความยินดีในรัยในอภิวรรณและอภิวรรณ ชื่อว่าสม่าเสมอซึ่งดูเหมือนว่าเป็นสันโดษในระดับสูงขึ้นไปและเมื่อพิจารณาใน อรรถกถารวินิตสูตร (อรรถกถารวินิตสูตร เล่มที่ 18, น. 366-367) ที่กล่าวว่า “. . . ภิกษุอีกรูปหนึ่งเป็นผู้ได้ปัจจัยอันประณีต. . . คิดว่าจีวรนี้เหมาะแก่พระเถระผู้บวชนาน. . . ถวายแล้วเลือกจีวรเก่า. . . หรือขึ้นผ้าจากกองขยะเป็นต้นกระทำสังฆาฏิด้วยผ้าเหล่านั้น. . . นี้ชื่อว่ายถาสารูปสันโดษ”

ดังนั้น จึงนำพิจารณาว่ายถาสารูปสันโดษอาจมีความหมายอีกนัยหนึ่งซึ่งไม่ค่อยนิยมตีความกันมากนักคือความหมายที่ว่าเป็นการละเสียซึ่งความยินดียินดีร้าย ซึ่งจะเป็นสันโดษที่สูงขึ้นไปอีกชั้นหนึ่งเพื่อนำไปสู่การเกิดปัญญา (ดูในข้อ 2.3 เรื่องเป้าหมายเพื่อการละ (ปหานะ) ประกอบ)

อนึ่งหากพิจารณาคำอธิบายจาก อรรถกถาวินิตยสูตรว่า “. . .ก็ยถาสารูปสันโดษเป็นยอดของสันโดษแต่ละสามๆในปัจจุบันแต่ละอย่างเหล่านี้. . .” (อรรถกถาวินิตยสูตร เล่มที่ 18, น. 368) หรือในอรรถกถาปุราณาตตนิทเทสที่ 10 (เล่มที่ 66, น. 88) กล่าวว่า “. . .บรรดาสันโดษแต่ละ 3 อย่างในปัจจุบันทั้งหลายเฉพาะอย่างเหล่านี้ ท่านกล่าวว่า ยถาสารูปสันโดษ (ยินดีตามสมควร) เป็นเลิศ พระอรหันต์เป็นผู้สันโดษด้วยสันโดษ แม้ 3 อย่างเหล่านี้ในปัจจุบันอย่างหนึ่งๆ. . .” นั่นอาจเป็นนัยที่ซ่อนอยู่และบอกเราว่ายถาสารูปสันโดษเป็นข้อปฏิบัติเพื่อพัฒนาต่อเนื่องมาจาก ยถาลาภสันโดษ และ ยถาผลสันโดษ

2.3 เป้าหมายของสันโดษ

ในทุติยเสขสูตร ปรากฏข้อความว่า “. . .ซึ่งกถาที่เป็นไปเพื่อขัดเกลากิเลส เป็นที่สบายแก่ธรรมเครื่องโปร่งจิต คือ อับปิฉกถา สันตุฎฐิกถา. . .” (อง.ปญจก. 36/90/214) ถือว่าเป็นการแสดงให้เห็นเป้าหมายหนึ่งที่ปรากฏข้อความในพระไตรปิฎกที่ชัดเจนที่สุดว่าเป้าหมายของสันโดษคือการขัดเกลากิเลสเพื่อน้อมนำไปสู่อริยมรรคและอริยผล

สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ สมเด็จพระมหาสังฆราช (จวน) ทรงเห็นว่าสันโดษเป็นเครื่องสนับสนุนของศีลมรรคอันเป็นข้อปฏิบัติให้ถึงนิพพาน โดยก่อให้เกิดสัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ (2540, น. 64) อีกทั้งเป็นคำสอนที่ไม่ก่อให้เกิดความเกียจคร้าน แต่กลับทำให้เกิดความขยันหมั่นเพียรในการแสวงหาอย่าง ชอบธรรมและมีจิตใจเบิกบาน นอกจากนั้นยังทรง

สมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า (พิมพ์) (2539, น. 437-440) เห็นว่าเป้าหมายของสันโดษคือ ทรัพย์ อันได้แก่ธนทรัพย์หมายถึงทรัพย์สินเงินทอง คุณทรัพย์หมายถึง คุณวุฒิ วิทยฐานะและคุณธรรม โดยแยกเป็นเป้าหมายดังนี้

1) สันโดษในการทำงาน (เป็นเนื้อหาของชีวิต) คือมีความยินดีพอใจในงานที่มีอยู่ มุ่งมั่นทำงานให้มีความก้าวหน้ายิ่งขึ้น

2) สันโดษในศิลปวิทยา (ส่งเสริมให้เกิดความรู้) คือมีความยินดีพอใจในการศึกษาหาความรู้ที่กำลังศึกษาอยู่และพยายามศึกษาหาความรู้ เพิ่มพูนวิทยฐานะ

3) สันโดษในคุณธรรม (หมายเอาสุจริต และความประพฤติดี) คือมีความยินดีพอใจในการประพฤติปฏิบัติดีและมุ่งมั่นปฏิบัติให้คุณธรรมให้จงกมลมากขึ้น

สมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ) (2520, น.27) กล่าวถึงเป้าหมายของสันโดษว่าเป็นธรรมที่มุ่งเพื่อละบาปทั้งปวงและเป็นธรรมที่กำจัดความโลภ

พระธรรมปิฎก (ประยูร) (2545, 46-47,63) เห็นว่าสันโดษมีเป้าหมาย 2 ประการ คือ 1) เป้าหมายทั่วไป เพื่อใช้เป็นเครื่องสนับสนุนในการดำเนินตามอริยมรรคที่จะบรรลุจุดหมายสูงสุดคือวิมุตติหรือนิพพาน 2) เป้าหมายเฉพาะ เพื่อให้จิตใจปลอดโปร่ง มั่นคง ปราศจากความติดข้องและความกังวล ครุ่นคิดในสิ่งเย้ายวนและเห็นว่าสันโดษไม่ได้มีจุดมุ่งหมายที่ความสุข เพราะหากมีความสุข แล้วก็จะทำให้หยุดในการทำงานต่อไป

พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตฺว) (2548, น. 47) แสดงทัศนะว่าสันโดษ เป็นหลักธรรมที่สำคัญในการสร้างความสงบและความสุขให้แก่ตนเองและสังคม และเห็นว่าสันโดษเป็นธรรมข้อหนึ่งที่นำไปสู่สันติบพิทคือพระนิพพานซึ่งปรากฏพุทธพจน์ ในขุททกนิกายที่ว่า “กิจนั้นใด อันพระอริยะบรรลุบัพอันสงบทำแล้ว กิจนั้นอันกุลบุตรผู้ฉลาดพึงทำ กุลบุตรนั้นพึงเป็นผู้อาจหาญ ... พึงเป็นผู้สันโดษ...” (ขุ.ขุ. 392102328)

พอสรุปได้ว่าเป้าหมายของสันโดษตามพระคัมภีร์และของนักวิชาการร่วมสมัยมีอยู่ 2 เป้าหมายหลัก คือ

1) เป้าหมายทั่วไป เพื่อเป็นเครื่องขัดเกลากิเลสและละอกุศลธรรมเพื่อเป็นเครื่องน้อมนำไปสู่อริยมรรค ดังเช่นเป้าหมายที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและเป้าหมายตามความเห็นของ

2) เป้าหมายเฉพาะ เพื่อให้จิตใจเบิกบาน มีความขยันหมั่นเพียร มุ่งมั่นทำงาน และเพิ่มพูนความรู้ วิทยฐานะ เช่นความเห็นของสมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า (พิมพ์) และความเห็นของ พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์)

แม้ว่าเป้าหมายของสันโดษที่ปรากฏตามคัมภีร์และจากการอธิบายของนักวิชาการร่วมสมัยที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้นจะมีหลากหลายมิติ แต่ผู้วิจัยเห็นว่าการศึกษาเป้าหมายของสันโดษเป็นเรื่องที่สำคัญเพราะหากเราพิจารณาเป้าหมายของสันโดษผิดไปก็อาจทำให้การปฏิบัติตามแนวทางของสันโดษเบี่ยงเบน หรืออาจให้ผลตรงข้ามกับเป้าหมายที่แท้จริงได้ทีเดียว เช่นหากเราวิเคราะห์ว่าเป้าหมายของสันโดษคือการยินดีตามที่มี ตามที่ได้โดยไม่ต้องดิ้นรนแสวงหาสิ่งใดๆ ผู้ปฏิบัติก็อาจกลายเป็นผู้ที่ไม่มีความกระตือรือร้น ไม่สร้างสรรค์ ดังนั้นผู้วิจัยขอเสนอเป้าหมายของสันโดษเพิ่มขึ้นในอีกแง่มุมหนึ่ง โดยอาศัยการตีความในเชิงบริบทจากข้อความในคัมภีร์เป็นหลัก โดยผู้วิจัยวิเคราะห์ได้ดังต่อไปนี้

หากกล่าวในภาพกว้าง เป้าหมายสูงสุดของบรรดาพุทธธรรมของพระพุทธเจ้าคือการดับทุกข์ สันโดษก็ต้องมีเป้าหมายสูงสุดเพื่อการดับทุกข์เช่นกัน แต่หากวิเคราะห์ให้ชัดเจนเราอาจจำเป็นต้องวิเคราะห์เป้าหมายระดับรองก่อนที่จะนำไปสู่เป้าหมายสูงสุด ซึ่งจะให้เห็นภาพชัดเจนมากขึ้นว่าพระพุทธเจ้าทรงสร้างบันไดให้เดินขึ้นไปสู่เป้าหมายสูงสุดที่ละชั้น จากง่ายไปสู่ยากและจะทำให้เราเข้าใจเป้าหมายของสันโดษได้ลึกซึ้งมากขึ้น ดังนั้นในส่วนนี้ผู้วิจัยจะกล่าวถึงเป้าหมายรองที่วิเคราะห์ได้ ดังต่อไปนี้

1) เป้าหมายเพื่อการพึ่งพาตนเอง ซึ่งวิเคราะห์ได้จากพุทธพจน์ต่างๆในพระไตรปิฎก และการตีความของพระอรรถกถาจารย์ ดังนี้

พุทธพจน์ที่ตรัสว่า “มหาบพิตร อยางไรภิกษุชื่อว่า เป็นผู้สันโดษ มหาบพิตร ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้สันโดษด้วยจิวรเป็นเครื่องบริหารกาย ด้วยบิณฑบาตเป็นเครื่องบริหารท้อง เธอจะไปทางทิศภาคใดๆก็ถือไปได้เอง. . .” ซึ่งแสดงถึงการดำเนินกิจกรรมต่างๆให้ลุล่วงด้วยตนเองเป็นสำคัญ

และเมื่อพิจารณาร่วมกับความหมายของสันโดษที่ว่า สันโดษหมายถึงความพอใจด้วยเครื่องเลี้ยงชีพที่หามาได้ด้วยความเพียรพยายามอันชอบธรรมของตน และยถาลาภสันโดษ หมายถึงยินดีตามที่ได้คือได้สิ่งใดมาด้วยความเพียรของตนก็จะเห็นได้ว่าทุกสิ่งทุกอย่างที่หามาได้ต้องเกิดจากความเพียรของตนเองเท่านั้นไม่ใช่จากผู้อื่น

นอกจากนี้ หากพิจารณาดูในสังคีตสูตร ที่ว่าด้วยสังคีตหมวด 10 หลักธรรมชุด “นาถกรณธรรม 10” (อันแปลว่าธรรมอันเป็นการสร้างที่ฟัง หรือคุณธรรมอันทำให้ตนเป็นที่ฟังของตนซึ่งประกอบไปด้วยสิบข้อธรรมคือ 1) ศิล มีความประพฤติดี 2) พาหุสัจจะ เล่าเรียนและสดับฟังให้มาก 3) กัลยาณมิตรตตา มีมิตรดีงาม 4) โสวัจสสตา เป็นคนว่าง่ายและยอมรับฟังเหตุผล 5) กิงกรณียะสุทักขตา เอาใจใส่กิจธุระของเพื่อนพร้อมหมู่คณะ 6) ธัมมกามตา เป็นผู้ใคร่ธรรม 7) วิริยะ ขยันหมั่นเพียร 8) สันตุฎฐี มีความสันโดษ 9) สติ มีสติไม่เผลอ 10) ปัญญา มีปัญญาเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความจริง) (ที.ปา. 16/357,466/255,448) พระพุทธเจ้าทรงนำหลักธรรมหัวข้อสันตุฎฐีมาตรัสสอนไว้รวมอยู่ด้วยในสิบข้อธรรมซึ่งก็เป็นเครื่องยืนยันว่าธรรมเรื่องสันโดษเป็นหลักธรรมที่สอนให้คนรู้จักการฟังตนเอง นั้นเอง และ

ในजाตुทิสสูตร (อง.ปัญจก. 36/109/247) แสดงความเป็นผู้ที่ฟังตนเองได้ดังปรากฏ
 ดูก่อนนิกษุทั้งหลาย นิกษุผู้ประกอบด้วยธรรม 5 ประการนี้ย่อมเป็นผู้ควรเที่ยวไป
 ได้ในทิศทั้งสี่... คือนิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมเป็นผู้มีศีล... เป็นพหูสูตร... เป็นผู้
 สันโดษด้วยจิวร บิณฑบาต เสนาสนะ และคิลานปัจจัยเภสัชบริขารตามมีตามได้
 ... เป็นผู้ได้ตามความปรารถนาโดยไม่ยาก ไม่ลำบาก ซึ่งฉฉาน 4 ... ย่อมกระทำ
 ให้แจ้งซึ่งเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ ... ด้วยปัญญาอันยิ่งเองในปัจจุบันเข้าถึงอยู่...

อนึ่งหากพิจารณาจากเป้าหมายดังกล่าว ก็จะเห็นว่าการเป็นผู้สันโดษควรเป็นผู้ที่
 ฝึกจิตใจให้โน้มไปสู่การเกิดปัญญาด้วยการละความอยาก ความพยาบาท การเบียดเบียนและ
 อกุศลทั้งปวงรวมทั้งเจริญสติ สมาธิด้วยความมั่นคง ทำให้ความยินดีที่เกิดขึ้นไม่ว่าจะเป็น
 ความยินดีในของของตน ความยินดีในสิ่งที่ได้มาและความยินดีโดยธรรมเป็นความยินดีที่ไม่ได้เกิด
 จากตัณหาความอยาก ไม่มีความโลภเป็นความยินดีในทางกุศล ดังนั้นสันโดษที่มีปัญญาเป็น
 พื้นฐานจึงเป็นการปฏิบัติตนด้วยความขยันหมั่นเพียร และหวังความก้าวหน้า โดยไม่เบียดเบียน
 ตนเองและผู้อื่น

2) เป้าหมายเพื่อการละ (ปหานะ) ดังที่ปรากฏในหลักธรรมเรื่อง ปธาน 4 (ที.ปา. 16/238/185) สรุปได้ว่า ปหานะหมายถึงการละเสีย การไม่รับ การบรรเทา การทำให้สิ้นไปซึ่ง กามวิตก พยาบาทวิตก วิหิงสาวิตก และอกุศลธรรม นอกจากนั้นยังมีพุทธพจน์ที่ว่าด้วยธรรมที่ควร ละและควรเจริญปรากฏในอังคุตติกาย ตูฏฐีสสูตร (อง.ปัญจก.36/385/838) ที่ว่า “ดูก่อนนิกษุทั้งหลาย... ความเป็นผู้สันโดษอันนิกษุพึง เจริญเพื่อละความเป็นผู้ไม่สันโดษ...” จะเห็นได้ว่า สันโดษเป็นหลักธรรมที่ควรปฏิบัติให้เป็นไปเพื่อการละในอกุศลธรรม หรือมีเป้าหมายเพื่อการละ อกุศลธรรมนั่นเอง

นอกจากนี้ เมื่อนำคำอธิบายเรื่องลักษณะและความหมายของยถาสารูปสันโดษ ที่ปรากฏใน อรรถกถา เมตตสูตร (เล่มที่ 39, น. 341-342) ว่าหมายถึงยินดีด้วยอาการสม่าเสมอ ขยายความว่าหมายถึงการละความยินดีในร้ายในอิฏฐารมณและอนิฏฐารมณมาสนับสนุนก็ทำให้เห็นว่าสันโดษมีเป้าหมายเพื่อการละในอกุศลธรรมประกอบอยู่ด้วย

3) เป้าหมายเพื่อการอบรมและพัฒนาตนเอง (ภาวนา) การฝึกอบรมทั้งทางจิตและปัญญา กล่าวคือการฝึกอบรมจิตด้วยความเพียร ด้วยสติและสมาธิเพื่อให้จิตสงบ เจริญในคุณธรรม มีความมั่นคง เบิกบาน เรียกว่า “จิตตภาวนา” และการฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้ความเข้าใจตามความเป็นจริง เป็นอิสระไม่ถูกครอบงำด้วยกิเลส เรียกว่า “ปัญญาภาวนา” (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์), 2546ข, น. 172) เป้าหมายนี้สอดคล้องกับคำอธิบายเรื่องสันโดษของนักปราชญ์และนักวิชาการโดยทั่วไปตามที่ได้กล่าวมาแล้วในส่วนของความหมายเชิงประยุกต์ของสันโดษที่เน้นด้านการพัฒนาการงานหรือสิ่งที่ทำอยู่ แต่ผู้วิจัยยังเห็นต่อไปว่าควรมุ่งไปที่การพัฒนาตนเองเป็นเบื้องต้น การงานหรือสิ่งที่ทำก็จะถูกพัฒนาตามไปด้วย

4) เป้าหมายเพื่อความสุข (สุข) มีปรากฏในสมณทุกขสูตร ที่ว่า “. . .สุขของสมณะ 5 ประการนี้ 5 ประการเป็นไฉน คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้เป็นผู้สันโดษด้วยจิรัตามมีตามได้1 เป็นผู้สันโดษด้วยบิณฑบาตตามมีตามได้1 เป็นผู้สันโดษด้วยเสนาสนะตามมีตามได้1 เป็นผู้สันโดษด้วยคิลานปัจฉัยเภสัชบริขารตามมีตามได้1 ยินดีประพฤติพรหมจรรย์ 1 . . .” (องฺปญฺจก. 36/128/269) เป็นความสุขที่เกิดจากการยินดี การพอใจ การรู้จักพอในปัจจุบันที่ไม่เกิดความทะยานอยากและความดิ้นรนในการแสวงหา สำหรับเป้าหมายนี้อาจมีความเห็นของนักวิชาการร่วมสมัยหลากหลาย เช่นพระธรรมปิฎก (ประยุทธ์) (2545, น. 63,67) เห็นว่าหากเป้าหมายของสันโดษอยู่ที่ความสุขก็อาจทำให้คนหยุดการทำงานและการพัฒนาต่อไปเนื่องจากพอใจในความสุขแล้ว ท่านพุทธทาสภิกขุเห็นว่าสันโดษเป็นความพอใจในภาวะปัจจุบันในสิ่งที่กำลังมีอยู่ เป็นอยู่และเห็นว่าความพอใจจะนำไปสู่ความสุขและความสุขนี้เองจะนำไปสู่ปัสสัทธิ สมาธิ ปัญญา (สรุปความจาก พุทธทาสภิกขุ, ม.ป.ป., น. 1-42) สำหรับทัศนะของผู้วิจัยเห็นด้วยกับความเห็นของท่านพุทธทาสภิกขุที่ว่าความสุข (ในชั้นโลกียะ) เป็นเป้าหมายของสันโดษ แต่เมื่อมีความสุขชั้นโลกียะแล้วต้องไม่หยุดนิ่งอยู่กับที่ควรเพียรปฏิบัติต่อไปเพื่อนำไปสู่ความสุขชั้นโลกุตระ ซึ่งหมายถึงความสุขของความสงบเป็นกลางและความสุขที่เกิดจากการดับทุกข์อย่างสมบูรณ์ หรือเรียกว่าความสุขแท้ ซึ่งแน่นอนว่าไม่ใช่ทุกคนที่จะก้าวขึ้นไปถึงได้แต่ก็ต้องพัฒนาต่อไป (ผู้สนใจเรื่องความสุข สามารถศึกษารายละเอียดเพิ่มเติมจาก วัชระ งามจิตรเจริญ, 2550, น. 424-434)

โดยสรุป เนื่องจากได้กล่าวมาแล้วว่าสันโดษอาจต่างจากหลักธรรมทั่วไป ดังนั้น จุดหมายของสันโดษจึงไม่เหมือนกับจุดหมายโดยทั่วไปคือ “ความยินดี” จุดหมายของสันโดษคงไม่สิ้นสุดเพียงแค่นี้ความยินดีหรือความพอใจเท่านั้น แต่น่าจะมีเป้าหมายทั้งในด้านความสุข การพัฒนาตนเอง และการพึ่งตนเองเพื่อการเข้าถึงแก่นแท้ของชีวิต ดังเช่นที่ปรากฏในพระไตรปิฎกซึ่ง พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้อย่างชัดเจนที่ว่า “ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เรายอมไม่เล็งเห็นธรรมอื่นแม้ อย่างหนึ่งที่เป็นเหตุให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้น หรืออกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วเสื่อมไป เหมือน ความสันโดษ. . .” (อ.จ.เอก. 32/66/129) “ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เรารู้ทั่วถึงคุณของธรรมสองอย่าง คือความเป็นผู้ไม่สันโดษในกุศลธรรม หนึ่ง ความเป็นผู้ไม่ย่อหย่อนในความเพียร หนึ่ง. . .” (อ.จ. เอก. 33/251/297) “. . . ทรัพย์มีความสันโดษเป็นอย่างยิ่ง. . .” (ขุ.ธ. 42/25/361)

2.4 ลักษณะของผู้สันโดษ

หากพิจารณาในพระไตรปิฎกพระพุทธเจ้าตรัสลักษณะของ “ผู้สันโดษ” ไว้ในทีฆ นิกาย สีลขันธวรรค เพียงว่า “มหาบพิตร อย่างไรภิกษุชื่อว่า เป็นผู้สันโดษ มหาบพิตร ภิกษุใน ธรรมวินัยนี้ เป็นผู้สันโดษด้วยจีวร เป็นเครื่องบริวารกาย ด้วยบิณฑบาตเป็นเครื่องบริวารท้อง เธอ จะไปทางทิศภาคใดๆก็ถือไปได้เอง. . .” (ที.สี. 11/124/320) ซึ่งเป็นการกล่าวถึงลักษณะของ บรรพชิตผู้สันโดษซึ่งยังไม่ชัดเจนมากนัก แต่ไม่มีที่ใดกล่าวถึงลักษณะของฆราวาสที่เป็นผู้สันโดษ ดังนั้นจึงอาศัยการตีความจากข้อความที่อยู่กระจัดกระจายในพระไตรปิฎกและอรรถกถา ประกอบ กับหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงกำหนดให้สำหรับผู้สันโดษ รวมทั้งพิจารณาจากการวิเคราะห์ใน เรื่องเป้าหมายรองของผู้สันโดษ ซึ่งผู้วิจัยเห็นว่าเมื่อวิเคราะห์ลักษณะของผู้สันโดษได้อย่างชัดเจน แล้วก็จะเป็นการสนับสนุนให้เราเข้าใจลักษณะและความหมายของสันโดษได้มากขึ้น ซึ่งลักษณะ ของผู้สันโดษนั้นมีผู้กล่าวเอาไว้หลากหลายตามฐานคติและมุมมอง เช่นพระธรรมปิฎก (ประยูรท์) กล่าวไว้ว่าลักษณะของผู้สันโดษ ควรเป็นผู้ผู้แสวงหาเครื่องเลี้ยงชีพด้วยความชอบธรรม ด้วยความ เพียรและด้วยปัญญาเท่าที่เหมาะสมกับภาวะของตน ไม่ถือเอาสิ่งที่ตนหาไม่ได้ สมบัติของตนหรือ ผลสำเร็จของตนมาเป็นเหตุยกตนข่มผู้อื่น ควรเป็นผู้ที่มีความรักภักดีในหน้าที่การงานของตนและ มุ่งหน้าพัฒนาให้ก้าวหน้ายิ่งขึ้น (รวบรวมอยู่ใน พุทธทาสภิกขุ, ม.ป.ป., น. 52-53) แต่ผู้วิจัยพอ สรุปลักษณะของผู้สันโดษ (ในภาพรวม คือทั้งบรรพชิตและฆราวาส) ได้ดังนี้

1) ผู้สันโดษควรเป็นผู้ที่พึ่งพาอาศัยตนเองในการดำเนินชีวิต และนำพาชีวิตให้เจริญ อกงาม

2) ผู้สันโดษควรเป็นผู้ที่ต้องใช้สติปัญญาเป็นตัวนำในการปฏิบัติกิจต่างๆ เป็นผู้ที่รู้จักพอในความคิด การแสวงหา การอุปโภคและบริโภคในปัจจุบันเพื่อการดำรงชีวิต กล่าวคือเริ่มตั้งแต่สันโดษในความคิดคือระดับความคิดอยากได้ อยากมี สันโดษในการแสวงหาคือแสวงหาแต่สิ่งที่ควรได้ควรใช้ ตามกำลัง ตามสมควรและในทางที่ชอบธรรม สันโดษในการรับคือรับแต่พอประมาณและรับแต่สิ่งที่ควรรับ สันโดษในการอุปโภคบริโภค คืออุปโภคและบริโภคด้วยความรู้ถึงประโยชน์ที่ต้องการ

3) ผู้สันโดษควรเป็นผู้ที่ละอกุศลธรรมคือความอยาก ความโลภ ความพยาบาท และละเสียซึ่งการเบียดเบียนทั้งตนเองและผู้อื่น

4) ผู้สันโดษควรเป็นผู้ที่ไม่หยุดนิ่งอยู่กับที่ แต่พยายามแสวงหาความก้าวหน้าอยู่ตลอดไป และเป็นการแสวงหาอย่างค่อยเป็นค่อยไปที่ละขั้น

5) ผู้สันโดษควรเป็นผู้ที่มีการอบรมและพัฒนาตนเองให้โน้มนำไปสู่อริยมรรค จากลักษณะของผู้สันโดษที่วิเคราะห์ได้นี้ ทำให้มองเห็นว่าสันโดษเป็นทั้งเครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินชีวิตโดยทั่วไปและเป็นเครื่องมือขั้นสูงสำหรับใช้ในการการฝึกอบรม การพัฒนาตน เพื่อให้เกิดปัญญาอันนำไปสู่หนทางแห่งการพ้นทุกข์ได้ ซึ่งสอดคล้องกับประเภทของสันโดษที่แบ่งเป็นสองระดับคือสันโดษระดับโลกิยะและสันโดษระดับโลกุตระ อีกทั้งยังแสดงนัยทางความหมายของสันโดษแบบสืบสาวเหตุได้ชัดเจน กล่าวคือสันโดษต้องรู้จักพอ รู้จักละเสียซึ่งอกุศล ด้วยการฝึกอบรมตนเองให้เกิดปัญญาเพื่อความก้าวหน้าของชีวิต

2.5 เหตุเกิดของสันโดษ

หากพิจารณาจากความหมายทั่วไปของสันโดษซึ่งหมายถึง การรู้จักพอในของของตน การรู้จักพอในสิ่งที่มีอยู่และการรู้จักพอโดยธรรม ประเด็นที่เราควรให้ความสำคัญคือการปฏิบัติที่เป็นสันโดษนั้นมีอะไรเป็นเหตุเกิดเพราะตามกฎของเหตุภาพ (causality) ที่ว่าสิ่งทั้งหลายจะต้องมีเหตุเกิดหรือมีสาเหตุที่ทำให้สิ่งนั้นๆเกิดขึ้น (วัชระ งามจิตตเจริญ, 2550, น. 167) หรืออาจกล่าวอีกนัยหนึ่งว่าอะไรเป็นแรงขับเคลื่อนให้เกิดการปฏิบัตินั้นๆ และแรงขับเคลื่อนต้องมีลักษณะเป็นอย่างไร จึงจะก่อให้เกิดการรู้จักพอที่มีลักษณะของสันโดษ เพราะการที่ไม่อธิบายถึงเหตุเกิดของการปฏิบัติที่เป็นสันโดษนั้นจะส่งผลให้การตีความหมายของสันโดษเปลี่ยนไป อันอาจก่อให้เกิดความเข้าใจหลักธรรมสันโดษในทางที่ผิดได้ ตัวอย่างเช่น นาย ก. เป็นเศรษฐีมีเงินมากมายต้องการที่จะขยายธุรกิจของตนเพื่อให้เกิดความเจริญในทรัพย์มากขึ้น โดยการลงทุนที่ไม่ได้เบียดเบียนหรือ

ดังนั้น เหตุเกิดของสันโดษที่จะกล่าวถึงในงานวิจัยนี้จะแยกการวิเคราะห์ออกเป็นสองส่วน ส่วนแรกเป็นการวิเคราะห์ในเรื่องของสาเหตุที่ทำให้เกิดการปฏิบัติตามหลักธรรมที่ชื่อว่า “สันโดษ” เนื่องจากตัวสันโดษเองเป็นเพียงนามธรรมชนิดหนึ่งเท่านั้น ส่วนการแสดงนามธรรมนี้ให้เป็นรูปธรรมคือการแสดงออกเชิงพฤติกรรมด้วยการปฏิบัติตามหลักสันโดษซึ่งจะเป็นการวิเคราะห์ที่ต่อเนื่องจากการให้ความหมายสันโดษของผู้วิจัยในข้อ 2.1.3 ข้อย่อยที่ 1) ซึ่งแสดงความหมายของสันโดษโดยทั่วไปว่าหมายถึงการปฏิบัติตน (ปฏิบัติกิจ) ในการดำรงชีวิต โดยมีเงื่อนไขอยู่ที่การรู้จักพอเพื่อความพ้นทุกข์ ส่วนที่สองเป็นการวิเคราะห์เหตุเกิดของ การรู้จักพอ เป็นการวิเคราะห์ที่ต่อเนื่องมาจากการให้ความหมายสันโดษของผู้วิจัยในข้อ 2.1.3 ข้อย่อยที่ 2) ซึ่งเป็นความหมายของคำว่า “สันโดษ” ในความหมายเฉพาะหรือแบบสืบสาวเหตุปัจจัยซึ่งหมายถึงการปฏิบัติตนหรือปฏิบัติกิจในการดำรงชีวิตที่มีมูลเหตุจูงใจด้านกุศล หรือนำเอาหลักธรรมต่างๆ มาสนับสนุนเป็นแรงผลักดันไปสู่การปฏิบัติสันโดษ ทั้งนี้จะแสดงรายละเอียดทั้งสองส่วน ดังต่อไปนี้

2.5.1 เหตุเกิดโดยทั่วไป

สำหรับการวิเคราะห์เหตุเกิดโดยทั่วไป จะเป็นการวิเคราะห์ในเรื่องของสาเหตุที่ทำให้เกิดการปฏิบัติตามหลักธรรมที่ชื่อว่า “สันโดษ” โดยทั่วไปการปฏิบัติตามหลักพุทธธรรมนั้นมีจุดมุ่งหมายเพื่อความสุข (พระธรรมปิฎก (ประยูรธรรมา), 2546ค, น. 6, 529) หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งว่าความสุข (ความพ้นทุกข์) เป็นสาเหตุให้เกิดการปฏิบัติสันโดษ ซึ่งอาจกล่าวในทางกลับกันคือความทุกข์เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดการปฏิบัติตามหลักพุทธธรรม ความทุกข์นั้นในพระพุทธศาสนาเถรวาทคืออุปาทานชั้น 5 หรือขันธ์ 5 ที่ประกอบด้วยอาสวะเป็นที่ตั้งแห่งอุปาทาน (พระธรรมปิฎก (ประยูรธรรมา), 2546ค, น. 27) หรือความทุกข์ทั้งหลายเกิดจากการไม่มีความเป็นไปตามอำนาจบังคับบัญชาที่สามารถสั่งให้เป็นไปตามที่เราต้องการหรือเป็นทุกข์เพราะเป็นอนิจจัง เป็นทุกข์เพราะเป็นอนัตตา (วัชรระ งามจิตตเจริญ, 2550, น. 77-78) สันโดษเป็นหนึ่งในหลักพุทธธรรม ดังนั้นการปฏิบัติตามหลักธรรมสันโดษก็มีความทุกข์เป็นเหตุเกิดเช่นเดียวกับการปฏิบัติตามหลักธรรมอื่น ๆ เหตุเกิดของสันโดษข้อนี้จึงเป็นเหตุเกิดทั่วไปและมีลักษณะเป็นเหตุเกิดที่มุ่งกำจัดให้สิ้นไป

2.5.2 เหตุเกิดโดยเฉพาะ

การวิเคราะห์เหตุเกิดเฉพาะเป็นการวิเคราะห์เหตุเกิดหรือที่มาของสันโดษคือการรู้จัก ยินดี การรู้จักพอใจหรือการรู้จักพอว่ามีหลักธรรมหรือแรงจูงใจอะไรที่นำไปสู่การรู้จักยินดี การรู้จักพอใจ หรือการรู้จักพอ ซึ่งต่างจากเหตุเกิดทั่วไปที่มีลักษณะเป็นเหตุที่มุ่งกำจัดให้สิ้นไป แต่เหตุเกิดเฉพาะกลับมีลักษณะที่มุ่งในการสร้างขึ้นมาสืบสนับสนุน เหตุเกิดเฉพาะมีหลายประการแต่ที่เป็น เหตุเกิดเฉพาะสำคัญๆ คือ

1) โยนิโสมนสิการ หมายถึงการคิด การพิจารณาอย่างแยบคาย โดยสืบค้นหาเหตุผล ไปตามลำดับจนถึงสาเหตุ และการแยกแยะองค์ประกอบของเรื่องนั้นจนมองเห็นสภาวะและความสัมพันธ์ของเหตุปัจจัย การคิดอย่างถูกวิธี รู้จักคิด คิดเป็น คิดถูกวิธีเพื่อให้เข้าถึงความจริง (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์), 2546ข, น. 206) โยนิโสมนสิการถือเป็นสมุฏฐานของความยินดี ความพอใจ ที่เป็นฝ่ายกุศลหรือเรียกอีกชื่อหนึ่งว่า “ฉันทะ” หรือ “กุศลธรรมฉันทะ” (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์), 2546ค, น. 494) ตามนัยนี้โยนิโสมนสิการก็น่าที่จะเป็นที่มาของความยินดี ความพอใจในความหมายของสันโดษด้วยเช่นเดียวกัน ดังนั้นโยนิโสมนสิการจึงถือว่าเป็นเหตุเกิดเฉพาะอย่างหนึ่งของสันโดษ

อนึ่ง พึงเข้าใจว่าฉันทะไม่ใช่สันโดษเพียงแต่มีความหมายว่ายินดี พอใจในลักษณะที่ใกล้เคียงกันและมีสมุฏฐานเหมือนกัน คำว่า “ฉันทะ” มีความหมายกว้างกว่าสันโดษมากนอกจากจะหมายถึงความยินดี ความพอใจฝ่ายกุศลแล้วยังมีความหมายอื่นอีกเช่นหมายถึงความต้องการ กระทำสิ่งที่ดีงามหรือความต้องการเข้าถึงสังฆธรรม (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์), 2546ค, น. 493)

2) สติสัมปชัญญะ แยกเป็นสติคือความระลึกก่อนที่จะกระทำการใดๆ หรือการระลึกได้ การไม่เผลอ สติทำหน้าที่ตั้งอารมณ์มาไว้กับจิต ส่วนสัมปชัญญะ คือความรู้ตัว ความรู้สึก ความรู้ตระหนักรู้ชัดในสิ่งที่ระลึกได้ สติไม่ใช่ตัวปัญญาแต่สัมปชัญญะเป็นตัวปัญญา ทั้งสองจะต้องทำงานร่วมกันเพื่อสร้างปัญญาโดยมีสติเป็นตัวช่วย (สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส 2539, น. 594-595 และพระธรรมปิฎก (ประยุทธ์), 2546 ค. น. 490-528) ซึ่งทั้ง สติสัมปชัญญะและสันโดษต่างก็เป็นธรรมที่สนับสนุนซึ่งกันและกันในการสร้างปัญญา ตามที่ปรากฏตามกระบวนการธรรมที่ระบุว่าอินทริยสังวร+ สติสัมปชัญญะ + สันโดษ --> ปราโมทย์ --> ฌาน 4 --> วิชชา 3--> วิมุตติ --> ขยญาณ (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์), 2546 ค. น. 579, ที.สี. 11/125/320-321)

3) ความไม่โลภ (อโลภะ) ในพระอภิธรรมวิภังค์ปรากฏข้อความว่า “. . .ในกุศลมูลนั้นอโลภะ เป็นไฉน การไม่โลภ กริยาที่จะไม่โลภ ความไม่โลภ. . .ความไม่เพ็งเล็งที่เอาทรัพย์สมบัติของผู้อื่น กุศลมูลคืออโลภะ อันใด นี้เรียกว่า อโลภะ” (อภิ.วิ. 77/359/655) จากพุทธพจน์นี้เรื่องความไม่เพ็งเล็งทรัพย์คนอื่นนี้เองที่แสดงให้เห็นนัยการรู้จักพอในทรัพย์ของตน ไม่อยากได้ทรัพย์ของผู้อื่นคือยถาลภสันโดษ

4) แรงจูงใจในการปฏิบัติ ตามที่กล่าวไว้ในเรื่องเป้าหมายของสันโดษข้อ 2.3 ซึ่งเป็นแรงจูงใจฝ่ายกุศลและถือว่าเป็นเหตุเกิดเฉพาะที่สำคัญของการปฏิบัติสันโดษเพราะเปรียบเสมือนแรงกระตุ้นหรือผลักดันให้เกิดความคิดที่จะปฏิบัติสันโดษ ซึ่งจะกล่าวโดยย่อดังนี้

แรงจูงใจในการพึ่งพาตนเอง เป็นการนำไปสู่การปฏิบัติสันโดษโดยพิจารณาจากความหมายที่ว่า สันโดษหมายถึงความพอใจด้วยเครื่องเลี้ยงชีพที่หามาได้ ด้วยความเพียร ความพยายามอันชอบธรรมของตน และความหมายของยถาลภสันโดษที่หมายถึงยินดีตามที่ได้คือได้สิ่งใดมาด้วยความเพียรของตนก็ยินดีพอใจ จะเห็นได้ว่าทุกสิ่งทีหามาได้ต้องเกิดจากความเพียรของตนเองเท่านั้นไม่ใช่จากผู้อื่น

แรงจูงใจเพื่อการละ หมายถึงการละเสีย การไม่รับ การบรรเทา การทำให้สิ้นไปซึ่งกามวิตก พยาบาทวิตก วิหิงสาวิตก และอกุศลธรรม (ที.ปา. 16/238/185) เมื่อปรารถนาการละก็จะเป็นแรงขับให้เกิดสันโดษคือการรู้จักยินดี รู้จักพอใจ รู้จักพอ รู้ความเหมาะสมซึ่งเป็นลักษณะของยถาสารูปสันโดษ

แรงจูงใจเพื่อพัฒนาตนเอง ทั้งด้านกาย จิตและปัญญา จะนำไปสู่การพัฒนาปัญญา ซึ่งจะส่งผลต่อการรู้จักพอในทุกด้าน ทั้งด้านการรับ การแสวงหา การปฏิบัติงานอย่างชอบธรรม

แรงจูงใจเพื่อความสุข ไม่ว่าจะมีความสุขในระดับใดก็ตามจะนำไปสู่การรู้จักพอ และการลดละความต้องการ ความอยากซึ่งจะนำไปสู่การดิ้นรน ความกระวนกระวายใจ ความสุขจะเป็นแรงผลักดันไปสู่การปฏิบัติที่เป็นยถาลภสันโดษ ยถาพลสันโดษ และยถาสารูปสันโดษ

2.6 หลักธรรมที่สนับสนุนสันโดษ

ในบรรดาหลักธรรมของพระพุทธเจ้านั้นต่างสนับสนุนซึ่งกันและกัน เพื่อจุดมุ่งหมายสูงสุดคือนิพพาน การใช้เพียงหลักธรรมใดหลักธรรมหนึ่งนอกจากทำให้ไม่บรรลุจุดมุ่งหมายแล้วยังอาจก่อให้เกิดความเข้าใจผิดและการนำไปปฏิบัติไม่ตรงตามวัตถุประสงค์ได้ เช่นหลักธรรมเรื่องสันโดษเป็นต้น

ในการวิเคราะห์หลักธรรมที่สนับสนุนสันโดษนี้ จะกล่าวถึงหลักธรรมที่สนับสนุนสันโดษทุกประเภทตามที่กล่าวมาแล้วในข้อ 2.2 ทั้งนี้หลักธรรมบางข้ออาจสนับสนุนสันโดษบางประเภทเท่านั้น หรือหลักธรรมบางข้ออาจสนับสนุนสันโดษทุกประเภทซึ่งหลักธรรมที่สนับสนุนสันโดษมีมากมายทั้งสนับสนุนโดยตรงและโดยอ้อม ในที่นี้จะอภิปรายเฉพาะหลักธรรมที่สำคัญๆ โดยแยกออกเป็น 3 กลุ่มใหญ่ คือ กลุ่มที่ 1 ด้านการเสริมสร้างการปฏิบัติสันโดษ กลุ่มที่ 2 ด้านการสร้างความเข้าใจหรือสร้างความระมัดระวังการปฏิบัติสันโดษ และกลุ่มที่ 3 ด้านการละอกุศลธรรม ซึ่งจะกล่าวรายละเอียดดังต่อไปนี้

กลุ่มที่ 1 หลักธรรมที่สนับสนุนให้เกิดสันโดษ

การปฏิบัติสันโดษให้บรรลุจุดหมายที่ตั้งไว้จำเป็นต้องมีหลักธรรมอื่นสนับสนุนในการเสริมและสร้างการปฏิบัติให้เกิดความเข้มแข็ง ความมั่นคงและเกิดความต่อเนื่อง ทั้งนี้เพราะบริบทของสังคมมีการเปลี่ยนแปลงที่รุนแรงย่อมกระทบต่อการปฏิบัติได้อย่างรวดเร็ว หลักธรรมที่สนับสนุนสันโดษในกลุ่มนี้ได้แก่

2.6.1 วิริยารัมภะ ปรรณาคความเพียรเพื่อละอกุศลธรรม เพื่อยังกุศลธรรมให้ถึงพร้อม คือลงมือทำความเพียรอย่างเข้มแข็ง มีความบากบั่น มั่นคง ไม่ทอดธุระในธรรมที่เป็นมงคล การปรรณาคความเพียรเป็นหลักธรรมสำคัญที่สนับสนุนสันโดษทั้งในด้านการแสวงหาและในด้านความคิด และมักสอนคู่กับสันโดษเสมอ เช่นที่กล่าวไว้ว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เรารู้ทั่วถึงคุณของธรรมสองอย่าง คือความเป็นผู้ไม่สันโดษในกุศลธรรม หนึ่ง ความเป็นผู้ไม่ย่อหย่อนในความเพียร หนึ่ง...” (อง. เอก. 33/251/297) หรือที่ปรากฏใน “นาถกรณธรรม 10” ข้อที่ 7 และข้อที่ 8 และ ใน “กถาวัตถุ 10” ข้อที่ 2 และข้อที่ 5

2.6.2 ธัมมกามตา ใน สังคีตสูตร (ที.ปา. 16/357/255) คือ ความเป็นผู้ใคร่ธรรม มีความปราโมทย์ในพระธรรม พระวินัยที่ลึกซึ้ง ใฝ่หาความรู้ความจริง ทำให้เกิดปัญญา ปัญญาจะคอยควบคุมพฤติกรรมต่างๆ ให้เป็นไปในทางกุศลและเป็นไปโดยธรรม การปฏิบัติสันโดษจะถูกชี้นำโดยปัญญาเช่นกัน ธัมมกามตาจึงเป็นธรรมที่สนับสนุนสันโดษ

2.6.3 สัมมาอาชีวะ (เลี้ยงชีพชอบ) หมายถึง การประกอบอาชีพที่สุจริตและไม่ผิดศีลธรรม เน้นทางด้านความเป็นอยู่ที่พอเพียงในปัจจุบัน และหมายรวมถึงความขยันหมั่นเพียรในการทำหน้าที่การงาน มีความประพฤติและดำรงตนอยู่อย่างเหมาะสม หลักธรรมข้อนี้เน้นที่การแสวงหาทรัพย์โดยธรรมคือยถาสารูปสันโดษ (พระธรรมปิฎก (ประยูร), 2546 ค. น. 779-782)

2.6.4 อุฏฐานสัมปทา คือการเลี้ยงชีพด้วยการหมั่นประกอบการทำงานไม่เกียจคร้าน ประกอบ ด้วยปัญญาเป็นเครื่องสอดส่องในการทำงานให้เจริญยิ่งขึ้นและสร้างคุณธรรมในการทำงาน กิจการงาน ดังปรากฏในทีฆชาตฺตสูตร ว่า (อภ.สตฺตค. 37/144/560)

. . .ธรรม 4 ประการนี้ ย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์ เพื่อความสุขในปัจจุบันแก่ กุลบุตร 4 ประการเป็นไฉนคือ อุฏฐานสัมปทา 1 อารักขสัมปทา 1 กัลยาณมิตตา 1 สมชีวิตา 1 ดูก่อนพยัคฆปะชชะ ก็อุฏฐานสัมปทาเป็นไฉน กุลบุตรในโลกนี้ เลี้ยงชีพด้วยการหมั่นประกอบการทำงาน...เป็นผู้ขยันไม่เกียจคร้านในการทำงานนั้น ประกอบด้วย ปัญญาเครื่องสอดส่องอันเป็นอุบายในการทำงานนั้น. . .นี้เรียกว่า อุฏฐานสัมปทา. . .

ดังนั้นการแสวงหาจากการปฏิบัติหน้าที่ การทำงานที่เป็นไปอย่างชอบธรรมจึงเป็น ลักษณะของยถาสารูปสันโดษ ด้วยเหตุนี้อุฏฐานสัมปทาจึงเป็นธรรมที่สนับสนุนสันโดษ

2.6.5 สมชีวิตา คือการเลี้ยงชีพิตตามสมควรแก่กำลังทรัพย์ที่หาได้ ไม่ให้ฝืดเคืองนัก ไม่ฟุ่มเฟือยและต้องมีรายได้มากกว่ารายจ่ายดังปรากฏในทีฆชาตฺตสูตร ว่า “. . .ก็สมชีวิตาเป็นไฉน กุลบุตรในโลกนี้รู้ทางเจริญแห่งทรัพย์และทางเสื่อมแห่งโภคทรัพย์ แล้วเลี้ยงชีพพอเหมาะ ไม่ให้ ฟุ่มเฟือยนัก ไม่ให้ฝืดเคืองนัก. . .นี้เรียกว่าสมชีวิตา” (อภ.สตฺตค. 37/144/560)

การเลี้ยงชีพอย่างพอเหมาะพอดีนั้นเมื่อมีความพอในการดำรงชีพจิตใจก็ไม่ครุ่นคิดไม่ เว่าร้อนหนาวขวยอยากได้ในของของผู้อื่น ไม่แสวงหาโดยไม่ชอบธรรมเป็นลักษณะของยถาลา สันโดษและยถาสารูปสันโดษดังนี้สมชีวิตาจึงสนับสนุนสันโดษ

2.6.6 ปัจจัยปฏิเสวนา หรือ ปัจจัยสันนิสิตศีล หรือปัจจัยปัจเจกขณะ คือการกิน การใช้ การบริโภคด้วยปัญญา เป็นการพิจารณาก่อนบริโภคปัจจัยสี่ด้วยพิจารณาให้เห็นคุณค่าที่ แท้จริงไม่บริโภคด้วยตัณหา (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์), 2546ข, น. 134,) การปฏิบัติตาม หลักธรรมข้อนี้เป็นการบริโภคที่ทำให้เกิดความพอดีที่เรียกว่า “รู้จักพอ” เพราะบริโภคด้วยปัญญาที่ รู้คุณค่าของการบริโภคคือเลือกบริโภคแต่สิ่งจำเป็นและเป็นประโยชน์ ไม่ฟุ่มเฟือย ไม่สนอง ความอยากซึ่งทำให้ความโลภลดน้อยลง ไม่แสวงหาของผู้อื่น ธรรมข้อนี้จึงสนับสนุนให้เกิดสันโดษ

2.6.7 มัตตัญญูตา คือการรู้จักประมาณ การรู้จักพอดีในการแสวงหาเลี้ยงชีพโดย ชอบ ทั้งรู้จักประมาณในการรับและการบริโภค มัตตัญญูตาเป็นองค์ธรรมหนึ่งใน สปัปฺริสธรรม 7 (ที.ปา. 16/331,439/229,427) ธรรมของสัตว์บุรุษ ถือว่าเป็นหลักธรรมที่คอยกำกับให้เกิดความพอดี ทั้งมัตตัญญูตาและสันโดษมีความโลกเป็นศัตรูและอิงอาศัยกัน กล่าวคือสันโดษตั้งอยู่บนเงื่อนไข ของการรู้จักประมาณซึ่งถือว่าเป็นตัวปัญญาเช่นยถาพลสันโดษการรู้จักพอตามกำลังจุดใดจะเป็น

2.6.8 อารักขสัมปทา ในที่สมาณสูตร (อัง.สตุตท. 37/144/560) หมายถึงการถึงพร้อมด้วยการรักษา คือ รักษาโรคที่พยาที่หามาได้ด้วย ความขยันหมั่นเพียร และโดยชอบธรรมไว้ให้พร้อมมูล เพียงพอต่อการใช้จ่าย พอใจในสิ่งของของคนด้วยการรักษาดูแล และรู้จักพอในของมีอยู่อันเป็นเรื่องของสันโดษ อารักขสัมปทา จึงสนับสนุนสันโดษด้วยเหตุผลเหล่านี้

2.6.9 โภขเนมัตตัญญตา คือ ความรู้จักประมาณ การรู้จักความพอดีในการบริโภค หมายถึงการบริโภคด้วยปัญญา ให้มีความรู้ความเข้าใจ และจุดมุ่งหมายในการบริโภค (พระพรหมคุณาภรณ์ (ประยุทธ์), 2548, น. 82-83) เมื่อเข้าใจแล้วก็จะจำกัดปริมาณในการบริโภค (เรื่องปริมาณ) และจำกัดประเภทในการบริโภค (เรื่องคุณภาพ) และตามที่ปรากฏใน อนัตถกสูตร (อัง.ติก. 34/455/46) ว่า “. . . ก็ภิกษุเป็นผู้รู้จักประมาณในโภชนาอย่างไร ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ พิจารณาโดยแยบคายแล้ว จึงกลืนกินอาหาร มิใช่เพื่อเล่น... มิใช่เพื่อประเทืองผิว เพียงเพื่อความตั้งอยู่ได้แห่งกายนี้ เพื่อยังชีวิตให้เป็นไป. . .” ซึ่งเป็นการแสดงให้เห็นถึงการปฏิบัติของบรรพชิตในการบริโภคอาหารก่อนที่จะบริโภคต้องพิจารณาด้วยปัญญา ก่อนว่ามีจุดมุ่งหมายในการบริโภคเพื่ออะไร ควรบริโภคเท่าไรจึงเหมาะสม จึงถือได้ว่า โภขเนมัตตัญญตา เป็นหลักธรรมที่สนับสนุนสันโดษในการบริโภค

กลุ่มที่ 2 หลักธรรมที่สนับสนุนให้เกิดสันโดษและป้องกันให้สันโดษคงอยู่

เมื่อมีหลักธรรมที่คอยสนับสนุนการสร้างสันโดษให้เกิดขึ้น ให้เข้มแข็งและมั่นคงแล้ว ยังมีความจำเป็นที่จะต้อง มีหลักธรรมอีกชุดหนึ่งที่คอยช่วยตรวจสอบดูแลและระมัดระวังให้สันโดษคงอยู่ตลอดไป ควบคู่ไปด้วย เปรียบเสมือนปราการคอยป้องกันไม่ให้เกิดการปฏิบัติถูกทำลายลงไป ซึ่งหลักธรรมในกลุ่มนี้ได้แก่

2.6.10 **สังวร** ความสำรวม การระวังปิดกั้นบาปอกุศล คือ สำรวมด้วยศีล สำรวมด้วยสติ สำรวมด้วยญาณ สำรวมด้วยขันติ และสำรวมด้วยความเพียร (พระธรรมปิฎก (ประยูร), 2546ข, น. 266) สังวรเป็นธรรมที่ทำให้มีการระวังความคิดในความอยากได้และอกุศลทั้งปวงซึ่งเป็นความหมายของสันโดษในความคิด คือรู้จักพอ รู้จักระวังความคิด ดังนั้นสังวรจึงเป็นธรรมที่สนับสนุนสันโดษเช่นเดียวกัน

2.6.11 **ศีล** คือความประพฤติดีงาม การรักษาความประพฤติทางกาย วาจา ให้ดีงามปราศจากโทษ การหาเลี้ยงชีพสุจริต ความมีระเบียบ (พระธรรมปิฎก (ประยูร), 2546ค, น. 597) การถึงพร้อมด้วยศีล จะเป็นหนทางนำไปสู่การตัดความคิดฟุ้งซ่าน และสร้างปัญญา และมักจะต้องใช้ควบคู่หรือสนับสนุนกับหลักสันโดษดังที่ตรัสไว้ในจาทุทิสสูตรที่ว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้ประกอบด้วยธรรม 5 ประการ นี้ย่อมเป็นผู้ควรเที่ยวไปได้ในทิศทั้งสี่. . . คือ. . .เป็นผู้มีศีล. . .สมาทานอยู่ในสิกขาบททั้งหลาย 1 เป็นผู้พหูสูต ทรงสุตะ. . .1 เป็นผู้สันโดษด้วยจิรวร บิณฑบาต เสนาสนะ และคิลานปัจจัยเภสัชบริวาร ตามมีตามได้1 เป็นผู้อยู่ได้ตามปรารถนา. . .1 ย่อมทำให้แจ้งด้วยเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ. . .ด้วยปัญญา. . . 1. . .” (อภ.ญก. 36/109/247)

นอกจากนี้ยังปรากฏในพุทธพจน์ที่ว่า “ภิกษุ นั้นประกอบด้วยศีลขันธ์ อินทรีย์สังวร สติสัมปชัญญะและสันโดษ เป็นอริยะแล้วเช่นนี้. . .ยอมชำระจิตให้บริสุทธิ์จากถีนมัทธะได้ ละอุทธจจกุกุจะแล้วเป็นผู้ไม่ฟุ้งซ่าน. . .” (ที.สี. 11/125/320-321, 12/324, 342, 363, /209, 231/252) หรือที่กล่าวไว้ใน นาคกรณธรรม 10 มีศีล และ สันโดษ เป็นหลักธรรมในสิบข้อนั้นซึ่งถือว่าเป็นหลักธรรมที่สนับสนุนสันโดษในเรื่องที่ว่าด้วยการสร้างความเห็น ความคิดที่ถูกต้องตรงความเป็นจริงเนื่องจากศีลเป็นเครื่องสนับสนุนการสร้างปัญญาอันจะนำไปสู่การปฏิบัติสันโดษ

2.6.12 **อินทรีย์สังวร** คือการสำรวมด้วยอินทรีย์ทั้งหก (ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ) ระวังไม่ให้อกุศลธรรมเข้ามาครอบงำ เมื่อรับรู้อารมณ์ด้วยอินทรีย์ทั้งหก เป็นส่วนหนึ่งของการชำระจิตให้บริสุทธิ์ ไม่ฟุ้งซ่าน และมักใช้ร่วมกับสติ (พระธรรมปิฎก (ประยูร), 2546ค. น. 794) และดังที่ปรากฏในพุทธพจน์ว่า “ภิกษุ นั้นประกอบด้วยศีลขันธ์ อินทรีย์สังวร สติสัมปชัญญะ และสันโดษเป็นอริยะแล้วเช่นนี้. . .ยอมชำระจิตให้บริสุทธิ์จากถีนมัทธะได้ ละอุทธจจกุกุจะแล้ว เป็นผู้ไม่ฟุ้งซ่าน. . .” (ที.สี. 11/125/320-321, 12/324, 342, 363, /209, 231/252) การระวังความคิดฟุ้งซ่านในความอยากได้ในทางที่ผิดเป็นความหมายของสันโดษในความคิด ดังนั้นอินทรีย์สังวรจึงเป็นธรรมที่สนับสนุนสันโดษ

2.6.13 **สติสัมปชัญญะ** แยกเป็นสติคือความระลึกก่อนที่จะกระทำสิ่งใดๆ หรือการระลึกได้ การไม่เผลอ สติทำหน้าที่ดึงอารมณ์มาไว้กับจิต ส่วนสัมปชัญญะ คือความรู้ตัว

2.6.14 ความตริทที่เป็นกุศล คือการไตร่ตรองอย่างละเอียดรอบคอบ ลึกซึ้งในสิ่งอันเป็นกุศล เป็นหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าตรัสว่าเป็นธรรมของผู้สันโดษ เป็นหลักธรรมที่สอนไว้ใน ทศตธรรมาสูตร ที่ว่า “ ธรรม 8 อย่าง ควรให้เกิดเป็นไฉน ได้แก่ ความตริทของมหาบุรุษแปด คือ ธรรมนี้ของผู้มีความปรารถนาน้อย. . .ของผู้สันโดษ. . .ของผู้สงัด. . .ของผู้ปรารถนาความเพียร. . .ของผู้เข้าไปตั้งสติไว้. . .ของผู้มีจิตตั้งมั่น. . .ของผู้มีปัญญา. . .ของผู้ไม่มีธรรมเป็นเครื่องเน้นเข้าเป็นที่มายินดี. . .” (ที.ปา. 16/451/439) ความตริทสนับสนุนสันโดษในการคิดอย่างไร การตริททำให้หยุดความคิดฟุ้งซ่าน

กลุ่มที่ 3 หลักธรรมที่สนับสนุนการละอกุศลธรรม

การละในอกุศลธรรมให้ได้มากที่สุดย่อมทำให้ผู้ปฏิบัติสันโดษบรรลุเป้าหมายได้มากขึ้นและเร็วขึ้นเพราะอกุศลธรรมจะเป็นต้นเหตุที่สำคัญในการทำลายการปฏิบัติ อกุศลธรรมใดที่ยังไม่เกิดต้องป้องกันไม่ให้เกิดอกุศลธรรมใดที่เกิดแล้วต้องกำจัดเสีย หลักธรรมที่สนับสนุนการปฏิบัติสันโดษกลุ่มนี้ได้แก่

2.6.15 ปหานะ หมายถึงการละเสีย การไม่รับ การบรรเทา การทำให้สิ้นไปซึ่งกามวิตก พยาบาทวิตก วิหิงสาวิตก และอกุศลธรรม ดังปรากฏในปธาน 4 (ที.ปา. 16/238/185) ความหมายของสันโดษที่ปรากฏในอรรถกถา เมตตสูตร (เล่มที่ 39, น. 341-342) ว่าหมายถึง ยินดีด้วยอาการสม่าเสมอ ขยายความว่าหมายถึงการละความยินดีในร้ายในอริภูมิธรรมและอริภูมิธรรม จากความหมายดังกล่าวนี้ ปหานะจึงเป็นธรรมที่สนับสนุนสันโดษ

2.6.16 อโลภะ คือความไม่อยาก เป็นรากเหง้าของกุศล ต้นเหตุของความดีที่จะทำ ให้ปฏิบัติกิจต่างๆด้วยการรู้จักพอในการแสวงหาคือไม่อยากได้ของผู้อื่น ไม่อยากได้ในสิ่งที่ตนไม่มี ไม่อยากได้ในทางไม่ชอบธรรม ซึ่งล้วนเป็นรากฐานของสันโดษทั้งสิ้น ตามหลักพุทธธรรมในพระ

2.6.17 **อโมหะ** ในพระอภิธรรมวิภังค์ ปรากฏข้อความว่า “. . .ในกุศลมูลนั้น. . . อโมหะ เป็นไฉน ปัญญา กิริยาที่รู้ชัด...ความไม่หลง...สัมมาทิฏฐิ อันใด นี้เรียกว่า อโมหะ” (อภิ.วิ. 77/359/655) กล่าวคืออโมหะคือความไม่หลง มีลักษณะการแทงตลอดสภาวะ มีหน้าที่ส่องให้เห็น อารมณ์ ทำให้ไม่หลงไหลไปตามกระแส สร้างการรู้จักพอ ในการดำเนินชีวิต อโมหะเป็นรากเหง้า แห่งกุศลเมื่อกุศลนี้มีอยู่กุศลอื่นแม้ไม่เกิดก็จะเกิดตามมาเป็นการสร้างปัญญาซึ่งถือเป็นจุดหมาย ของหลักธรรม จึงสนับสนุนกับหลักสันโดษด้วยประการเหล่านี้

2.6.18 **สัจจะ** แปลว่าความจริงคือจริงใจได้แก่ความซื่อสัตย์ จริงวาจาได้แก่พูดจริง และจริงการได้แก่การทำจริง (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์), 2546ข, น. 267) หรือหมายถึงประพฤติ ธรรมอย่างจริงจัง พากเพียรรวมถึงการทำหน้าที่การงานอย่างจริงจังและ ไม่ย่อท้อ สัจจะจึงเป็น ธรรมที่สนับสนุนสันโดษทั้งในการรับและในการแสวงหา โดยการปฏิบัติกิจต่างๆให้ได้มาโดยชอบ ธรรม หรือจะรับสิ่งใดก็ต้องรับมาโดยชอบธรรม ไม่คดโกงเพราะมีความซื่อสัตย์และการกระทำจริง เป็นที่ตั้ง เป็นลักษณะของยถาลภสสันโดษและลักษณะ ยถาสารูปสันโดษ

นอกเหนือจากหลักธรรมที่กล่าวมาแล้ว ยังมีหลักธรรมอื่นๆที่สนับสนุนสันโดษอีกมาก ซึ่งไม่ได้นำมากล่าวถึงในการวิจัยนี้ แต่มีข้อที่พึงพิจารณาคือการปฏิบัติตามหลักธรรมสันโดษจะไม่สามารถบรรลุผลสำเร็จหากไม่ร่วมปฏิบัติกับหลักธรรมอื่นๆหรืออาจเรียกว่า “ชุดหลักธรรม” ก็ได้ซึ่ง จะนำมาขยายความเพิ่มเติมดังนี้

ในทางพระพุทธศาสนากฎปฏิบัติที่จะนำไปสู่ความสำเร็จนั้นจำเป็นต้องนำหลักธรรม อื่น ๆ มาประกอบทั้งในด้านสนับสนุนและการเชื่อมโยงต่อเพื่อให้กระบวนการปฏิบัติมีการสืบทอด ตลอดสายมรรคอันจะนำไปสู่ความสำเร็จหรือบรรลุผลตามที่ประสงค์ (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์), 2546ค, น. 589) แสดงให้เห็นไว้ว่าเมื่อปฏิบัติธรรมข้อหนึ่งจะต้องเห็นวัตถุประสงค์เฉพาะของ หลักธรรมข้อนั้นและเห็นความสัมพันธ์กับหลักธรรมข้ออื่นๆ การปฏิบัติธรรมที่ขาดความสัมพันธ์ กับหลักธรรมอื่นก่อให้เกิดความไขว้เขว และไม่บรรลุเป้าหมาย โดยเฉพาะหลักธรรมสันโดษ

2.6.19 **ชุดหลักธรรมที่มากับสันโดษ** หลักธรรมที่สนับสนุนสันโดษทั้งหมดที่กล่าว มาแล้วนั้น ส่วนใหญ่เป็นหลักธรรมที่ไม่ได้มาเป็นชุดซึ่งแต่ละหลักธรรมต่างมีคุณประโยชน์เกื้อกูล และสนับสนุนการปฏิบัติสันโดษ แต่ในทางพระพุทธศาสนานั้นหลักพุทธธรรมที่พระพุทธองค์ทรงสั่ง

สันโดษก็เช่นเดียวกันเป็นหลักธรรมที่ต้องปฏิบัติเป็นชุดจึงจะบังเกิดผลสำเร็จ ซึ่งชุดหลักธรรมที่มากับสันโดษมีหลากหลายชุด ซึ่งชุดหลักธรรมนี้อาจจัดอยู่ในทั้งสามกลุ่มดังกล่าวข้างต้นคือเป็นทั้งการสร้างสันโดษ การระมัดระวังป้องกันให้สันโดษคงอยู่และเป็นการละอกุศลธรรม ในการศึกษาครั้งนี้จะยกเฉพาะชุดหลักธรรมที่มากับสันโดษอย่างเห็นได้ชัดและมักพบเห็นอยู่เสมอ ดังนี้

1) ชุดหลักธรรมที่มากับสันโดษระดับสมาธิ ปรากฏตามกระบวนการปฏิบัติธรรมที่ระบุว่า อินทรีย์สังวร + สติสัมปชัญญะ + สันโดษ --> ปราโมชย์ --> ฌาน 4 (ฌานสุข) (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์), 2546ค, น. 579, ที.สี. 11/125/320-321) อันหมายถึงการปฏิบัติอันนำไปสู่ฌานสุขนั้นนอกจากปฏิบัติหลักธรรมสันโดษแล้วยังจะต้องปฏิบัติร่วมกับหลักธรรมในเรื่องอินทรีย์สังวร และสติ สัมปชัญญะควบคู่ไปด้วย นอกจากนี้ในพุทธพจน์ที่ว่า “ภิกษุหนึ่งประกอบด้วยศีลขันธ์ อินทรีย์สังวร สติสัมปชัญญะ และสันโดษเป็นอริยะแล้วเช่นนี้...ย่อมชำระจิตใจให้บริสุทธิ์จากถิ่นมิถนะได้ละอุทธจกุกุกจะแล้วเป็นผู้ไม่ฟุ้งซ่าน...” (ที.สี. 11/125/320-321, ที.สี. 12/324,342, 363/209,231,252) (หลักธรรมอินทรีย์สังวรและสติสัมปชัญญะ ดูคำอธิบายในข้อที่ 2.6.9 และ ข้อที่ 2.6.10) อธิบายได้ว่าในการที่จะปฏิบัติให้บรรลุถึงความสงบนั้นลำพังสันโดษเพียงอย่างเดียวไม่สามารถบรรลุผลได้จะต้องมีความสำรวมในอินทรีย์ทั้งหก คือตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่ให้ยินดียินร้ายในสิ่งกระทบ เป็นการระวังไม่ให้กิเลสมาครอบงำจิตใจ ต่อจากนั้นยังต้องใช้สติ ความไม่เผอเรอการคุมใจไว้กับสิ่งที่กระทำ ตั้งอารมณ์มาไว้กับจิตและสัมปชัญญะจะเป็นตัวปัญญามาควบคุมอีกทอดหนึ่งเป็นความรู้อันชัดในสิ่งที่กระทำ ก็จะเกิดการรู้จักยินดี รู้จักพอใจในสิ่งที่กำลังกระทำจนทำให้เกิดความสงบคือฌานสุข

2) วิริยะ สติและปัญญาเป็นชุดหลักธรรมหนึ่งที่มีมากับสันโดษเสมอเช่นที่ปรากฏในชุดของนาถกรณธรรม 10 เป็นหลักธรรมที่ทำให้พึ่งตนเอง มีวิริยะอยู่ในข้อที่ 7 สันตญฺฐิ (สันโดษ) อยู่ในข้อที่ 8 สติอยู่ในข้อที่ 9 และปัญญาอยู่ในข้อที่ 10 นอกจากนั้นในกถาวัตถุ 10 ก็ปรากฏสันตญฺฐิในข้อที่ 2 และมีวิริยารัมภอยู่ในข้อที่ 5 และปัญญาภคา ในข้อที่ 8 ซึ่งอธิบายให้เห็นถึงกระบวนการธรรมได้ว่าเมื่อต้องการปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมายในพระพุทธศาสนา คือการลดละกิเลส และการพันทุกข์เราไม่สามารถปฏิบัติตามหลักธรรมสันโดษเพียงอย่างเดียวได้

3) หลักธรรมเรื่องความมักน้อยและมัตตัญญูตามักมาด้วยกันกับสันโดษเสมอเช่นใน วินัยปิฎก ปริวาร (วิ.ปริ. 10/955/463) ปรากฏข้อความว่า “. . .ข้ออนุญาตมี 3 คือ ความมักน้อย 1 ความสันโดษ 1 ความรู้จักประมาณ 1 . . .” หลักธรรมทั้งสามต่างสนับสนุนเป้าหมายเดียวกันคือ ให้เกิดความโลภน้อย ละตัณหา อันเป็นการปฏิบัติของบรรพชิตเพื่อกำจัดอาสวกิเลสในหลักธรรม ชุดนี้เป็นความสัมพันธ์และสนับสนุนกัน ความมักน้อย (อัปปิจฉตา) คือมีความต้องการเพียงสิ่งที่จะอุปโภคบริโภคเท่านั้นซึ่งเป็นไปเพื่อควบคุมตัณหา และเมื่อปฏิบัติร่วมกับสันโดษคือการรู้จักยินดี รู้จักพอใจ รู้จักพอในของของตน ในสิ่งที่ตนมีอยู่และในการที่ได้มาโดยชอบธรรม โดยไม่มีตัวเกณฑ์ ความพอเหมาะพอดีมากำกับผลที่ได้อาจตรงข้ามกับเป้าหมายที่ต้องการตั้งนั้นจึงต้องมีตัวปัญญา คือการรู้จักประมาณ (มัตตัญญูตา) มาเป็นตัวกำหนดความพอเหมาะพอดีหรือการสนับสนุนทางสายกลางจึงจะนำไปสู่จุดหมายที่ต้องการได้

2.7 หลักธรรมที่เป็นปฏิปักษ์กับสันโดษ

หลักธรรมที่เป็นปฏิปักษ์กับสันโดษ หมายถึงหลักธรรมที่ทำให้ไม่เกิดสันโดษคือไม่ยินดี ไม่พอใจ ไม่รู้จักพอ ทั้งนี้ในการอธิบายหลักธรรมที่เป็นปฏิปักษ์กับสันโดษจะวิเคราะห์และนำเสนอในภาพรวมเช่นเดียวกับการอธิบายหลักธรรมที่สนับสนุนสันโดษ ดังจะกล่าวต่อไปนี้

2.7.1 มิจฉาทิฎฐิ ความเห็นผิด หมายถึงความรู้ที่ไม่ถูกต้องตามความเป็นจริงตามสภาวะ เป็นตัวก่อให้เกิดอวิชชา มีสองระดับ คือระดับโลกียะ เป็นขั้นจริยธรรม หมายถึงทัศนคติ ความคิดเห็น แนวความคิด ทฤษฎี ความเชื่อถือ ค่านิยม ที่ปฏิเสธความรับผิดชอบไม่ยอมรับการกระทำของตน (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์), 2546ง, น. 10) หลักธรรมนี้ทำให้ไม่เกิดสันโดษในความคิด

2.7.2 ตัณหา หมายถึง ความทะยานอยาก ความดิ้นรน ความปรารถนา แบ่งเป็น 3 ประเภทคือ กามตัณหา (ความอยากในกาม อยากได้อารมณ์อันน่ารักใคร่) ภวตัณหา (ความทะยานอยากเป็น) วิภวตัณหา (ความอยากไม่เป็น อยากพลัดพรากดับสูญ) (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์), 2546ง, น. 57) ความอยากเป็นศัตรูที่สำคัญของสันโดษเพราะสร้างการไม่รู้จักพอ ในการรับ การแสวงหาและการบริโภค

2.7.3 โลกะ คือความโลภ ความอยากได้ อยากมี เป็นต้นเหตุแห่งอกุศล จะปฏิบัติกิจใดๆก็ไม่รู้จักพอ สมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ) (2520, น. 27) กล่าวถึงเป้าหมายของสันโดษว่าเป็นธรรมที่กำจัดความโลภ และสมเด็จพระมหาธีรวงศ์ (พิมพ์) (2539, น. 432-434) เห็นว่าโลกะ (โลกในทางอำนาจวาสนา โลกทรัพย์สมบัติ โลกในการบริโภค และโลกในทางกามคุณ) เป็นลักษณะของการไม่สันโดษ ความอยากได้ อยากมี อยากเป็นจะนำไปสู่การแสวงหาอันเป็นศัตรูของสันโดษโดยตรง

2.7.4 โมหะ คือความหลง การปิดบังสภาวะตามความเป็นจริง หลงมองสร้างภาพไปตามความอยากให้เป็นอยากไม่ให้เป็น ทำให้เกิดการปฏิบัติที่ไม่ชอบธรรม ทำให้เกิดความไม่รู้จักความจริงเรียกว่า อวิชชา ซึ่งจะส่งต่อไปยังอกุศลต่างๆ ไม่สามารถระงับความคิดอยากได้ในทางที่ผิด ไม่สามารถละความยินดีในร้าย นับว่าเป็นปฏิปักษ์กับสันโดษ

2.7.5 กามุปาทาน คือการถือมั่นวัตถุกาม ด้วยตัณหา หมกมุ่นอยู่ว่านั่นของเรา (สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, 2539, น. 85) เป็นกิเลสกาม หรือขยายความเป็นการยึดมั่น ในอารมณ์ 6 และจากผลการวิจัยของ พระเดชพระพล เหมนาลัย (2549, น. 135) แสดงให้เห็นว่ากามุปาทานก่อให้เกิดตัณหาและก่อให้เกิดการเอาเปรียบทางเศรษฐกิจ (คือการแสวงหา การบริโภคในการดำเนินชีวิต) อันเป็นศัตรูต่อสันโดษ

2.7.6 อุทัจจกุกุกจะ (อยู่ในนิวรรณ์ 5) คือความฟุ้งซ่านและความรำคาญ ความเดือดร้อนใจ ความกระวนกระวาย ซึ่งถือว่าเป็นเครื่องกั้นความก้าวหน้าในธรรม เป็นอกุศลธรรมที่ทำให้จิตเศร้าหมองและอ่อนปัญญา (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์), 2546ก, น. 167) หรือหมายถึงการไม่รู้จักระงับความคิดในการสร้างปัญญาอันจะนำไปสู่การรู้จักยินดี รู้จักพอใจ ถือได้ว่าเป็นศัตรูกับสันโดษในความคิด

2.7.7 ลามัจฉริยะ คือการหวงประโยชน์ที่จะได้ หรือการกีดกันผู้อื่นไม่ให้ได้ลามเป็นการกระทำที่เจตนามุ่งไม่ให้ลามเกิดขึ้นแก่ผู้อื่น หลักธรรมข้อนี้ให้ความสำคัญในเรื่องความคิดที่จะกีดกันไม่ให้ผู้อื่นได้ดีโดยเฉพาะในการรับปัจจัยสี่ เป็นความคิดที่ไม่รู้จักพอในการรับจึงเป็นปฏิปักษ์กับสันโดษ (ที.ปา.16/282/200)

2.7.8 มหิจจตา คือความมักมาก ความโลภ อยากได้มากๆ (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์), 2546ข, น. 191) อธิบายว่ามีลักษณะคล้ายกับหลักธรรมเรื่องโลกะ คือความไม่รู้จักประมาณ ไม่ได้ใช้ปัญญาในการพิจารณาเรื่องการเงิน การใช้ หรือการบริโภค รวมไปถึงความอยากความปรารถนาที่จะได้มาอันจะนำไปสู่การแสวงหา การไม่รู้จักพอ ในสิ่งเสพ ถือว่าธรรมข้อนี้เป็นศัตรูของสันโดษโดยตรง

2.8 สันโดษกับความพอประมาณ

ในเรื่องความสันโดษมักถูกแปลว่าเป็นความพอประมาณ โดยเฉพาะเมื่อกล่าวถึงแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงซึ่งเป็นประเด็นการศึกษาของการวิจัยครั้งนี้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงจะวิเคราะห์หลักธรรมทั้งสองประการนี้เพื่อเชื่อมโยงไปสู่การเปรียบเทียบในบทที่ 4

หากพิจารณาโดยผิวเผินอาจเห็นว่า สันโดษคือรู้จักพอ ในการหา การได้มา (อยู่ในขั้นของการแสวงหา หรือการรับ) เพราะจากการแปลความหมายโดยทั่วไปจะแปลความในสามเรื่อง คือสันโดษในของของตน สันโดษในสิ่งที่ตนมีอยู่และที่ได้มาโดยชอบธรรม ซึ่งไม่มีกล่าวถึงสันโดษในการบริโภค แต่หากพิจารณาจากพุทธพจน์ที่กล่าวว่า (ที.ปา. 16/237/183)

1) “. . . คุณก่อนผู้มีอายุทั้งหลาย ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ ย่อมเป็นผู้สันโดษ ด้วยจิรวตามมีตามได้. . . และย่อมไม่ถึงการแสวงหาที่ไม่ควร ไม่เหมาะเพราะเหตุแห่งจิรว... มีปัญญาเป็นเครื่องสลัดออก บริโภคอยู่. . .”

2) “. . . คุณก่อนผู้มีอายุทั้งหลาย ภิกษุยอมเป็นผู้สันโดษ ด้วยบิณฑบาตตามมีตามได้. . . และย่อมไม่ถึงการแสวงหาที่ไม่ควรไม่เหมาะ. . . เพราะเหตุแห่งบิณฑบาต. . . มีปัญญาเป็นเครื่องสลัดออก บริโภคอยู่. . .”

3) “. . . คุณก่อนผู้มีอายุทั้งหลาย ภิกษุยอมเป็นผู้สันโดษ ด้วยเสนาสนะตามมีตามได้. . . และย่อมไม่ถึงการแสวงหาที่ไม่ควรไม่เหมาะด้วยเสนาสนะ. . . มีปัญญาเป็นเครื่องสลัดออก บริโภคอยู่. . .”

4) “. . . คุณก่อนผู้มีอายุทั้งหลาย ภิกษุยอมเป็นผู้มีปหานะเป็นที่มาอินดี. . .”

จะเห็นว่ามีข้อความที่กล่าวถึงการบริโภคอยู่ ในสามข้อแรก

นอกจากนั้นในอรรถกถา อริยวงศ์สูตร (เล่มที่ 36, น.95,100) ได้อธิบายขยายความของอรรถาจารย์ว่า “. . . การใช้สอยพอปกปิดอวัยวะที่ทำความละอายให้กำเริบเท่านั้นชื่อว่าบริโภค สันโดษ สันโดษด้วยการใช้สอย. . .” และ “. . . การบริโภคด้วยคิดอย่างนี้ว่า เป็นการบรรเทาความหิว นี้เป็นอุบายในการถ่วงถอนความหิว นี้ชื่อว่า บริโภคสันโดษ. . .”

จากข้อความที่กล่าวมานี้พอที่จะสันนิษฐานได้ว่าพระพุทธเจ้าตรัสเรื่องสันโดษในการบริโภคเอาไว้ด้วย ดังนั้นสันโดษจึงน่าจะมีความหมายถึงการรู้จักพอที่ครอบคลุมถึงทั้งเรื่องการแสวงหา การได้มาและการบริโภค ซึ่งสอดคล้องกับความหมายของพระธรรมปิฎก ที่กล่าวว่าต้องสันโดษในสิ่งเสพ (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์), 2545, น. 67-68) และเป็นไปในทางเดียวกับสมเด็จพระญาณสังวร(เจริญ สุวฑฺฒโน) แสดงสันโดษที่พระอรรถกถาจารย์ขยายความไว้ว่าแยกออกเป็นยถาลาภสันโดษคือยินดีตามที่ได้ ยถาพลสันโดษคือยินดีตามกำลัง และ ยถาสารูปสันโดษคือ

ส่วน “ความพอประมาณ” ต่างกับการรู้ประมาณ (มัตตัญญูตา) ซึ่งเป็นหลักธรรมข้อหนึ่งใน “สัปปริสธรรม” พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์) (2546ข, น.193) อธิบายความพอประมาณว่าเป็นความพอเหมาะพอดี ซึ่งความพอดีเป็นตัวตัดสินคุณค่าของการกระทำต่างๆไม่ว่าจะเป็นการแสวงหา การรับ การบริโภค และการกระทำใดๆ ตามหลักพุทธธรรม คำว่า “พอดี” ถือเอาลักษณะที่ไร้อิทธิประโยชน์และเหมาะสมที่จะให้ถึงจุดหมาย หรือกล่าวโดยสรุปว่า ความพอประมาณคือการกระทำใดๆที่พอเหมาะไม่มีโทษ เกิดความสุขและนำไปสู่ความสำเร็จ ส่วนตัวที่จะใช้ตัดสินความพอดี คือมัตตัญญูตา (การรู้ประมาณ หรือการรู้พอดี) ซึ่งเป็นตัวปัญญา

อภิชาต พันธเสน (28 มิถุนายน 2550, น. 5) เห็นว่า “ความพอประมาณ” (moderation) คือกฎธรรมชาติของสรรพสิ่งที่อธิบายจุดที่ดีที่สุด อะไรก็ตามที่มากเกินไปก็ไม่ได้ไม่น้อยเกินไปก็ไม่ได้ หมายความว่าจุดที่ดีที่สุดคือจุดที่อยู่ระหว่างมากเกินไปและน้อยเกินไป และเห็นว่าความพอประมาณเป็นสภาวะที่มีรูปธรรมปรากฏร่วมอยู่ก็ได้ ส่วนสันโดษเป็นสภาวะทางจิตซึ่งผู้วิจัยเห็นว่าน่าจะเป็นความรู้สึกที่ต้องควบคุมตัวเองใกล้กับเรื่องตัณหา หรือเน้นเชิงคุณค่าหรือคุณภาพ และ ดูเหมือนว่าความหมายนี้จะมีลักษณะเดียวกับหลักมัชฌิมาปฏิปทา ซึ่งพระธรรมปิฎก (ประยุทธ์), (2546ค, น. 582) .ให้ความหมายว่าเป็นการไม่ข้องแวะที่สุดสองอย่างได้แก่กามสุขัลลิกานุโยคและอัตตกถมถานุโยค การไม่ข้องแวะไม่ใช่การอยู่ระหว่างกึ่งกลางของที่สุดทั้งสอง

ผู้วิจัยเห็นสอดคล้องกับพระธรรมปิฎก (ประยุทธ์) ที่กล่าวว่า “ความพอประมาณ” หมายถึงมีความพอเหมาะ มีความพอดี

ดังนั้น สันโดษจึงมีทั้งส่วนที่เหมือนและส่วนที่แตกต่างกับความพอประมาณด้วยเหตุผลข้างต้น ในการปฏิบัติจำต้องเลือกปฏิบัติให้เหมาะสมแก่กาลเทศะหรืออาจต้องปฏิบัติร่วมกันจึงจะบังเกิดผล คำว่าความพอประมาณอาจเข้ากับหลักธรรมสมชีวิตาในทิวฐัมมิกัตถประโยชนซึ่งกล่าวว่า สมชีวิตาคือการเลี้ยงชีวิตแต่พอควรกับกำลังทรัพย์ที่หามาได้ ไม่ให้ฝืดเคืองจนเกินไป

โดยสรุป เพื่อให้เกิดความชัดเจนมากขึ้นจึงสรุปให้เห็นภาพความสัมพันธ์ของ คำ 3 คำที่มีความเกี่ยวข้องและใกล้เคียงกันมาก หากไม่เข้าใจอาจทำให้เกิดปัญหาในการนำไปใช้ได้แก่ 1) ความ พอประมาณ 2) การรู้ประมาณ 3) การรู้จักพอ โดยจะสรุปสั้นๆ ดังนี้

1) ความพอประมาณ หมายถึง ความพอเหมาะ ความพอดี มีสภาวะเป็นรูปธรรม เน้นเชิง ปริมาณ

2) การรู้ประมาณ (มัตตัญญูตา) หมายถึง การรู้ประมาณหรือรู้พอดี เป็นตัวปัญญาที่จะกำหนดว่าจุดใดคือพอเหมาะ พอดี

3) การรู้จักพอ (สันโดษ) หมายถึงการรู้จักพอในของของตนที่มีและที่หามาได้โดยชอบธรรม (ยถารูปสันโดษ) การรู้จักพอตามกำลัง (ยถาพลสันโดษ) และการรู้จักพอโดยธรรม (ยถาสารูปสันโดษ) ซึ่งการรู้จักพอนี้เป็นสภาวะทางจิตในการควบคุมความอยากให้ได้

ความสัมพันธ์ของทั้งสามคำนี้คือสันโดษจะต้องอยู่บนเงื่อนไขของความพอประมาณ (อภิขัย พันธเสน, 28 มิถุนายน 2550, น. 6) โดยใช้มัตตัญญูตาเป็นตัวกำหนดว่าจุดใดเป็นจุดที่พอดีพอเหมาะขาดตัวใดตัวหนึ่งไม่ได้

2.9 วิธีปฏิบัติตามหลักสันโดษ

วิธีปฏิบัติตามหลักสันโดษนั้นตามแนวทางการวิเคราะห์ของผู้วิจัยและตามความเห็นของนักวิชาการร่วมสมัยได้นำเสนอไว้แตกต่างกัน ดังเช่น

ท่านพุทธทาสภิกขุ เห็นว่าแนวทางในการปฏิบัติตามหลักสันโดษคือมีสติปัญญา มองเห็นคุณค่าของสันโดษและมีความพอใจในตัวเอง พอใจในการทำงาน พอใจในผลที่ได้รับ รวมทั้ง ให้มีกำลังใจที่จะพัฒนาต่อไป (พุทธทาสภิกขุ, ม.ป.ป., น. 18) กล่าวคือเริ่มที่ปัญญาหรือสัมมาทิฐิมองเห็นคุณและโทษของสันโดษเป็นเบื้องต้น เมื่อมีความเห็นถูกต้องแล้วจึงเริ่มลงมือปฏิบัติสันโดษคือมีความพอใจในกิจการต่างๆที่กระทำทั้งในเรื่องการงานและเรื่องอื่นๆ และเมื่อพอใจแล้วก็ยังต้องสร้างกำลังใจที่จะพัฒนาต่อไปไม่หยุดเพียงเท่านั้น

สมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ) (2520, น. 23-32) ทรงอธิบายว่าการปฏิบัติตามหลักสันโดษควรปฏิบัติตั้งแต่สันโดษในความคิด สันโดษในการแสวงหา สันโดษในการรับและสันโดษในการบริโภค โดยเห็นว่าปัญญาหรือความคิดต้องมาก่อนคือต้องพอใจในระดับความคิด ความเห็นเป็นเบื้องต้น เมื่อพอใจในระดับความคิดแล้วจึงเริ่มปฏิบัติสันโดษทั้งในด้านต่างๆและในการดำเนินชีวิตเช่นการแสวงหา การรับทรัพย์สิ่งของ การอุปโภคและบริโภคทรัพย์สิ่งของ เป็นลำดับ

สำหรับความคิดเห็นของผู้วิจัย เห็นว่าการปฏิบัติตามหลักสันโดษควรเป็นไปตามหลักพระพุทธศาสนาซึ่งประกอบด้วยหลักพุทธธรรมมากมาย ทั้งหมดล้วนเป็นไปเพื่อแสดงแนวทางสำหรับการดำเนินชีวิต สันโดษเป็นส่วนหนึ่งของหลักธรรมที่แสดงแนวทางในการดำเนินชีวิตซึ่งมีวัตถุประสงค์ในตัวเองคือการรู้จักยินดี การรู้จักพอใจ และการรู้จักพอในการรับ การแสวงหาและการบริโภคแต่ก็มีเป้าหมายร่วมในแนวทางการดำเนินชีวิตคือการพ้นทุกข์

ดังนั้น การนำเสนอแนวทางการปฏิบัติตามหลักสันโดษของผู้วิจัยจะอาศัยฐานคิดในเรื่องของวิถีชีวิตหรือการดำเนินชีวิตตามหลักทางสายกลาง (มัชฌิมาปฏิปทาหรือมรรค) ตามหลักพระพุทธศาสนาเป็นแกนในการอธิบายขยายความ ซึ่งแนวทางการดำเนินชีวิตตามหลักการนี้มีสองแนวทางใหญ่คือแนวทางที่เรียกว่า “ไตรสิกขา” คือศีล สมาธิและปัญญา และแนวทางที่เรียกว่า “บุญกิริยาวัตถุ 3” คือ ทาน ศีลและภาวนาเพื่อที่จะเดินไปสู่จุดหมายระดับต่างๆของชีวิตซึ่งในทางพระพุทธศาสนามีการแบ่งจุดหมายของชีวิตเป็นสามระดับคือ (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์), 2546ค, น. 594)

ระดับที่ 1. ระดับทวิภูมิมกัตถะ คือประโยชน์ในปัจจุบันเป็นจุดหมายเบื้องต้นในการดำเนินชีวิตประจำวัน เป็นเรื่องธรรมดาสามัญเช่นลาภ ยศ สรรเสริญ สุขเป็นต้น ในระดับนี้มีคำสอนเรื่องทวิภูมิมกัตถะ 4 มีอภิวรรณสัมปทา อรัณยสัมปทา กัลยาณมิตตตา และสมชวิตา โดยจัดแนวทางการดำเนินชีวิตนี้เป็นบุญกิริยาวัตถุ 3 (ที.ปา. 16/228/172) อันประกอบด้วย ทาน คือการให้และการเสียสละ ศีลคือความประพฤติที่ดีงาม และภาวนาคือการฝึกฝนอบรมจิตและปัญญาซึ่งแนวทางนี้นิยมไว้สอนคฤหัสถ์

ระดับที่ 2. สัมปรายิกัตถะคือประโยชน์เบื้องต้นเป็นจุดหมายด้านจิตใจความใฝ่ใจทางศีลธรรมกิจกรรมที่อาศัยความศรัทธาและการเสียสละ ความปิติทางจิตใจ ความสงบทางจิตใจ และผลสำเร็จทางจิตใจเช่นฌานสมาบัติ ในขั้นนี้มีคำสอนเรื่องสัมปรายิกัตถะ 4 คือศรัทธาสัมปทา ศีลสัมปทา จาคสัมปทาและปัญญาสัมปทา เป็นต้น แนวทางการดำเนินชีวิตเริ่มเป็นไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิและปัญญาหรือมรรคมืองค์ 8 อนึ่ง สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส (2539, น. 51) ทรงอธิบายว่าสัมปรายิกัตถะเป็นประโยชน์ในภพหน้า

ระดับที่ 3. ปรมัตถะ คือประโยชน์ที่เป็นจุดหมายสูงสุด ได้แก่การรู้แจ้งในสิ่งทั้งหลายตามสภาวะความเป็นจริง แนวทางการดำเนินชีวิตเป็นไตรสิกขาเต็มรูปแบบ คือศีล สมาธิและปัญญาหรือมรรคมืองค์ 8

การที่ผู้วิจัยแบ่งระดับจุดหมายของแนวทางการดำเนินชีวิตตามหลักทางสายกลางออกเป็น 3 ระดับเพื่อแสดงให้เห็นวิธีการปฏิบัติตามหลักสันโดษทั้งสามระดับซึ่งมีวิธีการปฏิบัติที่ต่างกัน ดังต่อไปนี้

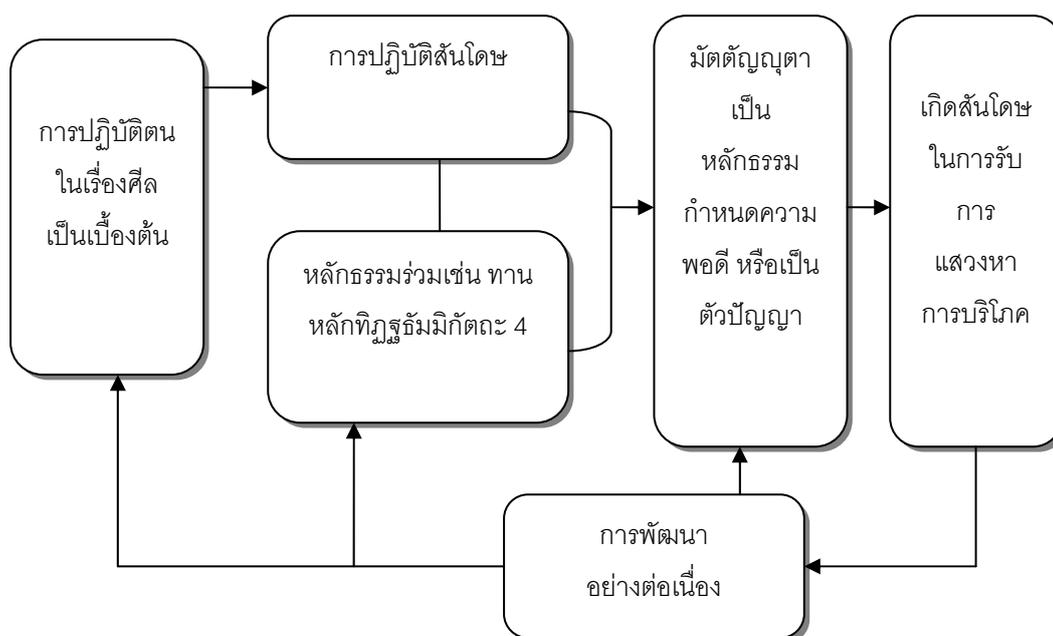
1) การปฏิบัติตามหลักสันโดษเพื่อมุ่งไปสู่จุดหมายระดับแรก ตามที่กล่าวไว้แล้วว่าการปฏิบัติตามหลักสันโดษเพียงอย่างเดียวจะไม่สามารถบรรลุเป้าหมายได้ ดังนั้นการปฏิบัติตามหลักสันโดษจึงต้องเริ่มด้วยการปฏิบัติตนในเรื่องศีลและหลักธรรมอื่นๆเป็นเบื้องต้น ไม่ว่าจะเป็นหลักธรรมเรื่องทานคือการให้ การสละแบ่งปัน การช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่น การอนุเคราะห์ผู้อื่นทั้ง

ในเรื่องทรัพย์สิน วิชาความรู้และหลักธรรมรวมไปถึงการให้อภัยคืออภัยทาน รวมทั้งชุดหลักธรรมที่มากับสันโดษ เช่นความมกน้อยและมัตตัญญูตามักมาด้วยกันกับสันโดษเสมอเช่นในวินัยปิฎก ปริวาร (วิ.ปรี. 10/955/463) ปรากฏข้อความว่า “. . .ข้ออนุญาตมี 3 คือ ความมกน้อย1 ความสันโดษ1 ความรู้จักประมาณ1. . .” พร้อมกันนั้นก็ปฏิบัติหลักสันโดษควบคู่ไปด้วย การปฏิบัติในขั้นนี้ก็เพื่อเป็นการพัฒนาจิตทั้งด้านคุณภาพ สมรรถภาพและสุขภาพจิตให้เข้มแข็ง เป็นจิตใจที่ดีงาม มุ่งแต่กุศล และเข้าถึงวัตถุประสงค์ของสันโดษคือการรู้จักยินดี รู้จักพอใจ หรือรู้จักพอได้อย่างเหมาะสม ซึ่งกล่าวเปรียบเทียบกับบุญกิริยาวัตถุ3 ได้ในข้อที่ 1 คือทานและข้อที่ 2 คือศีล ทั้งนี้เพื่อให้มีสภาพเอื้อต่อการปฏิบัติสันโดษในขั้นต่อไป

สันโดษในระดับนี้ยังเพียงเป็นสันโดษในการรับ การอุปโภคบริโภคและการแสวงหาในปัจจุบันสิ่งและสิ่งของที่ใช้ในการดำรงชีพ ยังไม่ได้เป็นสันโดษที่เป็นไปเพื่อการละหรือเพื่อการตัดอาสวกิเลส ดังนั้นปัญญาที่ใช้กำกับให้รู้จักยินดีรู้จักพอจึงเป็นปัญญาที่กำหนดรู้ความพอเหมาะพอดีเท่านั้นซึ่งมักใช้มัตตัญญูเป็นตัวกำหนด ปัญญาในระดับนี้ยังเป็นปัญญาในระดับต้นที่เป็นระดับของความรู้ความเข้าใจ แยกได้ในเหตุผล ดีชั่ว คุณโทษ

ตามที่กล่าวมานี้ พอสรุปได้ว่าวิธีการปฏิบัติตามหลักสันโดษที่เป็นเรื่องของปุถุชนทั่วไปในการดำเนินชีวิตทางโลกนั้นอาศัยตัวแบบการดำเนินชีวิตแบบทั่วไปคือ “บุญกิริยาวัตถุ 3” ซึ่งพอสรุปเป็นแผนภาพให้เห็นชัดเจนมากขึ้นดังนี้

ภาพประกอบที่ 2.1
แสดงวิธีการปฏิบัติตามหลักสันโดษระดับที่ 1

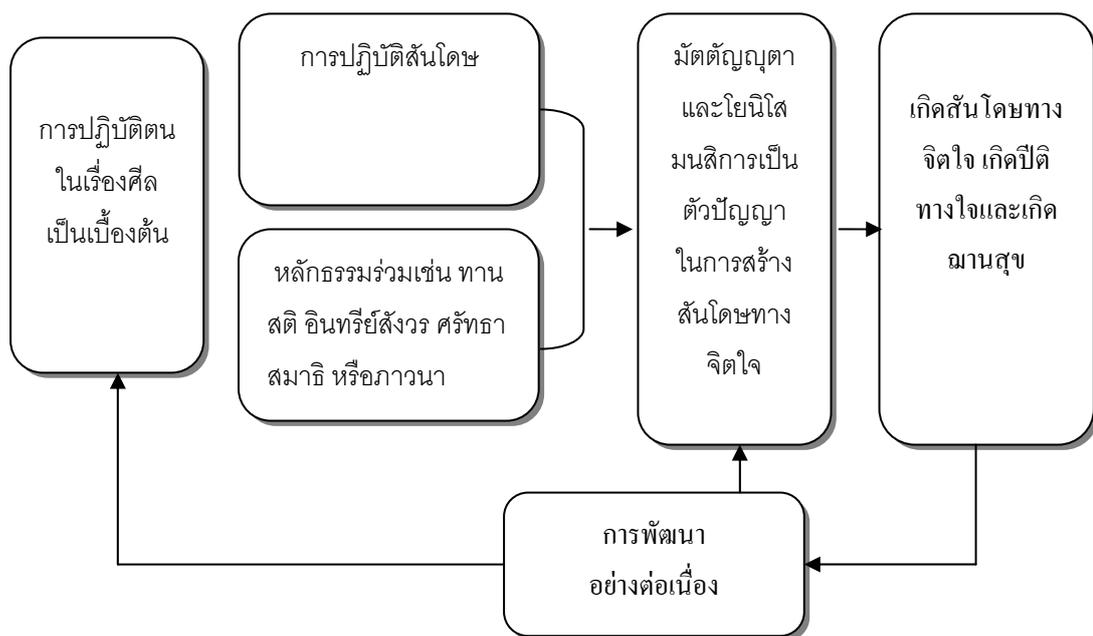


2) การปฏิบัติตามหลักสันโดษเพื่อจุดมุ่งหมายระดับที่ 2. โดยทั่วไปการปฏิบัติตามหลักสันโดษในระดับนี้มีแนวทางเบื้องต้นเช่นเดียวกับการปฏิบัติตามหลักสันโดษเพื่อจุดมุ่งหมายระดับแรกคือเริ่มด้วยการปฏิบัติตนในเรื่องศีลและหลักธรรมอื่นๆ รวมทั้งชุดหลักธรรมที่มากับสันโดษเช่น อินทรีย์สังวร สติสัมปชัญญะดังปรากฏตามกระบวนการปฏิบัติธรรมที่ระบุว่า อินทรีย์สังวร + สติสัมปชัญญะ + สันโดษ --> ปราโมทย์ --> ฌาน 4 (ฌานสุข) (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์), 2546ค, น. 579) เพื่อเป็นการพัฒนาจิตเป็นสำคัญ

นอกจากจุดมุ่งหมายที่ได้ในระดับแรกคือรู้จักยินดี รู้จักพอในปัจจัยสี่และสิ่งของในการดำรงชีวิตแล้วก็อาจจะพัฒนาสันโดษขึ้นไประดับที่ 2 ซึ่งในระดับนี้การปฏิบัติตามหลักสันโดษจะให้ความสำคัญกับกิจกรรมที่ต้องอาศัยความศรัทธาและการเสียสละ ซึ่งก็หมายถึงถนอมรูปสันโดษคือการรู้จักพอและการแบ่งปันส่วนที่เกินกว่าฐานะของตนให้ผู้อื่น นอกจากนี้ยังมุ่งที่คุณค่าทางจิตใจ เช่นความใฝ่ใจทางศีลธรรม ความปิติทางจิตใจ ความสงบทางจิตใจ และผลสำเร็จทางจิตใจเช่นฌานสมาบัติ

ปัญญาที่ใช้กำกับในระดับที่ 2 ส่วนใหญ่ใช้ทั้งหลักมัตตัญญูตาและโยนิโสมนสิการ คือการเห็นแยกแยะรายละเอียดออก หรือสืบสาวเหตุปัจจัยหรือการแยกคุณและโทษไปซึ่งเป็น ปัจจัยให้เกิดการรู้จักยินดี รู้จักพอ ในทางกุศลธรรม หากจะเปรียบเทียบการปฏิบัติตามหลัก สันโดษในระดับที่ 2 กับบุญกิริยาวัตถุ 3 ก็คือทั้งข้อที่ 1 ทาน ข้อที่ 2 ศีลและข้อที่ 3 ภาวนาคือการ ฝึกฝนอบรมจิตใจไม่ได้แยกและเน้นหนักเท่าปัญญาในไตรสิกขา ซึ่งพอสรุปเป็นแผนภาพให้เห็น ชัดเจนมากขึ้นดังนี้

ภาพประกอบที่ 2.2
แสดงวิธีการปฏิบัติตามหลักสันโดษระดับที่ 2



3) การปฏิบัติตามหลักสันโดษเพื่อมุ่งไปสู่จุดหมายระดับที่สาม จะมีขั้นตอนการ ปฏิบัติในเรื่องต้นเช่นเดียวกันกับการปฏิบัติตามหลักสันโดษเพื่อมุ่งไปสู่จุดหมายระดับที่ 1 และ ระดับที่ 2 เพื่อเป็นการปูพื้นฐานทางจิตใจให้พร้อมรับการพัฒนาในขั้นปัญญาซึ่งมีส่วนแตกต่างกับ การปฏิบัติตามหลักสันโดษเพื่อมุ่งไปสู่จุดหมายระดับที่ 1 และระดับที่ 2 คือในเรื่องของแนว ทางการดำเนินชีวิตที่ใช้เป็นระบบไตรสิกขาที่สมบูรณ์ คือศีล สมาธิและปัญญาระดับสูงขึ้น การ

ปัญหาที่จะปฏิบัติเพื่อนำไปสู่จุดหมายระดับที่สามจะต้องเป็นปัญญาระดับสูงสุดคือ ปัญหาที่เกิดจากภวนามยปัญญาเป็นปัญญาที่รู้เห็นตามความเป็นจริง การมีสัมมาทิฐิที่มองโลกตามจริงเพื่อนำไปสู่การกำจัดเสียซึ่งอัสวกิเลส การปฏิบัติสันโดษในขั้นนี้จะอาศัยสัมมาสมาธิ และสัมมาสติเป็นฐานจนกระทั่งถึงการปฏิบัติสันโดษที่เป็นไปเพื่อการละ ดังที่ปรากฏในคัมภีร์ชั้นรองคืออรรถกถาของ เมตตสูตร (เล่มที่ 39 น. 341-342) ว่าสันโดษหมายถึงการละความยินดียินร้ายในอิฏฐารมณ์และอนิฏฐารมณ์อันเป็นแนวทางมุ่งสู่จุดหมายสูงสุดคือการพ้นทุกข์ ซึ่งพอสรุปเป็นแผนภาพให้เห็นชัดเจนมากขึ้นดังนี้

