

สัปปริสธรรม ๗

ธรรมของสัตบุรุษ หรือคุณธรรมของคนดีที่นำชีวิตสู่ความสำเร็จ

ความหมาย

คำว่า สัปปริสธรรม มาจากคำว่า

- สัปปริส = คนดี คนประเสริฐ คนมีปัญญา
- ธรรม = หลักปฏิบัติ คุณธรรม

ดังนั้น

สัปปริสธรรม ๗ คือ คุณธรรม ๗ ประการของสัตบุรุษ หรือคนดี ผู้มีปัญญา รู้จักดำเนินชีวิตอย่างถูกต้อง เหมาะสม และเกิดประโยชน์ทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น

สัปปริสธรรม ๗ เป็นหลักธรรมที่ใช้ได้กับ

- ผู้นำ
- ผู้บริหาร
- ครู
- นักเรียน
- พระสงฆ์
- พ่อแม่
- นักธุรกิจ

และทุกคนที่ต้องการประสบความสำเร็จทั้งทางโลกและทางธรรม

ความหมายโดยรวม

สัปปริสธรรม ๗ เปรียบเสมือน "เข็มทิศแห่งชีวิต"

ช่วยให้บุคคลรู้จัก

- เหตุและผล
- ตนเอง
- ความพอดี
- เวลา
- สังคม
- บุคคล

จึงสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้อง

๑. ธัมมัญญตา

ความเป็นผู้รู้จักเหตุ

ความหมาย

รู้จักเหตุ รู้จักต้นเหตุของสิ่งต่าง ๆ

รู้ว่า

- อะไรเป็นเหตุแห่งสุข
- อะไรเป็นเหตุแห่งทุกข์
- อะไรเป็นเหตุแห่งความสำเร็จ
- อะไรเป็นเหตุแห่งความล้มเหลว

มุมมองทางโลก

คนสำเร็จต้องรู้ว่า

- ขยันเป็นเหตุแห่งความสำเร็จ
- ความรู้เป็นเหตุแห่งความก้าวหน้า
- วินัยเป็นเหตุแห่งความน่าเชื่อถือ

มุมมองทางธรรม

รู้ว่า

- กุศลเป็นเหตุแห่งสุข
- อกุศลเป็นเหตุแห่งทุกข์
- ศีล สมาธิ ปัญญา เป็นเหตุแห่งมรรคผล

วิธีปฏิบัติ

- พิจารณาเหตุและผลเสมอ
- ไม่มองเพียงผลลัพธ์
- ฝึกคิดเชิงเหตุปัจจัย

ประโยชน์

- แก้ปัญหาได้ตรงจุด
- ตัดสินใจได้ดี
- พัฒนาตนได้ถูกทาง

๒. อัตถัญญตา

ความเป็นผู้รู้จักผล

ความหมาย

รู้จักผลที่เกิดจากเหตุ

รู้ว่า

- ทำอย่างไรจะได้ผลอย่างไร

มุมมองทางโลก

รู้ผลของการกระทำ

เช่น

- ออกกำลังกาย → สุขภาพดี
- ใช้เงินฟุ่มเฟือย → เป็นหนี้

มุมมองทางธรรม

รู้ว่า

- บุญนำสุข
- บาปนำทุกข์
- การภาวนานำความสงบ

วิธีปฏิบัติ

- พิจารณาผลระยะสั้นและระยะยาว
- เรียนรู้จากประสบการณ์

ประโยชน์

- วางแผนชีวิตได้ดี
- ไม่ทำสิ่งที่นำทุกข์มาให้

๓. อัตตัญญูตา

ความเป็นผู้รู้จักตน

ความหมาย

รู้จักฐานะ ความสามารถ และข้อจำกัดของตน

มุมมองทางโลก

รู้ว่า

- ตนเก่งอะไร
- อ่อนอะไร
- ควรพัฒนาอะไร

มุมมองทางธรรม

รู้ระดับศีล สมาธิ ปัญญาของตน

ไม่ประมาทและไม่หลงตน

วิธีปฏิบัติ

- สัมผัสตนเอง

- รับฟังคำแนะนำ
- ประเมินตนตามความจริง

ประโยชน์

- ไม่หลงตัวเอง
- พัฒนาตนได้ตรงจุด

๔. มัตตัญญูตา

ความเป็นผู้รู้จักประมาณ

ความหมาย

รู้จักความพอดี

ไม่มากเกินไป ไม่น้อยเกินไป

มุมมองทางโลก

- กินพอดี
- ใช้จ่ายพอดี
- ทำงานพอดี

มุมมองทางธรรม

เป็นหลักทางสายกลาง

(Middle Way)

วิธีปฏิบัติ

- พิจารณาความจำเป็นก่อนใช้จ่าย
- รู้จักควบคุมความต้องการ

ประโยชน์

- สุขภาพดี
- ไม่เป็นหนี้
- ชีวิตสมดุล

๕. กาลัญญูตา

ความเป็นผู้รู้จักกาลเวลา

ความหมาย

รู้ว่าเวลาใดควรทำอะไร

มุมมองทางโลก

- รู้เวลาทำงาน
- รู้เวลาพัก
- รู้เวลาเรียน

มุมมองทางธรรม

รู้เวลา

- พังธรรม
- ภาวนา
- ปฏิบัติธรรม

วิธีปฏิบัติ

- วางแผนเวลา
- จัดลำดับความสำคัญ

ประโยชน์

- ทำงานมีประสิทธิภาพ
- ไม่พลาดโอกาส

๖. ปริสัญญูตา

ความเป็นผู้รู้จักชุมชนและสังคม

ความหมาย

รู้จักบุคคล กลุ่มคน และสภาพแวดล้อม

รู้ว่าควรวางตัวอย่างไรในแต่ละสถานการณ์

มุมมองทางโลก

รู้จักกาลเทศะ

รู้จักมารยาททางสังคม

มุมมองทางธรรม

รู้จักเคารพพระธรรมวินัย

และประเพณีที่ถูกต้อง

วิธีปฏิบัติ

- สังเกตสังคม
- เรียนรู้วัฒนธรรม
- ปรับตัวอย่างเหมาะสม

ประโยชน์

- เข้ากับคนได้ดี
 - สร้างความร่วมมือได้ง่าย
-

๗. ปุคคลปโรปรัญญตา

ความเป็นผู้รู้จักเลือกคบคน

ความหมาย

รู้จักลักษณะของคน

รู้ว่าใครควรคบ

ใครไม่ควรคบ

มุมมองทางโลก

เพื่อนที่ดีช่วยให้ชีวิตเจริญ

เพื่อนที่ไม่ดีนำไปสู่ปัญหา

มุมมองทางธรรม

พระพุทธเจ้าตรัสว่า

"กัลยาณมิตรเป็นทั้งหมดของพรหมจรรย์"

วิธีปฏิบัติ

เลือกคบคนที่

- มีศีล
 - มีปัญญา
 - มีความรับผิดชอบ
-

ประโยชน์

- ได้แบบอย่างที่ดี
 - หลีกเลียงปัญหา
 - เจริญทั้งทางโลกและทางธรรม
-

สรุปสัปปริสธรรม ๗

สัปปริสธรรม	ความหมาย
-------------	----------

ธัมมัญญตา	รู้จักเหตุ
-----------	------------

อัตถัญญตา	รู้จักผล
-----------	----------

สัปปริยธรรม	ความหมาย
ฉัตตัญญูตา	รู้จักตน
มัตตัญญูตา	รู้จักประมาณ
กาลัญญูตา	รู้จักเวลา
ปริสัณญูตา	รู้จักสังคม
บุคคลปโรปริยัญญูตา	รู้จักคน

มุมมองทางโลก

สัปปริยธรรม ๗ คือคุณสมบัติของ

- ผู้นำที่ดี
- ผู้บริหารที่ดี
- ครูที่ดี
- พ่อแม่ที่ดี
- พลเมืองที่ดี

เพราะทำให้รู้จัก

- คิดเป็น
- วางแผนเป็น
- ใช้ชีวิตเป็น
- อยู่ร่วมกับผู้อื่นเป็น

มุมมองทางธรรม

สัปปริยธรรม ๗ เป็นเครื่องนำทางสู่ความเจริญในพระธรรม

ช่วยให้

- มีสัมมาทิฐิ
- มีความไม่ประมาท
- มีกัลยาณมิตร
- เจริญในศีล สมาธิ ปัญญา

ประโยชน์ของสัปปริยธรรม ๗

ทางโลก

- ประสบความสำเร็จในการทำงาน
- มีมนุษยสัมพันธ์ดี
- ใช้ชีวิตอย่างสมดุล

- ได้รับความนับถือ

ทางธรรม

- เจริญในคุณธรรม
- ลดกิเลส
- มีปัญญาเห็นเหตุและผล
- เป็นพื้นฐานของมรรคผลนิพพาน

สรุปแก่นแท้

รู้เหตุ รู้ผล รู้ตน

รู้ประมาณ รู้กาล

รู้สังคม รู้คน

ผู้ใดมีสัปปริสธรรม ๗ ประการครบถ้วน ผู้นั้นย่อมเป็น "สัตบุรุษ" คือคนดีมีปัญญา สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้อง เจริญทั้งทางโลกและทางธรรม และเป็นประโยชน์แก่ตนเองและสังคมอย่างแท้จริง.

Song: สัปปริสธรรม ๗

(ภาษาไทย)

ท่อนนำ

คนดีมิใช่เพียงคำกล่าว

แต่คือเรื่องราวแห่งการฝึกฝน

พระพุทธร่องค์ทรงชี้หนทางคน

ด้วยสัปปริสธรรมเจ็ดประการ

รู้เหตุ รู้ผล รู้ตนเอง

รู้บทเพลงแห่งชีวิตสืบสาน

รู้ประมาณ รู้กาลสถาน

รู้ผู้คนและสังคมงาม

ท่อนที่ 1

รู้เหตุแห่งสุขและทุกข์

รู้ผลที่เกิดตามเหตุทุกยาม

รู้ตนตามความเป็นจริงดงาม

ไม่หลงในยศศักดิ์และทรัพย์สิน

รู้จักพอดีในชีวิต

ไม่หลงผิดเกินหรือขาดสิ้น

เดินสายกลางเป็นอาจิณ
ใจไม่ดิ้นรนเกินไป

สร้อย

สัปบุริสธรรมเจดประการ
คือสะพานแห่งปัญญา
นำชีวิตให้ก้าวหน้า
ทั้งโลกาและทางธรรม

ตอนที่ 2

รู้เวลาอันเหมาะสม
รู้สังคมและถ้อยคำ
รู้จักคนดีควรคบประจำ
ห่างคนพาลผู้พาเสื่อมไป
เมื่อมีธรรมทั้งเจ็ดประการ
ชีวิตย่อมเจริญสดใส
เป็นคนดีมีปัญญาในใจ
เป็นประโยชน์แก่โลกและตน

สร้อย

สัปบุริสธรรมเจดประการ
คือคุณธรรมแห่งสัตบุรุษ
สร้างความคิดดีให้มนุษย์
พบความสุขยั่งยืนเอย

ตอนจบ

รู้เหตุ รู้ผล รู้ตน
รู้จักผลให้พอดี
รู้เวลา รู้สังคมดี
รู้ผู้คนที่ควรคบหา
สัปบุริสธรรมล้ำค่า
คือปัญญานำชีวา
เดินตามพุทธโอวาทมา
พบสุขาและสันติธรรม