# งานสัมฤทธิ์ ชีวิตรื่นรมย์

**ว.วชิรเมธี (2552). งานสัมฤทธิ์ ชีวิตรื่นรมย์. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ปราณพับลิชชิ่งจำกัด**

## ภาค 1

## งานสัมฤทธิ์ ชีวิตรื่นรมย์

"การบริการ คือ งานของเรา" หลักการนี้สำคัญมาก คนทำงานทุกคนต้องมีหัวใจของการบริการ (Service Mind) หากเราทำให้เขารู้สึกแย่ เขาจะจำไปจนวันตาย หากเราทำให้เขาประทับใจ เขาจะจำไปจนวันตาย เช่นเดียวกัน พระพุทธเจ้าท่านให้ความสำคัญเรื่องการบริการมาก ถึงขนาดจัดให้เป็น 1 ใน 6 เรื่องที่ชาวพุทธพึงเคารพ (พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ การศึกษา ความไม่ประมาท และการต้อนรับ) การต้อนรับเป็นส่วนหนึ่งในการให้บริการและงานทุกงานต้องมีการให้เกียรติกัน

ครั้งหนึ่ง มีชายหนุ่มจากนครสวรรค์ไปหาท่านพุทธทาส แต่ท่านพุทธทาสจำวัดอยู่ ลูกศิษย์จึงไม่ให้เข้าพบ ชายผู้นั้นอยากเห็นท่านพุทธทาสอย่างมาก จึงกระโดดดูทางหน้าต่าง มีเสียงกระแทกกับพื้น ท่านพุทธทาสเลยตื่นขึ้น แล้วมาพูดคุยกับชายผู้นั้น สักพักชายผู้นั้นก็ลากลับไป แต่ลูกศิษย์ยังโกรธอยู่ ท่านพุทธทาสจึงถามว่า "โกรธใครกัน" ลูกศิษย์ "โกรธชายผู้นั้นที่มารบกวนหลวงพ่อ" ท่านพุทธทาส "โยมมาหาเรา แล้วเราโกรธไหม แล้วมาโกรธแทนทำไม" ตั้งแต่นั้นมา ลูกศิษย์ก็ไม่เคยแสดงอาการดังกล่าวอีกเลย เห็นได้ว่า แม้แต่พระก็ต้องมีหัวใจบริการเช่นเดียวกัน

หากใครต้องการทำงานให้มีประสิทธิภาพมากที่สุด ต้องตอบคำถาม 3 ข้อนี้ให้ได้ก่อน

### 1. ใครคือคนที่สำคัญที่สุด

ชีวิตมนุษย์เราก็เหมือนกับไม้สองท่อน ที่ลอยมาคนละทิศละทางมาเจอกันกลางทะเล ทะเลแสนกว้างใหญ่ก็ยังมาเจอกันได้ แต่สุดท้ายก็จะไหลจากกันไป ชีวิตเราก็เหมือนกับท่อนไม้ ไหลมาเจอพ่อ เจอแม่ เจอคู่ชีวิต เจอเพื่อน ฯลฯ แต่ก็ต้องจากกันไป ไม่ช้าก็เร็ว ไม่จากเป็นก็จากตาย ดังนั้น เราควรดูแลช่วงเวลาที่เรามาพบเจอกัน

ให้สวยงามที่สุด มีลูกศิษย์คนหนึ่งทะเลาะกับลูก ไม่ยอมคุยกัน เลยไม่ได้นอนกับลูกมาสามคืนแล้ว ท่าน ว.วชิรเมธีจึงถามว่า “ไม่นอนกับลูกแล้วนอนกับใคร” ลูกศิษย์ “หมอนข้างค่ะ” ท่าน ว.วชิรเมธี “หมอนข้างถ้าเสียไปแล้ว โยมยังซื้อใหม่ได้ แต่ถ้าโยมเสียลูกไปแล้ว โยมหาซื้อใหม่ได้ไหม” ลูกศิษย์คิดได้โทรศัพท์หาลูกทันที ลูกก็รอคุยด้วยอยู่แล้ว สุดท้ายก็คืนดีกัน

มีคนจำนวนมากรักกัน แต่พอมีปัญหาเล็กน้อยต้องห่างหายกัน เพราะทิฐิที่ปิดกั้นมิตรภาพเอาไว้ ฉะนั้น ควรคบคนทั้งโลกให้เป็นมิตร เหมือนสุภาษิตที่ว่า “มีเพื่อน 500 คนยังน้อยเกินไป มีศัตรู 1 คนนับว่ามากเกินพอ” เวลาที่คนเราพบกันนั้นสั้นนิดเดียว ดังนั้น อย่าไปมีความสัมพันธ์แบบเม่น ที่สลัดด้านที่ไม่ดีเข้าใส่คนที่อยู่ตรงหน้า จงมีความสัมพันธ์เชิงบวก เจอกันให้รู้สึกอบอุ่นใจ หันด้านที่สวยงามเข้าหากัน ชีวิตจะมีแต่ความสุข

**2. อะไรคืองานที่สำคัญที่สุด**

งานที่สำคัญที่สุด คือ งานที่เราทำในขณะนี้ เราทำงานอะไรเราต้องเต็มที่กับมัน อย่าสักแต่ว่าทำ เช่นเดียวกับพระพุทธเจ้า ไม่ว่าจะแสดงธรรมให้กษัตริย์ เศรษฐี หรือโสเภณีฟัง พระพุทธเจ้าทรงใช้ศักยภาพเท่ากัน แสดงธรรมระดับมืออาชีพทุกครั้ง เราทุกคนก็เช่นเดียวกัน หลักการทำงานเชิงพุทธคือ งานทุกชิ้นที่เราทำอยู่ในขณะนั้นต้องทำให้ดีที่สุด เพราถ้าผลงานเราดีที่สุดจะเป็นการประกาศศักยภาพเราไปตลอดชีวิต เช่นเดียวกับช่างปั้นพระพุทธชินราช ไม่เคยปรากฏชื่อว่าใคร แต่งานชิ้นนี้ก็ยังเป็นอมตะ ประกาศศักยภาพช่างปั้นที่ดีที่สุดจนถึงปัจจุบัน

**3. เวลาใดคือเวลาที่สำคัญที่สุด**

คำตอบ คือ เวลาปัจจุบันนั่นเอง เพราะชั่วโมงที่แล้วจบไปแล้ว ชั่วโมงข้างหน้ายังมาไม่ถึง ดังนั้น เราต้องให้ความสำคัญกับปัจจุบันให้มากที่สุด หากเราทำวันนี้ให้ดีไม่ได้ เมื่อผ่านไปเป็นวันวาน เราก็ไม่สามารถแก้ไขได้ และมันก็จะเป็นรากฐานที่ดีในอนาคตไม่ได้

## ภาค 2

# งานของเรา คือ การทำให้เขามีความสุข

งานของเรา คือ การทำให้เขามีความสุขนั้น มุ่งให้ผู้อื่นมีสุข แต่ก่อนอื่นเราต้องทำตัวเองให้มีความสุขให้ได้ก่อน หลักการสร้างความสุข มี 5 ประการ ดังนี้

**1. สุขสัมผัส ไม่ยั่งยืน**

คือ ความสุขจากกามสุข สุขในระดับการสนองประสาทสัมผัสทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เช่น ตาอยากดู AF รอบสุดท้าย ดูโทรทัศน์ไม่ได้อารมณ์เท่าที่ควร ต้องไปดูถึงอิมแพคเมืองทองธานี จมูกอยากดมกลิ่นเพศตรงข้าม ก็ไปสอยชุดชั้นในสาวมาดม เป็นข่าวใหญ่โตไปอีก ดังนั้น เราต้องควบคุมใจเราให้ได้ ใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว หากเราไม่คุมใจตนเอง ก็ต้องคอยสนองความอยากกันร่ำไป

**2. สุขจากคุณธรรม ยิ่งทำยิ่งสุข**

ความสุขจากการมีคุณธรรม คือ ได้ทำคุณงามความดีแล้วเรามีความสุข เช่น นั่งสมาธิ ทำบุญ เป็นอาสาสมัครบริจาคของ ฯลฯ การทำความดีเหล่านี้จะทำให้เรามีความสุขไปตราบนานเท่านาน ความสุขขั้นนี้จะเป็นความสุขที่สูงกว่ากามสุข

**3. สุขยาวนาน เพราะรู้ทันชีวิต**

เป็นความสุขจากการรู้เท่าทันธรรมดาของโลกและชีวิต คนส่วนใหญ่ไม่รู้จักความทุกข์ ไม่รู้จักธรรมดาของโลกและชีวิต จึงมักจะเอาทุกข์ซึ่งเป็นธรรมดาของโลกและชีวิตมาเป็นทุกข์ในใจเรา การเกิดเป็นคนต้องรู้เท่าทัน 3 ประการ (ไตรลักษณ์) คือ ชีวิตไม่เที่ยง ไม่ทน ไม่แท้ คือทุกสิ่งทุกอย่างเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ได้ลาภแล้วก็จะเสื่อมลาภสักวัน มียศก็สามารถเสื่อมยศได้สักวัน มีสุขที่ไหนก็มีทุกข์ได้ที่นั่น การสรรเสริญคู่กับการนินทา แก่, เจ็บ, ตาย, พลัดพราก และมีกรรม คือ เรื่องธรรมดา

**4. ปรุงแต่งใจให้เป็นสุข**

เป็นความสุขจากการปรุงแต่งใจของเราเอง การดำเนินชีวิตในแต่ละวัน อาจเจอเรื่องที่ทำให้เราเป็นทุกข์ เช่น เจอเจ้านายที่เคี่ยวมากๆ ไม่เคยเจอคุณนายละเอียดขนาดนี้เลย มันเป็นกรรมอะไรของเราหนอ นี่คือการปรุงจิตไม่เป็น ถ้าปรุงจิตเป็น เราต้องคิดว่า โอ้ว... เราแสวงหานายแบบนี้มานาน เราจะได้เก่ง ได้วิชาจากนายแบบนี้ เราต้องปรุงแต่งใจของเราว่า ชีวิตเราต้องเจอทั้งเรื่องง่ายและเรื่องยาก ถ้าเราเลือกแต่สิ่งที่ง่ายๆ ชีวิตเราก็จะไม่เข้มแข็ง แต่ถ้าผ่านบทเรียนที่ยากๆ มาแล้ว เราจะสามารถรับมือกับสิ่งอื่นๆได้เป็นอย่างดี

**5. พระนิพพาน สุขเหนือสุข**

เป็นความสุขจากการฝึกใจให้ได้สัมผัสภาวะนิพพาน ฝึกใจให้เป็นอิสระจากโลก จากโกรธ จากหลง เพื่อให้พบความสุขที่เที่ยงแท้ ยั่งยืน และถาวร

# ภาค 3

## สันติวิธีแห่งการทำงานร่วมกัน

**1. ไม่ชอบหน้าเพื่อนร่วมงาน เป็นเพราะสาเหตุใด**

ในสังคมที่ต้องทำงานร่วมกัน มักเกิดปัญหาการไม่ชอบหน้ากันขึ้นมา จากสาเหตุดังนี้ (1) กรรมเก่าที่เคยมีต่อกันมา พอเห็นหน้ากันปุ๊บ จึงรู้สึกไม่ดีขึ้นมาเลย (2) อุปนิสัยแตกต่างกัน มาอยู่ด้วยกันจึงไปกันไม่ได้ (3) ไม่สามารถประสานผลประโยชน์กันได้ เมื่อความเห็นไม่ตรงกัน จึงไม่สามารถพูดคุยกันได้สนิทใจเหมือนเดิม (4) เคยรักกันมากมาก่อน เมื่อเกิดเหตุการณ์ที่ต้องผิดใจกันขึ้นมา จากรักมากจึงกลายเป็นชังมาก

**2. เคยร่วมงานกัน แต่ปัจจุบันขัดแย้ง แก้ไขอย่างไร**

วิธีที่ดีที่สุดคือ “สันติวิธี” เราต้องเปิดใจมาคุยกันว่าทำไมรู้สึกไม่ชอบเรา ต้องคุยเพื่อฟื้นฟูความสัมพันธ์ ไม่ใช่คุยเพื่อเอาชนะ หากสันติวิธีไม่สำเร็จ ให้ใช้วิธี “การให้” ทำให้อีกฝ่ายมีความสุข หากเราเริ่มให้ก่อน อีกฝ่ายก็จะยอมอ่อนลงมา หาก 2 วิธีแรกไม่สำเร็จ ก็ต้องลอง “ให้ใจ” นั่นคือ การแผ่เมตตาให้เขา เพื่อให้จิตใจเราอ่อนโยน

**3. ทำไมทำดีแต่ไม่ได้ดี**

หากเราทำคุณกับคนไม่ขึ้น ต้องย้อนมาดูตัวเองก่อนว่าสาเหตุเกิดจากอะไร พระพุทธเจ้าท่านวางหลักไว้ว่า (1) ทำบุญถูกคนไหม เราต้องดูว่าการที่เราทำดีกับเขานั้น

เขาต้องการให้เราช่วยหรือไม่ กลายเป็นว่า เขามองว่าเราไปแทรกแซงเรื่องของเขา (2) ทำบุญถูกที่ไหม ที่เราไปทำดีนั้น ในสถานการณ์เช่นนั้นมันจำเป็นหรือไม่ หากสภาพแวดล้อมนั้นไม่ได้ต้องการความช่วยเหลือจากเรา ทำดีไปก็ไม่เกิดประโยชน์ (3) ทำบุญถูกกาลไหม เป็นเรื่องของวัน-เวลาในการทำความดี เช่น หากเขาไม่หิว แต่เราเอาข้าวไปให้ เขาย่อมไม่เห็นคุณค่าของข้าวเรา (4) ทำบุญถูกความถนัดไหม เรามีความสามารถในการทำดีนั้นหรือไม่ เช่น จะไปช่วยคนตกน้ำ แต่ตัวเราเองว่ายน้ำไม่เป็น กลายเป็นว่าเราเป็นภาระเสียเอง

**4. เตือนเพื่อนสนิทที่กำลังทำงานผิดอย่างไร**

มีหลายวิธีที่จะเตือนคน หากเราอยู่ในฐานะเพื่อนกัน เราก็สามารถเตือนเพื่อนเราได้ แต่หากเพื่อนไม่ยอมฟัง ต้องยืมมือคนอื่นเตือน เช่น ให้ผู้ใหญ่เตือน ให้คนกลางเตือน ให้คนนอกเตือน เป็นต้น

**5. ทำอย่างไรให้ได้ใจเพื่อนร่วมงาน**

หากเจอภาวะเข้ากับเพื่อนร่วมงานไม่ได้ ต้องให้เพื่อนร่วมงานมาคุยกันทั้งหมด ว่าปัญหาอยู่ที่ไหน อยู่ที่เราหรือที่เพื่อนทั้งหมด

**6. รู้สึกไม่ดีกับที่ทำงาน แก้ไขอย่างไร**

(1) ต้องกลับมาถามตัวเองว่า อะไรคือสาเหตุที่แท้จริง (2) ใช้วิธีแบ่งปันน้ำใจให้เพื่อนร่วมงาน เช่น นำของที่เขาโปรดปรานไปให้ (3) แผ่เมตตา (4) เราต้องลดภาวะตัวกูของกู เพื่อให้กลายเป็นคนที่พร้อมจะประสานงานกับใครก็ได้ ไม่มีทิฐิอีกต่อไป

**7. รับมือกับคนชอบนินทาอย่างไรดี**

ถ้ามันไม่จริงเราก็ต้องชี้แจง แต่ถ้าเราชี้แจงแล้วมันไม่ดีขึ้น เราต้องแผ่เมตตาและวางเฉย หากเราชัดเจนในความดีของตัวเอง ก็ขอให้รักษาความดีนั้นไว้ หากเรามัวแต่รักษาชื่อเสียง แก้ข่าวไปเรื่อยๆ เราจะมีความกังวลตลอดเวลา มีแต่ความทุกข์ ผู้ปฏิบัติธรรมทั้งหลายจึงไม่ควรหวั่นไหวไปกับทางโลก

**8. หนีคนชอบนินทาดีไหม**

หากเราคิดว่าในสังคมของเรามีแต่คนซุบซิบนินทาทำงานแล้วไม่สนุก มีแต่ความทุกข์ แสดงว่าเราไม่ได้นำธรรมะมาใช้ หากเรายึดมั่นในหลักธรรม จิตใจของเราจะร่มเย็น กาลเวลาจะพิสูจน์ความดีของเราเอง

**9. คิดอย่างไรไม่ให้โกรธ เกลียด ชิงชัง**

สำหรับคนที่ไม่ชอบหน้ากัน ควรหันหน้ามาเป็นมิตรต่อกัน เวลาที่เรามีในโลกนี้สั้นนัก ไม่ควรใช้เวลาให้หมดไปกับการเกลียดชัง

**10. รู้ได้อย่างไรว่าใครจริงใจกับเรา**

เราต้องทำในส่วนของเราให้ดีที่สุด หากเขาไม่จริงใจกับเรา ก็ถือว่าเป็นส่วนที่เราควบคุมไม่ได้ เราต้องเปลี่ยนแปลงความคิดของตัวเราเองเสียก่อนที่จะพยายามเปลี่ยนแปลงคนอื่น

# ภาค 4

# ปริศนาธรรม นำชีวิต

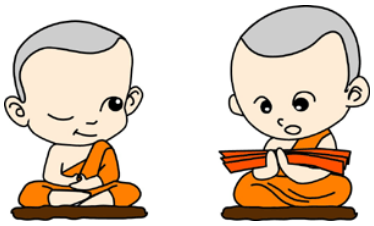
มีหลักคิดผ่านปริศนาธรรม 11 ประการ ที่ใช้เป็นแนวทางในการทำงาน ดังนี้

**1. Little Buddha**

เจ้าชายสิทธัตถะทรงตั้งปณิธานไว้ตั้งแต่แรกเกิดว่า ต้องเกิดมาเป็นคนที่ประเสริฐที่สุด เมื่อตั้งปณิธานไว้แล้ว ท่านก็ทำได้สำเร็จ ได้เป็นพระพุทธเจ้า ประสบความสำเร็จในฐานะศาสดาสำคัญของโลก ดังนั้น คนเราต้องตั้งปณิธานไว้ว่าเราต้องการจะทำอะไร แล้วต้องทำให้สำเร็จ

**2. เณรน้อยเจ้าปัญญา**

มนุษย์ทุกคนเกิดมาแล้วมีความอยากและความต้องการ แต่ปัจจัยที่จะทำให้ปณิธานที่ตั้งไว้ประสบความสำเร็จ คือ เรามีความรู้หรือไม่ หากเราไม่มีความรู้ในสิ่งที่เราอยากจะทำ สิ่งนั้นจะไม่สามารถสำเร็จลงได้ ดังนั้น เราต้องแสวงหาความรู้ เรียนรู้ให้เก่งที่สุด ดีที่สุด ลึกซึ้งที่สุด และรอบด้านมากที่สุด



**3. พระปางลีลา**

พระปางลีลาสะท้อนว่า เมื่อคนเราเกิดมาแล้ว มีความรู้แล้ว จากนั้นรอโอกาสอยู่เฉยๆ เช่นนี้เราจะประสบความสำเร็จไหม อย่างอมืองอเท้าบนบานศาลกล่าว แล้วไม่พยายามทำสิ่งใดต่อ หากเราอยากมีงาน เราต้องเดินไปหางาน เราต้องแสวงหาโอกาส หากไม่มีโอกาสจงสร้างมันขึ้นมา

**4. มังกรในกรอบแก้ว**

มังกรมีฤทธานุภาพ เหาะเหินเดินอากาศได้ พ่นไฟได้ มีพลังมากมาย แต่หากถูกจับใส่ในกรอบแก้ว มังกรจะหมดฤทธิ์ลงทันที สะท้อนให้เห็นว่า หากเราเป็นคนเก่ง แต่ได้งานไม่ตรงความสามารถ ได้อยู่กับเจ้านายที่ไม่เห็นคุณค่าของเรา เราก็ไม่สามารถเจิดจรัสได้ บางคนไม่ประสบความสำเร็จ เพราะไม่ยอมออกจากกรอบแก้ว เพราะฉะนั้น หากเรามีความสามารถ อย่าเก็บมันไว้จงใช้ให้เต็มที่

**5. ทหารของจิ๋นซีฮ่องเต้**

เลือกนายให้เป็น อยู่กับนายที่เก่ง ทำงานให้ตรงความสามารถ ดังเช่นจิ๋นซีฮ่องเต้ ท่านได้สั่งให้ทหารทุกนายสลักชื่อคนปั้นไว้ในหุ่นดินเผา หากหุ่นใดแตกหักเสียหาย จะได้ตามคนรับผิดได้ถูกคน ทหารทุกคนจึงปั้นสุดชีวิต งานจึงออกมาประณีตที่สุด แม้ปัจจุบันหุ่นดินเผาจะมีอายุกว่า 2,000 ปี แล้ว ก็ยังแข็งแรงเป็นอย่างดี ปรัชญาของช่างปั้นคือ รินหัวใจใส่งาน จึงได้งานชั้นเลิศ ทำงานมั่วถือเป็นความชั่วของชีวิต

**6. พระปางไสยาสน์**

ใครเป็นมนุษย์ทำงาน อย่าบ้างานจนลืมดูแลสุขภาพ ต่อให้เรามีบ้าน มีรถ มีเงิน มีทอง แต่เราสุขภาพไม่ดี ของที่มีทั้งหมดก็ไม่มีความหมาย แม้เราจะทำงานเยอะก็ต้องแบ่งเวลาไปพักผ่อนบ้าง

**7. หัวโขน**

มนุษย์ทุกคนล้วนสวมหัวโขน บางคนก็สวมหัวโขนเป็นพ่อ เป็นหัวหน้า เป็นนักธุรกิจ ฯลฯ เหล่านี้เป็นหัวโขนทั้งหมด หากเราเป็นคนโง่ จะไม่เพียงถอดหัวโขนไม่ออก บางทีไม่ยอมถอดเลย หัวโขนเป็นสิ่งสมมุติ อย่าไปยึดติด หากวันใดต้องสูญเสียหัวโขนไป เราจะได้ไม่มีความทุกข์

**8. มือของผู้ให้**

เราต้องรู้จักให้ อย่ามุ่งแต่กอบโกย พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า ผู้ให้ย่อมเป็นที่รักของผู้รับ ถ้ารู้จักให้แล้ว ชีวิตจะมีแต่ความเมตตา เบิกบาน สดชื่น

**9. ท่านอาจารย์พุทธทาสกับข้อธรรม**

ถ้าจะอยู่ในโลกนี้อย่างมีสุข อย่าประยุกต์สิ่งทั้งผองเป็นของฉัน อย่ายึดติดถือมั่น ทรัพย์สิน ชื่อเสียงเกียรติยศ บริวาร ทุกสิ่งไม่ได้เป็นของเราอย่างแท้จริง ต้องเรียนรู้ที่จะปล่อยวาง

**10. พระพุทธรูปปางสมาธิ**

พระพุทธรูปปางสมาธิสะท้อนถึงความสงบสุข สุขที่แท้จริงเกิดจากการบำเพ็ญสมาธิ เกิดจากการดูจิตดูใจของเรา

**11. มือเดียว คำเดียว**

สัญลักษณ์มือที่ยกขึ้นมาห้ามสะท้อนให้เรารู้จักพอ และไม่ประมาท หากเราไม่รู้จักพอ เราจะไม่มีความสุขทั้งชีวิต ยิ่งพอเร็วเท่าไร ยิ่งมีความสุขเร็วเท่านั้น และเราต้องไม่ประมาทในชีวิต ชีวิตเราจะมีคุณค่า

**มนุษย์ในยุคนี้...**

| | |
|---|---|
| **ทำงานมาก** | **แต่มีคุณภาพชีวิตน้อย** |
| **มีเงินมาก** | **แต่มีเวลาใช้เงินน้อย** |
| **มีเทคโนโลยีสูง** | **แต่มีความสุขต่ำ** |
| **มีความรับผิดชอบสูง** | **แต่มีภูมิคุ้มกันสุขภาพต่ำ** |

**เมื่อใดก็ตามที่งานสัมฤทธิ์ แล้วชีวิตรื่นรมย์ นั่นคือสัญญาณที่สะท้อนให้เห็นว่า สมดุลงาน สมดุลชีวิตได้เกิดขึ้นแล้ว นี่แหละ ชีวิตของคนที่ประสบความสำเร็จอย่างแท้จริง**