

ความสุขที่บ้าน Happiness at Home

พระครูปริยัติกิตติธาดา (กิตติวัฒน์)

Phrakhru Pariyattikithada (Kittiwanno)

พระครูภาวนาพัฒนบัณฑิต

Phrakhru Phawana Phatthanabandit

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ร้อยเอ็ด

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Roi Et Buddhist College Thailand

E-mail: teddy.bo.ntk@gmail.com



Received: 5 September 2026; Revised: 7 November 2026; Accepted: 27 April 2026

วิจารณ์หนังสือ: ความสุขที่บ้าน

ผู้เขียน: พระพรหมมิ่งคลาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ)

สำนักพิมพ์: ธรรมสภา

ปีที่พิมพ์: ม.ป.ป.

บทคัดย่อ

หนังสือ “ความสุขที่บ้าน” เป็นหนังสือที่อธิบายถึงหลักการนำธรรมะมาปรับใช้ในชีวิตประจำวันของคนในสังคมโดยเริ่มตั้งแต่ในระดับครอบครัว ชุมชน ซึ่งได้มีการขยายความเนื้อหาของธรรมะพร้อมยกตัวอย่างได้อย่างเจาะลึกและสามารถทำให้ผู้อ่านนั้นนำมาปรับใช้ได้อย่างง่าย ตลอดจนทั้งอธิบายถึงหลักการปฏิบัติโดยการพิจารณาอายตนะภายในและอายตนะภายนอกโดยการเจริญสติ ซึ่งเป็นหลักการปฏิบัติของวิปัสสนากรรมฐานเป็นการปฏิบัติเพื่อให้เกิดปัญญาในการลด ราคะ โทสะ โมหะ ที่เกิดขึ้นกับตนและอธิบายถึงความสงบที่แท้จริงว่าเกิดขึ้นจากตัวตนของเราเองไม่ใช่เกิดขึ้นจากสถานที่เพราะหากจิตใจเราสงบไปอยู่ที่ไหนก็พบแต่ความสงบแต่ถ้าหากจิตใจเราไม่สงบไปอยู่ที่ใดก็ไม่มี ความสงบ

คำสำคัญ: ความสุข, บ้าน, ธรรมะ

Abstract

The book "Happiness at Home" explains the principles of applying Dhamma to everyday life, beginning at the family and community levels. It expands on the Dhamma content and provides clear examples, making it easy for readers to apply. It also explains the principles of practice, including contemplation of the internal and external senses through mindfulness, a principle of Vipassana meditation. This practice aims to develop wisdom to reduce lust, anger,

and delusion. It also explains that true peace arises from within ourselves, not from a place. If our minds are calm, we will find peace wherever we go. However, if our minds are not calm, we will not find peace wherever we go.

Keywords: Happiness, Home, Dhamma

บทนำ

ความสุขที่บ้าน เป็นหนังสือที่รวบรวมการบรรยายธรรมของพระพรหมมงคลาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ) ว่าด้วยเรื่อง การปฏิบัติธรรมเพื่อความสงบและการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาตลอดทั้งหลักการปฏิบัตินำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน ซึ่งท่านปัญญานันทภิกขุได้อธิบายเกี่ยวกับหลักปฏิบัติด้วยการสำรวมอินทรีย์ โดยให้พิจารณาเพื่อให้เกิดปัญญารู้เท่าทันและสามารถนำมาแก้ไขตนเองและปรับใช้ในชีวิตประจำวัน

โดยหนังสือ “ความสุขที่บ้าน” เป็นหนังสือที่อธิบายถึงหลักการปฏิบัติธรรมและการนำหลักธรรมมาใช้ในการชีวิตประจำวันได้อย่างชัดเจนเพราะมีการยกตัวอย่างประกอบการอธิบายอีกด้วย ตลอดทั้งมีขนาดที่เหมาะสมกับผู้อ่านในยุคสังคมปัจจุบัน มีการใช้ศัพท์และภาษาพูดอธิบายที่เข้าใจง่าย เหมาะสำหรับผู้คนทุกเพศทุกวัย ซึ่งท่านได้อธิบายได้เข้าใจถึงหลักความเป็นจริงในชีวิตได้อย่างชัดเจน ตลอดทั้งอธิบายถึงความสุขอันแท้จริงของมนุษย์ว่าเกิดขึ้นที่ใด ซึ่งมีเนื้อหาที่น่าสนใจเป็นอย่างยิ่ง

ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาสาระัตถะเนื้อหาของหนังสือเล่มนี้ว่าท่านได้อธิบายเกี่ยวกับแนวทางการปฏิบัติเพื่อความสงบสุขอย่างไร ตลอดทั้งการนำหลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้อย่างไรจึงจะสามารถเข้าถึงพุทธศาสนิกชนในปัจจุบัน

ความเป็นมาและโครงสร้างหนังสือ

หนังสือ “ความสุขที่บ้าน” เป็นหนังสือธรรมะสำหรับครอบครัวที่สมบูรณ์ เป็นหนังสือที่สรุปการปรารภธรรมของพระพรหมมงคลาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ) ซึ่งเป็นมินิบุ๊คที่เหมาะสมกับผู้อ่านในยุคปัจจุบัน เพราะมีเนื้อหาที่สั้นและเข้าใจง่าย โดยหนังสือความสุขที่บ้านมีจำนวน 24 หน้า โดยไม่ได้ระบุปีที่พิมพ์ได้เลข ISBN: 978-611-03-0044-5 และมีสาระสำคัญ คือ 1. อย่าคิดถึงอดีตด้วยอาลัย 2. ธรรมะเปรียบกระจกส่องตน 3. เตือนตนด้วยตนเอง 4. สันดานชุดได้ด้วยตัวเรา 5. ใช้ธรรมะเป็นหลักครองเรือน 6. เลิกประทุษร้ายตัวเองด้วยใจ 7. ปิดเสียบ้าง แล้วนั่งสบาย 8. วางเฉยด้วยปัญญา 9. สันติจากจิตว่าง 10. ความสงบพบได้ตลอดเวลา

จาก 10 ประเด็นที่กล่าวมานี้ ผู้ศึกษาได้อ่าน วิเคราะห์และสรุป รวมเนื้อหาไปตามลำดับขั้นตอนโดยย่อได้ดังนี้

สารัตถะของเนื้อหา

หนังสือ “ความสุขที่บ้าน” มีสารัตถะเนื้อหาดังต่อไปนี้

1) อย่าคิดถึงอดีตด้วยอาลัย

เป็นเรื่องราวที่มีพุทธศาสนิกชนได้มาถามธรรมความว่า "พระพุทธเจ้าท่านสอนว่าอย่าคิดถึงสิ่งที่ล่วงไปแล้วด้วยอาลัย...อย่าคิดถึงสิ่งที่ล่วงไปแล้วด้วยอาลัย" แกกัท่องตามหลังไป อย่าคิดถึงสิ่งที่ล่วงไปแล้วด้วยอาลัย อย่า

คิดถึงสิ่งที่ล่วงไปแล้วด้วยอาลัย ท่องให้จำเพื่อจะได้ประทับใจไว้ แต่ไม่รู้ความหมายจึงได้ถามว่ามีหมายความว่าอย่างไร หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุได้ตอบว่า หมายความว่า อะไรที่มันผ่านพ้นไปแล้วอย่าไปคิดถึง คิดแต่เรื่องเฉพาะหน้าสมมติว่าถ้าเราค้าขายขาดทุน ไม่ได้กำไรดังที่ได้ตั้งใจไว้ ก็นึกว่าเคยได้ทำไรมากมาแล้ว ขาดทุนเสียบ้างก็ไม่ใช่ไร เพราะไม่ถึงกับล้มจมอะไรเรามีบ้านช่องอยู่เป็นหลักฐาน มีสวนยาง มีกิจการหลายแห่ง ไม่เห็นจะต้องเดือดร้อนกับการขาดทุนเพียงเท่านั้น นึกอย่างนี้นึกด้วยปัญญาไม่ใช่ไร แต่ถ้านึกด้วยความโง่ความเขลา ด้วยการคิดเสียดยกสร้างปัญหา คือ สร้างทุกข์ให้ตัวเราเอง เราก็นั่งกลุ้มใจมีความทุกข์ไปเสียเปล่า ๆ ไม่ได้เรื่องอะไร คิดให้สบายใจเสียดีกว่า คิดอย่างไรใจจะสบาย ใจจะสงบ (พระพรหมมิ่งคลาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ) ม.ป.ป.: 7) **สอดคล้องกับ ท่านพุทธทาสภิกขุ**ได้กล่าวไว้ว่า ในการมองอนาคตและการขับเคลื่อนไปข้างหน้า เราจำต้องมองกลับไปยังอดีตและถอยกลับไปยังต้นตอหรือรากเหง้าของตนเอง โดยเฉพาะการกลับไปหัตถ์ตัวเอง เพื่อฝึกฝนขัดเกลาตนให้ถึงพร้อมสำหรับภารกิจข้างหน้า (พุทธทาสภิกขุ, 2546: 90)

ทัศนะผู้วิจารณ์เห็นว่า หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุกับท่านพุทธทาสได้อธิบายในเรื่องของอย่าคิดถึงอดีตด้วยอาลัย โดยให้มองไปข้างหน้าเพราะอดีตเป็นสิ่งที่ไม่สามารถแก้ไขได้ เราควรมองที่อนาคตที่ยังไม่มาถึงเพื่อที่จะเดินไปข้างหน้า

2) ธรรมะเปรียบกระจกส่องตน

พระพรหมมิ่งคลาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ) ได้กล่าวไว้ว่า มาเรียนธรรมะ มีธรรมะ แต่ไม่เอาไปใช้ใน ชีวิตประจำวัน ไปแก้ไขปัญหาชีวิต ไปปรับตัวเองให้ดีขึ้น ทำไมจึงเป็นอย่างนั้น..คล้าย ๆ กับว่าเรารับแจกกระจก ไปคนละบานๆ แต่เอาไปแขวนไว้ เอาหน้ากระจกเข้าหาฝาเสีย นี่ เอาด้านหลังกลับออกมา จะใช้ได้อย่างไร เราควร จะเอาไว้ส่องดูตัวเรา ดูตัวเรา มีความบกพร่องอะไร มีความไม่ดีด้วยประการใดบ้าง เพื่อจะได้รู้จักตัวเอง รู้สิ่งที่ เกาะจับอยู่ในใจของเรา แล้วจะได้มีการแก้ไขปรับปรุงให้ดีขึ้น ถ้าเรารู้จักเพ่งมองตัวเราด้วยปัญญา ด้วยหลักธรรมที่ เราอามาติดมาฟังมาศึกษา อะไรๆ มันก็จะดีขึ้น แต่บางทีเราก็ไม่ค่อยจะได้ใช้ คือ มัวฟังเพลิน ๆ ไปอย่างนั้น เหมือนกับมาดูลิเก ก็ยังไม่ได้ประโยชน์กับการมาศึกษาธรรมะ เรามาเรียนเพื่อให้รู้เพื่อใจแล้วเราก็ต้องนำไปเป็น หลักในชีวิตประจำวันของเราในการปฏิบัติ ว่าเรามีอะไรอยู่ในใจของเราสิ่งนั้นมันนำไปเพื่อทุกข์หรือเป็นไปเพื่อสุข อย่างแท้จริง เป็นไปเพื่อความรู้หรือว่าเพื่อความสงบในเรื่องชีวิตของเรา (พระพรหมมิ่งคลาจารย์ (ปัญญานันท ภิกขุ) ม.ป.ป.: 8) ซึ่ง**พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต)** ได้กล่าวว่า หลักคำสอนของพระพุทธเจ้าเป็นความจริง ตามธรรมชาติหรือความจริงตามธรรมดา ที่เรารู้แล้วจึงนำมาใช้ให้เป็นประโยชน์แก่ชีวิตและสังคมทั้งหมดนี้ ธรรมะ นั้นพระพุทธเจ้าได้ทรงสอนไว้ แต่บางครั้งก็เลื่อนลางจางหายไป เพราะผู้คนเห็นทาง ไม่ได้เรียนรู้ ไม่ได้ศึกษา การที่ จะนำมาใช้ปฏิบัติก็เลยไม่ค่อยจะมี มีหนำซ้ำบางที่ปฏิบัติ แต่ไขว่เขวคลาดเคลื่อน เพี้ยนไปเลย (พระพรหมคุณา ภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), 2557: 3)

ทัศนะผู้วิจารณ์เห็นว่าการศึกษาธรรมะเป็นสิ่งที่สำคัญ แต่ถ้าหากขาดการนำมาใช้ในชีวิตประจำวัน หรือนำมาปฏิบัติก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร ถ้ายากให้เกิดประโยชน์ต้องนำหลักคำสอนของพระพุทธเจ้ามาใช้และปฏิบัติ ซึ่งท่านหลวงพ่อปัญญานันทภิกขุกับหลวงพ่พุทธทาสได้กล่าวไว้อย่างชัดเจน

3) เตือนตนด้วยตนเอง

ประเด็นนี้พระพรหมมิ่งคลาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ) ได้กล่าวถึง สมมติว่าเราเป็นพ่อบ้าน เราสร้างปัญหา แม่บ้านบ้างหรือเปล่าหรือเป็นแม่บ้านสร้างปัญหาให้แก่อบ้านหรือเปล่า เราเป็นพ่อ เป็นแม่แต่สร้างปัญหาให้เกิดขึ้น แก่ลูกของเราหรือเปล่า สำหรับลูกก็ต้องคิดเหมือนกัน ต้องคิดว่าเราสร้างปัญหาให้แก่คุณพ่อคุณแม่บ้างหรือเปล่า

หรือว่าเป็นผู้ใหญ่แล้ว แต่ยังมีคุณแม่พ่อกุณแม่เราสร้างปัญหาให้ท่านเดือดร้อนใจบ้างหรือเปล่า หรือว่าเราทำให้ท่านสบายใจ มีความภูมิใจในความเป็นอยู่ของลูกคือภูมิใจว่าลูกของฉันที้ มีคุณธรรมประจำใจประพฤติดีประพฤติชอบอยู่ในแนวทางที่ดีที่งาม พ่อแม่ก็อุ่นใจสบายใจแต่ถ้าลูกประพฤติออกนอกกลุ่มนอกทาง คุณพ่อกุณแม่ก็เดือดร้อนใจแม่ลูกจะโตเป็นผู้ใหญ่แล้ว รู้จักทำมาหากินแล้ว แต่ว่ายังไม่ค่อยจะเรียบร้อย ใช้ทรัพย์ไม่ค่อยเป็น ประกอบกิจที่ไม่เหมาะสมไม่ควร คบเพื่อนเหลวไหล ใช้สตางค์เปลือง สร้างปัญหาให้แก่ตัวและครอบครัว พ่อแม่ก็พลอยเป็นทุกข์เพราะความห่วงในลูกเหล่านั้น ลูกเหล่านั้นก็ควรจะพิจารณาว่า เราประพฤติอะไรให้คุณพ่อกุณแม่เดือดร้อนใจหรือเปล่าหรือท่านประท้วงอะไรบ้างหรือเปล่า (พระพรหมมิ่งคลาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ) ม.ป.ป.: 9) **ส่วนกับ พระครูปลัดเฉลิมพร อภิวิโร** ได้กล่าวไว้ว่าเราประสบผลสำเร็จในชีวิตและการทำงานได้ตามความมุ่งหวังความสำเร็จในการดำเนินชีวิตสมัยใหม่ในการทำงานโดยใช้อิทธิบาท 4 ขออธิบาย คือ 1. การดำเนินชีวิตสมัยใหม่สู่ความสำเร็จในการทำงานโดยใช้หลัก ฉันทะ 2. การดำเนินชีวิตสมัยใหม่สู่ความสำเร็จในการทำงานโดยใช้หลัก วิริยะ 3. การดำเนินชีวิตสมัยใหม่สู่ความสำเร็จในการทำงานโดยใช้หลัก จิตตะ 4. การดำเนินชีวิตสมัยใหม่สู่ความสำเร็จในการทำงานโดยใช้หลัก (ฉันทะ) แล้วทำด้วยความมุ่งมั่น (วิริยะ) อย่างใจจดใจจ่อและรับผิดชอบ (จิตตะ) โดยใช้วิจารณ์อย่างรอบรู้และรอบคอบจึงนำไปสู่การทบทวนตัวเอง และทบทวนในการดำเนินชีวิตในการทำงานหรือทบทวนขบวนการทบทวนในสิ่งที่ได้คิดสิ่งได้ทำผ่านมาว่าเกิดผลดีผลเสียอย่างไรก็ตามก็จะนำความสำเร็จต่อการทำงานต่อไป ดังนั้นประโยชน์ในหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในหลักอิทธิบาท 4 เป็นการบริหารจัดการตนในการดำเนินชีวิตในยุคสมัยใหม่จึงมีส่วนสำคัญที่จะเป็นกระบวนการทำให้การดำเนินชีวิตสมัยใหม่สู่ความสำเร็จในการทำงานโดยเฉพาะอย่างยิ่งในการนำหลักอิทธิบาท 4 มาพัฒนาตนเอง (พระครูปลัดเฉลิมพร อภิวิโร, 2564: 23-24)

ทัศนะผู้วิจารณ์เห็นได้ว่าท่านปัญญานันทภิกขุได้อธิบายเกี่ยวกับการเตือนตนให้มีสติและพิจารณาถึงโทษที่จะเกิดตามมาหากเขานั้นได้ประพฤติไปในทางที่ไม่ดี ในส่วนของพระครูปลัดเฉลิมพร อภิวิโร ได้อธิบายว่ามนุษย์นั้นสามารถพัฒนาตนเองได้ โดยใช้หลักคำสอนทางพระพุทธศาสนา คือ อิทธิบาท 4 เป็นการบริหารจัดการตนในการดำเนินชีวิตในยุคสมัยใหม่จึงมีส่วนสำคัญที่จะเป็นกระบวนการทำให้การดำเนินชีวิตสมัยใหม่สู่ความสำเร็จ ซึ่งทั้งสองท่านได้มีทัศนะไปในทิศทางเดียวกันแต่ต่างกันที่ท่านปัญญานันทภิกขุมุ่งเน้นไปเรื่องของการพิจารณาโทษที่เกิดจากการกระทำไม่ได้ ส่วนพระครูปลัดเฉลิมพรได้แนะนำแนวทางการพัฒนาตนเอง

4) สันดานชุดได้ด้วยตัวเรา

พระพรหมมิ่งคลาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ) ได้กล่าวไว้ว่า ลูกที่ทำให้พ่อแม่เป็นทุกข์ เรียกว่า ประทุษร้ายจิต วิญญาณของพ่อแม่ การประทุษร้ายทางกายนั้นเป็นเรื่องหยาบ แต่การประทุษร้ายทางจิตวิญญาณนี้เป็นเรื่องละเอียดอ่อน เป็นเรื่องที่สร้างความทุกข์ให้แก่ท่านมาก เราควรจะหยุดยั้งจากเรื่องนั้น หรือไปสารภาพกับท่านว่า "ผมจะไม่ประพฤติอย่างนั้นอีกต่อไป ขอให้คุณแม่ไว้วางใจเถิด" บางคนก็พูดไปอย่างนั้นแหละ แต่พอกลับหลังก็ไปอีกแล้ว หาเรื่องให้แม่เดือดร้อนใจต่อไปมันติดนิสัย ไม่ใช่เรื่องอะไร สันดานมันเกิดขึ้นแล้วเอาไม่ออกออกสันดอนชุดได้ แต่สันดานชุดไม่ค่อยได้ ความจริงชุดได้ทั้ง 2 อย่าง.สันดอน...ชุดด้วยเรือชุด สันดาน...ชุดด้วยปัญญา ด้วยความอดทนด้วยการบังคับตัวเอง ด้วยความเสียสละ ถ้าเราใช้วิธีการอย่างนั้นก็รอดอกได้ มันไม่พอกพูนอยู่ในจิตใจของเรา อันนี้เป็นเรื่องที่ควรคิด (พระพรหมมิ่งคลาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ) ม.ป.ป.: 10) ส่วนท่าน**สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต)** ได้อธิบายไว้ว่า คนที่มีจิตสำนึกอันนี้ เราจะสังเกตเห็นได้ว่า ลักษณะของเขาก็คือ เขาไม่กลัวงานยาก และถ้ามีงานสองอย่าง ง่ายกับยาก คนพวกนี้กลับชอบหันเข้าหางานยาก เพราะการมีจิตสำนึกในการ

ฝึกตน ทำให้ค่อยจะหาอะไรมาฝึกตัวเอง ถือว่ายากยิ่งได้มาก เพราะถ้าเราเจองานยาก และเราทำได้ เราก็ยิ่งได้มาก ยิ่งเจองานยาก กลับยิ่งดีใจ เพราะฉะนั้น คนพวกนี้จะได้สองอย่างหนึ่ง เจองานยาก ดีใจ ใจก็สบายด้วย ไม่ทุกข์ ตรงข้ามกับคนขาดจิตสำนึกนี้ ที่ฝืนใจ เป็นทุกข์ แต่คนที่ไม่ฝืนใจ กลับสุขและดีใจสอง ทำให้มีกำลัง เพราะพร้อมที่จะทำ ตั้งใจทำ ก็เลยทำได้ผลดีอารมณ์ร้าย อารมณ์ที่ไม่น่าชอบใจ ก็เป็นเครื่องฝึกตัวเราเช่นเดียวกัน เราอาจจะถือคติว่า ยิ่งยากยิ่งได้ ยิ่งร้ายยิ่งดี คนมีจิตสำนึกในการฝึก จะมีความรู้สึกนี้ ถ้าเราสำรวจตัวเองแล้วเจอสภาพจิตนี้ ก็แสดงว่าเรามีจิตสำนึกในการฝึก คนเราถ้าทำจิตให้ถูกแล้ว จะแก้ไขสถานการณ์ได้หมด นี่ก็เป็นคุณสมบัติในใจอย่างหนึ่ง พอมองอะไรๆ ได้ถูก ทุกอย่างก็ลุล่วง จิตใจก็โปร่งโล่ง พุทธศาสนา เริ่มต้นด้วย สัมมาทิฐิ ถ้าเรามีสัมมาทิฐิ มีความเห็นชอบ ยึดถือในหลักการที่ถูกต้อง และวางท่าทีของจิตใจถูกต้องตามหลักการณ์แล้ว อะไรต่ออะไรตามมา ก็ดีไปหมด สัมมาทิฐิที่เป็นจุดเริ่มต้นในพุทธศาสนา คือความเห็นชอบ

ทัศนะผู้วิจารณ์เห็นได้ว่า ท่านปัญญานันทภิกขุได้อธิบายถึงสันดานของแต่ละบุคคลนั้นควรที่จะแก้ไขที่ตัวบุคคล โดยใช้ปัญญาในการขุดถอนด้วยการบังคับตัวเอง ด้วยความเสียสละ จึงจะสามารถขุดสันดานได้ ส่วนท่านสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้อธิบายว่าการแก้ปัญหของบุคคลนั้นควรที่จะละทิฐิและเป็นคนที่มีสัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ แล้วจะสามารถแก้ปัญหาดตนเองได้ จากที่ทั้งสองท่านได้อธิบายไว้จะเห็นได้ว่าการแก้ปัญหารื่องของสันดานนิสัยต้องแก้ที่ตัวเราเองโดยใช้ปัญญา

5) ใช้ธรรมะเป็นหลักครองเรือน

พระพรหมมงคลจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ) ได้กล่าวไว้ว่า คนอยู่ในครอบครัวก็มีปัญหากันบ่อยๆ เริ่มต้นก็อยู่กัน 2 คน คือ สามีกับภรรยา ต่อมาก็มีลูกเป็นผลออกมาต่อไป ผู้ที่อยู่ในครอบครัวนี้ ถ้าหากว่าได้ใช้ธรรมะเป็นหลักในการครองบ้านครองเรือนก็ไม่ค่อยมีปัญหาอะไร เพราะทุกฝ่ายประพฤติธรรม พ่อบ้านประพฤติธรรม แม่บ้านประพฤติธรรม มันก็ไม่มีปัญหา แต่ว่าฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งไม่ได้ประพฤติธรรมก็เกิดปัญหาแก่อีกฝ่ายหนึ่ง สร้างปัญหาแก่กันและกัน เขาเรียกว่าพ่นพิษเข้าใส่กัน ทำให้เกิดพิษขึ้นในจิตใจ จิตใจเศร้าหมองขุ่นมัว การเป็นอยู่ก็ไม่มีความสุข ไม่มีความสุขสงบเพราะขาดธรรมะเป็นหลักครองใจ (พระพรหมมงคลจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ) ม.ป.ป.: 10) ส่วนพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้กล่าวไว้ว่า ธรรมสำหรับการครองเรือน หลักการครองชีวิตของคฤหัสถ์ มี 1) สัจจะ หมายถึงความจริง ซื่อสัตย์ จริงใจ พูดจริง ทำจริง 2) ทมะ หมายถึงการฝึกฝน การข่มใจ ฝึกนิสัย ปรับตัว รู้จักควบคุมจิตใจ ฝึกหัดตัดนิสัย แก้ไขข้อบกพร่อง ปรับปรุงตนให้เจริญก้าวหน้าด้วยสติปัญญา 3) ขันติ หมายถึงความอดทน ตั้งหน้าทำหน้าที่การทำงานด้วยความขยันหมั่นเพียรเข้มแข็ง ทนทาน ไม่หวั่นไหว มั่นในจุดหมาย ไม่ท้อถอย 4) จาคะ หมายถึง ความเสียสละ สละกิเลส สละความสุขสบาย และผลประโยชน์ส่วนตนได้ ใจกว้าง พร้อมที่จะรับฟังความทุกข์ ความคิดเห็นและความต้องการของคนอื่น พร้อมทั้งร่วมมือช่วยเหลือเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่คับแคบเห็นแก่ตนหรือเอาแต่ใจตัว (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต), 2556 : 114)

ทัศนะผู้วิจารณ์เห็นได้ว่าท่านปัญญานันทภิกขุได้อธิบายเรื่องของการครองเรือนว่าควรใช้ธรรมะในการครองเรือน ทั้งสามมี ภรรยา บุตร ธิดา ต้องรู้หน้าที่ของตนเอง ตั้งมั่นอยู่ในศีลธรรมอันดีจะทำให้ครอบครัวนั้นมีความสุข ส่วนท่านพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้กล่าวว่าการครองเรือนจะต้องมีฆราวาสธรรม 4 คือ สัจจะ ความซื่อตรงต่อกัน ทมะ ความข่มใจ ขันติ ความอดทน จาคะ ความเสียสละ ซึ่งสามารถนำมาขยายความเกี่ยวกับการใช้ธรรมะในการครองเรือนได้ให้เข้าใจมากยิ่งขึ้น

6) เลิกประทุษร้ายตัวเองด้วยใจ

พระพรหมมงคลจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ) ได้กล่าวไว้ว่า ประทุษร้ายตัวเอง หรือทำลายตัวเองนั้น หมายความว่า ตัวเราที่แท้จริงนั้นมีความสุข สงบ สะอาด สว่างทางใจ ใจเราสงบอยู่ใจเราสะอาดอยู่ ใจเราสว่างอยู่ด้วยปัญญา แต่ถ้ามีอะไรเกิดขึ้นกลุ้มรุมจิตใจ เช่น มีราคะเกิดขึ้นใจก็ไม่สะอาด ไม่สว่าง ไม่สงบ มีโทสะเกิดขึ้นก็ไม่ใช่สะอาด สว่าง สงบ มีโมหะเกิดขึ้น ก็ไม่ใช่สะอาด สว่าง สงบ สภาพจิตเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ไม่เหมาะสมไม่ควรด้วยประการต่างๆ สร้างปัญหาความทุกข์ความเดือดร้อนใจให้เกิดขึ้นในชีวิตของเรา ส่วนท่านพุทธทาสภิกขุได้กล่าวไว้ว่า สติปัญญาตามธรรมชาตินั้นไม่ได้รับการแวดล้อมอย่างถูกต้อง เริ่มตั้งแต่เด็กที่อยู่ในครรภ์มารดา ต่างก็ไม่ได้รับรู้ รสอะไร ไม่มีความรู้สึกนึกคิด จนออกมาสู่โลกภายนอกการรับรู้ทางประสาทสัมผัส คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ต่างก็ได้รับการแวดล้อมได้รับการบำรุง มีสิ่งที่ถูกใจ ความถูกใจจึงทำให้เกิดความรู้สึกว่า มีตัว ยิ่งถูกใจยิ่งต้องการและมีความยึดมั่นถือมั่นหรือ เรียกว่า ตัวกู ของกู (พุทธทาส ภิกขุ, 2545, หน้า 8)

ทัศนะผู้วิจารณ์เห็นว่า ท่านปัญญานันทภิกขุได้อธิบายเกี่ยวกับความสุข สงบ สะอาดทางใจ สว่างอยู่ด้วยปัญญา และไม่สว่าง สงบ เพราะอำนาจของ ราคะ โทสะ โมหะ จนก่อให้เกิดปัญหาต่างๆ ซึ่งท่านพุทธทาสได้อธิบายว่า สติปัญญาของมนุษย์นั้นมีอยู่ในตัวตนแต่ขาดการฝึกฝนพิจารณาทำให้ไม่เห็นโทษของกิเลส และลุไปด้วยอำนาจของ ราคะ โทสะ โมหะ ซึ่งจะเห็นได้ว่าทั้งสองท่านนั้นได้มีทัศนะไปในทางเดียวกันแต่อธิบายแตกต่างกันออกไป

7) ปิดเสียบ้าง แล้วนั่งสบาย

พระพรหมมงคลจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ) ได้กล่าวไว้ว่า อันนี้ก็คือ "ความสำรวม" นั่นเอง สำรวมตาเป็นดี สำรวมหูเป็นดี สำรวมจมูก สำรวมปาก สำรวมกาย สำรวมใจ สำรวมได้ทั้งหมดก็เรียกว่าดีมีความสุขทางใจ เพราะเราระวังไม่ให้อะไรเข้ามากระทบ แต่ว่าเราจะปิดมันก็ไม่ได้ หูปิดมันก็ไม่ได้ เราก็ต้องปล่อยให้สิ่งต่าง ๆ ผ่านมา แต่ว่าฝึกมันโดยเราต้องรู้ เอาสติกำหนดรู้เข้าไปประกบไว้ อย่าให้เกิดยินดียินร้าย ในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสเหล่านั้นนั้นแหละตัวสำคัญ ควบคุมใจตัวเองมันก็ควบคุมได้หมด (พระพรหมมงคลจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ) ม.ป.ป.: 17) ซึ่งสอดคล้องกับท่านพุทธทาสภิกขุ อธิบายไว้ว่า อินทรีย์ หมายถึง วัตถุ หรือเพศพรรณ เรื่องราวที่เป็นใหญ่ เป็นจอม เป็นอิสระ เฉพาะในที่นี้ ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ รวมหกอย่างสำหรับทั่วไปในที่อื่นๆ ได้แก่ สัทธา วิริยะ เป็นต้น (ในอินทรีย์ห้า) ก็มี ได้แก่ เพศหญิงเพศชายความเป็นพระอรหันต์ เป็นต้น (ในอินทรีย์สิบสอง) ก็มีทั้งนี้มีหลักว่า วัตถุที่สำคัญเป็นจอมแห่งวัตถุเดียวกัน หรือสำคัญในหน้าที่แผนกหนึ่งๆ ได้แล้ว ย่อมเรียกว่า อินทรีย์ได้ทั้งนั้น เช่น นกอินทรีย์ เป็นจอมแห่งนก ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ เป็นใหญ่ อย่างตนะ คือ ตา เป็นต้น เหล่านี้ส่วนหนึ่งๆ ล้วนเป็นอิสระเต็มที่แผนกหนึ่ง ได้แก่ ในการเห็นรูป ย่อมสิทธิ์ขาดอยู่ที่ตาการฟังเสียงอยู่ที่หู เป็นต้น จะเกิดผลดี หรือความฉิบหายร้ายแรงขึ้นในแผนกนี้ ก็เพราะการกระทำของอวัยวะ อันนี้ (พุทธทาสภิกขุ, 2549: 214)

ทัศนะผู้วิจารณ์เห็นว่า ท่านปัญญานันทภิกขุได้อธิบาย ปิดเสียบ้าง แล้วนั่งสบาย เป็นการสำรวมกาย วาจา ใจ โดยใช้สติเป็นตัวกำหนดรู้ ก็จะทำให้สามารถเข้าใจการทำหน้าที่ของ ตา หู จมูก ปาก ลิ้น กาย ใจ ได้และจะนำไปสู่ความสุขส่วนท่านพุทธทาสได้อธิบายว่า ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นั้นมีอิสระซึ่งก่อกองผลดีและความฉิบหายให้แก่ตนเองได้ จากทัศนะทั้งสองท่านผู้ศึกษาเห็นว่า อายตนะของมนุษย์นั้นสามารถฝึกได้ด้วยการเจริญวิปัสณากรรมฐาน

8) วางเฉยด้วยปัญญา

พระพรหมมงคลจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ) ได้กล่าวไว้ว่า ภาษาธรรมะเขาเรียกว่า อิกฺขณฺณมณฺเฑ คืออารมณ์ที่น่าพอใจก็เกิดความยินดี อนิกฺขณฺณมณฺเฑ คือ อารมณ์ที่ไม่น่าพอใจก็จะเกิดความยินร้ายยินดีมันก็ผิด ยินร้ายมันก็ไม่ถูก

ไม่ตีทั้งนั้นแหละ ไม้ที่ตีนั้นก็คือ ไม้ยืนดี ไม้ยืนร้าย อยู่ในสภาพวางเลยด้วยปัญญา นี่ก็หมายความว่าเพราะเรารู้ว่าอะไรเป็นอะไร รู้ว่าสิ่งนั้นคืออะไร เกิดขึ้น ตั้งอยู่ดับไปอย่างไร มันมีความเปลี่ยนแปลงอย่างไร ไม่มีอะไรที่เรียกว่าเป็นเนื้อแท้ในตัวของมันเอง ของจริงมันไม่มีหรอก มีแต่ของปลอมทั้งนั้น (พระพรหมมังคลาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ) ม.ป.ป.: 18) ส่วน**แก้ว ขิตตะขบ** ได้อธิบายไว้ว่าอุเบกขา คือ ปัญญาอันสุดยอด อุเบกขาเป็นคุณลักษณะของปัญญาที่ทำให้ตนเป็นกลางได้ วางใจเป็นกลางอันจะให้ดำรงอยู่ในธรรมตามที่พิจารณาเห็นด้วยปัญญา มีจิตเรียบตรงเที่ยงตรงดุจตราขึง ไม่เอนเอียงด้วยรักและชังพิจารณาเห็นกรรมที่สัตว์ทั้งหลายกระทำแล้วอันควรได้รับในสิ่งที่ทำไป ผลดีหรือชั่วสมควรแก่เหตุอันประกอบพร้อมที่จะวินิจฉัยและปฏิบัติไปตามธรรม รวมทั้งรู้จักวางเฉยสงบใจมองดูในเมื่อไม่มีจิตที่ควรทำเพราะเขาได้รับผิดชอบตนได้ดีเขาสมควรรับผิดชอบตนเองหรือเขาได้รับผลอันสมควรกับความรับผิดชอบของตน (แก้ว ขิตตะขบ, 2547)

ทัศนะผู้วิจารณ์เห็นว่า ท่านปัญญานันทภิกขุได้อธิบาย อารมณ์ที่น่าพอใจก็เกิดความยินดี อารมณ์ที่ไม่น่าพอใจ สามารถวางเฉยด้วยปัญญา เพราะปัญญานั้นเป็นสิ่งที่ทำให้มนุษย์นั้นเข้าใจและสามารถนำมาพิจารณาว่าสิ่งไหนควรสิ่งไหนไม่ควรได้ ส่วน**แก้ว ขิตตะขบ** ได้อธิบายว่า อุเบกขาเป็นคุณลักษณะของปัญญาที่ทำให้ตนเป็นกลางได้ และเป็นเครื่องสงบใจให้รู้จักผิดชอบชั่วดีได้ จะเห็นได้ว่าทั้งสองท่านนั้นมีทัศนะไปในทิศทางเดียวกัน

9) สันติจากจิตว่าง

พระพรหมมังคลาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ) ได้กล่าวไว้ว่า ความว่างคือมันว่างจากกิเลส ไม่มีความโลภ ความโกรธ ความหลง เรียกว่าว่าง คือ นั่งอยู่เวลานี้ มันไม่เกิดความโลภอะไร ไม่เกิดความโกรธด้วย แล้วก็ไม่ได้มีความหลงอะไร มันก็ว่าง หรือไม่คิดริษยาใครไม่คิดพยาบาทใคร สภาพจิตอยู่ในความว่างจากกิเลส เวลาใดเราว่างจากกิเลส เวลานั้นเรามีความสงบเรียกว่า สันติเกิดขึ้นในใจของเรา สุขอันยิ่งไปกว่าสงบ ไม่มี ความสุขที่แท้ก็คือจิตสงบ จิตว่างจากกิเลส (พระพรหมมังคลาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ) ม.ป.ป.: 20) สอดคล้องกับ**ท่านพุทธทาสภิกขุ** ได้กล่าวไว้ว่า การกำหนดความว่างจากตัวตนทุกสิ่งที่เราหยาบขึ้นมาดูด้วยปัญญา ทุก ๆ อย่างแล้วแต่จะแจกตามลำดับ กำหนดอะไรก็กำหนดอันนั้นว่าว่างจากตนหนอ ว่างหนอ ว่างหนอ อยู่อย่างนี้ จิตรู้สึกต่อความว่างจากตัวตนของสิ่งเหล่านั้น จะให้ง่ายก็กำหนดว่ามันว่าง คือ ภาวะที่ไม่มีกิเลส ไม่มีทุกข์ ไม่มีอุปาทาน นั่นคือว่างที่แท้จริงหรือสูญตาที่แท้จริง แล้วก็พิจารณาที่ภาวะแห่งความว่าง ว่าภาวะแห่งความว่างนั้นเป็นไปตามกฎของธรรมชาติเมื่อว่างที่สุดก็คือ ถึงพระนิพพาน (พุทธทาสภิกขุ, 2548 : 10-24)

ทัศนะผู้วิจารณ์เห็นว่า ท่านปัญญานันทภิกขุได้อธิบายเกี่ยวกับความว่างว่าเป็นสภาวะที่ว่างจากกิเลส ตัณหาที่เกิดขึ้นในใจเรา ซึ่งสอดคล้องกับท่านพุทธทาสที่ได้อธิบายเรื่องขอความว่างว่า การกำหนดว่ามันว่าง คือ ภาวะที่ไม่มีกิเลส ไม่มีทุกข์ ไม่มีอุปาทาน นั่นคือว่างที่แท้จริงหรือสูญตาที่แท้จริง

10) ความสงบพบได้ตลอดเวลา

พระพรหมมังคลาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ) ได้กล่าวไว้ว่า ความเพลิดเพลนหรือความสุขแบบนั้น มันต้องลงทุนเที่ยวแสวงหา ต้องไปที่นั่นต้องไปที่นี้ เพื่อไปดูไปชมกันแล้วก็จะได้เกิดควนเพลิดเพลนในทางจิตใจ เป็นความสุขที่ต้องจ่ายทรัพย์ แต่ความสุขที่เกิดจากความสงบนั้นไม่ต้องจ่ายไม่ต้องลงทุนอะไร นั่งสงบอยู่ในบ้านก็ได้ อยู่ในห้องพระก็ได้หรืออยู่ในครัวก็ยังนั่งสงบไปได้ นั่งตรงไหนใจสงบทั้งนั้นเมื่อเรานั่งที่ใดใจสงบ ที่นั่นนั้นเป็นทิพย์นอนสงบก็นอนเป็นทิพย์กินอาหารด้วยความสงบใจก็อาหารทิพย์ เสื้อผ้าที่เราแต่งห่มเรามีความสงบใจ ไม่มีความคิดแข่งขันกับใคร ๆ เราพอใจมันก็สบายไม่ค่อยเกิดอะไรวุ่นวายช่วยให้คนมันมีกิเลสน้อยลง แต่ถ้าเราแต่งตัวเปิดนินิดนี้หน่อย มันทำให้เกิดปัญหาคนที่ได้ประสบพบเห็น ทำให้จิตใจฟูขึ้นบ้างแพลงไปบ้าง เกิดอารมณ์ สิ่งเหล่านี้

เขาเรียกว่าสิ่งแวดล้อม ถ้าเราช่วยปรุงมันก็ดีเหมือนกัน เรียกว่าให้พอดี ๆ มันก็พอสบาย ช่วยให้คนมีความรู้สึกในทางกิเลสน้อยลงไป ส่งเสริมสิ่งที่เป็นไปเพื่อความสะอาด ความสงบ ความสว่างทางจิตใจ มันก็ดีขึ้น มีความเรียบร้อยขึ้น มันอยู่ที่ความเข้าใจของบุคคลนั้น พื้นฐานทางจิตใจของบุคคลนั้นมองอะไรเห็นเป็นดีก็ได้ เห็นชั่วก็ได้ เห็นเป็นเรื่องให้เกิดความทุกข์ก็ได้ เห็นเป็นเรื่องให้เกิดความสงบก็ได้ มองด้วยปัญญาก็ได้ มองด้วยกิเลสก็ได้ สุดท้ายแล้วแต่จะมองถ้ามองในแง่ใด ก็เกิดปฏิกิริยาทางจิตใจในแง่ไหน ถ้ามองไปแสงเริ่มกิเลส มันก็เกิดกิเลส มองในทางส่งเสริมปัญญามันเกิดปัญญาถ้ามองในทางส่งเสริมปัญญาก็เกิดธรรมะ เห็นธรรมะในสิ่งนั้นเห็นความไม่เที่ยง เห็นความทุกข์ เห็นความเป็นอนัตตาในสิ่งเหล่านั้น จิตก็ว่างจากกิเลสที่เกิดขึ้นกลุ่มมัจจุใจนี้แหละคือความสงบที่เราควรรู้จักถึงกัน แล้วควรจะปฏิบัติอยู่สม่ำเสมอ ต้องหมั่นพิจารณาตัวเอง ตักเตือนตัวเอง ให้รู้ว่าเรานี้มันขาดตกบกพร่องในเรื่องอะไร เพื่อปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้น ชีวิตจะมีค่าเพราะการปฏิบัติธรรม พระพรหมมิ่งคลาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ) ม.ป.ป.: 22 สอดคล้องกับ**พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต)** ได้กล่าวไว้ว่า สมมติของเราสมานนั้นแปลง่าย ๆ ว่า ภาวะที่จิตตั้งมั่น พุทธศาสนิกชนจำแนกทีเดียว เช่น ในองค์มรรคข้อสัมมาสมาธิ เราแปลกันว่าจิตตั้งมั่นชอบจิตตั้งมั่น หมายความว่า จิตเรียบสม่ำเสมอ จับอยู่กับสิ่งใดก็มั่นคง อยู่กับสิ่งนั้น แล้วเดินเรียบไม่วอกแวก ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่กระสับกระส่าย ไม่กระวนกระวาย จิตอยู่ตัว ลงตัว แน่วแน่ ถ้าจะพิจารณาคิดเรื่องอะไรก็อยู่กับสิ่งนั้นสิ่งเดียว สิ่งอื่นเข้ามาแทรกมากวนไม่ได้ อย่างนี้เรียกว่า “สมาธิ” ถ้าพูดอย่างภาษาชาวบ้าน สมาธิก็คือการที่จิตของเราอยู่กับสิ่งที่ต้องการได้ตามต้องการ แค่นี้ก็เป็นสมาธิแล้วแต่ถ้าแปลตามภาษาแบบวิชาการ ก็จะบอกอย่างที่เราพูดกันว่า ความมีจิตตั้งมั่น คือจิตมีอารมณ์หนึ่งเดียว หมายความว่า จะคิดจะกำหนดจะจับอยู่กับเรื่องใด ก็อยู่กับเรื่องนั้น ไม่ฟุ้งซ่านหลุดลอยไปเรื่องอื่น ถ้าใจอยู่กับสิ่งที่ต้องการได้อย่างนี้ เรียกว่าเป็น สมาธิ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) 2540: 6)

ทัศนะผู้วิจารณ์เห็นว่า ท่านปัญญานันทภิกขุได้อธิบายเกี่ยวกับความสงบนั้นมีอยู่ทุกที่ของเพียงแค่จิตใจเราสงบ ไม่ว่าจะทำอยู่ที่ไหนเราก็จะมีความสุข แต่ถ้าหากเรานั้นจิตใจไม่สงบไปอยู่ที่ไหนก็จะมีไม่มีความสุข ส่วนท่านพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้อธิบายว่า การเจริญการกรรมฐานหรือการฝึกสมาธินั้นจะนำพาไปสู่ความสงบและความสุขอันแท้จริง ซึ่งจะเห็นได้ว่าทั้งสองท่านมีทัศนะไปในทิศทางเดียวกัน

สรุปจุดเด่นและข้อพิจารณาโดยรวม

จากการได้อ่านหนังสือ “ความสุขที่บ้าน” ผู้วิจารณ์จะขอยกจุดเด่นของหนังสือตลอดทั้งข้อเสนอแนะโดยมีดังต่อไปนี้

- 1) เป็นหนังสือที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับการปฏิบัติตลอดทั้งการนำหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้ามาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เป็นหนังสือที่ใช้ภาษาที่เข้าใจง่ายและอธิบายยกตัวอย่างแต่ละประเด็นไว้อย่างชัดเจน ซึ่งหนังสือเล่มนี้มีประเด็นหลักพอสรุปใจความได้ คือ การปฏิบัติธรรม และการนำหลักธรรมคำสอนมาใช้ในชีวิตประจำวัน ตั้งแต่ระดับบุคคล ครอบครัว และการอยู่ร่วมกันในสังคม
- 2) เป็นหนังสือมีนิพจน์ที่มีขนาดที่เหมาะสมกับนักอ่านรุ่นใหม่ ที่มีเนื้อหาที่กระชับและเข้าใจง่าย
- 3) อธิบายหลักธรรมคำสอนและหลักการปฏิบัติได้อย่างชัดเจนและสามารถนำมาใช้ในชีวิตประจำวันได้ โดยจะมุ่งเน้นไปในเรื่องของธรรมะมาปรับใช้ในชีวิตประจำวัน นอกจากนี้ท่านปัญญานันทภิกขุยังได้อธิบายหลักการปฏิบัติกรรมฐานที่เข้าใจง่ายในเรื่องของความสงบ คือ การฝึกจิตของตน ด้วยการพิจารณาอายตนะภายในและภายนอกเพื่อให้เกิดความเข้าใจซึ่งเป็นเครื่องนำพาไปสู่ความสงบ

สิ่งที่ผู้วิจารณ์อยากเสนอเพิ่มเติม หนังสือ “ความสุขที่บ้าน” มีเนื้อหาสาระที่ดีแต่การเรียบเรียงหรือการตั้งหัวข้อในหนังสือนั้นขาดความรวบรัดและไม่ตรงกับสารบัญ เพื่อให้ง่ายต่อการอ่านหรือศึกษาเป็นประเด็นควรที่จะกำหนดหัวข้อเรื่องและสารบัญให้ชัดเจนมากยิ่งขึ้น

องค์ความรู้ใหม่

หนังสือ “ความสุขที่บ้าน” เป็นหนังสือที่รวบรวมจากการแสดงปาฐกถาธรรมของหลวงพ่อดิเรกปัญญานันทภิกขุ ที่อธิบายหลักการนำธรรมะที่ได้จากการศึกษาและการปฏิบัติมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ ซึ่งจะมุ่งเน้นไปในเรื่องของกรรมมีสติเพื่อที่จรรโลงปัญญามาแก้ไขส่วนที่บกพร่องของบุคคลที่เกิดจาก ราคะ โทสะ โมหะ เป็นหลักจนทำให้เกิดความสงบสุขภายในจิตใจของตนและอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

เอกสารอ้างอิง

- แก้ว ชิตตะขบ. (2547). รวมวิชาธรรมศึกษา ชั้นตรี. กรุงเทพมหานคร: การศาสนา.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต). (2556). พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์. พิมพ์ครั้งที่ 25. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แพรวแอนดโฮม จำกัด.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). (2557). การศึกษาฉบับง่าย. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา.
- พระพรหมมิ่งคลาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ). (ม.ป.ป.) ความสุขที่บ้าน, กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา,
- พุทธทาสภิกขุ (2545). ธรรมะคุ้มครองโลก. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา.
- พุทธทาสภิกขุ. (2546) เล่าไว้เมื่อวัยสนธยา. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิโกลมลคิมทอง.
- พุทธทาสภิกขุ. (2548.) การปฏิบัติ เพื่อความมีจิตว่าง. กรุงเทพมหานคร: ไพลินบุ๊คเน็ต จำกัด.
- พุทธทาสภิกขุ.(2549). ตามรอยพระอรหันต์. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุขภาพใจ.
- พระเฉลิมพร อภิวิโร, (2564). รูปแบบการเผยแผ่พระพุทธศาสนาในยุควิถีใหม่ ของพระสังฆาธิการ กรุงเทพมหานคร. ดุษฎีนิพนธ์การจัดการเชิงพุทธศาสนศึกษาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรวิทยาลัย.