

## คำนำ

สมัยนี้ ผู้เข้ามาบรรพชาอุปสมบทใหม่ มีเวลาน้อยเพียง ๑๕ - ๒๐ วัน เป็นส่วนมาก เพื่อให้ผู้มาใหม่ได้รับรสพระธรรมติดตัวนำไปปฏิบัติในการแสวงหาเลี้ยงชีพ ซึ่งจำเป็นต้องฝ่าอุปสรรคหลายด้าน ถ้าใช้ธรรมะเป็นเครื่องบริหารจิตใจ จะเป็นอุบายให้หลบหลีกจากอุปสรรค และให้ถึงความสุขทั้งทางคิโลกและคติธรรม

หนังสือเล่มนี้ จะช่วยอาจารย์ผู้สอนให้มีแนวการสอนอย่างเร่รัด สดกับมีเวลาน้อย ทำความเข้าใจให้ผู้รับการอบรมไม่รู้สึกว่า เป็นสิ่งที่ยากเกินวิสัย จูงใจให้เกิดความสนใจยิ่งขึ้น ส่วนผู้มุ่งปฏิบัติทางธรรม โดยตรง ก็มีแนวให้ไว้สำหรับปฏิบัติตามอรรถาจารย์

ขอมอบให้เป็นกรรมสิทธิ์ของมูลนิธิมหามกุฏราชวิทยาลัยต่อไป

**พระธรรมดิลก (วิชมัย)**

วัดบวรนิเวศวิหาร

วันที่ ๒๕ ธันวาคม ๒๕๑๖

หัวข้อสอนธรรมะ

สำหรับนวกภิกขุ วัดบวรนิเวศวิหาร

ผู้บันทึก

สุชาโต ภิกขุ (สุชาติ ไกรฤกษ์)

นวกะปี ๒๕๑๖

ก่อนเรียนธรรมะต้องฟังนิทานเรื่องตาบอดคลำช้าง เขานำช้าง  
มาให้คนตาบอดคลำ

เขาเองวงช้างมาให้คนตาบอดคลำดูแล้วถามว่า เหมือนกับ  
อะไร คนตาบอดตอบว่า อ่อนเหมือนแขนคนเรา ใช้เหยียบอะไรก็ได้

เขานำคนตาบอดไปคลำที่ขาช้าง คนตาบอดคลำไปคลำมาก็บอก  
ว่า เหมือนเสาบ้าน

เขาเอามือของคนตาบอดไปคลำที่หางช้าง คนตาบอดก็บอกว่า  
เหมือนกับไม้กวาด

เรื่องของคนตาบอดคลำช้างฉันใด การเรียนธรรมก็ฉันนั้น

แต่อย่างไรก็ตาม การเรียนธรรมะนั้น ยิ่งเรียนยิ่งรู้ ยิ่งพิจารณา  
ยิ่งสว่าง กำลังเรียนเหมือนกับคนตาบอดจริง ครั้นเรียนแล้วตากลับ  
สว่าง สว่างดีกว่าคนไม่บอดทั้งไม่เรียนธรรมะ

สุชาโต

๑๒ พ. ค. ๑๖

### หลักการเรียนธรรมะ

ธรรมชาติของคนเรา ชอบทำตามใจตน ถือตนเป็นใหญ่ ทำอะไรก็เพื่อตน ถ้ามีอำนาจก็ถืออำนาจเป็นใหญ่

ธรรมดาของคนเรา อยู่คนเดียวก็เปลี่ยวจิต ต้องมีคู่ ต้องมีครอบครัวอยู่เป็นหมู่ เป็นเหล่า เป็นคณะ รวมเป็นประเทศชาติ

เรื่องของคนเรา โดยมากไม่รู้จักเรื่องของตนเอง ชอบไปรู้เรื่องของคนอื่น บางทีรู้เรื่องของคนอื่นดีกว่าเรื่องของตน เรื่องของตนเอง ฝึกได้ยาก ฝึกช่างมั่วว้าวควายตลอดจนถึง ฝึกหัดให้เล่นละคนได้ แต่ตนเองฝึกไม่ได้ ต้องบังคับกันอยู่เสมอ

การเรียนธรรมะ ก็เพื่อให้รู้จักความจริง รู้จักเรื่องของตน ซึ่งเป็นเรื่องธรรมดา ๆ

๑. เพื่อให้รู้ว่าคนอื่นเขาก็เหมือนเรา
๒. เพื่อให้รู้จักเห็นใจซึ่งกันและกัน อย่างที่ว่าเห็นอกเห็นใจเรา
๓. เพื่อให้รู้จักสิทธิหน้าที่ของตน
๔. เพื่อให้รู้จักเคารพสิทธิของกันและกัน
๕. เพื่อให้รู้จักความต้องการของสังคม
๖. เพื่อให้รู้จักปรับปรุงตัวเองเข้ากับสังคมและสิ่งแวดล้อม
๗. เพื่อให้รู้จักส่งเสริมมนุษยธรรม
๘. เพื่อสวัสดิภาพของตนเองและผู้อื่น
๙. เพื่อให้รู้จักทางพ้นทุกข์

### คนกับธรรมะ

ก่อนจะเรียนธรรมะ ควรทำความเข้าใจในเรื่องของคน คนนั้น ตามหลักชีววิทยากล่าวว่า เนื่องมาจากเซลล์ ความวิวัฒนาการของเซลล์ หลายล้านปีจึงกลายเป็นคน

### พระพุทธศาสนาถือว่าคนเกิดมาจาก

๑. อวิชชา ความไม่รู้
๒. ตัณหา ความทะยานอยาก
๓. อุปาทาน ความยึดถือ
๔. กรรม คือการกระทำทางกาย วาจา ใจ

### ธรรมะอยู่ที่ไหน ?

ธรรมะอยู่ที่ร่างกายของคนเรา ชีวิตของคนเราเติบโตขึ้นมาจาก เด็ก เป็นหนุ่มเป็นสาว จากหนุ่มสาวเป็นผู้ใหญ่ จากผู้ใหญ่เป็นคนแก่ คนชราแล้วก็ตาย นี่เรียกว่าวิวัฒนาการของชีวิต ซึ่งเป็นเรื่องธรรมดาๆ ของชีวิตหมุนเวียนกัน

ชีวิตของคนเรามีความต้องการ ๓ อย่าง คือ :-

๑. ความต้องการทางร่างกาย ได้แก่ปัจจัย ๔ เช่น อาหาร เครื่องนุ่งห่ม
๒. ความต้องการทางสังคม
๓. ความต้องการทางจิตใจ

ธรรมะเท่านั้น ที่จะป็นเหตุสนับสนุน ให้ความต้องการของคน เป็นไปตามเหมาะ ตามควร ตามความเหมาะสม

### เราเรียนธรรมะทำไม ?

เราเรียนธรรมะเพื่อให้รู้จักตนเองเมื่อรู้จักตนเองแล้วย่อมสามารถ

๑. ในการป้องกันรักษา
๒. ในการแก้ไขปรับปรุง
๓. ในการปฏิบัติให้ถูกต้อง
๔. ในการพัฒนาจิตใจ

### คำสอนของพระพุทธศาสนา

ท่านกล่าวว่ามีทั้งหมด ๘๔,๐๐๐ พระธรรมชั้นตรี รวมเรียกว่า  
พระไตรปิฎก พระไตรปิฎกแบ่งออกเป็น ๓ คือ :-

- |               |        |                |
|---------------|--------|----------------|
| ๑. พระวินัย   | ๒๑,๐๐๐ | พระธรรมชั้นตรี |
| ๒. พระสุตต    | ๒๑,๐๐๐ | พระธรรมชั้นตรี |
| ๓. พระอภิธรรม | ๔๒,๐๐๐ | พระธรรมชั้นตรี |

### การศึกษาทางพระพุทธศาสนา

๑. ศึกษาเพื่อให้รู้จักประโยชน์ในปัจจุบัน
๒. ศึกษาเพื่อให้รู้จักประโยชน์ในอนาคต
๓. ศึกษาเพื่อให้รู้จักประโยชน์ยิ่ง ๆ ขึ้นไป

ศาสนาในโลกมีมากมาย เฉพาะศาสนาใหญ่ ๆ มีผู้นับถือจำนวนมาก ได้แก่

๑. ศาสนาพราหมณ์ มีอายุ ๓,๐๐๐ ปีเศษ

๒. ศาสนาพุทธ " ๒,๕... "

๓. ศาสนาคริสต์ " ๑,๕... "

๔. ศาสนาอิสลาม " ๑,๔... "

ศาสนาต่าง ๆ เหล่านี้ พิจารณาคุณลักษณะต่าง ๆ ของศาสนา จะเห็นว่า

๑. นับถือธรรมชาติ

๒. นับถือผีสงและวิญญาณ

๓. สอนให้นับถือพระผู้เป็นเจ้า ทุกสิ่งทุกอย่างพระผู้เป็นเจ้าเป็นผู้สร้าง

๔. ส่วนพระพุทศาสนาสอนให้เชื่อเหตุผล

มูลเหตุที่ทำให้เกิดศาสนา

๑. เพราะความไม่รู้

๒. เพราะความกลัว

๓. เพราะความต้องการของสังคม

๔. เพราะความจำเป็นของครอบครัว

แบบประกอบนักธรรมตรี - อธิบายธรรมในนวโกวาท - หน้าที่ 6







### ความหมายของคำว่าธรรมะ

หมายถึงสิ่งทุกสิ่ง ตั้งแต่สิ่งที่เห็นและไม่เห็น ใจนึกถึงรูปธรรม objective นามธรรม subjective หมายถึงหน้าที่ ๆ ตนต้อง ปฏิบัติตามกฎธรรมชาติ หมายถึงสิ่งหรือสภาพที่ทรงตัวเองไว้ เคยเป็น อยู่อย่างไรก็คงเป็นอยู่อย่างนั้น การทรงตัวเองไว้ได้นี้แหละเรียกว่า ธรรมะ ถ้าเป็นอย่างดีก็ทรงความดีไว้ตลอดไป ถ้าเป็นอย่างชั่วก็ทรง ความชั่วไว้ตลอดไป ถ้าไม่ดีไม่ชั่วเป็นกลาง ๆ ก็ทรงความเป็นกลาง ๆ อยู่อย่างนั้น

ลักษณะทั่วไปของธรรมะมีอยู่ ๓ อย่างคือ อย่างดีเรียกว่า กุศล- ธรรม อย่างชั่วเรียกว่า อกุศลธรรม อย่างกลาง ๆ ไม่ดีไม่ชั่วเรียกว่า อัปยาคฤตธรรม ประเภทของธรรมะมี ๓ ประการ คือ

๑. ธรรมที่ต้องศึกษาเล่าเรียน เรียกว่า ปริยัติธรรม
๒. ศึกษาแล้วปฏิบัติตาม เรียกว่า ปฏิบัติธรรม
๓. ได้ผลจากการปฏิบัตินั้น เรียกว่า ปฏิเวธธรรม

ธรรมะโดยทั่วไปมี ๓ คือ

๑. จริยธรรม เป็นข้อปฏิบัติทั่ว ๆ ไป
๒. สัจจธรรม ความจริงที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้
๓. ปรมัตถธรรม ธรรมชั้นสูง

หน้าที่ของธรรมะมี ๓ ประการ คือ

๑. ธรรมะที่เป็นส่วนเหตุ เช่น สติปัญญา ๔ ตัณหา ความอยากเป็นต้น

๒. ธรรมะที่เป็นอุปการะ เช่น สติความระลึกได้ สัมปชัญญะ  
ความรู้ตัว
๓. ธรรมะที่เป็นส่วนผล เช่น ทุกข์ ความเดือดร้อนทางกาย  
ใจ ญาณ ความรู้เป็นต้น

### รัตนะมี ๓

๑. พุทธรัตนะ หมายถึงผู้สั่งสอนให้รู้ทางพ้นทุกข์
๒. ธรรมรัตนะ หมายถึงคำสอนที่มีเหตุผล ทำให้ผู้ปฏิบัติ  
พ้นทุกข์
๓. สังฆรัตนะ หมายถึงผู้ปฏิบัติตามคำสอนด้วย สุปฏิปันโน  
อุชุปุณฺณโน ฌายปฏิปันโน และ สามิฉิปุณฺณโน

### พระสงฆ์มี ๒ อย่าง คือ

๑. อริยสงฆ์ หมายถึงผู้ปฏิบัติได้ธรรมชั้นสูง มีโศคาปัตติ-  
มรรค โศคาปัตติผล สกทาคามิมรรค สกทาคามีผล  
อนาคามิมรรค อนาคามีผล อรหัตตมรรค อรหัตตผล
๒. สมมุติสงฆ์ หมายถึงสงฆ์ที่ยังต้องศึกษาเล่าเรียน ยังมี  
กิเลส เป็นปุถุชน

### คุณของพระพุทธเจ้ามี ๕ ประการ

๑. อรหํ เป็นผู้ไกลจากกิเลส
๒. สมฺมาสมฺพุทฺโธ เป็นผู้ตรัสรู้ชอบโดยพระองค์เอง
๓. วิชฺชาจรณสมฺปนฺโน เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชา ๓  
จรณะ ๑๕

๔. สุกโต เป็นผู้ไปดี
  ๕. โลกวิทู เป็นผู้รู้โลก
  ๖. อนุตฺตโร ปุริสทมฺมสารถิ เป็นผู้ฝึกผู้ควรฝึก ไม่มีใคร  
ยิ่งกว่า
  ๗. สตุถา เทวมนุสฺसानํ เป็นครูสอนเทวดาและมนุษย์
  ๘. พุฑฺโธ เป็นผู้ตื่น
  ๙. ภควา เป็นผู้ที่มีพระกรุณาแจ่มแจ้งแสดงธรรม
- ย่อเหลือ ๓ คือ พระมหากุณาริคุณ พระวิสุทธริคุณ  
พระปัญญาคุณ

#### คุณของพระธรรมมี ๖ ประการ

๑. สุวากุขาโต ภควตา ฆมฺโม พระธรรมอันพระพุทธเจ้า  
ตรัสสอนดีแล้ว
  ๒. สนฺทิกฺกุจฺโง เป็นสิ่งที่พึงได้ช่วยตนเอง
  ๓. อกาลิโก ไม่จำกัดกาลเวลา
  ๔. เอหิปสฺสิโก เป็นธรรมที่เชิญมาด้วย
  ๕. โอปนยิโก เป็นสิ่งที่ควรน้อมตนเข้าไปหา
  ๖. ปจฺจตุตฺติ เวทิตพฺโพ วิญญฺหิ เป็นสิ่งที่วิญญูชนพึงรู้ได้  
เฉพาะตน
- ย่อเหลือ ๑ คือ รักษาผู้ประพฤติมิให้ตกไปในทางชั่ว

#### คุณของพระสงฆ์มี ๕ ประการ

๑. สุปฏิปนฺโน พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาค ฯ  
ปฏิบัติดีแล้ว

๒. อุชุปฎิปนุโน พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาค ฯ

ปฏิบัติตรง

๓. ฉายปฎิปนุโน " "

ปฏิบัติด้วยความรู้

๔. สามิจิปฎิปนุโน " "

ปฏิบัติโดยชอบ เป็นส่วนเหตุ

๕. อาหุเนยโย เป็นผู้ควรนับถือ

๖. ปาหุเนยโย " ต้อนรับ

๗. ทกฺขิณฺเยโย " แก่การทักขิณา (ให้)

๘. อณฺชติกรณฺเิยโย " อัญชลี

๙. อนุตฺตรํ ปุณฺณกฺเขตฺตํ โลกสฺส เป็นเนื่อนานุญของโลก

ไม่มีนานุญอื่นยิ่งกว่า เป็นส่วนผล

ย่อเหลือ ๑ คือ ผู้ปฏิบัติแล้วสอนให้ผู้อื่นรู้ตามด้วย

ทั้ง ๓ รัตนะนี้ ย่อเหลือ ๓ คือ อี. สุวา. สุ.

อาการที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน ๓ อย่าง

๑. ทรงสั่งสอน เพื่อให้ผู้ฟังรู้ยิ่งเห็นจริงในธรรมที่ควรรู้  
ควรเห็น

๒. ทรงสั่งสอน มีเหตุผลที่ผู้ฟังอาจตรงตามให้เห็นจริงได้  
(โลกะ โทสะ โมหะ)

๓. ทรงสั่งสอน เป็นอัสจรรย คือ ผู้ปฏิบัติตามยอมได้  
ประโยชน์โดยสมควรแก่การปฏิบัติ

### โอวาทของพระพุทธเจ้า ๓ อย่าง

๑. เว้นจากทุจริต คือ ประพฤติชั่วด้วยกาย วาจา ใจ
๒. ประกอบสุจริต คือ ประพฤติชอบด้วยกาย วาจา ใจ
๓. ทำใจของตนให้หมดจดจากเครื่องเศร้าหมอง มีโลก  
โกรธ หลง เป็นต้น  
สอนให้ละในสิ่งที่ควรละ ได้แก่ อกุศลกรรม  
สอนให้เว้นในสิ่งที่ควรเว้น ได้แก่ อกุศลกรรม

### หลักการวินิจฉัยธรรมะ

๑. พหูสูตา ฟังไว้ให้มาก
๒. ธตา ท่องไว้ให้จำ ท่องให้จำได้
๓. วจสา ปริจิตา พุคให้คล่องปาก
๔. มนसानุเปกขิตา เฟงพิจารณาด้วยใจ
๕. ทิฏฐิยา สุปฏิวิฑฐา วินิจฉัยให้รอบคอบให้พร้อมด้วย  
เหตุผล

### ธรรมมีอุปการะมาก มี ๒ อย่าง คือ

๑. สติ ความระลึกได้
๒. สัมปชัญญะ ความรู้ตัว

### ลักษณะของสติ

๑. ระลึกได้      ๒. ยึดและถือไว้

### สติเกิดขึ้นได้อย่างไร

อาการที่จะทำให้สติเกิดขึ้นได้นั้นมี ๖ อย่าง

๑. ด้วยการเตือน
๒. ด้วยการสังเกต
๓. ด้วยการนับ
๔. ด้วยการจดจำ
๕. ด้วยการทำเครื่องหมาย
๖. ด้วยการภาวนา (ทำสิ่งที่ไม่ให้มีขึ้น ไม่อยู่นิ่งเฉย)

### สติมี ๒ ประเภท คือ

๑. ระลึกได้ในทางดี เรียกว่า สัมมาสติ
๒. ระลึกได้ในทางชั่ว เรียกว่า มิจฉาสติ

### หน้าที่ของสติมี ๗ ประการ

๑. ทำหน้าที่เป็นอุปการธรรม
๒. ทำหน้าที่เป็นที่พึ่ง
๓. ทำหน้าที่เป็นกำลัง
๔. ทำหน้าที่เป็นอินทรีย์ คือความเป็นใหญ่ในการรู้เห็น
๕. ทำหน้าที่เป็นผู้กำหนด
๖. ทำหน้าที่เป็นโพชฌงค์องค์แห่งความรู้
๗. ทำหน้าที่เป็นองค์มรรค

สติเปรียบเหมือนดวงไฟ

สัมปชัญญะเปรียบเหมือนแสงของดวงไฟ

สติ ระลึกได้ ในเรื่องที่เกิด ในกิจที่ทำ ในคำที่พูด  
สัมปชัญญะ รู้ตัวว่า กำลังคิด กำลังทำ กำลังพูด  
สติ เป็นไปทั้ง ๓ กาล คือ อดีต ปัจจุบัน และ อนาคต  
สัมปชัญญะ เป็นเฉพาะปัจจุบัน

### สัมปชัญญะมี ๔ คือ

๑. ความรู้ตัวในสิ่งที่เป็นประโยชน์
๒. ความรู้ตัวในสิ่งที่ไม่เหมาะสม
๓. ความรู้ในสิ่งที่ควร
๔. ความรู้ว่าไม่ลุ่มหลงไม่มมงาย

สติสัมปชัญญะ ธรรมะทั้ง ๒ นี้ เป็นธรรมะสำหรับชีวิตประจำวัน เป็นอุปการกรรม ทำให้คนเราทำงานตามหน้าที่ เป็นผู้ตื่น ไม่มัวเมา ประมาท เป็นที่พึ่งได้ทั้งทางโลกและทางธรรม โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในทางปฏิบัติธรรมนั้น จะขาดสติสัมปชัญญะมิได้

### สาเหตุที่ทำให้คนเราขาดสติ

๑. มัวเมาในวัยว่ายังเป็นเด็ก เป็นหนุ่มสาว ยังไม่แก่เป็นต้น
๒. เมาในความไม่มีโรค ไม่เจ็บไข้
๓. เมาในชีวิต คือ เมาในลาภ ยศ สรรเสริญ สุข

### คำถามท้ายบท (สติสัมปชัญญะ)

๑. ดวงไฟกับแสงจากดวงไฟนั้น เปรียบได้กับธรรมะชื่ออะไร ?



๒. อุบัติเหตุเกิดจากรถยนต์ เรือคว่ำ เครื่องบินตก เหล่านี้  
เพราะขาดอะไร ?
๓. ความเสียหายเกิดจากการทำงานผิดพลาด บกพร่องต่อ  
หน้าที่ เมื่อเป็นเช่นนี้จะแก้ไขด้วยวิธีการอย่างไร ?
๔. ผู้ทำงานต้องถูกตัดเตือนบ้าง ถูกลดหรือถูกตัดเงินเดือน  
ไปบ้าง ทั้งนี้เพราะขาดอะไร จะต้องทำอะไรบ้าง ?  
จึงจะถูกใจของผู้บังคับบัญชา
๕. เราจะช่วยลดอุบัติเหตุต่าง ๆ ในทางธรรมะ จะต้อง  
ปฏิบัติตนอย่างไร ?
๖. ผู้ที่ได้รับการยกย่องสรรเสริญ เป็นที่วางใจของผู้บังคับ  
บัญชา อยากทราบว่า เขามีมหานิยมอย่างไร ? จงอธิบาย

#### ธรรมเป็นโลกบาล (คุ้มครองโลก)

๑. หิริ ความละอายแก่ใจ
๒. โอตตัปปะ ความเกรงกลัว (บาป)

#### คำว่าโลก โลกนั้นมี ๓ อย่าง คือ

๑. โอกาสโลก หมายถึงที่อยู่อาศัยของหมู่มสัตว์ ตลอดจน  
อาหาร
๒. สัตว์โลก หมายถึงสัตว์ มนุษย์ ที่อาศัยอยู่ในโอกาสโลก
๓. ชั้นขันธ์โลก หมายถึงขันธ์ ๕ ได้แก่ รูป เวทนา สัญญา  
สังขาร วิญญาณ

สิ่งที่เหมือนกันระหว่างคนกับสัตว์

๑. การกิน    ๒. การนอน    ๓. การกลัว    ๔. การสืบพันธุ์

คำว่ามีมนุษย์นั้นมี ๕ อย่าง คือ

๑. มนุสสเปโต หมายถึงผู้กินไม่รู้อิ่ม
๒. มนุสสติรัจฉาน หมายถึงพวกที่อาศัยเขากิน คอยตีชิง  
วิ่งราว เป็นต้น
๓. มนุสสนิรยโก หมายถึงจำพวกคูร้าย ทำอาชญากรรม  
ต่าง ๆ
๔. มนุสสภูโต หมายถึงพวกที่เว้นการเบียดเบียนกัน มี  
มนุษยธรรม เป็นมนุษยธรรมคา
๕. มนุสสเทโว หมายถึงมนุษย์ที่ดีกว่า ๔ จำพวกแรก คือ  
เทวดา

คำว่าเทวดามี ๓ อย่าง คือ

๑. สมมติเทพ หมายถึงพวกที่เป็นหัวหน้า ตั้งอยู่ในทศพิช  
ราชธรรม เช่น พระมหากษัตริย์ เป็นต้น
๒. วิสุทธิเทพ หมายถึงผู้บริสุทธิ์ด้วยคุณธรรม เช่น  
พระพุทธเจ้า เป็นต้น
๓. อุปัตติเทพ หมายถึงเทวดาโดยกำเนิด และผู้มีหิริ  
โอตตปปะ ทำให้เป็นเทวดา

### สาเหตุที่ทำให้เกิดหิริความละอาย

๑. เพราะพิจารณาถึงชาติ ตระกูล ยศศักดิ์ และบริวาร
๒. " " ถึงวัย อายุ และการศึกษาของตน
๓. " " ถึงความที่ตนเป็นผู้กล้าผู้องอาจ
๔. " " ถึงความที่ตนเป็นผู้รู้ รู้อย่างไรผิด อย่างไร

ถูก

### สาเหตุที่ทำให้เกิดโอตตปปะความเกรงกลัว

๑. เพราะกลัวตัวเองจะติเตียนตัวเองได้
๒. เพราะกลัวถูกตำหนิติเตียนจากผู้อื่น
๓. เพราะรู้ว่าสิ่งที่ทำนั้นเป็นโทษและกลัวถูกทำโทษ
๔. เพราะกลัวความลำบากต่าง ๆ ที่จะติดตามมา

หิริ ความละอายก็ดี โอตตปปะ ความเกรงกลัวก็ดี ธรรมะทั้ง ๒ นี้ เป็นมูลฐานให้เกิดศีล คือความเรียบร้อย ทางกาย ทางวาจา เป็นเครื่องประดับภายในของคนทุกชั้น เป็นพื้นฐานของจิตใจ ทำให้บุคคลเป็นเทวดา

หิริ ความละอาย เปรียบเหมือนคนสะอาดไม่ชอบสกปรก  
โอตตปปะ เปรียบเหมือนคนกลัวตายไม่กล้าทำความชั่ว

### คำถามท้ายบท (หิริโอตตปปะ)

๑. คนที่มีหิริโอตตปปะ ต้องรู้จักบาป บุญ คุณ โทษ  
อย่างไรบ้างว่าอะไรเป็นบาป เป็นบุญ เป็นคุณ เป็นโทษ ?  
จงชี้แจง

๒. ที่ว่าหิริโอตตปปะ เป็นธรรมคุ้มครองโลก ในเมื่อโลก  
ทุกวันนี้มีแต่การเอารัดเอาเปรียบ ยิ่งกว่านั้น มีทั้ง  
สงครามเย็นสงครามร้อนอยู่ทั่วไป จงอธิบายมาให้เห็น  
ว่าเป็นธรรมคุ้มครองโลกอย่างไร ?
๓. จงมาวิจัยดูว่า ผู้ถูกประณามว่าเป็นอันธพาล เป็นผู้ร้าย  
เป็นผู้ขายชาติ เหล่านี้เป็นต้นนั้น เนื่องมาจากอะไรเป็น  
ต้นเหตุ ?
๔. มนุษย์หรือคนมีกี่อย่าง อย่างไรร้ายที่สุด อย่างไร  
ดีที่สุด ? จงขุดค้นหาสาเหตุมาดู
๕. สังคมของมนุษย์ที่จะอยู่เย็นเป็นสุข ต้องมีธรรมอะไร  
เป็นพื้นฐานของจิตใจ ?
๖. อะไรเป็นเหตุทำให้คนเรา ขาดหิริ ความละอายแก่ใจ  
โอตตปปะ ความเกรงกลัว จงหาทางแก้ จะแก้ด้วย  
วิธีการอย่างไร ?
๗. การปกครอง ย่อมมีกฎหมายให้ความคุ้มครองเสรีภาพ  
มิใช่หรือ เหตุไฉนประชาชนจึงขาดเสรีภาพ ? ท่านจง  
ค้นคว้าหาเหตุมา

## ธรรมทำให้งาม ๒ อย่าง

๑. ชั้นดี ความอดทน

๒. โสรัจจะ ความสงบเสงี่ยม

ความงามเป็นสิ่งที่ต้องการของคนทุกคน ความงามภายนอกนั้น มีมากมายหลายอย่าง เช่น รูปร่าง หน้างาม เป็นต้น ถ้าไม่งาม สามารถแต่งให้งามได้ เช่น แต่งผม แต่งหน้า ใส่नाฬิกา แหวนเพชร เป็นต้น ส่วนความงามภายในนั้น เกิดจากการรู้จักตนตั้งใจ รู้จักใช้ กิริยามารยาตามกาลเทศะ เป็นความงามที่ยั่งยืน ใช้ได้ทุกวัย ไม่ว่าจะ เด็กผู้ใหญ่ ความงามภายในนี้ดีกว่าความงามภายนอก ความงามภายใน เป็นผลเกิดจากการใช้ชั้นดี ความอดทน โสรัจจะ ความสงบเสงี่ยมเป็น ต้นเหตุ

## ชั้นดีทั่วไปมี ๓ อย่าง

๑. ตีติกาชั้นดี ความอดทนต่อความร้อนหนาว ซึ่งเป็น เรื่องของธรรมชาติ

๒. ตบชั้นดี ความอดทนต่อถ้อยคำหยาบช้า ความเจ็บใจ นานาประการ

๓. อริวาสนชั้นดี อดทนต่อความช้วนานาชนิด ที่เกิดมาจากกิเลส

### ประเภทของความอดทน

๑. อดทนต่อถ้อยคำของคนที่สูงกว่า
๒. อดทนต่อถ้อยคำของคนที่เสมอกัน
๓. อดทนต่อถ้อยคำของคนเลว

### ลักษณะของขันติเป็นขั้น ๆ

๑. พอทนได้
๒. ทนทานได้
๓. ไม่คร่ำครวญ
๔. น้ำตาไม่ไหล
๕. มีใจเป็นของตน เก็บใจไว้ได้

### เหตุที่จะให้เกิดขันติความอดทน

๑. เพราะการพิจารณา
๒. เพราะความสำรวมระวัง
๓. เพราะมีสติสัมปชัญญะ
๔. เพราะมีหิริโอตตัมปะ
๕. เพราะไม่น้อยใจ ใจคอกหนักแน่น

### เราจะได้ประโยชน์จากขันติความอดทนดังนี้

๑. กำจัดความไม่อดทนเสียได้
๒. เป็นหลักช่วยตัวเอง
๓. ให้รู้จักรับผิดชอบ ไม่เป็นผู้รับแต่ชอบอย่างเดียว

๔. เป็นเหตุให้รู้จักปกครองตนเองได้
๕. ทำให้สามิภรรยาอยู่ดีกินดี มีความสุขในครอบครัว
๖. ทำให้เป็นนักปกครองที่ดี
๗. ทำให้เป็นผู้ใหญ่ เป็นหัวหน้าสมกับหน้าที่
๘. เป็นเครื่องหมายของความสำเร็จในชีวิต
๙. เป็นเครื่องประดับของนักปราชญ์
๑๐. เป็นเครื่องแต่งใจที่ให้ผล มีความงามยิ่ง ๆ ขึ้นไป
๑๑. เป็นบารมีธรรม
๑๒. ทำให้พ้นทุกข์ตามลำดับ

โสรจจะ ความเสียมจะเกิดขึ้นได้

๑. เพราะมีสติสังวร ระวังตัวอยู่เสมอ
  ๒. เพราะมีขันตสังวร ระวังไว้ด้วยความอดทน
  ๓. เพราะมีศีลสังวร ระวังอยู่ในขนบธรรมเนียม จารีต ประเพณี
  ๔. เพราะมีญาณสังวร ระวังว่าเราได้รับการศึกษามาแล้ว
- ศีล           ทำให้เกิดความงามทางกาย ทางวาจา  
สมาธิ       ทำให้เกิดความงามทางใจ  
ปัญญา      ทำให้งามทั้งกาย วาจา ใจ

## บุคคลหาได้ยาก ๒ อย่าง

๑. บุพพการี ผู้ทำอุปการะก่อน (ให้โดยไม่หวังผลตอบแทน เช่น พ่อแม่)
๒. กตัญญูกตเวทิตา ผู้รู้อุปการะแล้วตอบแทนท่าน

### ความเกี่ยวพันในครอบครัว

พ่อแม่	บุตรธิดา
พ่อตาแม่ยาย	ลูกเขย

๑ ล ๑

ในบุคคลหาได้ยาก ๒ อย่างนี้ ผู้ที่จะทำตามหน้าที่นี้ โดยมีมนุษยธรรมเป็นที่ตั้ง มีเมตตาพรหมวิหารเป็นองค์ประกอบ น้อยนัก มักไม่ครบถ้วน จึงชื่อว่าหาได้ยาก แบ่งเป็น ๕ คู่ ๑๐ บุคคล

ในทางศาสนา	- พระศาสดา กับ พระสาวก
ในทางปกครอง	- พระมหากษัตริย์ กับ ประชาชน
ในทางศึกษา	- ครูบาอาจารย์ กับ ศิษย์
ในทางสกุล	- มารดาบิดา กับ บุตรธิดา
ในทางสังคม	- ผู้ใหญ่ กับ ผู้น้อย

หลักธรรมทั้ง ๒ นี้ เป็นมนุษยสัมพันธ์ เป็นโครงสร้างของสังคม เป็นองค์ประกอบให้เกิดความสงบสุขของวิถีชีวิต ทั้งคดีโลก คดีธรรม นำให้อยู่เย็นเป็นสุข



ธรรม

อกุศล	กุศล
ทุจริต ๓	สุจริต ๓
อกุศลมูล ๓	กุศลมูล ๓
อกติ ๔	พรหมวิหาร ๓
นิเวศน์ ๕	โพธิปักขิยธรรม ๓๗
อกุศลกรรมบถ ๑๐	กุศลกรรมบถ ๑๐

อกุศล แปลว่า ความไม่ฉลาด

กิเลส แปลว่า ความเศร้าหมอง แบ่งเป็น ๓ ชนิด

๑. วิตุกม เป็นกิเลสอย่างหยาบ ออกมาทางกาย ทางวาจา
๒. ปริยฎฐาน เป็นกิเลสอย่างกลาง ต้องมีสิ่งมาช่วยทำให้เห็นผิด เช่น การรับสินบน เป็นต้น
๓. อนุสย เป็นกิเลสข่มละเอียด ต้องมีสิ่งที่เร้าใจ ชูงใจ ขัดใจ จึงเกิดขึ้น

โรคทางใจมี ๓ ชนิด คือ

๑. โลภะ ความอยากได้ เปรียบเหมือนน้ำท่วม เวลา น้ำท่วม น้ำมิได้บอดลวงหน้า
๒. โทสะ ความคิดประทุษร้าย เปรียบเหมือนไฟไหม้

๓. โมหะ ความหลง เปรียบเหมือนลูกผีหลอก

### ยาแก้โรคทางใจ

๑. แก้โลภะ ด้วยการให้ทาน รู้จักแบ่งสิ่งของของตนให้กับ  
ผู้อื่น

๒. แก้โทสะ ด้วยศีล ทำให้สงบกาย สงบวาจา

๓. แก้โมหะ ด้วยการภาวนา ทำความดี ให้มีให้เพิ่มขึ้น

### วิธีแก้โลภะด้วยการให้ทานนั้นมี ๒ อย่าง

๑. อามิสทาน ให้ด้วยวัตถุสิ่งของนานาชนิด

๒. ธรรมทาน ให้ด้วยความรู้ในวิชาการต่าง ๆ

### หลักของการให้ทาน

๑. ให้เจาะจง ให้ตามที่ตนเองพอใจ เรียกว่า บุคคลิกทาน

๒. ให้ไม่เจาะจง ให้ด้วยความรู้ว่าควรไม่ควร เรียกว่า  
สังฆทาน

### ให้ทานนั้นต้องพร้อมด้วยองค์ ๓

๑. ต้องมีวัตถุที่ได้มาโดยชอบธรรม ทั้งเป็นของที่ควรให้

๒. ต้องมีผู้รับ ผู้รับนั้นต้องเป็นผู้ที่ควรแก่การรับ

๓. ต้องมีจิตคิดจะให้ ให้แล้วไม่เสียดาย

### อาการในการให้ทาน

๑. เห็นเขาให้ก็ให้ตาม ให้ด้วยความเชื่อ เรียกว่า ทาสทาน

๒. ให้ด้วยความเคารพ เรียกว่า สหายทาน

๑. ให้ความเห็นว่า เป็นหน้าที่ เป็นมนุษยธรรม เรียกว่า สามีทาน

### วัตถุประสงค์ของการให้ทาน

๑. ให้เพื่อบูชาคุณ
๒. ให้เพื่อชำระจิตใจให้รู้จักเสียสละ
๓. ให้เพื่อมุ่งบุญกุศลอันเป็นประโยชน์แก่ส่วนรวม

### ศีลแก่โทสะ ประเภทของศีลแบ่งออกเป็น

๑. ศีล ๕      ๒. ศีล ๘      ๓. ศีล ๑๐      ๔. ศีล ๒๒๗
- ด้วยของศีลได้แก่เจตนาคือความตั้งใจ ความตั้งใจจะเกิดขึ้นได้ด้วย
๑. สมาทานวิรัติ เกิดด้วยการขอแล้วสมาทานตามที่ขอนั้น
  ๒. สัมปัตตวิรัติ เกิดด้วยหิริโอตตปปะ แล้วงดเว้นขึ้นเอง
  ๓. สมุจเฉทวิรัติ งดเว้นด้วยการเห็นโทษของบาปอกุศล เห็นคุณของบุญกุศล

### ลักษณะและอาการของศีล

๑. กายและวาจาสงบเรียบร้อย รู้จักมารยาทในสังคม
๒. รู้จักประพฤติตนให้เหมาะสมกับสิ่งแวดล้อม
๓. ความสงบกาย วาจา นั้น ทำด้วยความยินดี มีหิริโอตตปปะเป็นข้อมูล

### หางของศีล

๑. สีเลน สุกติ ยนฺติ ไปสู่สุคติ พบเห็นแต่สิ่งดีงามไม่มีภัยอันตราย

๒. สีเลน โภคสมุปทา ถึงพร้อมด้วยโภคทรัพย์

๓. สีเลน นิพพุตติ ยนฺติ ถึงความสงบดับเย็น จนถึงพระ

นิพพาน

ภวานาแก้มโหะ ภวานานั้นจะมีมาได้ต้องอาศัยปัญญา ปัญญาเกิดขึ้น  
ได้โดย

๑. สุตตามยปัญญา ความรู้ที่เกิดจากการฟัง

๒. จินตามยปัญญา ปัญญาสำเร็จด้วยการนึกคิด

๓. ภวานามยปัญญา ปัญญาสำเร็จด้วยการปฏิบัติ

ปัญญานั้นเมื่อเกิดขึ้นแล้ว ทำให้มีความรู้กว้างขวาง ถึงความฉลาด

๑. อายโกศล ฉลาดในความเจริญ

๒. อปายโกศล ฉลาดในความเสื่อม

๓. อุบายโกศล ฉลาดในการละความเสื่อม ดำเนินในทาง  
เจริญ

ภวานาก็ดี ปัญญาก็ดี ทำหน้าที่แก้มโหะ จากความไม่รู้ให้เป็นรู้  
จากความหลงให้เป็นไม่หลง พ้นจากความงมงายไปตามลำดับ

### คำถามท้ายบท

๑. คำว่ากุศลก็ดี อกุศลก็ดี แตกต่างกันอย่างไร ? เมื่อบุคคล

ทำแล้ว อย่างไม่เห็นได้ผลอย่างไร ? จงจรรนยมาดู

๒. ทั้งกุศลและอกุศลนี้ อย่างไม่เห็นทำง่าย อย่างไม่เห็นทำยาก ?

เพราะเหตุไร ?

๓. เมื่อเราต้องการอยู่เย็นเป็นสุข ปฏิบัติตนให้ชอบตาม  
หลักคำสอนทางพระพุทธศาสนา ต้องปฏิบัติอย่างไร  
เป็นเบื้องต้น ?

๔. การให้ทานมีกี่อย่าง ? ให้เพื่อประสงค์อะไร ? และได้ผล  
อย่างไร ? จงแสดงเหตุผลมาดู

๕. คำว่าศีล แปลว่าสงบหรือปกติ ทางกาย ทางวาจา  
มีวิธีการอย่างไรบ้าง ที่จะได้ศีลมาเป็นข้อปฏิบัติ ?

๖. กวาแปลว่าอะไร ? การนั้นเฉยๆ หลับตา เป็นภาวนา  
หรือไม่ ? ทำอย่างไรจึงจะเป็นภาวนาที่ถูกต้อง ? แล้ว  
เราจะได้อะไรบ้าง จากการภาวนานั้น ?

ภาวนา คือ การทำสิ่งที่ยังไม่มีให้มีขึ้น สิ่งที่ไม่เป็นให้เป็นขึ้น

ผู้ทำการสอน เมื่อสอนมาถึงตรงนี้ เพื่อให้ นักเรียนมีความรู้  
กว้างขวางในเรื่องกรรม ขอให้

๑ อกุศลกรรมบถ ๑๐ หน้า ๕๘ กุศลกรรมบถ ๑๐ หน้า ๕๙  
และบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ อย่าง มาชี้แจงให้นักเรียนเข้าใจถึง

เรื่องกายกรรม วาจกรรม และมโนกรรม และย้ำให้เข้าใจว่า  
สำคัญอยู่ที่ใจ ถ้าใจเป็นมิชฌาทิฎฐิ เห็นผิดจากคลองธรรมแล้ว การ  
กระทำทางกายก็เป็นกายทุจริต วาจทุจริต

ถ้าใจเป็นสัมมาทิฎฐิ เห็นชอบตามคลองธรรมแล้ว การกระทำ  
ก็เป็นกายสุจริต วาจสุจริต

ด้วยเหตุดังนี้ ทางพระพุทธศาสนาจึงสอนให้รู้จักกรรมเสียก่อน  
มิได้สอนให้เชื่อ จึงชื่อว่าสอนอย่างมีเหตุมีผล

เรื่อง กรรม

เรื่อง ผลของกรรม

เรื่อง ความที่คนมีกรรมเป็นของ ๆ ตน

**กฎแห่งกรรม** เป็นสัจธรรมที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบ เป็นธรรม  
ชาติวิद्या คือความรู้ของสัตว์โลก ที่เต็มไปด้วยความทุกข์ความสุข  
ความพิกลพิการต่าง ๆ อันเกิดมาจากเหตุ

ความรู้เรื่องกฎแห่งกรรม เป็นความรู้สำคัญยิ่งทางพระพุทธ-  
ศาสนา กรรมเป็นสิ่งที่มิอำนาจอันยิ่งใหญ่ ดังที่เราเคยได้ยินได้ฟังอยู่  
เสมอว่า แรงใดหรือจะสู้แรงกรรม กรรมนั้นหมายถึงการกระทำ ทำ  
ด้วยเจตนาให้สำเร็จผล ถ้าทำทางกาย เรียกว่ากายกรรม ทางวาจา

เรียกว่าจิกรรรม ทางความคิดด้วยใจ เรียกว่ามโนกรรรม

กรรรมจัดขึ้นเป็น ๒ อย่าง กรรรมดี เรียกว่ากุศลกรรรม กรรรมเลว  
เรียกว่าอกุศลกรรรม

กฎแห่งกรรรมนี้ พระพุทธองค์ทรงวางหลักใหญ่ไว้ ๒ ประการ คือ

๑. กรรรมที่มีอำนาจให้ผลตอบ ได้แก่กุศลกรรรม กรรรมดี  
และอกุศลกรรรม กรรรมชั่ว
๒. กรรรมชั่วเกิดจากอารมณ์ของจิตเป็นเหตุ เมื่อจิตใจถูก  
อารมณ์เร้าให้เกิดกิเลสตัณหา ก็มีความตั้งใจในการ  
กระทำ เจตนาในการทำ การพูด การคิด ตามอารมณ์  
นั้น กรรรมนี้แหละจะประทับไว้ในจิตสำนึกตลอดไป  
เหมือนเงาตามตัว

กรรรมย่อมมีน้ำหนักให้ผลต่าง ๆ กัน ตามกำลังของเจตนา  
เจตนาแรงกล้าก็มีกำลังแรง เจตนาปานกลางก็มีกำลังปานกลาง เจตนา  
อ่อนกรรรมก็มีกำลังอ่อน

ท่านจึงจัดกรรรมที่ให้ผลไว้เป็น ๓ ประเภท ดังนี้

๑. กรรรมที่ให้ผลตลอดเวลา
๒. กรรรมที่ให้ผลตามหน้าที่
๓. กรรรมที่ให้ผลตามกำลัง

กรรรมที่ให้ผลตามเวลา แบ่งออกเป็น ๓ อย่าง

๑. เป็นกรรรมที่ให้ผลทันตาในปัจจุบัน

๒. เป็นกรรมที่ให้ผลต่อเมื่อเกิดภพใหม่

๓. เป็นกรรมที่ให้ผลสืบ ๆ ต่อกันไป

**กรรมที่ให้ผลตามหน้าที่ แบ่งออกเป็น ๕ อย่าง**

๑. เป็นกรรมที่ไม่มีโอกาสให้ผล เรียกว่า อโหสิกรรม

๒. เป็นกรรมที่สามารถแบ่งกำเนิดให้เกิด มีอยู่ ๔ อย่าง

๒.๑ เกิดจากน้ำเชื้อ

๒.๒ เกิดจากฟองไข่

๒.๓ เกิดจากสิ่งโสโครก

๒.๔ เกิดในทันทีทันใด

๓. เป็นกรรมที่คอยสนับสนุนกรรมอื่น ๆ

๔. เป็นกรรมที่ตรงกันข้าม คอยมาตัดบิบบิ้น

๕. เป็นกรรมที่เป็นปฏิปักษ์ คือมาตัดรอน

**กรรมที่ให้ผลตามกำลัง มี ๔ อย่าง**

๑. เป็นกรรมที่หนักมาก สามารถให้ผลในทันทีทันใด เช่น  
ถูกสังหารชีวิต

๒. เป็นกรรมที่ทำเป็นอาจิมหรือเป็นนิสสัย

๓. เป็นกรรมอารมณ์แสดงใกล้จะตาย เช่น นักเลงไก่

๔. เป็นกรรมที่เบามาก เพราะเจตนายังไม่สมบูรณ์ ได้แก่  
เด็กไร้เดียงสาทำกรรมต่าง ๆ



## ปารีสุทธิศีล ๔

### คือน้ำที่ของภิกษุสามเณร

ภิกษุสามเณรย่อมมีหน้าที่ประจำเหมือนชาวบ้านต่างมีหน้าที่ประจำ คือการหาเลี้ยงชีพตามถนัดจากความรู้ความชำนาญของตน การปฏิบัติหน้าที่ของแต่ละบุคคลย่อมทำให้สังคมอยู่เย็นเป็นสุข การที่พระพุทธศาสนาเมื่ออายุยืนนานมาถึง ๒๕๐๐ กว่าปี ก็เพราะอาศัยการปฏิบัติหน้าที่ของภิกษุสามเณร ถ้าภิกษุสามเณรไม่ยอมทำตามหน้าที่และต่างรูปต่างองค์คือเอาความพอใจของตนเป็นใหญ่แล้ว ไม่เพียงแต่จะทำลายตนเองเท่านั้น ยังเป็นการบ่อนทำลายพระพุทธศาสนาอีกด้วย

การไม่ปฏิบัติตามหน้าที่ของภิกษุสามเณร ไม่เพียงแต่จะนำความยุ่งยากความลำบากมาสู่การปกครองเท่านั้น ยังเป็นสาเหตุก่อให้เกิดการประทุษร้ายทางจิตใจแก่พุทธบริษัททั่วไปอีกด้วย มีผลทำให้ประชาชนเสื่อมศรัทธาปสาทะ หมดความเคารพนับถือ ส่งผลต่อไปก็คือพระพุทธศาสนาถึงความสั่นคลอนในที่สุดอาจจะสลายไปได้

ด้วยเหตุดังกล่าวนี้ ภิกษุสามเณรจึงต้องสำรวมระวังในการปฏิบัติหน้าที่ของตนให้เป็นไปตามข้อบัญญัติที่พระพุทธเจ้าทรงวางไว้ เรียกว่า ปารีสุทธิศีล มี ๔ ข้อ คือ

๑. ปาติโมกขสังวร สำรวมในพระปาติโมกข์ เว้นข้อที่ทรงห้าม ทำตามข้อที่ทรงอนุญาต

๒. อินทริยสังวร สำรวมอินทริย์ ๖ ใช้ตาดูให้เป็น ใช้หูฟังให้เป็น ฯ

๓. อาชีวปาริสุทธิ เลี้ยงชีวิตโดยทางที่ชอบ ไม่หลอกลวงเขา  
เลี้ยงชีพ

๔. ปัจจยปัจจนเวกขณะ พิจารณาเสียก่อนที่จะทำอะไรใช้อะไร  
ให้ทำด้วยความมีสติสัมปชัญญะอยู่เสมอ

ทั้ง ๔ ข้อนี้คือหน้าที่ของภิกษุสามเณร  
ความไม่เป็นธรรมของสังคมเกิดขึ้นเพราะ

- |                           |          |          |        |
|---------------------------|----------|----------|--------|
| ๑. ลำเอียงเพราะรักใคร่กัน | เรียกว่า | นันทาคติ |        |
| ๒. ลำเอียงเพราะไม่ชอบกัน  | "        | โทสาคติ  | อคติ ๔ |
| ๓. ลำเอียงเพราะเขลา       | "        | โมหาคติ  |        |
| ๔. ลำเอียงเพราะกลัว       | "        | ภยาคติ   |        |

ธรรมะที่แก้ความไม่เป็นธรรมเรียกว่าพรหมวิหาร ๔

๑. เมตตา ความรักใคร่ ปราบปรามจะให้เป็นผู้สุข ตรงกันข้าม ใจร้าย
๒. กรุณา ความสงสารคิดจะช่วยให้พ้นทุกข์ ตรงกันข้าม ใจดำ
๓. มุทิตา ความพลอยยินดีเมื่อมีผู้อื่นได้ดี ตรงกันข้าม ใจจืด
๔. อุเบกขา ความวางเฉยไม่ดีใจ ไม่เสียใจ เมื่อผู้อื่นถึงวิบัติ (การวางเฉยด้วยเหตุผลปัญญา) ตรงกันข้าม ใจไม่เป็นธรรม ใจลำเอียง

หลักวิชาก่อนทำกัมมัฏฐาน

ที่เกิดของอารมณ์

ตา	รูป	
หู	เสียง	
จมูก	กลิ่น	
อายตนะภายใน ๖ ลี้น	รส	อายตนะภายนอก ๖
กาย	โผฏฐัพพะ	
ใจ	ธรรมารมณ์	

ผู้ศึกษามีความประสงค์จะทำกัมมัฏฐาน ต้องเรียนให้รู้จัก  
เรื่องอารมณ์

อารมณ์ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์  
อารมณ์เกิดจาก

ตา	เห็น	รูป	เกิด	อารมณ์
หู	กับ	เสียง	"	"
จมูก	กับ	กลิ่น	"	"
ลิ้น	กับ	รส	"	"
กาย	กับ	โผฏฐัพพะ	"	"
ใจ	กับ	ธรรมารมณ์	"	"

**อารมณ์มีลักษณะเป็น ๓ คือพอใจ, ไม่พอใจ, เฉย ๆ**

ผู้จะทำกัมมัญฐาน ต้องรู้จักนวรรณ์ ๕

๑. พอใจรักใคร่ในอารมณ์ที่ชอบ เรียกกามฉันท
๒. คิดปองร้ายผู้อื่น เรียกพยาบาท
๓. ความที่จิตหดหู่และเคลิบเคลิ้ม เรียกถีนมิทระ
๔. ฟุ้งซ่านและรำคาญ เรียกอุทัจจกุกุจจะ
๕. ตั้งใจไม่ตกลงได้ เรียกวิจิกิจจา

**นวรรณ์ ๕**

	เกิด		แก้	
สุกนิमित	เห็นว่างาม	กมฉันท	อสุกนิमित	เห็นว่าไม่งาม
ปฏิมะ	คับแค้นใจ	พยาบาท	เมตตา	ความปรารถนาดี
อนรติ	ไม่ยินดี	ถีนมิทระ	อารัมภะ	(ความริเริ่ม, ปรารถนาคความเพียร)
อวสมะ	ใจไม่สงบ	อุทัจจกุกุจจะ	วูปสมะ	ความสงบ
อโยนิโสมนสิการ		วิจิกิจจา	โยนิโสมนสิการ	(ทำใจให้ แน่วแน่)

**วิธีละกามฉันท**

๑. เรียนนิमितในอสุกกัมมัญฐาน พิจารณาดูซากศพ
๒. ตำรวมอินทรีย์ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ
๓. รู้จักประมาณในการบริโภคอาหาร
๔. หมั่นเจริญอสุกกัมมัญฐาน
๕. เลือกคบมิตร คบแต่มิตรที่ดี

๖. ใช้ถ้อยคำที่สบายหู ไม่ปลุกใจ

### เหตุทำให้เกิดพยาบาท

๑. เพราะยึดถือว่าเป็นเรา เป็นพรรคพวกของเรา
๒. เพราะยึดถือว่าเป็นเขา เป็นพรรคพวกของเขา
๓. เพราะคับแค้นใจ กลุ่มออกกลุ่มใจ

### วิธีแก้พยาบาท

๑. เอนามิตแห่งเมตตาเป็นอารมณ์
๒. หมั่นเจริญเมตตา
๓. พิจารณาความที่คนเราต่างมีกรรมเป็นของ ๆ ตน
๔. ใช้โยนิโสมนสิการ พิจารณาให้รอบคอบ พิจารณาให้  
มาก

๕. เลือกคบมิตร คบแต่มิตรที่ดี
๖. ใช้ถ้อยคำที่สบายหู จี้ให้เห็นโทษ

### เหตุให้เกิดถีนมิทชะ

๑. ใจท้อแท้
๒. ใจอ่อนแอ
๓. เบื่อหน่ายไม่ไยดี
๔. ความง่วงงุนสลึมสลือ

### วิธีแก้ถีนมิทชะ

๑. คอยสังเกตเวลาบริโภค อย่างบริโภคให้มาก
๒. ผลัดเปลี่ยนอิริยาบถ

๓. เอาแสงสว่างเข้าไปไว้ในใจ
๔. อยู่กลางแจ้ง
๕. เลือคบมิตร
๖. สนทนาแต่เรื่องสบาย ชวนให้สนใจ

#### เหตุให้เกิดอุทธัจจะ ความฟุ้งซ่าน

๑. คุณน้อย ฟุ้งน้อย เรียนน้อย
๒. ไม่หมั่นสอบถาม
๓. มีความเห็นผิดไปจากทำนองคลองธรรม
๔. คบมิตรชั่ว

#### วิธีแก้อุทธัจจะ

๑. ศึกษาความเข้าใจในเรื่องนั้น ๆ จนแจ่มแจ้ง
๒. หมั่นสอบสวนให้ทันสมัย
๓. ให้มีความชำนาญในเรื่องนั้น ๆ
๔. เข้าหาท่านผู้ใหญ่ซึ่งทรงคุณวุฒิ
๕. คบมิตรดี
๖. สนทนาแต่เรื่องสบาย จูงใจให้รักหน้าที่

#### เหตุให้เกิดวิจิกิจฉา ความลังเลใจ

๑. เพราะไม่ดูไม่ฟัง หรือฟังแต่ไม่ชัดเจนในเรื่องนั้น ๆ
๒. ไม่รู้จริง
๓. ไม่เรียนจริง
๔. ไม่ทำจริง

**วิธีแก้วิกิจจนา**

๑. ศึกษาทำความเข้าใจในเรื่องนั้น ๆ
๒. หมั่นสอบสวนค้นคว้าหาข้อมูล
๓. ศึกษาในวินัย ระเบียบแบบแผนข้อบังคับ
๔. น้อมใจเชื่อด้วยเหตุผล
๕. คบมิตร เลือคบแต่มิตรดี
๖. สนทนาแต่เรื่องที่ดี ๆ ปลุกศรัทธา

**คู่ปรับของนิวรรณ์**

สมาธิ	คู่ปรับกับ	กามฉันท์
ปีติความอิมใจ	"	พยาบาท
วิตกความตรึก	"	ถีนมิทระ
ความสุข	"	อุทธัจจกุกกุจจะ
วิจารณ์	"	วิกิจจนา

**อาหารของนิวรรณ์ ๕**

๑. อโยนิโสมนสิการ ไม่พิจารณาให้แยบคาย

เป็นอาหารของสุกนิमित

๒. " " " " ปฏิฆะ ความพยาบาท
  ๓. " " " " อนรติ ความไม่ยินดี
  ๔. " " " " เจตโสอวุปสมะ ความไม่สงบทางใจ
  ๕. " " " " วิกิจจนา ความสงสัย
- ถึงเถ

โพธิปักขิยธรรม

นิวรรณ์ ๕

สติปัฏฐาน

กายนุปัสสนา -

-สัมมัมปธาน ๔

เวทนานุปัสสนา -

-อิทธิบาท ๔

จิตตานุปัสสนา

- อินทรีย์ ๕

-พลละ ๕

ธัมมานุปัสสนา -

-โพชฌงค์ ๗

-มรรค ๘

วัตถุประสงค์ของการตั้งสติกำหนดพิจารณาเพื่อให้เกิด

๑. ความบริสุทธิ์
๒. ให้ล่วงพ้นจากความทุกข์เป็นขึ้น ๆ
๓. ให้สิ้นทุกข์
๔. ให้รู้แจ้งถึงพระนิพพาน

การตั้งสติกำหนดพิจารณาในสติปัฏฐาน ๔

๑. พิจารณาตามเห็นทางกาย เรียกว่า กายนุปัสสนา
๒. พิจารณาตามเห็นทางเวทนา " เวทนานุปัสสนา



๓. พิจารณาตามเห็นทางจิต เรียกว่า จิตตานุปัสสนา
  ๔. พิจารณาตามเห็นทางธรรม " รัชมานุปัสสนา
- พิจารณาตามเห็นทางกายนั้น ต้องดูขั้น ๕ ก่อน ขั้น ๕

เกิดขึ้นเพราะอาศัยปัจจัยเดิม คือ

- อวิชา คือ ความไม่รู้
  - ตัณหา " ความอยาก
  - อุปาทาน " ความยึดถือ
  - กรรม " การกระทำ
- ที่มาของขั้น ๕

๑. บิณฑบาตอยู่ร่วมกัน
๒. มารดามีระดู
๓. สัตว์ลงถือปฏิสนธิ

#### ระยะปฏิสนธิ

๑. กลดะ เป็นโลหิตเมือก ระยะ ๗ วัน
๒. อัฟพุทะ เป็นโลหิตข้น ระยะ ๗ วัน
๓. เปสิ เป็นชิ้นเนื้อ ระยะ ๗ วัน
๔. มนะ เป็นเนื้อก้อน ระยะ ๗ วัน
๕. ปัญจสาขา เป็นปุ่มอวัยวะ ๕ ระยะ ๗ วัน

**กองรูปปฏิสนธิ หมวดที่ ๑**

๑. ปฐวีธาตุ คือ ธาตุดิน
๒. อาโปธาตุ " ธาตุน้ำ
๓. เตโชธาตุ " ธาตุไฟ
๔. วาโยธาตุ " ธาตุลม
๕. วรรณะ " สีต่าง ๆ
๖. กลิ่นไอ
๗. รส
๘. โอชา
๙. จีวีตรูป
๑๐. กายประสาท

**กองรูปปฏิสนธิ หมวดที่ ๒**

๑. ปฐวีธาตุ คือ ธาตุดิน
๒. อาโปธาตุ " ธาตุน้ำ
๓. เตโชธาตุ " ธาตุไฟ
๔. วาโยธาตุ " ธาตุลม
๕. วรรณะ " สีต่าง ๆ
๖. กลิ่นไอ
๗. รส
๘. โอชา

๕. จีvitรูป

๑๐. หทัยวัตถุ น้ำเลี้ยงหัวใจประมาณของมือหนึ่ง

**กองรูปปฏิสนธิ หมวดที่ ๓**

๑. ปฐวีธาตุ คือ ธาตุดิน

๒. อาโปธาตุ " ธาตุน้ำ

๓. เตโชธาตุ " ธาตุไฟ

๔. วาโยธาตุ " ธาตุลม

๕. วรรณะ " สีต่าง ๆ

๖. กลิ่นไอ

๗. รส

๘. โอชา

๙. จีvitรูป

๑๐. ภาวนารูป รูปเกิดเป็นเพศชายเพศหญิง

**อุปมาขั้นที่ ๕**

๑. รูปเปรียบเหมือนฟองน้ำ

๒. เวทนาเปรียบเหมือนต๋อมน้ำ

๓. สัญญาเปรียบเหมือนพยับแดด

๔. สังขารเปรียบเหมือนต้นกล้วย

๕. วิญญาณเปรียบเหมือนการเล่นกล

ผู้ทำกัมมัฏฐาน เมื่อศึกษารู้จักเรื่องอารมณ์มี ๖, นีวรณ ๕, ชั้น ๕ เป็นเบื้องต้น พอจับเค้าได้เช่นนี้แล้ว ฟังรู้จักกัมมัฏฐานว่ามี ๒ อย่าง คือ

๑. สมถกัมมัฏฐาน

๒. วิปัสสนากัมมัฏฐาน

สมถกัมมัฏฐานเป็นหลักวิชา ซึ่งเป็นอุบายทำจิตใจให้สงบจากอารมณ์ มี ๔๐ อย่าง คือ

กสิณ ๑๐, อสุภ ๑๐, อนุสติ ๑๐, พรหมวิหาร ๔, อหារเปปฺพิฏฐ-  
ตัณญา ๑, จตุธาตววัตถานะ ๑, อรูปกัมมัฏฐาน ๔

วิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นหลักวิชา ซึ่งเป็นอุบายให้เกิดปัญญา  
รู้แจ้งชัดในอารมณ์ ธรรมะที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนามี ๔ หมวด

หมวดที่ ๑ ได้แก่ชั้น ๕

หมวดที่ ๒ ได้แก่อายตนะ ๑๒

หมวดที่ ๓ ได้แก่ธาตุ ๑๘

หมวดที่ ๔ ได้แก่อินทรีย์ ๒๒

### การทำสมถกัมมัฏฐานต้องรู้จักชื่อเหล่านี้

ผู้ทำการสอน เมื่อสอนมาถึงตรงนี้ จงชี้แจงเปิดนวโกวาท หน้า ๓๕ วิญญาณ ๖ สัมผัส ๖ และเวทนา ๖ ธาตุ ๖ ให้นักเรียนเข้าใจ โดยตั้งปัญหาว่า พระเดินไปบิณฑบาตเห็นโยมถือของใส่บาตร เป็นวิญญาณอะไร, โยนใส่บาตร เป็นสัมผัสอะไร, พระพอใจที่ได้รับบาตร เป็นเวทนาอะไร เป็นต้น.

บริกรรมนิมิต	บริกรรมภาวนา	บริกรรมสมาธิ
อุคคหนิมิต	อุปจารภาวนา	อุปจารสมาธิ
ปฎิภาคนิมิต	อัปนาภาวนา	อัปนาสมาธิ
เมื่อรู้จักชื่อแล้ว	ลองนึกเอา	
ลมหายใจเป็นนิมิต	เป็นบริกรรมนิมิต	
การบริกรรม	เป็นบริกรรมภาวนา	
เกิดความสงบ	เป็นบริกรรมสมาธิ	
นิมิตติดตา	เป็นอุคคหนิมิต	
การบริกรรม	เป็นอุปจารภาวนา	
ความสงบ	เป็นอุปจารสมาธิ	
เปลี่ยนนิมิต	เป็นปฎิภาคนิมิต	
จิตแน่วแน่	เป็นอัปนาภาวนา	
จิตตั้งมั่น	เป็นอัปนาสมาธิ	

### การทำสมาธิหวังผล ๔ อย่าง

๑. เพื่อความสุขในปัจจุบัน

๒. เพื่อเกิดญาณทัสสนะ
๓. เพื่อเกิดสติสัมปชัญญะ
๔. เพื่อสิ้นอาสวะ

#### พิจารณาตามเห็นทางกาย

๑. มีสติคลุมหายใจเข้า หายใจออก
๒. รู้ิริยาบถ เดิน ยืน นั่ง นอน
๓. มีสัมปชัญญะ รู้ตัวในการก้าวไป ในการถอย
๔. ให้เห็นเป็นของปฏิภูลนำเกลียว
๕. ให้เห็นเป็นธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ
๖. พิจารณาเห็นเป็นศพ อสุภที่ตายไปแล้ว ๑ วัน ๒ วัน
๗. อสุภที่เขาทิ้งไว้จนสัตว์กัดกิน
๘. อสุภที่มีเนื้อและเลือด ยังมีเส้นเอ็นรัดรึงอยู่
๙. อสุภที่ยังมีเลือด ยังมีเส้นเอ็นรัดรึงอยู่
๑๐. อสุภที่ปราศจากเนื้อและเลือด แต่ยังมีเส้นเอ็นรัดรึงอยู่
๑๑. อสุภกระดูกต่าง ๆ กระดูกแขน กระดูกขา
๑๒. อสุภสีขาวของกระดูกต่าง ๆ เหล่านั้น
๑๓. อสุภกระดูกที่เป็นกอง
๑๔. อสุภกระดูกผุ กระดูกป่น

เมื่อดูอยู่อย่างนั้นตั้งสติระลึกว่า กายมีอยู่เพียงแต่สักว่ารู้ สักแต่  
ว่าเพียงอาศัยระลึก เพื่อมิให้ตัณหาและทิฏฐิเข้าอาศัย เมื่อไม่มีตัณหา  
และทิฏฐิ ก็ไม่ถือมั่นอะไร ๆ ในโลก

### พิจารณาตามเห็นทางเวทนา

๑. เมื่อเสวยสุขเวทนา อารมณ์ที่ชอบก็รู้ว่ามิชอบ มิสุข
  ๒. เมื่อเสวยทุกขเวทนา อารมณ์ที่ไม่ชอบก็รู้ว่าไม่ชอบ มิทุกข์
  ๓. เมื่อเสวยไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุข ก็รู้ว่าไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุข
  ๔. เมื่อเสวยสุขเวทนามีอามิส คือ รูป เสียง กลิ่น ฯ ล ฯ  
ก็รู้ว่ามิอามิส
  ๕. เมื่อเสวยทุกขเวทนามีอามิส คือ รูป เสียง กลิ่น ฯ ล ฯ  
ก็รู้ว่ามิอามิส
  ๖. เมื่อเสวยไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขมีอามิส ก็รู้ว่ามิอามิส
  ๗. เมื่อเสวยสุขเวทนาไม่มีอามิส ก็รู้ว่าไม่มีอามิส
  ๘. เมื่อเสวยทุกขเวทนาไม่มีอามิส ก็รู้ว่าไม่มีอามิส
  ๙. เมื่อเสวยไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขไม่มีอามิส ก็รู้ว่าไม่มีอามิส
- พิจารณาไปเพื่อให้เวทนาสงบ

### พิจารณาตามเห็นทางจิต

๑. จุจิตประกอบไปด้วยราคะ ก็รู้ชัดว่ามีราคะ
๒. จุจิตปราศจากราคะ ก็รู้ชัดว่าไม่มีราคะ
๓. จุจิตประกอบด้วยโทสะ ก็รู้ชัดว่ามีโทสะ
๔. จุจิตปราศจากโทสะ ก็รู้ชัดชัดว่าไม่มีโทสะ
๕. จุจิตประกอบด้วยโมหะ ก็รู้ชัดว่ามีโมหะ
๖. จุจิตปราศจากโมหะ ก็รู้ชัดว่าไม่มีโมหะ
๗. จุจิตที่หุดหู่
๘. จุจิตที่ฟุ้งซ่าน

- ๘. คุณจิตที่ถึงความใหญ่
  - ๑๐. คุณจิตที่ไม่ถึงความใหญ่
  - ๑๑. คุณจิตที่ประกอบด้วยความยิ่ง
  - ๑๒. คุณจิตที่ไม่ยิ่ง
  - ๑๓. คุณจิตที่ตั้งมั่น
  - ๑๔. คุณจิตที่ไม่ตั้งมั่น
  - ๑๕. คุณจิตที่พ้น
  - ๑๖. คุณจิตที่ไม่พ้น
- พิจารณาไปเพื่อให้จิตใจผ่องแผ้ว

#### พิจารณาเห็นตามทางธรรม ๕ คู่

- ๑. เมื่อกามฉันท์ความพอใจในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ มีอยู่ ก็รู้ชัดว่ามี
- ๒. เมื่อไม่มีกามฉันท์ ก็รู้ชัดว่าไม่มี
- ๓. เมื่อพยายามมีอยู่ ก็รู้ชัดว่ามีพยายาม
- ๔. เมื่อไม่มีพยายาม ก็รู้ชัดว่าไม่มี
- ๕. เมื่อมีถีนมิทธะความง่วงงุน ก็รู้ชัดว่ามี
- ๖. เมื่อไม่มีถีนมิทธะความง่วงงุน ก็รู้ชัดว่ามี
- ๗. เมื่อมีอุทธัจจกุกกุกจะความฟุ้งซ่าน ก็รู้ชัดว่ามี
- ๘. เมื่อไม่มีอุทธัจจกุกกุกจะ ก็รู้ชัดว่าไม่มี
- ๙. เมื่อมีวิจิกิจฉา ความสงสัยลังเลใจ ก็รู้ชัดว่ามีอยู่
- ๑๐. เมื่อไม่มีวิจิกิจฉา ก็รู้ชัดว่าไม่มี



ถ้าพิจารณาดูกาย, เวทนา, จิต, ธรรม อยู่อย่างนี้ อนัตตา  
ไม่ปรากฏชัดเจนยังเป็นสมถภาวนา ต่อเมื่ออนัตตาปรากฏชัดเจน  
จึงจะเป็นวิปัสสนาภาวนา

ผู้บำเพ็ญกัมมัฏฐาน ต้องตรวจดูตนเองว่า ความกังวลใจมีอยู่  
ในเรื่องอะไร พยายามละความกังวลใจบรรเทาให้เบาบาง ถึงกับตัดให้  
ขาดได้ ย่อมทำให้การปฏิบัติก้าวหน้าไปได้

### ปฏิบัติเบื้องต้นของการปฏิบัติกัมมัฏฐาน

ต้องตั้งใจตัดความกังวลที่เรียกว่า ปลิวท ๑๐ อย่าง

๑. อาวาสปลิวท                      กังวลเรื่องที่อยู่อาศัย
๒. สกุลปลิวท                        กังวลเรื่องสกุลเผ่าพงศ์ชาติเชื้อ
๓. ลากปลิวท                         กังวลเรื่องลากสักการะต่าง ๆ
๔. คนปลิวท                          กังวลเรื่องหมู่คณะมิตรสหาย
๕. กัมมปลิวท                        กังวลเรื่องการทำงาน
๖. อัทธานปลิวท                    กังวลเรื่องการเดินทาง
๗. ญาติปลิวท                        กังวลเรื่องญาติคนที่คุ้นเคย
๘. อาพาธปลิวท                      กังวลเรื่องไม่สบายกาย ไม่สบายใจ
๙. กันถปลิวท                        กังวลเรื่องการเรียนรู้ การศึกษา
๑๐. อิทธิปลิวท                      กังวลเรื่องฤทธิ์เดชปาฏิหาริย์

ผู้ทำกัมมัฏฐานต้องศึกษาดูให้รู้จักจริตของตน

๑. ราคจริต                        เป็นผู้รักสวยรักงามเป็นคนละเอียด
๒. โทสจริต                        เป็นคนหยาบคายไม่นิ่มนวล
๓. โมหจริต                        เป็นคนเขลาเบาปัญญา

- ๔. สัทธาจริต เป็นคนหุเบาเชื่อง่าย
- ๕. พุทธจริต เป็นคนรู้มาก
- ๖. วิตักกจริต เป็นคนกังวลคิดหน้าคิดหลังพะว้าพะวัง

ผู้ทำกัมมัญฐานต้องคัดเลือกหาธรรมะที่เป็นสัปปายะ

- ๑. อาวาสสัปปายะ ที่อยู่สบาย
- ๒. โจรสัปปายะ ที่แสวงหาเลี้ยงชีพอย่างสบาย
- ๓. กถาสัปปายะ พูดแต่เรื่องสบาย
- ๔. ปุคคลสัปปายะ มีบุคคลสบาย
- ๕. อาหารสัปปายะ อาหารที่ถูกต้องตามความต้องการของร่างกาย
- ๖. อตุสัปปายะ ฤดูที่สบาย

### อุปการธรรมที่ขาดไม่ได้

- ๑. อาตาปี ความเพียร
- ๒. สัมปชาโน ความรู้ตัว
- ๓. สติมา มีสติ

ครั้นพร้อมดังนี้แล้ว ผู้ทำกัมมัญฐานนั่งคู้บัลลังก์ หดเท้าซ้ายเข้าเอาเท้าขวาเข้า นั่งขัดสมาธิ เริ่มระดมความสังเกต มีสติไปยังลมหายใจ ใช้สติกำหนดลมหายใจ ให้รู้ว่าหายใจออกสั้นหรือยาว ให้รู้ว่าหายใจเข้าสั้นหรือยาว ใช้สติกำหนดลมหายใจอยู่อย่างนี้

- ๑. เมื่อกำหนดลมหายใจนาน ๆ ก็เกิดฉันทะ ความพอใจ
- ๒. เมื่อมีฉันทะ ความพอใจในการกำหนดลมหายใจอยู่อย่างนั้น หายใจเข้าหายใจออกก็ละเอียดขึ้น

๓. เมื่อกำหนดคุณลมหายใจมีความละเอียด ปราโมทย์ก็เกิดขึ้น  
ความละเอียดของจิตก็ยิ่งปรากฏ
๔. เมื่อจิตใจมีความละเอียด การกำหนดคุณลมหายใจ ก็ยิ่งมี  
ความแน่วแน่เป็นหนึ่ง เป็นเอกัคคตาปรากฏ
๕. เมื่อมีความแน่วแน่เช่นนั้น อุเบกขาตัวปัญญา ความ  
วางเฉยก็ปรากฏ
๖. เมื่อมีอุเบกขาเป็นเช่นนั้น ลมหายใจก็เปลี่ยนไปเป็นนิมิต
๗. เมื่อมีนิมิต สติก็ปรากฏชัด
๘. ต่อจากนั้นญาณความรู้ก็ปรากฏ
๙. แม้กายก็ปรากฏ
๑๐. พิจารณาเห็นทางกายในกาย ๆ ล ๆ จนพิจารณาเห็นธรรม  
การดำเนินงาน การกำหนดลมหายใจด้วยฉันทะ จะรู้ว่าหายใจ  
เข้าสั้น จะรู้ว่าหายใจออกสั้น จะรู้ว่าหายใจเข้ายาว หายใจออกยาว  
จะรู้ว่าหายใจสั้นหรือยาวสลับกัน สังเกตดูจะมีความสลับซับซ้อน ก็  
กำหนดให้เป็นสมาธิ เพื่อให้รู้พร้อมเฉพาะเรื่องลมหายใจ เพื่อพิจารณา  
คุณลมหายใจ รู้ว่าละเอียดยิ่งขึ้น ในขณะที่เดียวกันนั้น ก็พุ่งจิตใจไปถึง  
อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

วิธีกำหนดลมหายใจ ตั้งต้นจากจุดหายใจเข้า สมมติว่าเริ่มต้น  
จากที่จมูก เมื่อเริ่มต้นแล้ว ก็เริ่มไปถึงท่ามกลาง คือ ที่อก ต่อไป  
ถึงเบื้องปลาย คือ สะคือ สมมติเอาว่าไปสุดที่สะคือ หายใจออกก็เริ่มต้น

ที่สะดือเป็นเบื้องต้น ถอยมาท่ามกลางคือออกถึงเบื้องปลายคือจะงอยจมูก

**อุบายที่จะกำหนดรู้**

๑. ท่านให้นับซ้ำ ๆ ๑ เข้า ๒ ออก ๓ เข้า ๔ ออก  
๕ เข้า ๖ ออก

๒. ใช้สติกำหนดลมหายใจ ให้จิตกำหนดอยู่ตรงที่ลมหายใจ  
เมื่อปฏิบัติอยู่อย่างนี้บ่อย ๆ จนชิน ลมหายใจก็ปรากฏชัด สติก็  
ปรากฏเป็นสติ ญาณความรู้ก็ปรากฏเป็นญาณ กายก็ปรากฏเป็นกาย  
เมื่อพิจารณาอย่างนี้ จิตใจไม่เป็นที่ตั้งแห่งการยึดมั่นถือมั่น

### **พิจารณาอุบายเรื่องอายตนะ**

๑. จักขุประสาท รูปร่างใสเท่าสีรยะหา ตั้งอยู่ในแก้วตา  
ใจกลางดวงตาดำ เป็นวัตถุทวารแห่งการรู้เห็นทางตา เรียกว่า จักขุ-  
วิญญาณ

๒. โสตประสาท รูปร่างใส ตั้งอยู่ในที่มีสัณฐานเท่าวงแหวน  
เต็มไปด้วยโลมาสีแดงอ่อนในช่องหู เป็นวัตถุทวารแห่งการได้ยินเสียง  
เรียกว่า โสตวิญญาณ

๓. ฆานประสาท รูปร่างใส ตั้งอยู่ในสัณฐานคูกกลีบแพะ  
ภายในช่องนาสิก เป็นวัตถุทวารแห่งการได้กลิ่น เรียกว่า ฆานวิญญาณ

๔. ชิวหาประสาท รูปร่างใส ตั้งอยู่ในสัณฐานคูกกลีบบัว  
เบื้องบนตอนกลางลิ้น เป็นวัตถุทวารแห่งการได้รส เรียกว่า ชิวหา-  
วิญญาณ

๕. กายประสาท รูปอันใส คายทั่วไปในร่างกาย คัจฉน้ำมัน  
อันชุ่มอยู่ เป็นวัตถุทวารแห่งการสัมผัส เรียกว่า กายวิญญูณ

### รูปร่างทวารทั้ง ๕

๑. จักขุทวาร ศูนย์การเห็นกลางตาดำ ช่องจักขุทั้ง ๒ ข้าง  
ซ้ายขวามีสัณฐานน้อยเท่าศิระยะหา ประดิษฐานอยู่ในท่ามกลาง
๒. โสตทวาร ศูนย์การฟัง ขดเป็นวงอยู่ในช่องหู มีสัณฐาน  
น้อยเท่าขนทรายจามรี
๓. ฆานทวาร ศูนย์การรับกลิ่น ตั้งอยู่ท่ามกลางจมูก มี  
สัณฐานคล้ายเท้าแพะ
๔. จิวหาทวาร ปลายลิ้นรู่รสหวาน ตอนหน้าลิ้นรู่รสเค็ม  
ลิ้นครึ่งหลังรู่รสเปรี้ยว ที่โคนลิ้นรู่รสขม
๕. กายทวาร ซาบซ่านอยู่ในสรีระ เฉพาะที่ริมฝีปากไว  
กว่าที่อื่น

### การพิจารณา

๑. พิจารณาให้รู้จักตา รู้จักรูป รู้จักสัญญาโยชน์ ความเกี่ยวข้อง  
เกิดขึ้นเพราะอาศัยตาและรูป
๒. ให้รู้จักหู รู้จักเสียง รู้จักสัญญาโยชน์ ความเกี่ยวข้องเกิดขึ้น  
เพราะอาศัยหูกับเสียง
๓. ให้รู้จักจมูก รู้จักกลิ่น รู้จักสัญญาโยชน์ ความเกี่ยวข้อง  
เกิดขึ้นเพราะอาศัยจมูกกับกลิ่น

๔. ให้รู้จักกลิ่น รู้จักรส รู้จักสัทญโชน์ เกิดขึ้นเพราะอาศัย  
กลิ่นกับรส

๕. ให้รู้จักกาย รู้จักโผฏฐัพพะ รู้จักสัทญโชน์ เกิดขึ้นเพราะ  
อาศัยกายสัมผัส

๖. ให้รู้จักমনะ รู้จักชัมมะ คือเรื่องที่ใจรู้ รู้จักสัทญโชน์  
เกิดขึ้นเพราะอาศัยใจมนะและธรรม

**เมื่อพิจารณาไปจะเกิดโพชฌงค์มีองค์ ๗**

๑. เมื่อมีสติสัมโพชฌงค์ก็รู้ชัดว่ามีอยู่ สติในที่นี้หมายถึง  
การไม่หลงมีความโพลงอยู่ เมื่อไม่มีก็รู้ชัดว่าไม่มี

- ๒. เมื่อมีฉัมมวิจยสัมโพชฌงค์      ก็รู้ว่ามี      เมื่อไม่มีก็รู้ว่าไม่มี
- ๓. เมื่อมีวิริยสัมโพชฌงค์                      "                      "                      "
- ๔. เมื่อมีปีติสัมโพชฌงค์                              "                              "                              "
- ๕. เมื่อมีปีสัททิสัมโพชฌงค์                              "                              "                              "
- ๖. เมื่อมีสมาธิสัมโพชฌงค์                              "                              "                              "
- ๗. เมื่อมีอุเบกขาสัมโพชฌงค์                              "                              "                              "

เมื่อพิจารณาไปปัญญายังอ่อนอยู่ ไม่รู้หรือสงสัยความจริง ๔ อย่าง  
ต้องดำเนินอาศัยมรรคปัญญาให้เกิด

- ๑. สัมมาทิฐิ      ความเห็นชอบ      (ปัญญา)
- ๒. สัมมาสังกัปปะ      ความดำริชอบ      (ปัญญา)
- ๓. สัมมาวาจา      เจรจาชอบ      (ศีล)

๔. สัมมากัมมันตะ      การทำงานชอบ      (ศีล)

๕. สัมมาอาชีวะ      เลี้ยงชีพชอบ      (ศีล)

๖. สัมมาวายามะ      พยายามชอบ      (สมาธิ)

๗. สัมมาสติ      ระลึกรชอบ      (สมาธิ)

๘. สัมมาสมาธิ      ความตั้งใจชอบ      (สมาธิ)

อาศัยมรรคมืองค์ ๘ นี้ พิจารณาไป ปฏิบัติไป เรียกว่าเดินทาง

สายกลาง เป็นเหตุให้รู้ร้อยยี่สิบ ๔ คือ

๑. รู้ว่านี่ทุกข์มีจริงเป็นผลเกิดจากสมุทัย      เหตุผลทางคติโลก

๒. รู้ว่าสมุทัยมีจริงเป็นตัวเหตุก่อให้เกิดทุกข์

๓. รู้ว่านิโรธมีจริงเป็นผลของความดับทุกข์      เหตุผลทางคติธรรม

๔. รู้ว่าทางมีจริงเป็นเหตุให้ถึงความดับทุกข์

ทุกข์มี ๑๑ ประการ

๑.ชาติทุกข์      ความเกิดเป็นทุกข์

๒.ชราทุกข์      ความแก่เป็นทุกข์

๓.มรณทุกข์      ความตายเป็นทุกข์

๔.โสภทุกข์      ทุกข์คือเศร้าโศก

๕.ปริเทวทุกข์      ทุกข์คือปริเทวนาการ

๖.ทุกข์      คือความไม่สบายทางกาย

๗.ทุกข์โทมนัส      ความไม่สบายทางใจ

๘.อุปายาส      ความคับแค้นใจ

๕. อัปปียสัมปโยค ทุกข์เกิดจากการประสบพบเห็นสิ่งที่ไม่  
น่ารัก ไม่น่าชอบใจ

๑๐. ปียวิปโยค ทุกข์เกิดจากการพลัดพรากจากของรักของ  
ชอบใจ

๑๑. ปรรณาสังโศก ๆ ไม่ได้สมปรารถนา

ทุกข์ทั้ง ๑๑ อย่างนี้ ย่อลงเหลือ ๑ คือ อุปาทานขันธ ความ  
ยึดถือในขันธ ๕ เป็นทุกข์

ตัณหา มี ๓ อย่าง คือ

๑. กามตัณหา ความอยากได้

๒. ภวตัณหา ความอยากเป็น

๓. วิภวตัณหา ความไม่อยากเป็น

ตัณหานั้นเป็นตัวสมุทัย เหตุให้เกิดทุกข์ ตัณหาเกิดเพราะอาศัย  
อายตนะภายในภายนอกบวกัน เช่น ตาเห็นรูปเป็นต้น

มลทิน ๕ และอุปกิเลส ๑๖

อกุศล

กุศล

๑. อภิขณาวิสมโลภะ ละโมบไม่สม่ำเสมอคือความเพ่งเล็ง  
แก้ด้วยสันตคุณฐิ ความสันโดษ

๒. โกรธ, โทสะ " คีตสังวรและเมตธา

๓. อุปนาหะ ผู้โกรธไว้ " ความเสียดละและเมตตา





**กฎธรรมดาหรือสามัญลักษณะ ๓ อย่าง**

๑. อนิจจตา ความเป็นของไม่เที่ยง

๒. ทุกขตา ความเป็นทุกข์

๓. อนัตตตา ความเป็นของไม่ใช่ตน

ทั้ง ๓ ลักษณะนี้ เราจะเห็นได้จากสังขารทั้งปวง ทั้งที่มีวิญญูณ

และไม่มีวิญญูณ ฉะนั้น สังขารจึงมี ๒ อย่าง คือ

๑. อุปาทินนสังขาร ได้แก่สิ่งมีชีวิตมีใจครอง

๒. อนุปาทินนสังขาร ได้แก่สิ่งไม่มีชีวิต เช่น ดินไม้ ภูเขา

อนิจจตา ความเป็นของไม่เที่ยง มีลักษณะ ๔ ประการ

๑. เกิดขึ้น ทรงอยู่ แล้วดับไป

๒. เปลี่ยนแปลง เป็นอย่างนี้ แล้วก็เป็นอย่างนั้น ไม่คงที่

๓. เป็นของชั่วคราว

๔. ตรงกันข้ามกับความเที่ยง

ทุกขตา ความเป็นทุกข์นั้น มีลักษณะ ๔ ประการ

๑. ทำให้เดือดร้อน

๒. ทนอยู่ได้ยาก

๓. ถูกเบียดเบียน เช่นมีโรค มีอุปสรรค มีภัย

๔. แย้งต่อความสุข

**อนัตตตา ความเป็นของไม่ใช่ตน มีลักษณะ ๕ ประการ**

๑. เพราะไม่อยู่ในอำนาจ บังคับไม่ได้
  ๒. เพราะเป็นข้าศึกกับอัตตาตัวตน
  ๓. เพราะเป็นความว่างเปล่า
  ๔. เพราะไม่มีเจ้าของ
  ๕. เพราะเป็นไปตามเหตุปัจจัย
- สิ่งที่ปิดบังมิให้คนเราเห็นความจริง มิได้เห็นเรื่องธรรมดา

**ธรรมดาเกิดจาก**

๑. สันติ การสืบทอดจากเล็กเป็นโต จากโตเป็นใหญ่
๒. อิริยาบถ การผลัดเปลี่ยนด้วยการยืน เดิน นั่ง นอน  
เป็นต้น
๓. ฆนสังญญา ความสำคัญหมายว่าเราว่าเขา

**อุปาทาน ความเข้าไปยึดถือ มีอยู่ ๔ อย่าง**

๑. กามอุปาทาน เข้าไปยึดถือเรื่องที่ชอบ ที่พอใจ ที่อยากได้
๒. ทิฏฐุปาทาน เข้าไปยึดถือเรื่องความเห็นที่ตนคิด
๓. ลีลัพพตูปาทาน เข้าไปยึดถือเรื่องศีล เรื่องพรต
๔. อัตตวาทูปาทาน เข้าไปยึดถือว่าเราว่าเขา

**ธรรมะสำหรับชีวิตประจำวันเรียกว่าอริยฐานธรรม มี ๔ ประการ**

๑. ปัญญา รอบรู้สิ่งที่ควรรู้

๒. สัจจะ ความจริงใจ คือประพฤตีสั่งใดก็ให้ได้จริง ผู้มี  
หน้าที่อย่างไร ก็ให้ทำตามหน้าที่ ให้มีความจริงดังต่อไปนี้

ก. จริงต่อเวลา

ข. จริงต่อบุคคล

ค. จริงต่อการทำงาน

ง. จริงต่อการพูด

จ. จริงต่อความดี

๓. จาคะ สละสิ่งที่ เป็นข้าศึกแก่ความจริง คือ โลภะ

โทสะ โมหะ อันเป็นอกุศลมูล

๔. อุปสมะ สงบใจจากสิ่ง เป็นข้าศึกแก่ความสงบ ได้แก่

อินทริยสังวร สำรวมตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

**สิ่งที่ไม่ได้สมปรารถนา มี ๕ ประการ**

๑. ไม่ต้องการแก่

๒. ไม่ต้องการเจ็บไข้

๓. ไม่ต้องการตาย

๔. ไม่ต้องพลัดพรากจากของรักของชอบใจ

๕. ไม่ต้องการให้ถูกทำลายในสิ่งที่มีอยู่ แต่แล้วก็ถูกทำลาย

ไป (กรรม)

### วิธีแสดงความเคารพ มี ๔ อย่าง

๑. อภิวัต ได้แก่การไหว้ การกราบ เบนัญจกประคิษฐ์  
อัยฎางคประคิษฐ์
๒. อุกฤษณะ ได้แก่การลุกขึ้นยืนต้องรับ
๓. อัญชลิกรรม ได้แก่การพนมมือ
๔. สามิจิกรรม ได้แก่การโค้งคำนับ ยืนตรง ถอน  
สายบัว ๆ ล ๆ แล้วแต่ความนิยมของสังคมนั้น ๆ

### การปฏิสันถาร มี ๒ อย่าง

๑. ปฏิสันถารด้วยวัตถุ เช่นน้ำดื่ม บุหรี่ เครื่องดื่ม เรียกว่า  
อามิสปฏิสันถาร
๒. ปฏิสันถารด้วยการยิ้มแย้มแสดงอัธยาศัยไมตรี เจริญ  
ด้วยถ้อยคำไพเราะ เรียกว่า รัชมปฏิสันถาร

### ธรรมะเป็นที่ตั้งแห่งการระลึกถึง เรียกว่าสาราณียธรรม มี ๖ อย่าง

๑. เข้าไปตั้งกายกรรมประกอบด้วยเมตตา ทั้งต่อหน้าและ  
ลับหลัง คือช่วยชวนขวยในกิจธุระของเพื่อนกันด้วยกาย มีจิตเมตตา
๒. เข้าไปตั้งวจิกรรมประกอบด้วยเมตตา ทั้งต่อหน้าและ  
ลับหลัง คือช่วยชวนขวยในกิจธุระของเพื่อนด้วยวาจา มีจิตเมตตา
๓. เข้าไปตั้งมโนกรรมประกอบด้วยเมตตา ทั้งต่อหน้าและ  
ลับหลัง คือคิดแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์แก่เพื่อน
๔. แบ่งปันลาภที่ได้มาโดยชอบธรรม ไม่หวังไว้บริโภค  
เฉพาะผู้เดียว

๕. รักษาศีลความประพฤติให้เสมอกัน ไม่ทำตนให้เป็นที่  
รังเกียจของผู้อื่น

๖. มีความคิดเห็นร่วมกัน ไม่วิวาทกับใคร ๆ

ธรรมะข้อสาราณียธรรมนี้ ทำให้ผู้ประพฤติปฏิบัติ มีอานิสงส์

๖ ประการ คือ

๑. เป็นที่รักของผู้อื่น

๒. เป็นที่เคารพของผู้อื่น

๓. เป็นมูลเหตุให้สงเคราะห์ซึ่งกันและกัน

๔. เป็นไปเพื่อความไม่วิวาทกันและกัน

๕. เป็นไปเพื่อความพร้อมเพรียง

๖. เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

เฉพาะอานิสงส์ข้อ ๕ และข้อ ๖ เป็นมูลฐานแห่งความสามัคคี  
ความสามัคคีจะเป็นไปได้ต้องมีธรรมทั้ง ๒ ข้อนี้

**ธรรมเป็นหลักการบริหาร ๓ อย่าง (อภิธานียธรรม)**

๑. หมั่นประชุมกันเนื่องนิত্য เพื่อแลกเปลี่ยนความคิด  
ความเห็น

๒. พร้อมเพรียงกันประชุม พร้อมเพรียงกันเลิก ช่วยกัน  
ทำงาน

๓. ไม่ทิ้งของเก่า ไม่ตื่นของใหม่ ศึกษาทำความเข้าใจใน  
สิ่งที่ท่านบัญญัติไว้

๔. รู้จักเคารพผู้เป็นใหญ่ ผู้เป็นประธาน

๕. มีขันติธรรม ไม่ลุอำนาจความอยาก อันเกิดจากตัณหา

๓ อย่าง คือ

ก. กามตัณหา

ข. ภวตัณหา

ค. วิภวตัณหา

๖. ยินดีในความสงบสงัด อันเกิดจากกายวิเวก จิตตวิเวก

และอุปชวีเวก

๗. ยินดีต้องรับผู้มาใหม่ ที่มาแล้วก็ขอให้อยู่เป็นสุข

ธรรมะทั้ง ๗ ประการนี้ เป็นที่ตั้งแห่งความไม่เสื่อม ยิ่งปฏิบัติ  
ให้ได้มากเพียงใด การบริหารก็จะเป็นไปเพื่อความเจริญฝ่ายเดียว เรียก  
อปริหานิยธรรม

#### อริยทรัพย์ ๗ ประการ

๑. ให้มีศรัทธาคู่กับปัญญา

๒. ให้มีศีลคู่กับสังวร

๓. ให้มีหิริคู่กับโยนิโสมนสิการ

๔. ให้มีโอตตปปะ คู่กับความกลัวจะถูกตำหนิติเตียน

๕. ให้มีพหุสูต คู่กับการยกระดับจิตใจให้สูงขึ้น

๖. ให้มีจาคะรู้จักเสียสละคู่กับความฉลาด

๗. ให้มีปัญญาคู่กับความเฉลียวคือมีสติ เรียกคู่กันว่า

สติปัญญา

อริยทรัพย์ทั้ง ๗ ประการนี้ ดีกว่าทรัพย์ภายนอก เพราะเป็น  
ทรัพย์ได้ทุกกาลสมัย ทั้งในชาตินี้และชาติหน้า ส่วนทรัพย์ภายนอกนั้น  
มีประโยชน์เฉพาะกาลสมัย อย่างมากก็เพียงแต่ในชาตินี้เท่านั้น

**หลักประกันสังคม หลักประกันชีวิต มีอยู่ ๗ อย่าง**

๑. ความเป็นผู้รู้จักเหตุ เช่นรู้ว่าสิ่งนี้เป็นเหตุแห่งสุขสิ่งนี้  
เป็นเหตุแห่งทุกข์

๒. ความเป็นผู้รู้จักผล เช่นรู้ว่าสุขเป็นผลแห่งเหตุอันนี้  
ทุกข์เป็นผลแห่งเหตุอันนี้

๓. ความเป็นผู้รู้จักตน โดยชาติ โดยตระกูล โดยยศศักดิ์  
โดยสมบัติบริวาร โดยความรู้และคุณธรรมเพียงเท่านี้ ๆ แล้วประพฤติ  
ปฏิบัติตนให้สมควรกับที่เป็นอยู่อย่างไร

๔. ความเป็นผู้รู้จักประมาณ คือการแสวงหาเครื่องเลี้ยงชีพ  
โดยทางที่ชอบและรู้จักประมาณในการบริโภคอาหารแต่พอควร

๕. ความเป็นผู้รู้จักกาลเทศะ ว่าควรไม่ควรในการประกอบ  
การงานนั้น ๆ

๖. ความเป็นผู้รู้จักประมุขชน และกิริยาที่จะประพฤติต่อ  
ประมุขชนนั้น ๆ ว่า คนหม่นี้ คณะนี้ เมื่อเข้าไปหาจะต้องทำกิริยาอย่างนี้  
จะต้องพูดอย่างนี้

๗. ความเป็นผู้รู้จักเลือกบุคคลว่า ผู้นี้เป็นคนดี ควรคบ  
ผู้นี้เป็นคนไม่ดี ไม่ควรคบ เป็นต้น

ธรรมทั้ง ๗ ประการนี้เป็นสัปปริสธรรม หมายถึงธรรมของผู้ดี



ผู้มีปัญญา ผู้มีประสบการณ์มาแล้ว ผู้ที่ประพฤติกุศลกรรมอันเป็นหลัก  
ในการศึกษา หลักประกันชีวิต และหลักประกันสังคมเหล่านี้ จะทำ  
ให้อยู่กับเขาได้ เข้าคนเป็น ไม่เป็นผู้ล่าสมัย ไม่ถูกเขาต้มเขาคุ้น ไม่  
ถูกเขาแหกตา ทำให้เป็นผู้มีอิสรภาพเป็นตัวของตัวเอง นอกจากนั้น  
กรรมเหล่านี้ ยังเป็นหลักวิชาการทูต เป็นหลักวิชาการประชาสัมพันธ

### โพชฌงค์องค์แห่งความรู้ มี ๗ อย่าง

๑. สติ ความระลึกได้ ทำหน้าที่เป็นผู้กำกับการ
  ๒. สัมมวิจยะ ความสอดส่องธรรม มีคุณสมบัติให้ประคอง  
จิต ในเมื่อจิตหวั่น มีความเบื่อหน่าย ประคองจิตให้เห็นลู่ทาง
  ๓. วิริยะ ความเพียร มีคุณสมบัติคอยให้กำลังในการ  
ประคองจิตนั้น
  ๔. ปีติ ความอิมใจ มีคุณสมบัติสนับสนุนให้ความเพียรมี  
กำลังยิ่งขึ้นเพื่อใช้ในการประคองจิต
  ๕. ปัสสัทธิ ความสงบใจและอารมณ์ มีคุณสมบัติคอยข่ม  
จิตที่ฟุ้งซ่าน และกำจัดความรำคาญ
  ๖. สมาธิ ความตั้งใจมั่น มีคุณสมบัติในการเร่งรัด เพื่อ  
ให้การข่มจิตได้ผล
  ๗. อุเบกขา ความวางเฉย ต้องประกอบด้วยปัญญา มี
- ๓ อย่าง
๑. อุเบกขาในพรหมวิหาร มีหน้าที่กำจัดความลำเอียง รู้จัก  
กฎแห่งกรรม ตั้งอยู่ในความเป็นกลาง

๒. อุเบกขาในเวทนา หมายถึงการวางเฉยเมื่อเกิดความรู้ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ คือไม่บอดก็ทำบอด ไม่ใช้ก็ทำให้ไม่หนวกก็ทำหนวดเสียบ้าง เป็นต้น

๓. อุเบกขาสัมโพชฌงค์ เป็นอุเบกขาที่เกี่ยวกับปัญญาโดยเฉพาะ เข้าไปพิจารณาจนรู้ตามความเป็นจริง แล้วไม่ยินดียินร้ายวางเฉยในสัตว์ และสังขาร

### โลกธรรม ๘

ธรรมะที่ครอบงำสัตว์โลกอยู่ และสัตว์โลกก็ยอมเป็นไปตามธรรมดานั้น ๆ มี ๘ อย่าง คือ ลาก ยศ สรรเสริญ สุข ไม่มีลาก ไม่มียศ นินทา ทุกข์ ในโลกธรรมทั้ง ๘ นี้ ย่อมเหลือ ๒

๑. ส่วนที่พอใจ ส่วนที่ปรารถนา มีลาก ยศ สรรเสริญ สุข ได้แก่ตัว ด. เต็ก ๔ ตัว คือ ได้ ดี ดัง เด่น เรียกว่า อิญฐารมณ

๒. ส่วนที่ไม่ปรารถนาไม่พอใจ ไม่อยากได้ คือ ไม่มีลาก ไม่มียศ นินทา ทุกข์ เรียกว่า อนิญฐารมณ

หลักการพิจารณาโลกธรรม ๘ มี ๔ อย่าง คือ

๑. ต้องศึกษาให้รู้ตามความเป็นจริง

๒. ต้องยอมรับว่าทุกสิ่งมันไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา

๓. ต้องสาวหาเหตุ เช่น ได้ลาก เกิดจากอะไร ไม่มีลากเกิดจากอะไร

๔. ต้องพิจารณาแก้ไขให้ถูก

### วิธีพิจารณาให้เห็นว่าการได้สภานั้นเกิดจาก

๑. การทำดี
๒. มีความรู้ดี
๓. มีความสามัคคีดี
๔. มีความประพฤติดี

### ทางเกิดของความไม่มีลาภ

๑. เกิดจากการทำไม่ดี
๒. มีความรู้ไม่ดี
๓. ไม่มีความสามารถที่ดี
๔. มีความประพฤติชั่ว

### ทางเกิดทางมาของยศ มีอยู่ ๗ อย่าง

๑. ความหมั่นขยัน
๒. มีสติ
๓. ทำการงานสะอาด
๔. ใคร่ครวญก่อนแล้วจึงทำ
๕. ดำรงมระวังด้วยรู้จักเสริมสวย ด้วยการรู้จักใช้ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ
๖. เลี้ยงชีพด้วยสัมมาอาชีพะ
๗. ไม่ประมาท

**ยศ มี ๓ อย่าง**

๑. อิศริยยศ ใหญ่ด้วยอำนาจตำแหน่งหน้าที่
๒. บริวารยศ ใหญ่ด้วยบริวารผู้แวดล้อม
๓. เกียรติยศ ใหญ่ด้วยชื่อเสียง

ทางมาของสรรเสริญ เกิดจากสัจจะความจริงใจ พุคอย่างใด ทำอย่างนั้น ตรงต่อหน้าที่การงาน ตรงต่อเวลา ตรงต่อวาจาที่พูดไว้ ตรงต่อบุคคล และตรงต่อความดี

ทางมาของความสุข สัมสมความดีไว้ทีละเล็กทีละน้อย ดีในที่นี้ หมายถึงดีที่เป็นประโยชน์ตนประโยชน์ผู้อื่น และเป็นธรรมด้วย ผู้ที่มีความดีชนิดนี้ ย่อมมีความสุขความเจริญโดยลำดับ

**ข้อปฏิบัติสำหรับอภิวรรณ**

๑. เมื่อแสวงหาลาภ ยศ สรรเสริญ สุข อย่าแสวงหาในทางที่ผิด
๒. เมื่อมีลาภ ยศ สรรเสริญ สุข อย่าให้เพลินเพลินจนมัวเมา
๓. เมื่อลาภ ยศ สรรเสริญ สุข นั้นจากไป อย่าโทมนัสน้อยใจ
๔. พิจารณาปลงอนิจจังว่ามันไม่เที่ยง

### ข้อปฏิบัติสำหรับอนิถุอารมณ์

๑. จงป้องกันด้วยความไม่ประมาท เมื่อยังไม่มีลาภ ยศ

สรรเสริญ สุข

๒. จงอย่าเศร้าโศกระทมใจ เมื่อประสบกับความไม่มีลาภ  
ไม่มียศ นินทา ทุกข์

๓. จงอย่ากำเริบฟุ้งซ่าน

๔. จงพิจารณาปลงอนิจจัง

### โลโก อันว่าโลก

๑. โลกคือปรากฏการณ์ธรรมชาติ

๒. " คือโรงละครใหญ่

๓. " คือศาลาพักร้อน

๔. " คือทางเดินของชีวิตที่แสนกั้นดาร

๕. " คือบทเรียนที่ไม่รู้จบ

๖. " คือความเต็มไปด้วยมายา

๗. " คือความทุกข์

๘. " คือทะเลแห่งชีวิต

๙. " คือกฎแห่งกรรม

### นาถกรรมธรรม

ธรรมะเป็นที่พึ่ง ทำให้คนเรารู้จักปกครองตน มีตนเป็นที่พึ่ง  
ของตนเองดีกว่าที่พึ่งภายนอก เพราะที่พึ่งภายนอกมีทรัพย์สินเงินทอง  
แม้จะมากมายเพียงไร ก็เป็นของชั่วคราวเปลี่ยนแปลงไปได้ง่าย การ  
ได้ที่พึ่งภายนอกเท่ากับขอยืมจากคนอื่นเขามาหายใจ ส่วนการมีที่พึ่ง  
ภายในเท่ากับเรามีจมูกหายใจเป็นตัวของเราเอง สมเด็จพระสัมมาสัม-  
พุทธเจ้าตรัสเรื่องนี้โดยเฉพาะว่า จงอยู่อย่างมีที่พึ่ง อย่าอยู่อย่างไม่มีที่พึ่ง  
เพราะคนไม่มีที่พึ่ง อยู่ที่ไหน ๆ ก็เป็นทุกข์เท่านั้น

คนมีความประพฤติดีอยู่ที่ไหนอยู่กับใคร ก็ไม่มีเรื่องร้ายเสียหาย  
อยู่กับเขาได้อย่างสบาย อย่างนี้ชื่อว่ามศีล เป็นที่พึ่งภายใน

คนที่ขยันทำหน้าที่ของตนเอง เมื่อเป็นเด็กเรียนหนังสือหา  
ความรู้ เมื่อเป็นผู้ใหญ่ก็ทำงานหาเลี้ยงชีพ เมื่อเป็นมารดาบิดาเขารู้จัก  
เลี้ยงลูก เมื่อแก่ชราที่ตั้งอยู่ในธรรม ผู้ประพฤติดนเช่นนี้ ชื่อว่า  
มีที่พึ่งภายใน เป็นลักษณะของนาถกรรมธรรม ชื่อว่ามีที่พึ่งทั้งภายนอก  
ภายใน

## คิปปฎิบัติ ธรรมของผู้ครองเรือน

### เหตุที่ทำให้เกิดกรรมกิเลส

๑. เพราะขาดหิริความละอาย โอตตัปปะความเกรงกลัว
  ๒. เพราะขาดสติสัมปชัญญะ
  ๓. เพราะมีความเชื่อไม่มั่นคง
  ๔. เพราะไม่พิจารณาให้แยบคาย ที่เรียกว่า โยนิโสมนสิการ
- เครื่องขัดเกลาความเศร้าหมองให้หมดไป
๑. ไม่เบียดเบียนตนและคนอื่น
  ๒. ไม่ฆ่าสัตว์
  ๓. ไม่ลักทรัพย์
  ๔. ไม่กล่าวเท็จ ไม่พูดคำหยาบ ไม่กล่าวส่อเสียด
  ๕. ไม่เพ่งเอาทรัพย์ของผู้อื่น โดยทางทุจริต
  ๖. ไม่เห็นผิดจากทำนองคลองธรรม
  ๗. ไม่เกียจคร้าน
  ๘. ไม่กำเริบฟุ้งซ่าน
  ๙. ไม่ลบหลู่บุญคุณท่าน
  ๑๐. ไม่ตระหนี่
  ๑๑. ไม่โอ้อวด
  ๑๒. ไม่มารยาหลอกวาง
  ๑๓. ไม่กระด้างคือดิ่ง
  ๑๔. ไม่มีมานะถือตัว

๑๕. เป็นคนสอนง่ายว้าง่าย

๑๖. เป็นคนสะอาดความเห็นผิด รู้จักฟังความคิดเห็นของผู้อื่น

ทั้ง ๑๖ ประการนี้ ย่อเหลือ ๔

๑. จะ ย่อมาจาก จช ทุชชนัสสคัคคิ ไม่คบคนชั่ว

๒. ภาะ " ภช ปญฺชิตเสวนํ คบบัณฑิต

๓. กะ " กร ปุณฺณมโหฺรตฺตํ ทำความดีทั้ง  
กลางวันและกลางคืน

๔. สะ " สร มนิจิฉานิจฺจํ ใ้ระลึกถึงโลก  
หรือปลงอนิจจังอยู่

#### แบบของมีชีวิต

๑. ชีวิตที่มีดีมาแล้วสว่างไป เช่นคนยากจน ภายหลังขยัน  
ทำงาน กลับมั่งมีขึ้น

๒. ชีวิตที่สว่างมาแล้วมืดไป เช่นคนเคยมั่งมี แต่มัวประมาท  
ภายหลังกลับยากจน

๓. ชีวิตที่มีดีมาแล้วมืดไป เช่นคนเกียจคร้านไม่ทำงาน

๔. ชีวิตที่สว่างมาแล้วสว่างไป เช่นคนมีความรู้แล้วทำดี ยิ่ง  
ทำความดีให้มากขึ้น



### ประเภทของชีวิต

๑. ชีวิตมีประโยชน์
๒. ชีวิตไร้ค่าหาประโยชน์มิได้
๓. ชีวิตไม่ดีไม่ชั่วปานกลาง

### เรื่องขงชีวิต

๑. ชีวิตเหมือนหยาดน้ำค้าง พอถูกแสงแดดก็แห้งไป
๒. ชีวิตเหมือนเมล็ดฝน เม็ดฝนตกถึงพื้นก็แตกกระจายไป
๓. ชีวิตเหมือนเอาไม้จืดลงไปในน้ำ รอยที่จืดก็หายไป
๔. ชีวิตเหมือนสายน้ำไหล
๕. ชีวิตเหมือนกับบัวน้ำลาย
๖. ชีวิตเหมือนกับชิ้นเนื้อ
๗. ชีวิตเหมือนกับโคที่เขาจูงไปฆ่า

### ชีวิตกับการงาน

๑. ทำการงานด้วยความรู้ ทำงานเป็นกับเป็นงานต่างกัน
๒. ทำงานด้วยความอดทนที่ถูกต้อง
๓. ทำด้วยความคิดที่ถูกต้อง
๔. ทำด้วยความเป็นระเบียบ
๕. ทำแล้วมีผู้สรรเสริญ
๖. ทำแล้วเป็นประโยชน์ตนประโยชน์ท่าน

พระพุทธศาสนาสอนให้รู้จักประโยชน์ปัจจุบัน ทิฏฐธัมมิกัตถ-  
ประโยชน์

๑. สอนให้รู้จักพึ่งตน
๒. สอนให้รู้จักตั้งตนได้
๓. สอนให้ฉลาดในการดูแลปกครองตนเอง
๔. สอนให้รู้จักคัดเลือกบุคคล
๕. สอนให้รู้จักใช้จ่าย
๖. สอนให้รู้จักดำเนินชีวิตไปตามแผนของชีวิตมี ๔ อย่างคือ
  - ก. อุฏฐานสัมปทา ถึงพร้อมด้วยความหมั่น
  - ข. อารักขสัมปทา ถึงพร้อมด้วยการรักษา
  - ค. กัลยาณมิตตตา ความมีเพื่อนเป็นคนดี
  - ง. สมชีวิตา เลี้ยงชีวิตตามสมควร

ธรรมะทั้ง ๔ นี้ ย่อเพื่อจำง่ายเป็น อุ. อา. กะ. สะ. เรียกว่า  
หัวใจเศรษฐี เป็นเหตุเกื้อกูลเพื่อความสุขในปัจจุบัน

พระพุทธศาสนาสอนให้รู้จักประโยชน์ข้างหน้า ๔ อย่าง

๑. สัทธาสัมปทา ถึงพร้อมด้วยศรัทธา
๒. สीलสัมปทา ถึงพร้อมด้วยศีล
๓. จาคสัมปทา ถึงพร้อมด้วยการบริจาค
๔. ปัญญาสัมปทา ถึงพร้อมด้วยปัญญา

พระพุทธศาสนาสอนให้รู้จักประโยชน์อย่างยิ่ง คือให้รู้จัก

๑. จิต

๒. เจตสิก

๓. รูป

๔. นิพพาน

ทั้ง ๔ นี้ ย่อลงเหลือ จิ. เจ. รุ. นิ.

### หลักวิชาสังคมสงเคราะห์

ธรรมะเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวน้ำใจของกันและกัน ทำให้ผู้มีปัญญา  
เป็นเหมือนญาติ ทำให้ผู้ไม่รู้จักไม่คุ้นเคยกันเป็นญาติ ทำให้สังคมเป็น  
อยู่ได้ด้วยดี ด้วยการสงเคราะห์ซึ่งกันและกัน เรียกว่า สังคหวัตถุ มี ๔ คือ

๑. ทาน ให้ปันสิ่งของของตนแก่ผู้ที่สมควร

๒. ปิยวาจา เจรจาวาจาที่อ่อนหวาน

๓. อัตถจริยา ประพฤติสิ่งที่เป็นประโยชน์

๔. สมนัตตตา ความเป็นคนมีตนเสมอไม่ถือตัว

ถ้าสังคมใดขาดคุณธรรมทั้ง ๔ นี้ สังคมนั้นเป็นสังคมพิการ

หลักวิชาสังคมสงเคราะห์นี้ เป็นกรณียกที่ทุก ๆ คนควรทำ.

## สวัสดิการของเยาวชน

### ความมุ่งหมาย

ทุกวันนี้ ผู้ใหญ่มีความรู้สึกเหมือนกันว่า เด็กสมัยนี้ ได้รับการศึกษามีความรู้ทั่วถึงกัน แต่ความประพฤติแตกต่างกันกับเด็กสมัยก่อนมาก ถ้าลองเปรียบเทียบดูก็จะเห็นจริง เพราะสมัยก่อนเด็กส่วนมากเรียนตามวัดเรียนกับพระ โรงเรียนส่วนมากอยู่ในวัด ยิ่งในชนบทวัดกับโรงเรียนเป็นของคู่กัน วัดจึงมีส่วนในการเสริมสร้างขัดเกลาให้แก่เด็กอยู่มิใช่น้อยทีเดียว อย่างไรก็ตาม ถ้าผู้ใหญ่ผู้ปกครองไม่ทอดทิ้งเด็กจนเกินไป ช่วยกันทุกฝ่ายแล้ว เชื่อแน่ว่าจะเป็นแนวโน้มมิให้เป็นไปอย่างที่เป็นมา

สวัสดิการของเยาวชนดังที่จะกล่าวต่อไปนี้ จะได้เป็นคู่มือของผู้ใหญ่ผู้ปกครองเป็นแนวในการที่จะช่วยชี้ทางให้เยาวชนรู้จักสร้างมนุษยสัมพันธ์ ปิดช่องว่างระหว่างบิดามารดากับบุตรธิดา ระหว่างครูอาจารย์กับศิษย์ ระหว่างผู้ใหญ่กับผู้น้อย คำสอนทางพระพุทธศาสนาจะนำทางให้เยาวชนมีความรู้คู่กับการปฏิบัติ ให้มีความสมดุลกัน รู้แล้วปฏิบัติตาม โดยมีผู้ใหญ่เป็นผู้นำเท่านั้น จะเป็นเครื่องวัดให้เห็นว่าเป็นเยาวชนที่ดั่งตามความมุ่งหมาย

### หลักการ

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาประจำชาติไทย ยอมรับกันว่าเป็นมิ่งขวัญของชาวไทย บรรพบุรุษได้รักษาเอกราชของชาติไทยไว้ได้ ก็เพราะอาศัยอนุภาพของพระพุทธศาสนาที่สอนให้รู้จักรากฐานของมนุษยสัมพันธ์ คือการรู้จักกตัญญูกตเวทีต่อผู้มีอุปการคุณ รู้จักคุณบิดามารดา ครูบาอาจารย์ คุณของพระพุทธศาสนาและพระมหากษัตริย์สืบ ๆ ต่อกันมาเป็นเวลาช้านาน ซึ่งเราจะเห็นจากภาพพจน์จากโครงสร้างสังคมของคนไทยโดยมีความสัมพันธ์เป็นคู่ ๆ ดังต่อไปนี้

- คู่ที่ ๑ ในทางวงศ์สกุล      บิดามารดา      คู่กับ      บุตรธิดา
  - คู่ที่ ๒ ในทางการศึกษา      ครูบาอาจารย์      "      ศิษย์
  - คู่ที่ ๓ ในทางสังคม      ผู้ใหญ่      "      ผู้น้อย
  - คู่ที่ ๔ ในทางปกครอง      พระมหากษัตริย์ "      ประชาชน
  - คู่ที่ ๕ ในทางศาสนา      พระศาสดาหรือพระธรรมวินัย
- คู่กับ      พุทธศาสนิกชน

สังคมของคนไทยที่เป็นคู่ ๆ ดังกล่าวเป็นแกนสัมพันธ์ก่อให้เกิดเอกลักษณ์ของชาติ ที่เรียกว่าชาติไทยประกอบไปด้วยขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรมประจำชาติอย่างสมบูรณ์ ซึ่งหลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนาช่วยเสริมสร้างเป็นลำดับมาแต่บุรพกาล

ในวันนี้จะได้กล่าวถึงหัวข้อเป็นเชิงคำถามที่ว่าพระพุทธศาสนาให้สวัสดิการแก่เราชนอย่างไรบ้างต่อไป

ก่อนอื่นขอได้โปรดทำความเข้าใจในคำว่า สวัสดิการ ในทาง

คติโลก คำนี้หมายถึงการจุนเจือคำจุนช่วยในการดำเนินชีวิตให้เป็นไป  
เท่าที่สามารถจะเป็นไปได้ เช่นข้าราชการมีเงินสวัสดิการส่วนหนึ่ง นอก  
จากเงินเดือนสำหรับช่วยค่าเล่าเรียนบุตร ค่าเช่าบ้าน ค่าพยาบาล ฯ  
ลูกจ้างมีสวัสดิการในยามเจ็บไข้ได้ป่วยหรือช่วยในการทำศพ เป็นต้น  
สวัสดิการเป็นยาหอมให้กำลังใจ ให้ความหวังแก่ผู้ทำงานทุกประเภท  
สวัสดิการในทางโลกมีความมุ่งหมายไปในทางวัตถุมากกว่า

ส่วนสวัสดิการในทางคติธรรมมีความมุ่งหมายกว้างกว่าทางคติ-  
โลกคือมุ่งไปทางจิตใจ หมายถึงการกระทำตนให้ถูกต้องตามทำนองคลอง  
ธรรม ตามขนบธรรมเนียมจารีตประเพณี ตามวัฒนธรรมแห่งชาติ  
ของตน ปฏิบัติตนตามหลักธรรมคำสอนทางศาสนา ประพฤติตั้งตน  
ไว้ชอบตามเพศตามวัยในทางที่ควรประพฤติปฏิบัติให้เหมาะสม เกิด  
ความสวัสดิแก่ตนแก่ครอบครัววงศ์ตระกูล ส่งผลแห่งความสวัสดินั้น  
ไปยังชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ กล่าวได้ว่าพระพุทธศาสนา  
สอนให้สวัสดิการต่าง ๆ แก่เยาวชนซึ่งมีแนวทางดังนี้

๑. ให้สวัสดิการในทางครอบครัววงศ์สกุล เป็นลูกที่ดีของพ่อ  
แม่ รู้จักกตัญญูกตเวทิตะ รู้จักดำรงวงศ์สกุล

๒. ให้สวัสดิการในทางการศึกษา รู้จักขยันหมั่นในการเรียน  
ในการศึกษาหาประสบการณ์ให้แก่ชีวิต ไม่มีเวลาที่จะส่ายเกินไปสำหรับ  
การเรียนรู้

๓. ให้สวัสดิการในทางสังคม รู้จักวิธีการยึดเหนี่ยวน้ำใจ ปลุก  
ไม่ตรีจิต เลือกกัลยาณมิตร

๔. ให้สวดติการในทางปกครอง รู้จักสิทธิเสรีภาพและหน้าที่  
ของตน ตลอดจนรู้จักปกครองตนและคนอื่น กรองเรือนและกรอง  
ทรัพย์สิน

๕. ให้สวดติการในทางจิตใจ ให้รู้จักพระพุทธ พระธรรมและ  
พระสงฆ์ ตั้งใจถึงพระรัตนตรัยเป็นสรณะที่พึ่ง ถือเป็นคฤงคังควง  
ประทีปส่องทางชีวิตแล้วละความเสื่อมมาดำเนินในทางเจริญฝ่ายเดียว  
เมื่อได้แยกทางเกิดสวดติการเพื่อเข้าใจง่ายดังนี้แล้ว ต่อไปจะได้  
บรรยายชี้ให้เห็นเป็นตัวอย่างเป็นข้อ ๆ ไป

### ข้อ ๑ ที่ว่าพระพุทธศาสนาให้สวัสดิการในทางครอบครัว

วงศ์สกุล

สวัสดิการอันล้ำค่าที่พระพุทธศาสนาให้แก่เยาวชนชาวไทยตลอดมาจนเป็นวัฒนธรรมประจำชาติ คือ ความสุภาพ อ่อนโยน รู้จักสัมมา-  
การวะ เคารพยำเกรง มีมารยาทอันดีงาม

การปลูกฝังให้นิสัยเหล่านี้แก่เด็ก เราจะเห็นได้ในทุกครอบครัว  
ที่มีลูกมีหลาน เมื่อเติบโตขึ้นก็จะหัดให้เด็กรู้จักนั่งพับเพียบในท่าที่สุภาพ  
หัดพูดก็ให้พูดคำที่อ่อนหวานไพเราะ มีขอรับ ครับ สำหรับเด็กชาย  
ถ้าเป็นเด็กหญิงก็สอนให้หัดว่า เจ้าคะ เจ้าขา เป็นต้น เห็นผู้ใหญ่มาเล่น  
หรือให้สิ่งของก็สอนให้รู้จักพนมมือไหว้ เห็นพระก็สอนให้รู้จักกราบ  
ความเอาใจใส่ของพ่อแม่ที่ดี ของคนเลี้ยงก็ดี ที่พยายามถ่ายเทฝึกหัด  
เหล่านี้ ก็ได้รับไปจากคำสอนจากพระพุทธศาสนาที่สอนให้มีความ  
สุภาพอ่อนโยนอันมีอยู่ในจริยธรรมและในทศพิธราชธรรม ๑๐ ประการ  
ซึ่งเป็นธรรมของนักปกครอง จริยธรรมสอนให้รู้จักเคารพในบุคคลที่  
ควรเคารพนับถือ มีพ่อ แม่ พี่ ลุง ป้า น้า อา เป็นต้น ซึ่งแบ่ง

เป็น ๓ คือ

ชาติวุฒิ ผู้เจริญด้วยชาติและสมบัติ มีพระมหากษัตริย์ เป็นต้น

วัยวุฒิ ผู้เจริญด้วยวัยถึงความเป็นผู้ใหญ่ผู้เป็นปู่ ย่า ตา ยาย

เป็นต้น

คุณวุฒิ ผู้เจริญด้วยคุณสมบัติมีครู อาจารย์ เป็นต้น



สอนให้เคารพกราบไหว้ในวัตถุที่เคารพบูชา มีพระพุทธรูป  
ปูชนียสถาน วัตถุ อาราม เจดีย์ เป็นต้น

สอนให้ทำความเคารพด้วยวิธีต่าง ๆ อย่างใหญ่ ๆ มีอยู่ ๕ คือ

อภิวัต กราบไหว้

นมัสการ ยกมือไหว้

อุฏฐานะ ลูกขึ้นรับ

อัญชลีกรรม พนมมือ

สามีจิกรรม ทำให้เหมาะสมตามความนิยมอย่างหนึ่งอย่างใด  
เช่น ไค้ก้านับ เป็นต้น

เหล่านี้แลเป็นสวัสดิการที่พระพุทธศาสนาวางพื้นฐานให้แก่เยาวชน  
เป็นการประเดิมเริ่มแรก ซึ่งทำให้ประเทศไทยอยู่เย็นเป็นสุข ด้วย  
การรู้จักเคารพยำเกรงมีสัมมาคารวะตามฐานะของสังคมตลอดมา แต่ใน  
ปัจจุบันนี้ ภาวะต่าง ๆ ในสังคมได้เปลี่ยนแปลงไปตามกาลสมัย เริ่มต้น  
จากเด็กขาดการอบรม กลายเป็นเด็กคือเกร ไม่เคารพพ่อแม่ ครู  
บาอาจารย์ ไม่รู้จักสัมมาคารวะ ไร้มารยาท ได้ขยายวงกว้างออกไป  
อย่างที่เรารู้เห็นกันทุกวันนี้ เมื่อพิจารณาไปก็จะเห็นได้อย่างชัดเจนว่า  
เพราะขาดการเคารพ เพราะไม่รู้จักยำเกรง เพราะไม่มีสัมมาคารวะ  
เพราะไม่มรรยาทใช่หรือไม่ ?

การเดินขบวนขับไล่ครูบาอาจารย์จึงเกิดขึ้น เพราะขาดความ  
เคารพนับถือ

คดีเกี่ยวกับเรื่องเพศจึงเกิดขึ้นมากที่สุด เพราะขาดความยำเกรง

จากการไม่ทำจริงทางกฎหมาย

ทางที่จะป้องกันและแก้ไข ผู้ใหญ่จะต้องชี้ให้เด็กเห็นค่าของความเคารพ เช่นถามว่า เด็กเคารพพ่อแม่ มีอะไรเกิดขึ้น ความรักความเอ็นดูของพ่อแม่เกิดขึ้นใช่หรือไม่ --- ชี้ให้เห็นความสำคัญของผู้ที่ควรเคารพ เช่นถามว่า ทำไมต้องเคารพพ่อแม่ เพราะพ่อแม่มีความสำคัญอยู่ที่เป็นผู้ให้ความรักความเอ็นดู เด็กรู้จักความมีค่า ความสำคัญต่าง ๆ เหล่านี้แหละเป็นบ่อเกิดของความเคารพความยำเกรงใช่หรือไม่---

พระพุทธศาสนาให้สวัสดิการแก่เยาวชนในทางวงศ์ญาติต่อไปก็คือ ความกตัญญูกตเวที

ให้รู้จักกตัญญูต่อบุคคล

กตัญญูต่อสัตว์ผู้ทำประโยชน์ให้ เช่น วัว ควาย เป็นต้น

กตัญญูต่อสิ่งไรชีวิต เช่น หนังสือ โรงเรียน ห้องสมุด ที่อยู่อาศัย เครื่องมือหาเลี้ยงชีพ

ขาดกตัญญู กลายเป็นคนอกตัญญู เป็นคนเนรคุณ

ให้รู้จักทิศเบื้องหน้าคือบิดามารดา ตั้งอยู่ในโอวาทของท่าน คือ

ห้ามไม่ให้ทำความชั่ว

ให้ตั้งอยู่ในความดี

ให้ศึกษาศิลปวิทยา

หาภรรยาที่สมควรให้

มอบทรัพย์มรดกไว้ในสมัย

บุตรผู้ได้รับสวัสดิการจากมารดาบิดา ฟังปฏิบัติท่านดังนี้

ท่านได้เลี้ยงมาแล้ว เลี้ยงท่านตอบ

ทำกิจของท่าน

ดำรงวงศ์สกุล

ประพฤติตนให้เป็นคนควรรับมรดก

เมื่อท่านล่วงลับไปแล้วทำบุญอุทิศให้ท่าน

การช่วยพ่อแม่ทำงานบ้าน เช่น เก็บกวาดทำความสะอาดบ้าง  
ช่วยสิ่งนั้นถือสิ่งนี้ แม้แต่เพียงเช่นรับแขกที่มาหาพ่อแม่ด้วยการหาน้ำมา  
ให้แขกรับประทานหรือเจรจาปราศรัย เยาวชนก็ได้ชื่อว่าทำสวัสดิการ  
ให้แก่ตนเอง

ผู้ดำรงวงศ์ตระกูลไว้ได้ต้องมีคุณลักษณะดังนี้

รู้จักรักษาแสวงหาพัสดุที่หายแล้ว

บูรณะพัสดุที่คร่ำคร่า

รู้จักประมาณในการใช้สอย

ไม่เป็นนักเลงการพนัน

## ๒. พระพุทธศาสนาให้สวัสดิการในทางการศึกษา

รู้จักพ่อแม่ว่าเป็นบรมครูคนแรก ควรแก่การบูชากราบไหว้  
รู้จักครูบาอาจารย์เป็นทิศเบื้องขวา เพราะท่าน แนะนำดี  
ให้เรียนดี บอกศิลปวิทยาให้สิ้นเชิง ไม่ปิดบังอำพรางหรือ  
หวงวิชา

ยกย่องให้ปรากฏในเพื่อนฝูง ทำการป้องกันทุกทิศทุกทาง  
ให้ความสะดวก

ศิษย์ย่อมได้รับสวัสดิการทำตนให้เป็นศิษย์ที่ดีมีลักษณะดังนี้

๑. รู้จักทำความเคารพ ลูกขึ้นยืนรับ
๒. เข้าไปคอยรับใช้
๓. รู้จักเชื่อฟัง ไม่เป็นศิษย์คิดล้างครู
๔. ขวนขวายช่วยงานธุระกิจ
๕. เล่าเรียนโดยเคารพ

โดยรู้จักหลักของการเรียน ให้มี ส. จ. ปุ. ลิ. คือ

สุตะ ได้แก่การฟัง

จินตะ ได้แก่ฟังแล้วคิด

ปุจฉา ให้ถาม

ลิขิต โน้ตหรือบันทึกเพื่อความจำ

๖. รู้จักคติทางดำเนินของชีวิตขณะที่ยังเยาว์วัย คือ

๑. ไม่เป็นเยาวชนที่เห็นแก่ประโยชน์ตนจนทำให้ประ-

โยชน์ของคนอื่นเสียไป ไม่ทำลายวัตถุสิ่งของสาธารณะ

๒. ไม่เป็นเยาชนที่ไม่เคยทำประโยชน์ให้แก่ผู้อื่น

๓. รู้จักทำประโยชน์ตนประโยชน์ท่าน

๔. ถือประโยชน์ส่วนรวมสำคัญกว่าประโยชน์ตน โดยมี

คุณสมบัติดังนี้

ก. รู้จักปรับปรุงตน ผ่อนสั้นผ่อนยาว รักษาความสามัคคี

ข. ความซื่อตรง

ค. ความอดทน

ฅ. ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่

ง. ความ پاکเพียร

จ. ความละเอียด

ฉ. ความมีเชาวน์

ช. รู้จักกาลเทศะ

ซ. รู้จักประชุมชน

การให้สวัสดิการในทางศึกษาแก่เขานั้น สมเด็จพระสัมมา  
สัมพุทธเจ้า ทรงเคยให้มาด้วยพระองค์ด้วยการเปรียบเทียบให้เห็นเป็น  
ภาพด้วยตาของตนเองเพื่อให้เขานผู้อ่อนปัญญาเกิดความเข้าใจง่าย  
ครั้งหนึ่งเมื่อพระองค์เสด็จไปเยี่ยมราหุลสามเณรถึงที่อยู่ สามเณรราหุล  
ถวายน้ำล้างพระบาท ขณะนั้นสามเณรราหุลมีอายุประมาณ ๘-๑๐ ขวบ  
สมเด็จพระ ๗ ทรงชี้ไปที่น้ำซึ่งเหลืออยู่เล็กน้อยแล้วถามราหุลว่า ราหุล  
เห็นไหม น้ำที่เหลือเล็กน้อยอยู่ในภาชนะนี้ ราหุลทูลตอบว่า เห็น

พระเจ้าข้า

สมเด็จพระ ๑ ราชูล ขื่อนี้ก็เช่นเดียวกับผู้ไม่มีความละเอียดในการกล่าวเท็จทั้ง ๆ ที่รู้ ถ้าเป็นสมณะผู้นั้นก็เหลือความเป็นสมณะเพียงเล็กน้อย

สมเด็จพระ ๑ ทรงเห็นว่าที่เหลือเล็กน้อยออกจนหมดแล้วถามราชูลอีกว่า "เห็นไหม ๆ" เห็น พระเจ้าข้า

สมเด็จพระ ๑ ทรงสั่งสอนราชูลว่า ขื่อนี้ฉันใด ก็เช่นเดียวกันกับผู้ไม่มีความละเอียดในการกล่าวเท็จทั้ง ๆ ที่รู้อยู่ การกระทำอย่างนี้ชื่อว่า ทั้งความเป็นสมณะเสียหมดสิ้นทีเดียว

สมเด็จพระ ๑ ทรงสรุปให้สามเณรราชูลเข้าในในคำสอนของพระองค์อีกว่า ราชูล นี้แหละผู้ใดที่ไม่มีความละเอียดกล่าวเท็จทั้ง ๆ ที่รู้แล้วจะไม่พึงทำชั่วอย่างอื่นอีกเป็นอันไม่มี เพราะฉะนั้น ราชูลพึงศึกษาว่าเราจักไม่กล่าวเท็จ แม้เพื่อหัวเราะเล่น

สมเด็จพระ ๑ ทรงถามราชูลว่า แวนส่อง (กระจกส่อง) มีประโยชน์อย่างไร

มีประโยชน์สำหรับส่องดู พระเจ้าข้า

ราชูล อย่างนั้นแหละ ราชูลเองก็ควรส่องตรวจดูหลาย ๆ หนก่อน จึงทำด้วยกาย พุดด้วยวาจา คิดด้วยใจ กล่าวคือ

ถ้าสิ่งที่ทำไปนั้น เบียดเบียนตนและคนอื่น ก็เป็นบาปเป็นอกุศล ให้ผลเป็นทุกข์เดือดร้อน ไม่ควรทำอย่างยิ่งที่จะทำลงไป ต่อเมื่อเป็นไปตรงกันข้ามเป็นบุญเป็นกุศล จึงควรทำ

ถ้ากำลังทำกรรมชั่วก็จงเลิกเสีย ถ้าเป็นกรรมดี ก็จงทำให้มาก ๆ  
ขึ้น

ถ้าได้ทำกรรมชั่วไปแล้ว ก็ให้แสดงเปิดเผยให้ทราบ และตั้งใจ  
ตำรวมระวังใจไม่ให้ทำต่อไป

ถ้าได้ทำกรรมดีไปแล้ว ก็พึงมีปีติปราโมช ใฝ่ใจศึกษาทำความดี  
ให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไปทั้งกลางวันทั้งกลางคืน

เยาวชนผู้รู้คุณค่าของการศึกษาเล่าเรียน ทำให้มีความสนใจเชื่อว่า  
การศึกษาจะเป็นบันไดทอง นำชีวิตของตนไปพบกับความหวังความ  
ปรารถนาแล้ว ก็อยากจะเรียนจะศึกษา ชักนำไปเข้าหาครูบาอาจารย์  
ผู้รู้ ผู้ทรงคุณวุฒิ ครั้นเข้าไปหากก็เข้าไปนั่งใกล้ ตั้งใจฟังคำสอนคำ  
ชี้แจงด้วยความเอาใจใส่ เมื่อฟังด้วยดีย่อมได้ปัญญาความรู้ เมื่อตั้งใจ  
ฟังก็จำได้ เมื่อจำได้ทำให้รู้จักคิดเทียบเคียงเปรียบเทียบ เมื่อคิดคำนึง  
อยู่อย่างนี้ ความเข้าใจก็เกิดขึ้น เมื่อเข้าใจก็เกิดความพอใจ เมื่อมี  
ความพอใจย่อมทำให้มีความอุตสาหะ ความเพียรเกิดขึ้นโดยลำดับ

๓. พระพุทธศาสนาให้สวัสดิการในทางสังคม ให้รู้จักคบมิตร

เลือกเอาแต่กัลยาณมิตร มิตรแท้มี ๔ ชนิด คือ

มิตรมีอุปการะ เว้นมิตรปอกลอก

มิตรร่วมสุขร่วมทุกข์ เว้นมิตรดีแต่พูด

มิตรแนะนำประโยชน์ เว้นมิตรหัวประจบ

มิตรมีความรักใคร่ เว้นมิตรชักชวนในทางฉิบหาย

เมื่อได้กัลยาณมิตรแล้ว ต้องรู้จักแสดงไมตรีจิต ผูกในมิตรด้วย

วิธีการ ๕ อย่าง คือ

ด้วยการให้ปัน เอื้อเฟื้อ เผื่อแผ่

ด้วยรู้จักใช้ถ้อยคำให้เหมาะไพเราะ

ด้วยการประพฤติเป็นประโยชน์ต่อกัน

ด้วยการรู้จักวางตนให้เสมอต้นเสมอปลาย

ด้วยไม่แก้งกล่าวให้คลาดหรือเกินความจริง

เมื่อแสดงไมตรีจิตไป ก็ย่อมได้รับมิตรจิตมิตรใจจากกัลยาณมิตร

นั่น เป็นต้นว่า

๑. รักษามิตรผู้ประมาทเดินเลื้อ

๒. รักษาทรัพย์ของมิตรผู้ประมาท

๓. เมื่อมีภัย มีความจำเป็นก็เป็นทีพึ่งได้

๔. ไม่ละทิ้งในยามวิบัติ

๕. นับถือตลอดถึงวงศ์ตระกูลของมิตร

เมื่อรู้จักคบมิตรได้กัลยาณมิตร มิตรแท้ มิตรนั้นเองคอยแนะนำ



ตกเดือนมิให้ประพฤตินไปในทางฉิบหายเหล่านี้ ที่เรียกว่า อบายมุข

มี ๖ อย่าง คือ

๑. ไม่ดื่มน้ำเมา สุขยาเสพติด ผงขาวและเฮโรอีน เพราะเห็น  
โทษจะเกิดขึ้นทำให้เกิดความเสียหายหลายอย่าง คือ

เสียชีวิต

ก่อการทะเลาะวิวาท

เกิดโรค

ต้องถูกดำเนินคดี

ไม่รู้จักอาย

ทอนกำลังปัญญา เสียสุขภาพ

๒. ไม่เป็นนักเรียนที่ขยันเรียนเพราะเห็นโทษต่าง ๆ  
เหล่านี้จะเกิดตามมาให้เสียคนเสียอนาคต

ชื่อว่าไม่รักษาตัววงศ์ตระกูล

ชื่อว่าไม่รักษากาลเวลาอันเป็นเวลาเรียน ยังอยู่ในวันเรียน

วัยศึกษา

ชื่อว่าไม่รู้จักใช้จ่าย ใช้ไปในทางผิด นำความเดือดร้อนมาให้

ผู้ปกครอง

เป็นที่ระแวงขาดความไว้วางใจ

มักถูกใส่ความ ถูกกล่าวหา

ได้รับความลำบากนานประการ

๓. ไม่เที่ยวดูงานมหรสพ การรื่นรมย์ ภาพยนตร์ ภาพยนตร์ ที่เป็นเหตุ  
ชักจูงไปในทางผิด เห็นโทษเพราะ

๑. เมื่อไปครั้งที่ ๑ ได้ ครั้งที่ ๒-๓ ก็ไปง่ายขึ้น
๒. เมื่อไปบ่อย ๆ ก็ทำให้ขาดการเรียน ความรู้ก็ค่อยไม่ทันเพื่อน
๓. ทำให้ใจหลงระเริง เห็นผิดเป็นชอบ
๔. เมื่อใจหลง ก็เป็นเหตุให้คิดผิด ทำผิดมากขึ้น ติดตามมา เช่น ชอบ ๕ ย. ผมยาว, สะพายย่าม, เสื้อยาว, กางเกง ยีน, รองเท้ายาง
๕. เมื่อทำผิดหลงผิดเข้าใจผิดอยู่ ก็เป็นเหตุให้เกิดความบาดหมางกลายไปถึงกับเป็นอันตรายแก่ชีวิต
๖. ทำให้เสียชื่อเสียง เสียเงิน เดือดร้อนถึงผู้ปกครอง
๔. ไม่เล่นการพนัน เพราะเห็นโทษต่าง ๆ เหล่านี้
  ๑. เมื่อได้ ใจกำเริบก่อเวร
  ๒. เมื่อเสียก็เสียคายนึกจะแก้แค้น
  ๓. ทรัพย์สินเงินทอง นาฬิกา แหวน เครื่องประดับ ต้องหมดไป  
ไม่มีใครเขาเชื่อถือไว้วางใจ  
เป็นที่ดูหมิ่นของเพื่อนฝูง  
ชื่อเสียงเสีย ไม่มีใครเขาจะแต่งงานด้วย

๕. ไม่คบคนชั่วเป็นมิตร เพราะคนชั่วทำให้ตนกลายเป็น

นักเลงต่าง ๆ

๑. นำให้เป็นนักเลงการพนัน
๒. นำให้เป็นนักเลงเจ้าชู้
๓. นำให้เป็นนักเลงเหล้ายาเสพติด
๔. นำให้เป็นนักเลงหลงเขาด้วยของปลอม
๕. นำให้เป็นนักเลงหลงเขาซึ่งหน้า
๖. ทำให้เป็นนักเลงเป็นคนหัวดีใจเหี้ยม

๖. ไม่เป็นคนเกียจคร้าน เพราะคนที่ขี้เกียจชอบเอาโรคเอาเปรียบ

เห็นแก่ตัว มักอ้างว่า

หนานักแล้ว	ไม่ทำงาน
รือนักแล้ว	"
เย็นนักแล้ว	"
ยังเช่าอยู่แล้ว	"
หิวนักแล้ว	"
ระหายนัก	"

แนะนำให้รู้จักในการพูด พูดกับผู้ใหญ่ พูดกับผู้ย่อย พูดกับเพื่อน  
พูดกับครูอาจารย์ พูดอย่างไรพูดได้ประโยชน์ พูดอย่างไรเสียประโยชน์  
เว้นจากการพูดเสีย มาพูดในทางที่ถูกด้วยคุณสมบัติ คือ

- พูดให้ถูกกาลเทศะ
- พูดแต่เรื่องที่เป็นจริง

พูดด้วยถ้อยคำอ่อนหวาน

พูดแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์

พูดในทางสมานสามัคคี

พูดไม่ทำลายตนและคนอื่น

การที่เยาวชนคนเราต่างทำหน้าที่ของตนให้ชอบด้วยเหตุผลต่อสังคมแล้ว ย่อมเป็นเหตุก่อให้เกิดผลแก่สังคม คือมีความเรียบร้อยสงบอยู่เย็นเป็นสุขโดยทั่วหน้า ผลดังกล่าวนี้เกิดมาจาก :-

ผู้ใหญ่ปกครองผู้น้อยด้วยเหตุผล

เป็นการให้ความเป็นธรรมแก่ผู้น้อย

ผู้น้อยรู้จักเคารพต่อคำสั่งของผู้ใหญ่

เป็นการให้ความเป็นธรรมแก่ผู้ใหญ่

เป็นการที่คนเราไม่เอาัดเอาเปรียบกัน

เป็นการให้ความเป็นธรรมแก่สังคม

การที่สังคมทุกวันนี้ ไม่ว่าจะสังคมของเยาวชนหรือของผู้ใหญ่ต่างร่ำร้องหาความเป็นธรรมกันทั่วไปนั้น ก็เพราะยังมีผู้กระทำที่ไม่ชอบด้วยเหตุผล เป็นต้นว่า

ถ้าเอียง เพราะความรัก

ถ้าเอียง เพราะความชัง

ถ้าเอียง เพราะความเขลา

ถ้าเอียง เพราะความกลัว

นอกจากความลำเอียงแล้วยังไม่รู้จักเคารพตนเองอีกด้วย เชื่อว่าเป็นผู้  
ประมาท

เมื่อเป็นเช่นนี้ สังคมก็ขาดสวัสดิการไป แต่อย่างไรก็ตาม ถ้า  
เยาวชนทุกคนกระทำชอบด้วยเหตุผล เป็นต้นว่า ไม่ลำเอียงเพราะรัก  
เพราะชัง ไม่ลำเอียงเพราะความเขลา ความกลัวแล้ว สวัสดิการใน  
สังคมก็เกิดขึ้นได้ ฉะนั้นจึงกล่าวได้ว่า ความไม่ลำเอียงและความเคารพ  
ตนเองของเยาวชนทุกคนนั้นแหละ เป็นสวัสดิการของสังคมอย่าง  
แท้จริง

#### ๔. พระพุทธศาสนาให้สวัสดิการในทางปกครอง

การที่คนเราต้องอยู่กันเป็นหมู่คณะเป็นประเทศชาตินั้น ถ้าทุกคนรู้จักสิทธิและทำหน้าที่ของตนชอบด้วยเหตุผลในทางที่ถูกต้องกับหน้าที่ของตนแต่ละคนแล้ว ย่อมเป็นสวัสดิการในทางปกครอง ซึ่งเราจะเห็นได้จาก :-

พ่อแม่มีหน้าที่ปกครองดูแลบุตรธิดา ทำหน้าที่ในชอบด้วยเหตุผล ก็เป็นสวัสดิการ ฝ่ายบุตรธิดาทำหน้าที่ของตนให้สมกับเป็นบุตรธิดาของพ่อแม่ ก็เป็นสวัสดิการเช่นเดียวกัน

ครูอาจารย์มีหน้าที่ปกครองดูแลสั่งสอนแนะนำทำหน้าที่ให้ถูกต้องชอบด้วยเหตุผล ก็เป็นสวัสดิการ ลูกศิษย์ทำหน้าที่ให้สมกับเป็นศิษย์ ก็ย่อมเป็นสวัสดิการเช่นกัน

นายอำเภอมีหน้าที่ปกครองดูแลบำบัดทุกข์บำรุงสุข ทำหน้าที่ให้ชอบด้วยเหตุผล ก็เป็นสวัสดิการ

กำนันผู้ใหญ่บ้านมีหน้าที่ปกครองดูแลคุ้มครองลูกบ้าน ทำหน้าที่ให้ถูกต้อง ย่อมเป็นสวัสดิการแก่ลูกบ้าน

ผู้ใหญ่มีหน้าที่ปกครองเด็ก แนะนำเด็กไปในทางดี ห้ามมิให้ทำไปในทางที่ชั่ว ทำหน้าที่ให้ถูกต้องแล้ว เพียงเท่านั้นย่อมเป็นสวัสดิการของเด็ก

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า สิทธินั้นเป็นเรื่องของธรรมชาติที่มีมาพร้อมกันที่เราเกิดมาเป็นคน ธรรมดาของคนเราต้องกิน ต้องถ่าย ต้องยืน เดิน นั่ง นอน นี่แหละเรียกว่าสิทธิหรือหน้าที่ตามปกติ นอกจากนี้

ยังได้สิทธิเพิ่มเติมขึ้นมาอีก จากที่เขามอบหมายให้หรือจากที่กฎหมายบัญญัติไว้ให้ ชื่อว่าทุกคนมีสิทธิเสรีภาพเหมือนกันทุกคน แต่เมื่อคนเรามาอยู่กันมากๆ เข้า ทุกคนก็ใช้สิทธิของตนแต่ใช้เกินไป ทำให้คนอื่นเขาขาดสิทธิขึ้น จึงกลายเป็นการทำลายสิทธิของคนอื่น เมื่อเป็นเช่นนี้ผู้ที่ขาดสิทธิเป็นผู้เสียเสรีภาพ คือทำหน้าที่ได้น้อยลง อยู่ในวงจำกัด เป็นการถูกจำกัดสิทธิเสรีภาพ ซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่มีใครต้องการ จึงเรียกร้องหาสิทธิเสรีภาพดังที่เป็นกันอยู่

เยาวชนทุกคนมีสิทธิเสรีภาพตามธรรมดาของเยาวชนจริง แต่อย่าลืมว่าเยาวชนยังอยู่ในความปกครองดูแลของมารดาบิดา ของครูบาอาจารย์ สิทธิเสรีภาพของเยาวชนจึงต้องอยู่ในขอบข่ายของผู้ปกครอง เยาวชนผู้อยู่ในปกครองของบิดามารดาขณะอยู่ที่บ้าน เมื่อไปโรงเรียนก็อยู่ในปกครองของครูบาอาจารย์ การปกครองที่เรียบร้อยเป็นไปได้ก็อาศัยเหตุใหญ่ทั้ง ๒ ฝ่าย ฝ่ายผู้ปกครองต้องรู้จักผ่อนสั้นผ่อนยาว อีกฝ่ายหนึ่งต้องว่าง่ายสอนง่าย เมื่อทั้ง ๒ มีพฤติกรรมเช่นนี้ การปกครองก็เป็นของง่ายไม่ยากเย็นอะไร แต่เป็นนิสัยของคนเรามีทั้งดีร้าย ปานกลาง อย่างละเอียด ต่างก็แสดงออกซึ่งนิสัยของตนตามความพอใจ ด้วยเหตุนี้แหละ พ่อแม่จึงรักบุตรที่ว่าง่ายสอนง่ายกว่าบุตรที่หัวดีคือครูบาอาจารย์ก็เช่นเดียวกัน ตลอดจนถึงวงการผู้ใหญ่ ผู้ใหญ่ย่อมมีเมตตาต่อผู้น้อยที่ว่าง่ายสอนง่าย เห็นห่างจากคนหัวดีที่ว่ายากสอนยาก เป็นธรรมดา ผู้ใหญ่ผ่านวัยผ่านชีวิตมีประสบการณ์มามาก ย่อมมีสติสัมปชัญญะรู้ผิดรู้ชอบ คอยตักเตือน คอยแนะนำ ทำให้เยาวชนรู้สึก

เห็นดีเห็นชอบตามท่าน จึงกล่าวได้ว่าพระพุทธศาสนาให้สวัสดิการแก่  
เยาวชน เป็นคนว่าง่ายสอนง่าย เห็นดีเห็นชอบ ทำตามผู้ใหญ่ ตรงนี้  
แหละที่เป็นหัวใจหัวต่อที่สำคัญ

ถ้าผู้ปกครองเป็นคนสุภาพอ่อนโยน อ่อนหวาน เด็กก็มีนิสัย  
สุภาพอ่อนโยน อ่อนหวาน เป็นไปตามทีละเล็กทีละน้อย การถ่ายเท  
นิสัยใจคอเป็นสิ่งสำคัญ เพียงแต่บอระเพ็ดเป็นเถาวัลย์ เมื่อพันกับต้น  
ผลไม้ ผลไม้ที่ออกมายังขมไปได้ แม้แต่คนงูมมาเป็นคนขาเขยงงูม  
ไปกินน้ำกินหญ้าทุกวัน ยังทำให้มาเป็นม้าซาเกไปได้ ด้วยเหตุนี้ที่กล่าว  
กันว่า เยาวชนสมัยนี้ว่ายากสอนยากนั้น นั่นเป็นส่วนหนึ่งที่ได้ไปจาก  
ผู้ใหญ่ซึ่งได้สร้างภาพพจน์ให้เขาเห็นเป็นตัวอย่างใช่หรือไม่? เมื่อผู้  
น้อยผิด มีผู้ใหญ่ตักเตือนแนะนำพร่ำสอนอยู่เสมอ ด้วยการรู้จักผ่อนสั้น  
ผ่อนยาวเข้าถึงเด็กเยาวชน จนไม่มีช่องว่าง อย่างนี้แหละเป็นอุบายอัน  
สำคัญให้เกิดความเรียบร้อยอยู่เย็นเป็นสุขในการปกครอง

ดังที่กล่าวมาจะเห็นได้อย่างชัดเจนแล้วว่า พระพุทธศาสนาให้  
สวัสดิการแก่เยาวชน เริ่มแต่การปกครองในครอบครัว การปกครอง  
ในโรงเรียน การปกครองในหมู่บ้าน อำเภอ จังหวัด และในประเทศ  
เมื่อเป็นเช่นนี้ การปกครองทุกสาขาถ้าได้อาศัยหลักธรรมเป็นเครื่อง  
สนับสนุนแล้ว ย่อมเป็นผลดีแก่ทั้ง ๒ ฝ่าย ประเทศไทยได้อานุภาพ  
ของพระพุทธศาสนาเข้าครอบงำจิตใจของประชาชน ประเทศไทยจึง  
เป็นประเทศที่เรียบร้อยและสงบสันติสุขตลอดมาในเมื่อประเทศต่าง ๆ  
เขาเดือดร้อนกันโดยทั่วไป



โดยที่พระพุทธศาสนาสอนไม่ให้เบียดเบียนกัน ไม่ให้เอาใจเอาเปรียบ ให้มีเมตตาปรารถนาดีต่อกัน เอาใจเขามาใส่ใจเรา เขาเกลียดทุกข์ ต้องการความสุขเหมือนกับเราทั้งนั้น นี่ก็สอนให้รู้จักปกครองตนเอง เมื่อปกครองตนเองได้ ก็สามารถปกครองคนอื่นได้ ก็มีครอบครัวได้ เพราะมีความสามารถในการเป็นหัวหน้าคน ครอบทรัพย์สินโดยรู้จักใช้จ่าย ไม่สุรุ่ยสุร่ายหรือฟืดเคืองเกินไป นี่แสดงให้เห็นว่า พระพุทธศาสนาให้สวัสดิการในการปกครองแก่เยาวชนเพื่อผลในการวางตัวดังนี้

ให้รู้จักปกครองตน

ให้รู้จักเป็นผู้นำหรือหัวหน้าคน

ให้รู้จักครองใจคนจำนวนมาก

ให้รู้จักค่าของเงิน

ให้รู้จักปกครองตน ก็คือรู้หลักและวิธีการรักษาตนเองมิให้เกิดเสียหายจากการกระทำทางกาย ทางวาจา และทางใจของตนเอง

เมื่อมีการกระทำ ความผิดความถูกก็ติดตามมา ถ้าจะทำให้ถูกก็ต้องเว้นทางผิด ซึ่งพระพุทธศาสนาบัญญัติไว้ ๕ ประการ คือ

เว้นจากการเบียดเบียนกัน กลับมีเมตตา

เว้นจากการอยากได้ทรัพย์สินของคนอื่น ด้วยรู้จักหาในทางที่ชอบ เคารพสิทธิของคนอื่น

เว้นจากการประพฤติผิดในทางเพศ ด้วยรู้จักสำรวมในกาม

เว้นจากความไม่มีสติจะ กลับมีสติจะ

เว้นจากความมัวเมาประมาทให้มีสติ

เมื่อรู้จักปกครองตนเองแล้ว ก็ย่อมรู้จักทำประโยชน์ให้เกิดแก่ตน ด้วยความหมั่นขยัน รู้จักรักษา รู้จักคบมิตร รู้จักจับจ่ายใช้สอยติดตาม มาโดยลำดับ กลับวางตัวด้วยคุณสมบัติ ดังนี้

ศีลสมบัติ           ถึงพร้อมด้วยความประพฤติดี

อาจารย์สมบัติ   ถึงพร้อมด้วยมรรยาทดี

อาชีพสมบัติ      ถึงพร้อมด้วยการเลี้ยงชีพในทางที่ชอบ

โคจรสมบัติ       ถึงพร้อมด้วยรู้จักสถานที่ควรไม่ควร

ทิวาสมบัติ       ถึงพร้อมด้วยความเห็นตามทำนองคลองธรรม

เยาวชนผู้ที่รู้จักปกครองตนเองด้วยมีคุณสมบัติดังที่กล่าวมานี้ ย่อมเป็นที่นับถือไว้วางใจคนอื่น เมื่อมีคนนับถือมากขึ้น ความนิยมชมชอบ ก็ติดตามมากกลายเป็นเสน่ห์หานิยมที่มีได้นึกฝัน พลันเกิดขึ้นจากการ ที่คนทำไปถูกใจของคนอื่น การกระทำเช่นนี้เอง เป็นลักษณะของผู้นำ ผู้ที่เป็นหัวหน้า เป็นธรรมดาของผู้ที่อยู่ร่วมกัน เรียนหนังสือโรงเรียน เดียวกัน มีหลายคนขึ้นก็ต้องมีหัวหน้าเป็นผู้นำ ผู้นำที่ดีต้องรู้จักใจของ คนอื่น โดยถือเอาใจของตนเป็นหลักเปรียบเทียบอยู่เสมอ เช่น

เราอยากสบาย เขาก็อยากสบาย

เราอยากได้เงิน เขาก็อยากได้เงิน

เราไม่อยากเดือดร้อน เขาก็ไม่อยากเดือดร้อน

เราอยากอย่างไร เขาก็อยากอย่างนั้น

เมื่อเราเปรียบเทียบจนได้ข้อมูลเหล่านี้ ก็ต้องหาหลักและวิธีการ เพื่อมิให้ไปขัดกับความต้องการของเขา ด้วยเหตุนี้ พระพุทธศาสนา จึงวางหลักและวิธีการในการเป็นผู้นำหรือเป็นหัวหน้าไว้ ดังต่อไปนี้

วิธีที่ ๑ ผูกใจด้วยการเอื้อเฟื้อ

วิธีที่ ๒ ผูกใจด้วยถ้อยคำอ่อนหวาน

วิธีที่ ๓ ผูกใจด้วยการช่วยเหลือกัน

วิธีที่ ๔ ผูกใจด้วยการวางตนให้เหมาะสม

การผูกใจคนอื่นด้วยวิธีดังกล่าวแล้ว ยังไม่พอ เพราะต่างคนต่าง จิตใจ เหมือนอย่างที่เรากำลังฟังบรรยายกันอยู่นี้ บางคนไม่เข้าใจ บางคนพอเข้าใจ บางคนถึงใจ แตกต่างกันไปตามอัธยาศัย

ให้รู้จักครองใจคน ทีนี้จะทำอย่างไรจึงจะไปครองใจเขาได้ คนเรานั้น ถ้ายังแตกต่างกันโยความประพฤติกี่ดี โดยความเห็นก็ดี แม้เราจะผูกใจเขาด้วยการทำดีแสนดีอย่างไรก็ตาม เขาก็ยังไม่คล้อยตาม เห็นดีเห็นงามไปกับเรา เมื่อเป็นเช่นนี้ ก็ต้องเพิ่มเติมคุณสมบัติให้ ทัดเทียมกัน ให้เหมือนกัน ให้แน่นกันเข้าไว้ ซึ่งเป็นหลักและวิธีการ เข้าไปครองใจ ที่พระพุทธศาสนาให้ไว้ ดังต่อไปนี้

๑. ให้มีความปรารถนาดีต่อกัน

๒. ให้ปรับปรุงความประพฤติกี่ดีให้เข้ากัน

๓. ให้มีความคิดเห็นลงกันด้วยเหตุผล

ผู้นำหรือหัวหน้า ถ้ามีคุณสมบัติอย่างนี้ ย่อมเป็นชนวนชวน ให้เกิดความเชื่อถือความนิยมชมชื่น มิตรสหายเพื่อนฝูงผู้ที่อยู่ร่วมเป็น

หมู่คณะมีลักษณะเช่นนี้ทัดเทียมเท่ากัน ยิ่งเป็นสื่อสัมพันธ์ให้เข้าถึงจิตใจของกันและกัน เป็นผลเป็นกำไรของชีวิตดังนี้

๑. ต่างเป็นที่รักของกันและกัน
๒. ต่างเคารพซึ่งกันและกัน
๓. ต่างสงเคราะห์กัน
๔. ต่างไม่ถือถือกับวิวาทกัน
๕. ต่างถือความสามัคคีเป็นใหญ่
๖. ต่างเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน

เยาวชนชั้นนำต้องการความเป็นกลุ่ม และจะนำกลุ่มของตนให้เป็นกลุ่ม มีกำลัง ก็ต้องช่วยกันเสริมสร้างคุณสมบัติให้ทัดเทียมกันเข้าไว้ จะได้เป็นหลักประกันในคำที่ว่า รวมกันเราอยู่ แยกกันเราตาย แยกกันเพราะขาดคุณสมบัติดังกล่าวมานั้นแล

ให้รู้จักค่าของเงิน เยาวชนอยู่ในวัยศึกษาเล่าเรียนยังอยู่ในปกครองของบิดามารดา เงินที่ได้มาเป็นค่าเล่าเรียนก็ดี ค่าเสื้อผ้า แต่งตัวก็ดี ตลอดจนค่ากินค่าอยู่ เป็นเงินของผู้ปกครองทั้งนั้น ควรจะเห็นใจ เห็นความเหนื่อยยากความลำบากในการหาเงินของผู้ปกครอง ผู้ปกครองบางคนต้องการให้ลูกได้เล่าเรียน มีสิ่งของต้องนำไปจำหน่ายหรือขายไปก็มี บางรายถึงกับเอาที่ดินที่เป็นนาเป็นไร่ออกขาย ก็เพื่อให้ลูกของตนได้เรียนมีความรู้ตามฐานะ เพราะว่าการศึกษามีความสำคัญอยู่ในระดับเดียวกันกับปัจจัย ๔ มีอาหาร เครื่องนุ่มห่ม ที่อยู่ อาศัย ยาแก้ไข้ จะพูดว่าการศึกษาเป็นปัจจัยที่ ๖ ก็ไม่ผิด เยาวชน

ทุกคนจึงต้องศึกษาเล่าเรียน และรัฐบาลเห็นความสำคัญดังกล่าว ต้องจัดการศึกษาให้โดยกำหนดเป็นหน้าที่ของเยาวชนโดยเฉพาะ เป็นการศึกษภาคบังคับ

เยาวชนทุกคนต้องมีความเข้าใจในค่าของเงินที่ได้มาจากผู้ปกครอง เป็นหน้าที่ของบิดามารดาครูบาอาจารย์ ต้องพร่ำสอนคอยชี้แจง มิฉะนั้นเยาวชนจะเกิดเข้าใจผิด เพราะเห็นว่าได้มาง่าย ๆ ขอทีไร พ่อแม่ก็ให้ทุกครั้ง การให้ความรู้ความเข้าใจแก่เยาวชนจึงเป็นสวัสดิการอย่างหนึ่ง โดยชี้แจงให้เห็นค่าของเงินโดยลำดับ ดังต่อไปนี้

เงินคือวัตถุนิตหนึ่งซึ่งรัฐบาลรับรองความมีค่าของมันให้แลกเปลี่ยนกันได้ ถ้ารัฐไม่รับรองก็ไร้ความหมายไร้ค่า

เงินคือกระดาษชนิดหนึ่งซึ่งรัฐบาลรับรองความมีค่าของมันใช้แทนเงินได้ ถ้ารัฐปฏิเสธ เงินก็กลายเป็นเศษกระดาษ

เงินคือความเชื่อถือ ที่คนเรายอมรับนับถือความมีค่าของมัน

เงินคืออำนาจที่ทำให้คนเราเป็นคนดีได้ เป็นคนชั่วได้

เงินคืออิทธิพลที่ยิ่งใหญ่ บังคับคนให้เป็นคนขายชาติได้

เงินมีประโยชน์มากเพียงใดก็มีโทษมหันต์เพียงนั้น เยาวชนเป็นคนดีก็เพราะค่าของเงิน ในขณะที่เดียวกันในทางตรงข้ามก็ไม่เพราะเงินดอกหรือที่เยาวชนได้กลายเป็นเด็กเสียไม่เอาถ่าน เป็นวัยรุ่นที่ร่ายนำความเดือดร้อนมาให้ผู้ใหญ่ผู้ปกครองดังที่เป็นอยู่ ด้วยเหตุนี้ ต้องชี้แจงให้รู้ที่มาของเงิน กว่าที่จะหาเงินมาได้ ต้องทำอะไรอย่างไรบ้าง เป็นต้นว่า

๑. ต้องทำงานอย่างใดอย่างหนึ่ง จึงจะได้เงินมา
๒. ต้องใช้แรงงานแลกเปลี่ยนเงิน จึงจะได้เงินมา
๓. ต้องมีสิ่งของ และสิ่งของนั้นต้องมีค่าจึงจะเป็นเงินขึ้นมาได้
๔. การที่จะได้เงินมานั้น ต้องมีความรู้มีความสามารถ
๕. เงินกับความดีต่างกัน เงินเป็นวัตถุ ความดีเป็นนามธรรม  
ที่มองไม่เห็น เงินยังใช้ยิ่งหมดไว ความดียิ่งทำยิ่งมีมากขึ้น เงินทำเอง  
ไม่ได้ต้องรัฐบาลทำ ถ้าคนอื่นทำเป็นของปลอม ความดีต้องทำด้วยตนเอง  
คนอื่นทำให้ไม่ได้ ใครทำใครได้
๖. ถ้าเงินเป็นความดีแล้ว คนมีเงินก็เป็นคนดีไปหมด แต่  
คนมีเงินกลับเป็นคนชั่วไปเพราะไม่ทำความดี
๗. ทำชั่วได้เงิน เงินยิ่งทำให้เป็นคนชั่วมากขึ้นอีก ตรงกัน  
ข้าม ทำดีได้เงิน เงินยิ่งทำให้เป็นคนดี มีความดีมากขึ้นไป

### ๕. พระพุทธศาสนาให้สวัสดิการแก่เยาวชนทางตรง

เริ่มต้นให้รู้จักท่านผู้สอนให้ประชุมชนประพฤติดชอบด้วยกายวาจาใจ ว่าเป็นพระพุทธเจ้า

ให้รู้จักพระธรรมวินัยที่เป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ว่าเป็นพระธรรม

ให้รู้จักหมู่ชนที่ฟังคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าแล้ว ปฏิบัติชอบตามพระธรรมวินัย ว่าเป็นพระสงฆ์

รู้ว่าเป็นพระพุทธเจ้าจริง เพราะท่านทรงสอนเพื่อให้ผู้ฟังรู้อย่างเห็นจริงในธรรมที่ควรรู้ควรเห็น มิได้สอนไม่ให้รู้

ทรงสั่งสอนมีเหตุที่ผู้ฟังอาจตรองให้เห็นจริงได้

ทรงสั่งสอนเป็นอศจรรย คือผู้ปฏิบัติตามย่อมได้ประโยชน์โดยสมควรแก่การปฏิบัติ

รู้ว่าการพระธรรมเป็นสัจจะความจริง ย่อมรักษาผู้ปฏิบัติไม่ให้เกิดไปในทางชั่ว

รู้ว่าการพระสงฆ์เป็นผู้ปฏิบัติชอบ แล้วสอนผู้อื่นให้ทำตามและได้ผลจริง

เมื่อศึกษาอยู่ว่า ผู้รู้จริงคือพระพุทธเจ้า ความจริงที่พระพุทธเจ้ารู้คือพระธรรม ผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบสอนผู้อื่นให้รู้ตามคือพระสงฆ์ เป็นอันรู้จักคุณของพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์

คุณของพระพุทธเจ้าอย่างพิสดารมีถึง ๕ อย่าง ย่อให้เหลือ ๓ คือ พระมหากรุณาธิคุณ พระวิสุทธิคุณ และพระปัญญาคุณ

คุณของพระธรรมมี ๖ ย่อลงเหลือ ๑ คือ ธรรมย่อมรักษาผู้  
ประพฤติธรรมมิให้ตกไปในทางชั่ว

คุณของพระสงฆ์มี ๕ อย่าง ย่อลงเหลือ ๑ คือ ผู้ปฏิบัติดีแล้ว  
สอนให้ผู้อื่นปฏิบัติตาม

เมื่อระลึกถึงพระคุณ จิตใจก็สงบ เมื่อจิตใจสงบ ความรู้ความ  
เห็นก็ปรากฏอยู่ในเรื่องของพระพุทธเจ้า ระลึกไปมากพระคุณก็ปรากฏ  
แจ่มชัดมากขึ้น ความเชื่อความเลื่อมใสก็มากขึ้นตามลำดับ พระคุณ  
ของพระพุทธเจ้าก็ปรากฏดุจดวงประทีปนำทางส่องแสงสว่าง จูงใจให้  
เปล่งคำออกมา ว่า นโม ๓ จบ

พุทฺธัง สรณัง กัจฉามิ

ข้าพเจ้า ถึงพระพุทธว่าเป็นสรณะ

ธัมมัง สรณัง กัจฉามิ

ข้าพเจ้า ถึงพระธรรมว่าเป็นสรณะ

สังฆัง สรณัง กัจฉามิ

ข้าพเจ้า ถึงพระสงฆ์ว่าเป็นสรณะ

เมื่อเขวachsen เปล่งวาจาใจถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์  
เช่นนี้ จิตใจก็ยังสงบทำให้เห็นให้รู้ตามความเป็นจริงยิ่งขึ้น ย่อมเป็น  
เหตุให้เกิดศรัทธาความเชื่อซึ่งเป็นสวัสดิการุ้่นนำคือทำให้คนเชื่อด้วย  
ปัญญา ในทางที่ถูกต้อง เช่น

เชื่อว่า กรรม เป็นของมีจริง

" ผลของกรรม เป็นของมีจริง



เชื่อว่า ความที่คนเรามีกรรมเป็นของ ๆ ตนจริง

" พระพุทธเจ้ารู้อจริง

เป็นอันให้เชื่อเรื่องกรรมซึ่งเป็นเรื่องที่มีเหตุผล เพราะคนเรา ทำอย่างไรได้ผลอย่างนั้น แม้จะทำชั่วอย่างไรถึงจะไม่มีใครรู้ใครเห็น เขาก็มีใจเดือดร้อนตั้งแต่ก่อนจะทำ ครั้นจงมือทำยิ่งจะเดือดร้อนมากขึ้น ใจก็จะเด่นแรง ความกลัวก็จะเกิดขึ้น ครั้นทำไปแล้วจะกังวลใจ ยิ่งขึ้น ถึงกับกระวนกระวายไม่มีความสุข กระสับกระส่าย อารมณ์ก็เครียด ด้วยความกลัว กลัวเขาจะรู้จะเห็น กลัวเขาจะจับได้ เต็มไปด้วยความกลัว กลายเป็นเรื่องของเส้นประสาท เมื่อมองในมุมกลับกัน ถ้าทำในทางดี ใจคอเป็นปกติก่อน กำลังทำความดีแม้จะตื่นเต้นก็ตื่นเต้นไป ในทางดี ไม่มีความกลัว อารมณ์ก็ไม่เครียด เมื่อเป็นอย่างนี้ เราเทียบเคียงกันดูก็จะเห็นความแตกต่างกัน แสดงให้เห็นว่า กรรมให้ผลตั้งแต่ กำลังทำกรรมอยู่แล้ว จะว่ากรรมไม่ให้ผลอย่างไรได้

ผู้ที่ไม่เชื่อกฎของกรรม มักจะเป็นคนลำเอียงเข้าข้างตัวหรือ เอาแต่ใจตนเองโดยที่กรรมยังมีได้ให้ผลทันตาเห็น ผู้เช่นนี้แหละ เรียกว่าห้วนไหวในศรัทธา ยังไม่มีศรัทธาเชื่อมั่น เพราะมิได้พิจารณา ถึงความแตกต่างของตน ลองพิจารณาถึงความแตกต่าง ของบุตร นายฉลาด นางปัญญา ซึ่งมีอยู่ ๕ คน ทั้ง ๕ คนนี้ พ่อแม่ปรารถนา ยิ่งนักที่จะให้มีความฉลาด มีปัญญา เหมือนกันทั้ง ๕ คน แต่แล้ว

คนที่ ๑ เรียนไม่เก่ง

คนที่ ๒ เรียนสอบตก

คนที่ ๓ เรียนสอบได้ที่ ๑

คนที่ ๔ เรียนบ้างหนีบ้าง

คนที่ ๕ เรียนปานกลาง

ไม่เหมือนกันสักคนอย่างที่พ่อแม่ต้องการ กลับเป็นไปต่าง ๆ กัน  
ดังนี้ เพราะอย่างไร ? เพราะกรรมใช่หรือไม่ มีผู้แย้งว่าเป็นเรื่อง  
ของเด็กไม่เอาเอง ถ้าเด็กทุกคนขยันหมั่นเรียนก็จะเรียนเก่งตามที่พ่อแม่  
ปรารถนาเหมือนกันทุกคน พ่อแม่กลับชี้แจงว่า ลูกทุกคนได้อบรม  
เป็นอย่างดี ถึงกับตีด้วยไม้บ้างลงโทษบ้าง แต่ผลแล้วก็แตกต่างกัน  
ดังที่กล่าวไว้ข้างบนนั้น

นี่ก็แสดงว่า เป็นกรรมของเด็ก แม่เด็กที่ ๕ นี้ ก็พยายามทำ  
กรรมดีในปัจจุบันตามที่พ่อแม่สั่งสอนอบรมตั้งตนไว้ชอบตามวัย หา  
เลี้ยงชีพในทางสัมมาอาชีพะ ปรากฏต่อมาว่า

คนที่ ๑ เป็นพ่อค้า

คนที่ ๒ บวชเป็นพระ

คนที่ ๓ รับราชการ

คนที่ ๔ เป็นนักเลงมือไวตีนไวใจร้าย

คนที่ ๕ เป็นทนายความ

เป็นอันว่ากรรมจำแนกให้ลูกของพ่อแม่คนเดียวกัน เป็นไป  
ตามกรรมของ ๆ ตน สมดังที่พระพุทธเจ้าแสดงไว้แล้วว่า กรรม

แบ่งผลให้ผู้ทำกรรมเป็นคนเลวบ้าง ดีบ้าง ตัวอย่างเช่น

เบียดเบียดเขา ทำให้อายุสั้น

ไม่เบียดเบียดเขา ทำให้อายุยืน

เที่ยวรุกรานเขา ทำให้มีโรค

ไม่เที่ยวรุกรานเขา ทำให้มีโรคน้อย

คนใจโกรธ ทำให้ผิวพรรณเศร้าหมอง

คนไม่โกรธ ทำให้ผิวพรรณผ่องใส

ชอบริษยาเขา ทำให้เป็นผู้อภัพอัปโชค ตำต้อย

ไม่ริษยาเขา ทำให้มีบริวารมาก

ไม่เพื่อแม่เห็นแก่ตัว ขาดคนนับถือ

มีความเพื่อแม่ไม่เห็นแก่ตัว มีคนนับหน้าถือตา

ความแข็งกระด้าง ทำให้เกิดศัตรูผู้คิดร้าย

ความเป็นคนอ่อนโยน ทำให้เกิดสงสารเห็นใจ

ไม่รู้จักเข้าหาผู้ใหญ่ผู้ฉลาด ทำให้โง่

รู้จักเข้าหาผู้ใหญ่ผู้ฉลาด ทำให้เป็นนักปราชญ์

ศรัทธาความเชื่อ เมื่อเชื่อในทางที่ถูกต้องเป็นศรัทธาที่คู่กับ

ปัญญา คุณธรรมข้อนี้เป็นสิ่งจูงใจทำให้คนเรามีความสำเร็จตามความ

มุ่งหมาย เป็นทั้งพลธรรมเป็นทั้งอินทรีย์ สนับสนุนกิจกรรมทั้งทาง

คติโลกคติธรรม เป็นตัวนำให้เกิดคุณธรรม เป็นสวัสดิการในระดับ

ต่อไปคือศีล

ศีลชื่อว่าเป็นสวัสดิการ เพราะเป็นอุบายที่ทำให้คนรู้จักรักษา

ตน คนที่รู้จักรักษาตน ก็เพราะประพฤติตนอย่างนี้ คือ

๑. ไม่เป็นคนโหดร้าย ใจทราม เทียบเบียดเบียนเขา
๒. ไม่เป็นคนโลภมากอย่างแต่จะได้อะไร
๓. ไม่เป็นคนทำลายขนบธรรมเนียมจารีตประเพณีตาม

ชอบใจ

๔. ไม่เป็นคนจับผิดคนเท็จ เพราะเมื่อพูดปิดได้ ชั่วอย่างอื่นก็ทำง่ายขึ้น

๕. ไม่เป็นคนมัวเมาประมาท

เมื่อไม่เป็นคนโหดร้ายใจทราม ก็แสดงว่าเป็นคนมีเมตตา  
ปรารถนาดีเป็นนิสัย

เมื่อเป็นคนไม่โลภมาก ก็แสดงว่าเป็นคนรู้จักพอดี

เมื่อเป็นคนไม่ทำลาย ก็แสดงว่าเป็นคนสร้างสรรค์ รู้จักรักษา

เมื่อเป็นคนไม่จับผิด ก็แสดงว่าเป็นคนพูดจริงทำจริงในสิ่งที่

ดีงาม

เมื่อเป็นคนไม่ประมาท ก็แสดงว่าเป็นคนรอบคอบ เข้าสติ-

ปัญญา

ศีลเป็นคุณธรรมทำให้เกิดสวัสดิการแต่ละอย่าง ๆ ดังกล่าวมานี้

คำว่าศีลนี้ ย่อมมีมาจากข้อมูล คือรากฐาน ได้แก่ หิริ ความ

ละอายต่อความชั่ว โอตตัปปะ ความเกรงกลัวต่อผลของความชั่ว ซึ่ง

นำความเดือดร้อนมาให้ ไม่ว่าผู้ทำจะทำไปเมื่อไร ทำเดี๋ยวนี้ก็

เดือดร้อนใจเดี๋ยวนี้ แม้ไม่มีใครเขาเห็นตนเองก็เดือดร้อนใจเสียก่อน

ผู้ทำเห็นเองเดือดร้อนเอง มีผู้อื่นเขาเห็นยิ่งเดือนร้อนมากขึ้น ขึ้นชื่อว่าความชั่วแล้ว เพียงแต่คิดจะทำยังมีได้ลงมือ ก็เดือดร้อนเสียก่อนแล้ว ด้วยเหตุนี้แหละ หิริ ความละอายแก่ใจ โอตตปปะ ความเกรงกลัวต่อผลของความชั่ว จึงเป็นเหตุให้มีศีล เครื่องชำระกาย วาจา ใจ ให้สะอาดเรียบร้อย ทำให้รู้จักค่าของชีวิตที่สะอาด สะอาดทั้งเบื้องหน้าเบื้องหลัง ไม่มีภัยไม่มีเวรกับใคร จะอยู่ที่ไหนก็อยู่ได้ จะทำงานกับใครก็ไม่มีใครเขารังเกียจ เพราะความบริสุทธิ์สะอาดนั่นเอง ท่านจึงจัดหิริโอตตปปะเป็นอริยทรัพย์ ๑ อย่างประเสริฐ ดีกว่าทรัพย์ภายนอก เป็นคุณความดีภายในอย่างหนึ่ง ยากที่จะหาได้ง่าย ๆ ผู้ที่ได้หิริความละอาย โอตตปปะความเกรงกลัวขึ้น ถ้าไม่มีพหุสัจจะเข้ามาสนับสนุน เมื่อถูกกลุ่มของผู้ที่ขาดหิริโอตตปปะเข้ามาแวดล้อม จูงใจชั่วเข้าบ่อย ๆ อาจล่อยตามไปก็ได้ เหตุเช่นนี้ ต้องมีพหุสัจจะเข้ามาทำหน้าที่สนับสนุน ด้วยการเรียนรู้ให้มาก มีการเทียบเคียงเปรียบเทียบให้เห็นความแตกต่างระหว่างความชั่วกับความดี คนชั่วแต่กลับทำดียอมหมดความเดือดร้อน คนดีถึงจะดีอย่างไรถ้าทำชั่วก็ต้องกลายเป็นคนเดือนร้อนไปด้วย

เพราะฉะนั้น พหุสัจจะ คือผู้รู้มากเห็นมากจะทำให้เป็นคนรอบคอบมีเหตุผลไม่ผลิผลลาม เป็นเยาวชนที่สุขุมละเอียดอ่อน อยู่ในขอบข่ายของวัฒนธรรมขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีของชาติ เยาวชนที่จะมีลักษณะที่ดีหรือมีสวัสดิการ ข้อนี้ต้องอาศัยมีความรู้จักเสียสละเข้ามาสนับสนุน ซึ่งเราจะเห็นได้จากที่เยาวชนบางคนเขาเรียนสำเร็จตาม

หลักสูตรได้ ก็

เพราะเขาขอมเสียดความสนุกสนาน ที่จะไปเที่ยวเล่นกับ  
เพื่อนฝูง

เพราะขอมเสียดเพื่อนรักที่มักชักจูงไปในทางที่ผิด

เพราะขอมเสียดที่จะแสดงเป็นเด็กทันสมัยเหมือนกับเพื่อน ๆ

เขา

เพราะขอมเสียดความรื่นเริงที่เคยมีกับพวกเพื่อน

เพราะขอมเสียดความเป็นนักแสดง ที่เคยถูกยกย่องถูกเชิดมา  
แล้วเสียด

เพราะขอมเสียดไม่ดูภาพยนตร์ แม้จะมีโปรแกรมที่สนุกที่  
ชั่วเย้า

เพราะขอมเสียดแฟน แม้แฟนจะเอาอกเอาใจอย่างไรก็ตาม  
โดยถือว่าวัยเรียนมิใช่วัยรัก

เพราะขอมเสียดเวลา เพื่อหน้าที่ของเขาคือการเรียน การ  
ดูหนังสือ ด้วยความเอาใจใส่ มีอุตสาหกรรมตลอดเวลา การสอบผ่าน  
ไปแล้วปรากฏว่า เขาได้รับผลสำเร็จตามที่ตั้งใจไว้ นี่แหละคือสวัสดิการ  
ที่เป็นผลมาจากรู้จักขอมเสียด

ผู้ที่ขอมเสียดได้ต้องมีความรู้ความเข้าใจ เช่นเดียวกันกับ  
การสอบได้ เพราะมีความรู้ ความรู้เราเรียกกันอีกอย่างหนึ่งว่าปัญญา  
ปัญญาที่จะเกิดขึ้นต้องอาศัยเหตุ ๓ ประการ คือ

ด้วยการฟังให้จำ

ด้วยการคิดให้เห็นจริง

ด้วยการทำให้รู้แจ้ง

เมื่อรู้แจ้งขึ้นมา ต้องรู้ในลักษณะ ๓ ประการนี้ คือ

รู้ทางเจริญ

รู้ทางเสื่อม

รู้ละทางเสื่อมดำเนินในทางเจริญ

เพียงเท่านี้ก็นับว่ามีปัญญาความรู้ดี แต่ถ้าไม่รู้จักใช้ปัญญาก็ยังไม่ชื่อว่ารู้ดี ผู้รู้ดีต้องรู้จักใช้ปัญญาให้เป็น เพราะปัญญามี ๓ ประเภท

ประเภทที่ ๑ เป็นราชปัญญา

ประเภทที่ ๒ เป็นโจรปัญญา

ประเภทที่ ๓ เป็นทาสปัญญา

ผู้ที่ใช้ความรู้ทำงานเพื่อประโยชน์ตนประโยชน์ท่าน อย่างนี้เรียกว่า ราชปัญญา

ผู้ที่ใช้ความรู้มุ่งแต่ประโยชน์ตนฝ่ายเดียว เอารอดเอาเปรียบคนอื่นเขา ทำให้เขาเดือดร้อน อย่างนี้เรียกว่า โจรปัญญา

ผู้ที่ถือว่าตนมีความรู้แล้วไม่ฟังเสียงใคร ชอบทำตามใจของตนเองเป็นใหญ่ อย่างนี้เรียกว่า ทาสปัญญา

สวัสดิการข้อสุดท้ายที่พระพุทธศาสนาให้แก่เยาวชน ก็คือเตือนสติให้รู้ว่า ชีวิตของคนเรานั้นมีระยะเวลาสั้นที่สุด น้อยเหลือเกิน ในที่สุดต้องตายด้วยกันทุกคน เป็นเด็กก็ตายเป็นผู้ใหญ่ก็ตายเป็นคนโง่เป็นคนฉลาดก็ตายทั้งนั้น นี่คือนิยามที่ช่วยให้เยาวชน

รู้จักเรื่องชีวิต ซึ่งจะต้องเร่งรัดทำให้ชีวิตเป็นชีวิตดีมีประโยชน์

ดังภาพพจน์ของสมเด็จพระปรมาณูชิตชินโรสว่า

นรชาติวางวายมลายสิ้นทั้งอินทรีย์

สถิตทั่วแต่ชั่วดีประดับไว้ในโลก

ตามที่บรรยายมานี้ เพื่อชี้ให้เห็นว่าพระพุทธศาสนาได้ให้

สวัสดิการ คือวางพื้นฐานทางจิตใจแก่เยาวชน เริ่มต้นจากทางครอบครัวทางวงศ์สกุล โดยหัดให้สุภาพอ่อนโยน รู้จักทำความเคารพ มีความยำเกรงต่อผู้หลักผู้ใหญ่ จูงใจให้เห็นความมีค่ามีอำนาจของ ความสุภาพความเคารพ ในขณะเดียวกัน ผู้ใหญ่ต้องชี้แจงให้เห็น ความสำคัญ ความมีความหมายในการเป็นพ่อ แม่ ลุง ป้า น้า อา เป็นต้น ซึ่งจะก่อให้เกิดผลแก่เยาวชน มีมรรยาทที่สุภาพอ่อนโยน รู้จักสัมมาคารวะโดยลำดับ นับว่าเป็นวิธีการที่แยบยลในการปลูกฝัง วัฒนธรรมอันอิงาม ตามคำสอนทางพระพุทธศาสนา ถ้าได้รับความ ร่วมมือกันทุกฝ่ายจากผู้ปกครองและครูบาอาจารย์แล้ว เชื่อว่าจะเป็น ทางหนึ่งที่ได้ช่วยกันขจัดแก้ไขความเกรไรมรรยาทของเด็กได้เป็น อย่างดี

สรุปความว่า พระพุทธศาสนาได้ให้สวัสดิการแก่เยาวชนตามสาย ตามรูปโครงสร้างสังคมของคนไทยดังที่บรรยายมา ก่อนจะจบ ขอ ย้ำว่า สวัสดิการต่าง ๆ อย่างที่กล่าวมานี้ มิได้เกิดขึ้นเองแก่เยาวชน จะต้องอาศัยความร่วมมือของบิดามารดา ผู้ปกครอง ครูบาอาจารย์ที่ จะต้องช่วยกันแนะนำชี้แจงให้เยาวชนมีความเข้าใจให้ทราบซึ่งถึงความ



มีค่าและความสำคัญเป็นอย่างไร ไป ตัวอย่าง :-

### การแนะนำ

จงหาความมีค่าของการทำ ความเคารพ	จงหาความสำคัญของ บิดา มารดาผู้ควรเคารพ
ความเคารพมีค่า เพราะทำ ให้เป็นคน	บิดามารดามีความสำคัญ เพราะ
ก. มีมรรยาท	ก. เป็นผู้ให้กำเนิด
ข. มีความสุภาพ	ข. เป็นครูคนแรก
ค. มีความอ่อนโยน	ค. เป็นผู้รักเอ็นดูเรา
ฅ. มีสัมมาคารวะ	ฅ. เป็นผู้เมตตาต่อเรา
จงหาความมีค่า ของความ กตัญญู	จงหาความสำคัญของบุคคล ที่เราต้องกตัญญู
ความกตัญญูมีค่า	ความสำคัญของบุคคล
ก. ทำให้เป็นคนดี	ก. ท่านเลี้ยงเรา
ข. ทำให้ไม่เป็นคน อกตัญญู	ข. ท่านลำบากเพราะเรา
ค. ทำให้ไม่เป็นคน เนรคุณ	ค. ท่านแนะนำ ให้เรา เป็นคนดี
ฅ. ทำให้ไม่เป็นคน จงหองอวดดี	ฅ. ท่านไม่ถือตัว

แบบประกอบนักธรรมตรี - อธิบายธรรมในนวโกวาท - หน้าที่ 111

**ข้อสังเกต**

เด็กสมัยใหม่ มักแสดง ซัดแย้งหรือทำอาการล้อเลียน  
ซึ่งผู้อบรมจะต้องหาวิธีแก้เอาเอง เฉพาะหน้า โดย  
ฉับพลัน.