



ข้อมูล: หลักรชาวพุทธ  
โดย พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต)  
ภาพประกอบ: พระชัยยศ พุทธิวิโร  
ภาพถ่ายดอกบัว: ©Bahman Farzad  
สถานที่ติดต่อ: วัดญาณเวศกวัน  
ต.บางกระพี้ อ.สามพราน จ.นครปฐม  
www.watnyanaves.net



เมื่อเด็กมีภูมิธรรมพื้นฐานของชาวพุทธ ด้วยการถือปฏิบัติตามหลักชาวพุทธ  
ข้างต้นนี้ ความเป็น “ชาวพุทธ” ของเด็กก็จะเริ่มปรากฏชัดเจนออกมา เป็นนิมิตหมายว่า  
ชีวิตของเธอจะงอกงาม ก้าวหน้าไปในพัฒนาการแห่งการศึกษา ดุจดวงอาทิตย์ที่อุทัยแล้ว  
ก็จะสูงเด่นงามสง่า ทอแสงเจิดจ้าให้แสงสว่างและพลังอันอเนกอนันต์ ความสัมฤทธิ์สัมฤทธิ์  
และความรุ่งเรืองทุกประการ

อุทัยแห่งชีวิตการศึกษาของเด็ก ก็หมายถึงอุทัยแห่งปวงความหวังของครอบครัว  
ของสังคมและของมนุษยชาติทั้งมวล อันเป็นหลักประกันให้มั่นใจว่า มนุษย์ที่ได้พัฒนา  
ดีแล้วนี้ จะสามารถรักษาธรรมไว้ และนำโลกไปสู่สันติสุขได้ อย่างแน่นอน.

จากหนังสือ สยามสามไตร โดย พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต)

# หลัก วชิระ

ภูมิธรรมขั้นพื้นฐาน  
เพื่อพัฒนาการแห่งชีวิตและสังคม



ปัจจุบันนี้ ปัญหาสำคัญยิ่งอย่างหนึ่ง ซึ่ง  
ปรากฏชัดในสังคม คือการที่คนมากมายเป็นชาวพุทธ  
กันเพียงในนาม โดยไม่มีทั้งความรู้และการปฏิบัติของ  
ชาวพุทธ สภาพเช่นนี้เป็นเหมือนเมฆหมอกที่บดบัง  
แสงสว่างและความงามแห่งคุณค่าของพระพุทธศาสนา  
นอกจากตัวบุคคลนั้นจะไม่เจริญงอกงามในธรรมแล้ว  
สังคมก็สูญเสียประโยชน์มากมายที่พึงได้จากพระ-  
พุทธศาสนา จึงเป็นปัญหาร้ายแรงที่ควรตื่นตัวขึ้นมา  
เร่งแก้ไข

คำว่า “ชาวพุทธ” มิใช่เป็นถ้อยคำที่พึงเรียก  
ขานกันอย่างเลื่อนลอย บุคคลที่จะเรียกได้ว่าเป็น  
“ชาวพุทธ” จะต้องมียุทธการ มีคุณสมบัติประจำตัว  
และมีมาตรฐานความประพฤติ ที่รองรับ ยืนยง และ  
แสดงออกถึงความเป็นชาวพุทธนั้น

หลักการและปฏิบัติการที่เรียกว่า “หลักชาวพุทธ”  
ดังต่อไปนี้ เป็นภูมิธรรมขั้นพื้นฐานของชาวพุทธ

ผู้ที่ตั้งมั่นอยู่ในหลักการและดำเนินตามปฏิบัติ  
การนี้ นอกจากเป็นชาวพุทธสมแก่นามแล้ว จะมีชีวิต  
ที่พัฒนาก้าวหน้างอกงาม และช่วยให้สังคมเจริญมั่นคง  
ดำรงอยู่ในสันติสุข เป็นผู้สืบต่อวิถีชาวพุทธไว้ พร้อม  
ทั้งรักษาธรรมและความเกษมศานต์ให้แก่โลก

“หลักชาวพุทธ” อันพึงถือเป็นบรรทัดฐาน มีดังต่อไปนี้

### หลักการ

๑. ฝึกแล้วคือเลิศมนุษย์: ข้าฯ มั่นใจว่า มนุษย์จะประเสริฐเลิศสุด แม้กระทั่งเป็นพุทธะได้ เพราะฝึกตนด้วยสิกขา คือ การศึกษา
๒. ใฝ่พุทธคุณเป็นสรณะ: ข้าฯ จะฝึกตนให้มีปัญญา มีความบริสุทธิ์และมีเมตตากรุณา ตามอย่างองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า
๓. ถือธรรมะเป็นใหญ่: ข้าฯ ถือธรรม คือความจริง ความถูกต้อง ติงาม เป็นใหญ่ เป็นเกณฑ์ตัดสิน
๔. สร้างสังคมให้เยี่ยงสังฆะ: ข้าฯ จะสร้างสังคมตั้งแต่ในบ้าน ให้มีสามัคคี เป็นที่มาเกื้อกูลร่วมกันสร้างสรรค์
๕. สำเร็จด้วยกระทำความดี: ข้าฯ จะสร้างความสำเร็จ ด้วยการกระทำที่ติงามของตน โดยพากเพียรอย่างไม่ประมาท

### ปฏิบัติการ

ข้าฯ จะนำชีวิต และร่วมนำสังคมประเทศชาติ ไปสู่ความติงาม และความสุขความเจริญ ด้วยการปฏิบัติ ดังต่อไปนี้



### ก) มีศีลวัตรประจำตน



**บวชาบขณีย์:** มีปกติกราบไหว้ แสดงความเคารพ ต่อพระรัตนตรัย บิฑามารดา ครูอาจารย์ และบุคคลที่ควรเคารพ



**มีศีลห่างอบาย:** สมาทานเบญจศีล ให้เป็นนิจศีลคือหลักความประพฤติประจำตัว ไม่มีดื่มัวด้วยอบายมุข



**สาธยายพุทธมนต์:** สวดสาธยายพุทธวจนะ หรือบทสวดมนต์ โดยเข้าใจความหมาย อย่างน้อย ก่อนนอนทุกวัน



**ฝึกฝนจิตด้วยภาวนา:** ทำจิตใจให้สงบ ผ่องใส เจริญสมาธิ อันค้ำจุนสติที่ตื่นตัว หนุนปัญญา ที่รู้ทั่วชัดเท่าทัน และอธิษฐานจิตเพื่อจุดหมายที่เป็นกุศล วันละ ๕-๑๐ นาที



**ทำกิจวัตรวันพระ:** บำเพ็ญกิจวัตรวันพระ ด้วยการตักบาตร หรือแผ่เมตตา ฟังธรรม หรือ อ่านหนังสือธรรม โดยบุคคลที่บ้าน ที่วัด ที่โรงเรียน หรือที่ทำงาน ร่วมกัน ประมาณ ๑๕ นาที



**พร้อมสละแบ่งปัน:** เก็บออมเงิน และแบ่งมา บำเพ็ญทาน เพื่อบรรเทาทุกข์ เพื่อบูชาคุณ เพื่อสนับสนุนกรรมดี อย่างน้อยสัปดาห์ละ ๑ ครั้ง



**หมั่นทำคุณประโยชน์:** เพิ่มพูนบุญกรรม บำเพ็ญประโยชน์ อุทิศแด่พระรัตนตรัย มารดา บิดา ครูอาจารย์ และท่านผู้เป็นบุพการีของสังคม แต่อดีตสืบมา อย่างน้อยสัปดาห์ละ ๑ ครั้ง



**ได้ปราโมทย์ด้วยไปวัด:** ไปวัดชมอารามที่ รื่นรมย์ และไปร่วมกิจกรรม ทุกวันสำคัญทาง พระพุทธศาสนา และวันสำคัญของครอบครัว



### ค) ทำชีวิตให้งามประณีต



**กินอยู่พอดี:** ฝึกความรู้จักประมาณในการ บริโภคด้วยปัญญา ให้กินอยู่พอดี



**มีชีวิตงดงาม:** ปฏิบัติกิจส่วนตน ดูแลของใช้ ของตนเอง และทำงานของชีวิต ด้วยตนเอง ทำได้ ทำเป็น อย่างงดงามน่าภูมิใจ



**ไม่ตามใจจนหลง:** ชมรายการบันเทิงวันละ ไม่เกินกำหนดที่ตกลงกันในบ้าน ไม่มัวสำริง สำราญปล่อยตัวให้หลงไหลไปตามกระแส สิ่งล่อเร้าชวนละเลิง และมีวันปลอดการบันเทิง อย่างน้อยเดือนละ ๑ วัน



**มีองค์พระครองใจ:** มีสิ่งที่บูชาไว้สักการะ ประจำตัว เป็นเครื่องเตือนใจให้ระลึกถึงพระคุณ ของพระรัตนตรัย และตั้งมั่นอยู่ในหลักชาวพุทธ



“ด้วยการปฏิบัติ ๓ หมวด ๑๒ ข้อนี้ ข้าพเจ้าเป็นชาวพุทธแท้จริง ที่มั่นใจว่าจะสามารถ รักษาธรรมไว้ และ ร่วมนำโลกไปสู่สันติสุข”



บุคคลที่ถือปฏิบัติตาม “หลักชาวพุทธ” ดังกล่าวมานี้ เป็นผู้ที่มีภูมิธรรม พื้นฐานของชาวพุทธ จึงเป็นชาวพุทธที่แท้จริง สมกับชื่อที่เรียกขาน

แรกที่สุด พอเด็กเกิดมา ลืมตาดูโลก การศึกษาก็เริ่ม ลูกจะเห็นโลกและมอง โลกอย่างไร ก็อยู่ที่พระพรหมคือพ่อแม่จะชี้แสดงชักนำให้การศึกษาเดินหน้าไป ดังนั้น ถ้าจะให้แน่จริงและมั่นใจที่สุด การปฏิบัติตามหลักชาวพุทธจึงต้องเริ่มต้นตั้งแต่ที่บ้าน โดยการนำของบูรพาจารย์ คือคุณพ่อคุณแม่ ที่แน่แท้ว่าเป็นครูคนแรกของลูก

เมื่อเด็กมาเข้าโรงเรียน คือเริ่มเข้าสู่ระบบการศึกษา ถือว่าเป็นจุดกำหนด ในการแสดงความเป็นผู้ศึกษาให้ปรากฏชัดเจนออกมา เท่ากับบอกแจ้งว่าจะตั้งต้น เล่าเรียนศึกษาอย่างจริงจัง ให้สมนามที่เรียกว่าเป็น “นักเรียน”

ในขณะที่เริ่มแสดงความเป็นนักเรียนนั้น เด็กก็ควรได้โอกาสที่จะเริ่มแสดง ความเป็นชาวพุทธของตนให้ปรากฏชัดออกมาด้วยเช่นเดียวกัน เพื่อให้กระบวนการ ของการศึกษาทุกส่วนประสานเกื้อกูลและกลมกลืนกัน ดำเนินไปอย่างครบองค์ สมที่จะเรียกว่าเป็นไตรสิกขา