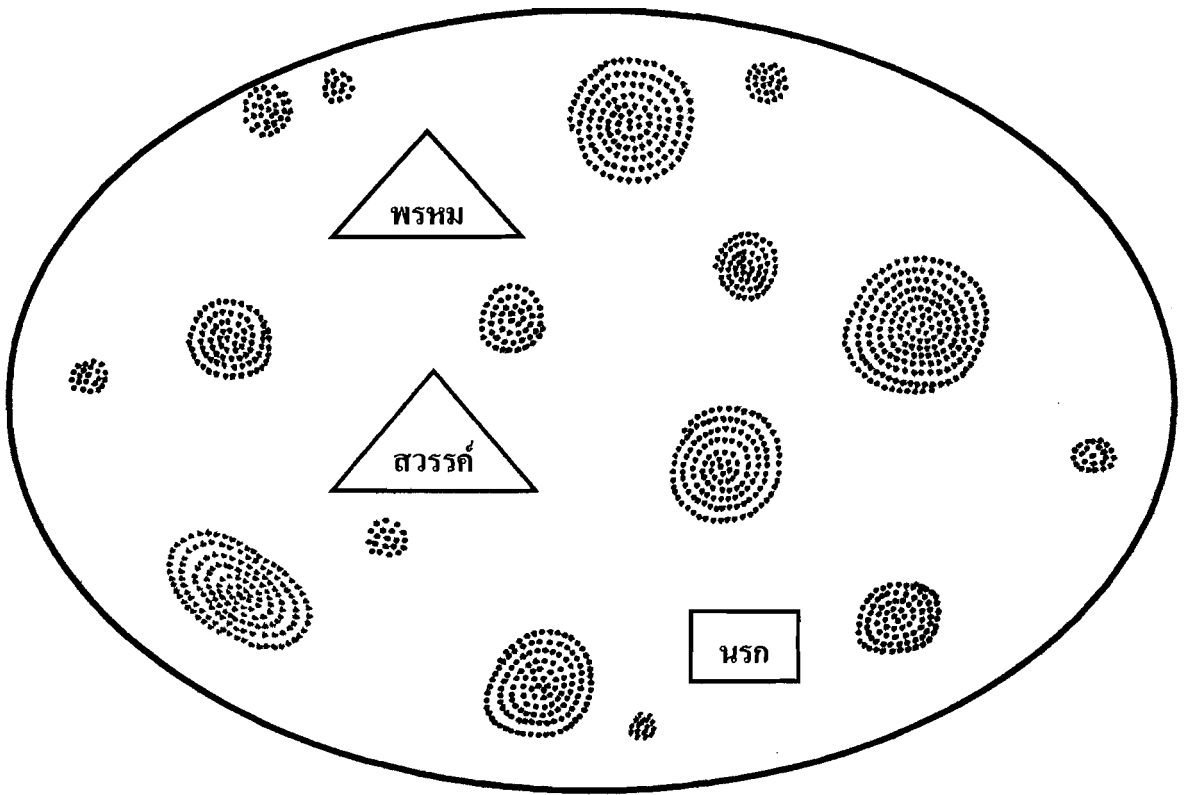


เปิดบัญชีสงสาร

นิพพาน



↑
วิญญูสงสาร

คำนำ

ในยุคนี้การดำรงชีวิตของมนุษย์จะมีแต่ความลำบากมากขึ้นทุกวัน ต้อง
ผจญกับภาวะวิกฤติทางเศรษฐกิจ ภาวะการขัดแย้งทางการเมืองและศาสนา ภาวะ
สงครามระหว่างประเทศ ภาวะภัยธรรมชาติและภาวะอื่นๆ ภาวะเหล่านี้ไม่อาจกลับ
ฟื้นคืนสภาพดีได้เหมือนยุคก่อนและจะเพิ่มระดับความรุนแรงมากขึ้น มนุษย์จึงต้องใช้
ธรรมะเป็นหลักในการดำเนินชีวิตเพื่อให้มีชีวิตอยู่ได้โดยไม่รู้สึกเป็นทุกข์มากนัก

ความรู้ที่อยู่ในเอกสารนี้ เป็นความรู้ทางธรรมที่มีประโยชน์สำหรับการ
ดำเนินชีวิตทางโลกและการพัฒนาดวงจิตให้เจริญยิ่งขึ้นไป เพื่อให้ความรู้เกิด
ประโยชน์ต่อผู้อ่านทุกท่าน ภาษาที่ใช้ในเอกสารนี้ จึงเป็นภาษาที่เรียบง่ายและเข้าใจ
ง่าย ทำให้เข้าใจความจริงในวิถีสงสารและสามารถนำธรรมไปปฏิบัติให้เกิดผลได้

สิ่งใดที่เราไม่เคยรู้และไม่เคยเห็น ไม่ได้หมายความว่าสิ่งนั้นจะไม่มีและ
ไม่เป็น ดังนั้น ไม่ควรรีบด่วนสรุปปฏิเสธเพราะจะทำให้พลาดโอกาสในการเรียนรู้
ความรู้ใหม่ที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น

กอบกุล เกื้อธรรม

โทร. 087-674-2930

สารบัญ

บทที่ 1	เปิดวิถีสงสาร	1
	ความหมายของเอกภพและวิถีสงสาร	2
	ภาพ	2
	รูปลักษณะ	2
	ดวงจิต	3
	กรรม	3
	สภาวะในวิถีสงสาร	3
	กฏควบคุมวิถีสงสาร	3
	การเกิดยุคเจริญและยุคเสื่อม	6
	ยุคเจริญในธรรม	7
	ผลของการเจริญในธรรม	7
	ยุคเสื่อมจากธรรม	8
	ผลของการเสื่อมจากธรรม	8
	กิเลส	11
	ต้นเหตุแห่งความทุกข์	11
	วิธีหลุดพ้นจากความทุกข์	11
	การพัฒนาดวงจิตระดับพื้นฐาน	13
	การพัฒนาดวงจิตระดับโลกุตระ	13
	ดินแดนนิพพาน	14
บทที่ 2	การพัฒนาดวงจิตระดับพื้นฐาน	15
	การฝึกทำความดีให้เป็นอุปนิสัย	16

อุปนิสัยที่ดี	17
การสร้างและสะสมความดี	24
การสร้างและสะสมกองบุญกุศล	24
การสร้างและสะสมบารมี	25
บารมี 10	26
ทานบารมี	26
การอุทิศส่วนบุญ	27
ศีลบารมี	29
เนกขัมมะบารมี	32
ปัญญาบารมี	34
วิริยะบารมี	36
ขันติบารมี	38
สัจจะบารมี	40
อธิษฐานบารมี	41
เมตตาบารมี	43
อุเบกขาบารมี	45
บทที่ 3	
เส้นทางพัฒนาดวงจิต	46
การเดินทางในวัฏสงสารเพื่อพัฒนาดวงจิต	48
ขั้นตอนการเรียนรู้ในการทำความดี	49
การพัฒนาดวงจิตต่อเนื่อง	52
สาเหตุที่ทำให้ไม่ได้พัฒนาดวงจิตต่อเนื่อง	52
เด็กคือผ้าสี	54
ความจริงในวัฏสงสาร	55

บทที่ 4	กฎแห่งกรรม	56
	ประเภทของกรรม	57
	ระดับของกรรม	58
	ผลแห่งกรรม	59
	องค์ประกอบของการทำกรรม	61
	การเวียนมาพบกันและจากกัน	66
บทที่ 5	ต้นเหตุแห่งความทุกข์	67
	ความทุกข์ที่เกิดจากสภาวะทางกาย	68
	ความทุกข์ที่เกิดจากสภาวะทางจิต	69
บทที่ 6	ความรู้	77
	ความรู้ในเอกภพ	78
	ความรู้ทางธรรม	78
	ความรู้ทางโลก	78
	พระวังคีสะ	80
บทที่ 7	การดำเนินชีวิตทางโลก	81
	การดำเนินชีวิตทางโลกอย่างมีธรรมะ	82
	เปลือกห่อหุ้ม	84
	วิธีที่ทำให้ลดการยึดติดในเปลือกห่อหุ้ม	84
	สังคมนมนุษย์	86
	หน้าที่ที่ควรทำ	89
	การคบเพื่อน	91

บทที่ 8	ความเชื่อ	92
	ความเชื่อทางโลก	93
	ความเชื่อทางธรรม	94
	การปฏิบัติธรรมที่เป็นรูปแบบเฉพาะ	94
	การไหว้พระสาวกมณฑล	95
	การทำบุญกับพระสงฆ์	95
	การฟังธรรม	95
	การรักษาศีล	95
	การฝึกสติสัมปชัญญะ	96
	การฝึกสมาธิขั้นพื้นฐาน	97
	บทธรรม	98

บทที่ 1

เปิดวิสัยทัศน์

ความหมายของเอกภพและวิภวสงสาร

คำว่า “เอกภพ” และ “วิภวสงสาร” มีความหมายในแนวทางเดียวกัน เอกภพมีความหมายเฉพาะความจริงส่วนเดียว แต่วิภวสงสารมีความหมายที่ครอบคลุมความจริงทั้งหมด

เอกภพ คืออาณาบริเวณอันกว้างใหญ่ไพศาล ซึ่งมีกาแล็กซีเป็นส่วนประกอบที่ใหญ่ที่สุดและมีเป็นจำนวนหลายล้านกาแล็กซี ในกาแล็กซีประกอบด้วยกลุ่มดาวที่เป็นระบบ และกลุ่มดาวที่ไม่เป็นระบบ ในกลุ่มดาวประกอบด้วย ดาวฤกษ์ ดาวเคราะห์ ดาวหาง อุกกาบาตและกลุ่มก๊าซ ฯลฯ

วิภวสงสาร คืออาณาบริเวณอันกว้างใหญ่ไพศาล ซึ่งมีกาแล็กซีเป็นจำนวนมาก ในแต่ละกาแล็กซีประกอบด้วยกลุ่มดาวต่างๆ ดวงดาวใดที่มีสถานะเอื้ออำนวยและเหมาะสมสำหรับสิ่งมีชีวิต ก็จะมีมนุษย์และสัตว์เครื่องจรรยานอาศัยอยู่ในดวงดาวนั้น เรียกว่า ภพมนุษย์ ภพสัตว์เครื่องจรรยาน และยังมีภพอื่นๆ อีกหลายประเภทที่ไม่สามารถมองเห็นได้ด้วยตามนุษย์ เช่น พรหม สวรรค์ นรก เปรต อสุรกาย เป็นต้น

ภพ

ภพ เป็นสถานที่ที่มีดวงจิตไม่บริสุทธิ์อาศัยอยู่ มีภพมากมายหลายประเภทหลายระดับ ซึ่งสามารถจัดประเภทของภพตามสถานะทุกข์สุขของดวงจิต แบ่งออกเป็น 3 ประเภท ได้แก่

1. ภพที่มีความสุข เช่น พรหม สวรรค์ ซึ่งมีเทวดาอาศัยอยู่
2. ภพที่มีความทุกข์ เช่น นรก เปรต อสุรกาย ซึ่งมีสัตว์นรก เปรต อสุรกายอาศัยอยู่
3. ภพที่มีความสุขปนความทุกข์ เช่น มนุษย์ สัตว์เครื่องจรรยาน ซึ่งมีมนุษย์และสัตว์เครื่องจรรยานอาศัยอยู่

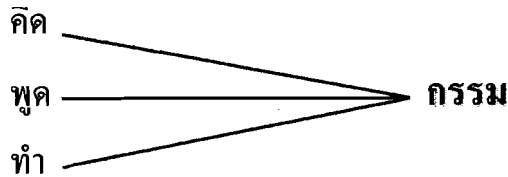
รูปลักษณะ

ในวิภวสงสารมีภพหลายประเภท ในแต่ละภพจะมีรูปร่างลักษณะประจำภพเพื่อให้ดวงจิตอาศัยอยู่เรียกว่า รูปลักษณะ เช่น รูปลักษณะของเทวดาในภพสวรรค์ รูปลักษณะของมนุษย์ในภพมนุษย์ รูปลักษณะของเปรตในภพเปรต เป็นต้น

ดวงจิต

ดวงจิต เป็นสิ่งที่คงอยู่และไม่สูญหาย ไม่อาจทำลายให้สูญสิ้นได้ มีลักษณะพิเศษที่สามารถแทรกเข้าไปอยู่ในรูปลักษณะต่างๆ ได้

กรรม



กรรมเกิดจากการคิด พูด ทำ ใครทำกรรมอย่างไร ย่อมได้รับผลแห่งกรรมอย่างนั้น ทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นในชีวิต จึงไม่มีคำว่า “บังเอิญ” ทุกดวงจิตมีกรรมเป็นแดนเกิด ต้องดำเนินไปตามกระแสกรรมของตนเอง

กรรมดีทำให้เกิดการสะสมเหตุปัจจัยที่ดีและมีการพัฒนาดวงจิตให้ยกระดับสูงขึ้น กรรมชั่วทำให้เกิดการสะสมเหตุปัจจัยที่ไม่ดีและไม่มีการพัฒนาดวงจิต

สถานะในวัฏสงสาร

ในวัฏสงสารมีดวงจิตเป็นจำนวนมหาศาลที่เวียนว่ายตายเกิดในภพต่างๆ ตามกระแสกรรมเพราะไม่รู้ความจริง ทำให้หลงทางและยังไม่สามารถค้นหาทางออกจากวัฏสงสารได้ การเวียนว่ายตายเกิดทำให้เกิดสถานะของการเคลื่อนไหวยู่ตลอดเวลา มีการเปลี่ยนแปลง แปรปรวน ไม่คงที่ ไม่เที่ยง ไม่ยั่งยืน เป็นสิ่งชั่วคราว เป็นสิ่งหลอกตาหลอกใจ ทุกอย่างผ่านเข้ามาและก็ผ่านไป ไม่มีสิ่งใดคงอยู่ตลอดเวลา

กฎควบคุมวัฏสงสาร

ในวัฏสงสารมีดวงจิตเป็นจำนวนมหาศาลที่ยังเวียนว่ายตายเกิดในภพต่างๆ ตามกระแสกรรมของตนเอง ดังนั้น จึงมีกฎควบคุมวัฏสงสารเกิดขึ้น เพื่อให้การเวียนว่ายตายเกิดดำเนินไปในทิศทางที่ถูกต้องและเหมาะสม

กฎควบคุมวัฏสงสาร แบ่งเป็น 2 ประเภท ได้แก่

1. กฎแห่งกรรม
2. กฎแห่งธรรมชาติ

กฎแห่งกรรม

กฎแห่งกรรมมีหน้าที่กำหนดและควบคุมผลแห่งกรรม มีการประสานงานร่วมกันกับกฎแห่งธรรมชาติ ดังนี้

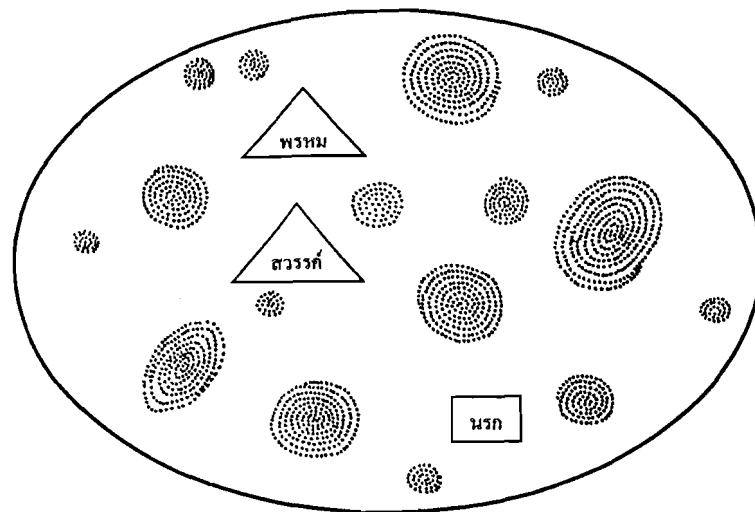
1. บันทึกกรรมในดวงจิต
2. คัดแยกกรรมดีและกรรมชั่ว
3. จัดเรียงลำดับช่วงเวลาของการส่งผลแห่งกรรม
4. จัดส่งผลแห่งกรรม

กฎแห่งธรรมชาติ

กฎแห่งธรรมชาติมีหน้าที่สร้างและควบคุมระบบต่างๆ ในวิภวสงสาร มีการประสานงานร่วมกันกับกฎแห่งกรรม ดังนี้

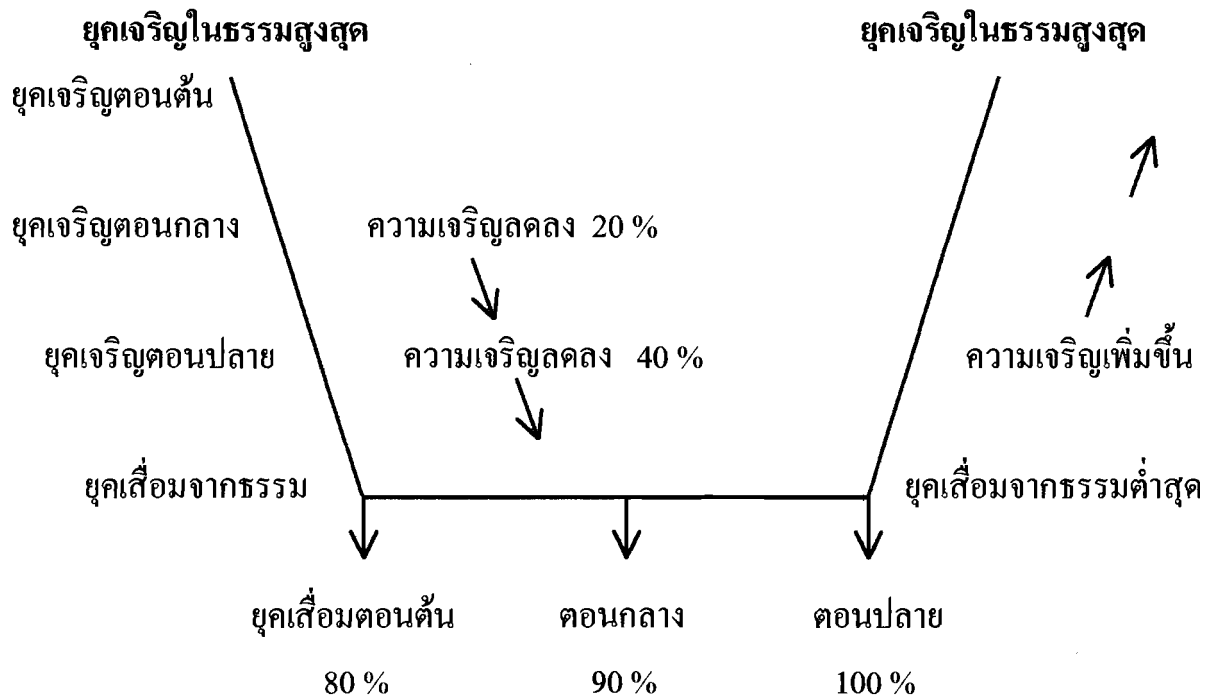
1. สร้างภพและควบคุมสถานะของภพตามกฎแห่งกรรม เช่น
 - สถานะของภพมนุษย์
 - สถานะของภพสวรรค์
 - สถานะของภพนรก
2. สร้างรูปลักษณ์และควบคุมระบบการเกิดในภพต่างๆ ตามกฎแห่งกรรม ตัวอย่างเช่น
 - เมื่อมีการเปลี่ยนภพ สถานะของร่างกายหรือรูปลักษณ์ก็จะเปลี่ยนแปลงด้วย เช่น เปลี่ยนรูปลักษณ์เป็นเทวดา เปรต สัตว์นรก สัตว์เดรัจฉาน เป็นต้น
 - มนุษย์และสัตว์เดรัจฉานได้อาศัยอยู่ในท้องมารดาเป็นระยะเวลาหนึ่ง และได้คลอดออกมาเมื่อถึงกำหนดเวลา
3. ควบคุมการเปลี่ยนสภาพของสิ่งมีชีวิตและสิ่งไม่มีชีวิต ตัวอย่างเช่น
 - มนุษย์มีร่างกายแข็งแรงในวัยหนุ่มสาว และร่างกายเสื่อมลงในวัยชรา
 - ต้นไม้ไม่มีดวงจิต แต่ต้นไม้มีการเจริญเติบโตและเหี่ยวแห้ง
 - รถยนต์มีสภาพใหม่เอี่ยมในเดือนแรก เมื่อมีการใช้งานเป็นเวลานาน ทำให้รถยนต์เสื่อมสภาพได้

4. สร้างและควบคุมระบบต่างๆ ในเอกภพให้อยู่ในวิถีทางที่เหมาะสมและเอื้อประโยชน์ต่อกัน ตัวอย่างเช่น
- ให้ดวงดาวมีเส้นทางโคจรของตนเองเพื่อไม่ให้ชนกับดาวอื่น
 - ให้ดวงดาวรวมกลุ่มกันอย่างเป็นระบบ
 - ให้ก๊าซรวมตัวกันตามชนิดของก๊าซ
5. สร้างและควบคุมธรรมชาติในดวงดาวให้อุณหภูมิหรือแหล่งแสงตามกฎแห่งกรรม ธรรมชาตินี้หมายถึง ดิน น้ำ ลม ไฟ
6. ควบคุมช่วงเวลาระหว่างยุคพระพุทธรูปองค์หนึ่ง \longrightarrow ยุคพระพุทธรูปเจ้าอีกองค์หนึ่ง ให้มีระยะเวลาที่ห่างเท่ากันทุกช่วง



การเกิดยุคเจริญและยุคเสื่อม

บนดวงดาวทุกดวงที่มีสิ่งมีชีวิต ย่อมมีกฎแห่งกรรมและกฎแห่งธรรมชาติ ควบคุมสิ่งต่างๆ ให้ดำเนินไปตามเหตุปัจจัย ทำให้เกิดยุคเจริญและยุคเสื่อม ซึ่งเป็นการแบ่งแยกยุคตามสภาวะจิตที่เจริญในธรรมและเสื่อมจากธรรม เริ่มตั้งแต่ยุคเจริญในธรรมสูงสุด \longrightarrow ยุคเสื่อมจากธรรมต่ำสุด ดังรูป



ระยะเวลาในการเปลี่ยนแปลงจากยุคเจริญ \longrightarrow ยุคเสื่อม และจากยุคเสื่อม \longrightarrow ยุคเจริญ จะมีระยะเวลาสั้นหรือยาวไม่แน่นอน อาจเสื่อมเร็วหรือเสื่อมช้า อาจเจริญเร็วหรือเจริญช้า ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับผลแห่งกรรมรวม

ถ้าความเจริญลดลงอย่างรวดเร็วภายในระยะเวลาอันสั้น ทำให้ต้องใช้ระยะเวลายาวนานในช่วงความเจริญเพิ่มขึ้น เช่น จากยุคพระพุทธเจ้าโคดม \longrightarrow ยุคเสื่อม ความเจริญลดลงอย่างรวดเร็วเพราะผลแห่งกรรมรวม ดังนั้น จากยุคเสื่อม \longrightarrow ยุคพระศรีอริยเมตไตร จะมียุคที่ยาวนาน

ช่วงระยะเวลาจากยุคเจริญ \longrightarrow ยุคเจริญ คือจากยุคพระพุทธเจ้าองค์หนึ่ง \longrightarrow ยุคพระพุทธเจ้าอีกองค์หนึ่ง จะมีระยะเวลาที่ห่างเท่ากันทุกช่วง

ยุคเจริญในธรรม

ยุคเจริญในธรรมแบ่งเป็น 3 ยุค ได้แก่

1. ยุคเจริญตอนต้น
2. ยุคเจริญตอนกลาง
3. ยุคเจริญตอนปลาย

ยุคเจริญตอนต้น

ยุคเจริญตอนต้นเริ่มตั้งแต่ยุคที่มีความเจริญในธรรมสูงสุด เป็นยุคที่มีพระพุทธเจ้าบังเกิดขึ้น มนุษย์ที่เกิดในยุคนี้ ส่วนมากมีความเจริญในธรรมและมีโอกาสพัฒนาดวงจิตมากกว่ายุคอื่นๆ เพราะมีสำนักพระพุทธเจ้าเป็นศูนย์รวมจิตใจ มีพระพุทธเจ้าและพระอรหันต์เป็นผู้ชี้แนะสั่งสอนธรรม ทำให้เข้าใจในธรรมและสามารถปฏิบัติธรรมได้อย่างถูกต้อง

เมื่อยุคพระพุทธเจ้าสิ้นสุดลงแล้ว ความเจริญในธรรมยังคงมีอยู่ 100 % เป็นช่วงระยะเวลาหนึ่ง

ยุคเจริญตอนกลาง

ยุคเจริญตอนกลางเริ่มตั้งแต่ช่วงเวลาที่จิตใจมนุษย์เสื่อมจากธรรม 20 %

ยุคเจริญตอนปลาย

ยุคเจริญตอนปลายเริ่มตั้งแต่ช่วงเวลาที่จิตใจมนุษย์เสื่อมจากธรรม 40 %

ผลของการเจริญในธรรม

มนุษย์ในยุคเจริญส่วนมากมีความเจริญในธรรมและเคยพัฒนาดวงจิตมาแล้วในระดับปานกลาง \longrightarrow ระดับสูง ทำให้มีแนวความคิดที่ถูกต้อง รู้จักดำเนินชีวิตในแนวทางที่ถูกต้องและเหมาะสม มีความเป็นอยู่สุขสบาย สงบ ร่มรื่น และสุขภาพแข็งแรง เพราะมีธรรมชาติอุดมสมบูรณ์ ทำให้พืชพันธุ์ธัญญาหารเจริญงอกงาม มีสิ่งแวดล้อมที่สะอาดและสดชื่น ทำให้มีชนิดของเชื้อโรคเป็นจำนวนน้อย ส่วนสัตว์ก็มีความเป็นอยู่สุขสบายตามสภาพ หากินง่ายและได้รับความเมตตาจากมนุษย์

ยุคเสื่อมจากธรรม

ยุคเสื่อมจากธรรมแบ่งเป็น 3 ยุค ได้แก่

1. ยุคเสื่อมตอนต้น
2. ยุคเสื่อมตอนกลาง
3. ยุคเสื่อมตอนปลาย

ยุคเสื่อมตอนต้น

ปัจจุบันนี้กำลังอยู่ในยุคเสื่อมตอนต้น เป็นช่วงเวลาที่มนุษย์มีจิตใจเสื่อมจากธรรม 80 % มนุษย์ส่วนมากในยุคนี้เคยพัฒนาดวงจิตมาแล้วในระดับเล็กน้อย มีแนวความคิดที่เห็นผิดและเข้าใจธรรมะที่เบี่ยงเบนจากความเป็นจริง ทำให้ไม่สามารถปฏิบัติธรรมได้อย่างถูกต้อง

ยุคเสื่อมตอนกลาง

ยุคเสื่อมตอนกลางเริ่มตั้งแต่ช่วงเวลาที่มนุษย์มีจิตใจเสื่อมจากธรรม 90 % มีธรรมะเป็นเพียงเส้นใยบางๆ เท่านั้น

ยุคเสื่อมตอนปลาย

ยุคเสื่อมตอนปลายเริ่มตั้งแต่ช่วงเวลาที่มนุษย์มีจิตใจเสื่อมจากธรรม 100 % เป็นยุคมืด มนุษย์จะไม่มี ความแตกต่างจากสัตว์ นอกจากมีความคิดที่ซับซ้อน มนุษย์ที่เกิดในยุคนี้ยังไม่เคยพัฒนาดวงจิตเลย

ผลของการเสื่อมจากธรรม

มนุษย์ในยุคเสื่อมส่วนมากมีจิตใจเสื่อมจากธรรมะ ทำให้เกิดผลเสียดังนี้

1. ทำให้ขาดปัญญาในการเข้าใจธรรมและปฏิบัติธรรมเพื่อให้หลุดพ้นจากความทุกข์ ตัวอย่างเช่น
 - ไม่สามารถออกบวชเพื่อศึกษาและปฏิบัติธรรมอย่างจริงจัง แต่ออกบวชเพราะมีเหตุผลทางโลกและบวชตามประเพณีเท่านั้น
 - เชื่อว่าการไม่กินเนื้อสัตว์ทำให้จิตใจสะอาด
 - ยึดติดและหลงใหลในอิทธิปาฏิหาริย์ของวัตถุเครื่องกลางของขลังและแร่ธาตุต่างๆ

2. ทำให้จิตใจไม่มีคุณธรรม ไม่มีศีล ไม่มีเมตตา มีการเบียดเบียนและ
แก่งแย่งแข่งขันเพื่อผลประโยชน์ของตนเอง สามารถกระทำการในสิ่งที่โหดร้าย
ทารุณได้ มนุษย์และสัตว์จึงมีชีวิตอยู่อย่างหวาดระแวงภัย ตัวอย่างเช่น
 - นำไปก่มาตีกันและนำหมามากัดกันเป็นเกมพนันด้วยชีวิต
 - มนุษย์ต่อสู้กับวัวและมนุษย์ต่อสู้กันในเวทีเป็นเกมกีฬา
 - มนุษย์เบียดเบียนมนุษย์และสัตว์ในชีวิตประจำวัน
 - มนุษย์เข่นฆ่าทำลายล้างกันในสงคราม

3. ทำให้มีแนวความคิดที่เห็นผิด มนุษย์ในสังคมส่วนรวมยอมรับและยกย่องผู้ที่มี
ชาติตระกูลดี มีฐานะร่ำรวย มีการศึกษาสูง มีตำแหน่งหน้าที่การงานดี
มีความสามารถในการทำงาน มีความสามารถเชี่ยวชาญด้านวิชาการ มีความ
สามารถพิเศษด้านกีฬา ดนตรี ร้องเพลง เต้นรำ มีศิลปะในการพูด
เขียน วาดรูป มีรูปร่างหน้าตาดี มีมนุษยสัมพันธ์ดี ฉลาด คล่องแคล่ว
 ฯลฯ มนุษย์ในยุคเสื่อมยึดถือสิ่งเหล่านี้เป็นเป้าหมายสำคัญในการดำเนินชีวิต
ทำให้ธรรมะเป็นเรื่องรอง

4. ทำให้ขาดปัญญาในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องและเหมาะสม มีการใช้ชีวิตที่เกินพอดี
ทำให้ลำบากยุ่งยากและเป็นทุกข์ได้ง่าย ตัวอย่างเช่น
 - มีการเลือกสรรที่อยู่อาศัยและเครื่องมืออุปกรณ์ต่างๆ เพื่อความหรูหราและ
คูมिरสนิยมดี
 - มีการเลือกสรรอาหารและยาเพื่อบำรุงกำลังและบำรุงความงาม
 - มีพิธีการต่างๆ มากมายเกินความจำเป็น
 - มีการจัดงานเลี้ยงที่สิ้นเปลืองเกินความจำเป็น

5. ทำให้ขาดปัญญาในการสร้างระบบต่างๆ ให้อยู่ในมาตรฐานเดียวกันทั่วโลกเพื่อให้
มีความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน มีคุณธรรม มีประสิทธิภาพ มีความคล่องตัวและ
ความปลอดภัย เช่น ระบบการปกครอง ระบบเศรษฐกิจ ระบบการศึกษา
ระบบการรักษาพยาบาล ระบบการทำงาน ระบบโทรคมนาคม ระบบ
สาธารณูปโภค เป็นต้น

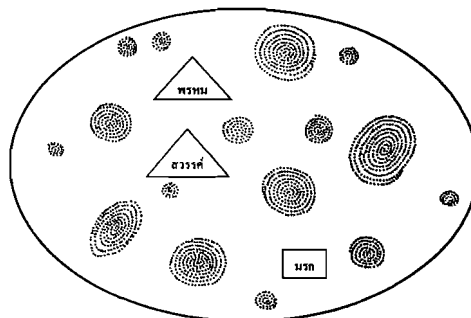
6. ทำให้ขาดปัญญาในการศึกษาค้นคว้าเพื่อนำเร้าธาตุต่างๆ มาใช้ให้เกิดประโยชน์อย่างเต็มที่และยังไม่สามารถคิดค้นเทคโนโลยีที่ให้ประโยชน์สูงสุด จึงยังไม่สามารถเดินทางท่องจักรวาลและไม่สามารถติดต่อกับมนุษย์ที่อยู่ในดวงดาวอื่นๆ ได้

การผลิตเทคโนโลยีที่ให้ประโยชน์ในระดับต่ำและให้โทษด้วย ตัวอย่างเช่น

- การผลิตยานพาหนะที่ยังขาดระบบรักษาความปลอดภัยในชีวิต
- การผลิตเครื่องคอมพิวเตอร์ที่ยังขาดประสิทธิภาพและมีความบอบบาง เช่น มีอาการรวน มีการติดเชื้อไวรัส เป็นต้น
- การผลิตโทรศัพท์มือถือที่ยังไม่สามารถใช้งานได้ครอบคลุมทุกตารางพื้นที่ การสื่อสารยังไม่ชัดเจนอย่างต่อเนื่องและมีคลื่นอื่นแทรกได้เพราะเป็นคลื่นอ่อน

7. มนุษย์ทำลายธรรมชาติโดยไม่นึกถึงผลกระทบที่มีต่อตนเองและผู้อื่น ธรรมชาติจึงขาดความสมดุล ทำให้มีฤดูกาลแปรปรวน อากาศร้อนจัด หนาวจัด ฝนตกมากเกินไป ฝนตกน้อยเกินไป ดินไม่เหมาะสมในการเพาะปลูก พืชพันธุ์ธัญญาหารจึงไม่อุดมสมบูรณ์ และเกิดภัยธรรมชาติบ่อยๆ มนุษย์และสัตว์จึงมีชีวิตอยู่อย่างลำบาก

8. มนุษย์ทำลายสิ่งแวดล้อมทำให้สกปรกและเป็นพิษ จึงเกิดเชื้อโรคบางชนิด มนุษย์และสัตว์จึงมีสุขภาพไม่แข็งแรงและเป็นโรคได้ง่าย



กิเลส

กิเลส คือความรู้สึกต่างๆ ซึ่งเกิดขึ้นที่ดวงจิตและติดอยู่ที่ดวงจิต แต่ไม่ใช่เนื้อเดียวกันกับดวงจิต กิเลสทำให้ดวงจิตเศร้าหมอง

กิเลสมีหลายชนิด ได้แก่ รัก โกรธ ผูกโกรธ โทสะ โลภ ทะยานอยาก ยึดมั่นถือมั่น มายา โอ้อวด สำคัญตน ตระหนี่ คือ ริษยา เฟื่องเล็งความชั่ว ลบหลู่ความดี คูหมิ่น ตีเสมอ ประมาท หลงไหล มัวเมา ลังเลสงสัย ฟุ้งซ่าน แข่งดีแข่งเด่น คีใจ เสียใจ ขี้เกียจ วิตกกังวล วางอำนาจ มากมาก ลำเอียง ท้อแท้ หดหู่ เบื่อ ลำพอง คะนอง กลัว ระแวง ฯลฯ

ต้นเหตุแห่งความทุกข์

ความทุกข์เกิดจากสภาวะ 2 ประเภท ได้แก่

1. สภาวะทางกาย ได้แก่ เกิด แก่ เจ็บ ตาย หนาว ร้อน หิว เหนื่อย ฯลฯ
2. สภาวะทางจิต ได้แก่ การมีกิเลสต่างๆ เกิดขึ้นที่ดวงจิต

วิธีหลุดพ้นจากความทุกข์

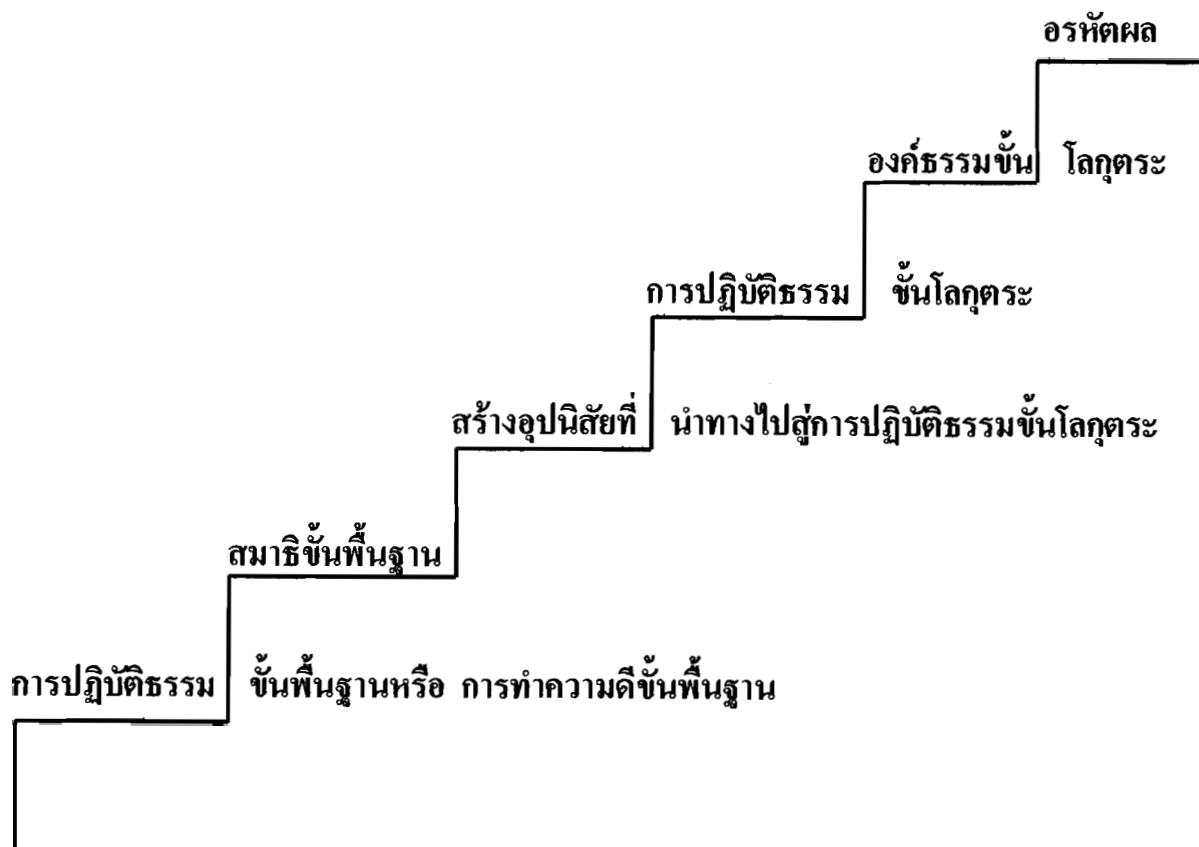
ความทุกข์ที่เกิดจากสภาวะทางกาย สามารถบรรเทาทุกข์ชั่วคราวได้ตามเหตุแห่งความทุกข์ เช่น ถ้าหิว ก็กินให้อิ่ม ถ้าเหนื่อย ก็พักผ่อน ถ้าหนาว ก็ห่มผ้าให้อบอุ่น ถ้าเจ็บป่วย ก็ไปหาหมอรักษา เป็นต้น ถ้าต้องการหลุดพ้นจากความทุกข์ทางกายอย่างถาวร ก็ต้องหยุดการเกิด ซึ่งเป็นวิธีที่มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันกับสภาวะทางจิต

ความทุกข์ที่เกิดจากสภาวะทางจิต เป็นความทุกข์ที่เกิดจากการมีกิเลสต่างๆ ที่ดวงจิต ทำให้มีความทุกข์อย่างไม่มีที่สิ้นสุด สามารถบรรเทาทุกข์ชั่วคราวได้โดยใช้วิธีการทำให้กิเลสสงบลง ถ้าต้องการหลุดพ้นจากความทุกข์ทางจิตอย่างถาวร ก็ต้องสลัดกิเลสทุกชนิดให้ออกจากดวงจิต โดยใช้วิธีการพัฒนาดวงจิตที่มีความละเอียดลึกซึ้ง เมื่อสามารถหลุดพ้นจากกิเลสได้โดยสิ้นเชิงแล้ว ก็จะหลุดพ้นจากความทุกข์ด้วย จะไม่มีการเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไปเพราะหมดเหตุปัจจัยในการเกิดแล้ว

การพัฒนาดวงจิต

การพัฒนาดวงจิตแบ่งเป็น 2 ระดับ ได้แก่

1. การพัฒนาดวงจิตระดับพื้นฐาน
2. การพัฒนาดวงจิตระดับโลกุตระ



การพัฒนาดวงจิตระดับพื้นฐาน

การพัฒนาดวงจิตมีลักษณะเหมือนขั้นบันได การปฏิบัติธรรมขั้นพื้นฐานหรือ การทำความดีขั้นพื้นฐานเป็นบันไดขั้นแรกที่จะต้องสร้างให้แน่นหนาและมั่นคง จึงจะสามารถก้าวขึ้นไปสู่บันไดขั้นต่อไปได้

การปฏิบัติธรรมขั้นพื้นฐาน หมายถึง การทำความดีในการดำเนินชีวิตประจำวัน และหมายถึงการปฏิบัติธรรมที่เป็นรูปแบบเฉพาะ เช่น การทำบุญกับพระสงฆ์ การไหว้พระสวดมนต์ การรักษาศีล การฟังธรรม การฝึกสติและการฝึกสมาธิ เป็นต้น

ความดีขั้นพื้นฐานได้แก่ ขยัน มีระเบียบ รักสะอาด เอาใจใส่ รับผิดชอบ ดูแลรักษา มีเหตุผล มีความยุติธรรม มีความเพียรพยายาม มีความตั้งใจ รู้คุณ กล่าวหาญ อคทน เห็นแก่ส่วนรวม รู้จักความพอดี เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ใจเย็น ให้อภัย จริงใจ เมตตา ซื่อตรง เสียสละ อ่อนน้อมถ่อมตน ละอายใจในการทำบาป รอบคอบ ละเอียดถี่ถ้วน ระมัดระวัง ช่างสังเกตจดจำ เข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น มองเห็นความดีของผู้อื่น มองเห็นความชั่วของตนเอง พิจารณาดักเตือนตนเอง มีแนวความคิดเห็นถูก ฯลฯ

สิ่งเหล่านี้เป็นความดีขั้นพื้นฐานซึ่งต้องทำให้เป็นอุปนิสัย เมื่อฝึกทำความดีให้ เป็นอุปนิสัยแล้ว จึงจะสามารถสร้างและสะสมความดีได้ เมื่อสะสมความดีได้เป็นจำนวนมาก จะรวมเป็นกองบุญกุศล เมื่อสร้างและสะสมกองบุญกุศลได้เป็นจำนวนมาก ความดี แต่ละประเภทจะแยกออกจากกัน เพื่อไปรวมตัวเข้าหมวดหมู่ตามประเภทของบารมี

การพัฒนาดวงจิตระดับโลกุตระ

การพัฒนาดวงจิตระดับโลกุตระหรือการปฏิบัติธรรมขั้นโลกุตระ เป็นการปฏิบัติธรรมขั้นสูง เพื่อให้ดวงจิตหลุดพ้นจากกิเลสโดยสิ้นเชิง

การปฏิบัติธรรมขั้นพื้นฐานเป็นบันไดก้าวขึ้นไปสู่การปฏิบัติธรรมขั้นโลกุตระ เมื่อทำความดีจนเป็นอุปนิสัยแล้ว จึงจะสามารถละได้ ละคือหมายความว่า ยังคงทำดีอยู่ แต่ไม่ยึดติดและไม่หวังผลตอบแทน และต้องสร้างอุปนิสัยที่นำทางไปสู่การปฏิบัติธรรมขั้นโลกุตระด้วย เช่น เบื่อหน่ายการใช้ชีวิตทางโลก ชอบอยู่คนเดียวในที่เงียบสงบ สนใจศึกษาและปฏิบัติธรรมขั้นโลกุตระ เป็นต้น

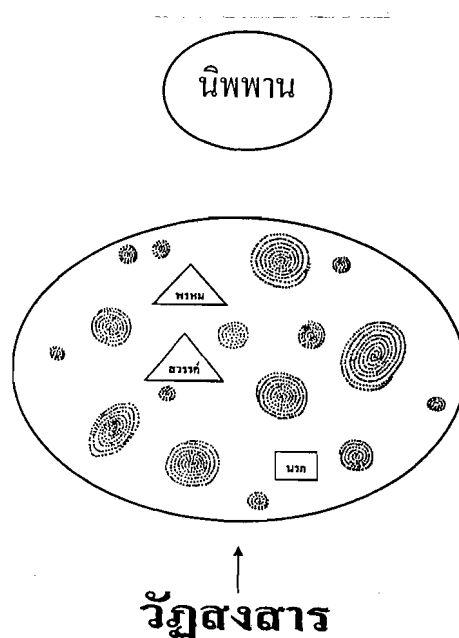
การปฏิบัติธรรมขั้นโลกุตระเป็นการปฏิบัติธรรมที่ต้องใช้องค์ธรรมหลายข้อประกอบกัน ได้แก่ สติปัฏฐาน 4 สัมมัปปธาน 4 อิทธิบาท 4 อินทรีย์ 5 พละ 5 โพชฌงค์ 7 มรรค 8 เป็นต้น เพื่อใช้เกื้อกูลในการบำเพ็ญเพียรให้สำเร็จมรรคผลนิพพาน

ดินแดนนิพพาน

เมื่อดวงจิตหลุดพ้นจากกิเลสโดยสิ้นเชิงแล้วทำให้ดวงจิตมีความบริสุทธิ์ 100 % และหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง จะไม่กลับมาเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสารอีกและไปอยู่ที่ดินแดนนิพพานตลอดกาล

ดินแดนนิพพานอยู่แยกส่วนกับวัฏสงสาร ซึ่งมีสถานะที่แตกต่างกัน ในวัฏสงสารมีการเคลื่อนไหวและเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ส่วนดินแดนนิพพานมีความสงบนิ่ง ไม่มีการเปลี่ยนแปลง ไม่มีความเสื่อม ไม่มีกาลเวลา ทุกอย่างอยู่คงที่ตลอดกาล

สถานะของดวงจิตที่ดำรงอยู่ในดินแดนนิพพานเป็นดวงจิตที่บริสุทธิ์ 100 % เรียกว่า จิตแท้ ซึ่งมีปัญญาหยั่งรู้แท้จริง สามารถรู้ละเอียด รู้ลึก รู้กว้างและรู้ไกล



บทที่ 2

การพัฒนาดวงจิตระดับพื้นฐาน

การพัฒนาดวงจิต

การพัฒนาดวงจิตแบ่งเป็น 2 ระดับ ได้แก่

1. การพัฒนาดวงจิตระดับพื้นฐาน
2. การพัฒนาดวงจิตระดับโลกุตระ

การพัฒนาดวงจิตระดับพื้นฐาน

การพัฒนาดวงจิตระดับพื้นฐาน คือการปฏิบัติธรรมขั้นพื้นฐานหรือการทำ
ความดีขั้นพื้นฐาน เป็นการฝึกทำความดีให้เป็นอุปนิสัยเพื่อที่จะสร้างและสะสมความดี
กองบุญกุศลและบารมี

การฝึกทำความดีให้เป็นอุปนิสัย

ในช่วงแรกที่เริ่มฝึกทำความดี จะรู้สึกฝืนเพราะต้องบังคับตนเองให้ทำความดี
และรู้สึกว่า การทำความดีเป็นเพียงหน้าที่ที่จะต้องทำเท่านั้น แต่เมื่อได้ฝึกทำความดีบ่อยๆ
จะทำให้คล่องแคล่วและเคยชินจนเป็นอุปนิสัย ถ้าไม่ทำความดี ก็จะรู้สึกไม่สบายใจหรือ
ละอายใจ

การฝึกทำความดีให้เป็นอุปนิสัยนั้น สามารถเริ่มฝึกได้ในภพมนุษย์ เพราะ
ในภพมนุษย์มีสภาวะที่เหมาะสมและเอื้ออำนวยในการทำความดีได้ครบทุกประเภท ซึ่ง
สามารถเริ่มฝึกได้ตั้งแต่มนุษย์เข้าใจภาษาสื่อสารได้ เด็กที่เคยฝึกทำความดีมาแล้วในอดีตชาติ
เป็นระยะเวลาสั้นๆ จะเป็นเด็กที่เลี้ยงง่ายและว่าง่าย เมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ ก็จะสามารถ
พิจารณาตัดเตือนตนเองได้และรู้จักดำเนินชีวิตในแนวทางที่ถูกต้อง

ช่วงระยะเวลาที่เริ่มฝึกทำความดี \longrightarrow ช่วงระยะเวลาที่สามารถ
ทำความดีให้เป็นอุปนิสัยนั้น ต้องใช้ระยะเวลาอันยาวนาน ดวงจิตจึงต้องเวียนว่ายตายเกิด
นับครั้งไม่ถ้วนเพื่อฝึกฝนทำความดีให้เป็นอุปนิสัย

อุปนิสัยที่ดี

ขยัน
เสมอต้นเสมอปลาย
รับผิดชอบ
มีความยุติธรรม
รู้คุณ
อ่อนปรน
สามัคคี
เตรียมพร้อม
เกรงใจ
ใจเย็น
จริงใจ
เมตตา
คบคนดี ไม่คลุกคลีคนชั่ว
ละเอียดใจในการทำบาป
พูดคำจริง
ใจหนักแน่นมั่นคง
ช่างสังเกตจดจำ
เข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น
ตำรวม
พิจารณาตัดเตือนตนเอง

มีระเบียบ
กระตือรือร้น
ดูแลรักษา
มีความเพียรพยายาม
กล้าหาญ
รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น
มองการณ์ไกล
รู้จักความพอดี , รู้จักประมาณ
ยกย่องสรรเสริญ
รู้จักยอม
อ่อนโยน
ซื่อตรง
เป็นกันเองไม่ถือตัว
ตำรวมคำพูด
พูดคำที่เป็นประโยชน์
รอบคอบ
เสียสละ
มองเห็นความดีของผู้อื่น
มีสติ
พิจารณาไตร่ตรอง

รักสะอาด
เอาใจใส่
มีเหตุผล
มีความตั้งใจ , มุ่งมั่น
อดทน
เห็นแก่ส่วนรวม
ระมัดระวัง
มักน้อย
เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ , แบ่งปัน
ให้อภัย
เบิกบานผ่องใส
ว่าง่าย
อ่อนน้อมถ่อมตน
พูดไพเราะ
มีคำพูดมั่นคง
ละเอียดถี่ถ้วน
ยินดีในความสุขของผู้อื่น
มองเห็นความชั่วของคน
มีแนวความคิดเห็นถูก

อุปนิสัยที่ดี

ขยัน คือการลงมือทำงานด้วยตนเองและไม่ได้สั่งให้ผู้อื่นทำ เป็นการขยันทำในสิ่งที่ถูกต้อง

มีระเบียบ คือการรู้จักจัด วาง เรียง พับ เก็บสิ่งต่างๆ ให้เข้าหมวดหมู่ เป็นกลุ่ม เป็นแถว เป็นแนว เป็นที่เป็นทางและจัดวางไว้ในที่ที่เหมาะสม

รักษาสะอาด คือการชอบปัด กวาด เช็ด ถู ขัด ล้างสิ่งต่างๆ ให้สะอาด ปราศจากความสกปรก รอยเปื้อนและฝุ่นละอองต่างๆ

เสมอต้นเสมอปลาย คือการทำคืออย่างหนึ่งตั้งแต่แรกเริ่ม เมื่อเวลาผ่านไป ก็ยังคงทำคืออย่างเดิม

กระตือรือร้น คือการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งด้วยความรู้สึกที่เหมือนมีพลังกระตุ้นให้อยากทำ ทำให้ไม่เฉื่อย

เอาใจใส่ คือการให้ความสนใจในสิ่งต่างๆ ซึ่งเป็นหน้าที่ที่ควรทำ

รับผิดชอบ คือการทำภาระกิจหน้าที่ที่เกี่ยวข้องกับตนเองให้ดำเนินสู่เป้าหมาย

ดูแลรักษา คือการรู้จักดูแล ถนอมและเก็บรักษาสิ่งต่างๆ ให้คงอยู่ในสภาพที่ดีเพื่อใช้กิน ใช้อุปกรณ์และใช้งานได้

มีเหตุผล คือการคิด พุค ทำในสิ่งที่อยู่บนพื้นฐานของเหตุผล ซึ่งมีความถูกต้องและเหมาะสม

มีความยุติธรรม คือการคิด พุค ทำในแนวทางที่ถูกต้องและมีเหตุผล โดยไม่ลำเอียงเข้าข้างฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง

มีความเพียรพยายาม คือการมีความเพียรพยายามทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ต้องการทางธรรมเพื่อให้บรรลุถึงเป้าหมายที่กำหนดไว้

มีความตั้งใจ คือการมีจิตมุ่งมั่นในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ต้องการทางธรรมเพื่อให้งานบรรลุผลสำเร็จ

รู้คุณ คือการรู้คุณค่าและจดจำในคุณความดีของผู้อื่นที่เคยทำดีต่อเราหรือเคยช่วยเหลือเกื้อกูลเรา เมื่อมีโอกาส ก็จะตอบแทนบุญคุณด้วยความรู้สึกยินดี

กล้าหาญ คือการมีจิตใจกล้าหาญในการคิด พูด ทำในสิ่งที่ถูกต้อง

อดทน คือการมีจิตใจที่เข้มแข็งอดทนต่อความทุกข์กายทุกข์ใจ ทำให้สามารถต่อสู้ฟันฝ่าอุปสรรคได้โดยไม่ย่อท้อ เพื่อให้บรรลุถึงเป้าหมายที่กำหนดไว้

ผ่อนปรน คือการรู้จักยืดหยุ่นและผ่อนปรนในการคิด พูด ทำสิ่งต่างๆ เพื่อให้สถานการณ์คลี่คลายและดำเนินไปอย่างราบรื่น

รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น คือการรู้จักรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น โดยไม่เอาความคิดของตนเองเป็นใหญ่ ทำให้เราได้รับรู้ความคิดเห็นของผู้อื่นในมุมมองที่แตกต่างจากเรา

เห็นแก่ส่วนรวม คือการคิด พูด ทำเพื่อประโยชน์ของส่วนรวม

สามัคคี คือการร่วมมือร่วมใจกันทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม

มองการณ์ไกล คือการคิดกว้างไกลถึงวันข้างหน้า ทำให้สามารถคาดการณ์ในสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตได้

ระมัดระวัง คือการคิด พุด ทำด้วยความระมัดระวังเพื่อป้องกันภัยและความผิดพลาดที่อาจจะเกิดขึ้นได้ภายหลัง

เตรียมพร้อม คือการรู้จักเตรียมใจกายและสิ่งต่างๆ เพื่อพร้อมที่จะรับมือกับสถานการณ์เลวร้ายที่อาจจะเกิดขึ้นได้

รู้จักความพอดี คือการรู้จักประมาณในการคิด พุด ทำสิ่งต่างๆ ให้อยู่ในระดับที่พอเหมาะพอดี ไม่มากเกินไป ไม่น้อยเกินไป

มักน้อย คือการพอใจในของจำนวนเล็กน้อยที่พอเหมาะกับการดำรงชีวิตอยู่

เกรงใจ คือความรู้สึกที่ไม่ต้องการรบกวนผู้อื่น เมื่อมีเหตุจำเป็นที่จะต้องรบกวน ก็จะรู้สึกเกรงใจ

ยกย่องสรรเสริญ คือการพูดถึงคุณความดีของผู้อื่นด้วยความรู้สึกชื่นชมยินดีและจริงใจ

เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ คือการรู้จักช่วยเหลือผู้อื่นและรู้จักแบ่งปันของของตนเองให้แก่ผู้อื่นด้วยความมีน้ำใจดี

ใจเย็น คือการคิด พุด ทำสิ่งต่างๆ ด้วยจิตใจที่สงบเย็น เบาสบาย

รู้จักยอม คือการรู้จักหยุดคิด พุด ทำในสิ่งที่ทำให้อีกฝ่ายหนึ่งยอมรับว่าเราถูกต้อง ถึงแม้เราจะเป็นฝ่ายที่ถูกต้องจริง แต่ถ้าอีกฝ่ายหนึ่งไม่ยอมรับในความถูกต้อง เราก็ไม่ควรพุดหรือกระทำให้เขายอมจำนน เพราะจะทำให้เกิดความขุ่นเคืองไม่พอใจและอาจจะมีการขัดแย้งโต้เถียงทะเลาะกันได้ เราควรรู้จักยอมเพื่อให้เหตุการณ์สงบลง

ให้อภัย คือการไม่คิด พุด ทำโต้ตอบอีกฝ่ายหนึ่งเพื่อเป็นการแก้แค้นที่เขาเคยคิด พุด ทำไม่ดีต่อเรา

จริงใจ คือการคิด พูด ทำดีต่อผู้อื่นด้วยความบริสุทธิ์ใจ

อ่อนโยน คือการพูดและทำด้วยลักษณะนุ่มนวล พูดด้วยน้ำเสียงอ่อนโยน ทำด้วยท่าทีนุ่มนวลเพราะมีจิตใจที่อ่อนโยน

เบิกบานผ่องใส คือการทำจิตใจให้ร่าเริงเบิกบาน ผ่องใส

เมตตา คือการที่มีดวงจิตคิดสงสาร เมื่อได้ยิน ได้เห็นและรู้ว่ามิผู้ที่กำลังได้รับทุกข์ จึงต้องการให้เขาพ้นทุกข์และลงมือช่วยเหลือ เมื่อเขาพ้นทุกข์แล้วก็รู้สึกยินดี

ซื่อตรง คือการมีความคิด คำพูดและการกระทำที่สอดคล้องกันอย่างมีคุณธรรม มีความซื่อสัตย์ ตรงไปตรงมา ไม่มีเล่ห์เหลี่ยม

ว่าง่าย คือการเชื่อฟังและปฏิบัติตามคำพูดของผู้อื่นในแนวทางที่ถูกต้อง

คบคนดี ไม่คลุกคลีคนชั่ว คือการรู้จักเลือกคบคนดีมีคุณธรรมเพราะคนดีจะชักนำไปสู่หนทางที่ดี และไม่เข้าไปคลุกคลีใกล้ชิดกับคนชั่วเพราะคนชั่วจะชักนำไปสู่หนทางที่ชั่ว

เป็นกันเองไม่ถือตัว คือการใช้คำพูดและปฏิบัติต่อผู้อื่นอย่างสนิทสนมเป็นกันเองไม่ถือตัว

อ่อนน้อมถ่อมตน คือการใช้คำพูดที่สุภาพและปฏิบัติต่อผู้อื่นด้วยกริยาท่าทางที่สุภาพอ่อนน้อม ไม่วางอำนาจ ไม่โอ้อวด

ละอายใจในการทำบาป คือความรู้สึกละอายใจเมื่อคิดจะทำบาปหรือกำลังทำบาปหรือได้ทำบาปไปแล้ว

ตำรวมคำพูด คือการรู้จักระมัดระวังในคำพูดและพิจารณาก่อนที่จะพูด

พูดไพเราะ คือการพูดด้วยคำที่ไพเราะรื่นหู น่าฟัง

พูดคำจริง คือการพูดคำที่เป็นจริง

พูดคำที่เป็นประโยชน์ คือการพูดคำที่มีสาระประโยชน์ ไม่มีโทษ

มีคำพูดมั่นคง คือการมีคำพูดที่มั่นคงแน่นอน ไม่โลเลกลับกลอก

ใจหนักแน่นมั่นคง คือการมีจิตใจที่มั่นคงแน่นอน ไม่โลเลกลับกลอก

รอบคอบ คือการคิด พูด ทำด้วยความรอบคอบและรัดกุมเพื่อป้องกันความผิดพลาดที่อาจจะเกิดขึ้นได้ภายหลัง

ละเอียดถี่ถ้วน คือการคิด พูด ทำด้วยความละเอียดรอบคอบและสามารถเก็บรายละเอียดทุกอย่างได้ครบถ้วน ทำให้งานสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

ช่างสังเกตจดจำ คือการรู้จักสังเกตพิจารณาในสิ่งที่เห็นและได้ยิน แล้วจดจำไว้อย่างแม่นยำ ย่อมนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ได้

เสียสละ คือการให้ในสิ่งที่ให้ได้ยากแก่ผู้อื่น การทำในสิ่งที่ทำได้ยากเพื่อผู้อื่น

ยินดีในความสุขของผู้อื่น คือความรู้สึกยินดีเมื่อเห็นผู้อื่นมีความสุข

เข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น คือการใช้ปัญญาพิจารณาทำความเข้าใจในความรู้สึกของผู้อื่น

มองเห็นความดีของผู้อื่น คือการใช้ปัญญาพิจารณาความดีของผู้อื่น ทำให้มองเห็นความดีของผู้อื่นเหมือนกับมองเห็นความดีของตนเอง ความดีแม้เพียงเล็กน้อยหากแยกออกมาอยู่ในส่วนของความดี จะทำให้มองเห็นได้ง่ายขึ้น

มองเห็นความชั่วของตนเอง คือการใช้ปัญญาพิจารณาความชั่วของตนเอง ความชั่วแม้เพียงเล็กน้อย ก็ควรแก้ไข

ตำรวม คือการรู้จักระมัดระวังในความคิด คำพูดและการกระทำให้อยู่ในแนวทางที่ถูกต้องและสงบเสงี่ยม ควรพิจารณาก่อนที่จะพูดและทำ

มีสติ คือการนึกได้ จำได้ในความคิด คำพูด การกระทำและสิ่งต่างๆ

มีแนวความคิดเห็นถูก คือการรู้และเข้าใจในทางโลกและทางธรรมว่า สิ่งใดผิด สิ่งใดถูก ทำให้มีความคิดอยู่ในแนวทางที่ถูกต้อง

พิจารณาดักเตือนตนเอง คือการรู้จักพิจารณาความชั่วของตนเองและรู้จักดักเตือนตนเองเพื่อปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้น

พิจารณาไตร่ตรอง คือการใช้ปัญญาพิจารณาไตร่ตรองความคิด คำพูด การกระทำของตนเองและผู้อื่น รวมทั้งพิจารณาเหตุการณ์และสิ่งแวดล้อมต่างๆ ด้วย

การสร้างและสะสมความดี

เมื่อฝึกทำความดีจนเป็นอุปนิสัยแล้ว ก็สามารถทำความดีได้บ่อยๆ และสามารถสะสมความดีได้ ช่วงระยะเวลาที่เริ่มทำความดีจนเป็นอุปนิสัย → ช่วงระยะเวลาที่สามารถสะสมความดีได้นั้น ต้องใช้ระยะเวลาอันยาวนาน ดวงจิตจึงต้องเวียนว่ายตายเกิดนับครั้งไม่ถ้วนเพื่อสร้างและสะสมความดี

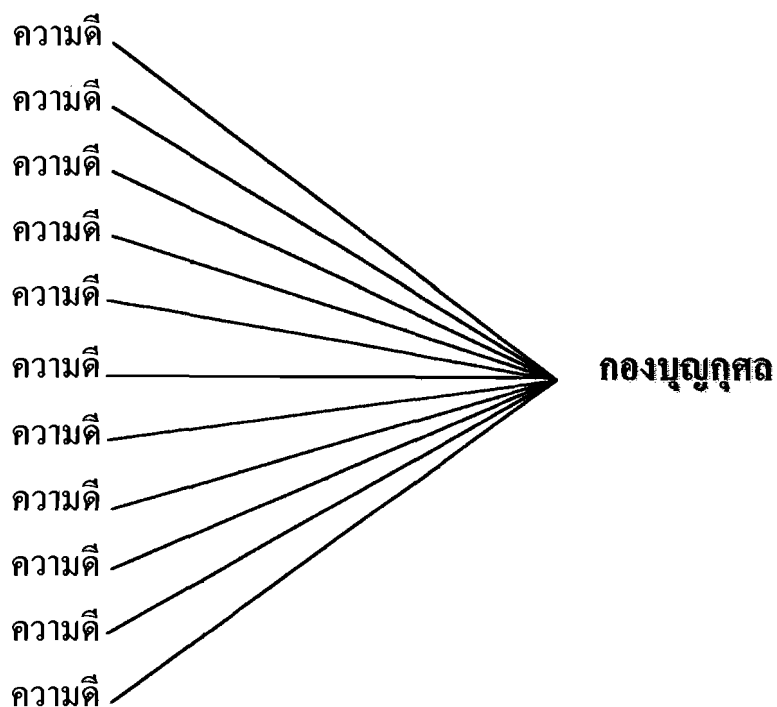
การทำความดี 1 ครั้ง เปรียบเสมือนได้เหรียญ 1 บาท จำนวน 1 เหรียญ
เมื่อทำความดีหลายครั้ง ก็จะสะสมเหรียญ 1 บาท ได้หลายเหรียญ

การสร้างและสะสมกองบุญกุศล

เมื่อสามารถทำความดีได้บ่อยๆ และสามารถสะสมความดีได้แล้วนั้น ก็ต้องทำความดีให้ครบทุกประเภท จึงจะสามารถสะสมเป็นกองบุญกุศลได้

ช่วงระยะเวลาที่เริ่มสะสมความดี → ช่วงระยะเวลาที่สามารถทำความดีได้ครบทุกประเภทนั้น ต้องใช้ระยะเวลาอันยาวนาน ดวงจิตจึงต้องเวียนว่ายตายเกิดนับครั้งไม่ถ้วนเพื่อสร้างและสะสมกองบุญกุศล

บุญกุศล 1 กอง เปรียบเสมือนธนบัตร 100 บาท จำนวน 1 ใบ
เมื่อทำความดี 100 ครั้ง ก็จะสร้างบุญกุศลได้ 1 กอง

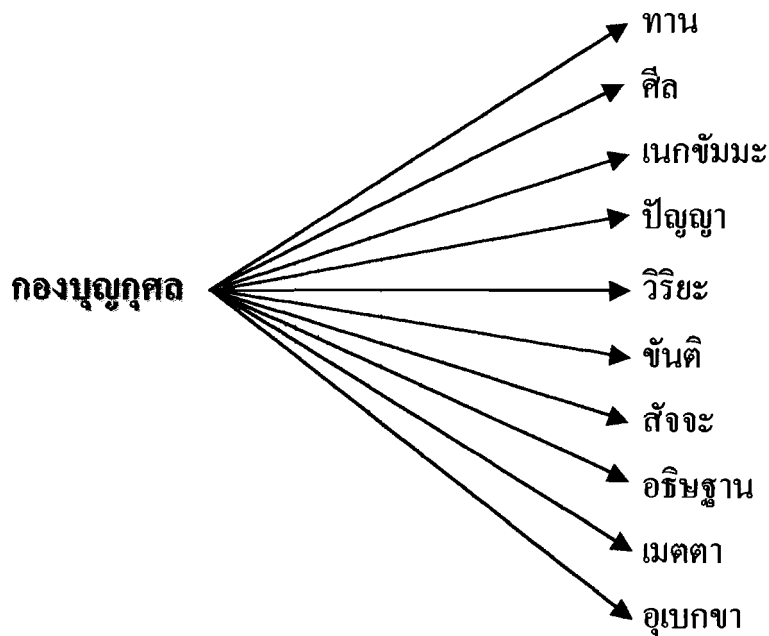


การสร้างและสะสมบารมี

เมื่อสามารถทำความดีได้ครบทุกประเภทแล้วนั้น ก็ต้องทำความดีในแต่ละประเภทให้เพิ่มมากขึ้น จึงจะสามารถสะสมกองบุญกุศลเพิ่มขึ้นอีกเป็นจำนวนมาก เมื่อถึงเวลาที่เหมาะสม ความดีแต่ละประเภทก็จะแยกออกจากกันเพื่อไปรวมตัวเข้าหมวดหมู่ตามประเภทของบารมี เรียกว่า **บารมี 10**

ช่วงระยะเวลาที่สามารถทำความดีได้ครบทุกประเภท → ช่วงระยะเวลาที่สามารถทำความดีในแต่ละประเภทให้เพิ่มมากขึ้นนั้น ต้องใช้ระยะเวลาอันยาวนาน คงจิตจึงต้องเวียนว่ายตายเกิดนับครั้งไม่ถ้วนเพื่อสร้างและสะสมบารมี

บารมี 1 ส่วน เปรียบเสมือนธนบัตร 1 ล้านบาท จำนวน 1 ใบ
เมื่อสะสมบุญกุศล 10,000 กอง ก็จะสร้างบารมีได้ 1 ส่วน
บารมีที่ครบรอบจะมีจำนวนเต็ม 1 ล้านส่วน



บารมี 10

บารมี 10 ได้แก่

ทาน	ศีล
เนกขัมมะ	ปัญญา
วิริยะ	ขันติ
สัจจะ	อธิษฐาน
เมตตา	อุเบกขา

บารมีทุกข้อต้องใช้เอื้ออิงกัน จึงจะสำเร็จประโยชน์ในการสร้างและสะสม บารมี เปรียบเสมือนการสร้างบ้านต้องประกอบด้วยเสา คาน เพดาน หลังคา ฝา พื้น ประตู หน้าต่าง ฯลฯ จึงจะสร้างเป็นบ้านได้

ทานบารมี

ทาน คือการให้สิ่งต่างๆ ได้แก่ อาหาร เสื้อผ้า ทรัพย์สิน สิ่งของ กำลังกาย กำลังใจ ธรรมะ ส่วนบุญ เป็นต้น เพื่อประโยชน์สุขของผู้รับและผู้ให้

การให้ทานที่ดีประกอบด้วย

1. ให้ทานด้วยจิตศรัทธา
2. ให้ทานด้วยจิตยินดี
3. ให้ทานด้วยจิตเมตตา
4. ให้ทานด้วยความตั้งใจ
5. ให้ทานด้วยมือของตนเอง ไม่ให้ทานด้วยการส่งผู้อื่น ให้ด้วยคิดว่าเราจะทำการพ้นจากวัฏสงสารด้วยมือเท้าของเรา
6. ให้ทานด้วยการไม่เบียดเบียนผู้อื่น
7. ให้ทานด้วยของที่บริสุทธิ์คือ เป็นของที่ได้มาด้วยความสุจริตและโดยชอบธรรม
8. ให้ทานด้วยสิ่งที่มีประโยชน์
9. ให้ทานตามเวลาที่เหมาะสม

การอุทิศส่วนบุญ

ส่วนบุญ คือเศษส่วนของผลบุญทั้งหมด เช่น 1 ส่วน ใน 10 ส่วนของผลบุญ

การอุทิศส่วนบุญ คือการให้ส่วนบุญด้วยจิตเมตตา ส่วนบุญเป็นสิ่งที่มิพลง ทำให้ผู้รับส่วนบุญมีความสุข ผู้รับจะมีความสุขมากหรือน้อยนั้น ขึ้นอยู่กับประเภทของผลบุญและองค์ประกอบของการให้ทานที่ดี

ประเภทของผลบุญ

ผลบุญแบ่งเป็น 3 ประเภท ได้แก่

1. ผลบุญที่เกิดจากการทำความดี เช่น การทำบุญตักบาตร การทำสังฆทาน การสร้างกุฏิและโบสถ์ การรักษาศีล การช่วยเหลือมนุษย์และสัตว์ ฯลฯ
2. ผลบุญที่เกิดจากการทำสมาธิ
3. ผลบุญที่เกิดจากการออกบวช

เมื่อมีการทำความดี การทำสมาธิและการออกบวชแล้ว จะสามารถอุทิศส่วนบุญให้แก่ผู้ที่อยู่ต่างภพหรือผู้ที่อยู่ในภพเดียวกันได้ การทำสมาธิเป็นการทำจิตใจให้สงบนิ่งจากกิเลส ส่วนการออกบวชเป็นการปลีกกายใจออกจากสิ่งแวดล้อมทางโลกเพื่อศึกษาและปฏิบัติธรรมอย่างจริงจัง ทำให้เกิดผลบุญมากและสามารถอุทิศส่วนบุญได้มาก เช่น การทำบุญตักบาตรเกิดผลบุญ 10 ส่วน สามารถอุทิศส่วนบุญได้ 1 ส่วน การทำสมาธิเกิดผลบุญ 100 ส่วน สามารถอุทิศส่วนบุญได้ 10 ส่วน การออกบวชเกิดผลบุญ 1,000 ส่วน สามารถอุทิศส่วนบุญได้ 100 ส่วน แต่ไม่สามารถอุทิศผลบุญทั้งหมดได้ ผู้ที่สร้างบุญกุศลด้วยตนเอง ย่อมได้รับผลบุญเต็มส่วน แต่ผู้รับส่วนบุญย่อมได้รับเป็นเศษส่วนของผลบุญเท่านั้นเพราะไม่ได้สร้างบุญกุศลด้วยตนเอง ซึ่งเป็นไปตามกฎควบคุมวัฏสงสาร

การให้ทานบารมีเอื้ออิงกับบารมีข้ออื่น

เมื่อมีการให้ทาน ผู้ให้ทานย่อมมีโอกาสพัฒนาดวงจิต การให้ทานบารมีเอื้ออิงกับศีล ปัญญา วิริยะ ขันติและเมตตาบารมี ทำให้การให้ทานมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

ทานเอื้ออิงศีล

การให้ทานร่วมกับการรักษาศีลนั้น ทำให้ทานและศีลมีความบริสุทธิ์บริบูรณ์ และมีความเจริญยิ่งขึ้นไป เช่น ควรให้ทานด้วยของที่ได้มาด้วยความสุจริต ไม่ควรเบียดเบียนสัตว์ แล้วจึงให้ทานเรียกว่า ทานที่มีน้ำตานองหน้า เป็นต้น

ทานเอื้ออิงปัญญา

การให้ทานร่วมกับการใช้ปัญญานั้น ทำให้การให้ทานเกิดประโยชน์สูงสุดต่อผู้รับและทำให้ปัญญามีการพัฒนายิ่งขึ้นไป เช่น ใช้ปัญญาพิจารณาว่า ผู้รับต้องการสิ่งใด หรือขาดแคลนสิ่งใด เป็นต้น

การให้ธรรมะเป็นทานนั้น เป็นสิ่งประเสริฐและจะเกิดประโยชน์สูงสุดต่อผู้รับเมื่อผู้ให้ใช้ปัญญาพิจารณาดังนี้

1. พิจารณาว่า ผู้รับมีความพร้อมที่จะรับธรรมทานแล้วหรือยัง เช่น ผู้ที่กำลังหิว เหนื่อย ง่วง เจ็บป่วย โกรธ โสกเศร้า ฯลฯ ยังไม่พร้อมที่จะรับธรรมทาน
2. พิจารณาว่า ผู้รับสามารถรับธรรมได้ในระดับใด
3. เลือกใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย

ทานเอื้ออิงวิริยะและขันติ

การให้ทานด้วยความเพียรพยายามและความอดทนนั้น ทำให้สำเร็จในการให้ทาน ทำให้ความเพียรและความอดทนมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

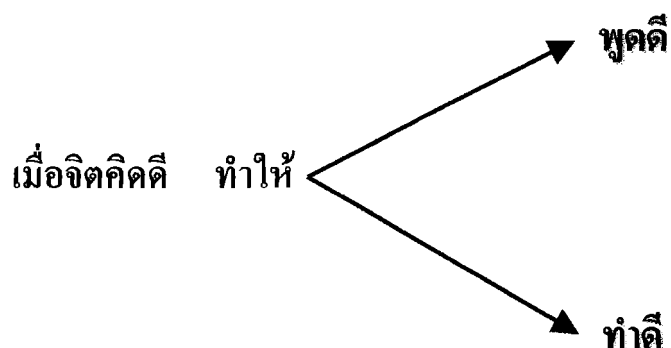
ทานเอื้ออิงเมตตา

การให้ทานด้วยจิตเมตตา ทำให้คิดช่วยเหลือเต็มกำลังและช่วยเหลือโดยไม่เลือกชั้นวรรณะ ไม่เลือกว่าเป็นมนุษย์หรือสัตว์ ทำให้ทานและเมตตา มีความเจริญยิ่งขึ้นไป

ศีลบารมี

กำไลหลายอันที่กระทบกันในข้อมือ เปรียบเสมือนการกระทบกระทั่งกันระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ มนุษย์กับสัตว์ อย่างไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ ดังนั้น เมื่อมาอยู่ร่วมกัน จึงควรใช้ศีลเป็นเครื่องป้องกันการกระทบกระทั่งนี้ ประโยชน์เบื้องต้นของศีลคือ ทำให้มนุษย์และสัตว์สามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันอย่างปกติสุข

ศีล คือข้อปฏิบัติที่ทำให้กาย วาจา ใจ สะอาดหมดจด คนมีศีลจึงเปรียบเสมือนบ้านเรือนที่สะอาด ดังนั้น ควรรักษาศีลด้วยกาย วาจา ใจ โดยมีใจเป็นประธาน



เราควรรักษาศีล	ควรชักชวนและสนับสนุนให้ผู้อื่นรักษาศีล	ควรยินดีที่ผู้อื่นรักษาศีล
เราไม่ควรทำผิดศีล	ไม่ควรชักชวนและสนับสนุนให้ผู้อื่นทำผิดศีล	ไม่ควรยินดีที่ผู้อื่นทำผิดศีล

ศีล 5

ศีล 5 ได้แก่

1. ไม่ทำร้ายเบียดเบียนตนเองและผู้อื่น
2. ไม่ถือเอาของที่เขาไม่ให้ มาเป็นของตนเอง
3. ไม่ประพฤติดูผิดในกาม
4. ไม่พูดคำเท็จ
5. ไม่ดื่มเหล้าเบียร์และสิ่งเสพติดให้โทษ

กุศลกรรมบถ 10

กุศลกรรมบถ 10 เป็นข้อปฏิบัติที่ทำให้กาย วาจา ใจสะอาดหมดจดได้แก่
ความสะอาดทางกาย 3 อย่าง คือ

1. ไม่ทำร้ายเบียดเบียนตนเองและผู้อื่น มีแต่ช่วยเหลือเกื้อกูล
2. ไม่ถือเอาของที่เขาไม่ให้ มาเป็นของตนเอง มีแต่แบ่งปันของตนเองให้แก่ผู้อื่น
3. ไม่ประพฤตินอกใจในกามได้แก่ ไม่ล่วงละเมิดหญิงที่มีผู้ปกครอง ไม่ประพฤตินอก
ทำนองคลองธรรม มีแต่ประพฤติถูกต้องตามทำนองคลองธรรม

ความสะอาดทางวาจา 4 อย่าง คือ

1. ไม่พูดคำเท็จ พูดแต่คำจริง
2. ไม่พูดคำส่อเสียดให้แตกกัน พูดแต่คำที่ทำให้เกิดความสามัคคีพร้อมเพรียงกัน
3. ไม่พูดคำหยาบคาย พูดแต่คำไพเราะ
4. ไม่พูดคำไร้สาระ พูดแต่คำที่มีประโยชน์

ความสะอาดทางใจ 3 อย่าง คือ

1. ไม่คิดอยากได้ของผู้อื่นมาเป็นของตนเอง มีแต่คิดแบ่งปันของตนเองให้แก่ผู้อื่น
2. ไม่คิดพยาบาทที่จะทำร้ายเบียดเบียนตนเองและผู้อื่น มีแต่จิตเมตตา
3. ไม่มีความเห็นผิด มีแต่ความเห็นถูกต้อง

คำพูดที่ดี

คำพูดที่ดีประกอบด้วย

1. พูดคำจริง
2. พูดคำที่มีประโยชน์
3. พูดคำไพเราะ อ่อนโยน
4. พูดด้วยความเมตตา
5. พูดในเวลาที่เหมาะสม

การใช้ศิลปะมีเอื้ออิงกับบารมีข้ออื่น

เมื่อมีการรักษาศีล ผู้รักษาศีลย่อมมีโอกาพัฒนาดวงจิต การใช้ศิลปะมีเอื้ออิงกับทาน เนกขัมมะ ปัญญา วิริยะ ขันติ สัจจะและเมตตาบารมี ทำให้การรักษาศีลมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

ศิลปะเอื้ออิงทานและเมตตา

การรักษาศีลร่วมกับการให้ทานและมีความเมตตานั้น ทำให้ศีล ทานและเมตตามีความเจริญยิ่งขึ้นไป

ศิลปะเอื้ออิงเนกขัมมะ

ศีลของผู้ประพฤติพรหมจรรย์มี 227 ข้อ และยังมีศีลอื่นๆ อีก เช่น จุลศีล มัชฌิมศีลและมหาศีล เป็นต้น การสำรวมในศีล ทำให้มีศีลสมบูรณ์ และการประพฤติพรหมจรรย์มีความเจริญยิ่งขึ้นไป

ศิลปะเอื้ออิงปัญญา

การรักษาศีลร่วมกับการใช้ปัญญานั้น ทำให้รักษาศีลได้ง่ายขึ้น ทำให้ศีลและปัญญามีความเจริญยิ่งขึ้นไป

ศิลปะเอื้ออิงวิริยะและขันติ

การรักษาศีลร่วมกับการมีความเพียรพยายามและความอดทนในการต่อสู้กับกิเลส ไม่คล้อยตามกิเลสไปทำความชั่วได้ง่าย ทำให้ศีล วิริยะและขันติมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

ศิลปะเอื้ออิงสัจจะ

การรักษาศีลร่วมกับการมีความซื่อสัตย์ พูดความจริงและปฏิบัติจริงนั้น ทำให้ศีลและสัจจะมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

เนกขัมมะบารมี

เนกขัมมะ คือการออกบวชเพื่อศึกษาและปฏิบัติธรรม ซึ่งเป็นหนทางนำไปสู่การหลุดพ้นจากความทุกข์

การดำเนินชีวิตของฆราวาสมีภาระกรุงรังและอยู่ในสิ่งแวดล้อมทางโลกที่ทำให้กิเลสกำเริบได้ง่าย ดังนั้น การปลีกกายใจออกจากสิ่งแวดล้อมทางโลกเพื่อไปอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมและเอื้ออำนวยในการปฏิบัติธรรม ทำให้การประพฤติพรหมจรรย์มีความบริสุทธิ์บริบูรณ์และมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

การใช้เนกขัมมะบารมีเอื้ออิงกับบารมีข้ออื่น

เมื่อมีการออกบวชเพื่อศึกษาและปฏิบัติธรรม ผู้ออกบวชย่อมมีโอกาสพัฒนาดวงจิต การใช้เนกขัมมะบารมีเอื้ออิงกับทาน ศีล ปัญญา วิริยะ ขันติ สัจจะ อธิฐาน เมตตาและอุเบกขาบารมี ทำให้การประพฤติพรหมจรรย์มีความบริสุทธิ์บริบูรณ์และมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

เนกขัมมะเอื้ออิงทานและเมตตา

ผู้ออกบวชควรละสิ่งต่างๆ ออกจากตัว ไม่มีการสะสมสิ่งใด มีเพียงปัจจัยใช้เท่าที่จำเป็น ถึงแม้จะได้มาเพราะเป็นลาภสักการะ ก็ควรนำไปมอบให้ด้วยจิตเมตตาแก่ผู้ที่เหมาะสม ผู้ที่อาวุโส ผู้ที่เจ็บป่วยหรือผู้ที่ขาดแคลน

การประพฤติพรหมจรรย์ทำให้เกิดผลบุญมาก สามารถอุทิศส่วนบุญด้วยจิตเมตตาแก่ผู้ที่อยู่ต่างภพหรือผู้ที่อยู่ในภพเดียวกันได้

เมื่อได้ศึกษาและปฏิบัติธรรมจนเชี่ยวชาญคล่องแคล่วในระดับหนึ่งแล้ว ควรให้ธรรมด้วยจิตเมตตาแก่ผู้ที่ยังไม่รู้ธรรม

เมื่อการประพฤติพรหมจรรย์เอื้ออิงกับทานและเมตตาเช่นนี้แล้ว ทำให้เนกขัมมะ ทานและเมตตามีความเจริญยิ่งขึ้นไป

เนกขัมมะเอื้ออิงศีล

การประพฤติพรหมจรรย์ร่วมกับการสำรวมในศีลนั้น ทำให้มีศีลสมบูรณ์และการประพฤติพรหมจรรย์มีความเจริญยิ่งขึ้นไป

เนกขัมมะเอื้ออิงปัญญา

การใช้ปัญญาพิจารณาการปฏิบัติธรรมให้ถูกต้องนั้น ทำให้ปัญญาและการประพฤติพรหมจรรย์มีความเจริญยิ่งขึ้นไป

เนกขัมมะเอื้ออิงวิริยะและขันติ

การใช้ความเพียรและความอดทนในการปฏิบัติธรรมนั้น ทำให้วิริยะ ขันติ และการประพฤติพรหมจรรย์มีความเจริญยิ่งขึ้นไป

เนกขัมมะเอื้ออิงสัจจะ

การมีความซื่อสัตย์ พุคฺจฺริงและทำจริงในการปฏิบัติธรรมนั้น ทำให้การประพฤติพรหมจรรย์และสัจจะมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

เนกขัมมะเอื้ออิงอธิษฐาน

การประพฤติพรหมจรรย์ร่วมกับการอธิษฐานนั้น ทำให้คำอธิษฐานบรรลุผลสำเร็จและการประพฤติพรหมจรรย์มีความเจริญยิ่งขึ้นไป

เนกขัมมะเอื้ออิงอุเบกขา

การประพฤติพรหมจรรย์ร่วมกับการฝึกอุเบกขานั้น ทำให้อุเบกขาและการประพฤติพรหมจรรย์มีความเจริญยิ่งขึ้นไป

ปัญญาบารมี

ปัญญา คือการรู้และเข้าใจในธรรมอย่างกระจ่างแจ้ง เช่น รู้ว่าสิ่งใดคือสิ่งใดชั่ว สิ่งใดมีประโยชน์ สิ่งใดไม่มีประโยชน์ ควรทำอะไร จึงจะดีและมีประโยชน์ เป็นต้น

ปัญญาเปรียบเสมือนแสงสว่างที่ส่องนำทางให้เดินทางได้ถูกตรงทั้งทางโลกและทางธรรม ประโยชน์เบื้องต้นของปัญญาคือ ทำให้รู้จักดำเนินชีวิตในทางที่ถูกต้องและเกิดประโยชน์สุขต่อตนเองและผู้อื่น

การใช้ปัญญาบารมีเอื้ออิงกับบารมีข้ออื่น

การใช้ปัญญาให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น ผู้ใช้ปัญญาย่อมมีโอกาสพัฒนาดวงจิต การใช้ปัญญาบารมีเอื้ออิงกับทาน ศีล เนกขัมมะ วิริยะ จันดี สัจจะ อริยฐาน เมตตาและอุเบกขาบารมี ทำให้ปัญญามีความเจริญยิ่งขึ้น

ปัญญาเอื้ออิงทาน

การใช้ปัญญาในการให้ทานนั้น ทำให้การให้ทานเกิดประโยชน์สูงสุดต่อผู้รับ และปัญญามีความเจริญยิ่งขึ้น

ปัญญาเอื้ออิงศีล

การใช้ปัญญาในการรักษาศีลนั้น ทำให้รักษาศีลได้ง่ายขึ้น ทำให้ศีลและปัญญามีความเจริญยิ่งขึ้น

ปัญญาเอื้ออิงเนกขัมมะ

ประโยชน์สูงสุดของปัญญาคือ ทำให้เข้าใจในธรรมและปฏิบัติธรรมได้ถูกต้อง ตั้งแต่การปฏิบัติธรรมขั้นพื้นฐาน \longrightarrow การปฏิบัติธรรมขั้นโลกุตระ ทำให้การปฏิบัติธรรมและปัญญามีความเจริญยิ่งขึ้น

ปัญญาเอื้ออิงวิริยะและจันดี

การใช้ปัญญาร่วมกับความเพียรพยายามและความอดทนนั้น ทำให้ปัญญาวิริยะและจันดีมีความเจริญยิ่งขึ้น

ปัญญาเอื้ออิงสัจจะ

การใช้ปัญญาในการรักษาสัจจะนั้น ทำให้รักษาสัจจะได้ง่ายขึ้น ทำให้สัจจะ
และปัญญามีความเจริญยิ่งขึ้น

ปัญญาเอื้ออิงอธิษฐาน

การใช้ปัญญาร่วมกับการอธิษฐานนั้น ทำให้คำอธิษฐานบรรลุผลสำเร็จและ
ปัญญามีความเจริญยิ่งขึ้น

ปัญญาเอื้ออิงเมตตา

การใช้ปัญญาร่วมกับการมีเมตตานั้น ทำให้เมตตาและปัญญามีความเจริญยิ่งขึ้น

ปัญญาเอื้ออิงอุเบกขา

การใช้ปัญญาในการฝึกอุเบกขานั้น ทำให้อุเบกขาและปัญญามีความเจริญยิ่งขึ้น

วิริยะบารมี

วิริยะ คือความเพียรพยายามในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ถูกต้องทางธรรมเพื่อให้บรรลุถึงเป้าหมายที่กำหนดไว้ ถึงแม้จะเป็นสิ่งที่ทำได้ยาก แต่ก็ยังมีความเพียรพยายามและไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค

ความเพียร 4 ได้แก่

1. เพียรระวังไม่ให้บาปเกิดขึ้น
2. เพียรละบาปที่เกิดขึ้นแล้ว
3. เพียรทำกุศลที่ยังไม่เคยทำ
4. เพียรทำกุศลที่เคยทำแล้ว ให้เจริญยิ่งขึ้นไป

การใช้วิริยะบารมีเอื้ออิงกับบารมีข้ออื่น

เมื่อมีความเพียรพยายามในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ถูกต้องทางธรรม ผู้ที่มีความเพียรย่อมมีโอกาสพัฒนาดวงจิต การใช้วิริยะบารมีเอื้ออิงกับทาน ศีล เนกขัมมะ ปัญญา ขันติ สัจจะ อธิษฐาน เมตตาและอุเบกขาบารมี ทำให้วิริยะมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

วิริยะเอื้ออิงทาน

การมีความเพียรพยายามในการให้ทานนั้น ทำให้วิริยะและการให้ทานมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

วิริยะเอื้ออิงศีล

การมีความเพียรพยายามในการรักษาศีลนั้น ทำให้ศีลและวิริยะมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

วิริยะเอื้ออิงเนกขัมมะ

การมีความเพียรพยายามในการปฏิบัติธรรมนั้น ทำให้การปฏิบัติธรรมและวิริยะมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

วิริยะเอื้ออิงปัญญา

การมีความเพียรพยายามร่วมกับการใช้ปัญญานั้น ทำให้ปัญญาและวิริยะมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

วิริยะเอื้ออิงขันติ

การมีความเพียรพยายามร่วมกับความอดทนนั้น ทำให้ขันติและวิริยะมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

วิริยะเอื้ออิงสัจจะ

การมีความเพียรพยายามในการรักษาสัจจะนั้น ทำให้รักษาสัจจะได้ ทำให้สัจจะและวิริยะมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

วิริยะเอื้ออิงอธิษฐาน

การมีความเพียรพยายามร่วมกับการอธิษฐานนั้น ทำให้คำอธิษฐานบรรลุผลสำเร็จได้และวิริยะมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

วิริยะเอื้ออิงเมตตา

การมีความเพียรพยายามร่วมกับความเมตตานี้ ทำให้ความเมตตาและวิริยะมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

วิริยะเอื้ออิงอุเบกขา

การมีความเพียรพยายามร่วมกับการฝึกอุเบกขานั้น ทำให้อุเบกขาและวิริยะมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

ขันติบารมี

ขันติ คือการมีจิตใจที่เข้มแข็งอดทนต่อความทุกข์กายทุกข์ใจ ทำให้ต่อสู้ฟันฝ่าอุปสรรคได้โดยไม่ย่อท้อเพื่อบรรลุถึงเป้าหมายที่กำหนดไว้

การใช้ขันติบารมีเอื้ออิงกับบารมีข้ออื่น

เมื่อมีความอดทนในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ถูกต้องทางธรรม ผู้ที่มีความอดทนย่อมมีโอกาสพัฒนาดวงจิต การใช้ขันติบารมีเอื้ออิงกับทาน ศีล เนกขัมมะ ปัญญา วิริยะ อธิษฐาน เมตตาและอุเบกขาบารมี ทำให้ขันติมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

ขันติเอื้ออิงทาน

การมีความอดทนในการให้ทานนั้น ทำให้สำเร็จในการให้ทาน ทำให้การให้ทานและขันติมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

ขันติเอื้ออิงศีล

การมีความอดทนในการรักษาศีลนั้น ทำให้ศีลและขันติมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

ขันติเอื้ออิงเนกขัมมะ

การมีความอดทนในการปฏิบัติธรรมนั้น ทำให้เนกขัมมะและขันติมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

ขันติเอื้ออิงปัญญา

การมีความอดทนร่วมกับการใช้ปัญญานั้น ทำให้ปัญญาและขันติมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

ขันติเอื้ออิงวิริยะ

การมีความอดทนร่วมกับการมีความเพียรพยายามนั้น ทำให้วิริยะและขันติมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

ขันติเอื้ออิงสัจจะ

การมีความอดทนในการรักษาสัจจะนั้น ทำให้รักษาสัจจะได้และขันติมีความ
เจริญยิ่งขึ้นไป

ขันติเอื้ออิงอธิษฐาน

การมีความอดทนร่วมกับการอธิษฐานนั้น ทำให้คำอธิษฐานบรรลุผลสำเร็จได้
และขันติมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

ขันติเอื้ออิงเมตตา

การมีความอดทนร่วมกับการมีเมตตานั้น ทำให้ความเมตตาและขันติมีความ
เจริญยิ่งขึ้นไป

ขันติเอื้ออิงอุเบกขา

การมีความอดทนร่วมกับการฝึกอุเบกขานั้น ทำให้อุเบกขาและขันติมีความ
เจริญยิ่งขึ้นไป

สัจจะบารมี

สัจจะ คือความจริงใจ จริงวาจาและจริงการ ได้แก่ มีความซื่อสัตย์ พุดจริงและทำจริง

การใช้สัจจะบารมีเอื้ออิงกับบารมีข้ออื่น

เมื่อมีการรักษาสัจจะ ผู้รักษาสัจจะย่อมมีโอกาสพัฒนาดวงจิต การใช้สัจจะบารมีเอื้ออิงกับศีล เนกขัมมะ ปัญญา วิริยะ ขันติและอธิษฐานบารมี ทำให้สัจจะมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

สัจจะเอื้ออิงศีล

การมีสัจจะในการรักษาศีลนั้น ทำให้ศีลและสัจจะมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

สัจจะเอื้ออิงเนกขัมมะ

การมีสัจจะในการปฏิบัติธรรมนั้น ทำให้เนกขัมมะและสัจจะมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

สัจจะเอื้ออิงปัญญา

การมีสัจจะร่วมกับการใช้ปัญญานั้น ทำให้รักษาสัจจะได้ง่ายขึ้น ทำให้สัจจะและปัญญามีความเจริญยิ่งขึ้นไป

สัจจะเอื้ออิงวิริยะและขันติ

การมีสัจจะร่วมกับความเพียรพยายามและความอดทนนั้น ทำให้สัจจะ วิริยะ และขันติมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

สัจจะเอื้ออิงอธิษฐาน

การมีสัจจะร่วมกับการอธิษฐานนั้น ทำให้คำอธิษฐานบรรลุผลสำเร็จและสัจจะมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

อธิษฐานบารมี

อธิษฐาน คือการมีความตั้งใจมั่นที่จะทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งในทางธรรมให้บรรลุผลสำเร็จ ผู้ที่อธิษฐานจิตควรสร้างและสะสมบารมีมากพอสมควรเพื่อรองรับสนับสนุนและเกื้อกูลให้คำอธิษฐานบรรลุผลสำเร็จ ต้องอธิษฐานในสิ่งที่เป็นไปได้และสอดคล้องกับเหตุปัจจัยของตนเอง ต้องอธิษฐานในเรื่องทางธรรม เช่น ขอให้สำเร็จธรรม ขอให้ได้เป็นอัครสาวก ขอให้ได้เป็นพระพุทธเจ้า เป็นต้น

การใช้อธิษฐานบารมีเอื้ออิงกับบารมีข้ออื่น

เมื่อมีการอธิษฐาน ผู้อธิษฐานย่อมมีโอกาสพัฒนาดวงจิต การใช้อธิษฐานบารมีเอื้ออิงกับทาน ศีล เนกขัมมะ ปัญญา วิริยะ ขันติและสังจาจะบารมี ทำให้คำอธิษฐานบรรลุผลสำเร็จและมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

อธิษฐานเอื้ออิงทาน

การตั้งจิตอธิษฐานร่วมกับการให้ทานนั้น ทำให้คำอธิษฐานบรรลุผลสำเร็จและการให้ทานมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

อธิษฐานเอื้ออิงศีล

การตั้งจิตอธิษฐานร่วมกับการรักษาศีลนั้น ทำให้คำอธิษฐานบรรลุผลสำเร็จและศีลมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

อธิษฐานเอื้ออิงเนกขัมมะ

การตั้งจิตอธิษฐานร่วมกับการประพฤติพรหมจรรย์ ทำให้คำอธิษฐานบรรลุผลสำเร็จและการประพฤติพรหมจรรย์มีความเจริญยิ่งขึ้นไป

อธิษฐานเอื้ออิงปัญญา

การตั้งจิตอธิษฐานร่วมกับการใช้ปัญญานั้น ทำให้คำอธิษฐานบรรลุผลสำเร็จและปัญญามีความเจริญยิ่งขึ้นไป

อธิษฐานเอื้ออิงวิริยะและขันติ

การตั้งจิตอธิษฐานร่วมกับความเพียรพยายามและความอดทนนั้น ทำให้คำ
อธิษฐานบรรลุผลสำเร็จ ทำให้วิริยะและขันติมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

อธิษฐานเอื้ออิงสัจจะ

การตั้งจิตอธิษฐานร่วมกับความจริงใจ จริงวาจาและจริงการนั้น ทำให้คำ
อธิษฐานบรรลุผลสำเร็จและสัจจะมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

เมตตาบารมี

เมตตาเป็นธรรมที่ต้องใช้ร่วมกับกรุณา มุทิตาและอุเบกขา เพราะมีความเกี่ยวเนื่องกันเป็นขั้นตอนของการช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นจากความทุกข์

เมตตา คือ ความปรารถนาดีอยากให้ผู้อื่นมีความสุข

กรุณา คือ ความสงสารเมื่อเห็นผู้อื่นมีความทุกข์และช่วยเหลือให้เขาพ้นทุกข์

มุทิตา คือ ความยินดีเมื่อเห็นผู้อื่นมีความสุข

อุเบกขา คือ การรู้จักทำใจเป็นกลาง ไม่มีอคติ ไม่มีอคติยินร้ายและไม่หวั่นไหว

ขั้นตอนในการช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นจากความทุกข์ มีดังนี้

1. เมื่อได้ยิน ได้เห็นและได้รู้ว่า ผู้อื่นกำลังมีความทุกข์ จึงรู้สึกสงสาร (กรุณา)
2. ต้องการให้เขาพ้นทุกข์ (เมตตา)
3. ลงมือช่วยเหลือให้เขาพ้นทุกข์ (กรุณา)
4. เมื่อเขาพ้นทุกข์แล้ว ก็รู้สึกยินดี (มุทิตา)
5. ถ้าช่วยเหลือเขาอย่างเต็มที่แล้ว แต่เขายังไม่พ้นทุกข์ เราต้องมีอุเบกขาเพื่อป้องกันจิตหดหู่ (อุเบกขา)

ทุกชีวิตมีค่าเท่าเทียมกัน

ไม่ว่าจะเป็นมนุษย์หรือสัตว์

พ่อแม่ญาติพี่น้องของเรา

พ่อแม่ญาติพี่น้องของผู้อื่น

หมาแมวที่เลี้ยงอยู่ในบ้าน

หมาแมวที่อยู่ในตลาดและวัด

นกที่ถูกขังอยู่ในกรง

นกที่บินอยู่บนท้องฟ้า

ปลาที่ถูกขังอยู่ในอ่าง

ปลาที่ว่ายอยู่ในแม่น้ำ

เสือที่ถูกขังอยู่ในกรง

เสือที่เดินอยู่ในป่า

จะมีปัญญาหรือไม่มีปัญญา

จะมีเมตตาหรือไม่มีเมตตา จะงดงามหรือน่าเกลียด

ทุกสรรพสิ่งล้วนมีเกิด แก่

เจ็บ ตาย หนาว ร้อน หิว เหนื่อยเหมือนกัน

ไม่มีความแตกต่างกันเลย

การใช้เมตตาบารมีเอื้ออิงกับบารมีข้ออื่น

เมื่อมีความเมตตา ผู้ที่มีความเมตตาย่อมมีโอกาสพัฒนาดวงจิต การใช้เมตตาบารมีเอื้ออิงกับทาน ศีล เนกขัมมะ ปัญญา วิริยะ ขันติและอุเบกขาบารมี ทำให้เมตตาที่มีความเจริญยิ่งขึ้นไป

เมตตาเอื้ออิงทาน

การมีความเมตตาในการให้ทานนั้น ทำให้ทานและเมตตาที่มีความเจริญยิ่งขึ้นไป

เมตตาเอื้ออิงศีล

การมีความเมตตา ร่วมกับการรักษาศีลนั้น ทำให้ศีลและเมตตาที่มีความเจริญยิ่งขึ้นไป

เมตตาเอื้ออิงเนกขัมมะ

การมีความเมตตา ร่วมกับการประพฤติพรหมจรรย์นั้น ทำให้การประพฤติพรหมจรรย์และเมตตาที่มีความเจริญยิ่งขึ้นไป

เมตตาเอื้ออิงปัญญา

การมีความเมตตา ร่วมกับการใช้ปัญญานั้น ทำให้สามารถช่วยเหลือผู้อื่นให้ได้รับประโยชน์สุขอย่างสูงสุด ทำให้เมตตาและปัญญามีความเจริญยิ่งขึ้นไป

เมตตาเอื้ออิงวิริยะและขันติ

การมีความเมตตา ร่วมกับความเพียรพยายามและความอดทนนั้น ทำให้วิริยะ ขันติและเมตตาที่มีความเจริญยิ่งขึ้นไป

เมตตาเอื้ออิงอุเบกขา

การมีความเมตตา ร่วมกับอุเบกขานั้น ทำให้เมตตาและอุเบกขามีความเจริญยิ่งขึ้นไป

อุเบกขาบารมี

อุเบกขา คือการรู้จักทำใจเป็นกลาง ไม่มีอคติ ไม่มียินดีในร้ายและไม่หวัง
ไหวต่อกิเลสทั้งปวง

อุเบกขาเป็นธรรมที่ฝึกได้ยาก ดังนั้น ก่อนที่จะฝึกอุเบกขา จะต้องฝึกบารมี
ข้ออื่นๆ ให้แข็งแรงพอสมควรเพื่อใช้เป็นฐานรองรับในการฝึกอุเบกขา

การใช้อุเบกขาบารมีเอื้ออิงกับบารมีข้ออื่น

เมื่อมีการฝึกอุเบกขา ผู้ที่ฝึกอุเบกขาย่อมมีโอกาสพัฒนาดวงจิต การใช้
อุเบกขาบารมีเอื้ออิงกับเนกขัมมะ ปัญญา วิริยะ ขันติและเมตตาบารมี ทำให้อุเบกขามี
ความเจริญยิ่งขึ้นไป

อุเบกขาเอื้ออิงเนกขัมมะ

การฝึกอุเบกขาร่วมกับการประพฤติพรหมจรรย์นั้น ทำให้เนกขัมมะและ
อุเบกขามีความเจริญยิ่งขึ้นไป

อุเบกขาเอื้ออิงปัญญา

การฝึกอุเบกขาร่วมกับการใช้ปัญญานั้น ทำให้รู้จักใช้ปัญญาพิจารณาหาวิธีว่า
ทำอย่างไรจึงจะฝึกอุเบกขาให้เกิดขึ้นได้ เมื่ออุเบกขาเกิดขึ้นแล้ว ทำอย่างไรอุเบกขาจึงจะ
คงอยู่ เมื่ออุเบกขาคงอยู่แล้ว ทำอย่างไรอุเบกขาจึงจะมีความเจริญยิ่งขึ้นไป เมื่อใช้
ปัญญาเช่นนี้แล้ว ทำให้ปัญญาและอุเบกขามีความเจริญยิ่งขึ้นไป

อุเบกขาเอื้ออิงวิริยะและขันติ

การฝึกอุเบกขาร่วมกับความเพียรพยายามและความอดทนนั้น ทำให้อุเบกขา
วิริยะและขันติมีความเจริญยิ่งขึ้นไป

อุเบกขาเอื้ออิงเมตตา

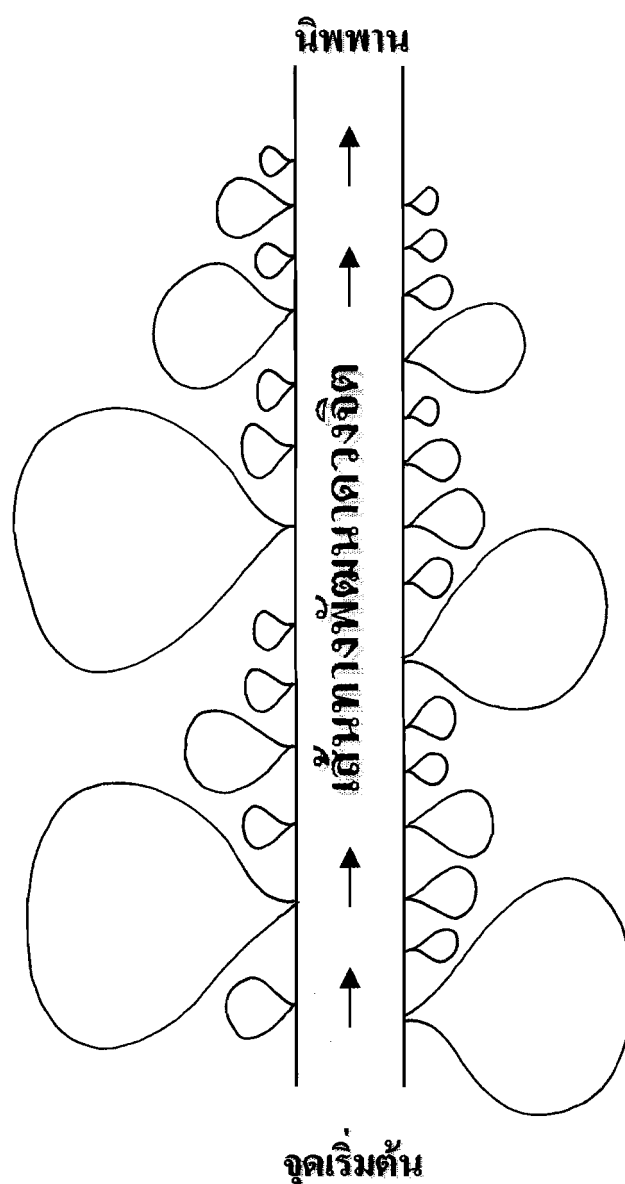
การฝึกอุเบกขาร่วมกับความเมตตานี้ เมื่อมีความเมตตาและไม่สามารรถ
ช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นทุกข์ เราจะรู้สึกหุดหู่เศร้าหมอง ดังนั้น ควรใช้อุเบกขาป้องกันจิต
หุดหู่เศร้าหมอง ทำให้เมตตาและอุเบกขามีความเจริญยิ่งขึ้นไป

บทที่ 3

เส้นทางพัฒนาดวงจิต

เส้นทางพัฒนาดวงจิต

การเดินทางในเส้นทางพัฒนาดวงจิตเริ่มตั้งแต่จุดเริ่มต้น \longrightarrow จุดหมายปลายทางคือ นิพพาน เป็นเส้นทางที่มีระยะทางอันยาวไกลซึ่งต้องใช้เวลาดำเนินทางเป็นระยะเวลาอันยาวนาน ในระหว่างการเดินทางนั้น ก็ยังมีการพลัดหลงไปอยู่เส้นทางอื่นซึ่งทำให้เสียเวลาเพราะต้องใช้ระยะเวลาอันยาวนานในการเดินทางกลับมาสู่เส้นทางพัฒนาดวงจิตอย่างเดิม ทำให้การเดินทางไปสู่จุดหมายปลายทางต้องใช้ระยะเวลาอันยาวนานเพิ่มมากขึ้นไปอีก



ลูกโป่งที่อยู่ข้างเส้นทางพัฒนาดวงจิตคือ การไปเกิดในภพที่มีผลแห่งกรรมชั่ว และการมีเหตุปัจจัยไม่พร้อมที่จะพัฒนาดวงจิตต่อเนื่อง เป็นการแวะลงข้างทาง ทำให้ต้องหยุดการเดินทางในเส้นทางพัฒนาดวงจิตเป็นระยะเวลาหนึ่ง

การเดินทางในวิภังการเพื่อพัฒนาดวงจิต

เมื่อดวงจิตได้กำเนิดขึ้นในวิภังการ เป็นดวงจิตที่โง่เขลาเพราะยังไม่เคยพัฒนาดวงจิตเลย ดวงจิตเริ่มออกเดินทางในวิภังการต่างๆ ที่ไม่รู้จักเส้นทางและไม่เข้าใจสิ่งใดเลย แต่ทุกอย่างต้องดำเนินไปเช่นนั้นเองตามกฎของวิภังการ

ในระยะแรกดวงจิตได้ออกเดินทางด้วยความโง่เขลาหรือความไม่รู้ จึงได้ทำกรรมชั่วไว้มากมายและทำให้เกิดผลแห่งกรรมชั่ว ดวงจิตจึงต้องเวียนว่ายตายเกิดในภพที่มีความทุกข์เป็นระยะเวลาอันยาวนาน

ต่อมาดวงจิตเริ่มรู้จักเส้นทางเข้าสู่เส้นทางพัฒนาดวงจิต จึงเริ่มทำกรรมดีบ้าง แต่ส่วนมากจะทำกรรมชั่ว ทำให้ดวงจิตเวียนว่ายตายเกิดในภพที่มีความทุกข์และภพที่มีความสุขปนความทุกข์เป็นระยะเวลาอันยาวนาน

เมื่อดวงจิตมีการพัฒนา จึงทำกรรมดีบ้าง กรรมชั่วบ้าง บางทีอาจทำกรรมดีมากกว่ากรรมชั่ว บางทีอาจทำกรรมชั่วมากกว่ากรรมดี ดวงจิตจึงเวียนว่ายตายเกิดในภพที่มีความทุกข์ ภพที่มีความสุขและภพที่มีความสุขปนความทุกข์เป็นระยะเวลาอันยาวนาน

เมื่อดวงจิตมีการพัฒนามากขึ้น จึงทำกรรมดีมากกว่าทำกรรมชั่ว ดวงจิตจึงเวียนว่ายตายเกิดในภพที่มีความสุข ภพที่มีความสุขปนความทุกข์และภพที่มีความทุกข์เป็นระยะเวลาอันยาวนาน

เมื่อดวงจิตมีการพัฒนามากยิ่งขึ้น จึงทำกรรมดีมากยิ่งขึ้นและทำกรรมชั่วระดับเบา ดวงจิตจึงเวียนว่ายตายเกิดในภพที่มีความสุขเป็นส่วนมากและภพที่มีความสุขปนความทุกข์บ้างเป็นระยะเวลาอันยาวนาน ทำให้มีโอกาสพัฒนาดวงจิตให้เจริญยิ่งขึ้นไป

แต่ละดวงจิตใช้เวลาในการพัฒนาดวงจิตไม่เท่ากันเพราะได้สะสมเหตุปัจจัยไม่เท่ากันและไม่เหมือนกัน



ขั้นตอนการเรียนรู้ในการทำความดี

จุดเริ่มต้นของการพัฒนาดวงจิตคือ การเดินทางสู่เส้นทางพัฒนาดวงจิต ซึ่งมีระยะทางอันยาวไกลและต้องใช้ระยะเวลาอันยาวนานในการเรียนรู้ที่จะทำความดีและสะสมความดี

ขั้นตอนการเรียนรู้ในการทำความดี มีดังนี้

1. มีความเชื่อหรือความศรัทธาว่า ความดีเป็นสิ่งที่ควรทำ
2. รู้จักใช้ปัญญาเรียนรู้ว่า สิ่งใดดี สิ่งใดชั่ว
3. รู้จักใช้ปัญญาเรียนรู้ว่า ทำอย่างไรความดีจึงจะเกิดขึ้น
4. รู้จักใช้ปัญญาเรียนรู้ว่า ทำอย่างไรจึงจะรักษาความดีให้คงอยู่
5. รู้จักใช้ปัญญาเรียนรู้ว่า ทำอย่างไรจึงจะทำให้ความดีมีเพิ่มมากขึ้น

ขั้นตอนที่ 1

- ดวงจิตที่เพิ่งจะเริ่มต้นทำความดีนั้น ยังเป็นดวงจิตที่อ่อนแอ จึงไม่มีกำลังเพียงพอที่จะต้านทานแรงกิเลสได้ เหมือนเด็กที่เริ่มหัดคลาน ต้องใช้เวลาตั้งท่าแขนและขา
- มีความศรัทธาเพียงเล็กน้อยในการทำความดี
- ยังไม่มีปัญญาในการเรียนรู้ว่า สิ่งใดดี สิ่งใดชั่ว
- ต้องใช้สิ่งจูงใจในการทำความดี เช่น ช่วยแม่ทำงานบ้านเพราะมีรางวัลตอบแทน
- ต้องมีผู้ชี้แนะสั่งสอนทุกครั้ง แต่ก็ทำความดีได้น้อยครั้งเพราะส่วนมากวิ่งตามกิเลสไปทำความชั่วบ่อยๆ
- ดวงจิตจึงสะสมเหตุปัจจัยเช่นนี้และเวียนว่ายตายเกิดนับครั้งไม่ถ้วนเป็นระยะเวลาอันยาวนาน

ขั้นตอนที่ 2

- ดวงจิตเริ่มมีกำลังเล็กน้อยในการต้านทานกิเลส เหมือนเด็กที่เริ่มหัดยืน ขายังไม่แข็งแรง
- มีความศรัทธาเพิ่มขึ้นอีกเล็กน้อยในการทำความดี
- เริ่มมีปัญญาเล็กน้อยที่จะเรียนรู้ได้บ้างว่า สิ่งใดดี สิ่งใดชั่ว
- ต้องใช้สิ่งจูงใจในการทำความดี

- ต้องมีผู้ชี้แนะสั่งสอนทุกครั้ง สามารถทำความดีเพิ่มขึ้นอีกเล็กน้อย แต่ส่วนมากวิ่งตามกิเลสไปทำความชั่วบ่อยๆ
- ดวงจิตจึงสะสมเหตุปัจจัยเช่นนี้และเวียนว่ายตายเกิดนับครั้งไม่ถ้วนเป็นระยะเวลาอันยาวนาน

ขั้นตอนที่ 3

- ดวงจิตมีกำลังเล็กน้อยในการต้านทานกิเลส เหมือนเด็กที่เริ่มหัดเดิน
- มีความศรัทธาเพิ่มขึ้นในการทำความดี
- รู้จักใช้ปัญญาเรียนรู้เพิ่มขึ้นว่า สิ่งใดดี สิ่งใดชั่ว
- เริ่มรู้จักใช้ปัญญาเรียนรู้ว่า ทำอย่างไรความดีจึงจะเกิดขึ้น
- ต้องใช้สิ่งจูงใจในการทำความดี
- ต้องมีผู้ชี้แนะสั่งสอนทุกครั้ง สามารถทำความดีได้มากขึ้น แต่ก็ยังวิ่งตามกิเลสไปทำความชั่วบ่อยๆ
- ดวงจิตจึงสะสมเหตุปัจจัยเช่นนี้และเวียนว่ายตายเกิดนับครั้งไม่ถ้วนเป็นระยะเวลาอันยาวนาน

ขั้นตอนที่ 4

- ดวงจิตมีกำลังเพิ่มขึ้นในการต้านทานกิเลส เหมือนเด็กที่เดินได้คล่องแล้ว แต่ยังไม่คล่อง
- มีความศรัทธาเพิ่มขึ้นในการทำความดี
- รู้จักใช้ปัญญาเรียนรู้เพิ่มขึ้นว่า สิ่งใดดี สิ่งใดชั่ว
- รู้จักใช้ปัญญาเรียนรู้เพิ่มขึ้นว่า ทำอย่างไรความดีจึงจะเกิดขึ้น
- เริ่มรู้จักใช้ปัญญาเรียนรู้ว่า ทำอย่างไรจึงจะรักษาความดีให้คงอยู่
- เริ่มลดการใช้สิ่งจูงใจในการทำความดี
- ต้องมีผู้ชี้แนะสั่งสอนบ่อยๆ เริ่มรู้จักยับยั้งชั่งใจในการวิ่งตามกิเลสไปทำความชั่ว
- ดวงจิตจึงสะสมเหตุปัจจัยเช่นนี้และเวียนว่ายตายเกิดนับครั้งไม่ถ้วนเป็นระยะเวลาอันยาวนาน

ขั้นตอนที่ 5

- ดวงจิตมีกำลังเพิ่มขึ้นในการต้านทานกิเลส เหมือนเด็กที่เริ่มหัดวิ่ง
- มีความศรัทธามากในการทำความดี
- รู้จักใช้ปัญญาเรียนรู้ได้มากกว่า สิ่งใดดี สิ่งใดชั่ว
- รู้จักใช้ปัญญาเรียนรู้เพิ่มขึ้นว่า ทำอย่างไรความดีจึงจะเกิดขึ้น
- รู้จักใช้ปัญญาเรียนรู้เพิ่มขึ้นว่า ทำอย่างไรจึงจะรักษาความดีให้คงอยู่
- เริ่มรู้จักใช้ปัญญาเรียนรู้ว่า ทำอย่างไรจึงจะทำให้ความดีมีเพิ่มมากขึ้น
- ต้องใช้สิ่งจูงใจในการทำความดีเป็นบางครั้ง
- ต้องมีผู้ชี้แนะสั่งสอนบ่อยๆ รู้จักยับยั้งชั่งใจมากขึ้นในการวิ่งตามกิเลสไปทำความชั่ว
- ดวงจิตจึงสะสมเหตุปัจจัยเช่นนี้และเวียนว่ายตายเกิดนับครั้งไม่ถ้วนเป็นระยะเวลาอันยาวนาน

ขั้นตอนที่ 6

- ดวงจิตมีกำลังมากในการต้านทานกิเลส เหมือนเด็กที่วิ่งคล่องแล้วและควรพัฒนาการวิ่งให้ดียิ่งๆ ขึ้นไป
- มีความศรัทธามากในการทำความดี
- รู้จักใช้ปัญญาเรียนรู้ได้มากกว่า สิ่งใดดี สิ่งใดชั่ว
- รู้จักใช้ปัญญาเรียนรู้ได้มากกว่า ทำอย่างไรความดีจึงจะเกิดขึ้น
- รู้จักใช้ปัญญาเรียนรู้เพิ่มขึ้นว่า ทำอย่างไรจึงจะรักษาความดีให้คงอยู่
- รู้จักใช้ปัญญาเรียนรู้เพิ่มขึ้นว่า ทำอย่างไรจึงจะทำให้ความดีมีเพิ่มมากขึ้น
- ไม่ต้องใช้สิ่งจูงใจในการทำความดี
- ต้องมีผู้ชี้แนะสั่งสอนเป็นบางครั้ง รู้จักยับยั้งชั่งใจมากขึ้นในการวิ่งตามกิเลสไปทำความชั่วและรู้จักพิจารณาตัดก่อกวนตนเอง
- ดวงจิตจึงสะสมเหตุปัจจัยเช่นนี้และเวียนว่ายตายเกิดนับครั้งไม่ถ้วนเป็นระยะเวลาอันยาวนาน

การพัฒนาดวงจิตต่อเนื่อง

เมื่อมีการพัฒนาดวงจิตในแต่ละภพชาติ ดวงจิตก็จะยกระดับสูงขึ้นและจะมีโอกาสพัฒนาต่อเนื่องกันไปเรื่อยๆ ในภพที่ไม่มีผลแห่งกรรมชั่วมาปิดกั้นและมีเหตุปัจจัยพร้อมที่จะพัฒนาดวงจิตต่อไป ตัวอย่างเช่น

- ชาติที่ 300 เกิดเป็นมนุษย์ เริ่มมีการพัฒนาดวงจิต
- ชาติที่ 301 เกิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน ทำให้ไม่มีโอกาสพัฒนาดวงจิต
- ชาติที่ 302 เกิดเป็นเปรต ทำให้ไม่มีโอกาสพัฒนาดวงจิต
- ชาติที่ 303 เกิดเป็นมนุษย์ ทำให้มีโอกาสพัฒนาดวงจิตต่อเนื่องจากชาติที่ 300
- ชาติที่ 304 เกิดเป็นสัตว์นรก ทำให้ไม่มีโอกาสพัฒนาดวงจิต
- ชาติที่ 305 เกิดเป็นเปรต ทำให้ไม่มีโอกาสพัฒนาดวงจิต
- ชาติที่ 306 เกิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน ทำให้ไม่มีโอกาสพัฒนาดวงจิต
- ชาติที่ 307 เกิดเป็นเทวดา ทำให้มีโอกาสพัฒนาดวงจิตต่อเนื่องจากชาติที่ 303

สาเหตุที่ทำให้ไม่ได้พัฒนาดวงจิตต่อเนื่อง

การพัฒนาดวงจิตจะไม่สามารถดำเนินต่อไปได้ ถ้าไปเกิดในภพที่มีผลแห่งกรรมชั่วมาปิดกั้นและมีเหตุปัจจัยไม่พร้อมที่จะพัฒนาดวงจิตต่อเนื่อง มีดังนี้

1. เมื่อไปเกิดในภพที่มีความทุกข์ เช่น นรก เปรต เป็นต้น ซึ่งเป็นภพที่อยู่ในช่วงเวลารับผลแห่งกรรมชั่วล้วนๆ ทำให้ได้รับแต่ความทุกข์ทรมานตลอดเวลา จึงไม่มีโอกาสพัฒนาดวงจิตต่อเนื่อง
2. เมื่อไปเกิดในภพที่มีความสุข เช่น สวรรค์ พรหม เป็นต้น ซึ่งเป็นภพที่อยู่ในช่วงเวลารับผลแห่งกรรมดีล้วนๆ ทำให้ได้รับแต่ความสุขและมีผู้สอนธรรมะ แต่ไม่สนใจศึกษาและปฏิบัติธรรม นับได้ว่ามีโอกาสพัฒนาดวงจิต แต่มีเหตุปัจจัยไม่พร้อมที่จะพัฒนาดวงจิตต่อเนื่อง
3. เมื่อไปเกิดในภพที่มีความสุขปนความทุกข์คือ ภพสัตว์เดรัจฉาน ซึ่งเป็นภพที่อยู่ในช่วงเวลารับผลแห่งกรรมชั่วและกรรมดีระดับเบา ทำให้มีปัญญาจำกัด ไม่สามารถคิดซับซ้อนได้ จึงไม่มีโอกาสพัฒนาดวงจิตต่อเนื่อง

4. เมื่อไปเกิดในภพที่มีความสุขปนความทุกข์คือ ภพมนุษย์ ซึ่งเป็นภพที่อยู่ในช่วงเวลารับผลแห่งกรรมดีและกรรมชั่ว ทำให้ได้รับทั้งความสุขและความทุกข์ปะปนกัน ภพมนุษย์มีสถานะที่เอื้ออำนวยในการพัฒนาดวงจิตได้ครบทุกประเภท และมนุษย์มีปัญญาที่คิดซับซ้อนได้ ทำให้มีโอกาสพัฒนาดวงจิต แต่ถ้ามีผลแห่งกรรมชั่วมาปิดกั้นและมีเหตุปัจจัยไม่พร้อม ก็ยังไม่สามารถพัฒนาดวงจิตต่อเนื่องได้ มีดังนี้

- 4.1 เมื่อได้เกิดเป็นมนุษย์ที่มีร่างกายไม่สมบูรณ์และเป็นโรคร้ายแรง ทำให้ไม่สามารถศึกษาและปฏิบัติธรรมได้เพราะมีผลแห่งกรรมชั่วมาปิดกั้น จึงไม่มีโอกาสพัฒนาดวงจิตต่อเนื่อง
- 4.2 เมื่อได้เกิดเป็นมนุษย์ที่มีร่างกายสมบูรณ์ แต่ไม่สนใจศึกษาและปฏิบัติธรรม นับได้ว่ามีโอกาสพัฒนาดวงจิต แต่มีเหตุปัจจัยไม่พร้อมที่จะพัฒนาดวงจิตต่อเนื่อง
- 4.3 เมื่อได้เกิดเป็นมนุษย์ที่มีร่างกายสมบูรณ์และสนใจธรรมะ แต่มีแนวความคิดที่เห็นผิด ทำให้หลงทางและไม่สามารถปฏิบัติธรรมได้อย่างถูกต้อง เช่น หลงใหลในอิทธิปาฏิหาริย์จากการทำสมาธิ หลงใหลในอิทธิปาฏิหาริย์ของเวทคา หลงใหลในอิทธิปาฏิหาริย์ของวัตถุเครื่องรางของขลังและแร่ธาตุ หลงใหลในวิชาคาถาอาคม มีพิธีกรรมมากมาย มีความเชื่อต่างๆ ทางโลก เป็นต้น นับได้ว่ามีโอกาสพัฒนาดวงจิต แต่มีเหตุปัจจัยไม่พร้อมที่จะพัฒนาดวงจิตต่อเนื่อง

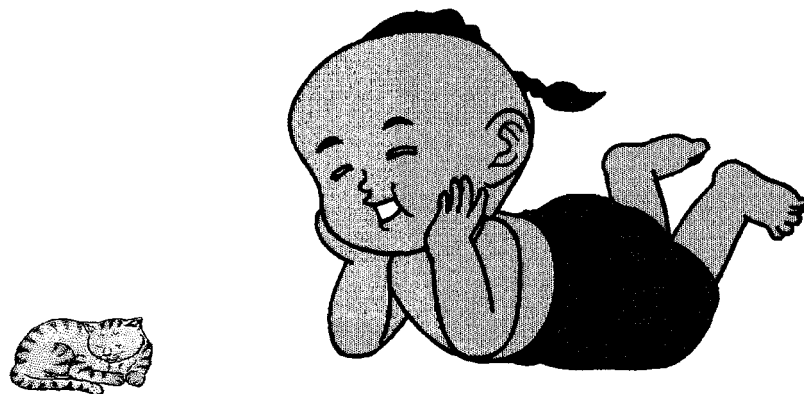


เด็กคือผ้าดี

การมีแนวความคิดว่า เด็กคือผ้าขาวบริสุทธิ์นั้น เป็นแนวความคิดที่ไม่ถูกต้อง เพราะยังไม่เข้าใจความจริงในวิฏสงสารซึ่งมีการเวียนว่ายตายเกิดนับภพนับชาติไม่ถ้วน และมีการพัฒนาดวงจิตอย่างต่อเนื่องโดยใช้ระยะเวลาอันยาวนาน

เมื่อดวงจิตเวียนมาเกิดใหม่เป็นมนุษย์ ในระยะแรกยังเป็นเด็กทารก มีรูปร่างเล็ก ผิวอ่อนบาง หน้าตาใสซื่อบริสุทธิ์และมีมาน้อย สิ่งเหล่านี้ไม่ได้หมายถึงความบริสุทธิ์ของดวงจิต แต่เป็นสภาวะของร่างกายและสมองที่ยังไม่ได้เจริญเติบโตอย่างสมบูรณ์ ดังนั้น จึงยังไม่สามารถคิด พุค ทำทุกสิ่งได้อย่างคล่องแคล่ว และยังไม่สามารถคิด พุค ทำความดีหรือความชั่วให้เห็นได้อย่างชัดเจน

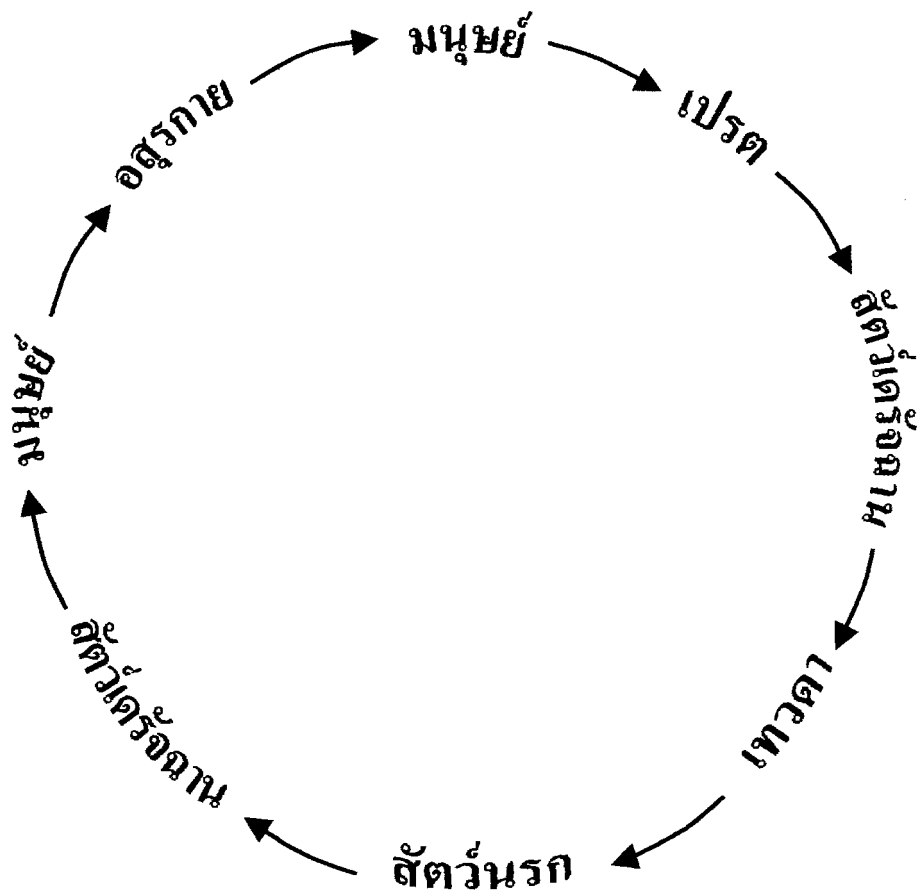
เมื่อเด็กเติบโตเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ สภาวะของร่างกายและสมองจะเจริญเติบโตอย่างสมบูรณ์ ทำให้มีความพร้อมที่จะคิด พุค ทำทุกสิ่งได้อย่างคล่องแคล่ว และสามารถคิด พุค ทำความดีหรือความชั่วตามเหตุปัจจัยที่สะสมมาให้เห็นได้อย่างชัดเจน



ความจริงในวัฏสงสาร

ดวงจิตที่ยังไม่พัฒนา จึงทำแต่กรรมชั่ว ส่วนดวงจิตที่กำลังพัฒนาทำทั้งกรรมดีและกรรมชั่ว กรรมจึงเป็นเหตุทำให้ดวงจิตเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสาร ทำให้เกิดสภาวะของการเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา มีการเปลี่ยนแปลง แปรปรวน ไม่คงที่ ไม่เที่ยงไม่ยั่งยืน ทุกอย่างผ่านเข้ามาและก็ผ่านไป ไม่มีสิ่งใดคงอยู่ตลอดกาล ทุกสิ่งเกิดขึ้นและเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัยทั้งสิ้น ตัวอย่างเช่น

- เมื่อแม่ของเราตายและไปเกิดเป็นแม่ไก่ มีลูก 9 ตัว แม่ได้เปลี่ยนสภาวะไปตามกระแสกรรม ไม่มีสภาวะของความเป็นแม่ของเราอีกต่อไป แต่แม่มีสภาวะใหม่ซึ่งเป็นแม่ไก่ที่จะต้องเลี้ยงดูลูกไก่ 9 ตัว
- ในขณะที่ความรู้สึกสุขหรือทุกข์กำลังเกิดขึ้นในจิตใจ คุณเหมือนสุขจริง ทุกข์จริง แต่เมื่อเวลาได้ผ่านไป ความรู้สึกสุขหรือทุกข์ก็ไม่ได้คงอยู่กับเรา ทุกอย่างผ่านมาและก็ผ่านไป



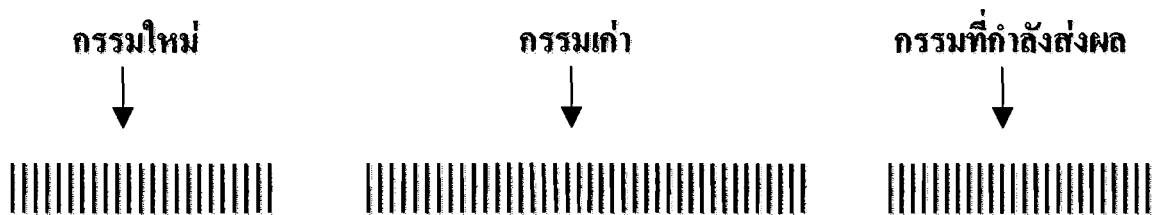
การเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสาร

บทที่ 4

กฎแห่งกรรม

กฎแห่งกรรม

กรรมเป็นเหตุทำให้ดวงจิตเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสารซึ่งดูเหมือนไม่มีที่สิ้นสุด กรรมเกิดจากการคิด พุค ทำ ใครทำกรรมอย่างไร ย่อมได้รับผลแห่งกรรมอย่างนั้น ทุกดวงจิตมีกรรมเป็นแดนเกิด ต้องดำเนินไปตามกระแสกรรมของตนเอง ซึ่งมีทั้งกรรมที่กำลังส่งผลในปัจจุบัน กรรมเก่าที่เคยทำไว้เป็นจำนวนมาก ยังคงเรียงแถวเข้าคิวยาวเหยียดเพื่อรอการส่งผลแห่งกรรม และกรรมใหม่ที่กำลังทำอยู่ทุกขณะ ก็เกิดขึ้นและไปเรียงแถวเข้าคิวร่วมกับกรรมเก่าเพื่อรอการส่งผลแห่งกรรมเช่นกัน ดวงจิตจึงเวียนว่ายตายเกิดไปตามผลแห่งกรรมเหมือนล้อรถเคลื่อนที่ไปโดยไม่เคยหยุดนิ่ง



ประเภทของกรรม

กรรมแบ่งเป็น 2 ประเภท ได้แก่

1. กรรมดี
2. กรรมชั่ว

กรรมดี

กรรมดี คือการคิด พุค ทำในแนวทางที่ถูกต้อง ทำให้เกิดผลแห่งกรรมดี และเกิดการสะสมเหตุปัจจัยที่ดี มีการพัฒนาดวงจิตให้ยกระดับสูงขึ้น

กรรมชั่ว

กรรมชั่ว คือการคิด พุค ทำในแนวทางที่ผิด ทำให้เกิดผลแห่งกรรมชั่ว และเกิดการสะสมเหตุปัจจัยที่ไม่ดี ไม่มีการพัฒนาดวงจิต

ระดับของกรรม

กรรมแบ่งเป็น 3 ระดับ ได้แก่

1. ระดับเบา
2. ระดับกลาง
3. ระดับหนัก

กรรมระดับเบา

กรรมดีระดับเบา คือการคิด พูด ทำในแนวทางที่ถูกต้อง ทำให้ผู้อื่นมีความสุขกายสุขใจเล็กๆ น้อยๆ หรือได้รับผลประโยชน์เล็กๆ น้อยๆ

กรรมชั่วระดับเบา คือการคิด พูด ทำในแนวทางที่ผิด ทำให้ผู้อื่นมีความทุกข์กายทุกข์ใจเล็กๆ น้อยๆ หรือเสียผลประโยชน์เล็กๆ น้อยๆ

กรรมระดับกลาง

กรรมดีระดับกลาง คือการคิด พูด ทำในแนวทางที่ถูกต้อง ทำให้ผู้อื่นมีความสุขกายสุขใจปานกลาง หรือได้รับผลประโยชน์ปานกลาง

กรรมชั่วระดับกลาง คือการคิด พูด ทำในแนวทางที่ผิด ทำให้ผู้อื่นมีความทุกข์กายทุกข์ใจปานกลาง หรือเสียผลประโยชน์ปานกลาง

กรรมระดับหนัก

กรรมดีระดับหนัก คือการคิด พูด ทำในแนวทางที่ถูกต้อง ทำให้ผู้อื่นมีความสุขกายสุขใจมาก หรือได้รับผลประโยชน์มาก

กรรมชั่วระดับหนัก คือการคิด พูด ทำในแนวทางที่ผิด ทำให้ผู้อื่นมีความทุกข์กายทุกข์ใจมาก หรือเสียผลประโยชน์มาก

ผลแห่งกรรม

เมื่อทำกรรมใด ย่อมมีผลย้อนกลับมาหาผู้กระทำเสมอ กฎแห่งกรรมทำหน้าที่อย่างซื่อสัตย์และยุติธรรมเพื่อให้ดวงจิตได้รู้ถึงคุณของความคิดและโทษของความชั่ว

ผลแห่งกรรมแบ่งเป็น 2 รูปแบบ ได้แก่

1. แบบ $1 = 1$ คือ ผลแห่งกรรม = กรรม
2. แบบ $1 = 2$ หรือ 3 คือ ผลแห่งกรรม $>$ กรรม

ผลแห่งกรรมแบบ $1 = 1$

ผลแห่งกรรมแบบ $1 = 1$ คือ การได้รับผลแห่งกรรมเท่ากับกรรมที่ทำไว้ เกิดจากการทำกรรมระดับเบา \longrightarrow กรรมระดับกลาง ตัวอย่างเช่น

- ช่วยพ่อแม่ทำงานบ้าน ทำให้แบ่งเบาภาระของพ่อแม่
- ขยันเรียนหนังสือ ทำให้พ่อแม่ชื่นใจ
- มีความรับผิดชอบในครอบครัว ทำให้สมาชิกในครอบครัวมีความสุข
- ช่วยเหลือเพื่อนที่กำลังเดือดร้อน ทำให้เขาคลายความทุกข์
- แบ่งปันอาหารให้สัตว์ ทำให้สัตว์ได้กินอิ่มท้อง
- ช่วยถือของให้คนแก่ ทำให้คนแก่ไม่ลำบาก
- รู้จักรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ทำให้ผู้อื่นพอใจ
- เป็นคนเอาแต่ใจตนเอง ทำให้ผู้อื่นเสียใจ
- เป็นคนไม่รู้จักรงใจ ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อนและรำคาญ
- เป็นคนไม่สำรวมคำพูด ชอบพูดทิ่มแทงใจผู้อื่น ทำให้ผู้อื่นไม่สบายใจ
- เป็นคนเจ้าชู้ มีใจโลเล ทำให้ผู้อื่นเสียใจ
- แกล้งพูดหรือทำให้ผู้อื่นรู้สึกอับอาย
- แยกลูกสัตว์ออกจากแม่สัตว์เพื่อนำไปเลี้ยงตัวเอง ทำให้ลูกสัตว์ขาดความอบอุ่น และทำให้แม่สัตว์มีความทุกข์เพราะคิดถึงลูก
- นำสัตว์มาขังกรง ทำให้สัตว์ขาดอิสระภาพ
- หม่ำมด ยุงและแมลงสาบที่มารบกวน ทำให้พวกสัตว์เสียชีวิต

ผลแห่งกรรมแบบ 1 = 2 หรือ 3

ผลแห่งกรรมแบบ 1 = 2 หรือ 3 คือ การได้รับผลแห่งกรรมมากกว่ากรรม
ที่ทำให้ เกิดจากการทำกรรมระดับกลาง \longrightarrow กรรมระดับหนัก ตัวอย่างเช่น

- เสียดสีความสุขส่วนตัวเพื่อช่วยเหลือสัตว์ที่กำลังลำบากเป็นจำนวนมาก เป็นการ
เบียดเบียนตนเองด้วยจิตเมตตาเพื่อให้ผู้อื่นได้รับประโยชน์สุข
- เลี้ยงดูเอาใจใส่ทุกข์สุขของพ่อแม่อย่างสม่ำเสมอ
- ซักชวนและสนับสนุนให้พ่อแม่ปฏิบัติธรรมอย่างสม่ำเสมอ
- ช่วยอำนวยความสะดวกในการปฏิบัติธรรมของผู้ทรงศีล
- เผยแพร่ธรรมเพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อคนหมู่มาก
- ทำนุบำรุงศาสนาตลอดชีวิต
- ออกบวชและประพฤติพรหมจรรย์ตลอดชีวิต
- ฆ่าสัตว์ขนาดกลางและขนาดใหญ่
- ทำร้ายร่างกายมนุษย์จนได้รับบาดเจ็บสาหัส \longrightarrow เสียชีวิต
- ทำร้ายร่างกายตนเองจนได้รับบาดเจ็บสาหัส \longrightarrow เสียชีวิต เป็นการเบียดเบียน
ตนเองด้วยจิตคิดประทุษร้าย
- ทำร้ายร่างกายพ่อแม่จนได้รับบาดเจ็บ \longrightarrow เสียชีวิต
- ทำร้ายร่างกายผู้ที่สำเร็จธรรมเป็นอริยบุคคลจนได้รับความเจ็บปวดเล็กน้อย \longrightarrow เสีย
ชีวิต
- ใช้ศาสนาเป็นเครื่องมือหลอกลวงผู้อื่น
- ขโมยหรือทำลายทรัพย์สินของวัดที่เป็นสัญลักษณ์ทางธรรม เช่น พระไตรปิฎก
พระพุทธรูป ประติมากรรม เป็นต้น

การทำกรรมชั่วที่เกิดผลแห่งกรรมแบบ 1 = 1 นั้น สามารถหลีกเลี่ยง
ให้พ้นจากผลแห่งกรรมได้ด้วยวิธีพัฒนาดวงจิตระดับโลกุตระและได้สำเร็จธรรมเป็นอริยบุคคล
ระดับธรรมเปรียบเสมือนม้าขาวฝีเท้าดี จึงสามารถใช้ควบหนีผลแห่งกรรมชั่วแบบ 1 = 1
ได้

การทำกรรมชั่วที่เกิดผลแห่งกรรมแบบ 1 = 2 หรือ 3 นั้น ไม่สามารถ
หลีกเลี่ยงให้พ้นจากผลแห่งกรรมได้ ต้องได้รับผลแห่งกรรมแน่นอนและจะเป็นสิ่งขัดขวาง
ในการปฏิบัติธรรม ผลแห่งกรรมชั่วแบบนี้เปรียบเสมือนม้าดำฝีเท้าดี จึงสามารถควบตาม
ทันผู้ทำกรรมได้

องค์ประกอบของการทำความ

ผู้ทำความ จะได้รับผลแห่งกรรมอย่างไรนั้น ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบของการทำ กรรม ถึงแม้จะทำกรรมในประเภทและระดับเดียวกัน แต่ถ้ามีองค์ประกอบอื่นๆ ที่แตกต่างกัน ย่อมทำให้ผลแห่งกรรมไม่เหมือนกันหรือไม่เท่ากัน กฎแห่งกรรมจึงต้องพิจารณาจัดส่ง ผลแห่งกรรมเป็นรายกรณีไป

การทำความมีองค์ประกอบดังนี้

1. ประเภทของกรรม
2. ระดับของกรรม
3. ผู้ทำความ
4. ผู้รับกรรม
5. ความตั้งใจหรือเจตนา
6. ความเพียรพยายาม
7. ความอดทน
8. ความเสียดสี
9. ความเมตตา
10. ปัญญา

ประเภทของกรรม

ผู้ทำความ จะได้รับผลแห่งกรรมอย่างไรนั้น ขึ้นอยู่กับประเภทของกรรมซึ่ง แบ่งเป็น 2 ประเภท ได้แก่ กรรมดีและกรรมชั่ว การทำความดี ย่อมได้รับผลแห่ง กรรมดี การทำความชั่ว ย่อมได้รับผลแห่งกรรมชั่ว

ระดับของกรรม

ผู้ทำความ จะได้รับผลแห่งกรรมอย่างไรนั้น ขึ้นอยู่กับระดับของกรรม ซึ่ง แบ่งเป็น 3 ระดับ ได้แก่ ระดับเบา ระดับกลาง ระดับหนัก

การทำความระดับเบา \longrightarrow กรรมระดับกลาง ย่อมได้รับผลแห่งกรรม
แบบ 1 = 1

การทำความระดับกลาง \longrightarrow กรรมระดับหนัก ย่อมได้รับผลแห่ง
กรรมแบบ 1 = 2 หรือ 3

ผู้ทำกรรม

ผู้ทำกรรมจะได้รับผลแห่งกรรมอย่างไรนั้น ขึ้นอยู่กับสถานะของผู้ทำกรรม เช่น เป็นมนุษย์ สัตว์เครื่องนาค เทวดา เป็นต้น ดวงจิตที่อยู่ในภพที่มีความสุขและภพที่มีความสุขปนความทุกข์ มีโอกาสทำกรรมใหม่เพิ่มขึ้นได้ ส่วนดวงจิตที่อยู่ในภพที่มีความทุกข์ไม่มีโอกาสทำกรรมใหม่เพิ่มขึ้นเพราะกำลังอยู่ในช่วงเวลารับผลแห่งกรรมชั่วล้วนๆ

มนุษย์

มนุษย์มีโอกาสทำกรรมดีและกรรมชั่วตามเหตุปัจจัยของตนเอง ในภพมนุษย์ มีสถานะที่เอื้ออำนวยในการทำกรรมได้ครบทุกประเภทและทุกระดับ เพราะมนุษย์มีร่างกายที่เชื่อมได้ คือ มีเกิด แก่ เจ็บ ตาย หนาว ร้อน หิว เหนื่อย มีปัญญาที่คิดซับซ้อนได้ มีการดำเนินชีวิตที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กัน มีการให้ทานและการรับทาน ดังนั้น เมื่อมนุษย์ทำกรรมดีและกรรมชั่ว ย่อมได้รับผลแห่งกรรมดีและกรรมชั่วอย่างเต็มที่ตามกฎแห่งกรรม

สัตว์เครื่องนาค

สัตว์ไม่มีโอกาสทำกรรมดีเพราะอยู่ในช่วงเวลารับผลแห่งกรรมชั่ว ทำให้สัตว์มีปัญญาจำกัด แต่ยังมีความสุขเล็กๆ น้อยๆ กับการกิน การนอน การเล่นและการดำรงเผ่าพันธุ์ สัตว์มีโอกาสทำกรรมชั่วได้เพราะมีสัญชาตญาณในการดำรงชีวิตอยู่ แต่จะได้รับผลแห่งกรรมช้วน้อยกว่ามนุษย์

เทวดา

เทวดามีโอกาสทำกรรมดีมากกว่ากรรมชั่ว เพราะมีสถานะความเป็นอยู่สุขสบายตามผลบุญของตนเอง มีสิ่งแวดล้อมที่ดี มีอาจารย์สอนธรรมะ มีปัญญาที่คิดซับซ้อนได้ มีกฎที่ต้องปฏิบัติเพื่อให้ดำรงอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข แต่เทวดามีโอกาสทำกรรมดีน้อยกว่ามนุษย์ เพราะสถานะในภพสวรรค์และพรหมไม่เอื้ออำนวย เช่น เทวดาไม่มีเกิด แก่ เจ็บ ตาย หนาว ร้อน หิว เหนื่อยเหมือนมนุษย์ เทวดาไม่สามารถแบ่งปันที่อยู่ ทรัพย์สิน บริวารและสิ่งต่างๆ ให้แก่เทวดาอื่นได้ ดังนั้น จึงไม่มีการให้ทานและการรับทานสิ่งเหล่านี้ นอกจากการให้และการรับธรรมะ เมื่อเทวดาทำกรรมดีและกรรมชั่ว ย่อมได้รับผลแห่งกรรมดีและกรรมช้วนี้อีกเหมือนกันกับมนุษย์

ผู้รับกรรม

ผู้ทำกรรมจะได้รับผลแห่งกรรมอย่างไรนั้น ขึ้นอยู่กับระดับของการพัฒนา ดวงจิต ปัญญาและคุณประโยชน์ของผู้รับกรรม ผู้รับกรรมได้แก่ มนุษย์ สัตว์เดรัจฉาน swami และเปรต เป็นต้น

มนุษย์

มนุษย์มีปัญญาที่คิดซับซ้อนได้ ทำให้มีโอกาสพัฒนาดวงจิต เช่น ทำความดี รักษาศีลและมีปัญญาทางธรรม เป็นต้น เมื่อผู้รับกรรมเป็นมนุษย์ ผู้ทำกรรมย่อมได้รับผลแห่งกรรมดีและกรรมชั่วตามระดับการพัฒนาดวงจิตและคุณความดีของผู้รับกรรม

สัตว์เดรัจฉาน

สัตว์เดรัจฉานมีปัญหาจำกัด ไม่สามารถพัฒนาดวงจิตได้ แต่สัตว์บางชนิดมีคุณประโยชน์ต่อมนุษย์ เมื่อผู้รับกรรมเป็นสัตว์ ผู้ทำกรรมย่อมได้รับผลแห่งกรรมดีและกรรมชั่วตามระดับปัญญาและคุณประโยชน์ของสัตว์นั้น ซึ่งเป็นผลแห่งกรรมที่น้อยกว่าการมีผู้รับกรรมเป็นมนุษย์

สัตว์เดรัจฉานแบ่งตามระดับปัญญาเป็น 3 ประเภท ได้แก่

1. สัตว์ขนาดใหญ่ เป็นสัตว์ที่มีความนึกคิดในระดับต้น
2. สัตว์ขนาดกลาง เป็นสัตว์ที่มีความนึกคิดในระดับรอง
3. สัตว์ขนาดเล็ก เป็นสัตว์ที่มีความนึกคิดในระดับเล็กน้อย

เทวดา

เทวดามีปัญญาที่คิดซับซ้อนได้ มีสภาวะความเป็นอยู่สุขสบายและมีอาจารย์สอนธรรมะ ทำให้มีโอกาสพัฒนาดวงจิต เมื่อผู้รับกรรมเป็นเทวดา ผู้ทำกรรมย่อมได้รับผลแห่งกรรมดีและกรรมชั่วมากเท่ากับกับการมีผู้รับกรรมเป็นมนุษย์

ตัวอย่างเช่น

- การดูแลทุกข์สุขของพ่อแม่ ย่อมได้รับผลแห่งกรรมดีมากกว่าการดูแลทุกข์สุขของเพื่อน
- การทำบุญกับผู้ทรงศีล ย่อมได้รับผลแห่งกรรมดีมากกว่าการทำบุญกับผู้ไร้ศีล
- การช่วยเหลือมนุษย์ ย่อมได้รับผลแห่งกรรมดีมากกว่าการช่วยเหลือสัตว์
- การช่วยเหลือสัตว์ใหญ่ ย่อมได้รับผลแห่งกรรมดีมากกว่าการช่วยเหลือสัตว์เล็ก

ความตั้งใจหรือเจตนา

ผู้ทำกรรมจะได้รับผลแห่งกรรมอย่างไรนั้น ขึ้นอยู่กับความตั้งใจหรือเจตนาที่มีมาก มีปานกลางหรือมีน้อยในการทำกรรม ย่อมทำให้ผลแห่งกรรมไม่เท่ากัน ตัวอย่างเช่น

นายโคन्हและนายขนมปังไปทำบุญในรูปแบบเดียวกัน ด้วยจำนวนของที่เท่ากัน และเหมือนกัน นายโคन्हมีความตั้งใจมากในการทำบุญ ส่วนนายขนมปังมีความตั้งใจน้อย ทั้งสองคนย่อมได้รับผลแห่งกรรมดีไม่เท่ากัน

- นายต้นหอมและนายผักชีได้ยิงวัวจนเสียชีวิต ด้วยอาวุธชนิดเดียวกัน นายต้นหอมทำเป็นลั่นใส่วัวและไม่มีเจตนาที่จะฆ่าวัว ส่วนนายผักชีมีเจตนาที่จะยิงวัวให้ตาย ทั้งสองคนย่อมได้รับผลแห่งกรรมชั่วไม่เท่ากัน

ความเพียรพยายาม

ผู้ทำกรรมจะได้รับผลแห่งกรรมอย่างไรนั้น ขึ้นอยู่กับความเพียรพยายามที่มีมาก มีปานกลางหรือมีน้อยในการทำกรรม ย่อมทำให้ผลแห่งกรรมไม่เท่ากัน ตัวอย่างเช่น

- นางปานและนางฝ้ายต้องการทำบุญกับผู้ทรงศีล ด้วยจำนวนของที่เท่ากันและเหมือนกัน นางปานมีเงินเพียงพอที่จะทำบุญ ส่วนนางฝ้ายมีเงินเพียงเล็กน้อยแต่มีความตั้งใจที่จะทำบุญ นางฝ้ายจึงพยายามทำงานเพิ่มขึ้นเพื่อนำเงินไปซื้อของทำบุญ ทั้งสองคนย่อมได้รับผลแห่งกรรมดีไม่เท่ากัน

ความอดทน

ผู้ทำกรรมจะได้รับผลแห่งกรรมอย่างไรนั้น ขึ้นอยู่กับความอดทนที่มีมาก มีปานกลางหรือมีน้อยในการทำกรรม ย่อมทำให้ผลแห่งกรรมไม่เท่ากัน ตัวอย่างเช่น

- นายฟ้าและนายดินเป็นพี่น้องกัน นายฟ้าทำงานในสำนักงานซึ่งเป็นงานสบาย ได้เงินเดือนๆ ละ 10,000.- บาท จึงแบ่งให้พ่อแม่เดือนละ 2,000.- บาท ส่วนนายดินทำงานใช้แรงงานซึ่งเป็นงานหนัก ทำให้ต้องอดทนมากและได้เงินเดือนๆ ละ 4,500.- บาท จึงแบ่งให้พ่อแม่เดือนละ 2,000.- บาท นายฟ้าและนายดินย่อมได้รับผลแห่งกรรมดีไม่เท่ากัน

ความเสียสละ

ผู้ทำกรรมจะได้รับผลแห่งกรรมอย่างไรนั้น ขึ้นอยู่กับความเสียสละที่มีมาก มีปานกลางหรือมีน้อยในการทำกรรม ย่อมทำให้ผลแห่งกรรมไม่เท่ากัน ตัวอย่างเช่น

- นางสาวลีและนางส้มเป็นเพื่อนกัน นางสาวลีทำงานได้เงินเดือนๆ ละ 30,000. - บาท นางส้มทำงานได้เงินเดือนๆ ละ 6,000. - บาท ทั้งสองคนได้เสียสละช่วยค่าอาหารเลี้ยงหมาพเนจร คนละ 1,500. - บาท / เดือน นางสาวลีมีหน้าที่ทำอาหารและจัดแบ่งอาหารให้หมากินด้วย นางสาวลีและนางส้มย่อมได้รับผลแห่งกรรมดีไม่เท่ากัน

ความเมตตา

ผู้ทำกรรมจะได้รับผลแห่งกรรมอย่างไรนั้น ขึ้นอยู่กับความเมตตาที่มีมาก มีปานกลางหรือมีน้อยในการทำกรรม ย่อมทำให้ผลแห่งกรรมไม่เท่ากัน ตัวอย่างเช่น

- นายทองขาวเลี้ยงหมาแมวหลายตัวเพราะเขาสงสารที่เห็นพวกสัตว์ออดอยาก เขาจึงเลี้ยงดูและให้อาศัยหลบแดดหลบฝนอยู่ในบริเวณบ้านของเขา
- นายทองคำซื้อหมาพันธุ์ดีที่มีความสวยงามและแสนรู้ เขาชอบมาก เขาจึงเลี้ยงดูหมาเป็นอย่างดี
- นายทองเหลืองเลี้ยงหมาพันธุ์คู่เพื่อให้เฝ้าบ้าน เขาจึงเลี้ยงดูหมาเป็นอย่างดี เพราะหวังว่าหมาจะทำหน้าที่เฝ้าบ้านอย่างแข็งขัน

นายทองขาวเลี้ยงสัตว์เพราะต้องการช่วยเหลือสัตว์ให้มีอาหารกินและมีที่อยู่อาศัย นายทองคำเลี้ยงสัตว์เพราะพอใจในความสวยงามและความฉลาดของสัตว์ ส่วนนายทองเหลืองเลี้ยงสัตว์เพราะต้องการใช้งาน การเลี้ยงสัตว์ที่มีจุดประสงค์แตกต่างกันเช่นนี้ ย่อมมีความเมตตาที่แตกต่างกัน ดังนั้น แต่ละคนย่อมได้รับผลแห่งกรรมดีไม่เท่ากัน

ปัญญา

ผู้ทำกรรมจะได้รับผลแห่งกรรมอย่างไรนั้น ขึ้นอยู่กับการใช้ปัญญามาก ปานกลางหรือมีน้อยในการทำกรรม ย่อมทำให้ผลแห่งกรรมไม่เท่ากัน ตัวอย่างเช่น

- นายหมูหยองและนายหมูแฮมเป็นครูอาสาสมัครสอนหนังสือแก่เด็กที่ศูนย์อพยพ นายหมูหยองสอนหนังสือเพียงอย่างเดียว ส่วนนายหมูแฮมสอนหนังสือและซื้อขนมมาแจกเด็กๆ ด้วย ทั้งสองคนย่อมได้รับผลแห่งกรรมดีไม่เท่ากัน

การเวียนมาพบกันและจากกัน

ทุกดวงจิตมีการเวียนว่ายตายเกิดนับครั้งไม่ถ้วนในภพต่างๆ ได้รู้จักและเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันกับดวงจิตอื่นๆ อีกเป็นจำนวนมาก ได้สร้างกรรมดีและกรรมชั่วร่วมกัน แล้วก็จากกันไปตามกระแสกรรม เมื่อถึงเวลาส่งผลแห่งกรรมที่ได้เคยทำร่วมกัน ดวงจิตก็จะเวียนมาพบกันอีก แต่ไม่สามารถจำกันได้เพราะเมื่อเกิดในภพใหม่ ย่อมมีรูปลักษณ์ใหม่ และมีสถานภาพใหม่ตามกฎแห่งกรรมและกฎแห่งธรรมชาติ ตัวอย่างเช่น

ชาติที่ 900 นายน้ำและนายไม้ได้เกิดเป็นมนุษย์และเป็นพี่น้องกัน ทั้งสองคนได้ทำกรรมดีร่วมกันเป็นส่วนมาก เช่น ทำดีต่อกัน ช่วยเหลือกัน ชักชวนกันไปทำบุญร่วมมือกันช่วยเหลือมนุษย์และสัตว์ที่ตกทุกข์ได้ยาก เป็นต้น ต่อมานายน้ำและนายไม้ได้ตายจากกันและไปเกิดในภพใหม่ตามกระแสกรรมของตนเอง

ชาติที่ 901 นายน้ำได้เกิดเป็นเสืออยู่ในป่า ส่วนนายไม้ได้เกิดเป็นปลาอยู่ในแม่น้ำ

ชาติที่ 902 นายน้ำได้เกิดเป็นมนุษย์ ส่วนนายไม้ได้เกิดเป็นหมา เมื่อนายน้ำได้เห็นหมาตัวนี้ ก็รู้สึกเมตตาเอ็นดูหมาเป็นพิเศษ จึงเลี้ยงดูหมาตัวนี้เหมือนเป็นสมาชิกในครอบครัว

ชาติที่ 903 นายน้ำได้เกิดเป็นเทวดา ส่วนนายไม้ได้เกิดเป็นเปรต

ชาติที่ 904 นายน้ำได้เกิดเป็นสัตว์นรก ส่วนนายไม้ได้เกิดเป็นช้าง

ชาติที่ 905 นายน้ำและนายไม้ได้เกิดเป็นมนุษย์และได้เวียนมาพบกันอีก นายน้ำเกิดเป็นแม่ ส่วนนายไม้เกิดเป็นลูก กรรมดีที่ทั้งสองคนได้เคยทำร่วมกันไว้ในชาติเก่า ได้ส่งผลให้แม่ลูกคู่นี้มีความรักและความห่วงใยกัน จะมีเรื่องขัดแย้งกันเป็นบางครั้งเท่านั้น

บทที่ 5

ต้นเหตุแห่งความทุกข์

ต้นเหตุแห่งความทุกข์

ความทุกข์เกิดจากสภาวะ 2 ประเภท ได้แก่

1. สภาวะทางกาย ได้แก่ เกิด แก่ เจ็บ ตาย หนาว ร้อน หิว เหนื่อย ฯลฯ
2. สภาวะทางจิต ได้แก่ การมีกิเลสต่างๆ เกิดขึ้นที่ดวงจิต

สภาวะทางกายและสภาวะทางจิตมีความสัมพันธ์กัน มีจิตเป็นใหญ่ มีกายเป็นรอง ถ้ากายอ่อนแอ แต่มีจิตแข็งแกร่ง จิตสามารถประคองกายให้พออยู่ได้ ถ้าจิตอ่อนแอ กายก็จะพลอยอ่อนแอไปด้วย

ความทุกข์ที่เกิดจากสภาวะทางกาย

ร่างกายมนุษย์มีสภาวะของการเกิด แก่ เจ็บ ตาย หนาว ร้อน หิว เหนื่อย ฯลฯ ซึ่งเป็นไปตามกฎแห่งธรรมชาติและกฎแห่งกรรม สภาวะเหล่านี้ทำให้รู้สึกเป็นทุกข์

เกิด ทุกดวงจิตมีกรรมเป็นแดนเกิด ดวงจิตจึงเวียนมาเกิดใหม่ตามกระแสกรรมและเริ่มต้นใหม่ที่จะพบกับความทุกข์อีก ครั้งแล้วครั้งเล่า ไม่รู้จักจบสิ้น จำไม่ได้ว่าตนได้เกิดมาแล้วกี่ครั้ง และเกิดเป็นอะไรบ้าง

แก่ เมื่อมนุษย์เจริญเติบโตอย่างสมบูรณ์เต็มที่แล้ว ร่างกายก็จะเริ่มเสื่อมลงตามกฎแห่งธรรมชาติ ทำให้รู้สึกเป็นทุกข์เพราะไม่อยากแก่ จึงพยายามหาวิธีชะลอความแก่ เช่น บำรุงด้วยเครื่องสำอางและยาสมุนไพร พอกหน้า ลอกหน้า ทำศัลยกรรม เป็นต้น การบำรุงความงามเหล่านี้เป็นสิ่งที่ไม่มีประโยชน์อันใดเลย มีแต่กิเลสปิดบังปัญญา ทำให้ไม่ได้พัฒนาดวงจิต

เจ็บ มนุษย์ย่อมเจ็บป่วยตามกระแสกรรมของตนเอง เมื่อมีความเจ็บป่วยเกิดขึ้น ทำให้รู้สึกเป็นทุกข์ ตัวผู้ป่วยได้รับความเจ็บปวดทุกข์ทรมาน ญาติของผู้ป่วยก็รู้สึกเป็นทุกข์เพราะห่วงใย ถ้าไม่มีเงินค่ารักษาพยาบาล ก็ยิ่งเป็นทุกข์มากขึ้น

ตาย มนุษย์ย่อมตายตามกระแสกรรมของตนเอง ชีวิตนี้มีความพลัดพรากเป็นที่สุด ไม่มีใครหลีกเลี่ยงได้ เมื่อมีความตายเกิดขึ้น ทุกคนคิดว่า เป็นการจากกันที่ไม่มีโอกาสกลับมาพบกันอีก ทำให้รู้สึกเป็นทุกข์

เพียงแค่เหตุของสภาวะการเกิด แก่ เจ็บ ตาย มนุษย์ก็พบกับความทุกข์มากมายและยังมีเหตุของสภาวะอื่นๆ อีกมากที่ทำให้เป็นทุกข์ได้ ดังนั้น มนุษย์จึงมีชีวิตอยู่บนกองทุกข์ตลอดเวลา

ความทุกข์ที่เกิดจากสภาวะทางจิต

ความทุกข์ที่เกิดจากสภาวะทางจิต ได้แก่ การมีกิเลสต่างๆ

กิเลส คือความรู้สึกต่างๆ ซึ่งเกิดขึ้นที่ดวงจิตและติดอยู่ที่ดวงจิต แต่ไม่ใช่เนื้อเดียวกันกับดวงจิต กิเลสเป็นเหมือนเงาคำที่มีพลังอำนาจครอบงำดวงจิตให้ตกอยู่ในความมืด ทำให้เดินหลงทางไปสู่เส้นทางแห่งความชั่ว มีแต่คิด พุศ ทำในสิ่งที่เป็นอกุศล ทำให้ดวงจิตเศร้าหมองและมีความทุกข์อย่างไม่มีที่สิ้นสุด

เมื่อมีกิเลสเกิดขึ้น กิเลสจะปิดบังปัญญา ไม่อาจคิด พุศ ทำในสิ่งที่เป็นกุศล ทำให้ไม่สามารถพัฒนาดวงจิตได้ ดังนั้น ควรฝึกทำความดีให้เป็นอุปนิสัย เพื่อให้ดวงจิตมีกำลังต้านทานกิเลสและสามารถพัฒนาดวงจิตต่อไป

ความรัก

ความรักเป็นกิเลสชนิดหนึ่ง ซึ่งเป็นความรู้สึกที่เกาะเกี่ยว โยงใยกันอย่างเหนียวแน่น มีความยึดมั่นถือมั่น ผูกพัน ห่วงใยและหวงแหน

ความรักที่เหนือสิ่งอื่นใดคือ รักตนเองและวงศาคนญาติ ซึ่งเป็นความรู้สึกที่เกาะเกี่ยว โยงใยกันอย่างเหนียวแน่นที่สุดและมีความยึดมั่นถือมั่นมาก

ความรักก่อให้เกิดประโยชน์ดังนี้คือ ความรักทำให้เกิดความผูกพัน ความห่วงใย การดูแลเอาใจใส่ การช่วยเหลือเกื้อกูลกัน การคุ้มครองป้องกันภัยและความสามัคคี

ความรักก่อให้เกิดโทษดังนี้

1. ทำให้ปัญหาหายไป จึงคิด พุศ ทำในสิ่งที่เป็นอกุศล
2. ทำให้เกิดความยึดมั่นถือมั่น ถ้าสิ่งที่ตนรักไม่เป็นไปตามที่ตนต้องการหรือคาดหวังก็จะรู้สึกเป็นทุกข์
3. ทำให้เกิดความลำเอียง จึงมองเห็นว่า ตนเองและสิ่งที่ตนรักต้องเหนือกว่าและดีกว่าผู้อื่น โดยไม่มีเหตุผลใดมาคัดค้านได้
4. ทำให้เกิดการตามใจเกินขอบเขต จึงมองไม่เห็นว่ามีสิ่งใดถูก สิ่งใดผิด สิ่งใดควร สิ่งใดไม่ควร

ความรักก่อให้เกิดทั้งประโยชน์และโทษ เมื่อนำประโยชน์และโทษของความรักมาเทียบเคียงกันแล้ว จะเห็นว่า ความรักให้ประโยชน์เพียงเล็กน้อย แต่ให้โทษมาก

ดังนั้น ควรฝึกปัญญาทำความเข้าใจและยอมรับความจริงในวัฏสงสารเพื่อให้รู้สึกเป็นทุกข์น้อยลง

ความโกรธ

ความโกรธเป็นกิเลสชนิดหนึ่ง ซึ่งเป็นความรู้สึกร้อนรุ่มเหมือนจับถ่านที่ติดไฟ เหมือนอยู่ในความมืด ทำให้ปัญญาหายไป ไม่อาจคิด พุค ทำในสิ่งที่ป็นกุศลได้ มีแต่คิด พุค ทำในสิ่งที่ป็นอกุศล เช่น มีจิตคิดประทุษร้าย พยาบาท ไม่มีเหตุผล พุคหยาบคาย ไม่พิจารณาไตร่ตรอง มีแนวความคิดเห็นผิด

ถ้ามีความโกรธครอบงำแล้ว แม้จะอาบน้ำชำระกายให้สะอาดและแต่งกายด้วยผ้าขาวสะอาดก็ตาม แม้จะนอนบนที่นอนอันอ่อนนุ่มและสวยงามก็ตาม ก็ยังรู้สึกเป็นทุกข์ ความโกรธก่อให้เกิดโทษอย่างเดียว ไม่มีประโยชน์อันใดเลย ดังนั้น ควรฝึกตนให้มีอุปนิสัยที่ดีเพื่อให้ดวงจิตมีกำลังต้านทานความโกรธ อุปนิสัยที่ดี ได้แก่ มีเหตุผล ใจเย็น รู้จักยอม ให้อภัย เมตตา อคทน พิจารณาตัดเตือนตนเอง พิจารณาไตร่ตรอง มีแนวความคิดเห็นถูก

ความโลภ

ความโลภเป็นกิเลสชนิดหนึ่ง ซึ่งเป็นความรู้สึกอยากได้ อยากมี เมื่อไม่ได้ในสิ่งที่ต้องการ ก็รู้สึกเป็นทุกข์ เมื่อได้มาแล้ว ก็ยังรู้สึกเป็นทุกข์เพราะอยากจะได้เพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ อย่างไม่มีที่สิ้นสุด ยิ่งโลภมาก ก็ยิ่งทุกข์มาก เมื่อมีความโลภเกิดขึ้น ทำให้ปัญญาหายไป จึงคิด พุค ทำในสิ่งที่ป็นอกุศล เช่น ตระหนี่ ไม่รู้จักความพอดี มีเล่ห์เหลี่ยม คดโกง เห็นแก่ส่วนตน ไม่ละอายใจในการทำบาป ไม่พิจารณาไตร่ตรอง มีแนวความคิดเห็นผิด

ความโลภก่อให้เกิดโทษอย่างเดียว ไม่มีประโยชน์อันใดเลย ดังนั้น ควรฝึกตนให้มีอุปนิสัยที่ดีเพื่อให้ดวงจิตมีกำลังต้านทานความโลภ อุปนิสัยที่ดี ได้แก่ รู้จักความพอดี มกน้อย เห็นแก่ส่วนรวม ซื่อตรง อคทน ละอายใจในการทำบาป พิจารณาตัดเตือนตนเอง พิจารณาไตร่ตรอง มีแนวความคิดเห็นถูก

ความทะยานอยาก

ความทะยานอยากเป็นกิเลสชนิดหนึ่ง ซึ่งเป็นความรู้สึกอยากได้ อยากมี อยากเป็น และไม่อยากได้ ไม่อยากมี ไม่อยากเป็น เมื่อไม่ได้ ไม่มีและไม่เป็นในสิ่งที่ต้องการ ก็รู้สึกเป็นทุกข์ เมื่อได้แล้ว มีแล้วและเป็นแล้ว ก็ยังรู้สึกเป็นทุกข์เพราะอยากได้ อยากมีและอยากเป็นเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ อย่างไม่มีที่สิ้นสุด

เมื่อได้ มีและเป็นในสิ่งที่ไม่ต้องการ ก็รู้สึกเป็นทุกข์เพราะไม่อยากจะอยากมีและไม่อยากเป็นเช่นนี้

เมื่อความทะยานอยากเกิดขึ้น ทำให้ปัญญาหายไป จึงคิด พุค ทำในสิ่งที่เป็นอกุศล เช่น ไม่รู้จักประมาณ มีเล่ห์เหลี่ยม เห็นแก่ส่วนตน ไม่ละอายใจในการทำบาป ไม่พิจารณาไตร่ตรอง มีแนวความคิดเห็นผิด

ความทะยานอยากก่อให้เกิดโทษอย่างเดียว ไม่มีประโยชน์อันใดเลย ดังนั้น ควรฝึกตนให้มีอุปนิสัยที่ดีเพื่อให้ดวงจิตมีกำลังต้านทานความทะยานอยาก อุปนิสัยที่ดี ได้แก่ อดทน เห็นแก่ส่วนรวม รู้จักประมาณ มกน้อย ซื่อตรง ละอายใจในการทำบาป พิจารณาตัดเตือนตนเอง พิจารณาไตร่ตรอง มีแนวความคิดเห็นถูก

ความยึดมั่นถือมั่น

ความยึดมั่นถือมั่นเป็นกิเลสชนิดหนึ่ง ซึ่งเป็นความรู้สึกที่ยึดติดในคน สัตว์ สิ่งของ ความคิดและเปลือกห่อหุ้ม เมื่อสิ่งเหล่านี้ไม่เป็นไปตามที่คนต้องการหรือคาดหวังไว้ ก็รู้สึกเป็นทุกข์ เมื่อมีความยึดมั่นถือมั่นเกิดขึ้น ทำให้ปัญญาหายไป จึงคิด พุค ทำในสิ่งที่เป็นอกุศล เช่น ลำเอียง หวงแหน วิตกกังวล ห่วงใย เสียใจ คือ สำคัญตน เห็นแก่ส่วนตน ไม่พิจารณาไตร่ตรอง มีแนวความคิดเห็นผิด

ความยึดมั่นถือมั่นก่อให้เกิดโทษอย่างเดียว ไม่มีประโยชน์อันใดเลย ดังนั้น ควรฝึกตนให้มีอุปนิสัยที่ดีเพื่อให้ดวงจิตมีกำลังต้านทานความยึดมั่นถือมั่น อุปนิสัยที่ดี ได้แก่ มีเหตุผล มีความยุติธรรม รับฟังความคิดของผู้อื่น เห็นแก่ส่วนรวม วาง่าย พิจารณาตัดเตือนตนเอง พิจารณาไตร่ตรอง มีแนวความคิดเห็นถูก

มายา

มายาเป็นกิเลสชนิดหนึ่ง ซึ่งเป็นการคิด พุด ทำหลอกลวงผู้อื่นโดยใช้
เล่ห์เหลี่ยมต่างๆ เพื่อให้เกิดผลตามเจตนาที่ตนต้องการ เมื่อมีมายาเกิดขึ้น ทำให้ปัญญา
หายไประจิด พุด ทำในสิ่งที่เป็นอกุศล เช่น มีเล่ห์เหลี่ยม พุดโกหก พุดกลับ
กลอก ไม่ละอายใจในการทำบาป ไม่พิจารณาไตร่ตรอง มีแนวความคิดเห็นผิด

มายาก่อให้เกิดโทษอย่างเดียว ไม่มีประโยชน์อันใดเลย ดังนั้น ควรฝึกตน
ให้มีอุปนิสัยที่ดีเพื่อให้ดวงจิตมีกำลังต้านทานมายา อุปนิสัยที่ดี ได้แก่ จริ่งใจ ซื่อตรง
พุดคำจริง ละอายใจในการทำบาป พิจารณาตัดเตือนตนเอง พิจารณาไตร่ตรอง
มีแนวความคิดเห็นถูก

ความโอ้อวด

ความโอ้อวดเป็นกิเลสชนิดหนึ่ง ซึ่งเป็นการคิด พุด ทำโอ้อวดเพื่อแสดงให้
ผู้อื่นรู้ว่า ตนได้ ตนมีและตนเป็น แต่ในความเป็นจริงตนอาจจะได้หรือไม่ได้ อาจจะมี
หรือไม่มี อาจจะเป็นหรือไม่เป็นก็ได้

เมื่อมีความโอ้อวดเกิดขึ้น ทำให้ปัญญาหายไประจิด พุด ทำในสิ่งที่เป็น
อกุศล เช่น โอ้อวดรู้ โอ้อวดดี ลำคัญตน ไม่พิจารณาไตร่ตรอง มีแนวความคิดเห็นผิด

ความโอ้อวดก่อก่อให้เกิดโทษอย่างเดียว ไม่มีประโยชน์อันใดเลย ดังนั้น
ควรฝึกตนให้มีอุปนิสัยที่ดีเพื่อให้ดวงจิตมีกำลังต้านทานความโอ้อวด อุปนิสัยที่ดี ได้แก่
อ่อนน้อมถ่อมตน พิจารณาตัดเตือนตนเอง พิจารณาไตร่ตรอง มีแนวความคิดเห็นถูก

ความลำคัญตน

ความลำคัญตนเป็นกิเลสชนิดหนึ่ง ซึ่งเป็นความรู้สึกลำคัญตนว่า ดีกว่าผู้อื่น
เลวกว่าผู้อื่นและเสมอเท่ากับผู้อื่น เมื่อมีความลำคัญตนเกิดขึ้น ทำให้ปัญญาหายไประจิด
พุด ทำในสิ่งที่เป็นอกุศล เช่น คุยหมิ่น ถือตัว ลำพอง ไม่พิจารณาไตร่ตรอง
มีแนวความคิดเห็นผิด

ความลำคัญตนก่อก่อให้เกิดโทษอย่างเดียว ไม่มีประโยชน์อันใดเลย ดังนั้น
ควรฝึกตนให้มีอุปนิสัยที่ดีเพื่อให้ดวงจิตมีกำลังต้านทานความลำคัญตน อุปนิสัยที่ดี ได้แก่
ยกย่องสรรเสริญ อ่อนน้อมถ่อมตน พิจารณาตัดเตือนตนเอง พิจารณาไตร่ตรอง
มีแนวความคิดเห็นถูก

ความถือ

ความถือเป็นกิเลสชนิดหนึ่ง ซึ่งเป็นความรู้สึกที่ไม่อยากทำตามความคิด คำพูดและการกระทำที่ถูกต้องของผู้อื่นเพราะยึดมั่นในความคิดของตนเอง จึงกลายเป็นคน ว่ายาก ความถือมีลักษณะคล้ายแมว ถ้าดึงหาง แมวจะไปข้างหน้า ถ้าดึงหัว แมวจะ ถอยหลัง เมื่อมีความถือเกิดขึ้น ทำให้ปัญญาหายไป จึงคิด พูด ทำในสิ่งที่เป็นอกุศล เช่น เอาความคิดของตนเป็นใหญ่ ไม่มีเหตุผล ว่ายาก ไม่พิจารณาไตร่ตรอง มีแนว ความคิดเห็นผิด

ความถือก่อให้เกิดโทษอย่างเดียว ไม่มีประโยชน์อันใดเลย ดังนั้น ควรฝึกตนให้มีอุปนิสัยที่ดีเพื่อให้ดวงจิตมีกำลังต้านทานความถือ อุปนิสัยที่ดี ได้แก่ มีเหตุผล รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น รู้จักยอม ว่าง่าย พิจารณาตัดเตือนตนเอง พิจารณา ไตร่ตรอง มีแนวความคิดเห็นถูก

ความตระหนี่

ความตระหนี่เป็นกิเลสชนิดหนึ่ง ซึ่งเป็นความรู้สึกหวงแหนและอยากจะเก็บ สิ่งที่คุณรักไว้เป็นของตนเองหรือเก็บสะสมให้มีจำนวนเพิ่มมากขึ้น เช่น เงินทอง สิ่งของ ทรัพย์สินสมบัติ คนรักและวิชาความรู้ เป็นต้น เมื่อมีความตระหนี่เกิดขึ้น ทำให้ปัญญา หายไป จึงคิด พูด ทำในสิ่งที่เป็นอกุศล เช่น โลก ไม่รู้จักความพอดี หวงแหน วิตกกังวล เห็นแก่ส่วนตน ไม่พิจารณาไตร่ตรอง มีแนวความคิดเห็นผิด

ความตระหนี่ก่อให้เกิดโทษอย่างเดียว ไม่มีประโยชน์อันใดเลย ดังนั้น ควรฝึกตนให้มีอุปนิสัยที่ดีเพื่อให้ดวงจิตมีกำลังต้านทานความตระหนี่ อุปนิสัยที่ดี ได้แก่ รู้จักความพอดี แบ่งปัน เสียสละ เห็นแก่ส่วนรวม พิจารณาตัดเตือนตนเอง พิจารณาไตร่ตรอง มีแนวความคิดเห็นถูก



ความริษยา

ความริษยาเป็นกิเลสชนิดหนึ่ง ซึ่งเป็นความรู้สึกที่ไม่อยากให้ผู้อื่นได้ดีและมีความสุข เมื่อเห็นผู้อื่นได้ดีมีความสุข จะรู้สึกอิจฉาและไม่พอใจ เมื่อมีความริษยาเกิดขึ้น ทำให้ปัญญาหายไป จึงคิด พุค ทำในสิ่งที่เป็นอกุศล เช่น ไม่พอใจ อิจฉา แข่งดีแข่งเด่น ไม่พิจารณาไตร่ตรอง มีแนวความคิดเห็นผิด

ความริษยาก่อให้เกิดโทษอย่างเดียว ไม่มีประโยชน์อันใดเลย ดังนั้น ควรฝึกตนให้มีอุปนิสัยที่ดีเพื่อให้ดวงจิตมีกำลังต้านทานความริษยา อุปนิสัยที่ดี ได้แก่ ยินดี ในความสุขของผู้อื่น พิจารณาตักเตือนตนเอง พิจารณาไตร่ตรอง มีแนวความคิดเห็นถูก

การเพ่งเล็งความชั่ว

การเพ่งเล็งความชั่วเป็นกิเลสชนิดหนึ่ง ซึ่งเป็นการคิดและพูดตำหนิในความชั่วของผู้อื่น เมื่อมีการเพ่งเล็งความชั่ว ทำให้ปัญญาหายไป จึงคิด พุค ทำในสิ่งที่เป็นอกุศล เช่น ตำหนิ นินทา คูหมิ่น มองเห็นความชั่วของผู้อื่น ไม่เห็นความชั่วของตนเอง ไม่พิจารณาไตร่ตรอง มีแนวความคิดเห็นผิด

การเพ่งเล็งความชั่วก่อให้เกิดโทษอย่างเดียว ไม่มีประโยชน์อันใดเลย ดังนั้น ควรฝึกตนให้มีอุปนิสัยที่ดีเพื่อให้ดวงจิตมีกำลังต้านทานการเพ่งเล็งความชั่ว อุปนิสัยที่ดี ได้แก่ มองเห็นความดีของผู้อื่น มองเห็นความชั่วของตนเอง พิจารณาตักเตือนตนเอง พิจารณาไตร่ตรอง มีแนวความคิดเห็นถูก

การลบหลู่คุณความดี

การลบหลู่คุณความดีเป็นกิเลสชนิดหนึ่ง ซึ่งเป็นการคิด พุค ทำเพื่อลบล้างความดีของผู้อื่นที่เคยทำดีต่อตนเอง เรียกว่า เนรคุณ เมื่อมีการลบหลู่คุณความดี ทำให้ปัญญาหายไป จึงคิด พุค ทำในสิ่งที่เป็นอกุศล เช่น ไม่รู้จักคุณ ไม่เห็นความดีของผู้อื่น ไม่พิจารณาไตร่ตรอง มีแนวความคิดเห็นผิด

การลบหลู่คุณความดีก่อให้เกิดโทษอย่างเดียว ไม่มีประโยชน์อันใดเลย ดังนั้น ควรฝึกตนให้มีอุปนิสัยที่ดีเพื่อให้ดวงจิตมีกำลังต้านทานการลบหลู่คุณความดี อุปนิสัยที่ดี ได้แก่ รู้คุณ มองเห็นความดีของผู้อื่น พิจารณาตักเตือนตนเอง พิจารณาไตร่ตรอง มีแนวความคิดเห็นถูก

การคูหมิ่น

การคูหมิ่นเป็นกิเลสชนิดหนึ่ง ซึ่งเป็นการคิด พุค ทำที่ถือตัวว่าเหนือกว่าผู้อื่นด้วยชาติตระกูล ฐานะความเป็นอยู่ การศึกษา ตำแหน่งหน้าที่การงานและความสามารถพิเศษ เมื่อมีการคูหมิ่นเกิดขึ้น ทำให้ปัญญาหายไป จึงคิด พุค ทำในสิ่งที่เป็นอกุศล เช่น ยกตน สักยตน ไม่เข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น ไม่พิจารณาไตร่ตรอง มีแนวความคิดเห็นผิด

การคูหมิ่นก่อให้เกิดโทษอย่างเดียว ไม่มีประโยชน์อันใดเลย ดังนั้น ควรฝึกตนให้มีอุปนิสัยที่ดีเพื่อให้ดวงจิตมีกำลังต้านทานการคูหมิ่น อุปนิสัยที่ดี ได้แก่ เป็นกันเองไม่ถือตัว อ่อนน้อมถ่อมตน ยกย่องสรรเสริญ เข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น พิจารณาคัดเตือนตนเอง พิจารณาไตร่ตรอง มีแนวความคิดเห็นถูก

ความประมาท

ความประมาทเป็นกิเลสชนิดหนึ่ง ซึ่งเป็นการคิด พุค ทำด้วยความประมาท เลินเล่อขาดสติเฟอโรและไม่ระมัดระวัง เมื่อมีความประมาท อาจทำให้เกิดภัยอันตรายต่อตนเองและผู้อื่น ความประมาทจึงก่อให้เกิดโทษอย่างเดียว ไม่มีประโยชน์อันใดเลย ดังนั้น ควรฝึกตนให้มีอุปนิสัยที่ดีเพื่อป้องกันภัยอันตรายที่อาจเกิดขึ้นจากความประมาท อุปนิสัยที่ดี ได้แก่ ละเอียดถี่ถ้วน รอบคอบ ระมัดระวัง มีสติไม่หลงลืม พิจารณาคัดเตือนตนเอง พิจารณาไตร่ตรอง มีแนวความคิดเห็นถูก

ความลังเลสงสัย

ความลังเลสงสัยเป็นกิเลสชนิดหนึ่ง ซึ่งเป็นความรู้สึกที่สงสัย เคลือบแคลง ลังเล ไม่แน่ใจและไม่อาจสรุปผลได้ เมื่อมีความลังเลสงสัยในความรู้ทางธรรม เช่น สงสัยว่าพระพุทธเจ้ามีจริงหรือไม่ สงสัยว่าคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าถูกต้องหรือไม่ สงสัยว่าพระอรหันต์หมดกิเลสจริงหรือไม่ สงสัยว่ากฎแห่งกรรมมีจริงหรือไม่ สงสัยความเป็นมาในอดีตและความเป็นไปในอนาคตของตนเองและผู้อื่น เป็นต้น ความลังเลสงสัยจะปิดกั้นปัญญา ทำให้ไม่สามารถพัฒนาดวงจิตต่อไปได้

ความลังเลสงสัยก่อให้เกิดโทษอย่างเดียว ไม่มีประโยชน์อันใดเลย ดังนั้น ควรฝึกตนให้มีอุปนิสัยที่ดีเพื่อขจัดความลังเลสงสัย อุปนิสัยที่ดี ได้แก่ ใฝ่ใจศึกษาธรรมะ กับผู้รู้และถามในสิ่งที่ตนสงสัย พิจารณาไตร่ตรอง มีแนวความคิดเห็นถูก

ความฟุ้งซ่าน

ความฟุ้งซ่านเป็นกิเลสชนิดหนึ่ง ซึ่งเป็นความคิดที่ฟุ้งซ่าน สับสนวุ่นวาย ทำให้จิตใจไม่สงบ เมื่อมีความฟุ้งซ่านเกิดขึ้น ทำให้ปัญญาหายไปและไม่อาจพิจารณาไตร่ตรองสิ่งใดได้ ความฟุ้งซ่านก่อให้เกิดโทษอย่างเดียว ไม่มีประโยชน์อันใดเลย ดังนั้น ควรฝึกตนให้มีสติตลอดเวลาเพื่อป้องกันความฟุ้งซ่าน ทำให้เกิดปัญญาในการพิจารณาไตร่ตรอง และมีแนวความคิดเห็นถูก



บทที่ 6

ความรู้

ความรู้ในเอกภพ

ความรู้ทั้งหลายในเอกภพมีเป็นจำนวนมาก ซึ่งมีทั้งความรู้ที่เป็นประโยชน์ และความรู้ที่ไม่เป็นประโยชน์ ความรู้แบ่งเป็น 2 ประเภท ได้แก่

1. ความรู้ทางธรรม
2. ความรู้ทางโลก

ความรู้ทางธรรม

ความรู้ทางธรรมเป็นความรู้ที่มีประโยชน์สูงสุดต่อเวไนยสัตว์ที่ยังต้องเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสารเพราะสามารถช่วยให้ดวงจิตหลุดพ้นจากความทุกข์และออกจากวัฏสงสารได้

ธรรมะเป็นของลึกซึ้ง ละเอียด สงบและประณีต จึงยากที่จะเห็นตามและรู้ตามได้ ดังนั้น ดวงจิตจึงต้องใช้ระยะเวลาอันยาวนานในการเรียนรู้ให้เข้าใจธรรมะและนำมาปฏิบัติเพื่อให้หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง

ความรู้ทางโลก

ความรู้ทางโลกมีทั้งความรู้ที่เป็นประโยชน์และความรู้ที่ไม่เป็นประโยชน์ ความรู้บางอย่างมีประโยชน์มากสำหรับการดำรงชีวิตของมนุษย์และสัตว์ ความรู้บางอย่างมีประโยชน์เพียงเล็กน้อย ความรู้บางอย่างไม่มีประโยชน์เลย แต่มนุษย์ต้องการเรียนรู้เพื่อให้รู้เท่านั้น

ความรู้ทางโลกไม่สามารถช่วยให้หลุดพ้นจากความทุกข์ได้ ทำให้ดวงจิตวนเวียนอยู่กับกิเลสไม่รู้จักจบสิ้น

ความรู้ทางโลกที่มีประโยชน์

ความรู้ทางโลกจะมีประโยชน์เฉพาะในภพมนุษย์และภพสัตว์ครึ่งจกานเท่านั้น มนุษย์และสัตว์มีสภาวะของการเกิด แก่ เจ็บ ตาย หนาว ร้อน หิว เหนื่อย มนุษย์จึงใช้ความรู้ทางโลกมาช่วยเหลือเกื้อกูลในการดำรงชีวิตเพื่อบรรเทาความทุกข์ที่เกิดจากสภาวะต่างๆ เป็นการใช้ความรู้ให้เกิดประโยชน์ในทิศทางที่ถูกต้องและเหมาะสม ตัวอย่างเช่น

- สาขาวิชาแพทยศาสตร์ ช่วยเหลือรักษามนุษย์และสัตว์ที่เจ็บป่วย

- สาขาวิชาเกษตรศาสตร์ ศึกษาธรรมชาติและวิธีการเพาะปลูกพืชพันธุ์ธัญญาหาร
- สาขาวิชาวิทยาศาสตร์ ศึกษาสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติซึ่งเป็นสิ่งมีชีวิตและสิ่งไม่มีชีวิต
- สาขาวิชาวิศวกรรมศาสตร์ คิดค้นและคำนวณการสร้างเทคโนโลยีต่างๆ
- สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ นำความรู้ที่เป็นประโยชน์มาถ่ายทอดให้แก่ผู้เรียน
- สาขาวิชารัฐศาสตร์การปกครอง ศึกษาและใช้ระบบการปกครองให้เหมาะสมกับสภาพและความต้องการของสังคม

ความรู้ทางโลกที่ไม่มีประโยชน์

ความรู้ทางโลกที่ไม่มีประโยชน์มีมากมายหลายวิชา แบ่งเป็น 2 ประเภท ได้แก่

1. วิชาที่มีอิทธิปาฏิหาริย์
2. วิชาที่ไม่มีอิทธิปาฏิหาริย์

วิชาที่มีอิทธิปาฏิหาริย์

วิชาที่มีอิทธิปาฏิหาริย์ ได้แก่ วิชาคาถาอาคมเวทมนตร์ต่างๆ ทำให้ล่องหนหายตัว ทะลุฟ้าและกำแพง ดำดิน เดินบนน้ำ เหาะในอากาศ เนรมิตกายคนเดียวให้เป็นหลายคนและหลายคนให้เป็นคนเดียว อยู่ยงคงกะพัน เสกใบไม้ให้เป็นผึ้ง ฯลฯ

วิชาที่ไม่มีอิทธิปาฏิหาริย์

วิชาที่ไม่มีอิทธิปาฏิหาริย์ ได้แก่ วิชาทายความฝัน วิชาทายลักษณะวิชาคุณพื้นที่ วิชารู้จักเสียงสัตว์ วิชาคุณลักษณะอัณมณี วิชาคุณลักษณะสตรีและบุรุษ วิชาคุณลักษณะสัตว์ วิชาคุณดวงดาว วิชาพยากรณ์ วิชาคุณฤกษ์ วิชาทำพิธีกรรม วิชาแก้บน วิชาปัดเป่า วิชาต่อสู้ด้วยยุทธวิธี ฯลฯ

วิชาเหล่านี้ทำให้เพลิดเพลิน หลงใหล ถ้าพอใจและสำคัญตนว่า มีความสามารถเหนือผู้อื่น เมื่อพิจารณาด้วยปัญญาแล้วจะเห็นว่า ข้างนอกเกลี้ยกล่อมแต่ข้างในกรงรังและไม่มีแก่นสาร การเรียนวิชาเหล่านี้เหมือนกับการบริโภคเกลือเพราะไม่ทำให้หลุดพ้นจากความทุกข์ จึงไม่มีประโยชน์ทางธรรม

พระวังคีสะ

พระพุทธเจ้า : เธอรู้จักคิดปะใจบ้าง
 วังคีสะ : ข้าพระองค์รู้มนต์สี่ระยะผี เมื่อรำยมนต์นี้แล้วเกาะศีรษะของผู้ตาย ก็
 จะรู้ว่า ผู้นั้นได้ไปเกิดที่ไหน

พระพุทธเจ้าจึงโปรดให้คนไปนำศีรษะของคนที่ตายแล้ว 4 คน มาตั้ง
 เรียงกัน คือ ศีรษะของคนที่ได้เกิดในนรก มนุษย์โลก เทวโลกและนิพพาน เมื่อวังคีสะ
 เกาะดู เขาก็สามารถบอกได้ถูกต้องในสี่ระยะที่ 1 , 2 , 3 แต่เขาไม่รู้ในสี่ระยะที่ 4 เพราะ
 ความรู้ของปุถุชนไม่สามารถหยั่งรู้คติของอรหันต์ได้

วังคีสะ : ข้าพระองค์ไม่อาจรู้ที่เกิดของผู้นี้ได้ ถ้าพระองค์รู้ ขอได้ตรัสบอก
 ด้วยเถิด

พระพุทธเจ้า : ผู้ใดรู้จักความเกิดและความตายของสัตว์ทั้งหลาย เราเรียกผู้นั้นว่า
 ผู้ไม่มีกิเลส ได้นามพิเศษว่า อรหันต์

วังคีสะ : ถ้าอย่างนั้น ขอพระองค์จงประทานวิชานี้แก่ข้าพระองค์ด้วยเถิด

พระพุทธเจ้า : เราให้ได้แต่ผู้ที่มีเพศเหมือนกัน

วังคีสะคิดว่า เราควรจะเรียนเอาวิชานี้ให้จงได้ คิดดังนี้แล้ว เขาจึง
 ทูลขอบรรพชา เมื่อเขาบรรพชาแล้ว เขาก็เรียนกรรมฐานกับวิปัสสนา พระวังคีสะได้
 ทำวิปัสสนาให้เจริญขึ้น แล้วก็สำเร็จเป็นพระอรหันต์

หมายเหตุ : จากพระไตรปิฎก

บทที่ 7

การดำเนินชีวิตทางโลก

การดำเนินชีวิตทางโลกอย่างมีธรรมะ

การดำเนินชีวิตทางโลกจะสวนทางกับชีวิตทางธรรมเสมอเพราะชีวิตทางโลกอยู่ท่ามกลางสิ่งแวดล้อมที่ทำให้กิเลสกำเริบได้ง่าย ส่วนชีวิตทางธรรมอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่พยายามทำให้กิเลสสงบนิ่งและลดลง ธรรมะมีประโยชน์สูงสุดต่อการดำเนินชีวิตทางโลก เพราะสามารถช่วยให้รู้จักดำเนินชีวิตในแนวทางที่ถูกต้องและมีความพอเหมาะพอดี ทำให้ชีวิตมีความทุกข์น้อยลง

มนุษย์ใช้เงินเป็นหลักในการซื้อปัจจัยที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต ดังนั้น ควรใช้เงินในทางที่ทำให้เกิดประโยชน์และรู้จักประมาณในการใช้จ่าย ไม่ฟุ่มเฟือย ไม่ตระหนี่ ควรใช้จ่ายให้เหมาะสมกับรายได้และใช้ชีวิตที่เรียบง่าย อยู่น่าย กินง่าย ดังนี้

อาหาร ควรกินอาหารเพื่อให้ชีวิตดำรงอยู่ได้ รู้จักประมาณในการกิน ไม่กินมากเกินไป ไม่กินน้อยเกินไป ควรกินอาหารในราคาที่เหมาะสมกับรายได้ ไม่ควรกินตามความนิยมของคนในสังคม

ที่อยู่อาศัย ควรมีบ้านเพื่อใช้เป็นที่อยู่อาศัยและป้องกันความร้อนหนาว รู้จักประมาณในการอยู่และมีบ้านในราคาที่เหมาะสมกับรายได้ ไม่ควรมีบ้านเพื่อต้องการโอ้อวดและแข่งดีแข่งเด่น

เครื่องนุ่งห่ม ควรใส่เสื้อผ้าเพื่อป้องกันความร้อนหนาวและเพื่อความสะดวกสบาย รู้จักประมาณในการสวมใส่ ควรซื้อเสื้อผ้าในราคาที่เหมาะสมกับรายได้และมีเสื้อผ้าเป็นจำนวนที่พอใช้ ไม่ควรซื้อเสื้อผ้าเพื่อต้องการโอ้อวดและแข่งดีแข่งเด่นในเรื่องความสวยงาม ความทันสมัยและความร่ำรวย

ของใช้เบ็ดเตล็ด ควรมีของใช้เบ็ดเตล็ดตามความจำเป็น รู้จักประมาณในการใช้และควรซื้อของใช้เบ็ดเตล็ดในราคาที่เหมาะสมกับรายได้ ไม่ควรซื้อเพื่อต้องการโอ้อวดและแข่งดีแข่งเด่น

เครื่องมือเครื่องใช้ ควรมีเครื่องมือเครื่องใช้ตามความจำเป็น รู้จักประมาณในการใช้และควรซื้อเครื่องมือเครื่องใช้ในราคาที่เหมาะสมกับรายได้ ไม่ควรซื้อเพื่อต้องการโอ้อวดและแข่งดีแข่งเด่น

ทรัพยากรธรรมชาติ ควรใช้ทรัพยากรธรรมชาติให้เกิดประโยชน์ตามความจำเป็น รู้จักประมาณในการใช้และควรใช้อย่างระมัดระวัง เช่น การใช้น้ำ ไฟฟ้า น้ำมัน ป่าไม้ เป็นต้น

สุขภาพกาย ควรรู้จักดูแลรักษาสุขภาพกายอย่างสม่ำเสมอด้วยการออกกำลังกายและใช้ชีวิตอย่างพอเหมาะพอดี ทำให้ร่างกายแข็งแรงและเสื่อมช้า ไม่จำเป็นต้องกินยาบำรุงกำลัง เพราะธรรมชาติได้สร้างร่างกายให้มีความสมดุลในการใช้งานได้ตลอดช่วงชีวิต แต่มนุษย์กลับทำลายความสมดุลในร่างกายนี้ ทำให้ร่างกายเสื่อมเร็วและเป็นโรคได้ง่าย เช่น สูบบุหรี่ คัดค้านิยร์ เสพยาเสพติด เที่ยวดึก นอนดึก ทำงานหนัก กินอาหารที่มีเชื้อโรคและมีสารเคมี อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เป็นพิษ เป็นต้น มนุษย์จึงเป็นทุกข้อยู่กับโรคภัยไข้เจ็บตลอดเวลา

สุขภาพจิต ควรรักษาจิตใจให้เบิกบานสดชื่นอยู่เสมอด้วยการฝึกตนให้มีอุปนิสัยที่ดี ได้แก่ ไม่โกรธง่าย ใจเย็น เบิกบานผ่องใส ไม่อิจฉาริษยา ยินดีในความสุขของผู้อื่น ไม่โลภมาก รู้จักความพอดี ไม่เพ่งเล็งความชั่วของผู้อื่น มองเห็นความดีของผู้อื่น ไม่ฟุ้งซ่าน มีสติ ฯลฯ ถ้าสุขภาพจิตดี สุขภาพกายก็พลอยดีด้วย เพราะจิตเป็นใหญ่ กายเป็นรอง ถ้าสุขภาพจิตไม่ดี สุขภาพกายก็พลอยไม่ดีด้วย ตัวอย่างเช่น เมื่อเครียดมาก อาจทำให้ปวดหัว ปวดท้องและนอนไม่หลับได้

การสะสมเงิน ถ้าสามารถสะสมเงินได้ ควรสะสมเพื่อให้เป็นเงินสำรองไว้ใช้จ่ายในเวลาจำเป็น เช่น เป็นค่ารักษาพยาบาล ค่าเล่าเรียน ค่าซ่อมเครื่องมือเครื่องใช้ ค่าซ่อมแซมบ้าน เป็นต้น ไม่ควรสะสมเงินด้วยความโลภเพราะความโลภทำให้อยากมีเงินมากขึ้นไปเรื่อยๆ โดยไม่รู้จักเพียงพอ ผู้ที่มีเงินมาก ควรแบ่งปันให้แก่ผู้ที่ไม่มียินหรือมีเงินน้อย ช่วยเหลือสัตว์ที่ลำบากและแบ่งไปทำบุญบ้างตามโอกาส

ผู้ที่มีทรัพย์สินเงินทองมาก ย่อมเป็นทุกข์มาก
เป็นทุกข์ในการใช้จ่ายและในการหาเพิ่มเติม
เป็นทุกข์ในการรักษาให้คงอยู่และไม่ให้หมดไป

เปลือกห่อหุ้ม

มนุษย์ในสังคมยอมรับและยกย่องผู้ที่มีชาติตระกูลดี มีฐานะร่ำรวย มีการศึกษาสูง มีตำแหน่งหน้าที่การงานดี มีความสามารถในการทำงาน มีความสามารถเชี่ยวชาญด้านวิชาการ มีความสามารถพิเศษด้านกีฬา คนตรี ร้องเพลง เต้นรำ มีศิลปะในการพูด เขียน วาดรูป มีรูปร่างหน้าตาดี แต่งกายดี มีมนุษยสัมพันธ์ ฉลาด คล่องแคล่วและอื่นๆ

สิ่งเหล่านี้เป็นเปลือกห่อหุ้มที่ทำให้เกิดอำนาจ ลาภ ยศและสรรเสริญ ซึ่งมีความหอมหวาน มนุษย์ส่วนมากจึงยึดติดและยึดถือเปลือกห่อหุ้มเป็นเป้าหมายสำคัญในการดำเนินชีวิต เมื่อไม่มี ก็อยากมี เมื่อมีแล้ว ก็อยากจะมีเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ ทำให้รู้สึกเป็นทุกข์เพราะชีวิตวนเวียนอยู่กับกิเลสตลอดเวลา กิเลสจึงปิดบังปัญญา ทำให้หลงทางและไม่เข้าใจความจริงในวัฏสงสาร จึงไม่อาจพัฒนาดวงจิตได้

วิธีที่ทำให้ลดการยึดติดในเปลือกห่อหุ้ม

เมื่อมนุษย์ไม่มีเปลือกห่อหุ้ม ก็รู้สึกเป็นทุกข์ ถึงแม้จะมีเปลือกห่อหุ้มแล้ว และไม่เป็นไปตามที่ตนต้องการหรือคาดหวังไว้ ก็ยังรู้สึกเป็นทุกข์ มนุษย์ควรจะเข้าใจและยอมรับความจริงในวัฏสงสารเพื่อลดการยึดติดในเปลือกห่อหุ้มและจะทำให้เป็นทุกข์น้อยลง ซึ่งมีวิธีพิจารณาดังนี้

1. เมื่อไม่มีเปลือกห่อหุ้ม ควรเข้าใจในกฎแห่งกรรมและไม่ควรรู้สึกว่าเป็นทุกข์ เพราะคุณค่าของมนุษย์อยู่ที่การคิดดี พูดดีและทำดี ทำให้ได้พัฒนาดวงจิต แต่เปลือกห่อหุ้มเป็นสิ่งทำให้เกิดกิเลส กิเลสจะปิดบังปัญญาในการพัฒนาดวงจิต
2. เมื่อมีเปลือกห่อหุ้มแล้ว ไม่ควรหลงตนว่า มีความสำคัญและมีคุณค่าเหนือผู้อื่น เพราะการมีเปลือกห่อหุ้มไม่ใช่สิ่งที่บ่งบอกว่า เป็นคนดีและมีคุณค่า
3. เมื่อมีเปลือกห่อหุ้มแล้ว ไม่ควรคิดโลภมากที่อยากจะมีเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ ทำให้กิเลสปิดบังปัญญาในการพัฒนาดวงจิต ควรคิดที่จะเพิ่มคุณความดีให้มากขึ้น ไม่ใช่เพิ่มเปลือกห่อหุ้มให้หนามากขึ้น
4. เมื่อมีเปลือกห่อหุ้มแล้วและเกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ไม่ต้องการ ควรเข้าใจในกฎแห่งกรรมและสภาวะในวัฏสงสารว่า ทุกสิ่งเกิดขึ้นและย่อมเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัย

ตัวอย่างเช่น

- เคยมีเงินทองทรัพย์สินสมบัติมาก ทำให้สังคมยอมรับและยกย่องว่าเป็นผู้มีเกียรติ มีชื่อเสียงและมีอำนาจ เมื่อเงินทองทรัพย์สินสมบัติลดน้อยลงหรือไม่มีเลย ก็จะทำให้เกียรติ ชื่อเสียงและอำนาจลดลงไปหรือหมดไป ถ้าเข้าใจในกฎแห่งกรรมและสภาวะในวัฏสงสาร ก็จะทำให้เป็นทุกข์น้อยลง
 - เคยมีตำแหน่งหน้าที่การงานในระดับสูง ทำให้สังคมยอมรับและยกย่องว่าเป็นผู้มีเกียรติ มีชื่อเสียง มีอำนาจและมีลาภสักการะ เมื่อพ้นออกจากตำแหน่งหน้าที่ ก็จะทำให้เกียรติ ชื่อเสียง อำนาจและลาภสักการะหมดไป ถ้าเข้าใจในกฎแห่งกรรมและสภาวะในวัฏสงสาร ก็จะทำให้เป็นทุกข์น้อยลง
5. เมื่อมนุษย์เสียชีวิต เปลือกห่อหุ้มก็จะหลุดลอกออก ตัวอย่างเช่น
- ร่างกายที่คิดว่าสวยงาม ก็จะถูกเผาเหลือแต่ขี้เถ้าหรือถูกฝังจนเน่าเปื่อยในดิน
 - เงินทองและทรัพย์สินสมบัติที่สะสมไว้ด้วยความโลภและความตระหนี่ ก็จะมีวงศาคณาญาติมาแบ่งสรรปันส่วน เจ้าของไม่สามารถนำติดตัวไปใช้ในภพใหม่ได้เลย
 - ตำแหน่งหน้าที่การงานที่เคยมีเกียรติ มีอำนาจ มีชื่อเสียงและมีลาภสักการะ ก็จะถูกกลายเป็นอดีตเหมือนคลื่นกระทบฝั่ง
 - ความรู้ทางโลกที่ได้ศึกษามากมายและถูกบันทึกอยู่ในสมอง ก็จะถูกสูญหายไป พร้อมกับร่างกายที่ถูกเผาจนเป็นขี้เถ้าหรือถูกฝังจนเน่าเปื่อยในดิน

สังคมมนุษย์

มนุษย์ชอบอยู่รวมกันเป็นสังคมเพื่อพึ่งพาอาศัยและติดต่อกัน ดังนั้น ตั้งแต่มนุษย์เกิด → แก่ชรา จึงดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมต่างๆ ได้แก่ สังคมในครอบครัว สังคมในโรงเรียนและมหาวิทยาลัย สังคมในที่ทำงาน สังคมในวัดและสังคมในชุมชน เมื่อมนุษย์มาอยู่รวมกันในสังคม จะมีการทำกิจกรรมร่วมกันหรือแยกกัน ซึ่งเป็นกิจกรรมที่เหมือนกันหรือคล้ายกันและมีจุดมุ่งหมายเดียวกัน

สังคมในครอบครัว

สังคมครอบครัวเป็นสังคมพื้นฐานของมนุษย์เพราะจะเป็นฐานที่สำคัญในการดำเนินชีวิตต่อไป สมาชิกในสังคมนี้อาจมีความเกี่ยวข้องกับผูกพันกันอย่างใกล้ชิด มีความรัก ความห่วงใยและมีการช่วยเหลือเกื้อกูลกัน เมื่อสมาชิกในครอบครัวได้รับความรักที่เหมาะสม ทำให้จิตใจเจริญเติบโตด้วยความรู้สึกที่มั่นคงแข็งแรง ในขณะที่เด็กต้องได้รับการอบรม สั่งสอนให้รู้จักใช้ชีวิตในแนวทางที่ถูกต้องและเหมาะสมด้วย ทำให้พร้อมที่จะออกไปอยู่ร่วมกับสังคมอื่นๆ ได้เป็นอย่างดี

แต่มนุษย์ส่วนมากในยุคสมัยนี้ เคยพัฒนาดวงจิตมาแล้วในระดับเล็กน้อย ทำให้ดวงจิตมีกำลังเล็กน้อยในการต้านทานกิเลสและไม่มีปัญญาเพียงพอที่จะอบรมสั่งสอนสมาชิกในครอบครัวให้รู้จักใช้ชีวิตในแนวทางที่ถูกต้องและเหมาะสม มีการรักลูกหลานในทางที่ผิด มีความลำเอียงและการตามใจเกินขอบเขต เมื่อเด็กที่เคยพัฒนาดวงจิตมาแล้วในระดับเล็กน้อย ได้รับความรักและการเลี้ยงดูในแนวทางที่ผิด ทำให้เด็กเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ไม่รู้จักใช้ชีวิตในแนวทางที่ถูกต้องและเหมาะสม

สังคมในโรงเรียนและมหาวิทยาลัย

ความรู้เป็นสิ่งสำคัญในการดำเนินชีวิต มนุษย์จึงเริ่มศึกษาวิชาความรู้ตั้งแต่วัยเด็กในสังคมโรงเรียนและมหาวิทยาลัย สมาชิกในสังคมนี้อาจมีความเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กันตามสถานภาพ มีการคบหาสมาคมกันและช่วยเหลือเกื้อกูลกันในเรื่องการเรียนรู้เป็นส่วนมาก

เมื่อเด็กทุกคนเข้ามาศึกษาในโรงเรียนและมหาวิทยาลัยแล้ว ถึงแม้เด็กแต่ละคนจะมาจากครอบครัวที่แตกต่างกัน แต่ทุกคนก็จะมีสถานภาพเหมือนกันคือ เป็นนักเรียนและนักศึกษา ซึ่งมีหน้าที่เรียนหนังสือ เด็กจะได้รับประสบการณ์ในการอยู่ร่วมกับสังคมในโรงเรียนและมหาวิทยาลัย เช่น ได้รับความรู้ ได้รู้จักผู้สอน ได้รู้จักเพื่อน ได้เรียนรู้

ระเบียบวินัยและการประพฤติตน เป็นต้น ทำให้เด็กได้เรียนรู้และรู้จักปรับตัวให้ดำรง
อยู่ได้ในสังคมนี้

แต่มนุษย์ส่วนมากในยุคเสื่อมนี้ มีจิตใจเสื่อมจากธรรมะ ไม่มีคุณธรรม
ไม่มีศีล จึงมีการเบียดเบียนและสามารถกระทำการในสิ่งที่โหดร้ายทารุณได้ ซึ่งเป็นภัย
อันตรายที่แอบแฝงอยู่ในสังคม โรงเรียนและมหาวิทยาลัย ทำให้นักเรียนและนักศึกษาต้องอยู่
อย่างหวาดระแวงภัย ตัวอย่างเช่น

- ครูลงโทษนักเรียนด้วยวิธีการที่รุนแรง
- ครูกระทำการลวนลามนักเรียน
- มีนักเรียนและนักศึกษาเป็นนักเลงอันธพาล
- นักศึกษารุ่นพี่มีพิธีรับน้องใหม่ด้วยวิธีที่แปลกและรุนแรง
- มีนักเรียนและนักศึกษาเป็นเอเย่นต์ค้าผู้หญิง
- มีนักเรียนและนักศึกษาเป็นโสเภณี
- มีนักเรียนและนักศึกษาขายยาเสพติด
- มีนักเรียนและนักศึกษาคดียาเสพติด

สังคมในที่ทำงาน

ความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์คือ ต้องการปัจจัย 4 ได้แก่ อาหาร
เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัยและยารักษาโรคเพื่อให้ชีวิตดำรงอยู่ได้ มนุษย์จึงต้องทำงานหา
เงินเพื่อซื้อปัจจัย 4 และปัจจัยอื่นๆ ที่จำเป็น สมาชิกในสังคมนี้มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์
กันตามสายงาน มีการคบหาสมาคมกันและช่วยเหลือเกื้อกูลกันในบางเรื่อง มนุษย์จะมี
โอกาสเรียนรู้สิ่งต่างๆ ซึ่งทำให้มีแนวความคิดที่กว้างไกลมากขึ้น

แต่มนุษย์ส่วนมากในยุคเสื่อมนี้ มีจิตใจเสื่อมจากธรรมะ ไม่มีคุณธรรม
ไม่มีศีล มีการเบียดเบียนและแก่งแย่งแข่งขันเพื่อผลประโยชน์ของตนเอง จึงสามารถ
กระทำการในสิ่งที่โหดร้ายทารุณได้ มีการคบหาสมาคมเพื่อผลประโยชน์และพยายามวาง
ตนให้เหมาะสมเพื่อให้ดำรงอยู่ในสังคมนี้ได้

สังคมในวัด

ธรรมะมีประโยชน์สูงสุดในการดำเนินชีวิตทางโลกและทางธรรม วัดจึงเป็น
ศูนย์รวมจิตใจของมนุษย์ ซึ่งมีพระสงฆ์เป็นผู้ชี้แนะสั่งสอนธรรม ดังนั้น การเลื่อมใส

ศรัทธาพระพุทธเจ้า พระธรรมและพระสงฆ์เพื่อเป็นที่พึ่งทางใจและปฏิบัติตามคำสั่งสอน
ของพระพุทธเจ้านั้น ทำให้มนุษย์สามารถดำรงชีวิตได้อย่างสงบสุขและสามารถปฏิบัติธรรม
ได้อย่างถูกต้อง

ถึงแม้จะเป็นยุคเสื่อม แต่ธรรมะไม่เคยเสื่อมและยังคงดำรงอยู่เช่นเดิม มีแต่
จิตใจมนุษย์เท่านั้นที่เสื่อมจากธรรมะ คั้งนั้น มนุษย์ส่วนมากในยุคเสื่อมนี้ มีแนว
ความคิดเห็นผิดและเข้าใจธรรมะที่เบี่ยงเบนจากความเป็นจริง ทำให้ไม่สามารถศึกษาและ
ปฏิบัติธรรมอย่างจริงจังเพื่อให้หลุดพ้นจากความทุกข์ได้

สังคมในชุมชน

ในชุมชนหนึ่งๆ มีบ้านหลายหลังคาเรือน หลายครอบครัว มีโรงเรียนและ
มหาวิทยาลัย มีสถานที่ทำงาน มีวัด รวมกันอยู่ในชุมชนเดียวกัน สมาชิกในสังคมนี้
มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กัน มีการคบหาสมาคมกันและช่วยเหลือเกื้อกูลกันในบางโอกาส

แต่มนุษย์ส่วนมากในยุคเสื่อมนี้ มีจิตใจเสื่อมจากธรรมะ ไม่มีคุณธรรม
ไม่มีศีล มีการเบียดเบียนและสามารถกระทำการในสิ่งที่โหดร้ายทารุณได้ ทำให้มนุษย์ใน
สังคมชุมชนมีชีวิตอยู่อย่างหวาดระแวงภัย ตัวอย่างเช่น

- มีการขโมยแย่งชิงทรัพย์สินเงินทองของผู้อื่น
- มีการทุจริตหลอกลวงเอาทรัพย์สินเงินทองของผู้อื่น
- คนขับแท็กซี่ระแวงว่าผู้โดยสารจะกลายเป็นโจร ส่วนผู้โดยสารก็ระแวง
ว่าคนขับแท็กซี่จะกลายเป็นโจร
- มีการหลอกลวงเด็กและผู้หญิงเพื่อนำไปใช้แรงงาน
- แม่ทิ้งลูกที่เพิ่งคลอดใหม่ไว้ข้างถนน
- มีการผลิตยาเสพติดเป็นจำนวนมากขายมหาศาล
- นำหมามากัดกันจนเสียชีวิตเพื่อใช้เป็นเกมพนัน
- มีการฆ่ากันอย่างโหดร้ายเพื่อผลประโยชน์
- มีการก่อวินาศกรรมเพื่อทำลายทรัพย์สินและชีวิตมนุษย์
- มีการทำสงครามทำลายล้างชีวิตมนุษย์

การที่ได้เกิดเป็นมนุษย์ในยุคเสื่อมนี้ ไม่ใช่เป็นเรื่องบังเอิญ แต่เป็นเรื่อง
ของผลแห่งกรรม ทุกดวงจิตมีกรรมเป็นแดนเกิดและต้องดำเนินไปตามกระแสกรรมของตน
เอง จึงไม่สามารถเลือกเกิดได้ ทุกอย่างเป็นไปตามกฎแห่งกรรมทั้งสิ้น

หน้าที่ที่ควรทำ

มนุษย์ย่อมมีสถานภาพต่างๆ ในสังคม ซึ่งอาจเป็นสถานภาพที่ได้มาตั้งแต่เกิด หรือได้มาด้วยความสามารถเฉพาะตัว เช่น มีสถานภาพเป็นพ่อ แม่ ลูก ญาติพี่น้อง สามี ภรรยา เพื่อน ครู นักเรียน หัวหน้า ลูกน้อง เป็นต้น ดังนั้น ควรทำหน้าที่ตามสถานภาพของตนเองอย่างมีธรรมะเพื่อให้ชีวิตดำเนินไปอย่างถูกต้องตามทำนองคลองธรรมและทำให้มีการพัฒนาดวงจิต

หน้าที่ของพ่อแม่

พ่อแม่มีหน้าที่ต่อลูกดังนี้

1. เลี้ยงดูเอาใจใส่ลูกในวัยเด็ก
2. อบรมสั่งสอนลูกในแนวทางที่ถูกต้อง
3. ส่งเสริมและสนับสนุนให้ลูกได้รับการศึกษา
4. ช่วยเหลือและให้กำลังใจเมื่อลูกมีความทุกข์
5. มอบทรัพย์ให้ในเวลาที่เหมาะสม
6. ชักชวนและสนับสนุนลูกให้เดินทางธรรม

หน้าที่ของลูก

ลูกมีหน้าที่ต่อพ่อแม่ดังนี้

1. ระลึกในคุณความดีของพ่อแม่
2. เลี้ยงดูเอาใจใส่ทุกข์สุขของพ่อแม่
3. เชื่อฟังและปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพ่อแม่ในแนวทางที่ถูกต้อง
4. ช่วยเหลือแบ่งเบาภาระของพ่อแม่
5. ตั้งใจศึกษาเล่าเรียน
6. ใช้ทรัพย์ให้เกิดประโยชน์ เมื่อพ่อแม่มอบทรัพย์ให้
7. ชักชวนและสนับสนุนพ่อแม่ให้เดินทางธรรม

หน้าที่ของสามีและภรรยา

ในภาวะปกติ สามีเป็นผู้นำครอบครัวและมีหน้าที่ทำงานหาเงินมาเลี้ยงครอบครัว ส่วนภรรยามีหน้าที่เลี้ยงดูลูกและทำงานบ้าน แต่ในยุคเสื่อมซึ่งมีภาวะเศรษฐกิจไม่ดี สามีและภรรยาจึงมีหน้าที่ไม่แปลกแตกต่างกันเลยคือ การช่วยกันทำงานหาเงินมาเลี้ยงครอบครัว ภรรยาส่วนมากเข้าใจและยอมรับในหน้าที่ใหม่ของตนเอง แต่สามีส่วนมากยังไม่ยอมรับในหน้าที่ใหม่ของตนเอง ยังคงคิดว่า งานเลี้ยงดูลูกและงานในบ้านเป็นหน้าที่ของภรรยา ทำให้ภรรยาต้องรับภาระหนักทั้งงานในบ้านและงานนอกบ้าน ดังนั้น เพื่อให้ชีวิตครอบครัวมีความสุข สามีและภรรยาควรมีหน้าที่ร่วมกันดังนี้

1. ช่วยกันทำงานหาเงินเลี้ยงครอบครัว
2. ช่วยกันเลี้ยงดูเอาใจใส่ลูกในวัยเด็ก
3. ช่วยกันอบรมสั่งสอนลูกในแนวทางที่ถูกต้อง
4. ช่วยกันดูแลรับผิดชอบงานในบ้านให้สะอาดและเรียบร้อย
5. มีความรักและเมตตาต่อกัน
6. ช่วยเหลือและให้กำลังใจกัน ในยามทุกข์ยาก
7. ซักชวนและสนับสนุนให้เดินทางธรรม

หน้าที่ของครู

ครูมีหน้าที่ต่อลูกศิษย์ดังนี้

1. ถ่ายทอดวิชาความรู้อย่างเต็มความสามารถ
2. อบรมสั่งสอนลูกศิษย์ในแนวทางที่ถูกต้อง
3. ตักเตือนลูกศิษย์ด้วยจิตเมตตา ด้วยคำที่มีประโยชน์และในเวลาที่เหมาะสม
4. ซักชวนและสนับสนุนลูกศิษย์ให้เดินทางธรรม

หน้าที่ของลูกศิษย์

ลูกศิษย์มีหน้าที่ต่อครูดังนี้

1. ตั้งใจศึกษาเล่าเรียน
2. เชื่อฟังและปฏิบัติตามคำสั่งสอนของครูในแนวทางที่ถูกต้อง
3. เคารพในคุณความดีของครู
4. ซักชวนและสนับสนุนครูให้เดินทางธรรม

หน้าที่ของเพื่อน

เพื่อนมีหน้าที่ต่อเพื่อนดังนี้

1. มีความจริงใจต่อเพื่อน
2. ช่วยเหลือและให้กำลังใจเมื่อเพื่อนมีความทุกข์
3. ปกปิดความลับของเพื่อน
4. ไม่ควรคบกับผู้ที่ปองร้ายเพื่อน
5. ชักชวนและสนับสนุนเพื่อนให้เดินทางธรรม

การคบเพื่อน

มนุษย์ควรรู้จักเลือกคบเพื่อนที่มีคุณธรรม ไม่ควรคบกับผู้ที่ทำความชั่วได้ง่าย และทำบ่อยๆ เพื่อเป็นการป้องกันไม่ให้ผู้ผู้นั้นนำความเดือดร้อนมาให้ ถ้าคบกับคนชั่วในขณะที่ดวงจิตยังไม่มีกำลังเพียงพอที่จะต้านทานแรงกิเลสได้ จะทำให้คล้อยตามและวิ่งตามกิเลสไปทำความชั่วได้ง่าย ดังนั้น ควรคบกับผู้ที่มีคุณธรรมสูงกว่าหรือเสมอกันกับตน เมื่อคบกับผู้ที่มีคุณธรรมสูงกว่า คุณธรรมของตนก็จะเจริญขึ้น เมื่อคบกับผู้ที่มีคุณธรรมเสมอกัน คุณธรรมของตนก็จะไม่เสื่อมลง

บทที่ 8

ความเชื่อ

ความเชื่อ

ความเชื่อเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดการคิด พุค ทำตามความเชื่อ นั้น ความเชื่อ แบ่งเป็น 2 ประเภท ได้แก่

1. ความเชื่อทางโลก
2. ความเชื่อทางธรรม

ความเชื่อทางโลก

ความเชื่อทางโลกอาจมีเหตุผลหรือไม่มีเหตุผลก็ได้ อาจเป็นจริงหรือไม่เป็นจริงก็ได้ อาจมีฤทธิ์หรือไม่มีฤทธิ์ก็ได้ อาจมีประโยชน์น้อยในทางโลกหรือไม่มีประโยชน์ในทางโลกก็ได้ แต่ไม่มีประโยชน์เลยในทางธรรมและเป็นสิ่งปิดกั้นปัญญาในการพัฒนาดวงจิต ตัวอย่างเช่น

- เชื่อตามประเพณีที่สืบทอดกันมาตั้งแต่โบราณกาล
- เชื่อตามค่านิยมของคนส่วนมากในสังคม
- เชื่อในการทำพิธีกรรมต่างๆ เช่น พิธีบวงสรวงเทวดา พิธีไหว้เจ้าและบรรพบุรุษ พิธีเจิมรด เจิมบ้าน เจิมอาคารเพื่อให้ชีวิตเจริญรุ่งเรืองและปลอดภัย
- เชื่อโชคกลาง อาถรรพณ์
- เชื่อเครื่องรางของขลัง วัตถุปลุกเสก แร่ธาตุศักดิ์สิทธิ์ อัญมณีมีพลัง
- เชื่อดวงดาว ทิศ เช่น ห้ามนอนหันศีรษะไปทางทิศตะวันตก
- เชื่อลักษณะ เช่น ผู้ที่มีลักษณะรูปร่างหน้าตาตรงตามตำรา จะมีความเจริญในชีวิต สัตว์ที่มีลักษณะตรงตามตำรา จะให้โชคกลาง
- เชื่อความฝัน ต้นไม้ประหลาด สัตว์พิการ ชากศพที่มีผมงอกเพราะให้โชคกลาง
- เชื่อฤกษ์ยาม วันเวลา ตัวเลข สี
- เชื่อการตั้งชื่อและเปลี่ยนชื่อ เช่น เมื่อได้ตั้งชื่อหรือเปลี่ยนชื่อที่มีความหมายดีและไม่มีตัวอักษรที่เป็นกาลกิณีแล้ว จะทำให้ชีวิตมีความเจริญก้าวหน้า
- เชื่อดวงชะตา การสะเดาะเคราะห์
- เชื่อการบนบานเทวดา ขอให้เทวดาช่วยในสิ่งที่ตนต้องการ ถ้าเทวดาช่วยสำเร็จก็จะแก้บนด้วยสิ่งที่เทวดาชอบ
- เชื่อว่าการไม่กินเนื้อสัตว์ ทำให้จิตใจสะอาด

ความเชื่อทางธรรม

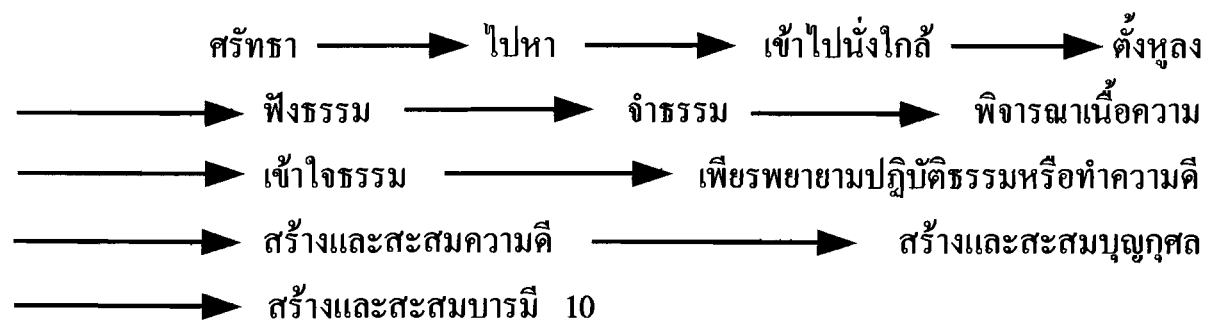
ความเชื่อทางธรรมเป็นสิ่งที่มีความสำคัญสำหรับการพัฒนาดวงจิต โดยเริ่มต้นจากการมีความเชื่อหรือความศรัทธาในพระพุทธเจ้า พระธรรมและพระสงฆ์เพื่อเป็นที่พึ่งทางใจและทำให้น้อมนำดวงจิตไปสู่หนทางแห่งความดี

พระพุทธเจ้า ได้บังเกิดขึ้นจริงและปรินิพพานเมื่อ 2,500 กว่าปีแล้ว เมื่อไม่มีองค์พระพุทธเจ้า มนุษย์จึงได้สร้างสิ่งที่เป็นองค์แทนพระพุทธเจ้าเพื่อกราบไหว้บูชา

พระธรรม เป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ซึ่งมีความละเอียดลึกซึ้ง รู้ตามได้ยากและเห็นได้ยาก เมื่อปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าแล้ว ก็จะรู้เอง เห็นเอง และทำให้หลุดพ้นจากความทุกข์

พระสงฆ์ เป็นผู้ปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า มีหน้าที่สั่งสอนธรรม เผยแผ่ธรรมและทำนุบำรุงศาสนาให้ดำรงสืบต่อไป

เมื่อมีความศรัทธาและมีปัญญาเพียงพอที่จะเข้าใจธรรมแล้ว ทำให้การปฏิบัติธรรมเป็นไปตามลำดับขั้นตอนดังนี้



การปฏิบัติธรรมที่เป็นรูปแบบเฉพาะ

การปฏิบัติธรรมที่เป็นรูปแบบเฉพาะ ได้แก่ การไหว้พระสวดมนต์ การทำบุญกับพระสงฆ์ การฟังธรรม การรักษาศีล การฝึกสติสัมปชัญญะและการฝึกสมาธิขั้นพื้นฐาน

การไหว้พระสวดมนต์

การกราบไหว้บูชาสิ่งที่เป็นองค์แทนพระพุทธเจ้า เช่น พระพุทธรูป เจดีย์ เป็นต้น และการสวดมนต์เพื่อระลึกถึงพระคุณของพระพุทธเจ้า พระธรรมและพระสงฆ์นั้น ทำให้รู้สึกว่ามีที่พึ่งทางใจ ทำให้จิตใจเบาสบาย สงบ ร่มเย็น น้อมนำให้ดวงจิตอ่อนโยนและอยากทำความดี

การทำบุญกับพระสงฆ์

การทำบุญกับพระสงฆ์เป็นการถวายปัจจัย 4 และปัจจัยอื่นๆ ที่จำเป็น เช่น การทำบุญตักบาตร การทำสังฆทาน การถวายผ้าไตรจีวร การถวายยารักษาโรค การสร้างกุฏิและโบสถ์ เป็นต้น เมื่อผู้ศรัทธาได้ทำบุญกับพระสงฆ์แล้ว ก็จะรู้สึกปลื้มปีติยินดี เพราะจะได้ผลบุญและสามารถอุทิศส่วนบุญให้แก่ผู้อื่นได้ด้วย พระสงฆ์ก็จะสามารถดำรงชีวิตอยู่ภายใต้ผ้ากาสาวพัสตร์เพื่อปฏิบัติธรรมและปฏิบัติกิจอื่นๆ ของสงฆ์ได้ ทำให้ศาสนาได้รับการดูแลทำนุบำรุงให้ดำรงสืบต่อไป

การฟังธรรม

เมื่อนุญชมีความศรัทธาในบุคคลใดบุคคลหนึ่ง ก็จะเชื่อฟังและปฏิบัติตามคำพูดของบุคคลนั้น ดังนั้น เมื่อนุญชมีความศรัทธาในพระสงฆ์รูปใดรูปหนึ่ง ก็จะเชื่อฟังและปฏิบัติตามคำสั่งสอนธรรมของพระสงฆ์รูปนั้นเช่นกัน การฟังธรรมจะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อผู้ฟังธรรม เมื่อฟังธรรมแล้ว จำธรรม พิจารณาเนื้อความ ทำให้เข้าใจธรรมและนำไปปฏิบัติได้ ถ้าฟังธรรมแล้วลืมหรือไม่ใส่ใจ ก็จะไม่เกิดประโยชน์อันใดจากการฟังธรรม

การรักษาศีล

ศีล คือข้อปฏิบัติที่ทำให้กาย วาจา ใจสะอาดหมดจด ดังนั้น ควรรักษาศีลด้วยกาย วาจา ใจ และควรรักษาศีลอย่างต่อเนื่องตลอดเวลา จะทำให้เคยชินและกลายเป็นอุปนิสัยที่ไม่อาจแปรเปลี่ยนได้ เมื่อตายแล้วเวียนมาเกิดใหม่ ก็ยังคงเป็นผู้ที่มีศีลโดยอุปนิสัย

การฝึกสติสัมปชัญญะ

สติ คือความระลึกได้ การนึกขึ้นได้ เมื่อนึกถึงสิ่งที่เคยทำ คำที่เคยพูดไว้ ก็นึกขึ้นได้

สัมปชัญญะ คือความรู้สึกตัวในสิ่งที่กำลังคิด พูด ทำ

การฝึกสติสัมปชัญญะเป็นการควบคุมดวงจิตในขั้นต้น คือการมีจิตจดจ่ออยู่ที่อาการเคลื่อนไหวของร่างกายและรู้สึกตัวตลอดเวลาในอาการเคลื่อนไหวของร่างกายนั้น จะทำให้เกิดสติสัมปชัญญะ ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่หลงลืม ไม่ใจลอย ไม่ตกใจง่าย ถ้าฝึกสติสัมปชัญญะบ่อยๆ จะทำให้ฝึกสมาธิได้ง่ายขึ้น ถ้าฝึกสติสัมปชัญญะอย่างต่อเนื่องโดยไม่ขาดสาย จะกลายเป็นสมาธิ

อาการเคลื่อนไหวของร่างกาย ได้แก่ เดิน ยืน นั่ง นอน วิ่ง เหลียวซ้ายแลขวา ค้ม กิน พูด อ่าน เขียน พิมพ์จดหมาย บันทึกข้อมูล จัดเก็บเอกสาร ขับรถ ซ่อมรถ ทาสีบ้าน รดน้ำต้นไม้ กวาดบ้าน ถูบ้าน ซักผ้า ล้างจาน ทำอาหาร อาบน้ำ ฯลฯ

ตัวอย่างเช่น

- ในขณะที่เรากำลังเดิน ให้รู้ที่อยู่ว่า เรากำลังเดิน มีจิตจดจ่ออยู่ที่การเดินและรู้สึกถึงลักษณะอาการของร่างกายที่กำลังก้าวเดินและเท้าที่กระทบพื้นทุกก้าว
- ในขณะที่เรากำลังนั่ง ให้รู้ที่อยู่ว่า เรากำลังนั่ง มีจิตจดจ่ออยู่ที่การนั่งและรู้สึกถึงลักษณะอาการของร่างกายที่กำลังนั่งสัมผัสเก้าอี้ พื้นหรือเตียง
- ในขณะที่เรากำลังกิน ให้รู้ที่อยู่ว่า เรากำลังกิน มีจิตจดจ่ออยู่ที่การกินและรู้สึกถึงลักษณะอาการของร่างกายที่กำลังตักอาหารใส่ปาก เคี้ยวและกลืนลงท้อง
- ในขณะที่เรากำลังกวาดบ้าน ให้รู้ที่อยู่ว่า เรากำลังกวาดบ้าน มีจิตจดจ่ออยู่ที่การกวาดบ้านและรู้สึกถึงลักษณะอาการเคลื่อนไหวของร่างกายที่กำลังกวาดบ้าน
- ในขณะที่เรากำลังล้างจาน ให้รู้ที่อยู่ว่า เรากำลังล้างจาน มีจิตจดจ่ออยู่ที่การล้างจานและรู้สึกถึงลักษณะอาการเคลื่อนไหวของร่างกายที่กำลังล้างจาน

การฝึกสมาธิขั้นพื้นฐาน

ดวงจิตที่ยังมีกิเลส สามารถคิดเรื่องต่างๆ ได้มากมายอยู่ตลอดเวลาโดยไม่เคยหยุดนิ่งเหมือนลิงที่ซุกซน ไม่เคยนิ่งนิ่งนอกจากเวลานอนหลับ

การคิดของดวงจิตแบ่งเป็น 2 ประเภท ได้แก่

1. การคิดอย่างเป็นระบบ
2. การคิดอย่างไม่เป็นระบบ

การคิดอย่างเป็นระบบ คือการคิดเรียบเรียงเรื่องใดเรื่องหนึ่งเป็นลำดับขั้นตอน มีทิศทางแน่นอนและสรุปผลได้

การคิดอย่างไม่เป็นระบบ คือการคิดหลายๆ เรื่องรวมกันอย่างต่อเนื่องแบบไม่รู้จบ ไม่มีทิศทางแน่นอนและไม่อาจสรุปผลได้

การฝึกสมาธิขั้นพื้นฐานเป็นการควบคุมดวงจิตให้สงบนิ่งจากกิเลสในช่วงขณะหนึ่ง โดยการหยุดคิดเรื่องต่างๆ เพื่อให้ดวงจิตว่างเปล่า เมื่อดวงจิตว่างจากความคิดแล้ว จะรู้สึกสงบและโปร่งสบาย วิธีควบคุมดวงจิตให้สงบนิ่งคือ การมีจิตจดจ่ออยู่ที่สิ่งใดสิ่งหนึ่ง เช่น ลมหายใจ การนับจำนวน การกำหนดคำว่า พุทโธ หรือสัมมาอรหัง เป็นต้น



◎ บทธรรม ◎

ผู้ที่มองอยู่บนที่สูง ย่อมมองเห็นเบื้องล่างได้กว้างไกลฉนั้นใด
พระพุทธรเจ้าย่อมมองเห็นสัตว์โลกทั้งหลายได้กว้างไกลฉนั้นนั้น

พระพุทธรเจ้าเป็นผู้ฝึกฝนบุคคลที่ควรฝึกฝน ได้อย่างเยี่ยม

การฟังธรรมและเข้าใจในข้อปฏิบัติของธรรมนั้น ยังไม่เพียงพอ
ต้องปฏิบัติให้รู้ด้วยตนเอง
จึงจะสามารถก้าวเข้าสู่ขั้นการรู้แจ้งด้วยปัญญา

ราตรีย่อมยาวนานแก่ผู้ที่ตื่นอยู่
ทางระยะสั้นย่อม ไกลแก่ผู้ที่เหนื่อยแล้ว
วิญญูสงสารย่อมยาวไกลแก่คน โง่เขลาที่ไม่รู้จักธรรม

การเดินทางย่อมทำให้เกิดความเหนื่อยมากในวันแรกๆ
แต่ความเหนื่อยจะคลายลงในวันต่อๆ ไป เพราะรู้สึกคุ้นเคยต่อการเดินทาง
เหมือนกับการสร้างและสะสมความดี ที่ทำให้เรารู้สึกลำบากใจ
และเห็นว่าความดีเป็นสิ่งที่ทำได้ยากในช่วงแรก
เมื่อเราสร้างความดีบ่อยๆ ก็จะมีรู้สึกคุ้นเคยและเห็นว่าความดีเป็นสิ่งที่ทำได้ง่าย

ในช่วงชีวิตของมนุษย์ ได้พบแสงแดด สายฝน ลมพายุ
ความอบอุ่น ความหนาวเย็นและความหวาดกลัว
ทุกอย่างผ่านมาและผ่านไป
ไม่มีสิ่งใดอยู่กับเราคงทน
ในขณะที่ทุกอย่างผ่านเข้ามา ดูเหมือนสุขจริง ทุกข์จริง
แต่เมื่อทุกอย่างได้ผ่านไปแล้ว
ความรู้สึกสุขหรือทุกข์ ก็ไม่ได้คงอยู่กับเราตลอดไป
ทุกอย่างผ่านมาและก็ผ่านไป

ไม่มีสิ่งใดในโลกนี้ จะคงอยู่ได้โดยไม่เปลี่ยนแปลง
 ดินเช่า แผ่นฟ้าที่ยังดูเหมือนแผ่นเดิม ก็เปลี่ยนไปตามเหตุแห่งธรรมชาติ
 กระแสน้ำไหลจากที่สูงลงสู่ที่ต่ำและเดินทางไปสู่แหล่งน้ำใหญ่
 ดินที่ถูกเหยียบย่ำ บางครั้งก็แข็งแกร่ง บางครั้งก็อ่อนนุ่ม
 ดินไม้เติบโตจากดินอ่อนกลายเป็นดินแก่
 จากใบเขียวสดกลายเป็นใบน้ำตาลแห้งร่วงหล่นจากต้น
 ทุกสิ่งเกิดขึ้นและเปลี่ยนไปตามเหตุปัจจัยทั้งสิ้น

จงเป็นเหมือนดิน เมื่อถูกเหยียบย่ำ ก็ไม่หวั่นไหว
 จงเป็นเหมือนฝน ให้ความชุ่มชื้นทั่วทุกหนแห่ง
 จงเป็นเหมือนลม ให้ความเย็นสบายแก่ทุกสรรพสิ่ง

ดอกบัวที่เกิดในน้ำ ย่อมไม่แปดเปื้อนด้วยน้ำและโคลนจันใด
 นักปราชญ์ผู้ถือความสงบ ย่อมไม่ติดอยู่ในความวุ่นวายจันนั้น

ศึลพึงรู้ได้ด้วยการอยู่ร่วมกัน
 ความสะอาดพึงรู้ได้ด้วยการงาน
 กำตังใจพึงรู้ได้ในยามมีอันตราย
 ปัญญาพึงรู้ได้ด้วยการสนทนา

ไม่ควรนึกถึงสิ่งที่ผ่านไปแล้ว
 ไม่ควรหวังสิ่งที่ยังมาไม่ถึง
 สิ่งใดผ่านไปแล้ว สิ่งนั้นเป็นอันจบไปแล้ว
 สิ่งใดยังมาไม่ถึง สิ่งนั้นเป็นอันยังไม่มา
 ควรอยู่กับปัจจุบัน ย่อมเป็นการดี

เมื่ออยู่ร่วมกันเป็นหมู่คณะ ย่อมมีการกระทบกัน
 เมื่ออยู่ผู้เดียว ย่อมสงบ

กรรมเป็นเครื่องทำให้ต่างกัน

ความดีและความชั่ว ย่อมไม่มีผู้ใดทำให้แก่ใครได้
มีแต่คนทำให้แก่ตนเองเท่านั้น

ผู้ที่พัฒนาดวงจิตได้น้อยกว่าเรา ควรจะเมตตาเขา
ผู้ที่พัฒนาดวงจิตได้มากกว่าเรา ควรจะเอาเป็นเยี่ยงอย่าง

เหตุปัจจัยของแต่ละคนไม่เท่ากันและไม่เหมือนกัน
เขาสะสมมาได้เท่านี้ จึงทำได้เท่านี้
จะไม่สามารถทำได้มากกว่านี้อีกแล้ว

เมื่อมีความคิดเห็นผิด ย่อมทำให้พูดผิดและทำผิด

ผู้ใดรู้ตัวว่าได้ทำความชั่ว แล้วคิดปรับปรุงแก้ไข
ผู้นั้นย่อมพัฒนาดวงจิต

ผู้ไม่สำรวจ ย่อมทิ่มแทงผู้อื่นด้วยคำพูดและการกระทำ

จงพูดและทำในสิ่งที่พิจารณาแล้ว

ไม่ควรเพ่งเล็งในสิ่งที่ผู้อื่นทำแล้วและยังไม่ได้ทำ
ควรเพ่งเล็งในสิ่งที่ตนทำแล้วและยังไม่ได้ทำเท่านั้น

ความดีของผู้อื่นเห็นได้ยาก แต่ความดีของตนเองเห็นได้ง่าย
ความชั่วของผู้อื่นเห็นได้ง่าย แต่ความชั่วของตนเองเห็นได้ยาก

การทำสิ่งที่ควรทำให้แก่กัน โดยไม่ต้องใช้ ไม่ต้องบังคับ
ย่อมเป็นการดี

ไม่ควรยกตนว่า ดีกว่าผู้อื่น
 ไม่ควรดูหมิ่นผู้อื่นว่า ค้อยกว่าตน
 ไม่ควรถือว่า ตนค้อยกว่าผู้อื่น

นักรบคนใดมีความอุตสาหะพยายามในสงคราม
 ด้วยคิดว่า ขอให้ฝ่ายตรงข้ามถูกเบียดเบียน ถูกฆ่าและถูกทำลาย
 จิตของนักรบคนนั้น ก็เป็นจิตชั่วแล้ว

ควรสงเคราะห์สัตว์ทั้งปวงด้วยสิ่งที่มีประโยชน์

ควรแบ่งของน้อย ให้ตามน้อย
 ควรแบ่งของปานกลาง ให้ตามปานกลาง
 ควรแบ่งของมาก ให้ตามมาก
 การไม่ให้เลย ย่อมไม่ควร
 ควรให้ทานด้วยและบริโภคร่วมด้วย

เราจะตีกองดับกิเลส เพื่อให้ท่านทั้งหลายมีดวงตาเห็นธรรม

เมื่อชนะกิเลสแล้ว ย่อมชนะสิ่งทั้งปวง

จงทำให้พระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าเป็นที่แพร่หลาย
 เพื่อให้เกิดประโยชน์สุขตลอดกาลนาน

