อริยสัจ 4

นำเสนอเมื่อ : 19 ก.ย. 2551

อริยสัจ 4 : อริยสัจ 4 คือ ความจริงอันประเสริฐ 4 ประการ อันเป็นหลักคำสอนสำคัญของพระพุทธศาสนา มีดังนี้

1) ทุกข์ คือ ความจริงที่ว่าด้วยความทุกข์

2) สมุทัย คือ ความจริงที่ว่าด้วยเหตุให้เกิดทุกข์

3) นิโรธ คือ ความจริงที่ว่าด้วยความดับทุกข์

4) มรรค คือความจริงที่ว่าด้วยทางแห่งความดับทุกข์

1. ทุกข์ (ธรรมที่ควรรู้)

ทุกข์ คือ ความไม่สบายกาย ไม่สบายใจ มนุษย์ทุกคนไม่ว่าจะเป็นเด็กหรือผู้ใหญ่ต่างก็มีความทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น ความทุกข์จึงเกิดขึ้นกับใครก็ได้ทุกขณะ เราจึงไม่ควรประมาทและพร้อมที่จะเผชิญหน้ากับความจริงของทุกข์นั้นๆ

ความทุกข์เกิดขึ้นที่ไหน และมีกระบวนการเกิดขึ้นได้อย่างไร

1) ขันธ์ 5 คือ องค์ประกอบของชีวิตมี 5 ประการ

- รูป คือ ส่วนประกอบของชีวิตเป็นร่างกาย รวมถึงพฤติกรรมทั้งหมดของร่างกายด้วย

- เวทนา คือ ความรู้สึกของกายและใจที่เกิดขึ้นต่อสิ่งที่รับรู้นั้นๆ (คือรู้ทางตาที่เกิดจากการได้เห็น, รูทางหูที่เกิดจากการได้ยินได้ฟัง, รูทางจมูกที่เกิดจากได้กลิ่น, รูทางลิ้นที่เกิดจากการได้ลิ้มรส, รูทางกายที่เกิดจากการได้สัมผัส, รูทางใจที่เกิดจากการได้คิด) มี 3 อย่าง คือ ความรู้สึกสบายกายและสบายใจ เรียกว่า สุขเวทนา ความรู้สึกไม่สบายกายและสบายใจ เรียกว่า ทุกข์เวทนา ความรู้สึกที่ไม่เป็นสุขและไม่เป็นทุกข์ เรียกว่า อุเบกขาเวทนา

- สัญญา คือ ความจำได้หมายรู้ในสิ่งต่างๆ ทั้งที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม ที่เกิดจากตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ได้สัมผัสกับ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และนึกคิด

- สังขาร คือ การที่จิตของคนเราคิดปรุงแต่งไปในทางที่ดี ทางที่ชั่ว หรือทางที่ไม่ดีและไม่ชั่ว (การคิดกลางๆ) ซึ่งเป็นขั้นตอนที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมทั้งทางดีและทางชั่ว หรือเป็นแรงจูงใจหรือกระตุ้นผลักดันให้คนเราทำกระทำการอย่างใดอย่างหนึ่ง

- วิญญาณ คือ การรับรู้อารมณ์ (ความรู้สึก)ของใจผ่านประสาทสัมผัสทั้ง 5

การรับรู้อารมณ์ทางตา หรือ การเห็น เรียกว่า จักขุวิญญาณ

การรับรู้อารมณ์ทางหู หรือ การได้ยิน เรียกว่า โสตวิญญาณ

การรับรู้อารมณ์ทางจมูก หรือ การได้กลิ่น เรียกว่า ฆานวิญญาณ

การรับรู้อารมณ์ทางลิ้น หรือ การลิ้มรส เรียกว่า ชิวหาวิญญาณ

การรับรู้อารมณ์ทางกาย หรือ การสัมผัสทางกาย เรียกว่า กายวิญญาณ

การรับรู้อารมณ์ทางใจ หรือ การคิด เรียกว่า มโนวิญญาณ

สรุป ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เรียกว่า อายตนะภายในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส การนึกคิด(ธรรมารมณ์) เรียกว่า อายตนะภายนอกอายตนะ แปลว่า สิ่งที่เชื่อมต่อให้เกิดการรับรู้ เช่น ตาบอด จะมองไม่เห็นรูป (สิ่งต่างๆ) เมื่อมองไม่เห็น ความรู้ที่เกิดการจากมองไม่เห็นก็จะไม่มี แต่ก็มีข้อดี คือ
ความทุกข์ที่เกิดจากทางตาที่ได้เห็นก็จะไม่มี เป็นต้น

ตา มองเห็นสิ่งที่ไม่ดี เกิดความทุกข์ทางใจ

หู ได้ยินเสียงที่ไม่ดี เกิดความทุกข์ทางใจ

จมูกได้กลิ่นที่ไม่ดี เกิดความทุกข์ทางใจ

ลิ้น ได้ลิ้มรสที่ไม่ดี เกิดความทุกข์ทางใจ

กายได้สัมผัสสิ่งที่ไม่ดี เกิดความทุกข์ทางใจและทางกาย

ใจได้นึกคิดถึงสิ่งที่ไม่ดี เกิดความทุกข์ทางใจ

ในทางตรงข้าม

ตา มองเห็นสิ่งที่ดี เกิดความสุขทางใจ

หู ได้ยินเสียงที่ดี เกิดความสุขทางใจ

จมูกได้กลิ่นที่ดี เกิดความสุขทางใจ

ลิ้น ได้ลิ้มรสที่ดี เกิดความสุขทางใจ

กายได้สัมผัสสิ่งที่ดี เกิดความสุขทางใจและทางกาย

ใจได้นึกคิดถึงสิ่งที่ดี เกิดความสุขทางใจ

ฉะนั้น ความสุขและความทุกข์ของคนเรานั้นเกิดขึ้นที่กายและที่ใจ
เมื่อมีการกระทำเกิดขึ้นหรือมีพฤติกรรมเกิดขึ้น และเมื่อการกระทำนั้นผ่านไปแล้ว
บางทีก็ทำให้เกิดความสุขและความทุกข์ได้เช่น จดจำการกระทำนั้นได้ และได้นึกคิดเกี่ยวกับการกระทำนั้น
ทำให้เกิดความไม่พอใจ เกิดความแค้นใจ เกิดความโศกเศร้าใจ เป็นต้น นี่เรียกว่า ความทุกข์

2. สมุทัย (หลักธรรมที่ควรละ)

สมุทัย คือ ความจริงที่ว่าด้วยเหตุเกิดแห่งความทุกข์ เพราะความทุกข์หรือปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้น มีสาเหตุเกิดจากอะไรบางอย่าง ไม่ได้เกิดขึ้นลอยๆ โดยไม่เหตุ หลักธรรมที่ควรละ เพื่อไม่ให้เกิดทุกข์ต่างๆ ที่ควรรู้ คือ

2.1 หลักกรรม (วิบัติ 4)

2.2 อกุศลกรรมบถ 10

2.3 อบายมุข 6

2.1 หลักกรรม ได้แก่ วิบัติ 4

หลักกรรม หรือกฎแห่งกรรม เป็นคำสอนที่สำคัญของพุทธศาสนา มีใจความสั้นว่า หว่านพืชเช่นใด ได้ผลเช่นนั้น ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่วผลของกรรมมีทั้งผลชั้นในและผลชั้นนอกผลชั้นใน หมายความว่า เมื่อใดเราทำดีเราก็เป็นคนดีเมื่อนั้น คือ ใจสงบ สะอาด ปลอดโปร่ง เมื่อใดทำชั่วก็เป็นคนชั่วเมื่อนั้น คือ จิตใจเต็มไปด้วยความโลภ ความมุ่งร้าย ความไม่สงบผ่องใส ผลชั้นนอก หมายถึง ความสุข ความทุกข์ ความเจริญ ความเสื่อม ซึ่งปัจจัยภายนอกตัวเราเป็นผู้กำหนด
ทำให้ผลชั้นนอกของกรรมไม่เป็นไปอย่างที่ควรเป็นสิ่งที่สนับสนุนให้กรรมดีให้ผล (ชั้นนอก) และขัดขวางการให้ผล (ชั้นนอก ของกรรมชั่ว เรียกว่า สมบัติ สิ่งที่สนับสนุนให้กรรมชั่วให้ผล (ชั้นนอก) และขัดขวางการให้ผล (ชั้นนอก ของกรรมดี เรียกว่า วิบัติ

วิบัติ 4 คือ ความบกพร่อง 4 ประการ ดังนี้

- คติวิบัติ คือ เกิดอยู่ในภพ ถิ่น หรือประเทศที่ไม่เจริญ

- อุปธวิบัติ คือ เกิดมามีร่างกายพิกลพิการ อ่อนแอ ไม่สง่างาม

- กาลวิบัติ คือ เกิดอยู่ในสมัยที่บ้านเมืองมีทุกข์เข็ญ ยกย่องคนชั่ว บีบคั้นคนดี ไม่มีศีลธรรม

- ปโยควิบัติ คือ การทำงานไม่ครบถ้วนไม่ต่อเนื่อง ทำครึ่งๆกลางๆ ไม่ตรงกับความถนัดหรือความสามารถของตน

2.2 อกุศลกรรมบถ 10 หมายถึง ทางแห่งความชั่ว หรือ กรรมชั่วอันเป็นทางไปสู่ความเสื่อมและความทุกข์ การทำความชั่ว แบ่งได้ 3 ทาง

1) การทำความชั่วทางกาย มี 3 ประการ ดังนี้

- ปาณาติบาต คือ การฆ่าสัตว์ หรือการทำให้ชีวิตสัตว์โลกถึงแก่ความตาย

- อทินนาทาน คือ การลักขโมยของผู้อื่น หรือ การถือเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ให้ รวมถึง การฉ้อโกง การยักยอก การหลอกลวง

- กาเมสุมิจฉาจาร คือ การประพฤติผิดในสามี ภรรยา บุตร ธิดาของผู้อื่น

2) การทำความชั่วทางวาจา มี 4 ประการ คือ

- มุสาวาท คือ การพูดเท็จ พูดสิ่งที่ไม่จริงโดยที่ตนรู้ว่าไม่จริง รวมถึงการพูดกำกวมเพื่อหลอกลวงผู้อื่น

- ปิสุณาวาจา คือ การพูดส่อเสียด พูดกระทบกระเทียบเหน็บแนม เพื่อให้อีกฝ่ายหนึ่งเจ็บใจ การพูดส่อเสียดมักเกิดจากความอิจฉา

- ผรุสาวาจา คือ การพูดคำหยาบ การพูดหยาบก่อให้เกิดความแตกร้าว ทำให้เรื่องเล็กกลายเป็นเรื่องใหญ่

- สัมผัปปลาปะ คือ การพูดเพ้อเจ้อ ไม่มีสาระ ไม่มีประโยชน์แก่ใครไม่ว่าตนเองหรือผู้อื่น

3) การทำความชั่วทางใจ มี 3 ประการ คือ

- อภิชฌา คือ การคิดเพ่งเล็งอยากได้ของผู้อื่น โดยไม่นึกว่าของใครใครก็หวง แม้ยังมิได้ลงมือขโมยแต่ก็ทำให้จิตใจเสื่อม

- พยาบาท คือ การคิดร้ายต่อผู้อื่น อยากให้ผู้อื่นเจ็บปวด เสียหาย ประสงค์ร้าย ความคิดร้ายนั้นจะบั่นทอนความสามารถและความดีของตนเอง

- มิจฉาทิฐิ คือ ความเห็นผิดจากคลองธรรม เช่น ไม่เชื่อว่าทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว เป็นต้น

2.3 อบายมุข 6 หมายถึง ทางแห่งความเสื่อม มี 6 ประการ

1) ติดสุราและของมึนเมา มีโทษดังนี้

- ทำให้เสียทรัพย์

- ทำให้เกิดการทะเลาะวิวาทกันและบางครั้งถึงกับฆ่ากัน

- เป็นบ่อเกิดแห่งโรค เพราะทำให้เสียสุขภาพ บั่นทอนกำลังกาย

- ทำให้เสียเกียรติยศและชื่อเสียง

- ทำให้เป็นหน้าด้านไม่รู้จักอาย

- บั่นทอนกำลังสติปัญญา

2) ชอบเที่ยวกลางคืน มีโทษดังนี้

- เป็นการไม่รักตัว
เพราะทำให้ร่างกายและจิตใจไม่ปกติไม่อาจประกอบอาชีพการงานได้ตามปกติ
และต้องเสียเงินรักษาตัวโดยไม่จำเป็น

- เป็นการไม่รักลูกเมียหรือครอบครัว เพราะทำให้ครอบครัวขาดความอบอุ่น

- เป็นการไม่รักษาทรัพย์สมบัติ เพราะเป็นการจ่ายเงินโดยไม่ได้ประโยชน์อะไร มีแต่หมดไป

- เป็นที่ระแวงสงสัยของผู้อื่น ทำให้เกิดความไม่ไว้วางใจในการทำงาน เช่น
หัวหน้าจะไม่ไว้ใจว่าจะทำงานได้ดี หรือลูกน้องไม่เลื่อมใส

- เป็นเป้าหมายให้เขาใส่ความได้ เพราะทำอะไรผิดเล็กน้อย คนก็จะหาว่าเพราะเที่ยวมาก
จึงเป็นอย่างนี้ ทั้งๆที่อาจมิใช่ก็ได้

- เป็นที่มาของความเดือดร้อนนานาชนิด เพราะเมื่อเที่ยวจนหมดเงิน อาจคิดการทุจริต
หรืออารมณ์เสียบ่อยๆ ทำให้ครอบครัวแตกแยก

3) ชอบเที่ยวดูการละเล่น มีโทษ คือ ทำให้ใจจดจ่ออยู่กับสิ่งที่จะเล่น ไม่เป็นอันทำมาหากิจ
เสียทั้งเวลา เสียงทั้งเงิน ทำให้คนเชื่อถือน้อยลง ถูกมองว่าเป็นคนไม่เอาการเอางาน

4) ติดการพนัน มีโทษดังนี้

- เมื่อชนะย่อมก่อเวร คือ เมื่อเล่นได้ก็ย่อมมีคนอยากแก้มือเรียกร้องให้เล่นอีก

- เมื่อแพ้ย่อมเสียดายทรัพย์ เพราะเมื่อเล่นเสีย จิตใจก็บังเกิดความเสียดายทรัพย์

- ทรัพย์สินย่อมเสียหาย เพราะเงินที่ได้มานั้นมักเก็บไว้ได้ไม่นาน เรียกเงินร้อน
ต้องใช้จ่ายจนหมด

- ไม่ใครเชื่อถือ เพราะผู้อื่นย่อมขาดความเชื่อถือในถ้อยคำ มักถูกมองว่าเป็นคนหลอกลวง

- เพื่อนฝูงดูหมิ่น ไม่อยากคบค้าสมาคม เพราะกลัวจะเสียชื่อเสียงตามไปด้วย

- ไม่มีใครอยากได้เป็นคู่ครอง เพราะกลัวครอบครัวไม่ราบรื่น และอาจละทิ้งครอบครัวได้

5) คบคนชั่วเป็นมิตร มีโทษ คือทำให้เป็นคนชั่วตามไปด้วย ได้รับความทุกข์ความเดือดร้อนตามไปด้วย

6) เกียจคร้านการงาน มีโทษ คือ ทำให้ชีวิตตกต่ำไม่เจริญก้าวหน้า มีแต่ความอยากลำบาก ขัดสนในชีวิต

ประโยชน์ของการละเว้นอบายมุข

- ไม่เสียทรัพย์ไปโดยเปล่าประโยชน์
- ไม่หมกมุ่นในสิ่งที่หาสาระมิได้
- ประกอบหน้าที่การงานได้เต็มที่
- ชีวิตไม่ตกต่ำ
- เป็นที่รักและไว้วางใจของผู้อื่น
- สามารถประกอบอาชีพหน้าที่การงานได้ด้วยความสุจริต

3. นิโรธ (หลักธรรมที่ทำให้บรรลุ)

นิโรธ คือ ความดับทุกข์หรือดับปัญหาต่างๆ พุทธศาสนามีหลักคำสอนเกี่ยวกับเรื่องความสุขมากมาย จุดหมายสูงสุด คือ นิพพาน เป็นบรมสุขที่สูงสุด แบ่งออกเป็น

3.1 สามิสสุข คือ ความสุขทางกายที่เกิดจากวัตถุภายนอก เรียกว่า กามสุข คือความสุขที่เกิดประสาทสัมผัสทั้ง 5 (ตา หู จมูก ลิ้น กาย) ทำให้เกิดความพอใจ เป็นความสุขของคนทั่วไป ที่เกิดจากการกระทำความดีในด้านต่างๆ ที่สำคัญได้แก่

- ความสุขที่เกิดจากการมีทรัพย์ เรียกว่า อัตถิสุข
- ความสุขที่เกิดการใช้จ่ายทรัพย์ เรียกว่า โภคสุข
- ความสุขที่เกิดจากการไม่มีหนี้สิน เรียกว่า อนณสุข
- ความสุขที่เกิดจากการประพฤติในสิ่งที่สุจริต เรียกว่า อนวัชชสุข

สามิสสุข เป็นความสุขที่ไม่แน่นอน เพราะความทุกข์อาจเกิดขึ้นได้เสมอถ้าประมาท

3.2 นิรามิสสุข คือ ความสุขที่ไม่อิงอาศัยวัตถุภายนอก เรียกว่า ความสุขทางใจ ความสุขประเภทนี้มีตั้งแต่ขั้นต่ำสุดไปจนถึงสูงสุด คือ นิพพาน

นิรามิสสุข ขั้นต่ำ คือ การได้รับอบอุ่นจากพ่อแม่ ความไม่มีศัตรู ไม่มีผู้เกลียดชัง มีผู้ให้ความรักใคร่ นับถือ ยกย่องสรรเสริญ ไม่คิดร้ายต่อใคร ไม่มีความวิตกกังวล ไม่หวาดระแวง ไม่คิดฟุ้งซ่าน

นิรามิสสุขขั้นกลาง คือ ความอิ่มใจที่ได้เสียสละ การมีจิตใจที่สงบ

นิรามิสสุขขั้นสูงสุด คือ นิพพาน

4. มรรค (หลักธรรมที่ควรเจริญ หรือทำให้เกิดขึ้น)

มรรค คือ ข้อปฏิบัติที่ทำให้พ้นจากความทุกข์หรือปัญหาต่างๆ ได้แก่

4.1 บุพพนิมิตของมัชฌิมาปฏิปทา บุพพนิมิต แปลว่า สิ่งที่เป็นเครื่องหมายให้รู้ หมายถึง สิ่งที่บ่งบอกล่วงหน้าก่อนที่อริยมรรคมีองค์ 8 จะเกิดขึ้นในตัวของผู้ปฏิบัติ บุพพนิมิตของมัชฌิมาปฏิปทา มี 7 ประการ

- การมีกัลยาณมิตร คือการมีเพื่อนที่ดีที่แนะนำประโยชน์ เรียกว่า กัลยาณมิตตตา

- ความถึงพร้อมด้วยศีล คือ การมีวินัย มีระเบียบในชีวิตของตนและการอยู่ร่วมกันในสังคม เรียกว่า สีลสัมปทา

- ความถึงพร้อมด้วยฉันทะ คือ ความพอใจใฝ่รักในปัญญา ในจริยธรรม ใฝ่รู้ในความจริงและใฝ่ในความดี เรียกว่า ฉันทสัมปทา

- ความถึงพร้อมด้วยการที่จะฝึกฝนพัฒนาตน คือ การรู้จักฝึกฝนพัฒนาตน เรียกว่า อัตตสัมปทา

- ความถึงพร้อมด้วยทิฏฐิ คือ การยึดถือ เชื่อถือในหลักการและมีความเห็นความเข้าใจ พื้นฐานที่มองเห็นสิ่งทั้งหลายตามเหตุผล เรียกว่า ทิฏฐิสัมปทา

- ความถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท คือ มีความกระตือรือร้นอยู่เสมอ เห็นคุณค่าของกาลเวลา
เห็นความเปลี่ยนแปลงเป็นสิ่งที่กระตุ้นเตือนให้เร่งรัดการค้นหาให้เข้าถึงความจริงหรือในการทำชีวิตที่ดีงามให้สำเร็จ เรียกว่า อัปปมาทสัมปทา

- การรู้จักใช้ความคิดที่ถูกวิธี คิดเป็น คิดอย่างมีระเบียบ รู้จักคิดพิจารณา เพื่อนำมาใช้พัฒนาตนให้ก้าวหน้ายิ่งๆขึ้นไป เรียกว่า โยนิโสมนสิการ

4.2 สติปัฏฐาน 4 หมายถึง ข้อปฏิบัติที่เป็นที่ตั้งแห่งสติ หรือการตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งต่างๆให้รู้เท่าทัน ทำให้มีสติสัมปชัญญะที่สมบูรณ์ และทำให้ไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต แบ่งออกเป็น 4 ประการ

- กายานุปัสสนา หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณากาย เพื่อให้รู้เท่าทันและเข้าใจตามความเป็นจริงว่ากายนี้ไม่มีตัวตนที่แท้จริง ไม่ใช่ของเรา เราบังคับไม่ได้ ต้องมีแก่ เจ็บ ตาย ไปตามกาลเวลา

- เวทนานุปัสสนา หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา คือ ความสุข ความทุกข์ หรือความเฉยๆ ที่เกิดขึ้นในขณะใดขณะหนึ่งอย่างรู้เท่าทันว่ามันเป็นอย่างไร

- จิตตานุปัสสนา หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต เพื่อให้รู้เท่าทันถึงสภาพหรืออาการของจิตว่า จิตใจขณะนั้นเป็นอย่างไร มีความขุ่นมัว หอหู่ ฟุ้งซ่าน เกียจคร้าน หรือขยัน

- ธัมมานุปัสสนา หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรมที่เป็นกุศลหรือเป็นอกุศล ซึ่งเกิดขึ้นกับใจ ว่าเกิดขึ้นจากเหตุปัจจัยอะไรบ้าง และจะดับไปด้วยวิธีใด

4.3 ดรุณธรรม 6 หมายถึง ธรรมที่เป็นหนทางแห่งความสำเร็จ ความเจริญก้าวหน้าแห่งชีวิต มี 6 ประการ

- รักษาสุขภาพดีมิให้มีโรคทั้งจิตและกาย เพราะโรคภัยไข้เจ็บเป็นอุปสรรคที่คอยขัดขวางไม่ให้ประสบความสำเร็จ
ด้วยเหตุนี้จึงต้องหมั่นบริหารกายให้มีสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์และบริหารจิตให้มีสุขภาพจิตที่ดี เรียกว่า อโรคยะ

- มีระเบียบวินัย ไม่ก่อเวรภัยแก่ผู้อื่นและสังคม รู้จักให้อภัย ไม่อาฆาตพยาบาท เรียกว่า ศีล

- ได้คนดีเป็นแบบอย่าง คือ คนมีปัญญา มีคุณธรรม (บัณฑิตหรือสัตบุรุษ)และยึดถือปฏิบัติตามจะช่วยสนับสนุนเกื้อกูลให้การดำเนินชีวิตเจริญก้าวหน้า เรียกว่า พุทธานุมัติ

- ตั้งใจเรียนรู้ให้จริง โดยการศึกษาค้นคว้าแสวงหาความรู้ให้มาก ให้เชี่ยวชาญ เรียกว่า สุตะ

- ทำแต่สิ่งที่ถูกต้องดีงาม โดยการดำรงมั่นอยู่ในสุจริต เรียกว่า ธรรมานุวัติ

- มีความขยันหมั่นเพียร การมีกำลังไม่ท้อถอย ไม่ท้อแท้เฉื่อยชา เรียกว่า วิริยะ

4.4 กุลจิรัฏฐิติธรรม 4 หมายถึง ข้อปฏิบัติสำหรับรักษาวงศ์ตระกูลให้ดำรงอยู่ได้นาน มี 4 ประการ

- การแสวงหาพัสดุที่หายไป หมายถึง สิ่งของที่จำเป็นในครอบครัว เช่น ปัจจัย 4 เมื่อหายไปหรือหมดไป จะต้องช่วยกันจัดหามาทดแทนสิ่งที่หายหรือหมดไป

- การบูรณะซ่อมแซมพัสดุที่เก่าชำรุด หมายถึง สิ่งของที่จำเป็นเมื่อเกิดชำรุดเสียหายจะต้องรู้จักซ่อมแซมให้ใช้การได้ เช่น ที่อยู่อาศัย อุปกรณ์เครื่องใช้ต่างๆภายในบ้าน เป็นต้น

- การรู้จักประมาณในการใช้จ่าย หมายถึง การรู้จักประหยัด รู้จักกินรู้จักใช้ ไม่ใช้จ่ายเกินฐานะของตนเอง ไม่ก่อหนี้สินให้กับครอบครัว

- การตั้งคนมีศีลธรรมเป็นพ่อบ้านแม่เรือน หมายถึง การมีหัวหน้าครอบครัวที่เป็นคนดีมีศีลธรรม ประกอบอาชีพสุจริต มีความขยันหมั่นเพียรในการทำงาน ก็สามารถสืบทอดต่อวงศ์ตระกูลให้เจริญยั่งยืนต่อไปได้

4.5 กุศลกรรมบถ 10 หมายถึง ทางแห่งการทำความดี หรือกรรมดีที่ควรประพฤติปฏิบัติ มี 3 ทาง

1) ทางกาย เรียกว่า กายกรรม มี 3 อย่าง

- เว้นจากการฆ่าหรือเบียดเบียนสัตว์โดยวิธีการต่างๆ

- เว้นจากการลักทรัพย์ คือ ไม่ถือเอาสิ่งของที่เจ้าของเขาไม่ให้โดยวิธีการต่างๆ

- เว้นจากประพฤติผิดในสามี ภรรยา บุตร ธิดาของผู้อื่น ต้องรู้จักเคารพสิทธิของกันและกัน

2) ทางวาจา เรียกว่า วจีกรรม มี 4 ประการ

- เว้นจากการพูดเท็จ คือ การพูดในสิ่งที่เป็นจริง

- เว้นจากการพูดส่อเสียด คือ การพูดที่ส่งเสริมให้เกิดความสามัคคีในหมู่คณะ ให้คนเห็นอกเห็นใจกันและกัน

- เว้นจากการพูดคำหยาบ คือ การพูดที่สุภาพ ไพเราะนุ่มนวลต่อบุคคลที่เกี่ยวข้อง

- เว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ คือ การพูดมีสาระประโยชน์ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

3) ทางใจ เรียกว่า มโนกรรม มี 3 ประการ

- ไม่โลภอยากได้ของผู้อื่น คือ การไม่เพ่งเล็งที่จะเอาทรัพย์ของคนอื่นในทางทุจริต

- ไม่พยาบาทปองร้ายผู้อื่น คือ การไม่ผูกใจเจ็บ ไม่จองเวร ไม่คิดอาฆาตล้างแค้น

- ไม่เห็นผิดจากคลองธรรม คือ การมีความเห็นถูกต้องตามเหตุตามผล เช่น เห็นว่ามารดาบิดาเป็นผู้มีพระคุณจริง กฎแห่งกรรมมีจริง เป็นต้น

4.6 มงคล 38 มงคล คือ สิ่งที่ทำให้ชีวิตโชคดี หมายถึง ธรรมที่นำความสุขและความเจริญมาให้แก่ผู้ปฏิบัติ มีดังนี้

1) การประพฤติธรรม หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า การปฏิบัติธรรม หมายถึง การปฏิบัติตนให้อยู่ในกรอบของความถูกต้องและความดีงาม เพื่อความสงบสุขและความเจริญของคนในสังคม ได้แก่ เบญจธรรม 5

- เมตตากรุณา คือ การมีความรักใคร่เพื่อนมนุษย์ ช่วยเหลือเท่าที่ตนทำได้

- สัมมาอาชีวะ คือการประกอบอาชีพที่สุจริต

- กามสังวร คือ การยินดีเฉพาะในคู่ครองของตน

- สัจจะ คือ การพูดแต่ความจริง

- สติสัมปชัญญะ คือ การมีสติรู้ตัวอยู่เสมอว่าอะไรควร อะไรไม่ควร

เบญจศีล 5

- เว้นจากการทำลายชีวิตสัตว์

- เว้นจากการลักทรัพย์โดยวิธีการต่างๆ

- เว้นจากการประพฤติผิดในสามี ภรรยา บุตร ธิดาของผู้อื่น

- เว้นจากการพูดเท็จ

- เว้นจากการน้ำเมาและสิ่งเสพติดทั้งหลาย

2) การงดเว้นจากความชั่ว หมายถึง การไม่กระทำสิ่งที่ไม่ดี สิ่งที่ทำให้จิตใจเศร้าหมองเดือดร้อน มีผลเป็นทุกข์ทั้งทางกาย วาจาและใจ ต้นตอสำคัญแห่งความชั่วทั้งหลาย หากละเว้นได้ก็จะเป็นการละเว้นความชั่วได้หลายอย่าง โดยอกุศลกรรมบถ 10 ต้นตอแห่งความชั่ว เรียกว่า อกุศลมูล มี 3 ประการ

-โลภะ คือ ความอยากได้โดยมิชอบ หรือความอยากได้เกินพอดี เรียกว่า ความโลภ

- โทสะ คือ ความโกรธแค้น พยาบาท อิจฉาริษยา คิดแต่อยากให้ผู้อื่นประสบเคราะห์กรรมประสบความหายนะ เรียกว่า ความโกรธ

- โมหะ คือ ความไม่รู้เหตุรู้ผล ขาดปัญญาในการพิจารณา เรียกว่า ความหลง

3) เว้นจากการดื่มน้ำเมา หมายถึง การไม่เข้าไปข้องแวะหรือไม่หวนกลับไปหาสุราและของมึนเมา สิ่งเสพติดทุกชนิด ไม่ว่าโดยวิธีใดก็ตาม เพราะ

- ทำให้เสียทรัพย์

- ทำให้เกิดโรคหลายอย่าง

- ทำให้เกิดการทะเลาะวิวาท

- ทำให้ขาดความละอาย

- ทำให้เสียชื่อเสียง

- ทำให้สติปัญญาเสื่อมถอยลง

การดื่มน้ำเมานั้นทำให้เกิดความสุขได้บ้างสำหรับคนที่ติดแต่เป็นความสุขหลอกๆ บนความทุกข์ น้ำเมาทำให้เพลิดเพลินได้ แต่เป็นการเพลิดเพลินในเรื่องเศร้า ดังนั้นจึงไม่ควรแก้ปัญหาใดๆ ด้วยน้ำเมา เพราะเมื่อดื่มน้ำเมาแล้วจะให้ขาดสติ ขาดความยั้งคิด เป็นหนทางที่จะนำไปสู่การทำความชั่ว