

สรุป : มงคลชีวิต 38 ประการ

นายภาณุพงศ์ ชงศรี นิสิตสาขาวิชาภาษาไทย
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

หมวดที่ 1 การเริ่มฝึกตนเป็นคนดี

(1) ไม่คบคนพาล (อะเสวะนา จะ พาลานัง)

- ลักษณะของคนพาล
 - (1) ชักนำทางผิด
 - (2) ชอบทำสิ่งที่ไม่ใช่ธุระ
 - (3) เห็นผิดเป็นชอบ
 - (4) ไม่รู้ระเบียบวินัย

(2) คบบัณฑิต (บัณฑิตานัญจะ เสวะนา)

- วิธีสังเกตบัณฑิต
 - 1) บัณฑิตชอบชักนำในทางที่ถูก
 - 2) ทำสิ่งที่เป็นธุระและประโยชน์
 - 3) ทำในสิ่งที่ควร
 - 4) ถูกกล่าวเตือนโดยดีจะไม่โกรธ
- วิธีคบบัณฑิต
 - 1) หมั่นเข้าไปหา
 - 2) เข้าไปนั่งใกล้
 - 3) มีความจริงใจต่อท่าน
 - 4) ปฏิบัติตามคำแนะนำ

(3) บูชามุคคัลที่ควรบูชา (บุชา จะ ปุชะนียานัง)

- เป็นการบูชาเพื่อชำระกิเลส 5 ประการ
= ลบหลู่/ยกตนเสมอท่าน / แข็งกระด้าง / ถือตัว / ดูหมิ่นท่าน
- มุคคัลที่ควรบูชา
 - 1) พระพุทธเจ้า
 - 2) พระสงฆ์ ปฏิบัติตามพระวินัย

- 3) พระมหากษัตริย์ที่อยู่ในทศพิธราชธรรม
- 4) บิดามารดา
- 5) ครูอาจารย์

หมวดที่ 2 การสร้างความพร้อมในการฝึกตนเอง

(4) อยู่ในถิ่นที่เหมาะสม (ปะฏิฐปะเทศะวาโส จะ)

- การเลือกอยู่ในถิ่นที่เหมาะสมนำมาสู่ความเจริญในชีวิต
 - 1) ทรัพย์เจริญ หากินง่าย
 - 2) ชีวิตเจริญ สุขภาพร่างกาย
 - 3) ความดีเจริญ ใก้ลวัด สถาบันการศึกษา ทำให้เป็นคนดี

(5) มีบุญวาสนามาแต่เก่าก่อน (ปุพเพ จะ กะตะปุญญะตา)

- วิธีสะสมบุญ = การทำทาน / เจริญเมตตาภาวนา
- ลักษณะคนมีบุญวาสนา
 - 1) สุวิณณาตา - ผิวพรรณงาม
 - 2) สุสรตา - เสียงไพเราะ
 - 3) สุสันฐานัง - ทรวดทรงดี
 - 4) สุรูปตา - รูปร่างดี

(6) ตั้งตนชอบ (อัตตะสัมมาปะณิธิ จะ)

- การตั้งตนชอบคือ การปฏิบัติตนนำไปสู่ความเจริญ
 - 1) ตั้งตนให้มีบ้านเป็นของตนเอง
 - 2) มีครอบครัวที่มั่นคง
 - 3) อาชีพมั่นคง
 - 4) เพียรประกอบกิจในหน้าที่การงาน ประพฤติในศีลธรรม

หมวดที่ 3 ฝึกตนให้เป็นคนมีวิชาชีพ

(7) เป็นพหูสูต (พาสัจจะ)

- เป็นผู้คงแก่เรียน ทำให้คนมีความรู้ ประกอบอาชีพก้าวหน้า
- คุณสมบัติของผู้ที่เป็นพหูสูต
 - 1) พหูสูต = ผู้ฟังมาก
 - 2) วิชา = จำหลักการ + เนื้อหาสาระ
 - 3) วิชา ปริจิตา = การท่องจำ บ่นจนคล่องปาก
 - 4) มนสานุเปกขิตา = การเพ่งเนื้อหาจึ้นใจ
 - 5) ทิฏฐิยา สุปฏิวิทธา = มีความเข้าใจเนื้อหาอย่างลึกซึ้ง

(8) มีศีลปะ (ลีปปัญจะ)

- ทรงสอนให้แนะนำความรู้มาใช้ด้วยความฉลาดรู้ ฉลาดทำ

(9) มีวินัย (วินะโย จะ สุติกจิโต)

- วินัยทางโลก = ระเบียบความคุมคนในสังคม เช่น กฎหมาย กฎข้อบังคับ
- วินัยทางธรรม 2 ประเภท
 1. อคาริยวินัย = วินัยของคฤหัสถ์ผู้ครองเรือน เช่น ศีล 5 / ศีล 8
 2. อนาคาริยวินัย = วินัยของบรรพชิต / นักบวช

(10) มีวาจาสุภายิต (สุภาสิตา จะ ยา วาจา)

- ประกอบด้วย

1. พูดให้ถูกกาลเวลา	จังหวะ
2. พูดแต่คำที่เป็นความจริง	ถ้อยคำ
3. พูดด้วยความสุภาพ	
4. พูดด้วยคำที่เป็นประโยชน์	
5. พูดด้วยจิตเมตตา	เจตนา

หมวดที่ 4 บำเพ็ญประโยชน์ต่อครอบครัว

(11) บำรุงบิดามารดา (มาตาปิตุอุปัฏฐานัง)

- กตัญญูกตเวที
 - 1) กตัญญู คือ รู้บุญคุณท่าน
 - 2) กตเวที คือ การประกาศคุณท่านและตอบแทนคุณท่าน
- การประกาศคุณท่าน คือ ความประพฤติที่ดีของเรา
 - 1) เลี้ยงดูท่านให้มีความสุข
 - 2) ช่วยทำกิจการงานแทนท่าน
 - 3) ดำรงวงศ์ตระกูล
 - 4) ประพฤติตนสมกับเป็นทายาท
 - 5) ทำบุญอุทิศเมื่อท่านตาย

(12) เลี้ยงดูบุตร (ปุตตะสังกะโห)

- ลูกมี 3 ประการ
 - 1) อภิชาติบุตร = เหนือพ่อแม่
 - 2) อนุชาติบุตร = เสมอพ่อแม่
 - 3) อวชาติบุตร = เลวกว่าพ่อแม่
- วิธีเลี้ยงลูกมี 5 อย่าง
 - 1) ห้ามลูกจากความชั่ว
 - 2) ปลุกฝังลูกทางแห่งความดี
 - 3) ให้ลูกได้รับการศึกษาดี
 - 4) จัดแจงให้ลูกแต่งงานกับคนดี
 - 5) มอบทรัพย์มรดกให้ในกาลอันสมควร

(13) สงเคราะห์ภรรยา(สามี) (ทาระสังกะโห)

1. วรภกริยา หมายถึง ภรรยาเสมอด้วย
2. โจริภกริยา หมายถึง ภรรยาเสมอด้วยโจร เป็นคนล้างผลาญ สร้างหนี้สิน
3. อัยยาภกริยา หมายถึง ภรรยาเสมอด้วยนาย เป็นคนชอบข่มสามีให้อยู่ในอำนาจ

4. มาตากริยา หมายถึง ภรรยาเสมอด้วยแม่ คือผู้ที่มีความรักต่อสามีอย่างสุดซึ้ง ไม่เคยทอดทิ้งแม้ยามทุกข์ยาก ป่วยไข้ ไม่ทำให้มีเรื่องสะเทือนใจ
5. ภคินีกริยา หมายถึง ภรรยาเสมอด้วยน้องสาว คือผู้ที่มีความเคารพต่อสามีในฐานะพ่อบ้าน
6. สขิกริยา หมายถึง ภรรยาเสมอด้วยเพื่อน ต่างคนต่างก็มีอะไรที่
7. ทาสีกริยา หมายถึง ภรรยาเสมอด้วยคนรับใช้ คือภรรยาที่อยู่ภายใต้คำสั่งสามี

(14) ทำงานไม่คั่งค้าง (อะนากุลลา จะ กัมมันตา)

- งานอากุล = งานค้าง
- หลักธรรมอิทธิบาท 4
 - 1) นันทะ / วิริยะ / จิตตะ / วิมังสา

หมวดที่ 5 บำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคม

(15) บำเพ็ญทาน (ทานัญจะ)

(16) ประพฤติธรรม (ชัมมะจะริยา จะ)

- 1) ประพฤติเป็นธรรม = ปรับตนหาธรรม
- 2) ประพฤติตามธรรม = ทำตามศีล

(17) สงเคราะห์ญาติ (ญาตะกา นัญจะ สังคะโท)

- ญาติหมายถึง คนรู้จัก / มีเหล่ากอเดียวกัน มี 2 สาย
 - 1) เครือญาติสายโลหิต
 - 2) เครือญาติทางธรรม
- วิธีสงเคราะห์ญาติ ด้วยสังคหวัตถุธรรม 4 ประการ
 1. ทาน
 2. ปิยวาจา
 3. อัตถจริยา

4. สมานัตตา

- มงคลที่เกิดขึ้นทำให้มีคนช่วยเหลือมาก

(18) ทำงานไม่มีโทษ (อะนะวัชชานิ กัมมานิ)

- วัชชกรรม = งานมีตำหนิ
- อวัชชกรรม = งานไม่มีตำหนิ
- เครื่องติชม 4 ประการ
 1. ตำหนิโดยกฎหมาย
 2. ตำหนิทางจารีต
 3. ติทางศีล
 4. ติทางธรรม
 5. ติไม่ได้ทั้ง 4 ประการ เป็นอวัชชกรรม

หมวดที่ 6 การฝึกจิตให้ยิ่งเบื้องต้น

(19) งดเว้นจากบาป (อาระตี วิระตี ปาปา)

- บาป = การเสียคุณภาพจิตที่ดี
- บาป 3 ทาง = กาย / วาจา / ใจ
- งดเว้นบาป
 1. อารตี = งด.....ชำระสะสางบาป
 2. วิระตี = เว้น เจตนาระวัง

(20) สรรวมจากการค้ำน้ำเมา (มัชชะปานา จะ สัญญะโม)

- สุราเป็นศัตรูตัวฉกาจของสติ
- โทษของสุรา 6 ประการ

- 1) เสียทรัพย์
- 2) ต้นเหตุทะเลาะวิวาท
- 3) นำโรคมมาให้
- 4) เสียชื่อเสียง
- 5) แสดงอูจาตขาดความละอาย
- 6) สุราทำให้สติปัญญาเสื่อมถอย

(21) ไม่ประมาทในธรรม (อัมปะมาโท จะ ชัมเมสุ)

- อัมปะมาทะ = ความไม่ประมาท มีสติ มีลักษณะพิเศษ 2 ประการคือ
 - 1) ระแวง
 - 2) ระวัง = สิ่งที่จะมาถึงในอนาคต

หมวดที่ 7 การฝึกใจให้ยังเบื่อกกลาง

(22) มีความเคารพ สัมมาคารวะ (การะโว จะ)

- คารวะ = อาการของจิตที่ตระหนักถึงความสำคัญของผู้อื่น
- หลักการวะ 6 ประการ
 1. พุทธการวตา เคารพพระพุทธ
 2. ชัมมการวตา เคารพพระธรรม
 3. สังฆการวตา เคารพพระสงฆ์
 4. ลิกขการวตา เคารพการศึกษา
 5. อัมปะมาทการวตา เคารพในความไม่ประมาท
 6. ปฏิสันถการวตา เคารพในปฏิสันถาร หมายถึงมีจิตใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อเพื่อนมนุษย์

(23) มีความถ่อมตน (นิวาโต จะ)

- นิ = ออก / วาตะ = ลม => ถ่อมตัว มองข้อบกพร่องของตนเอง

(24) มีความสันโดษ (สันตุญะฐี จะ)

- สันโดษ = ยินดีกับของตน (สัน=ตน) (ตุสะ = ยินดี) มี 3 ประการคือ
 1. สเคน สันโดษ ยินดีตามมี
 2. สันเตน สันโดษ ยินดีตามได้
 3. สมนน สันโดษ ยินดีตามควร

(25) มีความกตัญญู (กะตัญญูตา)

(26) พังกรรมตามกาล (กาเลนะ ชัมมัสสะวะนัง)

- พังกรรมตามกาล มี 2 ประการ
 - 1) ตามพุทธบัญญัติ = วันพระ
 - 2) พังกรรมตามพุทธโอวาท = การฟังคำเชิงแนะนำ มี 2 กาล
 1. เมื่อจิตของตนถูกวิตกครอบงำ
 2. เมื่อมีผู้มาแสดงธรรม
- คุณสมบัติของผู้แสดงธรรม
 - 1) แสดงตามลำดับเรื่อง
 - 2) อ่างเหตุผล
 - 3) แสดงด้วยความหวังดี
 - 4) ไม่เห็นแก่ลาภ
 - 5) ไม่แสดงธรรมกระทบตนและผู้อื่น
- มงคลจากการฟังธรรม

1. ได้ฟังสิ่งที่ไม่เคยฟัง
2. เคยฟังแล้วเพิ่มความเข้าใจ
3. ขจัดความสงสัยให้หมดไป
4. เห็นตรงต่อความจริง
5. จิตผ่องใส

หมวดที่ 8 การฝึกจิตให้ยิ่งเบื่องปลาย

(27) มีความอดทน (ขันติ จะ)

- ขันติมี 2 อย่าง คือ
 1. ขันติ = ความอดทนในการทำงานทั่วไป
 2. อริวาสนขันติ = ความอดทนต่อการล่วงเกินของคนอื่น
- ธรรมะในพุทธศาสนาเป็น “ ศีลเลขธรรม ” = เป็นธรรมะเครื่องขัดกิเลส ต้องอดทนที่จะขัด

(28) เป็นผู้ว่าง่าย (โศวะจัสสะตา)

- ผู้ว่าง่ายมี 2 ประเภท คือ
 1. ว่าง่ายเพราะอยากได้ มุ่งอามิส
 2. ว่าง่ายเพราะอยากดี
- ลักษณะผู้ว่าง่าย
 1. รับคำสอนด้วยดี
 2. รับทำตามด้วยดี
 3. รู้คุณของผู้ให้โอวาทด้วยดี
- เชื้อแห่งความว่าง่าย 16 ประการ

(29) เห็นสมณะ (สละมณานิฏจะ ทัสสะนัง)

- สมณะ = ผู้สงบ
- ลักษณะของพระสงฆ์
 1. สมณะไม่ทำอันตรายใคร
 2. ย่อมไม่เห็นแก่ลาภ
 3. ฝึกตนบำเพ็ญธรรม
 4. บำเพ็ญตบะ (ละกิเลส)

(30) สนทนาธรรมตามกาล (กาเลนะ ชัมมะซากัจฉา)

- นักธรรมะ 3 ประเภท
 - 1) พุคให้คนอื่นฟัง
 - 2) ฟังธรรมะคนอื่นพูด
 - 3) ได้ทั้งพูดทั้งฟัง = ธรรมสากัจฉา
- องค์ประกอบการสนทนาธรรม
 - 1) สนทนาในธรรม = เรื่องธรรมะ ขอบเขตของความดี
 - 2) สนทนาด้วยธรรม = ไม่แสดงกิริยาเบื่อ วาจาผิดธรรม
 - 3) สนทนาเพื่อธรรม = ความเข้าใจในธรรมะ
- อานิสงส์ของการสนทนาธรรม 5 ประการ
 - 1) เป็นการศึกษาหาความรู้ทางธรรมะ
 - 2) ทบทวนความรู้เดิมให้แตกฉาน
 - 3) บำบัดความสงสัย
 - 4) ปรับทัศนคติความเห็นของตน

5) ฝึกรวมจิตใจของตนเอง

หมวดที่ 9 การปฏิบัติตนที่มุ่งตรงต่อการพ้นทุกข์

(31) บำเพ็ญตบะ (ตะโป จะ)

- ตบะ = ทำให้ร้อน
- วิธีทำให้กิเลสร้อน มี 2 ชั้น
 1. ชั้นสัลเลาะ = ชั้นขัดเกลา / ฝึฝืนกิเลส
 2. ชั้นธุดังคะ = ชั้นกำจัด / ชั้นธุดงควัต มี 13 ข้อ 3 ลักษณะ / ส่วนมากเป็น

ภิกษุ

(32) ประพฤติพรหมจรรย์ (พรหมะจะริยัญจะ)

- พรหมจรรย์มี 3 ชั้น
 1. ตัน = ให้ทาน
 2. กลาง = ไม่นอกใจคู่ครอง
 3. สูง = ตัดขาดจากกามารมณ์

(33) เห็นอริยสัจจ์ (อะริยะสัจจานะทัสสะนะ) = เห็นทุกข์ / สมุทัย / นิโรธ / มรรค

(34) ทำพระนิพพานให้แจ้ง (นิพพานะสัจฉิกิริยา จะ)

- นิพพาน = หมดกิเลส
- ลอนุปาทีเสสนิพพาน = บรรลุนิพพานแต่ไม่ตาย
- อนุนุปาทีเสสนิพพาน = ตายแล้วเหลือแต่จิตบริสุทธิ์

หมวดที่ 10 ผลของการปฏิบัติตนจนสิ้นกิเลส

(35) จิตไม่หวั่นไหวในโลภธรรม (ผู้รู้สัจจะ โลกะฉัมเมหิ จิตตัง ยัสสะ นะ กัมปะตะ)

- ธรรมชาติของโลก 8 เรื่อง(โลภธรรม 8) ที่ทำให้จิตหวั่นและไหว

จิตไหว	จิตหวั่น
๑. ได้ลาภ	๑. เสียดลาภ
๒. เสียดลาภ	๒. เสื่อมยศ
๓. ได้รับการสรรเสริญ	๓. นินทา
๔. ได้รับความสุข	๔. ตกทุกข์

(36) จิตไม่โสภ (อะโสกัง) = เป็นลักษณะจิตของผู้บรรลุนิพพานแล้ว

(37) จิตปราศจากฐิติ (วิระชัง)

- วิระชัง = ฐิริ = ฝุ่นละอองของกิเลส 3 ตระกูล

1. ความรัก

๑.๑ อภิชฌาวิสมโลภะ ความโลภ

๑.๒ อภิชฌา ความเพ่งเล็งทรัพย์ของผู้อื่น

๑.๓ โลภะ ความอยากได้ ความโลภ

๑.๔ กามราคะ ความพอใจในกาม

๑.๕ รูปราคะ ความยินดีในอารมณ์ของรูปฌาน

๑.๖ อรูปราคะ ความดีใจยินดีในอารมณ์ของอรูปฌาน

2. ความชัง

๒.๑ พยาบาท ความผูกอาฆาต จองเวร

๒.๒ โทสะ คิดทำลาย

๒.๓ โกรธ ความเดือดดาลใจ คือคิดโกรธยังไม่คิดทำร้ายใคร

๒.๔ ปฏิฆะ ความขัดใจ

3. ความหลง

๓.๑ มิจณาทิฎฐิ ความเห็นผิดจากทำนองคลองธรรม

๓.๒ โมหะ ความหลงผิด ความไม่รู้ผิดชอบชั่วดี

๓.๓ สักกายทิฎฐิ ความเห็นว่าเป็นตัวตน

๓.๔ วิจิกิจฉา ความลังเลสงสัยในการปฏิบัติธรรม

๓.๕ สीलัพพตปรามาส ความติดอยู่ในศิลปพรตอันมกมาย

๓.๖ มานะ ความถือตัว ถือเขาถือเรา

๓.๗ อุทธัจจะ ความฟุ้งซ่าน

๓.๘ อวิชชา ความไม่รู้พระสัทธรรม

(38) จิตเกษม (เขม้ง) = ปลอดภัยพ้นจากภัยทั้งปวง

- ภัยของปุถุชน = การที่จิตตกอยู่ในวงล้อม/ เครื่องผูก = โยคะ 4 ประการ

1.	กามโยคะ	ผูกในใคร่	ตัดขาด = พระอนาคามี
2.	ภวโยคะ	อยากเกิดอยากเป็น	ตัดขาด = พระอรหันต์
3.	ทิฎฐิโยคะ	ความคิดเห็นตน	
4.	อวิชชาโยคะ	ผูกอวิชชา	

แหล่งข้อมูลบรรณานุกรม

สำนักศึกษาทั่วไป มหาวิทยาลัยมหาสารคาม . (2559) . เอกสารประกอบการสอนรายวิชา

พุทธศาสนากับการดำเนินชีวิต . มหาสารคาม : อภิชิตการพิมพ์ .