



ปฐมบท

พ่อแม่ทุกคนต่างก็คิดต้องการให้ลูกของตนเป็นคนดี แต่ถ้าให้อธิบายว่า**คนดี**เป็นอย่างไรนั้น คงจะได้คำตอบที่ไม่ชัดเจน ถ้าหากไม่ได้ศึกษาพระธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนา เพราะฉะนั้นการเลี้ยงและอบรมลูกให้เป็นคนดี พ่อแม่จำเป็นต้องศึกษาพระธรรมคำสอนให้เข้าใจก่อนว่า **“อะไรถูก-ผิด อะไรดี-ชั่ว อะไรบุญ-บาป อะไรควร-ไม่ควรทำ”** เมื่อเข้าใจสิ่งเหล่านี้ได้ถ่องแท้ ภาพของ**คนดี**จะชัดเจนขึ้นมา แล้วจึงนำความรู้ความเข้าใจนี้มาฝึกปฏิบัติตนเองให้เป็นต้นแบบของคนดีในครอบครัว พร้อมกับการปลูกฝังความเป็นคนดีให้แก่ลูกอย่างเป็นขั้นเป็นตอนไปตามลำดับ

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงให้หลักการฝึกคน

ในเบื้องต้น เพื่อให้เป็นคนดีขั้นพื้นฐาน คือเรื่องศีล ๕ การรักษาศีล ๕ เป็นปรกติจึงเป็นความดีเบื้องต้น ตั้งแต่ระดับครอบครัว แล้วรวมกันมาเป็นคนดีของคนในสังคมทุกระดับ จนถึงสังคมประเทศชาติ

สังคมของประเทศชาติเราในปัจจุบันนี้ เราจะพบเห็นปัญหาความไม่ดีต่างๆ ที่ทวีความรุนแรงเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ ตั้งแต่ปัญหาอาชญากรรม ปัญหาการคดโกงกัน ปัญหาการค้าบริการทางเพศและการช่มชู้ ปัญหาของคนทีหลอกลวงกัน พุดจาเชื่อถือไม่ได้ ปัญหา ยาเสพติดที่ระบาดในหมู่ของนักเรียนทั่วประเทศ ฯลฯ ปัญหาต่างๆ เหล่านี้ ถ้าพิจารณาสาวไปถึงต้นเหตุจะพบว่า เริ่มต้นมาจากคนที่ไม่รักษาศีล ๕ ให้เป็นปรกติ เมื่อศีล ๕ บกพร่องไปที่ละเล็กละน้อย และกระทำผิดจนมีนิสัยใจคอเป็นคนไม่มีศีลเป็นปรกติ ไม่รู้ว่าอะไรดี อะไรชั่ว เมื่อสังคมมีคนเหล่านี้เพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ ปัญหาของสังคมจึงมีมากขึ้นเป็นเงาตามตัว

ถ้าเราทุกคนตระหนักในสาเหตุของปัญหาเหล่านี้ แล้วหันหน้ามาช่วยกันปลูกฝังศีลธรรมให้เกิดขึ้นในครอบครัว ให้เป็นสังคมคนดีระดับครอบครัว เมื่อหลายๆ ครอบครัวรวมกัน จะได้เป็นสังคมคนดีระดับประเทศชาติได้

ด้วยเหตุผลนี้ ทีมงานพระไตรปิฎกจึงได้เรียบเรียงเนื้อหาพระธรรมเทศนาของพระภิกษุญาณวชิโรดม เรื่อง “**ศีล ๕ สำหรับเยาวชน และการแก้ไขเศรษฐกิจของชาติ**” มารวบรวมเป็นเล่มเพื่อเป็นคู่มือในการปลูกฝังศีล ๕ ให้กับลูกหลาน

ทีมงานพระไตรปิฎก สำนักประชาสัมพันธ์ หวังเป็นอย่างยิ่งว่า คู่มือปลูกฝังศีลธรรม บ้านกัลยาณมิตรฉบับนี้ **จะเป็นส่วนที่ช่วยสนับสนุนให้เกิดการปลูกฝังศีล ๕ อย่างเป็นขั้นตอนให้กับทุกคนในบ้าน โรงเรียน ทุกแห่ง และวัดทุกวัดในเมืองไทย เพื่อให้ทุกหนทุกแห่งเต็มไปด้วยคนมีศีล มีธรรม มีแต่ความดีงามที่ต่างหยิบยื่นให้กันและกัน แล้วสิ่งที่เราทุกคนคาดหวังไว้ว่า บ้านเมืองเราจะมีแต่ความสงบสุขโดยธรรม จะได้เป็นจริงในยุคของเราเอง**

ทีมงานพระไตรปิฎก
สำนักประชาสัมพันธ์

สารบัญ

คีล ๕ สำหรับเยาวชน	๔๔
วิธีอธิบายคีล ๕ ให้เด็กเข้าใจ	๔๕
คีล ๕ มีความเป็นมาอย่างไร	๔๕
ทำอย่างไรจึงจะรักษาคีล ๕ ข้อนี้ไว้ได้	๑๖
คีล ๕ กับการแก้ไขเศรษฐกิจของชาติ	๒๖
คนไทยจ่ายค่าตักใจแพงมหาศาล!	๒๘
เครื่องมือตรวจวัดวิกฤตเศรษฐกิจไทย	๓๑
การรักษาคีล ๕ ช่วยสร้างเครดิตใหม่ให้คนไทย	๓๖
วิธีฝึกสมาธิเบื้องต้น	๓๙

คีล ๕

สำหรับเยาวชน

วิธีอธิบายคีล ๕ ให้เด็กเข้าใจ

วันนี้หลวงพ่อกะมาเทศน์เรื่องเบื้องต้น ซึ่งเป็นเรื่องพื้นฐานที่สำคัญที่สุดในชีวิตของเรา คือ เรื่องคีล ๕ ให้คุณหนูๆ ฟัง เราไม่มีใครทราบว่ามีใครเป็นผู้กำหนดคีล ๕ ขึ้นมา แต่ทราบมาว่า เมื่อพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบังเกิดขึ้นก็ได้มีคีล ๕ อยู่ก่อนแล้วในโลก แล้วพระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเราที่ทรงประกาศว่า คีล ๕ นี้ ถูกต้องดีมาก ทุกคนจะต้องรักษาให้ได้

๑. คีล ๕ มีความเป็นมาอย่างไร ?

คุณหนูๆ รู้ไหมว่า คีล ๕ มีอะไรบ้างเอ่ย ?



วันนี้หลวงพ่อก็จะมาขยายความเรื่องศีล ๕ ให้คุณหนูๆ ฟังว่า เวลาเขากำหนดศีล ๕ ขึ้นมาในโลก เขาทำอะไร? เพื่อว่า เมื่อคุณหนูโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่แล้ว ถ้าวันไหนเกิดไปโกรธใคร จะไปโกรธสัตว์เล็กสัตว์น้อยหรือโกรธสัตว์ใหญ่ขึ้นมาก็ตาม แล้วคิดจะไปฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ก็จะได้ห้ามใจของตัวเองได้

ศีลข้อที่ ๑ ไม่ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต เกิดขึ้นมาได้อย่างไร?

หลวงพ่ : ก่อนจะเฉลยคำถามนี้ ต้องถามคุณหนูกลับว่า ที่รักที่สุดในชีวิตของคุณหนูคืออะไร? ช่วยตอบหลวงพ่อน้อย

ตอบ : รักคุณพ่อคุณแม่ครับ

หลวงพ่ : โอ้โฮ แล้วที่รักยิ่งกว่าพ่อแม่มีไหม?

ตอบ : มีครับ รักตัวเราเองครับ

หลวงพ่ : ถูกต้อง ทุกคนรักชีวิตของตัวเองเป็นที่สุดเลย หลวงพ่ขอถามต่ออีกว่า เบ็ดไก่มันรักชีวิตของมันไหม?

ตอบ : รักครับ

หลวงพ่ : แน่ใจหรือ?

ตอบ : แน่ใจครับ

หลวงพ่ : ทำไมจึงแน่ใจ? ทำไมจึงคิดว่าเบ็ดไก่รัก



ชีวิตของมัน? มันบอกหนูหรือ?

ตอบ : ไม่ได้บอกครับ

หลวงพ่ : แล้วหนูรู้ได้อย่างไร ว่าเบ็ดไก่มันรักชีวิตของมัน?

ตอบ : พอใครจะจับมันไปฆ่า มันวิ่งหนีครับ

หลวงพ่ : ใช่ เพราะสัตว์ก็เหมือนกับคนนี่แหละ พอใครจะมาฆ่า มันก็วิ่งแจ้น วิ่งหนีไปเลย มันพูดภาษาคนไม่ได้หรอก แต่อาการที่มันแสดงออก มันบอกว่า มันก็รักชีวิตของมัน พอใครจะมาฆ่า มันก็ต้องวิ่งหนี ทั้งๆ ที่มันพูดเป็นภาษาคนไม่ได้ แต่ท่าทางของมันบอกเรา เรารักชีวิตของเรามากที่สุด ฉันทัดเบ็ดไก่อั้ก็รักชีวิตของมันมากที่สุด ฉันทัด

นอกจากเบ็ดไก่แล้ว ingsหมูทั้งแมวมันรักชีวิตมันไหม?

ตอบ : รักครับ (ค่ะ)

หลวงพ่ : เพราะว่าคนเราก็ยังรักชีวิตของตัวเอง หมูแมว พอเราจะตีจะฆ่า มันก็วิ่งหนี มันก็รักชีวิตของมันเช่นกัน เพราะว่าทุกคนในโลกนี้ สัตว์ทุกประเภท ทุกตัวในโลกนี้ต่างรักตัวกลัวตายด้วยกันทั้งสิ้น ไม่มีใครไม่กลัวตายไม่มีใครไม่รักชีวิตของตัวเอง เพราะฉะนั้น ผู้มีใจเป็นธรรมทั้งหลาย ผู้ที่มีสติปัญญาอย่าง



แท้จริง จึงลงมติเป็นเอกฉันท์ว่า เนื่องจากใครๆ ก็รักชีวิตของตัวเองทั้งนั้น ใครๆ ก็ต้องไม่ฆ่าใคร คีลข้อที่ ๑ ไม่ฆ่าสัตว์ตัดชีวิตจึงกำเนิดขึ้นมา

คีลข้อที่ ๒ ไม่ลักขโมย เกิดขึ้นมาได้อย่างไร ?

หลวงพ่ : คราวนี้มีข้อคิดที่ให้หนูๆ ต้องคิดต่อไปอีกว่าเวลาที่ผ่านไปแต่ละวันๆ นั้น เราอยู่ได้ด้วยอะไรบ้าง?

ตอบ : อากาศ อาหาร น้ำครับ

ตอบ : ยารักษาโรค

ตอบ : เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย

ตอบ : เงิน

หลวงพ่ : เอาละ ที่พวกหนูๆตอบมาก็ใช่ทั้งนั้นเลย แต่ละวันที่ผ่านไป พวกเราแม้จะยังต้องเรียนหนังสืออยู่ ยังไม่มีอาชีพ แต่ว่าคุณพ่อคุณแม่ของหนูๆก็หาอะไรมาให้? ๑) หาเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่ม ๒) หาอาหาร ๓) หาที่อยู่อาศัย ๔) หายารักษาโรค ทั้งหมดนี้ภาษาพระรวมเรียกว่า ปัจจัย ๔ คือ เรื่อง ๔ ประการที่มนุษย์ได้อาศัยเป็นสมบัติเลี้ยงชีวิต

นอกจากปัจจัย ๔ แล้ว ยังมีสิ่งๆที่เนื่องจากปัจจัย ๔ อีกด้วย ยกตัวอย่าง นอกจากบ้านที่เราอยู่แล้ว ก็ต้องมีของใช้ภายในบ้าน รวมไปถึงจนถึงรองเท้า

ของคุณหนูๆ ซึ่งไม่ได้ใช้นุ่งใช้ห่ม แต่เราต้องใส่มันไปโรงเรียนทุกวัน

ชีวิตคนจึงอยู่ได้ด้วยสมบัติ

คราวนี้ถามว่าคีลข้อที่ ๒ เกิดขึ้นมาได้อย่างไร? เกิดขึ้นเพราะว่าทุกชีวิตอยู่ได้ด้วยสมบัติ ถ้าใครเอาทรัพย์สินสมบัติที่บ้านของหนูๆไปหมดเลย หนูอยู่ได้ไหมลูก?

ตอบ : ไม่ได้ค่ะ

หลวงพ่ : อยู่ไม่ได้ ถ้าเขาไม่ฆ่าเรา แต่เขาขโมยสมบัติของเราไป เขาแกล้งเผา แกล้งทำลายสมบัติของเราไป เราก็อยู่ไม่ได้ เพราะฉะนั้น คีลข้อที่ ๒ จึงเกิดขึ้นมาว่า ใครๆ ก็ต้องไม่ลักขโมยของใคร เพราะว่าใครๆ ก็ต้องใช้สมบัติสำหรับหล่อเลี้ยงชีวิตของเขา นี่จึงเป็นที่มาของการกำหนดคีลข้อที่ ๒

คีลข้อที่ ๓ ไม่ประพฤติผิดในกาม เกิดขึ้นมาได้อย่างไร ?

เมื่อเขาไม่ฆ่าเรา ไม่ขโมยสมบัติของเราไปด้วย เราก็น่าจะมีความสุขอยู่อย่างมีความสุข แต่ว่าถ้าเขามาต้องการ มาอยากได้ของที่เรารักเราชอบ มาแย่งชิงของรักของเราไป และของรักที่มนุษย์รักมากกว่าทรัพย์สินสมบัติ มีอะไรบ้าง?

๑. สามี

๒. ภรรยา

(ในแง่ของคุณหนู ก็คือคุณพ่อคุณแม่ของคุณหนูๆ นั่นเอง)

๓. ลูก

เพราะฉะนั้นผู้มีจิตใจเป็นธรรมทั้งหลายจึงได้ตั้งข้อบัญญัติขึ้นมาว่า ใครๆ ก็ไม่ควรจะแย่งชิงของรักของใคร คือไม่ประพฤติผิดในกามนั่นเอง นี่จึงเป็นที่มาของการกำหนดศีลข้อที่ ๓

ศีลข้อที่ ๔ ไม่พูดปด เกิดขึ้นมาได้อย่างไร?

คราวนี้ มีเรื่องที่ยากจะฝากคุณหนูเอาไว้ทุกคนเลย คือ ในชีวิตของคนเรา ไม่ว่าจะใครก็ตามที่เรา รักสุดชีวิตจิตใจ พ่อแม่เราก็รักเคารพ เพื่อนเราก็รักมากมาย เลย พี่ของเรา เราก็รัก ครูอาจารย์ของเรา เราก็รัก แต่ว่าทุกๆ ที่เราบอกว่า เรารักที่สุดในโลก แต่หากพบว่าเขาเหล่านั้นขาดความจริงใจกับเราเมื่อไร มันก็จะทำให้เราหมดรักได้เหมือนกัน

สิ่ง que แสดงว่าเขาขาดความจริงใจต่อเรา คืออะไร ? การพูดเท็จนั่นเอง

หลวงพ่อก : หนูมีพี่ไหม?

ตอบ : มีครับ

หลวงพ่อก : ถ้าหนูรู้ว่าพี่เขาพูดเท็จ พูดไม่จริงกับเรา หนูเคืองไหม?

ตอบ : เคืองครับ

หลวงพ่อก : แล้วถ้าเราพูดเท็จกับพี่ พี่เขาจะเคืองไหม?

ตอบ : เคืองครับ

หลวงพ่อก : แล้วถามจริงๆ เอะ หนูเคยพูดเท็จกับพี่เขาไหม?

ตอบ : เคยครับ

หลวงพ่อก : จำไว้นะลูก ใครก็ตามที่รักเรา ถ้าเราพูดเท็จกับเขา เขาก็จะหมดรักเรา แล้วถ้าเขาพูดเท็จกับเรา เราก็จะหมดรักเขาเช่นกัน เพราะฉะนั้นขอฝากคุณหนูไว้ทุกคน เพราะใครๆ ก็ต้องการความจริงใจด้วยกันทั้งนั้น ใครๆ ก็ต้องไม่พูดเท็จกับใคร นี่คื้อมาของการกำหนดศีลข้อที่ ๔

ศีลข้อที่ ๕ ไม่ดื่มสุราของมึนเมา เกิดขึ้นมาได้อย่างไร ?

มีข้อคิดที่ต้องฝากคุณหนูให้เอาไปคิดอีก พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงฝากเอาไว้ เป็นข้อคิดที่ดีมากๆ คุณหนูจดเอาไว้ด้วยนะ

พระองค์ได้ทรงฝากไว้แบบนี้ว่า

ประการที่ ๑ ใครที่ไม่ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ไม่ว่าจะ
ฆาตว์เล็กสัตว์น้อยสัตว์ใหญ่ หรือฆ่าคนก็ตาม ได้
ชื่อว่าให้ทานอย่างยิ่งใหญ่หรือมหาทาน คือ **ให้ความ
ปลอดภัยแก่ชีวิตเป็นทาน**

ประการที่ ๒ ใครที่ไม่ลักไม่ขโมย ก็ได้ชื่อว่า
ให้ทานอันยิ่งใหญ่อีกเช่นกัน คือ **ให้ความปลอดภัย
แก่ทรัพย์สินเป็นทาน**

ประการที่ ๓ ถ้าใครไม่ประพฤตินิโคตในกาม
ก็ได้ชื่อว่า ให้มหาทานอย่างยิ่งใหญ่อีก คือ **ให้ความ
ปลอดภัยแก่คู่ครองของเขาเป็นทาน**

ประการที่ ๔ ถ้าใครไม่พูดเท็จ ไม่โกหก ก็ได้
ชื่อว่า ทำทานอย่างยิ่งใหญ่อีกเหมือนกัน คือ **ให้
ความจริงใจเป็นทาน** นี่ ๔ ประการด้วยกัน

มีเรื่องที่คุณจะต้องใช้ความคิดให้มากขึ้นไปอีก
คือ เรื่องของศีลข้อที่ ๕ ต้องใช้ความคิดมากขึ้นไป
อีกจึงจะเข้าใจ การที่คนใดคนหนึ่งจะไม่ฆ่าสัตว์ก็ตาม
ไม่ลักทรัพย์ก็ตาม ไม่ประพฤตินิโคตก็ตาม และ
ไม่พูดเท็จก็ตาม การที่จะทำอย่างนี้ได้ คนผู้นั้นจะต้อง
มีสติอย่างดี

ถ้าเขาขาดสติเผลอสติเมื่อไร เขาก็พร้อมที่จะ

**ไม่ให้ทานแก่ชีวิต ไม่ให้ความปลอดภัยในทรัพย์สิน
ของผู้อื่น ไม่ให้ความปลอดภัยกับคู่ครองของใครและ
ไม่ให้ความจริงใจเป็นทานกับใคร**

สติของคนเรานั้น แปรลกจริงๆ บทมันเหนียว
แน่น มันก็เหนียวแน่นอย่างไม่น่าเชื่อ บทมันเปื่อยก็
เปื่อยอย่างไม่น่าเชื่อเหมือนกัน

ที่ว่าสติเหนียวแน่นอย่างไม่น่าเชื่อเป็นอย่างไร
ยกตัวอย่าง ถ้ามีนักเรียนคนหนึ่ง วันพรุ่งนี้เขาจะต้อง
ไปสอบ แต่ว่าเกิดมีอาการไข้ขึ้นมากระหัดระหัน เขาก็
รีบไปหาหมูกายาแก้ไข้กินรีบร้อย แล้วอาการไข้
มันก็ยังไม่หาย แต่ก็กลับมาพยายามดูหนังสือต่อให้
จบ แสดงว่าสติของเขานี้เหนียวมากๆ เลย

แต่ทั้งๆ ที่สติของคนเราถึงบทมันเหนียวแน่น
เหนียวได้ขนาดนี้แหละ แต่มันแพ้เหล้า แพ้เบียร์ แพ้
ยาม้าหรือยาเสพติดให้โทษ ใครไปเสพของอันตราย
พวกนี้เข้า ก็จะทำให้สติของตัวเองขาดเปื่อยไปได้อย่าง
ไม่น่าเชื่อ

เพราะฉะนั้น เพื่อรักษาสติของเราเอาไว้ ศีล
ข้อที่ ๕ จึงได้เกิดขึ้นว่าใครๆ ก็จะต้องไม่ดื่มสุรายา
เมาหรือเสพยาเสพติดให้โทษ เพราะว่าจะทำให้สติ
ของเราขาดไป



ถ้าสติของเราขาดหายไปแล้วจะเป็นอย่างไร
 คีลทั้ง ๔ ข้อที่ต้องใช้สติคอยกำกับก็จะพลอยขาดไปด้วยอย่างง่ายดาย

ยกตัวอย่าง มีเด็กอายุรุ่นราวคราวเดียวกับคุณหนูๆ ที่นั่งอยู่ตรงนั้นแหละ เขาเคยเจอมาแล้ว เวลาคุณพ่อเมาเหล้า คุณพ่อก็พร้อมจะฆ่าเบ็ด ฆ่าไก่ได้ทันที บางทีก็พร้อมจะตีคุณหนู บางทีก็พูดไม่เพราะกับคุณหนูด้วย ใหม่ๆ ที่ก่อนจะกินเหล้าเข้าไป พ่อก็เป็นคุณพ่อที่แสนดีต่อลูกๆ เพราะฉะนั้น หลวงพ่อขอฝากคุณหนูเอาไว้ โตขึ้นมาห้ามดื่มเหล้า ห้ามดื่มเบียร์ ห้ามเสพยาเสพติดให้โทษต่างๆ

มาถึงตรงนี้ หลวงพ่อขอทบทวนให้พวกเราฟังอีกทียวหนึ่ง

ทำไมจึงไม่ให้ฆ่าสัตว์ เพราะว่า ไม่ว่าใครๆ ก็รักชีวิตตัวเอง

ทำไมจึงไม่ให้ลักทรัพย์ เพราะว่าใครๆ ก็อยู่เป็นสุขได้ด้วยสมบัติของเขา ถ้าเราไปลักไปทำลายทรัพย์สมบัติของเขามา เขาก็จะมีชีวิตอยู่ไม่ได้ หรืออยู่ได้ก็ต้องพบความยากลำบาก

ทำไมจึงไม่ให้ประพฤตินอกใจ เพราะใครๆ ก็รักพี่น้องพวกพ้องของเขา



ทำไมจึงไม่ให้พูดเท็จ เพราะใครๆ ก็รักความจริงใจด้วยกันทั้งนั้น จึงไม่ควรพูดเท็จกับใคร

ทำไมจึงไม่ให้ดื่มเหล้า ไม่ให้เสพยาเสพติด เพราะว่าเมื่อดื่มเข้าไปแล้วจะทำให้สติของเรา เมื่อสติของเราเสียหายไปแล้ว คีลข้ออื่นๆ ก็พร้อมที่จะขาดไปหมด

เพราะฉะนั้น คุณหนูๆ ที่นั่งอยู่ตรงนั้น หลวงพ่อขอฝากเอาไว้ ถ้าหนูอยากจะเป็นคนดีต่อไปในภายภาคหน้า คีลทั้ง ๕ ข้อ หนูต้องรักษาเอาไว้ให้ดี



๒. ทำอย่างไรจึงจะรักษาศีล ๕ ข้อนี้ไว้ได้

คราวนี้ แล้วทำอย่างไรจึงจะรักษาศีล ๕ ข้อเอาไว้ได้

เมื่อหลวงพ่อกับพระที่ห้อยคอกเป็นนักเรียนนักศึกษาเหมือนกัน อย่างกับพวกหนูนี้แหละ หลวงพ่อก็อ่อยๆ ฝึกรักษาศีล ๕ ของตัวเองไป วิธีที่จะทำให้รักษาศีลได้อย่างครบถ้วนบริบูรณ์ หลวงพ่อทำอย่างนี้ คุณหนูลองไปทำดู

เมื่อก่อนจะบวช หลวงพ่อมีพระห้อยคอกอยู่ทุกเช้าก่อนที่หลวงพ่อกับพระจะไปเรียนหนังสือ หลวงพ่อก็อหัดพระที่ห้อยคอกเอามาใส่มือแล้วก็ตั้งนะโม ๓ จบว่า

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ

เพื่อเป็นการนอบน้อมต่อพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

พอสวดมนต์เสร็จเรียบร้อยแล้ว หลวงพ่อก็อัญญาอยู่กับพระที่ห้อยคอกว่า

๑. วันนี้ ข้าพเจ้าจะไม่ฆ่าสัตว์

๒. วันนี้ ข้าพเจ้าจะไม่ลักทรัพย์

๓. วันนี้ ข้าพเจ้าจะไม่ประพฤตินิโคตนา

๔. วันนี้ ข้าพเจ้าจะไม่พูดเท็จ

๕. วันนี้ ข้าพเจ้าจะไม่ดื่มสุรายาเมา หรือยาเสพติด

พอสัญญาครบทั้ง ๕ ข้อแล้ว หลวงพ่อก็ออกจากบ้านไปเรียนหนังสือ เหมือนอย่างพวกหนูมาโรงเรียนอย่างนี้แหละ ที่แรกๆ หลวงพ่อก็อรักษาศีล ๕ ได้ข้ามวันบ้างไม่ข้ามวันบ้าง แต่ว่าผ่านไปได้ประมาณสักครึ่งปี หลวงพ่อก็อรักษาศีล ๕ ได้ถึง ๖ ปี แล้วหลวงพ่อก็ได้มาบวชอย่างที่หนูเห็นนี่แหละ หลวงพ่อก็อทำมาอย่างนี้

คุณหนูคิดว่าพอจะทำได้ไหม? ใต้นะ

ใครคิดว่าได้ยกมือ ? เก่งมากๆ เลย ขอบใจมากๆ เอามือลง

ใครคิดว่าทำไม่ได้บ้าง ? มีไหม ยกมือซิ ?

หลวงพ่อ : หนูทำไม่ได้เหรอ เป็นเพราะอะไรล่ะ?

ตอบ : หนูเลิกตบยุงไม่ได้ค่ะ

หลวงพ่อ : ขอถามคุณหนูหน่อยนะ คุณหนูตบยุงมาหลายปีแล้ว ยุงมันลดลงบ้างไหม?

ตอบ : ไม่ลดค่ะ



หลวงพ่ : หนูคิดว่าถ้าตบยุงต่อไป ยุงจะหมดไปไหม?

ตอบ : ไม่หมดค่ะ

หลวงพ่ : แล้วตบไปทำไมล่ะ ?

ตอบ : มันกัดค่ะ

หลวงพ่ : ฟังให้ดีนะลูก หลวงพ่ขอเล่าประสบการณ์การไปต่างประเทศของหลวงพ่ให้ฟังสักหน่อย หลวงพ่ได้ไปมาแล้วหลายประเทศ ครั้งสุดท้ายไปอเมริกา มาบางรัฐในประเทศอเมริกาไม่มียุง แต่เดิมที่นั่น ยุงของเขาชุมกว่าเมืองไทยอีก แต่ปัจจุบันนี้เขาไม่มียุง เขาทำอย่างไร? เขาทำได้เพราะว่า เขาไปแก้ที่ต้นเหตุ อะไรคือต้นเหตุที่ทำให้ยุงชุม ?

ตอบ : น้ำเน่าค่ะ

หลวงพ่ : เก่งมาก น้ำเน่าที่ขังอยู่หลังบ้าน เป็นต้นเหตุที่ทำให้ยุงชุม เพราะยุงจะอาศัยเป็นที่เพาะพันธุ์ คนของเขามีปัญญา แล้วก็เป็นคนทำอะไรทำจริง ๆ จัง ๆ ไม่เหยาะเหยอะ เขาไม่ได้อั้น เขากดน้ำทิ้งน้ำเน่ารอบๆ บ้าน รอบๆ เมืองของเขา ทำให้ยุงไม่มีที่เพาะไข่ ยุงก็เลยสูญพันธุ์ไปโดยไม่ต้องตบ เพราะฉะนั้น ถ้าหนูอยากให้เมืองนี้ยุงไม่ชุม คุณหนูก็ต้องช่วยกันหาทางกวดน้ำเน่า น้ำครำข้างหลังบ้านเสีย ถ้ามันใหญ่หนัก ก็บอกคุณพ่คุณแม่ช่วยกัน ถ้ามันเป็นรอยต่อระหว่าง



บ้าน ก็บอกให้หลายๆ บ้านมาช่วยกันถมบ่อน้ำครำนั้นเสีย แล้วหนูก็ไม่ต้องตบยุงอีก หนูว่าดีไหม?

ตอบ : ดีค่ะ

หลวงพ่ : คิดว่าสมควรจะไปทำไหม?

ตอบ : สมควรครับ

หลวงพ่ : หนูคิดว่าทำได้ไหม?

ตอบ : ทำได้ค่ะ

หลวงพ่ : ชอบใจมาก เก่งมาก ถ้าอย่างนั้นใครคิดว่าจะรักษาดี ๕ ไม่ได้ก็ช่วยยกมือสูงๆ เป็นเพราะอะไรลูก?

ตอบ : มดมันมากัด ผมเลยฆ่ามดครับ

หลวงพ่ : คุณหนูฟังให้ดี ที่วัดของหลวงพ่ก็มีมดชุม แต่ว่าเดี๋ยวนี้เกือบจะหมดแล้ว แต่ยังไม่หมด แต่ถึงแม้ไม่หมดแต่ก็ไม่ชุม มันก็เลยไม่รบกวน ใครรู้บ้างว่า ทำไมหมดจึงชุม?

ตอบ :

หลวงพ่ : เพราะว่าสิ่งสกปรกมันมาก มีเศษอาหารอยู่มาก ที่ไหนมีเศษอาหารทิ้งไว้เกะกะ ที่นั่นมดจะชุม ไม่เฉพาะมด แมลงสาบก็ชุม แมลงวันก็ชุม เพราะฉะนั้น คุณหนูต้องช่วยกันอย่าปล่อยยให้ขยะเลอะเทอะ ช่วยกันเก็บให้เป็นที่เป็นที่ เป็นทาง แล้วหนูก็อย่าทิ้งเลอะ



เหอะ มดมันก็จะไม่มาขึ้น แมลงสาบหรือแมลงวันก็จะไม่มากรวน แล้วคุณหนูก็จะไม่ต้องไปฆ่ามัน คุณหนูๆ ก็จะถือศีล ๕ ได้อย่างสบาย

ที่หลวงพ่อบอกมานี้ เพื่อให้ทุกคนรับรู้ว่า การจะแก้ปัญหอะไรนั้น สมควรจะทำที่ต้นเหตุ เช่น ยุงกัดแทนที่จะไปไล่ตบยุง ไปหาต้นเหตุว่า ทำไมยุงถึงชุม ก็จะไปแก้ที่ต้นเหตุ คือไปถมบ่อน้ำเน่านั้นเสีย แล้วยุงก็จะไม่มี

เมื่อ ๒ ปีที่แล้ว หลวงพ่อไปอเมริกา เกือบไปโดนจับเพราะว่าใจบุญ ขอถือโอกาสเล่าให้ฟัง หลวงพ่อไปที่โน่น ตรงกับช่วงงานสงกรานต์ของเมืองไทย ชาวไทยในอเมริกาเขาก็เลยจัดให้มีปล่อยปลา ให้ชีวิตเป็นทาน ชาวไทยที่ไปอยู่ในอเมริกาก็ไปซื้อปลาในตลาดมากมายเลย แล้วเอาไปปล่อยที่สาธารณะ เป็นสระใหญ่มากเลย พอจะเอาไปปล่อย เจ้าหน้าที่ที่เขาดูแลสระวิ่งปราดเข้ามาเลยพร้อมกับตำรวจ เขาจะมาจับ แต่ก่อนจะจับ เขาก็ขอดูปลาที่จะนำไปปล่อย พอดูแล้วเขาบอกว่า “ปลาชนิดนี้เป็นปลาตัวเล็กที่ชอบกินลูกน้ำ เพราะฉะนั้นเขาอนุญาตให้ปล่อยได้ ถ้าเป็นปลาใหญ่ประเภทปลาช่อน ปล่อยลงไปแล้วจะกลับไป



กินปลาตัวเล็กๆ ที่กินลูกน้ำละก็เขาจะจับ เพราะว่าถ้าปล่อยปลาชนิดนี้ลงไปกินปลาเล็กที่กินลูกน้ำ อีกหน่อยไม่มีปลาเล็กกินลูกน้ำ แล้วยุงจะชุมในบ้านในเมืองเขา” ก็พอดีปลาที่เอาไปปล่อย เป็นปลาประเภทไม่ใช่ปลากินปลา ก็เลยรอดตัวไป ไม่อย่างนั้นคิดจะเอาปลาไปปล่อยให้ชีวิตเป็นทานในวันนั้น คนไทยคงโดนจับหลายคน นี่ก็เป็นประสบการณ์ที่หลวงพ่อบอกมา ขอฝากไว้กับคุณหนูๆ ทุกคนด้วย

ช่วยลูกขึ้นยืนให้หมดเลย ใครที่มีพระห้อยคอก็อาราธนาใส่มือแล้วพนม ใครที่ไม่ได้ใส่มา มองดูพระพุทธรูปบนโต๊ะหมู่ แล้วตั้งนะโม ๓ จบ พร้อมกับหลวงพ่อบอก

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ (๓ จบ)

ว่าตามที่หลวงพ่อบอกทุกคนนะ “วันนี้ข้าพเจ้าจะไม่ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต
วันนี้ข้าพเจ้าจะไม่ลักทรัพย์ของผู้อื่น
วันนี้ข้าพเจ้าจะไม่ประพฤติผิดในกาม
วันนี้ข้าพเจ้าจะไม่พูดเท็จ
วันนี้ข้าพเจ้าจะไม่ดื่มสุรายาเมา และไม่เสพยาเสพติดให้โทษต่างๆ”



ชอบใจมาก นั่งลงทุกคนนะ

ตอนเช้า ก่อนที่คุณหนูๆ จะออกจากบ้านไปโรงเรียน ขอให้คุณหนูๆ ทำอย่างนี้ทุกวัน คือ ตั้งนะโมฯ ๓ จบ จะตั้งนะโมฯ ๓ จบ ต่อหน้าพระพุทธรูปก็ได้ จะตั้งนะโมฯ ๓ จบ กับพระที่คุณหนูห้อยคอก็ได้ แล้วสัญญากับพระเจ้าข้าพเจ้าจะไม่ฆ่าข้าพเจ้าจะไม่ลักขโมย ข้าพเจ้าจะไม่ประพฤตินอกใจในกาม ข้าพเจ้าจะไม่พูดเท็จ ข้าพเจ้าไม่ดื่มสุรายาเมาและไม่เสพยาเสพติดให้โทษต่างๆ ขอให้ทำแบบนี้ทุกวัน ถ้าคุณหนูทำอย่างนี้ ด้วยผลดีที่คุณหนูไม่ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต เพราะฉะนั้น ตลอดชีวิตของคุณหนูจะไม่ประสบอุบัติเหตุใดๆ ไม่ว่าจะเป็นรถชน ตกน้ำ จะไม่มี

บุญจากการไม่ฆ่าสัตว์จะคุ้มครองคุณหนู โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ใครที่เจ็บไข้ได้ป่วยบ่อยๆ ขอให้ตั้งใจให้ดีๆ ห้ามฆ่าสัตว์เป็นอันขาด

ถาม : ฆ่างูเป็นบาปไหมครับ?

หลวงพ่ : ใครว่าไม่เป็นบาปบ้าง ? หลวงพ่อขอฝากข้อคิดนิดหนึ่งก็แล้วกัน ที่วัดของหลวงพ่เคยมีงูซุ่มเหมือนกัน แล้วหลวงพ่ทำอะไร? หลวงพ่ก็ยังใช้นโยบายเช่นเดิม คือว่าที่ไหนไม่มีอาหารให้สัตว์ชนิดนั้น สัตว์ชนิดนั้นก็อย่ามารบกวนเรา ในบริเวณบ้านของ

เราก็เหมือนกัน คุณหนูรู้ไหมว่าอะไรคืออาหารของงู ?

ตอบ :

หลวงพ่ : งูกินผลไม้ไหม?

ตอบ : ไม่กินค่ะ

หลวงพ่ : งูกินข้าวเหนียวหรือเปล่า?

ตอบ : ไม่กินครับ

หลวงพ่ : ตามธรรมดาแล้ว พวกงูก็จะกินกบ กินเขียด กินหนู เพราะฉะนั้นในทำเลที่เราอยู่ จะเป็นบริเวณบ้าน บริเวณโรงเรียน ก็ช่วยกันจัดการไม่ให้เป็นที่อยู่ของสัตว์พวกนี้ ไม่ฆ่า งูก็ไม่อยู่ในบริเวณนั้นเหมือนกันเพราะไม่มีอาหาร แล้วเมื่อมันไม่มีอาหาร มันก็จะไม่มีลูกไม่มีเต้า ในที่สุดมันก็จะอพยพออกไปโดยไม่ต้องฆ่า อาจจะต้องใช้เวลาหน่อย แต่ว่าเป็นการแก้ที่ต้นเหตุ

วัดของหลวงพ่มีพื้นที่อยู่ ๒,๕๐๐ไร่ เมื่อก่อนนี้หนูซุ่มมาก งูก็เลยซุ่มมากด้วย หลวงพ่ก็พยายามไม่ให้หนูซุ่ม โดยไม่ยอมให้ใครเอาเศษอาหารมาทิ้ง ไม่ยอมให้ใครเอาขยะมาทิ้ง เพราะฉะนั้นหนูก็เลยไม่ซุ่มเมื่อหนูไม่ซุ่ม งูก็ไม่ซุ่ม อาจจะมีบ้าง แต่ไม่ถึงกับมารบกวนเรา เพราะต่างคนต่างอยู่

สำหรับวันนี้ หลวงพ่คงจะจบการเทศน์เรื่อง



ศีล ๕ เพียงแค่นี้ ด้วยอำนาจกุศลผลบุญ ที่พวกเราทุกคนตั้งใจรักษาศีล ๕ คือตั้งแต่ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่ประพฤตินิดในกาม ไม่พูดเท็จ และไม่ดื่มสุรายาเมา ด้วยอำนาจกุศลผลบุญนี้ ขอให้ทุกคนจงสุขทั้งกายทั้งใจ ทุกข์โรคโรคร้ายใดๆอย่าได้มารบกวนแล้วให้รู้แจ้งแทงตลอด ในธรรมะของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้โดยง่าย ให้เป็นที่รักของมนุษย์และเทวดาทั้งหลาย ให้บังเกิดมหาโชคมหาลาภตลอดกาลและให้มีสติปัญญาเฉียบแหลม เล่าเรียนเขียนอ่านได้แตกฉาน เมื่อโตขึ้นก็สามารถประกอบธุรกิจการงานได้ดีเลิศ สมกับเป็นประชาชนคนไทย สมกับที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์พบพระพุทธศาสนา จะมีแต่ความเจริญรุ่งเรืองตลอดปี ตลอดไป トラบวันเข้าพระนิพพานเทอญ





ศิลปะ

กับการแก้ไขเศรษฐกิจของชาติ

บทเรียนในภาวะเศรษฐกิจตกต่ำของประเทศ
ไทยที่ผ่านมานั้น ค่าเงินบาทของไทยได้เคยลดต่ำลงไป
อย่างมาก จากเดิมที่เงินไทย ๒๕ บาท มีค่าเท่ากับ ๑
เหรียญสหรัฐฯ ได้ตกไปอยู่ที่ ๓๗ บาท เท่ากับ ๑
เหรียญสหรัฐฯ ประชาชนไทยต้องประสบภาวะวิกฤต
ทางเศรษฐกิจอยู่พักใหญ่ ทั้งบ้านทั้งเมืองในช่วงนั้นมี
แต่ความกังวลลัดกลุ้มไปทั่ว ซึ่งตรงนี้จะยังไม่โทษ
ว่าเป็นความผิดพลาดด้านการบริหารบ้านเมืองของใคร

แต่มีเรื่องหนึ่งที่สำคัญยิ่งที่คนไทยควรจะอาศัย
บทเรียนที่ผ่านมา มองเมืองไทยของตัวเองให้ออกกว่า
ค่าเงินบาทจริงๆ ของไทยในช่วงเศรษฐกิจตกต่ำนั้นมัน
ควรจะอยู่ที่ระดับเท่าไร และการขึ้นลงของค่าเงินบาท
ไทยนั้นมันขึ้นอยู่กับอะไรกันแน่ !

คนไทยจ่ายค่าตกรใจแพงมหาศาล !

สองปีก่อนหน้าที่ประเทศไทยจะประสบกับปัญหาเศรษฐกิจในปี พ.ศ. ๒๕๓๙ นั้น ได้มีนักการธนาคารออกมาให้ทัศนะเป็นสัญญาณเตือนภัยเอาไว้ว่า เศรษฐกิจโลกจะตกต่ำลง ค่าเงินไทยควรจะลดลงมาอยู่ที่ประมาณ ๓๐ บาทต่อดอลลาร์สหรัฐ แต่เมืองไทยไม่ได้ระมัดระวังหามาตรการป้องกันแก้ไขเอาไว้ล่วงหน้า เมื่อประชาชนรับรู้อย่างกระตือรือร้น ตั้งหลักรับสถานการณ์ไม่ทัน ค่าเงินบาทของไทยในช่วงนั้นจึงตกลงไปอยู่ในระดับที่ผิดไปจากที่ควรจะเป็น สาเหตุก็เพราะมันบวกรูปปัญหาค่าความตระหนกตกใจเข้าไปด้วย

ค่าตกรใจนี้แพงไหม แพงอย่างมหาศาล เพราะมันทำให้

๑) **เกิดการกักตุนเงินเกิดขึ้น** คือ ต่างคนต่างเก็บเงินเข้ากระเป๋า ไม่ยอมใช้จ่ายลงทุนอะไรทั้งนั้น

๒) **เกิดการซื้อเงินดอลลาร์เพื่อเตรียมขาย** คือ มีคนบางกลุ่มหันมาคำนวณว่าค่าเงินบาทไทยจะตกลงไปเท่าไรแล้ว แล้วคิดถึงกำไรด้วยการซื้อเงินดอลลาร์มาเก็บไว้ เพื่อเตรียมขายในเวลาที่ว่าค่าเงินบาทต่ำลงไปกว่าตอนเริ่มซื้อ

๓) **เกิดการถอนเงินฝากออกจากธนาคาร** อย่างกระหึ่มหัน ส่งผลให้ธนาคารหลายแห่งล้มละลาย เมืองไทยยังดีที่มีให้เห็นชัดๆ อยู่ ๓ ข้อ แต่ในอินโดนีเซียได้เพิ่มข้อที่สี่เข้าไปด้วย

๔) **เกิดการกักตุนสินค้า ทำให้สินค้ามีน้อยและราคาแพงลิบลิ่ว**

ปัญหาค่าตกรอกตกรใจเหล่านี้ เป็นปัญหาที่ทำให้ค่าเงินบาทของไทยต่ำกว่าที่ควรจะเป็น

ทำไมจึงเสียค่าตกรใจกับภาวะเศรษฐกิจตกต่ำ
คำตอบคือ ความไม่คอยเชื่อใจกันเอง

เริ่มตั้งแต่ใครขึ้นมาเป็นรัฐบาล ประชาชนก็รู้สึกว่าจะไม่คอยทราบความจริงเกี่ยวกับความคืบหน้าของการบริหารประเทศ และบทบาทที่แท้จริงของไทยในเวทีโลก บางครั้งความจริงมีอยู่แค่คืบ ท่านก็ขยายไปเป็นศอกเป็นวา หรือความจริงเป็นวา ท่านพูดย่อเหลือแค่ปลายนิ้วเดียว เมื่อประชาชนไม่คอยจะได้รับความจริงจากท่าน ประชาชนก็เลยไม่คอยจะเชื่อท่าน เป็นโรคระแวงระบาตตามมา

ดังนั้น เมื่อถึงเวลาเศรษฐกิจตกต่ำ รัฐบาลออกมาพูด หนังสือพิมพ์ออกมารายงานข่าว นักธุรกิจออกมาวิเคราะห์สถานการณ์ ประชาชนก็ไม่อยากเชื่อ เพราะระแวงกันตั้งแต่แรกว่า แต่ละส่วนจะเอาผลประโยชน์



เข้าตัวหรือเปล่าก็ไม่รู้ เป็นอันว่าตกลงเมืองไทยก็เลยไม่รู้จะเชื่อใครในยามหน้าลี้หน้าขวาน

เพราะฉะนั้นเมื่อถึงคราวเศรษฐกิจตกต่ำ บ้านเมืองของเราก็ต้องเสียค่าระวางค่าตักใจมากเกินไป คือเกิดความปั่นป่วนขึ้นในบ้านในเมือง แล้วก็บวกกับที่ต้องจ่ายค่า IMF ตามมา

ผลสุดท้ายตอนนี้ ต้องบอกว่า เมืองไทยไม่น่าเจ็บตัวกันขนาดนี้เลย แล้วก็ต้องเจ็บตัวเพราะทำกันเอง ไม่มีใครมาทำให้เมืองไทยทรอก ซึ่งทั้งหมดนี้ก็เกิดจากความไม่ไว้เนื้อเชื่อใจกัน

นี่เป็นทัศนะของนักการธนาคารทั่วโลก ที่เขามองมาที่ประเทศไทยและบอกให้เราเห็นว่า การที่คนไทยต้องเจ็บตัวครั้งนี้ สาเหตุแท้ๆ เพราะระวางกันเอง

ทำไมคนไทยจึงระวางกันเอง

มันเกิดความผิดพลาดอะไรขึ้นในสังคมไทย

คำตอบคือ ในช่วงหลายปีที่ผ่านมา คนไทยได้ทำลายเครดิตของตัวเองไปอย่างไร้ตัว

เครดิตของคนอยู่ที่ไหน อยู่ที่การมีศีลเป็นปกติ แต่ปัจจุบันค่านิยมเรื่องการรักษาศีล ๕ กำลังห่างหายไปจากคนไทย

เพราะฉะนั้น บทเรียนที่ต้องเจ็บตัวอย่างสาหัสทางเศรษฐกิจของไทยในครั้งนี้ สะท้อนให้เห็นถึงเครดิต



ในด้านศีลธรรมของสังคมไทยอย่างชัดเจน ปัญหาเศรษฐกิจครั้งนี้คือปัญหาศีลธรรมในบ้านเมือง ปัญหาอื่นเป็นผลพวงที่ตามมาจากรื่องนี้

ศีล ๕ เครื่องมือตรวจวัดวิกฤตเศรษฐกิจไทย

ทำไมการไม่รักษาศีล ๕ จึงเป็นต้นเหตุของความไม่ไว้ใจกันเอง

ในฐานะที่พระภิกษุวิริยคุณ เป็นพระภิกษุที่มีประสบการณ์ในการทำงานเผยแผ่พระพุทธศาสนามา ๓๐ กว่าปี ท่านได้ให้ทัศนะในเรื่องความสำคัญของศีล ๕ ไว้ว่า

“ก่อนอื่นถ้าถามว่า ใครเป็นผู้บัญญัติศีล ๕ เราก็ไม่ทราบว่าเป็นผู้บัญญัติ เพราะมีมาก่อนพระพุทธศาสนาจะเกิดขึ้น แต่เมื่อพระพุทธศาสนาเกิดขึ้นแล้ว พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงบอกว่า ศีล ๕ นี้ดี จึงทรงรับเข้ามาไว้ในพระพุทธศาสนา แล้วพระองค์ก็ทรงให้กฎเกณฑ์ของศีล ๕ ชัดเจนขึ้น

ศีล ๕ ได้แก่อะไรบ้าง

๑. ไม่ฆ่าสัตว์
๒. ไม่ลักทรัพย์
๓. ไม่ประพฤตินิन्दในกาม

๔. ไม่พูดเท็จ

๕. ไม่ดื่มสุราของมึนเมา

คนไทยท่องได้ว่าศีล ๕ มี ๕ ข้อดังกล่าว แต่ถ้าถามถึงเหตุและผลว่าทำไมถึงต้อง ๕ ข้อนี้ด้วย ก็ชักจะไม่แน่ใจว่าศีล ๕ ที่ตัวเองรู้นั้น จริงๆ แล้ว เข้าใจแค่ไหนกันแน่

ทำไมจึงห้ามฆ่าสัตว์

คำตอบก็คือ สิ่งที่เรารักที่สุดในชีวิตของเรา คือตัวเราเอง ซึ่งรวมตั้งแต่มือ นิ้ว แขน ขา อวัยวะในร่างกายทั้งหมดที่เป็นตัวของเรา ไม่มีใครรักอย่างอื่นยิ่งกว่าชีวิตของตัวเอง

เพราะฉะนั้น นอกจากเราแล้ว คนอื่นเขารักชีวิตของตัวเองไหม

ช้าง ม้า วัว ควาย มันรักชีวิตของตัวเองไหม รัก!

มันบอกหรือเปล่า เปล่า แต่เวลามีใครจะมาทำร้ายมัน มันแผ่น้าวเลย เพราะฉะนั้นแม้มันไม่ได้บอกออกมาเป็นคำพูด แต่ท่าทางมันบอกว่า ช้าง ม้า วัว ควาย มันก็รักชีวิตของมันเอง

เพราะฉะนั้น จึงเป็นปกติของธรรมชาติว่าใครๆ

ก็ต้องไม่ฆ่าใคร เพราะใครๆ ก็รักชีวิตของตนเองทั้งนั้น ศีลข้อที่ ๑ จึงเกิดขึ้นมาว่า ห้ามฆ่า

ทำไมจึงห้ามลักทรัพย์

ก็ต้องถามว่า ชีวิตอยู่ได้ด้วยอะไร ชีวิตอยู่ได้ด้วยปัจจัย ๔ หรือถ้าใช้ศัพท์ง่ายๆ คือ ชีวิตอยู่ได้ด้วยสมบัติ

ไม่มีข้าวปลาอาหาร เรามีชีวิตอยู่ได้ไหม
ไม่ได้

ไม่มีเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่ม เรามีชีวิตอยู่ได้ไหม
ไม่ได้

ไม่มีบ้าน ไม่มียารักษาโรค เรามีชีวิตอยู่ได้ไหม
ไม่ได้

เพราะฉะนั้น โดยย่อแล้ว ปัจจัย ๔ นี้คือสมบัติในการเลี้ยงชีวิต

ทีนี้ ถ้าสมบัติของเรา ถูกลัก ถูกขโมย ถูกโกงไป ยังไม่ถึงกับต้องฆ่าแกงกันให้ตายหรือ แต่เราก็ขาดแคลนแทบตายทีเดียว

เพราะแค่ทำงานแล้วเงินเดือนไม่ขึ้นก็แย่แล้ว ยิ่งถ้าถูกลดเงินเดือน แม้ยังไม่ต้องถูกโกงก็แทบตายทีเดียว



เพราะฉะนั้นศีลข้อที่ ๒ จึงตามมา เพราะปกติของทุกชีวิตอยู่ได้ด้วยสมบัติ ใครๆ ก็ต้องไม่โกงของใคร

ทำไมจึงห้ามประพฤตินอกใจ

แม้ว่าจะไม่มีใครมาฆ่า ไม่มีใครลักขโมยสมบัติ แต่ถ้ามีคนมาพรากเอาของรักไป ซึ่งของรักของมนุษย์ก็ไม่เกินลูก ภรรยาหรือสามี มันทุกข์ทรมานเจ็บเข้าไปนอก อายากจะตายเสียให้รู้แล้วรูดไป มันตายทั้งเป็น

เพราะว่าใครๆ ก็รักลูก ภรรยาหรือสามี และของรักของตัวเองทั้งนั้น สามัญสำนึกจึงเตือนตัวเองว่า ใครๆ ก็ต้องไม่ประพฤตินอกใจ นี่คือความสำคัญของศีลข้อที่ ๓

ทำไมจึงห้ามโกหก

เพราะการไม่โกหก คือเครื่องหมายของความจริงใจต่อกัน

ถึงแม้ความรักที่มีให้ลูกรัก ภรรยาที่รัก สามีที่รักมากมายมหาศาลแค่ไหน แต่อย่าให้พบว่าได้ขาดความจริงใจต่อกันเมื่อไร แม้รักแสนรักแค่ไหน ก็จะมีหมดรัก รักกันไม่ไหว คนรักที่แม้มีตั้งเยอะเท่าไรก็จะหมดลงไปทุกวัน ในที่สุดความแตกแยกหวาดระแวงจะตามมา



เพราะฉะนั้นศีลข้อที่ ๔ จึงตามมา ใครๆ ก็ต้องไม่โกหกกัน เพราะทุกคนก็อยากได้ความจริงใจทั้งนั้น

ทำไมจึงห้ามดื่มสุราของมึนเมา

พระลัทธิมัลลิกะปุทธเจ้าทรงชี้ให้เห็นต่อไปว่า

การที่ใครจะไม่ฆ่า ไม่ลัก ไม่เจ้าชู้ ไม่โกหก จะไม่ทำความผิดพลาดเสียหายทั้ง ๔ ประการนี้ ก็ต่อเมื่อยังมีสติอยู่ ถ้าหมดสติเมื่อไร โอกาสที่จะกลายเป็นสัตว์ในร่างคนทำความฉิบหายให้แก่สังคมก็มีขึ้นเมื่อนั้น

สติเป็นของแปลก แม้ว่าจะป่วยแทบตาย หิวแทบตาย อุดแทบตาย ถ้ายังมีสติอยู่ ก็ยังห้ามใจตัวเองไม่ให้ไปฆ่า ไม่ลัก ไม่เจ้าชู้ ไม่โกหกได้ แต่ว่าถ้าเมาเท่านั้น ฆ่าได้ ลักได้ เจ้าชู้ได้ โกหกเก่งทีเดียว

เพราะฉะนั้นเพื่อที่จะรักษาความดีทั้ง ๔ ประการนี้เอาไว้ ใครๆ ก็ต้องไม่กินเหล้า ไม่เสพยาเสพติด เพื่อรักษาสติของตัวเองเอาไว้ให้เป็นปกติ ศีลข้อที่ ๕ จึงได้มีขึ้นมา”

แต่ว่าเมื่อเราเอาศีล ๕ มาตรวจวัดเมืองไทย ในขณะนี้ เราจะเห็นว่าปัญหาเศรษฐกิจตกต่ำที่กำลังเผชิญอยู่ขณะนี้ เป็นปัญหาศีลธรรมในบ้านเมือง

การรักษาศีล ๕ ช่วยสร้างเครดิตใหม่ให้คนไทย

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงชี้ให้เห็นว่า ปัญหาอาชญากรรม หรือปัญหามีคนถูกฆ่าตายที่เกิดขึ้นในบ้านเมืองนั้น ก็มาจากการได้ฆ่าสัตว์เล็กสัตว์น้อยจนเคยชิน ด้วยอุปนิสัยที่ฆ่าจนคุ้นเคย ฆ่าจนเป็นปกติ วันหนึ่งเกิดขัดแย้งกับใครขึ้นมา ก็ตัดสินใจฆ่าคนไปตามความคุ้นเคยกับการฆ่าสัตว์ตัดชีวิตนั่นเอง

เพราะฉะนั้น ชาวหน้าหนึ่งของหนังสือพิมพ์รายวันมีข่าวฆ่ากันตายลงอยู่แทบทุกวัน แต่ประเทศอื่นเขาไม่มีอย่างกับเมืองไทย ตรงนี้จะอะไรเกิดขึ้น ตรงนี้บอกว่าที่เมืองไทยมีการฆ่ากันตายทุกวัน ฝรั่งเศสอยากจะมาเที่ยวเมืองไทย แต่พอมาเห็นข่าวหน้าหนึ่งหนังสือพิมพ์รายวันของไทย เขาบอกว่านอนอนอยู่บ้านดีกว่า เพราะอาชญากรรมในเมืองไทยมันมากไป

ทำไมปัญหาอาชญากรรมในเมืองไทยมันมาก ก็เริ่มจากการฆ่าสัตว์เล็กสัตว์น้อยไปจนคุ้นใจเป็นปกติ บวกกับการรายงานข่าวอาชญากรรมเป็นปกติ จนประชาชนรู้สึกคุ้นกับการฆ่าไปโดยปริยาย

ปัญหาการคอร์รัปชันในเมืองไทย ก็เริ่มมาจากการโกงเล็กๆ น้อยๆ เริ่มตั้งแต่มาทำงานสาย เลิกงานก่อนเวลา เพาะนิสัยการโกงเล็กๆ น้อยๆ นี้ จนกระทั่ง

คุ้นเคย เพราะฉะนั้นเมื่อมีโอกาสโกงได้มากๆ เมื่อไร โกงเมื่อไหร่ แล้วในช่วงเศรษฐกิจไทยตกต่ำนี้เอง ชาวการโกงในธนาคารของไทยก็ถูกรายงานไปทั่วโลก ค่าเงินบาทของไทยก็ถดถอย ความไว้วางใจกันในระหว่างประเทศก็หมด นี่ก็เป็นผลมาจากการโกงเล็กๆ น้อยๆ จนเคย

สถิติโรคเอดส์ระบาดเป็นล้านคน ก็เริ่มมาจากความเจ้าชู้ ไปเที่ยวบาร์ คลับ ซ่อง แล้วก็ติดเชื้อเอดส์ กลับมาระบาด เพราะฉะนั้น เรื่องนี้จะว่าไม่เกี่ยวกับคนไทยทั้งประเทศก็ไม่ได้ เพราะแม่จะบอกว่าไม่เกี่ยว แล้วอยู่เฉยๆ ก็แสดงว่าเห็นดีเห็นงามด้วย ดังนั้น จึงไม่มีใครหันหันข้อหาว่ามีส่วนทำให้โรคเอดส์ระบาดได้

การโกหกในบ้านเมืองไทยก็เช่นกัน เริ่มจากโกหกเล็กๆ น้อยๆ กับลูกเมียในบ้าน โกหกเล็กน้อยกับเจ้านายหรือลูกน้องในที่ทำงาน เพราะฉะนั้น ถ้าได้มีโอกาสก้าวขึ้นไปเป็นนายกรัฐมนตรี ก็โกหกประชาชนทั้งประเทศ นี่เป็นความพลาดที่ละเล็กละน้อย แล้วมันก็กลายเป็นปัญหาใหญ่ของบ้านเมือง

ยังไม่พอ จากการสำรวจภัยหื้อสุราที่มีจำหน่ายในเมืองไทย ผลปรากฏว่าเมืองไทยมีสุราต่างๆ ทุกยี่ห้อ ไลน์ต่างๆ ทุกยี่ห้อวางขายกันครบ พูด่างๆ สุราทุกยี่ห้อ ทั้งโลกหาซื้อได้ที่เมืองไทย กลายเป็นว่าภาพพจน์ของเมืองไทยในสายตาชาวต่างชาติอีกอย่างหนึ่ง คือ ชี้มา



เจ้าหน้าที่ชาวต่างชาติทั้งหลายเห็นแล้วว่า ถ้าเมืองไทยยังคงเป็นอย่างนี้ หาเงินมาใช้หนี้ IMF ไม่ทันแน่นอน เขาถึงยอมให้ผ่อนผันการใช้หนี้ไม่ได้ เพราะเขาดูจากสถิติการซื้อขายสุราในเมืองไทยแล้วว่า ลำพังค่าดอกเบี้ยทั้งหมดที่ต้องจ่ายให้เจ้าหนี้ นั้น ยังน้อยกว่าค่าสุราที่คนไทยทั้งประเทศดื่มกินทั้งปีเสียอีก เพราะฉะนั้น เมื่อจ่ายค่าสุราได้ ทำไมจะจ่ายดอกเบี้ยเป็นก้อนโตไม่ได้แล้วจะให้เขายอมผ่อนผันการใช้หนี้ได้อย่างไร

เป็นอันว่าที่เมืองไทยกำลังเดือดร้อนอยู่นี้ เมื่อสาวหาต้นสายปลายเหตุกันแล้วก็พบว่าคือ ปัญหาที่ ๕ ในบ้านเมืองของเราขาดกบกรร่งนั่นเอง เครดิตของเรานิสายตาชาวต่างชาติจึงได้เสียหายไป

เพราะฉะนั้น แต่ละคนก็มีส่วนทำให้บ้านเมืองเดือดร้อนอยู่ทุกวันนี้ ทางเดียวที่จะกอบกู้เครดิตของคนไทยและเศรษฐกิจเมืองไทยให้กลับคืนมาได้ คือช่วยกันกลับมารักษาที่ ๕ ให้ดี

นี่คือทางรอดที่ดีที่สุด ลงทุนน้อยที่สุดและใช้เวลาน้อยที่สุด ที่คนไทยเรารู้ได้จากสภาพเศรษฐกิจตกต่ำของไทยในวันนี้

เริ่มต้นกอบกู้เครดิตของคนไทยที่ตัวเราก่อนเป็นคนแรก เพื่อความมั่นคงทางเศรษฐกิจของเมืองไทยในอนาคต



วิธีฝึกสมาธิเบื้องต้น

สมาธิ คือความสงบ สบาย และความรู้ลึกเป็นสุข อย่างยิ่งที่มนุษย์สามารถสร้างขึ้นได้ด้วยตนเอง เป็นสิ่งที่พระพุทธศาสนากำหนดเอาไว้เป็นข้อควรปฏิบัติ เพื่อการดำรงชีวิตทุกวันอย่างมีความสุข ไม่ประมาท เต็มไปด้วยสติสัมปชัญญะและปัญญา อันเป็นเรื่องไม่เหลือวิสัย ทุกคนสามารถปฏิบัติได้ง่ายๆ ดังวิธีปฏิบัติที่ **พระเดชพระคุณพระมงคลเทพมุนี** (สด จนฺทสโร) หลวงพ่อวัดปากน้ำ ภาษีเจริญ ได้เมตตาสั่งสอนไว้ดังนี้

๑. กราบบูชาพระรัตนตรัย เป็นการเตรียมตัวเตรียมใจให้มุมานะไว้เป็นเบื้องต้น แล้วสมาทานศีลห้า หรือศีลแปด เพื่อย้ำความมั่นคงในคุณธรรมของตนเอง

๒. คุกเข่าหรือนั่งพับเพียบสบายๆ ระลึกถึงความดี ที่ได้กระทำแล้วในวันนั้น ในอดีต และที่ตั้งใจจะทำต่อไปในอนาคต จนราวกับว่าร่างกายทั้งหมดประกอบขึ้นด้วยธาตุแห่งคุณงามความดีล้วนๆ

๓. นั่งขัดสมาธิ เท้าขวาทับเท้าซ้าย มือขวาทับมือซ้าย นิ้วชี้ขวาจรดนิ้วหัวแม่มือซ้าย นั่งให้อยู่ในท่าที่พอดี ไม่ฝืนร่างกายมากจนเกินไป ไม่ถึงกับเกร็ง แต่อย่าให้หลังโค้งงอ หลังตาพอสบายคล้ายกับกำลังพักผ่อน ไม่บีบ

กล่ามน้ำหรือขมวดคิ้ว แล้วตั้งใจมั่น วางอารมณ์สบาย สร้างความรู้สึกให้พร้อมทั้งกายและใจว่ากำลังจะเข้าไปสู่ ภาวะแห่งความสงบสบายอย่างยิ่ง

๔. นึกกำหนดนิมิต เป็น “ดวงแก้วกลมใส” ขนาด เท่าแก้วตาดำใสบริสุทธิ์ ปรากฏจากราคี หรือรอยตำหนิใดๆ ขาวใส เย็นตาเย็นใจตั้งประกายของดวงดาว ดวงแก้วกลม ใสนี้เรียกว่า **บริกรรมนิมิต** นึกสบายๆ นึกเหมือนดวงแก้ว นั้นมานิ่งสนิทอยู่ ณ ศูนย์กลางกายฐานที่เจ็ด นึกไปภาวนา ไปอย่างนุ่มนวลเป็นพุทธานุสติว่า “สัมมา อะระหัง” หรือ ค่อยๆ น้อมนึกดวงแก้วกลมใสให้ค่อยๆ เคลื่อนเข้าสู่ศูนย์กลางกายตามแนวฐาน โดยเริ่มต้นตั้งแต่ฐานที่หนึ่งเป็นต้น ไป น้อมนึกอย่างสบายๆ ใจเย็นๆ ไปพร้อมๆ กับคำภาวนา

อนึ่ง เมื่อนิมิตดวงแก้วกลมใสปรากฏแล้ว ณ กลางกาย ให้วางอารมณ์สบายๆ กับนิมิตนั้น จนเหมือนกับว่า ดวงนิมิตเป็นส่วนหนึ่งของอารมณ์ หากดวงนิมิตนั้น อันตรธานหายไป ก็ไม่ต้องนึกเสียดาย ให้วางอารมณ์สบาย แล้วนึกนิมิตนั้นขึ้นมาใหม่แทนดวงเก่า หรือเมื่อนิมิตนั้น ไปปรากฏที่อื่น ที่มีใช้ศูนย์กลางกาย ให้ค่อยๆ น้อมนิมิต เข้ามาอย่างค่อยเป็นค่อยไป ไม่มีการบังคับ และเมื่อนิมิต มาหยุดสนิท ณ ศูนย์กลางกาย ให้วางสติลงไปยังจุด ศูนย์กลางของดวงนิมิต ด้วยความรู้สึกคล้ายมีดวงดาว ดวงเล็กๆ อีกดวงหนึ่ง ซ่อนอยู่ตรงกลางดวงนิมิตดวงเดิม

แล้วสนใจเอาใจใส่แต่ดวงเล็กๆ ตรงกลางนั้นไปเรื่อยๆ ใจจะปรับจนหยุดได้ถูกส่วน เกิดการตกศูนย์และเกิด ดวงสว่างขึ้นมาแทนที่ ดวงนี้เรียกว่า “**ดวงธรรม**” หรือ “**ดวงปฐมมรรค**” อันเป็นประตูเบื้องต้นที่จะเปิดไปสู่หนทาง แห่งมรรคผลนิพพาน

การระลึกนึกถึงนิมิตสามารถทำได้ในทุกแห่ง ทุกที่ ทุกอิริยาบถ ไม่ว่าจะนั่ง นอน ยืน เดิน หรือขณะทำ ภารกิจใดๆ

ภาพแสดงที่ตั้งจิตทั้ง ๗ ฐาน

ฐานที่ ๑) ปากช่องจมูก หูข้างซ้าย
ชายข้างขวา

ฐานที่ ๒) เพลตาท หูข้างซ้าย
ชายข้างขวา

ฐานที่ ๓) จอมประสาธ

ฐานที่ ๔) ช่องเพดาน

ฐานที่ ๕) ปากช่องลำคอ

ฐานที่ ๗) ศูนย์กลางกายที่ตั้งจิตถาวร

ฐานที่ ๘) ศูนย์กลางกายระดับสะดือ





ข้อแนะนำ คือ **ต้องทำให้สม่ำเสมอเป็นประจำ ทำเรื่อยๆ ทำอย่างสบายๆ** ไม่เร่ง ไม่บังคับ ทำได้แค่ไหน ให้พอใจแค่นั้น ซึ่งจะเป็นการป้องกันมิให้เกิดความอยากจนเกินไปจนถึงกับทำให้ใจต้องสูญเสียความเป็นกลาง และเมื่อการฝึกสมาธิบังเกิดผลจนได้ **“ดวงปฐมมรรค”** ที่ใสเกินใส สวยเกินสวย ติดสนิทมั่นคงอยู่ที่ศูนย์กลางกายแล้ว ให้หมั่นตรึงระลึกนึกถึงอยู่เสมอ

อย่างนี้แล้ว ผลแห่งสมาธิจะทำให้ชีวิตดำรงอยู่บนเส้นทางแห่งความสุข ความสำเร็จ และความไม่ประมาทได้ตลอดไป ทั้งยังจะทำให้สมาธิละเอียดลุ่มลึกไปตามลำดับอีกด้วย

ข้อควรระวัง

๑. อย่าใช้กำลัง คือไม่ใช่กำลังใดๆ ทั้งสิ้น เช่น ไม่บีบกล้ามเนื้อตาเพื่อจะให้เห็นนิมิตเร็วๆ ไม่เกร็งแขน ไม่เกร็งกล้ามเนื้อหน้าท้อง ไม่เกร็งตัว ฯลฯ เพราะการใช้กำลังตรงส่วนไหนของร่างกายก็ตาม จะทำให้จิตเคลื่อนจากศูนย์กลางกายไปสู่จุดนั้น

๒. อย่าอยากเห็น คือทำใจให้เป็นกลาง ประคองสติมิให้ผลออกจากบริกรรมภาวนาและบริกรรมนิมิต ส่วนจะเห็นนิมิตเมื่อใดนั้น อย่ากังวล ถ้าถึงเวลาแล้วย่อมเห็น



เอง การบังเกิดของดวงนิมิตนั้น อุปมาเสมือนการขึ้นและตกของดวงอาทิตย์ เราไม่อาจจะเร่งเวลาได้

๓. อย่ากังวลถึงการกำหนดลมหายใจเข้าออก เพราะการฝึกสมาธิ เจริญภาวนาเพื่อให้เข้าถึงธรรมกาย อาศัยการนึกถึง **“อาโลกกสิณ”** คือกสิณความสว่างเป็นบาทเบื้องต้น เมื่อฝึกสมาธิจนเข้าถึงดวงปฐมมรรคแล้ว ฝึกสมาธิต่อไปผ่านกายมนุษย์ละเอียด กายทิพย์ กายรูปพรหม กายอรูปพรหม จนกระทั่งเข้าถึงพระธรรมกายแล้วจึงเจริญวิปัสสนาในภายหลัง ดังนั้นจึงไม่มีความจำเป็นต้องกำหนดลมหายใจเข้าออกแต่ประการใด

๔. เมื่อเลิกจากนั่งสมาธิแล้ว ให้ตั้งใจไว้ที่ศูนย์กลางกายที่เดียว ไม่ว่าจะอยู่ในอิริยาบถใดก็ตาม เช่น ยืนก็ดี เดินก็ดี นอนก็ดี หรือนั่งก็ดี อย่าย้ายฐานที่ตั้งจิตไปไว้ที่อื่นเป็นอันขาด ให้ตั้งใจบริกรรมภาวนา พร้อมกับนึกถึงบริกรรมนิมิตเป็นดวงแก้วใสควบคู่กันตลอดไป

๕. นิมิตต่างๆ ที่เกิดขึ้น จะต้องยอมไปตั้งไว้ที่ศูนย์กลางกายทั้งหมด ถ้านิมิตเกิดขึ้นแล้วหายไปก็ไม่ต้องตามหา ให้ภาวนาประคองใจต่อไปตามปกติ ในที่สุดเมื่อจิตสงบ นิมิตย่อมปรากฏขึ้นใหม่อีก

การฝึกสมาธิเบื้องต้นเท่าที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ ย่อมเป็นปัจจัยให้เกิดความสุขได้พอสมควร เมื่อชักซ้อมปฏิบัติอยู่เสมอๆ ไม่ทอดทิ้ง จนได้ดวงปฐมมรรคแล้ว ก็ให้หมั่น



ประกอบรักษาดวงปฐุมมรรคนั้นไว้ตลอดชีวิต ดำรงตนอยู่ในศีลธรรมอันดี ย่อมเป็นหลักประกันได้ว่า ได้ที่พึ่งของชีวิตที่ถูกต้องดีงามที่จะส่งผลให้เป็นผู้มีความสุขความเจริญทั้งในภพชาตินี้และภพชาติหน้า

ประโยชน์ของการฝึกสมาธิ

๑. ผลต่อตนเอง

๑.๑ ด้านสุขภาพจิต

- ส่งเสริมให้คุณภาพของใจดีขึ้น คือทำให้จิตใจผ่องใส สะอาด บริสุทธิ์ สงบ เยือกเย็น ปลอดโปร่ง โล่ง เบา สบาย มีความจำ และสติปัญญาดีขึ้น
- ส่งเสริมสมรรถภาพทางใจ ทำให้คิดอะไรได้รวดเร็ว ถูกต้อง และเลือกคิดแต่ในสิ่งที่ดีเท่านั้น

๑.๒ ด้านพัฒนาบุคลิกภาพ

- จะเป็นผู้มีบุคลิกภาพดี กระฉับกระเฉง กระปรี้กระเปร่า มีความองอาจสง่าผ่าเผย มีผิวพรรณผ่องใส
- มีความมั่นคงทางอารมณ์ หนักแน่น เยือกเย็นและเชื่อมั่นในตนเอง
- มีมนุษยสัมพันธ์ดี วางตัวได้เหมาะสมกับกาลเทศะ เป็นผู้มีเสน่ห์ เพราะไม่มักโกรธ มีความเมตตากรุณาต่อบุคคลทั่วไป

๑.๓ ด้านชีวิตประจำวัน

- ช่วยให้คลายเครียด เป็นเครื่องเสริมประสิทธิภาพในการทำงาน และการศึกษาเล่าเรียน



- ช่วยเสริมให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง เพราะร่างกายกับจิตใจย่อมมีอิทธิพลต่อกัน ถ้าจิตใจเข้มแข็ง ย่อมเป็นภูมิ ต้านทานโรคไปในตัว

๑.๔ ด้านศีลธรรมจรรยา

- ย่อมเป็นผู้มีสัมมาทิฐิ เชื่อกฎแห่งกรรม สามารถคุ้มครองตนให้พ้นจากความชั่วทั้งหลายได้ เป็นผู้มีความประพฤติดี เนื่องจากจิตใจดี ทำให้ความประพฤติทางกาย และวาจาดีตามไปด้วย
- ย่อมเป็นผู้มีความมักน้อย สันโดษ รักสงบ และมีขันติเป็นเลิศ
- ย่อมเป็นผู้มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เห็นประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตัว ย่อมเป็นผู้มีสัมมาคารวะ และมีความอ่อนน้อมถ่อมตน

๒. ผลต่อครอบครัว

๒.๑ ทำให้ครอบครัวมีความสุข เพราะสมาชิกในครอบครัวเห็นประโยชน์ของการประพฤติธรรม ทุกคนตั้งมั่นอยู่ในศีล ปกครองกันด้วยธรรม เด็กเคารพผู้ใหญ่ ผู้ใหญ่เมตตาเด็ก ทุกคนมีความรักใคร่สามัคคีเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน

๒.๒ ทำให้ครอบครัวมีความเจริญก้าวหน้า เพราะสมาชิกต่างก็ทำหน้าที่ของตนโดยไม่บกพร่อง เป็นผู้มีใจคอหนักแน่น เมื่อมีปัญหาครอบครัวหรือมีอุปสรรคอันใด ย่อมร่วมใจกันแก้ไขปัญหานั้นให้ลุล่วงไปได้





๓. ผลต่อสังคมและประเทศชาติ

๓.๑ ทำให้สังคมสงบสุข ปราศจากปัญหาอาชญากรรม และปัญหาสังคมอื่นๆ เพราะปัญหาทั้งหลายที่เกิดขึ้นในสังคม ไม่ว่าจะเป็นปัญหาการฆ่า การข่มขืน โจรผู้ร้าย การทุจริต คอร์รัปชัน ล้วนเกิดขึ้นมาจากคนที่ขาดคุณธรรม เป็นผู้ที่มิมีจิตใจอ่อนแอ หัวนโหดต่ออำนาจสิ่งชั่วร้ายหรือกิเลสได้ง่าย ผู้ที่ฝึกสมาธิย่อมมีจิตใจเข้มแข็ง มีคุณธรรมในใจสูง ถ้าแต่ละคนในสังคมต่างฝึกฝนอบรมใจของตนให้หนักแน่น มั่นคง ปัญหาเหล่านี้ก็จะไม่เกิดขึ้น ส่งผลให้สังคมสงบสุขได้

๓.๒ ทำให้เกิดควมมีระเบียบวินัย และเกิดควมประหยัด ผู้ที่ฝึกใจให้ตั้งมั่นด้วยการทำสมาธิอยู่เสมอ ย่อมเป็นผู้รักควมมีระเบียบวินัย รักควมสะอาด มีความเคารพกฎหมายของบ้านเมือง ดังนั้นบ้านเมืองเราก็จะสะอาดน่าอยู่ ไม่มีคนมกง่ายยั้งขยะลงบนพื้นถนน จะข้ามถนนก็เฉพาะตรงทางข้าม เป็นต้น เป็นเหตุให้ประเทศชาติไม่ต้องสิ้นเปลืองงบประมาณ เวลาและกำลังเจ้าหน้าที่ที่จะไปใช้สำหรับแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นจากความไม่มีระเบียบวินัยของประชาชน

๓.๓ ทำให้สังคมเจริญก้าวหน้า เมื่อสมาธิในสังคมมีสุขภาพจิตดี รักควมเจริญก้าวหน้า มีประสิทธิภาพในการทำงานสูง ย่อมส่งผลให้สังคมเจริญก้าวหน้าตามไปด้วย และเมื่อมีกิจกรรมของส่วนรวม สมาธิในสังคมก็ย่อมพร้อมที่จะสละความสุขส่วนตน ให้ควมร่วมมือกับส่วนรวมอย่างเต็มที่ และถ้ามีผู้ไม่ประสงค์ดีต่อสังคมจะมายุแหย่ให้เกิดควมแตกแยกก็จะไม่เป็นผลสำเร็จ เพราะสมาธิในสังคมเป็นผู้มีจิตใจ



หนักแน่น มีเหตุผลและเป็นผู้รักสงบ

๔. ผลต่อพระศาสนา

๔.๑ ทำให้เข้าใจพระพุทศาสนาได้อย่างถูกต้อง และรู้ซึ่งถึงคุณค่าของพระพุทศาสนา รวมทั้งรู้เห็นด้วยตัวเองว่า การฝึกสมาธิไม่ใช่เรื่องเหลวไหล หากแต่เป็นวิธีเดียวที่จะทำให้พันทุกข์เข้าสู่นิพพานได้

๔.๒ ทำให้เกิดศรัทธาตั้งมั่นในพระรัตนตรัย พร้อมทั้งจะเป็นหนายแก้ต่างให้กับพระศาสนา อันจะเป็นกำลังสำคัญในการเผยแผ่การปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องให้แพร่หลายไปอย่างกว้างขวาง

๔.๓ เป็นการสืบอายุพระพุทศาสนาให้เจริญรุ่งเรืองตลอดไป เพราะตราบไต่ที่พุทศาสนิกชนยังสนใจปฏิบัติธรรมเจริญภาวนายู่ พระพุทศาสนาที่จะเจริญรุ่งเรืองอยู่ตราบนั้น

๔.๔ จะเป็นกำลังส่งเสริมทะนุบำรุงพระศาสนา โดยเมื่อเข้าใจซาบซึ้งถึงประโยชน์ของการปฏิบัติธรรมด้วยตนเองแล้ว ย่อมจะชักชวนผู้อื่นให้ทำทาน รักษาศีล เจริญภาวนาตามไปด้วย และเมื่อใดที่ทุกคนในสังคมตั้งใจปฏิบัติธรรม ทำทาน รักษาศีล และเจริญภาวนา เมื่อนั้นย่อมเป็นที่หวังได้ว่าสันติสุขที่แท้จริงก็จะบังเกิดขึ้นอย่างแน่นอน.



ศีล ๕ สำหรับเยาวชน และการแก้ไขเศรษฐกิจของชาติ

ข้อมูล : พระธรรมเทศนาพระภิกษุญาณวริยคุณ (เผด็จ ทัตตชีโว)
เรียบเรียง : ทีมงานพระไตรปิฎก สำนักประชาสัมพันธ์
ISBN : 974-87752-7-5
ผู้จัดทำ : กองสื่อธรรมะ สำนักประชาสัมพันธ์
จำนวน : ๔๘ หน้า
พิมพ์ครั้งที่ ๒ : ๒๐ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๕๓
ลิขสิทธิ์ : มูลนิธิธรรมกาย
จำนวนพิมพ์ : ๒๐,๐๐๐ เล่ม
ราคา : ๒๐ บาท
โรงพิมพ์ : บริษัท อิมเพาเวอร์ จำกัด โทร ๗๑๙๓๗๗๔, ๗๑๙๔๘๖๑

ร่วมสนับสนุนการจัดพิมพ์ได้ที่ กองสื่อธรรมะ สำนักประชาสัมพันธ์
โทร. ๕๒๔-๐๒๕๗-๖๓ ต่อ ๑๗๘๐-๒

รายนามผู้สนับสนุนในการจัดพิมพ์

พระอุทธรณ์ สุกฤษโก	พระณรงค์ ทนตจิตโต
พระสุพลิชฐ์ จันทาโก	
ครอบครัวสุพละเศรษฐ์	ครอบครัวเหลืองธาดา
ครอบครัวอนุรัตน์วงศ์	ครอบครัวโตศิริพัฒนา
ครอบครัวฉัตรชัย	ครอบครัวพะพนันท์
ครอบครัวเซวศักดิ์โสภาคย์	ครอบครัวสุกรสวัสดิ์รัตน์
ศูนย์ปฏิบัติธรรม ธรรมกายฮ่องกง	กลุ่มกรรฐ์
ชาวพุทธสวนหลวง	คุณวไลลักษณ์ เลขาฯ
คุณวิภารัตน์ วาจาพัฒนา	คุณนาถนาถา นิโรจน์
ครอบครัวจันทะภา และครอบครัวนพสวัสดิ์	
คุณพานทอง-คุณสำราญ พงศ์ประยูร และครอบครัว	
คุณเสาวลักษณ์ สุธุม และกลุ่มสัมมาทิฐิ	
คุณเกษมศักดิ์-คุณวิภาพร กัมพลพาณิชย์	
คุณวีระศักดิ์-คุณอารีรัตน์ ศิริคุรุรัตน์	
คุณสุวัฒน์-คุณอารีรัตน์-คุณวันสุข ศิริคุรุรัตน์	
คุณทนต์-คุณจินนทราทิพย์ มานะไชยรักษ์	
ชมรมพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง	