



แบบบันทึกการเรียนรู้ต่อเนื่อง (กรต.)

โครงการอบรมส่งเสริมคุณธรรม ศิลธรรม

ตามหลักธรรมของศาสนาแบบออนไลน์

วันที่ 23 กรกฎาคม พ.ศ.2564

เสนอ

.....
ครู กศน.ตำบล.....

โดย

นาย/นาง/นางสาว.....

รหัสนักศึกษา.....ระดับชั้น.....

ภาคเรียนที่ 1/2564 กศน.ตำบล.....

ศูนย์ศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย

อำเภอพวงมณี จังหวัดกำแพงเพชร

ความเป็นมาของพุทธศาสนา



ศาสนาพุทธเป็นศาสนาประเภทอเทวนิยม และเป็นศาสนาที่มีผู้นับถือมากศาสนาหนึ่งของโลก รองจากศาสนาคริสต์ ศาสนาอิสลาม และศาสนาฮินดู ประวัติความเป็นมาของศาสนาพุทธเริ่มตั้งแต่สมัยพุทธกาล ผู้ประกาศศาสนาและเป็นศาสดาของศาสนาพุทธคือ “พระสัมมาสัมพุทธเจ้า” ทรงตรัสรู้เมื่อวันขึ้น 15 ค่ำ เดือนวิสาขหรือเดือน 6 ณ ใต้ต้นพระศรีมหาโพธิ์ ตำบลอุรุเวลาเสนานิคม แคว้นมคธ ประเทศอินเดีย 45 ปี ก่อนพุทธศักราช ปัจจุบันสถานที่นี้ เรียกว่าพุทธคยา อยู่ห่างจากเมืองคยาประมาณ 11 กิโลเมตร ประวัติความเป็นมาของพุทธศาสนาหลังจากการประกาศศาสนา เริ่มจากการแพร่หลายไปทั่วอินเดีย หลังพุทธปรินิพพาน 100 ปี จึงแตกเป็นนิกายย่อย โดยนิกายที่สำคัญคือเถรวาทและมหายาน

พระพุทธเจ้าประสูติเมื่อวันขึ้น 15 ค่ำเดือน 6 ณ สวนลุมพินีวันใต้ต้นสาละ มีพระนามเดิมว่า “สิทธัตถะ” เป็นพระโอรสของพระเจ้าสุทโธทนะกับพระนางสิริมหามายา เมื่อพระองค์ประสูติพระองค์ทรงเจ้าชายสิทธัตถะทรงดำเนินด้วยพระบาท 7 ก้าว และมีดอกบัวผุดขึ้นมารองรับพระบาท พร้อมเปล่งพระวาจาว่า “เราเป็นเลิศที่สุดในโลก ประเสริฐที่สุดในโลก การเกิดครั้งนี้เป็นครั้งสุดท้ายของเรา” แต่หลังจากเจ้าชายสิทธัตถะประสูติกาลได้แล้ว 7 วัน พระนางสิริมหามายาก็สิ้นพระชนม์ เมื่อพระองค์มีอายุได้ 8 พรรษาพระองค์ได้เรียนจบทุกหลักสูตรในสำนักครุวิสามิตร แล้วก็ทรงอยู่ในปราสาท 3 ฤดู ที่พระบิดาทรงสร้างไว้ให้ เมื่อพระองค์อายุได้ 16 พรรษาพระองค์ได้อภิเษกสมรสกับพระนางพิมพา จนเมื่อมีพระชนมายุ 29 พรรษา พระนางพิมพาได้ให้ประสูติพระราชโอรส มีพระนามว่า “ราหุล” ซึ่งหมายถึง “บ่วง” พระองค์ทรงเปื้อนในปราสาทสามฤดูจึงชวนสารีพาทออกไปเที่ยวที่อุทยานและพระองค์ทรงได้พบกับเทวทูตทั้ง 4 คือเห็นคนแก่ คนเจ็บ คนตาย และนักบวช พระองค์จึงคิดว่านี่แหละคือธรรมชาติของโลก พระองค์จึงออกผนวชเพื่อหาทางพ้นทุกข์ พระองค์เริ่มการพ้นทุกข์จากการอดอาหารกลั้นหายใจ กัดลิ้น แต่พระองค์ก็พบว่าไม่ใช่ทางดับทุกข์พระองค์จึงเลิกทำแล้วบำเพ็ญเพียรจนเห็นธรรม 4 หมวดหรืออริยสัจ 4 แล้วพระองค์จึงตรัสรู้แล้วแสดงธรรมเทศนากัณฑ์แรกคือ “ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร” ตลอดระยะเวลา 45 พรรษา ที่พระองค์ก็ได้แสดงธรรมให้กับสาวกของ

พระองค์และทรงปรินิพพานเมื่อวันขึ้น 15 ค่ำเดือน 6 รวมพระชนม์ 80 พรรษา และวันนี้ถือเป็นการเริ่มต้นของพุทธศักราช

ศึกษาเพิ่มเติมได้จาก <https://www.youtube.com/watch?v=eHF50fNTFcQ&t=10s>



องค์ประกอบของศาสนาพุทธ



พระรัตนตรัย คือ สรรณะที่พึ่งอันประเสริฐในศาสนาพุทธ สรรณะ หมายถึง สิ่งที่ทำให้ศาสนิกชนถือเอาเป็นแบบอย่าง หรือให้เอาเป็นตัวอย่าง แต่ไม่ได้หมายความว่าเมื่อเคารพแล้วจะดลบันดาลสิ่งต่าง ๆ ตามต้องการได้ พระรัตนตรัยนั้นประกอบด้วยองค์สาม (ไตรสรณะ) ได้แก่

1.พระพุทธเจ้า เป็นผู้ที่บำเพ็ญสั่งสมบารมีมาหลายภพชาติ จนชาติสุดท้ายเกิดเป็นมนุษย์แล้วอาศัยความเพียรพยายามและสติปัญญาปฏิบัติจนได้บรรลุสิ่งที่ต้องการคือธรรมอันเป็นเครื่องออกจากทุกข์ แล้วจึงทรงชี้แนะหรือชี้ทางให้คนอื่นทำตาม

2.พระธรรม คือคำสอนว่าด้วยธรรมชาติที่พระพุทธเจ้าทรงค้นพบแล้วว่าทำให้พ้นจากทุกข์

3.พระสงฆ์ คือหมู่ชนหรือชุมชนของพระสาวก ไม่ว่าจะมนุษย์หรือเทวดา ที่ทำตามคำแนะนำของพระพุทธเจ้าแล้ว ประสบผลสำเร็จพ้นทุกข์ตามพระพุทธเจ้า

หลักธรรมของพุทธศาสนา

ขั้นที่ 5 หรือ เบญจขันธ์ คือ องค์ประกอบของชีวิตมนุษย์ที่ประกอบด้วยรูปและนาม

1.รูป คือ ส่วนที่เป็นร่างกาย ประกอบด้วยธาตุ 4 ได้แก่

1. ธาตุดิน(ส่วนของร่างกายที่เป็นของแข็ง เช่น เนื้อ กระดูก ผม)
2. ธาตุน้ำ (ส่วนที่เป็นของเหลวของร่างกาย) เช่น เลือด น้ำลาย น้ำเหลือง

น้ำตา)

3. ธาตุลม (ส่วนที่เป็นลมของร่างกาย ได้แก่ ลมหายใจเข้าออก ลมในกระเพาะอาหาร)

4. ธาตุไฟ (ส่วนที่เป็นอนุหุมิของร่างกาย ได้แก่ ความร้อนในร่างกายมนุษย์)

2.นาม คือ ส่วนที่มองไม่เห็นหรือจิตใจ ได้แก่

1.เวทนา คือ ความรู้สึกที่เกิดจากประสาทสัมผัส เช่น สุขเวทนา ทุกขเวทนา และอุเบกขาเวทนา ไม่ยินดียินร้าย

2.สัญญา คือ ความจำได้โดยอาศัยประสาทสัมผัส เมื่อสัมผัสอีกครั้งก็สามารถบอกได้

3.สังขาร คือ สภาพที่ปรุงแต่งจิตใจให้คิดดี คิดชั่ว หรือเป็นกลาง สิ่งที่เข้ามาปรุงแต่งจิต ได้แก่ เจตนา ค่านิยม ความสนใจ ความโลภ และความหลง

4.วิญญาณ คือ ความรับรู้ที่ผ่านมาจากตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ (อายตนะ 6)



อริยสัจ 4 แปลว่า ความจริงอันประเสริฐ เป็นหลักคำสอนที่สำคัญที่สุดของพระพุทธศาสนา เพราะเป็นคำสอนที่จะช่วยให้บุคคลรอดพ้นจากความทุกข์เพื่อสู่นิพพาน ได้แก่

- 1.ทุกข์ หมายถึง สภาพที่ทนได้ยากทั้งร่างกายและจิตใจ
 - 1.1 สภาวะทุกข์ หรือ ทุกข์ประจำ ได้แก่ เกิด แก่ เจ็บ ตาย
 - 1.2 กิณททุกข์ หรือทุกข์จร เป็นทุกข์ที่เกิดขึ้นภายหลัง เกิดขึ้นแล้วก็ผ่านไปและเกิดขึ้นเนื่อง ๆ เช่น ความเศร้าโศก ความไม่สบายกายไม่สบายใจ ความคับแค้นใจ
- 2.สมุทัย หมายถึง เหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ ได้แก่ ตัณหา (ความอยาก)
 - 2.1 กามตัณหา คือ อยากในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ที่ตนยังไม่มี
 - 2.2 ภวตัณหา คือ ความอยากมี อยากเป็นอยากให้สภาพที่ตนปรารถนาอยู่นาน ๆ
 - 2.3 วิภวตัณหา คือ ความอยากมี อยากเป็นอยากให้สภาพที่ตนปรารถนาอยู่นาน ๆ
- 3.นิโรธ หมายถึง ความดับทุกข์ คือ ให้ดับที่เหตุ ซึ่งมีขั้นตอนตามลำดับในมรรค 8
- 4.มรรค มีองค์ 8 หนทางแห่งการดับทุกข์
 - 4.1 สัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ คือ มีความเข้าใจว่าอะไรคือทุกข์ อะไรคือสาเหตุแห่งทุกข์ อะไรคือความดับทุกข์
 - 4.2 สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ คือ ความคิดที่ปลอดโปร่ง ความคิดไม่พยาบาท ความคิดไม่เบียดเบียน
 - 4.3 สัมมาวาจา วาจาชอบ คือ ไม่พูดเท็จ ไม่พูดส่อเสียด ไม่พูดหยาบ ไม่พูดเพ้อเจ้อ
 - 4.4 สัมมากัมมันตะ การงานชอบ คือ ไม่ทำลายชีวิตคนอื่น ไม่ขโมยของ ไม่ผิดในกาม
 - 4.5 สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ คือ การทำมาหากินด้วยอาชีพสุจริต
 - 4.6 สัมมาวายามะ ความเพียรชอบ คือ เพียรระวังมิให้ความชั่วที่ยังไม่เกิดขึ้นเพียรละความชั่วที่เกิดขึ้น เพียรรักษาความดีที่เกิดขึ้นแล้ว
 - 4.7 สัมมาสติ ความระลึกชอบ คือ พิจารณากาย พิจารณาเวทนา พิจารณาจิต พิจารณาธรรม
 - 4.8 สัมมาสมาธิ การตั้งใจชอบ คือ การตั้งจิตที่แน่วแน่อยู่ในอารมณ์ใด อารมณ์หนึ่ง ไม่ฟุ้งซ่านเพื่่อมุ่งมั่นกระทำความดี

ไตรลักษณ์ คือ ลักษณะทั่วไปของสิ่งทั้งปวง

- 1.อนิจจตา หรือ อนิจจัง ความไม่คงที่ ไม่เที่ยง ไม่ถาวร ไม่แน่นอน
 - 2.ทุกขตา หรือ ทุกขัง สภาพที่อยู่ในสภาวะเดิมไม่ได้ ต้องแปรปรวนไป
 - 3.อนัตตา ความไม่ใช่ตัวตนแท้จริง ไม่อยู่ในอำนาจบังคับบัญชา ไม่มีใครเป็นเจ้าของ
- ในเรื่องไตรลักษณ์ พระพุทธศาสนาถือว่าเป็นคำสอนสูงสุด ซึ่งทุกสิ่งในสากลจักรวาลล้วนเป็นอนัตตาทั้งสิ้น

พรหมวิหาร 4 ธรรมสำหรับผู้เป็นใหญ่ ผู้ปกครอง พ่อแม่ จำเป็นต้องมีไว้เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวสำหรับดำเนินชีวิต ได้แก่

- 1.เมตตา ความรักใคร่ปรารถนาจะให้มีความสุข
- 2.กรุณา ความสงสาร ต้องการที่จะช่วยบุคคลอื่น สัตว์อื่นให้หลุดพ้นจากความทุกข์
- 3.มุทิตา ความชื่นชมยินดีเมื่อเห็นบุคคลอื่นเขาได้ดี
- 4.อุเบกขา ความวางเฉยไม่ติใจไม่เสียใจ เมื่อบุคคลอื่นประสบความสำเร็จ

สังคหัตถ์ 4 หลักธรรมที่เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวน้ำใจคน

- 1.ทาน การให้
- 2.ปิยวาจา การกล่าวถ้อยคำไพเราะอ่อนหวาน
- 3.อติถจริยา การบำเพ็ญประโยชน์
- 4.สมานัตตตา การประพฤติตนสม่ำเสมอทั้งต่อหน้าและลับหลัง

ขราวาสธรรม 4 หลักธรรมสำหรับผู้ครองเรือน ได้แก่

- 1.สัจจะ การมีความซื่อตรงต่อกัน
- 2.ทมะ การรู้จักข่มจิตของตน ไม่หุนหันพลันแล่น
- 3.ขันติ ความอดทนและให้อภัย
- 4.จาคะ การเสียสละแบ่งปันของตนแก่คนที่ควรแบ่งปัน

บุญกิริยาวัตถุ 10 หลักธรรมแห่งการทำบุญ ทางแห่งการทำความดี 10 ประการ

- 1.ทานมัย บุญสำเร็จด้วยการบริจาคทาน
- 2.ศีลมัย บุญสำเร็จด้วยการรักษาศีล
- 3.ภาวนามัย บุญสำเร็จด้วยการเจริญภาวนา
- 4.อปจายนมัย บุญสำเร็จด้วยการประพฤติอ่อนน้อมถ่อมตนต่อผู้ใหญ่
- 5.เวทย์วิจิตรมัย บุญสำเร็จด้วยการช่วยเหลือขวนขวายในกิจการงานต่างๆ
- 6.ปัตติทานมัย บุญสำเร็จด้วยการให้ส่วนบุญ
- 7.ปัตตานุโมทนามัย บุญสำเร็จด้วยการอนุโมทนาส่วนบุญ
- 8.ธัมมัสสวนมัย บุญสำเร็จด้วยการฟังธรรม
- 9.ธัมมเทศนามัย บุญสำเร็จด้วยการแสดงธรรม
- 10.ทิฏฐุชุกัมมมัย บุญสำเร็จด้วยการทำความคิดความเห็นของตนให้ตรง

สัปปริยธรรม 7 หลักธรรมของคนดี หรือคุณสมบัติของคนดี

1. ฉัมมัญญุตตา ความเป็นผู้รู้จักเหตุ
2. อัตถัญญุตตา ความเป็นผู้รู้จักผล
3. อตตัญญุตตา ความเป็นผู้รู้จักตน
4. มัตตัญญุตตา ความเป็นผู้รู้จักประมาณ
5. กาลัญญุตตา ความเป็นผู้รู้จักกาลเวลา
6. ปริสัจญุตตา ความเป็นผู้รู้จักชุมชน
7. ปุคคัลปิโรปรัญญุตตา ความเป็นผู้รู้จักเลือกคบคนดี



การรักษาศีล และการเจริญภาวนา

ทาน ศีล ภาวนา เป็นการจำแนก ของ ระดับในการเจริญกุศล ซึ่งแยกออกมาจากบุญกิริยาวัตถุ 10 ประการดังนี้

1. ทาน การให้วัตถุสิ่งของเพื่อประโยชน์สุขแก่ผู้รับ
 2. ศีล ได้แก่ ความประพฤติทางกาย ทางวาจา ที่เป็นกุศล คือ ไม่เบียดเบียนบุคคลอื่นให้เดือดร้อน
 3. ภาวนา การอบรมจิตให้สงบ คือ สมถภาวนา ๑ และการอบรมให้เกิดปัญญา วิปัสสนาภาวนา 1
 4. อปจายนะ การอ่อนน้อมต่อผู้ที่ควรอ่อนน้อม ก็เป็นบุญ เพราะว่าจิตใจในขณะนั้นไม่หยابกระด้างด้วยความถือตัว
 5. เวยยาวัจจะ การสงเคราะห์แก่ผู้ที่ควรสงเคราะห์ ไม่เลือกสัตว์ บุคคล ผู้ใดที่อยู่ในสภาพที่ควรสงเคราะห์ช่วยเหลือให้ความสะดวก ให้ความสบาย ก็ควรจะสงเคราะห์แก่ผู้นั้น แม้เพียงเล็กน้อยในขณะนั้น ก็เป็นกุศลจิต เป็นบุญ
 6. ปัตติทาน การอุทิศส่วนกุศลให้บุคคลอื่นได้ร่วมอนุโมทนา ซึ่งจะเป็นเหตุให้กุศลจิตของบุคคลอื่นเกิดได้
 7. ปัตตานุโมทนา การอนุโมทนาแก่ผู้อื่นที่ได้กระทำกุศล เพราะเหตุว่าถ้าเป็นคนพาลไม่สามารถจะอนุโมทนาได้เลย เพราะฉะนั้น ขณะใดที่ได้ทราบการกระทำบุญกุศลของบุคคลอื่น ก็ควรเป็นผู้ที่มีจิตยินดี ชื่นชม อนุโมทนาในกุศลกรรมของบุคคลอื่นที่ตนได้ทราบนั้น ไม่ใช่เป็นผู้ที่ตระหนี่แม้แต่จะชื่นชมยินดีในบุญกุศลของบุคคลอื่น
 8. รัมมเทศนา การแสดงธรรมแก่ผู้ต้องการฟัง ไม่ว่าจะป็นญาติมิตรสหายหรือบุคคลใดก็ตาม ซึ่งสามารถจะอนุเคราะห์ให้เขาได้เข้าใจเหตุผลในพระธรรมวินัย ก็ควรที่จะได้แสดงธรรมแก่บุคคลนั้น
 9. รัมมัสสวณะ การฟังธรรมเพื่อความเข้าใจถูกต้องในสภาพธรรมตรงตามความเป็นจริง ก็เป็นบุญ
 10. ทิฏฐุชุกัมม การกระทำความเห็นให้ตรงตามสภาพธรรมและเหตุผลของสภาพธรรมนั้นๆ ธรรมใดที่เป็นกุศล ก็ให้เข้าใจถูกต้องตามความเป็นจริงว่าเป็นกุศลจริงๆ ธรรมใดที่เป็นอกุศล ก็ให้พิจารณากระทำความเห็นให้ตรงตามสภาพธรรมจริงๆ ว่า สภาพธรรมนั้นเป็นอกุศล ไม่ปะปนกุศลธรรมกับอกุศลธรรม
- ซึ่งสำหรับในข้อที่ 1 ข้อทาน เป็นกุศลขั้นทาน ส่วน ข้อที่ 2 ที่เป็นศีล อปจายนะ เวยยาวัจจะ ปัตติทาน และ อนุโมทนา เป็นต้น เป็นกุศลขั้นศีล และ ภาวนา และ การฟังธรรม แสดงธรรมและความเห็นตรง เป็นกุศลขั้นภาวนา
- เพราะฉะนั้น ทาน ศีล ภาวนา ละเอียดลงไป ก็คือ ระดับกุศล ๑๐ ประการ ส่วน ศีล สมาธิ ปัญญา ที่ใช้ สามอย่างรวมกัน หมายถึง ไตรสิกขา ที่เป็นหนทางการดับกิเลส ในการเจริญอบรมปัญญา ซึ่ง มีความละเอียดกว่า ทาน ศีล ภาวนา

ศีล มีหลายอย่าง หลายระดับ ทั้ง ศีลที่เรามักเข้าใจกันทั่วไป คือ การงดเว้นจากการทำบาปทางกาย วาจา เป็นต้น แต่มีศีลที่ละเอียดยิ่งไปกว่านั้น ที่เป็นศีล ที่เรียกว่า อธิศีล อันเป็นศีลที่เกิดพร้อมกับ สมาธิและปัญญา

สมาธิ โดยทั่วไป ก็เข้าใจกันว่า คือ การนั่งสมาธิให้สงบ แต่ในทางพระพุทธศาสนาจะใช้คำว่า อธิจิตสิกขา หรือ บางครั้งใช้คำว่า สัมมาสมาธิ ที่มุ่งหมายถึง การเจริญสมถภาวนา และ สมาธิที่เกิดพร้อมกับปัญญาในปัญญาชั้นวิปัสสนา

ปัญญา ปัญญาในพระพุทธศาสนา ก็มีหลายระดับ แต่ คือ ความเห็นถูกเช่น เชื่อกรรมและผลของกรรม ปัญญาชั้นการฟังการศึกษา ปัญญาชั้นสมถภาวนา และปัญญาชั้นวิปัสสนาภาวนา

เมื่อพูดถึงหนทางการดับกิเลส จะใช้คำว่า การอบรม ไตรสิกขา คือ อธิศีลสิกขา อธิจิตสิกขา และอธิปัญญาสิกขา ดังนั้นศีลโดยทั่วไปที่งดเว้นจากบาป ศาสนาอื่น ๆ ก็มีไม่ใช่หนทางที่จะดับกิเลส ไม่ใช่ อธิศีลสิกขา สมาธิ ที่เป็นการเจริญสมถภาวนาจนได้ฌาน แม้ก่อนพระพุทธศาสนาจะบังเกิดขึ้น ก็มีการเจริญสมถภาวนา แต่สมาธินั้นไม่ใช่ อธิจิตสิกขา ส่วนปัญญา ที่จะ เป็นไตรสิกขา อันเป็นหนทางการดับกิเลส ก็จะต้องเป็นปัญญาระดับวิปัสสนาภาวนา ดังนั้น เมื่อว่าด้วยความละเอียดแล้ว ไม่ได้หมายความว่า การจะเจริญหนทางการดับกิเลส ที่เรียกว่าไตรสิกขา จะต้องรักษาศีลก่อน แล้วค่อยอบรมสมาธิ และจึงจะไปเจริญวิปัสสนาได้ที่เป็นปัญญาครบ ต้องเข้าใจพื้นฐานก่อนว่า จิตเมื่อเกิดขึ้น จะมีเจตสิกเกิดร่วมด้วยหลายดวง แม้ขณะที่เป็นสติปัญฐานหรือวิปัสสนา ขณะนั้นก็ เป็นจิตที่เป็นกุศลประกอบด้วยปัญญา มีเจตสิกเกิดร่วมด้วยหลายดวง ขณะที่ สติปัญฐานเกิด ขณะนั้นมี สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปะ ทั้ง 2 นี้ เป็น อธิปัญญา และมีสัมมาวิริยะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ (เป็นอธิจิต หรือสมาธิ) และมีเอกัคคตาเจตสิกที่เกิดพร้อมกับ สติปัญฐาน ที่เป็นองค์ของสมาธิ ด้วย และมีศีลด้วยในขณะที่สติปัญฐานเกิด คือ อินทริยสังวรศีล ศีลที่เป็น การสำรวมทางตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ ในขณะนั้น เป็นอธิศีล หรือ สัมมากรมมันตะ และ สัมมาอาชีวะ ซึ่งเป็นอธิศีล ก็เกิดพร้อมกับ สมาธิและปัญญาในขณะที่อริยมรรคเกิด

ดังนั้น มีศีล สมาธิ ปัญญาเกิดพร้อมกัน ในการอบรมเจริญวิปัสสนา ในขณะที่สติปัญฐานเกิด และ ขณะมรรคจิตเกิดพร้อมกันครบ แสดงให้เห็นถึงความละเอียดของธรรมและความละเอียดลึกซึ้งของหนทางการดับกิเลส

ที่สำคัญ หากไม่มีปัญญา ความเข้าใจเป็นเบื้องต้นแล้ว ศีล นั้น ก็ไม่ใช่ศีลที่เป็นไปในการดับกิเลส สมาธิ สมถภาวนา ก็ไม่ใช่อธิจิต ที่เป็นไปในการดับกิเลส เพราะฉะนั้น ปัญญาจึงเป็นเรื่องสำคัญ ดังนั้น จึงจะต้องเริ่มจากการฟังพระธรรม ศึกษาพระธรรมให้เข้าใจ จนเป็นปัจจัยให้ สติปัญฐาน หรือ วิปัสสนาภาวนาเกิด ขณะนั้น ก็มีศีล สมาธิ ปัญญา ที่เป็นไตรสิกขาในขณะนั้นแล้ว โดยไม่ต้องไปทำศีลก่อน เรียงลำดับเลยครบ เพราะฉะนั้น ปัญญา จึงเป็นธรรมที่มีอุปการะมากต่อการดำเนินหนทางการดับกิเลสครบ ดังนั้น มีศีล มีสมาธิ แต่ไม่มีปัญญาได้ แต่เมื่อมีปัญญาชั้นวิปัสสนา ก็มี ศีล มีสมาธิ ด้วยครับ

ศีล สมาธิ ปัญญา จึงเป็นการเจริญ อริยมรรค เจริญสติปัญฐาน ที่ประกอบด้วยศีล สมาธิ และ ปัญญาพร้อมกันในขณะนั้น แตกต่างจาก ทาน ศีล ภาวนา ที่เป็นกุศลที่เกิดแยกกัน ไม่พร้อมกัน เหมือน กับ ศีล สมาธิ ปัญญา ที่เกิดพร้อมกัน เช่น ขณะที่รู้ความจริงของสภาพธรรม ที่เป็น

กุศลชั้นภาวนา ขณะนั้น มีศีล มี สมาธิ มีปัญญาด้วย ครั้น ดั่งนั้น กุศลชั้นภาวนา ที่เป็น วิปัสสนาภาวนา มี ศีล สมาธิ ปัญญา นี้คือ ข้อแตกต่างและความเกี่ยวข้องกัน ตามที่กล่าวมา

หลักการ คุณธรรมในสถานศึกษา

ด้านคุณธรรมจริยธรรมและความเป็นไทย (Decency) มีคุณธรรม จริยธรรม ความดีงามรู้ผิดชอบชั่วดี มีความภาคภูมิใจในความเป็นไทย และยึดถือปฏิบัติอยู่ในวิถีชีวิต

ในปัจจุบัน จริยธรรมของเยาวชนในการสร้างสรรค์สังคมเริ่มลดน้อยลง โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เยาวชนในระดับปริญญาชน ผู้ซึ่งจะเติบโตขึ้นไปเป็นกำลังสำคัญของประเทศชาติในอนาคตอันใกล้ สิ่งที่เป็นปัญหาที่เห็นได้เด่นชัดนั้นก็มามากมาย ไม่ว่าจะเป็นเรื่องยาเสพติด การพนัน การเที่ยวกลางคืน การรับค่านิยมของต่างประเทศจนกระทั่งสูญเสียความเป็นไทยไป

การเสริมสร้างจริยธรรมในสถานศึกษานั้น ได้ให้ความสำคัญกับครูเป็นลำดับแรก โดยครูจะต้องเป็นแบบอย่าง (Modeling) ที่ดีมีจิตวิญญาณในการเป็นครู โดยครูจะทำหน้าที่สั่งสอนอบรม แนะนำความรู้และการประพฤติที่ดีแก่นักเรียน เมื่อผู้เรียนไปโรงเรียนครูก็สอดแทรกเรื่องธรรม คุณงามความดี เข้าไปในทุกวิชา รวมทั้งเน้นให้เกิดการเรียนรู้และสามารถปฏิบัติได้จริง การทำกิจกรรมร่วมกัน การจัดโครงการอบรมคุณธรรม จริยธรรมอย่างต่อเนื่อง ตลอดจนช่วยสอดส่องดูแลคุณธรรม จริยธรรมและสนับสนุนกิจกรรมต่อกัน ส่งเสริมให้ข้อมูลความรู้ ให้คำปรึกษาหรือสร้างคุณธรรม จริยธรรม ที่พึงประสงค์ให้เกิดขึ้นซึ่งการปลูกฝังจริยธรรมหลักในโรงเรียนมหาไถ่ นั้น จะเน้นการปลูกฝังจริยธรรมในโรงเรียน 3 ประการ คือ

1. Inculcation คือการปลูกฝังทางด้านต่าง ๆ ให้กับผู้เรียน ไม่ว่าจะเป็นทางด้านศิลปะ การอบรม การทำกิจกรรมร่วมกัน

2. Modeling คือการเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับผู้เรียน โดยครูจะเป็นแบบอย่างพาผู้เรียนทำ ไม่ใช่เพียงสั่งเท่านั้น

3. Values Clarification คือการทำให้ผู้เรียนคิดเอง วิเคราะห์เอง เป็นการเสริมสร้างคุณค่าจริยธรรม ซึ่งครูจะคอยกระตุ้นต่อมความคิดของผู้เรียนเท่านั้น

ในส่วนของการกิจกรรมที่จะมาส่งเสริมจริยธรรมให้กับผู้เรียนนั้นก็จะมีมากมาย อาทิ สมุดความดี ที่จะให้ผู้เรียนสามารถบันทึกความดี บันทึกความประทับใจที่เกิดขึ้นกับตัวผู้เรียนเอง เป็นการกระตุ้นให้ผู้เรียนทำความดี แม้กระทั่งการทำโฮมรูม(Home room) ก็ต้องทำการพัฒนาจริยธรรมไปด้วย โดยอาจจะคิดเกมส์ เพื่อให้ผู้เรียนได้คิดเองและครูจะทำการหาข้อบกพร่องของผู้เรียน แล้วนำผลส่วนนั้นกับมาสอนผู้เรียนเพื่อลดข้อบกพร่องในส่วนนั้น ตลอดจนครูต้องสอนให้ผู้เรียนได้วิเคราะห์ได้ด้วยตนเองพร้อมเพิ่มศักยภาพทางความคิดให้กับผู้เรียน

จริยธรรมจึงเป็นสิ่งสำคัญที่ให้ความสำคัญ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตัวเยาวชนเอง เป็นการกำหนดทิศทางอนาคตของประเทศชาติ ซึ่งมีผลกับเยาวชนในภายภาคหน้าเมื่อเติบโตขึ้นไปเป็นผู้ดูแลรับผิดชอบประเทศชาติ เพื่อเป็นรากฐานให้เยาวชนยุคต่อ ๆ ไป อันจะก่อให้เกิดทรัพยากรบุคคลที่มีคุณภาพแก่ประเทศต่อไป

คุณธรรม จริยธรรมในการดำรงชีวิต

1. **ความซื่อสัตย์สุจริต** ไม่ว่าเราจะทำอะไรเราต้องมีความซื่อสัตย์ เป็นพื้นฐานแห่งการเข้าสังคมทำอะไรเราต้องไม่คดโกง ไม่พูดปด โกหก ฉันทซื่อให้ความจริงใจแก่เขาแล้วเราก็จะได้ความจริงใจกลับมา
2. **ความขยันหมั่นเพียร** เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้บุคคลมีความเจริญก้าวหน้าและประสบความสำเร็จในชีวิต ทำอะไรเราก็ต้องมีความขยันหมั่นเพียรมานะเพื่อให้สิ่งนั้นหรือออกมาดีที่สุดในชีวิต
3. **ความรับผิดชอบ** จะทำอะไรต้องมีความรับผิดชอบ ได้รับมอบหมายอะไรเราก็ต้องทำมันออกมาด้วยความตั้งใจ และรับผิดชอบต่อสิ่งนั้นจนกว่าจะเกิดผลสำเร็จ
4. **ความตรงต่อเวลา** เป็นปัจจัยสำคัญต่อการเข้าสังคม เราต้องมีการตรงต่อเวลาเพราะเวลามีมันเราต้องมาให้ตรงนัด เวลาจะทำอะไรต้องวางแผนคำนวณเวลาให้เหมาะสมพอดี เพื่อไม่ให้เกิดความผิดพลาด
5. **การเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม** ทำอะไรนึกถึงส่วนรวมเสมอ ไม่ทำสิ่งทีก่อความเสียหายให้แก่ส่วนรวมยอมสละประโยชน์ส่วนตนบางประการถ้ามันมีประโยชน์ต่อส่วนรวมได้มากกว่า

หลักธรรมในการครองชีวิต หลักธรรมในการดำรงชีวิต ที่สำคัญได้แก่

โลกธรรม 8 คือ ธรรมดาของโลก เรื่องของโลก และสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับคนทั่วไปที่ดำรงชีวิตอยู่ในสังคม มีทั้งหมด 4 คู่ ดังนี้

- (1) ได้ลาภกับเสื่อมลาภ ลาภในที่นี้ หมายถึง ทรัพย์สินเงินทอง เช่น ผู้ที่เกิดมาเป็นคนจนต่อมาภายหลังกลายเป็นคนร่ำรวยก็มี คนที่ร่ำรวยแล้วกลายเป็นคนจนก็มี เป็นต้น
- (2) ได้ยศกับเสื่อมยศ ยศในที่นี้หมายถึง ชื่อเสียง เกียรติยศ ตำแหน่งหน้าที่การงานตลอดจนความเคารพนับถือที่ได้จากผู้อื่น เช่น คนที่เคยมีตำแหน่งสูง วันหนึ่งก็ต้องพ้นจากตำแหน่ง เป็นต้น
- (3) ดีเตียนกับสรรเสริญ คนเราต่างจิตต่างใจกัน เมื่อเราทำอะไรลงไปอย่างหนึ่งคนชอบก็มี คนไม่ชอบก็มี ที่ชอบก็สรรเสริญ ที่ไม่ชอบก็ติเตียน เช่น บางครั้งสิ่งที่เราทำไปขัดผลประโยชน์เขา โดยเราไม่รู้ตัว ก็จะถูกเขาตำหนิ บางครั้งไปอำนวยการผลประโยชน์ให้เขาโดยเราไม่รู้ตัวก็จะได้รับคำสรรเสริญ เป็นต้น
- (4) สุขกับทุกข์ ความจริงข้อนี้ก็ปรากฏอยู่ทั่วไป เมื่อสมหวังคนก็มีความสุข เมื่อผิดหวังคนก็มีความทุกข์ ไม่เคยมีใครสมหวังทุกเรื่อง และไม่เคยมีใครผิดหวังทุกเรื่อง ทุกคนไม่ว่าเด็กหรือผู้ใหญ่ เศรษฐีหรือยากจนต่างก็รู้ความจริงข้อนี้ดี

บุญกิริยาวัตถุ 3

บุญ แปลว่า ความดี กิริยา แปลว่า การกระทำ วัตถุ แปลว่า ที่ตั้งหรือหลัก รวมแล้วแปลว่า ที่ตั้งแห่งการทำความดี หรือหลักการทำความดี 3 ประการ ดังนี้

- (1) ทำบุญด้วยการให้ (ทานมัย) ทาน หมายถึง การให้ คือ เป็นการให้ที่ไม่หวังผลตอบแทนให้ด้วยความบริสุทธิ์ใจ ของที่ให้นั้นต้องสุจริต และผู้รับต้องเป็นผู้ประพฤติปฏิบัติชอบ

(2) ทำบุญด้วยการรักษาศีล (ศีลมัย) การรักษาศีลอย่างน้อย 5 ข้อ คือ การประพฤติปฏิบัติแต่สิ่งที่ดีงาม เป็นการสำรวจการกระทำของตนมิให้ล่วงละเมิดผู้อื่น ไม่เบียดเบียนทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน เพื่อให้เกิดสันติสุขในสังคม

(3) ทำบุญด้วยการภาวนา (ภาวนามัย) การภาวนา หมายถึง การฝึกฝนจิตให้สงบเยือกเย็น เพื่อจะได้เป็นฐานที่ตั้งให้เกิดปัญญาแจ่มใสในสังขาร เข้าถึงความหลุดพ้นจากกิเลสตัณหาและความทุกข์ทั้งปวง

การภาวนา มี 2 ประเภท คือ สมถภาวนา เป็นการฝึกอบรมจิตให้เกิดความสงบ และ วิปัสสนาภาวนา เป็นการฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้ง

ความไม่ประมาท คือ ความเป็นผู้มีสติ รู้สึกตัวอยู่เสมอว่ากำลังทำอะไร กำลังพูดอะไร และกำลังคิดอะไร ไม่ปล่อยให้ล่องลอยไปตามเรื่องตามราว รู้จักระวังในสิ่งที่ควรระวัง มีความรอบคอบเตรียมตัวเตรียมใจไว้เผชิญเหตุการณ์ที่จะเกิดในอนาคต ความไม่ประมาทแบ่งเป็น 2 ประเภท ดังนี้

(1) ความไม่ประมาททางโลก คือ ความไม่ประมาทในการศึกษาเล่าเรียน การประกอบอาชีพ การดำรงชีวิตประจำวัน เป็นต้น

(2) ความไม่ประมาททางธรรม คือ การระมัดระวังให้พ้นจากความชั่วและการพยายามปฏิบัติแต่ความดี

ความประมาทจึงเป็นปัจจัยสำคัญอีกประการหนึ่งของความเจริญก้าวหน้าในชีวิต คนที่ประมาททางโลกจะทำกิจการอะไรก็ไม่สำเร็จ ส่วนคนที่ประมาททางธรรมจะปล่อยตัวปล่อยใจให้ไปคลุกเคล้ากับความชั่วนั้นได้ง่าย ดังนั้น ควรมีสติในการเผชิญกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้น

ความเคารพ ความเคารพที่แท้จริงนั้น จะต้องเกิดในจิตใจ พ.อ. ปิ่น มุทุกันต์ อธิบายไว้ว่า “ความเคารพ คือ การตระหนักในความดีอันมีอยู่ในตัวคนอื่นและในสิ่งอื่น” พระธรรมปิฎก (ประยุทธ ปยุตโต) อธิบายไว้ว่า “ความเคารพ คือ การมองเห็นคุณค่าและความสำคัญ แล้วปฏิบัติต่อบุคคลหรือสิ่งนั้นด้วยความจริงใจ” การเคารพนั้นจะทำให้ได้ทั้งทางกาย วาจา และใจต่อบุคคล วัตถุ และหลักธรรม ซึ่งการเคารพจะทำให้เห็นความสำคัญของผู้อื่นหรือสิ่งอื่น และถือว่าเป็นการอนุรักษ์วัฒนธรรมหรือมารยาทที่ดีงามของไทยมาแต่โบราณด้วย

การอ่อนน้อมถ่อมตน ตรงกับภาษาบาลี “นิวาโต” แปลว่า ไม่มีลม คือไม่เบ่งจนพอง แต่ควบคุมตนเองให้อยู่ในสภาพปกติตามที่เป็นอย่างจริง หากมีอะไรดีก็รักษาไว้โดยไม่อวดพยายามสำรวจความบกพร่องของตนเอง ดังนั้น ความอ่อนน้อมถ่อมตน คือ การมองความบกพร่องของตัวเอง คิดไว้ก่อนว่าตัวเองมีความสำคัญไม่มาก และแม้จะเห็นด้วยใจจริงว่าตนมีความสำคัญและความดีก็ไม่อวดและหลงระเริง การอ่อนน้อมถ่อมตนสามารถทำได้ทั้งทางกาย วาจา และใจ เพื่อให้คนเกรงใจและเป็นที่เกรงขามของคนทั่วไปที่ดีงาม เป็นการสำรวจการกระทำของตนมิให้ล่วงละเมิดผู้อื่น ไม่เบียดเบียนทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน เพื่อให้เกิดสันติสุขในสังคม

กรต.

ใบงานที่ 1 เรื่องความเป็นมาของพุทธศาสนา

ชื่อ-นามสกุล รหัสนักศึกษา

กศน.ตำบล

คำชี้แจง

ให้นักศึกษาหารูปภาพกิจกรรม/วาดภาพกิจกรรมในวันสำคัญทางศาสนา

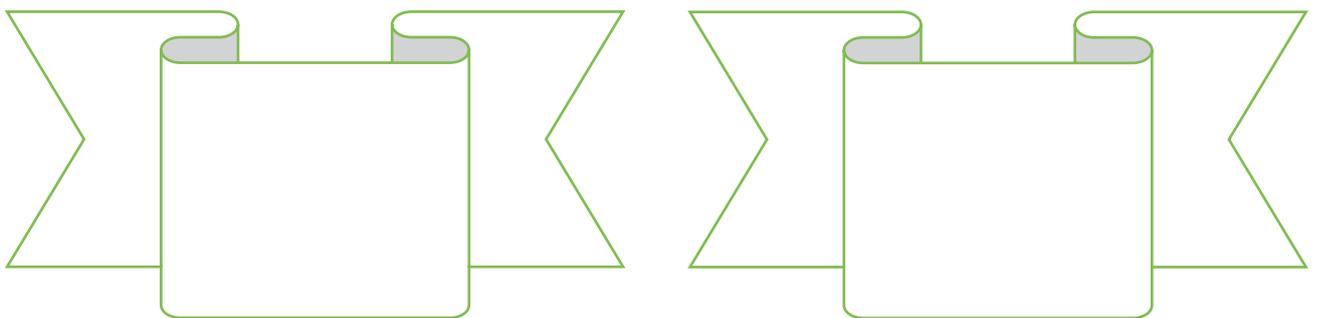
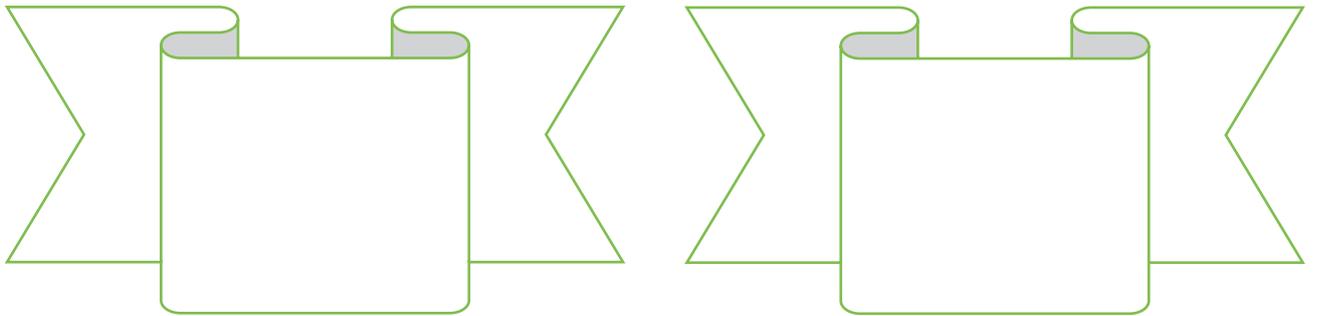
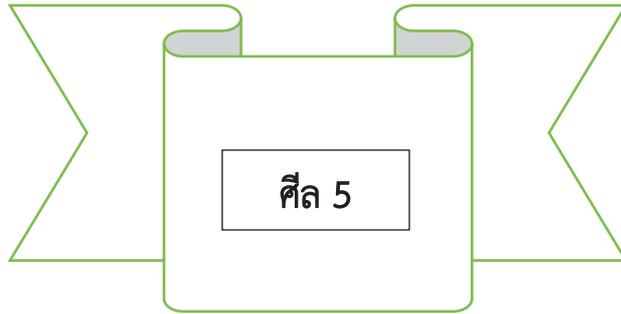
ใบงานที่ 2 เรื่องหลักธรรมของพระพุทธศาสนา

ชื่อ-นามสกุล รหัสนักศึกษา

กศน.ตำบล

คำชี้แจง

ให้นักศึกษาอธิบายองค์ประกอบของศีล 5 มาพอสังเขป



ใบงานที่ 4 เรื่องคุณธรรม จริยธรรมในการดำรงชีวิต

ชื่อ-นามสกุล รหัสนักศึกษา

กศน.ตำบล

คำชี้แจง

ให้นักศึกษาสำรวจตนเองเกี่ยวกับหน้าที่ชาวพุทธแล้วบันทึกข้อมูลตามความเป็นจริง

ข้อ	การปฏิบัติตน	ทำบ่อย	เป็นบางครั้ง	ไม่เคยทำ
1.	สวดมนต์ไหว้พระก่อนนอน			
2.	แนะนำเพื่อนให้ทำความดี			
3.	ทำบุญตักบาตร			
4.	ไปทำบุญที่วัด			
5.	แต่งกายเหมาะสมเมื่อไปวัด			
6.	ตั้งใจฟังธรรมเทศนาเมื่อมีโอกาส			
7.	ร่วมกิจกรรมสวดมนต์ไหว้พระ เนื่องในวันสำคัญทางศาสนา			
8.	แสดงความเคารพเมื่อพบพระภิกษุ			
9.	ช่วยดูแลทำความสะอาดบริเวณวัด			
10.	นำหลักธรรมไปปฏิบัติในชีวิตจริง			

ใบงานที่ 5 เรื่องคุณธรรม จริยธรรมในการดำรงชีวิต

ชื่อ-นามสกุล

รหัสนักศึกษา

กศน.ตำบล

คำชี้แจง

ให้นักศึกษาระบายสีให้สวยงาม



ใบงานที่ 6 เรื่องคุณธรรม จริยธรรมในการดำรงชีวิต

ชื่อ-นามสกุล รหัสนักศึกษา

กศน.ตำบล

คำชี้แจง

ให้นักศึกษาบอกถึงความดีที่ตนเองได้ทำในรอบ 1 สัปดาห์

สิ่งที่เป็นความดี