

เฉลยใบกิจกรรมที่ ๑ ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับหลักธรรมอริยสัจ ๔

จุดประสงค์การเรียนรู้ วิเคราะห์องค์ประกอบของหลักธรรมอริยสัจ ๔ ได้

คำชี้แจง ให้นักเรียนวิเคราะห์องค์ประกอบของหลักธรรมอริยสัจ ๔ ตามที่กำหนดดังต่อไปนี้ (ขอละ ๒ คะแนน)

.....

๑. อริยสัจ ๔ มีความหมายแปลว่าอย่างไร

ตอบ ความจริงอันประเสริฐ ความจริงของพระอรหันต์บุคคล หรือความจริงที่ทำให้ผู้เข้าถึงกลายเป็นอริยะ

๒. อริยสัจ ๔ ประกอบด้วยหลักธรรมขอใดบ้าง

ตอบ ทุกข สมุทัย นิโรธ มรรค

๓. การที่ชีวิตมนุษย์มีการเบียดเบียน บีบคั้น ซึ่งกันและกัน จนทำให้ทนต่อสภาวะนั้นทนไต่ยาก จัดเป็นองค์ประกอบใดของชีวิต มีลักษณะเช่นไร

ตอบ ทุกข มีลักษณะ(อุปาทาน) ยึดมั่นถือมั่นในชั้น ๕ ชั้น แปลว่า ตัว, หมู, กอง, พวง, หมวด ในทางพุทธศาสนาหมายถึงส่วนต่างๆ ของรูปกับนามที่แยกออกเป็น ๕ กอง คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ซึ่งเรียกว่า ชั้น ๕ หรือชั้นทั้ง ๕

๔. สมุทัย เหตุแห่งความทุกข์ ได้แก่

ฉันทะ (ความพอใจ) ราคะ (ความกำหนัด) นันทิ (ความเพลิน) ตัณหา (ความทะยานอยาก) ใดๆ มีอยู่ในรูป, สัตว์ย่อมเกี่ยวข้อง ย่อมติด ในรูปนั้น ด้วยฉันทราคะ ตัณหา ๓ ประการ คือ

๓.๑ กามตัณหา หมายถึง ความอยากหรือไม่อยาก ใน สัมผัสทั้ง ๕ ของชั้น ๕

๓.๒ ภวตัณหา หมายถึง ความอยากทางจิตใจ เมื่อได้สิ่งนั้นมาแล้ว ไม่ต้องการให้มันเปลี่ยนแปลง รูปภพ

๓.๓ วิภวตัณหา หมายถึง ความไม่อยากทางจิต ความอยากดับสูญ อรูปภพ

๕. การดับตัณหาให้สิ้นไป จัดเป็นองค์ประกอบในข้อใดของหลักธรรมอริยสัจ ๔ มีลักษณะอย่างไร

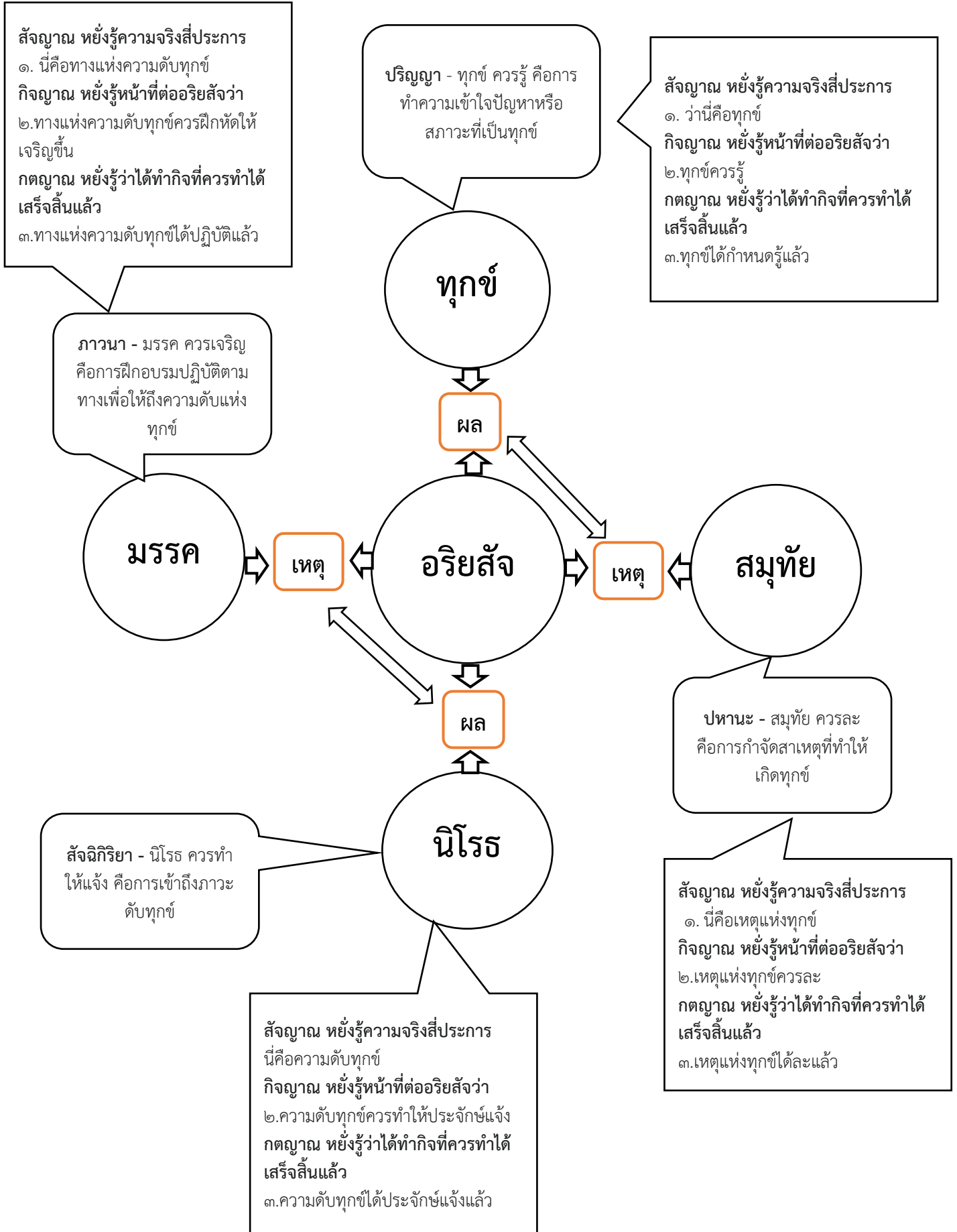
ตอบ การดับทุกข์ นิโรธ ๕ หมายถึง ความดับกิเลส ภาวะไร้กิเลสและไม่มีทุกข์เกิดขึ้นนิโรธเป็นธรรมะที่สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้นิโรธ มี ๕ ประการ โดยมีชื่อเรียกอย่างอื่นอีก เช่น ปหาน ๕ (การละกิเลส ๕ ประการ) วิมุตติ ๕ (ความหลุดพ้น ๕ ประการ) วิเวก ๕ (ความสงัด ความปลีกออก ๕ ประการ)

วิราคะ ๕ (ความคลายกำหนัด ความสำรอกได้ ๕ ประการ) โวสัคคะ ๕ (ความสละ ความปล่อย ๕ ประการ)

๖. หากมีเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดทุกข์ นักเรียนจะมีข้อปฏิบัติใดถึงความดับทุกข์ ได้อย่างไรบ้าง

ตอบ ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์” มัชฌิมาปฏิปทาหรือทางสายกลาง ในศาสนาพุทธ หมายถึง การไม่ยึดถือสุดทางทั้ง ๒ ได้แก่ อัตตกลิมาณุโยค คือ การประกอบตนเองให้ลำบากเกินไป กามสุขัลลิกานุโยค คือ การพัวพันในกามในความสบาย พระพุทธเจ้าทรงกำหนดหลักทางสายกลางนี้ไว้ชัดเจน คือ อริยมรรคมีองค์ ๘ เมื่อย่นย่อแล้วเรียก "ไตรสิกขา" ได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา

๒. แบบบันทึกการคิดпенรายบุคคล



๓. ญาณ(ปัญญาอันหั่งรู้ในอริยสัจสี่ (๓ รอบ ๑๒ อากา) ในกำหนดอย่างไร

ตัวอย่างเหตุการณ์

.....
.....

ทุกข์

ทุกข์นี้ ควรรู้ คือ
.....
.....
.....

ทุกข์นี้ ควรกำหนดรู้ คือ
.....
.....
.....

ทุกข์นี้ กำหนดรู้แล้ว คือ
.....
.....
.....

สมุทัย

สมุทัยนี้ ควรรู้ คือ
.....
.....
.....

สมุทัยนี้ ควรละ คือ
.....
.....
.....

สมุทัยนี้ ละแล้ว คือ
.....
.....
.....

นิโรธ

นิโรธนี้ ควรรู้ คือ
.....
.....
.....

นิโรธนี้ ควรทำให้แจ้ง คือ
.....
.....
.....

นิโรธนี้ ทำให้แจ้งแล้ว คือ
.....
.....
.....

มรรค

มรรคนี้ ควรรู้ คือ
.....
.....
.....

มรรคนี้ ควรทำให้เจริญ คือ
.....
.....
.....

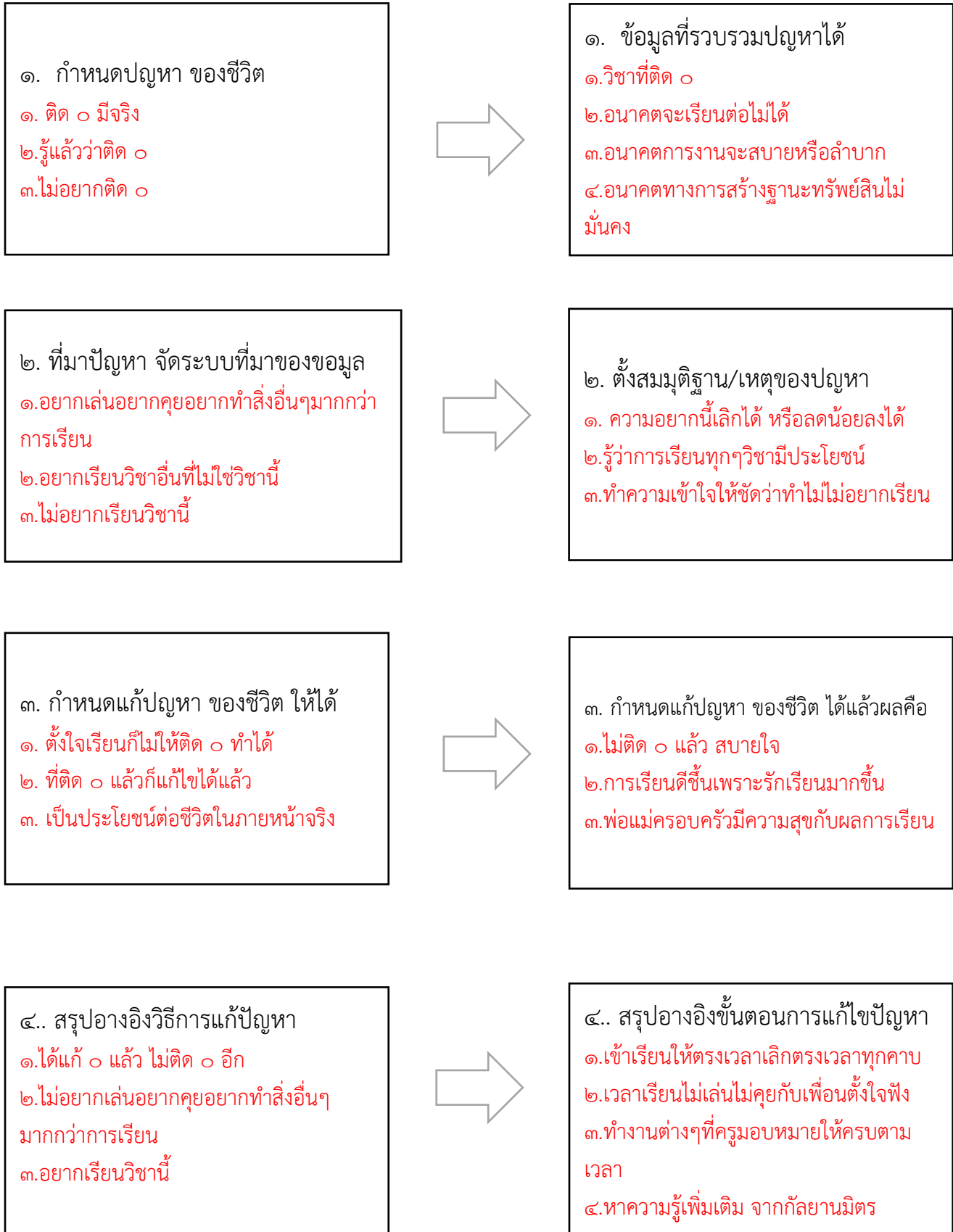
มรรคนี้ ทำให้เจริญแล้ว คือ
.....
.....
.....

หลักธรรมที่ควรเจริญใน มรรค ได้แก่

- ๑.....
- ๒.....
- ๓.....
- ๔.....
- ๕.....
- ๖.....
- ๗.....
- ๘.....

๔. แบบบันทึกการคิดแบบอริยสัจ ๔

ถ้านักเรียนสอบไม่ผ่าน ติด ๐ จะมีวิธีแก้แบบ อริยสัจ ๔ ตามผังนี้ได้อย่างไร



ใบงานชุดที่ เรื่อง หลักธรรม ครองตนสร้างฐานะหลักทฤษฎีธัมมิกัตถประโยชน์
คำชี้แจง ให้นักเรียนศึกษาเรื่อง ทฤษฎีธัมมิกัตถประโยชน์ ตอบคำถามต่อไปนี้ให้ถูกต้องได้ใจความที่สมบูรณ์

๑.) การถึงพร้อมด้วยความหมั่นเพียร ได้แก่การทำตนอย่างไร ?

ยอมทำให้หาทรัพย์ได้ ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสรับรองไว้ว่า “บุคคลผู้ทำการเหมาะสมจะไม่ทอดธุระไม่ทอดธุระ ขยันหมั่นเพียร ย่อมหาทรัพย์ได้”

๒. เมื่อหาทรัพย์มาได้ควรทำอย่างไรให้เกิดประโยชน์ ?

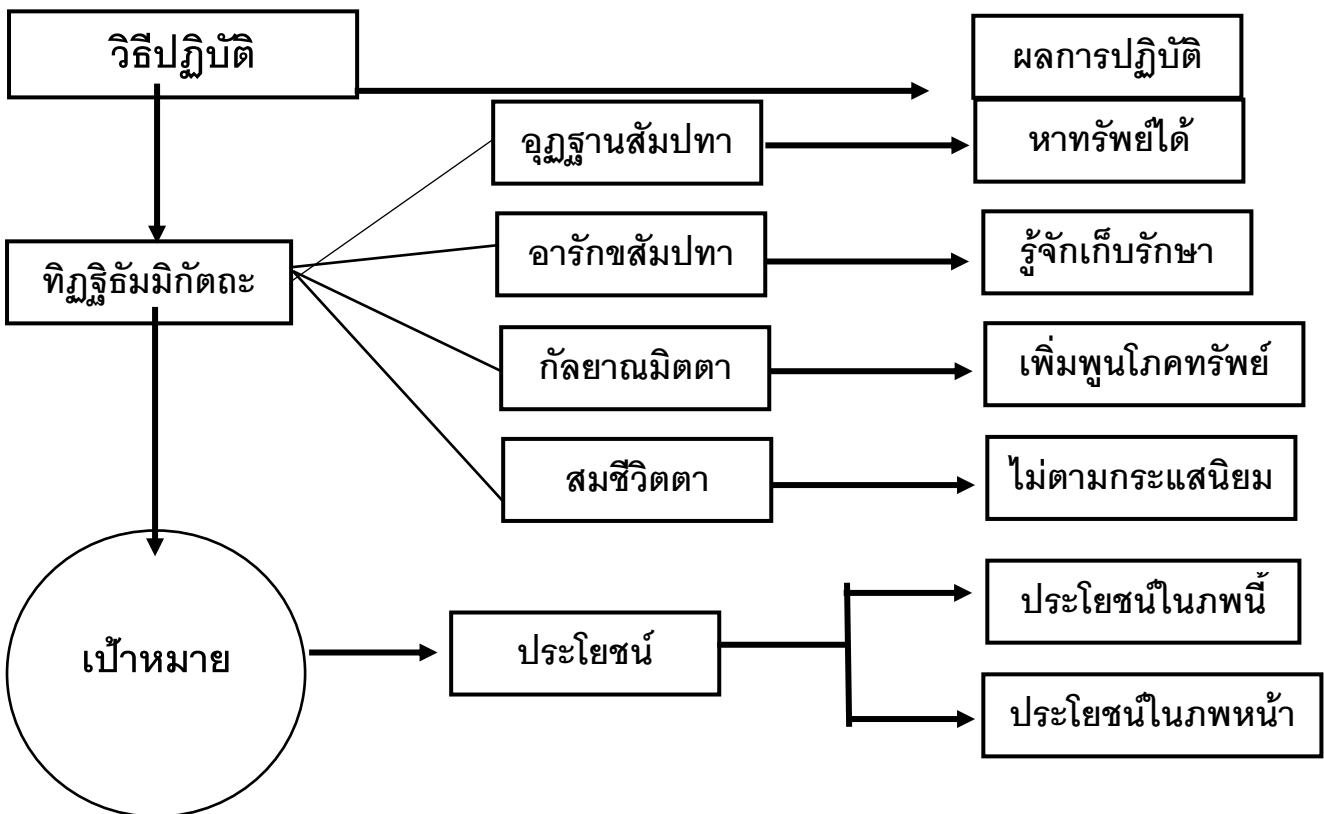
ต้องการถึงพร้อมด้วยการรักษาทรัพย์นำมาลงทุนให้พอกพูนมากขึ้น ย่อมทำให้สามารถสร้างอนาคตให้มั่งคั่ง

๓. การมีกัลยาณมิตรดา ย่อมทำให้สามารถเพิ่มพูนโภคทรัพย์ ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสในประเด็นที่ว่านี้ ได้แก่อะไรบ้าง

“มิตรมีอุปการะ มิตรร่วมสุขร่วมทุกข์ มิตรแนะนำประโยชน์ และมิตรมีความรักใคร่ ...เมื่อบุคคลสมสมโภคทรัพย์อยู่ตั้งตัวผิงสร้างรัง โภคทรัพย์ของเขาก็ย่อมเพิ่มพูนขึ้น ดุจจอมปลวกที่ตัวปลวกก่อขึ้น ฉะนั้น”

๔. คำว่าทำตนให้เหมาะสมกับฐานะ นั้นทำอย่างไร ?

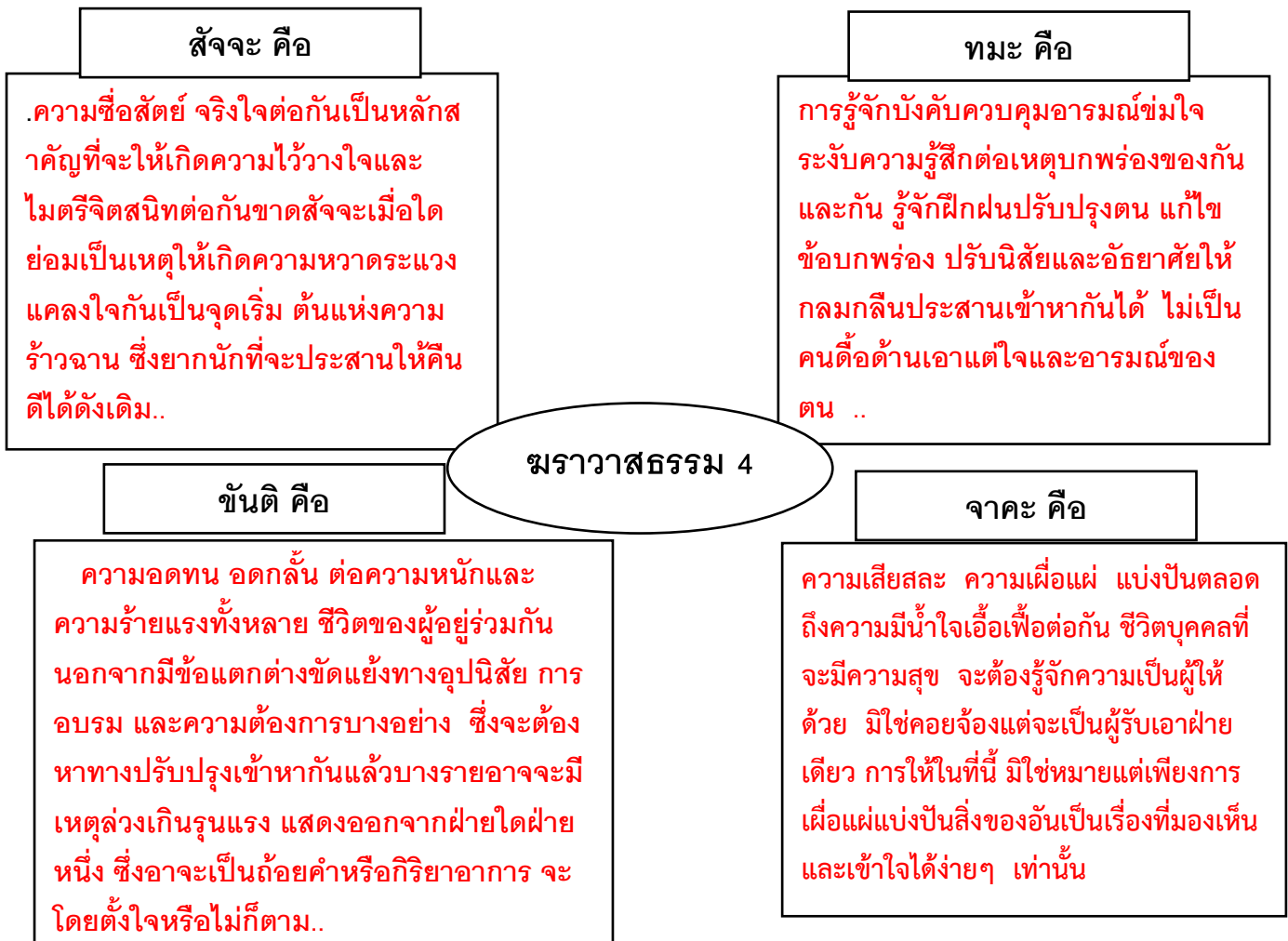
ความเป็นอยู่เหมาะสม ย่อมทำให้สามารถควบคุมจิตใจไม่ให้หลงตามกระแสนิยม ใช้สอยสิ่งของเพื่อให้เกิดแต่คุณค่าแท้ คือ คำนึงถึงแต่ประโยชน์จากสิ่งของนั้น ๆ



ตอนที่ ๒ ฟังความคิดเรื่อง ฆราวาสธรรม

ในอนาคต เมื่อคุณ คิดจะหาครอบครัว เพื่อแต่งงานสร้างครอบครัว จะเลือกคนเช่นไร

- ๑.รูปร่าง...๑.เรือนร่างดูดีมีเสน่ห์เสมอ สวยตามวัยอย่างเหมาะสม ๒.เรือนบ้านต้องสะอาดน่าอยู่ไม่สกปรกรู้จัก ตกแต่งให้สวยงาม ๓.เรือนครัวต้องสะอาดทำอาหารอร่อยน่ากิน ทำให้มีรสชาติถูกปากของคนในครอบครัว
- ๒.รวยทรัพย์...๑.ขยันทำงานในหน้าที่ของตนให้เหมาะสม ๒.ดูแลรักษารู้จักใช้ทรัพย์ที่หามาได้ลงทุนให้ทรัพย์ เพิ่มขึ้น ๓.นำทรัพย์ที่มาใช้จ่ายพอเหมาะสมกับชีวิตและฐานะของตนไม่ก่อหนี้สินให้ครอบครัวมัวเมาอบายมุข
- ๓.นับวิชา ๑.รู้จักใช้เหตุ-ผล ไม่ใช้อารมณ์เอาความพอใจของตนเองเป็นที่ตั้ง เช่น ในการทำงาน ในการสั่งสอน ๒. รู้จักตนว่าเป็นอะไรมีหน้าที่ทำอะไร เช่น เป็นสามี เป็นภรรยา เป็นลูก ๓.รู้จักสถานที่และเวลา ทำให้ถูกไม่ผิดนัด
- ๔.มารยาท ๑.ทำกิริยาอาการให้ดูดีเหมาะสม เช่น เมื่อควรไหว้ก็ไหว้ให้สวยถูกต้อง เมื่อกินก็ไม่ตะกละตะกลาม ๒. กิริยาอาการในการใช้คำพูด เช่น ใช้คำพูดสุภาพอ่อนหวาน – ไม่พูดแทรก พูดทำร้ายจิตใจคนอื่น
- ๕.ชาติผู้ดี ๑.ดีนอก คือประวัติความเป็นมาของครอบครัว พ่อแม่ ปู่ย่าตายาย ดี ไม่ประกอบการผิดกฎหมายหรือ ศีลธรรม ๒.ดีใน ตัวคนนั้น ต้องทำตนดีเป็นแบบอย่างที่ดี ไม่ทำตนให้เสื่อมเสียชื่อเสียงของครอบครัว เป็นต้น
- ๖.มีคุณธรรม เป็นบ่อเกิดของความดีของครอบครัว ๑. รู้จักทำตนให้ดีเป็นแบบอย่างของครอบครัว ไม่ทำหรือนำ ในทางผิด เช่น กินเหล้า เล่นการพนัน ติดโทรศัพท์แล้วพาเกียจคร้านการทำงาน ๒.เป็นผู้นำไปในทางดี รู้จักบุญ ต้องทำ บาบต้องละไม่ทำผิด ศีลธรรมของศาสนา เป็นต้น



คำชี้แจง ให้นักเรียนศึกษาเรื่อง สังคหวัตถุ ๔ ตอบคำถามต่อไปนี้ให้ถูกต้องได้ใจความที่สมบูรณ์

๑. โอบเอื้ออารี หรือ ทาน การให้ หมายถึง น้ำใจอันเต็มเปี่ยมไปด้วยความปรารถนาดี ให้เพราะอยากให้

ให้แล้วเกิดปิติ อิ่มสุข น่าสังเกตว่า คนที่สุขภาพจิตดี อิ่มแล้ว พอแล้ว เต็มแล้ว ในความต้องการสิ่งต่างๆ เขาจะให้ความปรารถนาจะให้อย่างเดียวโดยไม่เคยหวังสิ่งตอบแทน การให้นั้นอาจให้สิ่งของ เงินทอง ทรัพย์สินสมบัติ หรือให้คำสอนคำแนะนำ ให้ความปรารถนาดี ให้ความรัก และที่พระพุทธเจ้าตรัสว่าเป็นการให้ที่ประเสริฐ คือ ให้อภัยแก่ผู้ทำผิด ตลอดจนถึงแก่ศัตรูผู้ปองร้าย นอกจากนี้การแผ่ส่วนบุญก็ถือเป็นการให้ได้ด้วย ประโยชน์ของการให้ คือ ใ้บุญ จิตใจสงบ เป็นสุข เกิดปิติ และที่สำคัญอีกประการหนึ่ง คือ การให้เป็นการตัดกิเลส ฟอกกิเลส ความอยากความต้องการอันไม่สิ้นสุดของเราลงได้ เกิดความพอแล้ว อิ่มแล้วให้เกิดสุขอย่างแท้จริง โดยเฉพาะการให้ความรัก “ยิ่งให้ยิ่งเกิด ยิ่งให้ยิ่งได้” ถ้าปรารถนาจะได้เพื่อนแท้หรือคนรักที่จริงใจ ก็จงให้ความรักและปรารถนาดีอย่างบริสุทธิ์ใจแก่เขาก่อน (แต่มีข้อแม้ว่า ต้องเป็นการให้ที่ไม่มีเงื่อนไขเพื่อการตอบแทน)

๒. วจีไพเราะ คือ ปิยวาจา คำพูดอันทำให้คนอื่นรักใคร่ ถ้าเรารู้ธรรมชาติของคนว่า ต้องการเป็นที่ยอมรับ ต้องการคำชมเชย กำลังใจจากคนอื่น ก็จงให้เขาเกิด มองหาจุดดี จุดเด่นของเขามาเป็นคำชมเชย ให้กำลังใจเพื่อการพัฒนา ความไพเราะอ่อนหวานของการใช้คำพูด การใช้ภาษา อยู่ยู่ที่การเลือกใช้ให้เหมาะสมและถูกกาลเทศะ บุคคลสุขภาพเรียบร้อย และมีหางเสียง รู้จักกล่าวคำ “ขอบคุณ” หรือ “ขอโทษ” ตามโอกาสอันควร

๓. สงเคราะห์ปวงชน คือ อุตถจริยา ทำตัวให้เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นและสังคม ฝึกฝนตนเองให้มีสมรรถภาพพอที่จะช่วยคนอื่นได้ทั้งกำลังกาย กำลังความคิด สติปัญญา หรือกำลังทรัพย์ แล้วก็ลงมือทำ จากเรื่องเล็กๆ น้อยๆ ให้ติดเป็นนิสัย อย่างที่เรียกว่า “จิตสาธารณะ” มีความพร้อมที่จะช่วยสังคม แม้ว่าจะไม่มีใครเห็น เช่น

- ปิดน้ำ ปิดไฟ ที่ไม่มีคนต้องการใช้แล้วในห้องเรียน หรือที่บ้าน
- เก็บเศษแก้ว หนาม หรือของแหลมคม ที่ตกตามพื้นทางเดินซึ่งอาจเป็นอันตรายแก่คนอื่น โดยเก็บเหวี่ยงไปให้พื้นที่จะเป็นอันตราย
- เลื่อนขวดน้ำปลา น้ำส้มให้เพื่อนร่วมโต๊ะเวลากินอาหาร
- ลูกให้ที่นั่งแก่คนอื่น (ที่เขาลำบากกว่าเรา) ในรถโดยสาร

๔. วางตนเหมาะสม คือ สมานัตตตา ทำตัวเสมอต้นเสมอปลาย ไม่เย่อหยิ่งจองหอง เมื่อเปลี่ยนฐานะไปอย่างไรก็ไม่ลืมหิว สามารถเข้ากับคนได้ทุกชนชั้นถ้าเราคิดว่าคนทุกคนเกิดมามีความเป็นคนเท่าเทียมกัน เพราะต่างก็เกิดมาเพื่อดำรงอยู่อย่างสัตว์โลกชนิดหนึ่งแล้วก็ต้องแตกสลาย คือ เสียชีวิตในที่สุด เรียกได้ว่า...ทุกคนเกิดมาเป็นเพื่อนร่วมเกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น...

การใช้หลักธรรม อธิบาท ๔ กับการเรียนและการงานให้ถูกต้องอย่างไร

คือ ความพอใจ รักใคร่ เต็มใจ และฝักใฝ่ในงานอยู่เสมอ ทุ่มเทความสามารถ และปรารถนาเพื่อที่จะทำงานนั้นให้ดีที่สุด ด้วยการรักในงานของตน ชอบในงานของตน งานในที่นี้หมายถึง สิ่งที่เราทำ ผู้ใดมีงานอะไรแล้วมีความรักใคร่พอใจในงานนั้น เรียกว่า มีฉันทะ คนที่ขาดฉันทะ ไม่พอใจในงานของตน มักจะทำงานด้วยความเหน็ดเหนื่อยใจ และชอบทิ้งงานให้จับจดและคั่งค้าง

ฉันทะ (aspiration)

คือ ความเพียรพยายาม ความอดุสาหะ และมานะบากบั่น ที่จะทำงานหรือทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้ดีที่สุด ไม่ท้อถอยเมื่อเกิดอุปสรรค และความยากลำบากต่างๆ ด้วยการมองปัญหาหรืออุปสรรคที่ขัดขวางต่อการทำสิ่งนั้นเป็นสิ่งที่ท้าทาย และต้องเอาชนะให้สำเร็จ

วิริยะ เป็นความเพียรที่ประกอบความดี มีความขยันหมั่นเพียร ไม่ทอดธุระ เป็นเครื่องพยุลงความพอใจไม่ให้ท้อถอยในการทำงาน เพราะว่างานทุกชนิดมักจะง่ายตอนคิด แต่มักจะติดตอนทำจึงจำเป็นต้องใช้ความพยายามเรื่อยไปจนกว่าจะสำเร็จตามความ

วิริยะ (exertion)



จิตตะ (thoughtfulness)

คือ การเอาใจใส่ และให้ใจจดจ่ออยู่กับอยู่กับสิ่งที่ทำ มีสมาธิมั่นคงอยู่กับงาน ไม่ปล่อยปละละเลยในงานที่ทำ และทำงานด้วยความตั้งใจที่จะให้งานนั้นสำเร็จ แต่หากใครทำการสิ่งใดด้วยความเป็นคนประมาท ไม่เอาใจใส่กับงานที่ตนทำ ทำอะไรทิ้งๆ ขว้างๆ งานนั้นย่อมไม่สำเร็จตามเป้าประสงค์หรือหากสำเร็จ แต่ก็เป็นความสำเร็จที่ไม่มีประสิทธิผลในงาน

วิมังสา

คือ การสอบสวน ไตร่ตรอง และพิจารณาตรวจสอบในสิ่งที่กำลังทำนั้นๆ รวมถึงการรู้จักค้นคว้า ทดลองคิดค้น และรู้จักคิดแก้ไขปรับปรุงงาน ให้ก้าวหน้าอยู่เสมอ

ทั้งนี้ ปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อความสำเร็จในการทำสิ่งใดๆ ย่อมเกิดจากปัจจัยจากข้อนี้เป็นสิ่งสำคัญ เพราะการใช้วิมังสา คือ การคิด วิเคราะห์ อย่างมีเหตุ และผล ย่อมทำให้เข้าใจต่อกระบวนการวิธีการ และแนวทางในการดำเนินงานที่ถูกต้องเหมาะสม รวมถึงย่อมรู้จักแนวทางในการแก้ไข ปัญหาที่อาจเกิดขึ้นได้ดี แต่หากไม่มีการใช้ปัญญา ก่อนทำหรือขณะทำอะไรแล้ว ย่อมนำมาซึ่งปัญหาและอุปสรรคในสิ่งนั้นๆ ส่งผลต่อการท้อแท้ การทำสิ่งนั้นไม่สำเร็จ หรือหากสำเร็จก็จะไม่เกิดประสิทธิผลอย่างเต็มที่