

สารธรรม
ห้าห้องพัฒนาชีวิต

วัดโลกา
ศรีประจันต์ สุพรรณบุรี

กิจกรรมห้าห้องชีวิต

เพื่อพัฒนานิสัย

1ห้องนอน

2ห้องน้ำ

3ห้องแต่งตัว

4ห้องอาหาร

5ห้องทำงาน

เทียนสองเล่ม

- เล่มที่ ๑ คือ พระธรรม แบ่งเป็นสองส่วน
- พระสูตร ๒๑,๐๐๐ ข้อ
- พระอภิธรรม ๔๒,๐๐๐ ข้อ
- เล่มที่ ๒ คือ พระวินัย มี ๒๑,๐๐๐ ข้อ

ปรีศนาธรรม

- โต้ะหมู่บูชา จัดไว้ ทำไมหนอ
- ก็ขอ อธิบาย คลายสงสัย
- เป็นตัวแทน ซึ่งองค์ พระรัตนตรัย
 - เพื่อกราบไหว้ บูชา คุณากร
- พุทธรูปนั้น แทนองค์ พระพุทธเจ้า
- เทียนนั้นเล่า แทนพระธรรม คำสั่งสอน
 - ส่วนดอกไม้ ส่งกลิ่นหอม พุ้งกระจาย
- น้ันน้ันนอน แทนพระสงฆ์ ในพระศาสนา

พระพุทธศาสนาถือว่าการอดทนเป็นการบูชา

- สัตถุโน ว่าจะโนหาทั้ง กะโรติเยวะ ชันติโก
- ประมายะ จะ ปุชายะ ชินัง ปุเชติ ชันติโก
- ผู้ที่อดทนชื่อว่าได้ทำตามคำสอนของพระศาสนา
- เขาชื่อว่าได้บูชาพระพุทธเจ้าด้วยการบูชาอย่างเยี่ยม
 - ขยันเป็นบุญ ชี้เกียดเป็นบาป

นิสัยพัฒนาให้นักเรียน

- ๑ นิสัยรักสะอาด
- ๒ นิสัยรักระเบียบ
- ๓ นิสัยรักสุภาพอ่อนโยน
- ๔ นิสัยรักตรงเวลา

ผู้เรียนต้องมีนิสัย

- ๑ รักเรียน
- ๒ รักทำความดี

วิธีสวดมนต์ให้เกิดฤทธิ์

๑ มีความกตัญญูรู้คุณ

๒ มีความอดทนดี

๓ มีความขยันหมั่นเพียร

๔ มีความสามัคคีกัน

๕ มีความอ่อนน้อมถ่อมตน

๖ มีความเมตตาต่อสรรพสัตว์

๗ มีความสุขทุกอิริยาบถ

๘ พอใจเป็นสุข

- “บุคคลที่มักเพ่งโทษของบุคคลอื่น ตัวเองนั้น
นั้นแหละคือคนชั่วที่สุด”

วิธีสวดมนต์ให้ศักดิ์สิทธิ์

๑ เลิกอบายมุขทั้งหมด ๒ เลิกทะเลาะกัน
๓ เลิกพยาบาทกัน ๔ เลิกนินทา
๕ เลิกโกรธกัน
๖ เลิกน้อยใจ ๗ เลิกฟังโทษของคนอื่น

- สวดมนต์เป็นจิตใจเย็นสบายเห็นปัญหารู้จัก
ใช้ปัญญาเห็นปัญหาเป็นเครื่องฝึกตน

การพัฒนาตนเองที่สมบูรณ์

- อ่อนน้อมถ่อมตน ปากหวาน
- ตัวอ่อน มือเป็นหนอน
- นอบน้อมกตัญญู เชิดชูระเบียบ
- เพียบด้วยวินัย ตั้งใจศึกษา
- เป็นสุขอนันต์ เป็นหลักสัมมา
- มาดีเพราะมีบุญ ไปดีเพราะมีธรรม

สาเหตุของความวุ่นวายแห่งใจ

มีไม่รู้จักพอ

- ใช้เวลาว่างมากเกินไป
- ถูกเบียดเบียนจิตใจ
- อวัยวะไม่ตั้งอยู่ในความปกติ
- โรคภัยเบียดเบียน
- สิ่งแวดล้อมนำไปในความชั่ว
- ครอบครัวยุติความสุขไม่ได้
- มัวเมาอบายมุข

เรามันเป็นอย่างนี้ ชีวิตจึงมีแต่ทุกข์รำไป

เดี๋ยวนี้ทำความดีรวบรัด

ทำความชั่วยืดยาว

ทำความชั่วเอาชีวิต

เป็นเติมพัน

เหตุที่ไม่ได้อยู่ตรงนี้

- กรรมาอยู่ที่แม่
- แก้อยู่ที่พ่อ
- ก่ออยู่ที่ลูก
- ปลุกอยู่ที่ครู
- ความรู้อยู่ที่ศิษย์
- จะได้เป็นมิตรกัน

การแสดงธรรม ๒ แบบ

- วันเวร มองทางเดียว
- ทูเวร มองสองทาง
- ควรปรับไปตามความเหมาะสม
ตามสภาพของสังคม

กิจวัตรอย่าให้ขาดอย่าประมาทเมื่อมีสุข

- กลัวรับความรู้ไม่หมด
- กลัวโยมมาถวายตั้งแล้วไม่เจอเจ้าอาวาส
- ธรรมะคือคุณากรณ์
- ปราบพยศ ลดมานะ ละทิฏฐิ ดำรงสติ
ดำริสัมมา ฟังตนเอง เป็นที่ฟังแก่คนอื่นได้

ลักษณะของจิต

- ผันทะหงั แล่นเร็ว
- จะปะลั้ง ไม่หยุดนิ่ง
- ทุรักขัง รักษายาก
- ทุหนีวาระยัง ห้ามยาก

ความเป็นผู้นำ

- กุณชื้อ สัจจะ
- ตัวเรา ทมะ
- บริวาร ชันติ
- ทรัพย์ จาคะ
- คนทำดี เหมือนดาวฤกษ์
- คนทำความชั่ว เหมือนดาวเคราะห์

ทำชีวิตให้มีความสุขทุกวัน

- สวดมนต์ก่อนนอนทุกวัน
- ทำบุญตักบาตรทุกวัน
- ปลอ่ยนกปลอ่ยปลาบ้าง
- วันพระวันอาทิตย์หิ้วปิ่นโตไปวัด
- ไม่เพ่งโทษบุคคลอื่น

สิ่งที่เราต้องกราบ

กราบส้วม

กราบเก้าอี้

กราบเตียงนอน

เลี้ยงกาย

เลี้ยงใจ

ทำบุญเอาบุญ

ทำบุญล้อผี

สิ่งที่คนเราไม่พัฒนา

ยากอะไร ก็ไม่เท่า ปฏิสังขร

ถอนอะไร ก็ไม่เท่า ถอนมานะ

ละอะไร ก็ไม่เท่า ละกามคุณ

บุญอะไร ก็ไม่เท่า บุญบรรพชา

ดูไหนดูละครต้องย้อนมาดูตัว

คาถาครอบจักรวาล

นะโม โต เต็มโลก

พุทโธ โชค มหาศาล

ธัมโม จิต เบิกบาน

สังฆो กัมมัฏฐาน สบายใจ

ตื่นกาย วาจา ใจ แต่ไม่ตื่นตกใจ

หลักการใช้ทรัพย์สิน

มีไว้เพื่อตนเอง

มีไว้ใช้ในครอบครัว

มีไว้ใช้เป็นราชพลี

มีไว้ใช้เป็นอดีพลี

มีไว้ใช้เป็นบุพพเปตพลี

ทำเองนะ

พูดถึงการทำบุญว่า กว่าจะหาเงินมาทาน

กว่าจะทำมา มันยากนะ

หวังจะเอาบุญกับพระ ให้คิดเสียใหม่ว่า

ทำเอาเองสิบุญนะ พระทำไม่ดีไม่งาม

เราจะทำ ให้งาม เอาบุญเองสิ

ไม่ใช่ไปหวังบุญจากคนอื่น

สู้ไม่ถอย

การประกอบความดีนั้น
เป็นสิ่งที่ทุกคนต้องทำ
อย่าท้อถอยได้บ้าง ไม่ได้บ้าง
ก็ให้ทำ
พระพุทธเจ้าก็ทรงทำแบบนี้

ยังงี้ก็ตาย

สังขารมีแต่เสื่อม หาเสื่อมมาห่ม คลุมหัวกลัวหวัด
ถูสบู่ให้ หาอาหารดีๆให้ สบู่ไม่หอม ก็ไม่เอาดูสิ
ดูแลดีขนาดไหน ก็ยังแค้นยังเจ็บ ก็ตายอยู่ดี
เดือดร้อนทุกข์ไม่สบายกาย-ใจ อยู่ดี จึงให้มีปัญญา

แนะ ชี้ทางถูก นำทางได้

นำ ทำให้ดู ในทางที่ถูกต้อง

สั่ง รู้จักใช้คน

สอน สิ่งที่ควร และ สิ่งไม่ควร

ฝึก ลงมือทำเอง

ฝน ทำบ่อยๆ

อบ ทำให้หอมด้วยสิ่งดี ๆ

รม ทำความดีให้ติดในสันดาน

รูปสามดอก

๑. พระปัญญาคุณ

๒. พระบริสุทธิคุณ

๓. พระมหากรุณาคุณ

ฟังธรรมเพื่ออะไร

เพื่อความรู้

เพื่อเอาบุญ

เพื่อเป็นอุปนิสัย

เพื่อนำไปปฏิบัติ

หลัก ๖ ประการในการปฏิบัติธรรม

เดิน

นั่ง

เวทนา

จิต

เสียง

นอน

บ้านที่ดี

บ้าน-วัด-โรงเรียน-ชุมชน สะอาด

บัณฑิตจะมาเกิด

บ้าน-วัด-โรงเรียน-ชุมชน สกปรก

สัตว์นรกจะมาเกิด

ความโง่-ความฉลาด

คนโง่ไม่ยอมให้ท่านเพราะกลัวจน

ก็เพราะกลัวจนบัดนี้จึงให้ท่าน

ความอดทนเท่านั้น จึงจะชนะกิเลส

คนชั่วทำลายคนดี ง่ายนิดเดียว เหมือน
ตัดต้นไม้

คนชั่วทำความดียากมาก ๆ เหมือนการ
ปลูกต้นไม้

ปลูกนิสัยรักโรงเรียน

เพราะเป็นที่พำนักพักอาศัย

ได้หลบฝนลมร้อนแผ่อนกายใจ

อีกทั้งให้เพิ่มครบประสบการณ์

เมื่อเพื่อนพ้องมองเห็นเป็นที่รัก

ควรรู้จักช่วยกันหมั่นประสาน

เก็บปิดกวาดเศษขยะอย่าเกียดคร้าน

ผู้คนผ่านพบเห็นเป็นชื่นชม

อีกห้องเรียนต้องหมั่นเพียรทำสะอาด

เศษกระดาษทิ้งเป็นที่ให้เหมาะสม

จึงจะเป็นห้องเรียนน่าภิรมย์

รอยยิ้มรับคำชมผู้มาเยือน.

พระชนพิชฌ สติเวปุลโล

สำนักสงฆ์เอรวัณ จ. ลพบุรี