**ใบความรู้หน่วยที่ 3 เรื่องพละ 5 และอุบาสิกรรม 5**



 **พละ 5 เป็นหลักธรรม ให้เรามีพลัง** ทำกิจการงานให้สำเร็จ ประกอบด้วย ศรัทธา วิริยะ

 สติ สมาธิ ปัญญา

**1. ศรัทธาพละ** : ความเชื่อ ความศรัทธา กำลังในการควบคุม ความวิตก สงสัย ต่างๆ

เมื่อเรามีความศรัทธาในสิ่งใดเราก็จะมีฉันทะ และความเพียรตามมาเห็นประโยชน์ในสิ่งที่ทำ

และทำภารกิจนั้นให้สำเร็จ

**2. วิริยะพละ** : กำลังควบคุมความเกียจคร้านเรามีความเพียร บากบั่น

ไม่ย่อทัอในกิจการงานถ้าขาดวิริยะแล้วจะไม่สำเร็จบุญวาสนาของเรา ไม่รู้มีมากหรือน้อย

แต่วิริยะเราสร้างได้เพียรละอกุศลเพียรระวังไม่ให้อกุศลที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น

เพียรบำเพ็ญกุศลเพียรรักษากุศลที่เกิดแล้วให้คงอยู่ เจริญยิ่งขึ้น

**3. สติพละ** ความระลึกได้ ไม่เผลอมีความระลึกรู้ ความรู้ตัวตลอดเวลาผู้มีสติย่อมมีความสุข ไม่ต้องสติสูงส่งใช้แค่มีสติ รู้จักยับยั้งชั่งใจ(ยับยั้งไว้แล้ว จึงชั่งใจว่าจะทำอย่างไร)สติระดับสูง ก็มี สติปัฏฐานสติเป็นกำลังสำคัญของการทำกุศลและอกุศลเจริญสติแล้วได้สมาธิทำสมถะหรือวิปัสสนาจะได้สมาธิและปัญญา

**4. สมาธิพละ** กำลังในการควบคุมความฟุ้งซ่านเมื่อเรามีจิตตั้งมั่น มีสมาธิการงานนั้นก็สำเร็จด้วยดี สำเร็จเร็ว

**5. ปัญญา** ความรอบรู้ปัญญาเป็นไปเพื่อรู้เห็นการเกิดและการดับ

ของสังขารทั้งหลายสิ่งที่เข้าไปยึดมั่นถือมั่นแล้วไม่เป็นโทษ ไม่มีสิ่งที่เกิดแล้วไม่ดับ ไม่มีปัญญาแทงทะลุให้รู้สิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริงและเป็นไปเพื่อความสิ้นทุกข์โดยชอบ

 **อุบาสกกรรม 5**



**ผู้เป็นอุบาสกอุบาสิกา** ในพระศาสนานี้ ตั้งตนไว้ดีตามความสามารถของแต่ละ

ท่าน จึงทำให้พระศาสนาของเราอยู่มาได้นาน และทนต่อการพิสูจน์ได้ดีกว่าศาสนา

อื่น เพราะมีธรรม ๕ ประการ ดังต่อไปนี้.

**อุบาสกธรรม 5 ประการ (ธรรมสำหรับอุบาสก,อุบาสิกา)**อุบาสกธรรม 5 (qualities of an excellent lay disciple)อุบาสกธรรม หมายถึง ธรรมของอุบาสกอุบาสิกา ที่ดี คุณสมบัติหรือองค์คุณของอุบาสก,อุบาสิกา อย่างเยี่ยม คือ การเป็นอุบาสก,อุบาสิกา จะต้องปฏิบัติธรรม 5 ประการจัดว่าเป็นอุบาสก,อุบาสิกา ที่ดี ประกอบด้วย

**1. มีศรัทธา** มีความเชื่อตามหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา มีความมั่นคงต่อพระรัตนตรัยว่าเป็นที่พึ่งอันสูงสุด ที่พึ่งอื่นไม่มี และประพฤติปฏิบัติตนตามคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เท่านั้น

**2. มีศีล** คือ การปฏิบัติตนอยู่ในศีลธรรมอันดีตามหลักพระพุทธศาสนา เช่น การปฏิบัติตาม

หลักศีล 5 เป็นต้น

**3. ไม่ถือมงคล** ตื่นข่าว เชื่อกฏแห่งกรรม ไม่เชื่อมงคลตื่นข่าว คือ ต้องมุ่งหวังผลจากการกระทำและการงานที่ทำที่เป็นไปตามหลักคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มิใช่หวังผลจาก หมอดู โชคลางและตื่นข่าวเชื่อถือต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ของขลังทั้งหลาย ไม่นับถือการทรงเจ้าเข้าผี ไม่นับถือเทพเจ้าว่าเป็นที่พึ่งอันสูงสุด เป็นต้น

**4. ไม่แสวงหาทักขิไณย์ภายนอก** หลักคำสอนนี้ คือ ไม่แสวงหาเขตบุญนอกหลักพระพุทธศาสนา ให้หมั่นสร้างบุญในพระพุทธศาสนาเป็นหลัก ในหมั่นสั่งสมบุญในเนื้อนาบุญในพระพุทธศาสนาเป็นหลักเท่านั้น

**5. เอาใจใส่ทำนุบำรุงพระพุทธศาสนา** นี้เป็นเบื้องต้น คือ ขวนขวายในการอุปถัมภ์บำรุงพระพุทธศาสนา เช่น ตักบาตรทุกเช้า ไปวัดทำบุญ ฟังธรรม ปฏิบัติธรรมทุกวันพระ หรือวัดหยุด สนับสนุนการสร้างวัด ซ่อมแซมบำรุงวัด การพิมพ์หนังสือธรรมแจกเป็นธรรมทาน เป็นต้น