



	สมดังสุภาวชิรที่มานิ สุตตันตปิฎก สยุตตนิทาย มหาวารวรรค ว่า
	มณาโป โหติ ขนติโก
	ผู้มีความอดทน ย่อมเป็นที่ชอบใจ (ของคนอื่น).
	อธิบายความว่า ผู้อดทน คือ ผู้ที่มีจิตใจเข้มแข็งมั่นคงไม่หวั่นไหวทั้งทางกายและจิตใจ
	ได้แก่...ผู้อดทนต่อความลำบากตรากตรำอดทนต่อทุกขเวทนาและอดทนต่อความเจ็บใจที่เข้ามา
	กระทบขยันทันเพียรประกอบกรงานอันชอบยอมจะประสบความสำเร็จในหน้าที่การงานและ
	การศึกษาแม้จะถูกอารมณ์ที่ไม่น่าปรารณาน่าพอใจกระทบเข้าก็อดทนไว้ได้ผู้มีขันติดังกล่าวยอม
	เป็นที่รักใคร่ของคนโดยทั่วไปเพราะเหตุที่เป็นกัลยาณมิตรที่ดีต่อทุกๆคน การรักษาปกติภาวะของ
	ตนไว้ ไม่ว่าจะถูกลสิ่งใดมากระทบ ภาวะนั้นก็จะไม่หวั่นไหวไปกับสิ่งนั้น ผู้มีความอดทน คือ ผู้ที่มีจิตใจ
	ที่เข้มแข็ง มั่นคง ทั้งทางกายและจิตใจ เช่นผู้ที่อดทนต่อความโกรธได้ อดทนต่อความลำบากได้ ไม่ว่าจะ
	อะไรที่ไม่ดีมากระทบต่อเขา เขาก็จะไม่หวั่นไหวโอนเอียงไปตามสิ่งนั้น ๆ โดยส่วนใหญ่ผู้ที่มีความ
	อดทนสูง มักจะเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จในชีวิตได้ง่าย เพราะเมื่อเขามีความอดทน เขาก็จะนำตน
	ผ่านทุกอุปสรรคไปได้ ไม่รู้สึกท้อแท้ มักเป็นผู้ที่ไม่ยอมแพ้อะไรง่ายๆ เมื่อตั้งใจจะทำอะไรแล้ว เขาจะ
	เพียรพยายาม อดทนทำสิ่งนั้นสำเร็จไปได้ในที่สุด เกิดเป็นมนุษยธรรมทุกข์ทรมานกับปัญหาต่างๆ
	เพื่อให้มีภูมิคุ้มกันต่อสู้กับสิ่งต่างๆ ต้องช่วยเหลือตัวเองให้ได้ก่อน หากช่วยไม่ได้จริงๆจึงต้องพึ่งพา
	อาศัยคนอื่น ผู้ที่อดทนได้ย่อมเป็นที่รักที่ชชอบใจของคนอื่น ไม่ว่าจะเราจะอยู่ในสถานะไหน



	สมดังสุภาชิตที่มานิ สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค ว่า
	ททโต ปุณฺณํ ปวทุตฺติ.
	เมื่อให้ บุญก็เพิ่มขึ้น.
	อธิบายความว่า การทำบุญด้วยการให้ทานนั้นจะได้ผลสมบูรณ์จะต้องประกอบด้วยส่วน
	สำคัญหกประการคือมีความบริสุทธิ์ทั้งฝ่ายให้ที่เรียกว่าทายกและฝ่ายรับที่เรียกว่าปฏิคาหก ความ
	ว่า “ทักษิณาทานอันประกอบด้วยองค์หกประการของทายก(ผู้ให้ทาน) สามประการ และองค์ของ
	ปฏิคาหก(ผู้รับทาน)สามประการคือองค์สามของทายกได้แก่ ทายกในศาสนานี้คือ (๑) ก่อนให้ทาน
	เป็นผู้ดีใจ (๒) กำลังให้ทานอยู่ยอมยังจิตให้เลื่อมใส (๓) ครั้นให้ทานแล้วยอมปลื้มใจ นี่คือองค์ของ
	ทายกประการ ส่วนองค์สามของปฏิคาหกนั้นแสดงไว้ว่า “ดูกรภิกษุทั้งหลาย ปฏิคาหกในศาสนานี้
	(๑) เป็นผู้ปราศจากราคะหรือปฏิบัติเพื่อกำจักราคะ (๒) เป็นผู้ปราศจากโทสะหรือปฏิบัติเพื่อกำจัด
	โทสะ (๓) เป็นผู้ปราศจากโมหะหรือปฏิบัติเพื่อกำจัดโมหะ นี่คือองค์สามประการของปฏิคาหก หาก
	ผู้ให้และผู้รับประกอบด้วยคุณครบถ้วนการให้ทานนั้นก็จะได้ผลเต็มที่ ในทานสูตรพระพุทธเจ้าจึงสรุปไว้
	ว่า ทายกก่อนแต่จะให้ทานเป็นผู้ดีใจ กำลังให้ทานอยู่ยอมยังจิตให้เลื่อมใสบุญย่อมเจริญแก่ผู้ให้ แต่-
	หากก่อนจะให้ทานเป็นผู้ดีใจ กำลังให้ทานมีจิตเลื่อมใส หลังให้ทานแล้วยอมปลื้มใจ ผู้นั้นก็ได้บุญและ
	เป็นบุญที่เจริญแก่ผู้ให้และการให้เป็นบุญก็เพิ่มขึ้นการทำบุญก็เฉกเช่นเดียวกันบุญย่อมเจริญแก่ผู้ให้
	กฎแห่งกรรมและการให้ผลของกรรมนั้นมีเหตุประกอบอื่นๆอีกหลายอย่าง ที่ผู้ทำรับผลของกรรมเอง



	สรุปความว่า
	สมดังกระทู้พุทธภาษิตที่ยกไว้เป็นบทอุเทศ ณ เบื้องต้นนั้น ว่า
	ขนต์ิ หิตสุขาวหา.
	ความอดทน นำมาซึ่งประโยชน์สุข.
	ดังพรรณนามาด้วยประการฉะนี้



เลขที่.....
 ประโยคธรรมศึกษาชั้น []ตรี []โท []เอก ช่วงชั้น []ประถม []มัธยม []อุดม
 วิชา.....

สอบในสนามหลวง

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

สติมโต สทา ภาททำ

คนผู้มีสติ มีความเจริญทุกเมื่อ.

บัดนี้ จักได้อธิบายขยายความแห่งพุทธศาสนสุภาษิตที่ยกขึ้นเป็นบทเบื้องต้นนั้นเพื่อเป็น

แนวทางแห่งการศึกษาและแนวทางแห่งการปฏิบัติ โดยสมควรแก่อัตภาพและธรรมเป็นลำดับไป

ดำเนินความว่า สติ แปลว่า ความระลึกได้คือสภาพจิตใจที่รู้จักคิดว่าจะไรดี อะไรชั่วแล้ว

กีดกันความชั่วรับเอาแต่สิ่งที่ดีงามมาสู่ตนเอง สตินั้นมีลักษณะให้รู้ ๒ อย่างคือ ๑.การเตือนใจ

หมายความว่า สตินั้นจะเตือนใจว่าสิ่งนั้นดี สิ่งนั้นไม่ดี สิ่งนั้นมีประโยชน์ สิ่งนั้นไม่มีประโยชน์ สิ่งนั้นควร

ทำสิ่งนั้นไม่ควรทำและ ๒.การรับเอาแต่สิ่งที่ดี หมายความว่า สตินั้นจะรับเอาแต่สิ่งที่ดีเท่านั้นให้เข้า

มาสู่ชีวิตจิตใจ พร้อมกันนั้นจะคอยป้องกันขับไล่สิ่งที่ไม่ดีทั้งหลายไม่ให้เข้ามา เปรียบเหมือนทหาร

ยามผู้ฉลาดของพระราชาห้ามคนร้ายที่เป็นปฏิปักษ์ต่อพระราชาไม่ให้เข้าไปสู่ประตูพระราชวัง จะ

อนุญาตเฉพาะคนที่เป็นประโยชน์เท่านั้นให้เข้าไปได้ ดังนั้นคนผู้มีสติจะตื่นตัวอยู่เสมอประกอบกิจ

อะไรไม่ว่าทางโลกและทางธรรม ต่างก็ต้องอาศัยสติเป็นตัวประกอบที่สำคัญทั้งนั้น เมื่อบุคคลมีสติ

แล้ว ทำอะไรก็จะไม่เกิดความผิดพลาด ทำอะไรก็ทำ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ถูกต้องและเรียบร้อย



สมดังพุทธศาสนสุภาษิตที่มาใน สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สคาถวรรค ว่า

สติมา สุขเมธติ

คนมีสติ ย่อมได้รับความสุข

อธิบายความว่า คนมีสติ คือคนที่มีความตื่นตัวอยู่เสมอ บุคคลผู้มีสติเจริญอยู่เสมอบุคคล

นั้นย่อมได้รับความสุข ไม่ว่าจะเป็ทางโลกหรือทางธรรม เมื่อเจริญสติให้มากแล้ว ต่างก็จะสามารถ

ได้รับความสุขทั้งนั้น เช่น ในทางโลก คนเมื่อมีสติ ก็จะสามารถประกอบกิจธุระหน้าที่การงานได้

อย่างมีประสิทธิภาพถูกต้อง ทำให้เจริญรุ่งเรืองในหน้าที่การงานของเขาส่วนทางธรรม สตินับว่า

สำคัญมาก เพราะว่าการประพฤดิธรรมทุกอย่าง ต่างก็อาศัยสติเป็นตัวกำกับกำหนดรู้ทั้งนั้น พึงเห็น

ตัวอย่างเช่น เจ้าชายสิทธัตถะ ทรงเห็นคนแก่ คนเจ็บ และคนตายแล้ว เกิดความคิดว่าพระองค์เองก็

ต้องแก่ ก็ต้องเจ็บ ก็ต้องตายเหมือนกัน จึงเลิกหมกมุ่นเรื่องกามคุณแล้วเสด็จออกบวช จนได้เป็น

พระสัมมาสัมพุทธเจ้า นี้ชื่อว่า มีสติในทางธรรม ดังนั้นไม่ว่าจะเป็นทางไหน บุคคลเมื่อประกอบด้วย

สติแล้ว ย่อมจะสามารถยังความเจริญ สุข ความสำเร็จให้เกิดขึ้นแก่ตนเองและครอบครัวได้

บุคคลใดมีสติเจริญอยู่เสมอบุคคลนั้นย่อมได้รับความสุข ไม่ว่าจะเป็ทางโลกหรือทางธรรมเมื่อเจริญ

สติแล้วต่างก็จะสามารถได้รับความสุขทั้งนั้น เช่น ทางโลกบุคคลเมื่อมีสติก็สามารถประกอบกิจ

ธุระหน้าที่การงานได้อย่างมีประสิทธิภาพถูกต้องทำให้เกิดความเจริญรุ่งเรือง ส่วนทางธรรมนั้น สติ

นับว่าสำคัญมากเพราะว่าการประพฤดิธรรมทุกอย่างต่างก็ต้องอาศัยสติเป็นตัวกำกับทั้งนั้น



	สมดังสุภาชิตที่มาใน สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สคาถวรรค ว่า
	สติ โลกสมิ ชาคโร.
	สติเป็นธรรมเครื่องตั้งอยู่ในโลก.
	อธิบายความว่า สิ่งที่จะช่วยขจัดความยุ่งเหยิงในชีวิตได้อย่างดี ก็คือสติ คำว่า สติ แปลตรง
	ตัวว่า ความระลึกได้ เป็นกุศลธรรมที่ช่วยปลุกช่วยเตือนให้คนรู้ตัวอยู่เสมอ เวลาที่ชีวิตประสบความยุ่ง
	เหยิงระเริงไปในเรื่องโลกียวิสัยมัวเมาในอบายมุข หรือเวลาอารมณ์หงุดหงิด มองโลกในแง่ร้าย บางครั้ง
	ก็เซื่องซึมท้อแท้เบื่อหน่าย บางครั้งก็อารมณ์ฟุ้งซ่านมองเห็นอะไรก็เคืองตาไปเสียหมด บางครั้งก็เกิด
	ลังเลสงสัยต่างๆ นานา ความยุ่งเหยิงเหล่านี้ ถ้าใช้สติเหนี่ยวรั้งจิตใจไว้ให้ลอยห่าง ชีวิตก็จะไม่วุ่นวาย
	ไม่สับสน แต่ถ้าขาดสติเมื่อใด โอกาสที่ดำเนินชีวิตผิดพลาดย่อมเกิดขึ้นได้เสมอ เพราะขาดสติเพียงข้อ
	เดียว เพียงเสี้ยววินาที บุคคลทำความเสียหายแก่ชีวิตและทรัพย์สินได้มีใช้น้อย สติเป็นเครื่องตั้งอยู่ใน
	โลก หมายถึง เมื่อคนเรามีสติ คือ ความไม่ประมาทแล้ว เราจะต้องเป็นบุคคลที่ตื่นตัวต่อการรับทราบ
	ความเป็นไปและความเปลี่ยนแปลงของโลกอยู่เสมอ พร้อมทั้งจะเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงนั้นอยู่ทุก
	ขณะ หากขาดสติแม้เพียงเสี้ยววินาที ความหายนะแก่ชีวิตและทรัพย์สินอาจเกิดขึ้นได้ ดังนั้นผู้ที่
	ปรารถนาความสุขความเจริญและความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินจึงจำต้องมีสติอยู่ตลอดเวลา
	ในที่นี้จะขอยกสุภาชิตที่เกี่ยวข้องกับการที่เราจะต้องมีสติ คือคำที่ว่า “ใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว”