



หลักคิดเพื่อการทำบุญที่ถูกต้อง
ตามแนวทางพุทธศาสนา

นักเขียน
รางวัลศรีบูรพา
และ
รางวัลอมตะ

สร้าง พลังบุญ ตัวอย่าง

รวย • สวย • ฉลาด • สุขภาพดี



WEALTH



BEAUTY



WISDOM



HEALTH

พระไพศาล วิสาโล





สร้างพลับพลา

สวย สวย ฉลาด สุขภาพดี

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

พระไพศาล วิสาโล.

สร้างพลับพลา... กรุงเทพฯ: เนชั่นบุ๊คส์, 2554.

140 หน้า.

1. ธรรมะกับชีวิตประจำวัน. I. ชื่อเรื่อง.

294.3144

ISBN 978-616-515-156-6

เจ้าของผู้พิมพ์ผู้โฆษณา

สำนักพิมพ์เนชั่นบุ๊คส์

บริษัท เนชั่น อินเทอร์เน็ตเนชั่นแนล เอ็ดดูเทนเมนท์ จำกัด (มหาชน)

ประธานที่ปรึกษา ธนาชัย ธีรพัฒน์วงศ์

ที่ปรึกษา ดร. วงศ์สิริ สังขชาติ มียาจิ

ประธานกรรมการบริษัท ธนชัย สันติชัยกุล

กรรมการผู้อำนวยการ เกษรี กาญจนวณิชช์

กรรมการผู้จัดการ ดร. นันทพร วงษ์เชษฐา

ผู้อำนวยการกองบรรณาธิการ/บรรณาธิการเล่ม รุติกานต์ ธนาโอฬาร

ผู้ช่วยบรรณาธิการ จิรายุทธ ประเจ็ดกล้า

ปก/รูปเล่ม วรเทพ เสริมธนะพิณกุล

กราฟิก กฤษณา แก้วประเสริฐ วัชรภาพ นิทราศรีสมุท

ผู้จัดการฝ่ายขายและการตลาด ตริเทพ ปาลกะวงศ์ ณ อยุธยา

ฝ่ายการตลาด นันทวัน อรุณนิมิตกุล

ฝ่ายขาย ฐานรัตน์ จันทร์นุ่ม จารุวรรณ นาคบำรุง เพชร เนตรพระวงศ์

ประสานงานการขาย ธิรภัทร จิตสังวรณ์

สำนักงาน เลขที่ 1854 ถนนบางนา-ตราด แขวงบางนา เขตบางนา กรุงเทพฯ 10260 โทรศัพท์ 0-2338-3694-6

โทรสาร 0-2338-3986 www.nationbook.com

พิมพ์ที่ บริษัท ดับบลิวทีเอส (ประเทศไทย) จำกัด 167/5 หมู่ 4 ถนนบางนา-ตราด กม. 29.5 ตำบลบางป่อ อำเภอบางป่อ

จังหวัดสมุทรปราการ 10560 โทรศัพท์ 0-2313-4405-6 โทรสาร 0-2313-4445

จัดจำหน่ายโดย บริษัท ซีเอ็ดยูเคชั่น จำกัด (มหาชน) อาคารเนชั่นทาวเวอร์ ชั้น 19 เลขที่ 1858/87-90 ถนนบางนา-ตราด

แขวงบางนา เขตบางนา กรุงเทพฯ 10260 โทรศัพท์ 0-2739-8222, 0-2739-8000 โทรสาร 0-2739-8356-9 www.se-ed.com

ราคา 90 บาท

หากต้องการสั่งซื้อจำนวนมาก กรุณาติดต่อสำนักพิมพ์ โทรศัพท์ 0-23383694-6

สงวนลิขสิทธิ์ พ.ศ. 2554 โดย บริษัท เนชั่น อินเทอร์เน็ตเนชั่นแนล เอ็ดดูเทนเมนท์ จำกัด (มหาชน)

ห้ามลอกเลียนแบบส่วนหนึ่งหรือทั้งหมดโดยไม่ได้รับอนุญาต เว้นแต่การขออนุญาตจากทางสำนักพิมพ์โดยตรง ไม่ว่าปมเบาะแสหรือสิทธิใดๆ ด้วยกระบวนการทางอิเล็กทรอนิกส์ การถ่ายภาพ การบันทึก หรือวิธีการอื่นใดโดยไม่ได้รับอนุญาต

หากพบหนังสือปัญหาหน้าผิด หน้าล้น หน้าซ้ำ หรือหน้าหาย สามารถขอเปลี่ยนใหม่ได้จากร้านที่ท่านซื้อ หรือติดต่อสำนักพิมพ์ โทรศัพท์ 0-2338-3694-6

คำนำสำนักพิมพ์

ความรวย สวย ฉลาด สุขภาพดี เป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนย่อมปรารถนาให้
เกิดแก่ตน ตามคติความเชื่อในแนวทางพุทธศาสนา คุณสมบัติอันน่าปรารถนา
เหล่านี้ย่อมเป็นผลของบุญกุศลที่บุคคลได้ทำไว้มาก่อนแตกต่างกัน

การทำบุญเช่นใดที่ให้ผลในเรื่องความมั่งคั่งร่ำรวย สุขภาพดี ความ
มีสติปัญญาเฉลียวฉลาด และความสุขสบาย? หนังสือเล่มนี้ได้ให้ข้อมูลใน
ภาพรวมของวิถีแห่งบุญที่นำไปสู่คำตอบของคำถามนี้ รวมถึงแนวทางแห่งการ
พัฒนาจิตใจและปัญญาที่สูงยิ่งขึ้นไป ซึ่งนำไปสู่หนทางที่ประเสริฐกว่า อัน
บุคคลพึงปรารถนายิ่งกว่า

หนังสือ *สร้างพลังบุญ รวย สวย ฉลาด สุขภาพดี* เล่มนี้ เป็นการ
รวมเนื้อหาจากหนังสือ ๔ เล่มของหนังสือธรรมะชุด *สร้างพลังบุญ* ซึ่งทาง
สำนักพิมพ์ฯ เคยจัดทำขึ้นเพื่อเผยแผ่หลักคิดเกี่ยวกับการทำบุญที่ถูกต้องตาม
แนวทางพระพุทธศาสนาให้แก่ผู้สนใจทั่วไป โดยได้รับความกรุณาอย่างยิ่งจาก
พระไพศาล วิสาโล พระภิกษุสงฆ์ผู้มีคุณธรรมและปฏิปทางดงามยิ่งรูปหนึ่ง
เป็นผู้ให้ข้อมูลและได้กรุณาตรวจทานความถูกต้องเรียบร้อยในการจัดทำ





ทางสำนักพิมพ์ฯ เห็นว่าเนื้อหาของหนังสือทั้ง ๔ เล่มมีสาระและประโยชน์
ต่อพุทธศาสนิกชนทั่วไปผู้สนใจในการทำบุญ จึงได้ขออนุญาตนำเนื้อหาจาก
หนังสือทั้ง ๔ เล่มนั้นมาสรุปและเรียบเรียงใหม่ให้สั้น กระชับและอ่านจบได้
ในเล่มเดียว ทางสำนักพิมพ์ฯ ขอกราบขอบพระคุณพระคุณเจ้าเป็นอย่างสูงมา
ณ โอกาสนี้

ขอให้หนังสือธรรมะชุดนี้ เป็นดั่งธรรมบรณการเพื่อความเบิกบาน
สว่างไสวแห่งจิตใจของผู้ที่ได้อ่านทุกท่าน

และขอน้อมถวายหนังสือธรรมะชุดนี้เป็นพุทธานุชา แต่องค์สมเด็จพระ
สัมมาสัมพุทธเจ้า พระบรมศาสดาผู้ทรงพระคุณประเสริฐสูงสุด
ด้วยเศียรเกล้า

ด้วยความปรารถนาดี

เนชั่นบุ๊คส์

หากทำบุญอย่างถูกต้อง
เราจะเข้าถึงสิ่งที่ประเสริฐกว่า

ความรวย สวย ฉลาด สุขภาพดี

นั่นคือความสงบเย็น

อันเกิดจากจิตที่ปล่อยวาง

และเป็นอิสระ

จาก**โลกธรรม**ทั้งปวง

ปล่อยวาง





ตัวอย่าง

บุญกุศล

แม้มีอันสงฆ์มาก

แต่มีอาจเกิดเอง

ถ้าอยากได้

เราต้อง**ทำ**ด้วยตัวเอง



ความสวยงามภายใน

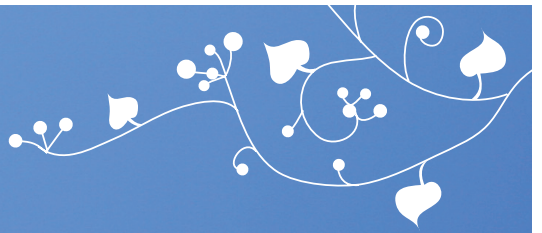
มี**ธรรมะ**

เป็นอารมณ์ที่ใช้เป็นเครื่องมือ

พัฒนาความสวยแท้

คือ **บุญ** นั้นเอง

ตัวอย่าง



ความหมายรวบยอดของคำว่า

“บุญ” อยู่ตรงนี้เอง

คือ จิตเบิกบานผ่องใส เกิดปีติ

ซึ่งทำให้เกิดความสุข

ตัวอักษร

บุญ จึงมีความหมายอีกอย่างว่า

“ความสุข”



ความสุขที่แท้จริง คือ

ความสงบเย็นภายใน

รู้จักหยุดดี้นรนแส่ส่าย

ค้นพบ **ความสงบ** ในจิตใจ

อันเกิดจากการตื่นรู้ภายใน

เป็นความสุขสงบที่เกิดจากปัญญา

ศรัทธา





๑

ความหมายแห่งบุญ

ตัวอย่าง

✿ ๑. การทำบุญที่แท้ในทางธรรม

เมื่อเอ่ยถึงการทำบุญ คนทั่วไปยังคงเข้าใจว่าหมายถึงการใส่บาตร เลี้ยงพระ เสร็จแล้วก็อธิษฐานขอสิ่งศักดิ์สิทธิ์ให้ดลบันดาลตามที่หวัง บ้างก็ขอให้มีความสุข ร่ำรวย การงานก้าวหน้า ธุรกิจรุ่งเรือง บ้างก็ขอให้ประสบความสำเร็จในชีวิตทุกอย่าง ปราศจากโรคภัย อันตรายทั้งปวง

การทำบุญเพียงเพื่อหวังผลสารพัดทั้งในชาตินี้และชาติหน้า ยังไม่ถือว่าเป็น

เป็นการทำบุญที่ถูกต้องในพุทธศาสนา เพราะขาดความสมบูรณ์และอันิสงส์
ที่แท้ในทางธรรม

“การทำบุญ” ในความหมายแท้จริงตามหลักพุทธศาสนา ไม่ใช่เพียงการ
ถวายสังฆทานถึงสี่เหลี่ยม หรือบริจาคเงินสร้างวัดวาอาราม ศาสนสถาน หรือ
สร้างวัตถุมงคลเท่านั้น หากแต่มีความหมายลึกซึ้งซึ่งที่ชาวพุทธควรเข้าใจให้
ถูกต้อง การทำบุญด้วยความเข้าใจที่ถูกต้องและด้วยการวางจิตวางใจที่ถูกต้อง
จะทำให้อันิสงส์ของการทำบุญนั้นเต็มกำลังและสมบูรณ์ยิ่ง

* บุญ และการทำบุญที่ถูกต้องตามแนวทางของพุทธศาสนา

บุญ ความหมายหลักคือ เครื่องชำระใจให้สะอาด ซึ่งในทางพฤติกรรมคือ
การทำความดีด้วยเจตนาที่เป็นกุศล

การทำความดีด้วยเจตนาที่เป็นกุศลนั้น แบ่งเป็นหมวดใหญ่ๆ ได้ ๓ อย่าง
คือ ทาน ศีล และภาวนา

ทาน เป็นเรื่องของการให้ สิ่งที่จะเป็นวัตถุสิ่งของก็ได้ หรือเป็นสิ่งที่ เป็น
นามธรรมก็ได้ เช่น วิทยาทาน ธรรมทาน อภัยทาน เป็นต้น

ศีล เป็นเรื่องของพฤติกรรมทางกายวาจาที่สัมพันธ์กับผู้คนแวดล้อม ศีลมี





หลายระดับ ตั้งแต่ศีล ๕ สำหรับบุคคลทั่วไป ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ สำหรับพระสงฆ์ เป็นต้น

ภาวนา เป็นการพัฒนาปัญญา ซึ่งเป็นมิติทางด้านจิตใจ อารมณ์ ความรู้สึกนึกคิด และความเข้าใจ

การทำบุญให้บริบูรณ์ได้อานิสงส์เต็มที่ ต้องทำให้ครบทั้งทาน ศีล และ ภาวนา ด้วยการวางจิตวางใจที่ถูกต้อง

เมื่อทำบุญด้วยเจตนาที่เป็นกุศล วางจิตวางใจในการทำบุญไว้ถูกต้อง ก็จะเป็นการทำบุญที่มีอานิสงส์มาก เช่น เวลาให้ทาน เมื่อทำด้วยใจที่นึกถึงประโยชน์สุขของผู้รับ ผู้ให้ก็เบิกบานใจ ทั้งนี้เพราะมีเจตนาเป็นกุศล แต่ถ้าทำด้วยใจที่หวังผลขอนั้นขอนี้ให้ตัวเอง หรือเพื่อแข่งกับคนอื่นแบบที่เรียกว่าทำบุญเอาหน้า นั่นคือมีกิเลสหรือความโลภเจือปน เจตนาไม่เป็นกุศลแท้จริง ถามว่าบุญเกิดไหม บุญเกิดก็จริงแต่น้อย เพราะกิเลสที่เจือปนนั้นทำให้จิตใจทึบทึม หม่นหมอง ไม่ปลอดโปร่ง

ความหมายรวมยอดของคำว่า “บุญ” อยู่ตรงนี้เอง คือ จิตเบิกบานผ่องใส เกิดปีติ ซึ่งทำให้เกิดความสุข บุญ จึงมีความหมายอีกอย่างว่า “ความสุข”

ดังนั้นการทำบุญอย่างถูกต้อง จึงต้องเริ่มด้วยการวางจิตวางใจที่ถูกต้อง

มีเจตนาเป็นกุศล พฤติกรรมหรือการกระทำจึงจะงดงามและเป็นไปเพื่อความ
ดีงาม นี่คือความหมายที่แท้ของคำว่าบุญ

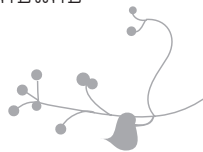
❁ บันไดบุญ

ในทางพุทธศาสนานั้น วิธีสร้างบุญมีอยู่ ๓ ระดับ คือ การให้ทาน
การรักษาศีล และการเจริญภาวนา

การให้ทานหรือการทำทานนั้นเป็นการสร้างบุญระดับที่ต่ำที่สุด ได้บุญ
น้อยที่สุด ไม่ว่าจะทำมากอย่างไรก็ไม่มีทางที่จะได้บุญมากไปกว่าการรักษาศีล
ไปได้ การรักษาศีลนั้นแม้จะมากอย่างไร ก็ไม่มีทางที่จะได้บุญมากเกินกว่า
การเจริญภาวนาไปได้

บุญที่จะให้ผลอันไพบูรณ์นั้น ต้องมาจากการทำความดีในทุกมิติ คือ
ทั้งให้ทาน รักษาศีล และเจริญภาวนาควบคู่กันไปบนเส้นทางแห่งชีวิต
ตามหลักพุทธศาสนา มีการทำบุญด้วยกัน ๑๐ วิธี เรียกว่า บุญกิริยาวัตถุ ๑๐
อันหมายถึง สิ่งอันเป็นที่ตั้งแห่งการทำบุญ ๑๐ ประการ คือ

๑. ทานมัย คือ การให้ทาน แบ่งปันผู้อื่นด้วยสิ่งของ ไม่ว่าจะให้ใคร
ก็เป็นบุญ การให้ทาน เป็นการช่วยขัดเกลาความเห็นแก่ตัว ความคับแคบ





ความตระหนี่ถี่เหนียว และความติดยึดในวัตถุ

๒. คีลมัย คือ การรักษาศีล เป็นการฝึกฝนที่จะ ลด ละ เลิก ความชั่ว ไม่ไปเบียดเบียนใคร มุ่งทำความดี เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ผู้อื่น เป็นการหล่อเลี้ยง บ่มเพาะให้เกิดความดีงาม และพัฒนาคุณภาพชีวิตไม่ให้เกิดต่ำ

๓. ภวานามัย คือ การเจริญภavana หมายถึงการพัฒนาจิตใจและปัญญา ทำให้จิตสงบ ไม่มีกิเลส ไม่มีเรื่องเศร้าหมอง เห็นสิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริง จนปล่อยวาง

๔. อปจายนมัย คือ การอ่อนน้อมถ่อมตน ไม่ยกตนข่มท่าน แม้มีทรัพย์ ความรู้ และอายุมากกว่าเขาก็ตาม อ่อนน้อมต่อผู้มีคุณธรรม รวมถึงการ ให้เกียรติ ให้ความเคารพซึ่งกันและกัน

๕. ไวยาวัจฉมัย คือ การช่วยเหลือส่วนรวม เช่น การบำเพ็ญประโยชน์ เสียสละเพื่อสังคม หรือช่วยเหลือผู้ที่เดือดร้อน

๖. ปัตติทานมัย คือ การเปิดโอกาสให้คนอื่นมาร่วมทำบุญกับเรา หรือในการทำงาน ก็เปิดโอกาสให้คนอื่นมีส่วนร่วมทำ ร่วมแสดงความคิดเห็น รวมไปถึงการอุทิศส่วนบุญให้แก่ผู้ที่ล่วงลับไปแล้วด้วย

๗. ปัตตานุโมทนามัย คือ การยอมรับและยินดีในการทำความดี (หรือทำบุญ) ของผู้อื่น ร่วมใจอนุโมทนา ชื่นชมยินดีในการกระทำความดีของผู้อื่น

๘. **ธรรมสวนมัย** (อ่านว่า ธรรมะ-สะ-วะ-นะ-มัย) คือ การฟังธรรม บ่มเพาะสติปัญญาให้สว่างไสว ฟังธรรมะ ฟังเรื่องที่ดี มีประโยชน์ต่อสติปัญญา หรือมีประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตที่ดี

๙. **ธรรมเทศนามัย** คือ การแสดงธรรม ให้ธรรมะและข้อคิดที่ดีกับผู้อื่น นำธรรมะไปบอกกล่าว เพื่อแผ่ให้คนอื่นได้รับฟัง ให้เขาได้รู้จักวิธีการดำเนินชีวิตที่ดี

๑๐. **ทิวฏฐุกรรม** คือ การทำความเห็นให้ถูกต้อง และเหมาะสม ปรับปรุง พัฒนาความคิดและความเข้าใจให้ถูกต้องตามธรรม เป็นสัมมาทัศนะอยู่เสมอ เป็นการพัฒนาปัญญาอย่างสำคัญ

ทิวฏฐุกรรม หรือสัมมาทัศนะ เป็นสิ่งที่ขาดไม่ได้ในการทำบุญทุกชนิด และทุกโอกาส จะต้องประกบและประกอบเข้ากับบุญกิริยาวัตถุข้ออื่นทุกข้อ เพื่อให้งานบุญข้อนั้นๆ เป็นไปอย่างถูกต้องตามความหมายและความมุ่งหมาย พร้อมทั้งได้ผลถูกต้อง

บุญแห่งทาน ช่วยละความตระหนี่

การให้ทาน คือ การสละให้แก่ผู้อื่น หวังจะจุนเจือให้ผู้อื่นได้รับประโยชน์





บุญกุศลแม้มีอาณิสสงส์มาก แต่มีอาจเกิดเอง
ถ้าอยากได้เราต้องทำด้วยตัวเอง
เมื่อทำแล้วก็จะให้อาณิสสงส์เป็นพลดีแก่ตน

ตัวอย่าง

หากทำบุญอย่างถูกต้อง
เราจะเข้าถึงสิ่งที่ประเสริฐกว่า
การมีทรัพย์สินเงินทอง
มีสุขภาพดี มีงานดี มีชื่อเสียงดี
และมีครอบครัวดี

นั่นคือความสงบเย็นอันเกิดจากจิตที่ปล่อยวาง
และเป็นอิสระจากโลภธรรมทั้งปวง

Bht 90.-

ISBN 978-616-515-156-6



NR-026 6SSU: