

## วิธีการทำบุญ

นำเสนอเมื่อ : 12 เม.ย. 2552

เรื่อง : วิธีการทำบุญ คำว่า "บุญ" แปลว่า ความสุข ความดี ความสะอาด ความผ่องแผ้วแห่งจิต คำว่า "การทำบุญ" หมายถึง การทำกิจใดๆ เพื่อให้ได้บุญ คือ เพื่อให้ได้ความสุขกายสบายใจ กิจที่ทำนั้นต้องเป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น โดยถูกทำนองคลองธรรม สำหรับคำว่า "การ บำเพ็ญบุญ" มีความหมายเช่นเดียวกับ "การทำบุญ" วิธีการทำบุญ เพื่อให้ได้บุญนั้น มีอยู่ ๓ วิธี โดยจำแนกตามจิต รวมเรียกว่า "บุญกิริยาวัตถุ ๓ อย่าง" คือ

**๑. ทานมัย** วิธีการทำบุญด้วยการบริจาคทาน เป็นเรื่องของจิตเกี่ยวเนื่องกับสิ่งของที่จะทำทาน มีหน้าที่กำจัดกิเลสอย่างหยาบคือความโลภได้ ผู้ที่ได้บุญจากทานมัยย่อมเป็นคนกว้างขวาง เป็นที่รักและเคารพของปวงชน สมานไมตรีกันไว้ได้ทุกชั้น ทั้งยึดถือประโยชน์ของคนที่มีทรัพย์ได้ด้วย เราจำแนกทานออกเป็น ๒ อย่างคือ

๑.๑ อามิสทาน เป็นการสละทรัพย์ของตนแก่คนทั้งหลาย ด้วยอหิชาศรัยเมตตาเผื่อแผ่ เช่น ถวายทานแด่พระภิกษุสามเณร คนชรา ขอดาน ผูกยาก เป็นต้น

๑.๒ ธรรมทาน เป็นการแนะนำสั่งสอนชี้แจงให้ผู้อื่นรู้จักบาปบุญคุณโทษ ให้วิชาความรู้ ดังพุทธภาษิตที่ว่า "สัพพะทานัง ธัมมะทานัง ชินาติ" แปลว่า การให้ธรรมเป็นทาน ชนะการให้ ทั้งปวง

**๒. สิลมัย** วิธีการทำบุญด้วยการรักษาศีล เป็นเรื่องของจิตเกี่ยวเนื่องกับกายวาจา สิลมัยมีหน้าที่กำจัดกิเลสอย่างกลาง คือความโกรธได้ ผู้ที่ได้บุญจากสิลมัยย่อมเป็นที่รักและเคารพของชนทั้งหลาย หมัดความรังเกียจซึ่งกันและกัน ทั้งทำให้เป็นคนองอาจด้วย สิลมัยจำแนกเป็น

๒.๑ ศีล ๕ สำหรับสามัญชนทั่วไป

๒.๒ ศีล ๘ หรือ อุโบสถศีล สำหรับอุบาสกอุบาสิกา

๒.๓ ศีล ๑๐ สำหรับสามเณร

๒.๔ ศีล ๒๒๗ สำหรับพระภิกษุ

ปกติคนที่ถูกโทษระอุบงำจิตย่อมจะเดือดร้อนใจ มักจะเสียความประพฤติทางกาย และ วาจา จำต้องรักษาศีลควบคุมกายวาจาให้สงบ ตลอดจนคลุ้มจิตใจให้เป็นปกติหายโทษะ จิตจึง จะเป็นบุญ

**๓. ภวานามัย** วิธีการทำบุญด้วยการภาวนา เป็นเรื่องของจิตอย่างเดียว ผู้ที่ได้บุญจากการ

ภาวนามัย ย่อมเป็นคนหนักแน่นมั่นคง แม้กระทบกระทั่งอารมณ์ใดๆ ย่อมจะไม่หวั่นไหวไปตามอารมณ์นั้นๆ การภาวนา เป็นการอบรมจิตใจให้ตั้งมั่นอยู่ในความดีและให้ฉลาด สำหรับคนทั่วไป ได้แก่ การศึกษาเล่าเรียน หมั่นฟัง หมั่นคิด หมั่นทบทวนหลักวิชาการต่างๆ หมั่นสนทนากับ ทานผู้รู้จนเกิดความฉลาด การภาวนาที่ละเอียดมากขึ้น ได้แก่

๓.๑ **สมถภาวนา** (สมถกัมมัฏฐาน) คือการทำจิตให้อยู่ในอารมณ์เดียว ด้วยการสำรวม ระวัง ระวัง และตั้งใจ

๓.๒ **วิปัสสนาภาวนา** (วิปัสสนากัมมัฏฐาน) คือใช้ปัญญาพิจารณาให้เห็นแจ้งในสังขารธรรม ทั้งปวง ด้วยความฝึกฝน ความทรमान ความตัดสันดานและด้วยความข่มใจ

**ภาวนามัยเป็นข้อสำคัญที่สุดในบุญกิริยาทั้งหลาย** เพราะยึดบุญกิริยานั้นๆ ให้คงอยู่ได้ด้วย แกนเหล็กที่ตั้งอยู่ ณ ภายในท่าของที่หุ้มอยู่ ณ ภายนอกให้มั่นคงจะนั้น อันความงามความดีที่ จะเป็นผล ซึ่งบุคคลที่ประพฤติให้ปรากฏออกภายนอกด้วยกายก็ดี ด้วยวาจาก็ดี ต้องมีภาวนา เป็นสารอยู่ภายใน ย่อมเป็นไปดังสุนทรชาติ เป็นต้นว่า เนื้อไม้ที่อบไวเป็นอันดี เพราะเหตุนั้น กุศลราศีที่บุคคลทำให้มีขึ้นโดยสนิทใจ ได้ชื่อว่าภาวนาเพราะใจความว่าเป็นเครื่องอบรมกุศล ให้มีขึ้นในสันดาน

**เครื่องบูชา** แบ่งออกเป็น ๒ ลักษณะ คือ :-

๑. อามิสบูชา ได้แก่การบูชาด้วยอามิส มีดอกไม้ รูป เทียน เป็นต้น

๒. ปฏิบัติบูชา ได้แก่ การบูชาด้วยการเจริญสมาธิวิปัสสนา

ในบรรดาการบูชาทั้ง ๒ แบบนั้น พระพุทธองค์ ทรงตรัสว่า การปฏิบัติบูชา ถือว่าเป็นเยี่ยม.