

立志向

ส จื่อ เซียง

ตั้งความมุ่งมั่น

เราจะมองเห็นความสำเร็จต่างกันของคนมากมายจากชีวิตความเป็นอยู่ของมนุษย์ได้

เหตุของความสำเร็จที่ต่างกัน ก็เพราะรูปแบบของชีวิต ระดับทิศทางที่มุ่งไปต่างกัน

คนบางคนเห็นความสำคัญของชีวิตเสพสุขกับวัตถุธาตุ บางคนเห็นความสำคัญของชีวิตจิตใจที่ได้ยกระดับสูงขึ้น บางคนคิดแต่จะฉกฉวยเอาแต่ได้ไปวันๆ บางคนกลับเกิดทุนการเป็นผู้ให้โดยไม่หวังสิ่งตอบแทน ซึ่งจะแนะนำคนที่ได้รับความสำเร็จต่างกัน อุดมคติ ความมุ่งหวัง ทิศทางพากเพียรที่เขามุ่งหวังในอุดมคติบางประเภทพอคร่าวๆ ดังนี้

壞人 (ไฮวเหยิน) สามานย์ชนหรือคนชั่ว

คนประเภทนี้ นิสัยใจคอความประพฤติเสียหายเลวทราม สูดมกลิ่นคุณสมบัติความเป็นคน มักทำเรื่องผิดทำนองคลองธรรมอยู่บ่อยๆ เช่น ใช้กำลังทำร้าย ขูดรีด ลักขโมยจี้ปล้น เป็นต้น

凡人 (ผันเหยิน) ปุถุชนหรือคนธรรมดาทั่ว ๆ ไป

ปุถุชน ชีวิตของพวกเขา รู้จักแต่จะหาเงินเพื่อกินอยู่ ใฝ่หาความสุขจากสิ่งต่าง ๆ ไม่ก่อเกิดกุศลบุญคุณธรรม ไม่ได้อุทิศตนให้ประโยชน์แก่ใคร ชีวิตว่างเปล่าผ่านไป ตายอย่างต้นไม้ใบหญ้าที่หาค่าไม่ได้

好人 (ห่าวเหยิน) สุจริตชนคนดี

คนประเภทนี้จะทำการกตัญญูต่อพ่อแม่ รักใคร่พี่น้อง จิตใจดีงาม ใฝ่หาจาคดี ทำความดี ใครมีทุกข์ยากจะช่วยเหลือเต็มที่ รักษาอุ้มชูความถูกต้องยุติธรรม คนอย่างนี้เราเรียกว่า คนดี

君子 (จวินจื่อ) กัลยาณชน

ที่เรียกว่ากัลยาณชนนั้น จะต้องเอาใจพามาเป็นใจตน ไม่โลภอยาก รู้จักเคารพผู้ใหญ่ รักสงสารคนยากไร้อ่อนแอกำพรวด มีจิตใจกว้างขวาง ร่ำรวยสูงส่งไม่อวดโอ้อิ่ง ยากจนต่ำต้อยไม่ปล่อยตัวต่ำทราม แม้สิ่งแวดล้อมภายนอกจะเปลี่ยนแปลง ยังคงรักษาหน้าที่ความมุ่งมั่นอย่างแกร่งกล้า คนอย่างนี้ชั่วชีวิตของเขาจะได้รับความเคารพรัก ได้รับการยกย่องเกื้อหนุนจากผู้คน

賢人 (เสียนเหยิน) เมธาชน

ที่เรียกว่าเมธาชน เพราะเขาเหล่านั้นมีปัญญาเหนือกว่าคนทั้งหลาย คุณสมบัติ คุณธรรมความรู้ ความสามารถพร้อมเพรียง

ความคิดการกระทำบางอย่าง จะมีผลสะท้อนอันลุ่มลึกยาวไกลต่อคนรุ่นหลัง ตัวอย่าง เช่น ศิษย์เอกของท่านจอมปราชญ์ขงจื้อ เจ็ดสิบสองท่านที่ได้รับความเคารพยกย่องเทิดทูน รับการสักการะร่วมศาลบูชา กับท่านจอมปราชญ์

聖人 (เซ็งเหยิน) อริยชน

ท่านเหล่านั้นพร้อมด้วย มหาปัญญา มหากรุณา มหาพลังกำลังใจ เบิกทางจิตภาวะและจิตภาพสูงส่งดั่งามของเวไนย ด้วยใจรักอันบริสุทธิ์ศรัทธา ใส่ใจดูแลทุกข์สุขของเวไนย ทุนถวายเป็นชีวิตตนเพื่อการ อบรมชี้นำมวลเวไนย ความคิด คำพูดของท่านเหล่านั้น ประจวบเดียวกับคอมพิวเตอร์กาล ส่องสว่างใจชาวโลกตลอดไป การกระทำของท่านเหล่านั้น ตั้งหินผาแกร่งตัน หยัดยืนอยู่ไม่หวั่นไหว พันหื่นชาติผ่านไปยังคงได้รับความเคารพจากผู้คน เป็นครูผู้ชี้นำของมวลเวไนยในโลก

พวกเราเยาวชนคนหนุ่มสาว ล้วนเป็นเจ้าของประเทศและสังคมในวันข้างหน้า ชีวิตจิตใจและกำลังกายอยู่ในวัยอร่ามเรืองของยุคสมัย ทุกคนควรจะทำหนดเป้าหมายของชีวิตตนให้ชัดเจน เจริญรอยตามเขียนพุทธะอริยะปราชญ์ในประวัติศาสตร์ ด้วยจิตใจกอบกู้กู้่มชูชาวโลก ใช้ใจรักศรัทธาแท้จริง มาสอดส่องใส่ใจโลกที่เราอยู่และชีวิตที่เราเป็น ต่อตนเองจะต้องภาวนามุ่งหวังให้สูงส่ง ใฝ่ใด้ด้วยใจซื่อซื่อซื่อ เพื่อให้ตนเองมีใจหาญกล้ามีความอุตสาหะ มีการตัดสินใจแน่ชัด ล่วงพ้นอุปสรรคต่างๆ จากตนเอง สร้างสรรค์ชีวิตสว่างสดใส

四好

ชื่อ ห่าว

สี่ดี

อาณาจักรธรรมตั้งแต่ครั้งเงียบงำคราดไถผ่านไป จนถึงปัจจุบันสถานภาพทางธรรมเรื่องโรจน์ จัดลำดับเป็นหนึ่งในสิบศาสนาใหญ่ที่ทางการปกป้อง พุดได้ว่าเดินเข้าสู่สังคมที่กว้างใหญ่ยิ่งขึ้น

ผู้ปฏิบัติงานธรรม จะต้องเรียกร้องต่อตนเอง จะต้องประมาณความพอดี อย่าลวกหยาบ อย่ามั่งง่าย

เราจะต้องศึกษาอย่างจริงจัง บำเพ็ญอย่างจริงจัง ปฏิบัติงานจริงจัง ไม่ว่าในอาณาจักรธรรมหรือสังคม ล้วนจะต้องเป็นตัวแทนอาณาจักรธรรมอันงามสง่าของชื่อจุนชื่อหมู่ให้ดี

ดังนั้น ปกติจึงต้องเรียกร้องตนเอง ศึกษาธรรม จะต้องศึกษาให้ดี บำเพ็ญจะต้องบำเพ็ญให้ดี บรรยายจะต้องบรรยายให้ดี ปฏิบัติงานธรรมจะต้องปฏิบัติให้ดี

ถ้าเช่นนั้น จะทำอย่างไรจึงจะสัมฤทธิ์ผลของสี่ดีข้างต้นได้

1. 學道學得好 (เสวียเต้าเสวียเต๋อห่าว) **ศึกษาธรรมศึกษาได้ดี**

ศึกษาธรรมคือศึกษาวิถีแห่งอริยปราชญ์ ศึกษาไม่มีที่สิ้นสุด ธรรมะไร้ขอบเขต

ศึกษาธรรมจะต้องเริ่มจากอ่อนน้อมถ่อมใจ ศรัทธาแท้จริงและมีใจสงเคราะห์จุดช่วยชาวโลก จะยโสโอหังกระหยิ่มใจไม่ได้เลย ดังคำที่ว่า

กระหม่อมนำเสียดาย ถ่อมใจได้ประโยชน์

มีความศรัทธาจริงแท้ก่อนน้อมถ่อมใจแล้ว ศีรษะธรรมจึงจะจริงแท้กว้างไกล มีใจสงเคราะห์จุดช่วยชาวโลกแล้ว จึงจะไม่ผิดเพี้ยนดังคำที่ว่า **น้ำหนุนให้เรือลอยลำได้ ก็ล่อมเรือให้จมลงได้**

การศึกษาธรรมก็เช่นกัน ไม่มีอุตมคติถูกต้องแน่ชัดนำล่อง ศีรษะธรรมก็หลงผิดทางได้ กลายเป็นแกะหลงทาง ถ้าเช่นนั้นจะนำเสียดายนัก

ศึกษาธรรมมีหลายด้านหลายแง่มุม แต่จะต้องมีต้นปลาย ลำดับก่อนหลัง ชั้นศึกษาค้นคว้าของอาณาจักรธรรม เป็นโอกาสดีที่ให้เรามีส่วนร่วมและผูกบุญสัมพันธ์กว้างขวาง จะต้องรักษาคุณค่าให้ดี **อย่าออกเรือหาปลาสามวัน ตากอวนสองวัน** ขยันตอนต้นเกียจคร้านตอนปลาย

นอกจากเข้าร่วมชั้นศึกษาแล้ว ปกตินตนเองยังจะต้องมีแผนการศึกษาเพิ่มเติม เริ่มแรกควรจะต้องศึกษาหลักธรรมขั้นพื้นฐาน หรือตำนานประวัติเขียน พระพุทธะอริยเจ้าในอดีตกาล อ่านตำนานพระประวัติเสมอ ทำให้ใจสงบอารมณ์ราบเรียบ สะท้อนใจที่ตนเทียบไม่ได้เลย จากความซาบซึ้งจริงใจนั้นก่อเกิดความเคารพบูชา จะยอมรับปักใจต่อคุณค่าและความหมายที่ได้ศึกษาบำเพ็ญอยู่ในอาณาจักรธรรม

อีกชั้นหนึ่ง ก้าวสู่การศึกษาพระคัมภีร์ศาสนาต่าง ๆ พระโอวาทธรรมกาลยุคชาว กระทั่งถึงบทความถูกต้องเที่ยงตรงของ

ผู้ทรงคุณวุฒิในสังคม ทางเหตุทางผลจึงจะปรุโปร่งกลมใสถึงขั้น **เปิดบทมีประโยชน์** โดยแท้

นอกจากนั้น ในชีวิตประจำวันควรจะต้องทุ่มเทให้กับการศึกษาหลายด้าน เช่นนี้ จึงจะเข้าถึงอย่างลุ่มลึกได้

เมื่อเริ่มการศึกษารวม ได้ข้อคิดให้บันทึกหรือจดไว้ มีเวลานำออกมาเปิดอ่านท่องจำ ทบทวนของเก่าได้รู้ของใหม่ หากเวลาอำนวยให้ กำหนดเวลาเขียนบทความ หัดเขียนลายมือพู่กันจีน บำเพ็ญใจกลมเกลี้ยงจิตวิญญาณ สงบสบายสุขใจตน

2. 修道修得好 (ชีวเต้าชีวเต้อห่าว) **บำเพ็ญธรรมบำเพ็ญได้ดี**

บำเพ็ญธรรมบำเพ็ญได้ดี ก็จะต้องขจัดนิสัยอารมณืความเคยชินที่ไม่ดีเสีย

ท่านหล-วี่คุณ 呂坤 แห่งราชวงศ์หมิงเคยพูดไว้ว่า

เคล็ดสำคัญของการเรียนรู้อื่นมีแปดคำคือ

กลมเกลียวซบเลี้ยงจิตภายในให้มีคุณธรรม เปลี่ยนแปรอารมณ์ธาตุอุปนิสัย 涵養德性變化氣質 (เห็นเอียงเต๋อซ่งเขียนฮว่าซี้จื่อ)

ฉะนั้นเราศึกษารวม ความมุ่งหมายอันหนึ่งก็คือเพื่อคุณประโยชน์ในการปฏิบัติบำเพ็ญ กลมเกลียวซบเลี้ยงคุณธรรมความประพฤติ จงรักภักดีต่อบ้านเมือง กตัญญูต่อพ่อแม่ให้ถึงที่สุด มีสัจจะมโนธรรมต่อเพื่อน ดังนั้นในชีวิตประจำวัน จะดำรงไตร่ตรองนึกคิดอะไร กิริยาอาการทุกอิริยาบถ จะต้องระวังว่าเหมาะสมพอดีหรือไม่

พระอริยเจ้าตรัสไว้ว่า

รอบคอบระวังใจให้ละเอียดต่อสรรพสิ่ง ยับยั้งชั่งใจไม่
หยาบไพร่ในการกระทำ 慎心物於隱微 遏意惡於動機 (เซ็นชินอู้อี
อินอู๋ยเค้ออีเอ้ออี่ตังจี)

จิตดำริเป็นนายพาให้เรากระทำการ ฉะนั้นผู้บำเพ็ญในทุก
กาลเทศะ ความประณีตในการย่อนฟังสำรวจตนนั้นสำคัญมาก

ย่อนฟังเสียงสะท้อนจากภายในของตนบ่อยๆ ตรวจสอบ
ความประพฤติของตน มีโลภ โกรธ หลง รัก หรือไม่ มีขัดเคืองชิงชัง
กัลดกัลม์โกรธเกลียด หงุดหงิดหรือไม่ เช่นนี้จึงจะเข้าใจภาวะการ
ปฏิบัติบำเพ็ญของตนได้อย่างแท้จริง

อีกชั้นหนึ่งคือทำให้สังวรณัตนระวังตัว ไม่ทำให้ความเชื่อมั่น
ในการปฏิบัติบำเพ็ญอย่างถูกต้องชัดเจนต้องถูกสั่นคลอนไปด้วยเสียง
ส่อเสียดใส่ไคล้ทำลาย หรือระเริงไปกับความพอใจในสุขวาสนา เป็น
อุปสรรคต่ออนาคตการปฏิบัติบำเพ็ญของตนหรือคนอื่น

อีกชั้นหนึ่งคือ จะได้ช่วยเหลือสังคม ชำระเปลี่ยนแปลงคน
ลบล้างค่านิยมตามสมัย เช่นนี้จึงจะสมบูรณ์ด้วยความจงรักกตัญญู

3. 講道講得好 (เจียงเต้าเจียงเต้อห่าว) บรรยายธรรมบรรยาย ได้ดี

บรรยายธรรมจะต้องบรรยายได้ดี นอกจากจะต้องถูกต้อง
เหมาะสมตามหัวข้อหลัก สาระนั้น **ขั้นตอนชัด** ยังจะต้องแฝงด้วย
ความใสใจจริงแท้ต่อผู้ฟังอยู่ในใจ สาระนั้น **ขั้นตอนชัด** ต้องอาศัย
การศึกษาเรียนรู้อยู่เสมอทุกด้าน กับการเก็บจัดข้อมูล นอกจากนั้นยัง
จะต้องใช้ลิ้นให้ชอบด้วยอุปาย พุทธธรรมะเปิดใจสาธุชนเสมอ ผึกฝน

ความคิดของตนเอง ยิ่งนานวันก็ยิ่งกว้างขวาง ฝึกฝนความสามารถ
ในการแสดงออก ยิ่งนานวันยิ่งสามารถ

ความใส่ใจจริงแท้มีค่าอยู่ที่หลังไหลออกมาเองเป็นธรรมชาติ
เช่นนี้แล้ว จิตญาณของผู้พูดกับผู้ฟัง ก็จะสมานแนบแน่นด้วย
ใจประทับใจกัน

4. 辦道辦得好 (ปั้นเต้าปั้นต่อหัว) ทำงานธรรมทำได้ดี

ทำงานธรรมจะต้องทำได้ดี หลักสำคัญคือจุดช่วยนำพาคนได้
สำเร็จ ครั้งก่อนช่วยมาได้ก็ขึ้นไปช่วยใหม่ ช่วยมาแล้วจะต้องเอา
การเองงานส่งเสริมปลูกฝัง

เราทำงานธรรมคือช่วยงานของฟ้าเมืองบน จะต้องเป็นที่ยินดี
ของพระทัยฟ้า เบื้องล่างจะต้องเป็นที่ยินดีแก่ใจคน เหมาะสมกับการ
ดำเนินงานโดยรวมของอาณาจักรธรรม

การทำงานจะต้องมีการพิจารณาวางแผนอย่างรอบคอบ อีกทั้ง
ทั้งผลักดันเต็มที่ ขณะดำเนินงานจะต้องหยิบยก เทียนเอ็นซือเต้อ
พระมหากษัตริย์คุณเบื้องบน พระคุณพระอาจารย์ ความเหนียว
หนักใจของท่านเหล่าเจียนเหยิน ขึ้นมากล่าวสำนักเสมอ จะต้อง
รักษาพุทธระเบียบ จริยพิธี สนองรับจากเบื้องสูง จูงนำเปิดทางแก่คน
ข้างล่างด้วยความตระหนักระวัง ตั้งใกล้เหวลึกตั้งเหยียบแผ่นน้ำแข็ง
บาง หากทำผิดเพี้ยนก็จะพาสารุชน ผิดไปจากอนาคตการบำเพ็ญ

ปกติประจำวัน ต่อญาติธรรมจะต้องให้ความรัก และเอาใจใส่ให้มาก ทำตัวเป็นแนวทาง ค่อย ๆ โน้มนำให้ญาติธรรมเกิดพลังมุ่งใจประสานใจ เช่นนี้งานธรรมก็จะทำได้ดีไปเอง

ทุกคนใช้นัยน์ตา ใช้ปาก ใช้ใจ ใช้มือ ใช้เท้าให้เข้าถึงงานธรรมได้พร้อมกัน พยายามมุ่งสู่เป้าหมายทั้งสี่ข้างต้น สร้างสรรค์สามมตะให้ชี้พจธรรมสืบทอดตลอดดิเรกกาล อาณาจักรธรรมยั่งยืนนานวันยิ่งอุดมสมบูรณ์กลมงาม

如何讓

หยุด เหนื่อย

身心靈健康

เซิน ซิน หลิง เจี้ยน คัง

สร้างพลานามัยแก่
จิตวิญญาณกายใจอย่างไร

ปัจจุบันเนื่องด้วยโครงสร้างเศรษฐกิจเปลี่ยนแปลง สมรรถภาพการค้าโดยรวมของบ้านเมืองสูงขึ้น นำเนื่องการเพิ่มพูน ทรัพย์สินแก่บุคคล ทำให้ชีวิตเสพสุขด้านวัตถุมั่งคั่งขึ้น ทุกคนกินดีอยู่ ดีเกินไป และเพื่อการดำรงชีวิตในสภาพนี้ ทุกคนจึงต้องแก่งแย่งด้วย แรงกดดันสูง จนถึงการแข่งขันช่วงชิงชื่อเสียงลาภสักการะ คน จำนวนมากจึงเป็นโรค **สมัยนิยม** ฉะนั้นคนยุคนี้จึงต้องการให้มีการ ประดับประดาจัดวางกายใจ จิตวิญญาณโดยรวมไว้

หลายปีมานี้ ผู้บริหารบ้านเมืองในระดับสูงก็ได้หยิบยก เรียกร้องให้ทำการปฏิรูปจิตวิญญาณ ฉันทเองเห็นด้วยเป็นอย่างยิ่ง อีกทั้งเคยศึกษาค้นคว้าว่าจะเริ่มต้นจากตรงไหน แต่ก้าวแรกนั้น ทุก วงการล้วนมีความรู้สึกอ่อนแรง ต่อมาเราจึงทดลองร่วมมือกับทางการ จัดประชุมสัมมนาวัฒนธรรมการศึกษาขึ้นหลายครั้ง แต่ตามที่ฉันทได้ เข้าใจมา ผลสำเร็จน้อยมาก ในสังคม คนที่โลกโมโหสันเห็นแก่ตัว ยังคงเป็นเช่นเดิม

ฉะนั้น ฉันเห็นว่ามีแต่การเบิกทางของ ธรรมะ และสภาพ
อบรมของอาณาจักรธรรมเท่านั้น จึงจะสามารถก่อให้เกิดคุณประโยชน์
ค่อยๆ ผลักดันจิตญาณให้เกิดการปฏิรูปได้

ในขณะที่เดียวกัน เราจึงจำเป็นจะต้องมีสุขภาพพลานามัย ใช้
กายสังขารสร้างกุศลเจริญปณิธาน รับใช้สังคม

ที่กล่าวมาเป็นประสบการณ์ส่วนตัวของฉัน หยิบยกให้ทุกคน
ได้พิจารณา รับกุศลประโยชน์ร่วมกัน

身 (เซ็น) กาย

1. 生活要有規律 (เชิงหัวเอี้ยวโหยวกุยลี่) ชีวิตความเป็นอยู่
จะต้องมีระเบียบ

เราจะต้องประมาณการต่อชีวิตประจำวันของตน ไม่ปล่อยตัว
ปล่อยใจ ไม่นอนดึกหลังห้าทุ่ม เหตุผลทางการแพทย์ยืนยันว่า นอน
หลังห้าทุ่ม ประสิทธิภาพของการนอนได้ผลต่ำมาก มีผลเสียหายต่อ
การปรับเปลี่ยนสภาพเก่าใหม่ในร่างกายและระบบภูมิคุ้มกัน

แต่ปัจจุบันผู้ปฏิบัติบำเพ็ญมีงานล้นมือ ห้าทุ่มกว่าแล้วยังไม่
อาจนอนหลับให้สบายได้ ฉะนั้นในส่วนนี้เรายังคงมีช่องว่าง ที่จะต้อง
ปรับใหม่ให้ก้าวหน้า ทำให้การนอนกับการทำงานล้นมือมีประสิทธิภาพ
สูงสุด

ระยะนี้ฉันบังเอิญมีเวลาผ่องงานตามสบายหลายวัน ได้เข้านอนสี่ทุ่ม ปกติตื่นเช้าตีห้าครึ่ง หกโมงลุกขึ้น หกโมงครึ่งบริหารร่างกาย เมื่อก่อนบริหารด้วยการใช้ท่า ไ่ว์ตันกง 外丹功 เดี่ยวนี้บริหารด้วยลีลา เชียงกง 香功

หนึ่งชั่วโมงให้หลังเริ่มทำงาน หลังอาหารเที่ยงเดินสักพัก เอนตัวหลับสี่สิบนาทีแล้วทำงานต่อไป ฉะนั้นจึงมีชีวิตชีวาทุกวัน

2. 營養要均衡 (อิงเอียงเอี้ยวจวินเหิง) คุณค่าอาหารต้องสมดุล

บัดนี้เป็นเวลาปรกโปรดแผ่ไพศาล ผู้ปฏิบัติบำเพ็ญ แตกต่างจากยุคก่อนที่ต้องเก็บตัว ฝึกฝนบำเพ็ญในสภาพยากเข็ญ ไม่เห็นโลกภายนอก แต่จะต้องใช้กำลังกายไปจุดช่วยคน ไปบรรยายธรรม ไปประชุม เหล่านี้ล้วนหมดเปลืองกายธาตุ พลังธาตุวิญญาณธาตุ ฉะนั้นจึงต้องการคุณค่าอาหารพอเพียง มาดำรงรักษาพลกำลังและป้องกันโรคภัยไข้เจ็บจู่โจม

กินมากไปน้อยไป ล้วนไม่ค่อยดี สมัยนี้คนมากมายหยิบยกการกินอาหารชีวิต เป็นอาหารคุณค่า่างายๆ ค่าใช้จ่ายน้อย แต่ประสิทธิภาพมาก คนที่ยังไม่คุ้นเคย ก็กินชีวิตจิตครึ่งหนึ่ง อาหารหุงต้มสักครึ่งหนึ่งก็ได้

3. 適度運動 (ซื่อตูอวิ๋นตั้ง) ออกกำลังกายพอเหมาะ

แพทย์แผนโบราณและปัจจุบันเห็นพ้องกันว่า คนไม่ออกกำลังกายจะเป็นสนิมได้ง่าย เพราะไม่ออกกำลังกายให้พอเหมาะ จะไม่ช่วยการย่อยอาหารการดูดซึมและกำจัดของเสียออกจากร่างกาย อวัยวะภายในต้องแบกรับมากเกินไปจึงเจ็บป่วยง่าย

心 (ชิน) ใจ

1. 隨時保持心平氣和 (สยสือเป่าฉือชินผิงซี้เหอ) รักษาใจเรียบ อารมณ์สงบทุกขณะ

ยินดี โกรธ เศร้า สุข รัก กลียด อียาก เกิดขึ้นในความ
ถูกต้องพอดีเรียกว่าเป็นกลาง สมานรักษาจิตใจอารมณ์ให้เรียบสงบ
ได้ทุกขณะเวลาเรียกว่า **แรงไฟสุขุม**

ใครก็ตามที่มีแรงไฟสุขุม ก็จะมีสภาวะสำรวมบำเพ็ญ มี
สภาวะธรรม ไม่โลภอยากเสพสุขในวัตถุ ไม่ผลุบๆ โผล่ๆ อยู่กับการ
ได้การเสีย จะร่ำรวยสูงส่งก็ไม่มักมาก จะยากจนต่ำต้อยก็ไม่เปลืองใจ
แสดงออกถึง **ความอบอุ่นดงามอ่อนน้อมประหยัดสละให้** ด้วย
คุณธรรมคุณสมบัติกายใจ

ในครั้งที่ซือจุน ซื่อหมู่ยังทรงพระชนม์ชีพอยู่ พระองค์ไม่แสดง
อารมณ์โกรธ ไม่ตำหนิโทษใคร ฉันทก็จะเรียกร้องตนเองให้ไม่แสดง
อารมณ์โกรธ

คนที่เป็นศิษย์จะพูดใหญ่ล้ากว่าพระอาจารย์ได้หรือ

เมตตากรรุณาไม่เพียงแต่ช่วยสงเคราะห์ผู้ยากไร้เท่านั้น ยัง
จะต้องเติมความสมบูรณ์ให้แก่โลกของชีวิตจิตใจ หากเอาตัวเข้าไป
ร่วมอยู่ทำความเข้าใจกับสภาพจำกัดอันยากเข็ญของมวลชนได้
เช่นนี้มีใช้หรือคือการสยบจิตใจอารมณ์โกรธของตนเองได้ด้วยเมตตา
กรรุณาธรรม

2. 去三毒發四無量心 (ชีวิตันตุ่ฟ้าชื่ออู่เลี้ยงชิน) กำจัดสามพิษร้ายบังเกิดพรหมวิหารธรรมสี่

จิตใจของคน ภายใต้ภาวะขัดแย้งของธรรมชาติหรือการกระทำของคน ล้วนเกิดข้อบกพร่องได้ไม่มากก็น้อย จะเกิดความคิดฟุ้งซ่านได้ง่าย เกิดความโลภ โกรธ หลง ตามมา แม้จะปฏิบัติบำเพ็ญมาแล้วหลายสิบปี หากสามพิษร้ายไม่กำจัดไป จะกลับคืนต้นกำเนิดเดิมได้อย่างไร

สามพิษร้ายนี้ทำร้ายสุขภาพกายใจของเรา เป็นมหันตโทษ

ท่านจอมปราชญ์ขงจื้อกล่าวไว้ว่า **เอาชนะตนพินฟูจริยธรรมเป็นแก่นธรรม** ฝึกหัดกำราบตัณหาในตน เพื่อพินฟูสังฆธรรมที่มีอยู่แล้ว และบังเกิดจิตพรหมวิหารสี่ (เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา อันมีจำกัดประมาณ)

ต่อมวลงเวไนย ในสหาโลกธาตุนจนถึงสรรพชีวิตในชีวิตวิถีหก จะต้องเอาจิตเมตตาปราณี มาแปรเปลี่ยนใจที่แบ่งแยกรังเกียจ เดียดฉั่นที่ซึ่งกัน

บัดนี้เป็นเวลาปรกโปรตครั้งใหญ่ ต่อผู้ที่ยังไม่ได้ขึ้นเรือธรรม จะต้องให้ทานตามบุญปัจจัย ต่อผู้ร่วมบำเพ็ญหากทำได้ดี บำเพ็ญได้ดี เราจะต้องอุทานชื่นชมอวยชัยอย่างจริงใจ เนื่องจากโยงโยเกิดในประตูเดียวกัน เป็นศิษย์ของชื่อจุน ชื่อหมู่ร่วมกัน ไม่ว่าใครทำได้ดี สาธุชนล้วนได้รับประโยชน์ เราก็ได้อาศัยบารมี ต่างมีเหตุปัจจัยก่อน เก้าห้ามาอย่าได้อัจฉาเขา จงเลือกเยี่ยงอย่างสิ่งที่ดีทำตามไป ที่ไม่ดีแก้ไขเสีย

นอกจากนี้ยังจะต้องรู้จักสละให้ สละได้จึงจะเรียกว่าศึกษา
ความเป็นพุทธะ ครั้นพุทธกาล พระพุทธองค์ทรงสละพระมั่งสะ
พระโลหิตช่วยชีวิตนก ครอบครัวยื้อจนแจกข้าวเป็นทานสงเคราะห์
ล้วนเป็นแบบอย่างที่มีได้ตีพิมพ์

ไม่ว่าทรัพย์เป็นทาน วิทยาธรรมเป็นทานหรืออภัย (ร่างกาย)
เป็นทาน ล้วนอยู่ในปารมิตาหกที่ช่วยให้ เราพ้นความตระหนี่ที่เหนียว
อย่างที่เราเรียกว่าใจตรงทุกขณะเวลา ไม่ห่างจากหลักสัจธรรมน้ำใจดี
จิตใจย่อมมีสุขภาพดีได้

靈性方面 (หลังซึ่งฟังเขียน) ด้านจิตญาณ

บุญวิถีความดีทุกประการล้วนเพื่อทำให้ มวลเวไนยพันทุกข์
ได้สุข และช่วยเหลือตนเองให้ได้เข้าถึงภาวะจิตใสใจสว่าง บรรลุธรรม
ได้ในที่สุด ฉะนั้นเราผู้ปฏิบัติบำเพ็ญ จะต้องใส่ใจเป็นอย่างยิ่ง ต่อ
สุขภาพพลานามัยสมบูรณ์ของจิตญาณ

1 常存感恩心 (จงจุนกัณฑ์เอ็นชิน) มีจิตสำนึกคุณเสมอ

เราจะต้องสำนึกต่อเบญจมหากรุณาธิคุณ คือ

พระมหากรุณาธิคุณฟ้าที่ปรกหล้า

พระมหากรุณาธิคุณแผ่นดินที่รองรับ

พระมหากรุณาธิคุณบ้านเมืองที่ปกป้อง

มหากรุณาคุณพ่อแม่ที่ฟูมฟักอุ้มชู

มหากษัตริย์คุณครูบาอาจารย์ที่ชี้นำสั่งสอน

วันนี้เรายังได้องค์พระที่ปสว่างจ้าในโลกหล้าอันกว้างใหญ่ จะต้องสำนึกในพระมหากษัตริย์คุณเบื้องบน พระคุณพระบรรพ อาจารย์ พระวิสุทธิอาจารย์ ถวายทอดวิถึธรรมให้ชีวิตใหม่ เรามี สิ่งแวดล้อมที่ดีถึงอย่างนี้เป็นที่บำเพ็ญ จะต้องขอบพระคุณทุกท่าน ที่ เดินมาก่อนหน้าเราทั้งหมด

ท่านเหล่านั้นใจจดใจจ่อ ต่องานนี้ด้วยสายสัมพันธ์อันแน่วแน่

ใจที่ผูกพันอยู่กับชีวิตของเวไนย ต่อผู้ร่วมบำเพ็ญ เราจะต้อง ขอบคุณพวกเขา ที่เป็นเพื่อนอยู่เคียง ช่วยกันฝึกฝนใส่ใจส่งเสริม ผู้น้อยก็มีคุณต่อเราเช่นกัน เช่นพวกเรา บัดนี้ไม่ต้องลงมือหุงหา อาหาร ถึงเวลานั่งโต๊ะอิมอรอย บางที่ยังดิโนนตินี ทำสีหน้าไม่พอใจ ลองคิดถึงลูก ๆ ของเธอสะใภ้ของเธอปรนนิบัติดูแลเธออย่างนี้หรือ เปล่า

พุทธธรรมเสมอภาคกัน ที่เขาหุงหาให้เรากินเพราะต่างมี หน้าที่ต่างทำงานของตน เราไม่มีเวลาหุงหาอาหาร ทุกคนช่วยงาน กัน อาณาจักรธรรมก้าวหน้า ทุกคนต่างได้อาศัยบารมีซึ่งกัน ควร ขอบคุณซึ่งกันและกัน ต่อใครก็ตามล้วนจะต้องเกรงใจสามส่วน

ใจเรียบอารมณ์สงบ จิตญาณจะเป็นปกติสุข

พระคุณที่มวลชนมีต่อเรานั้นคงอยู่ทุกขณะเวลา ทุกอย่างที่ต้องการในชีวิตประจำวันมีผู้ทำสิ่งนั้นไว้พร้อมสรรพ เช่น การก่อสร้าง อาคารกวางฮุ่ย คนงานก่ออิฐให้เราที่ละก้อนเงินค่าแรงเล็กน้อย แลก กับแต่ตร้อนลมฝน ล้ำปากเหลือเกิน อาคารเราได้ใช้สบาย ๆ ทุกครั้งที่ ได้พบเห็นพวกเขา ฉะนั้นจะต้องพูดว่า “พวกคุณล้ำปากนะ”

วันที่อันเชิญเบื่องบนประทับฐาน ก็ได้เชิญพวกเขาพร้อม
รับประทานอาหารโต๊ะเจ เพิ่มซองแดงใส่เงินเป็นน้ำใจให้อีกคนละ
หนึ่งซอง

เราใช้จิตใจเสมอภาคไปยกย่องเขา ขอบคุณเขา พวกเขายอม
เข้าใจ และรู้สึกเป็นเกียรติ มีความสุข

2 不結冤仇 (ปู่เจี่ยเอวี่ยนโจว) ไม่ผูกพยาบาท

หัดอดใจ ใต้รับพระคุณด้วยน้ำหยดเดียว จะต้องตอบแทน
ด้วยน้ำพุทั้งบ่อ

ใครที่ไม่ดีต่อเรา ลองไปกล่อมดู ผู้บำเพ็ญจะต้องผูกบุญ
สัมพันธ์กว้างขวาง ผูกพยาบาทแม้แต่น้อยก็ไม่ได้ ผูกไว้ต่อไปจะหนัก
หนาเกินกว่าที่คิด ทุกขณะให้ย้อนเรียกร้องความถูกต้องจากตัวเอง
บำเพ็ญใจเคี้ยวกรำจิต นานวันเข้า กุศลจิตภายในสมบรูณ์ กุศลกรรม
ภายนอกย่อมกลมสมบรูณ์ จิตใสใจสว่าง บรรลุธรรมแน่นอน

ชีวิตที่ถือกำเนิดมาทุกคนมีผลจากเหตุเดิมที่ บุญวาสนา
ภาระหน้าที่จะต้องรับ ต่างกันที่ระหว่างเจริญเติบโตนั้นค่อยๆ ก่อรูป
กายใจเฉพาะตน

บางคนเกิดมาได้รับการดูแลอย่างดี ระหว่างเจริญเติบโตก็ใส่
ใจสุขภาพพลานามัยกายใจ รู้จักหลีกเลี่ยงสิ่งแหวดล้อมที่เลวร้าย ไม่
เสพติดขัดชอบสิ่งไม่ควร เช่นนี้สภาพกายใจย่อมดี จัดอยู่ในกลุ่ม
สภาพดีเยี่ยม ในทางตรงข้าม บางคนไม่มีใครใส่ใจดูแลตั้งแต่เด็ก
มักจะตกอยู่ในสภาพแหวดล้อมที่อกสน้ขวัญหาย กระเสือกกระสนอยู่

ในร่องแคบๆ ที่ทำอะไรไม่ถูก รับทุกข์ รับการทรมานกับสภาพอย่างนี้
กายใจย่อมตกต่ำ บกพร่องตั้งแต่ก่อนเกิด หลังเกิดยังถูกทอดทิ้ง

คนที่ต้องเกิดมารับสภาพนี้มีมากในปัจจุบัน พวกเขามักจะ
เจริญเติบโตขึ้นอย่างขาดคุณภาพ นี่เป็นกลุ่มสภาพแย่มาก

ยังมีสภาพธรรมดาในระดับกลาง เจ็บป่วยเล็กน้อยบ่อยๆ แม้ไม่
เจ็บป่วยก็ไม่สดใส เหมือนไม่มีชีวิตจิตใจ เจ็บป่วยก็ไม่ใช้เรื่องใหญ่ นี่
คือขาดความสมบูรณ์ก่อนเกิด หลังเกิดก็ไม่ได้บำรุงปรับปรุง

หลายคนยืนยันจากประสบการณ์ว่าปฏิบัติบำเพ็ญธรรม ทำให้
จิตวิญญาณกายใจ ได้รับความแก้ไขเสริมสร้าง ที่ดีอยู่จะยิ่งดี ยิ่งมี
ความสามารถทุ่มเทช่วยเหลือมวลชน

ส่วนกลุ่มแย่มากกับกลุ่มธรรมดา จะต้องใส่ใจความพอดีใน
การพักผ่อนทำงาน ออกกำลังกายให้มากใส่ใจกับคุณภาพอาหาร
จากบัดนี้เป็นต้นไป หัดกุมชะตาชีวิตตนเองไว้ สร้างกุศล คุณธรรม
ความดีเพื่อลบล้างเจ้าหนี้นายเวร นานวันไป จะดีขึ้นได้ไม่เป็น
เช่นเดิม

功夫

กง ฟู่

คุณสมบัติความสามารถ

ฉันดูทุกคนเหมือนมีคุณสมบัติความสามารถทั้งนั้น คุณสมบัติความสามารถมีต่างกันไป อย่างเช่นเมื่อก่อนที่ฝึกยูทิลิตี้อบจอร์จวอน ยูทิลิตี้อบจอร์จวอนจะต้องซ้ำของหมด เมื่อผ่านได้หมดจึงค่อยๆ เลื่อนจากตำแหน่งนักศึกษายูทิลิตี้อบจอร์จวอน เข้าไปสอบในตำแหน่งงานเป็นยูทิลิตี้อบจอร์จวอน ซึ่งจะต้องทุ่มเทฝึกความสามารถทดสอบผ่านไปทีละด่านๆ สุดท้ายจึงได้ตำแหน่งจอร์จวอนจอมยุทธ์

พวกเขาล้วนมีความสามารถ ความสามารถเฉพาะหนึ่งทางก็ได้เฉพาะสองทางก็ได้ หากจะเงยหน้าอ้าปาก จะต้องทุ่มเทฝึกความสามารถ ศีลธรรม บำเพ็ญ บรยาย ปฏิบัติ ทั้งสี่ทางล้วนจะต้องทุ่มเทฝึกความสามารถ จะต้องรักษาระเบียบวินัย

พูดถึงระเบียบวินัย ชีวิตต้องการระเบียบวินัย จัดเวลาทำงานพักผ่อน เข้าชั้นจะออกกำลังกายอย่างไร จะจัดสภาพแวดล้อมให้เรียบร้อยอย่างไร จะอ่านพระคัมภีร์อย่างไร มีคำกล่าวว่

เข้าประตูมารู้ว่าขยันเกียจคร้าน พอยกน้ำชามารู้ภรรยาเป็นเช่นไร 進得門來知勤惰 一出茶湯便知妻 (ฉันเจอเหมือนไหลจื่อฉินตัว อู้ซุฉางทั้งเปี่ยนจื่อซี)

พอเข้าบ้านก็รู้ว่าเจ้าบ้านขยันหรือเกียจคร้าน ในบ้านรกรุงรัง เต็มร่องกระจงอแง ห้องรับแขกไม่มีสภาพ พอเจ้าของบ้านยกน้ำชา มารับแขกจะรู้ได้ว่าภรรยาบ้านนี้มีมารยาทหรือไม่ มีความเป็นผู้ดีไหม

อีกประโยคที่ว่า พ่อชราวิ่งเต็นไปไม่มีลูกกตัญญู หมายความว่าพ่อแก่ชราแล้วยังต้องออกไปทำงาน ก็คือไม่มีลูกกตัญญูอยู่ด้วย

อีกประโยคหนึ่งว่า ลูกกตัญญูศรีภรรยาหาได้จากตัวเอง หมายความว่าจะให้ลูกกตัญญู จะให้ภรรยาเป็นภักยาณี อยู่ที่สามีเอง วางตนทำตัวอย่างไร นายบ้านจะต้องพร้อมทุกด้าน

ต่อครอบครัวก็เป็นการบำเพ็ญอันหนึ่งเหมือนกัน

การบำเพ็ญด้วยการออกหากจากชาวโลกง่ายกว่า เช่นฉันถือ ลัทธินิยมตัวคนเดียว ตลอดชีวิตไม่ติดในทรัพย์สินเงินทอง ไม่มี ห่วงใย ฉันไม่มีผลกระทบต่อใคร ที่ยากก็คือพวกเธอบำเพ็ญเข้าหา ชาวโลก จะต้องมียุทธสมบัติพร้อมทั้งคุณสัมพันธ์ต่อคนในครอบครัว ต่อชีวิต ต่อการงานทุกอย่าง ยังจะต้องรับผิดชอบงานอริยะของ อาณาจักรธรรม อย่างนี้บำเพ็ญยากมาก แต่ถ้าสามารถทำได้ดีทุก อย่าง ได้ทั้งในบ้านและนอกบ้าน อย่างนี้เรียกว่าได้รับความสำเร็จ

การบำเพ็ญมีหลายด้าน ไม่ใช่แค่เปลี่ยนแปลงนิสัยใจคอ อารมณ์และความเคยชินเท่านั้น เราพูดถึงกล่อมเกลี้ยงกายใจ ทำสมาธิแต่สุดท้ายบ้านช่องข้าวของ ระเบะระกะอย่างนั้นก็ไม่ได้

ขณะนี้พวกเธอลองคิดพิจารณาตนเองว่า ห้องรับแขกของเรา มีสภาพไหม ห้องนอนมีสภาพไหม ห้องหนังสือมีสภาพไหม ถ้ามี

สภาพทุกอย่าง เรียกว่าชีวิตมีระเบียบวินัย ได้คะแนนสูงมาก ไม่มีสภาพทั้งหมดคะแนนต่ำลง อย่างนี้ก็นับว่าบำเพ็ญธรรมได้ดี

สมมุติว่า ผู้น้อยมาขอเรียนรู้ออกจากเตียนฉนวนชื่อ พอเข้าประตูก็เห็นในบ้านยุ่งเหยิงระเกะระกะไปหมด อย่างนี้ไม่มีอะไรให้เรียนรู้ได้

หากศึกษาธรรมศึกษาได้ดี พอเข้ามาเห็นครอบครัวดี ห้องหนังสือกระจกใสโต๊ะสะอาดเอามือลูบไม่มีฝุ่นจับ เขาก็จะเรียนรู้ออกจากเรา หาไม่แล้วเขาได้เห็นความยุ่งเหยิง รกเลอะเทอะ โต๊ะหนังสือฝุ่นจับหนาเตอะ เอนี่บ้ายฝุ่นมาวาดก็ทำได้เลย คนโบราณไม่มีดินสอเขียนคิ้ว ใช้ฝุ่นดินเขียนคิ้วก็ทำได้

ถ้าเป็นอย่างที่ว่าแล้ว จะเรียกว่าบำเพ็ญธรรมได้ดีอย่างไร

ครอบครัวทำให้ดีไม่ได้ ไม่อาจเป็นแบบอย่างจะ让他เรียนรู้จากเราได้อย่างไร ไม่ว่าจะเก็บกวาดซักล้าง รับแขกตอบโต้ล้วนเป็นการบำเพ็ญอย่างหนึ่งที่จะต้องมีความสมบัตินี้สามารถ

โคลงคติพจน์ที่ว่าด้วยการปกครองบ้านจะต้องท่องจำ และจะต้องบรรยาย โคลงคติพจน์ปกครองบ้านยังจะต้องนำมาปฏิบัติ

ฉะนั้นจึงกล่าวว่า บำเพ็ญธรรมไม่ง่าย จะต้องสมบูรณ์ทุกด้าน จึงจะเป็นคุณสมบัติความสามารถจริง

道化家庭的

เต้า ฮว่า เจีย ถึง เตอ

青少年教育

ซิง เซ่า เห็นยีน เจี้ยว อวี

ธรรมะกล่อมเกลาคบครัว
ด้วยการอบรมเยาวชนวัยรุ่น

สี่สิบกว่าปีมา ธรรมะ ได้ปรกโปรดกว้างใหญ่ในไต้หวันแล้ว ผู้บ่าเพ็ญมากขึ้นทุกวัน เห็นได้ว่าสาธุชนชาวไต้หวันมีรากฐานพุทธสัมพันธ์ลุ่มลึกมาก เราอาศัยมหาปณิธานของซือจุนซือหมู่เป็นที่ตั้ง จะให้ ธรรมะ ปลูกฝังลึกลงในจิตใจคน จะให้ ธรรมะ อยู่คู่กับชาวโลกตลอดไป จะต้องเริ่มจากครอบครัว เพราะครอบครัวเป็นรากฐานเบื้องต้นของทุกอย่าง

ในครอบครัวมีทั้งวัยชรา กลางคน หนุ่มสาว เยาวชน หากทุกคนในครอบครัวไม่ว่า ปู่ย่า พ่อแม่ ลูก หลาน ล้วนได้รับธรรมบ่าเพ็ญ ทุกคนเข้าใจหลักธรรม รักษาหน้าที่รับผิดชอบเต็มกำลัง บ่าเพ็ญร่วมกันทั้งครอบครัว ครอบครัวย่อมมีความสุขสมานฉันท์พร้อมมูลอย่างแน่นอน ฉะนั้น ธรรมะกล่อมเกลาคครอบครัว ก็คือต้องเอาวัฒนธรรมที่มีค่าที่สุดของชาวเรา คือ กตัญญูตาธรรมเป็นจุดนำ ทำให้ได้ถึงขั้น พ่อเมตตาลูกกตัญญู พี่เป็นเพื่อน น้องอ่อนน้อม สามีรู้หน้าที่ มีมโนธรรม ภรรยาคล้อยตาม ผู้ใหญ่ได้รับความสงบสบาย ผู้เยาว์ได้รับการเอาใจใส่ ทุกคนได้ทำจริงต่อหลักการปกครองและคุณสัมพันธ์ ทุกครอบครัวย่อมได้รับความสมบูรณ์พูนสุข เมื่อสังคมได้

พินฟูคำนิยามคุณสัมพันธห้า คุณธรรมแปดแต่โบราณมาแล้ว ก็จะมี
สุขเจริญใจได้เอง

พระอริยเจ้ากล่าวไว้ว่า ธรรมะของกัลยาณชนนั้น มี
จุดเริ่มต้น จากสามภรรยา ที่สุดแห่งกัลยาณชน พิจารณาจาก
คุณสมบัติของฟ้าดิน 君子之道 造端乎夫婦 及其至也 察乎天
地 (จวินจื่อจื่อเต้า เจ้าตวนฮูฟูฟู จื่อจื่อเอ๋ย ฉาสู่เทียนตี้)

กล่าวอีกว่า จะปกครองบ้านเมืองให้ดีได้ จะต้องเริ่มจาก
ความพร้อมของทุกคนในครอบครัว จะให้ทุกคนในครอบครัว
พร้อมได้ จะต้องบำเพ็ญตน 欲治其國者 先齊其家 欲齊其家者
先修其身 (อวี๋ฉีฉีกั้วเจี๋ย เซียนฉีฉีเจียเจอ อวี๋ฉีฉีเจียเจอ เซียนชิวฉีเซิน)

พระวจนะเหล่านี้ล้วนบอกให้เรารู้ว่า บำเพ็ญธรรม รากฐานอยู่
ที่บุคคลอยู่ที่ครอบครัว

เราจะก่อตั้งอาณาจักรธรรม ที่เพียบพร้อมบริบูรณ์ครบถ้วนได้
จะต้องใส่ใจวัยชรา กลางคน หนุ่มสาว เยาวชน

จงปฏิการะคนชราของเราจนถึงคนชราของเขา จง
อุปการะผู้อ่อนเยาว์ของเราจนถึงผู้อ่อนเยาว์ของเขา 老吾老以
及人之老 幼吾幼以及人之幼 (เหล่าอู๋เหล่าอู๋จี้เหยียนจื่อเหล่า อี้ว้ออู๋อู๋จี้เหย
ยินจื่ออู๋) เช่นนี้เราจึงจะสร้างสรรค์อาณาจักรธรรมแบบอย่าง เป็น
ธงชัยให้แก่สังคม ประกาศมหาคุณธรรมของชื่อจุนชื่อหู่ไว้ในโลก ให้
อุดมคตินิวาสถานพระศรีอารีย์ ในบรรยากาตธรรมเดียวกัน ของเหล่า
จู้ชือ ปรากฏเป็นจริงในโลกโดยเร็ววันได้

หลายสิบปีที่ผ่านมา ด้านหนึ่งเราพยายามปลูกฝังบุคลากรผู้ปฏิบัติบำเพ็ญ อีกด้านหนึ่งได้ทุ่มเทแรงใจมากมาย ผลักดันงาน นำธรรมชาติเข้ากล่อมเกลาคบครว้กันอย่างจริงจัง ตัวอย่างเช่น

1. เพิ่มหลักสูตรการศึกษา นำธรรมชาติเข้ามากล่อมเกลาคบครว้ให้แก่การศึกษาห้าปี
2. จัดตั้งชั้นศึกษายุวทูตสวรรค์ ชั้นศึกษาวัยรุ่นเยาวชน วางรากฐานการศึกษาคุณสมบัติของคนให้แก่วัยรุ่นเยาวชน
3. จัดอบรมสัมมนาการศึกษาหน้าที่ของพ่อแม่
4. จัดค่ายศึกษาวัฒนธรรมบันเทิงต่างๆของชาติ
5. จัดอบรมสัมมนาการศึกษาวัฒนธรรม ระดับสังคมขนาดใหญ่

งานเหล่านี้ภายใต้ความพยายามผลักดันของเรา ล้วนสำเร็จผลเป็นอย่างดี

เกี่ยวกับการอุ้มชูชี้นำวัยรุ่นเยาวชน เรามีประสบการณ์มาก ไม่เพียงแต่นักศึกษาในวงการนักศึกษาของเราที่มีใจรักให้อย่างยิ่ง ที่สำคัญยิ่งกว่านั้นคือเรามีคติธรรมประจำใจ มีอุดมการณ์ มีกรุณาปณิธาน มีความรักที่ยิ่งใหญ่

ต่อการอบรมและอุ้มชูชี้นำวัยรุ่นเยาวชน มีหลักการที่เราจะต้องใส่ใจบางข้อดังนี้

1. 教導青少年自愛自尊 (เจียวเต๋าชิงเซ่าเหินยั้นจื่อไอจื่อจุน)
อบรมชี้หน้าวัยรุ่นเยาวชนให้รักตนเอง

ทุกคนหากเข้าใจตนเอง รู้จักธาตุแท้จิตวิญญาณตน ก็จะยอมรับคุณค่าของตนเองได้ คนที่ยอมรับคุณค่าของตนเองนั้น ในทางลบเขาจะไม่ทำผิดคิดร้าย ไม่ละเมิดกฎหมาย ในทางบวกเขาจะกระตุนเตือนตนให้วิริยะก้าวหน้า ฉะนั้นเราจะต้องอบรมชี้หน้าวัยรุ่นเยาวชน ให้รู้จักตนเองให้มาก ชี้หน้าให้เขาถนอมรักตนเอง ยอมรับตนเอง เคารพตนเอง

2. 教導青少年關懷他人 (เจียวเต๋าชิงเซ่าเหินยั้นกวนไฮ่วทาเหยิน)
อบรมชี้หน้าให้เยาวชนใส่ใจผู้อื่น

คนที่มีใจรัก จะต้องเป็นคนดีแน่นอน ฉะนั้นด้านหนึ่ง ชี้หน้าให้เขารู้จักรักตนเอง อีกด้านหนึ่งจะต้องอบรมชี้หน้าเขาให้รู้จักรักผู้อื่น ที่บ้านให้กตัญญูเชื่อฟังพ่อแม่ รักพี่รักน้อง นอกบ้านก็จะรู้จักรักเพื่อนพ้อง เอาใจใส่ผู้อื่น เห็นใจผู้อื่น ทำอะไรที่ไหนก็คิดเพื่อผู้อื่นได้

รักผู้อื่นได้ก็จะรู้จักรักสรรพชีวิตสรรพสิ่ง รู้จักถนอมรักษามนุษย์ สัมพันธ์ รู้จักสำนึกคุณ ถนอมรักษาทุกอย่างที่มี

3. 教導青少年守法盡責 (เจียวเต๋าชิงเซ่าเหินยั้นโส่วฝ่าจิ้นเจ้อ)
อบรมชี้หน้าให้วัยรุ่นเยาวชน รักษากฎระเบียบหน้าที่เต็มกำลัง

ในสังคมจะเห็นวัยรุ่นเยาวชนต้องโทษทำผิดมากมาย ทำให้
ประหวั่นใจ รวดร้าวใจ อายุน้อยๆ แต่ทำไมทำเรื่องอย่างนี้ได้ ค้นหา
สาเหตุส่วนใหญ่ทุกคนไม่เชื่อเรื่องกฎแห่งกรรม ไม่พูดถึงกฎแห่ง
กรรมกัน

แน่นอน การพูดเรื่องกฎแห่งกรรม ถ้าไม่เที่ยงตรง จะ
กลายเป็นเรื่องงมงาย แต่หากในใจไม่เชื่อกฎแห่งกรรมเลย เกรงว่า
สังคมจะก่อเกิดความชั่วร้าย ปล้นฆ่าอนาจารมากยิ่งขึ้น

ดังนั้น เมื่อเราอบรมชี้นำเด็ก ตั้งแต่เล็กจะต้องปลูกฝัง
ความคิดของกฎแห่งกรรมว่า **ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว** ทุกคนสำรวมไว้
ในส่วนตัว ทำหน้าที่ของตนให้ดี ไม่โลภมาก ไม่เพื่อผืนก็จะไม่ถูก
ความชั่ว ล่อใจให้หลงผิดทางไป

4. 教導青少年充實生命內涵 (เจียวเต๋าซิงเซ้าเหนียนชงซีเซิงมิ่ง
เน่ยหัน) **อบรมชี้นำวัยรุ่นเยาวชน เต็มเต็มคุณสมบัติภายในให้แก่วิต**

เราจะต้องชี้นำให้วัยรุ่นเยาวชนจริงจังต่อการเรียน เต็มเต็ม
ให้แก่ตนเอง มีการศึกษาสูงหรือความสามารถพิเศษ จึงจะหยุดยั้งอยู่
ในสังคมได้ อีกขั้นหนึ่งชี้นำให้เขาเข้าใจสัจธรรมความเป็นจริงของ
ชีวิต จากระดับความเป็นอยู่ จนถึงระดับของชีวิต ให้ก่อเกิดทัศนคติ
ของชีวิตอย่างถูกต้องชัดเจน ยอมตนเป็นผู้บริการมวลชน ยกย่อง
คุณสมบัติภายในชีวิตตนอย่างไม่หยุดยั้ง สร้างสรรค์คุณค่าชีวิตตน

เบิกทางสร้างสรรค์ภาวะ **ชีวิต** จิตญาณแท้จริง คุณสมบัติสูงส่ง
ชีวิตดีงาม แก่ตน

วิธีการที่สมบูรณ์แบบมีดังนี้

1.減輕升學壓力 創造健康快樂的成長空間 (เจียนซิงเซิง เส วียยาลี ช่วงเจ้าเจียนคังไควเล่อเตอเจิงจั้งกงเจียน) **ลดแรงกดดันในเรื่องเรียนต่อ สร้างสรรค์สภาวะเจริญเติบโตแข็งแรงเบิกบานมีความสุข**

การศึกษาสมัยนี้บีบเคี้ยว บวกกับความมุ่งหวังค่อนข้างเข้มข้นของพ่อแม่ ทำให้ลูก ๆ ส่วนใหญ่มีชีวิตอยู่ภายใต้แรงกดดันของการสอบเข้ามหาวิทยาลัย แม้ทุกอย่างที่ลูกมีอยู่ **จะดีที่สุดมากที่สุด** แล้วก็ตามแต่ไม่แน่ว่าลูกจะมีความสุข เด็กที่ไม่มีความสุข จะเติบโตอย่างสมบูรณ์ได้อย่างไร ดังนั้น กระทรวงศึกษาฯ จึงมุ่งมั่นพยายามที่จะแก้ไขระบบการศึกษาเสียใหม่

พ่อแม่จะต้องเข้าใจ ลูกคือตัวตนเฉพาะที่สมบูรณ์พร้อมและเป็นตัวของตัวเอง วันนี่ที่เขาเกิดมาในครอบครัวนี้ ก็เพราะเขามีบุญสัมพันธ์กับพ่อแม่คุณนี้ แต่จะบอกไม่ได้ว่า ลูกต้องเชื่อฟังทุกอย่างที่พ่อแม่จัดการทั้งหมด เราต้องให้เขาเจริญขึ้นด้วยธาตุแท้จิตวิญญาณของเขาเอง อย่าเร่งการเจริญเติบโตโดยถอนเขาให้สูงขึ้น นั่นก็คือการศึกษาที่ดีที่สุด

2.重視德智體群美的均衡 加強情意教育 (จั้งซื่อเตอจื่อถี้ฉวินเหมยเตอจวินเหิงเจียเฉียงฉิงอ้อเจี้ยวอวี่) **ให้ความสำคัญและเพิ่มพูน**

การศึกษาด้านความรู้สึกรักนึกคิดต่อความงามของ คุณธรรม ปัญญารวมกลุ่มอย่างสมดุล

วันนี้ การศึกษาในโรงเรียนของเรายังมีปัญหาอีกอันหนึ่ง ก็คือ เห็นความสำคัญของการเพิ่มพูนปัญญาแก่นักเรียนเกินไปจนละเลย การปลูกฝังคุณสมบัตินี้ของความเป็นคน

ท่านจอมปราชญ์ขงจื้อเคยกล่าวไว้ว่า

ศิษย์เมื่อเข้าสถานศึกษาจะต้องกตัญญู ออกจากสถานศึกษา จะต้องปรองดอง รอบคอบ มีความสัตย์ มีความรักต่อคนทั้งหลาย ด้วยความกรุณาปรานียินดีช่วยเหลือ ดังนั้นจึงเรียกว่าศึกษา นี่คือการศึกษาคุณธรรม การศึกษาคุณสมบัติของความเป็นคน และก็เป็นการศึกษาความรู้สึกรักนึกคิดด้วยจิตตั้งงามภายใน

จากมุมมองของยุคสมัยปัจจุบัน ก็คือจะต้องอบรมชี้ให้นักเรียนเจริญตนเพื่อตน เจริญตนเพื่อผู้อื่น เจริญตนเพื่อหมู่เหล่า เจริญตนเพื่อฟ้า (ธรรมชาติ) อันเป็นการเจริญด้วยสัมพันธภาพที่สมานฉันท์ และนี่ก็คือให้การศึกษาความเป็นคนสมบูรณ์

ทุกคนเริ่มจากรู้จักตนเอง บุกเบิกตนเอง กล่อมเกลாதนเอง เอาคุณสัมพันธ์ห้า คุณธรรมแปดมาสนองรับสนองตอบต่อคนและสรรพสิ่งรอบตัว สุดท้ายบรรลุสู่ภาวะสูงสุดในปรัชญาคติที่ทำให้กายใจตนรวมเป็นหนึ่ง ทุกคนกับตนรวมเป็นหนึ่ง ฟ้ากับคนรวมเป็นหนึ่ง

3. 重視家庭教育 建立良好之親子關係(จั่งชื่อเจียถึงเจี้ยววี่ เจี้ยนลี่เหลียงห่าวจื่อชินจื่อกวนตี) เห็นความสำคัญของการอบรมในครอบครัว ก่อเกิดความสัมพันธ์อันดีระหว่างพ่อแม่ลูก

ความเปลี่ยนแปลงของรูปแบบสังคมปัจจุบัน พ่อแม่ออกทำงาน

ครอบครัวในเมืองส่วนใหญ่จะเป็นครอบครัวเล็กๆ ไม่ค่อยมีญาติผู้ใหญ่อยู่ด้วย สภาพนี้มักจะละเลยเรื่องการอบรมในครอบครัว คิดเสียว่าส่งลูกเข้าโรงเรียนไป ก็เป็นเรื่องของโรงเรียนของครูแล้ว แต่ที่จริงพฤติกรรมของเด็ก ขณะที่อยู่ในโรงเรียน ล้วนเกี่ยวโยงกับที่ได้รับ การอบรม มาจากครอบครัวโดยตรง ฉะนั้นผู้เป็นพ่อแม่ จะต้องเห็นความสำคัญเป็นพิเศษ ต่อชีวิตครอบครัวของลูกเป็นเพื่อนลูกให้มาก เอาใจใส่เขา เข้าใจเขา อย่าเข้าใจว่าให้วัตถุุดมสมบูรณ์แก่เขา คือการแสดงว่าให้ความรัก

นอกจากนั้น จากความเปลี่ยนแปลงเจริญวัยทั้งกายใจทุกวันของเขา พ่อแม่ก็ควรค่อยๆ เปลี่ยนแปลงลักษณะความคิดของตนเอง ไปด้วย เติบโตก้าวหน้าไปพร้อมกับลูก หลักการอบรมลูกไม่เปลี่ยน แต่วิธีสั่งสอนชี้แนะจะต้องเปลี่ยนแปลงไปตามความเจริญเติบโตของลูก

เมื่อลูกยังเล็ก ใช้วิธีออกคำสั่งได้ โตแล้วจะต้องใช้วิธีบอก เหตุผลเปิดทางความคิดแก่เขา โดยเฉพาะวัยรุ่นเป็นช่วงต่อต้าน ถ้าเอาแต่ใช้สิทธิอำนาจของความเป็นพ่อแม่ กลับจะได้ผลตรงกันข้าม ฉะนั้นพ่อแม่ก็ต้องเรียนรู้สถานภาพของความเป็นเพื่อน ฟังลูก

ระบาย ทำความเข้าใจต่ออารมณ์ของเขา ยอมรับการสะท้อนกลับของเขาด้วย

เมื่อมีความสัมพันธ์แนบแน่นกับลูกอย่างนี้แล้ว จึงจะมีการอบรมที่ดีในครอบครัวได้

4. 身教重於言教 父母師長應從身教做起 (เซ็นเจียวจ้งอวี เอียนเจียว ฟุหมู่ซือจ้งอั้งฉงเซ็นเจียวจ้วฉี) **อบรมด้วยพฤติกรรมสำคัญกว่าคำสั่งสอน พ่อแม่ ครูอาจารย์ ควรเริ่มจากอบรมด้วยพฤติกรรม**

ระหว่งการเจริญเติบโตของเด็ก เป็นเวลาสำคัญในการจำลองรูปและเลียนแบบ สิ่งที่ลูกได้เห็นจากพ่อแม่ครูอาจารย์ มีผลมากกว่าสิ่งที่ได้ยินได้ฟังมา ฉะนั้นจึงกล่าวว่า

อบรมด้วยพฤติกรรมสำคัญกว่าคำสั่งสอน เช่น เรื่องสูบบุหรี่ ดื่มเหล้า เล่นไฟ การพนัน พูดคำหยาบ แสดงกิริยาวาจาไม่งาม ส่วนใหญ่เด็กจะเลียนแบบมาจากโลกของผู้ใหญ่โดยตรง ฉะนั้น พ่อแม่ ครูอาจารย์จะต้องระวังกิริยาวาจาของตน ทำตัวเป็นแบบอย่างพูดกับทำให้ตรงกัน หากพูดอย่างทำอย่าง ไม่เพียงไม่อาจว่ากล่าวอบรมลูกได้ เกรงว่า ยิ่งจะทำให้ลูกผิดใจต่อต้าน จงใจไปทำสิ่งที่ไม่ควร