

## คำชี้แจงสำหรับการใช้งานเอกสารประกอบการเรียน เรื่อง พระธรรม

เอกสารประกอบการเรียน เรื่อง พระธรรม กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ประกอบด้วยเอกสารประกอบการเรียนทั้งหมด 4 เล่ม คือ

เล่มที่ 1 อริยสัจ 4 ตอนทุกข์ : ชั้น 5-ไตรลักษณ์

เล่มที่ 2 อริยสัจ 4 ตอนสมุทัย : หลักกรรม-วิภูษะ 3, ปญจธรรม 3

เล่มที่ 3 อริยสัจ 4 ตอนนิโรธ : อัตถะ 3

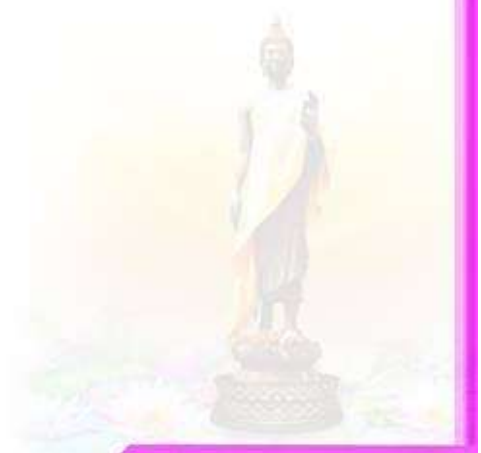
เล่มที่ 4 อริยสัจ 4 ตอนมรรค : มรรคมืองค์ 8, ปญญา 3, สัมปติธรรม 7, บุญกิริยาวัตถุ 10, อุบาสกธรรม 7, มงคล 38-ที่ว่าด้วยมีศัลปิทยาพบสมณะ พังกรรม ตามกาล สันทนาธรรมตามกาล

เอกสารประกอบการเรียน เรื่อง พระธรรม ทั้ง 4 เล่ม เป็นเอกสารประกอบการเรียนที่เน้นให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติจริงในการทำกิจกรรม การปฏิบัติงานร่วมกันเป็นกลุ่ม และทำให้นักเรียนเกิดทักษะ ตลอดจนสอดคล้องกับหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ในการจัดกิจกรรมจะใช้เอกสารประกอบการเรียน เรื่อง พระธรรม ทั้ง 4 เล่ม เพื่อให้ผู้เรียนได้ศึกษาอย่างเป็นขั้นตอน มีความรู้ ความเข้าใจและได้รับความสนุกสนานเพลิดเพลินจากกระบวนการเรียนเป็นกลุ่ม นักเรียนสามารถนำความรู้ และทักษะกระบวนการดังกล่าวที่ได้จากการทำกิจกรรมไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน และการศึกษาในกลุ่มสาระการเรียนรู้อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง



## คำแนะนำสำหรับครู

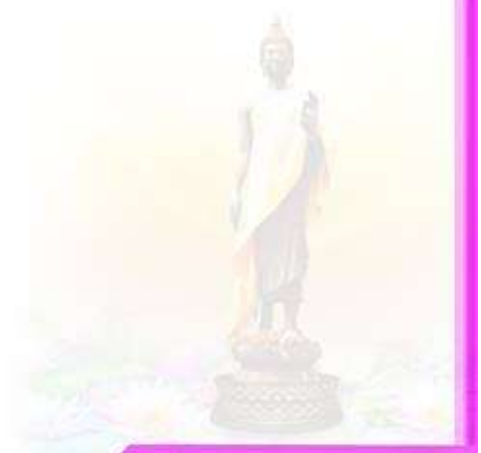
1. ครูชี้แจงวิธีการศึกษาเอกสารประกอบการเรียน เรื่อง พระธรรม กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ให้นักเรียนเข้าใจ และพร้อมที่จะศึกษา
2. นักเรียนรับเอกสารประกอบการเรียนคนละ 1 เล่ม อ่านสาระสำคัญ จุดประสงค์ การเรียนรู้ และคำแนะนำเข้าใจดีแล้วจึงเริ่มต้นศึกษาเอกสารประกอบการเรียนด้วยตนเองไปตามลำดับ
3. หลังจากศึกษาเนื้อหาของเอกสารประกอบการเรียนจบในแต่ละเล่มให้นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียนท้ายเล่ม



## คำแนะนำสำหรับนักเรียน

เอกสารประกอบการเรียนเล่มนี้ เป็นความรู้เกี่ยวกับ เรื่อง อริยสัจ 4 ตอนทุกข์ :  
ขั้น 5-ไตรลักษณ์ นักเรียนสามารถศึกษาได้ด้วยตนเอง ตามขั้นตอนดังนี้

1. นักเรียนอ่านสาระสำคัญและจุดประสงค์การเรียนรู้ของเอกสารประกอบการเรียน โดยละเอียด เพื่อจะได้เนื้อหาอย่างครบถ้วน
2. นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียนด้วยตนเองทุกข้อ เพื่อเป็นการวัดความรู้พื้นฐานของนักเรียน เมื่อทำเสร็จให้ตรวจคำตอบจากเฉลยแล้วตัวแทน เก็บกระดาษคำตอบส่งครู
3. นักเรียนศึกษาเนื้อหาจากเอกสารประกอบการเรียนให้ครบทุกเนื้อหา เนื่องจากเนื้อหาในแต่ละเรื่องมีความสัมพันธ์กัน
4. นักเรียนตอบคำถามในแต่ละกิจกรรมให้ครบทุกข้อ ถ้าตอบไม่ได้ อย่าเพิ่งดูเฉลยให้ศึกษาเนื้อหาอีกครั้ง
5. หลังจากนักเรียน ศึกษาเนื้อหาจากเอกสารประกอบการเรียนจนครบทุกเนื้อหาแล้ว ให้ทำแบบทดสอบหลังเรียนจนครบทุกข้อด้วยตนเอง



## มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

### มาตรฐานการเรียนรู้

ส 1.1 รู้และเข้าใจประวัติ ความสำคัญ ศาสดา หลักธรรมของพุทธศาสนาที่ตนนับถือศาสนาอื่น มีศรัทธาที่ถูกต้อง ยึดมั่นและปฏิบัติตามหลักธรรม เพื่ออยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

### ตัวชี้วัด

ส 1.1 ม 3/6 อธิบาย สังฆคุณและข้อธรรมสำคัญในกรอบอริยสัจ 4 หรือหลักธรรมของศาสนาที่ตนนับถือตามที่กำหนด

ส 1.1 ม.3/7 เห็นคุณค่าและวิเคราะห์การปฏิบัติตนตามหลักธรรมในการพัฒนาตน เพื่อเตรียมพร้อมสำหรับการทำงาน และการมีครอบครัว

## สาระสำคัญ

ขั้น 5 : ไตรลักษณ์ เป็นหลักธรรมที่ควรรู้ เพื่อเป็นแนวทางในการนำไปปรับปรุงและพัฒนาตน



## จุดประสงค์การเรียนรู้

1. อธิบายความหมายและหลักสำคัญของขั้นที่ 5 : ไตรลักษณ์ ได้
2. วิเคราะห์ผลของการนำข้อคิดจากหลักธรรมขั้นที่ 5 : ไตรลักษณ์ ไปประยุกต์ปฏิบัติได้
3. สรุปองค์ความรู้ในหัวข้อ หลักธรรมขั้นที่ 5 : ไตรลักษณ์ ได้
4. ยกตัวอย่างการกระทำที่สอดคล้องกับหลักธรรมขั้นที่ 5 : ไตรลักษณ์ ได้
5. ตระหนักถึงความสำคัญของหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา โดยสามารถบอกวิธีการนำหลักธรรมขั้นที่ 5 : ไตรลักษณ์ ไปเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตได้



แบบทดสอบก่อนเรียน  
เรื่อง อริยสัจ 4 ตอนทุกข์ : ชั้น 5-ไตรลักษณ์

คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย X หน้าข้อความที่ถูกต้องเพียงข้อเดียว

1. ข้อใดจัดเป็นชั้น 5

- ก. รูป ตา หู จมูก ลิ้น
- ข. ตา หู จมูก ลิ้น กาย
- ค. รูป สัมผัส กลิ่น เสียง กาย
- ง. รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ

2. รวิไม่ตั้งใจเรียน เพราะจิตใจหลงใหลในความสวยของหญิงที่ตนรัก แสดงว่ารวิกำลังหลงใหลในเรื่องใด

- ก. รูปชั้น
- ข. สังขารชั้น
- ค. เวทนาชั้น
- ง. วิญญาณชั้น

3. ข้อใดจัดเป็นไตรลักษณ์

- ก. ตัณหา มานะ ทิฐิ
- ข. รูป เวทนา สังขาร
- ค. อนิจจตา ทุกขตา อนัตตตา
- ง. สุตมยปัญญา จินตามยปัญญา ภาวนามยปัญญา



4. “อ้อยมีความทุกข์ทงใจ ที่ถูกคนรักหักอก” ข้อความนี้เกี่ยวข้องกับเรื่องใด

- ก. รูปจันท์
- ข. สังขารจันท์
- ค. เวทนาจันท์
- ง. วิญญาณจันท์

5. ข้อใดคือความหมายของ “อนัตตตา”

- ก. ภาวะที่มีตัวตน
- ข. ภาวะที่ไม่เที่ยง
- ค. ภาวะที่ทนไม่ได้
- ง. ภาวะที่ไม่มีตัวตน

6. ธรรมข้อใดเป็น “สังสารวัฏ”

- ก. รูป เวทนา กรรม
- ข. กิเลส กรรม วิบาก
- ค. กรรม เวทนา สังขาร
- ง. เวทนา สัญญา สังขาร

7. ประคองเป็นคนหลงลืมบ่อย ๆ ข้อความนี้มีความสัมพันธ์กับข้อใด

- ก. วิญญาณไม่เที่ยง
- ข. เทนาไม่เที่ยง
- ค. สัญญาไม่เที่ยง
- ง. สังขารไม่เที่ยง



8. ความรู้ที่เกิดจากการได้ยินเสียงและมองเห็นมีความสัมพันธ์กับขั้น 5 ข้อใด

- ก. รูป
- ข. เทนา
- ค. สัญญา
- ง. วิญญาณ

9. ข้อใดเป็นกิเลสที่ทำให้การศึกษาและการปฏิบัติตามพุทธธรรมไม่ดำเนินไปด้วยดี

- ก. ตัณหา มานะ ทิฐิ
- ข. รูป เวทนา สัญญา
- ค. กิเลส กรรม วิบาก
- ง. อนิจจตา ทุกขตา อนัตตตา

10. พระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนให้ปฏิบัติอย่างไรเกี่ยวกับขั้น 5

- ก. ให้ยึดมั่นถือมั่น
- ข. ทำให้เจริญยิ่งขึ้นไป
- ค. นำมาปรุงแต่งให้จิตคิดแต่สิ่งที่ดี
- ง. รูเท่าทันตามสภาพความเป็นจริงแล้วละวางไม่ยึดติด





## กระดาษคำตอบแบบทดสอบก่อนเรียน

ชื่อ - สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

ข้อ	ก	ข	ค	ง
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
รวมคะแนน				



## ใบความรู้ เรื่อง : ชั้น 5-ไตรลักษณ์

ความจริง เป็นสิ่งที่ใคร ๆ ก็ต้องการ ผู้ที่ต้องการรู้ความจริงในเรื่องใด เมื่อลงมือศึกษาค้นคว้าอย่างจริงจังเป็นระบบและต่อเนื่อง ก็จะพบความจริงในเรื่องนั้น และเมื่อประกาศเผยแพร่ออกไป ก็มีผู้สนใจศึกษา จึงทำให้เกิดศาสตร์แขนงต่าง ๆ ขึ้น

พระพุทธเจ้าเมื่อยังเป็นเจ้าชายสิทธัตถะ ทรงทราบว่าคนทุกคนต้องแก่ เจ็บ ตาย อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ทรงตั้งคำถามว่าทำไมคนเราต้องแก่ เจ็บ ตาย ไม่ต้องแก่ เจ็บ ตาย ได้ไหม ทรงคิดได้ว่า ถ้าไม่เกิด ก็คงไม่แก่ ไม่เจ็บ และไม่ตาย ทรงตั้งคำถามต่อไปว่า ทำอย่างไรจึงจะไม่ต้องเกิด ต่อมา เมื่อทรงเห็นสมณะ (1 ในเทวทูต 4) จึงตัดสินใจออกผนวชเพื่อทรงศึกษาความจริงในเรื่องนี้ ในที่สุด ก็ทรงค้นพบความจริงที่เรียกว่า อริยสัจ 4 คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค



ภาพที่ 1.1 เทวทูตทั้ง 4

[http://www.photoontour9.com/gallery/watchetawan/watchetawan\\_23.htm](http://www.photoontour9.com/gallery/watchetawan/watchetawan_23.htm)

### ความหมายของอริยสัจ

คำว่า อริยสัจ มาจากคำ 2 คำคือ อริยะและสัจจะ อริยะ แปลว่า ประเสริฐ และใช้เรียกผู้บรรลุนิพพานชั้นสูงว่า พระอริยะหรืออริยบุคคล (ดูในสังฆคณ 9 ประกอบ) ส่วนสัจจะ หรือสัจ แปลว่า ความจริง อริยสัจแปลได้หลายอย่างคือ แปลว่า ความจริงอันประเสริฐก็ได้ แปลว่าความจริงของพระอริยะก็ได้ แปลว่า ความจริงที่ทำให้เป็นอริยะก็ได้ มีความหมายต่างกัน ดังนี้

ความจริงอันประเสริฐ คือ ความจริงที่แท้ที่เป็นอย่างนั้นไม่ผันแปร ไม่ว่าจะเกิด  
แก่ใคร ที่ไหน เมื่อใด ก็คงเป็นจริงเช่นนั้น เช่น ทุกข์มีภาวะบีบคั้นอย่างไรในสมัยก่อน  
พุทธกาล สมัยพุทธกาล หลังสมัยพุทธกาล จนถึงบัดนี้ก็คงเป็นเช่นนั้น จึงเรียกว่า “ทุกข์  
อริยสังข์” ความทุกข์เป็นอริยสังข์

ความจริงของพระอริยะ คือ ความจริงที่พระอริยะคือพระพุทธเจ้าทรงค้นพบ  
หรือที่พระอริยะท่านนั้นเห็นแจ้งได้

ความจริงที่ทำให้เป็นอริยะ คือ ปุถุชนคนใดก็ตามที่รู้แจ้งเห็นจริงตามหลักอริยสังข์  
4 ว่า “นี่คือทุกข์ ทุกข์เป็นสิ่งควรรู้ เราได้รู้แล้ว นี่คือสมุทัย สมุทัยเป็นสิ่งควรละ เราละได้แล้ว  
นี่คืออโรธ นิโรธเป็นสิ่งควรบรรลุ เราได้บรรลุแล้ว นี่คือมรรค มรรคเป็นสิ่งควรเจริญ  
เราได้เจริญแล้ว” ปุถุชนคนนั้นจะกลายเป็นอริยบุคคลทันที

#### อริยสังข์ 4 เป็นแม่บทของธรรมทั้งหลาย

ธรรมทั้งหลายที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนตลอดเวลา 44 ปีหลังตรัสรู้ สามารถจัดรวม  
ลงในอริยสังข์ 4 ได้ทั้งหมด กล่าวคือ เรื่องชั้น 5 (รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ) และ  
โลกียธรรมทั้งหลาย รวมลงในทุกข์

อกุศลธรรมทั้งหลายที่เป็นพวกกิเลส ตัณหา รวมลงในสมุทัย

นิพพาน การดับทุกข์และความสุขทั้งโลกียสุขและโลกุตรสุข รวมลงในนิโรธ

กุศลธรรมทั้งหลายที่เป็นข้อปฏิบัติ เช่น ศีล สมาธิ ปัญญา มรรคมีองค์ 8 รวมลง  
ในมรรค

ฉะนั้น เพื่อให้เข้าใจอริยสังข์ 4 ได้ดี นักเรียนต้องเรียนรู้ทั้งอริยสังข์ 4 และข้อธรรม  
ในกรอบของอริยสังข์ 4 ดังต่อไปนี้



## ทุกข์ : ชั้น 5 – ไตรลักษณ์

นักเรียนได้ทราบมาแล้วว่า ทุกข์มี 2 ประเภท ได้แก่ ทุกข์ประจำและทุกข์จร ทุกข์ประจำ คือ ทุกข์ที่เกิดขึ้นเป็นประจำของชั้น 5 เริ่มตั้งแต่ชั้น 5 เกิดขึ้น เรียกว่า ชาติทุกข์ ความเกิดเป็นทุกข์ หมายถึง เป็นความทุกข์ตั้งแต่อยู่ในครรภ์จนคลอด และเมื่อคลอดมาแล้ว ก็ยังเป็นที่มาของทุกข์ประจำอื่น ๆ คือ ชราทุกข์ ความแก่เป็นทุกข์ และมรณทุกข์ ความตายเป็นทุกข์ ส่วนทุกข์จร ได้แก่ ทุกข์ที่เกิดขึ้นขึ้นเป็นครั้งคราว เช่น ความเจ็บไข้ ความไม่สบายกาย ไม่สบายใจ ความเศร้าโศกเสียใจพิโรธรำพัน ความคับแค้นใจ ตระมอใจ ถ้าชั้น 5 ไม่เกิดขึ้น ทุกข์ทั้งหลายก็ไม่เกิด พระพุทธเจ้าจึงทรงสรุปว่าอุปาทานชั้น 5 นั่นเอง คือทุกข์ เพราะฉะนั้น ชั้น 5 จึงเป็นสิ่งที่ควรรู้ ที่ว่าควรรู้ คือ ควรศึกษาแยกแยะให้รู้เท่าทันว่า ชั้น 5 ประกอบด้วยส่วนต่าง ๆ เหมือนเรือ ที่เกิดจากวัสดุก่อสร้างต่าง ๆ เมื่อวัสดุก่อสร้างเหล่านั้นแยกออกจากกัน ตัวเรือนย่อมหายไป ฉะนั้น เมื่อองค์ประกอบของชั้น 5 แยกออกจากกัน ตัวชั้น 5 ก็หายไป ฉะนั้น

ชั้น 5 ประกอบด้วย รูปชั้น 5 เทนาศนชั้น 5 สัญญาชั้น 5 สังขารชั้น 5 และวิญญาณชั้น 5 ชั้น 5 ที่มีอาสวะ (กิเลสที่หมักหมมอยู่) เข้าไปยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นสัตว์ เป็นบุคคล ตัวตน เรา เขา เชื่อว่า อุปาทานชั้น 5 ซึ่งก็คือ ชีวิต นี้เอง

เพื่อให้รู้เท่าทันว่า ชั้น 5 เกิดจากองค์ประกอบใดบ้าง ควรศึกษาแยกแยะ ดังนี้

**รูปชั้น 5** แปลว่า กอรูป คือส่วนที่เป็นร่างกายเกิดจากธาตุดิน น้ำ ไฟ และลม

**เวทนาชั้น 5** แปลว่า กอเวทนา คือส่วนที่เป็นความรู้สึก เช่น รู้สึกสุข รู้สึกทุกข์ หรือรู้สึกเฉย ๆ

**สัญญาชั้น 5** แปลว่า กอสัญญา คือส่วนที่เป็นความจำได้หมายรู้ เช่น จำสิ่งต่าง ๆ ได้



ภาพที่ 1.2 ชั้น 5

<http://oknation.nationtv.tv/mblog/entry.php?id=998940>

**สังขารชั้น** แปลว่า กองสังขาร คือส่วนที่ปรุงแต่งจิตให้คิดดี คิดชั่ว ให้ตั้งใจเรียน ให้ตั้งใจฟัง ให้เป็นคนฉลาด คนโง่ เป็นต้น

**วิญญาณชั้น** แปลว่า กองวิญญาณ เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า จิตหรือใจ คือส่วนที่เป็นตัวการสำคัญในตัวเรา ทำหน้าที่คิด นึก รับรู้อารมณ์ รู้ตัว เป็นต้น

ชั้น 5 ย่อลงเป็น 2 ส่วน คือ รูปกับนาม หรือที่รู้จักทั่วไปว่ากายกับใจ กาย ได้แก่ รูปชั้น ส่วนใจ ได้แก่ วิญญาณชั้น โดยมีเวทนาชั้น สัญญาชั้น และสังขารชั้น เป็นส่วนประกอบเมื่อพูดถึงรูปนามหรือนามรูป ก็ให้เข้าใจว่า พูดถึงชั้น 5 ให้นึกว่าเราพูดถึงชีวิต ขอให้นักเรียนสังเกตว่าการศึกษาแยกแยะชั้น 5 ออกเป็นกองต่าง ๆ ถึง 5 กองดังกล่าวข้างต้นนั้น ก็เพื่อให้เห็นว่า ตัวจริงของชั้น 5 ไม่มีอยู่จริง รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณที่มารวมกันเข้าเป็นชั้น 5 นั้น เมื่อแต่ละส่วนแยกออกไป ชั้น 5 ก็สลายไป ไม่มีอะไรเหลืออยู่ จึงได้ข้อสรุปดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า ชั้น 5 เป็นอนิจจัง (ไม่เที่ยง) ทุกขัง (เป็นทุกข์) และอนัตตา (ไม่ใช่ตัวตน) พระคำรัสนี้หมายถึงไตรลักษณ์ของชั้น 5

### ชั้น 5 กับไตรลักษณ์

**ไตรลักษณ์** แปลว่า ลักษณะสาม คือ อาการที่เป็นเครื่องกำหนดหมายให้รู้ความจริงของสิ่งทั้งหลายว่า มีลักษณะสำคัญ 3 ประการ เหมือนกันหมด บางทีจึงเรียกว่า สามัญลักษณ์ คือ ลักษณะที่เหมือนกัน หรือลักษณะทั่วไป คือ

1. **อนิจตา** ความเป็นของไม่เที่ยง คือ แปรเปลี่ยนอยู่เสมอ ไม่คงที่คงรูปตายตัว ไม่แน่นอน
2. **ทุกขตา** ความเป็นทุกข์ คือ ทนอยู่มิได้ เช่น อาการปวดเมื่อยเมื่อนั่งนาน ๆ ถ้าเปลี่ยนอิริยาบถเป็นยืนหรือเดิน ก็หายปวดหายเมื่อย หรืออาการที่คันไม้หิวเฉา ก็แสดงถึงความทุกข์ของต้นไม้หรือของพืชทั้งหลาย
3. **อนัตตา** ความเป็นของมิใช่ตัวตนที่แท้จริงของมนุษย์ เพราะไม่อาจบังคับให้เป็นไปตามที่เราปรารถนาจะให้มันเป็น เช่น บังคับให้อายุแก่ อย่าเจ็บ อย่าตายไม่ได้ รวมถึงความไม่มีแก่นสารของสิ่งทั้งหลายด้วย

พระพุทธเจ้าทรงแสดงเรื่องนี้ครั้งแรกแก่ปัญจวัคคีย์ที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน หลังจากทรงแสดงปฐมเทศนา มีใจความว่า รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณไม่เที่ยง สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์ สิ่งใดเป็นทุกข์ มีความแปรผันไปเป็นธรรมดา สิ่งนั้นเป็นอนัตตา ไม่เป็นไปตามความปรารถนาจึงไม่ควรเห็นสิ่งนั้นว่า “นั่นเป็นเรา เราเป็นนั่น นั่นเป็นอัตตาของเรา”

เมื่อจบพระธรรมเทศานี้ พระปัญจวัคคีย์ มีพระอัญญาโกณฑัญญะเป็นหัวหน้า ได้บรรลุอรหัตตผล

### ข้อวิเคราะห์ให้เกิดปัญญา

ข้อความที่ว่า “เมื่อจบพระธรรมเทศานี้ พระปัญจวัคคีย์... ได้บรรลุอรหัตตผล” นั้น นักเรียนเห็นอย่างไร คงไม่เห็นที่ท่านฟังเพลิน ๆ ไปตามพระสูตรเสียงอันไพเราะของพระพุทธเจ้าแล้ว ได้บรรลุอรหัตตผลเป็นแน่ เพราะการบรรลุอรหัตตผลต้องเห็นแจ้ง อริยสัจ 4 ถามว่าท่านคิดอย่างไร เห็นอย่างไร

แนวคิด คือท่านต้องเห็นแจ้งว่า ชั้น 5 ที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา นั่นคือตัวทุกข์ของชีวิต การยึดมั่นถือมั่นว่าชั้น 5 เป็นตัวตน ที่แท้จริงต้องเป็นสมุทัยของทุกข์นั้น ถ้าไม่ยึดมั่นถือมั่นเช่นนั้นจะเป็นนิโรธ จึงใช้อริยมรรคมีองค์ 8 ประการ ความยึดมั่นถือมั่นลงได้ ท่านจึงบรรลุอรหัตตผล

นักเรียนก็สามารถนำพระสูตรนี้มาพิจารณาเพื่อารู้เท่าทันสภาวะของชั้น 5 ได้ เมื่อรู้เท่าทันชั้น 5 จะไม่ยึดมั่นถือมั่นว่า เป็นเรา ของเรา เพราะไม่ยึดมั่นถือมั่นจึงไม่เป็นทุกข์ เมื่อชั้น 5 เปลี่ยนแปลงไปตามสภาวะของมัน และที่สำคัญคือควรอยู่อย่างมีเป้าหมาย มองกว้าง คิดไกล ใฝ่สูง โดยตั้งเป้าหมายเพื่อพัฒนาตน แล้วลงมือปฏิบัติทันที อย่าประมาทว่า เรายังหนุ่ม ยังสาว ยังมีเวลาสร้างความคิด ขณะนี้ควรหาความสุขสนุกสนานไปก่อน การคิดเช่นนี้ จะทำให้ชีวิตตกต่ำ สูญเสียประโยชน์ที่จะพึงมีพึงได้ เพราะชีวิตของคนเราน้อยนัก และมีความไม่แน่นอนอนิจจังควรเร่งรีบทำความดี สร้างความเจริญแก่ตนให้มากเท่าที่จะมากได้





### แนวคิดเรื่องไตรลักษณ์

นาย ก. กับ นาย ข. เป็นเพื่อนรักกันมาก ต่อมาทั้งสองไปหลงรักผู้หญิงคนเดียวกัน เพราะผู้หญิงคนนี้มี ความงาม เป็นเลิศของหมู่บ้าน ต่างคนต่างมุ่งมั่นจะเอาชนะให้ได้ วันหนึ่งนาย ก. เห็นนาย ข. เดินควบคู่กับหญิงสาวคนนั้น นาย ก. หึงหวงจนคุมสติไม่อยู่ จึงเข้าไปต่อว่านาย ข. อย่างรุนแรง ทำให้นาย ข. และหญิงสาวคนนั้นเลิกคบกับนาย ก. ตั้งแต่นั้นมา และไม่ได้คบกันเป็นเวลาหลายปี ตานาย ก. ยังหลงรักหญิงสาวนั้นอยู่ไม่ยอมรักหญิงใด ต่อมา นาย ก. ได้พบหญิงสาวคนนั้น โดยบังเอิญ เมื่อแรกเห็น เขาจำเธอไม่ได้ แต่เมื่อรู้ว่าเป็นผู้หญิงที่ตนหลงรัก เขาจึงหักใจเลิกรักทันที เพราะเธอไม่มีความงามอย่างที่ตนรักเหลืออยู่เลย

นักศึกษาหญิงคนหนึ่งเห็นว่า ตัวเองไม่สวยเหมือนคนอื่น ๆ รู้สึกว่าตนมีปมด้อย จึงไปว่าจ้างให้ร้านศัลยกรรมตกแต่ง จัดการเปลี่ยน โฉมให้เธอมีความงามเหมือนเพื่อน โดยวิธีการสมัยใหม่ ในตอนแรก ๆ ก็ดูดี แต่พอนาน ๆ ไปร่างกายกลับเปลี่ยนแปลง ทำให้เสียรูป เสียทรง และเสียชีวิตลง

กรณีตัวอย่างเช่นนี้มีอีกมากในสังคมไทยปัจจุบัน นักเรียนคิดอย่างไร ถ้าทุกคนเห็นไตรลักษณ์อย่างที่พระพุทธเจ้าทรงสอน เหตุการณ์ทำนองนี้จะเกิดขึ้นหรือไม่

ในสมัยพุทธกาล พระมเหสีของพระเจ้าพิมพิสารแห่งแคว้นมคธ พระนามว่า เขมา มีพระสิริโฉมงดงามเป็นเลิศ พระนางเองก็ทรงมีมาในความงามของพระองค์ ทรงทราบว่า พระพุทธเจ้าทรงดำเนินความงาม จึงไม่เคยเสด็จไปเฝ้า ทั้ง ๆ ที่พระเจ้าพิมพิสารทรงชักชวนบ่อยครั้ง ครั้งหนึ่ง ทรงสดับเพลงที่พรรณนาความงามของพระเวฬุวัน จึงเสด็จไปชมพระเวฬุวันและได้ทอดพระเนตรเห็นพระพุทธเจ้าประทับเด่นเป็นสง่า มีพระฉวีวรรณผุดผ่อง นามองยิ่งนัก และทรงเห็นนารีทรงสิริโฉมยิ่งกว่าพระนางนั่งถวายงานพัดพระพุทธรองค์อยู่ ทำให้พระนางเสด็จเข้าไปเฝ้า โดยมีทรงกล้วอย่างแต่ก่อน และเมื่อพระพุทธองค์ทรงแสดงธรรมให้เห็นประจักษ์ว่า รูปร่างของนารีคนนั้นค่อย ๆ เปลี่ยนแปลงไปตามวัยต่าง ๆ พระนางจึงเห็นแจ้งไตรลักษณ์ และทรงตัดสินใจตัดสินพระทัยทูลขอบวชเป็นภิกษุณี



## กิจกรรมการเรียนรู้ที่ 1.1 เรื่อง ชั้น 5-ไตรลักษณ์

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ให้ถูกต้อง (10 คะแนน)

### 1. ความหมายของอริยสัจ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

### 2. ชั้น 5 ประกอบด้วยอะไรบ้าง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....





### 3. รูปฉันท์ หมายถึง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

### 4. สียงารฉันท์ หมายถึง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

### 5. ไตรลักษณ์ หมายถึง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

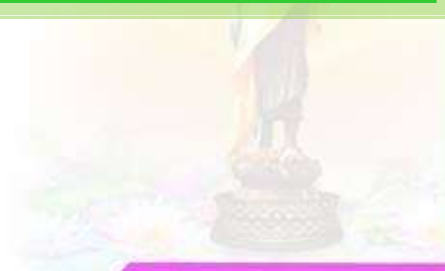


## กิจกรรมการเรียนรู้ที่ 1.2 เรื่อง ชั้น 5-ไตรลักษณ์

คำชี้แจง ให้นักเรียนเลือกคำที่กำหนดให้ในกรอบด้านล่าง เติมลงในช่องว่าง  
หน้าข้อความที่มีความหมายตรงกัน (10 คะแนน)



- .....1. กองแห่งรูปธรรมและนามธรรมห้าหมวด
- .....2. สิ่งที่เป็นรูปร่าง หรือร่างกายและลักษณะอาการของร่างกาย
- .....3. การรับรู้ทางประสาทสัมผัสทั้ง 5 และทางใจ
- .....4. สภาพที่ปรุงแต่งจิตใจให้ดี ชั่ว ชอบ ไม่ชอบ หรือเป็นกลาง ๆ
- .....5. ความรู้สึกสุขเมื่อพอใจ ทุกข์เมื่อไม่พอใจ หรือเฉย ๆ เมื่อไม่สุขไม่ทุกข์
- .....6. ได้ยินเสียง เหมียว เหมียว ก็จำได้ว่าเป็นเสียงแมวร้อง
- .....7. ประกอบด้วยธาตุทั้ง 4 คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ
- .....8. แบ่งได้ 3 อย่างคือ คิดดี คิดชั่ว และคิดกลาง ๆ
- .....9. โอ๊ย...เจ็บ
- .....10. ความรู้แจ้งอารมณ์ทางประสาทสัมผัสทั้ง 5 และทางใจ



## กิจกรรมการเรียนรู้ที่ 1.3 เรื่อง ชั้น 5-ไตรลักษณ์

คำชี้แจง ให้นักเรียนวิเคราะห์กรณีศึกษา แล้วตอบคำถาม (10 คะแนน)

### เรื่อง ชั้น 5

เก้ไปซื้อส้มตำที่ร้านขายส้มตำ วันนี้มีลูกค้าจำนวนมาก เก้ต้องไปยืนรอคิวนานมาก เก้มองดูแม่ค้าส้มตำ ปรงส้มตำ มีมะละกอลูกเล็ก มะนาว น้ำปลา น้ำตาล กุ้งแห้ง มีกลิ่นหอม น่ารับประทาน ทำให้รู้สึกถึงความอร่อย เก้จำได้ว่า เคยรับประทานส้มตำฝีมือแม่ค้าคนนี้ มาแล้ว คิดว่าส้มตำร้านนี้จะอร่อยมาก ถึงแม้จะต้องรอคิวนาน ก็จะยืนรอต่อไป

### คำถาม

การกระทำของเก้ สอดคล้องกับกระบวนการทำงานของชั้น 5 อย่างไร  
จงยกตัวอย่างประกอบ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



## กิจกรรมการเรียนรู้ที่ 1.4 เรื่อง ชั้น 5-ไตรลักษณ์

คำชี้แจง ให้นักเรียนวิเคราะห์กรณีศึกษา แล้วตอบคำถาม (10 คะแนน)



คำถาม

ภาพดังกล่าวแสดงถึงไตรลักษณ์อย่างไร จงอธิบาย

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



**แบบทดสอบหลังเรียน**  
**เรื่อง อริยสัจ 4 ตอนทุกข์ : ชั้น 5-ไตรลักษณ์**

คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย X หน้าข้อความที่ถูกต้องเพียงข้อเดียว

1. ข้อใดจัดเป็นไตรลักษณ์

- ก. ตัณหา มานะ ทิฐิ
- ข. รูป เวทนา สังขาร
- ค. อนิจจตา ทุกขตา อนัตตตา
- ง. สุตมยปัญญา จินตามยปัญญา ภวานามยปัญญา

2. ข้อใดคือความหมายของ “อนัตตตา”

- ก. ภาวะที่มีตัวตน
- ข. ภาวะที่ไม่เที่ยง
- ค. ภาวะที่ทนไม่ได้
- ง. ภาวะที่ไม่มีตัวตน

3. ข้อใดจัดเป็นชั้น 5

- ก. รูป ตา หู จมูก ลิ้น
- ข. ตา หู จมูก ลิ้น กาย
- ค. รูป สัมผัส กลิ่น เสียง กาย
- ง. รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ



4. “อ้อยมีความทุกข์ทงใจ ที่ถูกคนรักหักอก” ข้อความนี้เกี่ยวข้องกับเรื่องใด

- ก. รูปฉันท์
- ข. สังขารฉันท์
- ค. เวทนาฉันท์
- ง. วิญญาณฉันท์

5. ประคองเป็นคนหลงลืมบ่อย ๆ ข้อความนี้มีความสัมพันธ์กับข้อใด

- ก. วิญญาณไม่เที่ยง
- ข. เทนาไม่เที่ยง
- ค. สัญญาไม่เที่ยง
- ง. สังขารไม่เที่ยง

6. ข้อใดเป็นกิเลสที่ทำให้การศึกษาและการปฏิบัติตามพุทธธรรมไม่ดำเนินไปด้วยดี

- ก. ตัณหา มานะ ทิฐิ
- ข. รูป เวทนา สัญญา
- ค. กิเลส กรรม วิบาก
- ง. อนิจจตา ทุกขตา อนัตตตา

7. ความรู้ที่เกิดจากการได้ยินเสียงและมองเห็นมีความสัมพันธ์กับฉันท์ 5 ข้อใด

- ก. รูป
- ข. เทนา
- ค. สัญญา
- ง. วิญญาณ



8. รวีไม่ตั้งใจเรียน เพราะจิตใจหลงใหลในความสวยของหญิงที่ตนรัก แสดงว่ารวีกำลังหลงใหลในเรื่องใด

- ก. รูปฉันท์
- ข. สังขารฉันท์
- ค. เวทนาจันท์
- ง. วิญญาณฉันท์

9. ธรรมข้อใดเป็น “สังสารวัฏ”

- ก. รูป เวทนา กรรม
- ข. กิเลส กรรม วิบาก
- ค. กรรม เวทนา สังขาร
- ง. เวทนา สัญญา สังขาร

10. พระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนให้ปฏิบัติอย่างไรเกี่ยวกับฉันท์ 5

- ก. ให้ยึดมั่นถือมั่น
- ข. ทำให้เจริญยิ่งขึ้นไป
- ค. นำมาปรุงแต่งให้จิตคิดแต่สิ่งที่ดี
- ง. รูเท่าทันตามสภาพความเป็นจริงแล้วละวางไม่ยึดติด



## กระดาษคำตอบแบบทดสอบหลังเรียน

ชื่อ - สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

ข้อ	ก	ข	ค	ง
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
รวมคะแนน				







## เฉลยกิจกรรมการเรียนรู้ที่ 1.1 เรื่อง ชั้น 5-ไตรลักษณ์

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ให้ถูกต้อง (10 คะแนน)

### 1. ความหมายของอริยสัจ

คำว่า อริยสัจ มาจากคำ 2 คำคือ อริยะและสัจจะ อริยะ แปลว่า ประเสริฐ และใช้เรียกผู้บรรลุนิพพานชั้นสูงว่า พระอริยะหรืออริยบุคคล (ดูในสังฆคณ 9 ประกอบ) ส่วนสัจจะ หรือสัจ แปลว่า ความจริง อริยสัจแปลได้หลายอย่างคือ แปลว่า ความจริงอันประเสริฐก็ได้ แปลว่าความจริงของพระอริยะก็ได้ แปลว่า ความจริงที่ทำให้เป็นอริยะก็ได้ มีความหมายต่างกัน

### 2. ชั้น 5 ประกอบด้วยอะไรบ้าง

รูปชั้น เทนาศันท์ สัญญาชั้น สังขารชั้น และวิญญาณชั้น ชั้น 5 ที่มีอาสวะ (กิเลสที่หมักหมมอยู่) เข้าไปยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นสัตว์ เป็นบุคคล ตัวตน เรา เขา เชื่อว่า อุปาทานชั้น 5 ซึ่งก็คือ ชีวิต

### 3. รูปชั้น หมายถึง

รูปชั้น หมายถึง กอรูป คือส่วนที่เป็นร่างกายเกิดจากธาตุดิน น้ำ ไฟ และลม

### 4. สังขารชั้น หมายถึง

สังขารชั้น หมายถึง กอสังขาร คือส่วนที่ปรุงแต่งจิตให้คิดดี คิดชั่ว ให้ตั้งใจเรียน ให้ตั้งใจฟัง ให้เป็นคนฉลาด คนโง่ เป็นต้น

### 5. ไตรลักษณ์ หมายถึง

ไตรลักษณ์ แปลว่า ลักษณะสาม คือ อาการที่เป็นเครื่องกำหนดหมายให้รู้ความจริงของสิ่งทั้งหลายว่า มีลักษณะสำคัญ 3 ประการ เหมือนกันหมด บางทีจึงเรียกว่า สามัญลักษณ์ คือ ลักษณะที่เหมือนกัน หรือลักษณะทั่วไป คือ

## เฉลยกิจกรรมการเรียนรู้ที่ 1.2 เรื่อง ชั้น 5-ไตรลักษณ์

คำชี้แจง ให้นักเรียนเลือกคำที่กำหนดให้ในกรอบด้านล่าง เติมลงในช่องว่าง  
หน้าข้อความที่มีความหมายตรงกัน (10 คะแนน)



- .....ชั้น 5.....1. กองแห่งรูปธรรมและนามธรรมห้ามหมวด
- .....รูป.....2. สิ่งที่เป็นรูปร่าง หรือร่างกายและลักษณะอาการของร่างกาย
- .....วิญญาณ.....3. การรับรู้ทางประสาทสัมผัสทั้ง 5 และทางใจ
- .....สังขาร.....4. สภาพที่ปรุงแต่งจิตใจให้ดี ชั่ว ชอบ ไม่ชอบ หรือเป็นกลาง ๆ
- .....เวทนา.....5. ความรู้สึกสุขเมื่อพอใจ ทุกข์เมื่อไม่พอใจ หรือเฉย ๆ เมื่อไม่สุขไม่ทุกข์
- .....สัญญา.....6. ได้ยินเสียง เหมียว เหมียว ก็จำได้ว่าเป็นเสียงแมวร้อง
- .....รูป.....7. ประกอบด้วยธาตุทั้ง 4 คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ
- .....สังขาร.....8. แบ่งได้ 3 อย่างคือ คิดดี คิดชั่ว และคิดกลาง ๆ
- .....เวทนา.....9. โอ๊ย...เจ็บ
- .....วิญญาณ.....10. ความรู้แจ้งอารมณ์ทางประสาทสัมผัสทั้ง 5 และทางใจ



## เฉลยกิจกรรมการเรียนรู้ที่ 1.3 เรื่อง ชั้น 5-ไตรลักษณ์

คำชี้แจง ให้นักเรียนวิเคราะห์กรณีศึกษา แล้วตอบคำถาม (10 คะแนน)

### เรื่อง ชั้น 5

เก้ไปซื้อส้มตำที่ร้านขายส้มตำ วันนี้มีลูกค้าจำนวนมาก เก้ต้องไปยืนรอคิวนานมาก เก้มองดูแม่ค้าส้มตำ ปรงส้มตำ มีมะละกอ พริก มะนาว น้ำปลา น้ำตาล กุ้งแห้ง มีกลิ่นหอม น่ารับประทาน ทำให้รู้สึกถึงความอร่อย เก้จำได้ว่า เคยรับประทานส้มตำฝีมือแม่ค้าคนนี้ มาแล้ว คิดว่าส้มตำร้านนี้จะต้องอร่อยมาก ถึงแม้จะต้องรอคิวนาน ก็จะยืนรอต่อไป

### คำถาม

การกระทำของเก้ สอดคล้องกับกระบวนการทำงานของชั้น 5 อย่างไร  
จงยกตัวอย่างประกอบ

ตาของเก้เห็นส้มตำ (รูป) วิญญาณไปทำหน้าที่รับรู้ว่าเป็นส้มตำซึ่งมีส่วนผสม  
หลายอย่าง (จักขุวิญญาณ) เก้รู้สึกว่า ส้มตำร้านนี้น่าจะอร่อย (เวทนา) เก้จำได้ว่า เคยกิน  
แล้ว (สัญญา) เก้คิดว่า ถึงคนจะมากก็จะอดทนรอต่อไป (สังขาร) จัดเป็นกรรม



## เฉลยกิจกรรมการเรียนรู้ที่ 1.4 เรื่อง ชั้น 5-ไตรลักษณ์

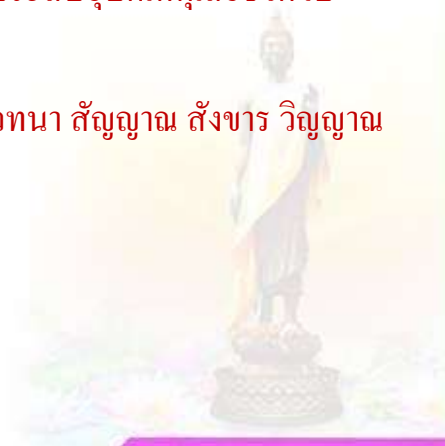
คำชี้แจง ให้นักเรียนวิเคราะห์กรณีศึกษา แล้วตอบคำถาม (10 คะแนน)



### คำถาม

ภาพดังกล่าวแสดงถึงไตรลักษณ์อย่างไร จงอธิบาย

1. อนิจจา แสดงถึงภาวะที่ไม่คงทนถาวร หรือไม่เที่ยง มีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา เมื่อเกิดมาเติบโตเป็นเด็กก็เปลี่ยนแปลงเป็นหนุ่มสาว แล้วก็แก่ ในที่สุดก็ต้องตาย
2. ทุกขตา เป็นภาวะที่ทนไม่ได้ หรือภาวะที่ขัดแย้งไม่สมบูรณ์ มีสิ่งมาขัดขวางการเปลี่ยนแปลง เช่น เด็กยังไม่ได้เติบโตเป็นผู้ใหญ่ก็เกิดประสบอุบัติเหตุเสียชีวิตไปก่อน
3. อนัตตา เป็นภาวะที่ไม่มีตัวตน ทุกสิ่งที่เป็นรูป เวทนา สัญญาณ สังขาร วิญญาณ ประกอบเป็นรูป แต่มิใช่ของเรา เป็นสิ่งสมมติ



## เฉลยแบบทดสอบก่อนเรียน

ชื่อ - สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

ข้อ	ก	ข	ค	ง
1.				×
2.	×			
3.			×	
4.		×		
5.			×	
6.	×			
7.			×	
8.				×
9.	×			
10.				×
รวมคะแนน				



## เฉลยแบบทดสอบหลังเรียน

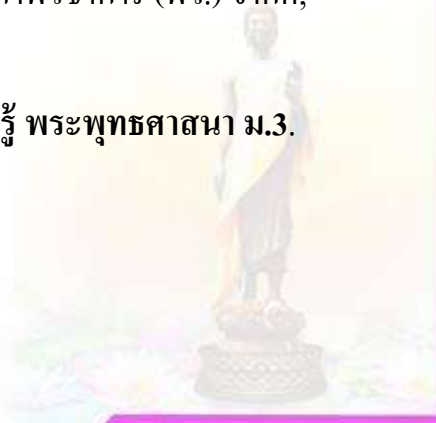
ชื่อ - สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

ข้อ	ก	ข	ค	ง
1.			×	
2.			×	
3.				×
4.		×		
5.			×	
6.	×			
7.				×
8.	×			
9.	×			
10.				×
รวมคะแนน				



## บรรณานุกรม

- จรัส พัทธมราชศักดิ์. **คู่มือการสอนพระพุทธศาสนา ม.3.** กรุงเทพฯ ฯ : โรงพิมพ์  
วัฒนาพานิช จำกัด, 2551.
- คณัฏ ไชยโยธา. **พุทธธรรม พุทธสาวก พุทธสาวิกา และชาวพุทธตัวอย่าง.** กรุงเทพฯ ฯ :  
โอเดียนสโตร์, 2551.
- ปรีชา ช้างขวัญยืน และสมภาร พรหมทา. **มนุษย์กับศาสนา.** พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ ฯ :  
โครงการเผยแพร่ผลงานวิชาการ คณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,  
2552.
- พระมหามันัส กิตติสาโร และคณะ. **หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐานสังคมศึกษา ศาสนา  
และวัฒนธรรม ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3.** กรุงเทพฯ ฯ : สำนักพิมพ์ บริษัทพัฒนา  
คุณภาพวิชาการ (พว.) จำกัด, 2550.
- พิน ดอกบัว. **ศาสนาเปรียบเทียบ.** พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ ฯ : บุรพาสานัน, 2549.
- ราชบัณฑิตยสถาน. **พจนานุกรมศัพท์ศาสนาสาทุก ฉบับราชบัณฑิตยสถาน.** (พิมพ์ครั้งที่  
ที่ 2 แก้ไขเพิ่มเติม). กรุงเทพฯ ฯ : อรุณการพิมพ์. หน้า 65-66, 2548.
- วิทย์ วิศทเวทย์ และคณะ. **พระพุทธศาสนา ม.3.** พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพฯ ฯ : อักษร  
เจริญทัศน์ อจท. จำกัด, 2550.
- วิทย์ วิศทเวทย์ และเสถียรพงษ์ วรรณปก. **หนังสือเรียนพระพุทธศาสนา ชั้นมัธยมศึกษา  
ปีที่ 3.** กรุงเทพฯ ฯ : อักษรเจริญทัศน์, 2555.
- สถาบันพัฒนาคุณภาพวิชาการ. **ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ “ศาสนา  
ศีลธรรม จริยธรรม”.** กรุงเทพฯ ฯ : บริษัทพัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.) จำกัด,  
2550.
- สุรภา กรุดอินทร์ และคณะ. **แบบวัดและบันทึกผลการเรียนรู้ พระพุทธศาสนา ม.3.**  
กรุงเทพฯ ฯ : อักษรเจริญทัศน์ อจท. จำกัด, 2550.







ภาพที่ 1.1 เทวทูตทั้ง 4

[http://www.photoontour9.com/gallery/watchetawan/watchetawan\\_23.htm](http://www.photoontour9.com/gallery/watchetawan/watchetawan_23.htm)

ภาพนี้ใช้แทนภาพหน้า 10



<http://oknation.nationtv.tv/mblog/entry.php?id=998940>

ใช้ภาพนี้แทนภาพหน้า 12

**บรรณานุกรมยังไม่ได้หาค่ะ**



