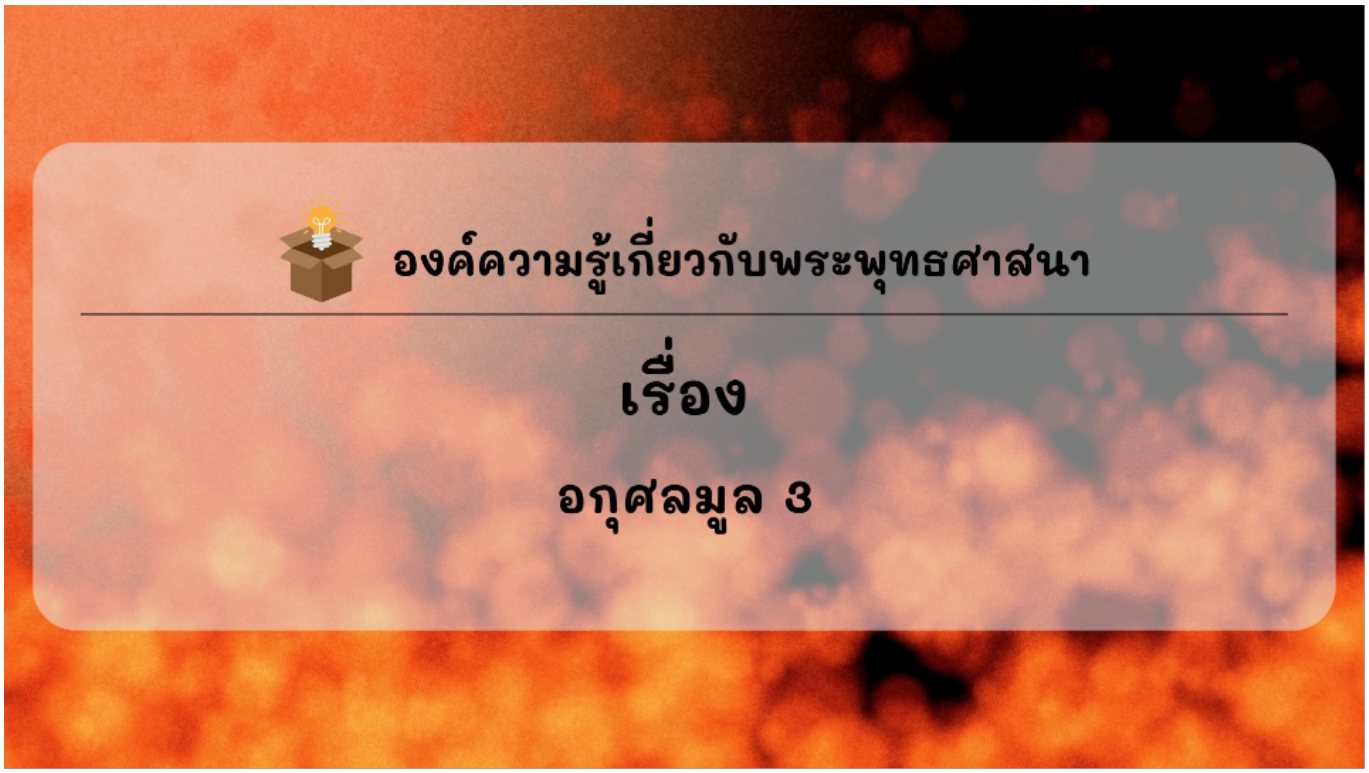
องค์ความรู้ที่น่าสนใจเกี่ยวกับพระพุทธศาสนา ประจำเดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2568



อกุศลมูล 3

โลภะ

ความอยากได้
ที่ผิดทำนองคลองธรรม

โทสะ

ความโหดร้าย
ใจร้อน อาฆาตพยาบาท

โมหะ

ความโง่เขลา
ขาดการพิจารณา
ผิดชอบ ชั่วดี

กองทุนส่งเสริมการเผยแผ่พระพุทธศาสนาเฉลิมพระเกียรติ 80 พรรษา 02 209 3729

โลภะ

ถือเป็นพลังผลักดันตามธรรมชาติของมนุษย์ แต่เมื่อมากเกินพอดี มันจะบิดเบือนหลักศีลธรรม ทำให้ยึดประโยชน์ส่วนตนเป็นใหญ่ และละเลยความถูกต้องเหมาะสม

สาเหตุ

1. ความกลัวบกพร่องหรือขาดความมั่นคง
2. สังคมยกย่องแต่ความรวยและความสำเร็จ
3. โครงสร้างการแข่งขันสูง แสวงหาแต่ความได้เปรียบ

ผลกระทบ

1. ความเครียดจากความอยากไม่รู้จบ
2. ความไม่ซื่อสัตย์และการแสวงหาผลประโยชน์
3. ความเหลื่อมล้ำทางสังคม

หนทางแก้ไข

1. ลดความยึดมั่นด้วยสติรู้เท่าทันความอยาก
2. ยึดมั่นในศีล ความซื่อตรง และเจตนาอันบริสุทธิ์
3. ปลูกฝังการให้ การแบ่งปัน และการบริโภคอย่างพอเพียง

กองทุนส่งเสริมการเผยแผ่พระพุทธศาสนาเฉลิมพระเกียรติ 80 พรรษา 02 209 3729

โทสะ

ความโกรธเป็นกิเลสที่ลุกลามรวดเร็วราวกับไฟ
ทำให้จิตใจมืดบอด ปิดกั้นปัญญา การตัดสินใจ
ในภาวะโกรธจึงมักผิดพลาด และย้อนกลับมา
ทำร้ายตนเองก่อนเสมอ

สาเหตุ

1. ความคาดหวังสูงเกินจริง
2. ความเหนื่อยล้า อารมณ์สะสม
3. สังคมที่เต็มไปด้วยความกดดัน

ผลกระทบ

1. ทำลายความสัมพันธ์อย่างรวดเร็ว
2. การตัดสินใจด้อยคุณภาพ สูญเสียโอกาส
3. ทำร้ายสุขภาพจิตและร่างกาย

หนทางแก้ไข

1. รู้ทันอารมณ์ ใช้สติจับสัญญาณโกรธตั้งแต่แรก
2. ตั้งสติก่อนโต้ตอบหายใจลึกๆ, ใช้อุเบกขา, ไม่ตัดสินทันที
3. ตอบด้วยปัญญา พูดหรือทำสิ่งที่ลดปัญหา ไม่เพิ่มปัญหา

กองทุนส่งเสริมการเผยแผ่พระพุทธศาสนาเฉลิมพระเกียรติ 80 พรรษา 02 209 3729

โมหะ

เป็นเหมือนพื้นดินที่ทำให้โลภะและโทสะงอกงาม
เพราะเมื่อไม่รู้เท่าทันเหตุปัจจัย เราย่อมตัดสินใจ
ผิดพลาด และถูกครอบงำได้ง่าย

สาเหตุ

1. ขาดสติ จึงไม่รู้เท่าทันความคิดและอารมณ์ของตนเอง
2. รับข้อมูลผิดๆ หรือข้อมูลด้านเดียว
3. เลียนแบบพฤติกรรมสังคมโดยไม่ใช้ปัญญา

ผลกระทบ

1. ตัดสินใจผิดซ้ำซาก
2. หลงเชื่อข่าวปลอมหรือกระแสสังคม
3. ชีวิตไม่ก้าวหน้าเพราะไม่เห็นเหตุผลของสิ่งที่เกิดขึ้น

หนทางแก้ไข

1. ฝึกสติเป็นกิจวัตรในชีวิตประจำวัน
2. ตั้งคำถามกับความคิดตนเอง ว่าจริงไหม? มีหลักฐานไหม?
3. เปิดมุมมองใหม่ด้วยการฟังหรือสนทนากับผู้คนหลากหลาย

กองทุนส่งเสริมการเผยแผ่พระพุทธศาสนาเฉลิมพระเกียรติ 80 พรรษา 02 209 3729