

พุทธวิธี เตรียมตัว ตาย



โดย...

พระธรรมสิงหบุราจารย์
(หลวงพ่ोजรัญ จิตธมฺโม)



สุดยอดแห่งพระวิปัสสนาจารย์ผู้สอนวิธีปฏิบัติกรรมฐานแก่กรรม



อ่านลิบรอบ คิดลิบหน ฟีกฝนปัญญา ฉลาดใช้ เฉลียวคิด ชีวิตสนุก สุขสงบ เย็น

พุทธวิธี เตรียมตัว ตาย

มีสติไม่สร้างกรรมใหม่

เผชิญกรรมเก่าอย่างไม่เป็นทุกข์ ด้วยกรรมฐาน

บทสวดชานะมาร ชุต

“อิสิवासู พานุงมหากา คาตาชนะมาร”

โดย...

พระธรรมสิงหบุราจารย์
(หลวงพ่อจรัญ ฐิตธมฺโม)

เจ้าอาวาสวัดอัมพวัน อ.พรหมบุรี จ.สิงห์บุรี

Dhamma Guide : D.G. ทีวี จุฑมสวนังกูร

ออกแบบปก : อนุชิต คำของเมือง

ภาพประกอบ : ภัททศิลป์อน โกศลวัฒน์

บรรณาธิการสาระ : ศักดิ์สิทธิ์ พันธุ์ศักดิ์

บรรณาธิการศิลปะ : อนุชิต คำของเมือง

รูปเล่ม/จัดอาร์ต : กัญญ์รัฐ ทองโสม



ธรรมชาติสร้างสุขแก่โลก

การให้ธรรมะเป็นทาน จัดเป็นทานที่มีผลมาก ผู้ใดให้ธรรมะเป็นทาน ผู้นั้นชื่อว่า **ได้สร้างบารมีที่ยิ่งใหญ่** เพราะนอกจากจะเป็นการให้แสงสว่าง คือปัญญาแก่คนแล้ว ยังช่วยให้คนมีคุณธรรมในใจให้คนเป็นคนดีอีกด้วย

พระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญว่า “สพฺพทานํ ธมฺมทานํ ชินาติ การให้ธรรมะเป็นทาน ชนะการให้ทั้งปวง” การที่พระองค์ตรัสเช่นนั้น เพราะการให้ธรรมะเป็นทานเป็นการให้สิ่งที่มีค่าที่หาไม่ได้จากการให้ทานด้วยวัตถุอย่างอื่น

ปัจจุบัน โลกกำลังเผชิญกับปัญหาภาวะโลกร้อน ซึ่งเป็นภัยที่น่ากลัว แต่ภัยที่น่ากลัวและทำให้โลกร้อนยิ่งกว่า ก็คือ ภาวะโลกขาดธรรม ส่งผลให้จิตใจของมนุษย์ถูกแผดเผาด้วยไฟกิเลส แห้งแล้ง เป็นทุกข์ ไร้ชีวิตชีวา ขาดความชุ่มชื้น

ธรรมะเปรียบดั่งน้ำที่จำเป็น เปรียบเหมือนป่าไม้ที่อุดมสมบูรณ์ การช่วยให้ผู้คนในโลกได้เข้าถึงและสัมผัสกับธรรมะ จึงเป็นการคืนความสุข ความสดชื่นแก่ผู้คนแก่สังคม และแก่โลก

ทุกท่านสามารถให้ธรรมะเป็นทานได้ง่ายๆ ด้วยการช่วยบอก ช่วยสอน ช่วยแนะนำให้คนรอบข้างได้รู้จักใช้ธรรมะแก้ไขปัญหาในชีวิตประจำวัน หรือ**การหยิบยื่นหนังสือธรรมะดีๆ สักเล่มหนึ่งให้เขาได้อ่าน ก็ได้ชื่อว่า ได้บำเพ็ญธรรมทาน** เช่นเดียวกัน

การพิมพ์หนังสือธรรมะแจกเป็นธรรมทาน ถือเป็นการเติมเชื้อธรรมะนิวเคลียร์ **DNC (Dhamma NuClear)** ให้แผ่กระจายอย่างทั่วถึงและยาวนาน ดังสุภาสิตจีนที่ว่า

“คำพูดหนึ่งคำ สอนคนได้ ๑ ปี
หนังสือหนึ่งเล่ม สอนคนได้ ๑๐๐ ปี”

คำนำ

พระพุทธเจ้าตรัสความเชื่อที่ถูกต้องและเป็นประโยชน์ไว้ ๔ ประการ คือ

๑. **กัมมัสสัทธา** เชื่อว่ากรรมมีจริง
๒. **วิปากัสสัทธา** เชื่อว่าผลของกรรมมีจริง
๓. **กัมมัสสกตาสัทธา** เชื่อว่ากฎของกรรมมีจริง คือเชื่อว่าใครทำดีย่อมได้ดี ทำชั่วย่อมได้ชั่ว
๔. **ตถาคตโพธิสัทธา** เชื่อในปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า

ในความเชื่อทั้ง ๔ ประการ ๓ ข้อแรกเป็นความเชื่อเกี่ยวกับเรื่องของกรรมทั้งหมด กรรมจึงถือเป็นเรื่องใหญ่ของสรรพสัตว์ทั้งหมด ดังคำที่พระเดชพระคุณ พระธรรมสิงหบุราจารย์ (หลวงพ่ोजรัญ ฐิตธมฺโม) กล่าวไว้ในหนังสือเล่มนี้ว่า **“ปัญหาของชีวิตของแต่ละคน คือ ‘กฎแห่งกรรม’ แก้ให้กันไม่ได้ ตัวใครตัวมัน ต้องแก้ด้วยตัวเอง”** ซึ่งตรงกับพุทธพจน์ที่ว่า **กมฺมุณา วตฺตตี โลกิ** สัตว์โลกย่อมเป็นไปตามกรรม

การยอมรับในเรื่องกฎแห่งกรรมนั้น อาจทำให้หลายคนเข้าใจผิดว่าพระพุทธศาสนาสอนให้เป็นคนงอมืองอเท้ารอรับแต่ผลกรรมอย่างเดียว แต่ถ้าหากเราได้ศึกษาให้เข้าใจถึงกฎแห่งกรรมอย่างแท้จริงแล้วจะเข้าใจว่า พระพุทธศาสนาไม่ได้สอนให้ยอมรับในกฎแห่งกรรมแบบงอมืองอเท้า แต่สอนให้รู้จักยอมรับกฎความจริงของธรรมชาติและปฏิบัติตนให้อยู่กับกฎของธรรมชาตินั้นอย่างมีความสุข

หนังสือ **พุทธวิถีเตรียมตัวตาย** เล่มนี้ เป็นบทพระธรรมเทศนาของพระธรรมสิงหบุราจารย์ (หลวงพ่ोजรัญ ฐิตธมฺโม) วัดอัมพวัน จ.สิงห์บุรี ทางสำนักพิมพ์เห็นว่า เป็นบทพระธรรมเทศนาที่ดีมีประโยชน์ ช่วยให้คนเข้าใจกฎแห่งกรรมได้อย่างแจ่มแจ้ง จึงนำมาจัดวรรคตอน ซอยแบ่งหน้า ย่อหน้า ตั้งหัวข้อย่อย เหยาะสีอักษร วาดภาพประกอบพร้อมคำการ์ตูน ทำเชิงอรรถเสริมคำอธิบาย เพื่อให้ผู้อ่านอ่านง่ายและเข้าใจเนื้อความได้อย่างรวดเร็ว แจ่มแจ้งยิ่งขึ้น และได้รับความเมตตากรุณาจาก อาเจิน (คุณมณฑนจิตต์เกษม จงพิพัฒน์ยิ่ง) เสริมธรรม ขอกราบขอบพระคุณ พระเดชพระคุณหลวงพ่อกู้เป็นเจ้าของผลงานไว้ ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอการเตรียมพร้อมในชีวิตจงมีแต่ทุกท่าน

พี่ คุณสมพงษ์ (เมธีคุณ)

ศึกษา ๗ เส้นทางหลังการตาย

ก่อนที่จะตายนั้น เราควรจะรู้เส้นทางเดินแห่งชีวิตเสียก่อนว่า เมื่อคนเราสิ้นชีวิตลงแล้ว จะต้องเดินไปสู่เส้นทางไหนบ้าง ซึ่งเส้นทางเดินหลังความตายนั้น มีอยู่ ๗ สายด้วยกัน คือ

๑. ทางไป**นรก** ทางสายนี้สามารถไปได้ด้วยอำนาจของ**โทสะ** คือ **ความโกรธ**

๒. ทางไปเป็น**เปรตอสุรกาย** ทางสายนี้สามารถไปได้ด้วยอำนาจของ**โลภะ** คือ **ความโลภ** อยากได้ของผู้อื่นมาเป็นของตน หรือความหวงแหนทรัพย์สินสมบัติที่ตนเองมีอยู่จนเกินพอดี

๓. ทางไปเป็น**สัตว์ดิรัจฉาน** ทางสายนี้สามารถไปได้ด้วยอำนาจของ**โมหะ** คือ **ความลุ่มหลงมัวเมา**ในสิ่งต่างๆ เช่น ทรัพย์สินสมบัติ หรือข้าทาสบริวาร สามี ภรรยา บุตรชาย-หญิง เป็นต้น

๔. ทางไปเป็น**มนุษย์** ทางสายนี้สามารถไปได้ด้วยอำนาจของ**ศีล ๕** และ**กุศลกรรมบถ ๑๐^๑** ประการ มีเว้นจากการฆ่าสัตว์ เป็นต้น

๕. ทางไป**สวรรค์** ทางสายนี้สามารถไปได้ด้วยอำนาจของ**มหากุศล** เช่น การให้ทาน การพึ่งเทศน์หรือศึกษาเล่าเรียนธรรมะหรือการบริจาคทรัพย์สินเพื่อก่อสร้างถาวรวัตถุไว้ในศาสนาหรือเพื่อประโยชน์แก่สาธารณชน เช่น โบสถ์ วิหาร วัดวาอาราม สร้างสะพานหรือถนน เป็นต้น

๖. ทางไป**พรหมโลก** ทางสายนี้สามารถไปได้ด้วยอำนาจของ**ฌาน^๒** คือ ผู้ต้องการจะไปพรหมโลกต้องเจริญ**สมถกรรมฐาน^๓** จนสามารถบรรลุฌานตั้งแต่ปฐมฌาน เป็นต้น

^๑ กุศลกรรมบถ ๑๐ คือ ๑. เว้นจากการฆ่าชีวิต ๒. เว้นจากการถือเอาของที่เขาไม่ได้ให้ ๓. เว้นจากประพฤติผิดในกาม ๔. เว้นจากพูดเท็จ ๕. เว้นจากพูดส่อเสียด ๖. เว้นจากพูดคำหยาบ ๗. เว้นจากพูดเพ้อเจ้อ ๘. ไม่โลภคอยจ้องเอาของได้ของเขา ๙. ไม่คิดร้ายเบียดเบียนเขา ๑๐. เห็นชอบตามคลองธรรม

^๒ ฌาน อ่านว่า ชาน แปลว่า การเพ่ง หมายถึง การเพ่งอารมณ์จนใจตั้งมั่นแน่วแน่

^๓ สมถกรรมฐาน อ่านว่า สะ-นะ-อะ-ถา-นะ-ถาน แปลว่า กรรมฐานเป็นอุบายทำให้ใจสงบ หมายถึง การฝึกจิตให้สงบแน่วแน่เป็นสมาธิ

๗. ทางไป**นิพพาน** ทางสายนี้สามารถไปได้ด้วยอำนาจของการ
เจริญสติปัฏฐาน ๔ หรือการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน^๑ ดังพระบาลีว่า
“เยเนว ยนุติ นิพพานิ พุทฺธา เตสญฺจ สวากา เอกายเนน มคฺเคน สติปัฏฐาน
สญฺญินา พระพุทธเจ้าและเหล่าพระสาวก ไปสู่พระนิพพานด้วยทางสายใด
ทางสายนั้นอันนักปราชญ์รู้ทั่วถึงกันแล้วว่าได้แก่ **สติปัฏฐาน**” ซึ่งเป็นทาง
สายเอก เป็นทางสายเดียวเท่านั้น ที่จะนำสรรพสัตว์ไปสู่**นิพพาน**”

หนทางทั้ง ๗ สายนั้น ๖ สายแรก เราทุกคนต่างได้เคยท่องเที่ยวมา
ทั้งหมดแล้ว ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า การเวียนว่ายตายเกิดของสัตว์ตน
หนึ่งๆ ในวัฏสงสาร นับจำนวนครั้งไม่ถ้วนมากกว่าเม็ดทรายในมหาสมุทร
การที่สัตว์ผู้หนึ่งไม่เคยเกิดเป็นเทวดา พรหม หรือสัตว์ในอบายภูมิเป็นไม่มี
เหลือเพียงหนทางเดียวเท่านั้นที่เราทั้งหลายยังไม่เคยเดิน คือทางดำเนินไป
สู่พระนิพพาน ทางที่นำไปสู่ความสิ้นทุกข์ นำตนออกจากวังวนการเวียน
ว่ายตายเกิด เราทุกข์มานานพอแล้ว น้ำตาที่หลั่งออกมาด้วยความเสียใจ
มีมากกว่าน้ำในมหาสมุทรเสียอีก ท่านยังปรารถนาที่จะทุกข์ซ้ำๆ อย่างนี้ไป
จนถึงเมื่อไร

โปรดจงได้สติ อย่าหลงเพลิดเพลินในมายาแห่งทุกข์ อย่าปรารถนา
การเสพสุขอยู่เลย จงบ่ายหน้าตั้งเป้าหมายสู่พระนิพพานด้วยการดำเนินตาม
มรรคมีองค์ ๘ รีบเร่งเจริญสติปัฏฐาน ๔ เพื่อนำพาตนให้พ้นทุกข์ถึงพระ
นิพพาน

ในเร็ววันในชาตินี้เกิด สาธุ สาธุ สาธุ

ทวี อุดมสวนังกูร ผู้เรียบเรียง

^๑ อ่านว่า วิ-ปัส-สะ-นา-กั-มา-ธ-ธาน แปลว่า กรรมฐานเป็นอุบายเรื่องปัญญา หมายถึง การปฏิบัติธรรมที่
ใช้ปัญญาพิจารณาเป็นหลักจนเกิดความรู้แจ้งเห็นจริง
^๒ อ่านว่า ส-ติ-ปัส-ส-ถาน แปลว่า ที่ตั้งของสติ คือการฝึกสติไว้เพื่อการพิจารณากาย เวทนา จิต ธรรม เป็น
อารมณ์เพื่อให้เห็นความจริงว่า สิ่งเหล่านี้มิใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา แล้วถ้าถอนความยึดมั่น
ถือมั่นเสีย

พุทธวิธีเตรียมตัวตาย



เจริญพร...

ท่านผู้ใคร่ธรรมสั่งมาปฏิบัติ^๑ ทุกท่าน
 อาตมา ขออนุโมทนาแก่ท่านที่มองเห็นการณ์ไกล นิมนต์อาตมา
 ให้บรรยายเรื่อง "พุทธวิธีเตรียมตัวตาย" เป็นหัวข้อที่ดีมาก ไม่มีใครคิด
 ขึ้นมา คิดมองกันแต่ข้างหน้า ไม่มองย้อนหลัง



โปรดใช้เต็มมีเสด็จสุดศรม & อ่านแก้ว -> แปงกันอ่านหลายท่านนะจะ
 อ่านสิบรอบ ระคนสมณะศีลศิบหน สิกขณปัญญา ทัศนากการประกุคใช้ในชีวิตประจำวัน
 จิตนิสคสิสนปัญญะ รุทักทนสรรหสิ่ง จกาลใช้ เลติขะสิต

ชีวิตชกสนุก สงบ นิ่ง ยิ้ม เย็น เป็นสุขเฉกเช่นพระนิพพาน
 เห็นทางออกของปัญหา

สร้างสรรค์สิ่งดีงามใหม่ๆ ได้ประโยชน์ และความสุขมากกว่าเดิม
 สำนึกพิมพ์เสียบเวียง เกษะรคี่อพุทธศกสน์ ปวารณนให้ทุกคนมีความสุข

^๑ ธรรมสั่งมาปฏิบัติ มาจากคำว่า ธรรมะ (คำสอน) + สั่งมา (ชอบ) + ปฏิบัติ (ปฏิบัติ) แปลรวมกันว่าการปฏิบัติชอบตามคำสอนของพระพุทธเจ้า



ท่านทั้งหลายโปรดพิจารณา **โลกกำลังจะแตกแล้ว** **ขาดความ**
สามัคคี **หาความพอดีไม่ได้** เดินสวนทางกันหมดแล้ว ประเทศจะเหมือน
เมื่อ พ.ศ. ๒๓๑๐ สมัยกรุงศรีอยุธยาราชธานี^๑ ที่ผ่านมา

ปัจจุบันโลกเจริญมาก แต่...จิตใจเลวที่สุด...

เดี๋ยวนี้...เด็กติดยาเสพติดกันมาก
เด็กไม่เรียนหนังสือกันนั้น เป็นเพราะเหตุประการใด ?

สถิติเด็กกลุ่มสาว ม.๕ ม.๖ ติดโรคเอดส์มาก

ตรวจโรคเอดส์ ตรวจอย่างไร

ดูตากับลิ้น ไม่ต้องไปตรวจ

ปัสสาวะ ขอมฉากพยาบาลไว้ด้วย

ตรวจตากับแลบลิ้นดู คล้ายๆ เป็น

ทายเป็นจุดๆ แล้วก็กำลังถอยลงไป

นั่นแหละโรคเอดส์

เรื่องยาเสพติด

ก็พูดกันมาก แต่โรคนี้มากกว่า

ไม่มีใครรู้เลย เป็นที่น่าเสียดาย

ในชีวิตของเขามาก ท่านผู้เป็น

บิดามารดาโปรดพิจารณาด้วย



^๑ พ.ศ. ๒๓๑๐ ปรากฏคำสอนเมื่อกรุงศรีอยุธยาเป็นราชธานี ครั้งที่ ๒ ตำนานพระอภัยมณีของสุนทรภู่



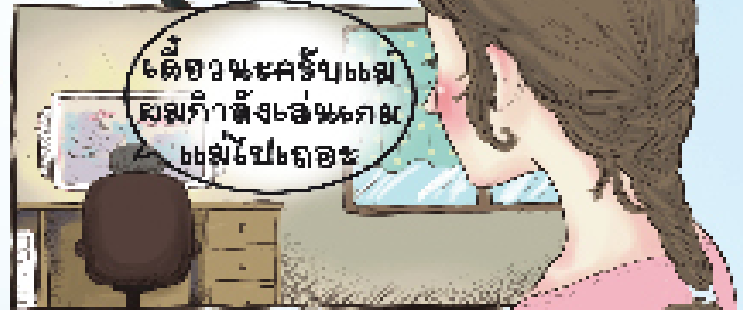
พ่อแม่ต้องอยู่ใกล้ อย่าให้เด็กหลงทาง

ถ้าท่านเป็นบิดามารดา... ไม่ได้ดูแลเลย จะเสียใจต่อภายหลัง
นี่เป็นความสำคัญของชีวิตในระยะกลาง

อย่าให้ลูกอยู่ว่าง
อย่าให้ห่างผู้ใหญ่
จะหลงทางได้ง่าย



ท่านเตรียมตรงนี้หรือยัง ?



- จะไปเตรียมตอนแก่
- แล้วจึงเข้าวัด
- จะเกิดประโยชน์ไหม ?
- เข้าวัดตอนแก่
- จะเข้าไปทำไม ?
- ควรจะเตรียมตัวตั้งแต่เป็นเด็ก...



ต้นนิพนธ์นิพนธ์ พ.ศ. ๒๕๕๓ ร่วมโครงการเกาหลีโพธิ์พุทธโปสถิตถาวรนิพนธ์ โพธิ์
ปัญญา ป่าละโว้พุทธนิพนธ์นิพนธ์ ๓ ปีสาม การดำเนินงานเพื่อใช้เป็นศูนย์รวมพุทธนิพนธ์
ต้นนิพนธ์นิพนธ์ นิพนธ์นิพนธ์



พัฒนาถูกที่ เอาดีได้แน่

ศาสนาขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้านี้ “ยอดพัฒนาจริงๆ” เริ่มพัฒนาจิตคน พอพัฒนาจิตแล้วคนก็อยากมีการศึกษาอยากจะแสวงหาความรู้ เรียกว่า “พัฒนาการศึกษา” พอพัฒนาการศึกษาเสร็จแล้ว ทุกคนก็อยากจะทำประกอบอาชีพการงาน พัฒนาเศรษฐกิจ ให้เศรษฐกิจดีขึ้น

ถ้าจิตใจดีแล้วก็จะพัฒนาอย่างนั้น... สุดท้าย... ก็พัฒนาสังคม อยู่ด้วยความเมตตาและปรานี อารีเอื้อเฟื้อ ชาติเหลือคอยดุกัน

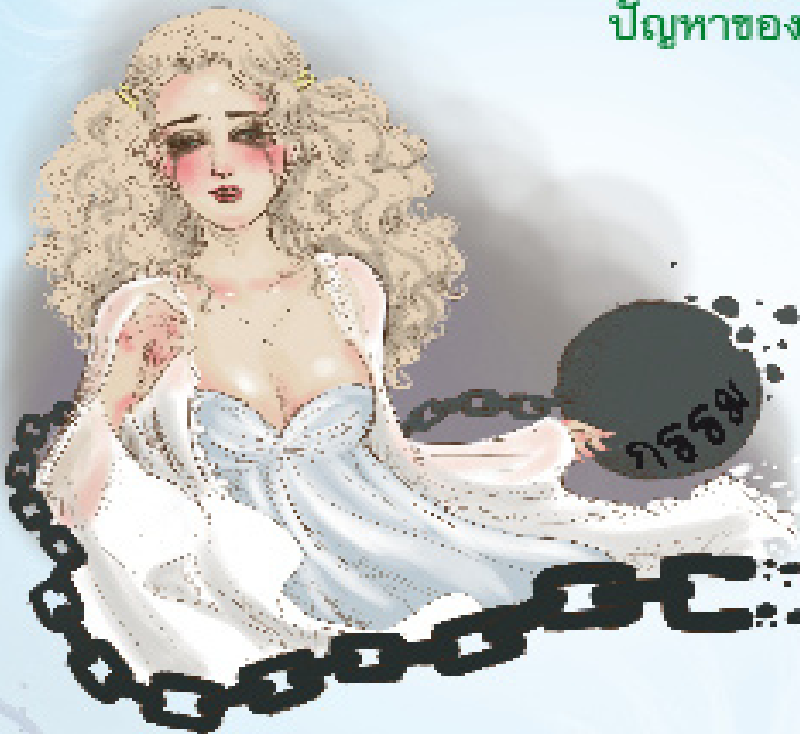
ถ้าพัฒนาผิดที่ ก็เอาดีไม่ได้
ถ้าสร้างความดีถูกสถานที่
ถูกตัวบุคคล ถูกกาลเทศะ
และเสมอต้นเสมอปลาย
รับรองผู้นั้นดีแน่

ปลูกต้นไม้โตโตกร้อน
ปลูกความดี ใจร้อน โกรธเย็น



ณ กรุงเทพมหานคร คนไทยฆ่ากันเอง ๑๔ ต.ค. ๑๖, อีก ๓ ปีต่อมา ๖ ต.ค. ๑๙, อีก ๑๖ ปีต่อมา พ.ค. ๓๕, อีก ๑๗ ปีต่อมา เม.ย. ๕๒, อีก ๑ ปีต่อมา เม.ย. ๕๓ อนาคตคงไม่ฆ่ากันเอง หากกระทรวงศึกษาธิการและรัฐบาลทุกชุด เพิ่มจำนวนชั่วโมงเรียน ๕๐% เป็นการลงมือพัฒนาจิตคนจริงๆ พัฒนาอะไรก็ผิด ถ้าจิตไม่พัฒนา

ปัญหาของชีวิตเกิดจาก กรรมชั่วที่ตัวสร้าง



ขอเจริญพรพี่น้องทุกคนว่า

ปัญหาของชีวิตของแต่ละคนคือ

“กฎแห่งกรรม”

แก้ให้กันไม่ได้

ตัวใครตัวมัน

ต้องแก้ด้วยตัวเอง

คนอื่น

จะไปแก้ไขเขา

ก็ไม่ได้

พระพุทธเจ้าจบ ๑๘ ดอกเตอร์ ๑๘ ศาสตร์ เรียนมาหมดทุกอย่างแล้ว เพราะเหตุใด จึงต้องเสด็จบรรพชา

ท่านต้องการไปหาวิชาแก้ปัญหาชีวิต วิชาแก้ทุกข์ ต้องใช้เวลาไปเรียนวิชานี้ถึง ๖ ปี กว่าจะได้วิชานี้มาให้เรา

“วิชาแก้ปัญหาชีวิต วิชาแก้ปัญหาทุกข์”

แต่เรากลับเอาไปทิ้ง ไม่เคยมีใครนำมาใช้เลย มีแต่สร้างความทุกข์หาความสนุกในสังคมนั่น



TOP HIT & ทฤษฎี

ผู้ที่มีทุกข์มาที่วัดอัมพวัน มี ๕ ประการ ได้แก่



๑. ครอบครัวไม่มีความสุข



๒. ผิดหวังในชีวิต แก้ปัญหาไม่ได้

ผูกคอตาย ฆ่าตัวตาย เป็นโรคทันสมัยกันมาก โรคทันสมัยก็คือ โรคประสาท

สำนักพิมพ์เรืองเสียง เนืองนเพื่อนพุทธศาสน์



๓. ลูกไม่เรียนหนังสือ

อย่างนี้ อย่าโทษเด็ก เด็กติดยาเสพติด อย่าโทษเด็ก อาตมาโทษแม่ แม่ไม่ได้เป็นแม่แบบ แม่แผน แม่แปลน ใช้ไม่ได้ แม่บ้านการเรือน**เคหศาสตร์**^๑ ไม่ดี

ถ้าแม่บ้านการเรือน**เคหศาสตร์**ดี สามีจะเจ้าชู้ หรือเล่นการพนัน ก็ไม่เป็นไร แม่บ้านเอาลูกไว้ได้แน่นอน ลูกได้ดีหมดทุกคน อาตมาจึงเขียนขึ้นมาว่า...

**“กันอยู่ที่แม่ แก้ออยู่ที่พ่อ ก่ออยู่ที่ลูก
ปลูกอยู่ที่ครู ความรู้อยู่ที่ศิษย์ จะได้เป็นมิตรกัน”**

^๑ อ่านว่า **เค-หะ-ศาสตร์** แปลว่า ความรู้เกี่ยวกับการบ้าน การเรือน ดังที่โบราณกล่าวไว้ว่าผู้หญิงต้องมี **เรือน ๓ น้ำ ๔ เรือน ๑** คือ ๑. เรือนผสม รักษาผมหวี ร่างกายสะอาดอยู่เสมอ ๒. เรือนไฟ (ครัว) จัดเก็บทำความสะอาดอุปกรณ์ในครัวให้เรียบร้อย ไม่ปล่อยไฟลุกปรกนากะลือลู่ ๓. เรือนนอน ดูแลบ้านเรือน จัดเก็บข้าวของให้สะอาดเรียบร้อย ไม่สกปรกสกปรกรุงรัง, **น้ำ ๔** คือ ๑. น้ำดื่มน้ำใช้ ๒. น้ำคำ ๓. น้ำใจ ๔. น้ำอดน้ำทน