

คำสอนของท่านอาจารย์ พุทธทาสภิกขุ รวม 309 หัวข้อ

Posted on กรกฎาคม 13, 2016

ความสำราญกาย
ต้องคลั่งทรมไปด้วย
ความรุ่มร้อนทำใจเสมอ.



1. พระพุทธเป็นพ่อ พระธรรมเป็นแม่ พระสงฆ์เป็นพี่
2. พุทธะเป็นใครก็ได้ ถ้าเป็นผู้รู้ – ตื่น – เบิกบาน
3. นิพพานในทุกความหมาย ไม่เกี่ยวกับความตาย
4. นิพพานเป็นของได้เปล่า เมื่อสลัดตัวกูออกไปเสีย
5. นิพพานในความหมายของชาวบ้าน (นิพพุโต) ก็มีอยู่
6. นิพพานในปัจจุบัน (เมื่อจิตว่าง) เรียกสามายิกนิพพาน เป็นสิ่งควรสนใจ
7. นิพพานหาพบได้ที่วิญญูสงสาร
8. นิพพานคือ “ตัวกู” ตายเสียก่อนแต่ร่างกายตาย
9. ทำงานและมีชีวิตอยู่ด้วยจิตว่างจากตัวกู
10. ทุกเรื่องและทุกอย่าง ขึ้นอยู่กับจิตสิ่งเดียว

11. ปากอย่างใจอย่าง หนทางแห่งยอดสุข
12. กิเลสกับโพธิ์ ล้วนแต่เป็นสังขารธรรมด้วยกัน
13. มีสติเมื่อผัสสะ ก็ไม่มีทางที่จะเกิดทุกข์
14. เพชรในห้วคางคก (ความรู้ที่ทุกข์สอนให้) นั้นมีอยู่
15. ตัวกู – ของกู จอมศัตรูตัวร้ายกาจ
16. เนื้อความหมายแห่งของคู่ทุกชนิด คืออิสระ
17. เรื่องดี – ชั่ว สุข – ทุกข์ บุญ – บาป ยังมีใช้ความสงบ
18. นรกสวรรค์ในพุทธศาสนา มีอยู่ที่อายตนะนั้นแหละ
19. ที่มาแท้จริงของสุขและทุกข์ คือการทำผิดหรือทำถูก ต่อกฎอิทัปปัจจตา
20. อย่าไปกินเนื้อกินผัก กินแต่อาหารไม่มีโทษก็พอ

21. ขรवासธรรม มิใช่สำหรับขรवासจมปลักอยู่ในความเป็นขรवास แต่เพื่อพ้นจากความเป็นขรवास
22. วรรณะโดยกำเนิด เล็กได้ โดยการงาน นั้นเป็นสิ่งที่ใคร่ไม่สามารถเล็กได้
23. พระพุทธเจ้าทุกพระองค์ มิได้ตรัสรู้ในมหาวิทยาลัย
24. พระอรหันต์ทุกองค์ก็ได้บรรลุในมหาวิทยาลัย
25. ผู้ทำบุญไปสวรรค์ต้องรู้ไว้ว่า เทวดาเขาต้องจุติมาสุคติกันที่มนุษย์โลก
26. คำว่าศาสนาในความหมายสูงสุด คือวิธีการเพื่อความรอด ทุกชนิดทุกระดับ
27. แม้แต่สัตว์และต้นไม้พืชพันธุ์ ก็ต้องมีศาสนาตามแบบของตน ๆ คือระบบเพื่อความรอด
28. สอนธรรมะยาก เพราะภาษาที่ใช้อยู่ มิใช่พอ
29. คำว่าสังขาร แปลว่าของปรุง – การปรุง, มิใช่ร่างกายคร่ำคร่าสำหรับจะตาย
30. พุทธศาสนาทำให้รู้จักทุกอย่างที่เกี่ยวกับชีวิตในลักษณะที่ไม่เกิดทุกข์

31. ชีวิตใหม่ คือชีวิตที่มีปัญหาและคำถามเกี่ยวกับความทุกข์จางลงและหมดไป
32. ทั้งชั่วทั้งดีล้วนแต่อัปปริย (ไม่มีความสงบ) จะเอาความสงบต้องพ้นชั่วพ้นดี เหนือบาปเหนือบุญ
33. ยิ่งเจริญคือยิ่งบ้าด้วยวิตถุ, ยิ่งบาก็ยิ่งเห็นว่าเป็นความเจริญ
34. สิ่งเลวร้ายที่ต้องรู้จักเรื่องแรกที่สุด ก็คือเรื่องนิรณทั้งห้านั้นเอง, ถ้าไม่รู้จักก็ไม่อาจรู้เรื่องกิเลส
35. การเป็นเกลอกับธรรมชาติ เป็นสิ่งที่ไม่มีใครสนใจ

36. หัวใจพุทธศาสนาที่สัญลักษณ์กางเขน “ตัดตัวกู”
37. หัวใจพุทธศาสนาที่หน้าแรก ๆ ของไบเบิล คือไม่ยึดติดในความดีและความชั่ว ซึ่งจะต้องตาย
38. ทุกคนสามารถเป็นพุทธทาสได้ไม่มากก็น้อยแต่เขาไม่สนใจกันเสียเลย
39. ความไม่ตายมี ๒ ชนิด : ไม่ตายทางกาย (สำหรับสัตว์), ไม่ตายทางวิญญาณ (สำหรับมนุษย์)
40. คนเกลียดวัดเกลียดธรรมะ โดยมากไม่รู้สึกรู้สีกตัวว่าเกลียด จึงไม่มีความคิดที่จะหมั่นเข้ามาหาธรรมะ

41. วินัยเป็นสิ่งที่ทรงบัญญัติขึ้น, ธรรมะเป็นสิ่งที่ทรงพบแล้วแสดงออก: มันต่างกันอย่างนี้
42. ชีวิตรอดอยู่ได้ด้วย “นิพพานชั่วคราว” ที่มีอยู่ตามธรรมชาติ มิฉะนั้นก็เป็นโรคประสาทและตายกันหมดแล้ว
43. คนทั้งโลกอกตัญญูต่อ “นิพพานชั่วคราว” อย่างหลับหูหลับตาแล้วยังแถมเนรคุณ คือ เกลียดนิพพาน
44. ศีลธรรมทุกข้อทุกระบบมีปรมาตมธรรมเป็นรากฐาน
45. ศีลธรรมไม่กลับมาโลกาวินาศ, กลับมาโลกาสงบเย็น แต่ก็ไม่มีใครสนใจกันเลย
46. ปรมาตมธรรมกลับมาโลกาสว่างไสว, ถ้าไม่กลับมาโลกามีดมนท์แต่ก็มีดมนท์จนเป็นธรรมดาไปแล้ว
47. มนุษย์กำลังสร้างโลกอยู่อย่างที่พระเจ้าทำอะไรไม่ได้ ได้แต่นั่งมองดูตาปริบ ๆ
48. เด็ก ๆ นั้นแหละ คือผู้สร้างโลกในอนาคตที่แท้จริง
49. ที่บูชาหน้าพระพุทธรูปนั้นแหละ ยิ่งจัดเท่าไรก็ยิ่งเป็นไสยศาสตร์ยิ่งขึ้นเท่านั้น
50. ถ้าดูโลกที่พระเจ้ากำลังสร้างอยู่ บัดนี้จะยิ่งเห็นว่าพึ่งไม่ได้ และแถมยังไม่น่าไว้วางใจอีกด้วย

51. คนโง่พูดว่า มีแต่เวลากินเรา เราไม่อาจกินเวลา
52. เมื่อเราตะกละ อาหารกินเรา, เมื่อเรามีสติ เรากินอาหาร โดยมากเป็นอย่างไร คิดเองเถิด
53. แปลคำว่าปรโลกกันผิด ๆ จนกลายเป็นโลกหน้า, ที่แท้ก็คือโลกชนิดอื่น จากที่มีอยู่เป็นประจำที่นี้
54. ยิ่งจตุรูปเทียน ก็ยิ่งเป็นไสยศาสตร์, อย่างดีก็เป็นพุทธศาสตร์สำหรับเด็กอมมือ
55. กามารมณ์เป็นค่าจ้างเพื่อการสืบพันธุ์ อย่าไปสนใจใฝ่ดีหรือถึงกับบูชากันนักเลย

56. ฉันไม่อาจให้ความรำรวย แต่ให้จิตที่แพงกว่านั้น
57. พุทธบริษัทต้องพูดเป็น ทั้งภาษาคนและภาษาธรรม
58. คนหนึ่งพูดภาษาเงิน อีกคนพูดภาษาธรรมแล้วมันจะพูดรู้เรื่องได้อย่างไรกัน
59. ภาษาพูดอย่างมีตัวตน คือภาษาคน พูดอย่างไม่มีตัวตน คือภาษาธรรม
60. ระวังความเมตตาสงสารจะกลายเป็นความรัก (ทางเพศ) ขึ้นมาอย่างไม่ทันรู้ตัว

61. จงจัดชีวิตประจำวัน ให้เต็มไปด้วยความหมายของนิพพาน คือความสงบเย็น
62. เขารอรับรสของนิพพานกันต่อตายแล้ว ทั้งที่อาจรับได้ที่นี้และเดี๋ยวนี้
63. การงานทุกชนิดสอนให้เราฉลาดขึ้นชนิดหนึ่งเสมอไป แม้ที่สุดแต่การกวาดขยะ
64. สิทธิเสมอภาคของสตรีทำให้โลกหมดพ่อแม่มีเหลืออยู่แต่กะเทย
65. โบสถ์ที่พระเจ้าอย่างบุคคลสร้างขึ้น มีแต่จะปิดลง ๆ แต่โบสถ์ที่อิทัปปัจฉยดาสร้างขึ้นมา มีแต่จะเปิดเพิ่มขึ้น ๆ
66. โลกต้องมีศาสนาครบทุกชนิด มีศาสนาเดียวไม่ได้, แต่ต้องทำความเข้าใจกันได้
67. เตรียมตัวอยู่ร่วมโลกกับคนบ้าด้วยกัน จงทุกคนเถิด
68. พูดอย่างถูกต้องที่สุดก็ว่า “ไม่มีนิวรรณ์นั้นแหละคือความเป็นสมาธิ”
69. เรียนธรรมะในป่า มีนิพพานเป็นอารมณ์, เรียนธรรมะในเมือง มีกิน – กาม – เกียรติเป็นอารมณ์
70. เอาธรรมะสำหรับเรียนในป่า ไปเรียนในมหาวิทยาลัย ก็ได้ผลเป็นแผ่นกระดาษอันมีเกียรติ
71. ให้โอกาสและวิธีช่วยตัวเอง นั้นแหละเป็นให้ธรรมทานที่แท้จริง

72. จะให้ใครขยัน ต้องให้วิธีป้องกันโรคจิตไปด้วย
73. ถ้าคนรู้ว่า ทำไมสัตว์ไม่เป็นโรคประสาท คนก็จะไม่เป็นโรคประสาทมากขึ้น
74. ไม่ได้ตรัสสอนเรื่องตาย – เกิด ฯลฯ ทรงสอนแต่เรื่องทุกข์กับความดับทุกข์เท่านั้น
75. สิ่งที่หลอกลวงเราที่สุด ก็คือสิ่งที่เราเรียกชื่อมันว่า “ความสุข”
76. เป็นสุขหรือทุกข์ได้โดยไม่ต้องมีบุคคล มีแต่จิตที่ถูกปรุงหรือไม่ถูกปรุง ให้รู้สึกเช่นนั้น

77. มีธรรมะแล้วก็เหมือนอยู่ในมุ้ง แล้วกวักมือยุง (ความทุกข์) ให้มา กัด
78. แม่ปลาก็มีได้ทั้งอาคาริก – อนาคตาริก แล้วทำไมคนจะมีด้วยไม่ได้
79. ภาษา คน คือจริงสมมติ ภาษาธรรม คือจริงปรมาตถ์
80. ทำไมจะต้องห้ามสอนอนัตตา – สัญญาตา – กาลามสูตร

81. ถ้าดูให้ดี มีแต่ได้ ไม่มีเสีย แม้แต่ความทุกข์และความตาย ซึ่งเกลียดกลัวกันนัก
82. เมื่อนายทุนรักกันได้กับกรรมกร ก็มีสันติภาพถาวร
83. สหประชาชาติ ยังเป็นแต่มาลีวราช นั่งจับปูใส่กระดอง
84. ความสุขที่แท้จริงไม่ต้องใช้เงิน แต่ทำให้เงินเหลือ
85. เลี้ยงหมาเป็นอาจารย์ เพื่อจะได้เป็นคนไม่เป็นหมา
86. พอใจจนไหวตัวเองได้ คือสวรรค์แท้จริงที่นี้เดี๋ยวนี้
87. อย่าอยู่หรือทำอะไรด้วยความหวัง แต่ด้วยสติปัญญา
88. ความกล้าหาญทางจริยธรรมคือยอดแห่งความกล้า
89. ไม่ทำหน้าที่ ธรรมะก็หนีจากวัด ไปมีอยู่กลางทุ่งนา
90. “นายคล่า” เป็นอาจารย์ของทุกคน แม้นักปราชญ์

91. ธรรมิกสังคมนิยม คือนายทุนรักกันได้กับกรรมกร
92. นอกจากเรื่องทุกข์และดับทุกข์ มิใช่เรื่องต้องสนใจ
93. สมานิตทุกชนิด คือ เอกัคคตาจิตที่มีนิพพานเป็นอารมณ์
94. คำสุภาสิต ใคร ๆ ไม่อาจสงวนสิทธิ์: ธรรมชาติเป็นเจ้าของ
95. สุภาสิตเป็นธงชัยที่มุ่งหมาย หรือที่ปรากฏตัว ของฤๅษีทั้งหลาย
96. ถ้อยคำที่ใช้เป็นประโยชน์ได้ จัดเป็นสุภาสิตได้ทั้งนั้น
97. สุภาสิตหลุดออกมาจากปากของคนบ้าก็ยังมี สังเกตดูให้ดี ๆ เพราะธรรมชาติดันให้ออกมา
98. คำสุภาสิตที่ท่านรู้สึกว่าได้ขึ้น ๆ ซัด ๆ นั้นแหละ อาจจะเป็นเพราะ ลึกเกินไป สำหรับท่านก็ได้
99. จัดเป็นอมตภาสิต เพราะใช้ได้ตลอดกาลนิรันดร
100. ระวัง คำที่ถือกันว่าเป็นสุภาสิต ๆ พุดไว้ผิด ๆ ก็ยังมี เพราะมิใช่ ออกมาจากธรรมชาติ

101. สุภาสิตเป็นปกาศิตและลิขสิทธิ์ของธรรมชาติ
102. ถ้าท่านทำใจร้อน ก็จะต้องร้อนใจในภายหลัง อย่างไม่มีทาง หลีก
103. ถ้าท่านทำมันง่าย ก็เท่ากับทำลายสิ่งที่ท่านกำลังทำอยู่นั่นเอง

104. ถ้าท่านเห็นแก่กิน ไม่เท่าไรท่านก็จะไม่มีอะไรจะกิน
105. ถ้าท่านพูดพล่อย ๆ ก็คือท่านเปิดรูรั่ว ให้เกียรติยศของท่าน ค่อย ๆ รั่วจนหมดไป
106. ถ้าท่านสบายเมื่อหนุ่ม ท่านต้องรู้จักจักรู้จักคุม ให้สบายไปจนแก่
107. ถ้าท่านทำตามใจชอบ ต้องดูให้ดีเสียก่อนว่า กิเลสชอบ หรือ ธรรมะชอบ
108. ถ้าท่านเห็นแก่ธรรม ก็จะไม่เห็นแก่ตน, ถ้าเห็นแต่ตน ก็จะไม่เห็นแก่ธรรม
109. ถ้าท่านทำงานเห็นแก่หน้า ท่านจะพบและเพิ่มปัญหาเรื่อยไป
110. ถ้าท่านทำตัวเห็นแก่ได้ ก็อย่าหวังน้ำใจจากเพื่อนฝูง

111. ถ้าท่านกลัวจนเกินไป ท่านก็ไม่มีทางจะทำอะไรได้สำเร็จ
112. ถ้าท่านกลัวจนเกินงาม ก็จะมีแต่พบกับความเดือดร้อน
113. ถ้าท่านหวังแต่ความสุข ก็จงเตรียมตัวสำหรับพบกับความทุกข์อย่างมหันต์
114. ถ้าท่านขาดความยั้งคิด ชีวิตทั้งชีวิตจะหมดความหมาย โดยไม่ทันรู้
115. ถ้าท่านมีความงก ท่านก็จะได้เป็นยาจกในเรือนเศรษฐี
116. ถ้าท่านมีเมตตากรุณา ท่านก็จะมีมิตรสหายญาติกา ไปทั้งบ้าน
117. ถ้าท่านมีเมตตาเกินประมาณ ก็จะมีคนอันธพาล ไปทั่วบ้านทั่วเมือง
118. ถ้าท่านคิดถึงแต่ความหลัง ท่านก็รังจะพบแต่ความเศร้า
119. ถ้าท่านมีแต่ความมัวเมา จะพบแต่ความปวดร้าว อย่างนิรันดร
120. ถ้าท่านทำดีเพื่อเด่น ก็จะถูกเขารุมกันเขม่น แม้จากญาติมิตรของตนเอง

121. ถ้าท่านหวังพึ่งแต่คนอื่น ก็มีวันที่จะต้องกลืนน้ำตาตนเอง
122. ถ้าท่านดำเนินชีวิตขาดความพอดี ความเป็นหนี้ก็จะเข้ามาเพิ่มให้ท่าน
123. คนที่ไม่รู้จักระวางเวลา ถ้าไม่เป็นคนบ้า ก็เป็นพระอรหันต์
124. การโกรธคนอื่นเขา ก็เท่ากับจุดไฟเผาตัวเอง เสียก่อนแล้วตั้งนาน
125. อารมณ์ไม่พอกับตัณหา เวลาไม่พอกับความโง่ ความเป็นเปรตหิวโซ ก็เกิดขึ้น
126. จะจบเกมทั้งหมดทั้งสิ้นของชีวิต ก็ต่อเมื่อมีการมองเห็นชีวิตว่าเป็นของไม่ใช่ตน
127. ถ้าทำตัวเป็นผู้รับแต่ฝ่ายเดียว โลกนี้ก็จะไม่มีผู้ให้ เหลืออยู่

แม่แต่คนเดียว

128. ถ้าทำบ้านให้แข็งแรงแน่นหนากว่ารากฐาน ไม่เท่าไรบ้านก็จะ
เอาหัวลง

129. ถ้ากินอยู่เกินพอดี ไม่ก็ปีก็ต้องกินวาตาเป็นอาหาร

130. ถ้ามีวสมอยู่กับอบายมุข ไม่เท่าไรก็ต้องไปขลุก อยู่ในอบาย
ได้ด้วยตนเอง

131. ถ้าทำหุเบาใจเบา ชีวิตของเราก็จะเป็นนุ่นปลิวไปตามลม จน
ตามจับกันไม่หวาดไหว

132. ถ้าพูดโดยไม่คิด มันจะกลายเป็นยาพิษ กลับมาหาท่าน อย่าง
สุดที่จะป้องกัน

133. ถ้าไม่มีความทุกข์แล้ว จะสร้างความสุขขึ้นบนรากฐานอะไร จง
ขบใจความทุกข์กันเสียบ้าง

134. ถ้าไม่ยอมปล่อยวางอะไรกันเสียเลย ในที่สุดเรือนร่างก็จะทน
ไม่ไหว มือหรือแขนก็จะขาดออกไป

135. ถ้าจะหาความสุข จากความเพลิดเพลีนมัวเมา ก็จะเท่ากับหา
ตัวเราในกระจก

136. ถ้าอยากเป็นคนมีอำนาจ ก็อย่าใช้คำว่าตวาดต่าทอเขา ให้
อำนาจของเราค่อยหายไป

137. ถ้าอยากเป็นคนเด่นคนดัง ก็ต้องเลิกหวังในความสงบ ซึ่งมัน
อยู่ด้วยกันไม่ได้

138. กินอยู่เท่าที่มี ดีกว่าไปเป็นหนี้เขา เพื่อเอามากินเติบโต

139. เป็นสุขในการทำงาน ดีกว่าสุขสำราญอยู่ในบ่อน แต่มันก็ยากที่จะ
รู้จัก

140. แสวงหาเงินจากการทำงาน เป็นการแน่นอน และจะได้มาก่อนการ
เสี่ยงโชคบนบานบวงสรวง

141. กินอยู่แต่พอดี แม่ผีจะหัวเราะ ก็ยังดีกว่ากินดีอยู่ดี จนผีกลัว

142. การไม่ต่อสู้ในบางกรณี กลับเป็นวีรกรรม ยิ่งกว่าการต่อสู้ อย่าง
เอาเป็นเอาตาย

143. หญิงสาว ก่อนจะตัดสินใจรักเขา สังเกตให้มากกว่าเก่าอีก ๓
เท่า จึงจะปลอดภัย

144. การสร้างอนุสาวรีย์ที่แท้จริง มิใช่ความประสงค์ของเขา แต่เป็น
ของผู้ที่ได้รับประโยชน์จากเขา

145. ความกล้าที่ความกลัวหรือความจำเป็นบังคับให้เกิดขึ้น ก็คือ
ความวิกลจริตชนิดหนึ่ง

146. เศรษฐีมีเงิน จะชั่วช้าสามานย์ปานใด ก็ยังมีคนนับถือ, แม่ผี
เรือนบ้านเศรษฐีนั้นก็ตาม

147. สอนตัวเองให้ได้เสียก่อน จึงสอนท่าน จะไม่เป็นครูบา
อาจารย์ที่สกปรก
148. อย่าทรยศขบถใคร เพราะทำไปก็เท่ากับ ทรยศขบถเกียรติยศ
ของตนเอง
149. พอมีอำนาจราชศักดิ์ ก็มีโอกาที่จะทุจริตได้ง่ายขึ้นอีกหลาย
เท่าตัว ต้องระวังให้ดี
150. ถ้าชายยังไม่แข็ง แม้จะมีแรง ก็อย่าเพ้อลุกขึ้น มันจะเสียแรง
เปล่า

151. การหลีกเลี่ยงเมื่อไม่มีหนทางสู้ นั่นก็คือการสู้อีกแบบหนึ่ง ซึ่ง
ควรระวังไว้
152. แม้จะมีเหรียญตราเต็มอก ก็รกรเสียเปล่า ถ้าเขาไม่รู้จักรัก
ศักดิ์ศรีของตนเอง แต่ก็ยังมีอยู่โดยมาก
153. ไม่มีอะไรน่าเกลียด เท่ากับการตัดจริตวางท่าทำให้น่ารัก ชนิด
ตบตาผู้อื่น
154. อาจหาญกับอาหาร ต่างฝ่ายต่างเป็นปัจจัยแก่กันและกัน
สำคัญอยู่ที่ไขมันให้ถูกต้อง
155. ยิ่งทำเด่น ยิ่งถูกคนเขาเขม่น และคอยสมน้ำหน้า เมื่อความเด่น
พังทลายลง, ระวังไว้เถิดคนชอบเด่น
156. ผู้ชายแคล่วคล่อง ผู้หญิงว่องไว เป็นปัจจัยแห่งความก้าวหน้า
ของครอบครัว โดยไม่ต้องขัดแย้งกัน
157. ดูจากจำนวนคนทำบุญอยากไปสวรรค์ ถ้าจริงตามนั้น ไม่เท่าไร
สวรรค์ก็จะแน่นอัด ยิ่งกว่าปลาชาติในกระป๋อง
158. อย่าคิดว่า คนหน้าซื่อแล้วใจจะซื่อด้วย อาจจะไม่เชื่อ หรือถึงกับ
ทรามก็ได้ อย่าดูกันแต่เพียงเท่านั้น
159. คนเราต้องฉลาดแต่พอดี และในทางที่ถูกที่ควรเท่านั้น ที่จะ
เจริญและเอาตัวรอดได้, เรามันฉลาดกันจนเพ้อ
160. ความกล้าหาญ ของคนมีสติสัมปชัญญะเท่านั้น ที่จะจัดเป็น
วีรกรรมอันแท้จริง มิฉะนั้นก็เป็นเรื่องของคนบ้าบิ่น

161. เครื่องแต่งตัวและเนื้อตัวที่สะอาด มิได้หมายความว่าใจจะ
สะอาดด้วยเสมอไป ดังนั้นอย่าดูกันภายนอก
162. ผู้ที่ดีแต่คอยฉกฉวยยึดแย้งทรัพย์สินของผู้สุจริตนั้น ไม่ควรมี
สิทธิ์ที่จะอยู่ในโลกนี้ อีก ๓ เท่า
163. วันเวลาที่ท่านสามารถทำหน้าที่ของท่านได้ดีที่สุด นั่นแหละ
คือวันฤกษ์ดียามดีที่สุด สำหรับท่าน อย่าไปดูหมิ่นให้เสียเวลา
164. ควรทุ่มเทสติปัญญามานะพยายามให้ถึงที่สุด ในเมื่อดำรงตน
อยู่บนแนวทางที่ถูกต้องแล้ว

165. ในความเป็นคนกักขฬะหยาบเข้าป่าเถื่อนนั้น จะหาอะไรดีแก่ตนเองและผู้อื่น แม้สักอณูเดียวก็ไม่ได้
166. ถ้าอยู่ในฐานะที่จะหลีกเลี่ยงให้ไม่ได้จริง ๆ ก็จงยินดีเผชิญหน้ากับทุกสิ่ง ที่ประดังกันเข้ามา
167. ในบ้านเมืองที่ยิ่งเจริญ ก็ยิ่งมีความโหดร้ายทารุณที่ซ่อนเร้นอยู่ยิ่งกว่าในป่า ที่ไร้ความเจริญ
168. ลิงจะแต่งเนื้อแต่งตัวเท่าไรอย่างไร ใคร ๆ ก็ยังรู้ว่าลิง อยู่นั่นเอง แม้แต่เด็กทารก
169. ถ้าท่านเหยียบงู ก็เท่ากับท่านทำให้มันรู้สึกว่าคุณทำทนายให้มันกัดท่าน ดังนั้นระวังไว้ดีกว่า
170. เหยียดตราเต็มหน้าอก ก็ควรจะเป็นเครื่องราง ป้องกันการฉ้อราษฎร์บังหลวง ได้มากยิ่งขึ้นไปเท่านั้น
171. ชาวตามหน้าหนังสือพิมพ์ ที่ถ่ายถอดกันมาผิด ๆ ก็มีมาก ไม่น้อยกว่าชาวลือ
172. “ไม่ได้กิน” กับ “กินไม่ได้” นั้นมีอาการและความหมายต่างกันมาก แต่ก็มีผลเท่ากัน คือ ตายด้วยกัน
173. ภายในครอบครัว มีความเป็นกันเองมากเกินไป จนความสุขภาพเหลืออยู่น้อยที่สุด, ทำไม่ไม่สังเกต
174. หลีกทางให้เขา ก็คือหลีกทางให้เราพ้นจากอันตรายที่เกิดขึ้นในที่สุดก็ได้รับผลดีร่วมกัน มีใช่หรือ?
175. พี่เกรงกลัวกฎหมาย น้องไม่กลัว ก็เป็นอันว่า คลานตามกันมาเพื่อรับผลต่างกัน
176. เขาพูดกันว่า คนค้าขายต้องพูดเท็จ, แต่เราก็เห็นคนไม่ค้าขายบางคน พูดเท็จมากกว่าเสียอีก
177. เขาเป็นสุขภาพบุรุษ สุขภาพสตรี แต่มีความประพฤติเป็นอันมากที่ผู้อื่นทนได้ยาก และทนสุขภาพตอบไม่ไหว
178. ในสนามกีฬาที่นั่นแหละ มีน้ำใจแห่งความเป็นนักกีฬา น้อยไปกว่าตามถนนหนทาง ไปเสียอีก, ดูให้ดี
179. มีโมหะในทางความร่าเริง ดูจะดีกว่ามีในทางโศกเศร้า, ดังนั้นควมคุมทิศทางของโมหะ กันเสียบ้างเถิด
180. กินไม่อิ่ม หรือกินจนท้องแตก เหล่านี้เรียกว่า “กินไม่เป็น” โดยเสมอกัน, โดยมากมักเลือกเอาอย่างหลัง
181. เพียงแต่คิดจะเป็นคนดี นั้นยังไม่พอ, ต้องพยายามเป็นคนดีให้ได้ด้วย จึงจะพอ
182. เงินนั้นสร้างได้ ทั้งสร้างความดีให้คนดี และสร้างความชั่วให้คนชั่ว, อย่าไปโทษเงินเสียทำเดี๋ยว

183. ความกล้าหาญของคนป่าเถื่อน มาจากความหวาดกลัว ดังนั้น จึงมีความดราม่าเข้าไปปนอยู่ด้วย
184. การฟังความข้างเดียว อย่างดีที่สุดก็ได้ความเพียงครึ่งเดียว, หรืออาจไม่ได้ความเสียเลยก็มี
185. ถ้ามันเป็นความสกปรก ลามกไม่ขนาด ก็อย่าไปพยายามทำให้ เป็นสิ่งที่น่าดู, มันจะเปลืองเปล่าไปเสียทุกอย่าง
186. คนบ้ากับคนเมา มีลักษณะเหมือนกันอยู่อย่างหนึ่ง คือประเดี๋ยว ดีประเดี๋ยวร้าย
187. แม้จะมีดีอวด ก็อย่าไปอวดให้หมดดี, แต่ที่พูดไม่ดี ถึงจะฟังดี ก็ไม่มีประโยชน์อะไรเลย
188. ความรู้ครึ่ง ๆ กลาง ๆ ทำความเสียหายให้ มากกว่าความไม่รู้ มิใช่เสียหายเพียงครึ่งเดียว
189. การสมรสแต่งงานเพื่อความมีหน้ามีตา กับเพราะความเห็น ประโยชน์อันแท้จริง นั้นมีผลต่างกันอย่างตรงกันข้าม
190. แม้มันจะแสดงว่าหมดหวัง หรือทำไม่ได้ คนเราก็กังหวั่ง จะให้ มันกลายเป็นสิ่งที่มีหวัง แทนที่จะเลิกหวัง
191. สิ่งที่เราทุกคน จะต้องระมัดระวังกันมากที่สุด นั่นคือภาวะของ ความ “โง่งมเท่าเดิม”
192. สิ่งที่แตกต่างกันยิ่งกว่าฟ้ากับดินนั่นคือ ภาวะของ “คน” กับ “มนุษย์” : พวกหนึ่งเดินลง พวกหนึ่งเดินขึ้น
193. คนมีใจเดินลงต่ำ มนุษย์มีใจเดินขึ้นสูง แล้วจะไม่ต่างกัน ยิ่ง กว่าฟ้าและดิน ซึ่งหยุดอยู่เฉย ๆ ได้อย่างไร
194. เมื่อมือทั้งสองข้างยังใช้งานได้อยู่ แล้วก็ยังไม่ทำอะไรจะกินอีก นั่นคือภาวะ “คนสิ้นคิด”
195. สมัยที่ต้องตักน้ำใส่กะโหลกชะโงกดูเงานั้น คนเขารู้จักหน้าตา ของตัวเอง ดีกว่าสมัยมีกระจกเงาของเรา
196. ระวัง! ตัวเองหลอกตัวเอง เสียหายกว่าผู้อื่นหลอก ตั้งร้อยเท่า พันเท่า, แต่ก็ไม่มีใครระวัง
197. แม้อู้งานถนน ก็อาจกลายเป็นเหวลึก ของคนเมาหรือคน ประมาท ขึ้นมาเมื่อไรก็ได้, ดังนั้นอย่าประมาท
198. ผู้ที่ถูกจองจำในคุกในตาราง ก็มีได้เป็นคนผิดเสมอไปในชาติ นี้, แต่ต้องคิดถึงชาติก่อน ๆ ของเขาด้วย
199. จำสิ่งที่ควรจำ ลืมสิ่งที่ควรลืม ทำสิ่งที่ควรเลิก เลิกสิ่งที่ควร เลิก, มิฉะนั้น จะเป็นคนจมอยู่ในนรกตลอดเวลา
200. สุเจ้าก็เหมือนใครอื่น ใครอื่นก็เหมือนสุเจ้า ในการที่จะต้องได้ เต้า ไปตามผลแห่งกรรมของตน, รู้จักรักกันไว้เถิด

201. การแสดงบทบาทแห่งละครในสมาคมชั้นสูง ล้วนแต่เป็นผู้แสดงในระดับดาราด้วยกันทั้งนั้น
202. การสวมหน้ากากเข้าหากัน กลายเป็นเรื่องธรรมดาสามัญไปแล้ว ในโลกแห่งสังคมปัจจุบัน
203. คนทั่วไป สมัยใครจะเชื่อว่า ตายแล้วเกิดใหม่ โดยไม่ต้องการการพิสูจน์, ก็ยิ่งดีกว่า เชื่อว่าตายแล้วสูญ
204. การทำผิดโดยมิได้ตั้งใจ เป็นสิ่งที่ควรได้รับอภัยตามสมควรแก่กรณี
205. เพราะโง่งมง่าย ไม่ว่าหญิงหรือชาย ก็เท่ากับตายแล้วทั้งเป็น
206. เพราะโง่งมง่าย ทำดีมากมาย ก็จะกลายเป็นบาปสิ้น
207. เพราะโง่งมง่าย มรดกมากมาย ก็จะกลายเป็นขาดวิน
208. เพราะโง่งมง่าย มั่งมีเหลือหลาย ก็ต้องกลายเป็นยากกลืน
209. เพราะโง่งมง่าย ถือดีจนตาย ไม่มีใครฟังได้ยิน
210. ความโง่งมง่ายของเขาเอง เป็นบ่อเกิดแห่งโชคร้าย ที่ทำให้ต้องประกอบพิธีทางไสยศาสตร์

211. ความโง่งมง่าย เป็นบ่อเกิดแห่งโชคร้าย มิใช่ดวงดาว หรือเทพเจ้าผีसांगที่ไหน มาบันดาล
212. ในโลกนี้ อะไรจะเป็นของสำคัญหรือไม่สำคัญ อยู่ที่การสมมติของมนุษย์
213. เมื่อชาวโลกสมมติใครว่าเป็นเทวดา เขาก็กลายเป็นเทวดาไปโดยอัตโนมัติ ในโลกของคนเหล่านั้น
214. ยึดแย้งกับแขก แต่แยกเขี้ยวกับภรรยาเมื่อลับหลังแขก อย่างกะเป็นยักษ์เป็นมาร
215. บางคนยกยอใคร เพียงเพื่อให้เขายกยอตัว เป็นผลตอบแทนกลับมา
216. ชีวิต นี้เมื่อดูเล่น ๆ ก็เป็นของเล่น เมื่อดูจริง ๆ ก็เป็นของจริง, จงใช้มันให้ถูกต้องตามสมควรแก่กรณี
217. สามี สนองได้ตามที่ภรรยาเสนอ, ถ้าได้ดั่งว่า ก็เรียกว่าเป็นเทวดาอุ้มสม
218. หญิงสาวทั้งงามและงอน จนกลายเป็นแม่งามงอนนั้น เพราะสวรรค์ให้พรมากกว่าให้งามเฉย ๆ อย่างอนเกินงาม
219. ยิ่งเป็นผู้ใหญ่ ก็ยิ่งสนใจผู้น้อย นั่นแหละคือผู้ใหญ่ที่แท้จริงสมชื่อ
220. ถ้าเป็นผู้น้อยที่นอนนอมผู้ใหญ่ ก็ไม่ต้องมีเทวดาที่ไหน มาช่วยอีกแรงหนึ่ง
221. ความสวยกินไม่ได้ แต่มันยิ่งกลายเป็นอาหารตา ที่แพงกว่าอาหารปาก

222. สวยตามธรรมชาติ นั้นประทับใจตสนิทใจ ยิ่งกว่าใจไลด้วย
วิทยาศาสตร์
223. สวยนอกทราวมใน มีมากมายทั่วไป ยิ่งกว่าสวยในทราวมนอก,
รู้จักเลือกให้ดี ๆ
224. โจรภัยสิบครั้ง ยังสูญเสียน้อยกว่าอัคคีภัยหนึ่งครั้ง, อัคคีภัยสิบ
ครั้ง ไม่เท่ากิลเลสภัยหนึ่งครั้ง
225. คนเมากับคนบ้า มาสัมพันธ์กันเมื่อไร ก็อาจทำให้คนทั่วไป
พลอยเป็นบ้า
226. ลงโทษคนไม่ผิดหนึ่งคน เสียหายแก่ธรรมะ ยิ่งกว่าไม่ได้
ลงโทษคนผิดร้อยคน
227. การเตรียมต่อสู้ศัตรู อย่างถูกต้องครบถ้วนแล้ว ก็เท่ากับชนะ
ศัตรูแล้วครั้งหนึ่ง
228. ไม่อ่อนเด็กอ่อน ดัดง่าย, ไม่แก่เด็กแก่ ดัดยาก, ดังนั้น จึงควร
ดัดเสียแต่ยังอ่อน
229. ความโง่งอย่างงมงาย ไม่ร้ายเท่าความฉลาดอย่างงมงาย
หรือองมงายสองชั้น ระวังให้ดี ๆ
230. คนใหญ่คนโต ต้องเสียผู้เสียคน เพราะลืมนความเล็กความน้อย
ของคนเล็ก ๆ จนทำอะไรผิดไปหมดแก่คนเล็ก ๆ
231. เสียใจก็กินเหล้า ดีใจก็กินเหล้า เฉยๆ ก็กินเหล้า นั่นคือผู้
เตรียมตัวไปสุโลหกุมภี
232. เสียใจก็ร้องไห้ ดีใจก็ร้องไห้ เฉย ๆ ก็ร้องไห้ นั่นคือนางฟ้าที่ถูก
ตะเพิดไล่ลงมาจากสวรรค์
233. เสียใจก็ดำ ดีใจก็ดำ ไม่มีอะไรก็ดำ คืออสุรกายจอมขลาด จูติ
มาเกิด
234. เมื่อเป็นพ่อแม่ด้วยตนเองแล้ว จึงจะรู้จักความรักอันแท้จริงของ
พ่อแม่ ที่มีต่อลูก
235. หมอดูต้องการความรู้ในการดูหน้าคนแล้วทลายใจ มากกว่าการรู้
ทางโหราศาสตร์
236. ผู้มีมารยาทแท้ ย่อมไม่ต้องระวังรักษามรรยาทอะไร อีกต่อไป
237. ความโศกเศร้า มิได้ทำให้ใครได้รับประโยชน์อย่างไร นอกจาก
ทำให้ศัตรูของเขาดีใจ
238. คนขอทาน ไม่ค่อยยอมรับรู้ความอยู่รอดของบ้านเมือง ดังนั้น
จึงถูกรังเกียจอยู่ทั่วโลก
239. มนุษย์ ก็ยังไม่สามารถสลละสัญชาตญาณ แห่งการเอาอย่างกัน
ได้มากกว่าสัตว์เท่าไรนัก
240. บุญชน มีกำลังมากเพียงไร ก็ยังต้องการกำลังใจจากคนทั่วไป
อย่างมากอยู่เพียงนั้น

241. ทางตรงอันโล่งแจ้ง ย่อมดีกว่าทางลัด จงพิจารณาทางตรง ก่อนที่จะคิดหาทางลัด
242. การปิดทองหลังพระ ใ้บุญที่บริสุทธิ์แท้จริง ยิ่งกว่าปิดทอง หน้าพระ และต่อหน้าคน
243. พ่อหรือแม่แต่ละคน เท่ากับพระองค์หนึ่ง ๆ ของลูก ๆ แต่ละคน
244. เมื่อรักษาจิตไว้ไม่ได้ กายก็จะทรุดโทรมลง พร้อมกับจิต
245. ถ้าสันดานชั่ว ยิ่งฉลาดก็ยิ่งชั่วมากขึ้น และจะพังครืนลงโดยเร็ว
246. ถ้าอยู่ด้วยความวิตกกังวล ก็จะแก่เร็ว และตายเสียก่อนแต่ที่จะ ได้รับผล ตามที่ตนวิตก
247. ถ้าท่านรักการงานยิ่งกว่ารักภรรยา ภรรยาก็ต้องเร่งไปหาคนที่รักภรรยายิ่งกว่างาน
248. เราจะอยู่หรือจะตาย ก็ยังอยู่ภายใต้อำนาจของพระเจ้า หรือสิ่ง สูงสุด โดยเท่ากัน
249. อย่ากลัว! ถ้าท่านไม่สุขไม่เต็ม ท่านก็จะหาพบสตรีไม่สุขไม่เต็ม
250. สัตว์ มีความรัก ความโกรธ ความเกลียด ความกลัว อย่างผิด เเฟินยิ่งกว่าคน

251. อย่าอวดเก่งให้มาก ไปกว่าสติปัญญาความสามารถ ซึ่งเป็นสิ่ง มีขอบเขตอันจำกัด
252. แม้แต่สัตว์เดรัจฉาน ไม่ว่าใหญ่หรือเล็ก ก็ยังชอบกิริยาวาจา ที่ สุภาพอ่อนหวานของมนุษย์
253. อันธพาล เป็นสัตว์ชนิดที่พบกันที่ไหน ก็จะแสบ ๆ เข้าใส่กันที่นั่น
254. เมื่อสตรีเพศ ยังต้องทำหน้าที่คลอดบุตรอยู่ ก็ยังทำหน้าที่ผู้ ครอบโลกไม่ได้
255. ตัวจากไปก็ให้ความรักความเลื่อมใส เหลืออยู่ในจิตใจของผู้อยู่ ข้างหลัง อย่างเต็มที่
256. สัตบุรุษสาธุชน ย่อมไม่ประกอบกรรมอันไม่เป็นมงคลใด ๆ แก่ ใคร ๆ ในที่ไหน ๆ ในกาลใด
257. โชคร้าย ไม่ได้มาจากเทวดาผีसांगอะไรที่ไหน แต่มาจากความ ประมาทไม่รอบคอบ ของบุคคลนั้นๆ เอง
258. ไม่มีใครทำอะไร ได้เกินสติปัญญาของตน, ถ้าขึ้นทำ ก็กลายเป็น ขุดหลุมฝังตัวเอง
259. อันธพาล คือผู้ชอบเหยียดความชั่ว รังเหินความดี ยิ่งกว่าหนุรัง หนีแมว
260. ราชสีห์กำยำ อยู่รวมถ้าเดียวกันไม่ได้ แม้เพียงสองตัว ไม่ต้อง พุดถึงอยู่กันตัวฝูง

261. หมาสองราง คงมีปัญหาไม่สร้าง ที่จะต้องรู้สึกรัก – โกรธ –
เกลียด – กลัว ฝ่ายโน้นที่ฝ่ายนี้ที่ อยู่ร่ำไป
262. กระต่ายแพ้เต่าในการแข่ง ก็เพราะความหยิ่งและความเขลาใน
ความเร็วของตนเอง ซึ่งเร็วกว่าเต่าเป็นไหน ๆ
263. เสือ แม้จะเป็นสัตว์ดุร้าย ก็รักลูกเมียของมัน เท่ากับที่สัตว์อ่อน
โยนชนิดอื่น มันรัก
264. งูพิษ ไม่มักกัดเหมือนงูที่ไม่มีพิษ แต่เราก็ไม่ไวใจงูพิษ ยิ่งกว่า
งูธรรมดา
265. อีกา กินไข่ของนกอื่นได้ลงคอ แต่ไข่มันเองมันกินไม่ลง ทั้งที่
ไข่นั้น ๆ ก็เหมือนน้
266. หิ่งห้อย แม้จะส่องแสงอยู่ใต้กะลาครอบ แต่มันก็คิดว่ามันส่อง
ทั่วโลก
267. เป็นอีกา อย่าเข้าไปในยุง หรือฝูงหงส์ เพราะเท่ากับเข้าไปฉีก
หน้าตัวเอง ไม่ช้าก็เร็ว
268. จามรี สงวนขนจนตัวตาย แต่คนเรามีไข่มอมเสียสสินเพื่อสงวน
ศักดิ์
269. นกมีหู หนูมีปีก, แต่คนที่ด่ามันเช่นนั้น กลับมีอยู่ทั่วไป ในโลก
ปัจจุบัน คือเป็นเสียเอง
270. ไม่ค่อยจะมีใครยอมรับว่า เราทุกคนในโลกเป็นญาติกันโดย
ธรรมชาติ ที่เป็นรากฐานของชีวิต
271. นักมวยช่วยเสง ย่อมเด่นเหียง ๆ เมื่อเขาชুমือให้เป็นผู้ชนะ,
เพราะไม่รู้จักสิ่งสมมติ
272. ฝ่าพายุลกลางทะเลหลวงหลุดมาได้ ก็เหมือนกับการเกิดใหม่
อีกครั้งหนึ่ง ฉันทใดก็ฉันทนั้น
273. ฉลาดอย่างไม่ซื่อ ก็คือฉลาดไปเข้าคุกเข้าตะราง สุดปลายทาง
ก็คือ นรก
274. ถ้าซื่ออย่างไม่ฉลาด ก็คือซื่อ เหมือนคนละเมอเดินไปตกบันได
ตาย
275. ธรรมชาติยิ่งดุร้าย ก็ยิ่งทำให้มนุษย์แข็งแรง แต่คนโง่สาปแช่ง
แล้ววิ้งหน
276. เหาะด้วยฤทธิ์ หรือเหาะด้วยอากาศยาน ก็ยิ่งเหาะเพื่อรบกั
หรือเอาเปรียบกัน ด้วยกันทั้งนั้น
277. พรุ่งนี้ มีไว้สำหรับแก้ไขข้อผิดพลาดของวันนี้ มิใช่เพื่อเสริม
ความผิดพลาด ให้สมบูรณ์เต็มที่
278. ทักทายกันด้วยยิ้ม มีผลดีกว่าทักทายกันด้วยคำพูดที่จัดสรร ไว้
สำหรับพูด
279. เงินมีคุณอนันต์ เมื่อใช้มันอย่างถูกต้อง, มิโทษอนันต์ เมื่อใช้

มันอย่างเขลา ๆ

280. โกรธยากหนึ่งครั้ง มีอิทธิพลมากกว่า โกรธง่ายพันครั้ง, จงระวัง โกรธให้เป็น

281. ในกรณีทั่วไป พกหินดีกว่าพกนุ่น, ในกรณีแห่งการคุกรุ่น ก็ พกนุ่นดีกว่าพกหิน

282. ในโลกนี้ การติดคุกหรือไม่ติดคุก มิได้เป็นเครื่องวัดความผิด ถูก อันแน่นอน

283. การเป็นบรรพชิตหรือคฤหัสถ์ ยังมีใช้เครื่องวัดความมีธรรมะ อัน เชื่อถือได้

284. การกระทำของตนเอง ก็ยังมีได้ถูกใจตนเองเสมอไป นับประสา อะไร จากการกระทำของผู้อื่น

285. เราล่วงเกินใคร ก็หวังให้เขาให้อภัย, ครั้นใครล่วงเกินเรา เราก็ ลืมเรื่องการให้อภัย

286. ความบินบ้ำกับความกล้า มักจะเป็นสหายกัน และคล้ายกัน เหมือนลูกแฝด จนดูไม่ออก, จงระวังให้ดี ๆ

287. ความสุขสำราญ ที่ไม่มีธรรมะเป็นรากฐาน ก็คือความทุกข์ ทรมาน ที่กำลังรอเวลาอยู่

288. ปัจจัยแห่งความสำราญ ที่มีมากเกินไปประมาณ จะสร้างปัญหา ใหม่ขึ้นมาอีก

289. ผู้กินอยู่เกินพอดี จงเตรียมตัวไว้ให้เต็มที่ เพื่อพบกับความไม่มี อะไรจะกิน

290. ผู้กินอยู่แต่พอดี มีโอกาสที่จะเกิดความอาวรี แก่ผู้ที่ไม่ทำอะไรจะ กิน

291. ลมดี ทำให้เรือแล่นใบ พอกลายเป็นลมร้าย ลมนั้นก็จจะคว่าเรือ ลำนั้นเสีย

292. พ่อแน่นแหละคือไพร่ แม่แน่นแหละคือศัตรู ถ้าเขาเลี้ยงดูลูกไม่ถูก ทาง

293. ชนอย่างอันธพาล ก็คือการแพ้อย่างนักกีฬา, แต่ในสนามกีฬา เขาไม่ถือหลักกันอย่างนี้

294. การรู้เท่าจนเกินการณ์ ก็ให้ผลอย่างเดียวกัน กับความรู้เท่าไม่ ถึงการณ์

295. จงดำเนินชีวิตของท่าน ไปบนหนทาง ที่ส่องสว่างอยู่ด้วยแสง แห่งพระธรรม

296. เมื่อเราพอใจในอันตราย ที่มีเสน่ห์จับบึงไว้จนเราหลงไปว่า มิใช่อันตรายหากแต่เป็นลาภเป็นผลพึงปรารถนา

297. ตายไปโดยไม่มีควมลับ ดีกว่ามีความลับติดตัวไป, เพราะเรา

ไม่อาจตายมบาล

298. เห็นคนกินน้ำ เรารู้สึกอร่อยด้วยได้, ครั้นน้ำกินคน เราอร่อยด้วยไม่ได้, ยุติธรรมไหม?

299. รักรักษาตัวรอดเป็นยอดดี นั้นมีได้เฉพาะต่อเมื่อความรู้นั้น ประกอบไปด้วยธรรม

300. คนที่พอใจในการกระทำดีของตน อยู่ได้เสมอนั้น เป็นคนอายุยืน ทั้งโดยตรงและโดยอ้อม

301. นักกายกรรมลำไม้สูงนั้น กลับลงมาถึงดินเมื่อไร ก็เท่ากับการได้เกิดใหม่เมื่อนั้น

302. มิใช่ว่าเป็นมนุษย์แล้ว จะคิด – พูด – ทำ อย่างมนุษย์ไปเสียทุกอย่าง ทุกคน ก็หาไม่ได้

303. เป็นมนุษย์ แต่อาจจะคิดอย่างอมมนุษย์ก็ได้ นั้นแหละคือความสามารถพิเศษ ของจิต

304. เมื่อต้องตกอยู่กลางป่า ก็จงดำรงตนให้เข้ากันได้ กับกฎเกณฑ์ต่าง ๆ นานา ในป่านั้น

305. นักกีฬา ย่อมแสดงความมีน้ำใจไม่เป็นนักกีฬา อยู่บ่อย ๆ ในสนามกีฬานั้นเอง

306. ผมหงอกอยู่ทุกเส้น จะเป็นเครื่องแสดงความชราแห่งจิตใจ ก็หาไม่ได้

307. ถ้าจะพูดอะไรให้เขาฟัง อย่าพูดด้วยเสียงดังเกินธรรมดา หูเขาจะอื้อฟังไม่ถูก

308. นักล่าสัตว์ ที่มีจิตตวิตไปถึงว่า จะทำลูกสัตว์ให้พลัดแม่ เขาก็จะหยุดล่าสัตว์ได้เอง

309. เต่ากินกล้วยหมดทั้งเปลือกเป็นธรรมดา จึงไม่ถูกตำจากคนที่เหยียบและลื่นล้ม, คนทุกวันเร็วกว่าเต่า