



ใบงานที่ ๑

คำชี้แจง ให้นักเรียนเติมคำตอบที่ถูกต้องลงในช่องว่าง (ตัวเลือก ทุกข้อ, สมมุติ, นิเสธ, มรรค) เพื่อสรุปหลักธรรมอริยสัจ ๔ และหน้าที่ที่ต้องปฏิบัติให้ชัดเจน ข้อละ ๑

๑.....สภาพแห่งความไม่สบายกาย ไม่สบายใจ ได้แก่ ความเกิด แก่ เจ็บ ตาย และความไม่สมหวังในสิ่งต่างๆ

๒.....ความดับทุกข์โดยสิ้นเชิง คือ การดับตัณหาได้โดยเด็ดขาด บรรลุถึง **พระนิพพาน**

๓.....เหตุแห่งการเกิดทุกข์ ได้แก่ **ตัณหา** (ความอยาก) ๓ ประการ คือ กามตัณหา, ภวตัณหา, และวิภวตัณหา

๔.....หนทางแห่งการดับทุกข์ ได้แก่ **มรรคมรรค ๘** (หนทางอันประเสริฐ ๘ ประการ)

๕.....นักเรียนคนหนึ่งต้องการแก้ไขปัญหา "การตื่นสายและมาโรงเรียนไม่ทัน"

๖.....นักเรียนตั้งใจมั่นว่าจะไม่เล่นโทรศัพท์หลัง ๒๒:๐๐ น. และจัดกระเป๋าและเตรียมชุดนักเรียนให้เรียบร้อยตั้งแต่ก่อนเข้านอน

สถานการณ์ "แดง" ทราบผลสอบและพบว่าตนเองสอบวิชาคณิตศาสตร์ตก ทำให้รู้สึกเสียใจและท้อแท้ การที่แดงตระหนักว่าความเสียใจและความท้อแท้ที่เกิดขึ้นคือ

๗.....ความเสียใจและความท้อแท้ที่เกิดขึ้นคือสิ่งใด

๘.....สาเหตุหลักที่ทำให้แดงสอบตกคือแดงใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับการเล่นเกมออนไลน์และผัดวันประกันพรุ่งไม่ยอมอ่านหนังสือ

๙.....แดงคิดหาวิธีว่าจะอ่านหนังสือเพื่อทบทวนความรู้ในตอนเช้าวันละ ๒ ชั่วโมง

๑๐.....แดงตั้งนาฬิกาปลุกเวลา ๐๕.๐๐ น. เพื่ออ่านหนังสือทุกวัน