

สำนักพิมพ์ดีเอ็มจี  
หนังสือคุณภาพ



# ลูกรักของ พ่อแม่

อย่ารอให้ชีวิตย่างแย่...ก่อนจะนึกถึง  
"ความรักและคำสอน" ของคนที่รักเรามากที่สุด



10041345

ห้องสมุด วพบ. สุรินทร์

อ.วศิน อินทสระ :



# สารบัญ



หน้า

จดหมายจากพ่อถึงลูก ฉบับที่ ๑

๑๔

## 'ความเมตตา'

- \* การศึกษาที่สมบูรณ์
- \* เมืองต้นของการเจริญความรักแบบเมตตา
- \* โทษของโทษและคุณของขันติ
- \* วิธีสะเดาะเคราะห์ด้วยการดับโทษ
- \* บาปกรรมข้ามภพชาติ
- \* กุศลกรรม และ ธรรมฉันทะ
- \* ความปรารถนา ๗ ประการ ของผู้ไม่หวังดี
- \* ความจริงเกี่ยวกับมนุษย์ 'ดีไม่ทั่ว ชั่วไม่หมด'
- \* นิทานสอนใจ 'มุนีผู้มีวัตรดี'
- \* การเตือนตน มิให้ก่อเหตุแห่งทุกข์
- \* คุณของความอดทน ขุดมูลรากของบาปทั้งปวง
- \* สิ่งที่เราต้องอดทน
- \* ตบะเมากิเลส
- \* อานิสงส์ของศีล สมาธิ ปัญญา
- \* 'ความยุติธรรมและปัญญา' องค์ประกอบสำคัญของความเมตตา กรุณา
- \* โทษของความรู้ที่ขาดเมตตาอันชอบธรรม
- \* เกียรติวิธีชีวิตมีสุขโดยธรรมชาติ

## จดหมายจากพ่อถึงลูก ฉบับที่ ๒

๔๔

## 'ความกรุณา'

- \* ความหมายแท้จริงของความกรุณา
- \* วิธีแก้ปัญหาพื้นฐานของมนุษย์
- \* จุดบอดของการศึกษาที่ผิดทาง
- \* วิธีคิดอันแตกต่างระหว่างคนเห็นแก่ตัวกับคนที่มีความกรุณา
- \* โลกพันห้วงทุกซ์ได้ด้วยความกรุณา

## จดหมายจากพ่อถึงลูก ฉบับที่ ๓

๕๔

## 'มูทิตา'

- \* ความร้ายของแรงริษยา
- \* ผีกเอาชนะริษยาด้วยมูทิตา
- \* เหตุที่โลกนี้ไม่มีใครให้เราควรริษยา
- \* เพราะเรามีดี เขาจึงริษยา
- \* ความอ่อนน้อมถ่อมตน เกาะป้องกันภัยของคนเก่ง
- \* นิทานสอนใจ : โทษของความริษยา
- \* คำคมสอนใจตน
- \* วิธีชมคนให้เป็น
- \* คัตรูไกล์ - ไกล ของมูทิตา
- \* ความเมฆาของมนุษย์
- \* พัฒนาการสู่ความเป็น 'มูทิตาสากล'
- \* ความทนไม่ได้เพราะความกรุณา อันเป็นลักษณะของมหาบุรุษ
- \* กลวิธีการแบ่งดี แทนการแข่งดี
- \* แก่โรคแสลงดี ด้วยการเปิดใจมองกว้าง
- \* ความดีหังบวง เริ่มต้นที่ใจก่อน

จดหมายจากพ่อถึงลูก ฉบับที่ ๔

๖๘

'อุเบกขา'

- \* สุขและความเป็นทรัพย์สินในสันโดษ
- \* ความมีพละทานมัชฌมบุรณ เป็นลาภอันประเสริฐ
- \* อุเบกขา ๔ ระดับ อันเป็นอาการไม่ระดับใจ
  ๑. การวางใจเฉย ปลงได้ในเรื่องกรรม
  ๒. วางใจเป็นกลาง มองเห็นตามจริง ยุติธรรม ไม่ลำเอียงด้วยอคติ ๔
  ๓. ความมีใจไม่ขึ้นลงไปตามสุขและทุกข์ของชีวิต
  ๔. การวางเฉยต่อโลกธรรมทั้ง ๘

จดหมายจากพ่อถึงลูก ฉบับที่ ๑

๘๙

'จากพ่อถึงจันทร์ล่อง'

- \* การศึกษาหาความรู้
- \* การรู้จักประมาณตน
- \* การประพฤติธรรม
- \* การวางตัว
- \* การคบคน
- \* การฝึกฝนอบรมตน

จดหมายจากแม่ถึงลูก ฉบับที่ ๒

๑๑๑

'จากแม่ถึงรวมพร'

- \* การเผชิญหน้ากับความหวาดกลัว 'ภาพลวงตาในดวงใจ'
- \* ความหนักแน่น ไม่หวั่นไหว ต่อคำนิทา
- \* การเสียสละทำความดี ด้วยใจบริสุทธิ์

- ✦ การกล้าเผชิญหน้ากับความจริง
- ✦ ความสำเร็จอันแท้จริงของชีวิต

จดหมายจากพ่อถึงลูก ฉบับที่ ๓

๑๓๔

'จากพ่อถึงสิริภัทร'

- ✦ คุณสมบัติของลูกผู้ชายที่แท้จริง
- ✦ ธรรมะที่บุคคล (บุคคลผู้มีชีวิตอยู่โดยธรรม)
- ✦ คุณค่าของการศึกษาคู่คุณธรรม
- ✦ ศิลปธรรมที่แท้จริง กับเศรษฐกิจ เพื่อสวัสดิภาพของสังคม
- ✦ ความสำคัญของจริยธรรม
- ✦ ความมกัตถัญญกตเวที

จดหมายจากแม่ถึงลูก ฉบับที่ ๔

๑๕๗

'จากแม่ถึงนันทิภา'

- ✦ การรู้จักมัธยัสถ์ประหยัดอดออม
- ✦ ระบบคุณธรรมทุกอย่าง เป็นทางสายกลาง
- ✦ ผลเสียของการตามใจตนเอง
- ✦ ผลร้ายของความฟุ่มเฟือย
- ✦ คุณของความอ่อนน้อมถ่อมตน
- ✦ ผู้หญิงกับความเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีค่า

ชวนคุณๆ อ่านคำนำ

๑๘๑