

เอกสารการเรียนรู้

# พุทธสุภาษิต ที่ใช้บ่อย 100 คำ

---

[www.wordyguru.com](http://www.wordyguru.com)

14 สิงหาคม พ.ศ.2564

## พุทธสภาวะที่ใ้บ่อย

1. การไม่ทำบาป นำสุขมาให้  
หมวดหมู่ หมวดบาป-เวร
2. ขันดีคือความอดทน เป็นตบะอย่างยิ่ง  
หมวดหมู่ หมวดอดทน
3. คนเกียจคร้าน ย่อมไม่พบความสุข  
หมวดหมู่ หมวดธรรมเบื้องต้น
4. คนขยัน ย่อมหาทรัพย์ได้  
หมวดหมู่ หมวดความเพียร
5. คนควรให้ของที่ควรให้  
หมวดหมู่ หมวดทาน
6. คนโง่ คนพาล ไม่ควรเป็นผู้นำ  
หมวดหมู่ หมวดธรรมเบื้องต้น
7. คนผู้มีสติ มีความเจริญทุกเมื่อ  
หมวดหมู่ หมวดบุคคล
8. คนผู้สัดบ่บ่อยนี้ ย่อมแก่ไป เหมือนวัวแก่ อ้วนแต่เนื้อ แต่ปัญญาไม่เจริญ  
หมวดหมู่ หมวดปัญญา
9. คนพาลเท่านั้น ย่อมไม่สรรเสริญทาน  
หมวดหมู่ หมวดทาน
10. คนมักโกรธ ย่อมอยู่เป็นทุกข์  
หมวดหมู่ หมวดความโกรธ
11. คนมักทำบาปเพราะความหลง  
หมวดหมู่ หมวดบาป-เวร
12. คนมีปัญญาดีไม่ประมาทในเมื่อผู้อื่นประมาท มักตื่นในเมื่อผู้อื่นหลับ ย่อม  
ละทิ้งผู้ประมาท (คนโง่) เหมือนม้าฝีเท้าเร็ว ทิ้งม้าไม่มีกำลังไปฉะนั้น  
หมวดหมู่ หมวดความไม่ประมาท

13. **คนมีปัญญาทราม ได้ยศแล้ว ย่อมประพฤติสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์แก่ตน  
ย่อมปฏิบัติ เพื่อเบียดเบียนทั้งตนและผู้อื่น  
หมวดหมู่ หมวดปัญญา**
14. **คนมีสติ เป็นผู้ประเสริฐทุกวัน  
หมวดหมู่ หมวดบุคคล**
15. **คนมีสติ ย่อมได้รับความสุข  
หมวดหมู่ หมวดบุคคล**
16. **คนมีสันดานชั่ว ย่อมลำบากเพราะกรรมของตน  
หมวดหมู่ หมวดบาป-เวร**
17. **คนไม่ถูกนินทา ไม่มีในโลก  
หมวดหมู่ หมวดบุคคล**
18. **คนสะอาด ไม่ยินดีในความชั่ว  
หมวดหมู่ หมวดบาป-เวร**
19. **คนห่ออกษณาด้วยใบไม้ แม้ใบไม้ก็หอมไปด้วยฉันใด การคบกับ  
นักปราชญ์ก็หอมไปด้วยฉันนั้น  
หมวดหมู่ หมวดคบหา**
20. **คนห่อปลาเน่าด้วยใบหญ้าคา แม้หญ้าคาก็พลอยเหม็นเน่าไปด้วยฉันใด  
การคบกับคนพาลก็เป็นคนพาลฉันนั้น  
หมวดหมู่ หมวดคบหา**
21. **คนเห็นแก่ตัว เป็นคนสกปรก  
หมวดหมู่ หมวดธรรมเบื้องต้น**
22. **คบคนเช่นใด ย่อมเป็นคนเช่นนั้น  
หมวดหมู่ หมวดคบหา**
23. **คบคนเช่นใดเป็นมิตร เขาก็เป็นคนเช่นนั้น เพราะการอยู่ร่วมกันย่อมเป็น  
เช่นนั้น  
หมวดหมู่ หมวดคบหา**
24. **ควรคบมิตรที่ดี  
หมวดหมู่ หมวดคบหา**
25. **ควรทำแต่ความเจริญ อย่าเบียดเบียนผู้อื่น  
หมวดหมู่ หมวดบุคคล**

26. ควรทำบุญอันนำสุขมาให้  
หมวดหมู่ หมวดบุญ
27. ความกตัญญูกตเวทีเป็นเครื่องหมายของคนดี  
หมวดหมู่ หมวดธรรม
28. ความคุ้นเคยเป็นญาติอย่างยิ่ง  
หมวดหมู่ หมวดคบหา
29. ความดี อันคนชั่วทำยาก  
หมวดหมู่ หมวดกรรม
30. ความดี อันคนดีทำง่าย  
หมวดหมู่ หมวดกรรม
31. ความพร้อมเพรียงของหมู่เป็นสุข และ การสนับสนุนคนผู้พร้อมเพรียงกันก็  
เป็นสุข, ผู้ยินดีในคนผู้พร้อมเพรียงกัน ตั้งอยู่ในธรรม ย่อมไม่พลาดจาก  
ธรรมอันเกษมจากโยคะ  
หมวดหมู่ หมวดศีล
32. ความไม่เบียดเบียนกันเป็นสุขในโลก  
หมวดหมู่ หมวดความสุข
33. ความไม่มีโรค เป็นลาภอันประเสริฐ  
หมวดหมู่ หมวดพิเศษสำหรับบุคคลทั่วไป
34. ความรักอื่น เสมอด้วยความรักตนเองไม่มี  
หมวดหมู่ หมวดตน- ฝึกตน
35. ความสังฆมาป นำทุกข์มาให้  
หมวดหมู่ หมวดบาป-เวร
36. ความสันโดษเป็นทรัพย์อย่างยิ่ง  
หมวดหมู่ หมวดบุคคล
37. คำจริงเป็นสิ่งไม่ตาย  
หมวดหมู่ หมวดธรรมเบื้องต้น
38. ใคร่ครวญก่อนแล้วจึงทำ ดีกว่า  
หมวดหมู่ หมวดกรรม
39. จงเตือนตน ด้วยตนเอง  
หมวดหมู่ หมวดธรรมเบื้องต้น

40. จงเตือนตนด้วย ตนเอง  
หมวดหมู่ หมวดตน- ฝึกตน
41. จงสามัคคีมีน้ำใจต่อกัน  
หมวดหมู่ หมวดสามัคคี
42. ได้ลาภ เสื่อมลาภ ได้ยศ เสื่อมยศ นินทา สรรเสริญ สุข และ ทุกข์ สิ่งเหล่านี้  
เป็นธรรมดาในหมู่มนุษย์ไม่มีความเที่ยงแท้แน่นอน อย่าเศร้าโศกเลย ท่าน  
จะโศกเศร้าไปทำไม  
หมวดหมู่ หมวดพบสุข
43. ตนแลเป็นที่พึ่งแห่งตน  
หมวดหมู่ หมวดตน- ฝึกตน
44. ถ้าคนพึงทำบาป ก็ไม่ควรทำบาปนั้นบ่อย ๆ ไม่ควรทำความพอใจในบาป  
นั้น เพราะการสั่งสมบาปนำทุกข์มาให้  
หมวดหมู่ หมวดกรรม
45. ถ้าสอนผู้อื่นจนใจ พึงทำตนจนนั้น ผู้ฝึกตนดีแล้ว ควรฝึกผู้อื่น ได้ยินว่าตน  
แลฝึกยาก  
หมวดหมู่ หมวดตน- ฝึกตน
46. ถึงสิ้นทรัพย์ ผู้มีปัญญาก็เป็นอยู่ได้, แต่อับปัญญา แม้มีทรัพย์ก็เป็นอยู่ไม่  
ได้  
หมวดหมู่ หมวดปัญญา
47. ท่านทั้งหลาย จงยินดีในความไม่ประมาท คอยรักษาจิตของตน จงถอนตน  
ขึ้นจากหล่ม เหมือนช้างที่ตกหล่มถอนตนขึ้นจะนั้น  
หมวดหมู่ หมวดความไม่ประมาท
48. ท่านทั้งหลายต้องทำความเพียรเอง ตถาคตเป็นแต่ผู้บอก ผู้มีปกติเพ่งพินิจ  
ดำเนินไปแล้วจักพ้นจากเครื่องผูกของมาร  
หมวดหมู่ หมวดความเพียร
49. ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว  
หมวดหมู่ หมวดกรรม
50. บัณฑิตพึงตั้งตนไว้ในคุณอันสมควรก่อน แล้วจึงสอนผู้อื่นภายหลัง จึงไม่  
มัวหมอง  
หมวดหมู่ หมวดตน- ฝึกตน

51. บัณฑิตพึงทำความเป็นเพื่อนกับคนมีศรัทธา มีศีลเป็นที่รัก มีปัญญาและเป็นพหูสูต เพราะการสมาคมกับคนดีเป็นความเจริญ  
หมวดหมู่ หมวดคบหา
52. บัณฑิตไม่พึงคบอสังตบุรุษ พึงคบแต่สังตบุรุษ เพราะอสังตบุรุษย่อมนำไปสู่  
นรก สังตบุรุษย่อมนำไปสู่สุคติ  
หมวดหมู่ หมวดคบหา
53. บัณฑิตย่อมสรรเสริญความไม่ประมาท  
หมวดหมู่ หมวดความไม่ประมาท
54. บาปกรรม ที่ทำแล้วยอมไม่มีเปลี่ยนแปลง เหมือนนมสดที่รีดในวันนั้น, บาป  
ยอมตามเผาคนเขลา เหมือนไฟที่เถ้ากลบไว้  
หมวดหมู่ หมวดบาป-เวร
55. บุคคลควรเตือนกัน ควรสอนกัน และ ป้องกันจากคนไม่ดี เพราะเขาย่อม  
เป็นที่รักของคนดี แต่ไม่เป็นที่รักของคนไม่ดี  
หมวดหมู่ หมวดธรรม
56. บุคคลหว่านพืชเช่นใด ย่อมได้ผลเช่นนั้น ผู้ทำกรรมดี ย่อมได้ผลดี ผู้  
ทำกรรมชั่ว ย่อมได้ผลชั่ว  
หมวดหมู่ หมวดกรรม
57. ประโยชน์ทั้งหลาย ย่อมล่วงเลยคนผู้ทอดทิ้งการงาน ด้วยอ้างว่าหนานัก  
ร้อนนัก เย็นเสียแล้ว  
หมวดหมู่ หมวดกรรม
58. ปราชญ์ พึงรักษาศีล  
หมวดหมู่ หมวดธรรม  
คำบาลี สील รุกเขยยุ เมธาวิ
59. ปราชญ์ผู้ให้ความสุข ย่อมได้รับความสุข  
หมวดหมู่ หมวดทาน
60. ปัญญา ย่อมเกิดเพราะการฝึกฝน  
หมวดหมู่ หมวดการศึกษา
61. ปัญญา ย่อมประเสริฐกว่าทรัพย์  
หมวดหมู่ หมวดธรรมเบื้องต้น

62. ผู้คบคนชั่ว ย่อมถึงความสุขโดยส่วนเดียวไม่ได้ เขาย่อมยังตนให้ประสบโทษ เหมือนกิ่งก่าเข้าฝูงเหี้ยจะนั้น  
หมวดหมู่ หมวดคบหา
63. ผู้เคารพผู้อื่น ย่อมมีความเคารพตนเอง  
หมวดหมู่ หมวดบุคคล
64. ผู้ชอบธรรม เป็นผู้เจริญ  
หมวดหมู่ หมวดบุคคล
65. ผู้ใด อันผู้อื่นทำความดี ทำประโยชน์ให้ในกาลก่อนย่อมสำนึก (คุณของเขา) ได้ ประโยชน์ที่ผู้นั้นปรารถนาย่อมเจริญ  
หมวดหมู่ หมวดกรรม
66. ผู้ใดเกียจคร้าน มีความเพียรเลว พึ่งเป็นอยู่ตั้งร้อยปี แต่ผู้ปรารถนาความเพียรมั่นคง มีชีวิตอยู่เพียงวันเดียว ประเสริฐกว่าผู้นั้น  
หมวดหมู่ หมวดความเพียร
67. ผู้ใดมีความไร้ศีลธรรมครอบคลุม เหมือนย่านทรายคลุมไม้สาละ ผู้นั้นชื่อว่าทำตนเหมือนถูกผู้ร้ายคุมตัว  
หมวดหมู่ หมวดตน- ฝึกตน
68. ผู้ใดมีปัญญาทราม มีใจไม่มั่นคง พึ่งเป็นอยู่ตั้งร้อยปี ส่วนผู้มีปัญญาเพ่งพินิจ มีชีวิตอยู่เพียงวันเดียว ประเสริฐกว่า  
หมวดหมู่ หมวดความประมาท
69. ผู้ตั้งใจศึกษา ย่อมได้ปัญญา  
หมวดหมู่ หมวดการศึกษา
70. ผู้ปรารถนาความสุขที่มั่นคง พึ่งเว้นมิตรชั่วเสีย คบแต่บุคคลสูงสุด และพึ่งตั้งอยู่ในโอวาทของท่าน  
หมวดหมู่ หมวดคบหา
71. ผู้มีจิตอันไม่ชุ่มด้วยราคะ มีใจอันโทสะไม่กระทบแล้ว มีบุญและบาปอันละได้แล้ว ตื่นอยู่ ย่อมไม่มีภัย  
หมวดหมู่ หมวดจิต
72. ผู้มีตน ฝึกตนดีแล้ว ย่อมได้ที่พึงซึ่งได้ยาก  
หมวดหมู่ หมวดตน- ฝึกตน

73. ผู้มีปัญญา ถึงพร้อมด้วยความรู้ ฉลาดในวิธีจัดการงาน รู้กาลและรู้สมัย  
เขาพึงอยู่ในราชการได้  
หมวดหมู่ หมวดปัญญา
74. ผู้ไม่ประมาท ย่อมไม่ตาย  
หมวดหมู่ หมวดความไม่ประมาท
75. ผู้หมั่นในการงาน ไม่ประมาท เป็นผู้รอบคอบ จัดการงานเรียบร้อย, จึงควร  
อยู่ในราชการ  
หมวดหมู่ หมวดกรรม
76. ผู้ให้ ย่อมผูกไมตรีไว้ได้  
หมวดหมู่ หมวดทาน
77. ผู้ให้ย่อมเป็นที่รัก คนหมู่มากย่อมคบเขา  
หมวดหมู่ หมวดทาน
78. ผู้ให้สิ่งที่เลิศ ย่อมได้สิ่งที่เลิศอีก  
หมวดหมู่ หมวดทาน
79. ผู้ให้สิ่งประเสริฐ ย่อมถึงฐานะที่ประเสริฐ  
หมวดหมู่ หมวดทาน
80. พึงชนะคนโกรธด้วยความไม่โกรธ  
หมวดหมู่ หมวดการชนะ
81. พึงตัดความโกรธด้วยความขมใจ  
หมวดหมู่ หมวดความโกรธ
82. พึงรักษาความดีของคนไว้ ดังเกลือรักษาความเค็ม  
หมวดหมู่ หมวดกรรม
83. พึงละเว้นบาปทั้งหลาย  
หมวดหมู่ หมวดบาป-เวร
84. พึงศึกษาความสามัคคี ความสามัคคีนั่น ท่านผู้รู้ทั้งหลาย สรรพเสริญแล้ว  
ผู้ยินดีในสามัคคี ตั้งอยู่ในธรรม ย่อมไม่คลาดจากธรรมอันเกษมจากโยคะ  
หมวดหมู่ หมวดสามัคคี
85. พึงสละทรัพย์ เพื่อรักษาอวัยวะ พึงสละอวัยวะ เพื่อรักษาชีวิต พึงสละ ทั้ง  
ทรัพย์ อวัยวะ และ ชีวิต เพื่อรักษาธรรม (ความถูกต้อง)  
หมวดหมู่ หมวดธรรมเบื้องต้น



86. พุดอย่างไร ทำได้อย่างนั้น  
หมวดหมู่ หมวดธรรมเบื้องต้น
87. ฟังด้วยดี ย่อมได้ปัญญา  
หมวดหมู่ หมวดธรรมเบื้องต้น
88. มีมิตรเลวมีเพื่อนเลว ย่อมมีมารยาทเลวและที่เทียวเลว  
หมวดหมู่ หมวดมิตร
89. เมื่อคนโง่มีปัญญาทราวม ทำกรรมชั่วอยู่ก็ไม่รู้สึก เขาเดือดร้อนเพราะกรรม  
ของตน เหมือนถูกไฟไหม้  
หมวดหมู่ หมวดกรรม
90. เมื่อผู้อื่นทำความดีให้ ทำประโยชน์ให้ก่อน แต่เราไม่สำนึกบุญคุณ เมื่อมี  
กิจเกิดขึ้นภายหลัง จะหาผู้ช่วยทำไม่ได้  
หมวดหมู่ หมวดกิเลส
91. เมื่อให้ บุญก็เพิ่มขึ้น  
หมวดหมู่ หมวดทาน
92. ไม่ควรทำบาป เพราะเห็นแก่กิน  
หมวดหมู่ หมวดบาป-เวร
93. โลกถูกจิตนำไป ถูกจิตชักไป, สัตว์ทั้งปวงไปสู่อำนาจแห่งจิตอย่างเดียว  
หมวดหมู่ หมวดจิต
94. เวย่อมระงับด้วยการไม่จองเวร  
หมวดหมู่ หมวดบาป-เวร
95. สังขารทั้งหลาย ไม่เที่ยงหนอ  
หมวดหมู่ หมวดพิเศษสำหรับบุคคลทั่วไป
96. สัตว์ทั้งหลายย่อมต้องการความสุข ผู้ใดแสวงหาสุขเพื่อตน ไม่เบียดเบียน  
เขาด้วยอาชญา ผู้นั้นละไปแล้ว ย่อมได้สุข  
หมวดหมู่ หมวดกรรม
97. สิ่งทั้งหลายทั้งปวง ไม่ควรยึดมั่นถือมั่น  
หมวดหมู่ หมวดธรรม
98. เหย้าเรือนที่ปกครองไม่ดี นำทุกข์มาให้  
หมวดหมู่ หมวดทุกข์-พ้นทุกข์
99. อย่าปล่อยให้เวลาให้ล่วงไปโดยเปล่าประโยชน์  
หมวดหมู่ หมวดความเพียร

100. อยู่ร่วมกับคนชั่ว ย่อมมีแต่ความทุกข์  
หมวดหมู่ หมวดธรรมเบื้องต้น