

## THE TRIPLE GEM (TIRATANA)

### THE BUDDHA

The Buddha achieved enlightenment. He avoided the two extremes of self-indulgence (which retards spiritual progress) and self-mortification (which weakens the intellect), and instead discovered and followed the Middle Path (Majjhima Patipada) which led to his enlightenment. Thereafter he taught this path until his death.

The Buddha is not a God, nor a saviour who can save others. He explained that deliverance from suffering can only be gained by self-exertion and advised his disciples to be self-reliant.

“Striving should be done by yourselves. The Tathagatas [Buddhas] are only teachers.”  
(Dhammapada, verse 276)

พระรัตนตรัย (ไตรรัตน)

#### พระพุทธเจ้า

พระพุทธเจ้าทรงบรรลุอรหัตผล โดยหลีกเลี่ยงทั้งทางสุดโต่ง คือ การมุ่งความสุขทางกายและการทรมานตนเอง พระองค์ทรงค้นพบและปฏิบัติตามมัชฌิมาปฏิปทา ซึ่งนำไปสู่การตรัสรู้ และได้ทรงสั่งสอนหนทางนี้จนกระทั่งปรินิพพาน

พระพุทธเจ้ามิใช่เทพเจ้า หรือผู้ช่วยชีวิตที่จะช่วยคนอื่น พระองค์ทรงอธิบายว่า การหลุดพ้นจากทุกข์เกิดขึ้นได้ด้วยความพยายามของตนเอง และทรงแนะนำให้ลูกศิษย์พึ่งตนเอง

“จงเพียรพยายามด้วยตนเอง พุทธเจ้าทั้งหลายเป็นเพียงผู้แสดงธรรม” (ธรรมบท ข้อ 276)

retard (รีทาร์ด') vt., vi., n. (การ) ทำให้ช้า, ชัดขวาง, ถ่วง, หน่วง, ทำให้ลดความเร็ว, เป็นอุปสรรค, See also: retardingly adv., Syn. Delay

saviour (เซเวีย) n. ผู้ช่วยชีวิต, ผู้ช่วยเหลือ, ผู้ช่วยให้รอด, ผู้กู้, ผู้ที่กอบกู้, ผู้ช่วยไถ่บาป, พระผู้เป็นเจ้า