



รายงานการวิจัย

เรื่อง

การวิเคราะห์คัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท :

ความตาย กับ มรณัสสติ

An Analysis of Theravāda Buddhist Scriptures :

Death and Mindfulness of Death

โดย

นายสุชญา ศิริชัยภร และคณะ

ฝ่ายคัมภีร์พุทธศาสน์ กองวิชาการ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พ.ศ. ๒๕๕๘

ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ISBN 978-974-364-636-2



รายงานการวิจัย

เรื่อง

การวิเคราะห์คัมภีร์พระพุทธรศาสนาเถรวาท :
ความตาย กับ มรณัสสติ

**An Analysis of Theravāda Buddhist Scriptures :
Death and Mindfulness of Death**

โดย

นายสุชญา	ศิริชัยฤกร
พระมหาอุดม	สารเมธี (สารบรรณ)
นายสมบุรณ์	สมนวล
นายเสรี	อาจสาคร

ฝ่ายคัมภีร์พุทธศาสน์ กองวิชาการ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พ.ศ. ๒๕๕๘

ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ISBN 978-974-364-636-2

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



Research Report

An Analysis of Theravāda Buddhist Scriptures : Death and Mindfulness of Death

by

Mr. Suchaya Siritanyaporn

Phramaha Udom Samedhi (Saraban)

Mr.Somboon Somnual

Mr.Seri Ajsakorn

Buddhist Script Faction Academic Affairs Division

Mahachulalongkornrajavidyalaya University

B.E. 2548

Research Project Supported by Mahachulalongkornrajavidyalaya University

ISBN 978-974-364-636-2

(Copyright Mahachulalongkornrajavidyalaya University)

ชื่อรายงานการวิจัย :	การวิเคราะห์คัมภีร์พระพุทธรูปศาสนาเถรวาท : ความตาย กับ มรณัสสติ
ผู้วิจัย :	นายสุชนา ศิริชัยภร และคณะ
ส่วนงาน :	ฝ่ายคัมภีร์พุทธศาสนา กองวิชาการ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ปีงบประมาณ :	๒๕๔๘
ทุนอุดหนุนการวิจัย :	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บทคัดย่อ

เรื่องการศึกษาวิเคราะห์คัมภีร์พระพุทธรูปศาสนาเถรวาท : ความตาย กับ มรณัสสติ นั้น กำหนดวัตถุประสงค์ไว้ ๓ ประการ คือ เพื่อศึกษาหลักคำสอนเรื่องความตายที่ปรากฏในคัมภีร์ทางพระพุทธรูปศาสนาเถรวาท เพื่อศึกษาการใช้ความตายเป็นอารมณ์ และเพื่อศึกษาวิธีปฏิบัติเรื่องความตายสำหรับประยุกต์ใช้ในสังคมปัจจุบัน

วัตถุประสงค์ดังกล่าวนี้ ก็มัมภูฐาน จะเสนอแนวทางแห่งความตายและการระลึกถึงความตายที่ถูกต้อง จะช่วยคลายความสับสนกลัวต่อความตายของคนทั้งหลาย และช่วยบรรเทาความเศร้าโศกเสียใจที่เกิดขึ้นในสังคม เมื่อคนเราจะตาย ก็ตายไปอย่างมีสติสงบ ไม่หลงตาย

ผลการวิจัย มีดังนี้

๑. หลักคำสอนเรื่องความตายที่ปรากฏในคัมภีร์ทางพระพุทธรูปศาสนาเถรวาท ตามที่ปรากฏในพระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา ปกรณวิเสส ตลอดจนข้อมูลอื่นๆที่เกี่ยวข้อง รู้กันโดยมากกว่า เรื่องความตายเป็นสังขารแห่งชีวิต เกิดมาแล้วทุกคนต้องตาย ไม่มีใครจะหลีกเลี่ยงไปได้ เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นอยู่เป็นประจำ แต่ความตายก็ก่อให้เกิดความสับสนกลัวแก่ทุกคน ทุกคนพยายามทุกวิถีทางเพื่อที่จะไม่ให้ความตายมาถึง เพราะกลัวต่อความตาย ความจริง ความตายเป็นสิ่งที่ไม่น่ากลัว แต่ภาวะก่อนตายเป็นสิ่งที่น่ากลัวมากกว่า เพราะภาวะที่จะตายนี้ ถ้าจิตผ่องใสจะไป สู่สุคติ ถ้าจิตเศร้าหมองจะไปสู่ทุคติ ดังนั้นคนเราควรเรียนรู้เกี่ยวกับความตาย เช่น เรื่องเกี่ยวกับปรากฏการณ์ก่อนตายที่เรียกว่าอารมณ์ วิถีจิตก่อนตาย วิถีแก้ไข ตลอดจนคำสอนเกี่ยวกับความตายอย่างถูกต้อง ตามวิธีที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนไว้ ก็จะทำให้เรานั้นปฏิบัติตามได้อย่างถูกต้อง เวลาตายก็จะตายอย่างสงบ จัดเป็นการตายที่ดี แต่เมื่อว่าตามหลักพระพุทธรูปศาสนาเถรวาท การไม่เวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไปคือบรรลุนิพพาน จัดว่าเป็นการตายที่ดีที่สุด

๒. การใช้ความตายเป็นอารมณ์ก็มัมภูฐานที่ปรากฏในคัมภีร์ทางพระพุทธรูปศาสนา รู้กันโดยมากกว่า พระพุทธองค์ได้ตรัสมรณัสสติไว้หลายแห่งเป็นต้นว่า ผู้จะเจริญมรณัสสติควรพิจารณาตั้งนี้ว่า เราพึงเป็นอยู่ได้ชั่วขณะเดียวกินข้าว ๑ คำ หรือเราพึงเป็นอยู่ได้เพียงชั่วการหายใจเข้า-ออกเท่านั้น และผู้เจริญมรณัสสติได้ดี ควรพิจารณาถึงความตายของตนเป็นหลักทั้งกลางวันและกลางคืน และควรพิจารณาเห็นชีวิตว่ามีอันตรายรอบ

ด้านทั้งภายในและภายนอกที่จะทำให้เสียชีวิตไป และควรมีธรรม ๓ ประการคือ สติ สังเวคะ และญาณ เมื่อปฏิบัติตามได้เช่นนี้แล้ว จะสามารถคลายความทุกข์พ้นจากความทุกข์ได้ เมื่อเห็นคนอื่นผู้เป็นที่รักตายไปก็สามารถบรรเทาความเศร้าโศกที่จะเกิดขึ้นได้อีกด้วย

๓. วิธีปฏิบัติต่อความตายสำหรับประยุกต์ใช้ในสังคมปัจจุบัน รู้กันโดยมากกว่า คำสอนของพระพุทธศาสนา หากนำมาประยุกต์ให้เหมาะสมกับสังคมปัจจุบัน เช่น ใช้เทคโนโลยีถ่ายทอดหลักคำสอนเรื่องความตาย กับ มรณัสสติ ลงเป็นม้วนเทปบ้าง แผ่นซีดีบ้าง เป็นภาพนิ่งบ้าง เป็นภาพยนตร์บ้าง ก็อาจจะสามารถช่วยเหลือผู้ที่มีความเศร้าโศกให้คลายความเศร้าโศกลงได้ หรือผู้ที่มีความทุกข์ก็ให้คลายความทุกข์ได้นอกจากนี้ ควรช่วยสร้างมุมมองเรื่องความตายใหม่ เป็นมุมมองการตายที่ดีว่าคนเราสามารถทำได้ โดยเน้นการเผยแผ่หลักคำสอนเรื่องกรรมหรือภพภูมิว่ามีความสัมพันธ์กับคนเราอย่างแยกไม่ออก กรรมดีนำไปสู่สุคติ กรรมชั่วนำไปสู่ทุคติ สัมพันธ์สอดคล้องกับการตายของคนเราอย่างชัดเจน

นอกจากนี้ คณะผู้วิจัยได้ไปสัมภาษณ์เรื่องความตายกับมรณัสสติจากบุคคลต่างๆ ผลการสัมภาษณ์ มีผลเป็นที่น่าพอใจส่วนหนึ่ง ยังต้องแก้ไขส่วนหนึ่ง และได้ข้อสรุปว่า สิ่งที่จะเป็นที่พึ่งของคนเรา ก็คือคุณความดีที่กระทำไว้ และสำหรับชาวพุทธ สิ่งที่เป็นสิ่งที่ดีที่สุดก็คือพระรัตนตรัย เมื่อเวลาจะตายเป็นที่พึ่งได้ ช่วยให้มี การตายที่ดี ตายอย่างสงบสุขได้ หากทุกๆ ฝ่าย ทุกเชื้อชาติ ทุกศาสนา ช่วยกันสอนเรื่องความตาย และการระลึกถึงความตายอย่างถูกวิธี ก็จะทำให้มวลมนุษยชาติผู้มีความสะดุ้งกลัวต่อความตาย งดเว้นการเบียดเบียนกันและกัน และมีความปรารถนาดีต่อกัน ยามตายจะได้ตายอย่างสงบสุข

Research Title: An Analysis of Theravada Buddhist Scriptures: Death and Mindfulness of Death

Researcher: Mr. Suchaya Siritanyaporn and Others

Department: Division of Buddhist Texts of Academic Division,
Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Fiscal Year: 2548 / 2005

Research Scholarship Sponsor: Mahachulalongkornrajavidyalaya University

ABSTRACT

An analytical study of the Theravada Buddhist scriptures death and mindfulness of death was aims: to study the principles of the Buddha's teaching about the death appearing in the Buddhist scriptures, to study how to apply the death to the sense object of meditation exercise and to study the method of practice about the death in applying it to the present societies.

The foresaid aims will respond to the way of death, will right recollect the death, will be able to help lessening the people's fear of death, will help release the sorrow arising in the present societies and will help them to possess of peaceful minds at the point of death.

By findings of this research were as follows:

1) From the principles of teaching about the death as appearing in the Buddhist scriptures. Commentaries sub-commentaries, special texts and all other related data; it was found that death is the truth in lives. It was what usually arising but it was causes a fright to every body. Every body tries in any way to escape from death, but no one can not be successful. Really the death is not a fearful condition, but the condition before death is more fearful, because of this condition, if a person has pure mind, he will go to a happy state, if he has impure min, and he will go to an unhappy state. So, one should follow the way of correcting about the death such as the state before death which is called an object's teaching about the death, thought process before death, the method to set the mind right, and finally the Buddha's teaching about the death. By this way, one can rightly lead one's life, and as a result, one will die peacefully. This is called the good death. At any rate, according to the Buddhist principles of teaching, the state of no rebirth

again is called the attainment of Nirvana, the Highest Bliss, which is called the best death in Buddhism.

2) In applying the death to the sense object of meditation practice is appearing in the Buddhist scriptures. It is found that the Buddha said about the mindfulness of death in various places. For example, one who develops the mindfulness of death should contemplate as follows. We may be still alive only for a moment of chewing one mouthful food of a morsel of rice. Or, we may be alive just at the moment of our inhalation and exhalation. More over, one who could mainly contemplate on one's death day and might, and should consider one's life as full of both inside and outside danger to destroy one's life. Furthermore, one should be possessed of doctrine, namely-mindfulness, sense of urgency and wisdom. Having practiced in these ways, one can be relieved from suffering and be free from suffering. Beside, one can get rid of sorrow, when one sees the beloved people die.

3) From the application of the matter of death to the present societies, in such ways as using the technological methods in recording the teaching about the death and mindfulness of death on tapes, C.D, plates, magic lanterns or movies, can help the sorrowful people to be free from sorrow, or the suffering people to get rid of suffering. Beside, it is good to form a new viewpoint about the death which will be a better one to be taken by all people by emphasizing the principles of the teaching about the action or the state of existence which has the relationship with human beings. Good action leads the people to be a happy state, whereas bad action clearly shows the relationship with human beings. Good action leads the people to be a happy state; whereas bad action leads the people to the unhappy state. This fact clearly shows the relationship with each and every human being's death.

In addition to this, the researching group was interviewed for many people about the death and mindfulness of death. The result of the interview was satisfactory in one part, and will have to be right in another part. The conclusion was what will be the people's refuge is the good action already reformed. For the Buddhists, the best refuge is the Triple Gem which can be the people's good refuge at the point of death, make the death be a good one and help to die peacefully. If there is a group of people, nation, race and religion can help them and rightly teach about the death and mindfulness of death. Each of them can help human beings who are afraid of death to refrain from disturbing one another.

คำอธิบายอักษรย่อคัมภีร์พระไตรปิฎก

๑. อักษรชื่อย่อคัมภีร์พระไตรปิฎก

งานวิจัยฉบับนี้ใช้พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในการอ้างอิง ระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังอักษรย่อชื่อย่อคัมภีร์ เช่น วิ.ม. (บาลี) ๔/๑๖๔/๑๗๐ หมายถึงวินัยปิฎก มหาวรรค พระไตรปิฎกภาษาบาลี เล่มที่ ๔ ข้อ ๑๖๔ หน้า ๑๗๐, ที.ม. (ไทย) ๐/๑๘๕/๑๓๑ หมายถึงสุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ ๑๐ ข้อ ๑๘๕ หน้า ๑๓๑

พระวินัยปิฎก

วิ.ภิกขุณี. (บาลี)	=	วินัยปิฎกภิกขุณีวิภังคปาติ (ภาษาบาลี)
วิ.ภิกขุณี. (ไทย)	=	วินัยปิฎกภิกขุณีวิภังค์ (ภาษาไทย)
วิ.ม. (บาลี)	=	วินัยปิฎกมหาจุคคปาติ (ภาษาบาลี)
วิ.ม. (ไทย)	=	วินัยปิฎกมหาวรรค (ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

ที.ลี. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สีสันธวรรค (ภาษาไทย)
ที.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค (ภาษาไทย)
ที.ปา. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย ปาฎิกวรรค (ภาษาไทย)
ม.มุ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มูลปัดถาสร์ (ภาษาไทย)
ม.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปัดถาสร์ (ภาษาไทย)
ม.อุ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย อุปริปัดถาสร์ (ภาษาไทย)
ส.ส. (บาลี)	=	สุตตันตปิฎก สังกยุตตนิกาย สคาถวรรค (ภาษาบาลี)
ส.ส. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก สังกยุตตนิกาย สคาถวรรค (ภาษาไทย)
ส.นิ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก สังกยุตตนิกาย นิตานวรรค (ภาษาไทย)
ส.ข. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก สังกยุตตนิกาย ชั้นธวรรค (ภาษาไทย)
ส.สพ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก สังกยุตตนิกาย สพายตวรรค (ภาษาไทย)
ส.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก สังกยุตตนิกาย มหาวรรค (ภาษาไทย)
อง.เอกก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังกุตตรนิกาย เอกกนิบาต (ภาษาไทย)

อง.ทุก. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ทุกนินบาต (ภาษาไทย)
อง.ติก. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ติกนินบาต (ภาษาไทย)
อง.จตุกก. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย จตุกกนินบาต (ภาษาไทย)
อง.ปญจก. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ปญจกนินบาต (ภาษาไทย)
อง.ฉกก. (บาลี)	=	สุดตันตปิฎก องคุตตรนิกาย ฉกกนินบาตปาลี (ภาษาบาลี)
อง.ฉกก. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ฉกกนินบาต (ภาษาไทย)
อง.สตุตก. (บาลี)	=	สุดตันตปิฎก องคุตตรนิกาย สตุตกนินบาตปาลี (ภาษาบาลี)
อง.สตุตก. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย สตุตกนินบาต (ภาษาไทย)
อง.อฏฐก. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย อฏฐกนินบาต (ภาษาไทย)
อง.ทสก. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ทสกนินบาต (ภาษาไทย)
ขุ.ธ. (บาลี)	=	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย ธมมปทปาลี (ภาษาบาลี)
ขุ.ธ. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย ธมมปท (ภาษาไทย)
ขุ.อุ. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย อุทาน (ภาษาไทย)
ขุ.สุ. (บาลี)	=	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย สุตตนิบาตปาลี (ภาษาบาลี)
ขุ.สุ. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย สุตตนิบาต (ภาษาไทย)
ขุ.วิ. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย วิมานวัตถุ (ภาษาไทย)
ขุ.เปต. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย เปตวัตถุ (ภาษาไทย)
ขุ.เถร. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย เถรคาถา (ภาษาไทย)
ขุ.เถรี. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย เถรีคาถา (ภาษาไทย)
ขุ.ชา. (บาลี)	=	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย ชาตกปาลี (ภาษาบาลี)
ขุ.ชา. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย ชาตก (ภาษาไทย)
ขุ.ม. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย มหานิเทศ (ภาษาไทย)
ขุ.จู. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย จูฬนิเทศ (ภาษาไทย)
ขุ.อป. (บาลี)	=	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย อปทานปาลี (ภาษาบาลี)
ขุ.อป. (ไทย)	=	สุดตันตปิฎก ขุททกนิกาย อปทาน (ภาษาไทย)

พระอภิธรรมปิฎก

อภิ.วิ. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก วิภังค์ (ภาษาไทย)
อภิ.ป. (บาลี)	=	อภิธรรมปิฎก ปุคคลปญญตติปาติ (ภาษาบาลี)
อภิ.ป. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก ปุคคลบัญญัติ (ภาษาไทย)
อภิ.ก. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก กถาวัตถุ (ภาษาไทย)

ข. อักษรชื่อคัมภีร์อรรถกถา

งานวิจัยฉบับนี้ใช้อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หลังอักษรย่อชื่อคัมภีร์ เช่น วิ.อ. (บาลี) ๑/๑๖๕/๔๕๔ หมายถึงวินัยปิฎก สมณฑปาสาทิกา อรรถกถา เล่มที่ ๑ ข้อ ๑๖๕ หน้า ๔๕๔, ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๑๖๗/๑๕๗ หมายถึง ทีฆนิกาย มหาวคค อรรถกถาภาษาบาลี เล่มที่ ๒ ข้อที่ ๑๖๗ หน้า ๑๕๗

อรรถกถาพระวินัยปิฎก

วิ.อ. (บาลี)	=	วินัยปิฎก สมณฑปาสาทิกา มหาวินยคคอฏฐกถา (ภาษาบาลี)
--------------	---	---

อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

ที.ลือ.อ. (บาลี)	=	ทีฆนิกาย สุมงคลวิลาสินี สีสขนธวคคอฏฐกถา (ภาษาบาลี)
ที.ม.อ. (บาลี)	=	ทีฆนิกาย สุมงคลวิลาสินี มหาวคคอฏฐกถา (ภาษาบาลี)
ที.ปา.อ. (บาลี)	=	ทีฆนิกาย สุมงคลวิลาสินี ปาฎิกวคคอฏฐกถา (ภาษาบาลี)
ม.มุ.อ. (บาลี)	=	มชฌิมนิกาย ปปญจสุทนี มุลปณณาสกอฏฐกถา (ภาษาบาลี)
ม.อุ.อ. (บาลี)	=	มชฌิมนิกาย ปปญจสุทนี อุปริปณณาสกอฏฐกถา (ภาษาบาลี)
ลूं.ส.อ. (บาลี)	=	ลूंยุตตนิคาย สารตถุปกาลินี สคาวคคอฏฐกถา (ภาษาบาลี)
ลूं.นิ.อ. (บาลี)	=	ลूंยุตตนิคาย สารตถุปกาลินี นินทานวคคอฏฐกถา (ภาษาบาลี)
ลूं.ช.อ. (บาลี)	=	ลूंยุตตนิคาย สารตถุปกาลินี ขนธวาวคคอฏฐกถา (ภาษาบาลี)
ลूं.สฟ้า.อ. (บาลี)	=	ลूंยุตตนิคาย สารตถุปกาลินี สฟ้าตทวคคอฏฐกถา (ภาษาบาลี)
อง.เอกก.อ. (บาลี)	=	องคคตตรนิกาย มโนเรถปุรณิ เอกกนินปาตอฏฐกถา (ภาษาบาลี)
อง.ติก.อ. (บาลี)	=	องคคตตรนิกาย มโนเรถปุรณิ ติกนินปาตอฏฐกถา (ภาษาบาลี)
อง.จก.อ. (บาลี)	=	องคคตตรนิกาย มโนเรถปุรณิ จกนินปาตอฏฐกถา (ภาษาบาลี)
อง.สตุต.อ. (บาลี)	=	องคคตตรนิกาย มโนเรถปุรณิ สตุตกนินปาตอฏฐกถา (ภาษาบาลี)
ช.ธ.อ. (บาลี)	=	ชุตทกนิกาย ธรรมปทอฏฐกถา (ภาษาบาลี)

ช.อิตี.อ. (บาลี)	=	ชุททกนิกาย ปรมตถทีปนี อิติวุตตกอฏฐกถา (ภาษาบาลี)
ช.สุ.อ. (บาลี)	=	ชุททกนิกาย ปรมตถโชติกา สุตตนิปาตอฏฐกถา (ภาษาบาลี)
ช.เปต.อ. (บาลี)	=	ชุททกนิกาย ปรมตถทีปนี เปตอฏฐกถา (ภาษาบาลี)
ช.วิ.อ. (บาลี)	=	ชุททกนิกาย ปรมตถทีปนี วิมานวตถอฏฐกถา (ภาษาบาลี)
ช.ชา.อ. (บาลี)	=	ชุททกนิกาย นวกนิปาตชาตอฏฐกถา (ภาษาบาลี)
ช.ม.อ. (บาลี)	=	ชุททกนิกาย สหุทธมปิชาติกา มหานิเทศอฏฐกถา (ภาษาบาลี)

อรรถกถาพระอภิธรรมปิฎก

สงคห. (บาลี)	=	อภิธรรมตถสงคห (ภาษาบาลี)
อภิ.วิ.อ. (บาลี)	=	สมุโหมวิโนทนี อภิธรรมปิฎก วิภังคอฏฐกถา (ภาษาบาลี)

ค. อักษรชื่อคัมภีร์ฎีกา

งานวิจัยฉบับนี้ใช้ฎีกาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในการอ้างอิง ระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังอักษรย่อชื่อคัมภีร์ เช่น อัง.สตุตท.ฎีกา (บาลี) ๓/๓๗-๔๓/๒๐๓ หมายถึงอังคตุตตรนิกาย สวรรตถมณชูสา สัตตกนิปาตฎีกา เล่มที่ ๓ ข้อ ๓๗-๔๓ หน้า ๒๐๓

ฎีกาพระสุตตันตปิฎก

อัง.สตุตท. ฎีกา (บาลี)	=	อังคตุตตรนิกาย สวรรตถมณชูสา สัตตกนิปาตฎีกา (ภาษาบาลี)
------------------------	---	---

ฎีกาพระอภิธรรมปิฎก

มณ.ฎีกา (บาลี)	=	มณที่ปฎีกา (ภาษาบาลี)
มณีสาร.ฎีกา (บาลี)	=	มณีสารตถทีปนีฎีกา (ภาษาบาลี)
สงคห.ฎีกา (บาลี)	=	อภิธรรมตถสงคหฎีกา (ภาษาบาลี)
วิภาวินี. (บาลี)	=	อภิธรรมตถวิภาวินีฎีกา (ภาษาบาลี)
สงคหที. (บาลี)	=	อภิธรรมปิฎก อภิธรรมตถสงคหทีปนีฎีกา (ภาษาบาลี)
อภิ.วิ.มุลฎีกา (บาลี)	=	อภิธรรมปิฎก วิภังคมุลฎีกา (ภาษาบาลี)

ง. อักษรชื่อย่อชื่อคัมภีร์ปกรณ์วิเสส

งานวิจัยฉบับนี้ใช้คัมภีร์ปกรณ์วิเสสภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในการอ้างอิง ระบุ เล่ม/ชื่อ/หน้า หลังอักษรย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ปกรณ์วิเสส ภาษาบาลี เช่น วิสุทฺธิ. (บาลี) ๑/๑๖๗/๒๕๐ หมายถึงปกรณ์วิเสส ภาษาบาลี เล่มที่ ๑ ข้อ ๑๖๗ หน้า ๒๕๐, ถ้าไม่มีเล่ม ก็จะแจ้ง ข้อ/หน้า เช่น มิลินฺนท. -/ ๖/๓๑๑ หมายถึงมิลินทปัญหাপกรณ์ ภาษาบาลี ข้อ ๗ หน้า ๓๑๑.

ปกรณ์วิเสส

มิลินฺนท. (บาลี)	=	มิลินทปัญหাপกรณ์ (ภาษาบาลี)
วิสุทฺธิ. (บาลี)	=	วิสุทฺธิมคฺคปกรณ์ (ภาษาบาลี)
มหาวัส. (บาลี)	=	มหาวัส (ภาษาบาลี)

ฎีกาปกรณ์วิเสส

วิสุทฺธิ.ฎีกา (บาลี)	=	ปรมตฺถมณฺฑลฺลา วิสุทฺธิมคฺคมหาฎีกา (ภาษาบาลี)
มฺงคฺล. (บาลี)	=	มฺงคฺลตฺถที่ปนี (ภาษาบาลี)

กิตติกรรมประกาศ

การวิจัยครั้งนี้จะเกิดขึ้นไม่ได้ หากไม่ได้รับคำแนะนำและสนับสนุนให้ทำงานวิจัยเรื่องนี้ จาก พระครูปลัดสุวัฒนวิจิตรคุณ (ไสว โชติโก) ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ และอาจารย์รังสี สุหนต์ อาจารย์ประจำบัณฑิตวิทยาลัย พระมหาสม กลยาโณ เจ้าหน้าที่วิจัย และดร.ประมุข สารพันธ์ผู้เชี่ยวชาญ ประจำสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ ผู้ได้แนะนำให้ข้าพเจ้าและคณะมีโอกาสเข้ามาทำงานวิจัย ข้าพเจ้าพร้อม คณะผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งและขอขอบคุณผู้มีรายนามดังกล่าวข้างต้นเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณอาจารย์แสวง อุดมศรี หัวหน้าฝ่ายคัมภีร์พุทธศาสตร์ กองวิชาการ ที่มีความเมตตาและรับเป็นที่ปรึกษาโครงการและให้การสนับสนุนเป็นอย่างดี ตลอดจนถึงเจ้าหน้าที่ทุกรูป/ทุกท่าน จากฝ่ายคัมภีร์พุทธศาสตร์ทุกคน ที่ช่วยแนะนำท้วงติง และช่วยพิสูจน์อักษร

ขอกราบขอบพระคุณ พระมหาเจิม สุวโจ อดีตผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์และผู้ช่วย คาสตราจารย์ยุวดี ชาตไทย อาจารย์คณะพยาบาลศาสตร์ โรงพยาบาลศิริราช ที่มีส่วนช่วยให้การวิจัยสำเร็จลง ได้ด้วยดี โดยได้ช่วยแนะนำให้รู้จักคณาจารย์จากคณะพยาบาลศาสตร์เปิดโอกาสให้สัมภาษณ์เกี่ยวกับเรื่อง ความตายและเล่าประสบการณ์ที่เคยพยาบาลผู้เจ็บป่วย คณะผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งและขอขอบคุณผู้มีรายนาม ดังกล่าวข้างต้นเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

คณะผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณอาจารย์สิริ เพ็ชรไชย ท่านผู้สูงอายุอีกหลายท่านที่ไม่ได้เอ่ยชื่อนาม นักวิชาการ พระสงฆ์ บุคคลทั่วไป และผู้เจ็บป่วย ที่ได้เปิดโอกาสให้สัมภาษณ์ ในการทำวิจัยครั้งนี้ จนสำเร็จ ได้ด้วยดี จึงขอกราบขอบพระคุณทุกๆ ท่านไว้ ณ ที่นี้ด้วย

ขอขอบคุณอาจารย์ศศิวรรณ กำลังสินเสริม และคุณมธุรส นักศึกษาบัณฑิตวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ที่มีส่วนช่วยเหลือสนับสนุน และให้ยืมหนังสือการวิจัยเกี่ยวกับเรื่องความตาย คณะผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในน้ำใจไม่ตรีเป็นยิ่งนัก

ท้ายสุดนี้ คุณความดีที่เกิดจากการศึกษาค้นคว้าในการทำรายงานวิจัยครั้งนี้ คณะผู้วิจัยขอตั้ง มหากุศลเจตนาอย่างแรงกล้า อธิษฐานจิตระลึกถึงคุณพระศรีรัตนตรัยเป็นที่พึ่งที่ระลึก แล้วแผ่ส่วนกุศลผล ความดีทั้งหมดนี้ไปให้กับมารดาบิดา ครูบาอาจารย์ ท่านผู้มีอุปการคุณ ท่านผู้สนับสนุนช่วยเหลือ ขอให้ทุกท่านจงมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง มีความสุข สมความมุ่งมาดปรารถนาทุกเมื่อเทอญ

สุขญา ศิริธัญญกร และคณะ

๒๔ มิถุนายน ๒๕๕๐

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	ง
คำอธิบายอักษรย่อคัมภีร์พระไตรปิฎก	จ
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๔
๑.๓ คำสำคัญ ของโครงการวิจัย	๔
๑.๔ ขอบเขตของการวิจัย	๕
๑.๕ ทฤษฎีหรือกรอบแนวความคิดของโครงการวิจัย	๕
๑.๖ ระเบียบวิธีวิจัย	๕
๑.๗ ระยะเวลาที่ทำการวิจัย	๖
๑.๘ แผนการดำเนินงานวิจัย	๖
๑.๙ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ และหน่วยงานที่นำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์	๖
บทที่ ๒ หลักคำสอนเรื่องความตายที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท	๗
๒.๑ ความหมายของความตาย	๘
๒.๒ ประเภทของความตาย	๑๒
๒.๓ สาเหตุแห่งความตาย	๑๗
๒.๔ ปรากฏการณ์ก่อนตายของบุคคล	๒๓
๒.๔.๑ มรณาสันนกาล	๒๓
๒.๔.๒ มรณาสันนวิถิ (วิถิจิตไถลตาย)	๒๕
๒.๔.๓ อารมณ์ของบุคคลที่กำลังจะตาย	๒๕
กรรมหรือกรรมอารมณ์	๒๖
กรรมนิमितหรือกรรมนิมิตอารมณ์	๒๗
คตินิमितหรือคตินิมิตอารมณ์	๒๙

๒.๕	ตัวอย่างวิถีจิตที่ใกล้ตายของบุคคลต่างๆ	๓๓
๒.๕.๑	วิถีจิตที่ใกล้ตายของบุคคลผู้จักถือปฏิสนธิในอบายภูมิ	๓๓
๒.๕.๒	วิถีจิตที่ใกล้ตายของบุคคลผู้จักถือปฏิสนธิในสุคติภูมิ	๓๖
๒.๕.๓	วิถีจิตที่ใกล้ตายของบุคคลผู้จักถือปฏิสนธิในรูปภูมิ	๓๘
๒.๕.๔	วิถีจิตที่ใกล้ตายของบุคคลผู้จักถือปฏิสนธิในอรุภูมิ	๓๙
๒.๕.๕	วิถีจิตที่ใกล้ตายของบุคคลผู้เป็นพระอนาคามีและพระอรหันต์	๔๐
๒.๖	วิธีแก้ไขอารมณ์ของมรณาสันนิวัตถ์	๔๒
๒.๖.๑	วิธีช่วยแก้ไขอารมณ์ในเวลาก่อนสิ้นชีวิต	๔๓
๒.๖.๒	วิธีช่วยแก้ไขอารมณ์ในเวลาหลังสิ้นชีวิตไปแล้ว	๔๕
๒.๗	คำสอนเกี่ยวกับความตาย	๔๖
	สรุปความ	๕๐

บทที่ ๓ การใช้ความตายเป็นอารมณ์กัมมัญฐานที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท **๕๓**

๓.๑	ความหมายแห่งมรณัสสติ	๕๓
๓.๒	การระลึกถึงความตายที่เป็นมรณัสสติ	๕๗
	การระลึกถึงความตายที่ไม่เป็นมรณัสสติ	๕๙
๓.๓	มรณัสสติกัมมัญฐานที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท	๕๙
๓.๓.๑	อารมณ์กัมมัญฐานที่เป็นมรณัสสติ	๖๐
๓.๓.๒	คำภาวณาเกี่ยวกับการเจริญมรณัสสติกัมมัญฐาน	๖๒
๓.๔	วิธีการปฏิบัติในการเจริญมรณัสสติ	๖๙
๓.๔.๑	ขั้นตอนเตรียมการในการเจริญมรณัสสติ	๖๙
๓.๔.๒	อุบายในการเจริญมรณัสสติ	๗๐
๓.๔.๓	วิธีการในการเจริญมรณัสสติ	๗๙
๓.๕	บุคคลกับการเจริญมรณัสสติ	๘๐
๓.๕.๑	บุคคลผู้ไม่ได้อบรมเรื่องการเจริญมรณัสสติ	๘๑
๓.๕.๒	บุคคลผู้ได้อบรมเรื่องการเจริญมรณัสสติ	๘๖
๓.๖	ประโยชน์ที่จะได้รับการเจริญมรณัสสติ	๙๐
๓.๖.๑	ประโยชน์ที่จะได้รับในปัจจุบัน	๙๐
๓.๖.๒	ประโยชน์ที่จะได้รับในอนาคต	๙๔
	สรุปความ	๙๕

บทที่ ๔ วิธีปฏิบัติเรื่องความตายสำหรับประยุกต์ใช้ในสังคมปัจจุบัน	๙๘
๔.๑ มุมมองต่อความตาย	๙๘
หลักการทฤษฎีแห่งชีวิต	๙๘
๔.๒ สถานที่รองรับบุคคลที่ตายแล้ว	๑๐๒
๔.๒.๑ ภาพภูมิ ๒ อย่าง	๑๐๒
๔.๒.๒ ภาพภูมิเชื่อมโยงกับเรื่องกรรม	๑๐๔
๑. เรื่องมหากัมมวิมังคสูตร	๑๐๔
๒. เรื่องจุฬกัมมวิมังคสูตร	๑๐๕
๓. เรื่องกรรมเป็นเหตุให้เกิดในสุคติภูมิและประมาณอายุ	๑๐๘
๔. เรื่องกรรมเป็นเหตุให้เกิดในทุคติภูมิ	๑๐๙
๔.๓ การทำใจเมื่อความตายใกล้เข้ามา	๑๑๒
๔.๓.๑ การทำใจต่อความตายเมื่อไปงานศพ	๑๑๒
๔.๓.๒ การทำใจเมื่อได้พบเห็นคนตาย	๑๑๓
๔.๓.๓ การทำใจถึงความตายในเวลาเช้าและก่อนนอน	๑๑๕
๔.๓.๔ การทำไว้ในใจโดยแยกกายในการเจริญมรณัสสติ	๑๑๖
๔.๔ การเปลี่ยนอารมณ์ให้ดี	๑๒๐
๔.๔.๑ อารมณ์ ๖	๑๒๐
๔.๔.๒ อารมณ์ ๓	๑๒๓
๔.๔.๓ กรรม ๔	๑๒๔
๔.๕ ลักษณะการตายที่ดี	๑๒๕
๔.๕.๑ การตายที่ดีของพระอรหันต์	๑๒๕
๔.๕.๒ การตายที่ดีของบุคคลทั่วไปจนถึงพระอนาคามี	๑๒๕
๔.๖ การช่วยเหลือบุคคลผู้ใกล้จะตาย	๑๒๗
๔.๖.๑ สร้างศรัทธา	๑๒๗
๔.๖.๒ สมาทานรักษาศีล	๑๒๘
๔.๖.๓ อบรมจิตเจริญปัญญา	๑๒๙
๔.๖.๔ นำพาให้สงบเบาใจ	๑๓๑
๔.๗ ของฝากเมื่อจากไป	๑๓๒
คำสัมภาษณ์ การวิเคราะห์คัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท : ความตาย กับ มรณัสสติ	๑๓๔

สรุปความ	๑๕๘
บทที่ ๕ สรุปผลงานการวิจัยและข้อเสนอแนะ	๑๖๑
๕.๑ สรุปผลงานการวิจัย	๑๖๑
๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๑๖๗
บรรณานุกรม	๑๖๘
ภาคผนวก	๑๗๓
ผนวก ก การเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานโดยการใช้มรณัสสติเป็นบาท	๑๗๔
ผนวก ข คำสัมภาษณ์	๑๙๘
ประวัติผู้วิจัย	๑๙๙

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

บุคคลในโลกนี้ย่อมมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับบุคคลอื่นโดยฐานะใดฐานะหนึ่ง เริ่มจากความสัมพันธ์กันภายในครอบครัวจนถึงความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับบุคคลทั่วไป เมื่อบุคคลมีความสัมพันธ์กันโดยฐานะต่าง ๆ เช่นนี้ สิ่งที่ทุกคนจะได้ประสบเจอ ก็คือความตาย เพราะทุกคนไม่ว่าเด็ก ผู้ใหญ่ โง่ ฉลาด มั่งมีและยากจน ล้วนต้องตาย^๑ คนผู้เกิดแล้วจะไม่ตายไม่มี คนที่มีชีวิตอยู่ได้นานก็อยู่ได้เพียง ๑๐๐ ปี หรือจะอยู่เกินไปบ้างก็มีน้อย^๒ ความตาย (Death) เมื่อเกิดขึ้นแล้วย่อมทำให้เกิดความเศร้าโศกเสียใจ มีคำกล่าวไว้ว่า น้ำตาที่รินหลั่ง เพราะความเศร้าโศกเสียใจ อันมีสาเหตุมาจากการต้องประสบกับความสูญเสียบุคคลที่ตนรักในแต่ละครั้ง ดูเหมือนว่าจะมีเพียงน้อยนิด แต่เมื่อนับน้ำตาที่ไหลรินรวมกันในสังสารวัฏแล้วจะมีจำนวนมากกว่าน้ำในมหาสมุทรเสียอีก^๓ และน้ำตาแห่งความสูญเสียนี้ย่อมเกิดขึ้นแม้แก่บุคคลผู้เป็นโสดาบัน เช่น อนาคตภิกษุเศรษฐี^๔ นางวิสาขามหาอุบาสิกา^๕ ไม่จำเป็นต้องกล่าวถึงบุคคลทั่วไป แต่สำหรับคนที่ได้เจริญมรณัสสติ แม้ไม่ได้บรรลุธรรมไม่ร้องไห้เสียใจก็มี ดังเรื่องบุคคลทั้งหลายพิจารณาความตายเหมือนงูลอกคราบ^๖ ฉะนั้น

ความตาย คือการที่เบญจขันธ์แตกสลายไป หรือความขาดสูญของชีวิตในภาพหนึ่ง^๗ และความตายนี้นั้นเนื่องมาจากความเกิด เมื่อไม่มีความเกิด ความตายก็มีไม่ได้ แต่เมื่อมีความเกิด ความตายจึงมี และความเกิดมีได้เพราะองค์ประกอบ ๓ อย่าง คือ มารดาบิดาอยู่ร่วมกัน มารดามีระดู และมีสัตว์มาเกิด^๘ เมื่อสัตว์มาถือกำเนิดในครรภ์ของมารดาแล้ว ก็มีวิวัฒนาการแห่งการเจริญเติบโตเป็นลำดับ ดังคำที่ว่า รูปนี้เป็นกลละก่อน จากกลละจึงเป็นอัมพุทะ จากอัมพุทะจึงเป็นเปลี จากเปลีจึงเป็นขณะ จากขณะจึงเป็นปัญญาสาขา (ปุ้ม ๕ ปุ่ม)

^๑ ที.ม.(ไทย) ๑๐/๑๘๕/๑๓๑.

^๒ ส.ส.(ไทย) ๑๕/๑๔๕/๑๘๔-๑๘๕.

^๓ พ.เถรี.(ไทย) ๒๖/๔๓๖-๕๐๑/๖๓๕-๖๓๖, พ.ธ.อ.(บาลี) ๑/๑๑๓/๕๑๐-๕๑๕, พ.ธ.อ.(บาลี) ๒/๑๓๔/๑๓๖.

^๔ พ.ธ.อ. (บาลี) ๑/๑๘/๑๑๖-๑๑๗.

^๕ พ.อ. (ไทย) ๒๕/๗๘/๓๓๗, พ.ธ.อ.(บาลี) ๒/๒๑๓/๒๑๑.

^๖ พ.ช.(ไทย) ๒๗/๑๙-๒๘/๒๐๒-๒๐๓.

^๗ วิสุทธิ.(บาลี) ๑/๑๖๗/๒๕๐.

^๘ ม.ม.(ไทย) ๑๒/๔๐๘/๔๔๔.

ต่อจากนั้น ผม ขน และเล็บจึงเกิดขึ้น^๑ แล้ววิวัฒนาการต่อไป พออยู่ในครรภ์ประมาณ ๙ เดือนก็คลอด ออกมาลิ้มรสชาติโลก แล้ววิวัฒนาการเป็นร่างกายเติบโตขึ้นตามลำดับ ครั้นแล้ว ร่างกายก็ดำรงชีวิตอยู่บนโลกนี้ แล้วแตกดับไปเมื่อหมดอายุขัย นี้กล่าวตามอายุกับ^๒ ของแต่ละคน

แต่เชื่อว่าทุกคนจะมีชีวิตอยู่รอดจนหมดอายุขัย เพราะบางคนไม่เป็นเช่นนั้น บางคนขณะอยู่ในท้อง ก็ตายแล้ว เพราะถูกทำแท้งบ้าง^๓ ถูกโรคเบียดเบียนบ้าง บางคนเกิดมาลิ้มรสชาติโลกได้ไม่ถึงวัน ก็ถูกแม่ใจร้าย ฆ่าเสียบ้าง ทั้งถึงขยะให้ตายบ้าง บางคนเมื่อเจริญวัยแล้ว พอวิ่งเล่นได้ก็จมน้ำบ้าง ถูกรถชนบ้าง บางคนยัง เข้าวัยหนุ่มสาว ผิดหวังด้านความรักก็ฆ่าตัวตายบ้าง ตายเพราะอุบัติเหตุด้วยความคะนองบ้าง บางคนยังเข้า วัยกลางคน ชัดผลประโยชน์กัน ก็ถูกฆ่าบ้าง เป็นโรคตายบ้าง บางคนยังเข้าสู่วัยชรา ทำงานไม่ได้ก็อดอยาก ตายบ้าง ตอมใจตายบ้าง ดังนั้นเรื่องความตายกับความเกิดเป็นของคู่กัน ทุกคนหลีกเลี่ยงความตายไม่พ้น^๔

ความตายเมื่อเกิดขึ้น ความเศร้าโศกเสียใจของหมู่ญาติก็ตามมา มากบ้างน้อยบ้าง ตามความรัก และผูกพันกัน ดังนั้น ในทางพระพุทธศาสนา จึงมีอุบายวิธีปฏิบัติต่อความตายที่เกิดขึ้น และถือว่าเป็นสิ่งที่ จำเป็นอย่างยิ่ง อุบายวิธีดังกล่าวคือ มรณัสสติ (Mindfulness to Death) ซึ่งถือว่าเป็นกัมมัฏฐานที่มีความ จำเป็นอย่างยิ่ง เรียกว่าลัทธิพุทธกัมมัฏฐาน^๕ เป็นกรรมฐานที่ใช้ประโยชน์ได้ หรือควรต้องใช้ทุกที่ทุกกรณี

มรณัสสติ คือการระลึกถึงความตาย เป็นอุบายวิธีปฏิบัติต่อความตายที่พระพุทธองค์ตรัสสอนแก่ พุทธบริษัททั้งหลายไว้ อุบายวิธีดังกล่าวนี้ จำเป็นต้องมีหลักการปฏิบัติที่ถูกต้อง เพราะการนึกถึงความตาย นั้น หากบุคคลไม่มีโยนิโสมนสิการคือไม่มีอุบายวิธีทำให้คิดอย่างถูกวิธีแล้ว อกุศลธรรมก็จะเกิดขึ้น เช่น การนึกถึงความตายแล้วสลดหดหู่ เกิดความเศร้าโศกความเหี่ยวแห้งใจบ้าง เกิดความหวั่นกลัวหวาดเสียวใจ บ้าง ตลอดจนเกิดความดีใจเมื่อนึกถึงความตายของคนที่เกี่ยวข้องบ้างเป็นต้น แต่ถ้ามีโยนิโสมนสิการคือมี อุบายวิธีทำให้คิดอย่างถูกวิธี อกุศลธรรมก็จะเกิดขึ้นคือเกิดความรู้สึกตื่นตัวเราใจ ไม่ประมาท เร่งชวนชวาย ปฏิบัติกิจหน้าที่ ทำสิ่งดีงามเป็นประโยชน์ ประพฤติปฏิบัติธรรมตลอดจนรู้เท่าทันความจริงที่เป็นคติธรรมของ สังฆาร ท่านกล่าวว่า การคิดถึงความตายอย่างถูกวิธี จะประกอบด้วยสติ คือ มีความกำหนดใจได้ หรือมีใจอยู่กับตัว ระลึกถึงสิ่งที่พึงเกี่ยวข้องกับจิต ทำให้เกิดสังเวคะ มีความรู้สึกเราใจได้คิดและสำนึกที่จะเร่งรีบทำการ และทำให้เกิดญาณ มีความรู้เท่าทันธรรมดาหรือรู้ตามเป็นจริง^๖

มรณัสสติเป็นธรรมที่ทุกคนควรเจริญอยู่เสมอทุกขณะ ดังคำที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนให้ภิกษุ พิจารณาความตายดังนี้ว่า เราพึงเป็นอยู่ได้เพียงชั่วขณะเดียวกินคำข้าว ๑ คำ หรือ เราพึงเป็นอยู่ได้เพียง

^๑ ส.ส.(ไทย) ๑๕/๒๓๕/๓๓๖.

^๒ ที่.ม.อ.(บาลี) ๒/๑๖๗/๑๕๗.

^๓ ชุ.ธ.อ.(บาลี) ๑/๕/๓๖-๓๙.

^๔ ชุ.ธ.(ไทย) ๒๕/๑๒๘/๘๑.

^๕ วิสุทฺธิ. (บาลี) ๑/๔๒/๑๐๕, วิ.อ. (บาลี) ๑/๑๖๕/๔๕๕.

^๖ วิสุทฺธิ. (บาลี) ๑/๑๖๘/๒๕๐-๒๕๑.

เพื่อให้คนในโลกนี้ ไม่มีความเศร้าโศก หรือมีอุบายวิธีบรรเทาความเศร้าโศก ในเมื่อคนที่รักตายไป หรือเมื่อความตายมาถึงตน ก็ไม่สะอึกหวาดหวั่น ดังนั้น จึงได้รวบรวมอุบายวิธีในการเจริญมรณัสสติในแง่มุมต่างๆ อันจะเป็นคู่มือเตรียมตายก่อนตายต่อไป ยิ่งในปัจจุบันนี้มีการตายที่ไม่ได้คาดหมายมาก่อน เช่น เกิดคลื่นสึนามิขึ้นทำให้คนตายเป็นจำนวนมาก มีความเศร้าโศกเสียใจมากมาย คนทั้งหลายต้องการที่พึ่งทางใจ ต้องการให้พระสงฆ์ไปปลอบใจ ให้ธรรมะเป็นทาน ซึ่งทางคลายโศก งานวิจัยเรื่องนี้ จะเป็นส่วนหนึ่งช่วยให้ประชาชนคลายความเศร้าโศกได้และเหตุผลสำคัญก็คือสืบเนื่องด้วยมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย มีแนวคิดที่จะจัดการศึกษาหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา และได้จัดสัมมนาเรื่อง “ชีวิตและความตาย” นี้ด้วย และเรื่องความตายนี้ แม้ต่างประเทศ เช่น ไต้หวัน ก็มีการศึกษาเรื่องนี้อย่างจริงจัง

ปัญหาที่อยู่ว่า ข้อมูลเกี่ยวกับเรื่องความตาย การเจริญมรณัสสติ วิธีปฏิบัติต่อผู้จะตายที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทยังไม่มีรวบรวมไว้อย่างเป็นระบบ จึงยากต่อการที่ประชาชนทั่วไป จะเข้าใจ และสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในสังคมปัจจุบันได้

ดังนั้น ในการวิจัยนี้ คณะผู้วิจัยต้องการศึกษารวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับความตาย การเจริญมรณัสสติ วิธีปฏิบัติต่อผู้ใกล้จะตายที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท และผลที่เกิดจากการเจริญมรณัสสติ เพื่อนำข้อมูลที่ได้ศึกษาวิจัยแล้วไปเผยแพร่ให้เป็นที่รับทราบและฝึกอบรมกันในหมู่ประชาชนทั่วไป อันจะเป็นการบรรเทาความเศร้าโศก เมื่อญาติมิตรผู้เป็นที่รักต้องจากไปอย่างกะทันหัน และเพื่อเป็นแนวทางในการศึกษาค้นคว้าสืบต่อไป

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑. เพื่อศึกษาหลักคำสอนเรื่องความตายที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
๒. เพื่อศึกษาการใช้ความตายเป็นอารมณ์กัมมัญฐานที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
๓. เพื่อศึกษาวิธีปฏิบัติเรื่องความตายสำหรับประยุกต์ใช้ในสังคมปัจจุบัน

๑.๓ คำสำคัญ ของโครงการวิจัย

ความตาย คือการที่เบญจขันธ์แตกสลายไป ความทอดทิ้งร่างกาย ความขาดแห่งชีวิตินทรีย์ของสัตว์นั้นๆ หรือความขาดสูญของชีวิตในภาพหนึ่ง

มรณัสสติ คือการระลึกถึงความตายที่ต้องมีเป็นธรรมดา

คัมภีร์ คือตำราที่ลึกซึ้งทางพระพุทธศาสนา ได้แก่ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา ปกรณ์ วิเสส และตำราอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง

๑.๔ ขอบเขตของการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการเขียนเชิงพรรณนา เน้นข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถาฎีกา ตามข้อมูลหลักฐานที่ทำนวางไว้เป็นหลักเกณฑ์ ๔ ประการ^๑ คือ

๑. สุตตะ ข้อมูลที่ปรากฏในพระไตรปิฎก ที่แสดงเรื่องนั้นโดยตรง
๒. สุตตานุโลม ข้อมูลที่ปรากฏในพระไตรปิฎกเหมือนกัน แต่เป็นข้อมูลสนับสนุนสุตตะ
๓. อารยวาท เป็นคำของอาจารย์ หมายถึงคำอธิบายในอรรถกถาที่ช่วยเสริมสุตตะกับสุตตานุโลมให้ชัดเจนยิ่งขึ้น
๔. อัตโนมติ เป็นความเห็นส่วนตัวของแต่ละคน หมายถึงข้อมูลที่ผู้ทรงคุณวุฒิศึกษาแล้วค้นคว้าเรียบเรียงไว้ ตลอดจนเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และหนังสือที่ท่านผู้ทรงคุณวุฒิเรียบเรียงไว้

๑.๕ ทฤษฎีหรือกรอบแนวความคิดของโครงการวิจัย

๑. ความตายเป็นทุกข์ ดังคำว่า มะระณังปิ ทุกขัง^๒ ก่อให้เกิดทุกข์ทั้งตนเองและผู้อื่น ความตายเป็นเรื่องธรรมดาของสัตว์โลก ไม่มีใครจะหนีพ้นความตายไปได้ ดังพุทธพจน์ที่ว่า เรามีความตายเป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความตายไปได้^๓

๒. ความตายเป็นสิ่งที่กำหนดไม่ได้ ไม่รู้ว่าจะตายวันตายพรุ่ง ดังคำว่า โก ชัญญา มะระณังสุเว ใครเล่าจะรู้ว่า ความตายจะมีในวันพรุ่งนี้^๔

๓. มีวิธีอะไรบ้าง ที่จะทำให้บุคคลผู้มีความตายเป็นที่สุด คลายความทุกข์ มีความสุข เมื่อจะตาย ก็ไม่หลง มีสติ ตายอย่างสงบ

๑.๖ ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้วิธีศึกษารวบรวมข้อมูล ด้วยวิธีการต่างๆ คือ

๑. การศึกษาจากเอกสาร โดยศึกษาค้นคว้าจากคัมภีร์พระพุทธานุศาสนานุกรม เอกสารการวิจัยที่เกี่ยวข้อง และจากหนังสือที่ท่านผู้ทรงคุณวุฒิเรียบเรียงไว้
๒. การสัมภาษณ์บุคคลที่เป็นผู้ป่วยในโรงพยาบาล หรือคนแก่ใกล้ต่อมรณภัย

^๑ วิ.อ.(บาลี) ๑/๔๕/๒๔๓.

^๒ วิ.ม.(ไทย) ๔/๑๔/๒๑.

^๓ อัง.ปมจก.(ไทย) ๒๒/๕๗/๙๙.

^๔ ม.อ.(ไทย) ๑๔/๒๗๒/๓๒๓.

๑.๗ ระยะเวลาที่ทำการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้จะใช้เวลาประมาณ ๑ ปี นับแต่ลงนามทำสัญญาวิจัย (ตั้งแต่เดือนมีนาคม ๒๕๕๘- กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙)

สำหรับสถานที่ทำการวิจัย คือ (๑) หอสมุดแห่งชาติ กรุงเทพมหานคร (๒) หอสมุดมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (๓) ห้องสมุดของผู้วิจัย

๑.๘ แผนการดำเนินงานวิจัย

การดำเนินงานจะเป็นขั้นตอนดังนี้

๑. ศึกษาคัมภีร์พระพุทธรศาสนาเถรวาทและเอกสารต่างๆ ที่เป็นหนังสือหรือตำรา ที่เกี่ยวข้อง (มี.ค.-มี.ย.)
๒. เรียบเรียงและจัดพิมพ์ข้อมูล (ก.ค.-ต.ค)
๓. ตรวจสอบ แก้ไขสำนวน จัดระเบียบข้อมูลที่พิมพ์ (พ.ย.-ธ.ค.)
๔. ส่งรายงานการวิจัยร่าง/แก้ไข/ส่งรายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์ (ม.ค.-ก.พ.)

๑.๙ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ และหน่วยงานที่นำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

ก. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ทำให้ทราบหลักคำสอนเรื่องความตายที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธรศาสนาเถรวาท
๒. ทำให้ทราบการใช้ความตายเป็นอารมณ์กัมมัฏฐานที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธรศาสนาเถรวาท
๓. ทำให้ทราบวิธีปฏิบัติเรื่องความตายสำหรับประยุกต์ใช้ในสังคมปัจจุบัน และเป็นปัจจัยส่งผลทำให้มีความสุข ทั้งให้บรรลุนิพพานได้ในที่สุด

ข. หน่วยงานที่นำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

๑. คนทั่วไปทุกเชื้อชาติศาสนา
๒. หน่วยงานการศึกษาด้านศาสนา สังคม และวัฒนธรรม เช่น มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๓. พระภิกษุสามเณร พุทธศาสนิกชน และผู้เจริญมรณัสสติ

บทที่ ๒

หลักคำสอนเรื่องความตายที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธรศาสนาเถรวาท

ความจริง มนุษย์ทุกคนที่เกิดมาในโลกนี้ย่อมมีความตายเป็นที่สุด ความตายเป็นจุดสุดท้ายแห่งการมาสู่โลกนี้ของมนุษย์ทุกคน และเป็นสิ่งที่มนุษย์จะต้องประสบพบเจอเหมือนกัน ไม่มีใครหลีกเลี่ยงไปได้ ไม่ว่าจะเป็นคนสูง คนต่ำ คนมี คนจน คนฉลาด คนโง่ คนดี หรือคนชั่ว บุคคลจะตายเมื่อใด ที่ไหน ก็ไม่มีใครสามารถจะหยั่งรู้ได้ ต้องเป็นไปตามอำนาจของกรรม การที่บุคคลจะไปกำหนดว่า ตนจะตายในเวลาไหน ด้วยวิธีการอย่างไร ก็เป็นสิ่งที่กำหนดได้ยาก เพราะไม่มีเครื่องหมายบ่งบอกและหาความแน่นอนไม่ได้ และการที่บุคคลจะมีชีวิตยืนยาวหรือไม่นั้น ในทางพระพุทธรศาสนาไม่ค่อยให้ความสำคัญสักเท่าไร เพราะหากบุคคลมีอายุยืนแต่ใช้ชีวิตอย่างไร้ค่าไม่เป็นประโยชน์สมกับที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ก็ถือว่า เป็นผู้มีชีวิตที่สูญเปล่า มัวเมาในการประพฤตชั่วไม่มีความคิด มีจิตไม่ตั้งมั่น แม้จะมีอายุยืนถึง ๑๐๐ ปี ก็สู้คนที่มีความประพฤติดี มีความคิด มีจิตตั้งมั่น มีชีวิตอยู่เพียงแต่วันเดียวไม่ได้ ดังพุทธพจน์ที่ว่า บุคคลผู้มีปัญญาเฟื่องพินิจ มีจิตตั้งมั่น แม้จะมีชีวิตอยู่เพียงวันเดียว ก็ยังประเสริฐกว่าบุคคลผู้มีปัญญาทราม มีจิตไม่ตั้งมั่น มีชีวิตอยู่ตั้ง ๑๐๐ ปี^๑

ความตายเป็นธรรมชาติของสัตว์โลกที่มีมาพร้อมกับความเกิด มีใช้สิ่งแปลกปลอมแห่งชีวิตของมนุษย์ แต่กลับเป็นสิ่งที่ใกล้ชิดกับมนุษย์มากที่สุดว่าสิ่งอื่นใดก็ว่าได้ อย่างน้อยมนุษย์ทุกคนต่างก็มีประสบการณ์เกี่ยวกับเรื่องความตายนี้ด้วยกันทุกคน เช่น ต้องประสบกับการสูญเสียบุคคลผู้เป็นที่รักของตน มีปู่ ยา ตา ยาย เป็นต้น เมื่อเป็นเช่นนี้ เพราะเหตุไร มนุษย์จึงพากันหวาดหวั่นพรันพริ้งกลัวต่อความตาย ทั้งที่ความตายเป็นสิ่งที่ไม่น่ากลัวเลย เพราะความตายเป็นภาวะที่มนุษย์ทุกคนผู้เกิดมาจะต้องพบเจอ ไม่มีใครสักคนที่จะรอดพ้นจากความตายไปได้ ดังนั้นความตายจึงไม่ใช่สิ่งที่น่ากลัวของมนุษย์เลย แต่สิ่งที่น่ากลัวน่าจะเป็นภาวะก่อนตายมากกว่า เพราะมีพุทธพจน์ยืนยันอยู่ว่า ถ้าเวลาก่อนตายบุคคลเป็นผู้มีจิตเศร้าหมอง ก็มีหวังต้องไปสู่ทุคติอย่างแน่นอน แต่ถ้าเวลาก่อนตายบุคคลเป็นผู้มีจิตผ่องใส ก็มีหวังไปสู่สุคติแน่นอน^๒

เพราะฉะนั้น เพื่อความเข้าใจชัดเจนถึงความตายที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธรศาสนาเถรวาท ในแง่มุมต่างๆ คณะผู้วิจัยจะขอกล่าวถึงเรื่องความตายในบทนี้แยกออกเป็น ๗ ประเด็น คือ (๑) ความหมายของความตาย (๒) ประเภทของความตาย (๓) สาเหตุแห่งความตาย (๔) อารมณ์ของบุคคลที่กำลังจะตาย (๕) ปรากฏการณ์ก่อนตายของบุคคล (๖) วิธีแก้ไขอารมณ์ของวิจิตต์ใกล้ตาย (๗) คำสอนเกี่ยวกับความตาย ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

^๑ ชุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑๑๑/๖๕.

^๒ ม.มู. (ไทย) ๑๒/๗๐/๔๘.

๒.๑ ความหมายของความตาย

ความตาย เป็นคำที่มาจากศัพท์ภาษาบาลีหลายคำด้วยกัน แต่ที่เรามักได้ยินได้ฟังกันอยู่เป็นประจำ ก็คือคำว่า **มรณะ** ซึ่งประกอบด้วย **มร** ชาติ **ตาย** ลง **ยุ** ปัจจัย **แปลง** **ยุ** เป็น **อน** สำเร็จรูปเป็น **มรณ** แปลว่า ความตาย นอกจากนี้ ยังมีคำที่บ่งถึงความตายอื่นอีก เช่น **กาลกิรียา** แปลว่า การทำกาละ^๑ **ปลย** แปลว่า ความตาย **มจฺจุ** แปลว่า ความตาย^๒ **อจฺจย** แปลว่า ความล่วงไป **นิธน** แปลว่า ความตาย^๓ **นาส** แปลว่า ความพินาศ **กาล** แปลว่า ความตาย,ทำที่สุดแห่งอัตภาพ^๔ **อนต** แปลว่า ความตายที่เป็นไป **จวน** แปลว่า การเคลื่อนไป ในคัมภีร์ต่างๆ ได้ให้ความหมายของความตายไว้ดังนี้

๑. ในคัมภีร์สังยุตตนิกาย นิทานวรรค และคัมภีร์วิภังค์ ได้ให้ความหมายของความตายไว้ว่า “ความตาย หมายถึง ความจฺจติ ความเคลื่อนไป ความทำลายไป ความหายไป ความตายกล่าวคือมฤตยู การทำกาละ ความแตกแห่งขันธ ความทอดทิ้งร่างกาย ความขาดแห่งชีวิตินทรีย์ ของเหล่าสัตว์นั้นๆ จากหมู่สัตว์นั้นๆ”^๕ นอกจากนี้ในคัมภีร์อื่นๆ เช่น คัมภีร์ทีฆนิกาย มหาวรรค คัมภีร์มัชฌิมนิกาย มูลปัดถาสก และคัมภีร์ขุททกนิกาย มหานิทเทส ก็ได้ให้ความหมายของความตายไว้ในแนวเดียวกันนี้^๖

๒. ในคัมภีร์วิสุทฺธิมรรคได้ให้ความหมายของความตายไว้ ๒ อย่าง คือ (๑) ความตาย หมายถึงการขาดไปแห่งชีวิตที่นับเนื่องในภพหนึ่ง^๗ (๒) ความตาย หมายถึงความแตกแห่งขันธทั้งหลายในภพทั้งปวง หรือความก้าวไป (เคลื่อนไป) สู่ร่างอื่นแห่งสัตว์^๘

^๑ วิ.ม. (บาลี) ๔/๑๖๔/๑๗๐, (ไทย) ๔/๑๖๔/๒๔๖ ตั้งคำว่า กาลกิรียา ว่า ภวิสฺสติ (ภิกษุใช้) จักถึงมรณภาพ .

^๒ ชุ.ธ. (บาลี) ๒๕/๒๑/๑๙, (ไทย) ๒๕/๒๑/๓๑ ตั้งคำว่า ปมาโท มจฺจฺโน ปท ความประมาทเป็นทางแห่งความตาย .

^๓ ชุ.อป. (บาลี) ๓๓/๑๕๙/๓๑๖, (ไทย) ๓๓/๑๕๙/๔๐๘ ตั้งคำว่า พระโคตมเถรี ก็ยังต้องเสด็จนิพพาน .

^๔ วิ.ภิกขุณี. (บาลี) ๓/๗๙๓/๗๗-๗๘, (ไทย) ๓/๗๙๓/๑๒๘ ตั้งคำว่า โส พุราหมโณ กาลํ กตฺวา อดฺยตฺรํ หํโสโยนี อฺปฺชฺชฺชิ . พุราหมณ์นั้นตายแล้วไปบังเกิดในกำเนิดหงส์ตระกูลหนึ่ง .

^๕ สํ.น. (ไทย) ๑๖/๒/๔, ๒๗/๕๓, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๑๙๓/๑๖๔ .

^๖ ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๙๐/๓๒๕, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๒๓/๑๑๙, ชุ.ม. (ไทย) ๒๙/๔๑/๑๕๐ .

^๗ วิสุทฺธิ. (บาลี) ๑/๑๖๗/๒๕๐ .

^๘ วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๖๑๙/๑๙๗ .

๓. ในคัมภีร์อรรถกถาต่างๆ เช่น อรรถกถาแห่งที่มกนิกาย มหาวรรค และอรรถกถาแห่งขุททกนิกาย มหานิเทศ^๑ ได้ให้ความหมายของคำที่บ่งถึงความตายจากความหมายของคำในข้อ ๑ อันเป็นการอธิบายเสริม เพื่อให้มีความชัดเจนดังนี้ คือ (๑) ความจืดของเหล่าสัตว์นั้นๆ จากหมู่อัตว์นั้นๆ หมายถึงสภาพที่เป็นเอง ด้วยอำนาจการเคลื่อนจากภพเดิม (๒) ความเคลื่อนไป หมายถึงภาวะที่เป็นอาการ เป็นคำแสดงลักษณะ การเคลื่อนจากภาวะหนึ่งไปสู่ภาวะอีกอย่างหนึ่ง หรือการเคลื่อนจากภพหนึ่งไปสู่อีกภพหนึ่ง (๓) ความทำลายไป หมายถึงความแตกแห่งขันธทั้งหลาย เป็นคำแสดงความเกิดขึ้นและดับไปแห่งจิตขันธ (๔) ความหายไป หมายถึงความหายไป ความมอดม้วยของสัตว์ผู้ถึงความตาย เป็นคำแสดงภาวะของสิ่งที่วิโรจิปัจจ^๒ กระทบความแตกไปของจิตขันธที่แตกไปโดยปริยายอย่างใดอย่างหนึ่ง (๕) ความตายกล่าวคือมฤตยู หมายถึงมัจจุรณะ มิใช่หมายถึงความตายชั่วคราว ทั้งมิใช่หมายถึงสมุจเจทมรณะเป็นต้น (๖) ความทำ กาละ หมายถึงการทำกาลาคือตาย การกระทำสภาวะที่สิ้นสุดแห่งขันธ (๗) ความแตกแห่งขันธ หมายถึงความแตกแห่งขันธทั้งหลายที่แยกเป็นขันธหนึ่งขันธี่ และขันธี่ห้า^๓ (๘) ความขาดแห่งชีวิตินทรีย์ของเหล่าสัตว์นั้นๆ จากหมู่อัตว์นั้นๆ หมายถึงมรณะ ซึ่งมุ่งถึงสมมติมรณะ ดังที่ชาวโลกมักพูดกันว่า นายติสสะตาย นายฝุสสะตาย

๔. ในอรรถกถาแห่งคัมภีร์สังยุตตนิกาย นิทานวรรค ได้อธิบายความหมายของคำว่า ความแตกแห่งขันธเป็นต้นไว้ดังนี้ “เมื่อกล่าวโดยปรมาตถ์ ขันธที่เท่านี้ย่อมแตก ไม่มีสัตว์ใดๆ ตาย แต่เมื่อขันธทั้งหลายแตก สัตว์ก็ย่อมตาย จึงมีไวยาหารว่า เมื่อขันธทั้งหลายแตกแล้ว สัตว์ก็ชื่อว่าตาย”^๔

^๑ ที่ . ม . อ . (บาลี) ๒ / ๓๙๐ / ๔๑๓ , ขุ . ม . อ . (บาลี) ๑ / ๔๑ / ๒๔๙ .

^๒ **วิโรจิปัจจ** หมายถึงปัจจัยที่ตรงกันข้ามซึ่งสามารถทำให้รูปขันธเสื่อมสลายไปจนกระทั่งแตกดับไปได้แก่ อุณหภูมิที่เย็นหรือที่ร้อนเกินไป หรือถูกสัตว์มีพิษขบกัด หรือโรคลมลัสตกกวาด (ลมมีพิษเพียงดังคัสตรา) กำเริบ อาหารเป็นพิษ เพราะปนเปื้อนเชื้อโรคจนเป็นเหตุให้รูปขันธแตกสลายลง (ส . ข . (บาลี) ๑๗ / ๗๙ / ๗๑ , สงคห . ฎีกา - / ๒ / ๖๙ , วิภาวินี . ฎีกา - / ๒ / ๑๖๖ , มณิ . ฎีกา ๑ / ๒ / ๑๑๔ , สงคห . ฎีกา - / ๒ / ๑๐ .

^๓ **ขันธหนึ่ง** หมายถึงภพของสัตว์ที่มีขันธหนึ่งคือรูปขันธ ได้แก่ อสังขาร , **ขันธสี่** หมายถึงภพของสัตว์ที่มีขันธ ๔ คือ เวทนาขันธ สัญญาขันธ สังขารขันธ วิญญาณขันธ ได้แก่ สังขาร , **ขันธห้า** หมายถึงภพของสัตว์ที่มีขันธ ๕ ได้แก่ กามภพและรูปภพ . อภ . ก . (ไทย) ๓๗ / ๑๑๑ / ๖๒ , อภ . วิ . อ . (บาลี) ๒๓๔ / ๑๙๘ - ๒๒๐ , ขุ . อป . อ . (บาลี) ๑ / ๕ / ๙๗ .

^๔ ส . นิ . อ . (บาลี) ๒ / ๒ / ๑๔ - ๑๕ ในที่นี้พึงทราบความแตกแห่งขันธทั้งหลายด้วยอำนาจจตุโว การภพ ได้แก่ภพที่มีขันธสี่ ยกเว้นรูปขันธ พึงทราบการทอดทิ้งร่างกายด้วยอำนาจเอกโวการภพ ได้แก่ ภพที่มีขันธหนึ่ง คือ รูปขันธ พึงทราบการทอดทิ้งร่างกายด้วยอำนาจภพ ๒ ที่เหลือ เพราะร่างกายคือรูปกาย เกิดในภพทั้งสอง และเพราะขันธ ๔ ในหมู่เทวดามีชั้นจตุมหาราชเป็นต้นย่อมแตกเหมือนกัน แต่ไม่ทอดทิ้งอะไรไว้ ส่วนในหมู่อัตว์มีมนุษย์เป็นต้น ย่อมมีการทอดทิ้งร่างไว้ .

๕. ราชบัณฑิตยสถานได้ให้ความหมายของความตายไว้ว่า “ความตาย หมายถึงการสิ้นใจ การสิ้นชีวิต การไม่เป็นอยู่ต่อไป การเคลื่อนไหวไม่ได้”^๑

๖. พระเทพเวที (ประยูร ปยุตโต) ได้ให้ความหมายของความตายไว้ว่า ความตาย หมายถึงความสลายแห่งขั้น หรือความขาดชีวิตินทรีย์ หรือความเสื่อมกับความสลายแห่งธรรมต่างๆ เหล่านี้^๒

๗. รองศาสตราจารย์สิวลี ศิริโล ได้ให้ความหมายของความตายไว้ว่า ความตายในความหมายเดิม หมายถึงชีวิตโดยองค์รวมยุติลงและสิ้นลม ในประเทศตะวันตกหลายประเทศ ได้มีการยอมรับการตายทางสมองอย่างเป็นทางการและมีกฎหมายรองรับ ซึ่งมีผลต่อการที่ฝ่ายแพทย์ผู้รักษาพยาบาลตัดสินใจยุติวิธีการรักษาและมีผลต่อการเปลี่ยนถ่ายอวัยวะ เมื่อญาติยินยอมโดยสมัครใจ ในกฎหมายไทยระบุความหมายของคำว่า “ความตาย” ว่าเป็นคนที่สิ้นชีวิต และตามประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา ๑๕ กล่าวถึงสภาพบุคคลสิ้นสุดลงเมื่อตาย ความหมายของความตามมาตรากฎหมายไทย จึงหมายถึงการตายของมนุษย์โดยองค์รวมทั้งหมด ไม่ใช่การตายของอวัยวะส่วนใดส่วนหนึ่ง^๓

๘. พ.ต.อ.ประยูร ดิษฐานพงศ์ ได้ให้ความหมายของความตายไว้ว่า ความตาย คือจิตจตุติ(ดับ) เคลื่อนออกจากร่างกายไปปฏิสนธิ (เกิด)ใหม่ ตามอำนาจของผลแห่งกรรม ความตายเป็นลักษณะที่ร่างกายไม่สามารถมีชีวิตอยู่ต่อไปได้อีก หรือความตายคือจิต (ขั้น) เป็นผู้ตาย ตายแล้วก็ไปเกิดอีก การเกิดจิต (ขั้น) ๕ เป็นผู้เกิด ทั้งความตายและความเกิดเป็นเรื่องของจิต จิตทำหน้าที่ตายดวงหนึ่ง จิตทำหน้าที่เกิดอีกดวงหนึ่ง ไม่ใช่ดวงเดียวกัน จุตติจิตเป็นจิตที่ทำหน้าที่ตายปิดฉากชีวิต ปฏิสนธิจิตเป็นจิตที่ทำหน้าที่เกิดเปิดฉากชีวิตใหม่^๔

^๑ ราชบัณฑิตยสถาน , พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ .ศ . ๒๕๒๕ , มักรังที่ ๔ , กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อักษรเจริญทัศน์ , ๒๕๓๑) , หน้า ๓๔๗ .

^๒ พระเทพเวที (ประยูร ปยุตโต) , พุทธธรรม ฉบับเดิม แก้ไขปรับปรุง , (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์รุ่งเรืองวัฒนา , ๒๕๓๑) , หน้า ๕๕

^๓ กองวิชาการ สำนักงานอธิการบดี บัณฑิตวิทยาลัย และคณะมนุษยศาสตร์ . เอกสารประกอบการสัมมนา ยกร่างหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต เรื่อง ชีวิตและความตาย , กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย , ๒๕๔๘) , หน้า ๖๒-๖๓ .

^๔ พ.ต.อ.ประยูร ดิษฐานพงศ์ , ความตายของมนุษย์ตายแล้วไปไหน , (กรุงเทพมหานคร : คัดค้านการพิมพ์ , ๒๕๕๖) , หน้า ๑๑,๑๓ .

๙. ตามพจนานุกรมบาลี ได้ให้ความหมายของความตายไว้ว่า ความตาย ชื่อว่ามรณะ^๑ และมรณะ แปลว่า ความตาย^๒ สิ่งที่เป็นเหตุให้ตาย ชื่อว่ามรณะ^๓

เพราะฉะนั้น จากความหมายต่างๆ ของความตายที่กล่าวมานั้น จึงเป็นอันสรุปได้ว่า ความตายที่ปรากฏในหลายคัมภีร์พร้อมกับบรรพตถาทั้งหมดล้วนแสดงถึงการทอดทิ้งร่างกายไว้ การขาดสิ้นชีวิตในภพหนึ่ง และความตายในที่นี้มุ่งถึงความตายของคนเท่านั้น

นอกจากนี้ ความตายของคน นับว่าเป็นความสิ้นไปแห่งอนุบาลธรรม ๓ ประการ^๔ คือ

๑. ความสิ้นไปแห่งอายุคือกัมมชรูป(รูปของคนที่เกิดจากกรรม) ก็คือขันธ์ ๕ นั้นเอง มีรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ชีวิตของคนเราแรกเกิดนั้น มีปฏิสนธิวิญญาณ(วิญญาณจิตที่ทำหน้าที่ปฏิสนธิ) กับกัมมชรูปมาเกิดก็คือมีรูปกับนามมาเกิด กัมมชรูปเป็นรูป ปฏิสนธิวิญญาณประกอบด้วยจิตเป็นวิญญาณและเจตสิกที่ประกอบด้วยปฏิสนธิวิญญาณ ก็เป็นเวทนา สัญญา สังขาร ดังนั้น ความสิ้นไปแห่งกัมมชรูปก็คือขันธ์ ๕ นั้นเองสิ้นไป

๒. ความสิ้นไปซึ่งธาตุไฟ (อุตุ) ที่ให้ความอบอุ่น แก่ร่างกายและการเผาผลาญของอาหารที่รับประทานเข้าไป เพื่อให้เกิดพลังงาน ธาตุไฟที่ว่านี้ก็หมดสิ้นไป

๓. ความสิ้นไปแห่งวิญญาณคือภวังคจิต ภวังคจิตคือจิตที่ไม่คงที่มีการเกิดดับอยู่ตลอดเวลาโดยตกอยู่ในขณะทั้ง ๓ คือ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ติดต่อกันไปเรื่อยๆ อย่างรวดเร็วอยู่ตลอดเวลาไม่ขาดสาย ในเวลาที่จิตซึ่งมีสภาพเกิดดับรวดเร็วตามธรรมดาอยู่นั้น จิตยังไม่ได้รับอารมณ์จากทางทวารทั้ง ๖ คือ ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจแต่อย่างใด แต่ก็พร้อมที่จะรับอารมณ์ทั้งหลายอยู่ตลอดเวลา เช่น ขณะที่กำลังนอนหลับ สนิทที่ไม่ได้ฝัน ในเวลานั้น จิตได้ชื่อว่าเป็นภวังค์ หมายถึงว่าเวลานั้นจิตยังทำหน้าที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ติดต่อกันไปเรื่อยๆ อยู่ตลอดเวลาไม่ขาดสาย และยังไม่ได้รับอารมณ์จากทางทวารใดๆ เลย ถ้าหากเวลาใดจิตได้รับอารมณ์จากทวารทั้งหลาย เวลานั้นจิตก็พ้นจากภวังค์ เกิดเป็นวิถิจิตขึ้นแทนภวังค์ เพราะจิตได้รับอารมณ์จากทวารใดทวารหนึ่งแล้ว เมื่อจิตรับอารมณ์จนสุดวิถิแล้ว จิตก็กลับเป็นภวังค์อีก พร้อมที่จะรับอารมณ์จากทวารทั้งหลายได้อีก

ความตายของคนจะมีอาการที่สังเกตได้ เช่น ตาทั้งสองจะมีตมัวมองอะไรไม่เห็น หูก็ไม่ได้ยินเสียง จมูกก็ไม่รู้กลิ่น ลิ้นก็ไม่รู้รส กายไม่รู้สึกรู้สีก การสัมผัสหมดความรู้สึกทั้งอารมณ์และความนึกคิดต่างๆ มีลักษณะ

^๑ พระมหาสมปอง มุทิโต . คัมภีร์อภิธานวรรณนา . แปลและเรียบเรียง . (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ธรรมสภา , ๒๕๕๒) , หน้า ๕๐๖ .

^๒ พระอุตรคณนิกการ (ชวินทร์ สระคำ) . พจนานุกรม บาลี-ไทย . (กรุงเทพมหานคร : บริษัท ประยูรวงค์พรินต์ติ้ง จำกัด , ๒๕๓๘) , หน้า ๓๙๑ .

^๓ พระราชเวที (สมพงษ์ พรหมวโส ป.ธ.๙) . สัททวิเสสวิคคหะ . (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ประติพัทธ์ , ๒๕๓๖) , หน้า ๑๐๑ .

^๔ พ.ต.อ.ประยูร ดิษฐานพงศ์ . ความตายของมนุษย์ตายแล้วไปไหน . หน้า ๑๒-๑๔ .

เหมือนกับคนหลับ แต่หัวใจหยุดเต้นไม่หายใจ ความรู้สึกต่างๆ ทางกายจะดับก่อน คงเหลือแต่จิตทำงานอยู่เพียงอย่างเดียวเท่านั้น ต่อมาประสาทและสมองค่อยๆหมดความรู้สึกเป็นอันดับสุดท้าย

๒.๒ ประเภทของความตาย

ประเภทของความตายที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธรศาสนาเถรวาท พอประมวลสรุปได้ดังนี้

๒.๒.๑ ความตาย ๒ ประเภท

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้กล่าวถึงความตายไว้ ๒ ประเภท^๑ คือ

๑. กาลมรณะ ได้แก่ความตายตามกาล หรือความตายที่ถึงเวลาแล้ว มี ๓ ประเภท คือ (๑) ความตายเพราะหมดบุญ หมายความว่าเหตุปัจจัยที่จะทำให้อายุดำรงอยู่ต่อไปได้ยังมีอยู่ แต่บุญที่เป็นเครื่องหล่อเลี้ยงชีวิตหมดลง ในคัมภีร์กล่าวไว้ว่า (เทวดา)มัวเสวยสมบัติเพลิดเพลินไป ไม่ได้บำเพ็ญบุญเพิ่ม ทำให้บุญที่มีอยู่หมดลง แล้วต้องไปเกิดที่ใหม่ต่อไป (๒) ความตายเพราะหมดอายุ หมายความว่าตายเพราะหมดอายุขัย เช่น โลกมนุษย์ในปัจจุบันนี้มีกำหนดอายุขัย ๗๕ ปี คนทั้งหลายที่มีชีวิตอยู่ถึงกำหนดอายุขัยหรือมีชีวิตอยู่เกินกำหนดอายุขัยไปบ้างแล้วตายไป (๓) ความตายเพราะหมดทั้งบุญและอายุ หมายความว่ามองด้านบุญก็หมดลงมองด้านอายุก็หมดลงเช่นกันคือหมดทั้งบุญที่จะทำให้ชีวิตดำรงอยู่ต่อไปได้หมดทั้งอายุคือดำรงชีวิตอยู่มาได้จนครบอายุกับทีเดียว

๒. อกาลมรณะ ได้แก่ความตายโดยกาลอันไม่สมควร หรือความตายที่ยังไม่ถึงเวลา ที่เรียกว่า อุบัติหามรณะ คือความตายเพราะอำนาจกรรมเข้าไปตัดรอน หมายความว่า บุคคลนั้นยังมีเหตุปัจจัยที่จะทำให้ชีวิตดำรงอยู่ต่อไปได้จนหมดอายุ แต่เป็นเพราะกรรมชั่วที่บุคคลนั้นได้กระทำในปัจจุบันจึงส่งผลให้บุคคลนั้นตายทันที หรือเพราะผลแห่งกรรมชั่วในภพก่อนตามทันจึงทำให้บุคคลนั้นต้องตายอย่างฉับพลันทันที ดังคนที่ทำร้ายพระอริยเจ้า กรรมชั่วก็จะส่งผลให้เขาได้รับโทษในทันที

อกาลมรณะนี้เป็นความตายเพราะอุบิเจตกรรม ย่อมทำให้บุคคลตายในเวลาที่ไม่สมควร เช่น ตายเพราะหิวข้าว กระหายน้ำ ถูกงูกัด ถูกวางยา ถูกไฟเผา จมน้ำ ถูกอาวุธ หรือตายเพราะโรคต่างๆ เช่น โรคลมตีพิการ โรคเกี่ยวกับเสมหะ โรคลิ้นบิดตายเพราะฤดู เพราะดีและเสมหะพิการพร้อมกัน ตายเพราะอากาศ เป็นต้น บุคคลที่ตายเพราะเหตุต่างๆ ดังกล่าวมานั้น หากพิจารณาให้ดีก็จะเห็นว่า การที่บุคคลได้รับความตายดังกล่าวนี้เป็นเพราะกรรมในอดีตของเขานั้นเอง จะเว้นจากกรรมในอดีตไม่ได้ คือ จะต้องมียกรรมในอดีตอุดหนุน และมีเหตุปัจจุบันเป็นผู้จัดการ ดังคำว่า “ท่านมหाराช ผู้ใดในโลกนี้เคยทำให้คนอื่นตายลงด้วยการอดข้าว ผู้นั้นแม้ยังอยู่ในวัยเด็กก็ตาม วัยหนุ่มสาวก็ตาม วัยแก่ก็ตาม ย่อมถูกเบียดเบียนด้วยการให้ออดข้าวและตายลงเพราะความหิวข้าวนั่นเอง เป็นดังนี้ตลอด ๑๐๐,๐๐๐ ชาติ และผู้ที่เคยทำให้คนอื่นตายลงด้วยการอดน้ำ ให้งูกัด วางยาพิษ เอาไฟเผา ถ่วงน้ำ ฆ่าโดยใช้อาวุธ เป็นต้น ผู้นั้นย่อมตายด้วยการอดน้ำ ถูกงูกัด ถูกวางยา ถูกไฟ

^๑ วิสุทธิ . (บาลี) ๑/๑๖๗/๒๕๑ .

เผา จมน้ำ ถูกอาวุธ เช่นเดียวกัน”^๑ แม้ในวิสุทธิธรรมคัมภีร์^๒ ก็กล่าวอธิบายขยายความไว้ว่า ความตายได้ ย่อมมีแก่เหล่าสัตว์ ผู้มีสันดานอันกรรมที่สามารถจะให้เกิดเลื่อนจากฐานในทันทีที่เข้ามาตัดรอนเหมือนอย่างพระเจ้า กลาพจ่อมโหด เหมือนอย่างนันทยักษผู้มากด้วยความริษยา และเหมือนอย่างนันทมาณพผู้มากด้วยความเห็น วิปริตเป็นต้น หรือย่อมมีแก่เหล่าสัตว์ผู้มีสันดานอันขาดไปด้วยความพยายามในการฆ่าตัวตายด้วยคัสตราเป็น อาทิจ หรือด้วยอำนาจแห่งอกุศลกรรมที่ตนเคยทำไว้ในปางก่อน นี้ชื่อว่า อกาลมรณะ เพื่อให้ความเข้าใจถึงอกาล มรณะชัดเจนยิ่งขึ้น จึงขอยกตัวอย่าง ๒ เรื่องพอเป็นตัวอย่างดังนี้

เรื่องที่ ๑ **เรื่องนันทยักษ**^๓ เล่ากันมาว่า ณ กรุงราชคฤห์ ท่านพระสารีบุตรและท่านพระมหา โมคคัลลานะอยู่ที่กัโปตกันทรวิหาร ในคืนเดือนเพ็ญ ท่านพระสารีบุตรปลงผมใหม่ ๆ นั่งเข้าสมาธิอยู่ในที่แจ้ง ขณะนั้น มียักษ ๒ ตนเป็นสหายกัน เดินทางจากทิศเหนือไปทางทิศใต้เพื่อทำกิจที่จะต้องทำบางอย่าง และได้เห็น ท่านพระสารีบุตรนั่งอยู่เช่นนั้น ยักษตนหนึ่งได้กล่าวกับยักษอีกตนหนึ่งว่า สหาย เราคิดอยากตีศีรษะสมณะรูปนี้ เพื่อนยักษจึงกล่าวห้ามว่า อย่าเลย สหาย ท่านอย่าทำร้ายสมณะเลย สมณะรูปนี้มีคุณยิ่ง มีฤทธิ์มาก และกล่าว ทักท้วงถึง ๓ ครั้ง แต่ยักษตนนั้นก็เชื่อยักษผู้เป็นสหาย จึงได้ตีศีรษะท่านพระสารีบุตรเถาะ เป็นการต้อยตาง รุนแรง และหันไตนั่งเอง ยักษตนนั้นได้ ร้องว่า โอयर้อนเหลือเกินแล้วล้มตกลบสู่มหานรก ณ ที่นั่นเอง^๔ ในอรรถ กถาอีกแห่งหนึ่งกล่าวไว้ว่า นันทยักษเหาะไปกับยักษตนอื่นเห็นพระสารีบุตรเถาะผู้ปลงผมใหม่ ๆ นั่งอยู่กลางแจ้ง ในเวลากลางคืน ใครจะตีศีรษะ จึงบอกแก่ยักษที่มาด้วยกัน แม้จะถูกยักษนั้นห้ามปรามก็ตีจนได้ พलगร้องว่า ร้อนๆ แล้วก็จมลงในแผ่นดินตรงที่นั่นเอง เกิดในมหานรก^๕

เรื่องที่ ๒ **เรื่องนันทมาณพ**^๖ เล่ากันมาว่า สมัยพุทธกาล หญิงคนหนึ่ง เกิดในตระกูลเศรษฐี ในกรุง สāvastī มารดาบิดาตั้งชื่อนางว่า อุบลวรรณา เพราะนางมีผิวพรรณเหมือนกลีบอุบลเขียว ต่อมาในกาลที่นางเจริญ วัยแล้ว พระราชาและเศรษฐีในชมพูทวีปส่งบรรณาการไปยังเศรษฐีว่า ขอท่านจงให้ธิดาแก่เรา ชื่อว่าคนผู้ไม่ส่ง บรรณาการไปมิได้มี เศรษฐีคิดว่า เราจักไม่สามารถเอาใจคนทั้งหมดได้ แต่เราจักทำอุบายอย่างหนึ่ง เศรษฐีเรียก ธิดามากล่าวว่า แม่ เธอจักอาจเพื่อบวชใหม่ นางจึงกล่าวกับบิดาว่า พ่อ ฉันจักบวช เศรษฐีทำสักการะเป็นอันมาก แก่นางแล้ว นำนางไปสู่สำนักภิกษุณีให้บวชแล้ว เมื่อนางบวชแล้วไม่นาน วารัษษาลูกดาลในโรงอุโบสถถึงแล้ว ภิกษุณีอุบลวรรณาทำหน้าที่ตามประทีป กวาดโรงอุโบสถ แล้วได้ยื่นกำหนดนิมิตแห่งเปลวประทีป แลดูบ่อยๆ ทำ

^๑ พระสังฆมณฑลสังฆคัมภีร์ . **ปรมัตถโชติกะ มหาอภิธรรมมัตถสังคหฎีกา ปริจเฉทที่ ๕** .
(กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิบูลย์วิสุทธิ , ๒๕๓๙) , หน้า ๒๗๖-๒๗๘ . ดูประกอบ มลิลินท. (บาลี) -/๖/๓๑๑.

^๒ วิสุทธิ . ฎีกา (บาลี) ๑/๑๖๗/๓๔๓ .

^๓ อัง.ต.ก.อ. (บาลี) ๒/๓๔/๑๑๗ .

^๔ ชุ.อุ.(ไทย) ๒๕/๓๔/๒๓๙-๒๔๑ .

^๕ ม.อุ.อ.(บาลี) ๓/ ๗/๕-๖ .

^๖ อัง.ต.ก.อ.(บาลี) ๒/๓๔/๑๑๗ .

ฉานมีเตโชกลืนเป็นอารมณ์ให้เกิดแล้วทำฉานนั้นแลให้เป็นบาท บรรลุพระอรหัต ต่อมา พระเถรีเที่ยวจาริกไปในชนบทกลับมา เข้าไปสู่ป่าอันธวัน ในกาลนั้น พระคาสตยงไม่ทรงห้ามการอยู่ป่าของพวกภิกษุณี

พวกภิกษุณีทำกระท่อมตั้งเตี้ยกันห่างไว้ใ้ป่านั้นแก่พระเถรี พระเถรีเข้าไปบิณฑบาตในกรุงสาวัตถีออกมาแล้ว ฝ่ายนั้นทมาณผู้เป็นบุตรแห่งลุงของพระเถรี มีจิตปฏิพัทธ์ตั้งแต่กาลแห่งพระเถรียังเป็นคฤหัสถ์ ฟังข่าวที่พระเถรีมา จึงไปสู่ป่าอันธวันก่อนแต่พระเถรีมา เข้าไปสู่กระท่อม ซ่อนอยู่ภายใต้เตี้ย พอเมื่อพระเถรีมาแล้ว เข้าไปสู่กระท่อมปิดประตูนั่งลงบนเตี้ย จึงออกมาจากภายใต้เตี้ย ขึ้นเตี้ยแล้ว เมื่อพระเถรีห้ามอยู่ว่าคนพาลเธออย่าจับหายเลย ก็ข่มขืนแล้วหนีไป ในขณะนั้น แผ่นดินที่เขาอยู่นอยู่เป็นประจวบว่าไม่อาจจะรองรับโทษของเขาได้จึงแยกออกจากกัน เขาถูกแผ่นดินสูบไปเกิดในอเวจีมหานรก^๑

๒.๒.๒ ความตายอีก ๒ ประเภท

อันนี้ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคนั่นเอง ยังได้กล่าวถึงความตายไว้อีก ๒ ประเภท^๒ คือ

๑. สังขตลักขณมรณะ ได้แก่ความตายแห่งสังขตลักขณะ ดังคำว่า ความแก่และความตายสงเคราะห์ได้โดยขันธ^๓ หมายถึงขณิกมรณะที่กำหนดเอาความสิ้นไปแห่งสังขารทั้งหลาย

๒. เอกภวาปริยาป็นชีวิตินทรีย์ปปพันวิจเจทมรณะ ได้แก่ความตายคือความขาดแห่งการติดต่อกันของชีวิตินทรีย์ที่เนื่องอยู่ในภพหนึ่ง ดังคำว่า สัตว์ที่เกิดมาแล้วมีภัยจากความตายเป็นนิจ^๔ หมายถึงความตายที่ปรากฏเห็นได้ซึ่งกำหนดเอาความขาดแห่งชีวิตินทรีย์^๕ สรุป ก็คือความตายที่มีความขาดไปแห่งชีวิตินทรีย์

๒.๒.๓ ความตาย ๓ ประเภท

ในอรรถกถาแห่งคัมภีร์อังคุตตรนิกายได้กล่าวถึงความตายไว้ ๓ ประเภท^๖ คือ

^๑ ชุ.ธ.อ. (บาลี) ๑/๖๗/๓๖๔-๓๖๕ .

^๒ วิสุทธิ . (บาลี) ๒ / ๕๕๓ / ๑๔๙ .

^๓ อภิ . ธา . (บาลี) ๓๖ / ๗๑ / ๑๓ , (ไทย) ๓๖ / ๗๑ / ๑๙ มีคำแปลว่า ชรามรณะสงเคราะห์เข้าได้กับขันธ^๒

^๔ ชุ . ส . (บาลี) ๒๕ / ๕๕๒ / ๔๕๑ , (ไทย) ๒๕ / ๕๕๒ / ๖๔๑ (ชาตาน มจฺจานํ นิจฺจมรณโต ภาย) .

^๕ วิสุทธิ . ฎีกา (บาลี) ๒ / ๕๕๓ / ๒๒๑ .

^๖ อง . เอกก . อ . (บาลี) ๑ / ๔๕๓ / ๔๗๐ .

๑. สมมติภระณะ ได้แก่ความตายของสัตว์ที่สมมติเรียกกันว่า นาย ก. ตาย นาย ข. ตาย ต้นไม้ตาย เป็นต้น เป็นความตายของสัตว์ผู้เกิดได้ใน ๓๑ ภูมิ^๑ เป็นเพียงความสิ้นสุดแห่งชีวิตที่เกิดขึ้นในภพหนึ่งๆ เท่านั้น ไม่ว่าจะเกิดเป็นมนุษย์สุดประเสริฐ เกิดเป็นเทวดาผู้วิเศษ เกิดเป็นพรหมผู้มีอายุยืนยาว หรือเกิดเป็นสัตว์ดิรัจฉานบางชนิดที่มีอายุแสนสั้น เมื่อตายลงแล้วก็ยังต้องเกิดใหม่อยู่ร่ำไป

สมมติภระณะนี้เป็นความตายที่น่ากลัวสำหรับสัตว์บางจำพวก ยกเว้นสัตว์อาชาไนย ๔ จำพวก^๒ คือ พระขีณาสพ ช้าง ม้า และราชสีห์ กล่าวเฉพาะในหมู่มนุษย์ ความตายประเภทนี้นับเป็นภัยอันน่าสะพรึงกลัวอย่างยิ่ง มนุษย์ทุกคนล้วนไม่ยากให้เกิดกับตนและปิยชนทั้งหลายของตน เพราะเป็นการนำความเศร้าโศกมาสู่ญาติสนิทมิตรสหายผู้เป็นปิยชนซึ่งยังดำรงชีวิตอยู่อย่างหนักหนาสาหัสประหนึ่งว่าจะทำลายชีวิตสังขารให้แตกสลายลงตามไปเลยทีเดียว

๒. ขณิกภระณะ ได้แก่ความดับแห่งรูปนามต่างๆ ภังคภระณะ กล่าวคือเมื่อนามรูปดับลงแล้ว ก็เกิดขึ้นใหม่สืบต่อกันไปอย่างไม่ขาดสาย จนกว่าจะถึงอนุภาติเสสนิพพาน (ดับกิเลสและเบญจขันธ์) ความตายประเภทนี้ มนุษย์ทั้งหลายประสบอยู่ตลอดเวลา แต่เพราะรูปนามเกิดดับอย่างรวดเร็วสืบต่อกันไปอย่างไม่ขาดสาย และเพราะมีญาณที่สำเร็จด้วยสมณะอันแก่กล้ายังหยาบกระด้างอยู่ จึงทำให้มองเห็นการเกิดดับของรูปนามที่สืบต่อกันเป็นกลุ่มก้อนเดียวกัน และไม่รู้สึกเสียใจ หรือหวาดสยองกับความตายประเภทนี้เลย

๓. สมุจเจทภระณะ ได้แก่ การนิพพานของพระอรหันต์ซึ่งไม่มีการเกิดขึ้นแห่งรูปนามอีก หมายถึง การปรินิพพานของพระอรหันต์ทั้งหลาย ความตายชนิดนี้ เป็นความตายครั้งสุดท้ายของพระขีณาสพ ผู้สิ้นอาสวะกิเลสแล้ว

อึ่งแม่กัลยาณปุถุชนจะปรารถนาพระนิพพานอยู่ทุกเมื่อแล้วเพียรสร้างบุญญาธิการทุกๆภพ ก็มีใช้ว่าจะได้มาโดยง่ายตาย ในคัมภีร์อุปทาน^๓ กล่าวถึงพระปกติสาวกว่า ต้องบำเพ็ญกุศลบุญญาธิการนานถึง ๕๑ กัป จึงจะได้มาซึ่งสมุจเจทภระณะ

^๑ ภูมิ ๓๑ ได้แก่ กามภูมิ ๑๑ รูปภูมิ ๑๖ อรูปภูมิ ๔ ใน ๓๑ ภูมิ มีรายละเอียดดังนี้ **อบายภูมิ ๔** คือ นiryภูมิ เปตภูมิ อสุรกายภูมิ ดิรัจฉานภูมิ **กามสุดติภูมิ ๗** คือ มนุษย์ภูมิ จาตุมหารชิกาภูมิ ดาวดึงสาภูมิ ยามาภูมิ ตฺลิตาภูมิ นิมมานรตีภูมิ ปรนนิมิตวสวัตตีภูมิ **รูปภูมิ ๑๖** คือ ปฐมณานภูมิ ๓ คือ ปาริฉัชาภูมิ ปุโรหิตาภูมิ มหาพรทมาภูมิ ทุติยณานภูมิ ๓ คือ ปริตตภาภูมิ อัมปมาณภาภูมิ อาภัสสราภูมิ ตติยณานภูมิ ๓ คือ ปริตตสุภาภูมิ อัมปมาณสุภาภูมิ สุภิกิณฑาภูมิ จตุตถณานภูมิ ๗ คือ เวทฬผลาภูมิ อัสถัญญัสตตภาภูมิ อวิหาภูมิ อตัมปภาภูมิ สุตัสสาภูมิ สุตัสสิภูมิ อกนิฏฐภูมิ **อรูปณานภูมิ ๔** คือ อากาสานัญญาตณภูมิ วิญญาณัญญาตณภูมิ อากิญจัญญาตณภูมิ เหนวสัณญาณาสัญญาตณภูมิ (อภิ. วิ.(บาลี) ๓๕/๑๐๒๐/๕๒๑, วิกาวินี. (บาลี) -/๓-๑๒/๓๔๔, สงคหฎีกา (บาลี) -/๓-๑๒/๑๐๔-๑๐๕, มณีสว. ฎีกา (บาลี) ๒/๓-๑๒/๒-๑๐)

^๒ อง. ทุก. (ไทย) ๒๐/๕๕-๖๐/๕๕.

^๓ ชุ. อป. (ไทย) ๓๒/๕๒/๒๐๐.

๒.๒.๔ ความตายอีก ๓ ประเภท

อนึ่งแม้ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคและในคัมภีร์วิภังค์ ก็ได้กล่าวถึงความตายไว้ ๓ ประเภทเหมือนกัน เป็นเพียงแต่สลับลำดับกันดังนี้^๑ คือ

๑. สมุจเฉทมรรณะ ได้แก่ความตายเด็ดขาด หมายถึงความตายอย่างเด็ดขาดในวิภังค์ทุกข์ของพระอรหันต์ การกระทำกาละที่ไม่มีปฏิสนธิของพระอรหันต์

๒. ขณิกมรรณะ ได้แก่ความตายชั่วคราว หมายถึงความตายในขณะหนึ่งๆ ของสรรพสิ่งความทำลายไปแห่งสภาวะธรรมทั้งที่มีรูปและไม่มีรูป ในปัจจุบันขณะ

๓. สมมตมรรณะ ได้แก่ความตายที่สมมติกัน หมายถึงความตายที่ชาวโลกสมมติกัน เช่น เมื่อเห็นต้นไม้ตาย ก็กล่าวกันว่า ต้นไม้ตาย เห็นคนตาย ก็กล่าวกันว่า นายติสสะตาย นายปุสสะตาย

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคมหาฎีกา^๒ ได้กล่าวอธิบายเพิ่มเติมไว้ว่า สมุจเฉทมรรณะคือความตายที่ขาดสูญทุกอย่างแห่งสันดานของพระอรหันต์ ขณะปัจจุบันที่กำหนดความเกิดขึ้นและความเสื่อมไปแห่งสังขธรรมดับไปทั้งหมด ขณิกมรรณะ คือความตายที่กำหนดเวลาไว้ สมมตมรรณะ คือความตายที่เข้าใจกันทั่วไป

๒.๒.๕ ความตาย ๔ ประเภท

ในที่บางแห่ง ท่านจำแนกความตายย่อยออกเป็นอีก ๔ ประเภท^๓ คือ

๑. สมุจเฉทมรรณะ ได้แก่การดับขั้นบริณิพพานของพระชินาสพทั้งหลาย ผู้ตัดกิเลส อาสวะและวัฏทุกข์ได้โดยสิ้นเชิง

๒. ขณิกมรรณะ ได้แก่ความดับของสังขารธรรมคือรูปนามที่ดับไปตลอดเวลา ครอบงำที่สันตติแห่งรูปนามยังสืบต่ออยู่

๓. สมมตมรรณะ ได้แก่ความตายที่ชาวโลกสมมติกัน เช่น ต้นไม้ตาย หรือปรอทตาย

๔. ชีวิตินทรีย์ปัจเจกมรรณะ ได้แก่รูปชีวิตินทรีย์ และนามชีวิตินทรีย์ ของสัตว์ทั้งหลายที่ขาดลงในภพหนึ่ง ๆ เช่น คนตาย สุนัขตาย หรือแมวตาย

๒.๒.๖ ความตาย ๕ ประเภท

อนึ่งในที่บางแห่งท่านจำแนกความตายย่อยออกไปอีกเป็น ๕ ประเภท^๔ คือ

๑. ชาติปัจเจกยามรรณะ ได้แก่ความตายเพราะความเกิดเป็นปัจเจก

๒. อุปัทภกมรรณะ ได้แก่ความตายเพราะการกระทำ

^๑ วิสุทธิ . (บาลี) ๑/๑๖๗/๒๕๑ , อภ. วิ. อ. (บาลี) ๑/๑๓๓/๑๐๘ .

^๒ วิสุทธิ . ฎีกา (บาลี) ๑/๑๖๗/๓๔๒ .

^๓ วิสุทธิ . ฎีกา ๑/๑๖๗/๓๔๓ .

^๔ พระสังฆมณฑลชเวติกะ ธรรมจาริยะ, **ปรมัตถโชติกะ มหาอภิธรรมัตถสังคหฎีกา ปริเฉทที่ ๔**, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ทิพย์วิสุทธิ , ๒๕๓๙), หน้า ๒๗๖-๒๗๘ .

๓. สรสมรณะ^๑ ได้แก่ความตายโดยสภาพคือตายเอง
 ๔. อายุขยมรณะ^๑ ได้แก่ความตายเพราะสิ้นอายุ
 ๕. ปุณฺณขยมรณะ^๑ ได้แก่ความตายเพราะสิ้นบุญ
- ความตายทั้ง ๕ ประเภทนี้ คณะผู้วิจัยจะได้อธิบายอย่างละเอียดในตอนว่าด้วยสาเหตุแห่งความตาย

ข้างหน้า

๒.๒.๗ ความตาย ๙ ประเภท

นอกจากนี้ ท่านยังได้จำแนกความตายออกเป็น ๙ ประเภท^๑ คือ

๑. สมมติมรณะ^๑ ได้แก่ความตายที่สมมติเรียกกันว่า นาย ก. ตาย นาย ข. ตาย ตันไม่ตาย
๒. สันตติมรณะ^๑ ได้แก่การสืบทอดกันของรูปนาม ซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงเป็นระยะๆ เช่น รูปที่เกิดขึ้นในเวลาไม่สลาย เมื่อหายแล้ว รูปไม่สลายนั้นก็ดับไป รูปสลายเกิดขึ้นใหม่ เมื่อมีความเสียดใจเกิดขึ้น ต่อมาความดีใจเกิดขึ้น ความเสียดใจนั้นก็หายไป ดังนี้ เป็นต้น
๓. ขณิกมรณะ^๑ ได้แก่ความดับไปของรูปนามทุกๆ ภัณฑขณะ
๔. สมุจเฉทมรณะ^๑ ได้แก่การบริณิพพานของพระอรหันต์ที่ไม่มีการเกิดอีกต่อไป
๕. ชาตិขยมรณะ^๑ ได้แก่ความตายที่สุตสิ้นชีพในภพหนึ่งๆ
๖. อุปกกมมรณะ^๑ ได้แก่กำหนดอายุก็ยังไม่สิ้น กรรมก็ยังไม่สิ้น แต่ถึงความตายโดยอาศัยความพยายามของตัวเอง หรือของคนอื่นด้วยอำนาจอุปกฆฏกรรม
๗. สรสมรณะ^๑ ได้แก่ความตายที่ถึงกำหนดอายุและกรรม
๘. อายุขยมรณะ^๑ ได้แก่ความตายที่ถึงกำหนดอายุ แม้ว่าจะไม่สิ้นกรรมก็ตาม
๙. ปุณฺณขยมรณะ^๑ ได้แก่ความตายที่ถึงกำหนดของบุญและกรรม แม้ว่าจะไม่สิ้นอายุก็ตามในความตายทั้ง ๙ ประเภทนี้ ประเภทที่ ๕-๙ สงเคราะห์รวมในสมมติมรณะ

๒.๓ สาเหตุแห่งความตาย

สาเหตุแห่งความตายของบุคคลในปัจจุบันนี้มีมากมาย เช่น ตายเพราะโรคหัวใจล้มเหลว โรคมะเร็ง หรือเพราะถูกฆ่า ในทางพระพุทธศาสนาได้กล่าวถึงสาเหตุแห่งความตายของบุคคลไว้ พอประมวลสรุปได้ดังนี้

^๑ พระสังฆมณฑลชเวติกะ ธรรมจาริยะ, **ปรมัตถชเวติกะ ปฏิจจสมุปปาทที่ปณี ๕**, (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๑๓๒ .

๒.๓.๑ สาเหตุแห่งความตาย ๔ ประการ

ในคัมภีร์อภิธรรมัตถวิภาวินี ท่านพระอรุณอุททชาจารย์ได้สรุปสาเหตุแห่งความตายของบุคคลไว้เป็น ๔ ประการ^๑ คือ

๑. อายุขยมรณะ ได้แก่ ความตายเพราะสิ้นอายุ
๒. กัมมขยมรณะ ได้แก่ ความตายเพราะสิ้นกรรม
๓. อุภยขยมรณะ ได้แก่ ความตายเพราะสิ้นอายุและสิ้นกรรม
๔. อุปปัจเจกขยมรณะ ได้แก่ ความตายเพราะประสบอุบัติเหตุโดยอายุและกรรมยังไม่สิ้นในสาเหตุ

แห่งความตายทั้ง ๔ ประการนั้น มีอธิบายประกอบดังนี้

๑. อายุขยมรณะ

อายุขยมรณะ คือความตายเพราะสิ้นอายุ คำว่า “อายุ” นั้น โดยตรง หมายถึงชีวิตรูป แต่ในที่นี้ หมายถึงกำหนดอายุขัย กล่าวคือ เทวดาและพรหมมีกำหนดอายุเป็นไปตามภูมิที่ตนเกิดอยู่ เช่น เทพชั้นจาตุมหาราชิกามีอายุยืนถึง ๙ ล้านโกฏิปีในโลกมนุษย์ทีเดียว ส่วนในโลกมนุษย์นั้น ในปัจจุบันนี้กำหนดอายุขัย ๗๕ ปี คนทั้งหลายที่มีชีวิตอยู่ได้ไม่ครบกำหนดอายุขัยก็มี ที่มีชีวิตอยู่ได้ครบกำหนดอายุขัยก็มี ที่มีชีวิตอยู่ได้เกินกำหนดอายุขัยก็มี

เพราะฉะนั้น สัตว์ทั้งหลายในโลกนี้ แม้อำนาจกรรมยังมีเหลืออยู่ แต่เมื่อมีชีวิตอยู่มาจนครบอายุขัยแล้วก็ต้องตายไปเป็นส่วนใหญ่^๒ ผู้ที่มีอายุเกินกว่าอายุขัยที่กำหนดไว้จะมีเพียงเล็กน้อย ซึ่งท่านเหล่านั้นต้องมีกรรมในอดีตที่เกี่ยวกับการไม่ฆ่าไม่เบียดเบียนสัตว์ คอยอุปถัมภ์ค้ำจุนให้ร่างกายดำรงอยู่ได้นานเป็นพิเศษ หรืออำนาจแห่งชนกกรรมที่ยังมีกำลังเหลืออยู่ และปัจจุบันนกุศลที่กุศลธรรมเวทนียกรรมที่เกิดจากการสมาทานรักษาเบญจศีลไว้ได้อย่างบริสุทธิ์ผุดผ่องทั้งยังมีการรักษาสุขภาพอนามัยอยู่เป็นอย่างดีเสมอมา เหตุต่าง ๆ ดังกล่าวมานั้นเองที่ช่วยอุดหนุนให้บุคคลนั้น ดำรงอายุอยู่ได้เกินกว่าอายุขัย ดังนั้น ในสมัยพุทธกาลจึงปรากฏมีบุคคลทั้งบรรพชิตและคฤหัสถ์ที่มีชีวิตอยู่จนมีอายุ ๙๐ ปีบ้าง ๑๐๐ ปีบ้าง หรือเกินกว่านั้นบ้าง เช่น พระอานนทเถระ พระมหากัสสปเถระ นางวิสาขามหาอุบาสิกา ซึ่งล้วนมีชีวิตอยู่จนมีอายุ ๑๒๐ ปี ส่วนพระพากุลเถระมีอายุยืนนานถึง ๑๖๐ ปี ถึงท่านเหล่านั้นจะมีอายุยืนเกินกว่ากำหนดอายุขัย แต่ก็ไม่สามารถดำรงชีพอยู่จนมีอายุเป็น ๒ เท่าของกำหนดอายุขัยได้เลย

๒. กัมมขยมรณะ

กัมมขยมรณะ คือความตายเพราะสิ้นกรรม คำว่า “กรรม” ในที่นี้ หมายถึงชนกกรรมที่ทำหน้าที่ให้เกิดปฏิสนธิในภพนั้นๆ และอุปถัมภ์ภกกรรมที่ทำหน้าที่อุดหนุนรูปนามที่เกิดจากชนกกรรมให้ดำรงอยู่ได้ในภพนั้นๆ การสิ้นสุดแห่งชนกกรรมและอุปถัมภ์ภกกรรมนั้นแหละ ชื่อว่ากัมมขยมรณะ ดังนั้น สัตว์ที่เกิดมาด้วย

^๑ วิภาวินี . ฎีกา (บาลี) ๑ / - / ๒๕ .

^๒ ที . สี . อ . (บาลี) ๑ / ๔๐ / ๑๐๒ .

อำนาจแห่งชนกรรมและอุบัติกรรมกรรม ย่อมมีชีวิตอยู่ได้ ๑ สัปดาห์บ้าง ๑ เดือนบ้าง ๑ ปีบ้าง ๑๐ ปีบ้าง ๒๐ ปีบ้าง หรือว่าเกินกว่านั้น แต่ก็มีใช้จะมีชีวิตอยู่ยาวนานตลอดอายุขัย สัตว์เหล่านั้นย่อมจะตายลงใน ๑ สัปดาห์บ้าง ๑ เดือนบ้าง ๑ ปีบ้าง หรือตายในระหว่างที่ยังไม่ถึงกำหนดอายุขัย เช่น มนุษย์ในปัจจุบันอายุยืนหรืออายุสั้น ก็ล้วนต้องตายลงในเวลาที่ไม่เหมาะสม เพราะกำลังของชนกรรมและอุบัติกรรมกรรมหมดสิ้นลง อย่างนี้เรียกว่า ตายเพราะสิ้นกำลังแห่งชนกรรมและอุบัติกรรมกรรม อุปมาเหมือนการดับลงแห่งเปลวไฟของตะเกียงที่น้ำมันหมด แม้ว่าไส้จะยังมีเหลืออยู่ แต่เปลวไฟก็ต้องดับมอดลง แม้การแสดงถึงความตายของเหล่าเทวดา เช่น ความตายของท้าวสักกเทวราช ณ ถ้ำอินทคูหา ที่เรียกว่า “บุญญชยมรณะ” นั้น แท้ที่จริงแล้วก็คือการตายเพราะสิ้นกำลังแห่งชนกรรมและอุบัติกรรมกรรมนั่นเอง

๓. อุภยชยมรณะ

อุภยชยมรณะ คือความตายเพราะสิ้นอายุและสิ้นกรรม ความตายประเภทนี้ ได้แก่ ความตายของบุคคลผู้มีชีวิตอยู่จนครบอายุขัย และอำนาจแห่งกุศลชนกรรม อุกุศลชนกรรม กุศลอุบัติกรรมกรรม และอุกุศลอุบัติกรรมกรรม ก็หมดสิ้นลงพอดี อุปมาเหมือนเปลวไฟแห่งตะเกียงที่มอดดับลงเพราะไส้และน้ำมันหมดลงพร้อมๆ กัน เช่น คนที่เกิดมาในสมัยที่มนุษย์มีกำหนด ๗๕ ปีเป็นอายุขัย และอำนาจของกุศลชนกรรม และอุกุศลอุบัติกรรมกรรม ได้ทำหน้าที่ส่งผลและอุกัณฐ์ให้ผู้นั้นมีอายุได้เพียง ๗๕ ปีเท่านั้น เมื่อผู้นั้นมีชีวิตอยู่ครบ ๗๕ ปีแล้วก็ตายไป อย่างนี้ก็เรียกได้ว่า ความตายของผู้นั้นเป็นอุภยชยมรณะ แม้พวกสัตว์ที่เกิดในอบายภูมิที่ถือกำเนิดมาด้วยอำนาจแห่งอกุศลชนกรรมก็เช่นเดียวกัน เมื่อสัตว์เหล่านั้นมีชีวิตอยู่ครบอายุขัยแล้วตายลง ก็เรียกว่าได้ว่าเป็นความตายชนิดอุภยชยมรณะนั่นเอง

๔. อุปัจเจกมรณะ

อุปัจเจกมรณะ คือความตายเพราะประสบอุบัติเหตุ โดยที่อายุและกรรมยังไม่สิ้น เป็นความตายที่กรรมเข้าไปตัดวิบากและกัมมชรูปที่เกิดจากชนกรรม ได้แก่ อุกุศลกรรม ๑๒ กามาวจรกุศลกรรม ๘ และอรหัตตมรรคกรรม ๑ เช่น บุคคลผู้เกิดด้วยอำนาจของชนกรรมดำรงชีวิตอยู่ยังไม่ถึงกำหนดอายุขัย และอำนาจของชนกรรมก็ยังไม่สิ้น แต่ด้วยอำนาจแห่งอกุศลกรรม หรืออกุศลกรรมที่เคยทำมาในภพก่อนๆ หรือที่กระทำในภพนี้เข้ามาตัดรอนทำให้ผู้นั้นตายลงอย่างฉับพลัน ด้วยความหิวกระหาย ถูกอสรพิษกัด ถูกวางยาพิษ ถูกไฟไหม้จมน้ำ หรือถูกคมอาวุธ อุปมาเหมือนเปลวไฟที่ต้องมอดดับลง ทั้งที่ยังมีไส้และน้ำมันเหลืออยู่ เพราะเหตุที่เป็นปฏิปักษ์ มีน้ำ ไฟ หรือลมเป็นต้นอย่างใดอย่างหนึ่ง เข้าเบียดเบียนอย่างกะทันหัน

อนึ่งบรรดาสาเหตุแห่งความตายทั้ง ๔ ประการนี้ บุคคลผู้ตายด้วยสาเหตุ ๓ ประการ คืออายุชยมรณะ กัมมชยมรณะ และอุภยชยมรณะ เรียกว่า “กาลมรณะ” เพราะเป็นความตายเมื่อถึงเวลา ส่วนผู้ที่ตายด้วยอุปัจเจกมรณะ เรียกว่า “อากาลมรณะ” เพราะเป็นความตายที่ยังไม่ถึงเวลา เหล่าสัตว์จะเกิดในภพภูมิหรือกำเนิดใดก็ต้องประสบกับสาเหตุแห่งความตาย ๔ ประการนี้ อย่างใดอย่างหนึ่งแน่นอน คือ นับตั้งแต่ปฏิสนธิจนถึงจุดจิตนั้น มีวิถีจิตเกิดขึ้นมากมายหลายชนิด แต่เมื่อกล่าวโดยสรุปแล้วคงมี ๒ ประเภท คือ ปัญจทวารวิถี

จิต^๑ และมโนทวารวิถีจิต^๒ ในเวลาปกติวิถีจิตทั้ง ๒ นั้นเกิดขึ้นทำหน้าที่สลับกันไปไปตามเหตุตามปัจจัยที่ปรากฏเกิดขึ้นในขณะนั้นๆ ส่วนในเวลาใกล้ตายวิถีจิตที่เกิดขึ้น มีชื่อเรียกว่า มรณาสันนวิถี^๓ วิถีจิตประเภทนี้มีชวณจิตเพียง ๕ ขณะเท่านั้น เกิดขึ้นโดยมีกรรม กรรมนิमित หรือคตินิมิตอย่างใดอย่างหนึ่งเป็นอารมณ์ และเกิดแก่ปุถุชนขึ้นไปจนถึงอนาคามีบุคคล สำหรับปุถุชน วิถีจิตใกล้ตายย่อมมีได้ทั้งทางปัญจทวาร คือ ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และทางมโนทวาร คือ ทางใจ ซึ่งทางคณะวิจัยจะนำเสนอเป็นลำดับต่อไป

๒.๓.๒ สาเหตุแห่งความตาย ๕ ประการ

อนึ่ง ในที่บางแห่งท่านได้จำแนกสาเหตุแห่งความตายของบุคคลไว้ ๕ ประการ^๔ คือ

๑. ชาติปัจจัยามรณะ^๕ ได้แก่ความตายเพราะความเกิดเป็นปัจจัย
๒. อุปัทภกมมรณะ^๖ ได้แก่ความตายเพราะการกระทำ
๓. สรสมรณะ^๗ ได้แก่ความตายโดยสภาพคือตายเอง
๔. อายุขยมรณะ^๘ ได้แก่ความตายเพราะสิ้นอายุ
๕. ปุญญขยมรณะ^๙ ได้แก่ความตายเพราะสิ้นบุญ

^๑ **ปัญจทวารวิถีจิต** หมายถึง วิถีจิตที่เกิดขึ้นรับอารมณ์ทั้ง ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ โดยมี ชื่อเรียกเฉพาะทวารว่า จักขุทวารวิถี วิถีจิตที่เกิดขึ้นทางจักขุทวาร ได้แก่ กามจิต ๔๖ ดวง คืออกุศลจิต ๑๒ อเหตุกจิต ๑๐ (เวทนาโสตวิญญาณจิต ๒ สขานวิญญาณจิต ๒ ชิวหาวิญญาณจิต ๒ กายวิญญาณจิต ๒) มหากุศลจิต ๘ มหาวิปากจิต ๘ และมหาภิกขจิต ๘ โสตทวารวิถี วิถีจิตที่เกิดขึ้นทางโสตทวาร ได้แก่ กามจิต ๔๖ ดวง คืออกุศลจิต ๑๒ อเหตุกจิต ๑๐ (เวทนาจักขุวิญญาณจิต ๒ สขานวิญญาณจิต ๒ ชิวหาวิญญาณจิต ๒ กายวิญญาณจิต ๒) มหากุศลจิต ๘ มหาวิปากจิต ๘ และมหาภิกขจิต ๘ สขานทวารวิถี วิถีจิตที่เกิดขึ้นทางสขานทวาร ได้แก่ กามจิต ๔๖ ดวง คืออกุศลจิต ๑๒ อเหตุกจิต ๑๐ (เวทนาจักขุวิญญาณจิต ๒ โสตวิญญาณจิต ๒ สขานวิญญาณจิต ๒ ชิวหาวิญญาณจิต ๒ กายวิญญาณจิต ๒) มหากุศลจิต ๘ มหาวิปากจิต ๘ และมหาภิกขจิต ๘ ชิวหาทวารวิถี วิถีจิตที่เกิดขึ้นทางชิวหาทวาร ได้แก่ กามจิต ๔๖ ดวง คืออกุศลจิต ๑๒ อเหตุกจิต ๑๐ (เวทนาจักขุวิญญาณจิต ๒ โสตวิญญาณจิต ๒ สขานวิญญาณจิต ๒ กายวิญญาณจิต ๒) มหากุศลจิต ๘ มหาวิปากจิต ๘ และมหาภิกขจิต ๘ กายทวารวิถี วิถีจิตที่เกิดขึ้นทางกายทวาร ได้แก่ กามจิต ๔๖ ดวง คืออกุศลจิต ๑๒ อเหตุกจิต ๑๐ (เวทนาจักขุวิญญาณจิต ๒ โสตวิญญาณจิต ๒ สขานวิญญาณจิต ๒ ชิวหาวิญญาณจิต ๒) มหากุศลจิต ๘ มหาวิปากจิต ๘ และมหาภิกขจิต ๘ สงคห.(บาลี) -/๓๙/๑๗, -/๖/๒๑, สงคหที่.(บาลี) -/๓๙/๑๒๐ .

^๒ **มโนทวารวิถี** หมายถึงวิถีจิตที่เกิดขึ้นรับอารมณ์ทางมโนทวาร ได้แก่ จิต ๖๗ หรือ ๙๙ ดวง คือ กามจิต ๔๑ (เวทนาปัญจวิญญาณจิต ๑๐ มโนธาตุ ๓) มหัคคตกุศลจิต ๙ มหัคคตภิกขจิต ๙ โลกุตตรจิต ๘ หรือ ๔๐ สงคห.(บาลี) -/๓๙/๑๗, -/๖/๒๑, สงคหที่.(บาลี) -/๓๙/๑๒๐ .

^๓ **มรณาสันนวิถี** หมายถึงวิถีจิตที่เกิดขึ้นรับอารมณ์ ๖ ที่เรียกว่ากรรม กรรมนิमित คตินิมิต ในเวลาใกล้ตาย มณีสารฎีกา (บาลี) ๒/๙๐/๗๒, สงคหที่.(บาลี) -/๙๐/๒๒๐ .

^๔ พระลัทธัมมโชติกะ ฐัมมาจาริยะ, **ปรมัตถโชติกะ มหาอภิธัมมัตถสังคหฎีกา ปริจเฉทที่ ๔**, หน้า ๒๗๖-๒๗๘.

ในสาเหตุแห่งความตายทั้ง ๕ ประการนี้ มีอธิบายประกอบดังนี้

๑. ขาดปัจจัยามรณะ คือความตายเพราะความเกิดเป็นปัจจัย หมายถึงความตายปรากฏขึ้นเพราะอาศัยความเกิดเป็นเหตุ ความตายเป็นผลของความเกิด ได้แก่ อากาโรที่กำลังดับของโลกียวิบากและกัมมชรูป^๑ ที่เรียกว่าสังขณซึ่งสงเคราะห์เข้าในวิปากวิภูเพราะโลกียวิบากและกัมมชรูปจะเกิดมีได้ต้องอาศัยกัมมภาวะ ถ้าขาดกัมมภาวะ^๒แล้ว อุปปัตติภาวะก็เกิดมีไม่ได้ และถ้าอุปปัตติภาวะไม่มี ขาดก็มีไม่ได้เช่นกัน ความตายประเภทนี้จึงได้แก่ ความตายของสัตว์ทั้งหลายที่สมมติกันอยู่ในโลกนี้ คือตั้งแต่เกิดจนตาย นอกจากนี้ยังหมายถึงความตายของโลกียวิบากและ กัมมชรูป จิตตชรูป^๓ อาหารชรูป^๔ ได้แก่ สมมติมรณะ ขาดขยมรณะ อุปกัมมรณะ สรสมรณะ อายุขยมรณะ และบุญญขยมรณะ

ความตายประเภทนี้เป็นสภาพที่เป็นอนิฏฐารมณ^๕ เป็นสิ่งที่น่ากลัวไม่ห่าปรารถนา แต่ทุกคนก็หลีกเลี่ยงไม่ได้ ต้องประสบด้วยกันทั้งนั้น ไม่มีหนทางที่จะหนีให้พ้นได้ เพราะมีความเกิดเป็นต้นเหตุ ถ้าผู้ใดมีความกลัวต่อความตาย ผู้นั้นก็จำเป็นต้องหาหนทางทำลายความเกิดเสียจึงจะพ้นไปได้ วิธีที่จะทำลายความเกิดนี้ก็มีอยู่ในพระพุทธศาสนาแล้ว คือการทำลายกัมมภาวะให้สิ้นสุดลง แล้วทำกายวาจาใจของตนให้เข้าถึงความเป็นกิริยาคือภาวะแห่งความเป็นพระอรหันต์นั่นเอง ซึ่งต้องอยู่ในระหว่างเวลาที่พระพุทธศาสนายังดำรงอยู่เท่านั้น เมื่อว่างจากพระพุทธศาสนาที่เป็นอันหมดหนทาง ท่านได้เปรียบเทียบการสร้างกุศลนี้ว่า เหมือนกับคนไข้ที่กินยาขมซึ่งไม่มีใครอยากกิน แต่คนไข้ก็ต้องพยายามกินเพื่อให้หายขาดจากโรค โลกียกุศลก็เปรียบเหมือนยาขม ผู้ที่ต้องการพ้นจากกิเลสก็ต้องพยายามสร้างโลกียกุศลให้เกิดขึ้นเพื่อทำลายกิเลสให้หมดสิ้นตามลำดับ ไปจนกระทั่งได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์เปรียบเหมือนคนไข้ที่ต้องการหายขาดจากโรค พยายามกินยาขมนั้นเรื่อยๆ ไปจนกระทั่งโรคหาย จากนั้นก็ไม่จำเป็นต้องกินยาขมอีกต่อไป ดังเช่นขณะที่พระพุทธองค์ทรงบำเพ็ญกุศลกิริยาอยู่นั้น

^๑ **กัมมชรูป** หมายถึงรูปที่เกิดกรรม หรือรูปที่มีกรรมเป็นสมุฏฐาน ได้แก่ กัมมชรูป ๒๐ คือ ปสาทรูป ๕ ภาวรูป ๒ ทัฬหรูป ๑ ชีวิตรูป ๑ อวินิพโคครูป ๘ ปริจเฉทรูป ๑ ลักษณะรูป ๒ สงคหที.(บาลี) -/๔๓/๒๕๙.

^๒ **กัมมภาวะ** หมายถึงเจตนากรรม ๒๙ คือ อุกุศลเจตนา ๑๒ กามาวจรกุศลเจตนา ๘ มหัคคตกุศลเจตนา ๙ เจตนากรรมทั้ง ๒๙ นี้ จัดเป็นปัจจัยเหตุ ย่อมก่อให้เกิดปฏิสนธิวิญญาณและในปวัตตวิญญาณที่เรียกว่าอนาคตผลในกามภูมิเป็นต้น สงคหที.(บาลี) -/๔/๓๓๐, ๑๐/๓๓๕.

^๓ **จิตตชรูป** หมายถึงรูปที่เกิดจากจิต หรือรูปที่มีจิตเป็นสมุฏฐาน ได้แก่ จิตตชรูป ๑๗ คือ สัททารมณ ๑ วิญญุตติรูป ๒ วิการรูป ๓ อวินิพโคครูป ๘ ปริจเฉทรูป ๑ ลักษณะรูป ๒ สงคหที.(บาลี) -/๔๓/๒๕๙.

^๔ **อาหารชรูป** หมายถึงรูปที่เกิดจากโอชาในอาหาร หรือรูปที่มีอาหารเป็นสมุฏฐาน ได้แก่ อาหารชรูป ๑๔ คือ วิการรูป ๓ อวินิพโคครูป ๘ ปริจเฉทรูป ๑ ลักษณะรูป ๒ สงคหที.(บาลี) -/๔๓/๒๕๙.

^๕ **โลกียกุศล** หมายถึงโลกียกุศลจิตตูปบาท ๓๙ ได้แก่กามาวจรกุศลจิต ๘ มหัคคตกุศลจิต ๙ เจตสิกที่ประกอบ ๓๘ ที่เรียกว่ากุศลจิตตูปบาท ๓๙ นั้น ขยายความว่าโลกียกุศลจิตแม้จะมี ๑๗ ดวง แต่เมื่อว่าโดยลักษณะแล้วมีเพียง ๑ คือรู้อารมณเท่านั้น ส่วนเจตสิก ๓๘ ที่ประกอบนั้น แต่ละดวงมีลักษณะเป็นของตน ๆ เมื่อนับโดยอัคคหิตัคคคหน้นยแล้วจึงได้ ๓๙ ดังกล่าวมาแล้ว และโลกียกุศลนี้เอง เป็นธรรมชาติที่ชำระล้างอุปกิเลสเครื่องเศร้าหมองทั้งหลายบ้าง เป็นธรรมชาติที่กำจัดปฏิบัติขธรรมที่ชื่อว่านิรณันได้ด้วยตนทั้งคปทาน อง.ฎีกา (บาลี) ๓/๒๓-๔/๙.

ทเวบุตรมารกราบทูลว่า ขอให้พระองค์พยายามทำตนให้เป็นผู้ที่มีอายุยืนจะได้มีเวลาสร้างกุศล มีการรักษาศีล บูชาไฟ ถ้ามายู่ในป่าและปฏิบัติเช่นนี้จะไม่มียุทธภัยอย่างใด พระองค์ตรัสว่า พญามาร ความพอใจในสภาพที่เป็นกุศลไม่มีแก่เราแม้แต่น้อย ผู้มีปัญญาอ่อนเท่านั้นที่มีความพอใจในความเป็นกุศล ฉะนั้นท่านควรพูดตั้งนี้กับบุคคลผู้ยังมีความยินดีในกุศลเถิด^๑

ในลัจจวิภังค์ท่านได้เปรียบเทียบความตายไว้ว่า เหมือนคนใช้มีดฟันคอศัตรูให้ถึงความตาย เป็นเช่นกับความตายที่ทำให้ชั้น ๕ ของสัตว์แตกดับลงในภพหนึ่ง^๒ แล้วได้แสดงลักษณะของความตายว่า มีการเคลื่อนย้ายจากภพที่อยู่ (จุดลักษณะ) แสดงกิจของความตายว่ามีการพลาจากสิ่งที่มีชีวิตและไม่มีชีวิตที่เคยพบเห็นกันในภพนี้(วิโยครส) แสดงอาการปรากฏของความตายว่ามีการย้ายที่อยู่จากภพเก่า(คติวิปวาสนปัจจุบันฐาน) และแสดงความตายว่ามีนามรูปที่กำลังดับเป็นเหตุไถ่(ปริภิชชมานนามรูปปฏฐฐาน)^๓ ความตายประเภทนี้จัดอยู่ในประเภทสังขตของนามรูป

๒. อุปัทภยมรณะ คือความตายเพราะการกระทำ หมายถึงความตายเพราะกรรมเข้าไปตัดวิบาก และกัมมชรูป กล่าวคือบุคคลนั้นมีอายุยังไม่หมดอายุขัย อีกทั้งอำนาจของชนกรรมก็ยังไม่หมด แต่ด้วยอำนาจแห่งอกุศลกรรมที่ได้ทำมาแล้วในภพก่อน หรือในภพนี้เข้ามาตัดรอนให้ผู้นั้นต้องพยายามฆ่าตัวเองตายลงเสียก่อน

๓. สรสมรณะ คือความตายโดยสภาพคือตายเอง หมายถึงความตายสิ้นสุดทั้งบุญและอายุ กล่าวคือบุคคลนั้นมีอายุยืนอยู่ได้จนกระทั่งครบอายุขัย และอำนาจของกุศลกรรมหรืออกุศล กรรมหมดลงพร้อมกับความสิ้นสุดแห่งอายุ เช่น บุคคลผู้เกิดมาในสมัยที่มีอายุขัย ๗๕ ปี และอำนาจแห่งกุศลกรรมของผู้นั้นก็มีอำนาจอยู่ได้ ๗๕ ปีเช่นเดียวกัน เมื่อผู้นั้นมีอายุอยู่จนถึง ๗๕ ปีก็ตายลง หรือแม่สัตว์ที่เกิดในอายุภูมิที่เกิดมาจากอกุศลกรรมก็เช่นเดียวกัน เช่น อายุขัยของสุนัข มีกำหนดอายุ ๑๒ ปี และสุนัขที่เกิดมานั้นมีอำนาจอกุศลชนกกรรมอยู่ได้ ๑๒ ปี เมื่ออายุครบ ๑๒ ปี ก็ตายลง

๔. อายุขยมรณะ คือความตายเพราะสิ้นอายุ หมายถึงความตายเพราะสิ้นอายุขัย คำว่า อายุ หมายถึงเอาอายุขัยซึ่งเป็นการกำหนดขอบเขตแห่งการดำรงอยู่ของชีวิต อายุของมนุษย์ไม่แน่นอน ขึ้นลงตามศีลธรรม เมื่อเวลาอายุขัยขึ้นก็ขึ้นสูงไปจนถึงอสัณเฑียรปี เมื่อเวลาอายุขัยลงก็ลงต่ำไปจนถึง ๑๐ ปี ในปัจจุบันกำหนดอายุ ๗๕ ปี เป็นอายุขัย ดังนั้น สัตว์ในโลกนี้แม้ว่าอำนาจกรรมยังมีอยู่ แต่เมื่อครบอายุขัยแล้วก็ตายไปเป็นส่วนมาก ผู้ที่มีอายุยืนเกินกว่าอายุขัยที่กำหนดไว้ก็นั้นก็มีอยู่บ้าง หากแต่มีน้อย ท่านเหล่านั้นต้องมีกรรมในอดีตที่เกี่ยวกับการไม่ฆ่า ไม่เบียดเบียนสัตว์ ช่วยอุปถัมภ์ชีวิตและร่างกายให้ดำรงอยู่ได้นานเป็นพิเศษ หรืออำนาจแห่งชนกรรมก็ยังมีกำลังอยู่ อีกทั้งมีกรรมฝ่ายดีในปัจจุบัน คือ การรักษาศีล ๕ ไว้ได้บริสุทธิ์ หรือมีการรักษาสุขภาพอนามัยไว้ได้

^๑ ชุ . ส . (ไทย) ๒๕ / ๔๓๔ / ๕๙๙. แม้นี้ความว่า เราไม่มีความต้องการบุญแม้แต่น้อย ความจริงท่านผู้เป็นมาร ควรไปบอกแก่คนผู้ต้องการบุญ .

^๒ อภิ . วิ . อ . (บาลี) ๓ / ๑๙๓ / ๑๐๙ .

^๓ พระลัทธัมมโชติกะ รัจฉานนิกาย, **ปรมัตถโชติกะ ปฏิจจลสมุปปาทที่ปณี. ๕**, หน้า ๑๓๓-๑๓๕, ดูประกอบ อภิ . วิ . อ . (บาลี) ๑ / ๑๙๓ / ๑๐๘ .

อย่างดี เหตุต่างๆ ดังกล่าวมานี้แหละที่ช่วยให้ผู้นั้นมีอายุอยู่ได้นานจนเกินอายุขัย ดังในปัจจุบันนี้ ผู้ที่มีอายุยืนถึง ๘๐ หรือ ๙๐ ปี หรือ ๑๐๐ ปีก็ยิ่งปรากฏอยู่

๕. ปุญญขมรณะ คือความตายเพราะสิ้นบุญ หมายถึงความตายเพราะสิ้นสุดแห่งบุญ อันเป็นความตายของพวกเทวดาและพรหม หรือความตายเพราะสิ้นสุดแห่งกรรม อันเป็นความตายของมนุษย์และสัตว์ดิรัจฉาน คำว่า กรรม ในที่นี้ หมายถึงชนกกรรม คือ กรรมที่ทำให้วิบากเกิดขึ้น มีหน้าที่ส่งผลให้เกิดปฏิสนธิในภพนั้นๆ และอุปถัมภกกรรม คือ กรรมที่ช่วยอุดหนุนกรรมอื่น มีหน้าที่ช่วยอุดหนุนนามรูปที่เกิดจากชนกกรรมให้ตั้งอยู่ได้ในภพนั้นๆ การสิ้นสุดแห่งชนกกรรมและอุปถัมภกกรรมนั้น ชื่อว่ากัมมขยะ

ดังนั้น บุคคลที่เกิดมาโดยมีอำนาจแห่งชนกกรรมและอุปถัมภกกรรมนี้ดำรงอยู่ได้เพียง ๑ เดือนบ้าง ๑ ปีบ้าง หรือ ๕ ปีบ้าง หรือ ๑๐ ปีเป็นต้นบ้าง แต่คงดำรงอยู่ได้ถึงกำหนดอายุขัยของผู้นั้น เป็นเหตุให้ผู้นั้นตายลงในขณะที่มีอายุได้เพียง ๑ เดือนบ้าง ๑ ปีบ้าง ๑๐ ปีเป็นต้นบ้าง จึงกล่าวได้ว่า ความตายประเภทนี้เป็นความตายโดยความสิ้นสุดแห่งกรรม เปรียบเหมือนกับดวงประทีปที่หมดน้ำมันแล้ว แม้วาไส้ยังมีอยู่ก็ตาม แต่แสงประทีปนั้นก็ดับลง

จากที่ได้กล่าวถึงสาเหตุแห่งความตายของบุคคลมาทั้งหมดนั้น พอสรุปความว่า สาเหตุแห่งความตายนั้น มีกล่าวไว้หลายแห่ง มี ๔ ประการบ้าง มี ๕ ประการบ้าง แต่ในที่นี้ คณะผู้วิจัย ต้องการอธิบายถึงสาเหตุแห่งความตาย ๔ ประการเท่านั้น เพราะเป็นสิ่งที่พระอรุณทวารจารย์ได้ขยายความไว้

๒.๔ ปรากฏการณ์ก่อนตายของบุคคล

เพื่อความเข้าใจในเรื่องปรากฏการณ์ก่อนตายของบุคคล คณะผู้วิจัยจะได้กล่าวถึงอารมณ์ของจิตที่เกิดขึ้นแก่มนุษย์ที่ใกล้จะตาย โดย ๓ ลักษณะ คือ (๑) มรณาสันนกาล (๒) มรณาสันนวิถิ (๓) อารมณ์ของบุคคลผู้กำลังจะตาย จะอธิบายตามลำดับดังนี้

๒.๔.๑ มรณาสันนกาล

มรณาสันนกาล คือกาลเวลาที่บอกให้รู้ว่าใกล้จะถึงแก่ความตาย เป็นการเตือนให้รู้ล่วงหน้า เพื่อให้เตรียมตัวไม่ใช่ตายในตอนนั้นขณะนั้น อาจจะเร็วหรือช้า เป็นนาที เป็นชั่วโมง เป็นวัน เป็นเดือน เป็นปี ก็ได้ หรือที่เรียกกันว่าเตือนก่อนตาย มรณาสันนกาลนี้ มีความเกี่ยวข้องกับมรณาสันนวิถิและบุคคลด้วย

ในหนังสือหลักสูตรพระอภิธรรมชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๖ กล่าวว่า เมื่อว่าโดยระยะเวลาใกล้ตายแล้ว มรณาสันนกาล มี ๒ อย่าง คือ

๑. **อาลันนกาล** คือกาลเวลาที่ใกล้ตาย หมายถึงวิถีจิตใกล้ตายชนิดธรรมดา ได้แก่ วิถีจิตใกล้ตายที่เกิดขึ้นแก่บุคคลผู้ที่จะตายภายในเวลา ๑-๒ นาที หรือ ๑-๒ ชั่วโมง เป็นต้น สำหรับบุคคลประเภทนี้ ท่านเรียกว่าบุคคลผู้ใกล้จะตาย (มรณาสันหนบุคคล)^๑

๒. **ปัจจาลันนกาล** คือกาลเวลาที่ใกล้จวนตาย หมายถึงวิถีจิตใกล้จะสิ้นชาติใจแล้ว ได้แก่ วิถีจิตใกล้ตายที่เกิดขึ้นแก่บุคคลผู้ที่จะตายภายในเวลาไม่ถึง ๑๐ วินาที หรือไม่ถึง ๒๐ วินาที จุตินจิตเกิดขึ้นทำหน้าที่ของตน และรูปที่เกิดจากการม(กัมมชรูป) ครั้งสุดท้ายได้ดับลงพร้อมกับขณะแตกดับ (ภังคขณะ) ของจิตที่เคลื่อน (จุตินจิตตาย) สำหรับบุคคลประเภทนี้ ท่านเรียกว่า บุคคลผู้ใกล้จวนตาย (ปัจจาลันนมรณบุคคล)^๒

มรณาสันนกาลนี้จะมีเหตุการณ์แปลก ๆ ของแต่ละคนไม่เหมือนกัน เช่น บางคนมีลางสังหรณ์ใจแปลกๆ โดยที่เจ้าตัวจะไม่รู้มาก่อน บางครั้งพูดเป็นนัย ๆ เช่น บางคนพูดว่า อาหารมื้อสุดท้ายนี้อร่อยจริงต้องกินมาก ๆ ต่อไปคงไม่ได้กินอีกแล้ว หรือบางคนพูดว่า แม่ ลูกกราบลาแล้ว ต่อไป คงไม่ได้มาอีกแล้ว อย่างนี้เป็นต้น

บางคน ปกติเป็นคนชอบอยู่บ้าน ไม่ออกไปไหนในเวลาค่าคืน แต่ในคืนนั้น อยู่ในบ้านไม่ได้เกิดความกระวนกระวายใจอย่างบอกไม่ถูกอยากจะออกไปนอกบ้านให้ได้ อยากจะออกไปนอกบ้าน ไปทานข้าว แล้วก็ออกจากบ้านไป อีกไม่กี่นาทีต่อมา ก็มีคนมาบอกให้รู้ว่า ผู้นั้นถูกรถชนตายแล้ว หรือบางคนขณะไปทำธุระนอกบ้าน ตอนกลางวัน มีคนเห็นว่า คนผู้นั้นเดินไปแล้วหัวไม่มี แล้วก็ไม่ได้ทักอะไร ปรากฏว่า ตกตอนเย็น คนผู้นั้นเกิดอุบัติเหตุรถคว่ำตาย หรือบางคน ขณะเดินอยู่ คนอื่นไม่เห็นเงาของผู้นั้น อยู่มาไม่นาน คนผู้นั้นก็ตาย อย่างนี้เป็นต้น

บางคนมีลางบอกเหตุ เราเคยได้ยินคนแก่พูดกันว่า บ้านไหนมีนกแสกมาจับแล้วร้องในกลางคืน หลังจากนั้น ก็มีคนในบ้านนั้นตาย ซึ่งเป็นเรื่องที่ไม่คาดคิดมาก่อน

บางคนก็ฝัน^๓ว่า ญาติพี่น้องของคนนั้นคนนี้จะตาย อยู่ต่อมาไม่นาน คนที่ฝันเห็นนั้นก็ตายจริง ๆ หรือบางคนฝันว่า ตนเองจะประสบเคราะห์เกิดอุบัติเหตุถึงกับเสียชีวิตและเล่าความฝันให้ญาติพี่น้องฟัง และอีกไม่กี่วันก็เสียชีวิตจริง อย่างนี้เป็นต้น

จากที่กล่าวมานี้ เรียกว่ามีมรณาสันนกาลปรากฏซึ่งเป็นการดี เพราะถือว่า ถ้าผู้ที่ได้พบกับเหตุการณ์ดังกล่าว เท่ากับว่ามีเหตุสุดคือความตายมาเตือนให้รู้ว่าเตรียมตัวตายได้แล้ว แต่ยังมีเวลาเหลืออยู่เพียงเล็กน้อย อย่านำไปประมาทให้รีบทำความดี ทำบุญ ให้ทาน รักษาศีล เจริญจิตภาวนา พยายามให้จิตเกาะอยู่กับสิ่งที่เป็นบุญเป็นกุศล ทำจิตให้สบายไม่คิดกังวลห่วงใยใดๆ มีสติระลึกรู้ถึงบุญกุศลที่ตนได้ทำไว้ หากทำได้เช่นนี้ มรณาสันนกาลที่เกิดขึ้น ก็จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง

^๑ พระลีลาจารย์เถร, **อภิธรรมตถุสสงคหที่ปณี,** (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญูญาณ, ๒๕๕๗) , หน้า ๒๑๙ .

^๒ พระลีลาจารย์เถร, **อภิธรรมตถุสสงคหที่ปณี,** (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญูญาณ, ๒๕๕๗) , หน้า ๒๒๒ .

^๓ **ฝัน** หมายถึงเหตุที่ทำให้ฝันอยู่ ๔ ข้อ คือ (๑) ธาตุกำเริบ (๒) อารมณ์เก่า (๓) เทวดาตลใจ (๔) บุญนิมิต ในเหตุทั้ง ๔ นี้ข้อ ๑-๒ ย่อมไม่เป็นจริง ข้อ ๓ เป็นจริงก็มี ไม่เป็นจริงก็มี ข้อ ๔ ย่อมเป็นจริงแท้ (วิ.ม.ท.อ. (บาลี) ๒/๒๓๗/๔-๕) .

๒.๔.๒ มรณาสันนวิถึ (วิถึจิตไถ่ตาย)

เนื่องจากสัตว์มีลมปราณทุกจำพวกต้องประสบกับความตายอย่างแน่นอน เพราะโดยธรรมชาติในภาพหนึ่ง ๆ นั้น เมื่อสัตว์ถือกำเนิดด้วยอำนาจกรรมที่เกิดขึ้นคือชนกรรมทำหน้าที่ปฏิสนธิมาแล้ว ลำดับจิตก็จะเกิดสืบต่อเป็นสันตติต่อไปไม่ขาดสายจวบจนถึงจุดจิตจากภาพนั้น ๆ วิถึจิตที่เกิดขึ้นในเวลาใกล้ตายนั้น ท่านเรียกว่า “มรณาสันนวิถึ” ซึ่งก็คือวิถึจิตไถ่ตาย หรือกระแสของจิตไถ่ตาย วิถึจิตไถ่ตายนี้ เมื่อว่าโดยจำนวนย่อมมีมากมายหลายร้อยวิถึ มีไต่เป็นวิถึจิตที่เกิดขึ้นเป็นวิถึสุดท้ายในภาพหนึ่ง ๆ เท่านั้น และจิตที่เสพอารมณ์คือขวนจิตที่เกิดขึ้นในวิถึจิตไถ่ตายนี้ย่อมจะมีกำลังลดน้อยลง เพราะในเวลาที่วิถึจิตและหทัยวัตถุซึ่งเป็นที่อาศัยเกิดของกรรมที่เกิดร่วมกันมีกำลังอ่อนลง วิถึจิตไถ่ตาย จึงมีจิตที่เสพอารมณ์เพียงเล็กน้อย นี้กล่าวโดยทั่วไป หากกล่าวเฉพาะคนที่ตาย คนทุกคนจะมีมรณาสันนวิถึคือวิถึจิตไถ่ตาย จิตในขณะนั้นจะทำหน้าที่ระลึกอารมณ์ รับอารมณ์ครั้งสุดท้าย จะเป็นบุญหรือบาปของผู้ที่ใกล้จะตาย อารมณ์ที่ปรากฏนี้เป็นเหมือนผู้นำทางจะไปเกิดในภพใด อารมณ์ที่ปรากฏครั้งสุดท้ายนี้มาจากกรรมที่มีอำนาจมากที่สุดที่ผู้ที่ได้กระทำไว้นั่นเอง ในขณะที่จะตายนั้น จิตของคนเรา จะบังคับให้นึกคิดเรื่องใด ๆ ตามที่เราต้องการไม่ได้ เพราะจิตขณะนั้นดูจคนนอนหลับ จิตนี้ก็นึกคิดเรื่องต่างๆ ตามกำลังอำนาจของกรรมที่ได้กระทำไว้แล้ว และจิตได้สะสมสิ่งนั้นๆไว้ การที่ผู้ที่ได้ทำกรรมต่างๆ ไว้ระหว่างชีวิตอยู่ จิตจะเก็บรวบรวมสะสมเอาไว้หมด กรรมที่มีอำนาจมากกว่า จิตก็จะนึกคิดแต่กรรมนั้น ๆ ก่อน ซึ่งมาปรากฏเป็นอารมณ์สุดท้ายก่อนตาย มรณาสันนวิถึเกิดขึ้นแก่ผู้ใด เป็นที่แน่นอนว่าผู้ใดต้องตายแน่ อารมณ์ครั้งสุดท้าย คืออะไร ซึ่งจะได้คำตอบในหัวข้อต่อไป

๒.๔.๓ อารมณ์ของบุคคลผู้กำลังจะตาย

ในคัมภีร์กล่าวถึงอารมณ์ของบุคคลผู้กำลังจะตายไว้ ๓ ประการ^๑ คือ กรรมอารมณ์ กรรมนิมิตอารมณ์ และคตินิมิตอารมณ์ เพราะธรรมชาติที่เกิดขึ้นแต่ละขณะนั้นจะต้องมีอารมณ์เป็นที่ยึดเหนี่ยวในปฏิสนธิกาล จิตทำหน้าที่ปฏิสนธิ ในอดีตกาล (เวลาปัจจุบัน) จิตทำหน้าที่ภวังค์ และในมรณกาล จิตทำหน้าที่จิตย่อมมีอารมณ์ในทวารทั้ง ๖ ที่เรียกว่า กรรมอารมณ์ กรรมนิมิตอารมณ์ และคตินิมิตอารมณ์ ซึ่งจิตที่รับอารมณ์ใกล้ตายอันเกิดทางทวาร ๖ รับมาจากภพก่อน ในอดีตกาล วิถึจิตที่เกิดขึ้นนั้นก็มามีอารมณ์ ๖ ทั้งที่เป็นปัจจุบันอารมณ์ อดีตอารมณ์ หรืออนาคตอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งเป็นที่ยึดเหนี่ยวอยู่เสมอ

ในเวลาใกล้จะตาย ไม่ว่าจะเป็นอย่างสัตว์ มนุษย์ เทวดา หรือจะเป็นพรหมก็ตามทีเกิด เมื่อมรณาสันนกาลคือเวลาใกล้ตายมาถึงแล้ว นิมิตทั้ง ๓ อย่าง คือ กรรม กรรมนิมิต และคตินิมิต อย่างใดอย่างหนึ่งที่

^๑ พ.ต.อ.ประยูร ดิษฐานพงศ์, ความตายของมนุษย์ ตายแล้วไปไหน, (กรุงเทพมหานคร : ศักดิ์ชัยการพิมพ์, ๒๕๕๖), หน้า ๔๒-๔๓.

^๒ พระสีลาจารเถร, อภิมมตตถสวดที่ปณี, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๔๗), หน้า ๒๒๐.

ได้โอกาสยอมปรากฏแก่ผู้หนึ่ง พร้อมกับจุดตั้งจิตวิญญานของผู้หนึ่งไปสู่ภูมิใดภูมิหนึ่งอันสมควรแก่กรรมเป็นต้นนั้นๆ

เพื่อความเข้าใจในเรื่องกรรม กรรมนิมิต หรือคตินิมิต ในเวลาใกล้ตาย คณะผู้วิจัยจึงขออธิบายเรื่องเหล่านั้นตามลำดับดังนี้

กรรมหรือกรรมอารมณ์

กรรมหรือกรรมอารมณ์ คือ การจัดแจงกระตุ้นเตือนชักชวนโน้มน้าวจิตไปในทางที่ดี ที่เรียกว่ากุศลเจตนา หรือในทางที่ไม่ดี ที่เรียกว่าอกุศลเจตนา อันเป็นสภาวะธรรมล้วน ๆ ทำใ้รูปร่าง เสียงเป็นต้นแต่อย่างใดไม่ได้ด้วยเหตุนี้ กรรมนี้จึงไม่สามารถปรากฏทางอวัยวะส่วนใดส่วนหนึ่งได้ คงปรากฏเฉพาะแต่ทางมโนทวารเพียงอย่างเดียวเท่านั้น เช่น บุคคลผู้มีความดีหรือความชั่วอยู่แต่ภายในจิตใจเป็นส่วนมาก ซึ่งไม่ค่อยปรากฏออกมาทางกายหรือทางวาจา จวบจนถึงเวลาใกล้ตาย การกระทำความดีหรือความชั่วทางกายทวารและทางวจีทวารก็ยังไม่ปรากฏ เมื่อเป็นเช่นนั้นแล้ว กรรมอารมณ์ย่อมมีโอกาสที่จะเข้ามาเป็นอารมณ์ของจิต ที่เสพอารมณ์ใกล้ตาย (มรณาสันนชวณจิต)

อีกอย่างหนึ่ง บุคคลบางคนในโลกนี้ ก่อนที่จะบำเพ็ญกุศล มีให้ทาน รักษาศีล หรือเจริญภาวนาเป็นต้น หรือก่อนที่จะทำทุจริตทางกาย ทางวาจา อันเป็นเหตุผิดศีลล่วงกรรมบถนั้น เขาจะครุ่นคิดอยู่เป็นเวลานานเสียก่อนเสมอแล้วจึงกระทำการนั้น ๆ ในภายหลัง ตามที่ตนครุ่นคิดไว้ บุคคลประเภทนี้ หากคิดแล้วยังไม่มีโอกาสกระทำการสิ่งที่ตนครุ่นคิดไว้ด้วยกายหรือด้วยวาจา จนกระทั่งเวลาใกล้ตายปรากฏแล้ว กรรมอารมณ์ย่อมมีโอกาสที่จะเข้ามาเป็นอารมณ์ของจิตที่เสพอารมณ์ใกล้ตาย

อนึ่งธรรมดาว่าสัตว์ทั้งหลายที่ปรากฏอยู่นี้ เวียนตายเวียนเกิดในสังสารวัฏเป็นเวลานานมาแล้ว มีกุศลกรรมและอกุศลกรรมที่เคยทำมาอนเนื่องอยู่ในชั้นธสันดานด้วยกันทั้งนั้น ดังนั้นกุศลกรรม หรืออกุศลกรรมที่จะทำหน้าที่ชนกกรรมยอมมาปรากฏเฉพาะหน้า เป็นอารมณ์ของวิถิจิตใกล้ตายในเวลาใกล้ตาย ก็กุศลกรรมและอกุศลกรรมที่ทำหน้าที่ให้ปฏิสนธิวิญญานพร้อมทั้งวิบากกรรมรูป^๑ เกิดขึ้นในภพที่สองมีอยู่ ๒ อย่าง คือ (๑) อุปัชชเวทนิยกรรม (ที่ทำในภพนี้) (๒) อปรာปரியเวทนิยกรรม ที่เคยทำไว้ในภพก่อน ๆ ซึ่งกรรมทั้ง ๒ อย่างนี้ย่อมมีอยู่ในชั้นธสันดานอย่างมากมายเหลือที่จะนับได้เลยทีเดียวหากนำมาจำแนกโดยวิถิจิตเป็นต้นจะได้ดังนี้

๑. ในวิถิจิตหนึ่งๆมีกุศลหรืออกุศลอุปัชชเวทนิยกรรม ๑ และมีกุศลหรืออกุศลอปรာปரியเวทนิย กรรม ๕

๒. กุศลหรืออกุศลทั้ง ๒ อย่างนี้ เกิดขึ้นโดยอาศัยรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสหรือธรรมารมณ์

^๑ **วิบากกัมมชรูป** แบ่งออกเป็น ๒ คำคือ วิบาก และกัมมชรูป **วิบาก** หมายถึงโลกียวิปากจิต ๓๒ ซึ่งเป็นผลของอกุศลกรรมและโลกียกุศลกรรม ในที่นี้หมายถึงโลกียวิปากจิต ๑๙ ซึ่งทำหน้าที่ปฏิสนธิ (สืบต่อภพใหม่) สงคท.(บาลี) -/๒๐/๑๕ ส่วน**กัมมชรูป**นั้นได้อธิบายมาแล้ว .

๓. กุศลหรืออกุศลทั้ง ๒ อย่างนี้ เกิดขึ้นทางกายทวารบ้าง วลีทวารบ้าง มโนทวารบ้าง
๔. กุศลหรืออกุศลทั้ง ๒ อย่างนี้ เป็นเหตุให้บำเพ็ญทานบ้าง รักษาศีลบ้าง เจริญภาวนาบ้าง หรือให้ทำปาณาติบาตบ้าง อทินนทานบ้าง
๕. กุศลหรืออกุศลทั้ง ๒ อย่างนี้ เกิดขึ้นในเวลาเช้าบ้าง กลางวันบ้าง เย็นบ้าง กลางคืนบ้าง
๖. กุศลหรืออกุศลทั้ง ๒ อย่างนี้ เกิดในเวลาเย็นบ้าง เดิมบ้าง หนึ่งบ้าง นอนบ้าง
- ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่า กุศลกรรมและอกุศลกรรมทั้ง ๒ อย่างนั้นนอนเนื่องอยู่ในสันดานของสัตว์ทั้งหลาย เมื่อใด กุศลกรรมและอกุศลกรรมดังกล่าวมานั้นจะเข้าทำหน้าที่ชนกกรรมในภพที่สอง ย่อมปรากฏอย่างเด่นชัดในมโนทวาร โดยเป็นอารมณ์ของวิจิตรไถลตายของบุคคลผู้ดำรงอยู่ในเวลาไถลตาย

กรรมนิमित หรือกรรมนิमितอารมณ์ อีกนัยหนึ่ง

กรรมนิमितหรือกรรมนิमितอารมณ์ คืออารมณ์ทั้ง ๖ ที่ได้เคยประสบมาแล้ว เนื่องด้วยการกระทำทางกาย ทางวาจา และทางใจของตนนั้นเป็นกรรมนิमितอารมณ์ และกรรมนิमितอารมณ์นี้ ย่อมปรากฏได้ทางทวารทั้ง ๖ ดังนั้น บุคคลผู้กระทำด้วยกายวาจาใจในการบริจาคทาน สมาทานศีลหรือเจริญภาวนาเป็นต้น หรือประกอบกุศลจิตจนก้าวล่วงอกุศลกรรมบถต่าง ๆ มีปาณาติบาตเป็นต้น อยู่เนืองๆ เสมอมา ทำได้ใคร่ครวญครุ่นคิดไว้ก่อนเป็นเวลานานๆ ไม่ คงคิดขึ้นและกระทำลงไปในขณะที่นั้นเลยทีเดียว บุคคลเหล่านี้ แม้ว่าในเวลาไถลตายจะมีได้สร้างกุศลกรรมความดี หรืออกุศลกรรมความชั่วเลย แต่การกระทำดังกล่าวมานั้นย่อมปรากฏชัดเจนในเวลาไถลตาย

กรรมนิमितนี้ ท่านพระอนุรุทธาจารย์เป็นต้น ได้แสดงไว้ ๒ อย่าง คือ

๑. อุปัลัทธกรรมนิमित ได้แก่อารมณ์ ๖ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ (สภาพของรูป สภาพของนาม) และบัญญัติ ที่ตนได้เคยประสบพบเห็นมา โดยความเป็นประธานในเวลากระทำกุศลกรรมหรืออกุศลกรรม

๒. อุปกรณกรรมนิमित ได้แก่อารมณ์ ๖ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ (สภาพของรูป สภาพของนาม) และบัญญัติ ที่ตนได้เคยประสบพบเห็นมา แต่อารมณ์ ๖ นั้นมิใช่ปรากฏโดยความเป็นประธาน เพียงแต่เป็นเครื่องอุดหนุน ในขณะที่กระทำกุศลกรรมหรืออกุศลกรรม

อารมณ์ ๖ ดังกล่าวมานี้หมายเอาเฉพาะที่เกี่ยวกับการกระทำของแต่ละบุคคลๆ เท่านั้น ที่ตนได้เคยประสบพบเห็นมาแล้วในขณะที่กระทำกุศลกรรม อกุศลกรรม และเมื่อจำแนกกุศลกรรม อกุศลกรรม โดยอุปัลัทธกรรมนิमितและอุปกรณกรรมนิमितแล้ว พึงเห็นตัวอย่างดังต่อไปนี้

^๑ พระอนุรุทธาจารย์ . **อภิธรรมตถุสสงคฺคห.** (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญูญาณ, ๒๕๔๗) , หน้า ๓๔, พระสุมฺงคฺลสํมิตฺเถร. . **อภิธรรมตถุสทวิภาวินี .** (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญูญาณ, ๒๕๔๒) , หน้า ๒๖๓, พระสีลาจารย์เถร. **อภิธรรมตถุสสงคฺคหที่ปณี .** (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญูญาณ, ๒๕๔๗) , หน้า ๒๑๙-๒๒๐ .

สำหรับฝ่ายอุตสาหกรรมที่เกี่ยวกับ**งาน** จำแนกได้ดังนี้ คือ การเลี้ยงพระ การใส่บาตร การถวายผ้ากฐิน เครื่องไทยธรรม การสร้างสถานศึกษาตลอดจนสร้างวัด สร้างอาราม สร้างวิหาร อาหารคาวหวาน พระภิกษุสามเณรผู้เป็นปฏิคาหก จัดเป็นอุปถัมภ์กรรมนิमित ส่วนพระพุทธรูป ดอกไม้ ธูป เทียน ถ้วยชาม จาน ช้อน ชัน ถาด อาสนะ โต๊ะ เก้าอี้ อาคารสถานที่ศึกษา โบสถ์วิหาร ศาลา เครื่องดนตรี เขกที่รับเชิญมาในงาน เครื่องมือในการก่อสร้าง ช่างไม้ ช่างปูน ตลอดจนบุคคลที่มาช่วยเหลือในกิจการนี้ จัดเป็นอุปถัมภ์กรรมนิमित

สำหรับฝ่ายอุตสาหกรรมที่เกี่ยวกับ**ศิลปะ** จำแนกได้ดังนี้ คือ ภิกษุสามเณรผู้ให้ศิลปะ การกล่าวคำให้ศิลปะของผู้ให้ การเปล่งวาจารับศิลปะของตน ถ้าเป็นการบวชนาค อัฐบริวาร ภิกษุสงฆ์ โบสถ์ การสวดกรรมวาจา จัดเป็นอุปถัมภ์กรรมนิमित ส่วนเครื่องไทยธรรม เครื่องสักการะ ตลอดจนบุคคลและสถานที่ ถ้าเป็นการบวชนาค เครื่องใช้สอยที่นอกจากอัฐบริวาร ภาชนะใส่เครื่องไทยธรรม บุคคลที่มาร่วมอนุโมทนาในงาน การแห่เวียนรอบโบสถ์ แตรวงที่บรรเลงในงาน จัดเป็นอุปถัมภ์กรรมนิमित

สำหรับฝ่ายอุตสาหกรรมที่เกี่ยวกับ**ภavana** จำแนกได้ดังนี้ คือ ถ้าเรียนปริยัติ การศึกษาเล่าเรียนธรรม หนังสือธรรม การท่อง การสาธยายทบทวนสิ่งที่เรียนมาแล้ว ครูอาจารย์ผู้คอยบอก คอยอธิบาย ถ้าเจริญสมถกัมมัฏฐานต่างๆ มีกสิณเป็นต้น อิริยาบถนั่ง การบริการม อุคคหนิमित ปฏิภาคนนิमित อับปนา ครู อาจารย์ ถ้าเจริญวิปัสสนา รูป นาม อิริยาบถน้อยใหญ่ สถิติที่คอยกำหนดรู้ และครูอาจารย์ผู้คอยแนะนำพร่ำสอนปรับแต่งอินทรีย์ จัดเป็นอุปถัมภ์กรรมนิमित ถ้าเรียนปริยัติ อาคารเรียน ตัวนักศึกษา อุปกรณ์ต่างๆ ที่ใช้ประกอบการสอน ถ้าเจริญสมถะ บุคคล สถานที่และเรื่องอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับการเจริญสมถะ ถ้าเจริญวิปัสสนา สถานที่สัปปายะ อุปกรณ์เครื่องใช้ต่าง ๆ ตลอดจนผู้คนที่เกี่ยวข้องกับการเจริญวิปัสสนา จัดเป็นอุปถัมภ์กรรมนิमित

สำหรับในฝ่ายอุตสาหกรรมที่เกี่ยวกับ**ปาณาติบาต** จำแนกได้ดังนี้ คือ สัตว์ที่ถูกฆ่า ถูกตี กิริยาอาการ และความโหดร้ายของตน จัดเป็นอุปถัมภ์กรรมนิमित สถานที่ อุปกรณ์เครื่องใช้ต่างๆ ที่เกี่ยวกับการฆ่าสัตว์ หนั่งเนื้อ และกระดุกสัตว์เป็นต้น จัดเป็นอุปถัมภ์กรรมนิमित

สำหรับในฝ่ายอุตสาหกรรมที่เกี่ยวกับ**ทินนาทาน** จำแนกได้ดังนี้ คือ วัตถุสิ่งของต่างๆ กิริยาอาการของตน ตลอดจนความละโมภะที่เกิดขึ้นในใจ จัดเป็นอุปถัมภ์กรรมนิमित ส่วนสถานที่ประกอบกรรม เครื่องใช้ทุกชนิด เช่น อาวุธที่ใช้ในการฆ่าสัตว์ จัดเป็นอุปถัมภ์กรรมนิमित

สำหรับในฝ่ายอุตสาหกรรมที่เกี่ยวกับ**กาเมสุมิจฉจาร** จำแนกได้ดังนี้ คือ บุคคลที่ตนร่วมประเวณี กิริยาอาการที่แสดงออก รวมทั้งตนเอง จัดเป็นอุปถัมภ์กรรมนิमित ส่วนสถานที่ การกล่าววาจาเกี่ยวพาราสีชักชวน ช่มชู้บังคับ ตลอดจนกระทั่งอุปกรณ์ที่ใช้ในการมีเพศสัมพันธ์เป็นต้น จัดเป็นอุปถัมภ์กรรมนิमित

สำหรับในฝ่ายอุตสาหกรรมที่เกี่ยวกับ**มุสาวาท** จำแนกได้ดังนี้ คือ คำพูดที่ไม่เป็นจริง และวัตถุที่มีใช้เรื่องจริง จัดเป็นอุปถัมภ์กรรมนิमित ส่วนผู้สดับรับฟังจัดเป็นอุปถัมภ์กรรมนิमित

สำหรับในฝ่ายอุตสาหกรรมที่เกี่ยวกับ**สุราเมรัย** จำแนกได้ดังนี้ คือ ตัวน้ำเมา อาหารมีนเมาสุรา จัดเป็นอุปถัมภ์กรรมนิमित ส่วนภาชนะบรรจุสุราเมรัย กับแก้ม บุคคลผู้ร่วมวงดื่ม สถานที่ตลอดจนเครื่องใช้ชนิดอื่นๆ จัดเป็นอุปถัมภ์กรรมนิमित

คตินิมิตหรือคตินิมิตอารมณ์

คตินิมิตหรือคตินิมิตอารมณ์ คือ อารมณ์ทั้ง ๖ ที่จักได้ประสบเห็นและเสวยในภพหน้าเป็นคตินิมิต และคตินิมิตนั้นก็ปรากฏได้ทางทวารทั้ง ๖ ดังนั้น ผู้ที่มีกุศลเจตนา หรืออกุศลเจตนาอย่างแรงกล้า ในขณะที่ทำความดีหรือความชั่ว ซึ่งเป็นตัวมัจจุณเจตนา ทั้งกรรมที่เป็นบริวารของกุศลหรืออกุศลเจตนาเหล่านี้ ล้วนมีกำลังแรงกล้าเหมือนกัน เช่น ในขณะที่บำเพ็ญความดีมีการบริจาคทาน สมาทานศีล หรือเจริญภาวนาอยู่นั้น ครัทธา วิริยะ สติ สมภาิ และปัญญา เป็นต้น ได้ปรากฏขึ้นอย่างชัดเจน หรือในขณะที่ประกอบทุจริตมีปาณาติบาต อทินนาทาน เป็นต้นอยู่นั้น ตณฺหา ทิฏฐิ มานะ โทสะ โมหะ อิสสา มัจฉริยะ เป็นต้น ได้ปรากฏขึ้นอย่างชัดเจน เพราะเหตุนี้ บุคคลเหล่านี้ ในเวลาใกล้ตาย คตินิมิตย่อมปรากฏขึ้น

อีกอย่างหนึ่งในเวลาที่บุคคลประกอบคุณงามความดีหรือประพฤติทุจริตประกอบมิจฉชีพนั้น ย่อมมีบุพพเจตนาและอปรเจตนาเกิดขึ้นติดต่อกันไปอย่างไม่สร้างซา ขยายความว่า ถ้าบุคคลจะทำกุศลก็คิดนึกไปในการทำงานของกุศลนั้นๆ สำเร็จเห็นเป็นภาพมีกิริยาอาการที่เกี่ยวกับการกระทำ การพูดของตนและคนอื่นตลอดจนถึงวัตถุสิ่งของต่างๆ เกี่ยวกับการให้ทาน รักษาศีล และเจริญภาวนาว่า จะต้องเป็นไปอย่างนี้ๆ ครั้นทำสำเร็จแล้วก็ยังมาหวนคิดถึงงานต่างๆ เหล่านี้อีก แล้วก็ยังชื่นชมยินดี เห็นเป็นภาพปรากฏอยู่ในใจอย่างมีรูปลักษณ์ได้เลย ถ้าจะทำอกุศลกรรมก็เช่นกัน คือก่อนที่จะไปปล้นสะดม หลอกหลวง ฉ้อโกง ในการทำงานต่างๆ นั้น บุคคลประเภทนี้ คิดนึกวางแผนการที่เกี่ยวกับการงานนั้นๆ สำเร็จเห็นเป็นภาพว่าจะต้องทำอย่างนี้ๆ ครั้นการงานนั้นสำเร็จลงแล้ว ก็ยังเฝ้าครุ่นคิดถึงงานนั้นๆ ด้วยลีลาการกล่าวด้วยวาจาของตนและคนอื่นๆ ตลอดจนวัตถุสิ่งของที่ประกอบในการทำงานนั้นๆ ด้วยความภาคภูมิใจ เห็นเป็นมโนภาพปรากฏอยู่โดยไม่เลือนหายไป ดังนั้น ความเป็นไปแห่งบุพพเจตนาและอปรเจตนาทั้งสองดังกล่าวมาแล้วนี้ ในเวลาใกล้จะตาย คตินิมิตจึงมีโอกาปรากฏได้เช่นกัน อีกประการหนึ่ง ในด้านกุศลกรรมนั้น ก่อนที่จะกระทำ หรือหลังจากทำแล้ว บางคนชอบจินตนาการคิดนึกไปถึงบุญสมบัติและสวรรค์สมบัติต่างๆ นานัปการ บุคคลประเภทนี้เมื่อใกล้จะตาย คตินิมิตจึงมีโอกาปรากฏได้เหมือนกัน

คตินิมิตนี้ ท่านพระอนุรุธาจารย์เป็นต้น ได้แสดงไว้ ๒ อย่าง^๑ คือ

๑. อุปลักคคตินิมิต คืออารมณ์ ๖ ของภพชาติที่ตนจะพึงเห็น

๒. อุปโลคคตินิมิต คืออารมณ์ ๖ ของภพชาติที่ตนจะพึงได้เสวย

เมื่อจำแนกอารมณ์ ๖ โดยอุปลักคคตินิมิตและอุปโลคคตินิมิตแล้ว พึงเห็นอุททาพรรณดังต่อไปนี้

สำหรับ**พรหมคติกะ** บุคคลผู้จะไปเกิดในพรหมโลกนั้น ไม่มีคตินิมิตทั้ง ๒ ที่กล่าวมา จะมีก็เพียงแต่บัญญัติกรรมนิมิต หรือมหัคคตกรรมนิมิตเท่านั้น

สำหรับ**เทวดคติกะ** บุคคลผู้จะไปเกิดในเทวภูมินั้น จะเห็นราชาธ วิมาน เทพบุตร เทพธิดา เครื่องประดับ สวรรค์ สระโบกขรณีสวรรค์ นี้จัดเป็นอุปลักคคตินิมิต ส่วนถ้ารู้สึกว่าตนเองไปนั่งอยู่ในราช

^๑ สงฺคท. (บาลี) -/๑๐/๓๔ .

รถ กำลังเที่ยวไปในสวนสวรรค์ หรือสถานที่ต่างๆ มีความสดชื่นเบิกบานใจ มีโอกาสบริโภคสุชาโภชนาร่วมกับ เทพบุตร และเทพธิดา สวมใส่ทิพย์อาภรณ์ นี่จัดเป็นอุปโลกคตินิमित

สำหรับ**มนุषยคติ** บุคคลผู้จะไปเกิดในมนุษยโลก จะเห็นครุฑมารดา ห้อง เรือน เครื่องใช้ บ้าน เมือง ตำบล หมู่บ้าน ตลอดจนผู้คน นี่จัดเป็นอุปโลกคตินิमित ส่วนถ้ารู้สึกว่าการกำลังเดินไปในที่นั้นๆ หรืออยู่ใน สถานที่นั้นๆ กำลังสนทนาปราศรัยกับผู้คน ประกอบการงานอย่างใดอย่างหนึ่งอยู่ หรือมีความรู้สึกคล้ายๆ กับว่า ตนได้ถือปฏิสนธิอยู่ในครุฑมารดา นี่จัดเป็นอุปโลกคตินิमित

สำหรับ**ดิรัจฉานคติ** บุคคลผู้จะไปเกิดในดิรัจฉานกำเนิด เห็นสัตว์ต่างๆ มีสุนัข นก ปลา วัว กระบือ เป็นต้น สถานที่อันเป็นที่อยู่อาศัยของสัตว์ดิรัจฉานมีต้นไม้ ป่า เขา เป็นต้น นี่จัดเป็นอุปโลกคตินิमित ส่วนถ้ารู้สึกว่าการกำลังเป็นสัตว์ดิรัจฉานชนิดใดชนิดหนึ่งหรือกำลังเล่นอยู่กับสัตว์เหล่านั้นเป็นต้น นี่จัดเป็น อุปโลกคตินิमित

สำหรับ**เปตอสุรกายคติ** บุคคลผู้จะไปเกิดเป็นเปรตหรืออสุรกาย จะเห็นแนวไฟที่รกชัฏ หุบเหว อันก้นดาร์ ทะเลที่เว้งว้าง แม่น้ำที่มีกระแสเชี่ยวกราก แนวเขาที่สูงบะเยือกเย็นวังเวงเป็นที่หวาดสยอง เปรตชนิด ต่างๆ อสุรกายชนิดต่างๆ นี่จัดเป็นอุปโลกคตินิमित ส่วนถ้ารู้สึกว่าการกำลังเดินไป หรืออยู่ในสถานที่ต่างๆ ดังกล่าวมานั้น ร่างกายของตนปรากฏเป็นสิ่งที่น่าเกลียด น่าขยะแขยง น่าสะพรึงกลัว กำลังแสวงหาน้ำดื่ม กำลัง แสวงหาอาหารบริโภคหรือกำลังอดอยากหิวโหยสุดประมาณเจียนจะขาดใจเสียให้ได้ นี่จัดเป็นอุปโลกคตินิमित

สำหรับ**นिरยคติ** บุคคลผู้จะไปเกิดในนिरยมุมิ จะเห็นเครื่องประหาร เครื่องลงทัณฑ์ สุนัขเขี้ยวเหล็ก กปากเหล็ก แร้งปากเหล็ก ล้วนกำลังข่มขู่จู่โจมเข้าทำร้าย แสดงอาการอันน่าสะพรึงกลัว พระยายมราช นายนिरย บาล สัตว์นรกชนิดต่างๆ ตลอดจนสถานที่ลงทัณฑ์ นี่จัดเป็นอุปโลกคตินิमित ส่วนถ้ารู้สึกว่าการ กำลังถูกจุด กระชากอย่างรุนแรงถูกทุบตี ถูกสัตว์นรกขบกัดจิกตี ถูกจองจำด้วยเครื่องพันธนาการต่างๆ ท่องเที่ยวไปใน สถานที่ที่มีสัตว์ถูกจองจำ แสดงสีหน้าแวตาบ่งบอกถึงความหวาดกลัวอย่างสุดขีดกำลังถูกสอบสวนเรื่องการทำ บาปกรรม ตามร่างกายเกิดความเจ็บปวดอย่างรุนแรง เหมือนถูกเผาด้วยเปลวไฟอันร้อนแรง ประหนึ่งจะหลอม ละลายเรือนร่างให้กลายเป็นเถ้าธุลีไปในพริบตา ถูกคมอาวุธทำร้ายอย่างโหดเหี้ยมเป็นต้น นี่จัดเป็นอุปโลกคติ นิमित

สัตว์ทั้งหลายเมื่อใกล้จะตาย อารมณ์ ๖ ที่เป็นกรรม กรรมนิमित หรือคตินิमितย่อมปรากฏเป็นอารมณ์ ด้วยอำนาจแห่งกรรมเก่า แล้วจึงตายลง และอารมณ์ ๖ นี้เองจะเป็นอารมณ์ของปฏิสนธิจิต ภวังคจิตและจุติจิตใน ภพต่อไป

ส่วนในหนังสือวิมุตติมรรคนอกจากจะกล่าวเรื่องกรรม กรรมนิमित คตินิमितแล้วยังกล่าวถึงคติไว้ ด้วย^๑ ซึ่งคำอธิบายเหล่านั้นพอสรุปได้ว่า กรรมคือความดีและความชั่วที่บุคคลทำไว้หนักบ้างเบาบ้างมากบ้างน้อย

^๑ คณาจารย์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **วิมุตติมรรค. (พระอุปติสเถระ วจนา).** แปลจากฉบับภาษาอังกฤษ ของพระเอฮารา พระโสมเถระและพระเขมินทเถระ. (กรุงเทพฯ : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๒๔๑-๒๔๒.

บ้าง กรรมนิมิต คือสิ่งที่ปรากฏเป็นวิบากตรงกับกรรมที่ทำไว้แล้ว คติ คือสุดคติเกิดเพราะอาศัยปัจจัยแห่งบุญ และทุกคติเกิดเพราะอาศัยปัจจัยแห่งบาป คตินิमित คือในขณะที่เข้าไปสู่กรรม อารมณ ๓ อย่างจะรวมตัวกันทำให้เกิดใหม่ การเกิดใหม่อาศัยที่เกิด กล่าวคือ พระราชวัง บ้านเรือน ภูเขา ต้นไม้ หรือแม่น้ำ อันสมควรแก่คติ คตินิमितที่สมควรก็จะเกิด และบุคคลเมื่อฟังหรือหนึ่งหรือนอน บนเตียงเป็นที่ตายของเขากำหนดนิมิตนั้น ภายหลังจิตที่เป็นชวณะเสพกรรมในอดีต หรือว่ากรรมนิमित คติหรือว่าคตินิमितสิ้นสุดลง จิตดวงสุดท้ายเกิดขึ้นทันทีโดยมิขาดตอน จิตเพียงแต่กรรมหรือว่ากรรมนิमित คติหรือคตินิमितเท่านั้นจะกลับกลายมาเป็นอารมณของปฏิสนธิวิญญานซึ่งเปรียบเหมือนการต่อตะเกียงจากตะเกียงหรือเปรียบเหมือนไฟที่ลูกใหม่อาศัยมาจากเปลวไฟ ฉะนั้น

นอกจากนี้ยังกล่าวถึงกรรมและกรรมนิमितไว้ โดยยกตัวอย่างคนฆ่าโค^๑ แล้วตากเนื้อแห้งขายเนื้อเลี้ยงชีวิตอยู่หลายปี ด้วยเหตุนี้ เขาเมื่อตายแล้ว ก็ไปเกิดในนรก และเวลาใกล้จะตายจากนรกนั้น ภาพชิ้นเนื้อมาปรากฏให้เห็น ฉะนั้น แล้วไปเกิดเป็นเปรตขึ้นเนื้อ ทั้งยังกล่าวถึงคตินิमित^๒ ไว้อีกหลายแห่งเช่น เมื่อคราวพระฉันทะไม่สบาย แล้วก็ใช้มีดเชือดคอของตน ในขณะที่ตนเอง ภัยคือความตายมาเยือน คตินิमितมาปรากฏให้เห็น พระฉันทะจึงรู้ว่าตนเองเป็นปุถุชน สลดใจ เริ่มตั้งวิปัสสนา กำหนดสังขาร บรรลุอรหัตตผล เป็นสมณีสีลชีนาสพแล้วปริณิพพาน อีกแห่งหนึ่ง กล่าวถึงความปรากฏแห่งกรรมนิमित^๓ ไว้ว่า ชายคนหนึ่ง โคปกีสวลี ให้สร้างเจดีย์ไว้ที่ศาลปฏิญญิกวิหาร เมื่อเขานอนบนเตียงที่จะตาย ภาพเจดีย์มาปรากฏให้เห็น เขานั้นให้จิตจัดภาพเจดีย์ให้เป็นอารมณพิจารณาอยู่ตลอดเวลาจนขาดสิ้นลมหายใจ แล้วไปเกิดในเทวโลก

สำหรับคตินิमित^๔ นั้น ในที่จะไปเกิดนั้น จะมีบางอย่างปรากฏให้เห็น หากจะไปเกิดในนรก จะปรากฏให้เห็นเป็นเช่นกับหม้อเหล็กขนาดใหญ่ หากจะไปเกิดเป็นมนุษย์ จะปรากฏให้เห็นเป็นเช่นห้องของหญิง ผ่ากัมพลหรือยานพาหนะ หากจะไปเกิดในเทวโลก จะปรากฏให้เห็นเป็นเช่นกับต้นกัลปพฤกษ์ วิมาน เป็นต้น

อนึ่ง สำหรับคนที่ตายอย่างกะทันหัน โดยที่ไม่ได้มีมรณสันนกาล ไม่ได้รู้ตัวมาก่อน จึงไม่มีเวลาเตรียมตัว เตรียมใจไว้ก่อน เช่น ถูกฆ่าตาย ถูกรถชนตาย จะมีมรณสันนวิถิ คือวิถิจิตเมื่อใกล้จะตายที่รับอารมณครั้งสุดท้ายอย่างใดอย่างหนึ่งมาปรากฏ ดังตัวอย่างเรื่องปีติวิมานวัตฤ^๕ เล่ากันมาว่า เมื่อพระผู้มีพระภาคเสด็จดับขันธปริณิพพาน พระเจ้าอชาตศัตรูนำพระบรมสารีริกธาตุที่พระองค์ได้รับส่วนแบ่ง มาสร้างพระสถูปและทำการฉลอง อุบาสิกาชาวราชคฤห์คนหนึ่ง ปฏิบัติกิจของร่างกายแต่เข้าตรูคิดว่า จักบูชาพระศาสดาถือดอกบวบชม ๔ ดอกตามที่ได้มา มีศรัทธาเกิดฉันทะอุตสาหะขึ้นในใจอย่างฉับพลัน มิได้คำนึงถึงอันตราย ในหนทาง เดินมุ่งหน้าไปสู่ยังพระสถูป ขณะนั้น โคแม่ลูกอ่อนวิ่งสวนทางมาอย่างรวดเร็ว ชีวิตอุบาสิกานั้นให้สิ้นชีวิต

^๑ ดูประกอบ มิลิน.-/๖/๕๐ .

^๒ ส.น.อ. (บาลี) ๒/๒๐๒-๒๐๓/๒๔๑ .

^๓ ส.สพ. อ. (บาลี) ๓/๘๗/๒๑-๒๒ .

^๔ อภิ.วิ.อ. (บาลี) -/๒๒๗/๑๖๘ .

^๕ อภิ.วิ.อ. (บาลี) -/๒๒๗/๑๖๘-๑๖๙ .

^๖ ขุ.วิ.อ. (บาลี) ๑/๗๕๕-๘๐๗/๒๒๙-๒๓๓ .

นางตายในขณะนั้น แล้วบังเกิดในสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ หรืออีกเรื่องหนึ่ง คือเรื่องมัทนทุกวิมานวัตถุ^๑ เล่ากันมาว่า พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ริมฝั่งสระโบกขรณี ชื่อคัคครานนครจัมปา เวลายืนเมื่อบริษัททั้ง ๔ ประชุมกัน เสด็จออกจากพระคันธกุฎีอันหอมตลบ เสด็จข้ามฉนวนปราสาทประชุมฝั่งธรรมริมฝั่งสระโบกขรณี ทรงเริ่มแสดงธรรมด้วยพระพุทธรูป ในขณะนั้นกบตัวหนึ่งมาแต่สระโบกขรณีจึงนอนถือนิมิตในพระสุระเสียงด้วยธรรมสัญญาว่านี่เรียกว่าธรรม อยู่ท้ายบริษัท ขณะนั้นคนเลี้ยงลูกโคคนหนึ่งมาอยู่ที่นั่นเห็นพระศาสดากำลังทรงแสดงธรรม และบริษัทกำลังฟังธรรมอย่างสงบเสวยสงบใจไปในเรื่องนั้น ยืนถือไม้ (สำหรับต้อนโค) ไม่ทันเห็นกบจึงได้ยื่นปีกไม้บนหัวกบเข้า กบมีจิตเลื่อมใสด้วยธรรมสัญญา ตายในขณะนั้นเอง ไปบังเกิดในวิมานทอง ๑๒ โยชน์ ในสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ เป็นเหมือนหลับแล้วตื่นขึ้น

จากเรื่องเหล่านี้ เราพอจะทราบได้แล้วว่า แม้จะตายอย่างกะทันหันโดยวิธีใดก็ตาม ก่อนจะตาย จิตของเขาเป็นอย่างไร ตายด้วยจิตอะไรกำลังคิดอะไรอยู่ คิดในทางกุศลหรืออกุศล ถ้าคิดในทางกุศลจิตก็เบิกบานมีความปีติโสมนัส จิตไม่เศร้าหมอง อารมณ์ครั้งสุดท้ายก่อนตายอยู่ตรงหน้า เป็นมรณาสันหวิถิ ก็ไปสู่สุคติ แต่ถ้าคิดในทางอกุศล คิดชั่ว คิดในบาป จิตไม่เบิกบานจะเศร้าหมอง ตายแล้วก็ไปสู่ทุคติอย่างที่เคยได้ข่าว รถมของคณะผู้ไปทำบุญทอดกฐินบ้าง ทอดผ้าป่าบ้าง รถทัศนจรนำเที่ยวบ้าง ได้รับอุบัติเหตุมีคนตายกันหลายคน คนที่ตายเหล่านั้น เขาไปทำบุญสร้างกุศล ถ้าจิตของเขาก่อนตายคิดแต่เรื่องบุญกุศลอยู่ จิตก็เบิกบานไม่เศร้าหมอง ตายแล้ว เขาก็ไปสู่สุคติ แต่ถ้าจิตของเขา กำลังคิดในเรื่องบาปอกุศล หรือกำลังตีเมสสุรากัน จิตก็เศร้าหมองตายแล้ว เขาก็ไปสู่ทุคติแน่นอน^๒ นอกจากนี้บางเรื่องแม้ในคัมภีร์จะไม่ได้กล่าวไว้ว่าเขาเหล่านั้นไปเกิดในที่นี้ แต่ก็พออนุมานได้ว่า หากทำความชั่วไว้ก่อนตาย คงจะต้องไปเกิดในทุคติภูมิแน่นอน ดังเรื่องพระเจ้าวิฑูทกะพร้อมกับบริวาร เล่ากันมาว่า **เรื่องพระเจ้าวิฑูทกะ** มีเรื่องเล่าไว้ว่า เมื่อวิฑูททราชากุมาร ได้เป็นกษัตริย์ปกครองบ้านเมืองแล้ว ก็คิดคำนึงถึงรอยแค้นที่ถูกข่มขู่ตีตีศรีของพวกเจ้าศากยะ เมื่อได้โอกาสก็ยกทัพมาเพื่อชำระแค้นต่อพวกเจ้าศากยะ แม้ถูกพระพุทธเจ้าเสด็จมาขวางไว้ถึง ๓ ครั้งก็ตาม แต่ในครั้งที่ ๔ เมื่อพระพุทธเจ้าไม่ได้ทรงเสด็จมา พระเจ้าวิฑูทกะก็นำกองทัพเข้าประหารชีวิตต่อพวกเจ้าศากยะเกือบสิ้นสูญ ยกเว้นคนที่อยู่ในสำนักพระเจ้านามมะผู้เป็นลุงเท่านั้น เมื่อชำระแค้นเสร็จแล้ว ก็เดินทางกลับแล้วพักแรมอยู่ที่ริมฝั่งแม่น้ำอจิรวดี ในคืนนั้นเองคนที่บริวารของพระเจ้าวิฑูทกะบางพวกนอนบนฝั่ง บางพวกนอนริมหาดทราย คนเหล่านั้นพวกที่ไม่ได้ทำบาปก็มี ผู้ทำบาปก็มี คนที่ไม่ได้ทำกรรม ก็มีกรรมนิมิตปรากฏ มีมดดำมดแดงรบกวน ดลจิตให้ขึ้นมานอนบนฝั่ง ส่วนคนที่ทำบาป ก็มีกรรมนิมิตปรากฏ แม่นอนอยู่บนฝั่ง ก็มีมดดำมดแดงรบกวน ดลจิตให้ลงไปนอนริมฝั่ง ในเวลาตีกลางคืน เกิดน้ำหลากพัดพาพระเจ้าวิฑูทกะพร้อมกับบริวารที่ได้ทำกรรมชั่วไปตามกระแสน้ำตายเป็นจำนวนมาก^๓ จากเรื่องนี้ทำให้เห็นว่า คนที่ทำกรรมร่วมกัน เมื่อเวลา

^๑ ชุ.วิ.อ. (บาลี) ๑/๘๕๗-๘๖๐/๒๕๐-๒๕๓ .

^๒ พ.ต.อ.ประยูร ดิษฐานพวงศ์. **ความตายของมนุษย์ตายแล้วไปไหน** . (กรุงเทพฯพหุพจนานุกรม : ศักดิ์ชัยการพิมพ์ , ๒๕๔๖) , หน้า ๕๖-๕๗ .

^๓ ชุ.วิ.อ.(บาลี) ๓/-/๑๙-๒๓.

จะตายก็มาตายร่วมกันไม่แยกจากกัน แม้จะอยู่ต่างถิ่นต่างแคว้นก็ยังให้ตายรวมกันได้ เรื่องราวที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ ก็คือกรรมอารมณ์ กรรมนิมิตอารมณ์ และคตินิมิตอารมณ์ ซึ่งอารมณ์ทั้ง ๓ นี้แหละชื่อว่าอารมณ์สุดท้ายของผู้ใกล้ตาย

๒.๕. ตัวอย่างวิถีจิตใกล้ตายของบุคคลต่างๆ

ในการที่จะอธิบายถึงวิถีจิตใกล้ตายนั้น หากไม่ได้ยกตัวบุคคลมาประกอบ ก็จะทำให้ยากแก่การเข้าใจ ดังนั้น คณะผู้วิจัย เห็นสมควรยกตัวอย่างบุคคลที่จะไปเกิดในภพภูมินั้นๆ มาอธิบายดังต่อไปนี้

๒.๕.๑ วิถีจิตใกล้ตายของบุคคลผู้จักถือปฏิสนธิในอบายภูมิ

วิถีจิตใกล้ตายของบุคคลผู้จักถือปฏิสนธิในอบายภูมิ มีตัวอย่างที่กล่าวไว้ในคัมภีร์อย่างมากมาย แต่คณะผู้วิจัยจะขอนำตัวอย่างของบุคคลผู้จักถือปฏิสนธิในอบายภูมิ ซึ่งได้แก่ นรก เปรต อสุรกาย และสัตว์ดิรัจฉาน โดยจะยกตัวอย่างประกอบดังนี้

๑. สำหรับบุคคลที่ไปเกิดในนรก มีเรื่องนายจุนทสุกริกเป็นตัวอย่าง ซึ่งมีเนื้อหาดังนี้ คือ ณ ภายในกรุงราชคฤห์ อันเป็นนครหลวงแห่งแคว้นมคธ นายจุนทสุกริก มีอาชีพเลี้ยงหมูโดยไปซื้อหมูจากชาวบ้านมาเลี้ยงจนเติบโตแล้วนำมาเนื้อไปขายเลี้ยงดูลูกเมียเป็นเวลา ๕๕ ปี ตลอดระยะเวลาที่มีชีวิตอยู่ เขาไม่เคยทำบุญกุศลเลย แม้ว่าพระพุทธเจ้าจะประทับอยู่ในวิหารใกล้ ๆ ก็ตาม ความคิดที่จะนำดอกไม้สักกำหนึ่งไปบูชาแด่พระพุทธองค์ หรือจะถวายภัตตาหารแด่พระพุทธองค์ก็ไม่เคยเกิดขึ้นในดวงจิตของเขาเลย ในบั้นปลายแห่งชีวิต เขาป่วยหนักได้รับความทุกข์ มีความเร่าร้อนในร่างกายเหมือนไฟในนรกเผาผลาญ มีกรรมนิมิต เช่น หมูที่ถูกฆ่า ถูกน้ำร้อนลวก ปรากฏได้เที่ยวร้องเหมือนหมูไปทั่วบ้าน คนในบ้านจึงช่วยกันจับมัดเขาอย่างแน่นหนาแล้วอุดปากมิให้ร้องกลัวเสียงจะดังออกไปข้างนอก ถึงกระนั้น ก็ยังมีเสียงดังออกไปให้คนภายนอกได้ยิน เพราะอำนาจแห่งกรรมของเขาจนพวกคนในบ้านต้องปิดประตูอย่างแน่นหนาแล้วจับเขาขังไว้ในบ้าน เขาเที่ยวร้องอยู่อย่างนั้น จนคนบ้านใกล้เรือนเคียงไม่ได้หลับนอนกัน แม้คนที่เดินผ่านไปมาเมื่อได้ยินเสียงนั้นก็นึกว่าเขาฆ่าหมูกัน เขาได้รับความทุกข์ทรมาน มีดวงจิตเศร้าหมองเพราะกรรมที่เคยทำไว้มาปรากฏให้เห็น ทั้งได้รับความเร่าร้อนเหมือนถูกไฟในนรกเผาผลาญ เป็นเวลา ๗ วัน ในวันที่ ๘ ก็ตายแล้วไปเกิดในอเวจีมหานรก^๑ และควรดูประกอบเรื่องเพิ่มเติมได้ในเรื่องมัลลิกาเทวีผู้ทำความดีไว้มาก แต่ตอนจะตายระลึกถึงแต่บาปกรรม มิได้ระลึกถึงบุญกุศลตายแล้วไปเกิดในนรก ๗ วัน^๒ ก็บอกเรื่องหนึ่งคือเรื่องพระเวททัต^๓ แม้พระเวททัตจะทำความดีไว้มากมาย เช่น ทำร้ายพระพุทธเจ้าจนห้อพระโลหิต ทำล้างมณฑล แต่ตอนใกล้จะมรณภาพ แม้ป่วยหนัก ก็มีจิตเป็นกุศลคิดว่า จักถวายอภิชาติพระศาสนา ขณะนั้นพักเหนื่อยอยู่ใกล้วัดเชตวัน ณ สระโบกขรณี ถูกแผ่นดินสูบ เมื่อแผ่นดินสูบถึงคางแล้ว ก็ได้

^๑ ชุ.ธ.อ. (บาลี) ๑/-/๙๖-๙๘.

^๒ ชุ.ธ.อ. (บาลี) ๒/๑๕๑/๘๙-๙๑.

^๓ ชุ.ธ.อ. (บาลี) ๑/๑๗/๑๑๐๗-๑๑๓, ชุ.ธิตี.อ. (บาลี) ๑/๑๘/๗๖-๗๗.

ถวายกระดุกคางพระพุทธรูปแล้วไปเกิดในอเวจีนรก แต่เพราะบุญกรรมที่ได้ถวายกระดุกคางในครั้งนั้น ทำให้ได้รับการพยากรณ์จากพระพุทธรูป พระเทวทัตรูปนี้จักได้เป็นพระปัจเจกพุทธเจ้าชื่ออัญญิสสระในอนาคตอีกหนึ่งแสนกัปนับจากนี้ไป

๒. สำหรับบุคคลที่เกิดเป็นเปรต จะขอยกตัวอย่างประกอบ ๓ เรื่องดังนี้

เรื่องที่ ๑ **เรื่องธนาปาลกเศรษฐี** เล่ากันมาว่า สมัยที่พระพุทธรูปของเรายังไม่เสด็จอุบัติขึ้น ณ นครเอรภักจะ ในปีฉนวนรัฐ มีเศรษฐีคนหนึ่งชื่อว่า ธนาปาลก เป็นผู้ไม่มีศรัทธาไม่มีความเลื่อมใส เป็นคนตระหนี่จัด ไม่ยอมใช้จ่ายอะไร ในตอนท้ายแห่งชีวิต เศรษฐีป่วยหนักแล้วได้ตายไปเกิดเป็นเปรตในกัณดารแห่งทะเลทราย เป็นเพราะความเป็นผู้ไม่เคยมีความคิดที่จะทำอะไรแก่ใครๆ เปรตนั้นมีร่างกายขนาดเท่าต้นตาล มีผิวหนังหยาบปูดขึ้น มีผมยุ่งเหยิง น่าสะพรึงกลัว มีรูปพรรณน่าเกลียด มีรูปร่างซีเทา พิลึก ไม่ได้กินข้าวน้ำ มีคอริมฝีปากและลิ้นแห้งผาก ถูกความหิวกระหายครอบงำ เทียวงุ่นง่านไปมาอยู่อย่างนั้นเป็นเวลา ๕๕ ปี^๑

เรื่องที่ ๒ **เรื่องพ่อค้าคนหนึ่ง** เล่ากันมาว่า นานมาแล้ว ยังมีบุรุษคนหนึ่งเป็นพ่อค้าอยู่ในเมืองแห่งหนึ่ง อยู่มาวันหนึ่งบุรุษคนนี้ เดินทางออกจากเมือง เพื่อไปค้าขายในเมืองอื่นรวมกันกับเพื่อนชายอีกหลายคน ได้เงินมาเป็นจำนวน ๕๐๐ กหาปณะ เมื่อค้าขายได้กำไรพอกับความต้องการแล้วต่างก็พากันกลับมาเมืองของตน ในระหว่างที่เดินทางกลับมา ได้บังเอิญไปพบกับโจรพวกหนึ่ง บรรดาเพื่อนชายที่ไปด้วยกันนั้น ต่างก็พากันหลบหนีพวกโจรและนำเงินติดตัวไปด้วย ส่วนบุรุษผู้นี้เมื่อพบโจร เขาได้เอาเงิน ๕๐๐ กหาปณะ ที่มีกำไรมาจากการค้านั้นทิ้งเสียในที่รกแห่งหนึ่งแล้วตนเองก็หลบหนีพวกโจรไปซุ่มตัวอยู่ในบริเวณใกล้ ๆ กันกับที่ที่ทิ้งเงินไว้ ฝ่ายพวกโจรเมื่อมาถึงที่ที่บุรุษหลายคนเดินทางผ่านมาแล้วหนีไปก็ช่วยกันค้นหาเงินในสถานที่นั้นทั่ว ๆ ไป เพราะเข้าใจว่า บรรดาบุรุษทั้งหลายที่หนีไปแล้วหลาย ๆ คน คงทิ้งเงินไว้ แต่ก็หาไม่พบ เมื่อกำลังค้นหาอยู่นั้น ได้พบบุรุษผู้นั้นเข้า จึงพากันจับตัวลากออกมาขู่ข่มขู่ให้เขามอบเงินให้ และให้บอกที่ทิ้งเงิน แต่ชายหนุ่มไม่ยอมบอก พวกโจรจึงพากันรุมทุบตีชายหนุ่มผู้นั้นจนถึงแก่ความตาย เมื่อชายหนุ่มผู้นั้นถูกพวกโจรทุบตีจนถึงตาย ด้วยอำนาจจิตใจที่ฝึกฝนหว่านเงิน ๕๐๐ กหาปณะที่เขาได้ทิ้งไว้ จึงได้ไปเกิดเป็นเปรตเผ่าหรัพย์อยู่ตรงสถานที่ที่ทิ้งเงินนั่นเอง^๒

เรื่องที่ ๓ **เรื่องหญิงดาสามี** เล่ากันมาว่า ในหมู่บ้านตำบลหนึ่ง ไม่ไกลจากกรุงสวตถียังมีอุบาสกคนหนึ่ง ชื่อว่านนทิสเสน เป็นผู้ไม่มีศรัทธา มีความเลื่อมใส ส่วนภริยาของเขา ชื่อว่านนทา ไม่มีศรัทธา ไม่มีความเลื่อมใสเป็นคนตระหนี่ ดุร้าย กล่าววาจาหยาบคาย ไม่เคารพยำเกรงสามีตำบิราษแม่ฟัวอยู่เป็นประจำ ครั้นอยู่ต่อมา นางนนทาเมื่อตายแล้วไปบังเกิดในกำเนิดเปรต แสดงตนในที่ที่ไม่ไกลหมู่บ้านนั้นนั่นเอง^๓

^๑ ชุ.เปต.อ.(บาลี) ๑/-/๑๐๘ .

^๒ ชุ.เปต.อ.(บาลี) ๑/๗๕๕/๒๕๔ .

^๓ ชุ.เปต.อ.(บาลี) ๑/๑๖๘-๑๖๙/๓๗ .

๓. **สำหรับบุคคลที่เกิดเป็นสัตว์ดิรัจฉาน** จะขอยกตัวอย่างประกอบ ๒ เรื่องดังนี้

เรื่องที่ ๑ **เรื่องนายโกตุหลิเก** เล่ากันมาว่า สมัยหนึ่ง เมื่อเกิดทุกข์ภัยขึ้นในแคว้นอัลลัปปะ นายโกตุหลิเกและภรรยาจึงพากันเดินทางไปยังกรุงโกลัมพี เพื่อความอยู่รอด ได้ไปที่บ้านคนเลี้ยงโคคนหนึ่งในวันนั้นในบ้านนั้นมีการทำขวัญแม่โคนม เจ้าของบ้านได้นิมนต์พระปัจเจกพุทธเจ้าองค์หนึ่งมาฉันในงานมงคลนั้น หลังจากงานมงคลเสร็จแล้ว เจ้าของบ้านเห็นนายโกตุหลิเกและภรรยาจึงสอบถามความเป็นมา เมื่อได้ฟังเรื่องราวที่คนทั้งสองเล่าให้ฟังแล้วก็มีใจอ่อนโยน จึงกระทำความสงเคราะห์ต่อสามีภรรยาคุณั้น ได้สั่งบริวารให้ฆ่าปายาสกับเนยใสเป็นอันมาก ภรรยาพูดกับสามีว่า พี่จำเมื่อพี่ยังมีชีวิตอยู่ ฉันก็ชื่อว่ามีชีวิตอยู่ พี่ต้องพร่องมานานจงบริโภคตามความต้องการเถิด แล้วจึงวางข้าวปายาสไว้เบื้องหน้าของเธอ พร้อมกับเนยใส ตนเองบริโภคเนยใสเหลวแต่น้อยหนึ่งเท่านั้น พอได้ฟังภรรยาพูดเช่นนั้น นายโกตุหลิเกจึงได้บริโภค แต่บริโภคมากไป ตัดความอยากในรสอาหารไม่ได้ เพราะตนหิวมาตั้ง ๗-๘ วัน เจ้าของบ้านนั้นครั้งได้สั่งบริวารให้ฆ่าปายาสแก่สองสามีภรรยาแล้ว ตนเองจึงเริ่มจะรับประทานอาหาร นายโกตุหลิเกนั่งแลดูอยู่ เห็นเขาให้ข้าวปายาสแก่นางสุนัขซึ่งนอนอยู่ใต้ตั่งแล้วคิดว่า นางสุนัขตัวนี้ ช่างมีบุญจริง ได้โภชนะเห็นปานนี้เป็นประจำ จึงคิดต่อไปว่า ถ้าเราไปได้เกิดเป็นลูกของสุนัขตัวนี้ก็คงจะดีเป็นแน่ ดังนี้ ในตอนกลางคืน นายโกตุหลิเกไม่สามารถจะให้ข้าวปายาสนั้นย่อยได้ เมื่อจวนจะตาย จิตได้นึกถึงนางสุนัขได้กินอาหารอย่างดีเมื่อเย็นนี้ พอตายลงแล้ว จึงได้ไปเกิดในท้องของนางสุนัขตัวนั้นนั่นเอง^๑

เรื่องที่ ๒ **เรื่องเศรษฐีตระหนี่** เล่ากันมาว่า ณ กรุงพาราณสี มีเศรษฐีคนหนึ่งมีทรัพย์ ๔๐ โกฎิเศรษฐีผู้นี้ได้นำเงินทั้ง ๔๐ โกฎินั้นไปฝังไว้ ณ ที่ใต้ดินแห่งหนึ่งบริเวณริมฝั่งแม่น้ำคงคา ต่อมาเศรษฐีผู้นี้ป่วยหนัก ในขณะที่ป่วยหนักอยู่บนเตียงนอนนั้น มีความวิตกกังวลหวั่นโยคิดถึงสมบัติของตนที่ฝังไว้ ครั้นตายแล้วจึงได้ไปเกิดเป็นงูอยู่บนปากหลุมที่ตนได้ฝังทรัพย์นั่นเอง^๒ และควรดูเรื่องอื่นๆ ประกอบอีก เช่นเรื่องเอรภัตตนาคราช^๓ ซึ่งเป็นภิกษุรูปหนึ่งผู้เคยเด็ดใบตะไคร้หน้าเล่น แต่ไม่แสดงอาบัติเพราะเห็นว่าเป็นอาบัติเล็กน้อย ตอนใกล้มรณภาพ กลับนึกถึงกรรมเล็กน้อยนั้น เป็นเหตุให้ต้องไปเกิดเป็นเอรภัตตนาคราช

๔. **สำหรับบุคคลที่เกิดเป็นอสุรกาย** ไม่มีเรื่องกล่าวไว้โดยตรง เพียงแต่กล่าวไว้โดยอ้อมเท่านั้น ดังมีเรื่องปริพาชกชื่อว่าโกรักชัตติยะเป็นตัวอย่างดังนี้ คือ สมัยหนึ่ง พระพุทธเจ้าได้ทรงพยากรณ์แก่สุนัขชัตตะลิจนวิบุตร ผู้เป็นศิษย์ของปริพาชกชื่อโกรักชัตติยะนั้นไว้ว่า นับจากวันนี้ไปอีก ๗ วัน ปริพาชกชื่อว่าโกรักชัตติยะจะถึงความตายเพราะอาหารไม่ย่อยเป็นสาเหตุ จากนั้นก็จะไปเกิดเป็นอสุรกาย เมื่อสุนัขชัตตะได้ฟังพระดำรัสนั้นแล้วจึงไปบอกอาจารย์ของตน โกรักชัตติยะเมื่อได้ฟังแล้วก็ระมัดระวังตัวอย่างดีที่สุด แต่แล้วในวันที่ ๗ เขาก็ได้

^๑ ชุ.ธ.อ. (บาลี) ๑/-/๑๒๘-๑๓๓.

^๒ อง.เอกก.อ.(บาลี) ๑/๗๓/๑๑๗.

^๓ ชุ.ธ.อ. (บาลี) ๒/๑๘๒/๑๗๕-๑๗๙.

ตายเพราะอาหารไม่ย่อยแล้วไปเกิดในหม้อสุรชื้อกาลกัญชกา^๑ ผู้มีลำตัวสูงมาก มีเนื้อและเลือดน้อย มีตัวเหลือง ดูเจ็บไม่เหลือ มีตาดิบบนศีรษะคล้ายตาหู มีปากเท่ารูเข็มบนศีรษะ ก้มตัวลงกินอาหารด้วยปากเล็กๆ นั้น^๒

๒.๕.๒ วิถีจิตใกล้ตายของบุคคลผู้จักถือปฏิสนธิในสุคติภูมิ

วิถีจิตใกล้ตายของบุคคลผู้จักถือปฏิสนธิในสุคติภูมิ มีตัวอย่างที่กล่าวไว้ในคัมภีร์อย่างมากมาย แต่คณะผู้วิจัยจะขอแนะนำตัวอย่างของบุคคลผู้จักถือปฏิสนธิในสุคติภูมิ ซึ่งได้แก่โลกมนุษย์และสวรรค์ โดยจะยกตัวอย่างประกอบดังนี้

๑. สำหรับบุคคลที่ไปเกิดเป็นมนุษย์ จะยกตัวอย่างประกอบ ๓ เรื่องดังนี้

เรื่องที่ ๑ **เรื่องอานันทเศรษฐี** เล่ากันว่า ท่านอานันทเศรษฐี มีทรัพย์มาก มีความตระหนี่มาก เมื่อตายแล้วได้ไปเกิดในตระกูลขอทาน มีร่างกายไม่สมประกอบคล้ายปีศาจ วันหนึ่งเขาแวะไปยังบ้านสมัยที่ตนเกิดเป็นอานันทเศรษฐี จึงถูกคนในบ้านจับเหวี่ยงออกมา ในขณะนั้น พระพุทธเจ้าเสด็จไปยังที่นั่นพอดี จึงได้บอกกับลูกชายของเขาว่า คนผู้นี้คือ อานันทเศรษฐีผู้เป็นบิดาของท่านในชาติก่อน^๓

ส่วนเรื่องที่ ๒ **เรื่องธิดาชาวเมืองพาราณสี** เล่ากันว่า ธิดาคณชัตสน ชาวเมืองพาราณสีคนหนึ่ง ได้ขยาดินเหนียวทาฝาเรือน ครั้งนั้น พระปัจเจกพุทธเจ้าองค์หนึ่งเข้าไปสู่เมืองเพื่อขอดินเหนียวมาโบกฝากุฏิที่อยู่ของตนได้ยืนอยู่ ณ ที่ไม่ไกลจากหญิงนั้น นางโกรธแล้วถวายเป็นไม้อ้อใจ วางก้อนดินเหนียวก้อนใหญ่ลงในบาตรของท่าน เมื่อตายแล้วได้เกิดเป็นธิดาคณชัตสนเมื่อเข้าปากนัยน์ตาและจมูกชี้โพกพิศอกติ ฉะนั้นจึงชื่อว่าปัญญาปาปา แต่ด้วยผลแห่งการถวายดินเหนียวสรีระของนางได้ถึงพร้อมด้วยผัสสะ ใครสัมผัสเข้าก็ติดอกติดใจทุกคน^๔

ส่วนเรื่องที่ ๓ **เรื่องมหาพราหมณ์** เล่ากันว่า พราหมณ์คนหนึ่งชื่อว่ามหาเสนะ อยู่กรุงราชคฤห์ เป็นสหายรักกับวงศ์ตพราหมณ์ผู้เป็นบิดาของพระสารีบุตรเถระ เขามีฐานะยากจน มีสมบัติหมดสิ้นแล้ว พระสารีบุตรเถระไปยังบ้านพราหมณ์ผู้น้อยๆ เพื่ออนุเคราะห์ พราหมณ์เห็นพระเถระแล้ว เพราะไม่มีอะไรจะถวาย จึงแอบแล้ว แต่ก็กระสืออยู่เสมอว่า หากมีไทยธรรมเมื่อไร ตนจะถวายแก่พระสารีบุตรให้จงได้ อยู่มาวันหนึ่ง เขาไปทำหน้าที่สวดมนต์ ได้ข้าวปายาสเต็มถาดพร้อมกับผ้าสาฎก ๑ ผืน จึงน้อมระลึกถึงพระเถระในวันนั้นนั่นเอง พระสารีบุตรเถระได้ออกจากสมาบัติแล้ว ก็ไปยังบ้านของพราหมณ์ผู้นั้น แสดงตนยืนอยู่หน้าบ้าน เพราะเขาเห็นพระเถระแล้ว ก็มีจิตเลื่อมใสเป็นยิ่งนัก

เขานิมิตต์พระเถระให้นั่งภายในบ้านแล้ว ถวายข้าวปายาส แม้จะถูกพระเถระห้ามมิให้ถวายหมด เขามีเจตนามั่นคงถวายข้าวปายาสจนหมดถาด พระเถระนั่งฉันในบ้านนั่นเอง เมื่อพระเถระฉันเสร็จแล้ว เขาก็ถวาย

^๑ ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๗-๘/๘-๙.

^๒ ที.ปา.อ. (บาลี) ๑/๓/๕.

^๓ อัง. ฉก. (ไทย) ๒๒/๑๖/๔๓๖-๔๓๘, ชุ.ธ.อ. (บาลี) ๑/-/๓๔๘-๓๕๐.

^๔ อัง. ฉก. (ไทย) ๒๒/๑๖/๔๓๖-๔๓๘, มงคล. (บาลี) ๑/-/๖๔-๖๗.

ผ้าสาฎกอีก แล้วตั้งความปรารถนา พระเถระก็อนุโมทนาว่า จงสำเร็จดังที่ปรารถนาเถิด แล้วกลับวัด พราหมณ์นั้น เมื่อได้ถวายทานเช่นนั้นแล้วก็สำเร็จเบิกบานใจยิ่งนัก มีความรักเคารพในพระเถระอย่างหนึ่งที่พระเถระมาเพื่ออนุเคราะห์ตน แม้จะยากจนก็ตาม ด้วยความรักที่มีต่อพระเถระนั้น อยู่ต่อมา เขาเมื่อใกล้ตาย เพราะมีใจเลื่อมใสในพระเถระเป็นกำลังพร้อมทั้งระลึกถึงทานที่ตนได้ถวาย จิตของเขา่องใสเบิกบานเป็นยิ่งนัก เพราะกรรมเช่นนั้นแหละ หลังจากตายแล้ว เขาจึงได้ไปเกิดในตระกูลอุปัฏฐากของพระเถระ ที่ร่ำรวย เขาเมื่อเกิดแล้วก็มีโอกาสได้ถวายข้าวปายาสอย่างประณีตพร้อมกับผ้าสาฎกเนื้อดีแก่พระเถระอีก มารดาบิดาของเขาตั้งชื่อเขาว่า ติสสะ ให้มีชื่อคล้ายกับชื่อเดิมของพระสารีบุตรเถระ ต่อมา เมื่ออายุได้ ๗ ปี เขาได้บวชแล้ว ต่อมาได้บรรลุอรหัตตผล^๑

๒. สำหรับบุคคลที่ไปเกิดเป็นเวทดา จะขอยกตัวอย่างประกอบดังนี้

เรื่องที่ ๑ **เรื่องอนาถบิณฑิกเศรษฐี** เล่ากันมาว่า ท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐี เป็นอุบาสกคนสำคัญในพระพุทธศาสนา เป็นผู้สร้างวัดเชตวันถวายไว้เป็นสมบัติของพระศาสนา ในตอนปลายแห่งชีวิต ในขณะที่ท่านเศรษฐีกำลังป่วยหนักอยู่ที่บ้านนั้น ท่านได้ให้คนไปกราบอภิวาทพระยุคลบาทของพระพุทธเจ้า และให้กราบไหว้เท้าของท่านพระสารีบุตร พร้อมกับนั้นก็ให้หมิ่นตท่านพระสารีบุตรมาเยี่ยมตนที่บ้านด้วย พระสารีบุตรได้ชวนพระอนาถบิณฑิกเศรษฐีที่บ้าน ได้ถามถึงอาการไข้ ท่านเศรษฐีเล่าถวายว่า อาการป่วยของท่านหนักมากแทบจะทนไม่ได้ มีอาการปวดที่ศีรษะและท้องเป็นอย่างมาก ร่างกายเร่าร้อนเหมือนถูกย่างบนหลุมถ่านเพลิง พระสารีบุตรเมื่อรู้ว่า ท่านเศรษฐีจะมีชีวิตอยู่ได้ไม่นานนัก จึงแสดงธรรมโปรดท่านเศรษฐีไม่ให้ยึดมั่นถือมั่นในอายตนะทั้งภายในและภายนอก เพราะเป็นตัวก่อให้เกิดการรับรู้และความรู้สึกสุข ทุกข์ และไม่ใช้ทุกข์ไม่ใช่สุข ไม่ใช่ยึดมั่นถือมั่นขั้น ๕ หรือนามรูป โดยเฉพาะรูปก็สักว่าเป็นเพียงองค์ประกอบของธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม ส่วนนามก็คือ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ถ้าไม่ยึดมั่นถือมั่นสิ่งนั้นว่าเป็นตัวตนของเรา ก็จะไม่เป็นทุกข์ เมื่อเศรษฐีได้ฟังธรรมแล้วมีความซาบซึ้งถึงกับน้ำตาไหล ได้ขอให้พระภิกษุทั้งหลายแสดงธรรมเช่นนี้แก่คฤหัสถ์เหล่าอื่นฟังบ้าง เพื่อจะได้สำเร็จประโยชน์แก่บุคคลเหล่านั้นต่อไป ครั้นพระเถระทั้งสองกลับไปแล้วไม่นาน ท่านเศรษฐีก็ถึงแก่กรรมและได้ไปเกิดในสวรรค์ชั้นดุสิต^๒

เรื่องที่ ๒ **เรื่องธัมมิกอุบาสก** เล่ากันมาว่า ธัมมิกอุบาสกอาศัยอยู่ในกรุงราชคฤห์ เมืองหลวงแห่งแคว้นมคธ เป็นผู้ดำรงตนอยู่ในศีลในธรรม มีบริวารมาก ยินดีในการจำแนกแจกจ่ายทานต่างๆ ทั้งยังได้แนะนำบริวารของตนให้ประพฤติปฏิบัติตามด้วย อุบาสกนั้นมีบุตร ๗ คน ธิดา ๗ คน รวมอุบาสกและภรรยา จึงเป็น ๑๖ คน เขาได้แนะนำคนในครอบครัวทุกคนให้ทำบุญถวายทานต่างๆ อยู่เป็นประจำ ครอบครัวนี้จึงมีชีวิตอยู่เย็นเป็นสุขตลอดมา ในบั้นปลายแห่งชีวิตของธัมมิกอุบาสก เขาเกิดเจ็บป่วยอย่างหนักนอนอยู่บนเตียงที่บ้านของตนมีความต้องการจะฟังธรรม จึงบอกลูกๆ ให้ไปนิมนต์ภิกษุมาสวดพระสูตรให้ฟังที่บ้าน เมื่อภิกษุที่ได้รับนิมนต์

^๑ ชุ.ธ.อ.(บาลี) ๑/๗๕/๓๕๐-๓๕๒ .

^๒ ม.อุ. (ไทย) ๑๔/ ๓๘๓-๓๘๗ / ๔๓๓-๔๓๕ .

มาถามว่า อยากฟังพระสูตรไหน จึงบอกว่า อยากฟังมหาสติปัฏฐานสูตร ในขณะที่ภิกษุทั้งหลายเริ่มสวดพระสูตรนั้นอยู่ ปรากฏว่ามีเทวดาจากชั้นต่างๆ นำราชรถมารับอุบาสกนั้นอยู่ อุบาสกไม่ต้องการให้การฟังธรรมหยุดชะงักลง จึงพูดว่า ท่านทั้งหลายโปรดหยุดรอก่อน เมื่อภิกษุทั้งหลายได้ยินเช่นนั้นก็นึกว่าอุบาสกพูดกับพวกตนจึงพากันหยุดสวด แม้ลูกๆ ของอุบาสกนั้นก็เข้าใจเช่นนั้นเหมือนกัน ภิกษุทั้งหลายคิดว่า อุบาสกคงไม่ยอมฟังธรรมแล้ว จึงพากันกลับวัด เมื่อเวลาผ่านไปได้สักครู่หนึ่ง อุบาสกได้เห็นลูกๆ พากันร้องไห้อยู่และไม่เห็นภิกษุทั้งหลาย จึงได้สอบถาม เมื่อรู้ความเป็นไปแล้ว จึงได้เล่าความจริงให้ทุกคนฟังว่า ที่พ่อบอกให้หยุดรอก่อนนั้น พ่อไม่ได้พูดกับภิกษุทั้งหลาย พ่อได้พูดกับพวกเทวดาที่นำราชรถมารับต่างหาก จากนั้น จึงได้ถามลูกๆ ว่า พ่อจะไปอยู่ในชั้นไหนดี เมื่อได้รับคำตอบว่าชั้นดุสิต จึงให้ลูกนำพวงมาลัยมาแล้วขับไปที่ราชรถชั้นดุสิตแล้วได้บอกลูกๆ ว่า หากต้องการจะไปเกิดในสวรรค์ชั้นดุสิตเหมือนกับพ่อ ก็จงพากันทำบุญอย่างที่พ่อเคยทำมาแล้ว แล้วได้ตายไปเกิดเป็นเทวดาในสวรรค์ชั้นนั้น มีอภินิหารพิเศษ มีบริวารมากมาย อยู่ในวิมานแก้วในทันที^๑ และคารดูประกอบเรื่องเด็กหนุ่มชื่อมัญญกุณฑล^๒ แม่นอนป่วยใกล้ตายไม่เคยได้ทำบุญกุศลเลยแต่ขณะที่ใกล้จะตายได้ทำจิตให้เลื่อมใสในพระพุทธเจ้าอนุปรมมมือ เมื่อตายแล้ว ก็ได้ไปเกิดในสวรรค์ ถึงเรื่องบุรุษผู้ไปเกิดเป็นรุกขเทวดา^๓ ก็ควรคั่นดู ซึ่งแม่เขาจะทำบุญ แต่ก่อนตายนั้นกลับหวนระลึกถึงสาวคู่นอนจึงทำให้จิตเศร้าหมอง เมื่อตายแล้ว แทนที่จะได้ไปเกิดในเทวโลกกลับได้ไปเกิดแค่รุกขเทวดาที่ต้นไทรเท่านั้น ดังนั้น การคิดดีทำจิตให้ผ่องใสจึงเป็นสิ่งจำเป็นยิ่งนัก

๒.๕.๓ วิธีจิตใกล้ตายของบุคคลผู้จักถือปฏิสนธิในรูปภูมิ

วิธีจิตใกล้ตายของบุคคลผู้จักถือปฏิสนธิในรูปภูมิ ซึ่งได้แก่ พรหมโลก นั้น มีตัวอย่างที่กล่าวไว้ในคัมภีร์ไม่มากนัก เพราะบุคคลผู้จักถือปฏิสนธิในรูปภูมิได้นั้น จะต้องได้ฌานหรือได้สำเร็จเป็นอนาคามี มีตัวอย่างประกอบดังนี้

เรื่องที่ ๑ **เรื่องธัญชานิพราหมณ์** เล่ากันมาว่า คราวหนึ่ง ธัญชานิพราหมณ์ เจ็บป่วยเป็นไข้หนัก ได้ให้ชายคนหนึ่งไปกราบไหว้ทำทานพระสารีบุตรแล้วให้นิมนต์ท่านไปเยี่ยมที่บ้านของตน พระสารีบุตรทราบข่าวนั้นแล้วมีความอนุเคราะห์ได้ไปเยี่ยมธัญชานิพราหมณ์ถึงบ้านแล้วสอบถามอาการว่า อาการไข้ทุเลาบ้างไหม ทุกข์เวทหนาค่อยลดลงบ้างไหม อาการค่อยคลายลงไม่รุนแรงไข้ไหม พราหมณ์นั้นได้เล่าอาการให้พระเถระฟังว่า พระคุณเจ้าสารีบุตร โยมไม่สบายแทบทนไม่ได้ จะไม่ไหวอยู่แล้ว อาการมีแต่กำเริบ ไม่ลดลงเลย อาการมีแต่ยิ่งรุนแรงขึ้น ไม่คลายลงเลย โยมปวดศีรษะมากดุจถูกเหล็กแหลมคมทิ่มแทงศีรษะ โยมปวดท้องดุจถูกคนใช้มีดแล่นเนื้อที่คมกรีดท้อง โยมรู้สึกร้อนตามร่างกายอย่างมาก ดุจถูกคนจับย่างที่หลุมถ่านเพลิง โยมแทบทนไม่ไหว จะยัง

^๑ ชุ.ธ.อ. (บาลี) ๑/-/๙๙-๑๐๑ .

^๒ ชุ.วิ.อ. (บาลี) ๑/๑๒๐๗/๓๗๙-๓๘๐ .

^๓ ชุ.เปต.อ.(บาลี) ๑/๑/๔-๗ .

อัตรภาพให้เป็นไปไม่ได้แล้ว ทุกอาณาเขตของโยมกล้ายิ่งนัก มีแต่กำเริบ ไม่ลดลงเลย อาการมีแต่ยิ่งรุนแรงขึ้น ไม่คลายลงเลย จากนั้น พระเถระได้แสดงธรรมให้ฟังโดยถ้ามถึงความประเสริฐของทุกคติภูมิและสุคติภูมิและถ้ามขึ้นไปตามลำดับ โดยเริ่มจากนรก กำเนิดสัตว์ดิรัจฉาน เปตวิสัย มนุษย์ เทพชั้นจาตุมหาราช เทพชั้นดาวดึงส์ เทพชั้นยามา เทพชั้นดุสิต เทพชั้นนิมมานรดี เทพชั้นปรนิมมิตวสวัตดี และพรหมโลก จนธัญชาทิพรหมณ์เห็นว่า พรหมโลกประเสริฐที่สุด จากนั้น จึงได้แสดงทางเข้าถึงความเป็นผู้อยู่ร่วมกับพรหม เมื่อพระเถระแสดงธรรมจบแล้วจากไปไม่นาน ธัญชาทิพรหมณ์ก็ตายไปบังเกิดในพรหมโลก^๑

เรื่องที่ ๒ **เรื่องทีฆาวุบาสก** เล่ากันว่า ทีฆาวุบาสกชาวกรุงราชคฤห์ เจ็บป่วยเป็นไข้หนัก พระพุทธเจ้าเสด็จไปเยี่ยมถึงที่อยู่แล้วทรงแสดงธรรมให้อุบาสกนั้นฟัง เกี่ยวกับความเลื่อมใสอันไม่หวั่นไหวในพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ และศีลที่พระอริยะชอบใจ จากนั้น ก็ได้ทรงสอนให้เจริญธรรมอันเป็นส่วนแห่งวิชา ๖ เมื่ออุบาสกนั้นทราบทูลว่ามีธรรมนั้นแล้ว จึงเสด็จกลับไป จากนั้น ไม่นาน ทีฆาวุบาสกก็ได้ถึงแก่กรรม ภายหลัง ภิกษุทั้งหลายได้ทูลถามถึงคติภาพของเขา พระพุทธองค์ตรัสตอบว่า ทีฆาวุบาสกเป็นพระอนาคามี ไม่กลับมาเกิดอีก^๒

เรื่องที่ ๓ **เรื่องพระภิกษุญฺจโจรจับมัด** เล่ากันว่า โจรทั้งหลายมัดพระเถระรูปหนึ่งด้วยเถาหญ้านางทิ้งให้นอนในดง พระเถระนอนอยู่อย่างนั้นทีเดียวเจริญวิปัสสนาตลอด ๗ วัน ได้บรรลุอนาคามีผลแล้วถึงมรณภาพในที่นั้นเองไปเกิดในพรหมโลก^๓

๒.๕.๔ วิธีจิตใกล้ตายของบุคคลผู้จักถือปฏิสนธิในอรุณภูมิ

วิธีจิตใกล้ตายของบุคคลผู้จักถือปฏิสนธิในอรุณภูมิ ซึ่งได้แก่ พรหมโลก นั้น ในที่นี้จะยกเรื่องของท่านอาจารย์ดาบสและอุททดาบสเป็นตัวอย่างดังนี่คือท่านอาจารย์ดาบสกาลามโคตรผู้ได้ฌานคืออากิญจัญญายตนฌาน ตายแล้วได้ไปเกิดในพรหมโลกชั้นอากิญจัญญายตนภาพ^๔ ส่วนท่านอุททดาบส รามบุตร ผู้ได้ฌานคือเนวสัญญานาสัญญายตนฌาน ตายแล้วได้ไปเกิดในพรหมโลกชั้นเนวสัญญานาสัญญายตนภาพ^๕

๒.๕.๕ วิธีจิตใกล้ตายของบุคคลผู้เป็นพระอนาคามีและพระอรหันต์

^๑ ม.ม. (ไทย) ๑๓/๔๕๐-๔๕๓/๕๖๘-๕๗๒ .

^๒ ส.ม. (ไทย) ๑๙/๙๙๙/๙๙๑-๙๙๓ .

^๓ วิสุทฺธิ . (บาลี) ๑/๑๙/๓๗ .

^๔ ม.ม.อ. (บาลี) ๒/๒๘๔/๙๔ .

^๕ วิ.อ. (บาลี) ๓/๑๐/๑๖ .

วิถีจิตใกล้ตายชนิดนี้ ได้แก่ ปรินิพพานวิถีที่เป็นไปอย่างธรรมดาสามัญ ไม่มีอะไรเป็นพิเศษ เกิดขึ้นทางมโนทวารเท่านั้น เหมือนกับวิถีจิตใกล้ตายทางมโนทวารที่เกิดขึ้นกับปุถุชนหรือเสขบุคคลนั่นเอง แต่มีข้อแตกต่างที่ต้องทำความเข้าใจ คือ วิถีจิตใกล้ตายของพระอรหันต์นั้นไม่มีกรรมอารมณ์ กรรมนิมิตอารมณ์ หรือคตินิมิตอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งเลย มรณาสันนชวจิตของท่านย่อมโน้มไปในพระนิพพาน โดยมีรูปหรือนามอย่างใดอย่างหนึ่งเป็นอารมณ์ ด้วยอำนาจวิปัสสนา ในที่นี้ จะแยกกล่าวเป็น ๒ จำพวก คือ บุคคลที่เป็นพระอนาคามีอยู่แล้วบรรลุเป็นพระอรหันต์ก่อนจึงปรินิพพานและบุคคลที่เป็นพระอรหันต์อยู่แล้วปรินิพพาน ดังมีเรื่องเป็นตัวอย่างประกอบดังนี้

เรื่องที่ ๑ **เรื่องพระเจ้าสุทโธทนะ** เล่ากันว่า พระเจ้าสุทโธทนะ พุทธบิดา เมื่อทรงอยู่ในภาวะใกล้จะตาย ทรงเกิดอาการทุกขเวทนาอย่างแรงกล้าจากความเจ็บปวด พระพุทธองค์ซึ่งขณะนั้นประทับอยู่ ณ ภูฏาคารศาลา ป่ามหาวัน ใกล้พระนครเวลาลี ทรงทราบข่าวว่าพระพุทธบิดาประชวรหนักมาก ได้เสด็จพร้อมด้วยพระสาวกเป็นอันมากไปทรงบำเพ็ญปิตุภูมิอุปัฏฐากธรรม ถวายการพยาบาลตามพุทธวิสัย กล่าวคือ ในขณะที่พระเจ้านุทโธทนะได้รับการบีบคั้นจากอาการใกล้ตายทุกขเวทนาอย่างหนัก มีพระอาการทรมานทรมายหมดสติ พระพุทธองค์ทรงยกพระหัตถ์ตั้งพระทัยอธิษฐานจิตบำบัดโรคาพาธ แล้วทรงลูบลงที่พระเศียรของพระเจ้าสุทโธทนะทรงเช็ดพระพักตร์ของพระบิดาด้วยน้ำที่พระสารีบุตรนำมาถวาย อาพาธที่หนักก็ทุเลาลงด้วยพระบารมี พระอานนท์ยกมือลูบที่พระหัตถ์เบื้องซ้าย อาพาธกล้าข้างซ้ายก็ทุเลาลง พระราหูยกมือลูบที่พระปฤษฎางค์ อาพาธกล้าที่พระกายก็ทุเลาลง พระเจ้าสุทโธทนะทรงสำราญพระกายคลายความทุกข์เวทนาอันสาหัส ทรงลุกขึ้นอาสน์สุดสิ้นเพียงนั้นแล้ว ก็ทูลลาพระบรมศาสดาและลาพระบรมวงศานุวงศ์แล้ว พระองค์ก็เสด็จนิพพานด้วยอนุภาทิสนิพพาน^๑

เรื่องที่ ๒ **เรื่องพระฉันทะ**^๒ เล่ากันว่า พระฉันทะอาพาธหนักได้รับทุกข์เป็นอย่างมาก ท่านพระสารีบุตรรู้ข่าวจึงไปเยี่ยมพร้อมทั้งพระจุนทะได้สอบถามอาการอาพาธว่า “ท่านฉันทะ ท่านยังสบายดีหรือ ยังพอเป็นอยู่ได้หรือ อาการไข้ทุเลาบ้างไหม ทุกข์เวทนาค่อยลดลงบ้างไหม อาการค่อยคลายลง ไม่รุนแรงไข้ไหม”

พระฉันทะตอบว่า “ท่านสารีบุตร กระผมแทบทนไม่ไหว จะเป็นอยู่ไม่ได้แล้ว อาการมีแต่กำเริบไม่ลดลงเลย อาการมีแต่ยิ่งรุนแรงขึ้นไม่คลายลงเลย กระผมปวดศีรษะมากดุจถูกเหล็กแหลมคมที่มแทงศีรษะ กระผมปวดท้อง ดุจถูกคนใช้มีดแล่นเนื้อที่คมกรีดท้อง กระผมรู้สึกร้อนตามร่างกายอย่างมาก ดุจถูกคนจับย่างที่หลุมถ่านเพลิง กระผมแทบทนไม่ไหว จะยังอึดภาพให้เป็นที่ไปไม่ได้แล้ว ทุกข์เวทนาของกระผมกล้ายิ่งนัก มีแต่

^๑ สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระปรมานุชิตชิโนรส, **ปฐมสมโพธิ (ฉบับบาลี)**, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๓๗), หน้า ๒๐๖-๒๐๗.

^๒ พระฉันทะนี้เป็นคนละครูปกับพระฉันทะที่เป็นชาวกบิลพัสดุ์ ที่นำมาถกเถียงกันเรื่องเสด็จเมื่อครั้งเจ้าชายสิทธัตถะเสด็จออกมหาภิเนษกรรม ท่านรูปนี้อยู่ภูเขาคิณณภูฏ กรุงราชคฤห์ (ล. สฟา. อ.(บาลี) ๓/๘๗/๒๐)

กำเริบ ไม่ลดลงเลย อาการมีแต่ยิ่งรุนแรงขึ้น ไม่คลายลงเลย ท่านสารีบุตร กระผมจะนำมีดมาฆ่าตัวตาย กระผม ไม่อยากมีชีวิตอยู่”

พระสารีบุตรได้พูดปลอบใจท่านว่า “ท่านอย่าได้ฆ่าตัวตาย ขอท่านจงรักษาตัวให้อยู่ต่อไปเถิด พวกเราต้องการให้ท่านรักษาตัวอยู่ต่อไป หากท่านไม่มีอาหารหรือไม่มียาที่ดี ผมก็จักแสวงหามาให้ หรือหากท่าน ไม่มีคนรับใช้ที่ดี ผมจะคอยรับใช้เอง ท่านอย่าได้ฆ่าตัวตายเลย ขอท่านจงรักษาตัวให้อยู่ต่อไปเถิด พวกเรา ต้องการให้ท่านรักษาตัวอยู่ต่อไป”

พระฉันนะตอบว่า “อาหาร ยา หรือคนรับใช้ที่ดีของกระผมก็มีอยู่พร้อมแล้ว อีกอย่างหนึ่ง กระผม ประณิบัติรับใช้พระศาสดาด้วยความเต็มใจตลอดมา” จากนั้น ท่านพระสารีบุตรและท่านพระจุนทะได้สนทนา ธรรมเพื่อไม่ให้ท่านฆ่าตัวตาย โดยให้พิจารณาว่า อายุตนภายใน ๖ อายุตนภายนอก ๖ วิญญูณ ๖ และธรรมที่ ฟังรู้แจ้งทางวิญญูณ ๖ ไม่ใช่ของเรา เราไม่เป็นนั่น นั่นไม่ใช่ของเรา แต่เมื่อพระเถระทั้งสองกลับไปท่านพระ ฉันนะก็ฆ่าตัวตาย ในอรรถกถาอธิบายว่า ในขณะที่ใกล้มรณภาพนั้น ได้มีคตินิมิตปรากฏขึ้นแก่ท่าน ดังที่เคยกล่าว ไว้แล้ว ทำให้ท่านรู้ว่าตนยังเป็นบุญชนจึงสลัดใจแล้ว กำหนดวิปัสสนาพิจารณาสังขารด้วยปัญญา จนบรรลุ อรหัตตผลพร้อมกับการดับจิต

เรื่องที่ ๓ **เรื่องพระวักกलि** เล่ากันว่า เมื่อพระวักกलिอยู่ที่กัสสปการาม ได้เกิดอาพาธอย่างหนักได้รับ ทุกข์เป็นอย่างมาก พระพุทธเจ้าทรงทราบข่าว พระวักกलिมีความประสงค์จะเข้าเฝ้าพระองค์แต่ไม่มีกำลังพอที่จะเข้า เฝ้าได้ จึงทรงอนุเคราะห์เสด็จไปเยี่ยมพระวักกलिถึงที่อยู่ตรัสถามถึงอาการอาพาธ เมื่อทรงได้รับทราบอาการอาพาธ ว่ามีอาการหนักขึ้น จึงตรัสถามว่า “ไม่รำคาญทรมานทรมายบ้างหรือ” เมื่อพระวักกलिกราบทูลว่า “ข้าพระองค์รำคาญ ทรมานทรมานมาก” จึงตรัสถามว่า “เหตุใดเตียนตนเองโดยศีลได้หรือไม่” เมื่อพระวักกलिกราบทูลว่า “ดีเตียนตนเอง ไม่ได้โดยศีล” จึงตรัสว่า “เธอรำคาญทรมานทรมานไปทำไม จะมีประโยชน์อะไรด้วยร่างกายอันเปื่อยเน่าที่เธอเห็นอยู่ นี้ ผู้ใดเห็นธรรมผู้หนึ่งชื่อว่าเห็นเรา ผู้ใดเห็นเรา ผู้หนึ่งก็ชื่อว่าเห็นธรรม ความจริง เมื่อเห็นธรรมก็ชื่อว่าเห็นเรา เมื่อ เห็นเราก็ชื่อว่าเห็นธรรม” แล้วได้ตรัสสอนให้ท่านพิจารณาขันธ์ ๕ ว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา แล้วเสด็จ กลับไป

ต่อมาท่านพระวักกलिก็ให้บริวารนำตนไปยังวิหารกาฬาลิลาข้างภูเขาลิสิคิสิ เมื่อบริวารกลับแล้ว ท่านก็นำคัสตรามาตัดก้านคอฆ่าตัวตาย^๒ ในอรรถกถาอธิบายไว้ว่า ท่านปกติมีมานะยิ่ง ท่านเมื่อไม่เห็นกิเลสพุ่งขึ้น เพราะได้เจริญสมณะและวิปัสสนา จึงเข้าใจว่าตนเองเป็นพระชินาสพ จึงคิดว่า จะมีประโยชน์อะไรเล่า ที่เรา จะต้องทนเจ็บปวดเช่นนี้ เราควรจะนำมีดมาฆ่าตัวตายเสีย แล้วใช้มีดคมกริบเชือดก้านคอของตน ขณะนั้น ท่านเกิดทุกข์ทรมานอย่างมาก กำลังใกล้จะมรณภาพ มีคตินิมิตปรากฏให้เห็น จึงรู้ว่าตนเองยังเป็นบุญชนอยู่ เกิดความสังเวชใจ แต่เพราะตนเองไม่ละทิ้งกรรมฐาน จึงเริ่มต้นเจริญวิปัสสนา กำหนดถึงสังขารทั้งหลาย จึงได้

^๑ ม.อ.อ. (บาลี) ๓/๓๙๕/๒๓๘, ส.สพ.อ. (บาลี) ๓/๘๗/๒๒.

^๒ ส.ช.(ไทย) ๑๗/๘๗/๑๕๗-๑๖๓.

พิจารณามูลกรรมฐาน (คือผม ขน เล็บ ฟัน หนัง) อย่างจับปล้นทันที เมื่อพิจารณาไปก็ได้บรรลุอรหัตตผลแล้ว
ปรีณิพพาน^๑

ในวันรุ่งขึ้นพระพุทเจ้าเสด็จไปยังวิหารนั้น เห็นพระวักลินอนคอบีตอยู่บนเตียง และทรงเห็นกลุ่ม
ควนกลุ่มหมอกลอยไปทั่วทิศ จึงตรัสบอกภิกษุทั้งหลายว่า นั่นคือมารผู้มีบาป กำลังค้นหาวิญญูณของพระวักลี
ว่าอยู่ที่ไหน ที่จริงแล้ว พระวักลีปรีณิพพานแล้วไม่มีวิญญูณสถิตอยู่^๒

เรื่องที่ ๔ **เรื่องพระสารีบุตรนิพพาน** เล่ากันว่า เมื่อท่านพระสารีบุตรอยู่ ณ บ้านนาฬิกาม แคว้น
มคธ ได้เกิดอาพาธหนักได้รับทุกข์อย่างยิ่งและในที่สุดท่านพระสารีบุตรก็ได้ปรีณิพพานด้วยอาพาธนั้น ในที่นั้นมี
พระจุนทะน้องชายของท่านอยู่ด้วย พระจุนทะจึงได้เข้าไปบอกข่าวการปรีณิพพานของท่านพระสารีบุตรให้ท่านพระ
อานนท์ทราบ พระเถระจึงนำเรื่องนั้นไปกราบทูลแต่พระพุทเจ้าพร้อมก็ได้กราบทูลความรู้สึกลงด้วย พระ
พุทเจ้าจึงตรัสสอนให้มีตนเป็นที่พึ่ง มีธรรมเป็นที่พึ่ง ด้วยการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ประการ ภิกษุเหล่าใดเหล่า
หนึ่งในบัดนี้ก็ดี ในเวลาที่พระองค์ล่วงไปก็ดี จักมีตนเป็นที่พึ่ง มีตนเป็นที่พึ่ง ไม่มีสิ่งอื่นเป็นที่พึ่ง มีธรรมเป็นที่พึ่ง
ไม่มีสิ่งอื่นเป็นที่พึ่งอยู่ ภิกษุเหล่านั้นจักเป็นผู้เลิศกว่าภิกษุผู้ใคร่ต่อการศึกษา^๓

เรื่องที่ ๕ **เรื่องพระมหาโมคคัลลานะ** เล่ากันว่า เมื่อท่านพระมหาโมคคัลลานะพักอยู่ที่กาฬิลีลา
แม้ท่านจะถูกพวกโจรทำลายจนร่างกายแหลกละเอียด แต่ท่านได้เข้าฌานประสานร่างกายให้เหมือนเดิมแล้วมาเฝ้า
พระพุทเจ้าเพื่อกราบทูลลาปรีณิพพาน พระพุทเจ้าจึงทรงขอให้ท่านแสดงปาฏิหาริย์ต่อเบื้องพระพักตร์เสียก่อน
จึงปรีณิพพาน ท่านพระมหาโมคคัลลานะก็เข้าฌานแล้วแสดงปาฏิหาริย์ ครั้นแล้ว จึงทูลลาไปปรีณิพพานที่กาฬิลีลา
เช่นเดิม^๔

๒.๖ วิธีแก้ไขอารมณ์ของมรณาสันนวิถิ

วิธีแก้ไขอารมณ์ของมรณาสันนวิถิ(วิถิจิติใกล้ตาย)นี้ ใช้ได้เฉพาะบุคคลโดยทั่วไปเท่านั้นไม่สามารถ
ใช้ได้กับบุคคลผู้ที่บรรลุธรรมแล้ว เพราะท่านเหล่านั้นมีภพที่จะไปเกิดในสุคติภูมิแน่นอนแล้ว วิธีแก้ไขอารมณ์
ก่อนตายจึงใช้สำหรับบุคคลที่เป็นปุถุชนโดยทั่วไป ที่ยังมีโลกิกรร หลงอยู่

เพราะฉะนั้น ในเวลาใกล้ตาย เมื่ออารมณ์ ๖ ที่เรียกว่า กรรม กรรมนิमित หรือคตินิमित ปรากฏเป็น
อารมณ์แก่บุคคลใด บุคคลนั้นย่อมตายลงอย่างแน่นอนแล้วไปถือกำเนิดในภพภูมิใหม่ด้วยอำนาจชนกรรมเข้า
ทำหน้าที่ อาจมีอุปถัมภกกรรมหรืออุปปีฬกรรมเข้าทำหน้าที่บ้างเป็นระยะๆ ถ้าหากทั้งชีวิต อุปฆาตกรรมไม่มี
โอกาสทำหน้าที่เลย บุคคลนั้นก็จะดำเนินชีวิตอยู่บำเพ็ญบุญบ้างก่อเวรสร้างอกุศลกรรมใหม่ๆ บ้าง เพื่อสืบสาน

^๑ ส . ข . อ . (บาลี) ๒ / ๘๗ / ๓๔๓ , และดูประกอบ ส . สฟา . อ . (บาลี) ๓ / ๘๗ / / ๒๒ .

^๒ ส . ข . (ไทย) ๑๗ / ๘๗ / ๑๕๗ - ๑๖๓ (สรุปรมา) .

^๓ ส . ม . (ไทย) ๑๙ / ๓๗๙ / ๒๓๒ - ๒๓๔ .

^๔ ข . ฐ . อ . (บาลี) ๒ / - / ๔๙ - ๕๒ .

สังสารวัฏให้หมุนไปโดยไม่สิ้นสุด แต่ถ้าดำเนินชีวิตอย่างมีเป้าหมาย และเพียรรักษาองศาของชีวิตให้มุ่งตรงสู่เป้าหมาย จนในที่สุดเป็นปัจฉิมภพบุคคล ครั้นสลัดบุญบาปทิ้งไปอย่างไม่ใยดี แล้วดับขันธปรินิพพานไปในที่สุด

แต่หากจะถามว่า เมื่ออารมณ์ ๖ ที่เรียกว่า อกุศลกรรม อกุศลกรรมนิमित หรืออกุศลกรรม คตินิมิต ปรากฏแล้ว บุคคลนั้นต้องไปเกิดในอบายภูมิแน่นอนหรือไม่ หรือมีวิธีแก้ไขอย่างไรได้หรือไม่

ในข้อนี้ ควรต้องทำความเข้าใจก่อนว่า กรรมอารมณ์ กรรมนิมิตอารมณ์ หรือคตินิมิตอารมณ์ที่ปรากฏนั้น เป็นวิปากทาน(บางที่เรียกว่าปากทาน)อกุศลกรรมชนิดครุกรรม อาสันนกรรม อาจิณณกรรม หรือกฏัตตกรรม ถ้าเป็นครุกรรมฝ่ายกุศล ก็ไม่สามารถแก้ไขอะไรได้เลย แต่ถ้าเป็นอาสันนกรรม อาจิณณกรรม หรือกฏัตตกรรมฝ่ายอกุศล ก็สามารถแก้ไขได้ แต่ก็มีข้อแม้อยู่อีกว่า ในภาพปัจจุบันนี้ บุคคลนั้นมีกุศลกรรมประเภทวิปากทานชนิดไหนบ้างหรือไม่ ถ้าไม่มีก็ไม่สามารถแก้ไขได้ แต่ถ้ามีอยู่ก็ต้องดูว่าเป็นวิปากทานประเภทไหนใน ๓ ประเภทหลังเว้นกุศลครุกรรม ดังนั้น หากบุคคลผู้ใกล้ตายมีอารมณ์ ๖ ที่เรียกว่ากรรมอารมณ์ เป็นต้นฝ่ายกุศลปรากฏชัด จิตของผู้นั้นก็พร้อมใส ไม่ขุ่นมัว ในทางกลับกัน หากบุคคลผู้ใกล้ตายมีอารมณ์ ๖ ที่เรียกว่ากรรมอารมณ์ เป็นต้นฝ่ายอกุศลปรากฏชัด จิตของผู้นั้นก็พร้อมใส ขุ่นมัว เศร้าหมอง ในระหว่างนี้ แม้ว่าจะมีใครพูดคุยสนทนาธรรมให้ดียิ่งก็ตาม หรือไม่มีการสนทนาธรรมก็ตาม จิตของเขาย่อมยึดกรรมอารมณ์เป็นต้นนั้น เป็นช่วง ๆ กลับมารับรู้อารมณ์ธรรมดาดังนั้น ผู้เฝ้าไข้ผู้ใกล้ชิด หากมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องกรรมอารมณ์เป็นต้นแล้ว ควรพิจารณาหาวิธีแก้ไขหรือสนับสนุนให้เหมาะสม

อนึ่ง การช่วยแก้ไขกรรมอารมณ์เป็นต้นในเวลาใกล้ตายนั้น แบ่งเป็น ๒ วิธี คือ (๑) วิธีช่วยแก้ไขอารมณ์ในเวลาใกล้สิ้นชีวิต (๒) วิธีช่วยแก้ไขอารมณ์ในเวลาหลังสิ้นชีวิตไปแล้ว

๒.๖.๑ วิธีช่วยแก้ไขอารมณ์ในเวลาใกล้สิ้นชีวิต

วิธีช่วยแก้ไขอารมณ์ในเวลาใกล้สิ้นชีวิตนี้ บุคคลผู้พยาบาลใกล้ชิดที่มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องกรรมนิมิตเป็นต้นแล้วทราบวิธีแก้ไข เมื่อเห็นผู้ป่วยใกล้ตาย มีจิตเศร้าหมอง เดือดร้อนทรมานทรมายเพราะทุกตนิมิตปรากฏ ควรรีบแก้ไขทุกตนิมิตให้กลับเป็นสุตตนิมิตให้ได้ ดังตัวอย่างบุคคลในในสมัยหลังพุทธกาล เช่น พระภิกษุผู้เป็นบิดาของพระโสณเถระผู้เป็นพระอรหันต์ ซึ่งอาศัยอยู่ที่วัดโสณคิริ ในสมัยที่ท่านเป็นฆราวาส มีอาชีพเป็นนายพรานล่าสัตว์ นำเนื้อมาขายเลี้ยงชีพ แม้ว่าพระลูกชายจะห้ามปราม แนะนำลัทธิใหม่ให้ก็ไม่ยอมเลิกอาชีพเดิม ครั้นชราภาพลง ก้าวรกรรมที่ทำได้จะติดตาม จึงออกบวชเป็นภิกษุในพุทธศาสนา หมั่นปฏิบัติตนอย่างเคร่งครัดตามพระธรรมวินัยมาเป็นอย่างดี แต่เมื่อมรณกาลมาถึงกลับแสดงอาการทรมานทรมาย เปล่งเสียงร้องอย่างโหยหวน เพราะอกุศลกรรมนิมิตที่เกี่ยวข้องด้วยนिरยภูมิ ปรากฏให้เห็นเป็นสุนัขล่าเนื้อขนาดใหญ่ ได้กระโจนเข้าพาดอยู่เบื้องๆ พระเถระผู้เป็นบุตรเห็นอาการของภิกษุผู้บิดา รู้ว่า อกุศลคตินิมิตปรากฏแก่บิดา หากบิดามรณภาพลงก็จะเกิดในนिरยภูมิอย่างแน่นอน คิดจะแก้ไขนิมิตนั้นเสียใหม่ จึงใช้สามเถระจัดสถานที่ ให้นำดอกไม้ธูปเทียนหอมมาประดับ จุดธูปเทียนหอม บูชาพระพุทธรูปซึ่งนำมาประดิษฐานไว้แล้วให้ทามภิกษุผู้เป็น

บิดาเข้ามาที่เมืองพระพักตร์พระพุทธรูป บอกให้รู้ว่าดอกไม้ธูปเทียนนั้นบูชาพระพุทธรูป เพื่อนสติภิกษุผู้เป็นบิดาให้
 น้อมจิตคิดบูชาพุทธานุคุณแล้วให้เจริญพุทธานุสสติ ภิกษุผู้เป็นบิดาก็ปฏิบัติตาม ไม่นานนัก ทุกคืนนิมิตนั้นก็หายไป
 ปรากฏเป็นสุคตินิมิตที่เกี่ยวกับเทวภูมิ เข้ามาแทนเกิดปีติโสมนัสจึงบอกพระเถระว่า น้ำของเจ้ามาหา จงหลีกทาง
 ให้นางเข้ามาด้วย ด้วยเทวคติที่ปรากฏขึ้น และด้วยจิตที่เป็นมหากุศลโสมนัส ครั้นมรณภาพลง จึงไปบังเกิดใน
 เทวภูมิตามสมควรแก่กุศลกรรมที่ส่งผล^๑

เกี่ยวกับเรื่องทุกติภูมิและสุคติภูมิ ในสมัยพุทธกาล พระพุทธเจ้าเคยเสด็จไปช่วยเหลือไว้หลายคน
 เช่น เรื่องหญิงยากจนตั้งครุฑที่ชาวกรุงราชคฤห์กำลังจะตาย^๒ และมีทุกติภูมิรออยู่ตรงหน้า พระพุทธเจ้าจึงไป
 บิณฑบาตเสด็จถึงประตูเรือนของหญิงมีครุฑ หญิงนั้นเห็นพระผู้มีพระภาค เกิดปีติโสมนัสรีบลุกขึ้นประนม
 มือ ไม่เห็นสิ่งอื่นที่ควรถวาย จึงถวายงาที่ตากไว้แต่พระผู้มีพระภาคแล้ว ถวายอภิวาทพระผู้มีพระภาค พระผู้มี
 พระภาคตรัสว่า จงเป็นสุขเถิด แล้วเสด็จกลับไป เวลาใกล้รุ่งของคืนนั้น นางก็ตายไปบังเกิดในสุคติโลกสวรรค์

อีกเรื่องหนึ่ง คือเรื่องหญิงจันทาลแก่ชาวกรุงราชคฤห์^๓ จวนสิ้นอายุ บาปกรรมของนางที่นำไปนรก
 ปรากฏชัดแล้ว ในตอนเช้า พระพุทธเจ้าพร้อมบริวารเข้าไปบิณฑบาตยังกรุงราชคฤห์ ขณะนั้นหญิงจันทาลแก่
 กำลังถือฟืนออกจากกรุงราชคฤห์ พบพระผู้มีพระภาคระหว่างทาง พระผู้มีพระภาคได้ประทับยืนตรงหน้า
 เหมือนห้ามมิให้นางเดินไป พระมหาโมคคัลลานะกล่าวกับแม่หญิงว่า เธอจงทำจิตให้เลื่อมใสในพระองค์เถิด
 ชีวิตของเธอเป็นของไม่แน่นอน เหลือน้อยนัก หญิงจันทาลแก่ได้ฟังแล้วเกิดสลดใจ ได้สติ ทำให้จิตเลื่อมใส
 ในพระศาสดา ถวายอภิวาทด้วยเบญจางค์แล้วยืนอยู่ มีจิตเป็นสมาธิด้วยปีติอันชานไปในพระพุทธานุคุณ จากนั้น
 พระผู้มีพระภาคก็เสด็จหลีกไป จากนั้นไม่นานแม่โคลูกอ่อนตัวหนึ่งวิ่งมาชีวิตหญิงจันทาลแก่จนเสียชีวิต นาง
 ก็ไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์ทันที

อีกเรื่องหนึ่ง คือเรื่องปุกกุสาติราชาแห่งกรุงตักกสิลา ผู้ออกบวชอุทิศพระศาสดา ซึ่งอยู่กรุง
 ราชคฤห์ พระพุทธเจ้าทรงทราบ ว่า หากพระองค์ไม่ไป เขาก็จะตายอย่างไรที่พึงและไม่ได้บรรลุธรรม ใน
 ตอนเช้า พระพุทธเจ้าเสด็จไปได้ ๔๕ โยชน์ ในเวลาพระอาทิตย์ตก เสด็จถึงศาลาของนายช่างหม้อ ในขณะที่
 ปุกกุสาติเข้าไป แล้วแสดงธรรมแก่ปุกกุสาติผู้บวชอุทิศต่อพระองค์ แต่ไม่รู้จักรพระองค์ และไม่เคยเห็น
 พระองค์ เมื่อจบเทศนา ปุกกุสาติได้บรรลุธรรมเป็นพระอนาคามีและได้ทราบว่า ผู้แสดงธรรมคือพระพุทธเจ้า
 แล้วกราบลงแทบพระยุคลบาท ขออุปสมบท แต่พระองค์ไม่ทรงอุปสมบทให้ เพราะปุกกุสาติไม่มีบาตรและ
 จีวร เมื่อปุกกุสาติไปเที่ยวหาบาตรและจีวรได้ถูกแม่โคชีวิตตาย เขาตายแล้ว ไปเกิดในพรหมโลกชั้นอวิหาและ

^๑ ม.อ.อ. (บาลี) ๓/๑๓๐/๘๗-๘๘, อัง.เอกก.อ. (บาลี) ๑/๒๙๐-๒๙๕/๔๑๖-๔๑๗, อภิ.วิ.อ. (บาลี) ๑/๘๐๙/๔๗๑,

พระสีลาจารเถร. **อภิธรรมมุตตงสงคหที่ปณี**, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญูญาณ, ๒๕๔๗), หน้า ๒๒๓ .

^๒ ชุ.วิ.อ. (บาลี) ๑/๘๕๕-๘๖๒/๕๗ .

^๓ ชุ.วิ.อ. (บาลี) ๑/๑๙๙-๒๐๕/๑๑๔-๑๑๖ .

บรรลุลอรหัตผลทันทีในชั้นนั้น^๑ แม่เรื่องมหารณาวณิชวัตฤๅ^๒ ซึ่งพระพุทธรเจ้าทรงทราบว่พ่อค้าผู้นี้จะตายอีก ๗ วันข้างหน้าจึงเสด็จไปโปรด ทำให้เขาได้บำเพ็ญมทาทานตลอด ๗ วัน พอถึงวันที่ ๗ เขาตามส่งพระพุทธรเจ้าแล้ว กลับมานอนบนที่นอน แล้วก็ตายไป ณ ที่นอนนั้นเอง แล้วไปเกิดในสวรรค์ชั้นดุสิต

เรื่องการแก้ไขหรือเปลี่ยนอาภรณ์ก่อนตายนี้ แม่ในปัจจุบัน คนรุ่นเก่า เมื่อเห็นคนจะตายซึ่งมีอายุมาก ก็จะหาดอกไม้รูปเทียนดอกไม้มาทำของมือแล้วให้ผู้กำลังจะตายนั้นใส่มือถือมาแล้วบอกให้รู้ว่านี่ดอกไม้รูปเทียนดอกไม้เอาไปไหว้พระระหว่างทาง ซึ่งประเพณีนี้ยังมีให้เห็นกันตามชนบท

๒.๖.๒ วิธีช่วยแก้ไขอาภรณ์ในเวลาหลังสิ้นชีวิตไปแล้ว

วิธีช่วยแก้ไขอาภรณ์ชนิดนี้ ฟังเห็นเรื่องของพระเจ้าอโศกมหาราชเป็นตัวอย่าง คือ พระองค์ทรงเป็นเอกอัครศาสนูปถัมภก ผู้ยิ่งใหญ่ที่สุดของพระพุทธศาสนา เมื่อยังมีพลานามัยสมบูรณ์ ทรงบำเพ็ญกุศลมากมายสุดจะนับได้ ในบั้นปลายของพระชนม์ชีพ ทรงประชวรมีพลานามัยอ่อนแอลงเป็นลำดับ แต่น้ำพระทัยของพระองค์นั้นทรงส่องไสมาตลอด เพราะทรงยึดถือในนิมิตที่ดี ๆ เพราะทรงระลึกถึงกุศลกรรมต่าง ๆ ที่พระองค์ทรงบำเพ็ญมา แต่ครั้งถึงเวลาใกล้ตายจริงๆ พระองค์ทรงน้อยใจดำใจด้วยคิดถึงอิสริยยศอันยิ่งใหญ่ ในขณะที่มีพลานามัยสมบูรณ์ ทรงปกครองเมืองใหญ่เมืองน้อยมากมาย ทรงเป็นมหาราชผู้ยิ่งใหญ่ แต่บัดนี้ทรงเหลือมะขามป้อมเพียงผลเดียวเท่านั้นอยู่ในความครอบครอง วิถีจิตของพระองค์คร่ำหมองลงในฉับพลันแล้วสวรรคตไปเกิดเป็นเปรตภูเลื่อมขนาดใหญ่ เพราะวิถีจิตคร่ำหมอง ทุกตตินิมิตปรากฏ สัมปรายภาพของพระองค์จึงเป็นเปตวิสัย

ต่อมาพระสมิททเถระ ผู้เป็นพระราชโอรสได้มาช่วยเหลือ ให้ระลึกถึงกุศลกรรมที่ทรงอุปถัมภ์ในการทำตติยสังคายนาส่งสมณทูตไปประกาศพระศาสนาในถิ่นต่างๆประเทศฐานพระพุทธรศาสนาในถิ่นนั้นๆ ช่วยมนุษย์และเทวดาเป็นต้นให้พ้นจากมิจฉาทิฏฐิภัย เป็นสัมมาทิฏฐิภาวะ มีศรัทธาปสาทะ ออกบรพชอาอุปสมบท บำเพ็ญสมณธรรมจนเป็นพระชินาสพมากมาย ในชาติที่พระองค์เกิดเป็นมนุษย์ เมื่อระลึกได้ถึงกุศลกรรมอย่างนี้ กุศลกรรมนั้นกลายเป็นอุปฆาตกรรม ตัดรอนวิบากกรรมชรูปที่เกิดจากอกุศลชนกรรมลงอย่างสิ้นเชิง ทำให้พระองค์ไปถือกำเนิดใหม่ในสุคติภูมิเป็นเทพบุตรผู้ส่งงามมีรัศมีเจิดจรัส^๓ ฉะนั้นบุคคลจึงควรศึกษาเรื่องมรณาสันนวิธิ (วิถีจิตใกล้ตาย) ให้เข้าใจเป็นอย่างดี จะได้ช่วยเหลือคนเจ็บป่วยในระยะสุดท้ายที่กำลังจะจากไปด้วยทุกตตินิมิตให้กลายเป็นผู้จากไปด้วยสุคตินิมิตเข้าถึงสุคติภูมิสวอยสุขสมบัติตามสมควรแก่กุศลกรรมที่เคยทำไว้

ในการช่วยแก้ไขอาภรณ์ในเวลาหลังสิ้นชีวิตไปแล้ว นับว่าเป็นสิ่งที่แก้ไขได้ยากมาก เพราะคนที่จะแก้ไขได้ ต้องเป็นบุคคลที่ได้บรรลุธรรมและได้ภิกขุญาดด้วย จึงจะสามารถช่วยแก้ไข ซึ่งในกรณีนี้ แม่ในครั้งพุทธรกาลก็ไม่มิกกล่าวไว้ชัดเจนนัก มิกกล่าวไว้แต่ในคัมภีร์ชั้นอรรถกถารุ่นหลัง และมิกกล่าวไว้น้อยมาก

^๑ ม.อ. (ไทย) ๑๔/๓๔๒-๓๗/๔๐๑-๔๑๕, ม.อ.อ. (บาลี) ๓/๓๔๒/๒๐๘-๒๐๙ .

^๒ ชุ.ธ.อ. (บาลี) ๒/๒๘๖/๓๑๖-๓๑๗ .

^๓ มทวส . (บาลี) ๑ / - / ๘๑ - ๘๖ .

๒.๗ คำสอนเกี่ยวกับความตาย

คำสอนเกี่ยวกับความตายมีมากมาย ดังจะขอนำเสนอเพียงบางส่วนดังนี้

๑. คำสอนเพื่อไม่ให้เป็นผู้ประมาทในชีวิตดังพุทธพจน์ที่ว่า “บุคคลควรทำวันคืนไม่ให้ไร้ประโยชน์ ด้วยการใส่ใจถึงวิบัติสวามิภวัตน้อยหรือมาก ชีวิตของผู้ที่ผ่านวันคืนไปเท่าใด ก็เป็นอันพร่องไปเท่านั้น”^๑

๒. คำสอนเพื่อไม่ให้ประมาทในความเป็นหนุ่มสาว ดังพุทธพจน์ที่ว่า “อายุของคนเป็นของน้อย เพราะวันคืนล่วงไปๆ เปรียบเหมือนอายุของฝูงปลาในน้ำน้อย ความเป็นหนุ่มสาวในวัยนั้นลักทำอะไรได้”^๒

๓. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นถึงสังขารแห่งชีวิต ดังพุทธพจน์ที่ว่า “กาลล่วงเลยไป คืบผ่านพ้นไป ช่วงแห่งวัยละไปตามลำดับ”^๓

๔. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นถึงความเสมอกันแห่งคนทุกจำพวก ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ทั้งเด็กทั้งผู้ใหญ่ ทั้งคนพาล ทั้งบัณฑิต ทั้งคนมี ทั้งคนจน ล้วนเดินหน้าไปหาความตายทั้งหมด”^๔

๕. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นว่าไม่มีอะไรติดตามไปได้เมื่อตายแล้ว ดังพุทธพจน์ที่ว่า “เมื่อตาย ทรัพย์ สักนิตก็ติดตามไปไม่ได้”^๕

๖. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นว่าสัตว์ทั้งหลาย ย่อมเป็นไปตามกรรมไม่มีใครที่จะสามารถช่วยได้ ดังพุทธพจน์ที่ว่า “เมื่อคนจะตาย ญาติ มิตร หรือสหายก็ช่วยไม่ได้ ทายาททั้งหลายก็ชนทรัพย์สมบัติของเขาไป ส่วนสัตว์ที่ตายไปก็ย่อมไปตามกรรม เมื่อตายไป ทรัพย์ใดๆ คือ บุตร ภรรยา ทรัพย์ ข้าวของ เงินทอง และแว่น แคว้นก็ติดตามไปไม่ได้”^๖

๗. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นว่า ทรัพย์สมบัติไม่อาจช่วยคนให้มีอายุยืนได้ และชีวิตของมนุษย์นั้นน้อยนัก ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ทรัพย์ช่วยคนให้มีอายุยืนไม่ได้ ทั้งช่วยคนให้ละความแก่ก็ไม่ได้ นักปราชญ์ทั้งหลายกล่าวชีวิตนั้นว่าน้อยนัก ไม่ยั่งยืน มีความแปรเปลี่ยนไปเป็นธรรมดา ทั้งคนมั่งมีและคนยากจนก็ย่อมประสบเช่นนั้น ทั้งพาลและบัณฑิตก็ประสบเหมือนกันทั้งนั้น คนพาลนั้นแหละถูกเหตุแห่งทุกข์กระทบเข้าย่อมหวนไหวเพราะความเป็นคนโง่ ส่วนบัณฑิตถูกทุกข์กระทบเข้าก็ไม่หวนไหว”^๗

๘. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นว่าแม้แต่กาลเวลาก็ยังกลืนกินตัวของมันเองด้วย ดังพุทธพจน์ที่ว่า “กาลเวลาย่อมกลืนกินสัตว์ทั้งหลาย พร้อมกันไปกับตัวมันเอง”^๘

^๑ ชู. เถร. (ไทย) ๒๖/๔๕๑/๔๑๖.

^๒ ชู. ชา. (ไทย) ๒๘/๑๐๒/๑๙๙.

^๓ ส. ส. (ไทย) ๑๕/๔/๕.

^๔ ที. ม. (ไทย) ๑๐/๑๘๕/๑๓๑-๑๓๒.

^๕ ม. ม. (ไทย) ๑๓/๓๐๗/๓๗๐.

^๖ ม. ม. (ไทย) ๑๓/๓๐๗/๓๗๐.

^๗ ม. ม. (ไทย) ๑๓/๓๐๗/๓๗๐.

^๘ ชู. ชา. (ไทย) ๒๗๑๙๐/๑๑๖.

๙. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นว่า มัจจุราชย่อมกลืนกินคนอยู่โดยไม่เลือกเวลา ดังพุทธพจน์ที่ว่า “พญามัจจุราชย่อมกลืนกินข้าพเจ้าทุกเมื่อ ทั้งเวลาเย็นและเวลาเช้า”^๑

๑๐. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นว่าบุคคลควรเศร้าโศกถึงตนเองผู้ตกอยู่ในอำนาจแห่งมัจจุราช ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ถ้าบุคคลจะพึงเศร้าโศกถึงความตายที่ไม่มีแก่สัตว์ผู้เศร้าโศก ควรเศร้าโศกถึงตนเองผู้ตกอยู่ในอำนาจของมัจจุทุกเมื่อเถิด”^๒

๑๑. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นว่าไม่เพียงแต่อายุสังขารเท่านั้นที่จะคอยติดตามคนแม้วัยก็ติดตามอยู่ตลอดเวลา ดังพุทธพจน์ที่ว่า “อายุสังขารจะติดตามสัตว์ผู้ยืน นั่ง นอน และเดินไปมาเท่านั้นก็หาไม่ วัยย่อมติดตามเหล่าสัตว์แม้กระทั่งลี้มตาและหลับตา”^๓

๑๒. คำสอนเพื่อไม่ให้เศร้าโศกถึงบุคคลที่ตายไปแล้ว ดังพุทธพจน์ที่ว่า “เมื่อความพลัดพรากมีอยู่อย่างไม่ต้องสงสัย ในอรรถภาพที่เต็มไปด้วยอันตรายนี้ บุคคลควรเอ็นดูสัตว์ที่ยังเป็นอยู่ยังเหลืออยู่ ไม่ควรเศร้าโศกถึงสัตว์ที่ตายไปแล้ว”^๔

๑๓. คำสอนเพื่อไม่ให้ร้องไห้ถึงบุคคลที่ตายไปแล้ว ดังพุทธพจน์ที่ว่า “คนที่ร้องไห้ถึงคนที่ตายแล้ว เปรียบเสมือนทารกที่ร้องไห้ ต้องการดวงจันทร์ที่โคจรไปในอากาศ”^๕

๑๔. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นว่า การร้องไห้ถึงบุคคลที่ตายไปแล้วเป็นสิ่งไร้ประโยชน์ ดังพุทธพจน์ที่ว่า “คนที่ร้องไห้ถึงคนที่ตายแล้ว เป็นสิ่งไร้ประโยชน์ เปรียบเสมือนหม้อน้ำที่แตกแล้วจะประสานให้สนิทเหมือนเดิมไม่ได้”^๖

๑๕. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นว่า เมื่อถึงคราวตายไม่มีใครจะมาต้านทานไว้ได้ ดังพุทธพจน์ที่ว่า “บุคคลเมื่อถึงคราวจะตาย บุตรทั้งหลายก็ต้านทานไว้ไม่ได้ บิดาก็ต้านทานไว้ไม่ได้ พวกพ้องก็ต้านทานไว้ไม่ได้ แม้ญาติพี่น้องก็ต้านทานไว้ไม่ได้”^๗

๑๖. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นว่า บุคคลไม่ควรร้องไห้ถึงบุคคลที่ตายไปแล้วเพราะไม่มีประโยชน์แก่คนตาย ดังพุทธพจน์ที่ว่า “การร้องไห้ ความเศร้าโศก หรือความรำไห้คร่ำครวญอย่างอื่นใด ใครๆ ไม่ควรทำเลย เพราะการร้องไห้ เป็นต้นนั้น ไม่เป็นประโยชน์แก่ญาติผู้ล่วงลับไปแล้วญาติทั้งหลายก็ยังคงสภาพอยู่อย่างนั้น”^๘

^๑ ชุ.ชา. (ไทย) ๒๗/๑๕๔/๕๖๓.

^๒ ชุ.ชา. (ไทย) ๒๗/๑๑๐/๑๗๙.

^๓ ชุ.ชา. (ไทย) ๒๗/๑๑๑/๑๗๙.

^๔ ชุ.ชา. (ไทย) ๒๗/๑๑๒/๑๗๙.

^๕ ชุ.ชา. (ไทย) ๒๗/๒๕/๒๐๓.

^๖ ชุ.ชา. (ไทย) ๒๗/๒๗/๒๐๓.

^๗ ชุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๒๘๘/๑๒๒.

^๘ ชุ.ช. (ไทย) ๒๕/๑๐/๑๖.

๑๗. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นว่า การร้องไห้ถึงบุคคลที่ตายไปแล้วเป็นต้นไม่ได้ช่วยให้จิตใจสงบสบายเลย ดังพุทธพจน์ที่ว่า “การร้องไห้ ความเศร้าโศก จะช่วยให้จิตใจสงบสบายก็หาไม่ ทุกข์ยิ่งเกิดเพิ่มพูนทับทวี ทั้งร่างกายก็พลอยทรุดโทรม”^๑

๑๘. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นว่า การร้องไห้และความเศร้าโศกถึงบุคคลที่ตายไปแล้วไม่ทำให้ได้รับความสงบใจได้เลย ดังพุทธพจน์ที่ว่า “บุคคลจะได้รับความสงบใจ เพราะการร้องไห้ เพราะความเศร้าโศกก็หาไม่ ทุกข์ย่อมเกิดแก่ผู้นั้นยิ่งขึ้นและร่างกายของเขามีแต่จะซีดเซียวลง”^๒

๑๙. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นว่า การคร่ำครวญไม่สามารถคุ้มครองคนผู้จะไปสู่ปรโลกได้เลย ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ผู้ที่เบียดเบียนตนเอง ย่อมจะชুবพอม ไม่ผ่องใส สัตว์ทั้งหลายผู้จะไปสู่ปรโลก หากคุ้มครองตนอยู่ด้วยการคร่ำครวญนั้นได้ไม่”^๓

๒๐. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นว่า บุคคลผู้ทอดถอนใจถึงคนที่ตายไปแล้วย่อมบรรเทาความเศร้าโศกไม่ได้ ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ผู้ทอดถอนใจถึงคนที่ตายไปแล้วอยู่เสมอ บรรเทาความเศร้าโศกไม่ได้ตกอยู่ในอำนาจแห่งความเศร้าโศก ย่อมไม่ได้รับทุกข์มากขึ้น”^๔

๒๑. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นว่า สัตว์ทั้งหลายล้วนตกอยู่ในอำนาจมัจจุราช ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ท่านจงดูแม่น้ำคนเหล่านี้ผู้ใกล้จะตายไปตามกรรม และสัตว์ทั้งหลายในโลกนี้ ผู้ตกอยู่ในอำนาจมัจจุราชต่างพากันดิ้นรนอยู่ทั้งนั้น”^๕

๒๒. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นว่า บุคคลจะต้องพลัดพรากจากญาติพี่น้องและทั้งชีวิตไว้ในโลกนี้อย่างแน่นอน ดังพุทธพจน์ที่ว่า “บุคคลแม้จะดำรงชีวิตอยู่ถึง ๑๐๐ ปี หรือเกินไปบ้างก็ตาม ก็ต้องพลัดพรากจากหมู่ญาติ และต้องละทิ้งชีวิตไว้ในโลกนี้แน่นอน”^๖

๒๓. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นว่า การที่บุคคลกำหนดรู้ว่าคนที่ตายไปแล้วไม่สามารถจะฟื้นคืนชีพได้ก็เพราะได้ฟังธรรมของพระอรหันต์ ดังพุทธพจน์ที่ว่า “เพราะฉะนั้น บุคคลฟังธรรมเทศนาของพระอรหันต์แล้วเห็นคนล่วงลับดับชีวิตไป กำหนดรู้ว่าผู้ล่วงลับดับชีวิตไปนั้น ไม่สามารถฟื้นคืนชีวิตอยู่ร่วมกับเราได้อีก”^๗

^๑ ชุ. สุ. (ไทย) ๒๕/๕๙๐/๖๔๒.

^๒ ชุ. สุ. (ไทย) ๒๕/๕๙๐/๖๔๒.

^๓ ชุ. สุ. (ไทย) ๒๕/๕๙๑/๖๔๓.

^๔ ชุ. สุ. (ไทย) ๒๕/๕๙๒/๖๔๓.

^๕ ชุ. สุ. (ไทย) ๒๕/๕๙๓/๖๔๓.

^๖ ชุ. สุ. (ไทย) ๒๕/๕๙๔/๖๔๓.

^๗ ชุ. สุ. (ไทย) ๒๕/๕๙๖/๖๔๓.

๒๔. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นว่า ไม่มีใครที่จะสามารถเห็นบุคคลที่ตายจากโลกนี้ไปแล้วได้ ดังพุทธพจน์ที่ว่า “บุรุษผู้ตื่นขึ้นแล้ว ไม่เห็นสิ่งที่เกี่ยวข้องด้วยความฝัน ฉันทใด ใครๆ ก็ไม่เห็นชนผู้เป็นที่รัก ซึ่งตายจากไปแล้ว ฉันทนั้น”^๑

๒๕. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นว่า สัตว์โลกถูกความตายครอบงำ ดังพุทธพจน์ที่ว่า “สัตว์โลกถูกความตายครอบงำ และถูกความแก่รุ่มล้อมไว้”^๒

๒๖. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นว่า อายุของมนุษย์เมื่อผ่านไปแล้วก็ผ่านไปเลยย่อมไม่หวนกลับ ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ห้วงน้ำที่เต็มฝั่งเมื่อไหลไปย่อมไม่ไหลกลับฉันทใด อายุของมนุษย์ทั้งหลายเมื่อผ่านไปก็ย่อมไม่หวนกลับคืนฉันทนั้น”^๓

๒๗. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นว่า สัตว์ทั้งปวงย่อมถูกชราและมรณะพัดพาไป ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ห้วงน้ำที่เต็มฝั่งย่อมพัดพาเอาต้นไม้ที่เกิดอยู่ริมฝั่งให้หักโค่นไป ฉันทใด สัตว์ทั้งปวงย่อมถูกชราและมรณะพัดพาไปฉันทนั้น”^๔

๒๘. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นว่า เมื่อไม่มีกรรมชั่วมิได้ทำไว้แล้วในทีไหนเลย เพราะฉะนั้น ข้าพเจ้าจึงไม่รังเกียจความตายที่จะมาถึงตน”^๕

๒๙. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นว่า บุคคลผู้ตั้งอยู่ในธรรมแล้วไม่ต้องกลัวปรโลก ดังพุทธพจน์ที่ว่า “บุคคลเมื่อตั้งอยู่ในธรรมแล้ว ไม่ต้องกลัวปรโลก”^๖

๓๐. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นว่า บุคคลควรทำความเพียรเสียตั้งแต่วันนี้ เพราะชีวิตเป็นของไม่แน่นอน ดังพุทธพจน์ที่ว่า “บุคคลไม่ควรคำนึงถึงสิ่งที่ล่วงไปแล้ว ไม่ควรหวังสิ่งที่ยังไม่มาถึง สิ่งใดล่วงไปแล้ว สิ่งนั้นก็เป็นอย่างนั้นไปแล้ว และสิ่งใดที่ยังไม่มาถึง สิ่งนั้นก็เป็นอย่างนั้นยังไม่มาถึง ส่วนบุคคลใดเห็นแจ้งธรรมที่เป็นปัจจุบัน ไม่มัวนอนง่วง ไม่คลอนแคลนในธรรมนั้น ๆ บุคคลนั้นควรเจริญธรรมนั้นให้แจ่มแจ้ง บุคคลควรทำความเพียรตั้งแต่วันนี้ทีเดียว ใครเล่าจะรู้ว่า ความตายจักมีในวันพรุ่งนี้ เพราะว่าความผัดเผ็ดเพียงกับมัจจุราชผู้มีเสนามากนั้น ย่อมไม่มีแก่เราทั้งหลาย พระมุนีผู้สงบบเรียกบุคคลผู้มีความเพียร ไม่เกียจคร้านทั้งกลางวันและกลางคืน ซึ่งมีปกติอยู่อย่างนั้นแล้วผู้มีราตรีเดียวเจริญ”^๗

^๑ ชุ. ส. (ไทย) ๒๕/๘๑๔/๖๓๖.

^๒ ชุ. ขา. (ไทย) ๒๘/๑๐๕/๑๓๙.

^๓ ชุ. ขา. (ไทย) ๒๘/๑๐๗/๒๐๐.

^๔ ชุ. ขา. (ไทย) ๒๘/๑๐๘/๒๐๐.

^๕ ชุ. ขา. (ไทย) ๒๘/๑๕๗๖/๔๓๒.

^๖ ส. ส. (ไทย) ๑๕/๗๕/๘๒.

^๗ ม. อ. (ไทย) ๑๔/๒๗๒/๓๑๙-๓๒๐.

๓๑. คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นว่า เมื่อเวลาใกล้จะตายก็ไม่เศร้าโศก ชื่อว่าได้พบนิพพานแล้ว ดังพุทธพจน์ที่ว่า “บุคคลผู้ที่ตั้งใจชีวิตอยู่โดยไม่เดือดร้อน ในเวลาจนจะตายก็ไม่เศร้าโศก ชื่อว่าพบนิพพานแล้ว เป็นปราชญ์ แม้จะอยู่ท่ามกลางคนที่เศร้าโศก ก็ไม่เศร้าโศก”^๑

สรุปความ

จากการที่คณะผู้วิจัยได้ศึกษาถึงเรื่องความตายที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท พอที่จะสรุปสาระสำคัญได้ว่า ความตายถือว่าเป็นสังขารแห่งชีวิต มนุษย์ทุกคนที่เกิดมาในโลกนี้ก็เพื่อก้าวออกไปสู่ความตายด้วยกันทั้งนั้น ไม่มีใครสักคนจะหลีกเลี่ยงจากความตายไปได้ ความตายจึงนับได้ว่าเป็นจุดสุดท้ายแห่งการมาสู่โลกนี้ของมนุษย์ทุกคน เป็นสิ่งที่มนุษย์จะต้องประสบเหมือนกัน ความตายเป็นธรรมชาติที่มีมาพร้อมกับการเกิด เป็นเพื่อนที่ใกล้ชิดกับมนุษย์มากที่สุดกว่าสิ่งอื่นใด เพราะอย่างน้อยที่สุดมนุษย์ที่เกิดมาในโลกนี้ต่างก็มีประสบการณ์เกี่ยวกับเรื่องความตายนี้ด้วยกันทั้งนั้น เช่น ต้องประสบกับการสูญเสียบุคคลผู้เป็นที่รักของตน เมื่อเป็นเช่นนี้แล้ว เหตุใดคนส่วนมากจึงมักขลาดกลัวต่อความตาย พยายามดิ้นรนชวนขวยทุกวิถีทางเมื่อความตายอย่างกรายเข้ามาถึง ความจริงแล้วความตายไม่ใช่สิ่งที่น่ากลัว แต่สิ่งที่น่ากลัวน่าจะเป็นภาวะก่อนตายมากกว่า เพราะถ้าเวลาก่อนตายบุคคลเป็นผู้มีจิตเศร้าหมอง ก็มีหวังต้องไปสู่ทุคติ แต่ถ้าเวลาก่อนตายบุคคลเป็นผู้มีจิตผ่องใส ก็มีหวังไปสู่สุคติอย่างแน่นอน

ดังนั้น เรื่องความตายถือว่าเป็นเรื่องที่สำคัญมาก คณะผู้วิจัยจึงได้แยกเป็นประเด็นที่ควรศึกษาออกเป็น ๗ ประเด็นดังกล่าว มีเนื้อหาสาระพอสรุปได้ดังนี้

ประเด็นที่ ๑ ความหมายของความตาย ในคัมภีร์ต่าง ๆ ในทางพระพุทธศาสนาไม่ว่าจะเป็นพระไตรปิฎก อรรถกถา ตลอดจนคัมภีร์อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ได้อธิบายถึงความตายไว้ว่า ความตาย หมายถึงการทอดทิ้งร่างกายไว้ การขาดสิ้นชีวิตในภพหนึ่ง ๆ

ประเด็นที่ ๒ ประเภทของความตาย ในคัมภีร์ต่าง ๆ ได้กล่าวถึงประเภทของความตายไว้แตกต่างกัน เป็น ๒ ประเภทบ้าง ๓ ประเภทบ้าง ๔ ประเภทบ้าง ๕ ประเภทบ้าง ๙ ประเภทบ้าง กล่าวคือ

ความตาย ๒ ประเภท คือ (๑) กาลมรณะ ความตายตามกาล (๒) อกาลมรณะ ความตายโดยกาลอันไม่สมควรหรืออีก ๒ ประเภท คือ (๑) สังขตลักษณะมรณะ ความตายแห่งสังขตลักษณะ (๒) เอกภวาปริยาปันนชีวิตินทรีย์ปปัพพันทวิจเจทมรณะ ความตายคือความขาดการติดต่อกันไปแห่งชีวิตินทรีย์ที่เนื่องอยู่ในภพหนึ่ง

ความตาย ๓ ประเภท คือ (๑) สมมติมรณะ ความตายที่สมมติเรียกกัน (๒) ขณิกมรณะ ความตายชั่วขณะ (๓) สมุจเจทมรณะ ความตายเด็ดขาด

ความตาย ๔ ประเภท คือ (๑) สมุจเจทมรณะ (๒) ขณิกมรณะ (๓) สมมติมรณะ (๔) ชีวิตินทรีย์ปปัพพันทวิจเจทมรณะ

^๑ ชู . อุ . (ไทย) ๒๕/๓๙/๒๕๑ .

ความตาย ๕ ประเภท คือ (๑) ชาติปัจฉยามรณะ ความตายเพราะความเกิดเป็นปัจฉัย (๒) อุบัติกมมรณะ ความตายเพราะการกระทำ (๓) สรสมรณะ ความตายโดยสภาพคือตายเอง (๔) อายุขยมรณะ ความตายเพราะสิ้นอายุ (๕) ปุญญขยมรณะ ความตายเพราะสิ้นบุญ

ความตาย ๙ ประเภท คือ (๑) สมมติมรณะ ความตายที่สมมติเรียกกัน (๒) สันตติมรณะ ความตายด้วยการสืบทอดกันของรูปนาม (๓) ขณิกมรณะ ความตายชั่วขณะ (๔) สมุจเจทมรณะ ความตายอย่างเด็ดขาด (๕) ชาติขยมรณะ ความตายที่สูญสิ้นภพหนึ่งๆ (๖) อุบัติกมมรณะ ความตายโดยอาศัยความพยายามของตัวเอง หรือของคนอื่น (๗) สรสมรณะ ความตายที่ถึงกำหนดอายุและกรรม (๘) อายุขยมรณะ ความตายเพราะหมดสิ้นอายุ (๙) ปุญญขยมรณะ ความตายเพราะหมดสิ้นบุญ

ประเด็นที่ ๓ สาเหตุแห่งความตาย ในคัมภีร์ต่างๆ ได้กล่าวถึงสาเหตุแห่งความตายไว้ ๔ ประการ และ ๕ ประการ คือ

สาเหตุแห่งความตาย ๔ ประการ ได้แก่ (๑) อายุขยมรณะ ความตายเพราะสิ้นอายุ (๒) กัมมขยมรณะ ความตายเพราะสิ้นกรรม (๓) อุภยขยมรณะ ความตายเพราะสิ้นอายุและสิ้นกรรม (๔) อุบัติเจทมรณะ ความตายเพราะประสบอุบัติเหตุ โดยอายุและกรรมยังไม่สิ้น

สาเหตุแห่งความตาย ๕ ประการ ได้แก่ (๑) ชาติปัจฉยามรณะ ความตายเพราะความเกิดเป็นปัจฉัย (๒) อุบัติกมมรณะ ความตายเพราะการกระทำ (๓) สรสมรณะ ความตายโดยสภาพคือตายเอง (๔) อายุขยมรณะ ความตายเพราะสิ้นอายุ (๕) ปุญญขยมรณะ ความตายเพราะสิ้นบุญ

ประเด็นที่ ๔ ปรากฏการณ์ก่อนตายของบุคคล จะกล่าวอธิบายใน ๓ ลักษณะ คือ มรณาสันนกาล มรณาสันนวิถี และอารมณ์ของบุคคลผู้กำลังจะตาย สำหรับมรณาสันนกาล เมื่อว่าโดยระยะเวลาใกล้ตายแล้วมี ๒ อย่าง คือ (๑) วิถีจิตใกล้ตายชนิดธรรมดา ได้แก่ วิถีจิตใกล้ตายที่เกิดขึ้นแก่บุคคลผู้ที่จะตายภายในเวลา ๑-๒ นาที หรือ ๑-๒ ชั่วโมง เป็นต้น (๒) วิถีจิตใกล้จวนตาย ได้แก่ วิถีจิตใกล้ตายที่เกิดขึ้นแก่บุคคลผู้ที่จะตายภายในเวลาไม่ถึง ๑๐ วินาที หรือไม่ถึง ๒๐ วินาที สำหรับมรณาสันนวิถี คือวิถีจิตใกล้ตาย หากเกิดขึ้นแก่ผู้ใด ผู้นั้นต้องตายแน่นอน และผู้จะตายนี้ จะมีอารมณ์ปรากฏให้เห็น ๓ อย่าง คือ (๑) กรรมหรือกรรมอารมณ์ ได้แก่ อารมณ์ที่เกิดจากอำนาจของผลกรรมที่ได้กระทำไว้ก่อนแล้ว (๒) กรรมนิमितหรือกรรมนิมิตอารมณ์ ได้แก่ อารมณ์ที่เป็นนิमितเกิดจากการกระทำ ได้แก่ เครื่องมือเครื่องใช้อุปกรณ์ต่าง ๆ ที่ได้ใช้ในการกระทำกรรมนั้น ๆ ในอดีตมาปรากฏให้เห็นในมโนทวาร (๓) คตินิมิตหรือคตินิมิตอารมณ์ ได้แก่ นิมิตต่าง ๆ ที่ระลึกนึกเห็นเป็นมโนภาพ หรือเครื่องหมายที่จะนำไปเกิด หรือเห็นสถานที่ที่จะไปเกิดในภาพใหม่ว่าจะไปเกิดในสุดติหรือทุกคติในเวลาที่จะตายแล้ว

ประเด็นที่ ๕ ได้ยกตัวอย่างวิถีจิตใกล้ตายของบุคคลต่าง ๆ มาประกอบ ในลักษณะแตกต่างกัน ตั้งแต่ไปเกิดเป็นสัตว์นรก ไปเกิดเป็นสัตว์ดิรัจฉาน ไปเกิดเป็นเปรต ไปเกิดเป็นอสุรกาย หรือได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก หรือไปเกิดเป็นเทวดา ไปเกิดเป็นพรหม หรือบริณิพพานไม่มีการเกิดอีกต่อไป

ประเด็นที่ ๖ วิธีแก้ไขอารมณ์ของวิถิจิตีใกล้ตาย ได้กล่าวถึงวิธีช่วยแก้ไขกรรมอารมณ์เป็นต้นในเวลาใกล้ตาย มี ๒ วิธี คือ (๑) วิธีช่วยแก้ไขอารมณ์ในเวลาก่อนสิ้นชีวิต (๒) วิธีช่วยแก้ไขอารมณ์ในเวลาหลังสิ้นชีวิตไปแล้ว

ประเด็นที่ ๗ คำสอนเกี่ยวกับความตาย คณะผู้วิจัยได้นำหลักคำสอนที่เกี่ยวกับความตายมาเพื่อเป็นเครื่องประดับสติปัญญา

ในหลักคำสอนเกี่ยวกับความตายนี้ สอดคล้องสัมพันธ์กับ การใช้(ระลึกถึง)ความตายเป็นอารมณ์กัมมัฏฐานที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท คณะผู้วิจัยจะกล่าวในบทที่ ๓

บทที่ ๓

การใช้ความตายเป็นอารมณ์กัมมัญฐานที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

พระพุทธศาสนาเถรวาท มีวิธีสอนให้วิญญูชนสลายความกลัวตายออกจากใจหลายวิธีด้วยกัน วิธีหนึ่งที่ได้ผลและสามารถนำมาใช้ปฏิบัติได้จริง คือการใช้ความตายเป็นอารมณ์กัมมัญฐาน หรือการระลึกถึงความตายที่ตนเองจะได้ประสบอย่างแน่นอนในอนาคตอยู่เนืองๆ ที่เรียกว่า การเจริญมรณัสสติ ซึ่งการเจริญมรณัสสตินี้ ถือว่าเป็นกัมมัญฐานที่มีความสำคัญอีกอย่างหนึ่งที่พระพุทธองค์ ได้ตรัสสอนแก่พุทธบริษัททั้งหลายในโอกาสต่างๆ ดังนี้ เพื่อความเข้าใจมรณัสสติอย่างชัดเจน คณะผู้วิจัยจึงขอลำดับเรื่องมรณัสสติในแง่มุมต่างๆ จำแนกออกเป็น ๖ ประเด็น กล่าวคือ (๑) ความหมายแห่งมรณัสสติ (๒) การระลึกความตายที่เป็นมรณัสสติ (๓) มรณัสสติกัมมัญฐานที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท (๔) วิธีการปฏิบัติในการเจริญมรณัสสติ (๕) บุคคลกับการเจริญมรณัสสติ (๖) ประโยชน์ที่จะได้รับจากการเจริญมรณัสสติ ซึ่งมีรายละเอียดตามลำดับต่อไปนี้

๓.๑ ความหมายแห่งมรณัสสติ

มรณัสสติ คือ การระลึกถึงความตาย ซึ่งเป็นอุบายวิธีในการปฏิบัติต่อความตายที่พระพุทธองค์ทรงสอนไว้ มรณัสสตินี้จัดเป็นกัมมัญฐานที่มีความจำเป็นอย่างยิ่งสามารถจะใช้ประโยชน์ได้ในที่ทุกสถานในกาลทุกเมื่อ

มรณัสสติ แยกศัพท์ได้ดังนี้ มรณ+สติ และซ้อน ส เข้ามาหน้า ส จึงได้รูปสำเร็จเป็นมรณัสสติ เมื่อเขียนเป็นภาษาไทย จึงได้รูปเป็น มรณัสสติ

มรณ สำเร็จรูปมาจาก มร ธาตุ ลง ยุ ปัจจัย แปลง ยุ ปัจจัย เป็น อน และแปลง น เป็น ณ แปลว่า ความตาย มีวิเคราะห์ว่า มรณ มรณ ความตาย ชื่อว่ามรณะ หรือมีวิเคราะห์ว่า มรณติ เอเตนาคติ มรณ ชื่อว่ามรณะ เพราะเป็นเหตุตายของเหล่าสัตว์^๑ และคำว่า มรณะ นี้หมายถึงเอาความตาย ดังคำว่า มรณ ภวิสฺสตี ชีวิตินุหริยํ อุปัจฉิซฺชิสฺสตี ความตายจักมี ชีวิตจะขาดสูญ มรณ มรณ ความตาย ความตาย^๒ มรณ เม ชุวํ ชีวิตํ เม อทุชฺชวํ^๓ ความตายของเราเป็นของยังยืนส่วนชีวิตของเราเป็นของไม่ยั่งยืน อวสฺสํ มยา มริตพฺพ^๔ เราต้องตายแน่นอน

^๑ วิสุทฺธิ.(บาลี) ๒/๕๕๗/๑๗๘.

^๒ วิสุทฺธิ.(บาลี) ๑/๑๖๘/๒๕๐.

^๓ ชุ.ธ.อ. (บาลี) ๒/๑๗๔/๑๓๒.

^๔ ชุ.ชา. อ.(บาลี) ๒/-/๒๓๕.

สติ สำเร็จรูปมาจาก สร ชาติ มีความหมายเท่ากับ หีสา แปลว่า เบียดเบียน และลง ติ บังคับ แปลว่า สติ, ความรู้สึกตัว, ความระลึกได้ มีวิเคราะห์ว่า ปมาท สรติ หีสติ สติ (ความรู้สึกตัวที่เบียดเบียน ความประมาท ชื่อว่าสติ)

อีกนัยหนึ่ง คำว่า สติ สำเร็จรูปมาจาก สร ชาติ มีความหมายเท่ากับ จินต แปลว่า คิดได้ ระลึกได้ และลง ติ บังคับ ลบ ร ที่สุดชาติ^๑ มีวิเคราะห์ว่า สรติ จินตติ สติ อากาที่ระลึกได้ คิดได้ ชื่อว่าสติ และคำว่า สติ นี้หมายถึงการระลึก ดังคำว่า สติ คือความตามระลึกถึง ความระลึกได้เฉพาะหน้า สติ คือความระลึกได้ ความจำได้ ความไม่เลื่อนลอย ความไม่หลงลืม สติ คือ สตินทรีย์ (สติที่เป็นใหญ่) สติพละ (สติที่เป็นกำลัง) สัมมาสติ (ความระลึกชอบ) สติสัมโพชฌงค์ (สติที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้) เอกายนมรรค (สติที่เป็นทางสายเอก) นี้แหละชื่อว่าสติ^๒ แม้ในปุคคลบัญญัติ ก็กล่าวอธิบายไว้เช่นนี้เหมือนกันว่า “ความตามระลึกได้ ความหวงระลึก กิริยาที่ระลึก ความทรงจำ ความไม่เลื่อนลอย ความไม่หลงลืม สตินทรีย์ สติพละ สัมมาสติ นี้เรียกว่า สติ” สรุปรว่า มรณัสสติ คือการระลึกถึงความตาย

คำว่า มรณัสสติ มีปรากฏในพระไตรปิฎกหลายแห่ง เช่น ในปฐมมรณัสสติสูตร^๓ แห่งฉักกนิบาต อังคุตตรนิกาย มีพระดำรัสที่พระพุทธเจ้าตรัสถามภิกษุรูปหนึ่งว่า เธอเจริญมรณัสสติอย่างไร ในหุตียมรณัสสติสูตร^๔ แห่งฉักกนิบาต อังคุตตรนิกาย มีพระพุทธดำรัสว่า มรณัสสติที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก หยั่งลงสู่อมตะ มีอมตะเป็นที่สุด ในปฐมมรณัสสติสูตร^๕ และในหุตียมรณัสสติสูตร^๖ แห่งอัฐกนิบาต อังคุตตรนิกาย แม้จะมีชื่อเหมือนกัน แต่ก็มีองค์ธรรมมากกว่ากัน หรือในจุฬินิเทศ แห่งขุททกนิกาย ก็มีคำอธิบายลักษณะผู้มีสติไว้ตอนหนึ่งว่า ชื่อว่ามีสติ เพราะมรณัสสติ คือระลึกถึงความตายที่จะต้องเป็นธรรมดา^๗

อนึ่ง มรณัสสติ นี้ บางที่ใช้คำว่า มรณานุสติ ก็มี และมีใช้ในที่หลายแห่ง ดังเช่นคำที่ปรากฏในมหานิทเทศตอนหนึ่งว่า บุคคลกำลังเจริญมรณานุสติย่อมละกาม (กิเลสกามและวัตถุกาม) ได้โดยการข่มไว้^๘ ส่วนอีกตอนหนึ่ง มีอธิบายถึงบุคคลมีสติด้วยเหตุ ๑๐ อย่าง คือ...ชื่อว่ามีสติ เพราะมรณานุสติ^๙ หรือดังคำที่

^๑ พระมหาสมปอง มุทีโต. คัมภีร์อภิธานวรรณนา. (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๔๒), หน้า ๒๑๒-๒๑๓.

^๒ ชุ.ม. (ไทย) ๒๙/๓/๑๓.

^๓ อภิ.ปุ. (ไทย) ๓๖/๗๙/๑๖๕.

^๔ อง.จก.ก. (ไทย) ๒๒/๑๙/๔๔๔.

^๕ อง.จก.ก. (ไทย) ๒๒/๒๐/๔๔๗.

^๖ อง.อฏฐก. (ไทย) ๒๓/๗๓/๓๘๒.

^๗ ชุ.ม. (ไทย) ๒๙/๓/๘.

^๘ ชุ.จ. (ไทย) ๓๐/๘/๗๑.

^๙ ชุ.ม. (ไทย) ๒๙/๒/๘.

^{๑๐} ชุ.ม. (ไทย) ๒๙/๒/๑๓.

ปรากฏในคำที่พระสกวาทิถามพระปรวาทิว่า สภาวธรรมทั้งปวงเป็นพุทธานุสสติ อัมมานุสสติ สังฆานุสสติ สीलानุสสติ จาคานุสสติ เทวदानุสสติ อาณาปานุสสติ มรณานุสสติ กายคตาสติ อุปสมานุสสติใช้ใหม่^๑ สรุปรว่า มรณัสสติ หรือมรณานุสสติ โดยสรุปแล้ว ก็มีเนื้อหาสาระเหมือนกัน แตกต่างกันแต่เพียงอักษรเท่านั้น แต่ในการวิจัยครั้งนี้ จะใช้คำว่า มรณัสสติ แปลว่า การระลึกถึงความตาย, การระลึกถึงความตายที่ต้องมีเป็นธรรมดา ซึ่งหมายถึงการระลึกถึงความตายที่จะมีแก่ตนอย่างแน่นอน

สำหรับคำสอนในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทจะมีการนิยามคำไว้ เพื่อป้องกันไม่ให้คนนำไปใช้อ้างตีความ และขยายความตามสติปัญญาของตน และคำนิยามนี้ท่านเรียกว่า วจันตถะ ดังนั้น ในงานวิจัยนี้ จึงขอกล่าวถึงวจันตถะของมรณัสสติ ๓ อย่าง คือ

๑. มรณ อารพภ อุปปนฺหา สติ มรณัสสติ ชีวิตินุทริยูปจเจทการมมณาย สติยา เอตมธิวจหน^๒ แปลว่า การระลึกที่เกิดขึ้นเพราะปรารถนาถึงความตาย ชื่อว่ามรณัสสติ คำว่า มรณัสสติ นี้เป็นชื่อของสติที่มีการเข้าไปตัดชีวิตินทริยเป็นอารมณ์และวจันตถะนี้ ใช้ในพระไตรปิฎก ๒ แห่ง คือ เอกกนิบาต อังคุตตรนิกาย และ ปัญจกนิบาต อังคุตตรนิกาย^๓

๒. มรณ อารพภ อุปปนฺหา อานุสสติ มรณานุสสติ ชีวิตินุทริยูปจเจทการมมณาย สติยาเอตมธิวจหน^๔ แปลว่า การตามระลึกที่เกิดขึ้นเพราะปรารถนาถึงความตาย ชื่อว่ามรณานุสสติ คำว่า มรณัสสติ นี้เป็นชื่อของสติที่มีการเข้าไปตัดชีวิตินทริยเป็นอารมณ์

๓. ชีวิตินุทริยูปจเจทการมมณส อานุสสรณ มรณานุสสติ แปลว่า การระลึกถึงความตายคือความขาดสูญแห่งชีวิตินทริย(ที่ตนต้องประสบ) ชื่อว่ามรณานุสสติ ได้แก่สติ ซึ่งเรียกว่าสติเจตสิก ที่มีชีวิตินทริยูปจเจทการมณะเป็นอารมณ์

จากคำนิยามนี้ ทำให้ทราบว่า เมื่อใด สติในมหากุศลญาณสัมปยุตตจิต มีความตายชนิดชีวิตินทริยูปจเจทการมณะเป็นอารมณ์ เมื่อนั้น สตินั้นจัดเป็นมรณัสสติ

นอกจากนี้ ยังมีท่านผู้เป็นบัณฑิตหลายท่าน ได้ให้ความหมายแห่งมรณัสสติไว้ดังนี้ สมเด็จพระญาณสังวร^๕ ได้ตรัสถึงความหมายของมรณัสสติว่าเป็นการนึกถึงความตายชนิดหัดตายก่อนตายจริง มีจุดมุ่งหมาย เพื่อปลงใจจากกิเลสตัณหาอุปาทานทั้งหลายช่วยให้เข้าใจถึงความเปลี่ยนแปลงที่ไม่แน่นอนของชีวิตและโลกก่อนความตายจะมาถึงตน

^๑ อภ.ก. (ไทย) ๓๗/๓๐๑/๒๓๗.

^๒ อง.เอกก.อ.(บาลี) ๑/๒๙๗/๔๒๐.

^๓ อง.เอกก.(บาลี) ๒๐/๒๙๗/๓๒, อง.ฉก.ก. (บาลี) ๒๒/๑๙/๒๙๓.

^๔ วิสุทฺธิ. (บาลี) ๑/๑๒๓/๒๑๕.

^๕ สมเด็จพระญาณสังวร. **ความตายในมรณัสสติ พุทธวิธีต้อนรับความตาย.** (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ เลียงเชียง, ๒๕๓๑, หน้า ๑-๘.

พระอุปติสเถระ^๑ได้ตรัสถึงความหมายของมรณัสสติดังนี้ ความขาดแห่งชีวิตินทรีย์ นี้เรียกว่า มรณะ การระลึกถึงมรณะ (ความขาดแห่งชีวิตินทรีย์) นี้เรียกว่าปัจจุปัญฐาน (อาการปรากฏ) ของมรณัสสติ ความขาดไปแห่งชีวิตของบุคคลเป็นลักษณะของมรณัสสติ

พระธรรมธีรราชกุมาร^๒ (โชดก ญาณสิทธิ) กล่าวถึงความหมายของมรณัสสติว่าเป็นการระลึกถึงความตายอันจะมาถึงตน^๓ หมายความว่า ระลึกถึงความตายที่ตนจะต้องประสบแล้วเกิดความสังเวชใจอยู่เนื่อง ๆ

พระราชวรมุนี (ประยูร ปรยุตโต) กล่าวถึงความหมายของมรณัสสติว่าเป็นการระลึกถึงความตายอันจะต้องมีมาถึงตนเป็นธรรมดา พิจารณาให้ใจสงบจากอกุศลธรรม เกิดความไม่ประมาทและไม่หวาดกลัวคิด เร่งชวนชวนบำเพ็ญกิจและทำความดี^๔

พระไพศาล วิสาโล กล่าวถึงความหมายของมรณัสสติว่าเป็นการพิจารณาความตายสม่ำเสมอ คือ เตือนตนว่าความตายเป็นเรื่องธรรมดาที่จะต้องเกิดขึ้นกับเราไม่ช้าก็เร็ว การทำเช่นนี้สม่ำเสมอช่วยให้เราไม่ลืม ตายไม่อยู่อย่างประมาท^๕

พันตำรวจเอกประยูร ดิษฐานพงศ์ กล่าวถึงความหมายของมรณัสสติว่าเป็นการระลึกถึงความตายอันจะต้องมีมาถึงตนเป็นธรรมดา เป็นการพิจารณาให้ใจสงบจากอกุศล เพื่อให้เกิดความไม่ประมาทและไม่หวาดกลัว จะได้คิดเร่งชวนชวนบำเพ็ญกิจและทำความดีเอาไว้ หรือว่าเป็นการระลึกถึงความตายอันจะต้องมีมาถึงตนแน่นอน โดยนี้ว่า เรามีความตายเป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความตายไปได้ นี้ก็อย่างนี้อยู่เนื่อง ๆ จนจิต สงบเป็นสมาธิ คลายความยึดมั่นถือมั่นในชีวิตได้ ย่อมส่งผลให้เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาได้ชัดเจน ทำให้ได้ สติคิด ทำให้ปล่อยวาง เลียสละ ไม่สะสม ไม่กลัวความตายและไม่หลงตาย^๕

^๑ คณจารย์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **วิมุตติมรรค (พระอุปติสเถระ รจนา).** แปลจากฉบับ ภาษาอังกฤษของพระเอฮารา พระโสมเถระและพระเขมินเถระ. (กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘). ๑๕๘-๑๕๙.

^๒ พระธรรมธีรราชกุมาร. (โชดก ญาณสิทธิ). **หลักปฏิบัติสมณะ-วิปัสสนากัมมัฏฐาน.** กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๑), หน้า ๓๖.

^๓ พระราชวรมุนี (ประยูร ปรยุตโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์.** (กรุงเทพมหานคร : อมรินทร์การพิมพ์, ๒๕๒๗), หน้า ๒๑๔-๒๑๕.

^๔ พระไพศาล วิสาโล. **ความตายในมิติทางสังคมและจิตวิญญาณ.** (เอกสารประกอบการสัมมนาขยายวง หลักสูตรพุทธศาสตร์มหาบัณฑิตเรื่องชีวิตและความตายมหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย) (กรุงเทพมหานคร : เอกสารโรเนียว, ๒๕๔๘), หน้า ๒๖.

^๕ พ.ต.อ. ประยูร ดิษฐานพงศ์. **เตรียมตัวอย่างไรจึงจะตายอย่างมีสติ.** (กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิเผยแผ่คุณธรรมเพื่อการสงเคราะห์จิตใจคน, ๒๕๔๘), หน้า ๓, ๖๓.

จากที่กล่าวมานี้ ก็พอสรุปได้ว่า มรณัสสติ ก็คือการระลึกถึงความตาย อันได้แก่ การระลึกถึงความตายที่จะมาถึงตนอยู่เนื่อง ๆ จนจิตสงบ ไม่ประมาทในชีวิต รีบเร่งทำความดี รู้ตามความจริงว่า เราต้องตายแน่

๓.๒ การระลึกถึงความตายที่เป็นมรณัสสติ

วิญญูชน ผู้ไม่ประมาทในการดำเนินชีวิตมักเตือนตนเอง ด้วยการระลึกถึงความตาย ที่ตนเองจะได้ประสบอย่างแน่นอนในอนาคต อยู่เสมอ ๆ เมื่อเขาทำอยู่อย่างนั้นเนื่อง ๆ จิตใจจะโน้มไปในความไม่ประมาท มัวเมา แล้วเพียรสร้างสาธารณธรรมอันเหมาะสมแก่วัย โดยเฉพาะเมื่อคนอื่น หรือสัตว์อื่น ๆ ตายด้วยปัจจุบันเหตุอันไม่คาดคิด ก็จะมีอารมณ์ความตายของคนหรือสัตว์นั้น ๆ เข้ามาในตน ด้วยการตามระลึกถึงความตายว่า แม้เราก็ต้องตายเช่นนี้เหมือนกัน

เมื่อพูดถึงความตายแล้ว ในบทที่ ๒ ได้กล่าวถึงความตายไว้หลายประเภท อันได้แก่ความตาย ๒ ประเภท ความตาย ๓ ประเภท ความตาย ๔ ประเภท ความตาย ๕ ประเภท และความตาย ๘ ประเภท แต่ในที่นี้จะกล่าวเฉพาะความตาย(มรณะ) ๔ ประเภท^๑ กล่าวคือ (๑) สมุจเจทมรณะ (๒) ขณิกมรณะ (๓) สัมมตีมรณะ (๔) ชีวิตินทรีย์ปัจเจทมรณะ

บรรดาความตายทั้ง ๔ ประเภทนั้น (๑) ความตายประเภทแรกที่เรียกว่าสมุจเจทมรณะ เป็นการปริณิพพานของพระอรหันต์ทั้งหลาย ซึ่งเป็นความดับของเบญจขันธ์โดยไม่เกิดขึ้นอีก ซึ่งไม่เกี่ยวกับสามัญชนคนทั่วไป (๒) ขณิกมรณะ เป็นความดับที่เรียกว่าภังคักขณะของนามและรูป ซึ่งเป็นธรรมชาติที่ละเอียดเกินกว่าที่ภูมิปัญญาของพาลปุถุชนจะพิจารณาเห็นได้ (๓) สัมมตีมรณะ เป็นความตายที่ไม่ก่อให้เกิดความสังเวชขึ้นในใจของวิญญูชนได้เลย ดังนั้น ความตายทั้ง ๓ ประเภทดังกล่าวมา จึงไม่สามารถใช้เป็นอารมณ์ของมรณัสสติได้ (๔) ชีวิตินทรีย์ปัจเจทมรณะซึ่งเป็นความตายประเภทสุดท้ายนั้น เป็นความตายประเภทเดียวที่ใช้เป็นอารมณ์ของมรณัสสติได้^๒ เพราะความขาดสูญแห่งชีวิตินทรีย์ในภพหนึ่ง ๆ นั้น เป็นภัยที่น่าสะพรึงกลัวของเหล่าสัตว์ที่ยังดำรงชีวิตอยู่

นอกจากนั้น ความตายประเภทสุดท้ายนี้ ยังสามารถเชื่อมโยงไปถึงความตาย ๒ ประเภท คือ (๑) ความตายตามกาล ที่เรียกว่า กาลมรณะ ได้แก่ ความตายเพราะสิ้นบุญ ตายเพราะสิ้นอายุ หรือตายเพราะทั้งสองอย่างคือทั้งสิ้นบุญและสิ้นอายุ (๒) ความตายโดยกาลอันไม่สมควร หรือความตายที่ยังไม่ถึงเวลาที่เรียกว่า อกาลมรณะ ได้แก่ ความตายเพราะถูกอาวุธลอบสังหารกรรมเข้าตัดรอน เช่นการตายด้วยอุบัติเหตุต่าง ๆ มีถูกรถชนตาย ตกน้ำตาย ถูกเพลิงเผาตาย หรือตายเพราะมหาวาตภัย อุทกภัย ปลูกพืชลมนัยเป็นอาทิ ภัยดังกล่าวมานั้นเกิดขึ้นแต่ครั้งย่อมคร่าชีวิตสัตว์ไปมากมาย ก่อให้เกิดความเศร้าโศก ปริเวทนาการ แก่ญาติมิตร

^๑ วิสุทฺธิ. ฎีกา (บาลี) ๑/๑๖๗/๓๔๓.

^๒ วิสุทฺธิ. ฎีกา (บาลี) ๑/๑๖๗/๓๔๓.

ผู้ยังมีชีวิตอยู่อย่างมากมายประหนึ่งว่าจะสิ้นชีพิตักษัยตามไปเลยทีเดียว^๑ ความตายทั้ง ๒ ประเภทนี้ย่อมสงเคราะห์เข้าในความขาดแห่งชีวิตินทรีย์ การระลึกถึงความตายกล่าวคือความขาดแห่งชีวิตินทรีย์ ด้วยประการดังกล่าวมานี้ ท่านเรียกว่า มรณัสสติ และความตายที่เรียกว่าเป็นมรณัสสติ จะต้องมีหลักธรรมประกอบ ๓ ประการ^๒ กล่าวคือ (๑) สติ (๒) สังเวคะ (๓) ญาณ

ในหลักธรรม ๓ ประการ แต่ละประการ มีอธิบายดังนี้

๑. สติ คือการที่บุคคลระลึกถึงคำของบัณฑิตได้ว่า คนที่เกิดแล้ว ต้องตายแน่นอน
๒. สังเวคะ คือการระลึกถึงคำเช่นนี้ได้ บุคคลจะเกิดสังเวชและมีความระลึกว่า แม้เราและสัตว์อื่นก็ต้องตายอย่างแน่นอน
๓. ญาณ คือเมื่อเกิดความสังเวชและมีความระลึกรู้เช่นนี้แล้ว เมื่อคนที่รักตาย หรือญาติตายจากไปเป็นต้น บุคคลก็เลยไม่มีความเศร้าโศกเสียใจ ทุกข์กาย ทุกข์ใจ หรือเร่าร้อนใจแต่ประการใด หากมีหลักธรรมครบทั้ง ๓ ประการนี้จัดเป็นมรณัสสติ ที่มีโยนิโสมนสิการ^๓

ในหนังสือพุทธธรรม อธิบายขยายความไว้ว่า สติ คือความกำหนดใจได้ หรือมีใจอยู่กับตัว ระลึกถึงสิ่งทีพึงเกี่ยวข้องจัดทำ สังเวคะ คือความรู้สึกเราใจ ได้คิด และสำนึกที่จะเร่งรีบทำการ และญาณคือความรู้เท่าทันธรรมดา หรือรู้ตามเป็นจริง ทั้ง ๓ อย่างนี้ เป็นหลักการคิดถึงความตายอย่างมีโยนิโสมนสิการ ซึ่งเป็นการทำใจหรือคิดถูกวิธี ซึ่งจะเกิดกุศลธรรม คือเกิดความรู้สึกตื่นตัวเราใจ ไม่ประมาท เร่งชวนชวยปฏิบัติกิจหน้าที่ ทำสิ่งดีงามเป็นประโยชน์ ประพฤติปฏิบัติธรรมตลอดจนรู้เท่าทันความจริงที่เป็นคติธรรมของสังขาร แต่ถ้าไม่มีโยนิโสมนสิการ คือทำใจหรือคิดไม่ถูกวิธี อกุศลธรรมก็จะเกิดขึ้น เช่น คิดถึงความตายแล้วสลัดหลุดไปเกิดความรู้สึกเศร้าโศกความเหี่ยวแห้งใจบ้าง เกิดความหวนกลัวหวาดเสียวใจบ้าง ตลอดจนเกิดความดีใจเมื่อนึกถึงความตายของคนทีเกลียดชังบ้าง เป็นต้น^๔ นอกจากนี้สิ่งที่ควรกำหนดไว้ในใจอีกอย่างหนึ่ง ก็คือการระลึกความตายทีเกี่ยวข้องกับตนเช่นให้ระลึกถึงความตายว่า เราเพิ่งเป็นอยู่ได้เพียงชั่วขณะเดียวกินข้าวคำหนึ่ง หรือเราเพิ่งเป็นอยู่เพียงชั่วขณะหายใจเข้า หายใจออกเท่านั้น ดังข้อความทีกล่าวมาแล้วในบทที่ ๒

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า การระลึกถึงความตายทีเป็นมรณัสสติ ก็คือระลึกถึงความขาดสูญไปแห่งชีวิตินทรีย์ (นามรูป) ของตน ซึ่งเกี่ยวข้องทั้งกาลมรณะและอกาลมรณะ อันมีสติ สังเวคะ และญาณ ประกอบพร้อมอยู่ด้วย

^๑ วิสุทฺธิ. (บาลี) ๑/๑๖๗/๒๕๐, วิสุทฺธิ.ฎีกา (บาลี) ๑/๑๖๗/๓๔๓.

^๒ วิสุทฺธิ.(บาลี) ๑/๑๖๘/๒๕๐-๒๕๑.

^๓ วิสุทฺธิ. ฎีกา (บาลี) ๑/๑๖๘/๓๔๓.

^๔ พระเทพเวที. (ประยุทธ์ ปยุตฺโต). **พุทธธรรม**. (กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๒),

การระลึกถึงความตายที่ไม่เป็นมรณัสสติ

ในคัมภีร์พระไตรปิฎก กล่าวถึงบุคคลที่ระลึกถึงความตายแล้วเกิดความเบื่อหน่ายไม่อยากเป็นอยู่ อยากจะตาย จึงพยายามทำทุกอย่างเพื่อให้ตนตาย ดังข้อความที่เล่าไว้ว่า อุบาสกคนหนึ่งมีภรรยาสวย เขาได้ล้มป่วยลง เมื่อพระนัฬพคคีย์ ซึ่งเป็นกลุ่มพระสงฆ์ผู้ประพฤติตนไม่ดี ทั้งมีจิตรักใคร่ในภรรยาของอุบาสกนั้น ไปเยี่ยมอุบาสกนั้น แล้วบอกอุบาสกนั้นว่าท่านทำบุญทำความดีไว้มาก จะทนเจ็บป่วยไปทำไมตายเสียเถิด ท่านตายก็จะไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์ อุบาสกเชื่อตามที่พระนัฬพคคีย์พูดจึงระลึกถึงความตายของตนทั้งพยายามทำทุกอย่างเพื่อที่จะให้ตนตาย เช่น กินของแสดลง จนอาการเจ็บป่วยหนักและตายลงในที่สุด^๑

จากตัวอย่างนี้ มิใช่การระลึกถึงความตายที่ประกอบด้วยองค์ ๓ คือ สติ สังเวคะ และญาณ เหตุเพราะถูกชักชวนให้ตาย และระลึกถึงความตายอย่างขาดปัญญา ทั้งพยายามทำทุกอย่างเพื่อให้ตนตายอีกด้วย ดังนั้น จึงเป็นการระลึกถึงความตายที่ไม่เป็นมรณัสสติ

อนึ่ง มรณัสสติ นี้ ท่านนักปราชญ์ทางศาสนา ได้จำแนกประเภทไว้ ๔ ประเภท^๒ คือ (๑)มรณัสสติที่เกี่ยวข้องด้วยทุกข์กังวล (๒) มรณัสสติที่เกี่ยวข้องด้วยความกลัว (๓) มรณัสสติที่เกี่ยวข้องด้วยอุเบกขา (๔) มรณัสสติที่เกี่ยวข้องด้วยปัญญา

แต่ละประการมีอธิบายดังนี้ ความระลึกที่เกี่ยวกับความสูญเสียบุตรอันเป็นที่รักของตน นี้เรียกว่ามรณัสสติที่เกี่ยวข้องด้วยทุกข์กังวล

ความระลึกที่เกี่ยวกับความตายอย่างกะทันหันของบุตรเป็นที่รักของตนนี้ เรียกว่ามรณัสสติที่เกี่ยวข้องด้วยความกลัว

การที่สัปเหร่อระลึกถึงตาย นี้เรียกว่ามรณัสสติที่เกี่ยวข้องด้วยอุเบกขา

บุคคลเมื่อระลึกถึงธรรมชาติของโลกเกิดความเบื่อหน่ายนี้ เรียกว่ามรณัสสติที่เกี่ยวข้องด้วยปัญญา

ในมรณัสสติ ๔ ประเภทนี้ มรณัสสติที่เกี่ยวข้องด้วยปัญญาเป็นสิ่งที่ควรเจริญ ส่วนมรณัสสติอีก ๓ ข้างต้น ไม่ควรเจริญหรือปฏิบัติ เพราะมรณัสสติทั้ง ๓ เหล่านี้ ไม่สามารถกำจัดทุกข์ได้ ดังนั้น จึงควรเจริญมรณัสสติที่เกี่ยวข้องด้วยปัญญา เพราะสามารถกำจัดทุกข์ได้

๓.๓ มรณัสสติกัมมัฏฐานที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

สำหรับในหัวข้อนี้ เพื่อให้กำหนดได้ง่ายจะแยกกล่าวเป็น ๒ หัวข้อใหญ่ คือ (๑) อารมณกัมมัฏฐานที่เป็นมรณัสสติ (๒) คำภาวนาเกี่ยวกับการเจริญมรณัสสติกัมมัฏฐาน จะกล่าวตามลำดับดังนี้

^๑ ดูประกอบ วิ.มหา.(ไทย) ๑/๑๖๘-๙/๑๓๙-๑๔๐.

^๒ คณาจารย์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **วิมุตติมมรรค (พระอุปติสสเถระ รจนา)**. แปลจากฉบับภาษาอังกฤษของพระเอฮารา พระโสมเถระและพระเขมินทเถระ, (กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๑๕๙.

๓.๓.๑ อารมณ์กัมมัญฐานที่เป็นมรณัสสติ

ในหัวข้อนี้ จะทำความเข้าใจเกี่ยวกับอารมณ์กัมมัญฐาน เป็นเบื้องต้นก่อน **อารมณ์กัมมัญฐาน** แยกศัพท์ออกเป็น ๒ คำ คือ อารมณ์ กับ กัมมัญฐาน

คำว่า **อารมณ์** หมายถึงสิ่งหนึ่งหนึ่งจิต, สิ่งที่ยึดตั้งจิตไว้, สิ่งที่จิตไปเกาะเกี่ยวอยู่แล้วยึดตั้งไว้^๑ หรือหมายถึงเครื่องยึดเหนี่ยวของจิต, สิ่งที่ยึดยึดเหนี่ยว, สิ่งที่ถูกจับหรือถูกรับรู้^๒ ได้แก่อายตนะภายนอก ๖ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และธรรมารมณ์

คำว่า **กัมมัญฐาน** หมายถึงที่ตั้งแห่งกรรมคืองานของใจ,ที่ตั้งแห่งการงาน, อารมณ์เป็นที่ตั้งแห่งการงานของใจ,อุบายทางใจ, วิธีฝึกอบรมจิต^๓ กัมมัญฐานมี ๒ ประเภท คือ (๑) สมถกัมมัญฐาน กัมมัญฐานเป็นอุบายทำให้สงบ หรือกัมมัญฐานเพื่อทำให้สงบ หรืออุบายวิธีสงบใจ (๒) วิปัสสนากัมมัญฐานกัมมัญฐานเป็นอุบายทำให้เกิดปัญญารู้แจ้งเห็นจริง หรือกัมมัญฐานเพื่อให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งสภาวะธรรมต่าง ๆ ตามความเป็นจริง คือเห็นปัจจุบัน รูปนาม ไตรลักษณ์ มรรค ผล นิพพาน หรืออุบายเรื่องปัญญา

อารมณ์กัมมัญฐาน คือสิ่งที่ยึดเหนี่ยว หรือผูกใจไว้มิให้ฟุ้งซ่านให้สงบนิ่งให้หยุดอยู่กับที่^๓ และอารมณ์กัมมัญฐานนี้เป็นอุบายวิธีควบคุมใจให้สงบและให้เกิดปัญญา

ในหนังสือสมถะ-วิปัสสนากัมมัญฐาน^๔ได้อธิบายถึงกัมมัญฐานและอารมณ์กัมมัญฐานเพิ่มเติมไว้ว่า คำว่า กัมมัญฐาน แปลว่าเป็นที่ตั้งแห่งการเจริญสมถะและวิปัสสนา, หรือ(อารมณ์) อันเป็นที่ตั้งแห่งการเจริญสมถะ วิปัสสนา ชื่อว่ากัมมัญฐานหรือ(ความพยายามที่เกิดขึ้นก่อน ๆ) อันเป็นที่ตั้งแห่งความพยายามที่เกิดขึ้นหลังๆ ชื่อว่ากัมมัญฐาน

กัมมัญฐาน มี ๒ อย่าง คือ (๑) อารมณ์กัมมัญฐาน (๒) อารัมมณิกภาวนากัมมัญฐาน

อารมณ์กัมมัญฐาน ได้แก่อารมณ์ของสมถะมีปฏิวิกิจเป็นต้นและอารมณ์ของวิปัสสนามีรูปนามเกิดอยู่ในภูมิทั้ง ๓ หรือจะกล่าวสั้น ๆ ว่า อารมณ์ของสมถะ วิปัสสนา มีกสิณเป็นต้น ก็ได้

อารัมมณิกภาวนากัมมัญฐาน ได้แก่การพยายามเจริญสมถะ วิปัสสนา ที่เกิดขึ้นก่อน ๆ หมายความว่าความพยายามที่เกิดขึ้นครั้งหลัง ๆ นี้ มีความพยายามที่เกิดขึ้นแล้วในขณะก่อนๆ เป็นระยะสืบต่อกันมานั่นเองเป็นที่ตั้ง ฉะนั้น ความพยายามที่เกิดขึ้นก่อน ๆ นั้น จึงชื่อว่าอารัมมณิกภาวนากัมมัญฐาน

^๑ พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช,ป.๕.๙, ราชบัณฑิตยสถาน). คำวัด ๓. (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เชียงใหม่, ๒๕๕๕), หน้า ๒๐๐.

^๒ พระราชวรมุนี (ประยูร ปยุตโต). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์. (กรุงเทพมหานคร : อมรินทร์การพิมพ์, ๒๕๒๗), หน้า ๑๑,๔๑๑.

^๓ พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช,ป.๕.๙, ราชบัณฑิตยสถาน). คำวัด ๑. (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เชียงใหม่, ๒๕๕๕), หน้า ๕.

^๔ พระสังฆมโฆสิตกะ ธัมมาจริยะ. สมถกรรมฐานที่ปณี. (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ทิพย์วิสุทธ์, ๒๕๓๙), หน้า ๒๓-๒๔.

อารมณ์กัมมัฏฐาน ได้ชื่อว่าเป็นอารมณ์มกธรรม อุปมาเหมือนกับตัวละคร ส่วนอารมณ์กัณหา
กัมมัฏฐาน ได้ชื่อว่าอารมณ์มกธรรม อุปมาเหมือนกับผู้ดูละคร

นอกจากนี้ กัมมัฏฐานมีวจนัตถะ(ความหมายของคำ)อีกว่า แปลว่า กัมมะ (คือสมถกัมมัฏฐานและ
วิปัสสนากัมมัฏฐาน) เป็นเหตุแห่งการได้บรรลุมรรคผลและนิพพานที่เป็นคุณพิเศษฉะนั้น จึงชื่อว่า
กัมมัฏฐาน หรือแปลว่า ความพยายามเจริญกัมมัฏฐาน เป็นเหตุแห่งการได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน
ที่เป็นคุณพิเศษ ฉะนั้น จึงชื่อว่ากัมมัฏฐาน^๑

วจนัตถะทั้ง ๒ นี้ จึงสรุปได้ว่า การเจริญสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐานทั้งสองนี้ ชื่อว่า
กัมมัฏฐาน เพราะเป็นเหตุให้ผู้เจริญได้บรรลุมรรคผลและนิพพาน และมรณัสสตินี้ นับว่าเป็นกัมมัฏฐาน
อย่างหนึ่งในกัมมัฏฐาน ๔๐ อย่าง จัดเป็นสมถกัมมัฏฐาน^๒

เมื่อกล่าวถึงกัมมัฏฐานแล้ว จะกล่าวถึงสมถกัมมัฏฐานสักเล็กน้อย คำว่า สมถกัมมัฏฐาน แยกเป็น
๒ คำ คือ สมถะ กับ กัมมัฏฐาน

คำว่า สมถะ แปลว่า ธรรมที่ทำให้กิเลสสงบ, ธรรมที่ทำให้จิต(ที่ยังไม่สงบ) สงบลง, ธรรมที่ทำให้
ธรรมอย่างหยาบมีวิตกเป็นต้นสงบ ส่วนกัมมัฏฐานก็เหมือนกับที่กล่าวมาแล้ว ดังนั้น สมถกัมมัฏฐาน จึง
หมายถึงกัมมัฏฐานที่ทำให้กิเลสสงบ ทำให้จิตสงบ หรือทำให้ธรรมอย่างหยาบมีวิตกเป็นต้นสงบ หากกล่าว
สรุปแล้ว สมถกัมมัฏฐาน ก็คือกัมมัฏฐานเพื่อทำให้สงบ สมถกัมมัฏฐาน มี ๒ อย่าง^๓ คือ (๑) ปริตตสมถ
กัมมัฏฐาน คือกัมมัฏฐานที่มีกำลังน้อย หมายถึงกัมมัฏฐานที่มีกำลังน้อยยังไม่เข้าถึงอัปปนาสมาธิ (๒)มหัคคต
สมถกัมมัฏฐาน คือกัมมัฏฐานที่มีกำลังมาก หมายถึงกัมมัฏฐานที่มีกำลังมาก เข้าถึงอัปปนาสมาธิ สามารถเพ่ง
อารมณ์สมถะอย่างแน่วแน่ จนสามารถข่มและประทอนนิรวรณทั้งหลายได้

ในสมถกัมมัฏฐาน มีอารมณ์กัมมัฏฐาน ๔๐ อย่าง คือ กสิณ ๑๐ อสุภะ ๑๐ อนุสสติ ๑๐
พรหมวิหาร ๔ อรูป ๔ สัจญา ๑ วัตถาน ๑^๔ ซึ่งมรณัสสตินี้จัดอยู่ในอนุสสติ ๑๐^๕ ได้แก่

๑. พุทธานุสสติ (การระลึกถึงพระพุทธเจ้า) คือน้อมจิตระลึกถึงและพิจารณาคุณของพระพุทธเจ้า
๒. ธรรมานุสสติ (การระลึกถึงพระธรรม) คือน้อมจิตระลึกถึงและพิจารณาคุณของพระธรรม
๓. สังฆานุสสติ (การระลึกถึงพระสงฆ์) คือน้อมจิตระลึกถึงและพิจารณาคุณของพระสงฆ์

^๑ อภ.วิ.มูลฎีกา (บาลี) ๑/๓๕๖/๑๗๐, ๓๖๒/๑๗๒ กัมมเมว วิเสสธิคมสฺส ฐาหนติ กัมมฏฐานํ ภาวนา วุจฺจ
ติ., กัมมเมว วิเสสธิคมสฺส ฐานํ กัมมฏฐานํ กัมเม วา ฐานํ ภาวนารมโฆ กัมมฏฐานํ.

^๒ วิสุทฺธิ.(บาลี) ๑/๑๔๗/๑๑๙.

^๓ พระลัทธัมมโชติกะ ธรรมจริยะ. **สมถกรรมฐานที่ป็น**. (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ทิพย์วิสุทฺธิ์, ๒๕๓๙),
หน้า ๑๖-๑๗.

^๔ พระธรรมธีรราชฆมาภินิ. (โชดก ญาณลิตฺธิ). **หลักปฏิบัติสมถะ-วิปัสสนากัมมัฏฐาน**. (กรุงเทพมหานคร :
โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๑), หน้า ๑๒.

^๕ อัง.เอกก. (ไทย) ๒๐/๔๗๓-๔๗๒/๕๐.

๔. สีสานุสสติ (การระลึกถึงศีล) คือน้อมจิตระลึกถึงศีลของตนที่ได้ประพฤติปฏิบัติบริสุทธิไม่ต่างพร้อย
๕. จาคานุสสติ (การระลึกถึงบริจาค) คือน้อมจิตระลึกถึงทานที่ตนได้บริจาคแล้ว และพิจารณาเห็นคุณธรรมคือความเผื่อแผ่เสียสละที่มีในตน
๖. เทวตานุสสติ (การระลึกถึงเทวดา) คือน้อมจิตระลึกถึงเทวดาทั้งหลายที่ตนเคยรู้และพิจารณาเห็นคุณธรรมอันทำบุคคลให้เป็นเทวดานั้นๆ ตามที่มีอยู่ในตน
๗. มรณัสสติ (การระลึกถึงความตาย) คือระลึกถึงความตายอันจะต้องมีมาถึงตนเป็นธรรมดาพิจารณาเพื่อจะให้เกิดความไม่ประมาท
๘. กายคตาสติ (สติอันไปในกาย) คือกำหนดพิจารณากายนี้ให้เห็นว่าประกอบด้วยส่วนต่าง ๆ อันไม่สะอาด ไม่งาม น่ารังเกียจ เป็นทางรู้เท่าทันสภาวะของกายนี้มีให้หลงใหลมัวเมา
๙. อานาปานสติ คือสติกำหนดลมหายใจเข้า-ลมหายใจออก
๑๐. อุปสมานุสสติ (การระลึกถึงธรรมเป็นที่สงบใจ) คือระลึกถึงและพิจารณาคุณของพระนิพพานอันเป็นที่ระงับกิเลสและความทุกข์^๑
- นอกจากนี้ หากผู้ใดได้เจริญมรณัสสติ ผู้นั้นได้ชื่อว่าเป็นผู้ไม่ห่างจากฌาน ทำตามคำสอนของพระศาสดา ปฏิบัติตามโอวาท กินข้าวอย่างไม่สุญเปล่า^๒

๓.๓.๒ คำภาวณาเกี่ยวกับการเจริญมรณัสสติกัมมัฏฐาน

เมื่อทราบถึงอารมณ์กัมมัฏฐานแล้ว หากมีคำถามว่า อารมณ์กัมมัฏฐาน ที่เป็นมรณัสสติ คืออะไร ก็มีคำตอบว่า อารมณ์กัมมัฏฐานที่เป็นมรณัสสติ ก็คือกัมมัฏฐานที่มีการระลึกถึงความตายเป็นอารมณ์ โดยความก็คือการระลึกถึงความตาย หรือการระลึกถึงความตายอันจะมาถึงตน หรือการระลึกถึงความตายที่ตนจะต้องประสบแล้วเกิดความสังเวชใจอยู่เนื่อง ๆ โดยมีการกำหนดภาวนา^๓ พอสรุปได้ดังนี้

๑. อทุฐว เม ชีวิติ, ฐว มรณิ แปลว่าชีวิตของเราไม่ยั่งยืน, ความตายเป็นของยั่งยืน
๒. อวสสั มยา มริตพพึ แปลว่าเราจะต้องตายแน่
๓. มรณปริโยสานั เม ชีวิติ แปลว่าชีวิตของเรามีความตายเป็นที่สุด
๔. ชีวิตเมว อนียตัง, มรณิ นียตัง แปลว่าชีวิตเป็นของไม่แน่นอน, ความตายเป็นของแน่นอน
๕. มรณิ ภวิสสติ, ชีวิตินุหริยั อุปัจฉิตุสสติ แปลว่าความตายจักมี, ชีวิตินุหริยัจักขาด
๖. มรณิ มรณิ แปลว่าความตาย ความตาย

^๑ ดูประกอบ วิสุทธิ.(บาลี) ๑/๔๗/๑๑๙, พระเทพเวที (ประยูรค์ ปยุตโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับ**

ประมวลธรรม, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๒), หน้า ๒๙๓-๒๙๔.

^๒ ดูประกอบ อัง.เอกก. (ไทย) ๒๐/๓๘๒/๔๖,๔๙๓-๕๖๒/๕๐-๕๑.

^๓ **ภาวนา** หมายถึงทำให้เจริญขึ้น คือทำศีล สมาธิ ปัญญาให้เกิดขึ้นเจริญขึ้น เนื่อง ๆ เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของจิตที่คิดผิดเห็นผิดทำผิด พุทธิตให้เกิดความเปลี่ยนแปลงกลับมาคิดถูกเห็นถูกพูดถูกทำถูกขึ้น ตามกำลังอำนาจของปัญญานั้นเอง (ม.ม.อ. ๒/๔๖๒/๒๗๑-๒๗๒, ส.ม.อ.(บาลี) ๓/๓๗๖/๒๗๘, ขุ.ป.อ. (บาลี) ๑/๒๖/๑๔๐).

๗. อหัมปิ มริสฺสามิ, ตุมฺเหปิ มริสฺสถ แปลว่าเราจักตาย แม้พวกท่านก็จักตาย
 ๘. สพฺพสฺตฺตานํ ชีวิตํ มรณปริโยสานเมว แปลว่าชีวิตของสัตว์ทุกชนิด มีความตายเป็นที่สุด
 ทั้งนั้น
 ๙. มรณธมฺมํ มตํ, ภิชฺชนธมฺมํ ภินฺนํ แปลว่าสิ่งที่ต้องตายเป็นธรรมดา ตายไปแล้ว สิ่งที่ต้องแตก
 ไปเป็นธรรมดา แตกไปแล้ว

๑๐. อชฺเชว กิจฺจมาตฺตปฺปํ โภ ชมฺญฺยา มรณํ สุเว แปลว่าบุคคลควรทำความเพียรเสียในวันนี้ ใครเล่า
 จะรู้ว่า ความตายจักมีในวันพรุ่งนี้

๑๑. ภิชฺชนธมฺมํ ภิชฺชติ, สพฺเพ สงฺขารา อนิจฺจา เอวํคตฺติกาเยว (สิ่งที่ต้องแตกไปเป็นธรรมดาอย่าอม
 แตกไป สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง มีคตินี้เอง)

๑๒. สพฺเพ สฺตฺตา มรณธมฺมา มรณปริโยसानา มรณํ อนตฺติตา (สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง มีความตายเป็น
 ธรรมดา มีความตายเป็นที่สุด ไม่ล่วงพ้นความตายไปได้เลย)

นอกจากนี้ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทยังมีคำภาวนาหลากหลายเกี่ยวกับมรณัสสติ ดังนั้น
 คณะผู้วิจัยจะได้นำมาเสนอ พอเป็นตัวอย่างสักเล็กน้อย เช่น

๑. ในฐานสูตร^๑ พระผู้มีพระภาคทรงสอนให้พิจารณาเนื่อง ๆ ว่า มรณธมโมมฺหิ มรณํ อนตฺติโต
 แปลว่าเรามีความตายเป็นธรรมดาไม่ล่วงพ้นความตายไปได้ และตรัสถึงผลแห่งการพิจารณาความตายไว้ว่า
 น โข อหฺมญฺเญวํโก มรณธมโม มรณํ อนตฺติโต อถ โข ยาวตา สฺตฺตานํ อากฺติ คติ จฺจติ อุปฺปตฺติ สพฺเพ สฺตฺตา
 มรณธมฺมา มรณํ อนตฺติตา แปลว่าไม่ใช่เราคนเดียวเท่านั้น ที่มีความตายเป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความตายไปได้
 แท้จริง สัตว์ทั้งปวงที่มีการมา การไป การจุติ การอุบัติ ก็ล้วนมีความตายเป็นธรรมดาไม่ล่วงพ้นความตายไปได้

๒. ในอโยมฺรชาดก^๒ มีคำที่พระโพธิสัตว์อโยมฺรราชกราบทูลแด่พระบิดาว่า

ยเมกรตฺตํ ปฐฺมํ คพฺภา วสฺติ มาณโว
 อพฺภาภูจฺฉิตฺโต โส ยาติ ส คจฺจนํ นิวตฺตติ

แปลว่าสัตว์ถือปฏิสนธิครั้งแรกอยู่ในครรภ์คันทหนึ่ง ดำเนินไปไม่หวนกลับ เหมือนเมฆหมอกที่ตั้งขึ้น
 แล้วลอยผ่านไป

๓. ในทสฺรชชาดก^๓ มีคำที่รามบัณฑิตประกาศความไม่เที่ยงไว้ว่า

ทหฺรา จ หิ เย วุฑฺฒา เย พาลา เย จ ปญฺหิตฺตา
 อทฺธา เจว ทลิตฺทา จ สพฺเพ มจฺจุปรายนา

แปลว่าคนหนุ่ม คนแก่ คนโง่ คนฉลาด คนมั่งคั่งร่ำรวย คนจนก็ตาม ล้วนจะต้องตายทั้งนั้น

^๑ อัง.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๕๗/๑๐๑,๑๐๓.

^๒ ชุ.ชา.(ไทย) ๒๗/๓๖๓/๕๓๓.

^๓ ชุ.ชา.(ไทย) ๒๗/๘๗/๓๖๘.

๔. ในยุครัฐชยชาติก^๑ มีคำที่พระยัษฐัญชยกุมารกราบทูลแก่พระมารดาที่ห้ามไม่ให้บวชว่า
 อุสุสาโว ตินคคุมทิ สุริยสุคคุมน ปติ
 เอวมายู มนุสสานัน มา มํ อมม นินวารย
 แปลว่าอายุของมนุษย์ทั้งหลายเหมือนน้ำค้างที่ยอดหญ้า พอพระอาทิตย์ขึ้นก็แห้งไป หม่อมแม่
 พระองค์อย่าทรงห้ามหม่อมฉันบวชเลย

๕. ในเตมียชาติก^๒ มีคำที่เตมียโพธิสัตว์กราบทูลแด่พระราชผู้มุ่งหวังจะให้ครองราชสมบัติไว้ว่า
 สายเมเก น ทิสฺสนฺติ ปาโต ทิฏฺฐา พหู ชนา
 ปาโต เอเก น ทิสฺสนฺติ สายํ ทิฏฺฐา พหู ชนา
 แปลว่าคนเป็นจำนวนมากที่ได้พบกันในตอนเช้า ตกตอนเย็นบางพวกก็ไม่เห็นกัน คนเป็นจำนวน
 มากที่ได้พบกันในตอนเย็น ตกตอนเช้าบางพวกก็ไม่เห็นกัน

อชฺเชว กิจฺจมาตปฺปิ โโก ชญญา มรณํ สุเว
 น ทิ โน สงฺครนฺเตน มหาเสเนน มจฺจนา
 แปลว่าควรรีบทำความเพียรเสียแต่ในวันนี้ ใครเล่าจะพึงรู้ได้ว่า ความตายจะมีในวันพรุ่งนี้ เพราะ
 ความผ่นผันกับมัจจุราชที่มีเสนาหมีใหญ่่นั้นไม่มีแก่เราทั้งหลายเลย

๖. ในมหาปริณิพพานสูตร^๓ มีพระดำรัสที่พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ว่า
 ยถาปี กุมภการสฺส กตํ มตฺติกาชนํ
 ชุทฺทกณฺจ มหนฺตณฺจ ยณฺจ ปกุกํ ยณฺจ อามกํ
 สพฺพํ ภาทปริยหฺตํ เอวํ มจฺจานชิวิตํ
 แปลว่าภาชนะดินที่นายช่างหม้อกระทำแล้ว ทั้งเล็กทั้งใหญ่ ทั้งสูงทั้งติบ ทุกชนิด มีความแตกสลาย
 เป็นที่สุดฉันใด ชีวิตของสัตว์ทั้งหลายก็ฉันนั้น

๗. ในอรรถกถาธรรมบท^๔ มีคำที่พระมหากาลเถระกล่าวไว้เมื่อได้พิจารณาถึงความตายของธิดา
 เศรษฐีคนหนึ่งไว้ว่า

อนิจฺจา วต สงฺขารา อุปฺปาทวยธมฺมิโน
 อุปฺปชฺชิตฺวา นิจฺจฉนฺติ เตสํ วุปฺสโม สุโข

^๑ ชุ.ชา.(ไทย) ๒๗/๓๙/๓๖๗.

^๒ ชุ.ชา.(ไทย) ๒๘/๑๑๙-๑๒๑/๒๐๑-๒๐๒.

^๓ ที.ม.(ไทย) ๑๐/๑๘๕/๑๓๑-๒.

^๔ ชุ.ธ.อ. (บาลี) ๑/๗-๘/๕๔, ดูประกอบ ที.ม. (บาลี) ๑๑/๒๒๑/๑๓๗.

แปลว่าสังขารทั้งหลายไม่เที่ยงหนอ มีความเกิดขึ้นและเสื่อมไปเป็นธรรมดา เกิดขึ้นแล้วย่อมดับไป การเข้าไปประรับแห่งสังขารเหล่านั้นเป็นบรมสุข อนึ่ง คาถานี้ แม่ท้าวสักกะจอมเทพก็กล่าวไว้ในมหาปริณีพพานสูตรเช่นกัน

๘. ในธรรมบท^๑ แห่งขุททกนิกาย พระผู้มีพระภาคตรัสสอนภิกษุชื่อติสสะผู้มีร่างกายหน้าเปื่อยไว้ว่า

อจิริ วตโย กาโย ปรูวี อธิเสสสติ

จุกุโท อเปตวิญญาโน นิรตถาว กลิงครํ

แปลว่าอีกไม่นานนัก ร่างกายนี้ก็จักปราศจากวิญญาณถูกทอดทิ้งทับถมแผ่นดินเหมือนก้อนไม้ที่ไร้ประโยชน์ ฉะนั้น

๙. ในลัลลสูตร^๒ แห่งสุตตนิบาต มีพระดำรัสที่พระผู้มีพระภาคตรัสกับอุบาลกคนหนึ่ง ผู้เศร้าโศกเพราะลูกชายตายไว้ว่า

น ทิ โส อุกกโม อตถิ เยน ชาตา น มิทยเร

ชรมปิ ปตวา มรณํ เอรธมมา ทิ ปาณิโน

แปลว่าวิธีที่สัตว์ผู้เกิดมาแล้วจะไม่ตายย่อมไม่มี แม้จะอยู่ไปจนถึงชรา ก็จะต้องถึงแก่ความตาย เพราะสัตว์ทั้งหลายมีความตายอย่างนี้เป็นธรรมดา

ผลานมิว ปุกกานํ นิจจํ ปตโนโต ภยํ

เอวํ ชาตาน มจฺจานํ นิจจํ มรณโต ภยํ

แปลว่าสัตว์ที่เกิดมาแล้ว มีภัยจากความตายเป็นนิത്യ เหมือนผลไม้สุกแล้ว มีภัยจากการหล่นไปเป็นนิത്യฉะนั้น

๑๐. ในมงคลที่ปณี^๓ มีเสียงเพลงที่หญิงดำขาวร้องขณะดำขาวไว้ว่า

ชราย ปริมฺหุติตํ เอตํ มิลาตจฺฉนฺนิสลิตํ

มรณน ภิซฺชติ เอตํ มจฺจฺสุสฺสํ ขสมามิสฺสํ คตํ

แปลว่าร่างกายนี้อาศัยผิวหนังที่เหี่ยวยุบ ถูกชราย่ำยี้แล้ว ร่างกายนี้ถึงความเป็นเหยื่อของพญามัจจุราช ย่อมแตกดับไปเพราะความตาย

๑๑. ในสุปปพุทธสลักกัตถุ^๔ แห่งธรรมบทมีพระดำรัสที่ตรัสสอนแก่ภิกษุทั้งหลายไว้ว่า

น อนฺตฺลิกฺโข น สมฺมุทฺมฺมุญฺเฒ

น ปพฺพตานิ วิวริ ปวีสิ

^๑ ขุ.ธ.(ไทย) ๒๕/๔๑/๓๘.

^๒ ขุ.สุ.(ไทย) ๒๕/๕๘๒-๕๘๓/๖๔๑.

^๓ มงฺกล. (บาลี) ๑/๒๘๕/๒๖๑.

^๔ ขุ.ธ.(บาลี) ๒๕/๑๒๘/๓๙.

น วิชชติ โส ชคติปปเทโส
 ยตรภูจฺจิติ นปฺปสเหยย มจฺจุ
 แปลว่าบุคคลถึงจะเหาะขึ้นไปในอากาศ ถึงจะดำลงไปกลางทะเล ถึงจะเข้าไปหลบตัวในซอกเขาก็
 ไม่พ้นจากความตาย เพราะไม่มีแผ่นดินสักส่วนหนึ่งที่บุคคลยืนอยู่แล้วจะไม่ถูกความตายครอบงำได้
 ๑๒. ในอุตตตราเถรีวัตถุ^๑ แห่งธรรมบท มีพระดำรัสที่ตรัสสอนแก่พระอุตตตราเถรีผู้มีอายุ ๑๒๐ ปีไว้
 ว่า

ปริชิตฺถณฺณมิตฺ ฐปฺ โโรคนึฬิ ปภงฺคณฺ
 ภิชฺชติ ปุติสนฺเทโท มรณฺหนฺตํ ติ ชีวิตํ
 แปลว่าร่างกายนี้แก่ห่อมแล้ว เป็นรังของโรค มีแต่จะทรุดโทรมลงไป ร่างกายที่เฒ่าเปื่อยนี้ก็จะ
 แตกดับไป เพราะชีวิตมีความตายเป็นที่สุด

๑๓. ในสมถกรรมฐานที่ปณี^๒ กล่าวถึงการระลึกถึงความตายไว้ว่า
 สพฺเพ สตุตา มรณา ฐวฺ, สพฺเพ สตุตา มรณา นิจฺจํ, สพฺเพ สตุตา มริสฺสนฺหฺติ มรณฺติ จ
 มริสฺสุ จ, ตเถวาทํ มริสฺสํ ติ เม นตฺถิ สํสโย แปลว่าสัตว์ทั้งหลายทั้งสิ้น ต้องตายอย่างแน่นอน
 ความตายเป็นของเที่ยง สัตว์ทั้งหลายทั้งสิ้นจักตาย กำลังตาย และเคยตายมาแล้ว ถึงเราก็จักตายเช่นกัน
 อย่ายึดสงสัยในความตายนี้เลย

ยถา อาโรคฺยํ โยพฺพนํ พฺยาศิขราปโรสิตํ
 ตเถว ชีวิตํ สพฺพํ มรณฺปฺริโยสิตํ
 แปลว่าชีวิตทั้งหมด มีความตายเป็นที่สุด เหมือนกับความไม่มีโรค และความเป็นหนุ่มสาว ทั้งสอง
 นี้ มีความเป็นโรค และมีความชราเป็นที่สุด

อโห วตาทํ ชีเวยฺยํ เอกาโลปสฺส โภชนํ
 อสฺสสณฺปสฺสณํ กเรยฺยํ สตุถุ สาสนํ
 แปลว่าเรามีชีวิตอยู่ชั่วเดี๋ยวชั่วครู่หนึ่งดีจริงหนอโดยที่เราจะได้ปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธศาสนา
 เรามีชีวิตอยู่ชั่วเวลาหายใจเข้า หายใจออก ดีจริงหนอ โดยที่เราจะได้ปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธศาสนา
 คำภาวนาที่กล่าวมานี้ เรียกว่าการเจริญมรณัสสติกัมมัฏฐาน และในการเจริญมรณัสสตินี้ แม้ผู้
 เจริญจะได้รับผลคืออุปปจารสมาธิเท่านั้น จะไม่ได้อัปปนาสมาธิก็ตาม แต่หากไม่มีความประมาทในเจริญมรณัส
 สติ พระพุทธเจ้าตรัสว่าจะทำให้ได้รับผลที่เรียกว่ามรณสังญา (ความรู้ลึกถึงความตาย หรือกำหนดหมายความ
 ตายที่จะมาถึงเป็นธรรมดา) และมรณสังญานี้มีลำดับแห่งความสำเร็จ ๘ ประการ^๓ ดังนี้

^๑ ชุ.ธ.(บาลี) ๒๕/๑๔๘/๔๓.

^๒ พระลัทธัมมโชติกะ ธรรมจริยะ. สมถกรรมฐานที่ปณี. (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิทยวิสุทธิ, ๒๕๓๙),
 หน้า ๑๓๙,๑๔๐.

^๓ พระลัทธัมมโชติกะ ธรรมจริยะ. สมถกรรมฐานที่ปณี. หน้า ๑๔๑.

๑. เกิดความรู้สึกถึงความตายว่า ชีวิตของเรานี้จะเป็นอยู่ต่อไปได้อีกแค่วันหนึ่งกับคืนหนึ่ง คือ ๒๔ ชั่วโมงเท่านั้น
๒. เกิดความรู้สึกถึงความตายว่าชีวิตของเรานี้จะเป็นอยู่ต่อไปได้อีกแค่วันหนึ่ง คือ ๑๒ ชั่วโมงเท่านั้น
๓. เกิดความรู้สึกถึงความตายว่า ชีวิตของเรานี้จะเป็นอยู่ต่อไปได้อีกครึ่งวัน คือ ๖ ชั่วโมงเท่านั้น
๔. เกิดความรู้สึกถึงความตายว่าชีวิตของเรานี้จะเป็นอยู่ต่อไปได้อีกช่วงเวลาเพียงกินข้าวอímหนึ่งเท่านั้น
๕. เกิดความรู้สึกถึงความตายว่า ชีวิตของเรานี้จะเป็นอยู่ต่อไปได้อีกชั่วครึ่งเวลา กินข้าวอímหนึ่งเท่านั้น
๖. เกิดความรู้สึกถึงความตายว่า ชีวิตของเรานี้จะเป็นอยู่ต่อไปได้อีกช่วงเวลากินข้าวได้เพียง ๔ คำ หรือ ๕ คำเท่านั้น
๗. เกิดความรู้สึกถึงความตายว่า ชีวิตของเรานี้จะเป็นอยู่ต่อไปได้อีกชั่วเวลาเคี้ยวข้าวคำหนึ่งเท่านั้น
๘. เกิดความรู้สึกถึงความตายว่า ชีวิตของเรานี้จะเป็นอยู่ต่อไปได้อีกชั่วระยะเวลาเพียงหายใจเข้าหายใจออกเท่านั้น

นัยที่กล่าวมานี้ คือเหตุปัจจัยที่ทำให้การเจริญนั้นได้ถึงขั้นแห่งการสำเร็จ ในบรรดาความรู้สึกถึงความตายทั้ง ๘ ประการนี้ ในข้อ ๑-๖ วิญญูชนผู้เจริญได้ชื่อว่าเป็นผู้ประมาทอยู่ เพราะสติของผู้นั้นยังไม่ถึงขั้นยอด นัยนี้กล่าวในสมัยพุทธกาลหากเป็นสมัยปัจจุบัน วิญญูชนผู้เจริญได้ข้อ ๑-๖ ก็จัดว่าเยี่ยมยอดแล้ว เพราะผ่านมาถึงพุทธกาลแล้ว สำหรับข้อ ๗ และข้อ ๘ วิญญูชนผู้เจริญได้ชื่อว่าเป็นผู้ไม่ประมาทในชีวิต เพราะสติของผู้นั้นถึงขั้นยอด พระพุทธองค์ทรงสรรเสริญวิญญูชนผู้เจริญมรณัสสติเช่นนี้ว่าเป็นผู้อยู่อย่างไม่ประมาท^๑ ในการเจริญมรณัสสติกัมมัฏฐานนี้ หากได้รู้ถึงวิธีการปฏิบัติในการเจริญมรณัสสติ ก็จะเป็นเหตุให้การปฏิบัติพัฒนาได้เร็วยิ่งขึ้น ซึ่งจะได้กล่าวในลำดับต่อไป

สำหรับมรณัสสัญญา^๒ นี้ พระผู้มีพระภาคให้ความสำคัญมาก ในปฐมมัญญาสูตร^๓ แห่งสัจตกนิบาต อังคุดตรนิกาย ตรัสถึงสัญญา ๗ ที่ภิกษุเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก หยั่งลงสู่อมตะ (พระนิพพาน) มีอมตะเป็นที่สุดซึ่งใน ๗ ข้อนั้น มีมรณัสสัญญา เป็นข้อที่ ๒ และตรัสถึงสัญญา ๑๐ ในปฐมมัญญาสูตรและทุติยมัญญาสูตร^๓ แห่งทสกนิบาต อังคุดตรนิกายก็ตรัสไว้โดยนัยเดียวกันนี้

^๑ ดูประกอบ อจ. จกก. (ไทย) ๒๒/๑๙/๔๔๔-๔๔๗, อจ.อภฺจก. (ไทย) ๒๓/๗๓/๒๘๓-๓๘๕.

^๒ อจ.สัจตก. (ไทย) ๒๓/๔๘/๗๕.

^๓ อจ.ทสก. (ไทย) ๒๔/๕๖-๕๗/๑๒๓-๑๒๔.

ส่วนในหุติยสัญญาสูตร^๑ แห่งสัตตกนิบาต อังคุตตรนิกาย พระผู้มีพระภาคตรัสอธิบายถึงมรณสัญญาไว้ว่า บุคคลมีใจที่อบรมแล้วด้วยมรณสัญญาอยู่โดยมาก จิตย่อมหุดกลับ ไม่ออกไปรับความตั้งใจในชีวิต อุปมาเหมือนชนไก่ หรือเส้นเอ็นที่เขาใส่เข้าไปในไฟ ย่อมหุดกลับ ไม่คลี่ออกจะนั้น ... อุเบกขาหรือความเป็นของปฏิญญาย่อมตั้งอยู่ เธอพึงทราบว่ มรณสัญญาเราเจริญดีแล้ว ทำให้คุณวิเศษทั้งเบื้องต้นและเบื้องปลายเกิดขึ้นแก่เรา กำลังแห่งการเจริญของเราเต็มที่แล้ว ดังนั้น เธอพึงมีสัมปชัญญะในมรณสัญญานั้น

ในอรรถกถาอังคุตตรนิกายได้อธิบายการเจริญมรณสัญญาไว้ว่า คำว่า เจริญมรณสัญญา หมายถึงเจริญสัญญาที่บริกรรมภาวนาถึงความตาย (มรณะ) แม้ทั้ง ๓ อย่าง คือ (๑) สมมตมรณะ (๒) ชณิกมรณะ (๓) สมุจเจทมรณะให้เป็นอารมณ์ และต้องทำมรณสัญญาที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น ตามรักษามรณสัญญาที่เกิดขึ้นไว้คอยรักษามิให้เสื่อมไป^๒

แม้พระสารีบุตรเถระ ก็กล่าวถึงสัญญา ๑๐ ไว้ในหุตตรสูตร^๓ ว่าเป็นธรรมที่ควรให้เกิดขึ้น ซึ่งในข้อที่ ๒ อีกเหมือนกัน กล่าวถึงมรณสัญญาไว้ด้วย ดังนั้น อาจสรุปได้ว่า มรณสัญญานี้ เป็นผลมาจากการเจริญมรณัสสติ (ซึ่งเป็นสมถกัมมัฏฐาน) แล้ววกจิตขึ้นสู่ไตรลักษณ์ มีมรณสัญญา ซึ่งเป็นวิปัสสนากัมมัฏฐาน ก็ทำให้บรรลุมรรค ผล นิพพานได้

อนึ่งแม้จะรู้กันว่ามรณัสสตินี้ เป็นสมถกัมมัฏฐาน มิใช่เป็นวิปัสสนากัมมัฏฐาน แต่ในบางครั้งมรณัสสตินี้ก็เป็นที่บังจายช่วยอุดหนุนให้การเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานก้าวหน้าไปได้ด้วยดี ดังจะเห็นได้ในบางครั้งว่า พระอาจารย์ฝ่ายวิปัสสนา เมื่อนำกล่าวคำแผ่เมตตาแล้ว ก็จะทำให้ผู้สมาทานกัมมัฏฐาน กำหนดภาวนาว่า “ชีวิตของเราไม่ยั่งยืน, ความตายเป็นของยั่งยืน, เราจะต้องตายแน่, ชีวิตของเรามีความตายเป็นที่สุด, ชีวิตเป็นของไม่แน่นอน, ความตายเป็นของแน่นอน, ความตายจักมี, ชีวิตินทรีย์จักขาด, ความตาย ความตาย”

อนึ่งการที่พระอาจารย์ฝ่ายวิปัสสนาให้ระลึกถึงความตาย ก่อนที่จะปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน เพื่อให้เป็นกำลังป้องกันจิตมิให้ตกจากความไม่ประมาท และเป็นเหตุยกจิตขึ้นสู่ความเพียรอย่างแรงกล้า และเพื่อให้เป็นกำลังต้านทานถีนมิทระที่จะเข้ามาครอบงำจิตใจทำให้อ่อนแอ หรือตกไปเสียจากการเจริญวิปัสสนา ซึ่งเป็นการเร้าใจให้อาหาญแกล้ากล้าในขั้นต้นของการเจริญวิปัสสนาต่อไปอย่างไรก็ตาม อารมณ์ของมรณัสสตินี้ เป็นอารมณ์ของสมถกัมมัฏฐาน ไม่ใช่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากัมมัฏฐาน^๔ จากนั้น ท่านผู้เป็นอาจารย์ จึงให้ผู้สมาทานภาวนาอีกว่านับเป็นโชคดีที่เราได้มีโอกาสสมาทานกัมมัฏฐาน ไม่เสียที่ที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์พบพระพุทธศาสนา จากกรณีตัวอย่างที่กล่าวมานี้ เพื่อให้เห็นความสำคัญของมรณัสสติว่าเป็นเครื่องเตือนสติของคนได้เป็นอย่างดี จักได้ไม่ประมาทในชีวิตที่จะบำเพ็ญคุณความดีต่อไป

^๑ อง.สัตตก. (ไทย) ๒๓/๔๗/๗๗.

^๒ อง.เอกก.อ.(บาลี) ๑/๔๕๓/๔๗๐.

^๓ ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๖๐/๔๓๕.

^๔ พระธรรมธีรราชฆาตมุนี. (โชดก ญาณสิริ). **หลักปฏิบัติสมถะ-วิปัสสนากัมมัฏฐาน**. (กรุงเทพมหานคร :

๓.๔ วิธีการปฏิบัติในการเจริญมรณัสสติ

ในการเจริญมรณัสสติกัมมัฏฐาน หากจะให้ได้ดีเป็นที่ประจักษ์ชัดได้ในปัจจุบัน จะต้องรู้จักขั้นตอนปฏิบัติด้วย และในการเจริญมรณัสสตินั้น มีขั้นตอนปฏิบัติ ๓ ขั้นตอน ดังนี้ คือ (๑) ขั้นตอนเตรียมการในการเจริญมรณัสสติ (๒) อุบายในการเจริญมรณัสสติ (๓) วิธีการในการเจริญมรณัสสติ จะอธิบายตามลำดับดังนี้

๓.๔.๑ ขั้นตอนเตรียมการในการเจริญมรณัสสติ

ท่านผู้จะเจริญมรณัสสติกัมมัฏฐาน ในเบื้องต้น ควรแสวงหาสถานที่อันเป็นสบาย เป็นที่สงบ ควรตัดปณิธิ (ความกังวล) ๑๐ อย่าง ออกไปให้หมดสิ้น กล่าวคือ

๑. อาวาสปณิธิ ความกังวลเกี่ยวกับที่อยู่
๒. กุลปณิธิ ความกังวลเกี่ยวกับตระกูลญาติหรือตระกูลอุปถัมภ์
๓. ลาภปณิธิ ความกังวลเกี่ยวกับลาภสักการะ
๔. คณปณิธิ ความกังวลเกี่ยวกับหมู่คณะหรือคณะศิษย์หรือหมู่ชนที่ตนต้องรับผิดชอบ
๕. กัมมปณิธิ ความกังวลเกี่ยวกับการก่อสร้าง
๖. อัชฌานปณิธิ ความกังวลเกี่ยวกับการเดินทางไกลเนื่องด้วยกิจธุระ
๗. ญาติปณิธิ ความกังวลเกี่ยวกับญาติหรือคนใกล้ชิดที่จะต้องเป็นห่วงซึ่งกำลังเจ็บป่วยเป็นต้น
๘. อาพาธปณิธิ ความกังวลเกี่ยวกับโรคภัยไข้เจ็บของตนเอง
๙. คັນถปณิธิ ความกังวลเกี่ยวกับการเล่าเรียนศึกษาของตน
๑๐. อิทธิปณิธิ ความกังวลเกี่ยวกับการแสดงฤทธิ์หรือฤทธิ์ที่จะต้องคอยรักษาไว้ไม่ให้เสื่อม^๑

จากนั้น ผู้เจริญมรณัสสติควรแสวงหากัลยาณมิตร ผู้ประกอบด้วยคุณสมบัติ ๗^๒ คือ (๑) เป็นที่รัก (๒) เป็นที่เคารพ (๓) เป็นที่สรรเสริญ (๔) สามารถที่จะคอยว่ากล่าวตักเตือน หรือฉลาดในการใช้คำพูด (๕) อุดหนุนต่อถ้อยคำดีเตียบหรือถ้อยคำสรรเสริญได้ คือปฏิบัติตามโอวาทที่ให้แล้ว (๖) สามารถอธิบายถ้อยคำที่มีอรรถอันสุขุมลุ่มลึกของฌาน วิปัสสนาจรณผลและนิพพานให้แจ่มกระจ่างได้ (๗) ไม่แนะนำในทางอันไม่สมควร คือป้องกันมิให้ทำในสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์เกื้อกูล แต่ชักชวนให้ทำสิ่งที่เป็นประโยชน์เกื้อกูล

กัลยาณมิตรนอกจากจะสมบูรณ์ด้วยคุณสมบัติทั้ง ๗ แล้ว ยังต้องมีคุณสมบัติอีก ๘^๓ คือ (๑) มีศรัทธาคือมีความเชื่อมั่นต่อความตรัสรู้ของพระตถาคต และเชื่อมั่นต่อกรรมและผลของกรรม ทั้งไม่ยอมปล่อยปละละวางการแสวงหาประโยชน์แก่สรรพสัตว์ทุกหมู่เหล่าอันเป็นเหตุแห่งสัมมาสัมโพธิญาณ (๒) มีศีลคือเป็นที่รักเคารพและนับถือของคนทั้งหลาย เป็นผู้กล่าวทักท้วง ตาหนิโทษว่ากล่าวผู้กระทำความผิด ทั้งเป็นผู้อดกลั้น

^๑ วิสุทฺธิ.(บาลี) ๑/๔๑/๓๖.

^๒ องฺ. สุตตก. (บาลี) ๒๓/๓๗/๕๗.

^๓ วิสุทฺธิ.ฎีกา (บาลี) ๑/๔๒/๑๓๙.

ถ้อยคำหยาบคายเป็นต้นของพาลชนได้ (๓) มีสุตะคือเป็นผู้สามารถชี้แจงธรรมที่มีอรรถอันลึกซึ้ง มีสังขะและปฏิจักษมุขปาถ เป็นต้นได้อย่างไม่ผิดเพี้ยน (๔) มีจาคะคือเป็นผู้มักน้อยชอบสงัดไม่คลุกคลีด้วยหมู่คณะ (๕) มีวิริยะคือเป็นผู้มีความเพียรพยายาม ในการปฏิบัติทั้งในส่วนที่เป็นประโยชน์ตนและประโยชน์ผู้อื่น (๖) มีสติคือเป็นผู้มีสติตั้งมั่นด้วยดีในสติปัฏฐาน๔ (๗) มีสมาธิคือมีจิตมั่นคงเป็นสมาธิอยู่เสมอ ไม่คิดฟุ้งซ่านไปในเรื่องต่าง ๆ (๘) มีปัญญาคือมีปัญญารู้แจ้งสภาวะธรรมตามเป็นจริงโดยไม่วิปริตบิดเบือน ใช้สติพิจารณาคติแห่งกุศลและอกุศล^๑

กัลยาณมิตรผู้มีคุณสมบัติเช่นนี้ ย่อมสอดส่องพิจารณาเห็นคติแห่งกุศลธรรมและอกุศลธรรมแล้ว แยกแยะถึงธรรมที่เป็นโทษและธรรมที่เป็นคุณของสรรพสัตว์ได้อย่างแจ่มแจ้งแล้ว เพียรที่จะขจัดธรรมที่เป็นโทษออกไป และแนะนำแต่เฉพาะธรรมที่เป็นคุณเท่านั้น เพื่อเพิ่มพูนสัมมาสมาธิ ให้เจริญรุดหน้ายิ่ง ๆ ขึ้นไป

เมื่อแสวงหากัลยาณมิตรผู้เพียบพร้อมด้วยคุณสมบัตินี้แล้ว จึงมอบตัวเป็นศิษย์บำเพ็ญวัตรและวัตรปฏิบัติต่อท่านเป็นอย่างดี แล้วขอให้ท่านสอนมรณัสสติกัมมัฏฐานให้ และเมื่อเกิดความขัดข้องในการปฏิบัติ ก็เข้าไปหาท่าน ขอให้ท่านกรุณาช่วยแก้ไขปรับแต่งอินทรีย์ให้ เพื่อความก้าวหน้าในการเจริญภาวนาให้ยิ่งขึ้นไป และเพื่อให้การเจริญมรณัสสติพัฒนาอย่างดี จึงควรเรียนรู้อุบายในการเจริญมรณัสสติด้วย

๓.๔.๒ อุบายในการเจริญมรณัสสติ

หากจิตไม่ตั้งมั่นเป็นสมาธิ อันดับแรก ท่านผู้เจริญมรณัสสติ จำต้องรู้ถึงอุบายในการเจริญมรณัสสติด้วยอาการ ๘ อย่าง^๒ ดังข้อความที่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ซึ่งพระพุทธโฆสะจารย์ ได้กล่าวไว้ดังนี้

๑. ควรระลึกถึงความตายให้ปรากฏเหมือนเพชรฆาต (วธกปจจุปฏฺจาน) ท่านผู้เจริญมรณัสสติพึงระลึกว่า เพชรฆาตคิดว่า จักตัดศีรษะคนผู้นี้ จึงพาดดาบจ่อที่คอ ยืนประชิดตัวอยู่ฉันใด แม้ความตายก็ปรากฏอยู่ ฉะนั้น อุปมาเหมือนดอกเห็ดหัวงูที่ตูม ๆ ย่อมงอกพาเอาฝุ่นติดขึ้นมาด้วยฉันใด สัตว์ทั้งหลายที่เกิดขึ้นแล้ว ก็พาเอาความแก่และความตายมาด้วยฉันนั้น

จริงอย่างนั้น ปฏิสนธิจิตของสัตว์เหล่านั้น ถึงความแก่ ในลำดับแห่งความเกิดขึ้นนั่นเอง แล้วก็แตกดับไปพร้อมกับขันธ์ทั้งหลาย เหมือนแผ่นศิลาตกจากยอดเขา กระทบขีดหินด้านล่าง แล้วแตกกระจายไป ฉะนั้น ความดับไปของรูปนามต่างๆ ภัคขณะ (ขณิกมรณะ) อย่างนี้มาพร้อมกับความเกิดขึ้น

แม้แต่ภพที่ท่านประสงค์ในมรณัสสตินี้ก็จัดว่ามาพร้อมกับความเกิด เพราะความที่สัตว์ผู้เกิดมาแล้ว ต้องตายไปอย่างแน่นอน เหตุนี้ ธรรมดาของเหล่าสัตว์นั้น จำเดิมแก่กาลที่เกิดแล้วก็บ่ยหน้าสู่ความตายไปไม่หวนกลับจากที่ที่ไปแล้ว ๆ แม้สักนิดเดียว เปรียบดังดวงสุริยะที่ขึ้นแล้ว ย่อมโคจรบ่ยหน้าสู่ความ

^๑ ดูประกอบ อง.สตตฺก.ฎีกา (บาลี) ๓/๓๗-๔๓/๒๐๓.

^๒ วิสุทธิ. (บาลี) ๑/๑๖๙-๑๗๖/๒๕๑-๒๖๐.

ตกไปอย่างเดียว มิได้โคจรกลับจากที่ที่ไปแล้วๆ แม่สักนิตเดียว หรือเหมือนแม่น้ำที่ไหลลงจากภูเขา มีกระแสเชี่ยวพัดพาเอาสรรพสิ่งที่มีน้ำหนักพอจะพาไปได้ไหลรูดไปอย่างเดียว มิได้ไหลย้อนกลับแม่สักนิตจะนั้น

ดังนั้น อโยธมกุมารโพธิสัตว์จึงกล่าวว่า “สัตว์ถือปฏิสนธิครั้งแรก อยู่ในครรภ์ตลอดคืนหนึ่ง สัตว์นั้นยอมบ่าหน้าไปสู่ความตาย ผู้ที่บ่าหน้าไปสู่ความตายนี้ ย่อมไม่หวนกลับมา เหมือนเมฆหมอกที่ตั้งขึ้นแล้วลอยผ่านไป นครชนประกอบพร้อมด้วยกำลังพลสู้รบอยู่ในสงครามจะไม่แก่ไม่ตายก็หาไม่ เพราะว่ามีเหตุผลแห่งสัตว์นั้นล้วนถูกชาติและชราเบียดเบียน เพราะเหตุนั้น ข้าพระพุทธเจ้าจึงมีความคิดว่าจะประพடுத்தิธรรม”^๑

อนึ่ง เมื่อสัตว์นั้นบ่าหน้าไปอยู่อย่างนี้ ความตายย่อมใกล้เข้ามาทุกที เหมือนความเหือดแห้งไปแห่งน้ำในแม่น้ำน้อย ซึ่งถูกแดดในฤดูร้อนแผดเผา เหมือนความหล่นไปแห่งผลไม้ที่มีขี้วัวหรือสอไปชิม (สุกงอม) แล้วในเวลาเช้า เหมือนความแตกแห่งภาชนะดินที่ถูกทุบด้วยไม้ค้อน และเหมือนความเหือดหายไปแห่งหยาดน้ำค้างที่ต้องแสงแดดแผดเผาจะนั้น

ดังนั้น พระผู้มีพระภาคจึงตรัสไว้ในทุกติยาอายุสูตรว่า “วันและคืนล่วงไป ชีวิตพลอยดับไป อายุของสัตว์ทั้งหลายค่อยสิ้นไป ดุจน้ำแห่งแม่น้ำน้อยค่อยเหือดแห้งไปจะนั้น”^๒ ในข้อความนี้มีอธิบายเพิ่มเติมซึ่งเกี่ยวข้องเชื่อมโยงกันว่า เพราะวันและคืนล่วงไป ชีวิตจึงดับไป เพราะชีวิตดับไป อายุของสัตว์จึงสิ้นไป”^๓

ตรัสไว้ในสัลลสูตรว่า “สัตว์ที่เกิดมาแล้ว มีภัยจากความตายเป็นนิത്യ เหมือนผลไม้สุกแล้วมีภัยจากการหล่นไปในเวลาเช้า ฉะนั้นภวชนะดินที่ช่างหม้อทำไว้ทั้งหมดมีความแตกเป็นที่สุดฉันใด ชีวิตของสัตว์ทั้งหลาย ก็เป็นฉันนั้น มนุษย์ ทั้งเด็ก ผู้ใหญ่ โง่ และฉลาด ทั้งหมดยอมไปสู่อำนาจความตาย มีความตายรออยู่ข้างหน้า”^๔

ในข้อความนี้ มีอธิบายเพิ่มเติมว่า เมื่อผลไม้สุกงอมแล้ว ตั้งแต่ดวงอาทิตย์ขึ้น แสงของดวงอาทิตย์จะทำปฏิกิริยากับน้ำในต้นไม้ให้ร้อนขึ้น โดยลำดับอย่างนี้ คือตั้งแต่ไปถึงกิ่ง ตั้งแต่กิ่งถึงลำต้น ตั้งแต่ลำต้นถึงราก แต่ครั้นดวงอาทิตย์ตก ปฏิกิริยาจะย้อนกลับทำให้เกิดความเยือกเย็นโดยลำดับอย่างนี้ คือตั้งแต่แผ่นดินถึงราก ตั้งแต่รากถึงลำต้น ตั้งแต่ลำต้นถึงกิ่ง ตั้งแต่กิ่งถึงใบ ก็เมื่อต้นไม้งอกขึ้นอยู่อย่างนี้ ผลไม้ที่แก่จัดย่อมไม่ติดอยู่ที่ขั้ว เมื่อขั้วแห่งผลไม้ถูกแสงอาทิตย์เผาอยู่ ย่อมเกิดความร้อน เพราะเหตุนี้ ผลไม้เหล่านั้นจึงร่วงหล่น ทุกๆ เข้า ตลอดเวลา ภัยของผลไม้เหล่านั้นจึงมี เพราะการร่วงหล่นแต่เช้า ภัยของสัตว์ทั้งหลายที่เกิดขึ้นแล้วจึงมี เพราะต้องตายเป็นนิത്യ สัตว์ทั้งหลายเป็นเช่นกับผลไม้ที่สุกงอม”^๕

^๑ พุ. ชา. (ไทย) ๒๗/๓๖๓-๓๖๔/๕๓๓.

^๒ ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๔๖/๑๘๖, พุ.เถร.(ไทย) ๒๖/๑๔๕/๓๕๓.

^๓ วิสุทธิ.ฎีกา (บาลี) ๑/๑๖๙/๒๕๒.

^๔ พุ.สุ. (บาลี) ๒๕/๔๘๒-๕๘๓/๔๕๑.

^๕ พุ.สุ.อ. (บาลี) ๒/๔๘๒/๒๘๗.

ตรัสไว้ในอุทฺตงฺกุชฺชชาดก่า “อายุของมนุษย์ทั้งหลายเหมือนน้ำค้างที่ยอดหญ้า พอพระอาทิตย์ขึ้นก็แห้งไป หม่อมแม่ พระองค์อย่าทรงห้ามหม่อมฉันเลย”^๑

ในข้อความนี้ มีอธิบายเพิ่มเติมที่อุทฺตงฺกุชฺชกุมารทูลกับพระมารดาว่า ข้าแต่ทูลกระหม่อมแม่หยาดน้ำค้างบนยอดหญ้า พอพระอาทิตย์ขึ้นก็สลายแห้งหายไป มีอาจจะดำรงอยู่ได้ คือตกลงดินหมด ฉันใดชีวิตของมนุษย์เหล่านั้นก็ฉันนั้น เป็นของนิดหน่อยเป็นไปชั่วคราว มิได้ตั้งอยู่นานเลย ในโลกสันนิวาสนี้เห็นปานนี้ พระองค์จะทรงเห็นหม่อมฉันนาๆได้อย่างไรเล่า พระเจ้าข้า โปรดอย่าทรงห้ามหม่อมฉันเลย^๒

ความตายมาพร้อมกับความเกิด เหมือนเพชรฆาตที่กำลังเงือดดาบ ความตายนั้นย่อมคร่าเอาชีวิตไปถ่ายเดียว ครั้นคร่าเอาไปแล้วก็ได้ปล่อยให้กลับคืนมาเหมือนเพชรฆาตนั้นจ่อดาบพาดไว้ที่คอฉะนั้น เหตุนี้แม้ความตายจึงชื่อว่าปรากฏเหมือนเพชรฆาตผู้เงือดดาบ เพราะมาพร้อมกับความเกิดขึ้นและเพราะคร่าเอาชีวิตไป

๒. ควระระลึกรั้งความตายโดยความวิบัติจากสมบัติ (สมปตฺติวิปตฺติ) ท่านผู้เจริญมรณัสสติ พึงระลึกรั้ง ขันชื่อว่าสมบัติในโลกนี้ ย่อมมดงมอยู่ได้ชั่วเวลาที่วิบัติยังไม่ครอบงำ แต่ขันชื่อว่าสมบัติที่จะล่วงพ้นวิบัติดำรงอยู่ได้หาไม่มี แม้พระเจ้าอโศกมหาราช ทรงปกครองแผ่นดินทั้งสิ้น ทรงสละพระราชทรัพย์ตั้ง ๑๐๐ โกฏิ ทรงเป็นผู้มีความสุขแต่ในบั้นปลายของชีวิตพระองค์ก็ทรงเป็นเจ้าครองความเป็นใหญ่แห่งวัดฤเพียงมะขาม บ่อมครั่งพล ด้วยทั้งเรือนร่างนั้นนั่นแหละ แม้เมื่อท้าวเธอทรงสิ้นบุญแล้ว พระองค์ก็ป้ายหน้าต่อมรณะดับจิตสังขารไปในที่สุด

อีกนัยหนึ่ง ความไม่มีโรคแม้ทั้งปวง ย่อมมีความเจ็บไข้เป็นปริโยสาน ความเป็นหนุ่มทั้งปวงมีความแก่เป็นปริโยสาน ชีวิตทั้งหมดมีความตายเป็นปริโยสาน โลกสันนิวาสนั้นนั่นแหละ ถูกชาติติดตามถูกชราไล่ตาม ถูกพยาธิครอบงำ ถูกมรณะดักสังหาร

เหตุนี้ พระผู้มีพระภาคจึงตรัสว่า “ภูเขายใหญ่ล้วนแล้วด้วยศิลา สูงจตทองฟ้า กลิ้งบดสัตว์มาโดยรอบทั้ง ๔ ทิศ แม้ฉันใด ชราและมรณะก็ฉันนั้น ย่อมครอบงำสัตว์ทั้งหลาย คือ พวกกษัตริย์ พราหมณ์ แพศย์ คูทร คนจัณฑาล และคนเทชยะ ไม่เว้นใคร ๆ ไร่เลย ย่อมย่ำยีเหล่าสัตว์ทั้งสิ้น ณ ที่นั้น ไม่มีพื้นที่ยุทธสำหรับพลช้าง (พลม้า) พลรถ พลเดินเท้าและไม่อาจจะเอาชนะแม้ด้วยมนตร์หรือด้วยทรัพย์”^๓

๓. ควระระลึกรั้งความตายโดยการนำมาเปรียบเทียบ (อุปลัทรณ) ท่านผู้เจริญมรณัสสติ พึงระลึกรั้งโดยการนำเข้ามาเปรียบเทียบตนกับคนอื่น ๆ ที่ตายแล้วด้วยอาการ ๗ อย่าง คือ (๑) ควระระลึกรั้งความตายโดยความเป็นผู้มียศใหญ่ หมายความว่าความตายย่อมทำลายผู้มีกำลังมากมีพระเจ้าสุทโธทนะ พระเจ้าพลทวะ เป็นต้นได้อย่างรวดเร็ว ไม่จำต้องกล่าวถึงเราที่จะไม่ตาย (๒) ควระระลึกรั้งความตาย โดยความเป็นผู้มีบุญมาก

^๑ พุ. ชา. (บาลี) ๒๗/๗๗/๓๖๗.

^๒ พุ. ชา.อ. (บาลี) ๖/๗๘/๔๒.

^๓ ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๓๖/๑๗๓-๑๗๔.

หมายความว่าความตายย่อมทำลายผู้มีทรัพย์มหาศาล มีพระเจ้ามหาสมมต เป็นต้นได้อย่างรวดเร็ว ไม่จำเป็นต้องกล่าวถึงเราที่จะไม่ตาย (๓) ควระระลึกถึงความตายโดยความเป็นผู้มีกำลังมากหมายความว่าความตายย่อมทำลายผู้มีบุญมาก มีโชติกเศรษฐี ชฎิลเศรษฐี เป็นต้นได้อย่างรวดเร็ว ไม่จำเป็นต้องกล่าวถึงเราที่จะไม่ตาย (๔) ควระระลึกถึงความตาย โดยความเป็นผู้มีฤทธิ์มาก หมายความว่าความตายย่อมทำลายผู้มีฤทธิ์มาก มีพระมหาโมคคัลลานเถระ เป็นต้นได้อย่างรวดเร็ว ไม่จำเป็นต้องกล่าวถึงเราที่จะไม่ตาย (๕) ควระระลึกถึงความตาย โดยความเป็นผู้มีปัญญามาก หมายความว่าความตายย่อมทำลายผู้มีปัญญามาก มีพระสารีบุตรเถระ เป็นต้นได้อย่างรวดเร็ว ไม่จำเป็นต้องกล่าวถึงเราที่จะไม่ตาย (๖) ควระระลึกถึงความตายโดยเป็นพระปัจเจกพุทธะ หมายความว่าความตายย่อมทำลายพระปัจเจกพุทธเจ้า ไม่จำเป็นต้องกล่าวถึงเราที่จะไม่ตาย (๗) ควระระลึกถึงความตายโดยเป็นพระสัมมาสัมพุทธะ หมายความว่าความตายย่อมทำลายพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้อย่างรวดเร็ว ไม่จำเป็นต้องกล่าวถึงเราที่จะไม่ตาย

เมื่อเจริญมรณัสสติเปรียบเทียบกับคนอื่นๆ ผู้ถึงพร้อมโดยความเป็นผู้มีเกียรติยศใหญ่ เป็นต้น โดยภาวะคือความเป็นผู้มีความตายเสมอกันอย่างนี้ระลึกไปว่า ความตายจะต้องมีแม่แก่เรา เหมือนมีแก่สัตว์วิเศษทั้งหลายเหล่านั้น

๔. ควระระลึกถึงความตายโดยมีร่างกายเป็นของสาธารณะแก่หมู่หนอนจำนวนมาก (กายพหุสาธารณ) ท่านผู้เจริญมรณัสสติ พึงระลึกโดยการเปรียบเทียบกับคนอื่นๆ ที่ตายแล้ว ในข้อนี้มีอธิบายว่า ร่างกายนี้เป็นของสาธารณะแก่สัตว์มากชนิด คือประการแรกเป็นของสาธารณะแก่หมู่หนอน ๘๐ จำพวก ในหมู่หนอนเหล่านั้น สัตว์ทั้งหลายจำพวกที่อาศัยผิวหนัง ก็กัดกินผิวหนัง จำพวกที่อาศัยหนังก็กัดกินหนัง จำพวกที่อาศัยเนื้อก็กัดกินเนื้อ จำพวกที่อาศัยเอ็นก็กัดกินเอ็น จำพวกที่อาศัยกระดูกก็กัดกินกระดูก จำพวกที่อาศัยเยื่อในกระดูก ก็กัดกินเยื่อในกระดูก พวกมันเกิด แก่ ตาย ถ้าอายุจระบัสสภาวะอยู่ในนั้นเอง และร่างกายก็นับว่าเป็นเรือนตลอดด้วยเป็นโรงพยาบาลด้วย เป็นสุสานด้วย เป็นหลุมด้วย เป็นรางปัสสาวะด้วย ของพวกมัน^๑ อันว่าร่างกายนี้นั้น เพราะความกำเริบแห่งหมู่หนอนแม่เหล่านั้น ก็ถึงซึ่งความตายได้ประการหนึ่งเป็นแท้

ร่างกายนี้เป็นของสาธารณะแก่หมู่หนอน ๘๐ จำพวก ฉันทไค ก็ย่อมเป็นของสาธารณะแก่ปัจจัยแห่งความตาย ทั้งที่เป็นภายใน ได้แก่โรคหลายร้อยอย่างทีเดียว ทั้งที่เป็นภายนอก ได้แก่สัตว์มีพิษ เช่น งูและแมลงป่อง ฉันทัน

อาวุธทั้งหลายมีลูกศร หอกแทง หอกชัศและก้อนหิน เป็นต้น อันบุคคลชัศมาแต่ทิศทั้งปวง ล้วนตกลงที่เป้า อันชาติตั้งไว้ ณ สี่แยกถนนใหญ่ ฉันทไค แม้อุปัทวะทั้งปวงก็มาตกลงที่ร่างกาย ฉันทัน ร่างกายนี้นั้น เพราะความตกลงแห่งอุปัทวะเหล่านั้นก็ถึงซึ่งความตายได้เช่นกัน

^๑ วิสุทธิ.(บาลี) ๑/๑๗๒/๒๕๖.

เหตุนี้ พระผู้มีพระภาคจึงตรัสไว้ในหุติยมรณัสสติสูตรว่า

“ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ครั้นกลางวันผ่านไปแล้ว กลางคืนย่างเข้ามา ย่อมพิจารณาเห็นอย่างนี้ว่า ปัจจัยแห่งความตายของเรามีมากนะ คืออุ้งฟุ้งเราก็ได้ แมลงปองฟุ้งตอดเราก็ได้ ตะขาบฟุ้งกัดเราก็ได้ เพราะปัจจัยมีงูขบเป็นต้นนั้น กาลกิริยาฟุ้งมีแก่เราได้ ภาวะคือกาลกิริยานั้น ฟุ้งเป็นอันตรายแก่เรา อนึ่ง เราฟุ้งพลาดตกลงเหวก็ได้ ภัตที่เรากินแล้วฟุ้งเกิดเป็นพิษก็ได้ น้ำดื่มของเราฟุ้งกำเรบก็ได้ เสมหะของเราฟุ้งกำเรบก็ได้ ลมลัตถกะ (ลมมีพิษเพียงดั่งคัสตรา) ที่อาจตัดความสืบทอดแห่งชีวิตของเราฟุ้งกำเรบก็ได้ เพราะปัจจัยมีพลาดตกเหวเป็นต้นนั้น กาลกิริยาฟุ้งมีแก่เราได้ ภาวะคือกาลกิริยานั้น ฟุ้งเป็นอันตรายแก่เราดังนี้”^๑

ในข้อความนี้ มีอธิบายเพิ่มเติมบางประเด็นว่า อันตราย หมายถึงอันตราย ๓ อย่าง คือ

(๑) อันตรายต่อชีวิต (๒) อันตรายต่อสมณธรรม (๓) อันตรายต่อสวรรค์และมรรคสำหรับผู้ที่ยังเป็นปุถุชน^๒

๕. ควรระลึกถึงความตายโดยอายุขุพพลาพ (อายุขุพพ) ท่านผู้เจริญมรณัสสติ ฟังระลึกโดยการนำเข้ามาเปรียบเทียบกับคนอื่น ๆ ที่ตายแล้ว ในข้อนี้มีอธิบายว่า อันอายุนั้นไม่แข็งแรง อ่อนแอ ชีวิตของสัตว์ทั้งหลายผูกพันอยู่กับลมหายใจเข้า-ออก ผูกพันอยู่กับอิริยาบถ ผูกพันอยู่กับความเย็นความร้อน ผูกพันอยู่กับมหาภูตผูกพันอยู่กับอาหาร ดังพระดำรัสที่พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ในคุหฺนุฏฐกสูตรที่ทศเสวว่า “ชีวิตเกี่ยวเนื่องด้วยลมหายใจเข้า ชีวิตเกี่ยวเนื่องด้วยลมหายใจออก ชีวิตเกี่ยวเนื่องด้วยลมหายใจเข้าและลมหายใจออก ชีวิตเกี่ยวเนื่องด้วยมหาภูตรูป ชีวิตเกี่ยวเนื่องด้วยอาหารที่กลืนกิน ชีวิตเกี่ยวเนื่องด้วยไฟธาตุ ชีวิตเกี่ยวเนื่องด้วยวิญญาน”^๓

ชีวิตได้ความเป็นไปสม่ำเสมอแห่งลมหายใจเข้าและลมหายใจออกอยู่นั้นจึงเป็นไปได้ แต่เมื่อลมหายใจที่ออกไปข้างนอกแล้วไม่เข้าข้างในก็ดี ที่เข้าไปแล้วไม่ออกก็ดี บุคคลก็ได้ชื่อว่าตาย

ชีวิตได้ความเป็นไปสม่ำเสมอแห่งอิริยาบถ ๔ อยู่นั้นจึงเป็นไปได้ แต่เพราะอิริยาบถอย่างใดอย่างหนึ่งเกินประมาณไป อายุสังขารย่อมขาด

ชีวิตได้ความเป็นไปพอสมควรแห่งความเย็นและความร้อนเท่านั้นจึงเป็นไปได้ แต่เมื่อบุคคลถูกความเย็นเกินไปถึงดี ความร้อนเกินไปถึงดี ครอบงำเอา ชีวิตย่อมวิบัติไป

ชีวิตได้ความเป็นไปสม่ำเสมอแห่งมหาภูต คือธาตุ ๔ เท่านั้นจึงเป็นไปได้ แต่เพราะปฐวีธาตุ หรือธาตุที่เหลือมีธาตุนั้นเป็นต้นอย่างใดอย่างหนึ่งกำเรบขึ้น บุคคลแม้สมบุรณด้วยกำลังก็กลายเป็นคนมีกายแข็ง

^๑ อจ.จกท.(ไทย) ๒๒/๒๐/๔๔๗-๔๔๘.

^๒ อจ.จกท.อ. (บาลี) ๓/๒๐/๑๐๘.

^๓ ชุ.ม.(ไทย) ๒๙/๑๐/๕๒.

กระด้างไปบ้าง มีกายเน่าเหม็นเปราะเปื้อนด้วยอำนาจแห่งโรคคอตีบ (คือโรคลงแดง) เป็นต้นบ้าง มีอาการร้อน
หนักไปบ้าง ซ้อและเส้นขาดไปบ้าง ถึงความสิ้นชีวิต

ในอรรถกถาแห่งคัมภีร์สุตตนิเทศ^๑ อธิบายเพิ่มเติมไว้ดังนี้

คำว่า ชีวิตเกี่ยวเนื่องด้วยมหาภูตรูป หมายถึงชีวิตเนื่องด้วยมหาภูตรูป คือดิน น้ำ ไฟ ลม ซึ่งมี
สมุฏฐาน ๔

คำว่า ชีวิตเกี่ยวเนื่องด้วยอาหารที่กลืนกิน หมายถึงเนื่องด้วยอาหารคือคำข้าวมีเครื่องบริโภคและ
เครื่องดื่มเป็นต้น

คำว่า ชีวิตเกี่ยวเนื่องด้วยไฟธาตุ หมายถึงชีวิตเนื่องด้วยเตโชธาตุ อันเกิดแก่กรรม

คำว่า ชีวิตเกี่ยวเนื่องด้วยวิญญาณ หมายถึงชีวิตเนื่องด้วยวิญญาณในภวังค์ คือเนื่องด้วยภวังคจิต
ดังคำที่ท่านมุ่งหมายกล่าวไว้ว่า อายุ ใออุ่น และวิญญาณ ย่อมละกายนี้ไปในกาลใด เมื่อบุคคลได้อาหาร
(อาหารคือก้อนข้าว) ในกาลอันควรเท่านั้น ชีวิตจึงเป็นไปได้ แต่เมื่อไม่ได้อาหาร ชีวิตก็ถึงความสิ้นไป พินาศไป^๒

๖. ควระลึกถึงความตายโดยไม่มีเครื่องหมาย (อนิมิตฺต) ท่านผู้เจริญมรณัสสติ พึงระลึกโดยการ
นำตนมาเปรียบเทียบกับคนอื่น ๆ ที่ตายแล้วโดยไม่มีกำหนดโดยไม่มีขอบเขตกำหนด ซึ่งเป็นความจริงว่า
สภาวะธรรม ๕ นี้ คือ (๑) ชีวิต (๒) พยาธิ (๓) กาล (๔) สถานที่ทอดกาย (๕) คติ ของสัตว์ทั้งหลาย ในชีวิโลก
ไม่มีเครื่องหมาย ใด ๆ รู้ไม่ได้”^๓

ในสภาวะธรรม ๕ นี้ มีอธิบายดังนี้ ชีวิต ชื่อว่าไม่มีเครื่องหมาย เพราะไม่มีกำหนดว่า จะพึงเป็นอยู่
เพียงเท่านี้ปี ไม่เกินจากนี้ไปได้ จริงอยู่ สัตว์ทั้งหลาย ย่อมตายเสียตั้งแต่ในกาลที่ยังเป็นภละ(เวลาปฏิสนธิ
เป็นน้ำใสแจ้ว) ก็มี ในเวลาที่ยังเป็นอัพพะ (คือรูปที่เกิดมาในสัปดาห์ที่ ๒) เป็นเปลิ (คือรูปที่เป็นชิ้นเล็ก ๆ
เกิดมาในสัปดาห์ที่ ๓) เป็นขณะ (คือรูปที่เป็นก้อนหนา เกิดมาในสัปดาห์ที่ ๔) อยู่ในครรภ์ได้ ๑ เดือน
(รูปที่มีปัญจสาขา มือเท้าและศีรษะในสัปดาห์ที่ ๕) ^๔ ได้ ๒ เดือน ได้ ๓ เดือน ได้ ๔ เดือน ได้ ๕ เดือน
ได้ ๑๐ เดือนก็มี ในสมัยที่ออกจากท้องก็มี ต่อจากนั้นก็ตายภายใน ๑๐๐ ปีก็มี เกิน ๑๐๐ ปีก็มี

แม้พยาธิ ก็ชื่อว่าไม่มีเครื่องหมาย เพราะไม่มีกำหนดว่า สัตว์ทั้งหลายจะตายด้วยความเจ็บป่วย
ชนิดนี้เท่านั้น จะไม่ตายด้วยความเจ็บป่วยชนิดอื่น เพราะสัตว์ทั้งหลายตายด้วยโรคตาก็มี ด้วยโรคหูเป็นต้น
อย่างใดอย่างหนึ่งก็มี

แม้กาลก็ชื่อว่าไม่มีเครื่องหมาย เพราะไม่มีกำหนดว่า สัตว์ทั้งหลายจะต้องตายในเวลาเท่านี้ ไม่ตาย

^๑ ชุ.ม.อ. (บาลี) ๑/๑๐/๑๔๙-๑๕๐.

^๒ ส.ข. (ไทย) ๑๗/๙๕/๑๘๒.

^๓ ส.ส.อ. (บาลี) ๑/๒๐/๔๐, ชุ.ชา.อ. (บาลี) ๓/๓๔/๕๖.

^๔ ดูประกอบคำอธิบายได้ใน ชุ.ม.อ.(บาลี) ๑/๓๓/๒๔๔-๒๔๕.

ในเวลาอื่น เพราะสัตว์ทั้งหลายย่อมตายในเวลาเช้าก็มี ในเวลาเที่ยงเป็นต้นเวลาใดเวลาหนึ่ง ก็มี

แม้สถานที่ทอดร่าง ก็ชื่อว่าไม่มีเครื่องหมาย เพราะไม่มีกำหนดว่า เมื่อสัตว์ทั้งหลายตาย จะต้องทอดทิ้งร่างกายไว้ในที่นั้นเท่านั้น ไม่ทอดทิ้งไว้ในที่อื่น เพราะร่างกายของบุคคลผู้เกิดภายในบ้าน ไปตายนอกบ้านก็มี ร่างกายของบุคคลผู้เกิดภายนอกบ้าน มาตายภายในบ้านก็มี โดยนัยเดียวกันบัณฑิตพึงพรรณนาให้กว้างไปหลายประการ เช่น ร่างกายของสัตว์ทั้งหลายผู้เกิดบนบกไปตายอยู่ในน้ำก็มี ร่างกายของสัตว์ทั้งหลายผู้เกิดในน้ำ มาตายบนบกก็มี

แม้คติ ก็ชื่อว่าไม่มีเครื่องหมาย เพราะไม่มีกำหนดว่า อันสัตว์ผู้จุติจากภพนี้ จะต้องไปบังเกิดในภพนี้ เพราะสัตว์ทั้งหลายผู้จุติจากเทวโลกมาบังเกิดในพวกมนุษย์ก็มี จุติจากมนุษย์โลก ไปบังเกิดในเทวโลกเป็นต้น โลกใดโลกหนึ่งก็มี เพราะเหตุนั้น สัตว์โลกจึงหมุนเวียนไปในคติ ๕ อย่าง เหมือนโคที่เขาเทียมไ่ว้ที่แอก ต้องเดินเวียนอยู่ ฉะนั้น^๑ ถึงในสมมติสูตร มีคำอธิบายไว้ไม่แตกต่างกันมากนัก ด้วยเหตุนี้ พระสมิทธเถระจึงกล่าวกับเทพธิดาว่า เธายังไม่รู้กาล คือ ไม่รู้เวลาตายนี้ว่า การตายจักมีในกาลชื่อนี้^๒

๗. ควระระลึกถึงความตายโดยมีกำหนดระยะเวลา (อหุธานปริจเจท) ท่านผู้เจริญมรณัสสติพึงระลึกว่า ระยะเวลาแห่งชีวิตของมนุษย์ทั้งหลายในบัดนี้น้อยนัก ผู้ใดเป็นอยู่ได้นาน ผู้นั้นก็เป็นอยู่ได้เพียง ๑๐๐ ปี เกินนั้นไปก็มีบ้าง แต่ก็เป็นส่วนน้อย เหตุนี้ พระผู้มีพระภาคจึงตรัสปฐมอายุสูตรว่า “ภิกษุทั้งหลาย อายุของมนุษย์ทั้งหลายนี้น้อยนัก (พวกเขา) จำต้องไปสู่สัมปรายภพ ควรทำกุศล ควรประพฤติพรหมจรรย์ สัตว์ผู้เกิดมาแล้วจะไม่ตายไม่มี คนที่เป็นอยู่ได้นาน ก็อยู่ได้เพียง ๑๐๐ ปี หรือจะอยู่เกินไปบ้าง ก็มีน้อย”^๓

ในอรรถกถามีอธิบายว่า คนเป็นอยู่นานเกินไปบ้าง ก็มีเหมือนกันแต่ก็ไม่เกิน ๒ เท่าของอายุขัย ๑๐๐ ปีจะเป็นอยู่ได้ ๑๒๐ ปีบ้าง ๑๓๐ ปีบ้าง ๑๔๐ ปีบ้าง ๑๕๐ ปีบ้าง ๑๖๐ ปีบ้าง^๔ คนที่มีอายุยืนถึง ๒๐๐ ปีไม่มี^๕

ในข้อความนี้ กล่าวเฉพาะช่วงอายุของคนที่มีอายุขัย ๑๐๐ ปีในสมัยพุทธกาล สำหรับคนที่มีอายุเกิน ๑๐๐ ปี เช่น นางวิสาขา โปกขรสาติพราหมณ์ พรหมอายุพราหมณ์ พาวரியพราหมณ์ พระอานนทเถระ และพระมหากัสสปเถระ คนที่มีอายุ ๑๕๐ ปี คือ พระอนรุทธเถระ คนที่มีอายุ ๑๖๐ คือพระพากุลเถระ ซึ่งเป็นผู้มีอายุยืนกว่าคนทั้งปวง^๖

^๑ วิสุทฺธิ.(บาลี) ๑/๑๗๔/๒๕๘.

^๒ ส.ส.อ.(บาลี) ๑/๒๐/๔๐-๔๑.

^๓ ส. ส. (ไทย) ๑๕/๑๔๕/๑๘๔, พุ. ม. (ไทย) ๒๗/๑๐/๕๓.

^๔ ส. ส. อ. (บาลี) ๑/๑๔๕/๑๖๗, อัง. สุตตก.ฎีกา.(บาลี) ๓/๗๔/๒๔๒ .

^๕ พุ.ม.อ.(บาลี) ๑/๑๐/๑๕๒.

^๖ อัง. สุตตก.ฎีกา.(บาลี) ๓/๗๔/๒๔๒.

เมื่อจิตดวงนั้นดับลง สัตว์ก็ได้ชื่อว่าดับ คือตาย^๑

๘. คอระลึกถึงความตายโดยมีขณะเล็กน้อย (ขณะปริตต) ท่านผู้เจริญมรณัสสติพึงระลึกว่า ขณะแห่งชีวิตของสัตว์ทั้งหลายน้อยนัก ชั่วความเป็นไปแห่งจิตดวงหนึ่งเท่านั้น เปรียบเหมือนล้อรถแม่เมื่อหมุนไปก็หมุนด้วยชิ้นส่วนที่เป็นกงอันเดียวเท่านั้น เมื่อหยุดแล้ว ก็หยุดด้วยชิ้นส่วนที่เป็นกงอันเดียวกัน ฉะนั้นใดชีวิตของสัตว์ทั้งหลายก็ฉนั้นนั่น เป็นไปเพียงชั่วขณะจิตเดียวเท่านั้น เมื่อจิตดวงนั้นดับลง สัตว์ก็ได้ชื่อว่าดับ คือตาย^๒

ในข้อความนี้ มีอธิบายเพิ่มเติมว่า “คำว่า ชั่วความเป็นไปแห่งจิตดวงหนึ่ง หมายถึงขณะที่สัตว์มีชีวิตอยู่จะกำหนดได้ด้วยอาการที่จิตเป็นไปเท่านั้น” เมื่อจิตยังเป็นอยู่ สัตว์ก็มีชีวิตแต่ขณะของจิตชื่อว่าเล็กน้อย (เร็ว) เพราะเปลี่ยนแปลงเร็ว สมดังพระพุทธพจน์ว่า “เราไม่เห็นธรรมอันแม้อย่างหนึ่งที่เปลี่ยนแปลงเร็วเหมือนจิตนี้ จิตนี้เปลี่ยนแปลงเร็วจนเปรียบเทียบกับอะไรไม่ได้ง่าย ๆ”^๓

ขณะแห่งชีวิตของสัตว์ทั้งหลายน้อยนัก ชั่วความเป็นไปแห่งจิตดวงหนึ่ง เหมือนดังพระสารีบุตรเถระขยายความไว้ในชราสุตตนิเทศว่า “ในขณะจิตอันเป็นอดีต สัตว์ชื่อว่าเป็นแล้ว มิใช่กำลังเป็นอยู่ มิใช่จักเป็น ในขณะจิตอันเป็นอนาคต สัตว์มิใช่เป็นแล้ว มิใช่กำลังเป็นอยู่ แต่ชื่อว่าจักเป็น ในขณะจิตอันเป็นปัจจุบัน สัตว์ก็มีใช่เป็นแล้ว แต่ชื่อว่ากำลังเป็นอยู่ และมีใช่จักเป็น” และเหมือนดังพระดำรัสที่พระพุทธผู้มีพระภาคตรัสว่า “ชีวิต อตภาพ สุขและทุกข์ทั้งปวง ประกอบด้วยจิตแต่ละอย่าง ขณะย่อมหมุนไปอย่างรวดเร็ว ชั้นเหล่าใดของสัตว์ที่ตายไป หรือยังดำรงอยู่ในโลกนี้ดับไปแล้ว ชั้นเหล่านั้นทั้งหมด เป็นอย่างเดียวกัน ดับไปแล้วก็ได้สืบต่อกัน ชั้นที่แตกไปในอดีตอันหาลาดับมิได้ และชั้นที่จะแตกไปในอนาคต มีลักษณะไม่ต่างกับชั้นที่ดับในปัจจุบัน สัตว์ไม่เกิดด้วยอนาคตชั้น ย่อมดำรงอยู่ด้วยปัจจุบันชั้น เพราะจิตแตกดับไป สัตว์โลกชื่อว่าตายแล้ว นี่เป็นปรมาตถบัญญัติ”^๔

ในข้อความนี้ มีอธิบายเพิ่มเติมไว้ในมรณัสสติกาว่า **ชีวิต** หมายถึงชีวิตินทรีย์ **สุขทุกข์** หมายถึงสุขเวทนาและทุกข์เวทนา ถึงอุเบกขาเวทนามักจัดอยู่ในเวทนาทั้งสองนี้ด้วย เพราะมีทั้งอารมณ์ที่น่าปรารถนาและไม่ที่น่าปรารถนา **อัตภาพ** หมายถึงธรรมทั้งหมด เพราะธรรมทั้ง ๓ อย่างนี้ เป็นสิ่งที่ไม่ปะปนกันโดยเป็นของเที่ยงเฉพาะตน ขณะย่อมหมุนไปอย่างรวดเร็ว หมายถึงขณะของชีวิตสุขทุกข์และอัตภาพ ชื่อว่าเล็กน้อยรวดเร็ว โดยภาวะที่เป็นไปในขณะจิตเดียว^๕ ในมรณัสสติกา มีอธิบายเพิ่มเติมว่า คำว่า จิต หมายถึงจิตที่มี

^๑ อง. สุตตก. ฎีกา. (บาลี) ๓/๗๔/๒๐๙.

^๒ ชุ.ม.อ. (บาลี) ๑/๑๐/๑๕๒.

^๓ วิสุทธิ.ฎีกา (บาลี) ๑/๑๗๖/๓๕๒.

^๔ อง.เอกก.(ไทย) ๒๐/๔๘/๙.

^๕ ชุ.ม.(ไทย) ๒๙/๓๙/๑๔๓.

^๖ วิสุทธิ.ฎีกา (บาลี) ๑/๑๗๖/๓๕๒.

กัมมัฏฐานเป็นอารมณ์ คำว่า ได้อาเสวนะ หมายถึงได้ความเสพคุ่นในกัมมัฏฐานที่เป็นภาวนา คือละความ
ฟุ้งซ่านภายนอกแล้ว มีความตายเป็นอารมณ์ด้วยความที่จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่งหรือมีอารมณ์เดียว

ทั้งหมดที่กล่าวมานี้ คืออุบายในการเจริญมรณัสสติที่จะทำให้มีความก้าวหน้าได้อย่างรวดเร็ว และ
ถือเป็นแบบอย่างในการเจริญมรณัสสติที่สมบูรณ์ที่สุด ซึ่งพระพุทธโฆสาจารย์ได้รจนาไว้

๓.๔.๓ วิธีการในการเจริญมรณัสสติ

ท่านผู้เจริญมรณัสสติ เมื่ออยู่ในที่สงบ ควรรักษาจิตของตนไว้ไม่ให้ฟุ้งซ่าน ล้ำรวมจิตแล้วระลึกถึง
ความตายด้วยวิธีปฏิบัติดังนี้^๑

๑. ควรมีมรณสัญญา (มีความรู้สึกถึงความตาย) ว่า ช่างดีจริง ที่เรามีชีวิตอยู่ได้ ๑ วัน ๑ คืน
เท่านั้น เราควรใส่ใจคำสอนของพระพุทธเจ้า^๒ เราควรทำกิจ^๓ ในคำสอนของพระพุทธองค์ให้มาก

๒. ควรมีมรณสัญญาว่า ช่างดีจริง ที่เรามีชีวิตอยู่ได้เฉพาะเวลากลางวันเท่านั้น เราควรทำกิจ
ในคำสอนของพระพุทธองค์ให้มาก

๓. ควรมีมรณสัญญาว่า ช่างดีจริง ที่เรามีชีวิตอยู่ได้เฉพาะเวลากินข้าวอิ่มเท่านั้น เราควรทำกิจ
ในคำสอนของพระพุทธองค์ให้มาก

๔. ควรมีมรณสัญญาว่า ช่างดีจริง ที่เรามีชีวิตอยู่ได้เฉพาะเวลาทานข้าวได้ ๔ ถึง ๕ คำเท่านั้น
เราควรทำกิจในคำสอนของพระพุทธองค์ให้มาก สำหรับภิกษุที่ได้เจริญมรณสัญญาเช่นนี้ พระพุทธองค์ตรัสว่า
เป็นผู้อยู่อย่างประมาท เจริญมรณัสสติอย่างซักซ้าเพื่อให้กิเลสหมดสิ้นไป

๕. ควรมีมรณสัญญาว่า ช่างดีจริง ที่เรามีชีวิตอยู่ได้เฉพาะเวลาทานข้าวได้ ๑ คำเท่านั้น เราควร
ทำกิจในคำสอนของพระพุทธองค์ให้มาก

๖. ควรมีมรณสัญญาว่า ช่างดีจริง ที่เรามีชีวิตอยู่ได้เฉพาะเวลาหายใจเข้า หายใจออกเท่านั้น
เราควรทำกิจในคำสอนของพระพุทธองค์ให้มาก

สำหรับบุคคลที่ได้เจริญมรณสัญญาเช่นนี้ พระพุทธองค์ตรัสว่าเป็นผู้อยู่อย่างไม่ประมาท เจริญ
มรณัสสติอย่างแรงกล้า รวดเร็ว เพื่อให้กิเลสหมดสิ้นไปได้^๔

ในการเจริญมรณัสสตินี้ บุคคลผู้เจริญนั้นพึงไปในที่หลีกเร้นอยู่ นิ่งในอิริยาบถอันเหมาะสม หรือ
นั่งขัดสมาธิแล้วระลึกถึงความตายที่จะมาถึงตน โดยเลือกข้อความภาวนาหรือบริการที่เหมาะสมแก่ตนเพียง
ข้อความเดียว แล้วภาวนาหรือบริการมออยู่อย่างสม่ำเสมอตั้งนี้

^๑ อัง.ฉก.อ.(บาลี) ๓/๑๙/๑๐๗.

^๒ คำสอนของพระพุทธเจ้า หมายถึงคำสั่งสอนของพระศาสดาที่นำความรู้แจ้งอริยมรรคมาให้ (วิสุทธิ.ฎีกา (บาลี)
๑/๑๗๕/๓๕๐.

^๓ กิจ หมายถึงหน้าที่หรือกิจของบรรพชิตที่เกี่ยวแก่ตน วิสุทธิ.ฎีกา (บาลี) ๑/๑๗๕/๓๕๐.

^๔ อัง.ฉก.ก. (ไทย) ๒๒/๑๙/๔๔๔-๔๔๗ (สรุปมา).

๑. ภาวนาหรือบริการมอยู่ว่า สตตานัน มรณัน ฐุวิ ชีวิตัน อทุฐุวิ แปลว่าความตายของสัตว์ทั้งหลาย เป็นของยังยืน ชีวิตันเป็นของไม่ยังยืน
 ๒. ภาวนาหรือบริการมอยู่ว่า สพุเพ มจจุปรายนา แปลว่าสัตว์ทั้งหมด มีความตายรออยู่เบื้องหน้า
 ๓. ภาวนาหรือบริการมอยู่ว่า อวสุสสัน มยา มริตพุพิ^๑ แปลว่าเราต้องตายแน่แท้
 ๔. ภาวนาหรือบริการมอยู่ว่า มรณัน เม ภวิสุสติ แปลว่าเราจักต้องตาย
 ๕. ภาวนาหรือบริการมอยู่ว่า ชีวิตินุหริยิ อุปัจฉิชิสุสติ แปลว่ารูปชีวิตินุหริยิ นามชีวิตินุหริยิ จะต้องขาดจากกัน
 ๖. ภาวนาหรือบริการมอยู่ว่า มรณัน เม ฐุวิ ชีวิตัน เม อทุฐุวิ^๒ แปลว่าความตายของเราแน่นอน ชีวิตันของเราไม่แน่นอน
 ๗. ภาวนาหรือบริการมอยู่ว่า อทุฐุวิ เม ชีวิตัน ฐุวิ เม มรณัน ชีวิตันของเราเป็นของไม่แน่นอน ความตายของเราเป็นของแน่นอน
 ๘. ภาวนาหรือบริการมอยู่ว่า มรณันปริโยสานัน เม ชีวิตัน ชีวิตันของเรามีความตายเป็นที่สุด
 ๙. ภาวนาหรือบริการมอยู่ว่า ชีวิตัน เม อนิยตัน มรณัน นิยตัน แปลว่าชีวิตของเราเป็นของไม่เที่ยงแท้ ความตายเป็นของเที่ยงแท้
 ๑๐. ภาวนาหรือบริการมอยู่ว่า มรณณมโมเมหิ มรณัน อนตีโต แปลว่าเรามีความตายเป็นธรรมดา เราไม่ล่วงพ้นความตายไปได้
 ๑๑. ภาวนาหรือบริการมอยู่ว่า มรณนุตัน หิ ชีวิตัน แปลว่าชีวิตมีความตายเป็นที่สุดแล หรือจะเลือก คำภาวนาอื่นๆ อันเหมาะแก่จริตของตน ดังที่กล่าวมาแล้ว ภาวนาหรือบริการมก็ได้
- การเจริญมรณัสสติ โดยนัยที่กล่าวมานี้ จะทำให้ได้รับผลอย่างแน่นอน และเพื่อจะให้เกิดความมั่นใจเพิ่มมากขึ้น จะได้ยกตัวอย่างบุคคลที่ได้เจริญมรณัสสติมาอธิบายให้เห็นถึงวิธปฏิบัติในการเจริญมรณัสสติ ซึ่งคณะผู้วิจัยจะได้กล่าวในหัวข้อต่อไป

๓.๕ บุคคลกับการเจริญมรณัสสติ

ในหัวข้อนี้ เพื่อให้เห็นความแตกต่างกันระหว่างบุคคลผู้ที่ได้เจริญมรณัสสติกับบุคคลผู้ที่ไม่ได้เจริญมรณัสสติ คณะผู้วิจัยจะได้กล่าวถึงบุคคล ๒ จำพวกตามลำดับนำเสนอบุคคล ๒ ประเภท คือ (๑) บุคคลผู้ไม่ได้อบรมเรื่องการเจริญมรณัสสติ (๒) บุคคลผู้ได้อบรมเรื่องการเจริญมรณัสสติ จะกล่าวตามลำดับดังนี้

^๑ พุ.ชา.อ. (บาลี) ๒/-/๒๓๕.

^๒ วิสุทฺธิ.(บาลี) ๑/๑๖๘/๒๕๑.

๓.๕.๑ บุคคลผู้ไม่ได้บรมเรื่องการเจริญมรณัสสติ

บุคคลผู้มิได้บรมเรื่องความตาย หรือไม่ได้เจริญมรณัสสติไว้ ในเวลาใกล้ตาย (มรณาสันหนกาล) ย่อมถึงความกลัว ความสะดุ้ง ความหลง ดุจคนถูกสัตว์ร้าย ยักษ์ ภู โจร และผู้ร้ายฆ่าคนจู่โจมเอา โดยไม่ทันรู้ตัว หรือเมื่อปียชนคนใกล้ชิดของตนถึงแก่ความตาย ก็จะทำให้เกิดความเศร้าโศกอย่างมากมายจนขาดสติ จะยกตัวอย่างประกอบ ๖ เรื่อง คือ

เรื่องที่ ๑ **เรื่องพระหลวงตา**^๑ เล่ากันมาว่า พระหลวงตารูปหนึ่งผู้อาศัยอยู่ในวัดเซตวัน เขตกรุงสรวัดถึ เกิดความเศร้าโศกอย่างมากมายจนขาดสติ เหตุเพราะสามเถรองค์หนึ่งที่ตนนำมาบวชมรณภาพด้วยโรคปัจจุบันทันด่วน พวกภิกษุเห็นพระหลวงตาร้องไห้เช่นนั้นแล้ว ก็ใจทักกันว่า สาเหตุที่ท่านร้องไห้เช่นนั้นเป็นเพราะเห็นห่างจากการเจริญมรณัสสติ หากได้เจริญมรณัสสติก็คงไม่ตกอยู่ในสภาพเช่นนี้อย่างแน่นอน

เรื่องที่ ๒ **เรื่องนางกิสาคอดมี**^๒ เล่ากันมาว่า นางเป็นธิดาคณยากจนในกรุงสรวัดถึ แต่ได้เป็นลูกสะใภ้ของเศรษฐีในกรุงสรวัดถึนั่นเอง นางมีบุตรชายคนหนึ่ง อยู่มาไม่นานบุตรชายของนางตาย นางมีความเสียใจมาก อุ้มบุตรที่ตายแล้วไปในที่ต่างๆ เพื่อหายาแก้ไข้พิษ แสดงอาการบ่นพร่ำพันดั่งคนเสียสติ เศร้าโศกเสียใจ จนได้พบพระพุทธรเจ้า ได้ฟังโอวาทจึงคลายความเศร้าโศกลงได้ และขอบวชเป็นภิกษุณี

เรื่องที่ ๓ **เรื่องอินนบุพพพราหมณ์**^๓ เล่ากันมาว่า เขาเป็นบิดาของมัญญูกุณฑลี หลังจากมัญญูกุณฑลีตายแล้ว ก็เศร้าโศกโศกาลัยเพราะบุตรชายคนเดียว อันเป็นที่รักตายจากไป ทุกๆ เช้า เขาจะไปป่าช้าคร่ำครวญหาแต่มีมัญญูกุณฑลีว่า บุตรน้อยของเราไปอยู่ ณ ที่ไหน

เรื่องที่ ๔ **เรื่องกุกุมพีผู้มีพ่อตาย**^๔ เล่ากันมาว่า กุกุมพีคนหนึ่ง ชาวกรุงสรวัดถึ เมื่อพ่อตาย ก็เที่ยวแต่คร่ำครวญคร่ำครวญ ไม่สามารถจะบรรเทาความเศร้าโศกได้ วันหนึ่ง พระพุทธรเจ้าเสด็จไปเยี่ยมที่บ้านของเขา เขานิมนตให้เข้าบ้าน แล้วกราบทูลให้ฟังว่าตนกำลังเศร้าโศก พระพุทธรเจ้าก็ตรัสว่า โบราณกษัตริย์เมื่อพ่อตาย พอได้ฟังคำจากบัณฑิตแล้ว ก็คลายความเศร้าโศกได้ แล้วตรัสเล่าให้ฟังว่า ณ เมืองแห่งหนึ่ง บิดาของกุกุมพีคนหนึ่งตายลง กุกุมพีจึงมีความเศร้าโศก ไปสร้างเชิงตะกอนในไร่ของตน แล้วเดินเวียนขวารอบเชิงตะกอน เขาไม่อาบน้ำ ไม่แต่งตัว ไม่ยอมกินข้าว ทั้งไม่ทำงาน ฝ้าแต่คร่ำครวญ บุตรของเขาชื่อสุชาติะ ยังเป็นเด็ก แต่เป็นคนฉลาดเฉลียวแหลม จึงคิดหาอุบายเครื่องกำจัดความเศร้าโศกของบิดา

อยู่มาวันหนึ่ง สุชาติะกุมารเห็นโคตัวหนึ่งตายนอกเมืองแล้ว ได้นำเอาหญ้าและน้ำมาวางไว้ข้างหน้าของโคที่ตายแล้วนั้น พลายยีนกล่าวว่า เจ้าจิงกิน จงกินเสีย จงดื่ม จงดื่มเถิด ชาวบ้านผ่านไปผ่านมาเห็นแล้ว จึงกล่าวว่า สุชาติะ เธอเป็นบ้าไปแล้วหรือที่เธอนำหญ้าและน้ำไปให้โคที่ตายแล้ว สุชาติะกุมารไม่ได้โต้ตอบอะไร

^๑ พุ.ชา. อ. (บาลี) ๔/๑๑๖-๑๒๒/๔๓๔.

^๒ พุ.ธ. อ. (บาลี) ๑/๑๑๔/๕๑๖-๕๑๙.

^๓ พุ.ธ. อ. (บาลี) ๑/-/๒๔, พุ.วิ. อ. (บาลี) ๑/๑๒๐๗/๓๘๐-๓๘๑.

^๔ พุ.ชา.อ. (บาลี) ๔/-/๓๖๙.

ต่อชาวบ้าน ชาวบ้านพากันไปหาบิดาของเขาแล้วกล่าวว่า บุตรของท่านเป็นบ้าแล้ว เพราะนำหญ้าและน้ำไปให้โคที่ตายกิน

เพราะได้ฟังดังนั้น กุฎุมพีคลายความเศร้าโศกที่เกิดขึ้น เขาถึงความสลดใจว่า บุตรของเราเป็นคนบ้าไป จึงรีบไป พลองท้วงว่า ลูก เจ้าเป็นผู้ฉลาดเฉียบแหลมมิใช่หรือ แต่เหตุใดเจ้าจึงเอาหญ้าและน้ำไปให้โคที่ตายกิน จึงกล่าวว่า เจ้าเป็นบ้าไปแล้วหรือ จึงเกี้ยวหญ้าที่เขียวสดแล้ว บังคับโคแก่ที่เป็นสัตว์ตายแล้วว่าจะกิน จงกิน โคนตายแล้ว ย่อมไม่ลุกขึ้นกินหญ้าและน้ำมิใช่หรือ เจ้าช่างโง่ ไร้ปัญญาสิ้นดี

สุชาตกุมารได้ฟังดังนั้น จึงได้กล่าวว่า โคนตัวนี้ ยังมีเท้าทั้ง ๔ ข้าง มีศีรษะ มีตัวพร้อมทั้งหาง นัยน์ตา ก็มีอยู่ตามเดิม ลูกคิดว่า โคนตัวนี้จะฟุ้งลุกขึ้นกินหญ้าสักวันหนึ่ง ส่วนมือเท้า ภายและศีรษะของคุณปู่ ไม่ปรักปรำ แต่คุณพ่อมาร้องให้ถึงกระดูกของปู่ที่บรรจุไว้ในสถูปดิน จะไม่เป็นคนโง่ ไร้ปัญญาไปดอกหรือ คงไม่มีปัญญาตั้งร้อยเท่าพันเท่า สังขารทั้งหลายมีความแตกไปเป็นธรรมดา ย่อมแตกไป ผู้รู้แจ้งในข้อนั้น จะมีความรำไรไปทำไม บิดาคิดว่า บุตรของเราเป็นบัณฑิตทำการกรรมนี้เพื่อให้เราเข้าใจ จึงกล่าวว่า ลูกเอ๋ย พ่อรู้แล้วว่า สัตว์ทั้งปวงมีความตายเป็นธรรมดา ตั้งแต่นี้ไป พ่อจะไม่เศร้าโศก ลูกได้ดับความกระวนกระวายทั้งปวงของพ่อ ผู้เร่าร้อนอยู่ให้หาย เหมือนบุคคลเอาน้ำดับไฟที่ราดด้วยน้ำมัน หลังจากนั้น บิดาของสุชาตกุมาร ก็คลายความเศร้าโศก แล้วอาบน้ำกินอาหารประกอบการงานตายแล้วก็ไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์ พอกุฎุมพีได้ฟังเรื่องที่ พระพุทธเจ้าแล้ว ก็คลายความเศร้าโศกได้

เรื่องที่ ๕ **เรื่องกุฎุมพีชาวกรุงสาวดี**^๑ เล่ากันมาว่า กุฎุมพีคนหนึ่งเลี้ยงดูบิดาอย่างดี เมื่อบิดา ของเขาตายเพราะชรา เขาจึงเศร้าโศกเสียใจ เทียบร้องให้เหมือนคนบ้า ถามผู้ที่ตนพบเห็นว่า ท่านเห็นบิดา ของฉัน บ้างไหม ใครๆ ไม่อาจจะบรรเทาความเศร้าโศกของเขาได้ ในวันนั้น พระศาสดาหลังจากทำภักติกิจเสร็จแล้ว ไม่ได้พาใครเป็นปัจฉิมสมณะไปยังประตูเรือนของเขา เขาทราบว่พระศาสดาเสด็จมาจึงต้อนรับนิมนต์เข้าบ้าน ถวายอภิเวทพระผู้มีพระภาคแล้ว นิ่ง ณ ที่สมควรได้ทูลถามว่า พระองค์ทรงทราบสถานที่ที่บิดาของข้าพระองค์ ไปแล้วหรือ พระศาสดาตรัสกับเขาว่า อุบาสก เธอถามถึงบิดาในอ้อมกอดนี้หรือ หรือว่า ในอ้อมกอดที่ล่วงไปแล้ว เขาฟังดังนั้น จึงคิดว่า เรามีบิดามาก จึงมีความเศร้าโศกเบาบาง เศร้าโศกเพียงนิดหน่อย เมื่อฟังธรรมต่อ เขาก็ได้บรรลุธรรม

แม้เรื่องอื่นๆ ก็ควรทราบด้วย เช่นเรื่องกุฎุมพีคนหนึ่ง^๒ ชาวกรุงสาวดี เมื่อพี่ชายของตนตายเขา ถึงกับเศร้าโศกเสียใจ ไม่ยอมอาบน้ำ ไม่ยอมกินข้าว ไม่ยอมแต่งตัว ทุกเช้าก็ไปแต่ป่าช้าแล้วร้องไห้คร่ำครวญ จนพระพุทธเจ้าเสด็จไปเยี่ยมแล้วตรัสให้เข้าใจว่า สังขารทั้งมวล ไม่เที่ยง สิ่งที่ต้องแตกไป ย่อมแตกไป ไม่ควร คิดว่าสรรพสิ่งจะไม่แตกสลายไป จนเขาคลายความเศร้าโศกลงได้ และได้บรรลุธรรม

^๑ ชุ.เปต.อ. (บาลี) ๑/๔๖-๕๓/๔๑-๔๒.

^๒ ชุ.ชา.อ. (บาลี) ๔/๖๕-๖๘/๒๕๕.

เรื่องที่ ๖ **เรื่องพระเจ้าปเสนทิโกศล** เล่ากันมาว่า พระเจ้าปเสนทิโกศล แม้จะเป็นเจ้าแผ่นดินปกครองแคว้นโกศลให้เจริญรุ่งเรือง เคารพพระพุทธเจ้ายิ่งนัก เข้าเฝ้าพระพุทธเจ้าบ่อยครั้งมาก พอสรุปว่าเป็นบุคคลที่ใกล้ชิดกับพระพุทธเจ้ามากพระองค์หนึ่ง แต่เมื่อปิยชนคนที่รักจากไป ดังเมื่อครั้งพระนางมัลลิกาเทวีผู้เป็นพระมเหสีสุดที่รักสิ้นพระชนม์ พระองค์ก็เสียพระทัย มีความเศร้าโศกอย่างมากตลอด ๗ วัน ภายหลังได้เข้าไปเฝ้าพระพุทธเจ้า ฟังธรรมเพื่อสงบสติอารมณ์จนคลายความเศร้าโศกลงได้^๑

เรื่องที่ ๗ **เรื่องนางปฏาจารา**^๒ เล่ากันมาว่า นางปฏาจารา เป็นธิดาเศรษฐีผู้มีสมบัติ ๔๐ โกฏิ ในกรุงสาวัตถี เมื่อโตเป็นสาว ได้หนีออกจากบ้านไปอยู่กับชายหนุ่มที่ตนรักในต่างถิ่น วันหนึ่งไม่ได้บอกลาสามี ได้เดินทางกลับบ้านมาหาพ่อแม่ เพื่อมาคลอดลูกคนที่สอง โดยจงลูกคนโตมาด้วย ระหว่างทาง สามีเดินทางตามทัน ขณะจวนค้ำแล้ว เมฆตั้งเค้าขึ้น แล้วฝนได้ตกกระหน่ำลงมา ลมกัมมฆาตก็ปั่นป่วนขึ้นอีก นางได้คลอดลูกเป็นไปด้วยความยากลำบากมากอย่างยิ่ง ทำให้เธอต้องหาที่หลบฝน จึงได้บอกสามีให้ไปทำที่หลบฝนให้ สามีจึงไปตัดไม้แล้วถูบกู้ตตายอยู่ที่จอมปลวก ขณะนั้นเกิดมีพายุพัดอย่างรุนแรง ฝนตกหนักไม่ขาดสาย และเป็นเวลาค่ำคืน นางต้องคุกเข่า เอามือทั้งสองยันข้างหน้าไว้ เพื่อเอาตัวเป็นที่กำบังฝนให้แก่ลูกน้อยทั้งสอง ลูกก็ร้องกัณหระม นางมีตัวเหลืองเหมือนใบไม้ พอรุ่งเช้านางจึงได้จูมมือลูกคนโตให้เดินไป แล้วอุ้มลูกคนเล็กเดินมุ่งหน้าไปตามทางที่สามีเดินไป พอเดินไปได้สักพัก ก็ได้พบสามีของนางนอนตายขึ้นอัดเป็นสี่เหลี่ยม นางก็เสียสติทำอะไรไม่ถูก ร้องไห้ด้วยความเสียใจ แล้วพาลูกน้อยทั้งสองเดินต่อไปอีก พอไปถึงแม่น้ำแห่งหนึ่ง ซึ่งมีกระแสไหลเชี่ยว กว้างใหญ่ นางไม่สามารถจะพาบุตรข้ามไปพร้อมกันได้ จึงให้บุตรคนโตอยู่ฝั่งนี้ แล้วได้อุ้มบุตรคนเล็กข้ามไปให้นอนอยู่บนใบไม้ แล้วจึงจะข้ามมารับบุตรคนโตอีก แต่พอมาถึงกลางแม่น้ำเท่านั้น เที้ยวตัวหนึ่งบินผ่านมาเห็นบุตรของนางแล้วสำคัญว่าเป็นอาหาร จึงได้ฉีดยวเอาไป นางเห็นเหตุนี้จึงยกมือทั้ง ๒ ขึ้น ร้องไล่เที้ยว บุตรคนโตเห็นมารดาของตนทำอย่างนั้นเข้าใจว่ามารดาเรียกตน จึงกระโดดลงน้ำด้วยความไร้เดียงสา ถูกน้ำพัดพาไปตามสายน้ำ นางได้ร้องไห้รำพันเดินไปเรื่อย ๆ จนใกล้ถึงบ้านมารดาบิดา พบชายคนหนึ่งระหว่างทาง แล้วถามชายคนดังกล่าวว่ามาจากไหน พอทราบว่าเป็นมาจากกรุงสาวัตถี ก็ได้ถามข่าวของตระกูลมารดาบิดา พอนางได้ฟังเขาเล่าว่า เมื่อคืนนี้ฝนตกหนัก และเกิดพายุกระหน่ำด้วย เป็นเหตุให้คนในตระกูลของเศรษฐีนั้นทั้ง ๓ คน คือท่านเศรษฐี ภรรยาเศรษฐี และบุตรเศรษฐี ถูกเรือนพังลงมาทับตายตอนกลางคืน และวันนี้ ประชาชนนำศพทั้ง ๓ ไปเผายังเชิงตะกองเดียวกัน จึงไปเผามาเดี๋ยวนี้ ควันไฟนั้น มองเห็นปรากฏอยู่ตรงโน้น^๓

พอนางได้ฟังเช่นนั้น ก็ร้องไห้เพื่อสะอึกสะอื้น กลิ้งเกลือกไปมาอยู่ในที่นั้นอยู่พักหนึ่ง เสียสติ วิ่งร้องไห้ พลังคร่ำครวญไปว่า สามีตายในหนทางเปลี่ยว ลูกคนโตถูกสายน้ำพัดพาไป ส่วนลูกคนเล็กถูกเที้ยว

^๑ พุ.ธ.อ. (บาลี) ๒/๑๕๑/๘๙-๙๐.

^๒ พุ.ธ. อ. (บาลี) ๑/๑๑๓/๕๑๐-๕๑๕.

^๓ อัง.เอกก.อ. (บาลี) ๑/๒๑๔/ ๓๑๔-๓๑๗.

เฉียวเอาไป มาบัดนี้ มารดาบิดาและพี่ชาย ยังได้ถูกเรือรบทับตายอีกแล้วนางก็เสียดสี มีผ้าหลุดลุ่ย เดินเพื่อรำพันบ่นไปว่า บุตรทั้งสองก็ตาย พี่ของเราตายในระหว่างทาง มารดาบิดาและพี่ชายถูกเรือรบทับตาย ถูกเผาในเชิงตะกอนเดียวกัน ประชาชนพบเห็นนางแล้ว ก็ล้าถ้อยนางว่าเป็นหญิงบ้า จึงเอาไม้ ก้อนดินขว้างปา

นางพบกับเหตุการณ์ร้ายที่เกิดขึ้นฉับพลันทันที และติดต่อกัน ถึงกับเสียดสี ปล่อยผ้าห่มผ้าห่มหลุดลุ่ย เดินบ่นเพื่อไปในที่ต่าง ๆ จนถึงวัดพระเชตุวัน ในขณะที่พระพุทธรูปเจ้ากำลังเทศนาโปรดพุทธบริษัท อยู่ในวัดพระเชตุวัน ได้ทรงทราบด้วยพระญาณว่า นางผู้นี้ไม่มีใครจะเป็นที่พึ่งช่วยกำจัดทุกข์อันมหันต์ให้ นางได้นอกจากพระองค์ ชนทั้งหลายเห็นนางแล้วจึงห้ามไม่ให้เข้าไป เอาไม้ทุบตีต่าง ๆ นานา พระพุทธรูปเจ้าตรัสว่า อย่าห้ามเธอ ปล่อยให้เธอเข้ามาเถิด เมื่อนางเข้าไปใกล้แล้ว พระพุทธรูปเจ้าจึงตรัสว่า จงกลับได้สติเถิด น้องหญิง นางปฎิภาจรา กลับได้สติในขณะนั้นเอง พนางรู้ว่า ผ้าห่มหลุดแล้ว เกิดความละอายจึงลงนั่งคุกเข่า บิณฑูหนึ่งได้โยนผ้าห่มไปให้นาง นางห่มผ้าแล้ว จึงเข้าไปเฝ้าพระพุทธรูปเจ้าพร้อมกราบทูลว่า ขอพระองค์จงเป็นที่พึ่งแก่หม่อมฉันเถิด เจ้าข้า แล้วเล่าเรื่องราวของตนเองให้พระพุทธรูปเจ้าฟังโดยละเอียดว่า สามีมือนางถูกกัดตายในหนทางเปลี่ยว ลูกคนโตถูกกระแสน้ำพัดพาไป ส่วนลูกคนเล็กถูกเหยี่ยวเฉียวเฉียวเอาไป และมารดาบิดาพร้อมทั้งพี่ชายถูกเรือรบทับตาย นางทูลพรางร้องไห้สะอึกสะอื้นอย่างน่าสงสาร

พระพุทธรูปเจ้าทรงพลอบว่า เธอมาสู่สำนักของผู้ที่จะเป็นที่พึ่งของเธอแล้ว อย่าคิดอะไรเลย อันบุดูชนผู้ประสบกับความพลัดพรากนั้น น้ำตาของผู้ร้องไห้เพราะปิยชนมีบุตรเป็นต้นนั้นตายไปมีมากกว่าน้ำในมหาสมุทรทั้ง ๔ เสียอีก^๑ ด้วยเหตุนี้ควรที่สัตว์โลกจะเบียดเบียนในสังขารที่ต้องเกิด ๆ ตาย ๆ จนนับชาติไม่ถ้วน ไซ้โยนิโสมนสิการพิจารณาถึงหลักธรรม เช่น มรณัสสติ แล้วบำเพ็ญตนให้พ้นจากทุกข์ที่ต้องได้รับเถิด นางได้สดับพระดำรัสพลอบเช่นนั้น ความเศร้าโศกก็ค่อยบรรเทาเบาบางลง พระพุทธรูปเจ้าทรงทราบเช่นนั้นแล้ว จึงตรัสอีกว่า น้องหญิง ปฎิภาจราเอ๋ย ขึ้นชื่อว่าปิยชนมีบุตรและสามีเป็นต้น ไม่อาจเพื่อเป็นที่ต้านทาน หรือเป็นที่พึ่งของผู้ไปสู่โลกเบื้องหน้าได้ ฉะนั้น ปิยชนมีบุตรและสามีเป็นต้น ถึงมีอยู่ก็เป็นเหมือนไม่มี ในเวลาจบเทศนา นางบรรเทาความเศร้าโศกลงได้ บรรลุธรรมและขอบวชเป็นภิกษุณี

บุคคลทั้ง ๗ นี้ คือตัวอย่างของบุคคลที่ไม่ได้เจริญมรณัสสติ ไม่เคยใส่ใจถึงมรณัสสติ ไม่เคยระลึกถึงความตาย เมื่อได้ประสบพบเจอความตายของบุคคลผู้เป็นที่รักซึ่งต้องจากไปก็เศร้าโศกเสียใจ

อย่าว่าแต่บุคคลธรรมดาที่ไม่ได้บรรลุธรรมทั้ง ๗ นี้เลยถึงแม้แต่บุคคลที่ได้บรรลุธรรม เป็นอริยบุคคล มีความใกล้ชิดกับพระพุทธรูปเจ้า ยามเมื่อประสบความตายเกี่ยวกับบุคคลผู้เป็นที่รัก ก็ต้องร้องไห้ น้ำตาไหลอาบหน้าเหมือนกัน ดังจะยกตัวอย่างบุคคลมาประกอบ ๒ เรื่อง คือ

^๑ ดูประกอบ ส.นิ. (ไทย) ๑๖/๑๒๖/๒๑๗-๒๑๘.

เรื่องที่ ๑ **เรื่องนางวิสาขามหาอุบลิการ้องไห้เพราะหลานตาย**^๑ เล่ากันว่า สมัยที่พระผู้มี พระภาคประทับอยู่ ณ บุพพาราม สมัยนั้น หลานสาวผู้เป็นที่รัก ของนางวิสาขาลีลาเสียชีวิตลง ครั้งนั้น นางวิสาขามี การมาตามีผ้าเปียก ผมเปียก เข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคแต่เพียงวัน พระผู้มีพระภาคได้ตรัสถามว่า วิสาขา เธอมาจากไหน จึงมีผ้าเปียก ผมเปียก นางวิสาขาทูลตอบว่า ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ หลานสาวผู้เป็นที่รักของ หม่อมฉันเสียชีวิตแล้ว จึงทำให้หม่อมฉันมีผ้าเปียก ผมเปียกเข้ามาที่นี้แต่เพียงวัน พระผู้มีพระภาคตรัสถามว่า เธอต้องการมีบุตรและหลานจำนวนเท่ากับชาวกรุงสวตตีหรือ นางวิสาขาทูลตอบว่า หม่อมฉันต้องการมีบุตร และหลานจำนวนเท่ากับชาวกรุงสวตตี พระผู้มีพระภาคตรัสถามว่า ชาวกรุงสวตตีเสียชีวิตลง แต่ละวันมาก เท่าไร นางวิสาขาทูลตอบว่า ชาวกรุงสวตตีเสียชีวิตลงแต่ละวัน ๑๐ คนบ้าง ๙ คนบ้าง ๘ คนบ้าง ๗ คนบ้าง ๖ คนบ้าง ๕ คนบ้าง ๔ คนบ้าง ๓ คนบ้าง ๒ คนบ้าง ๑ คนบ้าง กรุงสวตตีไม่ว่างเว้นจากคนที่เสียชีวิตเลย พระผู้มีพระภาคตรัสถามว่า เธอเข้าใจเรื่องนั้นว่าอย่างไร เธอต้องมีผ้าเปียก ผมเปียก ทุกครั้งทุกคราวหรือ นางวิสาขาทูลตอบว่า ไม่ถึงขนาดนั้นหรอก มีลูกและหลานมากขนาดนั้น หม่อมฉันก็พอใจแล้ว พระผู้มี พระภาคตรัสว่า ผู้มีสิ่งเป็นที่รัก ๑๐๐ ก็มีทุกข์ ๑๐๐ ผู้มีสิ่งเป็นที่รัก ๙๐ ก็มีทุกข์ ๙๐ ... ผู้มีสิ่งเป็นที่รัก ๒ ก็ มีทุกข์ ๒ ผู้มีสิ่งเป็นที่รักเพียง ๑ ก็มีทุกข์เพียง ๑ ผู้ไม่มีสิ่งเป็นที่รัก ก็ไม่มีทุกข์ ซึ่งเราเรียกว่าเป็นผู้หมด ความเศร้าโศก ปราศจากกิเลสจตุลีสี่ ไม่มีความคับแค้นใจ

จากเรื่องนี้ ทำให้เห็นว่า แม้แต่คนที่เป็นอริยบุคคลก็ร้องไห้จนผ้าเปียกปอนทีเดียว นี่ขนาดได้บรรลุ ธรรมแล้ว ยังเศร้าโศกถึงเพียงนี้ และยังไม่หาบุคคลที่จะเป็นที่พึ่ง ไปบรรยายความเศร้าโศกให้ฟัง หากไม่ได้ บรรลุธรรมจะเศร้าโศกมากขนาดไหน คงไม่ต้องบอก และยังไม่มีคนที่จะปรับทุกข์ให้ฟังด้วยแล้ว ก็จะเศร้า โศกหนักยิ่งขึ้นไปอีก แต่หากมีคนช่วยปรับทุกข์ด้วย มีคนให้ข้อคิดและคอยรับฟังความเห็นด้วย ก็คงจะคลาย ความเศร้าโศกได้บ้าง

เรื่องที่ ๒ **เรื่องอนาถบิณฑิกเศรษฐีร้องไห้เพราะลูกสาวตาย**^๒ เล่ากันว่า ท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐี ตามที่รู้จักกัน ท่านเป็นคนใจบุญ ทำบุญไม่เคยขาด ในกรุงสวตตี เมื่อชาวบ้านจะทำบุญ ก็มีจะเชิญท่านอนาถ บิณฑิกเศรษฐีไปร่วมงานทำบุญด้วยเสมอ โดยปกติท่านเศรษฐีมีลูกสาว ๓ คน เมื่อเวลาท่านไปทำบุญข้างนอก บ้าน ก็มอบภาระแก่ธิดาทั้งสามคน ในการถวายอาหารแด่พระภิกษุสงฆ์ที่มารับอาหาร อยู่มาวันหนึ่ง เมื่อลูกสาว คนเล็กซึ่งทำหน้าที่ถวายภัตตาหารแก่พระภิกษุสงฆ์เสียชีวิตลงอย่างกะทันหัน ก่อนที่ลูกสาวจะตาย ได้เรียกตน ผู้เป็นพ่อว่าน้องชาย แล้วจึงสิ้นใจ ทำให้ท่านเศรษฐีถึงกับระงับความเศร้าโศกไว้ไม่ได้ จึงร้องไห้ แล้วเข้าไปเฝ้า พระพุทธเจ้าเล่าเรื่องราวให้ฟังเมื่อพระพุทธเจ้าตรัสเล่าถึงสาเหตุที่ธิดาของท่านเรียกท่านผู้เป็นบิดาว่าน้องชาย เพราะลูกสาวของท่านได้บรรลุธรรมชั้นสกทาคามี ซึ่งสูงกว่าท่านที่ได้บรรลุธรรมชั้นโสดาบันท่านนั้น ทำให้ท่าน เศรษฐีคลายความเศร้าโศก และลากลับด้วยความบันเทิงใจ

^๑ พุ.อุ. (ไทย) ๒๕/๗๘/๓๓๗. พุ.ธ.อ. (บาลี) ๒/๒๑๓/๒๑๑.

^๒ พุ.ธ.อ. (บาลี) ๑/๑๘/๑๑๖-๑๑๗.

จากทั้ง ๒ เรื่องนี้ ทำให้เห็นว่า แมื่บุคคลที่ได้บรรลุนิพพานขั้นต่ำ เป็นพระโสดาบัน ยามประสบพบกับความตายก็ร้องไห้เหมือนกัน คงไม่จำเป็นต้องกล่าวถึงที่ปุถุชนคนทั่วไปจะไม่ร้องไห้

๓.๕.๒ บุคคลผู้ได้อบรมเรื่องการเจริญมรณัสสติ

อนึ่ง หากบุคคลได้เจริญมรณัสสติไว้ หรือระลึกถึงความตายไว้เสมอ เมื่อคนผู้เป็นที่รักหรือญาติผู้เป็นที่รักจากไป ก็จะไม่เศร้าโศกเสียใจ หรือแม้จะเสียใจร้องไห้บ้าง ก็เพียงเล็กน้อยเท่านั้น พอได้สติระลึก รู้ทันก็จะสามารถรับความเศร้าโศกได้อย่างฉับพลันทันที และเมื่อเจริญมรณัสสติไว้เป็นประจำ ได้เจริญมรณัสสติติดต่อกันเป็นเวลานาน ก็จะไม่เข้าถึงความกลัว ความหวาดสะดุ้ง ความหลง ความขาดสติสัมปชัญญะ ไม่หลงทำกาลกิริยา ดังจะยกตัวอย่างบุคคลมาประกอบ ๕ เรื่อง กล่าวคือ

เรื่องที่ ๑ **เรื่องกุกุมพีคนหนึ่ง**^๑ เล่ากันมาว่า กุกุมพีคนหนึ่ง เป็นชาวกรุงสาวัตถี เมื่อบุตรของตนตายแล้ว ก็เศร้าโศกถึงบุตร อดอาหาร ไม่ทำงาน ทุก ๆ วัน เขาจะไปป่าช้าร้องไห้เพราะเศร้าโศกถึงบุตร อยู่มาวันหนึ่งพระพุทธรูปเจ้าเสด็จไปเยี่ยมเขาถึงบ้าน เขานิมนต์ให้เข้าบ้านแล้ว เล่าให้ฟังว่า ตนเองเป็นทุกข์เสียใจเพราะลูกตาย พระพุทธรูปเจ้าจึงตรัสว่า ท่านอย่าคิดมากเลย ชื่อว่าความตายนี้ มิใช่มีในที่เดียว มิใช่มีแก่คนคนเดียว ยังมีภพอยู่ ความตายของสัตว์ทุกจำพวกก็ยังมีอยู่รำไป ชีวิตชื่อว่าเที่ยงไม่มีเลย ดังนั้น จึงควรเข้าใจให้ชัดว่า สิ่งที่ตายเป็นธรรมดา ตายไปแล้ว สิ่งที่แตกไปเป็นธรรมดาแตกไปแล้ว ท่านไม่ควรเศร้าโศก ถึงโบราณกบณชิตในคราวที่บุตรเป็นที่รักตายแล้ว ก็พิจารณาเช่นนี้ แล้วไม่เศร้าโศก เพราะได้เจริญมรณัสสตินั่นเอง แล้วทรงแสดงถึงอุรชชากให้กุกุมพีฟังว่า เล่ากันมาว่า โบราณกบณชิตครอบครัวหนึ่งซึ่งเป็นชาวเมืองพาราณสี ย่อมไม่เศร้าโศกถึงปิยชนที่ตายจากไป โบราณกบณชิตเหล่านั้นยังตอบโต้แสดงคติธรรมแก่ท้าวสักกะ ซึ่งเข้ามาสอบถาม โดยพราหมณ์ผู้เป็นหัวหน้าครอบครัวกล่าวเป็นคนแรก ได้บอกเหตุแห่งการไม่ร้องไห้แก่ท้าวสักกะว่า บุตรของข้าพเจ้าละทิ้งร่างกายของตนไป เหมือนนงลูกคราบเก่า เมื่อร่างกายใช้การไม่ได้จึงละไป ตายไปอย่างนี้ เขาถูกเผาที่ไม่รู้ถึงความคร่ำครวญของหมู่ญาติ เหตุนั้น ข้าพเจ้าจึงไม่เศร้าโศกถึงเขา เขาไปแล้วตามคติของเขา

นางพราหมณีบอกเหตุที่ไม่ร้องไห้ว่า บุตรของข้าพเจ้านี้ ข้าพเจ้าไม่ได้เชิญมาจากโลกอื่น เขามาเอง ข้าพเจ้ามิได้อนุญาต ก็ไปจากโลกนี้ เขามาอย่างไร เขาก็ไปอย่างนั้น จะคร่ำครวญไปทำไมเพราะการไปของเขา นั้น เขากำลังถูกเผา ก็ไม่รู้ถึงความคร่ำครวญของพวกญาติ เพราะฉะนั้น ข้าพเจ้าจึงไม่เศร้าโศกถึงเขา เขาไปแล้วตามคติของเขา

น้องสาวบอกเหตุที่ไม่ร้องไห้ว่า ถ้าข้าพเจ้าร้องไห้ ก็จะมีรังกายฝ่ายผม จะมีผลอะไรแก่ข้าพเจ้าเล่า ญาติ มิตร สหายของข้าพเจ้าจะไม่มี ความพอใจอย่างยิ่ง พี่ชายของข้าพเจ้ากำลังถูกเผา ก็ไม่รู้ถึงความคร่ำครวญของพวกญาติ เพราะฉะนั้น ข้าพเจ้าจึงไม่เศร้าโศกถึงเขา เขาไปแล้วตามคติของเขา

^๑ ขุ.ธ. อ. (บาลี) ๒/๒๑๒/๒๐๙-๒๑๐.

ภรรยาบอกเหตุที่ไม่ร้องไห้ว่า คนที่ร้องไห้ถึงคนที่ตายแล้วเปรียบเหมือนทารกที่ร้องไห้ต้องการดวงจันทร์ที่โคจรไปในอากาศ สามีของข้าพเจ้ากำลังถูกเผา ก็ไม่รู้ถึงความคร่ำครวญของพวกเขา เพราะฉะนั้น ข้าพเจ้าจึงไม่เศร้าโศกถึงเขา เขาไปแล้วตามคติของเขา

สาวใช้บอกเหตุที่ไม่ร้องไห้ว่า คนที่ร้องไห้ถึงคนที่ตายแล้วเป็นสิ่งไร้ประโยชน์ เปรียบเสมือนหม้อน้ำที่แตกแล้วจะประสานให้สนิทเหมือนเดิมไม่ได้ นายของข้าพเจ้ากำลังถูกเผา ก็ไม่รู้ถึงความคร่ำครวญของพวกเขา เพราะฉะนั้น ข้าพเจ้าจึงไม่เศร้าโศกถึงเขา เขาไปแล้วตามคติของเขา

ท้าวสักกะฟังคำตอบของทุกคนแล้ว ทรงเลื่อมใส กล่าวว่า พวกท่านเป็นผู้ไม่ประมาทได้เจริญมรณัสสติแล้ว แล้วให้อิวาหว่า พวกท่านจงหมั่นให้ทาน รักษาศีล อยู่จำอุโบสถ เป็นผู้ไม่ประมาทอยู่เถิดแล้วหลีกไป^๑

พระพุทธเจ้าตรัสอีกว่า เหล่าบัณฑิต เมื่อบุตรของตนตายแล้ว คิดกันเช่นนี้ ทำกันอย่างนี้ ต่อจากนี้ ท่านไม่ควรที่จะหยุดทำการงาน อดอาหาร มัวแต่ร้องไห้อยู่ ไม่ควรเศร้าโศก ควรกินอาหารและทำงาน ท่านอย่าคิดว่า บุตรผู้เป็นที่รักของเราตายแล้ว เพราะหากคิดเช่นนี้ ความเศร้าโศกก็จะเกิดขึ้นเพราะอาศัยสิ่งเป็นที่รักได้ แต่ควรเจริญมรณัสสติว่า สิ่งที่ตายเป็นธรรมดา ตายไปแล้ว สิ่งที่แตกไปเป็นธรรมดา แตกไปแล้ว ภูมิภาคไฟได้ฟังเช่นนี้ ก็คลายความเศร้าโศกแล้วและได้บรรลุธรรม

เรื่องที่ ๒ **เรื่องธิดาช่างหูก**^๒ เล่ากันมาว่า ธิดาของนายช่างหูก เมื่อพระพุทธเจ้าเสด็จมายังกรุงอาฬวี แสดงธรรมเกี่ยวกับการเจริญมรณัสสติว่า อหุทฺธู เม ชิวิตฺ ฐู เม มรณฺ, อวสุสฺ มยา มริตพฺพํ, มรณปริโยสานํ เม ชิวิตฺ, ชิวิตฺ เม อนียตฺ มรณฺ นียตฺ ดังนี้ ธิดาของนายช่างหูก เมื่อได้ฟังเช่นนี้แล้ว ก็นำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน จนล่วงไป ๓ ปี พระพุทธเจ้าเสด็จมายังกรุงอาฬวีอีก เพื่อโปรดธิดาของนายช่างหูก แสดงธรรมจนนางได้บรรลุธรรมเป็นอรหัญบุคคลชั้นโสดาบัน โดยพระพุทธเจ้าตรัสถามปัญหา ๔ ข้อสรุปใจความได้ดังนี้

ข้อที่ ๑ ตรัสถามว่า เธอมาจากไหน

ข้อที่ ๒ ตรัสถามว่า เธอจะไปไหน

ข้อที่ ๓ ตรัสถามว่า เธอไม่รู้หรือ

ข้อที่ ๔ ตรัสถามว่า เธอรู้หรือ

ธิดาของนายช่างหูกทูลตอบปัญหาแต่พระพุทธเจ้าดังนี้

ข้อที่ ๑ นางทูลตอบว่า ไม่รู้ เพราะไม่รู้ว่ตนเองมาจากไหน ไม่รู้ว่ตนเองมาจากภพไหนจึงมาเกิดในบ้านของนายช่างหูกนี้

ข้อที่ ๒ นางทูลตอบว่า ไม่รู้ เพราะไม่รู้ว่ตนเองจะไปไหน ไม่รู้ว่ตนเองจุติ(ตาย)จากบ้านของนายช่างหูกแล้วจะไปเกิดในภพไหน

^๑ พุ.ชา. (ไทย) ๒๗/๑๙-๒๗/๒๐๒-๒๐๓, พุ.ชา.อ. (บาลี) ๔/๑๙-๒๘/๓๗๖-๓๘๒.

^๒ พุ.ธ.อ. (บาลี) ๒/๑๗๒/๑๓๒-๑๓๖.

ข้อที่ ๓ นางทูลตอบว่า รู้สิ เพราะรู้ว่าตนเองจะต้องตายทีเดียว

ข้อที่ ๔ นางทูลตอบว่า ไม่รู้สิ เพราะไม่รู้ว่าตนเองจะตายในเวลาไหน

เพราะการตอบคำถามเช่นนั้นเอง จึงทำให้ธิดาช่างทูกได้บรรลุนิกรรมเป็นโสดาบัน เมื่อธิดาของนายช่างทูกกลับถึงบ้านในขณะที่บิดากำลังหลับอยู่ ถูกบิดาตีอกด้วยไม้พื้ม ทำให้นางเสียชีวิต เมื่อลูกสาวเสียชีวิตแล้ว บิดาของนางก็เศร้าโศกเสียใจอย่างมาก บ่นพร่ำรำพันต่าง ๆ นานา แล้วไปเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้า ได้ฟังธรรมเทศนา แล้วจึงทำให้คลายความเศร้าโศกลง ภายหลังบวชและบรรลุนิหารัตตผล

เรื่องที่ ๓ **เรื่องพระติสสเถระ**^๑ เล่ากันมาว่า พระติสสเถระ เดิมก่อนบวชเป็นชาวกุรุงสาวตีพิงธรรมแล้ว ขอบวชต่อพระพุทธเจ้าหลังจากบวชแล้ว อยู่ต่อมาท่านเกิดเป็นตุ่มพุงตามร่างกาย กระดูกแตก ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ พระภิกษุสามเณรก็ผลัดกันดูแลตามยถากรรม วันหนึ่ง ขณะที่พระติสสเถระนอนอยู่นั้น พระพุทธเจ้าก็เข้าไปเยี่ยม อาบน้ำชำระร่างกายและให้ชุ่มผ้าที่สะอาด ตรัสกับท่านว่า ร่างกายนี้อีกไม่นานหนอ จักเป็นของว่างเปล่า มีวิญญูณไปปราศแล้วจับนอนทับแผ่นดิน ดูก่อนไม้ที่ไร้ประโยชน์ ฉะนั้น พระติสสเถระได้ฟังพระพุทธดำรัสเช่นนี้แล้ว กำหนดพิจารณาความตายที่จะมีแก่ตน กำหนดอาการ ๓๒ ไม่นานนัก ก็ได้บรรลุนิหารัตตผล แล้วปรินิพพานในที่สุด

เรื่องที่ ๔ **เรื่องมัลลิกาเทวี**^๒ เล่ากันมาว่า นางมัลลิกาเป็นภรรยาพันธุเสนนาบดี ของพระเจ้าปเสนทิโกศล ในกุรุงสาวตี มีบุตรถึง ๓๒ คนล้วนกล้าหาญ สมบูรณ์ด้วยเรี่ยวแรง ต่อมาสามีของนางถูกใส่ร้ายว่าจะชิงราชสมบัติในพระเจ้าปเสนทิโกศล ถูกพระราชารับสั่งให้ประหารชีวิตที่ชายแดน นางมัลลิกาได้รับจดหมายแจ้งข่าวการเสียชีวิตของสามีและบุตรในขณะที่กำลังทำบุญถวายภัตตาหารแด่พระสงฆ์ ๕๐๐ รูป ไม่บอกเรื่องนั้นแก่ใคร เห็นจดหมายไว้ที่ชายพก ทำบุญตามปกติเหมือนไม่มีอะไรเกิดขึ้น ขณะนั้นหญิงรับใช้คนหนึ่งทำภาชนะแตกข้างหน้าพระเถระทั้งหลาย พระธรรมเสนนาบดีกล่าวกับนางว่า สิ่งของมีอันแตกเป็นธรรมดา แตกไปแล้ว ท่านไม่ควรคำนึงถึง นางจึงนำจดหมายออกมาจากชายพกแล้วเรียกว่า ดิฉันแม่ได้ย็นเรื่องนี้แล้วยังมีคำนึงถึงเมื่อภาชนะเนยใสแตกไปแล้ว ดิฉันจักคำนึงถึงทำไมเล่า เจ้าข้า พระเถระได้แสดงธรรมแก่นางเสร็จแล้ว นางมัลลิกามีได้เศร้าโศกในท่ามกลางลูกสะใภ้ผู้เศร้าโศก กล่าวกับลูกสะใภ้ ๓๒ คนว่า สามีของลูกทั้งหลายไม่มีความผิด ได้รับผลกระทบแก่ของตน ลูกทั้งหลายอย่าได้เศร้าโศก และอย่าได้ถือโกรธต่อพระราชอาเลย และในอีกแห่งหนึ่ง^๓ ก็เล่าไว้ว่า นางผู้เป็นธิดาของเจ้ามัลละ กุรุงกุลินารา หลังจากสามีตายแล้ว ได้กลับบ้านเดิม แล้วได้ปฏิบัติธรรม รักษาศีล ให้ทาน ได้บรรลุโสดาบันัตตผล และได้นำชายทองที่ถักด้วยทองคำ แก้วมณี และแก้วมุกดาไปคลุมพระพุทธสรีระ เมื่อตายแล้ว ได้ไปบังเกิดเป็นเทพธิดาบนสวรรค์ชั้นดาวดึงส์เทวโลก

^๑ พุ.ธ.อ.(บาลี) ๑/๔๑/๒๓๙-๒๔๑.

^๒ พุ.ธ. อ. (บาลี) ๑/๔๗/๒๖๐-๒๖๔.

^๓ พุ.วิ.อ.(บาลี) ๑/๖๕๘-๖๖๕/๑๘๕-๑๙๐.

เรื่องที่ ๕ **เรื่องพระนางสามาวดี**^๑ เล่ากันว่า พระนางสามาวดี เป็นพระมเหสีองค์หนึ่งของ พระเจ้าอุเทน กรุงอุษเชนี ภายหลังได้บรรลुरुธรรมเป็นโสดาบันพร้อมกับบริวาร เพราะได้ฟังธรรมจากนางสาวใช้ ชื่อชุษุชุตตรา ต่อมาพระมเหสีอีกพระองค์หนึ่ง ริษยาไม่พอใจ จึงจ้างให้ลอบวางเพลิงพระตำหนักของพระนางสามาวดีพร้อมกับบริวาร ขณะที่ไฟกำลังไหม้อยู่ที่นั่น หนีไปไหนก็ไม่ได้ พระนางสามาวดีก็ไม่กลัวต่อความตายที่จะมาถึงอยู่ตรงหน้า แล้วให้สติแก่บริวารว่า ขอให้พวกเธอกำหนดความร้อนที่เกิดแก่ร่างกายเอาไว้ บริวารเหล่านั้นก็เชื่อฟังไม่ประมาทเจริญกัมมัฏฐานกำหนดเวทนาที่มีแก่ตน เมื่อจะสิ้นชีวิตบริวารเหล่านั้นก็ได้บรรลुरुธรรมชั้นสกทา คามีบ้าง อนาคามีบ้าง หลังจากตายแล้ว พระนางพร้อมกับบริวารก็ได้ไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์

เรื่องที่ ๖ **เรื่องพราหมณ์คนหนึ่ง**^๒ เล่ากันว่า พราหมณ์คนหนึ่ง รั่วรอยมหาศาล เมื่อเจริญวัยก็แต่งงานกับนางพราหมณีคนหนึ่ง เมื่อพ่อแม่ของพราหมณ์ผู้นี้ตายแล้ว ก็มอบทรัพย์ให้ภรรยาดูแล แล้วขอออกบวชเป็นปริพาชก แต่ภรรยาปฏิเสธไม่รับสมบัติขอออกบวชด้วย ดังนั้นทั้งสองจึงสละทรัพย์สมบัติทั้งหมดให้เป็นทานแล้วออกบวชเป็นปริพาชกอยู่ในป่าหิมพานต์ อยู่ต่อมาได้มาพักอยู่ในอุทยานแห่งหนึ่ง นางปริพาชิกาเกิดโรคท้องร่วงอย่างหนัก เมื่อไม่ได้อาหารอันเป็นประโยชน์แก่ร่างกายก็ทำให้อาการของโรคกำเริบหนักมากขึ้น

ฝ่ายปริพาชกเห็นอาการของนางแล้ว ก็นำนางให้มาพักอยู่ที่ศาลาริมทางแห่งหนึ่ง แล้วไปเที่ยวหาอาหารและอาหารมารักษานาง เมื่อปริพาชกออกไปไม่นาน นางปริพาชิกาก็สิ้นใจตาย ณ ที่นั่นเอง ปริพาชกได้ยาและอาหาร กลับมาเห็นหมู่ชนพากันร้องไห้คร่ำครวญ ก็รู้ว่านางปริพาชิกาเสียชีวิตแล้ว จึงนั่งฉันอาหารจนอิ่มแล้ว บ้วนปาก เมื่อหมู่ชนถามว่า ผู้นี้เป็นอะไรกับท่าน ก็บอกว่า ผู้นี้เคยเป็นภรรยาเมื่อครั้งยังเป็นคฤหัสถ์ เมื่อถูกถามอีกว่า แล้วทำไมท่านจึงไม่ร้องไห้ ก็ตอบว่า คนที่ตายไปแล้ว ช่วยอะไรไม่ได้เลย จะร้องไห้ไปทำไมกันเล่า แล้วกล่าวอีกว่า ปริพาชิกาผู้เจริญไปอยู่ในหมู่ชนเป็นจำนวนมากที่ตายแล้ว นางผู้อยู่ร่วมกับพวกคนตายเหล่านั้นจะมีประโยชน์อะไรแก่เรา เพราะฉะนั้น ข้าพเจ้าจึงไม่เศร้าโศกถึงนางปริพาชิกาผู้เป็นที่รัก ถ้าบุคคลจะพึงเศร้าโศกถึงคนที่ตายแล้ว ควรเศร้าโศกถึงตนผู้ตกอยู่ในอำนาจของมัจจุทุกเมื่อเกิด อายุสังขารจะติดตามสัตว์ผู้ยืน นิ่ง นอน และเดินไปมาเท่านั้นที่ไม่ ้วยยอมติดตามเหล่าสัตว์แม้กระทั่งลี้มตาและหลับตา ครั้นแล้วให้หมู่ชนเผาร่างของนางแล้ว กลับไปยังป่าหิมพานต์ตามเดิม

เรื่องที่ ๗ **เรื่องบุตรของเศรษฐีคนหนึ่ง**^๓ เล่ากันว่า บุตรของเศรษฐีคนหนึ่ง มีสมบัติมากมาย เมื่อเขาอยู่ในวัยหนุ่ม พ่อแม่ของเขาก็ตายลง เมื่อพ่อแม่ตาย พี่ชายคนโตของบุตรเศรษฐีผู้นี้ ก็ดูแลสมบัติและเลี้ยงดูน้อง ๆ อยู่ต่อมาพี่ชายคนโตก็เสียชีวิตลงอีกทำให้หมู่ญาติต่างร้องไห้คร่ำครวญขาดสติเพื่อรำพันเมื่อพวกเขาได้เห็นบุตรเศรษฐีผู้นี้ไม่ร้องไห้ ก็ติเตียนโดยประการต่างๆ กล่าวหาว่า เหตุที่ไม่ร้องไห้ เพราะคงไม่อยากแบ่งสมบัติเป็นสองส่วนนะซิ บุตรเศรษฐีผู้นี้ ก็ชี้แจงถึงเหตุที่ไม่ร้องไห้ เพราะพิจารณาเห็นว่า ผู้ที่ร้องไห้

^๑ พุ.ธ.อ.(บาลี) ๑/๒๑-๒๓/๑๖๖-๑๖๗.

^๒ พุ.ชา.(ไทย) ๒๗/๑๐๙-๑๑๑/๑๗๙, พุ.ชา.อ. (บาลี) ๔/๑๐๙-๑๑๑/๓๐๐-๓๐๓.

^๓ พุ.ชา.อ.(บาลี) ๔/๖๕-๖๗/๒๖๐-๒๖๑.

เพราะไม่เข้าใจถึงโลกธรรมว่า เราจักตาย แม้พวกท่านก็จักตาย สังขารทุกชนิดเป็นภาวะไม่เที่ยงย่อมดับไป สังขารร่างกายที่จะสามารถดำรงอยู่ต่อไปได้ตลอดไม่มีเลย เพราะฉะนั้นเราจึงไม่ร้องไห้ พวกหมู่ญาติฟังคำชี้แจงเช่นนี้แล้ว ก็คลายความเศร้าโศกลงได้

บุคคลทั้ง ๗ คือตัวอย่างบุคคลที่เคยอบรมเรื่องมรณัสสติ ได้เจริญมรณัสสติอยู่เป็นประจำได้เคยใส่ใจถึงมรณัสสติกรรมฐานอยู่ทุกลมหายใจเข้าออก หรือเคยระลึกถึงความตายโดยเห็นว่าเป็นเรื่องธรรมดาของโลก ยามเมื่อได้ประสบพบความตายของบุคคลผู้เป็นที่รักซึ่งต้องจากไปก็ไม่เศร้าโศกเสียใจ สติระลึกรู้ธรรมดาของโลกตามความเป็นจริง นอกจากนี้ยังช่วยระงับคลายความเศร้าโศกของผู้ที่กำลังเศร้าโศกได้อีกด้วย

๓.๖ ประโยชน์ที่จะได้รับจากการเจริญมรณัสสติ

พระผู้มีพระภาคตรัสสรรเสริญมรณัสสติไว้ว่า ภิกษุทั้งหลาย มรณัสสติ ที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก หยั่งลงสู่อมตะ มีอมตะเป็นที่สุด^๑ เพราะเหตุนั้นแล ผู้มีปัญญาดีพึงทำความไม่ประมาท ในมรณัสสติ อันมีอานุภาพมากอย่างนี้ ทุกเมื่อเทอญ^๒ ในอรรถกถาอธิบายต่ออีกว่า คำหยั่งลงสู่อมตะ หมายถึงก้าวลงสู่นิพพาน ดำรงอยู่ในนิพพาน^๓

ดังนั้น ผู้เจริญมรณัสสติก็มีมัญฐาน จึงควรมีความมั่นใจได้ว่า แม้เมื่อยังมีได้ลิ้มรสอมตะในปัจจุบันภพนี้ เพราะกายแตกตายไป ย่อมเป็นผู้มีสุดคติเป็นที่ไปเบื้องหน้าอย่างแน่นอน เพื่อความกระจำจัตถคณนะผู้วิจัยจึงขอเสนอประโยชน์ที่จะได้รับจากการเจริญมรณัสสติก็มีมัญฐานออกเป็น ๒ อย่าง คือ (๑) ประโยชน์ที่จะได้รับในปัจจุบัน (๒) ประโยชน์ที่จะได้รับในอนาคต ตามลำดับดังนี้

๓.๖.๑ ประโยชน์ที่จะได้รับในปัจจุบัน

สำหรับในข้อนี้ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ไม่ได้ระบุถึงประโยชน์ที่จะได้รับในปัจจุบันไว้ในที่แห่งใดแห่งหนึ่งโดยเฉพาะ จะกล่าวไว้ในที่ต่าง ๆ แต่เมื่อประมวลจากที่หลายแห่ง ก็พอสรุปถึงประโยชน์ที่จะได้รับจากการเจริญมรณัสสติ มีดังนี้

๑. ไม่เศร้าโศก เมื่อประสบพบกับความตาย ธรรมดาคนเรา เมื่อประสบพบกับความตายของปियชนคนที่รัก หรือญาติพี่น้อง ย่อมมีความเศร้าโศกเสียใจเป็นธรรมดา แต่สำหรับคนผู้เจริญมรณัสสติอยู่เป็นประจำ จะไม่มีความเศร้าโศกเสียใจ มีสติระลึกว่าความตายเป็นสิ่งธรรมดา คนเราไม่ล่วงพ้นความตายไปได้ ดังเช่นพระนางมัลลิกาเทวีผู้เป็นภรรยาของพันธุลเสนาบดีจะนั้น

๒. ไม่กลัวต่อความตายที่มาเยือน แท้จริง คนเราทุกคนในโลกนี้ ซึ่งไม่เคยได้อบรมเรียนรู้มรณัสสติ หรือไม่ได้เจริญมรณัสสติก็มีมัญฐานไว้เมื่อความตายจะมาเยือนย่อมกลัวตายถึงความสะอึดต่อความตาย ดังคำ

^๑ อัง. ฅก. (บาลี) ๒๒/๒๐/๔๔๗, อัง. สตุต. (บาลี) ๒๓/๔๘/๔๒.

^๒ วิสุทฺธิ. (บาลี) ๑/๑๗๗/๒๖๑.

^๓ อัง. ฅก. อ. (บาลี) ๓/๑๙/๑๐๗, อัง. สตุต. อ. (บาลี) ๓/๔๘/๑๘๔.

ที่ว่า สัตว์ผู้มีความตายเป็นธรรมดา ย่อมกลัว ถึงความสะดุ้งต่อความตายมีอยู่ ยังไม่อยากตาย ยังอยากจะอยู่ ดูโลกนี้อีกต่อไป และหวาดสะดุ้งพรั่นพรึงต่อความตายที่จะมาเยือนจนเกิดความหลงขาดสติ บ่นเพื่อรำไร รำพันต่าง ๆ นานา ดังเช่นนายจันทสุกริกผู้หลงตายจะนั้น ต่างจากคนผู้ได้เจริญมรณัสสติกัมมัฏฐานไว้ ย่อมไม่กลัวความตาย สมดังที่คำที่ว่า เราไม่กลัวความตาย ไม่มีความอาลัยในชีวิต^๓ เมื่อความตายมาเยือนก็มีสติ ระลึกละเอียดตลอดเวลาว่า ความตายเป็นของเที่ยง ส่วนชีวิตของเราเป็นของไม่เที่ยง แล้วพิจารณาความตายเป็นเรื่องธรรมดาของสัตว์โลก ดังเช่นธิดาของนายช่างทุกจะนั้น ถึงแม้จะไม่กลัวความตาย ก็จริง แต่ก็ไม่ชวนชวายเป็นเพื่อจากโลกไปเร็ว คือจะไม่ฆ่าตัวตายจากโลกนี้ไป ย่อมอยู่จนสิ้นอายุขัย ดังคำที่พระเถระทั้งหลาย อาทิ พระสารีบุตรพระสังกัจจายและพระเวทกะกล่าวไว้ว่า อาตมาไม่ยินดีความตาย ไม่เพลิดเพลิดความเป็นอยู่ และรอเวลาอยู่เหมือนลูกจ้างรอให้สิ้นเวลาทำงานจะนั้น อาตมาไม่ยินดีความตาย ไม่เพลิดเพลิดความเป็นอยู่ และเป็นผู้มีสติสัมปชัญญะ รอเวลาตายอยู่^๔ และแม้ถึงจะอยู่จนหมดอายุขัยก็ไม่อยู่เปล่า ทำกิจที่ควรทำ สร้างประโยชน์ให้แก่ชาวโลกตราบเท่าที่ชีวิตจะหาไม่

๓. ช่วยปลอมโยน ให้สติแก่ผู้มีความเศร้าโศก คนที่ไม่ได้เจริญมรณัสสติไว้ เมื่อประสบกับความตายที่มาเยือน ย่อมมีความเศร้าโศก ไม่ยอมทำงาน เพราะจิตใจซึมเซาเหงา คนที่เศร้าโศกย่อมมีความอ่อนเพลีย ไม่มีกำลังใจที่จะทำงานต่อไป แม้จะทำงานอยู่ ก็ทำงานแบบซึมเศร้าโศกท้อใจ หมดแรงที่จะทำงานทำงานอย่างไม่มีชีวิตชีวา เศร้าสร้อย หงอยเหงา เศร้าซึม ผิดกับคนที่ได้เจริญมรณัสสติไว้ ยามเมื่อประสบกับความตายที่มาเยือน ก็ไม่เศร้าโศกเสียใจ ยามที่คนอื่นเศร้าโศกก็ไม่เศร้าโศก ทั้งยังช่วยคลายความเศร้าโศกให้ผู้อื่นได้อีกด้วย เป็นที่พึ่งอาศัยของผู้อื่น ดังเรื่องสุชาติกุมาร ผู้คิดอุบายวิธีช่วยคลายความเศร้าโศกให้แก่พ่อจะนั้น^๕

๔. ทำให้จิตมีสมาธิ ธรรมด่าว่าอารมณ์กัมมัฏฐาน ย่อมอำนวยให้ผู้ปฏิบัติด้วยโยนิโสมนสิการได้สมาธิ มีจิตตั้งมั่นตามสมควรแก่ความเพียรพยายาม เช่น ผู้เจริญมรณัสสติกัมมัฏฐานอย่างจริงจัง ด้วยอุบายวิธีต่าง ๆ ย่อมได้บริกรรมสมาธิเป็นเบื้องต้น ที่เรียกว่าขณิกสมาธิ และอุปัชฌายสมาธิเป็นปริโยสาน ซึ่งคณะผู้วิจัยจักนำเสนอต่อไป

ทำให้ได้ขณิกสมาธิ

เมื่อท่านผู้เจริญมรณัสสติตามวิธีดังกล่าวมาโดยอาการ ๘ อย่างใดอย่างหนึ่งติดต่อกันอยู่เนื่อง ๆ แล้ว กามาวจรกุศลญาณสัมปยุตตชวณจิต ที่มีมรณัสสติกัมมัฏฐานเป็นอารมณ์ ซึ่งเกิดขึ้นติดต่อกันไป ย่อมได้ อาเสวนะ (จิตที่เสพคุ่น) ด้วยอำนาจโยนิโสมนสิการเป็นอันดีแล้ว เมื่อนิ वर्ณธรรมทั้งหลาย กล่าวคือกามฉันทะ

^๑ อัง.จตุกก.(ไทย)๒๑/๑๘๔/๒๖๑-๒๖๔.

^๒ ชุ.เถร.(ไทย) ๒๖/๒๐/๓๑๐).

^๓ ชุ.เถร.(ไทย) ๒๖/๖๐๖-๗/๔๔๔, ๖๕๕-๖๕๖/๔๕๒,๑๐๐๒-๑๐๐๓/๕๐๔.

^๔ ชุ.เปต.อ.(บาลี) ๑/-/๔๑-๔๕, ดูประกอบ ชุ.ชา.(ไทย) ๒๗/๖-๑๓/๒๐๐-๒๐๑.

(ความพอใจในงาม) พยาบาท (ความคิดร้าย) ถีนมิทธะ (ความหดหู่และเซื่องซึม) อุทัจจกุกกัจจะ (ความฟุ้งซ่านและร้อนใจ) วิจิกิจจา (ความลั้งเลงสงสัย)^๑ ย่อมสงบระงับไป สติเจตสิกที่มีมรรณะเป็นอารมณ์ ย่อมตั้งมั่น ด้วยอำนาจแห่งองค์ฌาน ในระดับบริกรรมสมาธิ หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ขณิกสมาธิ ย่อมเกิดขึ้น สืบต่อกันไป เมื่อออกจากสมาธิในระดับนี้ ย่อมเป็นผู้ไม่ประมาทเนื่องนิตยฺ ย่อมได้อนภินิหิตัญญา คือความไม่หน่ายดีในภาพทั้งปวง ละความไยดีในชีวิต ลดความมัวเมาในชีวิตเสียได้ ดังคำที่กล่าวถึงผู้พิจารณาเนื่อง ๆ ว่าเรามีความตายเป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความตายไปได้ ความมัวเมาในชีวิตมีอยู่แก่สัตว์ทั้งหลาย ซึ่งเป็นเหตุให้สัตว์ทั้งหลายประพฤติดุจริตด้วยกาย วาจา ใจ เมื่อเขาพิจารณาฐานะนั้นอยู่นิ่ง ๆ ย่อมละความมัวเมาในชีวิตนั้นได้โดยสิ้นเชิง หรือทำให้เบาบางลงได้^๒ เป็นผู้ติการทำบาป ไม่มากไปด้วยการสะสม ปราศจากมลทินคือความตระหนี่ในบริวารทั้งหลาย จิตย่อมคายจากความยึดมั่นในอุปาทานชั้นนี้ได้ตามสมควรพิจารณาเห็นความตายเป็นธรรมชาติที่ไม่อาจหนีพ้น และเมื่อยังมีชีวิตอยู่ ย่อมชวนขยายบำเพ็ญกุศลกรรมทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ ย่อมมีความมั่นคงในกุศลกรรมบถ ๑๐ มองเห็นการเกิดเป็นสิ่งที่น่าสะพรึงกลัว แล้วเพียรพอกพูนวิภูษณกุศล (กุศลกรรมที่ทำให้พ้นจากวิภูษณสงสาร) อย่างสุดกำลังความสามารถ

ทำให้ได้อุปจารสมาธิ

เมื่อท่านผู้เจริญมรณัสสติตามวิธีดังกล่าวมาโดยอาการ ๘ อย่างใดอย่างหนึ่งติดต่อกันไป จนขณิกสมาธิเกิดอย่างมั่นคงดีแล้ว และเมื่อยังคงมณสิการมรณัสสติต่อไป นิวรรตทั้งหลายที่สงบระงับเป็นระยะ ๆ นั้น จะสงบระงับเป็นเวลานานขึ้น ขณิกสมาธิที่ได้อาเสวนะเป็นอย่างดีแล้ว ย่อมเข้าถึงความสงบแบบแน่นในระดับอุปจารสมาธิ องค์ฌาน ๕ ที่ประกอบในกามาวจรกุศลญาณสัมปยุตตจิต ย่อมทำหน้าที่กำจัดนิวรรตธรรมที่เป็นปฏิปกษโดยตรงได้โดยตทังคปาทน และเมื่อออกจากอุปจารสมาธิที่มีความตายเป็นอารมณ์ แล้วอนิจจสัญญาที่ย่อมถึงความชั่วของแก่ผู้ปฏิบัติ อนึ่ง ทุกขสัญญาและอนัตตสัญญาที่ย่อมปรากฏแก่ผู้ปฏิบัติ โดยเป็นไปตามแนวอนิจจสัญญานั้น เมื่อเจริญมรณัสสติมาถึงระดับนี้ จิตย่อมไม่หวาดสะดุ้งต่อความตายที่จะมาถึงตนเองและเมื่อเห็นความตายของผู้อื่นๆ จิตย่อมเกิดปัญญาญาณที่เรียกว่าสังเวคะ พิจารณาเห็นชาติภยเป็นต้น ว่าเป็นภัยที่น่าสะพรึงกลัว แล้วชวนขยายเพื่อเจริญวิปัสสนา เพื่อความพ้นจากชาติทุกข์เป็นต้นโดยเร็ว ในหนังสือหลักปฏิบัติสมณะ-วิปัสสนากัมมัฏฐาน กล่าวถึงผลของผู้เจริญมรณัสสติกัมมัฏฐาน จะได้รับมี ๑๓ ประการ^๓ คือ

๑. เป็นผู้ไม่ประมาทเนื่องนิตยฺ คือจะเป็นคนไม่ประมาทมัวเมาในชีวิต ไม่นอนใจว่าชีวิตยืนยาว จะได้รับสร้างความคิดต่างๆ ไว้ให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้

๒. ได้ความไม่หน่ายดีในภาพทั้งปวง

^๑ ที.ปา.(ไทย) ๑๑ /๓๑๕/๓๐๑.

^๒ อง.ปญจก.(ไทย)๒๒/๕๗/๙๙-๑๐๔.

^๓ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ). **หลักปฏิบัติสมณะ-วิปัสสนากัมมัฏฐาน**. (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๑), หน้า ๓๘.

๓. จะไม่ยินดีตื่นใจในการได้การมีทั้งปวง
๔. จะละความยินดีในชีวิตได้
๕. จะรังเกียจบาปความชั่วต่างๆ
๖. ไม่มากไปด้วยการสะสม
๗. จะไม่ละโมภในสิ่งของหรือทรัพย์สิ่งทั้งปวง
๘. ปราศจากความตระหนี่ จะไม่เป็นคนเห็นแก่ตัวฝ่ายเดียว
๙. จะรู้สึกในความไม่เที่ยงแห่งสังขาร มีความชำนาญในอนิจจสัญญา
๑๐. จะรู้สึกในความเป็นทุกข์แห่งสังขาร คือมีความชำนาญในทุกขสัญญา และจะรู้สึกในความมิใช่ตัวมิใช่ตนแห่งธรรมทั้งปวง คือมีความชำนาญในอนัตตสัญญา
๑๑. เวลาจะตาย ก็ไม่กลัวความตาย
๑๒. เวลาจะตาย ก็ไม่หลงตาย ไม่หลงทำกาลกิริยา
๑๓. ถ้าไม่ได้บรรลุอมตธรรม หลังจากตายแล้ว ก็จะไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์

เหตุที่ผู้เจริญมรณัสสติได้สมาธิไม่ถึงอัปปนาสมาธิ

เมื่อท่านผู้เจริญมรณัสสติ แม้ระลึกอยู่ด้วยอาการ ๘ ดังที่กล่าวมา อย่างใดอย่างหนึ่ง ด้วยอำนาจการทำในใจแล้ว ๆ เล่า ๆ จิตย่อมจะได้อาเสวนะ (ความเสพคุ้น) สติอันมีความตายเป็นอารมณ์ย่อมจะตั้งมั่นนิรณันท์ทั้งหลายย่อมจะระงับไป องค์ฌานทั้งหลายย่อมจะปรากฏขึ้น แต่เพราะความตายอันเป็นอารมณ์ของฌานนี้เป็นสภาวะธรรม และเพราะความตายที่เป็นอารมณ์นี้ เป็นที่ตั้งแห่งความสังเวช องค์ฌานนี้จึงเป็นองค์ฌานที่ยังไม่ถึงอัปปนาสมาธิ เข้าถึงได้เพียงอุปราสมาธินั้น เพราะการระลึกถึงความตาย ที่เรียกว่ามรณัสสตินั้น เป็นปรมัตถอารมณ์ ดังนั้น

หากมีข้อสงสัยว่าปรมัตถอารมณ์นั้น ไม่สามารถเป็นกัมมัญฐานที่เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวแห่งจิตให้ถึงอัปปนาสมาธิได้ทั้งหมดหรือไม่

ควรตอบได้ว่า บรรดากัมมัญฐาน ๔๐ นั้น เป็นบัญญัติอารมณ์ และปรมัตถอารมณ์ สำหรับบัญญัติอารมณ์ เช่นกสิณบัญญัติ เป็นต้น ย่อมเป็นอารมณ์เครื่องเหนี่ยวจิตให้ถึงอัปปนาสมาธิได้ ส่วนปรมัตถอารมณ์ที่เป็นฝ่ายโลกีย์ มีเพียงวิญญูญาณจายตนฌานจิตตูปบาท และอาภิกัญญาจายตนฌานจิตตูปบาทเท่านั้น ที่เป็นอารมณ์เครื่องเหนี่ยวจิตให้เข้าถึงอัปปนาสมาธิได้ ที่เป็นฝ่ายโลกุตตระคืออินพพานซึ่งเป็นอารมณ์ของมรรคจิตและผลจิตก็เช่นกัน

ขยายความว่า โลกุตระฌานและอรูปรฌานที่ ๒ ที่ ๔ ย่อมถึงอัปปนาได้ แม้ว่าจิตตูปบาทดังกล่าวจะมีอารมณ์เป็นสภาวะธรรม เพราะเป็นภาวนาพิเศษ จจริงอยู่ โลกุตระฌาน ซึ่งมีนิพพานเป็นอารมณ์ คือ โสตาปัตติมรรค โสตาปัตติผล สกทาคามิมรรค สกทาคามิผล อนาคามิมรรค อนาคามิผล อรหัตตมรรค อรหัตตผล ที่ประกอบด้วยปฐมฌานเป็นต้น หรือ โลกุตระจิต ๘ มีโสตาปัตติมรรคเป็นต้น ซึ่งมีนิพพานเป็นอารมณ์ ย่อมถึงความเป็นอัปปนาสมาธิได้ ด้วยอำนาจแห่งการดำเนินไปโดยลำดับแห่งวิสุทธิ ๗ และวิปัสสนา

ญาณ ๑๖ ส่วนอรุณวิญญานัญญาตณณาน ซึ่งมีโอกาสอันญายตณกุลจิตตูปบาทเป็นอารมณ์และแนว
สัญญาหาสัญญาตณณานซึ่งมีโอกาสอันญายตณกุลจิตตูปบาทเป็นอารมณ์ ย่อมถึงความเห็นอุปปนา
สมาธิได้ โดยเป็นภาวนาที่ก้าวล่วงอารมณ์เป็นลำดับ เพราะว่าในอรุณวิญญาน ๔ นั้นมีแต่การก้าวล่วงอารมณ์แห่ง
ญาณที่ถึงอุปปนาแล้วเท่านั้น

แต่ในมรณัสสติกัมมัฏฐานนี้ วิสุทธิ ๗^๑ วิปัสสนาภาวนานุกรมและอารัมมณสมตีกมมะ ทั้ง ๒ นั้น
หาไม่มี เพราะฉะนั้น จึงเป็นองค์ฌานที่ถึงเพียงอุปจารสมาธิเท่านั้น องค์ฌานนั้นก็ถึงซึ่งความนับว่าเป็นมรณัส
สตินั้นเอง เพราะเกิดขึ้นด้วยกำลังแห่งการระลึกถึงความตายเป็นอารมณ์ อื่นๆ ในเรื่องมรณัสสติกัมมัฏฐาน
ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทนี้ มีความเกี่ยวเนื่องกับวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นอย่างดี เพราะคนเรา
จะบรรลุมรรคผลนิพพานได้ ต้องอาศัยการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน ยกจิตยกสู่ไตรลักษณ์ ดังนั้น คณะผู้วิจัย
จะแสดงเรื่องวิปัสสนากัมมัฏฐานไว้อีกส่วนหนึ่งจะไม่กล่าวไว้ในที่นี้^๒

๓.๖.๒ ประโยชน์ที่จะได้รับในอนาคต

เป็นที่รู้จักทั่วไปว่า คนจะได้บรรลุธรรมนั้นต้องเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานเท่านั้น เพราะวิปัสสนา
กัมมัฏฐาน คือรู้เห็นแจ้งตามความเป็นจริง บุคคลจะรู้เห็นแจ้งตามความเป็นจริงได้นั้น เหตุที่มีส่วนสำคัญอย่าง
ยิ่ง นั่นก็คือขณิกสมาธิ และมรณัสสติกัมมัฏฐานอย่างหนึ่งนั่นคือทำให้ผู้เจริญมรณัสสติกัมมัฏฐานได้รับผลคือ
ได้ขณิก สมาธิ

ด้วยเหตุนี้เอง จึงสรุปได้ว่า ขณิกสมาธิที่ได้รับจากการเจริญมรณัสสติกัมมัฏฐานจะเป็นปัจจัยส่งผลให้
มรณัสสติกัมมัฏฐานสามารถยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนากัมมัฏฐานพิจารณาไตรลักษณ์ รูปนามขั้นที่ว่า ตกอยู่ในกฎ
ธรรมดากว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีสาเหตุตน และการจะยกจิตจากสมถกัมมัฏฐานสู่วิปัสสนากัมมัฏฐานนี้ จะทำได้
ดีเป็นอย่างดี ต้องอาศัยวิปัสสนาจารย์ ซึ่งเป็นกัลยาณมิตรช่วยบอกและนำทางให้ และการได้อาศัยมิตรดีมี
พระพุทธเจ้าเป็นต้นนั้นจะทำให้พ้นจากความตายได้ ดังคำว่า อาศัยเราเป็นมิตรดี... สัตว์ทั้งหลายผู้มีความตาย
เป็นธรรมดา ย่อมหลุดพ้นจากความตายได้^๓ หากได้เหตุประจวบกันเช่นนี้ ก็จะทำให้ได้รับผล คือ มรรค ผล
และนิพพานได้ในที่สุด และผู้ได้บรรลุมรรคผลและนิพพานนี้ ถึงจะเป็นอยู่หรือตาย ก็จัดว่าเจริญและดีทั้งนั้น
ดังคำที่พระอุปเสนเถระกล่าวไว้ว่า ภาทุกา เม ชีวิตา, ภาทุกา มรณ ชีวิตของเราชื่อว่ามีความเจริญ ความตาย
ของเราที่ชื่อว่ามีความตายดี^๔ และคนที่เจริญมรณัสสติกัมมัฏฐานได้ชื่อว่าเป็นผู้รักษาจิตของตนไว้ เพราะทำให้จิตจับ

^๑ วิสุทธิ ๗ ได้แก่ (๑) สีสวิสุทธิ ความหมดจดแห่งศีล (๒) จิตตวิสุทธิ ความหมดจดแห่งจิต (๓) ทิฏฐิวินัยวิสุทธิ
ความหมดจดแห่งทิฏฐิ (๔) กังขาวิตรณวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณเป็นเครื่องข้ามพ้นความสงสัย) (๕) มัคคคามัคคญาณทัส
สนวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณที่รู้เห็นว่าเป็นทางหรือมีไช้ทาง (๖) ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณที่รู้เห็น
ทางดำเนิน (๗) ญาณทัสสนวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณทัสสนะ (ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๕๗/๒๗๗-๒๗๘).

^๒ ดูผนวก ก. เรื่องการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานโดยการใช้มรณัสสติเป็นบาท.

^๓ ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๒๙/๑๕๓-๑๕๔.

^๔ ชุ.อุ. (บาลี) ๒๕/๓๙/๑๕๖.

อยู่กับคำภาวาเรื่องความตายเป็นประจำ ซึ่งเป็นอารมณ์ของมรณัสสติกัมมัญฐาน และผู้ที่รักษาจิตเช่นนี้ เมื่อมีชีวิตอยู่ก็น่าชม ยามสิ้นลมก็น่ายกย่อง เป็นที่กล่าวขานของคนทั้งหลาย สมดังพระดำรัสที่ตรัสสอนไว้ใน อรัทฺธิตสูตร^๑ว่าเมื่อบุคคลรักษาจิต ชื่อว่ารักษากายกรรมวจีกรรมและมโนกรรม เขาผู้รักษากายกรรมวจีกรรม และมโนกรรม ย่อมมีกายกรรมวจีกรรมและมโนกรรมที่ไม่เปี่ยมชุ่ม(ด้วยกิเลส) เขาผู้มีกายกรรมวจีกรรมและมโนกรรมที่ไม่เปี่ยมชุ่มย่อมมีกายกรรมวจีกรรมและมโนกรรมที่ไม่เสียหาย เขาผู้มีกายกรรมวจีกรรมและมโนกรรมไม่เสียหาย ย่อมมีการตายที่ดี กาลกิรายกังาม เพราะฉะนั้น บุคคลผู้มีปัญญา จึงควรทำความเข้าใจ ประมาท ในการเจริญมรณัสสติอันมีอานุภาพมากทุกเมื่อเกิด

เมื่อกล่าวโดยสรุปว่า ประโยชน์ของการเจริญมรณัสสติทั้ง ๒ แล้ว จะทำให้เป็นผู้เจริญเป็นประจำ เป็นผู้ประกอบความขวนขวายในคุณความดีขั้นสูงขึ้นไป และไม่ชอบใจสิ่งที่มีใช้คุณความดี ไม่สั่งสมผ้าและเครื่องประดับ ไม่ตระหนี่ มีอายุยืน ไม่ยึดมั่นสิ่งทั้งหลาย จะรับรู้ถึงความไม่เที่ยงความเป็นทุกข์ และความมีใช้ตัวตน อยู่เป็นสุข บรรลุผลนิพพานได้ ถึงแม้จะไม่ได้บรรลุผล ผล นิพพานก็ตาม เมื่อกำลังจะตายก็ ไม่เป็นทุกข์ มีสติตายจากโลกนี้ไปอย่างสงบ

สรุปความ

จากการที่ได้ศึกษาเรื่องมรณัสสติกัมมัญฐานที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทฺธศาสนาเถรวาท ในแง่มุมต่าง ๆ แล้ว คณะผู้วิจัยขอสรุปสาระสำคัญที่ควรศึกษาออกเป็น ๖ ประเด็น ซึ่งสรุปได้ดังนี้

ประเด็นที่ ๑ ความหมายแห่งมรณัสสติ ในคัมภีร์ต่างๆ ในทางพระพุทฺธศาสนาไม่ว่าจะเป็น พระไตรปิฎก อรรถกถา ตลอดจนนักปราชญ์ต่างๆ ได้อธิบายถึงมรณัสสติไว้โดยสรุปสาระสำคัญได้ว่า มรณัสสติ คือ การที่บุคคลระลึกถึงความตาย ที่จะมีมาถึงตนอยู่เป็นประจำ จนจิตใจสงบเยือกเย็น แล้วดำเนินชีวิตในแต่ละวันด้วยความไม่ประมาท ขวนขวายในการทำความดีและรู้ตามความเป็นจริงว่า เราจะต้องตายแน่นอน นอกจากนี้ ยังมีคำนิยามแห่งมรณัสสติที่มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง เพื่อป้องกันไม่ให้คนนำไปใช้อ้าง ตีความ และขยายความตามกำลังสติปัญญาของตน คำนิยามนี้เรียกว่า วจนัตถะแห่งมรณัสสติ ซึ่งมีอยู่ว่า มรณ อารพฺภ อุပ္ปนฺนา สติ มรณสฺสตี ชีวิตินุทฺธิยุปฺเจหการมฺมณาย สติยา เอตมฉิวจัน แปลว่า การระลึกที่เกิดขึ้น เพราะปรารถนาถึงความตาย ชื่อว่ามรณัสสติ คำว่า มรณัสสติ นี้ เป็นชื่อของสติที่มีการเข้าไปตัดชีวิตินทรีย์เป็น อารมณ

ประเด็นที่ ๒ การระลึกถึงความตายที่เป็นมรณัสสติ มีสาระสำคัญสรุปได้ว่า การระลึกถึงความตายที่เป็นมรณัสสตินั้น คือการระลึกถึงความขาดสูญไปแห่งร่างกายของตน ซึ่งบุคคลจำเป็นต้องมีธรรมที่สำคัญ ๓ ประการ คือ

๑. สติ ได้แก่การที่ระลึกได้ว่า คนที่เกิดมาแล้วจะต้องตายอย่างแน่นอน
๒. สังเวคะ ได้แก่เมื่อระลึกเช่นนั้นแล้ว ย่อมจะเกิดสังเวคะและรู้ว่า แม้เราและสัตว์อื่นก็ต้องตายอย่างแน่นอน
๓. ญาณ ได้แก่เมื่อเกิดความสังเวคะและมีความระลึกถึงเช่นนั้นแล้ว เมื่อคนที่รักเป็นต้นตายจากไป ก็จะไม่เศร้าโศกเสียใจ แต่ประการใด

ส่วนการบุคคลที่ระลึกถึงความตายแล้วเกิดความเบื่อหน่าย ไม่อยากมีชีวิตอยู่ อยากจะตายแล้วพยายามทำทุกอย่างเพื่อให้ตนตายไม่ถือว่าเป็นการระลึกถึงความตายที่เป็นมรณัสสติ เพราะเป็นการระลึกถึงความตายอย่างขาดปัญญา

ประเด็นที่ ๓ มรณัสสติกัมมัฏฐานที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ในประเด็นนี้ ได้แยกศึกษาเป็น ๒ ประเด็น คือ (๑) อารมณกัมมัฏฐานที่เป็นมรณัสสติ (๒) คำสำหรับภาวนาในการเจริญมรณัสสติกัมมัฏฐาน พร้อมทั้งได้อธิบายใน ๒ ประเด็นดังกล่าวไว้อย่างละเอียด

ประเด็นที่ ๔ วิธีการปฏิบัติในการเจริญมรณัสสติ ในประเด็นนี้ ได้กล่าวถึงวิธีการปฏิบัติในการเจริญมรณัสสติกัมมัฏฐาน ซึ่งมีขั้นตอนในการปฏิบัติอยู่ ๓ ขั้นตอน คือ

๑. ขั้นตอนเตรียมการในการเจริญมรณัสสติ เช่น การแสวงหาสถานที่สำหรับปฏิบัติ การตัดปลีโพษเครื่องกังวลต่าง ๆ และการแสวงหากัลยาณมิตร

๒. อุบายในการเจริญมรณัสสติ คือ อุบายวิธีในการเจริญมรณัสสติ ๘ ประการ คือ

๑. ควระระลึกถึงความตายโดยความปรากฏเหมือนเพชรฆาต
๒. ควระระลึกถึงความตายโดยความวิบัติจากสมบัติ
๓. ควระระลึกถึงความตายโดยการนำมาเปรียบเทียบ
๔. ควระระลึกถึงความตายโดยเป็นกายสาธารณะแก่หมู่หนอนจำนวนมาก
๕. ควระระลึกถึงความตายโดยอายุทุพลภาพ
๖. ควระระลึกถึงความตายโดยไม่มีเครื่องหมาย
๗. ควระระลึกถึงความตายโดยมีกำหนดระยะเวลา
๘. ควระระลึกถึงความตายโดยมีขณะเล็กน้อย

๓. วิธีการในการเจริญมรณัสสติ คือ บุคคลผู้จะเจริญมรณัสสตินั้นควรมีมรณสัญญา คือมีความรู้สึกถึงความตายว่า ช่างดีจริงที่เรามีชีวิตอยู่ เราควรใส่ใจคำสอนของพระพุทธเจ้าให้มาก แล้วไปในที่ลับหลีกเร้นอยู่นิ่งชดสมาธิระลึกถึงความตายที่จะมาถึงตนโดยเลือกข้อความที่ในภาวนา หรือบริการที่เหมาะสมแก่ตนเพียงข้อความใดข้อความหนึ่ง เช่นคำภาวนาหรือบริการว่า อวสุล์ มยา มริตพพํ แปลว่าเราต้องตายแน่แท้

ประเด็นที่ ๕ บุคคลกับการเจริญมรณัสสติ ในประเด็นนี้ เพื่อให้เห็นความแตกต่างระหว่างบุคคลผู้เจริญมรณัสสติกับบุคคลผู้ไม่ได้เจริญมรณัสสติ ว่ามีความแตกต่างกันอย่างไร เมื่อต้องประสบกับความตายของบุคคลที่เกี่ยวข้อง โดยได้ยกตัวอย่างมาประกอบด้วย

ประเด็นที่ ๖ ประโยชน์ที่จะได้รับการเจริญมรณัสสติ คือประโยชน์สูงสุดในการเจริญมรณัสสติ คือการได้บรรลุพระนิพพาน เมื่อยังไม่บรรลุถึงขั้นสูงสุดในปัจจุบันแล้วตายไปย่อมจะเป็นผู้มีสติเป็นที่ไปเบื้องหน้าอย่างแน่นอน นอกจากนี้คณะผู้วิจัยยังได้กล่าวถึงประโยชน์ที่ได้รับการเจริญมรณัสสติอีก ๒ อย่าง คือ

๑. ประโยชน์ที่จะได้รับในปัจจุบัน ได้แก่ เป็นผู้ไม่เศร้าโศก เมื่อประสบกับความตาย ไม่กลัวความตายที่มาเยือน เป็นผู้ปลอบโยน ให้สติแก่ผู้มีความเศร้าโศก และทำให้จิตมีสมาธิ

๒. ประโยชน์ที่จะได้รับในอนาคต คือบุคคลผู้เจริญมรณัสสติย่อมได้ขนิทสมาธิ ซึ่งจะเป็นปัจจัยส่งผลให้ยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนากัมมัฏฐานพิจารณาไตรลักษณ์ การยกจิตสู่วิปัสสนากัมมัฏฐานนี้จะต้องอาศัยวิปัสณาจารย์ หรือคนผู้ปฏิบัติธรรม ซึ่งเป็นกัลยาณมิตรคอยแนะนำพร่ำสอนจึงจะทำให้ได้รับผลคือ มรรคผลและนิพพานได้ในที่สุด หรือแม้ไม่ได้บรรลุธรรมในปัจจุบันชาติ ก็จะเป็นเหตุปัจจัยเพิ่มพูนบุญวาสนาบารมีที่จะทำให้บรรลุมรรคผลและนิพพานในอนาคตเบื้องหน้าต่อไป

ในเรื่องประโยชน์ที่ผู้เจริญมรณัสสติ จะพึงได้รับทั้งในปัจจุบันและอนาคต ตามที่กล่าวมานี้ ย่อมเป็นจริง มีผลจริงและสำเร็จได้ในเร็ววัน หากผู้นั้นมีวิธีปฏิบัติเรื่องความตายสำหรับประโยชน์ใช้ในสังคมอย่างถูกต้องเหมาะสมกับสถานการณ์ปัจจุบัน คณะผู้วิจัยจะกล่าวในบทที่ ๔

บทที่ ๔

วิธีปฏิบัติเรื่องความตายสำหรับประยุกต์ใช้ในสังคมปัจจุบัน

เนื่องจากมนุษย์ที่เกิดมาแล้วต้องตายเป็นธรรมดา ทุกคนไม่มีใครที่จะสามารถล่วงพ้นความตายไปได้ เพราะความตายเป็นสัจธรรมที่เที่ยงแท้แน่นอน แต่ถึงกระนั้น เมื่อความตายมาถึงข้ามมนุษย์ทุกคนกลับสะดุ้งกลัวต่อความตายที่มาเยือน เกิดความหวาดหวั่น พรั่นพรึง มีความเศร้าโศกพิโรड़ाพัน เมื่อคราวต้องประสบกับความพลัดพรากจากบุคคลผู้เป็นที่รักของตน เมื่อเป็นเช่นนี้ มนุษย์เรา ควรจะมีวิธีปฏิบัติต่อความตายอย่างถูกต้องและเหมาะสมกับสถานการณ์ปัจจุบัน ดังนั้น ในบทที่ ๔ นี้ คณะผู้วิจัยจึงขอกกล่าวถึงวิธีปฏิบัติเรื่องความตายสำหรับประยุกต์ใช้ในสังคมปัจจุบันใน ๗ หัวข้อ อันได้แก่ (๑) มุมมองต่อความตาย (๒) สถานที่รองรับบุคคลผู้ตายแล้ว (๓) การทำใจเมื่อความตายใกล้เข้ามา (๔) การเปลี่ยนอารมณ์ให้ดี (๕) ลักษณะการตายที่ดี (๖) การช่วยเหลือผู้ใกล้จะตาย (๗) ของฝากเมื่อจากไป นอกจากนี้ คณะผู้วิจัยได้ไปสัมภาษณ์บุคคลต่างๆ เกี่ยวกับเรื่องความตายและมรณัสสตินี้นำเสนอในตอนท้ายของบทนี้ด้วยทั้ง ๗ หัวข้อ มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

๔.๑ มุมมองต่อความตาย

สำหรับบุคคลผู้ที่กำลังจะตาย ควรพิจารณาความจริงแห่งชีวิตว่า เราต้องตายแน่นอนแล้วเราระลึกถึงความตายและยึดมั่นรับความตายอย่างตระหนักรู้เข้าใจ ใฝ่รู้ ใฝ่คิดจนเป็นนิสัย แล้วพิจารณาความตายตาม **หลักการทฤษฎีแห่งชีวิต** (ทรรคนะคือมุมมองเพื่อพิจารณาความตายอันรอให้คนมาพิสูจน์ได้ด้วยตนเอง) ๒๐ อย่าง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

๑. ทฤษฎีน้ำค้างบนยอดหญ้า (ควรมีภาพน้ำค้างประกอบ)

เมื่อยามเช้ามีดหรือยามเช้า หากอยู่ในธรรมชาติ ป่าหรือภูเขา จะมีน้ำค้างเกาะอยู่บนยอดหญ้าหรือตามใบไม้อย่างมากมาย มองดูสดสวยงดงาม และหากเรายืนอยู่ตรงนั้นไม่ขยับไปไหน เมื่อดวงอาทิตย์ขึ้นสูงไปเรื่อย ๆ น้ำค้างที่เกาะตามสิ่งเหล่านั้นที่ดูสดสวยงดงามก็จะค่อยๆ หายไปเพราะความร้อนจากแสงดวงอาทิตย์ที่สาดมาแผดเผาตนเอง เมื่อหันมามองดูชีวิตคนเราก็เป็นฉนั้นนั่นเหมือนกัน ชีวิตคนเกิดมาแล้วก็นำดูน่าชม และเมื่อเฝ้าดูไปนาน ๆ จนล่วงกาลผ่านวัยแล้ว จากเด็กอ่อน มาเป็นหนุ่มสาว จากหนุ่มสาวก็เป็นผู้ใหญ่ จากผู้ใหญ่ ก็เข้าสู่วัยทรุดโทรม ดับแตกสลายไปในที่สุด ชีวิตที่น่าดูน่าชมหายไปไหน หายไปเพราะชราและมรณะเผาผลาญนั่นเอง

๒. ทฤษฎีฟองแห่งน้ำตก (ควรมีภาพฟองแห่งน้ำตกประกอบ)

เมื่อเราไปเที่ยวดูน้ำตก ก็จะพบเห็นฟองของน้ำตกที่ตกลงมาจากที่สูง หากน้ำตกมีความสูงมาก ฟองของน้ำตกก็จะมากตามไปด้วย แต่ฟองน้ำอยู่ได้ประเดี๋ยวเดียวก็หายไป ชีวิตคนเราก็คล้าย ๆ กันเช่นนั้น เกิดมาแล้วดำรงอยู่ไม่นานเลย แล้วก็ตายจากไป

๓. ทฤษฎีรอยขีดที่สายน้ำ (ควรมีภาพคนกำลังขีดประกอบ)

ชีวิตเกิดมาแล้วก็สลายไปไม่เหลือ ชีวิตดำรงอยู่บนโลกนี้ไม่นาน ก็ล่องลับไป เป็นอย่างนี้ตลอดมา และจะเป็นอย่างนี้ตลอดไป เป็นจุดดั่งรอยขีดที่สายน้ำจะนั้น หลายคนคงเคยไปเที่ยวบึงบัว สระน้ำบัว แม่น้ำ บ้าง และก็มีบางคนเคยใช้กิ่งไม้ขีดเล่นที่สายน้ำ หรือที่แม่น้ำ แล้ววาดเป็นรูปต่าง ๆ ตามจินตนาการของตน รูปที่เราวาดนั้น เป็นอยู่ไม่นานเลย พอกิ่งไม้ผ่านสายน้ำไป รอยวาดรูปก็หายไป ชีวิตคนเราก็ไม่ต่างอะไรกับรอยขีดที่สายน้ำนั้น

๔. ทฤษฎีสายน้ำตกจากที่สูง (ควรมีภาพสายน้ำไหลนองประกอบ)

กาลเวลาย่อมพัดพาเอาชีวิตของคนเราไปสู่ความแก่และความตาย พัดพาไปแล้วก็ไม่เคยย้อนกลับมาได้เลย เปรียบเหมือนสายน้ำจากที่สูง ย่อมพัดพาทุกสิ่งทุกอย่างไปด้วย ไม่มีเลยที่สายน้ำจะไม่พัดพาเอาสรรพสิ่งไป และเมื่อพัดพาไปแล้ว ก็ไม่เคยพัดพาย้อนกลับมาได้เลย ผ่านไปแล้ว ก็ผ่านเลยไป ชีวิตคนเราย่อมเป็นเช่นกับสายน้ำตกจากที่สูง ไม่มีความแตกต่างกันเลย

๕. ทฤษฎีน้ำลายที่ปลายลิ้น (ควรมีภาพคนถ่มน้ำลายประกอบ)

ชีวิตคนเราดับสลายได้ง่ายตายดูจนน้ำลายที่ปลายลิ้นจะนั้น น้ำลายที่ปลายลิ้น เมื่อคนไม่ชอบก็บ้วนทิ้งไปง่ายตายฉับใจ ชีวิตคนเราเมื่อความตายมาเยือนก็ดับสลายไปง่ายตายฉับนั้น

๖. ทฤษฎีเนื้อแห้งปิ้ง (ควรมีภาพเนื้อถูกปิ้งประกอบ)

ชีวิตคนเราเกิดมาแล้ว แม้ร่างกายแข็งแรง มีสุขภาพอนามัยดี เมื่ออยู่นาน ๆ ไปแล้วถูกความร้อน คือชราครอบงำก็ปรากฏสภาพร่างกายหงิกงอให้เห็น เช่น มีหลังโก่งบ้าง มีฟันหักบ้าง หนังกเหี่ยวบ้าง แล้วในที่สุดความร้อนคือมรณะก็ครอบงำ มอดไหม้แตกสลายไปในที่สุด ดุจดั่งเนื้อแห้งที่ปิ้งไว้เมื่อคนไม่พลิกกลับไปมาแล้ว ก็ถูกความร้อนจากไฟเผาไหม้ในที่สุด ชีวิตคนเราย่อมเป็นเช่นนี้

๗. ทฤษฎีโคที่ถูกนำไปยังโรงฆ่าสัตว์ (ควรมีภาพเส้นทางที่นำไปยังสถานที่ฆ่าประกอบ) ชีวิตคนเราดำเนินไปถึงความแก่เร็วเท่าใดก็เื่องย่างเข้าไปหาความตายเร็วขึ้นเท่านั้น ดุจโคที่ถูกนำไปยังโรงฆ่าสัตว์ยิ่งเดินเร็วเท่าใด มันก็ถึงคิวถูกฆ่าเร็วขึ้นเท่านั้น ชีวิตคนเราย่อมเป็นเช่นเดียวกับโคที่ถูกนำไปสู่โรงฆ่าสัตว์จะนั้น

๘. ทฤษฎีจานแตก (ควรมีภาพภาชนะแตกประกอบ)

ชีวิตคนเราบนโลกนี้ แม้จะเป็นอยู่สุขสบายแค่ไหนร่ำรวยเพียงไร เมื่อดับสลายไป ชาติ ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม ก็แตกสลายไป เมื่อชาติ ๔ แตกสลายแล้ว ก็ประสพให้เป็นอย่างเดิมไม่ได้อีกดุจดั่งจานแตก เมื่อแตกแล้วก็ไม่สามารถประสพให้เป็นอย่างเดิมได้ ต้องทิ้งไป ชีวิตคนเราย่อมเป็นเช่นเดียวกับจานที่แตกนั้น

๙. ทฤษฎีใบไม้ร่วง (ควรมีภาพต้นไม้ที่มีใบร่วงหล่นประกอบ)

ชีวิตคนเราเมื่อถูกลมคือมรณภัยเบียดเบียนแล้วคนแก่ คนหนุ่มคนสาว รวมถึงเด็กก็ดับสลายไปเหมือนกันไม่มีผู้ใดจะเป็นชายหรือหญิงร่ำรวยหรือยากจน จะต้านทานได้เมื่อมรณภัยคือพญามัจจุราชมายเยือนทุกชีวิตย่อมดับสลายร่วงหล่นไปไม่มีเหลือ ดุจดั่งต้นไม้มีใบหนาปกคลุมเมื่อลมพัดหรือเจอลมพายุ ก็ทำให้ใบไม้ร่วงมากมาย ไม่ว่าจะใบแก่ ใบที่ยังไม่แก่ หรือแม้ยังเป็นใบอ่อนอยู่ ก็ร่วงเช่นกัน ชีวิตคนเราย่อมเป็นเช่นนี้

๑๐. ทฤษฎีดอกเห็ด (ควรมีภาพดอกเห็ดตามป่าประกอบ)

ชีวิตคนเรา เมื่อเกิดมาลืมตาดูโลกแล้ว ก็ได้พาความแก่และความตายติดมาพร้อมกันด้วย ดุจดั่งดอกเห็ดเมื่อผุดขึ้นมาแล้ว ก็พาเอาดินติดขึ้นมาพร้อมกันด้วย ดินที่ติดขึ้นมาเปรียบได้กับความแก่และความตายนั่นเอง ชีวิตคนย่อมเป็นเช่นนี้

๑๑. ทฤษฎีอินจัน (ควรมีภาพอุบัติเหตุประกอบ)

ชีวิตคนเราอยู่ในสังคมที่เต็มไปด้วยอันตราย มีภัยรอบด้าน บ้างได้พบกับอุบัติเหตุอย่างฉับพลันทันที บ้างก็ได้ฟังข่าวที่ระทึกขวัญ เช่น เมื่อหลายปีมาแล้ว ตอนเช้ายังนั่งกินข้าวกับเพื่อนคนนี้อยู่เลย พอก่อนเพลได้ข่าวระทึกขวัญว่า เพื่อนคนนี้ถูกรถชนตายแล้ว บ้างก็เป็นคนใกล้ตัว เช่น เมื่อหลายเดือนแล้วเจ้านายทำบุญเลี้ยงพระ พอเก็บข้าวของส่งวัดเสร็จแล้ว ท่านนอนพักผ่อน เมื่อลุกหลานไปปลูกให้มาทานข้าว ปรากฏว่าเจ้านายตายแล้ว ดังนั้น ชีวิตคนเราจึงตกอยู่ในหลักอนิจจังไม่เที่ยงแท้แน่นอน ดังคำประพันธ์เรื่องเตือนสดีว่า

เข้า ยังแลเห็นหน้า สายตาย
 สายยังอยู่สบาย บ่ายม้วย
 บ่าย ยังรื่นเรียงกาย เย็นดับ ชีพแฮ
 เย็น ยังหยอกลูกด้วย คำม้วยอาลัย^๑

๑๒. ทฤษฎีเป็นไปตามกฎเกณฑ์ (ควรมีภาพคนแก่ตายประกอบ)

สรรพสิ่งในโลกนี้ทั้งที่มีเหตุปัจจัยปรุงแต่งหรือไม่ได้ปรุงแต่งก็ตาม ย่อมมีอายุ มีกฎเกณฑ์กำหนดไว้ว่า จะเป็นอยู่เท่านี้วัน เท่านี้เดือน เท่านี้ปี เมื่ออยู่ครบหมดอายุแล้วก็แตกสลายไป ถึงจะอยู่เกินไปบ้างก็ไม่เกินอีกเท่าหนึ่งของอายุแห่งสรรพสิ่งนั้น ๆ เช่น ตึกแถวมีอายุการใช้งานประมาณ ๖๐ ปี เมื่อครบกำหนดก็ทรุดโทรมลง หรือชีวิตคนเราในปัจจุบันก็มีอายุขัยประมาณ ๗๕ ปี พออายุครบ ๗๕ ปีก็ตายดับไปเป็นส่วนมาก คนที่อยู่เกินอายุ ๗๕ ไปก็มีบ้าง แต่ก็เกินอยู่ไม่เกิน ๒ เท่าของอายุขัย แล้วก็แตกดับสลายไปเช่นเดียวกัน สรรพสิ่งมีอายุกำหนดไว้เช่นนี้ แม้ชีวิตคนเราก็เช่นเดียวกัน

^๑พระพิจิตรธรรมพาที (ชัชวาลย์ ธรรมวฑฒโน). **เทศนาว่าไรดี**. (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เลี้ยงชีพ, ๒๕๓๙),

๑๓. ทฤษฎีผลไม้สุกหมดยาง (ควรมีภาพผลไม้สุกหอมประกอบ)

ชีวิตคนเรามีการพัฒนาตามลำดับ คือ เด็ก หนุ่มสาว ผู้ใหญ่ วัยชรา เมื่อชรามาเยือนแล้ว ก็ทรุดโทรมแล้วก็ร่วงโรยดับสลายไป หมดลมหายใจจากโลกนี้ ดุจดั่งผลไม้สุก เมื่อสุกเต็มที่แล้ว หมดยางจากขั้วแล้ว ผลไม้สุกก็ร่วงหล่นไปฉะนั้น ชีวิตคนเราย่อมเป็นเช่นนี้

๑๔. ทฤษฎีเกิดและดับ (ควรมีภาพดวงไฟฟ้าประกอบ)

สรรพสิ่งที่มีอยู่บนโลกนี้ ตกอยู่ในสภาวะ ๓ อย่าง คือ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ย่อมหมุนเวียนเปลี่ยนวนไปอยู่อย่างนี้ ชีวิตคนเราก็เช่นกัน เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ย่อมวนเวียนเป็นไปอยู่อย่างนี้ชาติแล้ว ชาติเล่า ตราบใดที่ชีวิตคนเรายังไม่บรรลุอรหัตผลเข้าถึงนิพพาน ตราบนั้น ชีวิตก็จะวนเวียนเปลี่ยนไปเช่นนี้

๑๕. ทฤษฎีเป็นอย่างไรเอง (ควรมีภาพต้นไม้ตายหรือต้นทานตะวันประกอบ)

สรรพสัตว์เกิดมาแล้ว ดำรงอยู่ชั่วระยะหนึ่ง แล้วก็ทรุดโทรมคร่ำคร่าดับแตกสลายไป ชีวิตคนเราก็เป็นจำพวกหนึ่งในสรรพสัตว์ ที่จะต้องเป็นอย่างไร เกิดมาแล้ว ดำรงอยู่ แล้วก็แตกดับสลายไปเช่นเดียวกัน

๑๖. ทฤษฎีเส้นชัยแห่งเป้าหมาย (ควรมีภาพหลักเส้นชัยการแข่งขันประกอบ)

สรรพสิ่งล้วนมีที่สุด การที่จะทำอะไร ย่อมมีเป้าหมายเป็นที่สุด ดังการเขียนงานวิจัยชิ้นนี้ก็มิใช่รูปเป็นที่สุด หรือการค้าขายก็มีกำไรเป็นที่สุด การเดินทางก็มีการถึงที่หมายเป็นที่สุด การเลี้ยงสัตว์ก็มีการเลิกราเป็นที่สุด ความหนุ่มสาวก็มีชราเป็นที่สุด และชีวิตคนเราก็มีความตายเป็นที่สุด ความตายนี้แหละคือเส้นชัยหรือเป้าหมายแห่งชีวิต ส่วนเป้าหมายแห่งชีวิตที่จะไม่แก่และไม่ตายนั้นคือพระนิพพาน

๑๗. ทฤษฎีเพชรฆาตคอยประหาร (ควรมีภาพคนร้ายรำทำท่าที่จะฟันคอประกอบ)

ชีวิตคนเราที่ดำรงอยู่เช่นนี้ ใครจะรู้ว่า ถูกความตายคอยตามเบียดเบียนห้าห้าประชิดติดตัวเรา อยู่ตลอดเวลาดุจดั่งนักโทษถูกประหารในหนึ่งสารคดีโบราณเมื่อนักโทษประหารเดินไปสู่หลักประหารก็มีเพชรฆาตเดินตามหลังไป เมื่อถึงแดนประหาร เพชรฆาตก็ร้ายรำทำที่จะประหาร กะพันคอให้ขาดเพียงครั้งเดียวจะนั้น ชีวิตคนเราย่อมเป็นเช่นนี้

๑๘. ทฤษฎีน้ำแองน้อย (ควรมีภาพแองน้ำตามท้องนาประกอบ)

ชีวิตคนเราถูกความร้อนคือชราแผดเผา ถูกความร้อนคือมรณะเบียดเบียน ในที่สุด ก็ดับสลายสิ้นไป ดุจดั่งแองน้ำในฤดูแล้ง เมื่อแดดกล้าร้อนจัดดวงอาทิตย์สาดส่องมาไม่นาน แองน้ำก็ค่อย ๆ หมดไป ๆ แล้วเหือดแห้งหายไปและในที่สุดแองน้ำก็แห้งสนิท ชีวิตคนเราย่อมเป็นเช่นนี้

๑๙. ทฤษฎีปลาในห้วงน้ำน้อย (ควรมีภาพปลาในแองน้ำในฤดูแล้งประกอบ)

ชีวิตคนเราที่กำลังเป็นอยู่อย่างสุขสบาย เมื่อวันคืนสิ้นไป หมดไปเท่าไร อายุของชีวิตคนเราก็พลอยเหลือน้อยลง ๆ และหมดไปเท่านั้น และในที่สุดชีวิตคนเราก็ดับสลายไปถึงอวสานแห่งชีวิตดังเช่นปลาในแองน้ำในนา เมื่อวันคืนผ่านไป ๆ ชีวิตของปลาก็หมดสิ้นเหลือน้อยลงทุกที และเมื่อน้ำแห้งขอด ชีวิตของปลาก็หมดลงตายไปในที่สุดจะนั้น ชีวิตคนเราย่อมเป็นเช่นนี้

๒๐. ทฤษฎีน้ำล้นฝั่ง (ควรมีภาพน้ำล้นจากฟายประกอบ)

ชีวิตคนเราที่เป็นอยู่ไม่ว่าจะเป็นผู้ดีมีเงินอย่างไร เมื่ออายุกาลผ่านวัยต่าง ๆ ไปแล้วก็จะหวนกลับมา ยังวัยเดิมไม่ได้ ดุจดั่งน้ำบึงล้นฝั่ง เมื่อน้ำล้นบึงออกไปแล้ว น้ำที่ล้นจากบึงแล้ว จะหวนกลับไหลเข้าบึงอีกย่อม เป็นไปไม่ได้ฉะนั้น ชีวิตคนเราย่อมเป็นเช่นนี้

ทฤษฎีแห่งชีวิตทั้ง ๒๐ ดังกล่าวมานี้ เป็นประมวลสรุปจากเนื้อหาของบทที่ ๓ เพื่อเป็นอุทาหรณ์ ให้ผู้กำลังจะตายได้นึกคิดพิจารณาและตระหนักรู้ อันจะส่งผลให้เขาผู้กำลังจะตายได้ข้อคิดและคติธรรม ซึ่งจะส่งผลให้เขาเกิดปัญญาญาณได้สติระลึกรู้แล้วรีบทำความดีในชีวิตที่ยังเหลืออยู่เพื่อความไม่ประมาทในชีวิตต่อไป นอกจากนี้ ผู้ที่จะตายควรทราบถึงสถานที่รองรับผู้ที่จะตายด้วย ซึ่งจะได้กล่าวต่อไป

๔.๒ สถานที่รองรับบุคคลที่ตายแล้ว

สำหรับบุคคลผู้ที่จะตายควรรู้จักสถานที่รองรับด้วย เพราะคนเราเมื่อตายไป จะไม่มีภพภูมิเกิดย่อม เป็นไปไม่ได้ ผู้ที่ตายแล้วต้องมีภพภูมิเกิด ดังนั้นจึงต้องเรียนรู้ สำหรับผู้ที่จะตายแล้วจะไปเกิดในภพภูมิ ๒ ชนิด คือ สุกตติภูมิ และทุกตติภูมิ ซึ่งจะได้กล่าวต่อไป

๔.๒.๑ ภพภูมิ ๒ อย่าง

สุกตติภูมิ สำหรับรองรับบุคคลผู้ทำความดีไว้ ผู้สร้างบุญกุศลไว้ หรือผู้มีศีลจะได้ไปเกิด ดังคำว่า สถานที่รองรับคนมีศีล ๒ แห่ง คือ เทวดาหรือมนุษย์

ทุกตติภูมิ สำหรับรองรับบุคคลผู้ทำความชั่วไว้ ผู้สร้างบาปอกุศลกรรมไว้ หรือผู้ทุศีลจะได้ไปเกิด ดังคำว่า สถานที่รองรับคนทุศีล ๒ แห่ง คือ นรกหรือกำเนิดสัตว์ดิรัจฉาน^๑

สุกตติภูมิ ภูมิที่ดี มี ๒ ภูมิ คือ มนุสสภูมิ (เกิดเป็นมนุษย์) เทวภูมิ (เกิดเป็นเทวดา, เกิดเป็นพรหม) เล่ากันมาว่า คนจะได้เกิดเป็นมนุษย์ต้องรักษาศีล ๕ กล่าวคือ

๑. ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่เบียดเบียนสัตว์
๒. ไม่ลักขโมย
๓. ไม่เจ้าชู้นอกใจคู่ครอง
๔. ไม่โกหก
๕. ไม่ดื่มเครื่องดองของเมา

คนจะเกิดเป็นเทวดา นอกจากรักษาศีล ๕ แล้ว ก็ต้องทำความดีเพิ่มอีก คือ

๑. มีหิริ ละอายความชั่ว ทำแต่ความดี
๒. มีโอตตปปะ เกรงกลัวผลของความชั่วจะมาให้ผล

^๑ อัง.ทฎก.(ไทย) ๒๐/๓๐/๗๕.

คนจะเกิดเป็นพรหม นอกจากรักษาศีล ๕ มีหิริและโอตตปปะแล้วยังต้องทำความดีเพิ่มอีก คือต้องบำเพ็ญทาน แผ่เมตตาให้กับสัตว์โลกอย่างไม่มีประมาณ

ทุกตัญญุมิ ภูมิที่ไม่ดี มี ๑ ภูมิ คือ อบายภูมิ แต่แยกเป็น ๔ ชนิด ได้แก่

๑. เกิดเป็นสัตว์ดิรัจฉาน
๒. เกิดเป็นนอสุรกาย
๓. เกิดเป็นเปรต
๔. เกิดเป็นสัตว์นรก

เล่ากันมาว่า คนเกิดเป็นสัตว์ดิรัจฉาน จะมีความหลงเป็นใหญ่ ประกอบด้วยลักษณะต่างๆ เช่น

๑. เห็นว่าสัตว์ดีกว่าคน
๒. ใฝ่ใจอยากเป็นเช่นนั้น
๓. ทำตามเลียนแบบเช่นนั้น
๔. ขาดการใคร่ครวญว่าสิ่งไหนดีหรือไม่ดี
๕. ทำอะไรตามอารมณ์ของตน

คนเกิดเป็นนอสุรกายจะมีความหลงเป็นหลักเชื้ออะไรอย่างงมงายประกอบด้วยลักษณะต่างๆ เช่น

๑. นับถือใครแล้ว ก็เชื่อต่อผู้นั้นอย่างงมงาย
๒. บัณฑิตแนะนำอะไร ก็ไม่เชื่อฟัง
๓. ใช้อำนาจข่มเหงผู้อื่น
๔. ใช้อุบายวิธีหลอกลวงต่อผู้อื่น
๕. ยึดถือตนเองและอาจารย์เป็นใหญ่
๖. ไม่ยกย่องผู้อื่น

คนเกิดเป็นเปรตจะมีความโลภเป็นใหญ่และประกอบด้วยลักษณะต่างๆที่สังเกตเห็นได้ในปัจจุบัน เช่น

๑. ตระหนี่มาก
๒. มีทรัพย์สินไม่ยอมใช้จ่าย
๓. ไม่ยอมแบ่งปัน
๔. ไม่ทำบุญ ไม่แจกจ่าย พุดมึให้ผู้อื่นแจกจ่ายด้วย
๕. เก็บซ่อนสมบัติ
๖. เผื่อระวังรักษาสมบัตินั้นอย่างดี

คนจะเกิดเป็นสัตว์นรกเป็นผู้ไม่มีศีล ๕ เป็นคนมักโกรธ มีโทษเป็นใหญ่ ทั้งประกอบด้วยลักษณะต่าง ๆ ที่พบเห็นได้ เช่น

๑. ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต
๒. ลักขโมย
๓. เล่นชู้นอกใจคู่ครอง
๔. โกหก
๕. ดื่มเครื่องดื่มของเมา
๖. ออกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ
๗. ต่ำว่าพระอริยะผู้ทรงศีล

๔.๒.๒ ภพภูมิเชื่อมโยงกับเรื่องกรรม

ในเรื่องภพภูมิและเรื่องกรรมนี้ มีพระสูตรกล่าวไว้มากมายแต่ในที่นี้จะนำมากล่าวเพียง ๔ เรื่อง กล่าวคือ

๑. เรื่องมหากัมมวิภังคสูตร^๑ ซึ่งเป็นพระสูตรที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงแก่พระอานนท์ พระสมิทธิ และพระอุททายี ขณะประทับอยู่ ณ พระเวฬุวัน เขตกรุงราชคฤห์ มีใจความตอนหนึ่งว่า ถ้าบุคคลจงใจทำกรรมทางกายวาจาและใจ ที่ให้ผลเป็นสุข เขาก็ย่อมเสวยสุข ถ้ากรรมนั้นเป็นกรรมที่ให้ผลเป็นทุกข์ เขาก็ย่อมเสวยทุกข์ และกรรมนั้นเป็นกรรมที่ให้ผลเป็นมิใช่ทุกข์มิใช่สุข เขาก็ย่อมเสวยสิ่งที่มีใช่ทุกข์มิใช่สุข แล้วทรงยกบุคคล ๔ จำพวกขึ้นแสดงเป็นตัวอย่างว่า บุคคลจำพวกที่ ๑ เป็นผู้ฆ่าสัตว์ลักทรัพย์เป็นต้น ตายแล้วไปเกิดในอบาย ทุกคติ วินิบาต นรก บุคคลจำพวกที่ ๒ เป็นผู้ฆ่าสัตว์ลักทรัพย์เป็นต้น ตายแล้วไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์ บุคคลจำพวกที่ ๓ เป็นผู้เว้นขาดจากการฆ่าสัตว์ลักทรัพย์เป็นต้น ตายแล้วไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์ และบุคคลจำพวกที่ ๔ เป็นผู้เว้นขาดจากการฆ่าสัตว์ลักทรัพย์เป็นต้น ตายแล้วไปเกิดในอบาย ทุกคติ วินิบาต นรก

ต่อจากนั้น ทรงอธิบายว่า มีสมณะ ๔ จำพวกต่างก็มีตาทิพย์ แต่มีวาทะต่างกัน ดังนี้

จำพวกที่ ๑ เห็นบุคคลจำพวกที่ ๑ แล้วกล่าวยืนยันว่า กรรมชั่วมี ผลของกรรมชั่วมี

จำพวกที่ ๒ เห็นบุคคลจำพวกที่ ๒ แล้วกล่าวยืนยันว่า กรรมชั่วไม่มี ผลของกรรมชั่วไม่มี

จำพวกที่ ๓ เห็นบุคคลจำพวกที่ ๓ แล้วกล่าวยืนยันว่า กรรมดีมี ผลของกรรมดีมี

จำพวกที่ ๔ เห็นบุคคลจำพวกที่ ๔ แล้วกล่าวยืนยันว่า กรรมดีไม่มี ผลของกรรมดีไม่มี

โดยทรงจำแนกให้เห็นชัดว่า ในวาทะเหล่านี้ บางอย่างพระองค์ก็ทรงเห็นด้วย บางอย่างก็ไม่ทรงเห็นด้วย แล้วทรงจำแนกกรรม ผู้ทำกรรม และผลของกรรมตามแนวของพระองค์ ดังนี้

๑. บุคคลผู้ฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์เป็นต้น ตายแล้วไปเกิดในอบาย ทุกคติ วินิบาต นรก เพราะ (๑) กรรมที่เขาทำไว้ในชาติก่อนเป็นกรรมที่ให้ผลเป็นทุกข์ (๒) กรรมที่เขาทำไว้ในภายหลังเป็นกรรมที่ให้ผลเป็นทุกข์ (๓) ในเวลาจะตาย เขามีมีจฉาทิฏฐิ

^๑ ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๓๘-๓๐๓/๓๕๗-๓๖๗.

๒. บุคคลผู้ฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์เป็นต้น ตายแล้วไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์ เพราะ (๑) กรรมดีที่เขาทำไว้ในชาติก่อน เป็นกรรมที่ให้ผลเป็นสุข (๒) กรรมดีที่เขาทำไว้ในภายหลังให้ผลเป็นสุข (๓) ในเวลาจะตาย เขามีสัมมาทิฐิ

บุคคลจำพวกที่ ๓ และที่ ๔ ก็ทรงจำแนกโดยนัยเดียวกับบุคคล ๒ จำพวกแรก ท้ายพระสูตรตรัสสรุปว่า (๑) กรรมที่ไม่ควรส่องให้เห็นว่าไม่ควรก็มี (๒) กรรมที่ไม่ควร ส่องให้เห็นว่าควรก็มี (๓) กรรมที่ควร ส่องให้เห็นว่าควรก็มี (๔) กรรมที่ควรส่องให้เห็นว่าไม่ควรก็มี ดังนั้น ขอให้เข้าใจดังนี้ว่า คนทำกรรมชั่วมีผู้เข้าใจว่า ได้รับผลชั่วก็มี ได้รับผลดีก็มี และคนทำกรรมดีมีผู้เข้าใจว่า ได้รับผลดีก็มี ได้รับผลชั่วก็มี การที่เข้าใจเช่นนั้น เพราะไม่ได้พิจารณาให้เห็นผลกรรมตลอดสายนั่นเอง เช่น เห็นคนจำพวกที่ ๒ ฆ่าสัตว์ แล้วไปเกิดในสวรรค์ เข้าใจผิดว่าไปเกิดในสวรรค์เพราะการฆ่าสัตว์ จึงคิดว่า กรรมชั่วไม่มี ความจริงกรรมชั่วมีแต่ยังไม่ให้ผล แต่กรรมดีที่เคยทำก่อนกรรมชื่อนั้นมาให้ผลก่อนจึงไปเกิดในสวรรค์ ในทางตรงกันข้ามกรรมดีก็เช่นกัน ฉะนั้นในพระสูตรนี้ จึงควรพิจารณากรรมและผลของกรรม รวมทั้งทิฐิของผู้ทำกรรมอย่างรอบคอบ

๒. เรื่องจุฬามณีวิภังคสูตร^๑ ซึ่งเป็นพระสูตรที่พระผู้มีพระภาค ทรงแสดงแก่สุภมาณฑพ โททยยุบุตร ผู้ถามปัญหาเกี่ยวกับเหตุที่ทำให้สัตว์มีอายุสั้น มีอายุยืน มีโรครมาก มีโรคน้อย เป็นต้น และเหตุที่ทำให้คนเลว และดีต่างกัน

พระผู้มีพระภาคตรัสอธิบายโดยย่อว่า เป็นเพราะสัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของตน มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย กรรมจึงจำแนกสัตว์ให้เลวและดีต่างกัน จากนั้นตรัสอธิบายเรื่องกรรมออกเป็น ๗ คู่ คือ

คู่ที่ ๑ **เหตุที่ทำให้อายุสั้นเพราะฆ่าสัตว์ เหตุที่ทำให้อายุยืนเพราะไม่ฆ่าสัตว์** มีอธิบายว่า พระพุทธเจ้าตรัสไว้ชัดเจนแล้วว่า คนที่มีปกติฆ่าสัตว์ ยินดีในการฆ่าสัตว์อยู่เสมอ ๆ หลังจากตายแล้วจะไปเกิดในอบาย ทุกคติ วินิบาต นรก เพราะกรรมคือการฆ่าสัตว์นั้น หากเมื่อใดไม่เกิดในอบาย ทุกคติ วินิบาต นรก แต่ได้เกิดเป็นมนุษย์ ก็จะเป็นคนมีอายุสั้น ตอนนี้อยู่ ขอให้เข้าใจว่า การได้เกิดเป็นมนุษย์นั้นไม่ใช่ผลของกรรมคือการฆ่าสัตว์ แต่เป็นผลของกุศลกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งที่เคยได้ทำไว้ นำให้เกิดเป็นมนุษย์ เมื่อเกิดมาเป็นมนุษย์จะมีอายุสั้น เพราะอำนาจของกรรมที่เคยฆ่าสัตว์มาตัดรอน ทำให้ตายเสียตั้งแต่ยังอยู่ในครรภ์ของมารดา บ้างหรือตายเสียเมื่ออายุยังน้อยบ้าง เพราะเหตุนี้ ท่านอรรถกถาจารย์ จึงได้จำแนกกรรมออกเป็น ๔ อย่าง^๒ คือ

๑. ชนกรรม กรรมที่น่าเกิดคือกรรมที่นำไปเกิดในภพภูมิ ต่าง ๆ คือกุศลกรรมนำไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์ อกุศลกรรมนำไปเกิดในอบายภูมิมีนรก เป็นต้น

๒. อุปปีฬกรรม กรรมบีบคั้น คือบีบคั้นเบียดเบียนกรรมอื่น ๆ จนไม่สามารถให้ผลได้

^๑ ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๕๕-๒๕๗/๓๔๙-๓๕๗.

^๒ พระลัทธมมโฆสิติกะ ธัมมาจริยะ. **กัมมจตุกกะ-มรณุปปีฬจตุกกะ**. (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิทยวิสุทธิ, ๒๕๓๙), หน้า ๙-๓๐, ดูประกอบ (ม.อ.อ. (บาลี) ๓/๒๕๐/๑๕๒-๑๕๓).

๓. อุปัจเฉทกกรรม กรรมตัดรอน คือ ตัดรอนกรรมอื่นจนไม่สามารถให้ผลได้ บางครั้ง ท่านเรียกว่า อุปฆาตกรรมก็มี

๔. อุปถัมภกกรรม กรรมที่สนับสนุนส่งเสริม คือช่วยสนับสนุนกรรมอื่น ตามเรื่องทีกล่าวนี้นั้น คนที่ชอบฆ่าสัตว์นั้น กรรมคือการฆ่าสัตว์เป็นชนกกรรม นำเกิดในภูมิใดภูมิหนึ่ง และเมื่อใดพ้นจากอบายได้เกิดเป็นมนุษย์ด้วยอำนาจกุศลชนกกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งแล้ว ก็จะมีอายุสั้น การมีอายุสั้นนั้น เป็นผลของกรรมคือการฆ่าสัตว์นั่นเองมาตัดรอนให้ชีวิตขาดลง ทั้ง ๆ ที่ควรจะมีอายุยืนตามสมควรแก่อายุของมนุษย์ การที่กรรมมาตัดรอนให้หมดอายุลงในขณะที่เป็นมนุษย์นี้ เรียกว่าอุปัจเฉทกกรรม หรืออุปฆาตกรรม รวมความว่า คนที่เกิดมาอายุสั้นก็เพราะกรรมคือการฆ่าสัตว์ให้ผลเป็นส่วนมาก ที่ใช้คำว่าส่วนมาก เพราะการมีอายุสั้นนั้นไม่ใช่เป็นผลของการฆ่าสัตว์เสมอ ๆ เพียงอย่างเดียว บางครั้งคนที่ฆ่าสัตว์บ่อย ๆ ก็ยังได้ทำกุศลเหมือนกัน แต่กุศลนั้นมีกำลังอ่อนเกินไป ไม่อาจช่วยให้ชีวิตยืนยาวได้ หมายความว่าเมื่อกุศลที่มีกำลังอ่อนให้ผล ก็ให้ผลในระยะเวลาสั้นๆ จึงไม่อาจทำให้มีอายุยืนได้^๑

คู่ที่ ๒ เหตุที่ทำให้มีโรครักษาเพราะเบียดเบียนสัตว์ เหตุที่ทำให้มีโรคน้อยเพราะไม่เบียดเบียนสัตว์ มีอธิบายว่า พระดำรัสของพระพุทธเจ้า ท่านก็คงจะทราบแล้วว่า คนที่มีโรครักษาเพราะเบียดเบียนสัตว์ เบียดเบียนสัตว์ไม่ใช่ฆ่าสัตว์ เช่น บางคนชอบจับแมลงปอหรือผีเสื้อมาเด็ดปีกเล่น อย่างนี้ไม่ได้ทำให้สัตว์ตาย แต่เป็นการเบียดเบียนสัตว์ให้ได้รับความทุกข์ยากลำบาก ทั้งอาจจะตายได้ในภายหลังเพราะการกระทำนั้นหรือชอบไล่ตีสุนัขแมวเป็นต้นนั้นก็เป็นการเบียดเบียนสัตว์ ทำให้สัตว์ได้รับความลำบากทุกข์ยาก กรรมที่เขาทำให้สัตว์ลำบากทุกข์ยากนั้น ก็ทำให้เขาได้รับความลำบาก ต้องทนทุกข์ทรมาน เพราะมีโรครักษาเจ็บเือง ๆ บางคนชอบฆ่าสัตว์และเบียดเบียนสัตว์ เมื่อชอบทั้งสองอย่างก็ได้รับผลทั้งสองอย่าง คือ หากไม่เกิดในอบายแล้วได้เกิดเป็นมนุษย์ ก็ย่อมจะเป็นคนที่มีโรครักษาทั้งอายุสั้นด้วย ผู้ไม่ยอมฆ่าสัตว์และไม่เบียดเบียนสัตว์ก็ไม่ต้องละเว้นจากการฆ่าสัตว์ ละเว้นจากการเบียดเบียนสัตว์

คู่ที่ ๓ เหตุที่ทำให้มีผิวพรรณทรามเพราะเป็นผู้มักโกรธ เหตุที่ทำให้มีผิวพรรณผ่องใสเพราะเป็นผู้ไม่โกรธ มีอธิบายว่า คนที่ขี้โกรธ อาพาตพยาบาล ตายแล้ว หากกรรมคือความโกรธ อาพาตพยาบาลนั้นเป็นชนกกรรมนำเกิด ก็จะเกิดในอบายภูมิภูมิใดภูมิหนึ่ง ใน ๔ ภูมิ หากว่าความโกรธ ความอาพาตพยาบาลไม่ได้เป็นชนกกรรมนำเกิด แต่กุศลอื่น ๆ ที่เขาทำไว้เป็นชนกกรรมนำเกิดในมนุษยภูมิ เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์แล้วเขาก็จะเป็นคนมีผิวพรรณไม่งดงาม ไม่น่าดู ด้วยอำนาจของอุปปีฬกรรมที่มากับคัมภีร์ เบียดเบียนกุศลที่จะให้ผลเป็นคนมีผิวพรรณงดงาม ให้ต้องเป็นคนมีผิวพรรณทรามไม่น่าดู ด้วยอำนาจของกรรม คือความโกรธนั้น พูดถึงเรื่องนี้ก็อยากจะขอยกตัวอย่างในสมัยพุทธกาลมานำเสนอให้ท่านได้ทราบกัน คือ มัลลิกาเทวีสูตร ซึ่งมีเนื้อหารูปได้ใจความว่า เหตุที่ทำให้สวย รวย และสูงศักดิ์^๒

^๑ ม.อ.อ. (บาลี) ๓/๒๕๐/๑๘๒-๑๘๓.

^๒ อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๘๗/๓๐๐-๓๐๓.

คู่ที่ ๔ **เหตุที่ทำให้มีอำนาจน้อยเพราะมีใจริษยา เหตุที่ทำให้มีอำนาจมากเพราะมีใจไม่ริษยา** มีอธิบายว่า พระพุทธเจ้าตรัสว่าคนที่มีความริษยาไม่ชอบใจที่เห็นบุคคลอื่นได้ลาภสักการะ หากกรรมเหล่านั้นให้ผลเป็นชนกกรรมนำเกิด เขาก็ยอมเกิดในอบายภูมิ ๔ ภูมิใดภูมิหนึ่ง แต่ถ้ากุศลกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งนำเกิดในหมู่มนุษย์แล้ว กรรมคือความริษยานี้จะมากอยเบียดเบียนให้เขาเป็นผู้มียศศักดิ์ต่ำ คือไม่มีอำนาจนั่นเอง คนที่ไม่มีอำนาจนั้น ได้แก่ คนที่ไม่มีข้าทาสบริวาร ท่านก็คงจะเห็นว่า บางคนนั้นไม่ว่าจะอยู่ที่ใดหรือไปที่ใดก็มีบริวารห้อมล้อมเต็มไปหมดคอยรับฟัง ปฏิบัติตามคำสั่งด้วยความยำเกรง นี่เป็นผลของอุปัถุมภกกรรม คือกรรมดีที่ไม่มุ่งร้ายริษยาผู้อื่น ที่เขาทำไว้เองมาสนับสนุนให้เขาได้เป็นผู้มียศศักดิ์มากอย่างนั้น

คู่ที่ ๕ **เหตุที่ทำให้มีโรคะมากเพราะให้ทาน เหตุที่ทำให้มีโรคะน้อยเพราะไม่ให้ทาน** ตอนนี้อยู่ในพระสูตรขยายความไว้ชัดเจน ดังคำว่า บุคคลบางคนเป็นผู้ไม่ให้ข้าว น้ำ ผ้า ยาน ดอกไม้ ของหอม เครื่องลูบไล้ ที่นอน ที่พัก เครื่องประทีปแก่สมณะหรือพราหมณ์ เพราะกรรมนั้น ที่เขาให้บริบูรณ์ยึดมั่นไว้อย่างนั้น เขาหลังจากตายแล้ว จะไปเกิดในอบาย ทุกติ วินิบาต นรก เพราะกรรมนั้น อันเขาให้พรุ่งพร้อมสมทานไว้อย่างนี้ หากตายไป เขาไม่เกิดในอบาย ทุกติ วินิบาต นรก ถ้ามาเกิดเป็นมนุษย์ในที่ใด ๆ ในภายหลัง จะเป็นคนมีโรคะน้อย ส่วนผู้ให้ทานมีข้าว น้ำ ผ้า เป็นต้นแก่สมณะหรือพราหมณ์ เพราะกรรมนั้นที่เขาให้บริบูรณ์ยึดมั่นไว้อย่างนั้น เขาหลังจากตายแล้ว จะไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์ เพราะกรรมนั้น อันเขาให้พรุ่งพร้อมสมทานไว้อย่างนี้ หากตายไป เขาไม่เกิดในสุคติโลกสวรรค์ ถ้ามาเกิดเป็นมนุษย์เกิดในที่ใด ๆ ในภายหลัง จะเป็นคนมีโรคะมาก

คู่ที่ ๖ **เหตุที่ทำให้เกิดในตระกูลต่ำเพราะกระด้างเยอหยิ่งไม่อ่อนน้อม เหตุที่ทำให้เกิดในตระกูลสูง เพราะไม่กระด้างไม่เยอหยิ่งอ่อนน้อม** มีอธิบายว่า ความอ่อนน้อมเป็นเรื่องสำคัญ เพราะเป็นการแสดงให้รู้ถึงจิตใจที่อ่อนโยนในขณะนั้น และความอ่อนโยนในจิตใจนี้แหละ ที่ได้แสดงออกมาให้ปรากฏทางกาย ด้วยการเคารพกราบไหว้ผู้ที่ควรเคารพแสดงออกให้ปรากฏทางวาจาด้วยการพูดจาไพเราะอ่อนโยน อ่อนน้อม เคารพสักการะต่อคนที่ควรเคารพ หากแต่การอ่อนน้อมนี้ บางท่านก็มีอยู่ประจำใจ เพราะได้เคยอบรมสั่งสมไว้แต่อดีตชาติ บางท่านก็ได้รับการอบรมสั่งสอนจากผู้ใหญ่ในปัจจุบันนี้เอง พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์นั้นเป็นสิ่งที่เราควรเคารพนบไหว้ นอบน้อมทั้งด้วยกายคือการแสดงความคารวะนอบน้อมกราบไหว้ ด้วยวาจาคือการกล่าวสรรเสริญพระคุณ ด้วยใจคือการน้อมระลึกถึงพระคุณ แม้พระสงฆ์ในปัจจุบันก็เป็นผู้ที่เราควรเคารพนอบน้อม ทั้งด้วยกาย ด้วยวาจา และด้วยใจ และบิดามารดา ครูอาจารย์ ก็ล้วนแต่เป็นผู้ที่เราควรเคารพกราบไหว้ทั้งสิ้น ผลของการกระทำที่สมควรอย่างนี้ แม้หากตายแล้วไม่ไปเกิดในสวรรค์ได้เกิดเป็นมนุษย์ พระพุทธเจ้าก็ตรัสว่า จะเป็นผู้เกิดในตระกูลสูง นี่คือผลของความอ่อนโยนอ่อนน้อม

คู่ที่ ๗ **เหตุที่ทำให้มีปัญญาทึบเพราะไม่สอบถามสมณพราหมณ์เรื่องกุศล อกุศล เป็นต้น เหตุที่ทำให้มีปัญญามากเพราะสอบถามสมณพราหมณ์เรื่องกุศล อกุศล เป็นต้น** มีอธิบายว่า การเข้าไปหาและไม่เข้าไปหาสมณะหรือพราหมณ์แล้ว ศึกษาหาความรู้จากท่าน ทั้งสองอย่างนี้ มีผลที่เกิดขึ้นต่างกัน คือ การไม่เข้าไปหาสมาคมกับสมณะหรือพราหมณ์นั้นเป็นเหตุให้เกิดในอบายได้ เพราะเหตุที่ไม่เข้าใจว่า อะไรเป็นบุญ อะไรเป็นบาป จึงได้ทำสิ่งที่ไม่ควรทำลงไป หรือหากได้เกิดเป็นมนุษย์ก็เป็นมนุษย์ที่มีปัญญาทึบ ส่วนการคบ

หาสมาคมกับสมณะหรือพรหมณ์ผู้รู้นั้นเป็นเหตุให้รู้ว่า อะไรเป็นบุญ อะไรเป็นบาป อะไรควรทำ อะไรไม่ควรทำ แล้วก็ทำแต่สิ่งที่เป็นบุญ ทำสิ่งที่สมควร เป็นเหตุให้ไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์ แม้เกิดมาเป็นมนุษย์ก็เป็นคนที่มีปัญญามาก

จากนั้น พระพุทธองค์ตรัสอีกว่า สัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของตน มีกรรมเป็นที่พึ่งที่อาศัยกรรมย่อมจำแนกสัตว์ให้เลวและประณีต

ตรงนี้ ท่านโบราณจารย์กล่าวไว้ว่า เราทำกรรมอย่างไร ย่อมได้รับผลอย่างนั้น กรรมนั้นแหละเป็นเหตุให้เราไปเกิดในภพภูมิต่าง ๆ กรรมนั้นแหละเป็นแม่พันธุ์พวกพ้องของเราเหมือนญาติพี่น้อง เราเป็นอยู่ได้ก็เพราะอาศัยกรรม ด้วยเหตุนี้ พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า กรรมจำแนกสัตว์ให้เลวและดีต่างกัน ถ้าทำกรรมดี กรรมดีนั่นเอง จำแนกให้เป็นคนดี ส่งผลนำไปเกิดในภพภูมิที่ดี ถ้าทำกรรมชั่ว กรรมชั่วนั้นแหละจำแนกให้เป็นคนชั่ว ส่งผลนำไปเกิดในภพภูมิที่ชั่ว

เมื่อทรงแสดงจบ สุกมาณพโตเถยบุตร ก็เลื่อมใสยิ่งนัก จากพระสูตรนี้จะเห็นเรื่องกฎแห่งกรรมว่า คนในโลกนี้ทำกรรมอะไรไว้ จะได้รับผลของกรรมนั้นอย่างแน่นอน แต่จะได้รับช้าหรือเร็ว ขึ้นอยู่กับกรรมที่มีกำลังมากหรือน้อยต่างกันนั่นเอง

๓. เรื่องกรรมเป็นเหตุให้เกิดในสุคติภูมิและประมาณอายุ ในอุปปาทกรรม กล่าวถึงกรรมเป็นเหตุให้เกิดในสุคติภูมิไว้ว่า หากมีคำถามว่า พวกมนุษย์ผู้ให้ทาน สมาทานศีล รักษาอุโบสถศีลแล้วไปเกิดที่ไหน ก็มีคำตอบว่า พวกมนุษย์ผู้ให้ทาน สมาทานศีล รักษาอุโบสถศีลแล้วตาย บางพวกไปเกิดเป็นสหายของกษัตริย์มหาศาล บางพวกไปเกิดเป็นสหายของพรหมณ์มหาศาล บางพวกไปเกิดเป็นสหายของคหบดีมหาศาล บางพวกไปเกิดเป็นสหายของเทวดาชั้นจาตุมหาราช บางพวกไปเกิดเป็นสหายของเทวดาชั้นดาวดึงส์ บางพวกไปเกิดเป็นสหายของเทวดาชั้นยามา บางพวกไปเกิดเป็นสหายของเทวดาชั้นดุสิต บางพวกไปเกิดเป็นสหายของเทวดาชั้นนิมมานรดี บางพวกไปเกิดเป็นสหายของเทวดาชั้นปรนิมมิตวสวัตตี หนึ่ง เหตุที่คนทำกรรมแล้วได้ไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์สอดคล้องกับพระพุทธพจน์ที่ว่า เพราะเหตุแห่งการประพฤติสม่ำเสมอคือประพฤติชอบธรรม สัตว์บางพวกในโลกนี้หลังจากตายแล้วจึงไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์^๑

เรื่องประมาณอายุ มีอธิบายไว้ว่า อายุของมนุษย์ มีประมาณ ๑๐๐ ปี ต่ำกว่านั้นบ้าง เกินกว่านั้นบ้างก็มี

อายุของเทวดาชั้นจาตุมหาราช มีการเปรียบเทียบไว้ว่า ๕๐ ปีของมนุษย์ นับเป็นวันหนึ่งคืนหนึ่งของเทวดาชั้นจาตุมหาราช ๓๐ ราตรีโดยราตรีนั้นเป็น ๑ เดือน ๑๒ เดือนโดยเดือนนั้น เป็น ๑ ปี ๕๐๐ ปีทิพย์โดยปีนั้น เป็นประมาณอายุของเทวดาชั้นจาตุมหาราช นับอย่างปีมนุษย์ มีประมาณ ๙ ล้านปี

อายุของเทวดาชั้นดาวดึงส์ มีประมาณ ๓ โกฎิ ๖ ล้านปี

อายุของเทวดาชั้นยามา มีประมาณ ๑๔ โกฎิ ๔ ล้านปี

^๑ อัง.ทก.(ไทย) ๒๐/๑๖/๖๙.

อายุของเทวดาชั้นดุสิต มีประมาณ ๕๗ โกฎิ ๖ ล้านปี

อายุของเทวดาชั้นนิมมานรดี มีประมาณ ๒๓๐ โกฎิ ๔ ล้านปี

อายุของเทวดาชั้นปรนิมมิตวสวัตตี มีประมาณ ๙๒๑ โกฎิ ๖ ล้านปี

สำหรับบุคคลผู้เจริญมานตั้งแต่ปฐมฌานเป็นต้นจะได้ไปเกิดเป็นรูปพรหมบ้าง อรูปพรหมบ้าง มีอายุตั้งแต่เศษหนึ่งส่วนสี่ก็จนถึงมีอายุยืนยาวประมาณ ๘๔,๐๐๐ กัป

บุคคลผู้ไปสู่กามภพและรูปภพหรือไปถึงภวคพรหมแต่ยังกลับไปสู่ทุกขภูมิได้อีก ส่วนบุคคลที่มีอายุยืนถึงเพียงนั้น ก็ยังจุดได้เพราะหมดอายุ ไม่ว่าจะภพไหน ๆ ที่ชื่อว่าเที่ยงไม่มี พระผู้มีพระภาคตรัสไว้แล้วอย่างนี้ดังนั้น ผู้มีปัญญาเฉลียวฉลาดรอบคอบคำนึงถึงความจริงข้อนี้ จึงควรเจริญมรรคอันสูงสุด(อภัตตมรรค) เพื่อพ้นจากชรามรรณะ ครั้นเจริญมรรคที่บริสุทธิ์สะอาดซึ่งมีปกติยังสัตว์ให้หยั่งถึงนิพพานแล้ว จึงเป็นผู้ปราศจากอาสวะ ปรินิพพานเพราะสิ้นอาสวะทั้งปวง

๔. เรื่องกรรมเป็นเหตุให้เกิดในทุคติภูมิ ทุคติภูมิ หมายถึงอบายภูมิ ๔ อันได้แก่ นรก เปรต อสุรกาย และสัตว์ดิรัจฉาน แต่ในที่นี้ จะกล่าวเฉพาะนรกให้ทราบดังนี้

บุคคลที่กำลังเป็นไปอยู่ในโลกทุกวันนี้ ย่อมมีอัธยาศัยจิตใจยิ่งหย่อนกว่ากันและกัน ในความประพฤติดีและไม่ดี มากบ้าง น้อยบ้าง ในบรรดาทางกาย ทางวาจา หรือทางใจก็ตาม จะได้กล่าวโดยย่อ ๆ พอสมควรแก่ความประพฤติของบุคคลทั้งหลายเหล่านั้น เพียงแต่ ๔ ประเภท^๑ กล่าวคือ

๑. บุคคลที่มีอัธยาศัยจิตใจชอบบำเพ็ญกุศลมาก บุคคลประเภทนี้ ในขณะที่ใกล้จะตายย่อมระลึกนึกถึงกุศลได้มาก ฉะนั้น บุคคลจำพวกนี้ย่อมจะพ้นจากการไปบังเกิดในอบายภูมิทั้ง ๔ คือ นรก สัตว์ดิรัจฉาน เปรต และอสุรกาย^๒

๒. บุคคลบางคนมีอัธยาศัยจิตใจชอบบำเพ็ญกุศลและอกุศลเท่า ๆ กัน บุคคลประเภทนี้ถ้าตัวเองพยายามระลึกถึงกุศลให้มาก หรือมิฉะนั้น ญาติคนใดคนหนึ่งมาช่วยเตือนสติระลึกนึกถึงกุศล สามารถช่วยให้พ้นจากการไปอบายได้เหมือนกัน เว้นไว้แต่ตัวเองไม่พยายามระลึกถึงกุศลที่ตนได้กระทำไว้บ้างนั้น และไม่มีญาติคนใดที่จะคอยเตือนสติให้ คงเหลือแต่ความกลัวมัจจุใจเสียใจ เศร้าหมองใจ และทวงไวยในทรัพย์สมบัติ เมื่อเป็นเช่นนี้แล้ว ก็ไม่มีหนทางที่จะพ้นจากอบายไปได้ ดังคำว่า เมื่อจิตเศร้าหมองแล้ว ทุคติเป็นอันหวังได้^๓

๓. บุคคลที่มีอัธยาศัยจิตใจชอบบำเพ็ญกุศลมากกว่ากุศล บุคคลประเภทนี้ ถ้ามีอกุศลอาชิตถนกรรมมากกว่ากุศลอาชิตถนกรรมลำพังตัวเองแล้วจะนึกถึงกุศลนั้นย่อมนึกถึงไม่ได้ นอกจากจะได้รับ

^๑ พระลัทธัมมโชติกะ ฐัมมาจริยะ. **ภูมิจตุกกะและปฏิสนธิจตุกกะ**. (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๕๐), หน้า ๘-๑๑.

^๒ ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๙๘/๓๑๐.

^๓ ม.มู. (ไทย) ๑๒/๗๐/๖๒.

^๔ **อกุศลอาชิตถนกรรม** หมายถึง กรรมที่เคยทำไว้เสมอๆ ฝ่ายอกุศล องค์กรรม ได้แก่ อกุศลกรรม ๑๒.

ความช่วยเหลือจากผู้อื่นเท่านั้น ถึงกระนั้นการช่วยเหลือโดยการเตือนสติจากผู้อื่นนั้น ต้องเป็นการช่วยเหลือเป็นพิเศษ จึงจะพ้นจากอบายได้ ถ้าเป็นการช่วยเหลืออย่างสามัญธรรมดา แล้วผู้ที่ไม่สามารถจะกลับใจมารับอารมณ์ที่เป็นกุศลนั้น ๆ ได้ เมื่อเป็นเช่นนี้ บุคคลจำพวกนี้ย่อมจะต้องไปอบายโดยแน่นอน

๔. บุคคลที่มีอัธยาศัยจิตใจชอบบำเพ็ญกุศลฝ่ายเดียว บุคคลประเภทนี้ย่อมไม่พ้นจากการไปสู่ออบายได้เลย นอกจากพระพุทธเจ้าและพระสาวกเท่านั้นที่จะช่วยเหลือได้ และการที่จะได้รับความช่วยเหลือจากท่านเหล่านี้ ผู้หนึ่งจะต้องมีกุศลอุปการะกรรมที่มีกำลังมาก ได้แก่กุศลกรรมที่ตนได้เคยสร้างไว้แล้วในชาติก่อน ๆ ดังนั้น ถ้าบุคคลจำพวกนี้ต้องไปสู่นรกก็จะไปสู่นรกโดยตรง ไม่มีโอกาสที่จะได้พบกับพญายม เพื่อทำการไต่สวน

ส่วนบุคคลประเภทที่ ๒ และที่ ๓ ถ้าต้องไปสู่นรกแล้ว ก็มีโอกาสดังกล่าวได้พบกับพญายมเพื่อทำการไต่สวน และสอบถามถึงเรื่องเทวทูต ๕ จากนั้นจึงจะไปเสวยทุกข์ในนรกนั้นๆ ภายหลัง เมื่อบุคคลผู้หนึ่งได้มาสู่สถานที่ที่จะนำไปสู่นรก นายบริหารบาลก็จะนำผู้ที่ต้องไปสู่นรกนั้นมาหาพญายม แล้วให้พญายมตั้งคำถามเกี่ยวกับเทวทูต ๕^๑ ได้แก่ ทารกแรกเกิด คนชรา ผู้ป่วยไข้ คนต้องราชทัณฑ์และคนตาย อนึ่ง เพื่อให้เรื่องนี้ชัดเจนยิ่งขึ้น ควรค้นดูในเทวทูตสูตร^๒ นอกจากนี้ในหนังสือภูมิจตุกกะและปฏิสนธิจตุกกะยังกล่าวถึงการจำแนกโทษของสัตว์ทั้งหลายที่ต้องไปสู่นรก^๓ ไว้ดังนี้

๑. พระราชามหาอำมาตย์และผู้ที่มีอำนาจมาก เวลาอยู่ในมนุษยโลกเบียดเบียนบุคคลที่ต่ำกว่าตน โดยความไม่เป็นธรรม หรือพวกมหาโจรที่ปล้นและทำลายบ้านเมืองตลอดถึงฆ่าประชาชน แล้วก็ยึดเอาทรัพย์สมบัติหนีไป เมื่อตายแล้วได้ไปเสวยทุกข์อยู่ในสังขัตตนิรโรค (นรกที่สัตว์ตายแล้วฟื้นขึ้นอีก) เป็นส่วนมาก

๒. บุคคลที่เบียดเบียน หรือฆ่า ภิกษุ สามเณร ดาบสหรือเพศฆราวาสที่มีหน้าที่ประหารบุคคล พวกภิกษุสามเณรผู้ทุศีล เป็นอัสซซี บุคคลที่ได้กล่าวมานี้เมื่อตายแล้วได้ไปเสวยทุกข์อยู่ในกาฬสวัตตนิรโรคเป็นส่วนมาก อีกนัยหนึ่งบุคคลที่ฆ่าพ่อแม่ก็ได้ไปเสวยทุกข์อยู่ในกาฬสวัตตนิรโรค (นรกที่สัตว์ถูกตี ด้วยเส้นเชือกดำ)

๓. บุคคลที่มีหน้าที่ทรมาณช้าง ม้า โค กระบือ เป็นต้น และบุคคลที่เบียดเบียนสัตว์ที่ตนกำลังใช้ทำประโยชน์ โดยไม่มีความเมตตาสงสารสัตว์ และพวกพรานนก พรานเนื้อ เหล่านี้ เป็นต้น เมื่อตายแล้ว ได้ไปเสวยทุกข์อยู่ในสังขัตตนิรโรค(นรกที่ภูเขาบดสัตว์ให้ละเอียดเป็นจุณ) เป็นส่วนมาก

๔. ชาวประมง และบุคคลที่จุดไฟเผาป่าอันสัตว์ทั้งหลายอยู่ย่น หรือบุคคลที่ขังสัตว์ไว้มีจำพวกนก เป็นต้นแล้วจึงฆ่าให้ตาย บุคคลที่กินเหล่าเมาประทุษร้ายผู้อื่นที่ไม่สมควร เมื่อตายแล้วได้ไปเสวยทุกข์อยู่ในจุฬารูรอนรก (นรกที่มีการร้องไห้ดังตลอดเวลา) เป็นส่วนมาก

^๑ ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๖๒-๒๖๖/ ๓๑๑-๓๑๔,ม.อ.อ. (บาลี) ๓/ ๒๖๒/๑๖๗-๑๗๐.

^๒ ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๖๑-๒๗๑/๓๐๙-๓๑๗.

^๓ พระสังฆมณฑลชเวติกะ ธัมมาจริยะ. **ภูมิจตุกกะและปฏิสนธิจตุกกะ**. (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ทิพยวิสุทธิ์, ๒๕๕๐), หน้า ๘-๑๑.

๕. บุคคลที่ขโมยทรัพย์สมบัติของพ่อแม่ ครูบาอาจารย์ หรือขโมยของภิกษุสามเณร ดาบส แมชชี ให้ได้รับความลำบาก หรือขโมยเครื่องสักการะที่เขาบูชาพระรัตนตรัย หรือโองาของคนอื่นมาเป็นของตน และผู้ที่ขโมยด้วยประการใดประการหนึ่ง เมื่อตายแล้ว ได้ไปเสวยทุกข์อยู่ในมหาโรจนรก (นรกที่มีการร้องให้ดังมากตลอดเวลา) เป็นส่วนมาก

๖. บุคคลที่เผาบ้านเมือง กุฎี โบสถ์ วิหาร ศาลาการเปรียญ ปราสาท ทำลาย เจดีย์ เมื่อตายแล้ว ได้ไปเสวยทุกข์อยู่ในจุฬตาปนรก (นรกที่ไหม้สัตว์ที่ถูกตรึงให้เร่าร้อน)

๗. บุคคลที่เข้าใจอยู่ว่า ธรรมไม่ดี ไม่มีประโยชน์เกินสารอะไร อธรรมดีมีประโยชน์มีเกินสาร หรือบุคคลที่มีอุจเฉททิฏฐิ คือเข้าใจว่า ตายแล้วสูญไม่มีอะไรเกิดอีก หรือบุคคลที่มี สัสตทิฏฐิ คือมีความเห็นว่า เมื่อเป็นเทวดา มนุษย์ สัตว์ดิรัจฉาน เป็นต้น ก็ต้องเป็นอยู่อย่างนั้น ไม่มีการเปลี่ยนแปลง และบุคคลที่มี นัตถิกทิฏฐิ^๑ คือเข้าใจว่า การทำบุญกุศล การรักษาศีล การเจริญสมณะและวิปัสสนาก็ไม่ได้รับผล การฆ่าสัตว์ ขโมยทรัพย์ เป็นต้นไม่มีผลอะไร และบุคคลที่มี อเหตุกทิฏฐิ คือเข้าใจว่า เป็นมนุษย์ เป็นสัตว์เป็นคนจน เป็นคนรวย เป็นคนฉลาดเป็นคนโง่ ทั้งหมดนี้ ไม่มีเหตุอาศัยเป็นเอง และบุคคลที่มี อภิริยทิฏฐิ^๒ คือเข้าใจว่า สัตว์ทั้งหลายที่ทำอะไร ๆ ก็ไม่มีผล ที่กำลังเป็นอยู่ก็ไม่มีเหตุ บุคคลที่ได้กล่าวมานี้เมื่อตายแล้วได้ไปเสวยทุกข์อยู่ใน มหาตาปนรก (นรกที่ไหม้สัตว์ที่ถูกตรึงให้เร่าร้อนอย่างมาก) หรือเวตตรณีนุสสนรก (นรกแม่น้ำเค็มที่มี หวายหนาม) แล้วแต่กรรมที่มีกำลังมากและมีกำลังน้อย

๘. บรรดาบุคคลที่ฆ่าบิดามารดา พระอรหันต์ ทำพระบาทของพระพุทธเจ้าให้ห้อพระโลหิต ทำสังฆเภทกรรม คือยุยงสงฆ์ที่สามัคคีให้เกิดแตกแยกกัน และบุคคลที่ทำลายพุทธรูปเจดีย์ พระพุทธรูป ต้นโพธิ์ ที่ตรัสรู้โดยจิตคิดประทุษร้าย และบุคคลที่ตีเตียนพระสงฆ์ พระอริยบุคคล ผู้มีคุณแก่ตน ผู้ที่ยึดถือ นียตมิจฉาทิฏฐิ^๓ (นัตถิกทิฏฐิ อเหตุกทิฏฐิ และอภิริยทิฏฐิ) เมื่อตายแล้ว ได้ไปเสวยทุกข์อยู่ในอเวจีมหานรก (มหานรกที่มีเปลวไฟลุกโชนอยู่ตลอดเวลา) หรือ โลหกุมภินรก (นรกหม้อโลหะ) แล้วแต่กรรมที่มีกำลังมาก และมีกำลังน้อย

๙. ผู้หญิงทำลายลูกในครรภ์ของตนเอง เมื่อตายแล้ว ได้ไปเสวยทุกข์อยู่ใน เวตตรณีนุสสนรก

๑๐. ผู้หญิงที่ชอบคบชู้ และแย่งสามีของผู้อื่น ผู้ชายที่ชอบเป็นชู้กับภรรยาของผู้อื่น เมื่อตายไปแล้ว ได้ไปเสวยทุกข์อยู่ในลิมพลินนุสสนรก (นรกป่าไม้จ้าว) ต่อไป ทั้งยังมีการเสวยทุกข์อยู่ในโลหกุมภินรก ที่มีน้ำร้อนเหมือนไฟ แล้วแต่กรรมที่มีกำลังมากและมีกำลังน้อย

อีกนัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคทรงแสดงไว้ในเนมิราชชาดกว่า ผู้หญิงที่ชอบคบชู้และแย่งสามีของผู้อื่น เมื่อตายไปแล้วได้ไปเสวยทุกข์เวทนามอยู่ในสังฆาตนรก โดยเฉพาะส่วนหนึ่ง ในบรรดาสังฆาตนรก เหล่านั้น ส่วนผู้ชายที่ชอบเป็นชู้กับภรรยาของผู้อื่น บุคคลเหล่านี้ เมื่อตายไปแล้ว ได้ไปเสวยทุกข์เวทนามอยู่ใน

^๑ ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๑๘/๓๖๑, ชุ.ชา. (ไทย) ๒๘/๔๕๐-๕๐๒/๒๕๐-๒๖๐.

^๒ ที.ลี (ไทย) ๙/๑๖๕-๑๘๐/๕๓-๖๐.

อังกคารกาสุนรท คือนรทหลุมถ่านเพลิง เรื่องราวเหล่านี้ เป็นไปสอดคล้องกับพระพุทธรูปที่ว่า เพราะเหตุแห่งการประพาศติไม่สม่าเสมอ คือประพาศติไม่ชอบธรรม สัตว์บางพวกหลังจากตายแล้วจึงไปเกิดในอบายทุกคติ วินิบาต นรท^๑

เรื่องต่างๆที่กล่าวมานี้ แสดงให้เห็นว่า โลกนี้มี โลกหน้ามี หรือภพภูมิต่าง ๆ คือ อบายภูมิ (นรท เปรต อสุรกายและสัตว์ดิรัจฉาน) มนุสสภูมิ(มนุษย์โลก) และเทวภูมิ (เทวโลกและพรหมโลก)^๒ มีกล่าวไว้ในคัมภีร์พระพุทธรศาสนาเถรวาท คนที่จะไปอยู่ในภพภูมินั้น ก็ไม่มีใครมาสั่งให้เราไปอยู่ในชั้นนั้นชั้นนี้ได้ ตัวเรานั้นแหละเป็นผู้กำหนดเองว่าจะไปอยู่ในชั้นไหน เพราะภพภูมิแต่ละชั้นนั้นเป็นที่รองรับสำหรับผู้กระทำกรรมนั้น ๆ เพื่อจะไปอยู่ในภพภูมินั้น ๆ เพราะแต่ละคนเป็นผู้มีกรรมเป็นของตน เป็นผู้รับผลของกรรม มีกรรมเป็นที่พึ่งที่อาศัย ทำกรรมใดไว้ จะเป็นกรรมดีหรือ กรรมชั่วก็ตาม ย่อมเป็นผู้รับผลของกรรมนั้น^๓ กรรมที่แต่ละคนทำไม่หายไปไหน กรรมดีย่อมส่งผลให้ได้รับความสุข ส่วนกรรมชั่วย่อมส่งผลให้ได้รับความทุกข์ไม่มีใครหลีกเลี่ยงได้ เมื่อทราบถึงสถานที่ที่รองรับแล้ว ก็ควรทราบถึงการทำใจเมื่อความตายใกล้จะมาถึงว่าเราสามารถทำใจได้อย่างไร ซึ่งจะได้กล่าวต่อไป

๔.๓ การทำใจเมื่อความตายใกล้เข้ามา

ชีวิตคนเรา มีสิ่งที่กำหนดไม่ได้อยู่ ๕ อย่าง คือ **อายุ** กำหนดไม่ได้ว่าเรามีอายุเท่านี้จะตาย **ความเจ็บป่วย** กำหนดไม่ได้ว่าเราจะเจ็บป่วยไม่สบายเป็นโรคอะไร **กาลเวลา** กำหนดไม่ได้ว่า เราจะตายเวลาไหน ขณะใด วันไหน เดือนไหน ปีไหน **สถานที่ตาย** กำหนดไม่ได้ว่า เราจะตายในบ้านหรือนอกบ้าน **คติที่ไป** กำหนดไม่ได้ว่า เมื่อเราตายแล้ว เราจะไปเกิดในสุคติ เราจักไม่เกิดในทุคติ ทั้ง ๕ อย่างนี้ เรากำหนดไม่ได้

เมื่อเป็นเช่นนี้ เราก็เป็นผู้ตกอยู่ในภาวะที่มีความตายใกล้มาถึงอยู่ทุกขณะตลอดเวลา เมื่อรู้เช่นนี้แล้ว เราควรทำใจไว้ ควรฝึกใจไว้ การทำใจต่อความตาย ทำได้หลายกรณี เช่น

๔.๓.๑ การทำใจต่อความตาย เมื่อไปงานศพ

ในชีวิตประจำวัน ชีวิตคนเราควรมีโอกาสทำใจต่อความตายบ้าง จะมากหรือน้อยก็ตาม ก็แล้วแต่ความสามารถของแต่ละบุคคลในประเทศไทยของเรานี้ มีประเพณีการบำเพ็ญกุศลเนื่องจากการวายชนม์ของญาติมิตรอันเป็นที่รัก ที่เคารพ ซึ่งงานบำเพ็ญกุศลสำหรับร่างกายที่ตาย (มตกสรีระ) นี้ สำหรับญาติมิตรทั้งหลายผู้ร่วมกันบำเพ็ญ เพื่ออุทิศกุศลให้แก่ผู้วายชนม์ แม้ว่าในขณะนั้น จะถูกความวิปริตโศกเศร้า ท่วมทับเหลือประมาณ เมื่อระลึกถึงผู้ตายทำให้กุศลที่บำเพ็ญนั้นมีกำลังลดทอนลง แต่เมื่อญาติมิตรผู้ยังมีชีวิตอยู่กลับ

^๑ อจ.ทุก.(ไทย) ๒๐/๑๖/๖๙.

^๒ อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๑๐๒๒-๑๐๒๘/๖๗๐-๖๗๔, พระสังฆมโฆสิติกะ ฐัมมาจริยะ. **ภูมิจตุกคะและปฏิสนธิจตุกคะ**. (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์พิทยวิสุทธิ์, ๒๕๔๐), หน้า ๑๒๒-๑๒๓.

^๓ อจ.ทสก. (ไทย) ๒๔/๔๘/๑๐๔. ดูประกอบ มลินท.(บาลี) -/๘/๘๐.

คิดใช้ความตายของญาติ หรือของมิตรสหายที่รักใคร่ มาสร้างประโยชน์อันยิ่งใหญ่ต่อตนเองให้มากกว่าการเป็นเจ้าภาพ หรือแม่หากเป็นเจ้าภาพร่วมบำเพ็ญกุศลทักษิณาด้วยก็ตาม แล้วทวนระลึกถึงตนเองว่า ในวันหนึ่งข้างหน้านี้ ตนจะต้องตายจากไปเช่นเดียวกัน เพียงชั่วระยะเวลาที่อยู่ในงานบำเพ็ญกุศล หรือร่วมทำกุศลทุกประเภทที่ปรารถนถึงผู้วายชนม์ในทุกครั้งที่โอกาสอำนวย และเมื่อได้ระลึกถึงความตายที่จะมาถึงตนเองอยู่เนื่อง ๆ จิตก็จะไม่หวาดกลัวต่อความตาย ทั้งจะไม่เศร้าโศกเมื่อญาติสนิทมิตรสหายอันเป็นที่รักที่เคารพมาจากไปเพราะเหตุปัจจุบันทันด่วนอย่างฉับพลัน

๔.๓.๒ การทำใจเมื่อได้พบเห็นคนตาย

เมื่อเราได้พบเห็นคนตาย หรือศพ อย่าเข้าใจเองว่า เขาไปได้แล้ว หรือคนที่ตายนี้เป็นสุขแล้วเราเสียอีกที่ยังเป็นทุกข์อยู่รำไป การเข้าใจเช่นนี้เป็นความคิดที่ผิด เพราะการเวียนว่ายตายเกิด เราไม่รู้ว่าจะไปได้ (สุคติ) อย่างที่เราคิดหรือเปล่า เพราะคิดเป็นสิ่งที่เรากำหนดไม่ได้ ไม่มีใครรู้นอกจากพระอรหันต์ ที่รู้ถึงจุดและการอุบัติของสัตว์ทั้งหลายได้

ดังนั้น เมื่อเราเจอคนตาย ขอให้ระลึกว่า ความตายเป็นของคู่กับชีวิตคนเรา ขอให้พิจารณาแล้วเตือนตนว่า เมื่อคนเราเกิดมาแล้ว ก็ต้องคำพิพากษาว่าเราเป็นนักโทษประหาร ต้องถึงความตายด้วยการถูกประหาร ในเวลาใดเวลาหนึ่ง วันใดวันหนึ่ง ณ สถานที่แห่งใดแห่งหนึ่ง ซึ่งการถูกประหารนี้ ไม่ได้กำหนดวันไว้ชัดว่า จะเป็นเวลาไหน ณ สถานที่ไหน จะตายอย่างไร แต่คนเราต้องตายแน่นอน

ความตายเป็นของแน่นอน เป็นสิ่งที่เราควรกำหนดจิตของเราไว้ แล้วให้ยอมรับความจริงของชีวิต คือยอมรับความแน่นอนที่ว่า เราต้องตายแน่นอน และยอมรับความไม่แน่นอนว่า เราจะตายที่ไหน จะตายเมื่อไหร่ และจะตายอย่างไรเมื่อเรายอมรับได้เช่นนี้แล้วก็จะเป็นการเตรียมใจของเราให้ พร้อมทั้งจะยอมรับสภาพการณ์ของความตายที่จะมาเยือน ทั้งได้รู้ชัดด้วยตนเองว่า ความตายเป็นเรื่องธรรมดาของชีวิต ทุกคนต้องตาย คนเราไม่ว่าจะอยู่ในวรรณะไหน ในเพศไหน อายุเท่าไร อาชีพอะไร ก็ต้องพบกับความตายทั้งนั้นเหมือนกับใบไม้ที่ร่วงหล่น ใบแก่ก็ร่วง ใบเขียวก็ร่วง หรือแม้แต่ใบอ่อนก็ร่วงเหมือนกัน ยามเมื่อต้องพายุ ใบไม้ร่วงหล่นได้ทุกชนิดฉันใด ชีวิตคนก็ฉันนั้น

ความตาย แม้บางคนพยายามที่จะหนีจากมัน แต่ก็หนีไม่พ้น ทำอย่างไรก็หนีความตายไปไม่ได้ เมื่อเราหนีจากมันไม่ได้ เราก็ต้องเจอกับมัน ดังนั้นเมื่อเราต้องเจอกับมัน ก็จงพยายามทำความตายให้เป็นมิตร ทำความตายให้เป็นสหายสนิท เป็นมิตรใกล้ชิดกับมัน หมั่นระลึกถึงมันบ่อย ๆ จนเป็นนิสัยก็จะได้รับประโยชน์ดังที่หลวงพ่อบุทธทาสภิกขุประพันธ์ไว้ว่า

เมื่อระลึกถึงความตายสหายนัก

มันห้กรักห้กหลงในสงสาร

บรรเทามีดโมหันธิ์ในสันดาน

ทำให้หาญหายสะดุ้งไม่ยุ่งใจ^๑

โดยทั่วไป ความตาย คนทั้งหลายมักจะเข้าใจว่า ความตายนี้เป็นสิ่งไม่ดี เป็นเรื่องของความเศร้า โศกเสียใจ แล้วไม่พยายามพูดถึงมัน ไม่พยายามระลึกนึกถึงความตายเลย เพราะทำให้จิตใจห่อเหี่ยว ดังนั้น เมื่อความตายมาเยือน ก็เกิดความประหวั่นพรั่นพรึง ไม่รู้จะทำอะไร ทำอะไรไม่ถูก ขาดสติ จึงร้องไห้ คร่ำครวญต่าง ๆ นานา คนที่ตกอยู่ในภาวะเช่นนี้นับว่าประมาท เมื่อรู้อย่างนี้แล้ว เราไม่ควรประมาท ควรที่จะรู้ กฎกรรมดาแห่งชีวิต แล้วเตรียมพร้อมยอมรับความตายที่มาเยือนด้วยสติและปัญญาของตน หากระลึกนึกถึงความตายเช่นนี้ได้เป็นประจำ จะได้รับประโยชน์มากมาย เช่น รอคักความกำหนดที่มีอยู่กับบรรเทาลง ในแต่ละวัน เมื่อระลึกนึกถึงความตาย ร่างกายที่เห็นว่าสวยงาม ก็จะเข้าใจความจริงว่า ร่างกายของเราไม่สวยไม่งาม ร่างกายเป็นไปตามธรรมชาติ มันถึงความเปลี่ยนแปลงไปกลายเป็นเน่าเหม็น เมื่อเราเข้าใจความจริงเช่นนี้ ความกำหนดหลงไหลในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสในร่างกายของเราก็ตาม ของคนอื่นก็ตาม ก็จะไม่บรรเทาลงได้ กรรมดาคนเราไม่ยอมนึกถึงความตาย จึงทำให้เกิดการปรุงแต่งร่างกายว่าสวยงามตามที่เรานึกเอาเองแล้ว เกิดความกำหนดขึ้นมา

แม้ความโลภที่มีอยู่ ก็จะไม่บรรเทเบาบางลง เพราะคนเราไม่ยอมระลึกนึกถึงความตาย จึงทำให้เรา ประมาทตั้งใจที่จะแสวงหาทรัพย์สมบัติอย่างมากมาย เห็นว่าทรัพย์สมบัติเป็นสิ่งที่ควรแสวงหาให้ได้มากที่สุด กอบโกยมาไว้ที่ตนอยู่ตลอดเวลา เมื่อแสวงหาทรัพย์สมบัติมาได้แล้ว ก็หวงแหนห่วงใย คอยระวังรักษาดูแลมิให้สูญหายไป ต้องคอยห่วงกังวลอยู่ตลอดเวลา ก่อให้เกิดความเหนียวอย่างไม่มีวันจบสิ้น ความจริงเมื่อตายแล้วไม่มีทรัพย์อะไรเลยที่จะติดตามไปได้เลย นอกจากบุญและบาปที่ได้กระทำไว้เท่านั้นเอง ดังนั้น หลวงพ่อ พุทธทาสภิกขุ ได้แต่งคำประพันธ์ เพื่อเป็นเครื่องเตือนใจไว้ว่า

ยศและลาภหาบไปไม่ได้แน่ คงเหลือแต่ต้นทุนบุญกุศล

ทรัพย์สมบัติทิ้งไว้ให้ปวงชน แม้ร่างตนเขายังเอาไปเผาไฟ

เมื่อเจ้ามามีอะไรมาด้วยเจ้า เจ้าจะเอาแต่สุขสนุกใจน

เมื่อเจ้ามามีมือเปล่าจะเอาอะไร เจ้าก็ไปมือเปล่าเหมือนเจ้ามา^๒

แม้ความโกรธที่มีอยู่ ก็จะไม่บรรเทเบาบางลงได้ กรรมดาคนเราเมื่อไม่ระลึกนึกถึงความตาย ทั้งยังมี ความโลภอยู่ ความโกรธที่ใคร ๆ มาทำให้ไม่พอใจ หรือมีใคร ๆ มาขัดผลประโยชน์ที่จะพึงได้ ก็เกิดขึ้นดุจดัง

^๑ พระดุษฎี เมธังกูโร. **มรณสติกถา**. (กรุงเทพฯ : บริษัทธรรมสาร จำกัด, ๒๕๓๐), หน้า ๕.

^๒ พระดุษฎี เมธังกูโร. **มรณสติกถา**. (กรุงเทพฯ : บริษัทธรรมสาร จำกัด, ๒๕๓๐), หน้า ๑๒.

ไถ่ทั้งหลายที่เมื่ออยู่ในกรงที่กำลังรอเชือด แต่ละตัวไม่ได้นึกถึงความตายของแต่ละตัวเลย จึงพากันจิกทะเลาะกัน อยู่ในกรงนั่นเอง หารู้ไม่ว่าอีกไม่นานแต่ละตัวก็ต้องถูกนำไปเชือดแล้ว ต้องตายเหมือนกันทั้งนั้น ไถ่ทั้งหลาย เป็นเช่นใด คนเราก็คือเป็นเช่นนั้น แต่เมื่อระลึกนึกถึงความตาย เป็นประจำ ก็จะเข้าใจความจริงที่ว่า เรามีชีวิตอยู่ในโลกนี้ไม่นานเลย ไม่ถึงร้อยปีก็ตายจากกันแล้ว เราจะโกรธเคืองผู้อื่นไปทำไมกัน เราควรใช้เวลาที่มีอยู่สร้างมิตรไมตรีกับคนอื่นดีกว่า เพราะการสร้างมิตรไมตรีกับผู้อื่น ทำให้ชีวิตมีความสุขดีกว่าสร้างความโกรธเคืองให้มิต่อกัน ส่วนการสร้างความโกรธเคืองต่อผู้อื่นทำให้ชีวิตขาดความสุข ดังนั้นเมื่อยังมีชีวิตอยู่จงสร้างมิตรไมตรีกับผู้อื่น พร้อมกับระลึกนึกถึงความตายตั้งแต่วันนี้ไปแล้วรีบให้อภัยกัน คินดีกันเสียแต่บัดนี้ไป เพื่อให้ชีวิตที่เหลืออยู่มีความสุข และต้องตายจากกันในอนาคต จะได้ช่วยเหลือเกื้อกูลกันต่อไป

แม้ความหลงที่มีอยู่ ก็จะบรรเทาเบาบางลงได้ เมื่อระลึกนึกถึงความตาย ธรรมดาคนเรามากหลงตัวเองว่าดีกว่าผู้อื่นเสมอ ำร่ายกว่าผู้อื่นดีกว่าคนอื่น รู้มากกว่าผู้อื่น หรือหลงตนว่า ยังหนุ่มยังสาวอยู่ยังมีร่างกายแข็งแรง ไม่แก่ง่ายหรอก ยังไม่ตายหรอก บางคนหลงมากยิ่งกว่านี้ เมื่อแต่งงาน ก็หลงเมีย จึงลืมระลึกถึงพ่อแม่ของเราที่มีความดีเลี้ยงดูเรามาจนโต แล้วไม่ตอบแทนคุณด้วยการเลี้ยงดูท่านตอบปล่อยให้ท่านทั้งสองอดอยาก ดังนั้น พระพิจิตรธรรมพาที (ชัยวัฒน์ ธรรมวฑฒโน) ได้แต่งคำประพันธ์เพื่อเป็นเครื่องเตือนสติไว้ว่า

คนเราเมาปลื้มลิ้มจน เมตตาสลึมตาย หลงกายก็ลื้มแก้

เมาผิวเมาเมียลื้มพ่อลื้มแม่ เมาเหล้าและกระแช่ลื้มคุกลื้มตะราง^๑

เพราะฉะนั้น เพื่อมิให้ชีวิตคนเรามากหลงเช่นนี้ จึงควรระลึกนึกถึงความตายเป็นประจำที่มัวประมาทอยู่ ก็จะได้สติระลึกรู้ เลิกละความชั่ว เร่งทำความดี หมั่นให้ทาน รักษาศีล เจริญจิตภาวนา ตามกำลังความสามารถที่มีอยู่ ก็จะได้ชื่อว่าไม่ประมาทในชีวิต เมื่อความตายมาเยือนแล้ว ก็จะไม่หวั่นสะดุ้งตกใจกลัว เพราะเรายิ้มพร้อมยอมรับความตายที่จะมาถึงตนไว้พร้อมเสร็จแล้วนั่นเอง

๔.๓.๓ การทำใจถึงความตายในเวลาเช้าและก่อนนอน

คนเราผู้ไม่ประมาทในชีวิต จึงมักระลึกนึกถึงความตาย ที่ตนเองจะต้องประสบอย่างแน่นอนในวันใดวันหนึ่ง โดยเลือกเอาเวลาเช้าและเวลาค่ำก่อนเข้านอน คือ หลังจากตื่นนอน ในเวลาอรุณ คควรทำกิจส่วนตัว มีแปรงฟัน ล้างหน้าอาบน้ำเสร็จเรียบร้อย สวมใส่เสื้อผ้าอันสบายเหมาะสมแก่ร่างกายแล้ว จึงเริ่มด้วยการจุกฐูปเทียน (ถ้ามี) บูชาพระรัตนตรัย หากเป็นไปได้ควรสวดพระปริตรทั้งหมดหรือบางบทก่อน ซึ่งเป็นเหตุทำจิตให้สงบเป็นสมาธิ ปลอดภัยจากนิเวศน์ธรรมทั้งหลาย และเพิ่มพูนพลังจิตให้เข้มแข็งกล้าหาญด้วยวิริยะแล้ว จากนั้นจึงนั่งในอิริยาบถที่เหมาะสมแก่ร่างกายของตน ๆ ผ่อนลมหายใจเข้าออกให้เป็นไปตามธรรมชาติของจังหวะที่หายใจเข้าออก แล้วพิจารณาถึงความตายของตนที่จะต้องประสบด้วยปัญญาญาณ โดยภาวนาว่า อวสฺสํ มยา

^๑ พระพิจิตรธรรมพาที (ชัยวัฒน์ ธรรมวฑฒโน). **กวีพจน์ธรรม**. (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เสียงเชียงใหม่, ๒๕๓๙), หน้า ๔๔.

มริตพพ (เราต้องตายอย่างแน่นอน) เจริญภาวนาเช่นนี้ด้วยจิตที่ตั้งมั่น ด้วยความเพียรอย่างไม่ทอดย้วยด้วยปัญญาที่เห็นแจ้งกองสังขารธรรม ตามกำหนดเวลาอันเหมาะสมแก่ตน

จากนั้นควรอุทิศส่วนกุศลแก่บุรพการีชน เวรีชนเป็นต้น จากนั้นควรแผ่เมตตาไปยังสรรพสัตว์ พร้อมกับการตั้งความปรารถนาให้กุศลที่เกิดจากภาวนากรรมนี้เป็นปัจจัยแก่การพ้นทุกข์ เข้าถึงสันติสุขคือพระนิพพาน แล้วจึงควรผ่อนร่างกายด้วยการเดินจงกรมอย่างตั้งใจแล้วจึงเริ่มทำภารกิจอื่น ๆ เพื่อการดำรงชีวิตอยู่อย่างสุขสบายตามอัธยาศัย ทั้งในปัจจุบันและในอนาคตสืบไป ตลอดเวลาในช่วงวันแล้ว และเวลาก่อนนอน เมื่อทำกิจทุกอย่างพร้อม ในเวลาปฐมยาม (ช่วงเวลา ๑๘.๐๐-๒๒.๐๐ น.) เมื่อเตรียมตัวจะเข้านอนควรใช้เวลาในช่วงนี้หนึ่งพิณพิจารณาทบทวนถึงการกระทำทางกาย ที่เรียกว่ากายกรรม ทางวาจาที่เรียกว่าวจีกรรม และทางใจที่เรียกว่า มโนกรรมที่ผ่านมาในช่วงวันนั้น จากนั้นจุดธูปเทียน (ถ้ามี) บูชาพระรัตนตรัยเป็นต้นแล้วเริ่มการภาวนาเช่นเดียวกับที่ทำในตอนเช้าทุกประการ เมื่อเอนกายลงนอนในอิริยาบถที่สบายแก่อัธยาศัยเรียบร้อยแล้ว ควรเจริญภาวนาว่า อวสฺสํ มยา มริตพพํ เรือยไป จวบจนจิตลงสู่ภวังค์ (หลับไป) หรือจะว่าคำภาวนานี้ที่ว่า

อรุํ โข เม ชีวิตํ (ชีวิตของเราไม่ยั่งยืน)

อรุํ มรณํ เอกํลิกํ (ความตายยั่งยืน เป็นไปส่วนเดียว)

มรณปรียาสานํ เม ชีวิตํ (ชีวิตของเรามีความตายเป็นที่สุด)

มรณปฏิพพํ เม ชีวิตํ (ชีวิตของเราเนื่องด้วยความตาย)

มรณมโหมมหิ มรณํ อนตํโิต (เรามีความตายเป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความตายไปได้)

มรณํ เม ภวิสฺสตี (ความตายของเราก็มี)

ชีวิตินุทริยํ อุปจฺฉิขุสฺสตี (ชีวิตินุทริยจะขาดสูญ)

มรณํ มรณํ (ความตาย ความตาย)

เมื่อทำอยู่อย่างนี้เนื่อง ๆ จะเกิดความไม่ประมาทหมัวเมาในวัยว่า เรายังเป็นเด็ก เป็นหนุ่ม เป็นสาว เรายังอยู่ในโลกมนุษย์นี้อีกนานทั้งยังทำให้เกิดสติสัมปชัญญะ เห็นความตายเป็นเรื่องธรรมดา ที่สัตว์ทั้งหลายต้องประสบอย่างแน่นอนแล้วชวนชวายนในการบำเพ็ญกุศลต่างๆ ทั้งที่เป็นวิภวัญญุทกุศล(กุศลที่เป็นเหตุให้เวียนว่ายตายเกิด) และวิวิภวัญญุทกุศล(กุศลที่ไม่เป็นเหตุให้เวียนว่ายตายเกิด) อันเป็นปัจจัยแก่การบรรลุมรรคผลนิพพาน เข้าถึงความพ้นทุกข์ คือดับเบญจขันธ์โดยไม่เกิดขึ้นอีก ต่อไป

๔.๓.๔ การทำไว้ในใจโดยแยบคายในการเจริญมรณัสสติ

ในการระลึกความตายที่เป็นมรณัสสติ วิญญาณผู้เจริญจะระลึกนึกบริกรรมไปเฉย ๆ ไม่ได้จะต้องมีการทำไว้ในใจโดยแยบคายที่เรียกว่า ต้องมีโยนิโสมนสิการประกอบด้วยถึระลึกนึกอยู่โดยไม่มีโยนิโสมนสิการแล้ว ปัญญาที่เกี่ยวกับสังเวคะ ความสลัดใจย่อมไม่เกิดขึ้น และจะกลับเป็นโทษเกิดขึ้นด้วย ดังนั้นเมื่อระลึกนึกถึงความตายของคนที่เราใคร่ชอบพอแล้ว ความเศร้าโศกเสียใจจักเกิดขึ้นเมื่อระลึกนึกถึงความตายของคนที่เป็นศัตรูกับตน ความดีใจจักเกิดขึ้นเมื่อนึกถึงความตายของคนที่ไม่รักไม่ชอบใจ หรือคนที่ไม่เป็นศัตรู ก็จะมีรู้สึกเฉย ๆ เมื่อระลึกนึกถึงความตายของตนเอง ก็จะทำให้เกิดความกลัว ที่กล่าวมาเช่นนี้เป็นโทษที่

เกิดจากการไม่มีโยนิโสมนสิการ ส่วนวิญญูชนที่ระลึกนึกความตายโดยมีโยนิโสมนสิการประกอบด้วย จะระลึกถึงความตายอย่างเดียวกันนั้น ไม่เกี่ยวกับความตายของบุคคลจำพวกใด เมื่อระลึกนึกถึงอยู่ในความตายอย่างเดียวกัน ไม่เกี่ยวกับความรัก ความชัง แล้วสังเวคะ (ความสลัดใจ) ก็จะเกิดขึ้น ที่กล่าวมานี้แหละเป็นการระลึกถึงความตายโดยมีโยนิโสมนสิการประกอบด้วย วิญญูชนผู้ต้องการเจริญมรณัสสติ ให้ถูกต้องตามแนวที่พระพุทธองค์ทรงสอนไว้ ควรกำหนดพิจารณาให้ดีเป็นประจำ

ในขณะระลึกถึงความตาย (มรณัสสติ) นี้ ผู้เจริญต้องมีคุณลักษณะ ๓ อย่าง คือ (๑) สติ คือความระลึกได้ นึกได้ ความไม่เพเลอ การกุ่มจิตไว้กับสิ่งที่เกี่ยวข้อง (๒) สังเวคะ คือความรู้สึกสลัดใจที่ทำให้คิดได้ ทำให้จิตใจหันมานึกถึงสิ่งที่ตั้งงาม เกิดความไม่ประมาท เพียรพยายามทำสิ่งที่เป็นกุศล (๓) ญาณ คือความรู้เท่าทันธรรมชาติตามความเป็นจริง ดังที่เคยกล่าวไว้ จึงจะได้ผล เพราะเหตุว่า ถ้าระลึกถึงความตายของคนรัก ก็จะทำให้เกิดความเศร้าโศก ถ้าระลึกถึงความตายของคนที่ไม่เกลียดชัง ก็จะทำให้เกิดความดีใจ ถ้าระลึกถึงความตายของคนกลาง ๆ ไม่รักและไม่เกลียดชัง ก็จะทำให้เกิดความรู้สึกเฉย ๆ ดังนั้นจึงจำเป็นต้องมีคุณลักษณะทั้ง ๓ ตามที่กล่าวมาแล้ว

นอกจากนี้ ในขณะที่ระลึกถึงความตายนั้น ควรใช้ปัญญาพิจารณาถึงวิธีระลึกถึงความตาย ๘ วิธี ดังนี้

๑. ให้ระลึกถึงความตายเหมือนเพชรฆาตคอยฆ่าคน เพราะนับแต่เกิดมา ความตายก็คอยตัดชีวิตเสมอ เพราะความตายมาพร้อมกับความเกิด คนเราเกิดมาแล้วล้วนต้องเดินทางไปหาความตายทั้งนั้น

๒. ให้ระลึกถึงความตายว่ามีทั่วไปแก่คนรวยและคนจน เหมือนความเสื่อมไปแห่งสมบัติ เพราะไม่มีสมบัติใด ๆ ในโลกนี้ ที่จะคงอยู่ตลอดไป สรรพสิ่งล้วนเสื่อมสลายไปตามกาลเวลา รวมถึงชีวิตคนเราที่มีความตายเป็นจุดหมาย

๓. ให้ระลึกถึงความตายของผู้อื่นน้อมเข้ามาหาตนว่า ผู้ที่มียศมาก มีบุญมาก มีกำลังมาก มีฤทธิ์มาก มีปัญญามาก เป็นพระปัจเจกพุทธเจ้า เป็นพระพุทธเจ้าก็ตาย ตัวเราเป็นคนธรรมดาที่ตกอยู่ในภาวะเช่นนี้ ก็จะตายเช่นกัน ไม่แตกต่างจากบุคคลผู้มียศมากเป็นต้นเหล่านั้นเลย

๔. ให้ระลึกถึงความตายว่าเป็นของมีแก่ร่างกายอันทั่วไป ตระหนักว่าร่างกายคนเรานั้นเป็นสมบัติสาธารณะ ไม่มีผู้ใดเป็นเจ้าของแท้จริงเลย เพราะร่างกายนี้เป็นที่อาศัยของหมู่หนอน ๘๐ ชนิด ซึ่งอาศัยกินอยู่ตามผิวหนัง หน้ เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูกอยู่ตลอดเวลา

๕. ให้ระลึกถึงความตายว่าเป็นของมีแก่ร่างกายซึ่งเป็นของมีกำลังน้อย คือร่างกายของสัตว์ทั้งปวงไม่ใช่เป็นของแข็งแรงอะไรเลย อยู่ได้ด้วยลมหายใจเข้าออก ความเหมาะสมของอุณหภูมิ ความสมดุลของธาตุทั้ง ๔ และความหล่อเลี้ยงจากอาหาร หากปัจจัยเหล่านี้ เกิดความบกพร่อง ชีวิตคนเราก็ไม่สามารถดำเนินต่อไปได้

๖. ให้ระลึกถึงความตายว่าเป็นของไม่มีเครื่องหมาย ไม่มีป้ายบอกไว้ว่าจะต้องตายในเวลาใดจะตายสถานที่ใด และจะตายในลักษณะใด

๗. ให้ระลึกถึงความตายว่าชีวิตมีกำหนดกาลคือชีวิตคนเราสามารถดำรงอยู่ได้ในเวลาที่กำจัด โดยทั่วไปเป็นอยู่ได้ไม่เกินหนึ่งร้อยปี เมื่อครบอายุขัย ก็ตายหมดไม่มีเหลือ ไม่มียกเว้นใครเลยแม้แต่คนเดียว

๘. ให้ระลึกถึงความตายว่าเป็นของมีแก่ชีวิตอันมีประมาณเล็กน้อย คือชีวิตของสัตว์และคนทั้งหลายเป็นของน้อยโดยปรมาตม์ ชีวิตคนเราดำเนินไปได้ด้วยขณะจิตเดียว เกิดและดับอยู่ตลอดเวลา จิตที่ดับลงเป็นอดีต จิตที่ยังไม่เกิดเป็นอนาคต ชีวิตที่เป็นอยู่จึงมีอยู่แต่ขณะปัจจุบันเท่านั้น ดังนั้นชีวิตคนเรานับว่าสั้น เกิดขึ้นขณะเดียว แล้วก็ดับไป ๆ ชีวิตคนเราเป็นไปอย่างนี้

เมื่อได้วิธีระลึกถึงความตายดังกล่าวมาเช่นนี้แล้วควรทำจิตพิจารณาโดยแยบคายด้วยดี หากเราระลึกนึกถึงความตายโดยไม่แยบคาย ไม่มีอุบายวิธีแล้ว การระลึกนึกถึงความตายในบางครั้งบางคราวก็ก่อให้เกิดโทษได้ เช่น เมื่อระลึกนึกถึงความตายของคนที่เรารัก หากขาดสติ เราก็จะมีความทุกข์ มีความเศร้าโศกเสียใจ ตามมาดุจดั่งพ่อแม่ระลึกถึงความตายของลูกสุดที่รักจะนั้น หรือเมื่อเราระลึกนึกถึงความตายของคนที่เกี่ยวข้อง เรา ก็จะเกิดความดีใจ เพราะเขาเป็นอริศัตรูของเรา ดังนั้น เมื่อจะระลึกนึกถึงความตายต้องตั้งสติให้ดี พิจารณาโดยแยบคาย หากพิจารณาไม่ดี อุกุศลก็จะเกิดขึ้นได้ หรือในบางครั้งบางคราว แม้หากเราระลึกนึกถึงคนที่เรารักและไม่เกี่ยวข้อง แต่เราไม่รู้จักก็เกิดความรู้สึกเฉย ๆ เห็นชาวคนอื่นตายอยู่ทุกวัน จนเกิดความเคยชินทั้งเราไม่ได้กำหนดจิตพิจารณาถึงความตายที่ได้พบเห็น การพบเห็นความตายเช่นนั้นก็ไม่ก่อให้เกิดความสำเร็จประโยชน์ได้เลย เพราะไม่ก่อให้เกิดธรรมสังเวชได้ ดุจดั่งสัปเหร่อเห็นศพแล้วเกิดความซาชิน การเห็นที่ไม่ก่อให้เกิดธรรมสังเวชเช่นนั้น นับว่าเปล่าประโยชน์ ดังนั้น เมื่อจะระลึกนึกถึงความตายควรตั้งใจพิจารณาโดยแยบคาย ให้พิจารณาระลึกถึงความตายของตัวเองเป็นหลัก ขอให้ตั้งสติกำหนดจิตให้ดี

อนึ่ง ขณะที่ร่างกายจิตใจของเรายังปกติดีอยู่ ควรหมั่นพิจารณาให้รู้เท่าทันเมื่อมีผัสสะมากระทบที่ตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ อย่าได้มีความยึดติด อย่าได้มีความยึดมั่น ฝึกจิตใจของเราให้มีสติอยู่เสมอ แม้มีชีวิตอยู่เราก็ไม่เป็นทุกข์ เมื่อเราทำได้อย่างนี้อยู่เรื่อย ๆ จะเป็นการระลึกถึงความตายอย่างมีสติ เป็นการใช้ชีวิตที่มีอยู่อย่างเกิดประโยชน์มากที่สุดคือทั้งชีวิตไม่มีความทุกข์ และในขณะเดียวกันก็เตรียมพร้อมต้อนรับความตายในขณะเดียวกันอีกด้วย

นอกจากนี้ คนเราควรหมั่นฝึกให้มีมรณสัญญาเป็นประจำ พระพุทธเจ้าทรงพร่ำสอนให้สาวกของพระองค์เป็นมิตรกับความตาย ทรงย้ำให้นำความตายมาเป็นประโยชน์ในการดำเนินชีวิต โดยใช้ความตายเป็นเครื่องมือในการพัฒนาตนสู่ความหลุดพ้น ดังพระดำรัสว่า สัญญา(กำหนดหมาย) ๕^๑ที่บุคคลเจริญย่อมมีผลมาก มีอันสงสัยมาก ได้แก่ (๑) อนิจจสัญญา กำหนดหมายความไม่เที่ยงแห่งสังขาร (๒) อนัตตสัญญา กำหนดหมายความเป็นอนัตตาแห่งธรรมทั้งปวง (๓) มรณสัญญา กำหนดหมายความตายที่จะต้องมาถึงเป็นธรรมดา (๔) อาหาเรปฏิกูลสัญญา กำหนดหมายความปฏิกูลในอาหาร (๕) สัพพโลเกอนภิตตัญญา กำหนดหมายความ

^๑ อัง.ปญจก.(ไทย) ๒๒/๖๑/๑๑๐.

ไม่น่าเฟลิดเฟลินในโลกทั้งปวง หรือดังคำว่า ธรรม ๕^๑ นี้ ที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อความ เบื่อหน่าย เพื่อคลายกำหนด เพื่อนิพพานโดยส่วนเดียวอันได้แก่ (๑) พิจารณาเห็นความไม่งามในกายอยู่ (๒) กำหนดหมายความปฏิภูลในอาหาร (๓) กำหนดหมายความไม่น่าเฟลิดเฟลินในโลกทั้งปวง (๔) พิจารณาเห็นความไม่เที่ยงในสังขารทั้งปวง (๕) เข้าไปตั้งมรณสัญญาไว้ในภายใน

จากข้อความนี้ พระพุทธองค์ทรงสอนให้คนเราไม่ปฏิเสธความตาย ทั้งให้กำหนดหมายยอมรับ ความตายอยู่เสมอเปรียบเสมือนการปรับพรตขณะที่ดีต่อความตาย โดยให้ตระหนักรู้ว่าความตายเกิดขึ้นได้ ตลอดเวลา ดังคำว่า ฐูพึงกัตเรกัได ...เพราะการถูกผูกมัดเป็นต้น เราก็ตาย เป็นต้น ดังนั้น คนเราจึงควร ดำเนินชีวิตให้รู้เท่าทันธรรมชาติที่มีภาวะเกิดขึ้น ตั้งอยู่และดับไป ตามกฎไตรลักษณ์ หากคนเรามีมรณสัญญา อยู่เช่นนี้ ก็จะทำให้จิตไม่หลงติดในกามคุณ ดังคำว่า ถ้าคนเรามีใจที่อบรมแล้วด้วยมรณสัญญาอยู่โดยมาก จิตย่อมหุดกลับ งอกกลับ หมุนกลับ ไม่ออกไปรับความติดใจในชีวิต^๒ และจะมีความพร้อมที่จะปฏิบัติตนไปสู่ ความหลุดพ้น ถึงความสิ้นอาสวะ ดังคำว่า ผู้ตั้งมรณสัญญาไว้ภายในบ่อยๆ จะบรรลุลความสิ้นอาสวะได้^๓

วิธีการพิจารณามรณสัญญาเช่นนี้ เป็นการตายก่อนตายคนเราต้องทำอยู่เสมอทุกคำเข้าในขณะ ที่คนเรายังมีร่างกายและจิตใจปกติ แม้ยังไม่ถึงการแตกดับไป หากคนเราหมั่นพิจารณาให้เห็นขั้น ๕ ที่เกิดดับ อยู่เสมอ ให้เห็นเป็นภาระหนัก แล้วหัดปล่อยหัดวางบ้าง ก็จะทำให้เกิดความเบาสบายใจ เมื่อความตายมาถึง เราอาจจะเกิดอุปัทโเหตุ เจ็บหนัก ความตายอาจจะมาถึง ขณะที่เรายังรู้สึกตัวได้เพียงหนึ่งนาที่หรือห้า นาทีเท่านั้น ขณะเช่นนั้น ควรน้อมจิตให้สละละวางทุกอย่าง อย่ามีความถือมั่นยึดมั่นเลย ฝึกจิตมิให้มีความยึดมั่น ในอะไรเลย เมื่อเรากำหนดละได้แบบนี้ ก็จะไม่เกิดความยึดมั่นถือมั่น จะปล่อยให้ร่างกายของเราดับไปพร้อม กับการดับจิตและความยึดมั่นของเราก็ดับไป ทำอย่างนี้ได้ทั้งกายและจิตก็จะดับไปไม่เหลือ ตลอดจนความ ผูกพันต่าง ๆ ก็ไม่มี ทั้งหมดที่กล่าวมานี้ คือหลักแห่งการทำใจเมื่อความตายใกล้จะมาถึง เมื่อทราบแล้วควร ทราบการเปลี่ยนอารมณ์ด้วย ซึ่งจะกล่าวต่อไป

^๑ อัง.ปญจก.(ไทย) ๒๒/๖๙/๑๑๗.

^๒ อัง.สตฺตก. (ไทย) ๒๓/๔๙/๗๗.

^๓ อัง.ปญจก.(ไทย) ๒๒/๗๐/๑๑๘.

๔.๔ การเปลี่ยนอารมณ์ให้ดีขึ้น

การเปลี่ยนอารมณ์ เป็นวิธีการที่พระพุทธเจ้าเคยใช้มาแล้วในหลายกรณี แต่ที่เห็นได้ชัด ก็คือ คนที่ไม่มีอะไรเป็นที่พึ่งได้ พระพุทธองค์ทรงมีพระมหากรุณาคุณอย่างมากสิ้น ได้เสด็จไปโปรดเพื่อให้สัตว์โลกมีที่พึ่ง หวังให้พ้นจากทุกข์มีความสุข

คำว่า อารมณ์ หมายถึงเครื่องยึดเหนี่ยว, ความคิดความรู้สึกที่เปลี่ยนแปลงอยู่เรื่อยๆ เช่น เดี่ยวอารมณ์ดี เดี่ยวอารมณ์ร้าย^๑ หรือธรรมชาติเป็นที่มายินดีของจิต ประดุจสวนดอกไม้เป็นที่มายินดีของหมู่ชน หรือเป็นที่ยึดเหนี่ยวของจิต ประดุจไม้เท้าเป็นที่ยึดเหนี่ยวหรือเครื่องค้ำยันของคนแก่^๒ อารมณ์ในที่นี้ ได้แก่ อารมณ์ ๒ ประเภท กล่าวคือ อารมณ์ ๖ และอารมณ์ ๓ ซึ่งจะกล่าวต่อไป

๔.๔.๑ อารมณ์ ๖

อารมณ์ ๖ อย่าง คือสีต่าง ๆ เสียงต่าง ๆ กลิ่นต่าง ๆ รสต่าง ๆ สัมผัสเย็นร้อนอ่อนแข็งหย่อนตึง และสิ่งที่ใจนึกคิด อารมณ์ทั้ง ๖ นี้สามารถเกิดได้ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ และในชีวิตของเราสามารถสร้างอารมณ์ที่ดีให้เกิดขึ้นได้

ถ้าเรารู้ว่า เรามีอารมณ์เป็นอย่างไรในขณะนี้ ถ้าอารมณ์ยังไม่แจ่มใสก็ใคร่ครวญว่ามาจากสาเหตุอะไร แต่ถ้ารู้ว่า เรามีอารมณ์เริ่มจะแจ่มใส พอแจ่มใสอยู่บ้าง หรือแจ่มใสอย่างมาก ก็จงอยู่กับสิ่งนั้น ๆ เป็นประจำจนอารมณ์ดี ถ้าอยากให้อารมณ์ดีก็จงหมั่นฝึกให้อารมณ์ของเราคุ้นเคยกับสิ่งเหล่านั้นบ่อย ๆ หากยังไม่ดีขึ้น จงกลับมาทบทวนว่า สิ่งใดบ้าง ที่เรายังบกพร่องอยู่ และเสริมส่วนที่บกพร่องให้สมบูรณ์ แล้วฝึกลงทำบ่อย ๆ ทำเป็นประจำ ตามหลักที่ว่า อาตาปี สัมปะชาโน สติมา^๓ คือมีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ ถอดความได้ว่า ทำไม่หยุด รู้สึก ระลึกตามถึงสิ่งนั้น ๆ ตามที่เป็นจริง

เมื่อเราหัดทำแล้ว หมั่นฝึกตนให้เป็นคนอารมณ์ดี สิ่งต่าง ๆ ในโลกนี้ ไม่ได้เลวร้ายอย่างที่คิดเลย แม้แต่สิ่งที่ไม่ดี เราอยากจะเป็นคนอารมณ์ดี ก็สามารถมองเห็นสิ่งนั้นเป็นสิ่งที่ดีได้ เช่น

เห็นสถานที่สกปรก ก็มีโยนิโสมนสิการ (ใส่ใจใคร่ครวญอย่างถี่ถ้วน) ว่า ที่นี้สกปรกเพราะขาดการทำความสะอาดนั่นเอง ถ้าเราได้โอกาสแล้วจะทำให้สะอาดเลย เช่น ศาลาหลังนี้ มีคนใช้กันมากเกิดสบายใจที่เห็นคนหนึ่งพื้นที่สะอาด หรือเห็นรถชนกันตั้งจิตโดยแยกกายว่า นั่นเป็นกรรมของสัตว์โลก สัตว์โลกย่อมเป็นไปตามกรรม ถ้าเราขบถอย่าได้ประมาทเช่นนั้นเลย และควรหมั่นเลือกมองรูปที่ดีต่าง ๆ อาจจะเป็นแม่น้ำ ป่าไม้ วัตวาทาราม พระพุทธรูป ดอกไม้ สวนหย่อม เป็นต้น

^๑ ราชบัณฑิตยสถาน. พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๒๕, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท อักษรเจริญทัศน์, ๒๕๓๘), หน้า ๙๔๓.

^๒ พระสังฆมณฑลชวาบะ ธรรมจาริยะ, **ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ ๓ และ ปริจเฉทที่ ๗ หลักสูตรจุฬารัตนธรรมิกะโก.** (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิบูลย์วิสุทธิ, ๒๕๔๐). หน้า ๓๗-๓๘.

^๓ ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

ฟังเสียงด่า หรือเสียงรถเกิดอุบัติเหตุชนกันดังสนั่นก็ตั้งใจไว้โดยแบายคายว่า เราเคยไปด่าเขาไว้ เขาก็มาด่าตอบ เราจะไม่ทำกรรมเช่นนั้นต่ออีก หรือรถเกิดอุบัติเหตุชนกัน เป็นเพราะเขาประมาท เขาเป็นไปตามกรรมของเขาแล้ว เพราะสัตว์โลกย่อมเป็นไปตามกรรม และควรหมั่นเลือกฟังเสียงที่ดีต่าง ๆ เช่น เสียงสวดมนต์เช้า-เย็นของพระสงฆ์ ฟังเสียงระฆังดังๆ ตามวัด เสียงลมพัดยามเย็น เสียงพระสงฆ์บรรยายธรรม เสียงไก่ขัน เสียงนกการ้อง เสียงฝนตก เสียงวิทยุเปิดเพลงเบา ๆ เสียงเครื่องดนตรีบรรเลง เป็นต้น

ดมกลิ่นที่ไม่ดี เช่น กลิ่นเหม็นของซากสัตว์ต่าง ๆ กลิ่นเหม็นของขยะ ก็ตั้งใจไว้โดยแบายคายว่า ที่เราได้กลิ่นเช่นนี้ เป็นเพราะเราเคยสั่งสมกรรมเช่นนี้ไว้ ความจริงกลิ่นถึงจะเหม็นอย่างไร มันก็ไม่ได้เหม็นตลอดไป เหม็นเป็นระยะ เพราะกลิ่นจะมาได้ต้องอาศัยลม ถ้าลมไม่พัด กลิ่นก็หายมาไม่ได้ ซากสัตว์ที่มาตายอยู่นี้ ช่างนำส่งสารเหลือเกิน เขาคงทำกรรมไม่ได้ไว้ จึงได้มาตายอย่างไรคนเหลือวแล เขาไปตามกรรมของเขาแล้ว และควรหมั่นเลือกดมกลิ่นที่ดี เช่น กลิ่นหอมของดอกไม้ ได้กลิ่นรูปเทียนตอนบูชาพระ กลิ่นน้ำหอมตามร่างกาย กลิ่นหอมของขนม กลิ่นหอมของอาหาร เป็นต้น

ลิ้มรสที่ไม่ดี คือกินอาหารที่ไม่อร่อย ก็ตั้งใจไว้โดยแบายคายว่า ที่เราได้รับรสอาหารเช่นนี้เป็นเพราะเราเคยสั่งสมกรรมเช่นนี้ไว้ เคยให้ของที่ไม่ดีกับผู้อื่นไว้ เคยสร้างเหตุไว้ไม่ดี ความจริงแล้ว อาหารถึงจะเป็นรสอาหารไม่ดี แต่ก็ทำให้เรออิ่มท้องได้เหมือนกัน ให้กำลังแก่ร่างกายได้เหมือนกัน และควรหมั่นเลือกลิ้มรสที่ดีต่าง ๆ เช่น รสอาหารของแม่บ้าน รสน้ำดื่ม รสของผลไม้ รสของธรรม อ่านหนังสือธรรมะ เป็นต้น

สัมผัสที่ไม่ดี คือเมื่อเข้าไปสัมผัสกับสิ่งที่เกี่ยวข้องแล้วก็รู้สึกว้าว ตรงนี้ร้อนจัด อาทิ บ้านที่อยู่อาศัย เสื้อผ้าตัวนี้สวมใส่แล้วรู้สึกหยาบแข็งกระด้างตึงใส่แล้วรู้สึกไม่สบายเลย ถึงร่างกายของเรา ในเวลาดูแลไม่ค่อยดี จะรู้สึกว้าว ร่างกายจะหย่อนยานไปหมด เช่น หนังตาหย่อน หรือคนเป็นไข้ไม่สบาย ก็จะมีหน้าตาซีดเซียว ก็ตั้งใจไว้โดยแบายคายว่า ที่เราได้สัมผัสเช่นนี้ เป็นเพราะเราเคยสั่งสมกรรมเช่นนี้ไว้ ความจริง เราถึงจะสวมใส่เสื้อผ้าชนิดนี้ แม้มาราคจะไม่แพงก็ตาม แต่เสื้อตัวนี้ก็สามารป้องกันความร้อนความหนาวได้ เมื่อเรามีเงินแล้ว โอกาสก็จะหาซื้อเสื้อที่มีสัมผัสที่นุ่มกว่านี้ หรือแม้แต่การที่เราเข้าบ้านแล้ว มีความรู้สึกว้าวร้อนเหลือเกิน เหตุที่เราอยู่ในสภาพบ้านเช่นนี้ คงเป็นเพราะเราในชาติก่อนไม่เคยสร้างบุญเกี่ยวกับที่อยู่ที่อยู่อาศัยไว้ ต่อจากนี้ไป ถ้าเรามีโอกาสเราจะทำบุญเกี่ยวกับที่อยู่ที่อยู่อาศัยไว้บ้าง และควรหมั่นเลือกสัมผัสที่ดีต่าง ๆ เช่น อากาศตามชายทะเล ความร้อนของอาหาร ความเย็นของน้ำ ความอ่อนนุ่มของเสื้อผ้า เป็นต้น

แม้รู้สึกถึงสิ่งที่ใจนึกคิดต่าง ๆ คือรู้สึกถึงการทำความที่ไม่ดี ที่ตนเองได้กระทำไว้ในคราวเป็นเด็ก เช่นเคยยิงนกในวันหยุด การฆ่าไก่ตอนเป็นเด็ก ก็ควรตั้งใจไว้โดยแบายคายว่า การที่เรารู้สึกนึกถึงสิ่งต่าง ๆ เรื่องเช่นนี้ถ้าเราประสงค์จะให้จิตของเราคุ้นเคยกับสิ่งเหล่านี้บ่อย ๆ แล้วจะทำให้จิตของเรามีอารมณ์เศร้าหมองกรรมชั่วกรรมไม่ดี เมื่อเราได้ทำแล้ว ย่อมให้ผลเป็นความทุกข์โดยแท้ และควรหมั่นเลือกนึกถึงสิ่งที่ดีต่าง ๆ เช่น การทำบุญถวายสังฆทาน การตักบาตรประจำวัน การบริจาคโลงศพในวันเกิด การเลี้ยงดูพ่อแม่ การได้สวดมนต์ไหว้พระก่อนนอน การรักษาศีล ๕ และการรักษาศีลอุโบสถ เป็นต้น

อารมณ์ต่างๆมีอารมณ์ทางตาเป็นต้น เมื่อประสงค์จะให้มามีอารมณ์ดีตลอดเวลา จงหมั่นฝึกหรือเปลี่ยนอารมณ์อย่างมีโยนิโสมนสิการ ปรับอารมณ์ของเราให้เสพคุ้นกับสิ่งที่ดี เช่นนั้นบ่อย ๆ

ในเรื่องการเปลี่ยนอารมณ์นี้ พระพุทธเจ้าได้ทรงทำให้เป็นตัวอย่าง เช่น เรื่องมัญญฎกณทลิวัตถุ^๑ ซึ่งเป็นเรื่องที่พระพุทธเจ้า เคยไปปรับเปลี่ยนอารมณ์ให้กับมาณพผู้หนึ่งซึ่งนอนรอความตายอยู่ ซึ่งขณะนั้นมีมัญญฎกณทลิวัตถุกำลังนอนผินหน้าไปข้างในเรือนพระพุทธเจ้าทรงทราบว่ามาณพไม่เห็นพระองค์จึงได้แปลงพระรัศมีไปวางหนึ่ง มาณพคิดว่า นี่แสงสว่างอะไรจึงนอนพลิกกลับมาเห็นพระศาสดาแล้วคิดว่า เราอาศัยบิดาเป็นอันธพาลจึงไม่ได้เข้าไปเฝ้าพระพุทธเจ้าแล้วถวายทาน หรือฟังธรรม ตอนนี้ แม้แต่มือสองข้างของเราก็ยกไม่ไหว กิจที่ควรทำอย่างอื่นไม่มี แล้วได้ทำใจเท่านั้นให้เลื่อมใส พระองค์ทรงทราบว่า มาณพนี้ทำใจให้เลื่อมใสแล้ว จึงเสด็จหนีไป พอพระพุทธเจ้าเสด็จไปลับตา มาณพนี้มีใจเลื่อมใส ลึนลมหายใจแล้วจึงได้ไปเกิดในวิมานทองสูงประมาณ ๓๐ โยชน์ ในเทวโลก เรื่องนี้แสดงให้เห็นว่า คนที่กำลังจะสิ้นชีวิต ถ้าพบกับอารมณ์ที่ดี ก็อาจจะทำให้เขาเปลี่ยนอารมณ์ที่ขุ่นมัวให้กลับเป็นอารมณ์ที่แจ่มใสได้ และเมื่อคนเรามีอารมณ์แจ่มใส ก็เป็นอันหวังได้สุคติอย่างแน่นอนเพราะมีพระพุทธภาษิตว่า จิตเต อสงกิลิฏฐุ สุคติ ปาฎิกุขา^๒

สำหรับคนที่อารมณ์ไม่ดี ทำอะไรย่อมไม่เป็นผลเลย อาจจะทำอะไรมากกว่าคุณ ถึงแม้การกระทำนั้นจะเป็นบุญก็ตาม ดังเรื่องนางปัญจปาปา^๓ เป็นตัวอย่าง ซึ่งนางทำบุญด้วยความโกรธ จึงทำให้เกิดมาเป็นคนมีรูปร่างวิกล เรื่องนี้แสดงให้เห็นว่า ใครก็ตามเมื่อจะทำกรรมอะไร แม้จะมีอารมณ์ที่ไม่น่าพอใจ จงเก็บอารมณ์ที่ไม่ดีไว้ภายใน อย่าได้แสดงออกมามากมาย เมื่อรู้ว่า ตนเองอารมณ์ไม่ดี แล้วปรับอารมณ์เสียใหม่ แต่งใจให้มีอารมณ์ดีเป็นปกติก่อน แล้วจึงค่อยทำงานต่อไป การทำเช่นนี้จึงจะเป็นผลดี

แม้คนที่ตายแล้ว อารมณ์ก็มีความสำคัญไม่น้อยเหมือนกัน อารมณ์ที่แสดงออกมานั้นเป็นการบ่งบอกถึงสภาพของจิตใจของผู้นั้น ในแต่ละช่วงเป็นอย่างไร อารมณ์ดี จิตใจก็ผ่องใส อารมณ์ร้ายจิตใจก็ขุ่นมัวเศร้าหมอง ดังเรื่องญาติของพระเจ้าพิมพิสาร^๔ ซึ่งเมื่อพระเจ้าพิมพิสารทำบุญแล้วไม่อุทิศส่วนบุญให้ก็แสดงร่างกายไม่น่าดู ผิดปกติ ทั้งน่ายสยดสยองเป็นอย่างยิ่งแต่พระราชานพระพุทธรูปเจ้าตรัสบอกให้พระเจ้าพิมพิสาร อุทิศบุญให้แก่เปรตเหล่านั้น^๕ เรื่องนี้แสดงให้เห็นว่า เปรตทั้งหลายจะแสดงอารมณ์ต่างๆ อันน่ากลัวในขณะที่พระเจ้าพิมพิสารยังไม่ได้ทำบุญอุทิศส่วนบุญให้ แต่ครั้นพอพระเจ้าพิมพิสารได้ทำบุญอุทิศส่วนบุญให้แล้ว อารมณ์ของเปรตเหล่านั้น ก็ได้เปลี่ยนไปเป็นอารมณ์ที่แจ่มใส น่าดูยิ่งนัก ซึ่งเป็นผลจากการที่เปรตได้เปลี่ยนอารมณ์คือเปลี่ยนอารมณ์ที่เศร้าหมองให้เป็นอารมณ์ที่ดี เมื่อมีอารมณ์แจ่มใสแล้ว ทั้งมีจิตอนุโมทนายินดีทานที่เห็น

^๑ ชุ.วิ.(ไทย) ๒๖/๑๒๐๗-๑๒๒๗/๑๕๑-๑๕๔,ช.ธ. (บาลี) ๑/๒/๑๙-๒๑.

^๒ ม.ม. (ไทย) ๑๒/๗๐/๖๒.

^๓ ชุ.ชา.อ. (บาลี) ๘/-/๒๕๒.

^๔ ชุ.วิ.(ไทย) ๒๖/๑๔-๒๕/๑๗๐-๑๗๒, ชุ.เปต.อ. (บาลี) -/-/๒๑.

^๕ ชุ.เปต.อ.-/๑๔-๑๖/๒๖-๒๗.

คนอื่นทำแล้ว ทำให้พวกเขาได้รับสิ่งที่ดีอย่างน้อยก็ทำให้เขาไม่ต้องเป็นเปรต ส่งผลให้เขาไปเกิดเป็นเทวดา
ชั้นจาตุมาหารชิกากันทุกคน หรืออีกเรื่องหนึ่งคือเรื่องอภิขชมานแปตวัตถุ^๑ ซึ่งกล่าวถึงอารมณ์ที่เปลี่ยนไปจาก
อารมณ์เศร้าหมองเป็นอารมณ์แจ่มใส ซึ่งเล่าไว้ว่าโกลิยะอำมาตย์ทำบุญอุทิศให้แก่เปรตผู้ฝ่ายผอมทั้งหลาย ทำให้
เปรตทั้งหลายพันทุกข์มีความสุข เรื่องนี้แสดงให้เห็นว่า เปรตขณะที่ยังไม่ได้รับส่วนกุศลก็มีร่างกายผอม สี
หน้าของเขาบ่งบอกถึงอาการของคนที่มีความทุกข์ เป็นอารมณ์ของคนเศร้าหมอง แต่หลังจากได้รับส่วนบุญ
กุศลที่อำมาตย์อุทิศให้แล้ว ร่างกายที่เคยผอม สีหน้าที่บ่งบอกถึงอาการที่มีทุกข์ ได้เปลี่ยนแปลงไป กลายเป็น
สีหน้าของคนที่มีสุข มีอารมณ์ผ่องใส เรื่องอารมณ์ที่กล่าวมานี้เป็นอารมณ์ที่เกิดขึ้นโดยทั่วไป

๔.๔.๒ อารมณ์ ๓

มีอารมณ์อีกอย่างหนึ่งซึ่งอยู่ใกล้ตัวสำหรับผู้กำลังจะตาย มีอยู่ ๓ ชนิด คือกรรมอารมณ์
นิमितอารมณ์ และคตินิमितอารมณ์

กรรมอารมณ์จะเกิดขึ้นทางใจ เพราะเป็นอารมณ์ที่ระลึกถึงกรรมที่ตนได้เคยทำไว้ในอดีต อำนาจ
ของกรรมที่ได้ทำไว้จะมีกำลังมาก และทำให้เกิดความระลึกขึ้นมาได้ คือกรรมทั้งหลายที่ตนได้ทำไว้ก่อนนั้น
ย่อมเกาะอยู่ในจิตของผู้ใกล้จะตาย ดังคำว่า ในสมัยนั้น บาปกรรมที่คนพาลทำ คือการประพฤติกายทุจริต
การประพฤติกิจทุจริต การประพฤตินามทุจริตไว้ไกลก่อน ย่อมหน่วงเหนี่ยวบดบัง ครอบงำคนพาลผู้อยู่บน
ตั่งบนเตียงหรือนอนบนพื้น เปรียบเหมือนเงาของยอดภูเขาใหญ่ ย่อมกั้นบดบังครอบคลุมแผ่นดินใหญ่
ในเวลาเย็นฉะนั้น^๒ กรรมอารมณ์ที่เป็นฝ่ายกุศลคือการระลึกถึงทาน ศีล ภาวนา ที่เคยได้ทำมา กรรมอารมณ์
ที่เป็นฝ่ายอกุศลคือการระลึกถึงบาปที่ตนได้กระทำได้ เช่น การไม่ให้สิ่งของแก่ผู้ใด การฆ่าสัตว์ เป็นต้น

กรรมนิमितอารมณ์ คือเครื่องหมายที่ใช้ประกอบการทำกรรม เช่น ปีนโตที่ใช้ในการให้ทาน หรือมีด
ที่ใช้สังหารศัตรู กรรมนิमितอารมณ์เกิดขึ้นได้ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกายและ ทางใจ แต่ส่วนมาก
จะเกิดขึ้นทางตาทางหูและทางใจ^๓ กรรมนิमितอารมณ์ที่เป็นฝ่ายกุศล คือการระลึกถึงเครื่องหมายที่เคยได้
ประกอบการกรรมดีไว้ เช่น ศาลา โบสถ์ วิหาร พระพุทธรูป โรงเรียน โรงพยาบาล กรรมนิमितอารมณ์ที่เป็นฝ่าย
อกุศลคือการระลึกถึงอาวุธ เครื่องดักสัตว์ มีดหรือดาบที่ใช้ในการฆ่าผู้อื่น หรือเห็นทรัพย์สมบัติ เช่น ไร่นาที่
เคยคดโกงเขามา

คตินิमितอารมณ์ จะเกิดขึ้นทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย และทางใจ ที่เป็นอารมณ์
ปัจจุบันที่กำลังนึกอยู่อันเป็นเครื่องหมายหรือคติภาพที่จะไปเกิด คตินิमितอารมณ์ที่เป็นฝ่ายกุศลคือการเห็น
วิมาน สวรรค์นรินทร์ เทพบุตร เทพธิดา เทพวิมานต่าง ๆ คตินิमितอารมณ์ที่เป็นฝ่ายอกุศลคือการเห็นเปลวไฟ
เหวลึก ป่ารกชัฏ ยมบาล อีกาปากเหล็ก กระทะทองแดง ต้นไม้มีงู

^๑ ชุ.เปต. (ไทย) ๒๖/๓๘๗-๔๐๗/ ๒๒๙-๒๓๑, ชุ.เปต.อ. (บาลี) -/-/๑๗๙ - ๑๘๘.

^๒ ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๔๘/๒๓๓.

^๓ ดังตฤณ. **เสียดายคนตายไม่ได้อ่าน**. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ดีเอ็มจี, ๒๕๕๘), หน้า ๑๕๔.

อารมณ์ทั้ง ๓ นี้จะปรากฏให้เห็นสำหรับผู้ใกล้จะตาย อาจจะเป็นกรรมอารมณ์ กรรมนิมิตอารมณ์ หรือคตินิมิตอารมณ์ แต่อารมณ์เหล่านั้น เมื่อกล่าวตามหลักทางพระพุทธศาสนาเถรวาทแล้ว จะดำเนินไปตามหลักการให้ผลของกรรมประกอบด้วย ได้แก่กรรม ๔ อย่าง ซึ่งจะกล่าวต่อไป

๔.๔.๓ กรรม ๔

กรรมที่สัมพันธ์กับอารมณ์ต่าง ๆ ทั้งอารมณ์ ๖ และอารมณ์ ๓ ในที่นี้จะกล่าวถึงกรรม ๔ อย่าง ได้แก่

๑. คุรุกรรม กรรมหนัก หรือกรรมที่ให้ผลก่อนกรรมอื่น ๆ กรรมชนิดนี้จะปรากฏในจิตก่อนตาย กรรมหนักฝ่ายกุศลได้แก่สมบัติ ๘ กรรมหนักฝ่ายอกุศลได้แก่การฆ่าพ่อ การฆ่าแม่ การฆ่าพระอรหันต์ การทำร้ายพระพุทธเจ้าจนห้อพระโลหิต และการทำลายสงฆ์ให้แตกกัน

๒. อาจิณณกรรม กรรมที่ทำเคยชิน กรรมชนิดนี้จะปรากฏในจิตของผู้ใกล้จะตายในเมื่อไม่มี คุรุกรรม กรรมชนิดนี้เป็นกรรมที่จะทำบ่อย ๆ จนเป็นนิสัย กรรมที่เป็นฝ่ายกุศลหรือที่เป็นฝ่ายอกุศลที่ทำบ่อย ๆ จะมีแรงมากกว่า และจะส่งให้ก่อน

๓. อาสังนกรรม กรรมใกล้ตาย หรือกรรมที่ทำตอนใกล้จะตาย อาสังนกรรมฝ่ายกุศลได้แก่การ ฟังเสียงสวดมนต์ การเห็นพระพุทธรูป การฟังธรรม การถวายทาน อาสังนกรรมฝ่ายอกุศลได้แก่การดื่มสุรา อย่างขาดสติ การเห็นผิดเป็นชอบ เช่นคิดว่าการเกิดเป็นสัตว์ดิรัจฉาน หรือมีความห่วงแหนในทรัพย์สมบัติ กรรมชนิดนี้จะส่งผลในเมื่อไม่มี คุรุกรรมและอาจิณณกรรม

๔. กตตตากรม กรรมสักว่าทำหรือกรรมที่ทำด้วยเจตนาที่อ่อน หรือกรรมที่ทำโดยไม่ได้มีเจตนา โดยตรง ชนิดนี้เป็นกรรมเบา จะมาปรากฏในจิตตอนใกล้จะตาย ในเมื่อไม่มีกรรมทั้งสามอย่างข้างต้นให้ผล

ในกรรมทั้ง ๔ อย่างนี้ คนที่ทำกรรมหนักมีน้อยมาก คนที่ทำอาจิณณกรรมมีเป็นจำนวนมาก กรรมชนิดนี้มีอิทธิพลต่อจิตก่อนตายอย่างยิ่ง ดังนั้นจึงควรทำแต่อาจิณณกรรมฝ่ายกุศลเถิด แต่ในบางกรณี อาจิณณกรรมที่มีโอกาสให้ผลก่อน ก็หมดโอกาสไป เพราะอาสังนกรรมมาตัดหน้าให้ผลกรรมก่อน ก็มี ดังเรื่องอาจิณณกรรมฝ่ายอกุศลซึ่งเป็นปัจจัยให้เกิดในทุคติภูมิ สามารถปรับเปลี่ยนแปลงให้เป็นสุคติภูมิได้ ถ้าผู้ใกล้จะตายประกอบอาสังนกรรมที่ดี ดังเรื่องพระภิกษุผู้เป็นบิดาของพระโสณเถระผู้เป็นพระอรหันต์ หรือเรื่องหญิงยากจนตั้งกรรม์ขาวกรุงราชคฤห์กำลังจะตาย ซึ่งมีบาปบุญมิรองรับอยู่ ดังที่กล่าวแล้วในบทที่ ๒ สำหรับคนผู้ทำอาจิณณกรรมฝ่ายอกุศลไว้มาก แล้วมีอาสังนกรรมมาช่วยให้ผลกรรมและรอดพ้นจากการไปเกิดในทุคติภูมิได้อย่างเพ่งดีใจนัก เพราะอาสังนกรรมมีกำลังน้อยกว่าอาจิณณกรรม เมื่อหมดกำลัง อาจิณณกรรมก็ให้ผลต่อไป เปรียบเหมือนรถติดไฟแดง เมื่อไฟเขียว รถที่อยู่คันหน้าแม้มีกำลังน้อยย่อมออกก่อน แต่เมื่อผ่านไปสักพักหนึ่ง รถที่มีกำลังมากย่อมแซงหน้าไป^๑ ที่เป็นเช่นนั้น เพราะอาสังนกรรมมักให้ผลก่อนแต่ในระยะสั้น เมื่อผล

^๑วคิน อินทสระ. **หลักการและการเวียนว่ายตายเกิด**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๘. (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ธรรมดา, ๒๕๕๘), หน้า ๑๘-๑๙.

ของอาสันนกรรมหมดลง ผลแห่งอาจิณณกรรมจึงให้ผลต่อไปอีก ในกรณีเรื่องนี้หลังจากอาสันนกรรมอ่อนกำลังแล้ว เมื่ออาจิณณกรรมให้ผล เขาและเธอก็ย่อมเป็นไปตามกรรม ต้องไปเกิดในอบายภูมิมีนรกเป็นต้นเมื่อทราบถึงอารมณ์และการให้ผลของกรรมมีความสัมพันธ์กันแล้ว เมื่อเราจะตาย เราจะมีลักษณะการตายที่ดีได้ไหม ซึ่งจะกล่าวต่อไป

๔.๕ ลักษณะการตายที่ดี

เมื่อก้าวตามหลักของพระพุทธศาสนาเถรวาท การตายจะมีอยู่ ๒ ลักษณะ คือ การตายที่ดีของพระอรหันต์ และการตายที่ดีของบุคคลทั่วไปจนถึงพระอนาคามี ซึ่งจะกล่าวต่อไป

๔.๕.๑ การตายที่ดีของพระอรหันต์

ในการตายทั้ง ๒ อย่างนี้ สำหรับการตายที่ดีของพระอรหันต์ เป็นการตายที่ไม่มีการเกิดอีก การตายชนิดนี้เรียกว่านิพพานหรือปรินิพพานซึ่งเป็นการตายที่ดีอย่างสมบูรณ์ ในทางพระพุทธ ศาสนา หมายถึงการตายที่ปราศจากความยึดมั่นถือมั่นในตัวตน เป็นการตายที่ดับไปไม่เหลือ ดังคำว่า ผู้สงบ เพราะก้าวล่วงความกำหนดทั้งปวงผู้สงบแล้ว ย่อมไม่เกิด ไม่แก่ ไม่ตาย ไม่กำเริบ ไม่ทะเยอทะยาน แม้ผู้นั้นก็ไม่มีเหตุที่ต้องเกิด เมื่อไม่เกิด จักแก่ได้อย่างไร เมื่อไม่แก่ จักตายได้อย่างไร การตายที่ดีอย่างสมบูรณ์นี้จะทำให้ผู้ตายไม่ต้องเวียนเกิดเวียนตายในสังสารวัฏอีกต่อไป เพราะจิตได้หลุดพ้นจากอาสวะทั้งหลายเข้าสู่นิพพาน การตายชนิดนี้ บางรูปสามารถกำหนดรู้ล่วงหน้าได้ เช่นพระพุทธเจ้าทรงปลงพระชนมายุสังขารล่วงหน้าถึง ๓ เดือน ส่วนพระสาวกก็ทูลลาไปนิพพานที่บ้านเดิม และพระมหาโมคคัลลานะก็ทูลลาหนีพพาน หรือพระมหาปชาบดีโคตมี ก็ทูลลาหนีพพานเหมือนกัน ดังนั้น การตายชนิดนี้จัดเป็นการตายที่ดีที่สุดในบรรดาของพระพุทธศาสนาเถรวาท แต่เป็นภาวะที่บุคคลทั่วไปจะเข้าถึงได้ยากนักแล ดังนั้น จึงขอกกล่าวเพียงแค่นี้

๔.๕.๒ การตายที่ดีของบุคคลทั่วไปจนถึงพระอนาคามี

สำหรับการตายที่ดีของบุคคลทั่วไปจนถึงพระอนาคามีนั้น เป็นภาวะที่จะพบเห็นได้ง่ายกว่า ก่อนอื่นขอให้ความหมายของการตายที่ดี ในที่นี้หมายถึงการตายอย่างมีสติสัมปชัญญะ ปราศจากความกระวนกระวาย และความรู้สึกทางอกุศลใดๆ ประกอบด้วยจิตที่เป็นกุศล เพื่อให้จิตมีอารมณ์ผ่องใส โดยเฉพาะจตุตถจิต ซึ่งจะส่งผลอันดีต่อไปยังปฏิสนธิจิตในภพภูมิถัดไป ดังพระพุทธพจน์ว่า เมื่อจิตไม่เศร้าหมอง สุคติเป็นอันหวังได้ หรือดังคำว่า บุคคลบางคนในโลกนี้มีจิตผ่องใส ถ้าบุคคลนั้นตายในขณะนั้น ย่อมไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์ จากพระพุทธพจน์นี้สอดคล้องกับการให้ผลของกรรมในมรณาสันนิเวศ ซึ่งตีความได้ว่า จตุตถจิตที่ผ่องใสจะส่งผลให้ไปเกิดในสุคติภูมิ ได้ชีวิตที่งดงาม และจิตผ่องใสนี้ มุ่งหมายถึงจิตเป็นใหญ่ ดังคำว่า ธรรมทั้งหลายมีใจเป็น

หัวหน้า...ถ้าคนมีจิตใจดีก็จะพูดดีหรือทำดีตามไปด้วย เพราะความดีนั้น สุขย่อมติดตามเขาไป^๑ จิตมีอำนาจเหนือกาย การตายในลักษณะที่จิตดีงาม จึงเป็นสิ่งที่สำคัญมาก ดังนั้น การตายที่ดี ไม่ได้หมายถึงการตายที่สงบทางร่างกายเท่านั้น แม้การตายที่ร่างกายเจ็บปวดก็สามารถเป็นการตายที่ดีได้ ดังเรื่องทีฆากูบาสกเป็นตัวอย่างที่ทีฆากูบาสกเจ็บป่วยเป็นไข้หนัก พระพุทธเจ้าเสด็จไปเยี่ยมถึงที่อยู่ตรัสถามถึงอาการไข้ เขาก็กราบทูลว่าข้าพระองค์ไม่สบายแทบทนไม่ได้ จะทนไม่ไหวอยู่แล้ว อาการมีแต่กำเริบ ไม่ลดลงเลย อาการมีแต่ยิ่งรุนแรงขึ้นไม่คลายลงเลย แล้วจากนั้นทรงแสดงธรรมให้อูบาสกนั้นฟัง เกี่ยวกับความเลื่อมใสอันไม่หวั่นไหวในพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ และศีลที่พระอริยะชอบใจ จึงเสด็จกลับไป เมื่อพระพุทธเจ้าเสด็จกลับ เขาก็จากไปอย่างสงบ

จากเรื่องดังกล่าวมานี้ จะเห็นได้ว่า ทีฆากูบาสก ต้องประสบทุกข์ทางกายอย่างแสนสาหัส พอเมื่อได้ฟังธรรมแล้ว แม้ทุกข์ทางกายจะมีอยู่ แต่ทุกข์ภายใน (คือจิต) สงบลง เมื่อภาวะจิตสงบลงก็จากไปอย่างมีสติสมบูรณ์ หรือแม้เรื่องพระติสสภิกษุผู้มีร่างกายพุพองทนทุกข์ทรมานยิ่งนัก พระพุทธเจ้าเสด็จไปเยี่ยมทรงอาบน้ำชำระร่างกายและให้เขาชุ่มผ้าที่สะอาด ตรัสกับเขาว่า ร่างกายนี้ อีกไม่นานหนอ จักเป็นของว่างเปล่า มีวิญญาณไปปราศแล้ว จับนอนทับแผ่นดิน ดูก่อนไม้ที่ไร้ประโยชน์ ฉะนั้น พระติสสก็ได้กำหนดพิจารณาความตายที่จะมีแก่ตน กำหนดอาการ ๓๒ ก็ได้บรรลุธรรมแล้วนิพพาน หรือแม้เรื่องพระนางสามาวัตที่ถูกไฟคลอก ก็แสดงให้เห็นว่า แม้พระนางทรงทุกข์ทรมานอย่างมาก ขณะถูกไฟไหม้อยู่ในตำหนักหนีไปไหนไม่ได้ พระนางพร้อมกับบริวารก็ไม่กลัวต่อความตาย ถูกไฟไหม้ร่างกายอย่างมาก แต่ด้านพระหฤทัยแล้ว พระนางไม่ประมาท ทรงมีสติเจริญกัมมัญฐานกำหนดเวทนาที่เกิดแก่ตน เมื่อจะสิ้นชีวิต บริวารบางคนก็ได้บรรลุธรรมชั้นสกทาคามีบ้างอนาคามีบ้างพร้อมกับการหมดลมหายใจ เมื่อตายแล้วพระนางพร้อมกับบริวารก็ได้ไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์

แม้การตายที่ถูกไฟคลอกนี้ ก็นับว่าเป็นการตายที่ทรมานยิ่งนัก เป็นการตายที่ไม่ดีเลยทางด้านกายภาพ แต่ทางด้านจิตใจแล้ว เรียกว่าตายอย่างมีสติทีเดียว เรื่องเหล่านี้แสดงให้เห็นว่า ความตายที่ดี คือความตายที่ปราศจากความเจ็บปวดทางจิตใจ มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ ถึงแม้ทางร่างกายยังมีความเจ็บปวดอยู่ก็ตาม สตินับว่าเป็นเครื่องมือที่จะนำไปสู่การตายที่ดี สามารถชักนำไปสู่ปฏิสนธิด้วยเหตุผลว่า สติเป็นเจตสิกฝ่ายกุศล รักษาจิตจากอกุศลต่าง ๆ ได้ อกุศลที่จะส่งผลก็หมดโอกาสส่งผลนำไปเกิดกุศลที่เกิดขึ้นในมรณาสันนวิถิ จะเปิดโอกาสให้กุศลได้มีโอกาสส่งผล หรือกล่าวให้ชัดว่า กุศลที่เกิดขึ้นก่อนตายจะทำหน้าที่ช่วยสนับสนุนให้มีกำลังมากขึ้นในการส่งผลให้ไปเกิดในสุคติภูมิ ดังนั้น คนเราจึงจำเป็นต้องฝึกจิตให้ชำนาญ เพราะบุคคลผู้ทำจิตให้ผ่องใส รู้เท่าทันอารมณ์ของตน บุคคลนั้นในขณะที่ตาย จิตจะไม่เศร้าหมองมีแต่ความผ่องใส แต่ถ้าขณะที่จะตาย จิตเกิดความขุ่นมัว ไม่ผ่องใส การพยายามจะทำให้จิตมีสติสัมปชัญญะ รู้เท่าทันอารมณ์ จะสามารถกางกั้นบาปอกุศลธรรมที่จะนำไปสู่ทุกขได้ ด้วยเหตุที่ว่า สติคือกุศลธรรมที่มีสติรู้เท่าทัน จึงเป็นการเปลี่ยนอารมณ์รับสภาพจิตที่เป็นอกุศลให้เป็นกุศล อกุศลจิตจึงหมดโอกาสในการส่งผลนำไปสู่

^๑ ชุ.ธ.(ไทย) ๒๕/๒/๒๔.

ทุกติ จากเรื่องราวที่กล่าวมานี้ แสดงให้เห็นว่า ความเจ็บปวดเป็นทุกข์ และเวลาใกล้ตายนั้น แม้จะเป็นภาวะวิกฤตทางร่างกาย แต่สามารถเป็นโอกาสเพื่อความหลุดพ้นทางจิตใจได้ ความเจ็บปวดทางร่างกายไม่ใช่เป็นเครื่องขัดขวางการตายที่ดี แต่ในทางตรงกันข้ามสามารถใช้ความเจ็บปวดทางร่างกายนั้นเป็นเครื่องมือในการพัฒนาจิตวิญญาณ ให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้นตามลำดับได้ เมื่อทราบถึงลักษณะการตายที่ดีแล้ว ก็ควรทราบถึงการช่วยเหลือผู้ใกล้จะตายด้วย ซึ่งจะกล่าวต่อไป

๔.๖ การช่วยเหลือบุคคลผู้ใกล้จะตาย

ธรรมดาคนเรา เมื่อเกิดความประมาทแล้วทำบาปกรรมต่าง ๆ จนลืมหำบุญกุศลที่จะเป็นที่พึ่งในภายภาคหน้า จวบจนวาระสุดท้ายของชีวิตมาถึง ก็เลยมีโอกาสมำบุญกุศลน้อยเกินไป ยกที่จะแก้ไขได้ทันในครั้งพุทธกาล พระพุทธเจ้าทรงตรวจดูสัตว์โลก เมื่อพบผู้เจ็บป่วยใกล้จะตาย ก็มักเสด็จไปโปรดคนเหล่านั้น แสดงธรรมโปรดเขาบ้าง ให้เขาทำใจให้เลื่อมใสบ้าง ไปช่วยเหลือและแสดงธรรมบ้าง ในบางกรณี พระพุทธองค์ทรงใช้ความตายที่กำลังจะเกิดขึ้น สร้างประโยชน์อย่างสูงสุดให้แก่ผู้จะตาย ทรงให้ผู้กำลังจะตายพบกับความตายที่ดี และในบุคคลผู้มีโอกาสจะได้บรรลุธรรม พระพุทธองค์ก็ทรงเปลี่ยนวิกฤตแห่งชีวิตให้เป็นโอกาสในการบรรลุจุดหมายสูงสุดของชีวิต นั่นคือความหลุดพ้น หรือการตายที่ดีอย่างสมบูรณ์ อันเป็นการตายครั้งสุดท้าย และสิ้นสุดการเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ พระพุทธองค์ทรงวางหลักการช่วยเหลือผู้กำลังจะตายไว้หลายกรณี ดังเช่น

๔.๖.๑ สร้างศรัทธา

บุคคลที่ประมาท เป็นมิถิชาทิฏฐิ จะเห็นผิดสิ่งที่ไม่เป็นสาระว่าเป็นสาระ มักหลงใหลในกามสุข ยินดีในลาภ ยศ สุข สรรเสริญ เต็มไปด้วยความต้องการต่าง ๆ พระพุทธเจ้าก็ทรงเปลี่ยนความเห็นผิด (มิถิชาทิฏฐิ) ของบุคคลเหล่านั้นให้เป็นความเห็นถูก (สัมมาทิฏฐิ) ให้เข้าใจความจริงของชีวิต ให้เห็นสังขารแห่งชีวิตนั้นคือต้องตาย ปลุกฝังศรัทธาให้กับคนที่ยังไม่มีศรัทธา ที่มีศรัทธาอยู่แล้วก็เพิ่มพูนให้มากยิ่งขึ้น ดังพระดำรัสที่ตรัสกับพระเจ้าปเสนทิโกศลผู้ยังประมาทในชีวิตว่าเมื่อชราและมรณะครอบงำอยู่ อะไรเล่าจะเป็นกิจที่พระองค์ควรกระทำนอกจากปฏิบัติธรรมให้เสมอต้นเสมอปลายสร้างบุญกุศลเอาไว้ ภูเขาใหญ่ล้นแล้วด้วยศิลา สูงจดท้องฟ้า กลิ้งบดสัตว์มาโดยรอบทั้ง ๔ ทิศ แม้นั้นใด ชราและมรณะก็ฉนั้นนั้น ย่อมครอบงำสัตว์ทั้งหลาย คือ พวกกษัตริย์ พราหมณ์ แพศย์ คูทร คนจันตลาล และคนเทษยะ ไม่มีเว้นใคร ๆ ไปได้เลย ย่อมย้ายยี่เหล่าสัตว์ทั้งสิ้น ณ ที่นั้น ไม่มียุทธภูมิสำหรับพลช้าง (พลม้า) พลรถพลเดินเท้า และไม่อาจจะเอาชนะแม้ด้วยมนตร์หรือด้วยทรัพย์ เพราะฉะนั้น บุคคลผู้เป็นบัณฑิต มีปัญญา เมื่อเห็นประโยชน์ตน พึงตั้งศรัทธาไว้ในพระพุทธเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์ ผู้ใดมีปกติประพฤติธรรมทางกาย ทางวาจา ทางใจ บัณฑิตทั้งหลายย่อมสรรเสริญผู้นั้นในโลกนี้โดยแท้ ผู้นั้นละโลกนี้ไปแล้ว ย่อมบันเทิงในสวรรค์^๑

^๑ ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๓๖/๑๗๑/๑๗๔.

แม้ผู้ที่มีศรัทธาในพระรัตนตรัยอย่างไม่หวั่นไหว ดังเช่น จิตตคหบดี ในคราวหนึ่ง จิตตคหบดีป่วยหนัก มีเทวดาจำนวนมากได้มาเยี่ยมไข้ ได้กล่าวแนะนำให้บวชไปเกิดเป็นพระเจ้าจักรพรรดิ จิตตคหบดีตอบว่า ไม่ต้องการ เพราะไม่เที่ยง ต้องละจากไป พวกญาติมิตรสหายที่มาเยี่ยมไข้เข้าใจว่าจิตตคหบดีบ่นเพื่อเพราะพิษไข้จึงพูดปลอบใจ จิตตคหบดีจึงเล่าเรื่องให้คนเหล่านั้นฟัง แล้วสอนคนเหล่านั้นให้มีศรัทธาอันไม่หวั่นไหวในพระพุทธเจ้า พระธรรมและพระสงฆ์ ถึงไทยธรรมทุกอย่างในตระกูล จักเป็นของไม่แบ่งแยกกับท่านผู้มีศีล^๑ จิตตคหบดีครั้งชักชวนมิตร อำมาตย์ ญาติ สาโลหิตให้เลื่อมใสในพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ และในการบริจาคทานแล้วก็ตาย^๒ เพราะฉะนั้นคนที่กำลังจะตาย สิ่งที่เหมาะสมควรกระทำก็คือการมีศรัทธาอันไม่หวั่นไหวในรัตนตรัยหรือดังเช่นหญิงจันทาลแก่ชาวกรุงราชคฤห์^๓ ซึ่งมีเรื่องย่อว่า คราวหนึ่งหญิงจันทาลแก่กำลังถือฟืนออกจากกรุงราชคฤห์พบพระผู้มีพระภาคระหว่างทาง พระผู้มีพระภาคประทับยืนตรงหน้าเหมือนหำมมีให้นางเดินไป นางยืนอยู่ครู่หนึ่งได้สติ ทำจิตให้เลื่อมใสในพระศาสดา ถวายอภิวาทด้วยเบญจางค ประดิษฐ์แล้วยืนอยู่ มีจิตเป็นสมาธิด้วยปีติอันขานไปในพระพุทธคุณ จากนั้น พระผู้มีพระภาคก็เสด็จหลีกไป หญิงจันทาลแก่เสียชีวิต แล้วไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์

โดยปกติทั่วไป คนผู้เจ็บป่วยมักรู้สึกว่าเป็นทุกข์ทรมาน เจ็บปวดตามร่างกาย และหวาดสะดุ้งต่อความตายที่จะมาถึง ความรู้สึกเหล่านี้จะทำให้ขาดสติ จิตตกอยู่ในภาวะหวาดกลัว เพื่อให้มีแนวทางการตายที่ดี ผู้ที่กำลังจะตายต้องปลุกสติให้มีขึ้นย้าคิด หยุดจิตไม่ให้ปรุงแต่งความรู้สึกด้านลบต่าง ๆ ปรับจิตเปลี่ยนอารมณ์ให้ได้ อย่างน้อย ๆ เมื่อไม่มีที่พึ่งอย่างอื่น ก็ควรระลึกนึกถึงพระพุทธคุณ พระธรรมคุณ และพระสังฆคุณไว้ เมื่อจิตน้อมระลึกถึงพระรัตนตรัยเป็นอารมณ์เช่นนี้ จะทำให้ผู้กำลังจะตาย ลืมนึกถึงความเจ็บป่วยเป็นทุกข์ทรมานทางร่างกายที่ตนกำลังเผชิญ หรือความตายที่จะมาเยือน การระลึกถึงพระรัตนตรัยนี้จะทำให้จิตตั้งมั่นแล้วปิดโอกาสหตุคติณิมิต มิให้เกิดขึ้นทั้งเปิดโอกาสให้สุคติณิมิตปรากฏขึ้นจิตที่มีศรัทธาในพระรัตนตรัยสามารถเปลี่ยนหตุคติณิมิตให้เป็นสุคติณิมิตได้ ดังเรื่องเด็กหนุ่มมัญญูคุณทลีที่กล่าวแล้วข้างต้น พระพุทธเจ้าตรัสถึงอานิสงส์ของความศรัทธาในพระรัตนตรัยคือการปิดประตูของแดนนรก กำเนียดสัตว์ดิรัจฉานและแดนเปรต^๔ แล้วเปิดประตูสู่แดนสวรรค์

๔.๖.๒ สมทานรักษาศีล

ศีลเป็นหลักมนุษยธรรมประจำโลก ศีลย่อมอำนวยประโยชน์ให้แก่ผู้รักษาเช่นเป็นที่รักของคนทั้งหลาย เมื่อตายแล้ว ก็ไปสวรรค์ ดังนั้น การรักษาศีล หรือการได้สมทานศีล จึงมีประโยชน์ที่เห็นได้ประจักษ์ชัด ดังเรื่องโจรกลับใจ ซึ่งมีเรื่องย่อว่า นานมาแล้ว ในกาลแห่งศาสนาพระกัสสปพุทธเจ้า โจร ๕๐๐ คนถูก

^๑ ส.สพ.อ. (บาลี) ๓/๓๕๒/๑๖๓.

^๒ ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๓๕๒/๓๙๑-๓๙๓ (สรูปมา).

^๓ ชู.วิ.อ. (บาลี) ๑/๑๙๙-๒๐๕/๑๑๔-๑๑๖.

^๔ อ.จ.เอกก. (ไทย) ๒๐/๑๗๖/๒๙๙-๓๐๐.

ชาวบ้านติดตามหนีเข้าไปพบภิกษุรูปหนึ่ง ใ้แล้วกล่าวว่าขอท่านจงเป็นที่พึ่งของพวกกระผมเถิด ภิกษุนั้น กล่าวตอบว่า ที่พึ่งอื่นเสมอกับศีลไม่มี พวกท่านทุกคนจงสมาทานศีล ๕ เถิด ให้ศีลแก่พวกโจรแล้วสอนว่า บัดนี้ พวกท่านเป็นผู้มีศีล ไม่ควรละเมิดศีลแม้จะต้องเสียชีวิต และไม่ควรถือใครแม้แต่หน่วย โจรเหล่านั้น รับว่าสาธุ พวกชาวบ้านตามทันจึงจับโจรเหล่านั้นทั้งหมดฆ่าเสีย เพราะทุกคนมีศีลไม่ต่างพร้อม ครั้นตายแล้วได้ ไปเกิดในเทวโลก^๑

๔.๖.๓ อบรมจิตเจริญปัญญา

การที่บุคคลมีศรัทธาและศีลแล้ว ดำเนินชีวิตด้วยความไม่ประมาทแล้ว พระพุทธเจ้าทรงใช้โอกาส แห่งวาระสุดท้ายของชีวิต สร้างปัญญาให้กับบุคคลนั้นอันเป็นการเปลี่ยนวิกฤตให้เป็นโอกาสโดยทรงแสดงธรรม ชั้นสูง ที่จะทำให้เขาคลายความยึดมั่นถือมั่น ในวิธีการที่หลากหลายสำหรับบุคคลใกล้ตายผู้เป็นคฤหัสถ์ ผู้ยัง ไม่ได้ศึกษาตามหลักศีล สมาธิ และปัญญา ก็จะทรงช่วยเหลือด้วยการสร้างศรัทธาก่อน แล้วจึงค่อย ๆ พัฒนา ปัญญาให้รู้แจ้งประจักษ์ด้วยตนเอง ดังเรื่องทีฆาวุบาสก ซึ่งมีเรื่องโดยย่อว่า ในคราวหนึ่ง ทีฆาวุบาสก ป่วย ได้รับทุกข์ เป็นไข้หนัก พระผู้มีพระภาคเสด็จไปเยี่ยมถึงที่อยู่แล้วทรงแสดงธรรม ๔ ประการ คือ (๑) ความเลื่อมใสอันไม่หวั่นไหวในพระพุทธเจ้า (๒) ... ในพระธรรม (๓) ... ในพระสงฆ์ (๔) ศีลที่พระอริยะ ชอบใจแก่เขา และทรงสอนให้เจริญธรรมอันเป็นส่วนแห่งวิชา ๖ ให้ยิ่งขึ้นไปว่า ทีฆาวุ ในเรื่องนี้ ท่านจง พิจารณาเห็นสังขารทั้งปวงว่าไม่เที่ยง มีความหมายรู้ในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเป็นทุกข์ มีความหมายรู้ในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่า เป็นอนัตตา มีความหมายรู้ในการละ มีความหมายรู้ในการคลายออกได้ มีความหมายรู้ในความดับ เมื่อทีฆาวุ อุบาสกกราบทูลว่ามีธรรมเหล่านี้แล้ว พระองค์จึงเสด็จกลับไป ทีฆาวุบาสกก็ได้ถึงแก่กรรม^๒

ในการอบรมจิตเจริญปัญญานี้ แม้พระสาวกก็ได้อบรมจิตเจริญปัญญาให้กับพุทธบริษัทเหมือนกัน ดังเช่น ฌณฺฑชานิปราหมณฺ์ ซึ่งมีเรื่องโดยย่อว่า คราวหนึ่ง ฌณฺฑชานิปราหมณฺ์ ป่วย มีทุกข์ เป็นไข้หนัก พระสารีบุตรไปเยี่ยมท่านฌณฺฑชานิปราหมณฺ์ถึงบ้านแล้วถามอาการว่า อาการไข้ทุเลาบ้างไหม ทุกข์เวทนาค่อย ลดลงบ้างไหม อาการค่อยคลายลงไม่รุนแรงไข้ไหม เขาตอบว่า พระคุณเจ้าสารีบุตร โยมแทบทนไม่ได้ จะทน ไม่ไหวอยู่แล้ว อาการมีแต่กำเริบ ไม่ลดลงเลย อาการมีแต่ยิ่งรุนแรงขึ้น ไม่คลายลงเลย โยมปวดศีรษะมากถูก เหล็กแหลมคมทิ่มแทงศีรษะ โยมปวดท้อง ดุจถูกคนใช้มีดแล่นเนื้อที่คมกรีดท้อง โยมรู้สึกร้อนตามร่างกาย อย่างมาก ดุจถูกคนจับย่างที่หลุมถ่านเพลิง โยมแทบทนไม่ไหว จะยังอัตภาพให้เป็นไปไม่ได้แล้ว ทุกขเวทนา ของโยมกำเริบหนัก มีแต่กำเริบ ไม่ลดลงเลย อาการมีแต่ยิ่งรุนแรงขึ้น ไม่คลายลงเลย จากนั้น ท่านพระสารีบุตร แสดงธรรมให้ฟังโดยถามถึงความประเสริฐของทุกตัญญุมิและสุคตัญญุมิและถามขึ้นไปตามลำดับ โดยเริ่มจากนรก กำเนิดสัตว์ดิรัจฉาน เปเรตวิสัย มนุषย์ เทพชั้นจาตุมหาราช เทพชั้นดาวดึงส์ เทพชั้นยามา เทพชั้นดุสิต เทพชั้น นิมมานรดี เทพชั้นปรนิมิตตสวรรค์และพรหมโลก จนฌณฺฑชานิปราหมณฺ์เห็นว่า พรหมโลกประเสริฐที่สุด

^๑ มงคล.(บาลี) ๑/-/๑๑๗-๑๑๘.

^๒ ส.ม.(ไทย) ๑๙/๕๕๙/๔๙๑-๔๙๓.

จากนั้นจึงได้แสดงทางเข้าถึงความเป็นผู้อยู่ร่วมกับพรหม เมื่อท่านพระสารีบุตรแสดงธรรมจบแล้วจากไปไม่นาน ฌณฺฐาณิพราหมณ์ก็ตายไปบังเกิดในพรหมโลก^๑

จะเห็นได้ว่า การช่วยเหลือผู้ป่วยใกล้จะตายนี้ เป็นการพัฒนาปัญญาของผู้ป่วยให้เกิดปัญญาเป็นไปตามลำดับ ด้วยการให้เริ่มต้นนึกถึงสิ่งที่ตั้งมโน จินตสงขเป็นสมาธิแล้วค่อยสร้างปัญญาด้วยการแสดงหลักอนิจจัง ความไม่เที่ยงแท้ของสังขาร ทุกขัง เปลี่ยนแปลงทนอยู่ในภาวะเดิมไม่ได้ และอนัตตา สิ่งทั้งหลายไม่ใช่ตัวตนไม่มีใครควบคุมได้ เมื่อแสดงธรรมจบแล้ว แม้อุบาทสงทั้งสองจะเจ็บปวดทางร่างกายอยู่แต่ความเจ็บปวดทางใจนั้นก็ได้สงบลงแล้ว จากโลกนี้ไปอย่างมีสติสมบูรณ์แท้

สำหรับพระภิกษุ ผู้ที่ดำเนินชีวิตตามหลักไตรสิกขา ก็ทรงพัฒนาปัญญาเช่นกัน ดังเช่นพระวัคกสิ ซึ่งมีเรื่องโดยย่อว่า ในคราวหนึ่ง พระวัคกสิอาพาธ ได้รับทุกข์ พระผู้มีพระภาคเสด็จไปเยี่ยมตรัสถึงอาการของไข้ว่าเป็นอย่างไรบ้าง เมื่อได้รับทราบถึงอาการไข้เป็นหนักขึ้น จึงตรัสถามว่า ไม่ร่ำคาญทรมานทรมายบ้างหรือ เมื่อได้คำตอบว่า ข้าพระองค์ร่ำคาญ ทรมานทรมานมาก จึงถามว่า เธอติเตียนตนเองโดยศีลได้หรือไม่ เมื่อเธอตอบว่า ติเตียนตนเองไม่ได้โดยศีลจึงตรัสว่า แล้วเธอร่ำคาญทรมานทรมานไปทำไม ตรัสเตือนว่า จะมีประโยชน์อะไรด้วยร่างกายอันเปื่อยเน่าที่เธอเห็นอยู่นี้ ผู้ใดเห็นธรรมผู้หนึ่งชื่อว่าเห็นเรา ผู้ใดเห็นเรา (ธรรมกาย) ผู้หนึ่งก็ชื่อว่าเห็นธรรม ความจริง เมื่อเห็นธรรมก็ชื่อว่าเห็นเรา เมื่อเห็นเราก็ชื่อว่าเห็นธรรม จากนั้น ทรงน้อมใจท่านให้อบรมเจริญปัญญาขึ้นตามลำดับโดยตรัสสอนให้พิจารณาชั้น ๕ ว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา แล้วเสด็จกลับไปยังที่ประทับ^๒ จิตของพระวัคกสิค่อยตามคำสอนอยู่เช่นนี้ เมื่อความตายมาถึง พระวัคกสิแม้จะเจ็บปวดด้วยทางร่างกาย แต่จิตผ่องใส สงบและนิพพานในที่สุด

ในกรณีของพระวัคกสินี้ แสดงให้เห็นว่า พระพุทธองค์ทรงมีพระกรุณาคุณเพื่อช่วยเหลือให้พ้นจากความทุกข์ ทรงสอนไม่ให้มีความยึดมั่นถือมั่นในร่างกาย อันจะเป็นวิศิลาคลายความเจ็บปวดทรมานทางร่างกายลง เมื่อท่านพระวัคกสิมีความเจ็บปวดทางร่างกายลดลง ก็ทรงแสดงหลักไตรลักษณ์ของสรรพสิ่งว่าไม่เที่ยงเป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน จนในที่สุด พระวัคกสิก็เกิดปัญญา รู้แจ้งเห็นจริงถึงความสิ้นอาสวะแล้วบรินิพพาน

จากตัวอย่างที่กล่าวมานี้แสดงให้เห็นว่า ร่างกายนี้ไม่ใช่สิ่งที่น่าปรารถนาไม่มีตัวตนเลย ร่างกายที่เจ็บป่วยอยู่เหนือการควบคุมของผู้เป็นเจ้าของ บังคับบัญชาไม่ได้ ร่างกายนี้เป็นเพียงองค์ประกอบของชั้น ๕ เมื่อผู้กำลังจะตายเกิดปัญญารู้แจ้งถึงหลักความเป็นจริงเช่นนี้ จิตก็จะเป็นอิสระจากความทุกข์ทางร่างกาย และสุขสงบจากความยึดมั่นถือมั่นในชั้น ๕ สามารถไปสู่ความตายที่ดี อันปราศจากความสะดุ้งกลัวและความวิตกกังวลใด ๆ นอกจากนี้ คนที่เจ็บป่วยใกล้จะตายนี้ หากในปัจจุบัน ญาติจะนำมาประยุกต์ใช้โดยนิมนต์พระสงฆ์ให้มาแสดงธรรมให้ฟังก็คงจะทำให้ผู้กำลังจะตายคลายห่วงต่าง ๆ ให้ลดลงได้ เพราะผู้ฟังธรรมจะได้รับประโยชน์ดังนี้ (๑) ผู้ยังไม่หลุดพ้นจากสังโยชน์เบื้องต่ำ ๕ ถ้าได้เห็นพระตถาคตในเวลาใกล้ตาย และพระองค์

^๑ ม.ม.(ไทย) ๑๓/๔๕๐-๔๕๓/๕๖๘-๕๗๒.

^๒ ส.ข.อ.(บาลี) ๒/๘๗/๓๔๓, ส. ส.พ.อ.(บาลี) ๓/๘๗/๒๒ (สรูปมา).

ทรงแสดงธรรมให้ฟัง จิตก็จะหลุดพ้นจากสังโยชน์นั้น (๒) ... ถ้าได้เห็นสาวกของพระตถาคต และท่านแสดงธรรมให้ฟัง จิตก็จะหลุดพ้นจากสังโยชน์นั้น (๓) ... ถ้าตริกตรองพิจารณาธรรมตามที่ได้สดับได้เรียนมา จิตก็จะหลุดพ้นจากสังโยชน์นั้น (๔) ผู้หลุดพ้นจากสังโยชน์เบื้องต้นแล้ว แต่จิตยังไม่โน้มไปในธรรมเป็นที่สิ้นอุปธิกิเลส ถ้าได้เห็นพระตถาคตในเวลาใกล้ตาย และพระองค์ทรงแสดงธรรมให้ฟัง จิตก็จะโน้มไปในธรรมเป็นที่สิ้นอุปธิกิเลส (๕) ... ถ้าได้เห็นสาวกของพระตถาคต และท่านแสดงธรรมให้ฟัง จิตก็จะโน้มไปในธรรมเป็นที่สิ้นอุปธิกิเลส (๖) ... ถ้าตริกตรอง ฟังธรรมตามที่ได้สดับได้เรียนมา จิตก็จะโน้มไปในธรรมเป็นที่สิ้นอุปธิกิเลส^๑

จากข้อความข้างบนนี้ พระพุทธเจ้าทรงให้ความสำคัญในเวลาใกล้ตายอย่างยิ่ง ปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ผู้กำลังจะตาย จากการฟังธรรมที่พระองค์แสดง หรือพระสาวกแสดง หรือจากการที่ตริกตรองได้เอง จะนำไปสู่ปฏิสนธิจิตที่ดี ถ้าผู้กำลังจะตายยังละสังโยชน์ ๕ ไม่ได้ ปัญหาที่เกิดขึ้นในวาระสุดท้ายนั้น ทำให้ปฏิสนธิจิตปราศจากสังโยชน์ ๕ ถ้าผู้กำลังจะตาย ละสังโยชน์ ๕ ได้แล้ว ก็จะไม่เกิดปฏิสนธิจิตอีกเลย เข้าสู่นิพพาน

จากเนื้อหาที่กล่าวมานี้ พุทธศาสนิกชนชาวไทย จึงได้พยายามช่วยเหลือผู้กำลังจะตายให้ถึงความตายอย่างสงบ ด้วยการทำพิธีต่าง ๆ เช่น นิมนต์พระสงฆ์มาให้คนใกล้จะตายได้เห็น ได้ทำบุญ ฟังธรรม สวดมนต์ให้ฟัง หรือการนำพระพุทธรูปมาให้ผู้กำลังจะตายได้เห็นแล้วเกิดความศรัทธาในพระรัตนตรัย พิธีต่าง ๆ เหล่านี้ล้วนช่วยให้ผู้กำลังจะตายคลายความทุกข์ เกิดความสงบสุขทางจิตใจ เมื่อความตายมาเยือน ก็ทำให้ตายอย่างมีสติสัมปชัญญะปิดกั้นอกุศลมิให้เกิดขึ้นแล้วเปิดทางแก่กุศลให้เจริญเพิ่มขึ้น อันจะทำให้จิตมีกุศลเป็นที่ยึดเหนี่ยว กล้าเผชิญหน้าต่อความตายด้วยความเป็นมิตร เกิดสุคตินิมิต นำพาไปสู่ปฏิสนธิจิตที่ดีในที่สุด

๔.๖.๔ นำพาให้สงบเบาใจ

ยามเมื่อคนเราเจ็บป่วย เป็นทุกข์ ไม่สบาย โดยปกติทั่วไป คนที่เจ็บป่วย จะไม่ค่อยมีความสุขสงบสุขนัก เพราะจะมีญาติมิตรสหายและบุคคลผู้ใกล้ชิดมากมายเยี่ยม ดังนั้น ความสงบสุขในจิตใจ ย่อมเกิดขึ้นได้ยาก ดังนั้น ผู้ที่เป็นญาติของคนที่กำลังจะตาย อาจจะช่วยผู้ป่วยใกล้ตายได้ นั่นก็คือสร้างความสงบใจให้เกิดขึ้น และพยายามสร้างสิ่งที่เป็นกุศลให้ผู้กำลังจะตายได้กำหนดพิจารณา และสร้างความสงบเบาใจให้เกิดขึ้นแก่ผู้ป่วยใกล้จะตาย ด้วยวิธีต่าง ๆ ดังเช่นการพูดให้ผู้ป่วยใกล้จะตายหมดความเป็นห่วงกังวล เหมือนดั่งนกุลมาตาผู้เป็นกุลสตรีที่เป็นตัวอย่างของการดูแลคนเจ็บป่วย ซึ่งมีเรื่องเล่าไว้ว่า ในคราวหนึ่ง ขณะที่มีสามีของนางป่วยหนักใกล้จะเสียชีวิต นางได้เข้าไปปลอบใจสามีว่า อย่าได้ห่วงใยในตัวเองและลูก ๆ เลย เพราะนางรู้จักปั้นด้าย ทอผ้าขนสัตว์ สามารถหาเลี้ยงตนและครอบครัวได้ นางจะประพาศเครื่องครัดต่อระเบียบประเพณี ไม่คิดมีชายอื่น นางจะพยายามเลี้ยงดูลูกอย่างดีจะยึดมั่นในพระพุทธเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์ นางจะนุ่งขาวห่มขาวบำเพ็ญศีลให้บริบูรณ์ จะยึดมั่นในวัตรปฏิบัติทำจิตใจให้สงบภายใน ขอให้พี่ได้ยึดมั่นในคุณของพระรัตนตรัยด้วยเถิด สามีของนางได้ฟังการปลอบใจเช่นนั้น ความเจ็บปวดทรมานร่างกายได้สงบระงับโดยพลัน

^๑ อ.จ.ภก.(ไทย) ๒๒/๕๖/๕๓๙-๕๔๓.

สามีของนางคลายความเจ็บปวดทางร่างกายเพราะฟังการปลอบใจของนาง แล้วคลายความกระวนกระวายใจนอนตายตาหลับ^๑

จากตัวอย่างที่กล่าวมานี้ หากผู้ใด พบผู้กำลังจะตาย มีความกระวนกระวายใจ โปรดเป็นผู้อนุเคราะห์ สร้างความมั่นใจแก่ผู้กำลังจะตายด้วย ก็จะทำให้ผู้นั้นคลายความเจ็บปวดลงได้ และที่สำคัญมาก ผู้ใกล้ชิดจะต้องเป็นผู้สงบด้วย เมื่อไปเยี่ยมแล้ว ต้องไม่ทำให้ผู้กำลังจะตายต้องห่วงใย ทั้งเตือนสติให้ผู้กำลังจะตายระลึกถึงสิ่งที่ตั้งใจไว้อันจะเป็นปัจจัยเกื้อหนุนให้ผู้กำลังจะตายเกิดจิตที่สงบ พบพานแต่ความตายที่ดี

๔.๗ ของฝาก เมื่อจากไป

คนเราเมื่อตายแล้ว มีสองสิ่งเท่านั้น ที่จะติดตามตนไปได้ นั่นคือบุญและบาป ดังคติธรรมที่หลวงพ่อบุญทศมาสภิกขุ ได้ประพันธ์เพื่อเป็นเครื่องเตือนสติไว้ว่า ลากและยศหาบไปไม่ได้แน่ เว้นเสียแต่ต้นท่อนบุญกุศล เป็นต้น เหมือนที่กล่าวมาแล้วข้างต้น หรือตั้งคำว่า สี่คนหาบ สามคนแห่ หนึ่งในนั้นแคร์ สองคนตามส่ง^๒ คำว่า สองคนตามส่งในที่นี้ ได้แก่ บุญและบาป นั่นเอง ส่วนสี่คนหาบ หมายถึงดิน น้ำ ลม ไฟ หามเราทำให้เกิดเป็นตัวตน สามคนแห่ หมายถึงอนิจจัง ทุกขังและอนัตตา แห่ให้เราพ้นทุกข์ ผมงอก หนั่งเหี่ยว หนึ่งในนั้นแคร์ หมายถึงจิตใจที่อยู่ประจำสังขารสังกายตามที่ปรารถนา

ที่กล่าวมานี้ นี่คือสังขารแห่งชีวิต สำหรับผู้ที่เข้าใจตาย ขอให้ฝากสิ่งที่ดีซึ่งจะเป็นแบบอย่างการตายที่ดีไว้ให้ลูกหลานได้ดูด้วยเถิด ดังที่พระพุทธรองค์ทรงฝากไว้ว่า สังขารมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา เธอทั้งหลายจงทำ (กิจ) ให้สมบูรณ์ด้วยความไม่ประมาทเถิด แล้วก็บริณีพพาน

เรื่องราวต่างๆเกี่ยวกับของฝากเมื่อจากไปในคัมภีร์มีกล่าวไว้มากมาย จะขอยกเป็นตัวอย่าง เช่น สำหรับคนแก่กำลังจวนเจียนตายใกล้หมดอายุขัยขอให้ตายอย่างมีสติ มีการกำหนดพระรัตนตรัยอยู่ในใจ พร้อมกับพิจารณาได้ด้วยใจว่า เราต้องตายแน่ แล้วตัดใจละทิ้งสิ่งทั้งปวง คลายความยึดมั่นในสิ่งทั้งหลาย กำหนดจิตตายอย่างสงบ ไม่มีความทุกข์ทรมาน ดุจดั่งธรรมิกอุบาสิกผู้ฟังธรรมก่อนตาย แล้วมีเทวดามารอรับไปแม้ก่อนตายก็ฝากคำสอนไว้ว่า หากลูกหลานอยากไปเกิดยังวิมานก็จงหมั่นทำกุศลผลบุญเอาไว้

สิ่งสำคัญอย่างมาก คนที่มีอายุขัยอยู่มาดูใจไม่ใกล้ฝั่งนี้ เมื่อทำดีให้ทานรักษาศีล สวดมนต์ไหว้พระอยู่เป็นประจำ ไม่ได้ประมาทในชีวิต ควรที่จะสั่งกำชับลูกหลานให้เห็นความจริงที่ว่า คนเราเกิดมาต้องตาย เมื่อจะตาย ก็ให้ตายอย่างสภาพมนุษย์ปกติครบถ้วนอย่าได้ผ่า เจาะ ตัด ต่อให้เจ็บปวดทางร่างกายเลย การที่สั่งกำชับไว้เช่นนี้ จะทำให้ลูกหลานเห็นแบบอย่างที่ดี เพราะเมื่อถึงเวลาตายก็ตายตามเวลา ยอมรับการตาย

^๑ อภ. นกภ. (ไทย) ๒๒/๑๖/๔๓๖-๔๓๘.

^๒ พระพิจิตรธรรมพาที (ชัยวัฒน์ ธมฺมวฑฺฒโน). **เทศนาว่าไรดี**. (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เลี้ยงเชียง, ๒๕๓๙),

โดยดูขณิภาพ อย่างสมศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์ นึกถึงธรรมเป็นสำคัญ ดุจดั่งพระมหาเถระผู้ถูกมัดไว้ใน ปายอมตาย แต่ไม่ล่วงละเมิดธรรมคือทำลายศีล แล้วสิ้นใจพร้อมกับการพิจารณาธรรม

สำหรับคนที่ยังไม่แก่ อยู่ในวัยเด็กหรือวัยหนุ่มวัยสาว หรือวัยกลางคน แต่เจ็บป่วยเป็นทุกข์ทรมาน มีโรครุมเร้า จวนเจียนตาย ยามจะสิ้นใจ แม้ความเจ็บปวดทางร่างกายจะเกิดขึ้น ก็จงอย่านึกถึงความเจ็บปวด ให้นึกถึงแต่สิ่งที่ดีเข้าไป ให้จิตนึกคิดแต่สิ่งที่ดีเข้าไป แล้วปลดจิตละวางสิ่งที่ห่วงใยต่าง ๆ มีพ่อ แม่ ลูก หรือ ญาติมิตร สมบัติเงินทองให้หมดแล้วปล่อยจิตให้คลายความยึดมั่นในร่างกาย พิจารณาว่าเราตายอย่างมีสติ คลายความกังวลทุกอย่าง กำหนดตายไปพร้อมกับสิ้นลมหายใจ

สำหรับคนวัยนี้ การมีโรครุมเร้าก็เป็นสาเหตุอย่างหนึ่ง แต่ยังมีสาเหตุที่สำคัญยิ่งนัก นั่นคือภัยต่าง ๆ อาจจะเป็นอุบัติเหตุหรือผู้อื่นทำร้าย ซึ่งเป็นภัยที่คาดคะเนไม่ได้ว่าจะเกิดที่ไหน อย่างไร และเมื่อใด เมื่อชีวิต ตกอยู่ในภาวะที่มีภัยอยู่รอบด้านอย่างนี้ ไยจึงประมาทอยู่ได้ เมื่อได้สติระลึก รู้ ก็จงทำดีไว้อยู่ตลอด ภัยมาถึง เวลาไหนก็ไม่หวาดกลัว ถึงตายก็มีสติเพราะจิตจดจ่ออยู่กับสิ่งที่ทำความดี ดุจดั่งกบน้อยฟังธรรมถูกคนเลี้ยงโคใช้ ไม่ทำกตัญญูตาย หรือแม้ขณะยังไม่ได้ทำความดีเลย เพียงแค่คิดที่จะทำความดีแล้วมุ่งจะทำความดีอย่างที่คิดไว้ เมื่อมีภัยมาคร่าชีวิตไปก็ไม่กลัว เพราะมีจิตจดจ่ออยู่กับความดี ดุจดั่งหญิงสาวเก็บดอกไม้มุ่งไปบูชาพระบรม สารีริกธาตุ เมื่อยังไม่ถึงก็ถูกโคขวิดตาย แม้จะถูกผู้อื่นทำร้ายหมายเอาชีวิต เมื่อจะขาดใจชั่วระยะสั้น ก็จะมี สติกำหนดความเจ็บปวดของร่างกายพลิกวิกฤตให้เป็นโอกาสพิจารณาโดยแยบคายก็จะรู้แจ้งเห็นจริงถึงธรรมตา ของชีวิตได้ ดุจดั่งพระนางสามาวดีที่ถูกไฟคลอกตาย ได้พิจารณาธรรมก่อนตายแล้วไปเกิดในสวรรค์

สำหรับผู้ทำกุศลกรรมมาน้อยแต่ทำกุศลกรรมเป็นส่วนมาก หากมีสติอารมณ์ดีได้ถึงความดีที่เคย ทำไว้แม้เพียงเล็กน้อย ก่อนที่ความตายจะมาถึงก็จะได้ประโยชน์เช่นกันดุจดั่งเด็กหนุ่มมีภูมิกุศลที่พอใจให้ เลื่อมใสในพระพุทธองค์ ตายแล้วไปเกิดในสวรรค์ หรือดุจดั่งหญิงแก่ไหว้พระพุทธองค์ก่อนตายแล้วไปเกิด ในสวรรค์ สำหรับคนที่มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ทำกุศลและอกุศลปะปนกันไป ขอให้ไม่ประมาทในชีวิต จงเตรียมพร้อมยอมรับความตายเหมือนเป็นสหายสนิท เป็นมิตรคู่กาย โปรดภาวนามรณัสสติอยู่ตลอดเวลาทุกลม หายใจว่าเราต้องตายแน่ เป็นต้น เมื่อความตายมาถึง ก็ไม่หวั่นไหว จะได้มีสติหมดลมตายไป ดุจดั่งลูกสาว ของช่างหูก หลังจากตายแล้วก็ไปเกิดในสวรรค์ เรื่องความตายที่กล่าวมาทั้งหมดนี้สอดคล้องกับหลักการใน วิสุทธิมรรค^๑ ที่พระพุทธโฆสะจารย์กล่าวถึงความตายที่ไม่มีนิमितหมายไว้ว่า สิ่งที่ไม่มีนิमितหมายซึ่งใคร ๆ ก็รู้ ไม่ได้ ในสังขารโลกมีอยู่ ๕ อย่าง คือ (๑) ชีวิต คือจะตายในอายุเท่าใดก็ไม่รู้ (๒) พยาธิ คือจะตายด้วยโรค อย่างไรก็ไม่รู้ (๓) กาโล คือจะตายในเวลากลางวันหรือกลางคืนก็ไม่รู้ (๔) เทหนิกุเขปน คือจะตายในบ้าน หรือนอกบ้านก็ไม่รู้ (๕) คติ คือเมื่อตายแล้วจะไปเกิดที่ไหนก็ไม่รู้

^๑ วิสุทธิ. (บาลี) ๑/๑๗๔/๒๕๘, และดูประกอบ ส. ส. อ. (บาลี) ๑/๒๐/๔๐, ชุ.ชา. อ. (บาลี) ๓/๓๔/๕๖.

คำสัมภาษณ์ การวิเคราะห์คัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท : ความตาย กับ มรณัสสติ

นอกจากนี้ คณะผู้วิจัยได้ไปสัมภาษณ์คณะบุคคลทั้งบรรพชิตและคฤหัสถ์ประมาณ ๒๖ รูป/คน เกี่ยวกับเรื่องความตายและมรณัสสติ ตามกรอบคำสัมภาษณ์ ที่กำหนดไว้^๑ ดังนี้ โดยจำแนกบุคคลออกเป็น ๔ กลุ่ม ได้ดังนี้

๑. บุคคลผู้สูงอายุ นักวิชาการ และพระสงฆ์

มีบุคคลที่ไปสัมภาษณ์รวม ๕ คน ได้แก่

๑. นายสิริ เพ็ชรไชย ชาวกรุงเทพมหานคร อายุ ๘๗ ปี (สัมภาษณ์, ๒๕๔๘, พฤศจิกายน ๑๔)

คำถาม : **ธรรมดาคณะเราเกิดมาแล้ว ต้องตาย แม้แต่สัตว์ก็ต้องตายเหมือนกัน เมื่อเห็นคนอื่นตาย ทั้งที่เป็นญาติและไม่ใช่อยุติ แล้วรู้สึกอย่างไร**

คำตอบ : เมื่อเห็นคนอื่นตาย หากเป็นญาติก็รู้สึกเศร้าโศกเสียใจเป็นธรรมดา และจะดีใจ เมื่อเห็นคนที่เราเกลียดตายไป แต่การคิดเช่นนี้ไม่เป็นการคิดที่ดี เป็นมรณพิณาศ การคิดเช่นนี้เป็นการคิดไม่ถูกต้อง หากญาติพี่น้อง หรือคนที่เรารู้จักตายลง ก็รู้สึกเสียใจ และเศร้าโศกเสียใจเป็นธรรมดา

คำถาม : **ธรรมดาคณะเราและสัตว์เกิดมาแล้ว ย่อมมีความตายเป็นที่สุด แม้ตัวเรา ก็มีความตายเป็นที่สุด หากเราจะต้องประสบพบเจอกับความตายที่จะมาถึงในอนาคต จะรู้สึกอย่างไร**

คำตอบ : ก็รู้สึกกลัวตาย เพราะธรรมดาคณะเราไม่อยากจะตาย อยากจะอยู่บนโลกนี้นาน ๆ ไม่อยากตาย ไม่ใช่แต่คนและสัตว์ทั้งหลายเท่านั้น แม้แต่เทวดาก็ไม่อยากจะตาย จึงได้พยายามกวนน้ำอมฤตดื่มกัน แต่เทวดาก็ตาย ก็เคลื่อนไม่ใช่เพียงแต่เท่านั้นเพราะคนที่ไม่ตายไม่มีในโลก แม้แต่พระอรหันต์ก็ตายเหมือนกัน แต่การตายของท่านเรียกว่าจุติ การตายของพระอรหันต์ต่างจากการตายของคนทั่วไป คือ ท่านจุติแล้วไม่มีการปฏิสนธิอีก นี่เป็นการตอบตามหลักพระอภิธรรม ธรรมดาคณะเรากลัวตาย และไม่อยากจะตาย อยากจะอยู่บนโลกนี้นาน ๆ

๒. นางศิริ ยาสุกแสง ชาวสุพรรณบุรี อายุ ๗๗ ปี (สัมภาษณ์, ๒๕๔๘, ธันวาคม ๓๐)

คำถาม : **เมื่อเห็นญาติตาย คิดอย่างไร**

คำตอบ : ก็เสียใจบ้างเล็กน้อย เพราะผูกพันกัน แต่มาคิดอีกที คนทั่วไปตายก็เหมือนกัน จึงไม่เสียใจมากนัก แม้เมื่อคราวที่สามีตาย ก็ไม่เสียใจนัก เพราะรู้ถึงภาวะที่ว่าคณะเราเกิดมาแล้วก็ตายเช่นนี้

คำถาม : **เห็นคนเจ็บป่วยใกล้จะตาย แล้วคิดอย่างไร**

คำตอบ : ก็รู้สึกสงสาร เห็นใจผู้เจ็บป่วยคนนั้น คิดสงสารเป็นห่วง กลัวเขาเจ็บปวด ทรมาน อยากให้เขาหายจากความเจ็บปวดเร็ว ๆ

^๑ ดูรายละเอียดในภาคผนวก ข.

๓. นายโยธิน กิติคุณ ชาวกรุงเทพมหานคร อายุ ๖๔ ปี (สัมภาษณ์, ๒๕๔๙, กุมภาพันธ์ ๒๐)

คำถาม : **มีความรู้สึกหรือมุมมองต่อความตายอย่างไร**

คำตอบ : มุมมองหรือความเห็นเกี่ยวกับเรื่องความตาย ผมมีความเห็นว่า ในฐานะที่เคยศึกษาเล่าเรียนมา ชีวิตคลุกคลีเกี่ยวกับเรื่องความเป็นความตายนี้มามาก เพราะฉะนั้น สภาวะช่วงนี้นั้น ผมมีความรู้สึกว่ามี ความแตกต่างของช่วงชีวิตแต่ละช่วง ช่วงวัยหนุ่มเป็นช่วงหนึ่ง ช่วงเข้าสู่ความเป็นผู้สูงอายุก็รู้สึกแตกต่างกันอยู่ ในช่วงวัยหนุ่มมีความเห็นว่า ความตายนั้น บางทีบางครั้งเราก็มองเห็นว่าม่น่าสะพรึงกลัว หรืออาจจะมองเห็นว่าตนเองนั้นมีความหวั่นไหวอยู่ แต่พอเข้าสู่วัยสูงอายุแล้ว รู้สึกว่าจะมองเห็นความจริงของชีวิตชัดเจนยิ่งขึ้นว่า มนุษย์เราทุกคน คงหนีจากความตายไม่พ้น แต่ว่าจะตายโดยอาการอย่างไร มนุษย์เราคงไม่แตกต่างกันมาก จะต่างโดยอุบัติเหตุ หรือสิ้นอายุขัยก็แล้วแต่ แต่ความรู้สึกว่า ความตายนี้เป็นสิ่งธรรมดาจริง ๆ เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ มีความเห็นอย่างนั้น

คำถาม : **เมื่อญาติของเราตายหรือเห็นคนอื่นตาย มีความรู้สึกต่อความตายนี้อย่างไร**

คำตอบ : ในเรื่องความรู้สึกเกี่ยวกับคนตายนี้ หากเป็นคนใกล้ชิดกับเรานั้น ก็อาจจะมีความรู้สึกในตอนแรกอาจจะมีความรู้สึกสะเทือนใจอยู่บ้าง เพราะตรงที่สะเทือนใจนี้ ก็จะเกิดอารมณ์ที่ว่า เรานึกถึงคุณงามความดีของเขา นึกถึงคนผู้นั้นว่าเคยอยู่ร่วมกันกับเรา หรือว่าเคยมีการกระทำคุณงามความดีต่อกันและกัน นึกถึงตรงนั้น เราก็เกิดความเสียดายเลย ความเศร้าโศกเกิดขึ้นมา แต่พอเราตั้งหลักก็มีความคิดได้แล้ว ตั้งหลัก (สติ) ได้แล้ว การตายของบุคคลคนนั้น เป็นของธรรมดาของชีวิตมนุษย์เรา เขามาสู่ช่วงชีวิตหนึ่งเขาก็จากไป จะโดยโรคภัยไข้เจ็บอะไรหรือการสิ้นอายุขัยของเขาก็ถือว่าเป็นสิ่งธรรมดาของตัวเอง และภาวะที่จะเศร้าโศกเสียใจมากเหมือนกับช่วงหนึ่งของชีวิตที่เคยคิดว่า น่าจะเศร้าโศกเสียใจกลับไม่เป็นอย่างนั้น ไม่คิดรำพึงรำพัน หรือว่าคิดเสียดายมาก แต่ว่ากลับวางใจได้ว่า ความตายนี้เป็นสิ่งธรรมดาของมนุษย์เราทุกคน ไม่ว่าจะญาติของเรา หรือว่าตัวของเราก็เป็นเช่นนี้แหละ แล้ววางใจได้ ผมมีความคิดเช่นนี้

๔. นายจามร จันท์คุ้ม ชาวนครราชสีมา อายุ ๖๐ ปี (สัมภาษณ์, ๒๕๔๙, กุมภาพันธ์ ๑๖)

คำถาม : **กลัวความตายหรือไม่ เมื่อได้เห็นเพื่อนที่รักค่อย ๆ ตายจากไป**

คำตอบ : ตามหลักทั่วไป ทุกคนจะกลัวความตาย เมื่อเห็นคนอื่นตาย กลัวตนจะตายบ้าง แต่สำหรับผมนี้ ผมไม่กลัวความตาย เพราะว่า เราไม่ได้ทำกรรมที่จะทำให้เกิดในอบาย ทุกคติ วินิบาต นรก เพราะว่าการทำงานบาปเล็ก ๆ น้อย ๆ ก็สามารถที่จะนำไปเกิดในอบายทุกคติ วินิบาตนรกได้ แต่ว่าในขณะที่ผมมาพิจารณาว่าเราไม่ได้ทำเรื่องเสียหายที่จะต้องให้ไปเกิดในสิ่งเหล่านั้น แม้จะตายไปเราก็คงจะไม่ไปตกในที่ที่ลำบาก เพราะพิจารณาว่า เราไม่ได้ทำในสิ่งชั่วขนาดที่จะต้องให้ไปตกนรกหมกไหม้ จึงไม่กลัวความตาย แม้ว่าตายในวันไหนก็คงไม่ไปเกิดในสถานที่ที่ทำให้ตนเองเดือดร้อน ก็คิดว่าคงจะไปในสถานที่ที่ดี ถึงไม่กลัวความตาย

คำถาม : **เมื่อคนอื่น ๆ ตาย มีความรู้สึกอย่างไร**

คำตอบ : คือตอนนั้นก็พยายามทำใจ ที่จะถามว่า เสียใจไหม เสียตายไหม ก็เสียใจ เพราะว่าเคยร่วมการทำงานกัน เคยได้พูดคุย เคยได้ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ถ้าเขายังอยู่ต่อไป เขาก็อาจจะสร้างประโยชน์ให้สังคม ประเทศชาติบ้านเมืองได้มาก แต่พอเมื่อเขาตายไปแล้ว สิ่งเหล่านี้เขาไม่ได้ทำแล้ว แต่ที่นี้ถามว่า เสียใจไหม ก็เสียใจ เพราะว่า ความเสียใจก็คือ เขาน่าจะมีโอกาสทำบุญทำกุศลมากกว่านี้ ถ้าหากว่าเขาอยู่เขาก็สร้างบุญกุศลมากกว่านี้ อาจจะได้ทำมากกว่านี้ เพราะเมื่อความตายมาตัดรอนแล้วนี้ เขาก็หมดโอกาส ที่จะทำความดีในโลกมนุษย์ นี่คือการเสียชีวิต

คำถาม : **มีความรู้สึกต่อความตายอย่างไร**

คำตอบ : คือถือว่าเป็นเรื่องปกติ เมื่อเราเกิด เราก็ต้องตาย เมื่อเราไม่กลัวความเกิด เราก็ต้องไม่กลัวความตายด้วย เพราะความตาย เป็นผลมาจากความเกิด ถ้าไม่มีความเกิด ก็ไม่มีความตาย ถ้าเกิดเราก็ต้องกล้าตาย

คำถาม : **เมื่อจะต้องตาย มีความกังวลอะไรอยู่บ้างไหม**

คำตอบ : ตรงนี้ มีพระภิกษิตว่า อายุ เป็นต้น ๕ อย่างนี้ เรากำหนดไม่ได้ เพราะฉะนั้นเราต้องเตรียมตัวตายตลอดเวลา ก็คือเราไม่ประมาทว่า เรายังหนุ่มยังสาวอยู่ เรายังไม่ทำความดีหรอก เราจะทำความดีก็ตอนอายุ ๕๐,๖๐ เข้าวัดเข้าวา รักษาศีล ฟังเทศน์ มันเป็นเรื่องของคนแก่ ไม่ใช่ เพราะฉะนั้น ภิกษิตตรงนี้นึกถึงแล้ว เราจะต้องเตรียมตัวตลอดเวลาว่า เราจะตายเมื่อไร จะเจ็บไข้ได้ป่วย จะตายเพราะโรคอะไร จะตายที่ไหน จะตายอย่างไร เราตายแล้วจะไปเกิดที่ไหนไม่มีใครรู้ เพราะฉะนั้น เราเตรียมพร้อมที่จะตายทุกเวลา และผมก็เตรียมไว้พร้อมแล้ว

๕. พระมหาประสาธน์ชัย เหวงกุโร ชาวนครปฐม อายุ ๕๐ ปี (สัมภาษณ์, ๒๕๕๙, กุมภาพันธ์ ๑๖)

คำถาม : **มีความรู้สึกต่อความตายอย่างไร**

คำตอบ : มีความรู้สึกที่ว่า ทุกสิ่งทุกอย่าง ก็มีคุณสมบัติเหมือนกัน ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า อนิจจา วต สงฺขารา เป็นต้น แปลว่า สภาวะทุกสิ่งทุกอย่างของสังขารที่เกิดขึ้นมาในโลกนี้ สังขารทั้งหลายนั้นแบ่งเป็น ๒ อย่าง คือ สังขารที่มีใจครอง(อุปปาตินนสังขาร) เช่นเดียวกับสัตว์ที่ไปนั้นมันได้เรียกว่าสังขารที่มีใจครอง และสังขารที่ไม่มีใจครอง(อนุปปาตินนสังขาร) เช่น รถเรือ บ้าน ที่ดิน โลก เหล่านี้เป็นสังขารที่ไม่มีใจครอง ในสังขารทั้ง ๒ อย่างนี้ เป็นสภาวะที่ไม่เที่ยง แต่ที่เราเห็นว่าเที่ยงเพราะว่าอายุยาวนานมันก็เลยยังไม่ตาย ยังไม่เสื่อมสิ้นไป แต่พระพุทธเจ้าตรัสว่า สังขารทั้ง ๒ นั้นมันจะไม่อยู่คู่กับโลกนี้ไปได้นานแสนนาน จะมีความเกิดขึ้นทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นแล้วนี้ จะไม่เสื่อมไปไม่มี แต่ว่ามันเสื่อมไปโดยสภาพที่เราไม่รู้ไม่เห็น เช่นเหมือนกับเราอยู่กับพ่อแม่ เราก็ไม่เห็นความแก่ของพ่อแม่เท่าไรหรอก พ่อแม่เราก็บอกว่าทำไมบ้า-ลุงแก่มาก แต่ที่จริง ความแก่มันเกิดมี แต่ว่าเราก็ไม่สามารถที่จะเห็น แต่เราจะเห็นก็ตอนที่ศีรษะ จากสภาพที่ผมดำเป็นขาว นั่นแสดงว่าแก่แน่ หรือหนังที่ต่งตึงแล้วหย่อนยาน แสดงว่ามันเริ่มเสื่อมลงแล้วแก่แล้ว และจะ

รู้จักที่หนึ่งก็ตอนที่ว่าผู้นั้นตายไปเสียแล้ว อันนี้คือทุกสิ่งทุกอย่าง ไม่ว่าจะเป็นสังขารที่มีใจครอง หรือสังขารที่ไม่มีใจครองเหล่านี้เมื่อเกิดมาแล้วไม่เสื่อมไปไม่สิ้นไปไม่มีทุกสิ่งที่เกิดขึ้นมาแล้วต้องเสื่อมสิ้นไปทั้งนั้น เพราะฉะนั้น ถ้าเรามองดูว่า ถ้าสภาวะทุกสิ่งทุกอย่างเสื่อมสิ้นไปนั้น แม้กระทั่งโลกก็เสื่อมสิ้นไป ดังนั้น ไม่มีอะไรที่เกิดมาแล้วจะไม่ตาย นี่คือนำสอนของพระพุทธเจ้า

ความตายก็เกิดขึ้นกับทุกสิ่งทุกอย่าง ใคร ๆ ไม่ว่าจะคนนั้นมันจะยิ่งใหญ่อย่างไร พระพุทธเจ้าตรัสว่า ใครก็ตาม จะเข้าไปอยู่ในชอกเขา เข้าไปอยู่ในทะเล หรือว่าจะหนีเข้าไปอยู่ในมดุมลี้กที่เหิน มันจะหนีภัยอันตรายได้ คือสิงห์ สาลัตว์ ที่จะไล่กวาด แต่จะหนีมัจจุราช ที่คอยตามไล่กวาดไล่กวาดย่อมเป็นไปไม่ได้

คำถาม : **ในความรู้สึกจริงๆ แล้ว กลัวความตายหรือไม่**

คำตอบ : ถ้าเราเข้าใจถึงสภาพนี้แล้ว เราก็เตรียมตัว เราเตรียมตัวอย่างเช่นที่พระพุทธเจ้าก็ตรัสว่า อะไรที่ไปสวรรค์ได้ ควรรีบทำอย่างนั้นไว้ ถ้าหากเราทำไว้พร้อมแล้วนี้ เราจะไมกลัวต่อความตาย เช่นเดียวกับ บุรุษคนหนึ่งรักษาศีลมานานแสนนาน วันหนึ่ง ไปเที่ยวกับเรือ ปรากฏว่าเรืออัปปางกลางทะเล บุรุษคนนี้เป็นเฉย ไม่รู้สึกอะไร ในขณะที่คนในเรือ หลายคนก็ตกตะลึงถึงเรือที่กำลังจมน้ำลงไป พวกคนเหล่านั้นจึงถาม บุรุษนั้นว่า ทำไมเจ้าจึงไม่กลัวความตายแล้ว บุรุษนั้นก็บอกว่า ก็ข้าพเจ้ารู้ว่า ถ้าข้าพเจ้าตาย ข้าพเจ้าจะได้ไปไหน คือพระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า สีเลน สุคติ ยนฺติ คนรักษาศีล ไปสู่สุคติแน่นอน สีเลน โมคคัลมปทา คนรักษาศีล เกิดชาติหน้าภพใด ๆ ก็ตาม รวย ไม่จนหรือก สีเลน นิพพุตี ยนฺติ คนรักษาศีลไปพระนิพพานได้ เพราะฉะนั้น ถึงแม้ว่า ข้าพเจ้า จะตายไปจากชาตินี้แล้ว ชาติหน้า ข้าพเจ้าก็ยังได้สมบัติเหล่านั้นอยู่ตามที่ต้องการ เพราะฉะนั้น ถ้าหากคนที่เตรียมพร้อมกับความตายไว้แล้ว จะไม่กลัวตายแต่คนที่กลัวตาย ก็คือคนที่ไม่เตรียมพร้อมในเรื่องความตาย

คำถาม : **สมมติว่า เราจะต้องตายในอีก ๗ วันข้างหน้านี้ อยากจะทำอะไรก่อนตาย**

คำตอบ : ถ้าหากว่าใน ๗ วันนี้จะตายก็นึกถึงพระโสณโกปิวิสะ ที่ท่านบำเพ็ญบารมีธรรม ๗ วัน เดินจนเท้าแตกเลย แล้วบรรลุพระอรหันต์ได้เลย ถ้าเราทำไม่ได้ถึงขั้นนั้น ก็ทุกขณะจิต ให้ตั้งมั่นอยู่ ละ ๓ อย่าง เจริญ ๔ อย่างตามที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า ให้ละ ๓ อย่าง คือ ความโลภ ไม่โลภอยากได้ของใคร โหสะ ความโกรธ ไม่โกรธเคืองใคร และ โมหะ ความหลง เราจะไม่หลงว่า โอ้ เรามีโทรทัศน์ มีเงินอยู่ในบัญชีอยู่ หลายแสนบาท เราจะไม่ได้ติดอยู่ในโมหะตรงนี้ แต่เราจะเจริญพรหมวิหาร ๔ พระพุทธเจ้าตรัสว่า ใครเจริญเมตตา จะมีความสุขจะได้เกิดในสวรรค์ แม้เราจะทำไม่ได้ในจุดนี้ เราก็ยึดมั่นตรงจุดนี้ แล้วพิจารณาสังขารไป เพราะว่าพระพุทธเจ้าตรัสสอนไว้ ก็คือให้ละกรรมที่ดำ ให้เจริญกรรมที่ขาว เพราะฉะนั้น เมื่อเรารู้ว่าเราจะต้องตายแน่ เราละกรรมดำเลย อะไรเรารู้ว่าเป็นกรรมดำ เราละเลย แล้วก็เจริญกรรมขาว อย่างน้อย ๆ ก็ชาติหน้าภพใหม่ นั้น ถึงเราจะตายไป เราก็จะได้มีที่หวัง มีที่พึ่ง แล้วเราก็จะไม่กลัวเรื่องความตาย

คำถาม : **ในเมื่อเห็นญาติ หรือคนอื่นตาย มีความรู้สึกต่างกันอย่างไร**

คำตอบ : ถ้าหากเห็นคนอื่นตาย มันก็มีความรู้สึกว่าเฉย ๆ แต่ถ้าหากว่าเห็นญาติเราตาย เราก็จะคิดว่า เอออย่ามโนว่าตาย ในบางครั้งบางคราว แต่ในขณะที่มีการตายนั้น เคยเสียใจ ร้องไห้กันกับผู้ที่ตายไป

เคยเสียใจกับการตาย แต่ครั้งต่อมา พ่อตาย แม่ตาย ไม่รู้สึกอะไรเลย สาเหตุที่ไม่รู้สึกอะไรเลย ก็คือตอนที่ พ่อตายนั้น พ่อไม่สบายอยู่นาน กว่าจะตายก็นาน เพราะพ่อป่วยมานาน แต่เวลาแม่ตาย เนื่องจากเป็นคนที่ยรัก แม่มาก รักแม่มากกว่าพ่อ แต่ว่าพ่อเดินเข้าไปแล้ว ก็เปิดหน้าแม่ที่มีผ้าคลุมไว้ก็ไม่รู้สึกอะไร ถามว่า ทำไมจึงไม่ รู้สึกอะไร ก็เพราะว่ารู้ว่าแม่นี้ คือเหมือนกับงูที่ลอกคาบเก่า และอีกประเด็นหนึ่ง ก็คือมองว่าแม่นี้สร้างทรัพย์ สมบัติทางศาสนาไว้พอสมควร ถึงจะตายไปก็ไม่ลำบาก อาจจะทรัพย์สมบัติมีน้อย อย่างน้อย ๆ ก็น่าจะเกิด เป็นคนใหม่ ซึ่งอาจจะดีกว่าเก่า เพราะฉะนั้น จึงไม่เสียใจอะไร

๒. บุคคลทั่วไป

มีบุคคลที่ไปสัมภาษณ์จำนวน ๙ คน ได้แก่

๑. **คุณณรงค์ฤทธิ์ รัชตะไกรวิทย์** ชาวกรุงเทพมหานคร อายุ ๔๘ ปี (สัมภาษณ์, ๒๕๔๘, ธันวาคม ๒๕)

คำถาม : **ธรรมดาสรรพสัตว์เกิดมาแล้วก็ตายเป็นธรรมดา เมื่อเห็นญาติหรือคนที่มีโชฎฐิติตายไป มีความรู้สึกอย่างไร**

คำตอบ : เมื่อเป็นญาติ ก็รู้สึกเศร้าสลดใจ หากเป็นคนที่มีโชฎฐิติตาย ก็รู้สึกเศร้าเหมือนกัน ในฐานะ คนผู้นั้นเป็นเพื่อนร่วมโลก

คำถาม : **เมื่อเห็นคนอื่นตายไป หากความตายจะต้องมาถึงตนบ้าง มีวิธีพิจารณาความตาย ต่อความตายอย่างไร**

คำตอบ : พิจารณาว่าตัวเองก็ตายเหมือนกัน ให้พิจารณาถึงความตายก่อนที่จะตายจริง คือ ควรพิจารณาว่า หากเราตายวันนี้ ทรัพย์สินเงินทอง เราเอาอะไรไปมิได้เลยอยู่ทุกขณะ เมื่อเวลานอนก็พิจารณา ทุกเมื่อแล้วพร้อมกับหลับไป ตื่นมาแล้วปรากฏว่าเรายังไม่ตาย เราก็ทำคุณความดีต่อไปแม้วันต่อ ๆ ไปก็ให้ พิจารณาเช่นนี้อยู่ตลอดไป

๒. **คุณวรารักษ์ คุณุสมุทร** ชาวนครปฐม อายุ ๕๑ ปี (สัมภาษณ์, ๒๕๔๙, กุมภาพันธ์ ๑๗)

คำถาม : **ถ้าหากจะตายภายใน สามวัน เจ็ดวันจะทำอะไร**

คำตอบ : เคยคิดว่า ก่อนจะตาย อยากจะดูแลแม่ให้ดีที่สุด อยู่ร่วมกับพี่น้องด้วยความรู้จัก บุญคุณ อยากจะทำสิ่งนั้นให้สมบูรณ์ที่สุด ส่วนบุญกุศลอะไรปกติก็เป็นคนสร้างบุญกุศลอยู่แล้วและคิดว่า ตายไปแล้ว ก็ไม่น่าจะลำบากนัก และถ้าหากว่าเป็นไปได้ ถ้าหากจะตายภายในสามวัน เจ็ดวัน ถ้ารู้ตัวว่าจะตาย ก็คิดว่า จะบวชชี หนึ่งชามขอมขอมบรมจิต ให้พ่อใส่ ละความชั่ว บำเพ็ญความดี ถ้ารู้เช่นนั้น ภายในสามวัน เจ็ดวัน ก็จะทำเช่นนั้นจนสิ้นชีวิต การทำเช่นนี้ ก็คิดว่าน่าจะเป็นการบำเพ็ญกุศลที่ดี

คำถาม : **ในชีวิต ได้ใช้มรณัสสติ การระลึกถึงความตายอย่างไร**

คำตอบ : ปกติทั่วไป ก็มีความรู้สึกว่าการระลึกถึงความตาย จะทำให้จิตใจห่อเหี่ยว และพูดกัน จริง ๆ ก็คือ ไม่อยากที่จะตาย อยากที่จะอยู่ทำความดี ทำสิ่งที่ดีให้นานที่สุด แต่ถ้าจะให้คิดถึงความตาย เราก็คือ ต้องคิดว่า ทุกคนเกิดมาแล้วก็ต้องตายเป็นธรรมดา ถามว่า กลัวตายไหม ตอบว่า จริง ๆ แล้วน่ากลัวความ

เจ็บปวดมากกว่าความตาย เพราะว่า ความตาย ถ้าหากว่านอนหลับไปก็คงไม่ใช่สิ่งที่น่ากลัวใช่ไหม แต่หากว่าเจ็บปวดแล้วต้องตายไป ก็คิดว่าจะเป็นสิ่งที่ธรรมดา เพราะฉะนั้น ถ้าหากคิดถึงเรื่องการระลึกความตายแล้ว ก็เห็นอยู่บ่อย ๆ ก็จะเตือนตนเองว่า ถึงอย่างไรเราก็ต้องตาย เพียงแต่ว่า จะตายที่ไหน เมื่อไร อย่งไรเท่านั้นเอง เพราะชีวิตนั้น เกิดมาแล้วก็มีความตายเป็นที่สุดอย่างแน่นอน

๓. นายเกรียงไกร บัวจันอัด ชาวนครราชสีมา อายุ ๔๓ ปี (สัมภาษณ์, ๒๕๕๙, กุมภาพันธ์ ๑๗)

คำถาม : เคยเรียนรู้เกี่ยวกับมรณัสสติ การระลึกถึงความตายมาอย่างไรหรือไม่

คำตอบ : มรณัสสติ การระลึกถึงความตาย เคยเรียนรู้ตอนที่มีโอกาสได้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน คือพอเราระลึกนึกถึงความตาย สิ่งหนึ่ง ก็คือทำให้เราไม่ประมาท อย่างน้อยจะทำให้ได้รู้ว่า ชีวิตกับความตาย เป็นเรื่องธรรมดา และก็เป็นอย่างอยู่คู่กัน พูดอย่างตรงไปตรงมา ก็ได้ความว่า สิ่งที่เป็นเพื่อนของความตาย ก็คือความตาย สิ่งที่เป็นเพื่อนของความตายก็คือความเป็น ที่นี้ เมื่อความตายหรือความเป็น ทั้งสองนี้เป็นของที่อยู่คู่กันและหนีไม่พ้น ทำให้เราจึงจะต้องทุกข์ การระลึกนึกถึงความตาย ก็คือทำให้เราไม่ประมาท นอกจากทำให้เรามีสติอยู่เสมอ ติดอยู่กับความไม่ประมาท และเมื่อมีความไม่ประมาทแล้ว สติของเราจะบอกเองว่า เราจะทำอะไร เราจะทำอะไรให้เหมาะสมกับสิ่งที่จะเกิดขึ้น คือไม่ทุกข์ร้อน ไม่เดือดร้อน ไม่หลงงมงาย คือตอนที่ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน จึงทำให้รู้ว่า มีมนุษย์เป็นจำนวนมาก ที่ทำอะไรลงไปอย่างโง่ ๆ แล้วกลัวความตาย เช่น บางคนกลัวตาย ก็อาจจะไปสะเดาะเคราะห์ หรือบางคนก็ไปหาหมอดู ที่นี้ บรรดาบุคคลเหล่านั้น ถ้าเขามีความจริงใจ (หมอดู) ก็อาจจะไม่หมดเปลืองเท่าไรนักก็อาจจะได้รับคำแนะนำไปในทางที่ถูก แต่ที่นี้ไปเจอ (หมอดู) ประเภทที่มีมாயา จะทำให้เราเสียทรัพย์ เสียเวลา แต่ที่นี้ การระลึกมรณัสสติ ตามหลักพระพุทธศาสนาเถรวาทไม่ต้องเสียอะไรเลย แต่ในทางกลับกัน คือได้ ก็คือได้สติ และไม่เสียสตางค์

คำถาม : การระลึกถึงความตาย มีประโยชน์ในปัจจุบันและอนาคตอย่างไร

คำตอบ : การระลึกความตาย ในปัจจุบัน สิ่งที่จะได้ในปัจจุบัน คือไม่ว่าเราจะทำอะไร จะมีสติอยู่กับปัจจุบัน คือ ความไม่หลงงมงาย ในทุกสิ่งทุกอย่างที่ครอบครองอยู่ เช่น อยู่กับบ้านเรือน ก็ไม่หลงงมงายบ้านเรือน อยู่กับทรัพย์สมบัติก็ไม่หลงงมงายทรัพย์สมบัติ หรืออยู่กับลูกเมียก็ไม่หลงงมงาย แม้ทุกสิ่งทุกอย่าง ก็ดำเนินชีวิตไปอย่างมีสติ เรียกว่า มีสติอยู่กับปัจจุบัน แล้วจะไม่มี ความฟุ้งเฟ้อ คือคนที่ฟุ้งเฟ้อ ถ้าหากมองแบบสั้น ๆ ก็คือ ถ้าไม่ให้เกี่ยวกับการเสียทรัพย์ ก็อาจจะเสียในเรื่องของตัวเอง ก็คือคนมีสมาธิสั้น คนพวกนี้ ที่เรียกกันโดยทั่วไปว่า พวกทำอะไรจับจด ทำอะไร ไม่จริงจัง ไม่ได้สัมฤทธิ์ผล ส่วนผลของการระลึกความตายในอนาคต ลองคิดดูแล้วกันว่า ในเมื่อเราไม่ประมาท เรามีสติ เราทำอะไร เราทำจริง และทำอย่างมีสติ และเมื่อมีสติ ก็ต้องทำอย่างถูกต้อง ที่นี้ ก็เท่ากับว่า วันนี้ เราทำสิ่งที่ดี และเมื่อเราทำสิ่งที่ดีในวันนี้ อนาคต ก็จะเป็นสิ่งที่ดี แต่ถ้าหากว่า วันนี้ ทำสิ่งที่เลว ในอนาคตก็จะเป็นสิ่งที่เลว เพราะฉะนั้น ในปัจจุบันนี้ ก็คือ การระลึกถึงความตาย ทำให้เรามีสติ ทำดี แล้วในอนาคตก็จะเป็นสิ่งที่ดี

๔. นายชาติปรัชญ์ ห้วยหงษ์ทอง ชาวนครปฐม อายุ ๔๐ ปี (สัมภาษณ์, ๒๕๕๙, กุมภาพันธ์ ๒๐)

คำถาม : มีหลักในการพิจารณาความตายอย่างไร

คำตอบ : ความตายเป็นเรื่องที่ทุกคนรู้ว่า เกิดมาแล้วต้องพบกับคำว่าตาย แต่หลายคนมองหลักของความตายแตกต่างกันโดยเฉพาะคนที่ถ้าได้มีโอกาสเข้ามาบวชเรียนรู้หลักการทางพระพุทธ ศาสนาก็จะมองความตายไปอีกแง่มุมหนึ่ง ส่วนคนที่ไม่ได้เข้ามาเรียน ไม่ได้มาคลุกคลีกับธรรมะ ก็จะมองความตายไปอีกแง่มุมหนึ่ง ในส่วนตัวของผมนั้น เนื่องจากมีโอกาสได้เข้ามาศึกษาธรรมะได้มาบวชเรียนตามหลักพระพุทธศาสนาเถรวาท ก็มองความตายในเรื่องของไตรลักษณ์ เป็นกฎธรรมชาติที่เราต้องเจอ ซึ่งความรู้สึกในแง่มุมของความตาย ตามความรู้สึกก็คิดว่าเป็นเรื่องปกติธรรมดาของคนทุกคนที่จะต้องเจอ เพราะฉะนั้น ไม่ว่าจะใครก็ตามที่คิดถึงความตาย บางคนอาจจะรู้สึกกลัว สำหรับผมนั้นไม่กลัวความตาย แต่กลัวความทุกข์ความทรมานมากกว่า เพราะว่าความตายเรายอมรับกันได้อยู่แล้วตามหลักพระพุทธศาสนาเถรวาท เรื่องไตรลักษณ์ เพราะฉะนั้นในแง่มุมของผมก็คือ เมื่อเรารู้ว่า เราจะต้องพบจุดจบ หรือพบกับความตายในอนาคตข้างหน้า ก็ต้องพิจารณาอยู่เนือง ๆ ว่า เมื่อถึงเวลานั้น เราควรเตรียมตัวยอมรับกับความตายอย่างไร จึงจะทำให้ชีวิตมีคุณค่า

คำถาม : เมื่อเห็นญาติตาย อาจจะเป็นคนที่รักหรือไม่รักตายจากไป หรือเห็นคนอื่นตายไป มีความรู้สึกต่อความตายเช่นนี้อย่างไร

คำตอบ : ความรู้สึกเช่นนี้ แยกเป็น ๒ อย่าง โดยปกติของคนทั่วไป เมื่อเห็นญาติ พี่น้องหรือคนที่ตัวเองรู้จัก ที่สนิทคุ้นเคยตาย หรือเสียชีวิต ความรู้สึกก็จะเป็นอีกอย่างหนึ่ง แต่เมื่อเห็นคนที่เราไม่รู้จัก ไม่เคยสนิทสนม ก็จะมีความรู้สึกอีกอย่างหนึ่ง ในส่วนตัวของผมนั้น ถ้าเป็นญาติ พี่น้อง เป็นเพื่อน เป็นคนสนิทสนมคุ้นเคย คนมีอุปการคุณ แน่นนอน ความตายเป็นเรื่องที่ทุกคนทราบว่าต้องเกิดขึ้น เมื่อถึงวันนั้นจริง ๆ แล้ว มีน้อยคนที่จะยอมรับกับสิ่งที่เกิดขึ้นได้ ก็อย่างที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า ความเศร้าโศกยอมเกิดจากสิ่งที่ตนเองรัก ขณะเดียวกันความตายเป็นความพลัดพรากจากสิ่งที่เรารัก เพราะฉะนั้นยอมหนีไม่พ้นจากความเศร้าโศกเสียใจเป็นธรรมดา แต่ขณะเดียวกัน คนที่เคยบวชเรียน เคยศึกษาธรรมะมา ก็จะมีสติมั่นคงกว่าบุคคลที่ไม่ค่อยพิจารณาอยู่ว่า ชีวิตคนเราเมื่อเกิดมาแล้วก็ต้องพบกับความตาย เพราะฉะนั้น ถึงแม้ว่า จะมีความเศร้าโศกเสียใจกับสิ่งที่เกิดขึ้น ความตายที่เกิดขึ้นกับญาติพี่น้อง คนสนิทมิตรสหายก็ตาม ในขณะเดียวกัน เราก็ยังมีสติ มีความคิดในการที่จะพิจารณาว่า สิ่งที่มีมันเกิดขึ้น มันเป็นธรรมชาติ มันเป็นกฎธรรมชาติ เพราะฉะนั้น ถึงแม้ว่า เราจะเศร้าโศกเสียใจ ก็ต้องตั้งสติเพื่อที่จะได้ทำบุญ เพื่อที่จะอุทิศส่วนบุญส่วนกุศลไปให้กับผู้ล่วงลับได้มากกว่า กว่าสิ่งที่จะมาเศร้าโศกเสียใจ

ส่วนในแง่ของบุคคลทั่วไป ธรรมดาว่า ถ้าเราเห็น มันก็แยกไปหลายอย่าง ถ้าเกิดสภาวะของการตายนั้นแตกต่างกัน บางคนนอนตายเฉย ๆ ก็มีความรู้สึกว่าดีนะ คนนี้เข้ามาถึงวาระสุดท้ายแล้ว เขาเหมือนกับคนมีบุญ ตายก็นอนตายไปเฉย ๆ เรา รู้สึกอนุโมทนาในความตายของเขาว่า เขาไม่ทุกข์ ไม่ทรมาน แต่ถ้าไปเห็นบุคคล ซึ่งเกิดอุบัติเหตุรถชนตาย เราก็มีความรู้สึกสมเพช มีความรู้สึกเวทนาว่า กรรมของคนเรานั้นไม่เหมือนกัน บางคนตายด้วยความสงบ ตายด้วยจิตสงบ แต่ในขณะเดียวกัน บางคนตายด้วยความทุกข์

ความทรามาน เพราะฉะนั้น แง่มุมในเรื่องความตายที่เราพบเจอกับบุคคล ๒ ประเภท คือบุคคลที่เรารู้จักมักคุ้น กับบุคคลที่เราไม่รู้จักมักคุ้น ก็คงจะมีประเด็นตอบเท่านี้

๕. นายชำนาญ เกิดช่อ ชาวบุรีรัมย์ อายุ ๓๖ ปี (สัมภาษณ์, ๒๕๕๙, กุมภาพันธ์ ๑๗)

คำถาม : **มีความรู้สึกเกี่ยวกับความตาย อย่างไร**

คำตอบ : สำหรับในเรื่องความตาย ถือได้ว่าเป็น ธรรมชาติที่ใกล้ตัวเรามาก เพราะว่า ถ้าเรามองความตายในเรื่องธรรมดา ในเรื่องของความตาย ถ้าเราจะมองในแง่มุมมองของธรรมชาติ ธรรมดานั้น มันก็อยู่ใกล้ ๆ ตัวเรา สมมติว่า ถ้าเรามองให้เห็นดี ๆ ชีวิตของเรามีความตายอยู่ตลอดเวลา ถ้าพูดถึงในหลักการปฏิบัติ ก็คือทุกลมหายใจ เพราะว่าเวลาเกิด เวลาดับ ชีวิตของเรานี้แหละ อยู่ใกล้กับความตายมาก หากเรามองในเรื่องของปุถุชนธรรมดา เปรียบความตายในมุมมองของข้าพเจ้า ก็เหมือนกับการเปลี่ยนแปลง เมื่อสมัยแรกเกิดของเรา คือ เราเปลี่ยนแปลงจากภาวะของการเป็นเด็ก เรื่อย ๆ มาจนเติบโตมาเป็นผู้ใหญ่ เห็นอย่างง่าย ๆ อย่างเช่นเราเริ่มเรียนชั้นอนุบาล มาเข้าสู่ ป.๑ ป.๒ จนถึง ป. ๖ นั่นคือการเปลี่ยนแปลง การเปลี่ยนแปลงตรงนั้นแหละ อาจจะเรียกว่าการตายก็ได้ คือตายจากของเก่า เวลาเก่า สูของใหม่ เวลาใหม่ จะเห็นชัด จนขณะที่เรามาเรียนมัธยมศึกษา หรือระดับปริญญาตรี หรือว่าทำงานแล้ว หรือแม้แต่ขณะของชีวิตในแต่ละวัน เวลาเช้า เปลี่ยนมาเป็นเวลาเที่ยง เปลี่ยนมาเป็นเวลาเย็น ก็ถือว่าในวันหนึ่ง เรามีเวลาเช้าที่ตายไป พอมาถึงเวลาตอนเที่ยง เปลี่ยนมาเป็นตอนเที่ยงปัจจุบันก็เป็นเวลาเที่ยง แต่ว่าถ้าว่า ในอนาคตเรามองไปถึงเวลาเย็น ตอนเที่ยงก็ถือว่าเราตายไปแล้ว เวลาเที่ยงเป็นอดีตไปแล้ว เพราะฉะนั้น ถ้าถามว่า ผมมีความรู้สึกเกี่ยวกับความตายอย่างไร ผมรู้สึกธรรมดา ผมอยู่กับความตายอยู่ตลอดเวลา อย่างเช่นเวลานี้ เวลาบ่าย (บ่าย ๔ โมงครึ่ง) เพราะฉะนั้น ผมก็ได้ตายไปแล้ว คือเวลาเช้าของผมได้ตายไปแล้ว ดังนั้น ผมจึงรู้สึกธรรมดา ชีวิตอยู่ใกล้ความตาย ก็คิดว่า การที่เรารู้สึกว่าชีวิตของเราอยู่ใกล้ความตายนั้น ทำให้เรา มีความขยัน มีความตั้งใจที่จะทำความดีให้มากขึ้น นี่คือหลักของมรณัสสติในพระพุทธศาสนาระลึกถึงความตายอยู่ประจำ ทำให้เราไม่ประมาท ในเมื่อเราไม่ประมาท ชีวิตของเรา เราก็จะเดิน ปฏิบัติ หรือการใช้ชีวิตอย่างคุ้มค่าที่สุด เพราะฉะนั้น ความรู้สึกต่อความตาย ที่ผมรู้สึกนั้น ถือว่าเป็นเรื่องธรรมดา แต่ว่า เมื่อเราระลึกถึงความตาย ใช้มรณัสสติ เราก็จะใช้ชีวิตอย่างคุ้มค่าที่สุด

๖. นายประพันธ์ ศุภสร ชาวนนทบุรี อายุ ๔๐ ปี (สัมภาษณ์, ๒๕๕๙, กุมภาพันธ์ ๑๗)

คำถาม : **มีความรู้สึกต่อความตายอย่างไร**

คำตอบ : ความรู้สึกต่อความตาย คำถามนี้ ขอตอบตามที่ได้ศึกษาเล่าเรียนมา ถ้าสมัยที่บวชเป็นพระ ไม่กลัวความตาย ที่ว่าไม่กลัวตาย ก็คือในพระพุทธศาสนาเถรวาท พระพุทธเจ้าของเรานี้ ตรัสสอนให้พิจารณาความตายอยู่ทุกวัน จนกระทั่งว่าติดเป็นนิสัย ที่ไม่กลัวความตาย เพราะว่า ท่านมุ่งที่จะให้สร้างคุณงามความดี ประพฤติปฏิบัติธรรมสมัยตอนบวชเป็นพระอยู่ แต่ทว่าสมัยตอนเป็นฆราวาส ก็มีความรู้สึกแบบหนึ่ง ก็ไม่ต่างกันมากนัก ก็คือ ก็ยังรู้สึกว่าความตายเป็นธรรมดาของสรรพสัตว์ ถามว่า หวั่นเกรงไหม ที่ความตายจะต้องมาถึง ถ้าเราทำกุศลผลบุญไว้มาก ๆ ก็เท่ากับว่า เราดำเนินชีวิตอย่างไม่มีความประมาท

ในชีวิต ความตายก็ไม่ใช่สิ่งที่น่ากลัว เพราะว่าทุกคนต้องตายอยู่แล้ว ผมว่าจะตายดีหรือตายชั่ว ขึ้นอยู่กับ การกระทำของมนุษย์ แต่ความรู้สึกว่า ถ้าจะคิดเป็นเปอร์เซ็นต์ กลัวตายไหม ผมคิดว่า มนุษย์เรานี้ กลัวความ ตายกันทุกคน แต่ทว่าที่นี้ ถ้าเราได้ทำคุณงามความดี ประพฤติปฏิบัติดี ความกลัวตายจะน้อยลง มีเปอร์เซ็นต์ น้อยลงมาก แต่ผมก็คิดว่า มีเปอร์เซ็นต์ประมาณ ๒๐ เปอร์เซ็นต์ที่กลัว เพราะผมได้ทำความดี ได้บำเพ็ญ ประโยชน์ให้แก่สังคมมากเหมือนกัน ในชีวิตก็รู้สึกว่าจะไม่กลัวต่อความตายเท่าไร แต่ทว่า ถ้าถามว่า ไม่กลัวต่อ ความตายเลยหรือ ก็ตอบว่า กลัวบ้าง ถ้าบอกว่าไม่กลัวต่อความตายเลย ก็จะเหมือนกับवादตัวเองเป็น พระอรหันต์ไปแล้วละ หรือคนเมาเหล้าก็อาจจะพูดว่าไม่กลัวต่อความตาย แต่ที่จริงแล้ว คนก็กลัวต่อความ ตายนั่นแหละ

คำถาม : ถ้าเมื่อญาติหรือคนอื่นตายไป มีความรู้สึกอย่างไร

คำตอบ : ก็แน่นอนเหลือเกินว่า ถ้าญาติของเราต้องมาตาย เนื่องจากเราเป็นมนุษย์ปุถุชนธรรมดา ก็ต้องมีความเสียใจ ที่นั่นมันก็ต้องขึ้นอยู่กับว่า ญาติของเรามีความห่าง หรือมีความใกล้ชิดสนิทสนมกับเรามาก น้อยแค่ไหน ความรู้สึกเสียใจ ก็จะมีเท่ากับความใกล้ชิดหรือความห่างกันนั้นแหละ ถ้าสมมติว่าเป็นลูกเป็นเมีย ความเสียใจก็ต้องมาก หรือเป็นพ่อแม่ ก็ต้องมาก แต่ถ้าเป็นญาติห่าง ๆ ความรู้สึกเสียใจก็จะน้อยลง ถ้าคน อื่นตายไป ต้องแยกเป็นประเภท คนอื่นในที่นี้ ถ้าเป็นพระสงฆ์ที่ทำคุณงามความดี หรือถ้าเป็นเจ้ามหากษัตริย์ เป็นพระราชอา เป็นบุคคลที่ทำประโยชน์ให้กับแผ่นดิน เราก็มีความรัก มีความเศร้าโศกเสียใจเหมือนกัน แต่หากว่า คนอื่นในลักษณะคนธรรมดา ไม่ได้มีบุญคุณอะไรกันมากนัก เพียงแต่ว่าเป็นเพื่อนเกิดแก่เจ็บตาย ด้วยกันทั้งหมด ความรู้สึกเสียใจก็มีธรรมดา ๆ ไม่ค่อยเสียใจ แต่ทว่า ถ้าเป็นไปร่วมเห็นในที่ตรงนั้นด้วย สมมติว่ามีญาติคนอื่นตาย ได้ไปร่วมในงานของเขา เวลามีคนประกาศคุณงามความดี คนคนนั้น ทำอย่างนั้น ทำอย่างนี้ ความรู้สึกเสียใจอาจจะเพิ่มขึ้นมาหน่อย ขึ้นอยู่กับสถานการณ์ แต่ทว่าเห็นโดยทั่วไป คือคนที่ตาย เป็นคนที่ไม่รู้จัก มันจะเกิดความรู้สึกว่า มีความสลดใจหน่อย ๆ แล้วก็ผ่านไป เหมือนกับเราเดินทางแล้วไป เจออุบัติเหตุกลางทาง อย่างเมื่อคืนนี้ผมก็ไปเจออุบัติเหตุ ก็มี ความรู้สึกสลดใจหน่อย ๆ เว้นหนึ่ง แล้วก็ หายไป

คำถาม : เมื่อญาติสนิทตายไป แล้วมีแนวทางแก้ไขอย่างไร

คำตอบ : ถ้าญาติสนิทเช่น พ่อแม่ หรือว่าผู้มีอุปการคุณแก่เรา มันก็มีวิธีหนึ่ง ที่จะบรรเทาหรือ แก้ไข โดยใช้วิธีทางพระพุทธศาสนา ก็คือ คนเราก็ต้องมีความเกิด แก่ เจ็บตายเป็นธรรมดา สิ่งที่จะบรรเทา ก็คือ เมื่อตรงนี้เป็นด้านแรก ก็คือตรงคิดอย่างนี้ก่อน ที่นี้เราก็ไปร่วมในงาน ไปแสดงออกถึงความ เป็นห่วง ความผูกพัน อย่างเช่นไปช่วยงานช่วยการเท่าที่จะทำได้ ก็จะช่วยบรรเทา อย่างน้อยนะ คนที่สนิทของเราได้ จากไปนี้ เราไปทำอะไรให้เขา ดังเช่นผมเคยมีหลวงปู่ซึ่งท่านเป็นพระกรรมวาจาจารย์ของผม ผมไปช่วย แม้กระทั่งว่าเก็บกระดูกมาล้าง มาใส่ในผ้าขาว ซึ่งเป็นหลวงปู่ที่มีความผูกพันเหมือนดังพ่อแม่ ตรงนี้แหละจะ ทำให้ความรู้สึกรักท่าน และก็เหมือนกับว่าเราอยู่ใกล้ท่าน เหมือนท่านไม่ได้จากเราไป ผมคิดว่า วิธีการเช่นนี้ น่าจะเข้ากับพุทธศาสนา คิดว่าน่าจะเป็นวิธีการที่ดียิ่งหนึ่ง คือถ้าเราไปทำอย่างนี้ เหมือนกับว่าให้ความรู้สึกที่

ดี เหมือนกับว่า เขายังไม่ได้ไป แต่ทว่าไม่ได้ทำเลย ก็จะทำให้รู้สึกเสียใจไปอีก เพราะว่า อย่างสมมติว่า นาย ก. ซึ่งเป็นเพื่อนสนิทเรานะ ได้จากไป แต่ทว่าเราไม่ได้ไปทำอะไรให้เขาเลย บังสกุล หรืออะไรก็ได้ไปทำ ให้เขาเลยนี่ มันจะยิ่งเหมือนว่าเสียใจ แม้คนอื่น ๆ ก็คงคิดโดยทำนองนี้เช่นกัน แต่สำหรับผมแล้ว ผมคิดว่ามี วิธีนี้แหละ และในระยะเวลาที่นานไป ถ้าเราคิดถึงเขา เราก็จะใส่บาตร ทำบุญใส่บาตร สิ่งนี้แหละ จะทำให้เรา ช่วยบรรเทาได้

๗. นายสุทัศน์ สงค์สุข ชาวอุบลราชธานี อายุ ๓๑ ปี (สัมภาษณ์, ๒๕๔๙, กุมภาพันธ์ ๑๖)

คำถาม : **เมื่อเห็นคนอื่น หรือญาติพี่น้องตาย มีความรู้สึกอย่างไร**

คำตอบ : เมื่อเห็นผู้อื่นตาย จะไม่มีความรู้สึกว่าจะต้องเสียใจ เพราะไม่ได้มีความเกี่ยวข้องกัน แต่ ว่าเป็นญาติ หรือคนที่รักใคร่ จะมีความรู้สึกคล้ายกับว่า เราเสียส่วนหนึ่งส่วนใดของร่างกายไป จะมีความรู้สึก ว่า เขาตายไปแล้ว เขาจะไปอยู่ที่ไหน อยู่อย่างไร กินอย่างไร เหมือนกับที่เราเป็นอยู่หรือเปล่า สำหรับ ความรู้สึกในเมื่อเห็นคนอื่นตาย จะเป็นความรู้สึกคล้าย ๆ ว่า เราจะเสียใจทำไม เพราะว่าเราไม่มีความซิดใกล้ ไม่มีความสนิท แต่เมื่อเป็นญาติผู้ใหญ่ หรือเป็นพี่น้องของเรา ความรู้สึกเช่นนั้น จะสะท้อนความรู้สึกที่ตอบ กลับไปว่า ความเสียใจ หรือว่าความรู้สึกในความตายนี้เป็นอย่างไร ความรู้สึกเสียใจเช่นนี้จะเกิดในเมื่อญาติ ของเราจากไป

คำถาม : **ถ้าเราจะต้องตายภายในสามวันเจ็ดวัน อยากจะทำอะไรมากที่สุด**

คำตอบ : ถ้ารู้ว่าตัวเองจะตายภายในสามวันเจ็ดวัน ก็อยากจะทำความดีที่ยังไม่ได้ทำ อยากจะ ไปเกิดในภพที่ดี ไม่รู้ว่าจะได้ไปเกิดหรือเปล่า แต่ว่า อยากที่จะทำความดี สิ่งใดก็ตามที่เป็นความดี เป็นบุญ เป็นกุศล ผมจะรีบทำความดีเช่นนั้นให้มากที่สุดเท่าที่ความสามารถจะทำได้

๘. นายสุตตา ปทุมมาศ ชาวเพชรบูรณ์ อายุ ๓๕ ปี (สัมภาษณ์, ๒๕๔๙, กุมภาพันธ์ ๒๐)

คำถาม : **มีมุมมองต่อความตายอย่างไร**

คำตอบ : มีมุมมองต่อความตาย ๒ ประเด็น อย่างที่พระท่านเคยเทศน์ว่า ตายปกปิด กับตาย เปิดเผย ที่ว่าตายปกปิด คนเรานี้ตายทุกวัน พุดอย่างมองให้เห็นภาพเลยว่า ก็คือตายจากความเป็นเด็กมาเป็น ผู้ใหญ่ ตายแบบมีสันตติ เหมือนธรรมชาติของพระพุทธเจ้า ตายปกปิดแบบนี้ ส่วนตายเปิดเผย เราจะมองเห็นว่า คนคนนั้น ถูกรถชนตายบ้าง ตายโหง การตายเช่นนี้เป็นตายจริง ความตายมี ๒ อย่าง คือตายปกปิดกับตาย เปิดเผยเท่านี้แหละ แต่ว่าความกลัวตายนี้��าคิด เราก็มากลัวกันว่า ทำไมเราจึงกลัว ก่อนที่เราจะตายเช่นนั้น เราต้องมาระมัดระวังว่า อย่างนั้น เราต้องมาระลึกนึกถึงความตายของพระพุทธเจ้าก่อน ความตายนี้เป็นเรื่อง ธรรมดา ก่อนจะตาย เราต้องทำความดี ต้องรักษาศีล ๕ ส่วนมากจะเป็นประเด็นอย่างนี้ ที่ผมคิดอยู่ และผมก็ พิจารณาเช่นนี้อยู่ทุกวันทุกคืนอยู่แล้ว ยิ่งสวดมนต์ไหว้พระทุกวันอยู่แล้ว ก็ต้องปลง

คำถาม : **ในการเจริญมรณัสสติ มีวิธีเจริญมรณัสสติอย่างไร**

คำตอบ : ในการเจริญมรณัสสติของผม อย่างง่าย ๆ มีเกิดก็มีดับ เกิด-ตาย เกิด-ตายอย่างนี้ พิจารณาง่าย ๆ มองเห็น ๆ เลย แต่ว่าหากเราเจริญมรณัสสติยังไม่แนบแน่นมากนัก เราก็ดูสภาพว่า คนเรา หรือสิ่งที่มีชีวิต มันแน่นอนว่าตายหมดเกลี้ยง ถ้าบอกว่า ถามว่า ทำไม มีแต่เกิด เกิดเป็นอย่างไร มันก็เกิด เท่ากัน ตายเท่ากัน ไม่มีอะไรมากน้อยกว่ากัน ผมพิจารณามรณัสสติเช่นนี้ครับ

๙. น.ส. พจมาน หุยหุมา ชาวกรุงเทพมหานคร อายุ ๒๔ ปี (สัมภาษณ์, ๒๕๔๙, กุมภาพันธ์ ๒๐) คำถาม : **ในเรื่องความตาย มีมุมมองอย่างไร**

คำตอบ : ในเรื่องความตายไม่รู้จัก แต่รู้จักความเจ็บ ความตายนั้น ก่อนจะตายต้องเจ็บก่อนก็เลย ไม่อยากตาย เพราะกลัวเจ็บ

คำถาม : **ในเมื่อเห็นคนที่ญาติตาย หรือคนอื่นตายจากคลื่นยักษ์สึนามิ หรือเกิดอุบัติเหตุตายตามท้องถนน มีความรู้สึกอย่างไร**

คำตอบ : ตอนแรกก็รู้สึกเสียใจกับการที่เขาตาย เสียใจกับความสูญเสีย ความรู้สึกเกี่ยวกับความตายเป็นเรื่องธรรมชาติ เป็นวัฏจักรของคนเราที่ตาย แต่รู้สึกกับความสูญเสียมากกว่า

คำถาม : **หากความตายจะมาถึงตัวเรา เราจะมีหลักคิดอย่างไร**

คำตอบ : ไม่มีหลัก (คิด) อะไร เพราะว่าไม่รู้ว่าความตายจะเกิดเมื่อไร ก็เลยต้องพยายามระมัดระวังที่จะเกิดอะไรไม่ดีกับเรา หรือว่าอะไรก็แล้วแต่ โรคภัยไข้เจ็บ อะไรเช่นนี้เป็นหลัก ไม่รู้จะรู้สึกอย่างไรต่อความตาย แต่รู้สึกเช่นนั้นมากกว่า คือ ป้องกันเหตุ ป้องกันภัยอันตรายที่เป็นเหตุแห่งความตายมากกว่า

๓. บุคคลผู้เจ็บป่วย

มีบุคคลที่ไปสัมภาษณ์จำนวน ๗ คน ได้แก่

๑. ผศ.ดร.ยวดี ชาดีไทย อาจารย์พยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ โรงพยาบาลศิริราช (สัมภาษณ์, ๒๕๔๙, กุมภาพันธ์ ๒๑)

คำถาม : **เมื่อเวลาเจ็บป่วย ท่านอาจารย์เห็นสังขารอะไรของชีวิตบ้าง**

คำตอบ : ก่อนอื่นจะขอเล่าถึงการป่วยของตัวเอง หน้าแคไหนอย่างไร ก็คือ หมดสติไปเพราะมีเลือดออกข้างในมาก ก็สลบไปเลย และถูกนำไปส่งโรงพยาบาลเข้าห้องผ่าตัด เราไม่รู้ พอจะเข้าห้องผ่าตัดเขาก็เตรียมเลือดหรืออะไรเยอะเยอะ และตอนที่อยู่ห้องผ่าตัด ก็ได้ทราบว่าได้หมดสติไปอีกรอบหนึ่ง ตอนนั้นไม่รู้ตัว แต่ภายหลังมีคนมาเล่าให้ฟัง ตอนที่วูบไป ก็เหมือนหลับไปเฉย ๆ พอฟื้นขึ้นมา ก็รู้สึกว่าเราจะไม่ไหวแล้วนะ ถามว่ากลัวตายไหม ตอนนั้นไม่กลัวมากหรอก เพราะเราไม่มีภาระผูกพันอะไร นอกจากพ่อกับแม่เท่านั้น ก็ยังมีชีวิตอยู่ ที่ห่วงก็คือพ่อกับแม่เพราะเราไม่มีครอบครัว พอผ่าตัดกลับมา ก็รู้สึกว่า มืดแล้ว ก็ยังอยากกลับไปเรื่อย ๆ ที่นี้ปรากฏว่าความทุกข์ที่เกิดขึ้นคือ ความเจ็บปวดมาก หลังจากยาสลบหมดฤทธิ์แล้ว พอถูกฉีดยาแก้ปวดเข้าไปก็แพ้ยาอีก มันเวียนศีรษะไปหมดเลย ก็พอดีมีพี่ที่รู้จักกันให้รีบไขเตียงลงโดยเร็วที่สุด เชื่อว่า

ความดันตกแน่นอนตอนนั้น มันก็แย้ไปอีกรอบหนึ่ง เพราะการป่วยครั้งนั้น มีหลายระลอก ที่เราเกือบจะไม่รอด ต่อมาก็มีความเจ็บปวดเพิ่มขึ้น เพราะผ่าตัดที่หน้าท้อง ความทุกข์ตรงนี้แหละทั้งท้องอืดด้วย ปวดด้วย สารพันเพราะมันจะหายใจไม่ออก เพราะแก๊สมาก เนื่องจากก่อนผ่าตัดไม่ได้เตรียมอะไร เพราะปกติจะต้องสวนล้างลำไส้ แต่เนื่องจากมันฉุกเฉิน ก็ต้องเอาเข้าห้องผ่าตัดด่วน ความทุกข์ตรงนี้ทรมานมาก ทำให้เรานึกถึงคนไข้ จะเห็นใจคนไข้มากขึ้นว่าเขาทุกข์ขนาดนี้ เราเคยเป็นคนดูเขามาก่อน คนไข้ปวดก็ปวดจริง ๆ นะ ขยับตัวก็ปวด ตะแคงตัวก็ไม่ไหว ถ้าให้ดีแล้ว ต้องมีคนมาช่วยเรา ถ้าไปก็ต้องไปทั้งตัว ไม่งั้นแผลจะขยับ ก็ต้องอาศัยยาแก้ปวดช่วยบรรเทา ความทุกข์ทรมานนั้น แสบสาหัสมาก ก็หาวิธีแก้ไขว่าจะทำอะไรเรื่องท้องอืด หายใจไม่ออกอยู่แล้ว เอลมออกไปให้ได้ เรอก็ไม่รอ ท้องก็ไม่ถ่าย หมอก็เคยมาสั่งยาให้สวนทางทวารหนัก สวนแล้วก็ไม่ออกอีก แล้วก็มาสวนซ้ำอีก คลับคล้ายคลับคลา พอให้ลมออกไปก็รู้สึกดีขึ้น อันนี้คือความทุกข์แสนสาหัส ก็คิดเลยว่าเราใกล้ตาย มันก็แวน ๆ เดียวเท่านั้น คนจะตายไปนี่ง่ายมาก แต่โชคดีที่เราไม่ได้ห้วงคนข้างหลังมากนัก ตรงนี้ก็คือ (ตาย) ไปก็ไปได้ ห่วงเพียงว่าชาตินี้เราจะสิ้นสุดเท่านี้หรือ เรายังสร้างบารมีไม่เต็มอ้อมเลย เราห่วงเรื่องนี้มากกว่า และหลังจากหายจากอาการเจ็บป่วยแล้ว ก็ทำงานหนักกว่าเดิม ทั้งดำเนินชีวิตด้วยการสร้างบารมีด้านบุญกุศลให้เพิ่มพูนมากขึ้น สร้างประโยชน์สุขให้แก่ผู้อื่นอย่างต่อเนื่องมาจนถึง ทุกวันนี้ เพื่อตัดสังสารวัฏให้หมดสิ้นต่อไป

๒. คุณยอด คำพา ชาวจังหวัดเพชรบูรณ์ อายุ ๖๓ ปี (สัมภาษณ์, ๒๕๔๙, กุมภาพันธ์ ๒๒)

คำถาม : **เมื่อคุณลงยอดเจ็บป่วย เห็นสังกรรมอะไรของชีวิตบ้าง**

คำตอบ : ผมก็มาหาหมอ อาศัยหมออย่างเดียว ไม่กลัวความตาย มาหาหมอถ้ารักษาได้ก็ได้อำรักษาไม่ได้ก็ไม่ได้ ความตายเป็นของธรรมดา ความเจ็บไข้ก็เรื่องธรรมดา ไม่ว่าจะหนักหนุญปีก หรือคนอะไร พระพุทธเจ้าก็ตายเหมือนกัน ผมไม่รู้หนังสือเลย แต่ก็ไปวัดทำบุญเยอะ ๆ ผมไม่เห็นว่าผมตายหรอก ผมนึกว่าผมเปลี่ยนชาติใหม่ เพราะคนเรามันต้องเกิดตาย เกิดตายอยู่แล้ว

คำถาม : **เมื่อเรารู้สังกรรมของชีวิต ในบั้นปลายชีวิตอยากจะทำอะไรมากที่สุด**

คำตอบ : ผมไม่ทำอะไรหรอก ผมนั่งภาวนาอย่างเดียว เวลาเข้าพรรษา ผมก็ไปจำศีลที่วัดงานก็ไม่ได้ทำ เพราะลูกไม่ให้ทำ ไม่ได้ทำมาหลายปีแล้ว นั่งภาวนาพุทโธ ๆ อย่างเดียว

คำถาม : **เมื่อยามเจ็บปวดมาก ๆ ทำอย่างไรเพื่อระงับความเจ็บปวด**

คำตอบ : ก็สวดมนต์มาก ๆ นั่งภาวนาว่าพุทโธ ๆ ไปให้ใจมันนิ่ง และใช้วิธีปฏิบัติธรรมเป็นที่พึ่ง ต้องพึ่งพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์

๓. ป้าแม้น เดชพร ชาวจังหวัดสุพรรณบุรี อายุ ๗๓ ปี (สัมภาษณ์, ๒๕๔๙, กุมภาพันธ์ ๒๒)

คำถาม : **เมื่อยามเจ็บป่วย รู้เห็นสังกรรมอะไรของชีวิตบ้าง**

คำตอบ : ไม่กลัวความตาย เพราะเกิดมาแล้วก็ต้องตาย เคยเข้าห้องผ่าตัด หมอถามว่ากลัวความตายไหม บอกว่าไม่กลัว แต่กลัวความเจ็บเป็นธรรมดา ทนได้ก็ทนไป ทนไม่ได้ก็ขอยาหมอ

คำถาม : **ยามห่างไกลคุณหมอ ยามเจ็บปวด ใช้หลักธรรมอะไร มารักษาความเจ็บปวดนั้น**

คำตอบ : อยู่บ้าน ก็พยายามทำให้สบาย ๆ นึกถึงคุณพระคุณเจ้า ตอนนี่เราก็ไม่มีโอกาสไปวัด เราได้แต่ใส่บาตรที่หน้าบ้าน เพราะขามืด ไปไม่สะดวก อยู่กันสองคนตายาย ตาก็พิการ บ้าต้องดูแลเขาคคนเดียว

คำถาม : **คนเรายามเจ็บป่วย ต้องการที่พึ่งอะไรมากที่สุด**

คำตอบ : ก็ต้องการหมอ อยากไปหาหมอ เวลาว่าง ๆ ก็พยายามคิดถึงพระสงฆ์ ก็หมั่นภาวนาอยู่ที่บ้าน ภาวนาก็คือคิดแต่สิ่งที่ดี ๆ มีอ่านหนังสือธรรมะบ้าง แต่ถ้าใจไม่ดี ก็อ่านไม่ได้ วุ่นวายสับสน บางช่วงมันเครียดเพราะตัวเองก็ป่วย แฟนก็ป่วย ก็ไปทำอะไรให้มันหายเครียด ให้มันลืมความเจ็บปวด เปลี่ยนอารมณ์ไป เพราะป่าเป็นโรคหลายโรค เช่น โรคหัวใจ ความดันและเนื้องอกในโพรงมดลูก แต่เป็นโรคดีที่ป่ามีบัตรผู้สูงอายุ จึงไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายมาก

๔. คุณสมใจ ทรายดี ชวราชบุรี อายุ ๖๑ ปี (สัมภาษณ์, ๒๕๔๙, กุมภาพันธ์ ๒๒)

คำถาม : **มีความรู้สึกอย่างไร เมื่อยามที่เราเจ็บป่วย นึกคิดอะไรบ้าง**

คำตอบ : คิดว่าไม่รอด เพราะเป็นมะเร็งปากมดลูก แต่ไม่มีความเจ็บปวดเลย แม้จะเป็นมา ๕ ปีแล้ว แต่พอรู้แล้วก็รู้สึกท้อแท้ และคิดถึงบุญกุศลที่ทำมา ที่ทำไม่ต้องเป็นแบบนี้ หลังจากนั้นแล้ว เวลาบวชชีพราหมณ์ก็ไป ปกติวันสำคัญก็จะไปบวชชีพราหมณ์ เช่นวันพ่อ วันแม่ วันมาฆบูชา วิสาขบูชา และวันพระวันเจ้าก็ไปถือศีลที่วัด แต่ก็คิดว่า อายุ ๖๐ ปีแล้ว ถ้าเป็นอะไรก็ยอม พอคิดอย่างนี้ จิตใจก็สบายขึ้น แต่บางครั้งเมื่อเห็นลูกหลานวิ่งเล่น ก็คิดว่า คงไม่มีวาสนาที่จะเลี้ยงดูอีกแล้ว บางครั้งก็ทำได้ บางครั้งก็ทำไม่ได้ ว่าวาสนาของเรามีแค่นี้ คิดว่า ถ้าหายก็จะอยู่เลี้ยงดูลูกหลานต่อไป ถ้าไม่หายก็คิดว่าเป็นไปตามเวรตามกรรม ปกติเป็นคนหงุดหงิด เพราะวิธีรักษาต้องฝังแร่ต้องฉายแสง มันทรมาน คิดว่าชาติก่อนเราคงไปทำกรรมอะไรไว้ ชาตินี้ถึงต้องรับกรรมแบบนี้ ถ้าบางครั้งทำให้หวังได้ ก็จะมีความสุขเหมือนกัน ก็ใช้วิธีสวดมนต์ภาวนานั่งสมาธิบ้าง

คำถาม : **ปกติเมื่อนั่งสมาธิ ภาวนาว่าอะไรบ้าง**

คำตอบ : ส่วนมาก ก็จะภาวนาว่า พุทโธ ๆ หรือบางครั้งก็ใช้ภาวนาว่า อรหัง สัมมา ๆ ๆ ก่อนนอนก็คิดถึงหลวงพ่อบ้านแหลม เวลาจะทำอะไร ก็คิดถึงหลวงพ่อบ้านแหลม เพราะเคยป่วยเดินไม่ได้แล้วไปบวชมาแล้วเดินได้ จึงยึดเป็นที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจ และเวลาคนเราจะตาย ก็ไม่มีอะไรเป็นที่พึ่งได้หรอก พระรัตนตรัย ก็เป็นการชี้ทางที่ดีเท่านั้น แม้แต่พระเกจิดัง ๆ ก็ตายเหมือนกัน พระก็ตายเหมือนกัน ถึงอย่างนั้น พระรัตนตรัยก็เป็นที่พึ่งสูงสุดของเรา เพราะฉะนั้น เมื่อยังมีชีวิตอยู่ ก็ขอให้ทำดีให้มาก ๆ ไว้

๕. ลุงโสภี เลิศล้ำ ชาวจังหวัดราชบุรี อายุ ๕๕ ปี (สัมภาษณ์, ๒๕๔๙, กุมภาพันธ์ ๒๒)

คำถาม : **เมื่อยามเจ็บป่วย เห็นสังขารอะไรของชีวิตบ้าง**

คำตอบ : เห็นว่าจะทำอะไรให้มันหาย จะหายหรือไม่หายยังไม่รู้เลย โรคที่เป็นบางครั้งก็ปวด บางครั้งก็ไม่ปวด เวลาเจ็บป่วยก็นึกถึงธรรมะ ภาวนาว่า **ขันติ** ความอดทน ๆ และคิดถึงลูก ๆ หลาน ๆ

คำถาม : **ปกติทำบุญกุศลอย่างไรบ้าง**

คำตอบ : ปกติก็ทำบุญตักบาตร วันพระก็ไปทำบุญ รับศีล แล้วกลับบ้าน ทำมาตลอดเลย ป่วยมา ๔ เดือนแล้ว เป็นโรคนี้นานแล้ว แต่รู้เมื่อ ๔ เดือนก่อน กินข้าวไม่ลง กินน้ำไม่ลง พอไปตรวจกับหมอรู้ว่า เป็นโรคมะเร็งก็ทำใจว่า ถึงเวลาตายก็ตาย ถามว่า กลัวความตายไหม ตอบว่า ไม่กลัวความตาย เห็นความตาย ความเจ็บป่วยเป็นเรื่องธรรมดา

คำถาม : **ในช่วงเวลานี้ อยากทำอะไรมากที่สุด**

คำตอบ : อยากจะทำบุญใส่บาตรทุกวันให้บุญเพิ่มพูนมากขึ้น พอยามเจ็บป่วย นึกถึงบุญกุศลก็มีความสุข แต่ไม่ได้ภาวนาอะไร ให้พระสวดมนต์ แล้วก็นอน

๖. คุณสมนึก แสงทวี ชาวจังหวัดสระบุรี อายุ ๓๘ ปี (สัมภาษณ์, ๒๕๔๙, กุมภาพันธ์ ๒๒)

คำถาม : **เมื่อยามที่เราเจ็บป่วย เรามักนึกถึงอะไร**

คำตอบ : นึกถึงหมอนึกถึงความเจ็บปวด แล้วนอนไม่หลับและเห็นนกบินอยู่ในบ้าน พอเจ็บปวดมาก ก็นึกถึงคนที่เรายู่ด้วย ต้องการให้เขาเอายามาให้กินเพื่อระงับความเจ็บปวด รู้ว่าเป็นโรคมะเร็งเมื่อปีกลาย ก็ทำใจไม่ได้ เพราะนึกว่าเป็นเรื่องอกกรรมตา แต่จริง ๆ แล้วเริ่มแพ้ไปตั้งแต่ปอดแล้ว ก็จะมีรู้สึกว่าจะเจ็บปวดทรมานมาก

คำถาม : **เมื่อยามเจ็บปวดมาก ๆ ใช้คำภาวนาอะไรเพื่อจะเปลี่ยนอารมณ์**

คำตอบ : ก็เคยนั่งสมาธิบ้าง นั่งได้ ๑๐ นาที ๒๐ นาที ก็ค่อยยังชั่ว ระงับปวดได้เหมือนกัน แต่ก็ทำไม่ได้ทุกวัน ใช้คำภาวนาว่า **พุทโธ ๆ**

คำถาม : **ชีวิตของคนเรา มีความเกิดดับเป็นที่สุด อยากจะทำคุณงามความดีอะไรมากที่สุด**

คำตอบ : **อยากช่วยเหลือผู้อื่น**

คำถาม : **อยากบอกอะไรกับคนที่ เป็นโรคอย่างเรา**

คำตอบ : ขอให้สู้ต่อไปอย่าท้อถอย และทำใจของเราไม่ให้เครียด ปล่อยตามสบายไป อย่าให้มันเครียดทำใจให้สบาย เช่น เวลาเราเดินไปพร้อมกับเขา ก็ปล่อยให้เขาเดินไปข้างหน้าเลย เราก็ไปของเราเรื่อย ๆ สบาย ๆ

๗. คุณอนงค์ วงศ์จุ ชาวจังหวัดกาญจนบุรี อายุ ๓๕ ปี (สัมภาษณ์, ๒๕๔๙, กุมภาพันธ์ ๒๒)

คำถาม : **ในยามที่เราเจ็บปวด ส่วนมากจะนึกถึงอะไรเป็นพิเศษ**

คำตอบ : **คิดถึงคุณพ่อคุณแม่ คุณพระคุณเจ้า คุณพระรัตนตรัยให้ช่วย** พอลงนอนก็ให้ท่านเหล่านั้นช่วยลูกด้วย และที่ทำงานก็ทำบุญทุกปี และครอบครัวของหนูที่บ้านก็ทำด้วย พอนึกถึงบุญกุศลก็ทำให้

สบายใจเหมือนกันและคิดถึงสิ่งศักดิ์สิทธิ์ คิดถึงสิ่งดี ๆ งาม ๆ ในยามที่ไม่เจ็บป่วยก็ไม่คิดถึงเท่าไร แต่ก็ทำ
ความดีมาตลอด

คำถาม : ยามที่เราเจ็บป่วย อยากทำอะไรมากที่สุด

คำตอบ : อยากจะทำให้ลูกเป็นห่วงลูก ทุกวันนี่ยังไม่กลับบ้านเป็นของตัวเองเลย อยู่บ้านพักข้าราชการ
อยากปลุกบ้านให้ลูกอยู่ อยากให้ลูกทั้ง ๒ คนเรียนสูง ๆ กำลังเรียนแค่มัธยมเอง แต่แฟนไม่ค่อยเป็นห่วง
หรือ เพราะเราให้ความสุขเขาไม่ได้ ขอเลิกกับแฟนเขาก็ไม่ยอม แต่เขาทำหน้าที่ดีนะ ใจดีด้วย คือเมื่อเราให้
ความสุขเขาไม่ได้ ก็เหมือนกับกักขังเขาไว้ บอกให้เขาเลิก เขาก็ไม่ยอม และให้กำลังใจว่าเขาจะต้องหาย
แน่นอน

คำถาม : ปกติแล้วนอกจากทำบุญแล้ว ใช้คำภาวนาอย่างไร

คำตอบ : ก็สวดมนต์ตามที่เคยสวดได้นั้นแหละ ลูกเขาไปเข้าค่ายพุทธบุตร เขาก็บอกให้นั่งสมาธิ
ทำแล้วก็รู้สึกสบายดีเหมือนกัน แม่เขาก็เคยบอกว่าให้สวดมนต์ภาวนาแล้วให้อาบุญความดีนี้มาช่วย ถ้าเรามี
บุญมาก ๆ ก็คิดว่า โรคภัยน่าจะหายได้ เคยบ่นไว้ว่า ถ้าหายจากโรคนี้แล้ว ก็จะบวชชีพรหมณ์ ๗ วัน และ
เมื่อยามนั่งสมาธิก็จะภาวนาว่า พุทโธ ถึงเวลานอนไม่หลับก็จะภาวนาว่า พุทโธ ๆ แล้วหลับไป

คำถาม : ยามเจ็บปวด เวลาจะเปลี่ยนอารมณ์ระงับความเจ็บปวด ใช้วิธีอะไร

คำตอบ : กินยา กินยาพาราแก้ปวด ก็ระงับความเจ็บปวดได้แล้ว และเมื่อเวลามาหาหมอ ก็ให้
เจ้าหน้าที่เจ้าของขออย่าให้เจ็บปวดมาก และเมื่อมารักษา ก็เจ็บปวดไม่มาก ดิฉันเชื่อว่า บุญกุศลที่เคยทำไว้ช่วยให้
ตัวเองเจ็บปวดไม่มาก เพราะเคยเลี้ยงดูพ่อแม่มา และการเลี้ยงดูพ่อแม่ มีส่วนช่วยให้ตนเองเป็นโรคนี้ไม่มาก
การคิดเช่นนี้เป็นเปลี่ยนอารมณ์เพื่อระงับความเจ็บปวดได้

๔. บุคคลผู้ดูแลรักษาคนเจ็บป่วย

มีบุคคลที่ไปสัมภาษณ์จำนวน ๕ คน ได้แก่

๑. รศ.ดร.สุภรณ์ ดนัยดุษฐ์กุล อาจารย์พยาบาลคณะพยาบาลศาสตร์ โรงพยาบาลศิริราช
(สัมภาษณ์, ๒๕๔๙, กุมภาพันธ์ ๒๑)

คำถาม : มีหลักปฏิบัติต่อคนไข้ใกล้จะตายอย่างไรบ้าง

คำตอบ : มีหลักให้การรักษายาบาลอย่างเสมอภาคกัน คือไม่ใช่ว่าคนไข้ใกล้จะตายหรือผู้ที่หมด
หวังแล้วก็จะดูแลอีกแบบหนึ่ง หรือคนอยู่ในภาวะที่พอรักษาได้ก็จะดูแลอีกแบบหนึ่ง มีใช้อย่างนั้น เราจะดูแล
รักษาคนไข้ดีที่สุดที่สุดอย่างเท่าเทียมกัน ไม่ว่าผู้ดีหรือคนจนก็จะให้การรักษาเสมอเหมือนกัน เท่าที่เราสามารถ
จะทำได้ บางทีเข้าไปถามรู้อาการไข้ของเขว่าเป็นอย่างไร พุดคุยด้วยให้กำลังใจเขา ให้ความเป็นห่วงเป็นใย
มีความประสงค์อะไร ให้ยาแล้วหรือยัง พุดคุยอยากทราบความรู้สึกของเขาว่าเขารู้สึกอย่างไรบ้าง ณ ขณะนั้น
ก็ถ้าเขาไม่รู้สึกตัว และอยู่ในอาการที่ไม่คงที่ ก็มักจะคุยกับญาติจะถามญาติว่าญาตินี้รู้หรือยัง เกี่ยวกับอาการ
ของเขาและก็มีเตรียมตัวอะไรหรือเปล่าและการแนะนำ เท่าที่เคยทำมา ก็จะแนะนำญาติเราเป็นพุทธก็จะให้

ห้อง พุทโร กับญาติของเขาที่หมดหวังแล้วเนี่ยก็จะให้ห้องเรื่อง พุทโร และให้เขาไปซื้อพวงมาลัยมา และให้ญาติของเขาประนมมือเข้าไปไหว้พระราชบิดา หรือถ้ามีได้จริง ๆ ก็เอาไว้ที่หัวเตียง แล้วให้เขาพูดข้างหูของคนไข้ตลอดเวลาว่า พุทโร ๆ สมมติว่าอย่างเคส (case) ที่เคยทำ จะเป็นเคสของลูกชายที่ไม่รู้ชื่อไหนเลยมาถึงก็รู้ว่าแม่จะเสียชีวิตแล้วเพราะว่าตอนที่แอดมิท (admit) เข้ามาด้วยโรคที่ไม่ร้ายแรง แต่รักษาแล้วรักษาให้หายไม่ได้ เพราะว่าบังเอิญมาพบว่าเป็นมะเร็งในระยะสุดท้าย ก็เลยสอนเขา เพราะว่าเขาไม่รู้เรื่องเลย ไม่รู้จะทำอย่างไรดี ได้แต่ทำหน้าที่นurses อย่างเดียว ก็บอกกับเขา เขาก็ทำ และให้เขาสัมผัสแม่เขาตลอดเวลา ให้คอยสัมผัส และให้อยู่พูดคุยด้วยตรงนั้น คือตนเองไม่ใช่คนที่เป็นนักปฏิบัติธรรม หรือเป็นคนมีธรรมะมากเท่าไร แต่รู้แค่ลักษณะของสิ่งที่ปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้ อย่างหนึ่งก็คือว่า มีพระรูปหนึ่งเคยสอนไว้ว่า จิตที่ไกลจะไป ถ้าได้ฟัง หรือได้ระลึกถึงสิ่งที่ดี ๆ จะได้ไปอยู่ในภพที่ดี ๆ การที่ทำให้จิตเขานิ่งอยู่กับคำว่า พุทโร หรือหนึ่งอยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่เป็นสิ่งที่ดี ๆ เขาก็จะไปอยู่ในภพที่ดี ๆ ก็จะใช้วิธีอย่างนี้

คำถาม : เมื่อเจอคนไข้ที่ทรมานทรมาน มีวิธีการเปลี่ยนอารมณ์ของผู้ใกล้จะตาย ให้มีความสงบได้อย่างไร

คำตอบ : ประสบการณ์ตรงนี้ไม่มากนักหลักการนี้ก็คือการใช้หลักการทางจิตวิทยาบวกกับประสบการณ์ส่วนตัวมากกว่า คงไม่ใช่หลักวิชาการอย่างเดียว มาบวกกับประสบการณ์ส่วนตัว คือพยายามเข้าไปพูดใกล้เขา แล้วก็สัมผัสและให้เขาพูดระบายออกมาก่อน ให้เขาปล่อยเต็มที่ก่อน จะไม่ไปบอก อयर้องนะ อयर้องโน้น อย่างนั้นนะ แต่จะเข้าไปคุยกับเขา แล้วจะถามเขาว่า ที่ร้อง เพราะอะไร ที่กระวนกระวายอยู่ที่นี่ เพราะอะไร เจ็บตรงไหน หรือว่าอยากได้อะไร หรือว่าไม่สบายใจ ไม่สบายตัวตรงไหน ให้บอก เจ็บมากไหม ได้ยาหรือยัง ได้แล้วดีขึ้นหรือเปล่า ไม่ได้หรือ แล้วเป็นอย่างไรบ้าง อย่างมีเคส (case) ที่เจออยู่เคส (case) หนึ่ง คนไข้ทรมานทรมานมาก หลังผ่าตัด คนไข้บอกว่าปวดจนหายใจแทบไม่ออกและทรมานทรมานมาก แต่ก็บอกกับเขาว่า เดี่ยวดูให้ไม่ต้องกังวลนะ จะอยู่เป็นเพื่อนตลอดเลย แล้วก็ให้หนักศึกษามาอยู่เป็นเพื่อนแล้วก็ถามเขา ดูอาการของเขา และดูในใบบันทึกว่าเขาได้ยาแก้ปวดเมื่อไร แล้วประสานงานกับคนประจำเตียงให้ทราบข้อมูลแล้วก็ให้ลูกศิษย์มาช่วยวัดสัญญาณชีพและช่วยประเมินสิ่งต่าง ๆ ที่น่าจะประเมินในช่วงนั้น เพราะว่าเขาทรมานทรมานมาก เหนือออกสีหน้าซีด หายใจเริ่มขัด ก็จะทำให้ประเมินสัญญาณต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับพวกนี้หมดเลย และรีบตามหมอ และจะบอกเขาด้วยว่า เราทำอะไรให้บ้าง กำลังตามหมอมานะ เดี่ยวหมอมจะมาแล้ว ดุยกแก้ไขปวดให้อยู่ ตอนนี้ได้ไปตรงนั้นนะ แล้วอาการไม่ดีขึ้นหรือคะ ค่อย ๆ พูดตามที่เขابอก เขาบอกอย่างไร ก็จะเชื่อเขา แล้วก็พูดตามสิ่งที่เขابอก เดี่ยวให้หมอมานะ และถ้าหมอมไม่มาเอง จะตามเองเลย ก็จะอยู่เป็นเพื่อนคนไข้ตลอด แล้วคนไข้ก็ได้รับยา ได้รับอะไร ก็จะคอยติดตามอยู่ตลอดเวลาว่าดีขึ้นไหม ถ้ายังไม่ดีขึ้น เดี่ยวจะดูให้อีก ก็จะเฝ้าระวังอยู่ตลอดเวลาไม่ทิ้งตรงนั้น และก็เปิดโอกาส จะประสานงานให้ญาติมาอยู่เป็นเพื่อนด้วย ให้ญาติที่เขาสนิทด้วยมีส่วนในการพูดให้เขาฟังด้วย เจ็บตรงไหน ยังไม่ดีขึ้นเลยหรือ ไหนลองทำอย่างนี้สิ ทำเหมือนอย่างที่เคยสอนนะ ลองหายใจลึก ๆ สิ ลองจัดทำให้เขา ไหนลองให้เขาพลิกตะแคงตัวสิ ดีไหม ถ้าได้ยาแก้ปวดไปแล้ว ยังไม่ดีขึ้นเลยหรือ และปวดมากตรงไหนอีก ถ้ายังไม่ดีขึ้นจริง ๆ เดี่ยวจะตามหมอมให้อีก ก็คือจะฟังเขาและเชื่อเขา

ในสิ่งที่เขาพูด จะไม่มีการตำหนิเลย ทำให้เขาแก้ปวดไปแล้ว ยังไม่หายอีก ก็หมอมาคูแล้วนี่ อะไรอย่างนี้ เขาก็จะรู้สึกว่ามี เสรีแล้ว ตัวอย่างเคส (case) ที่ทำเนี่ย พอดีเป็นบอร์ด (board) ที่เป็นบอร์ดผู้หญิง และก็ มีสามี และญาติเขา มา สามีเขาก็มาโวยวายว่า ทำไมไม่ให้เห็นมาดูให้เลย ทำไมไม่ตามหมอ คือโวยวายกับเรา เพราะว่าเราอยู่ข้างเตียงตลอด เรากับลูกศิษย์ คนไข้ก็บอกว่า อย่าไปว่าคุณเขา คุณเขาดูให้ตลอดเลย เออเขาก็ จะบอกอย่างนี้ ฉะนั้น ตรงนี้ เป็นสิ่งที่รู้สึกว่าจะช่วยให้เขาคลายความทรมานหายได้ไหม แต่ช่วยให้เขาบรรเทาขึ้น เขาฟังเรามากขึ้น และตาเขามีความหวัง เวลาที่เราบอกเขาว่า กำลังตามหมอให้ ให้ยาไปแล้ว ตอนนี่ดีขึ้นไหม หรือเรวัตโน้นบ้าง นี่บ้าง คือบอกเขาว่า ใจเย็น ๆ หายใจลึก ๆ นะนะทำอย่างนั้นนะ เต็มดวงดวงตัวให้นะ ลอง ทำอย่างนั้นนะ รู้เลยว่าเขามองเราด้วยความหวัง และเขารู้สึกว่า ดีขึ้นแต่ยังไม่หายเจ็บ แต่ว่าเรารู้สึกว่า เขาอุ่นใจ ขึ้น เขาจะจับมือเราแน่นมาก เราก็จะให้เขาจับ แล้วเขาก็จะฟัง เวลาเราพูดอะไร เขาก็จะเชื่อหมดเลย แล้วเขาก็ มองเราตรงนี้ เขาก็จะทรมานน้อยกว่าครั้งแรกที่เราไปเจอเขา เพราะว่าถ้าเราอยู่เป็นเพื่อนนะคะ อันนี้คือ เราช่วยคนที่ทรมาน

สำหรับคนที่ไม่ทรมานเราก็ได้อยู่ แต่ว่าจะคอยหมั่นเข้าดูเป็นระยะ ๆ เราจะไม่ได้ไปคอยโต้ตอบ อะไร เพราะว่าเขาไม่ต้องการให้โต้ตอบเขา แต่จะหมั่นเข้าไปถาม เพราะว่าถึงคนที่ไม่ทรมานจริง ๆ แล้ว เขาก็ต้องการให้เราเข้าไปหมั่นไปคลุกคลีถามเขาด้วย เพราะบางคนเป็นลักษณะคนละเอียดอ่อน อันนี้ด้วยความ เจ็บปวด หรือความเจ็บป่วยที่เขาอยู่เนี่ยต่างกันก็ได้ ทำให้เขาแสดงออกต่างกัน เพราะว่าคนไข้ถ้าไม่ทรมาน เขาจะไม่แสดงอาการทรมานหรือ เขาจะพยายามอดทนมากที่สุด อันนี้เป็นธรรมชาติของคนไข้ในประเทศไทย เขาจะไม่แสดงอาการอย่างนี้ เพราะว่าเขาเกรงใจเจ้าหน้าที่ เพราะฉะนั้น เราจะต้องไม่ลืมคนกลุ่มนี้ด้วยที่ จะต้องหมั่นไปพูดกับเขา ดูแลเขาด้วย เพียงแต่ว่าจะไม่ได้ไปจับมืออะไรตลอด อย่างเช่นว่าเขาปวดมาก แต่เขา ไม่ทรมาน เราก็จะต้องบอกประสานงานให้เขา ให้เขาได้รับยาแก้ปวดให้ได้ เราจะไปถามเขาว่า เขาดีขึ้นหรือ ยัง ถ้าไม่ดีขึ้น เราก็จะประสานงานให้และก็บอกว่า ไม่เป็นไรนะ มีอะไรให้บอก ไม่ต้องเกรงใจ กดออกได้ ทุกเวลา ทุกคนยินดีมาดูแลคุณ คุณไม่ต้องเกรงใจ เพราะว่าสิ่งที่คุณเป็น คือสิ่งที่คุณทรมาน ควรจะได้รับการ ดูแล นี่ก็คือสิ่งที่ปฏิบัติจริงตอนที่พานักศึกษาขึ้นปฏิบัติ

คำถาม : ในขณะที่พยาบาลผู้ป่วย ผู้ป่วยจะมีการแสดงออกที่น่าพอใจใจบ้าง ไม่น่าพอใจบ้าง
อยากทราบว่า อาจารย์ใช้หลักธรรมอะไรในการดูแลผู้ป่วย

คำตอบ : วิธีการที่ทำมาไม่รู้ว่าเป็นหลักธรรมหรือเปล่า อย่างที่บอกว่า ไม่ใช่คนนักปฏิบัติธรรม หรืออะไร โกลวัตมาก ก็มีเหมือนกัน คนไข้ที่ไม่พอใจหรือว่า คนไข้ที่น่าพอใจ คนไข้ที่น่าพอใจ เราก็จะพูดคุย ด้วยว่าเป็นอย่างไร แต่เราก็สังเกต ถ้าคนที่หน้าตาแสดงอาการพอใจ เราค่อนข้างหมดกังวลแล้ว แสดงว่ามีคน เข้าไปใกล้ชิดเขาเยอะ พูดคุยกับเขาเยอะ ทำให้เขารู้สึกว่า เขาอยู่ที่นี้ด้วยความสบายใจ แต่ว่า ถ้าคนที่หน้าตา ไม่น่าพอใจเนี่ย คือคนที่ต้องการอะไรสักอย่างหนึ่งแน่นอนเลย อันนี้ก็จะไม่ปล่อยให้ค้างคาใจ คือคิดว่าเราไม่ได้ ทำอะไรไม่ดี เขาก็ไม่น่าที่จะแสดงออกที่ไม่ดีกับเราด้วย แต่เป็นไปได้ที่เขาอาจจะแสดงออกที่ไม่ดีกับทุก ๆ คน ที่ดูแลเขาก็ได้ เพราะฉะนั้นก็จะถามเขาว่า เป็นอะไร เขาโกรธใครหรือ เขาไม่พอใจอะไร ที่นี้ดูแลเขาเป็นอย่างไร

บ้าง ทำไม่เขาถึงมีสีหน้าไม่ยิ้มแย้ม หรือว่าเขาเป็นอะไร มีเรื่องปัญหาส่วนตัวหรือเปล่า มีอะไรก็คือจะพูดคุยกับเขาไปเรื่อย ๆ แต่ว่า ลักษณะการคุย ก็จะมีเทคนิคเหมือนกัน ก็คือตอนแรก ๆ จะยังไม่ถาม ค่อย ๆ คุยก่อนว่า เป็นอะไร และมาอยู่ที่วันแล้ว เจ็บตรงไหน ทั้ง ๆ ที่เรารู้แล้วว่าเขาเป็นอะไร และสีหน้าเขาเป็นอย่างนั้น และบางครั้งเขาบอกเรามาเนี่ย เขาโกหกเรา เพราะว่าเราไปอ่านเอกสารการรักษาแล้ว เราก็จะเฉย ๆ ไม่ไปว่าอะไรเขาที่เขาพูดอย่างนี้ เสร็จแล้วจะบอกว่า ถ้ามีอะไรก็ให้บอกนะ หรือว่าอยากจะคุยอะไรก็ให้บอกมาก็ได้ ถ้าไม่อยากจะพูดก็ไม่ต้องพูดนะคะ ถ้าเขายังหน้าบึ้งอยู่ คือเราก็จะปล่อยเขาไปก่อน ไม่ไปเข้าชี้เขามาก แต่ถ้าคนไข้ที่ให้ข้อมูลที่ตรง และเป็นข้อมูลที่เซ็นลิตีฟว (sensitive) มาก ๆ เราจะกลับไปหาอีก พูดใหม่ พูดเรื่องที่เราจะมาคุยนะคะ แต่ว่าจะพูดในลักษณะที่ เออที่เป็นอย่างนี้ ตอนนั้นไม่หาหมอนี่ไหนหรือ อะไรอย่างนี้ เคยมีเคส (case) ที่เป็นลักษณะของคนไข้ที่เป็นอะไรที่เซ็นลิตีฟว (sensitive) มากก็อย่างนี้และเป็นอย่างไรละ อยากรู้ให้ฟังใหม่ คือสิ่งหนึ่งที่ใช้ก็คือถ้าเขาโกรธมา เราก็ไม่โกรธตอบ เพราะว่าเราจะต้องไม่ถือสาคนไข้ เพราะว่าคนไข้เขาอาจจะโกรธด้วยความทุกข์ทรมาน หรือเรียกคนไหนคนไหนไม่มาก็ได้ หรือบังเอิญเราเข้าไปพอดี เราก็กลายเป็นคนที่เข้ามารับอารมณ์เขาพอดีหรือเปล่า แต่เราจะไม่รับ แต่เราจะถามว่า โกรธอะไรหรืออย่างนี้ แล้วเขาก็จะบอก แต่เขาบอกว่าไม่ใช่คุณนะ ไม่ใช่คุณที่ทำให้โกรธ อันนั้น เขาก็จะมีเคส (case) อย่างนี้เหมือนกัน แต่เขาโกรธใครเมื่อไหร่ แล้วเราก็จะบอกเขาว่า เออ สิ่งที่เขาไม่ได้ทำให้เนี่ย เพราะอะไร เพราะบังเอิญเขาติดอะไรอยู่ เราจะพยายามพูดให้เขาเข้าใจว่า เขาไม่ได้รับการตอบสนอง และทำให้เขาโกรธเนี่ย แต่ที่จริงแล้ว ไม่ใช่ทุกคน ไม่ใช่คนที่นั้นจะไม่ดูแลเขาหรอก แต่เนื่องเขาติดภาวะจำเป็นอยู่ เขาเลยมาดูแลไม่ได้ ทำให้คุณโกรธ เดี่ยวให้คนอื่นไปเอาให้ได้ใหม่ หรืออะไรอย่างนี้ คือเราจะพูดข้อมูลให้เขาผ่อนคลายลง ไม่ใช่ให้เขารู้สึกว่า เขาจะต้องโกรธอะไร และอย่างเมื่อไหร่ ย้อนไปถึง เคส (case) ที่เล่าให้ฟังว่า ที่เขาโกรธ และเขาโกหก และครั้งหลัง กลับเข้าไปคุยกับเขาและพูดข้อมูลที่เป็นจริงจะค่อย ๆ พูดกับเขาอีกครั้งหนึ่ง แล้วเขาก็จะบอก พอเขาบอกแล้ว รู้สึกว่าเขาหายอึดอัด หน้าตาเขาจะดีขึ้น แล้วเราก็สามารถแนะนำเขาได้อย่างเต็มที่มากขึ้น เราก็จะพูดกับเขา คิดว่า สิ่งทีพูดตอนหลัง จะเป็นสิ่งที่ตรงประเด็นของเขา อยากให้คนอื่นมาพูดมากขึ้น แต่เขาอายุไม่กลับออกตอนแรก คือพอดีไม่อยากพูดว่าเขาเป็นโรคอะไรนะคะ ตรงนี้ เคส (case) เหล่านี้ ก็ทำให้เขา สีหน้าเขาชัดเจนเลย แจ่มใสขึ้น จากที่ครั้งแรก ใครไปก็หน้าบึ้งไม่อยากพูดด้วย ไม่อยากอะไรด้วย เพราะว่าสิ่งที่มันเก็บเป็นความลับในใจเขาเนี่ย เขาไม่อยากพูดออกมาให้ใครฟัง แต่ในเมื่อเราเข้าไปพูดคุยกับเขาใหม่ ถามเขาใหม่ โดยให้ความเป็นกันเอง และก็พูดว่า พี่เข้าใจนะ แล้วไปอย่างนั้น ใครแนะนำไป หรือไปแล้วเป็นอย่างไรบ้าง แล้วเขาดูเลดีใหม่ เป็นอย่างไร อะไรอย่างนี้ แล้วคิดอย่างไรหรือเปล่า ไปทำพ่อแม่รู้ใหม่ และพ่อแม่ช่วยเหลืออย่างไรบ้าง พี่ก็เข้าใจหนอ มันก็ลำบากหนอในการตัดสินใจอะไรอย่างนี้ เราก็จะพูดลักษณะนั้นไป อันนี้ไม่รู้ว่าเป็นธรรมชาติใหม่ เพราะว่าไม่รู้เหมือนกัน นะคะ ส่วนมากก็จะใช้วิธีแบบนี้

๒. ผศ.เรณู อางสาลี อาจารย์พยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ โรงพยาบาลศิริราช (สัมภาษณ์, ๒๕๕๙, กุมภาพันธ์ ๒๑)

คำถาม : มีหลักในการดูแลคนป่วยซึ่งกำลังจะเสียชีวิตอย่างไร

คำตอบ : คือคนไข้ในวาระสุดท้าย ที่ดิฉันทำงานกับคนไข้และก็มีความรู้สึกที่ว่า ไม่ว่าคนไข้ที่ใกล้ตาย หรือว่าคนไข้ปกติก็จะให้การพยาบาลดูแล เหมือน ๆ กัน และดีที่สุดเท่าที่จะทำได้ แต่ในกรณีที่ตั้งวาระสุดท้าย เราอาจจะมองไปในลักษณะที่ว่า ทำให้เขามีความเชื่อมั่นว่า ถึงอย่างไรทุกคนก็ไปลงท้ายตรงนั้น มีให้ตื่นกลัว หรือว่าเป็นห่วงกังวลกับสิ่งที่เขายังทำอะไรไม่สำเร็จ หรือว่าเป็นภาวะที่เขาจะต้องคิดถึง ก็อาจจะต้องให้กำลังใจ ว่าให้เขา ยอมรับความจริงในกาลที่เขาเตรียมตัวในแง่ที่ว่า อะไรที่เขาคิดว่า ยังเป็นภาวะจะมอบหมายให้ใครทำต่อไป คือบางครั้ง การชี้แจงในสิ่งเหล่านี้ก็ต้องมองในแง่ที่ว่า บุคคลนั้นยอมรับตรงนี้หรือเปล่า บางคนเขาก็อาจจะบอกว่า เขายังไม่ถึงเวลาตรงนั้น เราจะไปพูดสิ่งเหล่านี้ก็จะเป็นการกระทบกระเทือน ทำให้เขาแย้ง แต่ในกรณีที่เราเห็นว่า คนไข้บางคนรู้และพูดในลักษณะถามความเห็นว่าจะมีชีวิตอยู่ได้นานอีกเท่าไร บางครั้งเราก็อาจจะให้กำลังใจว่า พูดไม่ได้ว่า เมื่อไรจึงจะถึงเวลา แต่ถ้าอะไรที่เขาคิดว่ายังเป็นภาวะที่ต้องการให้คนดูแลต่อ หรือว่าถ้าเขาไม่อยู่แล้วจะเป็นเรื่องยุ่งยาก ก็แนะนำให้เขาทำอะไรสำหรับผู้ที่มาทีหลัง สิ่งเหล่านี้ อาจจะช่วยให้เขาคายกังวล เขาควรที่จะมีผู้รับผิดชอบงานในงานที่เขาจะต้องเป็นภาระต่อไป ถ้าสมมติว่าเขาจะต้องเสียชีวิตไป

ในการที่ให้การพยาบาลนี้ เราอาจจะมองพวกนี้ในลักษณะที่ให้ความเมตตาเป็นพิเศษ และเขาต้องการอะไร ก็จะแนะนำญาติในสิ่งที่เขาต้องการตามความพอใจ เช่นบางที่เขาต้องการจะกลับไปอยู่บ้าน เขาต้องการอยู่ตรงนี้ เขาต้องการให้ใครมาหาเขา ซึ่งก็ทำตามได้ยาก

คำถาม : ในกรณีที่คนไข้ทุรนทุรายและเราเป็นผู้ดูแลอยู่ตรงนั้น มีวิธีเปลี่ยนอารมณ์จากอาการ ทุรนทุรายให้สงบอย่างไร

คำตอบ : การดูแลคนไข้พวกนี้ ต้องใช้จิตวิทยาพอสมควร ที่จะเข้าไปหาผู้ป่วยให้ยอมรับพฤติกรรม ให้กำลังใจว่า ที่เขาเจ็บปวดไม่สบาย แต่มีคนดูแลอยู่ใกล้ ๆ คอยช่วยเหลือ คุณร้องแล้วคุณผ่อนคลายก็ไม่ว่า คุณตื่นกลัว มีความรู้สึกสบายก็ไม่ว่า แต่ระวังเราอาจต้องป้องกันในเรื่องอุบัติเหตุ ก็ดูแลเข้าใจเขา อธิบายให้เหตุผล ว่าตอนนี้ ถ้าเป็นโรคนี้ คุณต้องเจ็บอย่างนี้ มียาให้ และยาที่ให้ก็จะทำให้สบายขึ้น หากให้ยาแล้วเขาไม่ดีขึ้น เราจะเพิ่มให้ ก็เพื่อให้เขาสบายขึ้นในจุดนั้น จะมองถึงจุดที่เป็นที่ยึดเหนี่ยว เขาคิดถึงใคร มีอะไรที่ผูกพัน คน ๆ นั้นมาหาเขาไหม ชักนำให้เขาพูดถึงคน ๆ นั้น ให้เขาถ่ายทอดเพื่อให้ผ่อนคลายในสิ่งที่เขากำลังเจ็บปวด หรือไม่สบายตรงไหน พูดถึงการทำยังไงให้เขาสบาย และให้เขานึกถึงพระ ถึงความดีที่เขาภูมิใจ เขาเคยทำอะไรแล้วมีความสุข มีอะไรที่เขาต้องการ เข้าไปดูใกล้ ๆ ไม่ใช่ปล่อยให้เขานอนอยู่ เขาจะมีความรู้สึกที่ว่า เออมีคนคอยดูแล เขาก็อาจจะสงบ

คำถาม : **อีกประเด็นหนึ่ง ในกรณีที่ว่า คนป่วยต้องการที่พึ่งที่เป็นธรรมโอสถ เป็นยารักษาใจของ เขาที่จะนำไปสู่ความสงบ อาจารย์มีหลักที่จะเปลี่ยนอารมณ์ของคนไข้ได้อย่างไร**

คำตอบ : เป็นบางคนบางคนยอมรับ บางคนก็ไม่ยอมรับจากการทำงานที่ผ่านมา คนไข้บางคนยอมรับ จุดตรงนั้นของตัวเอง มองว่า ถึงเวลาหรืออะไร ก็จะไปบอกให้เขารู้ว่า ถ้าชอบสวดมนต์ ก็สวดไป หรือชอบฟังเทศน์ก็ให้ฟัง หรือในบางขณะที่เรามีความรู้สึกว่า อาจจะบอกเขาว่า ชีวิตของเราถูกกำหนด ถึงเวลาไปก็ ต้องไป ใครจะดี จะชั่วก็ฝันไม่ได้ ให้เขาคิดแค่เพื่อถึงเวลา ก็จะถึงเวลาของเขาเอง ให้เขาทำใจว่า อะไรจะเกิด ก็ต้องเกิด คนเราตายคนเดียว นี่นะคนเราเมื่อถึงเวลาพอฟังเทศน์นี้จะยอมรับและผ่อนคลาย

๓.ผศ.ดร.วรรณลดา จันท์เรืองวณิช อาจารย์พยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ โรงพยาบาลศิริราช (สัมภาษณ์, ๒๕๔๙, กุมภาพันธ์ ๒๑)

คำถาม : **มีหลักในการดูแลคนป่วย ซึ่งกำลังจะตาย อย่างไร**

คำตอบ : กำลังจะหมดหวัง หมายความว่ากำลังจะตายอยู่แล้ว ก็เคยดูแลคนป่วยใกล้ตายมาแล้ว จำนวนมากในช่วงนั้นจะสังเกตอาการเขาก่อน ว่าสภาพการรับรู้ของเขาเป็นอย่างไรบ้าง คนไข้บางคนรู้สึกตัวดี เลยนะ ลืมตาได้ แต่กำลังจะตายอยู่แล้ว เช่นเป็นมะเร็งในกระดุก ปวดทรมานมาก เหงื่อออกแตก ตอนนั้นยัง เต็มใจทำอะไรไม่ค่อยถูก ได้แต่ปลอบใจ และก็บรรเทาอาการปวดเท่าที่จะทำได้ ก็คือบรรเทาทุกบริเวณเท่าที่จะทำได้ ตอนนั้นยังเด็กมาก เราก็รู้ว่าเขาทุกข์ทรมานมาก แต่ไม่รู้ว่าเขาใกล้จะตายเต็มทน บางทีการเข้าสู่ภาวะ ความตายก็ไม่เหมือนกัน รู้ตัวเวลาสุดท้ายแล้วขาดใจตายไปก็มี แต่บางคนก็ซึ่มหลับอยู่หลายวัน บางคนก็ลืม ตาขึ้นมาบ้างนิด ๆ หน่อย ๆ พอมาช่วงหลัง ๆ นี้ก็ใช้วิธีสวดมนต์ ไม่รู้ว่าเขาสวดมนต์หรือเปล่า แต่ก็ จะพยายามให้เขาสวด หรือบางที ไม่รู้ว่าเขาอยู่ในขณะจิตอย่างไร ก็สวดมนต์ให้เขาฟังเลย แล้วโน้มหน้าจิตใจของเขาโดยมิให้เขาตกใจ เพราะจะทำให้คนไข้กลัวว่าเราจะตายแล้ว แล้วก็พยายามโน้มหน้าจิตใจของเขา เพราะส่วนใหญ่คนในลักษณะนี้ (ใกล้ตาย) จะหลับลึก ไม่ลืมตาเลย แต่ก็มีลักษณะบอกว่าเขาใกล้จะตายแล้ว เช่นความดันลดลง ลมหายใจอ่อนลง ๆ หรือลมหายใจติดขัด เราก็รู้ว่าเขาใกล้จะไปเต็มทนแล้ว ช่วงนั้น เราก็จะบอกว่า ในช่วงนี้ไม่ค่อยสบายจะเครียด ให้เขาสวดมนต์นะเพื่อให้จิตใจสงบ จะได้รู้สึกสบายขึ้น หรือบางที เราก็ไม่สามารถจะสื่อกับเขาได้ เกี่ยวกับลัทธิหรือหลักความเชื่อที่เขานับถือ จะเป็นแนวไหนหรือวิธีไหน ส่วนมาก จะบอกให้เป็นแนวกลาง ๆ

คำถาม : **คนไข้แสดงลักษณะอาการที่น่าพอใจ ไม่น่าพอใจบ้าง มีหลักปฏิบัติต่อคนไข้เช่นนี้ อย่างไรบ้าง**

คำตอบ : แสดงอาการที่น่าพอใจ หรือไม่น่าพอใจ เช่น แสดงอาการที่ดูบ้างว่าบ้าง โหมโหมบ้าง บางคนก็แสดงอาการสงบเยือกเย็น

ก็มีบ้างเหมือนกันสำหรับคนไข้บางคนก็เหลือเกิน เอาแต่ใจบ้าง บางทีก็ดูไม่เชื่อฟัง เราคิดว่า เขาไม่สบายมีความทุกข์ทรมานอยู่ ก็จะพยายามประคองจิตใจตัวเอง แล้วก็อธิบายในแง่ต่าง ๆ บางทีเขาก็มีอาการดี หรือมีปัญหาทางสมอง หรืออาจจะมีความคือส่วนตัวส่วนหนึ่ง หรืออาจจะถูกสารเคมีในสมอง

ส่วนหนึ่ง เราก็ต้องนึกว่าเขาไม่ได้อยู่ในภาวะปกติ บางที่ต้องกินยา ๔ เม็ดอย่างนี้ เขาก็ไว้วางใจ ไม่ยอมกิน บอกว่ากินไปเมื่อตระกี้ี้ ซึ่งเหนื่อยใจ บางทีก็ไม่ว่าจะทำอย่างไร บางที่ต้องออกไป แล้วให้คนอื่นที่เขาถูกใจ เข้ามาดูแลแทน หรือต้องปรับเปลี่ยนกระบวนการทำดูว่าเขาชอบแบบไหน ก็จะต้องหาวิธีประสานเพื่อให้ประสบความสำเร็จในการดูแลรักษา แต่บางครั้งที่เป็นธรรมชาติของคน พี่โมโหมาก ยิ่งถ้ามีคนไข้หลาย ๆ คน ก็ต้องถอยออกมา ถอนหายใจลึก ๆ บางทีก็ต้องข่มใจ ไม่ไ้่ง่าย ๆ เลย

คำถาม : เกี่ยวกับเรื่องการนำจิตของคนไข้ไปสู่ความสงบ อาจารย์มีหลักในการนำจิตไปสู่ความสงบอย่างไร

คำตอบ : จริง ๆ คิดว่าได้ผลในการนำจิตไปสู่ความสงบ ที่เคยทดลองปฏิบัติและศึกษามาส่วนหนึ่ง ศึกษาจากครูบาอาจารย์และปฏิบัติเองอีกส่วนหนึ่ง ถ้าเป็นไปได้เราก็จะคุยกับญาติก่อนว่า เขาชอบแบบไหน ชอบสวดมนต์ หรือจิตใจของเขายึดมั่นมีหลักธรรมแบบไหน ถ้าเป็นไปได้นะ แต่บางทีมันก็ไม่ใช่เป็นอย่างนั้น แปลกนะ บางคนเวลามีญาติอยู่เยอะไม่ไปตกมาอยู่ในมือเรา เพราะว่าถ้าอยู่กับพวกญาติ ๆ เขาก็จะปลอบประโลมใจ เราก็ให้เขาสวดมนต์พื้น ๆ เพราะว่าเป็นสบาย ๆ ที่เขาเคยได้ยินมา ก็พยายามบอกว่า ทำจิตใจให้สงบนะ อาจจะทำให้ภาวนาว่า พุทโธ หรือ สัมมาอรหัง ไว้ เพื่อให้จิตใจสงบ เราจะไม่พยายามทำให้เขาตกใจ ช่วงก่อนตายนี้ เพราะเราไม่ว่าเขาจะรับได้แค่ไหน แต่ก็มีอยู่รายหนึ่ง เป็นคนไข้ชายอายุ ๒๒ ปี เส้นเลือดในสมองแตก มาอยู่โรงพยาบาลหลายวันเลยกว่าจะตาย เราก็คิดว่าทำไมยังไม่ตายสักที อาจจะมีความห่วงใยอะไรสักอย่างจึงไม่ยอมไปง่าย ๆ ได้ถามพวกญาติ จึงได้รู้ว่าแม่ยังไม่เคยมาเยี่ยมเลย ยังไม่ได้ยินเสียงแม่เลย เพราะเขารักแม่มาก เราก็เลยเกิดอุบายขึ้นมา ก็เลยให้พ่อไปสัญญากับเขาว่า จะดูแลแม่เป็นอย่างดี ไม่ต้องเป็นห่วงเป็นใยอะไรเลย ให้ทำใจให้สบายไม่ต้องห่วงใยอะไรทั้งสิ้น เพราะว่าร่างนี้มีความทุกข์ทรมานมากให้ละวางไปเสีย เราจะได้ไปยังสถานที่สุขสบายกว่านี้ เขาก็ดีนะ ไปกระซิบที่ข้างหูบอก ว่า จะดูแลแม่นะ ไม่ต้องกังวล เราก็ไปสวดมนต์ให้เขา พอญาติไม่อยู่ เราก็สั่งให้ลูกศิษย์ไปสวดมนต์ และตัวเองก็กระซิบที่ข้างหูว่า พ่อเขาสัญญาว่าจะดูแลแม่เป็นอย่างดีนะ ไม่ต้องกังวลห่วงใยอะไรเลย พยายามสวดมนต์ทำจิตใจให้สบายนะ จะได้ไปในที่ที่สบาย ทำความดีไว้เยอะแล้ว แล้วให้ระลึกถึงความดีที่ทำไว้ จะได้มีจิตใจปลอดโปร่ง เราก็แนะนำไปอย่างนั้น แล้วให้ลูกศิษย์ไปสวดมนต์ ปรากฏว่านักศึกษาเห็นร่างของเขาลุกขึ้นมา นั่ง ก็ตกใจวิ่งจูงออกมา แล้วก็ไปร้องไห้กัน เวลานั้นเวลาเที่ยง ก็เลยไปสวดมนต์ให้เขาฟังรอบหนึ่ง บอกว่าไม่ต้องเป็นห่วงอะไรนะ ทำจิตใจให้สบายนะ ให้พยายามสวดมนต์และคิดถึงความดีที่เคยทำมา เพื่อว่าใจจะได้สบายขึ้น จะได้ไปอยู่ในที่ที่ดีจะได้ไม่ต้องทนทุกข์ทรมาน หลังจากนั้น น้ำตาไหล และน้ำมูกน้ำตาก็ไหลพรากออกมา และความดันก็ค่อย ๆ ลดลง หัวใจก็หยุดเต้น และที่หน้าแปลกก็คือนักศึกษาบอกว่า ไปเข้าฝันเขา เด็กก็โทรไปหาพ่อของเขา บอกว่าอยากจะทำสังฆทาน ให้พ่อช่วยทำสังฆทานให้เขาที่ พยาบาลบอกว่านำสงสารตอนตาย พ่อแม่ก็ไม่อยู่ ตายอย่างว่าแห้วนำสงสารเหลือเกิน ก็เลยอยากให้พ่อทำสังฆทานให้ พ่อก็บอกว่า วันเสาร์ก็จะกลับมาแล้ว มาแล้วก็จะทำด้วยตัวเองเลย ปรากฏว่าตอนกลางคืนฝันถึง บอกว่า ไม่ต้องกังวลหรอก ที่ทำให้ก็ไม่ว่าจะชอบคุณอย่างไร

แล้ว มันทมหัศจรรย์ใหม่ เรื่องแบบนี้ เพราะว่าเด็กเขาไม่โกหกหรือ เพราะเห็นสองคน และตอนกลางคืนก็ฝันเห็นคนหนึ่ง นี่ก็น่าจะเป็นคำตอบที่ดิฉัน ว่าทำมาถูกทางใช่ไหม ก็คงจะสบายใจขึ้นระดับหนึ่ง

๔. ผศ.ดร.อรพรรณ โตสิงห์ อาจารย์พยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ โรงพยาบาลศิริราช (สัมภาษณ์, ๒๕๕๙, กุมภาพันธ์ ๒๑)

คำถาม : ท่านอาจารย์มีหลักในการดูแลคนป่วยใกล้ตายอย่างไร

คำตอบ : หลักในการดูแลคนป่วยใกล้ตายนะคะ ประเด็นที่ ๑ ต้องมีการประเมินก่อน ว่าคนป่วยใกล้ตายนั้น เขามีพื้นฐานอย่างไร เพราะดิฉันมีความเชื่อว่า คนที่มีพื้นฐานต่างกัน จะมีจิตต่างกัน จะมีความชอบที่ต่างกัน จะมีความพึงพอใจที่ต่างกัน ดังนั้น หลักแรกก็ต้องประเมินพื้นฐานเขาก่อน

พื้นฐานแรกเลย ก็คือต้องรู้ว่าเขานับถือศาสนาอะไร บางศาสนาเราเอื้อมไม่ถึง อย่างกรณีที่เขาเป็นมุสลิม คำพูดบางอย่างเป็นบาปกับเขาด้วย และเขาก็จะไม่พอใจด้วย หรือถ้าเขาเป็นคริสต์แล้วเรานำทางเขาไปอีกอย่างหนึ่ง ก็ไม่ถูกต้องแล้ว เราก็ต้องดูพื้นฐาน แต่ถ้าเขาไม่ใช่มุสลิม ไม่ใช่คริสต์ หรือมีใช้ในกายอะไรที่ต้องห้าม คือยืนยันแล้วว่าเขาคือพุทธ จะบอกว่าเรามีวิธีจะช่วยเขาได้ อันนี้เป็นประเด็นแรก

ประเด็นที่สอง คนไข้มีคุณธรรมที่สูงกว่า ผูกจิตสูงกว่า เช่นศึกษาในเทศก์คนหนึ่ง เขาเคยบวชเรียนมาและศึกษารวมถึงมากถึงจุดจุดหนึ่งแล้ว ฉันทู้เลยว่า วิธีที่จะช่วยท่าน ก็คือเข้าไปนั่งใกล้ ๆ ท่านแล้วบอกว่าตอนนี้ญาติมาอยู่ตรงไหน ๆ แต่ว่าวิธีการที่ท่านทำ ถ้าท่านยังมีสติ เราต้องดูเลยว่า เราอยู่ระดับไหน และคนที่เราดูแลอยู่ระดับไหน ถ้าเป็นคนทั่วไป เช่นวัยรุ่น แบบนั้นเราก็เข้าไปบอกทาง ดังนั้น เราต้องประเมินเป็นขั้น ๆ ไป

ประเด็นที่สามประเมินว่า เขาพร้อมที่จะให้เราไปช่วยเหลือไหม ไม่ใช่สุ่มสี่สุ่มห้าเข้าไปช่วยเหลือต่อไปก็ต้องดูว่า ความเห็นพร้อมของญาติ หมายถึงการยอมรับของญาติ เดียวนี้ละ ดูเหมือนว่า ญาติจะเข้าใจว่า หมอหรือพยาบาลเข้าไปทำอะไรคนไข้ เราอาจจะนึกว่าเราให้สิ่งที่ดีที่สุดแล้ว แต่ญาติอาจจะไม่เข้าใจอย่างนั้น คนไข้ใกล้ตายบางครั้งก็มีสติหรือบางครั้งก็ไม่มีสติเพราะว่าญาติจะต้องเป็นผู้รับผิดชอบ ในวิธีการรักษาพยาบาล ญาติต้องยอมรับ ถ้าญาติไม่ยอมรับ เขาอาจจะฟ้องเราก็ได้ว่าอยู่ ๆ ไปกระชิบอะไรคุณพ่อเขาก็ไม่รู้ แทนที่จะให้คุณพ่อเขาสงบ ก็อาจจะทำให้เขาุ่นวายใจ คือไม่ว่าเราจะมี ความปรารถนาดีอย่างไร อย่างแรงกล้าและเชื่อมั่น ว่าวิธีนี้ดีที่สุด อย่างไรก็ตาม สิ่งที่ดีฉันคิดว่า สำคัญที่สุดก็คือความเคารพ ในความเป็นบุคคลของผู้ป่วย

ประเด็นที่สี่ ประเมินว่าญาติมีความพร้อมที่จะให้ดูแล ดิฉันก็จะเริ่มตามระดับคนไข้ ตามความง่าย ๆ จะบอกว่า ตอนนี้คุณอยู่ที่ไหน ตอนนี้สิ่งแวดล้อมมีอะไรบ้าง มีญาติมากี่คน และถ้าในกรณีที่มีญาติ จะให้ญาติเข้าไปทันทีเลย อันที่สองในกรณีที่ไม่มีญาติ ดิฉันดูแล้ว ส่วนใหญ่ตามประสบการณ์ที่ดีฉันเคยดูแลคนไข้ใกล้ตายแต่ไม่ได้เจ็บป่วย คือก่อนหน้านั้นเรารู้จักพื้นฐานเขามาก่อนแล้ว เช่น เขาจะสวดมนต์เป็นประจำ หรือดิฉันจะสวดมนต์ให้เขาฟัง ไม่ได้ให้ภาวนาว่า พุทโธ แต่จะสวดมนต์ไปเรื่อย ๆ ดิฉันเคยอ่านกลอน มีอาจารย์ท่านหนึ่งเคยแต่งกลอนเอาไว้ เป็นกลอนที่เกี่ยวกับเรื่องของความดีงาม ก็จะนั่งอ่านกลอนอันนั้นไป อันนี้เป็น

ความชอบส่วนตัวของดิฉันเอง อันที่สาม ดิฉันจะจัดสิ่งแวดล้อมให้สงบ ที่ว่าสงบก็คือ สมมติว่า เราอยู่ในตึก คนป่วยสามัญ ก็จะมีคนมาเห็นภาพนั้นจริง ๆ แล้วก็ไปปกป้องคนอื่นด้วย และเป็นวิธีที่จะให้ผู้ป่วยซึ่งอยู่ในมรรณาสันนิเวศนั้น มีความสงบ สมมติว่าเป็นไปได้ ดิฉันก็จะคิดไปในมุมที่สงบ เพราะว่าคนไข้กลุ่มนี้มีใช้คนที่เรากำลังช่วยเหลือ หรือว่าเรากำลังช่วยนวดหัวใจ หรือช่วยเหลือเรื่องระบบหายใจ ไม่ได้อยู่ในภาวะนั้น จะแยกออกไปเลย เพราะในสภาพแวดล้อมบางครั้ง ก็มีคนร้องไห้อายอะไอย่างนี้ เราก็จะเอาออกไป อีกอย่างหนึ่งที่จะช่วยเหลือก็คือ เราพูดคุยกับหมุ่ญาติ ญาติที่สำคัญมากเลย เช่น ร้องให้พุ่มพวย เราก็จะอธิบายว่า การร้องไห้ที่ร้องได้ไม่ผิดหรอก แต่อาจจะต้องรอให้คนไข้ไปก่อน หมายความว่า เราก็จะต้องดูว่า คนไข้ไม่มีการรับรู้แล้ว คือตายแล้วจริงๆ อันนี้ถ้าญาติจะร้องไห้ เราก็จะต้องช่วยปลอบญาติอีกทีหนึ่ง ส่วนใหญ่ก็จะบอกว่าญาติมานะ เราไปด้วยกัน ไปพูดสิ่งที่ดี ๆ ให้กับผู้ป่วย สิ่งที่ดี ๆ นี้เราพูดได้ตั้งหลายอย่าง ดิฉันเคยมีประสบการณ์เรื่องอัตหะเสียงของลูกชายเขาไว้ เพราะว่าตอนนั้นเราไม่รู้ว้า ตอนไหนที่คนไข้จะจากไป เป็นเสียงลูกชายที่คนไข้รักที่สุด เราก็เปิดคลอไปเลย แล้วไปนั่งจับมือคนไข้ แล้วไม่ต้องพูดอะไรเลย คือมีหลากหลายวิธี ขึ้นอยู่กับว่าความพร้อมและอุปกรณ์ที่มีอยู่ว่ามีอะไรอยู่ ไม่มีอะไรตายตัว สำหรับประสบการณ์ของดิฉันกับคุณแม่ ตอนที่คุณแม่ใกล้จะเสียชีวิต ดิฉันประเมินแล้ว ก็คิดว่าคุณแม่คงจะถึงวาระสุดท้าย แต่ไม่ทราบว่าคุณแม่จะเสียชีวิตในวันไหนหรือเปล่า สิ่งหนึ่งที่นิยมทำกันและดิฉันคิดว่า จะทำให้มีความประทับใจสำหรับผู้ที่จะจากไป ก็คือการนิมนต์พระ ตรงนี้จะเป็นสิ่งที่ประเสริฐเลย ก็คือนิมนต์พระมาให้คนป่วยที่ใกล้จะตายนั้นได้ถวายสังฆทานเป็นครั้งสุดท้ายอันนี้ก็เป็นสิ่งที่ทำและที่เคยเจอซึ่งเป็นประสบการณ์จริง ๆ คือถวายสังฆทานเสร็จก็มีการรดน้ำ พระก็จะให้พรให้แผ่ส่วนกุศลให้เจ้ากรรมนายเวร แล้วพระก็จะบอกว่าสาธุ จากนั้นคุณแม่ก็หายใจแผ่วลง ๆ แล้วก็เสียชีวิต อันนั้นเป็นความประทับใจอย่างหนึ่ง ที่เคยทำให้คนใกล้สิ้นชีวิตคือคุณแม่ และก็ใช้วิธีการนี้เป็นประสบการณ์ส่วนตัวในการดูแลผู้ป่วย แนะนำคนป่วยใกล้ตายด้วยและทำให้ด้วยเท่าที่จะทำได้

คำถาม : ในการดูแลผู้ป่วย ผู้ป่วยแสดงอาการที่น่าพอใจบ้าง ไม่น่าพอใจบ้าง อาจารย์มีหลักในการปฏิบัติต่อผู้ป่วยที่แสดงอาการที่ไม่น่าพอใจอย่างไร

คำตอบ : ที่ถามหมายถึงคนป่วยทั่วไปใช่ไหม ไม่ใช่ผู้ป่วยในมรรณาสันนิเวศ ผู้ป่วยแสดงพฤติกรรมที่ไม่น่าพอใจ เช่นผู้ป่วยพูดคำหยาบหรือ บางทีผู้ป่วยอาจจะคาดหวังการปฏิบัติของเรามากกว่าที่เราทำให้ คืออันแรกเลย ดูพื้นฐานก่อน บางครั้งกรณีที่ผู้ป่วยแสดงพฤติกรรมเช่นนั้น บางทีมีอะไรในสมองของเขา คนไข้เป็นเนื้องอกในสมอง ทำให้พฤติกรรมของเขาเปลี่ยน มันทำให้วิธีพูดหรืออะไรของเขาเปลี่ยนไป บางทีการมองเห็นของเขาบิดเบือนไปจากความเป็นจริงตรงนั้น แบบนั้นเรารู้ว่า เป็นความสอดคล้องกับพยาธิสภาพ ก็คือยอมรับไม่เป็นไร บางทีดิฉันก็เคยถูกคนไข้ด่า ด่าอย่างแสบคายมากด้วย หรือโดนคนไข้กล่าวหาว่าดิฉันไปชกหน้าเขา จริง ๆ แล้วมันไม่ใช่ มันเป็นความผิดปกติในสมอง เกี่ยวกับการสื่อสาร เราก็ฟังเฉย ๆ แล้วไม่มีปฏิกิริยาอะไร เราก็ดูแลเขาไปตามปกติ อันนั้นอันหนึ่ง คือดูจากสิ่งที่เกิดจากพยาธิสภาพในสมอง พยาธิภาพอีกอันหนึ่ง ก็คือการรับยาคือเสพสารเสพติด เช่นบางคนถูกรถชนมา แต่จริง ๆ แล้ว บางคนเป็น

แอลกอฮอล์ซึมส์ หรือคนไข้ที่ติดยาเสพติด แต่พอมายู่โรงพยาบาลแล้วถูกหยุดยาอย่างกะทันหัน คนไข้พวกนี้จะมีพฤติกรรมที่ก้าวร้าวมาก แบบนั้น เรารู้แล้วว่า เป็นพฤติกรรมพยาธิสภาพ เราก็ไม่ต้องทำอะไร ก็อาจจะต้องแก้ไข คือถ้าเป็นพฤติกรรมก้าวร้าว มันก็จะเป็นอันตรายแก่เขา บางทีเขาก็กระโดดลงจากเตียง หรือกระโดดตึกเลยสิ่งที่ต้องทำก็คือทำให้เขาสงบลง แต่ถ้าพฤติกรรมนั้นเกิดจากสิ่งที่เขาไม่ได้ตามที่คาดหวังบ่อยครั้ง ๆ ก็คือดิฉันต้องหันกลับมาพิจารณาตัวเอง ฉันมาพิจารณาแล้ว สิ่งที่ทำให้การปฏิบัติต่อคนไข้ เป็นสิ่งที่ไม่ตรงตามมาตรฐานหรือเปล่า ดิฉันเป็นครู เพราะฉะนั้นตรงนี้ต้องหันกลับมาประชุมรวมกันว่า จริง ๆ แล้ว เราควรจะแก้พฤติกรรมของพยาบาลจริง ๆ แล้วเขาแสดงอาการไม่พึงพอใจ หรือพฤติกรรมก้าวร้าว หรือพฤติกรรมก้าวร้าวนั้นไม่ใช่เกิดจากพยาธิสภาพ หรือไม่ได้เกิดจากอาการอดยาหรือลงแดง ถ้าไม่เกิดจากอาการพวกนั้น ก็จะเกิดจากการพฤติกรรมพยาบาลของพยาบาล ซึ่งอาจจะไม่ดีที่สุดตามความคาดหวังของเขาก็ได้ เราก็ต้องปรับพฤติกรรมของเรา คือหันมาพิจารณาตัวเอง

๕. คุณชญาณี ขอบอรุณสิทธิ์ พยาบาล นักศึกษาปริญญาโท คณะพยาบาลศาสตร์ โรงพยาบาลศิริราช (สัมภาษณ์, ๒๕๔๙, กุมภาพันธ์ ๒๑)

คำถาม : **มีหลักในการดูแลผู้ป่วยใกล้ตายอย่างไร**

คำตอบ : เราต้องให้การดูแลด้วยความเมตตา และให้เขามีความสุขในวาระสุดท้าย ให้มากที่สุด ให้เขาจากไปอย่างตัวเองมีศักดิ์ศรี คือให้การดูแลแบบว่าทั้งร่างกายและจิตใจ โดยรวมทั้งหมด

คำถาม : **เมื่อเป็นพยาบาลดูแลผู้ป่วย ผู้ป่วยบางคนก็แสดงอาการที่น่าพอใจและไม่น่าพอใจ มีหลักปฏิบัติต่อคนไข้ทั้งสองนี้อย่างไร**

คำตอบ : ก็คือเราต้องเอาใจเขามาใส่ใจเรา คนไข้ที่ใกล้ตายมีความรู้สึกแบบว่า บางคนก็ท้อแท้ ผิดหวัง บางคนก็ปฏิเสธไม่ยอมรับ เราต้องเข้าใจสภาวะของเขาแต่ละคน โดยเราไม่เอาตัวเองเข้าไปเปรียบเทียบว่า น่าจะเป็นอย่างนี้น่าจะเป็นอย่างนั้น ต้องเข้าใจเขาให้มากที่สุด

คำถาม : **เมื่อเจอคนใกล้จะตายที่ทรมานทรมาน มีวิธีเปลี่ยนอารมณ์ของผู้ใกล้จะตายอย่างไร ทำให้เขาสงบได้ด้วยวิธีอะไร**

คำตอบ : นอกจากจะปลอบใจพูดคุยกับเขาแล้ว จะพูดคุยให้กำลังใจเขา โดยการที่ให้เขาระลึกถึงคุณพระศรีรัตนตรัย หรือให้ระลึกถึงบทสวดมนต์อะไรแบบนี้

คำถาม : **เมื่อได้เจอผู้ป่วยตายไปต่อหน้าเลย อาจารย์นำความตายนั้นมาพิจารณาถึงตัวเองอย่างไร**

คำตอบ : คือทุกคนเกิดมาแล้วต้องตาย เป็นเรื่องธรรมดา ก็คือไม่มีใครสามารถกำหนดได้ว่าตัวเองจะตายเมื่อไร เมื่อถึงวาระที่จะต้องตาย ก็ไม่มีอะไรมายื้อชีวิตไว้ได้ เมื่อถึงวาระสุดท้ายแล้วจริง ๆ แล้วก็ให้ระลึกถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ โดยส่วนมากแล้ว เช่น คนไข้ที่เป็นมะเร็ง ซึ่งเรารู้ระยะเวลาว่าเขาจะตายเมื่อไร ก็จะทำให้หนังสือสวดมนต์เขา ให้เขาสวดมนต์ไปทุกวัน ๆ

คำถาม : **มีวิธีแนะนำญาติผู้ป่วยที่มาเยี่ยมคนไข้อย่างไร ที่จะช่วยทำให้ผู้ป่วยมีความสงบได้**

คำตอบ : นี่เป็นสิ่งสำคัญที่สุด เพราะว่าคนไข้จะต้องการกำลังใจ และการดูแลที่ใกล้ชิดจากญาติมากที่สุด เราจะเปิดโอกาสให้ญาติให้เขาดูแลผู้ป่วย และบอกญาติคนป่วยว่า นี่นะ ผู้ป่วยใกล้จะถึงวาระสุดท้ายแล้ว ถ้ามีอะไร ยังไม่ได้พูดยังไม่ได้อะไรให้บอกให้กล่าวกับผู้ป่วย หรือไม่ว่าอย่างนั้นถ้าผู้ป่วยยังมีอะไรที่เป็นภาระยังค้างคาไม่ได้ทำ ใครควรจะทำหรือขอจัดการต่อไป

คำถาม : **ในกรณีที่ผู้ป่วยคนนั้นไร้ญาติขาดมิตร และเรามีโอกาสได้ไปดูแลตรงนั้น เราจะช่วยนำจิตเขาไปสู่ความสงบได้อย่างไร**

คำตอบ : ส่วนมากก็จะให้เขานึกถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์นี้แหละ ก่อนที่เขาจะตาย ให้เขานึกถึงอะไร ก็ทำนองนี้แหละ

สรุปความ

จากการที่ได้ศึกษาเรื่องวิธีปฏิบัติต่อความตายสำหรับประยุกต์ใช้ในสังคมปัจจุบัน ในแง่มุมต่าง ๆ คณะผู้วิจัยขอสรุปสาระสำคัญที่ควรศึกษาออกเป็น ๗ ประเด็น ซึ่งสรุปได้ดังนี้

ประเด็นที่ ๑ **มุมมองต่อความตาย** คณะผู้วิจัยได้นำเสนอทฤษฎีแห่งชีวิต ๒๐ อย่าง คือ

๑. ทฤษฎีน้ำค้างบนยอดหญ้า ให้พิจารณาเห็นชีวิตเหมือนกับน้ำค้างบนยอดหญ้าที่พอต้องแสงดวงอาทิตย์ก็พลันเหือดแห้งหายไป

๒. ทฤษฎีฟองแห่งน้ำตก ให้พิจารณาเห็นชีวิตที่เกิดมาแล้วดำรงอยู่ได้ไม่นานเหมือนกับน้ำตกที่ตกลงมาจากที่สูงย่อมทำให้เกิดมีฟองมากตามไปด้วย แต่ฟองน้ำนั้นก็พลันหายไป

๓. ทฤษฎีรอยขีดที่สายน้ำ ให้พิจารณาเห็นชีวิตเหมือนกับรอยขีดที่สายน้ำ

๔. ทฤษฎีสายน้ำตกจากที่สูง ให้พิจารณาเห็นชีวิตเหมือนสายน้ำที่ตกจากที่สูงย่อมพัดพาเอาทุกสิ่งทุกอย่างไปไม่หวนกลับ

๕. ทฤษฎีน้ำลายที่ปลายลิ้น ให้พิจารณาเห็นชีวิตเหมือนกับน้ำลายที่ปลายลิ้น

๖. ทฤษฎีเนื้อแห้งปิ้ง ให้พิจารณาเห็นชีวิตเหมือนกับเนื้อแห้งที่ถูกปิ้งบนถ่านไฟ ย่อมจะถูกไฟเผาไหม้ไปตามลำดับ

๗. ทฤษฎีโคที่ถูกนำไปยังโรงฆ่าสัตว์ ให้พิจารณาเห็นชีวิตเหมือนกับโคที่ถูกนำไปสู่โรงฆ่าสัตว์ยังเดินเร็วเท่าใดก็ยิ่งใกล้ต่อความตายเท่านั้น

๘. ทฤษฎีจานแตก ให้พิจารณาเห็นชีวิตเหมือนกับจานที่แตก ซึ่งยากที่จะประสานให้เป็นอย่างเดิมได้

๙. ทฤษฎีใบไม้ร่วง ให้พิจารณาเห็นชีวิตเหมือนกับใบไม้ เมื่อถูกลมพัดย่อมร่วงหล่นไป

๑๐. ทฤษฎีดอกเห็ด ให้พิจารณาเห็นชีวิตที่มีความแก่และความตายมาด้วย เหมือนกับดอกเห็ดเมื่อผลิดขึ้นมาแล้วก็พาเอาดินขึ้นมาด้วยฉะนั้น

๑๑. ทฤษฎีอินจัน ให้พิจารณาเห็นชีวิตว่าเป็นของไม่เที่ยงเปลี่ยนแปลงไปเป็นธรรมดา

๑๒. ทฤษฎีเป็นไปตามกฎเกณฑ์ ให้พิจารณาเห็นชีวิตว่าเป็นไปตามกฎเกณฑ์ เป็นไปตามเหตุตามปัจจัยที่ปรุงแต่ง

๑๓. ทฤษฎีผลไม้สุกหมดยาง ให้พิจารณาเห็นชีวิตเหมือนผลไม้ที่สุกหมดยาง เมื่อสุกเต็มที่แล้วก็ร่วงหล่นจากขั้วไป ฉะนั้น

๑๔. ทฤษฎีเกิดและดับ ให้พิจารณาเห็นชีวิตมีความเกิดและดับอยู่ตลอดไป

๑๕. ทฤษฎีเป็นอย่างนี้เอง ให้พิจารณาชีวิตว่าเป็นเช่นนี้เอง

๑๖. ทฤษฎีเส้นชัยแห่งเป้าหมาย ให้พิจารณาเห็นชีวิตมีความตายเป็นที่สุดเป็นเส้นชัย

๑๗. ทฤษฎีเพชรฆาตคอยประหาร ให้พิจารณาเห็นชีวิตถูกความตายคอยตามเบียดเบียนทำให้น้อยตลอดเวลา เหมือนกับนักโทษประหารที่ถูกเพชรฆาตคอยติดตามฆ่า ฉะนั้น

๑๘. ทฤษฎีน้ำแองน้อย ให้พิจารณาเห็นชีวิตเหมือนกับน้ำในแองน้ำน้อยในฤดูแล้ง เมื่อถูกแดดกล้าเผาผลาญไม่นานนัก ก็จะเหือดแห้งหายไป

๑๙. ทฤษฎีปลาในห้วงน้ำน้อย ให้พิจารณาเห็นชีวิตเหมือนกับปลาในห้วงน้ำน้อย เมื่อน้ำแห้งขอดก็ย่อมตายไปฉะนั้น

๒๐. ทฤษฎีน้ำล้นฝั่ง ให้พิจารณาเห็นชีวิตเหมือนกับน้ำล้นฝั่ง เมื่อล้นออกไปย่อมไม่ไหลกลับฉะนั้น ประเด็นที่ ๒ **สถานที่รองรับบุคคลผู้ตายแล้ว** มี ๒ แห่ง คือ

๑. สุตตภูมิ สถานที่รองรับสำหรับบุคคลผู้ทำความดี ทำบุญกุศลไว้จะได้ไปเกิด มี ๒ ภูมิ คือ (๑) มนุสสภูมิ เกิดเป็นมนุษย์ (๒) เทวภูมิ เกิดเป็นเทวดา เกิดเป็นพรหม

๒. ทุกคติภูมิ สถานที่รองรับบุคคลผู้ทำความชั่ว ทำบาปอกุศลกรรมไว้จะได้ไปเกิด มี ๑ ภูมิ คือ อบายภูมิ แต่แยกเป็น ๔ ชนิด อันได้แก่ (๑) เกิดเป็นสัตว์ดิรัจฉาน (๒) เกิดเป็นอสุรกาย (๓) เกิดเป็นเปรต (๔) เกิดเป็นสัตว์นรก

ประเด็นที่ ๓ **การทำใจเมื่อความตายใกล้เข้ามา** ให้บุคคลหมั่นฝึกฝนอบรมจิตใจในหลายๆ กรณี เช่น การทำใจต่อความตายเมื่อไปงานศพ การทำใจเมื่อได้พบเห็นคนตาย การทำใจถึงความตายในเวลาเช้าและก่อนนอน และการทำไว้ในใจโดยแยบคายในการเจริญมรณัสสติ

ประเด็นที่ ๔ **การเปลี่ยนอารมณ์ให้ดี** เป็นวิธีการปรับเปลี่ยนอารมณ์ของบุคคลผู้ใกล้ตายให้มีอารมณ์ดีตลอดเวลา ให้หมั่นฝึกหรือเปลี่ยนอารมณ์อย่างมีโยนิโสมนสิการ ปรับอารมณ์ให้เสพคุ้นกับสิ่งที่ดี เช่นนั้นบ่อย ๆ ดังที่พระพุทธเจ้าเคยไปปรับเปลี่ยนอารมณ์ให้แก่มัญจูกุณฑลีย์ ผู้กำลังนอนรอความตายอยู่ในเรือนให้มีจิตเลื่อมใสในพระพุทธองค์แล้วไปเกิดในสวรรค์ฉะนั้น

ประเด็นที่ ๕ **ลักษณะการตายที่ดี** ได้แก่ความตาย ๒ อย่าง คือ

๑. ความตายของพระอรหันต์ ที่จัดว่าเป็นความตายที่ดีนั้น เพราะเป็นการตายที่ไม่มีการเกิดอีก การตายชนิดนี้เรียกว่านิพพานหรือปรินิพพาน ซึ่งเป็นการตายที่ดีอย่างสมบูรณ์

๒. ความตายของบุคคลทั่วไป (ที่มีสติไม่หลงตาย) จนถึงพระอนาคามี ซึ่งจัดว่าเป็นความตายที่ดีนั้น เพราะเป็นการตายอย่างมีสติสัมปชัญญะปราศจากความกระวนกระวายและความรู้สึกทางอกุศลใด ๆ ประกอบด้วยจิตที่เป็นกุศล เพื่อให้จิตมีอารมณ์ผ่องใส โดยเฉพาะจิตที่จิต ซึ่งจะส่งผลอันดีต่อไปยังปฏิสนธิจิตในภพภูมิถัดไป ดังพระพุทธพจน์ว่า เมื่อจิตไม่เศร้าหมอง สุคติเป็นอันหวังได้

ประเด็นที่ ๖ การช่วยเหลือบุคคลผู้ใกล้จะตาย โดยการให้ความช่วยเหลือบุคคลผู้ใกล้จะตายให้มีศรัทธามั่นคงในพระรัตนตรัยให้มีศรัทธาก่อนตาย ให้มีความรู้ความเข้าใจความเป็นจริงแห่งชีวิต และให้บุคคลผู้ใกล้ตายมีความเบาใจ ไม่ต้องมีความห่วงใยกับสิ่งต่าง ๆ

ประเด็นที่ ๗ ของฝากเมื่อจากไป ได้แก่ ความดีและความชั่วที่ทำไว้ก่อนตายนั่นเอง

สำหรับคำสัมภาษณ์เรื่องการวิเคราะห์คัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท : ความตาย กับ มรณัสสติ จากคณะบุคคลจำนวน ๒๖ คนนั้น พอประมวลสรุปของแต่ละกลุ่มได้ดังนี้

กลุ่มบุคคลผู้สูงอายุนั้นจะมีความเข้าใจจักรธรรมแห่งชีวิตเป็นอย่างดี ชอบทำบุญเข้าวัดบวช ๆ ทำคุณงามความดีอย่างต่อเนื่อง ยังไม่เอยากตายอยากมีชีวิตอยู่เพื่อทำคุณประโยชน์ต่อไป ทั้งมีพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งอีกด้วย ฉลาดในการทำทาน รักษาศีล เจริญภาวนา

กลุ่มบุคคลทั่วไป จะเข้าใจจักรธรรมเช่นนั้นมากบ้างน้อยบ้างแตกต่างกัน แต่เรื่องการทำคุณความดีควรเพิ่มเติมให้เพิ่มพูนมากขึ้น ไม่กลัวตาย แต่กลัวความเจ็บปวด มองเรื่องความตายเป็นเรื่องธรรมดา

กลุ่มบุคคลผู้เจ็บป่วย แม้จะมีร่างกายเจ็บป่วย แต่ด้านจิตใจนั้นหาได้เจ็บหรือเป็นโรคไม่ แต่ละคนล้วนมีที่พึ่งทางจิตใจอันประเสริฐ ได้แก่พระรัตนตรัย เข้าถึงเรื่องความตายเป็นอย่างดี และทำใจได้ยามที่เจ็บป่วย สามารถนำภวนามาประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์อย่างดี มองเห็นว่า การภาวนามีส่วนช่วยทำให้ความเจ็บปวดทรมานทางกายบรรเทาลงได้

กลุ่มบุคคลผู้ดูแลรักษาคนเจ็บป่วย จะเข้าใจกฎไตรลักษณ์เป็นอย่างดี มีความเมตตาเป็นพื้นฐานทางจิตใจอย่างยิ่ง ทำหน้าที่อย่างสมบูรณ์ ช่วยเหลือผู้ใกล้จะตายได้ในหลายรูปแบบ ให้ความอบอุ่นใจเบาใจคลายกังวลแก่ผู้ใกล้จะตายได้เป็นอย่างดีมีส่วนช่วยเหลือผู้ใกล้จะตายให้มีจิตสงบทั้งนำความตายที่ได้พบเห็นมาพิจารณาตนเองแล้วไม่ประมาทในชีวิต ทำคุณงามความดีและทำหน้าที่ให้สมบูรณ์เพิ่มมากขึ้น

สำหรับบุคคลที่ได้ไปสัมภาษณ์มา คณะผู้วิจัยพอประมวลสรุปได้ว่า ในเรื่องความตายกับมรณัสสตินี้ ทำให้เห็นว่า คนในสังคมรู้และเข้าใจภาวะเช่นนี้ และได้ดำเนินมาถูกทางแล้ว สอดคล้องกับพุทธวิธีที่ตรัสสอนไว้ แต่คนเรายังทำไม่ได้เต็มที่ ยังมีความประมาทอยู่ เพราะเมื่อยังไม่เห็นทุกข์ก็ยังไม่เห็นธรรม แต่เมื่อพบกับความทุกข์แล้วเข้าใจความจริงแห่งชีวิต จึงได้ระลึกได้ ไม่ประมาทแล้วรีบทำความดี ทำบุญกุศล ดังนั้น ควรที่จะให้ประกาศเผยแผ่หลักคำสอนในเรื่องนี้ให้คนเข้าใจความจริงแห่งชีวิต ระลึกได้เร็วก็จะดำรงชีวิตอย่างไม่ประมาท ความสุขทางกายทางใจคงจะเกิดขึ้นแก่คนในสังคมตลอดไป

บทที่ ๕

สรุปผลงานการวิจัยและข้อเสนอแนะ

๕.๑ สรุปผลงานการวิจัย

ความตายถือว่าเป็นสัจธรรมแห่งชีวิต มนุษย์ทุกคนที่เกิดมาในโลกนี้ก็เพื่อก้าวผ่านไปสู่อุบัติความตายด้วยกันทั้งนั้น ไม่มีใครจะหลีกเลี่ยงไปได้ ความตายเป็นจุดสุดท้ายแห่งการมาสู่โลกนี้ของมนุษย์ทุกคน เป็นสิ่งที่มนุษย์จะต้องประสบเหมือนกัน เป็นธรรมชาติที่มีมาพร้อมกับการเกิด และเป็นเพื่อนที่ใกล้ชิดกับมนุษย์มากที่สุดกว่าสิ่งอื่น เพราะอย่างน้อยที่สุด มนุษย์ที่เกิดมาในโลกนี้ ต่างก็มีประสบการณ์เกี่ยวกับเรื่องความตายนี้ด้วยกันทั้งนั้น เช่น ต้องประสบกับการสูญเสียบุคคลผู้เป็นที่รักของตน เมื่อเป็นเช่นนั้นแล้ว เหตุใดคนส่วนมากจึงมักพลาดกลัวต่อความตาย พยายามดิ้นรนชวนชวยทุกวิถีทางเมื่อความตายย่างกรายเข้ามาถึงความจริงแล้วความตายไม่ใช่สิ่งที่น่ากลัว แต่สิ่งที่น่ากลัวน่าจะเป็นภาวะก่อนตายมากกว่า เพราะถ้าเวลาก่อนตายบุคคลเป็นผู้มีจิตเศร้าหมอง ก็มีหวังต้องไปสู่สุคติ แต่ถ้าเวลาก่อนตายบุคคลเป็นผู้มีจิตผ่องใส ก็มีหวังไปสู่สุคติอย่างแน่นอน

เพื่อให้คนในโลกนี้ ไม่มีความเศร้าโศก หรือมีอุปายวิธีบรรเทาความเศร้าโศก ในเมื่อคนที่รักตายไป หรือเมื่อความตายมาถึงตน ก็ไม่สะอึกหวาดหวั่น ดังนั้น อุปายวิธีในการเจริญมรณัสสติในแง่มุมต่าง ๆ จึงเป็นสิ่งที่สำคัญในอนาคตอันจะเป็นคู่มือเตรียมตายก่อนตายต่อไป ยิ่งในปัจจุบันนี้มีการตายที่ไม่ได้คาดหมายมาก่อน เช่น เมื่อปลายปี ๒๕๕๗ นั้นได้เกิดคลื่นสึนามิขึ้นทำให้ผู้คนล้มตายเป็นจำนวนมาก มีความเศร้าโศกเสียใจมากมาย คนทั้งหลายต้องการที่พึ่งทางใจ ต้องการให้พระสงฆ์ไปปลอบใจ ให้ธรรมะเป็นทาน ซึ่งทางเพื่อให้คลายเศร้าโศก งานวิจัยเรื่องนี้ จะเป็นส่วนหนึ่งช่วยให้ประชาชนคลายความเศร้าโศกได้

ผลจากการศึกษางานวิจัยชิ้นนี้ ทำให้ทราบถึงหลักคำสอนเรื่องความตายที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท การใช้ความตายเป็นอารมณ์กัมมัฏฐานที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท และวิธีปฏิบัติต่อความตายสำหรับประยุกต์ใช้ในสังคมปัจจุบัน ซึ่งพอสรุปได้ดังนี้

๕.๑.๑ หลักคำสอนเรื่องความตายที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

จากการที่ได้ศึกษาหลักคำสอนเรื่องความตายที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ทำให้ทราบถึงเรื่องต่าง ๆ ดังนี้

๑. ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทได้อธิบายถึงความตายไว้ว่า ความตายได้แก่ การทอดทิ้งร่างกายไว้ หรือการขาดสิ้นชีวิตในภพหนึ่ง ๆ โดยสรุปก็คือการหมดสิ้นลมหายใจ ความขาดสูญของชีวิตในภพหนึ่ง ๆ หรือการที่ร่างกายแตกสลายไป ไม่มีการเคลื่อนไหว อวัยวะทุกส่วนหยุดการทำงานนั่นเอง

๒. ประเภทของความตายท่านได้กล่าวไว้แตกต่างกัน เป็น ๒ ประเภทบ้าง ๓ ประเภทบ้าง ๔ ประเภทบ้าง ๕ ประเภทบ้าง ๙ ประเภทบ้าง เช่น ความตาย ๒ ประเภท คือ (๑) กาลมรณะ ความตายตามกาล (๒) อกาลมรณะ ความตายโดยกาลอันไม่สมควร ความตาย ๓ ประเภท คือ (๑) สมมติมรณะ ความตายที่สมมติเรียกกัน (๒) ขณิกมรณะ ความตายชั่วขณะ (๓) สมุจเจทมรณะ ความตายเด็ดขาด

๓. สาเหตุแห่งความตายท่านกล่าวไว้ ๔ ประการบ้าง ๕ ประการบ้าง กล่าวคือ สาเหตุแห่งความตาย ๔ ประการ ได้แก่ (๑) อายุขยมรณะ ความตายเพราะสิ้นอายุ (๒) กัมมขยมรณะ ความตายเพราะสิ้นกรรม (๓) อุภยขยมรณะ ความตายเพราะสิ้นอายุและสิ้นกรรม (๔) อุปปัจเจกมรณะ ความตายเพราะประสบอุบัติเหตุ โดยอายุและกรรมยังไม่สิ้น สาเหตุแห่งความตาย ๕ ประการ ได้แก่ (๑) ชาติปัจเจกยามรณะ ความตายเพราะความเกิดเป็นปัจเจก (๒) อุปัจจกมรณะ ความตายเพราะการกระทำ (๓) สรสมรณะ ความตายโดยสภาพคือตายเอง (๔) อายุขยมรณะ ความตายเพราะสิ้นอายุ (๕) ปุญญขยมรณะ ความตายเพราะสิ้นบุญ

๔. ปรากฎการณ์ก่อนตายของบุคคล ท่านกล่าวอธิบายไว้ใน ๓ ลักษณะ คือ (๑) มรณสันนกาล ได้แก่ ระยะเวลาใกล้ตายแล้วมี ๒ อย่าง คือ วิถีจิตใกล้ตายชนิดธรรมดา ได้แก่ วิถีจิตใกล้ตายที่เกิดขึ้นแก่บุคคลผู้ที่จะตายภายในเวลา ๑-๒ นาที หรือ ๑-๒ ชั่วโมง เป็นต้น และวิถีจิตใกล้จวนตาย ได้แก่ วิถีจิตใกล้ตายที่เกิดขึ้นแก่บุคคลผู้ที่จะตายภายในเวลาไม่ถึง ๑๐ วินาที หรือไม่ถึง ๒๐ วินาที (๒) มรณสันนวิธิตี คือวิถีจิตใกล้ตาย หากเกิดขึ้นแก่ผู้ใด ผู้นั้นต้องตายแน่นอน (๓) อารมณฺ์ปรากฏให้เห็นของบุคคลผู้ใกล้ตาย ๓ อย่าง คือ กรรมหรือกรรมอารมณฺ์ ได้แก่ อารมณฺ์ที่เกิดจากอำนาจของผลกรรมที่ได้กระทำไว้ก่อนแล้ว กรรมนิमितหรือกรรมนิมิตอารมณฺ์ ได้แก่ อารมณฺ์ที่เป็นนิमितเกิดจากการกระทำ ได้แก่ เครื่องมือเครื่องใช้อุปกรณ์ต่าง ๆ ที่ได้ใช้ในการกระทำกรรมนั้น ๆ ในอดีตมาปรากฏให้เห็นในมโนทวาร และคตินิमितหรือคตินิมิตอารมณฺ์ ได้แก่ นิमितต่าง ๆ ที่ระลึกนึกเห็นเป็นมโนภาพ หรือเครื่องหมายที่จะนำไปเกิด หรือเห็นสถานที่ที่จะไปเกิดในภพใหม่ว่าจะไปเกิดในสุคติหรือทุคติในเวลาที่จะตายแล้ว

๕. วิธีแก้ไขอารมณฺ์ของวิถีจิตใกล้ตาย มี ๒ วิธี คือ (๑) วิธีช่วยแก้ไขอารมณฺ์ในเวลาก่อนสิ้นชีวิต (๒) วิธีช่วยแก้ไขอารมณฺ์ในเวลาหลังสิ้นชีวิตไปแล้ว

๖. คำสอนเกี่ยวกับความตายในทางพระพุทธศาสนาอย่างหลากหลาย เช่น คำสอนเพื่อแสดงให้เห็นความเสมอภาคแก่คนทุกจำพวก ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ทั้งเด็ก ทั้งผู้ใหญ่ ทั้งคนพาล ทั้งบัณฑิต ทั้งคนมี ทั้งคนจน ล้วนเดินหน้าไปหาความตายทั้งหมด” และคำสอนเพื่อแสดงให้เห็นว่าสัตว์ทั้งหลายย่อมเป็นไปตามกรรม ไม่มีใครที่จะสามารถช่วยได้ ดังพุทธพจน์ที่ว่า “เมื่อคนจะตาย ญาติ มิตร หรือสหายก็ช่วยไม่ได้ ทายาททั้งหลายก็ชนทรัพย์สมบัติของเขาไป ส่วนสัตว์ที่ตายไปก็ย่อมไปตามกรรม เมื่อตายไป ทรัพย์ไร ๆ คือ บุตร ภรรยา ทรัพย์ ข้าวของ เงินทอง และแว่นแคว้นก็ติดตามไปไม่ได้”

๕.๑.๒ การใช้ความตายเป็นอารมณ์กัมมัฏฐาน

ในทางพระพุทธศาสนา มีวิธีสอนให้บุคคลคลายความกลัวตายออกจากใจหลายวิธีด้วยกัน วิธีหนึ่งที่ได้ผลและสามารถนำมาใช้ปฏิบัติได้จริงในชีวิตประจำวัน ก็คือการระลึกถึงความตายที่ตนเองและบุคคลอื่นจะประสบอย่างแน่นอน การระลึกถึงความตายนี้ เรียกว่าการเจริญมรณัสสติ ถือว่าเป็นกัมมัฏฐานที่มีความสำคัญอีกอย่างหนึ่งในพระพุทธศาสนา ที่พระพุทธองค์ได้ตรัสสอนแก่พุทธบริษัททั้งหลายในโอกาสต่าง ๆ จากการที่ได้ศึกษา เรื่องการใช้ความตายเป็นอารมณ์ของกัมมัฏฐาน ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ทำให้ทราบถึงแง่มุมต่าง ๆ ดังนี้

๑. ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาได้อธิบายไว้ว่า มรณัสสติ คือ การที่บุคคลระลึกถึงความตายที่จะมีมาถึงตนอยู่เป็นประจำ จนจิตใจสงบเยือกเย็น แล้วดำเนินชีวิตในแต่ละวันด้วยความไม่ประมาท ขวนขวายในการทำความดี และรู้ตามความเป็นจริงว่า เราจะต้องตายแน่นอน

๒. การระลึกถึงความตายที่เป็นมรณัสสติ จะต้องประกอบด้วยธรรมที่สำคัญ ๓ ประการ คือ (๑) สติ ต้องมีสติระลึกได้ว่า เราจะต้องตายอย่างแน่นอน (๒) สังเวคะ เมื่อระลึกถึงความตายของตนแล้ว หากรู้ว่าตนเองยังอยู่ในความประมาทขาดสติ ไม่ได้ทำบุญไว้ ก็จะสลัดใจว่า เรายังประมาทอยู่เลย ทางที่ดี เราควรรีบทำความดีเสียแต่วันนี้เลย เกิดความสลัดใจในชีวิตที่ผ่านมา (๓) ญาณ เมื่อระลึกได้ว่า ตนเองต้องตายแน่ ก็จะไม่มีความประมาทในชีวิต เช่น พิจารณาถึงชีวิตว่าดำรงอยู่ได้เพียงแค่มหาหายใจเข้าออก เพียงแค่มินาทีหนึ่งเท่านั้น

ในกรณีที่บุคคลผู้ระลึกถึงความตายแล้วเกิดความเบื่อหน่าย ไม่อยากมีชีวิตอยู่ อยากรจะตายแล้วพยายามทำทุกอย่างเพื่อให้ตนตายไม่ถือว่าเป็นการระลึกถึงความตายที่เป็นมรณัสสติ เพราะเป็นการระลึกถึงความตายอย่างขาดปัญญา

๓. วิธีการปฏิบัติในการเจริญมรณัสสติมีอยู่ ๓ ขั้นตอน คือ (๑) ขั้นตอนเตรียมการในการเจริญมรณัสสติ เช่น การแสวงหาสถานที่สำหรับปฏิบัติ การตัดปลีโพธ เครื่องกังวลต่าง ๆ และการแสวงหากัลยาณมิตร (๒) อุบายในการเจริญมรณัสสติ ๘ ประการ เช่น ควรระลึกถึงความตายโดยความปรากฏเหมือนเพศฉมาต ควรระลึกถึงความตายโดยความวิบัติจากสมบัติ (๓) วิธีการในการเจริญมรณัสสติ คือ บุคคลผู้จะเจริญมรณัสสตินั้นควรมีมรณสังญา คือ มีความรู้สึกถึงความตายว่า ช่างดีจริงที่เรามีชีวิตอยู่ เราควรใส่ใจคำสอนของพระพุทธเจ้าให้มาก แล้วไปในที่ลับหลังเร้นอยู่ นั่งขัดสมาธิ ระลึกถึงความตายที่จะมาถึงตน โดยเลือกข้อความที่ในการภาวนาหรือบริกรรมที่เหมาะสมแก่ตนเพียงข้อความใดข้อความหนึ่ง เช่น คำภาวนาหรือบริกรรมว่า “**อวสฺส มยา มริตพฺพ**” แปลว่า “เราต้องตายแน่แท้”

๔. การเจริญมรณัสสติที่ถูกต้องในพระพุทธศาสนา ควรมีหลักยึดอยู่ ๕ ขั้นตอน คือ (๑) ควรเรียนรู้และเข้าใจว่า สรรพสัตว์เกิดมาแล้วต้องตายเป็นธรรมดา แม้ตัวเราก็ต้องตายเช่นกัน (๒) ควรพิจารณาถึงความตายที่จะมาถึงแก่ตนเป็นประจำว่า ชีวิตของเราไม่เที่ยง ความตายของเราเที่ยง เป็นต้น (๓) ควรพิจารณาว่า ชีวิตของเราดำรงชีวิตอยู่ได้เพียงแค่มินาทีหนึ่ง หรือเพียงหายใจเข้าออกเท่านั้น (๔) ควรพิจารณาชีวิต

ว่า ขณะนี้ยังดำรงชีวิตอย่างประมาทหรือไม่ ทำความชั่วอยู่หรือไม่ หากทำความชั่ว ก็ให้เลิกละความชั่วแล้วทำ ความดีทำบุญกุศลให้เพิ่มพูนมากขึ้น (๕) ควรพิจารณาชีวิต หมั่นระลึกถึงความตายอยู่ เมื่อความตายมาถึงตน ก็จะไม่เศร้าโศก ไม่กลัวความตาย ไม่สะดุ้งกลัวต่อความตาย ไม่หลงลืมสติ มีจิตผ่องใสใจเบิกบาน เพราะได้ เตรียมตัวตายก่อนตายจริงไว้แล้ว

๕. ประโยชน์ที่จะได้รับจากการเจริญมรณัสสติ ๒ อย่าง คือ (๑) บุคคลผู้เจริญมรณัสสติย่อม จะเป็นผู้ไม่เศร้าโศก เมื่อประสบกับความตาย ไม่กลัวความตายที่มาเยือน เป็นผู้ปลอบโยน ให้สติแก่ผู้มีความ เศร้าโศก และทำให้จิตมีสมาธิ (๒) บุคคลผู้เจริญมรณัสสติย่อมได้ขนิทสมาธิ ซึ่งจะเป็นปัจจัยส่งผลให้ยกจิตขึ้น สู่วิปัสสนากัมมัฏฐานพิจารณาไตรลักษณ์ การยกจิตสู่วิปัสสนากัมมัฏฐานนี้จะทำได้ดีต้องอาศัยวิปัสสนาจารย์ ซึ่งเป็นกัลยาณมิตรคอยพร่ำสอน จึงจะทำให้ได้รับผล คือ มรรค ผล และนิพพานได้ในที่สุด

๖. บุคคลผู้เจริญมรณัสสติหรือระลึกถึงความตายอย่างสม่ำเสมอ เมื่อคนผู้เป็นที่รักหรือญาติผู้ เป็นที่รักจากไป ย่อมจะไม่เศร้าโศกเสียใจ หรือแม้จะเสียใจร้องไห้บ้าง ก็เพียงเล็กน้อยเท่านั้น พอได้สติระลึก รู้ทันก็จะสามารถระงับความเศร้าโศกได้อย่างฉับพลันทันที เมื่อเจริญมรณัสสติ ติดต่อกันเป็นเวลานานแล้วจะ ทำให้ไม่กลัวต่อความตาย ไม่หวาดสะดุ้งต่อความตาย ทำให้มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ ปฏิบัติต่อความตายได้ อย่างถูกวิธี ดังเช่นนางปฏาจารา เมื่อสามีกับลูกทั้งสองตาย และพ่อแม่พี่ชายตายในคราวเดียวกันจนถึงกับ ประคองสติไว้กับตัวไม่ได้ เป็นบ้าขาดสติเที่ยวบนเพ้อเดินไปในที่ต่างๆ แต่เมื่อได้รับการแนะนำให้มีมุมมองต่อ ความตายที่ถูกวิธีแล้ว ปฏิบัติตาม ในที่สุดก็ได้บรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์องค์หนึ่งในพระพุทธศาสนา แม้แต่ บุคคลผู้บรรลุธรรมเป็นพระโสดาบันแล้ว เช่น อนาถบิณฑิกเศรษฐีและนางวิสาขา มหาอุบาสิกา เมื่อญาติผู้เป็นที่รักของตนตายไปก็ร้องไห้คร่ำครวญเหมือนกัน แต่เมื่อได้รับคำแนะนำให้ปฏิบัติตนต่อความตายอย่างถูกต้อง จากพระ พุทธเจ้าแล้ว ก็ทำให้บรรเทาความเศร้าโศกลงได้

อนึ่งบุคคลผู้ประสบกับความตายของคนี่รักซึ่งตายจากไปแล้วไม่เศร้าโศกเสียใจร้องไห้คร่ำครวญ ก็มีอยู่เหมือนกัน แต่มีเป็นจำนวนน้อยมาก ดังเช่นโบราณกบฏนทิตครอบครวัหนึ่งชาวเมืองพาราณสี ไม่เศร้า โศกเสียใจเมื่อปิยชนตายจากไป โบราณกบฏนทิตเหล่านั้น ยังตอบโต้แสดงคติธรรมแก่ท้าวสักกะซึ่งเข้ามา สอบถาม ดังที่พราหมณ์โพธิสัตรีบอกเหตุแห่งการไม่ร้องไห้แก่ท้าวสักกะว่า บุตรของข้าพเจ้าละทิ้งร่างกาย ของตนไป เหมือนงูลอกคราบเก่า เมื่อร่างกายใช้การไม่ได้ จึงจะไปตายไปอย่างนี้เขาถูกเผา ก็ไม่รู้ถึงความ คร่ำครวญของหมู่ญาติ เหตุนั้น ข้าพเจ้าจึงไม่เศร้าโศกถึงเขา เขาไปแล้วตามคติของเขา จากเรื่องที่กำลังมานี้ แสดงให้เห็นว่า คนในครอบครัวนี้ คงจะได้เจริญมรณัสสติมาเนิ่นนานเพราะคนที่ได้เจริญมรณัสสติจะไม่เศร้า โศกเมื่อได้ประสบพบเจอกับความตาย

๕.๑.๓ วิธีปฏิบัติต่อความตายสำหรับประยุกต์ใช้ในสังคมปัจจุบัน

เนื่องจากมนุษย์ที่เกิดมาแล้วต้องตายเป็นธรรมดา ทุกคนไม่มีใครที่จะสามารถล่วงพ้นความตายไปได้ เพราะความตายเป็นสัจธรรมที่เที่ยงแท้แน่นอน แต่ถึงกระนั้น เมื่อความตายมาถึงเข้า มนุษย์ทุกคนกลับสะดุ้งกลัวต่อความตายที่มาเยือน เกิดความหวาดหวั่น พรั่นพรึง มีความเศร้าโศกพิไรรำพัน เมื่อคราวต้องประสบกับความพลัดพรากจากบุคคลผู้เป็นที่รักของตน เมื่อเป็นเช่นนี้ มนุษย์เรา ควรจะมีวิธีปฏิบัติต่อความตายอย่างถูกต้องและเหมาะสมกับสถานการณ์ปัจจุบัน

จากการที่ได้ศึกษาเรื่องนี้ พอสรุปได้ดังนี้

๑. การมีท่าทีต่อความตายอย่างถูกต้อง เพื่อต้อนรับความตายอย่างตระหนักรู้เข้าใจ ใฝ่รู้ ใฝ่คิดจนเป็นนิสัย เช่น ให้พิจารณาเห็นชีวิตเหมือนกับน้ำค้างบนยอดหญ้าที่ต้องแสงอาทิตย์แล้วก็หล่นเหือดแห้งหายไป ให้พิจารณาเห็นชีวิตเหมือนกับโคที่ถูกนำไปสู่โรงฆ่าสัตว์ ยิ่งเดินเร็วเท่าใดก็ยิ่งใกล้ต่อความตายเท่านั้น เป็นต้น เมื่อพิจารณาได้เช่นนี้ ก็ทำให้เป็นผู้ไม่ประมาทในชีวิต แล้วรีบขวนขวายทำคุณงามความดี ทำบุญกุศลเพื่อจะได้ไปเกิดในภพภูมิที่ดี เพราะมีหลักอยู่ว่า คนทำความดีย่อมไปสู่สุคติภูมิ คนทำความชั่วย่อมไปสู่ทุคติภูมิ ซึ่งในเรื่องหลักกรรมกับเรื่องภพภูมิมีความสัมพันธ์สอดคล้องกับคนเราอย่างแยกไม่ออก คนทำความชั่วอันใดไว้ จะเป็นผู้รับผลของกรรมอันนั้น จะดีหรือชั่วก็ตาม กรรมดีย่อมส่งผลให้ได้รับความสุข กรรมชั่วย่อมส่งผลให้ได้รับความทุกข์ ไม่มีใครหลีกเลี่ยงหนีกรรมได้ แม้เป็นพระอรหันต์เช่นพระมหาโมคคัลลานะก็หลีกเลี่ยงหนีกรรมไม่ได้ ต้องได้รับผลของกรรมจวบจนปรินิพพาน

๒. การรู้จักวิธีทำใจเมื่อความตายใกล้เข้ามา คือ ให้นุคคลหมั่นฝึกฝนอบรมจิตใจในหลาย ๆ กรณี เช่น การทำใจต่อความตายเมื่อไปงานศพ การทำใจเมื่อได้พบเห็นคนตาย การทำใจถึงความตายในเวลาเช้าและก่อนนอน และโยนิโสมนสิการในการเจริญมรณัสสติ

๓. การรู้จักการเปลี่ยนอารมณ์ให้ดี เป็นวิธีการปรับเปลี่ยนอารมณ์ของบุคคลผู้ใกล้ตายให้มีอารมณ์ดีตลอดเวลา ให้หมั่นฝึกหรือเปลี่ยนอารมณ์อย่างมีโยนิโสมนสิการ ปรับอารมณ์ให้เสพคุ้นกับสิ่งที่ดี เช่นนั้นบ่อย ๆ ดังที่พระพุทธเจ้าได้ปรับเปลี่ยนอารมณ์ให้มัญญกุนทลีสู้กำลังนอนรอความตายอยู่ในเรือนให้มีจิตเลื่อมใสในพระพุทธองค์แล้วไปเกิดในสวรรค์ ฉะนั้น

๔. การช่วยเหลือบุคคลผู้ใกล้จะตาย โดยการให้ความช่วยเหลือบุคคลผู้ใกล้ตายให้มีศรัทธามั่นคงในพระรัตนตรัย ให้มีศีลก่อนตาย ให้มีความรู้ความเข้าใจความเป็นจริงแห่งชีวิต และให้บุคคลผู้ใกล้ตายมีความเบาใจไม่ต้องมีความห่วงใยกังวลกับสิ่งต่าง ๆ เพื่อให้การตายของเขาเป็นการตายที่ดี ซึ่งถือว่าเป็นสิ่งสำคัญที่สุด ดังนั้น เมื่อเวลาจะตาย คนที่ทำบุญกุศลไว้มาก แม้ร่างกายจะเจ็บปวดทรมาน แต่จิตใจขอให้รักษาจิตใจไว้ ทำจิตให้ผ่องใสไว้โดยยึดพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เป็นต้น หรือโดยยึดสิ่งที่ดีมีทาน ศีล ภาวนาเป็นอารมณ์ คนที่รักษาจิตให้ผ่องใสไว้ได้แล้วตาย จะไปเกิดในสุคติ ดังเช่นที่ชาวกู้อูบาสก พระนางสามาวดี ฉะนั้น หากรักษาจิตไว้ไม่ได้ ก็ทำให้จิตใจเศร้าหมอง นึกถึงกรรมเล็กน้อยถึงทำความดีไว้มากก็ช่วยไม่ได้ ต้องไปเกิดในทุคติภูมิแน่นอน ดังเช่นพระภิกษุติสสะไปเกิดเป็นเส้น พระภิกษุหนุ่มสมัยพระกัศสปพุทธเจ้าเกิดบำเพ็ญ

สมณธรรม ๒ หมื่นปีแต่เกิดเป็นพญานาคชื่อว่าเอรภัตต์ หรือพระนางมัลลิกาเทวีของพระเจ้าปเสนทิโกศลไปบังเกิดในนรก ๗ วัน ส่วนคนที่ทำบุญมาน้อยนั้น ญาติหรือคนใกล้ชิดอาจจะช่วยเหลือผู้ใกล้จะตายให้มีศรัทธามั่นคงในพระรัตนตรัย ให้มีศีลก่อนตาย ให้เข้าใจความเป็นจริงของชีวิต หรือทำให้ผู้ใกล้ตาย เกิดความเบาใจ ไม่ต้องมีความห่วงใยกับสิ่งต่างๆ ก็คงพอช่วยเหลือให้ไปเกิดในสุคติได้บ้าง แต่อยู่ในภาวะที่ประมาทหนัก เพราะหากญาติไม่ได้ทำเช่นว่ามานั้น ก็คงต้องไปเกิดในทุคติภูมิแน่นอน ดังนั้น ควรที่จะสร้างบุญกุศลไว้ในขณะที่ยังมีชีวิตปกติ มีร่างกายเข้มแข็งอยู่ ทำได้เช่นนี้ชื่อว่าเป็นคนไม่ประมาท เมื่อจะตายก็จะตายอย่างสงบ มีสติไม่หลงตาย

ส่วนเรื่องการสัมภาระณ์ ในเรื่องการวิเคราะห์คัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท : ความตายกับมรณัสสติ คณะผู้วิจัยขอสรุปว่า มีผลเป็นที่น่าพอใจบ้าง ยังไม่น่าพอใจบ้าง เพราะเมื่อไปสัมภาษณ์บุคคลต่าง ๆ ทั้งบรรพชิตและคฤหัสถ์ ซึ่งเป็นคนที่ใกล้ชิดกับพระศาสนาหรือไม่ได้ใกล้ชิดก็ตาม แต่ละคนล้วนให้คำตอบเป็นที่น่าพอใจยิ่งนัก ส่วนมากก็ได้ให้คำตอบมีพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งที่ระลึก มีที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจเป็นอย่างดี มีเป็นส่วนน้อยเท่านั้น ที่ยังไม่ค่อยเข้าใจสัจธรรมของชีวิต ซึ่งสามารถจำแนกรายละเอียดได้ดังนี้

สำหรับคนที่ใกล้ชิดกับพระศาสนา ชอบไปวัด ชอบทำบุญ ชอบทำความดี จะเข้าใจความจริงของชีวิตเป็นอย่างดี จะไม่ค่อยกลัวความตาย แต่กลัวความเจ็บปวดทรมานมากกว่า และก็มีที่พึ่งคือมีพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งตลอดเวลา คนกลุ่มนี้มีเป็นจำนวนมากในสังคม และส่วนมากเป็นคนค่อนข้างจะมีอายุเป็นผู้ใหญ่แล้ว คนกลุ่มนี้หมดห่วงในเรื่องความตาย เพราะเขาได้ทำคุณความดีอยู่เสมอ

สำหรับคนที่ไม่ค่อยใกล้ชิดกับพระศาสนา หรือเป็นคนห่างวัด ไม่เข้าใจหลักคำสอนมากนัก แต่ก็พอมีที่พึ่งที่ระลึกบ้าง ส่วนมากไม่ได้ทำบุญกับวัด หรือกับพระศาสนา แต่ได้หมั่นทำความดีอื่น ๆ เช่น ช่วยเหลือผู้อื่น รับผิดชอบต่อครอบครัว ในยามว่างก็ทำจิตใจให้เป็นสมาธิบ้างเมื่อได้สติ คนกลุ่มนี้ ขาดที่พึ่งทางจิตใจค่อนข้างน่าเป็นห่วง เพราะอยู่ในช่วงวัยรุ่นเป็นส่วนมาก ในคนกลุ่มนี้บุคลากรทางพระศาสนาควรให้ความช่วยเหลือให้เขาเรียนรู้หลักคำสอนให้มากกว่าที่เป็นอยู่ เพื่อที่จะทำให้เขามีที่พึ่งทางจิตใจเพิ่มพูนมากยิ่งขึ้น

สำหรับผู้ที่เจ็บป่วยนั้น คนที่ทำคุณงามความดีไว้แม้ถึงจะเจ็บปวดก็อาศัยหลักธรรมคำสอนมาช่วยเหลือนยามเจ็บปวดได้ เพราะเมื่อได้ระลึกถึงบุญกุศลแล้ว ทำให้เขามีความสุขชั่วขณะ หรือเจริญภาวนาไว้ ยามที่ไม่มีหมอมารักษาการรักษาใจของตนไว้ไม่ให้เครียด ปล่อยใจให้คลายความกังวลปล่อยจิตไปตามสบายหมดความยึดมั่นถือมั่นทั้งยังตั้งจิตไว้ดีกว่าหากยังไม่สิ้นอายุขัย ร่างกายปกติแล้วจะทำคุณงามความดีให้เพิ่มพูนยิ่งขึ้นไป บางคนก็อุทิศตนทำงานเพื่อพระพุทธศาสนาและช่วยเหลือสังคมด้านอื่น ๆ อย่างเต็มที่ เสียดสีความสุขส่วนตัวเพื่อประโยชน์ของคนจำนวนมาก ส่วนคนที่ไม่ได้ทำคุณความดีไว้ เวลาเจ็บปวด ก็จะนึกถึงหมอ อยากให้หมอช่วยเหลือและรักษาให้หายและจะทำใจให้สงบได้อยู่ชั่วขณะเท่านั้น ส่วนมากจะมีความทุกข์ทรมานและมีความเศร้าโศกเสียใจกับภาวะที่เกิดขึ้นแก่ตน ในคนกลุ่มนี้บุคลากรทางศาสนาควรให้ความช่วยเหลือชี้ทางให้เขาปล่อยวางและเข้าใจชีวิตก็จะทำให้เขามีความสงบใจเพิ่มมากขึ้น และลดความทุกข์ทรมานลงได้

สำหรับคนที่ดูแลคนเจ็บป่วย คนกลุ่มนี้มีความเข้าใจสภาวะธรรมของชีวิตเป็นอย่างดี เป็นที่พึ่งพึ่งได้ และในขณะเดียวกัน ก็หาวิธีการที่จะทำให้ผู้เจ็บป่วย มีความทุกข์ทรมานน้อยลง มีความสงบใจเพิ่มมากขึ้น

ทำให้ผู้เจ็บป่วยมีความเบาใจสบายใจเป็นยิ่งนัก สำหรับคนที่ดูแลคนป่วยนั้น หากได้คนที่มิจิตใจโอบอ้อมอารี มีน้ำใจจามรู้เข้าใจภาวะของผู้เจ็บป่วย ทั้งเป็นกัลยาณมิตรคอยช่วยเหลือผู้เจ็บป่วยให้พ้นจากความทุกข์ทรมานได้ จะช่วยผ่อนคลายผู้มีความทุกข์ทรมานให้เกิดความสงบสบายใจได้เป็นอย่างดี

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

เนื่องจากความตายเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นแก่คนทุกเชื้อชาติ ทุกศาสนา ดังนั้น จึงควรที่ทุกส่วนทุกฝ่าย จะทำให้ผู้เป็นศาสนิกของตน ๆ มีการตายที่ดี (ภัททกรรม) เพราะความตายเป็นเรื่องธรรมดาของชีวิต ทุกคนเกิดมาแล้ว ก็มีความตายเป็นที่สุด ไม่ว่าใครก็หนีความตายไม่พ้น ทุกคนต้องตาย และความตายนี้เป็นกฎไตรลักษณ์ ที่เรียกว่าสามัญลักษณะ คือไม่เที่ยง อยู่ในภาวะเดิมไม่ได้ และไม่ใช่ว่าตนใครบังคับบัญชาไม่ได้ เมื่อมวลมนุษยชาติอยู่ในสภาวะเช่นนี้ ทุกฝ่ายควรที่จะเสริมสร้างความตายที่ดีที่ถูกต้องตามแนวทางหลักคำสอนของตน ซึ่งจะเป็นไปเพื่อช่วยให้คนที่กำลังจะตายเกิดความสบายใจ ละกายนี้ไปอย่างสงบ

แนวทางที่ควรกระทำ ที่จะเอื้อต่อรายงานวิจัย มีดังนี้

๑. ควรมีหนังสือคู่มือความตายอย่างถูกวิธีใช้ภาษาง่าย ๆ ตัวอักษรตัวโต ๆ ภายในบ้านทุกครอบครัว เพื่อสำหรับอ่านเป็นเครื่องเตือนสติ กระตุ้นเตือนให้คิด

๒. ควรใช้เทคโนโลยีให้มากกว่านี้ อาจจะใช้ถ่ายทอดคำสอนลงในเทปบ้าง ใส่แผ่นซีดีบ้าง เป็นสารคดีบ้าง เป็นภาพยนตร์บ้าง เปิดให้ประชาชนได้ฟังและได้ชมกันในลักษณะที่เป็นการเน้นเน้นเพิ่มประโยชน์และสาระให้แก่ผู้ฟังและผู้ชมเป็นนันทนาการ

๓. ควรมีคณะบุคคลหรือเจ้าหน้าที่จากองค์กรทางพระพุทธศาสนา หรือองค์กรของศาสนาอื่น ๆ ที่มีจิตวิญญาณและมีความเชี่ยวชาญในด้านนี้จริง ๆ โดยทำงานมุ่งเมตตาธรรมเป็นหลัก พร้อมอุปกรณ์ช่วยเหลือที่จะนำผู้ป่วยใกล้ตายสู่ความสงบ

๔. รัฐควรจัดสรรงบประมาณเป็นกองทุนช่วยเหลือเกี่ยวกับงานด้านนี้อย่างเต็มที่และทั้งสนับสนุนให้สถาบันการศึกษาช่วยเปิดการเรียนการสอนในเรื่องความตายอย่างจริงจังและเป็นระบบ

๕. ควรให้หน่วยงานที่มีหน้าที่รับผิดชอบทำงานสัมพันธ์กับหน่วยงานอื่น ๆ อย่างสอดคล้องประสานกันอย่างเป็นระบบ มีตัวแทนคอยทำหน้าที่ต่างฝ่ายต่างเอื้ออำนวยประโยชน์ให้แก่กันและกัน เพราะมุ่งหวังให้ผู้ใกล้จะตายจากไปด้วยความสบายใจและสงบ

บรรณานุกรม

๑. หนังสือ

ก. ปฐมภูมิ

- มหาวิทยาลัยศิลปากร. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม, ๒๕๐๖.
- _____. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.
- _____. **อรรถกถาภาษาบาลี** ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, โรงพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๓๒-๒๕๓๔.
- _____. **ปกรณ์วิเสสภาษาบาลี** ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, โรงพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๓๒-๒๕๓๔.
- _____. **ฎีกาภาษาบาลี** ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, โรงพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๓๒-๒๕๓๔.

ข. ทุติยภูมิ

- กรมศิลปากร. กองวรรณคดีและประวัติศาสตร์. **วรรณกรรมสมัยรัตนโกสินทร์ เล่ม ๒, ไตรภูมิโลกวิเชียร**. กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอ็ดดิสัน เพรส โปะดักส์ จำกัด, ๒๕๓๕.
- คณาจารย์มหาวิทยาลัยศิลปากร. **วิมุติธรรม**. (พระอุปติสเถระ รจนา). แปลจากฉบับภาษาอังกฤษของพระเอฮารา พระโสมเถระและพระเขมินทเถระ. กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.
- ตั้งตฤณ. **เสียดายคนตายไม่ได้อ่าน**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ดีเอ็มจี, ๒๕๔๘.
- บุญมี เมธางกูร. **ความฝัน**. ปทุมธานี : มูลนิธิอิทธิธรรม, ๒๕๓๙.
- ประยูร ดิษฐานพวงศ์. **ความตายของมนุษย์ตายแล้วไปไหน**. กรุงเทพมหานคร : ศักดิ์ชัยการพิมพ์, ๒๕๔๖.
- _____. **เตรียมตัวอย่างไรจึงจะตายอย่างมีสติ**. กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิเผยแผ่คุณธรรมเพื่อการสงเคราะห์จิตใจคน, ๒๕๔๘.
- พระญาณธัช (แลตีสยาตอ). **“ปรมัตถที่ปณี”**. ใน **อภิธรรมมัตถสังคหะและปรมัตถที่ปณี**, แปลและเรียงเรียงโดย **พระคันธสารวิวงศ์**. กรุงเทพมหานคร : ไทยรายวัน กราฟฟิค เพลท, ๒๕๔๖.
- พระคุณศรี เมธังกูโร. **ความตายในทัศนะของพุทธศาสนิกชน**. กรุงเทพมหานคร : เครือข่ายชาวพุทธเพื่อพระพุทธศาสนาและสังคม, ๒๕๔๔.
- _____. **มรณสติ**. กรุงเทพมหานคร : บริษัทธรรมสาร จำกัด, ๒๕๓๐.

พระคุณฐิติ เมธีงกูโร. **มรณัสสติกา เพื่อพิจารณาความตาย.** กรุงเทพมหานคร : บริษัทธรรมสาร จำกัด, ๒๕๔๘.

พระเทพเวที (ประยูรย์ ปยุตโต). **พุทธธรรม ฉบับเติม แก้ไขปรับปรุง.** กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์รุ่งเรืองวัฒนา, ๒๕๓๑.

_____. **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม,** กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๒.

_____. **พุทธธรรม.** กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๒.

พระเทพโสภณ (ประยูร ฐมฺมจิตฺโต). **พลังกรรมและการเกิดใหม่.** กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์อัมรินทร์, ๒๕๔๘.

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช,ป.ธ.๙, ราชบัณฑิต). **คำวัด ๑.** กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เลี้ยงเชียง, ๒๕๔๕.

_____. **คำวัด ๓.** กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เลี้ยงเชียง, ๒๕๔๕.

พระธรรมโกศาจารย์ (ชอบ อนุจารีเถร). **พุทธประวัติทัศนศึกษา.** ชลบุรี : มูลนิธิหอธรรมราชบัณฑิต, ๒๕๓๒.

พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ์). **หลักปฏิบัติสมณะ-วิปัสสนากัมมัฏฐาน.** กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๑.

พระพิจิตรธรรมพาทย์ (ชัยวัฒน์ ฐมฺมวฑฺฒโน). **กวีพจน์ธรรม.** กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์เลี้ยงเชียง, ๒๕๓๙.

_____. **เทศนาว่าไรดี.** กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เลี้ยงเชียง, ๒๕๓๙.

พระพุทธโสมเถระ. **คัมภีร์วิสุทธิมรรค ฉบับ ๑๐๐ ปี สมเด็จพระพุทธเจ้าจารย์ (อจ อาสภมหาเถระ).** กรุงเทพมหานคร : วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์, ๒๕๔๖.

พระไพศาล วิสาโล. **ความตายในมิติทางสังคมและจิตวิญญาณ.** (เอกสารประกอบการสัมมนาขยายวง หลักสูตรพุทธศาสตร์มหาบัณฑิตเรื่องชีวิตและความตายมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), กรุงเทพมหานคร : เอกสารโรเนียว, ๒๕๔๘.

พระมหาสมปอง มุณีโต. **คัมภีร์อภิธานวรรณนา.** กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๔๒

พระเมธีธรรมภรณ์ (ประยูร ฐมฺมจิตฺโต). **กรรม การเวียนว่ายตายเกิด.** กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์สยาม, ๒๕๓๕.

พระราชวรมุนี (ประยูรย์ ปยุตโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์.** กรุงเทพมหานคร : อมรินทร์การพิมพ์, ๒๕๒๗.

พระราชเวที (สมพงษ์ พุทธิมวโร ป.ธ.๙). **ลัทธิวิเสสวิคคหะ.** กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ประติพันธ์, ๒๕๓๖.

พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ. **กัมมจตุกกะ-มรณุปัตติจตุกกะ**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๓๙.

_____ . **ปรมัตถโชติกะ ปฏิจจนุปปาที่ปณี. ๕**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.

_____ . **ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ ๓ และ ปริจเฉทที่ ๗ หลักสูตรจุฬาทิอรรถมิกะโท**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๔๐.

_____ . **ภูมิจตุกกะและปฏิสนธิจตุกกะ**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๔๐.

_____ . **ปรมัตถโชติกะ มหาอภิมมัตถสังคหฎีกา ปริจเฉทที่ ๕**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๓๙.

_____ . **สมถกรรมฐานที่ปณี**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๓๙.

พระสีลาจารเถร. **อภิมมุตตงคที่ปณี**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญาณ, ๒๕๔๗.

พระสุนทรภู่เจ้าอาวาส. **อภิมมุตตงคที่ปณี**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญาณ, ๒๕๔๒.

พระอนุชทาจารย์. **“อภิมมัตถสังคหะ”, ในอภิมมัตถสังคหะ และปรมัตถที่ปณี, แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสารภิวังศ์**. กรุงเทพมหานคร : ไทยรายวัน กราฟฟิค เพลท, ๒๕๔๖.

_____ . **อภิมมุตตงค**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญาณ, ๒๕๔๗.

พระอาจารย์มาถนพ อุปลโม. **ตีสนิทกับความตาย. พิมพ์ครั้งที่ ๓**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ดีเอ็มจี, ๒๕๔๘.

พระอุตรคณาธิการ (ชวินทร์ สระคำ). **พจนานุกรม บาลี-ไทย**. กรุงเทพมหานคร : บริษัทประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๓๘.

_____ . **ประวัติศาสตร์พระพุทธศาสนาในอินเดีย**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔.

พระอุปติสเถระ. **วิมุตติมรรค**. แปลโดยพระราชวรมุนี (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) และคณะ. กรุงเทพมหานคร : องค์การเผยแผ่วัดประยูรวงศาวาสวิหาร, ๒๕๕๑.

พุทธทาสภิกขุ. **ความตาย**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุขภาพใจ. ๒๕๔๘.

_____ . **วิธีชนะความตาย**. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๔๘.

ภัทรพร ลีริกาญจน. แปลและเรียบเรียง **“สาระสำคัญของความตาย”, ในมรณสติ พุทธวิธีต้อนรับความตาย**. กรุงเทพมหานคร : กลุ่มศึกษาและปฏิบัติธรรม, ๒๕๓๐.

ราชบัณฑิตยสถาน, **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๒๕**. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อักษรเจริญทัศน์, ๒๕๓๘.

วศิน อินทสระ. **หลักการและการเรียนนายตายเกิด**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๘. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์
ธรรมดา, ๒๕๔๘.

ส. ศิวรักษ์. **เตรียมตัวตายอย่างมีสติ**. แปลและเรียบเรียง. กรุงเทพมหานคร : พิมพ์อำเภอ, ๒๕๓๖.

_____. **เตรียมตัวตายอย่างมีสติ ฉบับขยายความ**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : ศูนย์ไทยธิเบต,
๒๕๔๔.

สมเด็จพระญาณสังวร. **ความตายในมรณัสสติ พุทธวิธีต้อนรับความตาย**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์
เลียงเชียง, ๒๕๓๑.

สมเด็จพระมหาสมณเจ้า **กรมพระปรมานุชิตชิโนรส**. **ปฐมสมโพธิ** (ฉบับบาลี). กรุงเทพมหานคร : บริษัท
สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๓๗.

สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ. **มรณสติในมรณสติ**. กรุงเทพมหานคร : กลุ่มศึกษาและปฏิบัติธรรม, ๒๕๓๐.

ลันด์ หัตถิรัตน์. **การดูแลผู้ป่วยหมดหวัง**. กรุงเทพมหานคร : อมรินทร์การพิมพ์, ๒๕๒๑.

สิวลี ศิริโล. **จริยศาสตร์สำหรับพยาบาล**. พิมพ์ครั้งที่ ๕. ฉบับแก้ไขปรับปรุงครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร :
อมรินทร์การพิมพ์, ๒๕๓๔.

เสฐียรโกเศศ. **การตาย ประเพณีเกี่ยวกับชีวิต**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ภาพพิมพ์, ๒๕๓๑.

๒. วิทยานิพนธ์

วนิดา ศรีวรกุล. **“การพัฒนารูปแบบงานบริการผู้ป่วยวาระสุดท้ายใกล้ตาย”**. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศา
ศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์) สาขาการบริหารโรงพยาบาล บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๗.

บุปผา ซอบใจ. **“ความต้องการด้านจิตวิญญาณของผู้ป่วยมะเร็ง”**. วิทยานิพนธ์ปริญญา ครุศาสตร์
มหาบัณฑิต ภาควิชาพยาบาลศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ๒๕๓๖.

พัชรียา ไชยลังกา. **“ศึกษาเปรียบเทียบแนวความคิดเกี่ยวกับความตายของผู้มีสุขภาพดีและผู้ป่วยเรื้อรัง”**.
วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพยาบาลศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๔.

๓. เอกสารอัดสำเนา

กองวิชาการ สำนักงานอธิการบดี บัณฑิตวิทยาลัย และคณะมนุษยศาสตร์. **เรื่องชีวิตและความตาย**,
กรุงเทพมหานคร : เอกสารประกอบการสัมมนาขยายร่างหลักสูตรพุทธศาสตร์มหาบัณฑิต
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘, (อัดสำเนา).

๔. สัมภาษณ์

เกรียงไกร บัวจันอัด, สัมภาษณ์, ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

จามร จันท์คุ้ม, สัมภาษณ์, ๑๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

ชญาณิด ขอบอรุณสิทธิ, พยาบาล นักศึกษาปริญญาโท คณะพยาบาลศาสตร์ โรงพยาบาลศิริราช, สัมภาษณ์,
๒๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

ชาติปรีชญ์ ห้วยหงษ์ทอง, สัมภาษณ์, ๒๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

ชำนาญ เกิดช่อ, สัมภาษณ์, ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

นงลักษณ์ รัชตะไกรวิทย์, สัมภาษณ์, ๒๔ ธันวาคม ๒๕๕๘.

ประพันธ์ คุภษร, สัมภาษณ์, ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

ผศ.ดร.ยุวดี ชาติไทย, อาจารย์พยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ โรงพยาบาลศิริราช, สัมภาษณ์, ๒๑ กุมภาพันธ์
๒๕๕๙.

พจมาน หุຍหุมา, สัมภาษณ์, ๒๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

พระมหาประสานชัย เหวงโกโร, สัมภาษณ์, ๑๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

แม่น เดชพร, สัมภาษณ์, ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

ยอด คำพา, สัมภาษณ์, ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

โยธิน กิตติคุณ, สัมภาษณ์, ๒๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

เรณู อาจสาดี, อาจารย์พยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ โรงพยาบาลศิริราช, สัมภาษณ์, ๒๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

วรรณลดา จันท์เรืองวณิช อาจารย์พยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ โรงพยาบาลศิริราช, สัมภาษณ์,
๒๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

วราภรณ์ คุคุ้มทร, สัมภาษณ์, ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

ศิริ ยาสุกแสง, สัมภาษณ์, ๓๐ ธันวาคม ๒๕๕๘.

สมใจ ทรายดี, สัมภาษณ์, ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

สมนึก แสงทวี, สัมภาษณ์, ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

สิริ เพ็ชรไชย, สัมภาษณ์, ๑๔ พฤศจิกายน ๒๕๕๘.

สุดตา ปทุมมาศ, สัมภาษณ์, ๒๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

สุทัศน์ สงค์สุข, สัมภาษณ์, ๑๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

สุภรณ์ ดนัยดุขะฎีกุล, อาจารย์พยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ โรงพยาบาลศิริราช, สัมภาษณ์, ๒๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

โสภี เลิศล้ำ, สัมภาษณ์, ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

อนงค์ วงศ์จู, สัมภาษณ์, ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

อรพรรณ ไตสิงห์ อาจารย์พยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ โรงพยาบาลศิริราช, สัมภาษณ์, ๒๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙.

ภาคผนวก

ผนวก ก

การเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานโดยการใช้มรณัสสติเป็นบาท

ผู้ที่เจริญมรณานุสติกัมมัฏฐานมาเป็นอย่างดี หมายถึงจนได้อุปจารสมาธิแล้ว ประสงค์จะเจริญวิปัสสนาโดยใช้อุปจารสมาธิที่ได้มาแล้วนั้นเป็นบาท เบื้องต้นต้องเปลี่ยนจากระลึกถึงความตายเป็นอารมณ์มาเป็นการพิจารณารูป หรือนามที่กำลังเกิดขึ้นเฉพาะหน้านั้นเป็นอารมณ์ ด้วยอำนาจแห่ง อนิจจลักษณะ ทุกขลักษณะ หรืออนัตตลักษณะ เบื้องต้นจึงควรรู้จักวิปัสสนากัมมัฏฐานให้ถ่องแท้ ซึ่งคณะผู้วิจัยจักนำเสนอเป็นลำดับต่อไป

ธรรมดาว่ากัมมัฏฐานนั้นมี ๒ อย่าง คือ สมถกัมมัฏฐาน และวิปัสสนากัมมัฏฐาน สำหรับสมถกัมมัฏฐานนั้น จะมีพุทธศาสนาหรือไม่มีพุทธศาสนาก็ตาม วิญญูชนย่อมสามารถศึกษา ฝึกฝนจนบรรลุถึงอัปปนาสมาธิที่เรียกว่าฌานสมาบัติ หรือเรียกสั้นๆ ว่าสมาบัติ ๘ บ้าง ทิวาทิวาธิบ้าง อย่างไรก็ตามวิธีเจริญสมถกัมมัฏฐานนั้นมีถึง ๔๐ ประการ ทั้งหมดที่เกิดขึ้นกับเหตุกบฏุขและผลบุคคลเบื้องต้น ๓ ล้วนเป็นมหัศจรรย์คุณธรรมซึ่งเป็นธรรมที่มีผลอันยิ่งใหญ่

สำหรับวิปัสสนากัมมัฏฐานนั้น จะมีสอนกันเฉพาะเมื่อพุทธศาสนายังดำรงอยู่เท่านั้น ในบัดนี้เราท่านทั้งหลายอาจจะพบเห็น หรือได้สดับผู้วิเศษพยากรณ์ตนเองเป็นผู้หมดกิเลสบ้าง รับรองความประพัตติด้วยการพยากรณ์ท่านผู้ล่วงลับไปแล้วว่าเป็นพระอริยะบ้าง บุคคลเหล่านั้นจะเป็นพระอริยะจริงตามประกาศหรือไม่นั้น ให้ดูจากวันคืนที่ผ่านมามีท่านเหล่านั้นเคยเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานบ้างหรือไม่ หรือว่าเคยเจริญสมถกัมมัฏฐานเพียงเล็กน้อย แล้วประกาศตนเป็นผู้บรรลุอนุตตรธรรม

ความหมาย อารมณ์ และเภทของวิปัสสนา

คำว่า วิปัสสนา หมายถึง การพิจารณาเห็นแจ้งสังขารธรรมโดยอาการต่าง ๆ ด้วยอำนาจแห่งอนิจจลักษณะเป็นต้น ดังแสดงจกนัตถะว่า

วิวิธนาการเณ สงฺขารเ อนิจฺจาทิวเสณ ปสฺสตีติ วิปสฺสนา, ปญฺญา.

แปลความว่า ปัญญาใด ย่อมพิจารณาเห็นสังขารธรรมทั้งหลายโดยอาการต่าง ๆ ด้วยอำนาจแห่งไตรลักษณ์ มีอนิจจลักษณะเป็นต้น เพราะเหตุนี้ ปัญญาอันนี้ ชื่อว่า วิปัสสนา

วิปัสสนา มี รูปนาม ชันท์ ๕ อายุตนะ ๑๒ ชาติ ๑๘ อริยสัจ ๔ เป็นต้นเป็นอารมณ์ เมื่อโยคาวจรบุคคล เริ่มเจริญวิปัสสนาเบื้องต้นต้องอาศัยเบญจชันท์เป็นต้นเป็นอารมณ์เครื่องยึดเหนี่ยวจิตให้ตั้งมั่นเป็นสมาธิเพื่อหล่อหลอมวิปัสสนาญาณให้เกิดขึ้นพิจารณาเห็นเบญจชันท์เป็นต้นโดยความเป็นอนิจจลักษณะทุกขลักษณะ และอนัตตลักษณะ ตั้งแต่รู้เห็นได้ด้วยสัญญาด้วยจิตตปัญญาด้วยทศสนะ และด้วยภาวนาเป็นปริโยสาน

อนึ่งวิปัสสนาหรือวิปัสสนากัมมัฏฐานนี้ ท่านเรียกว่าอนุปัสสนาบ้าง มหาวิปัสสนาบ้าง วิปัสสนาญาณบ้าง สำหรับคำว่าอนุปัสสนานั้นมีความหมายว่า ปัญญาอันพิจารณาเห็นเตภูมิกสังขารบ่อย่อย ๆ การพิจารณาเห็นเตภูมิกสังขารเนื่อง ๆ ปัญญาเครื่องพิจารณาเนื่อง ๆ ซึ่งไตรลักษณ์มีความไม่เที่ยงเป็นต้น การพิจารณาเห็นความเกิดขึ้นและความดับของรูปนามเนื่อง ๆ ,ปัญญาญาณอันเป็นเครื่องพิจารณาเห็นนิพพานก่อนและหลัง

โคตรภูมิกฎหมายสำหรับคำวามหาวิปัสสนานั้นมีความหมายว่าปัญญาเครื่องพิจารณาเห็นเตฏุมิกสังขารโดยความเป็นอนิจลักษณะเป็นต้นอยู่เนื่อง ๆ ส่วนคำว่า วิปัสสนาญาณ มีความหมายว่า ปัญญาญาณเป็นเครื่องพิจารณาเห็นแจ้งเตฏุมิกธรรมตามความเป็นจริง

อนุปัสสนา^๑ มี ๓ อย่าง กล่าวคือ

๑. อนิจจานุปัสสนา ปัญญาเครื่องพิจารณาเห็นเตฏุมิกสังขารเนื่อง ๆ ด้วยอำนาจแห่งความไม่เที่ยง

๒. ทุกขานุปัสสนา ปัญญาเครื่องพิจารณาเห็นเตฏุมิกสังขารเนื่อง ๆ ด้วยอำนาจแห่งความเป็นทุกข์

๓. อนัตตานุุปัสสนา ปัญญาเครื่องพิจารณาเห็นเตฏุมิกสังขารเนื่อง ๆ ด้วยอำนาจแห่งความเป็นอนัตตา

มหาวิปัสสนา มี ๑๘ อย่าง^๒ คือ

๑. อนิจจานุปัสสนา ปัญญาเครื่องพิจารณาเห็นเตฏุมิกสังขารเนื่อง ๆ ด้วยอำนาจแห่งความไม่เที่ยงที่เจริญขึ้น และย่อมนละนิจจสัญญา ให้หมดไป

๒. ทุกขานุปัสสนา ปัญญาเครื่องพิจารณาเห็นเตฏุมิกสังขารเนื่อง ๆ ด้วยอำนาจแห่งความเป็นทุกข์ที่เจริญขึ้น และย่อมนละสุขสัญญา ให้หมดไป

๓. อนัตตานุุปัสสนา ปัญญาเครื่องพิจารณาเห็นเตฏุมิกสังขารเนื่อง ๆ ด้วยอำนาจแห่งความเป็นอนัตตาที่เจริญขึ้น และย่อมนละอัตตสัญญา ให้หมดไป

๔. นิพพิทานุปัสสนา ปัญญาเครื่องพิจารณาเห็นเตฏุมิกสังขารเนื่อง ๆ ด้วยอำนาจแห่งความเบื่อหน่ายที่เจริญขึ้น และย่อมนละความเพลิดเพลินที่เรียกว่านันทิ ให้หมดไป

๕. วิราคานุุปัสสนา ปัญญาเครื่องพิจารณาเห็นเตฏุมิกสังขารเนื่อง ๆ ด้วยอำนาจแห่งความคลายกำหนดที่เจริญขึ้น และย่อมนละความกำหนดที่เรียกว่าราคะ ให้หมดไป

๖. นิโรธานุุปัสสนา ปัญญาเครื่องพิจารณาเห็นเตฏุมิกสังขารเนื่อง ๆ ด้วยอำนาจแห่งความดับที่เจริญขึ้น และย่อมนละความเกิดที่เรียกว่าสมุทัย ให้หมดไป

๗. ปฏินิสัสคคานุุปัสสนา ปัญญาเครื่องพิจารณาเห็นความสละคืนจากการยึดถือเตฏุมิกสังขารว่าเป็น นิจจสัญญา สุขสัญญา อัตตสัญญา สุขสัญญา แล้วน้อมจิตไปในนิพาน เนื่อง ๆ ที่เจริญขึ้น และย่อมนละความยินยอมให้กิเลสเกิดโดยมิได้เห็นโทษในสังขตธรรม ที่เรียกว่าอาทานะ ให้หมดไป

๘. ขยานุปัสสนา ปัญญาเครื่องพิจารณาเห็นความสิ้นไปแห่งรูปนาม หรืออันธ์ ๕ เป็นต้น ที่เจริญขึ้น แล้วย่อมนละความสำคัญว่าเป็นกลุ่มเป็นก้อน เป็นกอง เป็นแห่งเป็นอาทิ ที่เรียกว่า ฆนสัญญาให้หมดไป

^๑ สงคท. (บาลี) -/๔๕/๖๐

^๒ วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๗๒๒/๒๓๔

๙. วยานุปัสสนา ปัญญาเครื่องพิจารณาเห็นความสิ้นไปแห่งสังขตธรรมที่ดับไปแล้ว และจักมีขึ้นข้างหน้า โดยเปรียบกับความเสื่อมไปของสังขตธรรมที่กำลังเกิดขึ้นอยู่เฉพาะหน้า แล้วย่อมละความดิ้นรนเพื่อความ สุข ความก้าวหน้าที่เรียกว่าอายุหะให้หมดไป

๑๐. วิปริณามานุปัสสนา ปัญญาเครื่องพิจารณาเห็นความสิ้นไปแห่งความแปรไป ไม่คงที่อยู่ได้ของสังขตธรรม ที่พอกพูนขึ้น ย่อมละความหยาบมั่นว่ามั่นคง คงที่ แน่นนอน ที่เรียกว่าธูรัสัญญาให้หมดไป

๑๑. อนิมิตตานุปัสสนา ปัญญาเครื่องพิจารณาเห็นความไม่มีนิमित รูปร่างลักษณะ ซึ่งเป็นที่ตั้งอยู่เจริญขึ้นแล้ว ย่อมละความเป็นกลุ่มเป็นก้อน และความสำคัญว่ามีรูปร่างลักษณะ เทียง ที่เรียกว่า สนนนิमित และนิจจนิมิต ให้หมดไป

๑๒. อัปปถิติตานุปัสสนา ปัญญาเครื่องพิจารณาเห็นความไม่น่าปรารถนา ไม่น่ายินดี ย่อมละความยินดีพอใจปรารถนาในเวทียิตสุข ที่เรียกว่าปถิธีให้หมดสิ้นไป

๑๓. สุกขัตตานุปัสสนา ปัญญาเครื่องพิจารณาเห็นความว่างเปล่าจากอัตตาทัวตนเรา เขาซึ่งไม่อยู่ในอำนาจการบังคับบัญชาของใคร ๆ ทั้งสิ้นเจริญขึ้นแล้ว ย่อมละความยึดมั่น ถือมั่นว่าตัวตนเราเขา การอยู่ในอำนาจบังคับบัญชา ที่เรียกว่า อภินิเวส ให้หมดสิ้นไป

๑๔. อธิปัญญาธัมมวิปัสสนา ปัญญาเห็นแจ้งอย่างยิ่งในอาร์มมณะ และอาร์มมณิกะ ว่าเป็นเพียงรูปกับนาม หรือเป็นเพียงขันธ์ ๕ เป็นต้น ซึ่งเป็นเพียงสังขตธรรมเท่านั้น ที่หมดสิ้นไป หาใช้เป็นตัวตนเราเขาหมดสิ้นไปไม่ อาศัยความเห็นอย่างประจักษ์ชัดของการดับไปแห่งรูปนาม หรือขันธ์ ๕ เป็นต้น ที่เป็นฝ่ายอาร์มมณะ และอาร์มมณิกะ เจริญขึ้นแล้ว ย่อมละความโง่ งมงาย หลงถือนั่นเป็นแก่นสารอันคงทน ที่เรียกว่า สาราทานาภินิเวส ให้หมดสิ้นไป

๑๕. ยถากุตญาณทัสสนะปัญญาเครื่องพิจารณาเห็นรูปนาม และธรรมที่เป็นปัจจัยของรูปนามตามความเป็นจริง เกิดขึ้นแล้ว ย่อมละการยึดมั่น ถือนั่นอยู่ด้วยความหลงงมงายด้วยอำนาจแห่งวิจิกิจฉาว่า เราเป็นหรือหนอเป็นต้น ทิฏฐิวาพระเจ้าเป็นผู้สร้างโลก ที่เรียกว่าลัมโมทาภินิเวส ให้หมดสิ้นไป

๑๖. เมื่อเจริญอาทินวานุปัสสนา ปัญญาเครื่องพิจารณาเห็นโทษในรูปนาม โดยอาศัยความแตกดับไปเป็นความน่าสะพึงกลัวเกิดขึ้นย่อมละความยึดมั่นด้วยอำนาจความอาลัยที่เรียกว่าอาลยาภินิเวส ให้หมดสิ้นไป

๑๗. เมื่อเจริญปฏิสังขานุปัสสนา ปัญญาเครื่องพิจารณาเห็นรูป นาม ที่มีสภาพเป็น อนิจจะ ทุกขะ และอนัตตะ เกิดขึ้นด้วยการละเลิกจากอารมณ์ที่เป็นรูปเป็นนามเกิดขึ้น ย่อมละความไม่พิจารณาให้กระจ่างแจ้งในรูปนาม ซึ่งมีสภาพเป็นอนิจจะ ทุกขะ และ อนัตตะ ที่เรียกว่า อัปปฏิสังขา ให้หมดสิ้นไป

๑๘. เมื่อเจริญวิวิฏฐานุปัสสนา ปัญญาเครื่องพิจารณาเห็นรูปนามที่มีสภาพเป็นอนิจจะ ทุกขะ และอนัตตะแล้วเกิดความเบื่อหน่าย ใคร่ที่จะปล่อยปลงละทิ้ง อันนับว่าเป็นสังขารูปกษณญาณ อนุโลมญาณ เกิดขึ้น ย่อมละความยึดมั่นคือการประกอบติดแน่นในรูป นาม อันได้แก่ ตัณหา มานะ และทิฏฐิ ที่เรียกว่าสังโยคาภินิเวส ให้หมดสิ้นไป

วิปัสสนา ๓ หรือมหาวิปัสสนา ๑๘ เหล่านี้ เมื่อพระโยคาวจรเจริญเป็นอย่างดีแล้ว ย่อมก่อให้เกิดวิปัสสนาญาณ ตั้งแต่อุทกยปัญญาจนเป็นต้นไปจนถึงปัจจุเวกขณญาณ

วิธีเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน

ครั้นทราบลักษณะของวิปัสสนาแล้ว เมื่อคิดจะเริ่มเจริญวิปัสสนา เบื้องต้นควรแสวงหาวิปัสสนาจารย์ ที่พร้อมจะเป็นกัลยาณมิตร และสัปปายสถานเป็นเบื้องต้นก่อน เมื่อพบแล้วจงตั้งใจมอบกาย มอบความไว้วางใจในการแนะนำ เพราะอารมณ์ของวิปัสสนากับอารมณ์ของสมณะนั้นมีความต่างกันอย่างสิ้นเชิง เพราะสมณะนั้นต้องการเพียงแต่ความสงบใจ ต้องการความตั้งมั่นแห่งจิตเท่านั้น หาต้องการบัญญัติหรือพิธีเพื่อพิจารณาเห็นรูปนามเบญจขันธ์โดยความเป็นอริยลักษณะทุกขลักษณะและอนัตตลักษณะอย่างใดอย่างหนึ่งไม่ ดังนั้นวิปัสสนาจารย์จะแนะนำให้พยายามตั้งสติเจริญสติปัฏฐาน ๔

สติปัฏฐาน ๔ คือ

๑. กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน สติที่ตั้งมั่นในการพิจารณาเนื่อง ๆ ซึ่งกาย คือรูปขันธ์ มีลมอัสสาสะ ปัสสาสะ อิริยาบถน้อยใหญ่เป็นต้น เป็นอารมณ์

๒. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน สติที่ตั้งมั่นในการพิจารณาเนื่อง ๆ ซึ่งเวทนา คือสุข ทุกข์ อุเบกขา เป็นต้นเป็นอารมณ์

๓. จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน สติที่ตั้งมั่นในการพิจารณาเนื่อง ๆ ซึ่งจิต คือสราคะจิต วิตราคะจิต สโทสจิต วิตโทสจิต สโมหจิต วิตโมหจิตเป็นต้นเป็นอารมณ์

๔. ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน สติที่ตั้งมั่นในการพิจารณาเนื่อง ๆ ซึ่งสภาวะธรรม ที่มีอยู่โดยปราศจากตัวตนอันเป็นสภาวะของโลก สภาวะของโทสะเป็นต้นเป็นอารมณ์

การเจริญวิปัสสนานั้น เนื่องจากการเจริญวิปัสสนาของบุคคลธรรมดา ซึ่งยังมีสมมติจิตไม่มั่นคงหรือของบุคคลที่เคยได้อุปจารสมาธิจากการเจริญมรณัสสติภาวนามาก่อน เมื่อได้รับคำแนะนำถึงวิธีการตั้งสติกำหนดแล้ว ควรตั้งใจทำให้ต่อเนื่องกันไปในทุกอิริยาบถ

เมื่อโยคีบุคคลเจริญวิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ แล้ว โดยมีวิปัสสนาจารย์ผู้ชำนาญลาดทั้งในปริยัติศึกษาและวิปัสสนาภาวนา ไม่นานอุปจารสมาธิที่เคยได้มาจากการเจริญมรณัสสติจักเข้าอุปการะ ก่อให้เกิดวิปัสสนาญาณตามลำดับ ในที่นี้คณะผู้วิจัย ขอแนะนำวิปัสสนาญาณ ๑๖ ไว้โดยย่อ เพื่อเป็นแนวทางการเจริญวิปัสสนาต่อไป

วิปัสสนาญาณ ๑๖ คือ

๑. นามรูปปริจเฉทญาณ ปัญญาหรือเจตสิกในมหาภูตญาณสัมปยุตจิตที่สามารถกำหนดรูปร่างนามแยกออกเป็นลักษณะ เป็นรส เป็นปัจจัยภูฐาน และเป็นปทัชฐาน เมื่อว่าโดยวิสุทธิ จัดเป็นทิววิสุทธิ คือปัญญาหรือเจตสิก ที่มีการกำหนดรูปร่างลักษณะของนามรูป ซึ่งเมื่อกำหนดต่อไป แม้ว่ารูปธรรมจะปรากฏชัดเจนโดยอาการ ๔๒ แยกออกเป็นหมวดหมู่ เช่น

(ก) กัมมชรูป ๒๐ คือ กายทสกกลาง ๑๐ ภาวทสกกลาง ๑๐

(ข) จิตตชรูป ๘

(ค) อุตฺตชรูป ๘

(ง) อาหารชรูป ๘

เมื่อสุทธวิปัสสกะและสมถยานิกโยคาวจรกำหนดอาการทั้ง ๔๒ ได้โดยภาวะแห่งมหาภูตรูปอุปาทายรูปโดยละเอียดแล้ว รูปทั้งหลายอีก ๖๐ ในจักขุทสกกลางเป็นต้นจนถึงถึงวัตถุทสกกลาง ซึ่งเป็นรูปที่เกี่ยวข้องกับวัตถุและอาหาร ก็จักปรากฏแก่ปัญญาหรือเจตสิกของโยคาวจรเช่นนั้นเหมือนกัน

ถามว่า การกำหนดรูปร่างนามในญาณนี้เป็นการบังคับให้รู้ให้เห็นหรือไม่

ตอบว่า การกำหนดรูปร่างนามในญาณนี้ ย่อมปรากฏขึ้นเองตามธรรมชาติ ในเมื่อโยคาวจรพิจารณาใคร่ครวญนามรูปเหล่านั้น ข้าแล้วข้าอีกเหมือนการขีดเงาภาชนะให้ผุดผ่อง ทำนอุปมาเหมือนการขีดถูกระจกเงาบ้าง เหมือนนรุขคั้นน้ำมันบ้าง เหมือนนรุขต้องการน้ำใสบ้าง เหมือนนักรบการหีบอ้อยบ้าง เหมือนการใช้ทัณฑ์ทรมาณโจรให้สราภาพบ้าง เหมือนการฝึกโคบ้าง เหมือนการเคี้ยวนมส้มบ้าง หรือเหมือนการบึงปลาบ้าง จะเห็นว่าสิ่งที่ทำนยกขึ้นเป็นอุปมานั้นมีแต่ต้องทำข้าแล้วข้าแล้วจนกว่าจะได้สิ่งที่ต้องการ

อนึ่งนามรูปปริจเฉทญาณนี้ ท่านยังเรียกชื่ออีกว่า นามรูปวัตถาน หรือสังขารปริจเฉท ก็ได้ ซึ่งท่านอาจจะได้สดับคำทั้งสองนี้มาจากวิปัสสนาจารย์ผู้ช่ำชองในปริยัติศึกษา จึงนำมาอธิบายเพื่อความเข้าใจเป็นอย่างดีแก่โยคีผู้เจริญวิปัสสนาบางกลุ่ม

๒. ปัจจัยปริคคญาณ ปัญญาหรือเจตสิกในมหาภูตญาณสัมปยุตจิตที่กำหนดรูปปัจจัยของนามรูปตามความเป็นจริง โยคาวจรบุคคลผู้ปรารถนาบรรลู่ทางวิตรณวิสุทธิ ควรเจริญสติภูฐานต่อไป กล่าวกันว่าเมื่อจะค้นหาเหตุที่แท้จริงของนามรูป เบื้องต้นควรพิจารณารูปกาย ว่าการชกกายนี้จะได้เกิดจากดอกอุบล กลางน้ำก็ทำไม่ จะเกิดจากแก้วมณีชนิดต่าง ๆ เป็นต้นก็ทำไม่ แต่เกิดจากปัจจัยอันเหมาะสม เติบโต และดำรงอยู่ได้ด้วยโอชานอาหารซึ่งกำซาบแผ่ซึ่มหล่อเลี้ยงให้เจริญสืบต่อไป

สำหรับปัจจัยที่ทำให้เกิดรูปกายนั้นมีเพียง ๕ อย่างเท่านั้นคือ อวิชา ตัณหา อุปาทาน กรรม และอาหาร ๔ ปัจจัยแรกนั้นเป็นเหตุให้เกิดและหล่อเลี้ยงให้ดำเนินต่อไปจนสิ้นอายุ ส่วนอาหารนั้นเป็นปัจจัยอุปถัมภ์ให้สรีระนี้สืบต่อกันไป โดยให้ทรุดโทรมซาลง อีกอย่างหนึ่งปัจจัยของรูปกาย ได้แก่ปัจจัย ๔ คือ กรรม จิต อุตุ และอาหาร

สำหรับปัจจัยของนาม มี ๒ อย่าง คือสาธารณปัจจัย กับอสาธารณปัจจัย ที่เป็นสาธารณปัจจัย ได้แก่ ทวาร ๖ และอารมณ์ ๖ ที่เป็นอสาธารณปัจจัยได้แก่ โยนิโสมนสิการ โลภะ และกรรม

อีกอย่างหนึ่ง คือการกำหนดปัจจัยและปัจจัยုပ်ันของนามรูปตามแนวทางของปฏิจสมุปบาท โดยแยกออกกระหว่างปัจจัยธรรม และปัจจัยုပ်ันธรรม ด้วยโยนิโสมนสิการ

เมื่อกำหนดพิจารณาถึงปัจจัยของนามรูปในลักษณะนี้เนื่อง ๆ ความเห็นที่เรียกว่าปัญญาญาณย่อมบริสุทธิ์เกิดขึ้น สามารถข้ามลวงความสงสัย ๑๖ อย่างได้ โดยเรียกว่ากัังขาวิตรณวิสุทธิติ และการกำหนดรู้รอบความตั้งอยู่ของธรรมที่เป็นปัจจัย เรียกว่าสัมมธุติญาณ การกำหนดรู้รูปนามตามเหตุปัจจัยที่เป็นจริงเรียกว่ายถาภูตญาณทัสสนะ การเห็นรูปนามโดยชอบเรียกว่า สัมมาทัสสนะ คำทั้ง ๓ ดังกล่าวมาเป็นคำมีความหมายอย่างเดียวกับคำว่ากัังขาวิตรณวิสุทธิติ

เมื่อโยคาวจรกำหนดรู้รูปนามตามเหตุปัจจัยที่เป็นจริงแล้ว สมาธิแก่กล้าขึ้น ปัญญาญาณก็พัฒนาขึ้นจนเห็นเหตุของรูปนามอย่างถ่องแท้ จนบรรลุกัังขาวิตรณวิสุทธิติแล้ว เมื่อสามารถรักษาสภาวญาณนี้ไว้ได้ไม่เสื่อมคลาย โยคีผู้นั้นย่อมได้ชื่อว่าจุฬโสดาบัน ปิดอบายได้ในลำดับแห่งภพนี้ แต่นับตั้งแต่ภพที่ ๓ เป็นต้นไป การปิดอบายภูมินี้เป็นสิ่งไม่แน่นอน ดังนั้น โยคาวจรผู้ได้ปัจจัยบริคคญาณแล้วควรตั้งใจมนสิการูปนามต่อไป อย่าพอใจเพียงเท่านี้

๓. สัมมสนญาณปัญญาธิริยเจตสิกในมหากุศลญาณสัมปยุตติจิตที่เห็นรูปนามเป็นไตรลักษณ์เกิดขึ้นแก่โยคาวจรผู้ประกอบความเพียร ในการเจริญสติปัญญาจนเกิดปัญญาญาณด้วยอำนาจแห่งการพิจารณา สภาวธรรมทั้งหลายมีขันธเป็นต้น จนสามารถแยกสภาวธรรมเหล่านั้นออกเป็นหมวด เป็นกลุ่มกองได้ และเมื่อตีรณปริญาดำเนินไปอย่างต่อเนื่อง โยคีบุคคลนั้นย่อมบรรลุมัคคาคมคคญาณทัสสนวิสุทธิติ

แท้จริง โลกียปริญญา มี ๓ อย่าง คือ

ก. ญาตปริญญา การกำหนดรู้ในสิ่งที่รู้กันอยู่แล้ว หมายถึงปัญญาธิริยที่กำหนดรู้เฉพาะของสภาวธรรมทั้งหลายเช่นกำหนดรูปได้ว่า มีความเสื่อมสลายไป เวทนา มีการเสวยอารมณ์เป็นลักษณะ

ข. ตีรณปริญญา การกำหนดรู้ด้วยการใคร่ครวญไตร่ตรอง หมายถึงปัญญาธิริย ที่มีไตรลักษณ์เป็นอารมณ์ ด้วยการยกสภาวธรรมทั้งหลายขึ้นสู่สามัญลักษณะ เช่นรูปไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาอย่างใดอย่างหนึ่ง

ค. ปหานปริญญา การกำหนดรู้ด้วยการละ หมายถึงปัญญาธิริย ที่มีไตรลักษณ์เป็นอารมณ์ และเป็นไปพร้อมกับการละในความรู้ต่าง ๆ เช่นละรูปที่รู้ว่าไม่เที่ยง

บรรดาปริญญาทั้ง ๓ นั้น ตั้งแต่นามรูปปริจเจตญาณ ถึงปัจจัยบริคคญาณจัดเป็นภูมิของญาตปริญญา ตั้งแต่สัมมสนญาณถึงอุทยัพพญาณจัดเป็นภูมิของตีรณปริญญา ตั้งแต่ภังคานุสสนาถึงมัคคญาณจัดเป็นภูมิของปหานปริญญา

เมื่อโยคีบุคคลกำหนดพิจารณาแยกสภาวธรรมออกเป็น ๒๕ หมวด เช่นสามารถกำหนดสภาวธรรมทั้งหลายโดยความเป็นขันธ ๕ ทวาร ๖ เป็นต้น ได้ด้วยปัญญาญาณแล้ว จัดได้ว่าโยคีผู้นั้นบรรลุมัคคาคมคคญาณแล้ว

ในปฏิสัมพันธ์ที่มารวมกัน ท่านกล่าวถึงธรรมที่ควรรู้ ควรทราบไว้เป็นอาทิว่า จักขุวิญญานเป็นสิ่งที่จะต้องรู้ ยิ่ง จักขุสัมผัส... สุขเวทนา... ทุกขเวทนา... อุเบกขาเวทนา ซึ่งเกิดขึ้นเพราะมีจักขุสัมผัสเป็นปัจจัย เป็นสิ่งที่ควรรู้อย่างเป็นต้น นอกจากนี้ ปัญญาหรือเจตสิกที่อยู่ในสัมมสนญาณ ยังสามารถหยั่งแหย่กำหนดรู้อารมณ์ ทั้งที่เป็นอดีตอนาคตและปัจจุบัน ชื่อว่าไม่เที่ยง เพราะมีความเสื่อมสิ้นไป ชื่อว่าเป็นทุกข์ เพราะมีความน่ากลัว ชื่อว่า เป็นอนัตตา เพราะเป็นสิ่งที่ไม่มีแก่นสาร หรือกำหนดรู้อารมณ์ ชื่อว่าไม่เที่ยง เพราะถูกปัจจัยปรุงแต่ง และอาศัยปัจจัยจึงเกิดขึ้นได้ มีความเสื่อมสิ้นไปเป็นธรรมดา มีการปราศจากภาวะเป็นธรรมดา มีความดับไปเป็นธรรมดา หรือกำหนดรู้อารมณ์ เพราะชาติเป็นปัจจัย จึงมีชราและมรณะ เมื่อไม่มีชาติ ก็ไม่ชราและมรณะ หรือกำหนดรู้อารมณ์ ว่าเพราะสภาพเป็นปัจจัย จึงมีชาติ ฯลฯ เพราะอวิชชาเป็นปัจจัย จึงมีสังขาร เมื่อไม่มีอวิชชา ก็ไม่มีสังขาร

นอกจากนี้ ปัญญาหรือเจตสิกที่อยู่ในสัมมสนญาณ ยังสามารถกำหนดรู้อารมณ์ ๕ โดยอาการ ๔๐ เช่น การกำหนดรู้อารมณ์ ๕ โดยความไม่เที่ยง เพราะความที่ทุก ๆ อารมณ์ไม่ดำรงอยู่ตลอดไปได้ เพราะเป็นการเกิดขึ้นในเบื้องต้นและมีความดับไปในที่สุด การกำหนดรู้อารมณ์ ๕ โดยความเป็นทุกข์ เพราะมีความบีบคั้นเฉพาะหน้า ด้วยความเกิดและความดับ และเพราะเป็นที่ตั้งแห่งความทุกข์

เมื่อโยคาวจรบุคคลเจริญสติปัญญาจนเกิดความรู้อย่างเข้าใจที่เรียกว่าสัมมสนญาณอย่างนี้แล้ว หากต้องการให้วิปัสสนาญาณเจริญก้าวหน้าต่อไป จึงควรปรับอินทรีย์มีสังขารอินทรีย์ กับปัญญาอินทรีย์ เป็นต้น ให้สม่ำเสมอตามคำแนะนำของวิปัสสนาจารย์แล้ว จึงพยายามกำหนดให้รู้ชัดถึงความดับของรูปนามที่เกิดขึ้นแล้ว ในขณะที่กำลังเห็นความดับของรูปนามอยู่นั้น ต้องพยายามให้มีสติอยู่ตลอดเวลา พยายามให้วิปัสสนาญาณดำเนินไปอย่างไม่ขาดสาย ให้วิปัสสนาญาณนั้นไหลลื่นสืบต่อไปอย่างสะดวก พยายามกำหนดรู้นิมิตที่เกิดขึ้นในสมาธินั้น ให้วิปัสสนาญาณดำเนินไปตามแนวทางแห่งโพชฌงค์ ๗ อย่าอ้าล้าในชีวิต พยายามอดทนต่อทุกขเวทนาที่เกิดขึ้น แม้จะเจ็บปวดร้าวรานใจจะขาด ก็ต้องไม่เลิกกำหนดสติปัญญาเจริญวิปัสสนา ให้คงความเพียรไว้อย่างต่อเนื่อง

เมื่อว่าโดยสรุป สัมมสนญาณ มีลักษณะพิจารณาเห็นรูปนาม โดยอาการ ๔ อย่าง คือ

๑. กลาปสัมมสนะ การพิจารณาเห็นรูปนามที่เป็นอดีตเป็นต้นโดยความเป็นอนิจจะทุกขะ และอนัตตา เพราะมีแต่หมดสิ้นไป ไม่หวนกลับ ไม่สามารถทนอยู่ในสภาพเดิมได้ ทั้งยังบังคับบัญชาไม่ได้

๒. อัชฌานสัมมสนะ การพิจารณาเห็นรูปนามที่เกิดดับ ล่วงลับไปเป็นเวลานานแล้ว เหมือนการประทับตราอย่างใดอย่างหนึ่งลงบนกระดาษ

๓. ลันตติสัมมสนะ การพิจารณาเห็นความสืบต่อของรูปนาม เช่นรูปหรือดับไป รูปเกิดขึ้นแทนที่เป็นต้น

๔. ขณสัมมสนะ การพิจารณาเห็นความเป็นไปของรูปนามที่เกิดขึ้นตั้งอยู่และดับไป เป็นขณะ ๆ ติดต่อกันไปตลอดวันตลอดคืนที่ตนเจริญวิปัสสนาอยู่ ทำให้อนิจลักษณะ ทุกขลักษณะและอนัตตลักษณะ ปรากฏแก่วิปัสสนาปัญญา

อนึ่ง นามรูปปริจเฉทญาณ ปัจจัยปริคคหญาณ และสัมมสนญาณ ทั้ง ๓ นี้ เป็นญาณที่อาศัยสุตมยปัญญา และจินตามยปัญญา ว่าโดยวิสุทธิ สงเคราะห์เข้าในมัคคามัคคญาณวิสุทธิ จัดเป็นวิปัสสนาญาณที่ ๑ ในวิปัสสนาญาณ ๑๐ เป็นญาณที่ ๓ ในวิปัสสนาญาณ ๑๖

๔. อุทฺถัพพญาณ ปัญฺเณทริยเจตสิกในมหากุศลญาณสัมปยุตจิตที่เป็นไปด้วยอำนาจการพิจารณาความเกิดขึ้น และความดับแห่งสังขารทั้งหลาย อุทฺถัพพญาณมี ๒ อย่างคือ

๑. ตรุณอุทฺถัพพญาณ ได้แก่ อุทฺถัพพญาณอย่างอ่อน ที่ยังมีวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ อย่างมีโอภาสเป็นต้น มีนิกันติเป็นที่สุดเกิดขึ้นแทรกแซง ก่อให้เกิดความฟุ้งพอใจ และติดอยู่ไม่ปรารภณา ทำให้สมาธิมีกำลังลดถอยลง ไม่อาจล่วงพ้นขึ้นสู่วิปัสสนาญาณสูง ๆ ได้

๒. พลวอุทฺถัพพญาณ ได้แก่ อุทฺถัพพญาณอย่างแก่กล้า คือปัญฺเณทริยที่สามารถพิจารณาเห็นความเกิดดับของรูปนามอย่างแท้จริง สามารถทะลุทะลวงอุปกิเลส ๑๐ ไปได้

การกำหนดพิจารณาเห็นความเกิดดับของขั้น ๕ โดยอาการ ๕๐ อย่าง คือ กำหนดพิจารณาเห็นความเกิดดับของขั้น โดยลักษณะ ๕ คือ เห็นความเกิดดับ

-เพราะอวิชาเกิด หรือดับ

-เพราะตัณหาเกิด หรือดับ

-เพราะกรรมเกิด หรือดับ

-เพราะอาหารเกิด หรือดับ

-เพราะลักษณะแห่งความเกิด หรือดับ

นอกจากนี้ ควรกำหนดเห็นรูปนามขั้น ๕ โดยปัจจัย คือเหตุให้เกิดความดับ และโดยขณะคือเห็นเฉพาะอุปาทกขณะและภังคกขณะ และเมื่อกำหนดพิจารณาต่อไป ๆ อริยสัง ๔ ย่อมปรากฏชัดเจนขึ้นเมื่ออริยสัง ๔ ปรากฏ ลักษณะแห่งปัจจัยและปัจจัยยุบไปตามนัยแห่งปฏิจจสมุปบาทที่ปรากฏโดยนัย ๔ คือ เอกัตตนัย นานัตตนัย อัปยาปารนัย และเอวังธรรมตานัย โดยขณะ เมื่อพิจารณาเห็นสันตติของปฏิจจสมุปบาทอย่างชัดเจน ไตรลักษณ์ ย่อมปรากฏชัดเจนแก่ปัญญาของอารทวิปัสสกบุคคล เมื่อตรุณอุทฺถัพพญาณเกิดขึ้นในลำดับต่อจากสัมมสนญาณแล้ว วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ มีโอภาสเป็นต้น ก็จะเกิดขึ้นกับอารทวิปัสสกบุคคลผู้นั้น สำหรับวิปัสสนูปกิเลสจะไม่เกิดแก่บุคคลดังต่อไปนี้ คือ พระอริยบุคคล โยคีบุคคลผู้ปฏิบัติวิปัสสนาอย่างผิด ๆ บุคคลผู้ละทิ้งวิปัสสนากัมมัญฐาน และโยคีบุคคลผู้เกียจคร้าน

วิปัสสนูปกิเลส เมื่อเกิดขึ้น ย่อมทำให้วิปัสสนาเศร้าหมอง สมาธิถดถอย จิตใจหมกมุ่นอาจคิดคำนึงด้วยความฟุ้งซ่าน จินตนาการไปได้ต่าง ๆ นา ๆ บางท่านอาจเข้าใจผิดคิดว่าตนเองบรรลุโสดาบันเป็นพระอริยบุคคลก็เคยมีมาแล้ว

อาร์ทวิปัสสนบุคคล ผู้มีจิตไม่หวั่นไหว หรือได้วิปัสสนาจารย์ผู้เป็นกัลยาณมิตรแนะนำ ย่อมสามารถกำหนดรู้ทันอุปกิเลสทุกชนิด ทุกประเภท ที่เกิดขึ้น ให้จิตสงบไป สมาธิย่อมตั้งมั่น กำหนดพิจารณาเห็นความเกิดดับของรูปนามขั้น ๕ ต่อไปอย่างชัดเจนด้วยปัญญาญาณที่คมชัด และเมื่อกำหนดรู้รูปนามต่อไป อุทฺยพพญาณย่อมดำเนินไป จนได้ชื่อว่า พลวอุทฺยพพญาณ ไตรลักษณะยิ่งปรากฏชัดเจน คือ รูปนามเป็นอนิจจะเพราะเกิดขึ้นแล้วดับไป ทำให้เห็นอนิจจลักษณะแห่งรูปนามที่เกิดขึ้นแล้วดับไปนั้น รูปนามเป็นทุกข์ เพราะมีสภาพเบียดเบียนเฉพาะหน้า ทำให้เห็นรูปนามเป็นทุกข์ลักษณะของรูปนามที่ดำรงอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ รูปนามเป็นอนัตตา เพราะไม่เป็นไปในอำนาจ ทำให้เห็นรูปนามเป็นอนัตตลักษณะของรูปนามที่เกิดขึ้นตั้งอยู่และดับไปด้วยอำนาจแห่งปัจจัยที่เข้าเกื้อหนุนอุปถัมภ์

เมื่อกำหนดพิจารณาเห็นไตรลักษณ์ของรูปนามตามที่เป็นจริง ซึ่งตนเคยยึดมั่นด้วยอำนาจนิจจะ สุขะ และอัสสะมาตลลิต ครั้นเห็นชัดด้วยวิปัสสนาญาณอย่างนี้แล้ว ย่อมกำหนดพิจารณาเลือกหนทางปฏิบัติได้เอง ที่เรียกว่า มัคคามัคควิสุทธิ นั้นเอง

๕. ภัททญาณ ปัญญาในทรีย์เจตสิกในมหาภูตญาณสัมปยุตจิตที่กำหนดพิจารณาเห็นแต่ความดับของรูปนาม ขยายความว่าเมื่อวิปัสสนาปัญญาพิจารณากำหนดรูปนามเห็นไตรลักษณ์ปรากฏชัดเจนยิ่งขึ้น ๆ ปัญญาญาณแก่กล้า จึงเห็นสังขารธรรมทั้งหลายเท่าทันความเกิดดับมากขึ้น เมื่อเห็นความเป็นไปอย่างนี้ของสังขารอยู่เนื่อง ๆ อนิจจานุปัสสนา ความเห็นสังขารธรรมเนื่อง ๆ โดยความไม่เที่ยง ปฏิณิสัสคานุปัสสนา การสลัดทั้งกิเลสพร้อมทั้งขั้น ปักขันทนปฏิณิสัสคคะ เมื่อสลัดกิเลสพร้อมทั้งสังขารทั้งแล้ว ย่อมเกิดปัญญาญาณในการแล่นไปสู่นิพพาน ปฏิสังขานุปัสสนา ซึ่งมีลักษณะ ๓ ประการ คือ

-การย้ายอารมณ์ ได้แก่ การพิจารณาเห็นความดับของรูปด้วยจิตดวงใดแล้ว ก็จะพึงเห็นความดับของจิตได้ด้วยจิตดวงต่อไป

-คงอยู่ในอารมณ์ ได้แก่ ในขณะที่กำหนดอารมณ์อยู่เนื่อง ๆ นั้นเอง การกำหนดพิจารณาจะแนบแน่นแต่เฉพาะความดับของรูปนามสังขารเท่านั้น ไม่ได้พิจารณาถึงความเกิดขึ้นเลย

-มีพละภาพเข้มแข็ง ได้แก่ มีความสามารถ กำหนดพิจารณาได้อย่างต่อเนื่อง โดยไม่มีอารมณ์อื่น ๆ เข้ามาคั่นได้เลย

วยลักขณวิปัสสนา คือการเห็นแจ้งลักษณะแห่งความดับไป ซึ่งมีลักษณะ ๒ ประการ คือ

-กำหนดรูปนามสังขารที่กำลังแตกดับในปัจจุบันเป็นอารมณ์

-มีจิตและสัมปยุตธรรมน้อมไปตามความดับของรูปนาม สังขารทั้งที่เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบัน อภิญญาวิปัสสนา ความเห็นแจ้งรูปนามสังขารธรรม ด้วยปัญญาในทรีย์อันยิ่ง ซึ่งมีลักษณะ ๓ ประการ คือ

-กำหนดรู้ทันรูปนามสังขารธรรมขณะแตกสลายไป

-ครั้นกำหนดเห็นความดับของรูปธรรมด้วยจิตดวงหนึ่งแล้ว สามารถกำหนดรู้ความดับแห่งจิตได้ด้วยจิตดวงต่อไป

-เห็นความดับของรูปนามสังขารอยู่เนื่อง ๆ ความว่างเปล่าย่อมปรากฏชัดเจนมากยิ่งขึ้น

อาณิสต์แห่งภังคะญาณ เมื่อโยคาวจรผู้นั้น กำหนดพิจารณาเห็นรูปนามสังขารธรรมที่แตกดับไปอยู่ตลอดเวลา สมาธิและวิปัสสนาญาณแก่กล้าจนเกิดเป็นภังคะญาณอย่างสมบูรณ์แบบแล้ว ย่อมได้รับอาณิสต์ ๘ ประการ คือ

- ละภวทัญญู คือละความเห็นในความเป็นและไม่มี
- ละความรักอาลัยในชีวิต
- ประกอบความเพียรมั่นคง ในความเพียรที่ควรประกอบทุกเมื่อในการปฏิบัติ
- มีอาชีพอันบริสุทธิ์
- ละเลิกความทะเยอทะยาน
- มีจิตปราศจากความกลัว
- มีจิตประกอบด้วยขันติโสร็จจะ
- สามารถอดกลั้นต่อสิ่งที่ไม่พอใจและในความกำหนดยินดี

๖. ภายหลังฐานญาณ ปัญญาหรือเจตสิกในมหากุศลญาณสัมปยุตจิต ที่กำหนดรูปนามสังขารธรรมที่แตกดับทำลายไปเห็นเป็นอารมณ์ที่น่าสะพึงกลัวอยู่อย่างนี้ สังขารทั้งหลายซึ่งมีความแตกดับอยู่ในภาพ ๓ กำเนิด ๔ คติ ๕ วิญญาณฐิติ ๗ สัตตवास ๙ ทุกหนทุกแห่งก็จะปรากฏเป็นสภาพที่น่ากลัว เช่นเดียวกับสีหะ พยัคฆะ เป็นต้น ย่อมเป็นสิ่งที่น่ากลัวสำหรับบุคคลฉลาดเฉลียว

ในภายหลังฐานญาณนี้ท่านประสงค์จะให้อาร์ทวิปัสสกบุคคลเข้าถึงขณะสภาวะของญาณได้ง่ายขึ้น จึงแสดงอุปมาไว้ว่า บุตร ๓ คนของหญิงผู้หนึ่ง ทำความผิดต่อพระราชินี พระราชินีทรงพระอาชญาตัดศีรษะมันทั้ง ๓ คน หญิงผู้นั้นได้ไปสู่ทะเลแคงพร้อมกับบุตร ที่นี้ พวกราชบุรุษตัดศีรษะบุตรคนโตของเขาแล้วก็เริ่มจะตัดศีรษะบุตรคนกลาง นางเห็นศีรษะบุตรคนโตขาดไปแล้ว และศีรษะบุตรคนกลางกำลังจะขาด ก็ทอดอาลัยในบุตรคนเล็กด้วยเห็นว่า “แม้บุตรคนเล็กนี้ ก็จักเป็นเช่นกับบุตร ๒ คนนั้นเหมือนกัน”

ในที่สุดสกิจเหล่านั้น การเห็นความดับแห่งสังขารที่เป็นอดีตทั้งหลายของพระโยคี เปรียบเหมือนการเห็นศีรษะที่ขาดแล้วแห่งบุตรคนโตของหญิงผู้นั้น การเห็นความดับแห่งสังขารทั้งหลายที่เป็นปัจจุบันของพระโยคี เปรียบเหมือนการเห็นศีรษะที่กำลังขาดของบุตรคนกลางของหญิงคนนั้น การเห็นความดับแห่งสังขารทั้งหลายที่เป็นอนาคต ด้วยเห็นว่า “แม้สังขารทั้งหลายที่จะเกิดในอนาคต ก็จักดับอย่างนี้เหมือนกัน” ของพระโยคี เหมือนการทอดอาลัยในบุตรคนเล็ก ด้วยเห็นว่า “แม้บุตรคนเล็กนี้ ก็จักเป็นเช่นกับบุตร ๒ คนนั้นเหมือนกัน” ของหญิงผู้นั้น

ยังมี อุปมาอื่นอีกว่า หญิงผู้หนึ่งเป็นหญิง (ปุติปชา) มีลูกเสียตลอดทารกออกมา ๑๐ คนแล้ว ในทารก ๑๐ คนนั้น ๙ คนตายไปแล้ว คนหนึ่งอยู่ในมือกำลังตาย อีกคนหนึ่งอยู่ในท้อง หญิงนั้นเห็นทารก ๙ คนตายไปแล้ว และคนที่ ๑๐ กำลังตาย ก็ทอดอาลัยในทารกที่อยู่ในท้อง ด้วยเห็นว่า “ถึงเจ้าคนที่อยู่ในท้องนี้ก็จักเป็นเช่นกับพวก ๑๐ คนนั้นเหมือนกัน”

ในทัศนกิจเหล่านั้น การเห็นความดับแห่งสังขารที่เป็นอดีตทั้งหลายของพระโยคี เปรียบเหมือนการระลึกถึงความตายแห่งทารก ๙ คนของหญิงผู้นั้น การเห็นความดับแห่งสังขารที่เป็นปัจจุบันทั้งหลายของพระโยคี เปรียบเหมือนคนการเห็นภาวะที่ทารกอยู่ในเมื่อกำลังตายของหญิงผู้นั้น การเห็นความดับแห่งสังขารที่เป็นอนาคตทั้งหลายของพระโยคี เปรียบเหมือนการทอดอาลัยในทารกที่ยังอยู่ในท้องของหญิงผู้นั้น

เมื่อโยคาวจรเห็นรูปนามสังขารอยู่อย่างนั้นหยุดปัญฐานญาณย่อมจะเกิดขึ้นในขณะนั้นนั่นแล และเมื่อโยคีบุคคลมณสิการูปนามสังขารด้วยอำนาจไตรลักษณ์ต่อไป สภาพที่น่ากลัว ๒ อย่างย่อมปรากฏ คือ

- มลวัตตุ ได้แก่ ที่ตั้งอันเป็นเหตุดั้งเดิมแห่งกองทุกข์ ๕ อย่าง คือ อุปปาพะ ปวัตตะ นิमित आयูหะ และปฏิสนธิ

- ปริยายวัตตุ ได้แก่ ที่ตั้งอันเป็นเหตุโดยอ้อมแห่งกองทุกข์ ๑๐ อย่าง คือ คติ นิพัตติ อุปัตติ ชาติ ชรา พยาธิ มरणะ โสกะ ปริเทวะ และอุปายาสะ

มลวัตตุ ๕ และปริยายวัตตุ ๑๐ นี้ปรากฏเป็นสภาพน่ากลัวแก่อารัทธวิปัสสกบุคคล ผู้บรรลุนิพพานญาณแล้วเท่านั้น

๗. อาทีนวญาณ ปัญญินทรีย์เจตสิกในมหากุศลญาณสัมปยุตจิตที่กำหนดพิจารณาเห็นรูปนามสังขารธรรม โดยความเป็นโทษ เพราะว่า ภพ ๓ ปรากฏเป็นดังหลุมถ่านเพลิงอันเต็ม ไปด้วยถ่านแดง ๆ ปราศจากเปลว มหาภูตรูป ๔ ปรากฏเป็นดังอสรพิษที่มีพิษร้าย ชันธ ๕ ปรากฏเป็นดังเพชฌฆาตผู้จื่อดาบอายุตระภายใน ๖ ปรากฏเป็นดังหมุ่บังรัง อายตนะภายนอก ๖ ปรากฏเป็นดังพวกโจรปล้นหมู่บ้าน อนึ่ง วิญญาณฐิติ ๗ และสัตตवास ๙ ก็ปรากฏดังถูกเผาด้วยไฟ ๑๑ กองลุกโพล่งและโชติช่วงอยู่ สังขารทั้งปวงปรากฏราวจะเป็นหัวผี ราวจะเป็นโรค ราวจะเป็นสิ่งถูกลูกศรเสียบ เป็นสิ่งชั่วร้าย และราวจะเป็นตัวเจ็บป่วย จึงเป็นอาทีนพราศิขนาดใหญ่ว่าไร้คุณที่น่าพอใจ ปราศจากวิสัยที่น่ายินดี

อารัทธวิปัสสกบุคคลครั้งพิจารณาเห็นรูปนามสังขารด้วยอำนาจกัมมญาณแล้ว ย่อมเห็นรูปนามสังขารที่มีแต่เป็นทุกข์ เป็นโทษ เป็นภัย โดยอาการ ๑๕ อย่าง มีอุปปาทอาทีนวญาณ คือ รู้ว่าความเกิดขึ้นแห่งรูปนามสังขารทั้งหลายเป็นสภาพน่ากลัวเป็นต้น และมีอุปายาสอาทีนวญาณ คือ รู้ว่าความดับแค้นใจเป็นสภาพที่น่ากลัวเป็นที่สุด ทำให้เกิดสันติปัญญาณ ๑๕ ประการ มีปัญญาอรบรู้อชัดเจนว่าความไม่เกิดขึ้นอีกของรูปนามสังขารทั้งหลายเป็นความเกษม ความเกิดขึ้นของรูปนามเป็นทุกข์ เป็นโทษเป็นต้น และมีปัญญาอรบรู้อชัดเจนว่าความไม่ดับแค้นใจเป็นแดนเกษม ส่วนความดับแค้นใจเป็นทุกข์ เป็นโทษ เป็นปริโยสาน

เมื่อเกิดความรู้แจ้งตามสภาวะธรรมที่เป็นจริงอย่างนี้แล้ว โปรดรู้เถิดว่าขณะนี้ท่านบรรลุอาทีนวญาณแล้ว

๘. นิพพิทาญาณ ปัญญินทรีย์เจตสิกในมหากุศลญาณสัมปยุตจิตที่กำหนดรูปนามสังขารธรรม โดยความเป็นโทษอยู่อย่างนี้ย่อมเกิดความเบื่อหน่ายเอือมระอา ไม่อภิมยในสังขารที่แตกดับซึ่งดำเนินอยู่ใน

ภพ ๓ กำเนิด ๔ คติ ๕ วิญญาณฐิติ ๗ และสัตตาวาส ๙ ทำให้จิตน้อมไปในความไม่อยากเกิดอีก อยากรจะบรรลุนิพพานเสียโดยเร็วไว

เพื่อความเข้าใจสภาวะญาณ ในที่นี้จะยกอุปมาที่ท่านแสดงไว้ พร้อมทั้งอนุปัสสนาที่นับเป็นธรรมเนียมสถานดังต่อไปนี้ ความเบื่อหน่ายและความยินดีที่เกิดเพราะนิพพิทาญาณนี้ เปรียบเหมือนสุวรรณราชหงส์ ผู้อภิรมย์อยู่ที่เชิงเขาจิตรกุฎ ในหิมพานต์ประเทศ ย่อมไม่นิยมยินดีในบ่อน้ำคร่ำ อันโสโครกข้างประตูหมู่บ้านคนจัดทาล แต่ย่อมยินดียิ่งนักในมหาสระทั้ง ๗ เท่านั้น ฉันทใดก็ดี แม้พระโยคีราชหงส์นี้ ก็ฉันทนั้นเหมือนกัน ย่อมไม่ยินดีในสังขารอันแตกอยู่ทั่วไป ซึ่งมีโทษอันตนเห็นชัดเจนแล้ว ย่อมยินดีแต่ในอนุปัสสนา ๗ คือ อนิจจานุปัสสนา ทุกขานุปัสสนา อนัตตานุปัสสนา นิพพิทานุปัสสนา วิจารณ์ุปัสสนา นิโรธานุปัสสนา และปฏิสนิสส์คตานุปัสสนาเท่านั้น ทั้งนี้ก็เพราะประกอบด้วยความเป็นผู้มีภาวนาเป็นที่ยินดี ด้วยความยินดีในภาวนา อนึ่ง เปรียบเหมือนสีหะมฤคราช แม้ขังไว้ในกรงทอง ก็มีไต่ยินดีในกรงทองนั้น ย่อมยินดีแต่ในป่าหิมพานต์อันกว้างได้ ๓,๐๐๐ โยชน์ เท่านั้นฉันทใด พระโยคีสีหะนี้ก็ฉันทนั้น ย่อมไม่นิยมยินดีแม้แต่ในสุดติภพทั้ง ๓ ย่อมยินดีแต่ในวิปัสสนาญาณ ๓ คือ ภาวนา อาทิจญาน และนิพพิทาญาณเท่านั้น อนึ่ง อุปมาเหมือนพญาช้างฉัททันต์ อันเป็นช้างสรรพเศวต เป็นช้างสัตตประดิษฐ์ มีอวัยวะจุดพื้นดิน ๗ อย่าง มีฤทธิ์เดินอากาศได้ย่อมไม่ยินดี (อยู่) ในท่ามกลางเมือง ยินดียิ่งนักแต่ในสระฉัททันต์และป่าชฎาในหิมพานต์เท่านั้น ฉันทใด พระโยคีพญาราชสีห์ก็ฉันทนั้นย่อมไม่นิยมยินดีในสังขารทั้งปวง ยินดียิ่งแต่ในสันติบทอันตนเห็นแล้วเท่านั้น

เมื่ออาร์ทวิปัสสกบุคคล มีจิตเบื่อหน่ายรูปนามสังขารธรรมทั้งหลายอยู่อย่างนี้ จิตย่อมคลายความยึดมั่นในรูปนามสังขาร แล้วน้อมไปในนิพพานอย่างแน่วแน่ด้วยปัญญาอันยิ่ง

๙. มุญจิกัมมตญาณ ปัญญินทรีย์เจตสิกในมหากุศลญาณสัมปยุตจิตที่ใครจะพ้นจากรูปนามสังขารธรรมซึ่งปรากฏโดยความเป็นสภาพน่ากลัว เป็นโทษ ทั้งยังน่าเบื่อหน่าย กุศลจิตที่เกิดความอยากหลุดพ้นจากรูปนามสังขารธรรมในสังสารวัฏนั้น เป็นเรื่องยากที่จะให้เข้าใจ ดังนั้นในที่นี้จะยกอุปมาที่ท่านแสดงไว้ ดังนี้ กุลบุตรผู้เบื่อหน่ายอยู่ระอาอยู่ ไม่ยินดีอย่างยิ่งอยู่ ด้วยนิพพิทาญาณนี้ จิตย่อมไม่ติด ไม่ข้อง ไม่ผูกพันอยู่ในรูปนามสังขารทั้งหลาย อันแตกสลายอยู่ทั่วไป ในภพ กำเนิด คติ วิญญาณฐิติสัตตาวาสทั้งปวง เป็นจิตใครจะเปลื้องไป ใครจะออกไปจากสังขารทั้งปวง ข้อนี้เปรียบเหมือนอะไร? เปรียบเหมือนสัตว์เช่นว่า ปลาที่ตกอยู่ภายในตาข่าย กบอยู่ในปากงู ไก่ป่าถูกขังไว้ในกรง เนื้ออยู่ในอำนาจบ่วงอันมัน อยู่นิ่งเมื่อหมองู ข้างตกล่มใหญ่ พญานาคอยู่ในปากครุฑ พระจันทร์พลัดเข้าปากราหู บุรุษถูกศัตรูล้อมอย่างนี้เป็นต้น ย่อมเป็นผู้ใครจะปลดเปลื้องไป ใครจะออกไปจากที่ ๆ ติดอยู่นั้น ๆ ฉันทใด จิตของอาร์ทวิปัสสกบุคคลนั้น ก็เป็นจิตใครจะเปลื้องไป ใครจะออกไปจากรูปนามสังขารทั้งปวงฉันทนั้น เมื่อเป็นอย่างนั้น มุญจิกัมมตญาณ จึงเกิดขึ้นแก่เธอผู้ปราศจากอาลัยในพองสังขาร ใครจะพ้นไปจากสังขารทั้งปวง

๑๐. ปฏิสังขญาณ ปัญญินทรีย์เจตสิกในมหากุศลญาณสัมปยุตจิต ที่กำหนดพิจารณาเห็นรูปนามสังขารธรรมอย่างขมกั้ขมั้น ต่อจากมุญจิกัมมตญาณ ได้แก่ปัญญินทรีย์ ที่ย้อนกลับไปกำหนดพิจารณา

รูปนามสังขาร โดยยกขึ้นสู่ไตรลักษณ์ด้วยอาการ ๔๐ อย่าง คือพิจารณารูปนามสังขารโดยความเป็นอนิจจะ ด้วยอาการ ๑๐ อย่าง คือ

อนจุณฑกโต - โดยไม่เป็นสิ่งมีอยู่ตลอดไป, ตาวากาลิกโต - โดยเป็นสิ่งมีชั่วคราว, อุปปาทยปริจ
ฉินฺนโต - โดยเป็นสิ่งที่ถูกกำหนดลงไว้ ด้วยความ เกิดและความเสื่อม

ปโลกโต - โดยเป็นสิ่งที่ต้องพังทลาย, ชณิกโต - โดยเป็นสิ่งมีชั่วขณะ

จลโต - โดยเป็นสิ่งที่ไหว (ไปมา)

ปภงฺคุโต - โดยเป็นสิ่งที่ต้องการแตกสลาย

อทุฐฺฐโต - โดยเป็นสิ่งที่ไม่คงทน

วิวปริณามธมฺมโต - โดยเป็นสิ่งมีความแปรปรวนไปเป็น ธรรมดา

อसारกโต - โดยเป็นสิ่งที่ไม่มีแก่นสาร

วิภวโต - โดยเป็นสิ่งที่ต้องเสื่อม

สงฺขตโต - โดยเป็นสิ่งที่ถูกปรุงขึ้น

มรณธมฺมโต - โดยเป็นสิ่งมีมรณะเป็นธรรมดา

พิจารณารูปนามสังขารโดยความเป็นทุกข์ ด้วยอาการ ๒๕ อย่าง คือ

อภินฺหปฺปิพฺพนโต - โดยถูกบีบคั้นอยู่เนื่องนิตย์

ทุกฺขมโต - โดยเป็นที่สิ่งทนยาก (คือทนอยู่ไม่ได้)

ทุกฺขวตฺตฤโต - โดยเป็นที่ตั้งแห่งทุกข์

โรคโต - โดยเป็นโรค

คณฺหโต - โดยเป็นแผลฝี

สลฺลโต - โดยเป็นลูกศร

อฆโต - โดยเป็นของชั่วร้าย

อิตฺโต - โดยเป็นอาหาร

อุปฺททวโต - โดยเป็นอุปาทวี

ภยโต - โดยเป็นภัย

อุปฺสคฺคโต - โดยเป็นอุปสรรค

อตาณโต - โดยไม่มีที่ต้านทาน

อเลณโต - โดยไม่มีที่กำบัง

อสรณโต - โดยไม่มีที่พึ่ง

อาทินฺวโต - โดยเป็นโทษ

อฆมฺมูลโต - โดยเป็นมูลของความลำบาก

วรกโต - โดยเป็นผู้ฆ่า

สาสวโต - โดยเป็นสิ่งเป็นไปกับอาสวะ

มารามิสโต - โดยเป็นเหยื่อมาร

ชาติกรมโต - โดยเป็นสิ่งมีชาติเป็นธรรมดา

ชรากรมโต - โดยเป็นสิ่งมีชราเป็นธรรมดา

พยายากรมโต - โดยเป็นสิ่งมีพยายาเป็นธรรมดา

มรณกรมโต - โดยเป็นสิ่งมีมรณะเป็นธรรมดา

โสภกรมโต - โดยเป็นสิ่งมีมรณะเป็นธรรมดา

ปริเทวกรมโต - โดยเป็นสิ่งมีโสภะเป็นธรรมดา

อุปายาธกรมโต - โดยเป็นสิ่งมีอุปายาธเป็นธรรมดา

สงฺกิลลิกกรมโต - โดยเป็นสิ่งมีความเศร้าหมองเป็นธรรมด้าย่อมเห็นได้โดยเป็นของไม่งาม อัน

เป็นบริวารแห่งทุกขลักษณะโดยเหตุทั้งหลายเช่นว่า

อชณโต - โดยเป็นสิ่งไม่งาม

ทุดคฺนฺธโต - โดยเป็นสิ่งมีกลิ่นเหม็น

เชคฺจฺจโต - โดยเป็นสิ่งน่ารังเกียจ

ปฏิกูลโต - โดยเป็นสิ่งปฏิกูล

อมถฺนฺทโต - โดยเป็นสิ่งมีใช้กำจัด (ความปฏิกูล) ได้ด้วยการตบแต่ง

วิรูปโต - โดยเป็นสิ่งน่าเกลียด

วิภจฺจโต - โดยเป็นสิ่งน่าขยะแขยง

และพิจารณารูปนามสังการโดยความเป็นอนัตตาด้วยอาการ ๕ อย่าง คือ

ปรโต - โดยเป็นฝ่ายอื่น

ริตโต - โดยเป็นของว่าง

ตฺจฺจโต - โดยเป็นของเปล่า

สุญฺญโต - โดยเป็นของสูญ

อสุสฺสามิกโต - โดยเป็นของไม่มีใครเป็นเจ้าของ

อนิสฺสรโต - โดยเป็นของไม่มีใครเป็นใหญ่

อวสวตฺตโต - โดยเป็นของไม่อยู่ในอำนาจใคร

เพื่อให้เข้าใจสภาวะญาณเพิ่มขึ้น ในที่นี้จะยกอุปมาที่ท่านแสดงไว้ดังต่อไปนี้

บุรุษผู้หนึ่ง คิดจักจับปลา คำว่าสุมจับปลา สุ่มลงไป ในน้ำพอรู้สึกว่ามีปลา จึงหย่อนมือลงไปทางปากสุม จับถูกงูเห่าที่คอบในใต้น้ำ เข้าใจว่าตัวจับถูกปลาก็ดีใจ เขาคิดว่า “เราได้ปลาตัวใหญ่นะ” แล้วยกขึ้นมาดู พอรู้จักว่างู ด้วยเห็นสวัสติกะ ๓ แฉก (ดอกจันทร์) ก็กลัว มองเห็นผลร้าย อึดอัด (ลำบากใจ) ในการจับ (มันไว้) ใครจะปล่อยเสีย เมื่อจะทำอุบาย (วิธี) ปล่อย จึงปลดมือ (ทิ้งงูพ้น) ตั้งแต่ทางท่อนปลายออกแล้วชูแขน

ขึ้น แกว่งงู เหนือศีรษะ ๒-๓ รอบ ทำให้งูพลีแล้วตะเพิดว่า “ไป เจ้างูร้าย” ว่าแล้วคลายมือเหวี่ยงสลัดมันออกไป แล้วรีบขึ้นขอบบึง ยืนมอง ดูทางที่ บุกน้ำขึ้นมา พลังรำพึงกับตัวเองว่า “เรารอดจากปากงูใหญ่มาได้ พ่อคุณเอ๋ย”

บัณฑิตพึงทราบการเปรียบเทียบความในอุปมานั้น ดังต่อไปนี้ ครั้งเมื่อฝ่ายพระโยคีนี้ได้อัตภาพแล้วยินดีแต่แรก เมื่อรู้ความนั้นแหละเปรียบดังเวลาที่บุรุษนั้นจับงูที่คอแล้วดีใจ ด้วยล้าคัญว่าปลา ฉะนั้นการทำสมาธิวิปัสสนา (แยกกลุ่มก้อนออกเป็นส่วนย่อย) จนเห็นไตรลักษณ์ในสังขารทั้งหลายแห่งพระโยคีนี้ เปรียบดังการดึงหาง ออกจากปากงูแล้วเห็นสัวสติกะ ๓ แฉกของมันของบุรุษนั้น ภายตัญฐานญาณแห่งพระโยคีนี้ เปรียบดังเวลาเกิดความกลัวขึ้นแห่งบุรุษนั้นต่อนั้น อาทิ นานุปลสญาณ เปรียบดังการเห็นผลร้าย นิพพิทานุปลสญาณ เปรียบดังการอึดใจในการจับงูไว้ มุญจิตุกัมยตาญาณเปรียบดังความใคร่จะปล่อยงู การยกขึ้นสู่ไตรลักษณ์ในสังขารทั้งหลายด้วยปฏิสังขานุปลสญาณ เปรียบดังการทำอุบายวิธีปล่อยเหมือนอย่างว่าบุรุษนั้นแกว่งงูทำให้มันพลี ให้มันถึงซึ่งความไม่สามารถจะกลับมาขบได้แล้วปล่อยไปอย่างดีฉนั้นใด พระโยคาวจรนี้ก็แกว่งสังขารทั้งหลาย ด้วยยกขึ้นสู่ไตรลักษณ์ทำให้มันอ่อนกำลัง ให้มันถึงซึ่งความไม่สามารถจะเสอหน้าโดยอาการ เที่ยง เป็นสุข งาม และเป็นอัสตาได้อีกแล้วปลดเปลื้องไปอย่างดีฉนั้นนั้น เพราะเหตุนั้น จึงกล่าวไว้ข้างต้นว่า “พระโยคาวจรกำหนดสังขารอย่างนั้น เพื่อยังอุบายวิธีแห่งการปลดเปลื้องให้สำเร็จ” ดังนี้ ด้วยการพิจารณากำหนดรู้ เพียงเท่านี้

๑๑. สังขารูปกชาญาณ ปัญญาหรือเจตสิกในมหาภูตญาณสัมปยุตจิต ที่กำหนดพิจารณารูปร่างสังขารธรรมด้วยอาการวางเฉย ตามเงื่อนไข ๔ ประการ ด้วยอำนาจสัญญาตาโดยอาการ ๖ มีการกำหนดรู้ว่าจักขุเป็นสภาพว่างเปล่าจากอัสตาเป็นต้นบ้าง ด้วยอาการ ๘ มีการกำหนดรู้ รูปไม่มีสาระ หาสาระมิได้ปราศจากสาระ โดยสาระคือนิจสาระเป็นต้นบ้าง ด้วยอาการ ๑๐ มีการกำหนดพิจารณาเห็นรูปโดยความเป็นของว่างเป็นต้นบ้าง ด้วยอาการ ๑๒ มีการกำหนดว่า รูปมิใช่สัตว์เป็นต้นบ้าง ด้วยอาการ ๔๒ มีการกำหนดพิจารณาเห็นรูปโดยความไม่เที่ยงเป็นต้นบ้าง เมื่อโยคีบุคคลพิจารณาเห็นรูปขันธ์เป็นสภาพไม่เที่ยงแล้ว ย่อมพิจารณาเห็นนามขันธ์เป็นสภาพไม่เที่ยงได้เช่นกัน ครั้นพิจารณาเห็นรูปนามตามสภาวะที่เป็นจริงอยู่อย่างนี้แล้วยกขึ้นสู่ไตรลักษณ์ กำหนดซ้ำแล้วซ้ำอีก ก็สามารถละความกลัว ละความยินดีเป็นต้นได้ มีจิตไม่ยึดมั่นไม่ถือมั่นรูปนามขันธ์ ๕ ว่าเป็นเรา เป็นของเรา

อนึ่ง เนื่องจากสังขารูปกชาญาณนี้ มีความลึกซึ้งโดยสภาวะ ยากที่จะเข้าใจด้วยเหตุลึกลับกว่าการอ่านหรือฟังการบรรยายเท่านั้น ดังนั้น ในที่นี้ จึงขอแนะนำด้วยอุปมาที่ท่านแสดงไว้ดังต่อไปนี้

พระโยคาวจรครั้นเห็นโดยความเป็นของสูญอย่างนั้นแล้ว กำหนดสังขารยกขึ้นสู่ไตรลักษณ์ไป ย่อมละทั้งความกลัวและความยินดีเสียได้แล้ว เป็นผู้เป็นกลางวางเฉยในสังขารทั้งหลาย ไม่ถือเอาว่าเป็นเราก็คือ ว่าเป็นของเราก็คือ ดังบุรุษผู้มีภริยาอันหย่ากันแล้วจะนั้น ต่างว่าภริยาของบุรุษ (ผู้หนึ่ง) พึ่งเป็นหญิงนำปรารถนา น่ารักใคร่ นำพอใจบุรุษผู้นั้นมีอาจทนพรากจากหล่อนได้แม้ครู่เดียว เขาหวงหล่อนเหลือเกิน (บังเอิญ) เขาเห็นหญิง (ผู้ที่เขาหวง) นั้น ยืนก็ดี นั่งก็ดี (นอนก็ดี) พุดอูยก็ดี ยิ้มหัวอูยก็ดี กับชายอื่นเข้าก็

ขัดเคืองน้อยใจรู้สึกเสียใจเป็นอย่างยิ่ง อยู่ต่อมาเขาเห็นความชั่วร้ายของหญิงนั้นแล้วคิดจะปลดปล่อยไป จึงหย่าหญิงนั้นเสีย ไม่ถือหญิงผู้นั้นว่าเป็นของข้า ๆ ตั้งแต่นั้นไป แม้จะได้เห็นหญิงนั้นทำกิริยาอย่างใด อย่างหนึ่งกับชายผู้ใดคนหนึ่ง ก็จะไม่ฟังขัดเคืองไม่ฟังต้องเสียใจเลย จะฟังเป็นผู้เป็นกลางวางเฉยได้เป็นแท้ ฉันทิ พระโยคาวจรนี้ก็ฉันทิเหมือนกัน เป็นผู้ใคร่จะพ้นไปเสียจากสังขารทั้งปวง จึงกำหนดสังขารทั้งหลาย ด้วยปฏิบัติขานุปัสสนาไป จนไม่เห็นความที่สังขารทั้งปวงเป็นสิ่งที่น่าถือเอาว่าเป็นเรา เป็นของเราแล้วก็ละความ ก้าวและความยินดีเสียได้ ก็ยอมเป็นผู้เป็นกลางวางเฉยในสังขารทั้งปวงได้

เมื่ออารทวิปัสสกบุคคลรู้้อยู่อย่างนั้น เห็นอยู่อย่างนั้นจิตย่อมถอยย่อมหดย่อมกลับ ไม่เหยียด ยื่นไปในภพ ๓ กำเนิด ๔ คติ ๕ วิญญาณฐิติ ๗ ลัทธิตาวาส ๘ อุเบกขา(ความวางเฉยในสังขารทั้งหลาย) หรือ ปาฏิกุลยตา (ความนำเกลียดแห่งสังขารทั้งหลาย ?) ย่อมตั้งมั่น เปรียบเหมือนหยาดน้ำทั้งหลาย (อันตกลง) ในใบปทุมที่เอียงน้อยหนึ่งย่อม(กลิ้ง)ถอยกลับ (ลงน้ำ) ไม่ (กลิ้ง) ยืดไป (ในปทุม) ฉันทิ ก็ฉันทิเหมือนกัน ...อึ่งเปรียบเหมือนชนไก่ หรือเอ็นและหนังแห้ง ถูกไฟเข้าย่อมหดงอกลับไม่เหยียดไป (ในไฟ) ฉันทิ จิตของพระโยคาวจรนี้ย่อมถอยย่อมหดย่อมกลับไม่เหยียดยื่นไปในภพ๓...อุเบกขาหรือปาฏิกุลยตาย่อมตั้ง มั่น ฉันทิ

แต่ว่าสังขารอุเบกขานี้ ถ้าเห็นพระนิพพานอันเป็นสันติบพ โดยความเป็นธรรมมีอยู่ไซ้ร ย่อมสละปวัตตะ (ความเป็นอยู่) ฝ่ายสังขารทั้งปวงแล่นไปสู่พระนิพพานทีเดียว หากว่าไม่เห็นพระนิพพานโดย เป็นธรรมมีอยู่ไซ้ร ก็ย่อมมีแต่สังขารเป็นอารมณ์เป็นไปแล้ว ๆ เล่า ๆ อยู่นั่นเอง เหมือนนิหิตประเภทกาของ พวกสมุทฺทพาทิชนะนั้น ได้ยินมาว่าพวกสมุทฺทพาทิชนะ เมื่อขึ้นเรือย่อมนำเอาภาชนะออกไปด้วย เมื่อใด เรือถูกพายุช้ดแล่นไปผิดถิ่น ผังไม่ปรากฏ เมื่อนั้นพวกเขาทีปล่อยกาบออกทิศ กานั้นจับที่เสากระโดง โลดขึ้น สู่อากาศ (บินสำรวจ) ไปทางทิศใหญ่และทิศน้อยทุกทิศ ถ้าเห็นฝั่ง (ทางทิศใด) ก็ (บิน) มุ่งหน้าไปทิศนั้น ทีเดียว ถ้าไม่เห็นก็ (บินกลับ) มาเกาะเสากระโดงร่ำไปอยู่นั่นเอง (ฉันทิ) สังขารอุเบกขานี้ก็ฉันทิเหมือนกัน ถ้าเห็นพระนิพพานอันเป็นสันติบพโดยความเป็นธรรมมีอยู่ไซ้ร ย่อมสละปวัตตะฝ่ายสังขารทั้งปวงแล่นไปสู่ พระนิพพานทีเดียว หากว่าไม่เห็น ก็ย่อมมีแต่สังขารเป็นอารมณ์เป็นไปแล้ว ๆ เล่า ๆ อยู่นั่นเอง วิปัสสนาญาณ นั้น เหมือนเป็งในกระดิ่งที่ถูกขยี้ อยู่ เหมือนฝ้ายที่ปล่อน (เมล็ด) แล้วถูกขยี้ กำหนดสังขารทั้งหลายโดย ประการต่าง ๆ จนละความกลัวและความยินดีได้แล้ว ก็วางตัวเป็นกลางในการตรวจสอบสังขาร ยืนตัวอยู่ด้วย อำนาจอนุปัสสนา ๓ เมื่อยืนตัวอยู่อย่างนั้น ย่อมถึงซึ่งความเป็นมุข(ปากทาง)แห่งวิโมกข์ ๓ แล้วเป็นปัจฉัยเพื่อ จำแนกพระอริยบุคคล ๗ จำพวก คือ สัทธานุสारी สัทธาวิมุต กายลักขี อุภโตภาควิมุต ธรรมานุสारी ทิฏฐิปัตตะ ปัญญาวิมุต เมื่ออารทวิปัสสกบุคคล กำหนดพิจารณาเห็นรูปนามสังขารธรรมทั้งหลายโดยความเป็นไตร ลักษณ์อย่างชัดเจนด้วยประการดังกล่าวมา วิปัสสนาญาณย่อมแก่กล้าเจริญขึ้นเป็นลำดับจนบรรลุถึงสังขาร เปกขานุสสนาเช่นนี้แล้ว วิปัสสนาย่อมไม่ได้ชื่อว่าญาณคามินีวิปัสสนา

อนึ่ง สภาธรรมในญาณนี้ย่อมมีความสุขุมคัมภีรภาพมาก ยากเกินกว่าที่จินตามยปัญญาจะเข้าใจ แต่ถึงจะเข้าใจได้ยากสักเพียงไรก็ตาม ท่านก็ยังแสดงอุปมา ให้เป็นประโยชน์แก่เหล่านักปริยัติบุคคล ๑๒ ประการ คือ ค้างคาว และงูเห่า เรือน โค ยักษ์ ทารก ความหิว ความระหาย ทนาว ร้อน ความมืด และยาพิษ ซึ่งมีดังต่อไปนี้

อุปมาชื่อว่า **ค้างคาว** ต่างว่าค้างคาวตัวหนึ่งคิดว่า จักได้ดอกหรือผลไม้ไม้ต้นนี้ จึงเกาะที่ต้นมะขาม มีกิ่ง ๕ กิ่ง แล้วคลำดูทั่วกิ่งหนึ่งไม่ได้พบสิ่งที่พอจะถือเอา จะเป็นดอกหรือผลก็ตามสักอย่าง ที่กิ่งนั้นและคลำกิ่งหนึ่งแล้วไม่ได้พบ (สิ่งที่พอจะถือเอา) ฉนั้นใด คลำกิ่งที่ ๒ กิ่งที่ ๓ กิ่งที่ ๔ แม้กิ่งที่ ๕ แล้วก็ไม่พบ ฉนั้นนั้น มันจึงรำพึงว่าไม้ต้นนี้ ไม่มีผลหนอ สิ่งที่พอจะถือเอาได้สักกิ่ง ที่ไม้ต้นนี้ไม่มีเลยจึงทอดอาลัยในไม้ต้นนั้น ไต่ขึ้นตามกิ่งตรง โพล่หัวออก (ช่องว่าง) ระหว่างค่าคบ แหงนดูเบื้องบน บินขึ้นในอากาศไปเกาะที่ไม้ผลต้นอื่น

ในข้ออุปมานั้น พระโยคาวจร บัณฑิตพึงเห็นดังค้างคาว อุปาทานชั้น ๕ ดังต้นมะขามมีกิ่ง ๕ กิ่ง ความยึดถือคือเริ่มตั้งวิปัสสนาในชั้น ๕ แห่งพระโยคี ดังการเกาะที่ต้นมะขามนั้น แห่งค้างคาว การพิจารณารูปชั้นแล้วไม่พบสิ่งที่ควรจะถือเอาสักอย่างในรูปชั้นนั้น จึงพิจารณาในชั้นที่เหลือ (ต่อไป) แห่งพระโยคี ดังการคลำดูทั่วกิ่งหนึ่งแล้วไม่พบสิ่งที่พอจะถือเอาสักอย่าง จึงคลำดูกิ่งที่เหลือ (ต่อไป) แห่งค้างคาวนั้น ญาณ ๓ มีมัจจุรียกมยตาญาณเป็นต้นแห่งพระโยคีผู้เบือนหน้าในชั้นทั้ง ๕ ด้วยอำนาจความเห็นโดยไตรลักษณ์มีอนิจจลักษณะเป็นอาทิ ดังการรำพึงว่า ไม้ต้นนี้ไม่มีผลหนอ แล้วทอดอาลัยในต้นไม้แห่งค้างคาวนั้น อนุโลมญาณแห่งพระโยคี ดังการไต่ขึ้นเบื้องสูงตามกิ่งตรง แห่งค้างคาวนั้น โคตรภูญาณ ดังโพล่หัวออก แหงนดูเบื้องบน มรรคญาณ ดังบินขึ้นในอากาศ ผลญาณดังกล่าว (ไป) เกาะที่ไม้ผลต้นอื่น

ข้ออุปมาด้วย **งูเห่า** กล่าวมาแล้วในปฏิสังขานญาณ แต่ในการเปรียบเทียบความอุปมา ในที่นี้มีความแปลกไป ดังนี้ คือโคตรภูญาณอุปมาดังการสลัดงูไป มรรคญาณ ดังการหยุดยั้งอยู่แห่งบุรุษผู้ปลดเปลื้องงู แล้วมองดูทางที่เป็นตะลิ่งขึ้นมาอยู่ ผลญาณ ดังการไปยังอยู่ในที่มีภัย

ข้ออุปมาว่า **เรือน** ต่างว่าเมื่อเจ้าของเรือนกินอาหารเย็นแล้วขึ้นที่นอนหลับไป เรือนถูกไฟไหม้ขึ้น เขาตื่นขึ้นเห็นไฟก็กลัวคิดว่า “จะเป็นการดี ถ้าเรายังไม่ถูกไฟไหม้เอา ออกไปเสียก่อน” มองหาทางออกอยู่ พอเห็นทางแล้วก็ออกไปสู่ที่ปลอดภัยโดยเร็ว แล้วจึงหยุดอยู่

ในข้ออุปมานั้น การยึดถือในชั้น ๕ ว่าเป็นเรา เป็นของเรา แห่งปุถุชนผู้โง่เขลา ดังการกินอาหารแล้วขึ้นที่นอนหลับไปแห่งเจ้าของเรือน การดำเนินสัมมาปฏิบัติทางเห็นไตรลักษณ์แล้วหยั่งรู้สังขารปรากฏเป็นของน่ากลัวคือเกิดมตฺปิฏฐานญาณ ดังการที่เจ้าของเรือนตื่นขึ้นเห็นไฟแล้วกลัว มัจจุรียกมยตาญาณ ดังการมองหาทางออก อนุโลมญาณ ดังการเห็นทาง โคตรภูญาณ ดังการออกไปมรรคญาณดังการไปโดยเร็ว ผลญาณ ดังการหยุดอยู่ในที่อันปลอดภัย

ข้ออุปมาว่า **โค** ต่างว่า เมื่อชวานาผู้หนึ่งหลับอยู่ในตอนกลางคืนโคทั้งหลายแหกคอกหนีไป ตอนเช้ามีตเขาไปดูที่คอกนั้น รู้ความที่โคเหล่านั้นหนีไป ก็ตามรอยไป ได้พบฝูงโคของหลวงเข้า หมายถึงโคเหล่านั้นเป็นโคของตัว ก็ต้อนนำมา เวลาสว่างขึ้น จำได้ว่ามันไม่ใช่โคของตัว เป็นโคของหลวง จึงคิดว่าจะต้อง

หนีไปเสียก่อนที่พวกราชบุรุษจะจับ โดยหาว่าเป็นโจรแล้ว (ลงโทษ) ให้ถึงความฉิบหายป่นปี้ (คิดแล้วเกิดความ) กลัว ทั้งฝูงโครีบหนีไป ยังก้อยู่ในที่ไม่มีภัย

ในข้ออุปมานั้น การยึดถือขั้นทั้งหลาย ว่าเป็นเรา เป็นของเราแห่งปุถุชนผู้โง่เขลา เป็นดังการยึดเอาโคหลวงว่าเป็นโคของตน การรู้จักขั้นทั้งหลายว่า มันไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ด้วยอำนาจไตรลักษณ์ แห่งพระโยคี ดังการจำได้ว่าเป็นโคหลวงต่อสว่างขึ้น ภัยตูปัญฐานญาณ ดังเวลาที่เกิดความกลัวขึ้น มุญจิตุกัมยตาตั้งความที่อยากจะทิ้งโคหลวงไป โคตรภู ดังการทิ้งโคหลวง มรรค ดังการหนี ผล ดังการหนีไปยังอยู่ในที่ไม่มีภัย

อุปมาชื่อว่า **ยักษ์** ต่างว่าบุรุษผู้หนึ่งสำเร็จความอยู่ร่วมกับยักษ์ที่ตอนกลางคืน นางยักษ์นั้นรู้ว่าเขาหลับแล้ว ก็ไปป่าช้าผีดิบ (ป่าช้าที่เขาศพไปทิ้ง ๆ ไว้ ไม่ฝังไม่เผา) กินเนื้อมนุษย์ เขารู้สึกตัวขึ้นไม่เห็นนางยักษ์ แคลงใจว่ามันไปไหน จึงตามหาก็คพบมันกำลังกินเนื้อมนุษย์ รู้ความที่มันเป็นนางอมมนุษย์แล้ว จึงคิดว่าจะต้องหนีไปเสียก่อนที่มันจะกินตัว คิดแล้วเกิดความกลัว รีบหนีไปยังอยู่ในที่ปลอดภัย

ในอุปมานั้น กายยึดถือขั้นทั้งหลาย ว่าเป็นเรา เป็นของเรา เป็นดังการอยู่ร่วมกับนางยักษ์ การเห็นไตรลักษณ์แล้วรู้ความที่ขั้นทั้งหลายเป็นของไม่เที่ยงเป็นต้น ดังการเห็นนางแปลง กำลังกินเนื้อมนุษย์ อยู่ในป่าช้าแล้วรู้ว่ามันเป็นนางยักษ์ ภัยตูปัญฐาน ดังการที่เกิดความกลัวขึ้น มุญจิตุกัมยตา ตั้งความอยากจะหนีโคตรภู ดังการทิ้งป่าช้า มรรค ดังรีบหนีไป ผล ดังการที่หยุดอยู่ในที่ไม่มีภัย

อุปมาชื่อว่า **ทารก** ต่างว่าหญิงผู้หนึ่งเป็นคนตะกลามลูก หญิง นั้นนั่งอยู่บนปราสาทชั้นบน ได้ยินเสียงทารกร้องที่กลางถนนคิดเอาลูกของตัวถูกใคร ๆ รังแก รีบลงจากปราสาทไปคว้าเอาลูกคนอื่นเข้าด้วย สำคัญว่าลูกของตัวเองมาอุ้มไว้ พอจำได้ว่า มันเป็นลูกคนอื่น หล่อนก็สะดุ้งกลัวความผิด มองข้างโน้นข้างนี้คิดว่าใคร ๆ ย่อมมากล่าวหาฉัน ว่าเป็นคนลักเด็กเลยคิดแล้วก็วางเด็กลงที่กลางถนนนั้นแหละ รีบขึ้นปราสาทแล้วนั่งลงอีก

ในข้ออุปมานั้น การยึดถือขั้น ๕ ว่าเป็นเรา เป็นของเราเป็นดังการคว้าเอาลูกคนอื่น ด้วยสำคัญว่าเป็นลูกของตัวเอง การรู้จักว่าขั้นไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเรา ด้วยอำนาจไตรลักษณ์ ดังการจำได้ว่าเป็นลูกคนอื่น ภัยตูปัญฐานญาณ ดังความสะดุ้งกลัวความผิด มุญจิตุกัมยตาญาณ ดังการมองดูข้างโน้นข้างนี้ อนุโลมญาณ ดังการวางเด็กลงที่กลางถนนนั้นแหละ โคตรภูญาณ ดังการที่วางลงแล้วยังยืนอยู่กลางถนน มรรคญาณ ดังกลับขึ้นปราสาท ผลญาณดังขึ้นไปแล้วนั่งลง

ส่วนอุปมา ๖ ข้อนี้ คือ **หิว กระจาย เย็น ร้อน มีด กบยาพิษ** ท่านกล่าวเพื่อแสดงความที่ผู้ตั้งอยู่ในวิภูฐานคามินีวิปัสสนาแล้วเป็นผู้โน้มโน้มเอนเอียงมุ่งหน้าไปสู่โลกุตตรธรรม จริงอยู่ คนที่ถูกความหิวครอบงำแล้วเป็นผู้หิวจัด ย่อมปรารถนาโภชนะที่มีรสดี ฉันทใด พระโยคาวจรผู้ถูกความหิวคือสังสารวัฏฏะทาบเอาแล้วนี้ ก็ย่อมปรารถนาโภชนะคือกายตาสติ อันมีรสเป็นอมตะ ฉันทนั้นเหมือนกัน

อึ่งคนที่กระหายแล้วมีคอและปากแห้งมาก ย่อมปรารถนาปานะที่มีเครื่องปรุงหลายอย่าง ฉันทไต พระโยคาวจรผู้ถูกความกระหายคือสังสารวัฏกระทบเอาแล้วนี้ ก็ย่อมปรารถนาปานะคืออัญจันติกมรรคอันเป็น อริยะ ฉันทันนั้นเหมือนกัน

อึ่งคนที่ถูกความหนาวกระทบเอาแล้ว ย่อมปรารถนาความร้อนคือความอบอุ่น ฉันทไต พระโยคาวจรผู้ถูกความหนาวเย็นคือตณฺหาสิเนหะ (น้ำมันคือตณฺหา) ในสังสารวัฏกระทบเอาแล้วนี้ ก็ย่อม ปรารถนาไฟคือมรรคอันเผากิเลสได้ ฉันทันนั้นเหมือนกัน

อึ่งคนที่ถูกความร้อนกระทบเอาแล้ว ย่อมปรารถนาความเย็น ฉันทไต พระโยคาวจรผู้ถูกความ ร้อนแห่งไฟ ๑ กอง ในสังสารวัฏ ฝนเอาแล้วนี้ ก็ย่อมปรารถนาพระนิพพานอันเป็นที่เข้าไประงับแห่งไฟ ๑ กอง ฉันทันนั้นเหมือนกัน

อึ่ง คนที่ถูกความมืดครอบคลุมแล้ว ย่อมปรารถนาแสงสว่างฉันทไต พระโยคาวจรผู้ถูกความมืด คืออวิชชาปกคลุมหุ้มห่อแล้วนี้ ก็ย่อมปรารถนามรรคภาวนาอันมีแสงสว่างสำเร็จด้วยญาณ ฉันทันนั้นเหมือนกัน

คนที่ถูกยาพิษเข้าแล้ว ย่อมปรารถนายากำจัดพิษ ฉันทไต พระโยคาวจรผู้ถูกพิษคือกิเลสเข้าแล้วนี้ ก็ย่อมปรารถนาพระนิพพานอันเป็นไอศถอมฤตทำลายพิษกิเลสได้ ฉันทันนั้นเหมือนกัน

เพราะเหตุนี้ ข้าพเจ้าจึงกล่าวไว้ว่า “เมื่อเธอรู้้อย่างนั้นเห็น้อย่างนั้น จิตย่อมถอย ย่อมหด ย่อมกลับไม่เหยียดยื่นไปในภพ ๓ กำเนิด ๔ คติ ๕ วิญญาณฐิติ ๗ สัตตवास ๙ อุเบกขา ความวางเฉยใน สังขารทั้งหลายหรือปาฎิโกฏยตา ความน่าเกลียดแห่งสังขารทั้งหลายย่อมตั้งมั่น เปรียบเหมือนหยาดน้ำทั้งหลาย อันตกลง ในใบปทุมที่เอียงหน้อยหนึ่ง” ดังนี้เป็นต้น คำที่ฟังฟังทราบโดยนัยที่กล่าวมาก่อนแล้วนั้นเกิด

อึ่ง สังขารูปกชาญาณนี้ มีลำดับการเรียกชื่อ ๓ อย่าง คือ สังขารูปกชาญาณที่เกิดในตอนต้นยังมีกำลังอ่อนอยู่ ท่านเรียกชื่อว่า มุญฺจิตุกัมยตาญาณ ที่เกิดตอนกลางมีกำลังแก่กล้าปานกลาง ท่านเรียกชื่อว่า ปฏิสังขาญาณ ที่เกิดตอนสุดท้ายมีกำลังแก่กล้าถึงที่สุด ท่านจึงเรียกว่า สังขารูปกชาญาณ

๑๒. อนุโลมญาณ ปัญฺญินทรีย์เจตสิกในมหากุสลญาณสัมปยุตฺตจิต ที่กำหนดพิจารณา รูปนาม สังขารธรรมไปตามลำดับเพื่อสำเร็จกิจแห่งวิปัสสนาญาณ ๙ โดยเริ่มตั้งแต่อุทฺทพยฺญาณ ภังคญาณ ภยญาณ อาทีนวญาณ นิพพิทาญาณ มุญฺจิตุกัมยตาญาณ ปฏิสังขาญาณ และสังขารูปกชาญาณ หรือที่กำหนดพิจารณา รูปนามสังขารธรรมไปตามลำดับแห่งโพธิปักขิยธรรม ๓๗ โดยเริ่มตั้งแต่สติปัฏฐาน ๔ สัมมัปปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ มรรค ๘

เพื่อความเข้าใจในสภาวะธรรม ที่เข้าใจได้ยาก คณะผู้วิจัยจึงขอนำเสนออุปมาที่ท่านพระอรชฎาจารย์บันทึกไว้มานำเสนอต่อไปนี้ คือ

พระราชผู้ทรงธรรมประทับนั่ง เป็นประธาน ณ วินิจฉัยสถาน (ศาลหลวง) ได้ทรงฟังคำ วินิจฉัย ของโวหาริกมหาอำมาตย์ (คณะลูกขุน) ทั้ง ๘ แล้วทรงละเสียซึ่งความลำเอียง วางพระองค์เป็นกลาง เมื่อทรง อนุโมทนาคือพระราชทานราชานุมัติไปว่าจงเป็นอย่างวินิจฉัยนั้นเถิด ก็ชื่อว่าทรงอนุโลมแก่คำวินิจฉัยของ โวหาริกมหาอำมาตย์เหล่านั้นด้วยแก่โบราณราชธรรมด้วย ฉันทไต ข้ออุปไมยนี้ บัณฑิตก็พึงทราบ ฉันทัน

ก็แล อนุโลมญาณนั้น เปรียบเหมือนพระราชชา ญาณ ๘ มีอุทฺทพพยานุปัสญาณเป็นต้น เปรียบเหมือนโฆหาริกมหาอำมาตย์ทั้ง ๘ โภธิปักขิยธรรม ๓๗ เปรียบเหมือนโบราณธรรม ในอุปมานั้นพระราชชา นั้นเมื่อรับสั่งว่า จงเป็นอย่างวินิจฉัยนั้นเกิด ชื่อว่าทรงอนุโลมแก่คำวินิจฉัยของโฆหาริกมหาอำมาตย์ทั้งหลายด้วย และแก่โบราณราชธรรมด้วย ฉนใด อนุโลมญาณนี้ เมื่อปรารภสังขารทั้งหลายโดยทางไตรลักษณ์ มีอนิจจลักษณะเป็นต้นเกิดขึ้น ก็ชื่อว่าอนุโลมแก่ญาณทั้ง ๘ เพราะความที่มีกิจเหมือนอย่างญาณ ๘ นั้นด้วย แก่โภธิปักขิยธรรม ๓๗ ในเบื้องปลายด้วย ฉนนั้น เพราะเหตุนั้นแหละญาณนี้ท่านจึงเรียกว่า “ลัจจานุโลมิกญาณ” (เพราะอนุโลมแก่มรรคลัจ) แล

๑๓. โคตรภูญาณ ปัญฺญินทรีย์เจตสิกในมหากุศลญาณสัมปยุตจิต ที่ทำลายโคตรปุถุชน เข้าสู่โคตรพระอรหิยะ เป็นยอดของวิปัสสนา แต่ไม่จัดเป็นญาณทัสสนวิสุทฺธิ นิमितตารมณฺ์และปวัตตารมณฺ์ทั้งปวงปรากฏโดยเป็นเครื่องกังวลแก่เธอแล้ว ในที่สุดแต่อาเสวนะแห่งอนุโลมญาณ (คือในลำดับแห่งอนุโลมญาณที่ได้มาจากคฺุณ) โคตรภูญาณทำพระนิพพานอันไม่มีนิमित ไม่มีปวัตตตะ ปราศจากสังขาร เป็นนิโรธให้เป็นอารมณฺ์พลางก้าวล่วงเสียซึ่งโคตรปุถุชนชื่อปุถุชน ภูมิปุถุชน ก้าวลงสู่โคตรอรหิยะชื่ออรหิยะ ภูมอรหิยะ เป็นปฐมอาวชชนะ (ความนึกหน่วงครั้งแรก) ปฐมอาโภค (ความค้ำกั้นครั้งแรก) ปฐมสมันนาหาร (ความประมวลจิตครั้งแรก) ใน นิพพานารมณฺ์ ยังความเป็นปัจจัยแห่งมรรคโดยอาการ ๖ ด้วยอำนาจอนันตรปัจจัย สมันตรปัจจัย อาเสวนปัจจัย อุปนิสสยปัจจัย อัตถิปัจจัย และวิคตปัจจัย ให้สำเร็จ เป็นญาณถึงยอด เป็นศีระของวิปัสสนา ไม่เวียนกลับมาอีก (เพราะเกิดขึ้นครั้งเดียว) เกิดขึ้น ซึ่งท่านหมายถึง กล่าวไว้ (ในปฏิสัมภิทามรรค) ว่า “ความรู้ในอันหมุ่กลับคือออกจากสิ่งภายนอก (คือสังขาร) ได้ชื่อว่าโคตรภูญาณเป็นอย่างใด ความรู้ใดครอบงำเสียได้ซึ่งอุปปาหะ เหตุนี้ ความรู้ซึ่งชื่อโคตรภู ความรู้ใดครอบงำเสียได้ซึ่งปวัตตตะ ฯลฯ ซึ่งอุปายาส เหตุนี้ ความรู้ซึ่งชื่อโคตรภู ความรู้ใดครอบงำเสียได้ซึ่งสิ่งภายนอกคือสังขารนิमित เหตุนี้ ความรู้ซึ่งชื่อโคตรภู ความรู้ใดเล่นไปสุธรรมอันไม่มีอุปปาหะ เหตุนี้ความรู้ซึ่งชื่อโคตรภู ความรู้ใดเล่นไปสุธรรมอันไม่มีปวัตตตะ ฯลฯ ไม่มีอุปายาส เป็นที่ดับคือนิพพาน เหตุนี้ความรู้ซึ่งชื่อโคตรภู ความรู้ใดครอบงำเสียซึ่งอุปปาหะแล้ว เล่นไปสุธรรมอันไม่มีอุปปาหะ เหตุนี้ความรู้ซึ่งชื่อโคตรภู” ดังนี้เป็นอาทิ สุตตบททั้งปวงพึง (นำมากล่าว) ให้พิสดารเถิด

๑๔. มรรคญาณ มรรคมีองค์ ๘ มีสัมมาทิฏฺฐิเป็นต้น ที่เกิดขึ้นเป็นมรรคสมังคี ในการทำกิจของอนุโลมญาณและโคตรภูญาณนั้น นี้เป็นอุปมาแสดงอาการเป็นไปในอารมณฺ์ต่าง ๆ แห่งอนุโลมญาณและโคตรภูญาณซึ่งแม้เป็นไปอยู่ในวิถิ (จิต) เดียวกัน โดยอาวชชะเดียวกัน (ดังต่อไปนี้) เหมือนอย่างว่า บุรุษผู้ใคร่จะกระโดดข้ามเหมืองใหญ่ (ไป) ยืนที่ฝั่งนอก วิ่งมาด้วยกำลังเร็ว คำว่เชือกที่ผูกห้อยไว้ที่กิ่งไม้หรือไม้เส้า (ที่ปักไว้) ริมฝั่งในของเหมือง โจนตัวขึ้นแล้ว (โยนตัวให้) มีกายน้อมโน้มตรงไปยังฝั่งนอก จนถึงส่วนเบื้องบนของฝั่งนอก จึงปล่อยเชือกหรือไม้เส้านั้น ตัวล่นอยู่ตกลงที่ฝั่งนอกแล้ว จึงค่อยยืนขึ้นฉนใด แม้พระโยคาวจรนี้ก็ฉนนั้นเหมือนกัน เป็นผู้ใคร่จะตั้งมั่นในพระนิพพานอันเป็นฝั่งนอกของ ภาพ กำเนิด คติ จิตฺติ และนิวาสทั้งหลายแล่นมาด้วยกำลังมีอุทฺทพพยานุปัสสนาเป็นต้น คำว่เชือกคือรูป (ขันธ์) ซึ่งผูกห้อยอยู่ที่กิ่งไม้คืออตภาพ หรือไม้

เล่าคือนามจันทร์มีเวทนาเป็นต้นจันทร์หนึ่ง ด้วยอาวัชชนะแห่งอนุโลมญาณว่า มันไม่เที่ยง หรือว่ามันเป็นทุกข์ หรือว่าเป็นอนัตตาแล้ว ยังไม่ปล่อยเชือกคือรูปและไม่เล่าคือนามนั้น โทนขึ้นด้วยอนุโลมจิตดวงแรกเป็นผู้มีใจ น้อมโน้มตรงไปยังพระนิพพานด้วยอนุโลมจิตดวงที่ ๒ ดุจบุรุษนั้นมียกายน้อมโน้มตรงไปยังฝั่งนอก (ของเหมือง) ฉะนั้น แล้วก็เป็นผู้ใกล้ต่อพระนิพพานอันจะพึงถึงเดี๋ยวนี้ ด้วยอนุโลมจิตดวงที่ ๓ ดุจบุรุษนั้น (โยนตัวไป) ถึงส่วนเบื้องบนแห่งฝั่งนอก (ของเหมือง) ฉะนั้น เพราะความดับไปแห่งจิต (อนุโลมดวงที่ ๓) นั้น ก็ปล่อยอารมณฺ์ที่เป็นสังขารนั้น แล้วตกลงไปในพระนิพพานอันปราศจากสังขารเป็นฝั่งนอก (โดยหวังพระนิพพานเป็นอารมณฺ์) ด้วยโคตรภูจิต แต่เพราะยังไม่มีความคุ้นเคยในอารมณฺ์ที่เพ็งยึดหวังครั้งเดียว จึงยังไม่ตั้งมั่นด้วยดีก่อน ดุจบุรุษนั้นตัวสั่นอยู่ฉะนั้น ต่อนั้นจึงตั้งมั่นด้วยมรรคญาณ แล

ในญาณทั้ง ๒ นั้น อนุโลมญาณอาจบรรเทาความมืดคือกิเลสอันปิดบังสังขะได้ (แต่) ไม่อาจทำพระนิพพานให้เป็นอารมณฺ์ได้ โคตรภูญาณสามารถทำพระนิพพานให้เป็นอารมณฺ์ได้อย่างแน่นอน (แต่) ไม่อาจบรรเทาความมืดที่บังสังขะได้

(ต่อไป) นี้เป็นอุปมาในการทำกิจแห่งญาณทั้ง ๒ นั้น ยังมีบุรุษตาดีผู้หนึ่ง ใครจะทราบนักษัตรโยค (ความประจวบกันแห่งดวงจันทร์กับดาว) ออกไปแหงนดูดวงจันทร์ในเวลากลางคืนดวงจันทร์ไม่ปรากฏแก่เขา เพราะถูกราวลมหะบัง พอลมลูกหนึ่งตั้งขึ้นกำจัดพลาหกหนา ๆ (ไป) อีกลูกหนึ่งกำจัดพลาหกปานกลาง (ไป) อีกลูกหนึ่งกำจัดพลาหกแฉบาง ๆ (ไปหมดสิ้น) ที่นั้นบุรุษนั้น ครั้น ท้องฟ้าปราศจากพลาหกแล้ว ก็เห็นดวงจันทร์ทราบนักษัตรโยคได้ ในข้ออุปมาและอุปไมยนั้น ความมืดคือกิเลสอย่างกลาง อย่างหยาบ และอย่างละเอียดที่ปิดบังสังขะ เปรียบเหมือนพลาหก ๓ ชั้น อนุโลมจิต ๓ เหมือนลม ๓ ลูก โคตรภูญาณเหมือนบุรุษตาดี พระนิพพานเหมือนดวงจันทร์ การบรรเทาความมืดบังสังขะแห่งอนุโลมจิตแต่ละดวง เหมือนการกำจัดพลาหก ๓ ชั้นตามลำดับแห่งลมแต่ละลูก ความที่เมื่อดวงจิตมืดบังสังขะปราศไปแล้วเห็นพระนิพพานอันหมดจดแห่งโคตรภูญาณ เหมือนการที่เมื่อท้องฟ้าปราศจากพลาหกแล้วเห็นดวงจันทร์อันกระจ่างได้แห่งบุรุษนั้นก็แลลม ๓ ลูกอาจกำจัดแต่พลาหกบังดวงจันทร์ได้เท่านั้น หากอาจเห็นดวงจันทร์ไม่ ฉนใด อนุโลมจิตทั้งหลายก็อาจบรรเทาแต่ความมืดบังสังขะได้เท่านั้น หากอาจเห็นพระนิพพานได้ไม่ ก็ฉนนั้น บุรุษนั้นอาจเห็นได้แต่ดวงจันทร์ (แต่) ไม่อาจกำจัดพลาหกได้ ฉนใด โคตรภูญาณก็อาจเห็นพระนิพพานได้เท่านั้น ไม่อาจบรรเทาความมืดคือกิเลสได้ฉนนั้น ก็เพราะเหตุฉนนั้นแหละ โคตรภูญาณนั้น ท่านจึงเรียกว่า อาวัชชนะแห่งมรรค

จริงอยู่ โคตรภูญาณนั้น แม้เป็นอนาวัชชนะ (คือมิใช่อาวัชชนะ) (แต่ว่า) ตั้งอยู่ในฐานแห่งอาวัชชนะราวกะให้สัญญาแก่มรรคว่า “ท่านจงเกิดอย่างนี้” แล้วจึงดับไป ฝ่ายมรรคก็ไม่ปล่อยสัญญาที่โคตรภูญาณนั้นให้เลย ติดตามญาณนั้นไป ด้วยอำนาจสันตติไม่ขาดระยะ เจาะไป ทำลายไปซึ่งกองโลภะ กองโทสะ กองโมหะซึ่งไม่เคยถูกเจาะ ไม่เคยถูกทำลาย เกิดขึ้น (ต่อไป) นี้เป็นอุปมาในความซ้อ้น ยังมีนายขมังธนูผู้หนึ่ง ให้ตั้งแผ่นเป้าไว้ ๑๐๐ แผ่นในที่ (ห่าง) ประมาณ ๘ อุลสะแล้ว พัน (ปิด) หน้าด้วยผ้า สอดศร ยืนอยู่บนจักรยนต์ บุรุษอีกผู้หนึ่ง (ทำหน้าที่) หมุนจักรยนต์ (คอย) ให้สัญญาด้วยท่อนไม้ (เคาะ) ที่จักรยนต์นั้น เมื่อแผ่นเป้าตรงหน้านายขมังธนู นายขมังธนูก็ไม่ปล่อยสัญญาท่อนไม้เสียยิงศรไป (ทันที) เจาะแผ่นเป้า (ถูกหมด)

ทั้ง ๑๐๐ ในข้ออุปมาและอุปไมยนั้น โคตรภูฏานเหมือนลัญญาท่อนไม้ มรรคภูฏานเหมือนนายขมังธนู การที่มรรคภูฏานไม่ปล่อยลัญญาที่โคตรภูฏานให้เสีย ทำพระนิพพานให้เป็นอารมณ์เจาะและทำลายกองโลภะ โทสะ โมหะ อันไม่เคยถูกเจาะไม่เคยถูกทำลายได้ เหมือนการที่นายขมังธนูไม่ปล่อยลัญญาท่อนไม้เสีย (ยิงศร) เจาะแผ่นเป้า (ถูกหมด) ทั้ง ๑๐๐ ฉะนั้น

อันมรรคนั้น ไซ้แต่ทำการเจาะ (ทำลาย) กองกิเลสมีกองโลภะเป็นต้นเท่านั้นก็หาไม่ได้ แต่ว่ายังทะเลคือว่าทุกขีในสงสารอันมีต้น ปลายที่รู้ไม่ได้ ให้เหือดแห้งได้ ปิดประตูบายทั้งปวงได้ ทำความพร้อมหน้า (คือสำเร็จโดยประจักษ์) แห่งอริยทรัพย์ ๗ ได้ ละมิจฉามมรรคมีองค์ ๘ ได้ ยังเวรภัยทั้งปวงให้ระงับได้ ถวายตัวเป็นบุตรชนดิโอรส (เกิดแต่อก) แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ และยังเป็นไปเพื่อได้รับอานิสงส์อื่น ๆ หลายร้อยอย่าง ด้วยประการฉะนี้ ภูฏานที่สัมปยุตด้วยโสดาปัตติมรรค อันให้อานิสงส์เป็นอเนก ดังกล่าวมานี้ เป็นภูฏานในโสดาปัตติมรรค แล

๑๕. ผลภูฏาน ภูฏานที่เกิดขึ้นในฐานะแห่งผลของอนันตรกรรม ในทันทีที่มรรคจิตดับลง ก็แล ในลำดับแห่งโสดาปัตติมรรคภูฏานนี้ ผลจิต ๒ หรือ ๓ ขณะอันเป็นวิบากของโสดาปัตติมรรคจิตนั้นแหละย่อมเกิดขึ้น ก็เพราะความที่โลกุตรกุศลทั้งหลายมีวิบากในลำดับ (แห่งตน คือให้ผลทันทีหาอะไรค้ำมิได้) นั้นเอง พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสไว้ว่า “สมาธิมานุสริกญมมาหุ๑-บัณตติตังหลายกล่าวสมาธิ (ในมรรค) ใดว่าเป็นอานันตริกะ (ให้ผลในลำดับแห่งตน)” และว่า “ทนุ อานนุสริกปาปุณนาคิ อาสวาน (บุคคลใด บรรลุอานันตริกสมาธิ เพื่อความสิ้นอาสวะช้า)” ดังนี้เป็นต้น ส่วนอาจารย์กลางพวกกล่าวว่า “ผลจิต ๑, ๒, ๓, หรือ ๔ ดวง (เกิดขึ้น)” คำนั้นไม่ควรถือเอา เพราะวาทโคตรภูฏานย่อมเกิดขึ้นในที่สุดแต่อาเสวนะแห่งอนุโลมภูฏาน เหตุนั้นโดยกำหนดอย่างต่ำที่สุดอนุโลมจิตต้องมี ๒ ดวง เพราะดวงเดียวย่อมไม่ได้อาเสวนปัจฉัย และอวัชชนะวิถีนึ่ง ย่อมมีจิต ๗ ดวงเป็นอย่างยิ่ง เพราะฉะนั้น ภูฏานใดมีอนุโลมจิต ๒ ดวง จิตดวงที่ ๓ แห่งภูฏานนั้นก็เป็นโคตรภูฏาน ดวงที่ ๔ เป็นมรรคจิต (อีก) ๓ ดวงเป็นผลจิต ภูฏานใดมีอนุโลมจิต ๓ ดวง จิตดวงที่ ๔ ของภูฏานนั้นก็เป็นโคตรภูฏาน ดวงที่ ๕ เป็นมรรคจิต (อีก) ๒ ดวงเป็นผลจิต เพราะเหตุนั้น ข้าพเจ้าจึงกล่าวไว้ว่า “ผลจิต ๒ หรือ ๓ ดวง...ย่อมเกิดขึ้น” ฝ่ายอาจารย์กลางพวกก็เห็นว่า “ภูฏานใดมีอนุโลมจิต ๔ ดวง จิตดวงที่ ๕ ของภูฏานนั้นเป็นโคตรภูฏาน ดวงที่ ๖ เป็นมรรคจิต (อีก) ๑ ดวงเป็นผลจิต” อันคำนั้นก็สมควรเชื่อถือเป็นสาระ เพราะค้ำได้ว่า “จิตดวงที่ ๔ หรือที่ ๕ ย่อมเป็นอัปปนา ไม่ยิ่งกว่านั้นไป เพราะใกล้วังค์” ดังนี้ ก็ด้วยความเกิดขึ้นแห่งผลในลำดับปฐมมรรคเท่านั้น พระโยคาวจรผู้นั้นก็เป็นพระอริยบุคคลที่ ๒ ชื่อพระโสดาบัน แม้จะยังเป็นผู้ประมาทอยู่มาก ๒ ท่องเที่ยวไปในพวกเทพและพวกมนุษย์ ๗ชาติ แล้วก็เป็นผู้สามารถในอันทำที่สุดทุกขีได้

๑๖. ปัจจเวกชนภูฏาน ครั้นผลจิตในโสดาปัตติมรรควิถีดับลงแล้ว จิตของพระโสดาบันนั้นย่อมลงสู่วังค์ ต่อนั้น มโนทวารวัชชนะจึงตัดวังค์เกิดขึ้น เพื่อประโยชน์แก่มรรคปัจจเวกชน (คือย้อนพิจารณาดูมรรค) ครั้นมโนทวารวัชชนะนั้นดับแล้ว ชวนะสำหรับมรรคปัจจเวกชน ๗ ดวงจึงเกิดขึ้นตามลำดับแล อวัชชนะเป็นต้นลงสู่วังค์อีก แล้วเกิดขึ้นเพื่อประโยชน์แก่การปัจจเวกชนผลเป็นต้น โดยนัยนั้นแหละ เพราะความเกิดขึ้นแห่งอวัชชนะและชวนจิตไรเล่าพระโสดาบันนั้นจึงปัจจเวกชนมรรค ปัจจเวกชนผล ปัจจเวกชนกิเลส

ที่ละได้แล้ว บัจเวกชนกิเลสที่ยังเหลือ บัจเวกชนนิพพานได้ ก็แลพระโสดาบันนั้น ย่อมบัจเวกชนมรรค (โดยนัย) ว่า “เรามาได้ด้วยมรรคอันนี้หนอ” แต่นั้นจึงบัจเวกชนผล (โดยนัย) ว่า “อานิสงส์อันนี้เราได้แล้ว” ต่อ นั้นจึงบัจเวกชนกิเลสที่ละได้แล้ว (โดยนัย) ว่า “กิเลสทั้งหลายชื่อนี้ ๆ เราละได้แล้ว” ลำดับนั้นจึงบัจเวกชนกิเลสที่มรรคเบื้องสูง ๓ จะพึงกำจัด (โดยนัย) ว่า “กิเลสทั้งหลายชื่อนี้ ๆ ของเรายังเหลืออยู่” และในที่สุดจึงบัจเวกชนเพราะอมตนิพพาน (โดยนัย) ว่า “ธรรมอันนี้เรา (รู้แจ้ง) เหนงตลอดแล้วโดย (ทำให้) เป็นอารมณ์” บัจเวกชน ๕ ย่อมมีแก่พระอริยสาวกโสดาบันดังนี้ และบัจเวกชน ๕ นั้นมีแก่พระโสดาบันหนึ่งใด ก็มีแม่แก่พระสกทาคามีและพระอนาคามีฉันนั้น แต่สำหรับพระอรหันต์ อัน การบัจเวกชนกิเลสที่ยังเหลือหาไม่แลด้วยประการดังนี้ ทั้งหมดด้วยกัน จึงนับเป็นบัจเวกชน ๑๙ แต่นั้นเป็นกำหนดอย่างสูงที่เดียวด้วยว่า การบัจเวกชนกิเลสที่ละได้แล้วและกิเลสที่ยังเหลือ ย่อมมีบ้างไม่มีบ้าง แม่แก่พระเสกขบุคคลทั้งหลาย ก็เพราะไม่มีบัจเวกชนนั้นนั่นเอง ท้าวมหานามจึงทูลถามพระผู้มีพระภาคเจ้าว่า “ธรรม (คือกิเลส) ชื่ออะไรที่ข้าพระองค์ยังละไม่ได้ในภายใน ซึ่งเป็นเหตุให้โลกธรรมทั้งหลายยึดจิตของข้าพระองค์ตั้งอยู่ได้บ้างในกลางคราว” ดังนี้เป็นต้น สุตตบททั้งปวง (ในสูตรนี้) บัณฑิตควรทราบโดยพิสดาร

ก็แล ครั้นบัจเวกชนอย่างนั้นแล้ว พระอริยสาวกโสดาบันนั้นนั่งอยู่ ณ อาสนะนั้นนั่นเอง หรือโดยสมัยอื่นอีก ย่อมทำโยคะเพื่อบรรลุมิที่ ๒ เพื่อความเบาบางลงแห่งกามราคะและพยาบาท ท่านยังอินทรีย์พละ และโพชฌงค์ ให้ชุ่มนุ่มกันแล้ว ย่ำยีเสียซึ่งสังขารอันต่างโดยรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ นั้นแลด้วยญาณ (กำหนดไตรลักษณ์) ว่า มันไม่เที่ยงเป็นทุกข์เป็นอนัตตา เปลี่ยน (ความกำหนดนั้น) ไปมา (จน) หยั่งลงสู่วิวิปีสสนา เมื่อท่านปฏิบัติไปอย่างนั้น ครั้นอนุโลมญาณและโคตรภูญาณเกิดขึ้นด้วยอาวัชชนะอันหนึ่งในที่สุดแห่งสังขารูปกชาญาณโดยนัยที่กล่าวแล้วนั้นแล สกทาคามีมรรคย่อมเกิดขึ้นในลำดับแห่งไวทาน (โคตรภูญาณ) ญาณอันสัมปยุตด้วยสกทาคามีมรรคนั้น ชื่อว่าญาณในสกทาคามีมรรค แล

ผลจิตในลำดับแห่งญาณนี้ ก็พึงทราบโดยนัยที่กล่าวแล้วเหมือนกัน ก็แล ด้วยความเกิดขึ้นแห่งผลในลำดับทุติยมรรคเพียงนี้ท่านก็เป็นพระอริยบุคคลที่ ๔ ชื่อพระสกทาคามี มาสู่โลกนี้อีกคราวเดียว ก็สามรถทำที่สุดทุกข์ได้ การบัจเวกชนต่อ นั้นไปก็มีนัยดังกล่าวแล้วนั้นแหละ ก็ครั้นบัจเวกชนอย่างนั้นแล้ว พระอริยสาวกสกทาคามีนั้นนั่ง ณ อาสนะนั้นนั่นเอง หรือโดยสมัยอื่นอีก ย่อมทำโยคะเพื่อบรรลุมิที่ ๓ เพื่อละกามราคะและพยาบาทมิให้เหลือ ท่านยังอินทรีย์พละและโพชฌงค์ ให้ชุ่มนุ่มกันแล้ว ย่ำยีเสียซึ่งสังขารนั้นแหละด้วยญาณ(กำหนดไตรลักษณ์)ว่า มันไม่เที่ยงเป็นทุกข์เป็นอนัตตา เปลี่ยน(ความกำหนดนั้น) ไปมา (จน) หยั่งลงสู่วิวิปีสสนา เมื่อท่านปฏิบัติไปอย่างนั้น ครั้นอนุโลมญาณและโคตรภูญาณเกิดขึ้นด้วยอาวัชชนะอันหนึ่งในที่สุดแห่งสังขารูปกชาญาณ โดยนัยที่กล่าวแล้วนั้นแหละ อนาคามีมรรค ย่อมเกิดขึ้นในลำดับแห่งโคตรภูญาณ ญาณอันสัมปยุตด้วยอนาคามีมรรคนั้น ชื่อว่าญาณในอนาคามีมรรคแล

ผลจิตในลำดับแม่แห่งญาณนี้ ก็พึงทราบโดยนัยที่กล่าวแล้วเหมือนกัน ก็แล ด้วยความเกิดขึ้นแห่งผลในลำดับตติยมรรคเพียงนี้ท่านก็เป็นพระอริยบุคคลที่ ๖ ชื่อพระอนาคามี(มีกำเนิดต่อไป) เป็นโอปปาติกะปรินิพพานในโลก (สุทธาวาส) ที่อุปบัติ นั้น มีอันไม่กลับมาจากโลกนั้นเป็นธรรม(คือ)ไม่มาสู่โลกนี้อีกด้วย

อำนาจปฏิสนธิและการบังเวกชนต์ต่อขึ้นไปก็มีนัยดังกล่าวแล้วนั้นแหละ ก็ครั้งบังเวกชนต์อย่างนั้นแล้ว พระอริยสาวกอนาคามีนั้นหนึ่ง ณ อาสนะนั้นหนึ่งเอง หรือโดยสมัยอื่นอีก ย่อมทำโยคะเพื่อบรรลุมิที่ ๔ เพื่อละรูปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทธัจจะ อวิชชา มิให้เหลือ ท่านยังอินทรีย์ พละและโพชฌงค์ให้ชุ่มนวมกันแล้ว ย่ำยีเสียซึ่งสังขารนั้นแหละ ด้วยญาณ(กำหนดไตรลักษณ์) ว่า มันไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เปลี่ยน (ความกำหนดนั้น) ไปมา (จน) หยั่งลงสู่วิถีวิปัสสนา เมื่อท่านปฏิบัติไปอย่างนั้น ครั้งอนุโลมญาณและโคตรญาณ เกิดขึ้นด้วยอวิชชนะอันหนึ่ง ในที่สุดแห่งสังขารเบกขาญาณ โดยนัยที่กล่าวแล้วนั้นแหละ อรหัตมรรคย่อมเกิดขึ้นในลำดับแห่งโคตรญาณ ญาณอันสัมปยุตด้วย อรหัตมรรคนั้น ชื่อว่าญาณในอรหัตมรรค แล จตุตถญาณจบ ผลจิตในลำดับแม่แห่งญาณนี้ ก็พึงทราบโดยนัยที่กล่าวแล้วเหมือนกัน ก็แลด้วยความเกิดขึ้นแห่งผลในลำดับจตุตถมรรคเพียงนี้ท่านก็เป็นซึ่งร่างกายอันสุดท้าย มีภาวะ (ของหนัก) อันปลงแล้ว มีทรงไว้ซึ่งร่างกายอันสุดท้าย มีภาวะ (ของหนัก) อันปลงแล้ว มีประโยชน์อันได้บรรลุแล้วโดยลำดับ มีกิเลสเครื่องผูกไว้ใหนพสัณไปแล้ว รู้โดยชอบหลุดพ้นแล้ว เป็นทักษิณะเลิศของโลกกับทั้งเทวโลกแล ด้วยประการดังกล่าวนี้ คำใดข้าพเจ้ากล่าวไว้(ต้นนิเทศน์) ว่า “ส่วนญาณในมรรค ๔ นี้ คือ โสดาปัตติมรรค สกทาคามีมรรค อนาคามีมรรค อรหัตมรรค ชื่อว่าญาณทัสนวิสุทธิ” ดังนี้ คำนั้นข้าพเจ้ากล่าวหมายเอาญาณ ๔ นี้ อันจะพึงบรรลุโดยลำดับแล

เมื่ออารทวิปัสสนบุคคลเจริญสติปัญญา ๔ ด้วยความเพียรไม่เสื่อมคลาย บรรลิวิปัสสนาญาณมาโดยลำดับดังกล่าวมา ย่อมสามารถละกิเลสสาสะทั้งปวงได้อย่างสิ้นเชิง พร้อมกับการบรรลุเป็นพระอริยบุคคลในระดบต่าง ๆ สุดแต่กำลังแห่งปัญญาธิการที่ตนเคยบำเพ็ญมา ดังนั้น ขออย่าได้มีอคติว่าวิปัสสนาเป็นเรื่องยาก แล้วไม่บอกกล่าวให้สาธาณชนได้ทราบ อย่าคิดอย่างนี้ เพราะในโลกนี้มีคนที่มีบุญวาสนาบารมีมากมาย

ผนวก ข คำสัมภาษณ์

๑. บุคคลผู้สูงอายุ นักวิชาการ และพระสงฆ์ มีแนวคำสัมภาษณ์ดังนี้

๑. มีความรู้สึกต่อความตายอย่างไร
๒. เมื่อเห็นผู้อื่นตาย จะเป็นญาติหรือมิใช่ญาติ แล้วมีความรู้สึกอย่างไร
๓. กลัวความตายหรือไม่ ในเมื่อเห็นเพื่อน ๆ ตายไป
๔. อยากทำอะไรก่อนตาย หากว่าจะต้องตายจริง ๆ
๕. เคยเรียนรู้มรณัสสติ การระลึกถึงความตายมาบ้างหรือไม่

๒. บุคคลทั่วไป มีแนวคำสัมภาษณ์ดังนี้

๑. มีความกลัวความตายหรือไม่ และมีความรู้สึกต่อความตายอย่างไร
๒. เคยเรียนรู้เรื่องมรณัสสติมาบ้างหรือไม่
๓. มีความเข้าใจเรื่องมรณัสสติอย่างไร
๔. เคยพิจารณาถึงมรณัสสติมาบ้างหรือไม่
๕. หากจะต้องตายจริง ๆ ก่อนทำอะไรก่อนที่จะตาย

๓. บุคคลผู้เจ็บป่วย มีแนวคำสัมภาษณ์ดังนี้

๑. เห็นหลักธรรมอะไรบ้าง ในความเจ็บป่วยใกล้ตายของตนเอง
๒. อยากทำอะไรก่อนตายบ้าง หากความตายจะมาถึงตนจริงๆ
๓. นึกคิดอะไรบ้าง ในยามที่ตนเองเจ็บใกล้จะตายนี้
๔. หลังจากตาย อยากจะไปเกิดที่ไหน
๕. เคยเรียนรู้คำภานาที่ให้ไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์ บ้างหรือไม่
๖. หากมีเวลาจะนึกถึงถึงคำภานานี้หรือไม่

๔. บุคคลผู้ดูแลรักษาคนเจ็บป่วย มีแนวคำสัมภาษณ์ดังนี้

๑. มีวิธีดูแลคนเจ็บป่วยอย่างไรบ้าง ใช้หลักอะไรบ้าง
๒. มีวิธีพูดให้กำลังใจแก่คนที่เจ็บป่วยอย่างไรบ้าง
๓. ทำจิตใจอย่างไร เมื่อเห็นสภาพของคนเจ็บป่วย กำลังจะสิ้นใจตาย
๔. มีวิธีการแก้ไขปัญหาของคนเจ็บป่วยใกล้จะตายอย่างไรบ้าง
๕. เคยรู้จักมรณัสสติมาบ้างหรือไม่ และเข้าใจเรื่องมรณัสสติอย่างไร
๖. หากได้ช่วยเหลือคนเจ็บป่วยใกล้ตาย ให้ตายอย่างมีสติ จะทำหรือไม่ ทำโดยวิธีใด
๗. หากมีคำภานาเพื่อช่วยให้คนเจ็บป่วยใกล้ตายกำหนดไว้ใจแล้วตายอย่างสงบอยากได้หรือไม่

ประวัติผู้วิจัย

หัวหน้าโครงการวิจัย

- ชื่อ นามสกุล** (ภาษาไทย) นาย สุชญา ศิริธัญญกร
(ภาษาอังกฤษ) Mr. Suchaya Siritanyaporn
- ตำแหน่ง** เจ้าหน้าที่ตำราวิชาการ ฝ่ายคัมภีร์พุทธศาสนา กองวิชาการมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- สถานที่ติดต่อ** **ที่ทำงาน** อาคารมหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ห้อง ๑๐๗ วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ ท่าพระจันทร์ ถนนมหาธาตุ เขตพระนคร กรุงเทพฯ ๑๐๒๐๐
ที่บ้าน บ้านเลขที่ ๒/๔๗๔ หมู่ที่ ๖ ตำบลเสาชิงหิน อำเภอบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี ๑๑๑๔๐ โทร. ๐-๒๙๒๗-๒๑๑๗, ๐๙๔๘๓-๐๗๔๐
- ประวัติการศึกษา** -ปริญญาธรรม ๙ ประโยค กรมการศาสนา กระทรวงศึกษาธิการ
-ปริญญา พธ.บ. (พุทธศาสตรบัณฑิต) เอกการสอนสังคมศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
-ปริญญาโท พธ.ม. (พุทธศาสตรมหาบัณฑิต) สาขาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- ประสบการณ์ที่ชำนาญเป็นพิเศษ** ภาษาบาลี, พระพุทธศาสนา, ทำหนังสือเล่มเล็ก

ผู้ร่วมวิจัย

- ชื่อ ฉายา/นามสกุล** (ภาษาไทย) พระมหาอุดม สารเมธิ (สารบรรณ)
(ภาษาอังกฤษ) Phramaha Udom Saramedhi (Saraban)
- ตำแหน่ง** เจ้าหน้าที่ตำราวิชาการ ฝ่ายคัมภีร์พุทธศาสนา กองวิชาการ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- สถานที่ติดต่อ** **ที่ทำงาน** ฝ่ายคัมภีร์พุทธศาสนา กองวิชาการ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ ท่าพระจันทร์ เขตพระนคร กรุงเทพฯ ๑๐๒๐๐
ที่จำพรรษาอยู่ วัดทองนพคุณ ถนน ๒ ถนนสมเด็จพระเจ้าพระเจ้า ชอย ๑๗ เขตคลองสาน กรุงเทพฯ ๑๐๖๐๐
- ประวัติการศึกษา** - ปริญญาธรรม ๙ ประโยค สำนักเรียนวัดทองนพคุณ
-ศึกษาศาสตรบัณฑิต (ประณคศึกษา) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
-พุทธศาสตรมหาบัณฑิต(พระพุทธศาสนา) มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๕. สาขาวิชาที่ชำนาญพิเศษ พระพุทธศาสนา, ภาษาบาลี

๖. ประสบการณ์ในการวิจัย

A comparative Study of the Process of Justice in Buddhism : A case Study of The Suppression (niggahakamma) in the Vinaya Pitaka and the Principles Enforced by Mahathera Council.

ผู้ร่วมวิจัย

๑. ชื่อ นามสกุล (ภาษาไทย) นายสมบูรณ์ สมนวล
(ภาษาอังกฤษ) Mr. Somboon Somnual
๒. ตำแหน่ง เจ้าหน้าที่ตำราวิชาการ ฝ่ายคัมภีร์พุทธศาสนา กองวิชาการ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๓. สถานที่ติดต่อ ฝ่ายคัมภีร์พุทธศาสนา อาคารมหาวิทยาลัย ห้อง ๑๐๗ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ ท่าพระจันทร์ เขตพระนคร กรุงเทพฯ ๑๐๒๐๐ โทร. ๐-๒๒๒๕-๘๘๗๒
๔. ประวัติการศึกษา - เปรียญธรรม ๕ ประโยค กรมการศาสนา กระทรวงศึกษาธิการ
- ปริญญา พธ.บ.(พุทธศาสตรบัณฑิต) เอกพุทธปรัชญา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- ปริญญาโท. M.A. (phil) มหาวิทยาลัยมทรส อินเดีย
๕. สาขาวิชาที่ชำนาญพิเศษ ภาษาบาลี, พระพุทธศาสนา, ปรัชญา

ผู้ร่วมวิจัย

๑. ชื่อ นามสกุล (ภาษาไทย) นายเสรี อจสาคกร
(ภาษาอังกฤษ) Mr. Seri Ajsakon
๒. ตำแหน่ง เจ้าหน้าที่ตำราวิชาการ ฝ่ายคัมภีร์พุทธศาสนา กองวิชาการ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๓. สถานที่ติดต่อ ฝ่ายคัมภีร์พุทธศาสนา กองวิชาการ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ ท่าพระจันทร์ เขตพระนคร กรุงเทพฯ ๑๐๒๐๐
๔. ประวัติการศึกษา - เปรียญธรรม ๘ ประโยค กรมการศาสนา กระทรวงศึกษาธิการ
- อภิธรรมบัณฑิต
๕. สาขาวิชาที่ชำนาญพิเศษ คัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา, ภาษาบาลี, คัมภีร์พระอภิธรรม

๖. ประสบการณ์ในการวิจัย

- เป็นที่ปรึกษากรอบ “การศึกษาเชิงวิเคราะห์คัมภีร์ชินจริต” โดยนายวาสน์ มุขยานวงศ์, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- เป็นที่ปรึกษากรอบ “การศึกษาเชิงวิเคราะห์พระมหัจรรย์ในเถรวาท” โดยพระมหาโกย พุทธิธมฺโม บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- เป็นที่ปรึกษากรอบ “ปฐมสมโพธิกถาปริจเฉทที่ ๘-๑๕ การตรวจชำระและศึกษาเชิงวิเคราะห์ โดยพระมหาบุญเทียม ญาณิสฺสโร บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- เป็นผู้ทรงคุณวุฒิ “ตรวจสอบและให้ความเห็นเกี่ยวกับวิทยานิพนธ์” เรื่องรูปแบบการจัดการความขัดแย้งโดยสันติวิธี ศึกษาเชิงวิเคราะห์กรณีลุ่มน้ำแม่ตาช้าง จ. เชียงใหม่ โดยพระมหาหรรษา ธมฺมหาโส นิสิตปริญญาเอก บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- เป็นที่ปรึกษากรอบ มูลกัจจายนโยชนา ปริจเฉทที่ ๑-๒ (สนธิ-นาม) การตรวจชำระและการศึกษา โดยพระมหาพร้อมเพรียง ฐิริปญฺโญ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- เป็นที่ปรึกษากรอบ มูลกัจจายนโยชนา ปริจเฉทที่ ๓-๔ (การก-สมาส) การตรวจชำระและการศึกษา โดยพระมหาอดิศักดิ์ อภิปญฺโญ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย