



# มรดกชาติ



ดร. สอนอง วรอุไร



ดร.สนอง วรอุไร



**ชมรมกัลยาณธรรม**  
หนังสือดีลำดับที่ ๓๑๐

**มรณสติ**

ดร.สนอง วรอุไร

**พิมพ์ครั้งที่ ๑** : มกราคม ๒๕๕๘

**จำนวนพิมพ์** : ๕,๐๐๐ เล่ม

**จัดพิมพ์เป็นธรรมทานโดย** : ชมรมกัลยาณธรรม  
๑๐๐ ถนนประโคนชัย ตำบลปากน้ำ  
อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ๑๐๒๗๐  
โทรศัพท์ ๐-๒๗๐๒-๗๓๕๓

**รูปเล่ม** : คีรีส วัชรสุชจิตร

**ภาพปก-ภาพประกอบ** : ภรณ์ โสรัจจกุล

**แยกสี** : แคนนา กราฟฟิค โทร ๐๘๖-๓๑๔-๓๖๕๑

**พิมพ์ที่** : บริษัท ชุมทองอุตสาหกรรมและการพิมพ์ จำกัด  
โทรศัพท์ ๐-๒๘๘๕-๗๘๗๐-๓

**สัพพทานัง รัมมทานัง ชินาติ**

การให้ธรรมะเป็นทาน ย่อมชนะการให้ทั้งปวง

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



การระลึกถึงความตายที่จะต้องมาถึงตนให้เป็นที่  
ธรรมดา (มรณสติ) เป็นสิ่งที่ผู้ไม่ประมาท พึงกระทำให้  
เกิดขึ้นกับจิตของตัวเอง ผู้มีสติกำกับจิตอยู่ทุกขณะตื่น  
จะคิด จะพูด จะทำอะไรๆ ย่อมมีกุศลธรรม (บุญ) เกิด  
ตามมา ยิ่งในยุคสมัยที่สังคมโลก กำลังย่างเข้าสู่  
ภาวะวิกฤต จึงควรอย่างยิ่งที่ต้องพัฒนาจิตให้มีสติอยู่  
ทุกขณะตื่น แล้วปัญญาเห็นถูกตามความเป็นจริงแท้  
ย่อมเกิดขึ้น ผู้มีสติสัมปชัญญะอยู่ในดวงจิตทุกขณะตื่น  
จึงจะสามารถนำพาชีวิตก้าวข้ามความวิกฤตนี้ไปได้

ผู้รู้จริงแท้ได้แนะนำทุกท่านพึงเจริญมรณสติอยู่  
เสมอ แล้วใช้มรณสติเป็นเครื่องป้องกันอันตรายของชีวิต  
ให้ผ่านพ้นห้วงเวลาแห่งความวิกฤตนี้ไปได้

**ดร.สนอง วรอุไร**



เรื่องของการตายเป็นเรื่องแน่นอนที่ไม่มีใครหรือ  
สิ่งใดหนีพ้นทุกสิ่งทุกอย่างล้วนลงท้ายด้วยความเสื่อมสลาย  
สิ้นสุด ตามพระพุทธดำรัสที่สรุปไว้ว่า สิ่งทั้งปวงล้วน อยู่  
ภายใต้กฎไตรลักษณ์ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา หากเราได้  
พิจารณาด้วยปัญญาเห็นชอบตามพระพุทธดำรัสนี้แล้ว ย่อม  
พ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้ แม้จะต้องประสบกับความผันผวน  
ปรวนแปร หรือความเสื่อมสลายต่างๆ อย่างไรก็ตาม หาก  
ธรรมถึงใจแล้ว ก็ไม่มีอะไรมาทำร้ายใจได้

**มรณสติ** เป็นยอดกรรมฐานที่พระพุทธองค์ตรัส  
สอนให้เราระลึกถึงความไม่แน่นอนของชีวิต เพื่อจะได้  
ไม่หลงประมาทมัวเมาในโลกียสุขและโลกธรรมต่างๆ มี  
ความเพียรชอบ เร่งชวนช่วยทอริยภาพเพื่อเป็นสมบัติ  
ติดตามตัวไปในการเดินทางไกลในสังสารวัฏ แม้เราส่วน  
ใหญ่ต่างก็ไม่มีญาณวิถึที่จะทราบที่มา ที่ไป ของเราและ

ของใครได้ แต่การที่มีผู้รู้มาบอกกล่าว ตักเตือน ชี้ทางสว่าง  
ให้เราใช้ชีวิตอันแสนสั้นนี้อย่างมีคุณค่าและไม่ประมาท  
ก็นับเป็นบุญอย่างยิ่งที่ควรน้อมนำมาโยนโสมนสิการ  
ธรรมนั้นๆ ให้ทันเวลาของชีวิตที่ไม่แน่นอน

ชมรมกัลยาณธรรมขอกราบขอบพระคุณท่าน  
อาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ครูที่ไม่ตายง่าย ท่านสามารถ  
พิสูจน์สังฆธรรมขององค์สมเด็จพระพุทธเจ้า จาก  
นักเรียนนอกจบดอกเตอร์ทางด้านวิทยาศาสตร์ที่ไม่เคย  
เชื่อธรรมะ ครั้นมีโอกาสพาตัวเองมาอุปสมบทและพิสูจน์  
สังฆธรรมของพระพุทธเจ้า แต่นั้นมา ท่านก็ยอมศิโรราบ  
ต่อพระธรรมอันประเสริฐ และสละเวลาที่เหลือในชีวิต  
เพื่อชี้ทางสว่างแห่งธรรมมาโดยตลอด

หวังว่า หนังสือมรณสติเล่มนี้ จะเป็นประโยชน์แก่  
ท่านผู้ใคร่ศึกษาธรรม ได้เกิดมรณสติ เห็นคุณค่าของ  
ชีวิตมากขึ้น สามารถเลือกเส้นทางเดินชีวิตที่สะอาด สว่าง  
สงบ และรู้จักจุดหมายแห่งชีวิตอันมีคุณค่า ปลอดภัยจาก  
เวรภัยในสังสารวัฏโดยเร็ววัน และได้รับความคุ้มครอง  
แห่งธรรมโดยทั่วกัน

กราบอนุโมทนาขอบพระคุณทุกท่าน

**ทพญ. อัจฉรา กลิ่นสุวรรณ**

ประธานชมรมกัลยาณธรรม





คำว่า “มรณสติ” หมายถึงการระลึกถึงความตาย ซึ่งจะต้องมีมาถึงทุกคนในวันนี้หรือวันข้างหน้า ปัจจุบันโลกเรามีคนมาเกิดเป็นมนุษย์ประมาณเจ็ดพันล้านคน ทุกคนต้องตายลงในวันนี้หรือวันข้างหน้าเป็นธรรมดา ผู้ที่ระลึกถึงความตายอยู่เสมอ ย่อมไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต ย่อมพัฒนาจิตให้มีสติ แล้วความสงบจะเกิดขึ้น จิตที่มีสติคุ้มครองอยู่ทุกขณะตื่น ย่อมรับเอาแต่สิ่งที่เป็นกุศลธรรมเข้าปรุงเป็นอารมณ์ แล้วจะเกิดเป็นบุญกุศลเกิดขึ้นภายในดวงจิต ตรงกันข้ามจิตที่ขาดสติคุ้มครอง ย่อมรับเอาแต่สิ่งที่เป็นอกุศลธรรมเข้าปรุงเป็นอารมณ์ไม่ดี เมื่อใดที่กรรมอันเป็นอกุศลให้ผล อารมณ์ไม่ดี อารมณ์ไม่สมปรารถนา ย่อมส่งผลเป็นความไม่สบายกายความไม่สบายใจเกิดตามมา อันเป็นอกุศล





วิบากให้ผู้มีอารมณ์ไม่ดีต้องเสวย และยิ่งไปกว่านั้น หากจิตและกายจำเป็นต้องแยกออกจากกัน (ตาย) เพื่อไปหาร่างใหม่อยู่อาศัย อกุศลธรรมที่ถูเก็บสะสมไว้ในดวงจิต ย่อมมีพลังผลักดันจิตวิญญาณ ให้โคจรไปสู่ภพใหม่อันปราศจากความเจริญและมากไปด้วยความทุกข์ ได้แก่ ภพนรก ภพเปรต ภพอสุรกาย และภพเดรัจฉาน



## ความตาย

**มรณสติ** เป็นสมมติบัญญัติ ซึ่งบางคนนิยมเรียกว่ามรณานุสติ ที่มีได้มีเขียนไว้ในพจนานุกรม มรณะ หมายถึง ความตาย เป็นหนึ่งในอนุสติ ๑๐ ผู้หวังพัฒนาจิตให้มีความสงบตั้งมั่น ควรระลึกอยู่เสมอๆ จึงเรียกคำว่า มรณสติ เป็นการระลึกถึงความตายซึ่งจะมีเกิดขึ้นเป็นธรรมดากับทุกคน และเป็นหนึ่งในอนุสติ ๑๐<sup>๑</sup>



## การตายก่อนถึงอายุขัย

จิตที่ยังมีได้โคจรไปเกิดเป็นสัตว์ (รูปนาม) อยู่ในภพใดของวัฏฏสงสาร ต้องรอนครบอายุขัยของรูปขันธ์ แล้วจิตจึงจะถูกแรงกรรมผลักดันให้ไปเกิดเป็นสัตว์อยู่ในภพภูมิหนึ่งของวัฏฏสงสาร สัตว์รอกเกิดในลักษณะนี้เรียกว่าสัมภเวสี เป็นรูปนามทิพย์ที่สามารถสื่อสารกับมนุษย์ผู้มีตาทิพย์ได้ หรือเนรมิตเป็นรูปนามหยาบให้ระบบประสาทสัมผัสได้ ในรูปของการเห็น ในรูปของการได้ยินเสียงหรือในรูปของกลิ่น (เหม็น) ของซากศพ ฯลฯ ที่คนรู้ไม่จริงเรียกว่า ผี



## การตายเมื่อถึงอายุขัย

จิตที่เคลื่อนออกจากร่างที่ครบอายุขัยตามกฎธรรมชาติ แล้วจิตถูกพลังของกรรมผลักดันให้โคจรไปสู่ภพใหม่ ไปได้ร่างใหม่เข้าอยู่อาศัย เพื่อใช้ร่างใหม่ทำกิจกรรมให้กับชีวิต



จิตวิญญาณที่มีโทสะเป็นแรงผลักดัน ย่อมโคจรไปสู่ภพนรก เพื่อเข้าอาศัยอยู่ในร่างของสัตว์นรก แล้วใช้ร่างของสัตว์นกรับอกุศลวิบากของชีวิต

จิตวิญญาณที่มีโลภะเป็นแรงผลักดัน ย่อมโคจรไปสู่ภพเปรต ภพอสุรกาย เพื่อเข้าอาศัยอยู่ในร่างของสัตว์เปรต สัตว์อสุรกาย ใช้ร่างทำกรรมและชดใช้อกุศลวิบากของชีวิต

จิตวิญญาณที่มีโมหะเป็นแรงผลักดัน ย่อมโคจรไปสู่ภพเดรัจฉาน เพื่อเข้าอาศัยอยู่ในร่างของสัตว์เดรัจฉาน และใช้ร่างของสัตว์เดรัจฉานทำกิจกรรมให้กับชีวิต

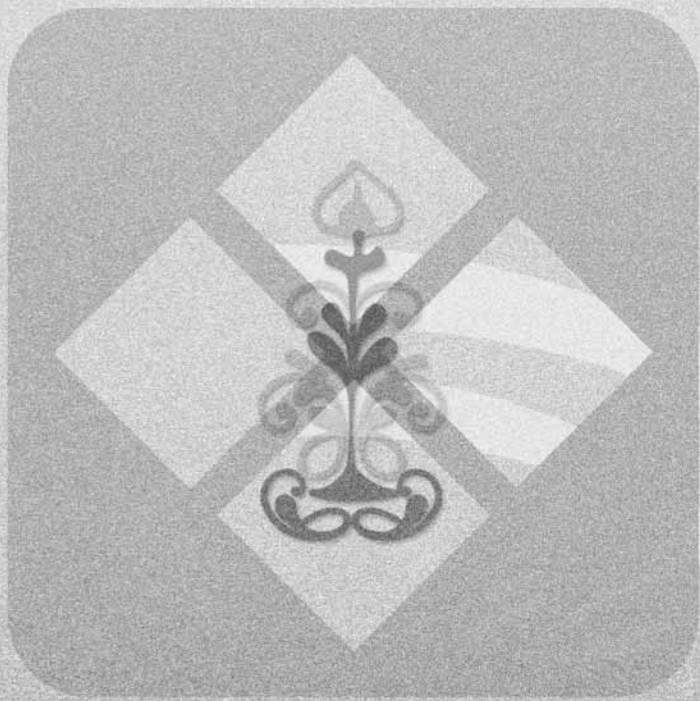
จิตวิญญาณที่มีศีล ๕ เป็นแรงผลักดัน ย่อมโคจรไปสู่ภพมนุษย์ เพื่อเข้าอาศัยอยู่ในร่างของมนุษย์ และใช้ร่างมนุษย์ทำกิจกรรมให้กับชีวิต พร้อมกับใช้วิบากของกรรมควบคู่กัน

จิตวิญญาณที่มีบุญอันเกิดจากการบำเพ็ญทาน และรักษาศีล หรือมีบุญอันเกิดจากการประพาศกุศลกรรมบถ ๑๐ ย่อมโคจรไปสู่เทวโลก เพื่อเข้าอยู่อาศัยในร่างทิพย์ที่เป็นเทวดา เสวยกามสุขอันเป็นทิพย์



จิตวิญญาณที่ทรงฉาน ย่อมถูกพลังของฉาน ผลักดันให้โคจรไปสู่พรหมโลก เสวยฉานสมบัติสุขที่เป็นพรหมมีรูปและเป็นพรหมที่ไม่มีรูป ต่างๆ เหล่านี้เป็นด้วยเหตุแห่งกรรมที่มนุษย์กระทำสั่งสมไว้ในขณะที่ได้ร่างเป็นมนุษย์

สรุปได้ว่ามนุษย์ผู้ประพตือกุศลกรรมอยู่เสมอ ตายแล้วโอกาสที่อกุศลกรรมหรือบาปเป็นแรงผลักดัน จิตวิญญาณให้ไปเกิดเป็นสัตว์อยู่ในหุคตภาพตรงกันข้าม ผู้ประพติต่างกุศลกรรมอยู่เสมอ ตายแล้วจิตวิญญาณ ยังมีโอกาสโคจรไปเกิดในสุคตภาพได้





## ตายมืด-ตายสว่าง

มนุษย์ เทวดารวมถึงพรหมเป็นสัตว์ที่มีอยู่ใน  
สุคติภพ ทั้งนี้เป็นเพราะจิตวิญญูณ ที่เคลื่อนออกจาก  
ร่าง (ตาย) แล้วจะถูกแรงของกุศลกรรมผลักดัน การ  
ตายในลักษณะนี้เรียกว่าตายสว่าง ตรงกันข้าม จิต  
วิญญูณ ที่ถูกอกุศลกรรมผลักดัน จะโคจรไปเกิดอยู่ใน  
ทุคติภพ ดังนั้นการตายในลักษณะนี้จึงเรียกว่าตายมืด



## ตายแล้วฟื้น

จิตที่หลุดออกจากร่างแล้วถูกแรงกรรมผลักดัน  
ให้โคจรเข้าไปอยู่ในร่างของสัตว์ในภพใดภพหนึ่งแล้วไป  
รู้เห็นเข้าใจพฤติกรรมของสัตว์ในภพนั้นๆ ตาม  
กำหนดเวลาของกรรมที่ตนได้กระทำไว้ในสมัยที่มากเกิด  
เป็นมนุษย์ แล้วจิตวิญญูณหวนคืนกลับเข้าอยู่อาศัย  
ในร่างเดิมได้อีกครั้ง พร้อมกับนำประสบการณ์ที่ไปรู้  
เห็นเข้าใจในพฤติกรรมของสัตว์ในภพนั้นๆ มาบอกเล่า  
ให้ผู้อยู่หลังได้ทราบ จึงเรียกรการตายในลักษณะนี้ว่า



ตายแล้วฟื้น ซึ่งคนจำนวนน้อยมากจะมีประสบการณ์  
เช่นนี้

## แก้ปัญหาน้ำท่วม

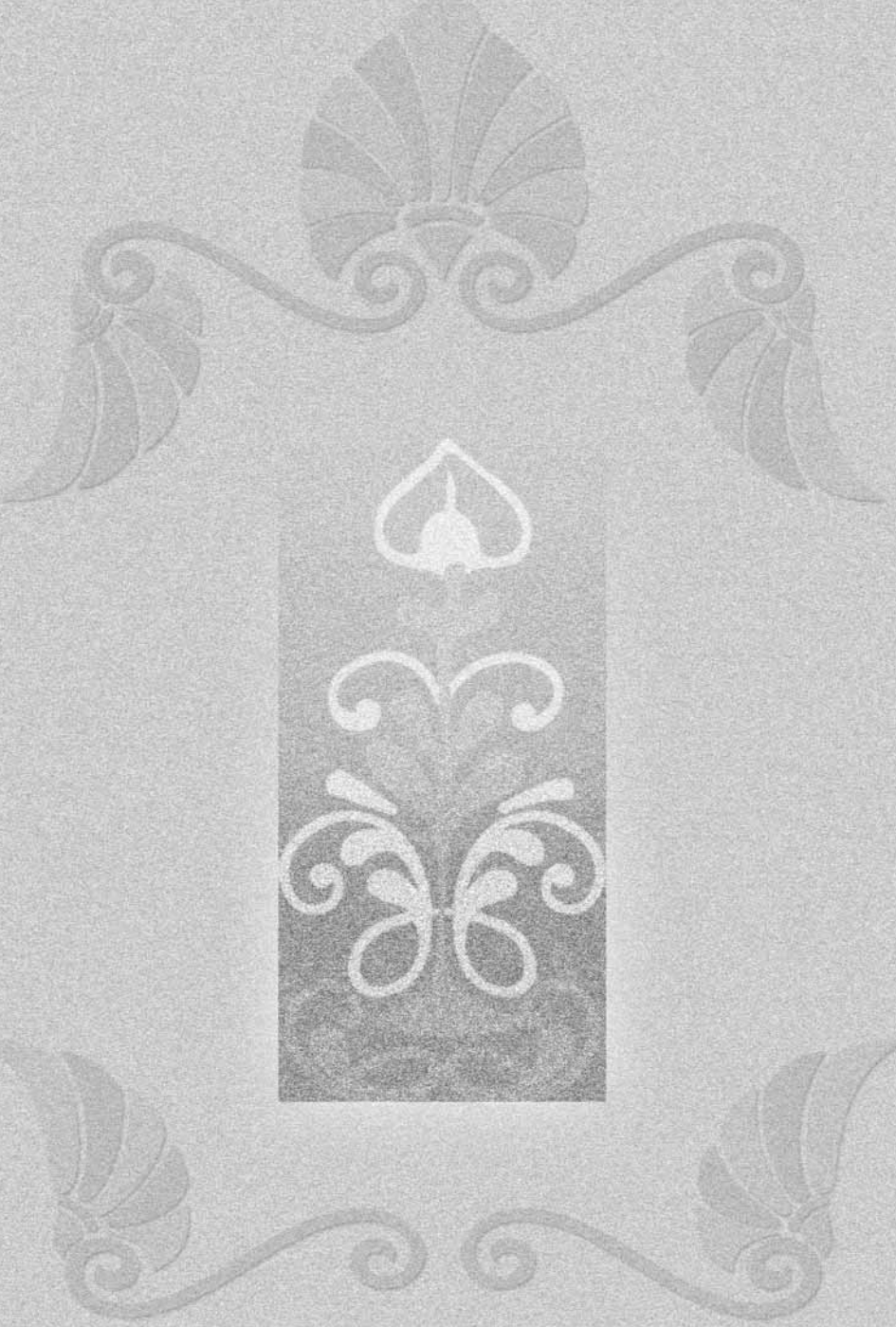
ย้อนกลับไปพูดเรื่องของมรณสติ ที่ได้เดินทาง  
มาบรรยายให้เจ้าหน้าที่ของสถาบันวิทยาศาสตร์  
เทคโนโลยีแห่งชาติฟังในวันนี้ เมื่อเดินทางมาถึงได้ไป  
เห็นคราบของระดับน้ำที่ท่วมสถานที่จอดรถใต้อาคาร  
น้ำท่วมสูงถึงระดับสายตา จึงได้ทวนระลึกถึงหนหลังว่า  
สถานที่ก่อสร้างอาคาร เป็นสถานที่สูงอยู่แล้ว ทำไมน้ำ  
จึงท่วมถึงระดับนั้น เมื่อคิดต่อไปจึงได้รู้ว่า เพราะ  
มนุษย์ผู้มีหน้าที่แก้ปัญหาน้ำท่วม ได้ใช้ปัญญาที่เห็น  
ผิดไปบริหารจัดการเรื่องน้ำ ปัญญาเห็นผิดไปจาก  
ความเป็นจริง คือน้ำย่อมไหลลงสู่ที่ต่ำ แต่มนุษย์ได้ใช้  
ปัญญาเห็นผิดไปขัดขวางมิให้น้ำไหลลงสู่ที่ต่ำตาม  
ธรรมชาติ เช่น สร้างตึกสูงขวางทางน้ำ สร้างหมู่บ้าน  
จัดสรรขวางทางน้ำ แม้กระทั่งคลองอันเป็นทางน้ำไหล  
ลงสู่ที่ต่ำ ยังมีบ้านถูกสร้างล้อมคลอง ดังที่มีข่าวออก  
มาทางโทรทัศน์ว่า บางคลองมีความกว้างถึง ๓๐ เมตร  
แต่บัดนี้มีคนปลูกบ้านล้อมที่ริมคลอง จนเกือบจะตีบตัน



เหลือเพียงแค่ ๒ เมตรปล่อยให้มันเป็นทางน้ำไหล จึง  
ทำให้น้ำเอ่อล้นท่วมบ้านท่วมเมือง และทำให้เดือดร้อน  
กันไปเรื่อยๆ จนกว่าจะตายจากโลกนี้ไป

สนามบินดอนเมืองซึ่งถูกสร้างขึ้นบนที่ดอน น้ำ  
ยังท่วมถึงท้องเครื่องบิน แต่มนุษย์ได้ใช้ความรู้ที่เห็น  
ผิดอันเนื่องจากกิเลสที่ปนเปื้อนอยู่ในใจมาบริหารจัดการ  
จัดการน้ำ ด้วยการใส่ถุงใหญ่ (big bag) ขวางกั้นทาง  
น้ำไหล มีให้ไหลลงสู่ที่ต่ำ (ทะเล) เมื่อน้ำไหลลงสู่ที่ต่ำ  
ไม่ได้ก็ยอมเอ่อท่วมล้นเป็นธรรมดา พระที่ปฏิบัติธรรม  
อยู่ในป่าเมื่อเข้าถึงธรรมหรือเข้าถึงความเป็นจริงแล้ว  
ยอมอยู่อาศัยเป็นหนึ่งเดียวกับธรรมชาติ ไม่ทำตัวให้  
แปลกแยกไปจากธรรมชาติ ปัญหาจึงไม่มีให้ต้องแก้ไข  
เรื่องการใช้ปัญญาเห็นผิดไปจากความเป็นจริงแท้  
นี้ต้องพิจารณาให้ดี เพราะว่าต่อไปนี่จนกว่าจะสิ้นพุทธ  
ศาสนาของพระพุทธโคดมหรือจนกว่าจะถึงพุทธันดร  
ธรรมชาติจะวิกฤตมากยิ่งขึ้นเรื่อยๆ จนเข้าขั้นกลียุค







## เรื่องของสติ

สติเป็นคุณสมบัติอย่างหนึ่งของจิต สติทำให้จิตสามารถระลึกได้นึกได้ ไม่ลืมเหตุการณ์ไม่ลืมประสบการณ์ แม้ผ่านไปนานแล้ว ผู้ใดพัฒนาจิต (สมถภาวนา) ให้มีสติกำกับอยู่ทุกขณะตื่น จะสามารถระลึกได้ทันทุกสิ่งทีเข้ากระทบจิต เมื่อใดใช้จิตตามดูสิ่งกระทบ ที่เรียกว่าใช้จิตพิจารณาสติปัญญา ๔ ตามกฎไตรลักษณ์ได้แล้ว ปัญญาเห็นแจ้งจึงจะเกิดขึ้น **ปัญญาเห็นแจ้ง** หมายถึง ปัญญาที่รู้เห็นเข้าใจว่าสิ่งกระทบภายนอกที่ทำให้จิตรับสิ่งกระทบเข้าปรุงเป็นอารมณ์จะดำเนินไปตามกฎไตรลักษณ์ เมื่ออารมณ์ผันเข้าสู่ความเป็นอนัตตา อารมณ์จึงเป็นที่สิ่งที่ไม่ได้อยู่จริง เมื่ออารมณ์เป็นอนัตตา จิตจะปล่อยวางและว่างเป็นอุเบกขา พร้อมกับปัญญาเห็นแจ้งได้เกิดขึ้น คือเห็นเหตุเห็นผลตามความเป็นจริงแท้และไม่เนื่องด้วยกาลเวลา

นักบวชที่มีอยู่ในครั้งพุทธกาล ที่เรียกว่า ฤๅษี โยคี หรือดาบส สามารถพัฒนาจิตให้เข้าถึงความตั้งมั่นเป็น



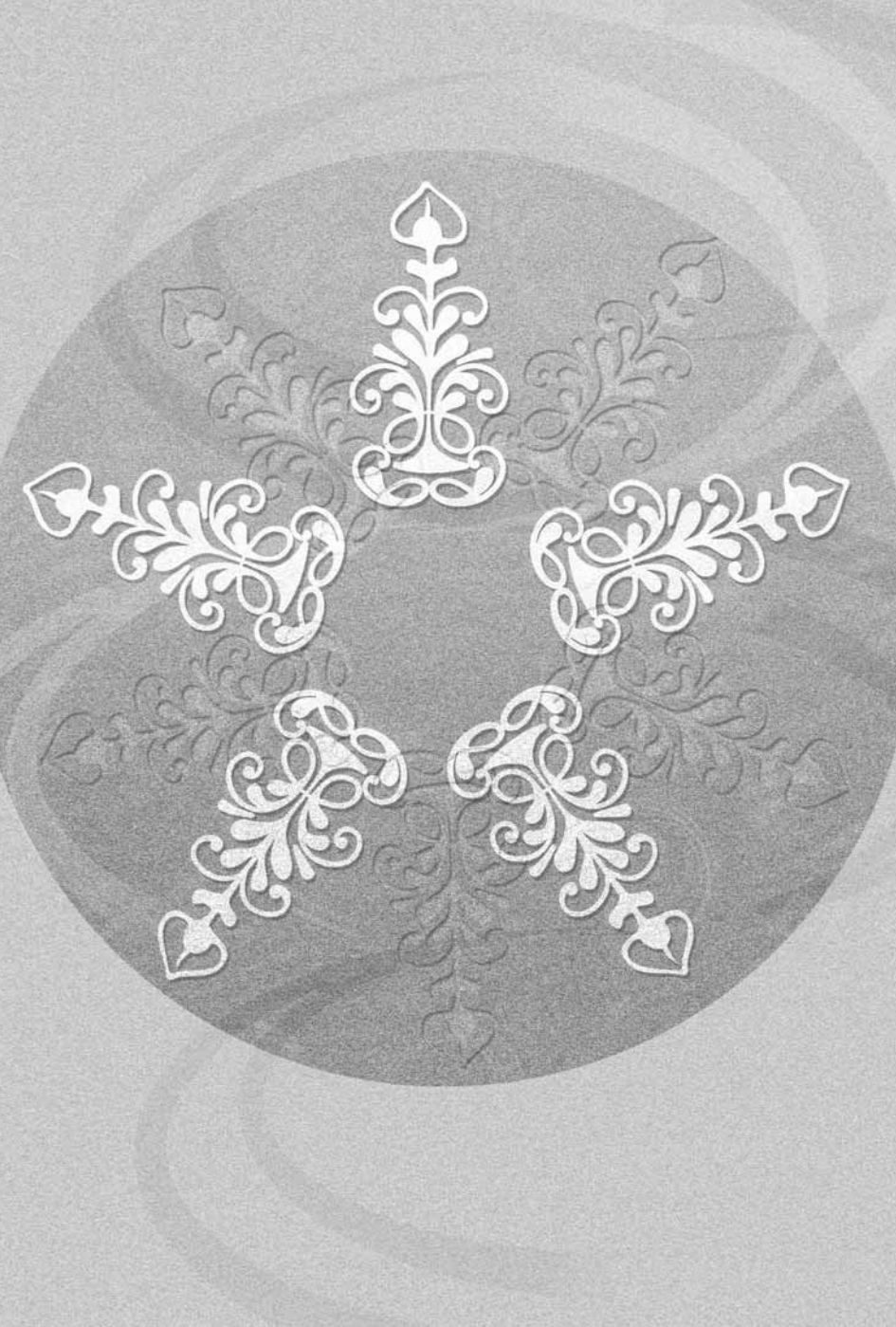
สมาธิระดับฌานได้ชั่วขณะที่ยังมีศัลยกรรมใจอยู่ แต่เมื่อถอนจิตออกจากความทรงฌานแล้ว ยังมีจิตตกเป็นทาสของกาม ไปเก็บเอาหมักกะเสีผลมาเป็นภรรยา สภาวจรกรรมในดวงจิตย่อมเสื่อมจากความทรงฌานได้ ตรงกันข้ามกับพระอริยบุคคล คือพระสงฆ์ที่เข้าร่วมในการทำปฐุมสังคายนาพุทธศาสนา ล้วนเป็นพระอรหันต์ที่เข้าฌานได้ แต่มีศัลยกรรมใจอยู่ทุกขณะตื่น สภาวจรกรรมในดวงจิตจึงมิได้แปรเปลี่ยนไป นี่เป็นข้อแตกต่างระหว่างฤาษีโยคีและพระอรหันต์ พระอัครสาวก เช่น พระมหาโมคคัลลานะ แสดงธรรมด้วยการใช้อุสาสนีปาฏิหาริย์ (โลกุตตรญาณ) และใช้อิทธิปาฏิหาริย์ (โลกียญาณ) ควบคู่กัน ส่วนพระสารีบุตรได้ใช้อุสาสนีปาฏิหาริย์ และใช้อาเทศนาปาฏิหาริย์ ควบคู่กันในการแสดงธรรม จึงทำให้ผู้ฟังธรรมสามารถพิจารณาสิ่งที่ได้ยินได้ฟังอย่างลึกซึ้ง (โยนิโสมนสิการ) แล้วจิตย่อมปวีรบรรตเข้าสู่ความเป็นผู้มีเจตสิกในดวงจิตบริสุทธิ์ปราศจากสิ่งเศร้าหมองใดๆ มีจิตปราศจากสังโยชน์ ๑๐ หรือที่เรียกว่า เข้าถึงความ เป็นพระอริยบุคคลขั้นสูงสุด

ผู้ที่พัฒนาจิตตามแนวสมถกรรมฐาน จนจิตเข้าถึงความตั้งมั่นเป็นสมาธิระดับฌาน เมื่อถอนจิตออก



จากความทรงจำอันปัญญาสูงสุดชั้นโลกียญาณ (อภิปัญญา ๕)<sup>๒</sup> ย่อมเกิดขึ้นเป็นอัตโนมัติ และยิ่งพัฒนาจิตตามแนววิปัสสนากรรมฐานจนเห็นสิ่งที่เข้ากระทบจิตเป็นของว่างเปล่า (อนัตตา) ได้ ปัญญาเห็นแจ้งในสิ่งที่เข้ากระทบจิตย่อมเกิดขึ้น และหากพัฒนาจิตจนเข้าถึงปัญญาเห็นแจ้งทั้ง ๑๖ ตัว (ญาณ ๑๖)<sup>๓</sup> ได้ สภาวธรรมในดวงจิตย่อมเปลี่ยนจากความเป็นปุถุชนไปเป็นอริยบุคคล แล้วอภิปัญญา ๕ ที่เข้าถึงได้จะคงมีอยู่ในดวงจิตตลอดไป ด้วยเหตุนี้พระอรหันต์ที่เข้าทำปฐมสังคายนาที่แคว้นมคธ ล้วนเป็นพระอรหันต์ที่เข้าฌานได้ทุกรูป ยังต้องใช้เวลาสังคายนาพุทธศาสนานานถึง ๗ เดือนจึงแล้วเสร็จ

ดังที่ได้กล่าวมาแต่ต้นว่านักบวชนอกพุทธศาสนานิยมพัฒนาจิตให้มีกำลังเหนือกิเลสด้วยการบำเพ็ญตบะซึ่งมีผลทำให้จิตมีกำลังของสติได้เพียงชั่วคราว ด้วยการทรมานตัวเองให้ลำบาก แล้วใช้จิตที่มีสติข่มกิเลสให้ระงับลง การประพฤติในลักษณะนี้ เป็นการข่มกิเลสให้ระงับลงชั่วคราว มิได้ถือว่าเป็นการกำจัดกิเลสให้หมดไปจากจิตอย่างสิ้นเชิง ด้วยการพัฒนาจิตตามแนวของวิปัสสนากรรมฐานที่มีปฏิบัติกันอยู่ในพุทธศาสนา





ฝ่ายเถรวาท ด้วยเหตุนี้การบำเพ็ญตบะจึงไม่สามารถ  
กำจัดกิเลสในดวงจิต และไม่สามารถนำวิญญูญาณให้  
โคจรพ้นไปจากวัฏฏสงสารได้



## อานิสงส์ของสติ

ผู้ที่พัฒนาจิต (สมถภาวนา) จนสามารถเข้าถึง  
การมีกำลังของสติกล้าแข็ง ย่อมได้รับประโยชน์ดังนี้

- ปลุกคนให้ตื่นอยู่เสมอ
- จำสิ่งที่ตนปรารถนาแม่นยำแล้วได้
- ได้รับความเจริญทุกเมื่อ
- ได้รับความสุขจากจิตที่สงบจากอารมณ์ปรุงแต่ง
- เป็นผู้ที่ประเสริฐในทุกวัน
- รักษาคนมิให้พลั้งพลาด
- เป็นฐานให้เข้าถึงมนุษยสมบัติ สวรรคสมบัติ  
และนิพพานสมบัติ

ฯลฯ

ด้วยเหตุนี้ผู้ไม่ประมาทจึงพัฒนาจิตให้มีสติ แล้ว  
ความดีงามทั้งหลายทั้งปวง (กุศลธรรม) ย่อมเกิดตามมา  
ให้ผู้มีสติได้รับ



## เรื่องฌาน

จากประสบการณ์ของผู้เขียน เมื่อครั้งที่ไปปฏิบัติธรรมอยู่กับท่านเจ้าคุณโชดก เมื่อปีพุทธศักราช ๒๕๑๘ มีอยู่วันหนึ่งท่านเจ้าคุณฯ ได้พูดกับผู้เขียน ซึ่งเพิ่งจะเรียนจบสูงสุดทางวิทยาศาสตร์มาจากต่างประเทศว่า “ไปเรียนมาจบการศึกษาระดับปริญญาเอก แต่มีสติเพียงนิดเดียว” ผู้เขียนได้ยินได้ฟังแล้วมิได้คิดอะไรต่อคำพูดของครูบาอาจารย์ จนกระทั่งได้พัฒนาจิตเข้าถึงความตั้งมั่นเป็นสมาธิระดับฌาน (อัปนาสมาธิ) แล้ว จึงมารู้ในภายหลังว่า หากจิตมีกำลังของสติเพิ่มมากขึ้น การปรุงอารมณ์ของจิตย่อมลดน้อยลง ลดลงจนกระทั่งจิตเข้าถึงความตั้งมั่นเป็นสมาธิแน่นหนา หรือที่เรียกว่าสมาธิระดับฌาน ย่อมมีอารมณ์ปรุงแต่งของจิตลดน้อยลงอย่างมาก ดังตัวอย่างเช่น

**รูปฌานที่ ๑** มีอารมณ์ภายในปรากฏ ๕ อย่าง ได้แก่ วิตก วิचार ปีติ สุข เอกกัคคตา<sup>๑</sup>

**รูปฌานที่ ๒** มีอารมณ์ภายในปรากฏ ๓ อย่าง ได้แก่ ปีติ สุข เอกกัคคตา



**รูปฌานที่ ๓** มีอารมณ์ภายในปรากฏ ๒ อย่าง  
ได้แก่ สุข เอกัคคตา

**รูปฌานที่ ๔** มีอารมณ์ภายในปรากฏ ๒ อย่าง  
ได้แก่ อุเบกขา เอกัคคตา

จากตัวอย่างของอารมณ์รูปฌานและอารมณ์รูปฌานที่เขียนบอกเล่ามา จะเห็นได้ว่า ย่อมเกิดขึ้นกับจิตของบุคคลที่ได้พัฒนา (สมถภาวนา) จนมีกำลังของสติกล้าแข็งแล้ว หากจำเป็นต้องตายลงในขณะที่จิตทรงอยู่ในรูปฌาน จิตวิญญาณย่อมโอปปาติกะไปเกิดเป็นรูปพรหมอยู่ในพรหมโลกทั้ง ๑๖ ชั้น และหากจำเป็นต้องตายลงในขณะที่จิตทรงอยู่ในรูปฌาน จิตวิญญาณย่อมโอปปาติกะไปเกิดเป็นรูปพรหมอยู่ในรูปภพชั้นใดชั้นหนึ่งในสี่ชั้น ตามกำลังของอรูปฌานที่พัฒนาได้

ด้วยเหตุนี้การจะไปเกิดเป็นสัตว์อยู่ในภพภูมิใดของวัฏฏสงสาร ย่อมเป็นไปตามแรงผลึกของกรรม มิได้เกิดขึ้นด้วยความบังเอิญ แต่เกิดจากเหตุที่ได้กระทำไว้ในภพที่เป็นอดีต





## นิเวศธรรม

นิเวศธรรมเป็นสมมติบัญญัติที่มีความหมายถึงธรรมที่กั้นจิตไม่ให้บรรลुकความดี ซึ่งมีอยู่ ๕ อย่างคือ

๑. **ความพอใจในกามคุณ (กามฉันท)** หมายถึงพอใจในสิ่งที่น่าปรารถนาน่าใคร่คนทั่วไปมีความเห็นผิดจึงเอาจิตเข้าไปรองรับความเป็นทาส ของรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสทางกาย ที่ตนชอบตนปรารถนา เช่น ยินดีพอใจในลาภ ยศ สรรเสริญ สุข หรือวัตถุ ที่ชาวโลกสมมติว่า เป็นสิ่งที่มีคุณค่า ต่างๆ เหล่านี้ล้วนต้องทิ้งไว้เป็นของกำพว้า เมื่อผู้ครอบครองต้องหมดภาระ หรือทิ้งไว้เบื้องหลังเมื่อตายจากไป

๒. **ความคิดร้ายผู้อื่น (พยาบาท)** หรือความเจ็บใจคนที่มิอึดตาหรือมีตัวตนย่อมนถือตนเองเป็นใหญ่ พร้อมด้วยปัญญาเห็นผิด เมื่อมีคนมาพูดให้ร้าย ย่อมเกิดความแค้นเคืองใจ หากมีปัญญาเห็นถูกว่าคนที่ไม่รู้จริงย่อมพูดได้ทั้งดีและชั่ว ผู้มีปัญญาเห็นถูกจึงนิยมให้อภัยเป็นทานในทุกเหตุที่ทำให้ขัดใจ แล้วความเมตตา ย่อมเกิดขึ้นและสั่งสมอยู่ในดวงจิต ทำให้มีอารมณ์

สงบเย็น การพัฒนาจิตให้เป็นสมาธิหรือให้อภัยเป็น  
ทานอยู่เสมอ จึงเป็นคุณสมบัติของผู้ที่จะไปเกิดเป็น  
พรหม หรือทำให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิได้

๓. **ความหดหู่ซึมเซา (ถิ่นมิหระ)** เป็นอารมณ์ของ  
จิตที่ถูกกิเลสมารเข้ากระทบ แล้วทำให้ไม่สมปรารถนา  
ทำให้จิตใจห่อเหี่ยว ไม่เบิกบาน

๔. **ความฟุ้งซ่านและรำคาญ (อุทัจจกุกุกจะ)**  
เป็นอารมณ์ของจิตที่ถูกกิเลสมารเข้ากระทบแล้ว ทำให้  
เกิดอารมณ์ฟุ้งซ่านและเบื่อหน่าย ไม่ชอบ

๕. **ความลังเลสงสัย (วิจิกิจฉา)** เป็นอารมณ์ของ  
จิตที่ไม่รู้จริงในสิ่งที่เข้ากระทบจิต หรือไม่รู้เหตุผลว่า  
ความทุกข์ที่เกิดขึ้นนั้นมีสาเหตุมาจากอะไร ไม่รู้ว่าอะไร  
เป็นเหตุที่ทำให้ไปเกิดเป็นเทวดา อะไรเป็นเหตุที่ทำให้  
ชีวิตต้องเวียนตายเวียนเกิดอยู่ในวัฏฏสงสาร ไม่มีวัน  
จบสิ้น

นิเวศธรรมจะไม่เกิดขึ้นขณะที่จิตทรงอยู่ในนิมาน  
แต่เมื่อใดถอนจิตออกจากความทรงนิมานแล้ว นิเวศ  
ธรรมทั้งห้าย่อมปรากฏขึ้นกับจิตได้อีก ทั้งนี้เพราะจิตที่  
ยังมีสภาวะธรรมเป็นปฏิกุณ หรือจิตที่ยังมีกิเลสสั่งสมอยู่





หนาแน่นในใจยังเป็นจิตที่เห็นผิด จึงไม่สามารถกำจัดกิเลสที่สั่งสมอยู่หนาแน่นในใจ ยังเป็นจิตที่เห็นผิดจึงไม่สามารถกำจัดกิเลสทั้งห้าอย่างนี้ให้หมดไปจากใจได้

ผู้ที่ไม่ประมาท นิยมพัฒนาจิต (วิปัสสนาภาวนา) ตามหลักของสติปัฏฐาน ๔ จนปัญญาเห็นแจ้ง (โลกุตตรญาณ ๑๖) เกิดขึ้นแล้ว โอกาสของกิเลสที่ผูกมัดใจสัตว์ (สังโยชน์ ๑๐) ย่อมถูกกำจัดให้หมดไปได้ แล้วนิรณทรธรรมทั้งห้าจะไม่มีอยู่ในจิตอีกต่อไป



## เตรียมเดินทาง

กลับมาพูดถึงมรณสติอีกครั้งว่า ผู้ไม่ประมาทต้องพัฒนาจิตให้มีสติกำกับอยู่ทุกขณะตื่น มีสติระลึกได้ว่าทุกคนเกิดมาแล้วต้องตาย ตายขณะมีอายุสั้นหรือตายในขณะมีอายุยืนยาวก็ขึ้นอยู่กับสติของเรา ผู้ใดพัฒนาจิตจนมีกำลังของสติกล้าแข็ง มีสติระลึกถึงทุกอิริยาบถที่จิตทำงาน แล้วกุศลธรรมหรือบุญย่อมเกิดและสั่งสมอยู่ในดวงจิต บุคคลที่ทำได้เช่นนี้ย่อมมีอายุอยู่ยืนยาว ซึ่งตรงกันข้ามกับผู้ที่มีจิตขาดสติย่อมนิยมนิพพานทั้งดีและไม่ดี โดยเฉพาะในยุคสมัยนี้ ความไม่ดี



หรืออกุศลธรรมย่อมมีให้บุคคลผู้ขาดสติประพฤติปฏิบัติกันมาก คนในยุคลสมัยนี้ที่มีได้ศรัทธาในกุศลธรรมจึงประพฤติกุศลธรรมกันมาก นำมาซึ่งผลเป็นบาสั่งสมอยู่ในดวงจิต ตายแล้วอกุศลธรรมหรือบาปย่อมมีพลัง ผลักดันจิตวิญญาณที่ตายจากร่างให้โคจรไปสู่หตุติภพกันมาก ผู้ที่ประมาทจึงไม่ใช้ปัญญาเห็นถูกนำพาชีวิต ผู้ประมาท (ขาดสติ) จึงดำเนินชีวิตไปในทางที่เป็นทั้งกุศลและอกุศล โดยเฉพาะทางที่เป็นอกุศลมีมาก คนจึงหลงทางชีวิตกันได้ง่าย ดังที่พระปารุพหนึ่งเคยพูดกับผู้เขียนไว้ว่า “ต่อไปนี้โลกจะวิกฤตมากยิ่งขึ้น พวกเราอย่าได้ประมาท พัฒนาจิตแล้วปิดอบายภูมิให้ได้”

ในวันนี้จึงขอเน้นย้ำเรื่องของสติ หากมีอยู่กับจิตของใครผู้ใดแล้ว ปัญญาเห็นถูกตามธรรมจะเกิดตามมาเมื่อใดที่เกิดปัญหาขึ้นกับชีวิต จิตที่มีอารมณ์สงบนิ่งย่อมเกิดปัญญาเห็นถูกตามความเป็นจริงแท้ และหากใช้ปัญญาเห็นถูกดับที่ต้นเหตุของปัญหา ปัญหาย่อมหมดสิ้นไปอย่างสิ้นเชิง ด้วยเหตุนี้ผู้ที่มีอารมณ์สงบนิ่งจึงแก้ปัญหาดูได้ง่าย

ความตายหมายถึงสิ้นชีวิตหรือหมดชีวิต ในฐานะ



ที่เป็นนักวิทยาศาสตร์ ปัจจุบันโลกเรานี้ ประกอบขึ้นด้วยมนุษย์จำนวนมาก ประมาณ ๗ พันล้านคน ซึ่งพระสารีบุตรได้กล่าวไว้ในครั้งพุทธกาลว่า “ความตายมีแน่ ไม่เวลาแก่ก็เวลาหนุ่ม แต่ที่จะไม่ตายไม่มีหรอก” ผู้เขียนเป็นนักวิทยาศาสตร์ ได้พิจารณาแล้วเห็นว่า คำกล่าวของพระสารีบุตรเป็นความจริงแท้แน่นอน ชีวิตของทุกคนย่อมดำเนินไปสู่ความตายในวันข้างหน้า คือจิต (พลังงาน) ได้เคลื่อนออกจากร่างกายแล้วโคจรไปเข้าอยู่อาศัยในร่างใหม่ ใช้ร่างใหม่ทำกิจกรรมให้กับชีวิตต่อไป ลำพังร่างกายของมนุษย์สามารถสัมผัสได้ด้วยการทำงานของระบบประสาท เช่น ตาเห็น มือจับ ต้องได้ จิตที่อยู่ภายในมองไม่เห็นด้วยตาเปล่า หรือเครื่องมือขยายภาพที่มีอยู่ในปัจจุบันไม่สามารถสัมผัสได้ เว้นไว้แต่ว่าผู้ใดประสงค์จะพิสูจน์สัญจรรวมว่า จิตมีอยู่ภายในร่างกายที่ยังเคลื่อนไหวได้เป็นความจริงแท้แน่นอน ต้องพัฒนาจิตตามแนวของสมถภาวนา จนเข้าถึงความตั้งมั่นเป็นสมาธิแน่นหนาหรือสมาธิระดับฌานเมื่อถอนจิตออกจากความทรงฌานแล้ว โอกาสที่ทิพพจักขุญาณจะไปสัมผัสกับจิตที่อยู่ในร่างกายจึงจะเกิดขึ้นได้



ในครั้งที่ผู้เขียนได้ไปปฏิบัติธรรมอยู่ที่วัดมหาธาตุฯ หลังจากที่ได้พัฒนาจิตจนตั้งมั่นแน่วแน่แล้ว ได้เห็นจิตตนเองเคลื่อนออกจากร่าง จึงได้รู้เห็นเข้าใจรูปร่างลักษณะของจิตตนเองอย่างแจ่มชัดว่ามีลักษณะเป็นอย่างไร และยังไปกว่านั้นยังรู้ด้วยอีกว่าการตายในแต่ละชาตินั้นเปรียบเสมือนการเปลี่ยนเสื้อผ้าชุดใหม่ จึงมิได้กลัวตายอย่างคนที่รู้ไม่จริงเข้าใจ ร่างกายเท่านั้นที่ตายพร้อมกับธาตุทั้งสี่ ต่างแยกย้ายกลับสู่แหล่งธรรมชาติดั้งเดิมที่จากมา ส่วนจิตที่ยังมีกิเลสสั่งสมอยู่ภายในมิได้ตายไปไหน ยังคงเป็นจิตเดิมที่เวียนเข้าเวียนออกจากร่างกายจนนับจำนวนร่างกายไม่ถ้วน หรือตายเกิดนับภพชาติไม่ถ้วนนั่นเอง ผู้ที่เคยสัมผัสกับจิตด้วยทิพพจักขุญาณ จึงสามารถรู้ได้ว่ารูปลักษณะของจิตเป็นอย่างไร ดังนั้นคนที่พูดว่า คนที่ยังมีชีวิต ร่างกายและจิตใจยังคงอยู่ด้วยกันและมีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกันนั้น เป็นคำกล่าวที่ถูกต้องตามความเป็นจริงชั่วคราว จิตที่เคลื่อนออกจากร่างเก่าเข้าไปอยู่อาศัยในร่างใหม่ แล้วไม่หวนกลับมาสู่ร่างเดิมอีก ร่างกายที่จิตเคลื่อนออกไปแล้วเช่นนี้ ไม่สามารถเคลื่อนไหวหรือทำกรงานอะไรไม่ได้ จึงเรียกว่าตายปล่อยหรือทิ้งร่าง



ให้ร่างเก่าผูกพัน จึงเรียกร่างเก่าว่าศพ

จิตที่ทิ้งร่างเก่าแล้วหากยังมีความหลงเป็นแรงผลักดัน ย่อมผลักดันจิตวิญญาณไปเข้าอยู่อาศัยในร่างที่เป็นสัตว์เดรัจฉาน เช่นเดียวกับจิตที่มีแรงโทสะผลักดัน ย่อมผลักดันจิตวิญญาณไปเข้าร่างที่เป็นสัตว์นรก ขณะที่อยู่ในร่างที่เป็นมนุษย์ได้บำเพ็ญทานและรักษาศีลอยู่ตลอดชีวิต โอกาสที่พลังของท่านและศีลจะผลักดันจิตวิญญาณไปเกิดเป็นชาวฟ้าชาวสวรรค์ หรือหากบำเพ็ญสมถภาวนาจนเข้าฌานได้แล้ว ตายในขณะที่จิตทรงฌาน พลังของฌานย่อมผลักดันจิตวิญญาณไปสู่การเกิดเป็นพรหมอยู่ในพรหมโลก ฯลฯ ผู้ที่พัฒนาจิตจนเข้าถึงปัญญาสูงสุด (ญาณ) ได้แล้ว จึงได้รู้อย่างถ่องแท้ว่า ความบังเอิญในพุทธศาสนาไม่มี มีแต่ความจริงที่เป็นเหตุและผลเท่านั้น ไม่จำเป็นต้องใช้สัจติมายืนยันความถูกต้อง ทุกปรากฏการณ์จึงเป็นเรื่องของเหตุและผลเท่านั้น ในฐานะที่ผู้เขียนไปศึกษาเล่าเรียนมาทางด้านวิทยาศาสตร์จนสูงสุดจากต่างประเทศ ต้องใช้สถิติวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างเหตุและผลคือความจริง ว่าเหตุและผลนี้จะเชื่อได้ร้อยละเท่าไร บางเหตุผลเชื่อถือได้ถึงร้อยละ ๙๙ บางเหตุผลเชื่อถือได้





ร้อยละ ๙๕ หากมีเหตุผลต่ำกว่านี้แล้วเชื่อไม่ได้ ซึ่งตรงกันข้ามกับความรู้ในพุทธศาสนา ที่ไม่มีปรากฏการณ์ใดเกิดขึ้นนอกเหตุเหนือผล

**การตายของมนุษย์มีอยู่ ๒ อย่าง** คือตายแล้วจิตวิญญาณโคจรไปเข้าอาศัยอยู่ในร่างใหม่ ทั้งร่างเก่าให้เป็นศพเน่าเปื่อยผุพัง ประชากรโลกเกือบทั้งหมดตายในรูปแบบนี้ คือตายเมื่อร่างกายนี้หมดอายุขัยการใช้งาน เช่น นาย ก. มีอายุขัยการใช้งานของร่างกาย ๔๐ ปี พอถึงอายุ ๔๐ ปี จิตวิญญาณได้โคจรออกจากร่างเดิมแล้วไปเกิดใหม่ หรือไปเข้าอยู่อาศัยในร่างใหม่ทันที ส่วนร่างใหม่จะอยู่ในภพภูมิใด ขึ้นอยู่กับกรรมว่าเป็นกุศลกรรมหรืออกุศลกรรมผลักดัน หากกรรมผลักดันให้ไปเกิดในภพมนุษย์ในเทวโลกหรือในพรหมโลก เกิดมาเป็นมนุษย์เป็นภพที่สว่าง ตายแล้วไปเกิดในเทวโลกหรือพรหมโลก จึงถูกสมมติจากมนุษย์ว่าเกิดมาสว่าง ตายแล้วไปสู่ความสว่าง ตรงกันข้าม หากตายแล้วจิตวิญญาณโคจรตามแรงผลักดันของอกุศลกรรม เรียกว่าไปมืด ไปเกิดในอบายภูมิ





## ลัมภเวลี

การตายในอีกรูปแบบหนึ่ง คือจิตได้หลุดออกจากร่างก่อนถึงอายุขัยการใช้งานของร่าง ตายแล้วจิตถูกพลังของอกุศลกรรมพลักดันให้ไปเกิดเป็นรูปนามทิพย์ ซึ่งมีได้ไปเกิดในภพภูมิใดของวัฏฏสงสาร การตายในลักษณะนี้เรียกว่า ตายไปเป็นลัมภเวลี (ผู้แสวงหาภพ) สภาพลึกลับที่มองด้วยตาไม่เห็น มนุษย์ที่ไม่รู้จริงจึงเรียกว่าผี ซึ่งอาจปรากฏมีตัวตนได้

ในครั้งที่ผู้เขียนได้ไปถวายงานในโครงการพระราชดำริ ที่อำเภอปางมะผ้า จังหวัดแม่ฮ่องสอน มีอยู่วันหนึ่งเป็นวันศุกร์ ผู้เขียนได้เดินทางด้วยเฮลิคอปเตอร์จากจังหวัดเชียงใหม่ไปยังจังหวัดแม่ฮ่องสอน โดยมีผู้เขียนไปทำงานลำพังเพียงผู้เดียว เมื่อเฮลิคอปเตอร์ไปถึงแล้ว ได้ปล่อยให้ผู้เขียนทำงานอยู่กลางป่าโดยลำพัง แล้วนัดแนะจะบินไปรับกลับเชียงใหม่ ในวันอาทิตย์ตอนบ่าย

คืนวันศุกร์เวลาประมาณ ๓ ทุ่ม ขณะนอนอยู่ในเรือนไม้ใกล้ต้นไม้ใหญ่ ได้มีเทวดาผู้ชายแต่งชุดขาว



เดินออกมาจากต้นไม้และมาสันทนาธรรมอยู่ด้วย มีอยู่เรื่องหนึ่งของการสนทนาธรรมเวทนาดำพูดว่า “มนุษย์ตาไม่ดี เห็นเวทดาแล้วบอกว่า เป็นผี” หลังจากการสนทนาธรรมจึงได้รู้ว่าเหตุที่ทำให้ไปเกิดเป็นเวทดาได้นั้น ต้องมีการบำเพ็ญทานและรักษาศีลอยู่เนืองนิตย์ และยังได้รู้อีกว่าเวทดาหนีห่างจากมนุษย์ผู้ทุศีล จึงเลื่อนเวลาออกมาฟังธรรมของพระพุทธองค์เป็นหลังเที่ยงคืน แต่เมื่อผู้เขียนไปนอนอยู่กลางป่าลำเพียงเพียงผู้เดียว รุกขเวทดาจึงออกมาสนทนาธรรมกับผู้เขียนเมื่อเวลาประมาณ ๓ หุ่่ม เมื่อเวทดาลากลับไปแล้วยังได้บรรเลงมโหรีเวทดาให้ผู้เขียนฟังอีกด้วย

เมื่อต้นเดือนนี้ได้เดินทางไปบรรยายธรรมที่จังหวัดเพชรบุรี ได้คุยถึงเรื่องของสัมภเวสีที่อาศัยอยู่ในหอพักจุฬาฯ อดีตเป็นอาจารย์คณะสัตวแพทย์ได้ฉีดยาเข้าตัวเอง แล้วตายคาเข็มฉีดยาได้ ๓ วัน หลังจากนั้นประมาณ ๓-๔ เดือน ผู้เขียนได้เดินทางไปบรรยายธรรมที่จังหวัดลพบุรี ได้พบและพูดคุยกับ ดร.บรรจบ บรรณรุจิ ท่านบอกว่าเตี๋ยวจบการบรรยายที่ลพบุรีแล้ว จะต้องรีบเดินทางกลับกรุงเทพฯ เพราะจะมีบรรยายอีกตอน ๕ โมงเย็นที่จุฬาฯ สามย่าน ได้



พูดกับ ดร.บรรจบว่า “ดีละ ผมจะไปส่งอาจารย์ด้วย”  
ที่พูดออกมาเช่นนั้นเพราะผู้เขียนต้องการได้ผี (สัมภเวสี)  
เป็นเพื่อน โดยเฉพาะผีที่เคยเป็นอาจารย์นั้นเป็นผู้ทรง  
คุณธรรม แต่กฎกรรมตัดรอนมาพรากชีวิต ให้จาก  
โลกนี้ไปตั้งแต่ยังอยู่ในวัยหนุ่ม เมื่อเดินทางไปถึง  
หอพักของจุฬาฯ ที่สามย่านก็เป็นเวลาใกล้มืดแล้ว จึง  
รีบขึ้นลิฟท์ไปยังชั้นที่ ดร.บรรจบพักอยู่ ท่านพักอยู่ติด  
กับห้องของอาจารย์ที่คิดยาฆ่าตัวเองแล้วตาย ผู้เขียน  
มิได้รู้จักชื่ออาจารย์คนนั้นเพียงรู้แต่ว่า เป็นอาจารย์  
สอนในคณะสัตวแพทย์ ตายลงเมื่ออายุประมาณ ๒๘ ปี  
ผู้เขียนได้ใช้มือเคาะประตูที่มีแม่กุญแจล็อกอยู่ เคาะไป  
๓ ที แล้วพูดกับอาจารย์ที่ตายไปเป็นสัมภเวสีนั้นว่า

“อาจารย์ครับ ผมมาเยี่ยม ด้วยบุญกุศลที่ผมมี  
ผมอุทิศให้อาจารย์ทั้งหมด จงเป็นสุขเป็นสุขนะ”

หลังจากกล่าวคำอุทิศบุญกุศลให้สัมภเวสีแล้ว  
เสร็จ จมูกของดร.บรรจบและของผู้เขียนได้สัมผัสกับ  
กลิ่นเหม็นเน่าของศพอย่างแรง ส่วนเพื่อนอีกคนที่เดิน  
ตามหลังมาได้กลิ่นศพ เกิดกลัวผีจึงได้วิ่งหนีห่างออกไปไกล อาจารย์ที่ตายไปเป็นสัมภเวสี เขาต้องการสื่อสาร  
ให้ ดร.บรรจบและผู้เขียนทราบว่า เขายังอาศัยอยู่ใน



ห้องนั้น ทั้งๆ ที่เขาได้ตายไปแล้วหลายเดือน

เรื่องของกลิ่นหอมหรือกลิ่นเหม็นเน่านี้ เป็นเครื่องบ่งชี้ให้ผู้เขียนทราบว่ามีมนุษย์ตายแล้วจิตวิญญาณโคจรไปสู่ความมืดหรือความสว่าง จากประสบการณ์ตรงของผู้เขียน ในครั้งที่สนทนาธรรมอยู่กับผู้ปฏิบัติธรรมปรากฏว่ากลิ่นหอมได้ปรากฏให้มานประสาธสัมผัสได้ จึงได้รู้ว่าเมื่อมนุษย์กายทิพย์มาร่วมฟังธรรมอยู่ในที่นั้น ด้วยการสัมผัสกับกลิ่นอันเป็นทิพย์นี้เป็นของเฉพาะตน (ปัจจุตต) ผู้ที่คุ้นเคยอยู่กับการพัฒนาจิตให้ตั้งมั่นเป็นฌาน จึงจะมีโอกาสสัมผัสได้ บางคนสามารถสัมผัสกับรูปนามของสัมผัสด้วยจักขุประสาท ดังตัวอย่างที่ได้เกิดขึ้นกับข้าราชการผู้หนึ่ง เมื่อเขาเห็นสัมผัสผู้หญิงที่แต่งกายชุดขาว ยืนโผล่หน้าต่างดูพวกข้าราชการศูนย์สุขภาพเขต ๑๐ มาปฏิบัติธรรมอยู่ในศาลาของวัดม่อนฤๅษี ข้าราชการผู้นั้นได้ใช้นิ้วชี้ให้ผู้เขียนดูไปที่หน้าต่าง พร้อมทั้งกล่าวยืนยันว่า “นั่นยังไง เขายืนอยู่ที่นั่น” ผู้เขียนมองไปที่หน้าต่างตามที่เขาชี้นิ้วให้ดู มองอย่างไรก็มองไม่เห็นคนที่โผล่มายืนดูที่หน้าต่าง ผู้เขียนจึงเดินออกจากศาลาที่หมู่ข้าราชการกำลังปฏิบัติธรรมกันอยู่ แล้วเดินอ้อมศาลาไปทางด้านหลัง ไปโผล่ตรง



หน้าต่างบานนั้นก็ไม่เห็นมีคนตามที่ข้าราชการผู้นั้นชี้ให้ดู แต่กลับไปเห็นบ้านหลังเล็กๆ ขนาดประมาณ ๑ เมตร ตั้งอยู่ใกล้กับหน้าต่างบานนั้น ผู้เขียนจึงได้เดินไปที่ โรงครัวของวัด พร้อมกับการสนทนาได้เกิดขึ้นดังนี้

ผู้เขียน : บ้านน้อยหลังนี้เป็นของใคร ทำไมจึง นำมาตั้งไว้ข้างศาลา

แม่บ้าน : บ้านหลังนี้เป็นของ.....เธอได้ตาย ด้วยการติดโรคเอดส์จากสามี บรรดาญาติฯ ได้นำศพ มาเผาที่วัดนี้ แล้วสร้างศาลเพียงตาหลังน้อยนี้ไว้ให้

ผู้เขียนได้ถามแม่บ้านท่านนั้นว่า : คุณรู้จักกับผู้ ตายไหม

แม่บ้าน : รู้จักค่ะ เธอชื่อ.....ที่บ้านยังมีรูปถ่าย ของเธอ ยังติดไว้ที่ข้างฝาบ้านจนทุกวันนี้

ผู้เขียน : คุณไปนำรูปของเธอมาให้ดูได้ไหม

แม่บ้าน : ตอบว่าได้ พร้อมกับชี้รถสองล้อเครื่อง (มอเตอร์ไซค์) ลงจากวัดที่ตั้งอยู่ยอดดอย ไปยัง หมู่บ้านที่อยู่ตีนดอย

แม่บ้านท่านนั้นหายไปพักใหญ่ พร้อมกับนำรูป



ถ่ายขาวดำ ขนาดโปสเตอร์มาให้ผู้เขียนดู เมื่อผู้เขียน  
ได้รูปมาแล้ว จึงนำมาให้ข้าราชการหญิงคนที่ฉันว่าให้ดู  
ที่หน้าต่างของศาลา พร้อมกับพูดขึ้นว่า

ผู้เขียน : คุณเคยเห็นคนในภาพนี้ไหม?

ข้าราชการหญิง : ก็คนที่โผล่หน้ามาที่หน้าต่าง  
ของศาลา ขณะที่ข้าราชการกำลังปฏิบัติธรรมอยู่ล่ะ

เรื่องนี้จบลงด้วย ข้าราชการหญิงผู้นั้น ได้เห็น  
ลัมภเวสีมืออยู่จริง การเห็นในลักษณะนี้เป็นได้สองแบบ  
คือ ลัมภเวสีเนรมิตมาเป็นสัตว์กายหายาบ (รูปนามหายาบ)  
ให้มนุษย์ได้เห็นด้วยจักขุประสาท หรือในอีกแนวทาง  
หนึ่งคือ ข้าราชการหญิงท่านนั้นเป็นผู้มีตาทิพย์ จึง  
สัมผัสกับลัมภเวสีด้วยทิพพจักขุญาณได้ ลัมภเวสีเป็น  
สัตว์ที่ตายก่อนถึงอายุขัยของร่าง ตามกฎแห่งกรรมจึง  
ต้องรอจนครบอายุขัย แล้วจิตวิญญาณจึงจะโคจรไป  
เกิดอยู่ในสภาพปกติของวิภวภูตสังสารได้ ที่ยกตัวอย่างเรื่อง  
นี้มาเขียนบอกเล่าให้ฟังว่าสติอันเป็นคุณสมบัติของจิต  
อย่างหนึ่งนั้น มีความสำคัญกับชีวิตของสัตว์บุคคล ที่  
ต้องพัฒนาให้เกิดมีขึ้น แล้วกุศลธรรม (บุญ) จึงจะเกิด  
มีขึ้นกับดวงจิต





มีเรื่องของสัมภเวสีที่ผู้เขียนปรารถนาจะบอกเล่าต่อไปว่า คนเราเกิดมาแล้วต้องตาย จิตที่ขาดสติจึงระลึกถึงเหตุไม่ได้ หากบุคคลทำอุปมาตกรรมไว้ไม่ดีตายแล้วต้องไปเกิดเป็นสัมภเวสี ย่อมทำให้เสียโอกาสที่จะทำกรรมดีให้กับชีวิตได้ มีประสบการณ์ที่ผู้เขียนไปปลูกบ้านพักอาศัยอยู่ที่จังหวัดเชียงใหม่ จะบอกเล่าให้ฟังว่า สมัยที่คลองชลประทานและถนนบนคันคลองยังเป็นถนนดินลูกรัง ขณะที่ผู้เขียนขับรถยนต์จากเพิงขายเห็ดป่าของชาวบ้าน (ตลาดต้นพะยอม) ไปถึงบ้านที่สร้างอยู่กลางทุ่งนา มีระยะทางประมาณ ๓ กิโลเมตร ได้มีสัมภเวสีสามตัวกระโดดขึ้นเกาะท้ายรถ โดยมีจุดประสงค์จะผลักรถให้ตกลงในคลองชลประทาน เคยมีรถยนต์จำนวนไม่น้อยถูกผลักลงในคลองฯ มาก่อนนั้น

ผู้เขียนจึงต้องระมัดระวังอย่างมากในการขับรถยนต์ในคืนวันนั้นเวลาประมาณ ๓ ทุ่ม โดยใช้สติคุมใจอยู่ตลอดเวลา เมื่อขับรถยนต์ไปถึงบ้าน สัมภเวสี ๓ ตัวได้กระโดดลงหน้าประตูบ้าน ซึ่งอยู่ห่างจากตัวบ้านประมาณ ๔๐ เมตร ผู้เขียนจึงได้พูดกับสัมภเวสีว่า “อย่าเพิ่งไปไหน ให้รออยู่ที่หน้าประตูนี้ เดี่ยวจะออกมา” เมื่อนำรถยนต์ไปจอดอยู่ที่โรงรถหลังบ้านเรียบร้อยแล้ว



ผู้เขียนได้เดินเข้าไปในห้องพระ จุดธูปมา ๓ ดอก แล้วเดินไปที่หน้าประตูรั้ว ปักธูปลงบนพื้นดิน (แยกห่างจากกันทั้ง ๓ ดอก) แล้วเทศน์ธรรมะให้สัมภเวสีฟัง ถึงการผลักรถยนต์ตกคลองว่า เป็นอกุศลกรรมที่ผู้รู้ไม่พึงกระทำ หลังจากนั้นได้อุทิศบุญที่ผู้เขียนมีให้กับสัมภเวสีทุกคน เพื่อใช้เป็นปัจจัยเดินทางไปเกิดใหม่ในภพหน้า



## ไปได้...เข้าบ้านได้

จากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในคืนนั้นจึงได้รู้ว่าสัมภเวสีเป็นผู้มีบุญน้อยกว่าภูมมเหวดาที่ทำหน้าที่เป็นเจ้าที่ จึงผ่านเข้าประตูรั้วบ้านของผู้เขียนไม่ได้ ตรงกันข้ามกับป่าดึกที่อาศัยอยู่ในบ้านอีกหลังหนึ่งที่ปลูกอยู่ใกล้กัน ป่าดึกเป็นคนดี มีศีลมีธรรม ในวันที่ป่าดึกตาย ผู้เขียนได้ไปเป็นเจ้าภาพงานทำบุญศพให้กับป่าดึก และแล้วในวันรุ่งขึ้นป่าดึกที่ตายแล้ว ไปเกิดเป็นภูมมเหวดาได้ไปหาผู้เขียนถึงหน้าบ้าน เพื่อแสดงความขอบใจที่ผู้เขียนได้ไปจัดงานศพให้ ขณะที่ป่าดึกผู้มาในร่างทิพย์ยืนอยู่หน้าบ้าน สุนัขที่บ้านประมาณ ๔ ตัว ได้ล้อมวงเฝ้าป่าดึก



ป่าติมาโนเช้าวันนั้นเพื่อมาขอใจผู้เขียนที่ไปจัดงาน  
สวดศพให้ เรื่องที่เขียนบอกเล่ามานี้ มีจุดประสงค์ที่จะ  
บอกว่า คนที่มีบุญบารมีคุ้มครองรักษาใจ เมื่อตายไปแล้วรูป  
นามทิพย์ (ภุมมเทวดา) ที่มีคุณธรรมสูงกว่ายอมผ่าน  
เข้าบ้านได้ โดยมีต้องขออนุญาตเจ้าที่ผู้ดูแลรักษา





## สติสำคัญอย่างไร

สติเป็นคุณสมบัติอย่างหนึ่งของจิต คือมีการระลึกได้ นึกได้ ไม่ลืมสิ่งที่ผ่านมาแม้นานแล้วได้ พระพุทธเจ้าเป็นผู้มีพระปัญญาคุณมีพระมหากุณาคุณ และมีพระบริสุทธิคุณ แม้พระองค์จะเสด็จดับขันธปรินิพพานไปนานแล้ว แต่พระคุณของพระพุทธเจ้ายังมีอยู่ จึงได้ถูกสมมติสร้างขึ้นเป็นรูปเคารพ ที่เรียกว่า อุกเทสิกเจดีย์ (พระพุทธรูป) ผู้รุกรามกราบไหว้สิ่งอันมีคุณ มิได้กราบไหว้เศษวัสดุ ไม้ ปูน โลหะ ดังที่มีบางคนเข้าใจ พระพุทธศาสนา ประกอบขึ้นด้วย พระพุทธ พระธรรมและพระสงฆ์ ที่ถูกสมมติเรียกว่าพระรัตนตรัย ทั้ง ๓ ส่วนนี้ล้วนเป็นสิ่งที่มีคุณ ที่ชาวพุทธนิยมสวดมนต์ บทไตรสรณคมณ์ก่อนนอน ก็เพื่อที่จะระลึกถึงพระคุณของพระพุทธเจ้า พระคุณของพระธรรมเจ้าและพระคุณของพระสงฆ์ (อริยสงฆ์) เจ้า เพื่อเอาเป็นที่พึ่งที่เคารพกราบไหว้บูชา ผู้ประพฤติดตามไตรสรณคมณ์ย่อมมีพฤติกรรมดีงาม คือคิดดี พูดดี ทำดี อันเป็นคุณธรรม นำความสำเร็จมาสู่ชีวิต



กล่าวมาข้างต้นว่าพระสงฆ์ที่มีอยู่ในบพทสวดมนต์ เจริญสังฆคุณ เป็นสงฆ์สาวกที่เป็นพระอริยเจ้า ตั้งแต่พระโสดาบันขึ้นไปจนถึงพระอรหันตเจ้า ล้วนเป็นผู้มีพระคุณ ผู้เจริญนิยมนำตัวเข้าไปใกล้และประพฤติตามคำสอนของพระอริยเจ้า ท่านสอนให้เราระลึกถึงคุณของศีลอันเป็นอนุสติตัวที่สี่ โดยเฉพาะพระอริยเจ้าสอนให้มีศีล ๕ คุมใจอยู่ทุกขณะตื่น คือให้เว้นฆ่าสัตว์ เว้นลักทรัพย์ เว้นประพฤตินิโคตมีย์ เว้นพูดเท็จ เว้นสุราเมรัย เหล่านี้หากใจมีสติอยู่ภายใน ศีลย่อมสถิตอยู่กับใจทุกขณะตื่น หรือทุกครั้งที่นึกได้ทุกครั้งที่ว่างานจากการทำงานภายนอกก็มีสติคุมใจ นอกจากนี้พระอริยเจ้ายังสอนให้ระลึกถึงคุณของท่าน (จาคานุสติ) ซึ่งศีลและทานมีกำลังผลักดันจิตวิญญาณที่หลุดออกจากร่าง (ตาย) ให้โคจรไปอยู่ในร่างทิพย์ที่เป็นเทวดาได้ แม้จะไปเกิดเป็นชาวฟ้าชาวสวรรค์แล้วยังมีการเสพกามเช่นมนุษย์ แต่เป็นการเสพกามที่สำเร็จลงด้วยความนึกคิดของใจ คือเสพกามในลักษณะที่เป็นทิพย์ เช่น หิวข้าว นึกอยากกินข้าวก็อิ่มแล้ว รู้สึกร้อน นึกอยากอาบน้ำก็สำเร็จแล้ว มีจิตถูกราคะเข้าราว นึกอยากจะเสพกามกับนางฟ้านางสวรรค์ก็สำเร็จด้วยใจแล้ว



เหล่านี้รวมเรียกว่า การเสพกามที่เป็นทิพย์

เทวดาที่อยู่บนซุ้มประตูบ้านของอนาถบิณฑิก เศรษฐี ที่สร้างวัดเซตวันถวายไว้ในพุทธศาสนา ต่างก็เป็นผู้มีคุณต่ออนาถบิณฑิก คนไม่ดีเข้ามาสู่บ้านของอนาถบิณฑิก เทวดาที่ซุ้มประตูบ้านคอยป้องกันรักษาไม่ให้เข้าส่วนคนที่มีศีลมีธรรมอยู่กับใจเนื่องนิตย เทวดาก็เชื่อเชิญให้เข้าและคุ้มรักษา ที่ต้องระลึกถึงบุญคุณของเทวดาก็ด้วยเหตุเช่นนี้ ผู้มีศีลมีธรรมสถิตอยู่กับใจทุกขณะตื่น ผู้มีความกตัญญูทวดที่ต่อผู้มีอุปการคุณ ย่อมมีเทวดาเข้าไปใกล้และคุ้มรักษา ให้ปลอดภัยจากภัยอันตรายได้

ในทางตรงกันข้าม ผู้ที่ศีลไร้ธรรม เทวดาไม่เข้าไปใกล้ ทำตัวออกห่างเพราะมีศีลบกพร่อง ด้วยเหตุนี้ ผู้ที่มีเทวดาคุ้มรักษา จึงต้องพัฒนาจิตใจให้มีศีลคมอยู่ทุกขณะตื่น ต้องพัฒนาจิตใจให้มีการบำเพ็ญทานอยู่เสมอ ม้ากัณฐกะที่นำเจ้าชายสิทธัตถะออกบวช ตายแล้วจิตวิญญาณของม้าได้โอบปาติกะ ไปเป็นกัณฐกเทพบุตร อยู่ในสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ ช้างปาริเลยกะที่ถวายอุปัฏฐากพระพุทธเจ้า ในครั้งที่เสด็จหนีการทะเลาะกันของพระสงฆ์ชาวโกสัมพี ตายแล้วจิตวิญญาณได้



โอบปาตีกะไปเป็นปารีเลยยกเทพบุตรอยู่ในดาวดิงส์สวรรค์ แม้แต่ลิงป่าที่ถวายเป็นเครื่องบูชาแด่พระพุทธรูปเจ้าโคดมในป่ารักชิตไพรสณฑ์ ตายแล้วยังโอบปาตีกะไปเป็นเทวดาอยู่ในดาวดิงส์สวรรค์เช่นกัน เหล่านี้เป็นเครื่องแสดงให้เห็นว่า การมีศีลคุณใจอยู่ก่อนแล้ว หากได้บำเพ็ญตนเป็นผู้ให้สิ่งดีงามอยู่เสมอ ตายแล้วยังมีอาณิสสส์ไปเกิดเป็นเทพบุตรอยู่ในสวรรค์ได้

ผู้ที่มีศีลคุณใจอยู่ทุกขณะตื่น แล้วนำตัวเองไปพัฒนาจิตตามแนวของสมถกรรมฐาน โอกาสที่จิตจะตั้งมั่นเป็นสมาธิย่อมเกิดขึ้นได้ ทั้งนี้เพราะต้นเหตุของการให้ทาน เป็นตัวกำจัดความตระหนี่ให้หมดไป ด้วยเหตุนี้จึงเห็นได้ว่า เทวดาเป็นผู้มีความตระหนี่น้อย ยิ่งพรหมด้วยแล้ว ต้องมีใจปราศจากความตระหนี่ จึงจะพัฒนาจิตไปเกิดเป็นพรหมได้ ทานและศีลจึงมีคุณแก่ผู้ประพฤติ หากประสงค์จะให้เกิดเป็นบุคคลที่นิยมในการบำเพ็ญทาน ผู้รู้นิยมให้ทานกับผู้มีความดีสูง อาทิ ให้ทานกับบุรุษชนได้บุญน้อย ให้ทานกับอริยบุคคลได้บุญมากกว่า ให้ทานกับพระอรหันต์ได้บุญน้อยกว่าให้ทานกับพระปัจเจกพุทธเจ้า ให้ทานกับพระปัจเจกพุทธเจ้าได้บุญน้อยกว่าให้ทานกับพระสัมมาสัมพุทธเจ้า





ฯลฯ นอกจากนี้ยังขึ้นอยู่กับจำนวนผู้มารับทานอีกด้วย เช่นถวายทานแต่พระพุทธรเจ้าองค์เดียว ย่อมได้อานิสงส์น้อยกว่าถวายทานแก่ภิกษุสงฆ์มาจากทิศทั้งสี่



## คุณของท่านและศีล

ทานและศีลมีคุณ ทำคนและสัตว์ให้เป็นเทวดาได้ อยากรให้มีเทวดาคู่มรักษา ต้องประพฤติตนให้มีคุณธรรมเหมือนเทวดา ด้วยการประพฤติตนตามอนุสติ ๑๐ และยิ่งไปกว่านั้น หากบุคคลได้ประพฤติอุปสมานุสติ อยู่เสมอ ย่อมมีโอกาสพัฒนาจิตให้เข้าถึงพระนิพพานได้

ผู้เขียนเคยเข้าไปที่คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลมหาสารนครเชียงใหม่ (สวนดอก) ไปดูห้องที่เขาชำแหละศพเพื่อให้นักศึกษาแพทย์ได้ศึกษาค้นคว้าอวัยวะต่างๆ ของสรีระร่างกาย เมื่อผู้เขียนไปเห็นแล้ว ไม่มีใครสวยงามเลยสักคนพอพลิกหนังที่ห่อหุ้มร่างกายออกก็ดูน่าเกลียดทุกคน เห็นว่าร่างกายประกอบขึ้นด้วยอวัยวะน้อยใหญ่ที่เต็มไปด้วยสิ่งปฏิกูล กายคตาสตินี้ต้องระลึกให้ได้ เมื่อสัมผัสกับสิ่งที่ถูกเห็น พระมหาโมคคัลลานะบรรลุนิพพานขั้นสูงสุดด้วยการพิจารณากายคตาสติ เจ้าหญิง



นันทาลูกสาวของพระนาง (พระมหาปชาบดี) ที่เป็นแม่นมเลี้ยงดูแลเจ้าชายสิทธัตถะ เป็นคนรักสวयัรغام เมื่อได้มาบวชเป็นภิกษุณีแล้วไม่ยอมเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้า เหตุเป็นเพราะกลัวถูกพระพุทธเจ้าตำหนิ ความสวยงามงามของตน ภิกษุณีนันทา (สุนทรินันทา) มีโรคจริตมากจึงนั่งแอบอยู่ด้านหลังของพระพุทธเจ้าเมื่อเข้าฟังธรรม จนกระทั่งพระพุทธเจ้า ตรัสเรียกว่า “นันทามาณี” หลังจากนั้นได้เทศนาธรรมเรื่องกายคตาสติให้ฟังเมื่อภิกษุณีฯ ได้ฟังธรรมจากพระโอรุสุ แล้วโยนิโสมนสิการ จึงทำให้จิตของภิกษุณีฯ บรรลุอรหัตตผล

เช่นเดียวกัน พระนางเขมาซึ่งเป็นนมเลี้ยงองค์หนึ่งของพระเจ้าพิมพิสาร เป็นผู้มีความสวยงามงามมีโรคจริตมาก เมื่อครั้งที่เข้าไปเที่ยวชมความงามของวัดเวฬุวนาราม แล้วได้มีโอกาสเข้าฟังธรรมจากพระโอรุสุ พระพุทธเจ้าได้ตรัสเทศนาเรื่องกายคตาสติซึ่งตรงกับจริตของพระนางฯ พระนางเขมาได้พิจารณาตาม จิตได้ปริวรรตเป็นพระอรหันต์ขณะที่ยังมีเพศเป็นฆราวาสพอดีเป็นเวลาใกล้ค่ำ พระเจ้าพิมพิสาร (พระสวามี) ได้เสด็จมาตามเพื่อจะนำพระนางเขมากลับวัง พระพุทธเจ้าจึงได้ตรัสว่า “มหาบพิตร หากนำพระนางฯ กลับวังในวันนี้



ก็จะได้แต่ศพของพระนางฯ หากปล่อยให้พระนางฯ ได้  
บวชเป็นภิกษุณี มหาบพิตรยังได้เห็น ได้พูดคุยกับ  
พระนางฯ ในวันข้างหน้าอีก”

เมื่อพูดถึงเรื่องนี้ยังได้ระลึกถึงพระชาวยุทธใหญ่  
ได้ขออนุญาตภรรยาเพื่อเข้าป่าปฏิบัติธรรมสักหนึ่ง  
เดือนอยู่บนยอดเขา ผลปรากฏว่า เมื่อปฏิบัติแล้วจิต  
ได้บรรลุอรหัตตผล จึงต้องบวชเป็นภิกษุสงฆ์อยู่ที่  
เมืองไทยจนทุกวันนี้ เปรียบเหมือนปล่อยให้เข้าป่า ผู้  
ที่พัฒนาจิตจนบรรลุอรหัตตผลแล้ว จำเป็นต้องดำรง  
ชีวิตอยู่ในเพศบรสิฐุทธิ ห่างจากการครองเรือน เปลี่ยน  
มาอยู่ในเพศของนักบวชในพุทธศาสนา เช่น บวชเป็น  
ภิกษุ ภิกษุณี สามเณรและสามเณรี แล้วชีวิตจึงจะอยู่  
รอดได้





## จริตของมนุษย์

จริต หมายถึง พื้นนิสัยที่มีอยู่ในดวงจิตของมนุษย์ทุกคน มนุษย์ทุกรูปนามมีจริต ๖ ได้แก่ ราคจริต โทสจริต โมหจริต พุทธิจริต ศรัทธาจริต และวิตกจริต ทั้ง ๖ อย่างของจริตนี้มีอยู่ในมนุษย์ทุกรูปนามคละเคล้ากันไป เพียงแต่ว่ามีจริตอย่างใดอย่างหนึ่งแสดงอยู่เสมอ จึงจะเรียกผู้นั้นว่ามีจริตเป็นอย่างนั้น เช่น สติตัวสุดท้ายของอนุสติ ๑๐ ที่เรียกว่าอุปสมานุสติ ได้แก่จิตที่ระลึกถึงคุณของพระนิพพาน อันเป็นสติที่ทำให้ระงับกิเลสและกองทุกข์ได้ ผู้ที่มีจิตเป็นอนุสติเช่นนี้ หากนำเอาอย่างใดอย่างหนึ่งในอรุปฌาน ๔ มาเป็นองค์บริการก็สามารถทำให้จิตมีสติและส่งผลถึงความตั้งมั่นเป็นสมาธิได้

อรุปฌาน ๔ ได้แก่

๑. การใช้จิตพิจารณาช่องว่างไม่มีที่สิ้นสุดเป็นอารมณ์ (อากาสนัญญาตนะ)

๒. การใช้จิตพิจารณาตัวรู้ไม่มีที่สิ้นสุดเป็นอารมณ์ (วิญญานัญญาตนะ)



๓. การใช้จิตพิจารณาภาวะที่ไม่มีอะไรเลยเป็น  
อารมณ์ (อาภิญญาตนะ)

๔. การใช้จิตพิจารณาว่าจะมีสัญญาหรือไม่ใช่จะ  
ไม่มีสัญญา (ความจำ) ก็ไม่ใช่เป็นอารมณ์ (เนวสัญญานา  
สัญญายตนะ)

ในครั้งที่ผู้เขียนได้มีโอกาสไปศึกษาต่อที่ต่าง  
ประเทศ เป็นการศึกษาล่าเรียนที่หนักมาก ต้องใช้  
เวลาหมกมุ่นอยู่กับการทำงาน ตั้งแต่ ๘ โมงเช้าถึง  
เที่ยงคืนเป็นเวลาหนักเกือบ ๔ ปี จึงทำให้เครียดและ  
อ่อนล้ามาก อาจเป็นของเก่าที่มีมาแต่อดีตได้หนึ่งหลับตา  
แล้วพิจารณาอากาศไม่มีที่สิ้นสุดเป็นอารมณ์ วันละ  
ประมาณ ๑๕ นาที ผลปรากฏว่า จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิ  
แล้วทำให้คลื่นสมองเปลี่ยนไป มีความจำเพิ่มขึ้น มี  
อารมณ์ผ่อนคลายจากความเครียด จึงได้คิดย้อนหลัง  
ไปว่า การพิจารณาอากาศไม่มีที่สิ้นสุดเป็นอารมณ์นั้น  
คือการใช้จิตบริการมอากาศาณัญญาตนะนั่นเอง ซึ่งมี  
ผลทำให้จิตมีคลื่นสมองเป็นระเบียบ เหมาะแก่การ  
ศึกษาเรียนรู้ที่ทำให้สมองสามารถจำสิ่งต่างๆ ได้ จำได้  
แม้กระทั่งว่าคนเราเมื่อเกิดแล้วต้องแก่ (ชรา) เมื่อแก่  
แล้วต้องตาย (มรณะ) ทุกคนหนีไม่พ้นกฎธรรมชาติ ข้อนี้



ดังนั้นการสวดมนต์ก่อนนอนทุกวัน หลังสวดมนต์แล้วพิจารณาลมหายใจเข้า พิจารณาลมหายใจออก อยู่เสมอ ย่อมทำให้จิตมีกำลังของสติเพิ่มขึ้น แล้วความดีงาม (กุศลธรรม) ทั้งปวงย่อมเกิดตามติดผู้มีสติกำกับจิต ผู้ที่มีจิตอุดมด้วยความดีงาม (คุณธรรม) ย่อมพบกับความสำเร็จในกิจทั้งปวงได้



## มารดาแห่งคุณธรรม

พระสารีบุตรซึ่งเป็นอัครสาวกองค์หนึ่งของพระพุทธโคดม ได้กล่าวไว้ในครั้งพุทธกาลว่า **“สติเป็นมารดาแห่งคุณธรรม”** เมื่อได้พิจารณาแล้วจึงได้รู้ว่า คำกล่าวนั้นเป็นเรื่องจริง ผู้รู้จึงนำเอาอย่างใดอย่างหนึ่งในอนุสติ ๑๐ มาบริกรรม โดยเฉพาะผู้ที่มีจิตเป็นพุทธร (พุทธิจิต) เหมาะที่จะนำอนุสติมาบริกรรมต่อเนื่อง ผู้เขียนได้พิจารณาแล้วเห็นว่า จิตทั้งหกที่มีอยู่ในดวงจิตของบุคคล เหมาะที่จะนำเอาอย่างใดอย่างหนึ่งในอรูปฌาน ๔ มาบริกรรม ดังนั้นท่านผู้อ่านพึงเลือกบริกรรมเอาตามที่ถูกตรงกับจิตของตนเองเถิด



## อนุสติ ๑๐ ได้แก่

๑. ระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้า (พุทธานุสติ)
๒. ระลึกถึงคุณของพระธรรม (ธัมมานุสติ)
๓. ระลึกถึงคุณของพระสงฆ์ (สังฆานุสติ)
๔. ระลึกถึงศีลที่ตนรักษา (สีลานุสติ)
๕. ระลึกถึงทานที่ตนได้บริจาคแล้ว (จาคานุสติ)
๖. ระลึกถึงคุณที่ทำให้ตนไม่เป็นเวทดา (เวทदानุสติ)
๗. ระลึกถึงความตายที่จะต้องมีเป็นธรรมดา (มรณสติ)
๘. ระลึกถึงทั่วไปในกายให้เห็นว่าไม่สวยไม่งาม (กายคตาสติ)
๙. ตั้งจิตกำหนดลมหายใจเข้า-ออกเป็นอารมณ์ (อานาปานสติ)
๑๐. ระลึกถึงธรรมอันเป็นที่สงบระงับกิเลสและความทุกข์ (อุปสมานุสติ)

นอกจากนี้ยังมีองค์กรรมฐานอื่นที่เหมาะสมกับจริตอย่างอื่น อาทิเช่น โมหะจริตและวิตกจริต เหมาะที่





จะนำเอาอานาปานสติมาบริการกรม โทสจริตเหมาะที่จะนำเอาภกสิณ ๑๐ (เว้าวรรณภกสิณ) หรือนำเอาข้อใดข้อหนึ่งใน อัปปมัญญา ๔ มาบริการกรม ฯลฯ แล้วจะทำให้จิตมีสติเพิ่มขึ้น อันจะส่งผลให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิได้อานิสงส์อย่างหนึ่งของสติคือ อารมณที่เป็นอดีตและอนาคตจะไมเกิด จิตจะตั้งมั่นอยู่ในอารมณเดีวที่เป็นปัจจุบันขณะ บุคคลผู้มีสติกำกับจิตทุกขณะตื่น จะคิดจะพูด จะทำอะไร ผลที่เกิดขึ้นย่อมดีไปหมด ชีวิตจะไม่ผิดพลาด โดยเฉพาะผู้ที่ข้บรถยนต์ไปทำงาน สติย่อมป้องกันมิให้ความพล้งพลาดเกิดขึ้น

ผู้ที่มีสติยอมเข้าถึงมนุษย์สมบัติ สวรรคสมบัติ และนิพพานสมบัติได้ ซึ่งตรงกันข้ามกับผู้ที่ขาดสติสมบัติดังกล่าวยอมหนีห่างออกไปจากชีวิตของเขาได้เมื่อย้อนไปพิจารณาถึงคำกล่าวของท่านพระสารีบุตรว่า สติเป็นมารดาแห่งคุณธรรม นั้นเป็นความจริงแท้ และยิ่งใช้กาลามสูตร ๑๐ มาเป็นเครื่องคัดกรองด้วยแล้ว จะเห็นว่าคำกล่าวของพระสารีบุตรนั้นถูกตรงยิ่งนัก ผู้ใดพัฒนาจิตจนเข้าถึงปัญญาสูงสุดที่เรียกว่า อภิญญา ๕ ได้ และพัฒนาจิตจนเข้าถึงปัญญาสูงสุดที่เรียกว่าญาณ ๑๖ ได้แล้ว คำกล่าวของพระสารีบุตรยอมเน้นเป็น



ความจริงแท้ สมบัติทั้งหลายเป็นเรื่องธรรมดาที่มีอยู่  
 คุโลโลก ผู้ที่พัฒนาจิต จนเข้าถึงปัญญาสูงสุดที่เป็น  
 โลกุตตรญาณได้แล้ว ย่อมเห็นมนุษยสมบัติ เห็น  
 สวรรคสมบัติเป็นของที่มีอยู่ในวัฏฏสงสาร หรือเห็นว่า  
 ประพตัตตนาให้มีศีล ๕ แล้วดี เพราะจะทำให้จิตเข้าถึง  
 ความตั้งมั่นเป็นสมาธิได้ ทำให้จิตปวิรรตเข้าเป็นอริย  
 บุคคลในวัฏฏสงสารได้ มีศีล ๕ แล้วทำให้อายุยืนยาว  
 ได้ ประชาชนในประเทศญี่ปุ่น แม้จะมีอายุยืนยาวถึง ๗๐  
 ปี ก็ยังต้องทำงานอยู่ในโรงงานอุตสาหกรรม ด้วยเหตุ  
 นี้ย่อมเห็นได้ว่า ผู้มีศีลมีอายุยืนยาวได้จริง ผู้มีสติ  
 ย่อมมีสุขภาพดีและมีอายุยืนยาวได้จริง



## เคล็ดลับชีวิตยืนยาว

หลายปีมาแล้ว ขณะที่ยังเป็นอาจารย์สอนนัก  
 ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัย ได้ไปเห็นชายที่มีอายุยืนยาว  
 ถึง ๙๓ ปี ขึ้นไปอยู่บนต้นมะขาม ทั่วๆ ที่ลูกหลานไม่  
 อยากให้เป็นปายอยู่บนต้นไม้นั้น เมื่อชายผู้นั้นลงมา  
 จากที่สูง ผู้เขียนได้เดินเข้าไปหาแล้วยกมือไหว้ พร้อม  
 กับพูดว่า



ผู้เขียน : คุณพีศรีรับ ขึ้นไปทำอะไรอยู่บนต้นมะขาม

ชายสูงวัย : ผมขึ้นไปเก็บผักมะขามอ่อนเพื่อนำไปต้มกับผักที่เก็บจากริมรั้วบ้านเอาไว้กินตอนเย็น

ผู้เขียน : คุณพีศรีรู้ไหมว่าลูกหลานไม่ยอมให้ปีนป่ายขึ้นต้นไม้

ชายสูงวัย : ผมรู้ครับ แต่มักจะชอบทำสิ่งต่างๆ ด้วยตัวเอง ไม่ต้องไปรบกวนคนอื่นให้เดือดร้อน ที่ปีนป่ายอยู่บนต้นมะขามเพราะกิ่งมันเหนียวครับ

จากการสนทนากันจึงได้รู้ว่า การปีนต้นไม้เป็นการออกกำลังกายอย่างหนึ่ง การไม่เอาจิตไปพึ่งหรือเอาไปไว้กับคนอื่น เป็นการทำให้มีอิสระหรือไม่เอาเรื่องของคนอื่นมาทับถมใจตัวเอง รวมถึงการบริโภคอาหาร (ผัก) ที่สดที่ขึ้นอยู่ตามรั้วบ้าน เป็นอาหารที่มีวิตามินสมบูรณพร้อม ต่างๆ เหล่านี้เป็นเหตุทำให้คุณพีผู้ชายคนนั้นมีอายุยืนยาวได้ ผู้มีศีลมีสติกำกับจิตย่อมไม่ฝืนร้าย กลับเป็นสุขตื่นเป็นสุข จึงเป็นผู้มีสุขภาพดี นอกจากศีลและสติทำให้มีสุขภาพดีแล้ว ศีลและสติยังทำให้มีทรัพย์ (มนุษย์สมบัติ) ปลอดภัยได้อีกด้วย



อดีตผู้เขียนเคยไปทอดกฐินกับการไฟฟ้าผลิต  
บางกรวยในชบวนของคุณหญิงสุรีพันธ์ มณีวัต ปรากฏ  
ว่าคณะกฐินออกเดินทางจากการไฟฟ้าผลิตที่  
บางกรวย ได้เดินทางในตอนกลางคืน ถึงสระบุรี โคราษ  
พิมาย ไปทางปราสาทหินพิมาย ขึ้นทางอีสานตอนบน  
ผ่านไปจนถึงบึงโขงหลงและสุดท้ายไปสิ้นสุดที่ภูทอก

ณ ที่ศาลาภูทอก คุณหญิงได้ลุกขึ้นยืนในท่ามกลาง  
ของคณะกฐินที่ยังนั่งอยู่บนพื้นศาลา พร้อมกันนั้น  
คุณหญิงได้พูดขึ้นว่า มีอยู่ปีที่หนึ่งที่เสาด้านนี้ (ชี้นิ้วไปที่เสาด้าน  
ซ้าย) ได้มีสุภาพสตรีท่านหนึ่งมาร่วมคณะกฐิน แล้วได้อา  
เงินออกจากถุงกระดาษสีน้ำตาล เพื่อร่วมทอดกฐินให้  
กับวัดภูทอก เสร็จแล้วเอาเงินที่เหลือใส่ไว้ในถุงใบเดิม  
ใช้ยางรัดปากถุง แล้ววางถุงไว้ที่โคนเสาด้านนี้ เมื่อรถได้  
เดินทางกลับไปจนถึงกรุงเทพฯ แล้ว คุณหญิงฯ ได้  
รับโทรศัพท์จากเจ้าของเงินว่า “ลืมถุงใส่เงินวางไว้ที่โคน  
ด้านเสาด้านศาลาภูทอก” แต่สุภาพสตรีเจ้าของถุงใบนั้น  
มิได้ตั้งใจที่ตนเองขาดสติแล้วทำให้ลืมถุงใส่เงินใบนั้น  
คิดว่าเงินหายไม่เป็นไรหาใหม่ได้ สุภาพสตรีท่านนั้นมี  
จิตสงบและปล่อยวางได้เร็ว



ในปีรุ่งขึ้น สตรีท่านนั้นได้ไปร่วมคณะทอดกฐิน กับคุณหญิงฯ อีก เมื่อไปถึงศาลาภูกอกอันเป็นแหล่ง สุดท้ายของการเดินทาง เธอได้เดินตรงไปยังเสาที่วาง ถุงเงินลี้มไว้เมื่อปีที่แล้ว ผลปรากฏว่าถุงสีน้ำตาลใส่เงิน ไบนั้นยังถูกวางไว้ที่เดิมโดยเงินมิได้สูญหายไปไหน เรื่อง ที่เขียนบอกเล่าให้ผู้อ่านรู้ว่า ผู้ที่มีศิลปะวิเศษโดยเฉพา ศิลข้อที่สองแล้ว เป็นที่ยืนยันได้ว่า ทรัพย์ย่อมไม่ สูญหายไปไหน..สาธุ อานิสงส์ของศีลคือมีทรัพย์ ปลอดภัย ครอบครัวยั่งยืน สุข สมาชิกของสังคม หากมีศีล คุมใจอยู่ทุกขณะตื่น หากได้รับการแต่งตั้งให้บริหาร จัดการบ้านเมือง ก็เป็นอันหวังได้ว่าบ้านเมืองจะมีแต่ ความสงบสุข ซึ่งถูกต้องตามพุทธวจนะที่พระพุทธเจ้า ได้ตรัสไว้ในครั้งพุทธกาลว่า หากประสงค์จะให้ ครอบครัวยั่งยืนแต่ความสงบสุข ต้องแต่งตั้งให้ผู้มีศีลเป็น หัวหน้าครอบครัว

นอกจากนี้ผู้มีศีลคุมใจ ย่อมเอ่ยวาจาที่เป็นเสน่ห์ และเป็นที่ยินยรักรัใคร่บูชาของมนุษย์และเทวดา ซึ่ง หมายความว่ามนุษย์และสัตว์เดรัจฉานเข้าใกล้ หมายถึงรุกรูขเทวดาที่เคยบอกเล่าให้ฟัง ในครั้งทีไป ทำงานถวายพระเจ้าอยู่หัว ที่ตำบลปางมะผ้า จังหวัด



แม่ฮ่องสอน (บัดนี้มีการพัฒนาจากความเป็นป่า จนเป็นบ้านเมืองใหญ่โตขึ้น จึงได้เปลี่ยนชื่อมาเป็นอำเภอปางมะผ้า)

พระสงฆ์ที่อยู่เ็นป่าและครองเพศเป็นอรัญวาสี ภิกขุ ผู้มีศีลบริสุทธิ์คุมใจ ได้เขียนบอกเล่าให้ฟังว่า ขณะที่จำพรรษาอยู่ในถ้ำลำปางเพียงผู้เดียว ได้มีพญานาค (อมนุษย์) สองตัวผิวเมี่ยมีขนาดใหญ่เท่าลำตาล และมีลำตัวเป็นสีทอง ได้เลื้อยไปมา ไม่ห่างจากองค์ท่านเท่าไร พระป่าจึงได้พูดกับงูใหญ่ว่า

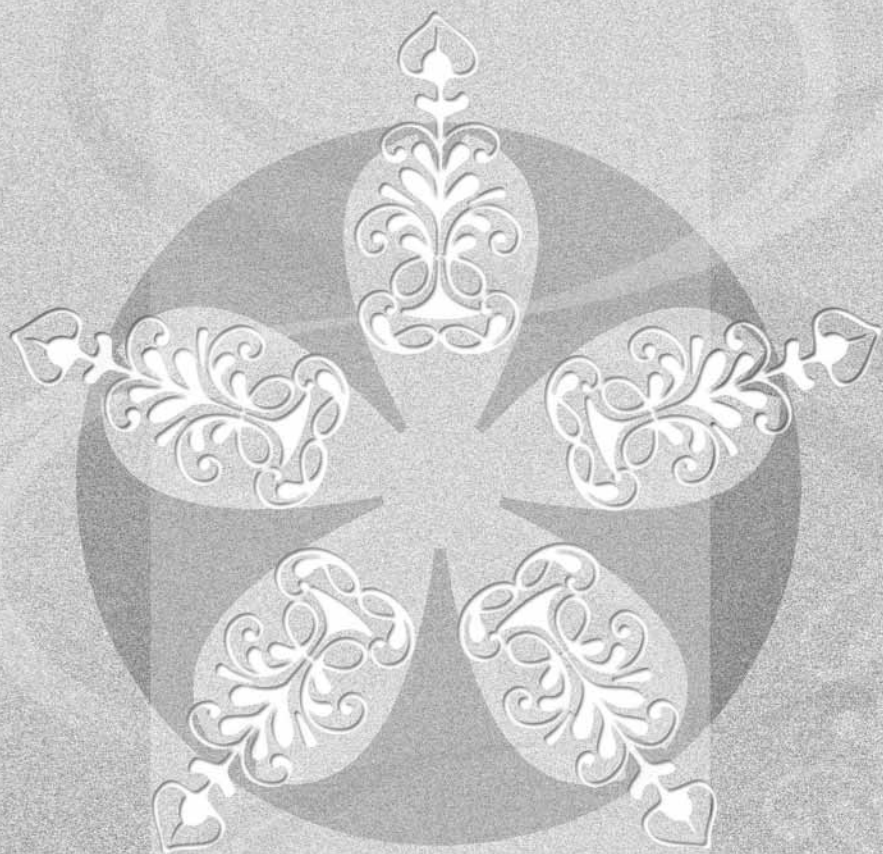
พระป่า : จงเลื้อยออกไปให้ห่างอาตมา หากเลื้อยถูกตัวท่านแล้ว จะเป็นบาป จงไปเฝ้าอยู่หน้าปากถ้ำโน้น

พญานาค (งูใหญ่) : ข้าพเจ้าเข้ามาในถ้ำแห่งนี้ ด้วยมีจุดประสงค์จะเข้ามากราบพระพุทธรูป ที่ตั้งอยู่ในถ้ำ เมื่อชาติที่แล้วได้เกิดเป็นมนุษย์และได้นำเอาสมบัติมาฝังไว้ที่ถ้ำแห่งนี้ (ถ้ำราชคฤห์) อำเภอางาว จังหวัดลำปาง

เมื่อได้อ่านบทความที่พระป่าเขียนไว้ จึงได้รู้ถึงความหลงหรือโมหะ เมื่อตายแล้วจึงเป็นเหตุผลักดันให้จิตวิญญานมาเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน ด้วยมีโมหะเป็นแรงผลักดัน ซึ่งเป็นเช่นเดียวกันกับครั้งพุทธกาล



โตเทยยพราหมณ์ มีทรัพย์สมบัติมาก ตายแล้วตัวเอง  
ได้ไปเกิดเป็นลูกสุนัขเฝ้าสมบัติเก่าอยู่ในบ้านของลูกชาย  
(สุภมาณพ) ที่เป็นเช่นนี้เพราะมีความหลง (โมหะ) เป็น  
แรงผลักดันให้ไปเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน (ลูกสุนัข) เหมือน  
กับมนุษย์ที่หลงในทรัพย์สมบัติตัวเอง จึงได้มาเกิดเป็น  
พญานาคเฝ้าสมบัติอยู่ในถ้ำราชคฤห์จนทุกวันนี้







## สตีคือเพื่อนแท้

มีมนุษย์ผู้รู้ไม่จริงหลายคนพูดกับผู้เขียนว่า พระปาอาศัยอยู่ในถ้ำลำพังเพียงรูปเดียว คงจะเหงาไม่มีเพื่อนคุย ผู้เขียนได้บอกไปว่าท่านไม่เหงาหรอก พระปามีเพื่อนเยอะ ความนี้จึงได้มาทราบในภายหลังว่า ท่านมิได้เหงา แต่มีความสุขที่สุด ที่ได้พูดคุยกับอมมนุษย์ และสัตว์เดรัจฉานกายหยาบ ตัวอย่างเช่น ได้สั่งสอนธรรมกับเทวดาที่มาอารักขาท่าน ได้พูดคุยกับสัตว์เดรัจฉานกายทิพย์ (พญานาค) ได้พูดคุยกับมดกับค่างควาว กับปลาที่ว่ายน้ำอยู่ในลำห้วย ฯลฯ ดังนั้นผู้ที่เข้าถึงปัญญาสูงสุดที่เป็นโลกิยญาณ สามารถรู้เห็นเข้าใจหรือสื่อสารกับสัตว์ในต่างมิติได้ เรื่องนี้เป็นของเฉพาะตน (ปัจจุตต) ผู้ที่ทรงอภิญา ๕ เท่านั้นจึงจะสัมผัสได้ ด้วยเหตุนี้ผู้ที่พัฒนาจิตตามแนวของไตรสิกขาเท่านั้น จึงจะมีโอกาสเข้าใจสิ่งที่เขียนบอกเล่ามานี้ เป็นความจริงที่อยู่เหนือระบบประสาทสัมผัส ท่านเจ้าคุณโฆดกได้พูดกับผู้เขียนในครั้งที่ไปปฏิบัติธรรม (พ.ศ.๒๕๑๘) อยู่กับท่าน จึงสามารถพัฒนาจิตตนเอง



ให้เข้าถึงอภิญญา ๕ ได้ในเวลาที่ไม่นานนัก โดยท่าน  
ได้พูดกับผู้เขียนว่า

ท่านเจ้าคุณโชดก : คุณต้องเอาศีลลงคุมให้ถึงใจ  
แล้วใจจึงจะตั้งมั่นเป็นสมาธิได้

ผู้เขียน : เชื้อครูบาอาจารย์ แล้วประพฤติตาม  
คำชี้แนะของท่าน

ผลปรากฏว่าสามารถเข้าถึงอภิญญา ๕ ได้  
ภายในเจ็ดวัน อภิญญา ๕ เป็นความรู้สูงสุดที่เกิดจาก  
การพัฒนาจิตให้ตั้งมั่นเป็นสมาธิแน่นแน่ว หรืออัปปนา  
สมาธิได้แล้ว จึงจะรู้เห็นเข้าใจว่าอภิญญา ๕ มีอยู่จริง  
แต่มิได้เป็นเหตุนำพาชีวิตให้พ้นไปจากรัฏฐสงสาร

อนึ่งการไปสัมผัสหรือรู้เห็นเข้าใจว่าเทวดามีอยู่จริง  
ต้องประพฤติตนให้มีการบำเพ็ญทานอยู่เสมอ และ  
พัฒนาจิตให้มีศีลคุมอยู่ทุกขณะตื่น พระสมณโคดม  
ท่านสอนหมู่พราหมณ์ว่า ไฟที่ไหม้บ้าน เจ้าของบ้าน  
ชนของออกทันทียังจะได้มีโอกาสนั้น เรื่องที่  
พระพุทธเจ้าตรัสบอกพราหมณ์ ก็เพื่อจะให้ทำเหตุตรง  
คือบำเพ็ญทานและรักษาศีลนั่นเอง เพราะคุณธรรมทั้ง  
สองอย่างนี้ เป็นเหตุผลักดันจิตวิญญานไปสู่การเกิด



ในทวโลก การให้ทานเป็นรากเหง้าของสมบัติทั้งปวง  
เกิดเป็นมนุษย์ปรารถนาจะได้โลกธรรมเราก็ได้  
ปรารถนาจะได้วัตถุเราก็ได้ ปรารถนาจะได้กัลยาณมิตร  
มาเป็นเพื่อนเราก็ได้ แต่ให้เพียงระวังเมื่อให้ทานแล้วต้อง  
ไม่เบียดเบียนตัวเอง ให้ทานแล้วไม่หวังสิ่งใดตอบแทน  
หากหวังสิ่งตอบแทนแล้วนั้นน่หมายถึงการเบียดเบียน  
อันมีอานิสงส์เป็นบาป ผู้เขียนได้พิสูจน์แล้วว่า การให้  
ทานโดยไม่หวังสิ่งตอบแทน คือให้ทานแล้วเป็นศุูนย์ สิ่ง  
ดีงามจะกลับคืนสู่ผู้ให้อย่างแน่นอน ให้ทรัพย์เป็นทาน  
แล้ว จะมีทรัพย์เงินทองไม่ขาดมือ ให้อาหารเป็นทาน  
แล้วจะมีอาหารรับประทานอย่างเหลือเฟือ ให้เมตตา  
เป็นทานแล้วย่อมมีเพื่อนมากมีมิตรเข้าใกล้ ฯลฯ ต่างๆ  
เหล่านี้สามารถพิสูจน์ได้ในชีวิตนี้



## อานิสงส์ของทาน

อานิสงส์ของการให้อาหารเป็นทาน เมื่อผลกรรม  
ตอบกลับคืนมาย่อมมีร่างกายสมบูรณ์อ้วนใหญ่ แม้จะ  
มีความอุดมสมบูรณ์อย่างไร ตายแล้วต้องทิ้งในสิ่งที่ได้  
มาทุกคน เป็นเรื่องแปลกแต่จริงว่า นางฟ้ามีรูปร่าง



สวยงาม ไม่มีอ้วนอย่างมนุษย์สักคน มีแต่รูปร่างสะ  
โอดสะอง คือสวยงามและร่างกายมีกลิ่นหอม นางฟ้า  
เป็นผู้มีศีลจึงทำให้มีกลิ่นกายหอม ดังนั้นการให้จึงมี  
อานิสงส์เป็นทาน เป็นที่ตั้งแห่งความไม่อดอยาก

เมื่อพูดถึงเรื่องนี้แล้ว ได้ระลึกถึงครั้งพุทธกาล  
ที่พระพุทธเจ้าพาสงฆ์สาวกเดินทางไปในถิ่นทุรกันดาร  
ท่านได้เรียกหาเอาพระสิวลีเดินทางไปด้วย แม้เส้นทาง  
โคจรจะเป็นถิ่นกันดาร แต่เมื่อมีพระสิวลีร่วมโคจรไป  
ด้วย ปรากฏว่า มีคนมานำอาหารใส่ลงในบาตรกันมาก  
เหตุที่เป็นเช่นนี้ เพราะในอดีตก่อนที่จะมาอุบัติเป็น  
พระสิวลีในครั้งพุทธกาล ท่านได้เกิดเป็นคนยากจน  
แต่มีจิตชอบให้สิ่งต่างๆ ที่บริโภคได้เป็นทานอยู่เสมอ  
ดังนั้นการให้ท่านจึงเป็นที่พึงในปรโลกได้จริง แม้จะ  
หวนมาเกิดเป็นพระสิวลีอยู่ในครั้งพุทธกาล คำว่าความ  
อดอยาก ย่อมไม่บังเกิดขึ้นกับผู้ที่ให้อาหารเป็นทานอยู่  
เนื่องนิത്യ ผู้ที่ไปกู้เงินมาแล้ว นำไปให้ท่านถือว่าเป็นการ  
ให้ทานที่ผิดธรรมในพุทธศาสนา พุทธบริษัทผู้รู้จริงไม่  
นิยมประพฤติ เพราะการให้ท่านเป็นบุญ การเป็นหนี้  
จากการกู้เงินเป็นบาป ผู้ที่ประพฤติเช่นนี้ย่อมได้ทั้ง  
บุญและบาป สุดแต่ว่าอย่างไรหนจะมีมากกว่ากัน หาก



เจตนาให้ทรัพย์เป็นทานมีมาก ย่อมได้บุญมาก ตรงกันข้าม หากหวังจะได้ผลตอบแทนกลับคืนมามาก ย่อมมีผลเป็นบาปมากกว่า

ในครั้งพุทธกาลมีหญิงชรายากจน มีกินบ้างไม่มีกินบ้าง แม้จะมีกินก็กินอย่างจำกัดจำเขี่ย พระมหากัสสปะมีจิตสงสารหญิงชรายากจน คิดหวังจะไปช่วยให้ดีขึ้น จึงพัฒนาจิตด้วยการเข้านิโรธสมาบัติ ๗ วัน เมื่อครบกำหนดแล้ว ได้ออกจากนิโรธสมาบัติ แต่งกายพร้อมกับอุ้มบาตรเดินตรงไปยังบ้านหญิงชรายากจนคนนั้น แต่ปรากฏว่า พระอินทร์อยากได้บุญใหญ่จึงใช้ฤทธิ์เนรมิตกายมาเป็นคนชรารอใส่บาตรตัดหน้า เมื่อพระมหากัสสปะเปิดฝาบาตร แล้วแหงนหน้าขึ้นมองผู้มาใส่บาตร พร้อมกับพูดขึ้นว่า “มหาบพิตรจะปล้นสมบัติของคนยากจนหรือ” พระอินทร์เนรมิตเกิดควมอาย จึงนำอาหารหะกลับคืนสู่ดาวดึงส์ทันที เมื่อพระมหากัสสปะไปยืนรอรับบาตรอยู่หน้าบ้านของหญิงชรายากจน หญิงชราผู้ดอยอยากไม่มีข้าวจะกิน จึงนึกได้ว่ายังมีน้ำดองผักที่เหลือกินไว้ในครั้งที่แล้ว นางจึงได้ไปตักเอาน้ำดองผักมาใส่ลงในบาตร พระมหากัสสปะเมื่อรับบาตรแล้ว จึงไปนั่งฉันน้ำดองผักให้หญิงชราผู้นั้น



เห็น จึงเกิดปีติ ต่อมานางได้ตายลงแล้วไปโอบปาตีกะ  
เป็นนางฟ้ามีวิมานอยู่อาศัยในสวรรค์ชั้นนิมมานนรดี

เรื่องนี้ชี้ให้เห็นว่า การให้ทานไม่จำเป็นต้องให้  
ทานจำนวนมาก แต่เมื่อให้ทานแล้วเกิดปีติอย่างมาก  
เนื่องจากเป็นการให้ที่บริสุทธิ์ให้แล้วไม่หวังผลตอบแทน  
อานิสงส์ของการให้ทานจึงเกิดขึ้น ดังเรื่องที่บอกเล่าสู่  
กันฟัง ดังเรื่องที่ยกขึ้นมาพูดถึง ทานจึงเป็นที่พึงทั้งใน  
โลกนี้และในโลกว่าจริง แต่ทั้งนี้ต้องมีศรัทธาใจให้ได้  
ก่อนแล้วจึงจะให้ทาน จึงจะมีอานิสงส์มาก

ท่านเจ้าคุณโชดกเคยบอกผู้บรรยายว่า เมื่อเอา  
ศีลลงมาให้ถึงใจแล้ว จิตจะไม่หวั่นไหว แต่จิตจะตั้ง  
เป็นสมาธิได้ง่าย จิตที่เป็นสมาธิย่อมส่งผลให้คลื่น  
สมองเป็นระเบียบ สามารถจดจำสิ่งต่างๆ ได้ง่าย ดัง  
นั้นผู้ที่เคยหลงลืมสิ่งต่างๆ ควรพัฒนาจิตให้มีสติ แล้ว  
สมาธิย่อมเกิดตามมา ทำให้คลื่นสมองมีความเป็น  
ระเบียบมากขึ้นแล้ว ความหลงลืมจะหมดไปเองเป็น  
อัตโนมัติ เมื่อจิตเป็นสมาธิ ระบบต่างๆ ของร่างกาย  
ย่อมทำหน้าที่ได้ถูกต้องตรงตามปกติ ปัสสาวะเป็นปกติ ขับ  
ถ่ายหรืออุจจาระให้เป็นปกติ หายใจเป็นปกติ ระบบ  
การไหลเวียนเลือดเป็นปกติ ฯลฯ ต่างๆ เหล่านี้ส่งผล



ให้สุขภาพทางร่างกายสมดุล และมีอายุการใช้งานยืนยาว

จงดูตัวอย่างของผู้มีสุขภาพดี ดังที่ได้เคยกล่าวมาแล้วในตอนต้นว่า คุณพี่ผู้ชายที่มีอายุชั้ยยืนยาวถึง ๙๓ ปี และยังมีสุขภาพดีด้วยการทำเหตุให้ถูกต้องได้แก่ การบริโภคอาหารที่ดี การออกกำลังกายที่ดี และมีจิตเป็นอิสระจากเรื่องต่างๆ ของคนที่พบเห็นพูดคุย เป็นการปล่อยวางรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสทางกาย หรือคือการปล่อยวางความสุขความทุกข์ที่เกิดจากกาม การบริโภคอาหารอร่อยเขาเรียกว่ากามสุข แต่หากเป็นในทางตรงข้าม คือบริโภคอาหารแล้วไม่อร่อย เรียกว่ากามทุกข์ สุขที่เกิดจากการกินจึงมีได้ทั้งกามสุขและกามทุกข์ ผู้มีปัญญาเห็นถูกต้องตามธรรมย่อมไม่นำเอาความสุขและกามทุกข์เข้ามาทับถมใจ หูได้ยินเสียงสรรเสริญหรือเสียงที่ไพเราะก็เรียกว่ากามสุข แต่หากได้ยินในทางที่ตรงกันข้ามก็เรียกว่า กามทุกข์ คนจำนวนมากที่มีได้ฝึกจิตให้มีสติ มักจะรับเอาความสุขและกามทุกข์เข้ามามีอำนาจเหนือใจ เมื่อตายลงแล้วยังมีโอกาสที่จะพบกับพญายม เพราะท่านยังทำหน้าที่อยู่ในกามภพ ตั้งแต่ภพนรกขึ้นไปจนถึงเทวโลก ผู้มีจิตเป็นอิสระจากกามรวมถึงผู้เขียนตายแล้วจิตวิญญานจะไม่โคจรสู่กามภพอีกต่อไป







## สุขจากฉมาน

เมื่อปีพุทธศักราช ๒๕๑๘ ผู้เขียนได้ไปพัฒนาจิตเป็นครั้งแรก อยู่ที่วัดมหาธาตุฯ กรุงเทพฯ วันนั้นเวลาประมาณสองทุ่ม เมื่อภิกษุสงฆ์ผู้ปฏิบัติธรรมมาทันพร้อมแล้ว มีท่านเจ้าคุณโชดกนั่งเป็นประธาน ผู้เขียนได้ยกมือขออนุญาตถามปัญหากับท่านเจ้าคุณฯ

ผู้เขียน : ท่านเจ้าคุณฯ ครับ วันนี้ผมเข้านิพพานครับ จิตเป็นสุขยิ่งกว่าปกติเป็นร้อยเท่า

ท่านเจ้าคุณโชดก : ไม่ใช่นิพพาน แต่เป็นความสุขที่มีจิตเป็นอิสระจากกามแล้วจิตเข้าถึงฉานสมาบัติสุขต่างหากละ

ท่านเจ้าคุณฯ รู้สภาวะธรรมในดวงจิตของผู้ถามปัญหา ด้วยเจตปริยญาณที่ท่านมีอยู่ ผู้ที่นั่งสมาธิจนจิตเข้าถึงความทรงฌานได้ ย่อมมีความสุขอันเนื่องมาจากจิตสงบเกิดขึ้นเช่นนี้ นี่คือการเห็นผิดของพระบวชใหม่ที่ยังมิได้พัฒนาจิตตามแนวของวิปัสสนากรรมฐาน บางคนเอาจิตไปเป็นทาสของความสุขเช่นนี้ ดังตัวอย่าง



ของตีสถภิกษุในครั้งพุทธกาล ได้พัฒนาจิตตามแนวของสมถภาวนาจนจิตเข้าถึงความสงบในฌาน จึงติดความสุขเช่นนั้น เมื่อตายแล้วจึงโอบปาตีกะไปเกิดเป็นตีสสมหาพรหม อยู่ในชั้นมหาพรหมภูมิที่พระมหาโมคคัลลานะขึ้นไปพุดคุยด้วย

แต่ในกรณีของผู้เขียน นับว่าโชคดีที่ได้ท่านเจ้าคุณโชดกเป็นผู้ชี้แนะแนวทางการพัฒนาจิต จึงไม่หลงผิดทาง เหมือนกับตีสถภิกษุที่ยกขึ้นมาบอกเล่า ผู้ที่พัฒนาจิตจนสงบจากอารมณ์ปรุงแต่งแล้ว ย่อมพบกับความสุขจากจิตสงบ และหากพัฒนาจิตจนเข้าถึงความทรงฌานได้แล้วฌานสมาบัติสุขจึงจะมีโอกาสเกิดขึ้นได้ หากตายลงในขณะจิตทรงฌาน พลังของฌานย่อมผลักดันจิตไปโอบปาตีกะอยู่ในพรหมโลก ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับการพัฒนากำลังของฌานได้มากน้อยแค่ไหน รูปพรหมยกเว้นสุทธาวาสและอรุปรหมทั้งสี่ยังมีสภาวะธรรมในดวงจิตเป็นปฏิกฤษณ ตายแล้วยังต้องมาเวียนตายเวียนเกิดอยู่ในวัฏฏสงสารได้อีก ผู้เขียนยังจำได้อย่างเด่นชัดว่า เจ็ดชาติที่แล้วได้นำพาชีวิตวนเวียนอยู่ในวัฏฏสงสาร ด้วยเหตุที่รู้ไม่จริงเป็นแรงผลักดัน ให้ชีวิต



ต้องดำเนินไปเช่นนั้น ชาตินี้เป็นชาติที่แปด ท่านเจ้าคุณ  
โชดกได้เปลี่ยนให้กลับมาเห็นถูกต้องตามธรรม เหตุ  
ที่หลงก็เพราะรู้ไม่จริง หลงติดอยู่กับความสุขอันประณีต  
ยืนยาว สนุกอยู่กับการใช้โลกียญาณสองทางให้กับชีวิต

เมื่อพัฒนาจิตจนเข้าถึงปัญญาเห็นถูกต้องตามธรรม  
ได้แล้ว จึงได้รู้ว่าตีสสมหาพรหม เป็นผู้หลงทางชีวิต  
ท่านอุทกดาบส รามบุตร และท่านอาฬารดาบส กาลาม  
โคตร หลงติดอยู่ในความสุขที่เป็นอรูปธรรม โดยท่าน  
ทั้งสองนึกว่าตนได้เข้าถึงพระนิพพานแล้ว ในสมัยนั้น  
ปัญญาเห็นแจ้งยังไม่เกิด ยังไม่มีผู้ชี้แนะแนวทางให้  
พัฒนาจิตไปสู่การเกิดของปัญญาเห็นแจ้ง แต่มีการ  
แนะนำให้พัฒนาจิตไปสู่ปัญญาสูงสุดที่เห็นไม่แจ้ง ที่  
เรียกว่าอภิญญา ๕ ผู้ที่พัฒนาจิตตามแนวของสมถ  
กรรมฐาน จนจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิระดับฌานได้แล้ว จึง  
จะมีโอกาสเข้าถึงอภิญญา ๕ ได้ เรื่องต่างๆ ที่ผ่านมา  
แล้วแสนนาน เช่น พระมหาชนก ว่ายนํ้าอยู่กลาง  
มหาสมุทรใหญ่ แล้วมีนางฟ้า (มณีเมขลา) มาช่วย  
นำพาไปส่งยังเมืองมิติลา เป็นเรื่องจริงที่เกิดในอดีต  
เรื่องพระเทวทัตถูกธรณีสูบลงนรกเป็นเรื่องจริง เรื่อง



นั้นทมาณพตกนรคตองไปป็นตั้นิ้ว เป็นเรื่องจริงที่เกิด  
ขึ้นแต่ครั้งพุทธกาล ผู้อ่านไม่ต้องตายไปเห็นแล้วมาบอก  
เล่าให้ฟัง หากประสงค์จะพิสูจน์ ขอเพียงพัฒนาจิตจน  
ตั้งมั่นเป็นสมาธิระดับฌานให้ได้ นำจิตออกจากความ  
ทรงฌาน แล้วอธิษฐานขอเห็นสิ่งที่บอกเล่ามานี้ ว่าเป็น  
เรื่องจริงหรือไม่ การประพตติเช่นนี้ยังมีโอกาสมาบอก  
เล่าให้ฟังได้

มีอยู่ครั้งหนึ่ง ไปบรรยายให้ผู้สนใจฟังที่จังหวัด  
ลพบุรี หลังจากได้บรรยายธรรมแล้วเสร็จ ได้เดินทาง  
กลับกรุงเทพฯ ผ่านมาทางวัดพระบาทน้ำพุ จึงขอแวะ  
ศึกษาซากศพที่เจ้าอาวาสแขวนไว้ให้ดูในพิพิธภัณฑ์ชีวิต  
เมื่อไปเห็นแล้วได้ใช้สุภะกรรมฐานพิจารณาสิ่งที่ตาเห็น  
สอนใจเราได้อย่างดีว่า ณ ที่แห่งนั้นไม่มีผีมาหลอกหลอน  
เพราะทุกดวงจิตวิญญานได้โคจรไปสู่อบายภูมิตาม  
แรงผลักของกรรม จิตวิญญานยังถูกแรงกรรมผลัก  
ดันให้ไปเสวยอกุศลวิบาก ผู้รู้จริงแท้และรู้จริงในทุกสิ่ง  
ทุกอย่าง ได้บัญญัติศีลทำให้สัตว์ในวัฏฏสงสารได้  
ประพตติตาม ทั้งนี้เป็นเพราะผู้ทรงไว้ซึ่งความเป็น  
ลัทธิปัญญา ทรงรู้ว่าชีวิตของสรรพสัตว์ ตั้งแต่ภพนรกไป



จนถึงพรหมโลก ยังต้องดำเนินไปตามกฎแห่งกรรม หากประพติตนมืออย่างน้อยศีล ๕ ได้แล้ว เมื่อตายลง จิตวิญญาณยังถูกพลังของคุณธรรมผลักดันให้ไปเกิด หรือโอปปาติกะอยู่ในสุคติภพ หากประพติตนมือ ๕ ย่อมถูกพลังของบาปผลักดันจิตวิญญาณให้ไปเกิด หรือไปโอปปาติกะอยู่ในทุคติภพ ตามกฎแห่งกรรมที่ ตนได้ประพตติไว้เป็นเหตุ





## นอกเหตุเหนือผล

ผู้เขียนในฐานะที่ได้พัฒนาสมอง จนเข้าถึงความรู้สูงสุดของโลก และได้พัฒนาจิตเข้าถึงความรู้สูงสุดที่ระบบประสาทไม่สามารถสัมผัสได้ จึงได้ชี้บอกทางเดินของชีวิตให้มนุษย์ทุกรูปนาม ได้นำไปคิดนำไปพิจารณา และนำไปพิสูจน์ จนเข้าถึงความเป็นจริงแท้ได้แล้ว พึ่งเลือกทางเดินของชีวิตด้วยตัวเอง และการเกิดมาได้ อัจฉริยะเป็นมนุษย์จะไม่สูญเปล่า

การเข้าถึงความรู้ในทางโลกเข้าถึงด้วยการพัฒนาสมอง ตามแนวของการฟัง การอ่าน และการวิเคราะห์ วิจัยหาความสัมพันธ์ระหว่างเหตุและผล แล้วความจริงย่อมเกิดขึ้นให้สมองสัมผัสได้ แต่การไปพัฒนาสมองจนเข้าถึงความรู้หรือปัญญาสูงสุดในทางโลกแล้ว ทำให้ไม่สามารถสัมผัสกับความจริงในพุทธศาสนาได้หลังจากเรียนจบปริญญาสูงสุดในทางโลกมาแล้ว จึงได้มีโอกาสไปพัฒนาจิต จนเข้าถึงโลกียญาณ (อภิปัญญา ๕) และโลกุตตรญาณ (ญาณ ๑๖) ได้ จึงทำให้ความเชื่อในความ เป็นจริงเปลี่ยนไป รู้ว่าเหตุและผล (ความจริง) ที่



สัมพันธ์กันยังมีอยู่ในโลกนี้ เป็นเรื่องของจิตสัมผัส ที่ผู้เขียนสามารถเข้าถึงได้ และได้ใช้ความรู้สูงสุดหรือปัญญาสูงสุด เช่นนี้ส่องนำทางให้กับชีวิต ทั้งของตัวเอง และของผู้สนใจ ที่จะนำพาชีวิตไปตามแนวทางในพุทธศาสนา

การศึกษาเล่าเรียนมาทางโลก เป็นการพัฒนาสมอง ให้เข้าถึงความจริงด้วยประสาทสัมผัส เป็นความจริงที่แปรเปลี่ยนไปตามกาลเวลาจึงเรียกความจริง เช่นนี้ว่าเป็นสภาวะลึกลับ แต่ผู้ที่เข้าถึงความจริงจากจิตสัมผัสแล้ว จึงเรียกความจริงในทางโลกว่าเป็นอวิชา (โมหะ) ที่มีระบุมั่วในปัจจุสมุขบาท ในครั้งต่อไปพัฒนาจิตตามแนวของสมถภาวนา เมื่อพัฒนาจิตจนเข้าถึงสมาธิสูงสุด (ฌาน) แล้วนำจิตออกจากความทรงฆานความรู้สูงสุด (โลกียฌาน) ที่เรียกบุพเพนิวาสานุสติฌาน ได้เกิดขึ้น จนทำให้ภิกษุบวชใหม่ต้องน้ำตาหยด ด้วยไปสัมผัสกับชีวิตของตนเองในชาติหนหลัง เกิดเป็นสัตว์อยู่ในภพภูมิต่างๆ จนนับไม่ถ้วน (อนันต์) จึงได้อธิษฐานในครั้งนั้นว่า ต่อไปนี้จะไม่นำพาชีวิตเวียนตาย เวียนเกิดอยู่ในวัฏฏสงสารอีกต่อไป





มีอยู่ครั้งหนึ่งได้มีโอกาสสนทนากับพระนิยต-  
โพธิสัตว์รูปหนึ่ง จากการสนทนาธรรมในวันนั้น ผู้เขียน  
ได้บอกท่านว่า ผมจะไม่ตามไปเกิดเป็นพุทธสาวกของ  
ท่านแล้ว ตายจากภพมนุษย์ครั้งนี้ ผมจะขึ้นไปเกิดอยู่  
ข้างบน เพื่อไปบอกกับเทวดารวมถึงพรหมว่า “ความ  
โลภ ความโกรธ ความหลง อย่าให้เข้ามามีอำนาจ  
เหนือใจ เพราะกิเลสใหญ่ทั้ง ๓ ตัวนี้เป็นเหตุผลักดัน  
จิตวิญญาณให้โคจรไปเกิดเป็นสัตว์อยู่ในอบายภูมิ” คำ  
กล่าวนั้นเป็นสิ่งที่ผู้เขียนได้พูดกับพระปาที่ดำเนินชีวิต  
ตามแนวทางของพระโพธิสัตว์

เดี๋ยวนี้ผู้เขียนเดินทางไปบรรยายธรรม ณ สถานที่  
ที่แห่งใด หรือแม้กระทั่งเขียนหนังสือที่เกี่ยวกับธรรมะ  
จะใช้ปัญญาสูงสุดที่ได้จากการพัฒนาจิต ไปบอกกล่าว  
ให้ผู้ฟังธรรม ได้รู้เห็นเข้าใจในความจริงแท้ ที่เขา (พุทธ  
บริษัท) ควรจะรับรู้เพื่อใช้เป็นเครื่องส่องนำทางให้กับชีวิต  
ยิ่งไปกว่านั้นยังได้ใช้ปัญญาสูงสุดที่เกิดจากการพัฒนาจิต  
เขียนเรื่องราวต่างๆ ของชีวิตให้ผู้ประสงค์นำพาจิตใจให้  
พ้นไปจากวัฏฏสงสารได้อ่าน แล้วเลือกใช้ปัญญาเห็น  
ถูกต้องตามธรรมส่องนำทางชีวิตด้วยตัวของผู้อ่านเอง

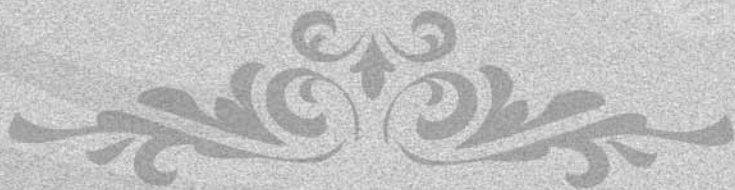


จิตของมนุษย์ เทวดา รวมถึงพรหม หากใช้ปัญญาเห็นแจ้งกำจัดกิเลสที่หมักหมมอยู่ในดวงจิต เช่น ความโลภ ความโกรธ ความหลง เมตตา สติ ปัญญา บุญบารมี ฯลฯ (เจตสิก) ที่นอนเนื่องอยู่ในจิตสันดานให้หมดไป เมื่อตายลงหรือจุติลงเมื่อใด จิตจึงจะมีโอกาสโคจรไปสู่พระนิพพานได้ จิตที่อยู่ในสภาวะนิพพานเป็นจิตที่บริสุทธิ์ ปราศจากสิ่งปนเปื้อน (สังโยชน์ ๑๐) ใดๆ ย่อมมีโอกาสโคจรมาสู่วิมุตติสงสารได้ แต่ไม่ลงมาเกิดเป็นสัตว์มีรูปนามใดๆ อีกต่อไป (ขออภัยผู้ที่เชื่อตำราคัมภีร์ที่มีผู้เขียนบอกไว้) หากประสงค์จะพิสูจน์ความจริงในเรื่องนี้ ต้องนำตัวเองเข้าพัฒนาจิตตามแนวของวิปัสสนากรรมฐาน แล้วโอกาสเข้าถึงความจริงในสิ่งที่เขียนบอกไว้ จึงจะมีได้เป็นได้

สรุปแล้ว มรณสติเป็นสิ่งที่มีความค่า ควรที่จะแสวงหาให้มีอยู่กับจิตเป็นยิ่งนัก ผู้ที่ใช้ปัญญาทางโลกไปแสวงหาความสุขสมบัติ แสวงหาสวรรค์สมบัติ แสวงหาพรหมสมบัติ เหล่านี้เป็นการแสวงหาที่ผิดทางในพุทธศาสนา เป็นการแสวงหาสมบัติกำพร้าหรือสมบัติที่ครอบครองได้ชั่วคราว พฤติกรรมการแสวงหาเหล่านี้ เป็นตัวบ่งชี้สภาวะธรรมชาติที่มีอยู่ในดวงจิต



ด้วยเหตุนี้ผู้รู้จริงแท้จึงได้บอกว่า การพัฒนาจิต (สมถ  
ภาวนา) ให้มีสติกำกับ แล้วพัฒนาจิต (วิปัสสนาภาวนา)  
ให้เกิดปัญญาเห็นแจ้ง จึงจะเรียกได้ว่าเป็นผู้มีสติ  
สัมปชัญญะ หากใช้สติสัมปชัญญะสองนำทางให้กับชีวิต  
กำจัดกิเลส (สังโยชน์ ๑๐) ที่นอนเนื่องอยู่ในจิตสันดาน  
ให้หมดไปได้เมื่อใด สภาวะที่เรียกว่านิพพาน จึงจะเข้า  
ถึงได้เมื่อนั้น





## ๑. อนุสติ ๑๐ ได้แก่

๑. ระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้า (พุทธานุสติ)
๒. ระลึกถึงคุณของพระธรรม (ธัมมานุสติ)
๓. ระลึกถึงคุณของพระสงฆ์ (สังฆานุสติ)
๔. ระลึกถึงศีลที่ตนรักษาได้แล้ว (สีลานุสติ)
๕. ระลึกถึงทานที่ตนได้บริจาคแล้ว (จาคานุสติ)
๖. ระลึกถึงคุณที่ทำให้คนเป็นเทวดา (เทวดานุสติ)
๗. ระลึกถึงความตายที่จะต้องเกิดขึ้นเป็นธรรมดา (มรณสติ)
๘. ระลึกถึงสิ่งที่ประกอบขึ้นเป็นร่างกายที่ไม่สวຍไม่งาม (กายคตาสติ)



๙. ระลึกถึงลมที่ตนหายใจ เข้า-ออก อยู่เสมอ  
(อานาปานสติ)
๑๐. ระลึกถึงธรรมอันเป็นที่สงบระงับจากกิเลส  
และความทุกข์ คือ นิพพาน (อุปสมานุสติ)



## ๒. อภิญญา ๔

หมายถึง ความรู้ขั้นสูงที่เกิดขึ้นกับดวงจิตได้แก่

๑. ความรู้ที่ใช้แสดงฤทธิ์ต่างๆ ได้ (อิทธิวิธิ)
๒. ความรู้ที่ได้ยินเสียงของสัตว์ที่อยู่ห่างไกลได้  
(ทิพโสต)
๓. ความรู้ที่สามารถหยั่งรู้ความคิดของคนอื่นได้  
(เจโตปริยญาณ)
๔. ความรู้ที่ทำให้ระลึกชาติหนหลังได้ (บุพเพนิ-  
วาสานุสติญาณ)
๕. ความรู้ที่ทำให้เห็นสัตว์กายทิพย์ได้ (ทิพพจักขุ)





### ๓. ญาณ ๑๖

หมายถึง ความรู้สูงสุดที่เกิดในดวงจิตของผู้  
บำเพ็ญวิปัสสนากรรมฐานได้แก่

๑. ญาณกำหนดแยก रूपนาม (นามรูปปริจเฉท  
ญาณ)
๒. ญาณกำหนดรู้ปัจจัยของนามและรูป (ปัจจัย  
ปริคคหญาณ)
๓. ญาณพิจารณานามรูปโดยไตรลักษณ์ (สัมม-  
สนญาณ)
๔. ญาณตามเห็นการเกิดและการดับของนามรูป  
(อุทยัพพยานุปัสสนาญาณ)
๕. ญาณตามเห็นความดับเด่นขึ้นมา (กัณฺหา  
ปัสสนาญาณ)
๖. ญาณอันมองเห็นสังขารปรากฏเป็นของน่ากลัว  
(ภยตูปัญฐานญาณ)
๗. ญาณค้ำหนึ่งเห็นโดยของสังขารทั้งปวง (อาทิน  
วานุปัสสนาญาณ)



๘. ญาณที่เห็นความเบื้อหน่าย (นิพพิทานุปัตสนา ญาณ)
๙. ญาณหยั่งรู้อันใคร่จะไปให้พ้นจากสังขาร เหล่านั้น (มุกฺขจิตฺตักมยตาญาณ)
๑๐. ญาณพิจารณาทบทวนหาทาง (ปฏิสังขานุปัตสนาญาณ)
๑๑. ญาณที่เป็นกลางต่อสังขาร (สังขารุเปกขาญาณ)
๑๒. ญาณที่ควรแก่การหยั่งรู้อริยสัจจ (สัจจานุโลมิกญาณ)
๑๓. ญาณที่เป็นหัวต่อข้ามภาวะความเป็นปุถุชน (โคตรภูญาณ)
๑๔. ญาณหยั่งรู้ความเป็นอริยบุคคล (มัตตคญาณ)
๑๕. ญาณที่เข้าถึงความเป็นอริยบุคคลขั้นนั้นๆ (ผล ญาณ)
๑๖. ญาณพิจารณาทบทวนกิเลสที่ละได้ กิเลสที่ยังเหลืออยู่ในดวงจิตและนิพพาน (ปัจจเวกชนญาณ)







#### ๔. เอกัคคตา

หมายถึง ความมีจิตแน่วแน่อยู่ในอารมณ์อันเดียว  
อารมณ์ของอรูปนามมีอย่างละหนึ่งอารมณ์ ได้แก่

๑. *อรูปฌานที่ ๑* จิตมีอารมณ์กำหนดช่องว่าง  
หาที่สูดมิได้ (อากาศสำนัญจายตนะ)
๒. *อรูปฌานที่ ๒* จิตมีอารมณ์กำหนดวิญญาณ  
หาที่สูดมิได้ (วิญญาณัญจายตนะ)
๓. *อรูปฌานที่ ๓* จิตมีอารมณ์กำหนดความไม่มี  
อะไรเลย (อากิญจัญญายตนะ)
๔. *อรูปฌานที่ ๔* จิตมีอารมณ์กำหนดความมี  
สัญญาที่ไม่ใช่ ไม่มีสัญญาที่ไม่ใช่ (เนวสัญญานา  
สัญญายตนะ)







ปัจจุบันโลกเรามีคนเกิดมาเป็นมนุษย์  
ประมาณเจ็ดพันล้านคน  
ทุกคนต้องตายลงในวันนี้หรือวันข้างหน้า  
เป็นธรรมดา

ผู้ที่ระลึกถึงความตายอยู่เสมอ  
ย่อมไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต  
ย่อมพัฒนาจิตให้มีสติ  
จิตที่มีสติคุ้มครองอยู่ทุกขณะตื่น  
ย่อมรับเอาแต่สิ่งที่เป็นกุศลธรรม  
เข้าปรุงเป็นอารมณ์



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