



โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมังคโล)
ในการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย
PHRAPHROMMONGKOL (THONG SIRIMANGKALO)
TEACHING IN DEATH PREPAREDNESS

พระครูใบฎีกาธนวัฒน์ ปณณวสุโร (สุตารัศมีโกศล)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๑



โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคลโล)
ในการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย

พระครูใบฎีกาธนวัฒน์ ปญฺญาวุโร (สุตารัศมีโกคิน)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๑

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



Phraphrommongkol (Thong Sirimangkalo)
Teaching in Death Preparedness

Phrakhru Baidika Tanawat Paññāvudho (Sudaratsameepokin)

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
the Requirements for the Degree of
Master of Arts
Buddhist Studies

Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
C.E. 2018

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์ เรื่อง “โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ในการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย” เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

(พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์

ประธานกรรมการ

(รศ. ดร.ปรุทม์ บุญศรีตัน)

กรรมการ

(ผศ. ดร.สมหวัง แก้วสุพงษ์)

กรรมการ

(ดร.ไพรินทร์ ณ วันนา)

กรรมการ

(พระมหาอินทร์วงศ์ อิสสรภาณี, ดร.)

กรรมการ

(ดร.ชยุตน์ อัครธรรมานนท์)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

พระมหาอินทร์วงศ์ อิสสรภาณี, ดร.

ประธานกรรมการ

ดร.ชยุตน์ อัครธรรมานนท์

กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย

(พระครูใบฎีกาธวัช ญาณวชิโร)

ชื่อวิทยานิพนธ์	: โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ในการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย
ผู้วิจัย	: พระครูใบฎีกาธนวัฒน์ ปณฺณวโร (สุตารัศมีโกศล)
ปริญญา	: พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์	: พระมหาอินทร์วงศ์ อัสสรภาณี, ดร., ป.ธ. ๔, พธ.บ. (ภาษาอังกฤษ), ศษ.บ. (การสอนภาษาไทย), กศ.ม. (การบริหารการศึกษา), พธ.ด. (พระพุทธศาสนา) : ดร.ชยวัฒน์ อัครธรรมานนท์, ศศ.บ. (สื่อสารมวลชน), ศศ.ม. (ไทยศึกษา), พธ.ด. (พระพุทธศาสนา)
วันสำเร็จการศึกษา	: ๘ มีนาคม ๒๕๖๒

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์เรื่อง “โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ในการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย” เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ (Quality Research) ศึกษาด้านเอกสาร (Documentary Research) และการสัมภาษณ์เชิงลึก (Indept Interview) มีวัตถุประสงค์คือ ๑) เพื่อศึกษาแนวคิดเรื่องการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพุทธบริษัทในสมัยพุทธกาล ๒) เพื่อศึกษาโอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ที่เกี่ยวข้องกับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย และ ๓) เพื่อวิเคราะห์แนวทางการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายกับการดำเนินชีวิตประจำวัน

ผลการศึกษาพบว่า ความตาย หมายถึง การสิ้นไปหรือความดับของชีวิต เป็นสภาวะของการยุติการทำงานของขันธ์ ๕ อย่างสิ้นเชิง มีองค์ประกอบ ๒ ลักษณะ คือการตายทางกายภาพ ได้แก่ การดับของขันธ์ ๕ และการตายทางด้านจิตวิญญาณ ได้แก่ การตายจากคุณงามความดี จำแนกออกเป็น ๔ ประเภท คือ การตายจากภพที่เป็นของสรรพสัตว์ทั่วไป การตายที่ขาดจากภพ การตายชั่วขณะที่เกิดขึ้นทุกลมหายใจ และการตายโดยสมมติของชาวโลก สาเหตุของการตายในพระพุทธศาสนามีอยู่ ๒ หลักใหญ่ คือ เกิดจากกรรมวิบากและอายุขัย

สำหรับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพุทธบริษัทในสมัยพุทธกาล งานวิจัยนี้ศึกษากรณีของพระสารีบุตร พระอานนท์ พระนางปชาบดีเถรี พระนางเขมาเถรี อนาถบิณฑิกเศรษฐี พระเจ้าพิมพิสาร นางวิสาขา และนางสุนณาเทวี จากการศึกษาพบว่า เนื่องจากท่านเหล่านี้เป็นพระอริยบุคคลจึงมีการเตรียมตัวตายที่ดี ไม่มีความประมาท ก่อนตายได้มีการทูลลาพระผู้มีพระภาคเจ้า จากนั้นก็ทำกิจหรือภาระสุดท้ายของตนให้เรียบร้อย แล้วจึงตายหรือนิพพานอย่างมีสติ

ในส่วนของโอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ที่เกี่ยวข้องกับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย พบว่า พระพรหมมงคลได้นำหลักสติปัฏฐาน ๔ มาสู่การปฏิบัติเป็นรูปแบบที่ชัดเจน เข้าใจง่าย สามารถปฏิบัติได้และเห็นผลได้ มีจุดเด่น คือการกำหนดอิริยาบถย่อยอย่างต่อเนื่อง อิริยาบถย่อยเหล่านี้เป็นเครื่องมือในการกำกับสติให้เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องและมีการ

กำหนดให้ถี่ขึ้นเรื่อยๆ จนไม่ทำให้เกิดช่องว่างของสติ พระพรหมมงคลมีโอวาทที่เกี่ยวกับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายจำแนกตามหลักสติปัฏฐาน ๔ คือ ๑. กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ให้และเอากายเป็นฐานที่ระลึกถึงความเสื่อมของกาย เพื่อไม่ให้เกิดความประมาทใจการดำเนินชีวิต ๒. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ให้เฝ้าดูหรือสังเกตการณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้นเพื่อให้คุ้นเคยกับเวทนาใหญ่ที่จะเกิดขึ้นในยามสิ้นใจ ๓. จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ให้มีจิตมั่นคง สะอาด ไม่หวั่นไหว และ ๔. ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ให้พิจารณาธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นตามที่เป็นจริง

แนวทางการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายกับการดำเนินชีวิตประจำวัน จำแนก ๓ กลุ่ม คือ ๑. ความสำคัญของการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย ได้แก่ มีสติไม่หลงตายกับมีสติเป็นที่ไป เบื้องต้น ๒. หลักคิดเพื่อการเตรียม มี ๔ แนวทาง ได้แก่ อยู่อย่างมีความเพียรทางด้านร่างกาย อยู่อย่างมีความเพียรทางด้านจิตใจ ๓) อยู่อย่างมีความเพียรในการดำเนินชีวิต และ ๔) อยู่เพื่อเตรียมตัวตายอยู่เสมอ ส่วนการประยุกต์ใช้การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายในชีวิตประจำวัน มี ๒ แนวทาง ได้แก่ การปรับปรุงพฤติกรรมและการพัฒนาจิตใจ

Thesis Title : Phraphrommongkol (Thong Sirimangkalo) Teaching in Death Preparedness
Researcher : Phrakhru Baidika Tanawat Paññāvudho (Sudaratsameepokin)
Degree : Master of Arts (Buddhist Studies)

Thesis Supervisory Committee

: Phramaha Inthawong Issarabhāṇī, Dr., Pali IV,
 B.A. (English), M.A. (Thai Teaching), M.Ed.
 (Educational Administration), Ph.D. (Buddhist Studies)
 : Dr. Chayanan Assawadhammanond, B.A. (Public
 Communication), M.A. (Thai Studies),
 Ph.D. (Buddhist Studies)

Date of Graduation : March 8, 2019

Abstract

This thesis entitled “Phraphrommongkol (Thong Sirimangkalo) Teaching in Death Preparedness”. This study is quality research, documentary research and indept interview. The objectives of this research as follows: 1) to study the concept of preparing for death of a Buddhist Company in Buddha era, 2) to study the Dhamma Teaching of Phrabrahmamongkhon related to preparing for death, and 3) to analyze the way to prepare for death to daily life.

The study found that the death means an end or a quench of life that is state of work termination of Khan 5, with 2 elements, namely physical death, namely the quenching of the five aggregates (Pañca –khandha) completely there are 2 elements, namely physical death that is to end of the five aggregates and spiritual death that is the death from virtue. That can be classified into 4 kinds, namely the death from the world of all living creatures, the death without the world, the moment of death that occurs every breath and the death by supposing the world. There are two main causes of death in Buddhism, including caused by retribution and lifespan.

Preparing for the death of the Buddhist Company in Buddha era. This research studies the case of Phra Sariputta, Phra Anon, Phra Nang Pachabodithera,

Phra Nang Khemari, Anathabinthikasetthi, Phra Phimpisan, Nang Visakha and Nang Sumnathevi According to studies, it has been found that these are the noble people, therefore having a good death preparation, No negligence, before death they had to say goodbye to the Buddha. Then they did the duties or their last missions already, therefore die and nirvana consciously.

In the part of the Dhamma teaching of related to the death preparation, it was found that Phrabhramamongkhon brought the principle of mindfulness foundations to practice that is clear, easy to understand, able to practice and see the result. There is a distinctive feature that is to define continuous sub-posture. These sub-postures are a tool for controlling the consciousness to occur continuously and have been defined more frequently until not causing the gap of consciousness. Brahnamongkhon has a teaching about the death preparation that can be classified into 4 principles, namely

1. Kāyānupassanā Satipatthāna, is to determine of body as a base In order to remember the deterioration of the body, not to cause negligence in life
2. Vedānānupassanā Satipatthāna is to keep watching or observing the feelings that occur to familiarize with the great compassion that will occur in the time of death.
3. Cittānupassanā Satipatthāna is to determine of a stable mind, clean mind and not to be shaken mind. And 4. Dhammānupassanā Satipatthāna is to determine all the Dhamma that happened truly.

The guidelines for preparing to the death and daily life that can be classified into 3 groups, namely

1. The importance of preparing for death is to have consciousness, do not get lost in death and having heaven where to go.
2. There are four main ideas for preparation, including 1) to live with perseverance on the body, 2) to live with psychological perseverance, 3) to live with perseverance in daily life and 4) to live in order to always prepare for death.

In the part of the application of preparing for the death in daily life there are 2 ways, including improving behavior and mental development.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จลงด้วยดี เพราะได้รับความเมตตาอนุเคราะห์จากบุคคลหลายฝ่าย ดังต่อไปนี้ ขออนุโมทนาขอขอบคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.ปรุทธิ์ บุญศรีตัน ประธานคณะกรรมการสอบ วิทยานิพนธ์ ตลอดทั้ง พระครูสิริสุตานุยุต ผศ.ดร. ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน และพระมหา อินทร์วงศ์ อิสสรภาณี, ดร. ที่ได้กรุณารับเป็นที่ประธานปรึกษาวิทยานิพนธ์ ท่าน อ. ดร.ชญานันท์ อัครธรรมานนท์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมหวัง แก้วสุฟอง และ ดร.ไพรินทร์ ณ วันนา ที่ได้ให้ ข้อเสนอแนะข้อคิดเห็น และตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องของวิทยานิพนธ์เล่มนี้จนสมบูรณ์

ขอขอบคุณเพื่อนๆ นิสิตปริญญาโท รุ่น ๓ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูนทุกรูป ทุกท่าน โดยเฉพาะคุณเตชิน อิสระภาณวงศ์ ที่ได้ให้ความช่วยเหลือในการ ตรวจสอบเล่มมาโดยตลอด ขอขอบพระคุณเจ้าหน้าที่ของศูนย์บัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ที่ดูแลประสานงานด้านเอกสารต่างๆ เป็นอย่างดีเยี่ยมมาโดยตลอด

ขอกราบขอบพระคุณบูรพาจารย์ ตลอดจนครูบาอาจารย์ทุกท่านที่ประสิทธิ์ประสาท ความรู้ให้มาโดยตลอด กับทั้งท่านผู้เป็นเจ้าของตำราทุกเล่ม ที่ทำให้ข้าพเจ้าได้มีโอกาสศึกษาค้นคว้า และเขียนวิทยานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จ

คุณงามความดีอันจะพึงเกิดพึงมีของวิทยานิพนธ์เล่มนี้ ขอน้อมบูชาคุณพระรัตนตรัย กับ ทั้งขอน้อมถวายแด่พระเดชพระคุณหลวงปู่พระพรหมมงคล (ทอง สิริมุงคโล) วัดพระธาตุศรีจอมทอง วรวิหาร อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่ และผู้มีพระคุณทั้งหลายมีบิดามารดาของข้าพเจ้า เป็นต้น

พระใบฎีกาธนวัฒน์ ปญญาวัธ (สุตารัศมีโกคิน)

๒๑ มกราคม ๒๕๖๒

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
กิตติกรรมประกาศ	จ
สารบัญ	ฉ
คำอธิบายสัญลักษณ์ย่อ	ณ
บทที่ ๑ บทนำ	
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ คำถามวิจัย	๓
๑.๓ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๓
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๔
๑.๕ คำอธิบายศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๔
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๕
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๑๐
๑.๘ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย	๑๐
บทที่ ๒ แนวคิดเรื่องการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพุทธบริษัทในสมัยพุทธกาล	๑๑
๒.๑ ปัญหาและแนวคิดเกี่ยวกับความตายในพระพุทธศาสนา	๑๒
๒.๑.๑ ความหมายของความตาย	๑๒
๒.๑.๒ แนวคิดเกี่ยวกับการตายในพระพุทธศาสนา	๑๔
๒.๒ การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพระพุทธเจ้า	๒๐
๒.๓ การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของภิกษุในสมัยพุทธกาล	๒๒
๒.๓.๑ การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพระอานนท์เถระ	๒๓
๒.๓.๒ การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพระสารีบุตรเถระ	๒๕
๒.๔ การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของภิกษุณีในสมัยพุทธกาล	๒๘
๒.๔.๑ การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพระมหาประชาบดีโคตรมีเถรี	๒๘
๒.๔.๒ การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพระเขมาเถรี	๓๑
๒.๕ การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของอุบาสกในสมัยพุทธกาล	๓๓
๒.๕.๑ การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของอนาถปิณฑิกเศรษฐี	๓๓
๒.๕.๒ การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพระเจ้าพิมพิสาร	๓๖

๒.๖	การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของอุบาสิกาในสมัยพุทธกาล	๓๘
๒.๖.๑	การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของนางวิสาขา	๓๘
๒.๖.๒	การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของนางสุนาเทวี	๔๑
บทที่ ๓	โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ที่เกี่ยวข้องกับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของ	๔๔
๓.๑	ประวัติและผลงานของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) โดยสังเขป	๔๔
๓.๒	สติปัฏฐาน: แนวทางการสอนกรรมฐานของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล)	๔๗
๓.๓	โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ที่เกี่ยวข้องกับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย	๕๖
๓.๓.๑	กายานุปัสสนาสติปัฏฐานกับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย	๕๗
๓.๓.๒	เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานกับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย	๖๐
๓.๓.๓	จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานกับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย	๖๑
๓.๓.๔	ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานกับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย	๖๔
บทที่ ๔	วิเคราะห์แนวทางการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายกับการดำเนินชีวิตประจำวัน	๖๗
๔.๑	ความสำคัญของการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย	๖๘
๔.๑.๑	มีสติไม่หลงตาย	๖๘
๔.๑.๒	มีสุคติเป็นที่ไปเบื้องหน้า	๗๐
๔.๒	หลักคิดเพื่อการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย	๗๒
๔.๒.๑	อยู่อย่างมีความเพียรทางด้านร่างกาย	๗๔
๔.๒.๒	อยู่อย่างมีความเพียรทางด้านจิตใจ	๗๕
๔.๒.๓	อยู่อย่างมีความเพียรในการดำเนินชีวิต	๗๕
๔.๒.๔	อยู่เพื่อเตรียมตัวตายอยู่เสมอ	๗๘
๔.๓	การประยุกต์ใช้การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายในชีวิตประจำวัน	๗๙
๔.๓.๑	ด้านการปรับปรุงพฤติกรรม	๗๙
๔.๓.๒	ด้านการพัฒนาจิตใจ	๘๐
บทที่ ๕	สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ	๘๒
๕.๑	สรุปผลการวิจัย	๘๒
๕.๑.๑	แนวคิดเรื่องการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพุทธบริษัทในสมัยพุทธกาล	๘๓

๕.๑.๒ โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล)	๘๔
ที่เกี่ยวข้องกับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย	
๕.๑.๓ วิเคราะห์แนวทางการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย	๘๕
กับการดำเนินชีวิตประจำวัน	
๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๘๖
๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะทางวิชาการ	๘๖
๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป	๘๗
บรรณานุกรม	๘๘
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก รายนามผู้เชี่ยวชาญหรือผู้ให้ข้อมูลสำคัญ	๙๓
ภาคผนวก ข หนังสือขอความอนุเคราะห์ในการสัมภาษณ์	๙๔
ภาคผนวก ค ประมวลภาพจากการศึกษาสัมภาษณ์	๑๐๗
ประวัติผู้วิจัย	๑๐๙

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

การใช้หมายเลขอ้างอิงพระไตรปิฎกภาษาบาลี จะแจ้งเล่ม / ข้อที่ / หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ ตัวอย่างเช่น วิ.ม. (บาลี) ๔/๓๓/๒๘. หมายถึง วินยปิฎก มหาจุลคปาติ เล่ม ๔ ข้อ ๓๓ หน้า ๒๘ ฉบับสยามราษฎร์ปิฎก ๒๕๒๕.

การใช้หมายเลขอ้างอิงพระไตรปิฎกภาษาไทย จะแจ้งเล่ม / ข้อที่ / หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ ตัวอย่างเช่น ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๓๗/๑๙๔. หมายถึง ทีฆนิกาย ปาฎิกวรรค เล่ม ๑๑ ข้อ ๒๓๗ หน้า ๑๙๔ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙. ในการอ้างอิงอรรถกถา จะแจ้งเล่ม / ข้อที่ / หน้า เช่น ที.สี.อ. (บาลี) ๑/๒๗๕/๒๓๙. หมายถึง ทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสินี สีลขันธวรรคอรรถกถา. มหามกุฏราชวิทยาลัย

พระวินัยปิฎก

วิ.ม.	(ไทย)	=	วินัยปิฎก มหาวรรค	(ภาษาไทย)
วิ.ภิกขุณี	(ไทย)	=	วินัยปิฎก ภิกขุณีวิภังค์	(ภาษาไทย)
วิ.จู.	(ไทย)	=	วินัยปิฎก จูฬวรรค	(ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

ที.สี.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ม.มู.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.ม.	(บาลี)	=	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปณณาสกปาติ	(ภาษาบาลี)
ม.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปณณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.อุ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย อุปริปณณาสก์	(ภาษาไทย)
ส.ส.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
ส.ข.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย นิทานวรรค	(ภาษาไทย)
ส.ข.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย ขันธวารวรรค	(ภาษาไทย)
ส.สพ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค	(ภาษาไทย)
ส.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
อง.เอกก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย เอกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ทุก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ทุกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ติก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ติกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.จตุกก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ปญจก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ปญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.สตตก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย สัตตกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.อฏฐก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย อฏฐกนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.ขุ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ขุททกปาฐะ	(ภาษาไทย)

พ.ธ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ธรรมบท	(ภาษาไทย)
พ.อุ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย อุทาน	(ภาษาไทย)
พ.วิ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย วิมาน	(ภาษาไทย)
พ.เถร.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย เถรคาถา	(ภาษาไทย)
พ.เถรี.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย เถรีคาถา	(ภาษาไทย)
พ.จู.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย จุฬนิตเทศ	(ภาษาไทย)
พ.อป.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย อปทาน	(ภาษาไทย)

พระอภิธรรมปิฎก

อภิ.สง.	(ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก สังคินี	(ภาษาไทย)
---------	-------	---	---------------------	-----------

การใช้อักษรย่อคัมภีร์อรรถกถา จะแจ้งคัมภีร์/ลำดับเล่ม/ข้อ/หน้า เช่น ที.สี.อ. (บาลี) ๑/๒๗๖/๒๔๐ หมายถึง ทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสินี สลักขณธวคค อรรถกถา ภาษาบาลี เล่ม ๑ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๒๔๐ การอ้างอิงอรรถกถาภาษาไทย จะแจ้งตัวเลขประจำเล่มอรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัย วิทยาลัย เช่น พ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒/๒/๘๙ หมายถึง พระสูตรและอรรถกถาแปล ขุททกนิกาย ธรรมบท เล่มที่ ๑ ภาคที่ ๒ ตอนที่ ๒ หน้า ๘๙ ฉบับมหาวิทยาลัย ๒๕๒๕

อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

ที.สี.อ. (บาลี)	=	ทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสินี สลักขณธวคค อรรถกถา	(ภาษาบาลี)
ที.ม.อ. (ไทย)	=	ทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสินี มหาวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
อง.เอกก.อ.(ไทย)	=	อังคุตตรนิกาย มโนรปปุณเณ โถกนิบาต อรรถกถา	(ภาษาไทย)
พ.ธ.อ. (ไทย)	=	ขุททกนิกาย ปรมัตถโชติกา ธรรมปทัฏฐกถา อรรถกถา	(ภาษาไทย)
พ.อป.อ. (ไทย)	=	ขุททกนิกาย วิสุทธขณวิลาสินี อปทาน อรรถกถา	(ภาษาไทย)

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

เราทุกคนเมื่อเกิดมาบนโลกใบนี้ ล้วนต้องเดินไปสู่ความตายในเบื้องหน้าด้วยกันทั้งสิ้น เมื่อมีการเกิดขึ้นมาของชีวิตใดชีวิตหนึ่งก็ตาม ย่อมต้องมีความตายเป็นของคู่กันเป็นธรรมดาไป ไม่มีผู้หนึ่งผู้ใดจะหลีกเลี่ยงกฎเกณฑ์ธรรมชาตินี้ได้เลย ดังที่พระพุทธองค์ได้ตรัสว่า “เรามีความแก่เป็นธรรมดา จะล่วงพ้นความแก่ไปไม่ได้ เรามีความเจ็บไข้เป็นธรรมดา จะล่วงพ้นความเจ็บไข้ไปไม่ได้ เรามีความตายเป็นธรรมดา จะล่วงพ้นความตายไปไม่ได้...”^๑

ถึงแม้ความตายจะเป็นเรื่องปกติธรรมดาสามัญที่สุดอย่างหนึ่งก็ตาม แต่มนุษย์ส่วนมาก หรือเกือบทั้งหมดก็กลัวแล้วแต่กลัวตายเพราะในการเดินทางสู่ความตายแต่ละครั้งก็เต็มไปด้วยความทุกข์ทรมานจากความแก่ หรือความเจ็บไข้ได้ป่วย นอกจากนี้ในความเชื่อของหลายศาสนา ความตายก็ไม่ใช่ว่าจะสิ้นสุด หากแต่เป็นจุดเริ่มต้นของการไปสู่ภพใหม่ ซึ่งอาจเต็มไปด้วยทุกข์ทรมานอย่างสาหัส อันยากที่จะประเมินได้หนทางหลังความตายข้างหน้าที่มีดมนี่ ทำให้มนุษย์หวาดกลัว ไม่กล้าที่จะเผชิญหน้ากับความตาย มนุษย์ทุกคนจึงมีความต้องการที่จะเอาชนะความตายในหลากหลายรูปแบบ ไม่ว่าจะเป็นการสละกายอายุวัฒนะ การพัฒนาเทคโนโลยีทางการแพทย์ การแสวงหาหนทางหลุดพ้นจากความตายด้วยการปฏิบัติโยคะ หรือภาวนาทางจิต แต่ก็ยังไม่มีผู้ใดที่จะเอาชนะกับความตายได้แม้แต่คนเดียว

พระพุทธเจ้าเมื่อครั้งเป็นเจ้าชายสิทธัตถะปรารภเหตุที่จะออกผนวชนั้นก็เพื่อเอาชนะความตายด้วยเช่นกัน^๒ พระองค์ทรงแสวงหาหนทางเอาชนะความตายในหลากหลายวิธี จนในที่สุดก็ทรงเอาชนะความตายได้สำเร็จด้วยหลักปฏิบัติตามทางสายกลาง คือ อริยมรรคมีองค์แปด เป็นหนทางปฏิบัติเพียงวิธีเดียวเท่านั้นที่จะทำให้หลุดพ้นจากความตายได้อย่างสิ้นเชิงโดยไม่ต้องกลับมาเกิดอีก พระพุทธองค์ได้ตรัสว่ามรรค ๘ เป็นเสมือนหนทางอันสะดวกปลอดภัย ประกอบไปด้วยองค์ ๘ ประการ ได้แก่ ๑. สัมมาทิฐิ ๒. สัมมาสังกัปปะ ๓. สัมมาวาจา ๔. สัมมากัมมันตะ ๕. สัมมาอาชีวะ ๖. สัมมาวายามะ ๗. สัมมาสติ และ ๘. สัมมาสมาธิ^๓

ด้วยมรรควิธีทั้ง ๘ ประการแห่งการเอาชนะความตายนี้ จะนำผู้ปฏิบัติไปสู่การหลุดพ้นจากสังสารวัฏ เท่ากับว่าหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดไปชั่วนิรันดร์ เข้าสู่สภาวะที่เรียกว่า “นิพพาน” นั้นหมายความว่าศาสนาของพระพุทธเจ้าว่าด้วยเรื่องของการเตรียมตัวตายเป็นหลัก

^๑ อิง.ปญจก.(ไทย) ๒๒/๕๗/๘๑.

^๒ สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส, พุทธประวัติ, พิมพ์ครั้งที่ ๕๒, (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑), หน้า ๒๓.

^๓ ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๖๕/๒๕๕.

คือเราจะต้องเตรียมตัวอย่างไรในขณะมีชีวิตอยู่ เพื่อให้พร้อมกับความตายที่จะมาถึงในวันข้างหน้าอย่างดีที่สุด โดยเป้าหมายที่ตั้งเอาไว้สูงสุดคือหลุดพ้นจากความตายอย่างถาวร

ในเส้นทางของมรรควิธีเพื่อการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้นี้ได้มีผู้เดินตามเส้นทางนี้ และหลุดพ้นจากความตายแล้วเป็นจำนวนมาก ดังที่ปรากฏหลักฐานในพระไตรปิฎก จึงเป็นที่น่าสนใจอย่างยิ่งว่าพุทธบริษัททั้งหลายดำเนินตามมรรควิธีอย่างไรบ้างในการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งพุทธบริษัทในสมัยพุทธกาลที่ใกล้ชิดกับพระพุทธเจ้า ซึ่งสามารถที่จะเรียนรู้จากบุคคลต้นแบบอย่างพระพุทธเจ้าโดยตรงได้

นอกจากพุทธบริษัทในสมัยพุทธกาลที่มีความน่าสนใจต่อการศึกษาถึงแนวทางรับมือกับความตายแล้ว พระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) เจ้าอาวาสวัดพระธาตุศรีจอมทอง อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่ พระมหาเถระฝ่ายวิปัสสนาธุระ มีผลงานในด้านการอบรมสั่งสอน การเจริญสมาธิโดยยึดหลักสติปัฏฐาน ๔ มาอย่างต่อเนื่อง ท่านเคยไปศึกษาทั้งปริยัติ ปฏิบัติในประเทศพม่า โดยไปศึกษาอยู่ที่วัดพญาจีจองใต้ (เข้าทัดจี) และวัดตาปะนะนียากับท่านมหาสีสยาตอ ภิกขุทันตะ โสภณมหาเถระ^๔ และเคยปฏิบัติที่คณะ ๕ วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ ต่อมาได้เผยแพร่โดยเปิดสอนการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน แก่พระภิกษุสงฆ์สามเณร อุบาสก อุบาสิกา พุทธศาสนิกชนทั่วไป และสร้างสำนักปฏิบัติตั้งแต่วัดเมืองมาง วัดรำเปิง เป็นต้น จนปัจจุบันนี้สอนที่สำนักวิปัสสนากรรมฐานวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร นอกจากนี้ยังได้เผยแพร่การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานไปยังประเทศต่างๆ เช่น เยอรมัน อิตาลี สเปน สวิตเซอร์แลนด์ ฝรั่งเศส อังกฤษ อเมริกา เม็กซิโก แคนาดา เป็นต้น^๕ ตลอดระยะเวลาของการเผยแพร่ธรรมและสอนกรรมฐาน บรรดาโอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ที่ได้นำหลักสติปัฏฐานมาสู่หลักการปฏิบัติธรรม ได้สอดแทรกสาระเนื้อหาเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายไว้อย่างน่าสนใจ

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะทำการศึกษาเรื่อง โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ในการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย ทั้งนี้เพื่อนำความรู้ที่ได้รับจากวิธีเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพุทธบริษัทในสมัยพุทธกาล ประสานเข้ากับโอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ให้เป็นแนวทางประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ในการรับมือกับความตายของพุทธบริษัทในสมัยปัจจุบัน

^๔ แม่ชีระวีวรรณ ธรรมจาริณี (งานวิสุทธิพันธ์), “การศึกษาสภาวะญาณเบื้องต้นของผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ณ สำนักวิปัสสนากรรมฐานวัดพระธาตุศรีจอมทอง วรวิหาร”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๖๑.

^๕ พระราชพรหมอาจารย์ (พระอาจารย์ทอง สิริมงคล), ที่ระลึกในวโรกาสพระราชพิธีเฉลิมพระชนมพรรษา ๕ ธันวาคม ๒๕๔๘ ทรงพระกรุณาโปรดพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์ให้พระราชพรหมอาจารย์ วัดพระธาตุศรีจอมทอง วรวิหาร เป็นพระราชาคณะชั้นเทพในราชทินนามที่ พระเทพสิทธิอาจารย์ วิ., คณะศิษยานุศิษย์พิมพ์: ๒๕๔๘, หน้า ๑๔.

๑.๒ คำถามวิจัย

๑.๒.๑ แนวคิดเรื่องการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายในพระพุทธศาสนาเถรวาทเป็นอย่างไร

๑.๒.๒ โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ที่เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายเป็นอย่างไร

๑.๒.๓ พุทธบริษัทสามารถนำแนวคิดการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายมาใช้ในการดำเนินชีวิตได้อย่างไร

๑.๓ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๓.๑ เพื่อศึกษาแนวคิดเรื่องการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพุทธบริษัทในสมัยพุทธกาล

๑.๓.๒ เพื่อศึกษาโอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ที่เกี่ยวข้องกับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย

๑.๓.๓ เพื่อวิเคราะห์แนวทางการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายกับการดำเนินชีวิตประจำวัน

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยผู้วิจัยจะใช้วิธีการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) ประกอบกับการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) มีขอบเขตในการวิจัยดังต่อไปนี้

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

ศึกษาแนวคิดเรื่องการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายในพระพุทธศาสนา จากพุทธบริษัทในสมัยพุทธกาลที่ปรากฏในพระไตรปิฎก โดยจะทำการศึกษาจากเอกสารชั้นต้น คือพระไตรปิฎก และเอกสารชั้นทุติยภูมิประกอบการอธิบายความ เช่น อรรถกถา ฎีกา เป็นต้น และศึกษาโอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ที่เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย โดยจะศึกษาจากเอกสารต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง ประกอบการสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview)

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านเอกสาร

เอกสารปฐมภูมิ ศึกษาจากพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ.๒๕๓๙

เอกสารทุติยภูมิ ศึกษาจากอรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา หนังสือ งานวิจัย และเอกสารอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

การเตรียมพร้อมรับมือ หมายถึง การเตรียมตัว และเตรียมใจ ให้พร้อมที่จะเผชิญหน้าหรือก้าวข้ามบางสิ่งบางอย่างอย่างไม่เกรงกลัว หรือหวาดหวั่นแม้แต่เพียงนิดเดียว เป็นการเตรียม

ตัวอย่างที่ดีที่สุด โดยคาดหวังผลสำเร็จจากการเตรียมพร้อมนั้น ในที่นี้หมายถึง การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายที่อาจเกิดขึ้นได้ทุกขณะ โดยต้องไม่หวาดกลัวต่อความตายที่มาถึง และมีนิพพานเป็นความสำเร็จในเบื้องหน้า ด้วยการเจริญมรรควิธี

ความตาย หมายถึงการเสียชีวิต ปราศจากลมหายใจ และการทำงานของร่างกายเป็นการสิ้นสุดของอัตภาพหนึ่ง ๆ แต่ไม่ใช่การตายอย่างถาวร เป็นเพียงการเปลี่ยนแปลงจากอัตภาพหนึ่งไปสู่อัตภาพใหม่เท่านั้น

พุทธบริษัท หมายถึง หมู่ชนที่นับถือพระพุทธศาสนามี ๔ หมู่ ได้แก่ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก และอุบาสิกา ในงานวิจัยนี้ให้หมายถึง ๑. ภิกษุ ได้แก่ พระอานนท์เถระและพระสารีบุตรเถระ ๒. ภิกษุณี ได้แก่ พระมหาปชาบดีโคตมีเถรีและพระเขมาเถรี ๓. อุบาสก ได้แก่ อนาถบิณฑิกเศรษฐี และพระเจ้าพิมพิสาร และ ๔. อุบาสิกา ได้แก่ นางวิสาขาและนางสุมนา

สมัยพุทธกาล หมายถึง สมัยที่พระพุทธองค์ยังทรงมีพระชนม์ชีพ โดยนับตั้งแต่วันตรัสรู้จนถึงวันปรินิพพาน

โอวาทธรรม หมายถึง บรรดาคำสอน โอวาท เทศนาและแนวคิดของพระพุทธมวงค (ทอง สิริมฺงคฺโล) ทั้งที่เป็นเอกสารตำรา หนังสือ และการสัมภาษณ์

๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเด็นเกี่ยวกับแนวคิดเรื่องความตาย การเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย ประวัติและผลงานของพระพุทธมวงค (ทอง สิริมฺงคฺโล) เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการทำวิจัย พบเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังต่อไปนี้

๑.๖.๑ เอกสารที่เกี่ยวข้อง

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายกทรงนิพนธ์ไว้ใน “พระมวงคฺลีเสสสกา” ได้กล่าวถึงการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายไว้ว่า ทุกคนจึงควรหัดตายและมีอดตสัมมาปณิธิ คือการตั้งตนไว้ชอบ หมายถึงการรักษากาย วาจา ใจ ให้ถูกต้องชอบธรรม อบรมคุณสมบัติของตนให้บริบูรณ์ เกื้อกูลผู้อื่น พร้อมในการทำประโยชน์ตนและประโยชน์ผู้อื่นให้บริบูรณ์ ทำชีวิตให้เป็นอยู่อย่างผู้มีประโยชน์ด้วยความไม่ประมาท^๖

พุทธทาสภิกขุกล่าวไว้ในหนังสือตายก่อนตาย ว่าเรื่องความดับไม่เหลือนั้น มีวิธีปฏิบัติ ๒ ชนิด คือ ๑. ในชีวิตปกติประจำวันขอให้มีความดับไม่เหลือแห่งความรู้สึกยึดถือ “ตัวกู” หรือ “ของกู” อยู่เป็นประจำ ๒. เมื่อร่างกายจะต้องแตกดับไปจริงๆ ขอให้ปล่อยทั้งหมด รวมทั้งร่างกาย ชีวิต จิตใจ ให้ดับเป็นครั้งสุดท้าย ไม่มีเชื้ออะไรเหลืออยู่ หวังอยู่สำหรับการเกิดมีตัวตนขึ้นมาอีก^๗

^๖ สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก, พระมวงคฺลีเสสสกา และพระธรรมเทศนาในการพระราชกุศล, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์กรุงเทพฯ (๑๙๘๔) จำกัด, ๒๕๓๖).

^๗ พุทธทาสภิกขุ, ตายก่อนตาย, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๔๙).

ทะเลลามา ทรงนิพนธ์เรื่องชั่วขณะสุดท้ายแห่งชีวิต กล่าวไว้ว่าการพิจารณาเรื่องความตายมิได้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อไว้ให้เกิดความกลัว แต่เพื่อให้ตระหนักถึงชีวิตอันมีค่า แทนที่จะหวาดกลัวเราต้องคิดว่า เมื่อความตายมาเยือนจะทำให้สูญเสียโอกาสที่ดีในการปฏิบัติการเพ่งพิจารณา ใครครวญว่าเราจะมีชีวิตอยู่ได้อีกไม่นาน จะช่วยให้เกิดพลังในการปฏิบัติธรรมและยอมรับว่าความตายเป็นเรื่องธรรมดาของชีวิต ดังเช่นที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า ไม่มีสถานที่ใดที่ความตายมีอภัยงายกรายไปถึงไม่ว่าจะเป็นในห้วงนภากาศ ในมหาสมุทร หรือแม้แต่ยามที่เราอยู่ท่ามกลางขุนเขา ถ้าเรายอมรับว่าความตายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต เมื่อถึงเวลาที่มันมาเยือนจริงๆ เราก็อาจเผชิญหน้ากับมันได้ง่ายขึ้น^๘

พระธรรมโกศาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ) กล่าวไว้ในหนังสือ ธรรมะกับชีวิตประจำวัน เกิดแก่เจ็บตายเป็นธรรมดาของชีวิต ไว้ว่าบุคคลควรพิจารณาให้เป็นกิจวัตร เพื่อจะได้ไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต ดังความตอนหนึ่งว่า เราพาลูกหลานไปไหว้ศพ เช่นว่า เดือน ๕ ไปเซ็งเม้งที่ฮวงซุ้ยก็ควรบอกพวกเขาให้รู้เสียว่า นี่แหละชีวิตมันสุดกันตรงนี้ แล้ววันหนึ่งก็จะถึงวาระของพวกเราละ พวกเราไม่รู้ว่าจะไปก่อนไม่รู้ว่าจะคนไหน เมื่อนึกได้อย่างนี้ก็อย่าเกียจคร้านอย่าหลงไหลไปเที่ยวเล่น ตั้งใจทำหน้าที่ ตั้งใจศึกษาเล่าเรียนจะได้มีความรู้เกิดสติปัญญาเติบโตไปในวันข้างหน้าสามารถที่จะเอาตัวรอดให้อยู่ได้ สอนเตือนให้เขานึกถึงความตายไว้เสมอ เวลาถึงงานศพก็พาเด็กมาวัดมาเห็นเมรุที่เผาศพ ก็บอกให้รู้ว่า นี่แหละฉากสุดท้ายของชีวิต เราทุกคนจะต้องเป็นอย่างนี้ ไม่มีใครหนีไม่พ้นไปได้ ทุกคนต้องตายด้วยกันทั้งนั้น ที่สุดแล้วก็จึงบอกตัวเองไว้บ่อยๆ จะได้เกิดปัญญา เวลาเราไปไหนมาไหนก็เหมือนกัน ถ้านึกถึงความตายไว้ จะไม่ประมาท เช่น เวลาขับรถ นึกถึงความตายเอาไว้มันจะได้ไม่ประมาท ไม่ขับรถเร็ว ไม่แซงในที่ที่ห้าม ไม่ตัดหน้าใครจนเขาชนคว่ำไป เราหมั่นนึกถึงความตายเอาไว้เป็นเครื่องเตือนจิตใจ^๙

พระไพศาล วิสาโล กล่าวไว้ในบทความเตรียมตัวตายอย่างมีสติ ว่าจิตสุดท้ายก่อนตายต้องเป็นกุศล คือสงบหรือกำหนดอยู่กับสิ่งที่ตั้งงาม ความสงบเป็นสิ่งสำคัญ เป็นเรื่องที่ต้องฝึก ถ้าฝึกก็มีโอกาสสงบได้ แต่สงบอย่างเดียวไม่พอ ต้องให้สว่าง คือมีปัญญาด้วย หมายความว่าขั้นแรกต้องให้จิตสงบก่อน ขั้นต่อมาคือทำปัญญาให้เกิดขึ้น ส่วนใหญ่เราจะพอใจแค่ว่าให้จิตสงบ เพื่อจะไปสุคติ อาจจะไปเกิดในสวรรค์ ตามความเชื่อของคนโบราณ แต่ทางพระพุทธศาสนาบอกว่า จิตของคนเรามีศักยภาพที่จะทำได้ มากกว่านั้น คือสงบเป็นขั้นต้น ขั้นต่อมาคือมีปัญญา และเห็นสิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริง จะหลุดพ้นได้ หรือไม่ได้ ในวาระสุดท้ายก็ตรงนี้ คือมีปัญญาเห็นสัจธรรม เข้าใจสิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริง เข้าใจว่าสิ่งทั้งปวงไม่น่ายึดถือ ไม่น่าเอามาเป็นตัวตนของเรา เข้าถึงภาวะที่ท่านอาจารย์พุทธทาสเรียกว่าจิตว่าง และยังมีอีกสำนวนหนึ่งที่ท่านชอบพูดคือ “ตกกระได พลอยกระโจน” ไหนๆ จะตกกระไดแล้ว ก็กระโจนลงไปเลย ไม่ต้องลังเล ไม่ต้องคิดหน้าคิดหลัง หรือเสียตายอะไรทั้งสิ้น ความหมายก็คือ เมื่อจะตายแล้วก็ปล่อยวางทุกสิ่ง ไม่อาลัยไยดี นี่เรียกว่ารู้จัก

^๘ ทะเลลามา, *ชั่วขณะสุดท้ายแห่งชีวิต*, แปลโดย ธารา รินศานต์ และคณะ, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มูลนิธิโกมลคีมทอง, ๒๕๔๘).

^๙ พระธรรมโกศาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ), *ธรรมะกับชีวิตประจำวัน เกิดแก่เจ็บตายเป็นธรรมดาของชีวิต*, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๔๖).

ใช้ความตายให้เป็นประโยชน์ คนเราตายไปแล้วกรรมย่อมเป็นพลังหนุนส่ง จะส่งไปไหน ไปสุคติหรือทุคติ หรือไปสู่วิมุตติหลุดพ้น ก็ขึ้นอยู่กับ การวางจิตวางใจก่อนตาย ความตายมีพลังส่งแรงมาก ถ้าวางจิตให้ดี นึกถึงนิพพาน พระอรหันต์ ความหลุดพ้น ความตายก็สามารถหนุนส่งหรือผลักดันไปสู่ความหลุดพ้นได้ในอรรถกถาอุปมาว่ากรรมใกล้ตายหรืออาการของจิตสุดท้ายมีพลังแรง เหมือนกับวัวที่แอดัดยึดเยียดอยู่ในคอก เมื่อเปิดประตูคอก ตัวที่จะออกมาก่อนคือตัวที่อยู่ใกล้ประตูที่สุด หมายความว่ากรรมใกล้ตายมันจะแสดงผลก่อน ถ้าจิตสุดท้ายมุ่งไปสู่ความหลุดพ้น จิตก็อาจหลุดพ้นไปเลย แต่ถ้าจิตสุดท้ายเป็นจิตที่ห่วงทรัพย์สินสมบัติ มันก็อาจจะกลับมาวนเวียนเฝ้าสมบัตินั้นนอกจากนั้นการตายดีมีองค์ประกอบอีกประการหนึ่งที่สำคัญอย่างยิ่ง คือสภาวะทางจิตวิญญาณ ได้แก่สภาวะจิตที่สงบ โปร่งเบาเพราะได้ปล่อยวางทุกสิ่ง ไม่มีอะไรเป็นภาระให้ต้องห่วงกังวล น้อมรับทุกอย่างในวาระสุดท้ายโดยไม่ปฏิเสธ ไม่ผลักไส ไม่หวาดกลัวต่อความตาย นอกจากเห็นความตายเป็นเรื่องธรรมดาแล้ว ยังรู้จักใช้ความตายให้เกิดประโยชน์ในทางจิตวิญญาณด้วย แม้บางครั้งหากต้องเผชิญกับความเจ็บปวดที่แผดเผาไหม้แทงร่างกาย ห่างไกลจากคนรัก โดดเดี่ยวไร้ญาติมิตรแต่หากสามารถประคองจิตให้เป็นปกติ มีสติรู้ตัว หรืออยู่ในภาวะที่เป็นกุศล จนถึงวาระสุดท้ายของชีวิตไม่มีอะไรเป็นภาระในจิตใจเพราะได้ปล่อยวางไปหมดทุกสิ่ง การตายเช่นนั้นย่อมจัดว่าเป็นการตายดี เพราะนอกจากจะไปโดยไม่ทุกข์ใจแล้ว ยังจะนำไปสู่สุคติอีกด้วย^{๑๐}

๑.๖.๒ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

พระมหาวันชัย ธมมชโย ได้ทำการศึกษาเรื่อง การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องความตายตามทัศนะของพุทธทาสภิกขุ สรุปได้ว่า การสอนเกี่ยวกับความตาย ไม่ได้มีจุดมุ่งหมายว่า ในเมื่อมีความตายเป็นเบื้องหน้ารออยู่แล้ว ทำไมจะต้องไปทำความดี สู้หาความสุขอย่างเดียวไม่ดีกว่าหรือ และก็หมกมุ่นอยู่ในกามสุข แต่ท่านสอนให้ระลึกถึงความตาย เพื่อให้เร่งชวนชวนทำความดีให้เกิดขึ้น ท่านสอนให้รู้จักค่าแห่งวันเวลา ไม่ให้ประมาทเพราะชราพยาธิ และมรณะ เปรียบเหมือนกองไฟ ย่อมมลาย้ายิสต์ว์โลก สัตว์โลกไม่มีกำลังที่จะต่อสู้ ไม่มีความเร็วที่จะหนี บุคคลควรทำวันคืนไม่ให้ไร้ประโยชน์ด้วยการเห็นแจ้ง (วิปัสสนา) ไม่ว่าน้อยหรือมาก ชีวิตของผู้ที่ผ่านวันคืนไปเท่าใดก็เป็นอันพร้อมไปเท่านั้น วันคืนสุดท้าย ย่อมคืบคลานเข้าไปใกล้บุคคลทุกอิริยาบถ คือยิ่งใกล้ต่อความตายทุกขณะ เพราะฉะนั้นคนเราไม่พึงประมาทต่อกาลเวลา^{๑๑}

พระณัฐกิติ อนารโท (ผุยเหง้า) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ศึกษาหลักมรณสติในพระไตรปิฎก ได้สรุปการพิจารณาความตายไว้ว่า ความเข้าใจของมนุษย์ทั้งในอดีตและปัจจุบันนี้ ยังมีความเข้าใจว่า การตายเป็นเรื่องน่ากลัว เป็นเรื่องอัปมงคล นำมาซึ่งความทุกข์ และเป็นเรื่องที่ปุถุชนไม่พึงปรารถนา ทั้งนี้ก็เนื่องจากยังไม่มี ความเข้าใจถึงหลักความจริงของชีวิต คือชีวิตที่เกิดขึ้นในโลกนี้ล้วนแต่มีการเกิดในเบื้องต้น มีการแปรปรวนในท่ามกลาง และแตกดับสลายไปในที่สุดซึ่งเป็นหลักความจริงของสรรพ

^{๑๐} พระไพศาล วิสาโล, “ตายดีมีสุข”, เอกสารประกอบการสัมมนาสร้างหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต เรื่องชีวิตและความตาย.

^{๑๑} พระมหาวันชัย ธมมชโย (ช่วงสำโรง), “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องความตายตามทัศนะของพุทธทาสภิกขุ”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘).

สัตว์ทั้งปวงเป็นไปอย่างนั้นเอง ไม่มีใครคอยบัญชาได้ ดังนั้น การตายที่เกิดขึ้นกับเราหรือคนอื่นสัตว์อื่น จึงถือว่าเป็นเรื่องปกติธรรมดา บุคคลผู้มีความเข้าใจความจริงของชีวิตอย่างนี้แล้วย่อมจะไม่มี ความหวาดกลัว ไม่มีความเศร้าโศก ไม่มีการร้องไห้ เสียใจ ยิ่งกว่านั้นยังคิดที่จะหาหนทางออกจากความเกิด ความแก่ ความเจ็บ และความตายอีกด้วย^{๑๒}

ศักดิ์ชัย อนันต์ตรีชัย ได้ศึกษาเรื่อง ความตายที่ดีในทัศนะของพระพุทธศาสนาเถรวาทกับ วัชรยาน พบว่าหนึ่งในสังขธรรมแห่งชีวิตที่มนุษย์ทุกคนไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ คือความตาย แต่กลับ เป็นสิ่งที่มนุษย์ปฏิเสธที่จะพูดถึงหรือยอมรับรู้และเผชิญหน้าอย่างสง่างามทำให้มนุษย์ในอดีตรพยายาม คิดค้นหาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่จะยึดชีวิตตนออกไปจนเป็นอมตะ แม้ปัจจุบันมนุษย์มีความก้าวหน้าด้วย วิทยาการสมัยใหม่ ก็ยังได้พยายามใช้เทคโนโลยีต่าง ๆ มาต่อรองกับความตายเพื่อยึดชีวิตที่กำลังใกล้ ดับให้ยืดยาวต่อไปโดยไม่คำนึงถึงศักดิ์ศรีและคุณภาพชีวิตอันครอบคลุมถึงมิติทางจิตวิญญาณ^{๑๓}

รัตนพงศ์ ก่องตา ได้ศึกษาเรื่อง การเตรียมตัวตายอย่างสงบตามหลักพุทธธรรม พบว่า การเตรียมตัวตายอย่างสงบตามหลักพระพุทธธรรมแบ่งออกได้เป็นสองรูปแบบ คือ ๑) การเตรียมตัว ตายระยะยาว ได้แก่การให้ทาน เช่น อาหารวัตถุสิ่งของ เงินทอง การให้ความรู้ การบอกเรื่องที่เป็น บุญเป็นกุศล และการให้อภัย การรักษาศีล เช่นศีล ๕ ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ไม่ประพฤติดิฉินในกาม ไม่พูดปด ไม่พูดคำหยาบ ไม่พูดส่อเสียด ไม่พูดเพ้อเจ้อ และไม่ดื่มสุราเมรัย การภาวนา คือทำจิตให้ สงบและเกิดปัญญา โดยปฏิบัติตามหลักการฝึกสมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน ๒) การเตรียม ตัวตายระยะสั้น คือการทำจิตใจให้สงบในช่วงใกล้ตาย โดยวิธีระลึกถึงคุณความดีที่เคยทำมาหรือ มีผู้ใกล้ชิดทำการบอกทางแก่ผู้ใกล้ตาย เช่น ให้ระลึกถึงพระพุทธรูป ระลึกถึงภาพการทำบุญและการ บูชาพระรัตนตรัย ดังนั้นเมื่อความตายถึงภาวะเช่นนี้จะนำไปสู่การเกิดใหม่ในสุคติภูมิ^{๑๔}

ณัฐยา วาสิงหน ได้ทำการศึกษาเรื่อง ความหมายของความตาย: การตีความตามพุทธ ปรัชญา สรุปได้ว่าหากมนุษย์รู้และเข้าใจความหมายที่แท้จริง หรือความหมายในแง่อภิปรัชญาของ ความตายว่าเป็นอาการของการดับลง เป็นภาวะที่มีอยู่จริง ความตายเป็นเพียงปรากฏการณ์ที่เป็นไป ตามกฎธรรมชาติของชีวิต ความตายก็จะไม่ใช่สิ่งที่น่ากลัวสำหรับมนุษย์คนนั้น ความตายตาม ความหมายของพุทธปรัชญาเถรวาท เป็นเพียงการแตกดับครั้งหนึ่งๆ ในทุกปัจจุบันขณะของขันธ ๕ สืบต่อกันไป จึงเรียกว่า ขณิกมรณะ จนถึงที่สุดแห่งการแตกดับลงของรูปนามในชาติหนึ่งๆ แห่งอายุขัย เรียกว่า การขาดสิ้นแห่งชีวิตินทรีย์ ตราบเท่าที่มนุษย์ยังมีอวิชชาต้นเหตุ อุปาทานชีวิตก็ ยังคงปฏิสนธิ คือเกิดใหม่ในภพภูมิต่างๆ ตามสภาพแห่งกรรม ความตาย จึงเป็นเพียงการเปลี่ยนแปลง ช่วงหนึ่งของกระแสชีวิตที่หมุนเวียนอยู่ในสังสารวัฏก็เป็นอันจบสิ้น พุทธปรัชญาเถรวาทได้ใช้

^{๑๒} พระณัฐกิตติ อนารโท (ผุยเหง้า), “ศึกษาหลักมรณสติในพระไตรปิฎก”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร มหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘).

^{๑๓} ศักดิ์ชัย อนันต์ตรีชัย, “ความตายที่ดีในทัศนะของพระพุทธศาสนาเถรวาทกับวัชรยาน”, สารนิพนธ์ พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘).

^{๑๔} รัตนพงศ์ ก่องตา, “การเตรียมตัวตายอย่างสงบตามหลักพุทธธรรม”, สารนิพนธ์ศาสนศาสตรมหา บัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘).

ประโยชน์จากความตายด้วยวิธีที่เรียกว่า มรณานุสติ คือการมีสติระลึกถึงความตายอยู่เสมอ ให้เกิดผล การปฏิบัติเชิงจริยธรรมเนื่องจากความตายเป็นสภาวะสากลของมนุษย์ การเจริญมรณานุสติจะช่วยให้มนุษย์เกิดความรู้สึกถึงความเป็นเพื่อนร่วมสภาวะเดียวกันกับเพื่อนมนุษย์คนอื่นย่อมจะก่อให้เกิดความเมตตาเอื้ออารีต่อกัน^{๑๕}

กาญจนา จิตต์วัฒน์ ได้ทำการศึกษาเรื่อง การบูรณาการการเตรียมตัวตายใน พระพุทธศาสนาเถรวาทกับวัชรยาน สรุปได้ว่า ฐานของความคิดเรื่องการเตรียมตัวตาย มีมาแต่เดิม คือเมื่อครั้งพระพุทธเจ้าเป็นพระโพธิสัตว์ทรงเห็นเทวทูตทั้ง ๔ มาปรากฏในรูปของคนชรา คนเจ็บ คนตายและบรรพชิต เมื่อทรงเห็นสิ่งเหล่านี้แล้วพระองค์ได้แสวงหาทางเพื่อพ้นจากความตาย จนกระทั่งได้ตรัสรู้ริยสัจ ๔ จากนั้นพระองค์ได้ทรงสั่งสอนเวไนยสัตว์ไม่ให้ประมาทในชีวิต ด้วยการ ทำประโยชน์ให้ตนเองและผู้อื่นอันเป็นการเตรียมตัวก่อนตายอย่างมีสติพระพุทธศาสนามีหลักการอัน เป็นแก่นแท้คือ การสอนให้พุทธศาสนิกชนเข้าใจริยสัจ ๔ ดังนั้น พระพุทธศาสนาเถรวาทจึงเน้น การสอนให้มนุษย์ตระหนักรู้ในทุกข์ และความไม่เที่ยงแท้แน่นอนของชีวิตที่ความตายจะเกิดขึ้นเมื่อไร ก็ได้ คนเราจึงควรต้องเรียนรู้พุทธธรรมเพื่อการเตรียมตัวตาย และต้องเตรียมชีวิตให้ก้าวข้ามพ้นทุกข์ อันมีเหตุมาจากอวิชชาโดยเริ่มเรียนรู้ไตรสิกขาซึ่งทำได้ด้วยการอบรมตนเองให้ประพฤตินั่นคงอยู่ในศีล บริสุทธิ์ ผูกจิตให้มีสมาธิ ด้วยศีลที่บริสุทธิ์และสมาธิที่ตั้งมั่นจะบ่มเพาะให้การภาวนาเจริญขึ้น จนกระทั่งเกิดปัญญามีความเห็นถูกต้องตรงตามความเป็นจริงพระผู้มีพระภาคทรงสอนให้พุทธสาวก เข้าใจ เรื่องความตายกับปฏิจจสมุปบาท และสังสารวัฏ คำสอนที่สำคัญที่สุดคือความไม่ประมาท ตลอดเวลาที่ใช้ชีวิตโดยการเจริญมรณสติ พิจารณาความตายอย่างรู้เท่าทันความจริงของชีวิต และประพฤติดีปฏิบัติชอบตั้งแต่ก่อนตายไปจนถึงขณะกำลังตาย เพราะทั้งกรรมดีและกรรมชั่ว จะส่งผลให้ภายหลังตาย

พระพุทธศาสนาวัชรยานมีสาระอันเป็นแก่นแท้คือการสอนให้พุทธศาสนิกชนตระหนักรู้ใน ชีวิต และความไม่เที่ยงแท้แน่นอนของชีวิต ที่ความตายจะเกิดขึ้นเมื่อไรก็ได้ จึงควรต้องเรียนรู้พุทธ ธรรม เพื่อเข้าใจความหมายและคุณค่าของชีวิต กระบวนการตาย และการเตรียมตัวตาย โดยเฉพาะ พระพุทธศาสนาวัชรยานก็เช่นเดียวกับเถรวาทคือเน้นการสอนให้มนุษย์เข้าใจเรื่องกฎแห่งกรรมและ หลักปฏิจจสมุปบาทซึ่งเป็นไปตามเหตุปัจจัยจึงทำให้มีเกิด แก่ เจ็บ และตายซึ่งล้วนเป็นทุกข์จึงต้อง เตรียมชีวิตให้ก้าวข้ามพ้นทุกข์ อันมีเหตุมาจากอวิชชา ชาวพุทธวัชรยานตระหนักรู้ว่าในชาตินี้ มีโอกาส ได้สร้างมนุษย์อันประเสริฐจึงต้องใช้ร่างกายนี้ปฏิบัติตามเจตนาที่ดีอย่างสุดหัวใจในการละเว้น อกุศลกรรมบถ ๑๐ และยาพิษทั้ง ๕ คือ โลภะ โทสะ โมหะ มานะ และริษยา ดำเนินชีวิตทุกก้าวอย่าง อย่างไม่ประมาท ด้วยการประพฤติดีปฏิบัติชอบตั้งแต่ก่อนตายไปจนถึงขณะกำลังตาย เพราะทั้ง กรรมดีและกรรมชั่วจะส่งผลไปภายหลังการตาย และด้วยการปฏิบัติธรรมอันมีโพธิจิตเป็นรากฐานโดย เน้นการฝึกจิตให้เป็นสมาธิ บริสุทธิ์ชัดเจน ไสกระฉ่าง ว่าง และกว้างใหญ่ไพศาล มีมหากรุณาช่วย สรรพสัตว์ให้พ้นทุกข์ทั้งกายและใจ ทั้งในขณะที่มีชีวิตอยู่ และเมื่อถึงเวลาใกล้ ตายหรือตายแล้ว

^{๑๕} ญัฐยา วาสิน, “ความหมายของความตาย การตีความตามพุทธปรัชญา”, วิทยานิพนธ์ศิลป ศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาปรัชญา, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๑).

พระลามะหรือคนที่ฝึกจิตมาอย่างดีจะสามารถทำโพวาช่วยส่งวิญญาณหรือขับเคลื่อนดวงจิตในขณะที่อยู่ ในบาร์โดให้ไปสู่สุคติหรือพุทธเกษตรได้

ในการบูรณาการการเตรียมตัวตายในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับวัชรยานให้ใช้ได้กับพุทธศาสนิกชนชาวไทยเพื่อพร้อมเผชิญความตายอย่างมีสตินั้น สามารถทำได้ ดังนี้ ๑) การบ่มเพาะความเมตตาและกรุณาในหัวใจ ๒) เรียนรู้กระบวนการตายจากคัมภีร์มรณศาสตร์เพื่อรู้จักคุ้นเคยกับขั้นตอนการตาย ๓) เสริมสร้างให้จิตมีศักยภาพในการเจริญมรณสติและเจริญภินิหะจนหวั่นไหวเพื่อพิจารณาเนืองๆ ถึงความจริงของชีวิต และฝึกโพวาเพื่อช่วยส่งจิตทั้งของผู้อื่นและของตนเองให้ไปสู่สุคติหรือพุทธเกษตร ดังนั้นชาวพุทธทั้งหลายจึงควรปฏิบัติธรรมอย่างจริงจังตั้งแต่นี้ เพื่อให้ตระหนักรู้ในเรื่องการดำเนินชีวิตที่ต่ออย่างมีปัญหา และสามารถข้ามพ้นอวิชชาไปได้^{๑๖}

แม่ชีระวีวรรณ ธมมจาริณี (งานวิสุทธิพันธ์) ได้ศึกษาภาวญาณเบื้องต้นของผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ณ สำนักวิปัสสนากรรมฐานวัดพระธาตุศรีจอมทอง วรวิหาร พบว่าหลักการปฏิบัติของสำนักวิปัสสนากรรมฐานวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร มีความสอดคล้องตามคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และคัมภีร์ที่เกี่ยวข้อง^{๑๗}

บุญชญา วิวิธขจร ได้ศึกษาการพัฒนาหลักการสอนวิปัสสนาภาวนาของสำนักปฏิบัติธรรมต้นแบบตามแนวสติปัฏฐานสูตร พบว่า สำนักวิปัสสนากรรมฐานต้นแบบ สำนักปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร ได้ยึดแนวทางคำสอนของพระพุทธเจ้า โดยสอนวิปัสสนากรรมฐานตามแนวการเจริญสติปัฏฐาน ๔ มีการ พัฒนาเทคนิคของการกำหนดขึ้น ๒๘ จุด เป็นการสอนให้ตั้งสติรู้ทันปัจจุบันธรรม ด้วยการกำหนดรู้ให้ชัดเจน และต่อเนื่อง เป็นการกำหนดที่ติดต่อกันต่อเนื่องเป็นการตดสภาวะธรรม ทำให้สมาธิมีกำลังกล้าแข็ง ปิดกั้น อกุศลไม่ให้ไหลเข้าสู่จิต ซึ่งมีคุณค่าอย่างมาก เห็นพระไตรลักษณ์ อันเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ได้ชัดเจนยิ่ง ขึ้น เมื่อสภาวะธรรมเกิดขึ้นชัดเจน ก็มีการอธิฐานทวนญาณ ทำให้มีความก้าวหน้าได้ผลจนบรรลุเป้าหมาย แห่งการเดินทางไปสู่ความพ้นทุกข์ได้ ตามที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ว่า แม้เพียง ๗ วัน ก็ถึงความเป็น พระอรหันต์ได้^{๑๘}

จากการทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องจะเห็นได้ว่า มีผู้ศึกษาเรื่องของการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายไว้มากในหลากหลายประเด็นซึ่งล้วนแล้วแต่น่าสนใจทั้งสิ้น นั้นหมายความว่าเรื่องของการเตรียมตัวตายเป็นเรื่องที่มีความสำคัญและน่าสนใจเป็นอย่างมาก จึงมีผู้สนใจศึกษาเป็นจำนวนมากไม่เว้นแม้แต่ปราชญ์ที่ได้รับการยกย่องในระดับโลก แต่ในแง่ของการ

^{๑๖} กาญจนา จิตต์วัฒน์, “การบูรณาการการเตรียมตัวตายในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับวัชรยาน”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓).

^{๑๗} แม่ชีระวีวรรณ ธมมจาริณี (งานวิสุทธิพันธ์), “การศึกษาภาวญาณเบื้องต้นของผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ณ สำนักวิปัสสนากรรมฐานวัดพระธาตุศรีจอมทอง วรวิหาร”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑).

^{๑๘} บุญชญา วิวิธขจร, “การพัฒนาหลักการสอนวิปัสสนาภาวนาของสำนักปฏิบัติธรรมต้นแบบตามแนวสติปัฏฐานสูตร”, **วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร.**, ปีที่ ๕ ฉบับที่ ๓ (กันยายน-ธันวาคม ๒๕๖๐): ๑๓๓-๑๔๓.

เตรียมตัวตายของพุทธบริษัท ๔ ในสมัยพุทธกาลและการศึกษาโอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ในด้านการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย ยังไม่มีผู้ใดได้ทำการศึกษามาก่อน ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงเห็นว่าควรทำการศึกษาเพื่อนำข้อมูลมาเผยแพร่ให้เป็นประโยชน์ต่อการรับมือกับความตายของพุทธบริษัทในสมัยปัจจุบันต่อไป

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ (Quality Research) โดยจะศึกษาวิจัยด้านเอกสาร (Documentary Research) และการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ประกอบกัน ผู้วิจัยจะใช้วิธีการและขั้นตอนในการวิจัยดังต่อไปนี้

๑.๗.๑ ศึกษาข้อมูล แนวคิด ทฤษฎีเรื่องความตายในพระพุทธศาสนาเถรวาทเพื่อเป็นการปูพื้นในการที่จะศึกษาเรื่องของการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายในพระพุทธศาสนาเถรวาทเป็นขั้นตอนถัดมา จากแหล่งข้อมูล คือ พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ.๒๕๓๙ อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา ปกรณ์วิเสส และเอกสารอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง

๑.๗.๒ ศึกษาโอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายจากเอกสาร หนังสือ คติธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) และทำ การสัมภาษณ์เชิงลึก (Indept Interview) ประกอบเนื้อหาในส่วนที่ขาดตกบกพร่อง

๑.๗.๓ วิเคราะห์เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายของพุทธบริษัทในสมัย พุทธกาลร่วมกับโอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) พร้อมขอคำปรึกษาจากอาจารย์ ที่ปรึกษาและผู้ทรงคุณวุฒิในการหาความสัมพันธ์ของทั้งสองแนวคิด และการเสนอแนวทางการ ประยุกต์คำสอนเรื่องการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายมาใช้ในการดำเนินชีวิต

๑.๗.๔ เรียบเรียง สรุป และนำเสนอผลการวิจัย

๑.๘ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

๑.๘.๑ ทำให้ทราบข้อมูลเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายของพุทธบริษัทใน พระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๘.๒ ทำให้ทราบข้อมูลเกี่ยวกับโอวาทของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ในการ เตรียมพร้อมรับมือกับความตาย

๑.๘.๓ ทำให้สามารถนำความรู้ที่ได้จากการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพุทธ บริษัทในสมัยพุทธกาลมาประยุกต์เพื่อเป็นแนวทางในการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายแก่ตนเองได้

บทที่ ๒

แนวคิดเรื่องการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย ของพุทธบริษัทในสมัยพุทธกาล

ความตายเป็นสัจธรรมสากลของทุกสรรพสิ่ง เพราะทุกอย่างในโลกนี้ล้วนตั้งอยู่บนกฎของการ “เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป” บางครั้งอาจมีคำอื่นเรียกแทนคำว่าตาย แต่ก็ล้วนหมายถึงความสิ้นไป ความจากไป ความตายจึงเป็นเรื่องที่ธรรมดาสำหรับชีวิต เพราะมนุษย์ทุกคนไม่ว่า เด็ก ผู้ใหญ่ คนโง่ คนฉลาด มั่งมี และยากจนล้วนต้องตาย^๑ ดังที่ปรากฏในบทกถาปัจจุเวกขณะว่า “เรามีความแก่เป็นธรรมดา จะล่วงพ้นความแก่ไปไม่ได้ เรามีความเจ็บไข้เป็นธรรมดา จะล่วงพ้นความเจ็บไข้ไปไม่ได้ เรามีความตายเป็นธรรมดาจะล่วงพ้นความตายไปไม่ได้ เราจะต้องพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รักทั้งปวงและสรรพสัตว์มีกรรมเป็นของตนจะต้องรับกรรมที่กระทำไว้ด้วยตนเอง”^๒ นั่นคือ อย่างไรเสีย สรรพสัตว์ทั่วทุกตัวตนมีความแก่ ความเจ็บ และตายเป็นเบื้องต้น สัตว์ที่จะเหลืออยู่ได้แบบไม่ตายนั่นนั้นไม่มีเลย ดังพุทธพจน์ว่า “อายุคนเรานี้สั้นนัก ชาติหน้ายังจะต้องไปเกิดกุศลควรสร้างไว้ พรหมจรรย์ควรประพฤติ ไม่มีใครเลยที่เกิดแล้วไม่ตาย ภิกษุทั้งหลาย คนใดอายุยืนคนนั้นจะอยู่ได้แค่ ๑๐๐ ปี หรือเกินกว่าบ้างก็เล็กน้อยการตายเป็นสิ่งที่ทุกคนหลีกเลี่ยงไม่พ้นและไม่รู้ได้ว่าจะตายลงเมื่อใด”^๓ ความตายอุปมาดังหินก้อนใหญ่กลิ้งลงมาจากภูเขา โล้ทับสัตว์ที่อยู่เบื้องหน้าให้ตาย สัตว์ที่อยู่จะใกล้ตายก่อน สัตว์ที่อยู่ไกลตายทีหลัง สัตว์ที่เหลืออยู่นั้นย่อมไม่มี “วิธีที่สัตว์ผู้เกิดมาแล้วจะไม่ตายย่อมไม่มี แม้จะอยู่ไปจนถึงชรา ก็จะต้องถึงแก่ความตายเพราะสัตว์ทั้งหลายมีความตายอย่างนี้เป็นธรรมดา”^๔

เมื่อความตายเป็นเรื่องธรรมดา มนุษย์และสรรพสัตว์ทั้งปวงไม่สามารถหลบหลีกเลี่ยงความตายได้ ดังคำว่า “บุคคลเมื่อถึงคราวจะตาย บุตรทั้งหลายก็ต้านทานไว้ไม่ได้ บิดาก็ต้านทานไม่ได้ พวกพ้องก็ต้านทานไว้ไม่ได้ แม้ญาติพี่น้องก็ต้านทานไว้ไม่ได้”^๕ “บุคคลถึงจะเหาะขึ้นไปในอากาศก็ไม่พ้นจากความตาย ถึงจะดำลงไปกลางทะเล ก็ไม่พ้นจากความตาย ถึงจะเข้าไปหลบตัวในซอกเขา ก็ไม่พ้นจากความตาย เพราะไม่มีแผ่นดินสักส่วนหนึ่งที่บุคคลยืนอยู่แล้วจะไม่ถูกความตายครอบงำได้”^๖ ด้วยเหตุนี้ ในพระพุทธานุญาตจึงมีคำสอนเพื่อให้ทำความเข้าใจในความตายอย่างถูกต้องและเหมาะสม เพื่อไม่ให้เกิดความประมาทในชีวิตและพร้อมที่จะเผชิญหน้ากับความตายได้อย่างมีสติ^๗

^๑ ที.ม. (ไทย) ๐/๘๕/๓ .

^๒ อก.ปญจก.(ไทย) ๒๒/๕๗/๘๑.

^๓ ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๔๕/๑๘๔.

^๔ ขุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๕๘๑/๖๔๑.

^๕ ขุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๒๘๘/ ๒๒.

^๖ ขุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑๒๘/๗๑.

^๗ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), ระลึกถึงความตายและวิธีปฏิบัติให้ถูกต้องต่อความตาย, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๓๙), หน้า ๔.

ที่เรียกว่า “ตายดี”^๘ ในพระพุทธศาสนาได้มีคำสอนเกี่ยวกับความตายและการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายไว้อย่างแยบคายและน่าสนใจ ในงานวิจัยนี้นอกจากจะศึกษาเกี่ยวกับความตายและลักษณะของความตายแล้ว ยังได้นำเสนอกรณีตัวอย่างของพุทธบริษัทในสมัยพุทธกาลที่ได้เผชิญหน้ากับความตายอย่างมีสติ เพื่อแสดงถึงความสามารถและวิธีการการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย ให้เป็นอุทาหรณ์และแนวทางปฏิบัติต่อไป มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

๒.๑ ความหมายและแนวคิดเกี่ยวกับความตายในพระพุทธศาสนา

ความหมายและแนวคิดเกี่ยวกับความตายมีทัศนะอย่างหลากหลาย ทั้งในได้จิตวิทยา การแพทย์ ปรัชญา สังคมวิทยา แต่ในงานวิจัยนี้จะนำเสนอเกี่ยวกับความหมายของความตายและแนวคิดเกี่ยวกับความตายในมุมมองทางพระพุทธศาสนาที่ครอบคลุมถึงองค์ประกอบ ประเภทและสาเหตุของความตาย มีรายละเอียดดังนี้

๒.๑.๑ ความหมายของความตาย

ความตายหรือการตาย เป็นคำที่มาจากศัพท์ภาษาบาลีหลายคำด้วยกัน แต่ที่พบบากคือคำว่ามรณะ ซึ่งประกอบไปด้วย มร ธาตุ แปลว่า ตาย ลง ยุ ปัจจย แปลง ยุ เป็น อน สำเร็จรูปเป็น มรณ แปลว่า การตาย ตรงกับภาษาอังกฤษว่า Death มีรากศัพท์มาจากภาษาอินโด-ยูโรเปียนว่า Dheu แปลตามตัวว่า Act or process of dying คือภาวะสิ้นสุดของชีวิตหรือของปรากฏการณ์ใดปรากฏการณ์หนึ่ง^๙

นอกจากนี้ ในภาษาบาลียังมีคำไวพจน์ที่มีความหมายถึงการตายอีกหลายคำ เช่น กาลกิริยา แปลว่า การทำกาละ^{๑๐} คำว่า ปลย แปลว่า การตาย^{๑๑} มจุ แปลว่า การตาย อุจย แปลว่า ความล่วงไป นิธน แปลว่า การตาย^{๑๒} นาส แปลว่า ความพินาศ กาล แปลว่า การตาย ทำที่สุดแห่งอรรถภาพ^{๑๓} อนต แปลว่า ความที่เป็นไป

ในคัมภีร์พระพุทธศาสนา ได้อธิบายความหมายไว้ว่า การตายหรือมรณ หมายถึง ความสิ้นสุดของชีวิต หรือการตาย คืออาการที่ชั้น ๕ (รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ) แตกสลาย การทอดทิ้งร่างกาย ความขาดสูญแห่งชีวิตินทรีย์ การที่ชีวิตสูญสิ้น หรือความสิ้นไป ความเสื่อมไป ความแตกแห่งชั้น ความทำลายไป ความไม่เที่ยง ความหายไปแห่งธรรมเหล่านั้น อันได้นี้เรียกว่ามรณะ^{๑๔} ดังปรากฏคำอธิบายในพระสูตรต้นตปิฎกว่าพระสารีบุตรได้กล่าวถึงการตายไว้ว่า

^๘ พุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๓๙/๑๕๐.

^๙ จินตสุทธา รอดพาล, “การตายดี: มุมมองจากผู้สูงอายุไทยพุทธ”, วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์, (คณะพยาบาลศาสตร์: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ๑๗.

^{๑๐} วิ.ม. (ไทย) ๔/๑๖๔/๒๔๕.

^{๑๑} พุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๒๑/๓๑๓๑.

^{๑๒} พุ.ธ. (ไทย) ๓๓/๑๕๙/๔๐๘.

^{๑๓} วิ.ภิกขุณี. (ไทย) ๓/๗๙๓/๑๒๘.

^{๑๔} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๙๐/๓๒๕.

ผู้ตายไม่ว่าจะเป็นมนุษย์ หรือสัตว์ทั้งกายสังขาร คือ ลมหายใจเข้าออกก็ดับไปวจีสังขาร ได้แก่ วิตก วิจารณ์ คือ ความตรึกความตรองก็ดับไป และจิตสังขารคือสัญญา และเวทนา คือ ความกำหนดได้หมายรู้ก็ดับไป อายุก็หมดสิ้นไป โออุณ คือ ไฟที่เกิดแก่กรรมก็สงบอันทรีย์ ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ก็แตกทำลายไป^{๑๕}

หรือเมื่อเราทราบแล้วว่าการตายคือการที่ขันธ์ ๕ หรือกายกับจิต ไม่สามารถประชุมกันเข้า คือต่างฝ่ายต่างแยกออกจากกัน ภายในฐานะรูปก็สลาย สู่ภาวะความเป็นธาตุดั้งเดิม ส่วนจิตหากยังมี เหตุปัจจัย คือกิเลสซึ่งประกอบด้วยอวิชชา ตัณหา และอุปาทาน ก็จะต้องคงสำแดงศักยภาพตาม ธรรมชาติของตน คือ สร้างรูปสร้างชีวิตเพื่อรองรับการ ประกอบกรรม ซึ่งจะเป็เหตุให้เกิดวิบากคือ ผลแห่งกรรมต่อไป หรืออีกนัยหนึ่งพระพุทธศาสนา กล่าวว่า มนุษย์ประกอบไปด้วยธาตุ ๖ คือ ๑) ปรฐ्वีธาตุ (ธาตุดิน) ๒) อาโปธาตุ (ธาตุน้ำ) ๓) เตโชธาตุ (ธาตุไฟ) ๔) วาโยธาตุ (ธาตุลม) ๕) อากาศธาตุ (ธาตุอากาศ) ๖) วิญญานธาตุ (ธาตุวิญญาน) และธาตุทั้ง ๖ นี้แบ่งเป็น ๒ ฝ่ายคือ ธาตุ ดิน น้ำ ลม ไฟ และอากาศธาตุ เป็นธาตุที่ไม่มีความรู้สึกนึกคิด ไม่มีชีวิตจิตใจเป็นฝ่ายสสาร ส่วนธาตุ วิญญาน เป็นธาตุรู้มีความรู้สึกนึกคิด มีชีวิตจิตใจ เป็นฝ่ายจิตเมื่อธาตุทั้ง ๖ นี้มาประชุมกันชีวิตก็เกิด มีขึ้น หากแยกกันชีวิตก็สิ้นสุดคือ ตาย^{๑๖}

ในพระไตรปิฎกกล่าวถึงเรื่องการตายไว้ว่า เป็นสิ่งที่น่าสังเวชใจเป็นทุกข์เป็นอุทราหรณ์ให้ เร่งรีบปฏิบัติตนเพื่อพ้นจากการตาย “ท่านไม่เคยเห็นบ้างหรือในโลกนี้ซึ่งบุรุษหรือสตรีหลังจาก ตายไปแล้ว ๑ วัน ๒ วัน หรือ ๓ วัน พองขึ้นอืดซ้ำเลือดซ้ำหนองมีสีเขียว มีน้ำเหลืองแตกซ่านและเต็ม ไปด้วยความเน่าเปื่อย ก็ความคิดไม่เคยเกิดขึ้นแก่ท่านบ้างเลย หรือว่าท่านก็เหมือนกันจะต้องมีการ ตายเป็นธรรมดาไม่สามารถหนีพ้นการตายไปได้”^{๑๗}

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน ให้ความหมายว่า ตายเป็นคำกริยา หมายถึง สิ้นใจ สิ้นชีวิต ไม่เป็นอยู่ต่อไป สิ้นสภาพของการมีชีวิต^{๑๘} ความตาย หมายถึง สิ้นใจ สิ้นชีวิต ไม่ เป็นอยู่ ต่อไป สิ้นสภาพของการมีชีวิต เคลื่อนไหวไม่ได้^{๑๙}

พระมหาสุพร รกขิตธมโม (ปวงกลาง) ให้ความหมายของความตาย ว่าตามความหมายของ พุทธศาสนาก็คือความดับหรืออาการดับของขันธ์ ๕ หรือกายกับจิต ส่วนระยะเวลาตั้งแต่การเกิดจนถึง การดับจะครอบคลุมระยะเวลาเท่าใด ย่อมขึ้นอยู่กับว่าเป็นความตายประเภทใด เพราะความตายนั้นก็คือการขาดแห่งชีวิตินทรีย์ทางร่างกาย คือ สภาวะการเปลี่ยนแปลงของระบบการทำงานของอวัยวะใน

^{๑๕} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๕๖-๔๕๗/๔๕๔-๔๕๕.

^{๑๖} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๑๐๐/๑๑๘

^{๑๗} อัง.ติก. (ไทย) ๒๐/๓๖/๑๙๑-๑๙๔.

^{๑๘} ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒, (กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คพับลิเคชันส์, ๒๕๔๖), หน้า ๔๖๐.

^{๑๙} Stephen P. Elliott, *Webster's New World Encyclopedia*, (New York: Prentice Hall, 1990), p. 317.

ร่างกาย เช่น การหยุดเต้นของหัวใจหรือการที่สมองหยุดสั่งงาน หรือความตายหมายถึงการสิ้นใจ การสิ้นสภาพของการมีชีวิต การสิ้นสภาพของบุคคลโดยธรรมชาติไม่สามารถที่จะรับและตอบสนองได้ ไม่มีการเคลื่อนไหวของการหายใจ ไม่มีการตอบรับหรือตอบสนองจากการกระตุ้นทั้งภายในและภายนอก^{๒๐}

Baker ให้ความหมายของความตาย หมายถึง การสูญเสีย ลักษณะของการมีชีวิตโดยสิ้นเชิง ได้แก่ หยุดการเคลื่อนไหวของสิ่งที่ช่วยให้มีชีวิต สูญเสียการ ควบคุมของการทำงานของร่างกาย วิญญาณ ได้ออกจากร่างกายไปโดยไม่หวนกลับมาอีก สูญเสีย การรู้สติ และความสามารถในการปฏิสัมพันธ์กับสังคม^{๒๑}

โดยสรุปแล้ว ความตายหมายถึง การสิ้นไปหรือความดับของชีวิต เป็นสถานะของการยุติการทำงานของชั้น ๕ อย่างสิ้นเชิง ไม่สามารถเคลื่อนไหวได้อีก หากถือว่าชีวิตเริ่มต้นที่การเกิดการตายจึงถือว่ากระบวนการสิ้นสุดของชีวิต

๒.๑.๒ แนวคิดเกี่ยวกับการตายในพระพุทธศาสนา

แนวคิดเกี่ยวกับการตายในพระพุทธศาสนาเป็นการศึกษาเกี่ยวกับองค์ประกอบของการตาย ประเภทของการตาย และสาเหตุของการตาย ดังนี้

๒.๑.๒.๑ องค์ประกอบของการตาย

มนุษย์ตั้งขึ้นด้วยองค์ประกอบ ๕ ประการที่เรียกว่า ชั้น ๕ มี ๑) รูปคือร่างกายและส่วนประกอบที่เป็นร่างกาย ๒) เวทนาคือความรู้สึกสุขทุกข์หรือเฉย ๓) สัญญาคือความจำได้หมายรู้ อารมณ์ ๔) สังขารคือสภาพปรุงแต่งจิตให้ดีหรือชั่วหรือเป็นกลางๆ ๕) วิญญาณคือการรับรู้อารมณ์ทางตาหูจมูกลิ้นกายใจโดยธรรมชาติของสิ่งทั้งหลาย ทั้ง ๕ องค์ประกอบนี้แยกออกเป็น ๒ ส่วน คือ รูป ส่วนที่มองเห็นได้ด้วยตาทั้งหมด (รูป) และนาม ส่วนที่มองไม่เห็นด้วยตาเปล่าหรือจิตใจนั่นเอง (เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ) เมื่อส่วนประกอบสำคัญเหล่านี้มีการรวมกันเข้าก็ย่อมมีการสลายหรือแยกออกจากกันเป็นธรรมดา มนุษย์ก็เช่นเดียวกันสภาพที่ส่วนประกอบของมนุษย์คือชั้น ๕ หรือกายกับจิตแยกสลายออกจากกันเราเรียกว่า ตาย การตายจึงเป็นขณะที่ชั้น ๕ หรือกายกับจิตไม่สามารถประชุมกันได้อีก^{๒๒}

^{๒๐} พระมหาสุพร รุกขิตธมโม (ปวงกลาง), “ศึกษาวิเคราะห์การเผชิญหน้ากับความตายอย่างสงบตามหลักมรณสติในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), หน้า ๑๙.

^{๒๑} Baker, B.A., Hannon, N, and Russell, N.A, **Death and Dying and Dying Individuals and Institutions**, (New York: John Wiley and Son, 1982), p. 339.

^{๒๒} ส.ช. (ไทย) ๑๗/๔๘/๖๖-๖๗.

พระมหาสุพร รุกขิตธมโม (ปวงกลาง) ได้จำแนกองค์ประกอบของการตายออกได้เป็น ๒ ลักษณะ คือ^{๒๓}

๑) การตายทางกายภาพ คือ การสิ้นชีวิตของมนุษย์และสัตว์ทั่วไป ทำให้ร่างกายแตกสลาย เกณฑ์การตัดสิน คือ “เมื่อมีธรรม ๓ ประการคือ (๑) อายุ (๒) โออุณ(๓) วิญญาณละกายนี้ไปกายนี้จึงถูกทอดทิ้งนอนนิ่งเหมือนท่อนไม้ที่ปราศจากเจตนา”^{๒๔} “สัตว์ผู้ตายคือทำกาละไปแล้วมีกายสังขาร วิสสังขารและจิตสังขารดับระงับไปมีอายุหมดสิ้นไป ไม่มีโออุณ มีอินทรีย์แตกทำลาย”^{๒๕} ซึ่งหมายถึงความขาดแห่งชีวิตินทรีย์ที่เนื่องอยู่กับภพอันหนึ่ง ได้แก่ การสิ้นชีวิตของสัตว์โลกในภพหนึ่งๆ

๒) การตายทางจิตวิญญาณ แม้บุคคลยังมีชีวิตอยู่ก็อาจเชื่อว่าตายได้เช่นเดียวกัน การตายในลักษณะนี้ไม่อาจมองเห็นได้ทางกายภาพเป็นองค์ประกอบทางด้านจิตใจดังพุทธพจน์ที่ว่า “ความไม่ประมาทเป็นทางแห่งอมตะ ความประมาทเป็นทางแห่งการตาย คนผู้ไม่ประมาทชื่อว่าย่อมไม่ตาย คนผู้ประมาทจึงเหมือนคนตายแล้ว”^{๒๖} “วาจาสัตย์เป็นวาจาไม่ตาย”^{๒๗} กล่าวอีกนัยหนึ่งก็คือ การตายจากคุณธรรมความดีต่างๆ นั้นเอง ภิกษุที่มีราคะครอบงำก็เช่นเดียวกันได้ชื่อว่าตายแล้ว เพราะตายจากคุณงามความดีนั่นเอง มนุษย์ที่มีความทุกข์อยู่เช่นปัจจุบันนี้ก็เพราะว่าเป็นผู้ตายทางจิตและวิญญาณ ถ้ามนุษย์มีคุณธรรม ความดีประจำจิตใจก็จะไม่ตาย คนที่ตายในลักษณะนี้ก็คือตายทางจิตวิญญาณ

สรุปได้ว่า องค์ประกอบของการตายมี ๒ ลักษณะ คือการตายทางกายภาพ ได้แก่ การดับของขันธ์ ๕ เป็นการทิ้งร่างวางขันธ์ หมดลมหายใจ ธาตุทั้ง ๔ กำเริบจนไม่อาจดำรงชีพอยู่ได้ ส่วนอีกประการคือ การตายทางด้านจิตวิญญาณ ได้แก่ การตายจากคุณงามความดี เช่น การใช้ชีวิตด้วยความประมาท หรือบุคคลที่เป็นมิจฉาปฏิเป็นต้น การตายทั้งสองลักษณะนี้ การตายจากความดีเป็นการตายก่อนการตายด้านกายภาพ คนที่ประกอบกรรมทำชั่ว หรือคนที่ใช้ชีวิตอย่างประสาทจึงชื่อว่าเป็นผู้ที่ตายแล้ว

^{๒๓} พระมหาสุพร รุกขิตธมโม (ปวงกลาง), “ศึกษาวิเคราะห์การเผชิญหน้ากับความตายอย่างสงบตามหลักมรณสติในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา, หน้า ๒๒.

^{๒๔} ส.ข. (ไทย) ๑๒/๔๕๗/๔๙๕.

^{๒๕} ส.ข. (ไทย) ๑๒/๔๕๗/๔๙๕.

^{๒๖} พ.ธ. (ไทย) ๒๕/๒๑/๓๑.

^{๒๗} พ.ธ. (ไทย) ๒๕/๔๕๖/๖๐๓.

๒.๑.๒.๒ ประเภทของการตาย

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคพระพุทธโฆษาจารย์ได้จำแนกการตายไว้ออกเป็น ๔ ประเภท คือ^{๒๘}

๑) มรณะ ความขาดแห่งชีวิตินทรีย์ที่เนื่องอยู่กับภพอันหนึ่ง ได้แก่ รูปชีวิตินทรีย์และนามชีวิตินทรีย์ของสัตว์ทั้งหลายที่ขาดลงในภพหนึ่งๆ เช่น คนตาย สุนัขตาย วัวตายหรือแมวตาย

๒) สมุจเฉทมรณะ ความขาดแห่งวิญญูทุกขของพระอรหันต์ทั้งหลาย ได้แก่ การดับขันธปรินิพพานของพระชีนาสพทั้งหลาย ผู้ตัดกิเลสอาสวะและวิญญูทุกขได้โดยสิ้นเชิงไม่ต้องกลับมาเวียนว่ายอยู่ในสังสารวัฏอีก

๓) ขณิกมรณะ ความดับในขณะๆ แห่งสังขารทั้งหลาย ได้แก่ ความดับของสังขารธรรม คือ รูปนามที่ดับไปตลอดเวลาตราบเท่าที่สันตติแห่งรูปนามยังสืบต่ออยู่เป็นมรณะชนิดที่ละเอียดมากบุคคลธรรมดาไม่สามารถพิจารณาเห็นได้

๔) สมมติมรณะ การตายโดยสมมติของชาวโลก ได้แก่ การตายที่ชาวโลกสมมติกันขึ้น เป็นคำที่ใช้ในการสื่อสารกันในชีวิตประจำวัน เช่น ต้นไม้ตาย พรอทตาย นาฬิกาตาย รถตาย ไม่ได้กล่าวถึงการตายในเชิงสาระที่เป็นสัจจะหรือข้อเท็จจริงเกี่ยวกับการตายจริงๆ หากกล่าวถึงการตายในความหมายเชิงเปรียบเทียบ เช่น การเปรียบเทียบการตายกับความประมาท โดยการตายในที่นี้เป็นการตายในความหมายที่บ่งถึงการตายจากการกระทำในสิ่งที่ถูกต้องดีงามหรือสิ่งที่ควรกระทำ^{๒๙}

เมื่อกล่าวโดยย่อแล้วประเภทของการตายในพระพุทธศาสนาจำแนกออกเป็น ๒ ประเภท คือ^{๓๐}

๑) กาลมรณะ คือ การตายตามกาลเวลา เช่น ตายเพราะชราสิ้นอายุ ในวิสุทธิมรรคมีคำอธิบายไว้ว่า มรณะใดแม้เมื่อความถึงพร้อมแห่งปัจจัยอันเป็นเครื่องยังอายุให้สืบต่อไปยังมีอยู่ แต่ก็ มีขึ้นได้เพราะความที่กรรมอันก่อปฏิสนธิมีวิบากสูงจนสิ้นเชิงแล้ว นี่เชื่อว่ามีมรณะเพราะสิ้นบุญ มรณะใดมีขึ้นด้วยอำนาจความสิ้นแห่งอายุดังอายุอันมีประมาณสัก ๑๐๐ ปีของคนทุกวันนี้ เพราะความไม่มีสมบัติ เช่น คติ กาล และอาหาร เป็นต้น นี่เชื่อว่ามีมรณะเพราะสิ้นอายุ^{๓๑}

๒) อกาลมรณะ คือ การตายที่ยังไม่ถึงเวลาที่จะต้องตาย เช่น ตายเพราะถูกฆ่าตาย เพราะกรรมเก่ามาตัดรอน เกิดอุบัติเหตุต้องตายลงไป ส่วนมรณะใดย่อมมีแก่บุคคลทั้งหลายผู้มีปัจจัยเครื่องสืบต่อ (แห่งอายุ) ถูกกรรมที่สามารถยังสัตว์ให้เคลื่อนจากฐานะ (ที่เป็นอยู่) ได้ทันทีเข้ามาตัด

^{๒๘} มหามกุฏราชวิทยาลัย, วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๒ ตอน ๑, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗), หน้า ๑.

^{๒๙} พระมหาสุพร รกขิตธมโม (ปวงกลาง), “ศึกษาวิเคราะห์การเผชิญหน้ากับความตายอย่างสงบตามหลักมรณสติในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา, หน้า ๒๓.

^{๓๐} พระธรรมธีรราชมหามุนี, อุดมวิชา, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก, ๒๕๓๙), หน้า ๑๔๒.

^{๓๑} มหามกุฏราชวิทยาลัย, วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๒ ตอน ๑, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หน้า ๑-๒.

เอาดูคนบาปทั้งหลายมีพญาสุริยและพญาลาพู เป็นต้น ก็ดี แก่บุคคลทั้งหลายผู้มีปัจจัยเครื่องสืบต่อ (แห่งอายุ) มาขาดไปด้วยอุปัทว (ความทำร้าย) มีการใช้ศัสตรา เป็นต้น ด้วยอำนาจแห่งกรรมที่ทำไว้ในปางก่อนก็ดี มรณะนี้ชื่อว่า อกาลมรณะ^{๓๒}

โดยสรุปแล้ว ประเภทของความตายสามารถจำแนกตามกาลเวลาได้ ๒ อย่าง คือตายตามเวลาและตามที่ยังไม่ถึงเวลาตาย แต่หากจำแนกให้ละเอียดลงไปสามารถจำแนกได้ ๔ อย่าง คือ การตายจากภพที่เป็นของสรรพสัตว์ทั่วไป การตายที่ขาดจากภพ คือ การตายของพระอรหันตชีนาสพที่จะไม่กลับมาเกิดอีกแล้ว การตายชั่วขณะที่เกิดขึ้นทุกกลมหายใจ เป็นการตายที่ละเอียดเหมาะแก่การกำหนดพระกรรมฐาน และการตายโดยสมมติของชาวโลก เป็นการสมมติว่าสิ่งเหล่านั้นตาย โดยอุปมาอุปไมยก็มี เช่น นาฬิกาตาย เป็นต้น

๒.๑.๒.๓ สาเหตุของการตาย

พระพุทธศาสนาจำแนกสาเหตุของความตายหรือที่เรียกในภาษาบาลีว่า มรณุปัตติ แปลว่า การเกิดขึ้นแห่งความตายไว้ ๔ ประการ คือ^{๓๓}

๑) อายุขยุมรณ ตายโดยสิ้นอายุ หมายความว่าสัตว์ทั้งหลายต้องตายโดยสิ้นอายุ เพราะสัตว์ทุกชนิดย่อมจะมีชีวิตอยู่ภายในขอบเขตของอายุขัย สัตว์ทั้งหลายมีอายุมากบ้าง น้อยบ้าง เมื่อผ่านพ้นวัยทารกวัยเด็กวัยหนุ่มสาววัยกลางคนไปแล้วก็สู่วัยชราจากแรกเริ่มชราเรื่อยไปหาชรามากที่สุดท้ายที่สุดก็สิ้นอายุเรียกว่าตายเพราะสิ้นอายุ

๒) กัมมขยุมรณ ตายโดยสิ้นกรรม หมายความว่าสัตว์ทั้งหลายเกิดขึ้นมาและ เป็นไปต่างๆ นานานั้นอาศัยกำลังของกรรมหล่อเลี้ยงหรือสนับสนุนไว้ หากหมดกำลังของกรรม เมื่อใดผู้นั้นก็จะถึงแก่การตาย

๓) อุภยขยุมรณ ตายเพราะสิ้นอายุและสิ้นกรรม หมายความว่าบุคคลถึงแก่การตายด้วยเหตุทั้ง ๒ คือ สิ้นทั้งอายุและสิ้นทั้งกรรม

๔) อุปปจเจตมรณ ตายเพราะอุบัติเหตุ หมายถึงการตายของผู้มีอายุยังไม่ครบกำหนดหรือยังไม่ถึงอายุขัยและยังไม่สิ้นกรรม แต่ผู้นั้นก็มาเสียชีวิตลงก่อนอาจจะด้วยอุบัติเหตุต่างๆ

สำหรับสาเหตุการตายทั้ง ๔ ประการนี้ มีการเปรียบกับดวงประทีปที่ใช้น้ำมัน กล่าวถึงชีวิตทั้งหลายเปรียบเหมือนประทีปหรือโคมไฟที่อาศัยน้ำมัน ธรรมโคมไฟที่อาศัยน้ำมันนั้นไฟจะดับได้ด้วยเหตุ ๔ ประการ ได้แก่^{๓๔}

๑) เพราะเหตุที่หมดน้ำมัน เมื่อโคมไฟหมดน้ำมันไฟก็จะดับ หมายถึงชีวิตทั้งหลายจะถึงแก่การตายเมื่อสิ้นอายุ

^{๓๒} ภาณุรังโส, การตายเอ๋ย.. เราเคยรู้จักเจ้ามาก่อน, (กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่บริษัทโหลทอง มาสเตอร์พริ้น จำกัด, ๒๕๔๙), หน้า ๑๑๓.

^{๓๓} พระสัทธัมมโชติกะธัมมาจริยะ, **ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๕**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสัทธัมมโชติกะ, ๒๕๓๔), เล่มที่ ๒ หน้า ๒๙๐-๒๙๓.

^{๓๔} จินตสุทธา รอดพาล, “การตายดี: มุมมองจากผู้สูงอายุไทยพุทธ”, วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์, หน้า ๒๓.

๒) เพราะเหตุที่หมดไส้เมื่อโคมไฟหมด ไฟก็จะดับ หมายถึงชีวิตทั้งหลายเมื่อสิ้นกำลังของกรรมที่จะสนับสนุนให้ชีวิตคงอยู่แล้วก็จะถึงแก่การตาย

๓) เพราะเหตุที่หมดทั้งน้ำมันและหมดไส้ เมื่อโคมไฟหมดทั้งน้ำมันและหมดไส้ หมายความว่าชีวิตทั้งหลายต้องดับสลายไปเพราะหมดอายุและกำลังของกรรมที่จะให้คงอยู่

๔) เพราะเหตุที่มีอุบัติเหตุอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น เมื่อโคมไฟถูกลมพัดดับ หมายความว่า ในกรณีที่ยังไม่สิ้นอายุและยังไม่สิ้นกรรมแต่ต้องตายด้วยได้รับอุบัติเหตุอย่างใดอย่างหนึ่ง

พระมหาสุพร รุกขิตธมโม ได้สรุปสาเหตุของการตายในมุมมองทางพระพุทธศาสนา ไว้อีก ๔ ประการคือ

๑) ขาดปัจจัยามรณะ คือ ความตายเพราะความเกิดเป็นปัจจัย หมายถึง ความตายปรากฏขึ้นเพราะอาศัยความเกิดเป็นเหตุความตายเป็นผลของความเกิด ได้แก่ อาการที่กำลังดับของ โลภียวิบากและกัมมชรูป ที่เรียกว่า ภัททกณะ ซึ่งสงเคราะห์เข้าในวิปากวิฏ เพราะโลภียวิบาก และกัมมชรูป จะเกิดมีได้ต้องอาศัยกัมมภาวะ ถ้าขาดกัมมภาวะ (เจตนากรรมที่เป็นปัจจุบันเหตุย่อมก่อให้เกิดปฏิสนธิญาณและในปวัตตวิญญาน ที่เรียกว่าอนาคตผลในกามภูมิ เป็นต้น) แล้ว อุปัตติภาวะก็เกิดมีไม่ได้ และถ้าอุปัตติภาวะไม่มี ขาดก็มิได้เช่นกัน ความตายประเภทนี้ จึงได้แก่ความตายของสัตว์ทั้งหลายที่สมมติกันอยู่ในโลกนี้คือ ตั้งแต่เกิดจนตาย สงเคราะห์เข้าตามหลักอิทัปปจจตาที่ว่า “เมื่อสิ่งนี้มีสิ่งนี้จึงมี เพราะสิ่งนี้เกิดขึ้นสิ่งนี้จึงเกิดขึ้น เมื่อสิ่งนี้ไม่มีสิ่งนี้จึงไม่มี เพราะสิ่งนี้ดับไปสิ่งนี้จึงดับไป”^{๓๕}

๒) อุปัทภกมรณะ คือ ความตายเพราะการกระทำ หมายถึง ความตายเพราะกรรมเข้าไปตัดวิบากและกัมมชรูปกล่าว คือ บุคคลนั้นมีอายุยังไม่หมดอายุขัย อีกทั้งอำนาจของชนกกรรมก็ยังไม่หมดแต่ด้วยอำนาจแห่งอกุศลกรรมที่ได้ทำมาแล้วในภพก่อนหรือในภพนี้เข้ามาตัดรอนให้ผู้นั้นต้องพยายามฆ่าตัวเองตายลงเสียก่อน

๓) สรสมรณะ คือ ความตายโดยสภาพ คือ ตายเอง หมายถึง ความตายสิ้นสุดทั้งบุญและอายุกล่าวคือบุคคลนั้นมีอายุยืนอยู่ได้จนกระทั่งครบอายุขัยและอำนาจของกุศลกรรมหรืออกุศลกรรมหมดลงพร้อมกับความสิ้นสุดแห่งอายุเช่นบุคคลผู้เกิดมาในสมัยที่มีอายุขัย ๗๕ ปีและอำนาจแห่งกุศลกรรมของผู้นั้นต้องมีอำนาจอยู่ได้ ๗๕ ปี เช่นเดียวกัน เมื่อผู้นั้นมีอายุอยู่จนถึง ๗๕ ปีก็ตายลง

๔) ปุณฺณชยมรณะ คือ ความตายเพราะสิ้นบุญ หมายถึง ความตายเพราะสิ้นสุดแห่งบุญ อันเป็นความตายของพวกเทวดาและพรหมหรือความตายเพราะสิ้นสุดแห่งกรรมอันเป็นความตายของมนุษย์และสัตว์ดิรัจฉาน คำว่ากรรมในที่นี้ หมายถึง ชนกกรรมคือกรรมที่ทำให้วิบากเกิดขึ้นมีหน้าที่ส่งผลให้เกิดปฏิสนธิในภพนั้นๆ และอุปถัมภกกรรมคือกรรมที่ช่วยอุดหนุนกรรมอื่นมีหน้าที่ช่วยอุดหนุนนามรูปที่เกิดขึ้นจากชนกกรรมให้ตั้งอยู่ได้ในภพนั้นๆ การสิ้นสุดแห่งชนกกรรมและอุปถัมภกกรรมนั้นชื่อว่ากัมมชยะ ดังนั้น บุคคลที่เกิดมาโดยมีอำนาจแห่งชนกกรรมและอุปถัมภกกรรมนี้ดำรงอยู่ได้เพียง ๑ เดือนบ้าง ๑ ปีบ้าง หรือ ๕ ปีบ้าง หรือ ๑๐ ปีบ้าง แต่คงดำรงอยู่ได้ถึงกำหนด

^{๓๕} ส.นิ. (ไทย) ๑๖/๒๒/๓๙.

อายุขัยของผู้นั้นเป็นเหตุให้ผู้นั้นตายลงในขณะที่มีอายุได้เพียง ๑ เดือนบ้าง ๑ ปีบ้าง ๑๐ ปีเป็นต้นบ้าง จึงกล่าวได้ว่าความตายประเภทนี้เป็นความตายโดยความสิ้นสุดแห่งกรรม เปรียบเหมือนกับดวงประทีปที่หมดน้ำมันแล้วถึงแม้ไส้ยังมีอยู่ก็ตามแต่แสงประทีปก็ต้องดับลง

๒.๑.๒.๔ กระบวนการตายในพระพุทธศาสนา

พระพุทธศาสนา แบ่งกระบวนการตายออกเป็น ๓ ขณะ คือ ขณะใกล้ตาย ขณะตาย และ ขณะหลังตาย ดังต่อไปนี้

๑) ขณะใกล้ตาย มรณาสันนวิถิเป็นวิถิจิตที่ใกล้จะตาย หมายถึง เมื่อมรณาสันนวิถิเกิดขึ้นแล้ว จุติจิต (จิตที่ดับสิ้นไปจากภพชาติปัจจุบัน) ย่อมเกิดขึ้นในลำดับที่ใกล้เคียงกัน จะไม่มีวิถิจิตที่มีอารมณ์เป็นอย่างอื่นเกิดขึ้นคั่นระหว่างจุติจิตอีก ในมรณาสันนวิถินี้มีขวณะจิตเกิดขึ้นเพียง ๕ ขณะเท่านั้น เพราะเหตุที่จิตมีกำลังอ่อน เนื่องจากอำนาจของกรรมที่ส่งมานั้นใกล้จะหมดอำนาจอยู่แล้ว และอีกประการหนึ่ง หทัยวัตถุอันเป็นกัมมัชรูป ซึ่งเป็นที่ตั้งของจิตก็มีแต่จะเสื่อมสิ้น ลงเรื่อยๆ กำลังของขวณะจิตอ่อนไปเหมือนไฟที่น้ำมันจะหมดหรือจะมอดอยู่แล้ว แสงสว่างของไฟก็ย่อมจะริบหรี่เพราะหมดกำลังของปัจจัยคือน้ำมันและไส้นั่นเอง

สภาพชีวิตของคนขณะใกล้ตายนี้ ทุกคนจะต้องประสบกับสิ่งที่เรียกว่า มรณาสันนกาล ซึ่งมีอารมณ์อยู่ ๓ ชนิด คือ กรรม กรรมนิमित และคตินิमित ถ้าหากเราจะปล่อยให้อารมณ์ใกล้ตายเกิดขึ้นเองโดยที่ไม่สร้างเหตุไว้เราก็จะเผชิญกับอารมณ์ทั้ง ๓ ชนิด ได้ยาก เช่น เมื่อเราเจ็บปวดก็ตื่นรนแล้ว เพราะเรากลัวตายกันทุกคน ภยันตรายอันน่าขนพองสยองเกล้า ทำให้ใจสั่นร้าวจนไม่อาจสามารถควบคุมได้ สำหรับคนที่ไม่ได้ฝึกปฏิบัติธรรมอย่างดีมาก่อนจะไม่มีสติที่จะคิดถึงบทสวดมนต์ที่เคยคิดว่า ท่องจำได้จนขึ้นใจ แม้อยากจะทำก็ถึงพระรัตนตรัยในต่อนั้น พอถึงขณะที่จะตายจริงๆ เราจะมัวตื่นตระหนกตกประหม่า พะว้าพะวง งุนงง หลงลืมเสียสิ้น

๒) ขณะตาย มนุษย์เป็นผู้ที่เกิดในภุมิที่มีชั้น ๕ ซึ่งประกอบด้วย รูปชั้น ๑ คือ ร่างกายและพฤติกรรมทั้งหลายของร่างกาย และนามชั้น ๔ คือ เวทนาชั้น สัญญาชั้น สังขารชั้น และ วิญญาณชั้น สภาพชีวิตทั้งรูปชั้นและนามชั้นของคนทั้งในขณะเกิดและขณะตายมีปรากฏในพระพุทธานุสสติเรื่องปัจจุสมุปบาท ดังนี้ คือ

ภิกษุ มหาภูต ๔ เป็นเหตุเป็นปัจจัยทำให้รูปชั้นปรากฏ ผัสสะเป็นเหตุเป็นปัจจัยทำให้เวทนาชั้นปรากฏ ผัสสะเป็นเหตุเป็นปัจจัยทำให้สัญญาชั้นปรากฏ ผัสสะเป็นเหตุเป็นปัจจัยทำให้สังขารชั้นปรากฏ นามรูปเป็นเหตุเป็นปัจจัยทำให้วิญญาณชั้นปรากฏ^{๓๖}

หลักในการตัดสินใจว่า คนคนนั้นได้ตายไปแล้วจริงๆ ตามหลักพระพุทธศาสนา คือ เมื่อรูปชั้นอันประกอบด้วยธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ และธาตุลม แยกดับสลายไปและเมื่อกายสังขารหรือสภาวะที่ปรุงแต่งกาย, วีสังขาร หรือสภาวะที่ปรุงแต่งวาจาและจิตตสังขาร สภาวะที่ปรุงแต่งจิตดับไปวิญญาณ คือการรับรู้ทางอายตนะทั้ง ๖ ทาง ก็ดับด้วย เมื่อการรับรู้ทางอายตนะทั้ง ๖ ทางดับ นามและรูปก็ดับแล้วสหายตนะก็ดับ ผัสสะก็ดับ และเมื่อผัสสะดับ เวทนาหรือความรู้สึกก็ดับ

^{๓๖} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๘๕/๘๘

ไปด้วย เมื่อหมดกรรมแล้วต่อจากนั้นจิตก็เกิดขึ้น ๑ ขณะเรียกว่า สัตว์นั้นถึงแก่ความตายแล้วอย่างสมบูรณ์

๓) ขณะหลังตาย ในทันทีที่จิตดับลง ปฏิสนธิจิตจะต้องเกิดขึ้นทันทีอย่างต่อเนื่อง โดยไม่มีจิตอื่นเกิดขึ้นมาคั่นระหว่างจิตดับกับปฏิสนธิจิตได้เลย จะปฏิสนธิอย่างไรขึ้นอยู่กับชนกรรมที่จะนำไปถือกำเนิดแล้ว จิตทั้งหลายก็เกิดขึ้นสืบต่อๆ กัน เริ่มต้นตั้งชาติตั้งภพ ตามลำดับหน้าที่ปฏิสนธิภวัญ จุตี ดุกล้อเกวียนหรือจักรรถที่หมุนไปฉนั้น ในมหาสิหนาทสูตร พระผู้มีพระภาคตรัสบอกพระสารีบุตร เรื่องกำเนิด ๔ ชนิด คือ

(๑) กำเนิดอณฺทชะ ได้แก่ เหล่าสัตว์ผู้เกิดในไข่ เจาะทำลายเปลือกไข่แล้วเกิด

(๒) กำเนิดชลาคุชะ ได้แก่ เหล่าสัตว์ผู้เกิดในครรภ์

(๓) กำเนิดสังเสทชะ ได้แก่ เหล่าสัตว์ผู้เกิดในปลาเน่า ซากศพเน่า ขนมบูด น้ำคร่ำหรือเถาโคล

(๔) กำเนิดโอปปาติกะ ได้แก่ การเกิดผุดขึ้นเช่น เทวดา สัตว์นรก มนุษย์บางจำพวก และ เปรตบางจำพวก^{๓๗}

โดยสรุปแล้ว สาเหตุของการตายในพระพุทธศาสนาได้ให้ความสำคัญในประเด็นใน ๒ ประการ คือ กรรมวิบากและอายุขัย ในส่วนของกรรมวิบากนั้นหมายรวมเอาถึงการตายทั้งในสภาพปกติและการตายจากอุบัติเหตุ ล้วนแต่เป็นผลมาจากการกระทำหรือกรรมทั้งนั้น บุคคลจะตายเร็วหรือตายช้า ก็เป็นผลมาแต่กรรม ทั้งกรรมในปัจจุบันและกรรมในอดีต ดังคำสอนที่ว่า ผู้ที่มีปกติฆ่าสัตว์ย่อมมีอายุสั้น ผู้ที่มีเมตตาต่อสัตว์ย่อมมีอายุยืน กรรมจึงส่งผลให้ตามเร็วหรือตายช้าได้ ยิ่งการตายที่เกิดจากอุบัติเหตุที่เกิดจากความประมาทของผู้ตายเองหรือเกิดจากผู้อื่นทำให้ตายยิ่งสะท้อนให้เห็นอำนาจแห่งกรรมที่ทำให้ตายได้อย่างชัดเจน เพราะการตายด้วยอุบัติเหตุในพระพุทธศาสนาถือว่าตกอยู่ภายใต้อำนาจแห่งกรรม กรรมจึงเป็นเครื่องกำหนดการตาย สำหรับอายุขัยนั้น เมื่อจะกล่าวโดยภาพรวมแล้วก็ถูกกำหนดด้วยกรรมเช่นกัน

๒.๒ การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพระพุทธเจ้า

เมื่อพระพุทธเจ้าเป็นพระอนุตตมสัมมาสัมโพธิญาณ มีพระญาณหยั่งรู้อดีตและอนาคตได้อย่างไม่จำกัด การปรินิพพานของพระองค์เป็นไปตามกฎของพระไตรลักษณ์ ซึ่งเป็นกฎที่เที่ยงธรรมไม่เว้นแม้แต่พระพุทธองค์ การปรินิพพานของพระองค์ได้ยืนยันถึงพระธรรมคำสอนของพระองค์เองว่าเป็นสัจจะ เป็นความจริงแท้ ด้วยพระสัพพัญญุตญาณทำให้พระองค์ทรงกำหนดรู้ถึงวันปรินิพพานได้ และทรงปลงพระชราวุฒสังขารว่าในอีก ๓ เดือนข้างหน้าจะปรินิพพาน ก็ได้เตรียมการไว้อย่างรอบคอบหลายประเด็นดังต่อไปนี้

^{๓๗} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๕๒/๑๕๑-๑๕๒.

๑) เตรียมสถานที่ที่จะทรงปรินิพพานให้เป็นเมืองเล็กๆ คือ เมืองกุสินารา เพื่อจะไม่มีปัญหาในเรื่องการแบ่งพระบรมสารีริกธาตุเป็นต้น

๒) เตรียมความพร้อมของพุทธสาวกให้มั่นคงในธรรมทั้งปวง ดังที่กล่าวกับภิกษุทั้งหลายที่พำนักอยู่ในเขตกรุงเวสาลี ช่วงพรรษาสุดท้ายของพระพุทธองค์ว่า “ธรรม^{๓๘} ที่เราแสดงแล้วเพื่อความรู้อย่าง เธอทั้งหลายพึงเรียน เสด็จ เจริญ ทำให้มากด้วยดี โดยวิธีที่พรหมจรรย์นี้จะพึงตั้งอยู่ได้นาน ดำรงอยู่ได้นาน และพึงเป็นไปเพื่อเกื้อกูลแก่คนหมู่มาก เพื่อสุขแก่คนหมู่มาก เพื่ออนุเคราะห์ชาวโลก เพื่อประโยชน์เพื่อเกื้อกูล เพื่อสุขแก่เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย”^{๓๙}

โดยเฉพาะความไม่ประมาทเป็นเรื่องที่พระพุทธองค์ทรงเน้นมาก ดังพุทธพจน์บทหนึ่งที่สำคัญมาก คือ “ภิกษุทั้งหลาย บัดนี้เราขอเตือนเธอทั้งหลาย สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา เธอทั้งหลายจงทำหน้าที่ให้สำเร็จด้วยความไม่ประมาทเถิด” นี่เป็นพระปัจฉิมโอวาทของพระตถาคต^{๔๐} พระพุทธพจน์บทนี้แสดงให้เห็นว่า ทรงย่อพระพุทธโอวาทที่ทรงประกาศตลอดเวลา ๔๕ ปี ลงในบทว่า “ความไม่ประมาท” เพียงบทเดียว

๓) เตรียมมอมบมรดกธรรม พระผู้มีพระภาคขณะใกล้ปรินิพพานได้รับสั่งเรียกพระอานนท์ มาตรัสว่า “อานนท์ ธรรมและวินัยที่เราแสดงแล้วบัญญัติแล้วแก่เธอทั้งหลาย หลังจากเราล่วงลับไป ก็จะเป็นศาสดาของเธอทั้งหลาย”^{๔๑} พระอรหันตสาวกและภิกษุทั้งหลายที่เฝ้าอยู่ใกล้ที่ประทับต่างได้ยินโดยทั่วกัน

๔) เตรียมให้บรรดาอุทิสต์จัดพิธีพระบรมศพ แต่สำหรับคณะสงฆ์นั้นทรงรับสั่งแก่พระอานนท์ว่าให้เหล่าภิกษุ ภิกษุณี พยายาม ขวนขวายทำหน้าที่ของตนเองเถิด ไม่ประมาทในหน้าที่ของตน มีความเพียร อุทิศกายและใจอยู่เถิด กษัตริย์ พราหมณ์ คหบดีทั้งหลายล้วนเป็นบัณฑิต ซึ่งเป็นผู้เลื่อมใสในพระพุทธองค์ จะทำการบูชาสรีระของพระองค์เอง พระอานนท์ทูลถามว่า พวกเขาพึงปฏิบัติต่อพระสรีระของพระพุทธองค์อย่างไร พระผู้มีพระภาคตรัสตอบว่า “พึงปฏิบัติต่อสรีระของตถาคตเหมือนอย่างที่เราปฏิบัติต่อพระบรมศพของพระเจ้าจักรพรรดินั้นแหละ”^{๔๒}

๕) เตรียมกล่าวคำอำลา ขณะที่พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงจำพรรษาสุดท้ายในเวฬุคาม พระองค์ได้มีอาการพระประชวรอย่างรุนแรงมีทุกขเวทนา^{๔๓} อย่างแสนสาหัสจนเจียนจะปรินิพพาน พระองค์ทรงมีสติสัมปชัญญะ ทรงอดกลั้นไม่พริ้งพริ้วทรงพระดำริว่า “การที่เราไม่บอกผู้อุปฐาก

^{๓๘} ธรรมในที่นี้คือ สติปัฏฐาน ๔ สัมมัปปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ และ อริยมรรคมีองค์ ๘ รวมแล้ว คือ โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ

^{๓๙} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๘๔/๑๓๐-๑๓๑.

^{๔๐} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๘๕/๑๓๑; ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๑๘/๑๖๖.

^{๔๑} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๑๖/๑๖๔.

^{๔๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๐๕/๑๕๒.

^{๔๓} ในที่นี้หมายถึง ความรู้สึกเจ็บปวด เป็นอาการของทุกขในไตรลักษณ์ซึ่งเกิดขึ้นได้แม้แก่ผู้ที่เป็นพระอรหันต์ มิใช่ทุกขในปัจจุสมุปบาทหรือในอริยสัจ พระผู้มีพระภาคทรงข่มทุกขเวทนานี้ด้วยความเพียร (ที.ม.อ. ๑๖๔/๑๔๘-๑๔๙)

ไม่อำลาภิกษุสงฆ์ปริณิพพานนั้น ไม่เหมาะแก่เรา”^{๔๔} หลังจากที่มารมาทูลอาราธนาให้ปริณิพพานและทรงรับการอาราธนานั้นแล้ว จึงทรงรับสั่งให้พระอานนท์ไปนิมนต์ภิกษุเท่าที่พำนักอยู่ในเขตกรุงเวสาลีมาประชุมในหอนั้น ที่กุฎาคารศาลาในป่ามหาวัน แล้วตรัสบอกภิกษุเหล่านั้นว่าจากนี้ไปอีก ๓ เดือน พระพุทธองค์จะปริณิพพาน จากนั้นตรัสพระคาถาว่า “วัยของเราแก่หง่อม ชีวิตของเราเหลือน้อย เราจะจากพวกเธอไปเราทำที่พึงแก่ตนแล้ว พวกเธอจงอย่าประมาท มีสติ มีศีลบริสุทธิ์ มีความดำริมั่นคงดี รักษาจิตของตนไว้ ผู้ที่ไม่ประมาทอยู่ในธรรมวินัยนี้ ละการเวียนว่ายตายเกิดแล้วจักทำที่สุดแห่งทุกข์ได้”^{๔๕}

๖) ให้โอกาสภิกษุทั้งหลาย ได้ถามข้อสงสัยหากยังมีธรรมข้อใดที่ยังไม่กระจ่าง แม้ในวาระสุดท้ายแห่งพระชนม์ชีพ พระผู้มีพระภาครับสั่งเรียกภิกษุทั้งหลายมาตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย ถ้าภิกษุแม้เพียงรูปเดียวพึงมีความสงสัยหรือความเคลือบแคลงในพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ มรรค หรือในปฏิบัติ (ข้อปฏิบัติ) เธอทั้งหลายจงถามเถิดจะได้ไม่เสียใจในภายหลังว่าพระศาสดายังอยู่ต่อหน้าเราไม่กล้าทูลถามในที่เฉพาะพระพักตร์”^{๔๖} พระผู้มีพระภาคตรัสย้ำถามถึง ๓ ครั้ง แต่ไม่มีภิกษุแม้เพียงรูปเดียวที่สงสัยหรือเคลือบแคลงในพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ มรรค หรือในปฏิบัติ พระผู้มีพระภาคทรงมีญาณหยั่งรู้แล้วว่าในจำนวนภิกษุ ๕๐๐ รูปที่เฝ้าอยู่ขณะนั้น ภิกษุผู้มีคุณธรรมชั้นต่ำสุดเป็นพระโสดาบัน ไม่มีทางตกต่ำ มีความแน่นอนที่จะสำเร็จสัมโพธิในวันข้างหน้า^{๔๗} นี่เป็นตัวอย่างแก่ชนรุ่นปัจจุบัน ในการที่ผู้ใกล้ตายได้บอกเรื่องค้างคาใจแก่ญาติและให้ญาติซักถามและบอกเรื่องค้างคาใจของตนแก่ผู้ใกล้ตาย เพื่อการสะสางเรื่องค้างคาใจให้หมดสิ้นด้วยกันทั้งสองฝ่าย จิตในขณะตายก็จะเป็นอิสระ

จะเห็นได้ว่า พระพุทธเจ้าได้มีการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายได้อย่างสมบูรณ์แบบไม่ทรงห่วงเกรงต่อภัยคือความตายนั่นเลย แต่ได้ทรงวางแผนการตายอย่างมีระบบ พร้อมทั้งสั่งการการจัดการพระศพ การป้องกันผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นจากการตายของพระองค์ และได้ทรงทำหน้าที่ของพระองค์ในฐานะพระพุทธเจ้าจนวินาทีสุดท้าย ทำให้การตายของพระองค์ไม่มีข้อกังขาหรือความผิดพลาดใดใดเกิดขึ้นมาในภายหลัง

๒.๓ การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของภิกษุในสมัยพุทธกาล

การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของภิกษุในสมัยพุทธกาล เป็นการศึกษาในประวัติของพระอานนท์เถระและพระสารีบุตรเถระ มีรายละเอียดดังนี้

^{๔๔} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๖๔/๑๐๙.

^{๔๕} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๘๕/๑๓๒.

^{๔๖} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๑๗/๑๖๕.

^{๔๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๑๗/๑๖๖.

๒.๓.๑ การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพระอานนท์เถระ

ก) ประวัติโดยสังเขปพระอานนท์เถระ

พระอานนท์เป็นเจ้าชายองค์หนึ่งแห่งราชวงศ์ศากยในกรุงกบิลพัสดุ์ แคว้นสักกะ พระบิดาพระนามว่าพระเจ้าอโศกมโหฬาร ซึ่งเป็นพระอนุชาของพระเจ้าสุทโธทนะ ส่วนพระมารดาไม่ปรากฏพระนาม การที่ท่านได้ชื่อว่าอานนท์ก็เพราะเมื่อคราวที่ท่านประสูติ พระญาติทั้งหลายต่างก็มีความสดชื่นรื่นเริงบันเทิงใจ นอกจากนั้นท่านยังเป็นสหชาติกับพระพุทธเจ้า คือเกิดในวันเดียวกันกับพระพุทธเจ้า^{๔๘} ด้านการศึกษาไม่ปรากฏหลักฐานแต่มีข้อสันนิษฐานว่า ท่านน่าจะได้ศึกษาศิลปะศาสตร์ ๑๘ ประการ เสมอด้วยเจ้าชายทั้งหลายเพราะเกิดในวรรณะกษัตริย์ อีกทั้งท่านน่าจะเป็นผู้เรียนดี มีปัญญาดี ดังจะเห็นได้จากการที่พระพุทธเจ้าทรงยกย่องว่าเป็นเยี่ยมกว่าพระสาวกทั้งหลายที่มีการศึกษาดีมาด้วยกัน^{๔๙}

พระอานนท์ออกบวชโดยการชักชวนของเจ้าชายอนรุทธศากยราชกุมาร ในคราวที่พระพุทธเจ้าเสด็จไปโปรดพระพุทธบิดาและพระประยูรญาติ ณ กรุงกบิลพัสดุ์ พร้อมด้วยเจ้าชายศากยและเจ้าชายโกลิยะ รวม ๖ พระองค์ คือ ภัททิยะ ภค กิมพิละ อนรุทธะ เทวทัต และท่านอานนท์ พร้อมทั้งช่างตัดผมอีก ๑ คน คือ พระอุบาลี^{๕๐} การบวชของพระอานนท์มีประเด็นที่ขัดแย้งกันเกี่ยวกับพระอุปัชฌาย์ คัมภีร์แสดงเรื่องราวตอนบวชแตกต่างกัน ในพระวินัยและอรรถกถาเถรคาถากล่าวว่า พระเพลลัญฐสีสเถระเป็นพระอุปัชฌาย์ แต่ในพระวินัยปิฎก อรรถกถาอังคุตตรนิกายและอรรถกถาธรรมบทไม่ได้แสดงชื่อพระอุปัชฌาย์ไว้ แสดงเพียงแต่ว่า บวชในสำนักของพระพุทธเจ้าเท่านั้น แต่พระธรรมโกศาจารย์ (ชอบ อนุจารี) กล่าวว่า เวลานั้นพระพุทธเจ้าทรงบัญญัติอุปสมบทวิธีแล้ว พระอานนท์จึงน่าจะอุปสมบทด้วยญัตติจตุตถกรรมวาจาตามพระวินัย โดยมีพระเพลลัญฐสีสเถระเป็นพระอุปัชฌาย์^{๕๑} สำหรับผู้วิจัยเห็นว่า ความไม่แน่ชัดในช่วงเวลาเสด็จไปยังกรุงกบิลพัสดุ์กับความไม่แน่ชัดในช่วงเวลาที่ทรงอนุญาตญัตติจตุตถกรรมวาจา ทำให้มีความเป็นไปได้ว่า การบวชของพระอานนท์น่าจะเป็นเอหิภิกขุอุปสัมปทา เนื่องจากเป็นพระอนุชาที่ใกล้ชิดและช่วงนั้นยังอยู่ในช่วงแรกของการประกาศพระพุทธศาสนาด้วย

พระอานนท์ได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ที่ไม่ได้อยู่ในอิริยาบถทั้ง ๔ หลังจากพระพุทธเจ้าปรินิพพานได้ ๓ เดือน ก่อนการทำสังคายนาครั้งที่ ๑ เพียง ๑ วัน ในคัมภีร์พระวินัยปิฎกกล่าวว่า ในคืนวันที่พระอานนท์จะบรรลुพระอรหันต์นั้นท่านได้บำเพ็ญสมณธรรมอย่างหนักด้วยการเจริญกายคตาสติ กำหนดการเคลื่อนไหวแห่งอิริยาบถ แต่ก็ไม่สามารถบรรลุอรหันต์ได้ เพราะท่านปฏิบัติอย่าง

^{๔๘} สหชาติมี ๗ อย่าง คือ ๑. พระนางพิมพามารดาพระราहुล ๒. ฉันทอำมาตย์ ๓. กาฬุทายีอำมาตย์ ๔. พระอานนท์ ๕. ม้ากัณฐกะ ๖. ต้นพระศรีมหาโพธิ์ และ ๗. ขุมทรัพย์ทั้ง ๔ มุมเมือง

^{๔๙} พระธรรมโกศาจารย์ (ชอบ อนุจารี), **ตำนานพระอรหันต์ ๘ ทิศ**, (ยุวพุทธชลบุรี ในพระสังฆราชูปถัมภ์ จัดพิมพ์เป็นธรรมบรรณาการ งานพระราชทานเพลิงศพพระครูอุดมวิชาวชิการ (เหมือน อินทโชติ) อดีตเจ้าอาวาสวัดกำแพง อ.เมือง จ.ชลบุรี, ๒๕๒๘), หน้า ๔๙-๕๐.

^{๕๐} วิ.จ. (ไทย) ๗/๓๓๑/๑๗๐.

^{๕๑} พระธรรมโกศาจารย์ (ชอบ อนุจารี), **พระอานนท์เถระ**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ประยูรวงศ์, ๒๕๒๔), หน้า ๒.

เครื่องเครียดเกินไป จึงทำให้จิตฟุ้งซ่าน ท่านจึงคิดที่จะบำเพ็ญให้พอเหมาะ จึงได้ลงจากที่จงกรมแล้ว กลับเข้าสู่ที่ฝึกเพื่อฝึกฝนด้วยตั้งใจว่า “จะนอนพัก” แต่ศีรษะยังไม่ทันถึงหมอน เท้ายังไม่ทันยกขึ้นจากพื้น ในระหว่างนี้จิตได้หลุดพ้นจากกิเลสอาสวะทั้งหลาย เพราะไม่มีความยึดมั่นถือมั่น^{๕๒}

ข) การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพระอานนท์เถระ

ชีวิตในบั้นปลายของพระอานนท์ หลังจากที่ท่านได้ใช้เวลาช่วยพระมหากัสสปเถระทำสังคายนาเสร็จแล้ว ท่านได้ใช้เวลาส่วนใหญ่ในการสั่งสอนประชาชน และฝึกฝนอบรมชายหนุ่มทั้งหลาย เช่น ทสมะแห่งอัฐกนกร และสุกโตเทยบุตร เป็นต้น อยู่ถึง ๔๐ ปี เมื่ออายุได้ ๑๒๐ ปี จึงได้พิจารณาเห็นอายุสังขารเหลืออยู่เพียง ๗ วันเท่านั้น ท่านจึงแจ้งแก่คนทั้งหลายว่า นับจากวันนี้ไปอีก ๗ วันท่านจะปรินิพพาน เมื่อประชาชนทั้งหลายที่อยู่ทางฝั่งแม่น้ำโรหิณีทั้งสองฝั่งได้ทราบเข้า จึงพากันไปยังฝั่งแม่น้ำโรหิณี ต่างฝ่ายต่างก็แสดงความจำนงให้ท่านพระอานนท์ไปปรินิพพานที่ฝั่งของพวกเขาแต่ฝ่ายเดียว โดยอ้างเหตุว่า พระเถระมีอุปการะมากแก่พวกเขา แต่อีกฝ่ายไม่ยอมโดยอ้างเหตุผลเช่นเดียวกัน ท่านเห็นว่าจะเกิดโกลาหลกันขึ้นแน่ หากจะไปปรินิพพานฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง จึงได้เข้าเตโชกสิณเหาะขึ้นบนอากาศเหนือแม่น้ำโรหิณี แสดงธรรมแก่ประชาชนทั้งสองฝั่งน้ำ แล้วอธิษฐานให้สารีริกธาตุของท่านแตกออกเป็น ๒ ส่วน ตกลงบนฝั่งแม่น้ำฝั่งละหนึ่งส่วน พอขาดคำอธิษฐานเปลวไฟได้ลุกขึ้น สรีระของท่านก็แตกออกเป็น ๒ ส่วนตกลงบนฝั่งทั้งสอง มหาชนได้พากันเศร้ราไศกปริเทวนาการดูจนแผ่นดินจะกล่มทลาย คล้ายเมื่อเวลาที่พระผู้มีพระภาคปรินิพพาน ฉะนั้น

แต่หลักฐานบางแห่งเล่าความตอนนี้อย่างออกไปว่า เมื่อท่านทราบวันที่จะปรินิพพานแน่แล้ว จึงได้ออกเดินทางจากแคว้นมคธ ผ่านไปทางนครเวสาลี เพื่อไปนิพพานที่ฝั่งแม่น้ำโรหิณี พอพระเจ้าอชาตศัตรูทรงทราบข่าวนี้ ก็เสด็จติดตามท่านไป จนถึงฝั่งแม่น้ำโรหิณี พร้อมด้วยราชบริพารจำนวนมาก ข้างฝ่ายพวกเจ้าลิจฉวีแห่งแคว้นวัชชีเมื่อทรงทราบข่าวนี้ ก็เสด็จติดตามไปจนถึงฝั่งแม่น้ำโรหิณีพร้อมด้วยราชบริพารจำนวนมากเช่นเดียวกัน ทั้งสองฝ่ายได้ทรงพักอยู่คนละฝั่งแม่น้ำ ต่างมุ่งมาดปรารถนาจะได้พระสารีริกธาตุของพระเถระไปบูชาสักการะเฉพาะพวกเขาของตน ท่านพระอานนท์มองเห็นว่าเหตุการณ์วุ่นวายโกลาหลจะเกิดขึ้น จึงได้เข้าเตโชกสิณลอยขึ้นบนอากาศเหนือแม่น้ำโรหิณี แล้วเปลวไฟก็ลุกขึ้นสารีริกธาตุได้แตกออกเป็นสองส่วน ตกลงสู่ฝั่งแม่น้ำทั้งสองฝั่งๆ ละ ๑ ส่วน กษัตริย์และประชาชนทั้งสองฝั่งจึงได้สร้างพระเจดีย์ขึ้นไว้เพื่อสักการบูชา ณ ฝั่งของตน

จากเหตุการณ์ปรินิพพานของพระอานนท์จะเห็นว่า พระอานนท์ได้มีการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายได้เป็นอย่างดียิ่ง ทั้งนี้ เนื่องจากท่านเป็นพระอรหันต์ซึ่งนิมิตสพ จึงไม่มีความสะดุ้งกลัวต่อความตาย กับทั้งยังสามารถวางแผนการตายของตนเองได้ ด้วยการล่วงรู้กำหนดอายุขัย ทั้งนี้เพื่อระงับสงครามที่อาจเกิดขึ้นจากญาติทั้ง ๒ ฝ่าย โดยการเข้าเตโชกสิณและนิพพานกลางอากาศ แบ่งสารีริกธาตุให้ตกไปทั้ง ๒ ฝั่ง อันเป็นการยุติสงครามของพระญาติทั้ง ๒ ฝ่าย เป็นการเตรียมพร้อมทั้งการตายของตนเองและความวุ่นวายอันอาจเกิดจากการตายของตนเอง จึงเรียกได้ว่าเป็นการเตรียมความพร้อมและการบริหารจัดการความตายได้อย่างสมบูรณ์แบบ

^{๕๒} วิ.จ. (ไทย) ๗/๔๓๘/๓๗๗.

๒.๓.๒ การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพระสารีบุตรเถระ

ก) ประวัติโดยสังเขปของพระสารีบุตรเถระ

พระสารีบุตร เกิดในตระกูลอุปติสสะซึ่งเป็นวรรณะพราหมณ์ ที่หมู่บ้านอุปติสสะ เมืองนาลันทา บิดาเป็นนายบ้านชื่อว่าวังคันตะ ส่วนมารดาชื่อว่าสารี ท่านมีพี่น้องชาย ๓ คน คือจุนทะ อุปเสนะ และเรวตะ และมีน้องสาว ๓ คน คือ จาลา อุปจาลา และสีสุพจาลา รวมทั้งท่านเป็น ๗ คน^{๕๓} ตระกูลของอุปติสสะ เป็นตระกูลที่มั่งคั่งด้วยโภคสมบัติและปรีวาร พระสารีบุตร ออกบวชเพราะสาเหตุได้ไปชมมหรสพบนยอดเขา ตามปกติในปีก่อนๆ ขณะนั่งดูมหรสพอยู่นั้น มีความรู้สึกคล้อยตามบทบาทตัวละคร ถึงตอนหัวเราะสนุกสนาน ก็หัวเราะสนุกสนาน ถึงตอนหดหู่ก็แสดงความรู้สึกหดหู่ไปด้วย แต่มาในปีนี้ก็กลับมีกิริยาอาการรู้สึกไม่เหมือนทุกปี ถึงตอนหัวเราะสนุกสนานก็ไม่หัวเราะสนุกสนาน ถึงตอนเศร้าโศกก็ไม่แสดงอารมณ์เศร้าโศก ถึงตอนจะให้รางวัลก็ไม่ให้รางวัล ตรงกันข้ามกลับแสดงอาการเฉยชา คิดอยู่ว่า “ไม่เห็นมีอะไรน่าสนใจ ตัวละครที่กำลังแสดงอยู่นี้ อยู่ไม่ได้ถึง ๑๐๐ ปีก็ต้องตายไปแล้ว มีตัวละครใหม่มาแสดงแทน เราเองก็มาหลงอยู่ทำไม โฉนจึงไม่แสวงหาความหลุดพ้น” ท่านพร้อมด้วยสหายคือท่านโกลิตะจึงได้นำปรีวาร คนละ ๒๕๐ คนพากันไปบวชอยู่ในสำนักของสัทธชัยปริพาชก ซึ่งตั้งอยู่ในเมืองราชคฤห์และกำลังมีชื่อเสียงโด่งดัง

อุปติสสะและโกลิตะ เป็นผู้มีความฉลาดในการศึกษาคำตอบของสัทธชัยปริพาชก อยู่ไม่นานก็เจนจบภายในเวลาไม่กี่วัน อาจารย์สัทธชัยจึงให้เป็นผู้ช่วยสั่งสอนศิษย์ต่อไปแต่ ๒ สหายยังไม่พอใจในคำสอนของสัทธชัยปริพาชก จึงชวนกันจาริกไปตามสถานที่ต่าง ๆ เพื่อพบปะสนทนากับนักบวชที่ทรงความรู้อันจะทำให้เขาได้พ้นทุกข์ตามต้องการ ในช่วงนี้เองที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้พระอนุตรสัมโพธิญาณ และได้ส่งสาวกจำนวน ๖๐ รูป ออกไปประกาศพระศาสนาตามเมืองต่างๆ และบรรดาพระอรหันต์มีพระอัสสชิรวมอยู่ด้วย เข้าวันหนึ่งพระอัสสชิเข้าไปบิณฑบาตในเมืองราชคฤห์ มีมารยาทก้าวไปถอยกลับแลเหลียวดูชน น่ารื่นรมใจ นัยน์ตาทอดลงถึงพร้อมด้วยอิริยาบถ ในระหว่างทางได้สวนทางกับอุปติสสะ อุปติสสะเห็นเข้าเกิดความเลื่อมใส เพราะพระเถระเดินด้วยอาการสำรวม เหลียวซ้ายแลขวาอย่างระมัดระวัง ท่านอุปติสสะจึงเข้าไปสอบถามและขอเป็นลูกศิษย์ ได้ถามว่าพระศาสดาของท่านมีปกติตรัสสอนอะไร พระอัสสชิตอบว่า อาตมาบวชใหม่เพิ่งมาสู่พระธรรมวินัยของพระศาสดาได้ไม่นานและได้กล่าวธรรมได้ยอว่า “ธรรมเหล่าใดเกิดแต่เหตุ พระตถาคตตรัสเหตุแห่งธรรมเหล่านั้นและตรัสความดับแห่งธรรมเหล่านั้นด้วยพระมหาพระมหาสมณะมีปกติตรัสอย่างนี้”^{๕๔} หลังจากพระอัสสชิกล่าวจบ อุปติสสะเกิดความรู้แจ้งว่า ทุกสิ่งเกิดขึ้นมาแล้วมีอันต้องดับไปเป็นธรรมดา แล้วได้บรรลุโสดาปัตติผล ณ ที่นั่นเอง จากนั้นท่านจึงแจ้งข่าวไปยังท่านโกลิตะและพากันออกบวชในสำนักของพระศาสดา^{๕๕}

^{๕๓} จำเนียร ทรงฤกษ์, *ชีวประวัติพุทธสาวก เล่ม ๖*, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์อักษรสมัย, ๒๕๒๓), หน้า ๑.

^{๕๔} วิ.ม. (ไทย) ๔/๖๑/๗๓.

^{๕๕} วิ.ม. (ไทย) ๔/๖๒/๗๖.

พระสารีบุตร ได้สำเร็จพระอรหัตต์เป็นพระอเสกขะบุคคลที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงแก่ปริพาชกที่มณฑล พระสารีบุตรเถระก็นั่งถ้อยงานพักอยู่เบื้องประพาศภูมิก (ข้างหลัง) ท่านพิจารณาพระธรรมเทศนาที่ท่านก็ได้บรรลุอรหัตผลสำเร็จเป็นพระอรหันต์ ส่วนปริพาชกที่มณฑลเหล่านั้นของท่านได้บรรลุโสดาปัตติผล พระสารีบุตรเถระได้บรรลุพระอรหัตผลในวันที่ ๑๕ หลังจากบวชแล้ว ซึ่งในวันนั้นตรงกับวันเพ็ญเดือนมาฆะ (ขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๓) พระสารีบุตรได้ทำหน้าที่ในตำแหน่งอัครสาวกเบื้องขวา เป็นพระธรรมเสนาบดี สั่งสอนอบรมพระภิกษุตามโอกาสอันสมควร และดำรงอายุจน ๑๒๐ ปี จึงได้นิพพาน

ข) การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพระสารีบุตรเถระ

เมื่อพระสารีบุตรพักอาศัยอยู่ที่บ้านนาฬกะคาม ในแคว้นมคธ ท่านได้อาพาธเป็นไข้หนัก ได้รับทุกขเวทนา ท่านจึงตรวจดูอายุสังขารของท่าน แล้วรู้ว่า อายุสังขารจักเป็นไปได้เพียง ๗ วันเท่านั้น จึงคิดว่า เราจะปรินิพพานที่ไหน ลำดับนั้นจึงคิดอีกว่า ท่านพระราหุลปรินิพพานในดาวดึงส์พิภพ ท่านพระอัญญาโกณฑัญญะปรินิพพานที่สระนันทวัน เราจะปรินิพพานที่ไหน จึงเกิดความสังเวชปรารภมารดาว่า มารดาของเราก็คือมารดาของพระอรหันต์ถึง ๗ องค์ ยังไม่เลื่อมใสในพระพุทธเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์เลย ท่านมีอุปนิสัยหรือไม่หนอ เมื่อท่านได้เห็นอุปนิสัยแห่งพระโสดาปัตติมรรคของมารดาของท่าน จึงตรวจดูว่า มารดาของท่านจักบรรลุด้วยเทศนาของใคร ทราบว่า จักบรรลุด้วยธรรมเทศนาของท่านเท่านั้น มิใช่ของใครอื่น แล้วก็คิดต่อไปว่า ถ้าท่านฟังชวนชวายน้อย ก็จะมีผู้กล่าวว่า พระสารีบุตรเถระเป็นที่พึ่งของคนทั้งหลาย แต่ทำไมอาจจะเปลื้องแม่เพียงความเห็นผิดของมารดาของตนได้ ท่านจึงตกลงใจที่จะเปลื้องมารดาของท่านจากความเห็นผิดและจะปรินิพพานในห้องที่เกิดนั้นแหละ

จากนั้นท่านให้ท่านสามเณรจุนทะไปบอกภิกษุบริษัท ๕๐๐ รูปของท่านให้ทราบว่าท่านจะไปบ้านนาฬกะ ภิกษุทั้งหลายก็เก็บเสนาสนะ ถือบาตรและจีวรไปสำนักของท่านพระสารีบุตร ท่านพระสารีบุตรเก็บเสนาสนะเสร็จแล้วเข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาค ได้กราบทูลขออนุญาตปรินิพพานแด่พระพุทธเจ้า พระผู้มีพระภาคจึงตรัสว่า เธอจะปรินิพพานที่ไหน พระสารีบุตรกราบทูลว่า จักปรินิพพานในห้องที่เกิดในบ้านนาฬกะ แคว้นมคธ พระพุทธเจ้าจึงตรัสให้พระสารีบุตรแสดงธรรมแก่ภิกษุทั้งหลายในที่นั้น พระสารีบุตรทราบว่า พระผู้มีพระภาคทรงประสงค์จะให้ท่านแสดงธรรมหลังจากที่แสดงอิทธิฤทธิ์แล้ว จึงถวายบังคมพระผู้มีพระภาค แล้วเหาะขึ้นไปแสดงปาฏิหาริย์หลายร้อยอย่างแล้วปรารภธรรมกถา ท่านพระสารีบุตรกล่าวธรรมกถาด้วยกายที่ปรากฏบ้าง ไม่ปรากฏบ้าง ด้วยกายเบื้องบน เบื้องล่าง หรือครึ่งกาย บางทีก็แสดงเป็นรูปพระจันทร์โดยไม่มีใครเห็น บางครั้งก็เป็นรูปพระอาทิตย์ บางครั้งก็เป็นรูปภูเขา บางทีก็เป็นรูปทะเล บางทีก็เป็นพระเจ้าจักรพรรดิ บางทีก็เป็นเวสวัณมหाराช บางทีก็เป็นท้าวสักกมหाराช บางทีก็เป็นท้าวมหาพรหม เมื่อแสดงปาฏิหาริย์หลายร้อยอย่าง อย่างนี้ ท่านพระสารีบุตรจึงกล่าวธรรมกถาแก่ชาวพระนครทั้งสิ้น ประชุมกันแล้ว

เสร็จแล้วจึงกล่าวขอมาโทษต่อพระผู้มีพระภาคเจ้า พระพุทธเจ้าตรัสว่า สารีบุตร เราอดโทษต่อเธอ เสร็จแล้วเสด็จกลับพระคันธกุฎี พระสารีบุตรเถระทำประทักษิณ ๓ ครั้ง ถวายบังคมในที่ ๔ แห่ง แล้วกราบทูลลาพระพุทธเจ้า พระผู้มีพระภาค ตรัสกะภิกษุที่ยืนแวดล้อมว่า พวกเธอจง

ติดตามพี่ชายของพวกเธอเถิด ขณะนั้น บริษัท ๔ ออกไปทั้งหมด ละพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไว้พระองค์เดียวในพระเชตวัน ฝ่ายชาวพระนครสาวดีก็พอทราบข่าวพระสารีบุตรจะปรินิพพานต่างพากันถือเอาของหอมและพวงมาลัย ออกไปจนแน่นประตูเมือง สยายผม ร้องไห้ คร่ำครวญ พระสารีบุตรจึงได้โอวาทมหาชนว่า พวกท่านจงหยุดเถิด อย่าถึงความประมาทในพระผู้มีพระภาคเลย แล้วให้พวกภิกษุกลับ แล้วก็ท่านก็หลีกไปกับบริษัทของท่าน จนถึงบ้านนาฬกะในเวลาเย็นและก็นอนอยู่ที่โคนต้นนิโครธใกล้ประตูบ้าน

หลานของท่านพระเถระ ชื่อว่า อุปเรวัตตะ ไปนอกบ้านได้เห็นพระเถระ จึงเข้าไปไหว้ พระสารีบุตรจึงถามหา มารดาของท่าน แล้วให้หลานชายไปแจ้งข่าวการมาของท่าน ฝ่ายนางสารีคิดว่า บุตรชายของตนจะลาสิกขาจึงได้จัดแจงห้องที่ท่านพระสารีบุตรเกิดให้ เมื่อท่านพระสารีบุตรเข้าไปนั่งยังห้องที่ท่านเกิดแล้ว อาพาธอย่างกล้าก็เกิดขึ้น เวทนาปางตายเพราะถ่ายเป็นโลหิต ต้องเอาภาชนะหนึ่งเข้าไปรองรับ เอาภาชนะหนึ่งออกมา ท้าวจตุมหาราชทั้ง ๔ ตรวจดูว่าท่านพระสารีบุตรอยู่ไหน เมื่อเห็นว่า ท่านนอนอยู่บนเตียงอันเป็นที่ปรินิพพาน ในห้องที่ตนเกิดในบ้านนาฬกะ ก็ได้พากันไปนมัสการเป็นครั้งสุดท้าย เมื่อนางสารีพราหมณ์เห็นพวกเทวดาพากันมาก็คิดว่า เทวดาเหล่านี้ไหว้บุตรของเราแล้วก็ไป เพราะเหตุไรหนอ จึงได้ไปถามเรื่องนั้นกับท่านพระสารีบุตรว่า เจ้าใหญ่กว่าท้าวมหาราชทั้งสี่รึพ่อ ท่านพระสารีบุตรกล่าวว่า อุบาสิกา ท้าวมหาราชทั้ง ๔ เหมือนศิษย์วัด นางพราหมณ์คิดว่า ขนาดลูกของเรายังมีอานุภาพเท่านี้ พระศาสดาซึ่งเป็นพระศาสดาของลูกเรายังมีอานุภาพขนาดไหนหนอ พลันปิติห่อหุ้มใจก็เกิดขึ้นแม้ไปทั่วสรีระ พระเถระทราบว่ ปิติโสมนัสเกิดขึ้นแล้วแค้นมารดา จึงได้แสดงธรรมโปรดมารดาของท่าน^{๕๖} เมื่อจบเทศนาของท่านพระสารีบุตร นางพราหมณ์ ก็ดำรงอยู่ในโศดาปตติผล จากนั้นท่านพระสารีบุตรตั้งจิ๋วสมาธิหน้า นอนโดยข้างขวา เข้าสมาบัติ ๙ ตามลำดับสมาบัติทั้งโดยอนุโลมและปฏิโลม และปรินิพพานด้วยอนุปาติเสสนิพพานธาตุ^{๕๗}

จากเหตุการณ์ปรินิพพานของสารีบุตรทำให้ทราบว่า ท่านพระสารีบุตรได้เตรียมรับมือกับความตายได้อย่างสมบูรณ์แบบ ประกอบกับท่านเป็นพระอรหันต์ชินาสพ จึงหยั่งรู้กำหนดการตายของตนเองได้ ท่านจึงตัดสินใจไปโปรดมารดาของท่านเอง และวางแผนที่จะแสดงธรรมโปรดนางสารีพราหมณ์ แม้จะมีเวทнал้าจากอาพาธท่านก็สามารถข่มไว้ด้วยอำนาจแห่งฌานสมาบัติ และได้แสดงธรรมโปรดมารดาของท่านจนสำเร็จเป็นพระโสดาบัน มั่นคงในพระรัตนตรัย เป็นการทำหน้าที่บุตรได้เป็นอย่างดี ยิ่งจะเห็นได้ว่า เมื่อพระอรหันต์จะปรินิพพานนั้น ท่านจะทำให้การนิพพานของท่านเป็นประโยชน์อย่างสูงสุด ทั้งต่อผู้อยู่เบื้องหลังและผู้ที่เกี่ยวข้อง

^{๕๖} NYANAPONNIKA THERA, *The Life of Sariputta*, (Buddhist Publication Society, 1966), p.76.

^{๕๗} อสัติมหาสาวก ๘๐ พระอรหันต์ ชีวประวัติและคำสอนของพระเถระสาวกในสมัยพุทธกาล, ที่ระลึกงานกฐินพระราชทาน ณ อารามหลวง วัดโมลีโลกยาราม, (กรุงเทพมหานคร: สถาบันสันติธรรม, ๒๕๕๐), หน้า ๗๘.

๒.๔ การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของภิกษุณีในสมัยพุทธกาล

การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของภิกษุณีในสมัยพุทธกาล เป็นการศึกษาในประวัติของพระมหาปชาบดีโคตมีเถรีและพระเขมาเถรี มีรายละเอียดดังนี้

๒.๔.๑ การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพระมหาปชาบดีโคตมีเถรี

ก) ประวัติโดยสังเขปของพระนางมหาปชาบดีโคตมีเถรี

พระนางมหาปชาบดีโคตมี เกิดในวรรณะกษัตริย์ เชื้อสายศากยะ ตระกูลโกลิยวงศ์ แห่งกรุงเทวทหะ เป็นพระธิดาของพระเจ้าอัญชนะกับพระนางสุลลภมา มีพระเชษฐา ๒ พระองค์ คือ พระเจ้าสุปปพุทธะ และเจ้าชายทัณฑปาณิ มีพระภคินี (พี่สาว) คือ พระนางสิริมหามายา (พระพุทธมารดา) พระนางและพระภคินีทั้งสองได้อภิเษกสมรสกับพระเจ้าสุทโธทนะ กษัตริย์แห่งกรุงกบิลพัสดุ์ พร้อมกันตามพระราชประเพณีโบราณราชวงศ์ ซึ่งการแต่งงานในลักษณะดังกล่าวเป็นประเพณีที่ถือปฏิบัติกันในสังคมอินเดียสมัยนั้น เมื่อพระนางสิริมหามายาสิ้นพระชนม์หลังจากประสูติพระราชโอรส (เจ้าชายสิทธัตถะ) ได้ ๗ วัน พระเจ้าสุทโธทนะจึงได้ทรงสถาปนาพระนางมหาปชาบดีโคตมีเป็นพระอัครมเหสีและพระมาตุจฉา (พระน้านาง) เพื่อเลี้ยงดูเจ้าชายสิทธัตถะต่อไป โดยทรงมอบการเลี้ยงดูพระธิดาและพระโอรสของพระนางเอง ๒ พระองค์ คือ เจ้าหญิงสุนทรินันทา (รูปนันทา) และเจ้าชายนันทะ (นันทกุมาร) แก่พระพี่เลี้ยงนางนม ส่วนพระองค์รับหน้าที่ดูแลเจ้าชายสิทธัตถะด้วยพระองค์เอง นับได้ว่าทรงเป็นทั้งพระมารดา พระน้านางและพระพี่เลี้ยงนางนม

ต่อมาเมื่อเจ้าชายสิทธัตถะทรงเสด็จออกผนวชและได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า พระองค์ได้เสด็จกลับกรุงกบิลพัสดุ์เพื่อโปรดพุทธบิดา ครั้งนั้น พระเจ้าสุทโธทนะได้ทรงสดับธรรมที่พระพุทธเจ้ายังผลให้พระเจ้าสุทโธทนะบรรลุปะระสัพพัญญูเป็นพระโสดาปัตติผล วันต่อมาพระพุทธเจ้าได้แสดงธรรมโปรดพระนางมหาปชาบดีโคตมี ส่งผลให้พระนางบรรลุปะระสัพพัญญูเป็นพระโสดาปัตติผล พระเจ้าสุทโธทนะทรงประทับร่วมฟังธรรมเทศนาอยู่ ก็ทรงได้บรรลุปะระสัพพัญญูเป็นพระโสดาปัตติผล และบรรลุนาคามีผลในวันต่อมา ต่อมาในพรรษาที่ ๒-๔ แห่งพุทธกิจ พระพุทธองค์ทรงเสด็จกรุงกบิลพัสดุ์ เนื่องจากทรงสดับมาว่าพระพุทธบิดาประชวรหนัก จึงเสด็จไปโปรดธรรม อนิจจตาธรรมสูตร^{๕๘} ยังผลให้พุทธบิดาบรรลอรหัตผลเสด็จปรินิพพานฝ่ายพระญาติต่างเศร้าโศกเสียใจ พระองค์จึงได้ตรัสอนิจจตาธรรมสูตรอีกครั้งหนึ่ง เพื่อระงับความเศร้าโศกแห่งพระญาติ ครั้งนั้นยังผลให้มีผู้บรรลธรรมเป็นจำนวนมาก

สมัยต่อมา พระพุทธเจ้าเสด็จกรุงกบิลพัสดุ์เป็นครั้งที่สอง ประทับ ณ นิโครธาราม ครั้งนั้นพระนางมหาปชาบดีโคตมีศรัทธาปรารถนาจะทรงทอผ้าเนื้อดีถวายพระพุทธเจ้า ครั้นออกพรรษา ก็ทรงปั่นฝ้าย กรอด้าย และทอผ้าด้วยฝ้ายพระหัตถ์ของพระนางเอง ปรากฏว่าได้เนื้อผ้าประณีตมาก จึงได้ทรงน้อมถวายพระพุทธเจ้าด้วยความเลื่อมใส และความเคารพอย่างสูง แต่พระพุทธเจ้าไม่ทรงรับ^{๕๙} โดยให้พระนางมหาปชาบดีโคตมีถวายแก่พระอชิตะ ซึ่งเป็นพระนวกะบวชใหม่ เป็นเหตุให้พระนางเสียพระทัยเป็นอันมาก ด้วยเหตุนี้ พระพุทธเจ้าทรงกระทำปาฏิหาริย์เพื่อประกาศอานุภาพของ

^{๕๘} ขุ.อป.อ. (ไทย) ๘/๑/๑๗๘.

^{๕๙} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๓๗๖/๔๒๔.

สงฆ์สาวกและทรงแสดงธรรมเรื่อง ทักขินาวิภังคสูตร^{๖๐} โปรดพระนางมหาปชาบดี เพื่อบรรเทาความโศกเศร้าของพระนาง เมื่อพระนางมหาปชาบดีโคตมีได้รับฟังและทอดพระเนตรเห็นดังนั้น ก็มีปิติโสมนัส ทรงดำริถึงความน่าอัศจรรย์ที่พระอริยสงฆ์สาวกนี้ก็มีพระคุณอันยิ่งควรแก่การบูชาสักการะโดยแท้ แม้แต่สังฆนวกะ ผู้บวชใหม่ในสงฆ์ก็ยังทรงคุณวิเศษได้ตั้งพระมหาเถระ ดังนั้น พระนางจึงเกิดความเลื่อมในศรัทธา น้อมถวายจีวรนั้นแก่พระนวกะผู้บวชใหม่รูปนั้น โดยเชื่อว่าการน้อมถวายจีวรด้วยศรัทธา นี้ก็ชื่อว่าบูชาพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเฉกเช่นเดียวกัน

หลังจากที่พระพุทธรูปบิดาเสด็จปรินิพพาน มีเหตุการณ์วิวาทกันระหว่างศากยะและโกลิยะในเรื่องการใช้น้ำทำการเกษตรจากแม่น้ำโรหิณี พระพุทธรองค์ทรงเห็นว่าเป็นพระญาติกันทั้งสองฝ่ายจึงเสด็จมาโปรด เมื่อทั้งสองฝ่ายตกลงกันได้ ทรงแสดงธรรมเทศนาถวายเป็นพุทธบูชา โปรดบรรดาพระญาติตามลำดับ เหตุการณ์ในครั้งนั้นส่งผลให้ศากยะกุมาร ๕๐๐ พระองค์เสด็จออกทรงผนวชด้วยความเลื่อมใสศรัทธา ส่วนนางปาทปริจาริกาของพระกุมารเหล่านั้น ทุกคนต้องการออกบวชตามพระสวามีของตน จึงขอให้พระนางมหาปชาบดีโคตมี ซึ่งทางมีศรัทธาในเพศบรรพชิต เป็นผู้นำไปเฝ้าพระพุทธรเจ้า เพื่อทูลขอให้สตรีออกบวชเป็นบรรพชิตในพระพุทธศาสนา ครั้งนั้นเอง พระนางมหาปชาบดีโคตมี ได้ทูลขอบรรพชา กับพระพุทธรองค์เป็นครั้งแรก แต่พระพุทธรเจ้าทรงตรัสห้ามว่า “อย่าเลยโคตมี เธออย่าขอบใจการที่มาตุคามออกจากเรือนบวชเป็นบรรพชิตในธรรมวินัยที่ตถาคตประกาศไว้เลย”^{๖๑} ถึงแม้พระนางมหาปชาบดีโคตมี ทรงทูลขออนุญาตให้สตรีบวชเป็นบรรพชิตถึงสามครั้ง แต่พระพุทธรเจ้าก็ทรงตรัสห้ามถึงสามครั้ง พระอานนท์เห็นดังนั้นจึงมีความสงสารพระแม่เจ้า จึงคิดหากุศโลบายเพื่อทูลขออนุญาตจากพระพุทธรองค์ หากมาตุคามออกจากเรือนบวชเป็นบรรพชิตในพระธรรมวินัยที่พระตถาคตทรงประกาศไว้ จะสามารถทำให้แจ้งโสดาปัตติผล สกาคามีผล อนาคามีผล หรืออรหัตตผลได้หรือไม่ ซึ่งพระพุทธรเจ้าทรงตรัสตอบว่าได้ พระอานนท์จึงได้กราบทูล โดยอธิบายเหตุผลว่าพระนางมหาปชาบดีโคตมีเป็นพระมาตุจฉาของพระพุทธรเจ้า ทรงมีอุปการะมาก พระนางเคยประทับประคอง เคยดูแลถวายน้ำนมเมื่อครั้งพุทธมารดาเสด็จสวรรคต ทรงเลี้ยงดูพระองค์เสมือนพระโอรสของพระนางเอง จึงขอให้พระพุทธรองค์ทรงอนุญาต จากเหตุผลดังกล่าวนี้ พระพุทธรองค์จึงทรงอนุญาตบรรพชาและอุปสมบทแก่พระนางมหาปชาบดีโคตมี ด้วยการให้ยอมรับภักอันเข้มงวด เรียกว่าครุธรรม ๘ ประการ ฝ่ายพระนางมหาปชาบดีโคตมียอมรับครุธรรม ๘ ประการนี้ โดยยึดถือตลอดชีวิต ดุจทรงรับพระมาลาขึ้นประดับพระเกศา พระนางมหาปชาบดีโคตมีจึงถือเป็นภิกษุณีรูปแรกในพระพุทธศาสนา

พระนางมหาปชาบดีโคตมีพากเพียรบำเพ็ญธรรมทั้งปวงที่พระพุทธรองค์ตรัสสอนมา ไม่นานก็ส่งผลให้พระนางบรรลุอรหัตผล พร้อมด้วยอภิญญาและปฏิสัมภิทา ส่วนภิกษุณี ๕๐๐ รูปที่เหลือ ได้อภิญญา ๖ ตลอดเวลาที่เป็นภิกษุณีพระนางทรงมีความมั่นคงในการปฏิบัติธรรม การใดที่เกี่ยวกับภิกษุณีสงฆ์ พระนางมหาปชาบดีโคตมีจะทรงรับเป็นภาระ และหากมีข้อขัดข้องในการปฏิบัติก็จะนำความขึ้นกราบทูลขอคำแนะนำจากพระพุทธรเจ้าเพื่อวางรากฐานให้แก่ภิกษุณี นอกจากนี้

^{๖๐} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๓๗๙/๔๒๗.

^{๖๑} อง.อภ. (ไทย) ๒๓/๕๑/๓๓๑.

พระนางได้รับยกย่องให้ดำรงภิกษุณีผู้เป็นรัตตัญญู^{๖๒} พระนางมหาปชาบดีโคตมี ทรงมีพระชนม์ยืนยาวถึง ๑๒๐ พรรษา^{๖๓} เมื่อถึงเวลาจะปลงอายุสังขารก็ได้ทูลลาพระพุทธเจ้า ณ เมืองเวสาลี เสด็จปรินิพพาน^{๖๔}

ข) การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพระมหาปชาบดีโคตมีเถรี

เมื่อพระผู้มีพระภาคเจ้าเสด็จดำเนินจากเมืองพาราณสีต่อไปยังกรุงเวสาลี ขณะที่ประทับอยู่ ณ ภูฏาคารศาลา ป่ามหาวัน พระนางมหาปชาบดีโคตมีเถรี พร้อมทั้งเหล่าภิกษุณีสาวิกยานี้ซึ่งพำนักอยู่ที่สำนักภิกษุณี ณ กรุงเวสาลี เข้าไปเฝ้าพระพุทธองค์ เพื่อกราบทูลลาณิพพาน กราบทูลว่า ข้าแต่พระสุคต หม่อมฉันเป็นพระมารดาของพระองค์ ข้าแต่พระธีรเจ้า พระองค์ทรงเป็นบิดาของหม่อมฉัน ข้าแต่พระโลกนาถ พระองค์ทรงเป็นผู้ประทานพระสัทธรรมแก่หม่อมฉัน ข้าแต่พระโคตม หม่อมฉันอันพระองค์ให้ข้ามสาครคือภพแล้ว ข้าแต่พระโอรส หม่อมฉันปรารถนาจะทิ้งร่างนี้เพื่อนิพพาน ข้าแต่พระมหาวิระ ขอพระองค์โปรดอนุญาตแก่หม่อมฉันเถิด พระมหาปชาบดีโคตมีเถรี ได้ขอบพระเศียรลงแทบพระพุทธบาท กราบทูลว่า หม่อมฉันขอน้อมนมนัสการ หม่อมฉันจักมรณะเป็นครั้งสุดท้าย หม่อมฉันจักไม่ได้เห็นพระองค์อีก หากโทษใดๆ ของหม่อมฉันมีอยู่ ขอพระองค์ได้โปรดกรุณาอดโทษแก่หม่อมฉันด้วยเถิด พระพุทธเจ้าทรงมีพระดำรัสว่า “โคตมีผู้ประดับไปด้วยคุณชื่อนิพพานก็สมควรแก่เธอ จะมีโทษอะไรเมื่อเธอบอกว่าจะลาณิพพานตถาคตจักไปว่าอะไรเธอให้มากเล่า”^{๖๕}

ลำดับนั้น พระนางมหาปชาบดีโคตมีเถรี ประกาศในหมู่สงฆ์แล้วให้ว่าพระราหู พระอานนท์ และพระนันทะ ตรัสว่า ลูกเอ๋ย แม่เปื้อนหายในร่างกาย ซึ่งเสมอด้วยที่อยู่ของอสรพิษ เป็นที่พักของโรค เป็นเรือนร่างของทุกข์ เป็นที่โคจรของขราและมรณะ อาภะกรรม ด้วยมลทินโทษต่างๆ ปราศจากแก่นสาร แม่จึงปรารถนาจะนิพพาน

พระพุทธเจ้าตรัสว่า โคตมี คนพาลเหล่าใด สงสัยในการตรัสรู้ธรรมของสัตว์ทั้งหลาย เธอจงแสดงอธิติฤทธิ์เพื่อให้คนพาลเหล่านั้นละทิฐิเสีย^{๖๖} พระนางมหาปชาบดีโคตมีเถรีพร้อมด้วยภิกษุณีทั้งหมดถวายบังคมพระพุทธองค์ แล้วจึงได้แสดงอธิติภาวนาให้วิจิตรพิสดารหลายอย่างตามพระพุทธานุญาติ แล้วพากันลงจากนภากาศ หมอบลงกราบแทบพระยุคลบาทของพระบรมศาสดา กราบทูลว่านี่เป็นการถวายบังคมครั้งสุดท้ายของหม่อมฉัน แล้วตรัสกับพระนันทเถระเถระ พระราหูเถระและพระอานนท์เถระว่า พ่อจงรักษาพระพุทธศาสนาไว้ แม่เห็นพ่อครั้งนี้เป็นครั้งสุดท้ายแล้วกลับไปยังสำนักภิกษุณีเพื่อนิพพาน

พระบรมศาสดาพร้อมด้วยหมู่ชนเป็นอันมาก ได้เสด็จไปส่งพระมาตุจฉาจนถึงขุมประตู ครั้งนั้นได้เกิดแผ่นดินใหญ่ไหว ทวยเทพพากันร่ำไห้ ฝนดอกไม้ตกลงจากอากาศ ขุนเขาก็กัมปนาท

^{๖๒} อก.เอกก (ไทย) ๒๐/๒๓๕/๓๐.

^{๖๓} ขุ.อป. (ไทย) ๓๓/๑๔๒/๔๑๓.

^{๖๔} ฉัตรสุมาลย์ กบิลสิงห์ ชาญเสน, **สตรีในพระพุทธศาสนา**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ส่องสยาม จำกัด, ๒๕๔๕), หน้า ๕.

^{๖๕} ขุ.อป. (ไทย) ๓๓/๑๔๖/๔๐๖.

^{๖๖} ขุ.อป. (ไทย) ๓๓/๑๗๘/๔๑๑.

ห้วนไหว มหาสาครก็ปั่นป่วน พระพุทธองค์ตรัสสั่งพระอานนทให้ประกาศแก่เหล่าภิกษุทราบถึงการนิพพานของพระเถรี เหล่าสงฆ์ต่างก็มาประชุมกันเพื่อถวายพระเพลิง หลังการถวายพระเพลิงพระอานนทได้นำอัฐธาตุของพระนางมหาปชาบดีโคตมีเถรี บรรจุลงในบาตรของพระเถรี นำมาถวายแด่พระพุทธองค์ พระองค์ทรงประคองพระธาตุไว้ในพระหัตถ์ ตรัสว่าสังขารมีสภาพไม่เที่ยง แม้โคตมีผู้เป็นใหญ่กว่าภิกษุณีทั้งปวง ก็ยังต้องนิพพาน เปรียบเหมือนต้นไม้ แม้จะใหญ่โตปานใดก็จะต้องผุพังไปเมื่อถึงกาล พระพุทธองค์ตรัสสั่งให้บรรจุอัฐธาตุของพระนางมหาปชาบดีโคตมีเถรี ไว้ ณ สถานที่ถวายพระเพลิงนั้น

จากการนิพพานของพระมหาปชาบดีเถรี ทำให้เห็นว่า แม้พระนางจะเป็นสตรีแต่ก็ไม่มี ความขาดกลัวในความตาย เมื่อใกล้จะนิพพานได้เข้าไปกราบทูลลาพระพุทธเจ้า ซึ่งเป็นธรรมเนียมของพระอรหันต์ที่จะนิพพานก่อนพระพุทธองค์ จากนั้นพระนางจึงได้บอกลาบรรดาพระญาติที่เป็นพระภิกษุทั้งหลาย ได้แสดงโอวาทปลอบประโลมพระอานนทเถระที่ยังปลุขุ่นให้คลายความโศกเศร้า โดยมีได้อาลัยโยตีในสังขารอันเสื่อมโทรมนั้นเลย ได้แสดงอิทธิปาฏิหาริย์เพื่อปราบเหล่ามิถุนาธิฐให้เข้าใจในความเป็นอยู่จริงของพระอรหันต์ จึงกล่าวได้ว่า การเตรียมความพร้อมสำหรับการตายของพระนางเป็นไปอย่างมีสติ สัมปชัญญะ พระนางเผชิญหน้ากับความตายอย่างกล้าแกร่ง ทั้งนี้เนื่องจากพระนางเป็นพระอรหันต์พิจารณาสิ่งที่หยั่งรู้และเข้าใจในสังขารของชีวิตเป็นอย่างดี มีสติสัมปชัญญะ ครบถ้วนบริบูรณ์

๒.๔.๒ การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพระเขมาเถรี

ก) ประวัติโดยสังเขปของพระเขมาเถรี

พระนางเขมาถือปฏิสนธิในราชสกุลกรุงสาละ แคว้นมัททะ พระประยูรญาติ เณริณพระนามว่าเขมา เพราะมีพระฉวีวรรณเลื่อมเรื่อต้งน้ำทอง^{๖๗} ครั้นเจริญพระชันษาก็เสด็จไปอยู่ในพระราชนิเวศน์ เป็นมเหสีของพระเจ้าพิมพิสาร ราชานแห่งแคว้นมคธ พระนางเป็นผู้หลงใหลในรูป เมื่อพระพุทธองค์ประทับอยู่ ณ พระวิหารเวฬุวัน ใกล้กรุงราชคฤห์ ที่พระเจ้าพิมพิสารถวายให้เป็นวัดในพระพุทธศาสนาพระนางไม่เคยไปเฝ้าพระพุทธองค์เลย ทั้งนี้เป็นเพราะนางได้สดับข่าวว่าพระพุทธองค์ทรงแสดงโทษในรูปสมบัติ ด้วยเหตุที่นางเป็นผู้หลงมัว เมานในรูปโฉม ของตนเอง จึงไม่กล้าเข้าเฝ้าพระพุทธองค์ด้วยเกรงว่าจะไปได้ยินพระธรรมเทศนาที่พระพุทธองค์แสดงเกี่ยวกับโทษในรูปโฉมของพระนาง ซึ่งท่านทำใจให้ยอมรับไม่ได้

ฝ่ายพระเจ้าพิมพิสารทราบถึงพระอุปนิสัยของพระมเหสี แต่ก็มี ความประสงค์ที่จะให้ท่านได้เข้าใจความจริงของชีวิตจึงหาอุบายที่จะให้พระนางเดินเข้าเฝ้าพระพุทธองค์ให้ได้ พระเจ้าพิมพิสารทรงรับสั่งให้นักกวีแต่งบทเพลงพรรณนากย่องความสวยงามของเวฬุวันมหาวิหาร พระนางได้สดับเพลงนั้นแล้วก็มีความประสงค์จะเสด็จไปทอดพระเนตรเวฬุวันมหาวิหาร เมื่อพระนางได้เสด็จชมพระอุทยานจนสิ้นวันแล้ว พระนางคิดว่าพระภุชชของพระพุทธองค์ว่างเปล่าจึงใคร่จะเข้าไปทอดพระเนตร ได้เห็นพระพุทธองค์ประทับอยู่องค์เดียว มีสตรีงามปานเทพอัปสรยืนถวายพัดอยู่ใกล้ๆ พระพุทธองค์สตรีคนนั้นมีพระรัศมีเปล่งปลั่งดังทองคำ มีดวงตางามเช่นดอกบัว ริมฝีปากแดงดังผลมะพลับสุก

^{๖๗} ขุ.อป. (ไทย) ๓๓/๑๕๘/๒๓๒.

ข้าเลื่องแต่น้อยเป็นที่ยินดีแห่งใจและนัยน์ตา มีลำแขนเหมือนทองคำ วรหน้าสวย ถันทั้งคู่เต่งตึงดังดอกบัวตูม มีเอวกลมกล่อม ตะโพกผึ่งผาย ลำขาน่ายินดีมีเครื่องตกแต่งงดงาม แว่ววาว ครั้นพระนางทอดพระเนตรเห็นแล้วดำริว่า ประชาชนต่างพากันกล่าวว่าพระพุทธรองค์ตำหนิความงามของสตรี แต่สตรีที่กำลังถวายงานพัดแด่พระพุทธรองค์อยู่นี้สวยหาสตรีใดมาเทียบได้ยาก คำกล่าวของประชาชนหาเป็นจริงไม่ เมื่อพระนางดำริดังนี้ก็ทรงตั้งพระทัยสดับพระเทศนา โดยมีได้ทรงกังวลว่าพระพุทธรองค์จะทรงตำหนิความงามแห่งรูปของพระนาง พระพุทธรองค์ได้ทราบจิตของพระนางแล้วทรงเนรมิตสตรีที่พระนางเขมาทรงจ้องมองอยู่นั้นให้มีสรีระเปลี่ยนแปลงล่งเลยปฐมวัยแล้ว ย่างเข้าสู่มัชฌิมวัย จากมัชฌิมวัยแล้วเข้าสู่ปัจฉิมวัย เป็นผู้มีหนังเหี่ยวย่น ผมหงอก ฟันหัก แก่หง่อม แล้วล้มลงกลิ้งพร้อมกับพัดใบตาล ร่างกายเน่าเหม็นเป็นหนอง นก กา แร้ง รุมแย่งกิน

หลังจากได้เห็นรูปที่พระพุทธรองค์ทรงเนรมิตขึ้นแล้ว ทรงพิจารณาเห็นว่าสรีระที่สวยงามเห็นปานนี้ยังถึงความวิบัติอย่างนี้ได้ แม้สรีระของเรามีหรือจะไม่เป็นเช่นนั้น ขณะที่พระนางพิจารณาอยู่อย่างนี้พระพุทธรองค์ได้ตรัสพระคาถาภาษิตว่า “ชนเหล่าใด กำหนดด้วยราคะ เกลาะกระแสบอยู่เหมือนแมลงมูมเกาะในตรรกกลางที่ทำได้เอง ชนเหล่านั้นตัดราคะนั้นเสีย ไม่มีความอาลัย ละกามสุขเสียได้ย่อมออกบวช”^{๖๘} พระนางก็ได้ปฏิบัติตามแนวคำสั่งสอนของพระพุทธรองค์ก็ได้สำเร็จอรหัตผลพร้อมด้วยปฏิสัมภิทาทั้งหลายหลังจากที่พระพุทธรองค์ได้ตรัสพระคาถาจบ ในขณะที่กำลังยืนอยู่ธรรมดาผู้อยู่ครองเรือนเมื่อบรรลุอรหัตผลจะต้องนิพพาน หรือมิฉะนั้นก็ต้องบวช ในวันนั้น ทั้งนี้เพราะเพศฆราวาสไม่สามารถที่จะรับรองคุณธรรมอันสูงเช่นนี้ได้^{๖๙} แต่พระนางทราบว่ายาสังขารของพระนางยังเป็นไปได้ จึงดำริว่าจะให้พระราชาพิมพิสารอนุญาตการบวช แล้วได้เสด็จกลับไปพระราชนิเวศน์ทูลขออนุญาต พระราชาทรงอนุญาตและพาพระนางไปบวชในสำนักภิกษุณี^{๗๐} หลังจากบวชแล้ว พระพุทธเจ้าได้ทรงสถาปนาพระนางเขมาเถรีไว้ในตำแหน่งเอตทัคคะ เป็นผู้เลิศกว่าพวกภิกษุณีสาวิกาผู้มีปัญญา^{๗๑}

ข) การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพระเขมาเถรี

การนิพพานของพระเขมาเถรี ไม่มีหลักฐานกล่าวถึงอย่างชัดเจน แม้ในอรรถกถาส่วนอื่นๆ ก็ไม่ปรากฏ มีแต่ความในพระไตรปิฎกตอนหนึ่งมาจากขุททกนิกาย อปทาน ซึ่งอยู่ในประวัติของพระมหาปชาบดีโคตมีเถรี ความว่า เมื่อพระศาสดาประทับอยู่ ณ ภูฏาคารศาลา ป่ามหารวัน กรุงเวสาลี พระเขมาเถรี ผู้เป็นบริวารของพระนางมหาปชาบดีได้มีความปริวิตกว่า พระมหาปชาบดีจะปรินิพพาน จึงได้เข้าไปหาพระมหาเถรี แล้วทูลว่า ข้าแต่พระแม่เจ้า ถ้าพระแม่เจ้าชอบใจการนิพพานอันเกษมอย่างยิ่งไซ้ ถึงข้าพเจ้าทั้งหลายก็จักนิพพานกันหมด ก่อนที่พระพุทธเจ้าจะทรงพระอนุญาต พวกข้าพเจ้าได้ออกจากเรือนจากภพพร้อมด้วยพระแม่เจ้า ก็จักไปสู่निพพานบุรีอันยอดเยี่ยม

^{๖๘} ขุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๓๔๗/๑๔๑.

^{๖๙} พลเภา เพ็งวีภาส, “การวิเคราะห์บทบาทของภิกษุณีในพระพุทธศาสนา”, *ดุष्ฎิณิพนธ์พุทธศาสนดุष्ฎิณิพนธ์* สาขาวิชาพระพุทธศาสนา, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๖๑), หน้า ๘๕.

^{๗๐} ขุ.เถรี. (ไทย) ๒๖/๔๕๓/๔๖๔.

^{๗๑} อัง.เอกก. (ไทย) ๒๐/๒๓๖/๓๐.

พร้อมๆ กันกับพระแม่เจ้า ข้าพเจ้าทั้งหลายก็จักไปพร้อมกับพระแม่เจ้าเหมือนกัน พระมหาปชาบดีโคตมีได้ตรัสว่า เมื่อท่านทั้งหลายจะไปนิพพาน เราจักทำอะไรเล่า จากหลักฐานนี้แสดงให้เห็นว่า พระนางเขมาเถรีน่าจะนิพพานพร้อมกับพระนางมหาปชาบดีโคตมีเถรีและบรรดาเหล่าภิกษุณี ๕๐๐ รูป

หลังจากนั้น พระเขมาเถรีและภิกษุณีรวมได้ ๕๐๐ รูปได้ตามพระมหาปชาบดีโคตมีไปพระวิหาร ขอให้พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงอนุญาต แล้วอำลาพระเถระทั้งหลาย และเพื่อนสพรหมจารีทุกรูป ซึ่งเป็นที่เจริญใจของตน พึงมาปรินิพพานเสียใน ณ ภูฏาคารศาลา ปามหาวัน กรุงเวสาลี

จากประวัติของพระนางเขมาเถรี ทำให้ทราบเหตุการณ์ในบั้นปลายชีวิตของพระนางว่า ได้มีการเตรียมพร้อมกับความตายในฐานะพระอรหันต์ โดยมีความประสงค์ที่จะนิพพานพร้อมกับพระนางมหาปชาบดีเถรี และได้เข้าสู่นิพพานพร้อมกับนางภิกษุณีชีนาสพ ๕๐๐ องค์ การนิพพานของพระนางจึงเป็นไปอย่างบริบูรณ์ด้วยสติและสัมปชัญญะ พร้อมกับได้ทำหน้าที่ของภิกษุณีในพระพุทธานุญาตจนจบพรหมจรรย์

๒.๕ การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของอุบาสกในสมัยพุทธกาล

การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของอุบาสกในสมัยพุทธกาล เป็นการศึกษาในประวัติของพระอนาถบิณฑิกเศรษฐีและพระเจ้าพิมพิสาร มีรายละเอียดดังนี้

๒.๕.๑ การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของอนาถบิณฑิกเศรษฐี

ก) ประวัติโดยสรุปของอนาถบิณฑิกเศรษฐี

ย้อนไปเมื่อแสนปีก่อนหน้านี้ ในสมัยนั้นมีพระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์หนึ่งพระนามว่า พระเจ้าปทุมุตตรพระพุทธเจ้า ท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐีได้เกิดเป็นกุลบุตรของผู้มีสกุลในเมืองทั้งสวดี อยู่มาวันหนึ่งท่านได้ไปฟังธรรมจากพระบรมศาสดาได้เห็นพระบรมศาสดาทรงสถาปนาอุบาสกท่านหนึ่งไว้ในตำแหน่งเอตทัคคะผู้เป็นเลิศกว่าอุบาสกทั้งหลายด้านการถวายทาน เป็นเหตุให้ท่านอยากเอาอย่างบ้างจึงเร่งสั่งสมบุญกุศลอย่างยิ่งยวด ด้วยการเลี้ยงพระถวายภัตตาหารเป็นสังฆทานโดยมีพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นประมุขตลอด๗ วัน แล้วตั้งความปรารถนาว่า ความปรารถนาอย่างอื่นไม่ต้องการเลยต้องการตำแหน่งอันเลิศอย่างนี้อย่างเดียว ทำอย่างนี้เมื่อละสังขารจากชาตินั้นแล้วไปบังเกิดในสวรรค์จนกระทั่งถึงเวลาก็ตกมาสร้างบารมีบนโลกมนุษย์อีก ท่านเวียนว่ายตายเกิดอยู่ใน ๒ ภูมิคือ เทวโลกและมนุษยโลกเท่านั้น ในช่วงตลอดแสนปีก่อนหน้านี้ท่านไม่เคยไปท่องอบายเลย^{๗๒}

ในสมัยพระพุทธเจ้าพระนามว่าโคตมนี้ อนาถบิณฑิกเศรษฐีได้เกิดเป็นชาวเมืองสาวัตถี เป็นบุตรของสมณเศรษฐี เดิมชื่อสุทัตตะ เพราะเป็นมีจิตเมตตาชอบทำบุญให้ทานแก่คนยากจนอนาถา มีน้องชายชื่อสุภูติและจูฬอนาถบิณฑิกะ มีน้องสาวชื่อ สิริสุมานา^{๗๓} มีภรรยาชื่อว่าปณณลักขณาซึ่ง

^{๗๒} ๐.๐.๐. (ไทย) ๑/๒/๕๔-๖๑.

^{๗๓} ชินตณ ปกาลินี อ้างใน ปทานุกรมพระไตรปิฎก ฉบับบาลี-ไทย เล่ม ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๓๕), หน้า ๑๕๖.

เป็นน้องสาวของเศรษฐีในกรุงราชคฤห์^{๗๔} มีธิดา ๓ คน คือ มหาสุภัททา จุฬสุภัททา และสมุณนาเทวี มีบุตร ๒ คน คือกาฬะ^{๗๕} แต่อีกหนึ่งคนไม่ปรากฏชื่อได้ไปบวชอยู่กับพระสุภูติเถระผู้เป็นอา ท่านเศรษฐีมีลูกเขยคนโตซึ่งเป็นสามีของนางมหาสุภัททาไม่ปรากฏชื่อและวงศ์ตระกูล เขยคนที่ ๒ เป็นลูกชายของสหายของท่านเอง ลูกสาวคนเล็ก คือ นางสมุนาไมได้แต่งงาน นางถึงแก่กรรมก่อนท่าน อนาถบิณฑิกะ มีลูกสะใภ้ชื่อสุชาดา เป็นน้องสาวของนางวิสาขามหาอุบาสิกา ลูกสาวของธัญชัยเศรษฐี^{๗๖} นอกจากนี้ท่านยังมีหลานสาว ๑ คน ไม่ปรากฏชื่อ มีหลานชาย ๒ คน คนหนึ่งชื่อเชมกะเป็นคนประพฤติดีในทางชู้สาว อีกคนหนึ่งเป็นนักเลงสุราไม่ปรากฏชื่อเป็นคนทีล้าผลาญสมบัติของบิดาจนหมดสิ้น^{๗๗}

สมัยหนึ่งอนาถบิณฑิกะไปทำธุระที่เมืองราชคฤห์ ได้เห็นเศรษฐีเมืองราชคฤห์นิมนต์พระพุทเจ้าและพระสาวกมานั้น ภายหลังได้ถามปัญหาข้อใจกับพระพุทเจ้า ได้ฟังคำอธิบายแล้วเกิดความเลื่อมใส ต่อมาได้ฟังพระธรรมเทศนาเรื่องอนุปปกัปปิกถาและอริยสัจ ๔ ท่านได้ตั้งใจปฏิบัติธรรมเจริญวิปัสสนากรรมฐาน พิจารณาตามพระธรรมเทศนาไม่นานก็ได้บรรลุโสดาปัตติผล^{๗๘} มีความเลื่อมใสเคารพศรัทธาในพระรัตนตรัย

อนาถบิณฑิกเศรษฐีได้สร้างวัดเชตวันในเมืองสาวัตถีถวายพระพุทเจ้า โดยได้นำเงินทั้งหมดของตนเองไปซื้อสวนจากเจ้าเขตเพื่อจะสร้างเป็นวัด วัดเชตวันเป็นวัดที่สำคัญและมีชื่อเสียงที่สุดในสมัยพุทธกาล มีอาณาบริเวณกว้างขวาง พระพุทเจ้าเสด็จประทับที่วัดแห่งนี้นานถึง ๑๙ พรรษา^{๗๙} จึงทำให้พบชื่อวัดแห่งนี้ในคัมภีร์ต่างๆ ทางพระพุทธศาสนาอยู่เสมอ เพราะพระธรรมเทศนาส่วนใหญ่มักแสดงในวัดแห่งนี้ นอกจากนี้ท่านยังได้สร้างวิหารขึ้นอีกหลายหลังในบริเวณวัดเชตวัน เช่น สร้างซุ้มประตู ศาลา หอฉัน เรือนไฟ กัปปิยกุฏิ วัจจกุฏิ สถานที่จงกรม โรงสำหรับจงกรม บ่อน้ำ ห้องอาบน้ำ ศาลาเรือนไฟ สระโบกขรณี มณฑป^{๘๐} นอกจากนั้นด้านหน้าวัดพระเชตวันยังได้ปลูกต้นพระศรีมหาโพธิ์ไว้ ๑ ต้น ปัจจุบันเรียกว่า อานันทโพธิ์

ท่านอนาถบิณฑิกะเป็นผู้มีศรัทธาในพระพุทธศาสนามาก ที่บ้านของท่านจะจัดเตรียมสถานที่และตกแต่งอาสนะเพื่อถวายภัตตาหารเลี้ยงพระภิกษุสงฆ์วันละ ๒,๐๐๐ รูปเป็นประจำ ท่านมีกิจวัตรประจำคือเข้าไปเฝ้าพระพุทเจ้าเพื่อฟังธรรม เวลาไปฟังธรรม จะมีสิ่งของไปถวายไม่เคยขาด หากไปตอนเช้าจะมีของอันบุคคลพึงคบเคี่ยวไปด้วย หากไปช่วงบ่ายจะมีน้ำปานะและเภสัชติดมือไปด้วย จนภิกษุหนุ่มและสามเณรน้อยทั้งหลายผู้ที่เคยเห็นท่านไปวัดมือเปล่าจะไม่มีเลย เมื่อได้ทำภารกิจเสร็จแล้ว ก่อนจะกลับบ้านก็มักจะตรวจดูตามวิหารว่ายังขาดสิ่งใด และคอยดูสิ่งที่ภิกษุต้องการแล้วจัดหาสิ่งนั้นไปถวาย จึงทำให้ท่านมีความรอบรู้สิ่งที่ควรและไม่ควรนำไปถวายแก่ภิกษุสงฆ์ ท่านจึงเป็น

^{๗๔} วิ.จู. (ไทย) ๗/๓๐๔/๑๑๑.

^{๗๕} พุ.ธ.อ. (ไทย) ๖/๙๑-๙๕.

^{๗๖} อัง.สตตก. (ไทย) ๒๓/๖๓/๑๒๒-๑๒๕.

^{๗๗} พุ.ชา.อ. (บาลี) ๔/๑๗๒.

^{๗๘} วิ.จู. (ไทย) ๗/๓๐๕/๑๑๕.

^{๗๙} พุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๕.

^{๘๐} วิ.จู. (ไทย) ๗/๓๐๗/๑๑๗.

ผู้ที่จัดอาหารและสิ่งของถวายได้เหมาะสมกับความต้องการของภิกษุสงฆ์ พระพุทธเจ้าทรงยกย่องอนาถบิณฑิกเศรษฐีไว้ในตำแหน่งผู้เลิศกว่าอุบาสกทั้งหลายผู้ยินดียิ่งในการถวายทาน^{๘๑} ท่านได้ทะนุบำรุงพระพุทธศาสนาด้วยการถวายปัจจัย ๔ ตลอดมานับตั้งแต่ท่านรับนับถือพระพุทธศาสนาถวายทาน รักษาศีล ฟังธรรมเป็นประจำท่านถึงแก่กรรมก่อนพระพุทธเจ้าดับขันธปรินิพพาน หลังจากสิ้นชีวิตไปแล้ว ได้ไปอุบัติในดุสิตสวรรค์ เป็นผู้มั่งคั่งยศยิณดีท่องเที่ยวในวัฏฏะบ่อยๆ คือ เกิดในเทวโลก ๖ ชั้น จากนั้นจะดำรงอยู่ในชั้นอกนิฏฐภูมิจนเข้านิพพาน^{๘๒}

ข) การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของอนาถบิณฑิกเศรษฐี

ในบั้นปลายชีวิตของอนาถบิณฑิกเศรษฐีป่วยเป็นไข้หนักทุกข์ทรมานนอนรอความตาย จึงได้ให้คนใช้ไปเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้าแทนตน แล้วให้นิมนต์พระสารีบุตรไปเยี่ยมท่านที่บ้าน คนรับใช้ทำตามที่ท่านเศรษฐีสั่งการไปทุกอย่าง รุ่งขึ้นท่านพระสารีบุตรพร้อมด้วยพระอานนท์เป็นอนุจรได้ไปเยี่ยมท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐี ได้ถามไถ่อาการป่วย ท่านเศรษฐีกล่าวว่า จะไม่ไหวแล้ว อาการทุกข์ทรมานทวิคุณ ไม่ทุเลา ลมเสียดแทงกระหม่อมเจ็บปวดเหลือประมาณ เหมือนมีคนเอาเข็มแหลมคมมาทิ่มแทงในศีรษะ เหมือนมีคนแข็งแรงนำเชือกเหนียวมาผูกรัดจนตึง ลมเสียดแทงท้องเจ็บปวดเหลือประมาณ ท่านพระสารีบุตรพิจารณาเห็นว่าท่านเศรษฐีอาการหนักมาก จึงแสดงธรรมโปรดเพื่อให้ท่านถือเป็นอารมณ์ข่มความทุกข์มรทาน โดยไม่ให้ยึดถือตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสว่าเป็นของเรา เมื่อไม่ยึดถือ ความรับรู้อารมณ์ต่างๆ ก็จะไม่ยึด เมื่อจบพระธรรมเทศนา ท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐีได้ร้องให้น้ำตานองหน้า พระอานนท์เข้าใจว่าท่านเศรษฐีหวั่งสมบัติ ท่านเศรษฐีจึงตอบว่า ที่ร้องไห้ไม่ใช่เพราะหวั่งสมบัติ แต่เพราะตนอยู่ใกล้ชิดพระศาสดากับทั้งพระสาวกมาเนิ่นนาน ยังไม่เคยได้ฟังธรรมเทศนาอย่างนี้ ท่านเศรษฐีจึงได้กราบนิมนต์ให้ท่านพระสารีบุตรแสดงธรรมแบบนี้แก่ฆราวาสทั่วไปด้วย ครั้นพระสารีบุตรและพระอานนท์แสดงธรรมเสร็จแล้ว ก็ปลีกตัวกลับพระเชตวันไม่นานเท่าใดนัก ท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐีก็ถึงแก่กรรมแล้วไปเกิดบนสวรรค์ชั้นดุสิต พอตกกลางคืนจึงมาเข้าเฝ้าพระศาสดา พรรณนากย่องพระธรรมเทศนาของพระสารีบุตรให้พระตถาคตฟังแล้วก็หายไป^{๘๓}

จากเหตุการณ์ในตอนถึงแก่ความตายของท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐี ทำให้เห็นว่าท่านเศรษฐีได้มีการเตรียมพร้อมกับการตายเป็นอย่างดี ท่านได้สำเร็จเป็นพระอริยบุคคลชั้นโสดาบัน แต่ว่าทุกขเวทนาอันเกิดอาพาธนั้นก็ยังปรากฏเหมือนคนปกติทั่วไป เพราะความเป็นพระอริยบุคคลนั้นไม่สามารถก้าวพ้นความเสื่อมของสังขารได้ ความทุกข์ที่เกิดขึ้นกับสังขารนั้นย่อมปรากฏเป็นเรื่องปกติธรรมดา แม้กระทั่งพระพุทธเจ้าก็ได้รับเวทนาจากสังขารนี้เช่นกัน ดังที่เห็นได้จากการอาพาธที่เกิดจากการเสวยสุกรมัททวะของนายจุนทะ แต่ด้วยอำนาจของความเป็นพระโสดาบันของท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐี เมื่อเจ็บก็รู้ว่าเจ็บ เมื่อปวดก็รู้ว่าปวด มีสติกำกับอาการเจ็บปวดนั้นไว้อย่างต่อเนื่อง ท่านได้เตรียมความพร้อมสำหรับการตายไว้ โดยให้คนรับใช้ไปกราบลาพระศาสดาและนิมนต์

^{๘๑} อก.เอกก.(ไทย) ๒๐/๒๔๙/๓๑.

^{๘๒} ธมมกร แซ่ฟอง, “ศึกษาการบรรลุธรรมของผู้อุบัติในเทวภูมิ”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๖๐), หน้า ๖๐.

^{๘๓} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๓๘๓-๓๘๘/๔๓๓-๔๔๑.

พระสารีบุตรมาแสดงธรรมที่บ้าน เมื่อได้ฟังธรรมของพระสารีบุตรแล้ว ความทุกข์เวทนาจึงผ่อนคลาย ด้วยกำลังแห่งปัญญา มีความเบิกบานในธรรมที่ได้ฟังธรรม น้อมใจไปในกระแสแห่งธรรม ท่านมีความเข้มแข็งในธรรมนั้นจนถึงแก่ความตายด้วยอาการอันสงบ ผู้วิจัยเห็นว่า ธรรมเนียมการฟังธรรมก่อนตายที่ปรากฏในสังคมไทยคงมีที่มาจากกรณีของท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐี เป็นการเตรียมจิตใจให้พร้อม น้อมไปในพระรัตนตรัยและคุณงามความดีที่ตนเองเคยทำ ทำให้ผู้ฟังธรรมมีสติและสามารถดำรงสตินั้นไว้ได้จนถึงลมหายใจสุดท้ายจึงเชื่อว่าเป็นการตายดี

๒.๕.๒ การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพระเจ้าพิมพิสาร

ก) ประวัติโดยสังเขปของพระเจ้าพิมพิสาร

พระเจ้าพิมพิสารเป็นกษัตริย์แห่งแคว้นมคธ ซึ่งเป็นแคว้นที่ยิ่งใหญ่และเจริญรุ่งเรืองด้วยอำนาจมากที่สุดในชมพูทวีป มีกรุงราชคฤห์เป็นราชธานีและเป็นศูนย์กลางของพระพุทธศาสนา^{๘๔} พระเจ้าพิมพิสารเป็นโอรสของพระเจ้าภาดิยะ แห่งราชวงศ์หริยคยะ^{๘๕} เหตุที่ได้พระนามว่าพิมพิสาร เพราะเป็นผู้มีผิวพรรณเช่นเดียวกับทองคำแท้^{๘๖} พระองค์ทรงครองราชย์ตั้งแต่ ๑๕ พระชันษา มีพระมเหสีหลายพระองค์ด้วยกัน ที่ระบุพระนาม คือ (๑) พระนางโกศลเทวี ผู้เป็นพระธิดาของพระเจ้ามหาโกศล พระน้องนางของพระเจ้าปเสนทิโกศล และมีพระโอรสนามว่าชาตคัตตู (๒) พระนางเขมา ผู้เป็นพระธิดาของพระเจ้ากรุงสาละ (๓) นางปทุมวดี หญิงงามชาวอุชเชนี และมีพระโอรสนามว่า อภัย (๔) นางคณิกาชื่ออัมพปาลี และมีโอรสที่ออกบวชอยู่ในสำนักของพระบรมศาสดา มีนามว่าพระวิมลโกณฑัญญเถระ และมีพระธิดานามว่าจุนที ที่ไม่ปรากฏนามพระมารดา พระองค์ทรงปกครองเมืองด้วยความร่มเย็นเป็นสุข เพราะมีมิตรไมตรีอันดีกับพระราชาของแคว้นต่างๆ เช่น พระเจ้าปุกกุสาดิแห่งแคว้นตักกสิลา พระเจ้าจันตปัชโชติแห่งกรุงอุชเชนี ทั้งยังเป็นคู่เคียงกับพระเจ้าปเสนทิโกศลแห่งแคว้นโกศล

ในครั้งที่พระพุทธเจ้าทรงส่งพระสาวกไปประกาศพระศาสนาเป็นครั้งแรก หลังจากทรงโปรดชฎิล ๓ พี่น้องแล้ว พระพุทธเจ้าเสด็จไปยังสวนตาลหนุ่มในกรุงราชคฤห์ พระเจ้าพิมพิสารได้ชักชวนประชาชนมาเฝ้าและฟังธรรมจากพระพุทธเจ้า หลังจากได้ฟังธรรมเทศนาเรื่องอนุปัพพิกถาที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงให้ฟังว่า ธรรมกถา ๕ ประการ มีคุณและอานิสงส์ต่างกัน คือ การให้ทาน การรักษาศีล มีคุณและอานิสงส์เพียงได้บังเกิดในสวรรค์ เมื่อเข้าถึงสวรรค์แล้วยังติดอยู่ในกามคุณอันเป็นโทษที่ทำให้พบกับความเสื่อม และโทษของความต่ำทราม ความเศร้าหมองของกามคุณ รวมไปถึงอานิสงส์ในการออกจากกามว่าเป็นสิ่งที่ประเสริฐสุด เนื่องจากเป็นทางแห่งพรหมจรรย์^{๘๗} แล้วมีจิต

^{๘๔} พระศรีกิตติโสภณ, มหาชนบท ๑๖ แคว้นในชมพูทวีปสมัยพุทธกาล และจดหมายเหตุเรื่องอนาคาริกธัมมปาละ, (กรุงเทพมหานคร: วัดจักรวรรดิราชาวาส, ๒๕๓๙), หน้า ๑๑.

^{๘๕} พระครูปลัดชูเกียรติ ฐิตปัญโญ (ศรียาชีพ), “ศึกษาหลักธรรมที่ส่งเสริมบทบาทผู้นำของพระเจ้าพิมพิสารในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ๙๒.

^{๘๖} ที.สี.อ. (ไทย) ๑๒/๙.

^{๘๗} วิ.ม. (ไทย) ๔/๕๖/๖๗-๖๘.

สงบ เกิดศรัทธาเลื่อมใส จึงกราบทูลพระพุทธเจ้าให้ทรงทราบภูมิธรรมของตน เพื่อรับฟังพระธรรมเทศนาอันนำไปสู่ความสำเร็จต่อไป

พระพุทธเจ้าจึงตรัสอริยสัจ ๔ เรื่องความจริงของสรรพสิ่งให้สดับ พระเจ้าพิมพิสารและบริวารได้เจริญวิปัสสนาพิจารณาตามพระธรรมเทศนาที่พระพุทธเจ้าทรงแสดง ในที่สุดเกิดความรู้แจ้งเห็นชัดในสรรพสิ่งว่า “สิ่งใดสิ่งหนึ่งมีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดา สิ่งนั้นทั้งหมดมีความดับไปเป็นธรรมดา” พระองค์และบริวาร ๑๑ นหุตได้บรรลุโสดาปัตติผล^{๘๘} ส่วนบริวารอีก ๑ นหุต ได้ประกาศตนเป็นอุบาสกนับถือพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งตลอดชีวิต หลังจากได้บรรลุธรรมแล้ว พระองค์ทรงเกิดความเลื่อมใส จึงได้ถวายพระเวฬุวัน ซึ่งเป็นพระราชอุทยานของพระองค์แด่พระพุทธเจ้าเพื่อเป็นที่พักอาศัยของภิกษุสงฆ์ ซึ่งถือว่าเป็นวัดแห่งแรกในพระพุทธศาสนา^{๘๙} นอกจากนั้นพระองค์ยังมีบทบาทในการส่งเสริมพระพุทธศาสนาด้วยการอนุญาตให้พระนางเขมา ซึ่งเป็นพระชายาได้อุปสมบทเป็นภิกษุณีในพระพุทธศาสนา นับเป็นการส่งเสริมการปฏิบัติที่ถือว่ายั่งยืนในสมัยพุทธกาล พระองค์ทรงเป็นผู้ริเริ่มการทำบุญอุทิศให้ญาติที่เสียชีวิตไปก่อน เรียกว่า บุญเพตพลี และทรงอนุญาตคนทำการวัดแก่พระปิลินทวัจฉะ เพื่อเป็นการอำนวยความสะดวกและเป็นการสงเคราะห์อุปถัมภ์พระภิกษุอีกด้วย เป็นต้น

ข) การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพระเจ้าพิมพิสาร

ในช่วงท้ายของพระชนม์ชีพ พระเจ้าพิมพิสารถูกพระราชโอรสคือพระเจ้าอชาตศัตรูปลงพระชนม์ เพราะหลงในคำยุยงของพระเทวทัต หลังจากถูกกรีดพระบาทด้วยมีดโกน พระเจ้าพิมพิสารทรงเกิดทุกข์เวทนาอย่างแรง แต่ก็มีพระสติรำลึกอยู่ว่า โอโห พุโธ โอโห ธมโม โอโห สงโฆ ทรงมีอารมณ์กรรมฐานเป็นพุทธานุสสติ ทรงสิ้นพระชนม์ด้วยพระกรรมฐานนั่นเอง ครั้นเสด็จสวรรคตแล้วได้ไปบังเกิดเป็นยักษ์ชื่อว่า ขวสกะ เป็นผู้บำรุงของท้าวเวสสุวรรณในเทวโลกชั้นจาตุมหาราชิกา^{๙๐} อันที่จริงท่านสามารถไปอุบัติในภพอื่นเป็นเทพที่สูงกว่านี้ก็ได้ แต่ที่พระองค์เสด็จมาอุบัติในสวรรค์ชั้นนี้ด้วยอำนาจความผูกพันในภพเดิม^{๙๑}

จากเหตุการณ์ก่อนสวรรคตของพระเจ้าพิมพิสารทำให้เห็นถึงความมั่นคงในฉันทและความเป็นอริยบุคคลในพระพุทธศาสนาเป็นอย่างมาก แม้พระองค์จะถูกทรมานด้วยลักษณะต่างๆ ตั้งแต่การงัดน้ำ งดอาหารจนถูกกรีดเท้า เพื่อไม่ให้พระองค์เดินจงกรมได้ แต่พระองค์ก็ยังอาศัยการนั่งวิปัสสนากรรมฐานดำรงพระชนม์ชีพได้ แม้ในความทุกข์ทรมานพระองค์ก็ยังมีสติและศรัทธาในพระพุทธเจ้าอยู่ ไม่เสื่อมคลาย ยังทอดพระเนตรลอดช่องหน้าต่างคุกเพื่อกำหนดจิตสักการะพระพุทธองค์ที่ประทับอยู่บนยอดเขาคิชฌกูฏ เพียงแค่ได้เห็นพระคันธกุฎี พระองค์ก็มีหัวใจเข้มแข็งขึ้น จึงอาจกล่าวได้ว่าพระเจ้าพิมพิสารได้สวรรคตอย่างพระราช คือ ไม่มีอาการร้องทรมานทรมายแม้จะถูกทรมานพระวรกายอย่างมหาศาล พระองค์สวรรคตอย่างพระอริยบุคคลที่มีสติอยู่ตลอดเวลา

^{๘๘} ดุราลัยละเอียดยใน วิ.ม. (ไทย) ๔/๖๐/๗๓.

^{๘๙} วิ.ม. (ไทย) ๔/๕๙/๗๑-๗๒.

^{๙๐} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๘๐/๒๑๐.

^{๙๑} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๘๐-๒๘๑/๒๑๐-๒๑๑.

โดยสรุปแล้ว การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพระเจ้าพิมพิสารคือการใช้ชีวิตอย่างไม่ประมาท รักษาและใช้เวลาที่เหลืออยู่ปฏิบัติธรรมในทุกอิริยาบถที่สามารถจะกระทำได้ แม้สภาพร่างกายจะไม่เอื้ออำนวยก็ตาม พระองค์รักษาสภาพจิตใจของพระองค์เองไม่ให้จิตใจขุ่นมัว จึงถือว่าเป็นการเผชิญหน้าต่อความตายอย่างมั่นคง

๒.๖ การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของอุบาสิกาในสมัยพุทธกาล

การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของอุบาสิกาในสมัยพุทธกาล เป็นการศึกษาในประวัติของนางวิสาขาและนางอุตตรา มีรายละเอียดดังนี้

๒.๖.๑ การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของนางวิสาขา

ก) ประวัติโดยสังเขปของนางวิสาขา

นางวิสาขา ถือกำเนิดในตระกูลเศรษฐีเมืองภัททิยะ แคว้นอังคะ^{๙๒} เป็นบุตรของธัญชัยเศรษฐี มารดาชื่อว่า สุมณาเทวี มีปู่ชื่อว่า เมณฑกเศรษฐี^{๙๓} มีย่าชื่อว่า จันทพุมมา เมื่อนางวิสาขาอายุได้ ๗ ขวบ เมณฑกเศรษฐีผู้เป็นปู่ ได้ทราบข่าวว่าพระพุทธเจ้าพร้อมด้วยสาวกเสด็จมาที่เมืองของตน เมณฑกเศรษฐีจึงเรียกนางวิสาขามอบอกว่าให้นำบริวาร ๕๐๐ คนของนางขึ้นรถม้า ๕๐๐ คัน^{๙๔} พร้อมด้วยทาสีก ๕๐๐ คนไปต้อนรับพระพุทธเจ้า พระองค์ได้แสดงพระธรรมเทศนาโปรดนางวิสาขาพร้อมด้วยบริวาร เมื่อจบพระธรรมเทศนานางวิสาขาก็ได้บรรลุเป็นพระโสดาบันในพระพุทธศาสนา ด้วยการฟังธรรมครั้งแรกในขณะที่มีอายุเพียง ๗ ขวบเท่านั้น สำหรับพระธรรมเทศนาที่นางวิสาขาได้ฟังนั้น แม้ในพระคัมภีร์จะไม่ได้กล่าวถึง แต่สันนิษฐานว่าน่าจะเป็นอนุปปกัถา^{๙๕} [เป็นที่น่าสังเกตว่านางวิสาขابرลุโสดาบันอายุ ๗ ขวบ และเสียชีวิตเมื่ออายุ ๑๒๐ ปี ระยะห่างของเวลาตั้ง ๑๑๓ ปี เหตุใดจึงไม่สามารถยกระดับขั้นสู่สกทาคามีได้ ทั้งๆ ที่มีปกติเข้าฟังธรรมจากพระศาสดาตลอดเวลา เป็นเรื่องที่ควรแก่การศึกษาต่อไป]

นางวิสาขาได้ย้ายไปอยู่เมืองสาวัตถีตามบิดา ทำให้ได้รู้จักกับตระกูลของมิคารเศรษฐี ซึ่งมีลูกชื่อว่า ปุณณวัณณกุมาร เมื่อปุณณวัณณกุมารเจริญวัยขึ้น บิดามารดาก็รีบให้แต่งงานเพื่อสืบทอดทรัพย์สมบัติในตระกูลของตน แต่ปุณณวัณณกุมารไม่ยอมแต่งงานจึงป่วยเปื่อยเรื่อยมา เมื่อถูก

^{๙๒} ชุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒/๒/๗๓.

^{๙๓} เหตุที่ได้ชื่อว่า เมณฑกเศรษฐี เนื่องจากมีแพะทองคำ ม้าและโคอุสภะ ผุดขึ้นในที่ประมาณ ๘ กรีสข้างหลังเรือนของเศรษฐี มีกลุ่มด้าย ๕ สีไว้ในปากของแพะ เมื่อต้องการเงินและทอง ก็นำกลุ่มด้ายออกจากปากของแพะ เงินและทองก็ไหลออกจากปากแพะ อ้างใน ชุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒/๔/๔๗.

^{๙๔} ในขุัมพูทวีป มีกุมารีเพียง ๓ นางเท่านั้นที่มีรถเป็นพาหนะถึง ๕๐๐ คัน คือ จุนทราขกุมารี พระธิดาของพระเจ้าพิมพิสาร นางวิสาขา ธิดาของธัญชัยเศรษฐี และสุมณาราชกุมารี อง.ปญจก.อ. (ไทย) ๓/๖๘.

^{๙๕} อนุปปกัถา คือ พระธรรมเทศนาที่แสดงไปโดยลำดับ เพื่อพอกอภัยอาศัยของสัตว์ให้หมดจดเป็นขั้นๆ จากง่ายไปหายากเพื่อเตรียมจิตของผู้ฟังให้พร้อมที่จะรับฟังอริยสัจ มี ๕ ประการ คือ ๑. ทานกถา พรรณนาทาน ๒. สीलกถา พรรณนาศีล ๓. สักคกถา พรรณนาสวรรค์ ๔. กามาทีนวกถา พรรณนาโทษของกาม และ ๕. เนกขัมมานิสังสกถา พรรณนาอนิสงส์แห่งการออกจากกาม อ้างใน พระธรรมปิฎก, พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๓๗๑.

รบเร้าบ่อยๆ จึงรับปากว่าจะแต่งงานและหาอุปการะเลี้ยงดูโดยการตั้งเงื่อนไขว่า ถ้าบิดามารดาสามารถหาหญิงที่มีความงามครบ ๕ ประการ ซึ่งเรียกว่าเบญจกัลยาณี^{๙๖} ได้ตนก็จะยอมแต่งงานด้วย บิดามารดาเมื่อรับทราบเงื่อนไขนี้แล้วจึงเชิญพราหมณ์ผู้เชี่ยวชาญในด้านอิตถีลักษณะจำนวน ๑๐๘ คนมารับประทานอาหารที่บ้านพร้อมสอบถามความมีอยู่จริงของหญิงที่มีลักษณะเบญจกัลยาณี เมื่อได้รับการยืนยันจากพราหมณ์มีหญิงเช่นนี้มีอยู่จริง จึงได้มอบพวงมาลัยและเครื่องทองหมั้นซึ่งมีมูลค่ามากถึง ๑๐๐,๐๐๐ กหาปณะ^{๙๗} แก่พราหมณ์เหล่านั้น แล้วส่งพราหมณ์ไปเสาะแสวงหาตามเมืองต่างๆ จนได้พบกับนางวิสาขา พราหมณ์ได้เห็นปัญฐานชาญฉลาดและได้มีโอกาสเห็นลักษณะครบเบญจกัลยาณีของนางแล้ว จึงคล้องพวงมาลัยที่คอของนางเพื่อเป็นการหมั้นหมายตามธรรมเนียมของคนอินเดีย^{๙๘} เมื่อถึงวันแต่งงาน ธัญชัยเศรษฐีได้จัดเครื่องประดับมอบเป็นของขวัญให้แก่ลูกสาวของตน เรียกว่า “มหาตปาสาธน์” มีมูลค่าถึง ๙ โกฏิ ค่าหัตถกรรม (ค่ากำเหน็จ) อีก ๑ แสน ใช้เวลาในการสร้างเครื่องประดับนี้ ๔ เดือนจึงเสร็จ หลังจากแต่งงานแล้วนางวิสาขาได้เป็นผู้มีศรัทธาในพระพุทธศาสนา พร้อมทั้งชักชวนสามีและพ่อสามีให้เข้ามานับถือพระพุทธศาสนา และอุปัฏฐากบำรุงพระภิกษุตามจนสิ้นอายุขัย

ในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาไม่ได้ระบุชัดเจนว่านางวิสาขาตายเมื่ออายุเท่าไร ตายที่ไหนด้วยโรคอะไร แม้ในอรรถกถาอื่นๆ ก็ไม่ได้กล่าวถึงเลย เพียงแต่ทราบโดยทั่วกันว่า นางวิสาขานั้นภายหลังจากแต่งงานก็ได้สร้างคุณงามความดีมาโดยตลอดไม่ขาดตกบกพร่อง ได้ให้การอุปฐากดูแลภิกษุ ภิกษุณีด้วยปัจจัย ๔ อย่างต่อเนื่อง เมื่ออย่างเข้าวัยชราอาจจะไม่ค่อยได้มีโอกาสทำบุญที่บ้านของตนเองมากนัก เพราะประชาชนต่างได้เชื่อเชิญให้นางไปร่วมในงานบุญ งานมงคล งานมหรสพต่างๆ^{๙๙} ให้นางได้บริโภคอาหารเป็นคนแรก เพื่อเป็นสิริมงคลแก่พวกเขาอยู่ตลอด^{๑๐๐} ส่วนภาระการดูแลพระสงฆ์ทางบ้านนั้นได้มอบหมายให้บรรดาหลานทั้งหลายของนางเป็นผู้ดูแลในการจัดภัตตาหารถวายสงฆ์แทน^{๑๐๑}

ในคัมภีร์อรรถกถาธรรมบทได้บันทึกไว้ว่า นางวิสาขามีบุตรจำนวน ๑๐ คน มีธิดาจำนวน ๑๐ คน บุตรและธิดาเหล่านี้แต่ละคนมีบุตรอีก ๑๐ คนและมีธิดาอีก ๑๐ คน ส่วนบรรดาหลานเหล่านั้นแต่ละคนก็มีบุตรอีก ๑๐ คน ธิดาอีก ๑๐ คน จำนวนลูกหลานของนางวิสาขาทั้งหมดมีจำนวน

^{๙๖} ชุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒/๒/๗๗.

^{๙๗} กหาปณะ เป็นชื่อมาตราเงินในสมัยโบราณ ๑ กหาปณะเท่ากับ ๒๐ มาสก หรือ ๑ ตำลึง คือ ๑ บาท วิ.ม.อ. (ไทย) ๑/๓/๙๔๕.

^{๙๘} เรื่องอุไร กุศลาสัย, สตรีในวรรณคดีพุทธศาสนา, (กรุงเทพมหานคร: รุ่งแสงการพิมพ์, ๒๕๓๕), หน้า ๖-๑๑.

^{๙๙} พระอรรถกถาจารย์ได้ยกตัวอย่างงานมหรสพ เช่น อาสาพหนักขัตฤกษ์ ปวารณานักขัตฤกษ์ เป็นต้น วิ.ม.อ. (ไทย) ๑/๓/๖๗๔.

^{๑๐๐} วิ.ม. (ไทย) ๑/๔๔๓/๔๗๓.

^{๑๐๑} พระสารวญ ทราয়ฉิมภาสี, “ศึกษาเปรียบเทียบวิถีชีวิตของพระนางมหาปชาบดีโคตรมีและนางวิสาขามหาอุบาสิกาในพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา, หน้า ๖๔.

๘,๔๒๐ คน^{๑๐๒} นางวิสวานั้นเป็นหญิงที่แลดูไม่ชราภาพเลย แม้จะอายุ ๑๒๐ ปี กลับมีความงดงามเสมอต้นเสมอปลายราวกับเด็กหญิงรุ่นอายุ ๑๖ ปี ผมหงอกบนศีรษะสักเส้นก็ไม่มี สุขภาพแข็งแรง เวลาไปไหนมาไหนก็มีลูก หลาน และเหลนๆ ติดตามไปด้วย ประชาชนที่เดินผ่านเห็นไม่มีใครสามารถที่จะบอกได้เลยว่าคนไหนเป็นนางวิสวา

ข) การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของนางวิสวา

แม้จะไม่สามารถระบุได้ว่านางวิสวาตายที่ไหน แต่ในอรรถกถาสุมังคลวิลาสินีได้ระบุว่านางวิสวามีอายุยืนถึง ๑๒๐ ปี^{๑๐๓} หลังจากที่นางได้เสียชีวิตไปแล้วในคัมภีร์ขุททกนิกาย วิจารณ์วัตถุได้บันทึกไว้ว่า พระอนุรุทธเถระได้พบนางเทพธิดาแล้วถามถึงวิมานที่อยู่ของนางวิสวา นางเทพธิดาจึงตอบว่า “พระคุณเจ้าผู้เจริญ นางวิสวามหาอุบาสิกาสหายของดิฉันนั้นได้สร้างมหาวิหารถวายสงฆ์รู้แจ้งธรรม ได้ถวายทานเกิดแล้วในหมู่ทวยเทพชั้นนิมมานรดีเป็นปชาบดีของท้าวสุนิมิตเทวราชนั้น”^{๑๐๔} แต่วิบากแห่งกรรมของนางเป็นเรื่องที่ใครๆ ไม่พึงคิด^{๑๐๕}

ผลของการบรรลุโสดาบันของนางวิสวานั้นในคัมภีร์อรรถกถา บุคคลบัญญัติ สัตตักขัตตอุปสมบทเสกขณนา กล่าวว่า ได้ทำให้นางเป็นบุคคล ๑ ในจำนวน ๗ คน ที่ได้โสดาปัตติผลอุทกังโสต เป็นพระวัฏฏาภริตโสดาบัน^{๑๐๖} คือผู้ที่มีความยินดีพอใจที่จะท่องเที่ยวไปอุบัติในเทวโลก ๖ ชั้น นางวิสวานั้นเกิดบนสวรรค์ชั้นนิมมานรดีแล้วจะเกิดในชั้นอวิหา อตปปา สุทสสา สุทสสี และนิพพานในชั้นอกนิฏฐพรหม (สุทธาวาส ๕) ไม่กลับมาเกิดในโลกมนุษย์อีก จึงทำให้ได้เสวยทิพย์สมบัติอยู่ตลอดกาลนาน บุคคลผู้มีคุณสมบัติเช่นนี้ นับว่าเป็นพระโสดาบันประเภทหนึ่งซึ่งเป็นประเภทพิเศษ เรียกว่า พระวัฏฏาภริตโสดาบัน ไม่นับเข้าในพระโสดาบัน ๓ ประเภท และเรียกนางวิสวาที่ไปเกิดในชั้นนี้ว่า วิสาขานารี^{๑๐๗}.

แม้จะไม่มีหลักฐานว่า นางวิสวาได้เผชิญหน้ากับความตายอย่างไร แต่จากการศึกษาประวัติของนางวิสวาพบว่า นางวิสวาเป็นมหาอุบาสิกาผู้สำเร็จโสดาบัน ซึ่งสามารถละสังขโยชน์ได้ ๓ ประการ ได้แก่ สักกายทิฏฐิ คือความเห็นว่า ร่างกายเป็นเรา เป็นตัวเป็นตน วิจิกิจฉา ความลังเลสงสัยในคุณพระรัตนตรัย และสิลปพตปราคาส การรักษาศีลแบบลูบๆ คลำๆ ไม่รักษาศีลอย่างจริงจัง ด้วยเหตุนี้จึงสันนิษฐานได้ว่า ความห่วงหาอาลัยในทรัพย์สมบัติและความยึดติดในความเป็นตัวเป็นตนห่วง

^{๑๐๒} พุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒/๒/๑๐๑-๑๐๒.

^{๑๐๓} ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๑/๗๗.

^{๑๐๔} พุ.วิ. (ไทย) ๒๖/๗๔๕-๗๔๖/๘๖-๘๗.

^{๑๐๕} อจินไตย คือ สิ่งใดๆ ไม่ควรคิด หากใครคิดพึงเป็นส่วนแห่งความเป็นบ้า ความเดือนร้อน มี ๔ อย่างคือ ๑) พุทธวิสัยของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย ๒) ฌานวิสัยของผู้ได้ฌาน ๓) วิบากแห่งกรรม ๔) ความคิดเรื่องโลก อังใน งบ.จตุกฏ. (ไทย) ๒๑/๗๗/๑๒๒.

^{๑๐๖} พระวัฏฏาภริตโสดาบัน ๗ ท่าน ประกอบด้วย (๑) อนาถบิณฑิกเศรษฐี (๒) วิสาขอุบาสิกา (๓) จุลรถเทวบุตร (๔) มหารถเทวบุตร (๕) อนเนกวรรณเทวบุตร (๖) ท้าวสักกเทวราช และ (๗) นาคทัตตเทวบุตร อังใน อภิ.ปุ.อ. (ไทย) ๓/๒๓๖.

^{๑๐๗} พระมหาชัยวัฒน์ อภิญาณจारी (สิงห์โงน), “การศึกษาวิเคราะห์บทบาทของนางวิสวามหาอุบาสิกาที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสนมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา, หน้า ๑๕.

ภาพแห่งชาติของนางวิสาขามิ น่าจะหลงเหลืออยู่แล้ว ประกอบกับมีความมั่นใจในพระรัตนตรัย ไม่ลังเลสงสัย เป็นการทำให้จิตใจแน่วแน่ การเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายของนางวิสาขาก็ เป็นการสั่งสมความดีในขณะที่มีชีวิตอยู่ด้วยความไม่ประมาท เพราะนางวิสาขามีปกติเข้าไปเฝ้าพระ ศาสดาเป็นประจำทุกวัน ไปตอนเช้ามีของอันบุคคลพึงคบพึงเคี้ยว ไปตอนบ่ายมีน้ำปานะและเภสัช ทั้งหลายไปถวายพระภิกษุสงฆ์ไม่เคยขาด ผู้ไม่ประมาทในบุญเช่นนี้ย่อมไม่เกรงกลัวต่อความตายและ เข้าใจในกฎของการมีชีวิตตามหลักไตรลักษณ์อย่างถ่องแท้ ทำให้กล้าที่จะเผชิญหน้ากับความตายได้ อย่างมีสติ ด้วยเหตุนี้จึงอาจกล่าวได้ว่า นางวิสาขามหาอุบาสิกาได้มีการเตรียมพร้อมรับมือกับความ ตายตั้งแต่สมัยอายุ ๗ ขวบที่บรรลุนิสาบันแล้ว

๒.๖.๒ การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของนางสุมนาเทวี

ก) ประวัติโดยสังเขปของนางสุมนาเทวี

นางสุมนาเทวีเป็นธิดาคนสุดท้ายของท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐี ชาวเมืองสาวัตถี ได้รับ มอบหมายจากพี่สาวสองคน คือ นางมหาสุภัททาและนางจุลสุภัททาผู้ที่เคยได้รับมอบหมายจากบิดา ให้ทำการบำรุงภิกษุสงฆ์และสามเณร จนกระทั่งพี่สาวทั้งสองบรรลุนิสาบันตติผล ต่อมาพี่สาวทั้งสอง แต่งงานไปอยู่ในตระกูลสามี เศรษฐีผู้พ่อจึงมอบหมายให้นางสุมนาเทวีคอยดูแลบำรุงภิกษุสงฆ์และ สามเณรภายในบ้านแทน นางได้ทำหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายเป็นอย่างดี ทั้งนี้ก็เพราะเธอมีความ เลื่อมใสในคุณแห่งพระรัตนตรัย ทั้งเป็นหญิงเฉลียวฉลาดคอยปรนเปรอด้วยปัญญาอ่อนไว จึงเอาใจใส่ถวาย ความสะดวกสบายแก่พระภิกษุทั้งหลายเป็นพิเศษ นางสุมนาเทวีถวายทานไปและสนทนาปราศรัยกับ พระภิกษุสงฆ์ไปทุกวัน ในไม่ช้าก็เกิดความรู้ความเข้าใจในพระพุทธศาสนามากมาย ต่อมาเมื่อสดับ พระธรรมเทศนาอันปฏิสังขตด้วยมรรคผลนิพพาน เธอก็ตั้งใจจำเริญวิปัสสนากรรมฐานสามารถยัง วิปัสสนาญาณให้บังเกิดขึ้นในชั้นธัมมทานแห่งตน จนกระทั่งได้บรรลุพระสัทธรรมนิพพานอันปฏิ ปัสสัทธิวิมุตติ สำเร็จเป็น พระสัทธรรมนิพพานมีอริยบุคคลในพระพุทธศาสนาและได้ทำหน้าที่เรื่อยมา จนกระทั่งเสียชีวิต

ข) การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของนางสุมนาเทวี

สุมนาเทวีสัทธรรมนิพพานมีอริยบุคคล เธออดส่ำหำเพ็ญกุศลอันยิ่งใหญ่ด้วยการถวายอาหาร บิณฑบาตทานแก่พระภิกษุสงฆ์เป็นนิตยเสมาวันหนึ่ง ให้รู้สึกไม่สบายปรารถนาที่จักพบท่านบิดา จึงสั่งคนใช้ไปตามท่านขึ้นมายังเรือนชั้นบนอันเป็นที่อยู่แห่งตน แล้วนอนกระสับกระส่ายอยู่ด้วยพิช แห่งความป่วยไข้ ฝ่ายท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐี ซึ่งออกจากเคหาแต่เช้าเพื่อไปช่วยงานการบำเพ็ญกุศล ของอุบาสิกาคนหนึ่ง พอได้ทราบว่าธิดาสุดที่รักเจ็บป่วยขึ้นกะทันหันเช่นนั้น ก็รีบลาอุบาสิกาเจ้าภาพ งาน ด่วนกลับมาถึงบ้านของตนแล้วก็ขึ้นไปบนเรือนชั้นบนที่อยู่ของธิดาน้อยด้วยความห่วงใย เห็นเจ้า นอนกระสับกระส่ายอยู่ จึงเข้าไปนั่งใกล้ ๆ แล้วไต่ถามอาการ เมื่อท่านเศรษฐีมาแล้วนางสุมนาได้เรียก บิดาว่า “น้องชาย” ทำให้ท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐีเกิดความสงสัยและเกิดความไม่สบายใจเป็นอย่าง ยิ่งที่ลูกสาวเรียกตนเช่นนั้น ทั้งๆ ที่ทำบุญกุศลถึงปานนี้ก่อนตายจึงยังเสียดสีอีกจนถึงขั้นเพื่อเจ้าออก มาแบบนี้ จึงร้องให้เข้าไปกราบทูลให้พระพุทธองค์ทรงทราบ แต่พอทราบว่าสาเหตุที่นางเรียกตนว่า

น้องชาย เพราะนางมีคุณธรรมคือสภากามีผลสูงกว่าตนก็ปลาบปลื้มยินดี^{๑๐๘} หลังจากนั้นนางได้เสียชีวิตแล้วได้ไปอุบัติในสวรรค์ชั้นดุสิต^{๑๐๙}

จากการศึกษาบั้นปลายชีวิตของนางสุนนาเทวีทำให้ทราบว่า นางมีสติรู้ตัวเองตลอดเวลา แม้ท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐีผู้เป็นบิดาจะเข้าใจผิดว่าเพื่อเจ้าที่เรียกตนว่าน้องชาย แต่จากเหตุการณ์นี้ก็เป็นเครื่องยืนยันได้ว่า พระอริยบุคคลชั้นสภากามีเป็นผู้มีสติไม่หลงใหล เมื่อบิดาถามว่าลูกเพื่อเจ้าอะไร ทำไมจึงเรียกว่าพ่อว่า น้องชาย นางสุนนาได้ตอบกลับชัดเจนว่า นางไม่ได้เพื่อเจ้า แล้วก็นั่งสงบจนเสียชีวิตไป การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของนางสุนนาสามารถวิเคราะห์ได้จากการเรียกพ่อของตนมาพบแล้วกล่าวแสดงตนให้พ่อได้ปลาบปลื้มใจในความเป็นพระอริยบุคคลของตน จึงเป็นการเตรียมพร้อมอย่างพระอริยบุคคล

จากการศึกษาการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายของพุทธบริษัทในสมัยพุทธกาลจำนวน ๘ ท่าน พบว่ามีการเตรียมความพร้อมในลักษณะ ดังต่อไปนี้

๑) การกำหนดให้เห็นถึงความตายว่าเป็นเรื่องปกติ ก่อนอื่นพึงเข้าใจเบื้องต้นว่าพุทธบริษัทที่นำมากล่าวไว้ในนี้ล้วนเป็นพระอริยบุคคล ตั้งแต่ชั้นโสดาบันจนถึงพระอรหันต์ จึงเป็นธรรมดาว่าพระอริยบุคคลจะพิจารณาเห็นความตายเป็นเรื่องปกติ กับทั้งพระอรหันต์ย่อมมีญาณทัศนะกำหนดรู้วันตายของตนเองได้ ความเข้าใจในชีวิตที่ก่อให้เกิดการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายจึงเป็นเรื่องปกติวิสัยที่พระอริยบุคคลจะกระทำได้โดยง่าย แต่กระนั้นก็ยังพบว่า ทุกข์เวทนาย่อมยังเกิดกับพระอริยบุคคลทุกระดับ เช่น กรณีของท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐี (ชั้นโสดาบัน) ก็ทุกข์ทรมานด้วยอาพาธจนพระสารีบุตรมาเยี่ยมและแสดงธรรมให้คลายความยึดมั่นถือมั่นในสังขาร จึงเสียชีวิตด้วยอาการอันสงบ หรือในกรณีของพระสารีบุตรเองก็ได้อาพาธหนักถึงกับสำรอกออกมาเป็นโลหิต ได้รับทุกเวทนาอย่างหนักและนิพพานในท้องที่ท่านเกิดนั่นเอง แม้ความเจ็บป่วยจากร่างกายที่เสื่อมโทรมไปตามสภาพของไตรลักษณ์ แต่ความเป็นพระอริยบุคคลของท่านเหล่านี้ก็สามารถระงับความเจ็บนั้นได้อย่างมีสติ และตั้งจิตไว้พร้อมเผชิญหน้ากับความตายอย่างแข็งแกร่ง

๒) การตรวจภาระที่จะต้องทำก่อนตาย เป็นที่น่าสังเกตว่า บุคคลที่นำมาเป็นตัวอย่างในงานวิจัยนี้มีการตรวจภาระที่จะต้องทำก่อนตายว่ามีความประสงค์จะทำอะไร เช่น พระอนนท์เลือกที่จะไปโปรดเหล่าพระประยูรญาติ พระสารีบุตรเลือกที่จะไปแสดงธรรมแก่มารดาและนิพพานในท้องที่ท่านเกิด ท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐีประสงค์จะฟังธรรมจากพระสารีบุตร นางสุนนาเทวีประสงค์จะพบบิดาของตน พระนางมหาปชาบดีได้กล่าวทูลลาพระพุทธเจ้าและแสดงปาฏิหาริย์ แสดงธรรมโปรดเหล่าภิกษุณีบริษัท เป็นต้น

๓) การบรรลุภารกิจสุดท้ายก่อนการตาย คือ การทำตามที่ดินปรารถนาไว้ก่อนตาย พบว่า พุทธบริษัทตัวอย่างได้บรรลุภารกิจสุดท้ายก่อนการตายอย่างสมบูรณ์แบบ เช่น พระสารีบุตรได้

^{๑๐๘} พุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒๐๓-๒๐๗.

^{๑๐๙} ธรรมกร แซ่ฟอง, “ศึกษาการบรรลุนิพพานของผู้ปฏิบัติในทวารวดี”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา, หน้า ๖๐.

แสดงธรรมแก่มารดาของท่านจนตั้งอยู่ในโสดาปัตตผล พระอานนท์ได้อธิฐานสำเร็จเตโชกสิณนิพพาน กลางแม่น้ำและแบ่งอัฐิของท่านแก่ญาติทั้ง ๒ ฝ่าย เป็นต้น

๔) การตายตามรูปแบบของ “การตายดี” การตายดีตามรูปแบบของพระพุทธศาสนาเป็นการตายที่ผู้ตายมีสติสัมปชัญญะ รู้ตัวอยู่เสมอ และมีจิตใจที่แช่มชื่น ไม่เศร้าหมอง ไม่วิตกกังวลหรือเกรงกลัวต่อความตาย ไม่ทรมนทรมายหรือห่วงอาลัยในทรัพย์สมบัติ เมื่อสามารถสลัดความห่วง ความยึดติดเหล่านี้ได้ จิตย่อมคิดแต่ในทางกุศล สுகติจึงเป็นที่ไปของบุคคลผู้ตายดี ดังตัวอย่างของพุทธบริษัทในสมัยพุทธกาลนั่นเอง

โดยสรุปแล้ว พระพุทธศาสนามองว่าการตายเป็นเรื่องธรรมดาของมนุษย์ที่จะต้องพบเจอ เป็นธรรมที่เกิดขึ้นพร้อมกับ “การเกิด” มีคำไวพจน์เกี่ยวกับการตายหลายคำในภาษาบาลี แต่สามารถประมวลสรุปลงได้ในความสั้นไป ดังต่อไปนี้ ๕ โดยแบ่งออกเป็น ๒ ประเภทใหญ่ๆ คือ การตายตามเวลาและการตายก่อนเวลา ขึ้นอยู่กับอายุและกรรมวิบากเป็นเครื่องชักนำ นอกจากนั้นยังแบ่งตามสภาพของการตายเป็นอีก ๒ อย่าง คือ การตายทางกายภาพ คือ การดับลงของขันธ์ และการตายทางด้านจิตวิญญาณ คือ การตายจากคุณงามความดี เมื่อความตายเป็นสิ่งที่ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ มนุษย์จึงควรเตรียมพร้อมรับมือกับความตายอย่างถูกต้อง หรือที่เรียกว่า “ตายดี” โดยมีพุทธบริษัทในสมัยพุทธกาลเป็นอุทาหรณ์ เช่น พระเจ้าพิมพิสาร ท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐี พระสารีบุตรเถระ พระอานนท์เถระ พระนางมหาปชาบดีเถรี เป็นต้น

จากการศึกษาประวัติของพุทธบริษัทในสมัยพุทธกาลที่มีการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายอย่างเหมาะสม สามารถนำมาเป็นอุทาหรณ์สำหรับประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ต่อไป บุคคลที่นำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติธรรมและมีคำสอนที่เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายที่ได้รับการยอมรับในสังคมปัจจุบันได้แก่ พระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) วัดพระธาตุศรีจอมทอง อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งเป็นพระมหาเถระที่มีคำสอนในการไม่ประมาทในชีวิต นำเสนอการปฏิบัติธรรมตามหลักสติปัฏฐาน ๔ อันสามารถวิเคราะห์เป็นหลักการรับมือกับความตายได้เป็นอย่างดี ซึ่งจะกล่าวโดยละเอียดในบทต่อไป

บทที่ ๓

โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล)

ที่เกี่ยวข้องกับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย

เมื่อกล่าวถึงความตาย หลายคนถือว่าเป็นเรื่องอัปมงคล ไม่ควรนำมาสนทนาหรือกล่าวถึง เมื่อพูดถึงความตายแล้วจิตใจจะหดหู่ เป็นบรรยากาศของความสูญเสีย ความเศร้าโศก เสียใจ แต่ในปฐมสัญญาสูตร พระพุทธเจ้าตรัสถึงสิ่งที่ต้องกำหนดรู้ไว้ว่า มรณสัญญา คือการกำหนดรู้ความตายที่จะมาถึงเป็นเรื่องธรรมดา หากเจริญทำให้มากแล้วย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก หยั่งลงสู่อมตะ (นิพพาน) มือมตะเป็นที่สุด^๑ การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายจึงเป็นเรื่องที่ควรกระทำ เพราะเป็นการตั้งสติ มีความพร้อมต่อความตาย กำหนดรู้ต่อความตายเพื่อสร้างความไม่ประมาท เป็นอุบายต่อการปฏิบัติธรรมให้ยิ่งยวดต่อไป

พระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) วัดพระธาตุศรีจอมทอง อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่ เป็นพระอาจารย์ฝ่ายวิปัสสนากรรมฐานที่นำเอาหลักสติปัฏฐานในพระไตรปิฎกมาเป็นแนวทางในการปฏิบัติธรรม เน้นการฝึกสติกับร่างกาย เวทนา จิต ธรรม ไม่ให้ประมาทในชีวิต มีคำสอนที่สามารถประยุกต์เป็นแนวทางสำหรับการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายได้อย่างเหมาะสม อนึ่งในงานวิจัยนี้จะใช้เฉพาะราชทินนามว่า พระพรหมมงคล แต่มีความหมายถึงพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ทุกที่ไป

ในบทนี้จึงจะได้นำเสนอประวัติและผลงานของพระพรหมมงคล โดยสังเขป และคำสอนของพระพรหมมงคลที่เกี่ยวข้องกับการเจริญวิปัสสนากรรมฐานโดยยึดตามหลักสติปัฏฐาน และประมวลโอวาทธรรมของพระพรหมมงคล ที่เกี่ยวข้องกับการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย โดยผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูลจากเอกสาร ตำรา พระไตรปิฎกที่เกี่ยวข้อง พร้อมทั้งทำการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) บุคคลที่มีความใกล้ชิดกับพระพรหมมงคล รายละเอียดของข้อมูลต่างๆ มีดังต่อไปนี้

๓.๑ ประวัติและผลงานของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) โดยสังเขป

พระพรหมมงคล มีนามเดิมว่า “ทองแก้ว พรหมะเสน” เกิดเมื่อ วันที่ ๒๑ กันยายน พ.ศ. ๒๔๖๖ ตรงกับวันศุกร์ขึ้น ๑๒ ค่ำ เดือน ๑๐ ได้ (เดือน ๑๒ เหนือ) ปกุน ๓๒ ตำบลบ้านแอ่น อำเภอฮอด จังหวัดเชียงใหม่ ตระกูลของท่านสืบเชื้อสายมาจากตระกูลขุนนางในสมัยพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๖ คุณปู่ทวดชื่อ ขุนต่างใจ เป็นบุตรของพระยาพิพิธเสนา (ชื่น) ย่าทวดคือ คุณหญิงพิพิธเสนา สกุล พรหมะเสนเป็นสกุลที่ปู่ทวดได้รับพระราชทานจากในหลวงรัชกาลที่ ๖ เพราะท่านเป็นทหารมหาดเล็กรักษาพระองค์ คุณปู่ชื่อ ขุนต่างใจ เป็นบุตรของพระยาพิพิธเสนา บ้านเดิมของคุณปู่อยู่ที่อำเภอโคกปีบ จังหวัดปราจีนบุรี ได้ล่องเรือมารับราชการที่เมืองเหนือและได้

^๑ อก.สตุตค. (ไทย) ๒๓/๔๘/๗๕.

สมรสกับนางจันทา ที่บ้านนาแก่ง มีบุตรธิดาด้วยกัน ๓ คน คือ นายใจ นายทา นางเต็น นายทาได้สมรสกับนางแต้ม มีบุตรธิดาทั้งหมด ๖ คน พระพรหมมงคลเป็นบุตรคนที่ ๕ ของนายทา นางแต้ม^๒

พระพรหมมงคลได้สำเร็จการศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔ จากนั้นก็เข้าสู่ร่มกาสาวพัสตร์ เมื่อวันศุกร์ ที่ ๑๙ มกราคม ประกา พุทธศักราช ๒๔๗๗ อายุ ๑๑ ปี ได้บรรพชาเป็นสามเณรที่วัดนาแก่ง ตำบลบ้านแอ่น อำเภอฮอด จังหวัดเชียงใหม่โดยมีท่านครูบาชัยวงศ์ เป็นพระอุปัชฌาย์ เมื่ออายุได้ ๑๘ ปี พระพรหมมงคลเคยได้ธุดงค์ไปอยู่ที่วัดผาลาด แม่จูด และป่าช้าบ้านนาแก่ง และยังเคยได้ธุดงค์ร่วมกับครูบาพรหมา วัดพระพุทธรูปตากผ้า อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน^๓ พระพรหมมงคลได้อุปสมบทเมื่อวันจันทร์ ที่ ๗ กุมภาพันธ์ ปะมะแม พุทธศักราช ๒๔๘๗ อายุครบ ๒๐ ปี ณ พัทธสีมา วัดบ้านแอ่น ตำบลบ้านแอ่น อำเภอฮอด จังหวัดเชียงใหม่ โดยมีพระครูคัมภีรธรรม (พรหมปัญญา) เจ้าอาวาสวัดชัยพระเกียรติ เป็นพระอุปัชฌาย์ พระอธิการญาณรังสี วัดห้วยทราย เป็นพระกรรมวาจาจารย์ พระมหาจันทร์ วัดพระสิงห์ ธรรมหาวิหาร เป็นพระอนุสาวนาจารย์ ได้นามฉายาว่า “สิริมงคล”

จากนั้น ได้ตั้งใจศึกษาเล่าเรียนพระปริยัติธรรม นกธรรมชั้นเอก ต่อมาได้ศึกษาวิปัสสนาธุระและค้นคว้าการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ทั้งปริยัติและปฏิบัติ จนเกิดความรู้ความเชี่ยวชาญ ที่วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ กรุงเทพมหานคร ณ สถานที่ทำวัตรสวดสังคายนา กำบะเอ และวัดพญาจีจ้องโต (เขาคัดจี) ประเทศพม่า แล้วไปปฏิบัติที่วัดตาปะนะนียาตากับท่านมหาสีสยาตอ ภัททันตะ โสภณมหาเถระ แล้วจึงกลับประเทศไทย ท่านได้ศึกษาค้นคว้าจนเกิดความรู้ความเชี่ยวชาญแตกฉานด้านการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ (พอง – ยุบ) จนเป็นพระวิปัสสนาจารย์ และ เจ้าสำนัก สามารถอบรมสั่งสอนผู้อื่นให้ปฏิบัติและรู้ตามได้ จนกระทั่งขยายสาขานักปฏิบัติวิปัสสนาออกไปทั้งในประเทศและต่างประเทศ ขณะเดียวกัน ได้สนับสนุนการศึกษาของคณะสงฆ์ด้านคันถธุระ แผนกนวกธรรม บาลี และพระอภิธรรม เรียกได้ว่า ทั้งคันถธุระและวิปัสสนาธุระ ท่านได้ใส่ใจ ดูแลสนับสนุนควบคู่กันไป

ด้วยความเป็นพระมหาเถระผู้ทรงความรู้ ความสามารถ กอปรด้วยคุณธรรมความดีที่ท่านได้บำเพ็ญมา ทั้งยังเป็นผู้รู้จักจริง ปฏิบัติจริง เสียสละทุ่มเทตั้งใจทำงานเพื่อพระพุทธศาสนา ประเทศชาติ พระมหากษัตริย์ ทำให้ท่านได้รับการยกย่องเชิดชูเกียรติ ได้รับสมณศักดิ์เป็น พระราชาคณะมาโดยลำดับ กระทั่งปัจจุบันดำรงสมณศักดิ์เป็น “พระพรหมมงคล ภาวนาโกศลสุพพิธาน วิปัสสนาบริหารพิสุทธิ์ ปาวจนุตตมานุศาสน์ คัมภีรญาณพิลาสธำรง มหาคณิสสร บวรสังฆาราม คามวาสี” ฝ่ายวิปัสสนาธุระ ได้รับแต่งตั้งสมณศักดิ์จากสังฆสภาสามัญมหานิกายประเทศศรีลังกาให้เป็น “พระศาสนโสภณสิริบวรวิปัสสนากัมมัญญานาจารย์” และใน พ.ศ. ๒๕๕๔ ได้รับแต่งตั้งสมณศักดิ์จากประเทศสาธารณรัฐแห่งสหภาพเมียนมาร์ให้เป็น “อัครมหากรรมัญญานาจารย์” นอกจากนี้ยังได้รับรางวัลเกียรติคุณจากสถาบันและองค์กรต่างๆ อีกมากมาย ดังนี้

^๒ พระพรหมมงคล, คู่มือการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔, (เชียงใหม่: หจก.ดาราวรรณการพิมพ์, ม.ป.ป.), หน้า ๑.

^๓ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕.

พ.ศ. ๒๕๓๐ ได้รับคัดเลือกให้เป็นบุคคลผู้ทำคุณประโยชน์ต่อพระพุทธศาสนาประเภท ส่งเสริม ผู้ปฏิบัติธรรมในงานสัปดาห์ส่งเสริมพระพุทธศาสนาในเทศกาลวันวิสาขบูชา

พ.ศ. ๒๕๓๑ ได้รับโล่เกียรตินิยม ผู้มีผลงานดีเด่นด้าน “วัฒนธรรมท้องถิ่น” สาขามนุษยศาสตร์ จากศูนย์วัฒนธรรม วิทยาลัยครูเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่

พ.ศ. ๒๕๓๓ ได้รับรางวัลครูบาศรีวิชัยในงานรำลึกถึงพระครูบาศรีวิชัย ครบรอบ ๑๑๒ ปี ได้รับเลือกให้เป็นผู้ที่มีคุณสมบัติเป็นทั้งนักบุญและนักพัฒนาแห่งล้านนาไทย

พ.ศ. ๒๕๓๕ ได้รับเกียรติบัตรจากคณะสงฆ์จังหวัดเชียงใหม่ให้เป็นผู้มีผลงานดีเด่น ทางด้านการปกครอง เนื่องในวันวิสาขบูชา

พ.ศ. ๒๕๓๖ ได้รับปริญญาพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ สาขาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พ.ศ. ๒๕๓๖ ได้รับเกียรติบัตรจากคณะสงฆ์ จังหวัดเชียงใหม่ ให้เป็นผู้มีผลงานดีเด่น ทางด้านสาธารณูปการ เนื่องในวันมาฆบูชา

พ.ศ. ๒๕๓๖ ได้รับถวายเกียรติบัตรจากกระทรวงศึกษาธิการให้เป็นผู้มีผลงานดีเด่น ในการ ดำเนินงาน ให้วัดเป็นอุทยานการศึกษาเพื่อเฉลิมฉลอง ๗๐๐ ปี เมืองเชียงใหม่

พ.ศ. ๒๕๓๗ ได้รับพระราชทานโล่และเข็มเกียรตินิยมจากสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ในด้านอนุรักษ์มรดกไทยดีเด่น ด้านภาษา และ วรรณกรรมของไทย

พ.ศ. ๒๕๓๘ ได้รับพดยศพัฒนาดีเด่น พร้อมด้วยใบประกาศเกียรติคุณ จากสมเด็จพระ ญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก

พ.ศ. ๒๕๔๑ ได้รับโล่เกียรตินิยมจากยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรม ราชูปถัมภ์ ให้เป็นผู้มีผลงานดีเด่นทางด้านการเผยแผ่วิปัสสนากรรมฐาน เนื่องในโอกาสครบรอบ ๔๘ ปี ของยุวพุทธิกสมาคม

พ.ศ. ๒๕๔๒ ได้รับโล่ประกาศเกียรติคุณจากชมรมผู้สูงอายุอำเภอจอมทอง จังหวัด เชียงใหม่ ให้เป็นองค์ประธานอุปถัมภ์การก่อสร้างอาคารชมรมผู้สูงอายุอำเภอจอมทอง จนประสบ ความสำเร็จ

พ.ศ. ๒๕๕๐ ได้รับโล่เกียรตินิยมจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขต เชียงใหม่ โดยพระครูพิพิธสุตธรร รองอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขต เชียงใหม่ ในฐานะเป็นผู้กระทำความคุณประโยชน์แก่มหาวิทยาลัย

พ.ศ. ๒๕๕๐ ได้รับโล่เกียรตินิยมจากมหาธาตุวิทยาลัยโดยพระธรรมสุธี อธิบดีสงฆ์วัด มหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ ให้เป็นศิษย์เก่าผู้ประสบความสำเร็จอย่างสูงทั้งทางโลก และทางธรรม

พ.ศ. ๒๕๕๑ ได้รับรางวัลประกาศเกียรติคุณรางวัลการส่งเสริมการศึกษาเพื่อสันติภาพ ประจำปีพุทธศักราช ๒๕๕๑ จากมูลนิธิการศึกษาเพื่อสันติภาพ พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต)

พ.ศ. ๒๕๕๓ ได้รับรางวัลพุทธคุณูปการ ประเภทวัชรเกียรติคุณ จากสภาผู้แทนราษฎรไทย

พ.ศ. ๒๕๕๔ ได้รับถวายปริญญาศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ สาขาบริหารการ พัฒนา มหาวิทยาลัยนอร์ท-เชียงใหม่

พ.ศ. ๒๕๕๕ ได้รับถวายปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ มหาวิทยาลัยราชภัฏ เชียงใหม่

พ.ศ. ๒๕๕๖ ได้รับถวายปริญญาศาสนศาสตรดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ สาขาวิชาพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

ด้านปฏิปทาจริยวัตรของพระพรหมมงคล ท่านเป็นพระมหาเถระที่มีบุคลิกภาพสง่างาม สุขุม ลุ่มลึก สงบเยือกเย็น มีความสำรวมระวังอินทรีย์อยู่ตลอดเวลา มีเมตตาธรรมสูง ชอบช่วยเหลือผู้ตกทุกข์ได้ยาก โอบอ้อมอารี มีน้ำใจต่อทุกคนโดยไม่เลือกที่รักมักที่ชัง โดยอุปนิสัยเป็นคนพูดน้อย ปฏิบัติมาก อยู่อย่างเรียบง่าย ตั้งตนอยู่ในกรอบพระธรรมวินัยอย่างสม่ำเสมอตั้งแต่ต้นจนถึงปัจจุบัน กล่าวได้ว่า ปฏิปทาจริยวัตรของท่านอยู่ในระดับดีเยี่ยม เหมาะสมกับเป็นพระนักปฏิบัติโดยแท้จริง พระพรหมมงคลเผยแผ่พระพุทธศาสนาโดยการสอนการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ แบบ กำหนดพองหนอ ยุบหนอ^๔ ซึ่งมีผลงานด้านการเผยแผ่ไปทั้งภายในประเทศและต่างประเทศ เช่น จังหวัดเชียงใหม่ ลำพูน ลำปาง สกลนคร สุรินทร์ ฉะเชิงเทรา ชลบุรี ปราจีนบุรี กรุงเทพฯ สุราษฎร์ธานี และต่างประเทศ ได้แก่ ประเทศอินโดนีเซีย สเปน สวิตเซอร์แลนด์ เนเธอร์แลนด์ เยอรมัน ฝรั่งเศส อังกฤษ เม็กซิโก สหรัฐอเมริกา ฮาวาย และประเทศญี่ปุ่น เป็นต้น^๕

๓.๒ สติปัฏฐาน: แนวทางสอนกรรมฐานของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล)

มหาสติปัฏฐานสูตร เป็นพระสูตรหนึ่งที่สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสสอนการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานไว้เป็นหลักจากพระโอษฐ์ด้วยพระองค์เอง นอกจากนั้นได้ตรัสแทรกไว้ในโอกาสต่างๆ และในพระสูตรต่างๆ เช่น พระสูตรในสังยุตตนิกาย มหาวรรคสติปัฏฐานสังยุต ๑๐๔ สูตรและตรัสในที่อื่นๆ อีก มากมายหลายแห่ง เช่น ทีฆนิกาย มหาวรรค เล่ม ๑๐/๓๗๒-๔๐๕/๓๐๑-๓๔๐ มัชฌิมนิกาย มูลปัณณาสก์เล่ม ๑๒/๑๐๕-๑๓๘/๑๐๑-๑๓๑สังยุตตนิกาย มหาวรรคเล่ม ๑๙/๓๖๗-๔๗๐ /๒๑๐-๒๘๐ ขุททกนิกาย ปฏิสมภิทามรรคเล่ม ๓๑/๔๑/๕๐๖-๕๐๘, ๓๔-๓๕/๕๙๒-๕๙๖ พระอภิธรรมปิฎก วิภังค์เล่ม ๓๕/๓๕๕-๓๘๙/๓๐๖-๓๒๗ เป็นต้น และได้มีคัมภีร์อรรถกถาขยายความอีกมากมาย เช่น คัมภีร์วิสุทธิมรรคคัมภีร์สุมังคลวิลาสินิตติยภาค หน้า ๘๕ คัมภีร์มัชฌิมนิกาย มูลปัณณาสก์ คัมภีร์ปัญจสุทนี เป็นต้น

สติปัฏฐานเป็นหลักธรรมสำคัญในพระพุทธศาสนา ซึ่งสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงพิจารณาเห็นความสำคัญมาแต่แรกตรัสรู้ขณะประทับอยู่ ณ โคนต้นอชปาลนิโครธริมฝั่งแม่น้ำเนรัญชรา ในอุรุเวลาเสนานิคม ภายหลังตรัสรู้แล้วในสัปดาห์ที่ ๕ ก็ได้ทรงปริวิตกถึงสติปัฏฐาน ๔๒๐ และตรัสแทรกไว้ในโอกาสต่างๆ และในพระสูตรต่างๆ มากมายหลายแห่งตลอดมาจนในปีที่จะเสด็จดับขันธปรินิพพาน ขณะประทับอยู่ ณ อัมพปาลิวัน ใกล้นครเวสาลี ก็ทรงมีพระเมตตาตรัสเตือนให้ปฏิบัติ

^๔ พระเทพสิทธิธารจารย์, ที่ระลึกในวโรกาสพระราชพิธีเฉลิมพระชนมพรรษา ๕ ธันวาคม ๒๕๔๘ ทรงพระกรุณาโปรดพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์ให้พระราชพรหมจารย์ วัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร เป็นพระราชาคณะชั้นเทพในราชทินนามที่ พระเทพสิทธิธารจารย์ วิ., (เชียงใหม่: หจก.โรงพิมพ์ช้างเผือก, ๒๕๔๘), หน้า ๑๔.

^๕ แม่ชีระวีวรรณ ธมฺมจาริณี (งานวิสุทธิพันธ์), “การศึกษาสภาวะญาณเบื้องต้นของผู้เข้าปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ณ สำนักวิปัสสนากรรมฐาน วัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐), หน้า ๖๑-๖๒.

วิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ขณะประทับอยู่ ณ เวฬุคามก่อนหน้าเสด็จดับขันธปรินิพพาน ๑๐ เดือน ก็ตรัสเตือนให้มิตนเป็นที่พึ่ง มีตนเป็นสรณะ ด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน^๖

แสดงว่า ได้ทรงสั่งสอนหลักธรรมสำคัญในสติปัฏฐานมาจนตลอดพระชนมายุ หนึ่งในนั้น พระพุทธองค์ได้ทรงแสดงแก่กुरुซึ่ง ในคัมภีร์อรรถกถา^๗ กล่าวว่า ชาวแคว้นกुरुในสมัยนั้น มีความอุดมสมบูรณ์ด้วยฤดูกาลและอาหาร อีกทั้งชาวกुरुก็มักกล่าวถึงการเจริญวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน และพากันเพียรปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐานกันอย่างกว้างขวาง พระบรมศาสดาจึงตรัสพระสูตรนี้แก่ชาวแคว้นกुरु แม้พระพุทธองค์ได้ตรัสการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐานไว้โดยสังเขปมาก่อนแล้ว ในหลายพระสูตร ดังที่ปรากฏในสติปัฏฐานสังยุตต์ แต่การแสดงพระสูตรนี้จัดว่าเป็นการประกาศแนวทางในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ อย่างสมบูรณ์ เป็นครั้งแรก หนึ่งในการแสดงมหาสติ-ปัฏฐานสูตรครั้งนั้น พระพุทธองค์ทรงเริ่มต้นด้วยทรงพุทธดำรัสว่า

เอกายโน อยัมภิกขเว มคโค สัตตานิ วิสุทฺธิยา โสกะปริเทวานัม สมตักกมาย ทุกขโทมนสฺसानันตถณฺคมาย ฌายสฺส อธิคมาย นิพพานสสฺสจฺฉิกิริยาย ฯ ยทิทํ จตฺตารโ สติปัฏฐานา^๘

ภิกษุทั้งหลาย สติปัฏฐาน ๔ เป็นทางเดียวที่จะนำเหล่าเวไนยสัตว์ให้เข้าถึงความบริสุทธิ์ ล่วงพ้นความเศร้าโศก และความรำพันคร่ำครวญได้ดับความทุกข์และโทมนัสได้ บรรลุ อริยมรรค และเห็นแจ้งพระนิพพานได้หนทางนี้ คือ สติปัฏฐาน ๔ ประการ

พระพรหมมงคลได้นำเอาคำสอนเรื่องสติปัฏฐาน ๔ มาเป็นแนวทางในการปฏิบัติกรรมฐาน ซึ่งท่านได้ศึกษาแนวทางมาจากประเทศพม่า และนำมาเผยแพร่ในประเทศไทย จนทำให้เกิดการยอมรับและเรียกแนวทางที่ท่านได้อบรมสั่งสอนนั้นว่าสาย “พอง-ยุบ” เหตุผลของการบริการรรม พอง-ยุบ นั้นเนื่องจาก รูปที่ละเอียดได้แก่รูปที่ลมหายใจถูกต้อง คือ ลมหายใจออกไปถูกที่ไหนก็ให้กำหนดที่นั่น ที่นี้สถานที่ๆ ลมหายใจของเราถูกต้องอยู่เสมอนั้นมีอยู่ ๒ ที่คือ ที่จมูก ๑ ที่บริเวณท้อง ๑ บรรดาที่ทั้ง ๒ นั้นปรากฏว่า สำหรับที่จมูกจะกำหนดได้ชัดเจนก็เพียงแต่ในระยะเริ่มแรกเท่านั้น ครั้นนานเข้าเมื่อลมละเอียดลงก็ปรากฏไม่ชัดเจน ส่วนที่บริเวณท้องที่มีอาการพอง – ยุบนั้นกำหนดได้ชัดเจนสม่ำเสมอถึงจะนานเท่าใดก็กำหนดได้และแสดงสภาวะได้แจ่มชัดกว่าที่จมูก ฉะนั้นรูปที่ลมถูกต้องที่บริเวณท้องคืออาการพองขึ้นและยุบลง จึงเหมาะอย่างยิ่งแก่การตั้งสติกำหนดเพื่อเจริญวิปัสสนากรรมฐาน ซึ่งต้องอาศัยการกำหนดรูปนามเป็นสำคัญ

คำว่า “สติปัฏฐาน”^๙ เป็นศัพท์สมาสที่มาจากศัพท์ ๒ ศัพท์ คือ สติ + ปฏฐาน “สติ” แปลว่า การระลึกรู้ เป็นปัจจุบันเฉพาะหน้า คำว่า “ปฏฐาน” แปลว่า เข้าไปตั้ง เพราะฉะนั้น “สติปัฏฐาน” แปลว่า ธรรมเครื่องระลึกที่เป็นไปอย่างต่อเนื่อง หมายถึง สติที่ตั้งมั่น ได้แก่ สติเจตสิกพร้อมสัมปยุตตธรรม อีกนัยหนึ่ง “สติปัฏฐาน” แปลว่า ธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งสติ การระลึกรู้อย่าง

^๖ ที.ม. (ไทย) ๑๑/๑๑๒-๑๑๓/๑๑๙, ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๙๐/๒๐๓ ๖.

^๗ ที.อ. ๒/๓๕๗.

^๘ ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๓๑/๑๐๓.

^๙ พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า๒๔.

มันคงในกองรูป เวทนา จิต และสภาวะธรรม^{๑๐} หมายถึง อารมณ์ของสติได้แก่ กาย เวทนา จิต ธรรม วิปัสสนาสติปัฏฐาน คือ หลักการใช้สติ และปัญญากำหนดรู้ สภาวะธรรมทางกาย เวทนา จิต ธรรม ตามความเป็นจริง จนหยั่งรู้ถึงความเปลี่ยนแปลง แปรปรวนไปของสภาวะธรรมทั้งหลายว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคลตัวตนเราเขา จนเกิดปัญญาตั้งแต่วิปัสสนาญาณที่ ๑ นามรูปปริจเฉท ญาณไปจนถึงวิปัสสนาญาณที่ ๑๖ ปจจเวกขณญาณ หมายถึง ปัญญารู้ รูปนาม เป็นไตรลักษณ์ จนเกิดปัญญาเป็นขั้นๆ ๑๖ อย่าง อีกนัยหนึ่ง หมายถึง เป็นการใช้สติพิจารณา กำหนดรู้ถึงอาการที่ปรากฏทางกาย เวทนา จิต และธรรมดังต่อไปนี้คือ^{๑๑}

- ๑) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน พิจารณากายเป็นอารมณ์
- ๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน พิจารณาเวทนาเป็นอารมณ์
- ๓) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน พิจารณาจิตเป็นอารมณ์
- ๔) ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน พิจารณาธรรมเป็นอารมณ์

เพื่อเป็นหลักแห่งการปฏิบัติต่อไป สำนักวิปัสสนาวัดพระธาตุศรีจอมทอง ได้อธิบายถึงแนวทางที่ผู้ปฏิบัติควรทำความเข้าใจในหลักการ ดังนี้

๑) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นการใชสติพิจารณากำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางกาย คือ เอาสติไปตั้งไว้ที่กาย หมายรวมถึงอิริยาบถต่างๆ ทั้งหมดไม่ว่าจะเป็นการยืน เดิน นั่ง นอน เหยียด คู้ หายใจเขา – ออก ต้องกำหนดทุกอิริยาบถ ดังความว่า

ภิกษุทั้งหลาย ข้อปฏิบัติอีกประการหนึ่ง คือ ภิกษุเมื่อเดินอยู่ย่อมรู้ชัดว่าเดินอยู่ เมื่อยืนอยู่ ย่อมรู้ชัดว่ายืนอยู่ เมื่อนั่งอยู่ ย่อมรู้ชัดว่านั่งอยู่เมื่อนอนอยู่ ก็ย่อมรู้ชัดว่านอนอยู่ หรือว่า ภิกษุ ตั้งกายไว้ด้วยอาการอย่างใดอยู่ ก็ย่อมรู้ชัดด้วยอาการอย่างนั้น^{๑๒}

ภิกษุนั้นมีสติอยู่ ย่อมหายใจเข้า มีสติอยู่ ย่อมหายใจออก ๑. เมื่อหายใจเข้ายาว ย่อมรู้ว่า หายใจเข้ายาว เมื่อหายใจออกยาว ย่อมรู้ว่า หายใจออกยาว ๒. เมื่อหายใจเข้าสั้น ย่อมรู้ว่า หายใจเข้าสั้น เมื่อหายใจออกสั้น ย่อมรู้ว่า หายใจออกสั้น ๓. เธอย่อมสำเหนียกว่า เราจรรู้ชัด กอง ลมทั้งปวง ขณะหายใจเข้า เธอย่อมสำเหนียกว่าเราจรรู้ชัดกองลมทั้งปวง ขณะหายใจ ออก ๔. เธอย่อมสำเหนียกว่าเราจรรู้ชัดกายสังขาร ขณะหายใจเข้า เธอย่อมสำเหนียกว่าเรา ระวังกายสังขารขณะหายใจออก^{๑๓}

ในภาคปฏิบัติก็เริ่มจากการกราบสติปัฏฐานก่อน แล้วเดินจงกรมเอาสติมาไว้ที่เท้าทั้งสอง เวลาก้าวเท้าขวาไปให้กำหนดว่า ขวาท่างหนอ ก้าวเท้าซ้าย ให้กำหนดว่า ซ้าย่างหนอ เวลาหยุดก็ กำหนดว่า หยุดหนอๆๆ เวลากลับก็กำหนดว่า กลับหนอๆๆ อย่างนี้เป็นต้น เวลานั้นสมาธิก็เอาสติไป

^{๑๐} พระโศภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ) รจนา, แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสาราภังค์, พระพรหมโมลี ตรวจชำระ, **มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๒๔.

^{๑๑} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๗๓/๓๒๒.

^{๑๒} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๓๔/๗๔.

^{๑๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๔/๓๐๒ – ๓๐๔.

ตั้งไว้ที่ท้องหายใจเข้าท้องพองกำหนดว่า พองหนอ หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า ยุบหนอนี้คือการเอาสติตั้งไว้ที่กาย

การปฏิบัติในข้อนี้จะสามารถตัดทอนเสียซึ่งกามารมณ์กาม คือ ความใคร่ออกเสียได้จากจิตใจ จิตใจจะไม่พัวพันในกามารมณ์อย่างเมื่อก่อน บุคคลผู้ใดได้ปฏิบัติอยู่เรื่อยๆ ตัวราคะนั้นจะน้อยลง ถอยลง เบาลง ไม่ของเกี่ยวอยู่ในความงามและกามารมณ์อีกต่อไป

๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนาแปลว่า การเสวยอารมณ์ คือ สุข ทุกข์และวางเฉย^{๑๔} ดังความว่า “ภิกษุในพระศาสนา เมื่อเสวยสุขเวทนา ย่อมรู้ชัดว่าเสวยสุขเวทนาอยู่ เมื่อเสวยทุกขเวทนา ย่อมรู้ชัดว่าเสวยทุกขเวทนาอยู่ เมื่อเสวยอุเบกขาเวทนา ย่อมรู้ชัดว่าเสวยอุเบกขาเวทนาอยู่”^{๑๕} เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานจึงเป็นการใช้สติพิจารณากำหนดรู้ว่าการที่ปรากฏทางเวทนาเมื่อปฏิบัติไปชั่วระยะหนึ่ง ถ้าเกิดเวทนา คือ อาการปวดเจ็บ ก็ให้กำหนดด้วยสติว่า ขณะนี้เวทนาได้เกิดขึ้นแล้ว ให้ใช้สติพิจารณาจุดที่เจ็บปวดนั้น กำหนดในใจว่า ปวดหนอๆ หรือเจ็บหนอๆ การเกิดเวทนาจะมีอารมณ์ดังต่อไปนี้คือ

- (๑) ถ้ามีความสุข ก็ให้กำหนดคือใช้สติระลึกว่า สุขหนอๆ
- (๒) ถ้าเสวยทุกข์ หรือไม่สบาย ก็ใช้สติกำหนดว่า ปวดหนอๆ ไม่สบายหนอๆ
- (๓) ถ้าเฉยๆ ไม่ทุกข์ไม่สุข ให้ใช้สติกำหนดว่า เฉยหนอๆ
- (๔) ถ้าสุขเจือด้วยอามิสคือรูป เสียง กลิ่น รส การถูกต้อง หรือสุขในทางใจ อันเนื่องด้วยกามคุณทั้ง ๕ สุขทางใดทางหนึ่งก็ให้กำหนดว่า สุขหนอๆ
- (๕) นิรามิส วา สุข วา เมื่อเกิดความรู้สึกได้รับความสุขจากการปฏิบัติธรรมอย่างเดียวที่ไม่เจือด้วยอามิส คือกามคุณ ก็ให้กำหนดว่า สุขหนอๆ
- (๖) สามิส วา ทุกข์ วา เมื่อรู้รสของทุกขเวทนาอันเนื่องมาจากกามคุณ มีรูป เสียง เป็นต้น ก็กำหนดว่า ไม่สบายหนอๆ
- (๗) นิรามิส วา ทุกข์ วา จิตที่รู้ชัดว่าบัดนี้เรารู้ทุกขเวทนา ไม่มีอามิสอันเกิดจากกิเลสที่มีอยู่ในใจหรืออกุศลธรรมที่เกิดกับใจก็ให้กำหนดว่า ทุกข์หนอๆ
- (๘) สามิส วา อทุกขมทุกข์ วา เมื่อรู้ว่าไม่ทุกข์และไม่สุขในกามคุณก็ให้กำหนดว่า เฉยหนอๆ
- (๙) นิรามิส วา อทุกขมสุข วา เมื่อรู้รส ไม่สุข ไม่ทุกข์ ไม่อิงกามคุณก็ให้กำหนดว่า เฉยหนอๆ

การปฏิบัติในข้อนี้ก็เพื่อจะได้ไม่ติดอยู่ในความสุข การที่กำหนดปวดหนอ เจ็บหนอ สบายหนอ หรือเฉยหนอ อยู่ตลอดเวลาแล้ว จิตของผู้ปฏิบัติก็จะชินอยู่กับธรรมชาติตามสภาวะจิต จะอยู่อย่างใดก็ได้ จะร้อนหรือจะหนาวอย่างไร จิตก็ไม่ทุกข์ไปตามอารมณ์เหล่านั้น จะมองสิ่งเหล่านั้นเป็นไปตามสภาวะที่จิตกำหนดอย่างไรก็ได้ อยู่อย่างใดก็ได้ ความทุกข์ความสุขมันมีอยู่แต่จิตของผู้ฝึก

^{๑๔} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๒๔๙/๒๗๐.

^{๑๕} ที. ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๓.

นั้นจะไม่ติดอยู่ในความสุข ความทุกข์หรือความเฉยใดๆ จะรู้เท่าทันสภาวะจิตเหล่านั้นอยู่เสมอ และจะไม่ข้องเกี่ยวกับความสุข จะหลุดพ้นจากความสุขนั้น^{๑๖}

การปฏิบัติตามหลักเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นการปฏิบัติเพื่อให้เกิดการการหยั่งเห็น ความไม่เที่ยงของเวทนาว่าเป็นสภาวะเกิดขึ้นและดับไป ไม่ใช่เป็นเพียงจินตนาการที่ตั้งอยู่บน สมมุติฐานว่าทุกสิ่งที่เกิดขึ้นย่อมเสื่อมสลายไปเป็นธรรมดา แต่เป็นการรู้แจ้งเห็นประจักษ์ด้วย ประสบการณ์อย่างแท้จริงว่า เวทนาเป็นเพียงความรู้สึกที่เกิดขึ้น แล้วดำรงอยู่ชั่วขณะ แล้วหายไป การหยั่งเห็นอย่างนี้เป็นการรับรู้ความเกิดขึ้น ตั้งอยู่และดับไปของเวทนา ต่อมาผู้ปฏิบัติจะหยั่งเห็น เวทนาว่าเกิดขึ้นและดับไปอย่างรวดเร็วเหมือนจุดๆ หรือ อนุเล็กๆ ที่เกิดดับถี่ๆ การหยั่งเห็นอย่างนี้ เป็นการรับรู้ความเกิดและดับไปของเวทนาอย่างแท้จริง

๓) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ได้แก่ การใช้สติพิจารณากำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางจิต พระพุทธเจ้าตรัสให้ผู้ปฏิบัติธรรมตั้งสติพิจารณาจิต เช่น จิตมีราคะ จิตปราศจากราคะ จิตมีโทสะ จิตปราศจากโทสะ จิตมีโมหะ จิตปราศจากโมหะ จิตหดหู่ จิตฟุ้งซ่าน จิตเป็นมหัคคตะ จิตไม่เป็นมหัคคตะ เป็นต้น^{๑๗} การดูแลจิตนั้นพระสารีบุตรได้กล่าวกับพระโมคคัลลานะว่า “ท่านโมคคัลลานะ ภิกษุใน พระศาสนานี้ พึงควบคุมจิตให้อยู่ในอำนาจของตน ไม่ควรตกอยู่ในอำนาจของจิต ท่านโมคคัลลานะ ภิกษุผู้ควบคุมจิตของตนเช่นนี้ พึงยังป่าสาละให้งดงาม”^{๑๘}

ในการปฏิบัติถ้าความคิดเกิดขึ้นในขณะที่กำลังเดินจงกรมหรือนั่งสมาธิความคิดนั้นจะเป็นไปในทางที่ดี หรือไม่ดี ก็ให้กำหนดสติว่า คิดหนอๆ การที่ความคิดเกิดขึ้นก็เพราะจิตจะนึกถึงความบกพร่องของตนเองจึงคิดลักษณะ เช่นนี้ ควรเตือนจิตของตนเองว่า สิ่งที่ผ่านมาแล้วอย่าได้เก็บเอามาคิด สิ่งที่ยังมาไม่ถึงก็อย่าคิด ขอให้ใช้สติกำหนดอยู่กับปัจจุบันให้ดีที่สุด โดยพิจารณาเห็นในจิตเนื่องๆ ดังนี้ว่า

- (๑) ถ้าจิตมีราคะก็ให้กำหนดว่า ราคะหนอๆ
- (๒) ถ้าจิตหายจากราคะก็ให้กำหนดว่า หายราคะหนอๆ
- (๓) ถ้าจิตมีโทสะก็ให้รู้ชัดว่ามีให้กำหนดว่า โทสะหนอๆ
- (๔) จิตที่หายจากโทสะก็ให้กำหนดว่า หายโทสะหนอๆ
- (๕) จิตมีโมหะก็รู้ชัดให้กำหนดว่า โมหะหนอๆ
- (๖) จิตที่หายโมหะก็กำหนดว่า หายโมหะหนอๆ
- (๗) เมื่อจิตหดหู่ก็ให้กำหนดว่า หดหู่หนอๆ
- (๘) เมื่อจิตฟุ้งซ่านก็ให้กำหนดว่า จิตฟุ้งซ่านหนอๆ
- (๙) จิตที่เป็นสหระตคือมีจิตประกอบด้วยพรหมวิหาร ก็ให้รู้ชัดว่าจิตประกอบด้วย

พรหมวิหาร

- (๑๐) จิตไม่สหระตก็รู้ชัดว่าไม่สหระต คือไม่ประกอบด้วยพรหมวิหารทั้ง ๔

^{๑๖} พระพรหมมงคล, คู่มือการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔, หน้า ๓๓.

^{๑๗} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๔/๑๑๑.

^{๑๘} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๔๔/๓๗๔-๓๗๕.

(๑๑) เมื่อจิตมีธรรมอันยิ่งกว่าก็กำหนดว่าจิตมีธรรมอันยิ่งกว่า ให้มีสติระลึกว่า ธรรม
ยิ่งน้อยๆ

(๑๒) ถ้าจิตไม่มีธรรมอันยิ่ง คือเพียงแต่ให้ทาน รักษาศีล เป็นต้น ให้กำหนดว่า จิตไม่
ยิ่งน้อยๆ

(๑๓) ถ้าจิตเป็นสมาธิก็ให้กำหนดว่า จิตมีสมาธิน้อยๆ

(๑๔) เมื่อจิตไม่เป็นสมาธิก็ให้กำหนดว่า จิตไม่เป็นสมาธิน้อยๆ

(๑๕) เมื่อจิตหลุดพ้นก็ให้กำหนดว่า จิตหลุดพ้นน้อยๆ

(๑๖) เมื่อจิตไม่หลุดพ้นก็ให้กำหนดว่า ไม่หลุดพ้นน้อยๆ

การปฏิบัติในข้อนี้ก็เพื่อจะกำจัดซึ่งความเห็นว่าเป็นของเที่ยง หรือบรรเทาเสียซึ่งความ
เที่ยงที่จะเขาไปยึดไปถึงความเที่ยงนั้น ไม่ว่าจะเป็นความเปลี่ยนแปลงอันใดที่เกิดขึ้นในชีวิต ผู้ปฏิบัติ
จะได้มองความเปลี่ยนแปลงนั้น โดยไม่รู้สึกเสียใจอะไร จะอย่างไรก็ได้ เพราะพิจารณาแล้วว่าในชีวิต
ของคนเราย่อมมีความเปลี่ยนแปลง แล้วก็มองดูด้วยสติว่ามันเป็นอย่างนี้เอง^{๑๙}

๔) อัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นการใช้สติพิจารณากำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางธรรม
อาการที่ปรากฏทางธรรม ไตถะ ชันธ ๕ นิรวณ ๕ อายุตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗ และ สัจจะ ๔^{๒๐}

ชันธ ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ซึ่งแบ่งเป็น ๒ ส่วน คือ รูปกับนาม รูป
ก็ยังคงเป็นรูป ส่วนเวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ เป็นนามรวมแล้วเป็นรูปนาม การพิจารณา
ชันธ ๕ เป็นอารมณ์ ก็คือการที่ผู้ปฏิบัติกำหนดสติในทุกๆ อิริยาบถนั่นเอง เช่น พองหนอ ยุบหนอ
เป็นต้น อาการพอง อาการยุบ เป็นตัวรูปส่วนจิตที่เข้าไปรู้นั้นเป็นนาม การกำหนดพองหนอยุบหนอจึง
บรรจุชันธ ๕ ไว้ด้วยดังนี้

สำหรับนิรวณ ๕ นั้น เป็นเครื่องกันหรืออุปสรรคในการปฏิบัติ มี ๕ ประการคือ ๑. กาม
ฉันท พอใจในกามคุณ ๒. พยาบาท คิดร้ายผู้อื่น ๓. ถีนมิทธะ ความหดหู่ซึมเซา ๔. อุทธัจจกุกกุกจะ
ความฟุ้งซ่านและรำคาญ ๕. วิจิกิจฉา ความสงสัยลังเล^{๒๑} เมื่อเกิดนิรวณขึ้นขณะปฏิบัติต้องทิ้ง พองยุบ
เสียก่อน แล้วใช้สติกำหนดดังนี้คือ

๑) กามฉันทะความรักใคร่ในทางกาม ให้กำหนดว่า ชอบหนอๆ

๒) พยาบาท ความปองร้าย ความอาฆาต ให้กำหนดว่า ไม่ชอบหนอๆ

๓) ถีนมิทธะ ความท้อแท้และความง่วงซึม ให้กำหนดว่า ง่วงหนอๆ

๔) อุทธัจจกุกกุกจะ ความฟุ้งซ่านและความรำคาญใจให้กำหนดว่า ฟุ้งหนอๆ

๕) วิจิกิจฉา ความสงสัยลังเลใจไม่อาจตัดสินใจในแนวปฏิบัติให้กำหนดว่า สงสัยหนอ ๆๆ

เมื่อเอาสติเข้าไปกำหนดนิรวณอย่างใดอย่างหนึ่งแล้วก็ควรละทิ้งนิรวณนั้นเสียแล้วเอาสติ
กลับมากำหนด พองหนอยุบหนอ ต่อไป การปฏิบัติในข้อนี้ก็เพื่อจะกำจัดเสียซึ่งความมีตัวตน เรา เขา

^{๑๙} พระพรหมมงคล, คู่มือการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔, หน้า ๓๓๓.

^{๒๐} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๕-๑๓๖ / ๑๑๒-๑๒๘.

^{๒๑} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, (กรุงเทพมหานคร:
โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๑๒๘.

สัตว์ บุคคลความจริงแล้วมีแต่รูป มีแต่นามเท่านั้นอย่างนี้ขึ้นมา ก็เพื่อความสะดวกในการอยู่ร่วมกัน และให้แสดงบทบาทต่างๆ ไปตามสมมุติเหล่านั้น บุคคลจะต้องอาศัยสมมุตินี้ไปจนตลอดชีวิตถ้าหากว่าคนใดไม่ได้ศึกษาให้รู้ถึง “ความเป็นจริง” แล้ว เขาจะติดอยู่ในสมมุตินี้ต่อไป จะไม่สามารถพ้นไปจากทุกข์ได้เพราะฉะนั้น การปฏิบัติในข้อนี้จึงทำให้รู้ว่าในตัวของเรานี้มีแต่รูปกับนามเท่านั้น ที่เขาสมมุติอย่างนี้ก็ต้องรู้เท่าทันเขาสมมุติเพื่ออะไรเพื่อเป็นตัวอย่างอันดีแก่ผู้อื่น การให้ยศถาบรรดาศักดิ์ก็เพื่อจะสอนคนให้เป็นคนดียกย่องคนดี และให้เป็นตัวอย่างในการทำความดีของโลกเพื่อทุกคนจะได้เกิดความรู้สึกรู้สึกขึ้นในจิตใจและพากันทำความดีในโลกนี้^{๒๒}

การกำหนดที่ติดต่อกับเนื่องเป็นการตัดสภาวะธรรม ทำให้สมาธิมีกำลังกล้าแข็ง ปิดรูรั่วสกัดกันไม่ให้บาปไหลเข้าสู่จิตจะสังเกตเห็นว่าการกำหนดทุกๆ ครั้ง จะต้องมีการตั้งท้ายด้วย “หนอ” คำว่า “หนอ” นี้มีประโยชน์ อย่างไร หนอทำให้ขณิกสมาธิมีกำลัง สมาธินั้นมีอยู่หลายอย่าง คือ อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ และ ขณิกสมาธิอุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธินั้น โดยมากจะเอาบัญญัติคือสิ่งที่สมมุติขึ้นแล้วนำมาเป็นอารมณ์คือเป็นสมถกรรมฐาน เช่น พิจารณาส่วนต่างๆ ของร่างกายเป็นอารมณ์ เป็นต้น ส่วน ขณิกสมาธินั้นกำหนดเอารูปนามเป็นอารมณ์ ขณิกสมาธิเป็นสมาธิชั่วขณะ แต่เราอย่าไปมองข้ามว่าเป็นของเล็กน้อยเหมือนฝนที่ตกลงมาหลายเม็ดแต่ละเม็ดฝนมีความหมายเมื่อรวมกันเข้ามันจะทำให้หน้าในคู หนอง คลอง บึงเต็มขึ้นมาได้ ฉะนั้นใดก็ดี เมื่อเราทำขณิกสมาธิมีปัจจุบันเป็นอารมณ์แล้วก็จะเกิดเป็นกำลังขึ้นมา ตัวอย่างของขณิกสมาธิ เราดูครั้งหนึ่งก็เป็นความตั้งใจเป็นขณิกสมาธิ การเหยียดครั้งหนึ่งก็เป็นขณิกสมาธิแล้ว ซึ่งมีคุณค่าอย่างมากอย่างที่ผู้ปฏิบัติกำหนดรู้อาการพองอาการยุบนั้น มันก็มีขณิกสมาธิอยู่แล้ว แต่เมื่อใสหนอเข้าไป ก็ทำให้มีกำลังขึ้นมา หนอทำให้เป็นขั้นเป็นตอน เพราะเวลาพอง จิตมันก็เกิดขึ้นขณะหนึ่ง ยุบก็ขณะหนึ่ง ถ้าไม่มีอะไรมาคั่นเลย มันก็จะมีกำลังไม่ชัดเจน เมื่อใสหนอเข้าไปเป็นการเพิ่มขณิกสมาธิให้มีกำลัง เห็นรูปนามเห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ได้ชัดเจนยิ่งขึ้น เมื่อฝึกสติปัฏฐาน ๔ ได้ครบถ้วนแล้ว ต่อไปก็เอาสติมาเสริมสร้างอิริยาบถทั้ง ๔ คือ

- ๑) เมื่อยืน ก็ให้กำหนดว่า ยืนหนอๆ
- ๒) เมื่อเดิน ก็ให้กำหนดว่า เดินหนอๆ หรือขวาย่างหนอ ซ้ายย่างหนอ
- ๓) เมื่อนั่ง ก็ให้กำหนดว่า นั่งหนอๆ
- ๔) เมื่อนอน ก็ให้กำหนดว่า นอนหนอๆ

การปฏิบัติเช่นนี้จะทำให้อาณภาพแห่งอิริยาบถมีกำลังยิ่งขึ้น และได้ชื่อว่าเป็นผู้ที่ตั้งอยู่ในความไม่ประมาท ต่อไปก็ให้กำหนดอินทรีย์ ๖ ดังนี้

- ๑) ตา เห็นรูป มีรูปคน เป็นต้น ให้กำหนดว่า เห็นหนอๆ
- ๒) หู เมื่อได้ยินเสียง ให้กำหนดว่า ได้ยินหนอๆ
- ๓) จมูก เมื่อได้กลิ่น ให้กำหนดว่า ได้กลิ่นหนอๆ
- ๔) ลิ้น เมื่อได้รับรสหวาน มัน เค็ม ก็ให้กำหนดว่า รสหนอๆ
- ๕) กาย เมื่อถูก เย็น ร้อน อ่อน แข็ง ให้กำหนดว่า ถูกหนอๆ

^{๒๒} พระพรหมมงคล, คู่มือการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔, หน้า ๓๔.

๖) ใจ เมื่อคิดเรื่องที่ดี หรือไม่ดี ก็ให้กำหนดว่า คิดหน่อยๆ

เมื่อกำหนดให้เป็นไปโดยต่อเนื่องและสม่ำเสมอ สมาธิญาณก็จะปรากฏขึ้น ๑๖ อย่าง เรียกว่า โสฬสญาณ

เพราะฉะนั้น เพื่อให้การปฏิบัติบังเกิดผลอย่างถูกต้องตามลำดับ ผู้ปฏิบัติต้องผูกจิตของตนไว้ในสติปัฏฐาน ๔ หมั่นสำรวมอินทรีย์ทั้ง ๖ และอิริยาบถ ๔ ไว้ให้มั่นคง พยายามกินน้อย นอนน้อย พูดน้อย แต่ปฏิบัติให้มาก โดยยึดหลักสำคัญของการปฏิบัติดังนี้คือ

๑) ต้องกำหนดให้ได้ปัจจุบันธรรม การกำหนดพองพอง ยุบพองก็ดี ขาวอย่างพอง ซ้ำอย่างพองก็ดี ต้องกำหนดให้ได้ปัจจุบันธรรม คือ จิตที่กำหนดว่าพอง กับท้องที่พองต้องให้พร้อมกัน อย่าให้ก่อน ให้หลังกัน การมีปัจจุบันเป็นอารมณ์นี้เป็นสิ่งสำคัญในการปฏิบัติ ถ้าหากว่าเราไม่มีปัจจุบันแล้ว เราจะเดินสักชั่วโมง ๒ ชั่วโมง ก็ไม่มีประโยชน์ ปัจจุบันนั้นก็ถือว่า เวลาเมื่อยุบก็ให้ยุบพร้อมกัน หมายความว่า เมื่อท้องยุบ ตัวที่เข้าไปรู้ว่ายุบนั่นจะต้องเข้าไปรู้ขณะที่ท้องยุบ หรือเวลาเดินจงกรม กำหนดยกหนอ อย่างหนอ เหยียบหนอ เมื่อกำหนดรู้ว่ายกหนอก็ต้องพร้อมกับขณะที่เท้ายก ยกเท้าแล้วไปกำหนดยกหนอทีหลัง นั่นก็เป็นอดีตไป ถ้าเป็นเช่นนั้นก็จะไม่ได้ปัจจุบัน แล้วขณิกสมาธิก็จะมีกำลัง เมื่อกำหนดให้ได้ปัจจุบันธรรม ตัวศีล สมาธิ ปัญญา ก็เกิดขึ้น เนื่องจาก

จิตที่คอยระมัดระวังในการพอง การยุบ	เป็นตัวศีล
จิตที่แนบแน่นอยู่กับการพอง การยุบ	เป็นตัวสมาธิ
ตัวที่เข้าไปรู้ว่าพอง ว่ายุบ	เป็นตัวปัญญา

๒) ต้องทำให้ต่อเนื่องกัน คือ เมื่อกราบสติปัฏฐานแล้วก็เริ่มเดินตามเวลาที่กำหนด แล้วต้องมานั่งให้ติดต่อกันไป และในขณะที่พักผ่อนก็ต้องกำหนดในอิริยาบถย่อยไปด้วย เช่น ล้างหน้า อาบน้ำ กินข้าว ถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ เหยียดแขน กู้แขน แม้จะนอนก็ต้องกำหนดนอนหนอๆ แล้วก็กำหนดพองพอง ยุบพอง จกว่าจะหลับไป สติต้องทำงานอยู่ตลอดเวลาตั้งแต่เริ่มต้นนอนจนกระทั่งนอนหลับไป

๓) ต้องประกอบด้วยหลักในการปฏิบัติ ๓ อย่างคือ

(๑) อาตปปี เพียรตั้งใจทำจริง การมีความเพียรพยายามระวังมิให้บาปอกุศลเกิดขึ้นในใจ เพียรพยายามกำจัดบาปอกุศลที่เกิดขึ้นให้หมดไป เพียรพยายามสร้างกุศลที่ยังไม่เกิดให้เกิดมีขึ้น เพียรพยายามรักษาส่งเสริมกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้เจริญงอกงามยิ่งๆ ขึ้นไป^{๒๓} ความเพียรนั้นเป็นปฏิกิริยาต่อความเกียจคร้าน ในการเจริญกรรมฐานจะต้องมีความขยันหมั่นเพียรเพื่อกำหนดรู้รูป นามที่เกิดขึ้นในขณะปัจจุบัน โดยเฉพาะในช่วงของการเริ่มฝึกปฏิบัติที่ยังไม่เห็นผล อาจถูกนิรวณ เข้าครอบงำทำให้เกิดความท้อแท้เบื่อหน่ายและหมดกำลังใจได้ ดังนั้น ผู้ปฏิบัติต้องกล้าทำ กล้าพิสูจน์ ไม่กลัวทุกข์ ต้องมีความตั้งใจเพียรพยายาม ที่จะผ่านนิรวณหรืออุปสรรคในการปฏิบัติธรรมไปให้ได้

^{๒๓} วจ.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๓/๒๓-๒๔

(๒) สัมปชาโน มีความรู้สึกตัวทั่วพร้อมอยู่ทุกขณะ ความรู้ตัวทั่วพร้อม คือรู้อย่างแจ่มแจ้ง ชัดเจน ว่าในขณะนี้กำลังทำอะไรอยู่ ไม่ว่าจะเป็นทางกาย วาจา และทางใจ ในการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน สัมปชัญญะมีหน้าที่รู้อย่างชัดเจนในรูปนามที่สติกำหนดไว้ ในคัมภีร์พระอภิธรรมได้ให้ความหมายของสัมปชัญญะไว้ว่า “สัมปชัญญะ คือ ปัญญา กริยาที่รู้ชัด ความวิจยธรรม ความเลือกสรร ความกำหนดหมาย ความเข้าไปกำหนด ความเข้าไปกำหนดเฉพาะ ภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้แจ่มแจ้ง ความคิดค้น ความใคร่ครวญ ความไม่หลงมกมาย”^{๒๔}

(๓) สติมา มีสติติดตามกำหนดให้ได้ในปัจจุบันธรรม คือ การมีสติคือรู้สึกตัวอยู่เสมอ รู้จักกำหนดรู้ ความระลึกรู้ ระลึกได้ ก่อนที่จะทำ พูด คิดอะไร ไม่เลื่อยล่อย ไม่หลงลืม ไม่ปล่อยปละให้ใจลอย คิดฟุ้งปรุ่งแต่งไปในเรื่องต่างๆ^{๒๕} แต่โดยธรรมชาติของจิตย่อมเผลอคิดฟุ้งซ่านไปบ้าง ผู้ปฏิบัติควรมีสติตั้งจิตนั้นกลับมาสู่อารมณ์แห่งวิปัสสนากรรมฐาน และสติดังจัดเป็นเจตสิกธรรมฝ่ายกุศลทำหน้าที่ตรวจสอบอารมณ์ต่างๆ ที่ผ่านเข้ามาทางอายตนะทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และตรวจสอบอารมณ์ที่เกิดขึ้นกับใจ ถ้าอารมณ์ฝ่ายอกุศลเกิดขึ้น สติมีหน้าที่นำออกหรือกำจัดออกไป ถ้าเป็นอารมณ์ที่เป็นกุศลเกิดขึ้น สติมีหน้าที่ส่งเสริมให้เจริญยิ่งขึ้น ท่านจึงเปรียบสติเหมือนยามเฝ้าประตูที่คอยระวังตรวจสอบคนเข้าออกผ่านในบ้าน มิให้โจรผู้ร้ายเข้าบ้านได้

๔) ปรับอินทรีย์พละให้เสมอกัน ผู้ปฏิบัติจะต้องปรับศรัทธาให้เสมอกับปัญญา อย่าให้อย่างหนึ่งอย่างใด มากน้อยกว่ากัน ถ้าศรัทธายัง ปัญญาหย่อน ความโลภจะเข้าครอบงำ ถ้าปัญญายัง ศรัทธาหย่อน ความลังเลสงสัยจะเข้าครอบงำ และจะต้องปรับวิริยะให้เสมอกับสมาธิ ถ้าวิริยะยังสมาธิหย่อน ความฟุ้งซ่านจะเข้าครอบงำ ถ้าสมาธิยัง วิริยะหย่อน ความง่วงจะเข้าครอบงำ ดังนั้นถ้าอย่างหนึ่งอย่างใดมันน้อยเกินไป ก็ต้องเพิ่มเข้าไป อย่างใดที่มากเกินไปก็ต้องลด ให้เสมอกันโดยมีสติคอยควบคุมอยู่ตลอดเวลา ส่วนสตินั้นยังมีมากเท่าไรก็ยิ่งดีเท่านั้น เพราะเป็นเครื่องกำกับพละอีก ๔ ประการให้สมดุลกัน

เมื่อผู้ปฏิบัติทำความเข้าใจในความรู้อื่นพื้นฐานของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐานทั้ง ๔ เรียบร้อยแล้ว ก็เริ่มต้นปฏิบัติตั้งแต่แบบฝึกหัดที่ ๑ เป็นต้นไป ผู้ที่มีศรัทธาแก่กล้ามีความพากเพียรเป็นอย่างดียิ่งและตั้งใจปฏิบัติโดยไม่หยุดยั้ง เหมือนอย่างบุคคลในสมัยพุทธกาลแล้ว ก็หวังได้ว่าจะต้องบรรลุมรรคผลขั้นสูงสุดอย่างแน่นอน เพราะเมื่อมรรคผลขั้นต่ำมีทางบรรลุได้ มรรคผลขั้นสูงก็ต้องมีทางบรรลุได้เช่นกัน^{๒๖}

โดยสรุปแล้ว จะเห็นได้ว่าพระพรหมมงคลได้นำหลักสติปัฏฐาน ๔ มาสู่การปฏิบัติเป็นรูปแบบที่ชัดเจน เข้าใจง่าย สามารถปฏิบัติได้และเห็นผลได้ คำสอนและรูปแบบการปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ของพระพรหมมงคล มีจุดเด่น คือการกำหนดอิริยาบถย่อยอย่างต่อเนื่อง อิริยาบถย่อยเหล่านี้เป็นเครื่องมือในการกำกับสติให้เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องและมีการกำหนดให้ถี่ขึ้นเรื่อยๆ จนไม่ทำให้เกิดช่องว่างของสติ การกำหนดอิริยาบถย่อยทั้งทางด้านกาย เวทนา จิตและสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นส่งผลให้ผู้ปฏิบัติมีสติรู้สึกตัวตลอดเวลา อย่างไรก็ตามการปฏิบัติธรรมตามหลักสติปัฏฐาน ๔ นี้เพื่อให้

^{๒๔} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๓/๓๖.

^{๒๕} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๒/๓๖.

^{๒๖} พระพรหมมงคล, คู่มือการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔, หน้า ๓๗-๓๘.

เกิดความเข้าใจในหลักของการเกิด-ดับ ความไม่เที่ยงแท้ ยั่งยืน และความไม่มีตัวตนของฐานทั้ง ๔ คือ กาย เวทนา ความคิด และสภาวะธรรม การเห็นในลักษณะเช่นนี้ต้องเป็นความเห็นจริง ไม่ใช่ความเข้าใจตามหลักการ แต่เป็นการเห็นตามความเป็นจริงของสภาวะ เมื่อเห็นได้ดังนี้แล้ว จึงถือว่าเป็นการเห็นธรรมอย่างถูกต้องและเป็นการเข้าใจในชีวิตอย่างเป็นสัมมาทิฐิอีกด้วย

๓.๓ โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ที่เกี่ยวข้องกับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย

การศึกษาโอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ที่เกี่ยวข้องกับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย เป็นการศึกษาจากเอกสาร จากประสบการณ์ตรงของผู้วิจัยในฐานะพระอุปัชฌาย์พระเดชพระคุณพระพรหมมงคลมานานกว่า ๑๐ ปี ประกอบกับการสัมภาษณ์เชิงลึกพระเดชพระคุณพระพรหมมงคล พร้อมทั้งบุคคลที่มีความใกล้ชิดกับพระพรหมมงคล จำนวน ๑๒ รูป/คน ดังนี้

๑) พระพรหมมงคล เจ้าอาวาสวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่

๒) พระสุวรรณเมธี ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่

๓) พระภานาธรรมาภิชัย เจ้าอาวาสวัดไร่เปิง ตำบลสุเทพ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

๔) พระครูวรญาณมงคล เจ้าคณะอำเภอฮอด เจ้าอาวาสวัดเมืองมา อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

๕) พระครูสิริอินทวงศ์ เลขานุการเจ้าคณะอำเภอฮอด วัดอินทาราม อำเภอฮอด จังหวัดเชียงใหม่

๖) พระครูพิศิษฐ์ปัญญาภิกษุ เจ้าคณะตำบลนาคอเรือ อำเภอฮอด จังหวัดเชียงใหม่

๗) พระครูประยุตขันติคุณ เจ้าคณะตำบลหางดง เขต ๑ อำเภอฮอด จังหวัดเชียงใหม่

๘) พระครูสุจิตปัญญารัตน์ เลขานุการเจ้าคณะอำเภอจอมทอง อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่

๙) พระสุชิน วิมโล เจ้าอาวาสวัดถ้ำตอง อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่

๑๐) นางบุญปลุก ทูเรียนทอง โยมอุปถัมภ์พระพรหมมงคล อำเภอฮอด จังหวัดเชียงใหม่

๑๑) นายโสภณ ประยูรทพวงศ์ โยมอุปถัมภ์พระพรหมมงคล กรุงเทพมหานคร

๑๒) แม่ชีอัจฉรา บุริมจิตร วัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่

จากการศึกษาเอกสารและการสัมภาษณ์เชิงลึกเกี่ยวกับโอวาทธรรมของพระพรหมมงคล สามารถสรุปประเด็นที่เกี่ยวข้องกับการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย โดยจำแนกตามหลักคำสอนสติปัฏฐาน ๔ ซึ่งเป็นแนวคำสอนหลักของวัดพระธาตุศรีจอมทอง อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่ ได้ดังต่อไปนี้

๓.๓.๑ กายานุปัสสนาสติปัฏฐานกับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย

กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณากาย การมีสติกำกับดู รู้เท่าทันกาย หรือดูรู้ทันกาย ให้รู้เห็นตามความเป็นจริง จำแนกไว้ ๖ หมวด ได้แก่

- ๑) หมวดอานาปานสติ คือ การกำหนดรู้ลมหายใจเข้าออก
- ๒) หมวดอิริยาบถ คือการกำหนดรู้อิริยาบถใหญ่ทั้ง ๔ คือ การเดิน ยืน นั่ง นอน
- ๓) หมวดสัมปชัญญะ คือ การกำหนดรู้อิริยาบถย่อยมีการเหยียด การคู้ เป็นต้นรวมไปกับอิริยาบถใหญ่
- ๔) หมวดปฏิกูลมนสิการ คือ การกำหนดรู้สิ่งปฏิกูลว่าร่างกายเป็นของ น่าเกลียด ด้วยผม ขน เป็นต้น
- ๕) หมวดธาตุมนสิการ คือ การกำหนดรู้ธาตุทั้ง ๔ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม
- ๖) หมวดนวสวีกะ คือ การกำหนดรู้ซากศพ ๙ ประเภทมีซากศพที่พอง อืด เป็นต้น

ในการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายสามารถนำหมวดต่างๆ มาประยุกต์ได้ โดยเฉพาะหมวดที่ ๕ ธาตุมนสิการ การกำหนดรู้ธาตุ ๔ และหมวดที่ ๖ นวสวีกะ คือ การกำหนดรู้ซากศพ ในหมวดธาตุมนสิการนั้น คือ การพิจารณาธาตุ หรือ จตุธาตุวัตถุสถาน คือ การกำหนดธาตุ ๔ ธาตุกรรมฐาน คือ กรรมฐานที่กำหนดธาตุ คำว่าธาตุ แปลว่า สภาวะ คือสิ่งที่ทรงสภาวะของมัน อยู่เองตามธรรมชาติของเหตุปัจจัย สภาพที่ว่างเปล่าไม่ใช่บุคคลตัวเราของเรา ธาตุในทางธรรมนั้นเป็นเพียงสภาวะธรรม ไม่ใช่สมมุติบัญญัติซึ่งใช้สื่อสารกันจนเข้าใจกันว่าเป็นก้อนอัมฤตภาพ มนุษย์ การพิจารณาธาตุนี้มีประโยชน์เพื่อให้ละวางความเห็นผิดว่าเป็นตัวตน โดยให้เข้าใจว่ามีเพียงธาตุเท่านั้น ไม่ใช่ตัวเราของเรา บุรุษ หรือสตรี ธาตุดังกล่าวไม่ใช่ธาตุทางเคมีร่อยกว่าชนิดในจักรวาล หรือธาตุที่อาจถูกสังเคราะห์ขึ้นด้วยฝีมือของมนุษย์ การจำแนกร่างกายและชีวิตออกเป็นธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม จะทำให้ละความยึดมั่นถือมั่นในตัวตน เมื่อไม่มีความยึดมั่นถือมั่น ความตายที่แท้จริงก็ไม่มี มีเพียงการเสื่อมสลายของธาตุทั้ง ๔ เท่านั้นเอง

พระพรหมมงคล ได้อธิบายว่า กาย คือ การรู้การพองยุบของท้อง เช่น การกำหนดพองหนอ ยุบหนอ หรือ ขว้างหนอ ซ้ายหนอ ซึ่งเป็นการที่ออกมาจากทางกาย เป็นต้น^{๒๗} พิจารณาอย่างเต็มที่เพื่อให้เห็นว่า ร่างกายมิใช่ของเราแต่เป็นเพียงการประชุมกันของธาตุดิน น้ำ ไฟ ลม เท่านั้น ธาตุทั้ง ๔ นี้มีอยู่เป็นปกติของโลก ไม่เปลี่ยนแปลง การประชุมกันของธาตุทั้ง ๔ นี้ทำให้เกิดสมมุติบัญญัติเป็นมนุษย์ บุคคล เรา เขา แต่ก็เป็นเพียงชั่วคราวเท่านั้น ไม่ได้ยั่งยืน อย่างมากไม่เกิน ๑๐๐ ปี ธาตุทั้ง ๔ ที่ประชุมกันอยู่นี้ก็แตกสลาย การหยั่งเห็นกายโดยความเป็นธาตุ ๔ นี้เป็นปัญญาแยกแยะว่าร่างกายนี้เป็นเพียงสมมุติบัญญัติ เป็นที่ประชุมของอวัยวะน้อยใหญ่ ความจริงกายนี้ประกอบมาจากธาตุ ๔ โดยมีใจเป็นประธาน เป็นผู้ควบคุมให้มหาภูตรูปทำอาการกิริยานั้นๆ ทั้งอิริยาบถใหญ่ คือ การยืน เดิน นั่ง นอน และอิริยาบถย่อย คือ การเหยียด คู้ ยกขึ้น วางลง ฯลฯ เมื่อ

^{๒๗} พระเทพสิทธิอาจารย์ (พระอาจารย์ทอง สิริมงคลโล), คู่มือการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (เชียงใหม่: คณะศึกษาศาสตร์, ๒๕๔๘), หน้า ๖-๑๐.

พิจารณาโดยแยกกาย จนกระทั่งเกิดปัญหายังเห็นตามความเป็นจริง จะเห็นว่ากายมนุษย์ที่อาศัยมหาภูตรูป ๔ ในการปรากฏนี้ไม่แตกต่างจากดิน น้ำ ไฟ และลมภายนอกแต่อย่างใด^{๒๘} หลวงปู่จะให้ความสำคัญกับการกำหนดอิริยาบถย่อนี้มาก เพราะเป็นเครื่องที่ทำให้สติมีกำลังอย่างต่อเนื่อง ไม่ขาดตอน กับทั้งจะประกอบอิริยาบถใหญ่ให้สมบูรณ์ด้วยยิ่งขึ้น^{๒๙} ด้วยเหตุนี้พระพรหมมงคลจึงได้วางรูปแบบการปฏิบัติธรรมของสำนักวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหารที่ให้ความสำคัญกับการกำหนดรู้ในอิริยาบถย่อนี้ทั้งปวง โดยกำหนดว่า “ก้าวหนอ” “เดินหนอ” “ย่างหนอ” หรือ “ถอยหนอ” “เหยียดหนอ” “คู้หนอ” “ดันหนอ” “ดึงหนอ” “เคลื่อนหนอ” “สั่นหนอ” “นุ่งหนอ” “ห่มหนอ” “คลุมหนอ” เป็นต้น^{๓๐}

พระเดชพระคุณพระพรหมมงคลปรารภเรื่องความเสื่อมของสังขารของท่านอยู่เสมอ ว่าจะสามารถดำรงอยู่ได้อีกนานเพียงไหนก็ยังไม่รู้ เพราะล่วงเลยวัยมาเยอะแล้ว แต่อย่างไรเสียก็จะต้องไม่ประมาทในชีวิต ในปลายปี ๒๕๖๐ ท่านได้ตัดสินใจเดินทางไปปฏิบัติธรรมเป็นพุทธบูชาที่สังเวชนียสถาน ๔ ตำบล ประเทศอินเดียและประเทศเนปาล โดยท่านปรารภว่า จะเป็นการเดินทางไปกราบจุฬาสังเวชนียสถานเป็นครั้งสุดท้ายของท่าน แสดงให้เห็นถึงการพิจารณาถึงธาตุขันธ์ของท่านอย่างไม่ประมาท^{๓๑}

สำหรับหมวดที่ ๖ นวสัทธิกะ คือ การกำหนดรู้ซากศพนั้น ไม่ปรากฏว่าพระพรหมมงคลได้ให้ความสำคัญมากนัก อาจเป็นเพราะท่านได้เน้นการปฏิบัติธรรมด้วยการกำหนดพิจารณากาย โดยอาศัยกายของตนเป็นสำคัญมากกว่าการเพ่งเอาร่างกายของผู้อื่นเป็นเครื่องมือ กับทั้งครูบาอาจารย์ที่ท่านไปเรียนกรรมฐานจากประเทศพม่าก็ไม่ได้แนะนำให้ท่านฝึกปฏิบัติด้านพิจารณาซากศพหรือสุกะ แนวคำสอนของท่านจึงค่อยไม่ปรากฏแนวทางปฏิบัติในหมวดที่ ๖ นี้เลย^{๓๒} ประกอบกับแนวทางการพิจารณาซากศพมีความคาบเกี่ยวกับการปฏิบัติของสมถกรรมฐานในหมวดอสุกะ ๑๐ ความคาบเกี่ยวนี้จะทำให้เกิดความสับสนในการปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐานซึ่งเป็นแนวทางของวิปัสสนากรรมฐาน ท่านจึงไม่ค่อยให้ความสำคัญ^{๓๓}

^{๒๘} สัมภาษณ์ พระพรหมมงคล, เจ้าอาวาสวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่, [๒๕ ธันวาคม ๒๕๖๑].

^{๒๙} สัมภาษณ์ พระภาวนาธรรมาภิรัช, เจ้าอาวาสวัดไร่เปิง ตำบลสุเทพ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่, [๒๗ ธันวาคม ๒๕๖๑].

^{๓๐} แม่ชีระวีวรรณ ธมฺมจารีณี (งานวิสุทธิพันธ์), “การศึกษาสภาวะญาณเบื้องต้นของผู้เข้าปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ณ สำนักวิปัสสนากรรมฐาน วัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, หน้า ๔๗.

^{๓๑} สัมภาษณ์ พระสุวรรณเมธี, ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่, [๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๑].

^{๓๒} สัมภาษณ์ พระครูวรญาณมงคล, เจ้าคณะอำเภอฮอด เจ้าอาวาสวัดเมืองมา อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่, [๑๑ มกราคม ๒๕๖๑].

^{๓๓} สัมภาษณ์ แม่ชีอัจฉรา บุริมจิตร์, วัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่, [๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๑].

การพิจารณาการเป็นเหตุเกี่ยวข้องกัน ในความไม่แน่นอน ความเปลี่ยนแปลง ความไม่มีตัวตน “หลวงปู่พุดบ่อครั้งว่า อย่าไปยินดียินดีร้ายกับร่างกายมากเลย มันก็เป็นไปตามสภาพของมัน ความเกิด แก่ เจ็บและตามเป็นสัจธรรมสำหรับทุกคน ร่างกายจากวัยเด็ก ผ่านวัยหนุ่ม เข้าสู่ วัยชรา มีความแปรปรวนอยู่ตลอด บางวันร้อน บางวันหนาว บางคราวก็ป่วยไข้”^{๓๔} จึงต้องเข้าใจว่า ร่างกายนี้ไม่ใช่ของเรา ความเข้าใจดังนี้ไม่ใช่การปล่อยปละละเลยจนไม่ดูแลร่างกาย ปล่อยร่างกาย สกปรกเป็นที่สะสมเชื้อโรค หรือใช้ร่างกายอย่างสิ้นเปลืองโดยการเสพสารเสพติด หรือทำงานหนักจน ไม่ได้พักผ่อน เพราะการทำแบบนี้ไม่ใช่การเข้าใจในความเสื่อมของสังขาร แต่เป็นการเร่งให้สังขาร เสื่อมโดยไม่คิดประกอบคุณงามความดี^{๓๕} หลวงปู่จึงสอนเสมอว่า เมื่อได้เกิดมาเป็นมนุษย์แล้ว ควรใช้อัตภาพนี้ทำความดีให้ได้มากที่สุด จะได้ไม่เสียใจในภายหลังว่าตนยังมัวประมาท หากทำความดีไว้มากแล้ว มนุษย์จะไม่กลัวตาย เพราะมั่นใจในสิ่งที่ไปในภพหน้า ส่วนสาเหตุที่คนกลัวตายเพราะกลัวตกนรก ไม่มีใครกลัวได้ขึ้นสวรรค์ การทำความดีจึงเป็นการใช้ร่างกายนี้อย่างคุ้มค่า และจะให้คุ้มค่ามากที่สุดคือใช้ร่างกายนี้เป็นอุปกรณ์ในการปฏิบัติธรรมเจริญพระกรรมฐาน เอาร่างกายและลมหายใจเป็นเครื่องมือให้เกิดสติ^{๓๖}

โดยสรุปแล้ว โอวาทพระพรหมมงคลในการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายตามแนวทางของกายนุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การพิจารณาการให้เข้าใจใน ๒ ประเด็น คือ

๑) ให้เห็นความสำคัญของกายหรือการได้มาของอัตภาพนี้ในการสร้างคุณงามความดี เพราะการได้อัตภาพเป็นมนุษย์นั้นเป็นของยาก เมื่อได้เกิดมาแล้วพึงนำร่างกายนี้ประกอบความดีโดยการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน คนที่ไม่ปฏิบัติธรรมเป็นคนประมาทในชีวิต การปฏิบัติธรรมก็เพื่อให้ความดีนั้นเป็นเครื่องป้องกันและปกป้องรักษาตามพุทธพจน์ที่ดี “ธรรมเท่านั้นย่อมรักษาผู้ประพฤติธรรม ธรรมที่ประพฤติดีแล้วย่อมนำสุขมาให้ นี่เป็นอันสงสันในธรรมที่ประพฤติดีแล้วผู้ประพฤติธรรมย่อมไม่ไปสู่ทุกข์”^{๓๗} เมื่อบุคคลมีความมั่นใจในความดีของตนที่ได้ทำแล้ว ความหวาดกลัวต่อความตายย่อมไม่ปรากฏ เพราะสุคติย่อมเป็นไปของผู้ที่ประพฤติธรรม^{๓๘}

๒) ให้เห็นถึงความเสื่อมไปของสังขาร และความไม่มีสาระแก่นสารของร่างกายในเพราะความเป็นเพียงที่ประชุมกันของธาตุ ๔ เท่านั้น การพิจารณาถึงความเสื่อมของกายนี้จะทำให้คลายความยึดมั่นถือมั่นในร่างกาย จิตจะได้ปล่อยวาง หลุดพ้นจากความห่วงหาอาลัย เมื่อความตายมาถึงย่อมเข้าใจได้ชัดเจนว่า ความตายเป็นธรรมดาของสังขาร ความเข้าใจเช่นนี้จะทำให้บุคคลไม่เกิดความเศร้าโศก เสียใจ คร่ำครวญกลัวตาย กลับจะทำให้มีความอาจหาญ มีจิตเข้มแข็ง มีสติไม่หลงตาย ไม่

^{๓๔} สัมภาษณ์ พระครูสุจิตปัญญารัตน์, เลขานุการเจ้าคณะอำเภอจอมทอง อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่, [๑๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๑].

^{๓๕} สัมภาษณ์ นางบุญปลุก ทูเรียนทอง, โยมอุปถัมภ์พระพรหมมงคล อำเภอฮอด จังหวัดเชียงใหม่, [๒๓ พฤศจิกายน ๒๕๖๑].

^{๓๖} สัมภาษณ์ พระครูประยุตตินันตคุณ, เจ้าคณะตำบลหางดง เขต ๑ อำเภอฮอด จังหวัดเชียงใหม่, [๑๓ พฤศจิกายน ๒๕๖๑].

^{๓๗} พุ.เถร. (ไทย) ๒๖/๓๐๓/๓๘๙.

^{๓๘} พุ.เถร. (ไทย) ๒๖/๓๐๔/๓๙๐.

พันเพื่อน เมื่อเป็นดังนี้ สุกตีกีย่อมเป็นหวังสำหรับผู้ ดังพุทธพจน์ว่า “เมื่อจิตไม่เศร้าหมอง สุกตีก็น่าหวังได้”^{๓๙}

ดังนั้น การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายโดยอาศัยกายานุปัสสนาสติปัฏฐานจึงเป็นการตั้งความเข้าใจให้ถูกต้องเกี่ยวกับเรื่องกาย นัยแรกมุ่งเอาที่กายคืออรรถภาพความเป็นมนุษย์ใช้เป็นเครื่องประกอบคุณงามความดี นัยที่สอง คือเอากายเป็นฐานที่ระลึกถึงความเสื่อมของกาย เพื่อไม่ให้เกิดความประมาทใจการดำเนินชีวิต

๓.๓.๒ เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานกับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย

เวทนา หมายถึง ความรู้สึกหรือความเสวยอารมณ์ที่ปรากฏในขณะปฏิบัติทั้งทางกายและจิตใจ เช่น ความรู้สึกสุขสบายหรือทุกข์ที่ปรากฏขึ้นในทางร่างกาย ความรู้สึกเป็นสุขใจ ดีใจ ปลาบปลื้มฯ หรือทุกข์ทางใจ อึดอัด ขัดเคือง ไม่พอใจ ไม่สบายใจ เป็นต้น เวทนานี้เมื่อจำแนกออกไปแล้วมี ๓ ประเภท คือ สุขเวทนา ๑ ทุกข์เวทนา ๑ อุเบกขาเวทนา ๑ ซึ่งถ้าหากมีความชัดเจนกว่าอาการpong-ยุบ ควรตั้งใจกำหนด จนกระทั่งเวทนาหรือความเสวยอารมณ์นั้นๆ จะเสื่อมไป หายไป ถ้ามีอาการอื่นที่ชัดเจนมากกว่านี้อีก ก็ให้ย้ายไปกำหนดอารมณ์นั้นแทนที่ ควรกำหนดทีละอารมณ์ ไม่ควรกำหนดหลายอย่างพร้อมกัน เพราะจะทำให้เกิดความสับสน จนก่อให้เกิดความเครียดมากขึ้น การกำหนดเวทนามีอยู่ ๓ วิธี

๑) การกำหนดแบบเผชิญหน้า คือ ตั้งใจกำหนดแบบไม่ทอดลอยตายเป็นตาย โดยเอาจิตไปจดจ่อที่อาการปวด จี๊ดไปบริเวณที่กำลังปวดมากที่สุด วิธีนี้นักปฏิบัติจะค่อนข้างเหน็ดเหนื่อย เพราะต้องใช้พลังจิตอย่างทุ่มเทและจดจ่อมากที่สุด แต่ก็มีประโยชน์ในการรู้แจ้งทุกขลักษณะอย่างพิเศษ

๒) การกำหนดแบบลอบทำร้าย คือ ตั้งใจกำหนดแบบจุ่มจุ่มในตอนแรกๆ พอรู้สึกที่กำลังความเพียรน้อยก็ถอยออกมาเตรียมความพร้อมใหม่ เมื่อพร้อมแล้วก็เข้าไปกำหนดอีกครั้งหนึ่ง เช่น ขณะกำหนดปวดอยู่นั้นความปวดกลับทวีความรุนแรงมากขึ้นจนไม่สามารถทนไหว จึงหยุดกำหนดรู้ อาการปวดแต่เปลี่ยนไปกำหนดรู้อาการpong-ยุบ หรืออารมณ์อื่นๆ แทนแต่ยังไม่ถึงขั้นที่ต้องเปลี่ยนอิริยาบถไปยืนหรือเดินในขณะนั้น

๓) การกำหนดแบบเฝ้าดูหรือสังเกตการณ์ คือ เมื่อรู้สึกปวดหรือเจ็บมากก็ได้ไปกำหนดตอกลงไปอีก เพียงแต่กำหนดรู้ด้วยสติปัญญาอยู่เฉยๆ เช่น กำหนดว่า ปวดหนอๆ เจ็บหนอๆ เมื่อยหนอๆ ชาหนอๆ หรือ รู้หนอๆ เป็นต้น ไม่แน่นหรืออ้าอุปมาเหมือนทหารที่เฝ้าดูข้าศึกอยู่บนที่สูงหรือหอสังเกตการณ์ ไม่ได้ทำการสู้รบกับข้าศึกแต่ประการใด เพียงแต่เฝ้าสังเกตการณ์เคลื่อนไหวของข้าศึกเท่านั้น

การกำหนดรู้เวทนาเป็นโอวาทธรรมของหลวงปู่ที่เน้นย้ำและให้ความสำคัญมาก เนื่องจากเวทนามี ๓ ลักษณะดังกล่าวข้างต้น หากเป็นเวทนาฝ่ายสุขจะทำให้เกิดความหลงและยึดติด หากเป็นเวทนาฝ่ายทุกข์จะทำให้เกิดความคร่ำครวญ โศกเศร้าเสียใจ รังเกียจ กลายเป็นพยาบาลที่ผูกแค้นขึ้นมาใน หรือหากเป็นความรู้สึกเฉยๆ ก็กำหนดรู้ได้ยากขึ้นไปอีก การใช้สติกำหนดเวทนาจึงควรทำ

^{๓๙} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๗๐/๖๓.

ตอนเวทนานั้นเกิดขึ้นชัดเจน^{๔๐} หากมีเวทนาเกิดขึ้นหลายตัวพร้อมกัน ก็ให้กำหนดตัวที่ชัดเจนกว่าตัวอื่นนั้นก่อน ไม่ใช่กำหนดหลายตัวพร้อมกัน หากตัวที่ชัดเจนนั้นคลายลง จึงไปกำหนดตัวอื่นที่ปรากฏชัดเจนในลำดับถัดไปเรื่อย^{๔๑}

พระพรหมมงคลได้ให้โอวาทเกี่ยวกับการกำหนดเวทนาไว้ว่า การฝึกกำหนดเวทนาอย่างต่อเนื่องเป็นการทำความรู้จักกับเวทนา เพราะเวทนาไม่เหมือนกายที่เกิดขึ้นและตั้งอยู่แบบนั้นแล้ว กำหนดได้อย่างชัดเจน แต่เวทนานั้นจะค่อยปรากฏจากเบาบางไปจนถึงขั้นหนักหน่วง การกำหนดเวทนาจนรู้จักเวทนาจะทำให้เกิดความเคยชินในอารมณ์นั้น หากฝึกจนชำนาญย่อมไม่หวั่นไหวเมื่อประสบกับสุขเวทนาหรือทุกข์เวทนา^{๔๒} ธรรมดาว่ามนุษย์เมื่อความตายใกล้มาถึงมักจะต้องประสบกับเวทนาอย่างแรงกล้า

ในหนังสือธรรมะจากหลวงปู่ มีความตอนหนึ่งที่แสดงถึงเรื่องการกำหนดเวทนาว่า ทุกคนมีเวทนา มีปวด มีเจ็บ มีเมื่อย มีอยู่กับตน ติดตามตน รู้ด้วยเจ็บปวดที่ไหน อย่าคิดว่าเป็นโรคอย่างนั้น อย่างนี้ ให้รู้ตามสภาวะอย่างนี้เป็นทุกข์ พระพุทธองค์ให้เอาสติไปกำหนดเท่านั้นเอง เป็นการกำหนดสติ เวทนาจะปวด จะสบาย จะเฉยๆ เป็นอารมณ์ ที่จะนำเข้าสู่ความพ้นทุกข์ เปรียบเหมือนเรือต้องอาศัยน้ำ อารมณ์นั้นเป็นเหมือนน้ำ จิตเปรียบเหมือนเรือ สติเปรียบเหมือนกับต้น เมื่อเราขับท้ายเรือก็จะเข้าสู่ฝั่ง^{๔๓}

หลวงปู่สอนว่า หากเราฝึกกำหนดรู้เวทนาไปเรื่อยๆ จะทำให้รู้สภาพของเวทนา และชินกับเวทนาที่เกิดขึ้น จากเวทณาน้อยๆ คือ อาการปวดขา ปวดหลัง อาการคันยุบยิบตามร่างกาย ไปจนถึงเวทณากล้า เช่น ความเจ็บป่วยของร่างกาย เมื่อความเจ็บป่วยใหญ่มากถึงจะได้ไม่คร่ำครวญหรือทุกข์ทรมานมากเกินไป เพราะเราได้กำหนดรู้และทำความเข้าใจกับเวทนาเหล่านั้นมาอย่างแจ่มแจ้งแล้ว จะได้บรรเทาเวทนาเหล่านั้นได้ เหมือนกันการค่อยๆ เข้าใจในเวทนา^{๔๔}

๓.๓.๓ จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานกับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย

จิต หมายถึง ธรรมชาติหรือสภาวะธรรมอย่างหนึ่งที่ทำหน้าที่รับรู้อารมณ์ เป็นการกำหนดรู้ตามสภาพที่เป็นจริง โดยการตามกำหนดรู้จิตที่คิดน้อมไปหาหรือรับอารมณ์ในที่ไกลหรือใกล้ การกำหนดรู้จิตนั้นเป็นของละเอียดอ่อนมาก ถ้ากำหนดไม่ถูกวิธีบางครั้งทำให้สับสนและฟุ้งซ่านมากขึ้น

^{๔๐} สัมภาษณ์ พระครูสิริอินทวงศ์, เลขานุการเจ้าคณะอำเภอฮอด วัดอินทาราม อำเภอฮอด จังหวัดเชียงใหม่, [๒๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๑].

^{๔๑} สัมภาษณ์ พระภาวนาธรรมาภิรัช, เจ้าอาวาสวัดไร่เปิง ตำบลสุเทพ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่, [๒๗ ธันวาคม ๒๕๖๑]

^{๔๒} สัมภาษณ์ พระครูพิศิษฐ์ปยุตฺถาภิรักษ์, เจ้าคณะตำบลนาคอเรือ อำเภอฮอด จังหวัดเชียงใหม่, [๑๕ ธันวาคม ๒๕๖๑].

^{๔๓} คณะศิษยานุศิษย์, **ธรรมะจากหลวงปู่ ๒๐**, (เชียงใหม่: หจก.ดาราวรรณการพิมพ์, ม.ป.ป.), หน้า ๖๖.

^{๔๔} สัมภาษณ์ พระครูประยุตฺตชินตฺติคุณ, เจ้าคณะตำบลหางดง เขต ๑ อำเภอฮอด จังหวัดเชียงใหม่, [๑๓ พฤศจิกายน ๒๕๖๑].

อาจเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดความเครียดและอาการผื่นคันของศีรษะได้ อันเป็นปัญหาและอุปสรรคต่อการปฏิบัติธรรม

ก่อนการกำหนด ต้องวางใจให้เป็นปกติเสมือนหนึ่งไม่มีอะไรเกิดขึ้นมาก่อน เพราะเมื่อไม่มีสภาวะลักษณะอย่างนี้ใจเราก็เป็นปกติ ไม่มีชอบหรือชัง แต่พอสภาวะนี้เข้ามาทำให้ใจเราเสียความเป็นปกติไป ฉะนั้น การกำหนดต้องพิจารณาด้วยสติปัญญาให้รู้ตามความจริงที่เกิดขึ้น ไม่ต้องไปคิดปรุงแต่งหรือใส่ข้อมูลอื่นใดเข้าไปอีก ขอให้กำหนดรู้อย่างเดียว มันเกิดอะไรคิดอะไรก็ให้กำหนดรู้ไปตามนั้น เพราะเรามีหน้าที่กำหนดรู้ตามความเป็นจริงที่เกิดขึ้น เพื่อให้เข้าถึงความเป็นจริง หรือรู้เท่าทันความเป็นจริงที่เกิดขึ้น จนสามารถถอนอุปาทานความยึดมั่นถือมั่นลงได้ เราไม่มีหน้าที่คิด แต่จิตมีหน้าที่คิด เรามีหน้าที่กำหนดรู้ ก็ให้ทำหน้าที่กำหนดรู้ไปตามนั้น อย่าไปสร้างสิ่งใหม่ให้เป็นปัญหาแก่ตัวเอง

ขณะคิด กำหนดว่า คิดหนอๆ เน้นย้ำ ช้า หนักแน่น ทั่วทั้งจังหวะเล็กน้อย เพื่อผ่อนคลาย ถ้าในกรณีที่กำหนดแบบถี่เร็ว ฉับไว จดจ่อ นั้นต้องตอกย้ำและติดต่อกันไม่มีการทิ้งจังหวะ แต่ข้อด้อยทำให้เกิดความเครียดได้ ฉะนั้น จึงควรเลือกให้เหมาะกับตนเอง และบางครั้งสามารถใช้ได้ทั้ง ๒ วิธีแบบผสมผสานกันจะทำให้เกิดพลัง ในการสยบอารมณ์ รวมทั้งเกิดการผ่อนคลายไปด้วยในตัว นอกนั้นก็กำหนดเหมือนกัน

ขณะคิดถึง กำหนดว่า คิดถึงหนอๆ **ขณะนึก** กำหนดว่า นึกหนอๆ

ขณะฟังชาน กำหนดว่า ฟังชานหนอๆ **ขณะหงุดหงิด** กำหนดว่า หงุดหงิดหนอๆ

ขณะรำคาญ กำหนดว่า รำคาญหนอๆ **ขณะซึม** กำหนดว่า ซึมหนอๆ

ขณะว่าง กำหนดว่า ว่างหนอๆ **ขณะสงบ** กำหนดว่า สงบหนอๆ

ขณะนิ่ง กำหนดว่า นิ่งหนอๆ

ฯลฯ

การพัฒนาจิตเป็นเรื่องที่สำคัญมาก ขาดนี้เราเป็นคน ขาดหน้าจะเป็นหมาก็ได้ พระอินทร์ก็ได้ พระพรหม เป็นอะไรก็ได้ จิตของเราเป็นมองไม่เที่ยง แล้วก็หลงไปว่าแน่นอน มันเที่ยง เพื่อไม่ให้จิตแปรปรวนจึงต้องนำสติมาวางไว้ที่จิต กำหนด “คิดหนอ” ความแน่นอนก็จะลดลง ความแปรปรวนก็จะไม่มี ถ้าหากเกิดมาแล้วไม่ได้ปฏิบัติ จิตนี้ก็จะพบกับความไม่แน่นอน ยึดติดอยู่กับความไม่แน่นอน ไม่มีสติก็เท่ากับว่าจิตนี้ไม่แน่นอน เหมือนอย่างจิตของภิกษุรูปหนึ่งที่ตายไปแล้วไปเกิดตัวไร^{๔๕} จิตที่ไม่มั่นคงสามารถส่งผลถึงอบายภูมิได้เลย

พระสุวรรณเมธี กล่าวว่า หลวงปู่ให้ความสำคัญกับเรื่องจิตมาก เพราะร่างกายเรานั้นเมื่อแยกแล้วก็เหลือแต่รูปกับนามหรือกายกับจิตเท่านั้น แม้สติปัญญาก็เหมือนกัน เมื่อแยกแล้วก็เหมือนแต่รูปกับนามเท่านั้น หมายความว่า กายานุปัสสนาสติปัฏฐานเป็นเรื่องของการ ส่วนเวทธานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานและธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐานเป็นเรื่องของจิต หลวงปู่จึงสอนให้พิจารณาจิต กำหนดให้รู้ทันว่าจิตคิดอะไรโดยเอาสติมาวางไว้ แล้วกำหนด คิดหนอๆ เพื่อให้จิตมีความ

^{๔๕} พระพรหมมงคล, **ธรรมะจากหลวงปู่ ๑๒**. (เชียงใหม่: หจก.ดรรชนีธรรมการพิมพ์, ๒๕๖๑), หน้า ๒๕-๒๖.

มันคง ไม่แปรปรวนได้ง่าย ทำไปนานๆ จะเป็นความชำนาญ จะกลายเป็นผู้มีจิตไม่หวั่นไหว ไม่คลอนแคลน เป็นอุปนิสัยตามส่งไปในภพภูมิที่ดี^{๔๖} ในหนังสือธรรมะของหลวงปู่มีหลักการกำหนดที่จิตง่ายๆ ว่า ไม่ว่าจิตจะคิดดีหรือคิดไม่ดี เรามีหน้าที่เพียงกำหนดรู้ว่า จิตนั้น “คิดหนอ”^{๔๗} แม้เหตุการณ์ของโลกจะเปลี่ยนแปลงไปอย่างไร จิตที่มุ่งมองดูสภาวะนั้น ก็จะเคยชินอยู่กับความเปลี่ยนแปลง จะรู้เท่าทันในสภาวะธรรม ก็จะกำจัดเสียซึ่งความหลงผิดคิดว่าเที่ยงลงเสียได้ จิตจะยินดีแต่พระนิพพานเท่านั้น^{๔๘}

ในหนังสือธรรมะจากหลวงปู่ กล่าวว่า ให้ใจของเราสัมผัสวิปัสสนาอยู่เสมอ จิตของเราจะผ่องแผ้วทุกคน ถ้าหากสัมผัสวิปัสสนาในแนวสติปัฏฐานทั้งสี่ ก็เป็นที่ไว้ใจ อุ่นใจจะตายเมื่อไหร่ก็ได้^{๔๙} แสดงให้เห็นว่า พระพรหมมงคลให้เตรียมพร้อมรับมือกับความตายด้วยการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน รักษาจิตของตนเองด้วยสติ เพราะเมื่อจิตสงบ จิตนิ่งไม่แปรปรวน จิตผ่องแผ้วย่อมเป็นหนทางเข้าสู่สุคติได้ในที่สุด พระสุชิน วิมล ให้สัมภาษณ์ว่า พระพรหมมงคล สอนให้กำหนดที่จิต ให้ความสำคัญกับจิต โดยเน้นที่จิตในปัจจุบันขณะมากกว่าการเตรียมจิตเพื่อความตาย แต่กระนั้น หากมีการอบรมจิตไว้เป็นอย่างดีจะถือเป็นการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายอย่างสมบูรณ์ด้วยเหมือนกัน เพราะจิตเป็นใหญ่ เป็นประธาน ทุกอย่างล้วนสำเร็จที่จิตใจ^{๕๐}

การกำหนดรู้ที่จิตนี้หลวงปู่ให้ความสำคัญมาก เพราะใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว หากกำหนดควบคุมจิตได้ กายจะไม่ออกนอกกลุ่มอกทางไปไหน จิตจะคอยกระชับตนเองได้โดยตลอด แต่เพราะความที่จิตเป็นสภาพที่วอกแวก กวัดแกว่ง ได้ง่าย รวดเร็ว ไม่หยุดนิ่ง การกำหนดรู้จิตเป็นเหมือนการจับลิงให้อยู่นิ่งๆ มันทำได้ยาก ต้องอาศัยการฝึกอย่างต่อเนื่องและมั่นคง แต่หากเมื่อจิตนิ่งได้แล้วประโยชน์จะเกิดขึ้นมากมายแม้กระทั่งการสร้างภพใหม่ก็ด้วยสภาพจิตนี้เอง^{๕๑}

หลวงปู่สอนว่า หากจะรักษาอะไรไม่ได้เลย ก็ให้รักษาจิต มนุษย์มักปล่อยตัวไปตามกระแสจิต ไม่ยอมควบคุมจิต จิตก็เลยฟุ้งซ่าน^{๕๒} จิตของคนที่ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานกับจิตของคนที่ไม่ปฏิบัติจะแตกต่างกัน จิตคนปฏิบัติเมื่อใกล้ตายจะสงบ แน่วแน่ ผ่องใส ละเอียดอ่อน ไม่กลัวตาย ไม่กระสับกระส่ายตื่นตระหนก แต่จิตของคนที่ไม่ปฏิบัติจะร้อนรุ่ม หวาดกลัว มัวหมอง โศกเศร้า ไม่ผ่องใส ขุ่นมัว การที่จิตเป็นอย่างใดอย่างหนึ่งก่อนตายนั้นจะส่งผลถึงภพภูมิได้เลย เพราะจิตดวงนั้นจะเป็นอาสน์

^{๔๖} สัมภาษณ์ พระสุวรรณเมธี, ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่, [๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๑].

^{๔๗} พระพรหมมงคล, ธรรมะจากหลวงปู่ ๑๒, หน้า ๒๗.

^{๔๘} คณะศิษยานุศิษย์ ผู้เรียบเรียง, เปิดประตูสู่นิพพาน, (เชียงใหม่: หจก.ดาราวรรณการพิมพ์, ๒๕๕๙), หน้า ๓๖.

^{๔๙} พระพรหมมงคล, ธรรมะจากหลวงปู่ ๑๗, (เชียงใหม่: หจก.ดาราวรรณการพิมพ์, ๒๕๖๑), หน้า ๘๑.

^{๕๐} สัมภาษณ์ พระสุชิน วิมล, เจ้าอาวาสวัดถ้ำตอง อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่, [๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๑].

^{๕๑} สัมภาษณ์ แม่ชีอัจฉรา บุริมจิตร, วัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่, [๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๑].

^{๕๒} สัมภาษณ์ พระพรหมมงคล, เจ้าอาวาสวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่, [๒๕ ธันวาคม ๒๕๖๑].

กรรม คือ กรรมก่อนตายที่ส่งผลได้ก่อนกรรมอื่นๆ ยกเว้น คุรุกรรม แต่หากไม่มีคุรุกรรม อาสันนกรรม จะส่งผลให้เกิดภพใหม่ทันที จิตที่ผ่องใสก็ไปสู่สุคติ จิตที่ขุ่นมัวก็ไปสู่ทุคติ จิตของคนที่มีปฏิปัตติวิปัสสนากรรมฐานจะมีความผ่องใส จึงยอมไปสู่สุคติได้ในที่สุด^{๕๓} ดังนั้น การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายก็คือการเตรียมจิตของตนเองให้สงบ สะอาด บริสุทธิ์ ซึ่งก็ไม่มีหนทางใดจะประเสริฐไปกว่าการได้เจริญวิปัสสนากรรมฐาน โดยเฉพาะที่เรียกว่า จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การเจริญจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานนี้ พระพุทธองค์จึงทรงเน้นให้ผู้ปฏิบัติ เจริญสติโดยกำหนดพิจารณาสภาวจิตที่กำลังเกิดขึ้น ให้อำนาจจิตของตนในปัจจุบันขณะนั้นๆ ว่าเป็น อย่างไร เป็นต้นว่า จิตสุข ไม่สุข พอใจ ไม่พอใจ ตึงมัน หรือหวั่นไหว ผ่องใส หรือขุ่นมัว ก็ เพียงแค่เฝ้าดู เพียงแค่ระลึกอยู่เสมอๆ โดยไม่เข้าไปเป็น หรือไม่เข้าไปแสดงร่วมกับสภาวะจิตนั้นๆ หากแต่ให้พิจารณาว่า สภาวจิตทั้งหลายทั้งหมดไม่ใช่เป็นของสัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา แต่อย่างใด หากแต่ล้วนเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ตามเหตุตามปัจจัย เมื่อนั้นย่อมเกิดความเบื่อหน่าย คลายความยึดมั่นถือมั่น เป็นจิตหลุดพ้นและอิสระได้อย่างแท้จริง

๓.๓.๔ ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานกับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย

ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือการตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรมทั้งหลาย อันได้แก่ นิรวณ ๕ ชั้น ๕ อายุตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗ อริยสัจ ๔ ว่าคืออะไร เป็นอย่างไร มีในตนหรือไม่ เกิดขึ้น เจริญ บริบูรณ์ และดับไปได้อย่างไร เป็นต้น ตามที่เป็นจริงของมันอย่างนั้นๆ เป็นการใช่วิธีพิจารณากำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางธรรม คือ สัญญาชั้น และสังขารชั้น สัญญาชั้น คือ ความจำได้หมายรู้ สังขารชั้น คือ ความนึกคิด เมื่อเราคิดอะไรอยู่ ก็ต้องกำหนดรู้ว่าคิดอะไรอยู่ หรือเกิดความพอใจ ไม่พอใจ ง่วง ฟุ้ง สงสัย ซึ่งเรียกว่านิรวณก็ต้องกำหนดรู้ในอารมณ์นั้นๆ^{๕๔}

สำหรับนิรวณ ๕ นั้นเป็นเครื่องกันหรืออุปสรรคในการปฏิบัติธรรมมี ๕ ประการ คือ ชอบใจ ไม่ชอบใจ ง่วง ฟุ้ง และสงสัย มีอยู่ในหัวใจทุกคน ตัวชอบก็คือตัวโลภะ (ความโลภ) ไม่ชอบก็คือโมหะ (ความโกรธ) ถิ่นะเป็นโมหะ (ความหลง) คืออาการง่วง ฟุ้ง เมื่อเกิดนิรวณขึ้นขณะปฏิบัติต้องทิ้งพอง ยุบ เสียก่อน แล้วใช้สติกำหนด คือ^{๕๕}

กามฉันทะ ความรักใคร่ในทางกาม ให้กำหนดว่า ชอบหนอๆ

พยาบาท ความปองร้าย ความอาฆาต ให้กำหนดว่า ไม่ชอบหนอๆ

ถีนมิทธะ ความท้อแท้และ ความง่วงซึม ให้กำหนดว่า ง่วงหนอๆ

อุทธัจจกุกกุกจะ ความฟุ้งซ่านและความรำคาญใจ ให้กำหนดว่า ฟุ้งหนอๆ

วิจิกิจฉา ความสงสัยลังเลใจ ไม่อาจตัดสินใจได้แน่แน่ ให้กำหนด สงสัยหนอๆ

^{๕๓} สัมภาษณ์ พระสุวรรณเมธี, ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่, [๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๑].

^{๕๔} คณะศิษยานุศิษย์ ผู้เรียบเรียง, *เปิดประตูสู่นิพพาน*, หน้า ๒๔-๒๕.

^{๕๕} พระพรหมมงคล, *ธรรมะจากหลวงปู่ ๑๒*, หน้า ๒๖.

หลวงปู่สอนว่าเมื่อเอาสติเข้าไปกำหนดนิรณอย่างใดอย่างหนึ่งแล้ว ก็ควรละทิ้งนิรณนั้นเสีย แล้วเอาสติกลับมากำหนดพองหนอ ยุบหนอ ต่อไป^{๕๖} อารมณ์ที่เกิดขึ้นมันรวดเร็ว ว่องไว และหลากหลายอารมณ์ อารมณ์ไหนชัด ธรรมตัวไหนชัด ก็ให้กำหนดตัวนั้น หากยังไม่ปรากฏชัดก็ให้กำหนดในสิ่งที่ชัดเจนไปก่อน เช่น หากเวทนาชัดกว่าพยาบาทก็กำหนด ปวดหนอยๆ เพื่อให้สติได้รู้แจ้งเห็นตามสภาพที่เป็นจริง^{๕๗} พระสุชิน วิมโล ให้สัมภาษณ์เกี่ยวกับแนวคำสอนของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) เกี่ยวกับนิรณนี้ว่า นิรณแม้จะเป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติธรรม แต่เมื่อนิรณเกิดขึ้นก็ถือว่าเป็นธรรมวิเศษให้โยคาวจรได้กำหนดได้อย่างชัดเจน เมื่อนิรณเกิดขึ้นจึงต้องวางใจเป็นกลางกำหนดรู้นิรณนั้นอย่างมีสติ ไม่ให้เกิดความพยาบาทเกลียดชังหรือเกิดความพึงพอใจที่เรียกว่ากามฉันทะ การเข้าใจและกำหนดนิรณอย่างรู้ทันจะทำให้เห็นว่านิรณก็เป็นเครื่องมือในการปฏิบัติธรรมได้ด้วยเช่นกัน^{๕๘}

ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐานจะกำจัดเสียซึ่งความเป็นตัวตน คือ ความหลงผิดคิดว่าสิ่งนั้นสิ่งนี้เป็นตัวตน ทุกวันนี้สัตว์โลกทั้งหลายไม่รู้จักรู้ว่าตัวตนที่แท้จริงคืออะไร ถ้ามองตัวเองไม่ได้ บอกตัวเองไม่ถูก ไม่รู้ว่าตัวเองก็มีแต่รูปกับนามเท่านั้น เมื่อได้มาเจริญวิปัสสนาโดยยกเอาธรรมมาเป็นอารมณ์แล้วก็จะมองเห็นว่า สัตว์ บุคคล ตัวตนนั้นหาไม่มี มีเพียงรูปกับนาม ก็จะทำให้สภาพตามความเป็นจริง ไม่ติดอยู่ในความเป็นตัวตน จะรู้เท่าทันสภาวธรรม จิตจะยินดีแต่นิพพานเท่านั้น ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐานจึงเป็นเครื่องทำลายอัตตวิปลาสธรรม คือให้คลายความเป็นตัวเป็นตนนั้นเอง คนที่ทำลายความเป็นตัวเป็นตนได้จะมีแต่ความปลอดโปร่งจากพันธนาการทั้งปวง เพราะความไม่ยึดติดแม้กระทั่งร่างกายว่าเป็นของตน^{๕๙}

ในหมวดธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐานหลวงปู่สอนให้คลายความยึดมั่นถือมั่นในความเป็นตัวเป็นตน ให้เห็นว่ามนุษย์เราเป็นเพียงที่ประชุมของธาตุ ๔ หาสาระแก่นสารไม่ได้ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไปเหมือนกันหมด การมีสติเข้าใจสภาพที่แท้จริงของธรรมแบบนี้จะทำให้จิตใจเราแข็งแกร่ง และพร้อมที่จะเผชิญหน้ากับความตายได้ทุกเวลา^{๖๐}

ถ้าเข้าใจในธรรมก็คือเข้าใจทุกสิ่งทุกอย่าง เข้าใจธรรมก็คือเข้าใจธรรมชาติและกฎแห่งธรรมชาติ ในพระพุทธศาสนาก็คือไตรลักษณ์ ความเกิดดับของรูปนาม เห็นอริยสัจ ๔ คือความทุกข์ ทรมาน สาเหตุของทุกข์ ความดับทุกข์และทางดับทุกข์ ผู้ที่เข้าใจเช่นนี้เรียกว่าเป็นสัมมาทิฐิ เป็นอัสส

^{๕๖} พระพรหมมงคล, คู่มือการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔, หน้า ๓๗-๓๘

^{๕๗} สัมภาษณ์ พระครูพิศิษฐ์ปยุตญาภิรักษ์, เจ้าคณะตำบลนาค้อเรือ อำเภอสอด จังหวัดเชียงใหม่, [๑๕ ธันวาคม ๒๕๖๑].

^{๕๘} สัมภาษณ์ พระสุชิน วิมโล, เจ้าอาวาสวัดถ้ำทอง อำเภोजอมทอง จังหวัดเชียงใหม่, [๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๑].

^{๕๙} คณะศึกษานุศิษย์ ผู้เรียบเรียง, เปิดประตูสู่นิพพาน, หน้า ๓๗.

^{๖๐} สัมภาษณ์ พระครูสิริอินทวงศ์, เลขาธิการเจ้าคณะอำเภอสอด วัดอินทาราม อำเภอสอด จังหวัดเชียงใหม่, [๒๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๑].

นุปัสสนา อันเป็นบ่อเกิดแห่งคุณงามความดีทั้งหมดทั้งปวง เพราะเมื่อเห็นพระไตรลักษณ์เช่นนี้แล้ว ปัญญาก็จะเริ่มสืบคลานเข้าสู่มรรค ผล และนิพพาน^{๖๑}

สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นไม่ว่าจะดีหรือไม่ดี หากตามรู้และเข้าใจสภาวะธรรมนั้นทันและมีสติ กำกับสภาวะธรรมนั้นได้ ย่อมเรียกว่าเป็นธรรมวิเศษที่เกิดขึ้น เช่น ความว่าง หากเกิดขึ้นแล้วเรากำหนด รู้ทันความว่างนั้น ด้วยการกำหนดว่า ว่างหนอๆ แสดงว่าความว่างนั้นเป็นธรรมวิเศษ ที่เรียกว่า วิเศษ เพราะปรากฏชัดให้จิตเราเข้าไปกำหนดได้อย่างชัดเจน เมื่อความว่างหายไป สภาวะธรรมอย่างอื่นจะปรากฏขึ้นมาอีก ก็กำหนดไปอีก อันไหนรู้สึกชัดเจนก็กำหนดอันนั้น แต่ทุกสภาวะธรรมที่ปรากฏ ขึ้นมานั้น ล้วนเป็นธรรมวิเศษสำหรับผู้ปฏิบัติจะได้นำเอามาคำหนด^{๖๒} หลวงปู่จึงสอนเสมอว่า ธรรมะ ทั้งนั้นปรากฏขึ้นในโลกนี้^{๖๓}

จะเห็นได้ว่า พระพรหมมงคลได้นำแนวคิดของการกำหนดรู้ในธรรมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน มาเป็นเครื่องมือเตรียมพร้อมรับมือกับความตายด้วยการเข้าใจธรรมชาติของสภาวะธรรมที่เกิดขึ้น โดย สอนให้เกิดเข้าใจการเกิด-ดับของรูปนามทั้งปวง และละวางความยึดมั่นถือมั่นในรูป-นามเหล่านั้น หากคลายความยึดมั่นในรูป-นามได้ ก็เสมือนกันหลุดพ้นจากพันธนาการ จิตไม่มีเครื่องผูกมัด ความ กลัวตายย่อมไม่บังเกิด เป็นการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายด้วยความฉลาด และใช้ความตายเป็น อุบายธรรมในการพร้อมที่จะตายอย่างสง่างาม

โดยสรุปแล้วพบว่า พระพรหมมงคลได้มีคำสอนสำหรับการเตรียมพร้อมรับมือกับความ ตายผ่านการฝึกฝนภาคปฏิบัติที่เรียกว่า สติปัฏฐาน คือการพิจารณากาย เวทนา จิต และธรรม เป็น การนำสติไปกำหนดรู้ตามสภาพจริงที่เกิดขึ้นในฐานทั้ง ๔ ให้เห็นถึงความเกิด-ดับ ความไม่สามารถ ตั้งอยู่ได้นานของสภาวะทั้งปวง โดยเฉพาะการรักษาจิตให้มั่นคง แน่นแน่นไม่หวั่นไหว ฝึกปฏิบัติให้จิตมี ความสะอาด ปลอดโปร่ง โล่งสบาย คลายความทุกข์โดยการกำหนดรู้ทั้งทุกข์ที่มาทางกาย (กายา นุปัสสนาสติปัฏฐาน) ทุกข์ที่มาทางใจ (เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน) และสภาวะธรรมอื่นๆ ที่เกิดขึ้น (ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน) ความเข้าใจเช่นนี้เป็นการฝึกฝนตนเองให้อยู่กับปัจจุบัน จะช่วยทำให้ บุคคลไม่เกิดความประมาท และความไม่ประมาทนี้เองที่เป็นการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายที่ดี ที่สุด

^{๖๑} คณะศิษยานุศิษย์ ผู้เรียบเรียง, **เปิดประตูสู่นิพพาน**, หน้า ๒๔-๒๕.

^{๖๒} สมภาษณ์ แม่ชีอัจฉรา บุริมจิตร์, วัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่, [๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๑].

^{๖๓} สมภาษณ์ นางบุญปลูก ทูเรียนทอง, โยมอุปถัมภ์พระพรหมมงคล อำเภอฮอด จังหวัดเชียงใหม่, [๒๓ พฤศจิกายน ๒๕๖๑].

บทที่ ๔

วิเคราะห์แนวทางการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย กับการดำเนินชีวิตประจำวัน

การเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายเป็นแนวทางการใช้ชีวิตประจำวันเพื่อให้บรรลุเป้าหมายของการ “ตายดี” โดยสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ให้ความหมายของการตายดี หมายถึง มีสติไม่หลงตาย และที่ว่าตายดีนั้นไม่ใช่เฉพาะตายแล้วไปสู่สุคติเท่านั้น แต่ขณะที่ตายก็เป็นจุดสำคัญที่จะต้องมียุติใจที่ดี คือ มีสติไม่หลงตาย ไม่หลงตาย คือ มียุติใจไม่ฟุ้งเฟ้อ ไม่เศร้าหมอง ไม่ขุ่นมัว จิตใจดีงาม ผ่องใส เบิกบาน จิตใจนิ่งถึงหรือเกาะเกี่ยวอยู่กับสิ่งที่ดี^๑ ขณะที่ท่านพุทธทาสให้ความหมายของการตายดีว่า หมายถึงการตายอย่างสงบและมีสติ จิตตัสตินมิได้อยู่ที่สภาพการตายหรือความเจ็บปวดที่ได้รับ แต่อยู่ที่จิตใจว่าจะมีสติ ได้เตรียมตัวตาย ไม่ต่อสู้ว่า ไม่อยากตาย แต่สмирใจตายอย่างเป็นไปตามธรรมชาติของสังขารที่ไม่เที่ยงและต้องดับไปในที่สุดอย่างสงบเย็น เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา^๒ การตายดีจึงเป็นการตายอย่างสงบ สามารถรักษาใจให้เป็นปกติ โดยการระลึกถึงสิ่งที่เปี่ยมกุศล ที่ได้สร้างสมมา ตายตามธรรมชาติไม่ป่วยนาน ไม่ต้องทนทุกข์ทรมาน ด้วยการรังชีวิต และตายอย่างหมดห่วง หลังจากการเตรียมตัวทั้งด้านเตรียมใจตนเอง เตรียมครอบครัว เตรียมทรัพย์สินสมบัติและทำบุญสะสมบุญความดี

ในพระพุทธศาสนาพบคำว่า “ตายดี” ปรากฏในคัมภีร์ขุททกนิกาย อุทาน อุปเสนสูตร ท่านพระอุปเสนวังคันทบุตร ได้เกิดความคิดว่า

เป็นลาภของเราหนอ เราได้ดีแล้วหนอ ที่เรามีพระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นศาสดา เราออกจากเรือนบวชเป็นบรรพชิตในพระธรรมวินัยที่พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ดีแล้ว เรามีเพื่อนพรหมจารีล้วนแต่มีศีลมีกัลยาณธรรม เราบำเพ็ญศีลให้บริบูรณ์แล้ว เรามีจิตตั้งมั่นดีแล้ว มีอารมณ์เป็นหนึ่ง เป็นพระอรหันตชินาสพ เป็นผู้มั่งคั่งมาก มีอานุภาพมาก ชีวิตของเราเชื่อว่ามีค่าจริง ความตายของเราที่เชื่อว่าเป็นความตายดี^๓

พระผู้มีพระภาคได้ทรงทราบความคิดคำนึงของท่านพระอุปเสนวังคันทบุตรด้วยพระทัยแล้ว จึงทรงเปล่งอุทานนี้ในเวลานั้นว่า “บุคคลผู้ที่ดำรงชีวิตอยู่โดยไม่เดือดร้อนในเวลาจนจะตายก็ไม่เศร้าโศกเชื่อว่าพบนิพพานแล้ว เป็นปราชญ์”^๔

^๑ สารภี รัชชโกศัย, “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเตรียมตัวเพื่อเผชิญกับความตายและภาวะใกล้ตายของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ จังหวัดปัตตานี”, วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ, (คณะพยาบาลศาสตร์: มหาวิทยาลัยบูรพา, ๒๕๕๖), หน้า ๒๔.

^๒ อ้างใน เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๔.

^๓ ขุ.อุ. (ไทย) ๒๕/๓๙/๒๕๐.

^๔ ขุ.อุ. (ไทย) ๒๕/๓๙/๒๕๑.

จากข้อความที่ยกมาแสดงทั้งหมดนี้ทำให้เห็นถึงความสำคัญของการตายดี พร้อมกันนี้ยังแสดงให้เห็นถึงแนวทางที่จะทำให้บรรลุถึงภาวะ “ตายดี” นั่นก็คือการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย ผู้วิจัยได้นำเสนอแนวคิดเกี่ยวกับความตาย พร้อมทั้งตัวอย่างของพุทธบริษัทในสมัยพุทธกาลที่มีการเตรียมพร้อมสำหรับการตาย จากนั้นได้นำเสนอหลักปฏิบัติเพื่อการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย โดยอาศัยโอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) มาวิเคราะห์ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ประกอบการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ที่เกี่ยวข้องกับพระพรหมมงคล เพื่อกำหนดเป็นแนวทางในการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายในชีวิตประจำวัน

ในบทนี้ ผู้วิจัยจะได้วิเคราะห์ให้เห็นถึงความสำคัญของการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย หลักคิดเพื่อการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย และการประยุกต์ตัวอย่างพุทธบริษัทในสมัยพุทธกาลร่วมกับโอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) สำหรับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายในชีวิตประจำวัน มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

๔.๑ ความสำคัญของการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย

การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายตามหลักพุทธศาสนา จะทำให้บุคคลรู้จักความตายเสียก่อน ซึ่งเป็นการเรียนรู้ที่จะมีชีวิตอยู่อย่างสมบูรณ์ และเตรียมพร้อม ทำให้เกิดการปล่อยวางในสิ่งยึดมั่นทั้งปวง เข้าใจสัจธรรมในชีวิตว่า ไม่เที่ยงแท้ และช่วยในการบำบัดทุกข์หรือโรคทางใจโดยตรง เพื่อไม่ให้ทุกข์ไปกับกาย ไม่เกิดความกระสับ กระส่ายทางกายและสามารถที่จะเข้าถึงความตายได้อย่างสงบ ความสำคัญของการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย จึงตั้งอยู่บนหลักคิดที่ปรากฏในพระไตรปิฎกว่า “บุคคลผู้ที่ดำรงชีวิตอยู่โดยไม่เดือดร้อนในเวลาจนจะตายก็ไม่เศร้าโศกชื่อว่าพบนิพพานแล้ว”^๕ ซึ่งผู้วิจัยได้ถอดพุทธพจน์นี้ออกเป็น ๓ ประการ เมื่อนำมาวิเคราะห์ร่วมกับโอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) และตัวอย่างการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพุทธบริษัท ทำให้เห็นถึงความสำคัญของการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย ดังนี้

๔.๑.๑ มีสติไม่หลงตาย

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต) อธิบายคำว่า มีสติไม่หลงตาย เป็นการตายที่ดีในพระพุทธศาสนา คือต้องมีจิตใจที่ดี ไม่พินเพื่อน ไม่เศร้าหมอง ไม่ขุ่นมัว จิตใจดีงาม ผ่องใส เบิกบาน จิตใจนึกถึงหรือเกาะเกี่ยวอยู่กับสิ่งที่ดีหรือบุญกุศลที่ได้กระทำมา^๖ จึงมีประเพณีที่จะให้ผู้ตายได้ยินได้ฟังสิ่งที่ดีงาม เช่น บทสวดมนต์ หรือคำกล่าวเกี่ยวกับพุทธคุณ อย่างที่ใช้คำว่า “บอกอรหัง” ก็เป็นคติที่รู้ว่าเป็นการบอกสิ่งสำหรับยึดเหนี่ยวในทางใจ ให้แก่ผู้ที่กำลังป่วยหนักในขั้นสุดท้าย ให้จิตใจเกาะเกี่ยวยึดเหนี่ยวอยู่กับพระรัตนตรัย เรื่องบุญกุศลหรือเรื่องที่ได้ทำความดีมา เป็นต้น

^๕ พุ.อุ. (ไทย) ๒๕/๓๙/๒๕๑.

^๖ อ้างใน พรทวี ยอดมงคลและคณะ, ปทานุกรมความตาย รวมคำและความหมายเพื่อชีวิตที่ดีและตายอย่างสงบ, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด สามลดา, ๒๕๕๙), หน้า ๑๒.

สติ หมายถึง ความระลึกได้ นึกได้ ความไม่เผลอ การคุมใจไว้กับกิจ หรือคุมจิตไว้กับสิ่งที่เกี่ยวข้อง กายอยู่กับกิจ จิตอยู่กับงาน จำการที่ทำและคำที่พูดแล้วแม่นยำได้^{๙๗} การฝึกเจริญสติเป็นปัจจัยสำคัญที่จะทำให้เกิดวิปัสสนาญาณ เพื่อการรู้แจ้งในรูปรูปนามตามความเป็นจริง ช่วยให้สามารถสลัดทิ้งความทุกข์ และการสร้างสุขที่แท้แก่จิตใจได้ด้วย สติจึงมีความสำคัญ จำเป็นต้องใช้ในทุกสถาน ในกาลทุกเมื่อ ดังพระพุทธพจน์ว่า “สติเป็นธรรมเครื่องตื่นอยู่ในโลก”^{๙๘} “คนมีสติย่อมได้รับความสุข คนมีสติมีความเจริญทุกเมื่อ”^{๙๙} “สติจำต้องประสงคฺในทุทุกสถาน”^{๑๐๐}

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต) กล่าวว่า การดำเนินชีวิตหรือการปฏิบัติโดยมีสติกำกับอยู่เสมอ มีชื่อเรียกเฉพาะว่า “อปปมาทะ” หรือความไม่ประมาท เป็นหลักธรรมสำคัญยิ่งเพราะเป็นตัวควบคุมยับยั้งป้องกันไม่ให้มนุษย์หลงเพลินไปตามความชั่ว^{๑๐๑} พระโพธิญาณเถระ กล่าวไว้ว่า “สตินี้เป็นสภาวะธรรมอันหนึ่งซึ่งช่วยให้ธรรมอันอื่น ทั้งหลายเกิดขึ้นโดยพร้อมเพียง สตินี้คือชีวิต ถ้าขาดสติเมื่อใดก็เหมือนตาย ถ้าขาดสติเมื่อใดก็เป็น คนประมาท สติเป็นเหตุให้สัมปชัญญะและปัญญาเกิดขึ้นมาได้”^{๑๐๒}

การจะมีสตินั้นเป็นเรื่องที่ต้องฝึกฝนและปฏิบัติกันอย่างต่อเนื่อง และแนวทางที่จะฝึกสติได้นั้นก็คือการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ดังที่สำนักปฏิบัติธรรมวัดพระธาตุศรีจอมทองได้นำมาเป็นแนวทางในการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ซึ่งพระพรหมมงคล (ทอง สิริมฺจฺโล) ได้กล่าวโดยสรุปว่า สติเป็นหลักธรรมที่สำคัญมาก เป็นประธานของหัวข้อธรรมทั้งหลาย จำเป็นทั้งในยามปฏิบัติธรรมในการดำเนินชีวิต โดยเฉพาะอย่างยิ่งในยามที่ใกล้จะถึงแก่ความตาย เพราะสติจะทำให้รู้สึกตัวอยู่ตลอดเวลา ไม่หวั่นไหวไปในทางอกุศล ทำให้จิตไม่ตกต่ำ ไม่เศร้าหมอง การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายตามแนวทางของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมฺจฺโล) จึงให้ความสำคัญกับการมีสติ แต่เน้นการมีสติในทุกอิริยาบถของการดำรงชีวิต

หากมนุษย์มีการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายจะทำให้มีสติไม่หลงตาย เพราะเมื่อความตายมาถึงก็เป็นเพียงปรากฏการณ์ที่ธรรมดา อยู่ในความคาดหมาย จึงไม่ทรมันทรมายวิตก หวาดกลัว การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายซึ่งเป็นการซักซ้อมจิตใจและร่างกายของตนเองเมื่อกายและใจผ่านการฝึกซ้อมมาดีแล้ว สติย่อมมั่นคงไม่หลงตาย ดังความที่พระอนูรุธเถระกล่าวตอบ

^{๙๗} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอส อาร์ พรินต์ติ้ง แมสโปรดักส์จำกัด), ๒๕๕๑, หน้า ๓๙๕.

^{๙๘} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๘๐/๘๕.

^{๙๙} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๓๘/๓๔๑.

^{๑๐๐} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๒๓๔/๑๗๔.

^{๑๐๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๙), หน้า ๘๐๕.

^{๑๐๒} พระโพธิญาณเถระ (ชา สุภทฺโท), ๔๘ พระธรรมเทศนา, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (ศูนย์เผยแผ่มรดกธรรมวัดหนองป่าพง, ๒๕๕๐), หน้า ๑๖๐.

พระสารีบุตรและภิกษุทั้งหลายว่า “ผู้มีจิตเข้าไปตั้ง มั่นด้วยดีอยู่ในสติปัฏฐาน ๔ ถึงจะมีทุกขเวทนาทางร่างกายเกิดขึ้นแล้ว ก็ไม่อาจครอบงำจิตใจได้”^{๑๓}

จากการศึกษาการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายของพุทธบริษัทในสมัยพุทธกาล และโอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ทำให้เห็นว่า การมีสติไม่หลงตายเป็นลักษณะสำคัญของการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย เช่น การตายของพระอานนท์ที่ประกอบด้วยสติบริบูรณ์ วางแผนการตายของท่านไม่ให้เกิดปัญหาตามมา จึงเลือกที่จะนิพพานท่ามกลางแม่น้ำ หรือกรณีของท่านอนาถปิณฑิกเศรษฐีที่แม้จะมีได้รับความทุกขเวทนาจากอาการเจ็บป่วย แต่ก็ยังมีสติจิตใจไม่เศร้าหมอง สอดคล้องกับโอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ที่ให้มีสติกำกับทุกอิริยาบถและทุกลมหายใจ แม้กระทั่งลมหายใจสุดท้ายก็ให้มีสติ การมีสติจึงเป็นเครื่องมือสำคัญในการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย

๔.๑.๒ มีสุคติเป็นที่ไปเบื้องหน้า

ชีวิตของสัตว์ทั้งหลายในโลกนี้ ไม่มีเครื่องหมาย ใครๆ รู้ไม่ได้ ทั้งลำบาก ทั้งน้อย และประกอบด้วยทุกข์ สัตว์ทั้งหลาย ผู้เกิดแล้ว จะไม่ตายด้วยความพยายามอันใด ความพยายามอันนั้นไม่มีเลย แม้อยู่ได้ถึงชราก็ต้องตาย เพราะสัตว์ทั้งหลายมีอย่างนี้เป็นธรรมดา ผลไม้สุกงอมแล้วชื่อว่าย่อมมีภัยเพราะจะต้องร่วงหล่นไปในเวลาเช้า ฉันทใด สัตว์ทั้งหลายผู้เกิดแล้ว ชื่อว่าย่อมมีภัยเพราะจะต้องตายเป็นนิรันดร์ ฉันทนั้น เมื่อสัตว์ทั้งหลายมีความตายเป็นเบื้องหน้า จึงควรเตรียมตัวให้พร้อมในการเดินทางไปภพหน้า คติที่ไปหลังความตายมีการแบ่งออกเป็น ๓ ภพภูมิใหญ่ๆ ประกอบไปด้วย มนุสสโลก เทวโลก ยมโลก ในภพภูมิดังกล่าวยังประกอบไปด้วยลำดับชั้นหรือแดนต่างๆ อีกมากมายรวมถึงมีความแตกต่างทั้งในเรื่องของสถานที่ ความเป็นอยู่และสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ ทั้งนี้สุดแท้แต่การกระทำหรือกรรมที่มนุษย์ได้กระทำไว้มามีชีวิตอยู่จะนำไปสู่ภพภูมิต่างๆ เหล่านั้น^{๑๔}

มนุษย์ทุกคนย่อมหวังสุคติภพเป็นที่ไปเบื้องหน้า แต่การจะไปสุคติได้นั้นเป็นผลของการกระทำกรรมดีที่ทำให้ได้ไปเกิดเป็นเทวดาอยู่บนสวรรค์ ทำให้พุทธศาสนิกชนนั้นมันกระทำความดีและรักษาความดีด้วยการทำบุญกุศลคุณงามความดีต่างๆ ที่ได้กระทำบำเพ็ญไว้เมื่อครั้งยังมีชีวิตอยู่ และหลังจากที่ละจากโลกนี้ไปก็เป็นเหตุให้ได้รับผลตอบแทนในการทำ ความดีก็คือการได้ไปเกิดเป็นเทวดาอยู่บนสวรรค์นั่นเอง

ในพระไตรปิฎกกล่าวไว้ชัดเจนว่า เมื่อจิตไม่เศร้าหมอง สุคติก็เป็นอันหวังได้และเมื่อจิตเศร้าหมอง ทุกคติก็เป็นอันหวังได้^{๑๕} ดังนั้น ทั้งสุคติและทุกคติก็ล้วนขึ้นอยู่กับสภาพของจิต การส่งผลของบุญและบาปในช่วงขณะก่อนตาย ขึ้นอยู่กับความหมองและใสของใจเรา พุทธพจน์ที่พระองค์ตรัสเอาไว้ จึงเป็นจริงตามนั้นทุกประการ เพราะเรื่องของใจเป็นเรื่องใหญ่ จะดีหรือชั่ว จะไปนรกหรือไป

^{๑๓} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๙๐๘/๔๔๐.

^{๑๔} ศรวัฒน์ ปริยัติเมธี, เลือกชีวิตหลังความตายได้ด้วยตนเอง, (นนทบุรี: สมาร์ทบุ๊ค, ๒๕๕๑), หน้า

๕๓.

^{๑๕} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๗๐/๖๓.

สวรรค์ก็ขึ้นอยู่กับใจของเราเอง ฉะนั้น ก็ให้มันฝึกฝนอบรมจิตใจของเราให้ผ่องใสไว้เสมอ ให้ใจแช่อิ่มอยู่ในบุญ อยู่กับความดีล้วนๆ เพราะสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงต้องตาย ชีวิตมีความตายเป็นที่สุด สัตว์ทั้งหลายจักไปตามกรรม เข้าถึงผลแห่งบุญและบาป คือผู้มีกรรมเป็นบาปจักไปสู่นรก ส่วนผู้มีกรรมเป็นบุญจักไปสู่สุคติ เพราะฉะนั้น พึงทำกรรมงามอันจะนำไปสู่สัมปรายภพ สังคมไว้ บุญทั้งหลายย่อมเป็นที่พึงของสัตว์ทั้งหลายในโลก ดังพุทธพจน์ว่า

ข้อที่บุคคลผู้มีความพร้อมด้วยวิสุทธิจิต ฯลฯ บุคคลผู้มีความพร้อมด้วยมโนสุจริต หลังจากตายแล้วจะพึงเข้าถึงอภายทุกคติ วินิบาต นรก เพราะวิสุทธิจิตและมโนสุจิตนั้นเป็นเหตุเป็นปัจจัย นี้ไม่ใช่ฐานะไม่ใช่โอกาสที่จะมีได้ พระองค์ทรงทราบว่ ข้อที่บุคคลผู้มีความพร้อมด้วยวิสุทธิจิต ฯลฯ บุคคลผู้มีความพร้อมด้วยมโนสุจริต หลังจากตายแล้วจะพึงเข้าถึงสุคติโลกสวรรค์ เพราะวิสุทธิจิตและมโนสุจิตนั้นเป็นเหตุเป็นปัจจัย นี้แลเป็นฐานะที่มีได้เป็นได้^{๑๖}

จะเห็นได้ว่า สุคติตามหลักพุทธศาสนาเป็นเรื่องของการทำความดีและเป็นหลักในการดำเนินชีวิตซึ่งเป็นแนวทางที่เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตของมนุษย์ตามหลักคำสอนทางพุทธศาสนาเป็นที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานแห่งความเป็นจริงของชีวิต การเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายเป็นการเตรียมตัว เตรียมใจ ให้กายบริสุทธิ์ วาจาบริสุทธิ์ และใจบริสุทธิ์ ให้จิตมีความเข้มแข็ง มั่นคง มีความผ่องแผ้ว ย่อมมีสุคติเป็นที่ไปเบื้องหน้าในที่สุด

จากการศึกษาการตายของพุทธบริษัทในสมัยพุทธกาลพบว่า การตายของพุทธบริษัทที่นำมายกตัวอย่างล้วนแต่มีสุคติเป็นเบื้องหน้า เพราะได้สำเร็จเป็นพระอริยบุคคลในพระพุทธศาสนาแล้วทั้งสิ้น สุคติของท่านเหล่านั้นจึงแตกต่างกันไปตามระดับขั้นที่บรรลุนิพพาน ตั้งแต่สวรรค์จนถึงการเข้าสู่นิพพาน สำหรับบุคคลธรรมดานั้น สามารถประยุกต์ตามแนวธรรมคำสอนของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ด้วยการปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน ๔ อันเป็นการเจริญรอยตามพระอริยบุคคลทั้งหลาย การปฏิบัติตามสติปัฏฐานนี้ย่อมนำสัตว์เข้าสู่สุคติได้นับแต่เบื้องหน้าแต่ตายเพราะกายแตกตามโอวาทของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ได้กล่าวโดยสรุปว่า ไม่ต้องกลัวความตาย เพราะความตายเป็นเรื่องธรรมดาของชีวิต ยิ่งถ้าได้ปฏิบัติธรรม รักษาศีลของตนเองให้บริสุทธิ์สะอาดอยู่เสมอ ไม่ประมาทในการดำรงสติ เบื้องหน้าจากความตายย่อมไปสู่สุคติ ความตายของผู้ปฏิบัติธรรมจึงไม่ใช่เรื่องน่ากลัว

โดยสรุปแล้วพบว่า ความสำคัญของการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายแบ่งออกเป็น ๒ ช่วงเวลา คือ

- ๑) ช่วงก่อนตาย คือ การมีสติไม่หลงตาย เป็นการจัดการตนเองให้มีความพร้อมต่อความตายที่จะมาถึง
- ๒) ช่วงหลังความตาย คือ การมีสุคติเป็นที่ไป เป็นผลที่เกิดสืบเนื่องมาจากการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย

^{๑๖} อก.ทุก. (ไทย) ๒๐/๑๘/๗๑.

๔.๒ หลักคิดเพื่อการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย

หลักคิดเพื่อการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย เป็นแนวทางปฏิบัติตนเพื่อให้เกิดความพร้อม โดยการพิจารณาตนเองเสมอ การมีความเพียรทางด้านร่างกาย จิตใจ การดำเนินชีวิตและการเตรียมใจเพื่อการเตรียมตัวก่อนตาย มีรายละเอียดดังนี้

๔.๒.๑ อยู่อย่างมีความเพียรทางด้านร่างกาย

ความเพียรทางด้านร่างกายนั้น คือการฝึกในตนเองให้อยู่ในกรอบแห่งศีล ศีลตามหลักพระพุทธศาสนาถือว่าเป็นหลักการสำคัญสำหรับการอยู่ร่วมกันในทางสังคมของมนุษย์ที่มีความมั่นคงและมีความสุข ศีลเป็นเบื้องต้นแห่งความดีงาม เป็นที่พึ่งเบื้องต้น เป็นมารดาแห่งกัลยาณธรรม และเป็นบ่อเกิดแห่งกุศลธรรมทั้งปวง คำว่า ศีลแปลว่า ปกติ สิ่งไรเป็นปกติ สิ่งนั้นย่อมไม่มีโทษ ศีลเป็นการจัดระเบียบทางด้านร่างกาย คือ

- ๑) เว้นจากการปลงชีวิต เว้นจากการฆ่าการประทุษร้ายกัน
- ๒) เว้นจากการลัก ขโมย โกง ละเมิดกรรมสิทธิ์ ทำลายทรัพย์สิน
- ๓) เว้นจากการประพฤติดูหมิ่นในกาม การล่วงละเมิดสิ่งที่ผู้อื่นรักใคร่ ห่วงแหน
- ๔) เว้นจากการพูดเท็จ โกหก หลอกลวง
- ๕) เว้นจากน้ำเมา คือ สุราเมรัย และสิ่งเสพติดให้โทษ อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท

หลักคิดเพื่อการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายด้วยการอยู่อย่างมีความเพียรทางด้านร่างกาย จึงเป็นการรักษาศีลให้บริบูรณ์ มีกายปราศจากโทษ ไม่ทำร้ายผู้อื่น ไม่ละเมิดสิทธิ์ผู้อื่น ไม่ผิดประเวณีกับผู้อื่น ไม่ทุจริตหลอกลวงผู้อื่น และไม่เสพสิ่งที่ให้โทษต่อร่างกาย หากมีกายปกติอยู่ในศีลแบบนี้ย่อมมีอานิสงส์ ดังนี้

- ๑) บุคคลผู้มีศีล ย่อมมีโรคภัยเป็นอันมาก
- ๒) กิตติศัพท์อันดีงามของบุคคลผู้มีศีล ย่อมขจรไป
- ๓) บุคคลผู้มีศีลจะเข้าไปยังบริษัทใดย่อมแก่กล้าไม่เก้อเขิน
- ๔) บุคคลผู้มีศีลย่อมไม่หลงลืมสติในเวลาตาย
- ๕) บุคคลผู้มีศีลหลังจากตายแล้วย่อมไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์^{๑๗}

นอกจากนี้ พระพุทธองค์ยังทรงแสดงอานิสงส์ไว้ในที่หลายแห่งว่า ผู้หวังความรักใคร่ ความสรรเสริญ จากบัณฑิตทั้งหลาย ควรทำศีลให้สมบูรณ์ ศีลเป็นที่พึ่งของผู้ประพฤติพหุมจรรยาในพระพุทธศาสนา บุคคลแม้จะดงามด้วยเครื่องประดับอันมีค่า ก็ยังไม่งามเท่าบุคคลผู้มีศีลประดับกายใจ ผู้มีศีลย่อมดีเตียนตนเองไม่ได้ ผู้รู้ทั้งหลายใคร่ครวญแล้วย่อมสรรเสริญ เมื่อพิจารณาถึงความประพฤติของตนย่อมเกิดความปิติยินดีปลื้มใจทุกเมื่อ ศีลจึงเป็นรากฐานแห่งคุณความดีทั้งหลายและกำจัดความชั่วทั้งปวง กล่าวโดยสรุป อานิสงส์ของการประพฤติศีล ๕ ประมวลได้ดังนี้

^{๑๗} ที.สี. (ไทย) ๑๐/๑๕๐/๙๔-๙๕.

- ๑) เป็นที่พอใจของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย
- ๒) เป็นผู้ไม่ทำชีวิตให้เดือดร้อนเสียหาย
- ๓) เป็นสมาชิกที่ดีในสังคมและเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ผู้อื่น
- ๔) เป็นสมาชิกที่มีคุณภาพของสังคม
- ๕) เป็นผู้มีความกล้ากล้าในสังคม
- ๖) เป็นที่เคารพ ยกย่องและนับถือของสังคม
- ๗) เป็นผู้นำที่ดีในสังคม
- ๘) เป็นผู้ไม่หลงลืมสติจนถึงวาระสุดท้าย (ไม่หลงเวลาตาย)
- ๙) เป็นต้นเหตุให้บรรลุคุณธรรมวิเศษ มีพระโสดาบัน เป็นต้น
- ๑๐) เป็นผู้ควรแก่การนับถือบูชา หลังจากสิ้นชีวิตไปแล้ว
- ๑๑) เป็นผู้นอนเป็นสุขไม่ฝันร้าย^{๑๘}

จากอานิสงส์ข้างต้นจะเห็นว่า การรักษาศีลเป็นการปฏิบัติข้อเสนอนำหรือหลักธรรมที่เป็นข้อกำหนดอย่างต่ำหรือหลักความประพฤติที่น้อยที่สุดในระดับศีล ดังนั้น การรักษาศีลจึงทำให้ผู้รักษาสมาชิกสามารถควบคุมพฤติกรรมที่แสดงออกทางกาย วาจาให้สะอาดสุจริตมีความเป็นระเบียบเรียบร้อยที่เป็นไปทั้งส่วนตน ส่วนสังคมโดยมีจุดหมายเพื่อให้ทุกคนที่อยู่ร่วมกัน ประกอบกิจต่างๆ ร่วมกันไม่เบียดเบียนทำร้ายกัน และเมื่อมีกายวาจาสุจริตสะอาดเรียบร้อยจะเป็นพื้นฐานในการพัฒนาจิตหรือเจริญสมาธิต่อไป จะเห็นว่าการดำเนินชีวิตสู่สุคติในระดับมนุษยโลกนั้นการปฏิบัติหรือการรักษาศีลเป็นสิ่งที่มนุษย์ควรปฏิบัติตามหลักของศีล เพราะศีลนั้นคือสิ่งที่ทำให้เกิดความเป็นปกติ ข้องตเว้นจากบาปทั้งหลายทั้งปวง สำรวม อุดม และอดกลั้นต่อความโลภ ความโกรธ และความหลง ไม่ล่วงละเมิดผู้อื่นด้วยกายและด้วยวาจาเพื่อให้เกิดความปกติและมีความเรียบร้อย สร้างความสงบสุขในสังคม ระวังความเดือดเนื้อร้อนใจทั้งตนเองและผู้อื่น

จากอานิสงส์ของการรักษาศีลหรือการจัดระเบียบทางกายนั้นจะเห็นว่า มีส่วนสัมพันธ์กับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายด้วยเช่นกัน เพราะการเป็นผู้มีกายปกติ จะทำให้เป็นผู้ที่ไม่หลงสติจนถึงวาระสุดท้ายหรือมีสติไม่หลงตายนั้นเอง หรือแม้หากตายไปแล้วย่อมได้ไปเกิดในสุคติสวรรค์ ดังนั้น การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายจึงมีหลักคิดที่การมีความเพียรทางด้านร่างกายคือศีลนั่นเอง

โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ได้กล่าวถึงการมีความเพียรทางด้านร่างกายไว้ในการปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐานที่เน้นเรื่องอาตปปี คือ ทำให้เป็นปัจจุบันธรรม ต้องปฏิบัติอย่างจริงจัง ด้วยความเพียรอันแรงกล้า เช่น เวลาเดินจงกรม การย่างเท้าขวา-เท้าซ้ายไป จิตกับเท้าต้องให้ไปพร้อมกัน ห้ามเอาจิตไปก่อนและคอยก้าว หรือเท้าก้าวไปก่อนแล้วค่อยเอาจิตตามไป ถ้าจิตไม่ได้ไปพร้อมกับเท้าจะเดิน ๑ ชั่วโมง ๒ ชั่วโมงก็ไม่มีประโยชน์ แต่ถ้าจิตกับเท้าไปพร้อมกันแล้วมีอินทรีย์แก่กล้าก็จะได้บรรลุธรรม ความเพียรทางด้านร่างกายจึงเป็นการจัดระเบียบร่างกาย หากความประพฤติทางกายมีความถูกต้องเหมาะสม มั่นคง แน่วแน่ ไม่หวั่นไหว หรือลังเล โน้มเอียงไป

^{๑๘} พ.พ. (ไทย) ๒๕/๑/๒.

ในทางอภุศล จะส่งผลให้จิตใจเกิดความนิ่ง สงบ ราบรื่นไปด้วย เมื่อความตายมาถึงย่อมไม่เกิดความทรมานทุกข์ ไม่มีความเศร้าหมองอันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงของสภาพร่างกาย

๔.๒.๒ อยู่อย่างมีความเพียรทางด้านจิตใจ

พระพุทธศาสนามองเห็นว่า มนุษย์และสัตว์ทั้งหลายเมื่อเกิดมาในโลกนี้แล้ว ล้วนต้องประสบกับความทุกข์ด้วยกันทั้งสิ้น ความทุกข์เป็นปัญหาที่ทำให้สัตว์และมนุษย์ทั้งหลายไม่ได้พบอิสรภาพ พระพุทธศาสนาจึงมีจุดหมายสูงสุดที่จะทำให้มนุษย์ได้ข้ามพ้นไปจากห้วงทุกข์ เพื่อพบอิสรภาพอย่างแท้จริง และการที่จะพ้นจากทุกข์ได้นั้นก็ด้วยการพัฒนาจิตนั่นเอง การพัฒนาจิตในพระพุทธศาสนาเรียกว่า ภาวนา บนพื้นฐานของการมีสติ แนวทางที่นำเสนอในงานวิจัยนี้คือการปฏิบัติธรรมตามหลักของวัดพระธาตุศรีจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่ เพื่อให้เกิดสติรู้ตัว คือ ความระลึกถึงอารมณ์ที่เป็นฝ่ายดี ยับยั้งมิให้จิตตกไปในทางชั่ว หรือความระลึกได้ที่รู้ทันอารมณ์อันเป็นฝ่ายดี ปฏิฐาน คือ ความตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ ดังนั้น สติปฏิฐาน ก็คือความตั้งมั่นในการระลึกถึงอารมณ์ที่เป็นฝ่ายดี มีความหมายโดยเฉพาะถึงอารมณ์อันเป็นที่ตั้งมั่นแห่งสติ ๔ ประการประกอบด้วย กาย เวทนา จิต ธรรม โดยมีวิธีการปฏิบัติตามหลักสติปฏิฐาน ๔ อย่าง คือ

๑) กายานุปัสสนาสติปฏิฐาน หมายถึง การใช้สติตั้งมั่นในการพิจารณา กาย มีสติกำหนดพิจารณา กาย ให้เห็นกายในกาย คือเห็นตามความเป็นจริงของกาย เช่น เป็นเพียงการประชุมกันของเหตุปัจจัยอันมีธาตุ ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ หรือการเกิดแต่เหตุที่เป็นของสกลปรกฏกุศลโสโครกประกอบ หรือเป็นปัจจัยกันขึ้นหรือการพิจารณาส่วนต่างๆ ของร่างกายเพื่อให้เกิดนิพพิทา อันล้วนเป็นไปการระงับหรือดับตัณหาแลอุปาทานโดยตรงทั้งสิ้น

๒) เวทนานุปัสสนาสติปฏิฐาน คือ การใช้สติตั้งมั่นในการพิจารณาเวทนา สติกำหนดพิจารณาเวทนาหรือการเสพรสอารมณ์ที่บังเกิดขึ้นเป็นธรรมดาจากการกระทบคือผัสสะ ให้เห็นเวทนาที่เกิดขึ้น แล้วพิจารณาให้เห็นตามความจริงของเวทนาว่า เวทนาเป็นสักแต่ว่าเป็นการรับรู้ การเสพรสอารมณ์ที่มากระทบสัมผัส (ผัสสะ) ทั้งในทางใจและกายคือในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์ เป็นขบวนการธรรมชาติหรือสภาวะธรรมแท้อันยิ่งใหญ่ที่มีในมนุษย์ทุกผู้นาม เป็นทุกข์โดยธรรมชาติ เป็นเพียงกระบวนการรับรู้ในขั้นแรกๆ ที่เอาข้อมูลมาจากสัญญา อดีตหรืออัสสะกิเลส ยังไม่ใช่ความทุกข์จริงๆ พิจารณาให้เห็นว่าเมื่อมีการผัสสะย่อมเกิดเวทนาอันมี สุขเวทนา ทุกขเวทนา และอทุกขมสุข คือ ความไม่สุขไม่ทุกข์ อย่างใดอย่างหนึ่งขึ้นเป็นธรรมดา ซึ่งเป็นเวทนาปกติหรือเป็นไปโดยธรรมหรือธรรมชาติ หลีกเลียงหลบหนีไม่ให้เกิดไม่ให้เป็นไม่ได้ เป็นหลักธรรมชาติธรรมดาๆ แต่สูงสุด จิตจะได้คลายความยึดมั่นถือมั่นในเวทนาหรือการเสพรสอารมณ์ ที่บังเกิดนั้นๆ จึงไม่เกิดตัณหาขึ้น จึงเป็นเพียงสุขเวทนาหรือทุกขเวทนาตามธรรมหรือธรรมชาติ แต่ย่อมไม่เร้าร้อนเฝ้าลนดังเวทนาที่ประกอบด้วยอุปาทาน

๓) จิตตานุปัสสนาสติปฏิฐาน คือ การใช้สติตั้งมั่นในการพิจารณาจิต การเห็นจิตในจิต หรือสติระลึกถึงเท่าทันหรือพิจารณาจิต เช่น ความคิด ,ความนึก คือธรรมารมณ์ต่างๆ และโดยเฉพาะอาการของจิตหรือภเวณีของจิต เช่น ราคะ โทสะโมหะ ฟุ้งซ่าน หดหู่ เป็นสมาธิที่ย่อมยังให้เกิดเศร้าหมองหรือแผ่วแผ่วเป็นอารมณ์ คือ มีสติระลึกถึงเท่าทันในจิตตสังขาร ตามสภาพเป็นจริงที่เป็นอยู่ใน

ขณะนั้นๆ เช่น จิตมีราคะ โทสะ โมหะ ก็รู้ว่าจิตมี, จิตปราศจากราคะ โทสะ โมหะก็รู้ว่าปราศจากราคะ โทสะ โมหะ, จิตหดหู่ ก็รู้ชัดว่าจิตหดหู่ หรือจิตฟุ้งซ่าน ก็รู้ชัดว่าจิตฟุ้งซ่าน ทั้งในของตนเองและของบุคคลอื่น อันเพื่อเป็นเครื่องรู้ เครื่องระลึก เครื่องเตือนสติ และพิจารณาการเกิดๆ ดับๆ ว่าเป็นไปตามธรรมคือสภาวะธรรมหรือธรรมชาติ ส่วนไม่เที่ยงของจิต

๔) ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือการใช้สติตั้งมั่นในการพิจารณาธรรม สติกำหนดพิจารณาธรรม (สิ่งต่างๆ) ที่บังเกิดแก่ใจเป็นอารมณ์ทั้งที่เป็นกุศลหรืออกุศล ก็เพื่อเป็นเครื่องเตือนสติ และเครื่องระลึกรู้เพื่อให้เกิดปัญญาเป็นสำคัญหรือเป็นวัตถุประสงค์ ด้วยการกำหนดรู้ว่า นิรวณ คือรู้ชัดในขณะนั้นๆว่า นิรวณ ๕ แต่ละอย่างมีอยู่ในใจตนหรือไม่ ยังไม่เกิด เกิดขึ้นได้อย่างไร ที่เกิดขึ้นแล้ว ละเสียได้อย่างไร ที่ละได้แล้ว ไม่เกิดขึ้นอีกต่อไปอย่างไรรู้ชัดตามที่เป็นไปอยู่ในขณะนั้นๆ อย่างตามความเป็นจริง

การอยู่อย่างมีความเพียรทางด้านจิตใจด้วยอารมณ์แห่งวิปัสสนากรรมฐานเช่นนี้ จะทำให้จิตมีศักยภาพและคุณภาพ กล่าวคือ

๑) จิตมีศักยภาพ คือ มีความเข้าใจในชีวิตที่ต้องตกอยู่ในกฎแห่งไตรลักษณ์ มีความเกิดขึ้น ตั้งอยู่และดับไป ทำให้เข้าใจชีวิตอย่างอริยะ เมื่อจิตประกอบด้วยสัมมาทิฐิเช่นนี้ จะทำให้คลายความวิตก หมดกังวลด้วยความตาย ไม่หลงตายและจะรับมือกับความตายได้อย่างมั่นใจ ด้วยพลังอำนาจของจิตที่เข้มแข็ง

๒) จิตมีคุณภาพ คือ จิตมีความบริสุทธิ์ สะอาด ผ่องแผ้ว จิตเช่นนี้เป็นคุณสมบัติที่พร้อมสำหรับสัจดีเบื้องหน้า ชีวิตหลังความตายจึงเป็นเรื่องที่ไม่น่ากลัว ไม่น่ากังวล สติปัฏฐานจะช่วยให้จิตมีคุณภาพ จิตที่มีคุณภาพจะเป็นจิตที่มีความพร้อมต่อความตายโดยไม่หวาดกลัว คุณภาพของจิตนี้สามารถฝึกฝนอบรมได้ด้วยการปฏิบัติธรรมกรรมฐานอย่างต่อเนื่อง

๔.๒.๓ อยู่อย่างมีความเพียรในการดำเนินชีวิต

การอยู่อย่างมีความเพียรในการดำเนินชีวิต คือ การมีชีวิตโดยการตั้งตนไว้ชอบ หมายถึงการดำรงตนให้อยู่ในคุณธรรม จริยธรรม ศีลธรรมและดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง ตั้งเป้าหมายชีวิตและการทำงานให้มั่นคง ดังาม ก้าวหน้า ดำเนินชีวิตด้วยความระมัดระวังไม่ประมาท สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส ได้ทรงอธิบายแนวทางการตั้งตนไว้ในชอบตามสมควรแก่ฐานะไว้ในสารานุกรมพระพุทธศาสนาว่า วางตนให้เหมาะสมกับฐานะหน้าที่ของตน เป็นผู้ใหญ่ก็ประพฤติตนเป็นตัวอย่าง มีเมตตาอารีในผู้น้อย เป็นคนเสมอกันก็ให้ความเป็นมิตร ซื่อตรงและเผื่อแผ่เขา เป็นผู้น้อยก็ประพฤติอ่อนน้อมให้ความเอื้อเฟื้อแก่ผู้ใหญ่ เช่นนี้ก็ชื่อว่าตั้งตนไว้ชอบ^{๑๙}

หลักปฏิบัติที่สำคัญของพระพุทธศาสนา คือ การพัฒนาตน การพัฒนางานคือการพัฒนาชีวิตและการพัฒนาที่ดีจะต้องปฏิบัติตามหลักอัตตสัมมาปณิธิ ซึ่งถือว่าเป็นมงคล คือเป็นความดี ความงามซึ่งเมื่อได้ปฏิบัติแล้วย่อมมีแต่ความเจริญก้าวหน้าไม่มีความเสื่อมในชีวิต ส่วนการตั้งตนไว้ในที่ผิด

^{๑๙} สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, สารานุกรมพระพุทธศาสนา, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๒๙), หน้า ๕๑.

นั้นย่อมมีแต่ความเสื่อมเสียและสิ่งที่สำคัญที่สุดของมนุษย์ก็คือจิตหรือใจ เพราะถ้าจิตใจดีคือมีความคิดดีก็จะเป็นเหตุให้บุคคลพูดดีและกระทำดีไปด้วย ดังที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า โจรเห็นโจร หรือคนมีเวรเห็นคนมีเวร เขาจะทำความเสียหายย่อยยับพอนาศ ให้แก่กันสักเพียงใด ก็ไม่ร้ายเท่ากับจิตของเราที่ตั้งไว้ผิดย่อมจะทำความเสียหายเดือดร้อนให้แก่ตัวเรายิ่งกว่านั้น จิตของเรานี้ ถ้าตั้งไว้ถูกต้องแล้ว ย่อมจำทำความเจริญก้าวหน้าให้แก่ตัวเองอย่างมากมายยิ่งกว่าความเจริญที่บิดามารดาพี่น้องจะพึงทำให้แก่เราเป็นไหนๆ^{๒๐}

การตั้งตนไว้ชอบหรืออยู่ในภาวะปกติของสุภาพชนนั้น ได้มีท่านผู้รู้ทั้งหลายกล่าวนิยามไว้ดังนี้สมเด็จพระสังฆราช (จวน อุฏฐายี) กล่าวว่า การตั้งตนไว้ชอบหมายถึงการตั้งตนไว้ในทางเจริญ รมัตถะวังตนให้เป็นไปในทางที่ชอบ ให้บรรลุผลสำเร็จตามที่ตนมุ่งหมายทั้งในปัจจุบันและอนาคต รู้สึกละอายใจที่การศึกษาเล่าเรียนไม่ทันเพื่อนยังไม่ฉลาดก็พยายามฝึกฝนตนเองหมั่นพึ่งท่านผู้รู้ หมั่นหาความรู้เพิ่มเติมด้วยการอ่าน เป็นต้น^{๒๑}

การตั้งตนไว้ชอบ คือ การตั้งเป้าหมายชีวิตทั้งทางโลกและทางธรรมไว้ถูกต้องแล้วประดับประดาตนให้ดำเนินชีวิตไปตามเป้าหมายนั้นด้วยความระมัดระวังเป็นการตั้งตนไว้ในศีลธรรม คุณธรรมหรือตั้งตนไว้ชอบตามทำนองธรรม การตั้งตนไว้ชอบก็เพื่อบรรลุตามเป้าหมายของการพัฒนาชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนามีเป้าหมายของชีวิตที่เหมาะสมแก่สภาพของแต่ละบุคคลอยู่ ๓ ระดับ คือ

ระดับต้น ได้แก่ การตั้งเป้าหมายชีวิตไว้เพื่อประโยชน์ในชาตินี้เป็นการวางแผนชีวิต โดยตั้งเป้าหมายเอาไว้ว่า จะดำเนินชีวิตไม่ผิดศีลธรรมและกฎหมายของบ้านเมือง ประกอบอาชีพการงานที่สุจริต จะเป็นอาชีพอะไรก็ได้แล้วแต่ความรู้ความสามารถ หรือความถนัดของแต่ละบุคคล

ระดับกลาง ได้แก่ การตั้งเป้าหมายชีวิตไว้เพื่อประโยชน์ในชาติหน้าด้วยการสร้างบุญสร้างกุศล คุณงามความดี มีศีลธรรมประจำใจ

ระดับสูงสุด ได้แก่ การตั้งเป้าหมายชีวิตไว้เพื่อประโยชน์อย่างยิ่ง คือ พระนิพพาน ด้วยการตั้งใจปฏิบัติธรรมอย่างเคร่งครัด เพื่อชำระกิเลส ความโลภ ความโกรธ ความหลงให้หมดสิ้นไปจากจิตใจของตัวเอง^{๒๒}

การตั้งไว้ชอบเป็นสิ่งสำคัญ เป็นขั้นตอนแรกในการสร้างความเจริญก้าวหน้าแก่ชีวิต เพราะการดำเนินชีวิตของมนุษย์มี ๒ ทางด้วยกัน คือ ทางที่ถูกและทางที่ผิด ผู้ที่ดำเนินชีวิตในทางที่ถูกย่อมประสบแต่ความสุขความเจริญก้าวหน้า รุ่งเรือง มีหลักฐานมั่นคง มีเกียรติ มีศักดิ์ศรี มีคนเคารพนับถือ ยกย่องสรรเสริญ ไม่ประสบความเดือดร้อนและปัญหาใดๆ ในชีวิต ส่วนผู้ที่ดำเนินชีวิตในทางที่ผิด ย่อมพบแต่ความผิดหวังเดือดร้อน ไม่พบความสุขความเจริญในชีวิต เป็นมูลเหตุแห่งความล้มเหลวตลอดทั้งชีวิต

^{๒๐} พ.ร. (ไทย) ๒๕/๑๓/๑๕.

^{๒๑} สมเด็จพระสังฆราช (จวน อุฏฐายี), มงคลในพระพุทธศาสนา, หน้า ๓๐-๓๕.

^{๒๒} พ.ร. (ไทย) ๓๐/๖๗๓/๓๓๓.

นอกจากนี้คือการมีความเพียร คือ ตบะเผาผลาญบาป ตบะ หมายถึง มีความเพียรเผากิเลส รู้จักบังคับควบคุมตน ไม่ปรนเปรอตามใจอยาก การบำเพ็ญตบะ คือ ทำให้ร้อน ไม่ว่าด้วยวิธีใด หมายความว่าทำให้กิเลส ความรู้ร้อนต่างๆ หดไป หรือเบาบางลง การบำเพ็ญตบะ หมายถึง การทำความเพียรเผาผลาญความชั่ว คือ กิเลสทุกชนิดให้ร้อนตัวทนอยู่ไม่ได้ เกาะใจเราไม่ติด ต้องแผ่นหนีไป แล้วใจของเราก็จะผ่องใส หหมดทุกข์

วิธีบำเพ็ญตบะ เพื่อกันไม่ให้กิเลสฟุ้งขึ้นและเพื่อกำจัดเผากิเลสออกจากตัวทำได้โดยปฏิบัติในหลักธรรม ดังนี้ คือ

๑) อินทริยสังวร การสำรวมอินทริย์ คือการสำรวมระวังตนโดยอาศัยสติ เป็นตัวกำกับสติ หมายถึง ความระลึกได้ นึกได้ สำนึกอยู่ไม่เผลอ คนมีช่องทางสำหรับติดต่อกับภายนอกเรียกว่าอายตนะภายใน ๖ ทาง จะคู่กันกับอายตนะภายนอก ๖ ทาง คือ ๑. จักขุ คือ ตา คู่กับ รูป ๒. โสตะ คือ หู คู่กับ เสียง ๓. ชานะ คือ จมูก คู่กับ กลิ่น ๔. ชิวาภา คือ ลิ้น คู่กับ รส ๕. กายะ คือ กาย คู่กับ สัมผัส และ ๖. มโน คือ ใจ คู่กับ อารมณ์

๒) ความเพียรในการปฏิบัติธรรม คนส่วนใหญ่พอจะทราบอยู่ว่า อะไรดี อะไรไม่ดี อยากจะให้สิ่งที่เห็นว่าดีนั้นเกิดขึ้นกับตัวเองเสมอ แต่ก็มักทำความดีนั้นไปไม่ได้ไม่ตลอดรอดฝั่ง ทั้งนี้เพราะขาดความเพียร ความมุมานะพยายาม คนเราถ้าขาดความเพียรเสียแล้ว คุณธรรมทั้งหลายก็ไม่สามารถงอกเงยขึ้นมาได้เลย

สำหรับหลักการปฏิบัติเพื่อเผาผลาญขันธ์ ๕ กิเลสให้หลุดพ้นออกไปจากใจนั้นมี ๒ ประการ คือ

๑) แบบค่อยเป็นค่อยไป (สัลเลสะ) เป็นการฝึกกิเลส โดยการปฏิบัติแบบค่อยเป็นค่อยไป ค่อยๆ ขัดเกลากันไป ไม่หักโหมหรือหักดิบต่อการดำเนินชีวิต เป็นการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงที่มีความระมัดระวังและมุ่งผลอย่างมั่นคง การปฏิบัติเช่นนี้จะเหมาะสมสำหรับการปฏิบัติในระยะเริ่มต้นหรือผู้ที่ฝึกฝนใหม่

๒) แบบหักโหมรุนแรง (อุตังคะ) เป็นการเผาผลาญกิเลสที่หักโหมรุนแรงเด็ดขาดเป็นการปฏิบัติอุปนิสัยได้รวดเร็วฉับพลัน ผู้ปฏิบัติต้องมีความอดทน ความพากเพียร มีกำลังใจ มีความกล้าหาญสูงมาก ส่วนใหญ่เป็นแนวปฏิบัติสำหรับภิกษุ

โดยสรุปแล้วการอยู่อย่างมีความเพียรในการดำเนินชีวิตจะเป็นหลักการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายได้เป็นอย่างดี เพราะเมื่อมีความเพียรในการดำเนินชีวิต ชีวิตก็จะดำเนินไปอย่างถูกต้องดีงาม ชีวิตก็ขึ้นชื่อว่าไม่ประมาท และความไม่ประมาทนี้เป็นทางแห่งความไม่ตาย แม้ร่างกายจะตายไปตามกฎธรรมชาติ แต่จิตที่อบรมมาดีแล้วจะไม่ตายไปด้วย และไม่กลัวต่อความตายที่จะมาถึง เนื่องจากมีความพร้อมต่อความตายอย่างเข้าใจและถูกต้อง

๔.๒.๔ อยู่เพื่อเตรียมตัวตายอยู่เสมอ

พระไพศาล วิสาโล ได้แสดงทัศนะการอยู่เพื่อเตรียมตัวตายอยู่เสมอว่า เราต้องพิจารณา มรณสติเป็นประจำ คือพิจารณาว่าเราจะต้องตายไม่วันใดก็วันหนึ่ง ความตายเป็นของเที่ยง ชีวิตเป็นของไม่เที่ยง ขณะเดียวกันก็ต้องพิจารณาต่อไปด้วยว่า ความตายจะมาเมื่อไหร่ก็ได้ จะมาอย่างไรก็ไม่มีใครรู้ การพิจารณามรณสติอย่างนี้ช่วยให้เราไม่ประมาท^{๒๓} พุทธทาสภิกขุ ได้แนะนำให้ดำเนินชีวิตคติที่ว่า “ตายก่อนตาย” ดังปรากฏในคำกลอนของท่าน ดังนี้

ตายก่อนตาย

ตายเมื่อตาย ย่อมกลายเป็นผี
 ตายไม่ผี ได้เป็นผี ผีตายในใจ
 ตายที่ไหน เพียงไหน เพราใจใจ
 ตายไร ไรบ นันตี่ตาย เสียก่อนตาย

ตายก่อนตาย ผู้ใจกลายเป็นผี
 แต่กลายเป็น สัตว์ที่ไม่สูญหาย
 ก็แต่สัตว์ . ความตาย ที่ไม่ตาย
 มีความหมาย ไม่มีใคร ได้เกิด แล

สิ่งสุดท้าย ยืนยง ย่อมมี
 เมื่อคนละเส้น ทางคน คนตอแหล
 แต่เป็นความ ลือลือ ไม่ผันแปร
 ใจคนใจเก่า ตระตี่ได้ ไม่ตายเลย ฯ

การเตรียมตัวตายอยู่เสมอไม่ใช่เรื่องอัปมงคล นิวกลม ได้พยายามสื่อออกมาโดยการจัดงานทดลองตาย เขาได้กล่าวไว้ตอนหนึ่งว่า ความตายมันเป็นปริศนามาก ยิ่งกว่าน้ำแข็งที่ขั้วโลกเหนืออีก แต่ว่าการที่มันถูกตอกย้ำซ้ำแล้วซ้ำเล่า สารพัดรอบ สามวันติดกัน เราเห็นผู้คน เห็นคำพูดเพื่อน มันทำให้เราตระหนักทันทีเลยว่าเราต้องใช้ชีวิตอีกแบบ คือเรามีโอกาสตายตลอดเวลา ถ้าไม่ใช่เราก็เป็นคนอื่น เป็นใครก็ได้ มันทำให้เราตื่นขึ้นมาแล้วก็มองวันนี้เปลี่ยนไป วันนี้คือโอกาสที่เราจะได้คืนดี โอกาสที่เราจะได้ขอบคุณ บอกรัก ขอโทษ หรือแม้กระทั่งโอกาสที่เราจะได้เป็นความทรงจำที่ดีของคนอื่น และยังกล่าวไว้อีกว่า ความตายนี้แหละทำให้ชีวิตมีความหมายและมีคุณค่า^{๒๔}

^{๒๓}

พระไพศาล วิสาโล, “เตรียมตัวตายอย่างมีสติ”, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <https://www.sarakadee.com/2004/05/15/prapisarn/> [๑๕ มกราคม ๒๕๖๒].

^{๒๔}

น้าพาย ไชยฤทธิ์, “ตายก่อนตาย: วิธีคิดงานศพที่ให้นิวกลมซ้อมตายเป็นเวลา ๓ วัน”, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <https://adaymagazine.com/die-before-die/> [๒๑ มกราคม ๒๕๖๒].

๔.๓ การประยุกต์ใช้การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายในชีวิตประจำวัน

ชีวิตมีองค์ประกอบอยู่ ๒ ประการ คือ กายกับใจ ดังนั้น การประยุกต์ใช้การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายในชีวิตประจำวันสามารถกระทำได้โดยการปรับปรุงพฤติกรรม (กาย) และการพัฒนาจิตใจ ดังนี้

๔.๓.๑ ด้านการปรับปรุงพฤติกรรม

การเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายนั้นเบื้องต้นต้องมีการปรับปรุงพฤติกรรมของตนเองให้เรียบร้อย ไม่ประมาทในชีวิต พระพุทธเจ้าตรัสไว้ในอัปมาทวรรค สังยุตตนิกาย ว่า ภิกษุทั้งหลาย กุศลธรรมเหล่าใดเหล่าหนึ่งนั้นทั้งหมดมีความไม่ประมาทเป็นมูล ประชุมลงในความไม่ประมาท ความไม่ประมาทบัณฑิตกล่าวว่า เป็นยอดแห่งกุศลทั้งหลาย^{๒๕}

ความไม่ประมาทเป็นเหตุให้บรรลุคุณธรรมขั้นสูงสุด ท่านอุปมาไว้ว่า รอยเท้าของสัตว์ทั้งหลาย ผู้เที่ยวไปบนพื้นปฐวีทุกจำพวกย่อมถึงความรวมลงในรอยเท้าช้าง ชาวโลกย่อมกล่าวว่า รอยเท้าช้างเป็นยอดแห่งรอยเท้าของสรรพสัตว์เหล่านั้น เพราะเป็นรอยเท้าใหญ่โตฉ้นใด กุศลธรรมทั้งหลายทุกประเภทมีความไม่ประมาทเป็นมูล รวมลงในความไม่ประมาท ความไม่ประมาท บัณฑิตย่อมกล่าวว่า เป็นยอดแห่งกุศลธรรมทั้งหลาย ฉะนั้น เพราะฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงตรัสปัจฉิมโอวาทเตือนภิกษุทั้งหลายไม่ให้ประมาทว่า “ภิกษุทั้งหลาย บัดนี้เราขอเตือนเธอทั้งหลาย สังขารทั้งหลายเป็นของไม่เที่ยง มีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา เธอทั้งหลายจงบำเพ็ญประโยชน์ตนและประโยชน์ท่านให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาทเถิด”^{๒๖}

ความไม่ประมาทในธรรมคือการมีสติกำกับตัวอยู่เสมอ จะคิด จะทำ จะพูดสิ่งใด ไม่ยอมถลำลงไปในความเสื่อมเสีย และไม่ยอมพลาดในโอกาสในการทำความดี ตระหนักดีถึงสิ่งที่ต้องทำ ถึงกิจกรรมที่ต้องเว้น ใส่ใจสำนึกอยู่เสมอในหน้าที่ ไม่ปล่อยปละละเลย กระทำด้วยความจริงใจและดำเนินรุดหน้าตลอดเวลา จิตมีสติกำกับอยู่ตลอดเวลา ทำให้คนไม่ลืมหืมตา ไม่เผลอตวน ไม่เลินเล่อ และไม่มัวเมา กล่าวสั้นๆ ความไม่ประมาทก็คือจิตมีสติ จิตคือธรรมชาติที่นึกคิดไปตามอารมณ์ที่ได้เห็น ได้ยิน ได้สัมผัส ได้รู้ ส่วนสติคือความระลึกได้ เป็นคุณธรรมที่ช่วยเตือนจิต ควบคุมจิตไม่ให้เผลอตวน ไม่ให้ประมาทในการกระทำ การพูดและการคิด ความไม่ประมาทนับเป็นคุณธรรมสำคัญที่สนับสนุนความดีให้งอกงามและทำลายความชั่วร้ายให้หมดไป ตรงกันข้ามกับความประมาทซึ่งเป็นมูลเหตุสำคัญที่จะส่งเสริมความชั่วให้เพิ่มพูนและทำลายความดีให้สูญสิ้นไป

พระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ได้กล่าวโดยสรุปว่า บุคคลที่ประมาทไม่ยอมปรับปรุงพัฒนาตนเอง เป็นบุคคลที่น่าเห็นใจเป็นอย่างยิ่ง เพราะเขายังหลงคิดว่าชีวิตยาวนาน ความตายยังอยู่อีกไกล ด้วยเหตุนี้เขาจึงเข้าหาธรรมได้ยาก หาเวลาปฏิบัติธรรมแทบจะไม่ได้ การพัฒนาทางด้านร่างกายเป็นเพียงจุดเริ่มต้นเล็กๆ แต่ยิ่งใหญ่ เพราะหากร่างกายยังไม่มีปรับปรุงเปลี่ยนแปลง จิตใจก็จะคล้อยตามร่างกายนั้น มีความหมกหมม อับเฉา ไม่กระฉับกระเฉง ไม่กระปรี้กระเปร่า

^{๒๕} อก.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๔๗/๑๖๕.

^{๒๖} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๒๑๒/๑๕๘.

ไม่เหมาะสมแก่การงาน เป็นโทษและเป็นปฏิกิริยาต่อการปฏิบัติธรรม ลักษณะร่างกายแบบนี้เป็นโทษ จึงควรเร่งปรับปรุงตนเองให้มีความพร้อมทางด้านร่างกายก่อน แล้วจึงขยายผลต่อเนื่องไปทางด้านจิตใจเป็นลำดับที่สูงขึ้นต่อไป

๔.๓.๒ ด้านการพัฒนาจิตใจ

ด้านการพัฒนาจิตใจนั้นเป็นการปฏิบัติด้านการฝึกจิต คือ ฝึกให้จิตตายจากความยึดมั่นถือมั่น เพื่อทำลายตัวกู-ของกู โดยละเลิกความโลภ ความ โกรธ และความหลง ด้วยการฝึกจิตใจให้เข้มแข็ง มีสมาธิและเกิดปัญญาเข้าถึงความจริงของชีวิต และธรรมชาติ แล้วฝึกให้คิดว่า ไม่มีตัวกู-ของกู อยู่เรื่อยๆ ให้ลองคิดว่า เมื่อได้ยินคำตำหนิติเตียนแล้วรู้สึกโกรธ นั้นแสดงว่า ยังมีอึดตา เมื่อได้ยินคำสรรเสริญแล้วรู้สึกดีใจ ชอบใจ นั้นแสดงว่ายังมีอึดตาตัวตนอยู่ จึงควรฝึกให้เหลือแต่กุศลธรรมในใจ มีแต่สติสัมปชัญญะและเบญจขันธ์ที่ชำระให้บริสุทธิ์แล้ว

ฝึกใจให้ระลึกรู้ถึงความเป็นอนิจจัง เมื่อเกิดเหตุการณ์ที่ทำให้ถึงความวิบัติ พลัดพรากจากสิ่งที่รักที่พอใจ ก็ให้พยายามระงับจิตใจ ให้ระลึกว่า ทุกสิ่งล้วนเป็นอนิจจัง ไม่มีอะไรคงอยู่ที่ยั่งยืนถาวร ไม่ว่าจะเป็นสิ่งของหรือบุคคล

ฝึกระลึกว่า ความตายเป็นธรรมชาติ ความเกิดขึ้นและดับไปของสรรพสิ่งเป็นธรรมชาติ แม้ความตายของบุคคลก็เป็นธรรมชาติ บุคคลจะหลีกเลี่ยงหนีหรือหลบหนีไม่ได้ เมื่อตระหนักรู้ว่าความตาย เป็นของธรรมชาติ ความทุกข์ก็จะบรรเทาลงจนไม่เหลือทุกข์เลย ความเจ็บป่วยก็เป็นธรรมชาติ เมื่อป่วยมากจนเข้าใกล้ภาวะวิกฤติให้ดำรงสติอย่างมั่นคงและใช้โอกาสนั้นดูความเจ็บ ความทุกข์และอาการที่กำลังจะตาย

ฝึกเจริญมรณสัจจ ระลึกรู้ว่าความตายต้องมาถึงเราแน่นอน แต่จะมาถึงเมื่อไรไม่อาจรู้ชัดได้ และจะมาคุกคามเราอย่างไร ที่ไหนก็ไม่อาจทราบได้ นอกจากนี้ยังฝึกดูความตายในลักษณะที่น่ายกย่อง น่าสยดสยอง เพื่อความไม่ประมาท แล้วทำหน้าที่ที่ต้องทำอย่างถูกต้องโดยเร็ว เพิ่มพูน ศีลธรรมอันดี ยิ่งๆ ขึ้นไป การฝึกเจริญมรณสัจจนผู้เจริญต้องพิจารณาศพที่อยู่เฉพาะหน้า หรือระลึกถึงคนที่ตายไปแล้ว ที่มียศ มีอำนาจ มีทรัพย์สมบัติแล้วก็นึกบริกรรมอยู่ในใจว่า “มรณ เม ภวิสสตี ชีวิตินทริย อุปัจฉิขิสสตี” ความตายจักมีแก่เรา อยู่อย่างนี้เรื่อยๆ ไป หรือจะบริกรรมว่า “มรณ เม ธฺว ชีวิติ เม อธฺว” ความตายของเราเป็นของแน่ ชีวิตของเราเป็นของไม่แน่งนี้ก็ได้

โดยสรุปแล้ว ในทางพระพุทธศาสนากล่าวถึงความตายว่า ความตายเป็นการจุติ ความเคลื่อนไปจากหมู่สัตว์นั้นๆ ความทำลายไป ความหายไป มฤตยู ความทำกาละ ความทำลายแห่งขันธ์ ความทอดทิ้งร่างกายและความขาดแห่งชีวิตินทริย กล่าวคือเป็นการจบสิ้นของชีวิตหนึ่งนั่นเอง หลักเกณฑ์สำคัญที่จะระบุได้ว่าสิ่งมีชีวิตนั้นถึงแก่ความตายต้องมีเกณฑ์ ๓ ประการ คือ ๑ อายุหรือรูปชีวิตินทริย ๒ ไออุ่นหรือเตโชธาตุ ๓ วิญญาณหรือจิต แตกสลายหรือดับลงกลายเป็นความตายหรือกล่าวได้ว่า ธาตุ ๔ ขันธ์ ๕ แตกสลายคืนสู่ธรรมชาตินั้นแสดงถึง ความตายมันไม่มีความเป็นอยู่ ไม่มีการต่อสู้ ไม่มีการดิ้นรน ไม่มีการเคลื่อนไหว มันจะหยุดนิ่ง เช่น ก้อนอิฐ ก้อนหิน ดิน ท่อนไม้ เป็นต้น มันจะไม่ดิ้นรนต่อสู้เพื่อแย่งชิงสิ่งใดๆ เพื่อตัวมันเอง ที่มันเป็นเช่นนี้เพราะมันไม่มีชีวิต มันไม่มี

ความรู้สึก มันไม่มีความต้องการใดๆ มันจึงมีอาการเป็นอยู่ตรงข้ามกับสิ่งมีชีวิตทุกอย่าง เมื่อสิ่งมีชีวิตเผชิญกับความตาย ย่อมสิ้นสุดและพบจุดจบของชีวิตในที่สุด

การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายในพระพุทธศาสนา เป็นการเตรียมความพร้อมของชีวิต ปฏิบัติตนตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่พระพุทธองค์ทรงสอนเพื่อจะใช้เป็นเกราะป้องกันตนเอง ไม่ให้นำพาชีวิตของตนไปสู่ความเสื่อมตกอบายภูมิ ทุกคติ วินิบาต เมื่อความตายมาเยือน จะทำอย่างไรให้ชีวิตเบื่องหลังความตายไม่เดือดร้อน สงบร่มเย็น อยู่ในดินแดนที่เรียกว่า สุคติภูมิ

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ (Quality Research) โดยจะศึกษาวิจัยด้านเอกสาร (Documentary Research) และการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ประกอบกัน มีวัตถุประสงค์การทำวิจัยคือ ๑) เพื่อศึกษาแนวคิดเรื่องการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพุทธบริษัทในสมัยพุทธกาล ๒) เพื่อศึกษาโอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ที่เกี่ยวข้องกับ การเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย และ ๓) เพื่อวิเคราะห์แนวทางการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายกับการดำเนินชีวิตประจำวัน ผลการวิจัยมีดังต่อไปนี้

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

เราทุกคนเกิดมาต้องตายอันเป็นกฎแห่งธรรมชาติที่ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ ดังที่พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสไว้ว่า เรามีความแก่เป็นธรรมดา จะล่วงพ้นความแก่ไปไม่ได้ เรามีความเจ็บไข้เป็นธรรมดา จะล่วงพ้นความเจ็บไข้ไปไม่ได้ เรามีความตายเป็นธรรมดา จะล่วงพ้นความตายไปไม่ได้ ความตายจึงเป็นเรื่องธรรมดาแต่ก็เป็นเรื่องที่คนทั่วไปทำใจได้ยาก เพราะต้องทุกข์ทรมานจากความแก่ ความเจ็บ และความหวาดกลัวจากการตาย

ความตายนั้นหลายศาสนามีความเชื่อว่า ความตายไม่ใช่จุดสิ้นสุด แต่เป็นจุดเริ่มของการสู่ภพใหม่ ต้องจากจากคนรัก ครอบครัว เพื่อนฝูง สมบัติ อำนาจ เป็นต้น จึงทำให้มนุษย์หวาดกลัวไม่กล้าเผชิญกับความตาย จึงพยายามเสาะหาวิธีที่จะให้ตนเองนั้นมีอายุยืนนาน เช่น ยาอายุวัฒนะ เทคโนโลยี โยคะ เป็นต้น

ผู้ที่สามารถหาวิธีเอาชนะความตายคือพระพุทธเจ้า พระองค์ทรงค้นพบแนวทางปฏิบัติที่ไม่ต้องทำให้เกิดใหม่อีกครั้ง นั่นคือหลักปฏิบัติตามสายกลาง คือ อริยมรรคมีองค์ ๘ ได้แก่ ๑) สัมมาทิฐิ ๒) สัมมาสังกัปปะ ๓) สัมมาวาจา ๔) สัมมากัมมันตะ ๕) สัมมาอาชีวะ ๖) สัมมาวายามะ ๗) สัมมาสติ และ ๘) สัมมาสมาธิ โดยแนวทางนี้จะนำไปสู่การหลุดพ้นจากสังสารวัฏ คือหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด นั่นคือ นิพพาน หลังจากที่พระพุทธองค์ทรงได้สอนแนวทางที่พระองค์ได้ทรงตรัสรู้ ทำให้พระภิกษุและพุทธศาสนิกชนที่เดินตามแนวทางนี้ สามารถหลุดพ้นจากความตายในที่สุด ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่าหลักธรรมที่พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงเทศนาให้ คือ แนวทางเพื่อเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย

นอกจากนี้แล้ว พระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) เจ้าอาวาสวัดพระธาตุศรีจอมทอง อำเภोजอมทอง จังหวัดเชียงใหม่ ท่านได้เปิดสอนการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานแก่ชาวพุทธทั้งบรรพชิตและคฤหัสถ์ นอกจากนี้แล้วยังได้เผยแพร่การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานไปยังประเทศต่างๆ เช่น เยอรมัน อิตาลี สเปน สวิสเซอร์แลนด์ เป็นต้น

จากประสบการณ์ระยะเวลาที่ท่านได้สอนก็มีพื้นฐานให้แก่บรรพชิตและคฤหัสถ์ สามารถกล่าวได้ว่าศิษยานุศิษย์ของท่านมีทั่วโลก เป็นที่รู้จักเคารพนับถือแก่บรรดาพุทธศาสนิกชาวไทยและต่างประเทศ คำสอนของท่านได้ถูกพิมพ์ให้เป็นตำราคำสอนเผยแพร่ไปทั่วและยังสอดแทรกเนื้อหาสาระเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายไว้อย่างน่าสนใจ

๕.๑.๑ แนวคิดเรื่องการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของพุทธบริษัทในสมัยพุทธกาล

ทุกสรรพสิ่งล้วนเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เราจึงไม่สามารถที่จะทำให้ชีวิตของตนยั่งยืนคงกระพันได้ สุดท้ายก็ต้องตายไปตามๆ กัน ดังพุทธพจน์ที่ว่า “เรามีความแก่เป็นธรรมดา จะล่วงพ้นความแก่ไปไม่ได้ เรามีความเจ็บไข้เป็นธรรมดา จะล่วงพ้นความเจ็บไข้ไปไม่ได้ เรามีความตายเป็นธรรมดา จะล่วงพ้นความตายไปไม่ได้...” ไม่ว่าเด็ก ผู้ใหญ่ เศรษฐี ยาจก เป็นต้นก็ต้องตายทั้งหมด ขึ้นอยู่กับว่าใครตายช้าตายเร็ว

ความตาย หมายถึง การสิ้นไปหรือความดับของชีวิต เป็นสภาวะของการยุติการทำงานของชั้น ๕ อย่างสิ้นเชิง ไม่สามารถเคลื่อนไหวได้อีก หากถือว่าชีวิตเริ่มต้นที่การเกิด การตายจึงถือว่ากระบวนการสิ้นสุดของชีวิต ซึ่งองค์ประกอบของการตายมี ๒ ลักษณะ คือการตายทางกายภาพ ได้แก่การดับของชั้น ๕ เป็นการทิ้งร่างวางชั้น ๕ หดลมหายใจ ส่วนอีกประการคือ การตายทางด้านจิตวิญญาณ ได้แก่ การตายจากคุณงามความดี เช่น การใช้ชีวิตด้วยความประมาท หรือบุคคลที่เป็นมิจฉาทิฐิ เป็นต้น และความตายสามารถจำแนกได้อีก ๔ อย่าง ได้แก่ การตายจากภพที่เป็นของสรรพสัตว์ทั่วไป การตายที่ขาดจากภพ การตายชั่วขณะที่เกิดขึ้นทุกลมหายใจ และการตายโดยสมมติของชาวโลก

สาเหตุของการตายในพระพุทธศาสนามีอยู่ ๒ หลักใหญ่ คือ เกิดจากกรรมวิบากและอายุขัย ในส่วนของกรรมวิบากนั้นหมายรวมเอาถึงการตายทั้งในสภาพปกติและการตายจากอุบัติเหตุ ล้วนแต่เป็นผลมาจากการกระทำทั้งนั้น บุคคลจะตายเร็ว ตายช้า ก็เป็นผลมาแต่กรรม ยิ่งการตายที่เกิดจากอุบัติเหตุที่เกิดจากความประมาทของผู้ตายเองหรือเกิดจากผู้อื่นทำให้ตาย ในพระพุทธศาสนาถือว่าตกอยู่ภายใต้อำนาจแห่งกรรม กรรมจึงเป็นเครื่องกำหนดการตาย สำหรับอายุขัยนั้น แม้จะมองเหมือนกับไม่ใช่กรรม แต่คนที่อายุสั้น อายุยาว อายุขัยจะมากน้อยเพียงใดก็เป็นเพราะกรรมที่ได้สั่งสมมานั่นเอง

การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายของภิกษุในสมัยพุทธกาลพบว่าการตายของผู้เป็นพระอรหันต์พระอริยบุคคลในสมัยนั้น มีการเตรียมตัวก่อนตายที่ดี คือ ก่อนตายท่านได้วางแผนจัดการเรื่องราวต่างๆ ให้เรียบร้อยก่อนที่ท่านจะตาย ในกรณีของพระอานนท์เถระ ก่อนปรินิพพานท่านได้จัดการเรื่องสรีระของพระองค์เอง โดยเข้าเตโชกสิณแบ่งร่างออกเป็น ๒ ส่วน และเผาร่างของท่านเองแล้วให้แบ่งสารีริกธาตุเป็น ๒ ฝั่งแม่น้ำ เพื่อชาวบ้านที่ต้องบูชาจะได้ไม่มีปัญหาทะเลาะกัน เพื่อความสงบ ส่วนพระสารีบุตรก่อนตายท่านได้ทำหน้าที่บุตรอันกตัญญู แม้จะทุกข์ทรมานจากความเจ็บป่วย ท่านก็ยังแสดงธรรมให้มารดาของตนจนเกิดความเลื่อมใสศรัทธาในพระธรรมคำสั่งสอนของพระผู้มีพระภาค ได้ดวงตาเห็นธรรมบรรลุโสดาปัตติผล จะเห็นได้ว่าท่านทั้ง ๒ ไม่มีความกลัวต่อความตาย สามารถรู้วันตาย และมีการจัดการบริหารการตายได้อย่างสมบูรณ์

นอกจากนี้แล้วบุคคลผู้เป็นอริยบุคคลอื่นๆ ก็มีการเตรียมตัวตายที่ดี ไม่มีความประมาท ก่อนตายได้มีการทูลลาพระผู้มีพระภาคเจ้า อันเป็นขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงาม จากนั้นก็ทำกิจ หรือภาระสุดท้ายของตนให้เรียบร้อย จากนั้นก็ตายอย่างมีสติ ถึงแม้ว่าบางท่านยังไม่ถึงขั้นอริยบุคคล ท่านก็ตายดี ไปเกิดในภพภูมิที่ดีมีสุคติเป็นเบื้องหน้า

๕.๑.๒ โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ที่เกี่ยวข้องกับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย

พระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) วัดพระธาตุศรีจอมทอง อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่ เดิมชื่อ “ทองแก้ว พรหมะเสน” เกิดเมื่อ วันที่ ๒๑ กันยายน พ.ศ.๒๔๖๖ ตรงกับวันศุกร์ขึ้น ๑๒ ค่ำ เดือน ๑๐ ใต้ (เดือน ๑๒ เหนือ) ปกุน ณ ตำบลบ้านแอ่น อำเภอฮอด จังหวัดเชียงใหม่ ท่านเป็นพระมหาเถระที่มีบุคลิกภาพสง่างาม สุขุม ลุ่มลึก สงบเยือกเย็น มีความสำรวมระวังอินทรีย์อยู่ตลอดเวลา มีเมตตาธรรมสูง ชอบช่วยเหลือผู้ตกทุกข์ได้ยาก โอบอ้อมอารี มีน้ำใจต่อทุกคนโดยไม่เลือกที่รักมักที่ชัง โดยอุปนิสัยเป็นคนพูดน้อย ปฏิบัติมาก อยู่อย่างเรียบง่าย

พระพรหมมงคลได้นำหลักสติปัฏฐาน ๔ มาสู่การปฏิบัติเป็นรูปแบบที่ชัดเจน เข้าใจง่าย สามารถปฏิบัติได้และเห็นผลได้ มีจุดเด่น คือการกำหนดอิริยาบถย่อยอย่างต่อเนื่อง อิริยาบถย่อยเหล่านี้เป็นเครื่องมือในการกำกับสติให้เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องและมีการกำหนดให้ถี่ขึ้นเรื่อยๆ จนไม่ทำให้เกิดช่องว่างของสติ การกำหนดอิริยาบถย่อยทั้งทางด้านกาย เวทนา จิตและสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นส่งผลให้ผู้ปฏิบัติมีสติรู้สึกตัวตลอดเวลา เห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง ไม่ใช่ความเข้าใจตามหลักการ แต่เป็นการเห็นตามความเป็นจริงของสภาวะ เมื่อเห็นได้ดังนี้แล้ว จึงชื่อว่าเป็นการเห็นธรรมอย่างถูกต้องและเป็นการเข้าใจในชีวิตอย่างเป็นสัมมาทิฐิอีกด้วย

การศึกษาโอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ที่เกี่ยวข้องกับการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายท่านได้ใช้หลักสติปัฏฐาน ๔ เช่น การเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย โดยอาศัยกายนุปัสสนาสติปัฏฐาน ท่านสอนให้มุ่งเอาที่กายคืออรรถภาพความเป็นมนุษย์ใช้เป็นเครื่องประกอบคุณงามความดี และเอากายเป็นฐานที่ระลึกถึงความเสื่อมของกาย เพื่อไม่ให้เกิดความประมาทใจการดำเนินชีวิต

นอกจากนี้ท่านยังสอนให้กำหนดเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยใช้วิธีกำหนดแบบเผชิญหน้าแบบลอบทำร้าย และกำหนดแบบเฝ้าดูหรือสังเกตการณ์ ในส่วนของจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานท่านวางใจให้เป็นปกติโดยพื้นฐานก่อน เมื่อคิดก็ให้รู้ความคิด กำหนดว่า คิดหนอๆ เมื่อนึกก็ให้กำหนดว่า นึกหนอๆ เมื่อจิตมันคงก็จะมีสติไปเบื้องหน้า ไม่สว่ทุกคติในอบายภูมิ และในส่วนของธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ท่านให้พิจารณาธรรมทั้งหลาย อันได้แก่ นิรวณ ๕ आयตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗ อริยสัจ ๔ ว่าคืออะไร เป็นอย่างไร มีในตนหรือไม่ เกิดขึ้น เจริญบริบูรณ์ และดับไปได้อย่างไร เป็นต้น ตามที่เป็นจริงของมันอย่างนั้นๆ

๕.๑.๓ แนวทางการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายกับการดำเนินชีวิตประจำวัน

จุดมุ่งหมายของการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายในชีวิตประจำวันนั้นก็คือการ “ตายดี” คือ ตายอย่างมีสติ ตายอย่างสงบ ไม่หลงตาย คือ ไม่มีจิตฟั่นเฟือนขณะตาย ไม่เศร้าหมอง จิตใจนึกถึงแต่สิ่งที่ดี ซึ่งคำว่าตายดีปรากฏในคัมภีร์ขุททกนิกาย อุทาน อุปเสนสูตร โดยพระอุปเสนวังคันตบุตร มีความคิดว่าเป็นลาภเป็นความโชคดีที่ได้ออกบวช ได้ประพฤติพรหมจรรย์ ได้เป็นพระอรหันต์ ความตายที่จะเกิดกับท่านนั้นชื่อว่า ตายดี นั่นก็คือการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย

การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายตามหลักพระพุทธศาสนาจะ使人เข้าใจถึงความตายเมื่อเข้าใจว่าความตายเป็นเรื่องธรรมดา ทุกชีวิตมีการเกิดแก่เจ็บตายเป็นธรรมดา เมื่อรู้และเข้าใจก็สามารถทำให้เกิดการปล่อยวาง ไม่ยึดติดกับสิ่งใดๆ เมื่อไม่ยึดติดไม่มีตัณหาใจก็สงบ ผู้วิญญูได้ค้นพบพุทธพจน์ที่ปรากฏในพระคัมภีร์ว่า “บุคคลผู้ที่ดำรงชีวิตอยู่โดยไม่เดือดร้อนในเวลาจวนจะตายก็ไม่เศร้าโศกชื่อว่าพบนิพพานแล้ว” ซึ่งเป็นแนวทาง ๒ ประการ ดังนี้

๑) มีสติไม่หลงตาย หากมนุษย์มีการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายจะทำให้มีสติเมื่อมีสติย่อมเป็นผู้ไม่ประมาท เมื่อสติมั่นคงย่อมไม่หลงตาย เพราะเมื่อความตายมาถึงก็เป็นเพียงปรากฏการณ์ที่ธรรมดา อยู่ในความคาดหมาย จึงไม่ทรมานทรมาย ไม่วิตก หวาดกลัว

๒) สุขคติเป็นที่ไปเบื้องหน้า ตามหลักพุทธศาสนาเป็นเรื่องของการกระทำความดีและเป็นหลักในการดำเนินชีวิต เป็นหลักคำสอนทางพุทธศาสนาเป็นที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานแห่งความเป็นจริงของชีวิต การเตรียมความพร้อมรับมือกับความตายเป็นการเตรียมตัว เตรียมใจ ให้กายบริสุทธิ์ วาจาบริสุทธิ์ และใจบริสุทธิ์ ให้จิตมีความเข้มแข็ง มั่นคง มีความผ่องแผ้ว ย่อมมีสุขคติเป็นที่ไปในเบื้องหน้าในที่สุด

หลักคิดเพื่อการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายผู้วิญญูได้เสนอไว้ ๔ แนวทาง คือ

๑) อยู่อย่างมีความเพียรทางด้านร่างกาย นั่นก็คือ การรักษาศีล เมื่อรักษาศีลย่อมทำให้เป็นผู้มีกายเป็นปกติ จะทำให้เป็นผู้ที่ไม่หลงสติจนถึงวาระสุดท้ายหรือมีสติไม่หลงตายนั่นเอง หรือแม้หากตายไปแล้วย่อมได้ไปเกิดในสุคติสวรรค์

๒) อยู่อย่างมีความเพียรทางด้านจิตใจ การอยู่อย่างมีความเพียรทางด้านจิตใจด้วยอารมณ์แห่งวิปัสสนากรรมฐานทำให้จิตมีศักยภาพ มีความเข้าใจในชีวิตที่ต้องตกอยู่ในกฎแห่งไตรลักษณ์ทำให้เข้าใจชีวิตอย่างอริยะ และมีจิตมีคุณภาพ จิตมีความบริสุทธิ์ สะอาด ผ่องแผ้ว จิตเช่นนี้เป็นคุณสมบัติที่พร้อมสำหรับสุคติเบื้องหน้า

๓) อยู่อย่างมีความเพียรในการดำเนินชีวิต จะเป็นหลักการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย เพราะเมื่อมีความเพียรในการดำเนินชีวิต ชีวิตก็ขึ้นชื่อว่าไม่ประมาท และความไม่ประมาทนี้เป็นทางแห่งความไม่ตาย แม้ร่างกายจะตายไปตามกฎธรรมชาติ แต่จิตที่อบรมมาดีแล้วจะไม่ตายไปด้วย

๔) อยู่เพื่อเตรียมตัวตายอยู่เสมอ หรือการพิจารณามรณสติเป็นประจำ คือพิจารณาว่าเราจะต้องตายไม่วันใดก็วันหนึ่ง ความตายเป็นของเที่ยง ชีวิตเป็นของไม่เที่ยง ขณะเดียวกันก็ต้องพิจารณาต่อไปด้วยว่า ความตายจะมาเมื่อไหร่ก็ได้ จะมาอย่างไรก็ไม่มีใครรู้ ย่อมทำให้เป็นผู้ไม่ประมาท

ส่วนการการประยุกต์ใช้การเตรียมพร้อมรับมือกับความตายในชีวิตประจำวัน ผู้วิจัยได้เสนอแนวไว้ ๒ ประการ คือ

๑) การเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย ต้องมีการปรับปรุงพฤติกรรมของตนเองให้เรียบร้อย ไม่ประมาทในชีวิต การพูดและการคิด นับเป็นคุณธรรมสำคัญที่สนับสนุนความดีให้งอกงาม และทำลายความชั่วร้ายให้หมดไป ตรงกันข้ามกับความประมาทซึ่งเป็นมูลเหตุสำคัญที่จะส่งเสริมความชั่วให้เพิ่มพุดและทำลายความดีให้สูญสิ้นไป

๒) ด้านการพัฒนาจิตใจ ด้านการพัฒนาจิตใจนั้นเป็นการปฏิบัติด้านการฝึกจิต คือ ฝึกให้จิตตายจากความยึดมั่นถือมั่น เพื่อทำลายตัวกู-ของกู โดยละเลิกความโลภ ความ โกรธ และความหลง ด้วยการฝึกจิตใจให้เข้มแข็ง มีสมาธิและเกิดปัญญาเข้าถึงความจริงของชีวิต เมื่อเกิดเหตุการณ์ที่ทำให้ถึงความวิบัติ พลัดพรากจากสิ่งที่รักที่พอใจ ก็ให้พยายามระงับจิตใจ ให้ระลึกว่า ทุกสิ่งล้วนเป็นอนิจจัง ไม่มีอะไรคงอยู่เที่ยงแท้ถาวร

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาวิจัยเรื่อง “โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ในการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย” เป็นการศึกษาเฉพาะบุคคลเท่านั้น ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะทางวิชาการ และข้อเสนอเพื่อการทำวิจัยครั้งต่อไป ดังนี้

๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะทางวิชาการ

๑) เรื่องความตายเป็นเรื่องที่ชาวไทยถือว่าเป็นอับมงคล จึงไม่ค่อยได้มีการกล่าวถึงในวิถีชีวิตประจำวันกันมากนัก แม้กระทั่งงานศพในปัจจุบันยังถูกเรียกว่า งานชาวดำ ทำนองว่าแม้กระทั่งคำว่า “ศพ” ก็ไม่ควรกล่าวถึง เลยทำให้เกิดความประมาทในชีวิต คิดว่าความตายของตนเองนั้นยังอีกยาวนาน เป็นเหตุให้ไม่ทันได้ระมัดระวังตนหรือเกิดการเตรียมความพร้อมในการตาย แท้จริงนั้นสังคมไทยหรือสังคมอื่นๆ ควรตระหนักและระลึกถึงความตายอย่างสม่ำเสมอ เพราะมนุษย์ทุกคนต่างก้าวเดินสู่ความตาย เมื่อจะทำงานยังต้องเตรียมตัวให้พร้อมด้วยการเรียนหนังสือ การฝึกงาน เมื่อจะแต่งงานก็มีการเตรียมงานและศึกษารายละเอียดของงาน เมื่อจะมีลูกก็ศึกษาวิธีการเลี้ยงลูก อบรมลูก แต่ไม่ค่อยจะมีใครเตรียมพร้อมสำหรับความตายของตนเอง

๒) พระสงฆ์ในฐานะที่เป็นตัวแทนของพระพุทธศาสนา มีหน้าที่เผยแผ่หลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา เป็นผู้ที่สามารถพูดถึงความตายได้เหมาะสมที่สุด เพราะเป็นสัญลักษณ์ของความไม่ยึดติด การปล่อยวาง ควรมีการเทศน์ในมรณสติให้มากยิ่งขึ้น เพื่อให้พุทธศาสนิกชนเกิดความไม่ประมาทในชีวิต และไม่มี ความเศร้าโศกทรมานทราญเมื่อความตายมาถึง

๓) การตายดีในพระพุทธศาสนาไม่ได้หมายถึงสิทธิการเลือกที่จะตายแบบใดๆ เพียงอย่างเดียว แต่หมายถึงการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายด้วย กล่าวคือ หากมีการเตรียมพร้อมรับมือกับ

ความตายด้วยความไม่ประมาท หมั่นประกอบกุศลธรรมอย่างต่อเนื่อง มีการให้ทาน สมาทานศีล และทำจิตให้ผ่องใส การกระทำเช่นนี้ทำให้บุคคลนั้นตายดีได้ เพราะบุญกุศลที่ได้ทำมาจะส่งผลให้เข้าสู่ภพภูมิที่ดีต่อไป

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

จากการศึกษาวิจัยเรื่อง “โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ในการเตรียมพร้อมรับมือกับความตาย” เป็นการศึกษาเฉพาะบุคคลเท่านั้น ซึ่งมีข้อจำกัดในด้านการเก็บข้อมูล ผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไปดังนี้

- ๑) ศึกษาปฏิปทาของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ในการเป็นศูนย์รวมใจของพุทธศาสนิกชนและการธำรงพระพุทธศาสนา
- ๒) ศึกษาแนวทางปฏิบัติตามทฤษฎี “ตายก่อนตาย” ของท่านพุทธทาสภิกขุ
- ๓) ศึกษาเปรียบเทียบชีวิตหลังความตายในพระพุทธศาสนาเถรวาทและมหายาน
- ๔) ศึกษาสิทธิการตายตามหลักพุทธจริยศาสตร์เพื่อหาข้อสรุปว่า ในภาวะวิกฤตหรือในภาวะที่หมอไม่อาจเยียวยาผู้ป่วยให้หายได้แล้ว มนุษย์มีสิทธิในการตายหรือไม่ หรือต้องทนทุกข์ทรมานต่อไปจนกว่าจะตายเอง

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลีฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔.

_____. พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑)หนังสือ:

คณะศึกษานิเทศน์. ธรรมะจากหลวงปู่ ๒๐. เชียงใหม่: หจก.ดาราวรรณการพิมพ์, ม.ป.ป.

คณะศึกษานิเทศน์ ผู้เรียบเรียง. เปิดประตูสู่นิพพาน. เชียงใหม่: หจก.ดาราวรรณการพิมพ์, ๒๕๕๙.

จำเนียร ทรงฤกษ์. ชีวิตประวัติพุทธสาวก เล่ม ๖. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์อักษรสมัย, ๒๕๒๓.

ฉัตรสุมาลย์ กบิลสิงห์ ชาญเสน. สตรีในพระพุทธศาสนา. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: บริษัทส่อง
สยาม จำกัด, ๒๕๔๕.

ดังตฤณ. ๗ วิธีตายอย่างสบายใจ. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ฮาวฟาร์, ๒๕๕๕.

_____. ณ มรณา. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร: เครือข่ายพุทธิกา, ๒๕๕๐.

ทะเลลามา. ช่วงขณะสุดท้ายแห่งชีวิต. แปลโดย ธารา รินศานต์ และคณะ. กรุงเทพมหานคร:
นักพิมพ์มูลนิธิโกมลคีมทอง, ๒๕๔๘.

บุญชญา วิริยจร. “การพัฒนาหลักการสอนวิปัสสนาภาวนาของสำนักปฏิบัติธรรมต้นแบบตามแนว
สติปัฏฐานสูตร”. วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร. ปีที่ ๕ ฉบับที่ ๓ (กันยายน-
ธันวาคม ๒๕๖๐): ๑๓๓-๑๔๓.

พรทวี ยอดมงคลและคณะ. ปทานุกรมความตาย รวมคำและความหมายเพื่อชีวิตที่ดีและตายอย่าง
สงบ. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด สามลดา, ๒๕๕๙.

พระเทพสิทธิอาจารย์. ที่ระลึกในวโรกาสพระราชพิธีเฉลิมพระชนมพรรษา ๕ ธันวาคม ๒๕๔๘ ทรง
พระกรุณาโปรดพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์ให้พระราชพรหมอาจารย์ วัดพระธาตุศรี
จอมทองวรวิหาร เป็นพระราชาคณะชั้นเทพในราชทินนามที่ พระเทพสิทธิอาจารย์ วิ.
เชียงใหม่: หจก.โรงพิมพ์ข้างเฟือก, ๒๕๔๘.

พระเทพสิทธิอาจารย์ (พระอาจารย์ทอง สิริมงคลโล). คู่มือการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏ
ฐาน ๔. พิมพ์ครั้งที่ ๑๐. เชียงใหม่: คณะศึกษานิเทศน์, ๒๕๔๘.

พระธรรมโกศาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ). ธรรมะกับชีวิตประจำวัน เกิดแก่เจ็บตายเป็นธรรมดาของ
ชีวิต. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๔๖.

พระธรรมโกศาจารย์ (ชอบ อนุจารี). **ตำนานพระอรหันต์ ๘ ทิศ**. ยุวพุทธชลบุรี ในพระสังฆราชูปถัมภ์ จัดพิมพ์เป็นธรรมบรรณาการ งานพระราชทานเพลิงศพพระครูอุดมวิชากร (เหมือน อินทโชติ) อดีตเจ้าอาวาสวัดกำแพง อ.เมือง จ.ชลบุรี, ๒๕๒๘.

_____. **พระอานนท์เถระ**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ประยูรวงศ์, ๒๕๒๔.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). **ระลึกถึงความตายและวิธีปฏิบัติให้ถูกต้องต่อความตาย**. กรุงเทพมหานคร :ธรรมสภา, ๒๕๓๙.

พระธรรมธีรราชมหามุนี. **อุดมวิชา**. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก, ๒๕๓๙.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒.

_____. **พุทธศาสนากับสังคมไทย**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิโกมลคีมทอง, ๒๕๓๒.

_____. **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอส อาร์ พรินติ้ง แมสโปรดักส์จำกัด, ๒๕๕๑.

พระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล). **คู่มือการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔**. เชียงใหม่: หจก.ดรรวารณการพิมพ์, ม.ป.ป.

_____. **ธรรมะจากหลวงปู่ ๑๗**. เชียงใหม่: หจก.ดรรวารณการพิมพ์, ๒๕๖๑.

พระไพศาล วิสาโล. **มรณสติ**. สมุทรปราการ: ชมรมกัลยาณธรรม, ๒๕๕๒.

_____. **ชีวิตและความตายในสังคมสมัยใหม่**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มูลนิธิโกมลคีมทอง, ๒๕๔๕.

_____. **เหนือความตาย จากวิกฤตสู่โอกาส**. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร: เครือข่ายพุทธิกา และสำนักพิมพ์มูลนิธิโกมลคีมทอง, ๒๕๕๒.

_____. **การช่วยเหลือผู้ป่วยระยะสุดท้ายด้วยวิธีแบบพุทธ**. กรุงเทพมหานคร: เครือข่ายพุทธิกา, ๒๕๔๘.

_____. **เผชิญความตายอย่างสงบ: สาระและกระบวนการเรียนรู้ (ฉบับความรู้พื้นฐาน)**. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิโกมลคีมทอง, ๒๕๔๙.

พระโพธิญาณเถระ (ชา สุภทฺโท). **๔๘ พระธรรมเทศนา**. พิมพ์ครั้งที่ ๕. ศูนย์เผยแผ่มรดกธรรมวัดหนองป่าพง, ๒๕๕๐.

พระมหาพิรพล วิโรจน์. **อยู่กับปัจจุบัน**. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร: เพื่อนสติ, ๒๕๕๑.

พระศรีกิตติโสภณ. **มหาชนบท ๑๖ แคว้นในชมพูทวีปสมัยพุทธกาล และจดหมายเหตุเรื่อง อนาคตภิกษุสามเณร**. กรุงเทพมหานคร: วัดจักรวรรดิราชาวาส, ๒๕๓๙.

พระสัทธัมมโชติกะธัมมาจริยะ. **ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๕**. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิ สัทธัมมโชติกะ, ๒๕๓๔.

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ). **มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน**. แปลโดยพระคันธ สารากวีวงศ์, กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙.

พุทธทาสภิกขุ. **ตายก่อนตาย**. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๔๙.

_____. **ตายก่อนตายดับไม่มีเหลือ**. กรุงเทพมหานคร: สถาบันบันลือธรรม, ๒๕๕๑.

ภาณุวงศ์. การตายเอ๋ย.. เราเคยรู้จักเจ้ามาก่อน. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่บริษัทโหลทอง
มาสเตอร์พรีน จำกัด, ๒๕๔๙.

มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรวิทยาลัย. วิสุมธรรมคณบดี ภาค ๒ ตอน ๑. พิมพ์ครั้งที่ ๑๐. กรุงเทพมหานคร: มหา
วิทยาลัยราชภัฏวชิรวิทยาลัย, ๒๕๔๗.

ราชบัณฑิตยสถาน. พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒. กรุงเทพมหานคร: นาน มีบุ๊ค
พับลิเคชันส์, ๒๕๔๖.

เรืองไกร กุศลาลัย. สตรีในวรรณคดีพุทธศาสนา. กรุงเทพมหานคร: รุ่งแสงการพิมพ์, ๒๕๓๕.

ศรวัฒน์ ปริยัติเมธี. เลือกชีวิตหลังความตายได้ด้วยตนเอง. นนทบุรี: สมาร์ทบุ๊ค, ๒๕๕๑.

ศักดิ์สิทธิ์ พันธุ์สัตย์. วิธีทำจิตก่อนตายให้ได้ไปสวรรค์. กรุงเทพมหานคร: บริษัท สำนักพิมพ์เลี้ยง
เชียงใหม่เพื่อพุทธศาสน์ จำกัด, ๒๕๕๖.

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก. วิธีสร้างบุญบารมี. พิมพ์ครั้งที่ ๑.
กรุงเทพมหานคร: บริษัท ชุมทองอุตสาหกรรมและการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๓.

_____. พระมงคลวิเสสสภา และพระธรรมเทศนาในการพระราชกุศล. กรุงเทพมหานคร:
โรงพิมพ์กรุงเทพฯ (๑๙๘๔) จำกัด, ๒๕๓๖.

สมเด็จพระสังฆราชเจ้า กรมหลวงวชิรญาณวงศ์. ธรรมานุกรม. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัย
ราชภัฏวชิรวิทยาลัย, ๒๕๑๕.

สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส. สารานุกรมพระพุทธศาสนา.
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรวิทยาลัย, ๒๕๒๙.

สุนทร ณ รัชชี. พุทธปรัชญาจากพระไตรปิฎก. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๐.

หลวงพ่อบราโมทย์ บราโมชโช (ถอดความและเรียบเรียงโดยคณะศิษย์). อานาปานสติ เพื่อการเจริญ
ปัญญา. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ธรรมดา, ๒๕๕๕.

(๒) ดุษฎีนิพนธ์/วิทยานิพนธ์/สารนิพนธ์/วิจัย:

กาญจนา จิตต์วัฒน์. “การบูรณาการการเตรียมตัวตายในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับวัชรยาน”.
วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา. บัณฑิตวิทยาลัย:
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

จินตสุธา รอดพาล. “การตายดี: มุมมองจากผู้สูงอายุไทยพุทธ”. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหา
บัณฑิต สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์. คณะพยาบาลศาสตร์: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,
๒๕๔๙.

ณัฐยา วาสิงหน. “ความหมายของความตาย การตีความตามพุทธปรัชญา”. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตร
มหาบัณฑิต สาขาวิชาปรัชญา. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๑.

ธมกร แซ่ฟอง. “ศึกษาการบรรลุมรรคของผู้ปฏิบัติในเทวภูมิ”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,
๒๕๖๐.

พลเฝ้า เพ็งวิภาศ. “การวิเคราะห์บทบาทของภิกษุณีในพระพุทธศาสนา”. **ดุชนิพนธ์พุทธศาสตร์ ดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๖๑.

พระครูปลัดชูเกียรติ ฐิตปัญโญ (ศรียาชีพ). “ศึกษาหลักธรรมที่ส่งเสริมบทบาทผู้นำของพระเจ้าพิมพิสารในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

พระณัฐกิตติ อนารโท (ผุยเหง้า). “ศึกษาหลักมรณสติในพระไตรปิฎก”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา**, บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.

พระมหาวันชัย ธมมชโย(ช่วงสำโรง). “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องความตายตามทัศนะของพุทธทาสภิกขุ”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.

พระมหาสุพร รุกขิตธมโม (ปวงกลาง). “ศึกษาวิเคราะห์การเผชิญหน้ากับความตายอย่างสงบตามหลักมรณสติในพระพุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

แม่ชีระวีวรรณ ธมมจาริณี (งานวิสุทธิพันธ์). “การศึกษาสภาวะญาณเบื้องต้นของผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ณ สำนักวิปัสสนากรรมฐานวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิปัสสนาภาวนา**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

รัตนพงศ์ ก่องตา. “การเตรียมตัวตายอย่างสงบตามหลักพุทธธรรม”. **สารนิพนธ์ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.

ศักดิ์ชัย อนันต์ตรีชัย. “ความตายที่ดีในทัศนะของพระพุทธศาสนาเถรวาทกับวัชรยาน”. **สารนิพนธ์พุทธศาสตร์ดุชนิพนธ์ สาขาวิชาพระพุทธศาสนา**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.

สารภี รังสีโกศัย. “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเตรียมตัวเพื่อเผชิญกับความตายและภาวะใกล้ตายของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ จังหวัดปัตตานี”. **วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ**. คณะพยาบาลศาสตร์: มหาวิทยาลัยบูรพา, ๒๕๕๖.

(๓) สื่ออิเล็กทรอนิกส์:

น้ำปาย ไชยฤทธิ์. “ตายก่อนตาย: วิธีคิดงานศพที่ให้น้ำกลมซุ่มตายเป็นเวลา ๓ วัน”. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <https://adaymagazine.com/die-before-die/> [๒๑ มกราคม ๒๕๖๒].

พระไพศาล วิสาโล. “เตรียมตัวตายอย่างมีสติ”. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <https://www.sarakadee.com/2004/05/15/prapisarn/> [๑๕ มกราคม ๒๕๖๒].

๒. ภาษิตต่างประเทศ

Baker, B.A., Hannon, N, and Russell. N,A, **Death and Dying and Dying Individuals and Institutions**. New York: John Wiley and Son, 1982.

NYANAPONNIKA THERA. **The Life of Sariputt**. Buddhist Publication Society, 1966.

Stephen P. Elliott. **Webster's New World Encyclopedia**. New York: Prentice Hall, 1990.

ภาคผนวก ก
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในการสัมภาษณ์
ประกอบการทำวิจัย

๑. พระพรหมมงคล	เจ้าอาวาสวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่
๒. พระสุวรรณเมธี	ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่
๓. พระภาวนาธรรมาภิรักษ์	เจ้าอาวาสวัดป่าเปิง ตำบลสุเทพ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่
๔. พระครูญาณมงคล	เจ้าคณะอำเภอฮอด เจ้าอาวาสวัดเมืองมา อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่
๕. พระครูสิริอินทวงศ์	เลขานุการเจ้าคณะอำเภอฮอด วัดอินทาราม อำเภอฮอด จังหวัดเชียงใหม่
๖. พระครูพิศิษฐ์ปยุตฺถาภิรักษ์	เจ้าคณะตำบลนาคอรี อำเภอฮอด จังหวัดเชียงใหม่
๗. พระครูประยุตฺตขันติคุณ	เจ้าคณะตำบลหางดง เขต ๑ อำเภอฮอด จังหวัดเชียงใหม่
๘. พระครูสุจิตปัญญารัตน์	เลขานุการเจ้าคณะอำเภอจอมทอง อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่
๙ พระสุชิน วิมโล	เจ้าอาวาสวัดถ้ำตอง อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่
๑๐. นางบุญปลูก ทูเรียนทอง	โยมอุปถัมภ์พระพรหมมงคล อำเภอฮอด จังหวัดเชียงใหม่
๑๑. นายโสภณ ประยูรพงศ์	โยมอุปถัมภ์พระพรหมมงคล กรุงเทพมหานคร
๑๒. แม่ชีอัจฉรา บุรัมย์จิตร	วัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่

ภาคผนวก ข
หนังสือสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ

ที่ ศธ ๖๑๒๕/ว๐๗๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ๑๙๒ หมู่ ๒ ตำบลต้นธง
อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ๕๑๐๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓

๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์

กราบเรียน พระพรหมมงคล เจ้าอาวาสวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูใบฎีกาธนวัฒน์ ฉายา ปณฺญาวุโธ นามสกุล สุตารักษ์โกคิน รหัสประจำตัวนิสิต ๖๐๑๔๒๐๕๐๐๖ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ในการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

การศึกษาวินิจฉัยเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากพระเดชพระคุณท่าน จึงขอความอนุเคราะห์พิจารณาอนุญาตให้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลและสัมภาษณ์เพื่อทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการ ทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากพระเดชพระคุณท่านด้วยดี และขอขอบพระคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงกราบเรียนมาเพื่อทราบ และโปรดพิจารณาอนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์ต่อไป

กราบเรียนมาด้วยความเคารพอย่างสูง

(พระครูไพศาลธรรมานุสิฐ)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติหน้าที่แทนผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

โทรศัพท์ ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓ ภายใน ๑๐๗, ๐๙-๔๗๒๘-๗๓๗๕

ที่ ศธ ๖๑๒๕ /ว๐๗๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ๑๙๒ หมู่ ๒ ตำบลต้นธง
อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ๕๑๐๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓

๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์

เรียน พระสุวรรณเมธี ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูใบฎีกาธนวัฒน์ ฉายา ปณฺญาวุโธ นามสกุล สุตารักษ์มีโกศล รหัสประจำตัวนิสิต ๖๐๑๔๒๐๕๐๐๖ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ในการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

การศึกษาวินิจฉัยเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากท่าน จึงขอความอนุเคราะห์พิจารณาอนุญาตให้นิสิตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลและสัมภาษณ์เพื่อทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อทราบ และโปรดพิจารณาอนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์ต่อไป

เรียนมาด้วยความเคารพ



(พระครูไพศาลธรรมานุสิฐ)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติหน้าที่แทนผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บันทึกศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

โทรศัพท์ ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓ ภายใน ๑๐๗, ๐๙-๔๗๒๘-๗๓๗๕

ที่ ศธ ๖๑๒๕ / ๖๐๗๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ๑๙๒ หมู่ ๒ ตำบลต้นธง
อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ๕๑๐๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓

๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์

กราบเรียน พระภิกษุพระธรรมจารี

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูใบฎีกาธนวัฒน์ ฉายา ปณฺญาวุโร นามสกุล สุดารัตน์โกสิน รหัสประจำตัวนิสิต ๖๐๑๔๒๐๕๐๐๖ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ในการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

การศึกษาวิทยานิพนธ์เรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากพระเดชพระคุณท่าน จึงขอความอนุเคราะห์พิจารณาอนุญาตให้นิสิตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลและสัมภาษณ์เพื่อทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการ ทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากพระเดชพระคุณท่านด้วยดี และขอขอบพระคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงกราบเรียนมาเพื่อทราบ และโปรดพิจารณาอนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์ต่อไป

กราบเรียนมาด้วยความเคารพอย่างสูง

(พระครูไพศาลธรรมานสิริ)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติหน้าที่แทนผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

โทรศัพท์ ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓ ภายใน ๑๐๗, ๐๙-๔๗๒๘-๗๓๗๕

ที่ ศธ ๖๑๒๕ / ๖๐๗๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ๑๙๒ หมู่ ๒ ตำบลต้นธง
อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ๕๑๐๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓

๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์

เรียน พระครูวรญาณมงคล เจ้าคณะอำเภอฮอด

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูใบฎีกาณวัฒน์ ฉายา ปณญาวโร นามสกุล สุนทรคีรีโกสิน รหัสประจำตัวนิสิต ๖๐๑๔๒๐๕๐๐๖ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ในการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

การศึกษาวินิจฉัยเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากท่าน จึงขอความอนุเคราะห์พิจารณาอนุญาตให้สันติดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลและสัมภาษณ์เพื่อทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อทราบ และโปรดพิจารณาอนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์ต่อไป

เรียนมาด้วยความเคารพ

(พระครูไพศาลธรรมานุสิฐ)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติหน้าที่แทนผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

โทรศัพท์ ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓ ภายใน ๑๐๗, ๐๙-๔๗๒๘-๗๓๗๕

ที่ ศธ ๖๑๒๕ / ๖๐๗๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ๑๔๒ หมู่ ๒ ตำบลต้นธง
อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ๕๑๐๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓

๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์

เรียน พระครูสิริอินทวงศ์ เลขาธิการเจ้าคณะอำเภอฮอด

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูใบฎีกาธรรมาวุธ ฉายา ปณฺญาวุโธ นามสกุล สุदारศรีโกสิน รหัสประจำตัวนิสิต ๖๐๑๔๒๐๕๐๐๖ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมจฺโล) ในการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

การศึกษานิพนธ์เรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากท่าน จึงขอความอนุเคราะห์พิจารณาอนุญาตให้นิสิตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลและสัมภาษณ์เพื่อทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อทราบ และโปรดพิจารณาอนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์ต่อไป

เรียนมาด้วยความนับถือ

(พระครูไพศาลธรรมานุสิฐ)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติหน้าที่แทนผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

โทรศัพท์ ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓ ภายใน ๑๐๗, ๐๙-๔๗๒๘-๗๓๗๕

ที่ ศธ ๖๑๒๕/ว๐๗๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ๑๙๒ หมู่ ๒ ตำบลต้นธง
อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ๕๑๐๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓

๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์

เรียน พระครูพิศิษฐ์ปยุตฺถารักษ์ เจ้าคณะตำบลนาค่อเรือ

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูใบฎีกาธรรมาวุธ ฉายา ปญฺญาวุโธ นามสกุล สุดารัตน์โกศล รหัสประจำตัวนิสิต ๖๐๑๔๒๐๕๐๐๖ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ในการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

การศึกษาวินิจฉัยเรื่องนี้เป็นต้องเก็บข้อมูลจากท่าน จึงขอความอนุเคราะห์พิจารณาอนุญาตให้นิสิตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลและสัมภาษณ์เพื่อทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อทราบ และโปรดพิจารณาอนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์ต่อไป

เรียนมาด้วยความนับถือ

(พระครูไพศาลธรรมานุสิฐ)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติหน้าที่แทนผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

โทรศัพท์ ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓ ภายใน ๑๐๗, ๐๙-๔๗๒๘-๗๓๗๕

ที่ ศธ ๖๑๒๕ / ๖๐๗๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ๑๙๒ หมู่ ๒ ตำบลต้นธง
อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ๕๑๐๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓

๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์

เรียน พระครูประยุตตินิคุณ เจ้าคณะตำบลหางดงเขต ๑

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูใบฎีกาธรรมาวุธ นามสกุล สุตารักษ์โกสินทร์ สปร.จำตัวนิสิต ๖๐๑๔๒๐๕๐๐๖ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ในการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

การศึกษาวินิจฉัยเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากท่าน จึงขอความอนุเคราะห์พิจารณาอนุญาตให้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลและสัมภาษณ์เพื่อทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อทราบ และโปรดพิจารณาอนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์ต่อไป

เรียนมาด้วยความนับถือ

(พระครูไพศาลธรรมานุสิฐ)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติหน้าที่แทนผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

โทรศัพท์ ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓ ภายใน ๑๐๗, ๐๙-๔๗๒๘-๗๓๗๕

ที่ ศธ ๖๑๒๕ / ๖๐๗๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ๑๙๒ หมู่ ๒ ตำบลต้นธง
อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ๕๑๐๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓

๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์

เรียน พระครูสุจิตปัญญารัตน์ เลขานุการเจ้าคณะอำเภอจอมทอง

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูใบฎีกาธรรมาภรณ์ ฉายา ปณฺญาวุโธ นามสกุล สุตารักษ์โกสินทร์สประจําตัวนิตด ๖๐๑๔๒๐๕๐๐๖ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ในการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

การศึกษาวินิจฉัยเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากท่าน จึงขอความอนุเคราะห์พิจารณาอนุญาตให้นิตดดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลและสัมภาษณ์เพื่อทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อทราบ และโปรดพิจารณาอนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์ต่อไป

เรียนมาด้วยความนับถือ

(พระครูไพศาลธรรมานุสิฐ)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติหน้าที่แทนผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

โทรศัพท์ ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓ ภายใน ๑๐๗, ๐๙-๔๗๒๘-๗๓๗๕

ที่ ศธ ๖๑๒๕ /ว๐๗๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ๑๙๒ หมู่ ๒ ตำบลต้นธง
อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ๕๑๐๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓

๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์

กราบเรียน สุชิน วิมโล

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูใบฎีกาธนวัฒน์ ฉายา ปณฺญาวุโธ นามสกุล สุตารักษ์โกสินทร์สประจำวันนิสิต ๖๐๑๔๒๐๕๐๐๖ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมจฺจโล) ในการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

การศึกษาวินิจฉัยเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากพระเดชพระคุณท่าน จึงขอความอนุเคราะห์พิจารณาอนุญาตให้นิสิตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลและสัมภาษณ์เพื่อทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการ ทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากพระเดชพระคุณท่านด้วยดี และขอขอบพระคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงกราบเรียนมาเพื่อทราบ และโปรดพิจารณาอนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์ต่อไป

กราบเรียนมาด้วยความเคารพอย่างสูง

(พระครูไพศาลธรรมานุสิฐ)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติหน้าที่แทนผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

โทรศัพท์ ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓ ภายใน ๑๐๗, ๐๙-๔๘๒๒๘-๗๓๗๕

ที่ ศธ ๖๑๒๕ /ว๐๗๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ๑๙๒ หมู่ ๒ ตำบลต้นธง
อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ๕๑๐๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓

๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์

เจริญพร นางบุญปลูก ทูเรียนทอง

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูใบฎีกาธนวัฒน์ ฉายา ปณฺญาวุโร นามสกุล สุตารักษ์โกสินทร์ สปรประจำตัวนิสิต ๖๐๑๔๒๐๕๐๐๖ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ในการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

การศึกษาวินิจฉัยเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากท่าน จึงขอความอนุเคราะห์พิจารณาอนุญาตให้นิสิตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลและสัมภาษณ์เพื่อทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพรมหาเพื่อทราบ และโปรดพิจารณาอนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์ต่อไป

ขอเจริญพร

(พระครูไพศาลธรรมานุสิฐ)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติหน้าที่แทนผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

โทรศัพท์ ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓ ภายใน ๑๐๗, ๐๙-๔๗๒๘-๗๓๗๕

ที่ ศธ ๖๑๒๕ /ว๐๗๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ๑๙๒ หมู่ ๒ ตำบลต้นธง
อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ๕๑๐๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓

๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์

เจริญพร นายโสภณ ประยุทธ์พงศ์

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูใบฎีกาธวัชณ์ ฉายา ปญญาวุโธ นามสกุล สุदारค์มีโกสิน รหัสประจำตัวนิสิต ๖๐๑๔๒๐๕๐๐๖ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมจล) ในการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

การศึกษาวินิจฉัยเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากท่าน จึงขอความอนุเคราะห์พิจารณาอนุญาตให้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลและสัมภาษณ์เพื่อทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพรมาเพื่อทราบ และโปรดพิจารณาอนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์ต่อไป

ขอเจริญพร

(พระครูไพศาลธรรมานุสิฐ)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติหน้าที่แทนผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

โทรศัพท์ ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓ ภายใน ๑๐๗, ๐๙-๔๗๒๘-๗๓๗๕

ที่ ศธ ๖๑๒๕/ว๐๗๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ๑๙๒ หมู่ ๒ ตำบลต้นธง
อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ๕๑๐๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓

๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์

เจริญพร แม่ชีอัจฉรา บุริมจิตร

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูใบฎีกาธรรมาวุธ ญาณ ปญญาวุธ นามสกุล สุตารักษ์โกสิน รหัสประจำตัวนิสิต ๖๐๑๔๒๐๕๐๐๖ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “โอวาทธรรมของพระพรหมมงคล (ทอง สิริมงคล) ในการเตรียมความพร้อมรับมือกับความตาย” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

การศึกษาวินิจฉัยเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากท่าน จึงขอความอนุเคราะห์พิจารณาอนุญาตให้นิสิตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลและสัมภาษณ์เพื่อทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพรมาเพื่อทราบ และโปรดพิจารณาอนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์ต่อไป

ขอเจริญพร

(พระครูไพศาลธรรมานุสิฐ)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติหน้าที่แทนผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

โทรศัพท์ ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓ ภายใน ๑๐๗, ๐๙-๔๗๒๘-๗๓๗๕

ภาคผนวก ค
รูปภาพประกอบการทำวิจัย





ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ	: พระครูใบฎีกาธนวัฒน์ ปญญาวุธ (สุตารัศมีโกคิน)
วัน เดือน ปีเกิด	: วันพฤหัสบดีที่ ๑๖ เดือน กันยายน พ.ศ. ๒๕๓๖
สถานที่เกิด	: ๑๒๖/๑ บ้านทุ่งโป่ง ตำบลบ้านตาลอำเภอฮอด จังหวัดเชียงใหม่ ๕๐๒๔๐
การศึกษา	: ประถมศึกษา โรงเรียนชุมชนบ้านท่าข้าม : มัธยมศึกษา โรงเรียนบาลีสหศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่ : นักรธรรมเอก สำนักเรียนวัดปัญญาธาราราม : เปรียญธรรม ๑-๒ ประโยค สำนักเรียนวัดปัญญาธาราราม : ปริญญาตรี คณะวิทยาลัยบริหารศาสตร์ หลักสูตรการปกครองท้องถิ่น มหาวิทยาลัยแม่โจ้ บรรพชา : วันพฤหัสบดี ที่ ๖ เดือนเมษายน พ.ศ. ๒๕๔๙ อุปสมบท : วันพฤหัสบดี ที่ ๑๘ เดือนกรกฎาคมพ.ศ. ๒๕๕๖ สังกัด : วัดปัญญาธาราราม ตำบลหางดง อำเภอฮอด จังหวัดเชียงใหม่ ๕๐๒๔๐ หน้าที่ : เจ้าอาวาสวัดปัญญาธาราราม : ผู้ช่วยเลขานุการเจ้าคณะอำเภอฮอด : ประธานหน่วยอบรมประชาชนตำบลหางดง เขต๒ข : พระวิปัสสนาจารย์ประจำสำนักวิปัสสนากัมมัฏฐานประจำอำเภอฮอด : ครูใหญ่สำนักเรียนพระปริยัติธรรมแผนก นักรธรรม-บาลี วัดปัญญาธาราราม ปีเข้าศึกษา : ๒๕๖๐ ที่อยู่ปัจจุบัน : วัดปัญญาธาราราม หมู่ที่ ๒ ตำบลหางดง อำเภอฮอด จังหวัดเชียงใหม่ ๕๐๒๔๐ :โทร ๐๙๔-๙๑๕๕๙๕๖, Email : champ20079@gmail.com