

ลักษณะการเจริญมรณสติตามนัยที่ปรากฏในอรรถกถาพระบาลี:
คัมภีร์วิสุทธิมรรค*

CHARACTERISTICS OF DEATH MINDFULNESS AS EVIDENCED
IN PHRA PALI COMMENTARY: VISUDDHIMAGGA SCRIPTURE

พระมหาวิรุฐ วิโรจโน (นิลเพ็ชร)

Phramaha Wiruth Wirojano (Ninpetch)

เชี่ยวชาญ ศิริศักดิ์เสนา

Cheawchan Sirisaksena

ชนาธิป ศรีโท

Chanathip Sritho

พระครูวินัยธรวรชาติ ปยุตโต (ทะสา)

Phrakruwinaithorn Worachat Payutto (Thasa)

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาราชวิทยาลัย วิทยาเขตอีสาน

Mahamakut Buddhist University Isan Campus, Thailand

E-mail: Wiruth2009@hotmail.com

บทคัดย่อ

คัมภีร์อรรถกถาวิสุทธิมรรคได้กล่าวถึงการเจริญมรณสติโดยอาการต่าง ๆ ถึง 8 ลักษณะด้วยกัน ซึ่งได้แก่ การระลึกถึงความตายโดยปรากฏดุจเพชรฆาต โดยวิถีแห่งสมบัติ โดยเปรียบเทียบ โดยร่างกายเป็นสาธารณะแก่สัตว์และปัจจัยแห่งความตายมากชนิด โดยอายุ เป็นของอ่อนแอ โดยชีวิตไม่มีนิมิต โดยชีวิตมีกำหนดกาล และลักษณะสุดท้าย การระลึกถึงความตายโดยพิจารณาว่าชีวิตมีขณะสั้น ซึ่งนอกจากจะประกอบด้วยการให้ความหมาย การอธิบายถึงอาการต่าง ๆ ที่แสดงถึงการเจริญมรณสติแล้ว ยังอ้างอิงถึงถ้อยคำของพระอรรถกถาจารย์ประกอบการเรียงเรียงด้วย มีเชิงอรรถที่ให้รายละเอียดของศัพท์ที่ยังคลุมเครือ ไม่แจ่มแจ้งในแง่ของความหมายให้ผู้ค้นคว้าได้เข้าใจชัดเจนยิ่งขึ้น

ผู้เขียนเห็นว่า บรรดาแนวคิด ความหมาย องค์ประกอบของบทความวิชาการต่าง ๆ ที่นำมาเรียบเรียงให้ผู้อ่านศึกษานั้น ท่านประพันธ์ไว้อย่างครอบคลุมรอบด้านยิ่ง อาจกล่าวได้ว่า คัมภีร์วิสุทธิมรรคนั้นนับเป็นขุมทองแห่งสติปัญญาที่หาได้ หากไม่นำมาเผยแพร่ออกไปในวงกว้างแล้ว นับเป็นเรื่องน่าเสียดาย โดยเฉพาะในยุคปัจจุบันที่ผู้คนใช้ประโยชน์จากเทคโนโลยีของอินเทอร์เน็ต สำหรับเผยแพร่วารสารวิชาการต่าง ๆ ให้เกิดความสะดวกในการเข้าถึงมาก

ยิ่งขึ้นด้วยแล้ว ยังต้องตระหนักในการใช้สอยเทคโนโลยีเหล่านี้ให้มากกว่าที่เป็นอยู่และใช้ให้เกิดประโยชน์เชิงวิชาการให้ผู้คนทุกระดับชั้นสามารถเข้าถึงได้อย่างสะดวกรวดเร็วสมกับเป็นยุคดิจิทัลอย่างแท้จริง

คำสำคัญ: มรณสติ, การนึกถึงความตาย 8 ลักษณะ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค

ABSTRACT

The Visuddhimagga scripture explains the death mindfulness in eight characteristics: the death recall by the appearance of an executioner, the wealth catastrophe, comparison by the body as the public to the beast and the various factors of death, age is weak, life without a sign, life with time, and life is short. In addition to giving meaning and describing the symptoms that indicate the development of death mindfulness, the Visuddhimagga scripture also refers to the lecturers' words in the composition. Some footnotes detail the vague terms and unclear meanings for the researchers to understand more clearly.

The author sees that the concepts, meaning, and elements of various academic articles compiled for readers to study were written comprehensively. It could be said that the Visuddhimagga scripture is a gold treasure trove of wisdom. It will be a pity if it is not released to a broader audience. People are taking advantage of the technology using the internet for publishing various academic journals to provide greater accessibility, especially in today's age. However, we need to be more aware of the use of these technologies than they are and use them to achieve educational benefits for people of all levels by accessing them quickly and easily, as in the actual digital age.

Keywords: Death mindfulness, 8 characteristics of death mindfulness, Visuddhimagga scripture

บทนำ

ในช่วงที่ผู้คนตื่นตระหนกกับเหตุการณ์โรคระบาดโควิด-19 ซึ่งมีผลทำให้เกิดความสูญเสียไปในวงกว้าง ทุกชาติ ทุกภาษา ทุกวัฒนธรรม ในทั่วทุกมุมโลกต่างพากันเตรียมการรับมือกับการแพร่ระบาดของเชื้อโรคนี้อย่างแข็งขัน จริงจัง ปรากฏว่ามีผู้เสียชีวิตจากโรคภัยชนิดนี้ในปัจจุบันนับเป็นล้านคนทั่วโลก อีกทั้งยังมีจำนวนผู้ติดเชื้อที่ยังอยู่ในระหว่างการรักษา พักฟื้นตัวอยู่อีกเป็นจำนวนมาก รวมถึงมียอดผู้ติดเชื้อที่เพิ่มขึ้นอยู่เรื่อย ๆ อย่างต่อเนื่อง ในส่วนของประเทศไทยนั้นถือได้ว่ามีการเตรียมการรับมือเป็นอย่างดี มีมาตรการเข้มงวด

เพื่อควบคุมการแพร่กระจายของเชื้อโรคชนิดนี้ได้ในระดับหนึ่ง ผู้ติดเชื้อเพิ่มขึ้นไม่มี ผู้ติดเชื้อที่กำลังรับการรักษายังคงที่ ยอดผู้เสียชีวิตเพิ่มยังไม่น่ากังวลนัก แต่ยังมีกรณีระงับ กระตุ้นเตือนบรรณาคให้คนไทยได้ใช้ชีวิตอย่างไม่ประมาท ยังคงรักษามาตรการทางสาธารณสุขอย่างเข้มงวดในการควบคุมผู้คนเข้าออกประเทศ รักษาระยะห่างทางสังคม สวมใส่หน้ากากอนามัย เป็นต้น

เมื่อวิถีชีวิตความเป็นอยู่เปลี่ยนแปลงไป ท่ามกลางสถานการณ์อันไม่ปกติที่เกิดขึ้น แต่จำเป็นต้องปรับตัวให้เข้ากับวิถีชีวิตปกติใหม่ที่เรียกกันคุ้นปากว่า new normal จึงทำให้ผู้คนจำเป็นต้องปรับเปลี่ยนให้เป็นการใช้ชีวิตให้เป็นปกติมากที่สุด โดยยอมรับความเปลี่ยนแปลงของสถานการณ์ใหม่ให้ได้ ทางกาย จากที่ไม่เคยใช้หน้ากากอนามัย กลับจำเป็นต้องใช้อยู่เสมอหากต้องพบปะ พูดคุย เข้าสังคมกับผู้อื่นที่แปลกหน้าไม่คุ้นเคย การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มจากที่เคยเข้าร่วมกิจกรรมได้ทันที โดยไม่ต้องมีขั้นตอนตรวจสอบใด ๆ มาเป็นอุปสรรค กลับต้องยอมให้มีการวัดไข้ ด้วยเครื่องมือวัดที่ถูกต้องแบบเพื่อรองรับสถานการณ์นี้โดยเฉพาะด้วย ทางใจ จากที่เคยเข้าสังคมสนุกสนาน เฮฮา ไม่รู้สึกโดดเดี่ยว เปลี่ยวเหงา กลับต้องมาจำกัดบริเวณอยู่ในที่ที่ตักตัวเองไว้ เพื่อป้องกันการติดเชื้อเพิ่ม และอาจเป็นพาหะนำไปสู่การแพร่กระจายไปยังกลุ่มคนที่รวมตัวกันอยู่อย่างปลอดภัยในสังคมอื่น ๆ อีกก็เป็นได้ อย่างไรก็ตามนี้เป็นต้นก็มี

ที่กล่าวมาข้างต้นล้วนเป็นมาตรการรับมือกับความตาย คือการป้องกันตนเองอย่างไรไม่ให้สัมผัสเสี่ยงต่อการติดเชื้อโควิด 19 แล้วส่งผลร้ายแรงถึงชีวิตในที่สุด จึงเป็นเรื่องการเตรียมพร้อมรับมือกับความตายอย่างรอบคอบรัดกุม โดยไม่กลัวตายต่างหาก หากเราทำไปเพียงเพราะความกลัวตายไม่ ซึ่งสอดคล้องกับการพิจารณาระลึกถึงความตาย 8 ลักษณะที่ท่านพระอรหันตศาจารย์กล่าวไว้ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค เพื่อทำความรู้จักความตายอย่างเข้าใจ อันเป็นวัตถุประสงค์โดยตรงของการเขียนบทความวิชาการชิ้นนี้ขึ้น มีผู้รู้กล่าวไว้ว่า หากจะถามว่ามนุษย์กลัวอะไร อาจจะมีสารพัดคำตอบนานาประการสำหรับผู้เกิดมาเป็นมนุษย์ ที่สามารถตอบได้จากความรู้ ประสบการณ์ต่าง ๆ ที่มนุษย์ได้สั่งสมมาแต่อดีต สัมผัสมาตั้งแต่เกิด แต่คำตอบทั้งหมดทั้งหมดนั้น น่าจะสรุปได้เพียงคำตอบเดียวอย่างกระชับรัดกุมนั่นคือ มนุษย์กลัวความไม่รู้ เพราะไม่รู้ (อวิชชา) นั่นเองจึงทำให้มนุษย์หวาดกลัว สะดุ้งตื่น และประหวั่นพรั่นพรึงกับสิ่งลึกลับที่ไม่รู้แจ้งชัดอยู่ทุกเมื่อเชื่อวันได้ トラบไตที่ยังไม่รู้ไม่เห็นในสิ่งที่ลึกลับนั้นว่าคืออะไรแน่นอนคือ เมื่อสรุปโดยหลักตรรกศาสตร์ โดยเทียบเคียงกับหลักการและเหตุผลแล้ว จึงอาจกล่าวได้ว่า ที่มนุษย์กลัวตาย นั่นเพราะมนุษย์ไม่รู้จักความตายก็ย่อมได้ การเขียนบทความนี้ก็เพียงเพื่อต้องการให้ผู้คนทำความรู้จักกับความตายให้มากขึ้น ทำความเข้าใจให้มากขึ้น เมื่อรู้และเข้าใจมากยิ่งขึ้นแล้ว จะช่วยลดทอนความกลัวตายได้มากขึ้นตามไปด้วย เมื่อรู้จักทำให้ใจยอมรับความจริงก่อนจะตายได้มากขึ้น เป็นอันหวังได้ว่าความเศร้าหมองแห่งใจนี้ เกิดขึ้นได้ยากเช่นเดียวกัน เมื่อความเศร้าหมองแห่งใจเกิดได้ยาก หรือไม่เกิดแล้ว ความ

บริสุทธิ์ของใจก็ย่อมมี สุกคคือภพภูมิที่ดี ก็ย่อมเข้าถึงได้โดยไม่ยากสำหรับผู้เจริญมรณสติอยู่
เนื่องนิตย์

ยิ่งไปกว่านั้น หากเรารู้จักและเข้าใจความตายได้อย่างรอบด้านแล้ว ประโยชน์ย่อม
บังเกิดขึ้นแก่เราได้โดยประจักษ์ เป็นที่พึ่งแก่ตนได้ยามเข้าสู่มรณกรรม สามารถประคับประคอง
ป้องกันจิตใจไม่ให้เศร้าหมองได้นับเป็นประโยชน์ส่วนตน (อิตตहितประโยชน์) ประโยชน์ผู้อื่นเล่า
(ปรหิตประโยชน์) ย่อมสามารถแนะนำ พร่ำสอน ชี้แจง ทำความเข้าใจให้ผู้อื่นรู้และเข้าใจใน
ความตายนี้ให้ถ่องแท้ อันเป็นการชี้ทางสว่างให้พวกเขาได้เตรียมใจให้พร้อมก่อนเข้าไปสู่
มรณกรรมอันจะมาถึงเข้าในอนาคตกาลข้างหน้า เพื่อจักได้ไม่กระวนกระวายใจฟุ้งซ่านซุนมัว
ส่งผลให้ใจเกิดความเศร้าหมองไม่ผ่องใส จนสุ่มเสี่ยงต่อการเข้าไปสู่ทุกข์คติ อันเป็นโลกหลังความ
ตายอันไม่น่าพึงประสงค์สำหรับมนุษย์ผู้เกิดมาพบพระพุทธศาสนา จะได้ไม่เสียดายเกิดและ
ขาดทุนชีวิตไปอย่างน่าเสียดาย อันเป็นวัตถุประสงค์สำคัญประการหนึ่งของการเรียบเรียง
บทความชิ้นนี้ขึ้น

สำหรับเนื้อหาที่นำมาเผยแพร่เป็นแนวทางนำไปสู่การทำความเข้าใจในเรื่องมรณสตินี้
จะมุ่งหมายให้ผู้ศึกษาค้นคว้าได้เข้าถึงความเป็นจริงของความตาย โดยใช้หลักมรณสติ คือการ
ระลึกถึงความตายโดยลักษณะต่าง ๆ ถึง 8 ประการด้วยกัน เมื่อเรามองลักษณะแห่งความตาย
เหล่านี้ได้ชัดเจนแล้ว อาจทำให้ยอมรับ และบรรเทาความลุ่มหลงมัวเมาในชีวิตได้บ้างไม่มากก็
น้อย การเทียบเคียงถึงสิ่งที่พรรณนาไว้ในอรรถกถาวิสุทธิมรรคนี้ ทำให้เราได้ความรู้ว่า แม้เราก็
จะต้องยอมรับในหลักการเข้าสู่ความสูญเสียในลักษณะเช่นนี้อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้เช่นเดียวกัน

ดังความตอนหนึ่งในวิสุทธิมรรคอันว่าด้วยการมรณสิการถึงมรณะคือความตายที่ว่า
“แต่สำหรับพระโยคาวจรผู้ใด ด้วยมรณสิการเพียงเท่านั้น กรรมฐานยังไม่เป็นอย่างนั้น
พระโยคาวจรผู้นั้นพึงระลึกถึงความตายโดยอาการ 8 อย่างนี้คือ วัชกปัจจุภูฏฐานโต พิจารณา
ความตายโดยปรากฏดุจเพชรฆาต สมปตติวิปตติโต โดยวิบัติแห่งสมบัติ อุปสรรณโต
โดยเปรียบเทียบ กายพหุสาธารณโต โดยร่างกายเป็นสาธารณะแก่สัตว์และปัจจัยแห่งความตาย
มากชนิด อายุทุพพลโต โดยอายุที่นับเป็นของอ่อนแอ อนิมิตโต โดยชีวิตไม่มีนิมิต อทธานปริจ
เฉทโต โดยชีวิตมีกำหนดกาล ขณปริตโต โดยชีวิตมีขณะสั้น

การนำเสนอลักษณะการเจริญมรณสติตามนัยพระบาลีในคัมภีร์วิสุทธิมรรคนี้ ผู้เรียบ
เรียงจะอธิบายนัยที่แฝงอยู่ในความหมายแต่ละลักษณะทั้ง 8 อย่างนี้โดยนิตยปริยาย พร้อมทั้ง
แสดงอานิสงส์หรือประโยชน์การมรณสติ คือการระลึกถึงความตายแล้วได้อะไร ส่งผลต่อจิตใจ
เราได้อย่างไร เราจะนำไปปฏิบัติให้เกิดสมถภาวนา คือการฝึกจิตให้สงบระงับ เกิดความสงบ
เป็นอารมณ์เดียวได้อย่างไร ซึ่งเนื้อหาในวิสุทธิมรรคท่านกล่าวไว้ชัดเจน นำพิจณาศึกษา
ค้นคว้า เรียนรู้ ทำความเข้าใจ พร้อมนำไปปฏิบัติได้ด้วย

ศัพท์เฉพาะทางพระพุทธศาสนาว่าด้วยมรณสติ

สำหรับศัพท์เฉพาะทางที่สำคัญจากคัมภีร์วิสุทธิมรรคที่เราควรจดจำทำความเข้าใจให้ถูกต้องนั้น จะขออนุญาตนำเสนอไว้ในส่วนของบทความนี้ด้วย เพื่อประกอบการศึกษาอ้างอิง และสามารถนำไปเผยแพร่ให้เข้าใจได้ง่าย ๆ ตามความหมายอันเป็นพุทธประสงค์หรือไม่นั้น พระพุทธโฆษาจารย์ ท่านได้อ้างอิงถ้อยคำที่ท่านแต่งไว้โดยนำมาจากคัมภีร์อื่น ๆ ประกอบด้วย โดยเฉพาะคำที่เป็นอรรถกถาพระบาลีดังต่อไปนี้

คัมภีร์วิสุทธิมรรค หมายถึง คัมภีร์ที่แสดงถึงหนทางแห่งความบริสุทธิ์ ซึ่งเป็นผลงานนิพนธ์ของพระอรรถกถาจารย์ชาวชมพูทวีปนามว่า พระพุทธโฆษาจารย์ แต่งไว้ในสมัยหลังพุทธปรินิพพาน

มรณสติ หมายถึง การระลึกถึงความตายโดยอาการต่าง ๆ

วธกปัจจุภูฐานโต การระลึกถึงความตายโดยปรากฏดุจเพศฆาต หมายถึง เห็นความตายเหมือนเพศฆาตฆ่าคน เพราะนับแต่เกิดมาเรามีความตายคอยตัดชีวิตอยู่เสมอ

สมปตติวิปตติโต การระลึกถึงความตายโดยเป็นความวิบัติแห่งสมบัติ หมายถึง ความตายมีทั่วไปทั้งแก่คนรวยหรือคนจน

อุปสัมภณโต การระลึกถึงความตายโดยเปรียบเทียบ หมายถึง ผู้ที่มียศมาก มีบุญมาก มีกำลังมาก มีฤทธิ์มาก มีปัญญามาก เป็นพระปัจเจกพุทธเจ้า เป็นพระพุทธเจ้าก็ตาย แม้เราก็ตายเหมือนอย่างนั้น

กายพหุสาธารณโต การระลึกถึงความตายโดยร่างกายเป็นสาธารณะแก่สัตว์และเป็นปัจจัยแห่งความตายมากชนิด หมายถึง ร่างกายนี้เป็นที่อาศัยของหมู่นอน 80 ชนิด ซึ่งอาศัยหลบนอน กินอยู่ตามผิวหนัง หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก หรือแม้แต่เยื่อในกระดูก ซึ่งเป็นสาเหตุแห่งความตายประการหนึ่ง

อายุพหุพลโต การระลึกถึงความตายโดยอายุที่นับเป็นของอ่อนแอ หมายถึง ร่างกายของสัตว์ทั้งปวงไม่ใช่ของแข็งแรงอย่างใดเลย เป็นอยู่ได้ด้วยลมหายใจเข้าออกและสิ่งอื่น ๆ เท่านั้น

อนิมิตตโต การระลึกถึงความตายโดยชีวิตไม่มีนิมิต หมายถึง ความตายเป็นของไม่มีเครื่องหมาย ไม่มีป้ายบอกไว้ว่าจะต้องตายภายในเวลาใด

อหุธานปริจเขตโต การระลึกถึงความตายโดยชีวิตมีกำหนดกาล หมายถึง ความตายเป็นของประจำแน่นอนของสัตว์ สรรพสัตว์ต้องตายแน่และไม่ข้อยกเว้นให้ผู้ใดเลยแม้แต่คนเดียว

ขณปริตตโต การระลึกถึงความตายโดยเห็นว่าชีวิตมีขณะสั้น หมายถึง ชีวิตของสัตว์และคนทั้งหลายเป็นของน้อย ไม่มากพอกับความปรารถนาของตนเลย ถ้าจะมีอายุยืนสักเท่าไร ก็ยังนับว่าน้อยอยู่นั่นเอง

ความหมายของมรณะ (ความตาย)

พุทธทาสภิกขุ กล่าวถึงความตายไว้ว่า การตายเป็นหน้าที่ของสังขาร เมื่อเหตุปัจจัยบางส่วนหยุดปรุงแต่ง ก็จะมีการตายบางส่วนปรากฏออกมาแทบทุกวันทุกคืน เมื่อว่าโดยปรমัตถ์แล้วมนุษย์เราจะเผชิญกับความตายอยู่เสมอเพราะสังขารที่ทำหน้าที่ปรุงแต่งหยุดทำหน้าที่ลงในบางขณะก็ว่าได้ (พุทธทาสภิกขุ, 2549)

พระเทพวิสุทธิเมธี (ปัญญานันทภิกขุ) กล่าวถึงความตายว่า ความตายเป็นความสลายไปแห่งชั้นันต์ ความขาดชีวิตินทรีย์ หรือความเสื่อมสลายไปแห่งธรรมต่าง ๆ เหล่านั้น (พระเทพวิสุทธิเมธี (ปัญญานันทภิกขุ), 2548)

พ.ต.อ.ประยูร ดิษฐานุพงศ์ กล่าวถึงความตายว่า การที่จิตเคลื่อนจากร่างกาย (จติ) ไปเกิดใหม่ (ปฏิสนธิ) ตามอำนาจแห่งผลกรรม ความตายเป็นลักษณะที่ร่างกายไม่สามารถมีชีวิตอยู่ต่อไปได้อีก สรุปว่าความตายคือการที่ร่างกายสิ้นลมหายใจ (พ.ต.อ.ประยูร ดิษฐานุพงศ์, 2549)

ราชบัณฑิตยสถาน กล่าวถึงความตายไว้ว่า ความตายหมายถึงการสิ้นใจ การสิ้นชีวิต การไม่เป็นอยู่ต่อไป การเคลื่อนไหวไม่ได้ (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน ฉบับ พ.ศ. 2542, 2542)

สำหรับความตายโดยความหมายทางวิทยาศาสตร์การแพทย์ หมายถึงภาวะสมองตาย ส่วนในทางพระพุทธศาสนาหมายถึง ความตายคือการสิ้นอายุ ขาดไออุ่นและสิ้นวิญญาณหรือจิต (รื่นเริง สีลาบุญกรม, 2549)

ส่วนความหมายของความตายที่ปรากฏในคัมภีร์วิภังค์ และคัมภีร์สังยุตตนิกาย นิทานวรรค กล่าวไว้ว่า ความจติ ความเคลื่อนไป ความทำลายไป ความหายไป ความตายกล่าวคือ มฤตยู การทำกาละ ความแตกแห่งชั้นันต์ ความทอดทิ้งร่างกาย ความขาดแห่งชีวิตินทรีย์ ของเหล่าสัตว์นั้น ๆ จากหมู่สัตว์นั้น ๆ (มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2547)

ความหมายของมรณสติ

มรณสติ หมายถึง สติที่มีมรณะเป็นอารมณ์อันตั้งมั่นในใจ (มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2547)

มรณสติ หมายถึง การพิจารณาถึงความตายของหมู่สัตว์ที่ตายไปประกอบสติ ความสังเวช และญาณแล้วยังมนสิการให้เป็นไปโดยนัยเป็นต้นว่า “มรณ ภวิสสติ ๆ ๆ ความตายจักมี ๆ ๆ” (มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2547)

ในพจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์ ให้ความหมายมรณสติไว้ว่า

มรณสติ หมายถึง การระลึกถึงความตายอันจะมีมาถึงตนเป็นธรรมดา พิจารณาให้ใจสงบจากอกุศลธรรม เกิดความไม่ประมาทและไม่หวาดกลัวคิดเร่งชวนช่วยบำเพ็ญกิจและทำความดี (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), 2546)

มรณสดี หมายถึง การระลึกถึงมรณะกล่าวคือความขาดแห่งชีวิตินทรีย์ที่เนื่องอยู่ในภพอันเดียว (พระครูวิจิตรธรรมวิมล (ธเนศ อมโล), 2561)

กล่าวโดยสรุป มรณสดี หมายถึง การระลึกถึงความตายโดยอาการต่าง ๆ ซึ่งจะได้อธิบายให้พิสดารในลำดับต่อไป

ประเภทของความตาย

เมื่อกล่าวถึงประเภทแห่งความตาย ท่านได้แบ่งความตายให้เกิดความเข้าใจชัดเจนถึงลักษณะที่ผิดแผกแตกต่างกันไปหลากหลายชนิด มี 2 ชนิดบ้าง 3 ชนิดบ้าง 4 ชนิดบ้างดังนี้

ความตาย 2 ชนิด ได้แก่ ความตายโดยปกติ 1 ความตายโดยไม่ปกติ 1

1. ความตายโดยปกติ เช่น คนแก่ที่ตายลงไปเพราะสิ้นอายุขัย

2. ความตายโดยไม่ปกติ เช่น คนที่ตายก่อนวัยอันควร เป็นต้นว่าถูกรถชนตาย

ถูกฆาตกรรม ซึ่งยังไม่น่าจะตายแต่ก็ตาย (สุชญา ศิริธัญพร, 2552)

ความตาย 2 ชนิด (อีกประการหนึ่ง)

1. กาลมรณะ ย่อมมีด้วยการสิ้นบุญหรือสิ้นอายุ หรือด้วยการสิ้นทั้ง 2 อย่าง

2. อกาลมรณะ ย่อมมีด้วยอำนาจกรรมที่เข้าไปตัดรอนกรรม (พระครูวิจิตรธรรมวิมล

(ธเนศ อมโล), 2561)

ความตาย 3 ชนิด ได้แก่

1. สมมติมรณะ คือความตายโดยสมมติ โดยสมมติเรียกกันว่า นาย ก.ตาย, นาย ข.ตาย, ต้นไม้ตาย, วัวตาย, ไก่ตาย เป็นต้น

2. ฌนิมรณะ คือความตายของรูปนามทุก ๆ ภังคขณะ เมื่อนามรูปดับลงแล้วก็เกิดขึ้นใหม่สืบต่อกันไปอย่างไม่ขาดสายจนกว่าจะถึงอนุภาติเสสนิพพาน (ดับทั้งกิเลสและเบญจขันธ์ได้แล้ว)

3. สมุทฌมรณะ คือความตายหรือการนิพพานของพระอรหันต์ซึ่งไม่มีการเกิดขึ้นแห่งรูปนามอีก (สุชญา ศิริธัญพร, 2552)

ความตาย 4 ชนิด

1. สมุทฌมรณะ หมายถึง การนิพพานของพระอรหันต์ผู้ซึ่งนิมิตผู้ตัดกิเลสและวิมุตติทุกข์ได้สิ้นเชิง

2. ฌนิมรณะ หมายถึง ความดับของรูปนามที่ดับไปตลอดเวลาตราบเท่าที่สันตติแห่งรูปนามยังสืบต่อกันไปอยู่อย่างต่อเนื่องไม่ขาดสาย

3. สมมติมรณะ หมายถึง ความตายที่ชาวโลกสมมติกัน เช่นต้นไม้ตาย นานิภาตาย

4. ชีวิตินทรีย์ปัจเจกมรณะ หมายถึง รูปนามของสัตว์ที่ขาดลงในภพหนึ่ง ๆ เช่น คนตาย (สุชญา ศิริธัญพร, 2552)

ความตายของคนเรา จะมีสาเหตุที่ทำให้คนเราถึงแก่ความตายอยู่ 4 ชนิดด้วยกันคือ

1. ความตายเพราะสิ้นอายุ เช่นเวลานี้ คนเรามีอายุขัย 75 ปี คนที่มีชีวิตอยู่ถึงกำหนดอายุขัย หรือมีชีวิตอยู่เกินกำหนดอายุขัยไปบ้างแล้วก็ตายลง
2. ความตายเพราะสิ้นบุญ เช่น เหตุที่ทำให้อายุอยู่ต่อไปได้ยังมีอยู่ แต่บุญที่เป็นเครื่องหล่อเลี้ยงชีวิตหมดลง ไม่ได้ทำบุญเพิ่ม ทำให้บุญที่มีอยู่หมดลง จึงต้องตายแล้วไปเกิดที่ใหม่
3. ความตายเพราะสิ้นอายุและบุญ เช่น จะมองด้านอายุก็หมด มองด้านบุญก็หมดเช่นกัน คือหมดทั้งอายุที่ดำรงชีวิตมาได้จนครบกำหนดอายุขัย ทั้งบุญที่จะให้ชีวิตดำรงอยู่ต่อไปได้
4. ความตายเพราะอุบัติเหตุ คือความตายที่ยังไม่ถึงเวลา เพราะอำนาจกรรมเข้าไปตัดรอน คือคนผู้นั้นยังมีเหตุที่จะให้ดำรงชีวิตอยู่ต่อไปได้จนหมดอายุขัย แต่เพราะกรรมที่ได้กระทำในปัจจุบัน จึงส่งผลให้ผู้นั้นตายทันที ดังคนที่ทำปิตุฆาต หรือมาตุฆาต อรหันตฆาต กรรมชั่วก็จะส่งผลให้เขาได้รับผลในทันที หรือเพราะผลแห่งกรรมชั่วในภพก่อนตามมามาก จึงทำให้ผู้นั้นต้องตายอย่างฉับพลัน เช่นถูกฆ่าตาย ถูกน้ำท่วมตาย ถูกไฟฟ้าดูดตาย ถูกรถชนตาย ตกน้ำตาย ตกหลังคาบ้านตาย เป็นต้น (สุขญา ศิริธัญพร, 2552)

ความตายกับการไปสู่ภพภูมิที่รองรับ

ธรรมดาคนเราไม่อยากตาย แม้ถึงคราวจะตายก็อยากตายดี ไม่อยากตายที่ไม่ดี เมื่อเห็นคนอื่นตาย ตัวเองก็นึกร้อน ๆ หนาว ๆ ว่าสักวันเราคงต้องตายเป็นแน่แท้ แต่ตอนนี้เรายังไม่ตาย หากอยากตายดี ก็ต้องทำความดีเอาไว้ เป็นต้นว่ามีความเมตตาต่อสัตว์โลก ให้ความรักความเมตตา มีความสงสาร ช่วยทำบุญต่ออายุให้สัตว์ เช่น ใถ่ชีวิตโคกระบือ ช่วยเหลือคนผู้ตกทุกข์ได้ยาก ช่วยเหลือผู้เจ็บป่วยให้หายจากโรค การทำเช่นนี้เป็นประจำทุกวัน ทุกภพทุกชาติ ชนเกิดเป็นวาสนาส่งสมบารมีอยู่รำไป ก็จะทำให้คนผู้นั้นไม่ว่าจะเกิดในภพใดชาติใดก็ตาม ย่อมจะตายดี คือแก่ตายเพราะหมดอายุขัย ส่วนที่ตายไม่ดี เพราะขาดความเมตตาต่อสัตว์โลก มีปกติฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ขาดความช่วยเหลือผู้อื่นแม้ตกระกำลำบากก็ซ้ำเติมรังแกเบียดเบียนผู้นั้นให้ทุกข์มากขึ้น การทำเช่นนี้เป็นประจำทุกวันทุกภพทุกชาติ จนเกิดเป็นการสั่งสมบาปกรรมอยู่รำไป ก็จะทำให้คนผู้นั้นไม่ว่าจะเกิดในภพใดชาติใด ก็จะทำให้คนผู้นั้นมีอายุสั้น ตายก่อนวัยอันควร ซึ่งในความตายดีและไม่ดีนี้ คนส่วนมาก หากเลือกได้ก็คงเลือกที่จะตายดีกันทั้งนั้น แต่เราก็เลือกตายไม่ได้ เพราะความตายเป็นสิ่งที่กำหนดหมายไม่ได้ (สุขญา ศิริธัญพร, 2552)

อารมณ์ของบุคคลผู้กำลังเข้าสู่ความตาย

- ธรรมดาคนที่จะตาย ขณะกำลังจะตาย จะมีอารมณ์ 3 อย่างคือ
1. กรรม สิ่งที่เรากระทำไว้ จะเป็นบุญหรือบาปก็ตาม ก็จะมีปรากฏให้เห็น
 2. กรรมนิमित สิ่งที่เราได้กระทำไว้จะปรากฏให้เห็น หากทำบุญไว้ เช่น เคยสร้างสระน้ำไว้ เคยสร้างพระไตรปิฎกพร้อมตู้ เคยให้ทานแก่คนยากไร้ เคยสร้างกุฏิวิหารถวายวัด จะมา

ปรากฏให้เห็น หากทำบาปไว้เช่น เคยฆ่าหมู ขณะตายก็จะร้องโหยหวนแบบหมูขณะถูกฆ่า เคยตีไก่ ขณะจะตายก็จะทำท่าคล้ายจะตีไก่

3. คตินิมิต สิ่งที่จะไปเกิด หากจะไปเกิดในภพที่ดี ก็จะได้เห็นปราสาทราชวัง เป็นวิมาน หากจะไปเกิดในภพที่ไม่ดี ก็จะได้เห็นเป็นเหวลึก ป่าดงดิบ รกช้ำ เต็มไปด้วยซากหมานามต่าง ๆ เป็นต้น

อารมณ์ทั้ง 3 นี้จะมาปรากฏก่อนจะตายและขณะจะตายนั้น เมื่ออารมณ์ทั้ง 3 นี้มาปรากฏแล้วย่อมตายอย่างแน่นอน คนเราธรรมดาวิสัยปุถุชนคนทั่วไปแล้วย่อมปรารถนาจะมีชีวิตอยู่ต่อไป ไม่อยากตาย อยากทำอะไรมากมายที่ยังไม่ได้ทำ อยากมีอายุยืน เมื่อมีความอยาก เช่นนี้แล้ว ก็ต้องเริ่มทำเสียตั้งแต่วันนี้ ยังไม่สายทีเดียวที่จะทำบุญกุศลไว้ และบุญกุศลนี้ ก็มีให้ทำมากมาย เช่นความเคารพต่อผู้หลักผู้ใหญ่ การช่วยเหลือผู้อื่น การฟังเรื่องที่ดี การถ่ายทอดความรู้ให้ผู้อื่น หรือแม้แต่การที่เราคิดถูกต้องเห็นดีเห็นงาม ก็จัดว่าเป็นบุญทั้งนั้น แต่ในที่นี้จะพูดถึงการถ่ายทอดความรู้ให้กับผู้อื่น เรื่องการระลึกถึงความตาย

เดิมทีคนสมัยก่อนเมื่อเห็นคนอื่นตาย ก็นำมาคิดว่า ธรรมดาคนเราเกิดมาแล้วต้องตาย ชีวิตมีความตายเป็นที่สุด ความจริงการที่เราจะคิดถึงความตายไว้ก็ดีเหมือนกัน เพราะการระลึกถึงความตายนี้ จะทำให้คนเราละความยึดมั่นถือมั่นลงไปได้ จะทำให้เราสะสมน้อยลง คนสมัยก่อนเปรียบชีวิตไว้ว่าน้อยนุ้ เหมือนกับน้ำค้างบนยอดหญ้า พอถูกแสงแดดแผดเผาาก็เหือดแห้งไป เหมือนกันโคที่กำลังจะถูกฆ่า ยิ่งเดินเร็วเท่านั้น ก็ถูกฆ่าเร็วเท่านั้น ดังนั้น เมื่อได้ฟังอุปมาเปรียบเทียบชีวิตเช่นนี้แล้วให้หมั่นระลึกถึงความตายเสียแต่วันนี้ (สุชญา ศิริธัญพร, 2552)

การระลึกถึงความตายตามแนวพุทธศาสตร์

การระลึกถึงความตายที่ถูกต้องนั้น ท่านว่าให้ระลึกถึงความตายของตนเท่านั้น ทำไมจึงเป็นเช่นนั้น เพราะมีเงื่อนไขอยู่ 3 ข้อดังนี้

1. สติ หากระลึกถึงความตายของคนอื่น เช่น คนผู้นั้นเป็นที่รักเมื่อตายไป ก็จะเสียใจ หรือผู้ที่ตายนั้น เราไม่ชอบเขาเลย เราก็จะดีใจว่าตายเสียได้ก็ดี หากระลึกถึงความตายของผู้อื่น เช่นนี้ จะทำให้จิตของเราเศร้าหมองได้ แต่หากระลึกถึงความตายของตนก็จะไม่เกิดเหตุตั้งกล่าวข้างต้น แล้วได้สติระลึกว่าเราจะต้องตายแน่

2. สังเวคะ เมื่อระลึกถึงความตายของตนเองแล้ว หากรู้ว่าตนเองยังอยู่ในความประมาทขาดสติ ไม่ได้ทำบุญไว้ก็จะสลดใจว่า ตัวยังประมาทอยู่เลย ทางที่ดี เราควรรีบทำความดีเสียแต่วันนี้เลย ก่อนที่จะเกิดความสลดใจในชีวิตที่ผ่านมา แต่ก็ต้องอาศัยสติระลึกได้ทัน

3. ญาณ เมื่อระลึกได้ว่า ตนเองต้องตายแน่ ก็จงขวนขวายรีบเร่งทำความดี ไม่มีความประมาทในชีวิต เช่นพิจารณาถึงชีวิตว่าดำรงอยู่ได้เพียงแค่มหายใจเข้าออก ช่วงเวลาเพียงกลืนข้าวคำหนึ่งเท่านั้น

เมื่อระลึกถึงความตายโดยมีเงื่อนไข 3 ข้อตามที่กล่าวมา ก็จะเป็นการระลึกความตายที่ถูกต้อง แม้จะตายวันตายพรุ่ง ก็จะไม่มีความกลัวต่อความตาย เมื่อจะตายก็ไม่เศร้าโศก ไม่หลงตาย มีจิตผ่องใสขณะตาย และคนที่มีจิตผ่องใสนี้ ย่อมได้ไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์ ดังพระพุทธพจน์บาลีที่ตรัสไว้ว่า จิตเต อสงกิลิฏฐุ สุคติ ปาฎิกงขา จิตเต อสงกิลิฏฐุ ทุคคติ ปาฎิกงขา เมื่อจิตไม่เศร้าหมองสุคติเป็นอันหวังได้ เมื่อจิตเศร้าหมองทุคติเป็นอันหวังได้ (สุขญา ศิริธัญพร, 2552)

ลักษณะการแห่งมรณสติ 8 ประการ

1. การระลึกถึงความตายโดยปรากฏดุจเพชรฆาต บาลีว่า “วชกปจจุปฏฐานโต” หมายถึง เห็นความตายเหมือนเพชรฆาตฆ่าคน เพราะนับแต่เกิดมาเรามีความตายคอยตัดชีวิตอยู่เสมอ พระพุทธโฆษาจารย์ท่านอธิบายเพิ่มเติมว่า เนื่องจากความตายมาพร้อมกับความเกิดและคร่าเอาชีวิตมนุษย์ไป อุปมาเหมือนดอกเห็ดย่อมพาเอาฝุ่นติดตัวขึ้นมาด้วยฉันใด สัตว์ทั้งหลายก็พาเอาความแก่และความตายเกิดมาด้วยฉันนั้น ปฏิสนธิจิตของสัตว์เหล่า นั้นก็ถึงซึ่งความแก่ในลำดับแห่งความเกิดขึ้นนั่นเอง แล้วก็แตก (ดับ) ไปพร้อมกับสัมปยุตขันธ์ทั้งหลาย ดังศิลาตกจากยอดเขาแตกไปฉะนั้น มีจุดเริ่มต้นและสิ้นสุดอย่างไร ท่านอธิบายว่า จำเดิมแก่กาลที่เกิดแล้วก็บ่ายหน้าสู่ความตายไปไม่กลับเลยแม้สักน้อยเดียว เปรียบดังดวงสุริยะที่ขึ้นแล้วย่อมบ่ายหน้าสู่ความตกไปทำเดียวกันนั้น

2. การระลึกถึงความตายโดยเป็นความวิบัติแห่งสมบัติ บาลีว่า “สมปตติวิปตติโต” หมายถึง ความตายมีทั่วไปทั้งแก่คนรวยหรือคนจน พระพุทธโฆษาจารย์ท่านอธิบายว่า อันสมบัติในโลกนี้จะคงดำรงอยู่ได้ก็ชั่วเวลาที่วิบัติยังไม่ครอบงำ และขึ้นชื่อว่าสมบัติที่จะล่วงพ้นวิบัติรอดอยู่ได้ ไม่มีเลย จริงอย่างนั้น แม้พระเจ้าอโศกมหาราช ผู้ทรงมีสุข ได้ทรงครอบครองผืนแผ่นดินทั้งชมพูทวีป ทรงใช้จ่ายพระราชทรัพย์ถึงวันละ 100 โภกวิ ทำยที่สุดในวันปลายแห่งพระชนม์ชีพ ได้ทรงครองความเป็นใหญ่ต่อมะขามป้อมเพียงครึ่งผลเท่านั้น ความแก่และความตายย่อมครอบงำสัตว์ทั้งหลาย คือ พวกกษัตริย์ พวกพราหมณ์ พวกแพศย์ พวกศูทร พวกจันฑาล และเหล่าปุกกะสะ (กรรมกรเทษยะ) มิได้ยกเว้นใคร ๆ เลย เปรียบเหมือนภูเขาหินใหญ่สูงเสียดฟ้า บดกลิ้งสัตว์มาทั้งสี่ทิศโดยรอบโดยไม่เว้นใครเลย ฉะนั้น วิบัติคือมรณะจึงเป็นจุดสิ้นสุดแห่งสมบัติคือชีวิตนั่นเอง

3. การระลึกถึงความตายโดยเปรียบเทียบ บาลีว่า “อุปสัสมรณโต” หมายถึง ผู้ที่มียศมาก มีบุญมาก มีกำลังมาก มีฤทธิ์มาก มีปัญญามาก เป็นพระปัจเจกพุทธเจ้า เป็นพระพุทธเจ้า ก็ตาย แม้เราก็จะตายเหมือนอย่างนั้น พระพุทธโฆษาจารย์ อธิบายว่า เราพึงระลึกถึงความตายโดยเปรียบเทียบด้วยอาการ 7 คือ 1) โดยความมียศใหญ่ (ยสมหตตโต) ท่านผู้มียศใหญ่ทั้งหลาย มีพระเจ้าสุทโธทนะจักรพรรดิเป็นต้นยังต้องตาย จะกล่าวไปใยถึงพวกเราเล่า 2) โดยความมีบุญมาก (ปุลณมหตตโต) โขทัยเศรษฐีเป็นต้นที่ปรากฏว่ามีบุญมากในโลกยังต้องตาย จะกล่าวไป

โยถึงพวกเราเล่า 3) โดยความมีเรี่ยวแรงมาก (ถ้ามมหตโต) นักมวยปล้ำผู้กำลังเรี่ยวแรงดี มีพระวาสุเทพเป็นต้นยังต้องตาย จะกล่าวไปโยถึงพวกเราเล่า 4) โดยความมีฤทธิ์มาก (อิทธิมหตโต) พระโมคคัลลานะผู้มีฤทธิ์มากกว่าใครในโลก ยังต้องเข้าสู่ป่ากฤตยูพร้อมกับฤทธิ์ที่ท่านมี เหมือนเนื้อเข้าปากเสือ จะกล่าวไปโยถึงพวกเราเล่า 5) โดยความมีปัญญามาก (ปญญามหตโต) พระสารีบุตรยอดอัครสาวกผู้มีปัญญามากยังตกอยู่ในอำนาจแห่งความตาย จะกล่าวไปโยถึงพวกเราเล่า 6) โดยความเป็นพระปัจเจกพุทธะ (ปัจเจกพุทธโต) แม้พุทธบุคคลทั้งหลายเหล่าใดทำความยำยี่เสียซึ่งศัตรูคือสรรพกิเลส ด้วยพละคือญาณและวิริยะของตน ๆ จนได้บรรลุปัจเจกสัมโพธิเป็นพระสยัมภู มีจรียา เยียงนอแรด แม้พุทธบุคคลเหล่านั้น ก็ได้พ้นจากความตาย ก็ที่ไหนตัวเราจักพ้นเล่า และ 7) โดยความเป็นพระสัมมาสัมพุทธะ (สมมาสมพุทธโต) แม้พระผู้มีพระภาคเจ้าจะทรงมีพระรูปกายวิจิตรไปด้วยมหาบุรุษลักษณะ 32 มีอนุพยัญชนะ 80 ประการประดับ มีพระธรรมกายสัมฤทธิ์ด้วยพระคุณรัตนะ มีสีลชั้นอันบริสุทธิ์ด้วยอาการทั้งปวงทรงถึงฝั่งแห่งความมียศใหญ่ ความมีบุญมาก ความมีกำลังมาก ความมีฤทธิ์มาก และความมีปัญญามาก หาผู้เสมอมิได้ ทรงเสมอกับผู้ที่ไม่มีใครเสมอ หาผู้เปรียบมิได้ หากเทียบมิได้ เป็นพระอรหันต์ตรัสรู้เองโดยชอบ ถึงกระนั้นก็ยังทรงดับขันธไปโดยพลันด้วยอำนาจแห่งมรณะ ดูกองไฟใหญ่มอดไปด้วยหยาดฝนแห่งน้ำฉะนั้น

4. การระลึกถึงความตายโดยร่างกายเป็นสาธารณะแก่สัตว์และเป็นปัจจัยแห่งความตายมากชนิด บาลีว่า “กายพหุสาธารณโต” หมายถึง ร่างกายนี้เป็นที่อาศัยของหมู่หนอน 80 ชนิด ซึ่งอาศัยหลักบนอน กินอยู่ตามผิวหนัง หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก หรือแม้แต่เยื่อในกระดูก ซึ่งเป็นสาเหตุแห่งความตายประการหนึ่ง พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ครั้นกลางวันผ่านไปแล้ว กลางคืนย่างเข้ามา ย่อมพิจารณาเสมอว่า เราอาจจะตายด้วยเหตุต่าง ๆ คืออาจจะกัดเราได้ แมลงปองอาจจะต่อยเราได้ ตะขาบอาจจะกัดเราได้ เราอาจจะพลาดตกเหวได้ อาหารที่เรากินแล้วอาจเกิดเป็นพิษได้ น้ำดีของเราอาจกำเริบได้ เสมหะของเราอาจกำเริบได้ ลมที่ตัดความสืบทอดแห่งชีวิต (สัตถกะ) ของเราอาจกำเริบได้ ความตายอาจจะมีแก่เราได้เพราะเหตุดังกล่าวข้างต้น ฉะนั้น ภาวะคือกาลกิริยานั้นจึงเป็นอันตรายแก่เราได้”

5. การระลึกถึงความตายโดยอายุที่นับเป็นของอ่อนแอ บาลีว่า “อายุทุพพลโต” หมายถึง ร่างกายของสัตว์ทั้งปวงไม่ใช่ของแข็งแรงอย่างใดเลย เป็นอยู่ได้ด้วยลมหายใจเข้าออก และสิ่งอื่น ๆ เท่านั้น เพราะชีวิตของสัตว์ทั้งหลายล้วนต้องเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์กับธรรมชาติ 5 ประการได้แก่ 1) ผูกพันอยู่กับลมหายใจเข้าออก หายใจออกแล้วไม่เข้าก็ตาย หายใจเข้าแล้วไม่ออกก็ตาย 2) ผูกพันอยู่กับอิริยาบถ หากอิริยาบถใดเกินประมาณไป อายุสังขารย่อมขาด 3) ผูกพันอยู่กับความเย็นความร้อน เมื่อถูกความเย็น ความร้อนที่มากเกินไปชีวิตย่อมขาดสูญไปเช่นกัน 4) ผูกพันอยู่กับมหาภูต ร่างกายมีธาตุ 4 ที่สมดุล ยามใดที่มีธาตุดินมากไปร่างกายก็แข็งกระด้าง มีธาตุน้ำมากไปก็เน่าเหม็น มีธาตุไฟมากไปก็ตัวร้อนไข้ไม่ลดเป็นต้น และ 5) ผูกพันอยู่

กับอาหาร ชีวิตขาดอาหารไม่ได้ เมื่อร่างกายไม่ได้รับอาหาร (กวฬิงการอาหาร) เป็นเวลานาน ร่างกายก็อ่อนแอและถึงแก่ชีวิตได้

6. การระลึกถึงความตายโดยชีวิตไม่มีนิมิต บาลีว่า “อนิมิตตโต” หมายถึง ความตาย เป็นของไม่มีเครื่องหมาย ไม่มีป้ายบอกไว้ว่าจะต้องตายภายในเวลาใด ท่านพระพุทโธฆษาจารย์ กล่าวไว้ว่า ธรรม 5 ประการ คือ 1) ชีวิต บอกไม่ได้ว่าจะมีชีวิตอยู่เพียงเท่านี้ หรือจะมีชีวิตอยู่ ต่อจากนี้ไปเท่าไร อาจตายเสียตั้งแต่ปฏิสนธิ หรืออยู่รอดตลอดเป็นคนมาได้แล้วอาจตาย เสียช่วงเวลาใดก็ไม่อาจบอกได้เลย 2) พยาธิ บอกไม่ได้ว่าจะเสียชีวิตเพราะโรคนี้เท่านั้น ไม่ใช่ โรคอื่น หรือบอกให้รู้ไม่ได้ว่าจะตายเพราะโรคชนิดใดชนิดหนึ่งนั่นเอง 3) กาล บอกไม่ได้ว่าจะ เสียชีวิตเวลาเช้า สาย บ่าย หรือเย็น กำหนดไม่ได้ว่าจะต้องตายในกาลนี้เท่านั้น ไม่ใช่กาลอื่น ๆ 4) สถานที่ที่ทอดร่าง บอกไม่ได้ว่าจะเสียชีวิตอยู่ที่ไหน เกิดในบ้านแล้วไปตายนอกบ้านก็มี เกิดนอกบ้านแต่มาตายในบ้านก็มี สัตว์เกิดบนบกแต่ไปตายตกอยู่ในน้ำก็มี สัตว์เกิดในน้ำไปตาย ตกอยู่บนบกก็มี และ 5) คติ บอกไม่ได้ว่าจติจากภพนี้แล้วจะต้องไปเกิดในภพนี้ จติจากคตินี้ แล้วจะต้องไปเกิดในคตินี้ เพราะบางคนจติจากเทวโลกมาเกิดเป็นคนก็มี จติจากมนุษย์โลก ไปเกิดเป็นเทวดาก็มี เพราะฉะนั้นธรรม 5 ประการดังกล่าวของสิ่งมีชีวิตทั้งหลายในโลก จึงไม่มี นิมิต บอกให้รู้ไม่ได้

7. การระลึกถึงความตายโดยชีวิตมีกำหนดกาล บาลีว่า “อพธานปริจเฉทโต” หมายถึง ความตายเป็นของประจำแน่นอนของสัตว์ สรรพสัตว์ต้องตายแน่และไม่มีข้อยกเว้นให้ผู้ใดเลย แม้แต่คนเดียว พระพุทโธฆษาจารย์อธิบายเพิ่มเติมว่า ช่วงเวลาแห่งชีวิตมนุษย์ทั้งหลายนั้น แสนสั้น ผู้ใดเป็นอยู่ยืนยาวได้สัก 100 ปี ก็มีบ้าง เกินนั้นไปก็มีบ้างแต่เป็นส่วนน้อย ฉะนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสว่า "ภิกษุทั้งหลาย อายุของมนุษย์นี้น้อย สัมปรายภพก็จะต้อง จึงควรทำกุศล ประพฤติพรหมจรรย์ ภิกษุทั้งหลาย ความไม่ตายแห่งสัตว์ผู้เกิดแล้วหาไม่มี ผู้ใด เป็นอยู่ยืนผู้นั้นก็เป็นอยู่สัก 100 ปี เกินนั้นไปก็มีบ้างแต่เป็นส่วนน้อย" ท่านจึงเปรียบช่วงอายุ อันน้อยนิดของมนุษย์ไว้ถึง 7 ข้อ คือ 1) เหมือนหยาดน้ำค้างบนยอดหญ้า พอต้องแสงอาทิตย์ก็ พลันเหือดแห้งไป 2) เหมือนฟองน้ำในน้ำประเดี๋ยวก็แตกไป 3) เหมือนรอยไม้ขีดในน้ำประเดี๋ยว ก็หายไป 4) เหมือนธารน้ำไหลล่งลงมาจากภูเขามันแต่ไหลไปท่าเดียว 5) เหมือนคนแข็งแรง จะบ้วนน้ำลายที่ปลายลิ้นก็ทำได้ทันที 6) เหมือนชั้นเนื้อที่คนวางลงในกระทะเหล็กที่ร้อนจัด ก็ไหม้อย่างรวดเร็ว 7) เหมือนโคที่เขาจะฆ่าถูกลากจูงไปก็ไถลคนฆ่าและไถลที่ฆ่าเข้าไปทุกที ฉะนั้น

8. การระลึกถึงความตายโดยเห็นว่าชีวิตมีขณะสั้น บาลีว่า “ขณะปริตตโต” หมายถึง ชีวิตของสัตว์และคนทั้งหลายเป็นของน้อย ไม่มากพอกับความปรารถนาของตนเลย ถ้าจะมีอายุ ยืนสักเท่าไรก็ยังนับว่าน้อยอยู่นั่นเอง ท่านอธิบายเพิ่มเติมไว้ว่า พอจิตดวงนั้นดับ สัตว์ก็ได้ชื่อว่า ดับคือตาย ดังพระบาลีว่า ในขณะที่จิตที่เป็นอดีต สัตว์ชื่อว่าเป็นแล้ว มิใช่เป็นอยู่ มิใช่จักเป็น ในขณะที่จิตที่เป็นอนาคต สัตว์มิใช่เป็นแล้ว มิใช่เป็นอยู่ แต่ชื่อว่าจักเป็น ในขณะที่จิตอันเป็น

ปัจจุบัน สัตว์ก็มีไข่เป็นแล้ว แต่ชื่อว่าเป็นอยู่ และมีไข่จักเป็น ชีวิต อุตภาพ และสุขทุกข์ทั้งมวล ย่อมประกอบอยู่ด้วยจิตดวงเดียว ขณะแห่งชีวิต อุตภาพ และสุขทุกข์จึงเป็นไปเร็วอย่างนี้

คำสอนพระบาลีที่เกี่ยวกับความตาย

สตदानิ มรณิ ธูว์ ชีวิติ อหุธูว์ แปลว่า ความตายของสัตว์ทั้งหลายเป็นของยั่งยืน ชีวิต เป็นของไม่ยั่งยืน,

อวสฺสึ มยา มริตพฺพิ แปลว่า เราต้องตายแน่นอน มรณิ เม ภวิสฺสติ แปลว่า เราจักต้องตาย

ชีวิตินทริยํ อุพฺจฉิขิสฺสติ แปลว่า รูปชีวิตินทริยํ นามชีวิตินทริยํ จะต้องขาดจากกัน มรณิ เม ธูว์ ชีวิติ เม อหุธูว์ แปลว่า ความตายเป็นของเราแน่นอน ชีวิตของเราไม่แน่นอน อหุธูว์ เม ชีวิติ ธูว์ เม มรณิ แปลว่า ชีวิตของเราเป็นของไม่แน่นอน ความตายของเราเป็นของแน่นอน มรณปริโยสานํ เม ชีวิติ แปลว่า ชีวิตของเรามีความตายเป็นที่สุด ชีวิติ เม อนิยตํ มรณิ นียตํ แปลว่า ชีวิตของเราเป็นของไม่เที่ยงแท้ ความตายเป็นของเที่ยงแท้ และ มรณธมฺโมเมหิ มรณิ อนตีโต แปลว่า เรามีความตายเป็นธรรมดา เราไม่ล่วงพ้นความตายไปได้

หากเราชอบใจในบทพระบาลีใด ก็เลือกปริกรรมภาวนาบทพระบาลีนั้นแหละ ในการภาวนานั้น ไม่ว่าเราจะอยู่ที่ใดก็ตาม เราสามารถกำหนดภาวนาได้ทุกที่ แม้ขณะทำงานเราก็กำหนดภาวนาได้ ทำได้ทุกแห่งทุกที่โดยไม่จำกัดเวลาและสถานที่เลย ในขณะที่ระลึกถึงความตายนี้ ขอแนะนำว่าผู้เจริญต้องมีคุณลักษณะ 3 อย่างเสมอคือ สติ สังเวคะ และญาณ ดังที่เคยกล่าวไว้แล้วจึงจะประสบผล

กระบวนการเจริญมรณสติ

เมื่อเราได้ทราบแล้วว่า การเจริญมรณสตินี้ สามารถบรรเทาความเศร้าโศกลงได้ จึงขอสรุปขั้นตอนในการเจริญมรณสติดังต่อไปนี้

1. เรียนรู้ว่าสรรพสัตว์เกิดมาแล้วต้องตาย แม้ตัวเราก็กต้องตายเช่นเดียวกัน
2. ให้พิจารณาถึงความตายที่จะมาถึงแก่ตนเป็นประจำว่าชีวิตของเราไม่เที่ยง ความตายของเราสิเที่ยง
3. ให้พิจารณาว่า ชีวิตของเรา ดำรงอยู่ได้เพียงชั่วเวลาเดียวชั่ววูบกินคำหนึ่ง หรือมีชีวิตเพียงหายใจเข้า-ออกอยู่เท่านั้น
4. ให้พิจารณาชีวิตว่า ยังประมาทอยู่หรือไม่ ทำความดีหรือความชั่วอยู่ หากยังทำความชั่ว ก็ให้เลิกละความชั่วแล้วทำความดี และเร่งทำความดีให้เพิ่มพูนมากขึ้น
5. หากทำได้เช่นนี้แล้ว เมื่อความตายมาถึงตน ก็จะไม่เศร้าโศก ไม่กลัว ไม่หลงสติ มีจิตผ่องใสใจเบิกบาน เพราะได้เตรียมตัวตายก่อนจะตายจริงไว้พร้อมแล้ว

อานิสงส์การเจริญมรณสติ

เมื่อได้ปฏิบัติตามหลักการเจริญมรณสติดังที่ได้กล่าวมาแล้ว จะมีผลดีที่เห็นประจักษ์ดังต่อไปนี้

1. เป็นผู้ไม่ประมาทเนื่องนิตย์ คือจะเป็นคนไม่ประมาทมัวเมาในชีวิต ไม่นอนใจว่าชีวิตยืนยาว จะได้รับสร้างความคิดต่าง ๆ ไว้ให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้
2. จะละความยินดีในชีวิตได้
3. จะรังเกียจบาปความชั่วต่าง ๆ ได้
4. ไม่มากไปด้วยการสะสมกิเลส
5. จะไม่ละโมภในสิ่งของหรือทรัพย์สินทั้งปวง
6. ปราศจากความตระหนี่จะไม่เป็นคนเห็นแก่ตัว
7. จะรู้สึกในความไม่เที่ยงแห่งสังขาร มีความเข้าใจในความไม่เที่ยง
8. เวลาจะตาย ก็ไม่กลัวความตาย
9. เวลาจะตายก็จะไม่หลงตาย
10. หลังจากตายแล้ว ก็จะไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์

สรุป

ผู้เรียบเรียงได้นำเรื่องมรณสติมาให้ได้นึกคิดพิจารณา หวังเพียงให้เปลี่ยนวิกฤตเป็นโอกาสขณะที่ผู้คนทั่วทุกมุมโลกกำลังประสบพยาธิภัย ซึ่งอาจจะเกิดมรณภัยตามมาอย่างคาดไม่ถึงท่ามกลางสถานการณ์อันไม่แน่นอน อย่างน้อยเพียงเพื่อให้คนที่กำลังเศร้าโศก หรือตื่นตระหนกพลอยคลายความเศร้าโศก บรรเทาความตื่นตระหนกลงได้บ้าง เพราะสรรพสิ่งเกิดขึ้นมาแล้ว ก็มีความแตกสลายไปในที่สุด ไม่พลัดพรากจากกันไปในวันนี้ วันข้างหน้าไม่ช้านานก็จำต้องจากกันไป บ่ายหน้าเข้าหาความตายในที่สุดเช่นเดียวกัน

ความตายเป็นความสลายไปแห่งขั้นณ์ ความขาดไปแห่งชีวิตินทรีย์ หรือความเสื่อมสลายไปแห่งธรรมต่าง ๆ เหล่านั้น ส่วนการพิจารณาถึงความตายของหมู่สัตว์ที่ตายไปประกอบสติ ความสังเวช และญาณแล้วยังมนสิการให้เป็นไปจึงเรียกว่ามรณสติ ผู้หวังที่จะเข้าใจในสังขธรรมความจริงที่เรียกว่าความตายนี้ พึงระลึกถึงความตายโดยอาการ 8 อย่างนี้ คือ

- 1) วรคปจจุภูฐานโต โดยปรากฏดุจพหุฆมาต
- 2) สมฺปตฺตฺวิปตฺตฺโต โดยวิบัติแห่งสมบัติ
- 3) อุปฺสํหฺรณฺโต โดยเปรียบเทียบ
- 4) กายพหุสาธาณฺโต โดยร่างกายเป็นสาธารณะแก่สัตว์และปัจจัยแห่งความตายมากชนิด
- 5) อายุทุพฺพลฺโต โดยอายุที่นับเป็นของอ่อนแอ
- 6) อนิมนฺตฺโต โดยชีวิตไม่มีนิมิต
- 7) อทฺธานปริจฺเฉทฺโต โดยชีวิตมีกำหนดกาล และ
- 8) ขณฺปริตฺตฺโต โดยชีวิตมีขณะสั้น

ดังนั้น ยามเมื่อได้ประสบพบเจอกับมรณภัยคือความตาย หมั่นเตือนตนเองให้ระลึกมัน อยู่ในความตาย และหมั่นใช้คุณธรรม 3 ประการ คือ สติ ความสังเวช และญาณ พิจารณา ให้เกิดปัญญากับตนเองให้ได้ว่า เราจะรู้เท่าทัน เข้าใจลักษณะการแห่งความตายได้อย่างไร ก็เพื่อให้เป็นอุบายวิธีในการระลึกถึงความตายที่จะมีแก่ตนเป็นธรรมดา จะได้ไม่ประมาทในชีวิต ตลอดไป

เอกสารอ้างอิง

- พ.ต.อ.ประยูร ดิษฐานุพงศ์. (2549). ความตายของมนุษย์ตายแล้วไปไหน. กรุงเทพมหานคร: ไพลิน.
- พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน ฉบับ พ.ศ. 2542. (2542). ความตายหมายถึงอะไร. เรียกใช้เมื่อ 23 กันยายน 2563 จาก <https://1th.me/dvFW9>
- พระครูวิจิตรธรรมวิมล (ธเนศ อมโล). (2561). ศึกษามรณสติเพื่อการพัฒนาชีวิต. ใน วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระเทพวิสุทธิเมธี (ปัญญานันทภิกขุ). (2548). มรณานุสติ. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). (2546). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์ (พิมพ์ครั้งที่ 11). กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พุทธทาสภิกขุ. (2549). ตายก่อนตายดับไม่มีเหลือ (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร: บ้านลานธรรม.
- มหามกุฏราชวิทยาลัย. (2547). วิสุทธิมรรคแปล ภาค 2 ตอน 1 (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย.
- รินเริง สีลานุกรม. (2549). การตายทางการแพทย์: ในมุมมองศาสนากับวิทยาศาสตร์. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุขญา ศิริธัญพร. (2552). คู่มือตายดี. กรุงเทพมหานคร: คุณา. เรียกใช้เมื่อ 23 กันยายน 2563