

บทที่ 6

การดำเนินชีวิต

ภายใต้กฎแห่งกรรม

บทที่ 6

การดำเนินชีวิตภายใต้กฎแห่งกรรม

6.1 สาระสำคัญของชีวิตในวัฏสงสาร

- 6.1.1 กิเลสเป็นต้นเหตุของทุกข์ทั้งปวง
- 6.1.2 ทุกชีวิตมีระเบิดเวลา (วิบากกรรมในอดีต)
- 6.1.3 การพลัดไปสู่อบายภูมิเป็นภัยของการเวียนว่ายตายเกิด
- 6.1.4 ข้อปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

6.2 สิ่งที่ดีตัวข้ามชาติไปได้

- 6.2.1 บุญ
- 6.2.2 นิสสัย
- 6.2.3 ความคุ้นเคย ความผูกพัน สายบุญ
- 6.2.4 กิเลส
- 6.2.5 ความเสื่อมนำไปสู่ความตาย
- 6.2.6 วิบากกรรม
- 6.2.7 พระรัตนตรัยภายใน

6.3 คุณค่าของชีวิต

- 6.3.1 การบริหารเวลาของนักสร้างบารมี
- 6.3.2 คุณค่าของชีวิต

แนวคิด

1. บัณฑิตในกาลก่อนกล่าวไว้ว่า คนตาดีและคนตาบอดจำเป็นต้องจับก้อนเหล็กเพื่อนอจจาระ คนตาบอดย่อมมีโอกาสเพื่อนอจจาระมากกว่า เพราะมองไม่เห็น ฉันทใด บุคคลที่ดำเนินชีวิตโดยไม่มีความรู้ หรือไม่เข้าใจเรื่องกฎแห่งกรรม ย่อมมีโอกาสดำเนินชีวิตผิดพลาด นำตนเองไปสู่ความทุกข์ได้มากกว่าคนตาดี หรือคนที่มีความรู้ ความเข้าใจเรื่องกฎแห่งกรรม

2. กิเลส เป็นต้นเหตุของความทุกข์ทั้งปวง เพราะเป็นตัวบังคับให้สรรพชีวิตทำกรรม มีผลของกรรม คือวิบาก นำชีวิตไปสู่ความทุกข์ ทุกชีวิตล้วนเคยทำกรรมดีหรือกรรมชั่ว กรรมชั่วที่ทำไปแล้วกลายเป็นวิบากที่รอส่งผล ประดุจระเบิดเวลาของชีวิต ภัยของการเวียนว่ายตายเกิดคือ การพลัดไปสู่อบายภูมิ เพราะสรรพชีวิตเกิดมาพร้อมกับอวิชชา คือ ความไม่รู้ เมื่อไม่รู้ก็จะดำเนินชีวิตเหมือนการเดินในที่มืด

3. มีคำกล่าวที่ว่า “มนุษย์เกิดมาก็มาตัวเปล่า ครั้นตายจากโลกไปก็ไปตัวเปล่า” ประโยคนี้เป็นการมองด้านกายภาพ แต่ถ้ามองด้วยความเข้าใจโลกและชีวิตตามความเป็นจริง ตามหลักของการเวียนว่ายตายเกิด ในพระพุทธศาสนาแล้ว มนุษย์ไม่ได้เกิดมาตัวเปล่า ครั้นตายจากโลกไป ก็ไม่ได้ไปตัวเปล่า มีสิ่งที่ติดข้ามชาติไปได้อย่างน้อย 7 ประการคือ บุญ นิสัย ความคุ้นเคย กิเลส ความเสื่อมนำไปสู่ความตาย วิบากกรรม และพระรัตนตรัยภายใน

เมื่อบุคคลรู้ว่ามีสิ่งที่ติดข้ามชาติไปได้ ก็จะบริหารเวลาที่มีอย่างจำกัด สร้างคุณค่าให้ของชีวิตให้มากที่สุด

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้มีความเข้าใจ และสามารถอธิบายสาระสำคัญของชีวิตในวัฏสงสารได้อย่างถูกต้อง
2. เพื่อให้มีความเข้าใจ และสามารถอธิบายสิ่งที่ติดตัวข้ามชาติไปได้อย่างถูกต้อง
3. เพื่อให้นักศึกษาซึ่งอยู่ในฐานะพุทธศาสนิกชน มีความเข้าใจชัดเจนและสามารถอธิบายคุณค่าของชีวิตตามหลักคำสอนในพระพุทธศาสนาได้อย่างถูกต้อง

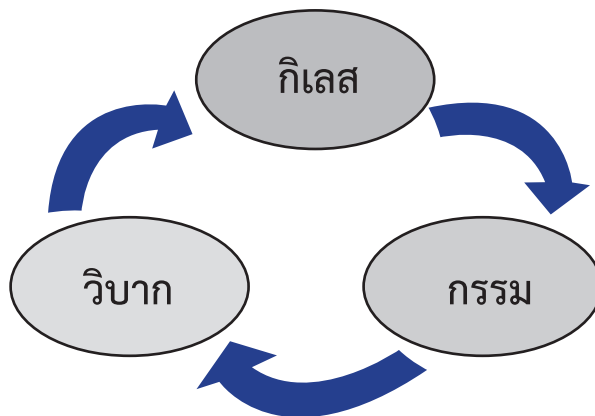
บทที่ 6

การดำเนินชีวิตภายใต้กฎแห่งกรรม

6.1 สารสำคัญของชีวิตในสังสารวัฏ

6.1.1 กิเลสเป็นต้นเหตุของทุกข์ทั้งปวง

กิเลสบังคับให้สรรพชีวิตทำกรรม มีผลของกรรม คือวิบากกรรม นำชีวิตไปสู่ความทุกข์ ใน
วัฏสงสาร



ปลายทางของคำสอนในพระพุทธศาสนา คือ การกำจัดกิเลสให้หมดสิ้นไป หลุดพ้นจาก
กองทุกข์ หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด เข้าสู่นิพพานอันเป็นแดนเกษม ไม่มีความทุกข์เจือปน ดังเช่น
พระสัมมาสัมพุทธเจ้า และพระอรหันต์ทั้งหลาย โดยพระศาสดา ได้ทรงประทานมรรคมีองค์ 8 การปฏิบัติ
เพื่อไปสู่หนทางแห่งความหลุดพ้น

6.1.2 ทุกชีวิตมีระเบิดเวลา (วิบากกรรมในอดีต)

ทุกชีวิตต่างผ่านการเวียนว่ายตายเกิดมายาวนานนับภพนับชาติไม่ถ้วน ได้สั่งสมกรรม
ดี กรรมชั่วมามากมาย กรรมชั่วที่ผิดพลัดทำไปกลายเป็นวิบากกรรม เหมือนระเบิดเวลาชีวิตของแต่ละคน
ที่รอส่งผล ซึ่งเราไม่รู้ว่าจะระเบิดขึ้นเมื่อไร ดังนั้นจึงไม่ควรประมาทในการดำเนินชีวิต มีคำถามตรวจสอบ
การดำเนินชีวิตง่าย ๆ 2 ข้อว่า เราดำเนินชีวิตด้วยความประมาทหรือไม่

1. หากต้องละสังขารโดยที่ไม่ทันตั้งตัว เราสามารถนำชีวิตตัวเองไปสู่เทวโลกได้หรือไม่
2. เมื่อไปเป็นเทพบุตร เทพธิดา เสวยสุขในเทวโลก จนสิ้นบุญ หรือสิ้นอายุขัยแล้ว

หากได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์ มันใจมัยว่า ต้นทุนชีวิต คือรูปสมบัติ ทรัพย์สมบัติ คุณสมบัติ อุปกรณ์ใน
การสร้างบารมี จะดีพร้อมมากกว่าชาตินี้

หากประเมินตัวเองตามความเป็นจริง แล้วตอบคำถามทั้งสองข้อผ่าน ก็ได้ชื่อว่าเป็น
ผู้ไม่ประมาทในการดำเนินชีวิตคนหนึ่งเลยทีเดียว

6.1.3 การพลัดไปสู่อบายภูมิเป็นภัยของการเวียนว่ายตายเกิด

เพราะอวิชชาที่ปิดบังความรู้ ทำให้ชีวิตที่เกิดมาใหม่ในแต่ละชาติ จึงลืมความรู้เดิมที่เคยสั่งสมเรียนรู้มา เพราะความไม่รู้ จึงทำให้ดำเนินชีวิตผิดพลาด ด้วยความประมาท แล้วพลัดไปอบาย นับเป็นภัยที่ร้ายแรงของการเวียนว่ายตายเกิด เพราะพระศาสดาตรัสไว้ว่า คนพาลที่พลัดไปสู่อบายภูมิแล้ว จะกลับมาเป็นมนุษย์อีกนั้นยากยิ่ง ทรงอุปมาด้วยเต่าตาบอด ในมหาสมุทรใหญ่ 100 ปี จึงโผล่หัวขึ้นมาเหนือน้ำครั้งหนึ่ง ที่ผิวน้ำมีห่วงลอยอยู่ห่วงหนึ่งขนาดเท่าหัวเต่าพอดี โอกาสที่เต่าตาบอดโผล่ขึ้นมาแล้วหัวจะสวมเข้าห่วงเป็นไปได้ยาก แต่ถึงแม้เต่าจะโผล่ขึ้นมาเอาหัวสวมเข้าห่วงได้ ก็ยังเร็วกว่า คนพาลที่พลัดไปสู่อบายภูมิ ไปเกิดเป็นสัตว์นรก เปรต อสุรกาย และสัตว์เดรัจฉาน แล้วจะกลับมาเกิดเป็นมนุษย์ เวลาของชีวิตจะหมดไปกับความทุกข์อันเกิดจากทัณฑ์ทรมานที่ยาวนาน ไม่ได้เกิดประโยชน์อะไรต่อชีวิตเลย (ส.ม.-31/1744/476-477 แปล.มมร.)

6.1.4 ข้อปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

1. ความผิดพลาดในอดีตลืมหื้มให้หมด อย่าปล่อยใจให้ไปจมอยู่ความผิดพลาดในอดีต จะทำให้ใจเศร้าหมอง มองชีวิตไปข้างหน้า เพราะชีวิตยังต้องดำเนินต่อไป ไม่มีประโยชน์ เกิดโทษแก่จิตใจ และเสียเวลา

2. ความชั่ว บาปอกุศลใหม่ไม่ทำอีก จะได้ไม่มีวิบากกรรมใหม่เกิดขึ้น

ข้อ 1,2 เรียกว่า ละชั่ว

3. ทำความดีแล้วให้ตามนึกถึงบ่อย ๆ เพราะบุญเกิดขึ้นได้ 3 ระยะ คือ ก่อนทำ ขณะทำ และหลังจากที่ทำไปแล้ว อย่างน้อยก่อนนอนนึกถึงบุญ หลับไปกับใจที่ผูกพันกับบุญให้ได้ทุกวัน ถ้าทำต่อเนื่องจนเป็นนิสัยได้ จากวันเป็นสัปดาห์ เป็นเดือน เป็นปี หลาย ๆ ปี ได้ชื่อว่าเตรียมตัวเดินทางไปสู่เทวโลกทุกวัน เพราะจิตผ่องใส สุคติเป็นอันหวัง เมื่อวาระสุดท้ายมาถึง จะไม่สะพรึงกลัวต่อมรณภัย เพราะมั่นใจว่า จะไปสู่เทวโลกได้ เพราะฝึกใจให้ผ่องใสในท่านอนมาหลายสิบปีแล้ว

4. ทำความดีใหม่เป็นประจำทุกวัน จนกลายเป็นนิสัย

วิมานของเทพบุตร เทพธิดาเกิดขึ้นได้ 2 แบบ คือ

1. พวกนาน ๆ ทำบุญที แต่ทำบุญมากพอ วิมานจะเกิดขึ้นเมื่อเจ้าของวิมานตายจากมนุษย์แล้ว

2. พวกสั่งสมบุญอยู่เป็นประจำ ทำอย่างเต็มกำลัง วิมานเกิดขึ้นตั้งแต่ยังเป็นมนุษย์ และค่อย ๆ ขยายใหญ่ขึ้นเรื่อย ๆ ตามความต่อเนื่องในการสั่งสมบุญ นี่เป็นอานิสงส์ของการสั่งสมบุญอยู่เป็นประจำทุกวัน

ข้อ 3-4 เรียกว่า ทำดี

5. นั่งสมาธิเป็นประจำทุกวัน ให้จิตใจผ่องใส

ทั้ง 5 ข้อ นี้มาจากคำสอนอันเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา คือ ละชั่ว ทำดี และทำจิตใจให้ผ่องใส

6.2 สิ่งที่ดีตัวข้ามชาติไปได้

มีคำกล่าวที่ว่า เวลาเกิดมาก็มาตัวเปล่า ถึงคราวตายก็ไปตัวเปล่า เอาอะไรติดตัวไปไม่ได้ ถ้ามองในด้ายกายภาพก็เป็นจริงอย่างนั้น แต่ถ้ามองตามหลักของการเวียนว่ายตายเกิด คนไม่ได้เกิดมาตัวเปล่า และไม่ได้ตายไปตัวเปล่า มีสิ่งที่ติดตัวไปได้อย่างน้อย 7 ประการ คือ

1. บุญ
2. นิสัย
3. ความคุ้นเคย ความผูกพัน สายบุญ
4. กิเลส
5. ความเสื่อนำไปสู่ความแตกสลาย (ตาย)
6. วิบากกรรม
7. พระรัตนตรัยภายใน

พระพุทธศาสนา เป็นศาสนาที่มุ่งสอนให้คนทุกคนมีความประพฤติดีงามทั้งกาย วาจา และใจ ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ให้เข้าใจจนเกิดความเชื่อเรื่องกฎแห่งกรรม ทำดียอมได้ดี ทำชั่วยอมได้ชั่ว ตามคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มีเป้าหมายสูงสุดคือ การกำจัดกิเลสอาสวะให้หมดสิ้นไป

6.2.1 บุญ

บุญ แปลว่า เครื่องชำระจิตใจให้สะอาด บริสุทธิ์ ผ่องใส บุญ อยู่เบื้องหลังความสุข และความ สำเร็จ ตั้งแต่ชีวิตมนุษย์ปุถุชน จนถึงพระอรหันต์ บุญ เป็นผลของการทำกรรมดี ในพระพุทธศาสนากล่าวถึงวิธีทำให้บุญเกิดไว้ 10 วิธี แต่โดยย่อมี 3 วิธี คือ

1. การให้ทาน
2. การรักษาศีล
3. การเจริญสมาธิภาวนา

1. การให้ทานเป็นหลักประกันว่า ชีวิตในระหว่างการเดินทางเวียนว่ายตายเกิดจะมีเสบียงของกินของใช้เอาไว้หล่อเลี้ยงชีวิต

ถ้าแบ่งคนตามเศรษฐกิจแล้วอาจจะแบ่งได้ 4 ประเภท คือ

1. พวกไม่มีกิน
2. พวกมีกิน แต่ไม่มีใช้
3. พวกมีกิน มีใช้
4. พวกเหลือกินเหลือใช้

ทั้ง 4 ประเภทนี้ พวกเหลือกิน เหลือใช้เป็นเลิศ ถ้าทำทานในอดีตชาติ จะเป็นพวกมีกิน มีใช้ เหลือกินเหลือใช้ เวลาจะเหลือสำหรับเอาไปใช้สร้างบารมี

ถ้าทำทานในอดีตไม่ดี จะเป็นพวกไม่มีกิน หรือมีกินแต่ไม่มีใช้ เวลาทั้งชีวิตจะหมดไปกับการแสวงหาทรัพย์เอามาหล่อเลี้ยงชีวิต

2. การรักษาศีล เป็นหลักประกันว่า ชีวิตจะไม่พลัดไปสู่อบายภูมิ ไม่ไปเกิดเป็นสัตว์นรกเปรต อสุรกาย สัตว์เดรัจฉาน

ถ้ารักษาศีลในอดีตมาดี จะได้อัตภาพมนุษย์ที่สมบูรณ์ แข็งแรง ไม่มีโรคภัย ไข้เจ็บเบียดเบียนร่างกายเหมาะแก่การทำความดี หรือประกอบกิจการงานทั้งปวง

ถ้ารักษาศีลในอดีตมาไม่ดี พลัดไปเกิดในอบายภูมิ รับทัณฑ์ทรมานจนกรรมเบาบางลง เมื่อได้มาเกิดเป็นมนุษย์ก็จะพิกลพิการ ไม่สมประกอบ มีโรคภัยไข้เจ็บเบียดเบียนมาก ชีวิตจะหมดไปกับการชดใช้กรรมที่เคยผิดศีล 5 มาในอดีต ร่างกายไม่พร้อมสำหรับการทำความดี หรือประกอบกิจการงานทั้งปวง อาจจะเรียกได้ว่า เกิดมาชดใช้กรรม

ถ้าในอดีตทำทานมาดี แต่รักษาศีลมาไม่ดี บุญจากการทำทานจะทำให้มีของกินของใช้เหลือเฟือ แต่บาปจากการรักษาศีลไม่ดี อาจทำให้เกิดเป็นน้องหมา น้องแมวพันธุ์ดี ๆ ที่มีราคาแพงเป็นของรักของเชษฐาที่ขบเลี้ยงน้องหมา น้องแมว เป็นต้น

ถ้าในอดีตทำทานมาไม่ดี แต่รักษาศีลมาดี กรรมจากการไม่ได้ทำทานจะทำให้ไม่มีจะกิน หรือมีกินแต่ไม่มีใช้ แต่บุญจากการรักษาศีล จะทำให้ร่างกายแข็งแรง ไม่มีโรคภัย ไข้เจ็บเบียดเบียน มีรูปกายที่สมส่วนงดงาม เป็นคนหล่อ คนสวยที่ไม่ค่อยจะมีกินมีใช้ ซึ่งก็เสี่ยง อาจจะไปหาทรัพย์โดยวิธีการไม่ชอบธรรมก็ได้

ถ้าในอดีตทำทาน รักษาศีลมาดี บุญก็จะปรุงแต่งให้ได้อัตภาพมนุษย์ที่สมบูรณ์ แข็งแรงไม่มีโรคภัย ไข้เจ็บเบียดเบียน มีกินมีใช้ เหลือกินเหลือใช้ ทำให้มีเวลาของชีวิตเหลือเฟือ เมื่อเรามีเวลาเหลือแล้วจะเอาไปทำอะไร

นักปฏิบัติ 4 จำพวก			เหตุในอดีต	
จำพวก	ปฏิบัติ	บรรลุ	ทำทาน	ทำสมาธิ
1.	สะดวก	เร็ว	มาก	มาก
2.	สะดวก	ช้า	มาก	น้อย
3.	ลำบาก	เร็ว	น้อย	มาก
4.	ลำบาก	ช้า	น้อย	น้อย

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสแบ่งนักปฏิบัติไว้ 4 จำพวก คือ

1. ปฏิบัติสะดวก บรรลุเร็ว
2. ปฏิบัติสะดวก บรรลุช้า
3. ปฏิบัติลำบาก บรรลุเร็ว
4. ปฏิบัติลำบาก บรรลุช้า

หลวงพ่อดมขโยได้ขยายความว่า นักปฏิบัติทั้ง 4 จำพวก ประกอบเหตุมาอย่างไร พวกปฏิบัติสะดวก หมายถึง อยากจะหลีกเร้นไปนั่งสมาธิ 7 วัน 1 เดือน นานเท่าไรก็ได้ ไม่มีกังวลเรื่องการทำมาหากิน เพราะในอดีตสั่งสมทานกุศลมามาก สถานที่ก็สะดวกสบาย สงบปลอดภัย อาหารก็อร่อย ทั้งสถานที่ อาหาร บุคคล และธรรมะสัปปายะเหมาะสม เรียกว่า ปฏิบัติสะดวก พวกบรรลุได้เร็ว หมายถึง นั่งสมาธิไม่นาน มีประสบการณ์ภายใน บรรลุผลของการปฏิบัติตามลำดับ เพราะในอดีตนั่งสมาธิมาก ทำถูกวิธี ทำต่อเนื่องเรียกว่า บรรลุเร็ว

ส่วนพวกปฏิบัติลำบาก เพราะในอดีตขาดการให้ทาน พวกบรรลุช้า เพราะในอดีตไม่ได้นั่งสมาธิ หรือนั่งสมาธิมาน้อย

นักปฏิบัติทั้ง 4 จำพวก พวกที่ 1 ปฏิบัติสะดวก บรรลุได้เร็วเป็นเลิศ เพราะในอดีตทำทานมามาก นั่งสมาธิมาก

เกิดมาเป็นมนุษย์แล้ว มีทรัพย์มาก เหลือกินเหลือใช้ สุขภาพแข็งแรง มีเวลาเหลือ เอาเวลาชีวิตมาสร้างบารมี และเจริญสมาธิภาวนา แค่นี้ก็ถือว่าเป็นผู้มีบุญวาสนามาแต่กาลก่อนอย่างดีแล้ว

6.2.2 นิสัย

นิสัย สามารถติดตัวข้ามชาติ แต่นิสัยติดตัวข้ามชาติมักใช้คำว่า สันดานหรือจริต เช่น โทสะ จริต ราคะจริต พุทธจริต วิทกจริต เป็นต้น สังเกตได้จากพ่อแม่ที่มีลูกหลายคน หรือคนที่มีพี่น้องหลายคน แม้จะมีพ่อแม่คนเดียวกัน ได้รับการสั่งสอนอบรมมาแบบเดียวกัน เจริญเติบโตมาในสิ่งแวดล้อมเดียวกัน แต่ไม่สามารถทำให้นิสัยแต่ละคนเหมือนกันได้

ที่เป็นเช่นนั้นเพราะ แต่ละชีวิตมีอดีตอันยาวนานมานับภพนับชาติไม่ถ้วน สั่งสมความคุ้นเคยมาแตกต่างกัน จึงไม่สามารถทำให้นิสัยเหมือนกันได้ทุกประการ ในช่วงเวลาอันสั้นเพียงไม่กี่สิบปี

ในครั้งพุทธกาล เมื่อพระศาสดาประทับ ณ พระเชตวันมหาวิหาร ทรงปรารภอุบาสก 5 คน ที่มาฟังธรรม แต่ละคนมีพฤติกรรมที่แตกต่างกันไป จึงทรงแสดงธรรมแก่พระอานนท์ว่า อุบาสกทั้ง 5 คน ที่มาฟังธรรม คนที่นิ่งหลับเพราะในอดีตเคยเกิดเป็นงูมา 500 ชาติ

คนที่นั่งเอานิ้วขีดแผ่นดิน เพราะในอดีตเคยเกิดเป็นไส้เดือนมา 500 ชาติ

คนที่นั่งเขยาดันไม้ เพราะในอดีตเคยเกิดเป็นลิงมา 500 ชาติ

คนที่นั่งแหงนคู้ท้องฟ้า เพราะในอดีตเคยเกิดเป็นหมอดูดวงดาวมา 500 ชาติ

คนที่ตั้งใจฟังธรรมโดยเคารพ เพราะในอดีตเคยเกิดเป็นพราหมณ์ ผู้ท่องมนต์มา 500 ชาติ

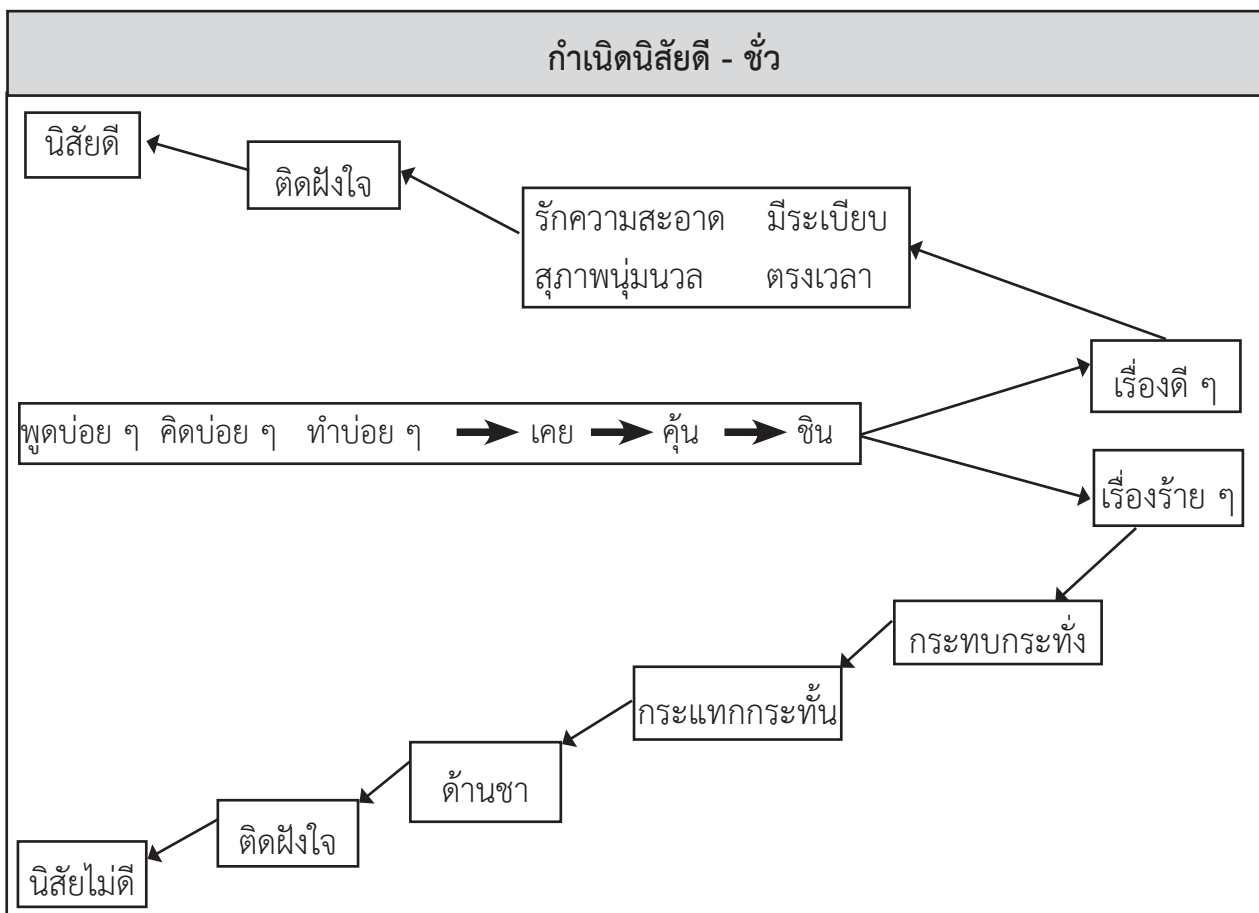
เมื่อจบพระธรรมเทศนา อุบาสกผู้ฟังธรรมด้วยความเคารพได้บรรลुโสดาปัตติผล (ขุ.ธ.อ. 43/42-45 แปล.มมร.)

ความหมายของนิสสัย

นิสสัย คือ ความประพฤติกุศลอันเกิดจากการปฏิบัติซ้ำ ๆ อาจเป็นการคิด พูด หรือทำซ้ำ ๆ ในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง หรือหลาย ๆ เรื่องพร้อม ๆ กัน จนกระทั่งติด หลังจากติดแล้ว ก็จะประพฤติปฏิบัติเช่นนั้น อีกเป็นประจำเหมือนเงาติดตามตัว

ใครติดความประพฤติกุศลไม่ดี ก็ได้นิสสัยไม่ดี

ใครติดความประพฤติกุศลดี ก็ได้นิสสัยดี



คุณธรรมพื้นฐาน คือ ความมีวินัย ความอดทน และความเคารพ
 ความมีวินัย ฝึกจากนิสัยใฝ่ควบคุมตนเอง 5 ประการ คือ

ความดีพื้นฐาน		ที่มาของความชั่วพื้นฐาน	โทษภัยของความชั่วพื้นฐาน
1.	ความสะอาด	ความสกปรก	ปาณาติบาต
2.	ความมีระเบียบ	ความไม่มีระเบียบ	ความฟุ่มเฟือย
3.	ความสุภาพนุ่มนวล	ความหยาบคาย	การกระทบกระทั่ง
4.	ความตรงต่อเวลา	ความไม่ตรงต่อเวลา	เป็นคนตลบตะแลง
5.	จิตผ่องใส	จิตขุ่นมัว	คิดชั่ว พูดชั่ว ทำชั่ว
สถานที่ฝึกความดีพื้นฐาน 1. ร่างกาย 2. ของกินของใช้ใน 5 ห้องชีวิต			



คนทั่วไปใช้ 5 ห้องชีวิต ได้แก่ ห้องนอน ห้องน้ำ ห้องอาหาร ห้องแต่งตัว และห้องทำงาน ตั้งแต่แรกเกิดจนตาย แต่ละวันต้องหลับนอน ต้องเข้าห้องน้ำทำสรีรกิจ ต้องรับประทานอาหารเพื่อให้ชีวิตดำรงอยู่ได้ ต้องแต่งตัวปกปิดร่างกาย และต้องทำงานเป็นทางมาของรายได้เพื่อเลี้ยงชีวิต แต่มักจะมองว่า 5 ห้องชีวิตเป็นสิ่งอำนวยความสะดวกทางกายภาพ แต่ถ้าเข้าใจเรื่องความหมาย และกำเนิดนิสัย สิ่งของใน 5 ห้องที่ต้องใช้ทุกวันนี้ เป็นเครื่องมือฝึกนิสัยใฝ่ควบคุมตัวเองที่ดีที่สุด ความคิดพื้นฐานทั้ง 5 ประการ คือ รักความสะอาด รักความมีระเบียบ สุภาพกับคน นุ่มนวลกับของ ตรงเวลากับการใช้ 5 ห้องชีวิต ทำทุกอย่างด้วยจิตที่ผ่องใส ทำให้เกิดคามมีวินัย

ความอดทน เกิดจากนิสัยรักการพึ่งพาตัวเอง

ความเคารพ เกิดจากการยกย่อง ชื่นชม คนที่ทำความดี ซึ่งเกิดจากการจับดี จะมีอานิสงส์ต่อเนื่อง คือ

1. ผู้ได้รับการยกย่อง จะเกิดความภาคภูมิใจ มีแรงบันดาลใจ มีกำลังใจ ที่จะทำความดีให้ต่อเนื่อง

2. จะเกิดการเลียนแบบการทำความดี ทำให้เกิดกระแสทำความดีอย่างต่อเนื่อง

3. เป็นการสอนให้เชื่อว่า ทำดีได้ดีที่เป็นรูปธรรม

“ ความมีวินัย เป็นรากฐานของ ศีล

ความอดทน เป็นรากฐานของ สมาธิ

ความเคารพ เป็นรากฐานของ ปัญญา”

โบราณจารย์ในอดีต เอาคุณธรรมทั้ง 3 ประการ มาผูกไว้กับเครื่องสักการะในวันไหว้ครู คือ เอาข้าวตอกแทนความมีวินัย หญ้าแพรกแทนความอดทน และดอกมะเขือแทนความเคารพ

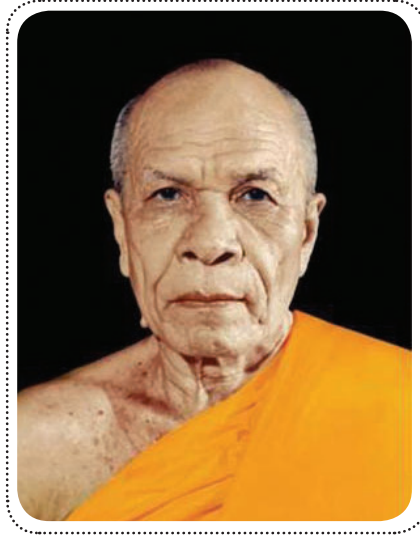
นิสัยขั้นสูง คือ บารมี 10 ประการของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ประกอบด้วย ทานบารมี ศีลบารมี เนกขัมมบารมี ปัญญาบารมี วิริยบารมี ขันติบารมี สัจจบารมี อธิษฐานบารมี เมตตาบารมี อุเบกขาบารมี

บารมี หมายถึง การสร้างคุณ徳อย่างยั่งยืนงวดโดยเอาชีวิตเป็นเดิมพัน จนกระทั่งกลายเป็นนิสัยดี ๆ เข้าไปอยู่ในใจ ทำลายกิเลสให้หมดไปจากใจ

ถึงแม้จะยังไม่เป็นบารมี เป็นแต่นิสัยดี ๆ เป็นพื้นฐานรองรับบารมีต่อไปด้วยการให้ทาน รักษาศีล และเจริญสมาธิภาวนาทุกวัน โดยตื่นมานั่งสมาธิตอนเช้ามีด เพราะตอนเช้ามีดจะนั่งสมาธิได้ดีกว่าทุกรอบ

พระเดชพระคุณพระมงคลเทพมุนี หลวงปู่วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ เคยให้โอวาทไว้ว่า คนเราตอนเกิด ดับ หลับ ตื่น ใจจะอยู่ที่ศูนย์กลางกาย เวลามาทื่นก็จะเกิดที่กลางกาย คือ เมื่อวิญญานปฏิสนธิหรือกายละเอียดมาเกิดจะเข้าไปสู่ศูนย์กลางกายของบิดาก่อน โดยเข้าทางปากช่องจมูก แล้วบังคับจิตใจของ

บิดาให้เข้าไปหามารดา เพื่อประกอบธาตุกรรมหยาบ เมื่อถูกส่วน วิญญาณปฏิสนธิจะเคลื่อนจากปากช่อง
จมูกรวมเข้าทางปากช่องจมูกรวมมารดา ถ้าเข้าปากช่องจมูกรวมชายก็ได้เพศหญิง ถ้าเข้าปากช่องจมูกรวม
ก็ได้เพศชาย เมื่อลงไปอยู่ที่กลางกายของมารดา ถูกธาตุกรรมหยาบของมารดากับบิดาห่อหุ้ม จึงถือกำเนิด
เป็นชีวิตขึ้นมา



ดังนั้น การนั่งสมาธิตอนเช้ามีดจะนั่งได้ดีกว่า เพราะตอนเราหลับ ใจจะอยู่ที่ศูนย์กลางใน
ช่วงเวลาที่นอนหลับ พอตื่นขึ้นมาแล้ววางใจนิ่ง ๆ ใจจะนิ่งได้ง่าย เพราะใจมันคุ่มอยู่ที่ศูนย์กลางกายมานาน
หลายชั่วโมงขณะนอนหลับ

ถ้านั่งสมาธิตอนกลางคืน เมื่อนั่งแล้วใจมักจะฟุ้งได้ง่าย เพราะใจติดกับปัญหาตลอดทั้งวัน
คุ่นกับการคิดมาทั้งวัน ใจจึงไม่ค่อยยอมหยุดง่าย ๆ คุ่นกับสิ่งใดก็จะไปคิดกับสิ่งนั้นก่อน แต่ก็มีได้หมายความว่า
กลางคืนจะบรรลุธรรมไม่ได้ ตอนเช้ามีดจึงเป็นเวลาของการบรรลุธรรม

หนึ่งวันจะมีตอนเช้ามีดเพียงครั้งเดียว ในชีวิตคนที่มีอายุ 70-80 ปี จะมีเวลาเช้ามีด 25,000–
29,000 ครั้ง ถ้าเราเอาเวลาตอนเช้ามีดไปให้กับการนอน เวลาของการบรรลุธรรมก็จะเสียไปเรื่อย ๆ

วิธีการสั่งสมบุญบารมีเดินตามรอยพระบรมโพธิสัตว์ คือ ต้องตื่นเช้ามีด เมื่อใช้เวลาที่ดีที่สุด
ของวันมาใช้ในการเจริญสมาธิภาวนา โดยมีตัวอย่างขั้นตอนดังนี้

1. ก่อนนอนให้เตรียมปัจจัยทำบุญประจำวันเอาไว้
2. สำนวณการกระทำตลอดทั้งวันที่ผ่านมา มีสิ่งใดที่ต้องแก้ไขปรับปรุงบ้าง มีบุญ
อะไรที่ปลื้มใจบ้าง
3. หลับไปพร้อมกับการนึกถึงบุญ ในอุ้งแห่งทะเลบุญที่ศูนย์กลางกาย
4. ตื่นขึ้นมาตั้งแต่เช้ามีด ตีมน้ำอุ่นทดแทนน้ำที่สูญเสียไปตลอดทั้งคืน และทำให้
สดชื่น กระป๋องกระเป๋ หายง่วงนอน
5. นั่งเจริญภาวนาก่อนเลิก ให้นำปัจจัยที่เตรียมไว้ มาอธิษฐานจิต (ดูตัวอย่างคำ
อธิษฐานจิต)
6. อุทิศบุญให้บุพการี คู่กรรมคู่เวร สรรพสัตว์ทั้งหลาย (แผ่เมตตา)

ตัวอย่างคำอธิษฐานจิต

ขอให้ทรัพย์นี้เป็นทรัพย์ต่อทรัพย์ เป็นบุญต่อบุญ เป็นสมบัติต่อสมบัติ ให้ข้าพเจ้ามีมหาสมบัติเอาไว้ทำทาน ไม่รู้จักหมดสิ้น ตั้งแต่แรกเกิดจนสิ้นอายุขัย ขอให้ทรัพย์ที่ได้มา เป็นทรัพย์ที่สะอาดบริสุทธิ์ ได้บำเพ็ญมหาทานบารมี กับเนืองนาบุญของโลก

ขอให้ข้าพเจ้า ประสบความสำเร็จในชีวิต ในการกิจหน้าที่การงาน และสิ่งที่พึงปรารถนา

ขอให้ข้าพเจ้า มีความสะอาดบริสุทธิ์ หลุดพ้นจากกิเลสอาสวะ เอาชนะอุปสรรคทั้งปวง ให้มีสุขภาพแข็งแรง อายุขัยยืนยาวได้สร้างชาติ ตลอดชีวิตทุกชาติไป

เมื่อละสังขาร ขอให้จิตผ่องใส ละจากกายมนุษย์แล้ว ให้เกิดใหม่ด้วยทิพยกาย แล้วกลับไปสู่เทวโลก ตามกำลังบุญของข้าพเจ้า

ครั้นจะกลับมาเกิด ให้เกิดในแดนที่รุ่งเรืองด้วยพระพุทธศาสนา เกิดในตระกูลสัมมาทิฐิ ครอบครัวยุติธรรมผู้ใจบุญ คำจูนพระพุทธศาสนา ให้ได้สร้างแต่ความดี และบรรลุนิพพานตั้งแต่เยาว์วัย รักษาได้มั่นคงจนสิ้นอายุขัย

ให้ได้ที่สุดแห่งรูปสมบัติ ทรัพย์สมบัติ คุณสมบัติ ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข และได้บรรลุมรรคผลนิพพาน ห่างไกลจากคนพาลทั้งหลาย คนพาลและศัตรูครอบงำไม่ได้ ภัยอันตรายใด ๆ ทำร้ายไม่ได้ สร้างบารมีรุดหน้าไปไม่ถอยหลังกลับ อย่าพลาดพลั้งกระทำความผิด มีชีวิตเพื่อทำพระนิพพานให้แจ้ง แสวงบุญ สร้างบารมี อยู่แต่ในสุคติ ไม่พลัดไปสู่อบาย

ความชั่วแม้เล็กน้อย อย่าได้คิด อย่าได้พูด อย่าได้ทำ ให้ได้ทำแต่ความดี ตราบชีวิตรอดสิ้นอายุขัย

บาปกรรมอันใด ที่ผิดพลาดทำไป ตั้งแต่ปฐมชาติ ปฐมกับ ทั้งหมดทั้งสิ้น ขออย่าได้ตามทัน ไม่มีโอกาสส่งผลตลอดไป

บุญกุศลใด ที่ตั้งใจกระทำไว้ดีแล้ว ให้ส่งผลก่อน ส่งผลศักดิ์สิทธิ์ มีฤทธิ์ มีเดช มีอานุภาพ เป็นอัครรรยทันตาเห็น

ขอให้ได้รับบรรลุวิชา 3 วิชา 8 อภิญญา 6 ปฏิสัมภิทญาณ 4 วิโมกข์ 8 และจรณะ 15

ขอให้คำอธิษฐานทั้งปวงนี้ จงเป็นผืนสำเร็จ ติดตามข้าพเจ้า ไปทุกภพทุกชาติ ตราบกระทั่งเข้าสู่พระนิพพานเทอญ

นิพพานะ ปัจจะโย โหตุ

การอธิษฐานที่ถูกต้องต้องให้เป็นนิสัย

การอธิษฐาน คือ การวางแผนการใช้บุญข้ามชาติว่า จะเอาบุญไปทำอะไร ให้ส่งผลตามทิศทางที่เราอธิษฐาน ตั้งความปรารถนาเอาไว้

เปรียบเหมือนเรือที่วิ่งออกจากฝั่งต้องมีน้ำมัน ชีวิตจะเจริญก้าวหน้าได้เพราะบุญ อยู่เบื้องหลัง บุญเกิดจากความดีที่เคยทำมา ทั้งความดีช่วงไกล (อดีตชาติ) และความดีช่วงใกล้ (ชาตินี้) แต่ถ้าเรือมีแต่น้ำมัน แล้วไม่รู้ว่าจะไปไหน เมื่อน้ำมันหมด เรือก็ต้องล่มอยู่กลางมหาสมุทร ชีวิตก็เหมือนกันมีแต่บุญ

ไม่มีคำอธิษฐาน คือ ไม่รู้จะไปทางไหน สุดท้ายกุศลอาจทำให้เกิดกุศล เช่น รวยด้วยอาชีพค้าน้ำเมา ค้ายาเสพติด ค้าอาวุธ ฯลฯ คนเหล่านี้จะรวยชาตินี้เป็นชาติสุดท้าย ในอดีตทำทานมาดี แต่ไม่อธิษฐาน ล้อมกรอบ ไม่รู้ปลายทางจะไปทางไหน เพราะคนเหล่านี้ไม่ได้ศึกษาพระพุทธศาสนาอย่างจริงจัง

เมื่อเราอยากจะทำบุญ หรือมีญาติมิตรมาบอกบุญ เราก็นำปัจจัยจากที่อธิษฐานออกมาทำบุญ เมื่อปัจจัยไปถึงื่อนาบุญ บุญก็เกิดเต็มทีสมบูรณ์ โดยที่เราไม่เดือดร้อนอะไร เพราะเป็นส่วนที่จัดสรรเอาไว้สำหรับทำบุญอยู่แล้ว

มีข้อสังเกตเรื่องความจำเป็นของการปลูกฝังนิสัยดี ๆ ถ้าเราสังเกตพื้นที่ปล่อยว่าง ไม่นานวัชพืชจะเจริญเติบโต แต่ถ้าพื้นที่ดินจัดสวนไม่ดอกไม้ประดับ มีหญ้าปลูกเต็มจนไม่มีที่ว่าง วัชพืชจะขึ้นได้ยากฉนั้นใด

นิสัยก็เช่นเดียวกัน ถ้าไม่ตั้งใจฝึกนิสัยดี ๆ ปล่อยตัวเองตามสบาย นิสัยไม่ดีมีกิเลสเป็นรากเหง้า พร้อมจะเจริญเติบโตโดยไม่รู้ตัว แต่ถ้าใครตั้งใจฝึกนิสัยดี ๆ จนหนาแน่น ก็ยากที่นิสัยไม่ดีจะเกิดขึ้นมาได้

6.2.3 ความคุ้นเคย ความผูกพัน สายบุญ

ความคุ้นเคย ความผูกพัน หรือสายบุญก็ติดตัวข้ามชาติไปได้

ในครั้งพุทธกาล คราวหนึ่งพระบรมศาสดาเสด็จบิณฑบาตในเมืองสาเกตุ พราหมณ์แก่ผู้หนึ่ง เข้ามายึดข้อพระบาทของพระผู้มีพระภาคเจ้า แล้วเรียกพระองค์เป็นบุตร

พราหมณ์พาพระบรมศาสดาเสด็จไปที่เรือน เมื่อได้พบนางพราหมณี นางพราหมณ์ก็เรียกพระองค์ว่าเป็นบุตรเหมือนกัน

ครั้งพระบรมศาสดาเสด็จแล้ว ตรัสขราสูตรแก่พราหมณ์ทั้งสอง ในกาลจบพระธรรมเทศนา พราหมณ์ทั้งสองได้บรรลุอนาคามีผล

พระบรมศาสดาได้ตรัสแสดงเรื่องนี้แก่ภิกษุทั้งหลายว่า พราหมณ์ทั้งสองเคยเป็นบิดามารดา ในอดีต 500 ชาติ เคยเป็นอาनाในอดีต 500 ชาติ เคยเป็นปู่ย่าในอดีต 500 ชาติ ติดต่อกันไม่ขาดสาย พระองค์เจริญเติบโตในมือของพราหมณ์ทั้งสอง 1,500 ชาติ จึงมีความรักความผูกพัน พราหมณ์ทั้งสอง จึงเรียกพระองค์ว่าเป็นบุตร ความรักเกิดขึ้นด้วยเหตุ 2 ประการ คือ ด้วยการอยู่ร่วมกันในกาลก่อน และความเกื้อกูลกันในปัจจุบัน เหมือนดอกบัวย่อมเกิดขึ้นเพราะอาศัยน้ำและโคลนตม (ขุ.สุ.อ. 47/740-745-แปล.มมร.)

ประเทศทั่วโลกในปัจจุบันมีประมาณ 235 ประเทศ แผ่นดินกว้างใหญ่ไพศาล มีประเทศที่มีพระพุทธศาสนาเจริญรุ่งเรืองอยู่เพียงไม่กี่ประเทศ เพียงเราเกิดผิดประเทศ นอกบุญเขต ไม่มีคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ชีวิตก็เปลี่ยนแล้ว แต่ที่มากเกิดในประเทศไทย ในตระกูลสัมมาทิฐิมาสนใจศึกษาธรรมะได้ แสดงว่าต้องมีความคุ้นเคยความผูกพัน หรือสายบุญกับพระพุทธศาสนาในอดีตมาก่อน คนที่มีความคุ้นเคย ผูกพันกับความเชื่อเทวนิยมมาในอดีตชาติ ความคุ้นเคยความผูกพันก็ย่อมนำไปเกิดในดิน

แดนที่มีความเชื่อเทวนิยมเช่นเดียวกัน

6.2.4 กิเลส

กิเลส คือ ธาตุที่สกปรก นอนเนื่องอยู่ในใจของสรรพชีวิตมายาวนาน トラバใดที่ชีวิตยังเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในภพ กิเลสก็ยังคงอยู่ในใจจนกว่าจะหมดกิเลส จึงจะพ้นจากกองทุกข์ พ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดไปได้ ออกจากภพไปสู่อายตณนิพพาน

6.2.5 ความลุ่มนำไปสู่ความตาย

คนสัตว์สิ่งของที่มีอยู่ในภพ ล้วนตกอยู่ภายใต้กฎไตรลักษณ์ คือสรรพสิ่งแปรปรวน ทยอยอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ และไม่ใช่ว่าตัวตนที่แท้จริง มีความลุ่มนำไปสู่ความแตกสลายเป็นธรรมดา トラバใดที่ยังเกิดอยู่ในภพ ความลุ่มย่อมตามติดไป เพราะเป็นกฎธรรมชาติที่ครอบงำสรรพสิ่งที่อยู่ในภพ ถึงแม้ยังหนีกฎไตรลักษณ์ไปไม่ได้ ยังต้องลุ่มแต่มีวิธีประกอบเหตุทำให้ลุ่มช้า แข็งแรง อายุยืนได้ เช่น

1. ไม่ทำปาณาติบาต ไม่ทำร้าย ไม่เบียดเบียนสัตว์
2. ปลอ่ยสัตว์ ให้ชีวิตสัตว์เป็นทาน
3. ให้ยารักษาโรค
4. ให้อาหาร และน้ำ
4. บริจาคโลหิต

6.2.6 วิบากกรรม

วิบากกรรม หรือผลของกรรมชั่วก็ติดตัวข้ามชาติไปได้ เกิดจากความผิดพลาดในอดีตที่ทำบาปอกุศลกรรมเอาไว้ มีวิธีทำให้บาปเกิดอยู่ 3 กลุ่มหลัก ๆ คือ

1. อกุศลกรรมบถ 10
2. อบายมุข 6
3. มิจฉาวิชชา 5

6.2.7 พระรัตนตรัยภายใน

พระรัตนตรัย	พระพุทธรูป	พระธรรม	พระสงฆ์
ระดับต้น	พระพุทธรูป	พระไตรปิฎก	พระสงฆ์ (สมมติ)
ระดับกลาง	พระสัมมาสัมพุทธเจ้า	พระดำรัสที่ตรัสออกจากพระโอษฐ์	พระอริยสงฆ์
ระดับลึก	พุทธรัตนะที่อยู่ภายในตัว	ธรรมรัตนะที่อยู่ภายในตัว	สังฆรัตนะที่อยู่ภายในตัว

ชาวโลก หรือชาวพุทธโดยทั่วไป จะรู้จักพระรัตนตรัยก็เพียง 2 ระดับ คือระดับต้น และระดับกลาง

เมื่อได้มาถึงคำสอนของพระเดชพระคุณพระมงคลเทพมุนี (หลวงปู่วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ) จึงจะได้รู้จักพระรัตนตรัยในระดับลึก สิ่งสถิตอยู่ภายในตัว ณ ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 เป็นสิ่งที่มีอยู่โดยธรรมชาติของมนุษย์ทุกคน ไม่จำกัดเพศ วัย เผ่าพันธุ์ หรือความเชื่อ หากได้เข้ามาทดลองปฏิบัติอย่างถูกวิธีและต่อเนื่อง ก็ารู้แจ้งด้วยตัวเอง

สิ่งที่ติดตัวไปได้อย่างน้อยมี 7 ประการ แต่สิ่งที่เราควรนำติดตัวไปมี 4 ประการ คือ

1. บุญ
2. นิสสัยดี ๆ
3. ความคุ้นเคย ความผูกพันหรือสายบุญกับพระพุทธศาสนา
4. การปฏิบัติเพื่อเข้าถึงพระรัตนตรัยภายใน

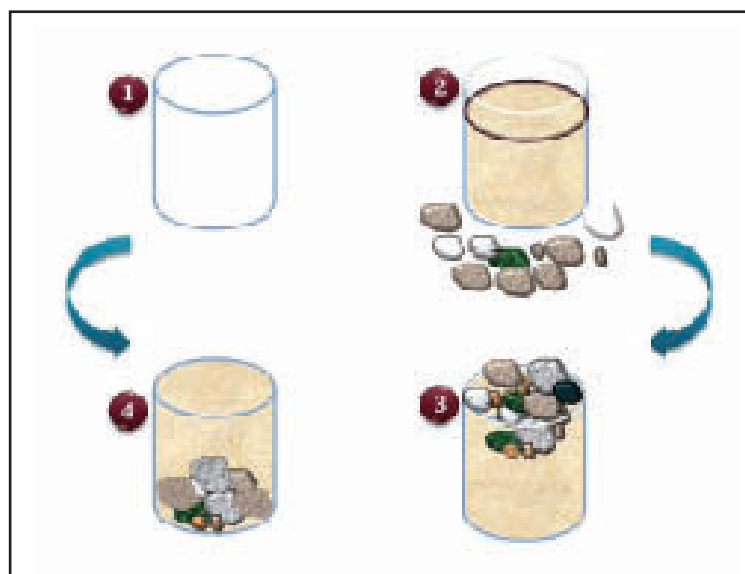
ดังนั้น เวลาในแต่ละวันที่ผ่านมา เราเพิ่มพูนทั้ง 4 ข้อนี้ได้ จึงได้ชื่อว่า เราใช้เวลาได้คุ้มค่ากับการได้เกิดเป็นมนุษย์ ซึ่งเป็นอัตภาพที่ได้มาโดยยากและมีเวลาจำกัด

6.3 คุณค่าของชีวิต

เมื่อเรารู้แล้วว่า มีสิ่งสำคัญของชีวิตที่ควรนำติดตัวข้ามชาติไป มี 4 อย่าง เราจะบริหารเวลาอย่างไร ให้เวลาที่มีอยู่อย่างจำกัดในอัตภาพของมนุษย์ที่ได้มาโดยยาก ถูกใช้ไปอย่างมีประสิทธิภาพ ในเวลาที่เหลืออยู่ ซึ่งไม่มีใครทราบว่ เวลาชีวิตมองตัวเองเหลืออยู่เท่าใด

6.3.1 การบริหารเวลาของนักสร้างบารมี

ข้ออ้างที่มักจะได้ยินได้ฟังเสมอ คือ ไม่มีเวลา มีสื่อเรื่องการบริหารเวลาเรื่องหนึ่ง วิทยากรเอาถังพลาสติกทรงกระบอกใส ๆ เส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 20 ซม. สูง 30 ซม. มาวางบนโต๊ะ 2 ใบ



ใบแรกเป็นถังเปล่า

ใบที่ 2 ใส่ทราย 3 ใน 4 ส่วนของถัง และมีหินก้อนโตเท่ากำมือประมาณ 10 ก้อน วางอยู่รอบถัง โจทย์คือ ให้เอาหินใส่ในถังที่มีทรายให้หมด ไม่ให้ล้นปากขอบถัง แล้วเชิญผู้อบรมมาเป็นตัวแทนเอาหินใส่ในถัง ผู้อบรมจะใส่อะไร หินก็พ่นปากขอบถังขึ้นมา

วิทยากรก็ยังยืนยันว่า หินกับทรายในถังสามารถรวมอยู่ด้วยกันโดยไม่พ่นปากขอบถัง

ผู้แสดงจึงเอาหินย้ายไปใส่ในถังเปล่า โดยเอาหินใส่ไว้ข้างล่าง แล้วเอาทรายจากถังเดิมเทใส่ในถังเปล่า โดยมีหินอยู่ข้างล่าง เททรายไปก็ขยับถังไปด้วย ให้ทรายแทรกเข้าไปในรอยต่อของหิน พอเททรายหมดปรากฏว่า ทรายไม่ล้นพอดีขอบปากถัง

วิทยากรจึงให้ข้อสรุปว่า เวลาในแต่ละวันของทุกคนมีเท่ากัน อุปมาเหมือนช่องว่างในถังแตกต่างกันตรงที่เอาเวลาไปใช้กับเรื่องอะไรก่อน

ทราย หมายถึง เรื่องสัพเพเหระ ไม่มีสาระ จะทำหรือไม่ทำก็ไม่มีผลต่อชีวิต

ถ้าเราใส่ทรายก่อน ใส่หินทีหลังจะใส่หินไม่หมด หมายถึง เวลาในแต่ละวันถ้าใช้ไปกับเรื่องสัพเพเหระ เรื่องไร้สาระก่อน เวลาจะไม่พอสำหรับทำเรื่องสำคัญที่สุดในชีวิต

วิทยากรก็ถามต่อว่า คุณเคยคิดไหมว่า อะไรคือสิ่งที่สำคัญที่สุดในชีวิต ถ้าคิดไม่ออกให้สมมุติว่า เมื่อถึงวาระสุดท้ายของชีวิต ก่อนจะสิ้นลมหายใจ 10 นาที ให้ถามตัวเองว่า อยากได้อะไรติดตัวไปบ้าง ลองเขียนไว้สัก 3 ข้อ เริ่มทำตั้งแต่วันนี้ จนถึงวันสุดท้ายของชีวิต เมื่อถึงวาระสุดท้าย อยากรักติดตัวไปบ้าง

แต่ถ้าไม่เคยถามตัวเองเลย เกิดมาชาตินี้จะเอาอะไรติดตัวไปบ้าง เมื่อถึงวาระสุดท้ายก็คงจะมีแต่ความเสียดาย ว่าเกิดมาชาตินี้ไม่ได้ทำอะไร หายใจฟรี

6.3.2 คุณค่าของชีวิต

เมื่อชีวิตยังต้องตกอยู่ภายใต้กฎแห่งกรรม จนกว่าจะหลุดพ้นจากวัฏสงสาร แต่เป็นบุญลาภที่ได้เกิดในร่มเงาของพระพุทธศาสนา ได้ศึกษาความรู้อันบริสุทธิ์จากผู้รู้แจ้ง คือ พระสัมมาสัมพุทธเจ้ารู้เรื่องกฎแห่งกรรม และสิ่งที่ติดตัวข้ามชาติไปได้ ในเวลาชีวิตที่มีอยู่อย่างจำกัด ในอรรถภาพของมนุษย์ที่ได้มาโดยยาก

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสเป้าหมายชีวิต หรือประโยชน์ของการได้อรรถภาพมนุษย์ไว้ 3 ประการ คือ (อง.นวก. 37/144/560 แปล.มมร.)

1. ประโยชน์ในชาตินี้คือ สร้างฐานะให้มั่นคง
2. ประโยชน์ในชาติหน้าคือ ตายแล้วไปสู่สุคติ
3. ประโยชน์อย่างยิ่งคือ บรรลุมรรคผลนิพพาน

ประโยชน์	ตัวเอง	บุพการี	ชาวโลก
1. ชาตินี้	✓	✓	✓
2. ชาตินี้	✓	✓	✓
3. อย่างยิ่ง	✓	✓	✓

บุคคลใดสร้างฐานะตัวเอง บุพการี มีกินมีใช้และยังทำให้มหาชน มีกินมีใช้ได้ ถือว่าชีวิตของบุคคลนั้นมีคุณค่ามาก ซึ่งเป็นภารกิจของผู้นำรัฐบาลในทุกประเทศทั่วโลก

แต่จะมีกินมีใช้ได้ก็ไม่เกิน 100 ปี เพราะอายุมนุษย์มีจำกัด ชีวิตในภพหน้าอาจจะเป็นเหมือนคนตาเดียวก็ได้ คือมีความสุข ความสำเร็จในชาตินี้ แต่อดอยากในภพหน้า ซึ่งต้องทนทุกข์ทรมานยาวนาน ไม่มีกำหนดแน่นอน

ดังนั้น บุคคลใดนำตนเอง ชักชวนบุพการีสั่งสมบุญไปสู่สุคติได้ แล้วยังไปชักชวนให้มหาชนไปสู่สุคติได้ บุคคลนั้นยิ่งมีคุณค่ามากขึ้นไปอีก เพราะทำให้ตนเอง บุพการี และมหาชนมีความสุขที่ยาวนานนับล้าน ๆ ปี ยาวนานมากกว่าความสุขในโลกมากมายนัก

แต่ถึงบุคคลนั้นจะนำตนเอง บุพการีและมหาชนไปสู่สุคติได้ ถึงคราวหมดบุญ หมดอายุขัยก็ต้องเวียนว่ายตายเกิด ไปตามกฎแห่งกรรมต่อไปในวัฏสงสาร

ดังนั้น บุคคลใดฝึกฝนอบรมตนเองจนบรรลุธรรม แนะนำบุพการีให้บรรลุธรรม ชักชวนมหาชนให้ปฏิบัติจนบรรลุธรรมได้ บุคคลนั้นย่อมเป็นบุคคลที่มีคุณค่า เพราะเป็นการเปิดหนทางมรรคผลนิพพาน หลุดพ้นจากกองทุกข์อย่างถาวร

ดังเช่นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระอรหันต์ มาจนถึงยุคปัจจุบัน คือ พระเดชพระคุณ-พระมงคลเทพมุนี (หลวงปู่วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ) คุณยายอาจารย์มหารัตนอุบาสิกาจันทร์ ขนนกยูง เป็นต้น หลวงพ่อธัมมชโย ได้เคยให้โอวาทไว้ว่า คุณค่าของชีวิตอยู่ตรงที่

1. เกิดมาแล้ว ได้ทุ่มเทชีวิตสร้างบุญบารมี
2. ได้แก้ไขตัวเอง จนเข้าถึงพระรัตนตรัยภายใน
3. ได้ทำหน้าที่กัลยาณมิตรให้แก่ชาวโลก

ครบทั้งประโยชน์ตน และประโยชน์คนอื่น เปิดหนทางสวรรค์ ขึ้นหนทางมรรคผลนิพพาน แก่ชาวโลกทั้งหลาย

