



อนิจจา วต สงฺขาร
อุปฺปาทวธมฺมิโน
อุปฺปชฺชิตฺวา นิรุชฺฌนฺติ
เตสํ วุปฺสโม สุโข

สูตรต้นต. เล่ม 2 ที่ฉนิกาย มหาวรรค ข้อ 186

สังขารทั้งหลายไม่เที่ยงแท้
แม้เกิดมาก็เสื่อมไปเป็นธรรมดา
เกิดขึ้นแล้วย่อมดับไป
ความระงับ คือไม่ยึดถือสังขารเหล่านั้นเป็นสุข

อนนทชาติสํสารํ
สนฺธวิสฺสํ อนินฺพุพิสํ
คหการํ คเวสนฺโต
ทุกฺขา ชาติ ปฺนปฺปฺนํ
คหการก ธิฏฺโฏจสิ
ปฺน เกหํ น กาทฺลิ
สพฺพา เต ผาสูกา ภคฺคา
คหภูฏํ วิสฺสงฺขตํ
วิสฺสงฺขารคตํ จิตฺตํ
ตณฺหานํ ขมฺมชฺฌคฺคา

เราเที่ยวเร่ร่อนไปในสังสารวัฏฏ์หลายแสนชาติ
เพื่อแสวงหานายช่าง
ผู้สร้างเรือน (คือร่างกายนี้) แต่ไม่พบ
ต้องทนทุกข์กับการเกิดแล้วเกิดอีก
นายช่างเอ๋ย บัดนี้เราพบท่านแล้ว
ท่านจะสร้างเรือนไม่ได้อีก
จันทัน (คือกิเลส) เราทำลายหมดแล้ว
อกไก่ (คืออวิชชา) เรายึดถือหมดแล้ว
จิตของเราถึงธรรมอันปราศจากการปรุงแต่ง
เพราะเราได้บรรลุธรรมที่สิ้นค้นหาแล้ว



ก่อนที่จะรู้ว่าตายแล้วไปไหน เราควรจะต้องเข้าใจว่าความตายคืออะไร

หากจะเปรียบกระแสชีวิตของสัตว์โลกเหมือนสายน้ำในนที ความตายก็เปรียบเสมือนจุดโค้งตอนที่สายน้ำเปลี่ยนทิศทาง สำหรับผู้บรรลุนิพพานหรือพระอรหันต์ ความตายคือการสิ้นสุดลงอย่างแท้จริงของชีวิต เป็นการจบสิ้นการเวียนว่ายตายเกิด ส่วนปุถุชนอย่างเรา กระแสชีวิตจะมีสืบเนื่องกันไปไม่มีวันสิ้นสุด ฉะนั้น ความตายจึงเท่ากับเป็นการยุติของกิจกรรมชีวิต ในช่วงชีวิตหนึ่ง เพื่อจะตั้งต้นกิจกรรมชีวิตใหม่ในทันทีที่มีการเกิดใหม่ หรือกล่าวอีกนัยหนึ่ง ความตายคือจุดสุดท้ายของชีวิตนี้ และเป็นจุดเริ่มต้นของชีวิตต่อไปนั่นเอง โดยอาจเปรียบได้กับการที่พระอาทิตย์ตกและขึ้น ซึ่งแทบไม่มีช่วงของความมืดคั่นอยู่เลย และถ้าจะเปรียบกับหนังสือที่ว่าด้วยการอุบัติของสัตว์โลก ความตายก็เป็นตอนจบของบทหนึ่ง ในขณะที่บทต่อไปก็จะเริ่มต้นขึ้นใหม่ในทันทีทันใดนั่นเอง

แม้ว่าเราจะหาอุปมาอุปมัยที่ตรงตรงตัวจริงๆ มากแล้ว ไม่ได้ แต่เราก็อาจเปรียบเทียบกระแสแห่งชีวิตเป็นดั่งรถไฟที่วิ่งไปบนราง เมื่อกำลังจะถึงสถานีแห่งความตาย มันจะชะลอความเร็วลงชั่วขณะหนึ่ง แล้วก็เร่งความเร็วให้เหมือนเดิมต่อไป โดยไม่มีการหยุดแม้เพียงชั่วขณะเดียว สำหรับผู้ที่ยังไม่ใช่พระอรหันต์ ความตายหาใช่สถานีปลายทางไม่ แต่จะเป็นดั่งสถานีชุมทาง ที่มีรางรถไฟถึง 31 สายมาบรรจบกัน เมื่อรถไฟวิ่งมาถึงชุมทางนี้ ก็จะเปลี่ยนราง แล้วออกวิ่งต่อไปด้วยความเร็วเช่นเดิม เชื้อเพลิงที่ทำให้รถไฟแล่นไปได้โดยไม่หยุดนี้ ได้แก่ กระแสแห่งกรรม ซึ่งบุคคลแต่ละคนได้ประกอบไว้ในอดีตชาติทับถมกันมา ทำให้เกิดการเดินทางที่ไม่มีวันสิ้นสุด

การเปลี่ยนรางเดินของรถไฟนี่เป็นไปโดยอัตโนมัติ ประคุดดั่งการที่น้ำแข็งละลายเป็นน้ำ หรือน้ำกลายเป็นน้ำแข็ง อันเป็นไปตามกฎธรรมชาติ การถ่ายเทจากชีวิตหนึ่ง ไปสู่อีกชีวิตหนึ่งก็เป็นไปตามกฎธรรมชาติเช่นกัน รถไฟแห่งชีวิตไม่เพียงแต่จะเปลี่ยนรางได้เอง แต่ยังสามารถกำหนดรางที่จะวิ่งต่อไปเองด้วย สำหรับรถไฟจะต้องเปลี่ยนเส้นทางนี้มีความสำคัญยิ่ง ในขณะที่ชีวิตปัจจุบันกำลังจะสิ้นสุดลง และร่างกายกำลังจะถูกละทิ้งไปนั้น ชีวิตใหม่ก็ใกล้จะอุบัติขึ้น การเกิดจึงเป็นผลของความตาย หรืออีกนัยหนึ่ง ความตายเป็นสิ่งที่กำหนดการเกิดครั้งต่อไป ฉะนั้น ความตายจึงมิใช่เป็นเพียงความตาย หากแต่เป็นการเกิดด้วย ณ สถานีชุมทางนี้เองที่ชีวิตเปลี่ยนไปสู่ความตาย และความตายเปลี่ยนไปสู่การเกิด

เราจึงควรระลึกว่า ทุกๆ ชีวิตเป็นการเตรียมตัวเพื่อที่จะตาย ถ้าเราฉลาดพอ ก็จะต้องพยายามดำเนินชีวิตในปัจจุบันให้ดีที่สุด เพื่อเตรียมตัวตายให้ดีที่สุด และการตายที่ดีที่สุดก็คือการที่ไม่กลับมาเกิดอีก ซึ่งได้แก่การตายของพระอรหันต์ อันเป็นการไปถึงจุดหมายปลายทางอย่างแท้จริง เพราะไม่มีรางให้รถไฟวิ่งอีกต่อไปแล้ว เราจึงควรที่จะพยายามกำหนดการอุบัติขึ้นของชีวิตใหม่ให้ดีที่สุด เพื่อวันหนึ่งเราจะได้บรรลุถึงจุดหมายปลายทางที่แท้จริงเช่นนั้นบ้าง ทุกสิ่งขึ้นอยู่กับตัวเราเอง เราเป็นผู้กำหนดอนาคตของเรา เราเป็นผู้กำหนดความสุขและความทุกข์ ตลอดจนความหลุดพ้นของเราเอง

ทำอย่างไรเราจึงจะสามารถจัดวางรางเพื่อรองรับรถไฟที่วิ่งมาอย่างรวดเร็วได้ การที่จะตอบคำถามนี้ได้ เราต้องมีความเข้าใจในเรื่องของ “กรรม” เสียก่อน กรรมหรือการกระทำของเราเกิดจากเจตนาที่เป็นกุศลหรืออกุศล เจตนาที่บริสุทธิ์หรือไม่บริสุทธิ์ในใจของเราเป็นรากฐานของการกระทำ ไม่ว่าจะด้วยทางกาย วาจา หรือใจ โดยเริ่มจากการมีผัสสะ คือมีสิ่งมากระทบทวารใดทวารหนึ่งของเรา ทำให้เกิดวิญญาณ หรือการรับรู้ขึ้น และสัญญาณจะเป็นผู้ประเมินผลของผัสสะนั้น จากนั้นเวทนาหรือความรู้สึกทางกายก็จะเกิดขึ้น ตามมาด้วยสังขาร คือสภาพที่ปรุงแต่งการกระทำของเรา อันเกิดจากเจตนาซึ่งปรุงแต่งได้ตอบสนองต่อความรู้สึกทางกาย เจตนาในการกระทำนี้มีหลายแบบหลายชนิด เจตนาบางอย่างก็เปรียบเสมือนรอยขีดลงบนน้ำ บางอย่างก็เป็นดั่งรอยขีดบนพื้นทราย บางอย่างเป็นเสมือนรอยขีดบนหิน ถ้าเจตนาเป็นกุศล การกระทำก็จะเป็นกุศล ซึ่งจะยังให้เกิดผลที่เป็นกุศลด้วย หากเจตนาไม่บริสุทธิ์ การกระทำก็ย่อมจะเป็นไปในทางไม่ดี และก่อให้เกิดผลคือความทุกข์ความเดือดร้อน



ทั้งนี้มิได้หมายความว่า สังขารหรือการปรุงแต่งทั้งหลายนี้จะมีผลให้เกิดชีวิตใหม่เสมอไป การกระทำบางอย่างอาจจะบางเบาเกินกว่าที่จะก่อผลใดๆ การกระทำบางอย่างอาจจะหนักหรือรุนแรงกว่านั้นเล็กน้อย ซึ่งจะส่งผลในปัจจุบันชาติโดยไม่ต้องรอถึงชาติหน้า กรรมบางชนิดก็ให้ผลทั้งในปัจจุบันและยึดเชื้อไปจนชาติหน้า แม้จะไม่ถึงกับเป็นแรงส่งที่ทำให้ไปเกิดใหม่ แต่ก็มีการกรรมหลายชนิดที่เรียกว่า กรรมภพ หรือ สังขารภพ ซึ่งเป็นตัวนำไปให้เกิด กรรมประเภทนี้เองที่เป็นสาเหตุให้มีกระบวนการเกิดใหม่ขึ้นมา โดยพลังแม่เหล็กในตัวของมันจะถูกดึงดูดให้เข้าไปร่วมกับกระแสต้นสะเทือนของโลกภพที่มีคลื่นความถี่ขนาดเดียวกัน พลังความสั่นสะเทือนของภพทั้งสอง จะดึงดูดเข้าหากันและกัน อันเป็นไปตามกฎแห่งกรรม

ในทันทีที่กรรมภพบังเกิดขึ้น รถไฟแห่งการอุบัติขึ้นก็จะถูกดึงดูดจากรางใดรางหนึ่งใน 31 ราง ณ สถานีชุมทางดังกล่าว ราง 31 รางนี้ก็คือภพทั้ง 31 นั่นเอง ซึ่งประกอบไปด้วยกามภพ 11 ภพ อันได้แก่อบาย 4 มนุษยโลก 1 และกามาวจรสวรรค์อีก 6 ภพของรูปพรหม 16 (ซึ่งเป็นภพของพวกกายละเอียด ผู้เข้าถึงรูปฌาน) และภพของอรุปรหมอีก 4 (ซึ่งเป็นภพที่มีแต่จิต ไม่มีรูป เป็นภพของผู้ถึงอรุปรหม)

ในวาระสุดท้ายของชีวิต เมื่อกรรมภพหรือสังขารภพอุบัติขึ้น สังขารหรือกรรมนี้เองที่ทำให้เกิดชาติใหม่ โดยพลังกรรมนี้จะเชื่อมโยงเข้ากับพลังความสั่นสะเทือนของภพที่จะไปเกิดในขณะที่ความตายมาถึงนั้น ภพทั้ง 31 ภพจะเปิดออก สังขาร หรือการปรุงแต่งในขณะนั้นจะเป็นผู้กำหนดว่า รถไฟจะแล่นไปตามรางไหนต่อไป โดยพลังแห่งกรรมจะผลักดันวิญญาณให้เข้าไปสู่กระแสชีวิตใหม่ ตัวอย่างเช่น ถ้าหากก่อนตาย มีความโกรธหรือความมู๋ร้ายต่างๆ ซึ่งเป็นลักษณะที่ร้อน กระวนกระวาย กระแสกรรมก็จะถูกดึงดูดให้เข้าไปอยู่ในอบายภูมิทำนองเดียวกัน บุคคลที่มีความเมตตาเป็นอุปนิสัย ก็จะมีพลังสั่นสะเทือนของพรหมโลก เป็นต้น นี่เป็นกฎธรรมชาติ และกฎเหล่านี้จะจัดตัวเองอย่างมีระเบียบโดยไม่ผิดพลาดเลย ฉะนั้น เราจึงต้องเข้าใจว่ารถไฟดังกล่าวไม่มีผู้โดยสาร แต่แล่นไปด้วยพลังของสังขาร คือกรรม หรือการปรุงแต่งที่สะสมไว้

ในขณะที่ความตายมาถึง กรรมที่แรงมักปรากฏขึ้น ซึ่งอาจจะเป็นกุศลหรืออกุศลกรรมก็ได้ ตัวอย่างเช่น หากบุคคลใดเคยฆ่าบิดามารดาหรือผู้ทรงศีลมาแล้ว ความจำเกี่ยวกับการกระทำดังกล่าวจะมาปรากฏขึ้นอีกเมื่อใกล้สิ้นใจ ในทำนองเดียวกัน สำหรับผู้ที่ปฏิบัติวิปัสสนาอยู่เสมอ จิตสุดท้ายจะสงบเยือกเย็นเช่นเดียวกับในขณะที่เคยปฏิบัติวิปัสสนา

หากไม่มีกรรมภพที่หนักหน่วงรุนแรงปรากฏขึ้น ก็จะเกิดกรรมภพอย่างอื่น ความจำใดๆ ที่เกิดขึ้นในขณะนั้นจะปรากฏออกมา ตัวอย่างเช่น บางคนอาจจะนึกได้ถึงกรรมดีที่เคยถวายอาหารพระ หรือบางคนอาจนึกได้ว่าเคยฆ่าคน ความจำเกี่ยวกับพฤติกรรมในอดีตจะปรากฏขึ้นเสมอ บางคนอาจจะมองเห็นอาหารเต็มจานที่เคยใส่บาตร บางคนจะเห็นปืนที่ตนเคยใช้สังหารผู้อื่น สิ่งเหล่านี้คือ กรรมนิมิต

บางครั้งก็อาจมีนิมิตของชีวิตที่กำลังอุบัติขึ้นในอนาคตหรือที่เรียกว่า คตินิมิต (เครื่องหมายแสดงที่ไปเกิด) นิมิตเหล่านี้มีส่วนเกี่ยวข้องกับโลกภพ ซึ่งมีกระแสดึงดูดให้ไปเกิด เช่น อาจมีนิมิตเห็นสวรรค์ หรือเครื่องรางภพก็ได้ บุคคลที่กำลังจะตายมักมีนิมิตเหล่านี้เหมือนเป็นการเตือนล่วงหน้าทำนองเดียวกับรถไฟ ซึ่งจะมีไฟส่องให้เห็นทางอยู่ที่หัวรถ พลังสั่นสะเทือนของนิมิตดังกล่าว ย่อมจะเชื่อมโยงเข้ากับพลังสั่นสะเทือนของโลกภพที่ชีวิตใหม่กำลังจะอุบัติขึ้น

นักวิปัสสนาที่ดีย่อมสามารถหลบลีกรางรถไฟที่จะพาไปสู่ภพภูมิที่ต่ำกว่า ฉะนั้น **เราจึงต้องเข้าใจกฎธรรมชาตินี้ให้ดี และหมั่นปฏิบัติเพื่อเตรียมตัวเผชิญกับความตายอยู่ตลอดเวลา ยิ่งผู้สูงอายุยิ่งมีเหตุผลทุกประการที่จะต้องมึสติอยู่ทุกขณะ ถ้าเช่นนั้นเราจะต้องเตรียมตัวอย่างไร เราจะต้องปฏิบัติวิปัสสนา ฝึกความมีอุเบกขา ไม่ว่าจะมีความรู้สึกทางกายอะไรเกิดขึ้น ก็ต้องไม่มีปฏิกิริยาโต้ตอบใดๆ มีเพียงการปฏิบัติเช่นนี้เท่านั้นที่สามารถขจัด**



นิสัยเก่าๆ เปลี่ยนแปลงสภาพจิตใจที่เคยแต่จะก่อให้เกิดสังขารใหม่ๆ พัฒนาไปเป็นการรักษาใจให้เป็นอุเบกขาอยู่เสมอ

ขณะใกล้ตาย คนส่วนมากจะมีความรู้สึกที่ไม่สบาย ความชรา โรคร้าย และความตายเป็นทุกข์ ก่อให้เกิดความรู้สึกที่รุนแรง ถ้าบุคคลใดไม่เคยฝึกให้รู้จักสังเกตเวทนา หรือความรู้สึกทางกาย และฝึกทำใจให้เป็นอุเบกขาแล้ว ก็อาจจะมีความรู้สึกขุ่นเคือง โกรธแค้น หรือพยาบาทมาคร่ำครวญ อันเป็นโอกาสให้สังขารภพที่มีกระแสดังคุณชนิดเดียวกันเกิดขึ้นได้ ส่วนผู้ที่เคยฝึกปฏิบัติวิปัสสนาจะสามารถเผชิญกับความทุกข์ที่ปวดร้าวรุนแรง โดยการวางใจให้มีอุเบกขาเมื่อใกล้ตาย จนแม้แต่สังขารภพที่ฝังแฝงอยู่ภายในจิต ไร้สำนึกก็ไม่อาจครอบงำได้ สำหรับบุคคลธรรมดาทั่วไปนั้นมักจะกลัวความตายอย่างที่สุด ซึ่งเป็นการเปิดโอกาสให้สังขารภพแห่งความกลัวปรากฏขึ้นมา ความทุกข์ ความเศร้าโศกเสียใจที่ต้องพลัดพรากจากบุคคลที่ตนรักจะประดังกันขึ้นมา สังขารภพที่สะสมไว้ในกัมมบึงของจิตใจ ก็จะผลุดโผล่ขึ้นมาครอบงำจิตใจ ในขณะที่นักวิปัสสนาจะสามารถจับความรู้สึกเหล่านั้นได้ แล้ววางใจให้เป็นอุเบกขา ทำให้สังขารทั้งหลายไม่มีโอกาสครอบงำจิตใจเมื่อใกล้ตาย ฉะนั้น เราจะต้องเตรียมตัวตายได้ ก็ด้วยการพยายามเจริญนิสัยให้รู้จักสังเกตความรู้สึก (เวทนา) ที่เกิดขึ้นกับร่างกายและฝึกวางใจให้เป็นอุเบกขา โดยมีความเข้าใจในอนิจจังอย่างแท้จริง

ในขณะที่ใกล้สิ้นใจ จิตที่ได้รับการฝึกให้มีอุเบกขาอย่างมั่นคงแล้ว จะปล่อยวางได้โดยอัตโนมัติ รถไฟแห่งการอุบัติขึ้นก็จะแล่นเข้าสู่รางที่จะอำนวยโอกาสให้บุคคลนั้นได้ปฏิบัติวิปัสสนาสืบต่อไปในชีวิตใหม่ ทำให้ปลอดภัยจากการต้องไปเกิดในภพที่ต่ำกว่า ข้อนี้สำคัญมาก เพราะในอบายภูมิ หรือภพที่ต่ำลงไปนั้น เราจะไม่มีโอกาสได้ปฏิบัติวิปัสสนาเลย

นักวิปัสสนาที่มีญาณมิตรนั่งปฏิบัติอยู่ด้วยใกล้ๆ ในยามที่ใกล้จะตายนั้น นับว่าโชคดี เพราะจะได้รับพลังสันตะเทือนของเมตตา อันจะช่วยให้ตายไปด้วยความสงบสุข ท่ามกลางบรรยากาศแห่งธรรมะที่ปราศจากความเศร้าโศกคร่ำครวญ

สำหรับผู้ที่ไม่เคยปฏิบัติวิปัสสนานั้น บางครั้งก็อาจจะได้ประสบกับชีวิตใหม่ที่นำพาไปจากผลของกรรมที่ได้กระทำมา เช่น ความเป็นผู้มีจิตใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีศีลธรรม มีคุณธรรม แต่นักวิปัสสนาที่ปฏิบัติอย่างมั่นคงแล้วจะได้รับผลพิเศษกว่านั้น เพราะจะมีโอกาสได้ปฏิบัติวิปัสสนาอีกในชาติต่อไป อันจะทำให้การเวียนว่ายในสังสารวัฏฏ์ของเขาสั้นลง และทำให้สามารถบรรลุถึงจุดหมายปลายทางได้เร็วขึ้น

การที่เราได้มีโอกาสสัมผัสกับธรรมะในชาตินี้ นั่น เป็นเพราะผลของกุศลกรรมที่ได้กระทำไว้ในอดีตชาติ ฉะนั้น เราจึงต้องทำชีวิตปัจจุบัน ให้สมบูรณ์ด้วยการปฏิบัติวิปัสสนา เพื่อว่าเมื่อความตายมาเยือน เราจะได้สามารถเผชิญหน้ากับมันด้วยจิตที่เป็นอุเบกขา อันจะนำมาซึ่งความสุขในชีวิตภายหน้าต่อไป