

การสร้างบุญบารมี

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช

วัดบวรนิเวศวิหาร

ทาน

การทำทาน ได้แก่การสละทรัพย์สินสิ่งของสมบัติของตนที่มีอยู่ให้แก่ผู้อื่น โดยมุ่งหวังจะจุนเจือให้ผู้อื่นได้รับประโยชน์และความสุขด้วยความเมตตาจิตของตน ทานที่ได้ทำไปนั้น จะทำให้ผู้ทำทานได้บุญมากหรือน้อยเพียงใด ย่อมสุดแล้วแต่องค์ประกอบ ๓ ประการ ถ้าประกอบถึงพร้อมด้วยองค์ประกอบทั้ง ๓ ประการต่อไปนี้แล้ว ทานนั้นย่อมมีผลมาก ได้บุญบารมีมาก กล่าวคือ

องค์ประกอบข้อที่ ๑. "วัตถุทานที่ให้ต้องบริสุทธิ์"

วัตถุทานที่ให้ ได้แก่สิ่งของทรัพย์สินสมบัติที่ตนได้สละให้เป็นทานนั่นเอง จะต้องเป็นของที่บริสุทธิ์ ที่จะเป็นของบริสุทธิ์ได้จะต้องเป็นสิ่งของที่ตนเองได้แสวงหา ได้มาด้วยความบริสุทธิ์ในการประกอบอาชีพ ไม่ใช่ของที่ได้มาเพราะการเบียดเบียนผู้อื่น เช่น ได้มาโดยยกยอก ทูจจริต ลักทรัพย์ นื้อ โกง ปล้นทรัพย์ ชิงทรัพย์ ฯลฯ

ตัวอย่าง ๑ ได้มาโดยการเบียดเบียนชีวิตและเลือดเนื้อสัตว์ เช่นฆ่าสัตว์ต่าง ๆ เป็นต้นว่า ปลา โค กระบือ สุนัข โดยประสงค์จะเอาเลือดเนื้อของเขามาทำอาหารถวายพระเพื่อเอาบุญ ย่อมเป็นการสร้างบาปเอามาทำบุญ วัตถุทานคือเนื้อสัตว์นั้นเป็นของที่ไม่บริสุทธิ์ แม้ทำบุญให้ทานไป ก็ย่อมได้บุญน้อย จนเกือบไม่ได้อะไรเลย ทั้งอาจจะได้บาปเสียอีก หากว่าทำทานด้วยจิตที่เศร้าหมอง แต่การที่จะได้เนื้อสัตว์มาโดยการซื้อหามาจากผู้อื่นที่ฆ่าสัตว์นั้น โดยที่ตนมิได้มีส่วนร่วมรู้เห็นเป็นใจในการฆ่าสัตว์นั้นก็ดี เนื้อสัตว์นั้นตายเองก็ดี เนื้อสัตว์นั้นย่อมเป็นวัตถุทานที่บริสุทธิ์ เมื่อนำมาทำทานย่อมได้บุญมากหากถึงพร้อมด้วยองค์ประกอบข้ออื่น ๆ ด้วย

ตัวอย่าง ๒ ลักทรัพย์ ยกยอก นื้อ โกง ชิงทรัพย์ ปล้นทรัพย์ รวมตลอดถึงการทูจจริต นื้อราษฎรบังหลวง อันเป็นการได้ทรัพย์มาในลักษณะที่ไม่ชอบธรรม หรือโดยเจ้าของเดิมไม่เต็มใจให้ทรัพย์นั้น ย่อมเป็นของที่ไม่บริสุทธิ์ เป็นของร้อน แม้จะผลิดอกออก

ผลมาเพิ่มเติม ดอกผลนั้นก็ย่อมเป็นของไม้บริสุทธิตัวด้วยนำเอาไปกินไปใช้ย่อมเกิดโทษ เรียกว่า **"บริโภคโดยความเป็นหนี้"** แม้จะนำเอาไปทำบุญ ให้ทาน สร้างโบสถ์วิหารก็ตาม ก็ไม่ทำให้ได้บุญแต่อย่างใด สมัยหนึ่งในรัชการที่ ๕ มีหัวหน้าสำนักนางโลมชื่อ **"ยายแพง"** ได้เรียกเก็บเงินจากหญิงโสเภณีในสำนักของตนจากอัตราที่ได้มาครั้งหนึ่ง ๒๕ สตางค์ แกะจะชักเอาไว้ ๕ สตางค์ สะสมเอาไว้เช่นนี้จนได้ประมาณ ๒,๐๐๐ บาท แล้วจึงจัดสร้างวัดขึ้นวัดหนึ่งด้วยเงินนั้นทั้งหมด เมื่อสร้างเสร็จแล้วแกก็ปลื้มปีติ นำไปนมัสการถามหลวงพ่อดโตว่า การที่แกสร้างวัดทั้งวัดด้วยเงินของแกทั้งหมดจะได้บุญบารมีอย่างไร หลวงพ่อดโตตอบว่า ได้แค่ ๑ สิ่ง แกก็เสียใจ เหตุที่ได้บุญน้อยก็เพราะทรัพย์อันเป็นวัตถุทานที่ตนนำมาสร้างวัดอันเป็นวิหารทานนั้น เป็นของที่แสวงหาได้มาโดยไม้บริสุทธิตัว เพราะว่าเบียดเบียนมาจากเจ้าของที่ไม่เต็มใจจะให้ ฉะนั้น บรรดาพ่อค้าแม่ขายทั้งหลายที่ซื้อของถูก ๆ แต่มาขายแพงจนเกินส่วนนั้น ย่อมเป็นสิ่งของที่ไม่บริสุทธิตัวโดยนัยเดียวกัน

วัตถุทานที่บริสุทธิตัวเพราะการแสวงหาได้มาโดยชอบธรรมดังกล่าว ไม่ได้จำกัดว่า จะต้องเป็นของดีหรือเลว ไม่จำกัดว่าเป็นของมากหรือน้อย น้อยค่าหรือมีค่ามาก จะเป็นของดี เลว ประณีต มากหรือน้อยไม่สำคัญ ความสำคัญขึ้นอยู่กับเจตนาในการให้ทานนั้น ตามกำลังทรัพย์และกำลังศรัทธาที่ตนมีอยู่

องค์ประกอบข้อที่ ๒. "เจตนาในการสร้างทานต้องบริสุทธิตัว"

การให้ทานนั้น โดยจุดมุ่งหมายที่แท้จริงก็เพื่อเป็นการขจัดความโลภ ความตระหนี่เหนียวแน่นความหวงแหนหลงใหลในทรัพย์สมบัติของตน อันเป็นกิเลสหยาบ คือ **"โลภกิเลส"** และเพื่อเป็นการสงเคราะห์ผู้อื่นให้ได้รับความสุขด้วย เมตตาธรรมของตน อันเป็นบันไดก้าวแรกในการเจริญเมตตา พรหมวิหารธรรมในพรหมวิหาร ๔ ให้เกิดขึ้น ถ้าได้ให้ทานด้วยเจตนาดังกล่าวแล้ว เรียกว่าเจตนาในการทำทานบริสุทธิตัว แต่เจตนาที่ว่าบริสุทธิตัวนั้น ถ้าจะบริสุทธิตัวจริงจะต้องสมบูรณ์พร้อมกัน ๓ ระยะ คือ

(๑) ระยะก่อนที่จะให้ทาน ก่อนที่จะทานก็จะมีจิตที่โสมนัสร่าเริงเบิกบานยินดีที่จะให้ทาน เพื่อสงเคราะห์ผู้อื่นให้ได้รับความสุขเพราะทรัพย์สิ่งของของตน

(๒) ระยะเวลาที่กำลังลงมือให้ทาน ระยะเวลาที่กำลังมือให้ทานอยู่นั่นเอง ก็ทำด้วยจิตใจ
โสมนัสสร้างเรณูยินดีและเบิกบานในทานที่ตนกำลังให้ผู้อื่น

(๓) ระยะเวลาหลังจากที่ได้ให้ทานไปแล้ว ครั้นเมื่อได้ให้ทานไปแล้วเสร็จ หลังจากนั้น
ก็ดี นานมาก็ดี เมื่อหวนคิดถึงทานที่ตนได้กระทำไปแล้วครั้งใด ก็มีจิตใจโสมนัสสร้างเรณู
เบิกบาน ยินดีในทานนั้น ๆ

เจตนาบริสุทธิ์ในการทำทานนั้น อยู่ที่จิตใจโสมนัสสร้างเรณูเบิกบานยินดีในทานที่ทำ
นั้นเป็นสำคัญ และเนื่องจากเมตตาจิต ที่มุ่งสงเคราะห์ผู้อื่นให้พ้นความทุกข์ และให้
ได้รับความสุขเพราะทานของตน นับว่าเป็นเจตนาบริสุทธิ์ในเบื้องต้น แต่เจตนาที่
บริสุทธิ์เพราะเหตุดังกล่าวมาแล้วนี้ จะทำให้ยิ่ง ๆ บริสุทธิ์มากขึ้นไปอีก หากผู้ใดให้ทาน
นั้นได้ทำทานด้วยการวิปัสสนาปัญญา กล่าวคือ ไม่ใช่ทำทานอย่างเดียว แต่ทำทานพร้อม
กับวิปัสสนาปัญญา โดยใคร่ครวญถึงวัตถุทานที่ให้ทานนั้นว่า อันบรรดาทรัพย์สิ่งของ
ทั้งที่ชาวโลกนิยมยกย่องหวงแหนเป็นสมบัติกันด้วยความโลภนั้น แท้ที่จริงแล้วก็
เพียงวัตถุธาตุประจำโลก เป็นสมบัติกลาง ไม่ใช่ของผู้ใดโดยเฉพาะ เป็นของที่มีมาตั้งแต่
ก่อนเราเกิดขึ้นมา และไม่ว่าเราจะเกิดขึ้นหรือไม่ก็ตาม วัตถุธาตุดังกล่าวก็มีอยู่เช่นนั้น
และได้ผ่านการเป็นเจ้าของมาแล้วหลายชั่วคน ซึ่งท่านตั้งแต่ก่อนนั้น ได้ล้มหายตายจาก
ไปแล้วทั้งสิ้น ไม่สามารถนำวัตถุธาตุดังกล่าวนี้ติดตัวไปได้เลยจนในที่สุดก็ได้ตกทอด
มาถึงเรา ให้เราได้กินได้ใช้ได้ยึดถือเพียงชั่วครู่แล้วก็ได้ตกทอดสืบเนื่องไปเป็นของคน
อื่น ๆ ต่อ ๆ ไปเช่นนี้ แม้เราเองก็ไม่สามารถจะนำวัตถุธาตุดังกล่าวนี้ติดตัวไปได้เลย จึง
นับว่าเป็นสมบัติผลัดกันชมเท่านั้น ไม่จากไปในวันนี้ก็ต้องจากไปในวันหน้า อย่างน้อย
เราก็ต้องจากต้องทิ้งเมื่อเราได้ตายลงนับว่าเป็นอนิจจัง คือไม่เที่ยงแท้แน่นอน จึงไม่
อาจจะยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นของเราได้ถาวรได้ตลอดไป แม้ตัววัตถุธาตุดังกล่าวนี้เอง เมื่อมี
เกิดขึ้นเป็นตัวตนแล้ว ก็ต้องอยู่ในสภาพนั้นให้ตลอดไปไม่ได้ จะต้องเก่าแก่ ผุพัง บุบ
สลายไป ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตนแต่อย่างไร แม้แต่เนื้อตัวร่างกายของเราเองก็มีสภาพ
เช่นเดียวกับวัตถุธาตุเหล่านั้น ซึ่งไม่อาจจะตั้งมั่นให้ยั่งยืนอยู่ได้ เมื่อมีเกิดขึ้นแล้วก็ต้อง
เจริญวัยเป็นหนุ่มสาวแล้วก็แก่เฒ่าและตายไปในที่สุด เราจะต้องพลัดพรากจากของอัน
เป็นที่รัก ที่หวงแหน คือทรัพย์สมบัติทั้งปวง

เมื่อเจตนาในการให้ทานบริสุทธิ์ผูกผ่องดีพร้อมทั้งสามระยะดังกล่าวมาแล้ว ทั้งยังประกอบไปด้วยวิปัสสนาปัญญาดังกล่าวมาแล้วด้วย เจตนาที่ย่อมบริสุทธิ์อย่างยิ่ง ทานที่ได้ทำไปนั้นย่อมมีผลมาก ใ้บุญมากหากวัตถุทานที่ได้ทำเป็นของบริสุทธิ์ตามองค์ประกอบข้อ ๑ ด้วย ก็ย่อมทำให้ได้บุญมากยิ่งขึ้น ๆ ขึ้นไปอีก วัตถุทานจะมากหรือน้อย เป็นของเลวหรือประณีต ไม่สำคัญ เมื่อเราได้ให้ทานไปตามกำลังทรัพย์ที่เรามีอยู่ย่อมใช้ได้ แต่ก็ยังมีข้ออันควรระวังอยู่ก็คือ *"การทำทานนั้นอย่าได้เบียดเบียนตนเอง"* เช่นมีน้อย แต่ฝืนทำให้มาก ๆ จนเกินกำลังของตนที่จะให้ได้ เมื่อได้ทำไปแล้วตนเองและสามีภริยา รวมทั้งบุตรต้องลำบาก ขาดแคลน เพราะที่ไม่มีจะกินจะใช้ เช่นนี้ย่อมทำให้จิตเศร้าหมอง เจตนาที่ย่อมไม่บริสุทธิ์ ทานที่ได้ทำไปแล้วนั้น แม้วัตถุทานจะมากหรือทำมาก ก็ย่อมได้บุญน้อย ต่อไปนี้เป็นตัวอย่างที่ทำทานด้วยเจตนาอันไม่บริสุทธิ์ คือ

ตัวอย่าง ๑ ทำทานเพราะอยากได้ ทำเอาหน้า ทำอวดผู้อื่น เช่น สร้างโรงเรียน โรงพยาบาลใส่ชื่อของตน ไปยื่นถ่ายภาพลงโฆษณาในหน้าหนังสือพิมพ์เพื่อให้ได้รับความนิยมนับถือ โดยที่แท้จริงแล้วตนมิได้มีเจตนาที่จะมุ่งสงเคราะห์ผู้ใด เรียกว่า *"ทำทานด้วยความโลภ"* ไม่ทำเพื่อขจัดความโลภ ทำทานด้วยความอยากได้ คืออยากได้หน้า ๆ ได้เกียรติ ได้สรรเสริญ ได้ความนิยมนับถือ

ตัวอย่าง ๒ ทำทานด้วยความฝืนใจ ทำเพราะเสียไม่ได้ ทำด้วยความเสียหาย เช่นที่พวกพ้องมาเรียไร ตนเองไม่มีศรัทธาที่จะทำ หรือมีศรัทธาอยู่บ้างแต่มีทรัพย์น้อย เมื่อมีพวกมาเรียไรบอกบุญ ต้องจำใจทำทานไปเพราะความเกรงใจพวกพ้อง หรือเกรงว่าจะเสียหน้า ตนจึงได้สละทรัพย์ทำทานไปด้วยความจำใจ ย่อมเป็นการทำทานด้วยความตระหนี่หวงแหน ทำทานด้วยความเสียดาย ไม่ใช่ทำทานด้วยจิตเมตตาที่มุ่งจะสงเคราะห์ผู้อื่น ซึ่งยิ่งคิดก็ยิ่งเสียดาย ให้ไปแล้วก็เป็นทุกข์ใจ บางครั้งก็นึกโกรธผู้ที่มาบอกบุญ เช่นนี้จิตย่อมเศร้าหมอง ใ้บุญน้อย หากเสียดายมาก ๆ จนเกิดโทสะจริตกล้าแล้ว นอกจากจะไม่ได้บุญแล้ว ที่จะได้ก็คือบาป

ตัวอย่าง ๓ ทำทานด้วยความโลภ คือทำทานเพราะว่าอยากได้นั้น อยากได้นี้ อยากเป็นนั่น อยากเป็นนี่ อันเป็นการทำทานเพราะว่าหวังสิ่งตอบแทน ไม่ใช่ทำทานเพราะมุ่งหมายที่จะขจัดความโลภ ความตระหนี่หวงแหนในทรัพย์ของตน เช่น ทำทานแล้วตั้งจิตอธิษฐานขอพรให้ชาติหน้าได้เป็นทวดา นางฟ้า ขอให้ร่ำรวย ขอให้ทำมาค้าขึ้น ขอให้

ร่ำรวยเป็นเศรษฐี มหาเศรษฐี ทำทาน ๑๐๐ บาท แต่ขอให้ร่ำรวยนับล้าน ขอให้ถูกสลากกินแบ่งกินรวบ ซึ่งสิ่งเหล่านี้ล้วนแต่เป็นสมบัติสวรรค์ หากชาติก่อนไม่เคยได้ทำบุญใส่บาตรฝากสวรรค์เอาไว้ อยู่ๆ ก็มาขอเบิกในชาตินี้ จะมีที่ไหนให้เบิก การทำทานด้วยความโลภเช่นนี้ย่อมไม่ได้บุญอะไรเลย สิ่งที่จะได้พอกพูนเพิ่มให้มากและหนาขึ้นก็คือ **"ความโลภ"**

ผลหรืออานิสงส์ของการทำทานที่ครบองค์ประกอบ ๓ ประการนั้น ย่อมมีผลให้ได้ซึ่งมนุษยสมบัติ สวรรค์สมบัติเอง แม้ว่าจะไม่ได้ตั้งเจตนาเอาไว้ล่วงหน้าก็ตาม เพราะสิ่งเหล่านี้เป็นผลที่สืบเนื่องมาจากเหตุ เมื่อทำเหตุครบถ้วนย่อมมีผลเกิดขึ้นตามมาเอง เช่นเดียวกับปลูกต้นไม้ มะม่วง เมื่อรดน้ำพรวนดินและใส่ปุ๋ยไปตามธรรมดาเรื่อยไป แม้จะไม่อยากให้มีเจริญเติบโตและออกดอกออกผล ในที่สุดต้นไม้ก็จะต้องเจริญเติบโตและผลิตดอกออกผลตามมา สำหรับผลของทานนั้น หากน้อยหรือมีกำลังไม่มากนัก ย่อมນ้อมนำให้เกิดในมนุษยชาติ หากมีกำลังแรงมากก็อาจจะน้อมนำให้ได้บังเกิดในเทวโลก ๖ ชั้น เมื่อได้เสวยสมบัติในเทวโลกจนสิ้นบุญแล้ว ด้วยเศษของบุญที่ยังคงหลงเหลืออยู่บ้าง ประกอบกับไม่มีอกุศลกรรมอื่นแทรกให้ผลก็อาจจะน้อมนำให้มาบังเกิดในมนุษย์อีกครั้งหนึ่ง และเมื่อได้มาบังเกิดเป็นมนุษย์แล้ว ก็ยอมทำให้ได้เกิดในตระกูลที่ร่ำรวยมั่งคั่ง สมบูรณ์ไปด้วยทรัพย์ หรือไม่ก็เป็นผู้ที่มียศถาพมาก ทำมาหากินขึ้นและร่ำรวยในภายหลัง ทรัพย์สมบัติไม่วิบัติหายนะไปเพราะวินาศภัย โจรภัย อัคคีภัย วัตภัย ฯลฯ แต่จะมั่งคั่งร่ำรวยในวัยใดก็ยอมแล้วแต่ผลทานแต่ชาติก่อน ๆ จะส่งผล คือ

๑. **ร่ำรวยตั้งแต่วัยต้น** เพราะผลของทานที่ได้ตั้งเจตนาไว้บริสุทธิ์ดีตั้งแต่ก่อนจะทำทาน คือก่อนที่จะลงมือทำทานก็มีจิตเมตตาโสมนัสสร้าง เบิกบานยินดีในทานที่ตนจะทำได้ทำเพื่อสงเคราะห์ผู้อื่น แล้วก็ได้ลงมือทำทานไปตามเจตนา นั้น เมื่อเกิดเป็นมนุษย์ย่อมโชคดี โดยเกิดในตระกูลที่ร่ำรวย ชีวิตในวัยต้นอุดมสมบูรณ์พูนสุขไปด้วยทรัพย์ ไม่ยากจนแร้นแค้น ไม่ต้องขวนขวายหาเลี้ยงตนเองมาก แต่ถ้าเจตนา นั้นไม่งามบริสุทธิ์พร้อมกันทั้ง ๓ ระยะแล้ว ผลทานนั้นก็ย่อมส่งผลให้ไม่สม่าเสมอกัน คือแม้ว่าจะร่ำรวยตั้งแต่วัยต้น โดยเกิดมาบนกองเงินกองทองก็ตาม หากในขณะที่กำลังลงมือทำทานเกิดจิตเศร้าหมองเพราะหวนคิดเสียดายหรือหวงแหนทรัพย์ที่จะให้ทานขึ้นมา หรือเกิดหมดศรัทธาขึ้นมาเฉยๆ แต่ก็ยังฝืนใจทำทานไปเพราะเสียไม่ได้หรือเพราะตามพวกพ้องไปอย่างเสียไม่ได้ เช่นนี้ผลทานย่อมหมดกำลังให้ผลระยะที่ ๒ ซึ่งตรงกับวัยกลางคน ซึ่งจะ

มีผลทำให้ทรัพย์สมบัติหายนะไปด้วยประการต่างๆ แม้จะได้รับมรดกมาก็ไม่อาจจะรักษาไว้ได้ หากเจตนาในการทำทานนั้นเศร้าหมองในระยะที่ ๓ คือทำทานไปแล้วหวนคิดขึ้นมาทำให้เสียดายทรัพย์ ความหายนะก็มีผลต่อเนื่องมาจนบั้นปลายชีวิตด้วย คือทรัพย์สิ้นลงวิบัติเสียหายต่อเนื่องจากวัยกลางคนตลอดไปจนถึงตลอดอายุขัยชีวิตจริงของผู้ที่เกิดบนกองเงินกองทองก็มีให้เห็น เป็นตัวอย่างที่เมื่อได้รับทรัพย์มรดกแล้วก็วิบัติเสียหายไป หรือนักธุรกิจที่ประสบความสำเร็จในวัยต้นแต่ก็ต้องล้มละลายในวัยกลางคนและบั้นปลายชีวิต แต่ถ้าได้ตั้งเจตนาในการทำทานไว้บริสุทธิ์ครบถ้วนพร้อม ๓ ระยะเวลาแล้ว ผลทานนั้นย่อมส่งผลสม่ำเสมอ คือร่ำรวยตั้งแต่เกิด วัยกลางคนและจนปัจฉิมวัย

๒. ร่ำรวยในวัยกลางคน การที่ร่ำรวยในวัยกลางคนนั้น สืบเนื่องมาจากผลของทานที่ได้ทำเพราะเจตนางามบริสุทธิ์ในระยะที่ ๒ กล่าวคือไม่งามบริสุทธิ์ในระยะแรก เพราะก่อนที่จะลงมือทำทานก็มีได้มีจิตศรัทธามาก่อน ไม่คิดจะทำทานมาก่อนแต่ก็ได้ตัดสินใจทำทานไปเพราะเหตุบางอย่าง เช่นทำตามพวกพ้องอย่าเสียไม่ได้ แต่เมื่อได้ลงมือทำทานอยู่ก็เกิดโสมนัสรื่นเริงยินดีในทานที่กำลังกระทำอยู่นั้น ด้วยผลทานชนิดนี้ย่อมทำให้มาบังเกิดในตระกูลที่ยากจนคับแค้น ต้องต่อสู้สร้างตนเองมาในวัยต้น ครั้นเมื่อถึงวัยกลางคน กิจการหรือธุรกิจที่ทำก็ประสบความสำเร็จรุ่งเรือง และหากเจตนาในการทำทานได้งามบริสุทธิ์ในระยะที่ ๓ ด้วย กิจการหรือธุรกิจนั้นย่อมส่งผลรุ่งเรืองตลอดไปจนถึงบั้นปลายชีวิต หากเจตนาในการทำทานไม่บริสุทธิ์ในระยะที่ ๓ แม้ธุรกิจหรือกิจการงานจะประสบความสำเร็จรุ่งเรืองในวัยกลางคน แต่ก็ล้มเหลวหายนะในบั้นปลาย ทั้งนี้เพราะผลทานหมกกำลังส่งผลไม่ตลอดจนถึงบั้นปลายชีวิต

๓. ร่ำรวยปัจฉิมวัย คือร่ำรวยในบั้นปลายชีวิตนั้น สืบเนื่องมาจากผลทานที่ผู้กระทำมีเจตนางามไม่บริสุทธิ์ในระยะแรกและระยะที่ ๒ แต่งามบริสุทธิ์เฉพาะในระยะที่ ๓ กล่าวคือ ก่อนและในขณะที่ลงมือทำทานอยู่นั้น ก็มีได้มีจิตโสมนัสยินดีในการทำทานนั้นแต่อย่างใด แต่ได้ทำลงไปโดยบังเอิญ เช่น ทำตามๆ พวกพ้องไปอย่างเสียมิได้ แต่เมื่อได้ทำไปแล้วต่อมาหวนคิดถึงผลทานนั้น ก็เกิดจิตโสมนัสร่าเริง ยินดีเบิกบาน หากผลทานชนิดนี้จะน้อมนำให้มาบังเกิดเป็นมนุษย์ ก็จะเกิดในตระกูลที่ยากจนข้นแค้น ต้องต่อสู้ดิ้นรนศึกษาเล่าเรียนและขวนขวายสร้างตนเองมากตั้งแต่วัยต้นจนล่วงวัยกลางคนไปแล้ว กิจการงานหรือธุรกิจนั้นก็ยังไม่ประสบความสำเร็จ เช่นต้องล้มลุกคลุกคลานตลอดมา แต่ครั้งถึงบั้นปลายชีวิตก็ประสบช่องทางเหมาะ ทำให้กิจการนั้นเจริญรุ่งเรือง

ทำมาค้าขึ้นและร่ำรวยอย่างไม่คาดหมาย ซึ่งชีวิตจริง ๆ ของคนประเภทนี้ก็มีให้เห็นเป็นตัวอย่างอยู่มาก

องค์ประกอบข้อที่ ๓. "เนื่อนาบุญต้องบริสุทธิ์"

คำว่า "เนื่อนาบุญ" ในที่นี้ได้แก่บุคคลผู้รับการทำทานของผู้ทำทานนั่นเอง นับว่าเป็นองค์ประกอบข้อที่สำคัญที่สุด แม้ว่าองค์ประกอบในการทำทานข้อที่ ๑ และข้อที่ ๒ จะงามบริสุทธิ์ครบถ้วนดีแล้ว กล่าวคือวัตถุที่ทำทานนั้นเป็นของที่แสวงหาได้มาด้วยความบริสุทธิ์ เจตนาในการทำทานก็งามบริสุทธิ์พร้อมทั้งสามระยะ แต่ตัวผู้ที่ได้รับการทำทานเป็นคนที่ไม่ดี ไม่ใช่ผู้ที่เป็นเนื่อนาบุญที่บริสุทธิ์ เป็นเนื่อนาบุญที่เลว ทานที่ทำไปนั้นก็ไม่ได้ผลออกดอกออกผล

เปรียบเหมือนกับการหว่านเมล็ดข้าวเปลือกลงในพื้หนา ๑ กำมือ แม้เมล็ดข้าวนั้นจะเป็นพันธุ์ดีที่พร้อมจะงอกงาม (วัตถุทานบริสุทธิ์) และผู้หว่านคือกสิกรก็มีเจตนาจะหว่านเพื่อทำนาให้เกิดผลิตผลเป็นอาชีพ (เจตนาบริสุทธิ์) แต่หากที่นานั้นเป็นที่ที่ไม่สม่ำเสมอ เมล็ดข้าวที่หว่านลงไปก็งอกงายไม่สม่ำเสมอ โดยเมล็ดที่ไปตกในที่ที่เป็นดินดี ปุ๋ยดี มีน้ำอุดมสมบูรณ์ดี ก็จะงอกงายมีผลิตผลที่สมบูรณ์ ส่วนเมล็ดที่ไปตกบนพื้หนาที่แห้งแล้ง มีแต่กรวดกับทรายและขาดน้ำก็จะแห้งเหี่ยวหรือเฉาตายไป หรือไม่งอกงายเลย

การทำทานนั้น ผลิตผลที่ผู้ทำทานจะได้รับก็คือ "บุญ" หากผู้ที่รับทานให้ทานไม่เป็นเนื่อนาที่ดีสำหรับการทำบุญแล้ว ผลของทานคือบุญก็จะไม่ได้เกิดขึ้น แม้จะเกิดก็ไม่สมบูรณ์ เพราะแกรีนหรือแห้งเหี่ยวเฉาไปด้วยประการต่าง ๆ ฉะนั้นในการทำทาน ตัวบุคคลผู้รับของที่เราให้ทานจึงเป็นเงื่อนไขที่สำคัญที่สุด เราผู้ทำทานจะได้บุญมากหรือน้อยก็ขึ้นอยู่กับคนพวกนี้ คนที่รับทานให้ทานนั้นหากเป็นผู้ที่มีศีลธรรมสูง ก็ย่อมเป็นเนื่อนาบุญที่ดี ทานที่เราได้ทำไปแล้วก็เกิดผลบุญมาก หากผู้รับทานเป็นผู้ที่ไม่มีศีลไม่มีธรรม ผลของทานก็ไม่เกิดขึ้น คือได้บุญน้อย

ฉะนั้นคติโบราณที่กล่าวว่า "ทำบุญอย่าถามพระ หรือ ตักบาตรอย่าเลือกพระ" เห็นจะใช้ไม่ได้ในสมัยนี้ เพราะว่าในสมัยนี้ไม่เหมือนกับท่านในสมัยก่อนๆ ที่บวชเพราะมุ่งจะหนีสงสาร โดยมุ่งจะทำมรรคผลและนิพพานให้แจ้ง ท่านจึงเป็นเนื่อนาบุญที่ประเสริฐ

แต่ในสมัยนี้มีอยู่บางคนที่บวชด้วยคติ ๔ ประการ คือ "บวชเป็นประเพณี บวชหนีทหาร บวชผลาญข้าวสุก บวชสนุกตามเพื่อน" ธรรมวินัยใดๆ ท่านไม่สนใจ เพียงแต่มีผ้าเหลืองห่มกาย ท่านก็นึกว่าตนเป็นพระและเป็นเนื่อนานาบุญเสียแล้ว ซึ่งป่วยการจะกล่าวไปถึงศีลปาฏิโมกข์ ๒๒๗ ข้อ แม้แต่เพียงศีล ๕ ก็ยังเอาแน่ไม่ได้ว่าท่านจะมีหรือไม่

การบวชที่แท้จริงแล้วก็เพื่อจะละความโลภ ความโกรธ ความหลง ปัญหาว่า ทำอย่างไรจึงจะได้พบกับท่านที่เป็นเนื่อนานาบุญที่ประเสริฐ ข้อนี้ก็ย่อมขึ้นอยู่กับวาสนาของเราผู้ทำทานเป็นสำคัญ หากเราได้เคยสร้างสมอบรมสร้างบารมีมาด้วยดีในอดีตชาติเป็นอันมากแล้ว บารมีนั้นก็จะเป็พลังวาสนานำมาให้ได้พบกับท่านที่เป็นเนื่อนานาบุญที่ประเสริฐ ทำทานครั้งใดก็มักโชคดี ได้พบกับท่านที่ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบไปเสียทุกครั้ง หากบุญวาสนาของเราน้อยและไม่มั่นคง ก็จะได้พบกับท่านที่เป็นเนื่อนานาบุญบ้าง ได้พบกับบอด้ชชีบ้าง คือดีและชั่วคละกัน ไป เช่นเดียวกับการซื้อสลากกินแบ่งสลากกินรวบ หากมีวาสนาบารมีเพราะได้เคยทำบุญให้ทานฝากกับสวรรค์ไว้ในชาติก่อน ๆ ก็ย่อมมีวาสนาให้ถูกรางวัลได้ หากไม่มีวาสนาเพราะไม่เคยทำบุญทำทานฝากสวรรค์เอาไว้เลย ก็ไม่มีสมบัติสวรรค์อะไรที่จะให้เบิกได้ อยู่ ๆ ก็จะมาขอเบิก เช่นนี้ก็ยากที่จะถูกรางวัลได้

สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสเอาไว้ว่า แม้วัตถุทานจะบริสุทธิ์ดี เจตนาในการทำทานจะบริสุทธิ์ดี จะทำให้ทานนั้นมีผลมากหรือน้อย ย่อมขึ้นอยู่กับเนื่อนานาบุญเป็นลำดับต่อไปนี้ คือ

๑. ทำทานแก่สัตว์เดรัจฉาน แม้จะมากถึง ๑๐๐ ครั้ง ก็ได้บุญน้อยกว่าให้ทานดังกล่าวแก่มนุษย์ แม้จะเป็นมนุษย์ที่ไม่มีศีล ไม่มีธรรมเลยก็ตาม ทั้งนี้เพราะสัตว์ยอมมีวาสนาบารมีน้อยกว่ามนุษย์และสัตว์ไม่ใช่เนื่อนานาบุญที่ดี

๒. ให้ทานแก่มนุษย์ที่ไม่มีศีล ไม่มีธรรมวินัย แม้จะให้มากถึง ๑๐๐ ครั้ง ก็ยังได้บุญน้อยกว่าให้ทานดังกล่าวแก่ผู้ที่มีศีล ๕ แม้จะให้เพียงครั้งเดียวก็ตาม

๓. ให้ทานแก่ผู้ที่มีศีล ๕ แม้จะมากถึง ๑๐๐ ครั้ง ก็ยังได้บุญน้อยกว่าให้ทานดังกล่าวแก่ผู้ที่มีศีล ๘ แม้จะให้เพียงครั้งเดียวก็ตาม

๔. ให้ทานแก่ผู้ที่มีศีล ๘ แม้จะมากถึง ๑๐๐ ครั้ง ก็ยังได้บุญน้อยกว่าถวายทานแก่ผู้มีศีล ๑๐ คือสามเณรในพุทธศาสนา แม้จะได้ถวายทานดังกล่าวเพียงครั้งเดียวก็ตาม

๕. ถวายทานแก่สามเณรซึ่งมีศีล ๑๐ แม้จะมากถึง ๑๐๐ ครั้ง ก็ยังได้บุญน้อยกว่า ถวายทานดังกล่าวแก่พระสมมุติสงฆ์ ซึ่งมีศีลปาฏิโมกข์สังวร ๒๒๗ ข้อ

พระด้วยกันก็มีคุณธรรมแตกต่างกัน จึงเป็นเนื่อนาบุญที่ต่างกัน บุคคลที่บวชเข้ามา ในพระพุทธศาสนามีศีลปาฏิโมกข์สังวร ๒๒๗ ข้อนั้น องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ยังไม่ตรัสเรียกว่าเป็น "พระ" แต่เป็นเพียงพระสมมุติเท่านั้น เรียกกันว่า "สมมุติสงฆ์"

พระที่แท้จริงนั้น หมายถึงบุคคลที่บรรลุคุณธรรมตั้งแต่พระ โสคาปัตติผลเป็นพระ โสคาบันเป็นต้นไป ไม่ว่าท่านผู้นั้นจะได้บวชหรือเป็นฆราวาสก็ตาม นับว่าเป็น "พระ" ทั้งสิ้น และพระด้วยกันก็มีคุณธรรมต่างกันหลายระดับชั้น จากน้อยไปหามากดังนี้คือ "พระโสคาบัน พระสกิทาคามี พระอนาคามี พระอรหันต์ พระปัจเจกพุทธเจ้า สมเด็จพระ สัมมาสัมพุทธเจ้า" และย่อมเป็นเนื่อนาบุญที่แตกต่างกัน ดังต่อไปนี้

๖. ถวายทานแก่พระสมมุติสงฆ์ แม้จะมากถึง ๑๐๐ ครั้ง ก็ยังได้บุญน้อยกว่าการ ถวายทานแก่พระโสคาบัน แม้จะได้ถวายทานดังกล่าวแต่เพียงครั้งเดียวก็ตาม (ความจริง ยังมีการแยกเป็นพระ โสคาปัตติมรรคและพระ โสคาปัตติผล ฯลฯ เป็นลำดับ ไปจนถึง พระอรหันต์ผล แต่ในที่นี้จะกล่าวแต่เพียงย่อย่อพอให้ได้ความเท่านั้น)

๗. ถวายทานแก่พระโสคาบัน แม้จะมากถึง ๑๐๐ ครั้ง ก็ยังได้บุญน้อยกว่าการถวาย ทานดังกล่าวแก่พระสกิทาคามี แม้จะถวายทานดังกล่าวเพียงครั้งเดียวก็ตาม

๘. ถวายทานแก่พระสกิทาคามี แม้จะมากถึง ๑๐๐ ครั้ง ก็ยังได้บุญน้อยกว่าการ ถวายทานดังกล่าวแก่พระอนาคามี แม้จะถวายทานดังกล่าวเพียงครั้งเดียวก็ตาม

๙. ถวายทานแก่พระอนาคามี แม้จะมากถึง ๑๐๐ ครั้ง ก็ยังได้บุญน้อยกว่าการถวาย ทานดังกล่าวแก่พระอรหันต์ แม้จะถวายทานดังกล่าวเพียงครั้งเดียวก็ตาม

๑๐. ถวายทานแก่พระอรหันต์ แม้จะมากถึง ๑๐๐ ครั้ง ก็ยังได้บุญน้อยกว่าการถวาย ทานดังกล่าวแก่พระปัจเจกพุทธเจ้า แม้จะถวายทานดังกล่าวเพียงครั้งเดียวก็ตาม

๑๑. ถวายทานแก่พระปัจเจกพุทธเจ้า แม้จะมากถึง ๑๐๐ ครั้ง ก็ยังได้บุญน้อยกว่า การถวายทานดังกล่าวแก่พระองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แม้จะถวายทานดังกล่าว เพียงครั้งเดียวก็ตาม

๑๒. ถวายทานแด่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แม้จะมากถึง ๑๐๐ ครั้ง ก็ยังได้บุญน้อยกว่าการถวายสังฆทานที่มีองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นประธาน แม้จะถวายสังฆทานดังกล่าวเพียงครั้งเดียวก็ตาม

๑๓. การถวายสังฆทานที่มีองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นประธาน แม้จะมากถึง ๑๐๐ ครั้ง ก็ยังได้บุญน้อยกว่า "การถวายวิหารทาน" แม้จะได้กระทำแต่เพียงครั้งเดียวก็ตาม "วิหารทาน ได้แก่การสร้างหรือร่วมสร้างโบสถ์ วิหาร ศาลาการเปรียญ ศาลาโรงธรรม ศาลาทำน้ำ ศาลาที่พักอาศัยคนเดินทางอันเป็นสาธารณะประโยชน์ที่ประชาชนได้ใช้ประโยชน์ร่วมกัน" อนึ่ง การสร้างสิ่งที่เป็นสาธารณประโยชน์หรือสิ่งที่ประชาชนใช้ประโยชน์ร่วมกัน แม้จะไม่เกี่ยวเนื่องกับกิจในพระพุทธศาสนา เช่น "โรงพยาบาล โรงเรียน บ่อน้ำ แท็งก์น้ำ ศาลาป้ายรถยนต์โดยสารประจำทาง สุสาน เมรุเผาศพ" ก็ได้บุญมากในทำนองเดียวกัน

๑๔. การถวายวิหารทาน แม้จะมากถึง ๑๐๐ ครั้ง (๑๐๐ หลัง) ก็ยังได้บุญน้อยกว่าการให้ "ธรรมทาน" แม้จะให้แต่เพียงครั้งเดียวก็ตาม "การให้ธรรมทานก็คือการเทศน์ การสอนธรรมแก่ผู้อื่นที่ยังไม่รู้ให้รู้ได้ ที่รู้อยู่แล้วให้รู้ยิ่งขึ้น ให้ได้เข้าใจมรรคผลนิพพาน ให้ผู้ที่เป็นมิชฌาทิฐิได้กลับใจเป็นสัมมาทิฐิ ชักจูงผู้คนให้เข้าปฏิบัติธรรม รวมถึงตลอดถึงการพิมพ์การแจกหนังสือธรรมะ"

๑๕. การให้ธรรมทาน แม้จะมากถึง ๑๐๐ ครั้ง ก็ยังได้บุญน้อยกว่าการให้ "อภัยทาน" แม้จะให้แต่เพียงครั้งเดียวก็ตาม การให้อภัยทานก็คือ "การไม่ผูกโกรธ ไม่อาฆาตจองเวร ไม่พยาบาทคิดร้ายผู้อื่นแม้แต่ศัตรู" ซึ่งได้บุญกุศลแรงและสูงมากในฝ่ายทาน เพราะเป็นการบำเพ็ญเพียรเพื่อ "ละโทสะกิเลส" และเป็นการเจริญ "เมตตาพรหมวิหารธรรม" อันเป็นพรหมวิหารข้อหนึ่งในพรหมวิหาร ๔ ให้เกิดขึ้น

อันพรหมวิหาร ๔ นั้น เป็นคุณธรรมที่เป็นองค์ธรรมของโยคีบุคคลที่บำเพ็ญฌานและวิปัสสนา ผู้ที่ทรงพรหมวิหาร ๔ ได้ย่อมเป็นผู้ทรงฌาน ซึ่งเมื่อเมตตาพรหมวิหารธรรมได้เกิดขึ้นแล้วเมื่อใด ก็ย่อมละเสียได้ซึ่ง "พยาบาท" ผู้นั้นจึงจะสามารถให้อภัยทานได้ การให้อภัยทานจึงเป็นเรื่องที่ละเอียดอ่อนและยากเย็น จึงจัดเป็นทานที่สูงกว่าการให้ทานทั้งปวง

อย่างไรก็ดี การให้อภัยทานแม้จะมากเพียงใด แม้จะชนะการให้ทานอื่น ๆ ทั้งหมด ผลบุญนั้นก็ยังคงอยู่ในระดับที่ต่ำกว่า "ฝ่ายศีล" เพราะเป็นการบำเพ็ญบารมีคนละชั้นต่างกัน

ศีล

"ศีล" นั้นแปลว่า "ปกติ" คือสิ่งหรือกติกาที่บุคคลจะต้องระวังรักษาตามเพศและฐานะ ศีลนั้นมีหลายระดับคือ ศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ และศีล ๒๒๗ และในบรรดาศีลชนิดเดียวกันก็ยังจัดแบ่งออกเป็นระดับธรรมดา มัชฌิมศีล (ศีลระดับกลาง) และอริศีล (ศีลอย่างสูง ศีลอย่างอุกฤษฏ์)

คำว่า "มนุษย์" นั้น คือผู้ที่มีใจอันประเสริฐ คุณธรรมที่เป็นปกติของมนุษย์ที่จะต้องทรงไว้ให้ได้ตลอดไปก็คือศีล ๕ บุคคลที่ไม่มีศีล ๕ ไม่เรียกว่ามนุษย์ แต่อาจจะเรียกว่า "คน" ซึ่งแปลว่า "ยุ่ง"

ในสมัยพระพุทธกาลผู้คนมักจะมีศีล ๕ ประจำใจกันเป็นนิจ ศีล ๕ จึงเป็นเรื่องปกติของบุคคลในสมัยนั้น และจัดว่าเป็น "มนุษยธรรม" ส่วนหนึ่งในมนุษยธรรม ๑๐ ประการ ผู้ที่จะมีวาสนาได้เกิดมาเป็นมนุษย์จะต้องถึงพร้อมด้วยมนุษยธรรม ๑๐ ประการ เป็นปกติ (ซึ่งรวมถึงศีล ๕ ด้วย) รายละเอียดจะมีประการใดจะไม่กล่าวถึงในที่นี้

การรักษาศีลเป็นการเพียรพยายามเพื่อระงับโทษทางกายและวาจา อันเป็นเพียงกิเลสหยาบมิให้กำเริบขึ้น และเป็นการบำเพ็ญบุญบารมีที่สูงขึ้นกว่าการให้ทาน ทั้งในการถือศีลด้วยตนเองก็ยังได้บุญมากและน้อยต่างกันไปตามลำดับต่อไปนี้ คือ

๑. การให้อภัยทาน แม้จะมากถึง ๑๐๐ ครั้ง ก็ยังได้บุญน้อยกว่าการถือศีล ๕ แม้จะถือเพียงครั้งเดียวก็ตาม

๒. การถือศีล ๕ แม้จะมากถึง ๑๐๐ ครั้ง ก็ยังได้บุญน้อยกว่าการถือศีล ๘ แม้จะถือเพียงครั้งเดียวก็ตาม

๓. การถือศีล ๘ แม้จะมากถึง ๑๐๐ ครั้ง ก็ยังได้บุญน้อยกว่าการถือศีล ๑๐ คือการบวชเป็นสามเณรในพระพุทธศาสนา แม้จะบวชมาได้เพียงวันเดียวก็ตาม

๔. การที่ได้บวชเป็นสามเณรในพระพุทธศาสนา แล้ว รักษาศีล ๑๐ ไม่ให้ขาด ไม่ค้างพร้อย แม้จะนานถึง ๑๐๐ ปี ก็ยังได้บุญน้อยกว่าผู้ที่ได้อุปสมบทเป็นพระในพระพุทธศาสนาที่มี ศีลปาฏิโมกข์สังวร ๒๒๗ ข้อ แม้จะบวชมาได้เพียงวันเดียวก็ตาม

ฉะนั้นในฝ่ายศีลแล้ว การที่ได้อุปสมบทเป็นพระในพระพุทธศาสนาได้บุญบารมีมากที่สุด เพราะเป็นเนกขัมบารมีในบารมี ๑๐ ทศ ซึ่งเป็นการออกจากกามเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติธรรมขั้นสูง ๆ คือการภาวนาเพื่อมรรค ผล นิพพาน ต่อ ๆ ไป ผลของการรักษาศีลนั้นมีมาก ซึ่งจะยังประโยชน์สุขให้แก่ผู้นั้นทั้งในชาตินี้และชาติหน้า เมื่อได้ละอรรถภาพนี้ไปแล้วย่อมส่งผลให้ได้บังเกิดในเทวโลก ๖ ชั้น ซึ่งล้วนแต่ความละเอียดประณีตของศีลที่รักษาและที่บำเพ็ญมา ครั้นเมื่อสิ้นบุญในเทวโลกแล้ว ด้วยเศษของบุญที่ยังคงหลงเหลืออยู่แต่เพียงเล็กน้อย หากไม่มีอกุศลกรรมอื่นมาให้ผล ก็อาจจะน้อมนำให้ได้มาบังเกิดเป็นมนุษย์ที่ถึงพร้อมด้วยสมบัติ ๔ ประการ เช่นอานิสงส์ของการรักษาศีล ๕ กล่าวคือ

๑. ผู้ที่รักษาศีลข้อที่ ๑ ด้วยการไม่ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ด้วยเศษของบุญที่รักษาข้อนี้ เมื่อน้อมนำมาเกิดเป็นมนุษย์ก็จะมีพลานามัยที่แข็งแรง ปราศจากโรคภัย ไม่มีโรค อายุยืนยาว ไม่มีศัตรูเบียดเบียนให้ต้องบาดเจ็บ ไม่มีอุบัติเหตุต่างๆ ที่จะทำให้บาดเจ็บหรือสิ้นอายุเสียก่อนวัยอันควร

๒. ผู้ที่รักษาศีลข้อที่ ๒ ด้วยการไม่ถือเอาทรัพย์ของผู้อื่นที่เจ้าของมิได้เต็มใจให้ ด้วยเศษของบุญที่น้อมนำมาเกิดเป็นมนุษย์ ย่อมทำให้ได้เกิดในตระกูลที่ร่ำรวย การทำมาหาเลี้ยงชีพในภายหน้ามักจะประสบกับช่องทางที่ดี ทำมาค้าขึ้นและมั่งมีทรัพย์ ทรัพย์สมบัติไม่วิบัติหายนะไปด้วยภัยต่างๆ เช่น อัคคีภัย วัตภัย โจรภัย ฯลฯ

๓. ผู้ที่รักษาศีลข้อที่ ๓ ด้วยการไม่ล่วงประเวณีในคูครอง หรือคนในปกครองของผู้อื่น ด้วยเศษของบุญที่รักษาศีลในข้อนี้ เมื่อเกิดมาเป็นมนุษย์ ก็จะประสบโชคดีในความรัก มักได้พบกับรักแท้ที่จริงจังและจริงใจ ไม่ต้องอกหัก อกโรย และอกเดาะ ครั้นเมื่อมีบุตรธิดาก็ว่านอนสอนง่าย ไม่คือดื้อน ไม่ถูกผู้อื่นจูดคร่าอนาจารไปทำให้เสียหาย บุตรธิดาย่อมเป็นอภิชาติบุตร ซึ่งจะนำเกียรติยศชื่อเสียงมาสู่วงศ์ตระกูล

๔. ผู้ที่รักษาศีลข้อที่ ๔ ด้วยการไม่กล่าวมุสา ด้วยเศษของบุญที่รักษาศีลข้อนี้ เมื่อน้อมนำมาเกิดเป็นมนุษย์ จะทำให้เป็นผู้ที่มีสัมเสียงไฟเพราะ พุคจามีน้ำมีนวลชวนฟัง มีเหตุมีผลชนิดที่เป็น "พุทธวาจา" มีโวหารปฏิภาณไหวพริบในการเจรจา จะเจรจากำลังใจใคร่ มีผู้ฟังและเชื่อถือ สามารถว่ากล่าวสั่งสอนบุตรธิดาและศิษย์ให้อยู่ในโอวาทได้ดี

๕. ผู้ที่รักษาศีลข้อที่ ๕ ด้วยการไม่ดื่มสุราเมรัย เครื่องหมักดองของมีนเมา ด้วยเศษของบุญที่รักษาศีลข้อนี้ เมื่อนำมาเกิดเป็นมนุษย์ ย่อมทำให้เป็นผู้ที่มีสมอง ประสาท ปัญญา ความคิดแจ่มใส จะศึกษาเล่าเรียนสิ่งใดก็แตกฉานและทรงจำได้ง่าย ไม่หลงลืม ฟันเพื่อนเลอะเลือน ไม่เสียดสีวิกลจริต ไม่เป็นโรคสมอง โรคประสาท ไม่ปัญญาทรมาน ปัญญาอ่อนหรือปัญญาเน่ิม

อานิสงส์ของศีล ๕ มีดังกล่าวข้างต้น สำหรับศีล ๘ ศีล ๑๐ และศีล ๒๒๗ ก็ย่อมมีอานิสงส์เพิ่มพูนมากยิ่งขึ้น ขึ้นตามระดับและประเภทของศีลที่รักษา แต่ศีลนั้นแม้จะมีอานิสงส์เพียงไรก็ยังเป็นแต่เพียงการบำเพ็ญบุญบารมีในชั้นกลาง ๆ ในพระพุทธศาสนาเท่านั้น เพราะเป็นแต่เพียงระเบียบหรือกติกาที่จะรักษากายและวาจาให้สงบ ไม่ให้ก่อให้เกิดทุกข์โทษขึ้นทางกายและวาจาเท่านั้น ส่วนทางจิตใจนั้นศีลยังไม่สามารถที่จะควบคุมหรือทำให้สะอาดบริสุทธิ์ได้

ฉะนั้น การรักษาศีลจึงยังได้บุญน้อยกว่าการภาวนา เพราะการภาวนานั้น เป็นการรักษากาย รักษาจิต และชักฟอกจิตใจให้เบาบางหรือจนหมดกิเลสคือ ความโลภ ความโกรธ และความหลง อันเป็นเครื่องร้อยรัดให้บรรดาสรรพสัตว์ทั้งหลายต้องเวียนว่ายตายเกิด อยู่ในสังสารวัฏ การภาวนาจึงเป็นการบำเพ็ญบุญบารมีที่สูงที่สุด ประเสริฐที่สุด ได้บุญมากที่สุดเป็นกรรมดีอันยิ่งใหญ่เรียกว่า **"มหัคคตกรรม"** อันเป็นมหัคคตกุศล

ภาวนา

การเจริญภาวนานั้น เป็นการสร้างบุญบารมีที่สูงที่สุดและยิ่งใหญ่ที่สุดในพระพุทธศาสนา จัดว่าเป็นแก่นแท้และสูงกว่าฝ่ายศีลมากนัก การเจริญภาวนานั้น มี ๒ อย่างคือ **"สมถภาวนา (การทำสมาธิ)"** และ **"วิปัสสนาภาวนา (การเจริญปัญญา)"** แยกอธิบายดังนี้ คือ

๑. สมถภาวนา (การทำสมาธิ)

สมถภาวนาได้แก่การทำจิตให้เป็นสมาธิหรือเป็นฌาน ซึ่งก็คือการทำจิตให้ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียว ไม่ฟุ้งซ่านแส่ส่ายไปยังอารมณ์อื่น ๆ

วิธีภาวนานั้น มีมากมายหลายร้อยชนิด ซึ่งพระพุทธองค์ทรงบัญญัติแบบอย่างเอาไว้ ๔๐ ประการ เรียกกันว่า *"กรรมฐาน ๔๐"* ซึ่งผู้ใดจะเลือกใช้ชีวิตใดก็ได้ตามแต่สมควรใจ ทั้งนี้ย่อมสุดแล้วแต่อุปนิสัยและวาสนาบารมีที่ได้เคยสร้างอบรมมาแต่ในอดีตชาติ เมื่อสร้างสมอบรมมาในกรรมฐานกองใด จิตก็มักจะน้อมชอบกรรมฐานกองนั้นมากกว่ากองอื่น ๆ และการเจริญภาวนาก็ก้าวหน้าเร็วและง่าย

แต่ไม่ว่าจะเลือกปฏิบัติวิถีใดก็ตาม จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องรักษาศีลให้ครบถ้วน บริบูรณ์ตามเพศของตนเสียก่อน คือหากเป็นฆราวาสก็ต้องรักษาศีล ๕ เป็นอย่างน้อย หากเป็นสามเณรก็ต้องรักษาศีล ๑๐ หากเป็นพระก็ต้องรักษาศีลปาฏิโมกข์ ๒๒๗ ข้อให้บริบูรณ์ ไม่ให้ขาดและค้างพร้อย จึงจะสามารถทำจิตให้เป็นฌานได้

หากว่าศีลยังไม่มั่นคง ย่อมเจริญฌานให้เกิดขึ้นได้โดยยาก เพราะศีลย่อมเป็นบาทฐาน (เป็นกำลัง) ให้เกิดสมาธิขึ้น

อานิสงส์ของสมาธินั้น มีมากกว่าการรักษาศีลอย่างเทียบกันไม่ได้ ซึ่งพระพุทธองค์ได้ตรัสว่า *"แม้จะได้อุปสมบทเป็นภิกษุรักษาศีล ๒๒๗ ข้อ ไม่เคยขาด ไม่ค้างพร้อยมานานถึง ๑๐๐ ปี ก็ยังได้บุญกุศลน้อยกว่าผู้ที่ทำสมาธิเพียงให้จิตสงบนานเพียงชั่วไก่กระพือปีก ช้างกระดิกหู"*

คำว่า *"จิตสงบ"* ในที่นี้หมายถึงจิตที่เป็นอารมณ์เดียวเพียงชั่ววูบ ที่พระท่านเรียกว่า *"ขนิกสมาธิ"* คือสมาธิเล็ก ๆ น้อย ๆ สมาธิแบบเด็ก ๆ ที่เพิ่งหัดตั้งไข่ คือหัดยืนแล้วก็ล้มลงแล้วก็ลุกขึ้นยืนใหม่ ซึ่งเป็นอารมณ์จิตที่ยังไม่ตั้งมั่น สงบวูบลงเล็กน้อยแล้วก็รักษาไว้ไม่ได้ ซึ่งยังห่างไกลต่อการที่จิตถึงขั้นเป็นอุปปจารสมาธิและฌาน แม้กระนั้นก็ยังมิอานิสงส์มากมายถึงเพียงนี้ โดยหากผู้ใดทรงจิตอารมณ์อยู่ในขั้นขนิกสมาธิแล้วบังเอิญตายลงในขณะนั้น อานิสงส์นี้จะส่งผลให้ไปบังเกิดในเทวโลกชั้นที่ ๑ คือชั้นจาตุมหาราชิกา หากจิตยึดไตรสรณคมน์ (มีพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์เป็นที่พึ่งอันสูงสุดด้วย ก็เป็นเทวดาชั้นที่ ๒ คือ ดาวดึงส์)

สมาธินั้นมีหลายขั้นตอน ระยะก่อนที่จะเป็นฌาน (อัปปนาสมาธิ) ก็คือขนิกสมาธิ และอุปปจารสมาธิ ซึ่งอานิสงส์ส่งผลให้ไปบังเกิดในเทวโลก ๖ ชั้น แต่ยังไม่ถึงชั้นพรหมโลก

สมาธิในระดับอัปปนาสมาธิหรือฌานนั้น มีรูปฌาน ๔ และอรูปรฌาน ๔ ซึ่งล้วนแต่ส่งผลให้ไปบังเกิดในพรหมโลกรวม ๒๐ ชั้น แต่จะเป็นชั้นใดย่อมสุดแล้วแต่ความ

ละเอียดประณีตของกำลังงานที่ได้ (เว้นแต่พรหมโลกชั้นสุทธาวาส คือ ชั้นที่ ๑๒ ถึงชั้นที่ ๑๖ ซึ่งเป็นที่เกิดของพระอนาคามีบุคคลโดยเฉพาะ) รูปงาน ๑ ส่งผลให้บังเกิดในพรหมโลกชั้นที่ ๑ ถึงชั้นที่ ๓ สิ้นแล้วแต่ความละเอียดประณีตของกำลังงาน ๑ ส่วนอรุณงานที่เรียกว่า "เนวสัญญานาสัญญายตนะ" นั้น ส่งผลให้บังเกิดในพรหมโลกชั้นสูงสุดคือชั้นที่ ๒๐ ซึ่งมีอายุยืนยาวถึง ๘๔,๐๐๐ มหากัป เรียกกันว่า นิพพานพรหม คือนานเสียจนเกือบหาเวลาเริ่มต้นและสิ้นสุดมิได้ จนเป็นที่เข้าใจกันว่าเป็นนิพพาน

การทำสมาธิเป็นการสร้างบุญกุศลที่ยิ่งใหญ่ ลงทุนน้อยที่สุดเพราะไม่ต้องเสียเงินเสียทอง ไม่ได้เหน็ดเหนื่อยต้องแบกหามแต่อย่างใด เพียงแต่คอยระวังรักษาสติ คຸ້ມครองจิตมิให้แผ่สลายไปสู่อารมณ์อื่น ๆ โดยให้ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียวเท่านั้น การทำงานเสียอีกยังต้องเสียเงินเสียทอง การสร้างโบสถ์ วิหาร ศาลาโรงธรรมยังต้องเสียทรัพย์ และบางทีก็จะต้องเข้าช่วยแบกหามเหนื่อยกาย แต่ก็ยังได้บุญน้อยกว่าการทำสมาธิอย่างเทียบกันไม่ได้

อย่างไรก็ดี การเจริญสมถภาวนาหรือสมาธินั้น แม้จะได้บุญอันสูงส่งมากมายมหาศาลอย่างไร ก็ยังไม่ใช่บุญกุศลที่สูงสุดยอดในพระพุทธศาสนา หากจะเปรียบกับต้นไม้ก็เป็นเพียงเนื้อไม้เท่านั้น การเจริญวิปัสสนา (การเจริญปัญญา) จึงจะเป็นการสร้างบุญกุศลที่สูงสุดยอดในพระพุทธศาสนา หากจะเปรียบก็เป็นแก่นไม้โดยแท้

๒. วิปัสสนาภาวนา (การเจริญปัญญา)

เมื่อจิตของผู้บำเพ็ญตั้งมั่นในสมาธิจนมีกำลังดีแล้ว เช่นอยู่ในระดับงานต่าง ๆ ซึ่งเป็นงานในระดับใดก็ตาม แม้แต่จะอยู่แค่เพียงอุปจารสมาธิ จิตของผู้บำเพ็ญเพียรก็ย่อมมีกำลังและอยู่ในสภาพที่นุ่มนวล ควรแก่การเจริญวิปัสสนาต่อไปได้

อารมณ์ของวิปัสสนานั้น แตกต่างไปจากอารมณ์ของสมาธิ เพราะว่าสมาธินั้นมุ่งแต่ให้จิตตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งแต่อารมณ์เดียวโดยเนิ่งอยู่เช่นนั้น ไม่นึกคิดอะไร ๆ แต่วิปัสสนาไม่ใช่ให้จิตตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียวนิ่งอยู่เช่นนั้น แต่เป็นจิตที่คิดและใคร่ครวญหาเหตุและผลในสภาวะธรรมทั้งหลายและสิ่งที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนานั้น มีแต่เพียงอย่างเดียวคือ "ขันธ ๕" ซึ่งนิยมเรียกกันว่า "รูป - นาม" โดย รูปมี ๑ ส่วน นามนั้นมี ๔ คือ เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ

ขั้น ๕ ดังกล่าวเป็นเพียงอุปาทานขั้น เพราะแท้จริงแล้วเป็นแต่เพียงสังขารธรรม ที่เกิดขึ้นเนื่องจากการปรุงแต่ง แต่เพราะอวิชชา คือความไม่รู้ทำสภาวะธรรม จึงทำให้เกิด ความยึดมั่นด้วยอำนาจอุปาทานเป็นตัวตนและของตน การเจริญวิปัสสนาก็โดยมีจิต พิจารณาจนรู้แจ้งเห็นจริงว่า อันสภาวะธรรมทั้งหลายอันได้แก่ขั้น ๕ นั้นล้วนแต่มีอาการ เป็น พระไตรลักษณ์ คือ เป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา โดย

๑. **อนิจจัง** คือ ความไม่เที่ยง คือสรรพสิ่งทั้งหลายไม่ว่าจะเป็นคน สัตว์ สิ่งของ สมบัติ เพชร หิน ดิน ทราช และรูปกายของเรา ล้วนแต่ไม่เที่ยงแท้แน่นอน เมื่อมีเกิดขึ้น แล้วก็ต้องเปลี่ยนแปลงไปตลอดเวลา เพียงแต่จะช้าหรือเร็วเท่านั้น ไม่อาจจะตั้งมั่นทรง อยู่ในสภาพเดิมได้ เช่นคนและสัตว์ เมื่อมีการเกิดขึ้นแล้วก็มี การเจริญเติบโตเป็นหนุ่ม สาวและเฒ่าแก่จนตายไปในที่สุด ไม่มีเว้นไปได้ทุกคน แม้แต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัม พุทธเจ้า พระอรหันต์เจ้าทั้งหลาย พรหมและเทวดา ฯลฯ

สรรพสิ่งทั้งหลายอันเนื่องมาจากการปรุงแต่งที่เรียกว่าอุปาทานขั้น ๕ เช่น รูปกาย ล้วนแต่เป็นแร่ธาตุต่างๆ มาประหลอมรวมกันเป็นหน่วยเล็กๆ ของชีวิตขึ้นมา ก่อน ซึ่งเล็ก จนตาเปล่ามองๆ ไม่เห็น เรียกกันว่า "**เซลล์**" แล้วบรรดาเซลล์เหล่านั้นก็มาประหลอม รวมกันเป็นรูปร่างของคนและสัตว์ขึ้น ซึ่งหน่วยชีวิตเล็กๆ เหล่านั้นก็มีการเจริญเติบโต และแตกสลายไป แล้วเกิดของใหม่ขึ้นมาแทนที่อยู่ตลอดเวลา ล้วนแล้วแต่เป็นอนิจจังไม่ เที่ยงแท้แน่นอน

๒. **ทุกขัง** ได้แก่ "**สภาพที่ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้**" ทุกขัง ในที่นี้ไม่ได้หมายความว่า เป็นความทุกข์กายทุกข์ใจเท่านั้น แต่การทุกข์กายทุกข์ใจก็เป็นลักษณะส่วนหนึ่ง ของทุกขังในที่นี้ สรรพสิ่งทั้งหลายอันเป็นสังขารธรรม เมื่อเกิดขึ้นแล้วก็ไม่ว่าจะตั้ง อยู่ในสภาพนั้น ๆ ได้ตลอดไป ไม่อาจจะทรงตัวและต้องเปลี่ยนแปลงตลอดไป เพียงแต่จะช้าหรือเร็วเท่านั้น เมื่อได้เกิดมาเป็นเด็กจะให้ทรงสภาพเป็นเด็ก ๆ เช่นนั้น ตลอดไปหาได้ไม่ จะต้องเปลี่ยนแปลงไปเป็นคนหนุ่มและสาวแล้วก็เฒ่าแก่ จนในที่สุดก็ ต้องตายไป

แม้แต่ขั้นที่เป็นนามธรรมอันได้แก่เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ก็ไม่มี สภาพทรงตัวเช่นเดียวกัน เช่นขั้นที่เรียกว่าเวทนา อันได้แก่ความทุกข์กายทุกข์ใจ และ ความไม่สุขไม่ทุกข์ ซึ่งเมื่อมีเกิดเป็นอารมณ์ดังกล่าวอย่างใดขึ้นแล้ว จะให้คงทรงอารมณ์

เช่นนั้นให้ตลอดไปย่อมไม่ได้ นานไปอารมณ์เช่นนั้นหรือเวทนาเช่นนั้นก็ค่อยๆ จางไป แล้วเกิดอารมณ์ใหม่ชนิดอื่นขึ้นมาแทน

๓. **อนัตตา** ได้แก่ "ความไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่สิ่งของ" โดยสรรพสิ่งทั้งหลายอันเนื่องมาจากการปรุงแต่ง ไม่ว่าจะ เป็น รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ส่วนแต่เกิดเพราะเหตุปัจจัย เช่น รูปชั้นหยาบประกอบขึ้นด้วยแร่ธาตุต่าง ๆ มาประชุมรวมกันเป็นกลุ่มก้อน เป็นหน่วยชีวิตเล็ก ๆ ขึ้นก่อน เรียกในทางวิทยาศาสตร์ว่าเซลล์ แล้วเซลล์เหล่านั้นก็ประชุมรวมกันเป็นรูปใหญ่ขึ้น จนเป็นรูปร่างของคนและสัตว์ทั้งหลาย ซึ่งพระท่านรวมเรียกหยาบ ๆ ว่าเป็นธาตุ ๔ มาประชุมรวมกัน

โดยส่วนที่เป็นของแข็งมีความหนักแน่น เช่น เนื้อ กระดูก ฯลฯ เรียกว่า "**ธาตุดิน**" ส่วนที่เป็นของเหลว เช่น น้ำเลือด น้ำเหลือง น้ำลาย น้ำดี น้ำปัสสาวะ น้ำไขข้อ น้ำมูก ฯลฯ รวมเรียกว่า "**ธาตุน้ำ**" ส่วนสิ่งที่ให้พลังงานและอุณหภูมิในร่างกาย เช่น ความร้อน ความเย็น เรียกว่า "**ธาตุไฟ**" ส่วนธรรมชาติที่ทำให้เกิดความเคลื่อนไหว ความตึงมั่น ความเคร่ง ความตึง และบรรดาสิ่งเคลื่อนไหวไปมาในร่างกาย เรียกว่า "**ธาตุลม**" (โดยธาตุ ๔ ดังกล่าวนี้มิได้หมายความอย่างเดียวกับคำว่า "**ธาตุ**" อันหมายถึงแร่ธาตุในทางวิทยาศาสตร์)

ธาตุ ๔ หยาบ ๆ เหล่านี้ได้มาประชุมรวมกันเป็นรูปร่างของคน สัตว์และสรรพสิ่งทั้งหลายขึ้นเพียงชั่วคราเท่านั้น เมื่อนานไปก็ย่อมเปลี่ยนแปลงแล้วแตกสลายกลับคืนไปสู่สภาพเดิม โดยส่วนที่เป็นดินก็กลับไปสู่ดิน ส่วนที่เป็นน้ำก็กลับไปสู่น้ำ ส่วนที่เป็นไฟก็กลับไปสู่ไฟ และส่วนที่เป็นลมก็กลับไปสู่ความเป็นลม ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตนของคน และสัตว์ที่ไหนแต่อย่างใด จึงไม่อาจจะยึดมั่นถือมั่นรูปร่างนี้ว่าเป็นตัวเราของเราให้เป็นที่พึ่งอันถาวรได้

สมาธิย่อมมีกรรมฐาน ๔๐ เป็นอารมณ์ ซึ่งผู้บำเพ็ญอาจจะใช้กรรมฐานบทใดบทหนึ่งตามแต่ที่ถูกแก่จริตนิสัยของตนก็ย่อมได้ ส่วนวิปัสสนานั้น มีแต่เพียงอย่างเดียวคือ มีขั้น ๕ เป็นอารมณ์ เรียกสั้น ๆ ว่า มีแต่รูปกับนามเท่านั้นเอง

ขั้น ๕ ได้แก่รูป เวทนา สัญญา และวิญญาณ ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นสภาวะธรรมหรือสังขารธรรมเกิดขึ้นเนื่องจากการปรุงแต่ง เมื่อเกิดขึ้นแล้วก็ไม่เที่ยง ทนอยู่ในสภาพเช่นนั้นไม่ได้ และไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตนแต่อย่างใด อารมณ์ของวิปัสสนานั้น เป็นอารมณ์จิต

ที่ใคร่ครวญหาเหตุและผลในสังขารธรรมทั้งหลายจนรู้แจ้งเห็นจริงว่าเป็น พระไตรลักษณ์ ก็เป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา และเมื่อใดที่จิตยอมรับสภาพความเป็นจริงว่าเป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตาจริง เรียกว่า จิตตกกระแสนธรรม คัดกิเลสได้

ปัญญาที่จะเห็นสภาพความเป็นจริงดังกล่าว ไม่ใช่แต่เพียงปัญญาที่จะนึกคิดและคาดหมายเอาเท่านั้น แต่ต้องมีตาวิเศษหรือตาใน ที่พระท่านเรียกว่า **"ญาณทัสสนะ"** เห็นเป็นเช่นนั้นจริง ๆ ซึ่งจิตที่ได้ผ่านการอบรมสมาธิมาจนมีกำลังดีแล้ว ย่อมมีพลังให้เกิดญาณทัสสนะหรือปัญญาที่รู้แจ้งเห็นจริงดังกล่าวได้ เรียกกันว่า **"สมาธิอบรมปัญญา"** คือสมาธิทำให้วิปัสสนาญาณเกิดขึ้น และเมื่อวิปัสสนาญาณเกิดขึ้นแล้ว ย่อมถ่วงถอนกิเลสให้เบาบางลง จิตก็ย่อมจะเบาและใสสะอาดบางจากกิเลสทั้งหลายไปตามลำดับ สมาธิจิตก็จะยิ่งก้าวหน้าและตั้งมั่นมากยิ่งขึ้น ๆ ขึ้นไปอีก เรียกว่า **"ปัญญาอบรมสมาธิ"**

ฉะนั้นทั้งสมาธิและวิปัสสนาจึงเป็นทั้งเหตุและผลของกันและกันและอุปการะซึ่งกันและกันจะมีวิปัสสนาปัญญาเกิดขึ้น โดยขาดกำลังสมาธิสนับสนุนมิได้เลย อย่างน้อยที่สุดก็ต้องใช้กำลังของขณิกสมาธิเป็นบาทฐานในระยะแรกเริ่ม

สมาธิจึงเปรียบเสมือนกับหินลับมีด ส่วนวิปัสสนานั้นเหมือนกับมีดที่ได้ลับกับหินคมดีแล้ว ก็ย่อมมีอำนาจถากถางตัดฟันบรรดากิเลสทั้งหลายให้ขาดและพังลงได้

อันสังขารธรรมทั้งหลายนั้นล้วนแต่เป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน ไม่ใช่คน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่ตัวเราของเราแต่อย่างใด ทุกสรรพสิ่งล้วนแล้วแต่เป็นแค่ดิน น้ำ ลม และไฟ มาประชุมรวมกันชั่วคราวตามเหตุตามปัจจัยเท่านั้น ในเมื่อจิตได้เห็นความเป็นจริงเช่นนี้แล้ว จิตก็จะละคลายจากอุปาทาน คือความยึดมั่นถือมั่น โดยคลายกำหนดในลาภ ยศ สรรเสริญ สุขทั้งหลาย ความโลภ ความโกรธ และความหลงก็เบาบางลงไปตามลำดับปัญญาญาณจนหมดสิ้นจากกิเลสทั้งหมด บรรลุซึ่งพระอรหัตผลต่อไป

ฉะนั้น การที่จะเจริญวิปัสสนาภาวนาได้ จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องพยายามทำสมาธิให้ได้เสียก่อน หากทำสมาธิยังไม่ได้ ก็ไม่มีทางที่จะเกิดวิปัสสนาปัญญาขึ้น สมาธิจึงเป็นเพียงบันไดขั้นต้นที่ก้าวไปสู่การเจริญวิปัสสนาปัญญาเท่านั้น ซึ่งพระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ว่า **"ผู้ใดแม้จะทำสมาธิจิตเป็นฌานได้นานถึง ๑๐๐ ปี และไม่เสื่อม ก็ยังได้บุญน้อยกว่าผู้ที่มองเห็นความเป็นจริงที่ว่า สรรพสิ่งทั้งหลายอันเนื่องมาจากการปรุงแต่งล้วนแล้วแต่เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แม้จะเห็นเพียงชั่วขณะจิตเดียวก็ตาม"** ดังนี้

จะเห็นได้ว่าวิปัสสนานั้น เป็นสุดยอดของการสร้างบารมีโดยแท้จริง และการกระทำก็ไม่เหน็ดเหนื่อยลำบาก ไม่ต้องแบกหาม ไม่ต้องลงทุนหรือเสียทรัพย์แต่อย่างใด แต่ก็ได้กำไรมากที่สุดเมื่อเปรียบเทียบกับทำให้ทานเหมือนกับกรวด และทราย ก็เปรียบวิปัสสนาได้กับเพชรน้ำเอก ซึ่งทานย่อมไม่มีทางที่จะเทียบกับศีล ศีลก็ไม่มีทางที่จะเทียบกับสมาธิ และสมาธิก็ไม่มีทางที่จะเทียบกับวิปัสสนา

แต่ทราบใดที่เราทำทั้งหลายยังไม่ถึงฝั่งพระนิพพาน ก็ต้องเก็บเล็กผสมน้อย โดยทำทุกๆ ทางเพื่อความไม่ประมาท โดยทำทั้งทาน ศีล และภาวนา สุดแล้วแต่โอกาสจะอำนวยให้ จะถือว่าการเจริญวิปัสสนาภาวนานั้นลงทุนน้อยที่สุด แต่ได้กำไรมากที่สุด ก็เลยทำแต่วิปัสสนาอย่างเดียวโดยไม่ยอมลงทุนทำบุญให้ทานใดๆ ไปได้เลย เมื่อเกิดชาติหน้า เพราะเหตุที่ยังไม่ถึงฝั่งพระนิพพานก็เลยมีแต่ปัญญาอย่างเดียว ไม่มีจะกินจะใช้ ก็เห็นจะเจริญวิปัสสนาให้ถึงฝั่งพระนิพพานไปไม่ได้เหมือนกัน

อนึ่ง พระพุทธองค์ได้ตรัสเอาไว้ว่า *"ผู้ใดมีปัญหาพิจารณาจนจิตเห็นความจริงว่าร่างกายนี้เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน คน สัตว์ แม้จะนานเพียงชั่วช้านกหูขึ้นกระดิก ก็ยังดีเสียกว่าผู้ที่มีอายุยืนนานถึง ๑๐๐ ปี แต่ไม่มีปัญหาเห็นความจริงดังกล่าว"* กล่าวคือ แม้ว่าอายุของผู้นั้นจะยืนยาวมานานเพียงใด ก็ย่อมโมฆะเสียเปล่าไปชาติหนึ่ง จัดว่าเป็น *"โมฆะบุรุษ"* คือบุรุษที่สูญเปล่า

ต่อไปนี้เป็น การเจริญสมณะและวิปัสสนาอย่างง่าย ๆ ประจำวัน ซึ่งควรจะทำให้บ่อย ๆ ทำเนื่อง ๆ ทำให้มาก ๆ ทำจนจิตเป็นอารมณ์แนบแน่น ไม่ว่าจะอยู่ในอิริยาบถใด ๆ คือไม่ว่าจะยืน นั่ง หรือนอน ก็คิดและใคร่ครวญถึงความ เป็นจริง ๔ ประการ ดังต่อไปนี้ หากทำแล้วพระพุทธองค์ตรัสว่า *"จิตของผู้นั้นไม่ห่างวิปัสสนา และเป็นผู้ที่ไม่ห่างจากมรรค ผล นิพพาน"* คือ

๑. มีจิตใคร่ครวญถึงมรณสตติกรรมฐาน หรือมรณานุสตติกรรมฐาน ซึ่งก็คือการใคร่ครวญถึงความตายเป็นอารมณ์ อันความมรณะนั้นเป็นธรรมอันยิ่งใหญ่ที่ไม่มีใครสามารถที่จะเอาชนะได้ แม้แต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ซึ่งทรงบรรลุถึงพระธรรมอันยิ่งใหญ่ที่ไม่ตาย แต่ก็ยังทรงทอดทิ้งพระสรีระร่างกายไว้ในโลก

การระลึกถึงความตายจึงเป็นการเตือนสติให้ตื่น รีบพากเพียรชำระจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์ก่อนที่ความตายจะมาถึง

พระพุทธองค์ตรัสสรรเสริญมรณัสสติว่า *"มรณัสสติ (การระลึกถึงความตาย) อันบุคคลทำให้มากแล้วย่อมมีผลใหญ่ มีอานิสงส์ใหญ่ หยั่งลงสู่พระนิพพานเป็นที่สุด"* อันมรณัสสติกรรมฐานนั้น แม้แต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและพระอรหันต์เจ้าทั้งหลาย ซึ่งแม้จะได้บรรลุมรรคผลแล้วก็ไม่ยอมละ เพราะยังทรงอารมณมรณัสสตินี้ควบคู่ไปกับวิปัสสนา เพื่อความอยู่เป็นสุข ซึ่งพระพุทธองค์ได้ตรัสกับพระอานนท์ว่า *"ตถาคตนึกถึงความตายอยู่ทุกลมหายใจเข้าและออก"*

มรณัสสติกรรมฐานนั้น โดยปรกติเป็นกรรมฐานของผู้ที่มีพุทธจริต คือคนที่ฉลาด การใคร่ครวญถึงความตายเป็นอารมณ์ก็คือการพิจารณาถึงความจริงที่ว่า ไม่ว่าจะคนและสัตว์ทั้งหลาย เมื่อมีเกิดขึ้นแล้ว ย่อมเจริญวัยเป็นหนุ่มสาว เฒ่าแก่แล้วก็ตายไปในที่สุด ไม่ว่าจะล่วงพ้นไปได้ทุกผู้คน ไม่ว่าจะเป็นคนยากดี มี จน เด็ก หนุ่มสาว เฒ่าแก่ สูงต่ำ เหลือมล่ำกันด้วยฐานันดรศักดิ์อย่างใด ในที่สุดก็ทันกันและเสมอกันด้วยความตาย

"ผู้ที่คิดถึงความตายนั่น เป็นผู้ที่ไม่ประมาทในชีวิต ไม่มัวเมาในชีวิต เพราะเมื่อคิดถึงแล้วย่อมเร่งกระทำความดีและสร้างบุญกุศล เกรงกลัวต่อบาปกรรมที่จะติดตามไปในภพชาติหน้า" ผู้ที่ประมาทมัวเมาต่อทรัพย์สมบัติยศศักดิ์ตำแหน่งหน้าที่นั้นเป็นผู้ที่หลง เหมือนกับคนที่หูหนวกและตาบอด ซึ่งโบราณกล่าวคำนิไว้ว่า *"หลงลำนเขาป่าภู่หาพอไคยีน หลงยศอำนาย่อมหูหนวกและตาบอด"* และกล่าวไว้อีกว่า *"หลงยศลิมตาย หลงกายลิมเนา"* และความจริงก็มีให้เห็นอยู่ทุกวันนี้ ที่บางท่านใกล้จะเข้าโลงแล้ว ก็ยังหลงและมัวเมาในอำนาจวาสนา ตำแหน่งหน้าที่ จนลืมนึกไปว่าอีกไม่นานตนก็จะต้องทิ้งต้องจากสิ่งเหล่านี้ไป แล้วทุกสิ่งทุกอย่างที่ตนได้หลงใหลมัวเมาเฝ้าแสวงหาหวงแหวน เกาะแน่นอยู่นั้น ก็จะต้องสลายไปพร้อมกับความตายของตน สูญเปล่าไม่ได้ตามติดกับตนไปด้วยเลย แล้วไม่นานผู้คนที่อยู่เบื้องหลังก็ลืมนั่นตนไปเสียสิ้น ดูเหมือนกับวันเวลาทั้งหลายที่ตนได้ต่อสู้เหนื่อยยากขวนขวายจน ได้สิ่งดังกล่าวนั้นมา ก็ต้องโหมะสูญเปล่าไปโดยหาสาระ ประโยชน์อันใดมิได้เลย

มรณัสสติกรรมฐานนั้น เมื่อพิจารณาไปนาน ๆ จิตจะค่อย ๆ สงบและระงับจากนิวรณ์ธรรม ๕ ประการ ในที่สุดจิตก็เข้าถึงอุปปจารสมาธิ และความจริงกรรมฐานกองนี้เป็นเพียงสมถภาวนาเท่านั้น แต่ก็ใกล้วิปัสสนา เพราะอารมณ์จิตที่ใช้นั้นเป็นการพิจารณาหาเหตุและผลในรูปธรรมและนามธรรม ซึ่งหากพลิกการพิจารณาว่า อันชีวิตของคนและ

สัตว์ ตลอดจนสรรพสิ่งทั้งหลายไม่อาจทรงตัวตั้งมั่นอยู่ได้ เมื่อมีเกิดขึ้นแล้วก็ย่อมมีความตายเป็นที่สุด เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ดังนี้แล้ว ก็เป็นวิปัสสนาภาวนา

สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเมื่อใกล้จะเสด็จดับขันธเข้าสู่ปรินิพพานอีก ๓ เดือน ได้ทรงปลงอายุสังขาร แล้วตรัสสอนพระอานนท์พร้อมหมู่ภิกษุทั้งหลายว่า

"อานนท์ ตถาคตได้เคยบอกเธอแล้วมิใช่หรือว่า สัตว์จะต้องพลัดพรากจากของรักของชอบใจไปทั้งสิ้น สัตว์จะได้ตามปรารถนาในสังขารนี้แต่ที่ไหนเล่า

การที่จะขอให้สิ่งที่เกิดขึ้นแล้ว เป็นแล้ว ที่มีปัจจัยปรุงแต่งแล้ว และที่จะต้องมีการแตกดับเป็นธรรมดาว่าอย่าหนีหายเลย ดังนี้ย่อมไม่อยู่ในฐานะที่จะมีได้ เป็นได้

การปรินิพพานของเราตถาคตจักมีในกาลไม่นานเลย ถัดจากนี้ไปอีก ๓ เดือน เราจักนิพพาน ฯลฯ

สัตว์ทั้งปวงที่เป็นคนหนุ่ม คนแก่ ทั้งที่เป็นคนพาลและบัณฑิต ทั้งที่มั่งมีและยากจน ล้วนแต่มีความตายเป็นเบื้องหน้า เปรียบเสมือนภาชนะ ดินที่ช่างหม้อ ได้ปั้นแล้ว ทั้งเล็กและใหญ่ ทั้งที่สุกและที่ยังดิบ ล้วนแต่มีการแตกทำลายไปในที่สุดฉับใด ชีวิตแห่งสัตว์ทั้งหลายก็ล้วนแต่มีความตายเป็นเบื้องหน้าฉับนั้น

วัยของเราแก่ห่อหมแล้ว ชีวิตของเราริบหรี่แล้ว เราจักต้องละพวกเธอไป ที่พึงของตัวเอง เราได้ทำแล้ว

ภิกษุทั้งหลาย เธอจงเป็นผู้ไม่ประมาท มีสติ มีศีล มีความดำรงอันตั้งไว้แล้วด้วยดี ตามรักษาซึ่งจิตของตนเถิด ในธรรมวินัยนี้ ภิกษุใดเป็นผู้ไม่ประมาท ก็สามารถที่จะทำที่สุดแห่งทุกข์ได้"

และในวันมหาปรินิพพาน พระพุทธองค์ได้ตรัสพระปัจฉิมโอวาทที่เรียกกันว่า "อัปมาทธรรม" สั่งสอนพระสาวกเป็นครั้งสุดท้าย จนดูเหมือนว่าพระธรรม ๘๔,๐๐๐ พระธรรมชั้นที่ทรงสั่งสอนมานานถึง ๔๕ พรรษา ได้ประมวลประชุมรวมกันในพระปัจฉิมโอวาทนี้ว่า

"ภิกษุทั้งหลาย บัดนี้ตถาคตขอเตือนท่านทั้งหลายว่า สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมเป็นธรรมดา พวกเธอจงยังประโยชน์ตนและประโยชน์ท่านให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาทเถิด"

๒. มิจิตใคร่ครวญถึงอสุภกรรมฐาน อสุภ ได้แก่สิ่งที่ไม่สวยไม่งาม เช่น ซากศพ คือให้มิจิตพิจารณาให้เห็นความเป็นจริงที่ว่า ร่างกายของคนและสัตว์อันเป็นที่นิยมนรัก ใคร่เสนาหา และเป็นบ่อเกิดแห่งตัณหาราคะ กามกิเลส ว่าเป็นของสวยของงาม เป็นที่ เจริญตาและใจ ไม่ว่าจะร่างกายของตนเองและของผู้อื่นก็ตาม แท้ที่จริงแล้วก็เป็น **อนิจจัง** คือไม่เที่ยงแท้แน่นอน **ทุกขัง** คือทนอยู่ในสภาพเช่นนั้นไม่ได้

วันเวลาย่อมพรากความสวยสดงดงามให้ค่อย ๆ จากไปจนเข้าสู่วัยชรา ซึ่งจะมอง หาคความสวยงามใด ๆ หลงเหลืออยู่มิได้อีกเลย และในทันใดที่ตายลงนั้น แม้แต่ผู้ที่เคย สนุกสนมเสนาหารักใคร่ อันรวมถึงสามี ภริยาและบุตรธิดา ต่างก็พากันรังเกียจในทันใด ไม่ยอมเข้าใกล้ บ้านของตนเองที่อุตสาหะสร้างมาด้วยความเหนื่อยยากก็ไม่ยอมให้อยู่ ต้องรีบขน ๆ ออกไปโดยไวไว้ที่วัด แล้วซากเหล่านั้นก็นำเปื่อยสลายไป เริ่มตั้งแต่เนื้อ หนังก่อ ๆ พองออก ขึ้นอืด น้ำเลือด น้ำเหลืองก็เริ่มเน่า แล้วเคียดไหลออกจากทวาร ทั้งหลาย เนื้อหนังแตกปริแล้วร่วงหล่นออกจนเหลือแต่กระดูก ส่งกลิ่นเน่าเหม็นเป็นที่น่า รังเกียจ สะอิดสะเอียน หาคความสวยงามน่ารักเสนาหาใด ๆ มิได้อีกเลย ทั้งไร้คุณค่าและ ประโยชน์ คงมีค่าแค่เป็นอาหารแก่หมู่นอนเท่านั้น แล้วในที่สุดกระดูกก็กระจัด กระจายเรียราดอยู่ตามดินและทราย แดกละเอียดผุพังเป็นชิ้นเล็กชิ้นน้อย แล้วนำเปื่อย เป็นปุ๋ยแก่พืชผักต่อไป หาดำหาคของเราที่ไหนดมิได้เลย สังขารของเราในที่สุดก็เป็น เช่นนี้ ไม่มีอะไรคงเหลือไว้เลย

๓. มิจิตใคร่ครวญถึงกายคตานุสสติกรรมฐาน บางที่เรียกกันง่าย ๆ ว่า **"กายคตาสติ กรรมฐาน"** เป็นกรรมฐานที่มีอานิสงส์มาก เพราะสามารถทำให้ละ **"สักกายทิฐิ"** อันเป็น สังโยชน์ข้อต้น ๆ ได้โดยง่าย และเป็นกรรมฐานที่เกี่ยวกับการพิจารณาร่างกายให้เห็น สภาพตามความเป็นจริง ซึ่งมักพิจารณาร่วมกับอสุภกรรมฐาน มรณัสสติกรรมฐาน ซึ่ง พระอริยะเจ้าทุกข์ พระองค์ที่จะบรรลุพระอรหัตผลได้จะต้องผ่านการพิจารณากรรมฐาน ทั้งสามกองนี้เสมอ มิฉะนั้นแล้วจะเป็นพระอรหันต์ในพระพุทธศาสนาไม่ได้

ทั้งนี้เพราะบรรดาสรรพกิเลสทั้งหลาย ไม่ว่าจะเป็ความโลภ ความหลง และความ โกรธ ต่างก็เกิดขึ้นที่กายนี้ เพราะความยึดมั่นถือมั่นด้วยอำนาจอุปาทานว่าเป็นตัวตน และของตน จึงได้เกิดกิเลสดังกล่าวขึ้น การพิจารณาละกิเลสก็ต้องพิจารณาละที่กายนี้ เอง

มรรค ผล และนิพพาน ไม่ต้องไปมองหาที่ไหนเลย แต่มีอยู่พร้อม ให้รู้แจ้งเห็นจริง ได้ที่ร่างกายอันกว้างสอกยาวาและหนาคีบนี้เอง การพิจารณา ก็คือให้มีจิตใคร่ครวญให้เห็นตามสภาพความเป็นจริงที่ว่า อன்ற่างกายของคนและสัตว์ที่เฝ้าทะนุถนอมรักใคร่ว่าสวยงาม เป็นที่สนิทเสน่หาชมเชยรักใคร่ซึ่งกันและกันนั้น แท้ที่จริงแล้วก็เป็นที่ประจักษ์ สกปรกโสโครก ไม่สวยไม่งาม ไม่น่ารักใคร่ทะนุถนอม เป็นมูตร กูด เพราะเป็นที่บรรจุไว้ซึ่งสรรพสิ่งทั้งหลายที่เป็นพืชผักและบรรดาซากศพของสัตว์ที่บริโภคเข้าไป

ภายในกระเพาะนั้น แท้ที่จริงแล้วก็เป็นที่รวมฝังซากศพของบรรดาสัตว์ทั้งหลายนั่นเอง พืชและสัตว์ที่บริโภคเข้าไปก็ล้วนแต่เป็นของที่สกปรก ที่ขับถ่ายออกมาจากทวารทั้งหลายก็เป็นของที่สกปรกโสโครก ซึ่งต่างก็พากันรังเกียจว่าเป็น "จี้" มีสารพัดจี้ซึ่งแม้แต่จะเหลือบตาไปมองก็ยังไม่กล้าที่จะมอง แต่แท้ที่จริงแล้วในท้อง กระเพาะ ถ้าใส่ภายในร่างกายของผู้คนก็ยังคงมีบรรดาจี้เหล่านี้บรรจุอยู่ เพียงแต่มีหนังห่อหุ้มปกปิดเอาไว้ทำให้ไม่สามารถมองเห็นได้จากภายนอกเท่านั้นเอง

แต่เราท่านทั้งหลายก็พากันกอด คลึงเคล้า เฝ้าชมเชยกอนจี้เหล่านี้ว่าเป็นของสวยงาม น่ารักน่าใคร่เสน่หายิ่งนัก เมื่อมีการขับถ่ายออกมาจากทวารหูก็เรียกกันว่าจี้หู ขับถ่ายออกมาทางตาก็เรียกจี้ตา ที่ติดอยู่กับฟันก็เรียกจี้ฟัน ที่ออกมาทางจมูกก็เรียกว่าจี้มูก รวมความแล้วบรรดาสิ่งๆ ที่ขับออกมาพองในร่างกายในทันใดนั้นเอง จากเดิมที่เป็นของน่ารักน่าเสน่หา ก็กลายมาเป็นของที่น่ารังเกียจไปโดยพลัน กลายมาเป็นสิ่งที่ไม่มีความใคร่อยากรักอยากเสน่หาเพราะว่าเป็นจี้ และก็ไม่มีใครอยากจะเป็นเจ้าของด้วย เมื่อไม่มีใครยอมรับเป็นเจ้าของ สิ่งๆ ที่ขับถ่ายออกมาทางผิวหนังจึงหาเจ้าของมิได้ ซึ่งต่างก็โทษกันว่าจี้ของใครก็ไม่ทราบได้ นานมาก็กลายมาเป็น "จี้ไคล" ดังนี้ เป็นต้น

นอกจากสิ่งๆ ที่ขับถ่ายออกมาจะน่ารังเกียจดังกล่าวแล้ว แม้แต่สังขารร่างกายของคนเราเมื่อได้แยกแยะพิจารณาไปแล้ว ก็จะเห็นความจริงที่ว่า เป็นที่ประจุมรวมกันของอวัยวะชิ้นต่างๆ ที่เป็นตา หู จมูก ลิ้น เนื้อ ปอด ตับ ม้าม หัวใจ กระเพาะอาหาร ลำไส้ หนังส ฟังผืด เส้นเอ็น เส้นเลือด น้ำเลือด น้ำเหลือง น้ำลาย น้ำตา น้ำปัสสาวะ ฯลฯ รวมกันเรียกว่าอาการ ๓๒ ซึ่งต่างก็ห้อยแขวนระเกะระกะยาง โดงเตงอยู่ภายใน เมื่อแยกหรือควักออกมาดูทีละชิ้น จะไม่มีชิ้นใดที่เรียกกันว่าสวยงามน่ารัก น่าพิศวาสเลย กลับเป็นของที่น่ารังเกียจ ไม่สวย ไม่งาม ไม่น่าดู

แต่สิ่งเหล่านี้ก็รวมประกอบอยู่ภายในร่างกายของเราทุกผู้ทุกคน โดยมีหนังหุ้มห่อปกปิดอยู่โดยรอบ หากไม่มีผืนหนังหุ้มห่อและสามารถมองเห็นภายในได้แล้ว แม้จะเป็นร่างกายของคนที่รักสุดสวาสดาใจ ก็คงจะต้องเป็นหน้าหนืออกสั้นขั้ววิญหาย บางทีอาจจะต้องถึงขั้นจับไข้ไปเลย ซึ่งอาจจะต้องถึงขั้นทำพิธีปัดรังควาญเรียกขั้ววิญกันอีก

หากจะถือว่าน่ารักน่าเสน่หาอยู่ที่ผืนหนังหรือแผ่นหนังรอบกาย ก็ลองลอกออกมาดูก็จะเห็นว่าไม่สวยงามตรงไหนแต่อย่างใด แต่ที่นิยมยกย่องรักใคร่หลงใหลกันอยู่ ก็คือผิวหรือสีของหนังชั้นนอกสุดเท่านั้น ถ้าได้ลอกหรือขูดผิวชั้นนอกสุดออกมาให้เหลือแต่หนังแท้แดงๆ แล้ว แม้จะเป็นหนังสดสวยของนางงามจักรวาล ผู้คนก็คงจะต้องเป็นหน้าหนี

จึงเป็นที่แน่ชัดว่า คนสวย คนงาม ก็คงสวยและงามกันแค่ผิวหนังชั้นนอกสุด รักและเสน่หาที่ผิวหนัง ซึ่งเป็นของฉาบฉวยนอกร่าง หาได้สวยงามน่ารักเข้าไปถึงดับ ใดปอด หัวใจ ม้าม กระเพาะ ลำไส้ น้ำเลือดน้ำหนอง อุจจาระ ปัสสาวะ ภายในร่างกายด้วยไม่

ส่วนผู้ที่ผิวหรือสีของหนังดำด่าง ไม่สดใสน่าดู ก็พยายามทาลิปสติก แต่งหน้าแต่งตา ทาสี พอกแป้งย้อม และดึงกันเข้าไปให้ต่งตึง และออกเป็นสีสันต่างๆ แล้วก็พากันนิยมยกย่องชวนชมกันไป แต่ที่จริงแล้วก็ป็นความหลง โดยหลงรักกันที่แป้งและสีที่พอก หลอกให้เห็นฉาบฉวยอยู่แค่ผิวนอกเท่านั้น เมื่อมีสติพิจารณาเห็นความเป็นจริงอยู่เช่นนี้ หากจิตมีกำลังก็จะทำให้นิรณ ๕ ประการค่อยๆ สงบระงับทีละเล็กทีละน้อย โดยเฉพาะจิตจะไม่เดือดร้อนกระวนกระวายแ่ส่ายไปในอารมณ์รักๆ ใคร่ๆ ในที่สุดจิตก็จะสงบเยือกเย็นลงจนถึงขั้นอุปจารสมาธิได้ หากสติมีกำลังพอก็อาจถึงขั้นปฐมฌานได้

กายคตานุสสติกรรมฐานนั้น ความจริงก็เป็นเพียงสมถภาวนาที่ทำให้จิตเป็นสมาธิได้ถึงขั้นปฐมฌาน แต่ก็เป็นสมถภาวนาที่เจือไปด้วยวิปัสสนาภาวนา เพราะเป็นอารมณ์จิตที่ใคร่ครวญหาเหตุและผลตามสภาพเป็นจริงของสังขารธรรมหรือสภาวธรรม

ซึ่งหากได้พลิกการพิจารณาอาการ ๓๒ ดังกล่าวให้รู้แจ้งเห็นจริงว่าอาการ ๓๒ ดังกล่าวนั้นไม่มีการทรงตัว เมื่อเกิดมีอาการ ๓๒ ขึ้นแล้ว ก็ไม่อาจจะตั้งมั่นอยู่ได้ จะต้องเปลี่ยนแปลงไปเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน ไม่ใช่คน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่

ตัวเราและของเราแต่อย่างใด ร่างกายไม่ว่าจะเป็นของตนเองหรือของผู้อื่น ต่างก็เต็มไปด้วยความทุกข์ ดังนี้ก็เป็นวิปัสสนา

กายคตานุสสติกรรมฐาน เป็นกรรมฐานที่เมื่อได้พิจารณาไปแล้ว ก็จะเห็นความสกปรกโสโครกของร่างกายจนรู้แจ้งเห็นจริงว่า ไม่น่ารักน่าใคร่ จึงเป็นกรรมฐานที่มีอำนาจทำลายราคะกิเลส และเมื่อได้รู้แจ้งเห็นจริงดังกล่าวนั้น เข้า จิตก็จะมีกำลังและเกิดความเบื่อหน่ายในร่างกายทั้งของตนเองและผู้อื่น จึงเป็นการง่ายที่ "นิพพิทาญาณ" จะเกิดขึ้น และเมื่อได้เกิดขึ้นแล้วจนมีญาณทัสสนะเห็นแจ้งอาการพระไตรลักษณ์ว่า ร่างกายเป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน ไม่ใช่เราไม่ใช่เขาแต่อย่างใด จิตก็จะนุ่มไปสู่อุ "สังขารูปกขาญาณ" ซึ่งมีอารมณ์อันวางเฉย ไม่ยินดียินร้ายในร่างกาย และคลายกำหนดในรูปนามขั้น ๕ เรียกว่าจิตปล่อยวาง ไม่ยึดมั่นถือมั่นในอุปาทาน - ขั้น ๕ ซึ่งจะนำไปสู่การละ "สัkkายทิฐิ" อันเป็นการละความเห็นผิดในร่างกายนี้เสียได้ และถ้าละได้เมื่อใด ก็ใกล้ที่จะบรรลุความเป็นพระอริยะเจ้าเบื้องต้นในพระพุทธศาสนา คือเป็น "พระโสดาบัน" สมจริงตามที่พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ว่า "การเจริญกรรมฐาน กอนี้จะไม่ห่างมรรค ผล และนิพพาน"

ฉะนั้น กายคตานุสสติกรรมฐาน จึงเป็นกรรมฐานเครื่องที่จะทำให้บรรลุพระอรหันต์ได้โดยง่าย ซึ่งในสมัยพระพุทธกาล ท่านที่บรรลุแล้วด้วยพระกรรมฐานกอนี้มีเป็นจำนวนมาก ในสมัยที่พระพุทธองค์ท่านตรัสรู้ใหม่ๆ ได้เสด็จไปพบพราหมณ์สองสามีภรรยา ซึ่งมีบุตรที่สุดสวยชื่อว่า "นางมัจฉาทิยา" พราหมณ์ทั้งสองชอบใจในพระพุทธองค์ จึงได้ออกปากยกนางมัจฉาทิยาให้เป็นภรรยา

พระพุทธองค์ไม่ทรงรับไว้และมองเห็นนิสัยของพราหมณ์ทั้งสองที่จะได้บรรลุมรรคผล จึงได้ทรงแสดงพระธรรมให้ฟัง โดยยกเอากายคตานุสสติกรรมฐานขึ้นมาเทศน์ ซึ่งได้ตรัสตำหนิโทษแห่งความสวยงามแห่งรูปกายของนางมัจฉาทิยาว่า พระพุทธองค์ทรงเห็นว่าเป็นของปฏิกูล มูตรคูดเน่าเหม็น หากความสวยงามใดๆ มิได้เลย

พราหมณ์ทั้งสองพิจารณาตามก็ได้ดวงตาเห็นธรรม ส่วนนางมัจฉาทิยาผูกโกรธ ต่อมาเมื่อนางได้เป็นพระมเหสีของพระเจ้าอุเทน กรุงโกสัมพี ก็ได้จงล้างจงผลาญพระพุทธองค์อย่างไม่มีที่สิ้นสุดเพราะแรงพยาบาท

อีกท่านหนึ่งก็คือนางอภิรพันทา ซึ่งเป็นพระราชธิดาของพระเจ้าเชมกะสากยะ ก็
จัดว่ามีรูปงามที่สุดในสมัยนั้น และพระนางทรงภาควิมิหลงใหลในความงดงามของพระ
นางยิ่งนัก แต่ด้วยบุญบารมีที่เคยได้สร้างสมอบรมมาแล้วเป็นอันมากในอดีตชาติ เป็น
เหตุให้พระนางได้สดับพระธรรมของพระพุทธองค์จากพระโอรส ซึ่งได้ทรงเทศน์กายค
ตานุสติกกรรมฐานควบคู่ไปกับมรณสติกกรรมฐาน แล้วทรงเนรมิตรูปกายของสาวงามที่
งามยิ่งกว่าพระนางให้ปรากฏขึ้น ให้พระนางได้มองเห็น แล้วบันดาลให้รูปเนรมิตนั้น
ค่อยๆ เจริญวัย แก่ แล้วชราโทรมๆ ลงจนตายไปในที่สุด แล้วก็เน่าเปื่อยสลายไปต่อหน้า

พระนางก็น้อมเอาภาพนิมิตนั้นเข้ามาเปรียบเทียบกับร่างกายของพระนาง จนเห็น
ว่าอันร่างกายอันงดงามของพระนางนั้นหาได้งามจริงไม่ ทั้งเป็นอนิจจังและอนัตตา หา
สาระแก่นสารที่พึ่งอันถาวรอันใดมิได้เลย จนพระนางได้บรรลุพระอรหัตต์ในขณะ
นั่นเอง และพระนางเขมาเทวีที่ยิ่งด้วยรูปโฉม และเป็นพระมเหสีองค์หนึ่งของพระ
เจ้าพิมพิสารแห่งเมืองราชคฤห์ ก็ได้บรรลุพระอรหัตต์ในทำนองเดียวกันนี้เอง

๔. มิจิตไคร่ครวญถึงธาตุกรรมฐาน คือนอกจากจะมีจิตไคร่ครวญถึงความป็นจริง
ของร่างกายดังกล่าวมาในข้อ (๓) แล้ว พึงพิจารณาแยกให้เห็นความเป็นจริงที่ว่า อันที่
จริงร่างกายของเราเองก็ดี ของผู้อื่นก็ดี ไม่ใช่ตัวเราของเราแต่อย่างใดเลย เป็นแต่เพียงธาตุ
๔ มาประชุม เกาะกุมรวมกันเพียงชั่วคราวเท่านั้นเอง ได้แก่ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม และ
ธาตุไฟ แล้วสิ่งเหล่านี้ก็ทนอยู่ในสภาพที่รวมกันเช่นนั้นไม่ได้ นานไปก็เก่าแก่แล้วแตก
สลายตายไป ธาตุน้ำก็กลับไปสู่ความเป็นน้ำ ธาตุดินก็กลับไปสู่ความเป็นดิน ธาตุลมก็
กลับไปสู่ความเป็นลม และธาตุไฟก็กลับไปสู่ความเป็นไฟตามเดิม

เนื้อตัวร่างกายของเรา เมื่อได้แยกส่วนออกมาแล้ว ก็มีได้มีตัวตนที่ตรงไหนแต่
อย่างใด เป็นแต่เพียงเนื้อ กระดูก ตับ ไต ใส้ กระเพาะ เส้นเอ็น หนัง ฟังผืด เนื้อเยื่อ
มันสมอง ไขข้อ ฯลฯ มาเกาะกุมกัน ตัวตนของเราไม่มี ครั้นเมื่อแยกแยะอวัยวะย่อยๆ
ดังกล่าวออกไปจากหน่วยย่อยๆ ของชีวิต คือเซลล์เล็กๆ ที่มาเกาะกุมรวมกัน ก็จะเห็นว่า
เซลล์เองก็เนื่องมาจากแร่ธาตุทั้งหลายซึ่งไม่มีชีวิตจิตใจมารวมกันเป็นกลุ่มก้อนเล็กๆ ไม่
มีตัวตนของเราแต่อย่างใด

แม้แร่ธาตุต่าง ๆ นั้น ก็เนื่องมาจากพลังงาน โปรตอนและอิเล็กตรอนเท่านั้น หาใช่
ตัวตนของเราแต่อย่างใดไม่ ที่หลงกันอยู่ว่าตัวเราของเราหาที่ไหนมิได้เลย ทุกสรรพสิ่งที่

คืนรนแสวงหา สะสมกันเอาไว้ ในที่สุดก็ต้องทิ้งต้องจาก ซึ่งป่วยการที่จะกล่าวไปถึงสมบัติที่จะนำเอาติดตัวไปด้วย แม้แต่เนื้อตัว ร่างกายที่ว่าเป็นของเราก็ยังเอาติดตัวไปด้วยไม่ได้ และก็เป็นที่จริงที่ได้เห็นและรู้จักกันมานานนับล้านๆ ปี คนแล้วคนเล่า

ท่านทั้งหลายที่ได้เคยยิ่งใหญ่ด้วยศกัคคิอำนาจาสนาและทรัพย์สมบัติในอดีตกาล จนเป็นถึงมหาจักรพรรดิมีสมบัติสร้างสมมาด้วยเลือดและน้ำตาของผู้อื่นจนก่อนโลก แต่แล้วในที่สุดก็ต้องทิ้งต้องจากสิ่งเหล่านี้ไป แม้แต่เนื้อตัวร่างกายของท่านที่เคยยิ่งใหญ่ จนถึงกับเป็นผู้ที่ไม่อาจจะแตะต้องได้ แต่แล้วก็ต้องทอดทิ้งจมดินและทราย จนในที่สุดก็สลายไปจนหาไม่พบว่าเนื้อ หนัง กระดูก ขน เล็บ ตับ ไต ไข่ กระเพาะของท่านว่าอยู่ที่ตรงไหน คงเหลืออยู่แต่สิ่งที่เป็นดิน น้ำ ลม และไฟ ตามสภาพเดิมที่ก่อกำเนิดมาเป็นตัวของท่านเพียงชั่วคราวเท่านั้น แล้วตัวของเราท่านทั้งหลายก็เพียงเท่านั้นมิได้ยิ่งใหญ่เกินไปกว่าท่านในอดีต จะรอดพ้นจากสังขารนี้ไปได้หรือ

ในเมื่อความเป็นจริงก็เห็นๆ กันอยู่เช่นนี้แล้ว เหตุใดเราท่านทั้งหลายจึงต้องพากันคืนรนชวนขวยสะสมสิ่งที่ในที่สุดก็จะต้องทิ้ง จะต้องจากไป ซึ่งเท่ากับเป็นการทำลายวันเวลาอันมีค่าของพวกเราซึ่งก็คงมีไม่เกินคนละ ๑๐๐ ปี ให้ต้องโมฆะเสียเปล่าไปโดยหาสาระประโยชน์อันใดมิได้ เหตุใดไม่เร่งชวนขวยสร้างสมบุญบารมีที่เป็นอริยทรัพย์อันประเสริฐ ซึ่งจะติดตามตัวไปได้ในชาติหน้า

แม้หากว่าสิ่งเหล่านี้จะไม่มีจริงดังที่พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ อย่างเลวพวกเราก็เพียงเสมอตัว มิได้ขาดทุนแต่อย่างใด หากสิ่งที่พระพุทธองค์ได้ตรัสสอนเอาไว้ว่ามีจริงดังที่ปราชญ์ในอดีตกาลยอมรับ แล้วเราท่านทั้งหลายไม่สร้างสมบุญและความดีไว้ สร้างสมแต่ความชั่วและบาปกรรมตามติดตัวไป เราท่านทั้งหลายไม่ขาดทุนหรือหากหรือ เวลาในชีวิตของเราที่ควรจะได้ใช้ให้เป็นประโยชน์ กลับต้องโมฆะเสียเปล่าก็สมควรที่จะได้ชื่อว่า เป็น "โมฆะบุรุษ" โดยแท้