

เจริญมนานุสสติ

มีลูกหญิงของหลวงพ่อกคนหนึ่งมาปฏิบัติธรรมทุกวัน
จิตใจเบิกบาน อยากจะนั่งให้ได้ทุก ๆ วัน
จึงมาถามหลวงพ่อกว่า หลวงพ่อกะ
ทำอย่างไรเราจึงจะไม่ประมาทในชีวิต
เพราะว่าเวลาไม่ประมาทในชีวิตแล้วจะทำให้ขยันนั่งธรรมะ

หลวงพ่อก็ตอบว่า ให้เจริญมนานุสสติ
ให้นึกว่าแม่พระสัมมาสัมพุทธเจ้า
พระปัจเจกพุทธเจ้า พระอัครสาวก พระมหาสาวก
พระอริยบุคคลยังต้องตาย

ผู้ที่ได้ถึงพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งที่เรียกว่า โคตรภูบุคคล
หรือผู้เข้าถึงฌาน เป็นฌานลาภีบุคคลก็ยังคงต้องตาย

เป็นพระเจ้าจักรพรรดิปกครองทวีปทั้ง ๔ มีฤทธิ์ มีอานุภาพ
มีรัตนะ ๗ โคจรไปในอากาศได้ก็ยังคงตาย
พระราชา มหากษัตริย์ เศรษฐี มหาเศรษฐี ยาจก วนิพก ล้วนตายหมด
ให้นึกอย่างนี้ การนึกอย่างนี้เรียกว่า “การเจริญมรณานุสสติ”

เธอบอก ไม่ไหว อย่างนี้ยาวเกินไป ขอสั้น ๆ ได้ไหม
หลวงพ่อก็บอกว่า ถ้าอย่างนั้นเอาอย่างนี้มีอยู่ ๒ คำ จำง่าย ๆ
เคยเห็นไหม เวลารถพยาบาลบรรทุกคนเจ็บแล่นผ่านมา
เขาจะเปิดหวอดังลั่นไปบนท้องถนน
ฟังให้ตึ้นะ เสียงมันคล้าย ๆ อย่างนี้
ตายแน่ ตายแน่ ตายแน่
นี่แหละเจริญมรณานุสสติทางลัดที่สุด
หัดท่องไว้ละ รับรองขยันนั่งธรรมะตัวตั้งเลย

๑๕ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๔๕

