

ด้วยฉันทพหุนาคาร  
จากหอสมุดแห่งชาติ

ชาติ ชรา มรณาชีกถา



หนังสือ  
ของ  
ข้าออก...

หนังสือเล่มนี้ข้าพเจ้าได้จัดพิมพ์ขึ้น ณ พุทธ  
ศักราช ๒๔๖๘ ในคราวปลงศพสนองคุณ ท่าน  
สัมฤทธิ์บา แลท่านเล็กน้ำ ผู้ได้กำเนิดมาในสกุล  
ขุนนาคฝ่ายหนึ่ง ซึ่งมรณกรรมไปแล้ว (เมื่อพุทธ  
ศักราช ๒๔๖๗) ปีเดียวกัน

ต้นฉบับหนังสือที่พิมพ์ขึ้นนี้ได้มาจากสำนักวัด  
โสมนัสวิหาร เข้าใจว่าเป็นพจนานิพนธ์ของสมเด็จพระ  
พระวันรัต (ทับ พุทฺธศิริ)

กุศลทั้งหลายที่ข้าพเจ้าได้บำเพ็ญแล้วในการศพ  
ท่านทั้ง ๒ เริ่มแต่มรณกาลของท่านตลอดจนการปลง  
ศพทั้งการพิมพ์หนังสือนี้ หากจะมีอันสงขผล  
ประการใด ขออุทิศผลานิสงษทั้งสิ้นนั้นแก่ท่านทั้ง ๒  
ที่กล่าวนามมาแล้วจงได้อนุโมทนา เพื่อสำเร็จ  
ประโยชน์แลความสุขตามสมควรแก่คติวิสัยสามารถ  
จทุกประการ

ขอสรรพสัตว์ทั้งหลายไม่มีประมาณจงเป็นผู้มีส่วน  
แห่งบุญกุศลนั้น ๆ เทอญ

พระครูวินัยธร...

## ชาติ ชรา มรณาธิกถา

เอวมเม สุตํ ๖๓๖ ตโย ภิกฺขเว ธมฺมา  
โลเก น สํวิชฺเชยฺยุํ น ตถาคโต โลเก อูปฺปชฺช  
เชยฺย อรหํสมฺมาสมฺพุทฺโธ น ตถาคตฺตปฺปเวทิตโต  
ธมฺมวินโย โลเก ที่เปยฺย กตฺเม ตโย ชาติ  
จ ชรา จ มรณํ จ อิมे ภิกฺขเว ตโย ๖๓๖  
ที่เปยฺย ยสฺมา จ โช ภิกฺขเว อิมे ๖๓๖  
สํวิชฺชนฺติ ๖๓๖ อูปฺปชฺชนฺติ ๖๓๖ สมฺพุทฺโธ  
ตสฺมา ตถาคตฺตปฺปเวทิตโต ๖๓๖ ที่เปตีติ ๖

คุณภิกษุทั้งหลาย ธรรม ๓ อย่างนี้ไม่พึงมีในโลก  
พระตถาคตอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า ก็จะไม่พึงเกิด  
ขึ้นในโลกเลย ธรรมแลวินัยที่พระตถาคตตรัสรู้  
แจ้งทั่วก็จะไม่พึงรุ่งเรืองในโลก ธรรม ๓ อย่างนั้น

อย่างไรจะได้แก่สิ่งอะไร ดูกรภิกษุทั้งหลาย ชาติ  
 ความเกิดด้วย ชาติ ความชำรุดทรุดโทรมแปรผัน  
 ด้วย มรณ ความม้วยมอดพินาศขาดหายตายไปด้วย  
 ธรรม ๓ อย่างเหล่านี้ ไม่พึงมีในโลก พระตถาคต  
 อรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าก็จะไม่พึงเกิดขึ้นในโลก  
 ธรรมแลวินัยที่พระตถาคตตรัสรู้แจ้งทั่ว ก็จะไม่พึง  
 รุ่งเรืองในโลก

ยสุมา ๑ โข ภิกษุเว ดูกรภิกษุทั้งหลาย  
 เพราะเหตุใด ธรรม ๓ ประการเหล่านี้มีอยู่ในโลก  
 พระตถาคตอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าอุบัติขึ้นในโลก  
 เพราะเหตุนี้ ธรรมแลวินัยที่พระตถาคตตรัสรู้  
 แจ้งทั่ว จึงรุ่งเรืองในโลก พระพุทธบาท  
 ตรัสเทศนาไว้ดังนี้ ให้แก่ปราชญ์ผู้มีปรีชาฟัง  
 สันนิษฐานว่า ธรรม ๒ ประการ คือ ขรา แล  
 มรณะนั้น จะมีจะเป็นขึ้นพร้อมก็เพราะชาติ ชาติ

ความเกิดมีอยู่ ชราแลมรณะเป็นผล ผลจะมีมาก็  
 เพราะเหตุ เหตุมีอยู่จึงบังเกิดผล ประหนึ่งต้น  
 พุทธรักษาชาติ ย่อมเมล็ดดอกก่อนจึงจะเป็นผล ผล  
 จะมีจะเป็นขึ้นก็เพราะดอกเป็นเหตุ ฉนั้นใด ชรา  
 แลมรณะ ๒ ประการนี้จะมีจะเป็นจะปรากฏขึ้นก็  
 เพราะชาติเป็นเหตุเป็นแดนเกิด ฉนั้นนี้ มีฉนั้น  
 เปรียบเหมือนดวงประทีป อันผู้ใดผู้หนึ่งจุดไว้ใน  
 ที่มืด ย่อมมีแสงสว่างบังเกิดขึ้น ให้บุคคลผู้มีจัก  
 ไปได้เห็นรูปารมณ์ต่างๆ แลแสงสว่างนั้นจะมีปรากฏ  
 ขึ้นก็เพราะดวงประทีป ๆ เป็นเหตุเกิดขึ้นแห่งแสง  
 สว่างฉนั้นใด ชาติก็เป็เหตุเกิดเป็นที่เกิดของชรา  
 แลมรณะ ฉนั้นนั้น

ชาติอะไร ชื่อว่าเกิดเป็นตัวเกิด ชรานั้นอย่างไร  
 อะไรชื่อว่าชราเป็นตัวชรา มรณะนั้นอย่างไร อะไร  
 ชื่อว่ามรณะเป็นตัวมรณะดังนี้ สำคัญนักผู้นับถือ  
 พระพุทธศาสนาจำเป็นจะต้องศึกษาให้รู้จัก ชาติ

ความเกิด แล ไข้ ความแก่ แล มรณ ความตาย  
 ถ้าไม่รู้จักชาติ, ชรา, มรณะ, แล ไม่พ้นจากชาติ  
 ทุกข์ได้เลย จะต้องเกิดแก่ตายรำไปไม่มีที่สิ้นสุด ผู้ที่จะ  
 พ้นจากอบายทุกข์แลสังสารทุกข์ คือ เกิด, แก่,  
 ตาย, ได้มัน อาศรัยมา รู้จักความเกิด รู้เท่าต่อความ  
 เกิด รู้จักชรา รู้เท่าต่อชรา รู้จักมรณะ รู้เท่าต่อมรณะ  
 จึงพ้นจากอบายแลสังสารทุกข์ได้ แม้พระสัมมา  
 สมพุทฺธเจ้าทั้งหลาย จะทรงพระนามว่า อวิ  
 สมฺมา สมพุทฺธโต นั้น แปลว่าเป็นผู้ไกลจาก  
 กิเลส เป็นผู้กำจัดขันธ์สี่คือกิเลส เป็นผู้ควรไหว  
 คารบูชาแผ่นดิน ก็เพราะพระองค์ตรัสรู้เท่าต่อ  
 ความเกิด, แก่, ตาย, ธรรมที่พระองค์ตรัสเทศนา  
 สั่งสอนไว้ จะชื่อว่า เป็นสวากขาตธรรมนั้น ก็เพราะ  
 เป็นอุบายจะให้สัตว์รู้เท่าต่อความเกิด, แก่, ตาย,  
 พระสงฆ์สาวกของพระองค์ ซึ่งจัดไว้เป็นคຸ່ๆ ได้ ๔

เรียงตัวบุคคลเป็น ๘ จะชื่อว่าเป็นผู้ปฏิบัติชอบ  
 ปฏิบัติดีนั้น ก็เพราะปฏิบัติจนรู้เท่าต่อเกิด, แก่,  
 ตาย, บัญญาที่มารู้จัก เกิด, แก่, ตาย, เป็นเหตุให้สัตว์  
 พ้นจากอภายทุกข์แลสังสารทุกข์ เพราะฉะนั้น จำ  
 จะต้องศึกษาให้รู้จัก เกิด, แก่, ตาย, เกิดนั้น คือ  
 ความที่ขั้นที่ ๕ คือ รูป ๑ เวทนา ๑ สัญญา ๑  
 สังขาร ๑ วิญญาณ ๑ หรือ ๔ ขกรูปเสข หรือ ๑ ขก  
 เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เสข ปราภฏเป็นชาติ  
 ฉายตนานัน ปฏิจจาทไภ ความไต่เกาะซึ่งอายตนะ  
 ครบทั้ง ๖ คือ จักขุ ๑ โสต ๑ ขมาน ๑ ชิวหา ๑  
 กาย ๑ มน ๑ หรือ ๓ แต่ จักขุ ๑ โสต ๑ มน ๑  
 แต่มนอย่างเดี่ยวย่นลงเป็น ๒ คือ นามแลรูป นาม  
 แลรูปบังเกิดขึ้นชื่อว่าชาติความเกิด, นามปราภฏ  
 อย่างเดียว สมมติเรียกว่า อรูปพรหม, รูปอย่าง  
 เดี่ยวปราภฏขึ้น สมมติเรียก อสัญญาสัตว์, ปราภฏ

ขันทั้งนามแลรูป สมมติเรียกว่า อปายิกสัตว์บ้าง,  
 มนุษย์, บ้าง เทวดา, บ้าง พรหมบางพวก, บ้าง  
 นามรูปที่ปรากฏขึ้นแล้วเป็นทุกข์อย่างเดียว สมมติ  
 เรียกว่า สัตว์นรก, แลเปรตบางพวก, นามรูปที่  
 ปรากฏขึ้นแล้วเป็นทุกข์มากกว่าสุข หรือสุขมาก  
 กว่าทุกข์ หรือเป็นสุขเป็นทุกข์เท่ากัน สมมติเรียก  
 ว่าเปรตบางพวก, แลอสุรกาย, แลสัตว์ดิรัจฉาน,  
 แลมนุษย์, แลเทวดาบางพวก, นามรูปที่ปรากฏ  
 ขึ้นแล้วเป็นสุขมากกว่าทุกข์ หรือเป็นสุขอย่างเดียว  
 สมมติเรียกว่า มนุษย์, แลกามาพจรเทพยดา, แล  
 รูปาพจรเทพยดาบางพวก, นามรูปที่ปรากฏขึ้น  
 แล้วมีแต่อุปებაเวทนาอย่างเดียว สุข, ทุกข์,  
 โสมนัส, โทมนัส, ไม่มี สมมติเรียกว่า อรูปสัตว์,  
 แลอสัญญสัตว์, นามแลรูปย่อมเป็นไปในภพทั้ง ๓ ๆ  
 ตกลงเป็นนาม ๑ รูป ๑ นามรูปปรากฏขึ้นเป็นเช่นนี้



แลเชื่อว่าเกิดปัญญา, ที่มากำหนดรู้อย่างนี้ เห็น  
 จริงอย่างนี้ เชื่อว่ารู้จักเกิด, ถ้าเห็นไปว่า สัตว์เกิด  
 มนุษย์เกิด อย่างนี้ เชื่อว่าไม่รู้จักเกิด จัดเป็นคน  
 หลงในโลก เพราะเห็นไปโดยสมมติ คำที่ว่า  
 สัตว์, ว่าบุคคล, ว่าเทวดา, ว่าพรหม, นี้ เป็น  
 คำสมมติบัญญัติเรียกกันตามโลกโวหาร เพื่อจะ  
 ให้เข้าใจรู้กันง่าย ๆ เป็นของไม่จริงแท้, จริงที่แท้  
 นั้น นามรูป ประหนึ่งอันบุคคลเอาดินมาปั้นเป็น  
 รูปหม้อรูปกระถางเป็นต้น แลสมมติเรียกว่าหม้อว่า  
 กระถางเป็นต้นนั้น เพื่อจะให้รู้จักเรียกกันใช้สอย  
 กันง่าย ๆ แลคำว่าหม้อว่ากระถางเป็นต้นนั้น เป็น  
 ของสมมติไม่จริง ของจริงคงอยู่ที่ดิน ฉะนั้น คำว่า  
 สัตว์, ว่าบุคคล, ว่าเทวดา, ว่าพรหม, นั้น ก็  
 เป็นแต่สมมติ ไม่จริง ของจริงคงอยู่ที่นามที่รูป  
 เหมือนกัน ฉะนั้น อนึ่งรถแลเกวียนเมื่อยังควบคุม  
 กันอยู่ บุคคลก็เรียกว่ารถว่าเกวียน ถ้าแลว่ารถ

แลแก่ขียนนั้น อันผู้ใดผู้หนึ่ง<sup>๕</sup> รอกะจายออกเสียเป็น  
 ส่วน ๆ เป็นแผนก ๆ แล้ว บุคคลก็หาเรียกว่า  
 ภาวแก่ขียนไม่ ฉันใด รูปคือร่างกายเมื่อควบคุม  
 กันครบทั้งอาการ ๓๑ มีเกสาเป็นต้น โลกสมมติ  
 เรียกว่าสัตว์ ว่าบุคคล ถ้าแยกกระจายกันอยู่เป็น  
 ส่วน ๆ เป็นผสมส่วน ๑ ขนส่วน ๑ เล็บส่วน ๑  
 ฟันส่วน ๑ หน้ส่วน ๑ เป็นต้นแล้ว อันผู้ใดผู้หนึ่ง  
 ก็หาเรียกว่าสัตว์, ว่าบุคคล, ไม่ ฉันนั้น ผมตั้งอยู่  
 ที่ศีรษะมีจริง ตาก็ได้เห็น จิตต<sup>๘๘๒</sup>ก<sup>๒</sup> ขนตั้งอยู่ทั่วทั้ง  
 ภายเว้นแต่ฝ่ามือฝ่าเท้า มีจริง ตาก็ได้เห็น จิตต<sup>๘๘๒</sup>  
 ก<sup>๒</sup> เล็บตั้งอยู่ที่ปลายมือปลายเท้า มีจริง ตาก็ได้  
 เห็น จิตต<sup>๘๘๒</sup>ก<sup>๒</sup> ฟันตั้งอยู่เหนือกระดูกคาง เบื้องต่ำ  
 เบื้องบน มีจริง ตาก็ได้เห็น จิตต<sup>๘๘๒</sup>ก<sup>๒</sup> หน้หุ้มอยู่  
 ทั่วทั้งกาย มีจริง ตาก็ได้เห็น จิตต<sup>๘๘๒</sup>ก<sup>๒</sup>แจ้ง ตาได้  
 เห็นเหมือนไม่ได้เห็น จิตต<sup>๘๘๒</sup>ก<sup>๒</sup>เหมือนไม่รู้ เหตุไร

เหตุว่าเราท่านทั้งปวง มาเห็นเป็นสัตว์เป็นบุคคล  
 มานึกว่าสัตว์ ว่าบุคคลไปเสีย นานกว่า ผม ขน  
 เล็บ ฟัน หนัง ไม้ เหตุฉนี้ จึงว่า ตาเห็นเหมือน  
 ไม่เห็น นึกไปตามสมมติ จึงเกิดรัก เกิดชิงชังกัน  
 แลกกัน ถ้าตาเห็น จิตต์นึกไปตามตา จิตต์รู้ ๆ ไป  
 ตามจิตต์ ปล่อยวางสมมติเสียแล้ว ความรักความ  
 ชิง ชังกัน แลกกัน ก็จะมีมาแต่ไหน ปล่อยวางสมมติ  
 ยังไม่ขาดตราบใด ก็จะต้องทนทุกข์ เกิด แก่  
 ตาย อยู่ตราบนั้น ที่มารู้เห็นตามของจริง คือ นาม  
 แลรูป ปล่อยวางสมมติเสียสิ้นแหละเป็นเหตุจะให้  
 พ้นจากทุกข์ คือ เกิด, แก่, ตาย, ถึงจะละ  
 สมมติยังไม่ได้ขาด เป็นแต่ละได้กรุหนึ่ง ขณะหนึ่ง  
 เท่านั้นก็เป็นบุญกุศลอันยิ่งใหญ่ แลเป็นบัจฉยที่  
 จะให้ละได้ขาดต่อไป เพราะเหตุนี้จำเป็นต้องศึกษา  
 วิชาจักรของจริงคือนามแลรูป ครั้นรู้จักของจริงแล้ว

ฟังยึดไว้ถือไว้ในของที่จริง ปล่อยาวของไม่จริงคือ  
 สมมติเสีย ก็แลคำว่าเกิด ๆ นั้น ให้ฟังสันนิษฐาน  
 ทราบเถิดว่าไม่ใช่ใคร คือขั้น ๕ คืออายตนะ ๖  
 คือธาตุ ๖ ย่นลงเป็นนามแลรูป ๆ ที่ปรากฏขึ้นนั้น  
 แลชื่อว่าเกิด นามแลรูปที่ปรากฏขึ้นนั้น ถึงซึ่ง  
 สภาวะเก่าคร่ำคร่าไป จารุดทรุดโทรมผันแปรไป  
 หากที่อยู่โดยปรกติเหมือนเมื่อแรกตั้งขึ้นไม่ ชื่อว่า  
 ชราความแก่ ปัญญาที่มากำหนดเห็นไปตามจริง  
 อย่างนี้ ชื่อว่ารู้จักชรา ถ้าเห็นไปนึกไปว่า เราแก่  
 สัตว์แก่ มนุษย์แก่ เทวดาแก่ เป็นต้นฉนั้นแล้ว ชื่อ  
 ว่าไม่รู้จักชรา จัดเป็นคนหลง ถ้าเห็นไปตามของ  
 จริงว่า นามรูปเก่าคร่ำคร่าไป ไม่มีใครแก่ดังนี้  
 ชื่อว่ารู้จักชรา คำที่ว่าชรา ๆ นั้น ให้นึกปราชญ์  
 ฟังสันนิษฐานเถิดว่าไม่ใช่ใคร คือนามรูปที่จารุด  
 วิบัติแปรไป ๆ นี้แหละเรียกว่าชรา นามรูปที่จารุด  
 วิบัติแปรไป ๆ นั้น ถึงซึ่งสภาวะแตกดับชื่อว่าตาย

ถ้ามาเห็นไปว่า สัตว์ตาย เราตาย มนุษย์ตาย  
 เทวดาตาย มารตาย พรหมตาย อย่างนี้ ชื่อว่าไม่  
 รู้จักตาย จัดเป็นคนหลง ถ้ามาเห็นมานึกไปว่า  
 รูปแตกนามดับไม่มีใครตายอย่างนี้ ชื่อว่ารู้จักตาย  
 บัญญาที่มากำหนดรู้จักเกิด รู้เท่าต่อเกิด รู้จักแก่  
 รู้เท่าต่อความแก่ รู้จักตาย รู้เท่าต่อความตายนี้  
 บังเกิดขึ้นในกาลใด กาลนั้นย่อมมาละราคะ, โทษะ,  
 โมหะ, ได้ ก็ราคะ, โทษะ, โมหะ, จักบังเกิดขึ้น  
 แล้วแลถาวรเจริญอยู่ ก็อาสรัย ฅกฺกายทิฏฐิ ความ  
 เห็นว่ากายของเรา เราเกิดมา เราแก่ เราตาย ถ้า  
 มาเห็นโดยความเป็นจริงว่า ไม่มีใครเกิด ไม่มีใคร  
 แก่ ไม่มีใครตาย นามรูปปรากฏขึ้นต่างหาก นาม  
 รูปเก่าคร่ำคร่าไปต่างหาก นามรูปดับทำลายไป  
 ต่างหากดังนี้แล้ว ราคะ, โทษะ, โมหะ, ก็เกิดขึ้น  
 ไม่ได้ ที่เกิดขึ้นแล้วก็จะระงับดับไปในขณะนั้น อนึ่ง

เมื่อกำหนดนามรูปว่าเป็นตัว เกิด, แก่, ตาย, แจ่ม  
 ใจชัดเจนแล้ว ฟังมนสิการกระทำไว้ในจิตดีให้  
 เนื่อง ๆ ทุกอริยาบท เมื่อไม่ได้เช่นนั้น โดย  
 ที่สุดจะกระทำไว้ในใจให้เห็นจริงแจ่มชัด แต่เพียง  
 วันละครั้ง ๆ เท่านั้นก็เป็นการดี จัดเป็นกุศลอันยิ่ง  
 ใหญ่ ชีวิตที่เป็นอยู่ในวันนั้นมิได้ทำอะไรไม่ขาดทุน  
 เพราะความที่มารู้จักรู้อัจฉินามเกิดคนนั้น ชื่อว่ารู้จัก  
 อนตตา เห็นอนตตา อนตตานั้นเป็นธรรมมีอยู่ใน  
 โลกโดยธรรมดา แต่จะหาผู้ที่รู้แจ่มชัด แล้วเล  
 หียบยกบัญญัติขึ้นแสดงสั่งสอนผู้อื่นให้เข้าใจนั้น  
 ยากนัก แม้พระปัจเจกพุทธเจ้าท่านก็ประกอบด้วย  
 อนตตา แจ่มชัดจนได้ตรัสรู้ปัจเจกสัมโพธิญาณโดย  
 ลำพังพระองค์ ก็ยังไม่อาจบัญญัติยกขึ้นแสดงสั่งสอน  
 ผู้อื่นได้ นักปราชญ์นอกจากพระปัจเจกพุทธเจ้า  
 แล้ว ที่จะได้เห็นอนตตาแจ่มชัดโดยลำพังปัญญา  
 ตนได้นั้นไม่มี . ในข้อที่จะสั่งสอนผู้อื่นนั้นไม่ต้องว่า

อนตฺตา นี้ ต่อพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าอุบัติ  
 เกิดขึ้นในโลก แสดงเบ็ดเตล็ดให้คน สัตว์อันที่  
 มีอุปนิสัยจึงได้ตรัสรู้ตาม แลสั่งสอนต่อ ๆ มา ถ้า  
 ไม่มีอุปนิสัยแล้ว ถึงจะได้ยินได้ฟังสักเท่าใด ๆ  
 ก็ไม่เข้าใจไม่รู้จัก อนตฺตา ที่เราท่านมาได้ยินได้  
 ฟังแลรู้จัก อนตฺตา แจ่มชัดโดยครู ๑ ขณะ ๑ นี้  
 เพราะมีอุปนิสัย ควรจะมีคามยินดีว่าเป็นลาภ  
 ของเรา อนึ่งผู้เห็น อนตฺตา นั้น ได้ชื่อว่าเห็น  
 ธรรมอันอุดมสูงสุด เพราะ อนตฺตา นี้เป็นธรรมอัน  
 สูงเป็นยอดของธรรมทั้งปวง พระสัมมาสัมพุทธเจ้า  
 ตรัสเทศนาสั่งสอนสัตว์ด้วยอุบายวิธีต่าง ๆ ก็เพื่อจะ  
 ให้รู้จัก อนตฺตา ผู้ที่เห็นธรรมอันสูงสุดคือ อนตฺตา  
 นี้ แม้จะมีชีวิตเป็นอยู่สักวัน ๑ ย่อมประเสริฐกว่า  
 ผู้ที่มีชีวิตเป็นอยู่ร้อยปีที่มีได้เห็น อนตฺตา สมด้วย

พุทธภาสิตทรงตรัสไว้ว่า โยจ วสุสฺสทํ ชีเว อปฺสฺสํ  
 ธมฺมมุตฺตมํ บุคคลผู้ใดเมื่อมิได้เห็นซึ่งธรรมอัน  
 สูงสุด แลพึงมีชีวิตเป็นอยู่ตลอดร้อยปี เอกาหิ  
 ชีวิทํ เสยฺโย ปสฺสโต ธมฺมมุตฺตมํ ชีวิตของ  
 บุคคลผู้เห็นอยู่ซึ่งธรรมอันสูงสุด จะเป็นอยู่ตลอด  
 วัน ๑ ย่อมประเสริฐกว่าชีวิตของผู้ที่ไม่เห็นธรรม  
 เป็นอยู่ตลอดร้อยปีนั้น เหตุไรพระผู้มีพระภาค  
 จึงตรัสดังนี้ เพราะเหตุว่าผู้ที่ไม่เห็นธรรม แลมี  
 ชีวิตเป็นอยู่ตลอดร้อยปีนั้น เป็นอยู่ด้วยความ  
 ประมาทปราศจากสติ ไม่มีสติระลึกถึงคุณธรรม  
 บุคคลที่ประมาทนั้น ถึงจะมีชีวิตเป็นอยู่ พระองค์  
 ก็ตรัสว่าเหมือนกับคนที่ตายแล้ว เพราะเป็นอยู่  
 ไม่มีประโยชน์อะไรแก่ตน บุคคลที่ได้เห็นธรรม  
 แลมีชีวิตเป็นอยู่วัน ๑ นั้น เป็นอยู่ด้วยปัญญา  
 ประกอบไปด้วยผลแลประโยชน์แก่ตน แลชื่อว่า



เป็นคนไม่ประมาท ผู้ที่ไม่ประมาทนั้นถึงจะตายไม่  
 ชื่อว่าเป็นผู้ไม่ตาย เพราะเป็นผู้ที่กำหนดถึงคราว  
 นั้นสมยนั้นจักพ้นทุกข์ คือผู้ที่ไม่ประมาทนั้น มา  
 เจริญลักษณะแห่งความไม่ประมาทแล้วจักกระทำให้  
 แจ่มแจ้งมรรคผล จักเกิดในสุคติภพอีกชาติ ๑  
 หรือ ๒ ชาติ อย่างช้าเพียง ๗ ชาติเท่านั้น ก็จัก  
 พ้นจากสังสารทุกข์ เหตุฉะนั้นผู้ที่ไม่ประมาทถึงจะตาย  
 ไป จึงชื่อว่าเป็นผู้ไม่ตาย เมื่อนักปราชญ์ได้ทราบ  
 บรมพุทธานุชาตินั้น ควรจะเป็นผู้ไม่ประมาท หมั่น  
 มีสติระลึกรั้งธรรมอันสูงสุดคือ อินทุตตา กำหนดรู้  
 ชาติความเกิด อนึ่งเมื่อรู้จักความเกิดว่า นามรูป  
 เป็นตัวเกิดตั้งนั้นแล้ว เมื่อยามทุกข์ภัยอย่างใดอย่าง  
 หนึ่งบังเกิดขึ้น อย่าโทษเอาใคร ให้โทษเอาความ  
 เกิด เพราะเกิดมาจึงต้องทุกข์ภัยต่าง ๆ ต้องเขาตำ  
 เขาว่า ต้องติดเครื่องจำต้องประหารฆ่าฟันต่าง ๆ

ก็เพราะเกิดมา จำต้องแสวงหาอาหาร แลผ้านุ่งห่ม  
 เครื่องประดับกาย ทนลมทนแดดทนฝน อดหลับ  
 อดนอน ขยันขันแข็ง เพราะแสวงหาอาหารเป็นต้นนั้น  
 ก็เพราะเกิดมา จะต้องเป็นหนี้เป็นค่าให้เขาใช้สรอย  
 เป็นไปในอำนาจแห่งท่านผู้อื่น ได้ความเจ็บอกเจ็บ  
 ใจต่างๆ ก็เพราะเกิดมา, จะต้องไปทัพจับศึก พลัด  
 พรากจากที่อยู่ที่อาศัย แลคนเป็นที่รักไป ก็เพราะ  
 เกิดมา, จะต้องเป็นคนอนาถาหากจนเที่ยวขอทาน  
 เขาตามวณนหนทาง กรำแดดกรำฝนทนทุกข์ลำบาก  
 ยากเหน้อยไม่ว่าจะมีใครให้ อดๆ อยากๆ อิ่มบ้าง  
 ไม่อิ่มบ้าง ก็เพราะเกิดมา, จะต้องเสรำโศกรำไร  
 ทุกข์กายทุกข์ใจ ตับแค้นจิตต์ เพราะความวิปริต  
 แลทุกข์กรรมอันใดอันหนึ่งถูกต้อง คือต้องราชภัย,  
 พระเจ้าแผ่นดินริบราชฐาน เข้าของเงินทองเข้าเรือน  
 ทัพที่สวน จำจงเขยนต์ฆ่าฟัน หรือต้องโจรภัย,

อัศจรรย์, อุกฤษฏ์, ทูพริกขภัย, ต่าง ๆ ก็เพราะ  
 เกิดมา จะต้องชราคร่ำคร่า รูปร่างวิบัติแปรผัน  
 เกสากี่หงอก ฟันก็โยกคลอนหักหลุด ผิวหนัง  
 เหลียวแห้งหดหู่ มีสีเหลืองหย่อนยาน แถวเอนขึ้น  
 สะพรุ้ง จักขุมืด โสติดิ่ง จมูกคัดไม่รู้จักกลิ่น  
 ชิวหาปราเชือน กายเปเนเหน็บชาไม่มีใครรู้สัมผัส  
 จิตต์เพื่อนหลงสติไม่มั่นคง ก็เพราะเกิดมา จะมี  
 อาพาธเจ็บไข้เกิดขึ้น เบียดเบียดพกายต่าง ๆ คือ  
 เจ็บตา เจ็บหู เจ็บจมูก เจ็บลิ้น เจ็บฟัน เจ็บ  
 ศีรษะ เจ็บปาก เปนโรคหอบ โรคหวัด โรคชูป  
 ผอม โรคในท้องต่าง ๆ โรคสลบแน่นิ่ง โรคลงราก  
 โรคจุกเสียด โรคในข้อ โรคเรื้อน โรคต่อมพิษมี  
 โรคเกลื้อน กราก หิดคันหิดเข็ญ โรคหืด  
 มองคร่อ บ้าหมู โรควิถณะพิการเปนเม็ดเปนฝัน  
 โรคเกิดแต่โลหิต เกิดแต่ดี เกิดแต่เสมหะ เกิด

แต่ลม เกิดแต่ฤดู โรคอุจจาระบี๊สภาวะพิการ โรค  
เกิดแต่บริหารกายไม่เสมอ โรคเกิดแต่ความเพียร  
แห่งตนแลผู้อื่น โรคเกิดแต่กรรมวิบากต่างๆ อย่าง  
ต่ำความไม่สบายอันมีขึ้นด้วยเย็นนักแลร้อนนัก อยาก  
เข้าอยากน้ำ ถ้าอุจจาระบี๊สภาวะ อาพาธเหล่านี้แต่  
ละอย่างๆ บังเกิดขึ้น ล้วนเบียดเบียดพอกายให้ได้ทุกข์  
จะมีมากก็เพราะชาติความเกิดเป็นนามรูป มรณะ  
ความตายชีวิตินทรีย์ขาดแตกไป อันตรธานไป ทั้ง  
รูปกายไว้ในที่นั้น ๆ จะมีมากก็เพราะเกิดเป็น นามรูป  
ถ้าไม่เกิดมาแล้ว ไหนเลยจะต้องทุกข์ต้องภัยเหล่า  
ที่พรรณมานั้น ความเกิดเป็นของชั่วไม่ดี เพราะเป็น  
ที่ตั้งแห่งทุกข์แห่งเวทนาต่าง ๆ ควรจะคิดบาตหมาง  
เบื่อหน่าย พิจารณาให้เห็นโทษในความเกิดแล  
เกลียดชังปล่อยวางความเกิดเสีย แต่โทษในความ  
เกิดนั้น ไม่ค่อยจะมีใครเห็น เห็นแต่โทษในพยาธิ

แลมรณะ ถึงโทษชราเล่าก็ยากที่ผู้จะเห็นต่อเมื่อชรา  
 ความย่อยยับแห่งรูปกาย เสื่อมถอยกำลัง จนถึง  
 ลุกนั่งไม่ใคร่จะไหวมาถึงเข้าแก่ตน จึงจะเห็นว่า  
 ชราเป็นของชั่วว่เมื่อแต่ก่อนรูปกายก็สดใสงดงาม  
 จะลุกนั่งเดินไปก็รวดเร็วทางไกล ๆ ก็ไปได้ จะทำ  
 สิ่งใดก็ทำได้ตามใจปรารถนา เดียวนี้ขัดไปทุกอย่าง  
 เพราะชรามาถึง ผู้ที่จะเห็นโทษชราเมื่อคราวมาถึง  
 เข้าแก่ตนโดยนัยนี้ ก็น้อยตัว ต่อผู้ที่มีสติระลึกร  
 ตรึกตรองพิจารณาไปจึงจะเห็นโทษชรา บุคคล  
 บางพวกรูปกายชราย่อยยับผมหงอก ฟันหัก อายุ  
 ถึงหกสิบ เจ็ดสิบ แปดสิบ แล้วก็มีได้เห็นโทษ  
 ชรา แลมิได้คิดถึงตัวว่าเราแก่แล้ว ปรกติเป็นคน  
 มักรโกล, มักรโธธ, มักรหลง, อัจฉาฤศยา, เมียด  
 เบียดผู้อื่นให้ได้รับทุกข์อย่างใด, ก็คงที่อยู่อย่างนั้น  
 จิตต์โกล, จิตต์โธธ, จิตต์หลง, จิตต์อิจฉาฤศยา,

หาย่อยยับเสื่อมไปตามรูปกายไม่ แลผู้นั้นก็มีได้  
 บรรเทาถอยความโลภ, ความโกรธ, ความหลง,  
 ความอิจฉาตศยา, ให้เสื่อมถอยน้อยเบาบางลงจาก  
 สันดาน ถึงจะได้ยินได้ฟังธรรมอยู่เนือง ๆ ก็เป็นแต่  
 สักว่าฟัง หากคิดจดจำข้อธรรมที่สำคัญเป็นแก่นสาร  
 ไว้ปฏิบัติต่อบกิเลสในสันดานไม่ บางที่ฟังจำได้แต่ไม่  
 ปฏิบัติ ไม่ได้นึกน้อมธรรมที่ตนจำได้ไว้ในใจ  
 หรือปฏิบัติอยู่บ้าง นึกน้อมกระทำธรรมไว้ในใจอยู่  
 บ้างแต่เมื่อยามเป็นปรกติยังไม่มีเหตุการณ์ คือ  
 โลภะ, โทสะ, โมหะ, อิจฉาตศยา, ยังไม่เกิดขึ้น  
 ครั้น โลภะ, โทสะ, โมหะ, อิจฉาตศยา, บังเกิด  
 ขึ้นแล้ว ก็ปล่อยเต็มตามกำลังของความโลภ,  
 ความโกรธ, ความหลง, แลความอิจฉาตศยา, ที่  
 บังเกิดขึ้นนั้น บางที่ตน โลภ, โกรธ, หลง, อิจฉา  
 ตศยา, ก็พ้ออยู่แล้ว ยังมีหน้าซ้ำชักชวนผู้อื่น ให้

โลก, ให้ โกรธ, ให้ หลง, ให้ อัจฉาฤศยา, ไปตามตน  
 อีกเล่า เมื่อเป็นเช่นนั้นก็เพราะไม่เห็นโทษชรา ไม่คิด  
 ถึงตัวว่าตนชรา จะบ๊วยกล่าวไปไยถึงผู้ที่ยังตั้งอยู่ใน  
 ปถมวัย ชรายังไม่มาถึง รูปกายก็ยังบริบูรณ์อยู่  
 จะมาเห็นโทษชรา จะคิดถึงตัวว่าชราเล่า แต่ผู้ที่ชรา  
 มาถึงแล้วยังไม่เห็นโทษชรา ยังไม่คิดถึงตัวว่าชรา  
 เหตุฉะนั้นจึงว่าโทษชราเห็นยาก ยากที่จะมีผู้แลเห็น  
 แต่โทษของพยาธิ, ความเจ็บไข้แลโทษของมรณะ,  
 ความตายนั้น เห็นง่ายกว่าโทษชราๆ นั้นไม่มีใครจะมี  
 ใครกลัว ไม่เหมือนดังความเจ็บไข้แลความตาย  
 ความเจ็บไข้แลความตายนั้นมีผู้กลัวมากนัก เพราะ  
 พยาธิความเจ็บไข้บังเกิดขึ้นย่อมไม่มีความสุข เสวย  
 แต่ทุกข์เวทนาอย่างเดียว เมื่อความตายมาถึง ชีวิต  
 เลยงรูปนามก็ขาด รูปก็แตก นามก็ดับ นอนกลง  
 อยู่เหมือนท่อนไม้ ท่อนฟืน ไม่มีอำนาจอะไร มด  
 จะกัด สุนัขจะแย่ง แร้งจะทวง กาจจะจิก ก็นั่ง

ใครจะเดินเหยียบย่ำข้ามไปข้ามมาก็นี้ ใครจะยก  
จะห้ามเอาไปทิ้งในที่โสโครกไม่สะอาดก็เฉย หรือ  
ใครจะดำจะว่าจะทุบจะตีจะประหารสับฟันให้เป่นท่อน  
น้อยท่อนใหญ่ก็นี้ ไม่เหมือนเมื่อยามมีชีวิตเป่นอยู่  
จนชั้นมดจะกัด ยุงจะกิน รั้นจะไต่ หรือใครจะให้  
ไม่ชอบใจก็โกรธเคืองหมายมั่นพยายามของเวร หา  
อุบายประทุษฐร้ายให้ ได้ความฉิบหายต่างๆ รูปแตก  
นามดับแล้วก็ตกลงเป่นราคาเดียวกัน ทั้งไพร่ทั้งผู้  
มิได้มีอำนาจอะไร หนึ่งเมื่อพยาธิเจ็บไข้บังเกิดขึ้น  
ได้ทุกขเวทนา ก็ยังได้เห็นหน้าญาติเฝ้าพันธุมิตร  
สหายอันเป่นที่รักเจริญจิตต้อยู่บ้าง แลยังจะคิด  
ขยับขยายทำบุญกุศลได้บ้าง พยาธินั้นถึงสัตว์จะ  
กลัวมากก็ยังไม่เท่ามรณะ ความตายนี้สัตว์กลัวยิ่งนัก  
เพราะสัตว์มีชีวิตเป่นที่รักยิ่งกว่าสิ่งอื่น แลความตาย  
นั้นมาถึงเข้าแล้ว สารพัดจะต้องสละต้องวิโยค



พลัดพรากจากสัตว์แลสังขารอันเป็นที่รักเจริญใจทั้งสิ้น  
 ทุกสิ่งทุกประการ เหตุคั้งนั้นความตายนั้นสัตว์จึง  
 กลัวมาก เป็นทุกข์ภัยอย่างใหญ่ของสัตว์ทั้งหลาย  
 ทั้งปวง ก็ผู้ที่เห็นโทษเห็นทุกข์ในพยาธิแลมรณะ  
 จะสตั้งกลัวต่อพยาธิแลมรณะนั้น ก็เมื่อยามมาถึง  
 เข้าแก่ตน หรือเห็นคนอื่นเขาเจ็บเขาตายกันกลุ่ม ๆ  
 ถึงเห็นโทษทุกข์ภัยในพยาธิแลมรณะร้อนใจกลัวจะ  
 ต้องเจ็บต้องตายเหมือนเขาบ้าง หรือเมื่อครั้งบ่ระกา  
 มือหิวตกรโรคบังเกิดขึ้น คนต้องโรคตายมากนัก  
 ผู้ที่เห็นเขาเจ็บตายไปอย่างนั้น ก็หวาดหวั่นพรันตัว  
 กลัวจะต้องเจ็บต้องตายไปบ้าง พวกนั้นทำบุญให้ทาน  
 ทำการกุศลต่าง ๆ เพื่อจะห้ามกันความตาย หรือเพื่อ  
 จะตายไปบุญกุศลนั้น จะได้เป็นของตัวติดตามไป  
 ให้ได้ความสุขในเบื้องหน้า บางพวกก็ภาวนาบน  
 พิมพิม ๆ เพื่อจะกันตาย ครั้นท้องล้นจอกขึ้นมาก็  
 ตกใจน่าสลด คิดว่าเราเห็นจะตายคราวนี้เป็นแน่

บางพวกมีคนเป็นที่รักจากไปเสียในที่อื่นก็ร้องไห้รำไร  
 คิดถึงกัน บางพวกเที่ยวนิมนต์พระสงฆ์ไปสวดมนต์  
 ฉันท้เข้า บางพวกก็นิมนต์พระมารับสังฆภัตต์แลอุท  
 เทสภัตต์เป็นต้น คราวนั้นพระภิกษุสงฆ์ตามบึงบาง  
 แลภิกษุสงฆ์ในบ้านในเมืองร่ำรายนักจนไม่มีท้องจะใส่  
 เพราะมีผู้เขาทำบุญให้ทานมาก ครั้นอหิวตโรค  
 สงบเงียบลง พระภิกษุก็อดโซไป เพลาเช้า ๆ ออก  
 เที่ยวบิณฑบาตก็ไม่ใคร่จะพอนั้น ท่านที่มีอุปัฏฐาก  
 ญาติโยมอยู่ใกล้ ๆ ก็พอยังชั่ว ท่านที่ไม่มีอุปัฏฐาก  
 ญาติโยมหรือมีอยู่เสียไกลก็ลำบาก เพราะไม่ใคร่  
 จะมีผู้ทำบุญ ผู้ที่จะทำบุญกุศลและจะเหลียวแลดูพระ  
 จะนับถือพระเป็นที่พึ่งเป็นที่ระลึกนั้นก็เมื่อยามทุกข์  
 ภัยบังเกิดขึ้น หรือเมื่อแก่ทุพพลจนจะใกล้ตาย  
 หรือเมื่อยามเจ็บหนักจนจะแตกดับ หรือเมื่อยาม  
 ความตายใกล้จะถึงเข้า ยามปรกติเป็นสุขสบาย  
 อยู่แล้วผู้ที่จะเหลียวหน้ามาดูพระและจะนับถือพระ

เปนที่พึง แลจะคิดทำบุญทำกุศลนั้นน้อยนัก ร้อย  
 ส่วนจะได้สักส่วน ๑ ก็พึงยาก เว้นเสียแต่ผู้ที่ไม่  
 ประมาทมีสติคิดอยู่เสมอว่า เราจะต้องทุกข์ต้องภัย  
 จะต้องแก่ จะต้องเจ็บ จะต้องตาย สิ่งอื่นไม่เป็น  
 ของเรา บุญบาปนี้แหละเปนของเรา, อันนั้นก็เปน  
 ธรรมดาของสัตว์ผู้เปน ปุถุชนมีสันดานหนาไปด้วย  
 กิเลส ไขจะมีแต่ในกาลเดี๋ยวนี้หาไม่ ถึงในกาลที่  
 ล่วงไปแล้วก็เป็นอย่างนี้ กาลต่อไปข้างน่าก็จักเป็น  
 อย่างนี้เหมือนกัน แต่ถึงกระนั้นถ้าเมื่อยามทุกข์ภัย  
 มาถึงบังเกิดขึ้น หรือเมื่อความชราพยาธิมรณะ  
 ครอบงำ แลเหลียวดูพระเห็นคุณพระนับถือพระ  
 กระทำบุญกุศลก็เป็นการดี ชื่อว่าเป็นผู้ไม่ประมาท  
 แลชื่อว่าเป็นผู้รักษาไว้ซึ่งตน ชื่อว่าเป็นผู้ไม่ประมาท  
 แลรักษาไว้ซึ่งตนนั้นก็แต่บุุคคลที่รักษาตน ผู้ที่ไม่  
 รักษาตนแล้ว ย่อมเป็นผู้ประมาทหารักษาซึ่งตนไม่

ผู้รักษาตนนั้นย่อมรักษาไว้ซึ่งตนในวัยทั้ง ๓ เมื่อ  
 รักษาตนในวัยทั้ง ๓ ไม่ได้ ก็ย่อมจะรักษาซึ่งตนในวัย  
 อันใดอันหนึ่ง เมื่อเราทำนุทั้งปวงมีความรักตน อยาก  
 ให้ตนได้ความสุข ไม่อยากให้ทุกข์มาถึงแก่ตนแล้ว  
 จำจะต้องเป็นผู้ไม่ประมาทรักษาไว้ซึ่งตน เมื่อจะ  
 รักษาไว้ซึ่งตนนั้น พึงปฏิบัติตามนัยพุทธศาสนัตถศาสตร์  
 เทศนาว่า:—

อดทนทานญะเจ บิยัง ชนฺธญา รกฺขะเยยุ นํ สุรฺกฺขิตฺติ  
 ทินฺณณมณฺณตฺวิ ยามิ ปฏิชคฺคเยยุ ปณฺทิตฺโต

อธิบายความในพระคาถาว่า ถ้าว่าบุคคลพึงรู้ซึ่ง  
 ตนว่าเป็นที่รักใช่ บุคคลผู้นั้นพึงรักษาซึ่งตนนั้นให้  
 เป็นตนอันตนรักษาไว้ดี คือว่าผู้นั้นจะเป็นผู้รักษาตน  
 ดีด้วยอุบายอันใดก็พึงรักษาตนนั้นด้วยอุบายนั้น พระ  
 อรรถกถาจารย์สังวรรณนาว่า ถ้าบุคคลผู้เป็นคฤหัสถ์  
 คิดว่า เราจะรักษาตน เข้าไปยังห้องปิดประตูกลอน  
 แลถึงพร้อมด้วยอารักขา แม้จะอยู่พูนเบองบน

ปราสาทไซ ก็ไม่เชื่อว่ารักษาซึ่งตน ฝ่ายบรรพชิต  
 แม้จะอยู่ในถ้ำที่ม่านประตูปิดเปิด ปิดเสียอยู่ในที่  
 นั้น ด้วยคิดว่าเราจะรักษาซึ่งตนดังนี้ ก็ไม่เชื่อว่า  
 รักษาตนซึ่งตน ผู้ที่เป็นคฤหัสถ์ เมื่อทำบุญกุศล มี  
 บำเพ็ญทานรักษาศีลเป็นต้นตามกำลัง ก็หรือบรรพชิต  
 เมื่อถึงซึ่งอันชวนชายในวัตรปฏิบัติแลปรียัดการเล่า  
 เรียบแลกระทำไว้ในใจซึ่งกรรมฐานภาวนาย่อมเชื่อว่า  
 รักษาซึ่งตน เมื่อไม่อาจปฏิบัติอย่างนี้ได้ในวัยทั้ง ๓  
 ผู้เป็นบัณฑิตพึงปฏิบัติชำระซึ่งตนในวัยอันใดอันหนึ่ง  
 ถ้าหากว่าบุคคลที่เป็น คฤหัสถ์ครอบครองเรือนใน  
 ปถมวัย ไม่อาจกระทำกุศล เหตุตนยังชวนชาย  
 ในกิจการ เพื่อจะยังทรัพย์สินให้เกิดขึ้นอยู่ ใน  
 มัชฌิมวัยพึงเป็นผู้ไม่ประมาทกระทำบุญกุศล ถ้าใน  
 มัชฌิมวัยยังเลี้ยงบุตรภรรยาไม่อาจกระทำกุศลได้ไซ้  
 ในปัจฉิมวัยพึงรีบกระทำกุศลเสียทีเดียว แม้ปฏิบัติ  
 ได้อย่างนี้ ก็เชื่อว่าเป็นผู้รักษาซึ่งตน เมื่อไม่กระทำ

อย่างนี้ ไม่ชื่อว่ารักตน ชื่อว่ากระทำตนให้มัวบายนต์ไป  
 ในเบื้องหน้า ฝ่ายบรรพชิต ถ้าในปถมวัยมี  
 เล่าเรียนกระทำการท่องบ่นจำทรงบอกกล่าว แล  
 กระทำวัตรปฏิบัติแก่พระอุปัชฌายะอาจารย์เป็นต้น  
 ถึงซึ่งความประมาทอยู่ไซ้ ในมัชฌิมวัยพึงเป็นผู้ไม่  
 ประมาทเจริญสมณธรรม ถ้าในมัชฌิมวัยยังใคร่ถาม  
 เนื้อความ แล ข้อนิจฉัย เหตุอันไซ้ เหตุแห่งปรียัต  
 ที่ตนเล่าเรียนในปถมวัย ถึงซึ่งความประมาทอยู่ ใน  
 มัชฌิมวัยพึงเป็นผู้ไม่ประมาทเจริญสมณธรรม เมื่อ  
 ปฏิบัติได้อย่างนี้ ชื่อว่าเป็นผู้รักซึ่งตน เมื่อไม่  
 ปฏิบัติอย่างนี้ ไม่ชื่อว่ารักตน ย่อมจะทำตนให้  
 เค็ดร้อนเนื่อง ๆ ในภายหลัง โดยนัยพุทธภาษิต  
 แลอรรถกถาจารย์แสดงไว้ฉนี้ เหตุฉนั้น สาธุชน  
 สัมปยุตพึงปฏิบัติให้ ชื่อว่าเป็นอันรักตน ประกอบ  
 การกุศล แลศึกษาให้รู้จักชาติ, ชรา, มรณะ, โดย  
 นัยทั่วสังขนามานน ฯ