

# เบิกบุญเปลี่ยนชีวิต ลิขิตได้ด้วยตัวเรา

นายแพทย์อรรคเดช นนทะโชติ

บุญ ทำแล้วไปไหน...

บุญ ทำเพื่อรอไปใช้ในอีกหน้า  
แล้วโลกนี้... เราเบิกบุญมาใช้ก่อนได้หรือไม่

หนังสือเล่มนี้มีคำตอบ...

ชาวพุทธทั้งหลายสามารถเบิกบุญที่ฝากไว้ในโลกหน้า  
แบ่งมาใช้ในโลกนี้ก่อน เพื่อชีวิตจริง ไม่ขัดสน

เบิกบุญเปลี่ยนชีวิต  
ลิขิตได้ด้วยตัวเรา



โดย

นายแพทย์อรรคเดช นนทะโชติ

# เบิกบุญเปลี่ยนชีวิต

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

อรรถกถา นนทะโชติ.

เบิกบุญเปลี่ยนชีวิต ลิขิตได้ด้วยตัวเรา... กรุงเทพฯ: เนชั่นบุ๊คส์, 2556.

192 หน้า.

1. ธรรมะกับชีวิตประจำวัน. I. ชื่อเรื่อง.

294.3144

ISBN 978-616-515-506-9

พิมพ์ครั้งแรก เมษายน 2556

เจ้าของผู้พิมพ์ผู้โฆษณา

สำนักพิมพ์เนชั่นบุ๊คส์

บริษัท เนชั่น อินเตอร์เนชั่นแนล เอ็ดดูเทนเมนท์ จำกัด (มหาชน)

ประธานกรรมการบริษัท สุทธิชัย หยุ่น

กรรมการผู้อำนวยการ ศิวพร ชมสุวรรณ

บรรณาธิการบริหาร ดร. วงศ์ศิริ สังขวาลี มิยาจิ

ผู้อำนวยการกองบรรณาธิการ รุติกานต์ ธนาโอฬาร

ผู้ช่วยบรรณาธิการอาวุโส จิรายุทธ ประเจ็ดหล้า

บรรณาธิการเล่ม ตริตติ อินทรขันธ์

ปก อภิชน

ภาพประกอบ naru

รูปเล่ม วรเทพ เสริมธนะพัฒนกุล

กราฟิก กฤษณา แก้วประเสริฐ

พิสูจน์อักษร พรวิมล สุพัฒนกิจกุล

ประสานงานฝ่ายผลิต ไซต่อนันต์ จิตต์สมบุญ

ผู้อำนวยการฝ่ายการตลาด สมศักดิ์ ใจข้า

ผู้จัดการอาวุโสฝ่ายขายและการตลาด ตริตเทพ ปาลกะวงศ์ ณ อยุธยา

ฝ่ายการตลาด นันทวัน อรุณนิมิตกุล

ฝ่ายขาย ธนิกา พึ่งเจริญ หัสณัย จีบลอทอง วาภูมิ สุพรรณสาร วีระยุทธ คำมอญ มนต์ศรีมัย พลใหม่ จารุวรรณ นาคบำรุง

ภาคภูมิ อินดี รูปนรัตน์ จันทร์นุ่น ภคพร เพชรดี

สำนักงาน เลขที่ 1858/123-124 ชั้น 29 ถนนบางนา-ตราด แขวงบางนา เขตบางนา กรุงเทพฯ 10260 โทรศัพท์ 0-2338-3694-6 โทรสาร 0-2338-3986, [www.nationbook.com](http://www.nationbook.com), [nationbook.tarad.com](http://nationbook.tarad.com), [www.twitter.com/Nation\\_Books](http://www.twitter.com/Nation_Books), [www.facebook.com/NationBooksFanPage](http://www.facebook.com/NationBooksFanPage)

พิมพ์ที่ บริษัท ดับบลิวพีเอส (ประเทศไทย) จำกัด 167/5 หมู่ 4 ถนนบางนา-ตราด กม. 29.5 ตำบลบางบ่อ อำเภอบางบ่อ จังหวัดสมุทรปราการ 10560 โทรศัพท์ 0-2313-4405-6 โทรสาร 0-2313-4445

จัดจำหน่ายโดย บริษัท ซีเอ็ดดูเคชั่น จำกัด (มหาชน) อาคารทีซีโอเอฟ ทาวเวอร์ ชั้น 19 เลขที่ 1858/87-90 ถนนบางนา-ตราด แขวงบางนา เขตบางนา กรุงเทพฯ 10260 โทรศัพท์ 0-2739-8222, 0-2739-8000 โทรสาร 0-2739-8356-9 [www.se-ed.com](http://www.se-ed.com)

ราคา 175 บาท

หากต้องการสั่งซื้อจำนวนมาก กรุณาติดต่อสำนักพิมพ์ โทรศัพท์ 0-2338-3694-6

สงวนลิขสิทธิ์ พ.ศ. 2556 โดย บริษัท เนชั่น อินเตอร์เนชั่นแนล เอ็ดดูเทนเมนท์ จำกัด (มหาชน)

ห้ามลอกเลียนแบบส่วนหนึ่งหรือสองส่วนของสิ่งนี้ รวมทั้งการดัดแปลง หมายเหตุ ไม่ควรแปลหรือใช้การใดๆ ด้วยกระบวนการทางอิเล็กทรอนิกส์ การถ่ายภาพ การบันทึก หรือวิธีการอื่นใดโดยไม่ได้รับอนุญาต

หากพบหนังสือมีปัญหาด้านใด ด้านลบ หน้าซ้ำ หรือหน้าหาย สามารถขอเปลี่ยนใหม่ได้จากร้านที่ท่านซื้อ หรือติดต่อสำนักพิมพ์ โทรศัพท์ 0-2338-3694-6

## คำนิยม



ดิฉันเป็นแม่บ้านเต็มตัวได้ประมาณ 4 ปีแล้วค่ะ วันๆ อยู่กับบ้าน ทำงานบ้าน เลี้ยงลูก ไม่ค่อยได้ไปไหน พอสิ้นเดือน ถึงได้เข้าห้างสรรพสินค้าเพื่อซื้อของใช้ในบ้าน แต่ทุกครั้งที่ไปก็ จะพาลูกสาวไปด้วย จะพากันแวะร้านหนังสือประจำ ได้หนังสือ กลับมาคนละเล่มสองเล่มค่ะ อยากให้ลูกสาวเป็นคนรักการอ่าน

สำหรับดิฉัน การได้อ่านหนังสือธรรมะแบบที่สามารถปฏิบัติ ได้เป็นเรื่องที่ดิฉันชื่นชอบมาก และที่ดิฉันชื่นชอบคุณหมอวรคเดช เพราะว่าคุณหมอเขียนเข้าใจง่าย สามารถทำได้จริง ดิฉันติดตาม อ่านมาตลอด และหนึ่งในคำถามที่ดิฉันได้รับคำแนะนำจากคุณหมอ คือเรื่องที่ดิฉันข้องใจมานานแล้ว ว่าดิฉันต้องทำงานบ้านไปด้วย ริดผ้าไปด้วย แล้วจะท่องอะไรดีค่ะ เพื่อให้ดิฉันมีสติสมาธิในการทำงานบ้าน เพราะว่าดิฉันท่อง พุทโธ ก็แล้ว ยุบหนอ พองหนอ ก็แล้ว ดิฉันกลับไม่มีสมาธิเลย ทั้งที่ตั้งใจจะคะ ไม่ใช่ไม่ตั้งใจ เพื่อที่

ว่าเวลาทำงานบ้านจะไม่ขาดสติ สมาธิไม่ฟุ้งซ่าน ขอเป็นคำที่สามารถทำได้จริง ไม่ยุ่งยากมาก

คุณหมอได้แนะนำว่า ควรท่อง พรหมวิหาร 4 เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ท่องไปเรื่อยๆ นึกขึ้นได้ก็ท่อง วันหนึ่งเป็นร้อยรอบ ก็ท่องไป ดิฉันลองท่องดู รีดผ้าก็ท่อง พับผ้าก็ท่อง ทำกับข้าวบางทีก็ท่อง ไม่ได้บังคับตัวเองนะคะ ไม่เคร่งครัดมาก พอท่องได้สักหนึ่งอาทิตย์ ได้สมาธิอย่างบอกไม่ถูก คุณหมอแนะนำอีกว่า ถ้ารับจ้าง รีดผ้า เงินที่ได้มา ให้นำไปทำบุญ พอลองทำตามดูสักสองอาทิตย์ ก็ปรากฏว่า ลูกค้าที่มารีดผ้าเริ่มเปลี่ยนหน้า และนำผ้ามาให้รีดเรื่อยๆ ไม่ได้ขาด ขณะรีดผ้าก็ท่องไป

ความเปลี่ยนแปลงนี้ ดิฉันเริ่มมาสังเกตเห็นหลังจากที่ได้ นำเงินไปทำบุญ แต่เงินที่ได้อันดับแรกต้องส่งให้แม่ดิฉันก่อนคะ แล้วค่อยทำบุญอย่างอื่น เพราะทำบุญให้แม่แล้วท่านชื่นใจ เหลือกำลัง รองลงมาก็ทำบุญกับวัดวาอาราม มูลนิธิ เพื่อสงเคราะห์เด็กยากจน ไม่รู้ว่าเพราะกรรมดีมันติดจรวดหรือว่าอย่างไร ทำให้นานรีดผ้าทุกวันนี้มีมาไม่ได้ขาดสาย ทั้งที่ค่ารีดผ้า

ก็ถูกมาก เหตุที่ทำเพราะอยากหาเงินค่าขนมให้ลูกสาวค่ะ แต่  
ผลพลอยได้มันเกินคาด เกินกว่าที่คาดคิดมาก

ยิ่งทอง เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ใจก็ยิ่งสงบ เห็น  
คนอื่นที่แย่กว่า ก็เมตตา มีข้าวของก็แบ่งกัน ตื่นเข้ามา แค่คิดว่า  
วันนี้ ฉันได้ให้อะไรกับใครบ้างหรือยัง แค่คิดอย่างนี้ อย่างเดียว  
ใจก็สงบ อยากแบ่งปัน อยากเผื่อแผ่ แล้วทำให้ดิฉันได้คิดว่า อะไร  
ก็ไม่แน่นอน วันนี้อาจดีกับใคร ใครไม่ดีกับเราก็ช่างเขา เป็นเรื่องของ  
เขา สำหรับเรื่องของเรานี้ แค่ตั้งใจเห็นโลกตามความเป็นจริง มีทุกข์  
มีสุข ปะปนกันไป มีสติเตรียมตัวรับให้ดีเป็นพอ

เวลาไปนอนค้างที่อื่น แล้วไม่ได้สวดมนต์ก่อนนอน ดิฉันก็  
ท่องเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ท่องแล้วก็แผ่เมตตาให้กับเจ้าที่  
และเทพเทวดาอารักษ์ต่างๆ แล้วก็นอนภาวนาไปจนหลับ ทำให้  
ดิฉันหลับได้อย่างสนิท และก็ไม่มีอะไรมารบกวนเลย ทั้งที่ต้องพา  
ลูกสาววัย 2 ขวบกว่าไปนอนด้วย ดิฉันรู้สึกได้ถึงอานุภาพของ  
บทพรหมวิหาร 4 เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา มากๆ ทุกวันนี้  
เวลารีดผ้า ตื่นนอน หรือไม่ว่าจะทำอะไร จะพยายามท่อง เพื่อให้ใจ

ไม่ออกแวก ไม่พุ่งชน ไม่ขาดสมาธิ แล้วได้พลังกลับคืนมา  
ความรู้สึกนี้ คนที่ปฏิบัติเท่านั้นถึงจะสัมผัสได้ค่ะ

ต้องขอขอบคุณคุณหมออรรคเดชมากค่ะ ที่ทำให้รู้ดีว่า  
การภาวนาเป็นเรื่องใกล้ตัว ไม่ได้ยาก แค่ทำแบบสบายใจ แต่ต้อง  
ทำอย่างต่อเนื่อง ขอให้คุณหมอมีสุภาพสมบูรณ์แข็งแรง และผลิต  
หนังสือดีๆ มาให้ได้อ่านและได้ปฏิบัติเรื่อยๆ นะคะ

ขอบคุณค่ะ

ธีราภรณ์ ภูระหงษ์

## จากใจบรรณาธิการ



เมื่อก่อนก็เหมือนกับชาวพุทธทั่วไป คือเวลาเจอทุกข์หนักๆ เราก็อยากจะหลุดพ้นจากความทุกข์นั้น และเมื่อเจอความทุกข์ที่ซ้ำซากบ่อยๆ เข้า ถึงที่สุดก็ไม่อยากเกิดอีก จึงมุ่งเน้นการปฏิบัติธรรมเพื่อให้ตัวเราถึงที่สุดของกองทุกข์โดยเร็ว เนื่องจากพอได้ภาวนา นั่งสมาธิไปได้สักระยะ สิ่งที่ได้คือความสงบนิ่งทางจิตใจ เกิดความเบื่อหน่าย ความวุ่นวายทางโลก อยากจะเดินไปสู่ทางธรรม โดยลืมไปว่าเรายังต้องมีชีวิตอยู่คู่กับโลกปัจจุบันด้วย

กระทั่ง คุณหม่อรรคเดช ได้พาไปพบ อาจารย์ประเสริฐ ทรัพย์เที่ยง ที่จังหวัดนครสวรรค์ ทำให้เปิดมุมมองทางธรรมใหม่ หลังจากได้สนทนาธรรมกับอาจารย์ จนเปล็ดเพลिनยาวนานกว่า 6 ชั่วโมง รับรู้ได้ถึงควมมีเมตตาที่อาจารย์มีต่อผู้ไปพบอย่างยิ่ง ท่านได้ให้แนวทางในการปฏิบัติธรรมที่เราสามารถทำได้ทั้งทางโลก และทางธรรม อย่างชนิดที่เรียกว่า อยู่กับทุกข์ได้โดยไม่ทุกข์



และทำมาหากินเจริญรุ่งเรืองได้ เพราะมีธรรมะคอยกำกับให้เรา  
สร้างบุญกุศลบารมีเพื่อนำมาใช้ในชาตินี้ไม่ต้องรอถึงชาติหน้า

ธรรมะที่อาจารย์ประเสริฐ มอบให้คือ คำภาวนา คาถา  
เบิกบุญ เพื่อนำมาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน และเป็นใบเบิกทาง  
นำบุญที่สร้างไว้แบ่งส่วนหนึ่งมาใช้ดำรงชีพให้เจริญรุ่งเรือง  
ขณะเดียวกันในทางธรรมเราก็ต้องสร้างบุญกุศลใหม่อย่างต่อเนื่อง  
ด้วยศีล สมาธิ ปัญญา จะได้เป็นบุญหนุนเนื่องเปลี่ยนชีวิตให้รุ่ง  
ทั้งทางโลกและทางธรรม ทุกข์ก็อยู่กับทุกข์ได้อย่างเข้าถึง และ  
ไม่อัปจนปัญญาในการทำมาหากิน

หวังเป็นอย่างยิ่งว่า หนังสือเล่มนี้ จะเป็นแสงเทียนส่อง  
นำทางให้ผู้อ่านได้เบิกบุญมาใช้เปลี่ยนชีวิตให้รุ่งด้วยบุญกุศลของ  
ตัวท่านเอง

**ตริจิต อินทรขันตี**

## จากผู้เขียน



ชีวิตคนที่จะประสบความสำเร็จต้องมี 3 สิ่ง คือ

1 มีทรัพย์และได้ใช้ประโยชน์จากทรัพย์อย่างพอเพียงกับความต้องการ

2 มีบุญใช้ในปัจจุบันและได้สร้างบุญสะสมสำหรับชาติต่อไป

3 มีความสุขในชีวิตและการงาน

คนบางคนมีเงินแต่ไม่ได้สร้างบุญ บางคนมีเงินแต่ไม่มีความสุขเพราะมีปัญหาชีวิตหรือสุขภาพ บางคนมีทรัพย์แต่ไม่ได้ใช้ทรัพย์ บางคนมีบุญชาตินี้แต่ไม่ได้สร้างบุญเพิ่มสำหรับชาติหน้า

แต่สิ่งที่เป็นปัญหา แบบแอบแฝงไม่ให้รู้เนื้อรู้ตัว (Pitfall) สำหรับนักสร้างบารมีรุ่นเยาว์และรุ่นกลางคนคือ แม้อาจจะได้

สร้างบุญเพิ่มสำหรับชาติอนาคต แต่ปรากฏว่าไม่ได้ใช้บุญ  
ในชาติปัจจุบัน เพราะบุญไปรอและเปลี่ยนเป็นสมบัติทิพย์จน  
หมดสิ้น

ทั้งๆ ที่ถ้าแบ่งส่วนบุญ ประเภทที่ต้องรอใช้ชาติหน้านั้นมา  
สักหนึ่งเปอร์เซ็นต์เพื่อมาใช้บ้างในชาตินี้ เดี๋ยวนี้ ก็จะเป็นทุนรอน  
อันมหาศาลช่วยสนับสนุนให้การดำรงชีวิตอยู่เพื่อทำความดีและ  
ทำบุญต่อๆ ไป เป็นไปได้อย่างสะดวกสบายยิ่งขึ้น เพราะเพียง  
หนึ่งเปอร์เซ็นต์มีค่าเท่ากับสมบัติมนุษย์เป็นจำนวนมากมาย ซึ่ง  
สามารถจะอธิบายด้วยประโยคเปรียบเทียบแบบที่ว่า ค่าของเงินบน  
สวรรค์แข็งแกร่งกว่าบนโลกนี้ร้อยนับพันเท่า

ผู้เขียนเคยเข้าใจความรู้สึก และซาบซึ้งมาแล้วว่า เวลาที่  
“บุญใหญ่ส่งผลทันตาเป็นอย่างไร” ซึ่งคงไม่ต่างจากความรู้สึกของ  
คนที่ถูกลอตเตอรี่รางวัลที่หนึ่ง แต่สิ่งที่ยังเป็นคำถามในใจผู้เขียน  
มาตลอดก็คือ “ทำอย่างไรจะสามารถทำให้บุญจิปาตะแบบที่  
คนเราทำเป็นประจำธรรมดา ตามประเพณี เทศกาล ส่งผลแบ่ง  
ส่วนออกมาได้ทันตาด้วย” เพราะถ้าเกิดไปรออยู่ชาติหน้าจนหมด  
หรือต้องให้รอนานแสนนานในชาตินี้ กว่าจะส่งผลออกมา เช่น

เป็นเวลาสี่สิบห้าสิบปี ก็คงไม่ทันใช้ ชีวิตและเส้นทางการสร้าง  
บารมีอาจสะดุดขลุ่ยหลักไม่ราบรื่น  
กระทั่งเมื่อเดือนมีนาคมปีที่แล้ว ผู้เขียนก็ได้คำตอบที่เฝ้า  
รอคอย

## กาถาเบิกบุญ

ผู้เขียนหลงใหลและเกิดผลประจักษ์แจ้ง เห็นผลจริงในเวลา ไม่  
ถึงเดือน

จึงมั่นใจและอยากให้ทุกคนนำไปใช้เพื่อให้มีชีวิตดีขึ้นทันตา  
เช่นกัน

เพราะผู้เขียนเองได้พิสูจน์กาถาเบิกบุญนี้แล้ว จึงเป็นแรง  
บันดาลใจให้เขียนหนังสือเล่มนี้ขึ้น

และผู้เขียนตั้งใจกราบได้จากคำลิสสิทธิทุกบาททุกสตางค์  
เพื่อการกุศลโดยไม่หักค่าใช้จ่ายใดๆ ทั้งสิ้น

เพียงแค่ได้เป็นสะพานถ่ายทอดวิธีการที่เป็นบุญแก่ของ

ชีวิต ที่กว่าจะพบ ผู้เขียนก็ใช้เวลาออกมาจนเลยครึ่งของชีวิตแล้ว  
ทั้งหมดนี้ก็เพื่อเพื่อนร่วมทุกข์เกิดแก่เจ็บตายทุกๆ คนที่จะได้อ่าน  
และได้มีโอกาสนำไปลองใช้ ผู้เขียนก็มีความสุขและพอใจแล้ว  
ถือว่าได้ให้ในสิ่งที่ป็นทั้งธรรมทาน และเครื่องมือแสวงวัตถุธาน  
ที่เป็นการให้แบบทูลนวัน

สนใจติชมสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ akknon@yahoo.com

นอกจากนี้ถ้าหน่วยงานใดสนใจให้ผู้เขียนไปเล่า หรือ  
บรรยายเพิ่มเติม ผู้เขียนยินดีไปพูดให้ฟังฟรีโดยไม่คิดค่าใช้จ่ายใดๆ

บุญกุศลใดที่จะเกิดขึ้นจากหนังสือเล่มนี้ และจากอานิสงส์  
ที่จะนำรายได้ไปทำบุญ ผู้เขียนขออุทิศให้แด่สิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่สอน  
คาถาเบิกบุญนี้ ให้แต่อาจารย์ประเสริฐผู้เป็นสะพานถ่ายทอดมาถึง  
ผู้เขียน ให้แก่บิดามารดา ผู้มีพระคุณ และแด่เจ้ากรรมนายเวรของ  
ผู้เขียนทุกท่านเทอญ

**นายแพทย์อรรคเดช นนทะโชติ**

# สารบัญ



|                 |     |
|-----------------|-----|
| คำนิยม          | (3) |
| จากใจบรรณาธิการ | (7) |
| จากผู้เขียน     | (9) |

## ภาค 1

|                                                  |    |
|--------------------------------------------------|----|
| การเปลี่ยนชีวิต                                  | 2  |
| ชีวิตเปลี่ยนด้วยคาถาหรือบทสวดมนต์                | 4  |
| ชีวิตเปลี่ยนด้วยการเบิกบุญ                       | 20 |
| ชีวิตเปลี่ยนด้วยเทวดาพลี                         | 40 |
| ชีวิตเปลี่ยนด้วยกรรม                             | 44 |
| ชีวิตเปลี่ยนด้วยกรรม                             | 48 |
| ชีวิตเปลี่ยนด้วยการแต่งงาน                       | 71 |
| ชีวิตเปลี่ยนด้วยการมีบุตร                        | 77 |
| ชีวิตเปลี่ยนด้วยการตาย (จากเพศฆราวาส) หรือการบวช | 80 |

## ภาค2

|                                                        |     |
|--------------------------------------------------------|-----|
| สูตรชีวิต                                              | 84  |
| How to ของชีวิตในแต่ละช่วงวัย                          | 91  |
| ข้อควรปฏิบัติในช่วงวัยรุ่นอายุ 12-20 ปี                | 91  |
| ข้อควรปฏิบัติเมื่อเริ่มเข้าสู่วัยหนุ่มสาวอายุ 20-30 ปี | 98  |
| ข้อควรปฏิบัติในช่วงอายุ 30-40 ปี                       | 103 |
| ข้อควรปฏิบัติเมื่อช่วงอายุ 40-50 ปี                    | 111 |
| ข้อควรปฏิบัติเมื่อช่วงอายุ 50 ปีขึ้นไป                 | 115 |

## ภาค3

|                                                 |     |
|-------------------------------------------------|-----|
| หมายเหตุชีวิต                                   |     |
| หมายเหตุเรื่องที่ 1 พลังเหนือธรรมชาติ           | 124 |
| หมายเหตุเรื่องที่ 2 หน้าที่ของชีวิต             | 133 |
| หมายเหตุเรื่องที่ 3 ชีวิตคือปลากกลางกลุ่มเหยื่อ | 137 |
| หมายเหตุเรื่องที่ 4 นึกถึงภาพบุญอยู่เสมอ        | 141 |
| หมายเหตุเรื่องที่ 5 เข้มทิศชีวิต                | 144 |

## ภาคผนวก

### คาถาเบิกบุญ

|                                  |     |
|----------------------------------|-----|
| พรหมวิหาร 4                      | 152 |
| อิติปิโส                         | 152 |
| พระคาถาชินบัญชร                  | 153 |
| พุทธชัยมงคลคาถา (พาหุง)          | 156 |
| ยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎก (ต้นฉบับเดิม) | 159 |

|                   |     |
|-------------------|-----|
| เกี่ยวกับผู้เขียน | 174 |
|-------------------|-----|





ภาค 1

การเปลี่ยนชีวิต



# การเปลี่ยนชีวิต



ชีวิตคนเหมือนถูกทัพพีที่มองไม่เห็นคนและกว่นไปมาใน  
ภาชนะแห่งวิญญูสงสาร ย่อมเปลี่ยนไปไม่หยุดนิ่ง ดังนั้นบางครั้ง  
แม้เราไม่อยากจะเปลี่ยน แต่ชีวิตก็ต้องเปลี่ยน

การปล่อยให้ชีวิตในเอกภพนี้เปลี่ยนแปลงไปตามธรรมชาติ  
ซึ่งไร้การควบคุมก็เหมือนการสมยอม ให้ชีวิตถูกพัดไหลจากที่สูง  
ลงสู่ที่ต่ำ หรือถูกจุดไปสู่สถานะไม่พึงประสงค์ที่ย่ำแย่ลง เพราะ  
การปล่อยไปตามยถากรรมแบบไม่ตั้งใจจนกระทั่งนั้น จริงๆ แล้ว  
ก็คือการปล่อยกายปล่อยใจให้ไหลไปตามกระแสกิเลสโดยปริยาย  
เหมือนเรือวิ่งทวนน้ำที่ดับเครื่องเมื่อไหร่ก็ถอยหลังทันที

ดังนั้น ชีวิตที่จะได้ชื่อว่า ไม่เสียดายที่ได้เกิดมา ต้องมีการ

เปลี่ยนด้วยตัวเองเป็นหลัก ไม่ใช่ยอมให้มาเพิกกิเลสเป็นผู้เปลี่ยน จับเราไปยุ่งย่าโยนทางซ้ายที่ขวาที่ เพราะชีวิตไม่ใช่แบ่งที่จะต้องหนด กิเลสต่างหากคือสิ่งที่เราจะต้องหนดจนกว่ามันจะระบมและยกธงขาวให้แก่เรา

สำหรับคนที่คิดจะเปลี่ยนวิถีชีวิตตนเองให้ดีขึ้น สามารถเปลี่ยนได้หลายวิธี ดังนี้

- ชีวิตเปลี่ยนด้วยคาถาหรือบทสวดมนต์
- ชีวิตเปลี่ยนด้วยการเบิกรุก
- ชีวิตเปลี่ยนด้วยเทวดาพลี
- ชีวิตเปลี่ยนด้วยกรรม
- ชีวิตเปลี่ยนด้วยกรรม
- ชีวิตเปลี่ยนด้วยการแต่งงาน
- ชีวิตเปลี่ยนด้วยการมีบุตร
- ชีวิตเปลี่ยนด้วยการตาย (จากเพศสมรวาส) หรือการบวช

# ชีวิตเปลี่ยนด้วยคาถาหรือบทสวดมนต์



แล้ววิธีสวดมนต์ให้ได้ผลเร็ว ควรทำอย่างไร

การสวดมนต์เป็นสุดยอดของสัมมาวาจา และมีพลังพิเศษในตัวตนที่ใครได้ฟังแล้วแม้จะเข้าใจหรือไม่เข้าใจก็ตาม ใจของผู้ฟังก็ต้องถูกกระทบด้วยพลังนั้น จนเกิดผลแตกต่างกันไป ตั้งแต่ใจถูกสะกิด สะดุด หรือจนกระทั่งถึงกับสะดุ้งสะเทือนไปเลยก็เป็นได้

มีเรื่องเล่าจากคนมากมาย และหลายๆ คนก็คงจะเคยประสบมาบ้าง ตัวผู้เขียนเองก็เคยพบเช่นนั้นหลายครั้ง คือเวลาที่ไปทำบุญใหญ่ แม้จะไม่ได้อยู่ในพิธีสวดมนต์ แต่ก็จะได้ยินเสียงสวดมนต์ลอยแว่วแบบแผ่วเบา กังวาน เป็นจังหวะจะโคนอย่าง

สม่ำเสมอ มีความไพเราะเสนาะโสต และไม่ก่อความรำคาญ ซึ่งมีคำอธิบายที่เชื่อกันว่า นั่นคือเสียงสวดมนต์ของเทพยดาที่มาร่วมบุญและมาอนุโมทนา จนบางครั้งหลายๆ คนอาจจะต้องขี้หนุว่านั่นเป็นเสียงจริงหรือหูแว่ว แต่ทุกคนก็ต้องงงเหมือนกันพร้อมคำถามที่เกิดขึ้นมากมายว่า เสียงสวดแบบนั้นทำไมถึงไม่เคยได้ยินมาก่อน ทำไมจึงมาแว่วให้ได้ยินขณะทำบุญ โดยที่ไม่เคยแว่วมาก่อนเลยในขณะที่ใช้ชีวิตปกติ ทำไมจึงมีเสียงสวดมนต์แบบไม่มีทิศทางของต้นกำเนิดเช่นนี้

แต่สิ่งที่แน่นอนและไม่อาจปฏิเสธได้คือ บัณฑิตและผู้ที่มีใจเป็นสัมมาทิฐิทั้งหลายจะขึ้นขอการสวดมนต์ไม่ว่าจะเป็นผู้สวดหรือผู้ฟัง

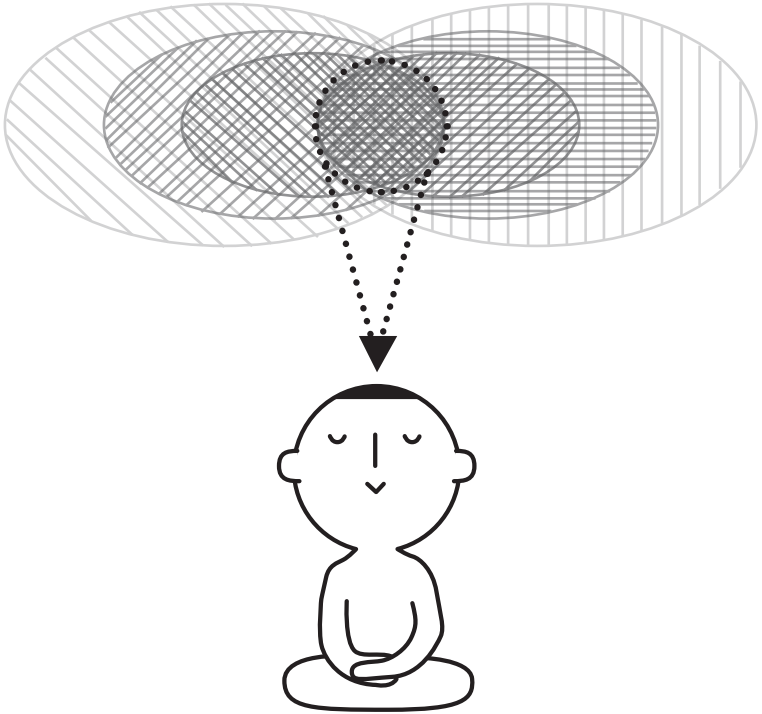
การสวดมนต์บทต่างๆ ล้วนแต่มีผลดีทุกบท มีอานิสงส์และคุณสมบัติที่เป็นลักษณะเฉพาะตัวแตกต่างกันไป

แต่จะสวดมนต์ให้ได้ผลดีจริงต้องมีเทคนิค ถ้าจะให้ได้ผลเร็วต้องมีการทำซ้ำและตอกย้ำ โดยเฉพาะ บทสั้นๆ บทที่เป็นหัวใจที่มีคำขึ้นต้นมาเรียงกัน เช่น หัวใจอิตปิโส คือ อี สวา สุ บทที่ยิ่งสั้นก็ยิ่งต้องการการสวดที่ถี่มากขึ้น เหมือนวงล้อรถที่เล็กยิ่งต้อง

หมุนด้วยจำนวนรอบที่มากขึ้น จึงเป็นสูตรเด็ดเคล็ดไม่ลับว่า ถ้าจะให้ได้ดีแน่นอนต้องสวดวันละหลายสิบจบขึ้นไป

จึงมีวิธีการสอนที่ใช้เป็นหลักง่าย ๆ ว่าให้สวดอย่างน้อยเท่าอายุ แต่ไม่ใช่ข้อจำกัดตายตัวว่าให้สวดได้ไม่เกินแค่นี้เท่านั้น หากยิ่งสวดเกินกว่าอายุเพิ่มมากขึ้นเท่าไรยิ่งเป็นการดีเท่านั้น และถ้ายังสามารถสวดเป็นช่วงๆ ได้ในวันหนึ่งๆ จนเหมือนการวางยาของแพทย์ให้ครอบคลุมทั้งวัน เช่น วันละสามเวลา สี่เวลา ถ้าทำได้แบบนี้เลยก็จะเป็นการดีมาก

เหตุผลที่อธิบายว่าการสวดมนต์ซ้ำๆ บ่อยๆ มีความจำเป็นนั้นก็คือหลักที่ว่า “บทสวดมนต์มีทั้งการสะสมและการเสื่อมคลาย เหมือนการชาร์ตและคลายประจุของแบตเตอรี่” และการสวดเป็นช่วงๆ ก็จะเกิดช่วงเวลาทับซ้อนกัน (overlap) ซึ่งช่วงเวลาที่ทับซ้อนของพลังจากการสวดก็เป็นช่วงที่มีพลังแบบ hyper energy ตามหลักวิทยาศาสตร์



ช่วงเวลาที่พลังงานจากการสวดมนต์  
หนาแน่นมากที่สุด ถ้าช่วงขณะนั้น  
ใจเป็นสมาธิมาก ยิ่งได้พรจากการสวดมนต์มาก



ยิ่งสวดได้บ่อยและถี่ก็ยิ่งเป็นการเพิ่มสัดส่วนช่วงเวลาของชีวิตที่จะได้อยู่ภายใต้ความคุ้มครองของพลังงาน (ชนิดที่น่าจะมีนักวิทยาศาสตร์ไทยสักคนลองคิดนำเครื่องมือมาวัดผลกระทบ เช่น นำมิเตอร์ไปวัดพลังงานการเปลี่ยนแปลงทางไฟฟ้า ทางรังสีหรือทางอนุภาคระหว่างการสวดมนต์ในพิธีใหญ่ๆ ดูบ้าง )

บทสวดมนต์มีพลังในตัวทุกๆ บท แต่จะให้ผลมากน้อยขึ้นกับว่าคนคนนั้นมีพื้นฐานสมาธิในใจอย่างไร ยิ่งใจนิ่งไม่วกแวกก็ยิ่งสร้างเสริมเติมต่อพลังด้วยการสวดได้เร็ว และการท่องแบบที่มีท่วงทำนองจังหวะจะโคนสำเนียงที่ส่งต่อ ต่อเนื่องแบบภาษาบาลีก็มีลักษณะเด่นเฉพาะตัวที่สามารถสร้างโมเมนตัม (แรงส่ง) และสร้างลูกโซ่สมาธิ ให้กำเนิดสมาธิได้เร็วขึ้นเพราะการท่องหลายๆ รอบที่มีระยะเวลายาวนานพอ จะทำให้เกิดเป็น “การภาวนาแบบอัตโนมัติ” คือเกิดสมาธิจากการทำซ้ำ จากความต่อเนื่อง เพราะสมาธิมีรากศัพท์ที่แปลว่าความต่อเนื่อง แล้วสมาธินี้ก็จะย้อนกลับมาเหนี่ยวนำพลังจากการสวดมนต์ให้มากขึ้นอีกเป็นวงจรลูกโซ่

ลักษณะพิเศษของบทสวดมนต์คือ ผลจะแปรไปตามความศรัทธา