

ภาคผนวก ก.

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

ตัวอย่างหนังสือ

ตัวอย่างโครงการฯ

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือในการวิจัย

ผู้เชี่ยวชาญด้านศาสนา

๑. พระมหาสหัส จิตสาโร ผศ.
๒. พระครูศรีปริยัติวิกรม
๓. พระเอกภัทร อภินุโท ผศ.ดร.

ผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยา

๑. ผศ.ดร.เริงชัย หมั่นชนะ
๒. ผศ.ดร.ประยูร สุขะใจ
๓. อาจารย์พิธิบูลย์ ทองเกลี้ยง

ผู้เชี่ยวชาญด้านกิจกรรม

๑. ผศ.ดร.สิน งามประโคน
คณะครุศาสตร์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๒. ผศ.ดร.ชุติมา พงศ์วินทร์
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
๓. ผศ.ดร.พวงเพชร เกษรสมุทร
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาลัยมหิดล

ผู้เชี่ยวชาญด้านพยาบาล

๑. ผศ.ดร.พวงเพชร เกษรสมุทร
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาลัยมหิดล
๒. อาจารย์ปิ่นเพชร นามมา
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ พยาบาลผู้ใหญ่
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนขอนแก่น

ตัวอย่างหนังสือเชิญผู้ทรงคุณวุฒิ ภายนอก

ที่ ศธ ๖๑๐๔.๔/๐๑๔



ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วัดศรีสุดาราม เขตบางกอกน้อย
กรุงเทพมหานคร ๑๐๗๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร. ๐-๒๔๓๔-๕๕๓๙

๑๓ มกราคม ๒๕๕๔

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือวิจัย

นมัสการ พระครูศรีปริยัติวิกรม

ด้วยพระมหานิรุต มนต์ภาณี นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาชีวิตและความตาย
ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้รับอนุมัติหัวข้อ
และโครงการวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การสร้างชุดกิจกรรมตามแนวทางเจริญมรณสติ เพื่อเตรียมความ
พร้อมที่จะเผชิญความตายอย่างสงบสุข DEVELOPMENT OF ACTIVITIES ACCORDING TO
THE MINDFULNESS OF DEATH TOWARDS THE PREPARING FOR PEACEFUL DEATH”
โดยมีคณะกรรมการผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ ดังนี้

๑. ผศ.ดร. สิริวัฒน์ ศรีเรือดง

ประธานกรรมการ

๒. ผศ.สาระ มุขดี

กรรมการ

คณะกรรมการบริหารหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาชีวิตและความตาย
ได้พิจารณาเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้ความสามารถ ที่จะให้คำแนะนำอันเป็นประโยชน์
ต่อการสร้างเครื่องมือการวิจัยของนิสิตได้เป็นอย่างดี

จึงน้อมสการมาเพื่อโปรดพิจารณาเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือ
วิจัยดังกล่าว และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

กราบนมัสการด้วยความนับถือยิ่ง

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวัฒน์ ศรีเรือดง)

ผู้อำนวยการหลักสูตร พธ.ม. สาขาวิชาชีวิตและความตาย

ผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายกิจการทั่วไป

ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์

โทร. ๐๒-๔๓๔-๕๕๓๙

ตัวอย่างหนังสือเชิญผู้ทรงคุณวุฒิ ภายใน



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์

โทรศัพท์/โทรสาร ๐๒-๔๓๔-๕๕๓๕ ภายใน ๒๑๐๓

ที่ ศธ ๖๑๐๔.๔/๐๑๔

วันที่ ๑๓ มกราคม พ.ศ. ๒๕๕๔

เรื่อง เชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือ

เรียน ผศ.ดร.ประยูร สุขะใจ

ด้วยพระมหานิรุต มนต์ภาณี นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาชีวิตและความตาย ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้รับอนุมัติหัวข้อและโครงการวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การสร้างชุดกิจกรรมตามแนวทางเจริญมรณสติ เพื่อเตรียมความพร้อมที่จะเผชิญความตายอย่างสงบสุข DEVELOPMENT OF ACTIVITIES ACCORDING TO THE MINDFULNESS OF DEATH TOWARDS THE PREPARING FOR PEACEFUL DEATH” โดยมีคณะกรรมการผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ ดังนี้

๑. ผศ.ดร.ศิริวัฒน์ ศรีเครือดง

ประธานกรรมการ

๒. ผศ.สาระ มุขดี

กรรมการ

คณะกรรมการบริหารหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาชีวิตและความตาย ได้พิจารณาเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้ความสามารถ ที่จะให้คำแนะนำอันเป็นประโยชน์ต่อการสร้างเครื่องมือการวิจัยของนิสิตได้เป็นอย่างดี

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือวิจัยดังกล่าว และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริวัฒน์ ศรีเครือดง)

ผู้อำนวยการหลักสูตร พธ.ม. สาขาวิชาชีวิตและความตาย

ผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายกิจการทั่วไป

ตัวอย่างโครงการ : ส่วนหนึ่งของงานวิจัย

กิจกรรมปฏิบัติธรรมเจริญมรณสติเพื่อเตรียมความพร้อมที่จะเผชิญความตายอย่างสงบ

ชื่อโครงการ โครงการปฏิบัติธรรมตามแนวทางการเจริญมรณสติ

สถานที่ ห้องพระของเขตการเดินรถที่ ๕

ระยะเวลา ๒๙ – ๓๑ มกราคม พ.ศ. ๒๕๕๔

หลักการและเหตุผล

ความตายเป็นธรรมดาของทุกชีวิต แต่มีน้อยคนที่ยอมรับอย่างสนิทใจว่าสักวันหนึ่งตนจะต้องตาย แม้เราจะได้ยินหรือรับรู้เรื่องราวเกี่ยวกับความตายของผู้คนวันละหลายครั้งทางโทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ และวิทยุ แต่เวลานึกถึงความตายที่จะเกิดขึ้นกับตนในวันข้างหน้า หลายคนกลับรู้สึกประหลาดใจหรือปฏิเสธ ด้วยเหตุนี้จึงไม่อยากจะนึกถึงหรือพูดถึง โดยพยายามทำตัวให้วุ่นจนลืมตายหรือไม่ก็ใช้ชีวิตสนุกไปวันๆ จนกว่าจะแก่หรือป่วยหนัก ถึงค่อยมานึกถึงเรื่องนี้ พุทธศาสนาสอนว่านี่เป็นความประมาทอย่างสำคัญในชีวิต ในเมื่อความตายเป็นสิ่งที่ต้องเกิดขึ้นอย่างแน่นอน ไม่มีอะไรดีไปกว่าการเตรียมรับมือกับความตายแต่เนิ่นๆ และผู้ที่ตระหนักถึงความตายอย่างถูกต้อง (มรณสติ) นั้นยังเกิดการดำเนินชีวิตอย่างไม่ประมาทเพราะรู้ถึงความจริงของชีวิต พร้อมทั้งมีความเมตตาต่อตนเอง และผู้อื่น อันมาซึ่งความสุขในองค์การทำงาน

ด้วยเหตุนี้ นิสิตสาขาชีวิตและความตาย จึงได้จัด **กิจกรรมปฏิบัติธรรม เจริญมรณสติ เพื่อเตรียมความพร้อมที่จะเผชิญความตายอย่างสงบสุข** ด้วยการออกแบบกิจกรรมตามแนวทางการเจริญมรณสติ โดยอาศัยกระบวนการทางจิตวิทยาและพุทธวิธีในการสอน เพื่อให้ผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรมตามแนวทางการเจริญมรณสตินั้น ได้ตระหนักถึงการเตรียมความพร้อมในด้านร่างกาย จิตใจ สังคม อันเป็นผลให้ผู้เข้าร่วมปฏิบัติเร่งสิ่งที่ควรทำพร้อมทั้ง ใช้ชีวิตอย่างไม่ประมาท และโครงการปฏิบัติธรรม ดังกล่าว เป็นกิจกรรมส่วนหนึ่งของงานวิจัยระดับมหาบัณฑิต คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้พนักงานดำเนินชีวิตอย่างไม่ประมาท มีการเตรียมความพร้อมเผชิญสิ่งที่จะเกิด
ต่อตนเองและผู้อื่น และนำความรู้ไปปฏิบัติได้จริงทั้งช่วงปกติและช่วงวิกฤตของชีวิต
๒. เพื่อให้พนักงานเกิดความเมตตาต่อตนเองและผู้อื่น พร้อมทั้งมีจิตสาธารณะ อันนำมา
ซึ่งความสุขในการทำงานขององค์กร
๓. เพื่อส่งเสริมงานวิจัยของนิสิตและการศึกษาในสาขาชีวิตและความตาย

วิธีดำเนินการ

นิสิตผู้รับผิดชอบโครงการฯ ทำหนังสือ เสนอโครงการฯ ถึงผู้อำนวยการเขตการเดินรถที่ ๕ เพื่อขออนุญาตในการดำเนินกิจกรรมปฏิบัติธรรม เจริญมรณสติเพื่อเตรียมความพร้อมที่จะเผชิญความตายอย่างสงบสุข ตามตารางกิจกรรม หลังจากที่ได้รับอนุมัติโครงการฯ จะได้มีการประชาสัมพันธ์เปิดรับสมัครผู้สนใจเข้าร่วมกิจกรรมปฏิบัติธรรมฯ และดำเนินกิจกรรมปฏิบัติธรรม เจริญมรณสติเพื่อเตรียมความพร้อมที่จะเผชิญความตายอย่างสงบสุข ใน วันเสาร์ ที่ ๒๙ ถึง วันจันทร์ ที่ ๓๑ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๔

ระยะเวลาดำเนินงาน

วันเสาร์ ที่ ๒๙	มกราคม พ.ศ. ๒๕๕๔
วันอาทิตย์ ที่ ๓๐	มกราคม พ.ศ. ๒๕๕๔
วันจันทร์ ที่ ๓๑	มกราคม พ.ศ. ๒๕๕๔

ผู้เข้าร่วมกิจกรรม

พนักงานของเขตการเดินรถที่ ๕ จำนวน ๒๐ ท่าน ที่สนใจเข้าร่วมกิจกรรมปฏิบัติธรรมเจริญมรณสติเพื่อเตรียมความพร้อมที่จะเผชิญความตายอย่างสงบสุข และสามารถร่วมกิจกรรมได้
ต่อเนื่อง

ผู้ที่รับผิดชอบ

นิสิตที่ทำการศึกษาวิจัย/ผู้เสนอโครงการ

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. พนักงานที่ร่วมโครงการฯ มีแนวทางในการดำเนินชีวิตอย่างไม่ประมาท เกิดการเตรียมความพร้อมทั้งด้านร่างกายจิตใจที่จะเผชิญเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิต
๒. พนักงานที่ร่วมโครงการฯ มีความเมตตาต่อตนเองและพนักงานด้วยกัน เกิดความเป็นจิตอาสาอันนำความสุขมาให้กับองค์กร
๓. ผู้รับผิดชอบโครงการฯ ได้แนวทางในการศึกษาและงานวิจัยเกี่ยวกับกิจกรรมการเจริญมรณสติ อันเป็นผลต่อการศึกษาในสาขาชีวิตและความตาย

..... ผู้เสนอโครงการ

(พระมหานิรุต มนุตภาณี)

นิสิตปริญญาโทสาขาชีวิตและความตาย

..... ผู้อนุมัติโครงการ

(.....)

ตำแหน่ง.....

ผู้ประสานงานโครงการฯ

หมายเลขโทร

ภาคผนวก ข.

แบบสอบถาม

แบบสอบถาม ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม

“กิจกรรมตามแนวทางเจริญมรณสติเพื่อเตรียมความพร้อมที่จะเผชิญความตายอย่างสงบสุข”

เอกสารเพื่อการวิจัย ตามหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ดำเนินการวิจัย โดย พระมหานิรุต มนฺตภาณี (ป๋องสัตา) วันที่ ๒๙ – ๓๑ มกราคม พ.ศ. ๒๕๕๔

คำชี้แจง : จุดประสงค์ของแบบสอบถามนี้ คือการศึกษาการสร้างชุดกิจกรรมตามแนวทางการเจริญมรณสติเพื่อเตรียมความพร้อมที่จะเผชิญความตายอย่างสงบสุข แบบสอบถามชุดนี้มี ๑ ฉบับ แบ่งออกเป็น ๒ ตอน

๑. ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

๒. แบบสอบถามการเตรียมความพร้อมต่อการเผชิญความตายอย่างสงบสุข

ข้อมูลจากแบบสอบถามนี้จะถูกเก็บไว้เป็นความลับ แล้วนำเสนอเป็นภาพรวมไม่ระบุข้อมูลรายบุคคลเพียงใช้ประกอบการทำวิทยานิพนธ์และการนำเสนอทางวิชาการเท่านั้น
คำถามเหล่านี้ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด

ขอความกรุณาท่านตอบคำถามต่อไปนี้ให้ ตรงตามความเป็นจริง มากที่สุด

ขอเจริญอนุโมทนากุศลเจตนาในการตอบแบบสอบถามครั้งนี้

พระมหานิรุต มนฺตภาณี (ป๋องสัตา)

นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาชีวิตและความตาย

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ตอนที่ ๑ : ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำอธิบาย : โปรดทำเครื่องหมาย ☒ ลงในช่องข้อความคำตอบของท่าน

- | | | |
|-------------|--|--|
| ๑. อายุ | ☐ ๒๕ – ๓๐ ปี | ☐ ๓๐ – ๔๐ ปี |
| | ☐ ๔๐ – ๕๐ ปี | ☐ มากกว่า ๕๐ ปี |
| ๒. เพศ | ☐ หญิง | ☐ ชาย |
| ๓. การศึกษา | ☐ ต่ำกว่าปริญญาตรี | ☐ ปริญญาตรี |
| | ☐ สูงกว่าปริญญาขึ้นไป | ☐ อื่นๆ |

.....

๔. ประสบการณ์ทางธรรม

๑) สวดมนต์ไหว้พระ นั่งสมาธิ

☐ ประจำทุกวัน ☐ บ่อยๆครั้ง(๓-๕ครั้งต่อสัปดาห์) ☐ นานๆครั้ง(๑-๒ครั้งต่อสัปดาห์) ☐ ไม่เคย

๒) การฟังเทศน์ ฟังธรรม ทางวิทยุ โทรทัศน์

☐ ประจำทุกวัน ☐ บ่อยๆครั้ง(๓-๕ครั้งต่อสัปดาห์) ☐ นานๆครั้ง(๑-๒ครั้งต่อสัปดาห์) ☐ ไม่เคย

๓) เข้าวัดปฏิบัติธรรม/ สันทนาธรรม

☐ ประจำทุกวัน ☐ บ่อยๆครั้ง(๓-๕ครั้งต่อสัปดาห์) ☐ นานๆครั้ง(๑-๒ครั้งต่อสัปดาห์) ☐ ไม่เคย

๔) ทำบุญตักบาตรทำทาน

☐ ประจำทุกวัน ☐ บ่อยๆครั้ง(๓-๕ครั้งต่อสัปดาห์) ☐ นานๆครั้ง(๑-๒ครั้งต่อสัปดาห์) ☐ ไม่เคย

๕) ☐ อื่นๆโปรดระบุ.....

ตอนที่ ๑ : ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำอธิบาย : โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องข้อความตอบข้อที่ท่านที่เป็นความจริง

หมวดที่ ๑ การเข้าใจความจริงของชีวิตตามหลักไตรลักษณ์		ระดับ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
๑	ชีวิตเกิดจากส่วนประกอบต่างๆ มารวมตัวกันเข้าเป็นชีวิต					
๒	ชีวิตประกอบด้วย ร่างกาย และจิตใจ					
๓	ชีวิตคือ ร่างกาย ความรู้สึก ความจำ ความคิด การรับรู้					
๔	ชีวิตไม่เพียงเท่านั้นอน มีความทุกข์เกิดขึ้นได้ตลอดเวลา ไม่มีใครกักกันได้					
๕	ท่านสามารถกำหนดชีวิตของท่านได้เอง					
๖	ทุกชีวิตที่เกิดขึ้นมาล้วนถูกลิขิตไว้แล้ว					
๗	ชีวิตทั้งหลายไม่เที่ยง เกิดขึ้นและเสื่อมสลายไป					
๘	ท่านยอมรับการเปลี่ยนแปลงต่างๆในชีวิตได้					
๙	ชีวิตสามารถเปลี่ยนแปลงตามที่เรที่ตั้งเป้าหมายไว้					
๑๐	ความคิด ความรู้สึก เปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา					
๑๑	เราไม่สามารถดำรง คงไว้ ซึ่งสภาพร่างกายได้ เพราะมีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา					
๑๒	ร่างกายของเราไม่มีวันเสื่อมสลาย					
๑๓	ร่างกายเรานี้มีแต่ความทุกข์					
๑๔	เมื่อผิวหนังเหี่ยวยุบนั้นคือความทุกข์					
๑๕	ความทันสมัยทางการแพทย์ ช่วยชะลอความชราได้					
๑๖	ท่านเป็นทุกข์เมื่อสิ่งของที่ท่านมีความผูกพันหมดสภาพ					
๑๗	ปรารถนาสิ่งใดแล้วไม่สมหวัง ทำให้ท่านเป็นทุกข์					
๑๘	การทำมาหาเลี้ยงชีพเป็นความทุกข์					
๑๙	การเกิด การแก่ การเจ็บ การตาย เป็นความทุกข์ของมนุษย์					
๒๐	ไม่ว่าสิ่งที่มีชีวิตหรือไม่มีชีวิตก็เป็นทุกข์					
๒๒	ทุกสิ่งในโลกมีการเปลี่ยนแปลงไปตามกระบวนการของธรรมชาติ					
๒๓	ท่านมีอำนาจควบคุมทุกสิ่งทุกอย่างให้เป็นไปตามที่ตัวท่านปรารถนาได้					
๒๔	ทุกสิ่งทุกอย่างทั้งร่างกายและสิ่งของทั้งหลาย เป็นของ ของเรา					
๒๕	เป็นความจริงที่ว่า สักวันท่านจะสูญสิ้นทุกอย่างไป					
๒๖	สิ่งทั้งหลายไม่มีตัวตน ไม่มีของเรา ไม่มีของเขา					

๒๗	ความแก่ ความเจ็บป่วย ความตาย และการพลัดพรากเป็นสิ่งที่ผู้มีกำหนด และบันดาลให้เป็นไป					
----	---	--	--	--	--	--

หมวดที่ ๒ การทำความเข้าใจในไตรลักษณ์เพื่อคลี่คลายความทุกข์		ระดับ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
๑	ท่านระลึกถึงความตายอยู่เสมอ					
๒	ความตายสามารถเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา					
๓	ความตายเป็นสิ่งที่น่ากลัว					
๔	ท่านมีสติตลอดเวลาแม้ต้องเผชิญกับเหตุร้ายเบื้องต้น					
๕	เมื่อได้ยินข่าวร้าย ท่านตระหนักถึงความไม่เที่ยง					
๗	เมื่อประสบกับเหตุร้าย ท่านรู้สึกตื่นตระหนก และไม่สามารถควบคุมอารมณ์ได้					
๘	ไม่จำเป็นต้องนึกถึงความตาย เพราะ ถึงเวลาตายก็ต้องตาย					
๙	เวลาที่ท่านไปร่วมงานศพ ท่านมักคิดว่า “ความตายเป็นสิ่งที่ทุกคนต้องประสบ”					
๑๐	ท่านพร้อมที่จะปล่อยวางสิ่งต่างๆทุกเรื่องเมื่อถึงเวลาของชีวิต					
๑๑	ท่านพร้อมที่จะเผชิญกับการพลัดพราก					
๑๒	การระลึกถึงความตายไม่มีประโยชน์ เพราะทำให้เกียจคร้านทำงาน					
๑๓	ชีวิตนี้ไม่แน่นอน เมื่อจากไปก็เอาสิ่งใดไปไม่ได้					

หมวดที่ ๓ ความพร้อมที่จะเผชิญความตายอย่างสงบสุข		ระดับ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
๑	ท่านคิดว่า “ไม่มีใครหลีกเลี่ยงความตายไปได้”					
๒	ในการดำเนินชีวิต ท่านมักจะคลี่คลายปัญหาต่างๆที่ค้างคาใจให้แล้วเสร็จ ได้อย่างสม่ำเสมอ					
๓	ท่านสั่งลาญาติพี่น้อง พ่อแม่ และคนที่รัก เรื่องความตายไว้เรียบร้อยแล้ว					
๔	ท่านเคยนึกถึงการเตรียมทำพินัยกรรม					
๕	ท่านเคยได้คิดถึงการจัดการทรัพย์สินเงินทอง หากท่านต้องตายจากไป					
๖	ท่านเคยสนทนากับครอบครัวและคนรักเกี่ยวกับเรื่องความตายที่อาจจะเกิดขึ้น					

๗	ท่านเคยคิดถึงการจัดการกับภาระงานที่ค้างคั่ง หากท่านต้องตายจากไป					
๘	ท่านได้เตรียมการเกี่ยวกับการจัดการร่างกายหรืออวัยวะของท่านเมื่อท่านต้องตายไปแล้ว					
๙	ท่านได้นึกถึงการจัดงานศพ ทั้งรูปแบบและบรรยากาศ ที่ท่านต้องการไว้แล้ว					
๑๐	ท่านเตรียมการสำหรับแนวทางการรักษาในระยะสุดท้าย ของท่านไว้แล้ว					
๑๑	ท่านได้นึกถึงบุคคลที่ท่านไว้วางใจให้จัดการภาระต่างๆข้างต้น หลังจากที่ท่านจากไปไว้แล้ว					
๑๒	ท่านมุ่งมั่นที่จะสะสมความดีอย่างสม่ำเสมอ					
๑๓	ท่านไม่กลัวความตายเพราะท่านได้สะสมความดีมาแล้ว					