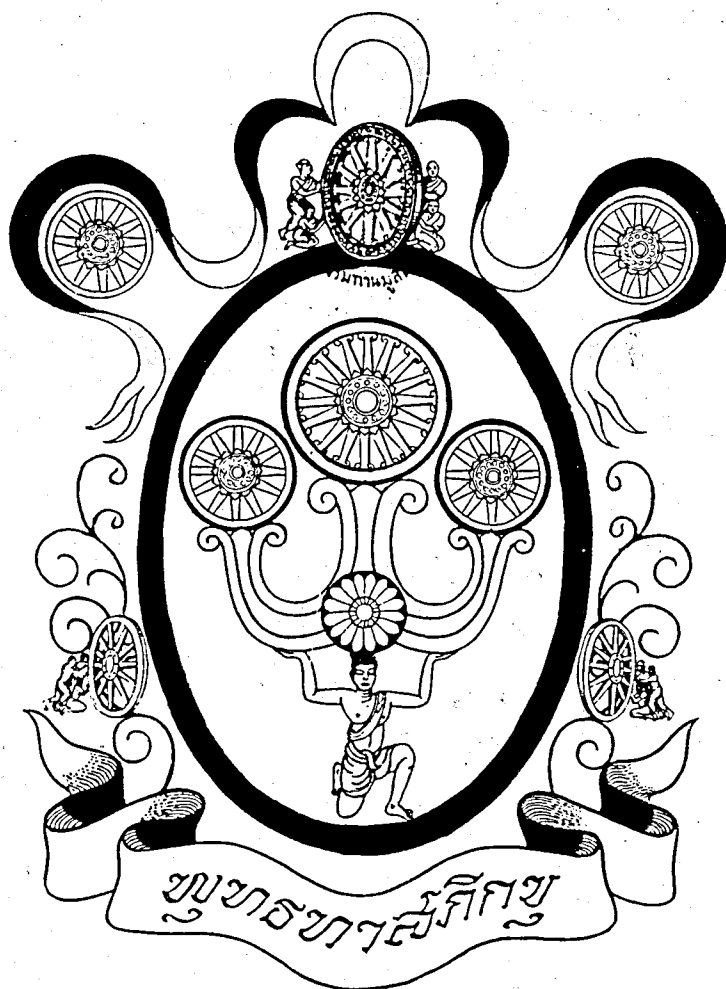


ด้นไม้เหลื่อ



(ชุดหมอนลื้อ อันด้น ๖๖)

ดัมไม้เหลื่อ



((ชุดหมอนหล่อ อันดัม ๖๖))

อุทิศนา

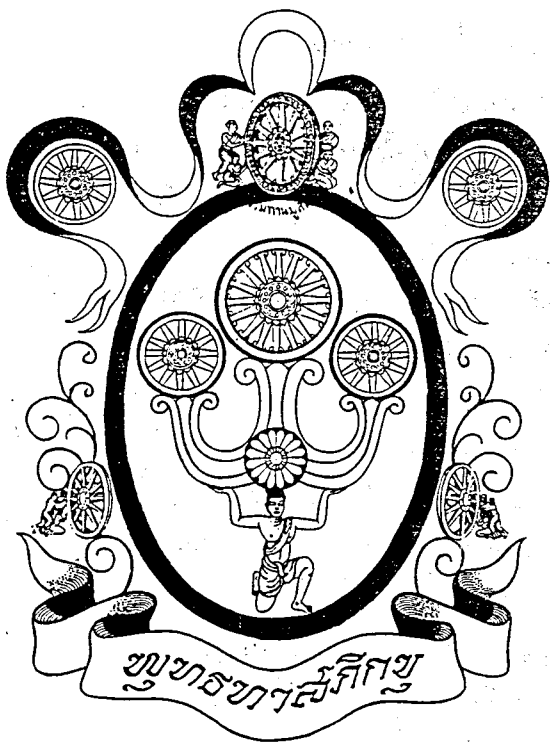
จักรธรรมะมาลัย	จะหมนุทั่วทั้งธาตุตรี
แผ่ธรรมะรังษี	ตามพระพุทธทรงประสงค์ฯ
มันหมายจะเสริมศาสน์	สถาปนาโลกให้อยู่ยง
ปลอดภัยพินาศ, คง	เป็นโลกสุขสถาพร ๖
หากแล้งพระธรรมญาณ	อันธพาลกลีบร
จะครองโลกเป็นอากร	ให้เลวสู่สู่เดรัจฉาน ๖
จะทุกข์ทนทั้งคืนวัน	พิฆาตกันบมีประมาณ
ด้วยเหตุอหังการ	เข้าครองโลกวิโยคธรรม ๖
บรรษัทพระพุทธองค์	จึงประสงค์ประกอบกรรม
ตามแนวพระธรรมนำ	ให้โลกผ่องผ่องพ้นภัย ๖
เผยแผ่พระธรรมทาน	ให้ไพศาลพิชิตชัย
แปดหมื่นสี่พันนัย	อุทิศทั่วทั้งธาตุตรี ๖

พ.ท.

๒๕๒๓

ดับไม่เหลือ

[ชุดหมุนล้อ อันดับ ๖๖]



ศรัทธาบริจาค ของ คุณพิไลวัน สินธุโสภณ

๘ กรกฎาคม ๒๕๓๗

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : ๑๐,๐๐๐ เล่ม

อนุสรณ์งานไมทก.

การตาย เป็นหน้าที่ของสัตว์สาร อย่างไม่มี
ทางเปลี่ยนแปลง ได้ใจ นอกจากการต้อนรับ
กันให้ถูกวิธี ฝึกสอนตามหน้าที่.

การมีชีวิตอยู่ อย่างมีประ โยชน์ให้แก่บุคคล
เป็นหน้าที่ของ ผู้มีชีวิตอยู่ และหน้าที่ของ
การทำหน้าที่ ให้ ถูก ต้อง นั้นคือ การประพฤติธรรม.

๑๐ อนุโมทนา แก่บุตรหลาน ผู้ประสบผล
อันเป็นที่ อย่างสมบูรณ์ แก่กัน และกัน ในโอ-
ภาสแห่งนี้ ซึ่งได้เป็น การประพฤติธรรมแก่กัน.

๑๑ อนุโมทนา แก่ครูวิชา านต์พ ๑๒๐
ในทางธรรม แก่ครูเป็นพุทธบริษัท ไม่มีการทำ
อันผิด ละลาบ แฉ่ฉ้อ ซึ่งแต่เป็น การทำของ ไม่ดี
ประพฤติดี และ จุฬาลักษณ์ ส่วน บุคคลนั้นๆ แก่
ผู้ซึ่ง ล่องลับ ไป แล้ว.

๑๒ อนุโมทนา แก่ทุกคน ทั้ง ผู้มีชีวิตอยู่
และ ล่องลับ ไป นี้ได้ ต้อนใจ ชอบแล้ว ใจดี
ทุกประการ ชำระยกัน ด้วยบุญกุศล อันผู้ซึ่ง
มีชีวิตอยู่ และ ล่องลับ ไปแล้ว เทอญ.

อนุโมทนา ธรรมะ

ไมทก. ๑๔ ม. ๗๖

คำปรารภ

การวัดผลสัมฤทธิ์ของชีวิตมนุษย์นั้นเป็นเรื่องที่ละเอียดและซับซ้อนมาก เพราะเกี่ยวข้องกับหลายด้าน ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม การวัดผลสัมฤทธิ์ของชีวิตมนุษย์จึงเป็นเรื่องที่ท้าทายและสำคัญยิ่ง

ดังนั้น เมื่อเราพูดถึงการวัดผลสัมฤทธิ์ของชีวิตมนุษย์ เราต้องพิจารณาถึงหลายด้านด้วยกัน ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม การวัดผลสัมฤทธิ์ของชีวิตมนุษย์จึงเป็นเรื่องที่ท้าทายและสำคัญยิ่ง

เป้าหมายของการวัดผลสัมฤทธิ์ของชีวิตมนุษย์นั้นเป็นเรื่องที่ท้าทายและสำคัญยิ่ง เพราะเกี่ยวข้องกับหลายด้าน ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม การวัดผลสัมฤทธิ์ของชีวิตมนุษย์จึงเป็นเรื่องที่ท้าทายและสำคัญยิ่ง

ดังนั้น เมื่อเราพูดถึงการวัดผลสัมฤทธิ์ของชีวิตมนุษย์ เราต้องพิจารณาถึงหลายด้านด้วยกัน ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม การวัดผลสัมฤทธิ์ของชีวิตมนุษย์จึงเป็นเรื่องที่ท้าทายและสำคัญยิ่ง

ดูมันโตขึ้น ก็จะเป็นผลโลกนี้ทั้งโลกให้สงบ
 ด้ยสันติภาพ แล้วเป็นปิตามารถที่สมปรารถนาของมวล
 มนุษย์ สามารถเจริญพัฒนาชนชาติให้สูงขึ้นได้.

ข้อความนี้กล่าวถึงนายสมัครวิเชียรกุล ครุฑ-
 ฑาจารย์ โดยตรง, แต่ที่หาจากเอกสารหลังปี ๒๕๐๓
 ได้เท่านั้นได้มีแล้ว ของนายสมัครวิเชียรกุล
 ผู้ใหญ่ได้ประสมความสำเร็จในทางศาสนา
 ของนายสมัครวิเชียรกุล ผู้ใหญ่ได้ประสมความ
 ความสำเร็จในทางศาสนา ผู้ใหญ่ได้ประสมความ
 ความสำเร็จในทางศาสนา ผู้ใหญ่ได้ประสมความ

अनुमोदित

ไมทราพัลาราม โธนา,
๑๓ พย. ๕๕

ความเป็นมาของ “ด๊าบไม่เหลือ”

โดยปรกติ แม่มีความสนใจอ่านหนังสือธรรมะอยู่เสมอ แต่ไม่เข้าสังกัดสำนักใดโดยเฉพาะ จนกระทั่งเดือนมิถุนายน ๒๕๔๔ พ่อประสบเคราะห์กรรมถูกคุมขัง ทั้งที่มิได้กระทำความผิดอย่างหนึ่งอย่างใดเลย แม่เกิดความทุกข์โศกเป็นที่สุด ความรู้ธรรมะทั้งหลายที่เคยได้อ่านมา ไม่สามารถนำมาปลดทุกข์ในใจได้ แม่จึงเที่ยวค้นหาหนังสือธรรมะ ที่จะนำมาเป็นเครื่องดับทุกข์

ตอนนี้เองแม่ได้ไปที่ร้านหนังสือสุวิชาชน์ สามยอด และได้หนังสือของท่านอาจารย์พุทธทาสมาอ่าน หลังจากอ่านงานของท่านอาจารย์แล้ว แม่ได้ไปกราบขอเป็นศิษย์ท่าน นับว่าเป็นบุญกุศลของแม่ที่ได้รู้จักกับ คุณสอาด วัชรากัย เจ้าของร้านสุวิชาชน์ ผู้เป็นกัลยาณมิตร ได้คอยส่งข่าวการขึ้นมารุงเทพฯ ของท่านอาจารย์ให้แม่ทราบ และนัดหมายให้แม่ได้ไปกราบท่านอาจารย์อยู่เสมอ

ปลายปี พ.ศ. ๒๕๐๓ แม่เกิดวิกฤตกังวลในอาการเจ็บไข้ มีอาการยึดเชื้อ หมอก็ไม่สามารถรักษาให้หายได้ และไม่รู้สาเหตุที่แน่นอน แม่จึงคิดเตาเอาว่า วาระสุดท้ายของชีวิตคงกำลังจะมาถึงแล้ว จึงได้เขียนจดหมายไปกราบเรียนท่านอาจารย์ว่า เมื่อถึงวาระสุดท้ายของชีวิตจะปฏิบัติตัวอย่างไรดี ท่านอาจารย์ได้มีเมตตาจดหมายตอบมาให้ เป็น “ฉบับไม่เหลือ”

ปรกติ ดิฉันจะไปเยี่ยมแม่ทุกวันอาทิตย์ และมีการสนทนาธรรมกันเป็นประจำ จึงพลอยได้อ่านจดหมายฉบับ “ฉบับไม่เหลือ” พร้อม ๆ กับแม่ด้วย พอดีกับที่ดิฉันคิดตั้งโรงพิมพ์ศิริพัสดุ และเพื่อเป็นศิริมงคลในโอกาสแห่งการเปิดกิจการ จึงได้นำ “ฉบับไม่เหลือ” มาตัดส่วนที่มีชื่อแม่ออกมาพิมพ์เป็นปฐมฤกษ์ จำนวน ๕๐๐ เล่ม เพื่อแจกในหมู่เพื่อนฝูง ลูกค้า และผู้ที่สนใจ (เดี๋ยวนี้ไม่ทราบว่ามีหนังสือ ๕๐๐ เล่มนี้ อยู่ที่ไหนบ้าง)

ต่อมาปี พ.ศ. ๒๕๐๙ คุณระบิล บุณนาค ได้นำ “ฉบับไม่เหลือ” ที่มีการแก้ถ้อยคำจากเดิมเล็กน้อย มาจ้างพิมพ์แจกเป็นธรรมทาน โรงพิมพ์จึงได้พิมพ์ “ฉบับไม่เหลือ” เป็นครั้งที่ ๒

เนื่องจากทั้งท่านอาจารย์และแม่ก็ล่วงลับไปแล้ว ดิฉันจึงจัดพิมพ์จดหมายฉบับ “ฉบับไม่เหลือ” เผยแพร่ เพื่อเป็นการบูชาพระคุณท่านอาจารย์ เนื่องในโอกาสครบรอบ ๑ ปีวันมรณภาพของท่านอาจารย์

โมกขพลาราม ไชยา

๑๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๐๔

ธรรมะ พรและเมตตา แต่คุณเพื่อน

จดหมายลงวันที่ ๒ เดือนนี้ ได้รับแล้ว ขอตอบมา
ดังต่อไปนี้

เรื่องดับไม่เหลือนั้น มีวิธีปฏิบัติเป็น ๒ ชนิด คือตาม
ปรกติขอให้ความดับไม่เหลือแห่งความรู้สึกยึดถือว่า “ตัวกู”
และ “ของกู” อยู่เป็นประจำ นี้อย่างหนึ่ง. อีกอย่างหนึ่ง
หมายถึงเมื่อร่างกายจะต้องแตกดับไปจริง ขอให้ปล่อยทั้ง
หมด รวมทั้งร่างกายชีวิตและจิตใจ ให้ดับเป็นครั้งสุดท้าย ไม่
มีเชื้ออะไรเหลืออยู่ หวังอยู่ สำหรับการเกิดมีตัวเราขึ้นมาอีก.
ฉะนั้น ตามปรกติประจำวัน ก็ใช้อย่างแรก, เมื่อถึงคราวจะ
แตกดับของร่างกาย ก็ใช้อย่างหลัง. ในกรณีที่ประสบอุบัติเหตุ
ไม่ตายทันที มีความรู้สึกเหลืออยู่บ้างชั่วขณะ ก็ใช้อย่าง
หลัง, ถ้าสิ้นชีวิตไปอย่างกะทันหัน ก็หมายความว่าดับไปด้วย

ความรู้สึกในวิธีอย่างแรก อยู่ในตัว และเป็นว่ามีผลคล้ายกัน คือความไม่ยากเกิดอีก อีกนั่นเอง.

วิธีปฏิบัติอย่างที ๑ คือประจำวันนั้น หมายความว่า มีเวลาว่างสำหรับจิตใจเมื่อไร ก่อนนอนก็ดี ตื่นนอนใหม่ก็ดี ให้สำรวจจิตเป็นสมาธิด้วยการกำหนดลมหายใจหรืออะไรก็ได้แล้วถนัด พอสมควรก่อนแล้ว จึงพิจารณาเห็นความที่สิ่งทั้งหลายทั้งปวง ทุกสิ่ง ไม่ควรยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นเรา หรือเป็นของเรา แม้แต่สักอย่างเดียว เป็นเรื่องอาศัยกันไปในการเวียนว่ายตายเกิดเท่านั้นเอง ยึดมั่นที่สิ่งใดเข้า ก็เป็นทุกข์ทันทึและทุกสิ่ง, และการเวียนว่ายตายเกิดนั้นแล้ว ก็คือการทนทุกข์ทรมานโดยตรง, เกิดทุกข์ที่เป็นทุกข์ทุกที, เกิดทุกชนิดเป็นทุกข์ทุกชนิด ไม่ว่าจะเกิดเป็นอะไร ก็เป็นทุกข์ไปตามแบบของการเกิดเป็นอย่างนั้น. เกิดเป็นแม่ก็ทุกข์อย่างแม่, เกิดเป็นลูกก็ทุกข์อย่างลูก, ฯลฯ, เกิดเป็นคนรวยก็ทุกข์อย่างคนรวย, เกิดเป็นคนจนก็ทุกข์อย่างคนจน, เกิดเป็นคนดีก็ทุกข์อย่างคนดี, เกิดเป็นคนชั่วก็ทุกข์อย่างคนชั่ว, เกิดเป็นคนมีบุญก็ทุกข์ไปตามประสาคนมีบุญ, เกิดเป็นคนมีบาปก็ทุกข์ไปตามประสาคนมีบาป, ฉะนั้น สู้ไม่เกิดเป็นอะไรเลย คือ “ดับไม่เหลือ” ไม่ได้.

แต่ที่นี้ สำหรับการเกิด หรือคำว่า “เกิด” นั้น อย่าหมายเพียงการเกิดจากท้องแม่, ที่แท้มันหมายถึงการเกิดของจิต คือของความรู้สึก ที่รู้สึกขึ้นมาคราวหนึ่ง ๆ ว่าถูกเป็นอะไร

เช่นเป็นแม่ เป็นลูก เป็นคนจน คนมี คนสวย คนไม่สวย คนมีบุญมีบาปเป็นต้น, ซึ่งนี้แหละเรียกว่าความยึดถือ หรืออุปาทาน ว่าตัวกูเป็นอย่างไร ของกูเป็นอย่างไร. ตัวกูหรือของกูอย่างทีกล่าวนี้นี้ เรียกว่าอุปาทาน มันเกิดจากท้องแม่ของมันคือ อวิชชา, มันเกิดวันหนึ่งไม่รู้ก็ลืมครั้งที่ร้อยครั้ง หรือไม่รู้ก็ร้อยชาตินั้นเอง, เกิดทุคราวเป็นทุคราว อย่างไม่มีทางที่จะหลีกเลี่ยง. ทุคราวที่ ตาเห็นรูป หรือหูได้ยินเสียง หรือจมูกได้กลิ่น หรือลิ้นได้รส หรือกายได้สัมผัสทางผิวหนัง หรือจิตมันปรุงเรื่องเก่าๆ เป็นความคิดเป็นเรื่องเป็นราวขึ้นมาเองก็ตาม ถ้าควบคุมไว้ไม่ดีแล้ว ตัวกูเป็น โผล่หรือเกิดขึ้นมาทันที และต้องเป็นทุกข์ทันที ที่ตัวกูโผล่ขึ้นมา. ฉะนั้นจงระวังอย่าเผลอให้ “ตัวกู” โผล่หัวออกมาจากท้องแม่ของมันได้เป็นอันขาด. เพียงแต่ ตาเห็นรูป หรือหูได้ยินเสียงเป็นต้น แล้วเกิดสติปัญญารู้ว่า ควรจัดการอย่างไรก็จัดไป หรือนิ่งเสียก็ได้, อย่างนี้ไม่เป็นไร, ขออย่างเดียวแต่อย่าให้ “ตัวกู” ถูกปรุงขึ้นมาจากตัณหา หรือเวทนาอันเกี่ยวกับสิ่งที่ได้เห็น หรือได้ยินเป็นต้นนั้น. อย่างนี้ เรียกว่า “ตัวกู” ไม่เกิดคือไม่มีชาตินั้นเอง. เมื่อไม่เกิด ก็ไม่มีตาย หรือทุกข์อย่างใดทั้งสิ้น. นี่แหละ คือข้อที่บอกให้ทราบว่าการเกิดนั้นไม่ใช่หมายถึงเกิดจากท้องแม่ทางเนื้อหนังโดยตรง, แต่มันหมายถึงการเกิดทางจิตใจ ของ “ตัวกู” ที่เกิดจากแม่ของมัน คืออวิชชา. การ “ดับไม่เหลือ” ในที่นี้ ก็คือ อย่าให้ตัวกูชนิดนี้เกิดขึ้นมา

ได้นั่นเอง. เมื่อแม่ของมันคือวิชา ก็ฆ่าแม่ของมันเสียด้วยวิชา หรือปัญญา ที่รู้ว่า “ไม่มีอะไรควรยึดมั่นถือมั่น” นั่นเอง. หรืออีกอย่างหนึ่งก็ว่า มันเกิดได้เพราะเราเปลอสติ ฉะนั้นเราอย่าเปลอสติเป็นอันขาด. ถ้าเป็นคนขี้มักเปลอสติ ก็จงแก้ด้วยการเป็นผู้รู้จักกาย รู้จักกลัว เสียบ้าง โดยอายุว่าการที่ปล่อยให้เป็นอย่างนั้น ๆ มันเป็นคนสารเลวยิ่งกว่าไพร่หรือข้าสฤลเสียอีก ไม่สมควรแก่เราเลย, ที่ว่ารู้จักกลัวเสียบ้างนั้นหมายความว่า มันไม่มีอะไรที่น่ากลัวกว่าความเกิดชนิดนี้แล้ว. มันยิ่งกว่าตกรอก หรืออะไรทั้งหมด, เกิดขึ้นมาที่ไร เป็นสูญคนเสียคนไม่มีอะไรเหลือ. เมื่อมีความอายและความกลัวอย่างนี้บ่อย ๆ แล้ว สติมันจะไม่กล้าเปลอของมันเอง การปฏิบัติก็จะดีขึ้นตามลำดับ จนเป็นผู้ที่มีการ “ดับไม่เหลือ” อยู่เป็นประจำ. ทุกคำเข้าเข้านอน ต้องมีการคิดบัญชีเรื่องเกี่ยวกับการดับไม่เหลือนี้ ให้รู้รายรับรายจ่ายไว้เสมอไป. ข้อนี้มีอานิสงส์สูงไปกว่าไหว้พระสวดมนต์หรือทำสมาธิเฉย ๆ.

เรื่องเกี่ยวกับดับไม่เหลือทำนองนี้ ไม่เกี่ยวกับการเพ่งหรือหลับตาเห็นสี เห็นดวง หรืออะไรที่แปลก ๆ เป็นทำนองปาฏิหาริย์หรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ แต่เกี่ยวกับสติปัญญา หรือสติสัมปชัญญะโดยตรงเท่านั้น. อย่างมากที่สุดที่มันจะสำแดงออก ก็เพียงถ้ามีสติสมบูรณ์จริงๆ ได้ที่เต็มที่แล้ว ก็จะสำแดงออกมาเป็นความเบากายเบาใจ สบายกายสบายใจอย่างที่บอกไม่ถูกเท่านั้นเอง. แต่อย่านึกถึงเรื่องนี้เป็นอันขาด

จะกลายเป็นที่ตั้งของอุปาทานอันใหม่ขึ้นมา แล้วมันก็จะ“ดับ” ไม่ลง, และมันจะ “เหลือ” อยู่เรื่อย คือเกิดเรื่อยที่เดียว เดียว จะได้กลุ่มกันใหญ่ไปกว่าเดิม. พวกที่ทำวิปัสสนาไม่สำเร็จ ก็เป็นเพราะจ้องจับเอาความสุขอยู่เรื่อยไป มุ่งนิพพานตามความยึดถือของตนอยู่เรื่อยไป มันก็ดับไม่ลง หรือนิพพานไม่ลงนั่นเอง มีตัวกูเกิดในนิพพานแห่งความยึดมั่นถือมั่นของตนเอง เสียเรื่อย. ฉะนั้น ถ้าจะภาวนาบ้าง ก็ต้องภาวนาว่า ไม่มีอะไรที่ควรยึดมั่นถือมั่น แม้แต่สิ่งที่เรียกว่านิพพานนั่นเอง. สัพเพ ธมฺมา นาลํ อภินิเวสยา - สิ่งทั้งหลายทั้งปวงไม่ควรยึดมั่นถือมั่น.

สรุปความว่า ทุกคำเข้าเข้านอน ต้องทำความแจ่มแจ้ง เรื่องความไม่ยึดมั่นถือมั่น ให้แจ่มกระจ่างอยู่เสมอ จนเคยชิน เป็นนิสัย จนถ้าเกิดตายไปในเวลาหลับ ก็ยังมีหวังที่จะไม่เกิดอีกต่อไป อยู่นั่นเอง. มีสติปัญญาอยู่เรื่อย อย่าให้อุปาทานว่าตัวกูหรือของกู เกิดขึ้นมาได้เลย ในทุกกรณี ทั้งกลางวันกลางคืน ทั้งตื่นและหลับ. นี้เรียกว่าเป็นอยู่ด้วยความดับไม่เหลือ หรือความไม่มีตัวตน มีแต่ธรรมอยู่ในจิตที่ว่างจากตัวตนอยู่เสมอไป, เรียกว่าตัวตนไม่ได้เกิด และมีแต่การดับไม่เหลืออยู่เพียงนั้น. ถ้าผลออกไป ก็ตั้งใจทำใหม่เรื่อย ไม่มีการทอดยหรือเบื่อหน่าย ในการบริหารใจเช่นนี้ เช่นเดียวกับเราบริหารกายอยู่ตลอดเวลาเหมือนกัน. ให้ทั้งกายและใจได้รับการบริหารที่ถูกต้อง คู่กันไปด้วยในทุก

กรณีที่ทำอยู่ ทุกลมหายใจเข้าออก เป็นอยู่ด้วยปัญญา ไม่มี
ความผิดพลาดเลย.

ที่นี้ก็มาถึง วิธีปฏิบัติอย่างที่ ๒ คือในเวลาจวนเจียนจะ
ดับจิตนั้น อยากจะกล่าวว่ามันง่ายเหมือนตกกระไดแล้วพลอย
โจน. มันยากอยู่ตรงที่ไม่กล้าพลอยกระโจนในเมื่อตกกระได
มันจึงเจ็บมาก เพราะตกลงมาอย่างไม่เป็นท่าเป็นทาง. ไหน ๆ
ก็เมื่อร่างกายนี้มันอยู่ของมันต่อไปไม่ได้แล้ว จิตหรือเจ้าของ
บ้านก็พลอยกระโจนตามไปเสียด้วยก็แล้วกัน. ให้ปัญญามัน
กระจ่างแจ่มขึ้นมาในขณะนั้น ว่าไม่มีอะไรที่น่าจะกลับมาเกิด
ใหม่ เพื่อเอาเพื่อเป็นเพื่อหวังอะไรอย่างใดต่อไปอีก หยุด
สิ้นสุด ปิดฉากสุดท้ายกันเสียที, เพราะไปแตะเข้าที่ไหน มีแต่
ทุกข์ทั้งนั้น ไม่ว่าไปเกิดเป็นอะไรเข้าที่ไหน หรือได้อะไรที่ไหน
มา. จิตหมดที่หวัง หรือความหวังละลาย ไม่มีที่จอด มันจึง
ดับไปพร้อมกับกาย อย่างไม่มีเชื้อเหลือมาเกิดอีก. สิ่ง
ที่เรียกว่าเชื้อ ก็คือความหวัง หรือความอยาก หรือความยึดมั่น
ถือมั่นอยู่ในสิ่งใดสิ่งหนึ่งนั่นเอง. สมมติว่าถูกควายขวิดจาก
ข้างหลัง หรือรถยนต์ทับ หรือตึกพังทับ ถูกลอบยิง หรือถูก
ระเบิดชนิดไหนก็ตาม ถ้ามีความรู้สึกเหลืออยู่ แม้สักครึ่ง
วินาทีก็ตาม จงโน้มจิตไปสู่ความดับไม่เหลือ หรือทำความดับ
ไม่เหลือให้แจ่มแจ้งขึ้นในใจ เหมือนที่เราเคยฝึกอยู่ทุกคำเข้า
เข้านอน ขึ้นมาในขณะนั้น แล้วให้จิตดับไป ก็เป็นการเพียง
พอแล้ว สำหรับการ “ตกกระไดพลอยโจน” ไปสู่ความดับไม่

มีเชื้อเหลือ. ถ้าหากจิตดับไปเสีย โดยไม่มีเวลาเหลืออยู่สำหรับให้รู้สึกได้ดังนี้ ก็แปลว่า ถือเอาความดับไม่เหลือ ที่เราพิจารณาและมุ่งหมายอยู่เป็นประจำทุกคำเข้าเข้านอนนั่นเอง เป็นพื้นฐานสำหรับการดับไป มันเป็นการดับไม่เหลืออยู่ดี ไม่เสียท่าเสียทีแต่ประการใด อย่าได้เป็นห่วงเลย.

ถ้าป่วยด้วยโรคที่เจ็บปวดหรือทรมานมาก ก็ต้องทำจิตแบ่งรับ ว่าอ้ายยิ่งเจ็บมากปวดมากนี้แหละ มันจะได้ดับไม่เหลือเร็วเข้าอีก เราชอบใจความเจ็บปวด! เมื่อเป็นดังนี้ ปิติในธรรม ก็จะข่มความรู้สึกปวดนั้นไม่ให้ปรากฏ หรือปรากฏแต่น้อยที่สุด จนเรามีสติสมบูรณ์อยู่ดังเดิม และเยาะเย้ยความเจ็บปวดได้.

ถ้าป่วยด้วยโรคเช่นอัมพาตและต้อดับด้วยโรคนั้น ก็ให้ถือว่าตัวเราสิ้นสุดไปแล้วตั้งแต่ขณะที่โรคนั้นทำให้หมดความรู้สึก ที่เหลือนอนตาปริบๆ อยู่ นั่น ไม่มีความหมายอะไรทั้งนี้เพราะว่า จิตของเราได้สมัครน้อมไปเพื่อความดับไม่เหลือ เสร็จสิ้นแล้วตั้งแต่ก่อนล้มเจ็บเป็นอัมพาต หรือตั้งแต่ความรู้สึกยังติดอยู่ในการเป็นอัมพาต ตลอดเวลาที่มีความรู้สึก. ครั้นหมดความรู้สึกแล้ว มันก็เลิกกัน แม้ว่าชีวิตยังไม่ดับทันที มันก็หาเป็นตัวตนอะไรที่เป็นตัวกูหรือของกูที่ไหนไม่. อย่าได้คิดเผื่อให้มากไป ด้วยความเขลาของตัวเองเลย. ยิ่งดี ๆ อยู่นี้แหละ รีบทำความดับไม่เหลือเสียให้สมบูรณ์ด้วยสติปัญญาเถิด มันจะรับประกันได้ไปถึงเมื่อเจ็บ แม้ในกรณีที่เป็นโรค

อัมพาดตั้งกล่าวแล้ว ไม่มีทางที่จะพ่ายแพ้ หรือเสียที่เสียท่า แก่ความเจ็บแต่ประการใดเลย. เพราะเราทำลาย “ตัวกู” ให้หมดความเกิดเสียแล้วตั้งแต่เมื่อร่างกายยังสบายติดอยู่นั่นเอง.

สรุปความในที่สุด ทั้ง ๒ ชนิดว่า จงมีจิตที่มีปัญญาแท้จริง มองเห็นอยู่ว่าไม่มีอะไรที่ควรยึดมั่นถือมั่นแม้แต่สักสิ่งเดียว. ในจิตที่ว่างจากความยึดมั่นถือมั่นโดยสิ้นเชิงอย่างนี้แหละ ไม่มี “ตัวกู” หรือ “ของกู” มีแต่ธรรมะที่เป็นความหลุดพ้นอย่างสมบูรณ์ ซึ่งเราจะสมมติเรียกว่าพระรัตนตรัย หรือมรรคผลนิพพาน หรืออะไรที่เป็นยอดปรารถนาของคนยึดมั่นถือมั่นนั้นได้ทุกอย่าง แต่เราไม่ยึดมั่นถือมั่นด้วยอุปาทานในสิ่งเหล่านั้นเลย จึงดับไม่เหลือ หรือ นิพพานได้จริงสมชื่อ. นิ แปลว่าไม่เหลือ, พาน แปลว่า ไป หรือดับ, นิพพาน แปลว่า ดับไม่เหลือ เป็นสิ่งที่มีลักษณะ ความหมาย การปฏิบัติ และอานิสงส์อย่างทีกล่าวนานี้แล.

ข้อความทั้งหมดนี้ยังย่ออยู่มาก แต่ถ้าขยันอ่านและพิจารณาพิจารณาอย่างละเอียดไปทุกตัวอักษร ทุกคำ ทุกประโยค ก็คงจะพิสดารได้ในตัวมันเอง และเพียงพอแก่การเข้าใจและปฏิบัติ. ฉะนั้นหวังว่าคงจะอ่านฟังอยู่เป็นประจำ โดยไม่ต้องคำนึงว่าก็เที่ยวก็จบ จนกว่าจะเป็นที่เข้าใจแจ่มแจ้งโดยปัญญา และมั่นคงโดยสมาธิ นำมาใช้ได้ทันทั่วทั้งที่ด้วยสติสมตามความประสงค์ ทุกประการ.

หวังว่าความฉลาดและก้าวหน้าในธรรม คงจะเป็นไป
ในหมู่แฟนธรรมะทั้งหลายของคุณด้วย.

ธรรมะ พรและเมตตา

Phnom Sinitoul



ฉบับไม่เหลือ

อย่าเข้าใจ ไปว่า ต้องเรียนมาก
 ต้องปฏิบัติ ลำบาก จึงพ้นได้
 ถ้ารู้จริง สิ่งเดียว ก็ง่ายตาย
 รู้ดับให้ ไม่มีเหลือ เชือกก็ลอง

เมื่อเจ็บไข้ ความตาย จะมาถึง
 อย่าพรันพรึง หวาดไหว ให้หม่นหมอง
 ระวังให้ ดีดี “นาทีทอง”
 คอยจดจ้อง ให้ตรงจุด หลุดได้ทัน

ถึงนาที สุดท้าย อย่าให้พลาด
 ตั้งสติ ไม่ประมาท เพื่อดับขันธ
 ด้วยจิตว่าง ปล่อยาว ทุกสิ่งอัน
 สารพัน ไม่ยึดครอง เป็นของเรา

ตกกระได พลอยกระโจน ให้ดีดี
 จะถึงที่ มุ่งหมาย ได้ง่ายเข้า
 สมัยครใจ “ดับไม่เหลือ” เมื่อไม่เอา
 ก็ดับ“เรา” ดับตน ดลนิพพานฯ

รายชื่อหนังสือ ชุดหมื่นดื้อ

อันดับ	เรื่อง	พิมพ์ครั้งที่	อันดับ	เรื่อง	พิมพ์ครั้งที่	อันดับ	เรื่อง	พิมพ์ครั้งที่
๑.	พระพุทธคุณक्षण	๔	๑	อยู่ ณ ที่นั้นเอง. เมื่อไม่		๔๔.	การเห็นพระพุทธเจ้า	
๒.	การศึกษาคืออะไร?	๑		รู้จักตัวเอง ก็ไม่รู้ว่าตน			พระองค์จริง และ	
๓.	การทำงานคืออะไร?	๑		ควรจะมีหน้าที่อะไร	๑		พระพุทธเจ้ามีอยู่ใน	
๔.	ทรัพย์สินสมบัติคืออะไร?	๑	๒๔.	ความเป็นพระอรหันต์	๑		ทุกหนทุกแห่ง	๑
๕.	สิ่งที่ดีที่สุดสำหรับมนุษย์	๑	๒๕.	ธรรมะคุ้มครองโลก	๑	๔๕.	ชีวิตที่ไม่เสียชาติเกิด	๑
๖.	ปัญหาที่เกิดจากการ		๓๐.	สุขของชีวิต กับ เสน่ห์		๕๐.	หลักเกณฑ์ที่จะช่วยโลก	
	ศึกษาไม่สมบูรณ์แบบ	๑		ของคุก	๑		ให้รอดอยู่ได้	๑
๗.	ปารวณา และธรรมะใน		๓๑.	กระแสแห่งชีวิตเป็นสิ่งที่		๕๑.	เลิกอายุแล้วมาอยู่กับ	
	ฐานะสิ่งที่ต้องศึกษา	๑		ต้องรู้จัก	๑		อดัมมยดา	๒
๘.	ชาติในปัจจุสมุปาบาท	๑	๓๒.	สิ่งแรกที่จะต้องรู้จักนั้น		๕๒.	ความไม่เห็นแก่ตัว	
๙.	ทางออกที่ ๓ แห่งยุค			คือความทุกข์	๑		และความสุขสามระดับ	๑
	ปัจจุบัน	๑	๓๓.	การหมดความเห็นแก่ตัว		๕๓.	อารัมภกถาของการเลิก	
๑๐.	การบวชคืออะไร?	๑		คือหมดทุกข์	๑		อายุ	๑
๑๑.	ศาสนาคืออะไร?	๑	๓๔.	ชีวิต คือชนอันทั้งห้า		๕๔.	พระรัตนตรัยนั้นแหละ	
๑๒.	ตัวคนคืออะไร?	๑		มิใช่ตัวคน	๑		คือตัวพุทธศาสนา	๑
๑๓.	อานาปานสติภาวนา	๑	๓๕.	อดัมมยดาภา	๒	๕๕.	ชีวิตที่มีพื้นฐาน และสิ่งที่	
๑๔.	ธรรมะในฐานะสิ่งที่ต้อง		๓๖.	อดัมมยดาประทุกต์	๒		เป็นพื้นฐานของชีวิต	๑
	ศึกษาทั้งชนิดมีตัวตน		๓๗.	อดัมมยดาใช้หยาอะไร		๕๖.	อริยสัจจนละอดัมมยดาภา	
	และไม่มีความ	๑		ได้บ้าง	๒		และ อดัมมยดาภิธรรม	
๑๕.	คุณพระไม่ตาย	๑	๓๘.	เด็กจะเป็นผู้สร้างโลก			จักร	๑
๑๖.	คุณพระไม่ตายและ			ในอนาคต	๑	๕๗.	อดัมมยดาเท่าที่ควรจะรู้จัก	
	เกิดมาทำไม?	๑	๓๙.	คู่มืออานาปานสติภาวนา			กันไว้บ้าง และอดัมมยดา	
๑๗.	ความรักดี	๑		อย่างสมบูรณ์แบบ	๒		ช่วยได้ในทุกกรณี	๑
๑๘.	เกี่ยวข้อสิ่งที่เรียกว่า		๔๐.	การใช้อานาปานสติให้เป็น		๕๘.	เรื่องที่ต้องรู้หรือควรรู้	๑
	"พระเจ้า"	๑		ประโยชน์ในบ้านเรือน	๒	๕๙.	อิทธิปัจจัยดาในฐานะ	
๑๙.	ครูคือผู้ที่ทำหน้าที่สร้างโลก	๑	๔๑.	บทช่วยจำสำหรับเรื่อง			หัวใจแห่งพระพุทธศาสนา	๑
๒๐.	การทำวัตรตามแบบ			อดัมมยดา	๑	๖๐.	อดัมมยดา	๑
	โบราณ	๑	๔๒.	อดัมมยดา กับ สันติภาพ	๑	๖๑.	การสืบทอดพระพุทธศาสนา	๑
๒๑.	ประมวลปรมัตถธรรมที่		๔๓.	พระรัตนตรัยที่ท่าน		๖๒.	สุดยอดของความถูกต้อง	
	คนธรรมดาควรทราบ	๑		ทั้งหลายยังไม่รู้จัก	๒		คือ นิพพาน	
๒๒.	โลกอื่น	๑	๔๔.	การพัฒนาชีวิตโดยพระโค		๖๓.	พระคุณของแม่	๑
๒๓.	ความเกิดแห่งทุกข์ และ			ลักษณะจิตเป็นอดัมมโย	๑	๖๔.	ประมวลรูปแบบแห่ง	
	ความไม่เกิดแห่งทุกข์	๑	๔๕.	ปาฏิหาริย์แห่งอดัมมยดา	๑		สากลพระธรรมจริย	๑
๒๔.	นิวรรณ์	๒	๔๖.	สหายธรรมของอดัมมยดา		๖๕.	การคงอยู่ได้อ่านาง	
๒๕.	วันครู	๑		และ อดัมมยดาแก้ปัญหา			ของระบบประสาท	๑
๒๖.	แผ่นดินทองต้องสร้าง			ของมนุษย์ยุคปรมาณู	๑	๖๖.	ดับไม่เหลือ	๑
	ด้วยแผ่นดินธรรม	๑	๔๗.	พระพุทธเจ้าที่ท่านยังไม่				
๒๗.	เมื่อพอใจในหน้าที่ ที่			รู้จักและอุดมคติของ				
	กำลังกระทำ ก็มีสวรรค์			ความเป็นแพทย์	๒			

ดับไม่เหลือ

- วิธีปฏิบัติเพื่อดับไม่เหลือมี ๒ ชนิด.
- คือทำเป็นประจำวัน และ เมื่อถึงคราวร่างกายจะแตกดับ.
- พิจารณาให้เห็นโทษของความยึดมั่นถือมั่นเป็นประจำวัน.
- เกิดทุกข์ที่เป็นทุกข์ทุกที ตัวกูเกิดเมื่อไรก็เป็นทุกข์เมื่อนั้น.
- อวิชชาคือ แม่ของตัวกู, ฆ่าเสียได้ด้วยปัญญาที่รู้ว่า ไม่มีอะไรควรยึดมั่นถือมั่น สพุเพ ธมฺมา นาลิ อภินิเวสาย.
- เมื่อถึงคราวร่างกายจะแตกดับ ก็ตกกระไดพลอยโจน.
- ว่าไม่มีอะไรที่น่าจะกลับมาเกิดใหม่ จิตก็ดับไปพร้อมกับกาย ไม่มีเชื้อเหลือมาเกิดอีก.
- ต้อนรับ ความเจ็บปวดทรมาน ด้วยความชอบใจ ที่ทำให้ต้องเร่งทำจิตให้ดับไม่เหลือเร็วขึ้น.
- สรุปความว่า วิธีปฏิบัติทั้ง ๒ ชนิด ก็อยู่ที่ มีปัญญาไม่ยึดมั่นถือมั่นในอะไร ไม่มีตัวกู-ของกู มีแต่ธรรมะที่เป็นความหลุดพ้น.