

ธรรมานุสรณ์ ของขวัญทางปัญญา

ดับไม่เหลือ

ธรรมะเตือนใจ เนื่องในงานศพ

พุทธทาสภิกขุ ❀ ปญฺญานันทภิกขุ

ดับไม่เหลือ

ธรรมะเตือนใจเนื่องในงานศพ



ธรรมเทศนา หลวงพ่อพุทธทาสภิกขุ : หลวงพ่อปัญญาันทภิกขุ



เพื่อความเข้าใจในสังขารธรรมแห่งชีวิต

เพื่อการพัฒนาจิต และ เจริญปัญญา





พุทธศาสนสุภาษิต: พิจารณาความตาย

ชีวิตนี้น้อยนัก ชีวิตนี้สั้นนัก

อบุปรุ วัต ชีวิติ อิทิ

สรรพสัตว์ทั้งหลายล้วนก้าวเดินไปสู่ความตาย

สพเพ มจจุปรายนา

ธรรมานุสรณ์

แม้ชอนกายในกลีบเมฆกลางเวหา
จะชอนตัวในหุบเขาลำเนาไพร
ถึงรูปร่างลอลักษณ์สักเพียงไหน
ชีวิตนี้ไม่ดำรงคงถาวร

ชอนกายากลางสมุทรสุดวิสัย
ณ ถิ่นใดพันตายนั้นไม่มี
ที่สุดไซร้ยอมเฝ้าเหม็นเป็นเหยื่อหนอน
ความม้วยมรณ์เท่านั้นเป็นความจริง

ความตายเป็นสิ่งแน่นอนที่เราท่านทุกคนต้องพบไม่ในวันใดก็วันหนึ่ง ทุกครั้งที่ท่านได้ไปร่วมงานศพ ควรได้รับความสงบและธรรมสังเวชข้อนี้เป็นเครื่องเตือนจิตสะกิดใจมิให้ประมาทขาดสติ ให้รับรู้และยอมรับความเป็นจริงของชีวิต เพื่อปรับสภาพจิตใจให้อยู่ในสภาพปกติให้มากที่สุดในเวลาอันสมควร จะได้ดำเนินชีวิตอย่างถูกต้อง เข้าทำนองว่า “เผาศพทั้งที่เผาผีในใจเสียด้วย” หากทำได้เช่นนี้ นอกจากได้บุญคือจิตผ่องใสแล้ว ยังเป็นกุศล คือความรู้ความเข้าใจถึงความจริงแห่งชีวิตด้วย

อนึ่ง เพื่อเป็นประโยชน์แก่การเจริญมรณสติ จึงได้คัดธรรมกถาของท่านอาจารย์พุทธทาส เรื่อง “ดับไม่เหลือ” มาผนวกไว้ เพื่อเป็นแนวทางปฏิบัติทางจิต ชนิดเตรียมพร้อมอย่างตลอดเวลาอีกประการหนึ่ง

ธรรมสภา ปรรอณาเป็นอย่างยิ่งว่า “ดับไม่เหลือ” เล่มนี้ จักอำนวยประโยชน์แก่ท่านให้เข้าใจถึงความจริงของชีวิต และพบกับแสงสว่างแห่งพระธรรมของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระบรมศาสดาของพวกเรา พุทธบริษัททั้งหลายสืบไป

ด้วยความสุจริต หวังดี

ธรรมสภาปรรอณาให้โลกพบกับความสงบสุข



สารบัญ

ธรรมะเตือนใจเรื่องในงานศพ : หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ

ทำไมจึงนิมนต์พระมาในงานศพ

๕

ความตายเป็นที่สิ้นสุดแห่งสรรพสิ่งทั้งปวง

๖

การทำศพของชาวพุทธในต่างแดน

๗

งานศพของชาวพุทธในประเทศไทย

๘

มาช่วยกันปฏิรูปงานศพ

๙

ธรรมะเตือนใจเรื่องในงานศพ

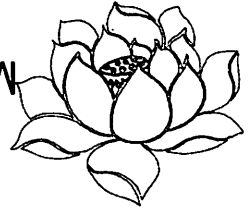
๑๐

ฉบับไม่เหลือ : หลวงพ่อพุทธทาสภิกขุ

๑๑

ธรรมะเตือนใจเนื่องในงานศพ

พระพรหมมังคลาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ)



ญาติโยมพุทธบริษัททั้งหลาย

ณ บัดนี้ ถึงเวลาของการฟังปาฐกถาธรรม อันเป็นหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาแล้ว ขอให้ทุกท่านอยู่ในอาการสงบ ตั้งใจฟังด้วยดี เพื่อให้ได้ประโยชน์อันเกิดขึ้นจากการฟัง ตามสมควรแก่เวลา

ทำไมจึงนิมนต์พระมาในงานศพ

อยากจะทำความเข้าใจกับญาติโยมสักเล็กน้อย ในเรื่องของการศพของเรา ซึ่งมักเข้าใจกันว่าพระศพหรือสวดมี คนที่สุภาพก็เรียกว่าพระศพ พุทฺธทั้งสองอย่างมันก็ไม่ถูกทั้งนั้น คือ พระไม่ได้สวดศพไม่ได้สวดมีอะไร แต่ว่าที่สวดกันอยู่นั้นเป็นเรื่องสวดให้คนเป็นฟัง ไม่ได้สวดให้คนตายฟัง

แม้เวลาพระจะให้ศีล พระจะเริ่มสวดก็มีคนไปเคาะข้างโถงบอกให้ลุกขึ้นรับศีล ให้ลุกขึ้นฟังพระสวด เคาะอย่างนี้ไม่ได้เคาะให้ศพในโถงลุกขึ้น แต่ว่าเพื่อที่จะเตือนคนเป็นให้เกิดความรู้สึกสำนึกตัว ให้รู้สึกว่าคุณเออะ...ตายแล้วลุกขึ้นรับศีลก็ไม่ได้ ทำบุญก็ไม่ได้ จะกินก็ไม่ได้ ซึ่งก็แปลว่า ตายแล้วนี่ทำอะไรไม่ได้ การกระทำทั้งหลายต้องทำเมื่อยังมีชีวิตอยู่

ความตายเป็นที่สิ้นสุดแห่งสรรพสิ่งทั้งปวง

แต่ว่าทำไมจึงได้นิมนต์พระมาสดในงานศพ เรื่องมันเป็นอย่างนี้ คือว่า สมัยก่อนนี้เวลามีใครตายขึ้นนั้น คนที่ยังมีชีวิตอยู่ก็มีความทุกข์มีความเสียดาย เพราะความรักความชอบใจกัน

เมื่อความทุกข์เกิดขึ้นในครอบครัวใด พระท่านก็ไปทำหน้าที่ปลอบโยน จิตใจคนในครอบครัวนั้น คือไปพูดธรรมะให้ฟัง พูดเพื่อให้เขาได้เกิดความรู้ความ เข้าใจในเรื่องอะไรต่างๆ ให้เห็นชัดตามสภาพที่มันเป็นจริง ความทุกข์ที่กลุ่มรวม อยู่ในจิตใจนั้นก็จะมีอันคลาย เพราะเขาได้รู้ว่าความตายนั้นเป็นเรื่องธรรมชาติ

คนเราเกิดมาก็ต้องตายกันทั้งนั้น . . .

ท่านเปรียบเหมือนกับภาชนะดินที่นายช่างหม้อกระทำแล้ว

สูกบ้าง ดิบบ้าง . . . ภาชนะนั้นก็แตกทั้งนั้น

แสดงให้เห็นว่าสิ่งทั้งหลาย ต้องมีอันแตกดับไปเป็นธรรมดา

ก็ไปพูดเพื่อกล่อมเกล้าจิตใจคนให้คลายจากความทุกข์เดือดร้อนทางใจ อันนี้เป็นเรื่องที่พระทำกันมาตั้งแต่โบราณ แต่ว่ามาในสมัยหลังๆ นี้ พระเราที่มีความรู้หน่อย ไม่สามารถจะแสดงธรรมให้ญาติโยมฟังได้ เมื่อไม่มีความสามารถจะแสดงธรรมให้ฟังก็เลยไปสวดให้ฟัง

ความจริงคำที่สวดนั้นก็เป็นการเตือนใจ เป็นคำสอนที่จะให้เรารู้ความจริง ของชีวิตทั้งนั้น แต่ญาติโยมไม่ได้เรียนภาษาบาลีก็ฟังไม่รู้เรื่อง ไม่เข้าใจความหมาย ฟังๆ ไปอย่างนั้นเอง เลยไม่ได้ความรู้ความเข้าใจอะไร จะว่าไม่ได้เสียเลยมันก็ไม่ถูกนัก ก็ได้บ้าง คือได้เพียงขั้น "บุญ" ไม่ถึงขั้น "กุศล"

"บุญ" นั้นมันเป็นเรื่องความอิมใจสบายใจ ในเมื่อเราทำอะไรถูกต้อง ตามประเพณี ตามพิธีต่างๆ ที่เราได้เคยกระทำกันมา ทำแล้วสบายใจ อันนี้เขา เรียกว่าได้บุญ แต่มันไม่ถึงขั้นที่เป็นกุศล

"กุศล" นั้นคืออะไร?

กุศลนั้นก็คือตัวปัญญา ตัวความรู้ ตัวความเข้าใจ

ถ้าเปรียบเป็นวัตถุก็เหมือนกับว่าแสงสว่าง วัตถุกลเรียกว่าเป็นแสงสว่าง เมื่อเกิดขึ้นในใจแล้วมันทำให้สว่างขึ้นมา ความมืดหายไป ความหลงผิด ความเข้าใจผิด ความเชื่อที่มกมายทั้งหลายทั้งปวงก็หายไป เพราะอำนาจของกุศล

การทำศพของชาวพุทธในต่างแดน

อาตมาไปประเทศอังกฤษ แล้วก็ได้ไปเรียนรู้เรื่องงานศพของพุทธบริษัทในอังกฤษ นายคริสมัส ฮัมฟรีย์ แกเป็นนายกพุทธสมาคม เพื่อนของแกคนหนึ่งตาย เลยตั้งระเบียบขึ้นว่า เมื่อนำศพไปถึงป่าช้าแล้วทุกคนที่ไปประชุมนั้นลุกขึ้นกล่าว คำบูชาพระรัตนตรัย เมื่อได้บูชาพระรัตนตรัยเสร็จแล้ว ก็มีคนมาขอสมาทานศีล แล้วแกก็ให้พระองค์หนึ่งไปในงานนั้นให้ศีล เมื่อรับศีลเสร็จแล้ว ก็อัญเชิญคำสอนที่มีอยู่ในพระไตรปิฎกที่เกี่ยวกับเรื่องความจริงของชีวิตมาอ่านให้ที่ประชุมฟัง โดยมากเป็นธรรมนิยามสูตรที่กล่าวถึงเรื่องความจริง ๓ ประการ เมื่อกล่าวเสร็จแล้วก็มีการวางดอกไม้เครื่องสักการะที่เคารพ ทุกคนก็ยืนสงบเป็นเวลา ๒ นาที ยืนสงบนิ่ง ๒ นาทีแล้วก็เอาศพเข้าไปในเตา ขณะศพที่เลื่อนเข้าไปนั้นเปิดเพลงธรรมะที่เป็นเรื่องแสดงถึงความจริงของสรรพสิ่งทั้งหลาย แล้วหีบก็ค่อยๆ เคลื่อนไปในเตา พอประตูเตาปิดปุ๊บไฟลุกฟุ้งเลย...เป็นอัตโนมัติ ไม่ต้องให้ใครจุดแล้ว ขณะศพอยู่ในเตานั้นเขาก็เอาธรรมะมาอ่านกันอีก ๑๐ นาที เสร็จแล้วก็กลับไป...นี่เขาทำพิธีอย่างนั้น

เวลาที่ศพอยู่ที่บ้านเขา เขาวางไว้เฉยๆ ยังไม่ใส่หีบ แต่ว่าเขาไปเอาคนมาแต่งศพ...แต่งให้หน้ายิ้ม เมศัพหน้าตาสวยเหมือนกับนอนหลับอย่างนั้นแหละ แล้วเขาก็ให้นอนอยู่บนเตียงในห้องๆหนึ่ง ๒ วัน ๓ วันก็ได้ สุดแล้วแต่ความสะดวก พอถึงวันจะเอาไปเผาก็เอาหีบมาใส่ แล้วยกหีบไปป่าช้า...ทันสมัย ไม่ยึดเยื้อ

ที่นี่ ศพชาวเอเชียเรานี่ ศพชาวอินเดียนี้เรียกว่าง่ายที่สุด ไม่ยึดยาวอะไร ชาวอินเดียนั้นเมื่อตายแล้วเขาไม่มีโลงใส่ศพ ถ้าคนตายเขาก็ห่อ...ห่อมิดชิด ห่อ

มัดหัวมัดท้าย เหมือนแบบตราสังข์บ้านเราล่ะ ถ้าเป็นผู้หญิงก็ห่อด้วยผ้าสีแดง ถ้าเป็นผู้ชายก็ห่อด้วยผ้าขาว แล้วเขาก็พาไปป่าช้า ไปอาบน้ำที่ป่าช้า อาบนี้คือ เอาไปจุ่มน้ำ ถ้าเผาที่ริมแม่น้ำคงคา เขาก็เอาศพลงไปจุ่ม ๒ - ๓ ครั้ง เพื่อล้างบาป เสร็จแล้วก็ยกเอาศพมาวางไว้บนดินนั่นแหละ สัปเหร่อก็ตั้งไม้พินกลางแจ้ง วางเป็นชั้นขึ้นไป แล้วก็ยกศพขึ้นวาง พวกญาติก็เดินเวียนรอบศพ เวียน ๓ รอบ แสดงความเคารพต่อศพ...ถือหม้อน้ำด้วยนะ พอครบ ๓ รอบ ทูบหม้อน้ำให้แตก การทูบหม้อน้ำให้แตกนั้นก็เพื่อเป็นเครื่องสาดชีวิตเหมือนกับหม้อน้ำ หม้อน้ำ นี้มีอันจะต้องแตกเป็นธรรมดา เขาทูบให้แตกแล้วเขาก็จุดไฟเผา คนที่มีเกียรติ จุดไฟเผานั้นคือลูกชายคนหัวปี เขาเผากันกลางแจ้งเลยทีเดียว

การทำศพของชาวพุทธในประเทศลังกานั้น เมื่อตายลงเขาก็จะประกาศทางวิทยุ ว่าคนชื่อนั้นได้ถึงแก่กรรมแล้วจะนำศพไปป่าช้าเวลาเท่านั้น คนที่รู้เขาก็มาเยี่ยมศพ เมื่อมาถึงก็มานั่งนิ่ง เขาไม่มาทักทายปราศรัยกัน ไม่หัวเราะกัน เขามานั่งเงียบๆ มาถึงก็มานั่งประชุมเงียบเพื่อไว้อาลัยแก่ผู้ตาย เขาไม่เลี้ยงอะไร ด้วยนะ ทุกคนมานั่งนิ่งๆ พอสมควรเขาก็ลุกขึ้นกลับไป พอถึงเวลาเขาก็จะเอาศพไปป่าช้า เขาจัดเป็นกระบวน พระเดินหน้าเหมือนบ้านเราเหมือนกัน

งานศพของชาวพุทธในประเทศไทย

บ้านเรานี่เอาเด็กมาบวชหน้าศพเหมือนเล่นละครกัน อาตมานี้ไม่บวชหน้าศพให้ใคร ใครจะมาบวชจูงหน้าศพก็บอกว่า ถ้าจะบวชก็มาบวชกันจริงจัง หน้าร้อนมาบวช ถ้ามันโตแล้ว...ใครอยากจะทำบวชหน้าศพก็บอกว่า เธอไปยืนที่หน้าศพคุณพ่อคุณแม่ ยืนแล้วก็พูดตั้งๆ ให้คนได้ยินด้วยว่า ต่อหน้าศพของคุณแม่ ข้าพเจ้าขอปฏิญาณตนจะงดเว้นจากความชั่วตลอดชีวิต ถ้าเธอไปปฏิญาณต่อหน้าศพคุณพ่อคุณแม่ แล้วก็รักษาคำปฏิญาณนี้ไว้จนกระทั่งหมดลมหายใจ นั่นแหละยอดบวชแหละ...อานิสงส์มันมาก

การบวช คือ การงดเว้น ไม่ต้องโกนคิ้ว นุ่งเหลืองห่มเหลืองก็ได้ แต่เรามาตั้งใจว่าจะงดเว้นจากความชั่วทุกประการ ต่อน้ำเปลวเพลิงเผาศพของคุณพ่อคุณแม่ ไปตั้งสัตย์ปฏิญาณให้ดี แล้วก็ตั้งอธิษฐานต่อน้ำเปลวเพลิงที่กำลังเผาไหม้สรีระร่างกายของคุณพ่อคุณแม่

งานศพบ้านเรานี้ก็เอาแบบอย่างชาวจีน จึงได้ยืดยาวไปหน่อย แต่ว่าถ้าเป็นบ้านนอกนี้เขาไม่ยืดยาวอะไรหรอก เขาไว้ ๒ คืน ๓ คืน แล้วก็เอาไปเผา

สมัยเด็กๆก็เห็นว่าเขาไม่ไว้นาน เพราะสมัยนั้นไว้นานไม่ได้ โลงนี้ไม่มีกัน ไม่มีฝาปิด ข้างล่างก็ไม่มี ข้างบนก็ไม่มี มีไม้ไผ่ ๗ ซี่ เขาเรียกว่า ฝา ๗ ซี่ เอาไปรองศพ เอาเสื่ออะไรรอง แล้วก็เอาศพวางบนนั้นเอาผ้าคลุมๆไว้ ถ้าไว้หลายวัน... ไม่ได้ฉีดยา นิมนต์พระไปฉันอาหาร ก็เรียกว่าเกลือกกลั้วไปด้วยกลิ่นของสหายในโลงด้วย จึงไม่ไว้นาน อย่างมาก ๓ คืน แล้วก็เอาไปเผาที่ป่าช้า ทำอย่างนั้น

ใครมาทำศพวัดนี้ อาตมาก็มักจะมาเยี่ยม พอมีศพก็มาถาม ใครตาย? ตายด้วยเรื่องอะไร? ถามเพื่อรู้เรื่อง...หาข้อมูล เวลาเทศน์ก็จะได้เทศน์ให้เหมาะแก่เรื่องที่เขายตาย จะได้สอนเขาอย่างนั้น แล้วก็แนะนำว่าจะไว้กี่คืน

ค่านิยมในบ้านเรามีหลายอย่าง ที่เรียกว่าทำให้เกิดความสิ้นเปลืองในเรื่องอะไรต่างๆ แต่ว่าในกรุงนี้ค่อยดีแล้ว ชานกรุงยังแยะอยู่ ค่านิยมมันทำให้เสียเงินมากๆ ไปเช่าเมรุมาราคา ๓ หมื่น เอามาตั้งกลางแจ้ง แล้วก็เวลาขึ้นนี้ก็ขึ้นไปลำบาก คนขึ้นไปเผาก็ยาก นี่มันเรื่องค่านิยม...เอาหน้าเอาตา

มาช่วยกันปฏิรูปงานศพ

ที่นี่เราก็น่าควรจะได้ปรับปรุงเปลี่ยนแปลงอะไรให้ดีขึ้น เช่น การเลี้ยงกัน ครั้งหนึ่งคราวหนึ่งในงานศพ เป็นเงินมิใช่น้อย...เราไม่ค่อยคิด

ครั้งหนึ่ง อาตมาไปเทศน์ที่วัดเทพศิรินทร์ ศพท่านนายพลเอก ตั้งโต๊ะตั้งแต่นี้ไปเสียยาวเลย จัดเป็นแถวสวยงามเรียบร้อย ยังไม่ถึงเวลาก็เดินหาข้อมูลรอบๆ

ศาลา มีระเบียบดี มีวัฒนธรรม ที่นี่ก็ถามว่าที่เราจัดที่นี่คืนละเท่าไร เขาบอกว่า
นิดหน่อยหลวงพ่อกับคืนละ ๖ พัน กินเล่นกันคืนละ ๖ พัน ไม่ใช่บ่อยๆนะ ๗ คืน
คืนละ ๖ พัน กว่าจะได้เอาศพไปเผาเสียเท่าไร...ไม่ใช่บ่อยๆ อาตมานี้ก็เก็บไว้
ในใจ พอขึ้นธรรมสาสน์ก็เทศน์เรื่องนี้ ทำไมจะต้องเลี้ยงกัน กินเล่น กินสวนกิน
ไม่ได้กินนั้นก็ไม่มีค่าอะไร เพราะทุกคนรับประทานมาแล้ว ขอฝากท่าน
ผู้ใหญ่ที่มานั่งฟังธรรมะในที่นี้ด้วย...ฝากไปด้วย

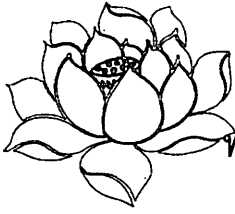
ธรรมะเตือนใจเนื่องในงานศพ

สำหรับเราที่มาในงานศพนั้น ก็ควรจะมานั่งพิจารณาเอาศพนี้เป็นบทเรียน
เป็นเครื่องเตือนใจให้เรารู้ว่า สักวันหนึ่งเราจะต้องเป็นอย่างนี้ เราหนีจากความ
เป็นจริงอย่างนี้ไปไม่ได้ และรู้ไม่ได้ว่าจะเป็นอย่างเมื่อไหร่ ณ ที่ใด ด้วยวิธีอะไร

ตายนี้มันง่าย แต่เกิดนี้มันยาก เมื่อใครตายเรามักจะพูดกันว่า ไม่นึกเลย
ว่าจะตาย นี่แสดงว่าเราไม่ได้เจริญมรณสติ คือไม่ได้คิดถึงเรื่องความตายไว้บ้าง
พระพุทธเจ้าท่านสอนไว้ว่า ให้นึกถึงความตายไว้บ้าง เพื่อจะเตือนมิให้ประมาท
ไม่ให้มัวเมา ให้รู้ว่าชีวิตเรามีมันน้อยมันสั้น อาจจะต้องดับเมื่อไหร่ก็ได้ และเมื่อรู้ว่า
ตัวจะตายอย่าไปท้อแท้อ่อนอกอ่อนใจเพราะมันจะตาย อย่างนั้นมันไม่ถูกต้อง
ท่านต้องการให้เราพิจารณาถึงความตาย แล้วไม่ประมาท คือ ให้เรารู้ว่าเรา
เกิดมาทำไม อยู่เพื่ออะไร ควรจะใช้ชีวิตอย่างไร มีสิ่งใดที่เราควรจะทำควรจะทำ
ก็ต้องรีบทำเสีย การทำงานของเราก็จะก้าวหน้า เพราะการไม่ประมาท

ฉะนั้น เมื่อมางานศพจะต้องให้ได้รู้เรื่องได้เข้าใจ เอาความตายมาเป็น
เครื่องเตือนใจว่า เอ๊ะ! เมื่อไหร่จะถึงวาระของเราบ้าง...ถามอย่างนั้น แล้วก่อน
ที่เราจะถึงวาระนั้นเราควรจะทำอะไร เราควรจะใช้ชีวิตอย่างไร จงทำแต่เรื่องที่เป็น
ประโยชน์ที่เป็นคุณเป็นค่า เรื่องอะไรทั้งหลายก็จะเรียบร้อย

ดังที่ได้แสดงมาก็สมควรแก่เวลาแล้ว ขอยุติไว้แต่เพียงเท่านี้



ดับไม่เหลือ

พระธรรมโกศาจารย์ (หลวงปู่พุทธทาสภิกขุ)

ธรรมเทศนาที่ยังเป็นเพียงคำสอนอยู่นั้น...ยังช่วยใครไม่ได้

ถ้าเมื่อใดคำสั่งสอนนั้นๆ มีผู้เห็นด้วยแล้วพากันทำตาม

เมื่อนั้นคำสั่งสอนเหล่านั้นก็จะกลายรูปเป็นองค์พระธรรม

ซึ่งสามารถคุ้มครองผู้เห็นจริงแล้วปฏิบัติตามได้

เหมือนเครื่องกันฝนใหญ่ๆ ช่วยคุ้มฝนให้ในฤดูฝน

เรื่องความดับไม่เหลือนั้น มีวิธีปฏิบัติเป็น ๒ ชนิด คือ ตามปกติ ขอให้มีความ

ความดับไม่เหลือแห่งความรู้สึกยึดถือ "ตัวกู" หรือ "ของกู" อยู่เป็นประจำ นี้

อย่างหนึ่ง อีกอย่างหนึ่งหมายถึง เมื่อร่างกายจะต้องแตกดับไปจริงๆ ขอให้ปล่อย

ทั้งหมด รวมทั้งร่างกายชีวิตจิตใจ ให้ดับเป็นครั้งสุดท้าย ไม่มีเชื้ออะไรเหลืออยู่

หวังอยู่ สำหรับการเกิดมีตัวเราขึ้นมาอีก

ฉะนั้น ตามปกติประจำวันก็ใช้อย่างแรก ถึงคราวจะแตกดับทางร่างกาย

ก็ใช้อย่างหลัง ในกรณีทีประสບอุบัติเหตุไม่ตายทันที มีความรู้สึกเหลืออยู่บ้าง

ชั่วคราว...ก็ใช้อย่างหลัง ถ้าสิ้นชีวิตไปอย่างกะทันหัน ก็หมายความว่า ดับไปใน

ความรู้สึกตามวิธีอย่างแรกอยู่ในตัว และเป็นอันว่ามีผลคล้ายกัน คือ ไม่มี ความ

อยากเกิดอีกนั่นเอง

วิธีปฏิบัติอย่างที ๑ ที่ให้ทำเป็นประจำวันนั้น หมายความว่า มีเวลาว่าง

สำหรับทำจิตใจเมื่อไร ก่อนนอนก็ดี ตื่นนอนใหม่ก็ดี ให้สำรวจจิตเป็นสมาธิ

ด้วยการกำหนดลมหายใจ (หรืออะไรก็ได้แต่ถนัด) พอสมควรก่อน แล้วพิจารณา

ให้เห็นความที่สิ่งทั้งหลายทั้งปวง ทุกสิ่งไม่ควรยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นเราหรือเป็น

ของเราแม้แต่สักอย่างเดียว เป็นเรื่องอาศัยกันไปในการเวียนว่ายตายเกิดเท่านั้น

เอง ยึดมั่นในสิ่งใดเข้าก็เป็นต้องทุกข์ทันทีและทุกข์

การเวียนว่ายตายเกิด นั้นเล่าก็คือ การทบทวนกรรมโดยตรง เกิดทุกที่เป็นทุกซ์ทุกที่ เกิดทุกชนิด เป็นทุกซ์ทุกชนิด ไม่ว่าจะเกิดเป็นอะไรก็เป็นทุกซ์ไปตามแบบของการเกิดเป็นอย่างนั้น เกิดเป็นแม่ก็ทุกซ์อย่างแม่ เกิดเป็นลูกก็ทุกซ์อย่างลูก ฉะนั้นผู้ไม่เกิดเป็นอะไรเลย คือ "ดับไม่เหลือ" ไม่ได้

แต่ที่นี้ สำหรับการเกิด หรือคำว่า "เกิด" นั้น อย่างหมายถึงการเกิดจากท้องแม่ ที่แท้หมายถึงการเกิดของจิต คือของความรู้สึกรู้สึกขึ้นมาคราวหนึ่งๆ ว่ากูเป็นอะไร เช่น เป็นลูก เป็นคนจน เป็นคนมี คนสวย คนไม่สวย คนมีบุญ คนมีบาป นี่แหละเรียกว่าความยึดถือหรืออุปาทานว่า "ตัวกู" "ของกู" เป็นอย่างไร ตัวกูหรือของกูอย่างที่กล่าวนี้ เรียกว่า "อุปาทาน" มันเกิดจากท้องแม่ของมันคือ อวิชชา มันเกิดวันหนึ่งไม่รู้ที่สืบครั้งก็ร้อยครั้งหรือไม่รู้ที่ชาติ เกิดทุกคราวเป็นทุกซ์ ทุกคราวอย่างไม่มีทางที่จะหลีกเลี่ยง ทุกคราวที่ตาเห็นรูป หรือหูได้ยินเสียง หรือจมูกได้กลิ่น หรือลิ้นได้รส หรือกายได้สัมผัสผิวน้ำ หรือจิตมันปรุงเรื่องเก่าๆ เป็นความคิดเป็นเรื่องเป็นราวขึ้นมาเองก็ตาม ถ้าควบคุมไว้ไม่ดีแล้ว "ตัวกู" เป็นได้โผล่หรือเกิดขึ้นมาทันที และต้องเป็นทุกซ์ทันทีที่ตัวกูโผล่ขึ้นมา ฉะนั้น จงระวัง เพียงแต่ตาเห็นรูป หรือหูได้ยินเสียง เป็นต้น แล้วเกิดสติปัญญาว่าควรจัดการอย่างไร ก็จัดไป หรือหนึ่งเสียก็ได้ อย่างนี้ไม่เป็นไร ขออย่างเดียวอย่าให้ "ตัวกู" ถูกปรุงขึ้นมา จากตัณหาหรือเวทนา อันเกี่ยวเนื่องกับสิ่งที่ได้เห็น หรือว่าได้ยินเป็นต้นนั้น อย่างนี้ เรียกว่า "ตัวกู" ไม่เกิด คือไม่มีชาตินั้นเอง เมื่อไม่เกิดไม่ตาย หรือไม่ทุกซ์อย่างใด นี่แหละคือข้อที่บอกให้ทราบว่าการเกิดนั้นไม่ใช่หมายถึงการเกิดจากท้องแม่ทางเนื้อหนังโดยตรง แต่คือการเกิดทางจิตใจ ตัวกูที่เกิดจากแม่ของมันคืออวิชชา

การ "ดับไม่เหลือ" ในที่นี้ ก็คืออย่าให้ตัวกูดังกล่าวนั้นเกิดขึ้นมาได้มันนั่นเอง เมื่อแม่ของมันคืออวิชชา ก็ให้แม่ของมันเสียด้วยวิชชาหรือปัญญาที่รู้ว่าไม่มีอะไรควรยึดมั่นถือมั่นนั่นเอง หรืออีกอย่างก็ว่ามันเกิดได้เพราะเราผลอสติ ฉะนั้นเราอย่าผลอสติเป็นอันขาด ถ้าเป็นคนที่มีมักจะผลอสติ ก็จงแก้ด้วยความเป็นผู้รู้จักกาย รู้จักกลัวเสียบ้างว่า การที่ปล่อยให้เป็นอย่างนั้นๆ เป็นคนสารเลวยิ่งกว่าไพร่หรือข้าสฤตเสียอีก ไม่สมควรแก่เราเลย

เมื่อมีความอายและความกลัวอย่างนี้บ่อยๆแล้ว สติมันก็จะไม่กล้าไหลของมันเอง การปฏิบัติก็จะดีขึ้นตามลำดับ จะเป็นผู้ที่มีการ “ดับไม่เหลือ” อยู่เป็นประจำทุกคำเข้าเข้านอน ต้องมีการคิดบัญญัติเรื่องการดับไม่เหลือนี้ไว้เสมอไป ข้อนี้มีอานิสงส์สูงไปกว่าการไหว้พระสวดมนต์ หรือทำสมาธิเฉยๆ

เรื่องเกี่ยวกับดับไม่เหลือทำนองนี้ เกี่ยวกับสติปัญญาหรือสติสัมปชัญญะ โดยตรงเท่านั้น อย่างมากที่สุดที่มีนมาเป็นความเบากายเบาใจ สบายกายสบายใจ อย่างที่บอกไม่ถูกเท่านั้นเอง ก็อย่านึกถึงเรื่องนี้จะดีกว่า เพราะจะกลายเป็นที่ตั้งของอุปาทานอันใหม่ขึ้นมา แล้วมันก็จะดับไม่ลง และมันจะ “เหลือ” อยู่เรื่อย คือเกิดเรื่อยทีเดียว เดี่ยวจะได้กลุ่มกันใหญ่และยิ่งไปกว่าเดิม พวกที่ทำวิปัสสนาไม่สำเร็จก็เพราะว่าคอยจับจ้องเอาความสุขอยู่เรื่อยไป มุ่งนิพพาน...มีตัวกูเกิดในนิพพานแห่งความยึดมั่นถือมั่นของตนเองเสียเรื่อย ฉะนั้นถ้าจะภาวนาบ้างก็ต้องภาวนาว่า “ไม่มีอะไรที่ควรยึดมั่นถือมั่น แม้แต่สิ่งที่เรียกว่านิพพานนั่นเอง

สพฺพเหตุ ธมฺมา นาลํ อภินิเวสยา...สิ่งทั้งหลายทั้งปวงไม่ควรยึดมั่นถือมั่น

สรุปว่า ทุกคำเข้าเข้านอนต้องทำความแจ่มแจ้งในเรื่องความไม่ยึดมั่นถือมั่นให้แจ่มกระจ่างอยู่เสมอจนเป็นนิสัย จนหากบังเอิญตายไปในเวลาหลับก็ยังมีความไม่เกิดอีกต่อไป มีสติปัญญาอยู่เรื่อย อย่าให้อุปาทานว่า “ตัวกู” หรือ “ของกู” เกิดขึ้นมาได้เลยในทุกๆกรณี นี้เรียกว่าเป็นอยู่ด้วยความดับไม่เหลือ หรือความไม่มีตัวตน มีแต่ธรรมะอยู่ในจิตที่ว่างจากตัวตนอยู่เสมอไป เรียกว่าตัวตนไม่ได้เกิดและมีแต่การดับไม่เหลืออยู่เพียงนั้น

การบริหารใจเช่นนี้ ก็เช่นเดียวกับเราบริหารกายอยู่ตลอดเวลาเหมือนกัน ให้ทั้งกายและใจได้รับการบริหารที่ถูกต้องควบคู่กันไปดังนี้ ในทุกกรณีที่ทำอยู่ทุกลมหายใจเข้าออก เป็นอยู่ด้วยปัญญา ไม่มีความผิดพลาดเลย

วิธีปฏิบัติที่ ๒ คือ ในเวลาจวนเจียนจะดับจิต นั้นอยากจะกล่าวว่า มันง่ายเหมือนตกกระไดแล้วพลอยกระโจน มันยากอยู่ตรงที่ไม่กล้าพลอยกระโจน ในเมื่อพลัดตกกระไดมันจึงเจ็บมากเพราะตกลงมาอย่างไม่เป็นท่าเป็นทาง ไหนๆ

ก็เมื่อร่างกายนี้มันอยู่ต่อไปอีกไม่ได้แล้ว จิตหรือเจ้าของบ้านก็พลอยกระโจนตามไปเสียด้วยก็แล้วกัน ให้ปัญญามันกระจ่างแจ่งขึ้นมาในขณะนั้นว่า ไม่มีอะไรที่นำจะกลับมาเกิดใหม่ เพื่อเอา เพื่อเป็น เพื่อหวัง อะไรอย่างใดต่อไปอีก หยุด สิ้นสุด ปิดฉากสุดท้ายกันเสียที เพราะไปแตะเข้าที่ไหนมีแต่ทุกข์ทั้งนั้น ไม่ว่าจะไปเกิดอะไรเข้าที่ไหน หรือได้อะไรที่ไหนมา จิตหมดที่หวังหรือความหวังจะละลาย ไม่มีที่จอด มันจึงดับไปพร้อมไปกับกายอย่างไม่มีเชื้อเหลือมาเกิดอีก สิ่งที่เราเรียกว่าเชื้อ ก็คือความหวังหรือความอยากหรือความยึดมั่นถือมั่นอยู่ในสิ่งใดสิ่งหนึ่งนั่นเอง

หรือสมมติว่าถูกควายขวิดจากข้างหลัง หรือรถยนต์ทับ หรือตึกพังทับ ถูกลอบยิง หรือถูกระเบิดชนิดไหนก็ตาม ถ้ามีความรู้สึกเหลืออยู่แม้สักครั้งวินาทีก็ตาม จงโน้มจิตไปสู่ความดับไม่เหลือ หรือทำความดับไม่เหลือเช่นว่านี้ให้แจ่มแจ่งขึ้นในใจ (เหมือนที่เคยฝึกอยู่ทุกคำเข้าเข้านอน) ขึ้นมาในขณะนั้น แล้วให้จิตดับไป ก็เป็นเพียงพอแล้วสำหรับการ "ตกกระไดพลอยโจน" ไปสู่ความดับไม่มีเชื้อเหลือ

ถ้าหากจิตดับไปเสียโดยไม่มีเวลาเหลืออยู่สำหรับให้รู้สึกได้ดั่งว่า ก็แปลว่าถือเอาความดับไม่เหลือที่เราพิจารณาและมุ่งหมายอยู่เป็นประจำในทุกคำเข้าเข้านอนนั่นเอง เป็นพื้นฐานสำหรับการดับไป มันจะเป็นการดับไม่เหลืออยู่ดีไม่เสียท่าที่แต่ประการใด อย่าได้เป็นห่วงเลย

ถ้าป่วยด้วยโรคที่เจ็บปวดหรือทรมานมาก ก็ต้องทำจิตแบ่งรับว่า ที่ยิ่งเจ็บมากปวดมากนี่แหละ จะได้ดับไม่เหลือเร็วเข้าอีก เราขบใจความเจ็บปวดเสียอีก เมื่อเป็นดังนี้ ปิติในธรรมก็จะข่มความรู้สึกปวดนั้นไม่ให้เห็นปรากฏหรือปรากฏแต่น้อยที่สุด จนเรามีสติสมบูรณ์อยู่ดังเดิมและเยาะเย้ยความเจ็บปวดได้

ถ้าป่วยด้วยโรคเช่นอัมพาต และต้องดับด้วยโรคนั้น ก็ให้ถือว่า ตัวเราสิ้นสุดไปตั้งแต่ขณะที่โรคนั้นทำให้หมดความรู้สึกนั้นแล้ว ที่เหลือนอนตาปริบๆอยู่นี้ ไม่มี ความหมายอะไร ทั้งนี้เพราะว่าจิตของเราได้สมัครน้อมไปเพื่อความดับไม่เหลือเสร็จสิ้นแล้วตั้งแต่ก่อนล้มเจ็บเป็นอัมพาต หรือตั้งแต่ความรู้สึกยังดีๆอยู่ในการเป็นอัมพาตตลอดเวลาที่มีความรู้สึก

ครั้งหมดความรู้สึกแล้ว มันก็หาไม้ตัวตนเองอะไรที่เป็นตัวกู หรือของกูที่ไหนไม่
อยากได้คิดเผื่อให้มากไปด้วยความเขลาของตัวเองเลย

ยังดีๆอยู่นี้แหละ รีบทำความดับไม่เหลือเสียให้สมบูรณ์ด้วยสติปัญญา
เถิด มันจะรับประกันได้ไปถึงเมื่อเจ็บ แม้ในกรณีที่เป็นโรคอัมพาตดังกล่าวแล้ว
“ไม่มีทางที่จะพ่ายแพ้หรือเสียท่าเสียทีแก่ความเจ็บแต่ประการใด เพราะว่าเรา
ทำลาย “ตัวกู” ให้หมดความเกิดเสียแล้ว ตั้งแต่เมื่อร่างกายยังสบายๆอยู่นั้นเอง
นี้เรียกว่า ดับหมดแล้วก่อนตาย

สรุปความในที่สุด วิธีปฏิบัติทั้ง ๒ ชนิด ก็คือ

จงมีจิตที่มีปัญญาแท้จริง มองเห็นอยู่ว่าไม่มีอะไรที่ควรยึดมั่นถือมั่นแม้แต่
สักสิ่งเดียว ในจิตที่ว่างจากความยึดมั่นถือมั่นโดยสิ้นเชิงอย่างนี้แหละ ไม่มี “ตัวกู”
หรือ “ของกู” มีแต่ธรรมะที่เป็นความหลุดพ้นอย่างสมบูรณ์ ซึ่งเราจะสมมติเรียกว่า
พระรัตนตรัย หรือมรรค ผล นิพพาน หรืออะไรที่เป็นยอดปรารถนาของคนยึดมั่น
ถือมั่นนั้นได้ทุกอย่าง แต่เราไม่ยึดมั่นถือมั่นด้วยอุपाทานในสิ่งเหล่านั้นเลย จึงดับ
ไม่เหลือ หรือนิพพานได้สมชื่อ

“นิ” แปลว่า ไม่เหลือ “พาน” แปลว่า ไป หรือ ดับ

นิพพาน จึงแปลว่าดับไม่เหลือ เป็นสิ่งที่มีลักษณะความหมาย การปฏิบัติ
และอานิสงส์อย่างทีกล่าวมานี้แล

ข้อความทั้งหมดยังย่ออยู่มาก แต่ถ้าขยันอ่านและพิจารณาอย่าง
ละเอียดไปทุกอักษรทุกประโยคแล้ว ก็คงจะพิสดารได้ในตัวของมันเอง และ
เพียงพอแก่การเข้าใจและปฏิบัติ

ฉะนั้น หวังว่าคงจะอ่านจะฟังกันอยู่เป็นประจำ โดยไม่ต้องคำนึงถึงว่า
ก็เที่ยว ก็จบ จนกว่าจะเป็นที่เข้าใจแจ่มแจ้งด้วยปัญญา และมันคงด้วยสมาธิ
นำมาใช้ได้ทันทั่วทั้งด้วยสติ สมตามความประสงค์ทุกประการ





สรรพสิ่งล้วนต้องส่คืนธรรมชาติ

เกิดทั้งที่	ชีวิต	อย่าสิ้นค่า
ก่อนจะลา	โลกจาก	ฝากให้เห็น
เมื่อยังอยู่	รู้ธรรม	หมั่นบำเพ็ญ
ดับกระเด็น	เด่นด้วย	เกียรติสวยงาม
สิ่งใดใด	ไม่ใช่	ของใครหมด
ไม่ปรากฏ	ว่าใคร	เป็นเจ้าของ
แม้เฝ้ารัก	เฝ้าหวง	หรือห่วงปอง
ก็จำต้อง	ทิ้งไว้	ในโลกา

การพิมพ์หนังสือธรรมเป็นอนุสรณ์และที่ระลึก นอกจากเป็นการจัดทำสิ่งซึ่งเป็นประโยชน์ที่คงอยู่ยืนนานแล้ว ยังเป็นการบำเพ็ญธรรมทาน คือการให้ธรรมะที่พระพุทธเจ้าตรัสสรรเสริญว่า เป็นทานอันยอดเยี่ยมอีกด้วย ผู้ปฏิบัติเช่นนี้ได้ชื่อว่ามีส่วนร่วมในการเผยแพร่ธรรม อันจะอำนวยประโยชน์สุขที่แท้จริงแก่ประชาชน

ท่านที่ประสงค์จะจัดพิมพ์หนังสือธรรมะที่ดีและมีคุณธรรม เป็นที่ระลึกในทุกโอกาสของงานประเพณี อันเป็นการใช้จ่ายเงินอย่างมีคุณค่าและเกิดประโยชน์อย่างสูงสุด โปรดติดต่อที่... ธรรมสภา ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา

เลขที่ ๑/๔-๕ ถนนบรมราชชนนี แขวงศาลาธรรมสพน์ เขตทวีวัฒนา กรุงเทพฯ ๑๐๑๗๐

โทรศัพท์ : (๐๒) ๔๔๑๑๕๓๕, ๔๔๑๑๕๔๘, ๘๘๘๗๙๕๐ โทรสาร : (๐๒) ๔๔๑๑๕๖๔

การให้ธรรมะชนะการให้ทั้งปวง การรับธรรมะและนำไปปฏิบัติย่อมชนะการรับทั้งปวงเช่นกัน

ดับไม่เหลือ

๑ อย่าเข้าใจ ไปว่า ต้องเรียนมาก
ต้องปฏิบัติ ลำบาก จึงพ้นได้
ถ้ารู้จริง สิ่งเดียว ก็ง่ายตาย
รู้ดับให้ ไม่มีเหลือ เชื่อก็ลอง

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

๓ ถึงนาที สุดท้าย อย่าให้พลาด
ตั้งสติ ไม่ประมาท เพื่อดับขั้น
ด้วยจิตว่าง ปล่อยวาง ทุกสิ่งอัน
สารพัน ไม่ยึดครอง เป็นของเรา

๔ ตกกระได พลอยกระโจน ให้ดีดี
จะถึงที่ มุ่งหมาย ได้ง่ายเข้า
สมัครใจ ดับไม่เหลือ ; เมื่อไม่เอา
ก็ดับ “เรา” ดับตน ดลนิพพาน ฯ



www.thammasapa.com
ISBN : 978-611-03-0029-2



ท่านที่อุปถัมภ์ค่าจัดพิมพ์หนังสือนี้ ถือได้ว่ามีส่วนร่วมในการเผยแพร่ธรรม อันเป็นกุศลอย่างยิ่ง
โปรดช่วยสมทบการจัดทำเพื่อเผยแพร่ธรรมะในราคาจำนวน เล่มละ ๑๕ บาท