



โมกขธรรมประยุกต์

- ๒๑ -

๖ พฤษภาคม ๒๕๑๘

## การหวังเอาพระนิพพาน เป็นอารมณ์

ท่านนักศึกษา ผู้มีความสนใจในธรรมทั้งหลาย,  
การบรรยายเรื่องโมกขธรรมประยุกต์ เป็นครั้งที่ ๒๑ นี้  
ผมจะกล่าวโดยห้วนๆย่อๆว่า การหวังเอานิพพาน เป็นอารมณ์.

ขอให้เข้าใจความหมายของคำว่า “ประยุกต์” ไว้เรื่อยๆไป เพราะ  
ว่าเรื่องที่เอามาประยุกต์นี้ ยังเป็นเรื่องโมกขธรรม หรือเป็นเรื่องโลกุตตระยิ่ง  
ขึ้นทุกทีตามลำดับ เดียวนี้เราก็กlingกับกล่าวว่า การหวังเอานิพพานเป็นอารมณ์.

คำว่า “หวังเอานิพพานเป็นอารมณ์” นี้เป็นภาษาโมกขธรรม หรือ  
โลกุตตรธรรมโดยเฉพาะ; ไม่มีใช้ในภาษาชาวบ้านเหมือนคำอื่น ๆ. หลายคำที่เราพูดกันมา  
แล้วเรื่องทาง เรื่องผู้ซึ่งทาง เรื่องชีวิต อะไร ๆ อันเป็นภาษาที่ใช้ทั้งฝ่ายชาวบ้าน และฝ่าย

๕๕๘



ธรรมะที่เป็นชั้นโลกุตตระ; ส่วนคำว่า “หวังเอานิพพานเป็นอารมณ์” นี้เป็นภาษาฝ่ายธรรมะ ฝ่ายโลกุตตระด้วยโดยตรง. ฉะนั้น การที่จะเอาไปทำให้เป็นสิ่งที่ประยุกต์กับชีวิตของคนธรรมดาสามัญ ในชีวิตประจำวันนั้น ก็ยังมีความหมายลึกซึ้งเป็นพิเศษ; จึงขอร้องให้พยายามทำความเข้าใจให้ดีๆ.

### “การหวังเอานิพพานเป็นอารมณ์”

#### เป็นภาษาโมกขธรรม

ที่ว่า “การหวังเอานิพพานเป็นอารมณ์” เป็นภาษาโมกขธรรม หรือภาษาโลกุตตรธรรมนั้น หมายความว่า มีจิตแห่งจิตต่อพระนิพพาน เพื่อให้หลุดพ้นอยู่ตลอดเวลา; ความหมายก็บอกอยู่ในตัวแล้วว่ายังไม่ถึง ยังหวัง ยังเพ่ง ยังคอยปรับปรุงจิตใจ ที่จะให้ถึงนิพพาน โดยการมีนิพพานเป็นอารมณ์. คำพูดนี้ก็คือคำพูดว่า “การหวังเอาพระนิพพานเป็นอารมณ์” เป็นภาษาที่ใช้เฉพาะ ในขณะที่บุคคลจะบรรลุธรรมผลขั้นใดขั้นหนึ่ง. ส่วนผู้ปฏิบัติที่ยังไม่บรรลุธรรมผลในขั้นอะไรเลย ได้ทำความเพียรมาตามลำดับ; เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา จึงเกิดความรู้แจ้งในขั้นนี้ตามลำดับ. ในขณะนั้น ทางหนึ่งเขามีการหวังเอาพระนิพพานเป็นอารมณ์คล้าย ๆ กับว่าจะโหนตัวเหวี่ยงไปฝากโน้น; ถ้าอุปมา ก็เป็นอย่างนั้น.

**ความรู้แจ้งในขณะนั้น** เป็นความรู้แจ้งอริยสัจที่สมบูรณ์ หรือ **พร้อมที่จะรู้แจ้งซึ่งอริยสัจ** ถึงขนาดที่จะบรรลุธรรม ผล ได้ มีการหวังพระนิพพานเป็นอารมณ์; ถ้าสำเร็จก็มีญาณชนิดที่เรียกว่า **โคตรภูญาณ** คือเปลี่ยนจากระดับคนธรรมดาสามัญไปสู่ความเป็นพระอริยเจ้า **อาการที่ทำได้อย่างนี้ก็คือ “หวังพระนิพพานเป็นอารมณ์” ได้สำเร็จ.**

เมื่อเป็นพระโสดาบันแล้ว ทำความเพียรเพื่อเป็นพระสัททกามีต่อไป ก็อย่างเดียวกันอีก : ต้องมีการ “หวังพระนิพพานเป็นอารมณ์” ทุกครั้งที่มีการบรรลุธรรม ผล

แต่ละชั้น ๆ จนกว่าจะถึงขั้นสุดท้าย. ฉะนั้น คำว่า “หน่วงพระนิพพานเป็นอารมณ์” จึงเป็นภาษาโลกุตตรธรรม ในชั้นของการบรรลุมรรค ผล โดยเฉพาะ.

### รู้จัก “นิพพาน” ให้ถูก แล้วประยุกต์มาใช้ได้

ที่นี่ จะเอามาประยุกต์กับเรื่องของเร ในชีวิตประจำวันได้อย่างไร? ข้อนี้ จะทำได้ก็ต่อเมื่อเรารู้ว่า ความหมายของพระนิพพานนั้นคืออะไรเท่านั้น ซึ่งจะไต่กล่าวกัน ให้ชัดเจนพอสมควร. แต่ถ้าสำหรับคนทั่วไป จะมีการ “หน่วงพระนิพพานเป็นอารมณ์” แล้ว ความหมายของคำว่า นิพพานจะต้องขยายออกไป ให้กว้างขวางถึงที่สุดตาม ทัวหนังสือ :-

คำว่า “นิพพาน” แปลว่า *ดับไม่มีส่วนเหลือ, นิ - ไม่มีส่วนเหลือ, พานะ* แปลว่า *ไป/ หรือ ดับ, นิพพาน* แปลว่า *ดับไม่มีส่วนเหลือ*; นี่เป็นทัวหนังสือ. ความหมายนั้นต้องรู้ว่า ดับของสิ่งที่ร้อน ที่ลุกเป็นไฟ, สิ่งที่ร้อน มีการดับเย็นลงเมื่อไร ก็เรียกว่า นิพพานเมื่อนั้น จะเป็นขนาดที่บรรลุมรรค ผล หรือไม่บรรลุมรรค ผล ก็ตาม.

ถ้าความร้อนแห่งจิตใจ คือ กิเลสนี้ *เย็นลง* ก็เรียกว่า นิพพาน เป็นชั่ว คราวก็ได้ เป็นตลอดไปก็ได้ เป็นอย่างกลับไปกลับมาก็ได้ และเป็นอย่างบังเอิญ ประจวบ เหมาะก็ได้ แล้วก็เป็นอย่างที่ปฏิบัติลงไปอย่างถูกต้องโดยตรงก็ได้ ขอแค่เพียงให้มีการดับ ลงแห่งความร้อน. ถ้า “*ดับไม่เหลือ*” ก็คือ *ไม่มีอะไรเหลือ*; แต่ถ้ายังมีความหมาย พิเศษ ว่าดับไม่เหลือ สำหรับจิตขั้นนั้น ๆ เช่นดับไม่เหลือสำหรับจิตขั้นที่จะเป็นโสดาบัน, จิตขั้นที่จะเป็นสกิทากามี, จิตขั้นที่จะเป็นอนาคามี, การดับไม่เหลือนั้นก็หมายถึงดับ ไม่เหลือของจิตขั้นนั้น ๆ อย่างนี้; เมื่อเป็นพระอรหันต์ ก็จะเรียกว่า ดับไม่เหลือโดย สิ้นเชิง.

ความดับไม่เหลือแห่งสิ่งที่มีความร้อน; ความร้อนในที่นี้ หมายถึง กิเลส แล้ว ความทุกข์ ที่เป็นผลของกิเลส ก็ร้อนเหมือนกัน. คุณต้องเข้าใจว่า ความ

ร้อนในภาษาบาลีมีอยู่สอง : ก็คือกิเลส เกิดขึ้น ก็ร้อน, แล้วผลของกิเลส คือ ความทุกข์ ก็ร้อน. กิเลสเป็นเหตุให้ทำกรรม แล้วรับผลกรรม มีความทุกข์อะไรก็ตามนี้ก็เป็นความร้อน ซึ่งโดยมากก็ถึงถึง ความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย อันเป็นวิบากของการเวียนว่าย ตายอานาถของกิเลส; ฉะนั้น เขาจึงมีถ้อยคำ ที่จำง่ายอยู่ ๒ คำว่า ไฟกิเลส และไฟทุกข์.

ไฟกิเลส คือ โลภะ โทสะ โมหะ, ไฟทุกข์ คือ ผลของมัน ได้แก่ เกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นต้น ตลอดถึง ความรู้สึกที่ไม่เป็นสุข ใดๆ. นี่เรียกว่า ไฟ คือ ความร้อน ๓ อย่างนี้ดับลงไป ก็ต้องเรียกว่า ดับลงเข้าถึงขมความร้อน.

### นิพพานคือเย็น ควรใช้ได้แก่ทุกคน

การที่เราจะมีความมุ่งหมาย ให้มีการดับลงแห่งความร้อนนี้ ควรจะใช้ไฉนแก่ทุกคน ยกเว้นคนอันธพาล พวกเดียวก เพราะเขาไม่ต้องการอะไรหมด เขาต้องการแต่ประโยชน์ ต้องการแต่เหยื่ออะไรของเขา. ถ้าเป็นคนธรรมดาสามัญ ในชั้นบุคคลธรรมดาสามัญปรกติ ไม่ใช่คนอันธพาลแล้วละก็ จะต้องพยายามดับลงแห่งความร้อนทั้งของกิเลสและความทุกข์ทั้งนั้น; ถึงแม้คนอันธพาลก็เถอะ เมื่ออยู่ในความทุกข์หรือความร้อน เพราะอำนาจที่ทำเลวทำชั่ว ก็ย่อมอยากจะดับร้อนอยู่เหมือนกัน.

ตัวอย่างเช่น คนไปติดคุกติดตะราง ก็ต้องอยากจะทำออกมา; เมื่อมีความร้อนกร้อนใจขึ้นมา ก็ย่อมอยากจะทำอะไรจะเย็น อยู่เหมือนกัน แต่มันทำไม่ได้ เพราะมีความเป็นอันธพาลมากเกินไป. ฉะนั้น เราจึงต้องเสียว่า การมุ่งนิพพาน คือ ความดับเย็นเป็นอารมณ์ นี่จะเอาเพียงแต่คนธรรมดาสามัญตามปรกติขึ้นไปเรื่อย ๆ ไป จนถึงคนชั้นดี คนชั้นพระอรหันต์เป็นที่สุดก็ได้.

“ห่วงเป็นอารมณ์” คือต้องการอย่างยิ่งเพื่อความรอด

“ห่วงพระนิพพานเป็นอารมณ์” นี้ คำว่า “ห่วง” ก็หมายความว่า พัง จ้อง หรือ หวัง ในฐานะที่เป็นเป้าหมาย; อย่างพวกคุณเรียนหนังสือในมหาวิทยาลัย

คุณก็ตั้งหวังอะไรเป็นเป้าหมายอยู่อย่างหนึ่ง, **กิริยาที่หวัง** ในเป้าหมายอันนั้นแหละ **คือหวัง** แต่เป็นในระยะยาว ระยะไกล หรือกว้าง; ที่ถูกควรจะแคบ ควรจะเจาะจง ควรจะรุนแรง ยิ่งขึ้นไปกว่านั้น เหมือนมาอยู่จอหน้า แล้วจะเอาให้ได้ เหมือนกับเรา เห็นอะไรที่อยู่จอหน้า แต่ยังหยิบไม่ถึง, นี่เราพยายามจะหยิบให้ได้, พยายามที่จะให้ถึง ด้วยการมีความหวังเป็นอารมณ์อยู่ในใจ แล้วค้นรนเพื่อไปที่นั่น.

คำว่า “อารมณ์” ในที่นี้ ก็หมายถึงอารมณ์ของใจ, อารมณ์ ๖ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์; คำว่า **อารมณ์** หมายถึง **สิ่งเป็นที่หวัง** ที่ถือเอาของ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ. ส่วนในที่นี้เป็นเรื่องของใจล้วน ห่วงความดี เป็นสนิทของกิเลส และความทุกข์เป็นอารมณ์ เรียกว่าห่วงพระนิพพาน.

ขอให้คุณได้คิด สังเกตคุณให้ละเอียด ว่า เมื่อคุณทำผิด หรือทำพลาด หรือทำอะไรชนิดที่เสียหายนอยู่ คุณ **หวัง** ที่จะให้ได้กลับไปสู่ความถูกต้อง หรือหวังที่จะให้พบความผิดพลาด หรืออันตรายนี้ผ่านพ้นไปโดยเร็ว; **จิตไปหวังเจาะจง** ที่การกลับมาแห่งความถูกต้อง ความเรียบร้อย ความหมดปัญหานั้น แล้วมันหวังอย่างแรงมาก, มุ่งหมายอย่างแรงมาก, เว้นไว้แต่จะเป็นอันตรายมากเกินไป จึงไม่รู้จักหวัง.

คนอันตรายสูงส่งก็จะเกลียดเบียดเบี่ยงไปข้างหน้า ประชดประชัน แทะกัน ซ้ำๆ พันตัวเอง หรือฝ่าพันกันอื่นไปตามเรื่อง. แต่ถ้าเป็นคนที่ไม่ปกติ มีความหมายของคำว่ามนุษย์ ก็คือมีจิตใจสูงพอสมควรแล้ว ย่อมจะหวังไปหาการดับแห่งความทุกข์ หรือปัญหา หรืออะไรต่างๆ เหล่านี้ ด้วยอำนาจของความต้องการอย่างยิ่ง.

“**ความต้องการอย่างยิ่ง**” ในที่นี้ **ไม่ใช่ตัณหา** ไม่ใช่โลภะ ไม่ใช่อะไรที่เป็นกิเลส แม้ว่ามีความต้องการอย่างยิ่ง แต่ก็ต้องการที่จะดับความทุกข์นั้นเสีย; ความต้องการนี้ต้องมากขนาดที่เรียกว่าหมดกำลังของความต้องการ คือสูงสุดของความต้องการ. เมื่อเราจมลงไปในน้ำ หรือถูกจับกดลงไปใต้น้ำตออยู่ใต้น้ำ ความต้องการที่จะขึ้นมาให้

พ้นจากน้ำก็มีมากน้อย? คุณลองไปคิดดู ไปลองจมน้ำดูเองก็ได้ แล้วมันจะเลือกกัน เหลือทน อะไรหนักขึ้นๆ จะต้องการก็มากน้อยที่จะไหลขึ้นมาให้พ้นน้ำ; นี่คือการต้องการสูงสุด เพื่อให้เกิดความรอด.

เดี๋ยวนี้ก็ต้อง **มีความต้องการความดับเย็น** แห่งความร้อน มากถึงขนาดที่เปรียบให้ฟังมานั้น จึงจะประสบผล; แต่ที่ปฏิบัติก็มีพื้นฐานวิปัสสนากันอยู่ เป็นเรื่องเล่นละครเสียโดยมาก ไม่ได้มีการเห็นความทุกข์แล้วก็เกลียดกลัว แล้วอยากจะออกมาเสียจากความทุกข์อย่างรุนแรง เหมือนกับคนที่ถูกจับตกลงไปในน้ำ แล้วต้องการจะไหลขึ้นมาจากน้ำอย่างนั้น.

### รู้จักอยากพ้นทุกข์ จึงต้องการพบความเย็น

นี่เป็นการทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจในเรื่องของความทุกข์ ที่จำเป็นในเบื้องต้น : **จะต้องมีการเห็นความทุกข์โดยถูกต้อง** อยากจะพ้น ออกมาจากความทุกข์จริงๆ. แต่คนยังไม่มีการเห็นความทุกข์ ไม่รู้สึกรู้ว่าเป็นทุกข์ แล้วสมควรจะมาปฏิบัติเพื่อการดับทุกข์ นี่ก็น่าหัวละ; อย่างดีที่สุดจะเป็นได้ ก็เพียงจะมาปฏิบัติเพื่อให้มองเห็นความทุกข์. **ถ้าเห็นความทุกข์** ยิ่งขึ้นๆ ยิ่งขึ้นเท่าไร **ความต้องการที่จะออก** เสียจากความทุกข์ ก็จะมากขึ้น เท่านั้น. เหมือนกับว่า เราพยายามที่จะมองเห็นในเรื่องของชาวบ้าน มองเห็นความทุกข์ที่เกิดมาจากความยากจน หรือว่า ความลำบากอะไรต่างๆ เรา **จึงพยายามเต็มที่** ในการที่จะศึกษาเล่าเรียน หรือประกอบอาชีพ หรือทำอะไร ให้แก้ปัญหาเหล่านั้นให้จนได้; ซึ่งที่แท้นั่นก็คือ เป็นการทำให้ดับความร้อน, ร้อนกร้อนใจอย่างใดอย่างหนึ่งด้วยเหมือนกัน. นี่มีความหมายของการห่วงหาความดับเย็นแห่งความร้อน เป็นใจความอยู่ด้วยเหมือนกัน.

ฟังให้ถี่ถี่ครั้งหนึ่งว่า การที่คุ้นเคยเล่าเรียน แล้ว **หวังที่จะประสบความสำเร็จ** ในการเล่าเรียน แล้วไปประกอบอาชีพ ทำตนให้เป็นคนมีกินมีใช้ มีความ

สะดวกสบายในเรื่องกิน เรื่องกาม เรื่องเกียรติ อะไรก็ตาม; ความหมายอันแท้จริงส่วนหนึ่งมันอยู่ที่ **จะพ้นไปเสียจากปัญหาคือความทุกข์**. ฉะนั้น จึงหวังเอาความรอดพ้นชนิดนั้นเป็นอารมณ์อยู่ตลอดเวลาที่เล่าเรียน.

แม้ในขณะที่กำลังเรียนอยู่ในโรงเรียน ในวิทยาลัย ในมหาวิทยาลัย นั้นก็มีความหวังอยู่อย่างหนึ่ง แต่มันเนือยๆ หรือเป็นครั้งคราว จะหวังกันตลอดเวลาก็เห็ดเหิน้อย; ฉะนั้น ถ้าจะมีการหวังที่ถูกต้องแล้ว ก็คุมไปเฉยๆ ให้เป็นไปเองตามลำดับ นี่ก็ยิ่งเรียกว่า “มีความหวังความสำเร็จ” เป็นอารมณ์อยู่นั่นเอง. แม้ที่สุด ในขณะที่ของธรรมะที่ชื่อว่า อูเบกขา ก็เป็นการหวังของมันอยู่ในตัว เพื่อเอานิพพานเป็นอารมณ์; หมายความว่า เมื่อได้ **จัดเตรียม** ในเรื่อง สติ ธัมมวิจยะ วิริยะ บัณฑิต บัณฑิต และสมาธิ อะไรเสร็จ **ได้ที** แล้ว ก็ปล่อยไว้ในรูปของอูเบกขา. คำว่า “ในรูปของอูเบกขา” ไม่ใช่หมายความว่า มันหลับไป; ไม่ใช่เช่นนั้น; คือจิตพร้อมก็ปล่อยให้ทุกอย่างดำเนินไป โดยไม่ต้องชวนชวาย ดันรนเพิ่มเติม แต่ยังมี ความหวังต่อผลสุดท้ายเป็นอารมณ์อยู่เสมอ.

เมื่อคุณได้จัดแจงตระเตรียมการศึกษาเล่าเรียน เข้ารูป เข้ารอยแล้ว ก็คงเหลืออยู่แต่ว่า ทำอย่างนั้นอยู่เฉยๆ อย่างเต็มที่ เรื่องมันก็ไปๆ ของมันตามลำดับ. นี่คือ **หวังความสำเร็จเป็นอารมณ์** แม้ในเรื่องการศึกษาเล่าเรียน, แม้ในเรื่องประกอบอาชีพ การงาน โดยเฉพาะอย่างยิ่งที่เราต้องทำในระยะยาว. เราหวังความสำเร็จเป็นอารมณ์ฉันใด **ผู้ปฏิบัติธรรมก็หวังพระนิพพานเป็นอารมณ์อยู่ตลอดเวลา** ฉะนั้นแล้ว ก็หวังมากเป็นพิเศษในขณะแห่งการปฏิบัติ ในขั้นที่เรียกว่าเข้าได้เข้าเซียม อะไรทำนองนี้.

นี่พูดเป็นภาษาชาวบ้านไปหน่อย แต่ก็พอฟังกันรู้เรื่อง ว่าการที่จะหวังพระนิพพานเป็นอารมณ์ในขั้นที่เอาจริงเอาจังของวิปัสสนานั้น ก็เป็นไปรุนแรงมาก.

**นิพพานคือความเย็น ทุกคนต้องหวังมาใช้ประจำวัน**

บัดนี้ เราจะมาพูดกัน ให้เห็นว่า “หวังพระนิพพานเป็นอารมณ์” เป็นสิ่งที่จะต้องเอามาประสูกัดในเรื่องชีวิตประจำวัน แม้แต่ของพระวราส. เราจะแบ่งกันออกเป็น ๓ พวกว่า :-

คน ตามปกติ ธรรมดาสามัญทั่วไป ในพวกหนึ่ง ก็ควรหวังพระนิพพานเป็นอารมณ์ ยกเว้นคนอันธพาลซึ่งจะไม่สมควรทำ แต่ก็ยังอาจจะทำได้ อาจจะประพฤติกเปลี่ยนแปลงได้จากความเป็นอันธพาล.

พวกถัดมาก็เป็น พวกที่เป็นคนดี ตั้งใจเป็นพิเศษกว่าคนธรรมดา กว่าชาวบ้านธรรมดา.

อีกพวกหนึ่ง เป็น พวกที่บำเพ็ญเพียรอยู่อย่างขยันขันแข็ง ปฏิบัติเพื่อบรรลุมรรค ผล นิพพาน อยู่อย่างขยันขันแข็ง.

โดยเฉพาะ พวกแรก ที่ว่า เป็นคนธรรมดาสามัญตามปกติ ไม่ใช่อันธพาลนั้น ให้เขา ห่วงเอาความชั่วร้ายสูงสุดของลาภที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ นั้นแหละ เป็นอารมณ์ อยู่ตลอดเวลา; แต่ไม่ใช่ว่า เอามาเพ่งจ้องอยู่ตลอดเวลา จนไม่ต้องทำอะไร. เมื่อจะทำอะไร ก็ทำไปตามที่ควรทำ แต่ต้องไม่ลืมว่า จุดหมายปลายทางนี้ จะต้องเอาชนะความทุกข์ เหล่านี้ให้ได้; แม้ในการทำงานเพื่อปากเพื่อท้องของเขา ก็ต้องมุ่งความสำเร็จของการงานนั้น เป็นอารมณ์กันอยู่อย่างเต็มที่. อีกทางหนึ่ง พร้อมกันไปในตัวนั่นเอง เขาควรเพ่งหาความไม่ร้อน; ไม่ปล่อยจิตให้ไปหลงไป จนเกิดความไม่ร้อน เป็นทุกข์ เป็นห่วง วิตกกังวลเกิดขึ้นมาในการทำการงานนั้น.

คนที่ เป็นโรคประสาท เป็นโรคจิต เป็นบ้าอะไรไปเลย ก็เพราะว่า ไม่รู้จักทำจิตให้เยือกเย็น พร้อมกันไปในตัว ในขณะที่ทำการงานนั้น; เพราะว่า เขาได้รับ



คำสั่งสอนมาอย่างผิดๆ ว่าต้องมีกิเลส ต้องมีตัณหา ต้องมีการทะเยอทะยาน ต้องมีการมูมานะ มุทะลุตุตัน จึงจะทำการงานนั้นได้ดี ซึ่งผิดทั้งนั้น.

**ทางที่ถูก** ควรจะทำให้พอเหมาะพอดี แล้วก็มุ่งหวังความไม่ร้อน คือให้เป็นปกติเยือกเย็นอยู่ตลอดเวลาด้วย. ส่วนนี้เป็นส่วนที่เริ่มมีนิพพานเป็นอารมณ์ของกณธรรมตาสามัญ หรือชาวบ้านทั้งหลาย. ฉะนั้น จึงมีการแนะ, แล้วก็อยากจะแนะนำกันตลอดไปว่า ให้ระวังข้อนี้ให้มากเป็นพิเศษว่า : **เมื่อคิดจะทำอะไร ต้องมีสติมาทันก่อนเสมอ** ว่า “**กูจะต้องไม่ร้อน, จะต้องไม่เดือดร้อน, จะไม่เผลให้เกิดความร้าวร้อนขึ้น เพราะสิ่งที่กำลังจะทำนี้**”; จะทำปเรียนในโรงเรียน หรือว่า จะทำการงาน หรือว่าจะสังคม สมาคมอะไรก็ตาม ต้องมุ่งหมายความเยือกเย็นอยู่เสมอแล้วทำไป ก็จะไม่ผิดพลาด เพราะเราเตรียมสำหรับจะไม่ผิดพลาดอยู่แล้วตั้งแต่ต้น. ถ้าเกิดร้อนขึ้นมา พลุ่พลุ่ขึ้นมา ก็ถือว่า เป็นความผิดพลาด.

#### ให้ฝึกเป็นอยู่อย่างไม่ร้อนอย่างพระเกี่ยวกับปัจจัย ๔

ขอให้เป็นความหมายกว้างๆ สำหรับคนทั่วไปทุกคน ทุกวัย ทุกระดับ ทุกหน้าที่การงานนี้ว่า เราจะมุ่งหมายความไม่ร้อนอยู่ในชีวิตประจำวัน, แล้วก็ฝึกหัดไว้ด้วย : **เมื่อลงมือทำอะไรก็มีสติสัมปชัญญะทำ** โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ปฏิบัติอย่างพระก็ได้ คือ **เมื่อกินอาหาร, เมื่อสวมเครื่องนุ่งห่ม, เมื่อจะใช้สอยเครื่องใช้สอย, หรือเมื่อจะใช้หูกยาครวาเจ็บป่วย** ๔ ประการนี้ อย่าได้เผลให้เกิดความร้าวร้อนขึ้นมาได้.

ที่นี่ **คนเคยตามใจตัว** ตามใจกิเลส; เมื่อจะกิน ก็กินอย่างหิวทางวิญญาณ ไม่ใช่หิวทางร่างกาย; บางทีร่างกายกำลังบอกอยู่ว่า ยังอิ่มอยู่ ไม่ต้องกินก็ได้ แต่พอมานึกถึงอาหารอร่อย หรืออะไรขึ้นมา มันก็กระโดดผลุงทันที. ถ้าเป็นอย่างนี้แล้ว **ก็ต้องร้อน** เพราะความหิวอย่างกิเลส ไม่ใช่หิวอย่างธรรมาอย่างร่างกายหิว. เพราะว่า

เมื่อแล้วก็ยังหิว ; หิวชนิดนี้เราต้องระวัง มีสติสัมปชัญญะว่าควรจะกินหรือยัง ? ควรจะกินอะไร ? ควรจะกินอย่างไร ? ควรจะกินเท่าไร ? อย่างนี้จะได้ไม่ผิดพลาด ชนิดที่เป็นความร้อนขึ้นมา.

โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เมื่อกำลังเคี้ยว และอร่อยที่สุดอยู่ในปากนี้ ; ระวัง ใต้ ๆ มัน จะมีความร้อนถึง ขนาดไหม้ปากพอง ถ้าได้ กระเพาะ ทะลายก็ได้. ถ้าพูดอย่างตามภาษาธรรมะ เมื่อคนกินเข้าไปด้วยอำนาจกิเลส ตัณหา ยึดมั่น อย่างนี้แล้ว ถือว่า เคี้ยวนี้ปากจะเหมือนกับกินน้ำทองแดงละลายเข้าไป ท้องไส้พังทะลาย. นี่เป็นอุปมาที่พอจะจำได้ง่าย.

การทวงความเย็นเป็นอารมณ์นี้ ควรจะระวัง ให้มีการกินเหมือนกับพระกิน. เมื่อเคี้ยวอยู่นึกให้รู้ว่า อ้าว, นี่มันอย่างนี้, นี่มันอย่างนี้ ; ความอร่อยนั้นก็สักแต่ว่ามีธาตุบางอย่างออกมาพอเหมาะพอที ตรงกับความรู้สึกของประสาทของลิ้น โดยอัตราที่พอเหมาะจึงได้เกิดรสอย่างนั้นขึ้น ที่เราสมมติเรียกกันว่ารสอร่อย.

ที่จริงรส ถ้ามากเกินไป หรือน้อยไป ก็จะเป็นรสที่ไม่อร่อย หรือถึงกับเป็นยาพิษขึ้นมา. อย่างเช่น เป็รียวพอกตินก็อร่อย แต่ว่าเป็รียวเกิน มันก็เป็นน้ำกรดที่จะกัด หรือถึงกับว่า กัดปากให้พังทะลายไปก็ได้ ด้วยอำนาจของน้ำกรด. รสหวาน รสขม หรืออะไรก็เหมือนกัน ถ้าพอก ๆ แล้ว จะอร่อย. นี่เรารู้ได้ว่า อร่อยนั้นคือความพอกดีของสิ่งที่มาพบกัน คือ รสกับลิ้น, ประสาทของลิ้นนี้ กับรสของอาหารเป็นต้นนี้ พอกดีกันอย่างนี้.

แม้กินของร้อน ๆ อยู่ ก็เรียกว่าเย็นได้ เพราะว่าไม่ทำความร้อนในส่วนจิตใจ ; ฉะนั้น การกินอาหาร ชนิดไหน ก็อย่าให้เกิดความละโมภ ความตะกละ หรือความร้อนอย่างใดอย่างหนึ่งขึ้นมา, ทวงเอาความเย็นในฐานะของนิพพานมาเป็นอารมณ์ อยู่เสมอ แม้เมื่อกินอาหาร.

**ในเรื่องเครื่องนุ่งห่ม** ก็เทียบเคียงโดยนัยอันเดียวกัน; ถ้าไม่อย่างนั้น ก็จะต้องแบ่งตัวสววยอย่างโจเซลา, สววยอย่างโจเซลา ไม่ใช่สววยอย่างสุภาพบุรุษ หรือ ไม่ใช่สววยอย่างสตรีบุรุษ ผู้มีสติปัญญา; สววยอย่างโจเซลา แล้วก็กระพืดกระพืดเป็น ห่วงว่าจะไม่สววยอยู่นั้นแหละ.

จงดูคนหนุ่มคนสาวที่โจเซลาถึงที่สุดนี้ แต่งตัวไปพลาง กระพืด กระพืดไปพลาง เหลียวไปเหลียวมา กระวานกระวายอยู่ ยังไม่แน่ใจว่าจะสววยถึงที่สุด พอหมดเวลาที่จะแต่งตัว ก็ต้องออกไป ด้วยจิตใจที่ลังเลอยู่นั้น; อย่างนี้แหละที่ **ร้อน เพราะเครื่องนุ่งห่ม**. ถ้าทำอย่างพระ ก็ไม่มีความหมายอย่างนี้ คือพิจารณาถึงข้อที่ว่า “**เครื่องนุ่งห่มก็ดี คนผู้ใช้เครื่องนุ่งห่มก็ดี เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติ**”; ก็ถึงนั้น ก็เย็น **ไม่มีความพลุ่งขึ้นมาแต่ภิกษุ**.

นี่เป็นหลักทั่วๆ ไปที่จะใช้เครื่องนุ่งห่มให้เย็น โดยท่วงเตาความเย็นเป็น อารมณ์อยู่เสมอ.

**เครื่องใช้ ไม่ส้อยในบ้านเรือน** ตลอดถึงตัวบ้านเรือนอะไรต่าง ๆ เหล่านี้ ก็เหมือนกัน. เดียวนี้ เรามีแค่ความคิดชนิดที่ทำให้ร้อน เพราะความโง่ : จะไปได้ จะไปมิได้ แล้วก็ใช้สอยเกินกว่าความจำเป็น. คนที่ยังไม่มี ก็ยังเห่อ ยังหวังที่จะได้ กล้ายๆ กับว่ามุ่งความร้อนเป็นอารมณ์ แล้วก็ไม่พอ. แม้ว่าในบ้านนั้นจะมีรถยนต์ มีตู้เย็น มีอะไรหลายๆ อย่าง แล้วมันก็จืดชืดไป ยิ่งร้อน ยิ่งมุ่งหมายอย่างอื่นต่อไปอีก. เพราะฉะนั้น ความเย็นไม่ได้มีขึ้น เพราะว่าหามาได้ตามที่ต้องการ, เพราะว่าความต้องการมันยึดตัว ออกไปได้ ไม่มีที่สิ้นสุด.

**ความเย็นนั้นอยู่ที่หยุดความต้องการนั้นเสีย**; เมื่อใช้สอยถึงเหล่านี้อยู่ ก็ใช้สอยไปด้วยการหยุดความต้องการด้วยอำนาจของความโจเซลาเสีย. เดียวก็จะเย็น, ไม่ต้องใช้ของวิเศษวิโสมันก็เย็น หรือแม้จะใช้ของวิเศษวิโสมันก็เย็น. ถ้าจิตคนวาง

**ไว้ถูกต้องแล้ว** ของที่นำมาใช้สอยนั้นจะชนิด หรือชั้นเลิศ **ชั้นอะไรมันก็เย็น** หรือจะชั้นเลว ชั้นต่ำที่สุด ก็เย็น, จะกินข้าวด้วยกะลา ก็เย็น, จะกินข้าวด้วยจานทองคำ ประดับด้วยเพชรพลอย มันก็เย็น ถ้าว่าดำรงจิตใจไว้ถูกต้อง; เพราะว่าเราห่วงเอาความเย็นเป็นอารมณ์ไว้เสมอ. นี่เป็นตัวอย่างเท่านั้น จะแจกรายละเอียดกันไปทั้งหมดไม่ไหว.

**เรื่องหยูกยาสำหรับแก้โรค** นี่ก็ตั้งต้นไปตั้งแต่ว่า อย่ากลัวตายให้มากนัก : พอมีอะไรๆ ผิดปกติไปสักนิด ก็กลัวตายจนร้อน จนอะไร เหมือนกับถูกสนถูกสุมอะไรอยู่. นี่ก็ผิดแล้ว ร้อนไปเปล่าๆ. เกี่ยวพันรณหาการแก้ไขด้วยความโง่เขลา ด้วยความกลัวที่มากกว่าเหตุ เหมือนที่เป็นๆ กันอยู่เดี๋ยวนี้; เป็นอะไรนิดหนึ่งก็กลัวตาย ร้อยเท่า พันเท่า หมื่นเท่า สำหรับคนเดี๋ยวนี้.

ผมต้องพูดตรงๆ ว่า คนที่ได้รับการศึกษา อย่างพวกคุณทั้งหลายที่นี่แหละเวลานี้ พอเจ็บไข้สักหน่อยหนึ่ง ก็กลัวตายมากกว่าคนสมัยปู่ย่า ตายาย ที่โง่เขลา ซึ่งเขาไม่ค่อยกลัวนัก แล้วเขาก็พยายามไปตามสมควร แล้วเขาก็ไม่ตายเหมือนกัน. เรานั้น **ได้ความกลัวที่เพ้อ, ความรักษาเอียวยาที่เพ้อ แล้วยังร้อน หรือกลัวอยู่ มากกว่าคนโง่ๆ สมัยปู่ย่า ตายาย** ของเรา. ทั้งนี้ก็เพราะว่า เขามุ่งความเย็น หรือความหยุด หรือความดู พิจารณาไปอย่างช้าๆ; ที่ตีมาก, เป็นชั้นตีมากก็คือ ถ้าความเจ็บไข้เกิดขึ้น ก็ถือเอาเป็นโอกาส สำหรับการศึกษาธรรมะไปเสียเลย. พวกเราไม่เคยเป็นอย่างนี้.

พวกเรานั้น พอเจ็บไข้อะไรนิดหน่อยนิดหนึ่ง ก็ว่า “ความตายมาแล้วโว้ย,” แล้วก็รีบเข้าไปในทางวิญญาณ. ถ้าว่า เป็นคนสมัยเก่าโน้น ถือธรรมะตามระบบโบราณนั้น เขาเรียกว่า “เทวทูตมาบอกสิ่งที่ดีให้แล้วโว้ย”; ถ้า **ความเจ็บไข้มาถึง** ละก็กลับต้อนรับมัน ในฐานะที่ว่า **เทวทูตมาบอกข่าวดีแล้ว** คือให้เรา **ไม่ประมาท** ให้เรา **เตรียมตัว** ให้เราทำอะไร ชนิดที่ว่า เราจะต้องแก้ ต้องเจ็บ ต้องตายนี้. การ

ไปหาหมอ หายากิน เอาไว้ทีหลังดีกว่า; ต้อนรับในฐานะที่เป็นเทวทูต หรือธรรม-ทูตที่ดี มาบอก. ที่นี้ใจคือเป็นปกติ แล้วก็เย็น, แล้วจึงไปหาหายากยามากิน บริหารรักษาไปด้วยความเยือกเย็น. นี่ก็เรียกว่า เย็นในระยะแรกเสียแล้ว ของการเจ็บไข้.

ที่นี้ เรื่องการกินหยูกกินยา ก็เหมือนกัน ด้วย **ใจล่อที่ปกติ ที่บังคับตัวได้ มันก็เย็น**; แต่คนเดียวนี้ ถ้ายาขมสักนิด เขาจะขวางทิ้งไปเลย, คนสมัยโน้นจะขมเท่าไร เขาก็กินได้ แล้วเขาก็ไม่มียาหอม ๆ หวาน ๆ จืด ๆ กิน เหมือนคนสมัยนี้. คำว่า “ยา” ของคนโบราณจะต้องเหม็น ต้องขม ต้องอะไรอย่างนี้ เขาก็กินได้ ไม่มีเค็ตร้อนเพราะยาขม หรือว่าการรักษาก็ไม่วิเศษวิโสอะไร เพราะว่าเขากอยแต่จะจ้องหาความเย็น. ส่วนเรานี้มีความกลัว ความโง่ รวมกัน มีความกลัวอย่างตื่นตูมไป มันก็ร้อนอยู่ในความกลัว ร้อนอยู่ในความโง่ ร้อนอยู่ในความไม่ได้อย่างใจ.

ขอให้ลองกลับกันเสียใหม่ตามแบบที่ว่ามานี้ **มุ่งหมายความเย็นเป็นอารมณ์** อยู่เรื่อย รักษา ก็รักษาไป จะใกล้ตายเข้าไปถึงเย็น จะดีกว่า จนกระทั่งตายไปด้วยความเย็น เพราะว่ามีนิพพานเป็นอารมณ์อยู่เรื่อย.

นึกตัวอย่างด้วยเรื่องอาหาร เรื่องเครื่องนุ่งห่ม เรื่องที่อยู่อาศัย เครื่องใช้สอย และยาแก้โรค ก็ต้องแก้ปัญหเหล่านี้ให้ได้; เพราะว่า ๔ อย่างนี้จำเป็นที่จะต้องมิต้องบริโภค ด้วยความเย็น; ส่วนการทำงานก็เย็นอย่างที่ว่ามาแล้ว. **การดำรงชีวิตอยู่ด้วยปัจจัย ๔ นี้เย็น**; อย่างนี้เรียกว่าเป็นผู้มีความเย็นเป็นอารมณ์.

ทุกคนสามารถห่วงหาอาความเย็นโดยลำดับ

**คนพวกที่ ๑. คนปกติ** หมายความว่าสามารถจะพิจารณา และเข้าใจข้อเท็จจริงเหล่านี้ เอามาประพฤติปฏิบัติอยู่เป็นปกตินิสัย; ให้อยู่ด้วยความเย็น มุ่งจ้องหรือว่าถนอมความรู้สึกเย็นนี้ไว้เป็นอารมณ์.

---

**คนพวกที่ ๒. คนที่ตั้งใจเป็นพิเศษ** พวกนี้ก็คือคนที่ไปศึกษาเล่าเรียนมาเป็นชาววัดสักหน่อย ก็ต้องการความเย็นยิ่งขึ้นไป มากกว่าชาวบ้าน, หรือว่า ถ้าเป็นคนอายุมากแล้ว ผ่านความร้อนมามากแล้วก็ตั้งใจจะให้เย็นเป็นพิเศษ หนาวความเย็นเป็นพิเศษ โดยน้อยอย่างเดียวกันกับพวกแรก; **เป็นอยู่ให้เย็นมากขึ้นกว่าพวกแรก** แต่ก้าวเข้าไปสู่การปฏิบัติธรรมเป็นพิเศษ.

**คนพวกที่ ๓. ที่ปฏิบัติธรรมเป็นพิเศษ** คือเป็นนักกรรมฐาน นักวิปัสสนาเป็นโยคี มุนิ ฤาษีอะไรต่างๆ เมื่อทำไปถูกวิธี ก็มุ่งความเย็น ไกลกว่า สูงกว่า มากกว่า แล้วเป็นไปได้ตามลำดับ. นี่ผู้นำเพียรเพียรโดยตรงนี้ ก็เพียรเพื่อให้เย็น; คนชนิดนี้ยิ่งจ้องพระนิพพานเป็นอารมณ์มากขึ้น. ถ้าจะพูดให้กว้างที่สุด ก็จะต้องพูดว่า เขา **จ้องความเย็นเป็นอารมณ์** หรือจ้องนิพพานเป็นอารมณ์นั้น ตามความหมายของเขาตามที่เขารู้สึกอย่างไร ว่าอะไรเป็นความเย็น หรือเป็นนิพพาน. ถ้าตามสมบัติเป็นนิพพานก็ไปตามแบบนั้น เพื่อเข้าสู่ภาวะแห่งจิตใจที่เป็นอย่างนั้น.

สำหรับ **พุทธบริษัท** หรือผู้นับถือพุทธศาสนานี้ เอาความเย็นที่เกิดมาจาก **กิเลสไม่รบกวน** หรือกิเลสหมดไปโดยสิ้นเชิง นี่เป็นความเย็น เฟื่องจ้องที่นี่. ฉะนั้นคำว่า “นิพพาน” ในกรณีอย่างนี้ หมายถึงความสิ้นไปแห่งกิเลส, ความสิ้นไปแห่งทุกข์ของกูโดยประการทั้งปวง.

แต่ถึงอย่างไรก็ดี การปฏิบัติ **ต้องเป็นไปตามลำดับ** : เมื่อปฏิบัติใน **ขั้นศีล** ก็ได้รับความเย็น อย่างที่เกิด **จากศีล**, เมื่อปฏิบัติ **สมาธิ** ก็ได้รับความเย็น อย่างที่ได้รับ **จากการปฏิบัติสมาธิ** เช่น พอลงมือทำสมาธิในขั้นต้นนี้ก็ย่อมปรารถนาความไม่มีมาแห่งนิรุตต์ทั้ง ๕. เมื่อนิรุตต์ทั้ง ๕ ไม่มีมา ก็เป็นความเย็นชนิดหนึ่ง ตามแบบของสมาธิ; ฉะนั้นจึงทำสมาธิเพื่อกำจัดนิรุตต์ ๕ ก่อนสิ่งใดหมด. เมื่อ **จิตปราศจากนิรุตต์ ๕** แล้ว ก็พร้อมที่จะทำต่อไป คือ **มีปัญญาเห็นแจ้ง** ในสิ่งที่เย็นความร้อนที่ลึกซึ้งขึ้นไปกว่า

ก็อภิสส หรือสังโยชนะอะไรทั้งหลาย ก็มุ่งหมายความขึ้นไปแห่งภิสส ขึ้นไปแห่งสังโยชนะทั้งหลายนั่นเอง มุ่งจ้องอยู่ที่นั่น.

ในระดับที่เป็นขั้นปัญญา หรือขั้นวิปัสสนา มีหลายชั้นหลายตอน มีขั้นตอนมาก ตระเยียดประณีต ถีดยับขึ้นไปตามลำดับ ไม่เหมือนกับขั้นศีล ชั้นสมาธิ ซึ่งไปลู่ ๆ ไม่ประณีตซับซ้อนอะไรนัก.

ใน **ขั้นปัญญา** หรือ**ขั้นวิปัสสนา** ทุกชั้นตอนมีสิ่งที่จะสัมผัสไม่ได้ ก็คือการทำ “เพื่อความขึ้นไปแห่งภิสส” เพื่อความปรากฏขั้นแห่งพระนิพพาน. ถ้ายังจ้องอย่างนั้นมากเข้า เข้มข้นเข้า เมื่อญาณเป็นไปตามลำดับ ถึงญาณประเภทที่เรียกกันว่า **สัจจามุโลมิกญาณ** เป็นต้น; ถ้าทำได้สำเร็จ ก็จะมี **โคตรภูญาณ** อย่างที่ว่ามาแล้ว. “หน่วง พระนิพพานเป็นอารมณ์” สำเร็จ กับบรรลุมรรค ผล ขั้นโคชนหนึ่ง \* อย่างน้อยก็ได้โศคาปัตติผล. อย่างนี้เรียกว่า **การหน่วงเอาพระนิพพานเป็นอารมณ์** นั้น **อยู่เป็นขั้น ๆ** อย่างที่ชี้ให้เห็นก็มี ๓ ขั้น :-

- คนธรรมดาสามัญทั่วไป ขั้นหนึ่ง.
- คนที่มีความตั้งใจเป็นพิเศษ เพราะใกล้กับมาพอสมควรแล้วก็ขั้นหนึ่ง.
- ขั้นที่เป็นผู้นำเพียรเพื่อโลกุตระธรรมโดยตรงนี้ก็ออกบวช หรืออะไรทำนองนี้ ก็ขั้นหนึ่ง.

เท่าที่กล่าวมาแล้วนี้ คุณคงจะจับใจความได้ ว่า “การหน่วงพระนิพพานเป็นอารมณ์” นั้น มีได้มุ่งหมายแต่ในขณะจิตที่จะบรรลุมรรค ผล ซึ่งเป็นเจ้าของคำๆ นี้ แต่เขา **ขยายความให้ต่ำลง** มา ถึงความรู้สึกของคน ไม่ว่าชนิดไหน ประเภทไหน ระดับไหน ที่เขาจะ **มุ่งหมายลดความหมกมุ่นหา** ความเกลี้ยไปแห่งสิ่งรบกวนจิตใจนี้เป็นอารมณ์. ฉะนั้น ควรจะหักการกระทำเช่นนี้ไว้ให้เป็นนิสัย ถ้าจะเกิดความขุ่นมัวเรวร้อนอะไรขึ้นมา ก็บ๊ายออกไปได้ เพราะว่า เราต้องการความเย็นอยู่เรื่อยไป.

ถ้าเข้าใจเรื่องนี้ ผมก็คิดว่า คงจะกลับไปจากที่นี้ ด้วยความรู้สึก **ห่วงความเย็น เป็นอารมณ์** ได้มากขึ้น คงจะแปลกกว่าแต่ก่อนนี้ ซึ่งไม่รู้จักห่วงหาความเย็นเป็นอารมณ์.

นี่ก็เรียกว่า **ห่วงนิพพานเป็นอารมณ์** โดยนัย คือโดยอ้อม โดยปริยาย โดยเท่าที่จะทำได้สักเท่าไร; เพราะว่า ทุกคนก็ต้องการความเย็นอยู่แล้ว ไม่มีใครต้องการความร้อน. รู้จักความเย็นให้ดี ๆ คอยจกจ้อยอยู่แต่จะให้เย็นเท่านั้น; อย่างนั้นผมก็เรียกว่า “โมกขธรรมประยุกต์” ในชีวิตประจำวันได้ ในความหมายของคำพูดที่ว่า “การห่วงเอาพระนิพพานเป็นอารมณ์”. **ให้ความหมายแก่คำว่า นิพพาน นั้นคือเย็น หรือดับลงแห่งความร้อน.**

### วิธีปฏิบัติที่ง่ายคือมุ่งดับไม่เหลือ

เวลาที่เหลืออยู่เล็กน้อยนี้ จะพูดเรื่องวิธีปฏิบัติที่ง่าย ๆ สั้น ๆ แ่่อมความไว้ทั้งหมดก็อีกครั้งคือ เราจะต้องรู้ว่า : คำว่า **นิพพาน** นี้เป็นภาษาบาลี จึงลำบากแก่เราซึ่งไม่ใช่เจ้าของภาษานั้น แล้วก็แปลนิพพานนี้ออกมาเป็นภาษาไทย ได้ความตรง ๆ ตามตัวหนังสือที่ว่า **ดับไม่เหลือแห่งความร้อน**; **นิ** - คือ **ไม่เหลือ**, **พ-ว-น** - ไป... **ดับไม่เหลือแห่งความร้อน**; **รู้จักก็พอหยี** - จบไม่เหลือแห่งความร้อน; เพราะสิ่งที่ไม่ดับ ก็คือร้อน; สิ่งที่มีการดับได้ก็คือ มีความร้อน; จึงหมายถึง **ดับไม่เหลือก็แล้วกัน และรู้ว่า ดับความร้อน.**

ที่นี้ อะไรร้อน? **กิเลส และ ความทุกข์**; ทั้งสองอย่างนี้สรุปลงไปได้ใน **คำพุทธธรรมคาสณัฎฐ์** ที่สุดว่า **ความรู้สึกว่า ตัวกู-ของกู**. ความรู้สึกว่า **ตัวกู-ของกู** นี้ทำให้ดี ๆ; **ถ้าความรู้สึกว่าตัวกู-ของกู** โดยตรงก็ตาม โดยอ้อมก็ตาม โดยนัยอะไรก็ตาม เกิดขึ้นแล้ว มัน **เป็นความร้อน** แล้วก็ร้อนนานาแบบ : ร้อนให้เห็น ร้อนไม่ให้เห็น ร้อนอย่างลึกซึ้ง และร้อนอย่างที่เราเรียกว่า **เย็นสุดขีด** นี่ก็ยิ่งร้อน, เหมือนกับความเย็นทางเนื้อหนังสุดขีด นี่ก็ยังเป็นทุกข์.



ความหมายของคำพุทธันถ์ฉบับนี้ ต้องระวังให้ดี; ความทุกข์มีหลายแบบ : ร้อนนักก็ทุกข์ เย็นนักก็เป็นทุกข์ เจ็บปวดอะไรก็เป็นทุกข์. **ถ้าไม่ทุกข์ ต้องไม่มี ความรู้สึกประเภทร้อน** ด้วยอำนาจของตัวกู-ของกู; ถ้าตัวกู- ของกูเกิดขึ้นมันก็เป็น ของร้อน เพราะว่าเป็นกิเลส โลภะ โทสะ โมหะ อยู่ในนั้น และเป็นความไม่ได้อย่างใจ อยู่ในนั้น ก็เป็นทุกข์อยู่ในนั้น ในความรู้สึกที่เดือดพล่าน เกี่ยวกับตัวกู, เกี่ยวกับ ของกู. นี่เรียกว่าภพ หรือชาติ เกิดขึ้นมาเป็นตัวกู-ของกูแต่ละวัน ๆ หลาย ๆ ภพ หลาย ๆ ชาติ เป็นไฟ. สรุปความอีกตอนหนึ่งว่า ภพนี้เป็นไฟ, **ภพแห่งตัวกู-ของกูนี้เช่นไฟ.**

ที่นี่ เราก็มื่อระอา ความติดกันแน่นไปเพื่อดับไม่เหลือ เพื่อไม่ให้เกิด ภพใด ๆ ที่นี้ก็ตาม หรือว่า ถ้าเชื่อว่า หลังจากตายแล้ว จะเกิดอีกก็ตาม ก็ให้เหมือนกัน; เพราะถ้าขึ้นชื่อว่า ภพแล้ว เป็นต้องร้อนเป็นไฟ. ฉะนั้นจึงไม่อยากจะมี ไม่อยากจะเป็น อย่างที่เรียกว่าภพ คือ ตัวกู-ของกู, อยากจะว่างไปจากตัวกู-ของกู ก็คือ ว่างไปจากภพ ว่างไปจากความมีความเป็น. ภาวะอันนี้ เราเรียกว่า **ภาวะแห่งนิพพาน** คือ **ความดับไม่เหลือ.**

แม้ยู่ที่นี้เตียวนี้ ยังเป็นเหตุไม่เป็นสาวอย่างนี้ เราก็มื่ออย่างนี้ให้ ว่า ถ้ามี ภพเกิดขึ้นในใจ; ภ-วะ -ภพ คือความเป็นขึ้นมาแห่งตัวกู-ของกู จะเรียกว่าคน ว่าสัตว์ ว่าอะไรก็สุดแท้ด้วยแต่ร้อน แล้วเราก็มื่อการ “ดับไม่เหลือ”. **จงอยู่อย่าง ไม่มีภพ อย่างดับไม่เหลือ** สมัยอย่างนี้เรื่อยไปเกิด จะเกิดยาก; สมัยที่จะไม่มี ตัวกู-ของกูไว้เป็นต้นทุนก่อน แล้วจะเกิดยาก, แล้วจิตก็จะน้อมเพื่อจะไม่เกิดตัวกู-ของกูนี้เรื่อยไป. ตั้งต้นตั้งแต่เตียวนี้ละ แล้วก็ให้มีการดับเรื่อยไป จนกระทั่งเรียกว่า ร่างกายดับ คือ กัมเมื่อถูกเขาจับใส่โลง นั่นคือดับร่างกาย. ส่วน **ดับภพ** นั้น ดับได้ ตั้งแต่เตียวนี้ ยังเป็น ๆ อยู่นี้ คือไม่เกิด “ตัวกู-ของกู” ก็ไม่เรียกว่า เกิดภพ. อย่างนี้ เราผูกคำพุทธันถ์อีกคำหนึ่ง เพื่อจำง่ายสืมาว่า “**ตาธเถยถ่อนตาธ**”.

### พยายามอยู่อย่าง “ตายเสียก่อนตาย”

**ตายเสียก่อนตาย.** “ตายเสีย” คำแรกนี้ คือตายเสียจากตัวกู – ของกู คือปราศจากความรู้สึกว่าตัวกู – ของกู. ตายเสียก่อนตายตายคำหลัง คือตายอย่างเข้าใจ. ก่อนแต่ที่จะมีการตายอย่างเข้าใจ จึงมีการตายอย่างนี้เสียก่อน คือเย็น; แล้วดับเย็นแห่งกิเลส และความทุกข์นี้ ก็เรียกว่า ตายเหมือนกัน; เพราะตัวกู – ของกู ที่มันเกิดรำขึ้นมา ยกหูชูหาง นั้นแหละเป็นตัวร้ายกาจ ให้มันตายเสียตั้งแต่เดี๋ยวนี้ หรือว่ามันโผล่หัวขึ้นมาอีก ก็ฆ่ามันลงไปทุกที.

**ตัวกู – ของกู**นี้ตายยาก มันเก็บชีวิตไว้อย่างประหลาด คืออยู่ในรกรากของอวิชชา ของอนุสัยอะไรต่างๆ; แต่ว่าไม่เป็นไร เกิดมาทุกที ก็ฆ่ามันให้ตายทุกทีไป แล้วมันก็จะเกิดยากขึ้นทุกที จะห่างออกไปทุกที ห่างออกไปทุกที จนกระทั่งไม่เห็นหน้า ไม่กลับมาอีกเลย. ถ้าทำได้สำเร็จในขั้นนี้ ก็เรียกว่า “ตายเสร็จเสียก่อนตาย” ก็เป็นพระอรหันต์.

พระอรหันต์มีความหมายเป็นผู้ตายเสร็จแล้วก่อนตาย ไม่มีกิเลสเหลืออยู่ แต่ร่างกายยังไม่ตาย ก็คือนิพพานโดยสมบูรณ์. สำหรับเราแม้ทำไม่ได้ถึงนั้น เราทำตามท่าน เราทำตามรอยพระอรหันต์ เรามุ่งจ้องอย่างนั้น แล้วก็ทำไปตามที่จะทำได้.

**ขอให้มีการ “ตายเสียก่อนตาย”** แล้วถือเอา เป็นปริญาของสวนโมกข์; ใครจะได้รับ หรือไม่ได้รับ ต้องรู้เอง, ไม่มีประกาศนียบัตรให้ เพราะเป็นเรื่องที่ต้องรู้เอง. ใครจะได้ หรือไม่ได้ ปริญาของสวนโมกข์ คือ “ตายเสียก่อนตาย” นั้น; ไม่ใช่ว่า มาอยู่สวนโมกข์แล้วจะได้ปริญานี้; แต่ก็ยังถือเอาว่าเป็นปริญาของสวนโมกข์.

ขอให้ทุกคนพยายามได้รับปริญา “ตายเสียก่อนตาย” คือมุ่งหมายความดับไม่เหลืออยู่เรื่อยไป จนกระทั่งวาระสุดท้ายที่เราจะทำได้. ได้พูดมาแล้วว่า ตั้งแต่

บัดนี้เป็นต้นไป จนกว่าจะถึงเวลาเข้าโลง เราจะปรับปรุงความรู้ ความปรารถนาให้ อยู่ในรูปของความ *ดับไม่เหลือ – ดับไม่เหลือ* นี้เรื่อยไป. แม้จะเกิดอะไรขึ้นเป็น *ความคิดหวัง* ก็เมื่อเราต้องการความดับไม่เหลือ อะไรมัน *จะทำอะไรเราได้*. เมื่อเกิดอะไรขึ้นเป็น *ความสมหวัง* ก็ *ไม่ทำให้เราดีใจได้*; เพราะเราต้องการความดับไม่เหลือต่างหาก.

เราจะได้รับโลกธรรมในส่วนที่น่ารักน่าพอใจ อย่างไรก็ดี ก็ไม่มีความหมายอะไร เพราะเราอยากจะดับไม่เหลือต่างหาก, \* หรือว่า เกิดได้โลกธรรมในส่วนไม่น่ารัก ไม่น่าพอใจ ก็ไม่มีความหมายอะไร เพราะเรา *ต้องการจะดับไม่เหลือ*; อย่างนั้นแล้วจึง *จะอยู่อย่างเป็นความว่างจากกิเลส และความทุกข์* ที่เรียกว่า *ดับไม่เหลือแห่งความร้อน* ทำให้มากขึ้นๆ ให้อาาออกไปๆ แล้วจะมี “*นาทิทอง*”. ขอใช้คำโสโกโตกอย่างชาวบ้านเขาใช้บ้าง. มันเป็น “*นาทิทอง*” อยู่ตอนที่เข้าโลงนั่นแหละ เมื่อเจ็บปวดอะไรเข้า ก็ควรจะตีใจว่า โอ๊ย, มันจะได้ดับไม่เหลือเร็วเข้า.

เราจะไม่กลัวความเจ็บไข้ ได้ป่วยเหล่านั้นเลย จะรักษา ก็รักษาไปซิ ใจไม่เป็นทุกข์ เพราะถ้าจะดับลงไป เราก็จะทำให้ดับไม่เหลือ หรือว่าจะรอดชีวิตกลับมา เราก็จะอยู่อย่างดับไม่เหลือ; เลยไม่มีทางขาดทุน. *เมื่อจะดับจิตครั้งสุดท้าย* ก็ให้ *สมัครดับไปด้วยความรู้สึกว่า สมัครดับไม่เหลือ – สมัครดับไม่เหลือ*; แล้วจะไปเอาปัจจัยอะไรมาเกิดอีกถ้าว่าเชื่อในการเกิดอีก, ถ้าไม่นึกถึงเรื่องเกิดอีก อะไรกันแล้ว ก็สิ้นสุดกัน คือ ดับไม่เหลือ.

ที่จริงมัน *ควรจะสิ้นสุดกันตั้งแต่ยังเป็น* ๆ เพราะเราไม่ต้องการจะเป็นอะไร ไม่มีภพ ไม่มีชาติ ที่จะเกิดขึ้นวันละหลาย ๆ หน นี่ไม่มี ก็ดับไม่เหลือกันในตอนนั้นแหละ, ไม่มีปัญหาเรื่องเข้าโลงแล้วว่า จะเกิดอีก หรือไม่เกิด. แต่เราก็ไม่ไต่ถามเลิกละความคิด ความเชื่อของคนหมู่หนึ่ง ที่ว่าเข้าโลงแล้วไปเกิดอีก เวียนว่ายไป ก็ให้เวียนว่ายไป; เขาเชื่ออย่างนั้นก็เชื่อไป เราไม่ติเตียนเขาว่าผิด หรือว่าโง่เขลาอะไร เพราะว่า เขาอยาก จะเชื่ออย่างนั้น, ส่วนเราอยากเชื่ออย่างนี้ เพื่อให้เร็วเข้า.

เราต้องการให้ **นิพพานเป็นอารมณ์** อยู่ที่นี่ และเที่ยวนี้ แล้วก็ดับไม่เหลืออยู่, นิพพานเป็นอารมณ์อยู่ทุก ๆ กรณี จนไม่มีอะไรเกิดขึ้นมาอีก มันเป็นการสิ้นสุดลง สามารถตายเสียก่อนตายได้จริง. จะนั้น เมื่อ **เจ็บไข้ด้วยโรคที่ตายช้า** ก็นึกถึง **ดับไม่เหลือ** **เจ็บไข้ด้วยโรคตายเร็ว** ก็ยังนึกถึง **ดับไม่เหลือ**. ถ้าว่า **ประสบอุบัติเหตุ** เช่นว่า ถูกรถชนหรืออะไรก็ตาม บังคับขึ้นมา อีกครั้งวินาที จะต้องใช้เวลาพอสมควร จะนึกถึงความ **ดับไม่เหลือ**.

ขอให้สังเกตเถิด หรือเราไปศึกษาเอาก็ได้ หรือจะสังเกตจากความรู้สึก อาจจะยาก; ถ้าสมมติว่า เกิดถูกฟันกดเจ็บเดียวตาย อย่างนั้นมันก็จะ **ต้องมีระยะที่ว่า "ต้องดับไม่เหลือ"**. พอรู้สึกว่าการฟัน ก็สมควรดับไม่เหลือเสีย แล้วมันก็ดับ หรือตายไปพร้อมกับความรู้สึกปรารถนาที่จะดับไม่เหลือ, **"สมควรจะดับไม่เหลือ"** ใช้คำว่า อย่างนี้ก็ถือว่า ไม่ต้องใช้คำว่า ยาก หรือปรารถนา อะไรกันอีก; เพราะว่า เราจะได้ จ้องการที่จะดับไม่เหลืออยู่เป็นประจำ เป็นอุคตมกฺกิ. จะนั้น ถ้ามีอะไรมาทำให้ชีวิตขาดสะบั้นลงไป มันก็ผสมโรงกัน ด้วยความรู้สึกว่า **"ดับไม่เหลือ"**.

ทีนี้ คนเขาอาจจะค้าน หรือแย้งว่า โอ๊ย มันง่ายเกินไป คนเบญจกก่อน คนโง่ ที่ใช้วิธีอย่างนี้. แต่ผมก็ขอยืนยันว่า ใช้วิธีนี้ไปก่อนเถอะ จะมีความหวัง สำหรับทุกคน ที่ว่าจะ **นิพพานเป็นอารมณ์** แล้วก็ถึงที่สุดแห่งความเอือกเขิน เป็น นิพพานได้จริง; อย่างน้อยก็ได้ขึ้นไปพลงในชั้นตัวอย่าง ชั้นเล็ก ๆ น้อย ๆ เรื่อยไป พลง, เรื่อยไปพลง, ก็เรียกว่าเป็นบัจจัยแห่งพระนิพพานยิ่งขึ้น ๆ.

การปฏิบัติธรรมประยุกต์ในลักษณะที่ว่า **"หวังเอาพระนิพพานเป็นอารมณ์"** อยู่เสมอนี้ **เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้ และมีประโยชน์**. ขอให้สนใจเอาไปพิจารณา พิจารณา แล้วประยุกต์ให้เหมาะกับตนจะทำได้มากน้อยเท่าไร.

เวลาสำหรับพูดหมดแล้ว ตอนนี้ไปเป็นเวลาสำหรับถาม.

## คำอธิบายตอบปัญหา

(ถาม) อยากจะเรียนถามท่านอาจารย์ว่า คำว่า โคตรกฺขณ ที่ท่านอาจารย์กล่าวถึงในคำบรรยาย มีความหมายว่าอย่างไร ?

(ตอบ) ควรไปหาอ่านจากหนังสือที่มีอธิบายเรื่องนี้ มียียาว จะพูดโดยรายละเอียดที่นี่ไม่ได้ และเวลาไม่พอ.

คำว่า “โคตรกฺ” ถ้าโดยแท้จริง โดยความหมายก็คือ การเปลี่ยน เปลี่ยนชนิดที่เราเรียกว่าข้ามโคตร; นั่นคือ เปลี่ยนชนิด เช่น ใบไม้เหลือง ขนาดที่จะหล่นพอมันหล่น นี่ก็เรียกว่ามันโคตรกฺ, หรือว่า เจ้านาก เมื่อมาอุปสมบท สวญัตติกรรม ขณะที่จะจับสามครั้งของอนุสาวนนั้น เขาเรียกว่าโคตรกฺ. แต่เดี๋ยวนี้เอามาใช้กับการบรรลุมรรค ผล คือ ขณะที่มกิลสส่วนหนึ่งจะสิ้นไป หนึ่งวงเอาพระนิพพานในขั้นหนึ่งเป็นอารมณ์ได้สำเร็จ อาการตอนที่เป็นอย่างนั้น คือไม่ถอยกลับอีกแน่ เรียกว่าโคตรกฺ; บุคคลก็เรียกว่า โคตรกฺ, ความรู้ในขณะนั้นเรียกว่า โคตรกฺขณ.

คำว่า โคตรกฺขณ จะใช้ในกรณีไหนก็ได้ คือ ขณะที่เปลี่ยนจากอย่างหนึ่งไปสู่อีกอย่างหนึ่ง ซึ่งเรียกว่าตรงกันข้าม รายละเอียดไปหาอ่านจากหนังสือเรื่องนี้ มียียาว.

(ถาม) ท่านอาจารย์กล่าวว่า พระนิพพานคือความดับเย็นของกิเลส แต่กระผมได้เคยได้ยินมาว่า ขอให้เป็นบัจจัยแก่พระนิพพาน ในอนาคตกาลภายภาคหน้าโน้นเทอญ พระนิพพานของท่านอาจารย์ กับพระนิพพานที่กล่าวมานั้น ต่างกันอย่างไร ?

(ตอบ) ไม่ต่างกัน เหมือนกัน สิ่งเดียวกัน ขอให้เป็นบัจจัยแก่พระนิพพานโดยสมบูรณ์ แต่เดี๋ยวนี้เราทำบทเรียนขั้นต้นๆ ของนิพพาน. ประโยคนั้น คนกล่าวเขากล่าวขอให้เป็นบัจจัยแก่พระนิพพานโดยสมบูรณ์ คือขั้นสุดท้าย หรือขั้นพระอรหันต์; เช่นเราให้ท่านเสร็จแล้วก็อธิบายว่า “ขอให้เป็นบัจจัยแก่พระนิพพาน” ก็คือการให้

ทานนั้น มันชุกเลาตัวกู - ของกูออกไประดับหนึ่ง นี่หมายความว่าให้ทานอย่างถูกต้อง ไม่ใช่ให้ทานเพื่อแลกเอาสวรรค์วิมาน.

ให้ทาน อย่างถูกต้องนี้คือ ชุกเลาตัวกู - ของกู การให้ทานก็เป็นปัจจัยแก่พระนิพพาน คือจะช่วยให้เกิดพระนิพพานโดยสมบูรณ์. แม้รักษาศีล ก็ทำอย่างที่มีมุ่งหมายจะให้ เป็นปัจจัยแก่พระนิพพาน คือ ชุกเลากิเลส ประเภทที่ศีลจะช่วย ชุกเลาให้ได้. เมื่อทำสมาธิ ก็ยังใกล้ชิดเข้าไป เป็นปัจจัยแก่พระนิพพาน มากขึ้น ๆ กระทั่งทำปัญญา ทำวิปัสสนา โดยตรงนี้ จะทำให้เป็นการปรากฏของพระนิพพาน.

เรื่องนิพพานนั้นคนถูกสอนกันมา ให้เชื่อว่า ไปนิพพานนี้ยังอยู่ไกล อย่าเอาที่นี้และเตี้ยนี้เลย; เพียงแต่ทำอะไรสักหน่อยหนึ่ง ก็ขอให้ปัจจัยเกื้อกูลแก่การไปพระนิพพานก็แล้วกัน. อย่างนี้ผมไม่เห็นด้วยมันจู้จี้ แต่ก็ไม่ใช่ชดชวง ไม่ใช่ชดชวย ไม่ทำหนักเกินไป. เราบอกแต่ว่า เราจะประยุกต์ให้มีนิพพานไปพลาจ แม้ในขั้นตัวอย่าง ก็คือทำอย่างที่ว่านี้. ควบคุมการเกิดขึ้นแห่งตัวกู - ของกูไว้เรื่อยไป, ควบคุมได้ก็ไรก็เป็นนิพพานน้อย ๆ อยู่ทีนั้น. เพราะฉะนั้น การถือหลักว่า ทำอะไรให้เป็นปัจจัยแก่พระนิพพาน ก็ถูก; แต่ถ้าจะให้เร่งเร็วเข้า ก็ต้องทำกันอย่างนี้ คือมุ่งจึงให้เป็นความเย็นอยู่ทั้งเนื้อทั้งตัว ทุกอิริยาบถตลอดเวลา.

(ถาม) ผมมีข้อสงสัยเกี่ยวกับคำบรรยายของท่านอาจารย์วันนี้ เรื่องความสัมพันธ์ระหว่าง “นาฬิกาทอง” กับ “เรื่องชาติหน้า”; กล่าวคือ ท่านอาจารย์ได้บรรยายว่า บุคคลที่ไม่เชื่อเรื่องชาติหน้า เมื่อจะตายนั้น จะเกิดกลับไม่เหลือขึ้นได้ เพราะว่า เขาไม่มีคัมภีร์มันสิ่งใดเข้ามา; แต่บุคคลที่เชื่อเรื่องชาติหน้านั้น ถ้าเขาภาวนาจิตใจ ก่อนที่จะดับ ว่าตัวเองไม่มีคัมภีร์ติดมัน คือตัวไม่เหลือมัน เขาสามารถที่จะนิพพานตอนนั้นได้ ซึ่งถ้าคนชั่ว ทำชั่วมาตลอด แล้วพบตอนอายุมาก ๆ ภาวนาตัวเองว่า ไม่มีคัมภีร์มันสิ่งใด จนกระทั่งตัวเองดับจิต. เขาไม่เกิดการขัดกันกับกฎแห่งกรรมหรือ? คือคนชั่วก็จะถึงนิพพานเหมือนกัน?

(ตอบ) เสียงก้อง หังไม่ใคร่ถูก แต่พอจับใจความได้ว่า คนที่เชื่อว่าตายแล้วเกิด หรือตายแล้วไม่เกิดก็ตาม ขอให้ถือหลักว่า เราสมัครรับไม่เหลือ จะแก่

**ปัญหาได้ทั้งหมด** คือว่า : อยู่ที่นี่เดี๋ยวนี้ ให้พิจารณาเห็นว่า การเกิดขึ้นมาอย่างนี้, การอยู่อย่างนี้เป็น การทนทุกข์ทรมาน. อย่ามีความรู้สึกว่า กูเกิด, เกิดเดี๋ยวนี้, หรือเกิดอีก อย่างไรก็ตาม อย่ามีความรู้สึกลักษณะนั้นเลย. **อย่าให้มีตัวกูเกิดอยู่ แล้วก็ไม่มีการทนทรมาน,** แล้วสมัครให้มีภาวะคับไม่เหลือแห่งตัวกูอยู่เรื่อยไป. **นี่สำคัญที่สุดแล้ว ที่เราจะทำได้** รู้สึกได้ควบคุมได้ ก่อนแต่เข้าโลง. **เข้าโลงแล้วพิสูจน์ไม่ได้** ก็ไม่พูด แต่พูดว่า ถ้าสมัครคับไม่เหลือที่นี้ได้แล้ว จะให้ผลคุมไปตลอดเวลา; จะเกิดอีก หรือไม่เกิดอีก ก็หมดปัญหา เพราะว่าที่นี้ก็ไม่มีตัวกูเสียแล้ว ก็ไม่มีตัวกูที่จะไปเกิดอีก.

สำหรับในกรณีของคนพาลนั้น ถ้าทำได้อย่างนั้นจริง ก็ได้เหมือนกัน คือมันเป็นการเปลี่ยนกลับอย่างรวดเร็ว แล้วเป็นในขณะจิตที่จะตายนั้นเอง อย่างนี้ก็มิได้.

(ถาม) แล้วไม่ขัดกับกฎแห่งกรรมหรือ ?

(ตอบ) ไม่ขัด เพราะมีกรรมที่ดีกว่า ที่หนักกว่า คือการทำถูกในส่วนนี้เป็นกรรมที่ดีกว่า มากกว่า ใหญ่กว่า จึงให้ผลตัดหน้า.

(ถาม) ขอนมัสการถามท่านอาจารย์ว่า ระหว่างที่ยังไปไม่ถึงทางแห่งความดับไม่เหลือ มีวิธีทางอะไรที่จะไปสู่ทางนั้นเร็วที่สุด ?

(ตอบ) ก็คือวิธีที่พูดมาแล้วนี่แหละ ที่เอามาประยุกต์เกี่ยวกับการเป็นอยู่ในชีวิตประจำวัน ให้ **แห่งความคับไม่เหลือแห่งความร้อน** เป็นวิสัยอยู่ **นี่คือหลักที่สุด** แล้ว เอาธรรมะชั้นโมกขธรรมมาประยุกต์ชีวิตประจำวัน คือทำอย่างที่ว่ามานี้. ขอให้ไปทบทวนใหม่ กูจะยังฟังไม่เข้าใจ จึงถามซ้ำกับคำอธิบาย. เราพยายามที่จะเปลี่ยนนิสัยเสียใหม่ ให้อยู่ด้วยสติสัมปชัญญะ ที่จะไม่ให้เกิดความร้อนขึ้นมาได้ ตั้งแต่เดี๋ยวนี้เป็นหลัก.

(ถาม) ที่กล่าวว่า คับตัวกู – ของกู แสดงว่ามีตัวกู – ของกู จริงใช่ไหม เราจึงต้อง  
คับมัน ?

(ตอบ) ตัวกู – ของกู จะเป็นสิ่งที่มีอยู่จริง หรือจะเป็นแต่เพียงความสำคัญ  
มันหมาย ด้วยอวิชชาโง่เขลาที่ตาม เป็นสิ่งที่คับได้; มันจะเป็นตัวตนจริง หรือเป็น  
แต่เพียงมายา ในความคิดนึก เพราะยึดมันถือมันก็ตาม ทั้งสองอย่างนี้เป็นสิ่งที่คับได้;  
ฉะนั้น คุณมีตัวกูชนิดไหน คุณคับชนิดนั้นดีกว่า.

(ถาม) “ตัว” ในที่นี้ เราจะหมายถึงว่าง หรือวิญญาณได้ไหม ?

(ตอบ) ไม่ได้หมายถึง ว่าง หรือวิญญาณที่เป็นตัวเป็นตนอย่างที่เขาคิดกัน.  
ตัวกู – ของกู ในที่นี้ เป็นอุปาทานหมายมัน ด้วยอำนาจของตัณหา ที่มาจากอวิชชา  
เท่านั้นเอง; หากตัวไม่พบ นอกจากว่า เป็นความสำคัญจิตของจิต เกิดขึ้น.

ขอปิดโรงเรียน เพราะว่ามีแขกมาหา ตามที่นัดไว้.