

# นิพพาน

## ๑. นิพพานคืออะไร ?

นิพพานคืออะไร ? ว่าโดยย่อ “นิพพาน” หมายถึง ความพยายสหมดไป หรือความมีมานะทิฎฐิหมดไป หรือความมีโทษะ โมหะ โลภะ หมดไป หรืออีกคำหนึ่งว่า กิเลส ตัณหา อุปาทาน หมดไป มีแต่ความเป็นปกติหรือว่างๆ นี้แหละคือ “นิพพาน”

“นิพพาน” แปลว่า หมดความร้อนมีแต่ “ความเย็นนอกเย็นใจ” ไม่ใช่เย็นไกล นิพพานมีอยู่ในคนทุกคนไม่ยกเว้น จะเป็นผู้หญิงก็มีนิพพานอยู่เช่นนั้น จะเป็นผู้ชายก็มีนิพพานอยู่เช่นนั้น จะเป็นพระสงฆ์องค์เณรก็มีนิพพานอยู่เช่นนั้น คนไทย คนจีน คนฝรั่งเศส คนอังกฤษ คนอเมริกา คนเขมร คนญวน คนลาว ก็มีนิพพานเช่นเดียวกัน จะถือศาสนาไหน ลัทธิอะไรก็ตาม มีนิพพานเช่นเดียวกัน นิพพานคือความร้อนดับหมด มีแต่ความเย็นนอกเย็นใจ คนโบราณจึงพูดว่า “สวรรค์อยู่นอก นรกอยู่ในใจ” พระนิพพานก็อยู่ที่ใจ เพียงแต่ว่าคนนั้นแหละจะทำให้มรรค ผล นิพพาน ปรากฏเกิดขึ้นหรือไม่เท่านั้นเอง

## ๒. ปฏิบัติอย่างไรเพื่อให้ถึงซึ่งกระแสพระนิพพาน ?

การปฏิบัตินั้นก็เหมือนคนอื่นที่พูดมา สำหรับตัวหลวงพ่อกเองเคยให้ทาน เคยรักษาศีล เคยทำกรรมฐานมาพอสมควร แต่ไม่รู้่านิพพานอยู่ที่ไหน? คืออะไร?-ไม่รู้ เพราะไม่ได้ปฏิบัติอย่างนี้ การปฏิบัติอย่างนี้นั้น คือปฏิบัติให้มีสติอยู่กับการเคลื่อนไหวในทุกอิริยาบถแม้จะยกมือยกเท้าก็ให้มีสติรู้ (สมมติเอา)ที่หลวงพ่อกทำอยู่เป็นประจำ พลิกมือขึ้น-ให้รู้สึก, คว่ำมือลง-ให้รู้สึก, ยกมือไป-ให้รู้สึก, เอามือมา-ให้รู้สึก, ก้มลง-ให้รู้สึก, เงยขึ้น-ให้รู้สึก, เอียงซ้ายเอียงขวา-ให้รู้สึก, กะพริบตา-ให้รู้สึก, ตาเหลือบซ้ายแลขวา-ให้รู้สึก, กลืนน้ำลายเข้าไปในลำคอ-ให้รู้สึก, หายใจเข้าหายใจออก-ให้รู้สึก, ให้มีสติติดตามความรู้สึกนี้เอง จิตใจมันนึกมันคิด-ให้รู้สึก เมื่อรู้สึกแล้วไม่ต้องยึดถือ ต้องปล่อยวางไป ทำอย่างนี้แหละ ความรู้สึกนั้นท่านว่าสัญญาคือความหมายรู้จำได้ เมื่อมีสัญญาความหมายรู้จำได้ญาณก็เข้าไปรู้ “ญาณ” แปลว่าเข้าไปรู้ เมื่อญาณเข้าไปรู้แล้วปัญญาถูกรอบรู้ ทั้ง ๓ อย่างนั้นแหละ ประกอบกันเข้าเรียกว่า ญาณของวิปัสสนา เกิดขึ้นให้แก่ผู้กระทำเช่นนั้น เมื่อญาณของวิปัสสนาเกิดขึ้นแล้วก็เห็นแจ้งรู้จริงตามความเป็นจริง เพราะศึกษาอยู่กับธรรมชาติ นี้แหละศึกษาให้ได้กระแสพระนิพพาน ทำไมจึงได้กระแสพระนิพพาน ? อาจจะมีข้อสงสัย ก็เพราะรู้รูป รู้นาม รู้รูปทำ รู้นามทำ รู้รูปโรค รู้นามโรค รู้ทุกข์ รู้อนิจจัง รู้อนัตตา รู้สมมติ สมมติอะไรรู้ให้ครบให้จบให้ถ้วน แล้วก็รู้ศาสนา รู้พุทธศาสนา รู้บาป รู้บุญ รู้จริง ๆ ทำอย่างนี้ไม่ยกเว้น ใครทำก็ได้ อยู่ที่ไหนก็ได้ อย่างนี้เรียกว่าได้ ดวงตาเห็นธรรม เพราะเห็นตัวเรากำลังนึก กำลังคิด กำลังพูด กำลังทำ นี้เรียกว่าเห็นธรรม เห็นอย่างนี้เห็นธรรมแท้ๆ ไม่แปรผัน

### ๓. เครื่องวัดว่าได้ต้นทางแล้วมีอยู่อย่างไร ?

มีอยู่คือ เห็นจิตใจมันนึกมันคิด มองด้วยตาไม่เห็น จับไม่ถูกด้วยมือ แต่รู้ได้เห็นได้ด้วยตาปัญญา เรียกว่า **จักขุปัญญา** เราเคยกะพริบตามาดั้งแต่เล็ก ๆ ไม่ใช่เกิดมาแล้วไม่กะพริบตา เพิ่งมากะพริบตาเอาวันนี้ ไม่ใช่ แต่เราไม่เคยรู้ ไม่มีสติตามรู้ได้ทัน ถ้ามีจักขุปัญญาแล้ว กะพริบตามันก็รู้ หายใจเข้าก็รู้ หายใจออกก็รู้ กลืนน้ำลายลงคอก็รู้ จิตใจมันนึกมันคิดก็รู้ รู้แล้วก็สบาย ความโลภ ความโกรธ ความหลง ลดน้อยลงไป หรือถึงกับจะหมดไปก็ได้ นี่ละคำว่าได้ต้นทาง คือรู้จิตใจมันนึกมันคิด เห็นจิตเห็นใจมันนึกมันคิดเรียกว่าได้ต้นทาง เพราะพระพุทธเจ้าตรัสรู้จากการกระทำทางจิตทางใจ เราก็ต้องรู้จิตรู้ใจ เห็นจิตเห็นใจตนเองที่กำลังคิด จึงเรียกว่าได้ต้นทาง เป็นเครื่องหมายบอกให้ผู้ปฏิบัติรู้ได้แบบนี้ เป็นสิ่งที่ไม่สามารถมองเห็นได้ด้วยตา

ผู้ที่ได้ต้นทางแล้ว จะไม่ไหวติ ไม่เชื่อเรื่องฤกษ์ยามยามดี ไม่เชื่อสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ เราจะรู้จะเห็น จะเข้าใจแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์ ซึ่งจะก่อให้เกิดมรรคผลนิพพาน มีภายิตบพหนึ่งว่า **ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน** จะไปพึ่งคนอื่นไม่ได้ พึ่งผีก็ไม่ได้ พึ่งเทวดาก็ไม่ได้ แม้พระพุทธเจ้าก็พึ่งไม่ได้เช่นเดียวกัน

### ๔. ปฏิบัติต่อไปอย่างไรจึงจะลัดสั้นสำหรับผู้ที่ได้ต้นทางแล้วนั้น?

การปฏิบัติก็ **ดูจิตดูใจที่มันนึกมันคิดนี่เอง** เคลื่อนไหวไปมาโดยวิธีไหนก็ตาม เข้าห้องน้ำห้องส้วมก็ตาม ปฏิบัติได้ทุกลมหายใจเข้าออก กินข้าวกินน้ำก็ปฏิบัติได้ ทำการทำงานก็ปฏิบัติได้ **เพราะมือทำงาน-ใจดูใจ มันนึกมันคิด เห็น รู้ เข้าใจ ผ่านไปไม่ต้องยึดถือ** อย่างนี้แหละลัดสั้นที่สุด เพราะเราเป็นคนทำ อยู่ที่ไหนก็เราเองเป็นคนทำ การพูดเราก็เป็นคนพูด อยู่ที่ไหนเราก็พูดได้ การดูจิตดูใจมันนึกมันคิดก็เราเองเป็นคนดู อยู่ที่ไหนก็ดูได้ จึงพูดว่า **ลัดสั้นที่สุด ไม่เลือกกาลเวลา ทำที่ไหนเมื่อไหร่ก็ได้** และเป็นการกระทำที่ตรงเข้าไปสู่จิตใจ ต้องลัดตรงเข้าไปอย่างนั้น

### ๕. ที่สุดแห่งการเดินทางมีอะไรเป็นเครื่องหมายว่า ไม่ต้องไปไม่ต้องมาอีกแล้ว ?

เครื่องหมายอันนี้มองไม่เห็นด้วยตาจับไม่ถูกด้วยมือ **คือมันขาดออกจากกันนั่นเอง** ไม่มีการติดต่อกันจึงว่า **ไม่ต้องไปและไม่ต้องมา** เพราะติดต่อกันไม่ได้

ตอนนี้ก็มาพูดกันเรื่องสุดท้ายไม่ต้องพูดตามขั้นตอนก่อนที่จะตัดสินใจว่า **ไม่ต้องไปไม่ต้องมา** หลวงพ่อทำความเข้าใจสักตัว เดินกลับไปกลับมาตอนเช้า มันคิดก็รู้ มันเคลื่อนไหววิธีใดก็รู้ ดูอยู่แก่นั่นเอง เอาแต่ความรู้สึกตัวเท่านั้น มันนึกมันคิดอะไรก็รู้เท่ารู้ทัน รู้จักกันรู้จักแก่ พอตีเดินกลับไปกลับมา คล้ายเราอดเสื้อหรือถอดของในตัวเรานี้ออกหมด แล้วก็เบากายเบาใจ มันเป็นขณะเดียวกันนะนี่ พูดยให้ฟัง แต่มันเร็ว ขาดออกเป็นช่วงเลย แต่ไม่ใช่เป็นนิมิตอย่างนั้นอย่างนี้ละ มันเห็นตัวของตัวเองขาดออกจากกัน มันขาดอย่างเชือก คือธรรมชาติมันขาดออกจากกัน ติดต่อกันไม่ได้ จึงได้เปรียบเอาไว้ว่า **เอาเชือกในล่อนหรืออะไรก็ตามผูกปลายทั้งสองข้างดึงให้ตึง แล้วตัดตรงกลาง เมื่อตัดแล้วจะดึงเข้าหากัน มันไม่ถึง จึงว่า**

การไปก็ไม่มี การมาก็ไม่มี มันเข้าสู่สภาพของมัน รูปนี้มันก็เข้าสู่สภาพของมันแล้ว ใจนึก ใจคิด มันก็เข้าสู่สภาพของมันแล้ว อันนี้แหละที่ในตำรับตำราว่าถึงที่สุดแล้วญาณย่อมมี เพราะสัญญาความหมายรู้และจำได้ ญาณวิปัสสนาเข้าไปรู้ ปัญญาเข้าไปรอบรู้ ทั้ง ๓ อันนี้มันเว็บเดียวเท่านั้นเอง เรื่องนี้ไม่ต้องไปถามใคร เมื่อมันเกิดขึ้นมาแล้วรู้เอง เห็นเอง อันนี้แหละเป็นเครื่องวัดเป็นเครื่องหมาย แต่เป็นสิ่งที่มองไม่เห็น ด้วยตา จับไม่ถูกด้วยมือ เรียกอีกอย่างว่า “หมดเชื้อ” นั่นเอง

## ๖. ธรรมะแท้เป็นสิ่งเดียวกัน

เราคงเคยได้ยินได้ฟังเขาพูดกันว่า พระพุทธเจ้าตัดผมครั้งเดียว ผมของพระองค์ไม่ยาวอีกต่อไป (ยาวอยู่แค่ 2 ซ้อมือ) ก็เป็นเรื่องเดียวกัน ที่สุดแห่งการเดินทางนี้เป็นสิ่งเดียวกัน และสำคัญที่สุดทุกคนต้องประสบอย่างเดียวกัน เพราะทุกคนต้องตายแน่นอนที่สุด จึงพูดว่า ธรรมะแท้เป็นสิ่งเดียวกัน จะถือศาสนาไหนก็ต้องเข้าถึงจุดนี้ แล้วแต่ใครจะทำ แล้วแต่ใครจะไม่ทำ นี่แหละการดูจิตดูใจจึงเป็นสิ่งอัศจรรย์ที่สุด คำว่าอัศจรรย์ ก็คือสิ่งที่ไม่เคยเป็นก็เป็น สิ่งที่ไม่เคยมีก็มี การเป็นการมีอย่างนี้เป็นของที่อัศจรรย์มาก เพียงดูจิตดูใจเท่านั้นเอง ดังนั้น ธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้า จึงมีอยู่ในคนทุกคนไม่ยกเว้น จะถือศาสนาไหนลัทธิใดก็มี เพราะทุกคนมีจิตมีใจ นี่แหละเป็นเครื่องวัดของนิพพาน นิพพานไม่ใช่การเข้าฌานอย่างนั้นการเข้าฌานอย่างนี้ ออกจากฌานอย่างนั้นออกจากฌานอย่างนี้ นั่นเป็นคำพูดของคนทั่วไป ใจความสั้นๆ ก็มีเพียงเท่านี้

ถ้าปฏิบัติอย่างที่แนะนำมา หากเรายังไม่พบเห็นในขณะนี้ ก็ต้องได้ประสบแน่นอน อย่างช้าก็ตอนใกล้หมดลมหายใจ อย่างนี้ท่านเรียกว่า มีดวงสว่างไป แต่ก่อนเราไม่รู้ บัดนี้เรารู้แล้ว จะไปไหนมาไหนจะทำ จะพูด จะคิด เราก็สว่างแล้ว

**อีกพวกหนึ่ง มีดวงมืดไป เพราะไม่สนใจจึงไม่รู้ เข้าโลงก็มีมืด มามีมืดไปมืด**

อีกพวกหนึ่งสว่างมาสว่างไป คือพวกที่เกิดมาไม่เคยทำชั่ว เคยทำแต่ความดีงามแล้วก็เจริญวิปัสสนารู้แจ้ง เห็นจริง จิตใจไม่เศร้าหมอง เรียกว่า สว่างมาสว่างไป เพราะจิตใจรู้จริง เห็นจริงนี้เอง

อีกพวกสว่างมามีมืดไป เขาเกิดในตระกูลอันดี พ่อแม่เคยฝึกเคยสอน สอนให้ให้ทาน รักษาศีล ให้มีจิตใจผ่องใส แต่ไม่เคยเจริญวิปัสสนา จึงไม่รู้แจ้งเห็นจริงไปจนตาย ท่านว่า สว่างมามีมืดไป

(จากแถบเสียง ท.๕๓ ม. นิพพาน)