

อุดอาหารเป็นอุบาย

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

เทศน์เช้า วันที่ ๑๕ กันยายน ๒๕๔๒

ณ วัดสันติธรรมาราม ต.คลองตากต อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

มันไม่ได้ชำระกิเลส

๑. ไม่ได้ชำระกิเลส

๒. มันเป็นการอดแบบตีโพยตีพาย

นี่ถึงบอกว่า พระพุทธเจ้าถึงสอน เห็นไหม สอนบอกว่า เวลาเทศน์เทศน์เรื่องทานก่อน เรื่องทาน เรื่องศีล เรื่องภาวนา เรื่องทาน เรื่องสวรรค์ นี่สวรรค์ก็เป็นที่พักเฉยๆ สวรรค์ไง ทำบุญแล้วได้บุญ นี่ได้บุญ ทำบุญแล้วได้บุญหมด บุญนี้ก็สะสมไว้อยู่ที่หัวใจ เวลาตายไปก็เสวยผลบุญ นั้น นี่สวรรค์ พุดถึงไปสวรรค์ สวรรค์มีค่าอะไร? ท่านบอกให้เห็นสวรรค์ ให้ใจคนหยาบเข้ามา ก่อน ให้ใจที่หยาบกระด้างควรแก่การงานใจ ให้ซึ่งใจในบุญกุศล

ดิน เขาจะปั้นโอ่งเขาต้องขยำก่อน ใจของผู้ปฏิบัติมันต้องเชื่อเรื่องบาป บุญ คุณ โทษ ก่อนใจ เรื่องทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่วก่อน ทำดีแบบอะไร? แบบโยมทำดี นี่ทำดี ทำความดีสะสมลง ที่ใจ พอดับขันธนี้ถ้าสะสมไว้พอสมควรมันก็ไปสวรรค์ ไปอยู่สวรรค์ก็ไปเสวยในสวรรค์ หมด สวรรค์ก็เกิดใหม่ วนอยู่นั้น เห็นไหม มันไปดี มันไปชั่วคราวนี้ แต่ศาสนาเราสอนถึงอริยสัจ เรื่องทุกข์ เรื่องการดับทุกข์ เรื่องกำจัดทุกข์ เรื่องทำหัวใจ เชื่อที่ให้ไปเกิดบนสวรรค์ เกิดบน พรหมนี้หมดไป

เชื่อ เชื่อคือบุญกุศลที่ต่อไป เห็นไหม ข้ามทั้งบุญและบาป บุญก็ยังต้องข้ามเลย บุญที่ ชอบๆ กันยังต้องสละเลย นี่ทำความดี ทำความดีขนาดนั้น ทำความดีเพื่อสะสมมาที่ใจ สะสม มาๆ นี่ดี ไอ้การฆ่าดีนี้แหละ มันถึงว่าควรแก่การงาน มันถึงจะเห็นงานที่ละเอียดเข้าไป ถึงว่า

ผู้บริหารไง ผู้บริหารคนเดียว บริหารอย่างไรแต่บริษัท เครื่องของบริษัทเป็นร้อยๆ บริษัท ผู้บริหาร
สั่งการได้หมดเลย แต่ต้องคุมคนทั้งหมดใช่ไหม?

นี่ปัญญาของผู้ที่พ้นกิเลส มันถึงว่ามีก็คนละที่ปฏิบัติแล้วพ้นจากกิเลส มีก็คน? พระนี่เป็น
แสนนะ เป็นแสน แล้วคิดดูตั้งแต่...อาจารย์มหาบัวบอก พระที่ไปอยู่กับหลวงปู่มั่นเป็นหมื่นๆ
เพราะหลวงปู่มั่นทั้งชีวิต แล้วเหลือที่ว้นับเป็นหลักชั้ก้องค์ นี่ก็เหมือนกัน ผู้ปฏิบัติมีเท่าไร?
แล้วเหลือเป็นหลักชั้ก้องค์? ฉะนั้น มันถึงเข้าจุดเข้าถึงได้ยาก ฉะนั้น จะเข้าถึงมันต้องทุ่ม อุด
นอนนะ บางทีอดนอน ๓ เดือน ๔ เดือน อดนอนเป็นปี อดนอน..ทุกข์มาก หิวนอนกับหิวข้าว
อันไหนหิวกว่ากัน?

ภาษาอีสานนี้ถูกต้อง หิวนอน ทางนี้เขาบอกว่างนอน หิวนอน ว่างนอนนี้หิวมาก อด
นอนมาก อดนอนก็เหมือนอดอาหารนี้แหละ เนสัชชิกใจ เนสัชชิกเวลาไม่นอนเลย ขนาดข้อ
เนสัชชิกข้อนี้พระพุทธเจ้าไม่ให้ถือตลอด อย่างพวกอัทโภกาสักกะ อยู่ในที่โล่งแจ้ง ให้อยู่ได้ ๘
เดือน หน้าฝนไม่ให้อยู่ เพราะแบบว่ามันสุควิสัยเกินไป มันทรมาณเกินไป นี่อดนอนก็เหมือนกัน
ให้เป็นชั่วครึ่งชั่วคราว อดนอนนี้

ถามสิว่าอดนอนกับอดข้าว อันไหนมีความทรมาณกว่ากัน? อดข้าวนี้ยังเป็นครึ่งเป็นคราว
นะ เพราะอดข้าวแต่เขาไม่อดน้ำ ไม่ใช่ว่าอดทั้งหมดเลยนะ น้ำนี่อดไม่ได้ ถ้าอดอาหารบางคนไม่
มีน้ำร้อน บางทีก็น้ำเย็นธรรมดา น้ำนี้จะประทังไปตลอด จะมีน้ำหล่อเลี้ยงไปตลอด มีน้ำหล่อ
เลี้ยงไป แล้วเดี๋ยวนี้มันสบาย อาจารย์มหาบัวบอก ท่านพูดเองนะ เวลาท่านพูดกับลูกศิษย์ “สมัย
ท่านนะอย่างไรแต่น้ำตาลเลย รูปภาพน้ำตาลที่ถ่ายมายังไม่มีเลย”

เดี๋ยวนี้อดอาหารนี้น้ำตาล กาแฟ เต็มไปหมด มันให้ล่ำไส้ไม่ถึงกับไม่มีอะไรย่อยเลย
สมัยนั้นรูปภาพถ่ายของน้ำตาลยังไม่มี อย่างไรแต่น้ำตาล เดี่ยวนี้มีน้ำตาล มีโกโก้ มีกาแฟ มีอะไร
มาประทัง น้ำตาลนี้ได้ประโยชน์มาก น้ำตาลนะ แม้แต่ทอฟฟี่เม็ดเดียว อมเม็ดเดียวนะ น้ำซั้ก
แก้ว ๒ แก้วนี้ โอ้โฮ ฟันพลังงานขึ้นมากเลย เพราะเคยทำมา เคยทำมาอย่างนั้น ทอฟฟี่เม็ดเดียวนี่
ไปได้อีกวันสบายๆ เลย พอมันลงไป ขนาดเพ็ลียมาก เวลาเพ็ลียนะ อ่อนเพ็ลียไปหมดเลย พอได้
น้ำตาลเข้าไปสักเม็ดหนึ่ง แล้วน้ำตาลเข้าไปมันจะฟันขึ้นมา เคนจกรรมได้อีกหลายชั่วโงมเลย
ไม่อย่างนั้นเคนจกรรมแทบไม่ไหวนะ

ขณะที่ร่างกายมันอ่อนหมด มันปล่อยหมด มันไม่มีพลังงานแล้ว ใอนี้เข้าไปเสริมมันถึงให้แรงมาก แล้วพออย่างนั้นให้แรงขึ้นมาละ มันเป็นพลังงานสะอาดใจ หมายถึงว่า มันไม่ทับธาตุชั้นธัญอยู่แล้ว อดอาหารไปหลายๆ วันมันจะว่างนะ ว่างหมายถึงว่าร่างกายนี้จะเบา เหมือนคนฟีนไข่ คนทุกคนเคยเป็นไข่ แล้วตอนเป็นไข่หายใหม่ๆ คือเหมือนกับอดอาหาร อดอาหารจะเป็นสภาพแบบนั้น บางทีมากกว่านั้นอีก แล้วก็ฟีนมา พอฟีนมามันก็ไม่มีแรงเดินอยู่แล้ว พอน้ำตาลเข้าไปช่วยให้มีพลังงาน นี่มันจะเดินจงกรม โอโฮ มันจะโล่งมากนะ เดินจงกรม จนอาจารย์พูดเห็นไหม แต่ทุกคนไม่เคยเป็นอย่างนั้นหรอก มันอยู่ที่นิสัย

เวลาออกมาฉันข้าวมันเถียงกันเลยแหละ ไม่อยากกิน อีกอันหนึ่งไม่กินก็จะตาย อีกอันหนึ่งก็จิตมันกำลังเต็มที มันไม่อยากกิน ขนาดไม่อยากกินข้าว เพราะใจมันเสวยธรรมไง มันมีที่พึ่ง โอโฮ มันสบายของมัน แต่ทรมาน ทรมาน ฟังสิเวลาท่านพูด ถ้าย้อนกลับไปอยู่ที่ความคิด ตอนท่านเร่งความเพียรนะ คิดแล้วเสียวจนไม่อยากทำ ไม่กล้าทำ แต่ตอนนั้นยังกล้าทำเพราะอะไร? เพราะว่าเราเป็นหนุ่ม

ทุกคนนี้เป็นหนุ่ม ทุกคนมีทุกข์ ทุกคนอยากฆ่ากิเลส ใ้อความอยากฆ่ากิเลสนี้คือความอยากที่เป็นมรรคใจ ความอยากชำระกิเลส แต่คนที่สิ้นกิเลสไปแล้วมันไม่มีความอยาก มันก็คิดอย่างนั้นแหละ หนึ่งกิเลสสิ้นไปแล้ว สองร่างกายเป็นผู้เฒ่าแล้ว อายุตั้งเกือบ ๘๐ กว่าแล้วอย่างนี้พอคิดถึงตอนที่หนุ่มๆ ทำแล้วมันเสียว ทำมาได้อย่างไร? แบบมูมานะมาได้อย่างไร? แต่ตอนที่มิกิเลสอยู่ คนเราเป็นไข่มันก็อยากหา อยากรักษาไข่ เป็นไข่ เจ็บไข่ได้ป่วยมันอยากหาย ความอยากหายนี่มันสู้ เห็นไหม คนมิกิเลสถึงว่าความอยากของมรรคอันนี้มันถึงทำให้มีการต่อสู้ มีการมูมานะมา แล้วไข่มันไม่มี คนไม่เป็นไข่จะไปคิดยาทำไม?

โอ้ ไม่เป็นไรเลย มาคิดยาๆ มันก็เลยถึงว่าไม่มีความอยากตัวนี้ ก็เลยคิดแล้วมันแหง นี่ขนาดต้องเป็นอาชานินยะ การอดอาหารเป็นวิธีการอันหนึ่ง ใครจะพูดอย่างไรให้พูดไป ถึงว่านี่สัปปายะ ถ้าไปอยู่กับคนที่ไม่เคย ไปอยู่กับคนไม่เคยทำ มันจะเห็นว่าเป็นการทรมานกายอย่างหนึ่ง แล้วถ้ามันไม่ได้ปฏิบัติเลย เสวยสุขอยู่ มันไม่ได้ทรมานอะไรเลยมันได้อะไร? นี่ถามตัวเองกลับสิว่ามันได้อะไร? มันถึงว่าเพราะมันต้องการจะเอาชนะตน

เอาชนะตน เห็นไหม ตนก็อยากออกมาเสวยข้างนอกนี้แหละ ออกมาอยากกิน เอาชนะตนก่อน เอาชนะตนขณะที่บังคับไม่ให้กินก่อนแล้ว แล้วเอาชนะตนแล้วยังเอาชนะกิเลสในตน

นั่นอีก เพราะคนนี้เป็นมานะ ต้องชำระไอ้มานะตัวนั้นอีกทีหนึ่ง ชำระเข้าไปๆ นั่นแหละกิเลส มันอยู่ที่นั่น กิเลสไม่ได้อยู่ที่อาหาร แหม ไม่ได้กินอาหารเป็นโทษ ก็อย่างที่ว่านั่นแหละ โอ้ โรงสี มันขนาดไหนนะ กินไม่หมดหรือก มันเป็นของมันอยู่อย่างนั้น สรรพสิ่งนี้เป็น ถึงว่ารูป รส กลิ่น เสียงไม่ใช่กิเลส

“รูป รส กลิ่น เสียง เป็นบ่วงของมาร เป็นพวงดอกไม้แห่งมาร”

ค้นหาความทะยานอยากในรูป ในรส ในกลิ่น ในเสียง ในสัมผัส ในอาหารนั้นต่างหาก เป็นกิเลส ฉะนั้น ถึงว่าใครเห็นอาหารเป็นโทษไม่มีหรือ แต่เห็นกิเลสของเราที่ไปติดในอาหาร นั้น นี่ในเมื่อพระผู้ปฏิบัติมันไม่ได้ติดในรูป รส กลิ่น เสียงภายนอก มันไม่มีอะไรที่กระทบ มันกระทบอาหารนี้ ก็ต้องเอาตรงนี้เป็นชัยภูมิต่อสู้สิ อย่างของเรานี้ก็ดูอย่างอื่นเป็นที่ต่อสู้ แต่พระเห็นไหม ผู้ปฏิบัติมันมีเท่านี้แหละที่จะกระทบกันอยู่ ก็เลยเอาอันนี้มาเป็นเครื่องต่อสู้ พอตต่อสู้กัน มันจะเป็นกิเลสไปไหนล่ะ?