

อารมณ์ดิบ

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

เทศน์เช้า วันที่ ๑๕ กรกฎาคม ๒๕๔๓

ณ วัดสันติธรรมาราม ต.คลองตากคต อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ปฏิบัติถูกต้องไง เรียบอกเลย อารมณ์ของพวกเรานี้อารมณ์สัญชาตญาณดิบ อารมณ์ปุถุชน พวกเรานี้อารมณ์ดิบ พออารมณ์ดิบเราต้องทำความสงบก่อน ทำความสงบมาเพื่อจะให้อารมณ์เรา เป็นสัมมาสมาธิไง มันก็ถึงที่สุดถึงดิบ แต่มันไม่ถึงกับสุขเลย ถ้าสุขเลยนี้ต้องวิปัสสนา มันสุขไปเลย มันก็ไม่เกิดอีก อารมณ์ดิบๆ เห็นไหม อารมณ์ดิบๆ เหมือนอารมณ์โลกๆ เรานี้ นั่งตามสบาย อารมณ์ดิบๆ เรา คิดดูสิ เราคิดอย่างไรเราต้องคิดเรื่องของเราเอง เราต้องเห็นว่าเราเป็นเรา เป็นของเรา ใช่มั้ยไหม แล้วก็พิจารณาไป เริ่มพิจารณาตั้งแต่ตอนนี้เลย

พอพิจารณาตั้งแต่ตอนนี้ไปนี้ มันก็เหมือนกับเราเก็บของนะ เราเก็บของไป เก็บไว้ๆ เก็บ ของเราซ่อนไว้ เรียงไว้ๆ มันก็เป็นระเบียบเรียบร้อย มันก็เหมือนกับถึงถึงถึงถึงถึง ถึงเก็บของให้ เรียบร้อย เห็นไหม การพิจารณาไปเลย กับ ทำไมต้องมาทำสมถกรรมฐาน? ทำความสงบขึ้นมา นี้ อารมณ์ของเราเป็นอารมณ์ดิบๆ ความดิบๆ ขึ้นไป อารมณ์ดิบมันคิดก็ต้องคิดดิบๆ ไป พอคิดดิบๆ ไป ความคิดออกมาก็คิดไปเรื่อยๆ

ถ้าวิปัสสนาไปเลยนี้ มันก็เป็นว่า เหมือนกับอาหารพวกลาบพวกก้อยนี้ เก็บไว้เฉยๆ มันจะ บูดจะเสียไปเรื่อยๆ แต่ถ้าอาหารที่เราต้ม อาหารต้ม อาหารแกง เราอุ่นไว้บ่อยๆ เราเก็บไว้แล้วเรา อุ่นไว้กินบ่อยๆ ได้ อาหารพวกนี้ เพราะว่ามันเป็นอาหารที่สุก มันอุ่นได้ แต่พวกที่ว่า พวกยำพวก อะไรนี้ไปอุ่นได้ไหม? มันจะเสียไปเลย อารมณ์ดิบๆ ก็อารมณ์อย่างนั้นนั่นะ มันง่ายไป มันทำแล้ว ไม่ต้องผ่านความสงบก่อน

แต่ถ้าเราผ่านความสงบก่อนนี้ ความอ่อน เห็นใหม่ เราไปอ่อน ถึงเราจะทำความสงบขึ้นมา ทำสมถะขึ้นมา เราทำความสงบของใจขึ้นมาก่อน พอทำความสงบของใจขึ้นมา ความเห็นมันจะต่างออกไป ความเห็นมันต่างออกไป มันก็เหมือนกัน เหมือนกับอาหารอันนั้นมันก็ต้องเสียไปโดยธรรมชาติใช้ใหม่ เพราะเวลาจิตนี้มันสุขขึ้นมาแล้วก็แล้วแต่ มันก็ต้องบุกเน่าไป

สัมมาสมาธิ เราสร้างสมถะขึ้นมาเหมือนกัน สมถะนี้มันก็จะต้องเสื่อมสภาพโดยธรรมชาติของมัน แต่เสื่อมสภาพโดยธรรมชาติเพราะมันต้องเสียไปใช้ใหม่ แต่ถ้าเอาไปอ่อนบ่อยๆ ขึ้นไป อ่อนบ่อยๆ ขึ้นไป ก็เหมือนกับเราวิปัสสนาไปเรื่อย เราใช้ความคิดไปเรื่อย มันจะดีขึ้นเรื่อยๆ อ่อนบ่อยๆ หมายถึงว่า เรากลับมาทำความสงบอีก ก็อ่อนไปๆ อ่อนไม่ให้ของนี้เสีย อ่อนเพื่อไม่ให้ใจเรานี้เสีย อ่อนเพื่อไม่ให้ความคิดนี้เสียไปเรื่อยๆ นี่สมถกรรมฐานมันสำคัญตรงนี้ไง ถึงต้องมีความสงบก่อน

เขาว่า ทำความสงบก่อนมันจะเสียเวลาเปล่า อายุเราก็มากแล้ว ความที่อายุมากแล้วนี่เราจะรีบทำไง รีบทำคือว่า ใช้สมถะกับวิปัสสนาไปพร้อมกัน คือวิปัสสนาไปเลยๆ เขาว่าเป็นวิปัสสนาเป็นความที่เขาเข้าใจผิด เขาว่าวิปัสสนา แต่ความจริงก็คือว่า เป็นปัญญาอบรมสมาธิ ปัญญาอบรมสมาธิหมายถึงว่า เราเก็บของให้เรียบร้อยขึ้นไป มันก็จะทำให้อาหารนั้นสุกขึ้นมา แต่ในเมื่อถ้าหลักความจริงเป็นแบบนี้ เป็นปัญญาอบรมสมาธิ แต่ถ้าเราเข้าใจว่าเป็นวิปัสสนาไป เห็นใหม่ แล้วเข้าใจว่าอันนั้นเป็นผล นี่ความเข้าใจของเรา เข้าใจผิด สัจจะความจริงมันเป็นสิ่งที่เราประพฤติปฏิบัติขึ้นมา ถ้าสัญชาตญาณคิดขึ้นมา มันก็คิดคิดๆ ขึ้นไป แล้วมันก็เรียงขึ้นมา เป็นหลายๆ ขึ้นมา

แต่ถ้าเราเข้าใจว่าอย่างนั้น มันเป็นนามธรรม นามธรรมเป็นเรื่องของหัวใจ พอเรื่องของหัวใจ เช่น ความคิดเรา เราคิดนี้ ถ้าความคิดเป็นรูปธรรมนะ บ้านเราจะไม่มีที่เก็บเลย มันจะเป็นรูปธรรม เป็นของ เป็นวัตถุขึ้นมา เราจะไม่มีที่เก็บ แต่ในเมื่อมันเป็นนามธรรม คิดร้อยแปดพันเก้า วันหนึ่งคิดวันยังค่ำ คิณยังรุ่ง มันก็ยังมีที่เก็บ มันมีที่เก็บหมายถึงว่า มันเป็นนามธรรม มันซ่อนอยู่ในหัวใจนั้น

นี่ทำความสงบขึ้นมาของใจ มันก็ทำตรงนี้ให้มันสะอาดขึ้นมา ทำสะอาดขึ้นมา มันก็เก็บขึ้นไปๆ เก็บขึ้นไปมันก็เก็บอยู่อย่างนั้น คือว่ามันจะคร่อมอยู่เฉยๆ ถ้าความเข้าใจผิดของเราว่าอันนี้เป็นผล มันไม่ก้าวเดิน มันเป็นความหลงติดอย่างหนึ่ง ความหลงติด เราเข้าใจว่าวิปัสสนา เราวิปัสสนาไปเลย มันจะเป็นผล แล้วมันจะเกิดความว่างจริงๆ เกิดความว่าง เกิดความพอใจของเรา

ว่าอันนี้เป็นความว่าง...เป็นความว่างกับปัญญาอบรมสมาธิ จากดิบทำให้เป็นสุข กิ่งดิบกิ่งสุข แล้ว
วิปัสสนาไป วิปัสสนาไปจนกว่ามันจะสุขขึ้นไปๆ

นี่ใจดิบๆ อารมณ์ดิบๆ ต้องทำสมณะก่อน ถึงว่าทำไมเราต้องกลับมาพุทโธๆๆ พุทโธ
เพื่อให้ใจ...เห็นไหม พุทโธนี่เป็นอาหารของใจ มันเหมือนกับตะบะธรรม ตะบะธรรมเผาใจให้ใจ
นี้สุขขึ้นมา ตะบะธรรม เราเสริมตะบะธรรมขึ้นมา เราพยายามทำใจของเราให้สงบเข้ามาๆ ด้วยการ
กำหนดพุทโธๆ นี่เป็นตะบะธรรม แต่ถ้าพูดถึงว่าเป็นอาหารก็ได้ เป็นอาหารใจ ใจกินอารมณ์เป็น
อาหาร เห็นไหม

เวลาเราคิดขึ้นมา ความคิดกับเราคนละอัน มันจรมา ความคิดนี้มันจรมา นี่ที่เราว่าเรา
ซ้อๆ ขึ้นไป มันจรมาทำให้เราฟุ้งซ่านไปๆ แต่เรากำหนดพุทโธแทนความคิด ให้กินพุทโธนี้
แทนความคิด นี่อาหารของใจ มันจะสงบขึ้นมาๆ สงบขึ้นมานั่นนะ พอความสงบขึ้นมาอันนี้ นี่
จากว่าอารมณ์ดิบๆ มันเป็นอารมณ์สุขขึ้นมา พออารมณ์สุขขึ้นมา อาหารนี้สุขขึ้นมา เราก็ยกขึ้น
วิปัสสนา เหมือนอุ่นไฟเรื่อยๆ ถนอมใจเรานี้ ถนอมใจของเราจนถึงที่สุดได้ใจ ถนอมใจเราขึ้นไป
เรื่อยๆ อันนี้เป็นสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน

สมถกรรมฐานทำใจให้สงบก่อน แล้วยกขึ้นวิปัสสนา แต่ถ้าจิตเรายังไม่มีสมถกรรมฐาน
เราใช้ความคิดของเรานี้เป็นโลกียะทั้งหมด เพราะว่าเขาได้ผลขึ้นมา เพราะเขาทำสมณะขึ้นมา จน
จิตสงบขึ้นไปนะ เห็นเป็นรูปกาย เห็นเป็นอะไร แต่ความเห็นของเขา เขาว่าเห็นอันนั้นเป็นผลแล้ว
ถึงบอกว่าความเห็นอันนั้นเป็นงานอีกอย่างหนึ่ง งานของสมณะคือกำหนดพุทโธๆ นี่ก็เป็นงาน
อย่างหนึ่ง

ภูมิจิตภูมิธรรมของความสงบของใจ เห็นไหม จากอารมณ์ดิบๆ ทำให้มันสุขขึ้นมา นี่ เป็น
ภูมิจิตภูมิธรรมของใจอันหนึ่ง วิปัสสนาเป็นงานอันหนึ่ง วิปัสสนา เห็นไหม เอาอาหารที่เราหามา
กึ่งหอยปูปลาเราหามา เราต้องมาต้มแกงขึ้นมาให้เป็นอาหาร วิปัสสนาคือขั้นตอนนั้น สมถกรรม
ฐานคือการแสวงหาอาหาร ตะบะธรรม เห็นไหม มรรค ๘ สัมมาสมาธิ สัมมาสติ สัมมาสัมมัสนโต
การงานชอบ การงานข้างนอกนี่งานแบบโลกียะ งานแบบยกตนขึ้นมาออกจากปุถุชนธรรมดาเป็น
กัลยาณปุถุชน ยกขึ้นเป็นกัลยาณปุถุชนแล้วค่อยมีอาหาร หาอาหารมาค่อยมาต้มมาแกงขึ้นมา มัน
จะเป็นอาหาร

แต่ถ้าเราใช้ปัญญาอบรมสมาธิขึ้นไปนี้ มันเป็นงานไปเลยนะ เราเข้าใจว่าเป็นงาน พอเข้าใจว่าเป็นงาน มันก็จะคร่อมอยู่ตรงนั้น ความคร่อมนี้คือ การติดอยู่ตรงนั้น ติดอยู่ตรงนั้นมันไม่ก้าวเดิน จิตนี้ไม่ก้าวเดิน จิตนี้เกาะเกี่ยวอยู่ตรงนั้น แล้วเข้าใจว่าตรงนั้นเป็นผล นี่เป็นความเข้าใจผิดของเรา ธรรมะไม่ได้สอนอย่างนั้น

ธรรมะบอกว่ากรรมฐาน ๔๐ ห้อง สมถกรรมฐานนี้ ๔๐ ห้อง ทำจิตให้สงบนี้ ๔๐ ชนิด ๔๐ ชนิด ก็คือทำไป ทำเสร็จแล้วค่อย สีล สมาธิ ปัญญา มีศีลก่อน มีศีลขึ้นมา ทำสมาธิเข้ามาเป็นสมาธิ เป็นสัมมาสมาธิ ถ้าไม่มีศีลเข้ามานี้ไม่ได้บ่มเพาะใจของเรา เราเป็นสมาธิขึ้นมา ใจเรามีพลังงาน มันส่งออกไปทำสิ่งต่างๆ ก็ได้ งานอันนั้นเป็นงาน มีศีล มีสมาธิ สมถกรรมฐาน ๔๐ ห้องถึงยกขึ้น ปัญญา นี่พระพุทธเจ้าสอน สอนอย่างนั้น สีล สมาธิ ปัญญา เป็นขั้นตอนไป

แต่ถ้าเราใจร้อน เราจะวิปัสสนาไปเลย เราไม่กลับมาที่สมถกรรมฐาน เราถึงว่าเป็นปัญญา ก้าวกระโดดเข้าไปเป็นปัญญาเลย พอเป็นปัญญาเลยไป มันก็เลยเป็นปัญญาคำเข้าใจของเรา เพราะจิต ความคิด อารมณ์มันดิบ พอความคิดมันดิบ สิ่งนั้นมันเป็นการขำ การพล่า พล่าหรือขำนี้ มันเป็นที่ถึงถึงที่สุด เสร็จแล้วมันก็จะหลุดจะเสียไปถ้าเราไม่กินเข้าไป ถ้าเรากินเข้าไปมันก็ไปอยู่ในห้องของเรา ถ้าไม่กินเข้าไป อาหารวางไว้ เราจะไปอุ่นไปอะไรมันก็ทำไม่ได้ เพราะมันเป็นอาหาร พล่าอาหารขำ นี้มันก็ยอมเสื่อมสภาพเป็นธรรมดา เราก็มีอยู่ได้ขนาดนั้น

แต่เรื่องของจิตเรารักษาของเราไว้ นี่อาหารดิบ ถ้าจิตยังไม่ทำไป มันเป็นโลกียะ มันวนกลับมาได้ โลกุตระจะวนกลับมา วนกลับมาหมายถึงว่ามันเสื่อมสภาพของมัน แต่เสื่อมสภาพของมัน เราสามารถก้าวเดินไปอีกขั้นตอนหนึ่ง สีล สมาธิ ปัญญา ถ้าทำศีล สมาธิ ปัญญาแล้ว เราจะทำของเราได้ประโยชน์ของเรา เห็นไหม ประโยชน์ที่เราทำขึ้นมาเป็นประโยชน์ของเรา

แต่ถ้าเราคิดว่าเป็นประโยชน์ นี่เราคิดว่า แต่ความจริงมันไม่ใช่ พอความไม่ใช่มันเป็นความผิดพลาดของเราเอง พระพุทธเจ้าไม่ได้สอนผิด หลักธรรม ลัทธิธรรมไม่ได้สอนผิด แต่การตีความของเราตีความผิด เราตีความผิดเราก็ไปติดข้องอยู่ตรงนั้น พอเราติดข้องตรงนั้นเราก็ได้ประโยชน์เท่าที่เราได้ประโยชน์นั้น คือประโยชน์แบบว่า ศีลธรรมจริยธรรม เป็นคนดี อยู่ในศีลอยู่ในธรรม ประพฤติปฏิบัติธรรม เข้าใจว่าได้ธรรม กับเป็นคนที่ว่าเข้าถึงธรรม เห็นไหม มันปลดคิเลสออกจากใจเป็นช่วงๆ ออกไป นี้มันต่างกันมาก ต่างจากศีลธรรมจริยธรรม จากจิตนั้นสุขขึ้นมา เป็นสมบัติของเราผู้ที่ประสบเอง รู้เองเห็นเอง จะเข้าใจเรื่องนี้มาก เอวัง