

รสของข้าว

พระอาจารย์สงบ มนสฺสนฺโต

เทศน์เช้า วันที่ ๑๖ มกราคม ๒๕๔๔

ณ วัดสันติธรรมาราม ต.คลองตากต อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

เรื่องของการปฏิบัติในการแสวงหาณะ เราแสวงหากัน ถ้าไม่ทุกข์มันก็ไม่ยาก ไม่อดก็ไม่
อยาก ความทุกข์ความยากความอดความอยากถึงต้องการแสวงหา ถ้าคนมันทุกข์มันยาก มีอะไร
มันก็กินได้ทั้งนั้น เพื่อประทั้งชีวิตใจ

สิ่งที่ประทั้งชีวิตไป เหมือนกับเราทุกข์เรายาก เราเจอแต่ข้าว เห็นไหม ถ้าเราเจอแต่ข้าว
ขอให้มันข้าวกินมีความสุขแล้ว ถ้ามีข้าวกินนะ แต่เวลาเรากินข้าวกัน คนที่กินข้าวแล้ว กินข้าวแล้ว
มันต้องมีอาหารด้วย ก็อยู่กับข้าว ถ้ามีแต่ข้าวอย่างเดียว กินแต่ข้าวอย่างเดียว คนกินข้าวตลอดไป
ร่างกายมันต้องวิการเพราะว่าสารอาหารมันไม่พอ

ไอ้ทำความเพียรก็เหมือนกัน เราหาข้าวมากิน เราทำความสงบของเราได้ตลอดเวลา มันก็
หาข้าวมากิน แต่หาข้าวมากินมีกินแต่ข้าว มันไม่ชำระเชื้อโรคได้ เห็นไหม การชำระเชื้อโรคได้ มี
อาหาร มีกับนี่บำรุงร่างกายจนกว่าจะชีวิตๆ หนึ่ง มีอาหาร เห็นไหม มันครบหมู่ไง อาหารครบหมู่
สารอาหารครบหมู่ ร่างกายมันต้องแข็งแรงไปข้างหน้า แต่ถ้าสารอาหารไม่ครบหมู่ มันประทั้ง
ชีวิตอยู่ แต่มันต้องป่วยไข้ไปข้างหน้า

ไอ้ทำความเพียรก็เหมือนกัน ถ้ามันมีแต่สมาธิอย่างเดียว ทำความสงบอย่างเดียว มันก็มีข้าว
กิน ความมีข้าวกินนี่มีความสุขใจ มีความสุข คนมันทุกข์มันยาก เห็นไหม พอมีอะไรเข้าไปในท้อง
ขึ้นมา มันก็ตื่นเต้นกับสิ่งนั้น ความที่ตื่นเต้นกับสิ่งนั้นว่าสิ่งนั้นเป็นผลแล้ว เห็นไหม มันเข้าไปไม่ถึง
เป็นผลนั้น มันกินเหมือนกัน แต่การกินนี้ถ้าครบหมู่กับไม่ครบหมู่มันจะให้ผล ทางโลกนี้เห็นชัดๆ
เลย

ไอ้การประพุดปฏิบัติก็เหมือนกัน ถ้าเรามีแต่ความสงบอย่างเดียวเข้าไป เราใช้ปัญญาขนาดไหน ปัญญามันதாகตาง มันถอดถอนเข้าไปเพื่อให้มันสงบเข้าไป กับปัญญาในการชำระล้างกิเลสมันต่างกัน ความต่างกันมันจะเห็นต่างกัน

การถอดถอน เราถอดถอนหญ้าถอดถอนอะไร ถอดถอนหญ้า เห็นไหม เพื่อจะให้มันโล่งเตียนขึ้นไป เดี่ยวมันถึงอกขึ้นมามากเพราะอะไร? เพราะว่ามันมีรากมีเศษ เชื้อของมันยังอยู่ในดินนั้น แต่ถ้าเราไม่ถากถางพวกหญ้ามันก็รกชัฏ รกชัฏก็ทำประโยชน์อะไรไม่ได้เลย แต่ถ้าเราถอดเราถอน เราถากเราถางขึ้นมา มันก็โล่งเตียน

ความโล่งเตียนเราจะปลูกพืชอะไรก็ได้ เราปลูกพืชนั้นแหละเพื่อหาผลประโยชน์กับเรา พอหาผลประโยชน์กับเราขึ้นมา เราปลูกมะม่วง ปลูกกระท้อน ปลูกอะไร ผลออกมา เราได้กินผลนั้น เห็นไหม เราก็มีความสุขในผลนั้น

ในการวิปัสสนาก็เหมือนกัน เราปลูก เราวิธีการ เราชำระสะสาง เราแยกแยะขึ้นไป เหมือนเราปลูกผลไม้เข้าไป เราได้ผลจากนั้น มะม่วง กระท้อนที่เราได้ ผลนั้นคือความสุขใจ ความสุขที่เราวิปัสสนาแล้วมันได้ผลตอบแทนมา อันนี้เป็นการจรจรลงชีวิตให้มันดำเนินไป ดำเนินไปเพื่ออะไร?

แล้วการถากถาง การปลูกต้นไม้อื่นเข้าไปมันก็เลยปกคลุม ปกคลุมในหญ้านั้น มีร่มมีเงาหญ้านั้นก็เกิดขึ้นไม่ได้ เห็นไหม พอความเกิดขึ้นไม่ได้นานๆ เข้า เชื้อนั้นมันจะหมดไป เชื้อนั้นจะหมดไป จนมันจะขึ้นจากตรงนั้นไม่ได้ แต่ถ้าลองเอาต้นไม้ขึ้นออกไป มันก็ขึ้นอีก เห็นไหม ต้นไม้ เราโค่นต้นไม้ไปที่ตรงไหนก็แล้วแต่ เดี่ยวพวกเชื้อหญ้ามาน มันจะงอกขึ้นมาใหม่จนได้ ถ้าที่ตรงนั้นมันมีสารอาหารที่มันพอเกิดขึ้นได้

วิปัสสนาก็เหมือนกัน การวิปัสสนา ถ้ายังวิปัสสนาอยู่มันยังไม่หมดเชื้อขึ้นมา มันก็เป็นวนเวียนอยู่อย่างนั้นไง ฉะนั้นถึงบอกว่า ถ้าเราทำความสงบไปเหมือนกับข้าว เรามีข้าวกินตลอดไป มันประทังชีวิตไป มันก็ประทังความสุขไป ถ้าเรายกขึ้นวิปัสสนาไป มันเหมือนกับมีผลตอบแทนมา แต่มันไม่ถึงที่สุด

ถ้ามันถึงที่สิ้นสุด เห็นไหม มันต้องถอนรากแก้วนั้นขึ้นมา ถอนเชื่อนั้นจากดินนั้นขึ้นมา ความในดินนั้น อย่างยามาหาหญ้านี้มันฆ่าไป มันจะดูดเข้าไปในถึงรากของมัน มันจะซึมเข้าไปตาม ราก เห็นไหม เข้าไปทำลายเชื่อนั้นหมดไป

วิปัสสนาก็เหมือนกัน เราหมั่นทำของเราตลอดไป ความหมั่นทำตลอดไป มันจะได้ผล ขึ้นมาบ้าง ผลที่มันเกิดจากมะม่วงเกิดจากอะไรนะ มันเป็นผลชั่วคราว แต่ก็อาศัยสิ่งนั้นเข้าไปๆ แล้วถ้าเราอาศัยสิ่งนั้น เราทำไม่หยุดไม่ถอยใจ การทำของเราไม่หยุดไม่ถอย เราวิปัสสนาของเรา ตลอดไปไม่หยุดไม่ถอย มันถึงที่สิ้นสุดได้

กิจที่ควรทำนะ พระพุทธเจ้าบอกปัญจวัคคีย์ ปัญจวัคคีย์ขึ้นไปใหม่จะไม่ฟังพระพุทธเจ้า เทศน์ เพราะว่าไม่เชื่อว่าพระพุทธเจ้านี้... แต่เดิมอดอาหารมาก อดอาหารพยายามทำให้เพื่อกิจว่า สิ่งนี้... เมื่อก่อนยังไม่มีศาสนา ใครคิดว่าการทรมานร่างกายนี้คือทรมานกิเลสใจ การทรมานเข้าไป มาก ทำทุกริกิริยามาก แล้วออกมาฉันอาหารใหม่

พอออกฉันอาหารใหม่เพราะว่าทางอย่างนั้นไม่ใช่ทาง คิดว่าทางนี้ทางใหม่ จะเริ่มทางใหม่ แต่คนที่ไม่ได้ทำไม่เข้าใจใจ ความไม่เข้าใจก็หนักกันว่า พระพุทธเจ้ากลับมาอีกมาก มักในเรื่อง อาหารอีกแล้ว จะเป็นคนที่ว่าไม่ประสบความสำเร็จแน่นอน ก็เลยหนักกันว่าถ้ามาก็ไม่รับใจ แต่ พระพุทธเจ้าบอกว่า

“เธอเคยได้ยินไหม? เราอยู่ด้วยกันมา เคยพูดใหม่ว่าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็น พระอรหันต์ เดียวนี้เป็นพระอรหันต์แล้วให้ลงฟัง”

เหตุเป็นพระอรหันต์เพราะอะไร?

“เพราะกิจควรทำเราได้ทำแล้ว กิจที่ควรทำเราได้ทำแล้ว กำหนดเราได้กำหนดแล้ว ญาณ เราได้เกิดขึ้นแล้ว เราชำระกิเลสสิ้นไปแล้ว”

นี่มันมีกิจที่ควรทำ กำหนดก่อน งานนั้น ทุกๆนี้ควรกำหนด กำหนดแล้วทำลายๆ ออกไป ถึงที่สิ้นสุดออกไป เห็นไหม มันมีกิจมีงาน แล้วก็มีความหยั่งรู้ขึ้นมาในงานนั้น จนวรอบของงาน นั้นสำเร็จเสร็จสิ้น ต้องสิ้นกระบวนการงานนั้นมันถึงสำเร็จ มันสำเร็จลงที่ใจ มันไม่สำเร็จลงที่ข้าง นอกของเรา

ไอ้เราที่ว่ามิข้าวกินแล้วก็สุขใจ อุ่นใจ มันเป็นสมณะ มันจะเสื่อมสภาพไป ความเสื่อมสภาพไป แม้แต่ข้าวที่เรามิกินอยู่เนี่ยมันก็จะหมดไปนะ พอมันหมดไปแล้วนะ เรากลับมากินเปลือกไม้ กินก้อนหิน กินอะไร ต้องกินตลอดไปเพราะอะไร? เพราะก้อนหินเปลือกไม้เนี่ยกินไม่ได้ มันเป็นวัตถุ แต่ใจมันกินสิ ใจมันกินอารมณ์เป็นอาหาร อารมณ์ที่เกิดขึ้น อารมณ์ที่ดีไม่ดี มันก็เหมือนกับข้าวกับก้อนหินนั้น แต่มันกินได้หมดเพราะเป็นนามธรรม

ฉะนั้นเวลามิข้าวกิน มันมีความสงบเข้ามา มันก็อุ่นใจว่าอันนี้เป็นอาหาร แต่ไม่รู้ว่าอาหารนั้นมันต้องยังมีอาหารอย่างอื่นที่ผสมเข้าไปนั้นอีก คือว่าสมณะยกขึ้นวิปัสสนาใจ ถ้าวิปัสสนามันก็จะมีอาหารครบหมู่ เห็นไหม ร่างกายแข็งแรงขึ้นไป วิปัสสนาขึ้นไป มันจะเกิดรวมเป็นมรรคขึ้นมา ความเป็นมรรคมันจะชำระกิเลสของเราได้

ถ้าความมันไม่เป็นมรรคมันไม่เป็นผลขึ้นมา มันชำระกิเลสของเราไม่ได้ ถ้าชำระกิเลสของเราไม่ได้ มันถึงวันสิ้นสุดนะ มันสงบตัวลงมันต้องตีกลับใจ ถึงวันตีกลับเข้ามามันจะรู้สึก นักปฏิบัติมันจะไม่ได้ผลตรงนี้

ถ้าได้ผลขึ้นมา เราไม่ไว้อใจตรงนี้ เราทำของเราไปถึงที่สิ้นสุด ทำของเราไป พยายามขวนขวายของเรา ทำของเราไปเรื่อย ๆ ถึงที่สุดแล้วนะ หมั่นคราดหมั่นไถ ในมุตโตทัยหลวงปู่่มั่นก็ว่าไว้อย่างนั้น “ต้องหมั่นคราดหมั่นไถ หมั่นทำตลอด”

นี่มันทำแล้วมันลงทุนลงแรงมาก เวลาทำขึ้นมามันทุ่มทั้งชีวิต พอได้ผลขึ้นมาที มันก็เหมือนกับเหนื่อยอ่อนใจ กิเลสมันเลี่ยมมันสอดแทรกเข้ามาตรงนี้ไง เราพยายามทุ่มทั้งชีวิตเข้าไปเลย พยายามขวนขวายทำให้ได้ พอทำถึงเวลารวมทีหนึ่ง ความรวมทีหนึ่งหรือว่าวิปัสสนาสักหนหนึ่งแล้วมันปล่อยวาง นี่มันจะล่าใจไป

มันน่าเศร้าใจตรงนั้นนะ เราสร้างผลงานขึ้นมาจนเกือบจะครบ ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์แล้ว ๙๐-๙๐ เปอร์เซ็นต์แล้วปล่อยให้มันหลุดมือไปไง มันก็ถอยกลับมาที่เก่า แต่ถ้าเราหมั่นคราดหมั่นไถขึ้นมา ๖๐ เปอร์เซ็นต์ ๙๐ เปอร์เซ็นต์ขึ้นไปเรื่อย จนให้มันถึง ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์ ถ้าถึง ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์เห็นไหม มันมีขมิ้นาปฏิบัติมาถึงลงตัว มันเข้าร่วมตัวกันหมดแล้วมันสามัคคี มรรคมันสามัคคี มรรคมันชำระกิเลส มันจะสมุจเฉตปหานออกไป มันต้องสมุจเฉตปหาน

“ตทั้งคปหาน” ตทั้งคปหานการปหานข้าวคราว มันปล่อยางข้าวคราว ตทั้งคปหาน ตามตำราที่บอกไว้ว่าการปหานกิเลสข้าวคราว นิพพานข้าวคราว ผลที่เป็นของข้าวคราว แต่มันต้องผ่านความเป็นข้าวคราวก่อน เพราะเริ่มต้นจากไม่มีผลเลย เห็นไหม มันก็จะมีผลข้าวคราวไปก่อน แล้วยัดผลข้าวคราวนั้นไว้ เห็นไหม ยัดผลข้าวคราวไว้แล้วทำต่อ ไม่ใช่ยัดผลข้าวคราวไว้แล้วอยู่กับผลข้าวคราวนั้น

เพราะคำว่า “ข้าวคราว” มันต้องแปรสภาพ มันไม่เป็นอกุปปะ พอไม่เป็นอกุปปะ มันข้าวคราวมันก็กินตัวกินไป จาก ๗๐ เปอร์เซ็นต์ ๘๐ เปอร์เซ็นต์ตกลงมาจนเหลือ ๐ เปอร์เซ็นต์ แล้วจะเริ่มต้นทำใหม่ นี่เจริญแล้วเสื่อมเป็นอย่างนี้

โทษของการเจริญแล้วเสื่อม พอมันเจริญขึ้นมาแล้วเสื่อมไป พอเสื่อมไป พอจะทำอีกมันแห้งใจ คุณครูบาอาจารย์ว่า “ถ้าคิดถึงความเพียรของตัวเองนะ มันจะคิดว่ามันน่าจะทำได้ไม่ได้เลย แต่ทำไมทำมาได้เพราะอะไร?”

เพราะมันมีเชื้อของกิเลส ความมีเชื้อของกิเลส มีกรรมในหัวใจที่มันสะสมขึ้นมา มันอีกเหิม มันอยากจะกระทำ ความอยากกระทำนั้นมันจะเกิดความเพียรอันอกุณญ์ ความเพียรอกุณญ์นี้มันไปทำลายกิเลสได้ เห็นไหม เพราะมันมีเชื้อของกิเลส แล้วมันมีกรรมนี้แผดเผา

แต่ถ้าพอธรรมนี้มันเจือจางออกไป มันจะทำขึ้นมามันยอก เวลาเสื่อมขึ้นไป เจริญแล้วเสื่อมนี้มันเหมือนกับว่า คนถ้าไม่เคยเจริญไม่เคยมีเลยทำขึ้นไป มันยังทำของมันด้วยความสามารถของมัน คนที่เจริญแล้วเสื่อม เหมือนกับคนที่มีความรู้แล้วเสื่อมไป พอเสื่อมไปขึ้นจะทำอีก พอทำอีกมันก็แบบว่ายอกใจ มันทำไม่ค่อยได้ มันเลยอยู่แต่ตรงนั้นไป

ถึงนะ.. อันตรายของการที่กิเลสที่ว่าขณะประพฤติปฏิบัติอยู่กิเลสมันบังเงา กิเลสมันหลอกลวง พอมันหลอกลวงทำให้ตัวเองล้มลงมาแล้วขึ้นไปไม่ได้

นี่ถึงว่ามีข้าวแล้วเป็นอาหารเหมือนกัน แต่อย่าชะล่าใจกับข้าวที่ว่าเป็นอาหารนั้น เพราะว่าข้าวมันต้องมีอาหารที่ประกอบกับข้าวนั้นอีกขึ้นมา ให้มันครบหมู่ของอาหารนั้น ครบหมู่ของอาหารคือเห็นไหม สมถกรรมฐานนี้เป็นสัมมาสมาธิ มรรคมืองค์ ๘ ความเพียรชอบ ความดำริชอบ แม้แต่กินข้าวกับกินอาหาร เวลารวมกันแล้วรสชาติก็ต่างกัน

นี่เหมือนกัน สัมมาสมาธิ เห็นไหม คือว่าความทำสมณะนี้เป็นมรรคตัวหนึ่ง แต่เวลาสมาธิ
นี้ไปรวมกับมรรค ๘ พอรวมกับมรรค ๘ แล้ววิปัสสนาไป ความปล่อยวาง เห็นไหม สัมมาสมาธิ
เป็นรสชาติหนึ่ง ความปล่อยวางจากมกคอรียสังขัมมรวมตัวไปปล่อยวางรสชาติหนึ่ง รสชาติ
ของข้าวเป็นรสชาติหนึ่ง รสชาติของข้าวกับอาหารที่รวมกันแล้วเป็นอีกรสชาติหนึ่ง

ความที่รสชาติหนึ่ง มันถึงว่ามันต่างกัน ในสมถกรรมฐานกับวิปัสสนากรรมฐาน ความรู้
ความเห็นมันจะต่างกัน มันจะต่างกันมาก แต่ถ้าเราไม่เคยมีอาหารมาผสมกับข้าวนั้นเลย เรากินแต่
ข้าวนั้นอย่างเดียว แล้วรสชาติของข้าวนั้นเป็นอย่างนั้น แล้วถ้าเราไม่มีข้าวกิน เราไปกินพวก
เปลือกไม้ กินอาหาร กินพวกเห็ดพวกผักมัน มันก็รสชาติเหมือนกัน มันก็ทรงตัวอยู่ของมันไปอย่าง
นั้น เพื่อจะดำรงชีวิตของเราไปไง ดำรงชีวิตของเราไปเพื่อจะให้เรามั่นใจในการประพฤติปฏิบัติ
นั้น ถ้าการประพฤติปฏิบัตินั้นแล้วก็คร่อมอยู่ตรงนั้น

นี่ถึงบอกว่าเจริญแล้วเสื่อม เสื่อมลงมาแล้วยังปกป้องตัวเองว่าตัวเองยังเป็นผลอีก เห็นไหม
กิเลสมันหลอกไปตลอดคนนะ เราประพฤติปฏิบัติเรานี้กว่าเราจะชำระกิเลส ให้กิเลสมันหลอกเราไป
หลอกเราไปมันก็เป็นผลอันหนึ่ง

ถ้าทำไม่ถึงที่สิ้นสุดคนะ นักบำเพ็ญบารมี นักบำเพ็ญธรรม ชาตินี้ได้ประพฤติปฏิบัติมันก็
เป็นคุณประโยชน์ของเรา สะสมบารมีธรรมไปข้างหน้า เพราะจิตนี้ยังต้องเกิดอีกต่อไป แต่ถ้ามัน
สะสมแล้วมันชำระกิเลสเสียแต่บัดนี้ เห็นไหม มันซึ่งๆ หน้าเพราะอะไร? เพราะของอยู่กับเรา เรา
แก้ไขได้ แต่ถ้าเราทำไม่ได้ มันเป็นผลเหมือนกันว่าต่อไปข้างหน้า

แต่ต่อไปข้างหน้า ถ้าเกิดไปถึงเราไปเกิดชาติใหม่แล้วความเห็นมันไม่เป็นอย่างนี้ ไปเจอ
สิ่งแวดล้อมต่างนั้นแล้วความคิดเห็นต่างไป ใจประพฤติปฏิบัติก็เก็บไว้ในกันบึ้งของหัวใจ
อารมณ์ปัจจุบันที่มันหรือว่าสิ่งที่เกิดปัจจุบันนั้นมันเห็นเดี๋ยวนั้น มันมีความคิดอันนั้นไป มันก็หลง
คิดในอันนั้นไป

นี่มันอันตรายตรงนี้ไง เป็นวาสนา เป็นบารมี เป็นวาสนาบารมี แต่ถ้ามันไม่ใช่ประโยชน์
ขึ้นมามันก็สะสมไว้ในหัวใจนั้น ไม่ได้ใช้ประโยชน์ออกมา นี่มันถึงต้องทำในปัจจุบันนี้ ชำระ
กิเลสในปัจจุบันนี้ ถึงจะเป็นประโยชน์ของเรา เอวัง