

ใจไม่ลง

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

เทศน์เช้า วันที่ ๗ กรกฎาคม ๒๕๔๔

ณ วัดสันติธรรมาราม ต.คลองตากต อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ธรรมฆราวาส สัมมาคารวะนี้เป็นบุญกุศลอย่างหนึ่ง การอ่อนน้อมถ่อมตน เห็นใหม่ แม้แต่การยกมือไหว้มันก็เป็นบุญกุศล แต่เรามองกันไม่ออก พอมองกันไม่ออก มันก็เลยเป็นเหมือนกับว่ามันเป็นความว่าเสียศักดิ์ศรี คำว่า “เสียศักดิ์ศรี” เพราะใจมันคิดอย่างนั้นเอง เสียศักดิ์ศรี เสียอะไรเราไปอ่อนน้อมถ่อมตนให้เขา

แต่ธรรมไม่เป็นเช่นนั้นนะ คำว่าการมีสัมมาคารวะมันเป็นบุญกุศล หลีกทางให้ผู้มีศีลอย่างนี้ หลีกทางให้ เดินไปบนสะพาน เมื่อก่อนโบราณมันเป็นอย่างนั้นนี่นะ เป็นสะพานไม้อันเดียวอย่างนี้ เราจะหลบให้กัน ไม่หลบให้กันก็ไปมีเรื่องอยู่กลางสะพานนั้น นี่ต้องหลบให้กัน พอหลบให้กัน ไอ้คนที่หลบให้ คนนั้นก็กลับเป็นคนดี คนที่หลบให้

แต่ถ้าพูดถึงทางโลกเขามองว่าคนที่หลบให้คนนั้นเป็นคนที่ว่าเสียศักดิ์ศรี เป็นคนแพ้คนแพ้ชนะในโลกนี้มันแพ้ชนะมันมีก่อเวรก่อกรรม แต่ธรรมะคือการสमानสามัคคี คือความอยู่ร่วมเย็นเป็นสุข ความร่วมเย็นเป็นสุขเห็นใหม่

เมื่อวานคนมาถามถามแต่ว่าทำไม ธรรมรักษาอย่างไร รักษาโมโหนี่ เพราะเป็นคนที่มีโมโหมาก รักษาอย่างไรให้หาย

เราอ้างที่ว่าบุรุษ ๒ คน เรื่องลูกศร เห็นใหม่ มันเห็นภาพชัดเจน ลูกศรหมายถึงว่า เราไปโดนกระทบกระทั่งขึ้นมาแล้ว ลูกศรไป คำว่า “ลูกศร” ถ้ายิงด้วยลูกศรมา บุรุษ ๒ คน ไปด้วยกัน แล้วคนโดนยิงด้วยลูกศรคนหนึ่ง บุรุษอีกคนที่ไปด้วย โง่เขลา ตามไปหาเขาว่านี่ยิงด้วยลูกศรอะไร

แล้วมันก็ย้อนกลับมา เขายังเราด้วยคำพูด เขายังเราด้วยกิริยา แล้วเราก็โกรธตอบ พอเวลาเราโกรธตอบ ความโกรธอันนี้มันจะเกิดขึ้นตลอดเลย อันนี้พอมันจับได้ มันเห็นภาพชัด เอาภาพนั้นมาเทียบเคียง เทียบเคียงกับอารมณ์ของเรา เวลาเขาว่าเรา เขาติเตียนเราอย่างนี้ เหมือนกับว่า พอเขา

เริ่มพูดถึงเรา คือเราโดนยิงแล้ว เราโดนยิงด้วยคำพูด เราโดนยิงด้วยกิริยาที่เขาไม่พอใจเรา แล้วเราพยายามถอน พอโดนยิงแล้วเรารักษาแผลเรา

ไม่ใช่โดนยิง...ถ้าพูดถึงโลก ถ้าเขายิงเราด้วยคำพูด เราต้องบอกว่า “เราไม่ผิด” นี่ตามลูกศรไปแล้ว ลูกศรทำด้วยอะไร ทำไมเขาถึงมาว่าเรา เห็นไหม ตามลูกศรออกไป มันเป็นจริตนิสัยของเขา เขาคิดผิดอย่างหนึ่ง เขาเจตนาทุจริตอย่างหนึ่ง เขาต้องการทำให้เราโกรธอย่างหนึ่ง เขาทำอะไรของเขานั่นมันเรื่องของเขา ถ้าเรื่องของโลกเขา เราทันเขาแล้วเราเฉยไว้

แต่เรื่องของกรรมมันไม่ใช่ตรงนั้น เรื่องของกรรมคือการรักษาใจของเรา รักษาใจของเราคือว่าไม่ให้ขุนมัวไปก่อน แต่ใช้อย่างที่ว่า เราทันเขาหรือเราไม่ทันเขา อันนั้นมันเป็นประโยชน์ต่อเมื่อเราออกไปโต้ตอบกับเขา แต่ถ้าเรารักษาใจเราไว้ก่อน ใจเราไม่ขุนมัว ใจเราใสสะอาด เราจะอ่านภาพนั้นออก เราจะมองภาพนั้นชัดเจน แล้วเราจะรักษาผลประโยชน์เราได้ อันนี้อันหนึ่ง แต่อันนี้มันเป็นส่วนข้างนอก

แต่เขาถามเรื่องความโกรธใจ เราจะรักษาความโกรธ ถ้าความโกรธมันไม่ทำให้เราโกรธก่อน ไม่กวนใจเรา ถ้ามันกวนใจเรา เราจะมี ความกวนใจมาก

ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มันละเอียดลึกซึ้งจนเรามองไม่ออกนะ มันจะเอาโลกมาปกไว้ไง ว่าเราไม่ทันเขา เราเสียเชิงเขา เราแพ้เขา เราเสีย เราด้อยโอกาส ใช้อย่างนั้นมันเป็นต่อเมื่อออกมาเป็นอารมณ์คิดออกมา แล้วไปทำเป็นธุรกิจหรือทำเป็นการงานขึ้นมา มันถึงจะเป็นอย่างนั้น

แต่ขณะที่ว่าเรา อารมณ์ที่มันขุนมัวขึ้นมา อันนี้มันเผาเราก่อน อันนี้มันทำให้เราก่อนเห็นไหม ถึงว่าตามออกไป พอตามออกไปมันก็ตายก่อน บุรุษนั้นต้องตายไป อารมณ์นั้นตายไปอารมณ์หนึ่งแล้วเราก็ตายทุกข์ไป เราต้องทุกข์ร้อนไปหนึ่งอารมณ์ เราก็ตายทุกข์ยากไป

ย้อนกลับมาที่มีสัมมาคารวะ ถ้าเราเริ่มมีสัมมาคารวะ เราเริ่มอ่อนน้อมถ่อมตน อันนี้มันจะทำให้เรามีความสุขของเราเอง ถ้าเราแข็งกระด้างเห็นไหม พระเราถึงต้องทำสัมมาคารวะกัน ต้องทำคารวะ ก่อนเข้าพรรษานี้ทำคารวะ เพื่อปวารณาตัวใจ เข้าพรรษานี้มีเรื่องอะไรให้ตักเตือนกัน ให้อ่านว่ากัน

โยมก็เหมือนกัน ถ้าเราคิดอย่างนั้นได้ เราทำของเรา มันให้จิตเราอ่อนควรแก่การงานนะ จิตเราอ่อนควรแก่การงานแล้วมันจะเป็นสุขกับเราเอง ถ้าไม่เป็นสุขกับเราเอง เราทุกข์กระด้าง เราแข็งกระด้างของเราเอง มันก็ขวางใจเราเอง

หลวงตาบอก เหมือนหมามันคาบไม้ คาบบ้องข้าวหลามมา เวลามันคาบมันขวางมา ใจเราก็มองมันเหมือนกัน ถ้ามันถือตัว มันก็หยิบสิ่งใดสิ่งหนึ่งยึดไว้ พอยึดไว้มันจะขวางใจเราไปเอง มันขัดข้องใจเราไปเอง ทั้ง ๆ ที่ไม่มีใครทำอะไรให้เรานะ เราขัดข้องใจไปเอง

แต่ว่าหมามันคาบบ้องข้าวหลามมานี้คนอื่นเขาเห็น เห็นมันฟูคพิด ๆ มันโกรธ มันเจ็บ มันปวด มันร้อน มันขัดข้องใจ เหมือนกับคาบอารมณ์ตัวเอง แล้วก็ขวางใจตัวเองไป ตัวเองไม่รู้สึกรู้สีกตัวเลย แต่คนอื่นเขามองเขาเห็น คนที่เขารู้ทันเขามองเขาเห็น หมามันคาบบ้องข้าวหลามมา

เรามันไม่รู้ตัวมันถึงขวางใจของตัวเอง ถ้าเราขวางใจของตัวเอง เราก็เป็นความทุกข์ของเรา ถ้าเราไม่ขวางใจของตัวเอง มันเป็นการฝึกฝนนะ มันอยู่ที่การฝึก ถ้าเราไม่ฝึกฝนเลย เราไม่ทำเลย ไร่เรื่องนี่พูดไปเถอะ พูดจนชินหูเห็นใหม่ พูดจนชินปาก ฟังจนชินหู แต่หัวใจมันไม่รับรู้ มันค้ำไปเลย

แต่ถ้าวันไหน ถ้าจิตมันควรแก่การงาน มันจะสะท้อนใจนะ ใครพูดอะไรนี่มันสะท้อนใจมันรับหมดนะ แล้วมันสะท้อนหัวใจมัน “เอ๊ะ ! ทำไมเมื่อก่อนเราไม่เห็นอย่างนี้ เมื่อก่อนไม่เห็นอย่างนี้” นี่เวลาจิตมันเปิดหรือจิตมันไม่เปิด

เวลาการภาวนาเหมือนกัน คนเราภาวนาเข้าไป พอเราภาวนาเข้าไปมันครั้ง ๆ กลาง ๆ ใจมันไปคาบอยู่อย่างนั้น มันไม่เป็นไป ทำไมมันเป็นอย่างนั้นล่ะ ทำไมมันไม่ทะลุขึ้นไปเลย ? มันไม่ทะลุเพราะว่าอุบายวิธีการมันไม่พอ การทำอุบายวิธีการของเราไม่พอ จิตของเรามันไม่พอ สติของเราไม่พอ ถ้าสติของเรามันพอขึ้นมา อุบายวิธีการของเราเข้ามานี้มันจะทะลุขึ้นไปได้ แล้วก็อยู่ที่ความเพียรด้วย ความเพียรของเราพยายามขึ้นไป ต้องมีความเพียร มีความเพียรแล้วก็มีอุบายวิธีการ

ทำสักแต่ว่าทำ ถ้าทำสักแต่ว่าทำ ธรรมดาเวลาเราทำขึ้นมาไม่ได้ ทุ่มเข้าไปขนาดไหนนะ ทุ่มเข้าไป ทุ่มเข้าไป ทุ่มขนาดไหนก็เป็นความทุ่มเข้าไป จนซ็อก จนสลบ จนเข้าโรงพยาบาลกันก็มีมากเลย แล้วมันทำไมไม่ได้ อย่างนั้นเพราะอะไร เพราะว่ามันฝืนไปเลย ๆ มันไม่มีอุบายวิธีการไง

มันต้องมีอุบายวิธีการเข้ามา ดูด้วยอุบายวิธีการ ต้องมีอุบาย ต้องเปลี่ยนอารมณ์บ่อย ๆ ต้องทำบ่อย ๆ ต้องพลิกแพลงออกไป ถ้าเราพลิกแพลงใจของเราขึ้นมา เราพยายามดูของเรา มันจะเป็นไปได้

เราไม่พลิกแพลงใจของเรา เราฝันไป แล้วมันใช้แต่ข้างนอกเข้าไป ความใช้แต่ข้างนอกเข้าไป มันไม่ถึงจุดสมควรของมันที่มันจะเป็น ถ้าเข้าไปถึงจุดสมควรที่มันจะเป็น มันจะเป็นไปเห็นใหม่ มันเป็นไปได้ สร้างเหตุแล้วมันต้องถึงผล “จุดที่มันจะเป็น” หมายถึงมัชฌิมาปฏิปทา หมายถึงธรรมที่มันเป็นกลางนั้น แต่อันนี้เราฝันอย่างเดียว เราปิดหูปิดตาแล้วเราฝันของเราเข้าไป เราฝันของเราเข้าไปมันก็จะไม่ได้ของมันอย่างนั้น

ธรรมมันเป็นความเป็นจริง ถ้าเราปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมมันถึงจะเป็นไป ถ้าไม่ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม มันไม่สมควรแก่ธรรมเพราะเราไม่ได้ทำของเราเป็น เราทำตามความเห็นของเรา มันเป็นความเห็นของกิเลส กิเลสมันเห็นอย่างนั้น กิเลสมันเห็นตามความเป็นจริง กิเลสมันว่ามันเป็นไปไง เห็นเขาทำได้ เราต้องทำได้ แล้วเราทำไปนี่กิเลสมันหลอกใช้ ขนาดว่ากิเลสมันใช้เครื่องมือของมันเห็นใหม่ เวลาเราโกรธ เราทุกข์ เราปวด เราแสบ เราร้อน อันนี้มันใช้โดยเต็มความสามารถ

แต่ว่าขณะปฏิบัติธรรม เราปฏิบัติอยู่เพื่อเราจะเข้าถึง มันก็ยังหลอกใช้ มันหลอกใช้วิธีการมันสวมรอยออกมา ถึงว่ามันร้ายกาจ อุบายวิธีการก็เพื่อจะพลิกแพลงคุณนี่แหละ พลิกแพลงคุณ พลิกแพลงความเป็นไปของมัน...ว่าเราไม่เห็น นี่ปัญญาจะมากขนาดไหน ความเราพลิกแพลงขนาดไหนนะ กิเลสมันหลอกใช้ทั้งหมดเลย พอมาถึงมันหลอกใช้แล้วเราก็เชื่อมั่น เราเชื่อมั่น เราถึงไม่เห็นมัน เพราะเราเชื่อมั่น เราทำตามมัน เราทำเป็นไป แล้วขัดดอกขัดใจนะ

วางไว้วางไว้ เปลี่ยนอุบายใหม่ อุบายวิธีการต้องใหม่ ปัญญาต้องใหม่ตลอดเวลา ถ้าปัญญามันเก่า แล้วเวลาธรรม ที่ว่าธรรมมันไม่เป็นไป มันขัดข้องใจ มันไปแล้วมันไปคาอยู่อย่างนั้นนะ เหมือนว่ามันจะไปไม่ได้ มันจะไปไม่ได้แล้วมันก็คาอยู่ ๆ แต่มันก็ทำมาอยู่อย่างนั้น คาอยู่อย่างนั้นนะ แล้วก็น้อยเนื้อต่ำใจกันนะ คาอยู่อย่างนั้นเพราะอะไร แล้วก็ทำอยู่ แล้วมันคาอยู่เพราะอะไร เพราะว่ากิเลสมันตามมาหนึ่ง

ความเคยชินของใจ ความเคยชินมันก็เหมือนกับหน้าที่ เวลานั่งต้องนั่งหน่อยหนึ่ง นั่งพักถึงเวลาสุดแล้วก็นั่งแล้วก็จับกัน เราก็นั่งแล้ว...มันทำอยู่แค่นั้นเอง ทำอยู่แค่นั้นเอง ไม่เปลี่ยนวิธีการ ไม่เปลี่ยนเดิน ไม่เปลี่ยนคุณธรรมของตัวเอง คุณธรรมของตัวเองเข้าไป คุณธรรมของตัวเองเข้าไป

การอ่อนน้อมถ่อมตนเข้ามา มันจะทำให้เราพลิกแพลงง่าย ถ้าไม่มีการอ่อนน้อมถ่อมตนเข้ามา มันแข็งกระด้างมา มันแข็งกระด้างมาแล้วก็ยึดของมันไป แล้วก็ตัวเองว่าตัวเองทำผิด แต่เข้าใจว่าเป็นความทำถูก เพราะว่าเห็นเขาเดินเราก็ดำเนินตามเขา เสร็จส่งบาตรไป เห็นเขาส่งบาตรขึ้นมา เขาดูเพื่อมีรอยรั้วใหม่อะไรใหม่ เห็นเขาส่งบาตรก็ยกบาตรขึ้นมาส่ง ยกบาตรขึ้นมาส่งทำตามเขา

นี่ก็เหมือนกัน เวลาประพฤติปฏิบัติ เวลาไอ้ที่ประพฤติปฏิบัติ เราประพฤติกัน บำเพ็ญเพียรกัน มันเป็นเหตุ มันเป็นเหตุให้สร้างจิตให้สงบใช่ไหม ถ้าเราสร้างเหตุให้สงบ ไอ้ความเพียรมันเป็นเหตุที่ทำให้เข้าไป แต่เราทำความเพียรขึ้นมาเพื่อเอาความเพียรนั้นเป็นเหตุไป เอาเหตุที่จะเป็นเหตุ นั้นเป็นผล

อย่างทีอดอาหาร ครูบาอาจารย์อดอาหาร อดอาหารเพื่ออะไร ? อดอาหารเพื่อจะเอาเป็นอุบายวิธีการจะเข้าไปหาความหิวกระหาย ความหิว ความอยากในใจอันนั้น มันเป็นวิธีการ แต่บางคนอด อดเอาเวลาไป ๕ วัน ๑๐ วัน ถ้าอดครบ ๑๐ วันถือว่ามีความสำเร็จไป เราอดอาหารได้ ๑๐ วัน เห็นไหม ไปเอาผลของการอดอาหารนั้นเป็นผล แต่วิธีการที่เราจะเข้าไปหาความสงบนั้น

ใจมันก็เหมือนกัน พยายามปฏิบัติกัน ปฏิบัติเพื่ออะไร ? ปฏิบัติเพื่อความสงบของใจ ไม่ปฏิบัติเพื่อจะว่าเราปฏิบัติได้ เราปฏิบัติได้ นี่มันคิดซึ้งอยู่ที่เหตุอันนั้น เอาเหตุมาเป็นผล แล้วผลมันเลยไม่มี ถ้าเราสร้างเหตุเราทำเหตุแล้วเหตุมันเปลี่ยนได้...ก็เหตุ ฟังสิ เหตุวิธีการ เหตุมันพลิกแพลงได้ กรรมฐาน ๔๐ ห้องเห็นไหม กรรมฐานมีตั้ง ๔๐ อย่างให้เราทำเข้าไป จะทำอย่างไรก็ได้ให้ ๔๐ อย่าง แล้วอุบายวิธีการเรื่องของปัญญานี้มันไม่มีขอบเขต มันยิ่งกว้างเข้าไปใหญ่เลย ขอบเขตมันไม่มี มันกว้างขวางที่มันจะพลิกแพลงได้ตลอด เราก็ต้องพลิกสิ พลิกแพลงไป ๆ

ถ้าไม่พลิกแพลงไปมันก็คาอยู่อย่างนั้น ความคาอยู่อย่างนั้นมันทำให้ท้อถอยนะ แล้วมันขอกใจ “เราทำขนาดนี้ เราทำขนาดนี้” แล้วคิดดูสิ คนที่ทำจริงจังก็ทำมากกว่านี้ ทำจริงจัง ทำจนแบบว่า ภูโถไปโดยที่ทำไมดูตาม้าตาเรือ เหมือนคนที่ว่าทำผิดแล้วพยายามฝืนไป พยายามฝืนไปมันก็เป็นอยู่อย่างนั้น มันไม่ย้อนกลับมา ย้อนกลับมา

เหตุความเพียรมันมีอยู่ เหตุความเพียร ความเพียร ต้องมีความเพียรก่อน ต้องมีเหตุก่อน มันถึงมีผลใช่ไหม แต่เหตุต้องถูกด้วย ถ้าเหตุไม่ถูก ความเพียรนั้นทำให้เราตกทะเลไปเลย ตกไปอีกซีกหนึ่ง เห็นไหม อตตกิลมถานุโยค กามสุขัลลิกานุโยค ไม่เข้ามัจฉิมายปฏิบัติ มันก็เป็นไป

แต่ถ้าเข้ามัจฉิมาปฏิบัติ มันต้องลง แล้วลงอันนี้มันก็ยึดติด ยึดติดไป ตัณหาซ้อนตัณหาไปเรื่อย จนกว่ามันจะปล่อย ปล่อยอันนี้แล้วทำตามธรรมชาติของมัน สักแต่ว่าทำไปให้มันเป็นไป

ไม่อยากในผลนั้น แต่อยากในเหตุนั้น แต่เหตุนั้นก็ต้องมีวิธีการ เปลี่ยนแปลงวิธีการไม่ให้กิเลสมันรู้ทันแล้วมันก็ดักหน้าก่อนไง มันดักหน้าก่อนว่าจะทำอย่างนี้ รู้ว่าทำอย่างนี้ มันก็สร้างเหตุก่อน ทำอย่างนี้นะ แล้วถึงที่สุดแล้วก็จบ พอถึงที่สุดมันก็จบ มันก็เลยได้คาอยู่อย่างนั้นนะ

ไม่ไปไม่ได้ ถ้าไปได้มันจะมีความสงบของใจ มันจะมีความสุขของใจ ใจนี้จะสงบ มีความสุขร่มเย็นเป็นใจ นั่นเป็นภาคปฏิบัติ ทานเป็นทาน ศีลเป็นศีล ภาวนาเป็นภาวนา บุญกุศลมันคนละอย่างกัน แต่อยู่ที่ใจดวงเดียวนั้นเป็นผู้ทำ เอวัง