

# เทศน์เช้า วันที่ ๑ พฤศจิกายน ๒๕๕๘

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ณ วัดป่าสันติพุทธาราม (วัดป่าเขาแดงใหญ่) ต.หนองกวาง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ตั้งใจฟังธรรมะเนาะ สิ่งที่เราพูดนั้นเป็นวิสาสะ วิสาสะคือแสดงความเป็นกันเอง ถ้าแสดงความเป็นกันเอง ความเป็นกันเองมันไว้เนื้อเชื่อใจ เวลาพูดสิ่งใดมันก็ฟัง สิ่งใดเราตั้งป้อมกันเลยนะ เอ็งพวกข้า พวกเรา ตั้งป้อมแข่งกัน เวลาแสดงธรรมมันไม่เข้าถึงหัวใจหรอก เพราะเราตั้งป้อม ตั้งป้อมมีกำแพง

เวลาเราเทศน์ว่าการ กำแพง กิเลสในหัวใจของเรามันตั้งป้อม มันไม่ยอมฟังใครหรอก มันว่ามันมีความรู้มันมีความฉลาดทั้งนั้นนะ แต่ความฉลาดอันนั้นเป็นความไร้เดียงสา ความไร้เดียงสาคือมันไม่มีประสบการณ์ใจ

กาลเทศะ สิ่งที่เหมาะสมและไม่เหมาะสม ถ้าสมควรนะ สิ่งที่เหมาะสม เราทำแล้วเราจะได้ประโยชน์ของเรา ถ้ามันไม่สมควร เราต้องศึกษา คำว่า “ศึกษา” คือประสบการณ์ ประสบการณ์ ทำความจริงของเรา ทำสิ่งที่ดีของเรา ถ้าทำเพื่อประโยชน์กับเรา ถ้าทำเพื่อประโยชน์กับเรานะ มันเป็นประโยชน์กับเรา

ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว เราทำดีของเรานะ จะทำอยู่ใต้บาดาล จะทำที่ไหน ไม่มีใครรู้ใครเห็น นั่นเรื่องของเขา แต่ในใจของเรา เพราะอะไร เพราะเราเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ จิตดวงนี้มันเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ มันไม่มีใครมาให้คะแนนมันหรอก แต่สิ่งที่มีมันเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะมันเป็นผู้กระทำมาไง เราทำคุณงามความดีมา เราทำสิ่งใดมา มันฝังในหัวใจเรามา

คูตี เวลาพระโมคคัลลานะเกิดมา เป็นอัครสาวกเบื้องซ้ายผู้มีฤทธิ์มีเดชมหาศาล องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตั้งให้เป็นเอตทัคคะ ถึงเวลากรรมมันให้ผล เวลากรรมมันให้ผลเพราะอะไร เพราะในอดีตอันยาวไกลนั้นได้ทำลายแม่ ได้ฆ่าแม่ไว้ ได้ทำลายแม่ ได้ฆ่าแม่ไว้นั่นละ ผลสิ่งนั้นตกนรกอเวจีแล้ว เวลาพ้นจากรกอเวจีขึ้นมา สร้างสมบุญญานุการขึ้นมาจนมาได้เป็นอัครสาวกเบื้องซ้าย

ขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เศษกรรมอันนั้นยังตามมาว่าให้โจรมาทูปตาย โจรมาทูปตาย คำว่า “ทูปตาย” เศษเวรเศษกรรมที่มันตามมา

เวลาทำดีทำชั่วขึ้นมามันไม่มีใครเป็นพยานกับเราหรอก ความชั่วนั้นละ ความลับไม่มีในโลก หัวใจนี้มันตามมา เราทำคุณงามความดีขนาดไหน เราทำที่ไหนมันก็เป็นความดีของเรา

เราทำคุณงามความดีขึ้นมา ต้องการให้คนยอมรับ ถ้าใครไม่ยอมรับก็มีความทุกข์ใจ “ทำดีแล้วไม่ได้ดี”

ทำดีแล้วมันสบายใจ ทำดีแล้วเป็นบุญของเรา ทำดีก็คือทำดี แต่เวลามันทำความชั่วสิ มันปิดกั้นไว้ไม่ให้ใครรู้ไม่ให้ใครเห็น มันว่าไม่มีใครรู้ใครเห็น นั่นละมันฝังลงที่ใจ คนทำมันรู้ทั้งนั้นนะ เวลาทำแล้วรู้ขึ้นมาแล้ว เวลาบปอกุศลมันสนองมา “ทำไมเป็นอย่างนี้ ทำไมเป็นอย่างนี้”

ก็เอ็งตามมา เอ็งตามมาทั้งนั้น เอ็งจะรู้หรือไม่รู้นั้นก็ตามมา คำว่า “รู้ ไม่รู้” มันอดีตชาติไง สิ่งที่ทำมาแล้วสะสมลงที่ใจ มันเป็นจิตนิสัย คูสิ คุณิสัยของเราสิ นิสัยของเรา เราก็คืออยากจะทำให้มันนุ่มนวล อยากให้สังคมเขายกย่องสรรเสริญ แต่ทำไมมันออกมาเป็นเง็กบ้าอย่างนี้ละ มันเง็กบ้ามันก็เรื่องของเง็กบ้า มันเป็นนิสัย มันเป็นสันดาน สันดานมันเป็นอย่างนั้น ถ้าเป็นอย่างนั้นออกมาแล้วมันเป็นความจริง

น้ำ น้ำถ้ามันเปิดให้โล่งโล่ง น้ำไหลไปด้วยความแรงของมัน น้ำ มีข้ออ มีการชักให้น้ำขึ้นสูง เวลาชักน้ำขึ้นที่สูง เขาต้องใช้พลังงานดึงน้ำขึ้นที่สูงเพื่อให้มันไหลไป อันนั้นมันเป็นขั้นตอนในทางวิทยาศาสตร์ไง นี่พูดถึงจิตนิสัย จิตนิสัยของคน ถ้าจิตนิสัยของคน เราทำคุณงามความดีของเรา ทำที่ไหนก็เป็นคุณงามความดีของเรา

นี่ออกพรรษาแล้ว เวลาออกพรรษาขึ้นมาแล้วเขามีการแข่งขัน เขาแข่งเรือยาวกัน มันก็เป็นประเพณีวัฒนธรรม ที่ไหนก็แล้วแต่ เขาบอกมีหนึ่งเดียวในโลก ของฉันหนึ่งเดียวในโลกนะ ไม่มีใครเหมือนฉันเลยแหละ ของฉันหนึ่งเดียวในโลก แต่มันก็เป็นการแข่งเรือยาว

การแข่งขันวิ่งเป็นประเพณีวัฒนธรรม การแข่งขันนั้นเขาต้องมีฝีพายของเขา เขาต้องฝึกฝนของเขา ต้องออกกำลังกายของเขา ต้องมีความพร้อมเพรียงของเขา เขาแข่งขันกัน ผู้ที่มีความพร้อมเพรียง ผู้ที่มีความแข็งแรงกว่าเป็นผู้ที่ชนะ ผู้ที่พายแพ้ไปนะ เขาก็ไปฝึกฝนใหม่เพื่อจะมาแข่งขัน

อำนาจวาสนานะ เราแข่งบุญแข่งกุศลกัน เราแข่งที่ไหนล่ะ เราแข่งที่ไหน เราสร้างคุณงามความดีของเรา คุณดี ร่างกายของเราถ้ามั่นแข็งแรง ออกกำลังกาย เราดูแลร่างกายของเราเพื่อให้มันแข็งแรง เราทำงานสิ่งใดขึ้นมามันก็จะสะดวกสบายใช้ใหม่ ร่างกายของเรามีความเจ็บไข้ได้ป่วยขึ้นมาทำสิ่งใดมันก็จะติดขัด ขัดข้องไปใช้ใหม่

นี่ก็เหมือนกัน จิตใจของเรา ถ้าเราแข็งแรงของเรา เราแข็งแรง ฟังธรรมๆ ฟังธรรมแล้วไม่ต้องไปน้อยเนื้อต่ำใจกับใคร ไม่ต้องน้อยเนื้อต่ำใจกับใคร

เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้ธรรมขึ้นมา มีความเมตตาขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระอาทิตย์ขึ้น พระอาทิตย์ขึ้น พอพระอาทิตย์ขึ้น บ้านคนจน คนรวย บ้านเศรษฐี กุฎุมพี บ้านของใครมียากก็เจือใจ พระอาทิตย์ส่องเสมอกันหมดเลย ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแสดงธรรม แสดงธรรมก็เพื่อหัวใจของสัตว์โลก สัตว์โลกที่มันมีเวรมิกรรมในหัวใจ

ฉะนั้น เราฟังธรรมๆ ฟังธรรมเพื่อหัวใจอันนี้ ถ้าฟังธรรมแล้วไม่ต้องไปอายใคร ไม่ต้องไปอายใครว่าฉันนี่ แหม! ฉันคนมีกิเลส ฉันต้องฟังธรรม ฉันต้องขัดเกลา ไม่ต้องไปอายใคร เวลาจะฟังธรรมก็ไปอายเขา แหม! ถ้าเราไปเที่ยวชายทะเล ไปเที่ยวรอบโลกกลับมา ถ่ายรูปมาอวดกันใหญ่เลย ฉันไปรอบโลกกลับมา มันรู้คไปเท่าไรไม่รู้ มันต้องมาจ่ายธนาคาร

ไอ้ของเรามันสบายใจ หายใจเข้านี่ก็พุท หายใจออกนี่ก็โร เราจะไปอายใคร เราบำรุงหัวใจของเรา หัวใจของเราให้มันแข็งแรงขึ้นมา ถ้าเราบำรุงหัวใจของเราให้มันแข็งแรงขึ้นมา ถ้ามั่นแข็งแรงขึ้นมาแล้ว สิ่งทั้งหลาย กระแสสังคมที่มันชักนำกันไป เวลานั้นก็ขจัดทุกข์ ไอ้พวกกรุงเทพฯ มันสบายใจเลยล่ะ รถโล่ง ว่าง ไอ้พวกนั้นไปให้หมดไป ไปเที่ยวไหนก็ไปนะ เราอยู่ในกรุงเทพฯ สบาย นักขัด

ฤกษ์สักทึหนึ่งพวกชาวกรุงเทพฯ ก็มีความสุขเสียทีหนึ่ง มันโล่งโลง เจียบหมดเลยนะ มันไปหมดเลย  
เราอยู่ของเรา

นี่ก็เหมือนกัน เราหายใจเข้านี่ก็พุท เราหายใจออกนี่ก็โธ เรามีความสงบร่มเย็นในหัวใจของเรา  
เวลาไปที่ไหนมันมีแต่ความเหนื่อยล้าทั้งนั้นนะ ไปทัศนศึกษาไปเพื่อความฉลาด เพื่อความฉลาดนั้น  
เพื่อเป็นทางโลกของเขา เป็นวิชาการของเขา ก็เพื่อมองโลกกว้าง เพื่อมองต่างๆ อันนั้นมันก็เป็น  
ประโยชน์อันหนึ่ง เป็นการศึกษา

แต่ของเรา เราศึกษาหัวใจของเรา หัวใจนี้ที่มันหมักหมมในใจ นี่แข่งอำนาจวาสนากัน แข่งเรือ  
แข่งพายเขาแข่งกัน แข่งกันเพื่อเอาชนะคะคานกัน ชนะคะคานกัน ชนะแล้วถ้าจิตใจเป็นนักกีฬา เขาก็  
ชื่นชมว่าผู้ที่ชนะเขามีความสามารถมากกว่าเรา เราก็ชื่นชมเขา นี่น้ำใจนักกีฬา ถ้าใจนักกีฬา มันฝึก  
ใจ ฝึกหัดความพ่ายแพ้

แพ้เป็นพระ ชนะเป็นมาร เราแพ้เป็นพระ ฝึกหัดการพ่ายแพ้ พ่ายแพ้แล้วเราก็จะไปฝึกฝนของ  
เราใหม่ ไม่ใช่ฝึกความพ่ายแพ้ เวลาพ่ายแพ้ขึ้นมา เราพ่ายแพ้ขึ้นมา เราก็จะไม่ยอมจำนนกับเขา เราด้วย  
เล่ห์ด้วยกลจะเอาชนะเขา ไม่มีประโยชน์อะไรเลย เราพ่ายแพ้เราก็ไปฝึกฝนของเรา เราพ่ายแพ้เพราะ  
เหตุใด พ่ายแพ้ขึ้นมาเพราะว่ากำลังของเราไม่สามัคคีกัน กำลังของเราไม่พอ เราก็พ่ายแพ้เขา

นี่ก็เหมือนกัน เราดูแลหัวใจของเรา ถ้าหัวใจของเรามันพ่ายแพ้ก็เลสใจ ก็เลสมันเหยียบย่ำ  
ตลอดนะ มันหงุดหงิดขัดข้องหมองใจทั้งนั้นนะ ในสโมสรสันนิบาตทุกดวงใจว่าแห้ว เป็นการยืนยัน  
กับพระขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทุกดวงใจว่าแห้ว จะมั่งมีศรีสุขขนาดไหน ทุกดวงใจ  
ว่าแห้ว เราก็รู้ๆ อยู่ พระขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเตือนอยู่ตลอดเวลาไง ถ้าเตือนอยู่  
ตลอดเวลา

ออกพรรษาแล้ว ในพรรษาเราก็เข้มข้มเข้มงวด เราดูแลรักษาหัวใจของเรามา ออกพรรษาแล้ว  
เวลามันยาวไกล ถ้าจะเข้มข้มก็ไปพรรษาหน้า แต่ถ้าพรรษานี้ ออกพรรษาแล้วเราก็จะดูแลหัวใจของ  
เรา เราจะประพฤติปฏิบัติต่อไป

กาลเวลา ลึกลับสุดของกาลเวลา กาลเวลา ชีวิตอยู่กับกาลเวลา กาลเวลาก็มีอายุขัย มันก็เพิ่มมากขึ้น ชีวิตเรานั้นก็มีประสบการณ์มากขึ้น ประสบการณ์มากขึ้น จิตใจต้องเข้มแข็งมากขึ้น ประสบการณ์มากขึ้น แต่ทำไมหงุดหงิดมากขึ้น จิตใจที่มันไม่เข้มแข็งขึ้นมา มันมีแต่ความบีบคั้นหัวใจ ถ้าความบีบคั้นหัวใจนะ ฟังธรรมๆ ฟังธรรม สิ่งที่ไม่เคยได้ยินได้ฟัง สิ่งที่ได้ยินได้ฟังแล้วก็ตอกย้ำ สิ่งที่เกี่ยวข้องกับความล้มเหลวของเรา เวลามันส่องแล้ว ชีวิตนี้มันก็เป็นแบบนี้ ถ้าชีวิตนี้เป็นแบบนี้ เราจะเอามากกว่านี้ หรือน้อยกว่านี้มันก็ไม่ใช่ว่าเป็นอย่างที่เราปรารถนา

ถ้าเราจะเอามากกว่านี้หรือน้อยกว่านี้มันไม่ใช่ว่าเป็นอย่างที่เราปรารถนา ถ้าเรารักษาขึ้นมา ถ้ามันดีขึ้นมา มันอึดเต็มขึ้นมา ชีวิตก็เป็นแบบนี้ ชีวิตเกิดมา เกิดมาเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา พระพุทธศาสนาสอนถึงการดูแลรักษาหัวใจของเรา

การดูแลรักษาหัวใจของเรา หัวใจของเราถ้ามันดึงมาขึ้นมาแล้ว ชีวิตนี้มีการพลัดพรากเป็นที่สุด ถ้ามันจะพลัดพราก มันจะไปสิ่งใดก็ให้มันมีบุญกุศล ให้มีสิ่งใดอุ้มชูหัวใจนี้ไป ถ้าอุ้มชูหัวใจนี้ไป เวลาเกิดอีกถ้ามีสติปัญญาขึ้นมา ถ้าอุ้มชูไป จิตที่มันเบาเกิดบนสวรรค์ นี่จิตที่เบา จิตที่หนักหน่วงเกิดในที่ต่ำต้อย เวลาด้วยความอาฆาตมาดร้ายต่างๆ มันเกิดในที่ต่ำต้อยทั้งนั้นนะ แต่ด้วยบุญกุศล ด้วยความเสียสละ ด้วยความให้อภัยต่อกัน มันสูงขึ้นทั้งนั้นนะ หัวใจนี้มันสูงส่ง มันดีขึ้นมา จิตใจมันเบา เรารักษาของเรา แล้วต้องให้ใครอุทิศส่วนกุศลให้เราละ เราทำของเราเพื่อประโยชน์กับเรา ฟังธรรมๆ เพื่อเหตุนี้

เรามาเสียสละกันอยู่นี้ เสียสละเข้ามาฝึกหัดหัวใจของเรา เสียสละทาน เสียสละทานสิ่งที่เป็นวัตถุ เวลาเป็นวัตถุก็ฝึกหัดหัวใจ เจตนาใจ เราเสียสละของเรา เราเสียสละของเราเพื่อประโยชน์ของเรา การเสียสละด้วยความภูมิใจนะ ปฏิภาหุ ขณะที่จะให้ ให้แล้ว ขณะให้ ถ้ามันมีความภูมิใจ แต่ถ้ากิเลสขึ้นมา มันเสียสละ ทั้งเสียสละ ทั้งหงุดหงิด ทำแล้วมันจะไม่ได้

ฉะนั้น เวลาบอกว่า ถ้าทำบุญที่สะอาดที่สุดคือทำบุญทิ้งเหว

เขาบอก ทำบุญทิ้งเหวได้อย่างไร ทำบุญทิ้งเหวไม่มีปัญญา

ทำบุญทิ้งเหวคือว่าไม่ให้กิเลสมันตามมาทันไง ทำบุญทิ้งเหว เราทำของเรามีคุณค่า

เราอธิษฐานบนศีรชะ บนหัว เราทิ้งเหวที่ไหน

แต่เวลาทิ้งเหวๆ คือไม่ให้กิเลสมันตามมาทันไง มันคิดเสียดงเสียดาย มันคิดแล้วมันต่ำต้อย แต่ถ้ามันทิ้งเหว ทิ้งเหวคือขาดกันไป ทำแล้วมันจบสิ้นกันไป จิตใจมันจะพัฒนาๆ

เวลาครูบาอาจารย์ท่านประพฤติปฏิบัติ เวลาจะสิ้นสุดแห่งทุกข์ ความอาลัยอวรณ์ ความอาลัยอวรณ์นะ ความคิดถึงกันมันจะตัดขาดอย่างไร แม้แต่คนเราเวลาความโลภ ความโกรธ ความหลง ความกระทบกระทั่งอื่นกัน มันเป็นอารมณ์ความรู้สึกหยาบๆ แต่เวลาความอาลัยอวรณ์ เราให้อภัยหมดแล้ว แต่มันก็ยังมีสายใยต่อกัน สายใยๆ สายใยที่มันจะถึงกัน เวลามันจะพิจารณา มันต้องไปตัดตรงนั้นนะ ถ้ามันขาดตรงนั้นมันถึงเป็นอิสระ ถ้าความเป็นอิสระ

มันวางหมดแล้วไง ไม่โลภ ไม่โกรธ ไม่หลง ไม่ถือสาใคร ให้อภัยใครทั้งหมดเลย แต่มันมีสายใย มีสายใยของมัน นี่ความอาลัยอวรณ์ เวลาจะมาตัดความอาลัยอวรณ์ ความเกี่ยวข้องกัน มันถึงที่สุดแห่งทุกข์ ถ้ามันถึงที่สุดแห่งทุกข์ หัวใจเรา เราพัฒนามาอย่างนี้ ฟังธรรมๆ เพื่อประโยชน์กับหัวใจดวงนี้ พัฒนาขึ้นมา

เริ่มต้นขึ้นมา เวลาเขาก่อสร้างขึ้นมามันก็ต้องใช้โครงสร้างก่อน มันก็หยาบๆ ทั้งนั้นนะ เวลาไปตบแต่งภายในมันต้องละเอียดขึ้น นี่ก็เหมือนกัน ถ้าจิตใจมันยังไม่ได้ ก็อาศัยวัตถุเป็นการฝึกหัดหัวใจไปก่อน แต่เวลาทาน ศีล ภาวนา เวลาจิตใจมันละเอียดลึกซึ้งเข้ามา เรานั่งสมาธิภาวนาของเราแล้ว

เวลาทำบุญกุศล การปฏิบัติบูชาสำคัญที่สุด องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกพระอานนท์ไว้เลย “อานนท์ เธอบอกเขานะ อย่างูชาเราด้วยอมิสเลย”

สิ่งที่เป็นวัตถุเป็นอมิสทั้งนั้นนะ เราบูชาด้วยอมิส บูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าด้วยอมิส ด้วยดอกไม้ ด้วยปัจจัยเครื่องอาศัย “เธอจงบอกเขาว่าปฏิบัติบูชาเราเถิด”

ถ้าโครงสร้างมันก็เป็นเรื่องวัตถุทั้งนั้นนะ แต่เวลามันจะละเอียดขึ้นมา ละเอียดขึ้นมา เราคบแต่งภายในของเรา เราดูแลรักษาหัวใจของเรา นี่ปฏิบัติบูชาของคัมภีร์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ไม่ต้องใช้วัตถุแล้ว ใช้แต่ร่างกายนี้ ธาตุ ๔

ธาตุ ๔ คือร่างกายของเรา ชีวิตของเราคือความรู้สึกของเรา จิตใจของเรา เราประพฤติปฏิบัติเพื่อบูชาของคัมภีร์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เวลาปฏิบัติบูชาของคัมภีร์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเท่ากับเข้าไปเฝ้าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ไปค้นคว้าพุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน พุทธะในหัวใจของเรา แล้วขัดเกลาทำความสะอาดอันนี้ ถ้าทำความสะอาดอันนี้ถึงที่สุดแห่งทุกข์ มันจบสิ้นกระบวนการของการเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ

เราเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ เราก็รักษาดูแลหัวใจของเราเพื่อประโยชน์กับเรา ดูแลใจของเราเพื่อประโยชน์กับใจดวงนี้ เพื่อชีวิตของเรา ชีวิตของเราแท้ๆ เป็นบุญเป็นกุศล เป็นสมบัติของเรา บัจฉิตัง สันติภูริโก คนไปเห็นไปจับต้องได้แล้วมันชัดเจนมาก แต่คนยังไม่รู้ไม่เห็น มันเป็นอารมณ์ความรู้สึก มันเป็นนามธรรม แต่ถ้ามันจับต้องได้ มันพิจารณาได้ มันแก้ไขได้ ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นเห็น ตถาคต เอวัง