

เทศน์เช้า วันที่ ๒๑ มิถุนายน ๒๕๖๙

พระอาจารย์สงบ มนัสสุนโต

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

ตั้งใจฟังธรรมะ ธรรมะเป็นสิ่งที่หัวใจปรารถนานะ เพราะว่าอะไร เราเกิดมาเป็นมนุษย์
พบพระพุทธศาสนา พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ รัตนตรี

เวลาบวชพระๆ สมมุติสงฆ์อยู่กับโลก บิณฑบาตเลี้ยงชีพ

เราเกิดมาเป็นมนุษย์พบพระพุทธศาสนา องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอน ทาน
ศีล ภาวนา

เราแสวงหาเพื่อดำรงชีวิตของตนนะ เวลามันหิว โรคหิวเป็นโรคประจำชีวิต สัตว์เวลามัน
หิวมันกระหาย มันก็หาอยู่หากินของมัน เราเป็นมนุษย์ไง เรามีปัจจัยเครื่องอาศัย อาหาร
เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค ปัจจัย ๔

เวลาโรคหิวๆ มันหิวอยู่ทุกวัน กินวันละ ๓ มื้อ วันละ ๓ มื้อบรรเทาอาการหิว เวลามันอิ่ม
แล้วมันก็มีความสุขของมัน แต่หัวใจเวลามันทุกข์มันยาก มันเอาอะไรไปเติมมันให้มันหายทุกข์
ล่ะ

เวลามันทุกข์มันยากขึ้นมา ไปวัดไปวาฟังธรรมและจำศีล จำศีลๆ จำศีลเพื่ออะไร

คูสิ เวลาหนังจีน เขาจำศีล เขาฝึกหัดจนเป็นเซียนๆ แต่พระพุทธศาสนาไม่ใช่
พระพุทธศาสนาจำศีล ฝึกหัดทำสมาธิ ศีล สมาธิ ปัญญา

ถ้ามีสติปัญญาขึ้นมา เห็นไหม องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นพระอรหันต์ เป็น
มนุษย์ เทวดา อินทร์ พรหมมาฟังเทศน์ฟัง หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านฝึกหัดปฏิบัติของท่านนะ
ท่านไม่สนใจทางโลก ท่านฝึกหัดปฏิบัติเอาหัวใจของท่านให้ได้ก่อน

เวลาเอาหัวใจได้ก่อนแล้ว ท่านมาหาลูกศิษย์ลูกหาไง ลูกศิษย์ลูกหาไว้เป็นธรรมทายาท เป็นธรรมทายาทนะ ใช้ชีวิตเป็นปกติธรรมดาให้โลกเขาเห็นว่า พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เขา เป็นอย่างนี้

พระสงฆ์ มีศีลมีธรรมอยู่ในวัดในวา แล้วเราไปวัดไปวาเป็นที่ทรงศีล ที่สงบสงัดใจ คนที่เขาเป็นธรรมๆ ของเขา เข้าวัดเข้าวาเขาเคารพบูชา

คูสิ สงกรานต์ๆ ก่อเจตีย์ทรายๆ นั้นนะ เพราะไปวัดไปวาแล้ว เศษดินเศษหินมันติด รองเท้าเราไปไง มันเป็นของของสงฆ์ ของของสงฆ์ ของสาธุการณะ

เราเวลารวันสงกรานต์เขาก็ก่อเจตีย์ทราย เราเอาสิ่งที่เราติดเท้า ติดรองเท้าเราไปที่เราไม่รู้ตัวไปถวายเป็นทาน เพื่ออะไร เพื่อไม่เป็นบาปเป็นกรรมกันต่อไป

ไปวัดไปวา คนที่เป็นศีลเป็นธรรมเขาไปด้วยความเคารพบูชา เขาไปด้วยความสงบสงัดของเขา แล้วพยายามทำหัวใจของตนให้สงบสงัดขึ้นมา เห็นไหม สถานที่ที่เป็นสัปปายะ

เวลาเราอยู่ทางโลกอีกที่ก็กรีกโครม มันเป็นที่กระทบกระเทือนหัวใจทั้งนั้น เวลาไปวัดไปวาเป็นที่ทรงศีลๆ ถ้าเรามีศีล ที่ทรงศีลกับเรามีศีล ศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗

ถ้ามีศีล มีศีลไว้ทำไม

สีเลน สุคติ ยนฺติ สีเลน โภคสมฺปทา

มีศีลเพื่อความปกติสุขใจ เวลามันร่ำมันร้อนขึ้นมา มีรั้วรอบขอบชิดใจ ปาณาติปาตาฯ เราไม่ทำร้ายใครทั้งสิ้น อทินนาฯ เราไม่หยิบของใครทั้งสิ้น กาเมฯ เราไม่ยุ่งครอบครองใครทั้งสิ้น โภกมตเทจ เราไม่พูดโกหกมดเท็จกับใคร แล้วก็โกหกตัวเองด้วย แล้วไม่เอาความมีนเมาเข้ามาในร่างกายของตน นี่ศีล ๕

ศีล ๘ ไม่นอนในที่สูงต่ำ

ไม่หยิบเงินทอง ไม่จับต้องมัน ชาติรูปปรชดี ของที่สงวนของแต่ละบุคคลไว้

เงินบาทเดียว ถ้าผิดใจกัน ฆ่ากันได้

เวลาเงินๆ ทองๆ เวลาจับปล้นชิงทรัพย์เพื่อไปใช้หนี้การพนัน คิดหนีพนันออนไลน์ ไปใช้
ที่ยาเสพติดแล้วไม่ได้เงินใช้เขา เขาจะมาเด็ดชีวิต อสรพิษนะ

เรามีศีลมีธรรมของเรา ถ้ามีศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ ศีล ๒๒๗ นะ สิ่งนี้เป็นของ
ประจำโลก ถ้าเราเป็นธรรมๆ ขึ้นมา ของประจำโลก ปัจจัยเครื่องอาศัย เราก็อยู่กับโลกเขา

ใครมีอำนาจวาสนานะ ตรุษจีน ปีใหม่ เขาตั้งโต๊ะแจกๆ เพราะเขามีของเขา เขามี
วาสนาด้วย แล้วเขามีน้ำใจด้วย ตรุษจีน ปีใหม่ ตั้งโต๊ะแจกๆ นี่เขาทำทานของเขา นั่นก็ทาน
ทานคือสังคัมภ์ของเราสังคัมภ์กัน เวลาจิตใจของเรามันแข็งกระด้าง

ไปวัดไปวา ผู้ทรงศีลเขามีศีลนะ เครื่องแบบมันบอกใจ นี่ผ้ากาสาฬหพัสดุ ห่มผ้ากาสาฬห
พัสดุ เป็นศากยบุตร เป็นทายาทขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า สมมุติสงฆ์ฯ ถ้าเขาทำ
ใจเขาได้ เขาจะมีความปกติสุข สุขแบบวิมุติสุข สุขแบบธรรม อยู่สงบสุข โคนไม้ เรือนว่าง ไม่
ไปวอแวกับใคร

เราต้องแสวงหา สมัยหลวงปู่มั่นนะ ใครจะทำบุญต้องจ้างรถพาเข้าไป หนองผือมันเป็น
เกวียนไถ ไม่มีทางเข้า

เรื่องสังคัมภ์ เรื่องโลกนะ มันเป็นเรื่องรัฐบาล เรื่องสังคัมภ์ที่เขาจะปกครองดูแลกัน เรื่องการ
ปฏิบัติธรรมฯ พระต้องเป็นผู้ชี้แนะ ถ้าเป็นผู้ชี้แนะ ใ้สิ่งที่ยังปัจจัยเครื่องอาศัยมันเป็นโทษทั้งนั้นเลย

บิณฑบาตไม่ได้ตั้งใจก็คิดถึงบารมีของตน ห่มผ้ากาสาฬหพัสดุแล้วจะให้เขาเชิดชูบูชา

คนเหมือนกัน ชี้เหมือนเหมือนกัน ใครจะบูชาใคร

เขาบูชาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์

เราเห็นพระ พระที่ว้อลัทธิๆ ต่างๆ

เราตั้งใจของเรา นั่นเป็นเรื่องของเขา ตั้งใจถึงพระพุทธเจ้า พระธรรมที่องค์สมเด็จพระ
สัมมาสัมพุทธเจ้าบรรลุนิพพาน พระสงฆ์ฯ ที่ประพฤติดังาม เราทำบุญตักบาตรเพื่อรัตนตรัย พระ
พุทธ พระธรรม พระสงฆ์นั้น แต่ที่มาบิณฑบาต ที่เราจะใส่บาตรนี้เป็นตัวแทน เป็นตัวแทนที่เรา
จะได้สร้างบุญสร้างกุศลของเรา

ถ้าเราเห็นภาพอย่างนั้นนะ เราตัดมือตัดไม้เราเองไง

เราจะได้สร้างบุญสร้างกุศล หัวใจนะ เราใส่บาตรไป แล้วหัวใจมันเฟื่องฟูขึ้นมาใหม่ มันขึ้นใจขึ้นมาใหม่ เราทำเพื่อเหตุนี้ไง หัด ผักหัดใจ อาหารของใจๆ ใจ ฟังธรรมๆ ก็เพื่อหัวใจดวงนี้ไง

แล้วถ้ามีอำนาจวาสนานะ เราตั้งกติกาของเรา ที่ไหนก็ได้ หายใจเข้านี่ก็พุท หายใจออกนี่ก็โอ

เวลาเราแสวงหาสิ่งนี้มา สิ่งที่เป็นทรัพย์สินของเรา เราเสียสละทานเป็นไทยทาน เราหายใจเข้านี่ก็พุท เราหายใจออกนี่ก็โอ

การฝึกหัดปฏิบัติแสนยาก มันยากตรงไหน

ยากตรงที่เริ่มต้นไม่ทำ ไม่กล้า ไม่แต่จะต้อง ทั้งๆ ที่ชองอยู่กับเรา เกิดมาครั้งแรก หมอตำแยเขาตีกันเลย ให้ร้องอู๊ว หายใจเองๆ

อยู่ในครรภ์มันหายใจผ่านสะดือจากพ่อจากแม่ อาศัยพ่ออาศัยแม่ อยู่ในครรภ์ ๙ เดือนคลอดออกมาแล้วต้องหายใจเอง

นี่เหมือนกัน เวลาเราทาน คีล ภาวนา เราทำของเราได้ นี่เวลาทำทานๆ เวลาจะปฏิบัติของเราเองๆ เพราะลมหายใจอยู่กับปลายจมูกของเรา เรามีชีวิตเราถึงมีลมหายใจ

แล้วมีลมหายใจนะ หายใจทิ้งเปล่าๆ หายใจเพื่อดำรงชีวิตไป แต่ถ้าหายใจแล้วมีสติกำหนดลมหายใจด้วย เห็นไหม สมบัติของเรา อตุตา หิ อตุตโน นาโถ

ทุกคนหายใจเหมือนกัน แต่เขากำหนดพุทโทก็ไม่ใช่ของเรา เวลาลมพัดก็เรื่องของลม ลมปลายจมูก หายใจทิ้งเปล่าๆ ใจ มีโอกาสแล้วไม่เอามาใช้เป็นประโยชน์

ตั้งสติ อยู่กับลมหายใจเข้า ลมหายใจออก ถ้าเป็นธรรมเกิดๆ ใจ เป็นสัมผัสอย่างนี้ ใ้อโฮ! มันสงบขึ้นมา มหัศจรรย์เลย “หลวงพ่อกๆ นั่นมันอะไร หลวงพ่อกๆ นั่นมันอะไร”

ก็ใจแข็งใจ ใจแข็งปกติสุขใจ ใจแข็งดิ่งามขึ้นมาใจ เห็นไหม

นี่ไง ฟังธรรมๆ เพื่อหัวใจดวงนี้ไง

ทาน ศील ภาวนา

ทาน เราเห็นเป็นสัญลักษณ์ เราเห็นประเพณีวัฒนธรรม เราก็ทำตามกระแสสังคมได้ ใช้อัภาวนาๆ จะทำก็ไม่กล้า แล้วเวลาทำจริงๆ ขึ้นมาก็เป็นเหยื่อ เห็นคนเขาอีกทีก็ครึกโครม ้อ! นั่นปฏิบัติธรรม เหมือนเราเลย โลกทำได้

แต่เวลาพระกรรมฐานนะ ป่าช้า เรือนว่าง

อ้อโฮ! ไม่เอา กลัวผี มันเหงา

แต่เวลาถ้ามันสงบสุขขึ้นมาซะ ยอดเยี่ยม สุขอื่นใดเท่ากับจิตสงบไม่มี แล้วหัวใจของเราแท้ๆ จิตที่เวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ นั่นแหละคือตัวจริง ตัวจริงคือจิตวิญญาณของเรา

ตัวปลอม ตัวปลอมคือร่างกายนี้ไง เด็กๆ ขึ้นมาก็ อ้อโฮ! วิ่งเล่นหกล้มลูกคลูกหลานสบายมาก แก่เฒ่าขึ้นมาล้มไม่ได้นะ ล้มแล้วลุกไม่ขึ้นเลยละ

ตัวปลอม เซลล์ร่างกายมันต้องพัฒนาตัวมันเอง ถึงที่สุดแล้วนะ มันก็ชราคร่ำคร่า ตัวปลอม

ตัวจริงคือใจของเรา ถ้าใจของเรา เห็นใหม่ ถ้าเราเกิดเป็นมนุษย์พบพระพุทธศาสนา เราเป็นชาวพุทธ ทาน ศील ภาวนา ทานก็เรื่องหนึ่ง เห็นใหม่

เราเน้นย้ำตรงนี้ให้คนเห็นคุณประโยชน์

ทำทานร้อยพันพันไม่เท่ากับถือศีลบริสุทธิ์หนึ่งหนึ่ง ถือศีลบริสุทธิ์ร้อยพันพันไม่เท่ากับทำสมาธิได้ครั้งหนึ่ง ทำสมาธิได้ร้อยพันพันไม่เท่ากับเกิดภาวนามยปัญญาขึ้นหนึ่งหนึ่ง

ทำทานร้อยพันพันไม่เท่ากับถือศีลบริสุทธิ์หนึ่งหนึ่ง นี่เป็นบาลีนะ นี่เป็นธรรมะในพระไตรปิฎก เราเจอมา แล้วเห็นคุณค่า เห็นคุณค่าธรรมะพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าสอนไว้ไง

ทำทานร้อยพันพัน พันพันๆ ไม่เท่ากับเราถือศีล ๕ บริสุทธิ์หนึ่งหนึ่ง ถือศีล ๕ ร้อยพันพันไม่เท่ากับทำสมาธิได้หนึ่งหนึ่ง นี่พระพุทธเจ้าสอนไว้ในพระไตรปิฎก

แล้วเราจะย้ำๆ ให้เห็นคุณค่าของการกระทำ ให้เห็นคุณค่ากับหัวใจที่มันประพฤติปฏิบัติของมันขึ้นมา ให้เห็นคุณค่าว่าหัวใจมันฉลาดขึ้นมา

แล้วถ้าฝึกหัดปฏิบัติ เห็นเขาคนเยอะๆ เห็นเขาไปตามกัน ไม่ต้องไปกับเขา เพราะองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนไว้ชัดๆ ห้ามเชื่อ กาลามสูตร ห้ามเชื่อ

ไอ้คนเยอะๆ นั้นนะ ที่มันไปกันนะ เชื่อทั้งนั้นนะ

เราก็ไปกับเขา แล้วฟัง จริงไม่จริง

ส่วนใหญ่แล้วมันไม่เป็นอย่างนั้นหรอก ส่วนใหญ่แล้วธรรมะนะ อยู่ในที่สมควรไง ของดีเขาเก็บไว้บนหิ้ง แล้วเราได้พระได้เจ้ามากก็ไปไว้บนหิ้ง

แต่เราหายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ เราจะเห็นพระในใจ โอ้โฮ! พุทชะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน พระพุทธเจ้าอยู่ที่นี่ พระพุทธเจ้า

มันรู้นะ รู้ขึ้นมาด้วยความปกติสุขอันนั้น แล้วทำยากไหม ยาก แต่เวลาทำไปแล้ว เห็นไหม พระพุทธเจ้าเวลาจะชนะมาร

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเวลาประพฤติปฏิบัติอยู่ พญามารยกกองทัพมา มากมายมหาศาลเลย จะล้มบัลลังก์พระพุทธเจ้าให้ได้

ไอ้เราเวลานั่ง อารมณ์นะ บาปกรรมมันมาเยอะแยะเลย วิตก วิจาร ไฟก็ยังไม่ดับปิด ฟรุ้งนี่จะไปทำงาน ในตู้เย็นก็ยังไม่ีอาหาร ข้าวก็จะหมด โอ้ย! พญามารมันรุมเข้ามาเลย จะนั่งภาวนา แต่เวลาปกติมันไม่ได้คิดนะ พอเรานั่งลงจะหลับตานะ ไม่ได้ๆ นะ เดี่ยวจะเป็นบ้าไม่ได้ๆ นะ เดี่ยวร่างกายจะพิการ ไม่ได้ๆ โอ้ย! มันโหมเข้ามา พญามาร

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะตรัสรู้เป็นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า กองทัพมาร ไปดูภาพวาดในโบสถ์ ไล่ช้าง กองทัพขึ้นมาจะทำลายทั้งนั้นนะ จะทำลายบัลลังก์การภาวนาขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าชนะมาร พระพุทธรูปในพระพุทธศาสนา ในโบสถ์ทุกวัดจะเป็นปางชนะมาร สิ่งทีชนะมารๆ มันเป็นการกระทำที่ถึงที่สุดแห่งทุกข์

เวลาจะฝึกหัดปฏิบัติ ใ้เราองทัพบกเสสในใจเรา เวลาเราจะเห็นโทษ เห็นใหม่ คนนั้นว่า
อย่างนั้น คนนี้ว่าอย่างนี้

เรื่องของเขา ใ้เราว่าตัวเรานี้แหละ

เขาคุยกัน เขาเจรจา กัน ก็ไปกว้านมาว่าเขาว่าเรา เขาจะทำอะไรๆ ก็เขาว่าเรา

ใครจะไปว่าเอ็ง เขาไม่รู้จักเอ็งต่างหาก เขายังไม่รู้จักเอ็งเลย ไปว่าอะไรเอ็ง ไปกว้านมา
หมดเลยว่าเขาว่าเรา เขาว่าเรา ทุกข์เจียนตาย

รูป รส กลิ่น เสียงเป็นบ่วงของมาร เป็นพวงดอกไม้แห่งมาร

คำพูดต่างๆ มันก็มีของมันอยู่ในโลกนี้อยู่แล้ว แล้วเราเป็นจริงอย่างที่เขาวาหรือไม่ ถ้า
มันเป็นจริงอย่างที่เขาวานะ ถ้ามันผิดพลาด เออ! ดี เขาช่วยเตือนเรา ถ้ามันไม่จริงก็เรื่องของเขา

ใ้นี้ไม่อย่างนั้นนะ เสียตแห่งเข้าไปที่ใจใจ เสียตแห่งเข้าไป เสียตแห่งเข้าไป

ในพระไตรปิฎก มันมีบุรุษอยู่ ๒ คน เขาไปด้วยกัน คนหนึ่งโดยคันธูยง พอยังแล้ว
เพื่อนเขา เขาบอกว่าเขาจะทิ้งเพื่อนเขาไว้ก่อน แล้วเขาจะไปหาคนยิง เขาจะไปแก้แค้นให้ เขา
ปล่อยให้เพื่อนเขาตายไป

แต่ถ้าคนที่เขาฉลาดไป เวลาคนโดนคันธูยง เราไม่ตามใครไปเลย เราจะถอนคันธูจจากอก
เพื่อนของเรา ถอนออกแล้วรักษา

เหมือนกัน ได้ยินสิ่งใดมามันจะวิ่งไปหาเขา นี้เขาเรียกว่าส่งออก

คูสิ ใจคนมหัศจรรย์ใหม่ เวลามันคิดออกไปข้างนอกมันคิดไปได้ไกล คนเคยไปยุโรป
ลองคิดสิ มันไปกลับๆๆ ได้วันละกี่ร้อยรอบ เวลามันส่งออก พรวด! มันไปแล้ว เอ็งไม่ทันมัน
หรอก แล้วไปเอาอะไรมา ฟืนไฟมาสูมที่ใจตัว พอสูมแล้วก็จุดไฟขึ้น แล้วก็ทุกข์ร้อน

ถอนศรคันนั้นซะ ปากคน

นี่เหมือนกัน สังคมเป็นอย่างนั้นไง เรามีสติมีปัญญาขึ้นมา เรายังรักษาใจของเราได้ ถ้าเรารักษาหัวใจของเราได้นะ เวลาสิ่งที่อาหารของใจใจ ฟังธรรมๆ เตือนสติ แล้วฝึกหัดสติให้มันแก้กล้า

เวลาคนแก้กล้านะ มีสติสัมปชัญญะนะ อะไรมันจะคิดขึ้นมา ตบหัวมันเลย ไร้สาระ แต่ถ้ามันจะคิดนะ คิดเพื่อประโยชน์ เพื่อคุณค่า

หลวงตาเวลาท่านเดินจงกรม ท่านบอกเลย กิ่งก้านของธรรม พิจารณาธรรมไง ตัวของมันคือตัวความโลภ ความโกรธ ความหลง ตัวรากแก้วของมันคืออวิชชา

เวลาเดินจงกรม ท่านเดินจงกรมแล้วท่านพิจารณากิ่ง พิจารณาก้าน ก็พิจารณาสิ่งกระทบใจ จะช่วยเหลือใครดี คนนั้นเขาทุกข์ยากมากน้อยแค่ไหน

มันเป็นผลของวิญญูะ สังสารวิญญู จิตที่เวียนว่ายตายเกิดในวิญญูะมันจะพบประสบของมัน ใจ ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว เราถึงจะสร้างคุณงามความดีกัน ทำความดีเพื่อหัวใจของเรา คนอื่นไม่เกี่ยว

ฉะนั้น หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น หลวงตาพระมหาบัวภาวนาไม่ทำให้ใครเห็น ทำดีเพื่อเรา ถ้าภาวนาก็เพื่อหัวใจของเรา ถ้าเราจะแก้ไข เราก็จะถอนลูกศรในใจเรา มันเกี่ยวอะไรกับใครวะ ทำไมต้องให้คนอื่นมาช่วยด้วยวะ คนอื่นเขาอยู่สุขสบายเขา อยู่บ้านเอ็งนั่นนะ อย่ามายุ่ง

เราจะถอนศรคันธนูในใจของเรา ที่โคนไม้ ที่เรือนว่าง ที่ในที่สงบสงัด

แล้วคนนั้นก็ช่วย คนนี้ก็ช่วย เขาจะมาช่วยเหยียบศรให้มันทิ่มหนักเข้าไปไง ให้ศรมันจมเข้าไปในใจของตบใจ เสียเวลา เสียโอกาสที่เราจะถอนลูกศรของเราไป

ถ้าจะถอนลูกศรของเราไป เดินจงกรม นั่งสมาธิภาวนาเพื่อความปกติสุขในใจของตบใจ เอวัง