

ปล่อยาว

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

เทศน์เช้า วันที่ ๒๗ พฤษภาคม ๒๕๕๔

ณ วัดสันติธรรมาราม ต.คลองตากต อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ธรรมใด เวลาปฏิบัติธรรมเราอยากหาธรรมะกัน เราต้องหาที่พึ่ง เราพยายามปฏิบัติธรรมกัน ในหลักธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกว่า “การปล่อยธรรมแล้ว การปล่อยวางอย่างหนึ่ง แล้วไม่หยิบอย่างใดอีกเลย อันนั้นจะเป็นความถูกต้อง” ความปล่อยวาง เห็นไหม ปล่อยวางแล้ววาง ปล่อยวางแล้ววางไปเลย อันนั้นจะเป็นความถูกต้อง

แต่ในความเป็นจริงของใจเรานะ มันปล่อยวางอย่างหนึ่งแล้วมันก็ไปเอาหยิบอีกอย่างหนึ่ง มันปล่อยวางอย่างนี้แล้วมันก็ไปสืบทอดอย่างนั้น ไปคว้าอย่างนั้น อาจารย์บอก “จิตนี้เหมือนลิง” มันต้องอาศัยเกาะเกี่ยวไป

มันเหมือนกับเราประพฤติปฏิบัติใหม่ ๆ เหมือนกัน เรากำหนดพุทฺโธ ๆ นี้พยายามจำ จิตนี้มันแสดงตัวมันเองไม่ได้ มันเป็นนามธรรมอยู่เฉย ๆ ของมัน ตัวแท้ของมัน จิตเดิมแท้ที่ปล่อยใส ตัวที่ปล่อยใสนี้เป็นเหมือนนามธรรม เหมือนกับสสารตัวหนึ่งแล้วไปประสาของมัน แล้วมันไปเกิดเป็นมนุษย์มีขันธ ๕ มีวิญญาณ มีความรู้สึก ไปเกิดเป็นเทวดามีขันธ ๔ ไปเกิดเป็นพรหมมีขันธ ๑ เป็นผัสสะ เป็นความรู้สึก ขันธุนั้นเป็นความกระทบ

นี่ก็เหมือนกัน ตัวจิตโดยธรรมชาติของมัน มันแสดงตัวเองไม่ได้ แต่เพราะเราเกิดเป็นมนุษย์ เรามีขันธ ๕ ขันธ ๕ นี้ความคิดมันเกิดขึ้น สังขารมันเกิดขึ้น มันปรุง มันแต่ง มันเกิดขึ้น วิญญาณรับรู้ ขันธ ๕ มันแล้วแต่จรตนิสัยว่าใครตัวไหนมันจะแสดงตัวก่อน ส่วนใหญ่เป็นสัญญาแสดงตัวก่อน ต้องสัญญาก่อน สัญญาแล้วจิตมันแทรกจรมานะ ผู้ที่จรมานแล้วจิตนี้มันเสวยอารมณ์เข้าไป ๆ

เวลาทำความสงบเข้าไปมันปล่อยางอย่างหนึ่ง มันปล่อยารมณ์อย่างหนึ่ง มันก็ไปจับต้องอารมณ์อีกอย่างหนึ่ง เห็นไหม การปล่อยางอย่างหนึ่งแล้วไปหยิบอีกอย่างหนึ่ง อันนี้เป็นความไม่ถูกต้อง แต่มันเป็นวิธีการเริ่มต้นจากการประพาศปฏิบัติมา การประพาศปฏิบัติมามันต้องปล่อยางมาอย่างนี้ โดยพื้นฐานของมันต้องปล่อยางเข้ามา แต่ปล่อยางเข้ามาแล้วนี่มันปล่อยางด้วยอะไร? ด้วยสมถกรรมฐาน กับด้วยวิปัสสนากรรมฐาน

ถ้าด้วยวิปัสสนากรรมฐาน เห็นไหม มันปล่อยางแล้วมันจะไม่หยิบสิ่งใดอีกเลย มันปล่อยางแล้วปล่อยางตามความเป็นจริง แต่ถ้ามันปล่อยางแล้วมันไปหยิบอย่างอื่นต่อไป ขณะที่ปล่อยางแล้วเราพอใจ แต่มันก็ไปหยิบอย่างอื่นต่อไป พอหยิบอย่างอื่นต่อไปมันก็สืบทอดไป มันสืบทอดไปนี่มันไม่มีการยับยั้งไว้ ไม่มีการใช้ปัญญาใครครวญแยกออกไป มันถึงมีความเสียหายไป

นี่ไก่อ่าเห็นไหม ไก่อ่ากับไก่อ่าบ้าน ไก่อ่านี้จิตใจมันเข้มแข็งมาก เวลาเขาจับมาไว้บ้าน มันอดอาหารจนมันตาย แล้วมันอยู่ของมันนะ มันอยู่ตามชีวิตของมัน อยู่ในป่านี้อิสระเสรีของมัน อันนี้ก็เหมือนกัน แล้วถ้าเราประพาศปฏิบัติ เราว่าพระป่า ๆ พระป่าประพาศปฏิบัติอย่างไร? มักน้อยสันโดษ สันโดษเพื่ออะไร? มักน้อยสันโดษอยู่ในหลักการนี้ อยู่ในหลักของมักน้อยสันโดษ

ถ้าหัวใจมักน้อยสันโดษ มันจะมักน้อยสันโดษมาจากภายนอก ถ้าภายในมันสันโดษนะ มันจะรู้ถึงว่า ข้างในมันสันโดษได้นี่มันจะไม่เกาะเกี่ยวกับสิ่งภายนอก ปล่อยางสิ่งหนึ่งแล้วไม่จับต้องอีกสิ่งหนึ่ง เห็นไหม ถ้าปล่อยางสิ่งหนึ่งแล้วไปเกาะเกี่ยวกับอีกสิ่งหนึ่ง เว้นไว้แต่จริตนิสัยของแต่ละบุคคลนั้น จริตตินิสัยนั้นจะไม่ทำให้เสียหาย

แต่ถ้าเป็นกิเลสแล้วมันทำความเสียหายไป กิเลสนี้มันเป็นการแสวงหา กิเลสนี้เป็นการยึดมั่น กิเลสนี้เป็นการที่ว่าเหยียบฝ้ายหนึ่ง ยกย่องฝ้ายหนึ่ง กดฝ้ายหนึ่งแน่นอน กิเลสนี้มันมีหนักมีเบา มันต้องเอาประโยชน์อย่างหนึ่ง เอาโทษอย่างหนึ่ง มันมีประโยชน์มีโทษในทุกสิ่งนั้น นี่ปล่อยางสิ่งหนึ่งแล้วไปจับสิ่งหนึ่ง ถ้าปล่อยางจากภายในเข้ามา ภายนอกจะไม่ไปเกาะเกี่ยวกับสิ่งที่ว่า เป็นผลประโยชน์ เป็นสิ่งที่ว่า เป็นกิเลส เป็นความกดฝ้ายหนึ่ง ยกฝ้ายหนึ่ง

นี่ไก่ป่าเป็นอย่างนั้น ไก่ป่าอยู่ป่าไปตามประสาของมัน จนกว่าชีวิตของมันจะหมดไป ไก่บ้านเห็นใหม่ ไก่บ้านเลี้ยงไว้ เขาเลี้ยงไว้ทำไม? เลี้ยงเอาไว้เชือด มันมีสุขอยู่สบายของมันนะ แต่ มันไม่มีศักดิ์ศรีของมัน ศักดิ์ศรีของสัตว์ เห็นใหม่ เลี้ยงออกมา มันจะไม่ทำอะไรเลย หน้าที่ของเขาคือกินอาหาร แล้วก็ให้เขาไป แต่ไก่ป่า กว่าเขาจะได้มาแต่ละชิ้นแต่ละอันนะ เขาต้องแสวงหาของเขาเอง แต่อิสระเสรีของเขา

จิตใจก็เหมือนกัน จิตใจอิสระเสรี เห็นใหม่ ความเสรีของใจ ถ้าใจอิสระเสรี แต่มันเสรีนี้เราพูดไปตามความเห็นของเรา ว่าจิตใจเสรี ความเสรีของมนุษย์ มนุษย์ต้องการความเสรีภาพมาก แต่ประเทศชาติที่ว่าอย่างสวีเดนนี่เขาให้เป็นรัฐสวัสดิการ เขจะมีสวัสดิการมาก คนจะมีความสุขมาก แต่ความสุขในโลก ความสุขคือเขามีอยู่มีกิน ปัจจัย ๔ เครื่องอยู่อาศัยเขาพอใช้ แต่เขาเป็นประเทศที่มีสถิติการฆ่าตัวตายอันดับ ๑ ของโลก การฆ่าตัวตายของเขา

นี่เพราะอิสระเสรีของใจ อิสระเสรีของมนุษย์นี้มันป้องกันไม่ให้มีภักดีไปบังคับมัน แต่นี้เป็นความเห็นของเราว่าอิสระเสรีแล้วจะมีความสุขใจ แต่ความจริงหลักของศาสนา อิสระเสรีของใจ เห็นใหม่ พ้นจากกิเลสไป มันอิสระเสรีจากภายนอก แต่ความต้องการของใจนี้ มีความอยากอยู่ มีความต้องการอยู่ มีความคิดเบียดเบียนในใจอยู่ แต่มันไม่สามารถทำให้ตรงนี้เป็นอิสระเสรีได้

ความทำให้ใจเป็นอิสระเสรีภาพได้นี้ อิสระเสรีภาพที่ว่าพระอรหันต์เสมอกันหมด ด้วยความบริสุทธิ์ของใจ ใจจะบริสุทธิ์ ใจจะเป็นเสรีภาพ ใจจะเป็นอิสระเสรี มันต้องเข้ามาชำระไอ้สิ่งที่ว่าปล่อยวางสิ่งหนึ่งแล้วไม่จับต้องอีกสิ่งหนึ่ง ทำอย่างไรก็ได้ ปล่อยวางสิ่งหนึ่งไม่จับต้องอีกสิ่งหนึ่ง

มันเหมือนกวางนะ กวางนี้ไปวางที่ไหนมันก็คิดใช่ใหม่ ธรรมชาติของใจนี้ยางเหนียวของจิต มันไม่ใช่คิดข้างนอก มันคิดตัวมันเอง สุดท้ายแล้วมันคิดตัวมันเอง เริ่มต้นมันคิดขั้นก่อน คิดธาตุคิดขั้น คิดภายใน คิดความคิดของตัวเอง มันคิดของมันเอง สุดท้ายแล้วชำระขั้น ๕ นี้ ขั้นขาดเป็นขั้นเป็นตอนเข้าไป สุดท้ายตัวมันเอง มันก็ไปเฉา ไปคิดตัวมันเอง

นี่ตัวมันเป็นตัวขาว แต่มันติดขั้น ๕ ติดความคิดออกมาก่อน แล้วแยกเข้าไปเป็นชั้นเข้าไป ๗ สุดท้ายแล้วตัวมันเอง “จิตเดิมแท้นี้ส่องใส จิตเดิมแท้นี้หมองไปด้วยอุปกิเลส จิตเดิมแท้นี้ส่องใส จิตเดิมแท้นี้เป็นตัวกิเลส จิตเดิมแท้นี้เป็นผู้ข้ามพ้นกิเลส” ตัวที่มันเป็นกิเลสเองมันต้องติดในตัวมันเอง ความที่ติดตัวมันเองนี้ มันจะติดทุกอย่าง แล้วเมื่อก่อนติดจากภายนอก ติดจากขั้น

นี่เวลามันสืบทอดออกไปหาเหยื่อ เห็นไหม มันผ่านมาจากความคิด ความนึกของเราออกไปข้างนอก หยาบ ๗ เข้าไป เวลามันตัดความคิดความนึกของมันนี่ มันตัดความเกาะเกี่ยวออกไป มันถึงตัวมันเอง บริสุทธิ์ในตัวมันเอง นี่ไร้เดียงสา จิตนี้จิตปฏิสนธิ นี่วิญญาณปฏิสนธิ กับวิญญาณในขั้น ๕ มันต่างกันตรงนี้ วิญญาณในปฏิสนธิคือวิญญาณตัวเกิดตัวตายไป เวลามันเกิดมันตายนี้ตัวนี้ไปเกิดไปตาย เกิดตายแล้วก็จะไปเสวยขั้นอีก

แต่นี้เราตัดขั้นเข้ามาแล้ว มันเป็นตัวของมันเอง ถ้ามันว่างนี้ผู้ที่อยู่ในเรือนว่าง มันจะว่างหมดเลย แต่ตัวมันเองมันติดในตัวมันเอง แล้วค่อยจับตัวมันตัวนี้ ถ้าเราจับได้ เห็นไหม จิตเดิมแท้นี้ส่องใส จิตเดิมแท้นี้เป็นปฏิสนธิจิตที่จะไปเกิดอีก มันจะไม่ไปเกิดอีก แต่ถ้าจับไม่ได้ ถ้าถึงตรงนี้โดยที่วิปัสสนาเข้ามา มันก็ไปเกิดบนพรหมโดยธรรมชาติของมัน

แต่ถ้าเราจับต้องมันได้นี้ “จิตเดิมแท้นี้ส่องใส จิตเดิมแท้นี้หมองไปด้วยอุปกิเลส จิตเดิมแท้นี้ส่องใส จิตเดิมแท้นี้เป็นผู้ข้ามพ้นกิเลส” ตัวข้ามพ้นกิเลสนี้มันปล่อยวางเข้ามาจากข้างนอก แล้วมันจะไม่จับต้องสิ่งใด ๆ เลย มันจะไม่จับต้องสิ่งใดแน่นอนในธรรมชาติของมัน เพราะยางเหนียวมันไม่มี มันสะอาดบริสุทธิ์ไป

แต่ถ้าเป็นชั้นเป็นตอนขึ้นมา มันข้องไปหมด แต่มันติดไปหมดนี้ มันจะเริ่มถึงว่าครูบาอาจารย์เิง ครูบาอาจารย์เห็นไหม ที่ว่าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกพระกัสสปะ “กัสสปะเอ๋ย เธอทำไมถึงต้องลำบากลำบาก” พระกัสสปะนี้อายุ ๘๐ เท่ากับองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้วจนองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าปรินิพพานนะ พระกัสสปะนี้ได้รับเอตทัคคะในทางอรรถกถาธรรมฐาน อรรถกถาธรรมนี้คืออรรถกถาทั้งหมด จนองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกว่า

“พระกัสสปะนี้เป็นพระอรหันต์ ไม่มีกิเลสแล้ว แต่ทำไมต้องถือชุกดงค์อีก เธอทำเพื่อประโยชน์สิ่งใด?”

พระกัสสปะบอกไว้ “เราถือไว้เพื่อเป็นอนุชนรุ่นหลัง อนุชนรุ่นหลังจะได้มีที่อ้างอิงได้ มีที่ยึดเหนี่ยวไว้ได้”

พระกัสสปะไม่มีกิเลส ไม่ติดข้องสิ่งใดเลย แต่ก็ยังถือแนวทางไว้ให้เราก้าวเดินตาม ครูบาอาจารย์ผู้มีธรรมในหัวใจนี้ มันต้องรักษาสงวนทางอันเอกนั้นไว้ ทางที่เข้าถึงมรรคอรียสัจจัง มรรคตามความเป็นจริง ในหัวใจต้องเปิดโล่งเข้ามา ให้มันเข้าถึงหัวใจนะ มันไม่ใช่ไปติดข้องเรื่องหยาบ ๆ เรื่องภายนอก ถ้าติดข้องเรื่องหยาบ ๆ เรื่องของภายนอก กิเลสภายนอกเห็นใหม่ แม้แต่กิเลสภายนอกนี้เราก็ดัดข้อง ปัจจัย ๔ เครื่องอยู่อาศัยเรียดัดข้องเข้ามาหมด

แล้วเราก็มานิดขันธของเรา ขันธของเรามันยึดตัวตนนี้ ตัวตนคือขันธ ๕ ขันธ ๕ ยึดเรา ขันธ ๕ เป็นจิต เห็นใหม่ สักกายทิฎฐิ ขันธเป็นจิต ขันธ ๕ เป็นจิต จิตเป็นขันธ ๕ ขันธ ๕ เป็นทุกข์ ทุกข์เป็นขันธ ๕ มันจะเข้าไปแยกแยะตรงนี้ ข้างนอกก็ตัด ข้างในก็ตัด ตัดขันธ ๕ ขาด ขันธ ๕ ไม่ใช่เรา เราไม่ใช่ขันธ ๕ ขันธ ๕ ไม่ใช่ทุกข์ ทุกข์ไม่ใช่ขันธ ๕ สักกายทิฎฐิ ๒๐ จะขาดออกไป

แล้วก็กามราคะปฏิเสธอ่อนไป แล้วก็ปฏิเสธ เห็นใหม่ ปฏิเสธความข้อมูลสะสมในใจ ปฏิเสธกามราคะขาดนี้ มันจะมีกามราคะ มันจะมีความโทสะ จะมีอะไรก็แล้วแต่เนี่ย มันมีข้อมูลเดิม ข้อมูลเดิมมันอยู่ในหัวใจ แล้วข้อมูลเดิมนี้เป็นตัวกระตุ้น ตัวกระตุ้นอารมณ์จะเกิดพลุ่งพล่านเต็มทีเลย กามราคะปฏิเสธเกิดจากตรงนี้ ถ้ากามราคะมันขาดนี้ ความผูกโกรธไม่มี ความผูกโกรธความเกาะเกี่ยวกันนี้มันเกี่ยวกับเรื่องตัวนี้ทั้งหมด

แล้วมันขาดออกไป พอมันขาดเข้าไปเป็นชั้น ๆ เข้าไป นี่ถึงได้ถึงตัวมันเองโดยธรรมชาติของมัน เป็นทางเดินเข้ามา ดัดจากข้างนอก ถ้าไปดัดจากข้างนอกมันก็หยาบ ๆ เรื่องของข้างนอก ถ้ามันปล่อยจากข้างนอกเข้ามา ๆ มันจะสงวนทางอันนี้ไว้ไง

นี่พระกัสสปะเป็นผู้ที่ข้ามพ้นกิเลสแล้วนะ ไม่ต้องยุ่ง ไม่ต้องมีความทุกข์ในหัวใจเลย แต่เห็นคุณค่าของการเดินก้าวไปถึงหัวใจ จะรักษาสິงนี้ไว้ให้พวกเราเป็นที่อ้างอิง เป็นผู้ที่ยอดเยี่ยมดี พระสัมมาสัมพุทธเจ้าวางไว้ และผู้ที่ก้าวเดินได้ตาม แล้วทางที่จะเดินตามเข้าไปถึงหัวใจนั้นนะ มันสำคัญตรงนี้ มันถึงว่าไก่อป่า พระป่า พระบ้าน ศักดิ์ศรีของความเป็นนักรบใจ นักรบคือนักประพฤติปฏิบัติ การประพฤติปฏิบัติมันจะเห็นเป็นช่องเป็นทางเข้าไป ไม่ใช่ไปติดอยู่ข้างนอก มันเข้าไปไม่ได้

คำว่า “ปล่อยาง ๆ” นี้ สรรพสิ่งใด ๆ ให้มันปล่อยาง มันพูดได้เท่านั้นนะ มันปล่อยางเท่านั้น แต่ถ้ามันไม่มีหลักไม่มีเกณฑ์ เอาอะไรไปปล่อยาง ถ้ามันจะเอาอะไรไปปล่อยางนี้ มันต้องมีหลักมีเกณฑ์ ความปล่อยาง ความไม่เกาะเกี่ยวนี้ มันเป็นความกังวลน้อยลง ความกังวลภายใน ความกังวลภายนอก ถ้างานภายนอกน้อยลง ๆ นี้ความกังวลมันน้อยลง มันก็เข้าถึงภายในได้ ถ้างานข้างนอกมันมาก มันก็เกาะเกี่ยวอยู่ข้างนอก เกาะเกี่ยวอยู่กับข้างนอก

มันเป็นขั้นเป็นตอน เห็นไหม เกาะเกี่ยวข้างนอกเราเข้าไปข้างในไม่ได้ มันก็ติดกันอยู่นั่นนะ ไปไม่รอด ถ้ามันปล่อยางเข้ามา มันจะปล่อยางเข้ามา แล้วทำให้ลึกเข้าไป เป็นขั้น ๆ เข้าไปนะ พยายามทำให้มันละเอียดเข้าไปเรื่อย ๆ มันจะเห็นเอง ต้องเห็นโดยเด็ดขาด ถ้ามีคนประพฤติปฏิบัติอยู่มันจะเห็น ถ้าไม่มีคนประพฤติปฏิบัติอยู่ หรือประพฤติปฏิบัติอยู่แล้วไปเกาะอยู่ตรงนั้นนะ มันไม่ปล่อยางเข้ามา

ถ้ามันมีความหยาบนี้มันไม่ปล่อยางเข้ามา ถ้าไม่ปล่อยางเข้ามา มันจะไปเห็นความละเอียดไม่ได้ ถ้าไปเห็นความละเอียดไม่ได้ มันจะชำระกิเลสไม่ได้ ถ้าไม่เห็นความละเอียด เพราะความละเอียดของใจ ใจเป็นนามธรรม สิ่งที่เราไปเห็นนามธรรม ใจมันเร็ว เวลามันเป็นไปนี้มันเร็วมาก เห็นไหม เวลาทำสิ่งที่เร็วที่สุดให้มันหยุดนิ่งได้ สิ่งที่ยุคนิ่งได้เป็นสัมมาสมาธิ สิ่งที่ยุคนิ่งนะตัวมันเองเอาไปจับตัวมันเอง ถึงจะเห็นได้ ถึงจะเห็นความที่ว่ามันเกาะเกี่ยวอย่างไร มันติดพันอย่างไร แล้วมันจะปล่อยางอย่างไร

มันจะรู้เองเห็นเอง มันถึงเป็นปัจเจกตั้ง เห็นไหม องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าถึงบอก
ไว้ “เราเป็นผู้ชี้ทางเท่านั้น” คนเดินตามเดินถึงก็มี เดินไม่ถึงก็มี เพราะตรงนี้คนจะเห็นเอง ปัจเจกตั้ง
เห็นความเป็นภายใน แล้วมันจะปล่อยจริง ๆ ปล่อยจริง ๆ ปล่อยเด็ดขาด ถ้าเห็นโทษมันจะปล่อย
เด็ดขาด

แต่เราไม่เห็นตรงนี้ เราไปอยู่แต่หยาบ ๆ สิ่งหยาบ ๆ นี้ แล้วที่เราปล่อยวาง ๆ ปล่อยวางมี
ความสุขมาก ๆ ปล่อยวางมีความสุขจริง ๆ ปล่อยวางอารมณ์นะ สัญญาอารมณ์ปล่อยวางสิ่งหนึ่ง ก็
ไปจับต้องอีกสิ่งหนึ่ง ประเดี๋ยวมันก็เกิดอีก จับปล่อยอย่างหนึ่งไปจับอีกอย่างหนึ่ง ปล่อยอย่าง
หนึ่งก็ไปติดอีกอย่างหนึ่ง ปล่อยอย่างหยาบมันก็ไปติดอย่างละเอียด ถ้าปล่อยอย่างละเอียดเราตาม
เข้าไปที่ละเอียดนั้น เราไปทำที่ละเอียดนั้น ละเอียดนั้นก็ปล่อยวางเข้าไป มันจะปล่อยวาง มันก็ไป
ติดอันละเอียดเข้าไปอีก ก็ตามเข้าไปอีก ๆ จนถึงมันเป็นอิสระในตัวมันเอง มันติดตัวมันเองแล้ว
ทำลายตัวมันเอง ถึงจะจบเห็นไหม

ถึงบอกว่าปล่อยวางแล้วจะไม่ไปติดข้องอย่างอื่นอีก ปล่อยวางสิ่งหนึ่งแล้วไม่ไปติดอีกสิ่ง
หนึ่ง องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกอย่างนั้น ถ้าปล่อยวางแล้วไปติดในสิ่งอื่น สิ่งต่อไปนี้
มันก็ปล่อยวางในโลก ปล่อยวางแบบโลก ๆ เขา แล้วเราปล่อยวางทั้งหมดเลย มันจะจบ เอวัง